

認知機能に関してお尋ねします。

13) 視力はいかがですか。

1. 問題はない
2. 大体見えるが不完全
3. 大きい活字が見える
4. 顔の輪郭がわかる
5. 全く見えない

14) 聴覚はいかがですか。

1. 問題はない
2. 大声で話せば聞こえる
3. 耳元で話せば聞こえる
4. 耳元で大きな声を出せば聞こえる
5. 全く聞こえない

15) 意志の表示はいかがですか

1. 問題はない
2. だいたいできるが不完全
3. 辛うじてできる程度
4. 基本的な要求のみ可能
5. 全くできない

16) 会話の理解はいかがですか

1. 問題はない
2. だいたいできるが不完全
3. 辛うじて理解している
4. まれに理解する
5. 全くできない

17) 日常生活で何か問題行動はありますか

1. ある
2. ない

・「ある」とお答えになった方は具体的な例をお挙げください。

食生活についてお尋ねします。

18) 調理に携わる人はご本人とどのような関係にありますか。

19) 調理は特別の工夫をされていますか。

1. はい 2. いいえ

・「はい」と答えられた方は具体的にどのようなことをされていますか。

1. 軟らかくする 2. 細かく刻む 3. つぶす 4. 裏ごしする
5. その他 ()

20) ご本人とご家族はいっしょに食事をなさっていますか。

1. はい 2. いいえ

21) 食事内容は同じですか。

1. はい 2. 一部同じ 3. すべて別

22) 食事時間は1回にどの程度かかりますか。

約 分程度

23) 食事はどのような姿勢でとっておられますか。

1. 食卓に向かって 2. 寝たままで 3. 起き上がって

24) 食事をされるときはご自分の歯ですか。

1. 自分の歯 2. 入れ歯 3. 歯床で

25) ご自分の歯は何本のこっていますか。

本

26) 百寿者ご本人は食事に関して、日頃どのような考えを持っておられますか。
(例えば、食事は腹八分目に。良くかんで食べる。)

