

# FINRISKI 2007

## KANSALLINEN TERVEYSTUTKIMUS

### TOIMINTAKYKYTUTKIMUS

Tämän osatutkimuksen tavoitteena on kartoittaa terveyteen vaikuttavia tekijöitä. Kysymykset koskevat elinympäristöä, toimintakykyä, työtä ja vapaa-ajan toimintaa.

### OHJEET VASTAAJALLE

Kysymyksiin vastataan ympyröimällä sopivan vaihtoehdon kohdalla oleva numero tai kirjoittamalla kysytty tieto sitä varten varattuun tilaan. Lukekaa kysymykset huolellisesti ennen vastaamista.

Pyydämme vastaamaan kaikkiin kysymyksiin - myös kieltävä vastaus on merkittävä näkyviin joko ympyröimällä vaihtoehto "ei" tai merkitsemällä "0" vastaukselle varattuun tilaan.

ESIMERKKI 1: Onko Teillä tällä hetkellä koti- tai lemmikkieläimiä?

	Ei	Kyllä
Koira tai koiria	0	1
Kissa tai kissoja	0	1
Jokin muu lemmikkieläin tai -eläimiä	0	1
Lehmiä, hevosia, kanoja tai muita koti- tai tuotantoeläimiä	0	1

ESIMERKKI2: Kuinka monta kertaa keskimäärin työpäivän aikana nostatte, kannatte tai siirrätte käsin alla mainitun painoisia taakkoja?

Jos ette joudu käsittelemään mainitun painoisia taakkoja, merkitkää 0.

6 – 15 kg  kertaa

16 – 25 kg  kertaa

yli 25 kg  kertaa

Jos kysymyksessä on merkintä: "Siirtykää kysymykseen nro..", niin siirtykää suoraan tähän kysymykseen ja jättäkää väliin jäävät kysymykset vastaamatta.

Lomakkeessa olevia pienellä ja vaalean harmaalla painettuja numeroita (1, 2, 3...) ei tarvitse huomioida, ne ovat pelkästään tutkimuskäyttöön.

Palauttakaa lomake Kansanterveyslaitokselle saamassanne vastauskuoressa

## ELINYMPÄRISTÖ, TOIMINTAKYKY, TYÖ JA VAPAA-AIKA

TOIMENPIDE

K 0 0 1 7

tu+pvm

Päivämäärä (PP KK)     2007

## ASUNNON JA LÄHIYMPÄRISTÖN OMINAISUUDET

## 1. Asutteko

TOKY2

TOKY1

- 1 kerrostalossa, mikä kerros?    (katutaso = 1. krs)
- 2 rivi- tai paritalossa?
- 3 omakotitalossa?
- 4 muualla, missä? \_\_\_\_\_

## 2. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten asuntonne lähiympäristöä?

- 1 kerrostaloalue
- 2 pientaloalue
- 3 haja-asutusalue, maaseutu

TOKY3

## 3. Esiintyykö asunnossanne tai asuintalossanne seuraavia tekijöitä, ja missä määrin ne haittaavat asumistanne?

		Ei esiinny	Esiintyy, mutta ei haittaa	Haittaa jonkin verran	Haittaa melko paljon	Haittaa hyvin paljon
Asunnon ahtaus	TOKY4	0	1	2	3	4
Hissittömyys	TOKY5	6	0	1	2	3
Hankalat portaat	TOKY6	7	0	1	2	3
Korkeat kynnykset	TOKY7	8	0	1	2	3
Ahtaat oviaukot	TOKY8	9	0	1	2	3
Kylmyys tai veto	TOKY9	10	0	1	2	3
Kuumuus	TOKY10	11	0	1	2	3
Huono ilmanvaihto, tunkkainen ilma	TOKY11	12	0	1	2	3
Homeen haju	TOKY12	13	0	1	2	3
Kosteusvaurio	TOKY13	14	0	1	2	3
Puutteelliset peseytymismahdollisuudet	TOKY14	15	0	1	2	3
Muista asunnoista tuleva melu	TOKY15	16	0	1	2	3
Ulkoa tuleva melu	TOKY16	17	0	1	2	3
Muista asunnoista tuleva haju	TOKY17	18	0	1	2	3
Ulkoa tuleva haju	TOKY18	19	0	1	2	3
Huono valaistus sisällä	TOKY19	20	0	1	2	3
Huono valaistus pihapiirissä	TOKY20	21	0	1	2	3
Muu, mikä?	TOKY21	22	0	1	2	3

