

令和7年8月26日

シニア世代の生活・健康・生きがい・仕事についてのアンケート 調 査 票

板橋区では、基本計画に掲げる「豊かな健康長寿社会」の実現に向け、皆様の生活・健康・生きがい・仕事などの状況やご意見をお聞きし、高齢者の社会参加と生きがいづくりを推進する施策に活かしていくため、この調査を実施いたします。

実施にあたり、区内在住の60歳から84歳の方（10月1日現在）3,000名を無作為に選ばせていただきました。皆様からの回答は統計的に処理し、個人が特定されることはありません。また、本調査の目的以外に利用いたしません。

お手数をおかけし誠に恐縮でございますが、皆様のご理解・ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

令和7年11月

板橋区 長寿社会推進課

《 ご回答にあたってのお願い 》

- この調査票では、封筒の宛名のご本人を「あなた」とします。
- できる限り宛名のご本人がご回答ください。
ご本人による記入が難しい場合は、ご本人の意思に基づき、代理の方がご記入くださいますよう、ご協力をお願いいたします。
- 回答が終わりましたら、**同封の返信用封筒（切手不要）**に入れ、

11月28日（金）までに**郵便ポスト**にご投函ください。

※返信用封筒に、住所・氏名の記入は必要ありません。

【インターネットによるご回答のご案内】

- 本調査は、インターネットによるご回答も可能です。
以下のURLを直接ご入力いただくか二次元コードを読み込み、画面の指示に従って、
下記の『ID』と『パスワード』を入力後、各設問にご回答ください。
- URL : ●●●●●●●●
- ID : ●●●●●●●●
- パスワード : ●●●●●●●●
- ※パスワードは半角英数字です。
- ※インターネットでご回答いただいた場合は、**紙の調査票の返送は不要**です。

二次元
コード

【 この調査についてのお問い合わせ先 】

板橋区役所 健康生きがい部 長寿社会推進課 シニア活動支援係
電話：03-3579-2376 FAX：03-3579-4153

【1】あなたの年齢、お住まいの地区、世帯の状況などについて

問1 この調査票を記入するのはどなたですか。○をつけてください。(○は1つのみ)

1. あなた（宛名のご本人）	2. ご家族	3. その他
----------------	--------	--------

問2 あなたは現在、どちらに住んでいますか。(○は1つのみ)

1. ご自宅（ショートステイ利用を含む） 2. 区内の親族などの家	問3へお進みください。 3, 4はここでアンケートは終了です。 ご協力ありがとうございました。 同封の返信用封筒に入れて、切手を貼らずに投函してください。
3. 施設に入所 4. その他（入院中、区外転出、亡くなったなど）	

問3 あなたの性別と、令和7年10月1日現在の満年齢をお答えください。
(それぞれ○は1つ)

性別	1. 男性	2. 女性	
年齢	1. 60～64歳	2. 65～69歳	3. 70～74歳
	4. 75～79歳	5. 80～84歳	

問4 あなたは、板橋区のどこの地区にお住まいですか。あてはまる地区に○をつけてください。(○は1つのみ)

1	仲町	大山町、幸町（7番～66番）、大山西町、弥生町、仲町、中板橋、大山東町（20番、56番～60番）
2	板橋	加賀1丁目、2丁目（1番～5番、12番～18番）、板橋1丁目、2丁目（1番～17番、22番～53番、56番～69番）、3・4丁目、大山東町（17番、19番、21番～25番、28番、30番～55番）
3	熊野	板橋2丁目（18番～21番、54番、55番）、大山金井町、大山東町（1番～16番、18番、26番、27番、29番）、熊野町、中丸町、幸町（1番～6番）、南町
4	仲宿	加賀2丁目（6番～11番、19番～21番）、稲荷台、仲宿、氷川町、栄町
5	富士見	本町、大和町、双葉町、富士見町
6	大谷口	大谷口1・2丁目、大谷口上町、大谷口北町、向原1～3丁目、小茂根1・2丁目
7	常盤台	上板橋1～3丁目、常盤台1～4丁目、南常盤台1・2丁目、東新町1丁目
8	清水	清水町、蓮沼町、大原町、泉町、宮本町

