

特定健康診査 問診票

特定健康检查 问诊表

No.	質問項目 问题项	回答 回答
	現在、a から c の薬を使用していますか 现在有无服用 a 至 c 的药物	
1	a. 血圧を下げる薬 降血压药	①はい 有 ②いいえ 无
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射 降血糖药或注射胰岛素	①はい 有 ②いいえ 无
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬 降胆固醇药, 降甘油三脂药	①はい 有 ②いいえ 无
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 有 ②いいえ 无
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。 是否被医师诊断为心脏病（狭心症、心肌梗塞等），并接受过治疗？	①はい 有 ②いいえ 无
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。 是否被医师诊断为慢性肾病或肾功能衰竭，并接受治疗（人工透析等）？	①はい 有 ②いいえ 无
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 有 ②いいえ 无
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と条件2を両方満たす者である。 条件1：最近1ヶ月間吸っている 条件2：生涯で6ヶ月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている 現在是否有吸烟习惯？ ※「目前习惯性吸烟者」是指同时满足条件1和条件2的人。 条件1：最近1个月内有吸烟 条件2：一生中吸烟时间累计超过6个月，或累计吸烟超过100支	①はい 是的（同时满足条件1和条件2） 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） 以前吸烟，但最近1个月内没有吸烟（仅满足条件2） ③いいえ 否
9	20歳の時の体重から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	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。 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	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	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	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 牙齿牙龈及咬合等有不适情况，有时咀嚼困难 ③ほとんどかめない 几乎不能咀嚼

No.	質問項目 问题项	回答 回答
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	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。 每周是否有3次以上在就寝前2小时内吃晚饭的情况？	①はい 有 ②いいえ 无
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。 除了早中晚三顿饭之外，吃零食或喝甜饮料？	①毎日 每天吃喝 ②時々 有时吃喝 ③ほとんど摂取しない 几乎不吃喝
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。 每周是否3次以上不吃早餐。	①はい 有 ②いいえ 无
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。 （※「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） 您喝酒（日本酒、烧酒、啤酒、洋酒等）的频率大概是怎样的？ （※「戒酒」指的是曾经每月至少喝酒1次以上的人，在最近1年以上没有饮用任何酒类）	①毎日 每天 ②週5～6日 每周5～6天 ③週3～4日 每周3～4天 ④週1～2日 每周1～2天 ⑤月に1～3日 每月1～3天 ⑥月に1日未満 每月少于1天 ⑦やめた 已戒酒 ⑧飲まない 不喝酒
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。 日本酒1合（アルコール度数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） 飲酒日時1日の飲酒量为多少？ 日本酒1合（酒精浓度15度、180ml）の对应参考： 啤酒（同5度、500ml）、烧酒（同25度、约110ml）、红酒（同14度、约180ml）、威士忌（同43度、60ml）、罐装调制酒（同5度、约500ml、同7度、约350ml）	①1合未満 少于1合 ②1～2合未満 少于1～2合 ③2～3合未満 少于2～3合 ④3～5合未満 少于3～5合 ⑤5合以上 5合以上
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养？	①はい 有 ②いいえ 无
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改善するつもりである（概ね6か月以内） 打算改善（大约6个月以内） 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 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か月未満） 已经开始改善（少于6个月） ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上） 已经开始改善（6个月以上）
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。 关于生活习惯的改善方面，您是否曾接到过特定健康指导的联系？	①はい 有 ②いいえ 无