27) 特に好きな食品(料理)、嫌いな食品がありますか。

好きな食品

嫌いな食品

食事内容についてお伺いします。

28) 主食は1回にどのくらいの量を食べられますか。○をお付け下さい。また、食べるとお答えになった方はその分量もお教え下さい。

朝食 1. 食べる 2. 食べない

食べる分量は

ご飯→ 中茶碗に ___ 杯

お粥→ 中茶碗に ___ 杯

パン→ ___ 枚

麺類→ ___ 杯

昼食 1. 食べる 2. 食べない

食べる分量は

ご飯→ 中茶碗に ___ 杯

お粥→ 中茶碗に ___ 杯

パン→ ___ 杯

麺類→ ___ 杯

夕食 1. 食べる 2. 食べない

食べる分量は

ご飯→ 中茶碗に ___ 杯

お粥→ 中茶碗に ___ 杯

パン→ ___ 杯

麺類→ ___ 杯

・前の質問でパンの項目に記入した方だけお答えください。

パンには主に何をにつけますか。

バター・マーガリン

ジャム・ママレード・はちみつ等

1. につけない

1. につけない

2. 普通につける

2. 普通につける

3. 厚くつける

3. 厚くつける

29) 芋類はどのくらい食べられますか。普通に食べるとはじゃがいも卵大1個程度として考えてください。

1. ほとんど食べない 2. 普通に食べる 3. 好んで食べる

30) 料理に砂糖をどのくらい使用しますか。

1. ほとんど使わない 2. 少し使う 3. 普通に使う 4. たくさん使う

31) 1日にコーヒー・紅茶に砂糖を小さいスプーンで何杯使いますか。

1. 使わない 2. 使う → _____ 杯

32) 甘い飲料（コーラ・ジュース）をお飲みですか。

1. 飲まない 2. ときどき飲む 3. 毎日1本
4. 毎日2本以上飲む → _____ 本

33) 菓子類はどのくらい食べられますか。

1. ほとんど食べない 2. ときどき食べる 3. 毎日食べる

・洋菓子と和菓子とどちらが多いですか。

1. 和菓子 2. どちらともいえない 3. 洋菓子

・食べられるお菓子の名称と1日に食べる量をお教えてください。

名称 _____ 量: _____

34) 果物は1日にどのくらい食べられますか。1個は中位のリンゴの大きさ程度です

1. 食べない 2. 半個 3. 1個 4. 2個以上

35) 卵は1日何個食べられますか。

1. 食べない 2. ときどき食べる 3. 半個
4. 1個 5. 2個以上

36) 魚は1日にどのくらい食べられますか。1切れとは70g（刺し身7切）くらいです

1. 食べない 2. ときどき食べる 3. 半切れくらい
4. 1切れくらい 5. 2切れくらい

37) 肉は1日どのくらい食べられますか。

1. 食べない 2. ときどき食べる 3. 50gくらい
4. 100gくらい 5. 150gくらい

38) 豆腐・納豆は1日どのくらい食べられますか。豆腐1丁と納豆1包は同じと考えてください。

1. 食べない 2. ときどき食べる 3. 1/4丁くらい
4. 1/2丁くらい 5. 1丁くらい

39) 牛乳は飲んでおられますか。チーズ1切れとヨーグルト1本は牛乳1本と同じと考えてください。

1. 飲まない 2. ときどき飲む 3. 1/2本くらい
4. 1本くらい 5. 2本以上

40) 炒め物・揚げ物・サラダ（マヨネーズ、ドレッシング）など油料理は1日に何品食べられますか。

1. 食べない 2. 1 / 2品 3. 1品
4. 2品 5. 3品

41) 脂の少ない肉と多い肉とどちらを多く食べられますか。

1. 脂の少ない肉 2. どちらとも言えない 3. 脂の多い肉

42) 野菜はどのくらい食べられますか。

