

令和7年度特定健康診査・特定保健指導委託契約書

高齢者の医療の確保に関する法律（昭和57年法律第80号。以下「法」という。）に基づき実施する、特定健康診査（糖尿病その他の政令で定める生活習慣病に関する健康診査をいう。以下同じ。）及び特定保健指導（特定健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者として厚生労働省令で定めるものに対し、保健指導に関する専門的知識及び技術を有する者として厚生労働省令で定めるものが行う保健指導をいう。以下同じ。）について、別表1に掲げる共済組合（以下「共済組合」という。）から契約に関する委任を受けた一般社団法人共済組合連盟（以下「甲」という。）と公益社団法人日本人間ドック・予防医療学会及び一般社団法人日本病院会（以下「乙」という。）の会員の医療機関（以下「実施機関」という。別表2「実施機関一覧表」のとおり。）から契約に関する委任を受けた乙との間に、次の条項により委託契約を締結する。

（総則）

第1条 甲は、特定健康診査及び特定保健指導を乙に委託し、乙はこれを受託するものとする。

（委託業務）

第2条 甲が乙に委託する業務の内容は、「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準（平成19年厚生労働省令第157号。以下「実施基準」という。）」に基づき、別表3「健診等内容表」のとおりとする。

2 業務は、乙の会員の実施機関で行うものとする。

3 特定健康診査において、実施機関は、終了後速やかに、法第23条の規定に基づく特定健康診査受診結果通知表を作成し、受診した者に通知するものとする。なお通知に当たっては、実施基準第3条に基づき、特定健康診査受診結果通知表と併せて、受診した者が自らの健康状態を自覚し健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深めるために必要な情報を提供するものとする。

4 特定健康診査及び特定保健指導の実施結果については、実施機関が厚生労働省の定める電子的標準様式に基づく電子データとして作成し、取りまとめ、甲の委託を受けて決済を代行する機関（以下「代行機関」という。）である社会保険診療報酬支払基金への送付を行うものとする。

（本人からの請求に基づく情報開示）

第3条 前条の規定に基づき甲の委託を受けて乙の会員の実施機関が実施した特定健康診査について、当該実施機関がその特定健康診査の結果に係るデータを有している場合には、当該実施機関は、特定健康診査の受診者本人の請求に基づき、甲を経由せず、当該データを当該本人に対して開示することができるものとする。

2 前項の規定により開示を行う場合の費用については、当該実施機関が受診者本人から徴収するものとする。

(対象者)

第4条 実施機関は、特定健康診査を実施する場合には、(a)実施機関に対して共済組合の発行する特定健康診査受診券を提示し、(b)次の各号のいずれかの方法（以下これらの方法を個別に「オンライン資格確認等」という。）により実施機関から保険資格の確認を受けた者（任意継続組合員及びその被扶養者を含む。）を対象とするものとし、有効期限等券面の内容を十分に確認の上、実施するものとする。

- (1) オンライン資格確認（マイナ保険証を読み取る際に、顔認証付きカードリーダーを用いる場合の他、パソコンやスマートフォン等の端末を用いる場合を含む。）
- (2) マイナポータルを用いて医療保険の被保険者資格情報を表示した端末の画面の確認
- (3) マイナ保険証及び保険者から被保険者に対して送付される「資格情報のお知らせ」と題する書面の確認
- (4) 保険者が発行する有効期限内の資格確認書の確認
- (5) 有効期限内の組合員証、組合員被扶養者証、船員組合員証、船員組合員被扶養者証の確認

2 実施機関は、特定保健指導を実施する場合には、(a)実施機関に対して共済組合の発行する特定保健指導利用券又は特定健診当日から1週間以内に初回面接を行う場合のセット券（以下「特定保健指導利用券等」という。）を提示し、(b)オンライン資格確認等により実施機関から保険資格の確認を受けた者（任意継続組合員及びその被扶養者を含む。）を対象とするものとし、特定保健指導開始日及び有効期限等券面の内容を十分に確認の上、実施するものとする。

(契約期間)

第5条 この契約の有効期間は、令和7年4月1日から令和8年3月31日までとする。

2 特定保健指導については、実施機関が、前項の有効期間内に実施した特定健康診査の結果に基づく指導を行う対象者に限り、当該指導の終了（実績評価を行う完了のみならず、脱落や資格喪失による途中終了も含む。）する日までを有効期間とする。

