

⑥ あなたが介護している方で、その方(介護にかける時間が長い方)以外の方の要介護度について、当てはまるものにくつでも○をつけてください。

要支援 1 / 要支援 2

要介護 1 / 要介護 2 / 要介護 3 / 要介護 4 / 要介護 5

⑦ あなたが介護をする上で、介護保険サービスは役に立っていると思いますか。当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | | |
|------------|-------------|------------|
| 1. とても思う | 2. まあ思う | 3. 何ともいえない |
| 4. あまり思わない | 5. まったく思わない | |

⑧ 介護保険サービスへの要望がありましたら、ご自由にお書きください。

--

(3) あなたの他にご家庭内の方((1) に書いた方たち)を介護している方は全部で何人いますか。当てはまるもの1つに○をつけてください。介護サービス(ヘルパーさんなど)は含めません。

- | | | | |
|--------|---------|-----------|-------|
| 1. いない | 2. 1人 | 3. 2人 | 4. 3人 |
| 5. 4人 | 6. 5人以上 | 7. 決めていない | |

問2 あなたの現在のお住まいについてお尋ねします。

(1) 当てはまるものを1つに○をつけてください。

- | | |
|---------|--------------------------------|
| 1. 一戸建て | 2. 集合住宅
(マンション、アパート、寮、社宅など) |
|---------|--------------------------------|

⇒1を選んだ方は(2)へ、2を選んだ方は(3)へお進みください。

(2) 一戸建てにお住まいの方にお尋ねします。

①お住まいは何階建てですか

() 階

②門から玄関までについて当てはまるものをすべてに丸をつけてください。

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. 玄関からすぐに道に出る | 2. 道から玄関まで平坦な道がある |
| 3. 道から玄関まで階段がある | 4. 道から玄関まで坂がある |
| 5. その他() | |

⇒13ページの(4)へお進みください。

(3) 集合住宅(マンション・アパート、寮、社宅など)にお住まいの方にお尋ねします。

①何階に住んでいますか。

() 階

②エレベーターはついていますか。

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

③エレベーターあるいは階段からお住まいまでは、離れていると思いますか。
当てはまるもの1つに○をつけて下さい。

- | | | |
|------------|-----------|--------------|
| 1. とても思う | 2. やや思う | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり思わない | 5. 全く思わない | |

④ 1階入り口の共有スペースについて当てはまるものすべてに○をつけてください。

- | | |
|----------------------|--------------|
| 1. 入り口に階段や段差がある | 2. 手すりがない |
| 3. 入り口は手動のドア・扉である | 4. 狭い |
| 5. 管理人さんが見えるように配置してる | 6. 共有スペースはない |

⇒13ページの(4)へお進みください

(4) 現在のお住まいについて、当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | |
|------------------|---------------|
| 1. 介護のために住宅を改修した | 2. 介護のために転居した |
| 3. 特になにもしていない | 4. その他 () |

⇒住宅を改修された方にお尋ねします。それ以外の方は(5)にお進みください

① 改修にかかった費用はどのくらいでしたか。

約 _____ 円程度

また、その費用負担はどうされましたか。当てはまるものすべてに○をつけてください。

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. 本人が負担した | 2. 介護者が負担した |
| 3. 親戚で出し合った | 4. 介護保険を利用した |
| 5. その他 () | |

② どこをどう改修されましたか。具体的にお書きください。(廊下に手すりをつけた、トイレを洋式にした、等)。

(5) 現在のお住まいはバリアフリー*だと思えますか。

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

※ 段差がない、手すりがある、トイレが広いなど、体の不自由な人でも生活しやすい造りになっていること。

(6) 現在のお住まいで介護をする上で不便なところがあれば、ご自由にお書きください。

問3 介護にかかる時間についてお尋ねします。

(1) あなたはこれまでどのくらいの期間、介護をしていますか。当てはまるものの1つに○をつけてください。

- | | | | |
|----------|---------|---------|---------|
| 1. 1ヶ月未満 | 2. 半年未満 | 3. 1年未満 | 4. 1年 |
| 5. 2年 | 6. 3年 | 7. 4年 | 8. 5年以上 |

(2) あなたは週に何日くらい、介護をしていますか。当てはまるものの1つに○をつけてください。

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 1. 1日 | 2. 2日 | 3. 3日 | 4. 4日 |
| 5. 5日 | 6. 6日 | 7. 7日 | 8. 不定 |