1. ほとんど食べない 2. 少し食べる
3. 普通に食べる 4. たっぶり食べる

43) 料理の味付けは薄いほうですか、辛いほうですか。

1. 薄い方 2. どちらとも言えない 3. 辛い方

44) 味噌汁、清し汁、スープなどは1日にどのくらい飲まれますか。

1. ほとんど飲まない 2. 1杯程度 3. 2杯程度 4. 3杯以上

45) 塩辛い物（塩鮭、佃煮、うになど）をよく食べられますか。

1. ほとんど食べない 2. 時々食べる 3. よく食べる

46) 漬物類はよく食べられますか。普通に食べるとはきゅうり1 / 2程度と考えてください。

1. ほとんど食べない 2. 時々食べる 3. よく食べる

47) 別紙の食事表に3日間、実際にお食べになった食事内容をご記入ください。

食事・嗜好品に関してお尋ねします。

百寿者の方の食事習慣についてお尋ねいたします。下記の項目に当てはまるものに○印またはご記入下さい。回答は複数になっても結構です。

48) アルコール飲料はお飲みになりますか。

1. 毎日 2. 時々飲む 3. 飲まない

・お飲みになる方はなにをお飲みになりますか。

1. ビール 2. 日本酒 3. ウイスキー 4. 焼酎
5. ワイン 6. その他

・量はどれくらいですか。

1日 1週間で

・お飲みにならない方は以前はお飲みでしたか。

1. 飲んでいない 2. 飲んでいた

・以前お飲みだった方は何をお飲みでしたか。

1. ビール 2. 日本酒 3. ウイスキー 4. 焼酎
5. ワイン 6. その他

・量はどれくらいでしたか。

1日で _____ 1週間で _____

・何歳ごろまでお飲みでしたか。

_____ 歳

49) タバコをお吸いですか。

1. 吸わない 2. 吸う → 一日 _____ 本

・吸われない方は以前お吸いでしたか。

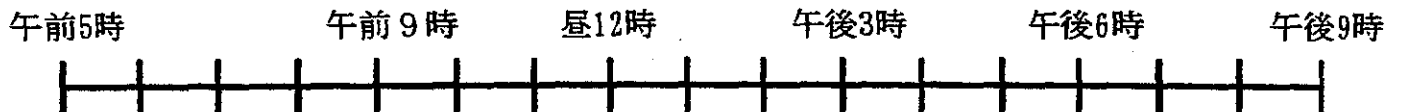
1. 吸っていた 2. 吸っていない

・何歳頃までお吸いでしたか。

_____ 歳頃まで 一日 _____ 本程度

50) 百寿者の生活活動状況に関してお尋ねします。下の線上に平均的な一日の生活状況をご記入下さい。

起床、就寝、食事（朝食、昼食、夕食、間食）、排泄（便、尿）、散歩、仕事など



日常の活動状況についてお尋ねします。

食事やベットへの移動、整容などの10項目についてお尋ねします。現在の状態に最も近いと思われる箇所を○で囲んで下さい。

51) 食事

1. 独りで可能。あるいは、補助器具は使うが標準的時間内に食べ終わる。
2. 部分的に介助が必要。たとえば、おかずを切って細かくしてもらうなど。
3. 全面的に介助が必要。

52) 車椅子からベットへの移動

1. 独りで歩ける。あるいは、車椅子を使うが、ブレーキやフットレストの操作が独りで安全におこなえる。
2. 軽度の部分介助が必要。または監視が必要。
3. 座ることはできるがほぼ全面的に介助が必要。
4. 全面的に介助が必要。あるいは移動が不可能。

53) 整容

1. 洗面、整髪、歯磨き、ヒゲ剃りなどが独りでできる。
2. 部分的または全面的に介助が必要。

54) トイレ動作

1. 独りで可能。衣服の操作や後始末が自分でできる。
2. 部分的に介助が必要。体を支える、衣服や後始末に介助が必要。
3. 全面的に介助が必要。または、できない。

55) 入浴

1. 独りで入浴できる。
2. 部分的または全面的に介助が必要。

56) 歩行

1. 45m以上独りで歩ける(車椅子や歩行器の使用は除く)。
2. 介助をすれば45m以上歩ける(歩行器の使用は可)。
3. 歩行はできないが、車椅子で45m以上操作して移動できる。
4. 上記以外。

