

健康とくらしの調査

■ 調査票にご回答いただく方について ■

ご回答いただく方はどなたですか。ご本人の調査協力に対する同意があるものの、ご記入が困難なために代筆される場合は、ご本人との続柄をお書きください。

1. 封筒の宛名のご本人 2. 家族（宛名のご本人からみた続柄 _____） 3. その他 _____

→ 2. もしくは 3. と答えた方へ

調査には宛名のかたの状況についてできるだけご本人と一緒に答え下さい。

【問1】 あなたの身体状況についておうかがいします。

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、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・介助が必要だが、現在は受けていない。
3. 介護・介助が必要で、介護・介助を受けている。

（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) 現在治療中、または後遺症のある病気にあてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. な い
2. 高血圧 3. 脳卒中（脳出血・脳梗塞等） 4. 心臓病 5. 糖尿病
6. 高脂血症（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・前立腺の病気 10. 筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等） 11. 外傷（転倒・骨折等）
12. がん（悪性新生物） 13. 血液・免疫の病気 14. うつ病 15. 認知症（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（ _____ ）

4) 現在ご自身の歯は何本残っていますか。さし歯や金属をかぶせた歯も自分の歯に含めます。なお、成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。

1. 0本 2. 1～4本 3. 5～9本 4. 10～19本 5. 20本以上

5) 噛み合わせは良いですか。 _____

1. はい 2. いいえ

6) 「入れ歯（義歯）」などを使っていますか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. 使っていない 2. 入れ歯 3. ブリッジ（取り外しできない入れ歯） 4. インプラント

→ 2. と答えた方へ

毎日入れ歯の手入れをしていますか _____

1. はい 2. いいえ

7) あなたは今までに、職場や保健センター、医療機関などで、健診や人間ドックを受けましたか。

1. 1年以内に受けた 2. 2～3年以内に受けた 3. 4年以上前に受けた 4. 受けていない

【問2】 食事・飲酒・喫煙状況に関することについておうかがいします。

1) 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

2) お茶や汁物などでむせることがありますか。 ———— 1. はい 2. いいえ

3) 口の渇きが気になりますか。 ———— 1. はい 2. いいえ

4) ここ1か月の間に、あなたは、肉や魚をどのくらいの頻度で食べていますか。

1. 毎日2回以上 2. 毎日1回 3. 週4～6回 4. 週2～3回
5. 週1回 6. 週1回未満 7. 食べなかった

5) ここ1か月の間に、あなたは、野菜や果物をどのくらいの頻度で食べていますか。

1. 毎日2回以上 2. 毎日1回 3. 週4～6回 4. 週2～3回
5. 週1回 6. 週1回未満 7. 食べなかった

6) お酒を飲みますか。 ———— 1. 現在飲んでいる 2. 5年以上前にやめて今は飲んでいない
3. 5年以内にやめて今は飲んでいない 4. もともと飲まない

7) タバコは吸いますか。 ———— 1. ほぼ毎日吸っている 2. 時々吸っている
3. 5年以内にやめて今は吸っていない 4. 5年以上前にやめて今は吸っていない 5. もともと吸わない

8) 食事は誰とすることが多いですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. ひとり 2. 配偶者 3. 子ども 4. 孫 5. 友人 6. その他

9) どなたかと食事をともにする機会は(「どの程度」を加える?)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3】 あなたの普段の外出や日常の行動についておうかがいします。

1) あなたが外出する頻度はどのくらいですか(畑や隣近所へ行く、買い物、通院などを含みます)。

1. 週に4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない

2) 昨年と比べて外出の回数は減っていますか。

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

3) あなたが外出する時に利用している交通手段すべてに○をつけてください。

1. 徒歩 2. 自転車 3. バイク 4. 自動車(自分で運転) 5. 自動車(人に乗せてもらう)
6. 電車 7. 路線バス 8. 病院や施設のバス 9. 車いす 10. 電動車いす(カート)
11. 歩行器・シルバーカー 12. タクシー 13. その他()

