

The SET Japanese version.

Social contact self-efficacy scale for ‘third agers’ in Japan (SET), Japanese version

サードエイジャーのソーシャルコンタクト自己効力感尺度 (SET), 日本語版

以下の項目について、あなたの現在のお考えに最も近い数字 1 つに○をつけてください。

No. 領域／項目	全く 自信がない	あまり 自信が ない	やや 自信が ある	大変 自信が ある
<i>社会的活動範囲</i>				
1 私は、閉じこもりがちにならないように できるだけ外に出かけることができる	0	1	2	3
2 私は、住み慣れた地域にほっとする場所 を見つけることができる	0	1	2	3
3 私は、ちょっとした楽しみを日々の生活 の場に見つけることができる	0	1	2	3
4 私は、自分の健康に役立つ施設や公共 サービスを利用することができる	0	1	2	3
<i>社会的支援関係</i>				
5 私は、健康に関することをかかりつけ医 もしくは専門家に気軽に相談できる	0	1	2	3
6 私は、自分の体調のちょっとした変化に も気付くことができる	0	1	2	3
7 私は、いざというときには、家族や周囲 の人と支えあうことができる	0	1	2	3
8 私は、街中で困っている人を見かけたら 一声かけることができる	0	1	2	3
No.1-8 合計				点

Oki M, Tadaka E. (2021) : Development of a social contact self-efficacy scale for ‘third agers’ in Japan,

PLoS ONE, doi: 10.1371/journal.pone.0253652. [S2 Appendix]