
けんこう
わたしの健康カード

—中国語（簡体字版）・やさしい日本語—

しゃかいふくしほうじん
社会福祉法人さぽうと21

平成25年度 「生活者としての外国人」のための日本語教育事業
【地域日本語教育実践プログラム（A）】

A: 受診時 / 就医时

1. 最近、病院にかよっていますか? ⇒ はい / いいえ

最近是否曾到医院就医? ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 () 科

→ 若答案为是 () 科

2. 今までに、大きな病気やけがをしたことがありますか? ⇒ はい / いいえ

是否曾患重病或受重伤? ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 () 年前 ・手術をしましたか? ⇒ はい / いいえ

→ 若答案为是 () 年前 是否做了手术? ⇒ 是 / 否

3. アレルギーがありますか? ⇒ はい / いいえ

是否有过敏症? ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 何のアレルギー? () 例: 花粉症、食べ物、薬

→ 若答案为是 是哪种过敏? () 例如: 花粉过敏, 食物过敏, 药物过敏

4. おかし、薬でアレルギーになったことがありますか? ⇒ はい / いいえ

是否曾有过药物过敏经历? ⇒ 是 / 否

5. 今、薬を飲んでいますか? ⇒ はい / いいえ

近期是否在服用药物? ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 何の薬を飲んでいますか ()

→ 若答案为是 在服用哪种药物? ()

わたしの健康カード - 2 -

6. よく飲む薬はありますか？ ⇒ はい / いいえ

是否有经常服用的药物？ ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 何の薬をよく飲みますか ()

→ 若答案为是 经常服用哪种药物？ ()

7. よくタバコをすいますか？ ⇒ はい / いいえ

是否经常吸烟？ ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 1日 () 本ぐらい

→ 若答案为是 每天吸 () 支

8. お酒を飲みますか？ ⇒ はい / いいえ

是否饮酒？ ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 1週間 () 回 () を () ぐらい

→ 若答案为是 每周饮酒 () 次 每次饮酒多少 ()

例：1週間に2回、ビールを500ml ぐらい

例如：每周2次，啤酒约500毫升

★ 緊急時の連絡者名 () Tel (- -)

緊急联系人 () 电话 (- -)

★ 病院の名前 ()

医院名称 ()

Tel (- -)

电话 (- -)

にちじょうじ
B : 日常時 / 日常生活

- わたしは () が弱いです。 (持病は () です)
我的 () 不太好。 (慢性病是 ())
- よく () が痛くなります。
() 经常感到疼痛。
- いつ健康診断を受けましたか? ()
上次体检是什么时候? ()
- この1年間に体重が5kg以上増えたり減ったりしましたか? ⇒ はい / いいえ
过去一年中体重是否增加或减少了5千克以上? ⇒ 是 / 否
- いつも朝食・昼食・夕食を食べますか? ⇒ はい / いいえ
是否每天都吃三餐? ⇒ 是 / 否
- いつも間食をしますか? ⇒ はい / すこし / いいえ
是否经常吃零食? ⇒ 是 / 少量 / 否
- いつも何時間ぐらい寝ていますか? ⇒ () 時間ぐらい
毎日睡眠几小时? ⇒ 约 () 小时
- いつも運動をしますか? ⇒ はい / すこし / いいえ
是否经常运动? ⇒ 是 / 少量 / 否
- 体の悩みや気になることはありますか? ()
身体是否有不适的地方? ()

10. 健康のために何をしていますか？ ()

为保持健康而做的事 ()

11. 血压 (/) … 高め / ちょうどいい / 低め

血压 (/) … 偏高 / 正常 / 偏低

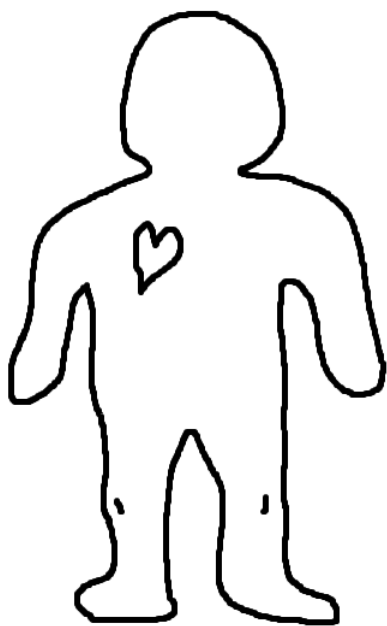
12. 視力 … 左 (.) 右 (.)

視力 … 左 () 右 ()

13. この1年間に歯医者に行きましたか？ ⇒ はい / いいえ

最近一年是否有去看牙医？ ⇒ 是 / 否

《 MEMO 》



ないかじゆしんじ
内科受診時

によく聞かれること / 内科就診常用問題

1. 便通は … ふつう / 下痢ぎみ / 便秘ぎみ
大便 … 正常 / 容易腹瀉 / 容易便秘

2. 尿の回数は … ふつう / 多め / 少なめ
排尿次数 … 正常 / 偏多 / 偏少

3. 尿の色は … ふつう / ふつうじゃない () 例：血尿、泡など
尿的颜色 … 正常 / 異常 () 例如：血尿，泡沫等

4. 今、生理中ですか？ ⇒ はい / いいえ
现在是否在月经期？ ⇒ 是 / 否

5. 今、妊娠している可能性ありますか？ ⇒ はい / いいえ / わかりません
现在是否有怀孕的可能性？ ⇒ 是 / 否 / 不知道

(※レントゲン時に聞かれます)

(※做X光时可能被问到)

婦人科受診時 によく聞かれること / 妇科就诊常用问题

1. 今、生理中ですか？ ⇒ はい / いいえ

现在是否在月经期？ ⇒ 是 / 否

2. 今、妊娠中ですか？ ⇒ はい / いいえ / わかりません

现在是否怀孕？ ⇒ 是 / 否 / 不知道

3. いつも生理は定期的に来ますか？ ⇒ はい / いいえ

月经是否正常？ ⇒ 是 / 否

→ はい、の場合 (にちかんしゅうき 日間周期)

→ 若答案为是 周期为 () 日

4. おかし、妊娠、出産したことがありますか？ ⇒ はい / いいえ

是否有怀孕或生育经历？ ⇒ 是 / 否

5. 不正出血がありますか？ ⇒ はい / いいえ / ときどき

是否有不规则出血？ ⇒ 是 / 否 / 偶尔

