

一般健康診断 問診票

普通健康检查 问诊表

健康保険被保険者証等（健康保険証）に記載されている記号、番号（枝番）、保険者番号を転記してください。記載いただいた場合は、記号・番号を健診結果とともに加入する保険者へ提供し、健診結果の管理に活用いたします。

请抄写健康保险被保险证等（健康保险证）上记载的符号、编号（细分编号）和保险人编号。如填写有以上内容，我们会将符号、编号与体检结果一并提供给您所投保的保险人，以便有效利用于体检结果的管理。

記号： [ ]
符号： [ ]
番号（枝番）： [ ]
编号（细分编号）： [ ]
保険者番号： [ ]
保险人编号： [ ]

団体・会社名：
団体、公司名称：
所属部署名：
所属部門名称：
氏名
姓名：

生年月日： 年 月 日 年齢： 歳 性別： 男・女
出生日期： 年齢： 岁 性別：

本問診票は、事業者が労働者の健康状態を把握し、労働時間の短縮、作業転換等の事後措置を行い、脳・心臓疾患の発症の防止、生活習慣病等の増悪防止を図るという目的において使用されます。

本问诊表用于后述目的：便于单位掌握劳动者的健康状况，采取缩短劳动时间和调整作业等事后措施，对心脑血管疾病防患于未然，防止生活习惯病等的加重。

Table with 4 columns: 分類/分类, No., 質問項目/问题项, 回答/回答. Rows include 既往歴/病史 (1-4) and (うち服薬歴) (其中、用药史) (5-7).

※医師の診断・治療のもとで服薬中の者を指す。
\*指在医生的诊断和治疗下正在服药的人。

分類 分类	No.	質問項目 问题项	回答 回答
(うち喫煙歴) (其中、 吸烟史)	8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 (※「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 是 ② いいえ 否
業務歴 工作经历	9	これまでに、重量物の取扱いのある業務経験がありますか。 是否经历过搬运重物的工作？	① はい 是 ② いいえ 否
	10	これまでに、粉塵の多い環境での業務経験がありますか。 是否有在粉尘较多的环境中工作的经历？	① はい 是 ② いいえ 否
	11	これまでに、激しい振動を伴う業務経験がありますか。 是否经历过伴随有剧烈振动的工作？	① はい 是 ② いいえ 否
	12	これまでに、有害物質の取扱いのある業務経験がありますか。 是否经历过接触有害物质的工作？	① はい 是 ② いいえ 否
	13	これまでに、放射線の取扱いのある業務経験がありますか。 是否经历过处理辐射方面的工作？	① はい 是 ② いいえ 否
	14	現在の職場では、どのような勤務体制で働いていますか。 在现在工作单位以怎样的勤务制度工作？	①常時日 总是白班 ②常時夜勤 总是夜班 ③交替制（日勤と夜勤の両方あり） 轮班制（白班和夜班均有）
15	現在の職場での、直近 1ヶ月間の 1日あたりの平均的な労働時間はどのぐらいですか。（昼食等の休憩時間を除き、時間外労働を含む） 现在工作单位最近一个月的平均每日工作时间大概多长。（不包括午餐等休息时间，包括加班）	① 6時間未満 少于 6 小时 ② 6時間以上 8時間未満 6 小时以上且少于 8 小时 ③ 8時間以上 10時間未満 8 小时以上且少于 10 小时 ④ 10時間以上 10 小时以上	
16	現在の職場での、直近 1ヶ月間の 1週間あたりの平均的な労働日数はどのぐらいですか。 现在工作单位最近一个月的每周平均工作天数大概几天。	① 3日間未満 少于 3 天 ② 3日間以上 5日間未満 3 天以上且少于 5 天 ③ 5日間 5 天 ④ 6日間以上 6 天以上	
体重増加 体重增加	17	20 歳の時の体重から 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 是 ② いいえ 否
身体活動 体力活动	18	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。 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 是 ② いいえ 否
	19	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身体活动是否 1 天坚持 1 小时以上。	① はい 是 ② いいえ 否
	20	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。 与大致同齡的同性相比是否步行速度较快？	① はい 是 ② いいえ 否
歯の状態 牙齿状况	21	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 任何食物都能咀嚼吃 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 牙齿牙龈及咬合等有不适情况，有时咀嚼困难 ③ほとんどかめない 几乎不能咀嚼

分類 分类	No.	質問項目 问题项	回答 回答
食習慣 饮食习惯	22	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 快 ②ふつう 一般 ③遅い 慢
	23	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。 每周是否有 3 次以上在就寝前 2 小时内吃晚饭的情况？	① はい 是 ② いいえ 否
	24	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毎日 每天吃喝 ②時々 有时吃喝 ③ほとんど摂取しない 几乎不吃喝
	25	朝食を抜くことが週に 3 回以上ありますか。 每周是否 3 次以上不吃早餐。	① はい 是 ② いいえ 否
飲酒の状況 饮酒情况	26	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 每天喝 ②時々 有时喝 ③ほとんど摂取しない 几乎不喝（不喝）
	27	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：ビール中瓶 1 本（約 500ml）、焼酎 25 度（110ml）、ウイスキーダブル 1 杯（60ml）、ワイン 2 杯（240ml） 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 1 合未満 少于 1 合 ② 1～2 合未満 少于 1～2 合 ③ 2～3 合未満 少于 2～3 合 ④ 3 合以上 3 合以上
休養 休息	28	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养？	① はい 是 ② いいえ 否
生活習慣 改善意向 生活习惯 改善意向	29	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？	①改善するつもりはない 不打算改善 ②改善するつもりである（概ね 6 か月以内） 打算改善（大约 6 个月以内） ③近いうちに（概ね 1 か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている 近期打算改善（大约 1 个月以内）、逐渐在开始改善 ④既に改善に取り組んでいる（6 か月未満） 已经开始改善（少于 6 个月） ⑤既に改善に取り組んでいる（6 か月以上） 已经开始改善（6 个月以上）
	30	生活習慣の改善について保健指導（個人への指導）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？	① はい 是 ② いいえ 否
その他 其他	31	何か健康について相談したいことがありますか。 是否有健康方面的事项想要咨询？	① はい 是 ② いいえ 无