

特定健康診査に関する質問項目

【中国語】

有关特定健康检查的询问事项

| No | 特定健康診査に関する質問項目 有关特定健康检查的询问事项 | 選択肢 选择问答 | 解答欄 解答栏 |
|-----|---|-------------------|------------|
| 1~3 | 現在、次の薬を服用していますか。 现在有无服用以下药物 | | |
| 1 | a. 血圧を下げる薬 a. 降血压药 | ①はい ②いいえ ①有 ②无 | |
| 2 | b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射 b. 降血糖药或注射胰岛素 | ①はい ②いいえ ①有 ②无 | |
| 3 | c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬 c. 降胆固醇药，降甘油三脂药 | ①はい ②いいえ ①有 ②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 ②いいえ ①是 ②否 | |
| 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)，并接受过治疗。 | ①はい ②いいえ ①是 ②否 | |
| 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)。 | ①はい ②いいえ ①是 ②否 | |
| 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 ②いいえ ①是 ②否 | |
| 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) 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」，近一个月内也持续吸烟者。) | ①はい ②いいえ ①是 ②否 | |
| 9 | 20歳のときの体重から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 ②いいえ ①是 ②否 | |

| | | | |
|----|---|--|--|
| 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。 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 ②いいえ ①是 ②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 ②いいえ ①是 ②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。 与大致同龄的同性相比是否步行速度较快。 | ①はい ②いいえ ①是 ②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 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 ①任何食物都能咀嚼吃 ②牙齿，牙龈及咬合有不适情况，有时咀嚼困难。 ③几乎不能咀嚼 | |
| 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 ②ふつう ③遅い ①快 ②一般 ③慢 | |
| 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。 晚餐在就寝前2小时内进餐是否每周超过3次以上。 | ①はい ②いいえ ①是 ②否 | |
| 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はい ②いいえ ①是 ②否 | |
| 17 | 朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 每周是否3次以上不吃早餐。 | ①はい ②いいえ ①是 ②否 | |
| 18 | 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。 饮酒(清酒、烧酒、啤酒及洋酒等)的频度如何。 | ①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない(飲めない) ①每天喝 ②有时喝 ③几乎不喝(不喝) | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 19 | <p>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(180ml)の目安:ビール500ml、焼酎(25度)110ml、ウイスキーダブル一杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)</p> <p>飲酒日时1日的飲酒量为多少。 清酒1合(180ml)的量大约为:啤酒500ml, 烧酒(25度)110ml、威士忌双量一杯(60ml)、葡萄酒2杯(240ml)。</p> | <p>①1合未満 ②1~2合未満 ③2~3合未満 ④3合以上</p> <p>①未満1合 ②未満1~2合 ③未満2~3合 ④3合以上</p> | |
| 20 | <p>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養。</p> | <p>①はい ②いいえ ①是 ②否</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。 是否有改善运动及饮食等生活习惯的打算。</p> | <p>①改善するつもりはない ②改善するつもりである 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 ④既に改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上)</p> <p>①不打算改善 ②打算改善 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(6个月未満) ⑤已经开始改善(6个月以上)</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。 如有有关生活习惯改善的保健指导机会时, 是否打算利用。</p> | <p>①はい ②いいえ ①是 ②否</p> | |