

栄養療法 問診票

令和 年 月 日

ふりがな	男・女	年齢	歳
氏名	生年月日	T・S・H・R	年 月 日
住所 (〒 -)			
電話番号 自宅 :		携帯 :	

① ご希望をお聞かせください。

- 採血で自分の栄養状態・健康状態を知りたい 自分に合ったサプリメント処方の希望
 各種点滴・注射 バイオロジカル検査
 その他のご要望があればご記入ください ()

② 身長 cm 体重 Kg

③ 今までにあった不調などについてお書きください

(例：夜泣きがひどい、風邪を引きやすかった、生理痛がひどかった、頭痛、朝起きられない、など何でもお書きください)

0～3歳	
4～9歳	
10代	
20代	
30代	
40代	
50代	
60代～	

⑤ アレルギーについて

- 薬品アレルギー ・ない ・ある ()
食品・その他アレルギー ・ない ・ある ()

⑥ 家族構成 (食事を準備される方に○をつけてください)

⑦ ご職業について(具体的に)

職種 : 休日 : 週 回
勤務時間 (: ~ :) 休憩時間 (: ~ :)
通勤について (約 分 ・ 電車 ・ 車 ・ 徒歩 ・ その他)

- ⑧ 運動について ・している (種類 頻度) ・していない
- ⑨ 睡眠について 平均睡眠時間 (時間)
- 寝つき ・良い ・ふつう ・悪い
- 目覚め ・良い ・ふつう ・悪い
- 夜中に起きる ・起きない ・時々起きる (週 回) ・よく起きる
- 就寝時間 ・規則的 ・不規則
- ⑩ 排便について ・毎日 ・不規則 (週 回くらい)
- 便の状態 ・良い (バナナ状) ・下痢 ・やわらかい ・硬い ・コロコロ ・臭いが強い
- ⑪ 喫煙 ・吸わない ・吸う (1日 本)
- ⑫ 飲酒 ・飲まない ・飲んでいた ・飲む (種類と量)
- ⑬ 現在のお薬について ・ない ・ある (薬品名)
- ⑭ 現在のサプリメントについて ・飲んでいない ・飲んでいる (種類)
- ⑮ 食習慣について (当てはまるものに○をつけてください)

1. 食欲はありますか ・ある ・普通 ・ない
2. 1日の食事回数 ・朝食 ・昼食 ・夕食 ・間食 ・夜食
3. 食事の量 ・適量 ・満腹ぎり ・不足ぎり
4. 食事にかかる時間 ・15分以下 ・30分 ・60分
5. 甘いもの、菓子類 ・とらない ・時々 ・とる ・多い
6. 飲み物 ・とらない ・とる (種類)
7. 夕食から就寝までの時間 (時間)
8. 外食や総菜の利用 ・しない ・する (週に 回くらい)
- ファーストフード ・とらない ・時々とる ・よくとる
9. 炭水化物 (ごはん・パン・麺) ・とらない ・ふつう ・よくとる
- ご飯の量はどのくらいですか ・茶碗ふつう盛 ・茶碗中盛 ・茶碗大盛 ・それ以上

10. 日常の食事パターンを教えてください (飲み物、お菓子なども記入)

	朝食	昼食	夕食	間食	間食
時間					
食事内容・分量 おまかな					

例) 豚肉スライス 5枚分、魚1切れ、卵2個分、サラダ片手1杯分など

11. 女性の方のみお答えください (患者様がお子様の場合には、お母様についてお答えください)

- ・月経について: 周期 ()日 生理痛 なし ・ あり
- 出血量 少ない ・ふつう ・多い
- 生理前症状 なし ・ あり (症状:)
- ・出産したことがありますか いいえ ・ はい (歳、 歳、 歳、 歳)
- 現在 妊娠中 ・ 授乳中
- 分娩方法 帝王切開 ・ 普通分娩
- 妊娠中や出産時で何か問題はありましたか ()