(委託料)

第6条 委託料は、別表4「委託料内訳書」のとおりとする。

(委託料の請求)

第7条 実施機関は、特定健康診査については実施後速やかに受診者に結果を通知した後に、特定保健指導については行動計画を策定する初回面接終了後及び計画の実績評価（計画策定日から3か月以上経過後に行う評価）終了後に、それぞれ遅滞なくその結果を取りまとめ、前条の委託料のうち特定健康診査受診券若しくは特定保健指導利用券等の券面に示された受診者あるいは利用者の自己負担分を差し引いた金額（以下「請求額」という。）を、別表4「委託料内訳書」に定める支払条件に基づき、代行機関に請求するものとする。

2 実施機関が特定健康診査あるいは特定保健指導の実施委託に関する集合的な契約を締結している他の契約取りまとめ機関にも所属し、かつ共済組合の一部又は全部がその(他

の契約取りまとめ機関との) 集合的な契約にも参加している場合に、他の契約に参加している当該共済組合の加入者である受診者あるいは利用者がその契約に参加している実施機関にて特定健康診査あるいは特定保健指導を受診若しくは利用する時の委託料の請求は次のように定める。実施内容(特定健康診査の場合は健診項目等、特定保健指導の動機付け支援の場合は実施形態、特定保健指導の積極的支援の場合は実施形態のほか継続的支援における介入回数や介入形態等)が他の契約と本契約との間で一致する場合は、本契約が他の契約と比して単価が最も低い場合に限って、本契約に定める委託料から所定の自己負担額を差し引いた額を請求することとする。また、他の契約の実施内容が本契約の内容と一致しない場合は、実施機関が受診者あるいは利用者に各契約の実施内容等の相違点を説明の上、受診者あるいは利用者が本契約の実施内容等を選択した場合に限り、本契約に定める委託料から所定の自己負担額を差し引いた額を請求することとする。

- 3 第1項における結果の取りまとめ及び代行機関への送付は、厚生労働省の定める電子的標準様式に基づく電子データとして作成し、作成した電子データを格納したファイルを、電子情報処理組織(代行機関の使用に係る電子計算機(入出力装置を含む。以下同じ。))と実施機関の使用に係る電子計算機を電気通信回線で接続した電子情報処理組織をいう。以下同じ。)により、実施後その都度送信するか、ファイルを収録した電子媒体(FD、MO、若しくはCD-R)を実施月の翌月5日までに提出(期限までに必着)する方法を採るものとする。なお、送付の期限が土曜日、日曜日及び国民の休日に当たる場合は、その翌日を期限とする。
- 4 第1項の場合において、電子情報処理組織の使用による請求は、代行機関の使用に係る電子情報処理組織に備えられたファイルへの記録がなされたときに、代行機関に到達したものとみなす。
- 5 特定保健指導においては、第3項に定める電子データの送付に加え、特定保健指導の支援計画及び実施報告書(厚生労働省にて様式例を公表)等、指導過程における各種記録類やワークシート類等について、共済組合が実施機関に求めた場合は、これを提出するものとする。この場合において、実施機関は共済組合のうち請求した者へ電子データ又は紙により直接送付するものとする。

(委託料の支払)

第8条 共済組合は、実施機関から前条の請求があった場合は、その内容を点検し、適当と認めるときは、前条に定める請求に関わる電子データを受理した月の翌月21日(電子情報処理組織の使用による場合であって、代行機関が受理した日が6日から月末までのものは翌々の21日。)を基本として、甲と代行機関との間で定める日に、実施機関に代行機関を通じて請求額を支払うものとする。

- 2 共済組合及び代行機関の点検の結果、結果に関する内容について問題がある場合は、代行機関を通じて請求者(実施機関)に返戻を行うものとする。この場合において、既に実施機関に支払われた委託料については、当該委託料を支払った共済組合又は他の共済組合に対し当該実施機関が有する委託料に係る債権との代行機関を通じた調整、又は、当該実施機関からの代行機関を通じた戻入による調整を行うことができる。

- 3 請求者（実施機関）は前項の返戻を受けた場合において、再度前条第1項の方法により請求を行うことができる。

（委託料の支払における事務取扱）

第9条 実施機関において、オンライン資格確認等と特定健康診査受診券若しくは特定保健指導利用券等の両方を確認せず実施した場合は、当該実施機関の責任・負担とし、共済組合から請求額は支払われないものとする。