(3) 介護しない日を週に何日くらいとりたいですか。当てはまるものの1つに○をつけてください。

- | | | | |
|-----------|-------|-------|-------|
| 1. いない・0日 | 2. 1日 | 3. 2日 | 4. 3日 |
| 5. 4日 | 6. 5日 | 7. 6日 | 8. 7日 |
| 9. 不定 | | | |

(4) あなたは1日にどのくらいの時間、介護をしていますか。当てはまるものの1つに○をつけてください。

- | | | | |
|------------|------------|-----------|--------------|
| 1. 1時間未満 | 2. 1～3時間 | 3. 4～6時間 | 4. 7～9時間 |
| 5. 10～12時間 | 6. 13～15時間 | 7. 15時間以上 | 8. その他あるいは不定 |

(5) 1日のうち、介護しない時間をどのくらいとりたいですか。当てはまるものの1つに○をつけてください。

- | | | | |
|------------|------------|-----------|--------------|
| 1. 1時間未満 | 2. 1～3時間 | 3. 4～6時間 | 4. 7～9時間 |
| 5. 10～12時間 | 6. 13～15時間 | 7. 15時間以上 | 8. その他あるいは不定 |

問4 あなたの普段の生活のことについてお尋ねします。

(1) 睡眠は十分取れていると思いますか。 当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | | |
|------------|-----------|--------------|
| 1. とても思う | 2. やや思う | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり思わない | 5. 全く思わない | |

(2) 食事は規則的にとっていると思いますか。 当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | | |
|------------|-----------|--------------|
| 1. とても思う | 2. やや思う | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり思わない | 5. 全く思わない | |

(3) 趣味のある方は差し支えなければ、趣味を教えてください。

--

(4) 介護をしていないときに、主にあなたがしていることすべてに○をつけてください。

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 家事(介護以外) | 2. テレビを見ている。 |
| 3. 知人・友人と会って話をする。 | 4. 自宅での趣味活動(テレビ以外) |
| 5. 外出しての趣味活動 | 6. 収入のある仕事 |
| 7. 睡眠 | 8. 特に決まっていない |
| 9. その他() | |

(5) あなたにとって介護でのストレスを癒してくれるものすべてに○をつけてください。

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 家事(介護以外) | 2. テレビを見ている。 |
| 3. 知人・友人と会って話をする。 | 4. 自宅での趣味活動(テレビ以外) |
| 5. 外出しての趣味活動 | 6. 収入のある仕事 |
| 7. 睡眠 | 8. 特に決まっていない |
| 9. その他() | |

(6) 今現在、在宅介護に関連してかかる費用は1ヶ月にどのくらいですか。当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | | | |
|----------|-------------|-----------|--------------|
| 1. 1万円未満 | 2. 1万円台 | 3. 2万円台 | 4. 3万円台 |
| 5. 4万円台 | 6. 5万円～10万円 | 7. 10万円以上 | 8. その他あるいは不定 |

⇒さしつかえなければ、大体いくら程度かお答えください。()円くらい

問5 介護するに当たって、あなたの周りの人からの支援についてお尋ねします。

(1) 以下のそれぞれの方について、現在支援してもらっていること、及び今後、支援してもらいたいことすべての番号に○をつけてください。

周りにいる方	現在、支援してもらっていること	今後、支援してもらいたいこと
同居しているご家族	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
同居せず近所にいるご家族	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
同居せず遠方にいるご家族	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
近所にいる親類	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
遠方にいる親類	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
近所にいる友人・知人	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
遠方にいる友人・知人	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. 経済的援助 6. その他()
介護の専門家(ヘルパー等)	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. その他()	1. 介護の手伝い 2. 家事(介護以外)の手伝い 3. 相談にのる、励ましてくれる 4. 介護に役立つ情報の提供 5. その他()

(2) 現在、あなたが特に頼りにしている方はどなたですか。当てはまるものに○をつけてください。

1. 同居しているご家族	2. 同居せず近所にいるご家族
3. 同居せず遠方にいるご家族	4. 近所にいる親類
5. 遠方にいる親類	6. 近所にいる友人・知人
7. 遠方にいる友人・知人	8. 介護の専門家（ヘルパー等）
9. その他()	

(3) 近所の友人・知人についてお尋ねします。

① 介護をするようになってからの近所の友人・知人と会う機会の変化について、当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. とても増えた	2. やや増えた	3. 変化はない
4. やや減った	5. とても減った	
6. 近所に友人・知人はいない（⇒(4)にお進みください）		