9	志村坂上	志村1～3丁目、小豆沢1～4丁目、坂下1丁目（1番～26番、28番）、東坂下1丁目、相生町（1番～12番11号、13番～16番）
10	中台	若木1～3丁目、中台1～3丁目、西台1丁目、2丁目（1番～30番4号、41番、42番）、3丁目（1番～46番、48番～54番）、4丁目
11	蓮根	蓮根1～3丁目、坂下1丁目（27番、29番～41番）、2丁目、3丁目、東坂下2丁目、相生町（12番12号と13号、17番～26番）
12	舟渡	舟渡1～4丁目
13	前野	前野町1～6丁目
14	桜川	小茂根3～5丁目、東山町、東新町2丁目、桜川1～3丁目
15	下赤塚	赤塚1丁目、2丁目、5丁目（1番～17番）、6～8丁目、赤塚新町1～3丁目、大門、四葉1丁目（3番10号、4番～31番）、2丁目
16	成増	赤塚3～5丁目（18番～36番）、成増1～5丁目、三園1丁目
17	徳丸	西台2丁目（30番5号～17号、31番～40番）・3丁目（47番、55番～57番）、徳丸1～8丁目、四葉1丁目（1番～3番（3番10号を除く））
18	高島平	高島平1～9丁目、新河岸1～3丁目、三園2丁目

問5 あなたの世帯の状況をお選びください。（○は1つのみ）

1. ひとり暮らし	2. 配偶者と二人暮らし	3. 配偶者や子、孫などと同居
4. 配偶者を除く、子や孫などと同居	5. その他	

問6 あなたの世帯の現在の暮らし向きはいかがですか。（○は1つのみ）

1. 大変ゆとりがある	2. ややゆとりがある	3. ふつう
4. やや苦しい	5. 大変苦しい	

【1, 2, 3は4ページの「問8」へお進みください。】

【問6で「4. やや苦しい」「5. 大変苦しい」とお答えの方におうかがいします。】

問7 その理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 賃金などの収入が減ったため	2. 退職・失業などのため
3. 事業などの経費が増えたため	
4. 物価上昇の影響等により、日常の生活費が増えたため	
5. 家や自動車を購入したため	6. 税金や保険料の支払いが増えたため
7. 低金利が続いているため	8. 特別の事情による（病気、怪我など）
9. その他（	10. 特に理由はない、わからない

【2】仕事、働くことについて

問8 あなたの現在の職業をお答えください。副業があるなど複数の仕事をお持ちの場合は、主な職業1つだけに○をつけてください。(○は1つのみ)

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 会社・団体の役員、管理職 | 2. 専門技術者、教員、医療職 |
| 3. 事務 | 4. 販売、営業 |
| 5. 調理、洗い場 | 6. 管理人 |
| 7. 警備 | 8. 介護職 |
| 9. 理・美容、その他サービス | 10. 農業 |
| 11. 製造・加工、機械整備・修理 | 12. 輸送、運転 |
| 13. 建設、電気、土木 | 14. 清掃、配達 |
| 15. その他 () | 16. 主婦・主夫(専業) |
| 17. 学生 | 18. 無職・仕事からは引退した |

→【16, 17, 18は5ページの「問12」へお進みください。】

【問8で「1. 会社・団体の役員、管理職」～「15. その他」とお答えの方におうかがいします。】

問9 現在の仕事の主な雇用形態は次のどれにあてはまりますか。(○は1つのみ)

- | | | |
|--------------|------------|---------|
| 1. 会社員・公務員 | 2. 自営業・自由業 | 3. 会社役員 |
| 4. アルバイト・パート | 5. その他 () | |

