

第 0800 号

長寿社会における中高年者の暮らし方の調査

【継続対象者用】

J9V001 地域
J9V002 市郡規模
J9V004 回収状況
J9V005 移動状況
J9V006 W5 時継続/新規
J9V007 W8 時継続/新規

2017 年 9 月
 東京都健康長寿医療センター研究所
 東京大学高齢社会総合研究機構
 ミシガン大学
 一般社団法人 中央調査社

支局番号		地点番号			対象番号		パネル番号				点検者名	
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	

【調査員記入】

(1) 訪問回数

J9V009 回

《変数名の見方》

・斜体の変数は、短縮版と共通の項目
 (例: J9V100)

(2) 調査日

J9V010 月 **J9V011** 日

⑰～⑳

【調査員注】面接を始める前に、必ず次の文章を対象者の前で読み上げること。

この調査では、いろいろなことをおうかがいしますが、答えたくないことについては無理にお答えいただく必要はありません。大部分は、お手元にある回答票の選択肢から、当てはまるものをお選びいただく形式です。お答えいただいたことについては、厳重に秘密を守り、他の人に知らせるようなことは一切ありませんので、どうかご安心ください。では、質問を始めてもよろしいですか。

はい (※対象者から開始の同意を得たことを確認し、チェックを入れること)

★1 意識調査時間 { (開始) 時 分 (終了) 時 分 } 所要時間 **J9V012** 分

※24 時間制で記入

★2 体力・身体測定時間 { (開始) 時 分 (終了) 時 分 } 所要時間 **J9V013** 分

※24 時間制で記入

【調査員注】

- ・調査が終了したら、★1 には 20 ページに記入した終了時間、★2 には、29 ページに記入した終了時間を転記すること。
- ・対象者の用事や休けいなどで中断した時間も含める。また、調査が複数日に渡った場合は、調査時間を欄外にメモしておき、合計した時間を記入すること。

【全員に】

⑬⑭=32

Q4. あなたには、お子さんは何人いますか。養子を含みますが、嫁・婿、亡くなったお子さんは含みません。

人 いない
 ⑮ ⑯ ⑰ → (次ページ Q5へ)

SQ. それぞれのお子さんについてうかがいます。

【調査員注】 左端の第1子から第10子まで該当人数分に○をつけ、第1子から順に性別、年齢、配偶者の有無、仕事の有無、自宅からの距離を聞く。自宅からの距離は、ふだん使っている交通手段での時間。

	○番目のお子さんは、男性ですか女性ですか。	○番目のお子さんは、今大体おいくつですか。	○番目のお子さんには、配偶者がいますか。	○番目のお子さんは、収入の伴う仕事をしていますか。	あなたのお宅から、○番目のお子さんのお宅まで、どのくらい時間がかかりますか。
第1子	J9V066 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V067"/> 歳	J9V068 1 はい 2 いいえ	J9V069 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V070 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第2子	J9V071 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V072"/> 歳	J9V073 1 はい 2 いいえ	J9V074 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V075 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第3子	J9V076 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V077"/> 歳	J9V078 1 はい 2 いいえ	J9V079 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V080 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第4子	J9V081 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V082"/> 歳	J9V083 1 はい 2 いいえ	J9V084 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V085 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第5子	J9V086 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V087"/> 歳	J9V088 1 はい 2 いいえ	J9V089 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V090 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第6子	J9V091 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V092"/> 歳	J9V093 1 はい 2 いいえ	J9V094 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V095 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第7子	J9V096 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V097"/> 歳	J9V098 1 はい 2 いいえ	J9V099 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V100 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第8子	J9V101 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V102"/> 歳	J9V103 1 はい 2 いいえ	J9V104 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V105 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第9子	J9V106 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V107"/> 歳	J9V108 1 はい 2 いいえ	J9V109 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V110 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第10子	J9V111 1 男性 2 女性	<input type="text" value="J9V112"/> 歳	J9V113 1 はい 2 いいえ	J9V114 1 はい 2 いいえ	1 同居 J9V115 2 10分未満 3 1時間未満 4 1時間以上
第11子	J9V116*	J9V117*	J9V118*	J9V119*	J9V120*

⑰ ~ □

■ ~ .

. ~ >

^ ~ v

< ~ .

. ~ .

. ~ .

. ~ .

. ~ .

. ~ .

【全員に】

⑬⑭=33

Q5. 現在、一緒に住んでいるご家族は、あなたを含めて何人ですか。

J9V121 人

⑮⑯

Q6. それでは、一緒に住んでいる人のあなたとの続き柄、年齢、性別を順におっしゃってください。

【調査員注】・左端の番号(1~12)は、家族の人数分すべてに○をつける。

・同居の子どもについては、Q4SQより年齢、性別を書き写し、Q5の人数を確認しながら、子ども以外の同居家族を聞いていく。

・対象者本人の年齢は、Q1および名簿の生年月日を確認し、満年齢で記入する。

	回答者との続き柄	アフターコード	年 齢	性 別
1	回答者 本人	○ J9V122	J9V123 歳	1男 2女 J9V124
2	回答者の _____	J9V125	J9V126 歳	1男 2女 J9V127
3	回答者の _____	J9V128	J9V129 歳	1男 2女 J9V130
4	回答者の _____	J9V131	J9V132 歳	1男 2女 J9V133
5	回答者の _____	J9V134	J9V135 歳	1男 2女 J9V136
6	回答者の _____	J9V137	J9V138 歳	1男 2女 J9V139
7	回答者の _____	J9V140	J9V141 歳	1男 2女 J9V142
8	回答者の _____	J9V143	J9V144 歳	1男 2女 J9V145
9	回答者の _____	J9V146	J9V147 歳	1男 2女 J9V148
10	回答者の _____	J9V149	J9V150 歳	1男 2女 J9V151
11	回答者の _____	J9V152	J9V153 歳	1男 2女 J9V154
12	回答者の _____	J9V155	J9V156 歳	1男 2女 J9V157

⑰⑱

【アフターコード】

- | | | | |
|-----------|---------|----------|--------|
| 1 配偶者 | 4 孫 | 6 父母 | 8 兄弟姉妹 |
| 2 子ども | 5 孫の配偶者 | 7 配偶者の父母 | 9 その他 |
| 3 子どもの配偶者 | | | |

Q7. 【調査員記入】3ページのQ4SQを参照して記入する。

J9V158 1 別居している(10分未満～1時間以上)子どもがいる 2 別居している子どもはいない
↓ (Q8へ)

SQ. 【回答票2】一緒に住んでいないお子さんについておたずねします。お子さんを全部合計して、大体何回くらい会ったり、電話や手紙のやりとりをしたりしていますか。電子メールやFAXも含まれます。

J9V159 1(ア) 1週間に2回以上 4(エ) 1か月に1回くらい 7 わからない
2(イ) 1週間に1回くらい 5(オ) 1か月に1回より少ない
3(ウ) 1か月に2、3回 6(カ) まったくない

【全員に】⑬

⑭

=34

【社会的統合-1】

⑮～ =skip

Q8. あなたには、心を打ち明けて、自分の思っていることや心配ごとを話すことができる親しい友達はいますか。
(いる場合)何人くらいいますか。

J9V173 人 0 いない 1 わからない ~<

Q9. あなたには、お互いに家を行き来するような間柄のご近所の人はいますか。
(いる場合)何人くらいいますか。

J9V174 人 0 いない 1 わからない > ~v

Q10. 【回答票3】ふだんどのくらいの頻度で、友達やご近所や親戚の方と会ったり、一緒に出かけたり、
お互いの家をたずねたりしますか。お子さんは含めないでお答えください。

J9V175

1(ア) 1週間に2回以上 4(エ) 1か月に1回くらい 7 わからない
2(イ) 1週間に1回くらい 5(オ) 1か月に1回より少ない <
3(ウ) 1か月に2、3回 6(カ) まったくない

Q11. 【回答票4】では、どのくらいの頻度で、友達やご近所や親戚の方と電話で話したり、電子メールのやりとりを
したりしますか。お子さんは含めないでお答えください。【調査員注】Q10とは、選択肢が異なるので注意。

J9V176

1(ア) 1日に2回以上 4(エ) 1週間に1回くらい 7 わからない
2(イ) 1日に1回くらい 5(オ) 1週間に1回より少ない >
3(ウ) 1週間に2、3回 6(カ) まったくない

Q12. 【回答票4】ふだん、外出する頻度はどれくらいですか。外出の目的は問いませんが、庭先のみやゴミ出し程度
は含みません。

J9V177 1(ア) 1日に2回以上 4(エ) 1週間に1回くらい 7 わからない
2(イ) 1日に1回くらい 5(オ) 1週間に1回より少ない ^
3(ウ) 1週間に2、3回 6(カ) まったくない

Q13. あなたは、町内会、自治会、老人クラブ、商工会、宗教のグループ、またはその他のクラブやグループに入っていますか。
(入っている場合)全部でいくつ入っていますか。

> ~∨

J9V181	個	0 入っていない	1 わからない
↓		→ (Q14 上の調査員注へ)	

SQ1. 【回答票5】 そのようなグループの会合に、何回くらい、出かけますか。

J9V182 【調査員注】 2つ以上のグループの会合があれば、その合計で答えてもらう。

1 (ア) 1週間に2回以上	4 (エ) 1か月に1回くらい
2 (イ) 1週間に1回くらい	5 (オ) 1か月に1回より少ない
3 (ウ) 1か月に2、3回	6 (カ) まったくない →(Q14 上の調査員注へ)
↓	7 わからない
↓	↓

SQ2. 【回答票6】 あなたが会合に出ているグループは、どのようなグループですか。いくつでもお答えください。
(M.A.)

