

健康診断 質問票 (補助金申請時用)

被保険者証	記号		番号		受診者名
-------	----	--	----	--	------

次の質問にお答えください。

(回答欄①～⑧から、あてはまるもの一つを○で囲んでください。記入漏れがないようお願いいたします。)

	質 問 項 目	回 答
1-3	現在、a～cの薬の使用の有無(医師の診断・治療のもとで服薬中の方)	
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か月間吸っている者。 条件2:生涯で6か月間以上、又は合計100本以上吸っている者の両方に該当している者。	①はい 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、2年以上実施	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	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。	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。	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回以上ある。	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回以上ある。	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 日本酒1合(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)	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3合～5合未満 ⑤5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

ご記入ありがとうございました。補助金申請書、領収書のコピー及び健診結果のコピーと併せてご提出をお願いします。

ご提出いただきました健診結果は個人情報保護法により適切に管理してまいります。東京都電気工事健康保険組合(令和6年4月改定)