

クメール語

分類 ប្រភេទ	No.	質問項目 សំណួរ	回答 Aចម្លើយ
(うち喫煙歴) (ក្នុងនោះ ទាក់ទងនឹង ប្រវត្តិនៃការជក់ បារី)	8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 បច្ចុប្បន្ន តើអ្នកមានទម្លាប់ជក់បារីដែរឬទេ? (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者) (“បច្ចុប្បន្នជាអ្នកដែលមានទម្លាប់ជក់បារី” សំដៅទៅលើ “អ្នកដែលបានជក់បារីសរុប100ដើមឡើងទៅ ឬ បានជក់អស់រយៈពេល6ខែឡើងទៅ” ហើយជាអ្នកដែលនៅតែបន្តជក់បារីរយៈពេល1ខែថ្មីៗនេះទៀត)	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
業務歴 ប្រវត្តិការងារ	9	これまでに、重量物の取扱いのある業務経験がありますか。 គិតត្រឹមពេលនេះ តើអ្នកមានបទពិសោធន៍ធ្លាប់ធ្វើការងារដែលលើកដាក់វត្ថុធ្ងន់ៗដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	10	これまでに、粉塵の多い環境での業務経験がありますか。 គិតត្រឹមពេលនេះ តើអ្នកមានបទពិសោធន៍ធ្លាប់ធ្វើការងារក្នុងបរិស្ថានដែលមានកម្ទេចថ្មឬធូលីច្រើនដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	11	これまでに、激しい振動を伴う業務経験がありますか。 គិតត្រឹមពេលនេះ តើអ្នកមានបទពិសោធន៍ធ្លាប់ធ្វើការងារដែលប្រើប្រាស់រឿងរន្ទាងដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	12	これまでに、有害物質の取扱いのある業務経験がありますか。 គិតត្រឹមពេលនេះ តើអ្នកមានបទពិសោធន៍ធ្លាប់ធ្វើការងារដែលប្រើប្រាស់សារធាតុគីមីប៉ះពាល់សុខភាពដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	13	これまでに、放射線の取扱いのある業務経験がありますか。 គិតត្រឹមពេលនេះ តើអ្នកមានបទពិសោធន៍ធ្លាប់ធ្វើការងារដែលប្រើប្រាស់វិទ្យុសកម្មដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	14	現在の職場では、どのような勤務体制で働いていますか。 នៅទីកន្លែងការងារបច្ចុប្បន្ន តើអ្នកធ្វើការក្រោមប្រព័ន្ធការងារដូចម្តេច?	①常時日勤 ធ្វើការងារនៅពេលថ្ងៃជាទៀងទាត់ ②常時夜勤 ធ្វើការងារនៅពេលយប់ជាទៀងទាត់ ③交替制(日勤と夜勤の両方あり) ប្រព័ន្ធផ្លាស់វេនគ្នា (មានទាំងវេនថ្ងៃនិងវេនយប់)
	15	現在の職場での、直近1ヶ月間の1日あたりの平均的な労働時間はどのぐらいですか。(昼食等の休憩時間を除き、時間外労働を含む) នៅទីកន្លែងការងារបច្ចុប្បន្ន ក្នុងរយៈពេល1ខែថ្មីៗនេះ តើអ្នកធ្វើការងារប៉ុន្មានម៉ោងក្នុង1ថ្ងៃជាមធ្យម? (លើកលែងម៉ោងសម្រាកដូចជាអាហារថ្ងៃត្រងជាដើម ប៉ុន្តែ បូករួមទាំងការងារថែមម៉ោង)	①6時間未満 តិចជាង 6 ម៉ោង ②6時間以上8時間未満 ចាប់ពី 6 ម៉ោងឡើងទៅ ប៉ុន្តែ តិចជាង 8 ម៉ោង ③8時間以上10時間未満 ចាប់ពី 8 ម៉ោងឡើងទៅ ប៉ុន្តែ តិចជាង 10 ម៉ោង ④10時間以上 ចាប់ពី 10 ម៉ោងឡើងទៅ