② 介護に関しての近所の知人・友人との関係について、当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. 状況も知らせていないし、特に協力も得ていない
2. 状況などは知ってもらっている
3. ときどき相談に乗ってくれる
4. ときどき介護の協力をしてもらっている
5. 何度も介護の協力をしてもらっている

(4) 遠方にいる友人・知人についてお尋ねします。

① 介護をするようになってからの、遠方にいる友人・知人と会う機会の変化について、当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. とても増えた	2. やや増えた	3. 変化はない
4. やや減った	5. とても減った	
6. 遠方に友人・知人はいない（⇒次ページ問6にお進みください）		

② 介護に関しての遠方にいる友人・知人との関係について、当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. 状況も知らせていないし、特に協力も得ていない
2. 状況などは知ってもらっている
3. ときどき相談に乗ってくれる
4. ときどき介護の協力をしてもらっている
5. 何度も介護の協力をしてもらっている

問6 介護をするにあたって、次の21個の質問について当てはまる番号をそれぞれ1つ選び○をつけてください。

① 思わない	② たまに思う	③ 時々思う	④ よく思う	⑤ いつも思う
-----------	------------	-----------	-----------	------------

1. 介護を受けている方は、必要以上に世話を求めてくると思いますか	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いますか	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」と思うことがありますか	1	2	3	4	5
4. 介護を受けている方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	1	2	3	4	5
5. 介護を受けている方のそばにいると腹が立つことがありますか	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いますか	1	2	3	4	5
7. 介護を受けている方が将来どうなるのか不安になることがありますか	1	2	3	4	5
8. 介護を受けている方は、あなたに頼っていると思いますか	1	2	3	4	5
9. 介護を受けている方のそばにいると、気が休まらないと思いますか	1	2	3	4	5
10. 介護のために体調をくずしたと思ったことがありますか	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いますか	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りますか	1	2	3	4	5
13. 介護を受けている方が家にいるので、友達を自宅によびたくてもよべないと思ったことがありますか	1	2	3	4	5
14. 介護を受けている方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	1	2	3	4	5
15. いまの暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕がないと思うことがありますか	1	2	3	4	5
16. 介護にこれ以上の時間は割けないと思うことがありますか	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いと思うことはありますか	1	2	3	4	5
18. 介護を誰かに任せてしまいたいと思うことはありますか	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りますか	1	2	3	4	5
20. 自分は今以上にもっと頑張って介護すべきだと思うことがありますか	1	2	3	4	5
21. 本当はもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	1	2	3	4	5

問7 全体を通してみると、介護するということは、どれくらい自分の負担になっていると思いますか。以下の中から当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | |
|----------------|--------------|
| 1. まったく負担ではない | 2. 多少、負担に思う |
| 3. 世間なみの負担だと思う | 4. かなり負担だと思う |
| 5. 非常に大きな負担である | |

問8 介護をされていて負担に感じていることがあるとしたら、それは何ですか。当てはまるものすべてに○をつけてください。

【介護行為について】

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 特にない | 2. 食事の介助 |
| 3. 排泄(トイレ、おむつ)の介助 | 4. 衣服の着脱の介助 |
| 5. 入浴の介助 | 6. 移動(車椅子などで)の介助 |
| 7. その他() | |

【あなたが介護している方(要介護者)について】

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1. 特にない | 2. 要介護者の金銭管理の問題 |
| 3. 要介護者の徘徊 | 4. 要介護者の不眠 |
| 5. 要介護者の必要以上の訴え | 6. 介護行為への抵抗 |
| 7. 要介護者の暴力・暴言 | 8. 要介護者が同じ質問を繰り返す |
| 9. 要介護者の物忘れ | 10. 要介護者の不潔行為 |
| 11. 火の不始末などの危険行為 | 12. 幻覚・妄想が目立つ |
| 13. その他() | |

【生活面】

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 特にない | 2. 休む・睡眠する時間が少ない |
| 3. 趣味の時間が少ない | 4. 世間話の相手がいない |
| 5. 相談に乗ってくれる人がいない | 6. 手伝ってくれる人がいない |
| 7. 介護にかかる費用 | |
| 8. その他() | |

