

一般健康診断 問診票

Cuestionario para el examen médico general

健康保険被保険者証等（健康保険証）に記載されている記号、番号（枝番）、保険者番号を転記してください。記載いただいた場合は、記号・番号を健診結果とともに加入する保険者へ提供し、健診結果の管理に活用いたします。
 Anote el código, número (sucursal) y número de usuario de su carnet de seguro médico. Si lo hace, se facilitarán al asegurado con los resultados del examen médico y se usarán para gestionar dichos resultados.

記号：
Código

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

番号（枝番）：
N.º sucursal

	-	
--	---	--

保険者番号：
N.º usuario

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

団体・会社名：
Entidad o empresa:

所属部署名：
Departamento:

氏名
Nombre:

生年月日： 年 月 日 年齢： 歳 性別： 男・女
 Fecha de nacimiento: año mes día Edad: años Sexo: hombre / mujer

本問診票は、事業者が労働者の健康状態を把握し、労働時間の短縮、作業転換等の事後措置を行い、脳・心臓疾患の発症の防止、生活習慣病等の増悪防止を図るという目的において使用されます。

Este cuestionario médico es para que el empresario conozca el estado de salud del trabajador y se utiliza para la prevención de enfermedades cerebrales y cardíacas, así como para prevenir el agravamiento de enfermedades relacionadas con el estilo de vida y demás, tomando medidas posteriores como la reducción de las horas de trabajo, transferencia del trabajo, etc.

分類 Tipo	No.	質問項目 Preguntas	回答 Respuestas
既往歴 Historial médico	1	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。 ¿Le han diagnosticado alguna vez hemorragia o infarto cerebral y ha recibido tratamiento médico para el mismo?	①はい Sí ②いいえ No
	2	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。 ¿Le han diagnosticado alguna vez enfermedad cardíaca (angina de pecho, infarto de miocardio) y ha recibido tratamiento médico para el mismo?	①はい Sí ②いいえ No
	3	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析など）を受けていますか。 ¿Le han diagnosticado alguna vez enfermedad de riñón crónica o insuficiencia renal y ha recibido tratamiento médico (hemodiálisis)?	①はい Sí ②いいえ No
	4	医師から、貧血といわれたことがありますか。 ¿Le han diagnosticado alguna vez anemia?	①はい Sí ②いいえ No
（うち服薬歴） (Historial de medicación)		現在、a から c の薬を使用していますか* ¿Actualmente se encuentra tomando algunas de las medicinas que se mencionan a continuación?*	
	5	a. 血圧を下げる薬 a. Medicina para bajar la presión sanguínea	①はい Sí ②いいえ No
	6	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射 b. Medicamento para bajar los niveles de glucemia (glucosa en sangre) o inyección de insulina	①はい Sí ②いいえ No
7	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬 c. Medicina para bajar el colesterol o la grasa neutral	①はい Sí ②いいえ No	
（うち喫煙歴） (Historial de tabaquismo)	8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 （※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計 100 本以上、又は 6 ヶ月以上吸っている者」であり、最近 1 ヶ月間も吸っている者） ¿Fuma usted en la actualidad? (Se considera fumador a toda persona que ya ha fumado más de 100 cigarrillos en total o que ha fumado por más de 6 meses y que continúa haciéndolo en el último mes.)	①はい Sí ②いいえ No

※医師の診断・治療のもとで服薬中の者を指す。
 * Se refiere a personas que se medican por un diagnóstico o tratamiento médico.

