

# 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査

## 結果報告書

令和5年3月

昭島市



# 目 次

<b>I</b>	<b>調査概要</b>	<b>1</b>
1	調査目的	1
2	調査期間	1
3	調査対象	1
4	調査方法	1
5	調査項目	1
6	回収結果	1
7	調査結果を見る上での注意事項	2
<b>II</b>	<b>調査結果</b>	<b>3</b>
1	回答者の属性	3
	（1）年齢構成	3
	（2）認定状況	3
	（3）認定状況別年齢構成	3
	（4）地域構成	3
	（5）地域別年齢構成	3
2	家族や生活状況	4
	（1）家族構成	4
	（2）介護・介助の必要性	5
	（3）介護・介助が必要になった主な原因	6
	（4）主な介護・介助者	7
	（5）暮らしの状況	8
	（6）住まい	9
3	運動	10
	（1）運動器	10
	（2）転倒経験	13
	（3）外出	15
4	栄養・口腔	20
	（1）身長・体重（BMI）	20
	（2）口腔機能	21
	（3）歯の状態や食事について	24
5	日常生活	30
	（1）認知機能	30
	（2）IADL（手段的日常生活動作）の状況	33
	（3）知的能動性	38
	（4）人との交流の状況	42
	（5）趣味・生きがい	46

6	地域活動 .....	48
	(1) 会・グループ等への参加状況.....	48
	(2) 地域活動への参加希望.....	57
7	たすけあい .....	59
	(1) たすけあいの状況.....	59
	(2) 地域の相談経路.....	61
	(3) 友人関係 .....	62
8	健康 .....	65
	(1) 主観的健康感.....	65
	(2) 主観的幸福感.....	66
	(3) 心の状態 .....	67
	(4) 飲酒・喫煙の状況.....	69
	(5) 治療中または後遺症のある病気の有無.....	71
9	認知症にかかる相談窓口について .....	72
	(1) 自分または家族の認知症症状有無.....	72
	(2) 認知症に関する相談窓口について.....	73
10	高齢者の相談窓口について .....	75
	(1) 「地域包括支援センター」の認知.....	75
	(2) 「地域包括支援センター」の役割や業務内容.....	77
11	その他 .....	78
	(1) スマートフォンやパソコンを使った情報収集について.....	78
	(2) 高齢者の見守り体制について.....	79
	(3) 移動手段がないために外出をあきらめたことの有無.....	80
	(4) 医療や介護の利用、生き方などについて考えておくことの必要性.....	82
	(5) 健康的な生活を送るための取組について.....	83
	(6) 今後の介護についての希望.....	85
12	各種リスクの状況 .....	87
	(1) 運動器機能.....	87
	(2) 閉じこもり傾向.....	89
	(3) 低栄養状態.....	90
	(4) 口腔機能 .....	91
	(5) 認知機能 .....	92
	(6) うつ傾向 .....	93
	(7) IADL（手段的日常生活動作） .....	94
	(8) 基本チェックリスト該当者のまとめ.....	96
	(9) 地域別に見たリスク項目別指標の比較.....	97

## 参考資料 ..... 98

1	調査票 .....	98
2	地域包括支援センター担当地区 .....	116

# I 調査概要

## 1 調査目的

市内地域包括支援センター5か所が担当する地域（巻末の「参考資料 2. 地域包括支援センター担当地区」を参照）ごとに要介護状態となる前の高齢者のリスクや社会参加状況を把握することで、地域診断に活用し、地域の抱える課題を特定するとともに、介護予防・日常生活支援総合事業の管理運営、介護保険事業計画の策定に活用する。

あわせて、回答のあった高齢者に介護予防に関する冊子を送付することにより、介護予防の普及啓発を図る。

## 2 調査期間

令和5（2023）年1月13日（金）から同年2月3日（金）まで

## 3 調査対象

市内に在住する65歳以上（令和4（2022）年12月1日時点）の高齢者（要介護1～5の方を除く）のうち、3,000人を無作為抽出

## 4 調査方法

郵送による配付・回収

## 5 調査項目

- ① 家族や生活状況
- ② 運動
- ③ 栄養・口腔
- ④ 日常生活
- ⑤ 地域活動
- ⑥ たすけあい
- ⑦ 健康
- ⑧ 認知症にかかる相談窓口について
- ⑨ 高齢者の相談窓口について
- ⑩ その他

## 6 回収結果

単位：人

区 分	調査対象者数	有効回答数	有効回答率
一般高齢者	2,850	1,882	66.0%
要支援認定者	150	102	68.0%
	要支援1	59	66.1%
	要支援2	91	69.2%
総 数	3,000	1,984	66.1%

## 7 調査結果を見る上での注意事項

---

- ① 図表中の「n」とは、その設問への回答者数を表します。
- ② 調査結果の比率は、その設問の回答者数を基数として、小数点以下第2位を四捨五入して算出しています。したがって、四捨五入の関係で合計が100%にならない場合があります。
- ③ 複数回答形式の場合、回答比率の合計は通常100%を超えます。
- ④ 分析軸の項目については「無回答」を除いて選択肢を表記しているため、合計が全体と一致しない場合があります。
- ⑤ 回答者数が30未満と小さいものについては、比率が動きやすく分析には適さないため、参考として示すに留めています。

## Ⅱ 調査結果

### 1 回答者の属性

#### (1) 年齢構成

上段：実数(人)、下段：構成比(%)

性別	年齢 総数	65-74 歳			75 歳以上				
		計	65-69 歳	70-74 歳	計	75-79 歳	80-84 歳	85-89 歳	90 歳以上
全体	1,984 100.0	1,002 50.5	457 23.0	545 27.5	982 49.5	461 23.2	308 15.5	160 8.1	53 2.7
男性	911 100.0	469 51.5	214 23.5	255 28.0	442 48.5	211 23.2	145 15.9	65 7.1	21 2.3
女性	1,073 100.0	533 49.7	243 22.6	290 27.0	540 50.3	250 23.3	163 15.2	95 8.9	32 3.0

注：四捨五入の関係で、内訳の構成比の合計は、計・総数欄と一致しないことがあります（以下同じ）。

#### (2) 認定状況

上段：実数(人)、下段：構成比(%)

性別	区分 総数	一般高齢者	要介護認定者		
			計	要支援 1	要支援 2
全体	1,984 100.0	1,882 94.9	102 5.1	39 2.0	63 3.2
男性	911 100.0	879 96.5	32 3.5	10 1.1	22 2.4
女性	1,073 100.0	1,003 93.5	70 6.5	29 2.7	41 3.8

#### (3) 認定状況別年齢構成

上段：実数(人)、下段：構成比(%)

区分	年齢 総数	65-74 歳			75 歳以上				
		計	65-69 歳	70-74 歳	計	75-79 歳	80-84 歳	85-89 歳	90 歳以上
一般高齢者	1,882 100.0	991 52.7	457 24.3	534 28.4	891 47.3	444 23.6	286 15.2	128 6.8	33 1.8
要支援認定者	102 100.0	11 10.8	0 0.0	11 10.8	91 89.2	17 16.7	22 21.6	32 31.4	20 19.6

#### (4) 地域構成

上段：実数(人)、下段：構成比(%)

性別	地域 総数	東部	西部	中部	南部	北部
全体	1,984 100.0	382 19.3	408 20.6	400 20.2	394 19.9	400 20.2
男性	911 100.0	172 18.9	197 21.6	172 18.9	185 20.3	185 20.3
女性	1,073 100.0	210 19.6	211 19.7	228 21.2	209 19.5	215 20.0

#### (5) 地域別年齢構成

上段：実数(人)、下段：構成比(%)

地域	年齢 総数	65-74 歳			75 歳以上				
		計	65-69 歳	70-74 歳	計	75-79 歳	80-84 歳	85-89 歳	90 歳以上
全体	1,984 100.0	1,002 50.5	457 23.0	545 27.5	982 49.5	461 23.2	308 15.5	160 8.1	53 2.7
東部	382 100.0	204 53.4	93 24.3	111 29.1	178 46.6	80 20.9	58 15.2	29 7.6	11 2.9
西部	408 100.0	188 46.1	85 20.8	103 25.2	220 53.9	90 22.1	78 19.1	39 9.6	13 3.2
中部	400 100.0	205 51.3	86 21.5	119 29.8	195 48.8	91 22.8	54 13.5	36 9.0	14 3.5
南部	394 100.0	192 48.7	93 23.6	99 25.1	202 51.3	97 24.6	64 16.2	35 8.9	6 1.5
北部	400 100.0	213 53.3	100 25.0	113 28.3	187 46.8	103 25.8	54 13.5	21 5.3	9 2.3

## 2 家族や生活状況

### (1) 家族構成

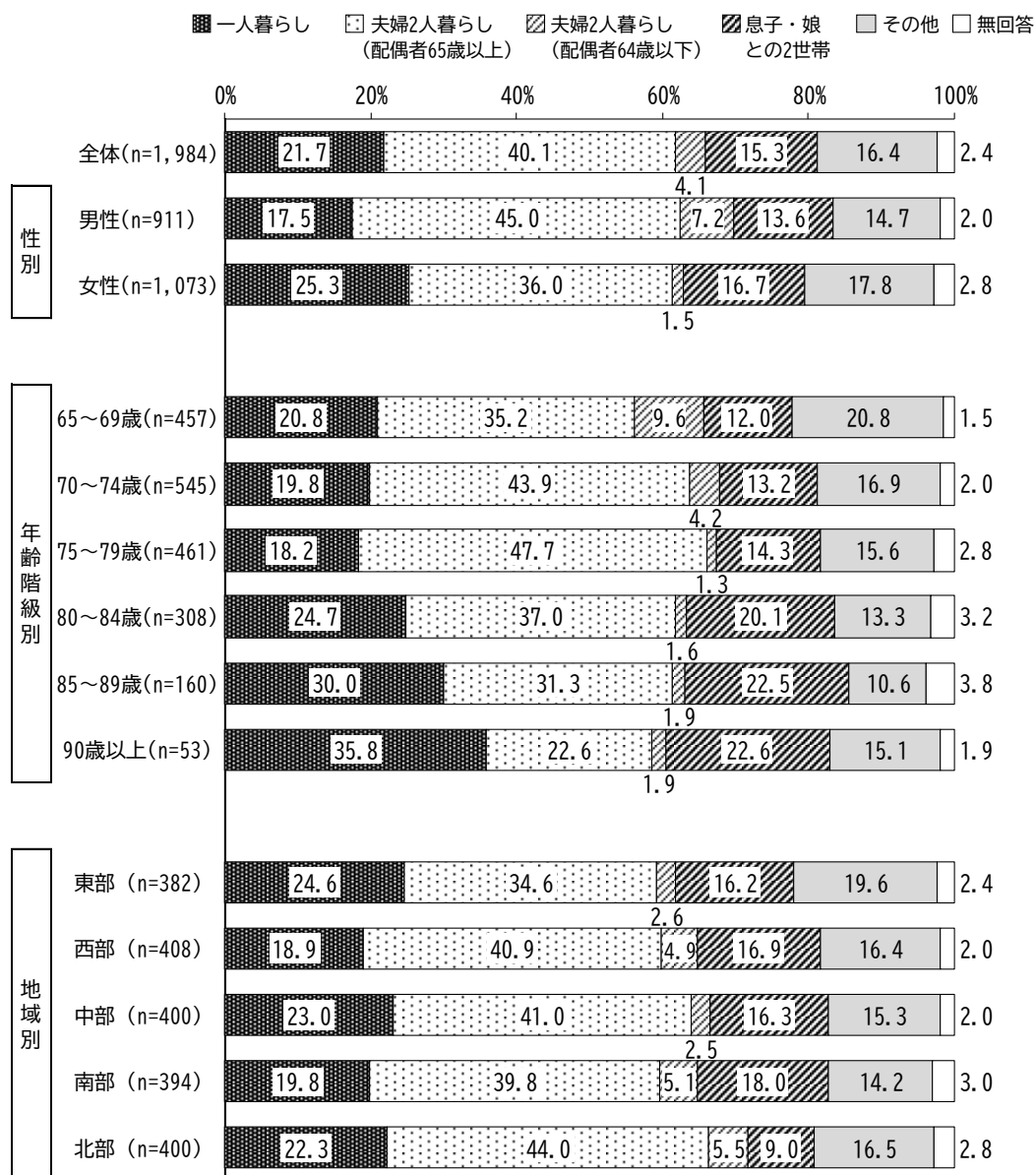
問1 (1) 家族構成をお教えてください (○は1つ)

全体では、「夫婦2人暮らし (配偶者 65 歳以上)」が 40.1%と最も多く、次いで、「1人暮らし」(21.7%)、「その他」(16.4%)、「息子・娘との2世帯」(15.3%) などと続いています。

性別に見ると、「1人暮らし」は男性よりも女性の方が 7.8 ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、75 歳以上では年齢が高くなるほど「1人暮らし」の割合が高くなる傾向が見られます。

地域別では、「1人暮らし」は東部で 24.6%程度と最も高く、北部では「夫婦2人暮らし (配偶者 65 歳以上)」と「夫婦2人暮らし (配偶者 64 歳以下)」を合わせた「夫婦2人暮らしの世帯」がほぼ半数を占めています。





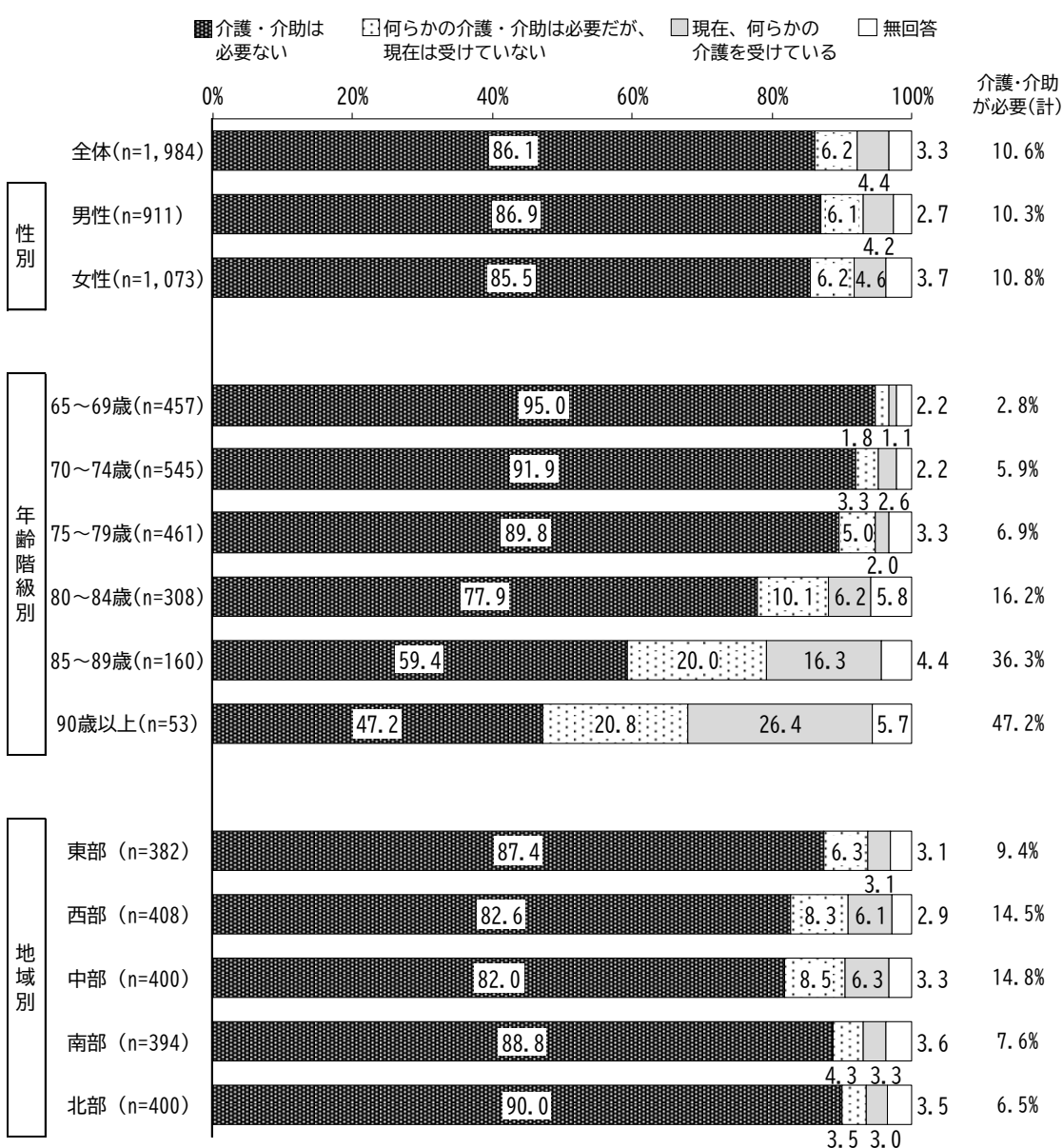
## (2) 介護・介助の必要性

問1 (2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか (○は1つ)

全体では、「介護・介助は必要ない」が 86.1%と最も高く、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」(6.2%)と「現在何らかの介護を受けている(介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む)」(4.4%)を合わせた「介護・介助が必要な方」は 10.6%となっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「介護・介助が必要な方」の割合が高くなる傾向が見られます。

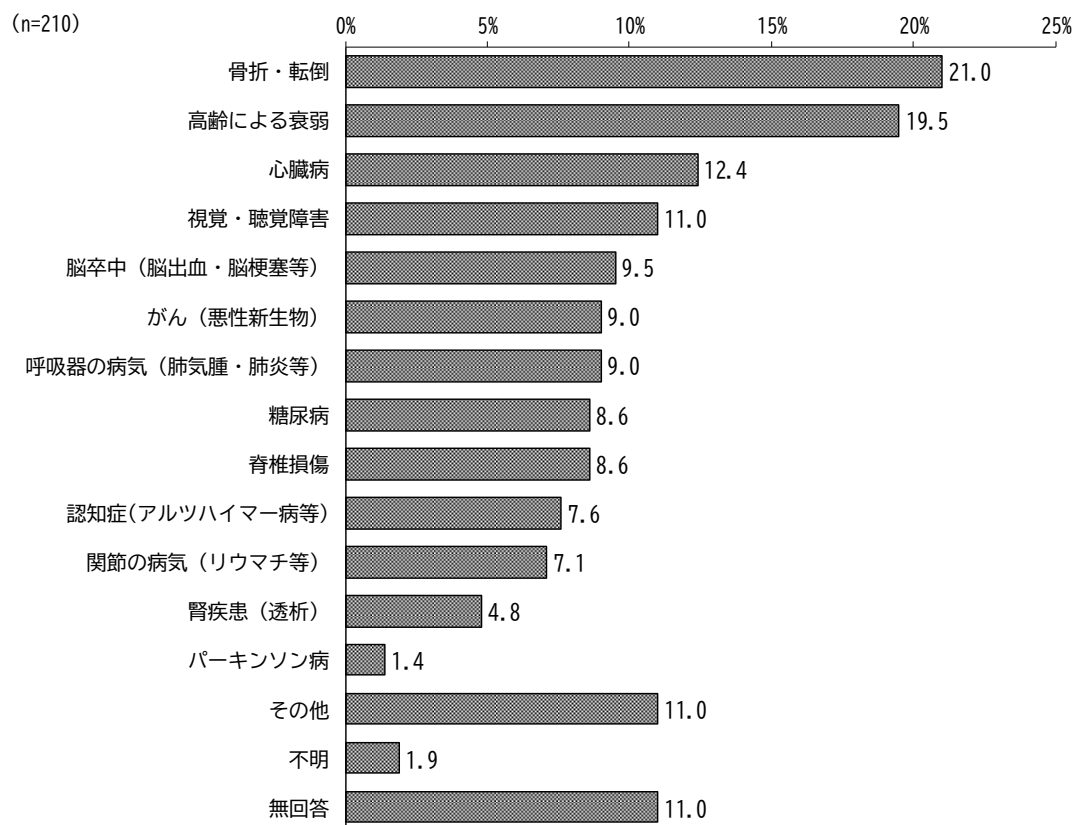
地域別に見ると、「介護・介助が必要な方」は西部と中部で1割を超えて高くなっています。



### (3) 介護・介助が必要になった主な原因

問1 (2) ① 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか (○はいくつでも)

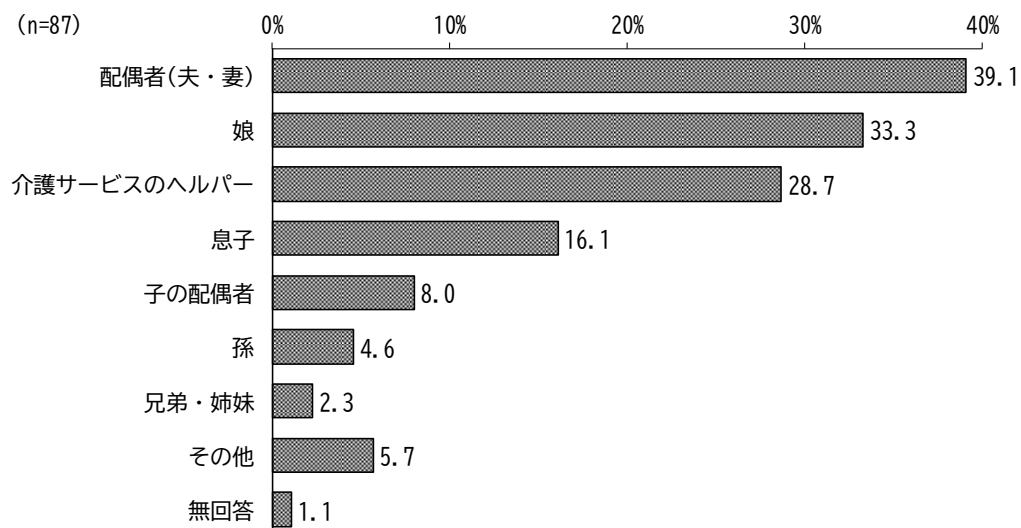
「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」または「現在、何らかの介護を受けている」と回答した 210 人にその主な原因についてたずねたところ、「骨折・転倒」が 21.0%と最も高く、次いで「高齢による衰弱」(19.5%)、「心臓病」(12.4%)、「視覚・聴覚障害」(11.0%)などと続いています。



#### (4) 主な介護・介助者

問1 (2) ② 主にどなたの介護、介助を受けていますか (○はいくつでも)

「現在、何らかの介護を受けている」と回答した 87 人に主な介護・介助者についてたずねたところ、「配偶者 (夫・妻)」が 39.1%と最も高く、次いで「娘」(33.3%)、「介護サービスのヘルパー」(28.7%)、「息子」(16.1%) などと続いています。



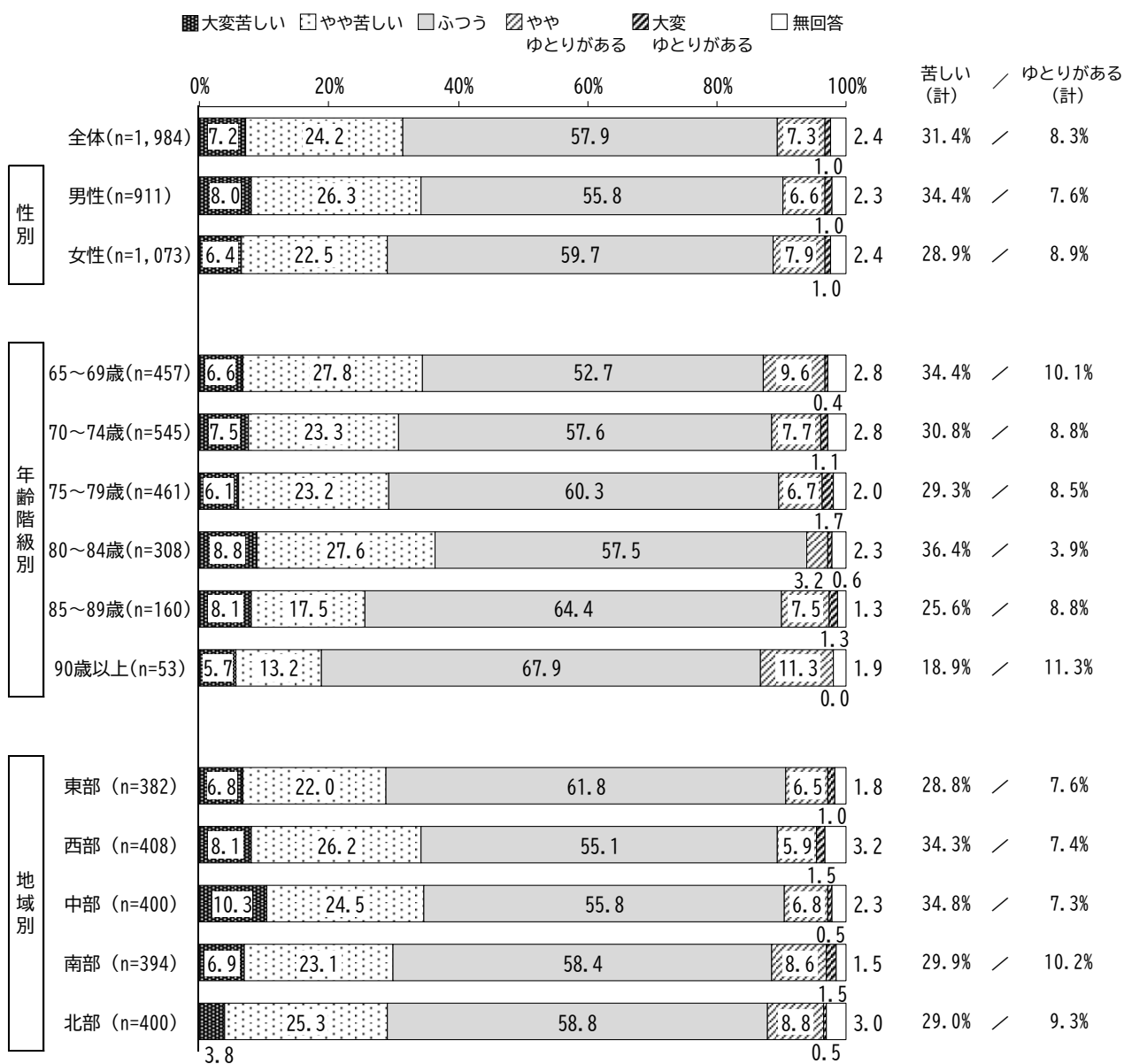
## (5) 暮らしの状況

問1 (3) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか (○は1つ)

全体では、「ふつう」が57.9%と最も高く、「大変苦しい」(7.2%)と「やや苦しい」(24.2%)を合わせた「苦しい方」は31.4%、「ややゆとりがある」(7.3%)と「大変ゆとりがある」(1.0%)を合わせた「ゆとりがある方」は8.3%となっています。

年齢階級別に見ると、「苦しい方」の割合は80～84歳で36.4%と最も高く、90歳以上で18.9%と最も低くなっています。

地域別に見ると、「苦しい方」の割合は西部と中部で3割台と高くなっています。



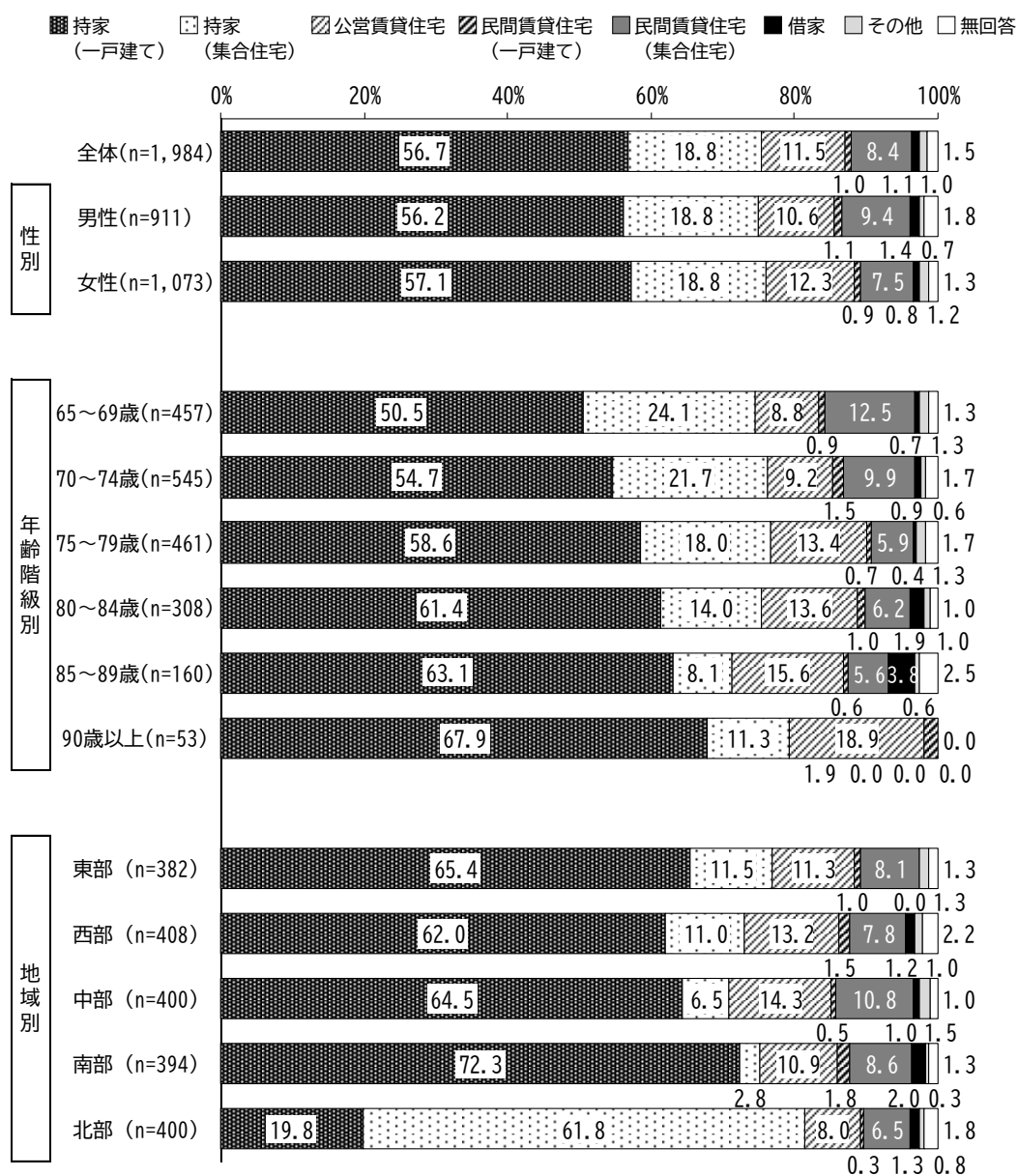
## (6) 住まい

問1 (4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか (○は1つ)

全体では、「持家（一戸建て）」が 56.7%と最も高く、次いで「持家（集合住宅）」が 18.8%、「公営賃貸住宅」が 11.5%などと続いています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「持家（一戸建て）」の割合が高くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、南部では「持家（一戸建て）」が7割を超えて高く、北部では「持家（一戸建て）」が2割を下回り、「持家（集合住宅）」が61.8%と突出して高くなっています。



### 3 運動

#### (1) 運動器

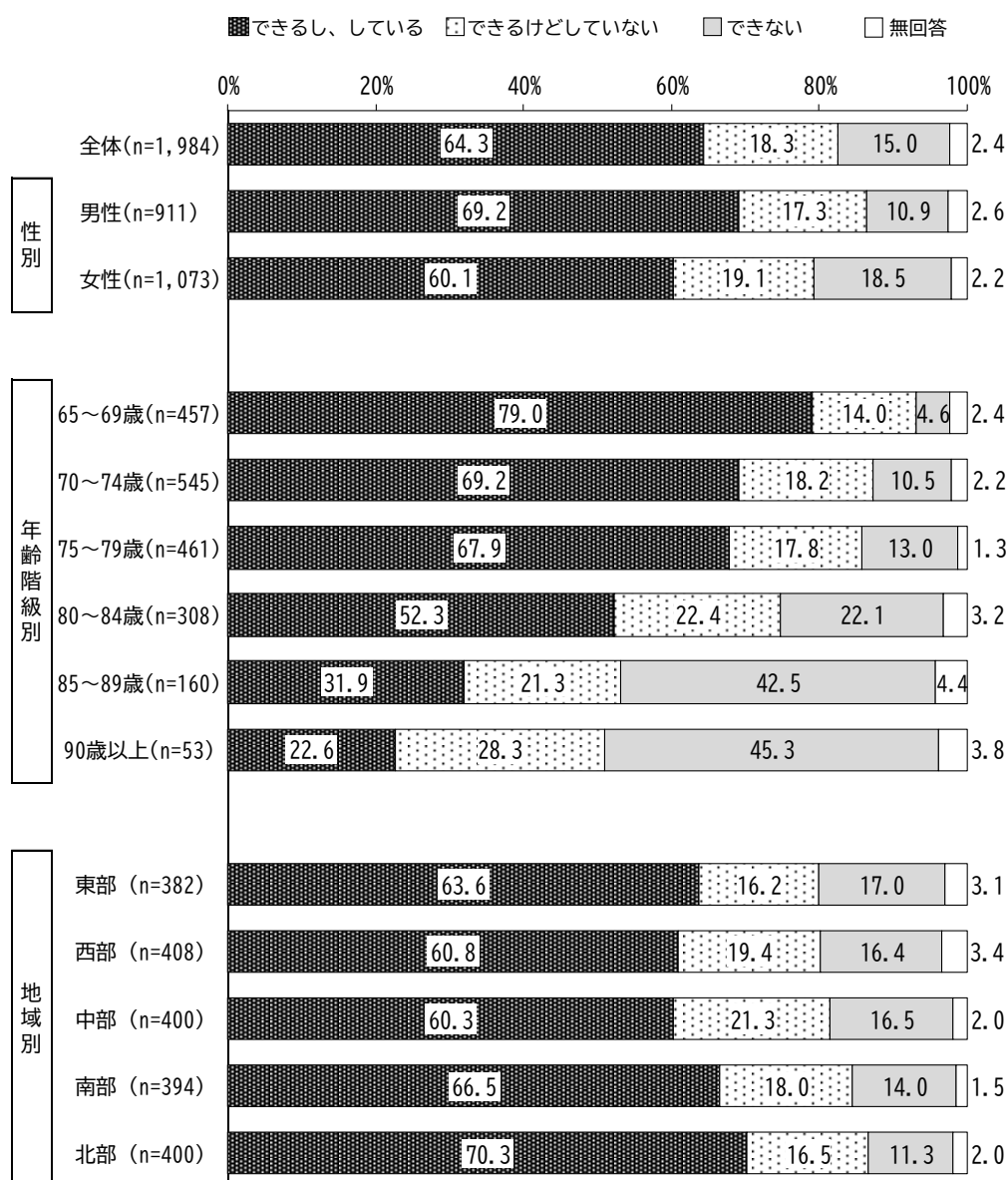
問2 (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (○は1つ)

全体では、「できるし、している」が64.3%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が18.3%、「できない」が15.0%となっています。

性別に見ると、「できない」は男性よりも女性の方が7.6ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、北部では「できるし、している」の割合が7割を超えて高くなっています。

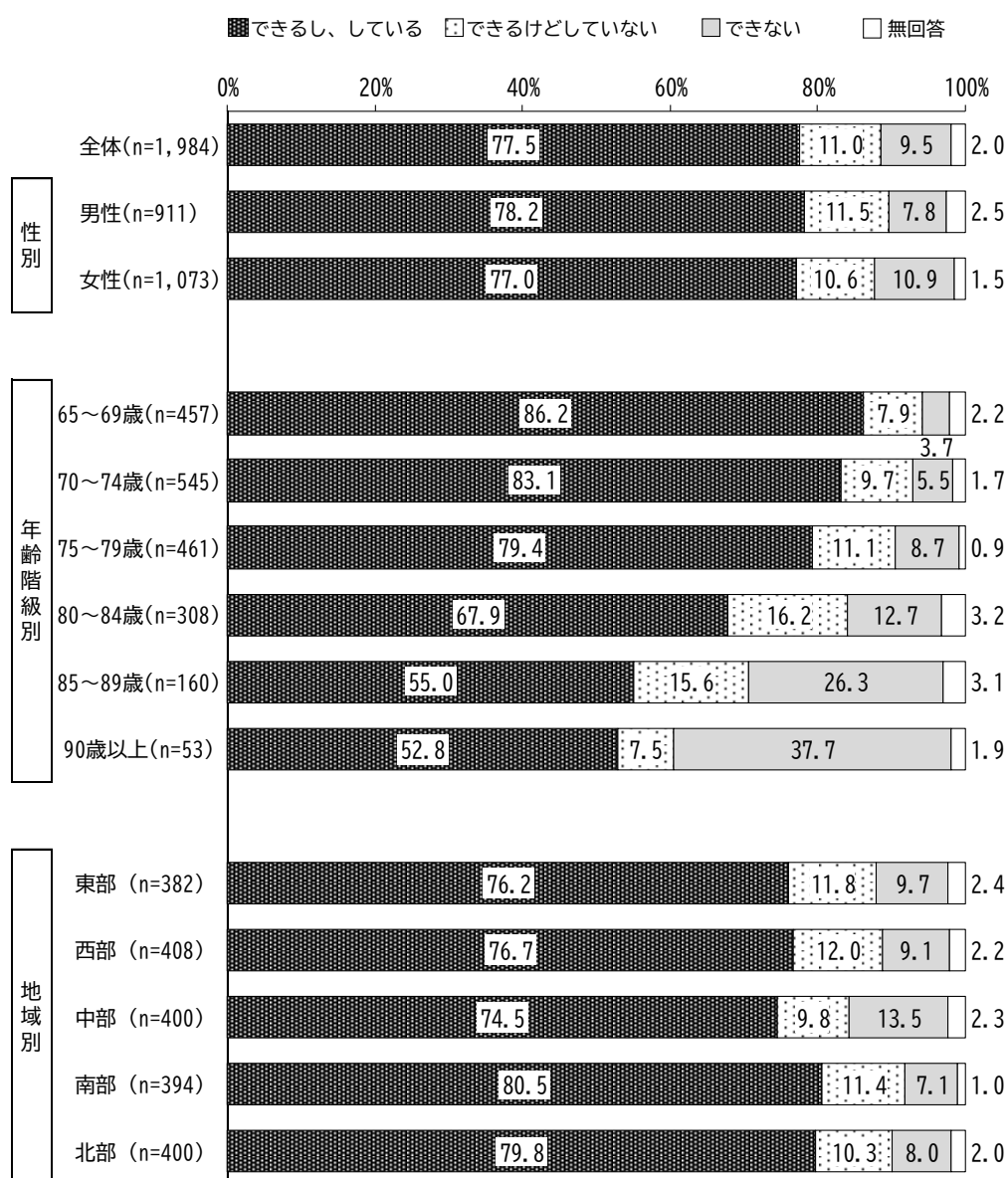


※運動器：身体運動に関わる骨、関節、軟骨、筋肉、じん帯、腱、神経などの総称。人体の組織で、唯一自分の意志で動かすことのできる器官。

問2（2）椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか（○は1つ）

全体では、「できるし、している」が77.5%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が11.0%、「できない」が9.5%となっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。地域別に見ると、「できない」は中部で13.5%と1割を超えて高くなっています。

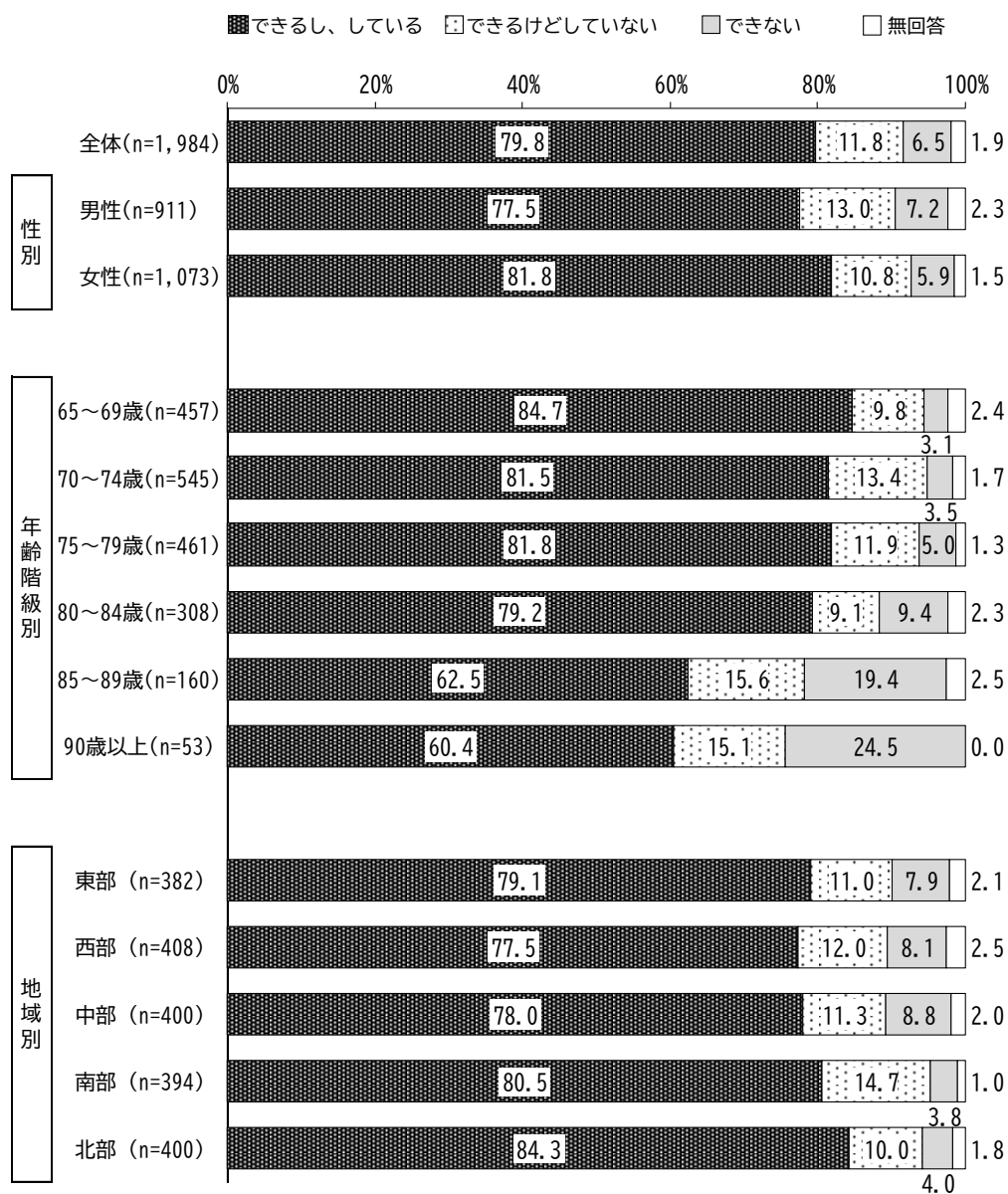


問2（3）15分位続けて歩いていますか（○は1つ）

全体では、「できるし、している」が79.8%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が11.8%、「できない」が6.5%となっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、南部と北部では「できるし、している」と「できるけどしていない」の合計が9割台半ばと高くなっています。