問10 あなたの現在の働き方は、どれにあてはまりますか。(○は1つのみ)

- | |
|------------------------------|
| 1. フルタイムで働いている（おおむね週に35時間以上） |
| 2. 定期的に働いているが、週に35時間より少ない |
| 3. 不定期的に働いている |

問11 あなたは、現在の仕事をどこで探しましたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------------------------------|--------------------|
| 1. 友人・知人・家族などの紹介 | 2. 求人情報誌や求人広告 |
| 3. アクティブシニア就業支援センター
「はつらつシニアいたばし」 | 4. シルバー人材センター |
| 6. ハローワーク | 5. WORK'S（ワークス）高島平 |
| 8. インターネット（求人情報サイトなど） | 7. 東京しごと財団 |
| 10. 就職活動はしていない
(自営業、定年前など) | 9. 再雇用 |
| | 11. その他
() |

【 すべての方におうかがいします。 】

問12 あなたは今後、働こうと思っていますか。(○は1つのみ)

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| 1. 今も働いており、今後も働きたい | ➡ 問13～16を回答後、問18へお進みください。 |
| 2. 今は働いていないが、今後働きたい | ➡ 問13へお進みください。 |
| 3. 今は働いているが、できるだけ早く引退したい | ➡ 6ページの問18へお進みください。 |
| 4. 今は働いておらず、今後も働く予定はない | ➡ 6ページの問17へお進みください。 |

【問12で「1. 今も働いており、今後も働きたい」「2. 今は働いていないが、今後働きたい」とお答えの方におうかがいします。】

問13 何歳まで働きたいと思いますか。現在の仕事とは違う仕事をする場合を含みます。
(○は1つのみ)

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. 60～64歳 | 2. 65～69歳 | 3. 70～74歳 | 4. 75～79歳 |
| 5. 80～84歳 | 6. 85歳以上 | 7. わからない | |

問14 あなたは、働くことを決めるとき、どんなことを重視しますか。上位3つまで○をつけてください。(○は3つまで)

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| 1. 体力的に無理なく続けられること | 2. 自分のペースで進められること |
| 3. 自分の能力を発揮できること | 4. 勤務日や勤務時間を選べること |
| 5. 経験したことがある職種であること | 6. 経験したことのない職種であること |
| 7. 気心の知れた仲間がいること | 8. 以前と同じ勤務先であること |
| 9. 経験したことがある業界であること | 10. 経験したことのない業界であること |
| 11. 事業目的・経営ビジョンに共感が持てること | 12. 給料が良いこと |
| 13. 自宅から近いこと | 14. 社会の役に立つ仕事であること |

問15 あなたは、働く場合、どの職種を希望しますか。(○は1つのみ)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1. 会社・団体の役員、管理職 | 2. 専門技術者、教員、医療職 |
| 3. 事務 | 4. 販売、営業 |
| 5. 調理、洗い場 | 6. 管理人 |
| 7. 警備 | 8. 介護職 |
| 9. 理・美容、その他サービス | 10. 農業 |
| 11. 製造・加工、機械整備・修理 | 12. 輸送、運転 |
| 13. 建設、電気、土木 | 14. 清掃、配達 |
| 15. その他 () | |

問16 あなたは、働く場合、どの働き方を希望しますか。(○は1つのみ)

- | |
|-----------------------------|
| 1. フルタイム（おおむね週に35時間以上） |
| 2. 定期的に働きたいが、週に35時間より少なくしたい |
| 3. 不定期で働きたい |

【問12で「2. 今は働いていないが、今後働きたい」「4. 今は働いておらず、今後も働く予定はない」とお答えの方におうかがいします。】

問17 現在働いていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 専業主婦・専業主夫だから	2. 経済的余裕があるから
3. 健康上の理由	4. その他 ()

