生活	舌習慣病	療養計画書	初回月	Ħ		(	(記入日:	年	月	日)
	患者氏	名:			(男・女)		主病:			
生年月日:明·大·昭·平·令 年 月 日生( 才) □糖尿病 □高血圧症 □脂質異常症										
ねらい:検査結果を理解できること・自分の生活上の問題点を抽出し、目標を設定できること										
【検査項目】										
_	□身長	(	cm)				唐(□空腹時		□食後(	)時間)
	□体 重:	現在(		→目標(	kg)			(	. •	mg/dl)
検	$\square BMI$ ( )					□Hb	A1c:現在	(	%)→目標(	_
查	□腹 囲:現在( cm) →目標( cm) □総						コレステロール	(		mg/dl)
問	□栄養状態 (低栄養状態の恐れ 良好 肥満) □中						生脂肪	(		mg/dl)
診	□収縮期/拡張期血圧:現在( / mmHg) □HI						Lコレステロール	(		mg/dl)
_	→目標( / mmHg) □LD							(		mg/dl)
	□運動負荷心電図□その他						の他(			)
	□ その他 ( ) <u> </u>									
	【問 診】 □食事の状況 □運動の状況 □たばこ □歯科の受診状況 □その他の生活									
	【①達成	目標】:患者と相談	とした目標	罘						`
	【②行動目標】: 患者と相談した目標									
								医師氏名		(印)
							J			(H1)
【重点を置く領域		□食事摂取量を	適正にす	つる			□食塩・	調味料を控	だえる	
		□野菜・きのこ・海藻など食物繊維の摂取を増やす □外食の際の注意事項( )								
		□油を使った料理(揚げ物や炒め物等)の摂取を減らす □その他( )								
	□食事	□節酒:〔減らす	(種類• 🖥	<u>:</u> :		:	を週 回)]			
		□間食:〔減らす	(種類• 🖥	<u>:</u> :		:	を週 回)〕			
		□食べ方:(ゆつぐ	くり食べる	る・その他	(		))	担当者の日	 <del>〔</del> 名	
		□食事時間:朝倉	2、昼食	、夕食を規	見則正しくとる	5				(印)
		□運動処方:種類	頁(ウォーキ	ナーキング・					)	
		時間(30分以	上•		)、頻度	き(ほぼ	毎日・週		目)	
غ	□運動	強度(息がは	ずむが会	除話が可能	きな強さ or	脈拍	拍/分	or	)	
指導		□日常生活の活	動量増加	叩(例:1日	1万歩・		)	担当者の日	5名	
項		□運動時の注意	事項など	<u>;</u> (			)			(印)
目	□たばこ	□非喫煙者である	3					担当者の	5名	
		□禁煙・節煙の有効性 □禁煙の実施方法等								(印)
		□仕事  □:	余暇	□睡師	民の確保(質	•量)	□減量			
	□その 他	□家庭での計測	(歩数、	本重、血圧	三、腹囲等)			担当者の日	5名	
	,	□その他( )								(印)
【服薬指導】□処方なし  □薬の説明							担当者の日	5名		
MMX利日子】								(印)		
【療養を行うにあたっての問題点】										
【他の施設の利用状況について】										
【特定健康診査の受診の有無】				□有    □無						
【特定保健指導の利用の有無】										
【保険者からの情報提供の求め に対する協力の同意】				□有 □無						
<b>※</b> 5		は、□にチェック、	( ) P	内には具体	本的に記入	[]	患者署名			
<b>※</b> ‡	旦当者が同	可一の場合、すべ	ての欄に	署名する	必要はない	، آ	医師氏名			

(印)