

資料（調査用紙）

世帯 NO	
個人 NO	
氏名	

* 基本健康診査の際、問診票と一緒にご持参ください。



平成 17 年度旧大東町健康調査票

掛川市保健予防課
東京女子医科大学看護学部

健康調査への協力をお願い

皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。掛川市保健予防課(旧大東町保健センター)では、東京女子医科大学看護学部と協力し、皆様の健康状態や健康習慣の現状と変化を知るため、平成 11 年度から基本健康診査の際に健康調査を実施しております。本調査は以下の点に配慮し、実施しております。

- ① 健康診査の結果と併せて検討するため、用紙にお名前をご記入していただくようになっております。データの取り扱いには細心の注意を払い、皆様のプライバシーが外にもれたり、結果の公表に際して、個人が特定されるようなことは一切ありません。
- ② 本調査の目的以外にデータを用いることはありません。
- ③ なお、調査に協力されたくない方は、白紙のまま、この調査用紙を基本健康診査の際にご持参ください。

結果については、広報を通じて毎年、公表させていただいております。また、掛川市保健予防課、吉岡彌生記念館に報告書が保管してあります。来所の折に、ぜひご一読ください。

ご多忙の所、真に恐縮ではございますが、健康調査の趣旨をご理解頂き、ご協力よろしくお願い申し上げます。

地区	氏名	性別 男・女	年齢 歳
----	----	-----------	---------

1. ご家族について、お伺いします。一緒に住んでいるご家族はどなたですか。あてはまる全ての数字に○印をつけてください。また、ご本人を含めた同居家族の人数を()内に、ご記入ください。

1. 祖父母	2. 父母	3. 配偶者	4. 息子	5. 娘
6. 子供の配偶者	7. 孫・ひ孫	8. 孫・ひ孫の家族		
9. その他()				
同居家族の人数 計()人				

2. あなた自身の現在の健康状態や通院状況について、お伺いします。あてはまる数字に○印をつけるか、該当する答えを()内にご記入ください。

① 健康状態はいかがですか。

1. よい 2. まあよい 3. あまりよくない 4. よくない

② この1ヶ月間のあなたの体の具合についてお伺いします。あなたは次のようなことがありますか。「はい」「いいえ」のどちらかに○を付けて下さい

1. 朝、起きるのがだるい (1. はい 2. いいえ)
2. ちょっとしたことでも気になる (1. はい 2. いいえ)
3. 疲れやすい (1. はい 2. いいえ)
4. 肩こりや、腰痛がある (1. はい 2. いいえ)
5. 胃の調子が良くない (1. はい 2. いいえ)
6. よく眠れない (1. はい 2. いいえ)
7. 何をするのもおっくうである (1. はい 2. いいえ)
8. 痰がでたり、咳をすることがある (1. はい 2. いいえ)
9. 階段を上がった時、軽い動作でどき・息切れがする (1. はい 2. いいえ)
10. 便通が良くない (1. はい 2. いいえ)

③ 現在、日常生活に影響のある健康上の問題がありますか。

1. ある 2. ない → *「ない」と答えた方は、次頁の質問にお進みください。

「ある」と答えた方のみお答えください。

(1) その健康上の問題は、日常生活のどのようなことに影響していますか。以下の 1～5 のうち、あてはまる全ての数字に○印をつけてください。

1. 日常生活動作(起床、衣類着脱、食事、入浴、トイレなど)
2. 外出(時間や距離、場所などが制限される)
3. 仕事、家事、学業(時間や作業量などが制限される)
4. 運動(スポーツを含む)
5. その他()

▶(2) その症状について、現在、通院して治療を受けていますか、それともこれから病院にかかろうと思っていますか、あるいは病院にかかるほどのものではないと思っていますか、最も近いものに○印をつけてください。

1. 治療で通院中 2. これから受診の予定 3. 医者にかかるほどのものではない

3. 生活習慣病(がん、糖尿病、心臓病、脳卒中などの病気)について、お伺いします。あてはまる数字に○印をつけるか、該当する答えを()内にご記入ください。

- ① あなたは、現在、生活習慣病にかかっていますか (1. はい 2. いいえ 3. わからない)
② 生活習慣病予防のために、生活習慣の改善を実行しようと思いませんか

1. 既に実行している 2. 将来、実行しようと思う 3. できれば実行したい
4. あまり思わない 5. 全く思わない 6. わからない

③ 1. 2. 3. に○をつけた方のみ、お答えください。あなたが、実行している又は実行しようとしていることは何ですか。次の中からあてはまるもの全てに○をおつけください。

