

## 普通健康检查 问诊表

記入日/填寫日期 令和 年 月 日

这份问诊表旨在帮助企业掌握员工的健康状况，以预防脑血管和心血管疾病的发生，并防止生活习惯病等疾病恶化。

## 個人情報/個人資訊

※請用日語寫。

フリガナ		性別	出生日期	年 月 日 歳
姓名		男・女		
住所/地址	〒	電話番号/电话号码	自宅/住宅 ( )	携帯/手机 ( )
国籍			日本語/日语	分かる / 懂・ 難しい/难

## 会社情報/公司資訊

公司名称		電話番号	
会社住所	〒 * 申請日本全國健康保險協會健康保險的人, 請填寫公司地址。		
工作经历	<input type="checkbox"/> 事務/文員	<input type="checkbox"/> 營業/銷售員	<input type="checkbox"/> 設計
	<input type="checkbox"/> 販売/售貨員	<input type="checkbox"/> 技術	<input type="checkbox"/> 工事・設備/工程・設備
	<input type="checkbox"/> コンピュータ関連/電腦・IT	<input type="checkbox"/> 運轉	<input type="checkbox"/> 其他 ( )

## 既往病史

請在適當的項目打圈。

高血圧/高血壓症	糖尿病	不整脈/心律不整	脂質異常症/血脂異常
貧血/貧血	痛風	胃・十二指腸潰瘍	肝機能障害/肝功能障礙
其他 ( )			

## 自覚症状/自覺症狀

請在適當的項目打圈。

日中の眠気/白天嗜睡	夜間目が覚める/夜間覺醒	いびき/打鼾
胃もたれ、胸やけ/消化不良、胃灼熱	便秘	下痢/腹瀉
動悸・息切れ/心悸・呼吸急促	肩こり・腰痛/肩膀僵硬・腰痛	めまい/頭暈
其他 ( )		

※請填寫背面。

No	問題	請在適當的項目上打圈。
	【食後の時間】饭后多长时间了？	10个小时以上 · 3.5到10个小时之间
1	【血圧の薬】您目前是否正在服用降血压药物？	否 · 是
2	【血糖の薬】您目前是否正在使用胰岛素注射剂或服用降血糖药物？	否 · 是
3	【脂質の薬】您目前是否正在服用降低胆固醇或甘油三酯的药物？	否 · 是
4	【脳卒中】是否曾被医师诊断为中风（脑出血、脑血栓等），并接受过治疗？	否 · 是
5	【心臓病】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？	否 · 是
6	【腎臓病】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）？	否 · 是
7	【貧血】是否曾被医师诊断为贫血？	否 · 是
8	【喫煙】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 否 ② 以前有吸烟史 ③ 是
9	【体重増加】与20岁时的体重相比是否增加了10公斤以上？	否 · 是
10	【運動】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。	否 · 是
11	【身体活動】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。	否 · 是
12	【歩行速度】与大致同龄的同性相比是否步行速度较快？	否 · 是
13	【食べる状態】吃饭嚼食物时是以下什么状态？ ①何でも ②気になる部分あり ③かめない	①任何食物都能咀嚼吃 ②牙齿牙龈及咬合等有不妥情况，有时咀嚼困难 ③几乎不能咀嚼
14	【食べる速度】与他人相比饮食速度是否较快？	速い/快 · ふつう/一般 · 遅い/慢
15	【就寝前食事】每周是否有3次以上在就寝前2小时内吃晚饭的情况？	否 · 是
16	【間食】除了早中晚三顿饭之外，吃零食或喝甜饮料？	每天吃喝 · 有时吃喝 · 几乎不吃喝
17	【朝食】每周是否3次以上不吃早餐。	否 · 是
18	【お酒の頻度】 饮酒（清酒、烧酒、啤酒及洋酒等）的频度如何？ ①毎日②週5~6 ③週3~4日④週1~2日 ⑤月1~3日⑥月1日未満 ⑦やめた⑧飲まない	①每天喝 ②每周5~6天 ③每周3~4天 ④每周1~2天 ⑤每月1~3天 ⑥每月不到1天 ⑦已停止 ⑧不喝
19	【飲酒量】饮酒日时1日的饮酒量为多少？ 以1合清酒（180ml）的酒精含量为准，各种酒类大致的量为：1瓶中瓶啤酒（约500ml）、25度烧酒（110ml）、1杯2盎司威士忌（60ml）、2杯葡萄酒（240ml）	①不到一合 ②1至2合之间 ③2至3合之间 ④3至5合之间 ⑤5合以上
20	【睡眠】从睡眠中是否可以得到充分的休养？	否 · 是
21	【生活習慣改善】運是否有改善运动及饮食等生活习惯的打算？ ①改善しない ②6か月以内に改善予定 ③1か月以内に改善予定 ④6か月以内に取組済 ⑤6か月以上取組済	①不打算改善 ②打算改善（大约6个月以内） ③近期打算改善（大约1个月以内）、逐渐在开始改善 ④已经开始改善（少于6个月） ⑤已经开始改善（6个月以上）
22	您以前做過「特定健康検査」嗎？	否 · 是