**定期健康診断　問診票（令和7年度）**

学生番号　　　　　　　　―　　　　　　　　　　　　氏名

**１　これまでに健康診断で、「異常あり」と言われたことが**（　　ある　　・　 ない　　）

ある人は(　小学生　・　中学生 ・ 高校生 ・ 大学　)の時、

( 心音 ・ 心電図 ・ 血圧 ・ 尿検査 ・ 胸部X線 ・ その他 )の再検査・精密検査を受けた。

　　その結果は　 異常なし　・　経過観察( 　　 )　・　要医療( 　　　　　　　 )　 だった。

**2　これまでに意識を失うなどして倒れた経験が**（　　ある　　　　回・原因は３に記入　・　 ない　　）

**3　今までに下記の病気や手術、外傷などが**（　　ある　　・　 ない　　） ※アレルギーは4で回答

ある人は（　　　）内に病名を記入し、→　現在の状態に〇をつけてください。

|  |  |
| --- | --- |
| 心臓病（　　　　　　　　　　　　　） | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 呼吸器疾患（　　　　　　　　　　） | 才　 →　 　治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 消化器疾患（　　　　　　　　　　） | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 糖尿病 | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| てんかん | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 皮膚疾患( ) | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 腎疾患（　　　　　　　 　　 ） | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 眼科疾患（　　　　　　 　　 　） | 才　 →　 　治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| 耳鼻科疾患（　　　 　　　　　　） | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |
| その他（　　　　　　　　　　 　　） | 才　 →　　 治った　・　現在も治療中　・　経過観察中 |

**4　アレルギーが**（　　ある　　・　 ない　　）

ある人は(　　　)に原因となるアレルゲンを記入してください。

　　花粉（　　　　　　 　） ・ 食物（　 　　　　　　） ・ 薬物（ 　 ） ・ ハチ ・　その他（ 　 ）

**（１）食物・薬物に対してアナフィラキシーショックをおこしたことが**（　 ある 　・　 ない ）

**（２）エピペンを**（持っている　　・　　持っていない　）

**5　医師から運動や食事などについて制限や指導を受けて** （ 　いる　・　いない　 ）

受けている人は内容を記入（　 　 　 ）

**6　紙たばこ、加熱式電子タバコによる喫煙を**　　（　 する 　・　 しない ）

**7　体のことで心配なことや困っていることが**（　 ある 　・　 ない ）

**8　メンタル面での不安や悩みが** （　 ある 　・　 ない ）

**9　7.8で「ある」と答えた人は、保健室での相談を希望**（　 する 　・　 しない ）



**10**番以降についてはforms回答となります。

右QRコードを読み取るか、下記にアクセスして回答してください。

URL　　https://forms.office.com/r/USDxi9xnYr

**10　睡眠について**

(1)睡眠時間　　　　　　( 5時間以下　・　　6時間　・　7時間　・　8時間　・　9時間以上　)

(2)リズム　　　　　　　　(　規則的　・　ほぼ規則的　・　不規則　)

(3)3ケ月前からの睡眠の質について　　　　(　よい　・　まあまあよい　・　少し悪い　・　かなり悪い　)

**11　食生活について**

（１）朝食は毎日　　（　 食べている ・ ときどき食べない ・ ほとんど食べない ）

(2)「ほとんど食べない」と回答した方は、その理由としてあてはまるものは、(複数回答可)

　・以前から食べる習慣がないから　　　　　　　　　　・お金がもったいないから

　・身支度等の準備に時間をかけたいから　　　　　 ・朝食の準備が面倒だから

　・もっと寝ていたいから　　　　　　　　　　　　　 　　 ・その他(　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　)

（3）食事形態で多いものは　　（ 自炊 ・　学食　・ 外食 ・ 調理済食の購入 ・ 家庭食 ）

**12　運動、身体活動について**

(1)日常生活の中で取り組んでいる身体活動は　(複数回答可)

・通学徒歩１5分以上　　　　　・通学自転車３０分以上　　　　　　・ジムや自宅で筋トレ１5分以上

・運動部、又は体を動かすサークルに所属　　　　　　　　・歩数計を使用し１日7000歩以上

・体を動かすアルバイトに従事　　　　　・ほとんどない　　　　　　・その他( 　 )

**13　大学生活について**

(1)大学生活で現在最も重点をおいていることは、

　　(　勉強や研究　・　サークルや部活動　・　趣味　・　豊かな人間関係を結ぶこと　・　ほどほどに組み合わせた生活　・　なんとなく過ごしている　)

（2）昨年1年間の学生生活は

　（　とても充実している　・まあまあ充実　・あまり充実していない　・全く充実していない 　）

13　**健康に対する意識と行動について**

(1)健康保持増進のために心がけていることは、(複数回答可)

 　・睡眠時間の確保　　　・進んで運動、身体活動をする 　・栄養バランスのよい食事 ・欠食をしない

・水分補給 ・手洗い、手指消毒等の感染症予防 ・ストレスをためない(発散方法 ) ・その他

(2)ダイエットについて 　( したいと思わない　・ したいと思うがしていない　・　したことがある　)

(3)「したことがある」と回答した方は、ダイエット方法の情報収集は、

　　(　SNSやWebサイト　・　テレビやラジオ　・　新聞や書籍　・　コミュニケーション　・　専門スタッフ　・

　　　　その他　　　　　　　　　　　　　)

**１4　女子のみお答えください。**

(1)月経のトラブルや婦人科系の気になる症状が　　(　ある　・　ない　)

（２）「ある」と回答した方、該当する症状は

・月経不順

・月経前の腹部膨満、便秘、頭痛、肩こり、無気力、イライラや不安などのメンタル不調　等

・月経時の激しい腹痛や腰痛、吐気、頭痛、貧血、イライラや不安などのメンタル不調　等

・デリケートゾーンのかゆみやおりものの異常 ・その他( )

（３）その症状についての対処方法は

　(　何もしていない　・　婦人科を受診　・　内科を受診　・処方薬で対応　・市販薬で対応　・その他　 )