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) 階段を手すりや壁をつたわ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

7) 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

8) 平均すると1日の合計で何分くらい歩きますか。

1. 30分未満 2. 30～59分
3. 60～89分 4. 90分以上

【問4】 日常生活についておうかがいします。

1) 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
2) 自分で食品・日用品の買い物をしていますか。	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
3) 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
4) 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
5) 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
6) 年金などの書類(役所や病院などに出す書類)が書けますか。	1. はい 2. いいえ
7) 新聞を読んでいますか。	1. はい 2. いいえ
8) 本や雑誌を読んでいますか。	1. はい 2. いいえ
9) 健康についての記事や番組に関心がありますか。	1. はい 2. いいえ
10) 友達の家を訪ねることがありますか。	1. はい 2. いいえ
11) 家族や友だちの相談にのることがありますか。	1. はい 2. いいえ
12) 病人を見舞うことができますか。	1. はい 2. いいえ
13) 若い人に自分から話しかけることがありますか。	1. はい 2. いいえ
14) 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
15) 周りの人から「いつも同じ事を聞く」など物忘れがあるといわれますか。	1. はい 2. いいえ
16) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。	1. はい 2. いいえ
17) 今日が何月何日かわからない時がありますか。	1. はい 2. いいえ
18) 物忘れが多いと感じますか	1. はい 2. いいえ

【問5】 趣味・おけいこ事についておうかがいします。

1) 趣味はありますか。

1. はい 2. いいえ

【問6】へ

2) あなたが行っている趣味は何ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

- | | | | |
|-------------|----------|-----------|-------------|
| 1. グランドゴルフ | 2. ゴルフ | 3. パチンコ | 4. 体操・太極拳 |
| 5. 散歩・ジョギング | 6. パソコン | 7. 読書 | 8. 囲碁・将棋・麻雀 |
| 9. 絵画・絵手紙 | 10. 釣り | 11. カラオケ | 12. 舞踊・ダンス |
| 13. 手工芸 | 14. 書道 | 15. 茶道・華道 | 16. 農作物の栽培 |
| 17. 園芸・庭いじり | 18. 写真撮影 | 19. 旅行 | 20. その他 () |

【問6】 参加している会やグループについておうかがいします。

1) あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。

(1) ボランティアのグループ

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(2) スポーツ関係のグループやクラブ

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

→ スポーツ関係のグループやクラブに参加しておこなっている運動は何ですか。
当てはまる番号すべてに○をつけてください。

- | | | | | | |
|---------------|----------------|------------|-------------|---------|---------|
| 1. 散歩(ウォーキング) | 2. ジョギング・ランニング | 3. 体操 | 4. 筋力トレーニング | | |
| 5. 登山・ハイキング | 6. ゴルフ | 7. グランドゴルフ | 8. ゲートボール | 9. ダンス | |
| 10. ヨガ | 11. エアロビクス | 12. ペタンク | 13. 太極拳 | 14. 水泳 | |
| 15. 水中運動 | 16. 卓球 | 17. ボーリング | 18. サイクリング | 19. テニス | 20. その他 |

(3) 趣味関係のグループ

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(4) 老人クラブ

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(5) 町内会・自治会

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(6) 学習・教養サークル

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(7) 介護予防・健康づくりの活動

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(8) 特技や経験を他者に伝える活動

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

(9) 収入のある仕事

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

2) 1) の(1)～(9)のうち、ただ参加するだけではなく運営に関わっている活動グループはどれですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

- (1) ボランティア (2) スポーツ (3) 趣味 (4) 老人クラブ (5) 町内会・自治会
(6) 学習・教養サークル (7) 介護予防・健康づくり (8) 特技や経験を他者に伝える
(9) その他 () (10) いずれもない

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参加者として参加したいと思いますか。

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) 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