57) 階段の昇降

1. 安全に独りで可能(手すりなどの使用は可)。
2. 介助または監視が必要。
3. できない。

58) 着替え

1. 独りでできる(靴やファスナーが使える)。
2. 半分以上は自分でできるが、介助が必要。
3. 上記以外。

59) 排便

1. 失禁することがない。浣腸や坐薬も独りで使える。
2. ときに失禁する。浣腸や坐薬の取扱いに介助が必要。
3. 上記以外。

60) 排尿

1. 失禁することがない。収尿器も独りで使える。
2. ときに失禁する。収尿器の取扱いに介助が必要。
3. 上記以外。

日常生活についてお尋ねします。

61) 現在ご趣味はおありでしょうか。

1. ある
2. ない

「ある」と答えられた場合はその内容をお答え下さい。

62) 以前にはなにかご趣味はおありでしたか。

1. あった
2. なかった

「あった」と答えられた場合はその内容をお答え下さい。

それは、いつごろまでなさってましたか。

歳

63) 現在日常生活で最も時間を使っていることは何でしょうか。

御家族などについてお尋ねします。

64) 同胞数(養子や、お嫁さんなど血縁でない方は含まない)をお教え下さい。

兄弟 人 / 姉妹 人

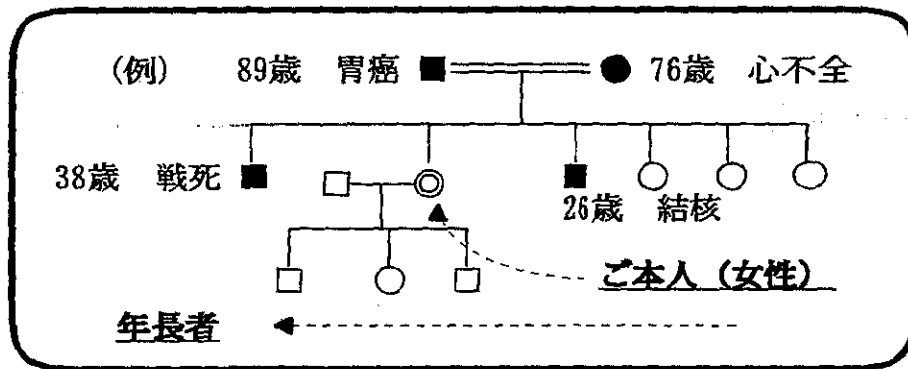
65) 兄弟、姉妹の構成をお教え下さい。高齢な方から順に性別を記入、百寿者ご本人を○で囲んで下さい。
 (例：男、女、女、**男**、男、女)

66) お子様の数をお教え下さい。

男子： _____ 人 / 女子： _____ 人

67) 可能でしたら以下のような家系図をお書き下さい。

<家系図> (□は男性、○は女性です。百寿者ご本人は二重でご記入ください。亡くなられている場合は黒塗り(男性■：女性●)でご記入ください。また、年齢が高い順に左からご記入ください。



(歳：死因) ■ = = = ● (歳：死因)

68) ご出身地はどちらでしょうか。

69) 学校はどこまでいきましたか。一番最後に行かれた学校をお教え下さい。

70) 今までどの様なご職業に就かれたでしょうか。また、その中で一番長くなされたお仕事は何ですか。一番長くなされたお仕事に○をつけて下さい。

現在の住居などについてお尋ねいたします。

71) 現在どんな場所にお住みでしょうか。

1. 一戸建て住宅
2. 共同住宅 (マンション、アパートなど)
3. 病院入院中
4. 老人ホーム、養護施設など

72) そこには、いつからお住まいですか。

 年前から

73) 同居されている方はどなたでしょうか。

- | | | | |
|-------------|----------|----------|------------|
| 1. 単身世帯 | 2. 夫婦世帯 | 3. 2世代世帯 | 4. 3世代以上世帯 |
| 5. 非血縁者との同居 | 6. 入院、施設 | | |

74) 同居されている方の構成はいかがでしょうか。

第2部

ここでは、百寿者の方の性格について伺います。

人の性格は、自分自身で見た場合と、他の人から見た場合では評価のされ方が異なることがあります。以下の質問は主にお世話している方の目から見た百寿者の性格を調査する事を目的としています。ご本人が回答した場合と異なることもあると思いますが、主にお世話している方の考えで記入してください。

各質問文を読んで、文章の右にある5つの選択肢のうち百寿者の方に当てはまるもの1つだけ選んで、数字に○をつけてください。正しい答えや間違った答えというものはありません。あまり深く考えずに、はじめに思ったとおりに回答して下さい。

もし今現在対象者の方にお元気が無く、項目がまったく当てはまらないようでしたら、お元気だった時の特徴を思い出して記入してください。

	非常に そう思う	そう思う	どちらでもない	そう思わない	まったく そう思わない
1 心配性ではない	1	2	3	4	5
2 大勢の人と一緒にいるのが好きな人だ	1	2	3	4	5
3 空想にふけて時間を無駄にするのは好きではない人だ	1	2	3	4	5
4 誰にでも好意を持って接しようとする人だ	1	2	3	4	5
5 持ち物をきちんとし、きれいにしている人だ	1	2	3	4	5
6 劣等感を持つことがよくある人だ	1	2	3	4	5
7 すぐに笑う方だ	1	2	3	4	5
8 いったんうまくいくと思ったら、あくまでもそのやり方を 変えない人だ	1	2	3	4	5
9 家族や同僚とよく口論をする人だ	1	2	3	4	5
10 時間どおりに物事をやり終えるよう、 自分のペース（歩調）を守るのが得意な人だ	1	2	3	4	5
11 ストレスが多いと、自分が「めちゃくちゃ」に なるように感じていることもある	1	2	3	4	5
12 特にほがらかなではない	1	2	3	4	5
13 芸術作品や自然の中で見つけた形に興味をひかれる人だ	1	2	3	4	5
14 他の人に自分勝手に自分のことしか考えない 人間だと思われている	1	2	3	4	5
15 几帳面（きちょうめん）ではない	1	2	3	4	5

