

「知的健康生活」アンケート

NPO法人 元気な120才を創る会

1.あなたについて教えてください。

性別	年齢	居住地/都道府県	職業	会社員・公務員・自営業・会社役員・自由業 専業主婦(夫)・学生・パートアルバイト・無職
男・女	才			

2.今回の新型コロナ騒動で、あなたの変化を教えてください。

a. 収入	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
b. 貯金	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
c. 食費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
d. 光熱費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
e. 通信費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
f. 娯楽費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
g. 学習費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
h. 医療・薬費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
i. サプリメント	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
j. 健康器具	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
k. 睡眠時間	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
l. コミュニケーション	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
m. テレビ視聴時間	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
n. ネット視聴時間	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
o. 映画鑑賞	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
p. 料理時間	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
q. 防災費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
r. オシャレ費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた
s. 裁縫費	<input type="checkbox"/> 減った	<input type="checkbox"/> 多少減った	<input type="checkbox"/> 変わらない	<input type="checkbox"/> 多少増えた	<input type="checkbox"/> 増えた

3.新型コロナ騒動が終息した時、騒動前と比べて「見直したい」と思っている事は何ですか。
(いくつでも○してください)

a. 食生活	b. 運動	c. 趣味・娯楽	d. 外食	e. 旅行	f. 住居	g. 人間関係	h. 衛生管理
i. 保険	j. 職業	k. イベント参加	l. オシャレ	m. 裁縫	n. その他()		

次に裏面にて、「知的健康生活」に関しまして更にご意見をお聞かせください。

以降はあなたが思っている事・考えている事を具体的に教えてください。

4.あなたは健康を保つために何に重点を置いていますか？(食、スポーツ、リラクゼーション等)

5.あなたにとって「知的だなあ」と思えることは何ですか？
(読書、絵、文「書き物」、料理、生け花、パソコン等)

6.「知的健康生活」という言葉から何を連想しますか？ また、そう思う有名人はいますか？

7.あなたにとって何をしている時が癒されますか？
(もしよろしければ写真も送ってください info@life-cc.com)

7.あなたにとって人生で一番大事なことは何ですか？

ありがとうございました。アンケートの集計結果は2021年初春に以下のサイトに掲載する予定です。また、アンケート結果を参考にした「知的健康生活の提案」もご期待ください。

FAX:03-6800-2773