

ライフスタイルに関するお伺い

ライフスタイルについて電話でお答えいただいた内容をご確認いただく記入式アンケートです。

1. 以下の内容に訂正がありましたら二重線で消して正しい内容をご記入ください。
2. 電話でお答えいただいた内容は青字です。

「言い忘れた内容」や「追加」があれば空欄にご記入ください。

プロフィール

年齢：84歳

居住地：杉並区

Q) 現在の家族構成といつからこの家族構成かその背景

海外生活をしておられた娘（当時39歳 未婚）が帰国した時期と夫が他界した時期がほぼ同じ頃であり、2009年から一緒に住むようになった。現在49歳の娘（無職 未婚）と二人暮らしである。

* 訂正や追加があればご記入をお願いいたします。

Q) 居住形態、近隣の様子

京王井の頭線永福町からバスで高円寺行きに乗って「松の木住宅」で降車する。

バスの乗車時間は（ ）分くらい。

住居は一戸建て 居住暦（ ）年

*（ ）に記入。訂正・追加があればご記入をお願いいたします。

ライフスタイル

Q) 毎日の日課

起床は8時 就寝は深夜0時くらい。夜型である

夜型の生活はいつ頃からですか？

タブレットでのゲームを夜にすることが多い。

友人とのラインは、ほぼ毎日行っている。

ゲームやラインはいつ頃どのようなきっかけで始めたのですか？

パソコンや携帯電話、タブレットを使い分けていますか？

使い分けている場合、どのように使い分けているかご記入をお願いします。

Q) 家事を日課としてしていますか？

家事は日課ではなく、気付いたときに気付いた人、できる人（娘と自分のどちらか）がする形である。
* 訂正や追加があればご記入をお願いします。

掃除や洗濯などの役割分担がうまくいっている理由は？

掃除や洗濯などで不満に思うことはありますか？

買い物は重いものやかさばる物は娘が買ってくる。例えばよく買ってくるものは？

軽くて小さいものは自分でも買ったりする。例えば自分がよく買っているものは？

二人の食事の好みや時間帯が違うので食事の用意、後片付けは自分で行う。

3食ともですか？ 一緒に食べることはないのですか？

片付けは食洗機を使っている。食洗機は、毎日毎食後の使用ですか？

食品は、安全安心であることや産地などにこだわる。

Q) 毎日ではないが1週間のなかで行うこと

1週間の中で決まっておこなっていることはないが、2週間に1回習字、マージャンもメンバーが決まっているので2週間に1回行っている。

どういうきっかけでいつ頃から上記が習慣化したのですか？

特に悪いところはなくとも病院には月に何回か行く。

病院は近くですか？いつ頃から？病院ついでに何かすることはありますか？

* ライフスタイルに通院が関係すればご記入をお願いします。

Q) 日用品の買い物

生活の中で家事に関するさまざまな商品について、買う時や使う時に気にしていることがあれば、自由に記入してください。

- ①洗濯・・・洗剤、柔軟剤 とか
- ②掃除・・・トイレ、お風呂掃除 用品や洗剤
- ③調理・・・食器用洗剤、ラップ、クッキング用品、保存容器など料理などで使う消耗品
- ④ケア用品・・・スキンケア、ボディ洗浄、ヘアケア、入浴剤、オーラルケア（歯磨き）など

④は、娘が買ってきたものを使用していて自分のためだけに買うものはない。こだわりのないで指定することもない。

*④については、追加があれば記入をお願いいたします。

★ありがとうございました。訪問時までにご記入をお願いいたします。

ライフスタイルに関するお伺い

ライフスタイルについて電話でお答えいただいた内容をご確認いただく記入式アンケートです。

1. 以下の内容に訂正がありましたら二重線で消して正しい内容をご記入ください。
2. 電話でお答えいただいた内容は青字です。

「言い忘れた内容」や「追加」があれば空欄にご記入ください。

プロフィール

年齢：83歳

居住地：千葉市花見川区幕張

Q) 現在の家族構成といつからこの家族構成かその背景

27年前、孫の誕生、孫の子育てをきっかけに娘夫婦と同居した。

宍倉様のお子さんは、娘さんお1人でしょうか？

娘夫婦（娘・58才公文塾のパート、娘婿・59才会社員）と同居して27年くらいになる。その間ずっと5人家族であったが、10年位前に孫が大学へ進学し・海外留学など別に暮らし始めたため4人家族になった。

