|  |
| --- |
| **ひかりサロン利用アンケート** |

本日はお忙しい中ご参加いただき、誠にありがとうございました。

下記アンケートにご協力ください。

性　別：　　男　　　女

年　齢：　　　　　　歳

|  |  |
| --- | --- |
| **１** | ひかりサロンを利用した経緯について教えてください |

□ 自分で探した　　□ 人から勧められて　　□ 家族　　□ ケアマネージャー

　　□ 知人・友人　　 □ 民生委員、区長、町職員など

|  |  |
| --- | --- |
| **２** | 当初、ひかりサロンを利用した目的は何ですか |

□ 健康維持増進のための体づくり　　□ 買い物　　□ 外出

□　その他:

その他の内容をお聞かせください

|  |  |
| --- | --- |
| **３** | 今、ひかりサロンに期待することは何ですか |

□ 健康維持増進のための体操　　□ 自宅でもできるリハビリ、体操の指導

□ 健康にかんする相談　　 □ 他の人と触れ合える社交の場

□ 安全安心な買い物の手伝い □ 特にない

□ その他

その他の内容をお聞かせください

|  |  |
| --- | --- |
| **４** | ひかりサロンの利用前後で変化したことはありますか |

□ 体が元気になった　　 □ 生活活にメリハリができた

□ 生活に楽しみができた　　□ 自宅での運動量が増えた

□　特にない

**裏 面 へ 続 く**

|  |  |
| --- | --- |
| **５** | 現在、健康のことでお困りごとや不安がありますか（複数回答可） |

□ 肩こり　 　　　□ 腰痛　　　　　　 　□ 運動不足　　　 　□ 体力の低下　　　□ 食生活の偏り 　□ 食事時間が不規則 　□ 女性特有の悩み　 □ 精神面の不調　　□ 睡眠　　　　 　□ 花粉症・鼻炎　　 　□ 歯・口腔環境

□ その他

その他の内容をお聞かせください

|  |  |
| --- | --- |
| **６** | 現在、生活のことでお困りごとや不安がありますか（複数回答可） |

□ 食事の準備が大変　　□ 掃除洗濯が大変　　□ 買い物が大変　□ 入浴が大変

□ 通院、役所、金融機関などの移動が大変　　 □ 話し相手が少なく寂しい

□ 特にない

□ その他:

その他の内容をお聞かせください

|  |  |
| --- | --- |
| **７** | その他（体験へのご意見や感想など、ご自由にお書きください） |

**アンケートは以上となります、ご協力ありがとうございました。**

**皆さまのご利用を心よりお待ちしております！**