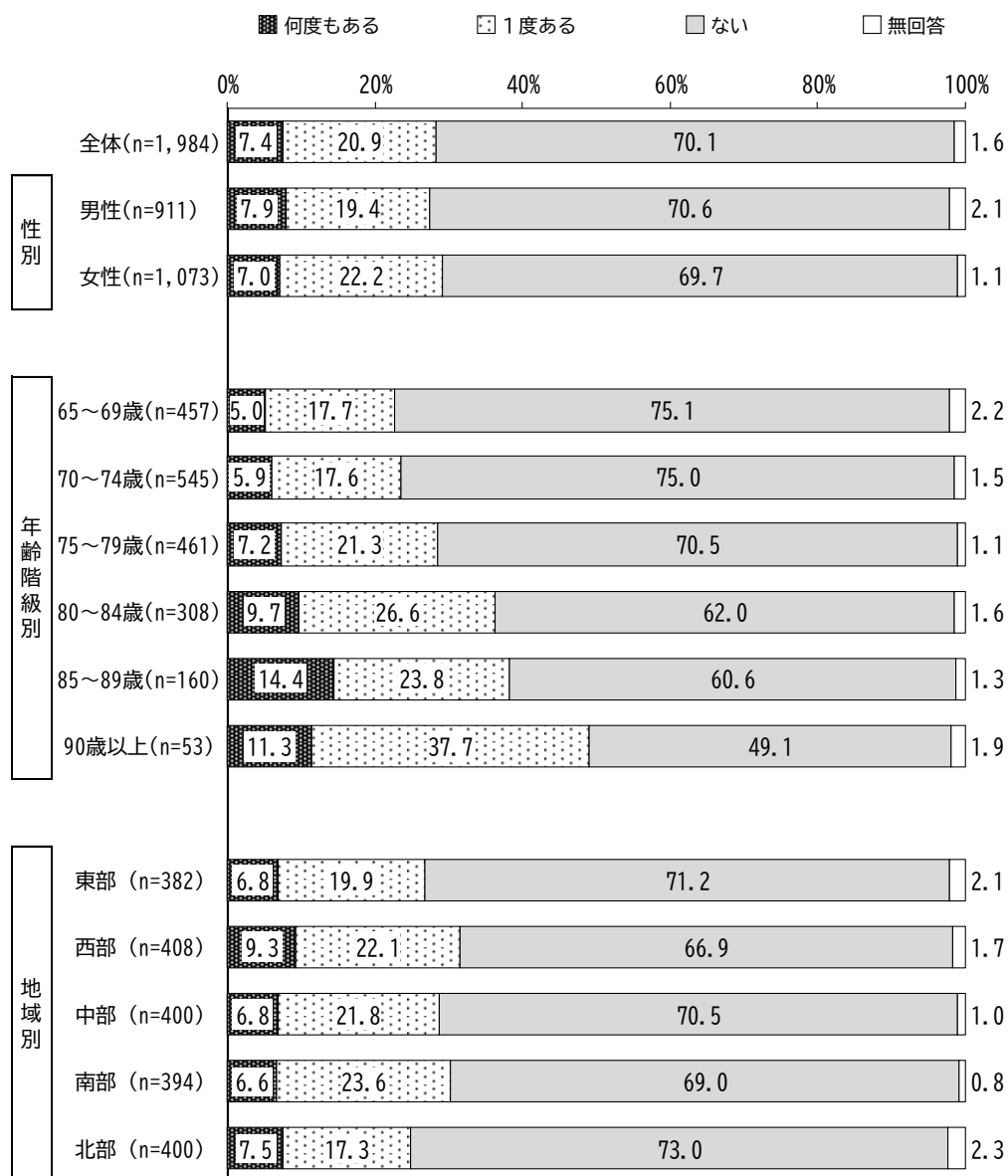


## (2) 転倒経験

問2 (4) 過去1年間に転んだ経験がありますか (○は1つ)

全体では、「ない」が70.1%と最も高く、次いで「1度ある」(20.9%)、「何度もある」(7.4%)となっています。

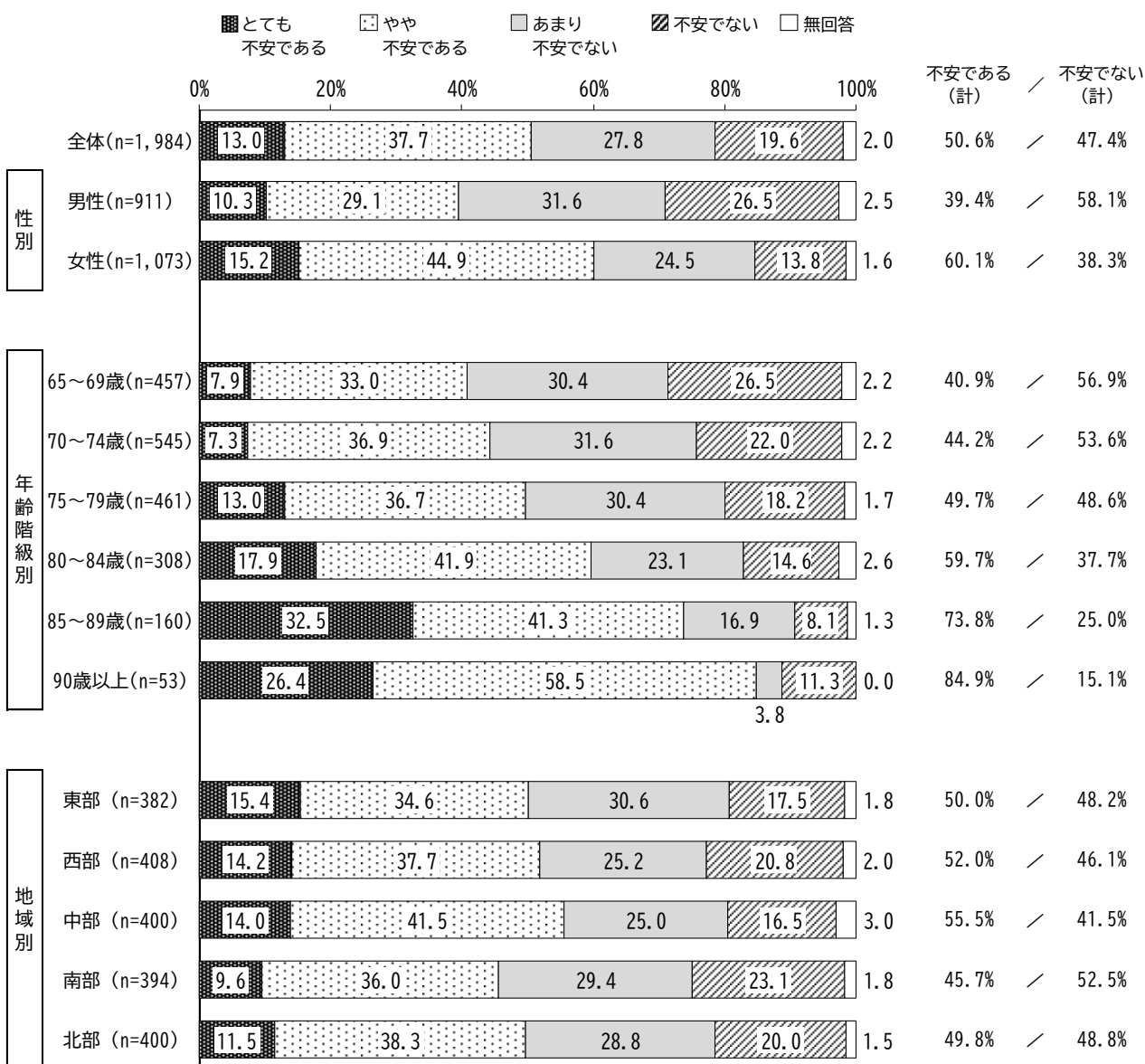
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「ない」の割合が低くなり、「何度もある」は85～89歳で14.4%と最も高くなっています。



問 2 (5) 転倒に対する不安は大きいですか (○は1つ)

全体では、「とても不安である」(13.0%)と「やや不安である」(37.7%)を合わせた「不安である方」は 50.6%、「あまり不安でない」(27.8%)と「不安でない」(19.6%)を合わせた「不安でない方」は 47.4%となっています。

性別に見ると、「不安である方」の割合は男性よりも女性の方が 20.7 ポイント高くなっています。年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「不安である方」の割合が高くなる傾向が見られます。地域別に見ると、「不安である方」の割合は中部で 55.5%と最も高くなっています。



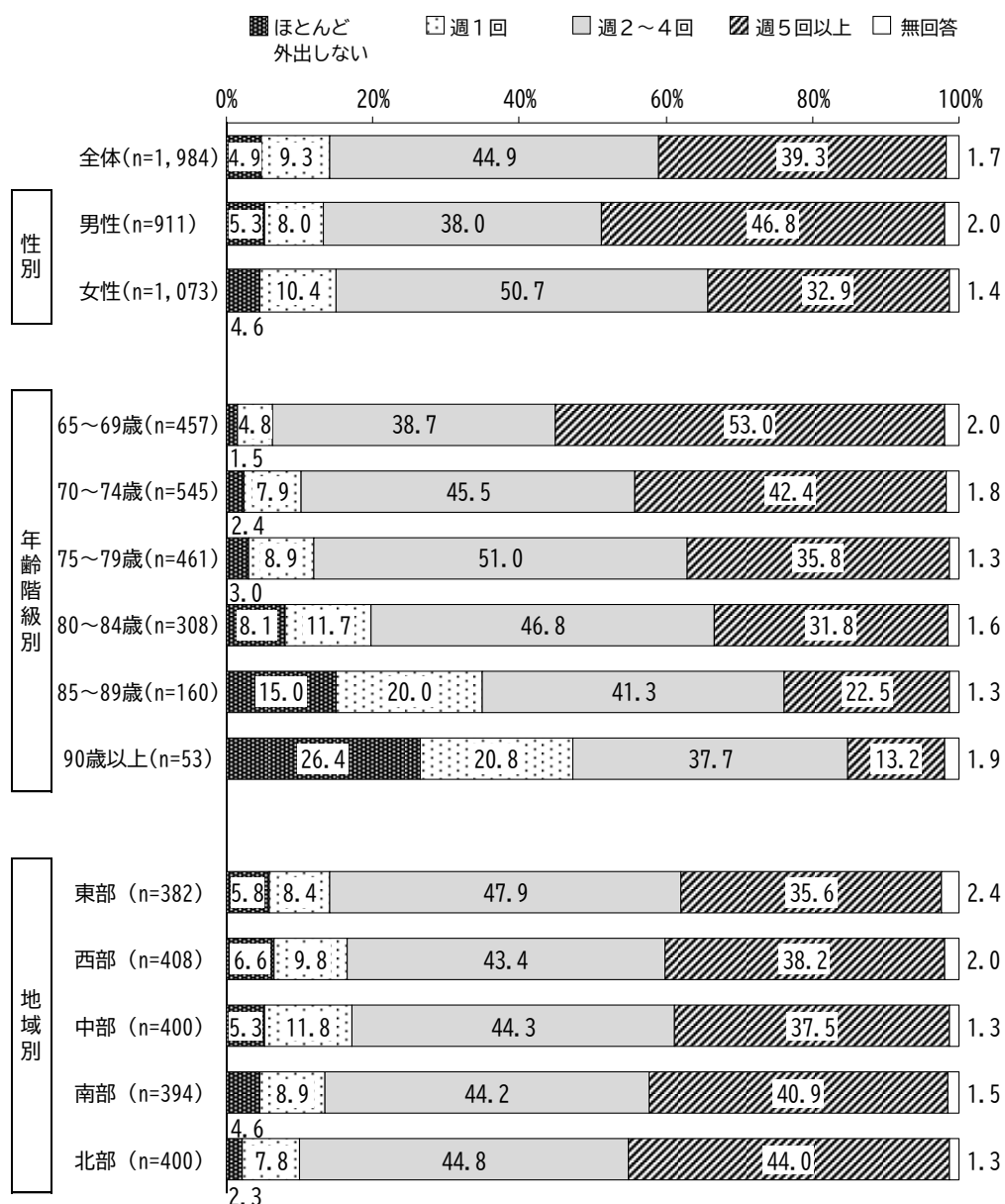
### (3) 外出

問2 (6) 週に1回以上は外出していますか (○は1つ)

全体では、「週2～4回」が44.9%と最も高く、次いで「週5回以上」が39.3%、「週1回」が9.3%、「ほとんど外出しない」が4.9%となっています。

性別に見ると、「週5回以上」は女性よりも男性の方が13.9ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「ほとんど外出しない」の割合が高くなる傾向が見られます。



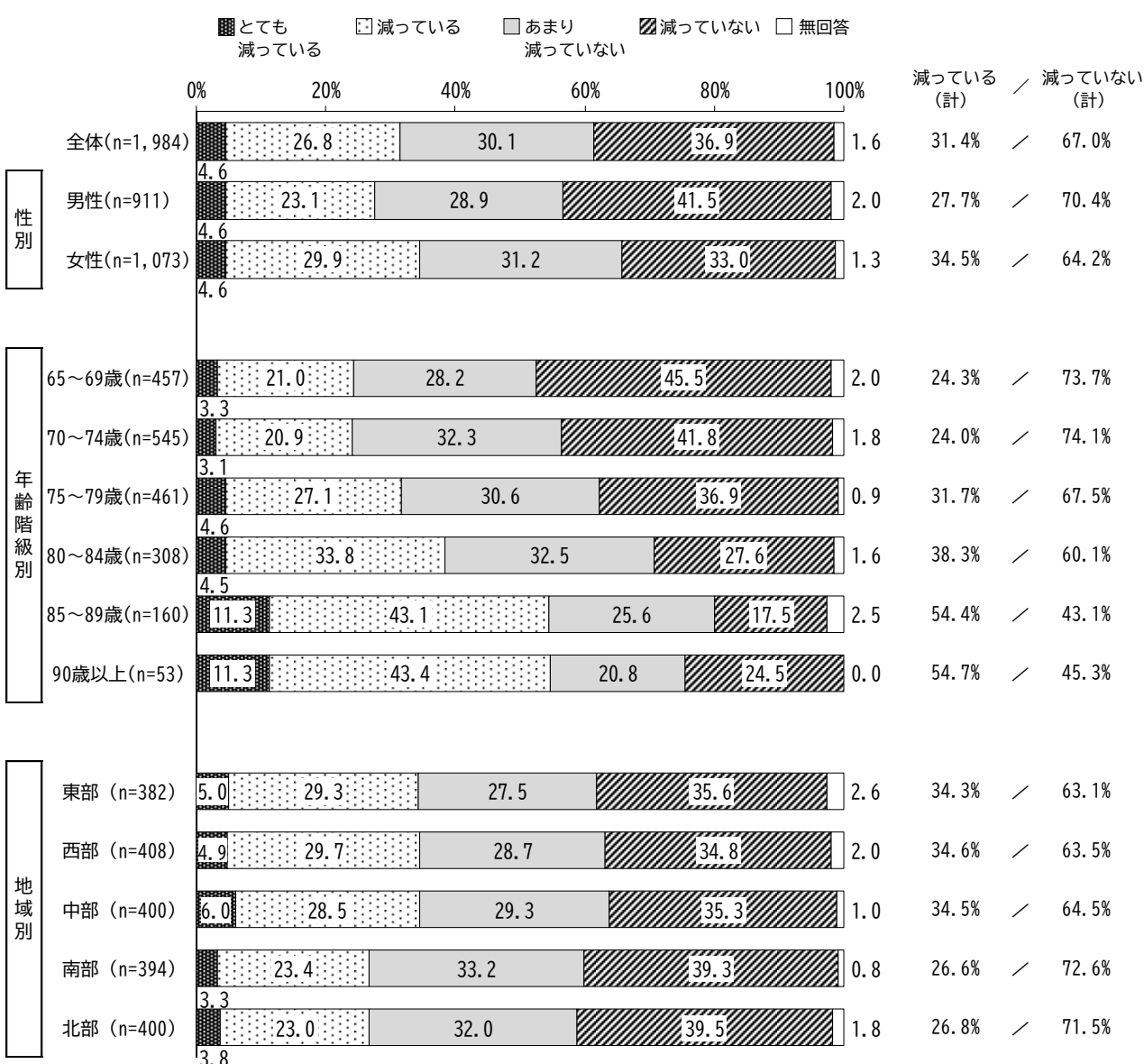
問2（7）昨年と比べて外出の回数が減っていますか（○は1つ）

全体では、「あまり減っていない」（30.1％）と「減っていない」（36.9％）を合わせた「減っていない方」は 67.0％と、「とても減っている」（4.6％）と「減っている」（26.8％）を合わせた「減っている方」（31.4％）の割合を 35.6 ポイント上回っています。

性別に見ると、「減っている方」は男性よりも女性の方が6.8 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「減っている方」の割合が高くなっています。

地域別に見ると、「減っている方」の割合は東部、西部、中部では 34％台であるのに対し、南部と北部では 26％台と低くなっています。



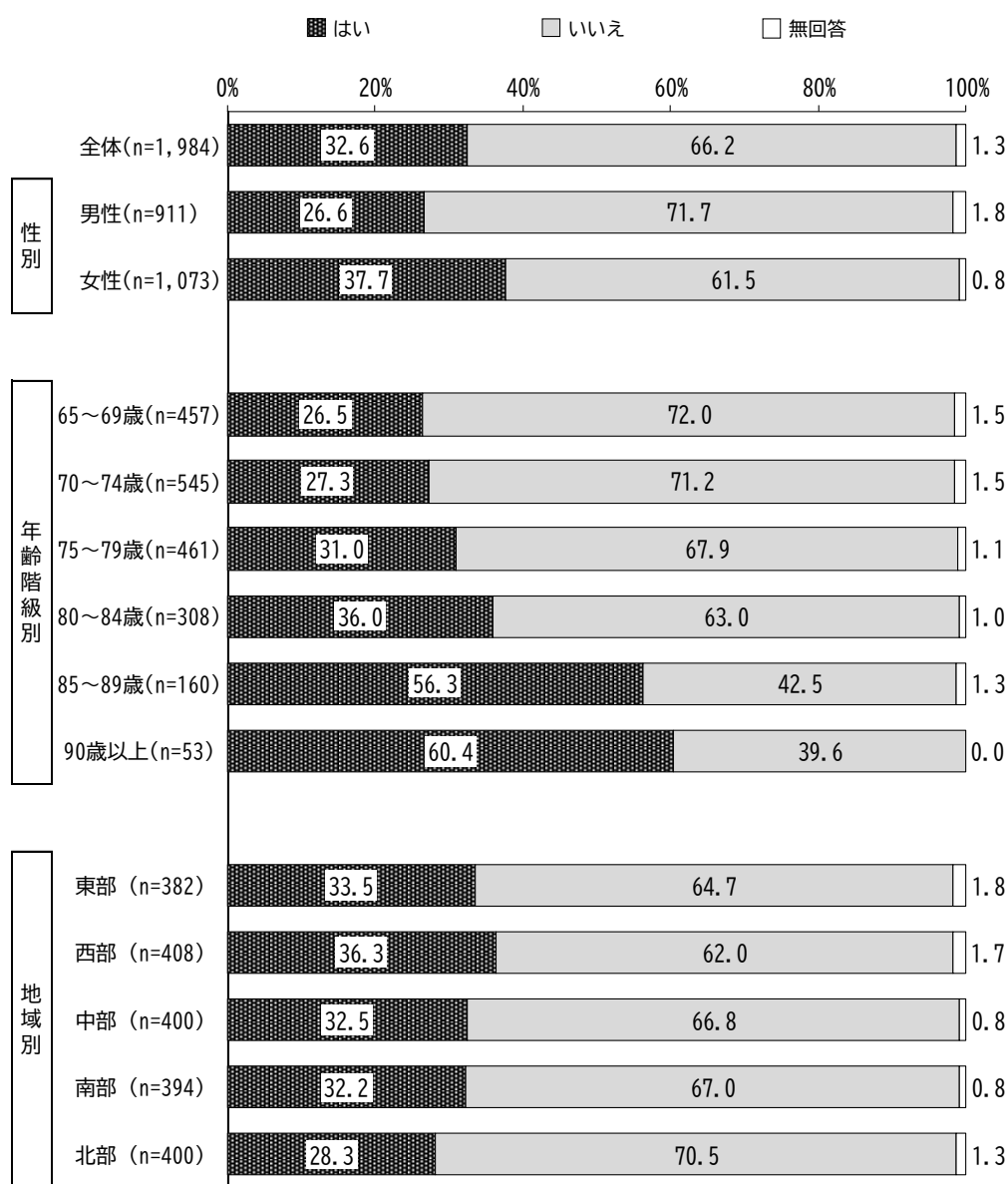
問 2（8）外出を控えていますか（○は1つ）

全体では、「いいえ」が66.2%、「はい」が32.6%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が11.1ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「はい」の割合が高くなる傾向が見られます。

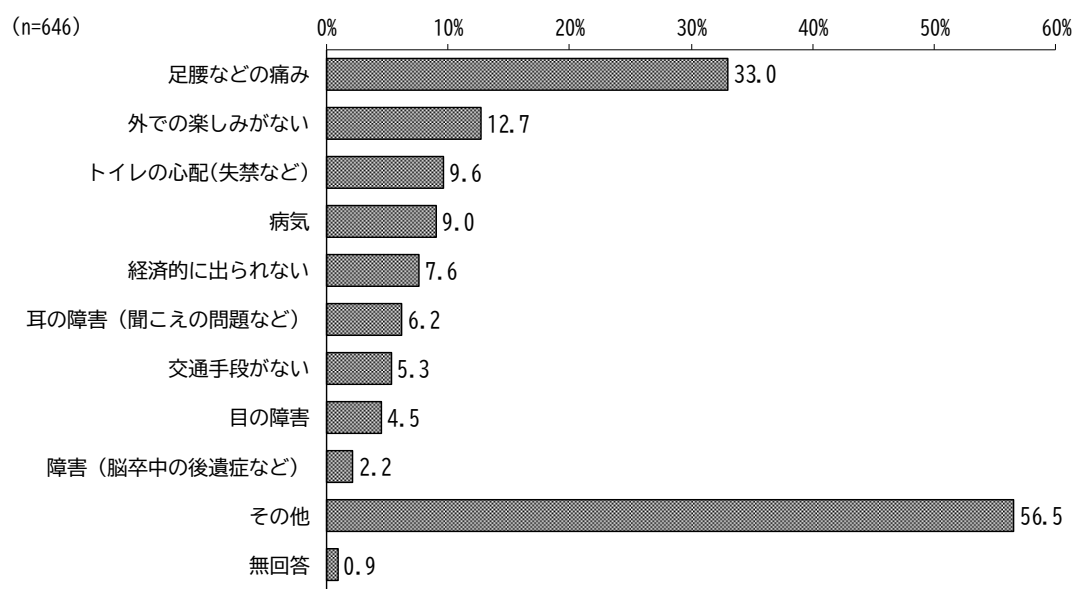
地域別に見ると、「はい」の割合は西部で36.3%と最も高くなっています。



問2（8）①外出を控えている理由は、次のどれですか（○はいくつでも）

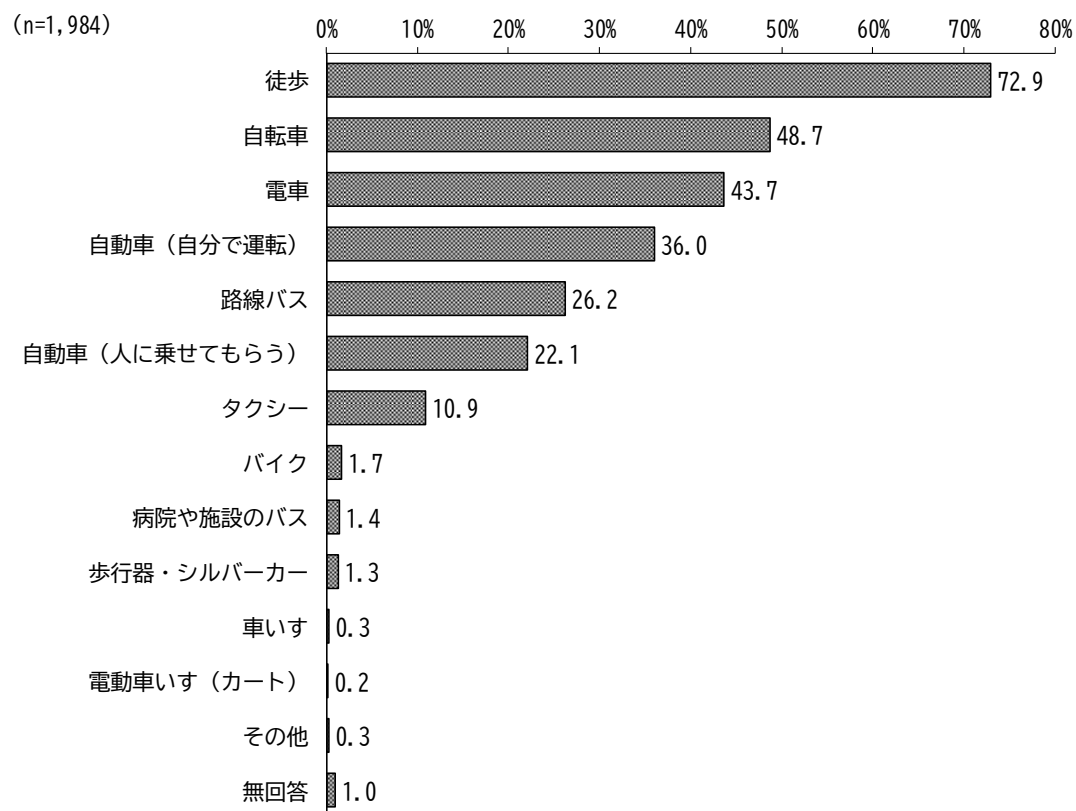
外出を控えていると回答した 646 人にその理由についてたずねたところ、「足腰の痛み」が 33.0%と最も高く、次いで「外での楽しみがない」（12.7%）、「トイレの心配（失禁など）」（9.6%）、「病気」（9.0%）、「経済的に出られない」（7.6%）などと続いています。

なお、「その他」としては新型コロナウイルス感染症に関する回答が多く見られました。



問 2（9）外出する際の移動手段は何ですか（○はいくつでも）

「徒歩」が 72.9%と最も高く、次いで「自転車」(48.7%)、「電車」(43.7%)、「自動車（自分で運転）」(36.0%)、「路線バス」(26.2%)などと続いています。



## 4 栄養・口腔

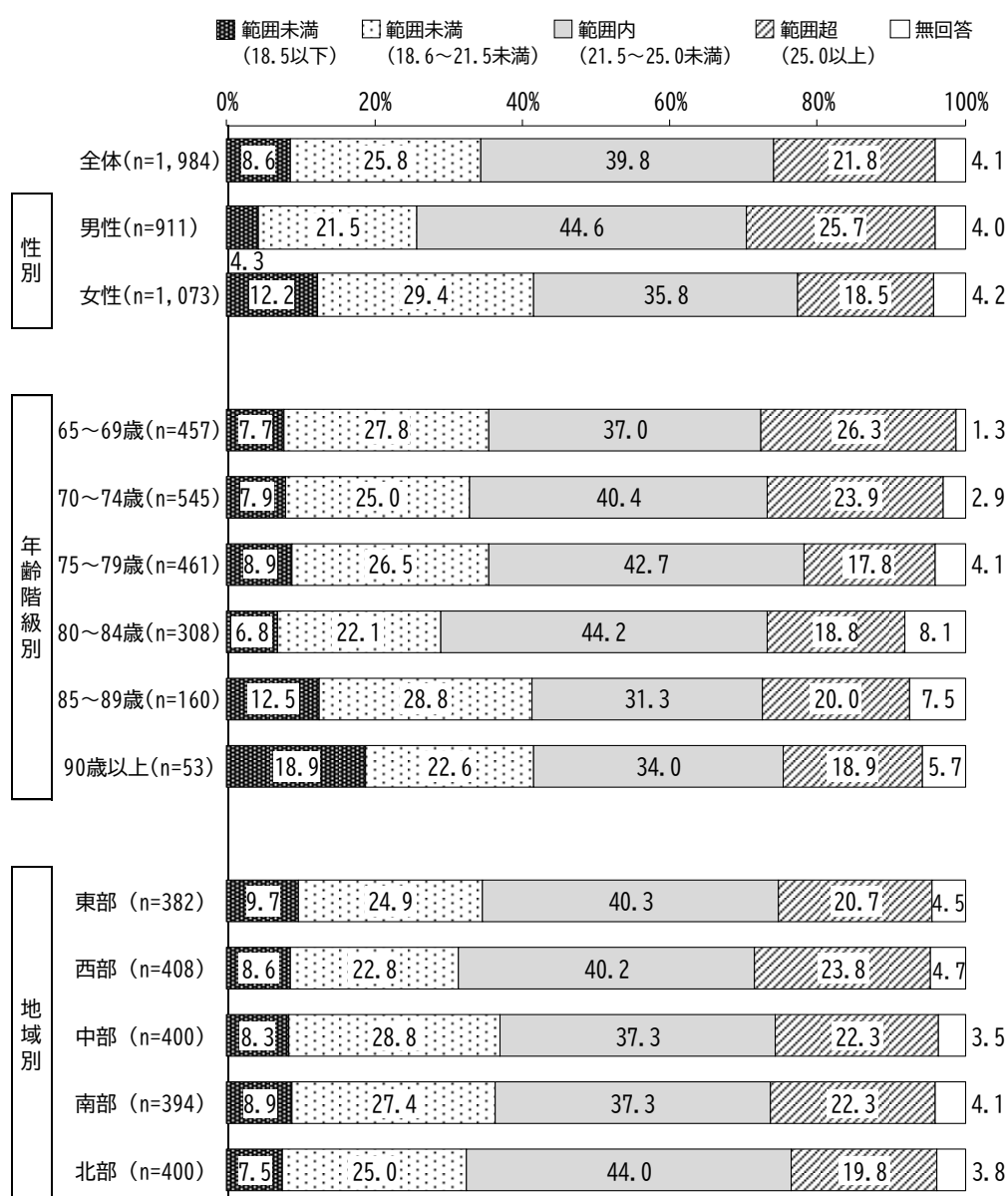
### (1) 身長・体重（BMI）

#### 問3（1）身長・体重（数字を記入）

身長と体重から算出されるBMIについて見ると、全体では「範囲内（21.5～25.0未満）」が39.8%と最も高く、次いで「範囲未満（18.6～21.5未満）」が25.8%、「範囲超（25.0以上）」が21.8%、「範囲未満（18.5以下）」が8.6%となっています。

性別に見ると、「範囲未満（18.5以下）」は男性よりも女性の方が7.9ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、85歳以上では「範囲未満（18.5以下）」が1割を超え、90歳以上（18.9%）では2割近くとなっています。



※BMI：「体重(kg)÷(身長(m)×身長(m))」で算出される体重（体格）の指標。厚生労働省「日本人の食事摂取基準」では、65歳以上の目標とするBMIの範囲を21.5～24.9としています。

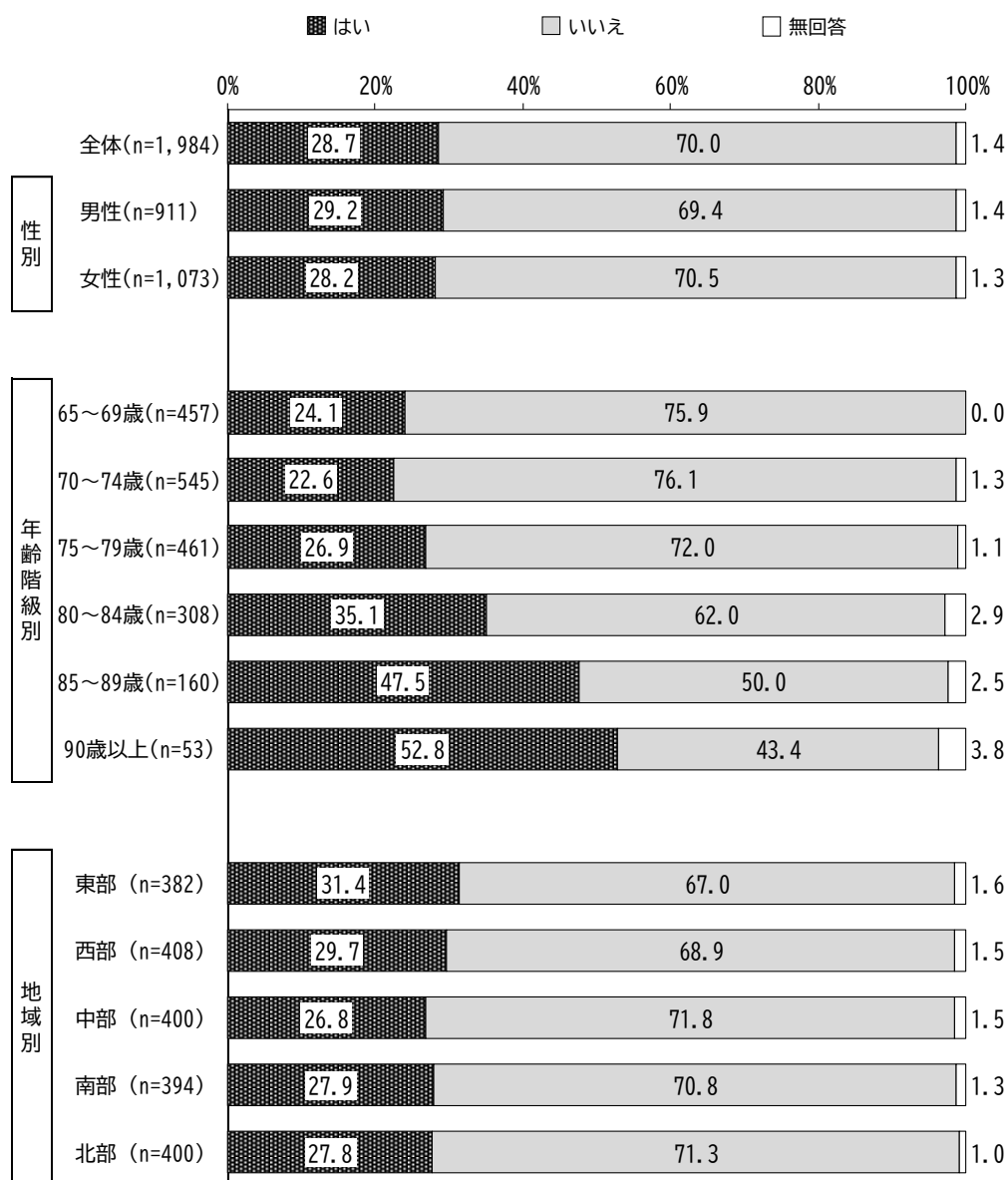


## (2) 口腔機能

問3 (2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が70.0%、「はい」が28.7%となっています。

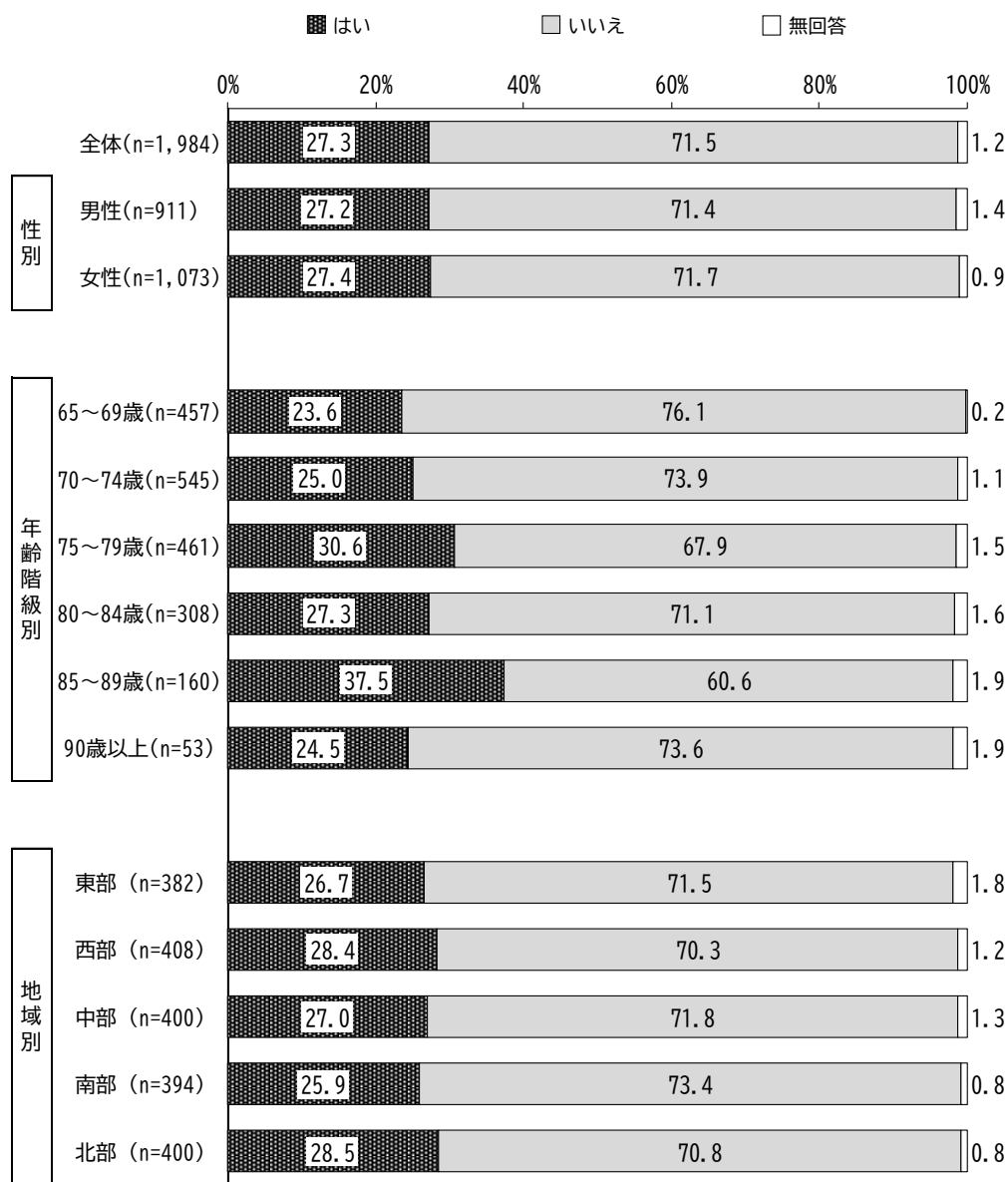
年齢階級別に見ると、70 歳以上では年齢が高くなるほど「はい」の割合が高くなる傾向が見られます。



