

アンケート調査票

※あてはまるものには○を、記入が必要な欄には記入をお願いいたします。

【1. あなたご自身の事について】

問1. 性別と、現在の満年齢を教えてください。

性別	・ 男性 ・ 女性	年齢	満	歳
----	--------------	----	---	---

問2. 同居している方を教えてください。

・ 配偶者	・ 息子	・ 娘	・ 父
・ 母	・ 孫	・ 兄	・ 弟
・ 姉	・ 妹	・ 甥	・ 姪
・ その他	()		

【2. 健康状態について】

問3. 現在、病院（診療所、クリニック）へ通院していますか？
通院されている方は、その頻度を教えてください。

・ 週1回以上	・ 月2～3回	・ 月1回	・ 2ヶ月に1回
・ 3ヶ月に1回	・ その他	・ 通院していない	



【3. 運動・外出について】

問4. 外出の頻度はどれくらいですか？

買 い 物	ほぼ毎日 ・ 週4～5日 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ していない
散 歩	ほぼ毎日 ・ 週4～5日 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ していない
交 流	ほぼ毎日 ・ 週4～5日 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ していない
趣 味 等	ほぼ毎日 ・ 週4～5日 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ していない
畑 作 業 庭 い じ り	ほぼ毎日 ・ 週4～5日 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ していない
そ の 他 ()	ほぼ毎日 ・ 週4～5日 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ していない

問5. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか？

・ はい →問6 へ	・ いいえ →問7 へ
---------------	----------------



問6. その理由は何ですか？(複数回答可)

・ 病気	・ 耳が聞こえにくい	・ 交通手段がない
・ 足腰などの痛み	・ トイレの心配（失禁など）	・ 疲れやすくなった
・ 経済的な問題	・ 外での楽しみがなくなった	・ その他（ ）
・ 目が見えづらい	・ 障害（ケガや病気の後遺症など）	

問7. 外出する際の移動手段は何ですか？(複数回答可)

・ 徒歩	・ 自動車（自分で運転する）	・ バス
・ 自転車	・ 自動車（人に乗せてもらう）	・ タクシー
・ バイク	・ 病院や施設のバス	・ 車イス
・ シルバーカー	・ 電動カート	・ その他（ ）

問17. 除雪に困っていますか？

- ・ はい
- ・ いいえ



問18. 除雪は主に誰がしていますか？

- ・ ご自身
- ・ 家族
- ・ 近所の人
- ・ ボランティア
- ・ シルバー人材センター
- ・ 業者

【7. 交流について】

問19. もっとも頼りになる相談相手を教えてください。

- ・ 家族
- ・ 友人、知人
- ・ 医師、看護師
- ・ 自治会、町内会
- ・ 地域包括支援センター
- ・ 民生委員
- ・ 老人クラブ
- ・ 社会福祉協議会
- ・ 市役所
- ・ 相談相手が欲しい
- ・ ケアマネージャー
- ・ その他 ()

問20. 若者（世代の異なる方々）との交流はありますか？

- ・ 現在、交流がある → 問21 へ
- ・ 交流したいが、機会がない → 問21 へ
- ・ 交流がないし、しなくても良い → 問22 へ

問21. どのような交流をしていますか？またはしたいですか？

問 2 2. これから、「若者達に伝えていきたいこと」、「若者から教わりたいもの」がありましたら、教えてください。

【8. たすけあいについて】

問 2 3. あなたは近所に困っている人がいて、その人に手助けしていることがありますか？（複数回答可）

・ 安否確認の声かけ	・ 話し相手	・ 買い物	・ 電球の交換
・ ゴミ出し	・ 掃除	・ 庭の手入れ	・ 雪かき
・ 通院	・ 外出の手伝い	・ 病気の際の看病	・ 介護を要する人の短時間の預かり
・ 災害時の手助け	・ 調理	・ 機械類の取扱い	・ 体操などの運動
・ 配食	・ 緊急時の対応	・ 金銭管理の支援	・ 見守り活動
・ 薬の管理	・ 介護を要する人への見守り活動	・ 集まりの場の提供	・ 町内会活動
・ その他()	・ 特になし		



問 2 4 . あなたは近所に困っている人がいる場合、手助けできることがありますか？（複数回答可）

- ・ 安否確認の声がけ
- ・ 話し相手
- ・ 買い物
- ・ 電球の交換
- ・ ゴミ出し
- ・ 掃除
- ・ 庭の手入れ
- ・ 雪かき
- ・ 通院
- ・ 外出の手伝い
- ・ 病気の際の看病
- ・ 介護を要する人の短時間の預かり
- ・ 災害時の手助け
- ・ 調理
- ・ 機械類の取扱い
- ・ 体操などの運動
- ・ 配食
- ・ 緊急時の対応
- ・ 金銭管理の支援
- ・ 見守り活動
- ・ 薬の管理
- ・ 介護を要する人への見守り活動
- ・ 集まりの場の提供
- ・ 町内会活動
- ・ その他()
- ・ 特になし

