

問5 地域での活動について

(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか
※①～⑧それぞれに回答してください

	週 4 回 以上	週 2 ～ 3 回	週 1 回	月 1 ～ 3 回	年 に 数 回	参加 して い ない
① ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ ^{しゅみ} 趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④ 学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑤ 介護予防のための通いの場 ・地域ミニデイ ・骨コツ貯筋運動教室 ・マシントレーニング教室 ・脳がんじゅう教室 ・健康料理教室	1	2	3	4	5	6
⑥ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦ 町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や^{しゅみ}趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 是非参加したい | 2. 参加してもよい |
| 3. 参加したくない | 4. 既に参加している |

(3) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や^{しゅみ}趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 是非参加したい | 2. 参加してもよい |
| 3. 参加したくない | 4. 既に参加している |

問6

たすけあいについて

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

(1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人(いくつでも)

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・ <small>しんせき</small> 親戚・親・孫 | 5. <small>きんりん</small> 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他() 8. そのような人はいない | | |

(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人(いくつでも)

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・ <small>しんせき</small> 親戚・親・孫 | 5. <small>きんりん</small> 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他() 8. そのような人はいない | | |

(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人(いくつでも)

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・ <small>しんせき</small> 親戚・親・孫 | 5. <small>きんりん</small> 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他() 8. そのような人はいない | | |

(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人(いくつでも)

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・ <small>しんせき</small> 親戚・親・孫 | 5. <small>きんりん</small> 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他() 8. そのような人はいない | | |

(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください(いくつでも)

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. 自治会・町内会・老人クラブ | 2. 社会福祉協議会・民生委員 |
| 3. ケアマネジャー | 4. 医師・歯科医師・看護師 |
| 5. 地域包括支援センター・役所・役場 | 6. その他 |
| 7. そのような人はいない | |

(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

1. 毎日ある 2. 週に何度かある 3. 月に何度かある
4. 年に何度かある 5. ほとんどない

**(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか
同じ人には何度会っても1人と数えることとします**

1. 0人 (いない) 2. 1～2人 3. 3～5人
4. 6～9人 5. 10人以上

(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (いくつでも)

1. 近所・同じ地域の人 2. 幼なじみ
3. 学生時代の友人 4. 仕事での同僚・元同僚
5. 趣味や関心が同じ友人 6. ボランティア等の活動での友人
7. その他 () 8. いない

問7 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

1. とてもよい 2. まあよい 3. あまりよくない 4. よくない

**(2) あなたは、現在どの程度幸せですか
('とても不幸'を0点、「とても幸せ」を10点として、ご記入ください)**

とても不幸 とても幸せ
0点 1点 2点 3点 4点 5点 6点 7点 8点 9点 10点

(3) 日頃外出したり、誰かが訪ねてくるなど、人とふれあう機会がありますか

1. はい 2. いいえ

(4) 【(3)で「1. はい」の方のみ】人とふれあう機会はどれくらいありますか

1. 毎日 2. 週2～3回くらい 3. 週1回くらい 4. 月1回くらい

(5) 日常生活をしていて、^{こどくかん}孤独感がありますか

1. よく感じる 2. ときどき感じる 3. あまり感じない 4. ほとんど感じない

(6) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか

1. はい 2. いいえ

(7) この1か月間、どうしても物事に対して興味^{きょうみ}がわからない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか

1. はい 2. いいえ

(8) お酒は飲みますか

1. ほぼ毎日飲む 2. 時々飲む 3. ほとんど飲まない 4. もともと飲まない

(9) タバコは吸っていますか

1. ほぼ毎日吸っている（1日____本） 2. 時々吸っている
3. 吸っていたがやめた 4. もともと吸っていない

(10) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか（いくつでも）

1. ない
2. 高血圧
3. 脳卒中（のうそつちゅう脳出血・のうしゅつけつ脳梗塞等）
4. 心臓病
5. 糖尿病（とうりょうびょう）
6. 高脂血症（こうしけっしゅう脂質異常）
7. 呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）
8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気
9. 腎臓の病気（じんぞう）
10. 前立腺の病気（ぜんりつせん）
11. 筋骨格の病気（きんこつかく骨粗しょう症、こつそ関節症等）
12. 外傷（がいしゅう転倒・てんとう骨折等）
13. がん（悪性新生物）
14. 血液・免疫の病気（めんえき）
15. うつ病
16. 認知症（にんちしょうアルツハイマー病等）
17. パーキンソン病
18. 目の病気
19. 耳の病気
20. その他（

(11) 現在、病院を受診していますか

1. はい 2. いいえ

【(11)で「2. いいえ」の方のみ】

① 病院を受診していない理由はなんですか（いくつでも）

1. 忙しいから 2. 行く必要がないから
3. 移動手段がないから 4. 近くに病院がないから
5. 病気や怪我、障がい等があるから 6. お金がかかるから
7. 病院が苦手だから 8. 行くのが面倒だから
9. その他（ ）

(12) 年1回、健康診断を受けていますか

1. はい 2. いいえ

【(12)で「2. いいえ」の方のみ】

① 健康診断を受けていない理由はなんですか（いくつでも）

1. 忙しいから 2. 行く必要がないから
3. 移動手段がないから 4. 近くに病院がないから
5. 病気や怪我、障がい等があるから 6. お金がかかるから
7. 病院が苦手だから 8. 行くのが面倒だから
9. その他（ ）

問8 認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか

1. はい 2. いいえ

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

1. はい 2. いいえ