

# 令和6年12月 おごおり健康・介護予防ポイント事業アンケート

おごおり健康・介護予防ポイント事業にご参加いただきありがとうございます。  
事業の途中ですが、アンケートにご協力をお願いします。  
アンケートにご協力いただいた方には300ポイントを付与いたします。

※ふくおか健康ポイントアプリで参加されている方は、利用者コードを記入してください。

## ※アプリの方のみ【利用者コード確認方法】

マイメニュー → 利用者情報 → 利用者コード



## 利用者コード

### Q 1. あなたの年代を教えてください

10代  20代  30代  40代  50代  60代  70代  80代  90代以上

### Q 2. あなたのお住まいの校区を教えてください

小郡小校区  大原小校区  東野小校区  三国小校区  
 のぞみ小校区  立石小校区  御原小校区  味坂小校区

### Q 3. ポイント事業はどこで知りましたか

広報  小都市公式LINE  ホームページ  知人・友人・家族  
 校区コミュニティセンター  参加したイベント・講座

※複数回答可

### Q 4. ポイント事業に参加した理由を教えてください

健康管理のため  歩数チェックのため  知人・友人・家族に勧められたから  景品が欲しいから

### Q 5. 目標ポイント5,000ポイントについてお聞かせください

高い  ちょうどいい  低い

### Q 6. ポイントカード内もしくはアプリ内の健康記録をつけていますか 記入している項目を教えてください

体重  血圧  食事バランス  野菜1日5皿  
 塩分控えめの食事  運動習慣  健(検)診  記録表は記録していない

※複数回答可

### Q 7. ポイント事業に参加する前の運動習慣について教えてください

全く運動をしていない  週に1～3日程運動をしていた  
 月に1～4日程運動をしていた  定期的に運動をしていた

### Q 8. 現在の運動習慣について教えてください

全く運動をしていない  週に1～3日程運動をしている  
 月に1～4日程運動をしている  定期的に運動をしている

裏面あり

## Q9. ポイント事業に参加して、身体面、健康への意識行動が変化してしたことありますか

※複数回答可

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 歩くことを意識するようになった（歩く頻度が増えた） | <input type="checkbox"/> 運動をするようになった  |
| <input type="checkbox"/> エレベーターやエスカレーターを使わなくなった    | <input type="checkbox"/> 運動が楽しくなった    |
| <input type="checkbox"/> 体力や筋力がついた                 | <input type="checkbox"/> 体調がよくなった     |
| <input type="checkbox"/> 足腰の痛みが改善された               | <input type="checkbox"/> よく眠れるようになった  |
| <input type="checkbox"/> 体重の増減を意識するようになった          | <input type="checkbox"/> 体重を測るようになった  |
| <input type="checkbox"/> 塩分を控えるようになった              | <input type="checkbox"/> 血圧を測るようになった  |
| <input type="checkbox"/> 栄養バランスに気を付けるようになった        | <input type="checkbox"/> 野菜を摂るようになった  |
| <input type="checkbox"/> お酒を飲まない/減らす               | <input type="checkbox"/> タバコを吸わない/減らす |
| <input type="checkbox"/> 知人・友人・家族と会話が増えた           | <input type="checkbox"/> 特に変わった点はない   |

## Q10. (アプリの方のみ回答) ポイント事業に参加して、携帯電話（スマートフォン）の活用の変化について、教えてください

※複数回答可

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 携帯電話（スマートフォン）を持ち歩くようになった | <input type="checkbox"/> 携帯電話（スマートフォン）を触るようになった |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話（スマートフォン）を触るのが楽しくなった | <input type="checkbox"/> 特に変わった点はない             |

## Q11. 令和6年5月～12月にがん検診、特定健診（人間ドック）を受けましたか

- おごおり健康介護予防ポイント事業をきっかけで受けた  以前から受けている  受けていない

## Q12. これからもポイント事業を継続したいですか

- 継続したい  継続したくない

Q12を選んだ理由を教えてください

## Q13. おごおり健康介護予防ポイント事業についてご意見・ご要望があればお聞かせください



**提出期限：12月20日（金）**

**提出先：長寿支援課・健康課・校区コミュニティセンター**

**※ポイント付与の関係上、上記提出先に直接提出をお願いします**