

食生活と生活習慣に関するアンケート「レイアウトの工夫について」

基本情報項目の家族構成欄

◆想定される家族の例はいろいろある

- (例1) 両親と同居、兄は独立、妹2人（1人は大学で寮生活）
- (例2) 娘夫婦・孫2人と同居、息子は結婚して独立
- (例3) 地方から上京して一人暮らし、実家は両親と弟の3人家族

◆記入方法がわかりにくい例

家族構成		書式がおおざっぱすぎて、 何を書けばよいかわからない
家族構成	人	続柄
家族構成	<input type="checkbox"/> 夫 <input type="checkbox"/> 妻 <input type="checkbox"/> 父 <input type="checkbox"/> 母 <input type="checkbox"/> 祖父 <input type="checkbox"/> 祖母 <input type="checkbox"/> 兄 <input type="checkbox"/> 弟 <input type="checkbox"/> 姉 <input type="checkbox"/> 妹 <input type="checkbox"/> 子ども <input type="checkbox"/> その他（ ）	
		続柄の書き方がよくわからない
		チェック欄に問題あり ・一人しかチェックできない ・同居／別居がわからない

◆家族構成で、最低限必要と考えられる情報

- ・知りたいのはその人の生活スタイル
- ・一人暮らし or 家族と同居（それは誰か）

(案1)

同居・別居	続柄	年齢
<input type="checkbox"/> 家族と同居		
<input type="checkbox"/> 一人暮らし		

(案2)

続柄	年齢	同居／別居
		<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居
		<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居
		<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居
		<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居

(例3)

家族氏名	続柄	年齢	同居／別居	電話番号	職業／学校	既往歴
			<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居			
			<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居			
			<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居			
			<input type="checkbox"/> 同居 <input type="checkbox"/> 別居			

(注) ・必要に応じて情報を追加することは可能

- ・ただし個人情報の記載欄は注意が必要！（本当に必要な情報かどうかよく検討する）
- ・家族の人数を想定して枠を用意する必要がある（4行では足りない？）

健康診断結果の記入欄について

(記入欄がわかりにくいケース)

身体計測	身長	(cm)	血圧	最大	(mmHg)
	体重	(kg)		最小	(mmHg)
	BMI	(kg/m ²)			
	腹囲	(cm)			
脂質系	中性脂肪	(mg/dl)	肝機能	AST (GOT)	(U/L)
	HDL コレステロール	(mg/dl)		ALT (GPT)	(U/L)
	LDL コレステロール	(mg/dl)		γ-GT (γ-GTP)	(U/L)
	総コレステロール	(mg/dl)			
血糖	空腹時血糖値	(mg/dl)	血液系	ヘマトクリット値	(%)
	ヘモグロビン A1c	(%)		血色素量	(g/dl)
				赤血球数	(10 ⁴ /mm ³)
腎機能	尿蛋白	(+/-)	その他	心電図所見	
	尿素窒素	(mg/dl)		眼底検査	
	クレアチニン	(mg/dl)			

- ・ 記入スペースが狭くて書きにくい
- ・ 記入欄が判別しにくい
- ・ そもそも記入欄に見えない

↓

(改善方法)

- ・ 区切り線を入れて記入欄をわかりやすくする
- ・ 記入欄に下線を入れて書き込む位置を明確にする
- ・ 記入してもらえそうなメッセージを付け加える

空欄に健康診断結果を記入してください など

◎健康診断結果

(あなたの結果)

(男性平均)

(女性平均)

身体計測	身長 (cm)	171.92 (cm)	158.94 (cm)
	体重 (kg)	67.48 (kg)	51.08 (kg)
	BMI (kg/m)	18.5~24.9 (kg/m)	18.5~24.9 (kg/m)
	腹囲 (cm)	81.5	68.1
脂質系	中性脂肪 (mg/dl)	30~149(mg/dl)	
	HDL コレステロール (mg/dl)	40~119(mg/dl)	
	LDL コレステロール (mg/dl)	60~119(mg/dl)	
	総コレステロール (mg/dl)	140~199(mg/dl)	
血糖	空腹時血糖値 (mg/dl)	99(mg/dl) 以下	
	ヘモグロビン Alc (%)	5.5(%)以下	
腎機能	尿蛋白 (+/-)	陰性 (-)	
	尿素窒素 (mg/dl)	8.6~22.9(mg/dl)	
	クレアチニン (mg/dl)	1.00(mg/dl) 以下	0.70(mg/dl) 以下
血圧	最大 (mmHg)	130(mmHg)未満	
	最小 (mmHg)	85(mmHg)未満	
肝機能	AST (GOT) (U/L)	30(U/L)以下	
	ALT(GPT) (U/L)	30(U/L)以下	
	γ-GT (γ=GTP) (U/L)	50(U/L)以下	
血液系	ヘマトクリット値 (%)	38.5-48.9(%)	35.5-43.9(%)
	血色素量 (g/dl)	13.1-16.6(g/dl)	12.1-14.6(g/dl)
	赤血球数 (10/mm)	400-539(10/mm)	360-489(10/mm)
その他	心電図所見		
	眼底検査		

