郵送　・　訪問

第 10期

（宛名ラベル）

**介護予防・日常生活圏域ニーズ調査**

**【調査票（必須項目）】**

* **調査票を記入する際は、各項目で該当する数字に○をつけてください。**
* **調査票記入後は、３つ折りにし同封の返信用封筒に入れて、**

**月　　日(　)までに投函してください。**

|  |  |
| --- | --- |
| 記入日 | 令和　　　年　　　月　　　日 |
| 調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。 |
|  １．あて名のご本人が記入 ２．ご家族が記入　 （あて名のご本人からみた続柄　　　　　　　　　） ３．その他 |

右にある番号は、市役所の中でのみ、介護保険の認定・利用状況とデータを連結させるためのものです。

**（市・町・村）　　　　　課**

**係**

**圏域**

|  |
| --- |
| 個人情報の取り扱いについて |
| 個人情報の保護および活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものと見なさせていただきます。 |
| 【個人情報の保護および活用目的について】* この調査は，効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。本調査で得られた情報につきましては、市町村による介護保険事業計画策定と効果評価の目的以外には利用いたしません。また当該情報については、市町村内で適切に管理いたします。
* ただし、介護保険事業計画策定時および効果評価時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理する市町村外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。
 |

|  |  |
| --- | --- |
| **問１** | **あなたのご家族や生活状況について** |
| **（１）家族構成をお教えください** |
| １．1人暮らし | ２．夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上) |
| ３．夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下) | ４．息子・娘との2世帯 |
| ５．その他 |  |
| **（２）あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか** |
| １．介護・介助は必要ない | ２．何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない |
| ３．現在、何らかの介護を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む） |
| **（３）現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか** |
| １．大変苦しい | ２．やや苦しい | ３．ふつう |
| ４．ややゆとりがある | ５．大変ゆとりがある |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **問２** | **からだを動かすことについて** |
| **（１）階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |
| **（２）椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |
| **（３）15分位続けて歩いていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |

|  |
| --- |
| **（４）過去1年間に転んだ経験がありますか** |
| １．何度もある | ２．１度ある | ３．ない |
| **（５）転倒に対する不安は大きいですか** |
| １．とても不安である | ２．やや不安である | ３．あまり不安でない | ４．不安でない |
| **（６）週に1回以上は外出していますか** |
| １．ほとんど外出しない | ２．週1回　 | ３．週2～4回 | ４．週5回以上 |
| **（７）昨年と比べて外出の回数が減っていますか** |
| １．とても減っている | ２．減っている |
| ３．あまり減っていない | ４．減っていない |

|  |  |
| --- | --- |
| **問３** | **食べることについて** |
| **（１）身長・体重を教えてください** |
| 身長　　　　　　　cm | 体重　 kg |
| **（２）半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか** |
| １．はい　 | ２．いいえ |
| **（３）歯の数と入れ歯の利用状況をお教えください****（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です）** |
| １．自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用 | ２．自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし |
| ３．自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用 | ４．自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし |

|  |
| --- |
| **（４）どなたかと食事をともにする機会はありますか** |
| 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 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **問４** | **毎日の生活について** |
| **（１）物忘れが多いと感じますか** |
| １．はい　 | ２．いいえ |
| **（２）バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |
| **（３）自分で食品・日用品の買物をしていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |
| **（４）自分で食事の用意をしていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |
| **（５）自分で請求書の支払いをしていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |
| **（６）自分で預貯金の出し入れをしていますか** |
| １．できるし、している | ２．できるけどしていない | ３．できない |

|  |  |
| --- | --- |
| **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　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等について各市町村が使っている名称（通いの場が何種類かある場合は列挙する）を入れる］など）介護予防のための通いの場 | １ | ２ | ３⑤の赤字部分には、調査を実施する市町村が推進している介護予防のための通いの場等について、調査対象者が回答しやすいよう、各市町村が使っている名称を入れて調査します。 | 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７** | **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・親戚・親・孫 | ５．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・親戚・親・孫 | ５．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・親戚・親・孫 | ５．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・親戚・親・孫 | ５．近隣 | ６．友人 |
| ７．その他（　　　　　） | ８．そのような人はいない |

|  |  |
| --- | --- |
| **問８** | **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）** |
|  |
| **（３）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 |
| **（４）この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、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 |
| **（５）タバコは吸っていますか** |
| １．ほぼ毎日吸っている | 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 |  |  |

|  |
| --- |
| **（６）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．（） |
| ４．心臓病 | ５． | ６．（） |
| 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．・の病気　 | 　10．の病気（しょう、関節症等） |
| 11．（・） | 12．がん（悪性新生物） | 13．血液・の病気 |
| 14．うつ病　 | 15．(アルツハイマー病等) | 16．パーキンソン病 |
| 17．目の病気　 | 18．耳の病気 | 19．その他（　　　　　　　　　） |

|  |  |
| --- | --- |
| **問９** | **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 |

■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■