

※裏面もありますので、忘れないように記入してください。

秘 2023年度 定期健康診断問診票 [A]

新入生用

学部		学生番号		氏名		男・女		歳	
----	--	------	--	----	--	-----	--	---	--

医師	1診・2診 3診・4診	保健師	
	呼び出し		

健康診断は、ただ単に病気を発見するためだけでなく、自分の健康について考えるよい機会です。自分の健康状態のチェックや健康に影響の大きい生活習慣などを見直しなが記入してください。

※該当する○印を塗りつぶしてください。適「●」不適「○」

◎あなたの最近の健康状態の自己評価 [健康・ほぼ健康・あまり健康でない]

	いいえ	はい	
◎最近1～2カ月の健康状態について			
(1)最近3kg以上体重が変動した	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 増加 <input type="radio"/> 減少
(2)現在やせるためにダイエットをしている	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(3)なんとなく身体の調子がよくないが続いている	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(4)どうもやる気がおこらない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(5)過去の学校心臓検診で異常を指摘されたことがある →はいの方 何らかの運動制限を求められたことがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(6)過去にいずれかの症状(失神、説明できないけいれん、動悸、胸痛、(従来にない)息切れ・疲労感)がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(7)50歳以下の心臓突然死の家族歴がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(8)競技スポーツ(体育会の活動相当)を行う予定がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(9)現在、動悸や脈が気になる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(10)咳、痰が2週間以上続いている	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(11)食欲がおちてきた	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(12)胃の具合が悪かったり痛むことがよくある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(13)便秘や下痢になりやすい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(14)よく嘔吐する	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(15)よく頭痛がする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(16)めまい・立ちくらみがよくおこる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(17)気分がおちこみやすい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(18)不眠がちである	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(19)排尿や性器のことで気になることがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 寝つきが悪い <input type="radio"/> 早く覚醒する <input type="radio"/> 熟睡感がない
(20)他人(周囲)の視線がとても気になる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(21)集団の中に入ると緊張する	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

	いいえ	はい	
(22)友達づくりがうまくできずいつも孤独である	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(23)困った時に相談できる人がいない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(24)人間関係や精神的な悩み、迷いなどで相談してみたいことがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(25)聴力異常を指摘されたことや耳鳴り、聴力が低下した感じがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(26)アレルギー症状がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	症状を下から選択のこと
()			
○ 食物アレルギー	○ アトピー性皮膚炎	○ 鼻炎(花粉症含む)	○ 結膜炎
○ 薬物アレルギー	○ 喘息	○ その他()	
(27)アレルギー(食べ物やハチに刺されるなど)によって急に息ができなくなったり、意識を失ったり、血圧が下がったりしたこと(アナフィラキシーショック)がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
→はいの方 エピペンを所持している	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
(28)その他、健康や身体のことでも相談したいことがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
◎結核について			
・今までに結核の治療を受けたり、感染を受けたとして予防の薬をのんだことがありますか (いつ:)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
・過去3年以内に周囲の人(家族、クラス、サークル、バイト先の友人など)で、結核にかかった人がいますか (いつ: 、誰:)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	いいえ	はい	
◎現在治療中または経過をみている病気がありますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
			(はいの方は簡単に記入のこと)
・病名:			
・医療機関名:			
・続けてのんでいる薬があれば記入してください。【			】
◎最近1年間にかかった主な病気・外傷を記入してください。			【
			】
◎月経について<女子>	順	やや不順	不順
・過去1年間の月経回数.....年____回	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
・最近3か月以上月経のない人.....年____月より無月経			いいえ はい
・月経等のことで相談したいことがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	症状を下から選択のこと
○ 月経不順	○ 月経痛	○ 不正出血	○ おりもの
○ 月経前症候群	○ その他()		
・今までに月経不順等で専門医に相談や治療を受けたことがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
・現在、妊娠している、またはその可能性がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

*裏面へ

※表面もありますので、忘れないように記入してください。

秘

2023年度 定期健康診断問診票 [B]