【 すべての方におうかがいします。 】

問18 仕事に関する情報を提供している施設などについておうかがいします。

それぞれあてはまる番号をお選びください。(それぞれ○は1つ)

(それぞれの項目にお答えください)	利用して就労に つながった	就労のため 利用中	利用したが 就労につなが なかった	利用したことは ない	知っているが 利用したことは ない	知らない
ア. アクティブシニア就業支援センター 「はつらつシニアいたばし」	1	2	3	4		5
イ. シルバー人材センター	1	2	3	4		5
ウ. WORK'S (ワークス) 高島平	1	2	3	4		5
エ. ハローワーク	1	2	3	4		5
オ. 東京しごと財団	1	2	3	4		5
カ. インターネット (求人情報サイトなど)	1	2	3	4		5

【3】健康について

問19 あなたは、普段、ご自分で健康だと思いますか。(○は1つのみ)

1. とても健康	2. まあまあ健康	3. あまり健康でない	4. 健康でない
----------	-----------	-------------	----------

問20 あなたには、現在次のような心配ごとや悩みがありますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 自分の健康のこと	2. 家族・親族の健康のこと
3. 病気などの時に面倒を見てくれる人がいないこと	4. ひとり暮らしや孤独になること
5. 生活費など経済的なこと	6. 安心して住める場所がないこと
7. 趣味や生きがいがないこと	8. 自宅や外出先での転倒・事故
9. 地震など災害時の避難のこと	10. その他
11. 心配ごとや悩みはない	()

▶【11は7ページの「問22」へお進みください。】

問21 心配ごとや悩みごとができた場合、誰に話を聞いてもらったり、相談したりしますか。(あてはまるものすべてに○)

- 【 すべての方におうかがいします。 】

※フレイル：年を取り、心身の活力が低下し、要介護状態に至る前段階の状態のこと。

- (○は1つのみ)

- 問25 あなたは、認知症に対してどのようなイメージを持っていますか。あなたが思う最も近いものを1つだけお答えください。(○は1つのみ)

- 7

【4】外出、活動などについて

問26 あなたが、普段、仕事・買い物・散歩・通院などで外出する頻度はどれくらいですか。
また、外出の主な目的は何ですか。

【外出する頻度】（○は1つのみ）

1. 毎日2回以上
2. 毎日1回
3. 2～3日に1回程度
4. 1週間に1回程度
5. ほとんど外出しない

【1～4の場合、外出の主な目的】（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---|--|
| 1. 仕事
3. 運動、散歩
5. 家族・親族と会う
7. シニアクラブ（旧老人クラブ）
9. 趣味や学習の活動
11. その他（ ） | 2. 買い物
4. 友人・知人と会う
6. 町会・自治会
8. ボランティア活動
10. 通院やリハビリ |
|---|--|

問27 あなたのやっていることと、今後やりたいことについてお答えください。
(あてはまるものすべてに○)

【やっていること】

1. 園芸・庭いじり
2. 旅行・ドライブ
3. 散歩
4. 犬などと散歩
5. 手芸・茶道・華道・踊り
6. スポーツ
7. 登山
8. カラオケ
9. 映画鑑賞
10. 読書
11. テレビやYouTubeなどの動画配信の鑑賞
12. パソコン（ワード・エクセル・パワーポイントの操作活用）
13. その他（

【やりたいこと】

1. 園芸・庭いじり
2. 旅行・ドライブ
3. 散歩
4. 犬などと散歩
5. 手芸・茶道・華道・踊り
6. スポーツ
7. 登山
8. カラオケ
9. 映画鑑賞
10. 読書
11. テレビやYouTubeなどの動画配信の鑑賞
12. パソコン（ワード・エクセル・パワーポイントの操作活用）
13. その他（

問28 あなたはどの程度、孤独であると感じることがありますか。(○は1つのみ)

- | | | |
|----------|----------------|----------|
| 1. 決してない | 2. ほとんどない | 3. たまにある |
| 4. 時々ある | 5. しばしばある・常にある | |