【調査員注】 NPOという回答の場合は、活動内容を詳しく聞き、該当番号に○をつける。
判断に迷う場合は、その他のかっこ内に、具体的内容を記入しておく。

- | | | | |
|---------------|-------------------------|----------------------------------|---------------|
| J9V183 | 1 (ア) 町内会・自治会 | 6 (カ) 職域関係のグループ・組合 | J9V188 |
| J9V184 | 2 (イ) 老人会・老人クラブ | 7 (キ) 退職者の組織 (OB 会など) | J9V189 |
| J9V185 | 3 (ウ) 趣味や学習の会・グループ | 8 (ク) 宗教関係の会・グループ (氏子・檀家の会、教会など) | J9V190 |
| J9V186 | 4 (エ) スポーツや健康づくりの会・グループ | 9 (ケ) 市民運動・消費者団体 | J9V191 |
| J9V187 | 5 (オ) ボランティア・社会奉仕団体 | 10 (コ) 政治団体やその後援会 | J9V192 |
| | | 11 (サ) その他(具体的に: | J9V193 |

【調査員注】 これまでの質問で、対象者の理解力が著しく低いように思われる場合には、記憶力に関する質問 Q50 (19 ページ)に移る。理解力に問題がないと思われる場合は、このままQ14 へ進む。

〔医療機関への受診〕

Q14. 最近3カ月の間に、病気の診断や治療のために何回医者にかかりましたか。薬だけの場合や電話での相談も含みますが、歯医者や入院は含みません。また、鍼灸院、整体院で受けた、はり、きゅう、マッサージも含みません。

【調査員注】 人間ドックや健康診断は含めない。総合病院などで2つの診療科に行った場合は、2回と数える。

J9V196	回	0 かからなかった	1 わからない
		• ~•	

Q15. では、この半年間、今年の ___月___日(調査当日の6カ月前で質問する)以降、入院したことがありましたか。
(「入院した」と回答した人に) それは、あわせて何日ですか。

J9V197	日	0 入院しなかった	1 わからない
		• ~•	

Q16. この3カ月に、必要があるにもかかわらず、飲む薬の量を減らしたり、お医者さんに行かなかったことがありますか。「おおいにある」「少しはある」「ほとんどない／まったくない」ではどれにあてはまりますか。

- J9V198 1 おおいにある 2 少しはある 3 ほとんどない／まったくない 4 そもそも医者にかかったり薬を飲む必要がない

〔健康状態および身体の障害〕

・ ～ ・ =skip

Q17. 【回答票7】次に健康についてうかがいます。あなたは、現在、次のような病気やこれらの病気の後遺症をおもちですか。(1)～(10)まで、1つ1つ聞く)

	(ア) ある	(イ) ない	わから ない
J9V204 (1) 心臓病	1	2	3
J9V205 (2) 関節炎、リウマチ、神経痛	1	2	3
J9V206 (3) 高血圧	1	2	3
J9V207 (4) 糖尿病	1	2	3
J9V208 (5) 脳卒中、脳出血、脳梗塞、くも膜下出血	1	2	3
J9V209 (6) 白内障、緑内障、その他の目の病気	1	2	3
J9V210 (7) ガン	1	2	3
J9V211 (8) 気管支炎、肺気腫、ぜんそく、結核、その他の慢性呼吸器の病気	1	2	3
J9V212 (9) 慢性の腰痛	1	2	3
J9V213 (10) 骨折、骨のひび	1	2	3

SQ. (骨折、骨のひびが「ある」場合)足の付け根の骨折やひびですか。

- J9V214 1 はい 2 いいえ

〔全員に〕

Q18. あなたの身長は何cmですか。【調査員注】明らかにまちがっていると思われる場合、もう一度確認する。

J9V218 cm 1 わからない

Q19. この6カ月間に、3kg以上の体重減少がありましたか。意図的なダイエットによる体重減少は除きます。

- J9V219 1 はい 2 いいえ

Q20. あなたは、老眼鏡を含めて、メガネかコンタクト・レンズを使っていますか。

【調査員注】・拡大鏡を使っている場合も「はい」にする。

- ・白内障の手術でレンズを入れている場合は「2 いいえ」として、欄外に「白内障レンズ手術」などのメモを書くこと。

J9V220 1 はい

2 いいえ

(1) 【回答票8】メガネかコンタクト・レンズをつけた時、どの程度よく見えますか。

(2) 【回答票8】どの程度よく見えますか。

J9V221

- 1 (ア) 非常によく見える
- 2 (イ) よく見える
- 3 (ウ) まあまあ見える
- 4 (エ) あまりよく見えない
- 5 (オ) まったく見えない
- 6 わからない

J9V222

- 1 (ア) 非常によく見える
- 2 (イ) よく見える
- 3 (ウ) まあまあ見える
- 4 (エ) あまりよく見えない
- 5 (オ) まったく見えない
- 6 わからない

【全員に】

Q21. あなたは、補聴器を使っていますか。

J9V223 1 はい

2 いいえ

(1) 【回答票9】補聴器をつけてどの程度よく聞こえますか。

(2) 【回答票9】どの程度よく聞こえますか。

J9V224

- 1 (ア) 非常によく聞こえる
- 2 (イ) かなりよく聞こえる
- 3 (ウ) まあまあ聞こえる
- 4 (エ) あまりよく聞こえない
- 5 (オ) まったく聞こえない
- 6 わからない

J9V225

- 1 (ア) 非常によく聞こえる
- 2 (イ) かなりよく聞こえる
- 3 (ウ) まあまあ聞こえる
- 4 (エ) あまりよく聞こえない
- 5 (オ) まったく聞こえない
- 6 わからない

【全員に】

Q22. あなたは、入れ歯を使っていますか。【調査員注】差し歯やインプラントは入れ歯に含めない。

J9V226 1 はい

2 いいえ

(1) 【回答票10】入れ歯を入れた場合、どのくらいのものが噛めますか。

(2) 【回答票10】どのくらいのものが噛めますか。

J9V227

- 1 (ア) 食べたいものは何でも噛んで食べられる
- 2 (イ) 噛みにくいものはあるが、たいていのものは食べられる
- 3 (ウ) あまり噛めないで、食べ物が限られる
- 4 (エ) ほとんど噛めない
- 5 (オ) まったく噛めず、流動食(ミキサー食)を食べている
- 6 わからない

J9V228

- 1 (ア) 食べたいものは何でも噛んで食べられる
- 2 (イ) 噛みにくいものはあるが、たいていのものは食べられる
- 3 (ウ) あまり噛めないで、食べ物が限られる
- 4 (エ) ほとんど噛めない
- 5 (オ) まったく噛めず、流動食(ミキサー食)を食べている
- 6 わからない

〔全員に〕

⑬⑭=35

〔介護・福祉サービス〕

Q23. 介護保険のサービスを利用するには、どの程度介護が必要な状態なのかについて認定を受ける必要があります。あなたは、このような「要介護認定」を受けるための申請をしたことがありますか。

J9V229

1	2	3	
した	していない	知らない・わからない	⑮
↓	→ (Q24 へ)		

