

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

(ご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？<br>(医師の判断・治療のもとで服薬中のもの)                                                                       |                                                                             |      |
| 1   | a. 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   | b. 現在、インスリン注射又は血糖を下げる薬を服用していますか。                                                                                  | ①はい                                                                         | ②いいえ |
| 3   | c. 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。                                                                   | 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。<br>※「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<br>条件1: 最近1ヶ月間吸っている<br>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 | ① はい (条件1と条件2を両方満たす)<br>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)<br>③ いいえ (①②以外) |      |

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                                                                                                                         |      |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 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、かんで食べることができる<br>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<br>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 ほとんど摂取しない                                                                                                               |      |
| 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、どのくらいですか。<br>※「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                                                             | ① 毎日                      ② 週に5～6回<br>③ 週に3～4回            ④ 週に1～2回<br>⑤ 月に1～3回            ⑥ 月に1日未満<br>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、どのくらいですか。<br>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) | ① 1合未満<br>② 1～2合未満<br>③ 2～3合未満<br>④ 3～5合以上<br>⑤ 5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すか。                                                                                                                           | ① 改善するつもりはない<br>② 改善するつもりである(概ね6か月以内)<br>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。<br>④ 既に改善に取り組んでいる(6か月未満)<br>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、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 |

表面も記入してください