	非常に そう思う	そう思う	どう でもない	そう 思わない	ま ったく そう 思わ ない
16 さびしくなったり憂うつになったりすることはめったにない	1	2	3	4	5
17 人と話すことをとても楽しがる人だ	1	2	3	4	5
18 若い人に対しては、いろいろな意見や考え方がある という事を教えるのではなく、 一つの考え方を教えるだけで十分だと考えていると思う	1	2	3	4	5
19 人とはりあうよりも協力しあう方が好きな人だ	1	2	3	4	5
20 割り当てられた仕事を、すべてきちんとやるよう努めてる人だ	1	2	3	4	5
21 よく緊張したり神経過敏になったりする	1	2	3	4	5
22 活気のある所が好きな人だ	1	2	3	4	5
23 詩を読んでもなにも感じない人だ	1	2	3	4	5
24 人の考えを皮肉っぽく疑いの目で見がちだ	1	2	3	4	5
25 しっかりとした目標を持っており、 それに向かって整然としたやり方で取り組む人だ	1	2	3	4	5
26 自分はまったく価値がないと感じていることが時々あると思う	1	2	3	4	5
27 何かする場合は一人でやる方が好きな人だ	1	2	3	4	5
28 新しい、珍しい食べ物を試してみることがよくある	1	2	3	4	5
29 ほうっておけば、たいていの人には自分を出し抜こうとすると 考えていると思う	1	2	3	4	5
30 身を入れて仕事を始めるまでに、時間がかかる人だ	1	2	3	4	5
31 恐ろしいとか不安だとか感じることはめったにない	1	2	3	4	5
32 元気があふれて、じっとしてられない事がよくある	1	2	3	4	5
33 場所が変わると気分や気持ちが変わるものだが、 その様な場合でも気分が変っている様には見えない	1	2	3	4	5
34 ほとんどの人から好かれている	1	2	3	4	5
35 自分の目標を達成するようにがんばる人だ	1	2	3	4	5
36 人の仕打ちによく腹をたてる人だ	1	2	3	4	5
37 元気で、はつらつとした人だ	1	2	3	4	5
38 道徳的な判断は、昔からある基準に基づくべきだと 考えていると思う	1	2	3	4	5
39 他の人から冷たく計算高いと見られている	1	2	3	4	5
40 必ず最後までやり通せる見通しがたってから 仕事を引き受ける人だ	1	2	3	4	5

