



## お 願 い

8月になってからは夏らしい日もほとんどなく、そのまま秋になってしまいましたね。朝晩も涼しくなりましたが、皆様いかがお過ごしですか。

さて、ご存知のとおり、友の会北海道支部は今年30周年を迎えました。30年間続けてこられたのは、会員の皆さんのおかげとっております。記念行事は来年度に行いたいと考えておりますが、その前にそれに関連して会員の皆さんにお願いがあります。

### 1. 会員名簿の整理について

会員歴の長い方は、会員名簿の内容が入会当時のままになっている方も多く、また従来の入会申込書の内容では、不十分であることなどを踏まえて、この機会に会員名簿の整理を行うこととしました。皆様のご協力をお願い致します。お忙しいところお手数ですが、同封の用紙に内容をご記入の上、期日まで必ずご返送ください。

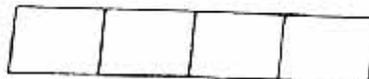
※入会申込書が会員の個人録と異なります。

### 2. アンケートについて

この度、友の会にアンケート協力の依頼があり、運営委員会で検討した結果、会員の皆さんにもご協力をお願いすることになりました。

アンケートの依頼者は、大阪大学大学院人間科学研究課に在籍しておられ、ご本人も膠原病患者で、研究テーマの基礎資料として、膠原病患者の生活実態やニーズ等について調べておられます。アンケートの内容はこの研究のためだけに使用し、また個人的な内容は外部に漏れることがないように慎重に取り扱います。アンケートにご協力をよろしくお願い致します。集計結果は、後日会員の皆さんにお知らせすることにしていきます。

1・2とも**9月20日(金)**まで同封の封筒にてご返送くださるよう、お願い申し上げます。皆様、時節柄お体に気をつけてお過ごしください。



## アンケートのお願い

このアンケートは、あなたがご自分の健康をどのように考えているかをおうかがいするものです。あなたが毎日をどのように感じ、日常の活動をどのくらい自由にできるかを知るうえで参考になります。

このアンケートの結果はすべて責任者のみが扱い、とりまとめて統計的に処理しますので、個人のプライバシーがもれるようなことはございません。お手数をおかけしますが、なにとぞご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

### ご記入上のご注意

- ・ ご記入は、原則的にご本人にお願いいたします。ただし、ご記入がむずかしい場合には、ご本人がお答えになり、それをご家族あるいは介護の方などがご記入されてもかまいません。その場合、あくまでもご本人の意見をご記入ください。
- ・ ご記入の済んだアンケート用紙は、同封の封筒に入れて返送してください。

ご不明な点などがございましたら、下記までお問い合わせください。

(財) 北海道難病連事務局 豊島志織

〒064-0809 札幌市中央区南9条西12丁目サウスビュー1F

TEL: 011-512-3233 FAX: 011-512-4807 E-MAIL: SNA06249@nifty.com

禁無断転載・使用

問1 あなたの健康状態は？（一番よくあてはまる番号に○印をつけて下さい。）

- |         |           |
|---------|-----------|
| 1 最高に良い | 4 あまり良くない |
| 2 とても良い | 5 良くない    |
| 3 良い    |           |

問2 1年前と比べて、現在の健康状態はいかがですか。  
（一番よくあてはまる番号に○印をつけて下さい）

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1 1年前より、はるかに良い | 4 1年前ほど、良くない   |
| 2 1年前よりは、やや良い  | 5 1年前より、はるかに悪い |
| 3 1年前と、ほぼ同じ    |                |

問3 以下の質問は、日常よく行われている活動です。あなたは健康上の理由で、こうした活動をするのがむずかしいと感じますか。むずかしいとすればどのくらいですか。  
（ア～コまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい）

	とても むずかしい	すこし むずかしい	ぜんぜん むずかしくない
ア) <u>激しい活動</u> 、例えば、一生けんめい走る、重い物を持ち上げる、激しいスポーツをするなど	1	2	3
イ) <u>適度の活動</u> 、例えば、家や庭のそうじをする、1～2時間散歩するなど	1	2	3
ウ) 少し重い物を持ち上げたり、運んだりする（例えば買い物袋など）	1	2	3
エ) 階段を <u>数階上</u> までのぼる	1	2	3
オ) 階段を <u>1階上</u> までのぼる	1	2	3
カ) 体を前に曲げる、ひざまずく、かがむ	1	2	3
キ) <u>1キロメートル以上</u> 歩く	1	2	3
ク) <u>数百メートル</u> くらい歩く	1	2	3
ケ) <u>百メートル</u> くらい歩く	1	2	3
コ) 自分でお風呂に入ったり、着がえたりする	1	2	3

問4 過去1ヵ月間に、仕事やふだんの活動をした時に、身体的な理由で次のような問題がありましたか。(ア～エまでのそれぞれの質問について、「はい」「いいえ」のどちらかに○をつけて下さい)

	はい	いいえ
ア) 仕事やふだんの活動をする <u>時間</u> をへらした	→ 1	----- 2
イ) 仕事やふだんの活動が思ったほど、 <u>できなかつた</u>	→ 1	----- 2
ウ) 仕事やふだんの活動が <u>内容</u> によっては、 できないものがあった	→ 1	----- 2
エ) 仕事やふだんの活動をする <u>こと</u> が <u>むずかしかつた</u> (例えばいつもより努力を必要としたなど)	→ 1	----- 2

