

夫婦の健康と社会交流に関する調査

令和 7(2025)年 4 月

ご記入についてのお願い

- ◆ この調査票は、ご自分で記入できない場合は、ご家族や親しい方に書いていただいても構いません。
- ◆ 記入もれがありますと、正しい調査ができませんので、ご夫婦それぞれが質問にはもれなくご回答をお願いいたします。
- ◆ お答えに迷った場合には、選択肢のうち一番近いものをお選び下さい。
- ◆ 記入が終わりましたら、調査票は夫・妻用の各封筒に入れて、ご夫婦まとめて返信用封筒に入れ、ポストに投函して下さい。

田園調布学園大学人間福祉学部社会福祉学科介護福祉専攻

島田今日子

■お問合せ電話番号:080(5429)9657

月～木曜日の9:30～16:00

(授業の都合で対応が難しい時間帯もあります)

調査票は 5 月 20 日迄に、
ご投かんください！



【このアンケートに記入されたのはどなたですか】

1. 本人 2. ご家族（続柄 ） 3. その他（ ）

ご家族の方へ

▼ご本人が下記の理由で回答できない場合は、番号に○をつけ、そのまま同封の封筒でご返送下さい

1. 入院中 2. 入所中 3. 長期不在 4. 転出 5. 死亡
6. その他（ ）

問1. あなたのお体の状態について当てはまる番号1つに○をつけてください。

1.	あなたは普段、ご自分で健康だと思いますか。		
	1. 非常に健康だと思う	2. まあ健康なほうだと思う	
	3. あまり健康ではない	4. 健康ではない	
2.	あなたは以下の病気がありますか(複数に○可能)		
	1. 脳卒中	2. 心臓病	3. 癌
	4. 糖尿病	5. 腰痛	
	6. 膝等の関節痛	7. 歯、歯ぐきのトラブル	8. その他の疾患
	9. 病気はない		
3.	上記の中で、おもな病気の治療状態はいかがですか。		
	1. 未治療	2. 治療中	
	3. 治療を中断した	4. 病気はない	
4.	この一年間で入院はしましたか		
	1. した	2. していない	
5.	この2週間少なくとも週3回以上、下記のような痛みを感じましたか		
	1. 頭痛	① はい	② いいえ
	2. 食物をかむ時の痛み	① はい	② いいえ
	3. 肩こり、首筋の痛み	① はい	② いいえ
	4. 腰痛、背中での痛み	① はい	② いいえ
	5. 膝、関節痛	① はい	② いいえ

問2. あなたは自宅での役割をお持ちですか。

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問3. あなたは現在、介護や子育てに、おもにかかわっていますか。

(見守り、付添い、食事・排泄・入浴などの手伝いをしている)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問4. あなたは、下記のどこから地域情報を得ていますか (複数に○可能)。

1. 市政だより	2. 無料の新聞やチラシ(MY TOWN、MISUMO など)
3. テレビ神奈川	4. 知人・友人から
5. 公民館のチラシ	
6. 全国紙(新聞)の地域欄	7. その他()

問5. あなたは知り合いから集会や趣味の会などに誘われたら、参加する気持ちがありますか(1つに○)。

1. とてもある	2. ややある
3. あまりない	4. ほとんどない

問6. 現在の家族や友人についてうかがいます。該当する人数の番号1つに○をつけてください。

▼ここでは、家族や親戚などについて考えます。	
1	少なくとも月に1回、会ったり話をしたりする家族や親戚は何人いますか？ 0=いない 1=1人 2=2人 3=3,4人 4=5~8人 5=9人以上
2	あなたが、個人的なことでも話すことができるくらい気楽に感じられる家族や親戚は何人いますか？ 0=いない 1=1人 2=2人 3=3,4人 4=5~8人 5=9人以上
3	あなたが、助けを求めることができるくらい親しく感じられる家族や親戚は何人いますか？ 0=いない 1=1人 2=2人 3=3,4人 4=5~8人 5=9人以上
▼ここでは、近くに住んでいる人を含むあなたの友人全体について考えます。	
4	少なくとも月に1回、会ったり話をしたりする友人は何人いますか？ 0=いない 1=1人 2=2人 3=3,4人 4=5~8人 5=9人以上
5	あなたが個人的なことでも話すことができるくらい気楽に感じられる友人は何人いますか？ 0=いない 1=1人 2=2人 3=3,4人 4=5~8人 5=9人以上
6	あなたが、助けを求めることができるくらい親しく感じられる友人は何人いますか？ 0=いない 1=1人 2=2人 3=3,4人 4=5~8人 5=9人以上

