

健康と生活習慣(成人病予防のために)

成人病と関連が疑われている項目についておたずねします。あてはまる番号や記号に○印を付け、の中に数字などを御記入下さい。健康状態判定の参考資料に致します。お聞きしたことについては、秘密は厳しく守ります。

文部省科研費がん特別研究、『コホート研究による発がん評価研究班』では、全国各地で、10万人以上の方々にご参加いただき、生活習慣とがんやその他の成人病との関係を10年間にわたって調べ、有効な予防対策を立てようと考えております。御協力いただける場合には下欄の(1)協力するに○印を付けて以下の質問にお答え下さい。この調査に協力いただけない場合には(2)に○印を付けて下さい。集計から除かせて頂きます。

- (1) 協力する
(2) 反対、協力しない

フリガナ	<input type="text"/>	
氏名	<input type="text"/>	1. 男・2. 女
生年月日	1. 明治 2. 大正 3. 昭和	<input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 (満 <input type="text"/> 歳)
現住所	〒 <input type="text"/> - <input type="text"/>	
	<input type="text"/> 都道府県	<input type="text"/> 区市郡
	<input type="text"/> 区町村	
電話番号	<input type="text"/> - <input type="text"/> - <input type="text"/>	

(電話番号をお聞きするのは、御連絡のためです。)

担当者

問い合わせ先

① 現在までにかかった病気

あなたが今迄にかかった病気についてお聞きします。これからの健康管理の参考にいたします。

あてはまる数字に○印をつけ、部にお答え下さい。

病名	かかったことがない	かかったことがある		
		治療中	以前治療した	治療せず
1. 脳卒中	1	2	3	4
2. 高血圧	1	2	3	4
3. 心筋梗塞	1	2	3	4
4. 腎臓病	1	2	3	4
5. 肝臓病（肝炎など）	1	2	3	4
6. 胆石・胆のう炎	1	2	3	4
7. 糖尿病	1	2	3	4
8. 胃・十二指腸潰瘍	1	2	3	4
9. 結核・肋膜炎	1	2	3	4
10. がん 部位 <input type="text"/>	1	2	3	4
11. その他の病気 病名 <input type="text"/>	1	2	3	4
12. 入院を要した外傷	1. なし	2. あり	<input type="text"/> 回	
13. 腹部手術を受けたこと	1. なし	1) 胃	2) 胆のう	3) 子宮
	2. あり	4) 虫垂・盲腸	5) その他	<input type="text"/>
14. 輸血を受けたこと	1. なし	2. あり		

15. 以下の伝染病のうち、あなたがかかったことのあるものはありますか。
かかったもの全てに○印をつけて下さい。

1. 赤痢 2. 腸チフス 3. 百日咳 4. 日本脳炎 5. 小児麻痺 6. はしか
7. 耳下腺炎（おたふくかぜ） 8. いずれもなし

② 家族の方の健康状態についてお聞きします。

1. あなたの御両親は御健在ですか。

実父 1. 生存 (現在 歳) 2. 死亡した (死亡時 歳)

実母 1. 生存 (現在 歳) 2. 死亡した (死亡時 歳)

2. あなたを除いて兄弟姉妹は何人ですか。 兄弟 人 姉妹 人

3. この内死亡された兄弟姉妹は何人ですか。 兄弟 人 姉妹 人

4. あなたは^{*} 全兄弟姉妹の中で上から何番目ですか。 番目
(* 死亡した方も含めて下さい)

御家族のかかれた病気(おなくなりになった場合も含めて)についておたずねします。

	実 父		実 母		兄弟の誰か		姉妹の誰か	
	かかった	かからない	かかった	かからない	かかった	かからない	かかった	かからない
5. 結 核	1	2	1	2	1	2	1	2
6. 脳 卒 中	1	2	1	2	1	2	1	2
7. 高 血 圧	1	2	1	2	1	2	1	2
8. 心 臓 病	1	2	1	2	1	2	1	2
9. 糖 尿 病	1	2	1	2	1	2	1	2
10. が ん	<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>	
がんの種類を 御記入下さい	<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>	

