

全員提出

平成 30 年度「健康スポーツ科目」問診票

◆本問診は、「健康スポーツ科目」履修学生の健康の保持増進を図る目的で行ないます。日本の学校における正課体育ならびに運動部活動での死亡・重度障害事故の 70%が突然死であることが調査から明らかになっています。また、突然死の原因のおよそ 80%が心臓疾患であることも報告されています。本問診は、事前に履修者のリスクを把握し、事故を防ぐために行ないます。なお、本票は個人情報保護法に基づき厳重に管理され、目的外に使用されません。成績評価にも影響はありません。正確に記入をするようお願いいたします。なお、問診票の結果によっては、特定の実技科目の履修ができない場合があることを了承ください。[参考:学校における体育活動中の事故防止について(報告書), 文部科学省, H24]

学生番号	氏名
クラス(ゼミ)担当教員	
中学でのスポーツ歴 (種目) (継続年数 年)	高校でのスポーツ歴 (種目) (継続年数 年)
大学でのスポーツ活動状況 部活動・サークル名 ()	

I 既往歴と自覚症状

1. 自覚症状があり、生活に支障をきたしている場合 にレを記入して下さい。

- めまい 吐き気 手・腕のしびれ
頭の痛み (偏頭痛 全体痛 後頭部痛 眼の奥)
関節 (肩痛 ひじ痛 手首痛 手指痛 股痛 ひざ痛 足首痛 あご痛 足指痛)
腰部 (足のしびれ 痛み) けいれん発作 意識消失発作

2. これまで次の病気にかかったことはありますか? 該当する にレを記入して下さい。

- 心臓疾患 不整脈 心電図の異常 ぜんそく 貧血 てんかん 中耳炎 高血圧
糖尿病 腎臓病 肝臓病 痛風 胃十二指腸病気 メンタル面 整形外科疾患
アレルギー疾患 (鼻炎 アトピー)
その他 ()

3. 現在治療している病気やけがはありますか? 該当 にレを記入

- ない ある (病名 _____ いつから: _____ 理由 _____)

4. 現在服用している薬はありますか? <サプリメント等は含まれません> 該当 にレを記入

- ない ある (薬 _____ いつから _____ 理由 _____)

5. 現在、医師に運動を制限されていますか? 該当 にレを記入

- いいえ はい (いつから: _____ 理由 _____)

6. 過去に、医師から運動を制限されたことはありますか? 該当 にレを記入

- いいえ はい (いつごろ: _____ 理由 _____)

7. 過去に、運動中に突然倒れたことはありますか？該当□にレを記入
いいえ はい (いつごろ： 症状)
8. 過去に運動中に次のような症状が出たことがありますか？該当□にレを記入
胸の痛み 呼吸困難 過呼吸 めまい 意識消失
 その他 ()
9. 過去に、熱中症になったことはありますか？該当□にレを記入
いいえ はい (いつごろ： 症状)
10. 体育実技の受講に際し、健康面で不安なことはありますか？該当□にレを記入
いいえ はい (内容)

II 生活 該当する□にレを記入して下さい。

1. タバコはどれくらい吸いますか？
吸ったことがない 1年以上前にやめた 1年以内にやめた 1日20本未満
1日20本～40本 1日40本以上
2. 1週間にどれくらいアルコールを飲みますか？ 該当する□にレを記入して下さい。
全く飲まない 週に2日以内 週に3～5日 週に6日以上
3. 食生活 該当する□にレを記入して下さい。
朝食を抜くことが週に3回以上ある 人と比較して食べる速度が速い 夕食を週2回以上外食する
夕食後に間食(3食以外の夜食)を摂ることが週3回以上ある
就寝前2時間以内に夕食を摂ることが週3回以上ある
食事内容に気をつけている(油物を控える。野菜中心。腹八部目)
ほとんど毎日砂糖入りの清涼飲料水を飲む(コーラ・ジュース・コーヒー・スポーツ飲料水)
排便(毎日ある 1回～2回/W 3回～4回/W)
4. 平均的な就寝時刻・起床時刻・睡眠時間を書いてください。
 就寝時刻 時 分ごろ
 起床時刻 時 分ごろ
 睡眠時間 約 時間
5. 日常的に30分以上のスポーツや運動を行なっていますか？
 該当する□にレを記入して下さい。
週に6日以上 週に3～5日 週に1～2日 月に1～2回 していない

委員会記入欄

バドA 奥本 バドB 前田 テニA 大峰 テニB 新里 レク東恩納 フィ与那城 シェイ高瀬
 サカ田原 バス石橋 バレA 仲田 バレB 仲田 フト神谷 卓球玉城 健康神谷 基水遠矢