4. Esiintyykö asuntonne lähiympäristössä seuraavia tekijöitä ja missä määrin ne haittaavat asumistanne?

	Ei esiinny	Esiintyy, mutta ei haittaa	Haittaa jonkin verran	Haittaa melko paljon	Haittaa hyvin paljon
Vaaralliset risteykset ja/tai kulkuväylät	TOKY22 0	1	2	3	4
Jalankulkuväylien huono kunnossapito	TOKY23 0	1	2	3	4
Kulkuväylien huono valaistus	TOKY24 0	1	2	3	4
Ilkivalta, rikollisuus tai sen uhka	TOKY25 0	1	2	3	4
Liikenteen, teollisuuden ym. aiheuttama melu	TOKY26 0	1	2	3	4
Liikenteen, teollisuuden ym. aiheuttama haju	TOKY27 0	1	2	3	4
Liikenteen, teollisuuden ym. aiheuttamat muut ympäristöhaitat (esim. pöly)	TOKY28 0	1	2	3	4
Pitkät etäisyydet palveluihin (esim. kaupat)	TOKY29 0	1	2	3	4
Huonot julkiset liikenneyhteydet	TOKY30 0	1	2	3	4
Roskaisuus	TOKY31 0	1	2	3	4
Rakennusten huono kunto	TOKY32 0	1	2	3	4
Petoeläinten aiheuttama uhka	TOKY33 0	1	2	3	4
Muu, mikä? TOKY34	0	1	2	3	4

5. Milloin asuintalonne on rakennettu?

vuonna 

--	--	--	--

 TOKY35

36 39

9. Pidättekö talvikuukausina yleensä ikkunan auki nukkuessanne?

0 en TOKY39  
1 kyllä

6. Millainen ilmanvaihtojärjestelmä asunnossanne on?

- 40
- 1 luonnollinen (painovoimainen)
  - 2 osittain tai täysin koneellinen
  - 3 en tiedä

TOKY36

10. Onko asunnossanne käytössä oleva kaasuliesi tai -uuni?

44 0 ei TOKY40  
1 kyllä

7. Mihin suuntaan asuntonne ikkunat osoittavat?

- 41
- 1 kadun / tien puolelle
  - 2 pihan puolelle
  - 3 molemmille puolille (läpi talon)

TOKY37

11. Käytättekö talvisaikaan asuntonne lämmittämiseen puu-uunia tai -takkaa?

45 0 en TOKY41  
1 kyllä, joskus  
2 kyllä, säännöllisesti

8. Pidättekö kesäkuukausina yleensä ikkunan auki nukkuessanne?

- 42 0 en  
1 kyllä

TOKY38

## LIKKUMINEN

12. Pystytkö kävelemään 500 metrin matkan tasamaalla ilman kävelykeppiä tai muuta kävelyn apuvälinettä tai toisen henkilön apua?

- TOKY42
- 46
- 1 pystyn siihen vaikeuksitta
  - 2 pystyn siihen, mutta vaikeuksia on jonkin verran
  - 3 pystyn siihen, mutta se on minulle erittäin vaikeaa
  - 4 en pysty siihen lainkaan

13. Pystytkö kävelemään portaita ylös ja alas yhden kerrosvälin ilman keppiä tai muuta kävelyn apuvälinettä tai toisen henkilön apua tai käyttämättä kaidetta?

- TOKY43
- 47
- 1 pystyn siihen vaikeuksitta
  - 2 pystyn siihen, mutta vaikeuksia on jonkin verran
  - 3 pystyn siihen, mutta se on minulle erittäin vaikeaa
  - 4 en pysty siihen lainkaan

14. Onko Teillä voimassaoleva ajokortti?

- 48
- 0 ei, siirtykää kysymykseen 17
- 1 kyllä
- TOKY44

15. Kuinka usein itse ajatte autoa?

- 49
- 0 en koskaan
- 1 harvemmin kuin viikoittain
- 2 kerran tai pari viikossa
- 3 päivittäin tai lähes päivittäin
- TOKY45

16. Kuinka monta kilometriä keskimäärin vuodessa ajatte autoa?

- 50
- 1 alle 5 000 km
- 2 5 000 – 10 000 km
- 3 10 000 – 20 000 km
- 4 yli 20 000 km
- TOKY46

## TYÖELÄMÄ

Tässä osassa tarkastellaan sellaisia työn, työpaikan tai työyhteisön ominaisuuksia, joiden arvellaan olevan yhteydessä ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen. Vastatkaa pääasiallisen työpaikkaanne/työyhteisönne mukaan. Mikäli ette tällä hetkellä ole työssä, arvioikaa viimeisintä työtänne/työyhteisöänne/työpaikkaanne. Ympyröikää vastausvaihtoehdo, joka kuvaa parhaiten nykyistä mielipidettä omasta työpaikastanne.