問3（3）お茶や汁物等でむせることがありますか（○は1つ）

全体では、「いいえ」が71.5%、「はい」が27.3%となっています。

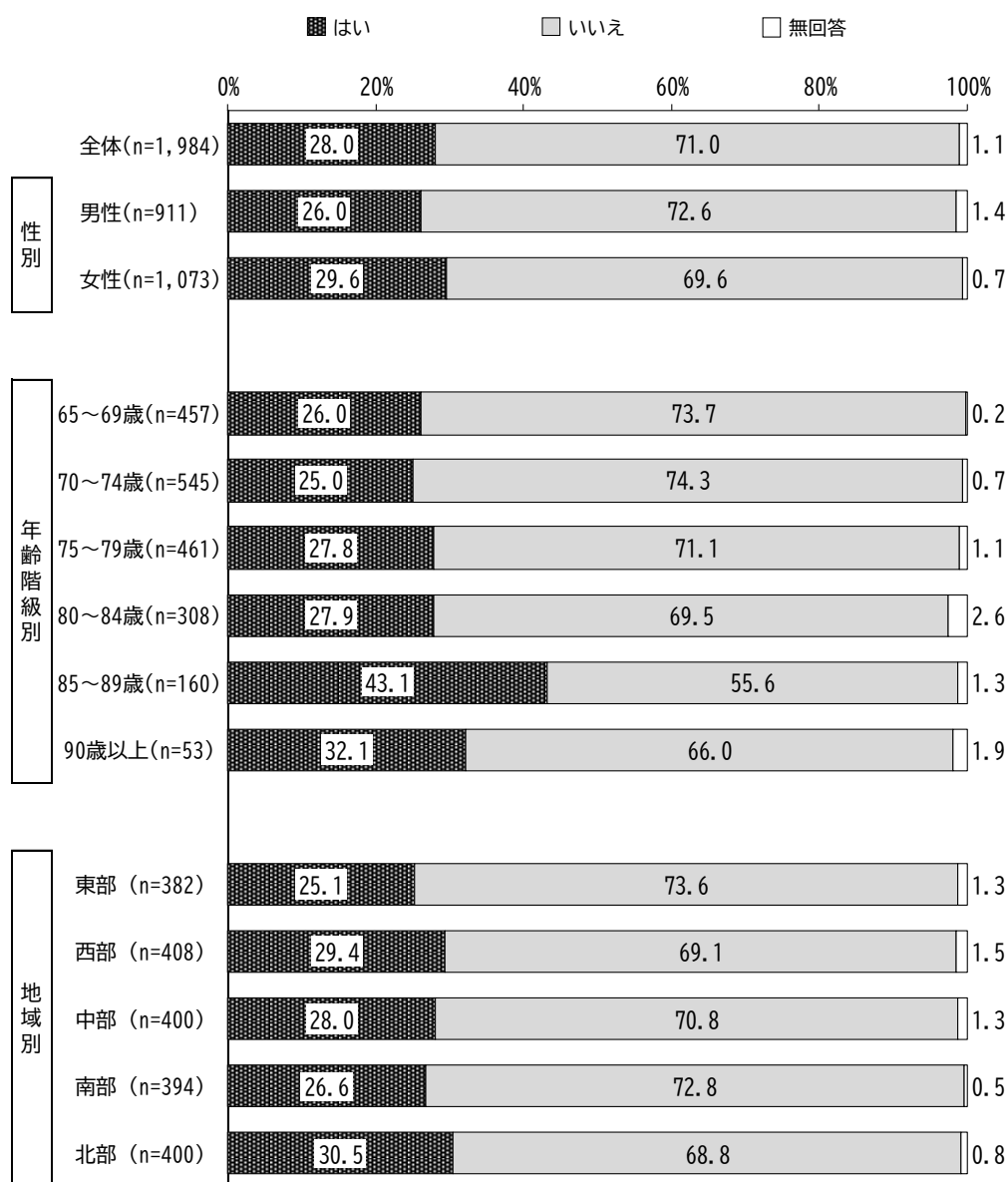
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳で37.5%と最も高くなっています。



問3（4）口の渇きが気になりますか（○は1つ）

全体では、「いいえ」が71.0%、「はい」が28.0%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳で43.1%と最も高くなっています。

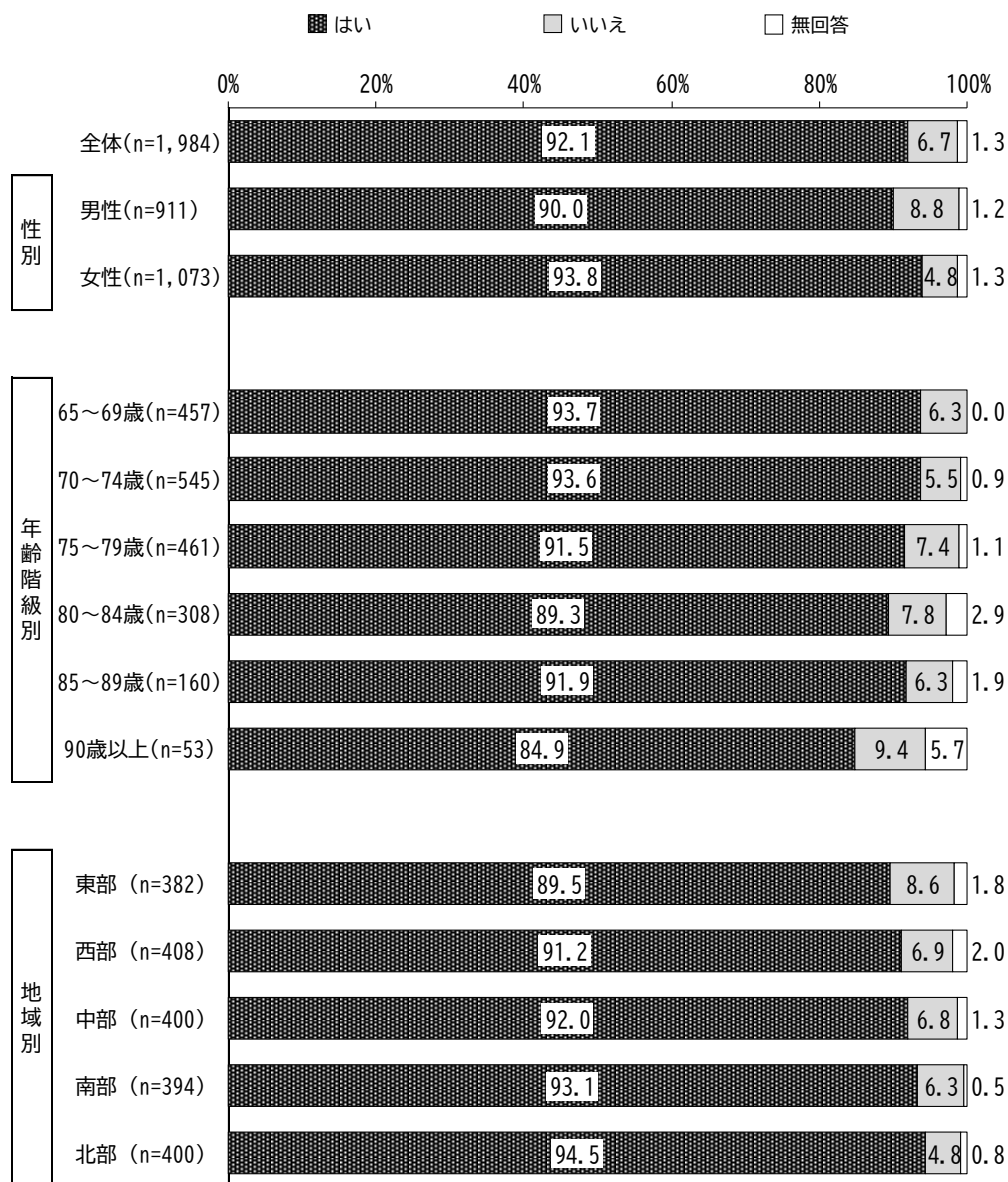


### (3) 歯の状態や食事について

問3 (5) 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか（○は1つ）

全体では、「はい」が92.1%、「いいえ」が6.7%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は90歳以上で84.9%と最も低くなっています。

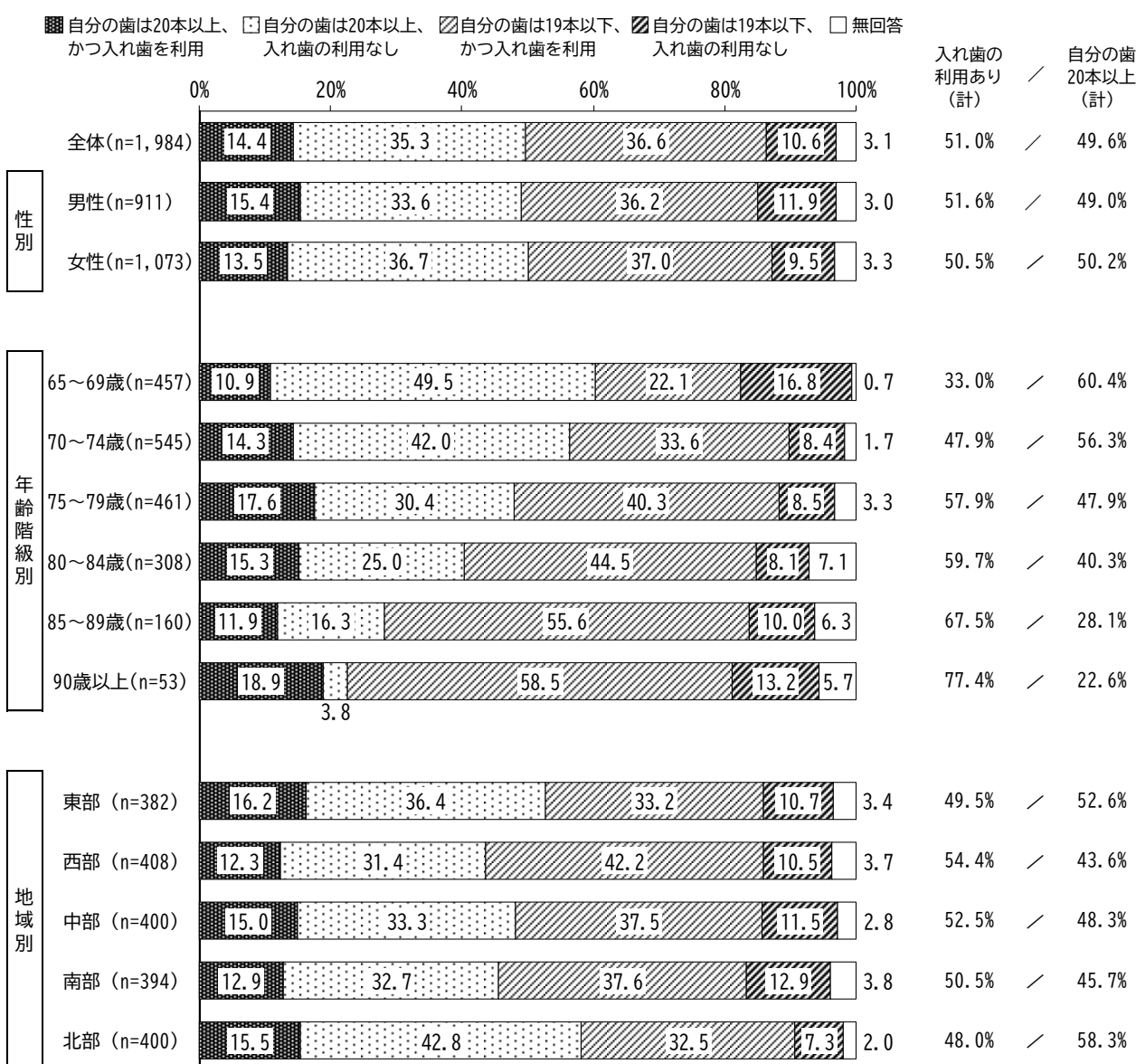


問3（6）歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください（○は1つ）  
（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です）

全体では、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」（36.6%）と「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」（35.3%）がほぼ同程度、次いで「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」（14.4%）、「自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし」（10.6%）となっています。

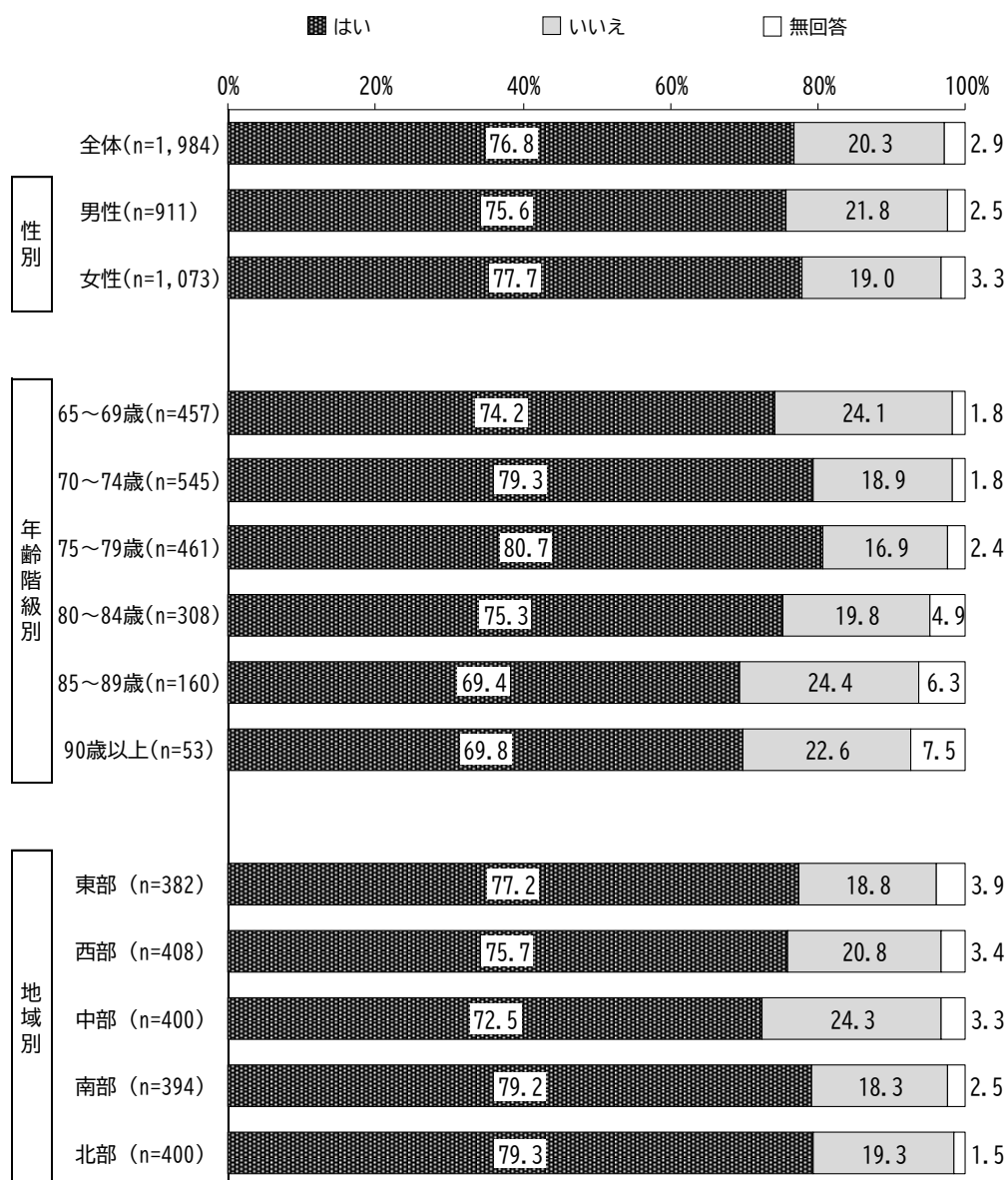
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど自分の歯が20本以上ある人の割合は低くなり、75歳以上では入れ歯を利用している人が半数を超えています。

地域別に見ると、自分の歯が20本以上ある人の割合は北部で58.3%と最も高く、西部で43.6%と最も低くなっています。



問3（6）① 噛み合わせは良いですか（○は1つ）

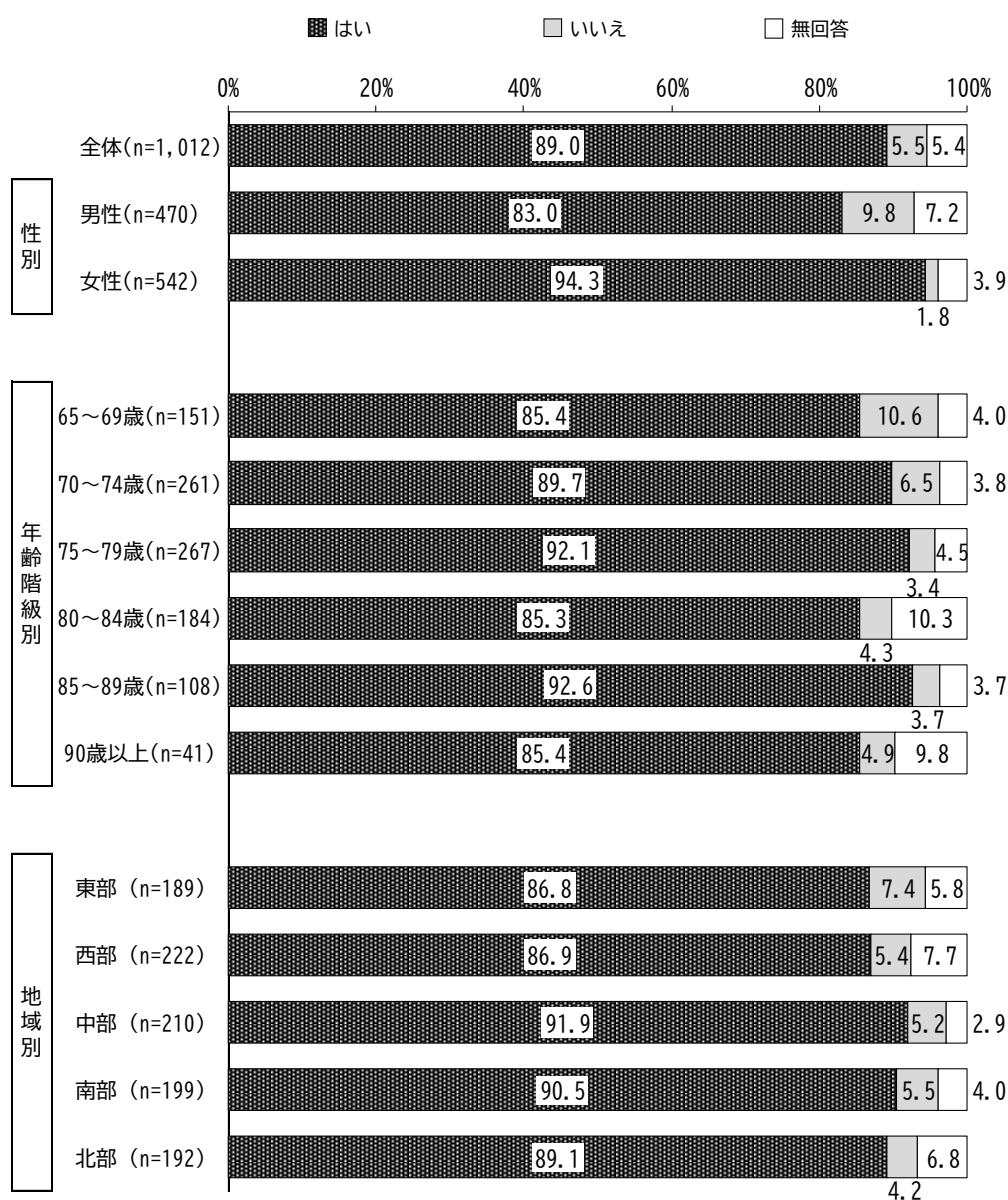
全体では、「はい」が76.8%、「いいえ」が20.3%となっています。  
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85歳以上で7割を下回っています。  
 地域別に見ると、「はい」の割合は中部で72.5%と最も低くなっています。



問3（6）② 毎日入れ歯の手入れをしていますか（○は1つ）

入れ歯を利用していると回答した 1,012 人に、毎日入れ歯の手入れをしているかたずねたところ、「はい」が89.0%、「いいえ」が5.5%となっています。

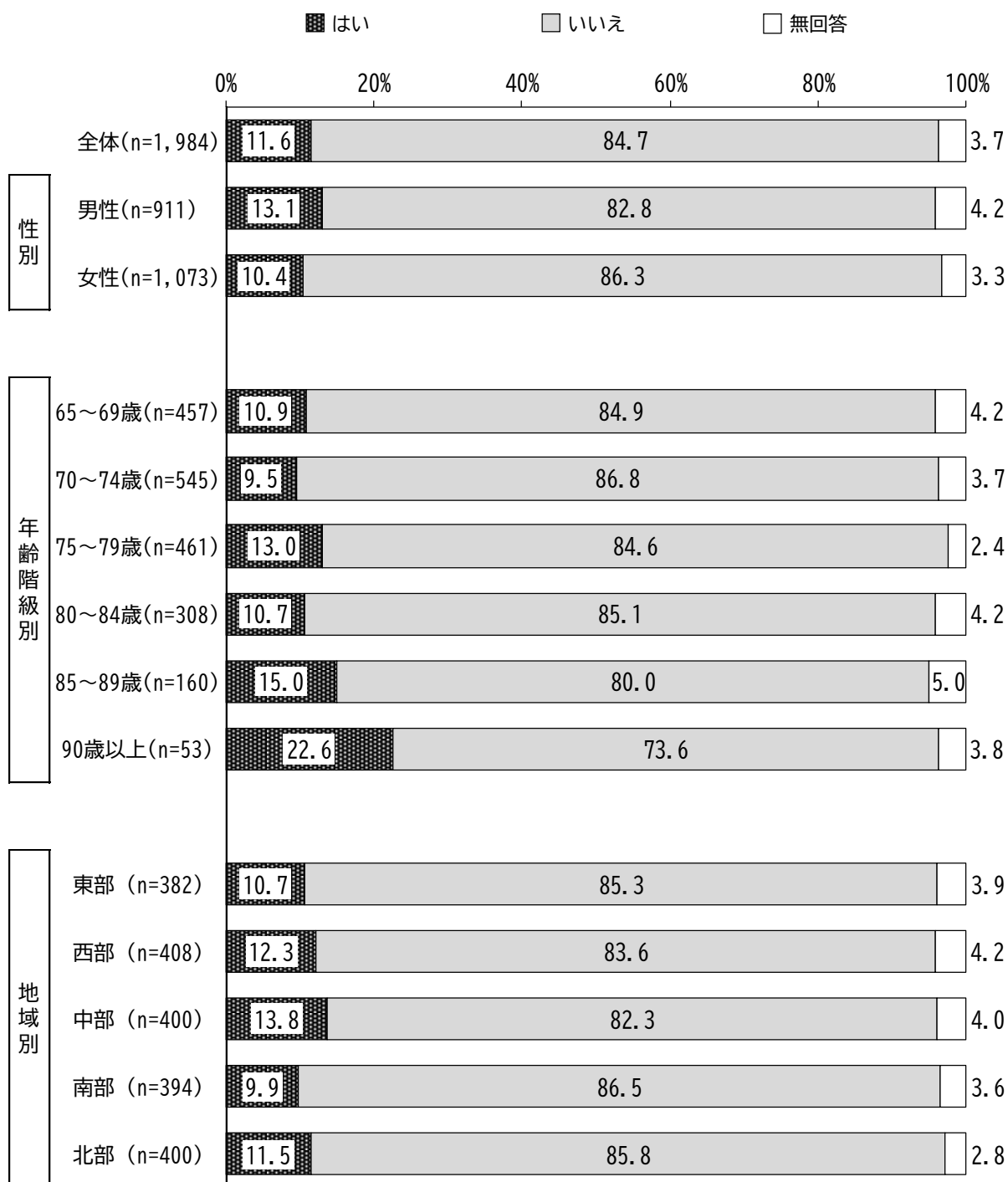
性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が11.3ポイント高くなっています。  
年齢階級別に見ると、「いいえ」の割合は65～69歳（10.6%）で1割を超えています。



問3（7）6か月間で2～3 kg 以上の体重減少がありましたか（○は1つ）

全体では、「いいえ」が84.7%、「はい」が11.6%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は90歳以上で22.6%と最も高くなっています。



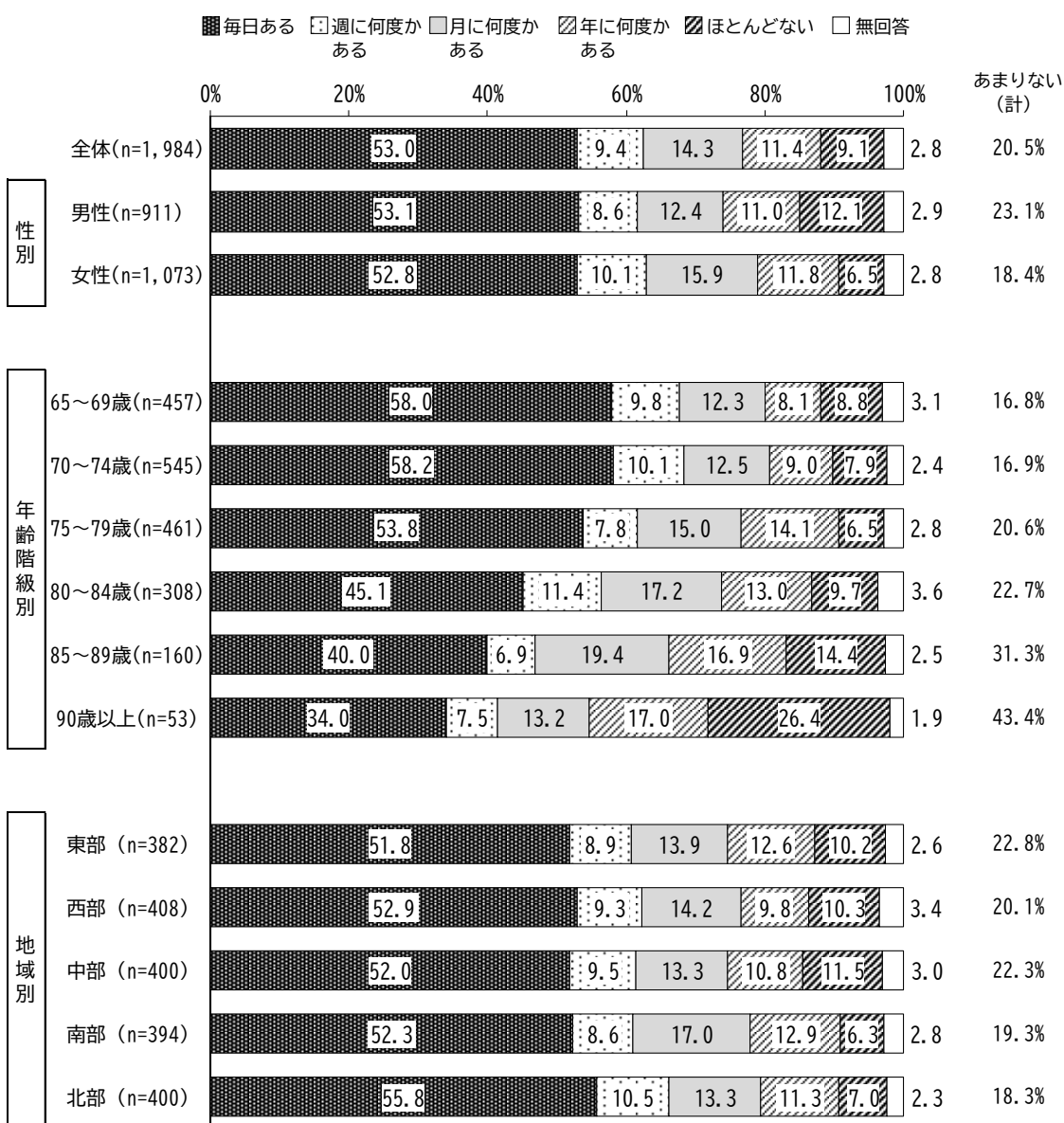


問3（8）どなたかと食事をとにもする機会がありますか（○は1つ）

全体では、「毎日ある」が53.0%と最も高く、次いで「月に何度かある」(14.3%)、「年に何度かある」(11.4%)、「週に何度かある」(9.4%)と続き、「ほとんどない」は9.1%となっています。

性別に見ると、「年に何度かある」と「ほとんどない」を合計した「あまりない方」は女性よりも男性の方が4.7ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「あまりない方」の割合が高くなる傾向があり、90歳以上では「ほとんどない」が26.4%と最も高くなっています。

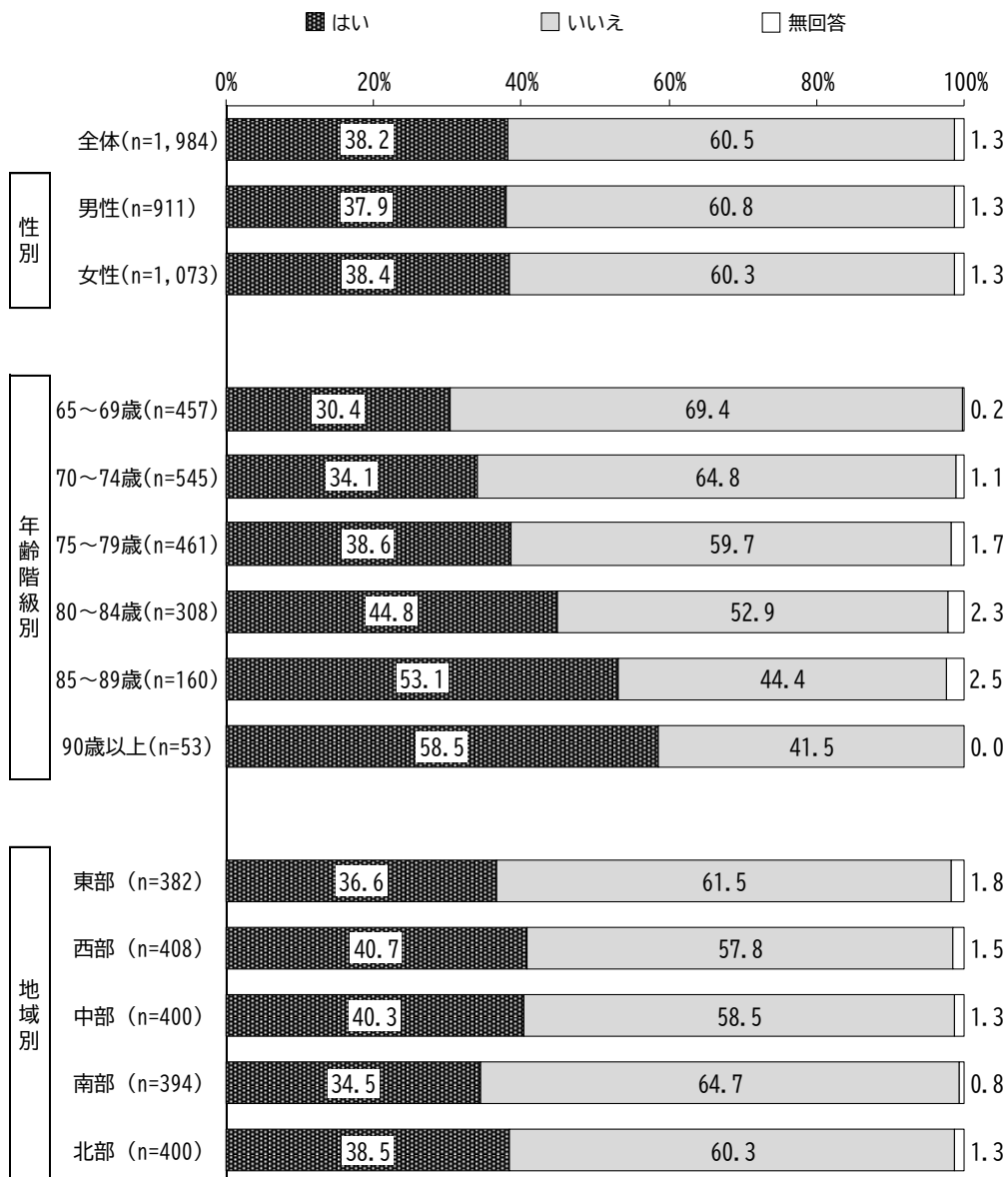


## 5 日常生活

### (1) 認知機能

問4 (1) 物忘れが多いと感じますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が60.5%、「はい」が38.2%となっています。  
 年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「はい」の割合が高くなる傾向が見られます。  
 地域別に見ると、「はい」の割合は南部で34.5%と最も低くなっています。

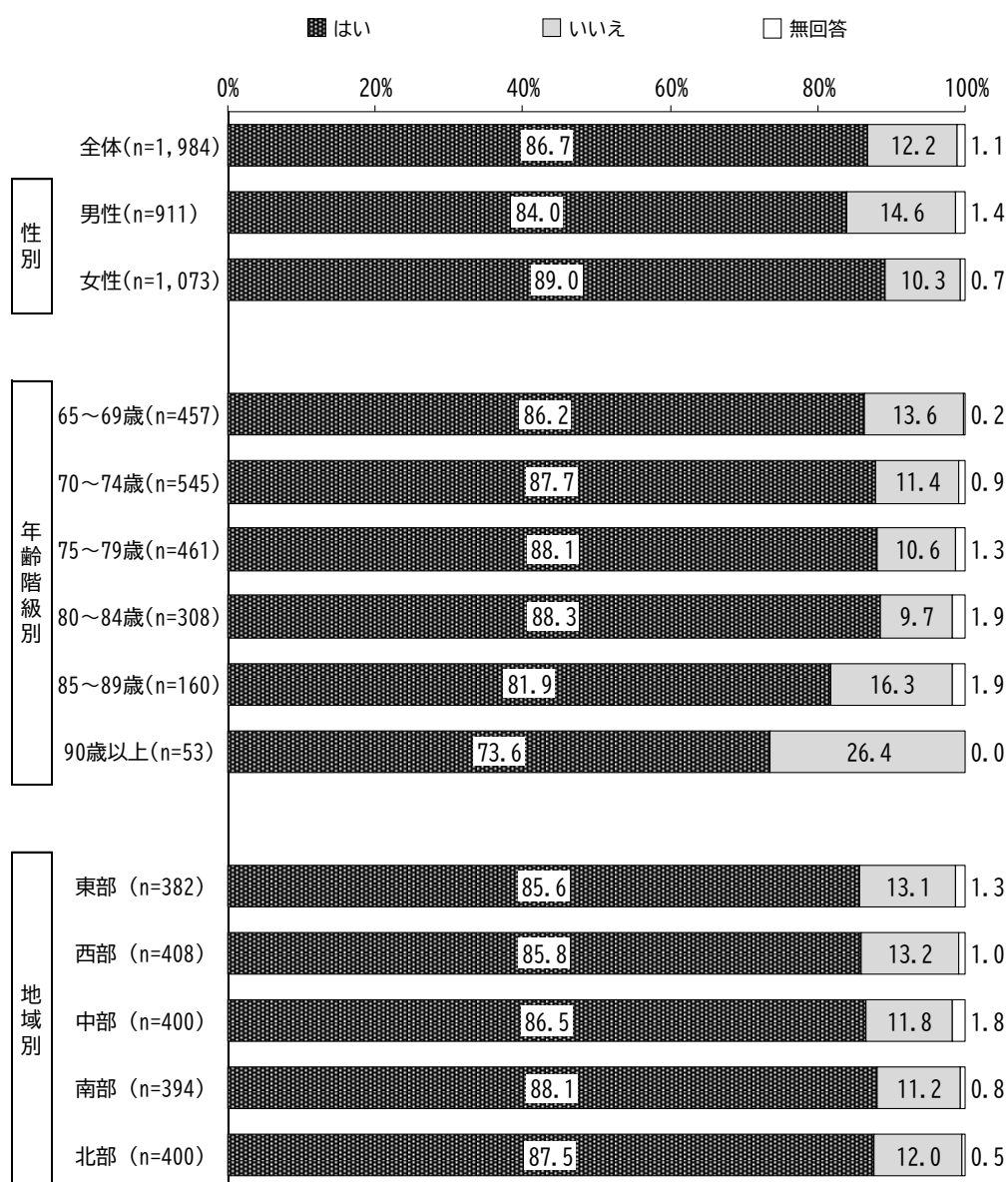


問４（２）自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか（○は１つ）

全体では、「はい」が86.7%、「いいえ」が12.2%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が5.0ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は84歳までは8割台後半となっていますが、85～89歳では81.9%、90歳以上では73.6%に低下しています。

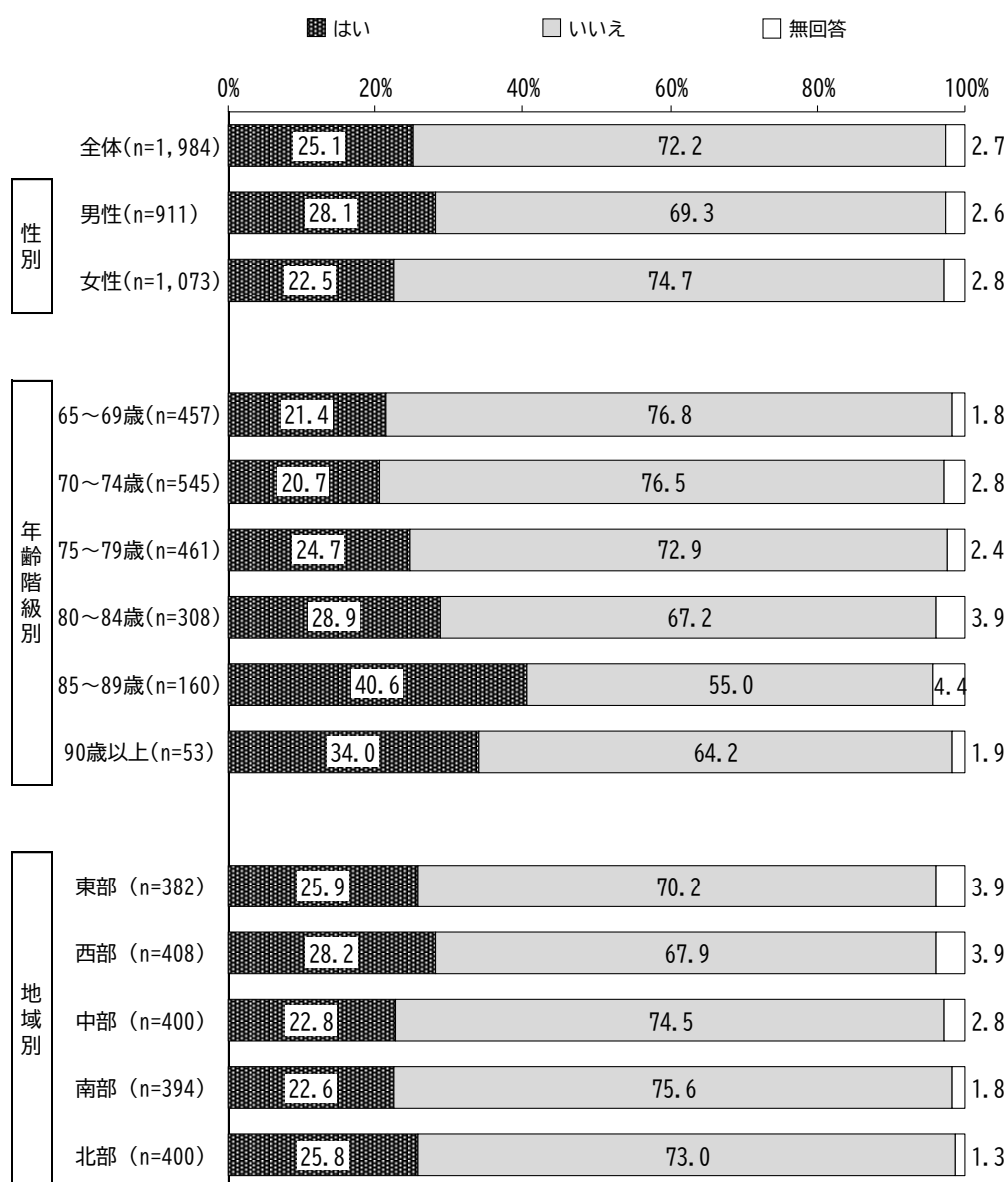


問４（３）今日が何月何日かわからない時がありますか（○は１つ）

全体では、「いいえ」が72.2%、「はい」が25.1%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は女性よりも男性の方が5.6ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は84歳までは2割台となっていますが、85～89歳では40.6%に上昇し、90歳以上でも34.0%となっています。

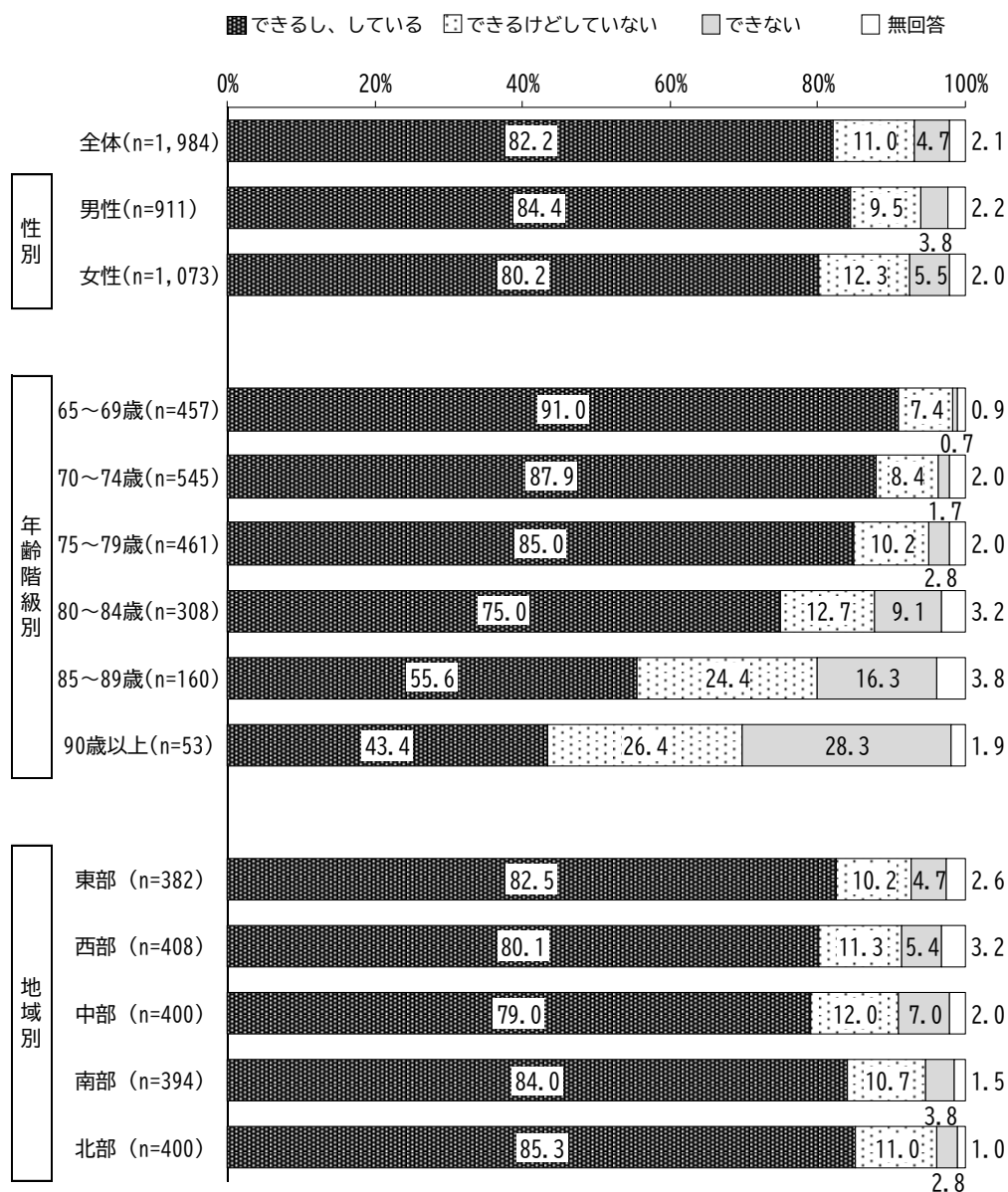


## (2) IADL（手段的日常生活動作）の状況

問4（4）バスや電車を使って1人で外出していますか（○は1つ）

全体では、「できるし、している」が82.2%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が11.0%、「できない」が4.7%となっています。