問9 介護をされていて悩んでいることがあるとしたら、それはどんなことですか。
よろしければご自由にお書きください。

問10 介護をすることにやりがいを感じているとすれば、どの程度やりがいを感じていますか。 以下の中から当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | | |
|-----------|-------------|-------------|
| 1. 非常に感じる | 2. かなり感じる | 3. ある程度、感じる |
| 4. 多少、感じる | 5. まったく感じない | |

問11 介護をされていて喜びとなっていることがあるとしたら、それはどんなときですか。 よろしければご自由にお書きください。

問12 現在のあなたの健康状態についてお尋ねします。

(1) あなたの年齢・性別をお答えください。

年齢 () 歳	性別 (男性/女性)
----------	------------

(2) あなたは現在、何かの病気・けがをしているあるいは、何かの症状がありますか。

1. はい	2. いいえ
-------	--------

⇒ はいと答えた方はその**病名・症状**、及び**かかった時期(介護前か後か)**をお答えください。**できれば医師に診断された名称**でお答えください。

1. ()	(介護前/介護後)
2. ()	(介護前/介護後)
3. ()	(介護前/介護後)
4. ()	(介護前/介護後)

(3) 現在の治療状況について当てはまるものすべてに○をつけて下さい。

1. 特に何もしていない	2. 病院に通いそこで治療を受けている
3. 薬を飲んでいる	4. サポーター・コルセットをつけている
5. 杖・歩行器などの装具を使っている	6. その他()

(4) 介護保険サービスについて、お尋ねします。

① あなた自身は介護保険サービスを受けていますか。

1. はい	2. いいえ
-------	--------

質問は以上で終了です。

② あなた自身の要介護度について当てはまるものに○をつけてください。

要支援1 / 要支援2 /
要介護1 / 要介護2 / 要介護3 / 要介護4 / 要介護5

大変お疲れ様でした。質問は以上で終了です。
回答いただいた内容は今回の調査・研究に大いに役立てたいと思います。
ご協力ありがとうございました。

介護状況についてのアンケート調査 (B)

平成 18 年度 厚生労働科学研究 研究班
主任研究者 服部孝道(千葉大学医学部 教授)
協力研究者 旭 俊臣(旭神経内科リハビリテーション病院 院長)

【記入上の注意】

調査票は、同封の返信用封筒を使用して『平成 19 年 1 月 19 日(金)』までにご返送ください。ご回答いただきました内容については、次のように取り扱います。

- ① 調査目的以外には使用いたしません。
- ② 統計的に処理し、個人名等が特定できないように配慮します。
- ③ 自由記述の内容も、個々の回答者が特定されないよう配慮し、データ化します。
- ④ 調査の拒否や、調査項目の一部への回答拒否があっても、そのことで不利益が生ずることはありません。
- ⑤ 調査結果は、報告書として公表されます。

なお、調査内容についてご不明な点がありましたら、下記までお問い合わせください。

<アンケート返送・問い合わせ先：調査委託機関>

〒151-0061

東京都渋谷区初台1-49-1 30 田中ビル7F (株)医療産業研究所

担当：月岡、三堀(みつほり)

TEL 03-5351-3511 FAX 03-5351-3513

お問い合わせ受付時間：月～金 午前 10 時～午後 7 時

この冊子は介護を受けている方に対する質問です。

できればその方、本人にお答えいただきたいのですが、無理な場合はお手数ですが、書くのをお手伝いするか、または希望していただいた方は調査員がお手伝いします。

どうしても回答が困難、あるいは本人が回答したくない場合は回答しなくても構いません。

質問は、問1～問7まであります。

●次ページの回答方法を必ずお読みください。

ここから、アンケートの本設問がはじまります。

問1 介護を受けるようになってからの近所の友人・知人と会う機会の変化について、当てはまると思うもの1つに○をつけてください。

- | | | | | |
|-----------------|----------|----------|----------|-----------|
| 1. とても増えた | 2. やや増えた | 3. 変化はない | 4. やや減った | 5. とても減った |
| 6. 近所に友人・知人はいない | | | | |

問2 介護を受けるようになってからの遠方にいる友人・知人と会う機会の変化について、当てはまると思うもの1つに○をつけてください。

- | | | | | |
|------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 1. とても増えた | 2. やや増えた | 3. 変化はない | 4. やや減った | 5. とても減った |
| 6. 遠方には友人・知人はいない | | | | |

