

令和8年4月

千代田区にお住まいの65歳以上の皆様

千代田区 保健福祉部 在宅支援課
協力 (地独)東京都健康長寿医療センター研究所

千代田区「こころとからだのすこやかチェック」ご返送のお願い

平素より、千代田区介護予防事業にご理解・ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

千代田区では、概ね2年に一度、皆様に健康で自立した生活を送っていただくための生活機能チェック（身の回りのことを行うために必要な心身機能の現状を確認すること）を実施しています。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力の程宜しくお願いいたします。また、昨年度区民の皆様にご協力いただいた調査結果の報告書を同封しておりますので、あわせてご覧ください。

※必ずお読みください※

- 今年度は3月末現在、介護認定を受けていない方で10～3月生まれの方が対象です。
- 「こころとからだのすこやかチェック」へのご回答は任意です。ご協力いただかない場合でも不利益が生じることはありませんが、今後の高齢者施策や認知症基本計画の基礎データとなる大切な調査ですので、皆様のご協力をお願いいたします。
- ご回答いただいた方へは、心身の健康状態についての「個人アドバイス表」を返送いたします。※締切を過ぎた場合、アドバイス表を返送できないことがあります。
- ご記入いただいたチェック票は、下記期限までに同封の返信用封筒（灰色）でご返送ください。（オンライン回答も可能です。詳細は別紙・裏面をご確認ください。）

令和8年5月29日（金）まで

- 今後、秋頃に行われる訪問調査等のご案内を差し上げる場合がございます。

<調査票1ページの同意について>

(1) 同意をいただいた方のみ、回答内容を、東京都健康長寿医療センター研究所の協力により分析を行い、高齢者保健福祉サービス・調査研究の資料に使用するほか、千代田区高齢者福祉計画・第10期千代田区介護保険事業計画と一体的に策定する認知症基本計画の基礎データとして活用させていただきます。資料に使用する際は、個人のお名前と回答内容を切り離して統計的に処理しますので、回答内容が外部にもれたり、個人が特定されることはございません。

(2) 同意をいただいた方のみ、個人のお名前と回答内容を、高齢者見守り・支援事業等に活用するため、高齢者あんしんセンター等の関係機関と共有する場合がございます。

千代田区 保健福祉部 在宅支援課 地域包括ケア推進係 介護予防担当

電話：03-5211-4223 FAX：03-3265-1163

↓オンライン回答も可能です。詳細は別紙・裏面をご確認ください。↓

オンライン（千代田区ポータルサイト）回答方法

千代田区ポータルサイト**未登録**の場合

⇒別紙「千代田区ポータルサイトアカウント登録方法」
（青い紙の裏面）に沿って登録

千代田区ポータルサイト**登録済**の場合

スマートフォンの方

①右のQRコードを読み取る



①

②ページ内容を確認し、画面下部の
「回答する」をタップ

③ログイン画面に到達するので、メールアドレスと
パスワードを入力し、「ログイン」をタップ

④案内に沿って、ご回答ください。
（回答時間は、20分程度です。一時保存して
中断することができます。〈ページ最下部〉）

パソコンの方

①webで「千代田区ポータルサイト」を
検索

②「こころとからだのすこやかチェック」
と検索

⇒上記②へ