その他特別のことがあれば御記入下さい。

③ 最近1年間の健康状態についてお聞きします。

1. 便通は 1. 1日1回以上 2. 2～3日に1回 3. 4～5日に1回
4. 6日に1回以下

2. 便秘の薬は飲まれましたか。

1. はい (1. 週に2回以上飲む 2. 週1回以下) 2. いいえ

3. 平日の睡眠時間は 平均して 時間/日

4. 昼寝は 1. する 2. しない

あなたのこれまでの健康状態についてお聞きします。

5. 風邪をひきやすい 1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

6. 下痢をしやすい 1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

7. ふだん「たん」がでますか 1. 毎日のようにでる 2. 時々でる
3. 全くでない

8. 皮膚に湿疹やじんま疹が 1. よくでる 2. 時々でる
できやすいですか 3. あまりでない

9. 最近1年間、ビタミン剤などの保健薬をのみましたか。

1. 毎日のようにのむ 2. 時々のみ 3. のまない

10. のんだ保健薬に○印を付けて下さい。

1. 総合ビタミン剤 2. ビタミンB₁ 3. ビタミンC 4. ビタミンE
5. 肝油 6. その他 7. よくわからない(名称)

11. スポーツや運動は平均して1週間でどのくらいされますか。

1. 5時間以上 2. 3～4時間 3. 1～2時間 4. ほとんどしない

12. 室内または戸外で歩かれる時間は1日平均して

1. 1時間以上 2. 30分～1時間以上 3. 30分位 4. ほとんどしない

13. テレビを見ている時間1日平均して 約 時間/日

14. 中学校、高校などでクラブに入り、スポーツをつづけていましたか。

1. はい 2. 短期間だけ 3. ほとんどしない

15. 最近 1 年間に健康診断、定期検診を受診したことがありますか。あれば番号に○印をつけて下さい。（病気のための検査は除きます。）

- | | |
|-----------------|----------|
| 1. 循環器検診・成人病検診 | 2. 人間ドック |
| 3. 胸部検診（結核・肺がん） | 4. 胃がん検診 |

16. 健康診断、定期検診には関心がありますか。

- | | |
|-------------|------------|
| 1. 大変関心がある | 2. 関心がある |
| 3. あまり関心がない | 4. 全く関心がない |

④ 食習慣は成人病とつよくかかわりがありますのでおたずねします。
健康な時に平均に食べておられます種類や回数・量をお答え下さい。
また、あてはまるものを○印で囲んで下さい。

1. 朝食はどのようなものを主に食べましたか。（○印は 2 つまで結構です）

- | | | | |
|----------------|----------|--------|--------|
| 1. 和食 | 2. 洋食・パン | 3. 茶がゆ | 4. その他 |
| 5. 朝食はほとんど食べない | | | |

2. 夕食は通常の間帯（午後 5 時頃から 8 時頃まで）に規則正しく取りましたか。

- | |
|--|
| 1. はい |
| 2. いいえ（ 1. 時間が不規則 2. いつももっと早い 3. いつももっと遅い） |

3. 米飯（ごはん）は普通の大きさの茶碗で一日平均何杯食べましたか。

1 日平均 杯 （ 30 歳頃は何杯でしたか。1 日平均 杯 ）

4. みそ汁はのみましたか。

- | | | | |
|---------|---------|---------|------------|
| 1. 毎日のむ | 2. ほぼ隔日 | 3. 月に数回 | 4. あまりのまない |
|---------|---------|---------|------------|

毎日のむ人は朝・昼・夕合計では、平均 杯

（ 30 歳頃は 1 日 平均 杯 ）

5. 塩分の多い物 しおから、塩魚、 佃煮、つけもの など	1. 大好き 2. 好き 3. 普通 4. あまり好きでない 5. 嫌い	
	30歳頃と比べ現在は	1. へらしている 2. 変わらない 3. 増えている
6. 脂っこい食品	1. 大好き 2. 好き 3. 普通 4. あまり好きでない 5. 嫌い	
	30歳頃と比べ現在は	1. へらしている 2. 変わらない 2. 増えている

