

2026 年 5 月 22 日

一般介護予防事業評価委員会資料

住民主体の通いの場参加者アンケートについて

■ 目的

● 事業評価(アウトカム)

・客観的な体力評価と異なり、セルフケアの状況や生活習慣、主観的健康観、自己効力感等からフレイル予防・重症化予防への寄与、効果を測る。

・一般介護予防事業の通いの場(地域介護予防教室・近トレ・うんどう教室)共通のアンケートにより各事業の特性を比較検証する。

■ 内容

無記名式質問票

基本情報:要介護度(現在の状況・1年間の変化有無)、年齢層、性別、参加期間

1. 運動に関する項目5つ(基本チェックリスト)

2. 運動頻度(ニーズ調査)

3. 食事(ニーズ調査)

4. 睡眠(ニーズ調査)

5. 主観的健康観・幸福度(ニーズ調査)

6. 参加してよかったこと(選択式)

身体機能維持、社会参加、意欲等

7. やりたいことができているか

※ これからも元気に暮らしていける自信

セルフケア

フレイル予防

自己効力感(行動変容の土台)

1～7は3事業共通 ※の設問は事業によって異なる

■ 実施方法

● 年1回、一定期間内に各通いの場で実施する。

■ 結果の活用

● 事業評価、施策への反映

● 各通いの場、支援機関への共有、事業報告、発表等