

특정건강진단에 관한 질문항목

No.	特定健康診査に関する質問項目 특정건강진단에 관한 질문항목	選択肢 선택지	解答欄 해답란
1~3	現在、次の薬を服用していますか。현재, 다음의 약을 복용하고 있습니까?		
1	a. 血圧を下げる薬 혈압을 낮추는 약	①はい예 ②いいえ아니요	
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射 혈당을 낮추는 약 또는 인슐린 주사	①はい예 ②いいえ아니요	
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬. 콜레스테롤이나 중성지방을 낮추는 약	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 의사로부터 뇌졸중(뇌출혈, 뇌경색 등)에 걸렸다고 들었거나, 치료를 받은 적이 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 의사로부터 심장병(협심증, 심근경색 등)에 걸렸다고 들었거나, 치료를 받은 적이 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 의사로부터 만성신장병이나 신부전에 걸렸다고 들었거나, 치료(인공투석)를 받은 적이 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。 의사로부터, 빈혈이라고 들은 적이 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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) 현재, 담배를 습관적으로 피우고 있습니까? (※ 「현재, 습관적으로 흡연하고 있는 사람」이란 「합계 100개비 이상, 또는 6개월 이상 피우고 있는 사람」으로, 최근 1개월간 피우고 있는 사람)	①はい예 ②いいえ아니요	

9	20歳のときの体重から10Kg以上増加していますか。 20살 때의 체중에서 10Kg 이상 늘어나 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 1회 30분 이상 가볍게 땀을 흘리는 운동을 주 2일 이상, 1년 이상 실시하고 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 일상생활에 있어서 보행 또는 동등한 신체활동을 1일 1시간 이상 실시하고 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 거의 비슷한 연령의 동성에 비해 걷는 속도가 빠릅니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 음식을 씹어서 먹을 때의 상태는 어느 것에 해당됩니까?	①なんでもかんで食べることができる 무엇이든지 씹어서 먹을 수 있다. 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 치아나 잇몸, 치아교합 등 신경 쓰이는 부분이 있고 씹기 힘들 때가 있다. ③ほとんどかめない 거의 씹지 못한다.	
14	人と比較して食べる速度が速いですか。 다른 사람에 비해 먹는 속도가 빠릅니까?	①速い 빠르다 ②ふつう 보통 ③遅い 느리다	
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。 취침 전 2시간 이내에 저녁식사를 하는 경우가 주 3회 이상 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
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。 아침, 점심, 저녁 3식외에 간식이나 단음료를 섭취하고 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	
17	朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 아침밥을 거르는 경우가 주 3회 이상 있습니까?	①はい예 ②いいえ아니요	

18	<p>お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)はどの位の頻度で飲みますか。</p> <p>술(일본술, 소주, 맥주, 양주등)은 어느 정도의 빈도로 마십니까?</p>	<p>①毎日 매일</p> <p>②時々 가끔</p> <p>③ほとんど飲まない(飲めない) 거의 마시지 않는다 (못마신다)</p>	
19	<p>飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。</p> <p>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)</p> <p>음주하는 날 하루의 음주량은 어느 정도입니까?</p> <p>일본술1홉(180ml) 기준:맥주(500ml), 소주25도 (110ml) 위스키 더블 1잔 (60ml)와인 2잔 (240ml)</p>	<p>①1合未満 1홉 미만</p> <p>②1~2合未満 1~2홉 미만</p> <p>③2~3合未満 2~3홉 미만</p> <p>④3合以上 3홉 이상</p>	
20	<p>睡眠で休養が十分とれていますか。</p> <p>수면으로 충분한 휴식을 취하고 있습니까?</p>	<p>①はい예 ②いいえ아니요</p>	
21	<p>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。</p> <p>운동이나 식생활 등의 생활습관을 개선하려고 생각하고 있습니까?</p>	<p>①改善するつもりはない 개선할 생각은 없다</p> <p>②改善するつもりである 개선할 생각이다</p> <p>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 빠른 시일 내에 (대략 1개월 이내) 개선할 생각으로, 조금씩 시작하고 있다</p> <p>④既に改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) 이미 개선에 힘쓰고 있다 (6개월 미만)</p> <p>⑤既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上) 이미 개선에 힘쓰고 있다 (6개월 이상)</p>	
22	<p>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。</p> <p>생활습관의 개선에 대해 보건지도를 받을 기회가 있다면, 이용하겠습니까?</p>	<p>①はい예 ②いいえ아니요</p>	