性別に見ると、「できるし、している」は女性よりも男性の方が4.2ポイント高くなっています。年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。

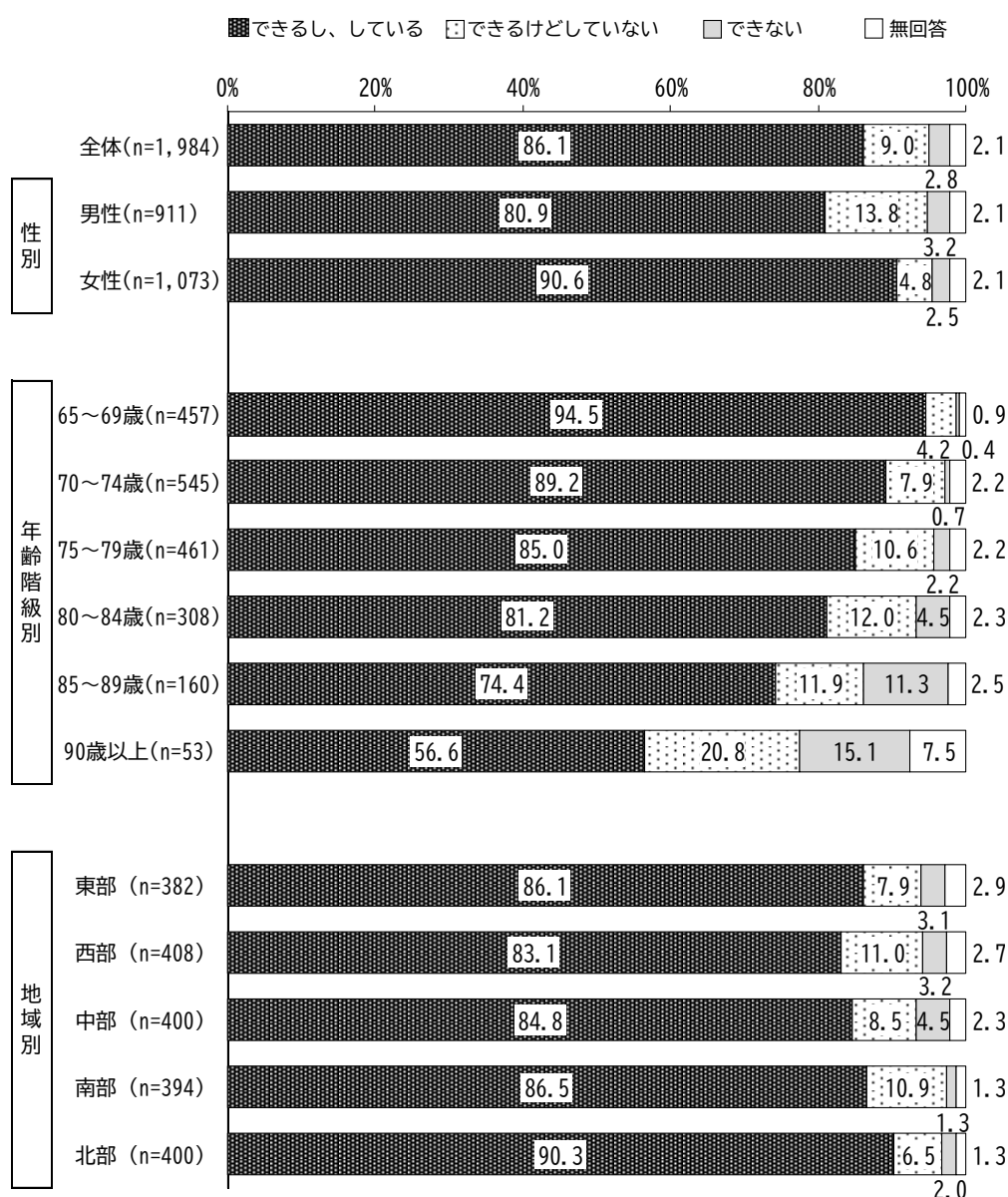


※ IADL：家事をする、買物をする、食事の準備を行うなどの日常生活における応用的な動作のことで、高齢者の自立度を判断するための指標となっています。

問4（5）自分で食品・日用品の買物をしていますか（○は1つ）

全体では、「できるし、している」が 86.1%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 9.0%、「できない」が 2.8%となっています。

性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が 9.7 ポイント高くなっています。年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。

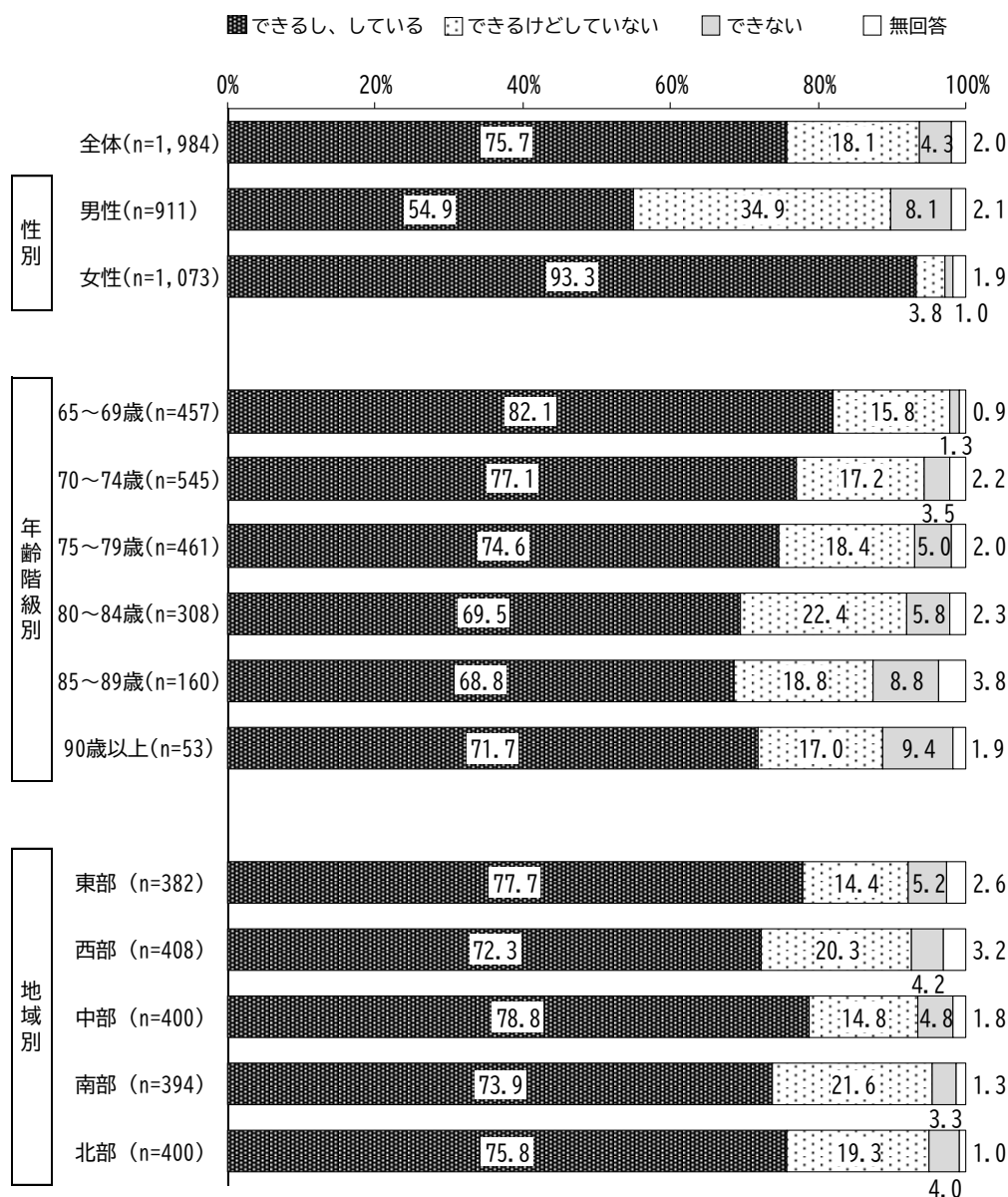


問4（6）自分で食事の用意をしていますか（○は1つ）

全体では、「できるし、している」が75.7%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が18.1%、「できない」が4.3%となっています。

性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が38.4ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。



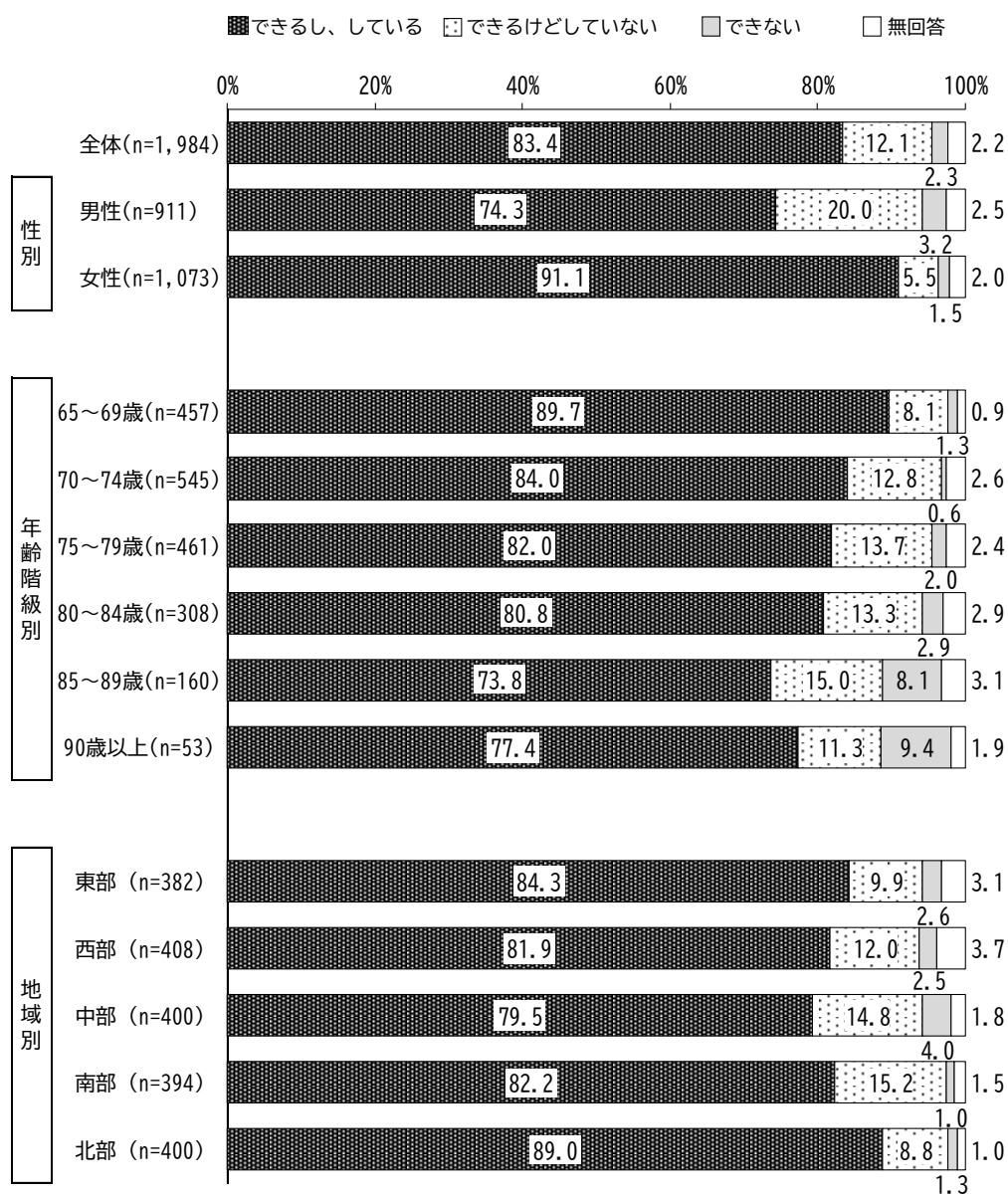
問４（７）自分で請求書の支払いをしていますか（○は１つ）

全体では、「できるし、している」が 83.4%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 12.1%、「できない」が 2.3%となっています。

性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が 16.8 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「できるし、している」の割合は 65～69 歳（89.7%）では約 9 割となっていますが、85 歳以上では 7 割台に低下しています。

地域別に見ると、「できるし、している」の割合は北部で 89.0%と最も高くなっています。



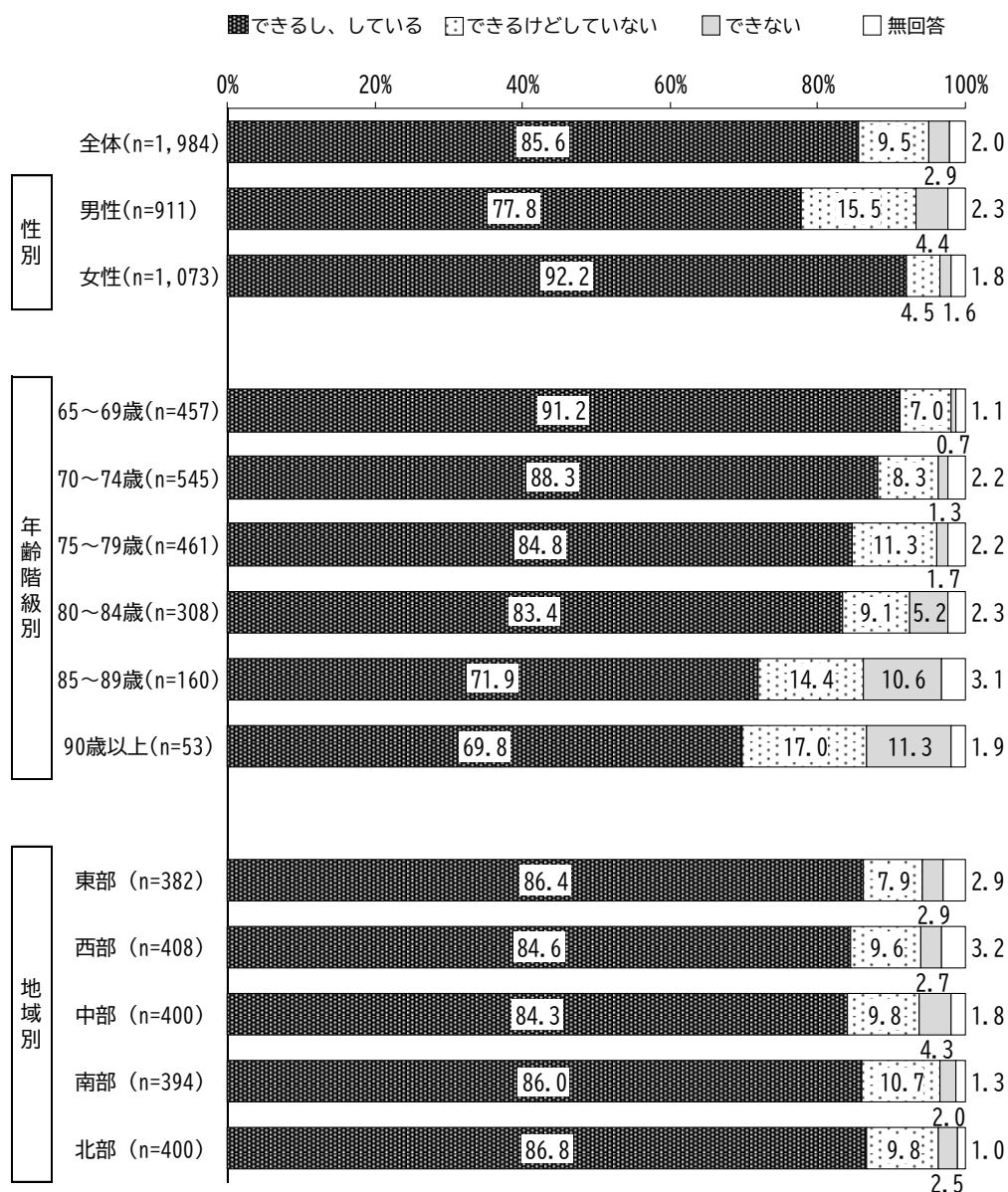


問４（８）自分で預貯金の出し入れをしていますか（○は１つ）

全体では、「できるし、している」が 85.6%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 9.5%「できない」が 2.9%となっています。

性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が 14.4 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。

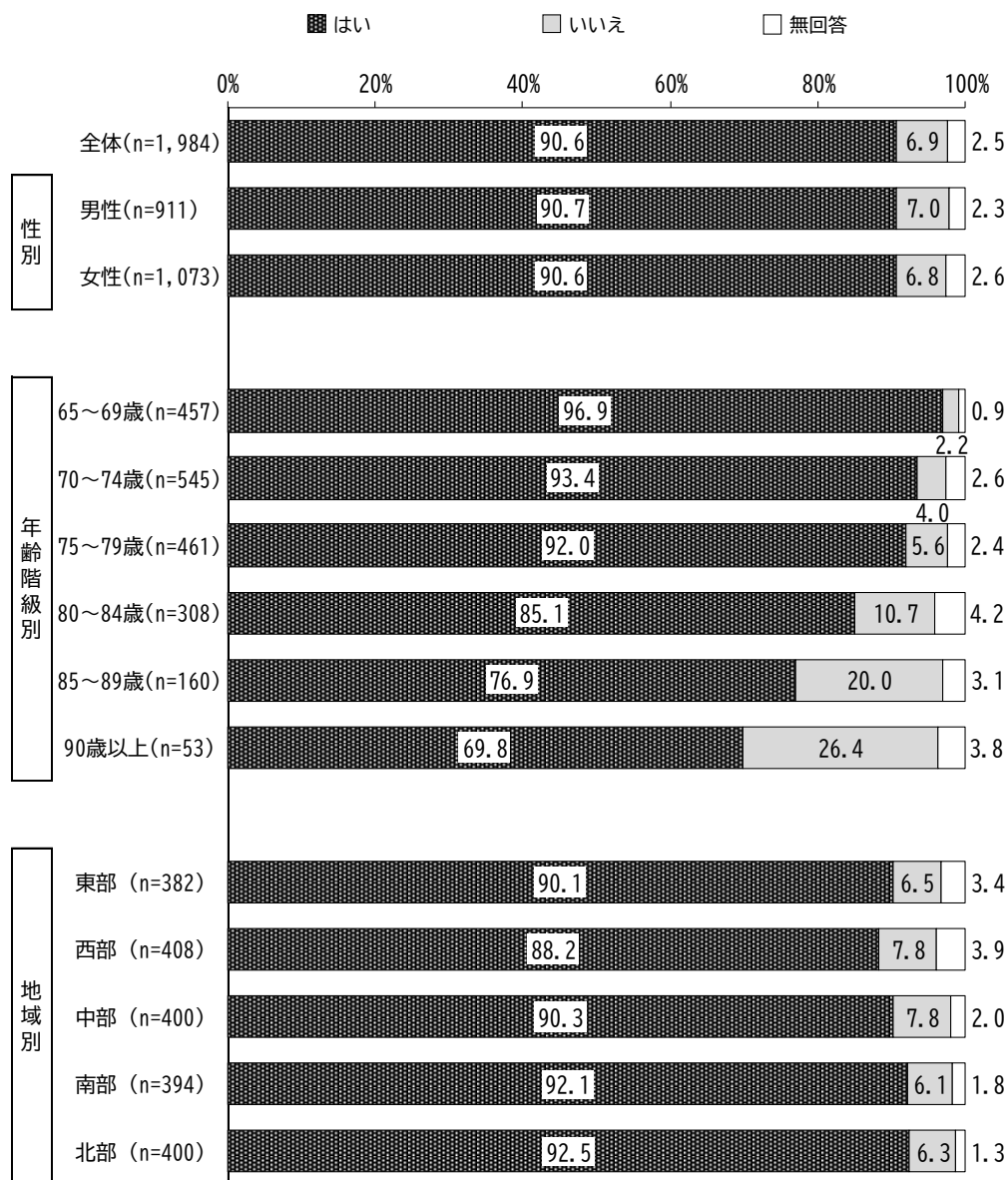


### (3) 知的能動性

問4 (9) 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか（○は1つ）

全体では、「はい」が90.6%、「いいえ」が6.9%となっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「はい」の割合が低くなる傾向が見られます。



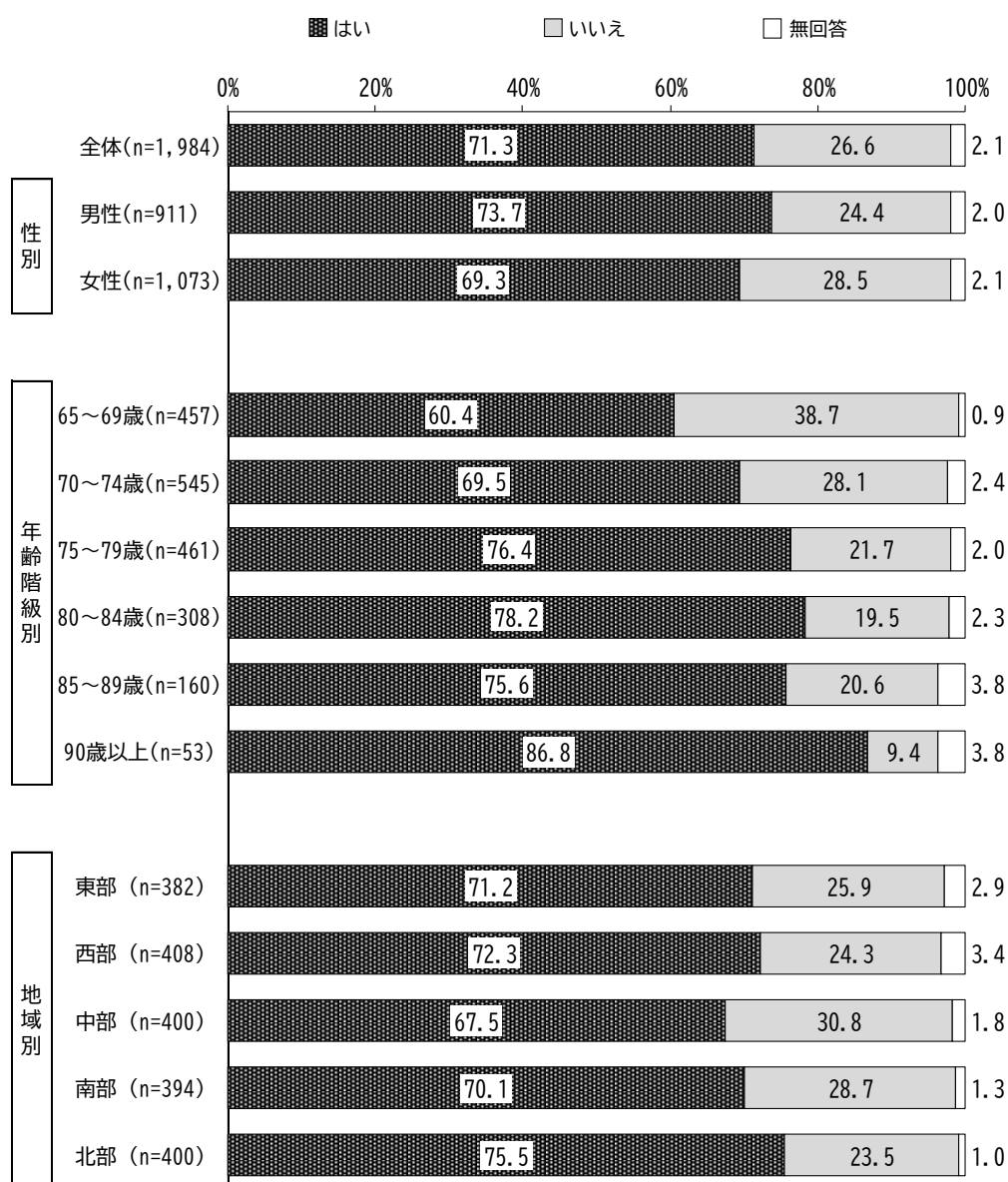
問4 (10) 新聞を読んでいますか (○は1つ)

全体では、「はい」が71.3%、「いいえ」が26.6%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は女性よりも男性の方が4.4ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「はい」の割合が高くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、「はい」の割合は北部で75.5%と最も高くなっています。



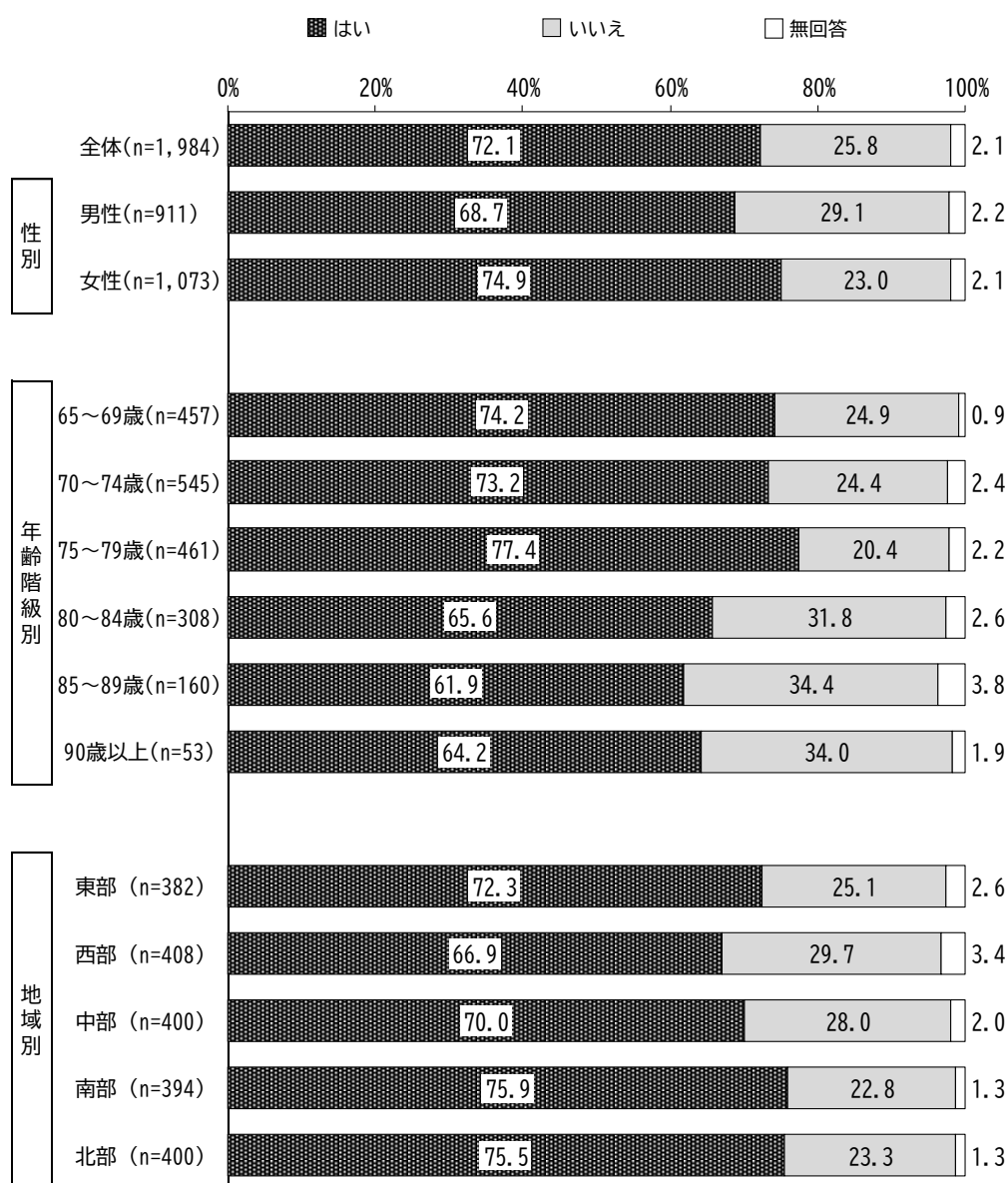
問4 (11) 本や雑誌を読んでいますか (○は1つ)

全体では、「はい」が72.1%、「いいえ」が25.8%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が6.2ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は79歳以下で7割台、80歳以上は6割台となっています。

地域別に見ると、「はい」の割合は西部で66.9%と最も低くなっています。

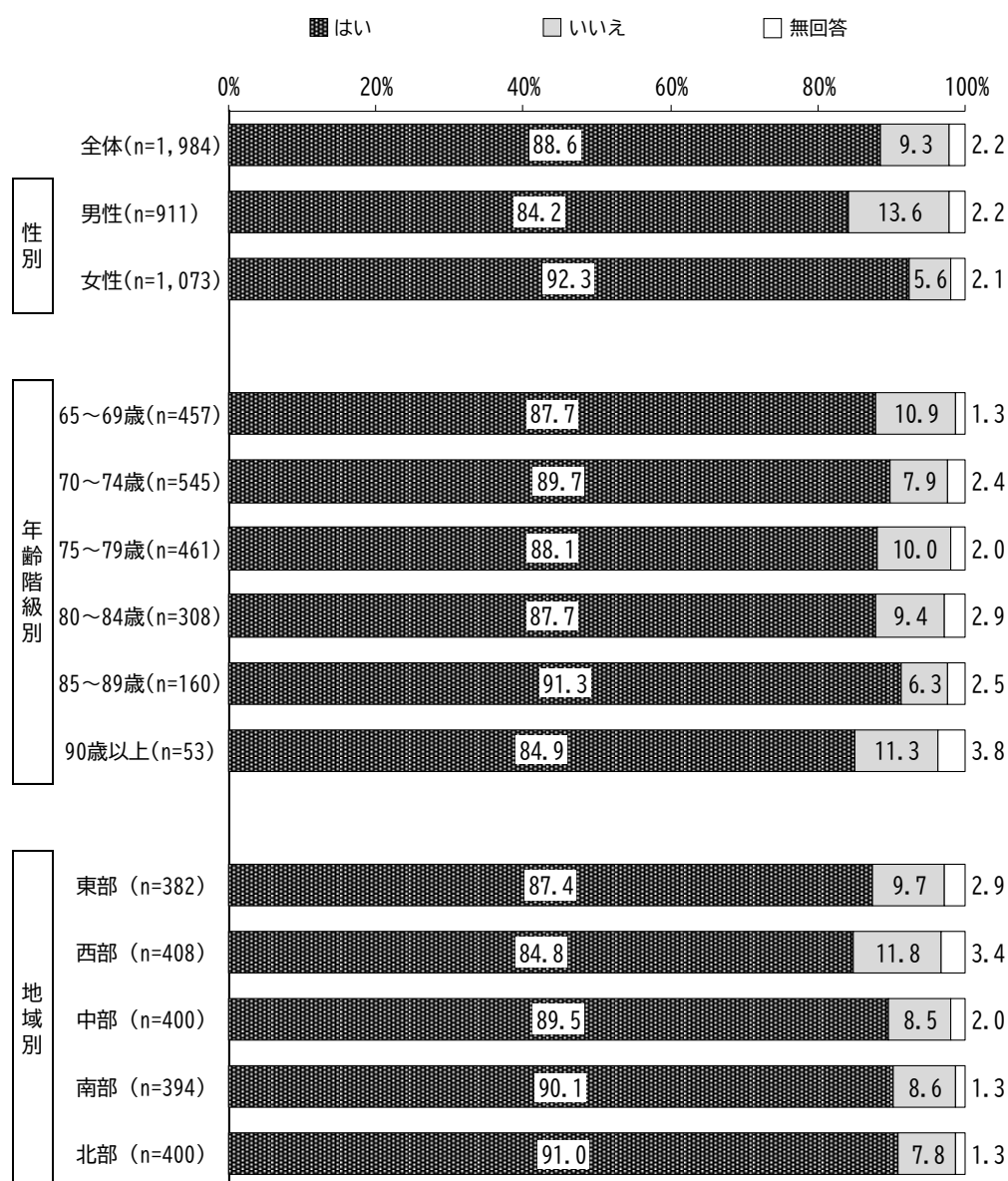


問4 (12) 健康についての記事や番組に関心がありますか (○は1つ)

全体では、「はい」が88.6%、「いいえ」が9.3%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が8.1ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は最も低い90歳以上でも84.9%、89歳以下では9割前後となっています。



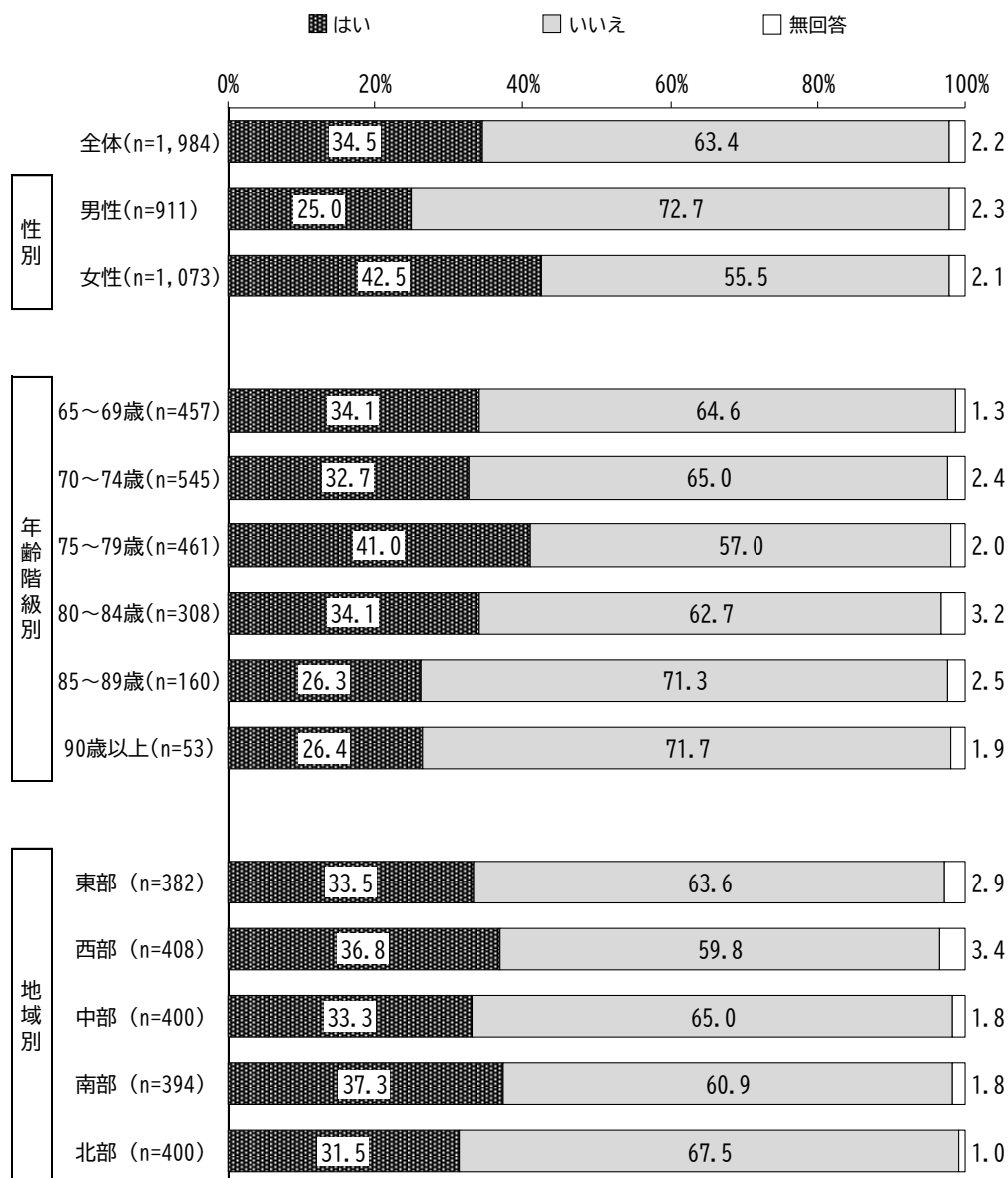
#### (4) 人との交流の状況

問4 (13) 友人の家を訪ねていますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が63.4%、「はい」が34.5%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が17.5ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は75～79歳で41.0%と最も高くなっていますが、85歳以上では2割台に低下しています。

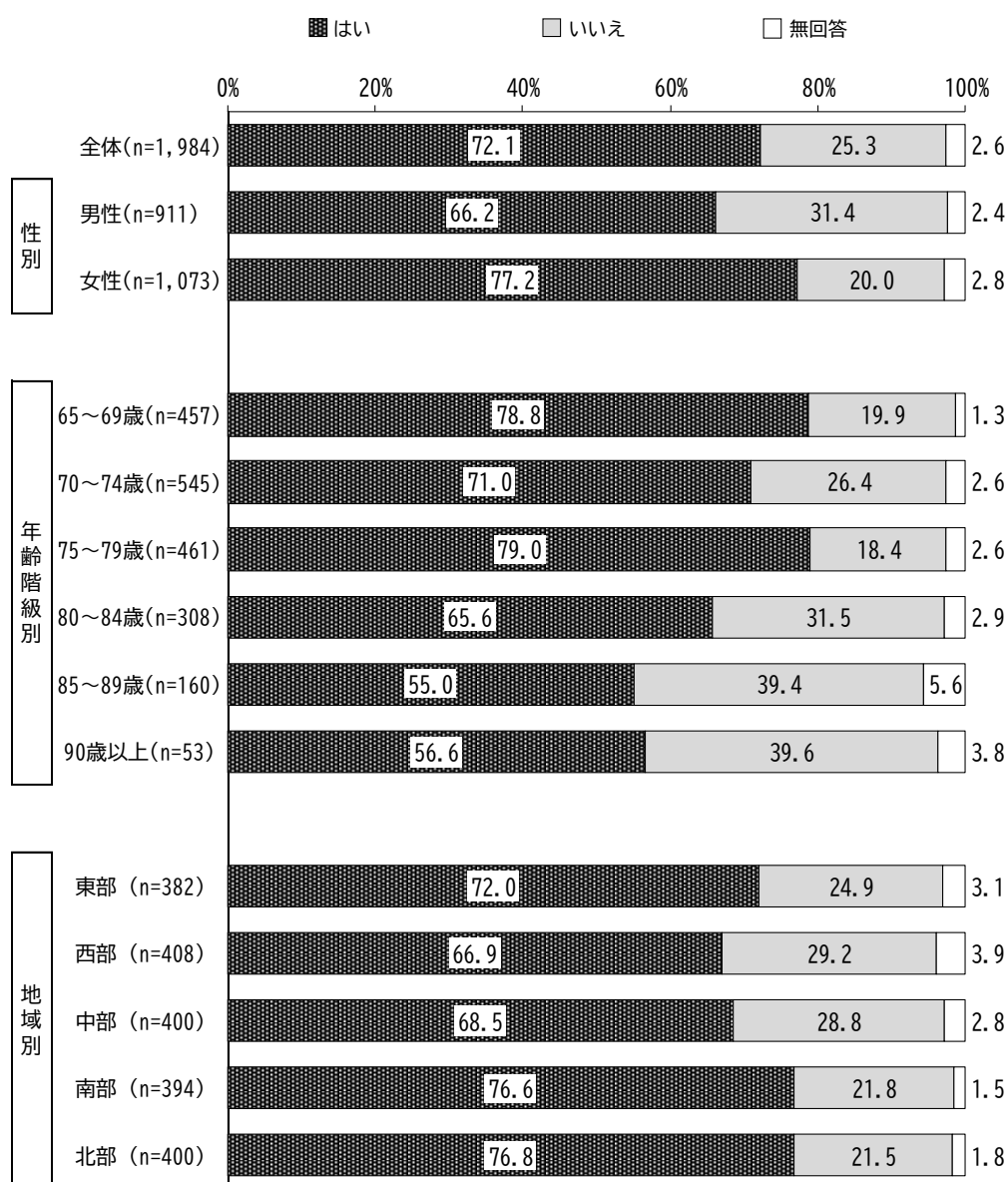


問4 (14) 家族や友人の相談にのっていますか (○は1つ)