問29 あなたは、近所の人とどの程度おつきあいをされていますか。(○は1つのみ)

- | | |
|-------------------|--------------------------------|
| 1. お互いに訪問しあう人がいる | → 【1, 2, 3は「問31」へ
お進みください。】 |
| 2. 立ち話をする程度の人がいる | |
| 3. あいさつをする程度の人がいる | |
| 4. つきあいはない | |

【問29で「4. つきあいはない」とお答えの方におうかがいします。】

問30 おつきあいのない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 1. ふだんつきあう機会がないから | 2. あまり関わりを持ちたくないから |
| 3. 気の合う人が近くにいないから | 4. ご近所と知り合うきっかけがないから |
| 5. 仕事や家事などで忙しく時間がないから | 6. 引っ越してきて間もないから |
| 7. 同世代の人が近くにいないから | 8. その他 () |
| 9. 特に理由はない | 10. わからない |

【 すべての方におうかがいします。 】

問31 あなたが、友人・知人・別居の家族・親戚と会う頻度はどれくらいですか。
(○は1つのみ)

- | | |
|--------------|-----------|
| 1. 週に2回以上 | 2. 週に1回程度 |
| 3. 月に2～3回 | 4. 月に1回程度 |
| 5. 月に1回より少ない | 6. 全くない |

問32 あなたが、友人・知人・別居の家族・親戚と電話やメール、手紙をやりとりする
頻度はどれくらいですか。(○は1つのみ)

- | | |
|--------------|-----------|
| 1. 週に2回以上 | 2. 週に1回程度 |
| 3. 月に2～3回 | 4. 月に1回程度 |
| 5. 月に1回より少ない | 6. 全くない |

問33 あなたは、特に予定がなくても気軽に行ける場所がありますか。どのくらいあるかを
お答えください。(○は1つのみ)

- | | | | |
|----------|----------|------------|-------|
| 1. 1か所ある | 2. 2か所ある | 3. 3か所以上ある | 4. ない |
|----------|----------|------------|-------|

【4は10ページの「問35」へお進みください。】 ←

【問33で「1. 1か所ある」「2. 2か所ある」「3. 3か所以上ある」とお答えの方に、その場所についておうかがいします。】

問34 それはどのような場所ですか。1か所だけ具体的にご記入ください。

記入例：〇〇喫茶、△△図書館、□□公園など

--

【 すべての方におうかがいします。 】

問35 あなたは、携帯電話やスマートフォン、パソコンなどを使っていますか。

(それぞれ○は1つ)

(それぞれの項目にお答えください)	使っている	使っていない
ア. 携帯電話	1	2
イ. スマートフォン	1	2
ウ. タブレット	1	2
エ. パソコン	1	2

【ア～エすべてに「2」とお答えの方は、11ページの「問38」へお進みください。】 ←

【問35で1つ以上「1」とお答えの方におうかがいします。】

問36 問35で「1」と回答したもので、どのようなことを行っていますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 通話をする	2. ビデオ通話をする
3. メールでやりとりする	4. ラインでやりとりする
5. フェイスブックを利用する	6. X (旧ツイッター)を利用する
7. インスタグラムを利用する	8. ネットショッピングをする
9. 動画をみる	10. 写真を撮影する
11. ゲームをする	12. 健康管理に関する
13. インターネットで検索する	14. ニュースを読む
15. 決済サービスを利用する	
16. 給付金申請やワクチン接種予約等をする	
17. オンライン講座を受講する	
18. その他 ()	

問37 あなたは、問35で「1」と回答したもののうち、最も利用頻度の高いものについて、どのくらい利用していますか。(○は1つのみ)

1. 毎日2時間以上	2. 毎日1時間以上2時間未満
3. 毎日1時間未満	4. 週3日程度
5. ほぼ利用しない	

【 すべての方におうかがいします。 】

問38 あなたは、携帯電話やスマートフォン、パソコンなどの利用に関して、どんなことを希望しますか。(あてはまるものすべてに○)

