

# 2015년도 성동구보건소 장애인 신체활동 사업

## 발달 장애인의 건강증진 프로그램 개발을 위한 설문지

안녕하세요? 성동구보건소 장애인 신체활동사업 담당자입니다.

보건소에서는 본 설문을 통해 발달 장애인들의 건강상태와 건강관리 실태를 조사하고 건강증진 프로그램 서비스 요구도를 파악하여 맞춤형 건강증진 프로그램을 개발하고자 합니다.

귀하께서 응해주신 설문내용은 연구에만 활용되며, 본 조사에서 수집된 모든 정보는 비밀이 보장되오니, 평소에 생각하고 느끼신 대로 응답하여 주시면 감사하겠습니다.

소중한 답변 부탁드립니다, 설문 작성중 궁금하신 점에 대해서는 문의하여 주시면 즉시 응답하여 드리겠습니다.

문의전화: 성동구 보건소 건강관리과 이대식 ☎ 02-2286-7195

※ 이 설문은 장애인 당사자가 응답하는 것을 원칙으로 합니다.  
 만일 가족이나 보호자가 대신하여 응답할 때, 장애인 당사자의 입장에서  
 해당하는 번호에 ✓표를 하시거나 적어주시면 감사하겠습니다.

설문 작성자	① 본인(당사자)	② 가족	③ 보호자	④ 기타( )
--------	-----------	------	-------	---------

## 1. 인구사회학적 특성 및 일반적 특성

구분	내용	세부사항	응답
인구 사 회 학 적 특 성 및 일 반 특 성	성별	① 남자 ② 여자	
	연령	만 ( )세	
	결혼상태	① 미혼 ② 기혼	
	발달장애유형 및 등급	① 지적 ② 자폐 장애등급( )	
	보장구분(현재기준)	① 일반 ② 기초생활수급자 ③ 차상위계층 ④ 국가 유공자 ⑤ 기타( )	
	누구와 함께 살고 계십니까? (해당 번호를 모두 표시해 주세요)	① 혼자산다 ② 부부 ③ 부부+자녀 ④ 조부모+부모+자녀 ⑤ 편부모+자녀 ⑥ 편조부모+자녀 ⑦ 기타( )	
	가구의 한달 평균 수입(정부지원 수당 포함)은 얼마입니까?	① 30만원 이하 ② 31~60만원 이하 ③ 61~90만원 이하 ④ 91~120만원 이하 ⑤ 121~150만원 이하 ⑥ 151만원~180만원 이하 ⑦ 181~210만원 이하 ⑧ 211만원 이상	
	가족 중 돈을 버는 사람이 누구입니까? (두개이상 가능)	① 본인 ② 아버지 ③ 어머니 ④ 형제·자매 ⑤ 기타( )	
	귀 가구의 한달 평균 지출은 얼마입니까?	① 30만원 이하 ② 31~60만원 이하 ③ 61~90만원 이하 ④ 91~120만원 이하 ⑤ 121~150만원 이하 ⑥ 151만원~180만원 이하 ⑦ 181~210만원 이하 ⑧ 211만원 이상	
	가족과 관계는 어떻습니까?	① 매우 나쁘다 ② 조금 나쁘다 ③ 조금 좋다 ④ 매우 좋다	
	나쁘다면 누구와 관계가 안좋습니까? (두개 이상 표시 가능)	① 배우자 ② 아버지 ③ 어머니 ④ 형 ⑤ 누나 ⑥ 남동생 ⑦ 여동생 ⑧ 기타( )	
	좋다면 누구와 관계가 좋습니까? (두개 이상 표시 가능)	① 배우자 ② 아버지 ③ 어머니 ④ 형 ⑤ 누나 ⑥ 남동생 ⑦ 여동생 ⑧ 기타( )	

## 2. 일상생활수행 및 사회활동

일상생활수행	일상생활도움여부	① 예 ② 아니오				응답	
	도움 인력 유형	① 가족, 친척 ② 친구, 이웃 ③ 피고용인(활동보조인, 간병인) ④ 기타( )					
	일상생활수행능력	해당란에 ✓ 해주세요	1	2	3	4	
			혼자 못해요	도움이 많이 필요해요	도움이 조금 필요해요	혼자 잘해요	
		① 개인위생					
		② 목욕하기					
		③ 식사하기					
		④ 화장실이동·사용					
		⑤ 계단 오르기					
		⑥ 옷 입기					
		⑦ 대변 조절					
⑧ 소변 조절							
⑨ 의자/침대이동							
⑩ 걸기 등 이동							
사회활동	최근 1년간 외출 빈도	① 1달에 1~2회 ② 주 1~2회 ③ 주 3~4회 ④ 매일					
	외출목적	① 재활치료(병원, 보건소등) ② 운동, 산책 ③ 문화, 여가활동(문화센터, 복지관 등) ④ 가사(장보기, 은행 업무 등) ⑤ 기타( )					
	외출 시 불편정도	① 매우 불편하다 ② 약간 불편하다 ③ 보통이다 ④ 불편하지 않은 편이다 ⑤ 전혀 불편하지 않다					
	외출 시 동행인 필요여부	① 예 ② 아니오					
	외출 시 동행인 유형	① 가족, 친척 ② 친구, 이웃 ③ 피고용인 (활동보조인, 간병인) ④ 기타( )					
	외출 시 가장 불편한 점	① 신변처리(대변, 소변 등) ② 동행인필요 ③ 주변사람들의 시선 ④ 교통수단 ⑤ 기타( )					
	주 교통편	① 자가용 ② 일반택시 ③ 장애인 콜택시 ④ 일반버스 ⑤ 복지관버스 ⑥ 지하철 ⑦ 기타( )					
	교통수단 이용 시 어려움 정도	① 매우 어렵다 ② 어려운 편이다 ③ 보통이다 ④ 어려움이 없는 편이다 ⑤ 전혀 어려움이 없다					