全体では、「はい」が72.1%、「いいえ」が25.3%となっています。

性別に見ると、「はい」は男性よりも女性の方が11.0ポイント高くなっています。

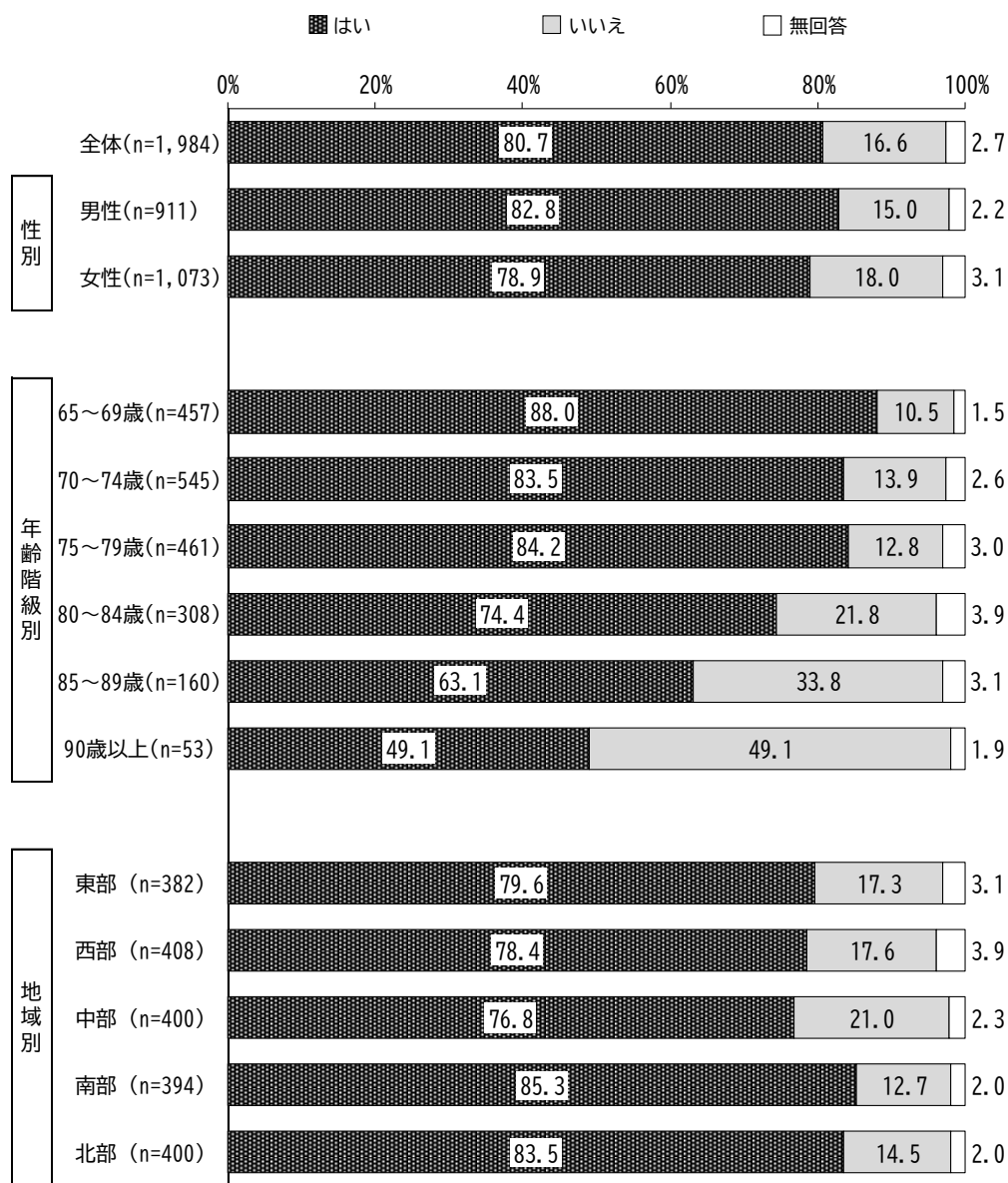
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は79歳以下では7割台ですが、80～84歳は65.6%、85歳以上では5割台半ばに低下しています。



問4 (15) 病人を見舞うことができますか (○は1つ)

全体では、「はい」が80.7%、「いいえ」が16.6%となっています。

年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「はい」の割合が低くなる傾向が見られます。





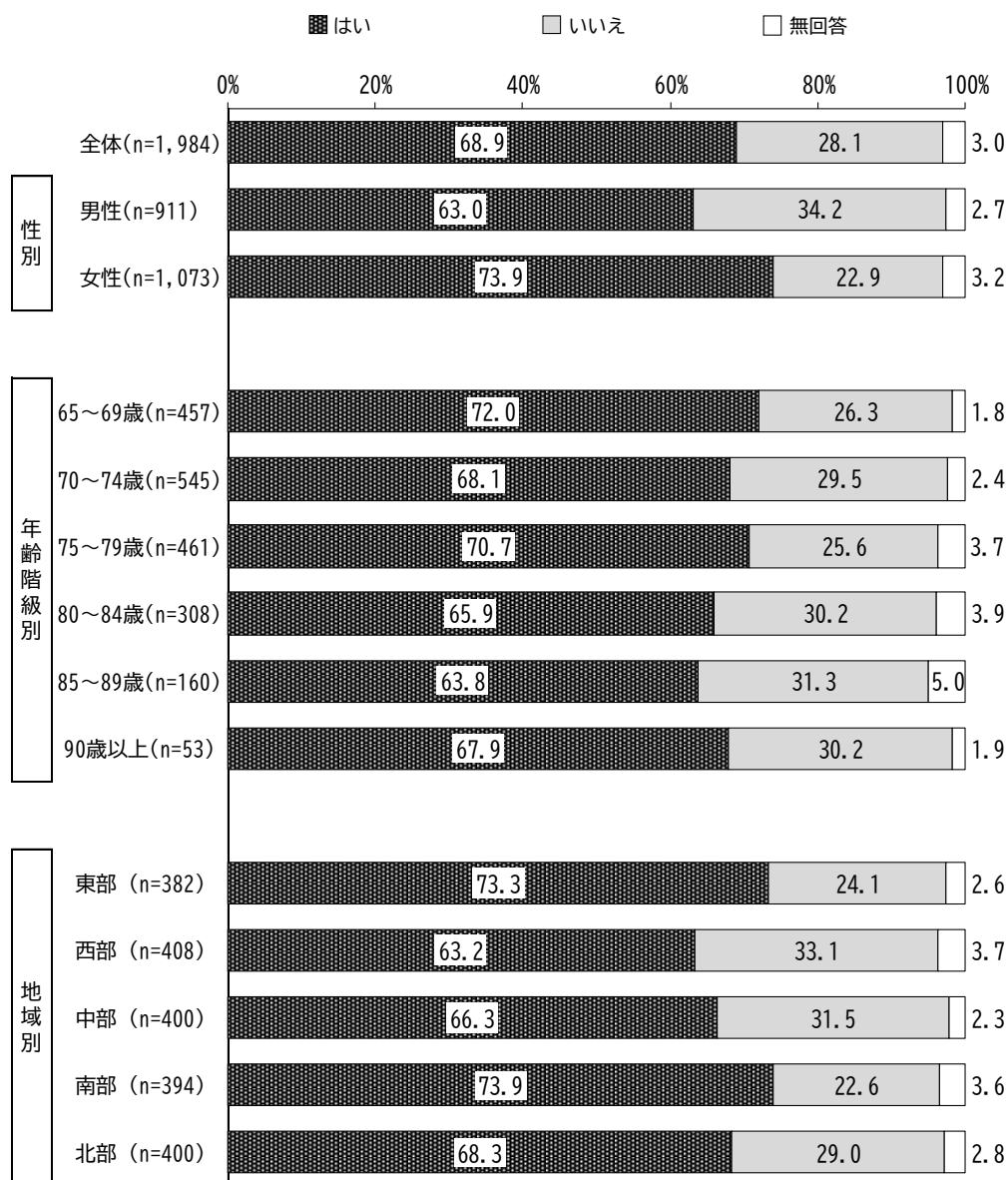
問4 (16) 若い人に自分から話しかけることがありますか (○は1つ)

全体では、「はい」が68.9%、「いいえ」が28.1%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が10.9ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は65～69歳で72.0%と最も高くなっています。

地域別に見ると、「はい」の割合は南部で73.9%と最も高く、西部で63.2%と最も低くなっています。

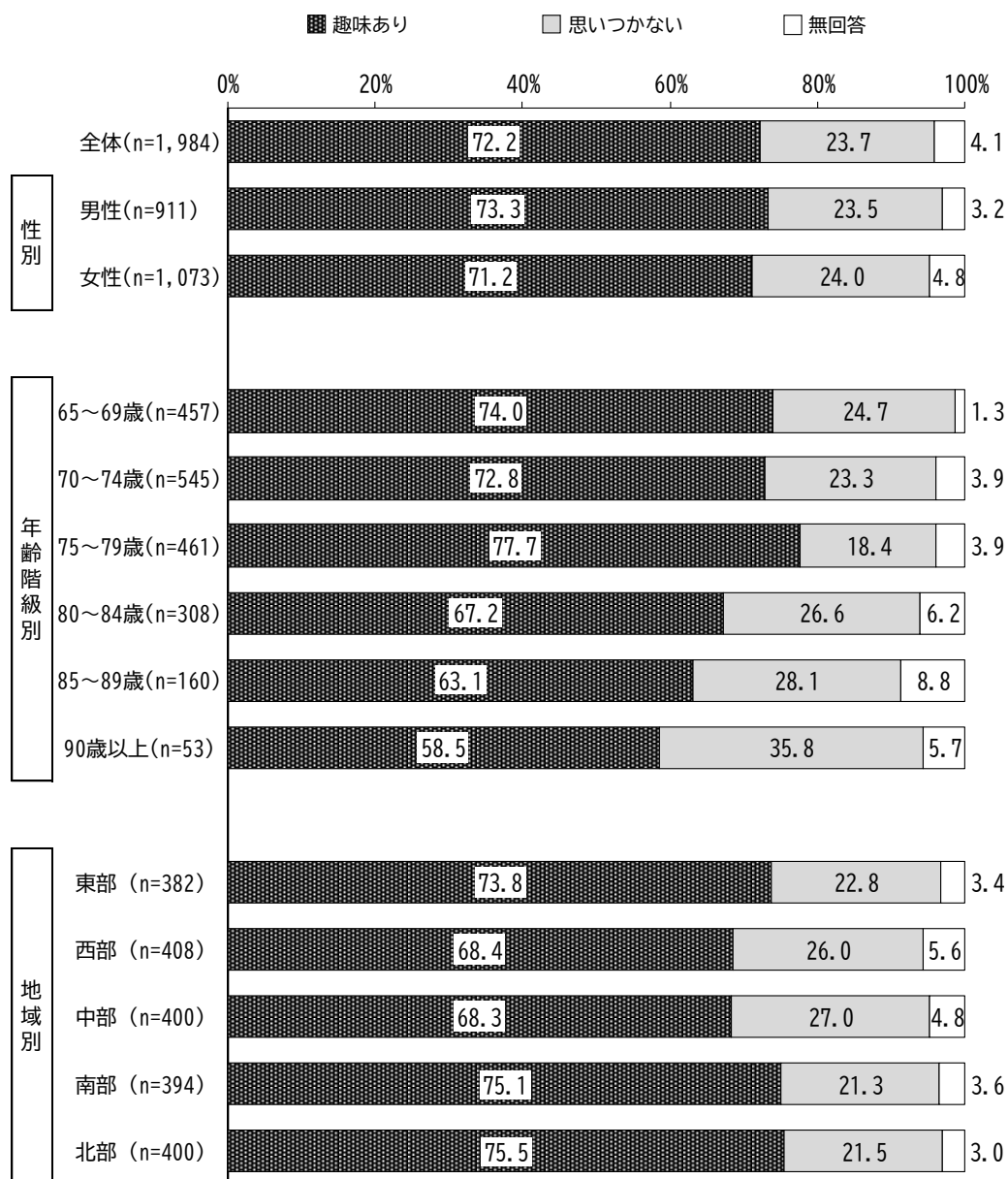


## (5) 趣味・生きがい

### 問4 (17) 趣味はありますか (○は1つ)

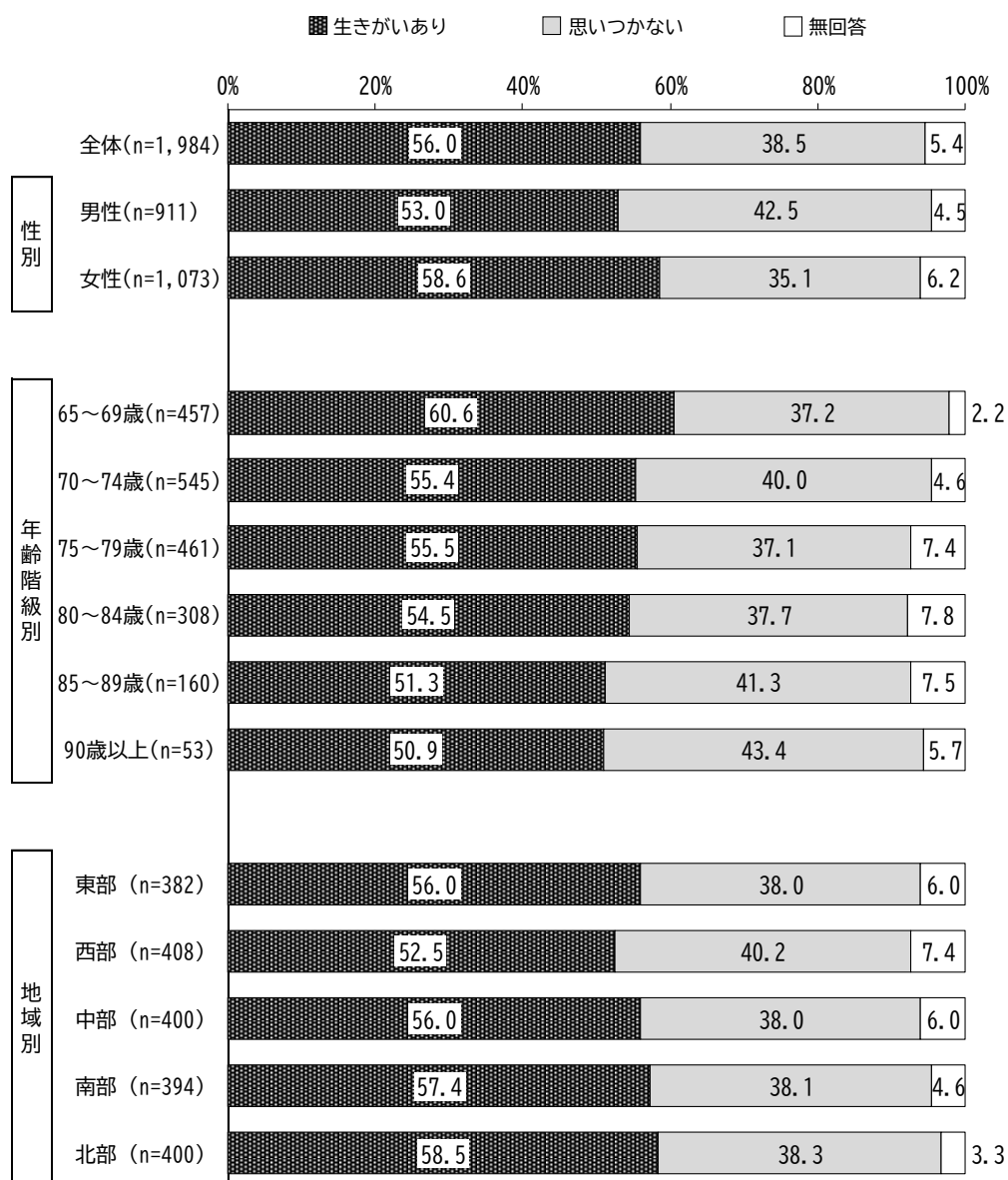
全体では、「趣味あり」が72.2%、「思いつかない」が23.7%となっています。

年齢階級別に見ると、「趣味あり」の割合は75～79歳で77.7%と最も高く、90歳以上では58.5%と最も低くなっています。



問4 (18) 生きがいがありますか (○は1つ)

全体では、「生きがいあり」が56.0%、「思いつかない」が38.5%となっています。  
性別に見ると、「生きがいあり」の割合は男性よりも女性の方が5.6ポイント高くなっています。  
年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「生きがいあり」の割合が低くなっています。

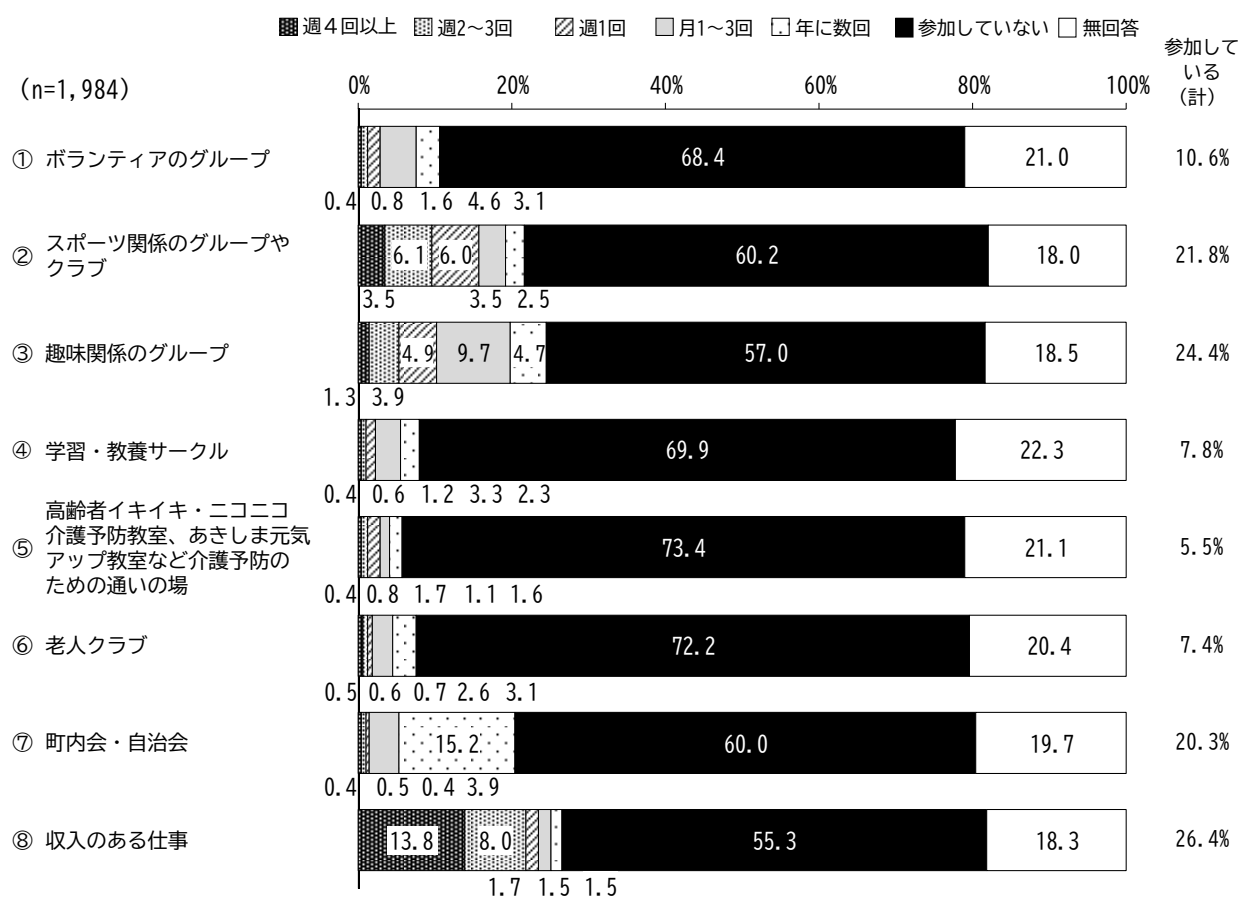


## 6 地域活動

### (1) 会・グループ等への参加状況

問5 (1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか (○は1つ)

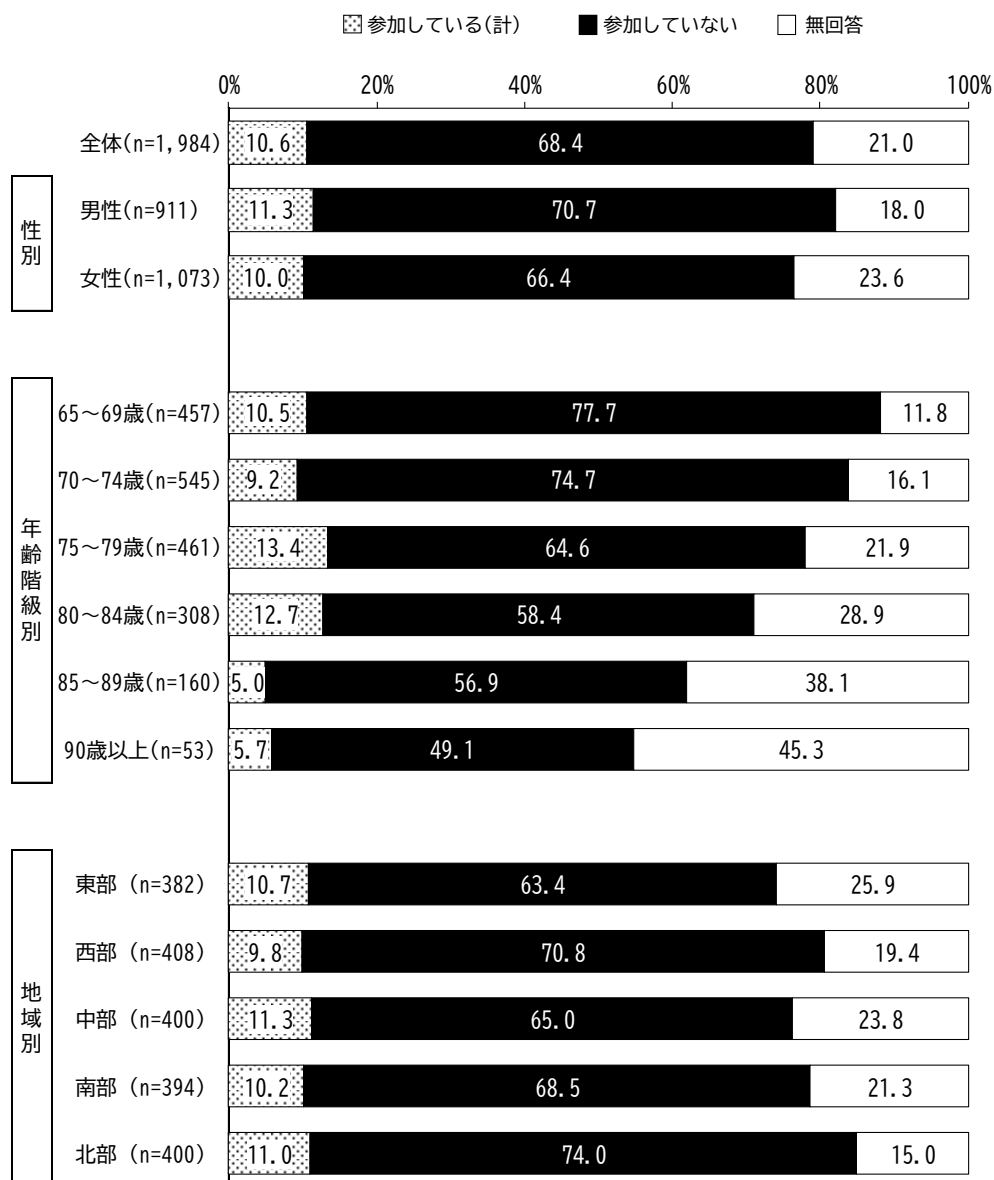
「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」を合わせた「参加している方」の割合は、『収入のある仕事』(26.4%)で最も高く、次いで『趣味関係のグループ』(24.4%)、『スポーツ関係のグループやクラブ』(21.8%)、『町内会・自治会』(20.3%)などと続いています。



# ① ボランティアのグループ

全体では、「参加している」の割合は10.6%となっています。

年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は85～89歳と90歳以上では5%程度と低くなっています。

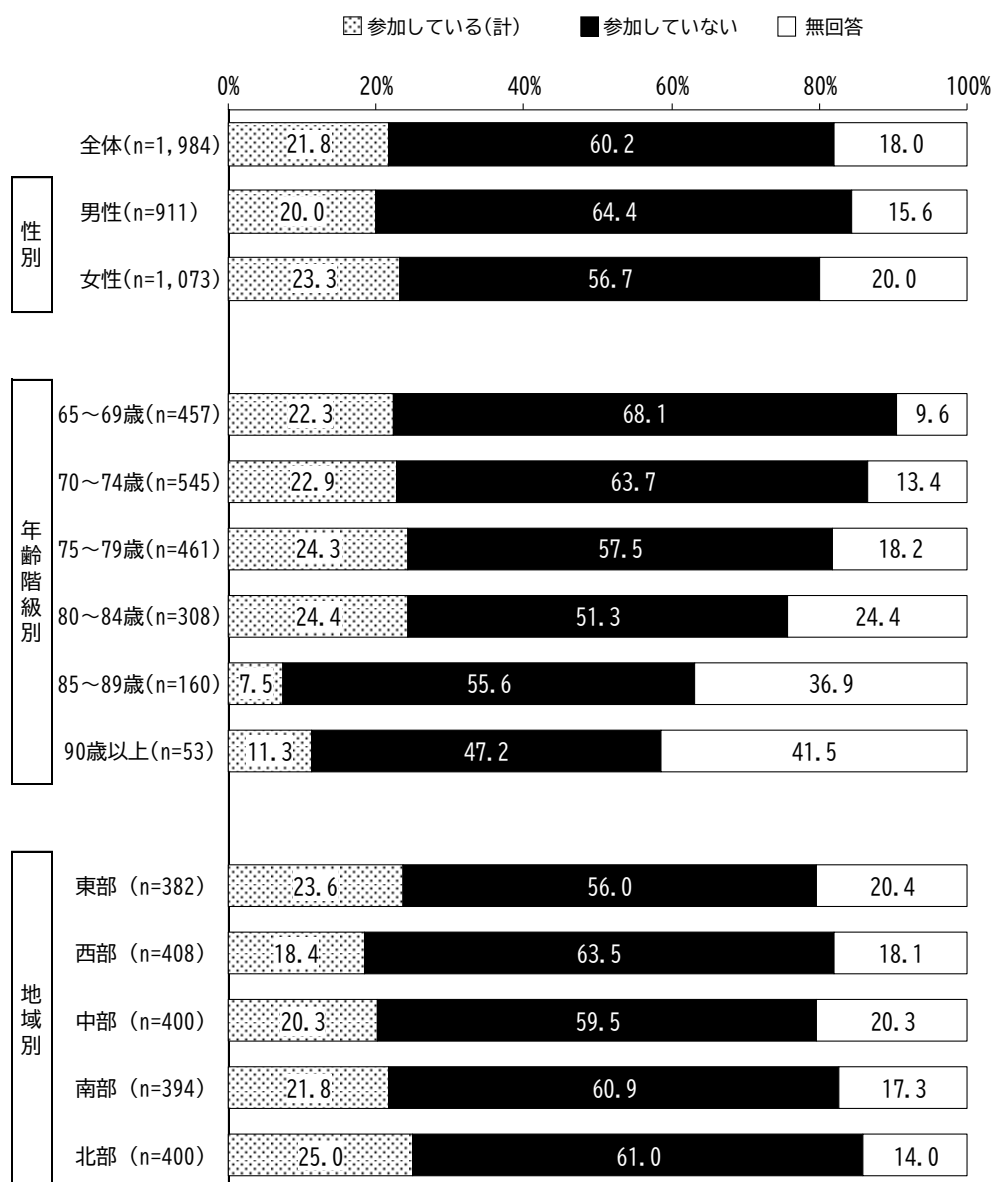


## ② スポーツ関係のグループやクラブ

全体では、「参加している」の割合は21.8%となっています。

年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は84歳以下では2割台ですが、85～89歳（7.5%）と90歳以上（11.3%）では低くなっています。

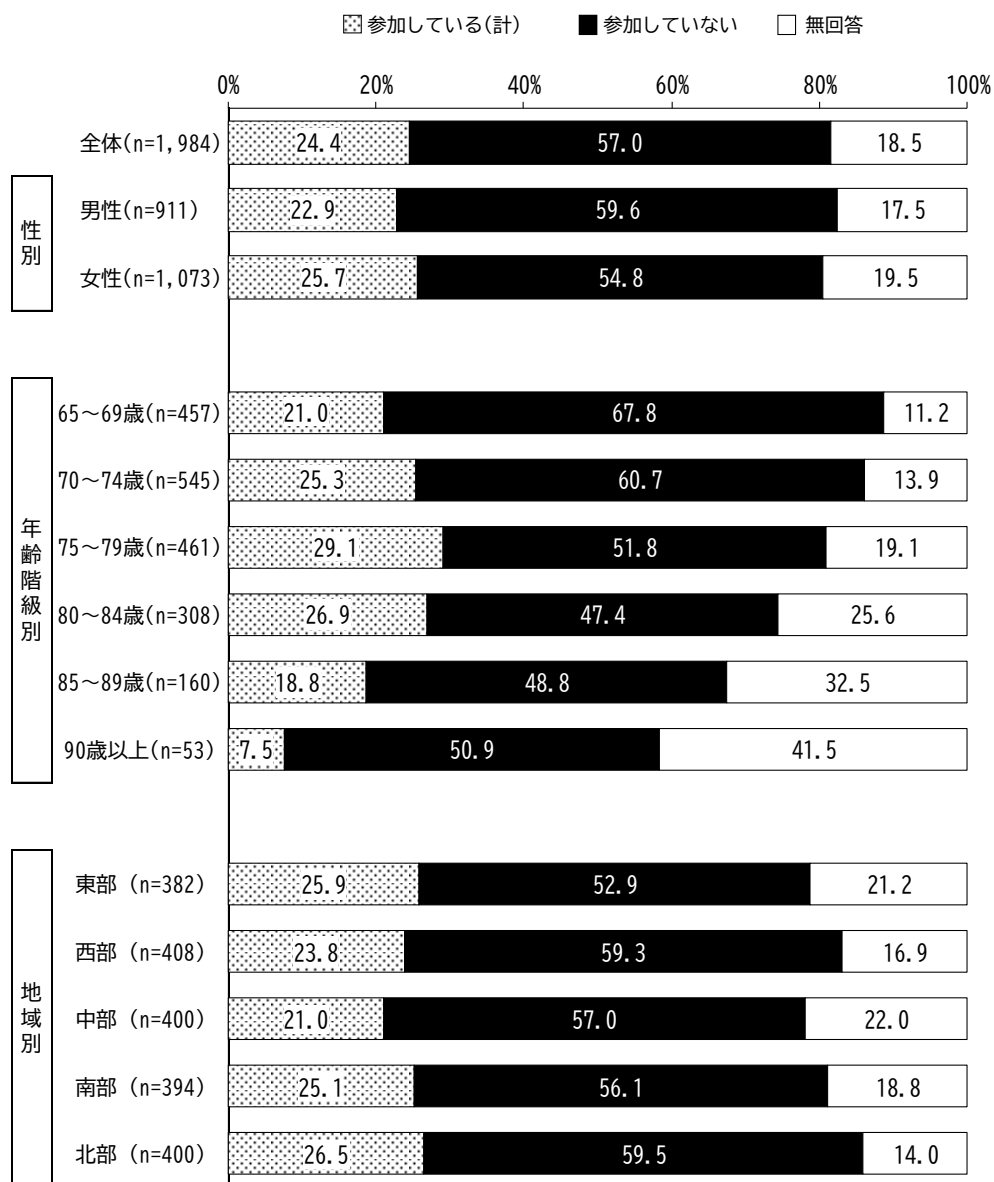
地域別に見ると、「参加している」の割合は西部で18.4%と最も低くなっています。



### ③ 趣味関係のグループ

全体では、「参加している」の割合は24.4%となっています。

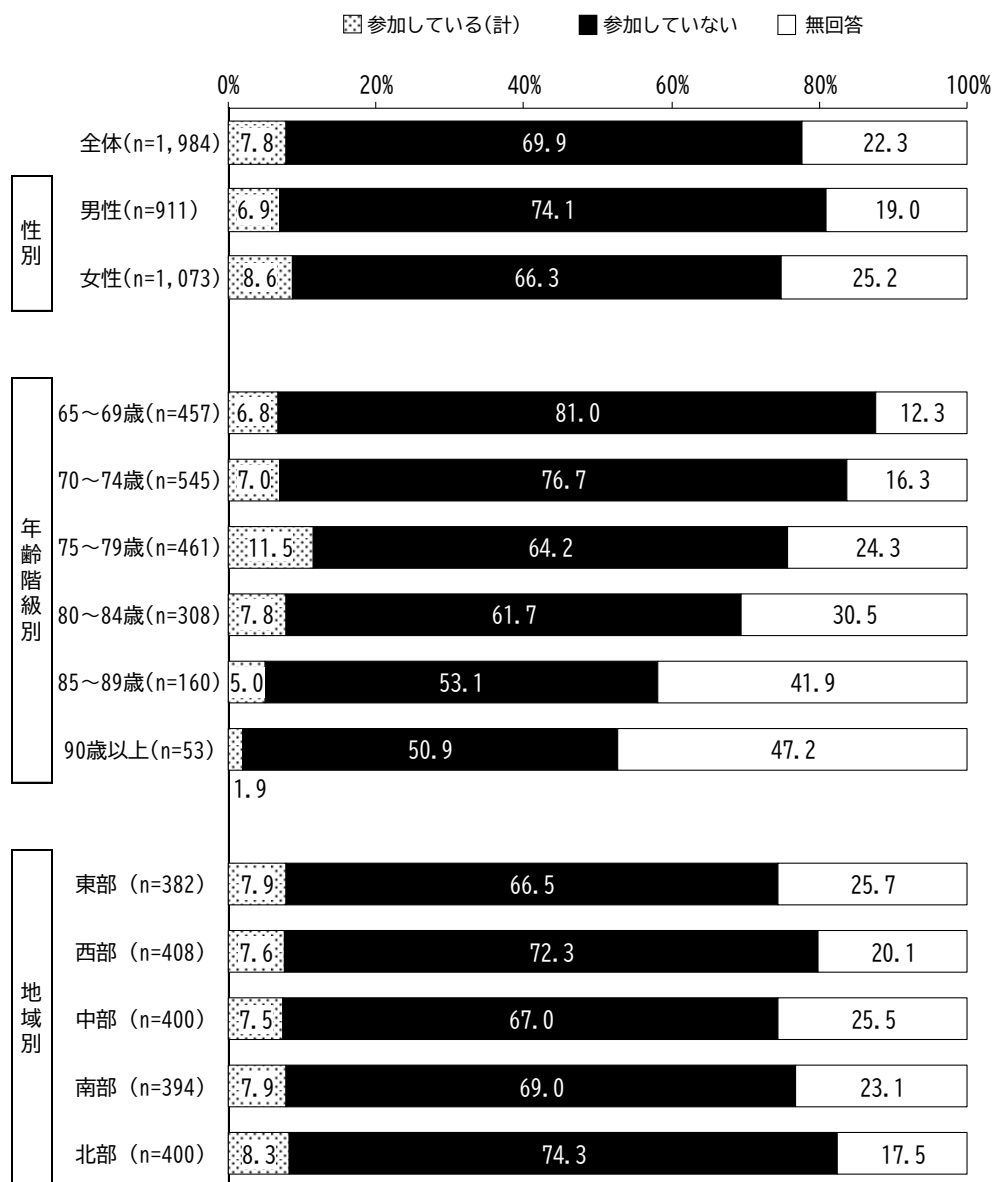
年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は84歳以下では2割台ですが、85～89歳（18.8%）と90歳以上（7.5%）では低くなっています。



#### ④ 学習・教養サークル

全体では、「参加している」の割合は7.8%となっています。

年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は 75～79 歳（11.5%）で最も高く、90 歳以上（1.9%）で最も低くなっています。



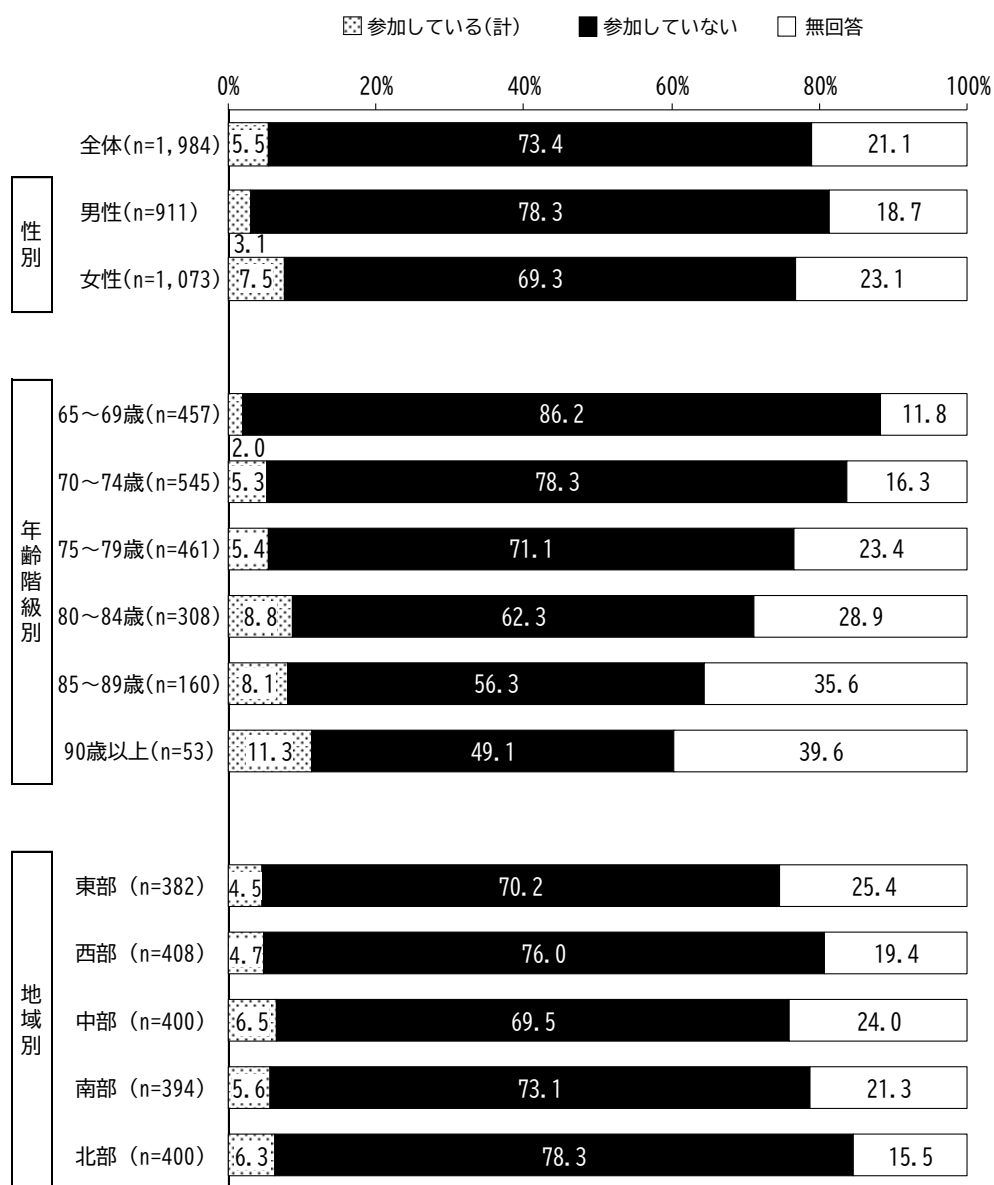


⑤ 高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室、あきしま元気アップ教室など介護予防のための通いの場

全体では、「参加している」の割合は5.5%となっています。

性別に見ると、男性よりも女性の方が「参加している」の割合が4.4ポイント高くなっています。

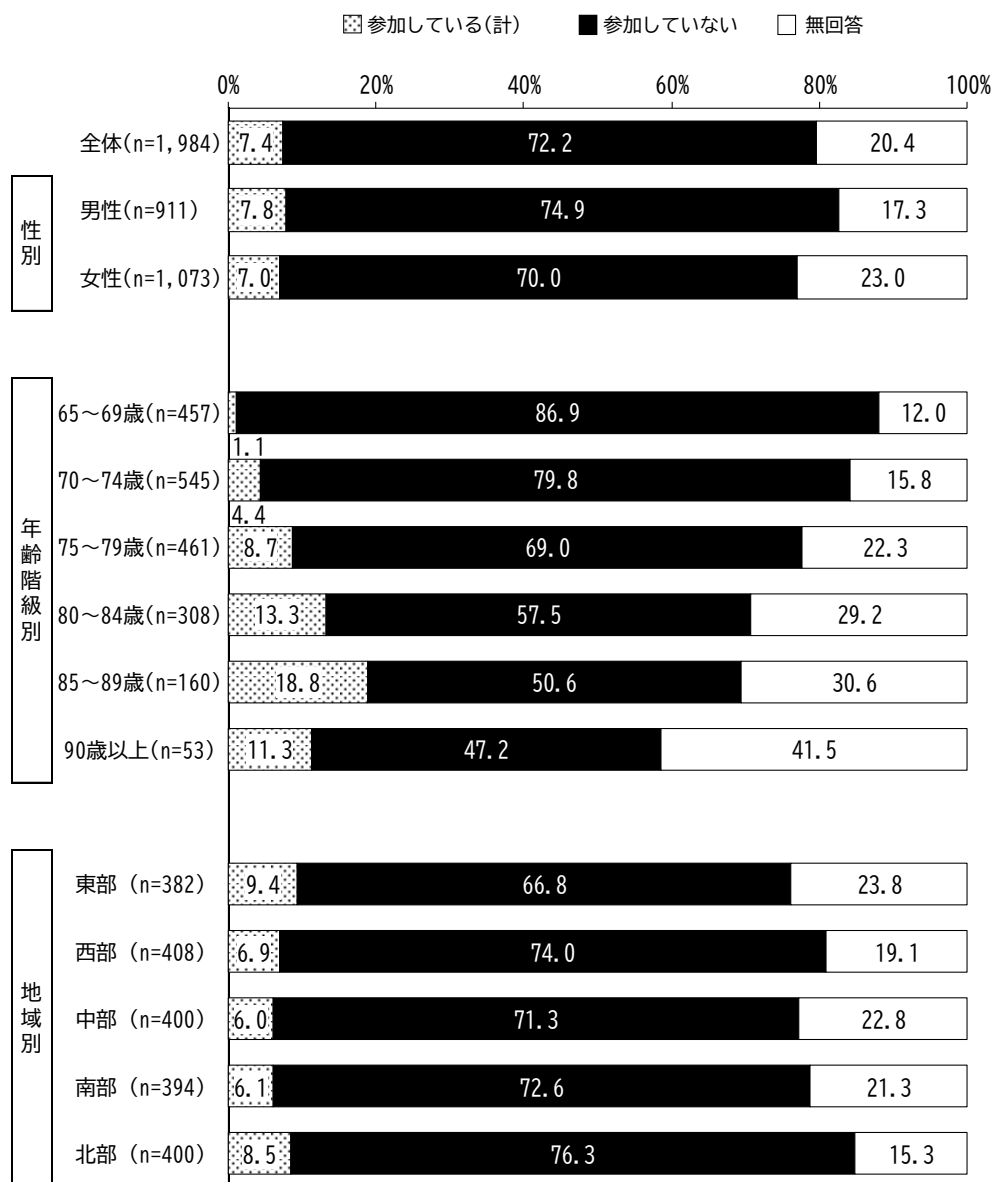
年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は90歳以上で11.3と最も高くなっています。



