

健康診断 質問票

健診日
平成 年 月 日

フリガナ	生年月日 :	大昭平	年齢	性別
氏名	年 月 日	歳	男・女	
住所	電話 :			
健診直前の食事や間食 からの経過時間は?	()10時間以上 ()10時間未満	主な食事内容 ()		

1. 今までにかかった病気や治療についてお聞きします (○印や内容記入をお願いします)

病名と発症時期		現在の治療状況		
高 血 壓	歳	完治	経過観察中	治療中(内服薬)
糖 尿 病	歳	完治	経過観察中	治療中(内服薬・注射)
高脂血症	歳	完治	経過観察中	治療中(内服薬)
心 疾 患	歳	完治	経過観察中	治療中()
脳 卒 中	歳	完治	経過観察中	治療中()
腎 臓 病	歳	完治	経過観察中	治療中()
肝 臓 病	歳	完治	経過観察中	治療中()
貧 血	歳	完治	経過観察中	治療中()
骨 折	歳	完治	経過観察中	治療中()
その他の疾患				
	歳	完治	経過観察中	治療中()
	歳	完治	経過観察中	治療中()
	歳	完治	経過観察中	治療中()

2. 祖父母、両親、兄弟姉妹で、高血圧・心臓病・糖尿病・脳卒中・がんなど、病気の人はいますか?

いない	いる
誰 : 病名()	誰 : 病名()
誰 : 病名()	誰 : 病名()

3. 現在、自覚症状として有るものに、○印を付けて下さい

胸の圧迫感	
心臓の鼓動が激しい	
動悸がする	
息切れがする	
不眠	
肩こり・腰痛	
手足のしびれ感	

めまい・立ちくらみ	
からだがだるい	
おなかが張っている	
下痢	
便秘	
下痢と便秘の両方	
痔の傾向がある	

その他の症状 (ご記入願います)

4. 現在、習慣的にたばこを吸いますか?

吸わない	
はい	1日 本で、 年間位
止めた	年前から

※「習慣的に喫煙している人」とは、これまでに100本以上、又は6カ月以上吸っていて、最近1カ月も吸っている場合を、「はい」とします。

5. 今までに輸血をしたことは有りますか?

ない	ある	時期と理由:
----	----	--------

6. 日常の生活について、当てはまる所に○印を付けて下さい

① 20歳の時の体重から、10キロ以上増加している	はい	いいえ	
② 1回30分以上の軽く汗をかく運動を、週2回以上、1年以上実施している	はい	いいえ	
③ 日常生活で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	はい	いいえ	
④ ほぼ同世代の同性と比較して、歩く速度が速い	はい	いいえ	
⑤ この1年間で体重の増減が、±3kg以上ある	はい	いいえ	
⑥ 人と比較して、食べる速度が速い	早い	普通	遅い
⑦ 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	はい	いいえ	
⑧ 夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが、週に3回以上ある	はい	いいえ	
⑨ 朝食を抜くことが、週に3回以上ある	はい	いいえ	
⑩ お酒(清酒・焼酎・ビール・洋酒など)を飲む頻度は	毎日	時々	飲まない
⑪ 飲酒日の1日当たりの飲酒量は?		1合未満	
		1~2合未満	
		2~3合未満	
		3合以上	
⑫ 睡眠で休養が得られている	はい	いいえ	
⑬ 生活習慣の改善について、指導を受ける機会があれば利用しますか	はい	いいえ	
⑭ 女性にお聞きします	現在、妊娠中でしょうか (レントゲン検査のため)	はい	いいえ
	現在、生理中でしょうか (尿検査のため)	はい	いいえ

7. 運動や食生活等の生活習慣を、改善してみようと思いますか？

改善するつもりはない	
おおむね(6ヶ月以内に)、改善するつもりです	
おおむね(1ヶ月以内に)、改善するつもりです	
すでに、改善に取組んでいる (6ヶ月未満)	
すでに、改善に取組んでいる (6ヶ月以上経過)	

当てはまるものに、
○印を付けて下さい

《 以下の8~12の質問は、企業健診の方のみ記入をお願いします 》

8. 平均的な1日の労働時間は	9. 平均的な1ヶ月の残業時間は	10. ストレスの自覚は	感じていて、なかなか発散出来ない	
			感じてるが、発散するようにしている	
時間／日	時間／月		あまり感じない	
			全く感じない	

心と身体の状態について

11. この2週間でどの位ありますか。○印を付けてください	全くない	数日	半分以上	ほぼ毎日
① 物事に対してほとんど興味がない。または楽しめない				
② 気分が落ち込む、憂うつになる。または絶望的な気持ちになる				
③ 寝つきが悪い、途中で目が覚める。または逆に眠りすぎる				
④ 疲れた感じがする。または気力がない				
⑤ あまり食欲がない。または食べ過ぎる				
⑥ 自分はダメな人間だ、人生の敗北者だと気に病む				
⑦ 新聞を読んだり、テレビを見ることなどに集中するのが難しい				
⑧ 動きや話し方が遅くなる。反対に落ち着かず、動き回る事がある				
⑨ 死んだ方がました。あるいは自分を傷つけようと思った事がある				

12. 上記11の問題の状態になって、仕事や家事・人と仲良くしていく事が、どの位困難ですか？

全く困難ではない	やや困難	困難	極端に困難
----------	------	----	-------