SQ. 認定の結果はどのようでしたか。現在の要介護度をお答えください。

【調査員注】 以前に要介護認定を受けたことはあるが、その後申請していない場合は、「1 非該当」とする。

J9V230

1 非該当(自立)	4 要介護1	7 要介護4	
2 要支援1	5 要介護2	8 要介護5	⑯
3 要支援2	6 要介護3	9 認定の結果を待っている	
		10 忘れた・わからない	

〔全員に〕

Q24. 介護・福祉サービスの利用についておうかがいします。

- (1) **お宅**では、この1ヵ月では、平均して週に何回くらい、ホームヘルパーを利用しましたか。
(利用した人に)それは何回ですか。

【調査員注】 ・ ホームヘルプサービスについては、同居家族が利用した場合も含む。
 ・ 介護保険外のホームヘルプサービスを含めてよい。
 ・ 対象者から、サービスについて質問が出た場合は、以下を参考に答える。
 ホームヘルプサービス…ホームヘルパーに家庭を訪問してもらい、家事や介護を助けてもらうサービス

J9V231

1週間に 回 0 利用していない ⑰⑱

- (2) **あなたご自身**は、この1ヵ月では、平均して週に何回くらい、デイサービス・デイケアを利用しましたか。
(利用した人に)それは何回ですか。

【調査員注】 ・ 「介護予防通所介護」「介護予防通所リハビリ」を含む。
 ・ 対象者から、サービスについて質問が出た場合は、以下を参考に答える。
 デイサービス・デイケア…在宅の要支援・要介護高齢者を対象に、デイサービスセンターなどで、日帰りで、入浴、食事、リハビリテーション等を行うサービス

J9V232

1週間に 回 0 利用していない ⑲⑳

(短縮版のみ) 3 か月間のショートステイの利用回数

J9V233

この3か月に 回 0 利用していない

〔日常生活動作〕

ρ ~ • =skip

Q25. 【回答票 11】 あなたの日常生活のことについておたずねします。これから読み上げることを他の人の手助けなしに行うことはどの程度難しいですか。((1)~(6)まで、1つ1つ聞く)

	(ア) ぜんぜん 難しくない	(イ) すこし 難しい	(ウ) かなり 難しい	(エ) 非常に 難しい	(オ) まったく できない	わからない
J9V240 (1) お風呂に入る	1	2	3	4	5	6
J9V241 (2) 衣服を着たり脱いだりする	1	2	3	4	5	6
J9V242 (3) 食べる	1	2	3	4	5	6
J9V243 (4) 寝床から起き上がったり、椅子から立ち上がったりする	1	2	3	4	5	6
J9V244 (5) 外にでかける	1	2	3	4	5	6
J9V245 (6) トイレまで行って用をたす(自分の家のトイレ)	1	2	3	4	5	6

【調査員注】 以上の項目のうち、1つでも2~5と回答した人は以下の SQ へ

SQ. 【回答票 12】 この3カ月では、必要な時にこのような動作を手助けしてくれた人はいますか。ヘルパーなど家族以外の方も含めます。

J9V246 1(ア)ほとんどいつもいた 2(イ)ときどきいた 3(ウ)まれにいた 4(エ)いなかった 5(オ)必要なかった

〔全員に〕

〔手段的活動能力〕

Q26. 【回答票 13】 では、次にあげることを他の人の手助けなしに行うことはどの程度難しいですか。

((1)~(4) まで、1つ1つ聞く)

	(ア) ぜんぜん 難しくない	(イ) すこし 難しい	(ウ) かなり 難しい	(エ) 非常に 難しい	(オ) まったく できない	わからない
J9V247 (1) 身の回りの物や薬などの買い物に出かける	1	2	3	4	5	6
J9V248 (2) 電話をかける	1	2	3	4	5	6
J9V249 (3) バスや電車に乗って一人で出かける	1	2	3	4	5	6
J9V250 (4) 家具のちりを払ったり、ゴミを出すなどの軽い家事をする	1	2	3	4	5	6

【調査員注】 以上の項目のうち、1つでも2~5と回答した人は以下の SQ へ

SQ. 【回答票 14】 この3カ月では、必要な時にこのような動作を手助けしてくれた人はいますか。ヘルパーなど

J9V251 家族以外の方も含めます。

1(ア)ほとんどいつもいた 2(イ)ときどきいた 3(ウ)まれにいた 4(エ)いなかった 5(オ)必要なかった

〔全員に〕

Q27. 【調査員記入】 Q25 の SQ、およびQ26 の SQ を参照して○をつける。

- 1 Q25 の SQ の 1~3(下線部) に○がある → 次ページQ28 へ
- 2 Q26 の SQ の 1~3(下線部) に○がある → 次ページQ28 へ
- 3 いずれの下線部にも○はない → 次ページ下Q29 へ

〔Q25SQまたはQ26SQで「1～3(下線部)」に○がついた人に〕

Q28. この3か月の間に、このような動作(Q25、Q26のような動作)の手助けをもっともしてくれたのはどなたですか。
ヘルパーなど家族以外の方も含めてお答えください。

〔アフターコード〕

1 番目 J9V252

→ 子ども(婿・嫁)の場合、上から J9V253 番目の子ども(の配偶者) X 死亡した子どもの配偶者

.....

SQ. 2番目に手助けしてくれたのは、どなたですか。

〔アフターコード〕

2 番目 J9V254 X 2番目に手助けしてくれた人はいない

→ 子ども(婿・嫁)の場合、上から J9V255 番目の子ども(の配偶者) X 死亡した子どもの配偶者

.....

【調査員注】

- ・1番目がヘルパーの場合、2番目はヘルパー以外でどなたかを聞く。
- ・「子ども全員」のような回答が出た場合は、できる限り子どもを特定させる(何とか順位をつけてもらう)。
やむを得ない場合のみ、33のコードとする。

〔アフターコード〕

1 配偶者	5 婿	9 孫	13 ヘルパー・家政婦
2 親	6 嫁	10 その他の親族	14 その他
3 息子	7 兄弟	11 友達	
4 娘	8 姉妹	12 近隣の人	33 複数の子ども

〔全員に〕

〔身体的能力〕

Q29. 【回答票 15】あなたは、次にあげることを誰からの助けも借りず、杖や道具なども使わず行うことはどの程度難しいですか。((1)～(7)まで、1つ1つ聞く)

【調査員注】 現在やっていないことでも、仮に行うとすればできるか否かで答えてもらう。

	(ア) ぜんぜん 難しいくない	(イ) すこし 難しい	(ウ) とても 難しい	(エ) まったく できない	わからない
J9V256 (1) 15分くらい立ち続ける	1	2	3	4	5
J9V257 (2) 200～300メートル(2、3丁)くらい歩く	1	2	3	4	5
J9V258 (3) シャガんだり、ひざまずいたりする	1	2	3	4	5
J9V259 (4) 頭よりも高いところにあるものに手を伸ばして届く	1	2	3	4	5
J9V260 (5) 指でものをつかむ、あるいは指を自由に使える	1	2	3	4	5
J9V261 (6) 米10kg(7升)程度のものを持ち上げたり運んだりする	1	2	3	4	5
J9V262 (7) 階段を2、3段昇る	1	2	3	4	5

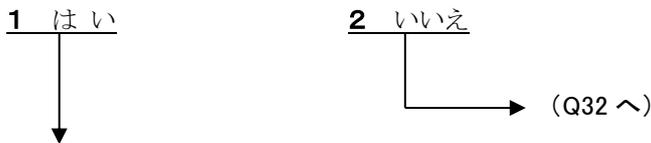
〔生活習慣〕

Q30. 【回答票 16】 次にあげようなことを、よくしますか。((1)~(3)まで、1つ1つ聞く)

	(ア) よくする	(イ) ときどき する	(ウ) ほとんど しない	(エ) まったく しない	わからない
J9V263 (1) 庭仕事(たとえば庭の手入れや菜園作り)	1	2	3	4	5
J9V264 (2) 体操、運動	1	2	3	4	5
J9V265 (3) 散歩あるいはかなりの距離 (1キロメートルあるいは10丁以上)を歩く	1	2	3	4	5

Q31. あなたは、ビールやお酒、その他のアルコール類を飲みますか。たまに飲む場合も含みます。

J9V266



SQ1. この1か月の間に、おおよそ何日くらい飲みましたか。

この1か月に J9V267 日 0 この1か月の間には飲まなかった 1 わからない

SQ2. 飲む日は、平均すると、どのくらいの量を飲みますか。

J9V268 . 合
(小数第一位で表示)

