

令和4年10月21日

# コロナ禍における生活について

皆様アンケートにご協力ありがとうございます。

10月2日 東中田市民まつりにて



ほっとネット in 東中田

新生コロナウイルス感染の流行で、私たちの生活は大きく変わってしまいました。コロナ禍において、どんな困りごとがあり、どんなことができなくなり、またどんな工夫をしていらっしゃるのか教えてください。

## 大人100名のアンケート

年代：1. 30代以下 2. 40代 3. 50代 4. 60代 5. 70代以上

25人      29人      0人      5人      41人

男女：1. 男 23人      2. 女 71人      ? 6人

ワクチン接種回数：

1. 1回    2. 2回    3. 3回    4. 4回    5. していない    ?

1人      12人      34人      44人      3人      6人

質問 1

今の日常生活において、最も困っていることを1つ選んで○をつけてください。

	男	女	なし
1. 運動不足などの健康面	5人	34人	
2. 今後の収入面に対する不安	5人	18人	
3. 現在の生活に対するストレス	5人	18人	
4. 食生活	2人	6人	
5. マスクや消毒用品の不足	1人	0人	
	18人	76人	6人

質問 2

今の日常生活において、次に困っていることを2つ選んで○をつけてください。

	男	女	全部	なし
1. 運動不足などの健康面	14人	56人		
2. 今後の収入面に対する不安	3人	28人		
3. 現在の生活に対するストレス	4人	28人		
4. 食生活	1人	9人		
5. マスクや消毒用品の不足	3人	4人		
6. その他 ・遠出できない(男) 将来の不安(40代女)				
	25人	125人	1人	6人

質問 3

今の日常生活において、できなくなったことや大変なことを3つ選んで○をつけてください。

	男	女	なし
1. サロンやミニデイサービスに行けなくなった。	2人	28人	
2. 買い物や外出ができなくなった。	2人	15人	
3. 友達や家族などに会えなくなった。	9人	42人	
4. 食生活が大変になった。	2人	12人	
5. マスク着用や消毒の徹底に閉口している。	6人	12人	
6. 体調が悪くなっている。	5人	4人	
7. ストレスがたまっている。	5人	30人	
	31人	143人	3人

\*主人が認知症になり、老老介護の日常です。ストレスたまりますね。

\*もう少し町内会の絆がほしい。

#### 質問4

今の日常生活において、何か工夫していることがありましたら教えてください。

- 感染が心配で外出を控えている。
- 手洗いをまめにしている。
- 大衆の中に行かないようにしている。
- 買い物は生協を利用し、なるべく出かけないようにしている。
  
- 朝起き散歩
- 屋外に出かけるようにしている。少しでも外に出て歩いたりしている。
- 天気のよいときは 車椅子で土手を散歩するようにしている。
- 運動不足 毎日ラジオ体操をしている。生活が規則正しくなった。
- 運動を心がけ、ストレスをできるだけ発散している。  
屋外なのでマスクなしで！
- ながら 運動をしている。①シンクにつかまりながらスクワット  
②TV 見ながら片足立ち
  
- 食欲減 それでも食べるようにしている。
- 物価上昇で年金生活の為、体によいものを選んで食生活に気をつけている。
  
- 気分転換
- 早寝早起き
- 部屋の掃除をし、自然の空気を入れて気持ちのよい日々を暮らしている。
  
- 楽しむ。
- イベントは少ないがこういうイベントをさがして出かける。
- ストレスがたまらないように、みんなでオセロ etc をして夜を楽しんでいる。
- コロナ禍ですが、なるべく笑顔で楽しいことを見つけて暮らしている。
  
- 笑う！！