

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査（案）について

問2	からだを動かすことについて	
(4)	ウォーキング <u>などの</u> <u>有酸素運動</u> を週1回 以上していますか。	1. はい 2. いいえ
問6	たすけあいについて あなたのまわりの人の「たすけあい」について おうかがいします。	
(5)	何かあったときに相 談する相手を教えて ください（いくつで も）	1. 家族 2. 友人・知人 3. 自治会・町内会・老人クラブ 4. 市役所（総合支所、地域包括支援センター （地域包括支援課）、はつらつセンター） 5. 民生委員 6. 社会福祉協議会 7. ケアマネジャー 8. 医師・歯科医師・看護師 9. 在宅介護支援センター <u>10. 生活支援コーディネーター</u> 11. その他（ ） 12. そのような人はいない