新入生用

※該当する○印を塗りつぶしてください。適「●」不適「○」

◎住居(予定含む): ○ 家族と同居 ○ ひとり暮らし ○ その他(親類宅・食事つき寮など)
1回 ・ 2回 ・ 3回 ・ 4回以上

- (1) 一日の食事はおよそ何回ですか..... ○ ○ ○ ○
~3回 ・ 4~6回 ・ 7~9回 ・ 10回~
- (2) 1週間のうち、自炊するのはおよそ何回ですか..... ○ ○ ○ ○
- (3) 1週間のうち、定食の形式(主食+主菜+副菜)で..... ○ ○ ○ ○
食事をとるのはおよそ何回ですか

[A:はい B:どちらともいえない C:いいえ]
A B C

- (4) 朝食は抜いてしまうことが多い..... ○ ○ ○
- (5) 満腹になるまで食べてしまう..... ○ ○ ○
- (6) 炭水化物主体(ごはん、麺、パンのみ等)の食事が多い..... ○ ○ ○
- (7) たんぱく質(肉類、魚介類、大豆製品、卵製品等)が不足しがちである... ○ ○ ○
- (8) 野菜を摂れていない気がする..... ○ ○ ○
- (9) 揚げ物、調味料(マヨネーズ、ドレッシング)などで油をよく摂るほうだ..... ○ ○ ○
- (10) 間食(菓子類)をよく食べる..... ○ ○ ○
- (11) 甘味飲料(果汁ジュース、コーヒー飲料、スポーツドリンクなど)や、
砂糖入りコーヒー・紅茶をよく飲む(週4~5本以上)..... ○ ○ ○
- (12) 栄養補助食品やサプリメントを定期的に利用している..... ○ ○ ○
- (13) 料理や栄養など、食生活のことで保健スタッフに相談したいことがありますか?
相談したいことがある方は記入してください。

[]

<参考> 18~29歳のエネルギーの食事摂取基準(kcal/日)

	身体活動レベル		
	低い	ふつう	高い
男性	2,300	2,650	3,050
女性	1,650	1,950	2,200

- (14) 必要エネルギーは性別や体格、運動量により異なることを知っている..... ○ ○
- (15) あなたが普段摂っているエネルギー量はどの程度か知っている..... ○ ○
- (16) (15)で知っているか答えの方は、どの程度か下記より選んでください(kcal/日)
~1200 ・ 1200~1600 ・ 1600~2000 ・ 2000~2400 ・ 2400~2800 ・ 2800~
○ ○ ○ ○ ○ ○

◎運動について

- 過去(高校)の運動について
- 毎日運動していた
 - 時々運動していた
 - (ほとんど)運動していない
- 現在の運動について
- 毎日運動する
 - 時々運動する
 - (ほとんど)運動しない

入学後の運動について

- ・通学で徒歩または自転車の利用
がありますか
- はい いいえ 未定
○ ○ ○
- ・何か運動をする予定がありますか ○ ○ ○

◎喫煙について

- 現在喫煙していない方
- 喫煙経験なし
 - 喫煙していたがやめた
- 今後、あなたはタバコを
- 絶対吸わない
 - ほぼ吸わない
 - もしかしたら吸うかもしれない
 - 多分吸うようになるだろう
 - 確実に吸うだろう
- 現在喫煙している方
- 毎日吸う(1日 _____本 × _____年間)
 - 時々吸う(飲酒時など)
- タバコを止めたいと思う
- 量を減らしたい
- 止めようと思わない

◎生活の規則性

- ・起床・就寝時刻
- だいたい規則的
 - 時々不規則
 - 不規則
- ・就寝時刻
- だいたい _____時頃
 - 不規則
- ・睡眠時間 _____時間
- ◎飲酒について
- ・飲酒状況
- 毎日飲酒する
 - 時々飲酒する
 - (ほとんど)飲酒しない
- ・大量のアルコール摂取(イッキ飲み等)は
生命の危険があることを知っていますか
- はい
 - いいえ

岡山大学ではたばこ対策に取り組んでいます!

◎禁煙教育—新入生のみなさんに非喫煙者で卒業していただきたいと考えています。

◎禁煙支援—禁煙支援をしています。禁煙希望者は保健管理センターへ!

平成26年4月1日より全学敷地内全面禁煙になりました。新型たばこも禁止です。

・全学の敷地内禁煙についてどう思いますか

- 賛成
- 反対
- どちらともいえない

*裏面へ