問5 過去1ヵ月間に、仕事やふだんの活動をした時に、心理的な理由で(例えば、気分がおちこんだり不安を感じたりしたために)、次のような問題がありましたか。(ア～ウまでのそれぞれの質問について、「はい」「いいえ」のどちらかに○をつけて下さい)

	はい	いいえ
ア) 仕事やふだんの活動をする <u>時間</u> をへらした	→ 1	----- 2
イ) 仕事やふだんの活動が思ったほど、 <u>できなかつた</u>	→ 1	----- 2
ウ) 仕事やふだんの活動がいつもほど、 <u>集中してできなかつた</u>	→ 1	----- 2

問6 過去1ヶ月間に、家族、友人、近所の人、その他の仲間とのふだんのつきあいが、身体的あるいは心理的な理由で、どのくらいさまたげられましたか。(一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい)

1 ぜんぜん、さまたげられなかつた	4 かなり、さまたげられた
2 わずかに、さまたげられた	5 非常に、さまたげられた
3 すこし、さまたげられた	

問7 過去1ヵ月間に、体の痛みをどのくらい感じましたか。(一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい)

1 ぜんぜんなかつた	4 中くらいの痛み
2 かすかな痛み	5 強い痛み
3 軽い痛み	6 非常に激しい痛み

問8 過去1ヵ月間に、いつもの仕事（家事も含みます）が痛みのために、どのくらいさまたげられましたか。（一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい）

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| 1 ぜんぜん、さまたげられなかった | 4 かなり、さまたげられた |
| 2 わずかに、さまたげられた    | 5 非常に、さまたげられた |
| 3 すこし、さまたげられた     |               |

問9 次にあげるのは、過去1ヵ月間に、あなたがどのように感じたかについての質問です。（ア～ケまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい）

	いつも	ほとんどいつも	たびたび	ときどき	まれに	ぜんぜんない
過去1ヵ月間のうち						
ア) 元気いっぱいでしたか	1	2	3	4	5	6
イ) かなり神経質でしたか	1	2	3	4	5	6
ウ) どうにもならないくらい、 気分がおちこんでいましたか	1	2	3	4	5	6
エ) おちついていて、おだやかな気分でしたか	1	2	3	4	5	6
オ) 活力（エネルギー）にあふれていましたか	1	2	3	4	5	6
カ) おちこんで、ゆううつな気分でしたか	1	2	3	4	5	6
キ) 疲れはてていましたか	1	2	3	4	5	6
ク) 楽しい気分でしたか	1	2	3	4	5	6
ケ) 疲れを感じましたか	1	2	3	4	5	6

問10 過去1ヵ月間に、友人や親せきを訪ねるなど、人とのつきあいをする時間が、身体的あるいは心理的な理由でどのくらいさまたげられましたか。（一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい）

- |           |          |
|-----------|----------|
| 1 いつも     | 4 まれに    |
| 2 ほとんどいつも | 5 ぜんぜんない |
| 3 ときどき    |          |

問11 次にあげた各項目はどのくらいあなたにあてはまりますか。

(ア～エまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまる番号に○をつけて下さい)

	まったくそのとおり	ほぼあてはまる	何とも言えない	ほとんどあてはまらない	ぜんぜんあてはまらない
ア) 私は他の人に比べて病気になりやすいと思う	→ 1	2	3	4	5
イ) 私は、人並みに健康である	→ 1	2	3	4	5
ウ) 私の健康は、悪くなるような気がする	→ 1	2	3	4	5
エ) 私の健康状態は非常に良い	→ 1	2	3	4	5

問12 友の会からお聞きします。友の会へのご意見・ご要望などがございましたら、お書き下さい。

これでこのアンケートはおわりです。ご協力ありがとうございました。

※アンケートは原則的に無記名で、統計的に処理いたしますので、個人の情報がもれるようなことはございません。

※このアンケートとは別に、ご自身のご病気の体験談などを聞かせていただける方がいらっしゃいましたら、メモ用紙等にお名前とご連絡先をご記入の上、封筒に同封していただければ幸いです。

または、お電話、ファックス、E-MAIL 等でご連絡いただいても結構です。どうぞご協力をお願いいたします。

■問い合わせ・連絡先■

(財)北海道難病連 豊島志織

〒064-0809 札幌市中央区南9条西12丁目サウスビュー1F

TEL: 011-512-3233 FAX: 011-512-4807 E-MAIL: SNA06249@nifty.com

全国膠原病友の会北海道支部

<編集人>

編集責任者 埋田 晴子

〒064-8506 札幌市中央区南4条西10丁目

北海道難病センター内 TEL.011(512)3233

<発行人> 北海道身体障害者団体定期刊行物協会

細川 久美子

〒063-0868 札幌市西区八軒8条東5丁目4-18

TEL.011(736)1715

昭和48年1月13日第3種郵便物認可 HSK通巻366号 100円

いちばんぼし臨時号 平成14年9月10日発行(毎月1回10日発行)