17. Johtaminen ja esimiehenne toiminta	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Päätökset tehdään oikean tiedon perusteella	TOKY47 5	4	3	2	1
Epäonnistuneet päätökset voidaan purkaa tai niitä voidaan muuttaa	TOKY48 5	4	3	2	1
Kaikki asianosaiset ovat edustettuina päätöksiä tehtäessä	TOKY49 5	4	3	2	1
Tehdyt päätökset ovat olleet johdonmukaisia (sääntöt ovat kaikille samat)	TOKY50 5	4	3	2	1
Kaikilla on oikeus sanoa mielipiteensä itseään koskeissa asioissa	TOKY51 5	4	3	2	1
Päätösten vaikutuksia seurataan ja niistä tiedotetaan	TOKY52 5	4	3	2	1
Päätösten perusteista saa halutessaan lisätietoa	TOKY53 5	4	3	2	1
Esimieheni kuuntelee alaistensa mielipiteitä tärkeissä asioissa	TOKY54 5	4	3	2	1
Esimieheni henkilökohtaiset mieltymykset eivät vaikuta häiritsevästi hänen päätöksiinsä	TOKY55 5	4	3	2	1
Esimieheni tiedottaa riittävän ajoissa tehdyistä päätöksistä ja niiden vaikutuksista	TOKY56 5	4	3	2	1
Esimieheni kohtelee alaisiaan ystävällisesti ja huomaavaisesti	TOKY57 5	4	3	2	1
Esimieheni kunnioittaa työntekijän oikeuksia	TOKY58 5	4	3	2	1
Esimieheni voi luottaa	TOKY59 5	4	3	2	1

18. Kuinka tyytyväinen olette seuraaviin asioihin?

		Erittäin tyytyväinen			Siltä väliltä			Erittäin tyytymätön	
Työsuhteen jatkuvuuteen	TOKY60	7	6	5	4	3	2	1	
Tulevaisuuden turvallisuuteen tässä työpaikassa	TOKY61	7	6	5	4	3	2	1	
Palkkaan	TOKY62 <sup>66</sup>	7	6	5	4	3	2	1	
Työsuhte-etuihin	TOKY63 <sup>67</sup>	7	6	5	4	3	2	1	
Palkan oikeudenmukaisuuteen tälle työpaikalle antamaani työpanokseen verrattuna	TOKY64	7	6	5	4	3	2	1	

19. Työ ja sen ulkopuolinen elämä

Toisinaan työn ja muun elämän yhteensovittaminen saattaa olla hankalaa. Lukekaa alla olevat kysymykset ja arvioikaa, kuinka usein kuvattu asia pitää paikkansa Teidän kohdallanne.

	Ei koskaan	Harvoin	Joskus	Usein	Hyvin usein
Kuinka usein työnne tai uranne häiritsee tehtäviänne kotona, kuten esim. ruoanlaittoa, kaupassa käyntiä, lastenhoitoa, pihatöitä tai kodin korjaustöitä?	1	2	3	4	5
Kuinka usein työnne tai uranne vie Teiltä aikaa, jonka haluaisitte viettää perheenne / läheistenne kanssa?	1	2	3	4	5
Kuinka usein tunnette olevanne ylikuormittunut tai ylityöllistetty työnne vuoksi?	1	2	3	4	5
Kuinka usein kotiasianne häiritsevät tehtäviänne työssä, esim. töihin ehtimistä ajoissa, päivittäisten tehtävien suorittamista tai ylitöiden tekemistä?	1	2	3	4	5
Kuinka usein kotiasianne vievät Teiltä aikaa, jonka haluaisitte käyttää työhön tai uraan liittyvissä toiminnaissa	1	2	3	4	5
Kuinka usein tunnette olevanne ylikuormittunut tai ylityöllistetty perhe- tai kotiasioiden vuoksi?	1	2	3	4	5

## TYÖN FYYSSINEN KUORMITTAUVUUS

Seuraavissa kysymyksissä kysytään työasentojen ja työliikkeiden aiheuttaman kuormituksen määrää. Ajatelkaa keskimääräistä tavallista työpäivää tai työvuoroanne. Mikäli ette tällä hetkellä ole työssä, arvioikaa viimeisintä työtänne.

