

問 8 あなたとご家族が利用している福祉サービスは、以下のどれですか。(いくつでも)

- | | | |
|--------------|----------|------------|
| 1. 高齢福祉・介護保険 | 2. 障がい福祉 | 3. 児童福祉 |
| 4. その他 () | | 5. 利用していない |

. 回答者の生活について、おうかがいします。

問 9 ご家庭での話題、悩みには、どのようなことがありますか。(いくつでも)

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| 1. 景気、雇用、収入など経済状態 | 2. 家族の暮らし、将来のこと |
| 3. 医療費、保険料などの負担のこと | 4. 自分の健康問題 |
| 5. 家族の健康問題 | 6. 育児、子どもの教育問題 |
| 7. 高齢者介護の問題 | 8. 障がい者介護の問題 |
| 9. 住んでいる住宅の設備、建て付け、老朽化のこと | |
| 10. 同居している家族との人間関係 | |
| 11. 同居していない家族の介護・健康のこと | 12. 隣近所との人間関係 |
| 13. 地域の防犯、安全のこと | 14. 地震、水害、火事などの災害 |
| 15. その他 | |

問 10 困ったときの相談相手は、どのかたですか。(いくつでも)

- | | | |
|-----------------|-------------|----------------|
| 1. 家族 | 2. 親類 | 3. 友人・知人 |
| 4. 近所の人 | 5. 職場の人 | 6. 自治会役員、民生委員等 |
| 7. 行政(市役所、警察など) | | 8. 社会福祉協議会 |
| 9. 福祉サービス事業所 | 10. 病院・薬局の方 | 11. 特にない |

問 11 あなたが必要とする福祉に係る情報は、どのように入手していますか。(いくつでも)

- | | | |
|---------------------|--------------|-------------------|
| 1. 新聞・雑誌 | 2. テレビ、ラジオなど | 3. インターネットで検索 |
| 4. 市の広報紙 | 5. 書籍 | 6. 国、北海道などのパンフレット |
| 7. 専門家に直接相談 | | 8. 体験者に直接相談 |
| 9. サービスを提供する団体に直接相談 | | 10. 特に入手しない |

問 1 2 あなたは、ふだん近所の人と、どの程度の付き合いをしていますか。(1つ)

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 親しく付き合っている | 2. 気の合った人とは親しく |
| 3. 立ち話をする程度 | 4. 顔が会えばあいさつ程度 |
| 5. ほとんど付き合いはない | |

あなたの地域活動について、おうかがいします。

問 1 3 あなたが参加している地域活動は、以下のどれですか。(いくつでも)

- | | | |
|---------------|-------------|--------------|
| 1. 町内会・自治会活動 | 2. P T A 活動 | 3. 婦人会活動 |
| 4. 子ども会活動 | 5. 老人クラブ活動 | 6. 趣味のサークル活動 |
| 7. その他の活動 () | | 8. 参加していない |

問 1 4 問 1 3 の地域活動への参加状況はどの程度ですか。(1つ)

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. よく参加している | 2. ときどき参加している |
| 3. 年に数回は参加している | 4. ほとんど参加していない |
| 5. 参加したことがない | |

問 1 5 あなた自身が病気や事故で日常生活が不便になったり、不安になったとき、地域の住民に手伝ってほしいと思うことには、どのようなことがありますか。(いくつでも)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 道ばたでの声かけ | 2. 買い物や外出の手伝い |
| 3. 訪問しての安否確認 | 4. 話し相手、身の回りの簡単な世話 |
| 5. ごみ出し | 6. 除雪などの手伝い |
| 7. 自治会、民生委員等への取り次ぎ | 8. 親類への連絡、取り次ぎ |
| 9. 市役所、福祉団体等への相談 | 10. 特にない |

問 1 6 あなた自身が、地域にお住まいの高齢者や障がい者、子育て中の家族、母親や地域の子供達にしてあげられることには、どのようなことがありますか。(いくつでも)

