

秦野市市民健康診査質問票 (39歳以下・**生**74歳以下)

整理番号

フリガナ		性別		住所	〒	—	
氏名		1男			秦野市		
生年月日	昭平 年 月 日(歳)	2女					
家族の人数	ご自身も含めて ①1人 ②2人 ③3人 ④4人 ⑤5人以上					*番号を記入 →	
1	現在、次の薬を服用していますか。(複数回答可) ①血圧を下げる薬 ②コレステロールを下げる薬 ③インスリンや血糖を下げる薬 ④いいえ						
2	医師から、次の病気にかかっているとされたり、治療を受けていますか。(複数回答可) ①脳卒中(脳出血、脳梗塞等) ②心臓病(狭心症、心筋梗塞等) ③慢性腎不全・透析 ④貧血 ⑤いいえ						
3	ここ半年間に体重の変化はありますか。					①ない②3kg以上増加③3kg以上減少	
4	お酒を飲みますか。 【①②の方は「5」へ、③④の方は「4-(2)」へ】 4-(2) 1回の飲酒量を教えてください。 ★1合とは ◎日本酒(15度):1合(180ml) ◎ビール:500ml ◎ワイン:グラス2杯(240ml) ◎焼酎:25度原液(110ml) ◎ウイスキー:ダブル1杯					①全く飲まない ②ほとんど飲まない ③ときどき ④毎日飲む ①1合未満 ②1~2合 ③2~3合 ④3合以上	
5	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。					①はい ②いいえ	
6	COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。					①はい ②いいえ	
7	1回30分以上軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施していますか。					①はい ②いいえ	
8	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	
9	ロコモティブシンドローム(運動器症候群)について知っていますか。					①はい ②いいえ	
10	食事をとる時間はだいたい決まっていますか。					①決まっている ②時々時間がばらつく ③不規則である	
11	主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか。 ★主食:ごはん・パン・麺類等 ★主菜:肉・魚・豆腐・卵等を主材料とした料理 ★副菜:野菜・海藻等を主材料とした料理					①毎食そろっている ②そろう時とそろわない時がある ③そろっていないことが多い	
12	朝食を抜くことが週3回以上ありますか。					①はい ②いいえ	
13	野菜をとるようにしていますか。 ① 毎食とっている ②1日1食はとっている ③全くとらないときもある						
14	毎日、牛乳・ヨーグルト・チーズなどの乳製品を1回はとりますか。					①はい ②いいえ	
15	睡眠で休養が十分とれていますか。					①はい ②いいえ	
16	ストレスの解消法はありますか。					①はい ②いいえ	
17	年に1度以上は歯科健診を受けていますか。					①はい ②いいえ	
18	歯間ブラシや糸ようじ等の補助的清掃用具を使いますか。 ①1日1回以上使っている ②時々使っている ③ほとんど又は全く使っていない						
19	歯の状況を教えてください。 ①自分の歯が28本以上 ②自分の歯が20~27本 ③自分の歯が4~19本 ④自分の歯が4本未満 ⑤自分の歯はない						
20	最近の身体の健康に対する意識の変化についてお聞きします。 ①前から気をつけている ②以前に比べ気をつけている ③以前に比べ気をつけなくなった ④以前から気をつけていない						
21	次のような活動に参加していますか。(複数回答可) ①地域のお祭りや行事 ②自治会活動 ③サークル ④老人クラブ ⑤ボランティア ⑥その他 ⑦特にしていない						
22	健康増進計画「健康はだの21」を知っていますか。					①はい ②いいえ	

ご協力ありがとうございました。

医療機関の方へ：転記不要です。このまま秦野市へ提出をお願いします。