

特定健康診査に関する質問項目 Questionnaire on specific health examinatio		【英語】
現在、次の薬(1~3)を服用していますか。 Are you taking following medicines at present?		選択肢 Options
1	血圧を下げる薬を飲んでいますか Medication to reduce blood pressure	①はい Yes ②いいえ No
2	インスリン注射又は血糖を下げる薬を飲んでいますか Insulin injection or medication to reduce blood sugar	①はい Yes ②いいえ No
3	コレステロールを下げる薬を飲んでいますか Medication to reduce your cholesterol level	①はい Yes ②いいえ No
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。 Have you ever been told by the doctor you have a stroke (cerebral hemorrhage, brain infarction, etc.) and received treatment?	①はい Yes ②いいえ No
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。 Have you ever been told by the doctor you have a heart disease (angina pectoris, myocardial infarction, etc) and received treatment?	①はい Yes ②いいえ No
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(人口透析)を受けたことがありますか。 Have you ever been diagnosed as having a chronic kidney failure and received treatment (dialysis therapy)?	①はい Yes ②いいえ No
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。 Have you ever been diagnosed as anemic?	①はい Yes ②いいえ No
8	現在、たばこを習慣的にすっていますか。(※「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) “A heavy smoker” refers to those who have smoked a total of over 100 cigarettes or have smoked over a period of 6 months and has been smoking over the past month.	①はい Yes ②いいえ No
9	20歳のときの体重から10Kg以上増加していますか。 Have you gained over 10 kg from your weight at age 20?	①はい Yes ②いいえ No
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。 Are you in a habit of doing exercise to sweat lightly for over 30 minutes a time, 2 times weekly, for over a year?	①はい Yes ②いいえ No
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。 In your daily life do you walk or do any equivalent amount of physical activity more than one hour a day?	①はい Yes ②いいえ No
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。 Is your walking speed faster than the speed of those of your age and sex?	①はい Yes ②いいえ No
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? Which of these best describes your condition while eating and chewing on food?	①何でもかんで食べることができる I can chew on anything. 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 Sometimes I have difficulty chewing due to problems of tooth, gum, orocclusion. ③ほとんどかめない I can hardly chew.
14	人と比較して食べる速度が速いですか。 Is your eating speed quicker than others ?	①速い quicker ②ふつう normal ③遅い late
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。 Do you eat supper two hours before bedtime more than 3 times a week?	①はい Yes ②いいえ No
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。 Do you eat snacks or drink sweet beverage between meals ?	①はい Yes ②いいえ No
17	朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 Do you skip breakfast more than 3 times a week ?	①はい Yes ②いいえ No
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。 How often do you drink ? (sake, shochu, beer, wine, whisky, brandy, etc.)	①毎日 everyday ②時々 sometimes ③ほとんど飲まない(飲めない) rarely drink (cannot drink)
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)、ウイスキーダブルー杯(60ml)、ワイン2杯(240ml) How much do you drink per day? Sake (180ml), middle size beer (500ml), Shochu (80ml), whisky (60ml), two glasses of wine (240ml)	①1合未満 less than 180ml ②1~2合未満 over 180 less than 360ml ③2~3合未満 over 360 less than 540ml ④3合以上 over 540ml
20	睡眠で休養が十分とれていますか。 Do you sleep well and enough?	①はい Yes ②いいえ No
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。 Do you want to improve your life habits of eating and exercising?	①改善するつもりはない Don't want ②改善するつもりである Do want ③近いうちに(概ね1ヶ月以内)改善するつもりであり、少しづつ始めている want to improve in near future (within a month) and began to start ④既に改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) already trying to improve (less than 6 months) ⑤既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上) already trying to improve (over 6 months)
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。 Do you want to use the opportunity of health instructions for improvement of your life habits?	①はい Yes ②いいえ No