

特定健康診査に関する質問

แบบสอบถามการตรวจสุขภาพโดยคำถามเฉพาะ

【タイ語】

No.	特定健康診査に関する質問項目 แบบสอบถามการตรวจสุขภาพโดยคำถามเฉพาะ	選択肢 ข้อเลือก	回答欄 คำตอบ
1~3	<p>現在、次の薬を服用していますか。</p> <p>ปัจจุบัน ใช้อย่างต่อไปนี้อยู่หรือไม่</p>		
1	<p>a. 血圧を下げる薬 ยาลดความดันโลหิต</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
2	<p>b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射 ยาลดน้ำตาลกลูโคสในเลือด หรือ ยาฉีดอินซูลิน</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
3	<p>c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬 ยาลดคอเลสเตอรอล (ไขมันในเส้นเลือด) หรือ ไตรกรีเซไรด์</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
4	<p>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。</p> <p>เคยได้รับการแจ้งจากแพทย์ว่าเป็นโรคเส้นเลือดในสมองแตก(มีเลือดออกในสมอง เนื้อเยื่อสมองตาย ฯลฯ)และเคยได้รับการรักษาหรือไม่</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
5	<p>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。</p> <p>เคยได้รับการแจ้งจากแพทย์ว่าเป็นโรคหัวใจ (อาการปวดเค้นหน้าอก.กล้ามเนื้อหัวใจตาย ฯลฯ) และเคยได้รับการรักษาหรือไม่</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
6	<p>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。</p> <p>เคยได้รับการแจ้งจากแพทย์ว่าเป็นโรคไตวายเรื้อรัง, และได้รับการรักษา (การล้างไตเทียม เป็นต้น) หรือไม่</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
7	<p>医師から、貧血といわれたことがありますか。</p> <p>เคยได้รับการแจ้งจากแพทย์ว่าเป็นโรคโลหิตจางหรือไม่</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
8	<p>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)</p> <p>ปัจจุบัน ดิบหรี่หรือไม่ (※ ดิบหรี่ หมายถึงคนที่สูบบุหรี่โดยรวมมากกว่า 100 มวนขึ้นไป หรือคนที่สูบบุหรี่มากกว่า 6 เดือนขึ้นไป และยังสูบในช่วง 1เดือนที่ผ่านมา)</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	
9	<p>20歳のときの体重から10Kg以上増加していますか。</p> <p>ตั้งแต่อายุ 20ปี น้ำหนักเพิ่มมากกว่า10กิโลกรัมหรือไม่</p>	①はい ②いいえ ไม่ใช่	

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。 ออกกำลังกายมาแล้วมากกว่า 1ปี โดยออกกำลังครั้งละนานกว่า 30นาที อาทิตย์ ละ 2ครั้งขึ้นไป หรือไม่	①はい ②いいえ ③ไม่ใช่	
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。 มีการเคลื่อนไหวร่างกายหรือเดินในชีวิตประจำวัน มากกว่า 1ชั่วโมงต่อหนึ่งวันหรือไม่	①はい ②いいえ ③ไม่ใช่	
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。 เมื่อเปรียบเทียบกับคนที่มีอายุเท่ากัน เพศเดียวกันแล้วนับว่าเป็นคนเดินเร็วหรือไม่	①はい ②いいえ ③ไม่ใช่	
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。 เวลาทานอาหารพฤติกรรมการเคี้ยวตรงกับข้อใด	①何でもかんで食べることができる สามารถเคี้ยวอาหารได้ทุกอย่าง 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 บางครั้งเลือกเคี้ยวตามสภาพฟันและเหงือกและเคี้ยว ยากก็มี ③ほとんどかめない ส่วนใหญ่เคี้ยวไม่ได้	
14	人と比較して食べる速度が速いですか。 เมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นแล้วนับว่าเป็นคนทานอาหารเร็วหรือไม่	①速い ②ふつう ③遅い เร็ว ธรรมดา ช้า	
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。 ทานอาหารค่ำก่อนนอน 2 ชั่วโมง มากกว่า 3 ครั้งต่อ 1อาทิตย์หรือไม่	①はい ②いいえ ③ไม่ใช่	
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。 ทานอาหารว่าง และดื่มเครื่องดื่มรสหวาน นอกเหนืออาหารมื้อหลัก 3 มื้อ หรือไม่	①はい ②いいえ ③ไม่ใช่	
17	朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 ไม่ทานอาหารเช้ามากกว่า 3 ครั้ง ต่อหนึ่งอาทิตย์หรือไม่	①はい ②いいえ ③ไม่ใช่	
18	お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)はどの位の頻度で飲みますか。 มีความถี่ในการดื่มเหล้า (เหล้ากลั่น,เหล้าหมัก,เบียร์,เหล้าฝรั่ง) บ่อยหรือไม่	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない(飲めない) ทุกวัน บางครั้ง ไม่ค่อยดื่ม(ดื่มไม่ได้)	

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>ดื่มเหล้าต่อหนึ่งวันประมาณเท่าไร</p> <p>เหล้าสาเก 1 ถ้วย(180มิลลิลิตร) เทียบเท่า เบียร์ 500มิลลิลิตร เหล้าโซจู 25ดีกรี(110มิลลิลิตร), วิสกี้ดับเบิล 1แก้ว(60มิลลิลิตร), ไวน์ 2แก้ว</p>	<p>①1合未満 น้อยกว่า 1 ถ้วย</p> <p>②1~2合未満 ตั้งแต่ 1 ถ้วยขึ้นไป แต่น้อยกว่า 2 ถ้วย</p> <p>③2~3合未満 ตั้งแต่ 2 ถ้วยขึ้นไป แต่น้อยกว่า 3 ถ้วย</p> <p>④3合以上 มากกว่า 3 ถ้วยขึ้นไป</p>	
20	<p>睡眠で休養が十分とれていますか。</p> <p>พักผ่อนโดยการนอนหลับอย่างเพียงพอหรือไม่</p>	<p>①はいใช่ ②いいえไม่ใช่</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>คิดอยากจะปรับปรุงนิสัยในการใช้ชีวิตประจำวันเช่นการออกกำลังกาย การทานอาหารหรือไม่</p>	<p>①改善するつもりはない ไม่คิดจะปรับปรุง</p> <p>②改善するつもりである ตั้งใจจะปรับปรุง</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 คิดจะปรับปรุงในไม่ช้านี้ (ภายในหนึ่งเดือน), เริ่มปรับปรุงทีละน้อยแล้ว</p> <p>④既に改善に取り組んでいる (6ヶ月未満) อยู่ในช่วงการปรับปรุง (น้อยกว่า 6 เดือน)</p> <p>⑤既に改善に取り組んでいる (6ヶ月以上) อยู่ในช่วงการปรับปรุง (มากกว่า 6 เดือนขึ้นไป)</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>ถ้ามีโอกาสได้รับการบริการคำแนะนำจากอนามัยในการปรับปรุงนิสัยในการใช้ชีวิตประจำวัน จะใช้บริการหรือไม่</p>	<p>①はいใช่ ②いいえไม่ใช่</p>	