- 2 実施機関において、オンライン資格確認等と特定健康診査受診券若しくは特定保健指導利用券等の両方を確認した結果、精巧な偽造等により特に問題ないとは判断できない場合は、共済組合の責任・負担とし、共済組合は請求額については、代行機関を通じて実施機関に支払うものとする。
- 3 実施機関において、特定健康診査受診券若しくは特定保健指導利用券等に記載された内容と異なる業務・請求を行った場合は、当該実施機関の責任・負担とし、共済組合から請求額は支払われないものとする。
- 4 共済組合は、特定保健指導の積極的支援実施期間中に、利用者が組合員資格を喪失した場合は、利用者が属していた保険者が実施機関に資格喪失を連絡することにより利用停止とする。この時、実施機関は利用停止までの結果に関するデータを代行機関へ送付し、共済組合は利用停止までの特定保健指導の実施実績に応じた費用については、代行機関を通じて実施機関に支払うこととする。
- 5 共済組合は、特定保健指導の積極的支援実施期間中に、利用者が参加しなくなった（脱落が確定した）場合は、その時点までの特定保健指導の実施実績に応じた費用については、代行機関を通じて実施機関に支払うこととする。

（再委託の禁止）

第10条 実施機関は、甲が乙に委託する業務の全部又は一部を第三者に委託してはならない。ただし、実施機関が、検査機器の不備等により、健診・保健指導機関に関する「運営についての重要事項に関する規程の概要」（平成25年3月29日付厚生労働省告示第92号に基づき周知するもの）において血液検査等の実施を委託することを予め明示しており、その明示している内容の範囲において業務の一部を委託する場合には、この限りではない。

- 2 前項において実施機関が業務の一部を委託して実施する場合、受診者及び利用者の自己負担金の徴収及び第8条に規定する委託料の請求は実施機関が一元的に行うこととし、実施機関から業務の一部を受託した機関は受託した検査（眼底検査においては判断も含む。）のみを行うものとする。

（譲渡の禁止）

第11条 実施機関は、甲が乙に委託する業務の全部又は一部を第三者に譲渡してはならない。

(事故及び損害の責任)

第12条 実施機関が、業務の実施中に生じた事故及びその業務により生じた事故及び損害については、共済組合及び乙に故意又は重過失がない限り、実施機関がその負担と責任において処理に当たるものとする。

- 2 前項の場合において、実施機関に故意又は重過失がない限り、その負担と責任について実施機関は共済組合及び乙と協議するものとする。
- 3 前2項については、乙と実施機関との契約等を両者遵守するものとする。

(個人情報保護)

第13条 実施機関が当該業務を実施するに当たっては、特定健康診査あるいは特定保健指導の記録の漏えいを防止すると共に、実施担当者には守秘義務を課す等、関係法令を遵守することに加え、別紙1「個人情報取扱注意事項」や「医療・介護関係事業者における個人情報の適切な取扱いのためのガイダンス」(平成29年4月14日、個人情報保護委員会 厚生労働省)及び各都道府県において定める個人情報の適切な取扱いに係る条例等に基づき、必要な個人情報保護対策を講じ、上記の事項やガイドライン等を遵守するものとする。

- 2 前項については、乙と実施機関との契約等において両者遵守するものとする。
- 3 前2項は、第10条の規定により再委託を行う場合の再委託先にも適用する。

(業務等の調査等)

第14条 共済組合は、健診・保健指導機関に関する「重要事項に関する規程の概要」に関する実施機関の公表内容等に関し詳細を確認する等、共済組合が必要と認めるときは、乙に対し実施機関における業務の実施状況等を照会し、調査及び報告を求めることができる。

- 2 共済組合から前項の照会があった場合は、乙は速やかに対応するものとする。

(契約の解除)

第15条 甲又は乙は、甲又は乙がこの契約に違反した場合は、この契約を解除できるものとする。

- 2 前項に関わらず、甲は、前条の照会結果等から、健診・保健指導機関に関する「重要事項に関する規程の概要」に関する乙及び実施機関の公表内容等が事実と異なり、それにより共済組合に大きな影響がある場合は、別表2「実施機関一覧表」より当該実施機関を削除しこの契約から解除できるものとする。

(反社会的勢力の排除)

