

## 令和6年度 トレーニングマシン利用者調査票（新規）

今後の事業の参考にさせていただきます。申請書と一緒に必ずご提出ください。  
該当する項目に○をつける、またはご記入ください。

### 1 性別・年齢

ア 男性                      イ 女性                      (                      歳)

### 2 本事業を何で知りましたか

ア 広報西東京      イ 西東京HP      ウ チラシ ( 公共施設 ・ その他 )  
エ 家族・友人等から      オ その他 (                      )

### 3 本事業に参加した動機は何ですか

ア 健康の維持・増進      イ 生活習慣病予防      ウ 介護予防  
エ 転倒・寝たきり予防      オ その他(理由                      )

### 4 本事業に参加したきっかけは何ですか

ア 自分で必要だと思った      イ 家族・友人のすすめ      ウ 医師のすすめ  
エ 体力の低下を感じた      オ 転倒した                      カ なんとなく  
キ その他(                      )

### 5 最近どのような運動・体操等に取り組んでいますか。取り組んでいるものをご記入ください。

### 6 最近取り組んでいるボランティア活動等社会活動がありましたら、ご記入ください。

### 7 自分のことを健康だと思えますか。

ア そう思う                      イ そう思わない                      ウ どちらともいえない

### 8 フレイルという言葉を知っていますか。

ア 知らない      イ 聞いたことはある      ウ なんとなく知っている      エ 知っている

### 9 その他何かありましたらご記入ください。

ありがとうございました。