## ⑥ 老人クラブ

全体では、「参加している」の割合は7.4%となっています。

年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は 85～89 歳（18.8%）で最も高く、65～69 歳（1.1%）で最も低くなっています。

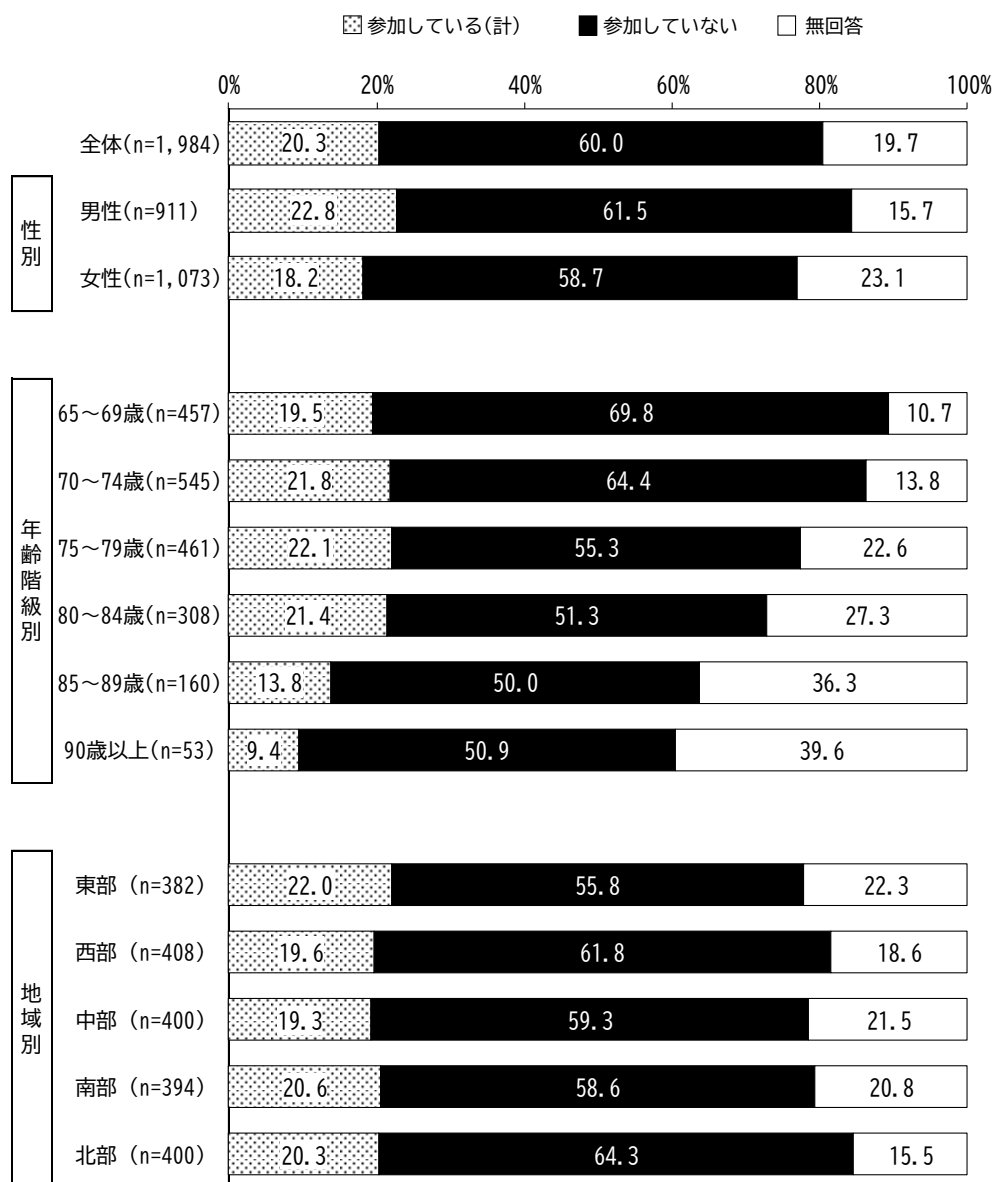


# ⑦ 町内会・自治会

全体では、「参加している」の割合は 20.3%となっています。

性別に見ると、女性よりも男性の方が「参加している」の割合が 4.6 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「参加している」の割合は 84 歳以下では 2 割前後となっていますが、85～89 歳（13.8%）と 90 歳以上（9.4%）では低くなっています。



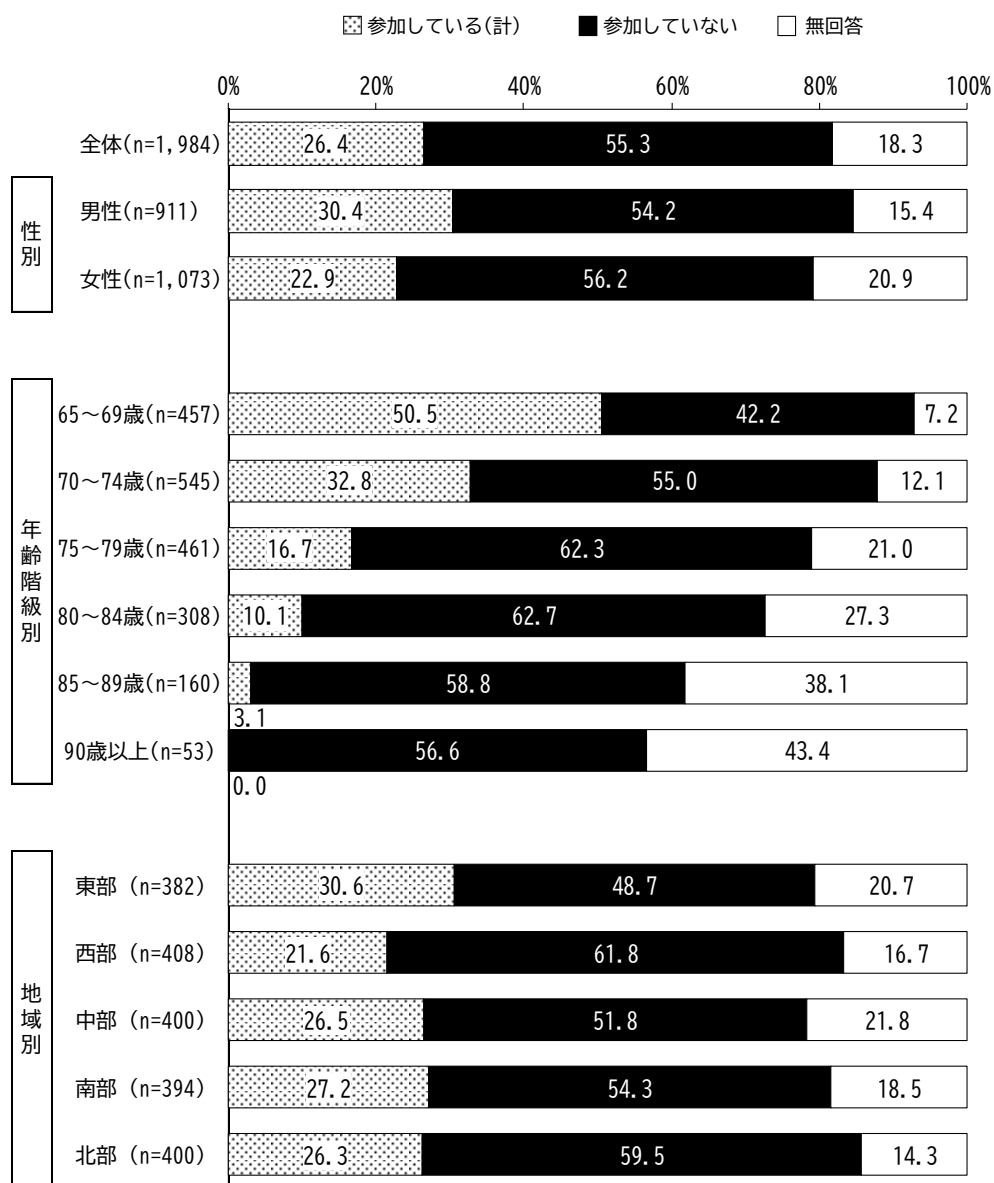
## ⑧ 収入のある仕事

全体では、「参加している」の割合は26.4%となっています。

性別に見ると、女性よりも男性の方が「参加している」の割合が7.5ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「参加している」の割合が低くなっています。

地域別に見ると、「参加している」の割合は東部で30.6%と最も高く、西部で21.6%と最も低くなっています。



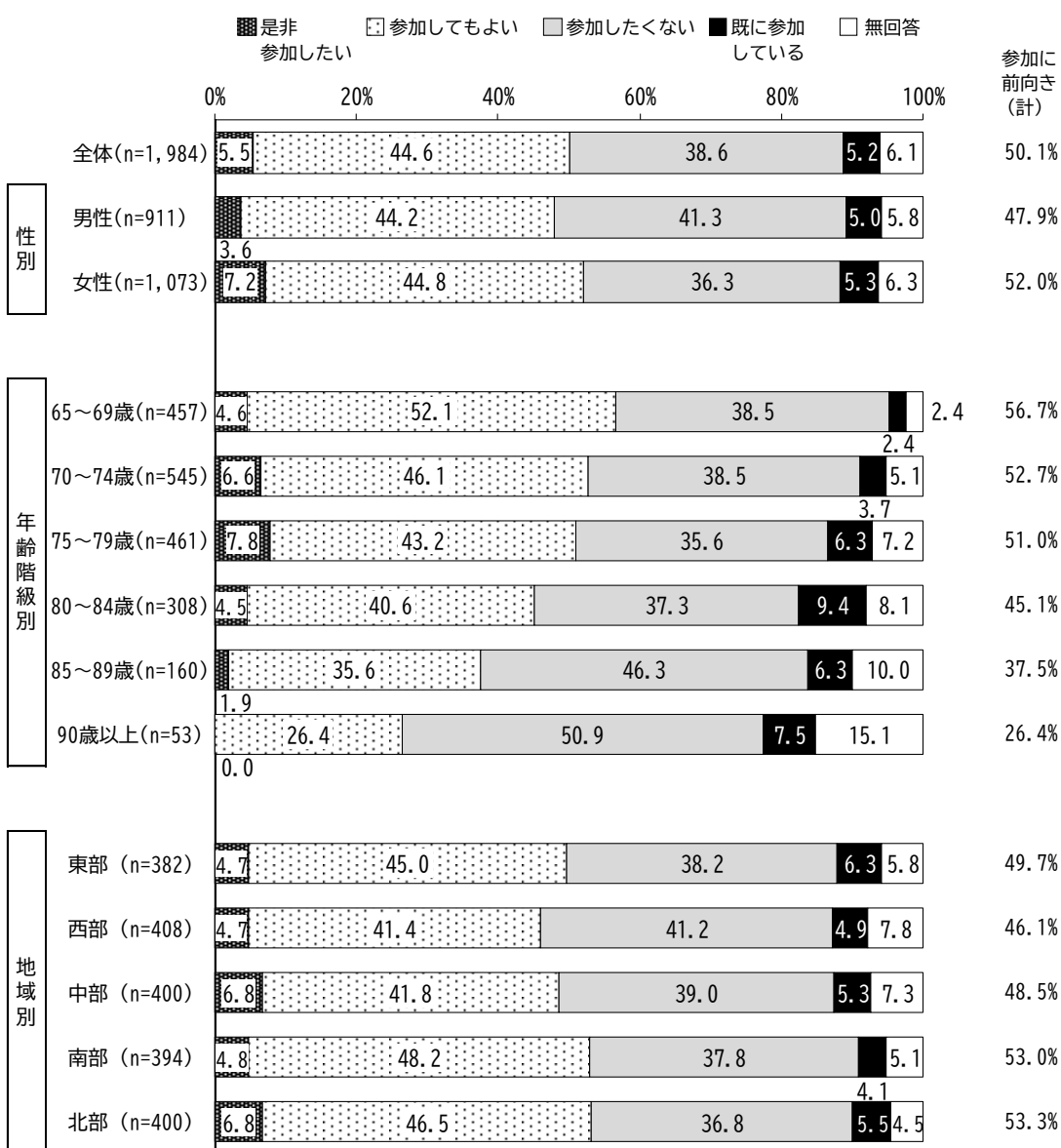
## (2) 地域活動への参加希望

問5 (2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか (○は1つ)

全体では、「参加してもよい」が44.6%と最も高く、次いで「参加したくない」(38.6%)、「是非参加したい」(5.5%)、「既に参加している」(5.2%)となっています。

性別に見ると、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた「参加に前向きな方」の割合は男性よりも女性の方が4.1ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「参加に前向きな方」の割合が低くなる傾向が見られます。

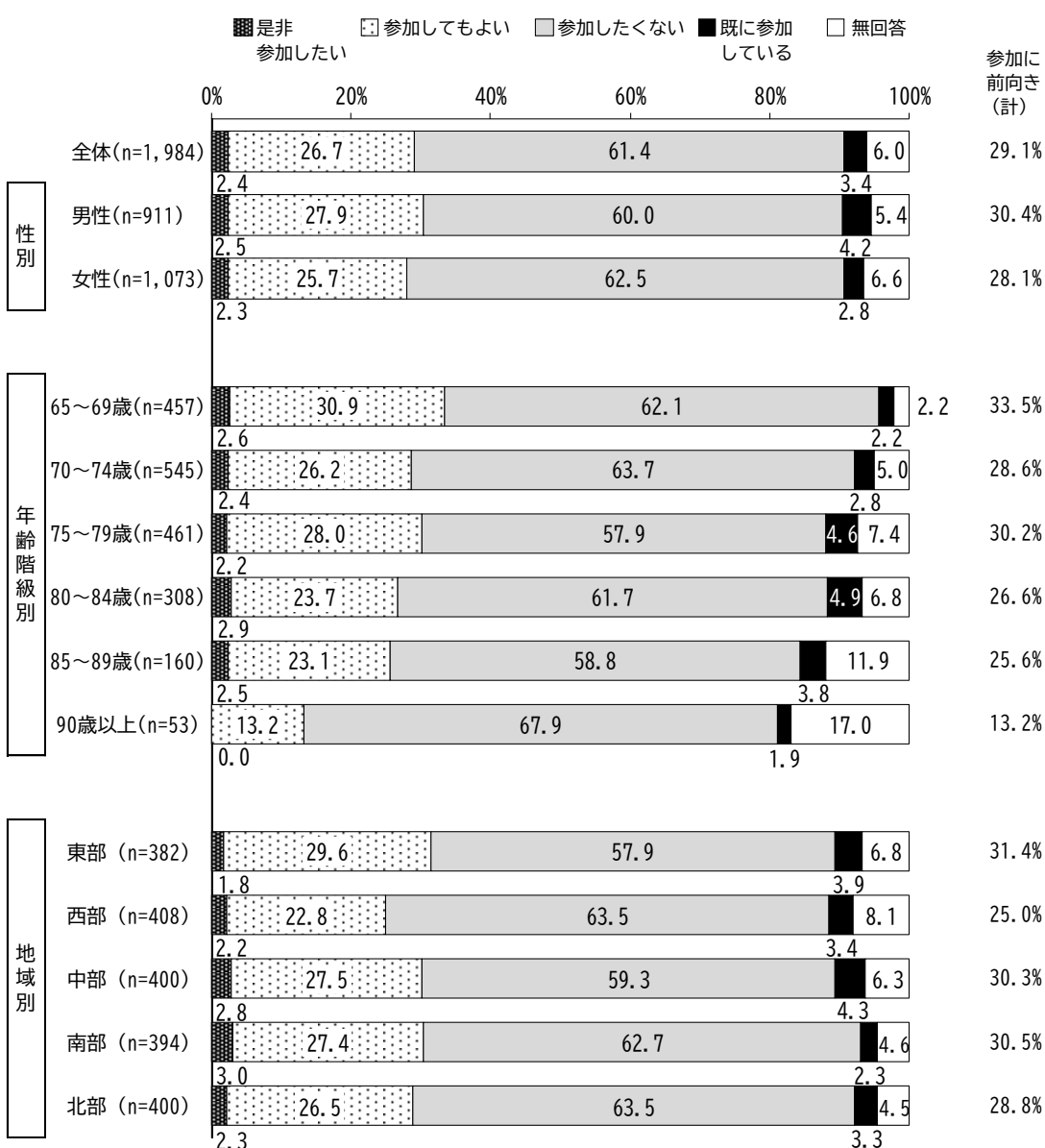


問5（3）地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか（○は1つ）

全体では、「参加したくない」が61.4%と最も高く、次いで「参加してもよい」（26.7%）、「既に参加している」（3.4%）、「是非参加したい」（2.4%）となっています。

年齢階級別に見ると、「参加に前向きな方」の割合は、65～69歳（33.5%）で最も高く、90歳以上（13.2%）で最も低くなっています。

地域別に見ると、「参加に前向きな方」の割合は西部で25.0%と最も低くなっています。

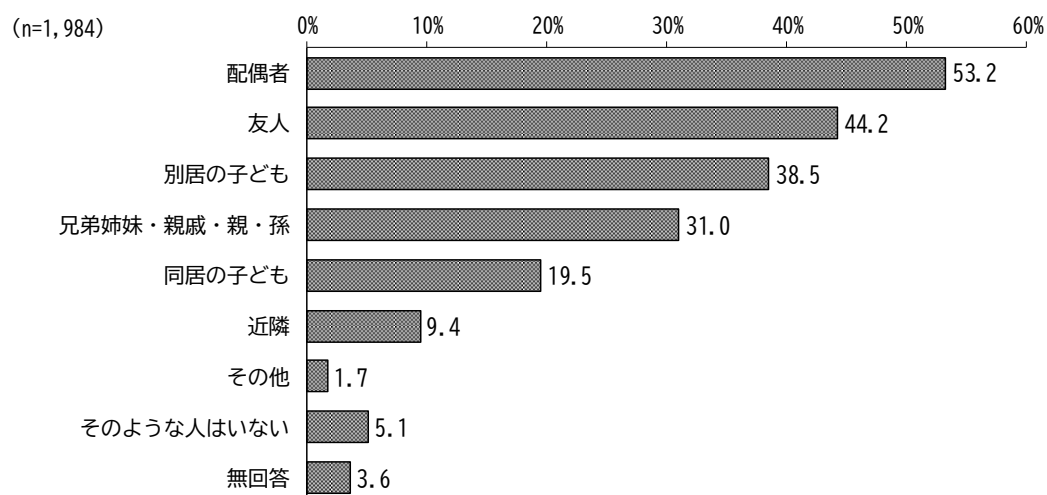


## 7 たすけあい

### (1) たすけあいの状況

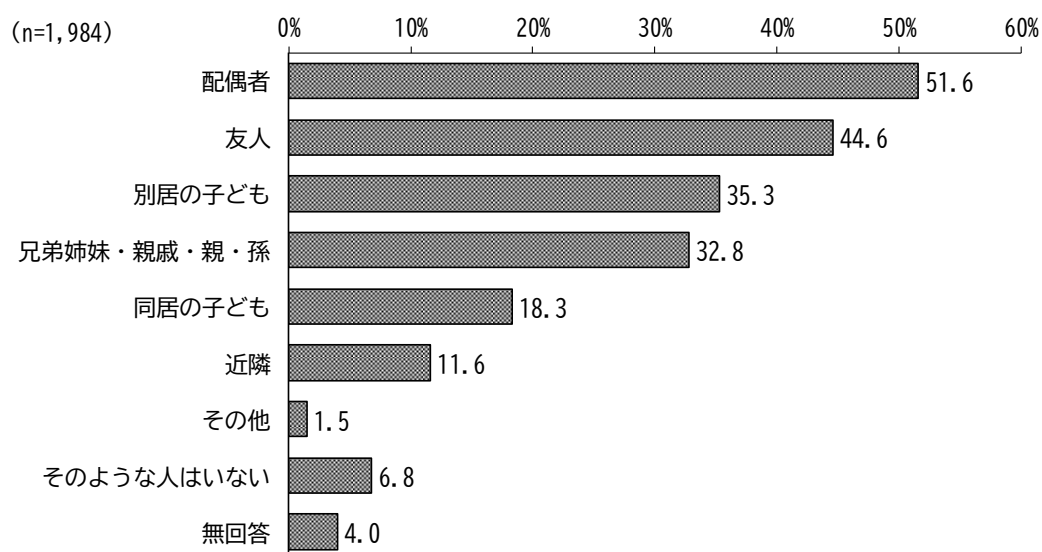
問6 (1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人(○はいくつでも)

「配偶者」が 53.2%と最も高く、次いで「友人」(44.2%)、「別居の子ども」(38.5%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(31.0%)などと続いています。



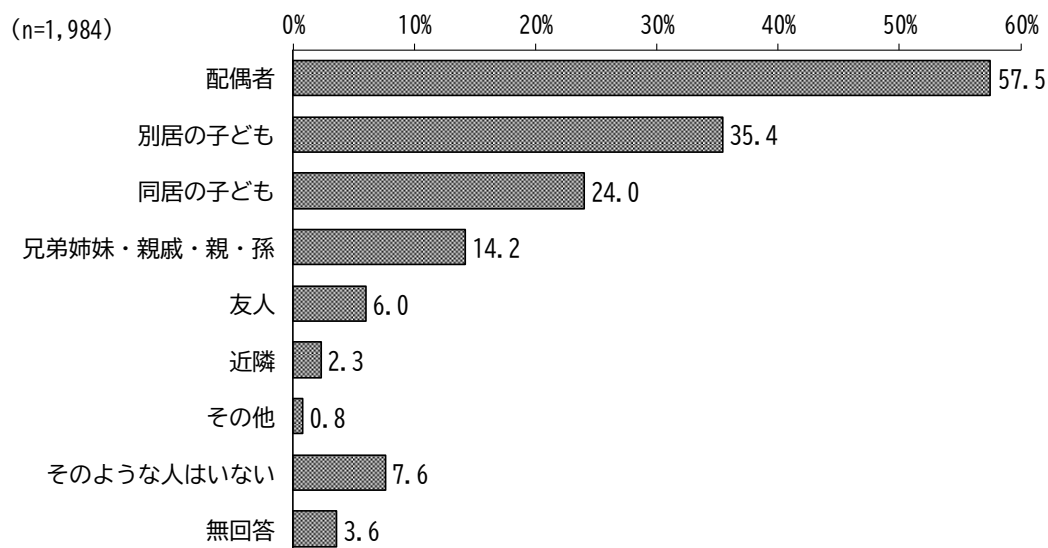
問6 (2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人(○はいくつでも)

「配偶者」が 51.6%と最も高く、次いで「友人」(44.6%)、「別居の子ども」(35.3%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(32.8%)などと続いています。



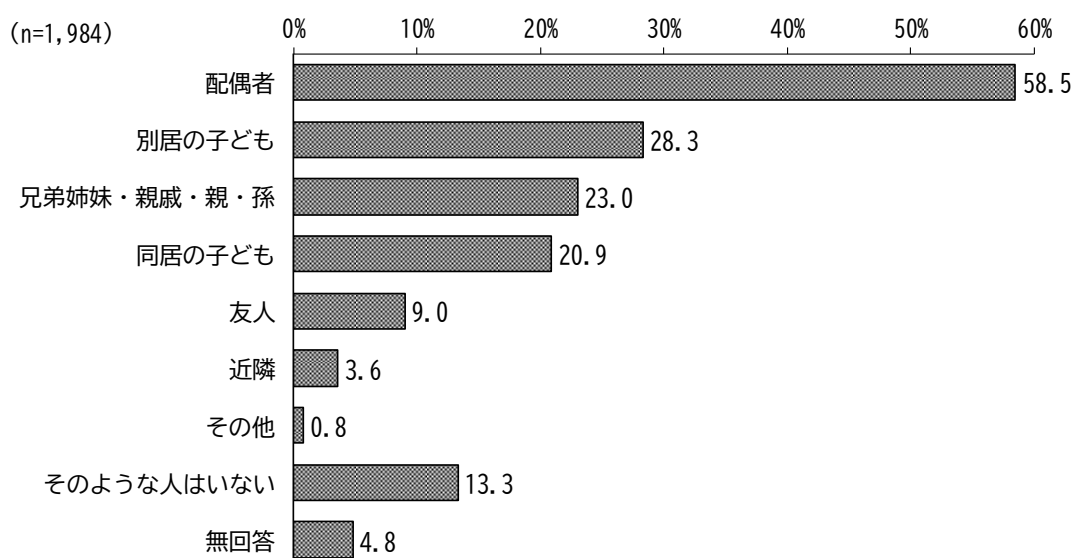
問 6 (3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人 (〇はいくつでも)

「配偶者」が 57.5%と最も高く、次いで「別居の子ども」(35.4%)、「同居の子ども」(24.0%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(14.2%)などと続いています。



問 6 (4) 反対に、看病や世話をしてあげる人 (〇はいくつでも)

「配偶者」が 58.5%と最も高く、次いで「別居の子ども」(28.3%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(23.0%)、「同居の子ども」(20.9%)などと続いています、

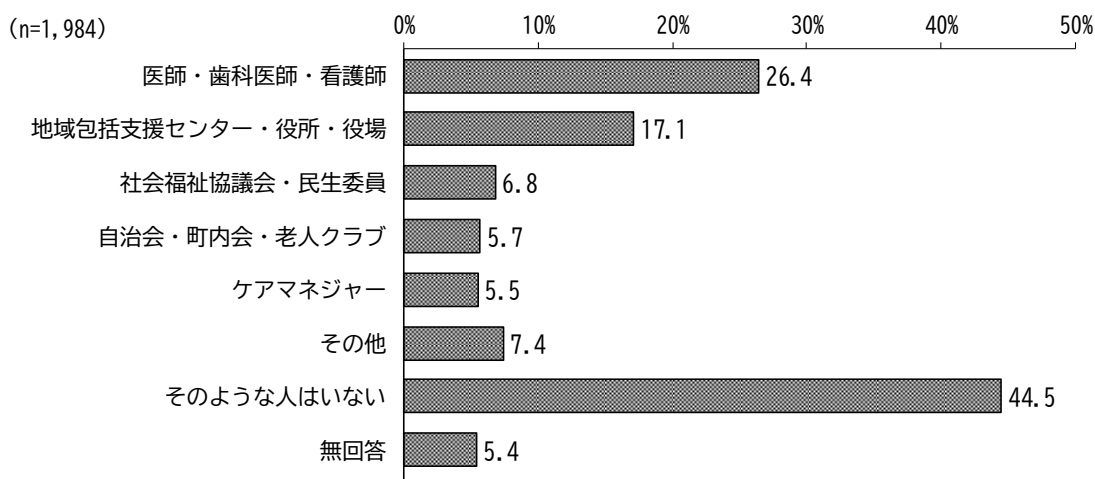




## (2) 地域の相談経路

問6 (5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください  
(○はいくつでも)

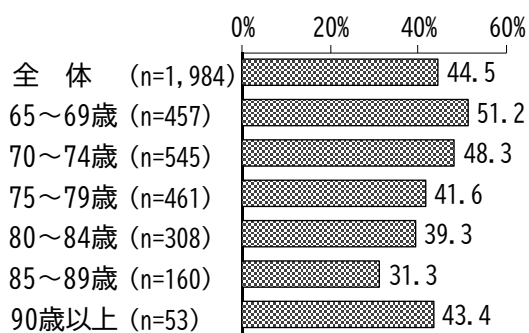
「そのような人はいない」が44.5%と最も高く、次いで「医師・歯科医師・看護師」(26.4%)、「地域包括支援センター・役所・役場」(17.1%)、「その他」(7.4%)などと続いています。



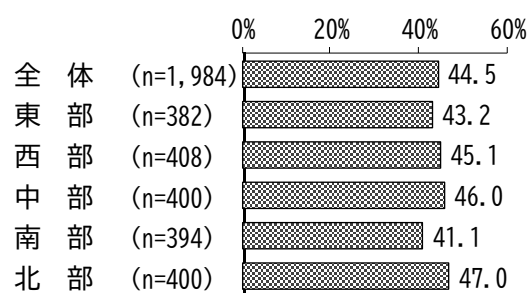
最も回答の多かった「そのような人はいない」について、年齢階級別に見ると、65～69歳で51.2%と最も高く、次いで70～74歳(48.3%)、90歳以上(43.4%)と続き、85～89歳(31.3%)が最も低くなっています。

地域別に見ると、北部が47.0%と最も高く、南部が41.1%と最も低くなっています。

年齢階級別



地域別



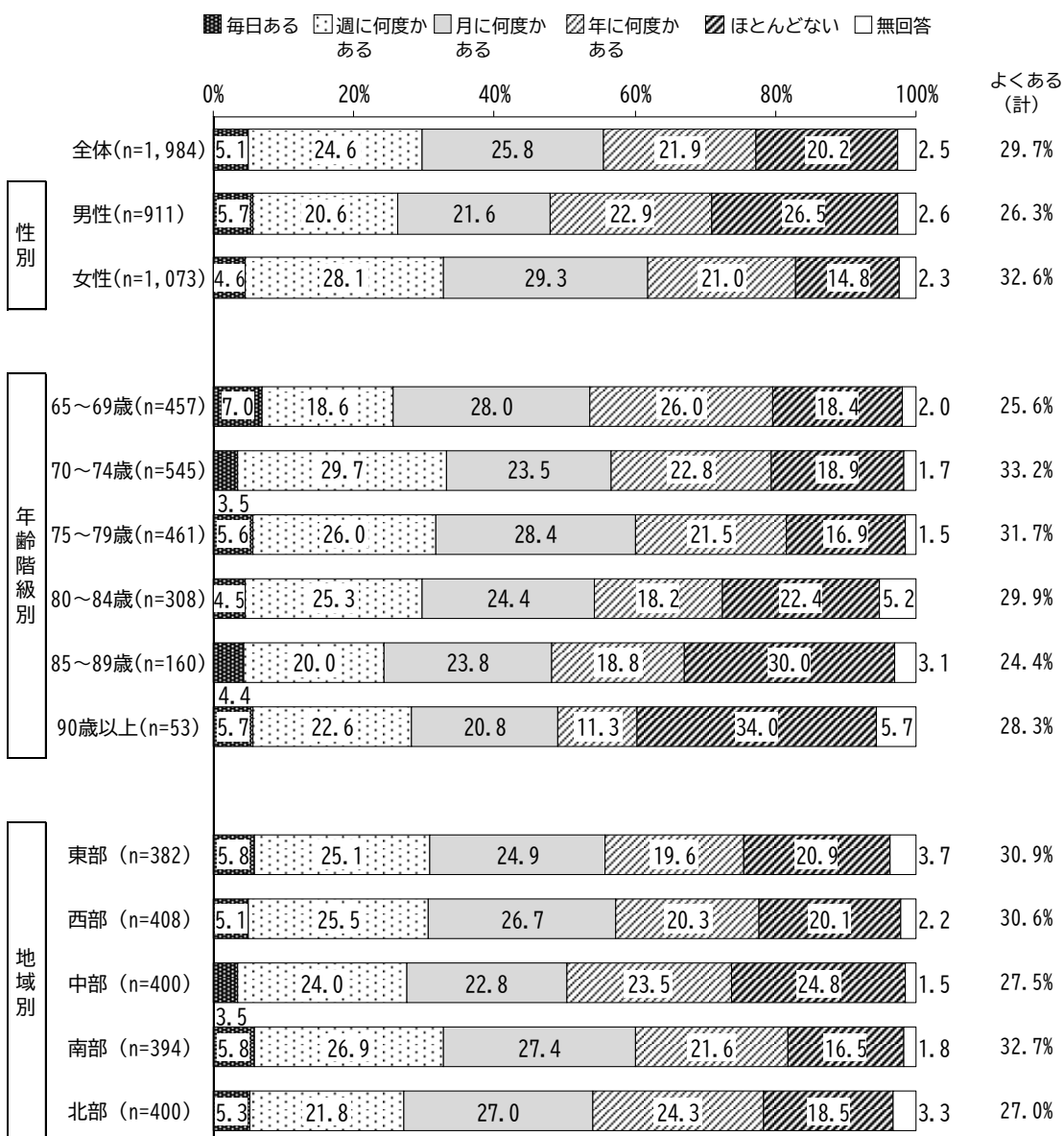
### (3) 友人関係

問6 (6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか (○は1つ)

全体では、「月に何度かある」が 25.8%と最も高く、次いで「週に何度かある」(24.6%)、「年に何度かある」(21.9%)、「ほとんどない」(20.2%) などと続いています。

性別に見ると、「毎日ある」「週に何度かある」を合わせた「よくある方」の割合は、男性よりも女性の方が6.3ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「よくある方」の割合は 70～74 歳 (33.2%) で最も高く、85～89 歳 (24.4%) で最も低くなっています。



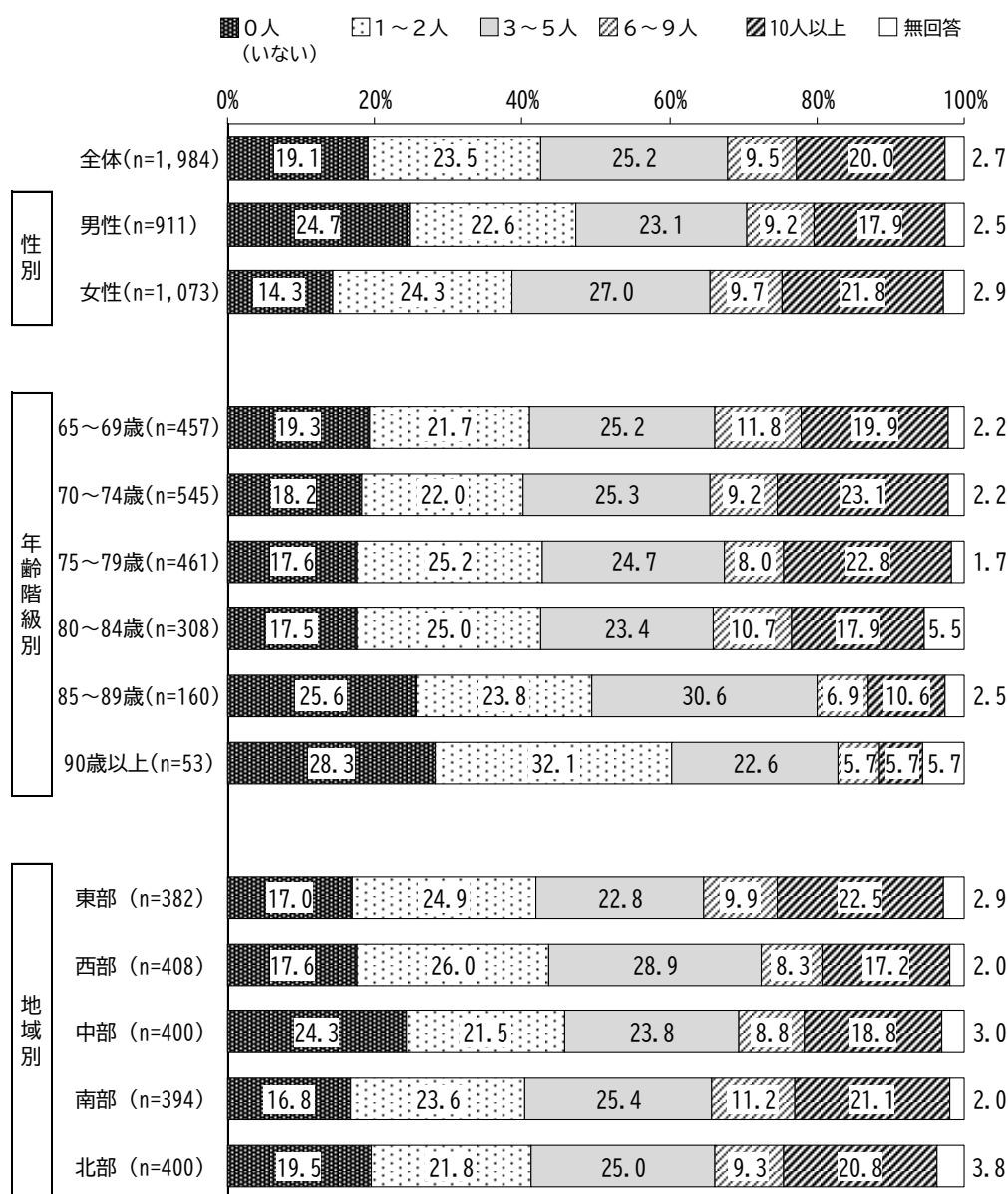
問6（7）この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか  
 同じ人には何度会っても1人と数えることとします（○は1つ）

全体では、「3～5人」が25.2%と最も高く、次いで「1～2人」（23.5%）、「10人以上」（20.0%）、「0人（いない）」（19.1%）、「6～9人」（9.5%）となっています。

性別に見ると、「0人（いない）」の割合は女性よりも男性の方が10.4ポイント高くなっています。

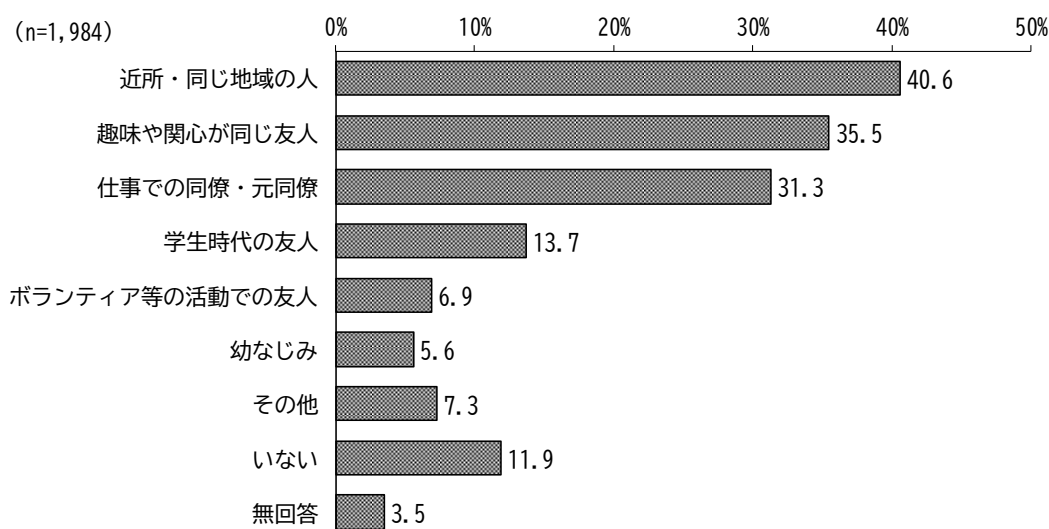
年齢階級別に見ると、「0人（いない）」の割合は90歳以上が28.3%と最も高く、次いで85～89歳が25.6%となっており、84歳以下では2割を下回っています。

地域別に見ると、「0人（いない）」の割合は中部で24.3%と最も高くなっています。



問 6（8）よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか（○はいくつでも）

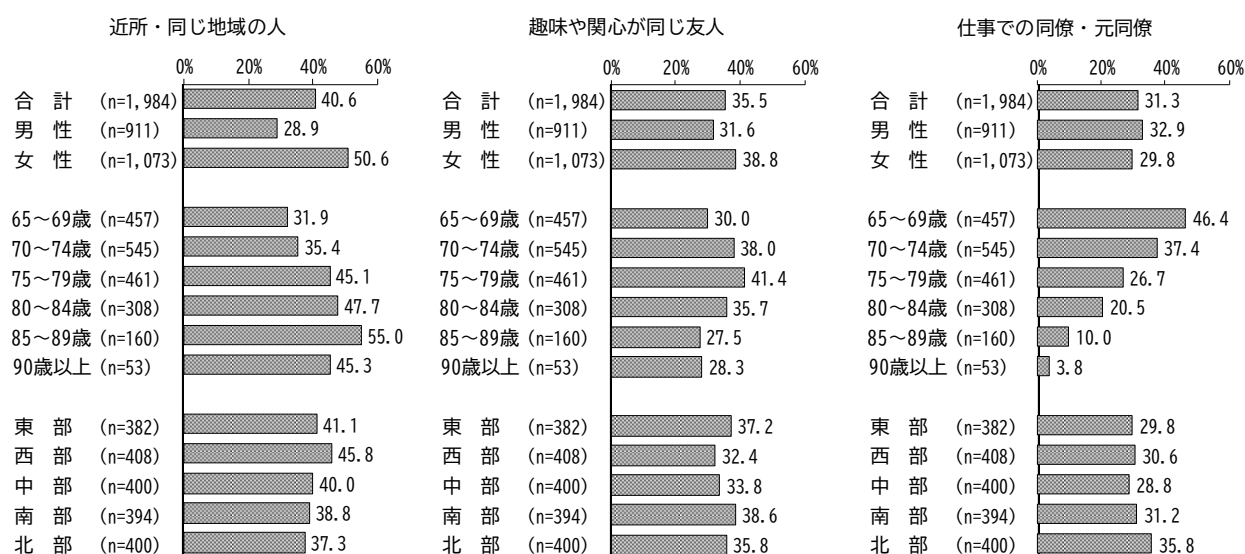
「近所・同じ地域の人」が 40.6%と最も高く、次いで「趣味や関心が同じ友人」（35.5%）、「仕事での同僚・元同僚」（31.3%）、「学生時代の友人」（13.7%）などと続いています。