【問7】 あなたの友人関係についておうかがいします。

1) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

1. 週4回以上 2. 週2～3日 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 会っていない

2) 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人と数えてください。

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

3) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

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. ボランティアなどの活動での友人 7. その他 8. いない

【問8】 あなたとまわりの人の「たすけあい」と「笑い」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)を聞いてくれる人はいますか(あてはまるすべてに○)。

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)を聞いてあげる人はいますか(あてはまるすべてに○)。

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はいますか(あてはまるすべてに○)。

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はいますか(あてはまるすべてに○)。

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

5) あなたに何か困りごとがあったときに相談できる人や窓口はありますか(あてはまるすべてに○)。

1. 同居家族 2. 別居の子ども 3. 兄弟姉妹・親戚・親・孫
4. 近隣・友人 5. 自治会・町内会・老人クラブ 6. 社会福祉協議会・民生委員
7. ケアマネジャー 8. 医師・歯科医師・看護師 9. 地域包括支援センター・役所・役場
10. その他(具体的に:) 11. そのような人はいない

6) 普段の生活で、声を出して笑う機会はどのくらいありますか。

1. ほぼ毎日 2. 週に1～5回程度 3. 月に1～3回程度 4. ほとんどない

7) どんなときによく笑いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 友人と話をしているとき 2. 夫婦で話をしているとき 3. 子供や孫と接しているとき
4. テレビやビデオをみているとき 5. ラジオを聞いているとき 6. 落語や芝居等を観に行ったとき
7. 漫画や雑誌をみているとき 8. その他()

【問9】 あなたの住んでいる地域についておうかがいします。

1) あなたの地域の人々は、一般的に信用できると思いますか。

1. とても信用できる 2. まあ信用できる 3. どちらともいえない
4. あまり信用できない 5. 全く信用できない

2) あなたの地域の人々は、多くの場合、他の人の役に立とうとしますか。

1. とてもそう思う 2. まあそう思う 3. どちらともいえない
4. あまりそう思わない 5. 全くそう思わない

3) あなたは現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか。

1. とても愛着がある 2. まあ愛着がある 3. どちらともいえない
4. あまり愛着がない 5. 全く愛着がない

4) あなたは、地域内のご近所の方とどのようなおつきあいをされていますか。

1. たがいに相談したり日用品の貸し借りをするなど、生活面で協力しあっている人もいる
2. 日常的に立ち話をする程度のつきあいは、している
3. あいさつ程度の最小限のつきあいしかしていない
4. つきあいは全くしていない

5) あなたの家から徒歩圏内(おおむね1キロ以内)に、次のような場所はどのくらいありますか。

① 運動や散歩に適した公園や歩道

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

② 生鮮食料品(肉、魚、野菜、果物など)が手に入る商店・施設・移動販売

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

6) ふだんあなたはどのような方法で、生鮮食料品を入手していますか(あてはまるすべてに○)。

1. 自分で出かけて買い物 2. 家族等の送迎で買い物 3. 送迎サービスを利用し買い物
4. 家族等に頼む 5. 買い物代行サービス(家政婦等含む)を利用 6. 宅配サービスを利用

【問10】 次の問いを読んで、あてはまるものに○をつけてください。

1) 今の生活に満足していますか。	1. はい 2. いいえ
2) 生きていても仕方がないという気持ちになることがありますか。	1. はい 2. いいえ
3) 毎日の活動力や世間に対する関心がなくなってきたように思いますか。	1. はい 2. いいえ
4) 生きているのがむなしのように感じますか。	1. はい 2. いいえ
5) 退屈に思うことがよくありますか。	1. はい 2. いいえ
6) 普段は気分がよいですか。	1. はい 2. いいえ
7) なにか悪いことがおこりそうな気がしますか。	1. はい 2. いいえ
8) 自分は幸せなほうだと思えますか。	1. はい 2. いいえ
9) どうしようもないと思うことがよくありますか。	1. はい 2. いいえ
10) 外に出かけるよりも家にいることのほうが好きですか。	1. はい 2. いいえ
11) ほかに人より物忘れが多いと思えますか。	1. はい 2. いいえ
12) こうして生きていることはすばらしいと思えますか。	1. はい 2. いいえ
13) 自分は活力が満ちていると感じますか。	1. はい 2. いいえ
14) こんな暮らしでは希望がないと思えますか。	1. はい 2. いいえ
15) ほかに人は、自分より裕福だと思えますか。	1. はい 2. いいえ
16) (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない。	1. はい 2. いいえ
17) (ここ2週間) これまで楽しんでやれたことが楽しめなくなった。	1. はい 2. いいえ
18) (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる。	1. はい 2. いいえ
19) (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だとは思えない。	1. はい 2. いいえ
20) (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする。	1. はい 2. いいえ
21) 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
22) 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

