

問診票（人間ドック等を受診された方の問診票）

フリガナ		性別
氏名		男・女
人間ドック等の結果に腹囲の数値がない場合はご自身で測定した腹囲をご記入ください。	腹囲	cm

以下の1～22番について、○をつけてお答えください。

1	血圧を下げる薬を服用していますか。	1 はい 2 いいえ
2	インスリン注射または血糖を下げる薬を服用していますか。	1 はい 2 いいえ
3	コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用していますか。	1 はい 2 いいえ
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	1 はい 2 いいえ
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	1 はい 2 いいえ
6	医師から、慢性の腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析）を受けたことがありますか。	1 はい 2 いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。	1 はい 2 いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。	1 はい 2 いいえ
9	20歳のときの体重から10kg以上増加していますか。	1 はい 2 いいえ
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。	1 はい 2 いいえ
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。	1 はい 2 いいえ

12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。	1 はい 2 いいえ
13	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	1 何でもかんで食べることができる 2 歯や歯茎、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある 3 ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速いですか。	1 はい 2 ふつう 3 遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。	1 はい 2 いいえ
16	朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	1 毎日 2 時々 3 ほとんど摂取しない
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	1 はい 2 いいえ
18	お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。	1 毎日 2 時々 3 ほとんど飲まない（飲めない）
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量（清酒換算※） ※清酒1合の目安：ビール中瓶1本（約500ml）、焼酎35度（80ml） ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml） （全く飲まない方は「1合未満」に○をつけてください。）	1 1合未満 2 1～2合未満 3 2～3合 4 3合以上
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	1 はい 2 いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。	1 改善するつもりはない 2 改善するつもりである（概ね6か月以内） 3 近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている 4 既に改善に取り組んでいる（6か月未満） 5 既に改善に取り組んでいる（6か月以上）
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	1 はい 2 いいえ