

## アンケートの記入にご協力ください

1. 健康保険の種類を教えてください。

- 国民健康保険
- 社会保険
- 後期高齢者医療
- その他（ ）

2. この事業に参加した回数を教えてください。

- 初めて
- 2回目以上

3. 健康・介護予防ポイント事業を知ったきっかけを教えてください。

- 市広報誌
- ホームページ
- チラシ
- SNS
- 知人からの紹介
- その他（ ）

4. 健康・介護予防ポイント事業に参加した理由を教えてください。

- 健康づくりや介護予防のため
- 知人に勧められた
- ポイントがたまるから
- その他（ ）

5. 体重と食事、健（検）診受診日等を記録することでポイントが加算されることを知っていますか？

- 知っている
- 知らない

6. 健康・介護予防ポイント事業に参加して、健康づくりや介護予防に繋がりましたか？

- 繋がった
- 繋がらなかった
- 変わらない

7. 健康・介護予防ポイント事業に参加して、参加前と比べて変化したことがありますか？  
当てはまるものすべてに○をしてください。

- |                         |                |
|-------------------------|----------------|
| • 食事の塩分を気にするようになった      | • 体重を測るようになった  |
| • バランスのよい食事を心がけるようになった  | • 血圧を測るようになった  |
| • 歩いたり外出するようになった        | • 人と話す機会が増えた   |
| • 運動する時間が増えて体力の向上につながった | • 生きがいや楽しみが増えた |
| • 健診やがん検診を受診するようになった    | • 禁煙した         |
| • 体重や血圧の改善につながった        | • 特に変化なし       |
| • その他（ ）                |                |

8. 健康・介護予防ポイント事業を友達や地域の方に紹介したいと思いますか？

- はい
- いいえ

ありがとうございました