

出雲市国民健康保険 特定健康診査 質問票・同意書

【質問票を記入する前にご確認ください】

- ①質問票にご記入いただいた個人情報及び健診結果は、出雲市個人情報保護条例に基づき適正に扱い、公衆衛生の向上のために利用し、それ以外には使用しません。
- ②健診結果により、出雲市から「特定保健指導」や各種保健事業のご案内をさせていただきます。

【結果提供いただける方の同意欄】

出雲市長

私が労働安全衛生法その他の法令に基づき受診した健診結果等について、出雲市の特定健康診査として取り扱うことに同意します。

令和 年 月 日

署名

フリガナ		生年月日	昭和 年 月 日生
氏名			
住所	〒 出雲市	電話番号	

	質 問 事 項	回答（いずれかに○をしてください）
1	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、血糖を下げる薬を服用又はインスリン注射を使用していますか	①はい ②いいえ
3	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）を受けたことがありますか	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 ※「習慣的に吸っている」とは、条件1と条件2を両方満たす者 条件1：最近1ヶ月間吸っている 条件2：生涯で6ヶ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ヶ月間は吸っていない（条件2のみ満たす） ③いいえ（①②以外）
9	20歳の時の体重から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日以上、1年以上実施していますか	①はい ②いいえ

裏面もご記入ください

	質 問 事 項	回答（いずれかに○をしてください）
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あたりますか	①何でも、かんで食べることができる ②歯や歯ぐき、かみあ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、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか ※⑦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 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤月に1～3日 ⑥月に1日未満 ⑦やめた 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のくらいですか ※日本酒1合（アルコール度数15度・180ml）の目安・・・ビール（同15度・500ml）、焼酎（同25度・110ml）、ワイン（同14度・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）	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 ⑤5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すか	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（概ね1ヶ月以内）に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、これまでに保健指導を受けたことがありますか	①はい ②いいえ

【結果提供に必要な書類】

- ☐ ①健診結果の写し
☐ ②特定健康診査 質問票・同意書（この用紙です。）
☐ ③特定健康診査受診券（お手元にある場合）