

特定健診改訂質問票（案：平成28年5月17日）

			案		
			1	2	3
1	現在、血圧を下げる薬を使っていますか。 <sup>注1</sup>	①はい ②いいえ	●	●	●
2	現在、インスリン注射または血糖を下げる薬を使っていますか。 <sup>注1</sup>	①はい ②いいえ	●	●	●
3	現在、コレステロール <sup>注2</sup> を下げる薬を使っていますか。 <sup>注1</sup>	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	医師から慢性の腎臓病(CKD等)や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	脈が乱れていると感じたり、医師から脈が乱れているといわれ治療を勧められたことはありますか。	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。 <sup>注3</sup>	①はい ②いいえ ③やめた	●	●	●
9	たばこを習慣的に吸っている方、以前に吸っていた方に伺います。1日に何本吸っていますか(吸っていましたか)。	①10本以下 ②11～20本 ③21～40本 ④41本以上	●	●	●
10	たばこを習慣的に吸っている方、以前に吸っていた方に伺います。通算で何年吸っていますか(吸っていましたか)。	①5年以下 ②6～10年 ③11～20年 ④21～30年 ⑤31年以上	●	●	●
11	習慣的(月1回以上)にお酒を飲みますか。 <sup>注4</sup>	①飲む ②飲まない ③やめた	●	●	●
12	習慣的にお酒を飲む方に伺います。どの程度の頻度で飲みますか。	①月1～3日 ②週1～2日 ③週3～4日 ④週5～6日 ⑤毎日	●	●	●
13	習慣的にお酒を飲む方に伺います。飲酒日1日当りの飲酒量はどの程度ですか。 <sup>注5</sup>	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3合以上	●	●	●
14	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	①はい ②いいえ	●	●	●
15	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	●	●	●
16	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日どれくらい行っていますか。	①90分以上 ②60～90分未満 ③30～60分未満 ④30分未満	●	●	●
17	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度は速いですか。	①はい ②いいえ	●	●	●
18	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	●	●	●
19	食塩(塩分)摂取を控えるようにしていますか。	①はい ②いいえ	1	1	1
20	人と比較して食べる量はどうか。	①多い ②普通 ③少ない	2	2	2
21	1日の平均睡眠時間はどの程度ですか。	①4時間以下 ②5時間 ③6時間 ④7時間 ⑤8時間 ⑥9時間 ⑦10時間以上	3	3	3
22	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 ②一部かめない食べ物がある	4	4	4

23	毎日1回以上、魚を食べていますか。	①はい ②いいえ	摂取脂肪 バランス		5	5
24	野菜をどの程度食べていますか。	①ほぼ毎食 ②1日1-2回 ③1日1回未満 ④ほとんど食べない	循環器疾患 予防		6	6
25	砂糖入り飲料を毎日飲みますか。	①はい ②いいえ	エネルギー 摂取過多		7	7
26	間食(菓子類)を毎日とりますか。	①はい ②いいえ	エネルギー 摂取過多		8	8
27	1日1回は果物を食べるようにしていますか。	①はい ②いいえ	循環器疾患 予防		9	9
28	睡眠時の大きないびきや無呼吸を指摘されたことがありますか。	①はい ②いいえ	循環器疾患 リスク			10
29	あなたの現在の健康状態はどれにあてはまりますか。	①よい ②まあよい ③ふつう ④あまりよくない ⑤よくない	総合的な 健康状態			11
30	これまでに抜いた・抜けた永久歯は何本ですか。 (親知らずは含みません)	①ない ②1本 ③2-3本 ④4-8本 ⑤9本以上	栄養障害			12
31	ふだん自宅で体重を測っていますか。	①はい ②いいえ	健康行動			13
32	ふだん自宅で血圧を測っていますか。	①はい ②いいえ	健康行動			14
33	労働における身体的負荷はどの程度ですか。	①低い(座業) ②中程度(立作業) ③強い(激しく動く)	オプション (労働衛生)			
34	1週間のおおよその労働時間はどの程度ですか。	①40時間未満 ②40-50時間 ③51-64時間 ④65時間以上				
35	月当たりの深夜業 <sup>注6</sup> の回数はどれくらいですか。	①深夜業はない ②1-3回 ③4回-7回 ④8回以上				
36	仕事上のストレスをどの程度感じていますか。	①ほとんどない ②あまりない ③多少ある ④大いにある				
37	職場で他人のたばこの煙を吸うことがありますか。	①ほとんどない ②あまりない ③多少ある ④大いにある				

注1 医師の診断・治療のもとで服薬中の者を指す。

注2 中性脂肪も同様に扱う。

注3 習慣的な喫煙とは、これまでに合計100本以上又は6ヶ月以上の喫煙歴があり、かつ最近1ヶ月間に毎日又は時々喫煙している者をいう。

注4 やめたとは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者をいう。

注5 日本酒1合の目安：ビール500ml、焼酎(25度)110ml、ウィスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)。

注6 深夜業とは、午後10時から午前5時の間に労働時間が含まれる場合をいう。