

# 令和8年度大牟田市特定健康診査質問票

氏名 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

性別 男 ・ 女 \_\_\_\_\_

生年月日 昭和・平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

受診券整理番号 \_\_\_\_\_

電話番号 ※ \_\_\_\_\_

※必ず記入してください。

有効期限	2027年（令和9年）3月31日または75歳の誕生日の前日
------	-------------------------------

質問票		質問票は、健診前に必ず記入してください。（※回答欄の当てはまる番号に○印をつけてください。）	
質問項目		回答	
1～3	現在、a～cの薬を服用していますか。		
1	a. 血圧を下げる薬	① はい	② いいえ
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射	① はい	② いいえ
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬	① はい	② いいえ
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっていると言われたり、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）にかかっていると言われたり、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言われたり、治療（人工透析など）を受けていますか。	① はい	② いいえ
7	医師から、貧血と言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。 （※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と条件2を両方満たす者。 条件1：最近1か月間吸っている。 条件2：生涯で6か月以上吸っている、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か月は吸っていない（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
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当てはまりますか。	① 何でもかんで食べることができる ② 歯や歯ぐき、かみ合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、食べる速度はどれくらいですか。	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に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、洋酒等）を飲む頻度はどのくらいですか。 （※「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程度ですか。 【日本酒1合（アルコール度数15度・180ml）の目安 ビール（同5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・350ml）】	① 1合未満 ② 1～2合未満 ③ 2～3合未満 ④ 3～5合未満 ⑤ 5合以上	
20	睡眠で休養が十分とれている。	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せんか。	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か月以内） ③ 近いうちに（概ね1か月以内）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か月未満） ⑤ 既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	
22	生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。	① はい	② いいえ