### 3. 건강상태 및 건강관리행태

구분	내용	세부사항	응답	
건강상태	주관적 건강상태	① 전혀 건강하지 않다 ② 건강하지 않다 ③ 보통이다 ④ 건강하다 ⑤ 매우 건강하다		
	건강문제 (두개 이상 표시 가능)	① 고혈압 ② 고지혈증 ③ 당뇨병 ④ 심뇌혈관 질환 ⑤ 부정맥, 심근경색 ⑥ 암 ⑦ 우울증 ⑧ 관절염 ⑨ 비만 ⑩ 기타( )		
	정신 건강상태	① 불안 ② 우울 ③ 분노 ④ 감정의 변화 없음 ⑤ 기타( )		
건강관리행태	건강증진 프로그램 참여여부	① 예 ② 아니오		
	음주	음주여부	① 예 ② 아니오 → 흡연으로 이동	
		평균 음주일	술을 얼마나 자주 마십니까? ① 한 달에 1번 미만 ② 한 달에 1번 정도 ③ 한 달에 2~4번 정도 ④ 일주일에 2~3번 정도 ⑤ 일주일에 4번 이상	
		고위험 음주율	한번에 술을 얼마나 마십니까?(소주, 양주 구분 없이 각각의 술잔으로 계산합니다. 단, 캔 맥주1개(355cc)는 맥주1.6잔과 같습니다) ① 1~2잔 ② 3~4잔 ③ 5~6잔 ④ 7~9잔 ⑤ 10잔 이상	
	흡연	흡연여부	① 현재도 피우고 있다 ② 이전에 피웠으나 끊었다 ③ 전혀 피운 적이 없다	
		현재도 피우고 있는 경우	시작연령: 만( )세 평균 하루 흡연량: 만( )개비	
		최근 1년동안 담배를 끊고자 하루(24시간) 이상 금연한 적이 있습니까? ① 최근 1년간 금연한 적이 있다 ② 과거에는 있었지만, 최근 1년간 없다 ③ 금연한 적이 없다		
	영양행태	식사횟수	① 불규칙하다 ② 1회 ③ 2회 ④ 3회	
		식사를 거르는 이유	① 입맛이 없어서 ② 귀찮아서 ③ 소화의 어려움 ④ 식사준비의 어려움 ⑤ 습관적으로 ⑥ 몸이 아파서 ⑦ 혼자 먹기 싫어서 ⑧ 체중감량 ⑨ 절약하기 위해 ⑩ 기타( )	
		아침식사 섭취	① 먹지 않는다 ② 가끔 거른다 ③ 꼬박꼬박 먹는다	
일정시간에 식사		① 거의 매일 불규칙적(주 0~2일) ② 가끔 불규칙적(주 3~5일) ③ 일정한 시간에 먹는다(주 6~7일)		