問7. 現在の生活についてうかがいます。①~⑬についてそれぞれ「はい」「いいえ」のどちらか1つに○をつけてください。

①	バスや電車を使って、一人で外出できますか	1. はい	2. いいえ
②	日用品の買い物ができますか	1. はい	2. いいえ
③	自分で食事の用意ができますか	1. はい	2. いいえ
④	請求書の支払いができますか	1. はい	2. いいえ
⑤	銀行預金、郵便貯金の出し入れができますか	1. はい	2. いいえ
⑥	年金などの書類が書けますか	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雑誌に興味がありますか	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	家族や友達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

問8. 下記の質問について「はい」「いいえ」のどちらかに○をつけてください。

①	自分の生活に満足していますか	1. はい	2. いいえ
②	これまでやってきたことや、興味があることの多くを、最近やめてしまいましたか	1. はい	2. いいえ
③	自分の人生はむなしいものと感じますか	1. はい	2. いいえ
④	退屈を感じる事がよくありますか	1. はい	2. いいえ
⑤	ふだんは気分のよいほうですか	1. はい	2. いいえ
⑥	自分になにか悪いことが起こるかもしれないという不安がありますか	1. はい	2. いいえ
⑦	あなたはいつも幸せと感じていますか	1. はい	2. いいえ
⑧	自分が無力と感じることがよくありますか	1. はい	2. いいえ
⑨	外に出て新しい物事をするより、家の中にいるほうが好きですか	1. はい	2. いいえ
⑩	ほかの人に比べて記憶力が落ちたと感じますか	1. はい	2. いいえ
⑪	いま生きていることはすばらしいと思いますか	1. はい	2. いいえ
⑫	自分の現在の状態は、まったく価値のないものと感じますか	1. はい	2. いいえ
⑬	自分は活力が満ちあふれていると思いますか	1. はい	2. いいえ
⑭	いまの自分の状況は希望のないものと感じますか	1. はい	2. いいえ
⑮	ほかの人は、あなたより恵まれた生活をしていると思いますか	1. はい	2. いいえ

問9. 以下の問いに、使用頻度として最も近い番号 1 つに○をつけてください。

	毎日少なくとも一回は利用	週に少なくとも一回は利用 (毎日ではない)	月に少なくとも一回は利用 (毎週ではない)	それ以下の頻度 (年一回以上の利用はある)
1. メールサービス (例: 各社携帯のメール、Gmail、Outlook 等)	4	3	2	1
2. メッセージングアプリ (例: LINE、WhatsApp、Messenger 等)	4	3	2	1
3. ソーシャルメディア (例: Facebook、Instagram、Twitter 等)	4	3	2	1
4. オンラインビデオ通話 (例: Zoom、Skype、Google Meet 等)	4	3	2	1
5. インターネットブラウザ (例: Chrome、Safari、Edge 等)	4	3	2	1
6. ヘルスケアアプリ (例: 歩数計、心拍数モニタ等)	4	3	2	1

問10. 過去1カ月間に、少なくとも週3回以上経験したもの1つに○をつけてください。

1	寝つきは(布団に入ってから眠るまで要する時間) ① 問題なかった ② 少し時間がかかった ③ かなり時間がかかった ④ 非常に時間がかかったか、全く眠れなかった
2	夜間、睡眠途中に目が覚めることは ① 問題になるほどではなかった ② かなり困っている ③ 深刻な状態か、全く眠れなかった ④ 少し困ることがあった
3	希望する起床時間より早く目覚め、それ以上眠れなかったか ① そのようなことはなかった ② かなり早かった ③ 非常に早かったか、全く眠れなかった ④ 少し早かった
4	総睡眠時間について ① 十分だった ② かなり足りない ③ 全く足りない、全く眠れなかった ④ 少し足りなかった
5	全体的な睡眠の質は ① 満足している ② かなり不満 ③ 非常に不満か、全く眠れなかった ④ 少し不満
6	日中の気分は ① いつも通り ② 少し低下 ③ かなり低下 ④ 非常に低下
7	日中の活動について(身体的及び精神的) ① いつも通り ② 少し低下 ③ かなり低下 ④ 非常に低下
8	日中の眠気について ① 全くない ② 少しある ③ かなりある ④ 激しい