20. Kuinka monta kertaa keskimäärin työpäivän aikana nostatte, kannatte tai siirätte käsin alla mainitun painoisia taakkoja?  
Jos ette joudu käsittelemään mainitun painoisia taakkoja, merkitkää 0.

75 6 – 15 kg     kertaa TOKY71

78 16 – 25 kg     kertaa TOKY72

81 yli 25 kg     kertaa TOKY73

21. Kuinka monta tuntia keskimäärin työpäivän aikana työskentelette selkä etukumarassa (seisten tai polvillaan)?

TOKY74

- 84 1 alle ½ tuntia  
2 ½ – 1 tuntia  
3 1 – 2 tuntia  
4 yli 2 tuntia



22. Kuinka paljon tavallisen työpäivän aikana teette selän kiertoilikkeitä?

TOKY75

- 85 0 en lainkaan  
1 vähän  
2 kohtalaisesti  
3 paljon

23. Kuinka monta tuntia keskimäärin työpäivän aikana työskentelette niska etukumarassa?

TOKY76

- 86 1 alle 2 tuntia  
2 2 – 4 tuntia  
3 yli 4 tuntia



24. Kuinka monta tuntia keskimäärin työpäivän aikana työskentelette niska kiertyneenä?

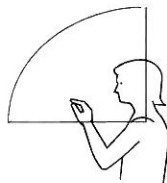
TOKY77

- 87 1 alle ½ tuntia  
2 ½ – 1 tuntia  
3 yli 1 tunnin

25. Kuinka monta tuntia keskimäärin työpäivän aikana työskentelette käsi hartiatason yläpuolella (työn kohde kuvassa tummennetulla alueella)?

TOKY78

- 88 1 alle ½ tuntia  
2 ½ – 1 tuntia  
3 1 – 2 tuntia  
4 yli 2 tuntia



26. Kuinka monta tuntia keskimäärin työpäivän aikana työskentelette siten, että työ sisältää ranteiden tai sormien toistuvia liikkeitä (esim. näppäilytyö, ruuvaaminen)?

- 89 1 en lainkaan  
2 alle 2 tuntia  
3 2 – 4 tuntia  
4 yli 4 tuntia

TOKY79

27. Kuinka monta tuntia keskimäärin työpäivän aikana työskentelette istuen?

- 90 1 alle 2 tuntia  
2 2 – 4 tuntia  
3 yli 4 tuntia

TOKY80

28. Kuinka monta tuntia keskimäärin päivässä työskentelette polvillaan tai kyykyssä?

- 91 0 en lainkaan  
1 alle ½ tuntia  
2 ½ – 1 tuntia  
3 yli 1 tunnin

TOKY81

29. Kuinka monta kilometriä keskimäärin arvioitte kävelevänne tavallisen työpäivän aikana?

- 92 1 alle 1 km  
2 1 – 5 km  
3 yli 5 km

TOKY82

30. Miten useimmiten kuljette kotoa töihin ja takaisin? Kuinka monta minuuttia edestakaisesta matkastanne kuluu

TOKY83

kävellen? 93     minuuttia päivässä

TOKY84

polkupyörällä? 94     minuuttia päivässä

TOKY85

autolla? 95     minuuttia päivässä

TOKY86

bussilla? 100     minuuttia päivässä

TOKY87

raitiovaunulla tai junalla? 105     minuuttia päivässä

31. Kuinka monta minuuttia edestakainen työmatkanne yleensä kestää yhteensä?

108     minuuttia

TOKY88

32. Mikä on nykyisen työpaikkanne osoite? Jos ette tällä hetkellä ole työssä, siirtykää kysymykseen 33.  
Työpaikkanne tarkka osoite tarvitaan ulkoilman saastepitoisuuden selvittämiseksi työpaikkanne läheisyydessä.

