

# 健康に関する問診票

※センター記入

個人番号(わかれば記入)	所属	氏名	性別	年齢	受診日
			男・女		2026

呼び出し	カルテ番号

## 1. 自分の健康状態ではまる○を塗りつぶして下さい

- 1 現在、血圧を下げる薬を使用している。
- 2 現在、血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用している。
- 3 現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用している。
- 4 医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）といわれたり、治療を受けたことがある。
- 5 医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）といわれたり、治療を受けたことがある。
- 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）を受けている。
- 7 医師から、貧血といわれたことがある。
- 8 現在、たばこを習慣的に吸っている（習慣的とは、①②を両方満たす）
  - ①最近1か月間吸っている
  - 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
  - はい(条件①, ②を満たす)
  - 以前吸っていたが、最近1か月はやめている(条件②のみ満たす)
  - いいえ(条件①, ②以外)
- 9 (喫煙者の方のみ) 禁煙相談や禁煙外来を受けようと思いますか。
- 10 20歳の時の体重から10 kg以上増加している。
- 11 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
- 12 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
- 13 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。
- 14 食事を噛んで食べるときの状態は
  - なんでも噛んで食べられる
  - 噛みにくいことがある
  - ほとんど噛めない
- 15 人と比較して食べる速度が
  - 速い
  - ふつう
  - 遅い
- 16 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。
- 17 朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取している。
  - 毎日
  - 時々
  - ほとんど摂取しない
- 18 朝食を抜くことが週に3回以上ある。
- 19 お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度
 

<input type="radio"/> 毎日	<input type="radio"/> 月1~3
<input type="radio"/> 週5~6	<input type="radio"/> 月1未満
<input type="radio"/> 週3~4	<input type="radio"/> やめた
<input type="radio"/> 週1~2	<input type="radio"/> 飲まない
- 20 飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合(180 ml)の目安：  
 ビール 500 ml, ウイスキー(43度) 60 ml, 焼酎(25度) 110 ml  
 ワイン(14度) 180 ml, 缶チューハイ(5度) 500 ml, (7度) 350 ml
  - 1合未満
  - 1~2合未満
  - 2~3合未満
  - 3~5合未満
  - 5合以上
- 21 睡眠で休養が十分とれている。

## 22 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
- 改善するつもりである(概ね6か月以内)
- 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりで、少しずつ始めている
- 既に改善に取り組んでいる(6か月未満)
- 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)

## 23 生活習慣の改善について、これまで保健指導を受けたことがある

- はい
- いいえ

## 2. 自分の症状ではまる○を塗りつぶして下さい

- 坂道や階段の昇降時に息切れがする
- 動悸
- 不整脈
- 胸痛
- 胃の具合が悪かったり、痛むことがある。
- 便に血が混じったり、真っ黒い便が出ることがある。
- 尿が出始めるまでに時間がかかったり、出具合が悪い
- 耳鳴りがしたり、耳が聞こえにくい
- 目が疲れやすい、見えにくいなど、目で困ることがある。
- 頭痛がたびたび起こる
- 腰痛
- ゆうつな気分になることが多い
- よく眠れない(寝つきが悪い・早く覚醒する・熟睡感が無い)
- 仕事や人間関係で強いストレスがあると思う
- 心の健康や状態のことで医師やカウンセラーに相談してみたい
- その他、健康や身体のことと相談したいことがある。

[簡単に内容をお書きください。]

## 3. 現在治療中・経過観察中・放置となっている病気があれば記入を 病名

医療機関名

(治療中・経過観察中・放置)

病名

医療機関名

(治療中・経過観察中・放置)

## 4. 最後に食事をしてから4時間以上経過している。

- はい
- いいえ

【女性のみ】

## 5. あてはまる○を塗りつぶして下さい

- 婦人科的なことで相談したいことがある。(月経不順・月経痛・不正出血・おりもの・その他)
- 乳房にしこりがある。
- 現在、妊娠している、またはその可能性がある。