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 1. 道ばたでの声かけ | 2. 買い物や外出の手伝い |
| 3. お宅を訪問しての相談相手 | 4. 話し相手、身の回りのお世話 |
| 5. ごみ出し | 6. 除雪などの手伝い |
| 7. 自治会、民生委員等への取り次ぎ | 8. 親類への連絡、取り次ぎ |
| 9. 市役所、団体機関への相談 | 10. 子どもとのあいさつ、声かけ |
| 11. 非行への注意、監視 | 12. 地域の防犯パトロール |
| 13. 道路や空地の清掃、美化 | 14. 危険箇所の調査、撤去 |
| 15. 投棄ゴミ、放置自転車などの撤去 | 16. 空き地、空き家の監視 |
| 17. 特になし | |

問 1 7 地域活動を活発にするには、どのようなことが効果があると思いますか。(いくつでも)

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. 町内会・自治会主催の活動への参加 | 2. 地域を会場とした地域活動への参加 |
| 3. 住民自身による地域活動の運営 | 4. 行政主催の行事への参加 |
| 5. その他 () | |
| 6. 特に関心はない | |

問 1 8 地域活動を進めるうえで必要なことは、どのようなことだと思いますか。(いくつでも)

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1. 中心になって活動する人を育てる | 2. 地域住民の理解 |
| 3. 活動資金の確保 | 4. 必要な情報の収集と提供 |
| 5. 人のつながり、ネットワーク | 6. 行政からの支援 |
| 7. その他 () | |
| 8. わからない | |

。回答者やご家族の立場からみた福祉施策に対するお考えをおうかがいします。

問 1 9 福祉サービスの利用の分野で、関心のあることは、どれですか。(いくつでも)

- 1 . 高齢者や障がいのある方のための相談体制の充実
- 2 . 子育て中の方のための相談体制の充実
- 3 . 福祉サービスに関する様々な情報の提供
- 4 . 福祉に係わる事業者や市民、団体相互のネットワークの充実
- 5 . 虐待などの権利侵害が起きないような社会環境づくり
- 6 . 関心はない

問 2 0 福祉活動の充実のために、必要と思うことは、どれですか。(いくつでも)

- 1 . 営利を目的としないで公益活動、市民活動を行う団体の育成、確保
- 2 . 民間の福祉サービス事業の育成、確保
- 3 . 保健・福祉・医療の専門家や事業者の連携やサービスの提供
- 4 . 健康維持・増進させるための施策の充実
- 5 . 地域の福祉資源をいかし、地域密着型の福祉を行う拠点の確保
- 6 . 地域住民が有償で自発的に取り組む地域活動(コミュニティビジネス)の支援
- 7 . わからない

問 2 1 地域福祉活動へ市民参加するために、必要と思うことは、どれですか。

(いくつでも)

- 1 . ボランティア活動に参加する市民や団体の増加
- 2 . 市民が福祉活動に参加しやすくなるような仕組みづくり
- 3 . ボランティアに参加したい人とボランティアを必要とする人を結ぶネットワークの確保
- 4 . 小学校、中学校での福祉学習の推進
- 5 . 社会福祉協議会と連携した福祉活動の推進
- 6 . 自治会(町内会)と連携した福祉活動の推進
- 7 . 地域の自主的な福祉活動の拠点となる組織や場の確保
- 8 . 「身近な課題は、自分達の問題」という地域住民の認識の共有
- 9 . わからない

問 2 2 地域福祉を推進するために、必要と思うことは、どれですか。(いくつでも)

1. 利用しやすい、利用できる福祉サービスの充実
2. 福祉サービスを担う福祉事業者、団体の活動の充実
3. 地域福祉活動への市民参加の充実
4. 社会福祉協議会の組織力や体制の強化
5. 社会福祉協議会の具体的な活動の充実、連携
6. 民生委員・児童委員との連携
7. 市内の大学の研究活動、社会活動、学生活動との連携
8. 誰もがくらしやすいまちづくりのための公共施設のバリアフリー化
9. バリアフリー化された住宅の確保
10. わからない

・ 回答者の地域活動に対するお考えを、おうかがいします。

問 2 3 あなたがお住まいの地域の地域活動について、どう感じていますか。(1つ)

1. とても一生懸命である
2. まあ、一生懸命
3. ふつう
4. あまり活動的ではない
5. 活動しているようには見えない
6. わからない

問 2 4 あなたがお住まいの地域の地域活動について、今後、どうすすめるのがいいと思いますか。(1つ)