Katuosoite: TOKY 89 (111-153)

Talon numero: TOKY 90 154 157 Postinumero ja -toimipaikka: TOKY 91 158 162

## TYÖN FYSIKAALISET HAITAT

33. Esiintyykö / esiintyykö työssänne seuraavia tekijöitä ja missä määrin ne haittaavat / haittasivat Teitä?

			Ei esiinny	Esiintyy, mutta ei haittaa	Haittaa jonkin verran	Haittaa melko paljon	Haittaa hyvin paljon
Melu	TOKY 92	163	0	1	2	3	4
Pöly	TOKY 93	164	0	1	2	3	4
Tärinä	TOKY 94	165	0	1	2	3	4
Kemikaalit	TOKY 95	166	0	1	2	3	4
Kaasut	TOKY 96	167	0	1	2	3	4
Tupakansavu	TOKY 97	168	0	1	2	3	4
Kylmyys	TOKY 98	169	0	1	2	3	4
Kuumuus	TOKY 99	170	0	1	2	3	4
Veto	TOKY 100	171	0	1	2	3	4
Riittämätön valaistus	TOKY 101	172	0	1	2	3	4

## TYÖTTÖMYYS

34. Oletteko ollut viimeksi kuluneiden 3 vuoden aikana työttömänä?

TOKY 102 0 en, siirtykää kysymykseen 39  
1 kyllä

35. Kuinka monta kuukautta olette viimeksi kuluneen vuoden aikana ollut työttömänä?

TOKY 103 noin   kuukautta

36. Entä kuinka monta kuukautta yhteensä viimeksi kuluneiden 3 vuoden aikana?

TOKY 104 noin   kuukautta

37. Kuinka kauan oma työttömyytenne on nyt yhtäjaksoisesti kestänyt?

Jos olette työssä, tukityöllistetty tai työllisyyskoulutuksessa, kysymys tarkoittaa viime työttömyysjaksoanne.

TOKY 105 noin   kuukautta

38. Kuinka paljon työttömyytenne on vaikuttanut taloudelliseen toimeentuloonne?

180 1 ei juuri mitenkään TOKY 106  
2 toimeentuloni on heikentynyt jonkin verran  
3 toimeentuloni on heikentynyt merkittävästi  
4 toimeentuloni on heikentynyt niin, etten tiedä, kuinka jatkossa selviän

39. Jos olette tai olisitte työttömänä, mitä mieltä olette / olisitte seuraavista väitteistä?

181 1 Olen valmis ottamaan vain ammattiani vastaavaa työtä TOKY 107  
2 Olen valmis ottamaan vastaan muutakin työtä, kunhan palkka vastaa entistä ansiotasoa  
3 Olen valmis ottamaan vastaan muutakin työtä, jos palkka vain on enemmän kuin työttömyyskorvaus  
4 Olen valmis työhön, vaikka pelkkää työttömyyskorvausta vastaan

40. Jos olette tai olisitte työttömänä, mitä ajattelette työn saamisesta lähimmän vuoden kuluessa?

182 1 erittäin todennäköisesti saan työtä TOKY 108  
2 melko todennäköisesti saan työtä  
3 en todennäköisesti saa työtä

## MIELIALA

Seuraavassa on joukko neljän tai viiden väittämän sarjoja. Lukekaa jokainen sarja väittämiä kerrallaan huolellisesti läpi ja ympyröikää kustakin sarjasta se väittäjä, joka parhaiten kuvaa nykyistä tilannettanne.

