

この用紙の両面に記入し、保険年金課に提出してください

検査結果の提供に関する同意書 兼 質問票

(御本人が記入してください)

私は、職場健診・人間ドックの検査結果を、特定健康診査データとして小樽市国民健康保険に提供することに同意します。

記入日	令和	年	月	日
氏名				
生年月日	昭和	年	月	日
住所	小樽市	町	丁目	番 号
電話番号	(自宅または携帯)			

質問票

No.	質問項目	当てはまるものに○をつけてください	
1~3	現在、aからcの薬を使用していますか？ (医師の判断・治療のもとで服薬中のもの)		
1	a. 血圧を下げる薬	①はい	②いいえ
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射	①はい	②いいえ
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬	①はい	②いいえ
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっていると言われたり、治療を受けた事がありますか？	①はい	②いいえ
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっていると言われたり、治療を受けた事がありますか？	①はい	②いいえ
6	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？	①はい	②いいえ
7	医師から、貧血と言われた事がありますか？	①はい	②いいえ

裏面も記入してください



No.	質問項目	当てはまるものに○をつけてください	
8	現在、煙草を習慣的に吸っていますか？ ※「現在、習慣的に喫煙している方」とは、「合計100本以上、又は6か月以上吸っている方」であり、最近1か月間も吸っている方	①はい	②いいえ
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は速いですか？	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、かんで食べることができる	
		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	
14	人と比較して食べる速度はどうですか？	①速い ②ふつう ③遅い	
15	就寝前の2時間以内に夕食をとる事が週に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ほとんど摂取しない	
17	朝食を抜く事が週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、洋酒等)を飲む頻度は、どれくらいですか？	①毎日	
		②時々	
		③ほとんど飲まない(飲めない)	
19	飲酒日の、1日あたりの飲酒量 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)	①1合未満	
		②1～2合未満	
		③2～3合未満	
		④3合以上	
20	睡眠で十分休養をとれていますか？	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か月以内)	
		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	
		④既に改善に取り組んでいる(6か月未満)	
		⑤既に改善に取り組んでいる(6か月以上)	
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？	①はい	②いいえ



表面も記入してください