問3 介護を受けるにあたって、次の8個の質問について当てはまる番号をそれぞれ1つ選び○をつけてください。

- | | | | | |
|-----------|------------|-----------|-----------|------------|
| ①
思わない | ②
たまに思う | ③
時々思う | ④
よく思う | ⑤
いつも思う |
|-----------|------------|-----------|-----------|------------|

	1	2	3	4	5
1. 介護をしている方は、求めたことを十分おこなっていると思いますか	1	2	3	4	5
2. 介護をしている方のそばにいと腹が立つことがありますか	1	2	3	4	5
3. 介護をしている方は、頼りになると思いますか	1	2	3	4	5
4. 介護をしている方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	1	2	3	4	5
5. 介護をしている方だけが頼りですか	1	2	3	4	5
6. 介護をしてもらう時間は足りていますか	1	2	3	4	5
7. 介護を他の誰かにしてもらいたいと思うことはありますか	1	2	3	4	5
8. もっとうまく介護してもらいたいなあとすることがありますか	1	2	3	4	5

問4 介護を受けていて困っていることや、改善して欲しいことがあるとしたら、それはどんなことですか。ご自由にお書きください。

問5 現在の介護に、どの程度満足していますか。当てはまるもの1つに○をつけてください。

- | | | |
|---------------|------------|---------|
| 1. 非常に満足 | 2. だいたい満足 | 3. 多少満足 |
| 4. どちらかといえば満足 | 5. 満足していない | |

問6 現在の生活の中で喜びを感じるのは、どんなときですか。ご自由にお書きください。

問7 介護保険サービスへの要望がありましたら、ご自由にお書きください。

大変お疲れ様でした。アンケートは以上です。
回答いただいた内容は今回の調査・研究に大いに役立てたいと思います。
ご協力ありがとうございました。

生活・健康についてのアンケート調査

平成 18 年度 厚生労働科学研究 研究班

主任研究者 服部孝道(千葉大学医学部 教授)

協力研究者 旭 俊臣(旭神経内科リハビリテーション病院 院長)

* ご回答いただきました内容については、次のように取り扱います。

- ① 調査目的以外には使用いたしません。
- ② 統計的に処理し、事業所名等が特定できないように配慮します。
- ③ 自由記述の内容も、個々の回答者が特定されないよう配慮し、データ化します。
- ④ 調査の拒否や、調査項目の一部への回答拒否があっても、そのことで不利益が生ずることはありません。
- ⑤ 調査結果は、報告書として公表されます。

回答者のお名前	
生年月日	(明治/大正/昭和) ()年 ()月 ()日

問1 ご家庭に同居なさっている方の番号すべてに○をつけてください。また2人以上いる場合、()に人数をお書きください。

1. 夫		2. 妻	
3. 実の父親	4. 実の母親	5. 義理の父親(しゅうと)	6. 義理の母親(姑)
7. 実の息子()人	8. 実の娘()人	9. 義理の息子(婿) ()人	10. 義理の娘(嫁) ()人
11. 実の兄()人	12. 実の姉()人	13. 義理の兄()人	14. 義理の姉()人
15. 実の弟()人	16. 実の妹()人	17. 義理の弟()人	18. 義理の妹()人
19. 孫()人	20. 甥()人	21. 姪()人	22. その他()人

問2 タバコの習慣についてお尋ねします。

(1) ここ1ヶ月、1日に何本ぐらいタバコを吸いますか。当てはまる番号1つに○をつけてください。

1. 吸っていない	2. 1~4本	3. 5~9本	4. 10~14本
5. 15~19本	6. 20~24本	7. 25本以上	8. 不定、その他

(2) これまでどのくらいの期間、習慣としてタバコを吸ってきましたか。当てはまる番号1つに○をつけてください。

1. 吸っていない	2. 1年未満	3. 1~5年
4. 6~10年	5. 11~20年	6. 21~30年
7. 31~40年	8. 41~50年	9. 51~60年
10. 60年以上	11. 不定、その他	

問3 お酒の習慣についてお尋ねします。

(1) ここ1ヶ月現在、週にどのくらい飲みますか。当てはまる番号1つに○をつけてください。

1. 飲んでいない	2. 1~2回	3. 3~4回
4. 5~6回	5. 7回以上	6. 特に決まっていない、不定

(2) ここ1ヶ月現在、1回で飲む量はどのくらいですか。当てはまる番号(1か2)に○をつけてください。2に○をつけた方は、さらに①~⑤の番号および()をお答えください。