【問11】 あなた自身のことについておうかがいします。

1) 性別

1. 男性 2. 女性

2) 年齢

歳

3) あなたの現在の身長と体重を教えてください（おおよその数値で結構です）。

身長

m

cm

体重

kg

4) この半年間に体重が2~3kg以上減少しましたか。

1. はい 2. いいえ

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

とても不幸

0点——1点——2点——3点——4点——5点——6点——7点——8点——9点——10点

とても幸せ

6) あなたは今住んでいるところにどのくらいの間住んでいますか。

約

年間

7) あなたが受けられた学校教育は何年間でしたか。

1. 6年未満 2. 6~9年 3. 10~12年 4. 13年以上 5. その他()

8) この1年間に起こったことについておうかがいします。あてはまるものすべてに○をつけてください。

- | | | |
|---------------|----------------|---------------------|
| 1. 仕事を始めた | 2. 仕事をやめた | 3. 子どもと同居を始めた |
| 4. 一人暮らしを始めた | 5. 経済的な余裕ができた | 6. 経済的な困難が増した |
| 7. 孫・ひ孫が生まれた | 8. 配偶者が亡くなった | 9. 家族や親しい親類・友人が他界した |
| 10. 新しい友人ができた | 11. 大きな病気にかかった | 12. 家族の介護を始めた |
| 13. その他() | | 14. とくに変化はなかった |

【問12】 ふだん1日に仕事をふくめて体をうごかす時間はどれくらいですか。

1) 筋肉労働や激しいスポーツは？

1. なし 2. 1時間未満 3. 1時間以上

2) 座っている時間は？

1. 3時間未満 2. 3~8時間 3. 8時間以上

3) 歩いたり立っている時間は？

1. 1時間未満 2. 1~3時間 3. 3時間以上

【問13】 あなたのご家庭についておうかがいします。

1) あなたの婚姻状態は、次のうちのどれにあてはまりますか。

1. 配偶者がいる（内縁を含む） 2. 死別 3. 離別 4. 未婚 5. その他

2) 家族構成を教えてください。

1. 一人暮らし 2. 夫婦二人暮らし (配偶者 65 歳以上)
3. 夫婦二人暮らし (配偶者 64 歳以下) 4. 息子・娘との 2 世帯 5. その他 (3 世帯を含む)

3) ご自身を含めて何人で暮らしていますか。また、同居されている方はどなたですか (いくつでも)。

人

1. 配偶者 (夫・妻) 2. 息子 3. 娘 4. 子の配偶者
5. 孫 6. 兄弟・姉妹 7. 自分の父 8. 自分の母
9. 配偶者の父 10. 配偶者の母 11. その他 ()

4) 3) で答えた世帯全体の合計収入額 (年金を含みます) は、平成 27 年の 1 年間で、次のうちどれにあてはまりますか (税引き前で)。あてはまる番号 1 つに O をつけてください。

1. 50 万円未満 2. 50~100 万円未満 3. 100~150 万円未満
4. 150~200 万円未満 5. 200~250 万円未満 6. 250~300 万円未満
7. 300~400 万円未満 8. 400~500 万円未満 9. 500~600 万円未満
10. 600~700 万円未満 11. 700~800 万円未満 12. 800~900 万円未満
13. 900~1,000 万円未満 14. 1,000~1,200 万円未満 15. 1,200 万円以上