1 わからない

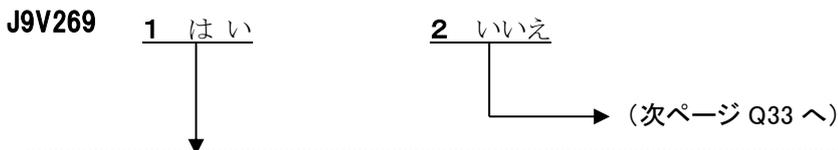
【調査員注】

(注) 量の換算→日本酒に換算して記入する。

- ・ビール大ビン(633ml)=日本酒 1.0 合
- ・ビール中ビン・ロング缶(500ml)=日本酒 0.8 合
- ・ビール小ビン・レギュラー缶(350ml)=日本酒 0.6 合
- ・ワイングラス1杯(120ml)=日本酒 0.5 合
- ・ウイスキー、焼酎は小さいグラス 2 杯=日本酒 1.0 合
- ・店で飲む徳利は1本約 0.7 合

〔全員に〕

Q32. 現在、タバコを吸っていますか。



SQ. 平均して、1日に何本タバコを吸いますか。

【調査員注】 パイプ、キセル1服はタバコ1本と数える。

1日に J9V270 本 1 わからない

〔全員に〕

〔主観的健康感〕

Q33. 【回答票 17】 全般的にいて、あなたの現在の健康状態はいかがですか。

J9V271

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1 (ア) まったく健康 | 4 (エ) あまり健康でない |
| 2 (イ) かなり健康 | 5 (オ) まったく健康でない |
| 3 (ウ) 普通 | 6 わからない |

Q34. あなたの健康状態は、あなたと同じ年代の人よりも「よい」と思いますか。「だいたい同じ」、あるいは「悪い」と思いますか。

J9V272

- | | | | |
|------|----------|------|---------|
| 1 よい | 2 だいたい同じ | 3 悪い | 4 わからない |
|------|----------|------|---------|

〔領域別満足度〕

Q35. 【回答票 18】 あなたは、次にあげることについてどの程度満足していますか。

(1) 全般的にいて、あなたの現在の健康状態についてはどうですか。

J9V273

- | | | | | | |
|---------------|----------------|---------------|----------------|-----------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| (ア) | (イ) | (ウ) | (エ) | (オ) | |
| 非常に満足
している | まあまあ満足
している | どちらとも
いえない | あまり満足
していない | まったく満足
していない | わからない |

(2) あなたとあなたの家族を含めたお宅の経済状態についてはどうですか。

J9V274

- | | | | | | |
|---------------|----------------|---------------|----------------|-----------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| (ア) | (イ) | (ウ) | (エ) | (オ) | |
| 非常に満足
している | まあまあ満足
している | どちらとも
いえない | あまり満足
していない | まったく満足
していない | わからない |

(3) 全体として、ご自分の生活にどれくらい満足していますか。

J9V278

- | | | | | | |
|---------------|----------------|---------------|----------------|-----------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| (ア) | (イ) | (ウ) | (エ) | (オ) | |
| 非常に満足
している | まあまあ満足
している | どちらとも
いえない | あまり満足
していない | まったく満足
していない | わからない |

〔人生満足度尺度 A〕

⑬⑭=36

Q36. 【回答票 19】あなたのこれまでの生活、あるいは現在の生活について、あなたがどのように感じているかをうかがいます。それぞれについて、「そう思う」「どちらともいえない」「そうは思わない」のいずれかでお答えください。(①)~(③)まで、1つ1つ聞く)

	(ア) そう思う	(イ) どちらとも いえない	(ウ) そうは 思わない	質問を理解できない、 わからない	
J9V279 (1) 今が自分の人生で一番幸せなときだ	1	2	3	4	⑮
J9V280 (2) 私は、自分の人生をふりかえってみてまあ満足だ	1	2	3	4	⑯
J9V281 (3) これから先にもおもしろいこと、楽しいことが いろいろありそうだ	1	2	3	4	⑰

Q37. 【回答票 20】次にあげることを、この1年間に行いましたか。

(行った活動についてのみ次の質問を続ける)

SQ1. どのくらいの回数を行いましたか。

SQ2. 【回答票 21、回答票 22】 それにかかった費用は、どのくらいですか。あなたまたは配偶者が支払った金額を1つ選んでください。

【調査員注】費用については、子どもなどに負担してもらった金額、あるいは子どもなどの分を負担した金額は含めず、本人および配偶者が自分たちのために支払ったものについてのみ、おおよその金額を答えてもらう。

	活動の有無	SQ1. 実施回数	SQ2. 費用・経費
(1) 旅行(国内・海外) ※日帰り旅行を含む	<p>【回答票 20】J9V282</p> <p>1(ア) した →</p> <p>2(イ) しなかった</p> <p style="text-align: center;">⑱</p>	<p>年に</p> <p style="text-align: center;">J9V283</p> <p style="text-align: center;">回</p> <p style="text-align: center;">⑲ ⑳</p>	<p>【回答票 21】 J9V284</p> <p>1(ア) 年額6万円未満</p> <p>2(イ) 年額6～12万円未満</p> <p>3(ウ) 年額12～36万円未満</p> <p>4(エ) 年額36万円以上</p> <p>5(オ) まったく支出していない</p> <p>6 わからない</p>
(2) 喫茶店・レストランなどで食事をする	<p>【回答票 20】J9V285</p> <p>1(ア) した →</p> <p>2(イ) しなかった</p> <p style="text-align: center;">✓</p>	<p>月に平均</p> <p style="text-align: center;">J9V286</p> <p style="text-align: center;">回</p> <p style="text-align: center;">0 月に平均1回未満</p> <p style="text-align: center;">■ □</p>	<p>【回答票 22】 J9V287</p> <p>1(ア) 月額5千円未満</p> <p>2(イ) 月額5千～1万円未満</p> <p>3(ウ) 月額1～3万円未満</p> <p>4(エ) 月額3万円以上</p> <p>5(オ) まったく支出していない</p> <p>6 わからない</p>
(3) 趣味・稽古事など	<p>【回答票 20】J9V288</p> <p>1(ア) した →</p> <p>2(イ) しなかった</p> <p style="text-align: center;">☑</p>	<p>月に平均</p> <p style="text-align: center;">J9V289</p> <p style="text-align: center;">回</p> <p style="text-align: center;">0 月に平均1回未満</p> <p style="text-align: center;">♡ ♡</p>	<p>【回答票 22】 J9V290</p> <p>1(ア) 月額5千円未満</p> <p>2(イ) 月額5千～1万円未満</p> <p>3(ウ) 月額1～3万円未満</p> <p>4(エ) 月額3万円以上</p> <p>5(オ) まったく支出していない</p> <p>6 わからない</p>

【全員に】

Q40. あなたが病気の時、家族を含めたまわりの人たちの中でお世話をあてにできる人はいますか。

J9V301

<p>1 はい</p> <p>↓</p>	<p>2 いいえ</p> <p>→ (Q41へ)</p>
----------------------	------------------------------

SQ1. それでは、あなたがもっともあてにしている人はだれですか。

【アフターコード】

J9V302

【アフターコード】

- | | | | |
|-------|------|-----------|-------------|
| 1 配偶者 | 5 婿 | 9 孫 | 13 ヘルパー・家政婦 |
| 2 親 | 6 嫁 | 10 その他の親族 | 14 その他 |
| 3 息子 | 7 兄弟 | 11 友達 | |
| 4 娘 | 8 姉妹 | 12 近隣の人 | 33 複数の子ども |

SQ2. 【回答票 24】 ○○さん(SQ1の人)からの世話を、どの程度あてにできますか。

J9V303

1(ア) おおいにあてにできる	4(エ) あまりあてにできない
2(イ) まあまああてにできる	5 わからない
3(ウ) どちらともいえない	

【全員に】

Q41. 【回答票 25】 あなたは、身近な親しい人たちが心配ごとや困りごとについて話したがっているとき、どのくらい聞いてあげますか。

J9V311

1(ア) いつも聞いてあげる	4(エ) あまり聞いてあげない
2(イ) たいてい聞いてあげる	5(オ) ぜんぜん聞いてあげない
3(ウ) ときどき聞いてあげる	6 そういうことはない
	7 わからない

Q42. 【回答票 26】 家族や親戚、自分のために、家事や買い物、子守りをこの1年間にしましたか。

家事には、草取りや水やり、車や自転車の手入れ、家具の修繕なども含みます。

(した場合) 大体どのくらいしましたか。

【調査員注】 回答が1(ア)～4(エ)の時は、時間もたずねる。

(1時間と回答した場合は「1(ア)1時間以内」とする。)

