

普段していること、興味のあること

普段していることや興味の確認

あなたが日常的に行っている行為や興味のあることなどを確認しましょう。

記入日 . . .

以下の行為について該当するものに○をつけてください。

1	買い物をする	している・してみたい
2	料理を作る	している・してみたい
3	掃除をする	している・してみたい
4	洗濯物を干す	している・してみたい
5	自分でお風呂に入る	している・してみたい
6	身だしなみを整える	している・してみたい
7	電車・バスでの外出	している・してみたい

趣味や興味のあるものについて該当するものに○をつけてください。

1	読書・生涯学習・歴史	している・してみたい・興味がある
2	俳句	している・してみたい・興味がある
3	書道・習字	している・してみたい・興味がある
4	絵を描く・絵手紙	している・してみたい・興味がある
5	パソコン・ワープロ	している・してみたい・興味がある
6	写真	している・してみたい・興味がある
7	映画・観劇・演奏会に行く	している・してみたい・興味がある
8	お茶・お花	している・してみたい・興味がある
9	歌を歌う・カラオケ	している・してみたい・興味がある
10	音楽を聴く・楽器演奏	している・してみたい・興味がある
11	編み物・針仕事	している・してみたい・興味がある
12	畑仕事	している・してみたい・興味がある
13	家族との団らん・孫の世話	している・してみたい・興味がある

普段していること、興味のあること



趣味や興味のあるものについて該当するものに○をつけてください。		
14	地域の子どもの世話	している・してみたい・興味がある
15	動物の世話	している・してみたい・興味がある
16	デート・異性との交流	している・してみたい・興味がある
17	居酒屋に行く	している・してみたい・興味がある
18	賃金を伴う仕事	している・してみたい・興味がある
19	友達とおしゃべり	している・してみたい・興味がある
20	将棋・囲碁	している・してみたい・興味がある
21	麻雀・花札など	している・してみたい・興味がある
22	散歩・体操・運動など	している・してみたい・興味がある
23	ゴルフ・グランドゴルフ・水泳・テニスなどのスポーツ	している・してみたい・興味がある
24	野球・相撲観戦	している・してみたい・興味がある
25	競馬・競輪・競艇・パチンコ	している・してみたい・興味がある
26	地域活動(町内・老人クラブ)	している・してみたい・興味がある
27	お参り・宗教活動	している・してみたい・興味がある
28	旅行・温泉	している・してみたい・興味がある
29	ボランティア	している・してみたい・興味がある
30	*	している・してみたい・興味がある
31	*	している・してみたい・興味がある

*あてはまるものがない場合は空欄に書き足してお使いください。

例) テレビで情報収集、お金の運用、毎日友人とお茶を飲みに行く、コンサートなど

趣味や興味のあることを活かして活動してみたいことがありましたら、下記にご記入ください。

(例: 歌が好きなので、カラオケ大会に出たい。)