1. スマートフォンの使い方を教えてほしい
2. パソコンの使い方を教えてほしい
3. ホームページ（ウェブサイト）や動画を見る方法を教えてほしい
4. メールの使い方を教えてほしい
5. ラインの使い方を教えてほしい
6. SNS（フェイスブック、X（旧ツイッター）、インスタグラムなど）の使い方を教えてほしい
7. オンライン会議システム（ズームなど）の使い方を教えてほしい
8. インターネットの利用上の注意を教えてほしい
9. その他（ ）
10. 特に希望することはない

問39 あなたは過去1年間に、個人・団体で次のような活動に参加したことがありますか（手伝いも含む）。また、「今後新たに参加したいもの」はありますか。それぞれあてはまる番号に○をつけてください。

（それぞれの項目にお答えください）	過去1年間に参加したもの	今後新たに参加したいもの	参加していない・したくない
ア. 趣味や学習の活動・習いごと （語学・料理・音楽・囲碁・俳句など）	1	2	3
イ. 大学やカルチャーセンターなどの講座	1	2	3
ウ. 健康・スポーツの活動、習いごと （体操・ゲートボール・ダンスなど）	1	2	3
エ. スポーツジム	1	2	3
オ. 町会・自治会の活動	1	2	3
カ. シニアクラブ（旧老人クラブ）の活動	1	2	3
キ. NPO団体などの活動	1	2	3
ク. 祭りなど地域行事	1	2	3
ケ. 環境美化、緑化推進、まちづくり などの活動	1	2	3
コ. 子どもの学習支援、子ども会の活動、 郷土芸能の伝承などの活動	1	2	3

サ. 交通安全、防犯・防災などの活動	1	2	3
シ. 高齢者の支援活動（話し相手、見守り、家事援助、移動支援など）	1	2	3
ス. 障がいのある人への支援活動	1	2	3
セ. 子どもを育てている親への支援活動（保育の手伝いなど）	1	2	3
ソ. ボランティア活動（上記以外の活動）	1	2	3
タ. その他（ ）	1	2	3

① ア～タのうち1つ以上「1」とお答えの方

➡ 「問40」を回答後、13ページの「問43」へお進みください。

② ア～タすべてに「3」とお答えの方 ➡ 「問41」へお進みください。

③ 上記①②以外の方 ➡ 13ページの「問43」へお進みください。

【問39で1つ以上「1」とお答えの方におうかがいします。】

問40 それらの活動を始めたきっかけは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 友人・知人の勧め
2. 家族の勧め
3. 町会・自治会からの誘い
4. シニアクラブ（旧老人クラブ）からの誘い
5. 活動団体からの呼びかけ
6. 区からの情報（「広報いたばし」、区ホームページその他）
7. 町会・自治会、シニアクラブ（旧老人クラブ）、活動団体からの情報（広報紙、ホームページその他）
8. 個人の意思（自分がやりたいことや、問題意識・解決したい課題がある）
9. その他（ ）
10. 特になし

【問40の次は、13ページの「問43」へお進みください。】

【問39でア～タのすべてに「3」とお答えの方におうかがいします。】

問41 参加していない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 仕事や家事で忙しく時間がない | 2. 何をしたいのか、わからない |
| 3. あまり関わりを持ちたくない | 4. やりたい活動がない |
| 5. 自分や家族が健康ではない | 6. 家族の介護や世話がある |
| 7. 気の合う人がいない | 8. その他（ ） |

問42 参加をするきっかけになると思うことは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- 【 すべての方におうかがいします。 】

