



SHL 入会 問診票

※健康状態についてお伺いします。できるだけ正確にお答え下さい。 記入日：R. 年 月 日

フリガナ 氏名 _____ 年齢：_____ 歳 男・女
身長：_____ cm 体重：_____ kg 血圧：_____ / _____ mmHg 脈拍 _____
SHL ID：_____ 会員種別 _____ CL ID：_____

1. 現在行っている運動があれば記入してください。

	種 目	継続年数	実施頻度	実施時間(時間/回)
1		年	/週	/回
2		年	/週	/回
3		年	/週	/回

2. 現在までの運動歴を記入してください。

	種 目	継続年数	実施頻度	実施時間(時間/回)
1		年	/週	/回
2		年	/週	/回
3		年	/週	/回

3. 運動を行う目標、ご希望をお書き下さい。

--

4. これまでの主な登山・旅行歴（標高の高い順）と高山病の有無をお聞かせ下さい。

(_____ 年 名称： _____ 高度： _____ m 高山病： 有・無)

(_____ 年 名称： _____ 高度： _____ m 高山病： 有・無)

5. 現在、みどりクリニック以外で治療中の疾患・病院がある場合、ご記入をお願いします。□ なし

① (_____) 病院 _____ 科 疾患名： _____ 投薬 なし・あり

② (_____) 病院 _____ 科 疾患名： _____ 投薬 なし・あり

--

6. 40歳以上の方はお答え下さい。年に1回は健康診断を受けていますか？

はい いいえ (最終健診： _____)

7. 過去の病気について伺います。当てはまる項目があれば☑してください。

- 腎臓病 (既往・治療中) 肝臓病 (既往・治療中) 高脂血症 (既往・治療中)
 骨粗鬆症 (既往・治療中) 甲状腺疾患(既往・治療中) 脳卒中 (既往・治療中)
 糖尿病 (既往・治療中) 高血圧 (既往・治療中) 狭心症 (既往・治療中)
 心筋梗塞 (既往・治療中) 心肥大 (既往・治療中) 不整脈 (既往・治療中)
 心雑音・弁膜症 (既往・治療中) 貧血 (既往・治療中) 気管支喘息 (既往・治療中)
 呼吸器系疾患 (既往・治療中) その他 () (既往・治療中)
 なし

8. 以下の質問について当てはまる項目があれば☑してください。

- 今までに心臓に問題があると言われたことがある
 運動中に胸の痛みを感じたことがある
 過去1ヶ月の間に運動中以外にも胸の痛みを感じたことがある
 最近、めまいやふらつきがある
 血圧が高い (間隔を置いた少なくとも2回の血圧測定値 \geq 140/90mmHg)
 喫煙習慣がある
 家族に心臓病と診断された方がいる
 なし

9. ご家族(血縁者)で下記の疾患により55歳以下で亡くなられた方がありますか？

- はい 続柄 () いいえ
 ・悪性腫瘍 ・心筋梗塞 ・心臓病 ・狭心症 ・若年性突然死

10. 生活習慣について、当てはまる項目に☑してください。

①アルコールは平均して1週間に何日くらい飲みますか？

- 全く飲まない 週に2日以内 週に3~5日 週に6日以上

②日常生活(仕事)でからだを動かしたり、歩き回ったりすることが多いですか？

- 少ない 中程度である 多い

③睡眠時間は1日平均何時間くらいですか？また、起床時間は何時ですか？

*睡眠時間 : 約 _____ 時間 / *起床時間 : _____ 時 _____ 分頃

11. 健康診断を入会時に希望する。 はい 希望しない

上記、ご記入内容にお間違えなければご署名・捺印お願いします。

令和_____年_____月_____日

ふりがな

ご氏名 _____ 印

ふりがな

保護者 ご氏名 _____ 続柄 ()

※メディカルチェック 必要なし 必要 必ずしも必要ない 負荷心電図必須※他院伺い書 必要なし 必要 () 病院 () 先生

担当 Tr. _____