	16	現在の職場での、直近1ヶ月間の1週間あたりの平均的な労働日数はどのぐらいですか。 នៅទីកន្លែងការងារបច្ចុប្បន្ន ក្នុងរយៈពេល1ខែថ្មីៗនេះ តើអ្នកធ្វើការងារប៉ុន្មានថ្ងៃក្នុង1សប្តាហ៍ជាមធ្យម?	①3日間未満 តិចជាង 3 ថ្ងៃ ②3日間以上5日間未満 ចាប់ពី 3 ថ្ងៃឡើងទៅ ប៉ុន្តែ តិចជាង 5 ថ្ងៃ ③5日間 5 ថ្ងៃ ④6日間以上 ចាប់ពី 6 ថ្ងៃឡើងទៅ
体重増加 ការកើនទម្ងន់	17	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。 ប្រៀបធៀបទៅនឹងពេលដែលអ្នកមានអាយុ20ឆ្នាំ តើអ្នកបានកើនទម្ងន់ចាប់ពី 10kg ឡើងទៅដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
身体活動 សកម្មភាព រាងកាយ	18	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。 តើអ្នកកំពុងអនុវត្តការហាត់ប្រាណសកម្មៈបែកញើសតិចៗរយៈពេល30នាទីឡើងទៅក្នុង1ដង ចាប់ពី2ថ្ងៃឡើងទៅក្នុង1សប្តាហ៍ ហើយបានអនុវត្តបែបនោះរយៈពេលចាប់ពី1ឆ្នាំឡើងទៅដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	19	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。 នៅក្នុងជីវភាពប្រចាំថ្ងៃ តើអ្នកកំពុងអនុវត្តការដើរឬសកម្មភាពរាងកាយដែលមានកម្រិតស្មើគ្នានោះរយៈពេលចាប់ពី1ម៉ោងឡើងទៅក្នុង1ថ្ងៃដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	20	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。 គេិឈ្មើននៃការដើរបស់អ្នកលឿនដែរឬទេ បើប្រៀបធៀបទៅនឹងអ្នកដែលមានអាយុប្រហែលគ្នានឹងភេទដូចគ្នា?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
歯の状態 ស្ថានភាពធ្មេញ	21	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。 តើម្ហូបណាដែលត្រូវនឹងស្ថានភាពនៅពេលអ្នកប្រើធ្មេញខាំដើម្បីបរិភោគអាហារ?	①何でもかんで食べることができる អាចខាំនិងញ៉ាំអាហារអ្វីក៏បាន ②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる

ប្រភេទ	No.	ប្រភេទ	ឆ្លើយ
			部分があり、かみにくいことがある មានការបាញ់ចោលផ្នែកខ្លះដូចជាធ្មេញ អញ្ចាញ និង ជួរធ្មេញជាដើម ធ្វើអោយ ពេលខ្លះពិបាកខាំអាហារ ③ほとんどかめない ស្ទើរតែមិនអាចខាំអាហារបាន
食習慣 ទម្លាប់នៃ ការបរិភោគ អាហារ	22	人と比較して食べる速度が速いですか。 តើល្បឿននៃការបរិភោគរបស់អ្នកលឿនដែរឬទេ បើប្រៀបធៀប ទៅនឹងអ្នកដទៃ?	①速い លឿន ②ふつう ធម្មតា ③遅い យឺត
	23	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。 តើអ្នកបរិភោគអាហារពេលល្ងាចនៅក្នុងអំឡុងពេល2ម៉ោងមុន ពេលចូលគេង ចាប់ពី3ដងឡើងទៅក្នុង1សប្តាហ៍ដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
	24	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。 តើអ្នកបរិភោគចំណីប្រភេទផ្លែឈើ ឬផ្លែឈើផ្សេងៗ ក្រៅពីអាហារ 3 ពេល គឺពេលព្រឹក ថ្ងៃត្រង់ និង ល្ងាច?	①毎日 រៀងរាល់ថ្ងៃ ②時々 ពេលខ្លះ ③ほとんど摂取しない ស្ទើរតែមិនដែលបរិភោគ
