

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		
高血圧	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、病気の人はいいますか？

いない	いる
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		めまい・立ちくらみ		その他の症状 (ご記入願います)
心臓の鼓動が激しい		からだがだるい		
動悸がする		おなかが張っている		
息切れがする		下痢		
不眠		便秘		
肩こり・腰痛		下痢と便秘の両方		
手足のしびれ感		痔の傾向がある		

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ヵ月以上吸っていて、
最近1ヵ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？ 清酒1合(180ml)の目安：焼酎80ml(35度)、ビール500ml(中ビン1本)、 ワイン2杯(240ml)、ウイスキー60ml(ダブル1杯)	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)	
	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ヵ月以内に)、改善するつもりです	
おおむね(1ヵ月以内に)、改善するつもりです	
すでに、改善に取り組んでいる (6ヵ月未満)	
すでに、改善に取り組んでいる (6ヵ月以上経過)	

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ヵ月の残業時間は	10. ストレスの自覚は	感じていて、なかなか発散出来ない	
時間/日	時間/月		感じてるが、発散するようにしている	
			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。 ○印をつけてください	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無い。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 死んだ方がましだ。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
----------	------	----	-------