

質問票

区分	質問項目	回答 (○をつけてください)
1-3	現在の a から c の薬の使用の有無をお答えください	①はい ②いいえ
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ
2	b. 血糖を下げる薬またはインスリン注射	①はい ②いいえ
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬	①はい ②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がありますか。	①はい ②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、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ
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。	①はい ②いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがある。	①はい ②いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。（いわゆる加熱式タバコ、電子たばこを含む）※「現在、習慣的に喫煙している者」とは「合計 100 本以上、または 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	①はい ②いいえ
9	20 歳の時の体重から 10 kg 以上増加している。	①はい ②いいえ
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。	①はい ②いいえ
11	日常生活において歩行または同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施。	①はい ②いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ
13	食事を噛んで食べる時の状態はどれに当てはまりますか	① 何でも噛んで食べることができる ② 歯や歯茎、噛み合わせなど気になる部分があり噛みにくいことがある ③ ほとんど噛めない
14	人と比較して食べる速度が速い。	①速い ②ふつう ③遅い
15	就寝前の 2 時間以内に夕食をとることが週に 3 回以上ある。	①はい ②いいえ
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
17	朝食を抜くことが週に 3 回以上ある。	①はい ②いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度。	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない（飲めない）
19	飲酒日の 1 日当たりの飲酒量 ※清酒 1 合(180ml) の目安：ビール中瓶 500ml、焼酎（25 度）110ml、ウイスキーダブル 1 杯（60ml）、ワイン 2 杯（240ml）	①1 合未満 ②1~2 合未満 ③2~3 合未満 ④3 号以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	①はい ②いいえ
21	運動や食生活等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 ヶ月以内） ③近いうちに（概ね 1 ヶ月以内）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 ヶ月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6 ヶ月以上）
22	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。 ※保健指導とは、特定健康診査結果に基づく特定保健指導（動機付け支援・積極的支援）を言います。但し、実践につきましては、当健保組合の基準順位のもとに実施いたします。	①はい ②いいえ
23	既往歴 あり (病名) ・ なし	
24	自覚症状 (あり ・ なし) 肩こり 腰痛 目の痛み 動悸 息切れ 手足のしびれ その他 ()	

健診結果報告書

健診を受診しましたので、「健診結果報告書」と「健診結果記録（写）」を提供します。
また、この記録を健保組合が個人の特定できないかたちで利用することを承諾いたします。

令和 年 月 日

記号 - 番号 ー

住 所 〒

被保険者名

被扶養者名

⑩

静岡県農業団体健康保険組合 御中