

人間ドック問診票

受診者名 _____

質問項目 以下の質問について、あてはまる記号に○印をつけてください。

①現在、血圧を下げる薬を使用していますか。

a.はい b.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用していますか。

a.はい b.いいえ

③現在、コレステロールか中性脂肪を下げる薬を使用していますか。

a.はい b.いいえ

④医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっていると言われたり、治療を受けたことはありますか。

a.はい b.いいえ

⑤医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっていると言われたり、治療を受けたことはありますか。

a.はい b.いいえ

⑥医師から、慢性腎不全にかかっていると言われたり、治療（人工透析）を受けたことはありますか。

a.はい b.いいえ

⑦医師から、貧血と言われたことはありますか。

a.はい b.いいえ

⑧現在、たばこを習慣的に吸っていますか。（これまでに合計 100 本以上、または 6 か月以上吸っているかたであり、最近 1 か月間も吸っているかたです。）

a.はい b.いいえ

⑨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。

a.はい b.いいえ

⑩20 歳の時から体重が 10 kg 以上増加していますか。

a.はい b.いいえ

⑪1 回 30 分以上の運動を、週 2 日、1 年以上続けていますか。

a.はい b.いいえ

⑫日頃、歩行または同程度の身体活動を 1 日 1 時間以上実施していますか。

a.はい b.いいえ

⑬ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度は速いですか。

a.はい b.いいえ

⑭食事を嚙んで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。

a.なんでも嚙んで食べることができる

b.歯や歯ぐき、嚙み合わせなど気になることがあり、嚙みにくいことがある

c.ほとんど嚙めない

⑮人と比較して食べる速度が速いですか。

a.速い b.普通 c.遅い

⑩寝る前2時間以内に夕食をとることが週3回以上ありますか。

a.はい b.いいえ

⑪朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物をとることがありますか。

a.毎日 b.時々 c.ほとんど摂取しない

⑫朝食を抜くことが週3回以上ありますか。

a.はい b.いいえ

⑬お酒（清酒・ビール・焼酎・洋酒など）を飲む頻度はどれくらいですか。

a.毎日 b.時々 c.ほとんど飲まない（飲めない）

⑭お酒を飲む場合、1日の飲酒量はどのくらいですか。

※清酒1合（180ml）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）

a.1合未満 b.1～2合未満 c.2～3合未満 d.3合以上

⑮睡眠で休養が十分とれていますか。

a.はい b.いいえ

⑯運動や食生活などの生活習慣を改善してみようと思いませんか。

a.特に改善するつもりはない

b.半年くらいのうちに改善するつもり

c.1か月くらいのうちに改善するつもり

d.改善に取り組んでいる（6か月未満）

e.改善に取り組んでいる（6か月以上）

⑰人間ドックで受診した検診に○をしてください。

a.肺がん検診

b.大腸がん検診

c.胃がん検診

d.前立腺がん検診 or 子宮がん検診

e.乳がん検診