1. もっと、活動すべき
2. いままでどおり
3. 活動を減らしたほうがいい
4. やり方を再考すべき
5. 関心がない

。災害時の助け合いについて、おうかがいします。

問 2 5 あなた自身は、災害時に、隣近所に自力で避難できない人や安否の不明な方が出たとき、どう対応しますか。現時点のお考えとしてお答え下さい。(1つ)

1. 自発的に手助けする、手助けしてもいい
2. 町内会(自主防災組織)から要請があれば、手助けする
3. 行政から要請があれば、手助けする
4. 手助けできない

その理由は (1つ)

- | | |
|------------------|--------------|
| ア. 家にも避難できない人がいる | イ. 体力的にむずかしい |
| ウ. 隣近所をよく知らない | エ. その他 |

5. よくわからない

問 2 6 あなた自身は、災害時等に自力で避難できますか。(1つ)

1. はい
2. いいえ

問 2 7 問 2 6で「いいえ」と答えた方におうかがいします。

避難のための支援を受けるために、あなたの住所、氏名などを事前に提供するとしたら、次のどこまで提供できますか。(いくつでも)

- | | | |
|------------|------------------------|--------------|
| 1. 市役所 | 2. 消防 | 3. 警察 |
| 4. 民生委員等 | 5. 社会福祉協議会(地区福祉委員会を含む) | |
| 6. 自主防災組織 | 7. 自治会・町内会 | 8. 提供する考えはない |
| 9. よくわからない | | |

。最後に、地域福祉で、ご意見がありましたら、お聞かせ下さい。

ここからは、市民の健康づくり、健康増進に関する質問です。

< 1 > あなたの健康状態、健康増進について、おうかがいします。

問1 あなたは、日頃、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。(1つ)

- 1. たいへん健康
- 2. まあまあ健康
- 3. ふつう
- 4. あまり健康でない
- 5. 健康でない

問2 あなたは、ご自分の健康上のことで、気がかりなことはありますか。(いくつでも)

- 1. 特にない
- 2. 体力が衰えてきた
- 3. ストレスがある
- 4. 現在、病気または体調が悪い
- 5. 肥満気味
- 6. やせている
- 7. その他 ()

問3 食事の回数は、いかがですか。(1つ)

- 1. 3食、ほぼ決まった時間に食べている
- 2. 3食、食べているが時間は不規則
- 3. 3食、以外に夜食や間食が多い
- 4. 3食、食べない(食べられない)ことが多い
- 5. 食事は2回にしている
- 6. 回数は不規則
- 7. その他 ()

問4 朝食を食べていますか。(1つ)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 毎日、食べている | 2. 週4～5日食べている |
| 3. 週2～3日食べている | 4. ほとんど食べていない |

問5 スポーツや体操、ウォーキングなど、健康のために身体を動かす事を意識的に
行っていますか。(家事や学校の授業は除きます。)(1つ)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 週に3回以上している | 2. 週に1～2回している |
| 3. 月に2～3回している | 4. 月に1回している |
| 5. ほとんどしていない | |

問6 問5で体操などを、「週に3回以上している」又は「週に2回以上している」と答
えた方にお聞きします。

あなたは週2回以上、1日30分以上の運動を1年以上続けていますか。(1つ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 続けている | 2. 続けていない |
|----------|-----------|

問7 あなたの睡眠時間は平均するとどれくらいですか (1つ)

- | | |
|----------|----------|
| 1. 5時間未満 | 2. 5～6時間 |
| 3. 7～8時間 | 4. 9時間以上 |

問8 あなたはこの1か月間にストレス(不満、悩み、苦勞など)がありましたか。(1つ)

- | | | | |
|-----------|---------|----------|---------|
| 1. おおいにある | 2. 多少ある | 3. あまりない | 4. 全くない |
|-----------|---------|----------|---------|

問9 あなたは、現在、たばこを吸ってますか。(1つ)

- | |
|---------------------|
| 1. 吸っている |
| 2. 以前は吸っていたが、今は吸わない |
| 3. 吸ったことはない |

問10 問9で「吸っている」と答えた方にお聞きします。1日平均で、何本吸いますか。

(1つ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 10本未満 | 2. 10～19本 |
| 3. 20～29本 | 4. 30～39本 |
| 5. 40本以上 | |

