

特定健診質問票

個人で健診費用の補助申請をする場合は、基本健診（特定健診）の検査項目を網羅していることと、下表の質問票の提出が必要です。

※服薬と喫煙の有無は、特定保健指導の判定のために必須の項目です。質問項目1～3は、医師の判断・治療のもとで継続的に服用している薬について回答してください。【健診当日の服薬のことではありません】

被保険者記号番号										フリガナ				
記号	90						番号				枝番			氏名

質 問 項 目		回 答
	現在、aからcの薬の使用の有無	
必須!	1 a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ
	2 b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射	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）にかかっているといわれたり、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）にかかっているといわれたり、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いわれたり、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
必須!	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ヵ月間吸っている 条件2：生涯で6ヵ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（条件1と条件2を両方満たす） ②以前は吸っていたが、最近1ヵ月間は吸っていない（条件2のみ満たす） ③いいえ（①②以外）
	9 20歳の時の体重から10kg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年以上実施している。	①はい ②いいえ
	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る。	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
	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）を飲む頻度はどのくらいですか。 （※「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）	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）
	19 飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合（アルコール度数15度・180ml）の目安：ビール（同5度・約500ml）、焼酎（同25度・約110ml）、ワイン（同14度・約180ml）、ウイスキー（同43度・約60ml）、缶チューハイ（同5度・約500ml、同7度・約350ml）	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 ⑤5合以上
	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ヵ月以内） ③近いうちに（概ね1ヵ月以内）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ヵ月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6ヵ月以上）
	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。	①はい ②いいえ