※身長、体重は男女ともに30代のものとする。また、血圧は正常値血圧を基準とする。

(① 健康診断結果の記入欄)

身体計測	身長 体重 BMI 周囲	____ (cm) ____ (kg) ____ (kg/m ²) ____ (cm)	血圧	最大 最小	____ (mmHg) ____ (mmHg)
脂質系	中性脂肪 HDL コレステロール LDL コレステロール 総コレステロール	____ (mg/dl) ____ (mg/dl) ____ (mg/dl) ____ (mg/dl)	肝機能	AST(GOT) ALT(GPT) γ-GT(γ-GTP)	____ (U/L) ____ (U/L) ____ (U/L)
血圧	空腹時血糖値 ヘモグロビン Alc	____ (mg/dl) ____ (%)	血液系	ヘマトクリット値 血色素量 赤血球数	____ (%) ____ (mg/dl) ____ (10 ⁴ /mm ³)
腎機能	尿蛋白 尿素窒素 クレアチニン	____ (+/-) ____ (mg/dl) ____ (mg/dl)	その他	心電図所見 眼底検査	

* 健康診断の結果を記入してください。

身体計測	身長	(cm)
	体重	(kg)
	BMI	(kg/m ²)
	腹囲	(cm)
脂質系	中性脂肪	(mg/dl)
	HDL コレステロール	(mg/dl)
	LDL コレステロール	(mg/dl)
	総コレステロール	(mg/dl)
血糖	空腹時血糖値	(mg/dl)
	ヘモグロビン A1c	(%)
腎機能	尿蛋白	(+/-)
	尿素窒素	(mg/dl)
	クレアチニン	(mg/dl)
血圧	最大	(mmHg)
	最小	(mmHg)
肝機能	AST (GOT)	(U/L)
	ALT (GPT)	(U/L)
	γ-GT (γ-GTP)	(U/L)
血液系	ヘマトクリット値	(%)
	血色素量	(g/dl)
	赤血球数	(10 ⁴ /mm ³)
その他	心電図所見	
	眼底検査	

		今回	判定	前回	判定	前々回	判定
身体計測	身長 (cm)						
	体重 (kg)						
	BMI(kg/m ²)						
	腹囲 (cm)						
脂質系	中性脂肪(mg/dl)						
	HDL コレステロール(mg/dl)						
	LDL コレステロール(mg/dl)						
	総コレステロール(mg/dl)						
血糖	空腹時血糖値 (mg/dl)						
	ヘモグロビン Alc (%)						
腎機能	尿蛋白 (+/-)						
	尿素窒素 (mg/dl)						
	クレアチニン (mg/dl)						
血圧	最大 (mm Hg)						
	最小 (mm Hg)						
肝機能	AST (GOT) (U/L)						
	ALT(GPT) (U/L)						
	γ-GT (γ-GTP) (U/L)						
血液系	ヘマトクリット値 (%)						
	血色素量 (d/dl)						
	赤血球数 (10 ⁴ /mm)						
その他	心電図所見	異常あり		/	異常なし		
	眼底検査	異常あり		/	異常なし		

身体測定	身長	cm
	体重	kg
	BMI	kg/m ²
	腹囲	cm
血圧	最大	mmHg
	最小	mmHg
血糖	空腹時血糖値	mg/dl
	ヘモグロビン Alc	%
血液系	ヘマトリクトット値	%
	血色素量	g/dl
	赤血球数	10 ⁴ /mm ³
脂質系	中性脂肪	mg/dl
	HDL コレステロール	mg/dl
	LDL コレステロール	mg/dl
	総コレステロール	mg/dl
肝機能	AST (GOT)	U/L
	ALT (GPT)	U/L
	γ-GT (γ-GTP)	U/L
腎機能	尿蛋白	+/-
	尿素窒素	mg/dl
	クレアチニン	mg/dl
その他	心電図所見	眼底検査