【問43で「2. 知っているが、加入していない」とお答えの方におうかがいします。】

1. 家の近くのシニアクラブ（旧老人クラブ）を知らないから
2. 仕事などで忙しいから
3. 他の団体・サークル活動で忙しいから
4. 健康上の理由
5. 加入の仕方がわからないから
6. シニア（老人）という名称に抵抗があるから
7. 活動内容に魅力を感じないから
8. 同年代の会員が少ないから
9. 若い世代と交流できないから
10. 会員同士の間人間関係がわずらわしいから
11. 役員などを引き受けるのがわずらわしいから
12. その他（ ）

【 すべての方におうかがいします。 】

問45 あなたは、次の事業を知っていますか。また、過去1年間に利用・参加したものはありますか。それぞれあてはまる番号に○をつけてください。

(それぞれの項目にお答えください)	利用・参加した 過去1年間に	知っているが 利用・参加しなかった	知らない
ア. ふれあい館	1	2	3
イ. 「大人の活動ガイド ステップ」 (冊子版またはWEB版)	1	2	3
ウ. いたばし総合ボランティアセンター	1	2	3
エ. 認知症フレンドリーカフェ	1	2	3
オ. 住民運営通いの場（「高齢者の暮らしを 広げる10の筋トレグループ」など）	1	2	3
カ. 元気力測定会	1	2	3
キ. 福祉の森サロン	1	2	3
ク. シニアの絵本読み聞かせ講座	1	2	3
ケ. 50.60代のための地域活動入門講座	1	2	3
コ. 高齢者見守りキーホルダー事業	1	2	3
サ. ひとり暮らし高齢者見守りネットワーク	1	2	3
シ. 支え合い会議（第二層協議体）・ 支え合い会議（第二層協議体）が主催する イベント	1	2	3

① ア～シのうち1つ以上「1」とお答えの方

➡ 「問46」「問47」を回答後、16ページの「問49」へお進みください。

② ア～シすべてに「2」とお答えの方 ➡ 16ページの「問48」へお進みください。

③ 上記①②以外の方 ➡ 16ページの「問49」へお進みください。

【問45で1つ以上「1」とお答えの方におうかがいします。】

問46 利用・参加した事業を何で知りましたか。(あてはまるものすべてに○)

1. 広報いたばし
2. 区ホームページ
3. 板橋区フェイスブック
4. 板橋区X（旧ツイッター）公式
5. 板橋区Instagram公式
6. 板橋区ライン公式
7. ヤフー暮らし
8. 掲示板ポスター
9. 回覧板
10. 区施設に置いてあるチラシ
11. 「大人の活動ガイド ステップ」
12. 「高齢者・シニア世代 生活ガイドブック」
13. 区からの個別の案内（手紙、メールなど）
14. 友人・知人から
15. その他（ ）

【問45で1つ以上「1」とお答えの方におうかがいします。】

問47 これらの事業に参加することでどんな効果があったと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 自分のしている地域の活動やボランティア活動に役立った
2. 地域の活動や、ボランティア活動を始めた
3. 区のほかの事業にも参加するようになった
4. 知り合い・仲間ができた
5. 出かけることが増えた
6. 健康に気をつけるようになった
7. 教養を深めることができた
8. その他（ ）
9. 特に効果はない

【問47の次は、16ページの「問49」へお進みください。】

【問45ですべて「2」とお答えの方におうかがいします。】

問48 これらの事業に参加しない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 内容が、自分のしたいこと・興味のあることに合わない
2. 似た内容で、ほかにもっといいものがある
3. 目新しさがない
4. 専門性や難易度が自分に合わない
5. 会場が遠い
6. 費用が高い
7. 区内在住や対象年齢など参加要件があり、限られた人としてしか活動できない
8. 情報が無い
9. 忙しくて時間がない
10. 健康上の理由
11. どれに参加するのがいいのかわからない
12. その他 ()
13. 特に理由はない

【 すべての方におうかがいします。 】

問49 あなたはこれらの事業に参加するとき、どんなことを重視しますか。上位3つに○をつけてください。(○は3つまで)