<p>J9V321</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>1(ア) 毎日した</p> <p>2(イ) 週に4～6日くらいした</p> <p>3(ウ) 週に1～3日くらいした</p> <p>4(エ) 月に1～3日くらいした</p> </div> <p>5(オ) 年に数回くらいした</p> <p>6(カ) まったくしていない</p> <p>7 忘れた、わからない</p>	→	<p>SQ. 【回答票 27】 した日は、平均すると1日に何時間くらいしましたか。</p> <p>J9V322</p> <p>1(ア) 1時間以内</p> <p>2(イ) 1時間より多く～2時間以内</p> <p>3(ウ) 2時間より多く～3時間以内</p> <p>4(エ) 3時間より多く～4時間以内</p> <p>5(オ) 4時間より多く～5時間以内</p> <p>6(カ) それより多い</p> <p>7 忘れた、わからない</p>
--	---	---

【全員に】

【GES-D SCALE】

Q43. 【回答票 28】 誰にも気分の沈みがちな時がありますが、この1週間に、あなたは、次にあげるようなことが、どの程度ありましたか。日米比較のために多少わかりにくいこともおききますが、ご容赦ください。

((1)~(9)まで、1つ1つ聞く)

	(ア) ほとんど なかった	(イ) 少しは あった (1~2日)	(ウ) ときどき あった (3~4日)	(エ) たいてい そうだった (5~7日)	わから ない
J9V362 (1) 食べなくなかった、食欲がなかった	0	1	2	3	4
J9V363 (2) ゆううつだった	0	1	2	3	4
J9V364 (3) 普段なら何でもないことをするのがおっくうだった	0	1	2	3	4
J9V365 (4) よく眠れなかった	0	1	2	3	4
J9V366 (5) うれしいと感じた	0	1	2	3	4
J9V367 (6) さびしい気がした	0	1	2	3	4
J9V368 (7) 楽しいと感じた	0	1	2	3	4
J9V369 (8) 悲しいと感じた	0	1	2	3	4
J9V370 (9) 何をするにもなかなかやる気がおこらなかった	0	1	2	3	4

【宗教】

Q44. 【回答票 29】 あなたは次のことをどれくらい行いますか。((1)~(3)まで、1つ1つ聞く)

	(ア) いつも している	(イ) ときどき している	(ウ) あまり していない	(エ) まったく していない	わから ない
J9V371 (1) 自宅で神棚や仏壇、あるいは荒神様などに祈ったり、拝んだりしていますか。水や線香、ご飯を供えるだけのことも含みます	1	2	3	4	5
J9V372 (2) お経、聖書などを家でどのくらい読みますか	1	2	3	4	5
J9V373 (3) テレビやラジオの説教や礼拝などの宗教番組を見たり聞いたりしていますか	1	2	3	4	5

Q45. (1) 【回答票 30】あなたは、墓参りや、お寺、神社、教会への参拝・礼拝にどのくらい行きますか。

- J9V374**
- | | |
|----------------|-----------------|
| 1(ア) 1週間に1回以上 | 5(オ) 1年に1、2回 |
| 2(イ) 1か月に2、3回 | 6(カ) 1年に1回より少ない |
| 3(ウ) 1か月に1回くらい | 7(キ) まったく行かない |
| 4(エ) 1年に数回 | 8 わからない |

(2) 【回答票 30】参拝・礼拝以外では、お寺や神社、教会の活動にどのくらい参加していますか。たとえば、氏子や檀家の集まり、お寺や神社、教会が行う慈善活動や青少年育成のための催しなどです。

- J9V375**
- | | |
|----------------|-----------------|
| 1(ア) 1週間に1回以上 | 5(オ) 1年に1、2回 |
| 2(イ) 1か月に2、3回 | 6(カ) 1年に1回より少ない |
| 3(ウ) 1か月に1回くらい | 7(キ) まったく行かない |
| 4(エ) 1年に数回 | 8 わからない |

【全員に】

【調査員注】以下のことを読み上げてから質問に入ること。

これ以降の質問では、家計の状態などについてうかがいますが、年金や介護保険などの高齢者施策に役立てるために必要な資料となりますので、ご協力くださいますようお願いいたします。

Q46. 【回答票 31】あなたのお住まいは、次のどれにあたりますか。

J9V382

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1(ア) 持ち家(一戸建て・土地保有) | 8(ク) 民間借家(賃貸マンション、アパート) |
| 2(イ) 持ち家(一戸建て・借地) | 9(ケ) 給与住宅(社宅、寮、官舎など) |
| 3(ウ) 持ち家(分譲マンション) | 10(コ) 間借り |
| 4(エ) 自分や家族の所有するビル | 11(サ) 養護・軽費老人ホーム |
| 5(オ) 公営住宅 | 12(シ) 有料老人ホーム・ケア付きマンション |
| 6(カ) 公社、公団(賃貸) | 13(ス) その他(具体的に:) |
| 7(キ) 民間借家(一戸建て、長屋建て) | |

Q47. 【回答票 32】お宅では、毎月のやりくりはいかがですか。

J9V393

- | | |
|----------------|------------------|
| 1(ア) 非常に苦勞している | 4(エ) あまり苦勞していない |
| 2(イ) やや苦勞している | 5(オ) まったく苦勞していない |
| 3(ウ) どちらともいえない | 6 わからない |

Q48. 【回答票 33】ところで、あなたと配偶者の税込みでの年収は、合計して、この中のどれにあたりますか。(生活保護を受けている方は、それも含めてお考えください。) 【調査員注】仕送りや年金なども含む。

J9V395

- | | | |
|------------------|----------------------|----------------|
| 1(ア) 120万円未満 | 5(オ) 500～600万円未満 | 9(ケ) 2,000万円以上 |
| 2(イ) 120～300万円未満 | 6(カ) 600～800万円未満 | 10 わからない |
| 3(ウ) 300～400万円未満 | 7(キ) 800～1,000万円未満 | 11 無回答 |
| 4(エ) 400～500万円未満 | 8(ク) 1,000～2,000万円未満 | |

Q49. 【回答票 34】 あなた方ご夫婦(あなた)の貯蓄の総額は、700 万円より多いですか、少ないですか、それとも
ほぼ同じくらいですか。

【調査員注】 貯蓄には、預貯金のほか、信託、債券、株式なども含む。

- J9V424 1 (ア) 多い(おおむね 1,400 万円以上) 4 (エ) やや少ない
2 (イ) やや多い 5 (オ) 少ない(おおむね 200 万円未満) .
3 (ウ) ほぼ同じ(700 万円くらい) 6 わからない
7 無回答

【全員に】〔記憶力について〕

・～・=skip

Q50. 次に、記憶力について、いくつか質問をします。記憶力のとてもよい人でも、時々物忘れをするものです。

また、同じような質問をアメリカで行なった調査でもしておりますので、失礼と存じますが、よろしくご協力ください。

(1) あなたのご住所を教えてください。この質問は、確認のみで記入はしませんのでご安心ください。

【調査員注】番地まで確認する。

J9V425

ただし、プライバシー保護のため、住所は名簿との確認のみで記入はしないこと。 1 正 2 誤 .

(2) 今日は、何日ですか。年、月、日をお答えください。

(_____ 年 _____ 月 _____ 日)

J9V426 1 正 2 誤 .

(3) 今日は、何曜日ですか。

(月 火 水 木 金 土 日)

J9V427 1 正 2 誤 .

(4) あなたのお母さんの結婚される前の名字(みょうじ)は何といたしましたか。

【調査員注】思い出せたかどうかの確認のみで

記入はしないこと。

J9V428

1 思いだせた(正)

2 思いだせない(誤) .

(5) 現在の日本の総理大臣の名前をいってください。

(_____ 現在の総理大臣)

J9V429

1 正 (安倍)

2 誤 .

(6) では、今の総理大臣の前の総理大臣の名前を覚えていますか。

(_____ 一代前の総理大臣)

J9V430

1 正 (野田)

2 誤 .

(7) 最後に、ちょっと計算をお願いします。20 から 3 を引くといくつですか。……それでは、
その数から、さらに 3 を引くといくつですか。それでは、そのあと順に、3 を引いた数をいってください。

【調査員注】・ 答えを“A”から順に記入する。誤った時点で終了する。

・ A～F がすべて正答の場合のみ「1 正」とする

A B C D E F

J9V431 1 正 2 誤 .