栄養チェック情報シート①

記入日：令和 年 月 日

氏名：

「ない・減多にない」…症状が起きる頻度は1ヶ月に数回程度かそれ以下。生活に支障をきたすほどではない

「たまにある」…症状はストレス、食事、疲労、あるいはその他特定できる要因と関連して発症する

「度々ある」…症状は1週間に2～3回ある

「頻繁にある」…症状が1週間に4回以上起こる。もしくは定期的に起こる

1	スポーツあるいは肉体労働をする	いいえ	はい		
2	歩くのは1日20分以下	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
3	女性の方：有経である（生理がある）	いいえ	はい		
4	女性の方：妊娠または授乳中である	いいえ	はい		
5	女性の方：10年以内に出産している	いいえ	はい		
6	ピロリ菌がいる	いいえ	はい	不明	
7	急に体重が減った	いいえ	はい		
8	急に体重が増えた	いいえ	はい		
9	たちくらみ、めまいがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
10	耳鳴りがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
11	肩こり、筋肉の痛みがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
12	頭痛、頭重になりやすい	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
13	よくアザができる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
14	階段を上ると疲れる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
15	手足が冷える	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
16	あごの回りにニキビができる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
17	のどに不快感がある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
18	音に敏感である	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
19	不快な夢を見る	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
20	疲れやすい/疲れがとれにくい/だるい	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
21	朝起きられない/午前中は調子が悪い	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
22	日中急に眠気におそわれることがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
23	足がつりやすい	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
24	風邪をひきやすい	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
25	洗髪時、髪が抜けやすい	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
26	爪に白い斑点がある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
27	爪がもろい・薄い/変形している	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
28	肌が乾燥する	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
29	にきび・吹き出物・肌荒れが気になる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
30	傷の治りが悪い、痕が残りやす	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
31	皮膚が日光に敏感である	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
32	ネックレスなどで皮膚炎が起こる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
33	ガスが溜まりやすい・臭いが気になる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
34	食後に過剰にゲップが出る	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
35	食後に胃もたれや胸やけがする	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
36	胃薬を使うことがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
37	少量食べただけで満腹になる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
38	口内炎、口角炎ができる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
39	歯ぐきからの出血がある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
40	知覚過敏がきになる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある

栄養チェック情報シート②

記入日：令和

年

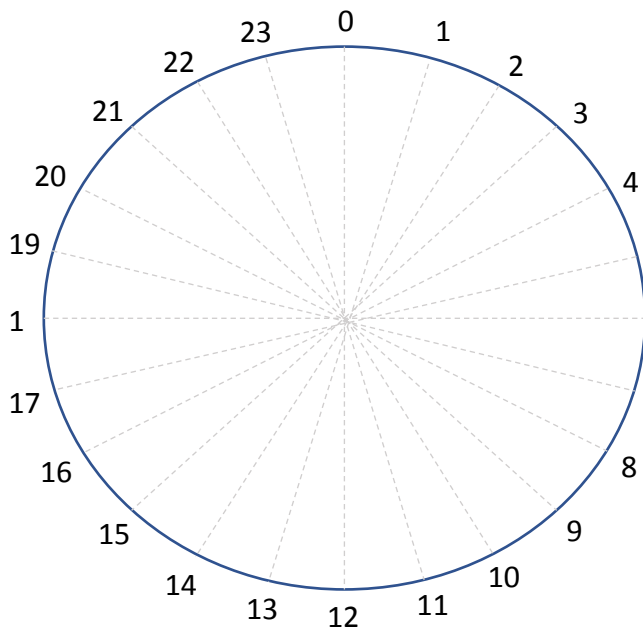
月

日

氏名：

41	顎の関節に違和感や痛みがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
42	食べ物が飲み込みにくいことがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
43	舌に溝がある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
44	舌がむくんで嚙んでしまうことがある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
45	味覚や嗅覚に異常がある	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
46	口臭が気になる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
47	やる気が起きない	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
48	集中力が衰えたと思う	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
49	記憶力が衰えたと思う	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
50	つまらないことにくよくよする	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
51	イライラする、怒りっぽい	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
52	ストレスが多い	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
53	対人関係がうまくいかず、辛いと感じる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
54	毎日が憂鬱である	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
55	うっかりミスが多くなっている	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある
56	コーヒーや紅茶に砂糖を入れる	ない・減多にない	たまにある	度々ある	頻繁にある

< 1日のスケジュール >



〈例〉