1. 自分のしたいこと・興味のあることに役立つ内容である
2. ほかにない内容である
3. 健康に役立つ
4. 教養を深めることができる
5. 専門性や難易度が自分に合っている
6. 会場が近い
7. 費用がかからない・安い
8. 同じ年代の人と活動できる
9. 違う年代の人と活動できる
10. 区の事業なので安心して参加できる
11. その他 ()
12. 重視していることはない

問50 あなたは、今後、今まで以上に取り組みたい・心がけたいものはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 子や孫など、家族・親族（同居していない場合を含む）との交流
2. 配偶者や親など、家族・親族（同居していない場合を含む）のケア、介護
3. 仕事、就職活動
4. ご近所とおつきあい
5. 友人・知人との交流
6. 新しい仲間やネットワークづくり
7. 町会・自治会の活動

8. シニアクラブ（旧老人クラブ）の活動
9. ボランティア活動
10. 学習活動（講座・講習会、学習サークルなど）
11. インターネットの活用
12. 体を動かす（ウォーキングや体操など）
13. 家屋や庭の維持、メンテナンス（日曜大工、庭いじりなど）
14. 趣味の活動（主に外出して行うもの：習い事、趣味のサークル活動、旅行やイベントなど）
15. 趣味の活動（主に自宅で行うもの：読書、オンラインで行うものなど）
16. 資格の取得
17. 前掲1～16以外で取り組んでみたい、やりたいもの・こと
()
18. 特にない

問51 あなたは、板橋区にどのような高齢者施策の充実を希望しますか。

（あてはまるものすべてに○）

1. 見守りなど、ひとり暮らし高齢者等への支援
2. 福祉や生活に関わる相談
3. 高齢者が気楽に活動できる場所の提供
4. 健康づくり・フレイル予防・介護予防に関する施策
5. ボランティア・地域活動等の社会活動の支援
6. 生涯学習・スポーツ等の生きがい施策
7. 仕事の紹介等の就労に関する施策
8. 認知症施策
9. 介護保険の在宅サービス
10. 介護保険の施設・入居系サービス
11. 高齢者向け住宅の整備
12. 高齢者の虐待対策
13. 家族等の介護者に対する支援
14. 多世代との交流の支援
15. スマートフォンの操作教室・相談会
16. パソコン（ワード・エクセル・パワーポイント）の操作教室
17. eスポーツ大会の開催
18. 終活準備に関する支援
19. その他 ()
20. 特にない

【5】 あなたご自身のことについて

問52 あなたは、現在、どの程度生きがいを感じていますか。(○は1つのみ)

1. 十分感じている 2. 多少感じている
3. あまり感じていない 4. 全く感じていない

【3, 4は「問54」へお進みください。】 ←

【問52で「1. 十分感じている」「2. 多少感じている」とお答えの方におうかがいします。】

問53 どんな時に生きがいを感じますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 子や孫など家族・親族との団らんの時
2. 夫婦団らんの時
3. ペットと触れ合っている時
4. 仕事に打ち込んでいる時
5. 趣味やスポーツに熱中している時
6. 自身の健康づくりに取り組んでいる時
7. 友人や知人と食事・雑談している時
8. おいしい物を食べている時
9. 旅行をしている時
10. 勉強や教養などに身を入れている時
11. ボランティア活動や地域活動をしている時
12. 若い世代と交流している時
13. その他（

【6】その他

問54 高齢者向けのサービスなどに関するご意見をご自由にお書きください。



ご協力ありがとうございました。

お名前、ご住所は記入不要です。

同封の返信用封筒に入れて、**切手を貼らず**にポストに投函して下さい。

※返信用封筒の郵便番号「●●●－●●●●」「●●●」、承認番号「●●」、
バーコードは、アンケートの回答を株式会社●●●●●●●「板橋区シニア
アンケート調査」事務局に郵送するためのもので、個人を特定するものではありません。