	非常に そう思う	そう思う	どうでも ない	そう思わない	まったく そう思わない
41 物事がうまく行かないと、がっかりして、 あきらめようとするのが始終ある	1	2	3	4	5
42 楽道家ではない	1	2	3	4	5
43 詩を読んだり芸術作品を見ていると、 ぞくぞくしたり感情の高まりを感じていると思う	1	2	3	4	5
44 現実的で情では動かない人だ	1	2	3	4	5
45 人の期待にそったり、約束を守ったり しなければならぬのに、時々そうではない	1	2	3	4	5
46 悲しくなったり、落ち込んだりすることはほとんどない	1	2	3	4	5
47 いつも何かしている人だ	1	2	3	4	5
48 宇宙の本質や人類が置かれている状態に 思いをめぐらすことにはほとんど興味がない	1	2	3	4	5
49 いつも他の人を思いやる人だ	1	2	3	4	5
50 バリバリと仕事をやって、それをやり遂げる人だ	1	2	3	4	5
51 どうしようもなく、 問題を誰かに解決してもらうことがよくある	1	2	3	4	5
52 非常に活動的な人だ	1	2	3	4	5
53 知的好奇心が強い	1	2	3	4	5
54 嫌いな人には、そう知らせる人だ	1	2	3	4	5
55 他人に、きちんとした人間とは思われていない	1	2	3	4	5
56 穴があったら入りたいと思うほど、 恥ずかしいと感じていることがたまにある	1	2	3	4	5
57 人の先頭に立つよりも、むしろ我が道を行く人だ	1	2	3	4	5
58 抽象的な考えや理論を楽しむことがよくある	1	2	3	4	5
59 自分の望むものを手に入れるためなら、 人を操（あやつ）ることもためらわない人だ	1	2	3	4	5
60 やることすべてにおいて、こころざしを 高く持ってがんばる人だ	1	2	3	4	5
61 私はここまでの質問すべてに、正直に正確に答えてきた	1	2	3	4	5

第3部

ここでは、百寿者を主に介護されている方(ご家族のどなたか)に伺います。

主に介護されているのはどなたですか。

氏名: _____ 年齢 _____ 歳 _____ 男性・女性

ご本人との関係 _____

主に介護されている「あなた」の健康状態についてお聞かせください。

75) 現在、何か患っている病気がありますか。

1. ある 2. ない

「ある」と回答した方は、該当する疾患名をお聞かせください。

- | | | |
|---------|--------------------------------|--------------|
| 1. 高血圧 | 2. ガン | 3. 心筋梗塞、狭心症 |
| 4. 糖尿病 | 5. 呼吸器疾患 | 6. リュウマチ・関節炎 |
| 7. 脳卒中 | 8. 骨粗鬆症 | 9. 婦人科系疾患 |
| 10. 白内障 | 11. その他 () | |

76) 近頃(ここ1ヶ月くらい)の体調は、次の5つのどれに当てはまりますか。

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| 1. 体調はとてもよい | 2. まあまあ体調は良い | 3. どちらともいえない |
| 4. やや体調が良くない | 5. かなり体調がわるい | |

普段の介護についてお聞かせください。

77) 介護している期間はどれくらいですか。

1. いつ頃から _____ 2. 何年くらい _____

78) 日々の介護を手伝ってくれる人がいますか。

1. 4人以上いる
2. 2~3人いる
3. 1人いる
4. いない

79) 「あなた」が外出するときや、病気のときなどに、介護を交代してくれる人がいますか。

1. 4人以上いる
2. 2~3人いる
3. 1人いる
4. いない

80) 「あなた」は介護していて困ったことや、悩みについて相談できる人がいますか。

1. いる 2. いない

81) 「あなた」は介護の知識、技術をどこから得ていますか。

1. テレビ 2. ラジオ 3. 新聞 4. 雑誌
5. 本 6. 訪問看護婦 7. ヘルパー 8. 介護をしている仲間
9. 自分の経験 10. その他 ()

82) 今まで介護を行ってきて、最も困ったことは何ですか。

83) あなた自身にとって、介護を続けてきてよかったと思うことは何ですか。

84) あなたは、百寿の方の長寿の秘訣は何だと思えますか。

85) 「あなた」が自宅で介護を続けている原動力になっているものは何ですか。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 当然のことと思っている | 2. 責任感・義務感 |
| 3. やりがい・生きがいを感じている | 4. 本人からの感謝の言葉 |
| 5. 百寿者に対する愛情 | 6. 家族からの励ましや支援 |
| 7. 医療関係者からの励ましや支援 | 8. 施設を利用したいが、空きがない |
| 9. その他 | |
-

86) 現在の介護状況や介護サービスに不安や問題点がありましたらお書きください。

87) 百寿者の方をケアするときどのように感じているのかについてお聞かせください。
 各々の質問文に書かれてあることを普段思うかどうかを「思わない」から「いつも思う」の間
 でお答えください。答えに正しい、間違いはありません。

