

健診結果提出同意書兼質問票

中野区長あて

私が受診した健康診査の結果について、下記の事項に同意したうえで区に提供します。

- (1) 国民健康保険特定健康診査の実施に代えること
- (2) 保健指導や健診結果データの集約・分析等、国民健康保険に関する事業に活用すること

| | |
|------|-------|
| 記入日 | 年 月 日 |
| 住所 | 中野区 |
| ふりがな | |
| 氏名 | |
| 生年月日 | 年 月 日 |
| 電話番号 | |

各項目ごとに該当する番号を○で囲んでください

| 質問事項 | 回答 |
|--|----------|
| 現在、血圧を下げる薬を飲んでいませんか。 | はい ・ いいえ |
| 現在、血糖を下げる薬を飲んでいませんか。またはインスリン注射を使用していますか。 | はい ・ いいえ |
| 現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を飲んでいませんか。 | はい ・ いいえ |
| 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。 | はい ・ いいえ |
| 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。 | はい ・ いいえ |
| 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。 | はい ・ いいえ |
| 医師から貧血と言われたことがありますか。 | はい ・ いいえ |
| 現在、たばこを習慣的に吸っていますか。(注1) ⁱ | はい ・ いいえ |
| 20歳のときの体重から10kg以上増加していますか。 | はい ・ いいえ |
| 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週に2日以上、1年以上実施していますか。 | はい ・ いいえ |
| 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。 | はい ・ いいえ |

裏面に続きます

| | |
|--|---|
| ほぼ同じ年くらいの同性と比較して歩くのは速いですか。 | はい ・ いいえ |
| 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 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 |
| 就寝前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。 | はい ・ いいえ |
| 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 |
| 朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。 | はい ・ いいえ |
| 睡眠で休養は十分とれていますか。 | はい ・ いいえ |
| 人と比較して食べる速度は速いですか。 | ①速い ②ふつう ③遅い |
| お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。 | ①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない |
| お酒を飲む時は、1日にどのくらい飲みますか。(注2) ⁱⁱ | ①0~1合未満 ②1~2合未満 ③2~3合未満 ④3合以上 |
| 運動や食生活の習慣を改善しようと思いませんか。 | ①改善するつもりはない ②6ヶ月以内に改善したい ③1ヶ月以内に改善したい ④改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) ⑤改善に取り組んでいる(6ヶ月以上) |
| 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。 | はい ・ いいえ |

ⁱ (注1) 今までにたばこを合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っており、最近1ヶ月間も吸っている場合

ⁱⁱ (注2) 日本酒1合(180ml)の目安: ビール500ml焼酎25度(110ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)