(17) (14) (11) (8) (5) (2)

(8) (2ページQ1 から転記する) 生年月日

J9V432 1 正 2 誤 .

(9) (2ページQ1 から転記する) 年 齢

J9V433 1 正 2 誤 .

(かぞえ年で答えても正とする)

【調査員注】 6ページから移ってきた場合、9項目のうち、〔正〕が5つ以上であれば6ページのQ14 にもど
り、質問を続ける。

【Q50 質問後、ここで時間をメモ： ____ 時 ____ 分】

(→ これが意識調査の終了時間となります。調査終了後、1ページの ★1意識調査時間 に転記)

【調査員注】

以下の文を読み上げ、別紙の「体力・身体測定ご協力をお願い」について説明を行い、同意書に署名してもらおう。

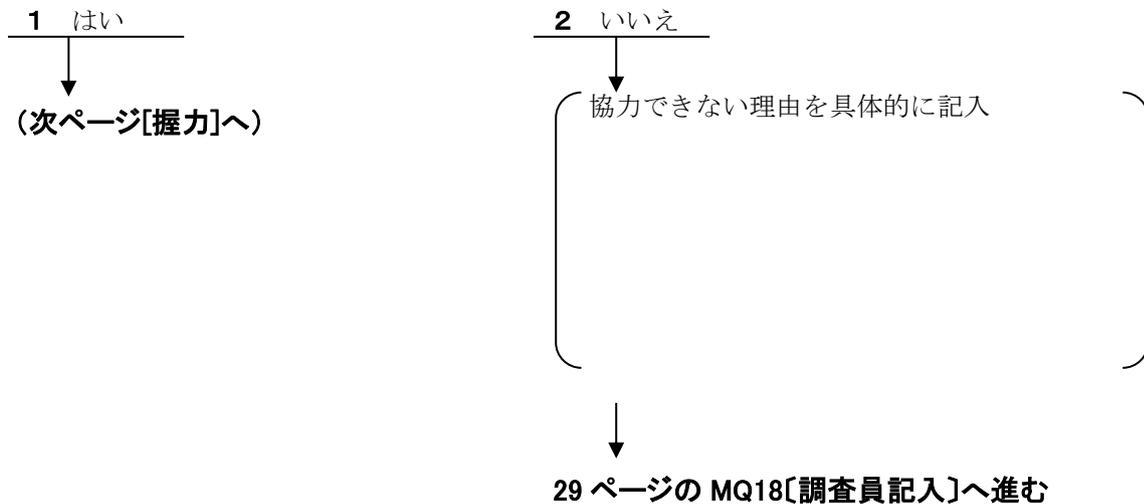
ご意見をうかがうのは以上で終わりですが、引き続き、握力などの体力・身体測定にご協力いただけますと幸いです。所要時間は15分くらいです。測定の内容について簡単にご説明させていただきます。（「体力・身体測定ご協力をお願い」に書かれた、調査の目的、測定項目、個人の権利および情報の保護について読み上げ、必要に応じて説明を補足する）

私どもの研究機関では、身体の計測を伴う調査の場合、内容をご説明した上で、同意書へのご署名をいただくことが義務づけられております。お手数をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。ご署名をいただいた場合でも、ご協力が難しいと思われる項目がありましたら、その項目を除いて実施することもできますので、その都度、遠慮なくお知らせください。

（署名してもらったら、同じ内容が書かれた「控え」を対象者に渡す）

Q51. 【調査員記入】 体力・身体測定への協力について同意書への署名を得たか。

J9V434



次のページから、体力・身体測定が始まります。

〔体力・身体測定の同意者全員に〕

⑬⑭=37

〔握力〕

用意するもの: 握力計、ストップウォッチ

【調査員注】 次の文を読み上げた上で、調査員が実際にやって見せる。

最初に、握る力の強さを測らせていただきたいと思います。このハンドルを2～3秒間、できるだけ強く握ってから放してもらいます。右手と左手で交互に2回測ります。(調査員が実演する)

MQ1. (利き腕を確認) 利き腕はどちらですか。

J9V435

- 1 右
- 2 左
- 3 どちらも同じくらい

⑮

MQ2. あなたはこの6カ月間に、手の手術をしたり、手にけがや炎症・はれ、ひどい痛みがありましたか。

【調査員注】 手のマヒや指の欠損がある場合は、握るのにどのくらい支障があるか聞き、痛みが強い場合や握ること自体が難しい場合は「1 ある(手に問題あり)」とする。

J9V436

- 1 ある(手に問題あり)
- 2 ない(両手に問題なし) → (MQ3へ)

⑯

SQ. (あると回答した人に) それは、どちらの手ですか。

J9V437

- 1 両手 → 握力の測定は行わず、下の測定を行わなかった理由(MQ3SQ)に○をつける
- 2 右手だけ → MQ3へ。ただし、右手の握力は測定しないこと
- 3 左手だけ → MQ3へ。ただし、左手の握力は測定しないこと

⑰

MQ3. (両手の/左手の/右手の) 握力測定をおこなってもよろしいですか。

【調査員注】 MQ2とMQ2SQの回答によって、かっこ内を読み分ける。「いいえ」の場合は、対象者に理由を質問してかっこ内に記録した上で、握力測定を行わなかった理由に○をつける。

J9V438

- 1 はい → (次のページに進み、握力を測定する)

⑱

- 2 いいえ

(理由を具体的に:)

SQ. 【調査員記入】対象者が握力測定を行わなかった理由に○をつける(M.A.)

J9V439

- 1 対象者が安全でないと感じた

J9V440

- 2 調査員が安全でないと感じた

J9V441

- 3 対象者が拒否またはやりたがらなかった

J9V442

- 4 対象者が指示を理解できなかった

J9V443

- 5 両手の手術やけが、両手がはれ上がった、炎症またはひどい痛みがあった

J9V444

- 6 測定に適した場所がなかった

J9V445

- 7 器具に不具合があった

J9V446

- 8 その他(具体的に:)

⑲

(23 ページ[体重]へ)

握力測定の手順

- (1) 対象者が指輪などをしている場合は、外すよう提案する。(注: 結婚指輪のみしているなど、測定に支障がない程度のものであればかまわない。外した場合は取り扱いに注意する)
- (2) 針が外側を向くように、握力計を右手(右手が使用不可の場合は左手)で握ってもらい、手の大きさに合わせて調整。握ったときに、人差し指の第2関節がレバーに対して直角になるようにする。
- (3) 対象者を計測のための正しい姿勢にする。両足を 30cm ほど左右に開いて立ち、腕は体の脇にまっすぐにしてもらう。(注: 立って測定するのが困難な場合に限り、座ったままで測定してよい)
- (4) メモリを0にあわせる。
- (5) 対象者に、もう一度手順を説明する。

このハンドルを2～3秒間握ってから放してもらいます。できるだけ、精一杯の力で、強く握ってください。また、力を入れるとき、腕は体につかないようにしてください。準備はできましたでしょうか。では、お願いいたします。

- (6) 計測を始める。右と左で交互に 2 回測定する。
片方のみ測定する(同じ手を連続して測定する)場合は、測定と測定の間は 30 秒あけること。

MQ4. 【調査員記入】 測定値を記入する。

【調査員注】 針がメモリの間を指した場合は、小さい方の数値を記入する。

対象者が試みたが計測できなかった場合は 98.0、対象者が計測しない選択をした場合は 99.0 を記入。(計測値は、小数第一位(0.5kg 単位)まで記入)

計測	右手	左手
1 回目	J9V447 <input type="text"/> kg	J9V448 <input type="text"/> kg
2 回目	J9V449 <input type="text"/> kg	J9V450 <input type="text"/> kg

②〇■

☑〇

MQ5. 【調査員記入】以下の質問に○をつける。

- (1) 対象者はどの程度、一生懸命に握力測定に取り組んでいましたか。

- J9V451**
- 1 最大限努力していた
 - 2 病気や痛みその他の症状などで十分にできなかった
 - 3 十分ではなかったと思うが、明白な理由はわからない

- (2) 対象者が計測を行ったときの体勢はどうでしたか。

- J9V452**
- 1 立っていた
 - 2 座っていた

〔体力・身体測定の同意者全員に〕

〔体重〕

用意するもの： 体重計

MQ6. 次に、この体重計の上に立っていただき、体重を測ります。体重の計測をおこなってもよろしいですか。

J9V453 1 はい → (体重計測を行う)

2 いいえ (理由を具体的に:

- SQ. 【調査員記入】対象者が体重の計測を行わなかった理由に○をつける。(M.A.)
- J9V454 1 対象者が安全でないと感じた
 - J9V455 2 調査員が安全でないと感じた
 - J9V456 3 対象者が拒否またはやりたがらなかった
 - J9V457 4 対象者が指示を理解できなかった
 - J9V458 5 対象者が体重計の上に立ったりバランスを保ったりできない、またはその他の健康上の理由で測定できなかった
 - J9V459 6 測定に適した場所がなかった
 - J9V460 7 器具に不具合があった
 - J9V461 8 対象者の体重が、体重計の最大計量(150kg)を超えていた
 - J9V462 9 その他(具体的に)

→ (24 ページ[デミスパン]へ)

【調査員注】

・できるだけ平面でかたい板の間のような場所が最適。計測をするのに安全な場所を確保できない場合は計測を行わない。手順(1)は、体重計の持ち運びにより生じる誤差をなくすための操作。必ず行うこと。

体重測定の手順

- (1) 【重要:誤差調整】体重計をかたい床の上に置き、調査員が上にとって、何か表示されたら降りる。
- (2) 対象者には、スリッパや靴、重い上着(厚手のセーターなど)は、できるだけ脱いでもらうようお願いする。ポケットの中に重いものが入っていないか確認してもらい、入っている場合は取り出してもらう。ただし、小銭入れなどの場合は取り扱いに注意すること。
- (3) (1)の表示が消えて 10 秒以上たってから、体重計の上にとってもらう。対象者が端にのりすぎていないか、ふらついていないか、安全に気をつける。
- (4) 表示された数字が点滅し始めたら、体重計から降りてもらう。
- (5) 表示を確かめ、計測値を小数第一位まで記入する。

MQ7. 【調査員記入】計測した体重を記入する。(注:衣服分は引かず、計測値をそのまま記入)

計測値: . kg

※小数第一位まで記入

> ^ v <

MQ8. 【調査員記入】以下の質問に○をつける。

(1) 測定を行った場所の床はどのようなものでしたか。

- J9V464 1 たたみ
- 2 板の間・フローリング、リノリウム(病院の床などに使われる素材)、タイル
- 3 薄手のカーペット・じゅうたん
- 4 厚手のカーペット・じゅうたん
- 5 コンクリート
- 6 その他(具体的に: _____)

(2) 測定の際、対象者は以下のようなものを身につけていましたか。(M.A.)

- J9V465 1 靴
- J9V466 2 厚手のセーター
- J9V467 3 ベルト
- J9V468 4 厚手のズボン・スカート(ジーパンなど)
- J9V469 5 その他、重みのあるもの(具体的に: _____)
- J9V470 6 1~5 のいずれも身につけていない

(3) 対象者はどの程度、体重測定の指示に従ってくれたと思いますか。

- J9V471 1 十分に従ってくれた
- 2 病気や痛みその他の症状などで十分指示に従えなかった
- 3 十分ではなかったと思うが、明白な理由はわからない

【体力・身体測定の同意者全員に】

【デミスパン】 用意するもの: テープメジャー(やわらかいほうのメジャー)

【調査員注】 次の文を読み上げる。

次に、このように片腕を真横にまっすぐ伸ばしたときの長さを測ります(腕を伸ばしてみせる)。これをデミスパンといいます。デミスパンは身長に用いるためのもので、座ったままではかることができます。

MQ9. あなたは、肘や肩の痛みで、腕を真横に伸ばすことが難しいですか。難しい場合、どちらの腕ですか。

- J9V472 1 難しい(伸ばせる) 2 右腕に問題 3 左腕に問題 4 両腕に問題

MQ10. (痛みのないほうの腕で)デミスパンの計測をおこなってもよろしいですか。

- J9V473 1 はい (計測を行う)
- 2 いいえ (理由を具体的に: _____)

計測は行わず、計測しなかった理由(MQ10SQ)に○をつける

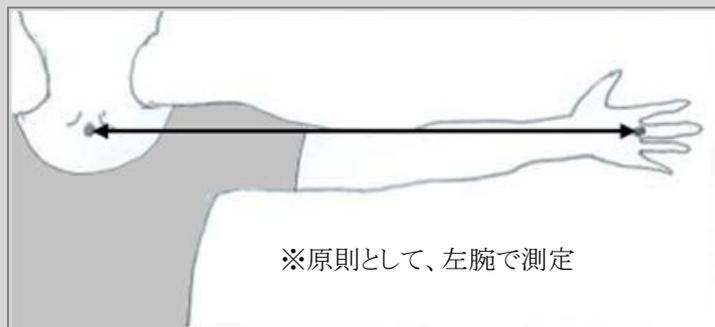
SQ. 【調査員記入】対象者がデミスパンの計測を行わなかった理由に○をつける。(M.A.)

- J9V474 1 対象者が安全でないと感じた
- J9V475 2 調査員が安全でないと感じた
- J9V476 3 対象者が拒否またはやりたがらなかった
- J9V477 4 対象者が指示を理解できなかった
- J9V478 5 対象者が腕を伸ばせない、またはその他の健康上の理由で測定できなかった
- J9V479 6 測定に適した場所がなかった
- J9V480 7 器具に不具合があった
- J9V481 8 その他(具体的に: _____)

(26 ページ MQ13 へ)

デミスパン測定の手順（イラスト参照）

- (1) 対象者に、左腕（左腕が難しい場合に限り、右腕）を真横にまっすぐ伸ばしてもらい、座ったままでよい（立ってもよい）。伸ばしたほうの手は開き、手のひらを前に向けてもらう。
- (2) 対象者にメジャーの端（ゼロ側）をもってもらい、のどの下にある胸骨の切り込み部分に、メジャーのゼロを合わせて押さえてもらう。調査員はゼロが正しい位置にあるかを、目視で確認する。
（注：対象者自身が押さえるのが難しい場合は、本人の許可を得た上で、調査員が押さえる）
- (3) 調査員は、腕がきちんと真横に伸びていることを確認したのち、伸ばした腕の中指の付け根までの長さを計測する。（注：腕に痛みがあるときは無理をせず、できる範囲で腕が下がりにすぎないようにする。腕をまっすぐに伸ばせない場合は、メジャーを押さえて腕に密着させながら測定する）



MQ11. 【調査員記入】計測したデミスパンを記入する。

計測値: cm mm ※計測値はmm単位まで記入

∨ . . .

MQ12. 【調査員記入】以下の質問に○をつける。

(1) 測定は右腕と左腕のどちらで行いましたか。

J9V483 1 右腕 2 左腕 .

(2) 対象者が計測を行ったときの体勢はどうでしたか。

J9V484 1 立っていた 2 座っていた .

(3) 胸骨側のメジャーの端は、だれが押さえましたか。

J9V485 1 対象者本人 2 調査員 .

(4) 測定の際、対象者は腕をまっすぐ水平に保つことができていましたか。

J9V486 1 できた 2 少しまがったり、ななめになっていた 3 かなりまがったり、ななめになっていた .

(5) 対象者はどの程度、デミスパン計測の指示に従ってくれたと思いますか。

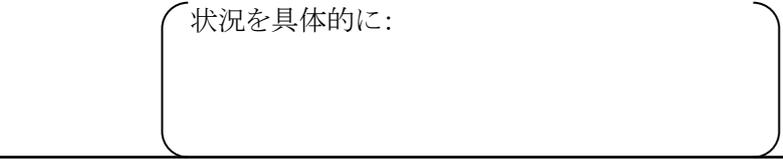
J9V487 1 十分に從ってくれた .
 2 病気や痛みその他の症状などで十分指示に從えなかった .
 3 十分ではなかったと思うが、明白な理由はわからない . =skip

【体力・身体測定の同意者全員に】

MQ13. **【調査員記入】** 対象者のこれまでの回答や様子から、歩行可能かを記入する。

確信がもてないときは、「杖などの補助具を使用してもよいので、3メートル程度歩くことができるか」をたずねる。

J9V488 1 歩くことができる 2 歩くことができない → (カッコ内に状況を記入後、29 ページ MQ18 へ)