7. 医療関係者の助言を受けて食事制限をしていますか。

どのような食品の制限をしておられますか。しておられる項目に○印をつけて下さい。（いくつ○印をつけても結構です）

1. 食塩 2. 糖分 3. カロリー 4. 脂肪 5. その他

8. あてはまる数字に○印をお付け下さい。

食 品	食べる頻度				
	食ほ べと なん いど	1月 と 2 回に	1週 と 2 回に	3週 と 4 回に	毎ほ とん 日ど
1. 牛肉	1	2	3	4	5
2. 豚肉（ハム・ソーセージを除く）	1	2	3	4	5
3. ハム・ソーセージ	1	2	3	4	5
4. トリ肉	1	2	3	4	5
5. レバー（きも）	1	2	3	4	5
6. 卵	1	2	3	4	5
7. 牛乳	1	2	3	4	5
8. ヨーグルト	1	2	3	4	5
9. チーズ	1	2	3	4	5
10. バター	1	2	3	4	5
11. マーガリン	1	2	3	4	5
12. フライ・てんぷら類	1	2	3	4	5
13. 野菜いため	1	2	3	4	5
14. 新鮮な魚（刺身、煮魚、焼魚などで食べる）	1	2	3	4	5
15. かまぼこ	1	2	3	4	5
16. 干魚・塩魚	1	2	3	4	5
有色野菜					
17. ほうれんそう、しゅんぎくなど 葉があおい野菜	1	2	3	4	5
18. ニンジン、カボチャ	1	2	3	4	5
19. トマト	1	2	3	4	5
白色野菜					
20. キャベツ、レタス	1	2	3	4	5
21. 白菜	1	2	3	4	5
22. 山菜（ワラビ、ゼンマイなど）	1	2	3	4	5
23. きのこと類 エノキタケ、シイタケ	1	2	3	4	5
24. いも類（サツマイモ、ジャガイモなど）	1	2	3	4	5
25. *海草（ノリ、ワカメ、コンブなど）	1	2	3	4	5
26. つけ物（たくわん、白菜づけなど）	1	2	3	4	5
27. 佃煮類	1	2	3	4	5
28. 煮豆	1	2	3	4	5
29. 豆腐	1	2	3	4	5
30. ミカン類	1	2	3	4	5
31. 天然果汁（夏には）	1	2	3	4	5
32. *他の果物（一年を通して）	1	2	3	4	5
33. 菓子類（まんじゅう、ようかん、ケーキなど）	1	2	3	4	5