問11. 下記の欄に最もあてはまる番号1つに○をつけてください。

	常にある	時々ある	ほとんどない	決していない
1. 自分には人との付き合いがないと感じることがありますか	4	3	2	1
2. 自分は周りの人たちと共通点が多いと感じることがありますか	4	3	2	1
3. 自分には親しい人たちがいると感じますか	4	3	2	1
4. 自分は取り残されていると感じることがありますか	4	3	2	1
5. 自分のことを本当によく知っている人は誰もいないと感じることはありますか	4	3	2	1
6. 自分は他の人たちから孤立していると感じることはありますか	4	3	2	1
7. 自分を本当に理解している人がいると感じますか	4	3	2	1
8. 周りの人たちと一体感がもてないと感じることがありますか	4	3	2	1
9. 話し相手がいると感じますか	4	3	2	1
10. 頼れる人がいると感じますか	4	3	2	1

問12. あなたの考えに当てはまるものをかっこの番号から1つ選んで○をつけてください。

1. あなたは死にたいと思いますか。 全く思わない(0) あまり強く思わない(1) 強く思う(2)
2. 生きたいという気持ちと死にたいという気持ちのバランスについてお答えください 生きたいという気持ちが死にたいという気持ちよりも強い(0) 両者が同じ程度ある(1) 死にたいという気持ちが生きたいという気持ちよりも強い(2)
3. かりに死にたいと思うときに、積極的に自殺を企てたいという欲求がありますか。 全くない(0) ややある(1) 中程度以上にある(2)
4. かりに自殺をしたいと思うときに、その気持ちはどれくらい続きますか。 自殺をしたいとは思わない、または思っても短く、すぐに過ぎ去る(0) 長く続く(1) 持続的(慢性的)に続く(2)
5. 自殺したいという気持ちはどのくらいの頻度で起こりますか。 全く起こらない、または起こったとしても稀にしかない(0) たまにある(1) 繰り返し生じる、または持続的に起こる(2)
6. 自殺の方法(手段)について考えていますか。 考えていない(0) 考えてみたが、それほど詳しくは考えていない(1) 詳しく考え、十分に練られている(2)

問13. あなたについておたずねします。番号に○をつけ、数字をご記入ください。

a. 性別: 1. 夫(男) 2. 妻(女) 3. その他	b. 昭和 _____ 年 _____ 月生
-------------------------------------	------------------------

問14. あなたはどなたと同居されていますか。それぞれの項目ごとに「いる」「いない」のどちらか番号1つに○をつけてください。

a. 配偶者(夫または妻)	1. いる	2. いない
b. 未婚の子ども	1. いる()人	2. いない
c. 既婚の子ども(子どもの配偶者も含む)	1. いる()人	2. いない
d. 孫(孫の配偶者も含む)	1. いる()人	2. いない
e. あなたの父母。または、配偶者の父母	1. いる()人	2. いない
f. その他()	1. いる()人	2. いない

問15. あなたはスマートフォンを持っていますか。

1. はい 2. いいえ

問16. あなたが受けられた学校教育は何年間でしたか。(1つに○をつけてください)

1. 6 年未満	2. 7～9 年	3. 10～12 年
4. 13 年以上	5. その他()	

問17. あなたは現在、収入のある仕事をしていますか。

1. はい 2. いいえ

問18. あなたの現在の暮らし向きをどのように感じていますか。(1つに○をつけてください)

- | | | |
|--------------|-------------|----------|
| 1. とてもゆとりがある | 2. ややゆとりがある | |
| 3. ふつう | 4. やや苦しい | 5. 大変苦しい |

問19. あなたのご様子について伺います。「はい」「いいえ」のどちらか1つに○をつけてください。

1	時間や場所を取り違えることがよくありますか	1. はい	2. いいえ
2	周りの人から物忘れについて言われますか	1. はい	2. いいえ

問20. あなたは要介護認定を受けていますか。

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

a. ▼判定結果を教えてください(1つに○)

- | | | |
|------------|---------|---------|
| 1. 要支援1・2 | 2. 要介護1 | 3. 要介護2 |
| 4. 要介護3 | 5. 要介護4 | 6. 要介護5 |
| 7. 該当しなかった | | |

b. いつ頃要介護認定を受けましたか平成/令和 年 月

★インタビュー調査の協力者募集★

2025年度にご夫婦へのインタビュー調査を計画しています(協力者には薄謝進呈)。ご協力可能な方は、以下の1に○をしてお名前と電話番号、ご住所をご記載下さい(個人情報の管理を徹底いたします)。2025年度12月以降に、その方々の中から数組のご夫婦に研究者の島田からご連絡をさせていただきます。

- | |
|---------|
| 1. 協力可能 |
|---------|

お名前 :

お電話番号 :

ご住所 : 麻生区

もう一度、記入もれがないかご確認の上、夫(白色)・妻(桃色)用の各封筒に入れ、2つまとめて返信封筒に入れて5月20日までに、ポストにご投かんください。



ご協力ありがとうございました!

皆様のご健康をお祈りしております!