	<p><b>식사속도</b></p> <p>① 느린 편(20분 초과) ② 보통(10~20분) ③ 빠른 편(10분 미만)</p>	
	<p><b>과식 횟수</b></p> <p>① 자주 있다 ② 가끔 있다 ③ 거의 없다</p>	
	<p><b>영양정보 인지율</b></p> <p>5대 영양소 (탄수화물, 지방, 단백질, 무기질, 비타민) 가 무엇인지 알고 있습니까? ① 예 ② 아니요 알고 있다면 구별이 가능합니까? ① 예 ② 아니요</p>	
정신건강	<p><b>스트레스 인지율</b></p> <p>평소 일상생활 중에 스트레스를 어느 정도 느끼고 있습니까? ① 대단히 많이 느낀다. ② 많이 느끼는 편이다. ③ 조금 느끼는 편이다. ④ 거의 느끼지 않는다.</p>	
	<p><b>우울감 경험률</b></p> <p>최근 1년 동안 연속적으로 2주 이상 일상생활에 지장이 있을 정도로 슬프거나 절망감 등을 느낀 적이 있습니까? ① 예 ② 아니요</p>	
신체활동	<p>일상적인 이동이나 활동 동작 이외에 건강을 위하여 별도로 시간을 내어 운동하고 있습니까? ① 예 ② 아니요</p> <p>운동을 하지 않은 이유는 무엇입니까? (해당 이유에 모두 표시해주십시오) ① 가까운 곳에(발달장애인이) 운동할 곳이 없어서 ② 도와 줄 사람이 없어서 ③ 귀찮고 게을러서 ④ 어떻게 해야 할지 몰라서 ⑤ 시간이 없어서/바빠서 ⑥ 몸에 안 좋을 것 같아서 ⑦ 필요성을 못 느껴서 ⑧ 기타( )</p>	
	<p>최근 1주일 동안 평소보다 몸이 조금 힘들거나 숨이 약간 가쁜 신체활동 (예: 수영, 탁구 등)을 10분 이상 한날은 며칠입니까? ① 없음 ② 1일 ③ 2일 ④ 3일 ⑤ 4일 ⑥ 5일 ⑦ 6일 ⑧ 7일(매일)</p> <p>이러한 신체활동을 한날, 보통 하루에 몇 분간 했습니까? 하루에( )시간( )분</p>	
	<p>최근 1주일 동안 한 번에 적어도 10분 이상 걸었던 날은 며칠입니까? (출퇴근 또는 등하교, 이동 및 운동을 위해 걷는 것을 모두 포함하여 대답해 주십시오) ( )일</p> <p>이러한 날 중 하루 동안 걷는 시간은 보통 얼마나 됩니까? 하루에( )시간 ( )분</p>	



당뇨병을 의사로부터 진단 받은 적이 있습니까? ① 예                    ② 아니오  혈당을 관리하기 위해 치료를 받고 있습니까? ① 예                    ② 아니오	
우울증을 의사로부터 진단 받은 적이 있습니까? ① 예                    ② 아니오  현재 치료를 받고 있습니까? ① 예                    ② 아니오	

#### 4. 건강관리서비스

접근성	건강관리서비스 참여경험	① 예 ② 아니오					
	건강관리서비스 혜택 장소	① 보건소 ② 복지관 ③ 구청 및 동사무소 ④ 병원 ⑤ 장애인협회 및 단체 ⑥ 학교 ⑦ 기타(                    )					
	건강관리 정보를 어디에서 주로 얻습니까?	① 보건소 ② 복지관 ③ 의료기관 ④ TV등 대중매체 ⑤ 인터넷 ⑥ 주변사람 ⑦ 정보를 얻을 수 없음 ⑧ 기타(                    )					
요구도	건강수준 향상을 위하여 강화해야하는 서비스는?	① 건강생활실천(금연, 절주, 영양, 운동)관련 프로그램 제공 서비스 ② 예방접종, 건강검진 제공 서비스 ③ 체력측정, 체성분검사 제공 서비스 ④ 건강과 관련된 정보 제공 서비스 ⑤ 기타(                    )					
	건강관리 프로그램	해당란에 ✓ 해주세요	1	2	3	4	5
			매우 중요하다	중요하다	보통이다	중요하지 않다	전혀 중요하지 않다
		체중관리 프로그램					
		신체활동 프로그램					
		식습관 개선 프로그램					
		금연 프로그램					
		절주 프로그램					
일상생활수행능력 향상 프로그램							

	해당란에 ✓ 해주세요	1	2	3	4	5
		매우 중요하다	중요하다	보통이다	중요하지 않다	전혀 중요하지 않다
중 요 성	만성질환관리 프로그램					
	스트레스관리 프로그램					
	우울증관리 프로그램					
	건강정보 제공 서비스					
건강관리 프로그램 서비스 참여 목적	① 재활치료 ② 건강증진 ③ 여가 활동 ④ 스트레스 해소 ⑤ 사고 및 사회적 참여 ⑥ 기타( )					
건강관리 프로그램 서비스 참여 장소	① 보건소 ② 복지관 ③ 구청 및 동사무소 ④ 병원 ⑤ 장애인협회 및 단체 ⑥ 학교 ⑦ 기타( )					
건강관리 프로그램 서비스 참여 방법	① 개인상담 ② 관심분야가 같은 사람들과 소집단 모임 ③ 단체강의 ④ 교육 동영상 및 교육자료 제공 ⑤ 인터넷 ⑥ 기타( )					
건강관리 프로그램 서비스 회당 적합 시간	① 30분 미만 ② 30분~1시간 ③ 1~2시간 ④ 2~3시간 ⑤ 기타( )					
건강관리 프로그램 서비스 희망사항	① 교통비 또는 이동수단이 지원되었으면 좋겠다. ② 과정을 구체적으로 안내해주면 좋겠다. ③ 전문적인 강사가 강의하면 좋겠다. ④ 집에서 혼자 할 수 있는 프로그램이나 교재가 있었으면 좋겠다. ⑤ 프로그램이나 서비스가 지속적으로 제공되었으면 좋겠다. ⑥ 정확한 정보가 제공되었으면 좋겠다. ⑦ 기타( )					

※ 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.