*海草は、生、干物、調理されたものを含めて下さい。

*他の果物は、どんな果物でもかまいません。

飲物についておききします。

9. コーヒーは飲まれますか。

1. ほとんど毎日〔1日 杯〕
2. 週に3～4杯
3. 週に1～2杯
4. 月に1～2杯
5. ほとんどのまない

10. コーヒーを飲む人は 飲む時には何を入れますか。

1. 砂糖
2. 人工甘味料
3. ミルク
4. 何も入れない

11. 紅茶は飲まれますか。

1. ほとんど毎日〔1日 杯〕
2. 週に3～4杯
3. 週に1～2杯
4. 月に1～2杯
5. ほとんどのまない

12. 紅茶を飲む人は 飲む時は何を入れますか。

1. 砂糖
2. 人工甘味料
3. ミルク
4. レモン
5. 何も入れない

13. 日本茶(緑茶)は飲まれますか。

1. ほとんど毎日〔1日 杯〕
2. 週に3～4杯
3. 週に1～2杯
4. 月に1～2杯
5. ほとんどのまない

14. 中国茶は飲まれますか。

1. ほとんど毎日〔1日 杯〕
2. 週に3～4杯
3. 週に1～2杯
4. 月に1～2杯
5. ほとんどのまない

⑤ 飲酒（この1年のことを思い出して記入して下さい）

あてはまる数字に○印を付けて下さい。

（アルコールの入っている飲料（日本酒、ビール、ワイン、ウィスキー、ブランデー、焼酎など）全てについて、お答え下さい。）

1. 飲む

習慣的に飲むようになったのは 歳頃から

- 1) ほとんど毎日（週5日以上）飲む
- 2) 週3～4回飲む
- 3) 週1～2回飲む
- 4) 週1日以下

以前と比べ酒量は変わりましたか。

- 1) 増えた
- 2) 変わらない
- 3) 減った
- 4) 意識的に減らしている

2. 以前は飲んだが、今はやめている

- 1) ほとんど毎日（週5日以上）飲んでいた
- 2) 週3～4日飲んでいた
- 3) 週1～2日飲んでいた
- 4) 週1日以下だった

飲酒をやめた年齢 歳 （ 年前 ）

3. ほとんど飲まない

習慣的に飲んでいる方にお聞きします

1. あなたがふつうよく飲まれるお酒に○印を付けて下さい。

（複数でも結構です。）

1. 日本酒 2. 焼酎 3. ビール 4. ウィスキー 5. ワイン

2. 平均一回のむ量は日本酒換算で約 合になる。

アルコール量を換算すると

- ・ビール大瓶1本、清酒一合とほぼ同じです
- ・ウィスキーダブル1杯は、清酒一合とほぼ同じです
- ・焼酎一合は、清酒一合半とほぼ同じです
- ・ワイン一合は、清酒一合とほぼ同じです

⑥ 喫煙（タバコ）についてお聞きします。

1. 紙巻タバコ 1. すっている

1) 習慣的に毎日吸い始めた年齢は満 歳

2) 平均して一日の本数は 本/日

3) 煙をすい込みますか

1. ふかすだけ 2. すい込む 3. 両方

4) 3カ月以上禁煙したことは

1. あり 2. ない

2. 以前はすっていたが止めた

1) すい始めた年齢は 満 歳

2) 平均して一日の本数は 本/日

3) やめた年齢はいつですか 年前 又は 歳

3. すわない

受動喫煙（他人がすったタバコの煙をすわされること）についてお聞きします。

最近1年間平均してみるとどのような状態でしたか。

2. 家庭では

家の人（お客が多い家庭はお客も含めて）すうタバコの煙をすうことはありますか。

1. あり

1) ほとんど毎日 一日平均して 約 時間

2) 週3～4日 3) 週1～2日 4) 時々

（2人以上の人のタバコの煙を別々にすう場合、合計時間を記入して下さい。他人がタバコをすい終っても煙が部屋にこもっている場合は、その時間を加えて下さい。時間は、日によって異なるので平均を御記入下さい。）

2. なし

3. 家庭以外（職場、乗物、集会所などしめきった室内）

他人のすったタバコの煙をすうことは一週間平均して

1. ほとんど毎日 2. 週3～4日位 3. 週1～2日 4. 時々

5. ほとんどない

㊦ 身体状況、生育地についておたずねします。

1. あなたの身長と体重は、今どれくらいですか。

身長 cm、体重 kg

2. 20歳頃の体重は kg

3. 現在の血圧は 最高 ~最低

小学校卒業までの12年間最も長く住んだ地域に○印をつけて下さい。

1. 人口50万人以上の大都市市街・郊外

1) 住宅地区 2) 商業地区 3) 工業地区

4) 1)~3)の混合地区 5) その他

2. その他の都市

3. 農山漁村

4. 離島・僻地

5. その他(具体的に)

学校は何歳までいきましたか。 歳

⑨ 生活態度やストレスが成人病と関連があることがわかってきましたので以下のことをおたずねします。

(さしつかえがなければ、お答え下さい)