スペイン語

分類 Tipo	No.	質問項目 Preguntas	回答 Respuestas
業務歴 Historial laboral	9	これまでに、重量物の取扱いのある業務経験がありますか。 ¿Ha tenido algún trabajo en que tratara con objetos pesados?	①はい Sí ②いいえ No
	10	これまでに、粉塵の多い環境での業務経験がありますか。 ¿Ha tenido algún trabajo en ambientes muy polvorientos?	①はい Sí ②いいえ No
	11	これまでに、激しい振動を伴う業務経験がありますか。 ¿Ha tenido algún trabajo en que se viera sometido a vibraciones intensas?	①はい Sí ②いいえ No
	12	これまでに、有害物質の取扱いのある業務経験がありますか。 ¿Ha tenido algún trabajo en que tratara con sustancias tóxicas?	①はい Sí ②いいえ No
	13	これまでに、放射線の取扱いのある業務経験がありますか。 ¿Ha tenido algún trabajo en que tratara con radiactividad?	①はい Sí ②いいえ No
	14	現在の職場では、どのような勤務体制で働いていますか。 ¿Con qué horario trabaja en su puesto actual?	①常時日勤 Normalmente diurno ②常時夜勤 Normalmente nocturno ③交替制（日勤と夜勤の両方あり） Turnos alternos (tanto diurno como nocturno)
	15	現在の職場での、直近1ヶ月間の1日あたりの平均的な労働時間はどのぐらいですか。（昼食等の休憩時間を除き、時間外労働を含む） ¿Cuántas horas al día ha trabajado de media en el pasado mes en su trabajo actual? (Excluyendo las horas de descanso, como el almuerzo, e incluyendo las horas extras).	①6時間未満 Menos de 6 horas ②6時間以上8時間未満 De 6 a 8 horas ③8時間以上10時間未満 De 8 a 10 horas ④10時間以上 10 horas o más
16	現在の職場での、直近1ヶ月間の1週間あたりの平均的な労働日数はどのぐらいですか。 ¿Cuántos días por semana ha trabajado de media en el pasado mes en su trabajo actual?	①3日間未満 Menos de 3 días ②3日間以上5日間未満 De 3 a 5 días ③5日間 5 días ④6日間以上 6 días o más	
体重増加 Aumento de peso	17	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。 ¿Ha subido más de 10 kg de peso, comparando cuando usted tenía 20 años?	①はい Sí ②いいえ No
身体活動 Actividad física	18	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。 ¿Hace algún ejercicio físico que lo haga sudar, por más de 30 minutos, más de dos días a la semana por más de un año?	①はい Sí ②いいえ No
	19	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。 ¿En su vida cotidiana, camina o realiza alguna actividad física similar, más de una hora al día?	①はい Sí ②いいえ No
	20	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。 ¿Comparándose con personas del mismo sexo y más o menos la misma edad, camina usted más rápido?	①はい Sí ②いいえ No
歯の状態 Estado dental	21	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。 ¿A cuál corresponde la condición de que usted mastica la comida?	①何でもかんで食べることができる Puedo comer masticando cualquier alimento. ②歯や歯ぐき、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 A veces tengo dificultad para masticar por la molestia en el diente, la encía o la mordida. ③ほとんどかめない No puedo masticar casi nada.
食習慣 Hábitos alimenticios	22	人と比較して食べる速度が速いですか。 ¿Comparándose con otras personas, come usted más aprisa o más lento?	①速い Aprisa ②ふつう Normal ③遅い Lento
	23	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。 ¿Se acuesta usted dentro de las 2 horas siguientes a la cena más de 3 veces a la semana?	①はい Sí ②いいえ No

スペイン語

分類 Tipo	No.	質問項目 Preguntas	回答 Respuestas
	24	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。 ¿Come usted alguna otra cosa o bebe alguna bebida dulce además del desayuno, el almuerzo o la cena?	①毎日 Todos los días ②時々 A veces ③ほとんど摂取しない Casi nunca como ni bebo
	25	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。 ¿Omite usted el desayuno más de 3 veces a la semana?	①はい Sí ②いいえ No
飲酒の状況 Consumo de alcohol	26	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）はどの位の頻度で飲みますか。 ¿Con qué frecuencia toma alcohol (sake, aguardiente, cerveza, licor, whisky, brandy, etc.)?	①毎日 Todos los días ②時々 A veces ③ほとんど飲まない（飲めない） Casi nunca / Nunca
	27	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。 日本酒1合（180ml）の目安：ビール中瓶1本（約500ml）、焼酎25度（110ml）、ウイスキーダブル一杯（60ml）、ワイン2杯（240ml） ¿El día que bebe alcohol, qué cantidad bebe aproximadamente? 180 ml de sake equivale a 500 ml de cerveza, 110 ml de aguardiente (25 grados), un whisky doble (60 ml), dos copas de vino (240 ml).	①1合未満 Menos de 180 ml ②1～2合未満 180 - 360 ml ③2～3合未満 360 - 540 ml ④3合以上 Más de 540 ml
休養 Descanso	28	睡眠で休養が十分とれていますか。 ¿Duerme usted bien y se siente suficientemente descansado?	①はい Sí ②いいえ No
生活習慣 改善意向 Voluntad de mejorar los hábitos cotidianos	29	運動や食生活等の生活習慣を改善しようと思っていますか。 ¿Ha pensado usted alguna vez en cambiar o mejorar sus hábitos alimenticios y su estilo de vida?	①改善するつもりはない No pienso mejorarlos. ②改善するつもりである（概ね6か月以内） Pienso mejorarlos. 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 Pienso mejorarlos dentro de poco (en un mes más o menos) y estoy empezando poco a poco. ④既に改善に取り組んでいる（6か月未満） Hace menos de 6 meses que cambié mis hábitos. ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上） Hace más de 6 meses que cambié mis hábitos.
	30	生活習慣の改善について保健指導（個人への指導）を受ける機会があれば、利用しますか。 ¿Si tuviera la oportunidad de recibir una orientación o asesoría de salud para mejorar sus hábitos o estilo de vida, la aceptaría?	①はい Sí ②いいえ No
その他 Otros	31	何か健康について相談したいことがありますか。 ¿Desea consultar algo sobre su salud?	①はい Sí ②いいえ No