問11 問9で「吸っている」と答えた方にお聞きします。今後、たばこをやめたいと思いますか (1つ)

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1. すぐにでもやめたい | 2. そのうちやめたい |
| 3. 本数を減らしたい | 4. やめることは考えていない |

問12 あなたはビール、日本酒、ワインなどのお酒類を飲みますか (1つ)

- | | |
|------------|-------------|
| 1. ほぼ毎日飲む | 2. 週4～5日、飲む |
| 3. 週1～3日飲む | 4. たまに飲む |
| 5. 飲まない | |

問13 問12で量の多少に関わらず「飲む」と答えた方にお聞きします。あなたは1回にどれくらいお酒類を飲みますか。日本酒1合に置き換えて答えてください。(1つ)

<日本酒1合の目安>

- | |
|-----------------------|
| ビールなら中ビン1本、又は500mlを1缶 |
| ウイスキーなら、ダブル1杯 |
| 焼酎なら、お湯割1杯 |
| ワインなら、グラス2杯(200ml) |

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 1合未満 | 2. 1～2合未満 |
| 3. 2～3合未満 | 4. 3～4合未満 |
| 5. 4～5合未満 | 6. 5合以上 |

問14 問12で量の多少に関わらず「飲む」と答えた方にお聞きします。お酒の飲み方について、どう考えていますか (1つ)

- | |
|-------------------|
| 1. やめたいと思っている |
| 2. 量を減らしたいと思っている |
| 3. このままでよいと思っている |
| 4. 今より増やしたいと思っている |

問 1 5 むし歯や歯周病予防のために、気をつけていることがありますか (いくつでも)

1. 定期的に歯垢を取り除いたり、検診を受ける
2. 症状があれば早めに受診する
3. 歯磨きや入れ歯の手入れをする
4. デンタルフロスや糸ようじ、歯間ブラシなどを使って歯の間の手入れをする
5. フッ素塗布、又はフッ化物入りの歯磨き剤を使用する
6. 歯の健康についての情報は積極的に読んだり、イベントに参加したりする
7. 甘い食べ物や飲み物を控える
8. 特に気をつけていることはない

問 1 6 「メタボリックシンドローム」とは、内臓肥満 (腹囲 (おへそをとる腹回り) が、男性 8 5 c m 以上、女性 9 0 c m 以上ある状態) の方が、高血糖、高血圧、高脂血といった危険な因子も併せ持っている状態を言います。

放置すると動脈硬化が進んで重大な病気を引き起こすのですが、あなたは「メタボリックシンドローム」という言葉と意味をご存知でしたか。(1 つ)

1. 言葉も意味も知っている
2. 言葉は知っているが意味はよく知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった

問 1 7 「メタボリックシンドローム」かどうか知るために、まず自分の腹囲を測ってみることが勧められています。あなたは、測った事がありますか。(1 つ)

1. 測った事がある
2. 測った事はないが機会があれば測りたい
3. 測った事がないし、今後も測る希望はない

問 1 8 健康維持のためにはご自分の適正体重 (身長 m × 身長 m × 2 2) を維持することが必要だといわれています。あなたはご自分の適正体重を知っていますか。

1. 知っている
2. だいたい知っている
3. まったく、知らない

< 2 > あなたの、健康増進に対するお考えを、おうかがいします。

問19 あなた自身は、ご自分の健康づくりについて、どう思っていますか。(1つ)

1. 積極的に実践しているほうだと思う
2. ふつうに実践していると思う
3. あまり取り組んでいないと思う
4. ほとんど何もしていないと思う

問20 北広島市では、健康づくりの各種教室や出前講座、講演会など、様々な健康づくり事業に取り組んでいます。

このような活動について、今後、どう進めるのがいいと思いますか。(1つ)

1. もっと、活動すべき
2. いままでどおりでよい
3. もう少し、少なくとも良い
4. やり方を再考すべき
5. 利用したことがないのでよくわからない

< 3 > 最後に、健康づくりで、ご意見がありましたら、お聞かせ下さい。

<hr/> <hr/>

アンケート調査にご協力いただき、ありがとうございました。

この調査票は、同封の封筒に入れ、7月18日(金)までに、返送ください。