1. あなたは『生きがい』や『はり』をもって生活しておられますか。

1. 非常にある 2. ある 3. ふつう 4. はっきり言えない

2. 物事の判断は早い方ですか。

1. 早い 2. ふつう 3. 遅い

3. 日常ストレスが多いと思われませんか。

1. 多い 2. かなり多い 3. ふつう 4. 少ない

4. 日常の仕事はいつも急いで完成しようとしておられますか。

1. 非常に急ぐ 2. 急ぐ方である 3. ふつう 4. 急がない

5. 日頃、腹が立ち易いですか。

1. 人より腹が立ち易い 2. ふつう 3. いいえ

6. 生活を楽しんでいると思われませんか。

1. はい(いつも) 2. どちらかというところである

3. ふつう 4. いいえ

7. 自分はたいへん人に頼られていると思っておられますか。

1. 非常に頼られている 2. かなり頼られている

3. ふつう 4. そうとは思わない

8. 今度、生まれかわったら、今迄と同じような人生をもう一度歩みたいと思いますか。

1. つよく思う 2. 思う 3. どちらともいえない 4. いいえ

⑩ 結婚や子供の数についておききします。

1. 婚姻歴は 1. 結婚 2. 死別 3. 離別・離婚 4. 独身
2. 初婚年齢は 歳
3. 現在の配偶者は 1. 健康 2. 病気 3. いない
4. 子供の数は 男 人 女 人 (そのうち死亡 人)

⑪ 女性のみお答え下さい。(女性の成人病と密接な関係がありますので)

1. 妊娠回数 回
2. 出産回数 回
3. 初産年齢 歳
4. 初潮年齢(生理が始まった年齢) 歳
5. 閉経年齢 歳頃(1. 自然に 2. 手術で)
6. 性ホルモン剤を使用されたことがありますか。
1. あり(期間は カ月 又は 年間)
2. なし

最近1年間に以下の検診をなさいましたか。

7. 子宮がん検診 1. はい 2. いいえ
8. 乳がん検診 1. はい 2. いいえ
9. 乳がんの自己検診 1. はい 2. いいえ 3. 方法を知らない

御質問がありましたら、お書き下さい。

これで終了です。ご協力ありがとうございました。

きょうの日付：昭和 年 月 日

記入して下さったのは、どなたですか。

1. 本人 2. 代理（続柄

（続柄を記入して下さい。）

2. 何分くらいかかりましたか。約 分

別表 4 .

その他の職業

A . 専門的技術的職業従事者

01. 科学研究者
02. 技術者
03. 医療保健技術者
04. 法務従事者
05. 公認会計士
06. 教員
07. 宗教家
08. 文芸家、記者、編集者
09. 美術家、デザイナー、写真師
10. 音楽家、舞台芸術家、職業スポーツ家
11. その他の専門的技術的職業従事者

B . 管理的職業従事者

12. 管理的公務員
13. 会社、団体の役員
14. その他の管理的職業従事者

C . 事務従事者

15. 一般事務従事者
16. 外務事務従事者
17. その他の事務従事者

D . 販売従事者

18. 商品販売従事者
19. 販売類似職業従事者

E . F . 農林、漁業作業者

20. 農林業作業者
21. 漁業作業者

G . 採鉱、採石作業者

22. 採鉱、採石作業者

H . 運輸、通信従事者

23. 鉄道、自動車運転従事者
24. 船舶、航空機運転従事者
25. その他の運輸従事者
26. 通信従事者

I . 技能工、生産工程作業、単純労働者

27. 金属材料製造作業
28. 金属加工作業
29. 一般機械組立、修理作業
30. 電機機械器具組立 修理作業

31. 運輸機械組立、修理作業
32. 精密機械器具組立、修理作業
33. 製糸、紡績作業
34. 織物製品製造作業
35. 木、竹、草、つる製品製造作業
36. パルプ、紙、紙製品製造作業
37. 印刷、製本作業
38. ゴム、プラスチック製品製造作業
39. 皮、皮製品製造作業
40. 窯業、工石製品製造作業
41. 飲食料品製造作業
42. 化学製品製造作業
43. 建設作業
44. 定置機関、建設機械運転作業
45. 電気作業
46. その他の技能工、生産工程作業
47. 他に分類されない単純労働者

J . 保安職業従事者

48. 保安職業従事者

K . サービス職業従事者

49. 家事サービス職業従事者
50. 個人サービス職業従事者
51. その他のサービス職業従事者

L . 分類不能の職業

52. 分類不能の職業

M . その他

53. 主婦
54. 学生
55. 公務員
56. 会社員
57. 無職

99. 不明、記入なし

※ 数字のみを記入のこと