

(1) 您与家人、亲戚交流的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周两三次 3. 每周一次 4. 每月一次或更少

(2) 您与家人、亲戚以外的人交流的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周两三次 3. 每周一次 4. 每月一次或更少

(3) 您拜访他人或接待亲友来访的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周一次 3. 每月一次 4. 每三个月一次或更少

(4) 您参与社区活动（如居委会、社区中心活动）的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周一次 3. 每月一次 4. 每三个月一次或更少

(5) 您看电视的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周两三次 3. 每周一次 4. 几乎不看

(6) 您阅读报纸的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周两三次 3. 每周一次 4. 几乎不读

(7) 您阅读书籍或杂志的频率如何？

1. 几乎每天 2. 每周两三次 3. 每周一次 4. 几乎不读

(8) 您是否有固定的日常事务（如工作、家务等）？

1. 一直有 2. 偶尔有 3. 很少有 4. 完全没有

(9) 当您遇到困难时，是否有人可以倾诉或帮忙？

1. 一直有 2. 偶尔有 3. 很少有 4. 几乎没有

(10) 紧急情况下是否有人能提供帮助?

1. 一直有
2. 偶尔有
3. 很少有
4. 几乎没有

(11) 您与邻居的交往程度如何?

1. 经常互相帮忙
2. 偶尔闲聊
3. 仅打招呼
4. 几乎不往来

(12) 您是否有兴趣爱好并经常参与?

1. 非常热衷
2. 比较喜欢
3. 不太参与
4. 几乎没有兴趣

(13) 您是否经常使用互联网、智能手机等工具?

1. 非常频繁
2. 比较常用
3. 偶尔使用
4. 几乎不用

(14) 您是否注重健康管理?

1. 非常注重
2. 比较注重
3. 不太注重
4. 完全不注重

(15) 您的生活作息是否规律?

1. 非常规律
2. 比较规律
3. 不太规律
4. 非常不规律

(16) 您是否会主动调整生活方式以适应变化?

1. 经常调整
2. 偶尔调整
3. 很少调整
4. 从不调整

(17) 您处理事务时是否积极主动?

1. 非常积极
2. 比较积极
3. 不太积极
4. 完全不积极

(18) 您认为自己能为社会做出贡献吗?

1. 非常认同
2. 比较认同
3. 不太认同
4. 完全不认同

调整说明：

1. 替换日本特有词汇（如“公民馆”改为“社区中心”），贴近中国社区场景。
2. 频率选项调整为更口语化表达（如“每周两次左右”改为“每周两三次”）。
3. 修正逻辑问题（如第 15 题选项 4 改为“非常不规律”）。
4. 优化问题表述（如“享受兴趣爱好”改为“是否有兴趣爱好并参与”），更符合中文习惯。
5. 统一使用“注重健康管理”“生活作息”等中国常用表达。

***Translated by: Wang Menxuan, Zhao Ruifeng, Li Shuanghong, Haotian Gao,
and Huang Ying***