

◎ 신체활동(운동)

8-1. 평소 1주일간, 숨이 많이 차게 만드는 고강도신체활동을 며칠하십니까?

(예: 달리기, 빠른 속도로 자전거 타기, 건설 현장 노동, 계단으로 물건 나르기 등)

☐ 없음 ☐ 1일 ☐ 2일 ☐ 3일 ☐ 4일 ☐ 5일 ☐ 6일 ☐ 7일

8-2. 평소 하루에 숨이 많이 차게 만드는 고강도신체활동을 몇시간 하십니까? 하루에()시간()분

하루에 시간 분

9-1. 평소 1주일간, 숨이 약간 차게 만드는 중강도신체활동을 며칠하십니까? ※ 8번 응답에 관련된 신체활동은 제외

(예: 빠르게 걷기, 복식 테니스, 보통 속도로 자전거 타기, 가벼운 물건 나르기, 청소 등)

☐ 없음 ☐ 1일 ☐ 2일 ☐ 3일 ☐ 4일 ☐ 5일 ☐ 6일 ☐ 7일

9-2. 평소 하루에 숨이 약간 차게 만드는 중강도신체활동을 몇시간 하십니까? 하루에()시간()분

하루에 시간 분

10. 최근 1주일동안 팔굽혀펴기, 윗몸일으키기, 아령, 역기, 철봉 등 근력운동을 한 날은 며칠입니까?

☐ 없음 ☐ 1일 ☐ 2일 ☐ 3일 ☐ 4일 ☐ 5일 ☐ 6일 ☐ 7일

건강검진 추가 문진표

[66·70·80세 해당]

◎ 노인기능평가 관련 문항

1. 인플루엔자(독감) 예방접종을 매년 하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

2. 폐렴예방접종을 받으셨습니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

3. 다음은 일상생활 수행능력에 대한 질문입니다.

아래 문항을 읽고 현재 상태에 해당하는 답에 표시해 주십시오.

1) 음식을 차려주면 남의 도움 없이 혼자서 식사하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

2) 옷을 챙겨 입을 때 남의 도움 없이 혼자서 하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

3) 대소변을 보기위해 화장실 출입할 때 남의 도움 없이 혼자서 하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

4) 목욕하실 때 남의 도움 없이 혼자서 하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

5) 식사 준비를 다른 사람의 도움 없이 혼자서 하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

6) 상점, 이웃, 병원, 관공서 등 걸어서 갔다 올수 있는 곳의 외출을 다른 사람의 도움 없이 혼자서 하십니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

4. 낙상에 관한 질문입니다.

지난 6개월간 넘어진 적이 있습니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요

5. 배뇨장애에 관한 질문입니다.

소변을 보는데 장애가 있거나 소변을 지릴 경우가 있습니까? ----- ☐ 예 ☐ 아니요