

## 健診結果の提出同意書 兼 問診票

大田区長 様

私は、健診結果の取扱い<sup>※</sup>について了承したうえ、区に結果を提出することに同意し、以下の問診票とあわせて提出します。

フリガナ		(性別)	被保険者 記号番号	— —
氏名		男・女		
生年月日	年 月 日 ( 歳)			
住所	〒 — — 大田区		電話番号	
( 腹囲)	cm		(健診結果にない場合は自身で測定し記入してください。)	
(事業所名)			(差し支えなければ記入してください。)	

※【健診結果の取扱い】提出された健診結果は、個人情報の適切な管理のもと、区及び東京都国民健康保険団体連合会で5年間保管し、必要に応じて特定保健指導等の案内及び、保健統計等に活用します。

## 《 問診票 》

以下の質問の当てはまるものに○をつけてください。

《記入日》 令和 年 月 日

1	現在、血圧を下げる薬を服用していますか	1. はい 2. いいえ
2	現在、血糖を下げる薬の服用、又はインスリン注射をしていますか	1. はい 2. いいえ
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用していますか	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りますか	1. はい 2. いいえ
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か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か月間は吸っていない（条件2のみ満たす） 3. いいえ（1・2以外）
9	20歳のときの体重から10kg以上増加していますか	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回以上、1年以上実施していますか	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ますか	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ですか	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当てはまりますか	1. 何でもかんで食べることができる 2. 歯や歯ぐき、かみ合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ですか	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回以上ありますか	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回以上ありますか	1. はい 2. いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒等）を飲む頻度はどれくらいですか（※「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 5. 月に1～3日 2. 週5～6日 6. 月に1日未満 3. 週3～4日 7. やめた 4. 週1～2日 8. 飲まない（飲めない）
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどれ位ですか 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・60ml）、 缶チューハイ（同5度・約500ml、同7度・約350ml）	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
20	睡眠で休養が十分とれていますか	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、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

ありがとうございました。今後も大田区国民健康保険保健事業にご協力をお願いいたします。