第16条 甲及び乙は、それぞれ相手方に対し次の各号の事項を確約する。

- (1) 自らが、暴力団、暴力団関係企業、総会屋若しくはこれらに準ずる者又はその構成員(以下、総称して「反社会勢力」という。)ではないこと。
- (2) 自らの役員(業務を遂行する役員、取締役、執行役又はこれらに準ずる者をいう。)が反社会的勢力でないこと。

- (3) 反社会的勢力に自己の名義を利用させ、本契約を締結するものではないこと。
- (4) 本契約の有効期間内に、自ら又は第三者を利用して、次の行為をしないこと。
- ア 相手方に対する脅迫的な言動又は暴力を用いる行為。
- イ 偽計又は威力を用いて相手方の業務を妨害し、又は信用を毀損する行為。

(協 議)

第17条 この契約の履行に疑義が生じたとき及び、この契約書に定めのない事項が生じたときは、必要に応じて、甲・乙誠意を持って協議の上決定するものとする。

甲及び乙は、この契約を証するため、本契約書3通を作成し、甲・乙記名押印の上、各自1通を保有するものとする。

令和7年3月31日

委託者（甲）

一般社団法人共済組合連盟
東京都千代田区富士見1-7-5
会 長 山 崎 泰 彦

受託者（乙）

公益社団法人日本人間ドック・予防医療学会
東京都千代田区三番町9-15
理事長 荒 瀬 康 司

一般社団法人日本病院会
東京都千代田区三番町9-15
会 長 相 澤 孝 夫

別表 3

健診等内容表

区分		内容	
特定健康診査※7	基本的な健診の項目	既往歴の調査(服薬歴及び喫煙習慣の状況に係る調査を含む)※1	
		自覚症状及び他覚症状の検査	
		身体計測	身長
			体重
			腹囲
			BMI
		血圧	収縮期血圧
			拡張期血圧
		血中脂質検査※2 (中性脂肪はどちらかの項目の実施で可)	空腹時中性脂肪
			随時中性脂肪※2
			HDL-コレステロール
			LDL-コレステロール※3
		肝機能検査	AST(GOT)
	ALT(GPT)		
	γ-GT(γ-GTP)		
	血糖検査※4 (いずれかの項目の実施で可)	空腹時血糖	
		ヘモグロビンA1c	
随時血糖			
尿検査※5	糖		
	蛋白		
詳細な健診の項目(医師の判断による追加項目)※6	貧血検査	赤血球数	
		血色素量	
		ヘマトクリット値	
	12誘導心電図		
	眼底検査		
血清クレアチニン及びeGFR			
特定保健指導※8	動機付け支援 (動機付け支援相当を含む。)	I 初回面接 ① 個別面接1回(20分以上)又は ② グループ面接(概ね8名以下)1回(概ね80分以上) II 実績評価 3か月後の実績評価を面接又は通信(電子メール、電話、FAX、手紙等)で実施	
	積極的支援	初回面接の形態	① 個別面接1回(20分以上)又は ② グループ面接(概ね8名以下)1回(概ね80分以上)
		3か月以上の継続的な支援	実施ポイント数 180ポイント以上 (アウトカム評価) ◆主要達成目標・・・2cm・2kg減少(180ポイント) ◆行動変容等の評価 (1cm・1kg減少・食習慣・運動習慣・喫煙習慣・休養習慣・その他の生活習慣の改善) (プロセス評価) ◆個別支援、グループ支援、電子メール・チャット等通信支援、電話支援等 ◆健診後早期の保健指導

	終了時評価の形態	3ヶ月後の実績評価を面接又は通信(電子メール・チャット、電話、手紙等)で実施
--	----------	----------------------------------------