5) 3) で答えた世帯全体の資産についてお聞きます。貯金、不動産 (家、土地、マンション等)、株、ゴルフ会員権等、全ての資産の合計額であてはまる番号 1 つに O をつけてください。

1. 50 万円未満 2. 50~100 万円未満 3. 100 万~500 万円未満
4. 500~1,000 万円未満 5. 1,000~5,000 万円未満 6. 5,000 万円以上

6) あなたが住んでいる住宅の種類はどれですか。

1. 持家 (一戸建て) 2. 持家 (集合住宅) 3. 公営賃貸住宅
4. 民間賃貸住宅 (一戸建て) 5. 民間賃貸住宅 (集合住宅)
6. 借家 7. その他

7) あなたの年金についてあてはまるもの すべてに O をつけてください。

1. 国民年金 2. 厚生年金 3. 共済年金 4. 企業年金
5. 個人年金 (民間生命保険会社などの年金) 6. 1~5 はどれも受給していない

8) あなたは現在、生活保護を受給していますか。

1. 受給していない 2. 受給している 3. 現在申請中

9) 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

10) あなたが 15 歳当時の生活程度は、世間一般からみて、次のどれに入りますか。

1. 上 2. 中の上 3. 中の中 4. 中の下 5. 下

【問 14】 現在・過去の就労についておうかがいたします。

1) 現在のあなたの就労状態はどれですか。

1. 就労している 2. 退職して現在就労していない 3. 職に就いたことがない

→ 現在、仕事を探していますか。

1. 探している 2. 探していない

2) あなたのこれまでの仕事の中で、最も長くつとめた職種はなんですか。

1. 専門・技術職 2. 管理職 3. 事務職 4. 販売・サービス職
5. 技能・労務職 6. 農林漁業職 7. 農林漁業以外の自営職
8. その他 () 9. 職に就いたことがない

3) あなたのこれまで最も長くつとめた会社・組織全体には、何人ぐらいの方が働いていましたか。

1. 1～9人 2. 10～49人 3. 50～499人 4. 500～9,999人
5. 1万人以上 6. わからない 7. 職に就いたことがない

【問 15】 病気や予防接種などについておうかがいします。

1) 過去 1 年間にインフルエンザの予防接種を受けましたか。受けなかった方は理由も教えてください。

1. 受けなかった 2. 受けた

↓ 受けなかった理由 (あてはまるものすべて)

1. 受けなくても病気にならないから 2. 注射が嫌いだから 3. 経済的な理由 4. 知らなかった

2) 過去 5 年間に肺炎球菌の予防接種を受けましたか。受けなかった方は理由も教えてください。

1. 受けなかった 2. 受けた (市町村の助成を使った) 3. 受けた (市町村の助成を使わなかった)

↓ 受けなかった理由 (あてはまるものすべて)

1. 受けなくても病気にならないから 2. 注射が嫌いだから 3. 経済的な理由 4. 知らなかった

3) 過去 1 年間に次の病気にかかりましたか。あてはまるすべてに○をつけてください。

1. インフルエンザ 2. 肺炎 3. いずれもない → 次の頁 (バージョン) へ

→ (肺炎またはインフルエンザと答えた方のみ)
そのとき、一度でも入院しましたか (あてはまるもの全て)。

1. 入院しなかった 2. インフルエンザで入院した 3. 肺炎で入院した
4. 別の病気で入院中に肺炎になった

A

【問 XX】緑茶を飲む週間についておうかがいします。

1) 緑茶を、1日に何杯くらい飲みますか。あてはまるもの1つに○を記入してください。

1. ほとんど飲まない 2. 1日に1杯くらい 3. 1日に2~3杯くらい
4. 1日に4~6杯くらい 5. 1日に7杯以上

2) 緑茶は誰と飲むことが多いですか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. ひとり 2. 配偶者 3. 子ども 4. 孫 5. 友人 6. その他 7. 飲まない