【歩行速度】

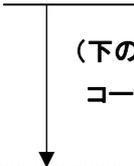
用意するもの: スチールメジャー、ストップウォッチ、マスキングテープ

【調査員注】 次の文を読み上げる。

最後に、あなたのごく短い距離を快適に歩けるかを測定させていただきます。必要ならば、杖や他の補助具を使用してもかまいません。

MQ14. この検査のためには、歩行のじゃまになるものがない場所に、3. 5メートルくらいのスペースが必要になります。適当な場所がありますでしょうか。

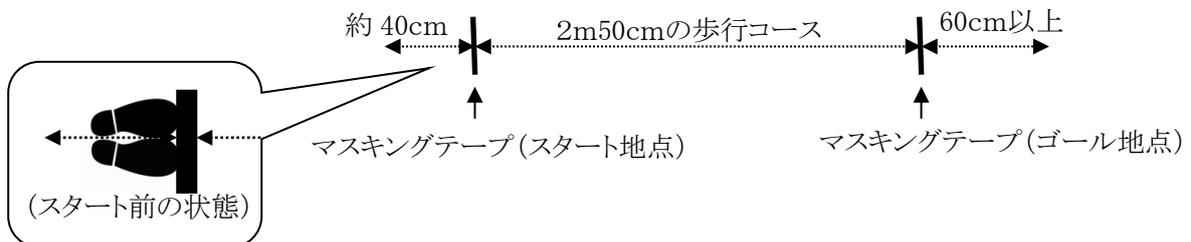
J9V489 1 はい 2 いいえ → (次ページ MQ15SQ で、行わなかった理由を記入)



(下の【調査員注】に進み、
コースを準備する)

【調査員注】

- ・できれば、じゅうたんなどの敷物はない場所のほうがよい。
- ・家の中に適当なスペースが見つからない場合、対象者の了解が得られれば、マンションなどの共同廊下や、庭先など屋外でもよい。屋内・屋外にかかわらず、段差がないか、周囲にぶつかりそうな物は置いていないかなど、安全には十分注意し、安全な場所がない場合は、測定を行わない。
- ・適当な場所が見つかったら、コースの準備をする。コースは、スタート地点の前に約 40 センチ(人が立てる幅)、ゴール地点の後に 60 センチ以上の余裕をもたせる。手順は以下のとおり:
 - ①対象者に、床にマスキングテープを貼ってよいか確認してから、スタート地点のマスキングテープを貼る。
 - ②メジャーを、2m50cm を少し過ぎるところまで伸ばし、メジャーのつまみで固定する。
 - ③①で貼ったマスキングテープに、メジャーの 2m50cm の位置を合わせ、メジャーの先端(0cm)の位置に、ゴール地点のマスキングテープを貼る。
 - ④コースができたら、メジャーは取り除く。(そのままにしておくと、足をひっかける危険があるので注意！)



【調査員注】 次の文を読み上げた上で、調査員が実際にやって見せる。

このコースを、合計3回、いつも歩いている速さで歩いていただきます。この検査では、いつもより速く歩く必要はありません。私は、あなたと並んで歩き、あなたがこのコースを歩く時間をはかります。では、どのように測定するかをお見せしたいと思います。まず、出発地点の位置につきます。(調査員がコースを歩いてみせる)

MQ15. この検査をおこなってもよろしいですか。

J9V490 1 はい → (歩行テストを行う)

2 いいえ

理由を具体的に:

SQ. 【調査員記入】対象者が歩行テストを行わなかった理由に○をつける(M.A.)

J9V491

1 対象者が安全でないと感じた

J9V492

2 調査員が安全でないと感じた

J9V493

3 対象者が拒否またはやりたがらなかった

J9V494

4 対象者が指示を理解できなかった

J9V495

5 対象者は、手術、けがや他の健康上の問題で、歩くことができなかった

J9V496

6 測定に適した場所がなかった

J9V497

7 器具に不具合があった

J9V498

8 その他(具体的に:)

(29 ページ MQ18 へ)

歩行テストの手順

- (1) スリッパなどをはいている場合は脱いでもらい、すべりやすい場所では、靴下も脱ぐようお願いする。
はきもが必要な場所では、できるだけかかとの低い、歩きやすい靴をはくように依頼する。
- (2) 対象者に、スタートライン(テープ)に、両足のつま先をつけて立つようお願いする。(前ページ図参照)
- (3) もう1度手順を説明。

このコースを、いつもの速さで歩いていただき、私はその時間をはかります。私が「はじめ」と声をかけましたら、歩き始めてください。もう片方の端にあるテープを完全に越えるまで歩いてから、止まります。準備はできましたでしょうか。「では、はじめてください」。

- (4) どちらかの足がスタートラインを越えて床につくと同時に、ストップウォッチを開始する。
- (5) 調査員は、対象者の後ろを、対象者の側にやや体を向けて、一緒に歩く。
- (6) 対象者の足が、ゴール地点のテープを完全に越えて床に触れたらストップウォッチを止める。
- (7) 2回目、3回目の測定の前に、対象者には、いつも歩いている速さで、コースの端を越えるまで歩くことを忘れないように、再度注意を促す。

MQ16. 【調査員記入】 時間を記録する。

【調査員注】対象者が試みたが計測できなかった場合は 998.00、対象者が計測しない選択をした場合は 999.00 を記入。（秒は、小数第二位まで記入）

計測	所要時間	
1 回目	<input type="text"/>	<input type="text"/> (秒) J9V499
2 回目	<input type="text"/>	<input type="text"/> (秒) J9V500
3 回目	<input type="text"/>	<input type="text"/> (秒) J9V501

MQ17. 【調査員記入】 以下の質問に○をつける。

(1) 測定を行った場所の床はどのようなものでしたか。(M.A.)

【調査員注】 歩行コースの中に、複数種類の床があった場合は(板の間とカーペットなど)、該当する床すべてに○をつける。

J9V502 1 たたみ

J9V503 2 板の間・フローリング、リノリウム(病院の床などに使われる素材)、タイル

J9V504 3 薄手のカーペット・じゅうたん

J9V505 4 厚手のカーペット・じゅうたん

J9V506 5 コンクリート

J9V507 6 その他(具体的に: _____)

(2) 対象者は、ゴール(終点)近くで、速度が落ちたり、歩幅が狭くなるということがありましたか。

J9V508 1 なかった 2 少しあった 3 大いにあった 4 わからない

(3) 歩行中、対象者は靴などはきものをはいていましたか。

J9V509 1 はいていた 2 はいていない

(4) 歩行中、使用した補助具がありますか。

J9V510 1 使用していない

2 ステッキ(杖)

3 エルボークラッチ(注: 握り部のついた肘受け台で、体重を支えられるようになっている杖)

4 歩行器

5 その他(具体的に: _____)

(5) 対象者はどの程度、歩行テストの指示に従ってくれたと思いますか。

J9V511 1 十分に従ってくれた

2 病気や痛みその他の症状などで十分指示に従えなかった

3 十分ではなかったと思うが、明白な理由はわからない

【調査員注】 床にはったマスキングテープをはがし忘れていないか確認する。

〔全員に〕 ※同意書がない人を含む全員

⑬⑭=38

MQ18. 【調査員記入】 21 ページから確認し、測定項目ごとに当てはまるほうに○をつける。体力・身体測定への同意書への署名を得られなかった場合は、(1)～(4)とも「2 測定しなかった」に○をつける。

【調査員注】 体重を測定できなかった場合は SQ1 の質問をする。

- | | | | | | | | | |
|-----------|-------|---------------|-----|------------|---|---------|------------|---|
| (1) 握力 | | J9V512 | → 1 | 測定した(1回以上) | 2 | 測定しなかった | | ⑮ |
| (2) 体重 | | J9V513 | → 1 | 測定した | 2 | 測定しなかった | → (SQ1を質問) | ⑯ |
| (3) デミスパン | | J9V514 | → 1 | 測定した | 2 | 測定しなかった | | ⑰ |
| (4) 歩行速度 | | J9V515 | → 1 | 測定した(1回以上) | 2 | 測定しなかった | | ⑱ |

SQ1. (体重を測定しなかった場合) もっとも最近、体重を測ったときは、何kgでしたか。

<table border="1"><tr><td>J9V516</td></tr></table>	J9V516	kg または	1	わからない
J9V516				
⑲ ⑳ ρ		✓		

〔全員に〕

【調査員注】

・「長時間調査にご協力いただきありがとうございます」とお礼を述べ、謝礼のクオカードを渡す。

意識調査のみ協力 → 1,000 円分

体力・身体測定にも協力（測定していない項目があっても、同意書があれば協力とする）→ 1,500 円分

【ここで時間をメモ: _____ 時 _____ 分】

(→ これが体力・身体測定の終了時間となります。終了後、1ページの★2体力・身体測定時間 に転記)

■~♡=skip