	思 わ な い	た ま ま に 思 う	時 々 思 う	よ く 思 う	い つ も 思 う
1 必要以上に世話を求めてくると思う	1	2	3	4	5
2 介護のために自分の時間が十分にとれないと思う	1	2	3	4	5
3 介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず 「ストレスだな」と思うことがある	1	2	3	4	5
4 介護を受けている方のとる行動に対し、 困ってしまうと思うことがある	1	2	3	4	5
5 そばにいと腹が立つことがある	1	2	3	4	5
6 介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると思う	1	2	3	4	5
7 介護を受けている方の将来がどうなるのか 不安になることがある	1	2	3	4	5
8 あなたに頼っていると思う	1	2	3	4	5
9 そばにいと、気が休まらないと思う	1	2	3	4	5
10 介護のために、体調を崩したと思ったことがある	1	2	3	4	5
11 介護があるので自分のプライバシーを 保つことができないと思う	1	2	3	4	5
12 介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと 思うことがある	1	2	3	4	5
13 介護を受けている方が家にいるので、 友達を自宅に呼びたくても呼べないと思ったことがある	1	2	3	4	5
14 あなたの介護を当然と思っていると感じる	1	2	3	4	5
15 今の暮らしを考えると、 介護にかかる金銭的な余裕はないと思うことがある	1	2	3	4	5
16 介護にこれ以上の時間はさけないと思うことがある	1	2	3	4	5
17 介護が始まって以来、 自分の思いどおりの生活ができなくなったと思うことがある	1	2	3	4	5
18 介護を誰かにまかせてしまいたいと思うことがある	1	2	3	4	5
19 介護を受けている方に対して、 どうしていいかわからないと思うことがある	1	2	3	4	5
20 自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと 思うことがある	1	2	3	4	5
21 本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと 思うことがある	1	2	3	4	5
22 全体を通してみると、介護をするということは どれくらい自分の負担になっていると思いますか					
1. 全く負担ではない					
2. 多少負担に思う					
3. 世間並みの負担だと思う					
4. かなり負担だと思う					
5. 非常に大きな負担である					

88) 介護されている「あなた」の近頃のことを考えてください。

以下の文で当てはまる場合は1. 「あてはまる」に当てはまらない場合は2. 「あてはまらない」に○印をつけて下さい。

	あはてまる	あてはまらない
1 このところ食欲がない	1	2
2 根気が続かない	1	2
3 ちょっとしたことでもすぐに怒りたくなる	1	2
4 生きていても面白いことはないと思う	1	2
5 ものを読んだり、書いたりする気になれない	1	2
6 気が高ぶっている	1	2
7 動くのがおっくうである	1	2
8 このところ毎日眠くてしょうがない	1	2
9 このところ頭が重い	1	2
10 朝起きた時でも疲れを感じることが多い	1	2
11 いろいろなことが不満だ	1	2
12 心配事がある	1	2
13 1人きりでいたいと思うことがある	1	2
14 理由もなく不安になることが時々ある	1	2
15 動作がぎこちなくよく物を落としたりする	1	2
16 このところ寝つきが悪い	1	2
17 近頃、できもしないことを空想することが多い	1	2
18 友人との付き合いなどおっくうである	1	2
19 胃・腸の調子が悪い	1	2
20 仕事が手につかない	1	2
21 すぐ怒鳴ったり、言葉づかいが荒くなってしまう	1	2
22 何ということなくイライラする	1	2
23 全身の力がぬけたようになる	1	2
24 自分がいやでしょうがない	1	2
25 話をするのがわずらわしい	1	2
26 しばしば目まいがする	1	2
27 することに自信が持てない	1	2
28 このごろ全身がだるい	1	2
29 おもいきりケンカでもしてみたい	1	2
30 朝起きた時気分がすぐれない	1	2

