

衛生福利部國民健康署
「銀髮健身俱樂部」服務滿意度調查問卷

敬愛的先生/女士您好：

衛生福利部國民健康署考量長者身體活動能力之提升對於活躍老化及延緩失能失智的發生尤屬重要，為了增加長者身體活動的可近性，有機會認識養成健身習慣，特別在各縣市補助「銀髮健身俱樂部」，知道您有參加銀髮健身俱樂部的運動課程，因此想瞭解您對於「銀髮健身俱樂部」之看法與滿意度，期望藉由您寶貴的經驗，可以設計更優質的俱樂部，讓更多民眾受惠。此份問卷為不記名問卷，所蒐集之資料係以整體方式處理，不會進行個別分析，請放心詳實作答。

衷心感謝您的協助，並敬祝您 身體健康！

社團法人台灣長期照護專業學會 敬上

一、基本資料

1. 性別： (1)男 (2)女
2. 出生年月日：民國 ____ 年 ____ 月 ____ 日
3. 教育程度： (1)不識字 (2)小學肄/畢 (3)初中/國中肄/畢
 (4)高中職肄/畢 (5)大專或大學肄/畢 (6)研究所以上
4. 目前職業： (1)學生 (2)家庭主婦 (3)工 (4)商
 (5)軍公教 (6)自由業 (7)退休
5. 您目前參與俱樂部的狀況？(可複選)：
 (1)直接參加銀髮健身俱樂部課程
 (2)俱樂部邀請C據點來上課
 (3)僅使用器材
6. 到達俱樂部使用之交通工具為：
 (1)步行 (2)騎腳踏車 (3)騎摩托車 (4)駕駛汽車
 (5)搭乘大眾運輸工具 (6)親朋好友接送 (7)據點專人接送
7. 您每週參與的活動次數：
 (1)1次 (2)2-3次 (3)4-5次 (4)6次以上
8. 您每次參與的活動時數：
 (1)1小時(含)以下 (2)1.5小時 (3)2小時 (4)3小時(含)以上

二、請問您參加銀髮健身俱樂部滿意程度：

題項	非常 同意 (5)	同意 (4)	普通 (3)	不同意 (2)	非常 不同意 (1)
1. 我覺得來活動後精神變比較好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我覺得來活動後心情變比較好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我覺得來活動後走路變比較快。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 我覺得來活動後走路變比較穩。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 我覺得來活動後手腳都更有力氣了。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 我覺得來活動後變得比較不會害怕跌倒了。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我覺得來活動後交友圈變廣	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 我對銀髮健身俱樂部的評分：_____分（滿分為 100 分）					

三、請問您對銀髮健身俱樂部使用後的想法，有何肯定、期許或建議？

1. 您覺得對您身體最有幫助的設施或器材：

2. 目前開放時段，您是否覺得足夠？希望如何調整：

四、請問您對政府支持銀髮健身俱樂部的建議。
