人間ドック質問票(市川市国民健康保険被保険者)

2025.4

※太枠にご記入ください。

受診者名

健診 太郎

生年月日

S・H 40 年 5 月 5 日 60 歳

今年度末(3月31日)時点年齢

性別

男・女

人間ドックにかかった費用

55,000 円

人間ドックを受診した日

令和 7 年 5 月 5 日

実施医療機関名

市川健診クリニック

No.	質問事項(該当する回答または番号に○をつけてください。)	回答	
		はい	いいえ
1	現在、血圧を下げる薬を使用していますか。		☐
2	現在、血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用していますか。		☐
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用していますか。	☐	
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているとされたり、治療を受けたことがありますか。		☐
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているとされたり、治療を受けたことがありますか。		☐
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているとされたり、治療(人工透析など)を受けていますか。		☐
7	医師から、貧血と言われたことがありますか。		☐
8	<p>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か月間吸っている。 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。</p> <p>1. はい 2. 以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない 3. いいえ</p>	1	☒ 2
9	20歳の時から体重が10kg以上増加していますか。	☐	
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。		☐
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。		☐
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度は速いですか。		☐
13	<p>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。</p> <p>1. 何でもかんで食べることができる 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 3. ほとんどかめない</p>	1	☒ 2
14	<p>人と比較して食べる速度が速いですか。</p> <p>1. 速い 2. ふつう 3. 遅い</p>	☒ 1	☐ 2
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。	☐	
16	<p>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。</p> <p>1. 毎日 2. 時々 3. ほとんど摂取しない</p>	1	☒ 2
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。		☐
18	<p>お酒(日本酒・焼酎・ビール・洋酒など)を飲む頻度はどれくらいですか。 1. 毎日 2. 週5~6日 3. 週3~4日 4. 週1~2日 5. 月に1~3日 6. 月に1日未満 7. やめた 8. 飲まない(飲めない)</p> <p>※「7. 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</p>	1	☒ 3
19	<p>飲酒日の1日当たりの飲酒量はどのくらいですか。 1. 1合未満 2. 1~2合未満 3. 2~3合未満 4. 3~5合未満 5. 5合以上</p> <p>※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)</p>	1	☒ 2
20	睡眠で休養が十分とれていますか。		☐
21	<p>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。</p> <p>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)に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)</p>	1	☒ 3
22	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。	☐	