

No.	질 문 항 목	선 택 지
1-3	현재 다음 약을 복용하고 있습니까?	
1	a . 혈압을 낮추는 약	①네 ②아니오
2	b . 인슐린 주사 또는 혈당을 낮추는 약	①네 ②아니오
3	c . 콜레스테롤이나 중성지방을 낮추는 약	①네 ②아니오
4	의사로부터 뇌졸중(뇌출혈, 뇌경색 등)이라는 진단을 받거나 치료를 받은 적이 있습니까?	①네 ②아니오
5	의사로부터 심장병(협심증, 심근경색 등)이라는 진단을 받거나 치료를 받은 적이 있습니까?	①네 ②아니오
6	의사로부터 만성신장병이나 신부전이라는 진단을 받거나 치료(인공투석 등)를 받고 있습니까?	①네 ②아니오
7	의사로부터 빈혈이라는 진단을 받은 적이 있습니까?	①네 ②아니오
8	현재, 담배를 습관적으로 피우고 있습니까? (※「현재, 습관적으로 흡연하는 자」란 아래 두 조건을 모두 충족하는 사람을 뜻합니다. 조건 1: 최근 1개월간 흡연 조건 2: 평생 6개월 이상 흡연, 또는 함께 100개비 이상 흡연)	①네(조건 1과 조건 2를 모두 충족) ②과거 흡연, 최근 1개월 비흡연(조건 2만 충족) ③아니오(①, ② 이외)
9	20세일 때의 체중에서 10kg 이상 증가했습니까?	①네 ②아니오
10	1회 30분 이상 가볍게 땀을 흘리는 정도의 운동을 주 2일 이상, 1년 이상 하고 있습니까?	①네 ②아니오
11	일상생활에서 걷기 또는 동등의 신체활동을 1일 1시간 이상 하고 있습니까?	①네 ②아니오
12	비슷한 연령의 동성과 비교할 때 걷는 속도가 빠릅니까?	①네 ②아니오
13	음식을 씹어 먹을 때의 상태는 무엇에 해당합니까?	①뭉든지 씹어 먹을 수 있다 ②치아나 잇몸, 교합 등 불편한 부분이 있어 잘 씹을 수 없을 때가 있다 ③거의 씹을 수 없다
14	다른 사람과 비교할 때 먹는 속도가 빠릅니까?	①빠르다 ②보통 ③느리다
15	취침 전 2시간 이내에 저녁 식사를 하는 경우가 일주일에 3번 이상 있습니까?	①네 ②아니오
16	아침, 점심, 저녁의 3식 이외에 간식이나 단 음료를 섭취하고 있습니까?	①매일 ②가끔 ③거의 섭취하지 않는다
17	아침을 안 먹는 경우가 일주일에 3번 이상 있습니까?	①네 ②아니오
18	술(일본주, 소주, 맥주, 양주 등)을 마시는 빈도는 어느 정도입니까? (※「금주」란 과거 월 1회 이상 습관적 음주 이력이 있었지만, 최근 1년 이상 주류를 섭취하지 않은 경우를 뜻합니다.)	①매일 ②주 5~6일 ③주 3~4일 ④주 1~2일 ⑤월 1~3일 ⑥월 1일 미만 ⑦금주 ⑧비음주(음주 불가)
19	음주 시 1일 음주량은 어느 정도입니까? 일본주 1합(알코올 도수 15%·180ml) 기준 예시: 맥주(도수 5%·500ml), 소주(도수 25%·약 110ml), 와인(도수 14%·약 2잔(240ml))	①1합 미만 ②1~2합 미만 ③2~3합 미만 ④3~5합 미만 ⑤5합 이상
20	수면을 통해 충분히 휴식을 취하고 있습니까?	①네 ②아니오
21	운동이나 식생활 등 생활 습관을 개선하고 싶은 생각이 있습니까?	①개선할 생각은 없다 ②개선할 생각이다(대략 6개월 이내) ③가까운 시일 내에(대략 2개월 이내) 개선할 생각이 있고, 조금씩 시작하고 있다 ④이미 개선 중이다(6개월 미만) ⑤이미 개선 중이다(6개월 이상)
22	생활 습관 개선과 관련해 지금까지 특정보건지도를 받은 적이 있습니까?	①네 ②아니오