- |                                  |  |   |
|----------------------------------|--|---|
| <p><b>41.</b></p> <p>TOKY109</p> | <p>1 En ole alakuloinen, enkä surullinen.</p> <p>2 Tunnen itseni alakuloiseksi ja surulliseksi.</p> <p>3 Olen alakuloinen, enkä pääse siitä tunteesta eroon.</p> <p>4 Olen niin surullinen tai onneton, että se tekee kipeää.</p> <p>5 Olen niin surullinen tai onneton, etten kestä enää.</p>   | <p><b>47.</b></p> <p>1 En ole koskaan ajatellut vahingoittaa itseäni.</p> <p>2 Joskus ajattelen itseni vahingoittamista, mutta en kuitenkaan aio tehdä sitä.</p> <p>3 Minusta tuntuu, että olisi parempi, jos olisin kuollut.</p> <p>4 Minusta tuntuu, että perheelleni olisi parempi, jos olisin kuollut.</p> <p>5 Haluaisin olla kuollut.</p> |
| <p><b>42.</b></p> <p>TOKY110</p> | <p>1 En suhtaudu tulevaisuuteeni erityisen toivottomasti.</p> <p>2 Tulevaisuus tuntuu minusta toivottomalta.</p> <p>3 Minusta tuntuu, ettei minulla ole mitään odotettavaa tulevaisuudelta.</p> <p>4 Minusta tuntuu, etten koskaan pääse eroon huolistani.</p> <p>5 Tulevaisuus tuntuu minusta toivottomalta, enkä jaksa uskoa asioiden muuttumiseen parempaan päin.</p> | <p><b>48.</b></p> <p>1 En ole menettänyt kiinnostusta toisiin ihmisiin.</p> <p>2 Olen vähemmän kiinnostunut toisista ihmisistä kuin ennen.</p> <p>3 Olen menettänyt mielenkiintoni sekä tunteeni toisia ihmisiä kohtaan lähes kokonaan.</p> <p>4 Olen menettänyt kaiken mielenkiintoni muihin ihmisiin, enkä välitä heistä enää lainkaan.</p>   |
| <p><b>43.</b></p> <p>TOKY111</p> | <p>1 En tunne epäonnistuneeni elämässä.</p> <p>2 Minusta tuntuu, että olen epäonnistunut useammin kuin muut ihmiset.</p> <p>3 Minusta tuntuu, etten ole saanut aikaan paljoakaan mainitsemisen arvoista.</p> <p>4 Elämäni on tähän saakka ollut vain sarja epäonnistumisia.</p> <p>5 Tunnen epäonnistuneeni täysin ihmisenä.</p>   | <p><b>49.</b></p> <p>1 Teen päätöksiä yhtä helposti kuin ennenkin.</p> <p>2 Varmuuteni on vähentynyt ja yritän lykätä päätösten tekoa.</p> <p>3 Minulla on vaikeuksia päätösten teossa.</p> <p>4 En pysty enää lainkaan tekemään päätöksiä.</p>   |
| <p><b>44.</b></p> <p>TOKY112</p> | <p>1 En ole erityisen tyytymätön.</p> <p>2 Olen ikävystynyt suurimman osan ajasta.</p> <p>3 En nauti asioista samalla tavalla kuin ennen.</p> <p>4 En saa enää mistään tyydytystä.</p> <p>5 Olen tyytymätön kaikkeen.</p>  | <p><b>50.</b></p> <p>1 Minusta tuntuu, etten näytä sen huonommalta kuin ennenkään.</p> <p>2 Olen huolissani siitä, että näytän vanhalta tai etten näytä miellyttävältä.</p> <p>3 Minusta tuntuu, että ulkonäköni on muuttunut pysyvästi niin, etten näytä miellyttävältä.</p> <p>4 Minusta tuntuu, että näytän rumalta ja vastenmieliseltä.</p> |
| <p><b>45.</b></p> <p>TOKY113</p> | <p>1 En tunne olevani muita huonompi.</p> <p>2 Arvostelen itseäni heikkouksistani ja erehdyksistäni.</p> <p>3 Moitin itseäni kaikesta, mikä menee pieleen.</p> <p>4 Minulla on mielestäni liian paljon huonoja puolia.</p> <p>5 Pidän itseäni täysin kelvottomana.</p>   | <p><b>51.</b></p> <p>1 Voin tehdä työtä yhtä hyvin kuin ennenkin.</p> <p>2 Minkä tahansa työn aloittaminen vaatii minulta ylimääräisiä ponnistuksia.</p> <p>3 En enää tee työtä yhtä hyvin kuin ennen.</p> <p>4 Tehdäkseni jotain minun on todella pakotettava itseni siihen.</p> <p>5 En pysty enää tekemään ollenkaan työtä.</p>              |
| <p><b>46.</b></p> <p>TOKY114</p> | <p>1 En ole pettynyt itseäni.</p> <p>2 Olen pettynyt itseäni.</p> <p>3 En pidä itsestäni.</p> <p>4 Inhoan itseäni.</p> <p>5 Vihaan itseäni.</p>  | <p><b>52.</b></p> <p>1 En väsy enempää kuin tavallisestikaan.</p> <p>2 Väsyn helpommin kuin ennen.</p> <p>3 Mikä tahansa väsyttää minua.</p> <p>4 Olen liian väsynyt tehdäkseni mitään.</p>   |
|                                  |  | <p><b>53.</b></p> <p>1 Ruokahaluni ei ole sen huonompi kuin ennenkään.</p> <p>2 Ruokahaluni on huonompi kuin ennen.</p> <p>3 Ruokahaluni on nyt paljon huonompi kuin ennen.</p> <p>4 Minulla ei ole enää lainkaan ruokahalua.</p>   |



## VAPAA-AJAN TOIMINTAAN OSALLISTUMINEN

54. Miten usein keskimäärin olette tehnyt seuraavia asioita vapaa-aikananne viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana?