- ※1 別紙2質問票については、当該機関にて準備することとする。
- ※2 やむを得ず空腹時以外に採血を行う場合は、食直後を除き随時中性脂肪により脂質検査を行うことを可とする。(空腹時とは絶食10時間以上とする)
- ※3 中性脂肪が400mg/dl以上である場合又は食後採血の場合は、LDLコレステロールに代えNon-HDLコレステロール(総コレステロールからHDLコレステロールを除いたもの)で評価を行うことができる。
- ※4 血糖検査において、健診実施前に食事を摂取している等により空腹時血糖が測定できない場合はヘモグロビンA1cを測定すること。
なお、食直後(食事開始時から3.5時間未満)を除き随時血糖による血糖検査を行うことを可とする。
- ※5 生理中の女性や、腎疾患等の基礎疾患があるために排尿障害を有している者に対する尿検査については、検査不能として実施を行わない場合も認めるものの、その他の項目については全て実施すること。実施されなかった場合は完全に実施するまで何度も実施するか、未実施扱いとする(この場合共済組合から乙に委託費用は支払われない)。
- ※6 詳細な健診の項目(医師の判断による追加項目)を実施する場合は、受診者に十分な説明を行うと共に、医療保険者に送付する結果データにおいてその理由を詳述することとする。
- ※7 特定健康診査の結果を受診者に通知する際には、結果内容に合わせた、実施基準第3条に基づく必要な情報を提供するものとする。また、当該結果通知を対面により実施する場合、受診した者と特定健康診査の実施後速やかに面談できない場合は郵送により実施するものとする。
- ※8 別表2に掲げる実施機関のうち特定保健指導を受託する機関は、自機関で特定健康診査を実施していない場合でも特定保健指導を実施することとする。

委託料内訳書

区 分		1人当たり委託料単価 (消費税含む。)	支払条件※1	
特定健康診査※2	基本的な健康診査の項目	7,150円	健診実施後に一括	
	詳細な健診項目 (医師の判断による追加項目)	貧血検査		242円
		心電図検査		1,430円
		眼底検査		1,232円
		血清クレアチニン検査及びeGFR		121円
特定保健指導	動機付け支援 (動機付け支援相当を含む。) ※3	8,470円	・面接による支援終了後に左記金額から初回時に全額徴収する自己負担分を差し引いた共済組合負担額の8/10を支払※4 残る2/10は実績評価終了後に支払	
	積極的支援	25,120円	・初回時の面接による支援終了後に左記金額から初回時に全額徴収する自己負担分を差し引いた共済組合負担額の4/10を支払※4 ・残る6/10(内訳としては3か月以上の継続的な支援が5/10、実績評価が1/10)は実績評価終了後に支払 ・3か月以上の継続的な支援実施中に脱落等により終了した場合は、左記金額から初回時に全額徴収する自己負担分を差し引いた共済組合負担額の5/10に実施済みポイント数の割合を乗じた金額を支払	

- ※1 特定健康診査の定率自己負担額の算出又は特定保健指導の各回の支払額が分割比率の関係で小数点以下の端数が生じる場合は、四捨五入により1円単位とする。
- ※2 委託料単価には、電子的標準様式データの作成、受診者への結果通知や情報提供に要する費用を含んだものとする。
- ※3 利用者に対し動機付け支援(動機付け支援相当を含む。)を実施し、3か月経過後に実績評価を行うに至った段階で、利用者が被保険者資格を喪失している場合であっても、共済組合は共済組合負担額の残り2/10の費用については、代行機関を通じて実施機関に支払うこととする。ただし、実績評価前に利用者が属していた共済組合が実施機関に資格喪失を連絡し、利用停止について双方が確認した場合は、この限りではない。
- ※4 動機付け支援及び積極的支援(動機付け支援相当を除く。)の初回面接を分割して実

施する際、やむを得ず初回分割面接 2 回目が実施できなかった場合で、実施機関が、対象者に初回分割面接 1 回目を実施する前に初回分割面接 2 回目を受けるように説明しており、かつ以下のいずれかに該当する場合には、実施機関は「初回未完了」として共済組合に連絡し、その対応を確認した上で費用請求ができることとする。
(実施機関の責により実施できなかった場合は、費用請求はできない。)

- イ 初回分割面接 2 回目を実施する前に対象者が資格喪失した場合。
- ロ 初回分割面接 2 回目を実施するために、電話や文書送付等の方法を用いて、対象者に複数回連絡を取ろうと試みたが、連絡が取れなかった場合。なお、実施した連絡等の事蹟は、請求する XML（厚生労働省の定める電子的標準様式に基づく電子データ（XML 形式）をいう。ハにおいて「請求 XML」という。）の初回面接情報に記載すること。
- ハ 初回分割面接 1 回目を実施後、電話等により対象者と連絡が取れたものの、対象者が初回分割面接 2 回目の実施を拒否した場合。なお、この場合であっても当該電話等において、行動計画を完成させる（初回分割面接 2 回目を終了させる）よう試みること。また、その事蹟は、請求 XML の初回面接情報に記載すること。