現在は、孫（男性・29歳）は結婚をしてひ孫（0才）がいる。

お孫さんは、近くにお住まいですか？

* 上記青字部分に訂正や追加があればご記入をお願いいたします。

Q) 居住形態、近隣の様子

JR 幕張駅から徒歩約12分

JR 幕張本郷からタクシー

←普段の交通は、どちらを使うことが多いですか？

住居は一戸建て 居住暦（ ）年

*（ ）に記入。訂正・追加があればご記入をお願いいたします。

ライフスタイル

Q) 毎日の日課

起床は6時 布団の上で軽くマット運動

マット運動が習慣となったのはいつ頃からですか？

草花が好きで花の水やり等が習慣化している

どんな草花がお気に入りですか？

洋裁が好きで1日1回はミシンを使う

どんなものを作られているのですか？

毎日ヘルストロン（電位治療器）を2時間使用している。孫が3歳の時に勝って以来ずっと使用しており、夫にも自分にも健康的な効果を感じられて気に入っている。

ヘルストロン使用中は、何かしておられますか？

マッサージ機もあり使用している。

マッサージ機も毎日の使用ですか？

17時頃には娘が作ってくれた夕食を夫と二人で食べてその後テレビを見て、ゆったりした時間を過ごしている。

夕食のメニューは、お嬢さん夫婦と同じですか？

昨年までは、毎日午前中にスポーツクラブルネサンスに行き、水泳や運動をしていた。

きっかけは、夫の定年であり定年後二人で約19年通っていた。健康を考えてというのもあるがもともと運動が好き。

昨年、二人とも体調を崩した。

夫は、ルネサンスを退会し、水曜と土曜の週2日デイサービスに行っている。

自分は休会中である。

* 上記に訂正や追加があればご記入をお願いします。

Q) 家事を日課としてしていますか？

掃除は掃除機、モップ、使い捨てのシートなどを使用する。きれい好きであり掃除は毎日しっかりとしている。

* 訂正や追加があればご記入をお願いします。

買い物は日課としてしていますか？

パンや食品は自分の好みのものを買に行くが、日用品はすべて娘が買ってくる。(商品選びも任せている)

例えば娘さんがよく買ってくるものは？

洗濯はご自身がしていますか？

。

夕食後の片づけはご自身がしていますか？

Q) 毎日ではないが1週間のなかで行うこと

週に1回は、デパートかイトーヨーカ堂に出かけて洋服を見たりする。

どういうきっかけでいつ頃から上記が習慣化したのですか？

夫も自分も血圧が高いのでかかりつけ医に検診と薬をもらいに行く。(月1回)

病院は近くですか？

いつ頃から？病院ついでに何かすることはありますか？

* ライフスタイルに通院が関係すればご記入をお願いします。

Q) 日用品の買い物

生活の中で家事に関するさまざまな商品について、買う時や使う時に気にしていることがあれば、自由に記入してください。

①洗濯・・・洗剤、柔軟剤 とか

②掃除・・・トイレ、お風呂掃除 用品や洗剤

③調理・・・食器用洗剤、ラップ、クッキング用品、保存容器など料理などで使う消耗品

④ケア用品・・・スキンケア、ボディ洗浄、ヘアケア、入浴剤、オーラルケア(歯磨き) など

★ありがとうございました。訪問時までにご記入をお願いいたします。

ライフスタイルに関するお伺い

ライフスタイルについて電話でお答えいただいた内容をご確認いただく記入式アンケートです。

1. 以下の内容に訂正がありましたら二重線で消して正しい内容をご記入ください。
2. 電話でお答えいただいた内容は青字です。

「言い忘れた内容」や「追加」があれば空欄にご記入ください。

プロフィール

年齢：79歳（8月に80才）

居住地：横浜市鶴見区生麦

Q) 現在の家族構成といつからこの家族構成かその背景

同居家族は、夫（82才）、長男（51才・会社員）、長男の嫁（48才・パート）、孫（21才男性・大学生）、孫（18才男性・専門学校生）、犬（柴犬・13才）の6人家族とペットのワンちゃん