	あはてる	あてはまらない
31 このところボンヤリすることがある	1	2
32 何ごとも面倒くさい	1	2
33 むねが悪くなったり、はき気がする	1	2
34 腰が痛い	1	2
35 体のふしぶしが痛い	1	2
36 くつろぐ時間がない	1	2
37 考え事がおっくうでいやになる	1	2
38 むやみに腹が立つ	1	2
39 なんとなく落ち着かない	1	2
40 何かしようとしても、いろいろな事が頭に浮かんできて困る	1	2
41 このところ、やせてきたようだ	1	2
42 自分が他人より劣っていると思えて仕方がない	1	2
43 よく下痢をする	1	2
44 何かでスパークとうさばらしをしたい	1	2
45 目がかすむことがある	1	2
46 物音や人の声がカンにさわる	1	2
47 気がちって困る	1	2
48 すぐ気力がなくなる	1	2
49 目が疲れる	1	2
50 よく肩がこる	1	2
51 眠りが浅く、夢ばかり見る	1	2
52 近頃元気がない	1	2
53 誰かに打ち明けたい悩みがある	1	2
54 自分の好きなことでもやる気がしない	1	2
55 頭がさえない	1	2
56 このごろ足がだるい	1	2
57 なんとなく気力がない	1	2
58 ささいなことが気になる	1	2
59 疲れが取れない	1	2
60 横になりたいぐらい疲れることが多い	1	2
61 夜、気がたって眠れないことが多い	1	2
62 毎日の家事（介護）でくたくたになる	1	2
63 何をやっても楽しくない	1	2
64 自分の健康のことが心配で仕方がない	1	2
65 憂うつな気分がする	1	2

第4部

これからの質問は、百寿者の方御本人に答えていただいで下さい。

ご本人がお答えになれない場合は、介護者の方がお分かりののであればお答え下さっても結構です。また、お答えになりたくない場合は回答されなくても結構です。

89) これまでの人生で経験した出来事の中で、最も重要なものを挙げて下さい。

経験した出来事

経験した年もしくは年齢

_____年_____歳

それはあなたにとって良いことでしたか、悪いことでしたか。

1. 良いことだった 2. どちらでもない 3. 悪いことだった

90) 他にはありませんか。

経験した出来事

経験した年もしくは年齢

_____年_____歳

それはあなたにとって良いことでしたか、悪いことでしたか。

1. 良いことだった 2. どちらでもない 3. 悪いことだった

91) これまでの人生において困難な状況に向き合ったとき、どのように対処してきましたか。具体的な状況で答えていただいでても結構です。

(例：困難を解決するために全力を傾けた。困難をできるだけ考えないようにした。)

92) 以下の文に関してどのように感じるかお答え下さい。

ご本人が回答できない場合はご記入されなくて結構です。

	そのとおりだ	そうではない	わからない
1 若い頃と同じくらい幸せだ	1	2	3
2 人生で最も良い時をいましてしている	1	2	3
3 私のすることのほとんどは退屈だったりつまらなかったりする	1	2	3
4 私のすることは以前と同じように面白い	1	2	3
5 知っている人のほとんどの人よりも人生がうまくいっている	1	2	3
6 人生を振り返るとますます満足している	1	2	3
7 人生で望むもののほとんどは手に入れてきた	1	2	3

93) 生涯を通して見て、あなたの人生はいかがでしたか。

ご本人が回答できない場合はご記入されなくて結構です。

1. 非常に良い 2. やや良い 3. どちらでもない
4. やや悪い 5. 非常に悪い

どのような理由でそのように思われるのでしょうか。

94) 今現在の生活はいかがですか。

ご本人が回答できない場合はご記入されなくて結構です。

1. 非常に良い 2. やや良い 3. どちらでもない
4. やや悪い 5. 非常に悪い

どんな理由からそのように思えるのでしょうか。

長時間ご協力ありがとうございました。

厚生省長寿科学研究費調査
全国百寿者調査班