健康チェック票 　記入日　　平成　　年　　月　　日

**■あなたの氏名、年齢、性別をご記入ください。**

（ふりがな）

氏名： 　　　　　　年齢：　　　歳　　　性別：□男　□女

**■あなたの状況について教えてください。**

□に **レ** を、 （　　　）に必要事項をご記入ください。

１．現在、自宅に同居されている方は何人ですか？（自分も含めて　　　人）

２．新聞を読んでいますか？　　（□毎日読む　□時々読む　□読まない）

３．人の話が聞き取りにくいことがありますか？　（□ある　　□ない）

４．薬の飲み忘れはありますか？　（□ある　□ない　□薬は飲んでいない）

５．足の爪を自分で切っていますか？　（□切っている　　□切れない）

６．この会場にはどのように通ってますか？

当てはまるもの全てに **レ** をつけてください。

□歩いてくる　□自転車でくる　□自動車でくる　□誰かに送ってもらう

□その他（具体的に　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

７．家の中で、何か役割はありますか？

当てはまるもの全てに **レ** をつけてください。

□食事の準備　　　　　　□庭の手入れ　　　　　□畑仕事

□新聞の切り抜き　　　　□洗濯　　　　　　　　□食器洗い

□ゴミ出し　　　　　　　□犬の散歩　　　　　　□掃除

□孫守り　　　　　□車で家族の送り迎え　　　　□家業を営んでいる

□その他（具体的に　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

８．普段の生活で利用している機器（用具）はありますか？

当てはまるもの全てに **レ** をつけてください。

□自動車　　　　□自転車　　　　□電動四輪車　　　　□シルバーカー

□歩行器　　　　□杖　　　　　　□眼鏡　　　　　　　□補聴器

□携帯電話　　　□スマートホン　　　□パソコン（タブレット）

□その他（具体的に　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

**■あなたの今の健康感はどの程度ですか？**

**当てはまる□に レ をご記入ください。**

□とても健康　　□少し健康　　□あまり健康ではない　　□健康ではない

**■「体操を行う通いの場」に参加することで、体や気持ちの**

**変化がありましたか？**

**□に レ をご記入ください。**

１．身体が動きやすくなった。　　　　　　　　（□はい　　　□いいえ）

２．ご飯（食事）が噛みやすくなった。　　　　（□はい　　　□いいえ）

３．ご飯が飲み込みやすくなった。　　　　　　（□はい　　　□いいえ）

４．毎日の生活に張り合いができた。　　　　　（□はい　　　□いいえ）

５．外出の回数（機会）が増えた。　　　　　　（□はい　　　□いいえ）

６．外出の行き先が増えた。　　　　　　　　　（□はい　　　□いいえ）

７．人と関わることが楽しくなった。　　　　　（□はい　　　□いいえ）

８．ほかの方にも参加を促すようになった。　　（□はい　　　□いいえ）

９．参加者同士で情報交換するようになった。　（□はい　　　□いいえ）

１０．新しく取り組む日課が増えた。　　　　　　（□はい　　　□いいえ）

**■この調査データは、個人が特定されないように統計処理を**

**行い、厳重に管理いたします。**

**なお、データ分析結果を公開する場合があることに同意を**

**お願いいたします。**

□同意する　　□同意しない