	Joka päivä tai useimpina päivinä	Kerran tai pari viikossa	Kerran tai pari kuukau- dessa	Kerran tai muuta- man kerran vuodessa	En kertaakaan
Kerho- tai yhdistystoiminta, harrastuskursseille tai -ryhmiin osallistuminen TOKY122	5	4	3	2	1
Opiskelu harrastusluonteisesti ryhmässä (esim. kansalaisopisto, opintopiiri) TOKY123	5	4	3	2	1
Muiden tapaaminen ravintolassa, kahvilassa tai tansseissa TOKY124	5	4	3	2	1
Puhelimessa puhuminen tuttujen kanssa TOKY125	5	4	3	2	1
Jonkun seurassa tapahtuva liikunta (esim. kalastus, sienestys, kuntosali, sulkapallo, ulkoilu) TOKY126	5	4	3	2	1
Soittaminen tai laulaminen yhdessä muitten kanssa (yhtye, orkesteri, kuoro, laulutapahtumat) TOKY127	5	4	3	2	1
Kirkossa tai muissa uskonnollisissa tilaisuuksissa käyminen TOKY128	5	4	3	2	1
Lasten kouluun tai vapaa-aikaan liittyviin tapahtumiin osallistuminen TOKY129	5	4	3	2	1
Asukastoimintaan osallistuminen (asukashallitus, naapuritoiminta, talkoot ym.) TOKY130	5	4	3	2	1
Organisoitu vapaaehtoistyö (esim. SPR:n toimintaan osallistuminen) TOKY131	5	4	3	2	1
Kulttuuritapahtumissa käyminen (teatteri, elokuvat, konsertit ym.) TOKY132	5	4	3	2	1
Urheilu- tai liikuntatapahtumiin osallistuminen (osallistujana tai katsojana) TOKY133	5	4	3	2	1
Terveystieteiden-, vammais- ym. ryhmätoiminta ja terveystapahtumat TOKY134	5	4	3	2	1
Turvallisuus-, ensiapu- ym. kurssit ja tapahtumat TOKY135	5	4	3	2	1
Ympäristöön tai eläimiin liittyvät tapahtumat (näyttelyt, eläinsuojelu ym.) TOKY136	5	4	3	2	1

55. Kuinka usein olette auttanut jotakuta kotitaloutenne ulkopuolella asuvaa henkilöä viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana alla mainituissa asioissa vapaa-aikananne?

	Joka päivä tai useimpina päivinä	Kerran tai pari viikossa	Kerran tai pari kuukaudessa	Kerran tai muutama kerran vuodessa	En kertaakaan
Kotityöt, remonttiapu, puutarhanhoito tai eläinten hoitaminen ym.	TOKY137 5	4	3	2	1
Kuljetuksen järjestäminen tai asioilla käyminen	TOKY138 5	4	3	2	1
Pukeutumisessa, peseytymisessä tai terveydenhoidossa auttaminen	TOKY139 5	4	3	2	1
Lastenhoito	TOKY140 5	4	3	2	1
Kuunteleminen tai tukeminen vaikeuksissa (henkinen tuki)	TOKY141 5	4	3	2	1

56. Kuinka usein tapaatte vapaa-aikananne enemmän kuin ohimennen...

	Joka päivä	Useita kertoja viikossa	Kerran viikossa	Muutama kerran kuussa	Kerran kuussa	Harvemmin kuin kerran kuussa	En koskaan	Minulla ei ole näitä
ystäviänne?	TOKY142 1	2	3	4	5	6	7	8
sukulaisianne?	TOKY143 1	2	3	4	5	6	7	8
työkavereitanne?	TOKY144 1	2	3	4	5	6	7	8
naapureitanne?	TOKY145 1	2	3	4	5	6	7	8
muuta tuttavianne?	TOKY146 1	2	3	4	5	6	7	8

57. Oletteko viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana tehnyt seuraavia asioita: Mukaan ei lasketa työhön liittyvää toimintaa.