長男夫婦に子供ができてアパート暮らしだと狭いので同居した。

同居をしてから、約21年になり、17年前に家の建替えをした。

家の建替えをきっかけに食事や日用品購入など、生活面での支出管理はすべて長男の嫁に任せている。

* 上記青字部分に訂正や追加があればご記入をお願いいたします。

小山様のお子さんは、長男お1人でしょうか？

Q) 居住形態、近隣の様子

京浜急行生麦駅から徒歩7分。駅を出て国道15号線をわたる。周囲は住宅地で入りくんでいる。

住居は一戸建て 居住暦（ ）年

*（ ）に記入。訂正・追加があればご記入をお願いいたします。

ライフスタイル

Q) 毎日の日課

起床は8時ごろ。

日中は家にいることが多い。就寝は、22時～23時ごろの間。

今年の1月まで週3日、3時間のパート勤務をしていたが体調を崩したのをきっかけに辞めた。

どんなお仕事ですか？ いつ頃からパートを始められたのでしょうか？
ずっとしてこられたお仕事についてお知らせください。

毎日16時頃から犬の散歩をしている。(朝の散歩は、長男の嫁がする)
仕事をしていたこともあり、特に趣味というほどのものはないが今は家にいることが多い。

夕食は、長男の嫁が用意する。
夕食のメニューは、長男ご家族と同じですか？
夕食後の片づけはご自身がしていますか？

* 上記青字に訂正や追加があればご記入をお願いします。

Q) 家事を日課としてしていますか？

掃除は自分の部屋（ご主人と自分の部屋）とリビング。
→どんな掃除道具を使いどのように掃除をしていますか？

* 訂正や追加があればご記入をお願いします。

買い物は日課としてしていますか？
例えば長男のお嫁さんとの分担などはありますか？

洗濯は、量が多い（6人分）ので長男の嫁の担当。自分は全くしていない。

Q) 毎日ではないが1週間のなかで行うこと

週に1回、13:30~15:00、地区にあるケアプラザのデイサービスでボランティアをしている。仕事を辞めても健康的には問題がないので、ボランティアを始めた。

ボランティアは、どのようなことをされているのですか？

月に1~2回、夫とランチに行く。

どこでどんな食事をされるのですか？

月に1回、友人とランチに行く。

どこでどんな食事をされるのですか？

2人で時々オセロをする

オセロを始めたきっかけは？ オセロを初めてどのくらいですか？

他にお二人でしていることはありますか？

夫の趣味は釣りで早朝から自転車で出かける時がある。また、将棋も趣味で時々友人が来て将棋をしている。

→ご主人が釣りに行ったり、将棋をしたりしている時、小山様はどうしておられますか？

年に数回隣の奥さんとウォーキングに行く（三ツ池公園など）

いつ頃からどのようなきっかけで始めたのですか？

Q) 日用品の買い物

生活の中で家事に関するさまざまな商品について、買う時や使う時に気にしていることがあれば、

自由に記入してください。

- ①洗濯・・・洗剤、柔軟剤 とか
- ②掃除・・・トイレ、お風呂掃除 用品や洗剤
- ③調理・・・食器用洗剤、ラップ、クッキング用品、保存容器など料理などで使う消耗品
- ④ケア用品・・・スキンケア、ボディ洗剤、ヘアケア、入浴剤、オーラルケア（マウスウォッシュや入歯洗剤）など

60才の時から総入れ歯であり、マウスウォッシュや入れ歯洗剤は、自分で購入している。夫は歯があるため夫が自分で歯磨きを買っている。

★ありがとうございました。訪問時までにご記入をお願いいたします。