	25	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。 តើអ្នកមិនបរិភោគអាហារពេលព្រឹកចាប់ពី3ដងក្នុង1សប្តាហ៍ដែរឬ ទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
飲酒の状況 ស្ថានភាពនៃ ការពិសាគ្រឿង ស្រវឹង	26	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）はどの位の頻度で飲み ますか。 តើអ្នកពិសាគ្រឿងស្រវឹង (ស្រាបៀរ ប្រេង ប្រេង ប្រេង ប្រេង ប្រេង ជាដើម) ញឹកញាប់ប៉ុណ្ណាដែរ?	①毎日 រៀងរាល់ថ្ងៃ ②時々 ពេលខ្លះ ③ほとんど飲まない（飲めない） ស្ទើរតែមិនដែលពិសា (មិនអាចពិសាបាន)
	27	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。 日本酒1合（180ml）の目安：ビール中瓶1本（約500ml）、 焼酎25度（110ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、 ワイン2杯（240ml） នៅថ្ងៃដែលអ្នកពិសាគ្រឿងស្រវឹង តើអ្នកពិសាក្នុងបរិមាណប៉ុណ្ណា ដែរក្នុង1ថ្ងៃ? បរិមាណប្រហាក់ប្រហែលត្រូវនឹងស្រាបៀរ 1 ដប (180ml)៖ ស្រាបៀរ ដបខ្នាតកណ្តាល 1 ដប (ប្រមាណ 500ml) ស្រាបៀរ 25 ដឺក្រេ (110ml) ស្រាវីណូ ដប 1 ដប (60ml) ស្រាគ្រហម 2 ដឺក្រេ (240ml)	①1合未満 តិចជាង 1 ដប ②1～2合未満 1～តិចជាង 2 ដប ③2～3合未満 2～តិចជាង 3 ដប ④3合以上 ចាប់ពី 3 ដបឡើងទៅ
休養 ការសម្រាក រាងកាយ	28	睡眠で休養が十分とれていますか。 តើអ្នកទទួលបានការសម្រាករាងកាយពិសេសបានគ្រប់គ្រាន់ដែរ ឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
生活習慣 ការសម្រាក រាងកាយ និង ការកែលម្អ ទម្លាប់ រស់នៅ	29	運動や食生活等の生活習慣を改善しようと思っていますか。 តើអ្នកគិតថានឹងកែលម្អទម្លាប់រស់នៅ ដូចជា ការហាត់ ប្រាណ ឬ របបអាហារជាដើមដែរឬទេ?	①改善するつもりはない គ្មានគម្រោងនឹងកែលម្អនោះទេ ②改善するつもりである（概ね6か月以内） មានគម្រោងនឹងកែលម្អ (ប្រហែលក្នុង អំឡុងពេល 6 ខែ) ③近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている មានគម្រោងនឹងកែលម្អ នាពេលឆាប់ៗ នេះ (ប្រហែលក្នុងអំឡុងពេល 1 ខែ) ហើយ ក៏កំពុងចាប់ផ្តើមបន្តិចម្តងៗផងដែរ ④既に改善に取り組んでいる（6か月未満） កំពុងអនុវត្តការកែលម្អ (មិនទាន់បាន 6 ខែនៅឡើយទេ) ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上） កំពុងអនុវត្តការកែលម្អ (បានរយៈពេល ចាប់ពី 6 ខែឡើងទៅ)
	30	生活習慣の改善について保健指導（個人への指導）を受ける機会があれば、利用しますか。 ប្រសិនបើអ្នកមានឱកាសអាចទទួលបានការណែនាំផ្នែកគាំពារ សុខភាពទាក់ទងនឹងការកែលម្អទម្លាប់រស់នៅ (ការណែនាំលក្ខណៈ ឯកជន) តើអ្នកនឹងប្រើប្រាស់ឱកាសនោះដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ
その他 ផ្សេងៗ	31	何か健康について相談したいことがありますか。 តើអ្នកមានចំណុចទាក់ទងនឹងសុខភាពដែលចង់ពិគ្រោះយោបល់ ដែរឬទេ?	①はい បាទ/ចាស ②いいえ ទេ