栄 養 相 談 用 問 診 票

銀座医院

フリガナ			記入日	年　月　日
氏　名	（　）歳		職　業	
身　長	cm	体脂肪率　%	仕事内容	
体　重	kg 最も重い体重　kg / ダイエット歴　年　ヶ月前　kgまで減量			
体重測定	毎日・（週・月　回 測定）記録している ・ 測る習慣がない ・ 体重計がない			
仕　事 日中の過ごし方	座位/デスクワーク中心・立ち仕事中心・どちらも半々・その他（　）			
通勤 片道	時間　分（電車　分）・（バス　分）・（車　分）・（自転車　分）・（徒歩　分）			
同居・調理担当	1人・妻・夫・子ども・父・母・兄弟・祖父母・孫・家族以外 ★主な調理担当者には◎			
起床・就寝時間	起床（　：　）・就寝（　：　）	交代勤務（　）休日の起床（　：　）		
睡　眠	平均　時間（夜中　回起きる）・（朝なかなか起きられない・寝つきが悪い）			
食事回数	毎日3食食べる ・（朝・昼・夜）は食べないことが多い ・ 休日は朝昼兼用で2食			
間食・おつまみ	よく食べるもの（　）			
よく飲むもの	水・お茶・紅茶・コーヒー（砂糖入り、砂糖無）・野菜ジュース・牛乳・豆乳（　）			
アルコール	無・毎日・週　回・月　回 /種類と量（　）			
喫　煙	無・ 有 1日　本（電子タバコも含む）・ 禁煙した（　）歳			
健康食品・サプリ	無 ・ 有（　）			
体を動かすこと	今行っている運動（　） 毎日・週・月　回　学生時代（　）			
気になる体調	便秘 ・ 下痢 ・ 肌荒れ ・ 頭痛 ・ 肩こり ・ 腰痛 ・ 膝痛 ・ 冷え ・ 抜け毛 イライラ ・ よく眠れない ・ 疲れやすい ・ 強いストレス ・ むくみ その他（　）			
歯の状態と管理	【硬い食べ物】問題なく噛める ・ 食べにくい【歯科通院】定期的・不定期・現在治療中			
病　歴 気をつけて いること				
相談したいこと 聞きたいこと				

《 備 考 》