【問 XX】歯や口腔内のケアについておうかがいします。

1) 最後に、「治療」（入れ歯の調整も含む）のために歯科医院に通院したのはいつですか

1. 半年以内 2. 1年以内 3. 3年以内 4. 5年以内 5. 5年以上前

2) 最後に、「治療以外」（健診など）で歯科医院に通院したのはいつですか。

1. 半年以内 2. 1年以内 3. 3年以内 4. 5年以内 5. 5年以上前

3) お口（歯や歯ぐき、入れ歯）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

4) 過去6カ月以内に、歯や歯ぐき、入れ歯の問題はありましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 食事をするのが困難だった
2. うまく話すことが難しかった
3. 歯を見せて笑ったり話したりするのをためらった
4. ふだんと違い気分がむしゃくしゃした（安定しなかった）
5. 家族、友人、近所の人など他人といることを楽しめなかった
6. 特に問題はなかった

5) どれくらいの頻度で歯磨きをしますか（人にやってもらう場合も含む）

1. 1日3回以上 2. 1日2回 3. 1日1回 4. ときどきみがく 5. みがかない

6) 歯みがきの際に利用しているものをすべて選んで下さい

1. ハミガキ粉 2. 糸ようじ・歯間ブラシ 3. 液体歯みがき（マウスウォッシュ・洗口液） 4. 舌ブラシ

7) おやつなどの食事以外の間食をどのくらいの頻度でしますか

1. 毎日3回以上 2. 毎日2回 3. 毎日1回 4. 週2~6回 5. 週1回以下 6. しない

8) この3年間に、自然に歯が抜けたり、治療で抜いてもらったことはありますか？

1. はい 2. いいえ

9) とりはずし式の入れ歯を使っていますか

1. いつも使っている 2. 食事のときのみ使っている 3. 外出するときのみ使っている
4. 持っているが使っていない 5. 入れ歯を持っていない

- 10) 9)で「1. いつも使っている」、「2. 食事のときのみ使っている」、「3. 外出するときのみ使っている」と答えた人にお聞きします。寝る前に入れ歯をはずしますか

1. はい 2. いいえ

- 11) 10)で「1. いつも使っている」、「2. 食事のときのみ使っている」、「3. 外出するときのみ使っている」と答えた人にお聞きします。ご自身で行なっている入れ歯の洗い方を、すべて選んでください

1. はずして入れ歯洗浄剤で洗う 2. はずして歯ブラシで洗う 3. はずして水洗い
4. はずさずに歯ブラシやうがい 5. はずさずにうがいのみ 6. 洗わない

【問 XX】 あなたの住んでいる地域についておうかがいします。

- 1) あなたの家の地域には、次のような場所はどのくらいありますか。

①歩行が困難な方や目・耳の不自由な方でも、利用に支障がない公共施設

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

②歩行が困難な方や目・耳の不自由な方でも、利用に支障がない電車やバスの車両

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

- 2) あなたの家から徒歩圏内（おおむね10～15分以内に歩ける範囲）に、次のような場所はどのくらいありますか。

①車いす・杖・歩行器などを利用される方でも、歩行に支障のない通り

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

②電車・地下鉄などの駅やバス停

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

③手頃な価格の住まい

1. たくさんある 2. ある程度ある 3. あまりない 4. まったくない 5. わからない

【問 XX】 あなたはこの1年の間、誰かから次のようなことをされた経験はありますか

- 1) 殴られる、けられる、物を投げつけられる、とじこめられるなどの身体的暴行

1. はい 2. いいえ

- 2) 暴言を吐かれる、嫌味を言われる、長い間無視されるなどの自尊心を傷つけられる行為

1. はい 2. いいえ

- 3) あなたの預金や年金を、あなたの了解なしに使ったり取り上げたりされる（家族からも含む）

1. はい 2. いいえ