個人情報取扱注意事項

1 基本的事項

実施機関は、個人情報の保護の重要性を認識し、この契約による業務の実施に当たっては、個人の権利利益を侵害することのないよう、個人情報を適切に取り扱わなければならない。

2 秘密の保持

実施機関は、この契約による業務に関して知ることができた個人情報をみだりに他人に知らせてはならない。この契約が終了し、又は解除された後においても同様とする。

3 収集の制限

(1) 実施機関は、この契約による業務を処理するために個人情報を収集するときは、業務の目的を明確にするとともに、業務の目的を達成するために必要な範囲内で、適法かつ公正な手段により行わなければならない。

(2) 実施機関は、この契約による業務を処理するため個人情報を収集するときは、本人から収集し、本人以外から収集するときは、本人の同意を得た上で収集しなければならない。

4 利用及び提供の制限

実施機関は、この契約による業務に関して知り得た個人情報を契約の目的以外の目的のために利用し、又は第三者に提供してはならない。

5 適正管理

実施機関は、この契約による業務に関して知り得た個人情報の漏洩、滅失及びき損の防止その他の個人情報の適切な管理のために必要な措置を講じなければならない。

6 再委託の禁止

実施機関は、この契約による業務を行うための個人情報の処理は、自ら行うものとし、第三者にその処理を提供してはならない。ただし、実施機関が、健診・保健指導機関に関する「運営についての重要事項に関する規程の概要」において血液検査等の実施を委託することを予め明示しており、その明示している内容の範囲において業務の一部を委託する場合には、この限りではない。

7 資料等の返還等

実施機関は、この契約による業務を処理するために共済組合から引き渡され、又は実施機関自らが収集し、若しくは作成した個人情報が記録された資料等は、業務完了後直

ちに共済組合に返還し、又は引き渡すものとする。ただし、共済組合が別に指示したときは、その指示に従うものとする。

8 従事者への通知

実施機関は、この契約による業務に従事している者に対して、在職中及び退職後において、その業務に関して知ることのできた個人情報を他に漏らしてはならないこと及び契約の目的以外の目的に使用してはならないことなど、個人情報の保護に関し必要な事項を周知するものとする。

9 実地調査

共済組合は、必要があると認めるときは、実施機関がこの契約による業務の執行に当たり取り扱っている個人情報の状況について、随時実地に調査することができる。

10 事故報告

実施機関は、この契約に違反する事態が生じ、又は生じるおそれがあることを知ったときは、速やかに共済組合に報告し、共済組合の指示に従うものとする。

別紙2

質問票

	質問項目	回答
1-3	現在、aからcの薬の使用の有無※	
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ
2	b. インスリン注射又は血糖を下げる薬	①はい ②いいえ
3	c. コレステロール、中性脂肪を下げる薬	①はい ②いいえ
4	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、治療を受けたりしたことがありますか。	①はい ②いいえ
5	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、治療を受けたりしたことがありますか。	①はい ②いいえ
6	医師から、慢性腎臓病や慢性の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。	①はい ②いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。	①はい ②いいえ
8	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、条件1と条件2を両方満たす者である。 条件1：最近1ヶ月間吸っている 条件2：生涯で6ヶ月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている）	① はい（条件1と条件2を両方満たす） ② 以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない（条件2のみ満たす） ③ いいえ（①②以外）
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している。	①はい ②いいえ
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施	①はい ②いいえ
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	①はい ②いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ
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。	①何でもかんで食べることができる 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 ③ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速い。	①速い ②ふつう ③遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
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。	①毎日 ②時々 ③ほとんど摂取しない
17	朝食を抜くことが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。（※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者）	① 毎日 ② 週5～6日 ③ 週3～4日 ④ 週1～2日 ⑤ 月に1～3日 ⑥ 月に1日未満 ⑦ やめた ⑧ 飲まない（飲めない）
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合（アルコール度数15度・180ml）の 目安：ビール（同5度・500ml）、 焼酎（同25度・約110ml）、 ワイン（同14度・約180ml）、 ウイスキー（同43度・60ml）、 缶チューハイ（同5度・約500ml、同7度・約350ml）	① 1合未満 ② 1～2合未満 ③ 2～3合未満 ④ 3～5合未満 ⑤ 5合以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	①はい ②いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。	①改善するつもりはない ②改善するつもりである（概ね6か月以内） ③近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる（6か月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上）
22	生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ

※医師の診断・治療のもとで服薬中の者を指す。