問 2 5 . あなた自身が手助けして欲しいと思っていることはありますか？（複数回答可）

- ・ 安否確認の声がけ
- ・ 話し相手
- ・ 買い物
- ・ 電球の交換
- ・ ゴミ出し
- ・ 掃除
- ・ 庭の手入れ
- ・ 雪かき
- ・ 通院
- ・ 外出の手伝い
- ・ 病気の際の看病
- ・ 介護を要する人の短時間の預かり
- ・ 災害時の手助け
- ・ 調理
- ・ 機械類の取扱い
- ・ 体操などの運動
- ・ 配食
- ・ 緊急時の対応
- ・ 金銭管理の支援
- ・ 見守り活動
- ・ 薬の管理
- ・ 介護を要する人への見守り活動
- ・ 集まりの場の提供
- ・ その他()
- ・ 特になし

問30. あなたが参加可能と思われる活動範囲を教えてください。

- ・ むつ市内 ・ 合併前の区域（田名部・大湊・川内・大畑・脇野沢）
- ・ 中学校区 ・ 小学校区 ・ 町内会



【10. ボランティア活動について】

問31. あなたは、ボランティア活動に興味がありますか？

- ・ とても興味がある
- ・ 少し興味がある
- ・ あまり興味はない
- ・ 全く興味がない

問32. あなたはボランティア活動をどのようなものだと思いますか？（3つまで）

- ・ 時間に余裕がある人が行うもの
- ・ たすけあいや支えあい
- ・ 誰でも、気軽にできるもの
- ・ 仲間づくり
- ・ おせっかいなもの
- ・ 自分の経験や知識を活かせる
- ・ 自らすすんで行うもの
- ・ よくわからない
- ・ 責任が重いもの
- ・ 生きがいになるもの
- ・ その他（)

問33. 自分が出来る範囲、あるいは自分が求めている
ボランティア活動があった場合のお考えをお聞きします。

- ・ 自分に出来ることを、ボランティアとしてお手伝いしたい
- ・ 自分が困っていることを、ボランティアに手伝って欲しい
- ・ 自分が出来ることは手伝いたいし困っていることは手伝って欲しい



問34. あなたがボランティア活動するために必要なこと、あるいは
ボランティア活動に求めることはなんですか？
(3つまで)

- ・ 広報やチラシなどを通じたボランティアの活動情報
- ・ 身近な活動拠点としてボランティアセンターなどがあること
- ・ 空き時間を（1～2時間程度）を利用した手伝いであること
- ・ 謝礼や報酬、交通費などの支給があること
- ・ 万一の備えとして、けがや事故の際の保険に加入すること
- ・ ボランティア活動について学ぶこと（勉強会など）
- ・ 秘密を守ること
- ・ 無料で行う、行ってくれるもの
- ・ ボランティア活動についての知識があること
- ・ 顔なじみの人にお手伝いして欲しい
- ・ あまり面識がない人にお手伝いして欲しい
- ・ その他（)

【11. 健康でいられるために】

問35. 楽しみや生きがいがありますか？（複数回答可）

- | | |
|----------------|-------------------------------|
| ・ テレビ・ラジオ | ・ 旅行 |
| ・ おしゃべり | ・ 買い物 |
| ・ 畑、庭いじり | ・ 読書 |
| ・ 手芸、絵画、書道、生け花 | ・ スポーツ観戦、映画、音楽会 |
| ・ カラオケ、舞踊 | ・ 家族団らん、孫と遊ぶ |
| ・ 調理、食事 | ・ スポーツ活動 |
| ・ 日曜大工 | ・ 仕事 |
| ・ トランプ、将棋 | ・ 社会奉仕、ボランティア活動 |
| ・ 散歩、サイクリング | ・ 山菜採り、釣り |
| ・ 祭りなど伝統文化 | ・ 特になし |
| ・ ドライブ | ・ その他（ ） |

問36. 今現在、興味のあること、やってみたいことを教えてください。



【12. 現在の状況と将来について】

問37. 介護が必要になった時の話を家族や近隣の人などと話したことがありますか？

- | | |
|------|------|
| ・ ある | ・ ない |
|------|------|

問38. 自分や家族が介護が必要になったときに、何が必要だと思いますか？（3つまで）

- ・ 病気についての知識や理解がある（本人・家族・関係機関）
- ・ 相談窓口がある
- ・ 専門医がいる
- ・ かかりつけ医が認知症の正しい理解をもっている
- ・ 家族が認知症の人に適切に対応できる
- ・ 認知症の人の家族への支援（家族の集い）がある
- ・ 安心して利用できる介護サービスがある
- ・ 地域の人の見守りや声かけ、励ましがある
- ・ 分からない
- ・ その他（)

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

※ご回答いただいたアンケート調査票は、後日、回収のため担当調査員がご自宅に伺わせていただきます。