上位3項目について性別に見ると、「近所・同じ地域の人」は男性よりも女性の方が 21.7 ポイント高く、「趣味や関心が同じ友人」も女性の方が7.2 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「近所・同じ地域の人」は 85～89 歳（55.0%）が最も高くなり、「趣味や関心が同じ友人」は 75～79 歳（41.4%）が最も高くなっています。また、「仕事での同僚・元同僚」は年齢が高くなるほど低くなっています。

地域別に見ると、「近所・同じ地域の人」は西部で 45.8%と最も高くなっています。



## 8 健康

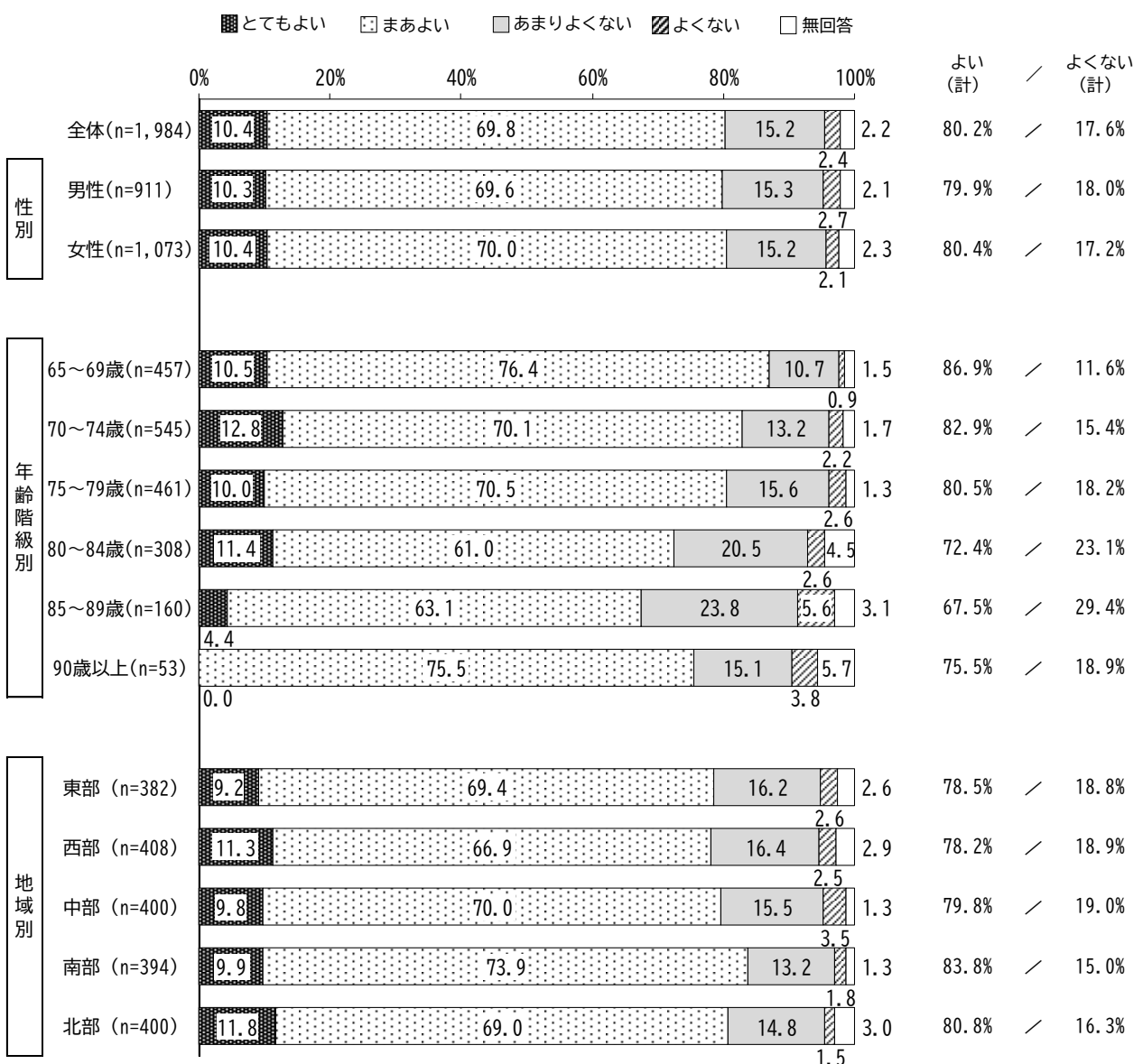
### (1) 主観的健康感

問7 (1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか (○は1つ)

全体では、「とてもよい」(10.4%)と「まあよい」(69.8%)を合わせた「よい方」が80.2%、「あまりよくない」(15.2%)と「よくない」(2.4%)を合わせた「よくない方」が17.6%となっています。

年齢階級別に見ると、「よい方」の割合は65～69歳(86.9%)で最も高く、85～89歳(67.5%)で最も低くなっています。

地域別に見ると、「よい方」の割合は南部で83.8%と最も高くなっています。



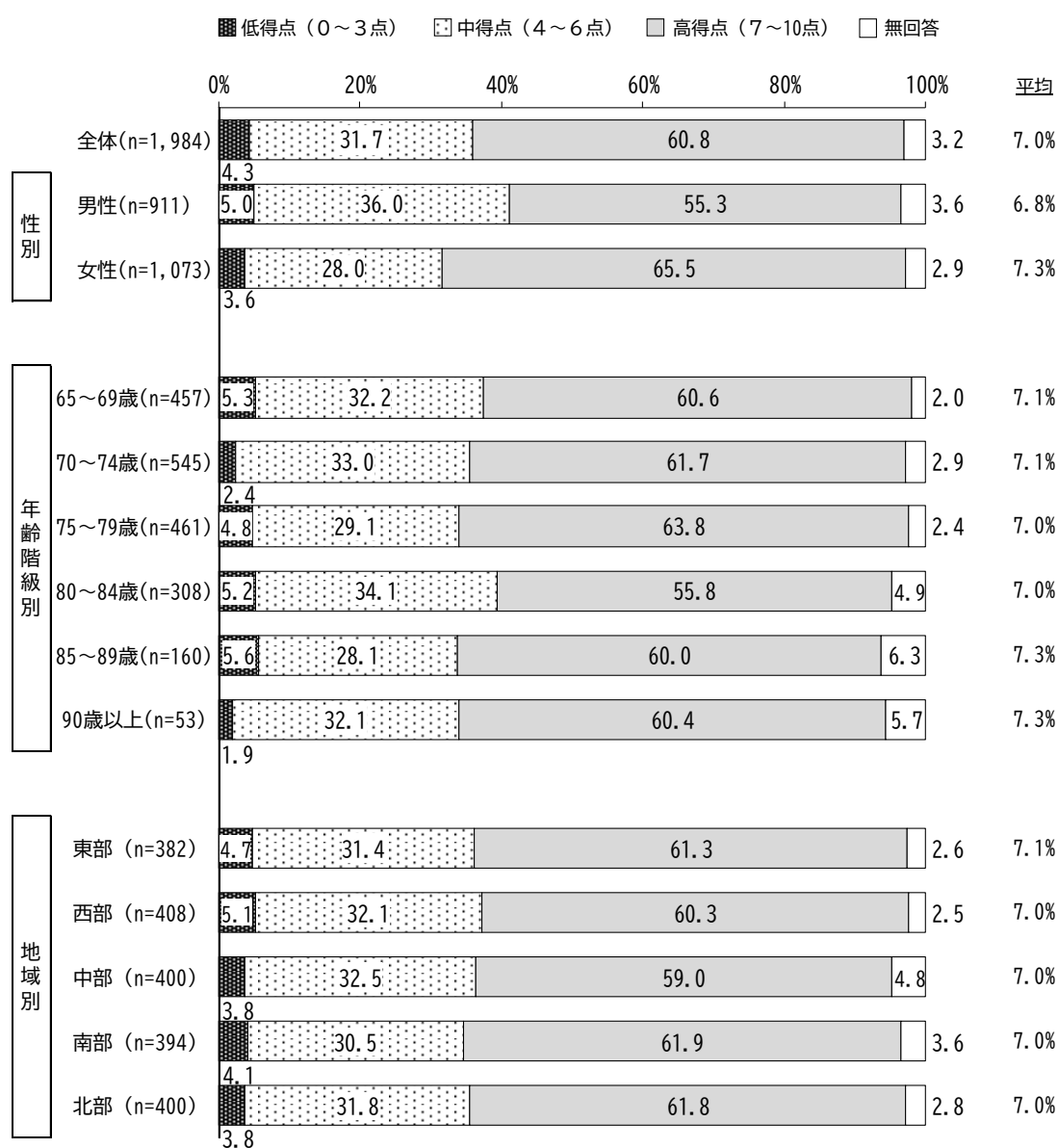
## (2) 主観的幸福感

問7 (2) あなたは、現在どの程度幸せですか (○は1つ)  
 (「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、ご記入ください)

0～3点を「低得点」、4～6点を「中得点」、7～10点を「高得点」として見ると、全体では「高得点」の割合が60.8%と最も高く、次いで「中得点」(31.7%)、「低得点」(4.3%)となっています。

性別に見ると、男性よりも女性の方が「高得点」の割合が10.2ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「高得点」の割合は75～79歳(63.8%)で最も高く、80～84歳(55.8%)で最も低くなっています。



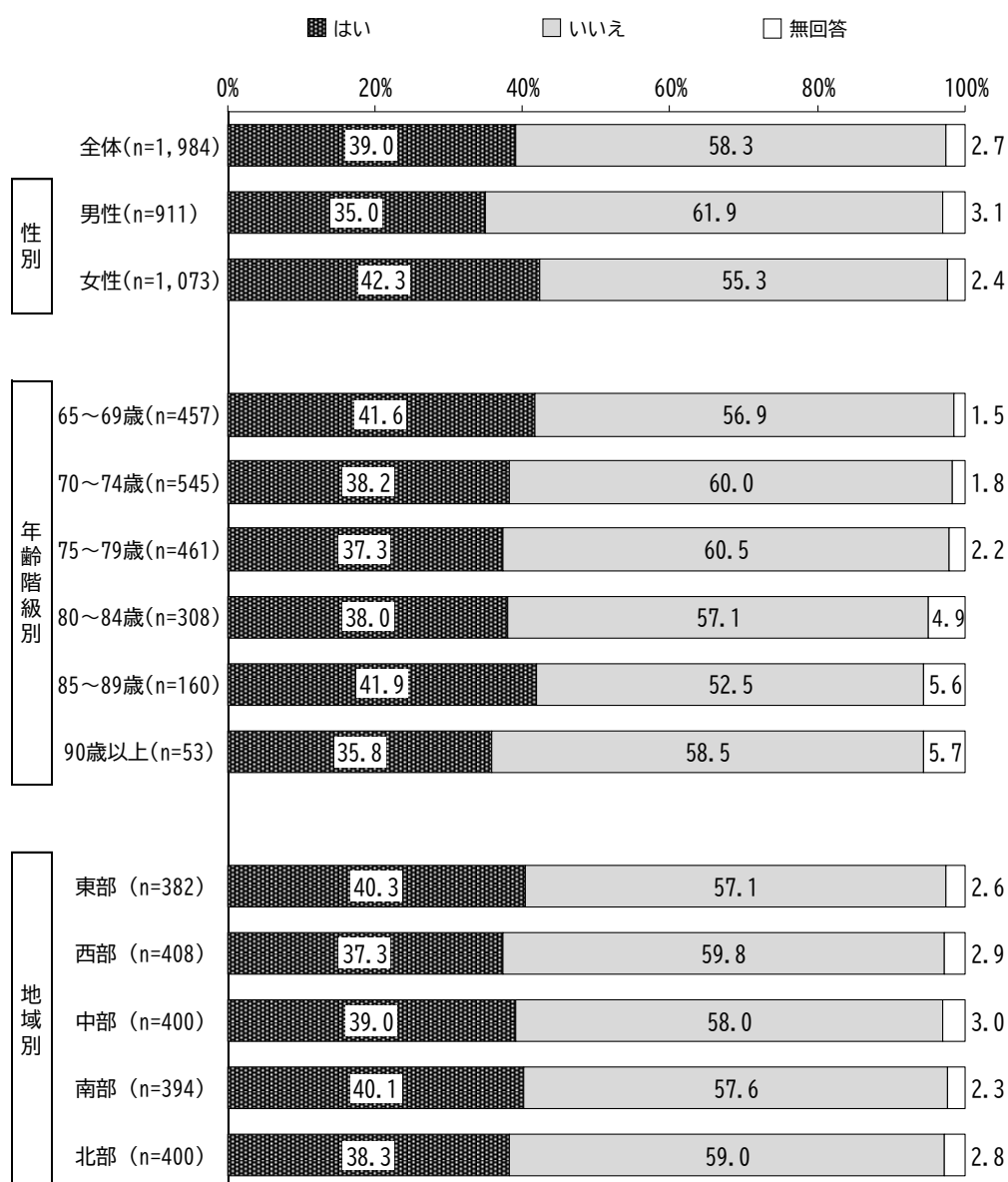
### (3) 心の状態

問7 (3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が58.3%、「はい」が39.0%となっています。

性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が7.3ポイント高くなっています。

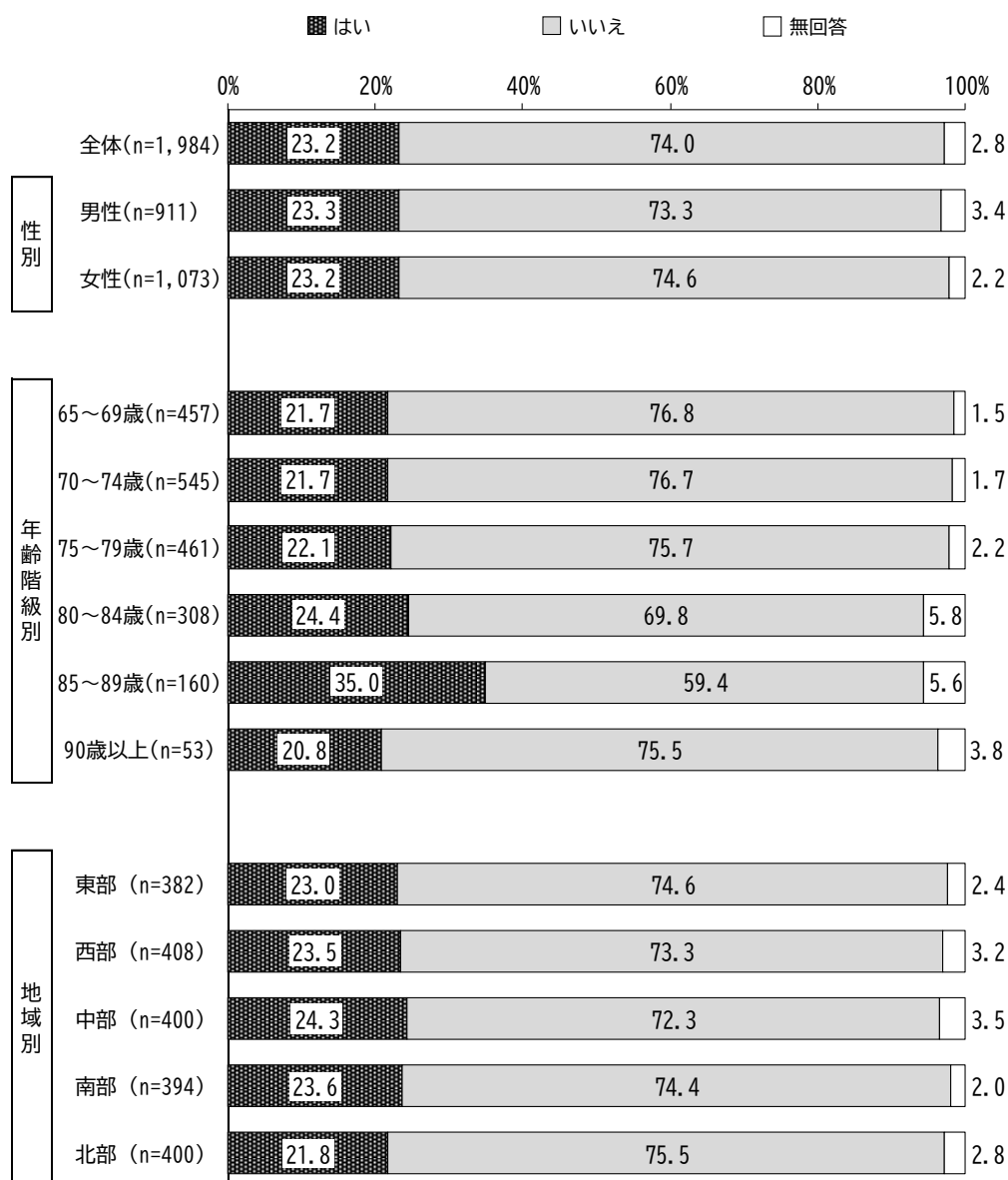
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳(41.9%)と65～69歳(41.6%)4割を超えて高くなっています。



問7（4）この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか（○は1つ）

全体では、「いいえ」が74.0%、「はい」が23.2%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳で35.0%と最も高くなっています。





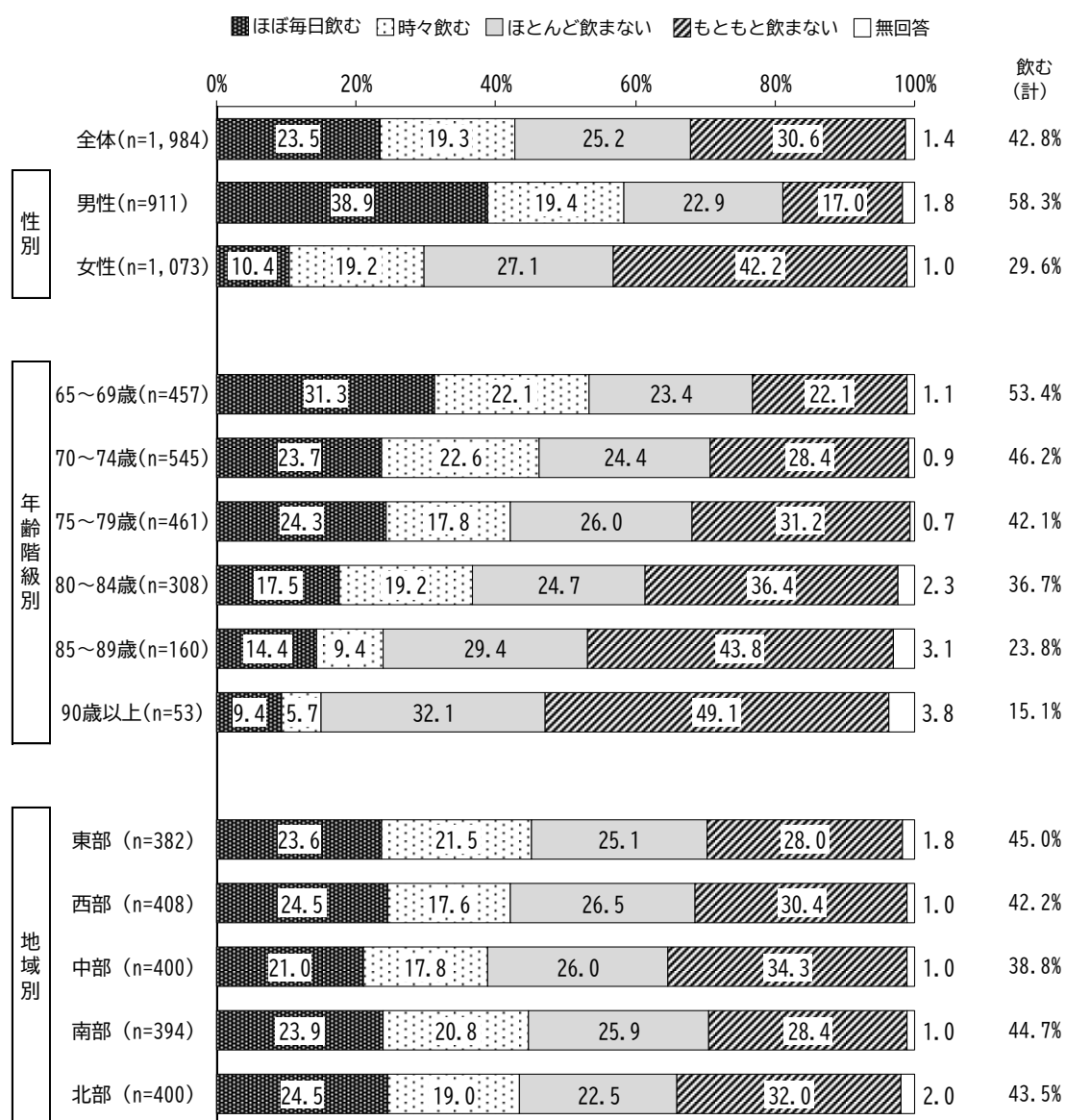
#### (4) 飲酒・喫煙の状況

問7 (5) お酒は飲みますか (○は1つ)

全体では、「もともと飲まない」が30.6%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」(25.2%)、「ほぼ毎日飲む」(23.5%)、「時々飲む」(19.3%)となっています。

性別に見ると、「ほぼ毎日飲む」と「時々飲む」を合わせた「飲む方」は女性よりも男性の方が28.7ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「飲む方」の割合が低くなっています。

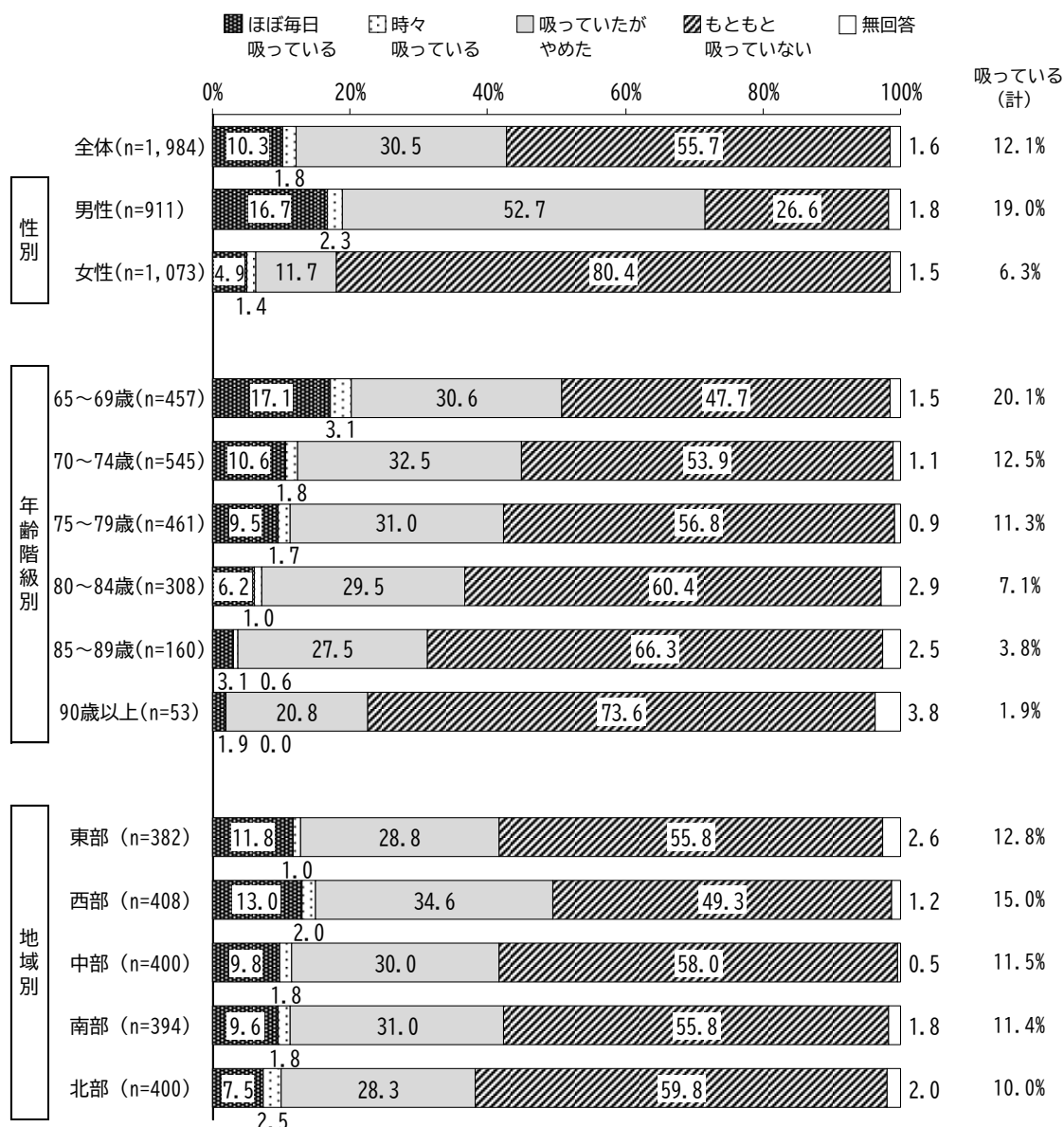


問7（6）タバコは吸っていますか（○は1つ）

全体では、「もともと吸っていない」が55.7%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」(30.5%)、「ほぼ毎日吸っている」(10.3%)、「時々吸っている」(1.8%)となっています。

性別に見ると、「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」を合わせた「吸っている方」は女性よりも男性の方が12.7ポイント高くなっています。

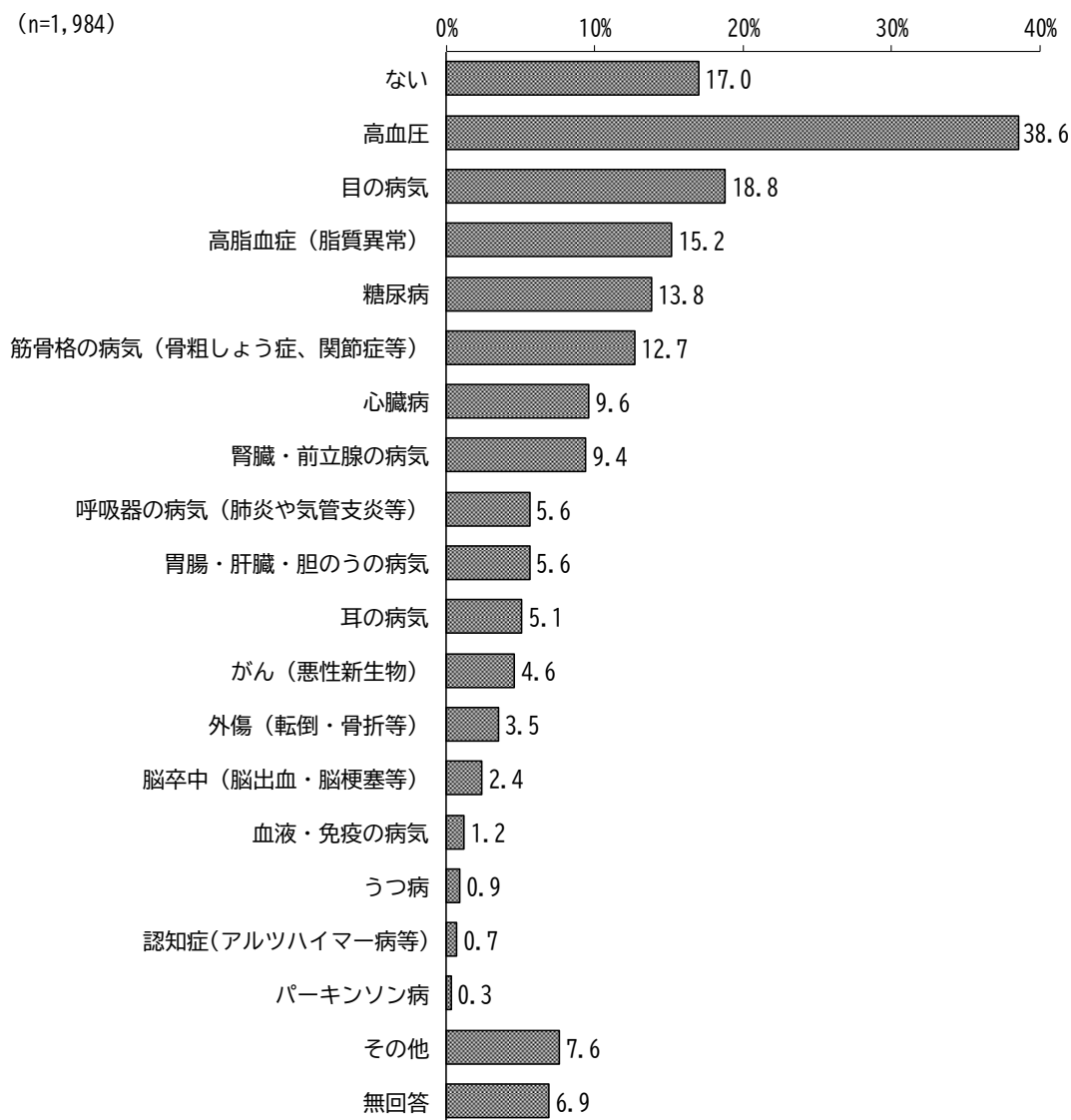
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「吸っている方」の割合が低くなっています。



## (5) 治療中または後遺症のある病気の有無

問7 (7) 現在治療中、又は後遺症のある病気はありますか (○はいくつでも)

「高血圧」が 38.6%と最も高く、次いで「目の病気」(18.8%)、「ない」(17.0%)、「高脂血症(脂質異常)」(15.2%)、「糖尿病」(13.8%) などと続いています。



## 9 認知症にかかる相談窓口について

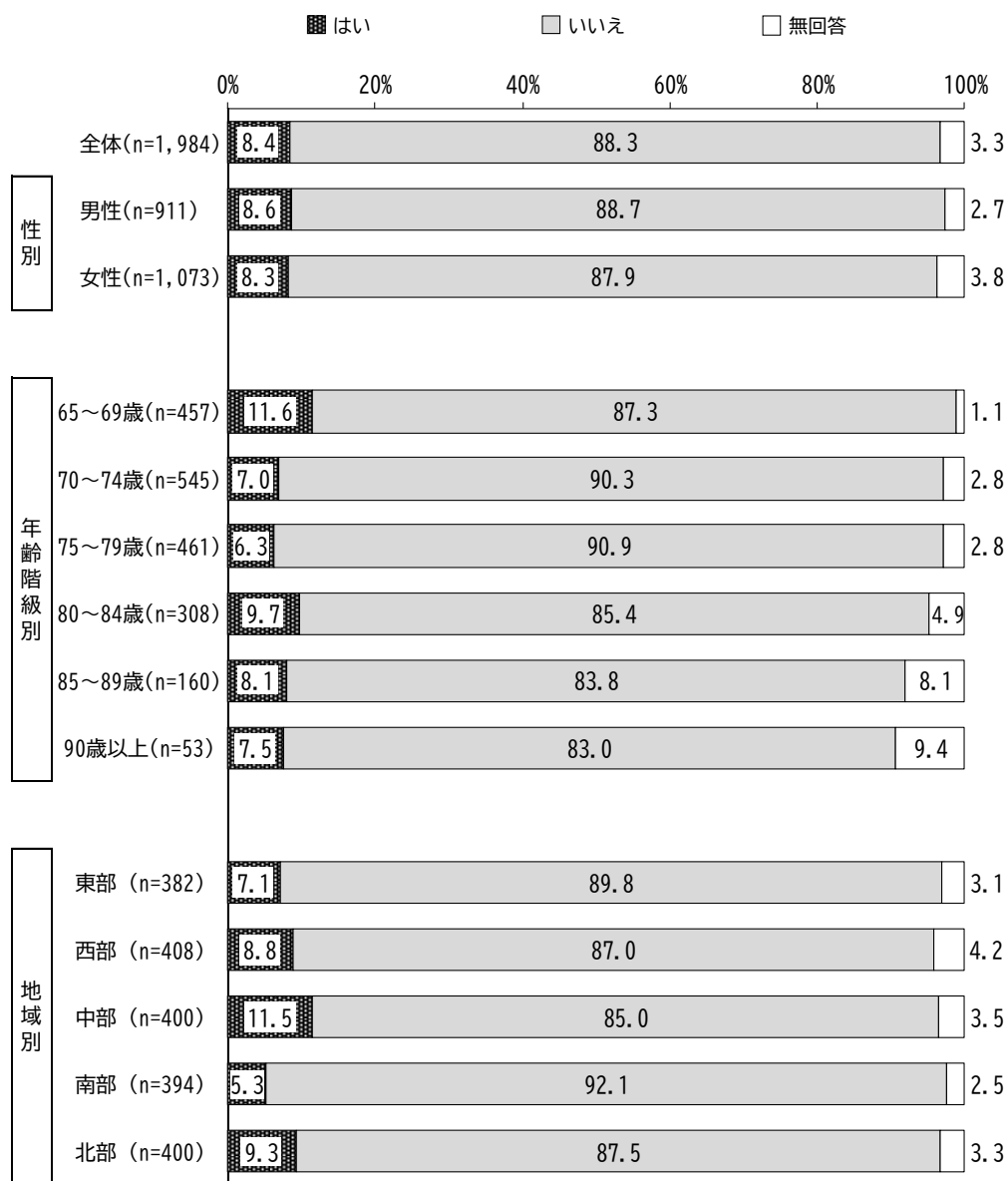
### (1) 自分または家族の認知症症状有無

問 8 (1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が 88.3%、「はい」が 8.4%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は 65～69 歳で 11.6%と最も高く、70 歳以上では1割を下回っています。

地域別に見ると、「はい」の割合は中部で 11.5%と最も高く、その他の地域では1割を下回っています。



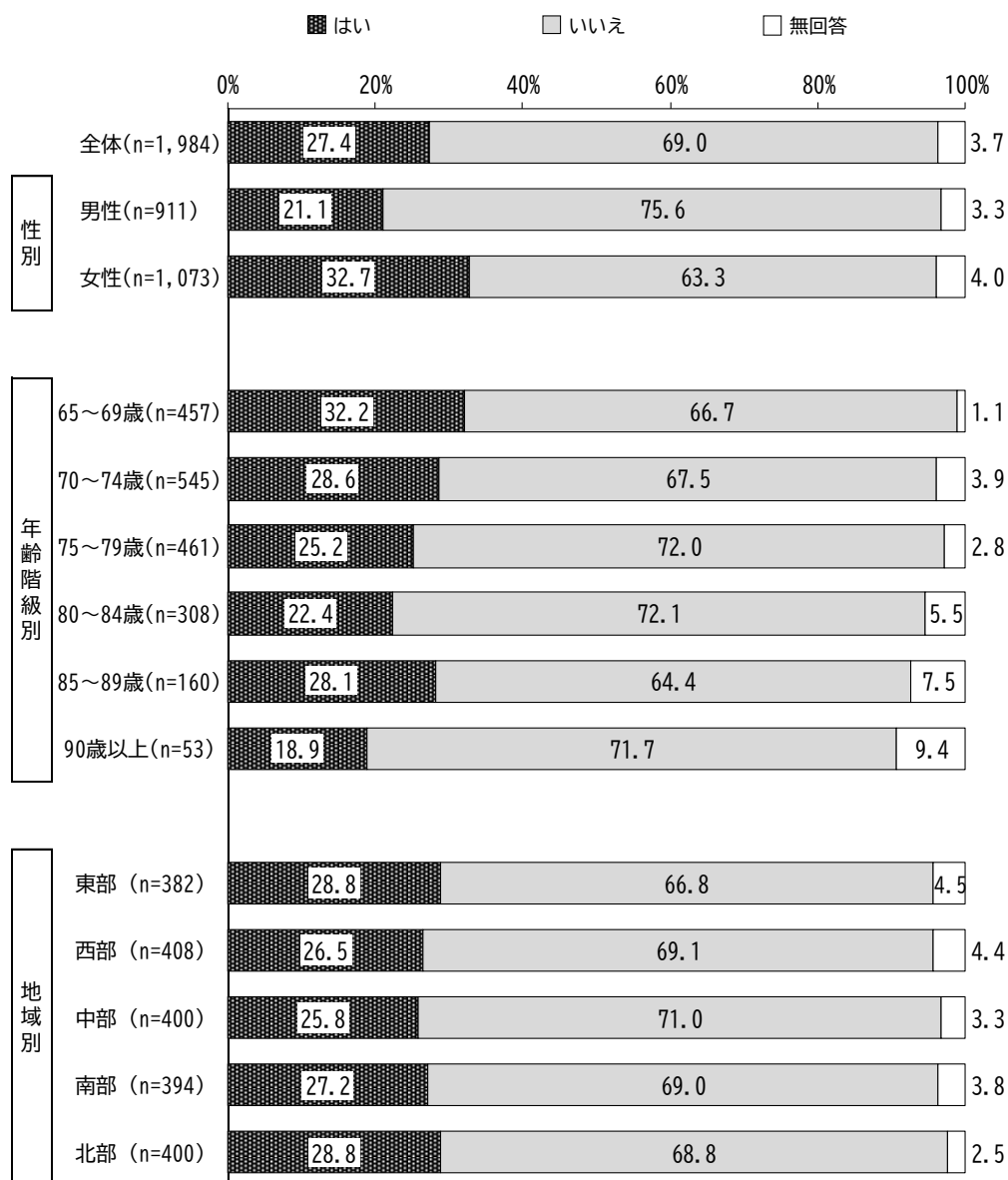
## (2) 認知症に関する相談窓口について

問 8 (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が69.0%、「はい」が27.4%となっています。

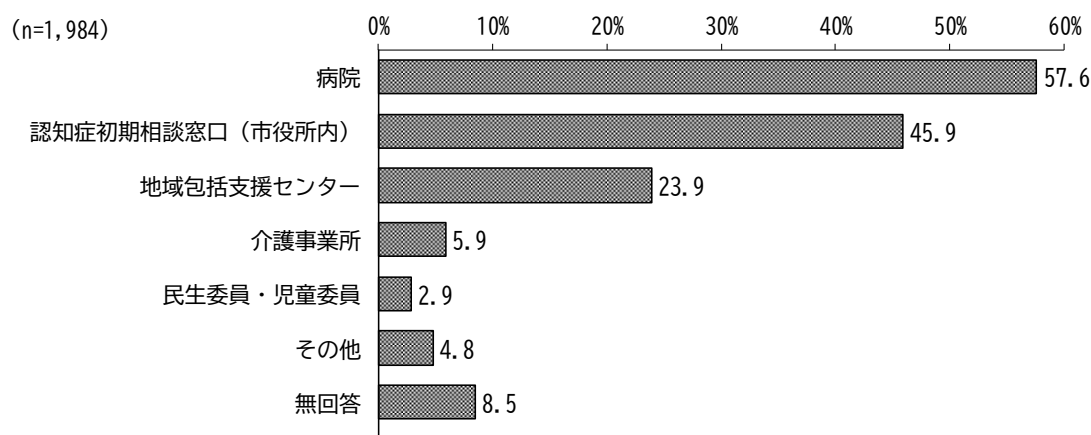
性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が11.6ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は 65～69 歳 (32.2%) で最も高く、90 歳以上 (18.9%) で最も低くなっています。



問 8 (3) 認知症についての相談をどこにしますか (○はいくつでも)

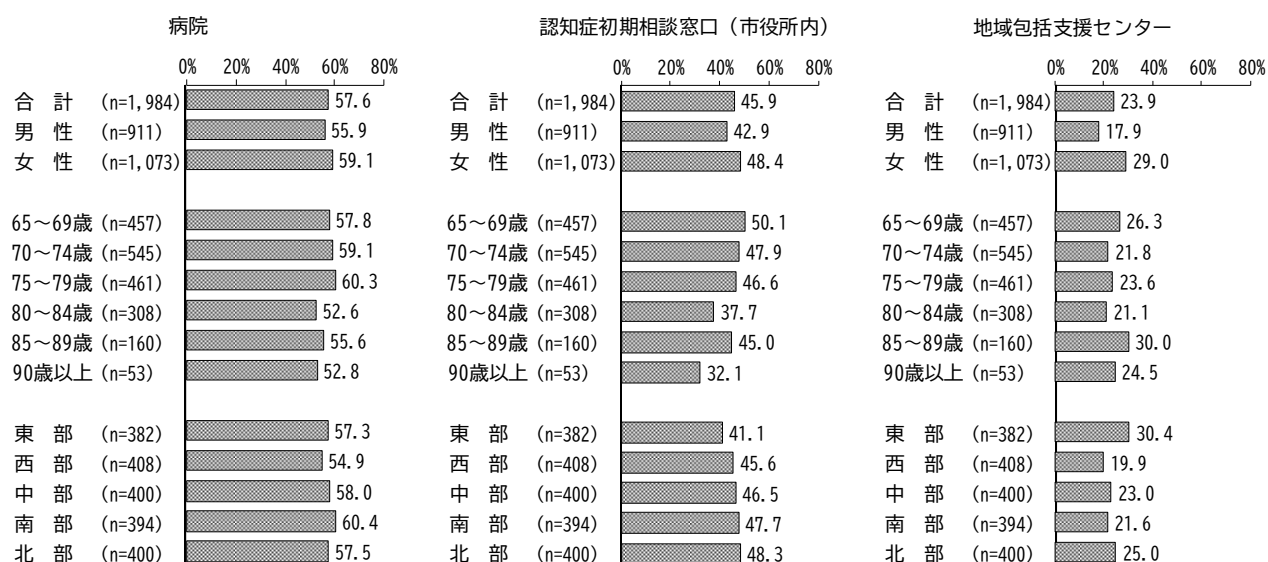
「病院」が 57.6%と最も高く、次いで「認知症初期相談窓口（市役所内）」(45.9%)、「地域包括支援センター」(23.9%)、「介護事業所」(5.9%)などと続いています。



上位 3 項目について性別に見ると、「認知症初期相談窓口（市役所内）」と「地域包括支援センター」は男性よりも女性の方が 5 ポイント以上高くなっています。

年齢階級別に見ると、「病院」は 75～79 歳 (60.3%) が最も高く、「認知症初期相談窓口（市役所内）」は 65～69 歳 (50.1%) が最も高く、90 歳以上 (32.1%) が最も低くなっています。

