

特定健康診査に関する質問

Questionnaire on specific health examination

【英語】(English)

No	特定健康診査に関する質問項目 Questionnaire on specific health examination	選択肢 Options	解答欄 answers
1~3	現在、次の薬を服用していますか。 Are you taking following medicines at present?		
1	a. 血圧を下げる薬 Medication to reduce blood pressure	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
2	b. インスリン注射又は血糖を下げる薬 Insulin injection or medication to reduce blood pressure	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
3	c. コレステロールを下げる薬 Medication to reduce your cholesterol level	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
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。 Have you ever been told by the doctor you have a stroke (cerebral hemorrhage, brain infarction, etc.) and received treatment?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
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。 Have you ever been told by the doctor you have a heart disease (angina pectoris, myocardial infarction, etc) and received treatment?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
6	医師から慢性の腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析)を受けたことがありますか。 Have you ever been diagnosed as having a chronic kidney failure and received treatment (dialysis therapy)?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。 Have you ever been diagnosed as anemic?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
8	現在、たばこを習慣的にすっていますか。(※「現在、習慣的に喫煙している者」とは「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者) “A heavy smoker” refers to those who have smoked a total of over 100 cigarettes or have smoked over a period of 6 months and has been smoking over the past month.	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
9	20歳のときの体重から10Kg以上増加していますか。 Have you gained over 10 kg from your weight at age 20?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
10	1回30分以上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。 Are you in a habit of doing exercise to sweat lightly for over 30 minutes a time, 2 times weekly, for over a year?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
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。 In your daily life do you walk or do any equivalent amount of physical activity more than one hour a day?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いのですか。 Is your walking speed faster than the speed of those of your age and sex?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
13	この1年間で体重の増減が+-3Kg以上ありましたか。 Did you gain or lose over 3 kg during the past year?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	

14	人と比較して食べる速度が速いですか。 Is your eating speed quicker than others ?	①速い ②ふつう ③遅い ①quicker ②normal ③late	
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。 Do you eat supper two hours before bedtime more than 3 times a week?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
16	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週3回以上ありますか。 Do you eat snacks after supper more than 3 times a week ?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
17	朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 Do you skip breakfast more than 3 times a week ?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
18	お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)はどの位の頻度で飲みますか。 How often do you drink ? (sake, shochu, beer, wine,whisky, brandy, etc.)	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない(飲めない) ①everyday ②sometimes ③rarely drink (cannot drink)	
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。清酒1合(180ml)の目安:ビール中瓶1本(500ml)焼酎35度(80ml)、ウイスキーダブル一杯(60ml)、ワイン2杯(240ml) How much do you drink per day? Sake (180ml), middle size beer (500ml), Shochu (80ml), whisky (60ml), two glasses of wine (240ml)	①1合未満 ②1~2合未満 ③2~3合未満 ④3合以上 ①less than 180ml ②over180~less than360ml ③over360~less than540ml ④over 540ml	
20	睡眠で休養が十分とれていますか。 Do you sleep well and enough?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	
21	運動や食生活等の生活習慣を改善しようと思っていますか。 Do you want to improve your life habits of eating and excercising?	①改善するつもりはない ②改善するつもりである ③近いうちに(概ね1ヶ月以内)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) ①Don't want ②Do want ③want to improve in near future(within a month) and began to start ④already trying to improve (less than 6 months) ⑤already trying to improve (over 6 months)	
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。 Do you want to use the opportunity of health instructions for improvement of your life habits?	① はい ② いいえ ① Yes ② No	