・健康診断結果記入欄

お持ちの健康診断結果を参照に、下線部についてご記入願います。

検査項目 (正常値)		今回 (2017.10.17)
身体計測	身長 (平均 166.25)	<u>□□□.□</u> (cm)
	体重 (平均 64.75)	<u>□□.□</u> (kg)
	BMI (18.5~24.9)	<u>□□.□</u> (kg/m ²)
	腹囲 (~84.9)	<u>□□.□</u> (cm)
脂質系	中性脂肪 (30~149)	<u>□□□</u> (mg/dl)
	HDL コレステロール (40~119)	<u>□□□</u> (mg/dl)
	LDL コレステロール (60~119)	<u>□□□</u> (mg/dl)
	総 コレステロール (199)	<u>□□□</u> (mg/dl)
血糖	空腹時血糖値 (~99)	<u>□□□</u> (mg/dl)
	ヘモグロビン A1c (~5.5)	<u>□□</u> (%)
その他	心電図所見	
	眼底検査	

検査項目 (正常値)		今回 (2017.10.17)
血圧	最大 (129)	<u>□□□</u> (mm Hg)
	最小 (84)	<u>□□□</u> (mm Hg)
肝機能	AST [GOT] (~30)	<u>□□</u> (U/L)
	ALT [GPT] (~30)	<u>□□</u> (U/L)
	γ - GT [γ - GTP] (~50)	<u>□□□</u> (U/L)
血液系	ヘマトクリット値 (38.5~48.9)	<u>□□.□</u> (%)
	血色素量 (13.1~16.6)	<u>□□.□</u> (g/dl)
	赤血球数 (400~539)	<u>□□□</u> (10 ⁴ /mm ³)
腎機能	尿蛋白 (40~120)	<u>□□</u> (+/-)
	尿素窒素 (10~27)	<u>□□</u> (mg/dl)
	クレアチニン (0.54~1.15)	<u>□.□□</u> (mg/dl)

1) 健康診断の結果を記入してください

▼身体計測

身長	cm
体重	kg
BMI	kg/m ²
腹囲	cm

▼脂質系

中性脂肪	mg/dl
HDL コレステロール	mg/dl
LDL コレステロール	mg/dl
総コレステロール	mg/dl

▼血糖

空腹時血糖値	mg/dl
ヘモグロビン A1c	%

▼血圧

最大	mmHg
最小	mmHg

▼腎機能

尿蛋白	+/-
尿素窒素	mg/dl
クレアチニン	mg/dl

▼肝機能

AST (GOT)	U/L
ALT (GPT)	U/L
γ-GT (γ-GTP)	U/L

▼血液系

ヘマトクリット値	%
血色素量	g/dl
赤血球数	10 ⁴ /mm ³

▼その他

心電図所見	
眼底検査	

身体計測

身長 _____ (cm)
 体重 _____ (kg)
 BMI _____ (kg/m²)
 腹囲 _____ (cm)

血圧

最大 _____ (mmHg)
 最小 _____ (mmHg)

脂質系

中性脂肪 _____ (mg/dl)
 HDL コレステロール _____ (mg/dl)
 LDL コレステロール _____ (mg/dl)
 総コレステロール _____ (mg/dl)

肝機能

AST(GOT) _____ (U/L)
 ALT(GPT) _____ (U/L)
 γ -GT(γ -GTP) _____ (U/L)

血糖

空腹時血糖値 _____ (mg/dl)
 ヘモグロビンA1c _____ (%)

血液系

ヘマトクリット値 _____ (%)
 血色素量 _____ (g/dl)
 赤血球数 _____ (10⁴/mm³)

あなた

腎機能

尿蛋白 _____ (+/-)
 尿素窒素 _____ (mg/dl)
 クレアチニン _____ (mg/dl)

その他

心電図所見 _____
 眼底検査 _____

★健康診断結果についてご記入ください。

★血液系

- ヘマトクリット値 : _____ %
- 血色素量 : _____ g/dl
- 赤血球数 : _____ $10^4/\text{mm}^3$

★腎機能

- 尿蛋白 : _____ +/-
- 尿素窒素 : _____ mg/dl
- クレアニチン : _____ mg/dl

★身体計測

- 身長 : _____ cm
- 体重 : _____ kg
- BMI : _____ kg/m^2
- 復位 : _____ cm

★肝機能

- AST(GOT) : _____ (U/L)
- ALT(GPT) : _____ (U/L)
- γ -GT(γ -GTP) : _____ (U/L)

★血圧

- 最大 : _____ mmHg
- 最小 : _____ mmHg

★血糖

- 空腹時血糖値 : _____ mg/dl
- ヘモグロビン Alc : _____ %

★脂質系

- 中性脂肪 : _____ mg/dl
- HDL コレステロール : _____ mg/dl
- LDL コレステロール : _____ mg/dl
- 総コレステロール : _____ mg/dl

★その他

- 心電図所見
... _____
- 眼底検査
... _____