1. 特に決まっていない、不定である		
2. ほぼ決まっている。		
①ビール	①コップ・グラス	
②焼酎	②ジョッキ	
③日本酒	③お銚子	
④ワイン	④ワイングラス	
⑤その他()	⑤その他()	
を		で ()杯くらい

(3) これまでどのくらいの期間、習慣としてお酒を飲んできましたか。当てはまる番号1つに○をつけてください。

1. 飲んでいない	2. 1年未満	3. 1~5年
4. 6~10年	5. 11~20年	6. 21~30年
7. 31~40年	8. 41~50年	9. 51~60年
10. 60年以上	11. 不定、その他	

問4 ここ1ヶ月現在の食事についてお尋ねします。

(1) 毎日の食事について当てはまる番号1つに○をつけてください。

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 1. ほぼ規則的に朝、昼、晩の1日3食とる | 2. 時間は決まっていないが1日3食取る |
| 3. 1日3食とは限らない | |

(2) あなたの好きだと思ふ食べ物にすべて○をつけてください。また、選んだ選択肢の右に()がある場合、1番好きなもの1つをお書き下さい。

- | | | | |
|-----------|-------------|--------------|-----------|
| 1. お米・ごはん | 2. いも類() | 3. 肉類:()肉 | 4. 魚介類() |
| 5. 野菜類() | 6. 果物類() | 7. うどん | 8. パン |
| 9. 牛乳 | 10. 大豆・大豆製品 | 11. コンブなどの藻類 | |

(3) あなたのどちらかというと好きだと思ふ味付けをそれぞれ1つ○をつけてください。

味の濃さ	1. 濃い	2. 薄い
脂っこさ	1. 脂っこい	2. あっさりしている
甘さ	1. 甘い	2. 甘くない

問5 ここ1ヶ月現在の睡眠についてお尋ねします。

(1) 毎日の睡眠について当てはまる番号1つに○をつけてください。

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 毎日、夜間に規則的に睡眠をとっている | 2. 毎日、昼間に規則的に睡眠はとっている |
| 3. 不規則だが、毎日、睡眠をとっている。 | 4. 睡眠をとらないことがある。 |

(2) 1日の睡眠について以下でそれぞれ当てはまる番号1つに○をつけてください。

① 夜間の睡眠の途中で起きることがありますか。

- | | | | | |
|---------|-----------|-----------|------------|---------|
| 1. 全くない | 2. ほとんどない | 3. ときどきある | 4. あることが多い | 5. 毎晩ある |
|---------|-----------|-----------|------------|---------|

② 日中に眠ることが多いですか。

- | | | | | |
|----------|-------------|------------|--------------|-----------|
| 1. そうである | 2. 比較的そうである | 3. どちらでもない | 4. 比較的そうではない | 5. そうではない |
|----------|-------------|------------|--------------|-----------|

(3) 夜間の睡眠時間はどのくらいですか。当てはまる番号1つに○をつけてください。

- | | | |
|----------|----------|--------------|
| 1. 3時間未満 | 2. 3時間台 | 3. 4時間台 |
| 4. 5時間台 | 5. 6時間台 | 6. 7時間台 |
| 7. 8時間台 | 8. 9時間以上 | 9. 不定・不規則である |

問6 現在の趣味についてお尋ねします。

(1) 趣味があれば、その趣味をすべてお答えください。特にない場合は問7にお進みください。

--

(2) その趣味を行う頻度は全部でどのくらいですか。当てはまる番号1つに○をつけてください。

1. 特に決まっていない、不定である。
2. ほぼ決まっている。 ⇐⇒ (年/月/週)に ()回くらい

問7 あなたの最終学歴について、当てはまる番号1つに○をつけて下さい。

1. 小学校	2. 高等学校	3. 短大・専門学校	4. 大学・大学院
5. その他()			

問8 ここ1ヶ月現在のあなたの就業状況についてお尋ねします。

(1) その職種などについて以下の中から当てはまる番号すべてに○をつけてください。
「していない」場合は問9にお進み下さい。

1. していない	2. 会社員・公務員	3. 自営業
4. パート・アルバイト	5. 農業	
6. その他()		

(2) 仕事の頻度は全部でどのくらいですか。当てはまるもの番号1つに○をつけてください。

1. 特に決まっていない、不定である。
2. ほぼ決まっている。 ⇐⇒ (月/週)に ()日くらい