

特定健康診査に関する質問項目 有关特定健康检查的询问事项		【中国語】
現在、次の薬(1~3)を服用していますか。 现在有无服用以下药物		選択肢 选择问答
1	1 血圧を下げる薬 降血压药	①はい 是 ②いいえ 否
2	2 インスリン注射又は血糖を下げる薬 注射胰岛素或降血糖药	①はい 是 ②いいえ 否
3	3 コレステロールを下げる薬 降胆固醇药	①はい 是 ②いいえ 否
4	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。 是否曾被医师诊断为中风(脑出血、脑血栓等)、并接受过治疗	①はい 是 ②いいえ 否
5	5 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。 是否被医师诊断为心脏病(狭心症、心肌梗塞)、并接受过治疗。	①はい 是 ②いいえ 否
6	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。 是否被医师诊断为慢性肾功能衰竭、并接受过治疗(人工透析)	①はい 是 ②いいえ 否
7	7 医師から、貧血といわれたことがありますか。 是否曾被医师诊断为贫血	①はい 是 ②いいえ 否
8	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「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者) 现在是否有吸烟习惯。(※「现在、习惯性吸烟者」是指「合计100支以上、或吸烟6个月以上」、近一个月也持续吸烟者)	①はい 是 ②いいえ 否
9	9 20歳のときの体重から10Kg以上増加していますか。 与20岁时的体重相比是否增加了10公斤以上	①はい 是 ②いいえ 否
10	10 1回30分以上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。 每周2日以上、1次30分钟以上的轻微出汗运动 是否坚持了1年以上	①はい 是 ②いいえ 否
11	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。 日常生活中步行或同等的身体活动是否1天坚持1小时以上	①はい 是 ②いいえ 否
12	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。 与大致同齡的同性相比是否步行速度较快	①はい 是 ②いいえ 否
13	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。 吃饭嚼食物时是以下什么状态。	①何でもかんで食べることができる 任何食物都能咀嚼吃 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 牙齿, 牙龈及咬合有不适情况, 有时咀嚼困难。 ③ほとんどかめない 几乎不能咀嚼
14	14 人と比較して食べる速度が速いですか 与他人相比饮食速度是否较快	①速い 快 ②ふつう 一般 ③遅い 慢
15	15 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週3回以上ありますか。 晚餐在就寝前2小时内进餐是否每周超过3次以上	①はい 是 ②いいえ 否
16	16 夕食前に間食(3食以外の夜食)をとることが週3回以上ありますか。 晚餐前吃零食(3餐以外的夜餐)是否每周3次以上	①はい 是 ②いいえ 否
17	17 朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 每周是否3次以上不吃早餐。	①はい 是 ②いいえ 否
18	18 お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)はどの位の頻度で飲みますか。 饮酒(清酒、烧酒、啤酒、洋酒)的频度如何。	①1合以上 1合以上 ②時々 有时 ③ほとんど飲まない(飲めない) 几乎不喝(不喝)
19	19 飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。清酒1合(180ml)の目安:ビール中瓶1本(500ml)焼酎35度(80ml)、ウイスキーダブル一杯(60ml)、ワイン2杯(240ml) 飲酒日时1日的饮酒量为多少。清酒1合(180ml)的量大约为:啤酒1瓶(500ml)烧酒35度80ml、威士忌双量一杯(60ml)、葡萄酒2杯(240ml)	①1合未満 未滿1合 ②1~2合未滿 未滿1~2合 ③2~3合未滿 未滿2~3合 ④3合以上 3合以上
20	20 睡眠で休養が十分とれていますか。 从睡眠中是否可以得到充分的休養	①はい 是 ②いいえ 否
21	21 運動や食生活等の生活習慣を改善しようと思っていますか。 是否有改善运动及饮食等生活习惯的打算	①改善するつもりはない 不打算改善 ②改善つもりである 打算改善 ③近いうちに(概ね1ヶ月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている 近期打算改善(大约1个月以内)、逐渐在开始改善 ④既に改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) 已经开始改善(6个月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上) 已经开始改善(6个月以上)
22	22 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。 如有有关改善生活习惯的保健指导机会时, 是否打算利用	①はい 是 ②いいえ 否