

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

生年月日

S・H年月日歳

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

円

人間ドックを受診した日

令和年月日

実施医療機関名

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)にかかっていると言われたり、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)にかかっていると言われたり、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言われたり、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	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。 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	1 ・ 2 ・ 3	
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	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。 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	1 ・ 2 ・ 3	
14	人と比較して食べる速度が速いですか。 1. 速い 2. ふつう 3. 遅い	1 ・ 2 ・ 3	
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	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。 1. 毎日 2. 時々 3. ほとんど摂取しない	1 ・ 2 ・ 3	
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。		
18	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) ※「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	1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 5 ・ 6 ・ 7 ・ 8	
19	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 ※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)	1 ・ 2 ・ 3 4 ・ 5	
20	睡眠で休養が十分とれていますか。		
21	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。 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)	1 ・ 2 ・ 3 4 ・ 5	
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。		