	En	Kyllä
Ottanut yhteyttä radioasemaan, televisioon tai sanomalehteen?	TOKY147 0	1
Ottanut yhteyttä johonkin yritykseen (sen tuotteeseen tai palveluun liittyvissä ongelmissa)?	TOKY148 0	1
Ottanut yhteyttä kansanedustajaan/kunnan virkamieheen?	TOKY149 0	1
Osallistunut lailliseen mielenosoitukseen tai -ilmaukseen?	TOKY150 0	1
Osallistunut kansalaisadressin aloittamiseen tai kerännyt nimiä siihen?	TOKY151 0	1
Allekirjoittanut kansalaisadressin?	TOKY152 0	1

58. Kaikki eivät halua äänestää syystä tai toisesta. Oletteko Te äänestänyt viime

	En	Kyllä
Kunnallisvaaleissa?	TOKY153 0	1
Eduskuntavaaleissa?	TOKY154 0	1
Presidentinvaaleissa?	TOKY155 0	1
EU-vaaleissa?	TOKY156 0	1

## TURVALLISUUS

59. **Voiko mielestänne ihmisiin luottaa vai onko niin, että ihmisten suhteen ei voi olla liian varovainen?**  
Ympyröikää mielipidettänne vastaava numero asteikolla nolasta kymmeneen, jossa 0 tarkoittaa, ettei ihmisten kanssa voi olla liian varovainen ja 10 sitä, että useimpiin ihmisiin voi luottaa.

TOKY157

231 - 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

232 Ihmisten kanssa ei voi olla liian varovainen

Useimpiin ihmisiin voi luottaa

60. **Katsotteko, että useimmiten ihmiset pyrkivät olemaan auttavaisia toisia kohtaan vai että enimmäkseen he ajattelevat vain omaa etuaan?**  
Ympyröikää mielipidettänne vastaava numero asteikolla nolasta kymmeneen, jossa nolla tarkoittaa, että ihmiset ajattelevat enimmäkseen itseään ja 10 sitä, että ihmiset yrittävät enimmäkseen olla auttavaisia.

TOKY158

233 - 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

234 Ihmiset ajattelevat enimmäkseen itseään

Ihmiset yrittävät enimmäkseen olla auttavaisia

61. **Kuinka paljon luotatte seuraaviin tahoihin**  
Vastatkaa mielipidettänne kuvaavalla numerolla nolasta kymmeneen  
(0 = en luota ollenkaan, 10 = luotan täysin).

Oikeusjärjestelmään? TOKY159

Eduskuntaan? TOKY160 <sup>237</sup>

Poliisiin? TOKY161 <sup>239</sup>

Kirkkoon? TOKY162 <sup>241</sup>

Puolustusvoimiin? TOKY163 <sup>243</sup>

Tiedotusvälineisiin? TOKY164 <sup>245</sup>

62. **Tuntuuko Teistä, että saatte apua joltakin läheiseltä ihmiseltä sitä tarvitessanne?**

247 1 aina tai useimmiten  
2 silloin tällöin TOKY165  
3 melko harvoin  
4 hyvin harvoin tai ei koskaan

63. **Onko Teillä ketään, jonka kanssa voitte keskustella kaikkein henkilökohtaisimmistakin asioistanne?**

248 0 ei TOKY166  
1 kyllä

64. **Pelkäätkö liikkua ulkona yksin iltaisin klo 22.00 jälkeen?**

249 0 en liiku yksin iltaisin ulkona/en osaa sanoa  
1 en liiku yksin iltaisin ulkona, koska pelkään  
2 pelkään usein  
3 pelkään silloin tällöin TOKY167  
4 en pelkää koskaan

65. **Onko Teillä tällä hetkellä lemmikki-, koti- tai tuotantoeläimiä?**

	En	Kyllä
Koira tai koiria TOKY168 <sup>250</sup>	0	1
Kissa tai kissoja TOKY169	0	1
Jokin muu lemmikkieläin tai -eläimiä TOKY170	0	1
Lehmiä, hevosia, kanoja tai muita koti- tai tuotantoeläimiä <sup>253</sup>	0	1

TOKY171

66. **Onko eläimistä Teille enemmän iloa ja hyötyä vai harmia ja haittaa?**

254 0 minulla ei ole eläimiä TOKY172  
1 selvästi enemmän harmia / haittaa  
2 jonkin verran enemmän harmia / haittaa  
3 jonkin verran enemmän iloa / hyötyä  
4 selvästi enemmän iloa / hyötyä

**KIITOS VASTAUKSISTANNE!**

**PALAUTTAKAA LOMAKE KANSANTERVEYSLAITOKSELLE  
SAAMASSANNE VASTAUSKUORESSA.**