スペイン語

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 Category	No.	質問項目 Questions	回答 Answers
既往歴、業務歴及び自他覚症状（労働安全衛生法に基づく項目） 労働安全衛生法第 66 条第 1 項に基づき記載頂く項目として、同法第 66 条の 5 に基づき事業者が回答者に対して就業上の配慮等の措置を行うため必要な情報として回答結果を健診機関から事業者に提出いたします。 Historial médico y laboral, síntomas y signos clínicos (apartados establecidos por la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo) Las respuestas a estos apartados, que deben completarse de conformidad con el apartado 1 del artículo 66 de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, serán remitidas por el centro que realiza el examen médico al empleador como información necesaria para que este adopte medidas, como ajustes en las condiciones de trabajo de la persona que responde, de conformidad con el artículo 66-5 de dicha ley.			
業務歴 Historial laboral	1	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
	2	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
	3	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
	4	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
	5	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
	6	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)
	7	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

分類 Category	No.	質問項目 Questions	回答 Answers
			10 horas o más
	8	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
既往歴 Historial médico	9	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
	10	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 cardiaca (angina de pecho, infarto de miocardio) y ha recibido tratamiento médico para el mismo?	**①はい** Sí **②いいえ** No
	11	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
	12	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
服薬歴、喫煙歴及び一般的な健康に関する質問項目 事業者への結果提供に同意いただいた場合は、回答結果を健診機関から事業者に提出いたします。 Preguntas sobre el historial de medicación y de tabaquismo, y sobre la salud en general Si usted autoriza que sus respuestas se faciliten al empleador, el centro que realiza el examen médico se las remitirá.			
（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?*	
	13	a.　血圧を下げる薬 a. Medicina para bajar la presión sanguínea	**①はい** Sí **②いいえ** No
	14	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
	15	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)	16	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、条件１と条件２を両方満たす者である。 条件１：最近１ヶ月間吸っている 条件２：生涯で６ヶ月間以上吸っている、又は合計 100 本以上吸っている） ¿Fuma usted en la actualidad? (*Se considera “persona que fuma habitualmente en la actualidad” a quien cumple tanto la condición 1 como la condición 2. Condición 1: Ha fumado durante el último mes. Condición 2: Ha fumado durante un total de 6 meses o más a lo largo de su vida, o ha fumado un total de 100 cigarrillos o más).	**①はい** Sí **②いいえ** No
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**

※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.

分類 Category	No.	質問項目 Questions	回答 Answers
			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 mastic ar por la molestia en el diente, la e ncía 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
	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 a lcohol	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。 （※「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） ¿Con qué frecuencia toma alcohol (sake, aguardiente, cerveza, licor, whisky, brandy, etc.)? (*“Ha dejado de beber” se refiere a quienes anteriormente consumían bebidas alcohólicas de forma habitual al menos 1 vez al mes y no las han consumido durante el último año o más).	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（アルコール度数１５度・１８０ｍｌ）の目安：ビール（同５度・５００ｍｌ）、焼酎（同２５度・約１１０ｍｌ）、ワイン（同１４度・約１８０ｍｌ）、ウイスキー（同４３度・６０ｍｌ）、缶チューハイ（同５度・約５００ｍｌ、同７度・約３５０ｍｌ） ¿El día que bebe alcohol, qué cantidad bebe aproximadamente? Equivalencias aproximadas de 180 ml de sake (con una graduación alcohólica del 15 %): cerveza (500 ml, al 5 %), aguardiente (aproximadamente 110 ml, al 25 %), vino (aproximadamente 180 ml, al 14 %), *whisky* (60 ml, al 43 %) y *chūhai* en lata (aproximadamente 500 ml, al 5 %, o aproximadamente 350 ml, al 7 %).	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、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。 Para mejorar sus hábitos de vida, ¿ha recibido alguna vez orientación específica sobre salud?	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

女性特有の健康課題に係る質問

本項目は、回答者の個々の回答結果を健診機関から事業者、保険者等に提供することはありません。ただし、同じ事業者に所属する回答者の回答の匿名化された集計結果（10 人以上場合に限る。）については、女性の健康課題に配慮した職場環境の改善等のため事業者、保険者等から提

分類 Category	No.	質問項目 Questions	回答 Answers
供依頼があった場合は、健診機関から事業者、保険者等に提供します。 ご自身の結果についてこの集計の対象としてほしくない場合はチェックを入れてください。 Preguntas sobre problemas de salud específicos de las mujeres El centro que realiza el examen médico no facilitará las respuestas individuales de esta sección al empleador, a la entidad aseguradora ni a otras entidades. No obstante, el centro que realiza el examen médico facilitará los resultados agregados y anonimizados de las respuestas de personas que trabajan para el mismo empleador (únicamente cuando correspondan a 10 personas o más) al empleador, a la entidad aseguradora o a otras entidades que los soliciten para mejorar el entorno laboral o adoptar otras medidas que tengan en cuenta los problemas de salud de las mujeres. Marque la casilla si no desea que sus respuestas se incluyan en estos resultados agregados.			
	32	女性特有の健康課題（月経困難症、月経前症候群、更年期障害など）で職場において困っていることがありますか。 ¿Tiene dificultades en el trabajo debido a problemas de salud específicos de las mujeres (dismenorrea, síndrome premenstrual, trastornos de la menopausia, etc.)?	①はい ②いいえ ① Sí ② No

＊本問診票は、労働安全衛生法に基づく定期健康診断等と高齢者の医療の確保に関する法律に基づく特定健康診査の項目を同時に実施する場合の、標準的な問診票です。

＊＊「女性特有の健康課題に係る問診」の運用については、「女性特有の健康課題に関する問診に係る健診機関実施マニュアル」及び「女性特有の健康課題に関する問診を活用した女性の健康管理支援実施マニュアル」をご参照ください。
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_68776.html

*Este es un cuestionario médico estándar para los casos en que se realizan conjuntamente las evaluaciones correspondientes a los exámenes médicos periódicos y otros exámenes previstos en la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y al examen médico específico previsto en la Ley para Garantizar la Atención Médica de las Personas Mayores.

**Para la aplicación del “Cuestionario sobre problemas de salud específicos de las mujeres”, consulte el “Manual de aplicación del cuestionario sobre problemas de salud específicos de las mujeres para centros que realizan exámenes médicos” y el “Manual para la implementación del apoyo a la gestión de la salud de las mujeres mediante el uso del cuestionario sobre problemas de salud específicos de las mujeres”.
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_68776.html