特定健康診査【質問票】

＜補助金 申請添付書類＞　（様式3）

補助金を申請される年度末年齢が40歳～74歳の方は、以下の質問にご回答いただき申請書に添付してください。

事業所記号		番号		事業所名	
フリガナ		年度末年齢	歳	続柄	
氏名					

	質問項目	回答
1－3	現在、aからｃの薬の使用の有無（※医師の診断・治療のもとで服薬中のものを指します。）	
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）を受けていますか。	①　はい　②　いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがある。	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を両方満たす者である。条件１：最近１か月間吸っている条件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）	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以上増加している。	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あてはまりますか。	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、洋酒など）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 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・約110ml）、 ワイン（同14度・約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）	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

東京織物健康保険組合　健康管理課　　ＴＥＬ　０３－３６６１－２２５７　ＦＡＸ　０３－３６６６－９６２１