

【 令和 年 月請求分 】

（質問票兼同意書）【裏】

▼本人記入欄

（太線枠内） 該当するものに○をしてください（医師等の問診による記入可）

		様式	2	6	0	4	0	1	3
	既往歴(高血圧・糖尿病・脂質異常症)がありますか		①はい	②いいえ					
	今、体調の悪いところ(自覚症状)がありますか		①はい	②いいえ					
1	現在、血圧を下げる薬を服用していますか		①はい	②いいえ					
2	現在、血糖を下げる薬又はインシュリン注射を使用していますか		①はい	②いいえ					
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用していますか		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		①はい	②いいえ					
7	医師から貧血とい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 条件1:最近1ヶ月間吸っている 条件2:生涯で6ヶ月以上吸っている、又は合計100本以上吸っている		①はい(条件①②両方満たす) ②以前は吸っていたが、最近1ヶ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あてはまりますか		①何でもかんで食べられる ②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普通	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ほとんど摂らない				
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、どれくらいですか ※過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があり、最近1年以上酒類を摂取していない者は⑦「やめた」を選択して下さい。		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、どれくらいですか 日本酒1合(15度・180ml)の目安:ビール(5度・約500ml)、焼酎25度(110ml)、 ワイン1杯(60ml)、ウイスキー1杯(60ml) 缶チューハイ(5度・約500ml、同7度・約350ml) ※問18で「⑦、⑧」の方は「1合未満」を選択して下さい。		①1合未満 ②1~2合未満 ③2~3合未満 ④3~5合未満 ⑤5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ヵ月以内) ③近いうちに(概ね1ヵ月以内)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(概ね6ヵ月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(6ヵ月以上)						
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					

【本人同意欄(自筆)】

この情報提供書(質問票兼同意書)を

市・町
国保組合 に提出することに同意します。

令和 年 月 日

氏名