1. 食生活に十分気を付ける 2. 積極的な運動を心掛ける 3. 休養を十分にとる
4. 気分転換・ストレス解消に努める 5. たばこを吸わない(本数を減らす)
6. お酒を飲み過ぎない(飲まない) 7. 太らないようにする 8. 痩せすぎないようにする
8. その他()

④ 4. 5. に○をつけた方のみ、お答えください。あなたが生活習慣を改めたいと思わないのはなぜですか。次の中から、いくつでもお答えください。

1. 自分の健康に自信がある 2. 生活習慣改善や健康について考えたことがない
3. 酒、たばこ、好物などを制限したくない 4. 病気になっても治療すればいい
5. 生活習慣を改めても健康への効果がないと思う 6. 面倒くさい 7. わからない
8. その他()

⑤ 4. 5. に○をつけた方のみ、お答えください。どのようなきっかけがあれば、積極的に生活習慣を改善できると思いますか。次の中から1つお答え下さい。

1. 病気の自覚症状がでる 2. 健康診断で異常を指摘される 3. 医師等のアドバイス
4. 知人、友人の助言 5. テレビ、新聞、雑誌などの情報 6. 家族や知人などの病気
7. わからない 8. その他()

⑥ 生活習慣病についてどのようなことが知りたいですか。次の中からいくつでもお答えください。

1. 高脂血症、高血圧、肥満などを予防する生活習慣に関する情報 2. 健康診断の活用法
3. がん、糖尿病、心臓病、脳卒中など生活習慣病に関する詳しい情報
4. 病気になった時の対処法 6. 特にない
7. その他()

⑦ 生活習慣改善や健康保持のためには、どのような情報が必要だと思いますか。次の中からいくつでもお答えください。

1. 食生活、運動習慣、休養などに関する情報 2. スポーツジムなど健康増進施設に関する情報
3. ヘルシーグッズなど健康関連商品に関する情報 4. 食品の塩分、カロリー等の成分表示
5. 特にない 6. その他()

⑧ 生活習慣改善や健康づくりに関する情報を何から得ていますか。次の中からいくつでもお答えください。

- | | | | | |
|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| 1. テレビ・ラジオ | 2. 新聞 | 3. 健康情報雑誌 | 4. 単行本 | 5. チラシ・パンフレット |
| 6. 製品に付いている表示 | 7. 販売店での説明 | 8. 友人・知人 | 9. 政府・自治体の広報 | |
| 10. 医療機関 | 11. 保健所・保健センター | 12. インターネット | 13. 家族 | |
| 14. 特にない | 15. その他() | | | |

⑨ 生活習慣改善や健康保持を実行する上で、情報以外に何が必要だと思いますか。次の中からいくつでもお答えください。

- | | | |
|---------------------------|------------|----------|
| 1. 家族など周囲の人たちの理解や協力 | 2. 経済的な余裕 | 3. 余暇の充実 |
| 4. 保健医療関係者などの専門家の指導やアドバイス | 5. 住居環境の充実 | 6. 特にない |
| 7. その他() | | |

⑩ あなたが生活習慣を改善するとしたら、どのような効果を期待しますか。次の中から、いくつでもお答えください。

- | | | | | |
|--------------|----------------|-----------------|---------|----------|
| 1. 社会への積極的参加 | 2. 仕事や余暇活動の充実 | 3. 生活習慣病などの病気予防 | | |
| 4. 美容 | 5. 老化防止(若さの維持) | 6. 精神的な充実 | 7. 気分転換 | 8. わからない |
| 9. その他() | | | | |

⑪ あなた自身が食生活を改善するとしたら、どのような点に気を付ければよいと思いますか。次の中から、いくつでもお答えください。

- | | | | |
|-------------------|--------------|--------------|--------------|
| 1. 食べ過ぎない | 2. 脂肪を取りすぎない | 3. 塩分を取りすぎない | 4. 朝食をしっかり取る |
| 5. 栄養のバランスに注意している | 6. 特にない | 7. わからない | |
| 8. その他() | | | |

⑫ あなた自身が運動習慣を改善するとしたら、どのような点に気を付ければよいと思いますか。次の中から、いくつでもお答えください。

- | | |
|---|-----------|
| 1. 電車、バスなどの乗り物やエレベーター、エスカレーターなどをなるべく使わないようにする | |
| 2. 散歩やウォーキングを行うなどして、余暇を使って積極的に歩くようにする | |
| 3. サークル活動やスポーツ教室などに通うなどして、定期的に運動する | |
| 4. 余暇を利用するなどして、時々スポーツをするように心がける | |
| 5. 万歩計を使うなどして、日常生活での自分の歩数を知るようにしている | 6. 特にない |
| 7. わからない | 8. その他() |

☆ ご協力、ありがとうございました。☆