地域別に見ると、「地域包括支援センター」は東部で 30.4%と最も高くなっています。



## 10 高齢者の相談窓口について

### (1) 「地域包括支援センター」の認知

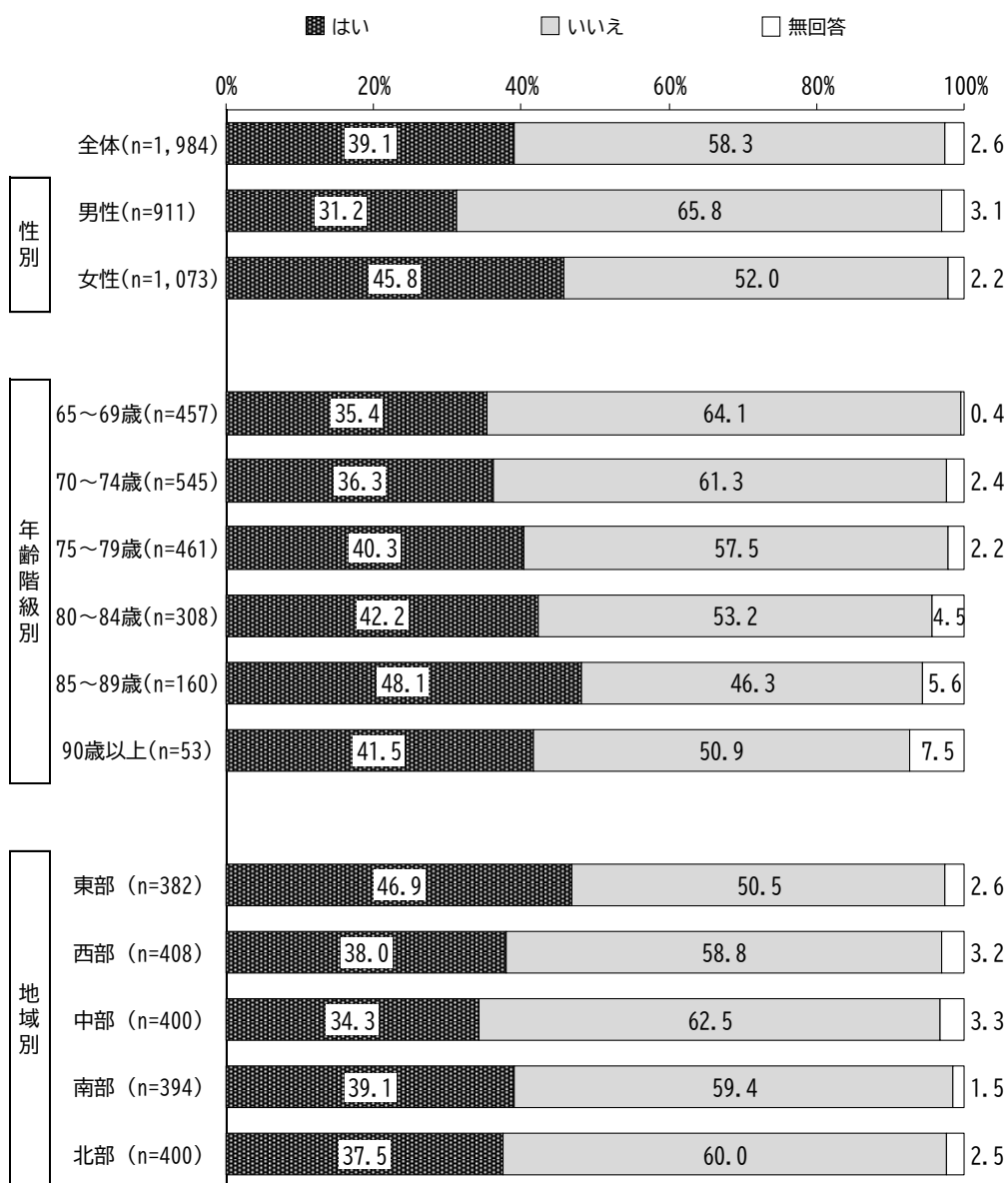
問9 (1) 高齢者の相談窓口として、市内5ヶ所に「地域包括支援センター」が設置されていることを知っていますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が58.3%、「はい」が39.1%となっています。

性別に見ると、男性よりも女性の方が「はい」の割合が14.6ポイント高くなっています。

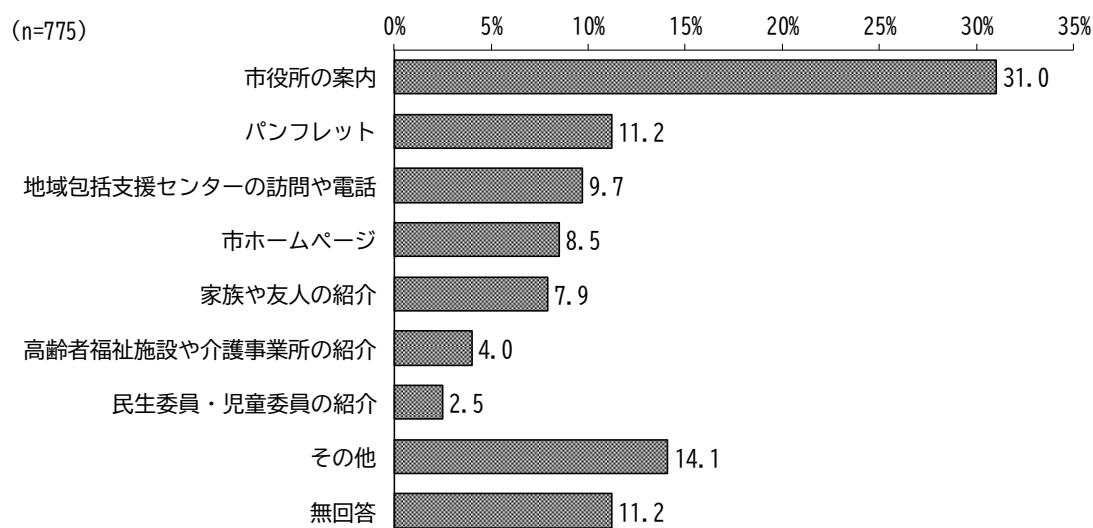
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳(48.1%)で最も高く、65～69歳(35.4%)で最も低くなっています。

地域別に見ると、「はい」の割合は東部で46.9%と最も高くなっています。



問 9 (2) 「地域包括支援センター」をどのようにして知りましたか (○は1つ)

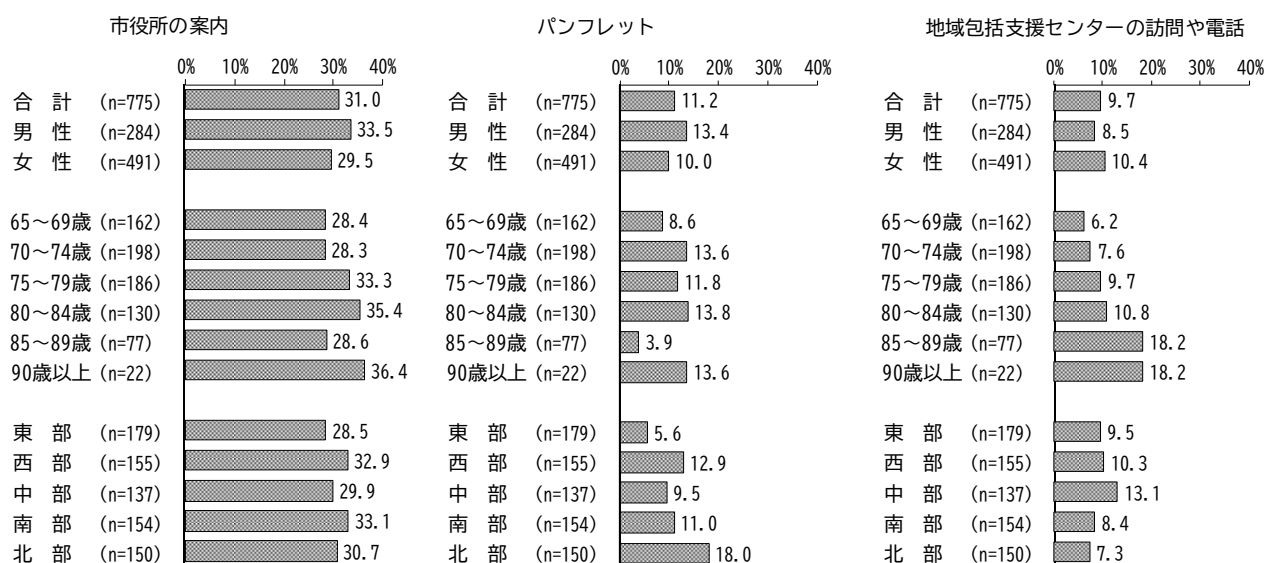
「地域包括支援センター」を知っていると回答した 775 人に認知経路についてたずねたところ、「市役所の案内」が 31.0%と最も高く、次いで「パンフレット」(11.2%)、「地域包括支援センターの訪問や電話」(9.7%)、「市ホームページ」(8.5%)などと続いています。



上位3項目について性別に見ると、「市役所の案内」は女性よりも男性の方が 4.0 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「市役所の案内」は 80～84 歳と 75～79 歳で3割を超えて高く、「パンフレット」は 85～89 歳で最も低くなっています。また、「地域包括支援センターの訪問や電話」は年齢が高くなるほど割合が高くなっています。

地域別に見ると、「パンフレット」は北部で 18.0%と最も高く、東部で 5.6%と最も低くなっています。「地域包括支援センターの訪問や電話」は中部で 13.1%と最も高くなっています。



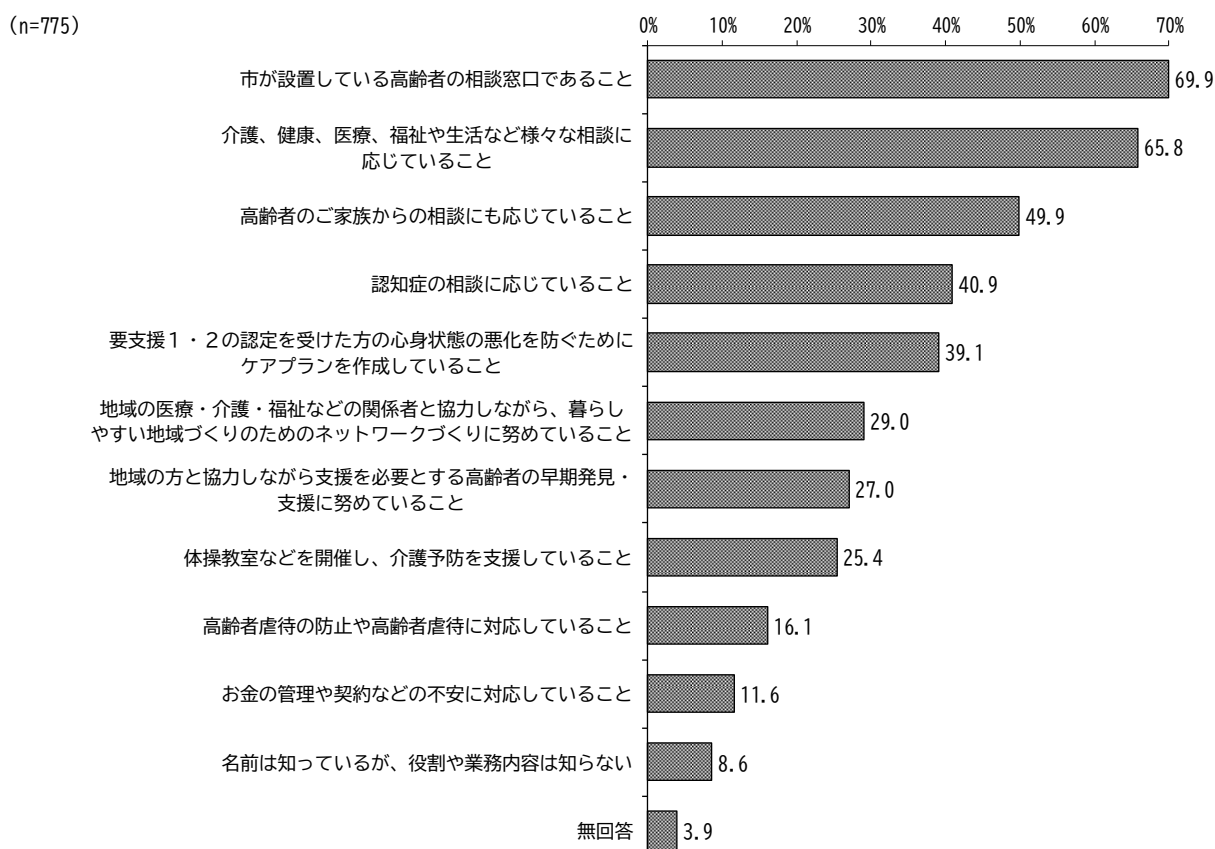
※年齢階級別の 90 歳以上は、回答者数が少ないため参考値として掲載しています。



## (2)「地域包括支援センター」の役割や業務内容

問9 (3)「地域包括支援センター」の役割や業務内容について、知っているものはありますか  
(○はい/△は多少/×はいくつでも)

「地域包括支援センター」を知っていると回答した 775 人に、知っている役割や業務内容についてたずねたところ、「市が設置している高齢者の相談窓口であること」が 69.9%と最も高く、次いで「介護、健康、医療、福祉や生活など様々な相談に応じていること」(65.8%)、「高齢者のご家族からの相談にも応じていること」(49.9%)、「認知症の相談に応じていること」(40.9%)などと続いています。



## 11 その他

### (1) スマートフォンやパソコンを使った情報収集について

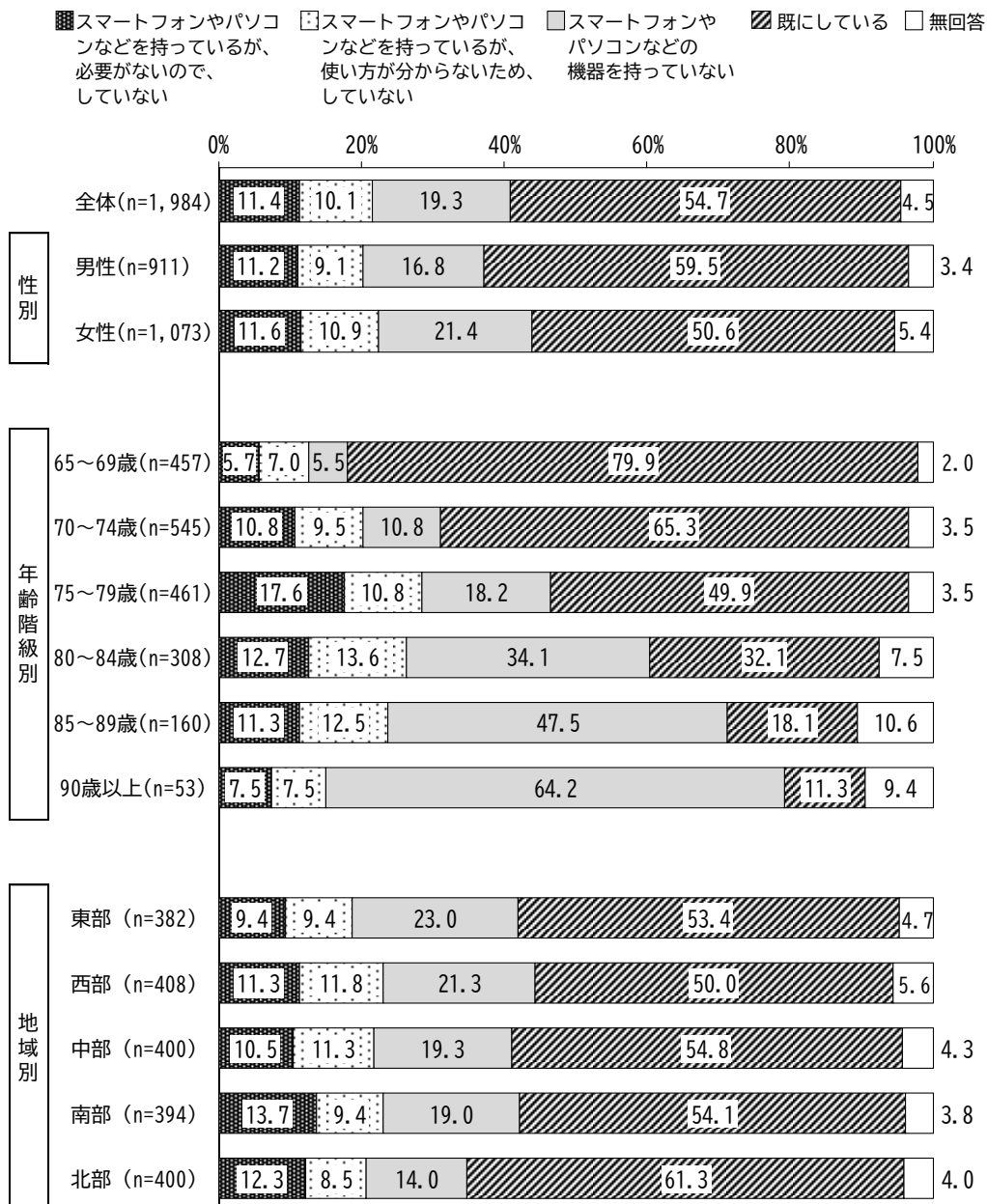
問 10 (1) あなたは、日常生活でスマートフォンやパソコンなどを使って、情報収集をしていますか (○は1つ)

全体では、「既になっている」が 54.7%と最も高く、次いで「スマートフォンやパソコンなどの機器を持っていない」(19.3%)、「スマートフォンやパソコンなどを持っているが、必要がないので、していない」(11.4%)、「スマートフォンやパソコンなどを持っているが、使い方が分からないため、していない」(10.1%)と続いています。

性別に見ると、「既になっている」の割合は女性よりも男性の方が 8.9 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「スマートフォンやパソコンなどの機器を持っていない」の割合が高くなり、「既になっている」の割合は年齢が高くなるほど低くなる傾向があります。

地域別に見ると、「既になっている」の割合は北部で6割を超えて高くなっています。

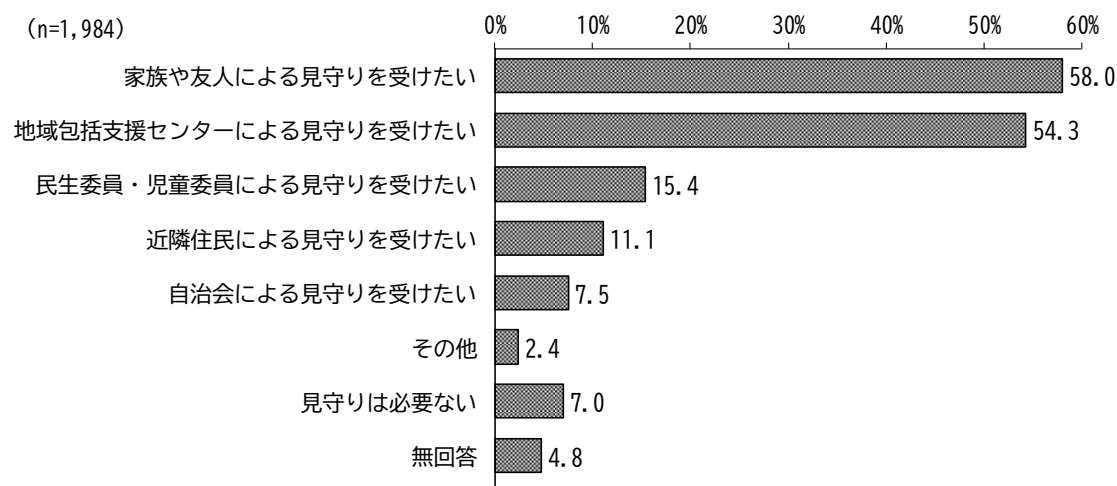


## (2) 高齢者の見守り体制について

問 10 (2) あなたは、高齢者の見守り体制についてどのように考えますか。

現在、見守りを必要としていない方は、見守りが必要になった場合を想定してお答えください（〇はいくつでも）

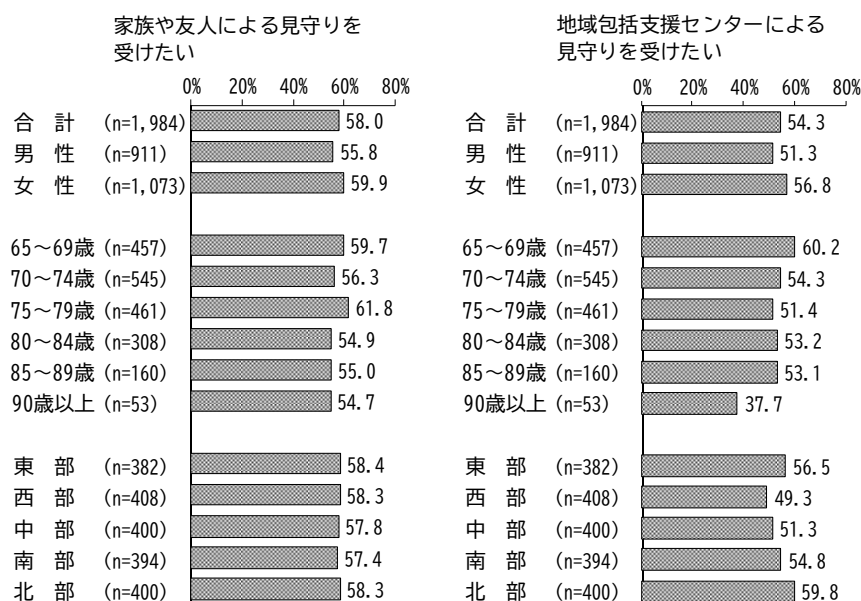
「家族や友人による見守りを受けたい」が 58.0%と最も高く、次いで「地域包括支援センターによる見守りを受けたい」(54.3%)、「民生委員・児童委員による見守りを受けたい」(15.4%)、「近隣住民による見守りを受けたい」(11.1%) などと続いています。



上位 2 項目について性別に見ると、男性よりも女性の方が「家族や友人による見守りを受けたい」では 4.1 ポイント、「地域包括支援センターによる見守りを受けたい」では 5.5 ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「地域包括支援センターによる見守りを受けたい」は 90 歳以上で 37.7%と最も低くなっています。

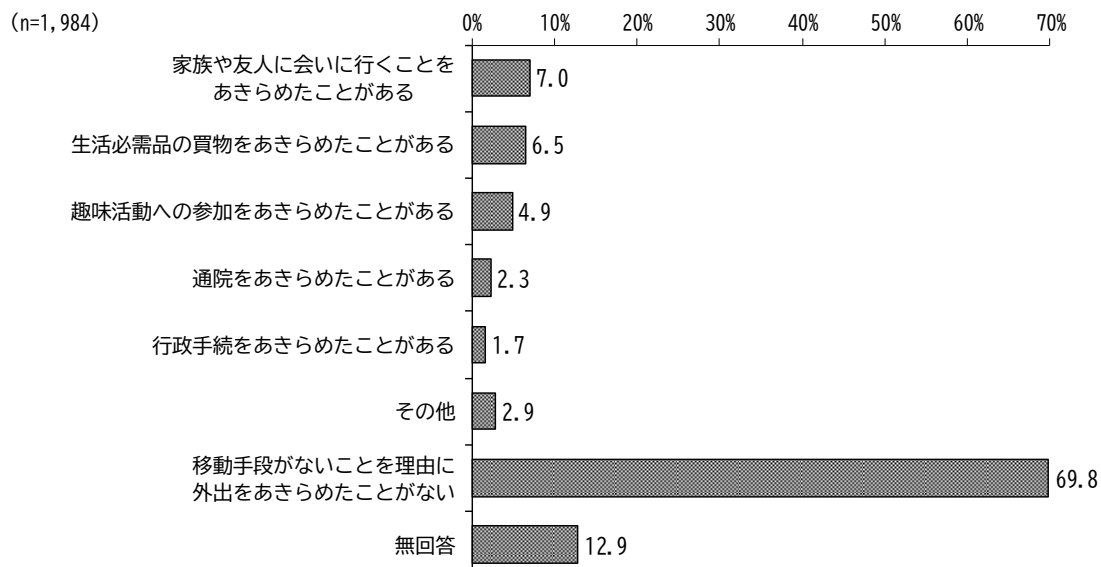
地域別に見ると、「地域包括支援センターによる見守りを受けたい」は北部で 59.8%と最も高く、西部で 49.3%と最も低くなっています。



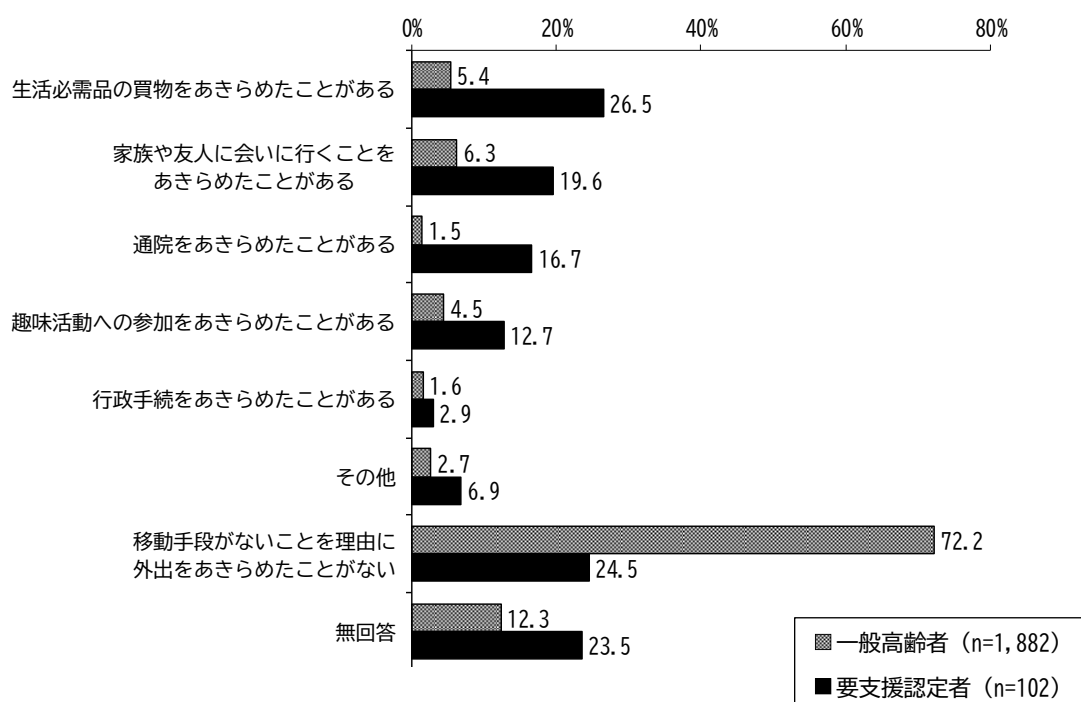
### (3) 移動手段がないために外出をあきらめたことの有無

問 10 (3) あなたは、移動手段がないために外出をあきらめたことがありますか  
(○はいいくつでも)

全体では、「移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがない」が 69.8%と最も高く、次いで「家族や友人に会いに行くことをあきらめたことがある」(7.0%)、「生活必需品の買物をあきらめたことがある」(6.5%)、「趣味活動への参加をあきらめたことがある」(4.9%)などと続いています。



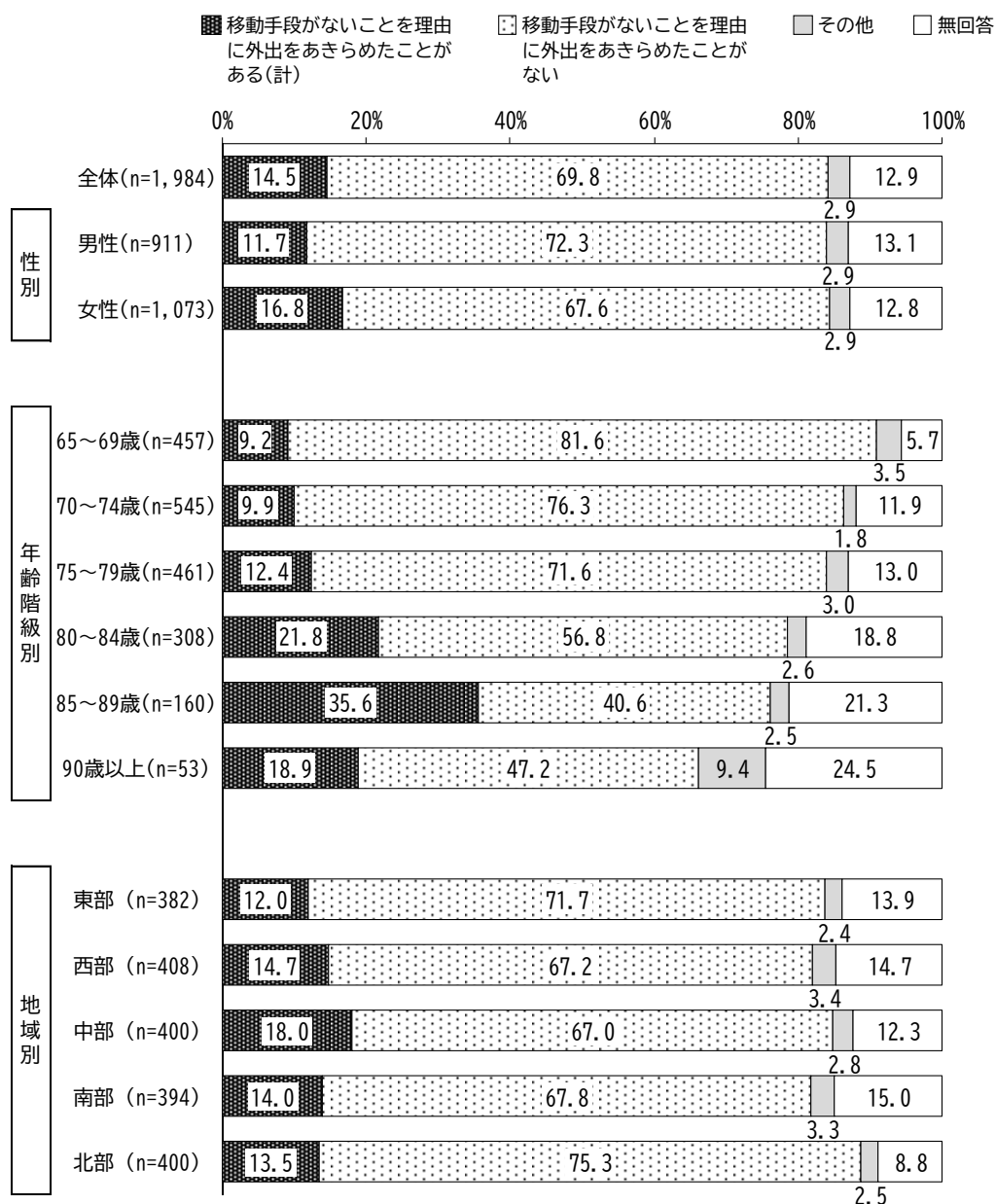
一般高齢者・要支援認定者別に見ると、要支援認定者では「生活必需品の買物をあきらめたことがある」が 26.5%と最も高く、一般高齢者と比べて 21.1 ポイント高くなっています。また、「家族や友人に会いに行くことをあきらめたことがある」(19.6%)、「通院をあきらめたことがある」(16.7%)でも一般高齢者と比べて 10 ポイント以上高くなっています。



あきらめたことがある項目が1つ以上ある人を「移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがある方」として性別に見ると、男性よりも女性の方が「移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがある方」の割合が5.1ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがある方」の割合は85～89歳（35.6％）で最も高く、65～69歳（9.2％）で最も低くなっています。

地域別に見ると、「移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがある方」の割合は中部（18.0％）で最も高くなっています。



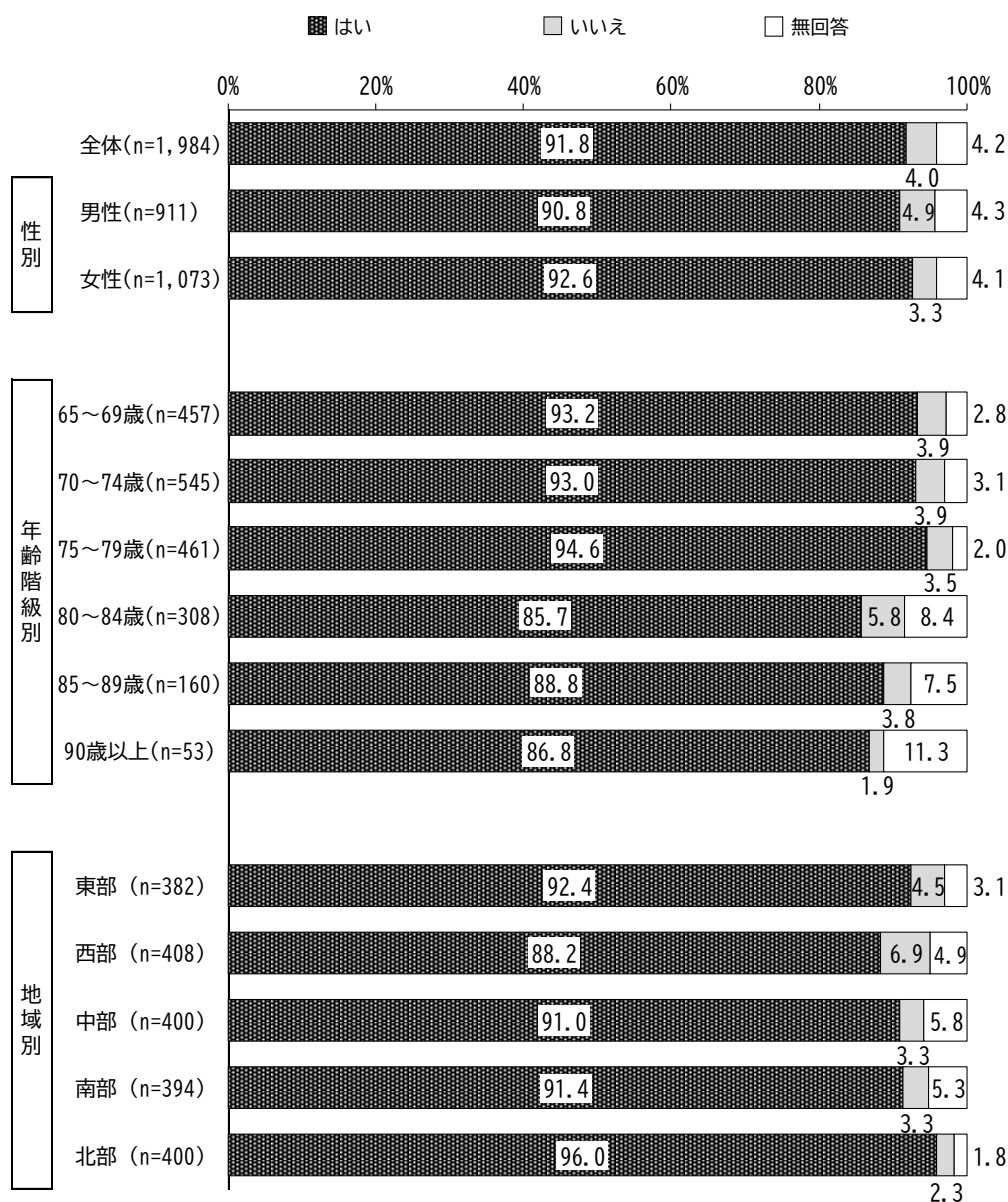
#### (4) 医療や介護の利用、生き方などについて考えておくことの必要性

問 10 (4) あなたは、今後の健康状態の悪化に備えて、自身の医療や介護の利用、生き方などについて、考えておくことは必要だと思いますか (○は1つ)

全体では、「はい」が91.8%、「いいえ」が4.0%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は79歳以下では9割を超えていますが、80歳以上では8割台と低くなっています。

地域別に見ると、「はい」の割合は北部(96.0%)で最も高くなっています。



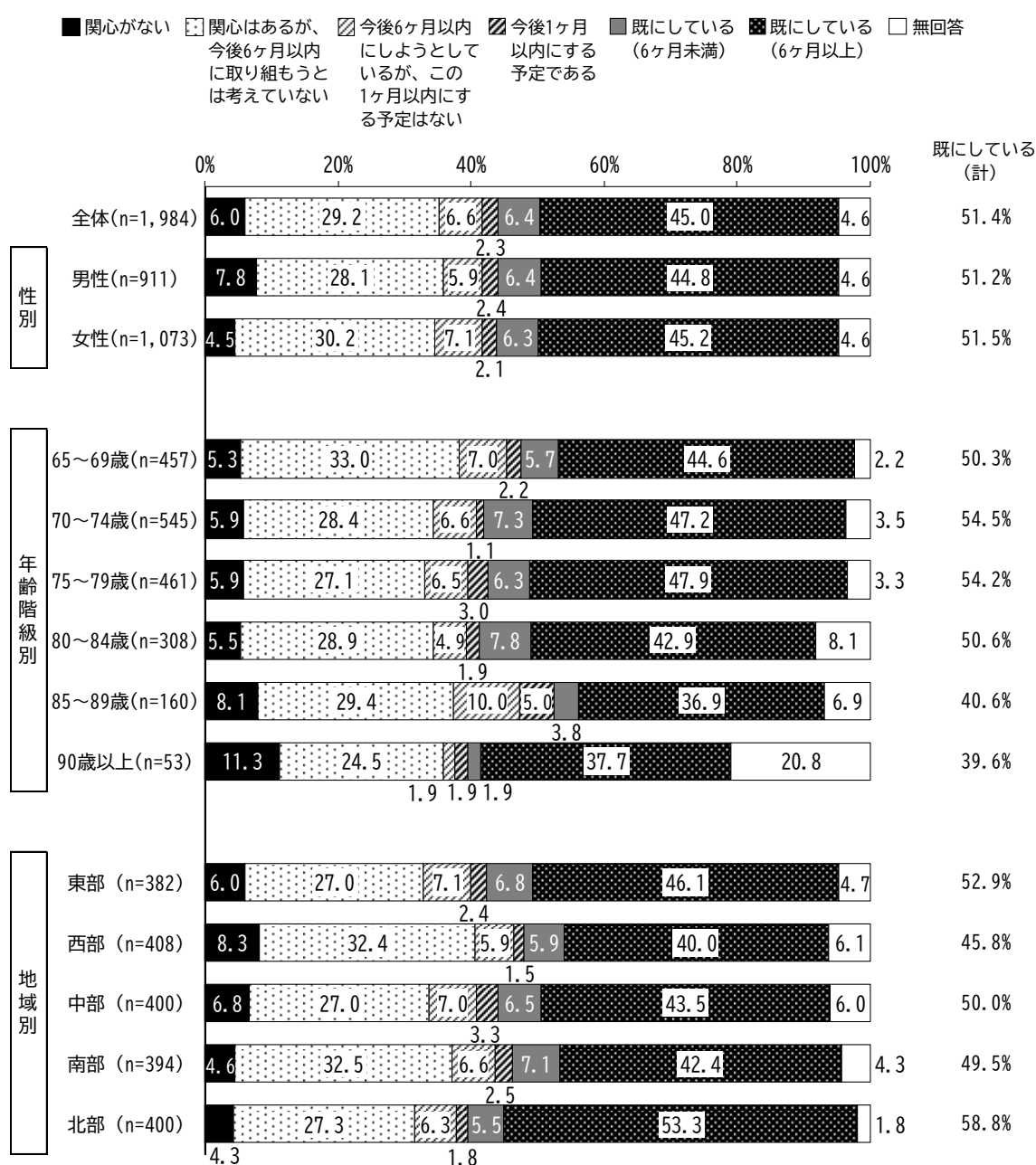
## (5) 健康的な生活を送るための取組について

問 10 (5) あなたは、自分の身体を丈夫にし、健康的な生活を送るための取組みにどのくらい関心がありますか (○は1つ)

全体では、「既に行っている (6ヶ月以上)」が 45.0%と最も高く、次いで「関心はあるが、今後6ヶ月以内に取り組もうとは考えていない」(29.2%)、「今後6ヶ月以内にしようとしているが、この1ヶ月以内にする予定はない」(6.6%)などと続いています。

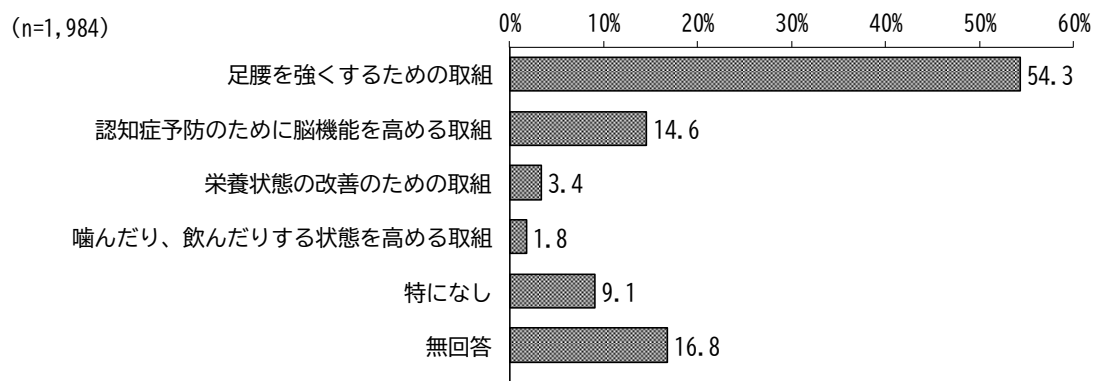
年齢階級別に見ると、「既に行っている (6ヶ月未満)」と「既に行っている (6ヶ月以上)」を合わせた「既に行っている方」の割合は 70～74 歳 (54.5%) と 75～79 歳 (54.2%) で5割台半ばと高く、85～89 歳 (40.6%) と 90 歳以上 (39.6%) では4割程度と低くなっています。

地域別に見ると、「既に行っている方」の割合は北部 (58.8%) で最も高くなっています。



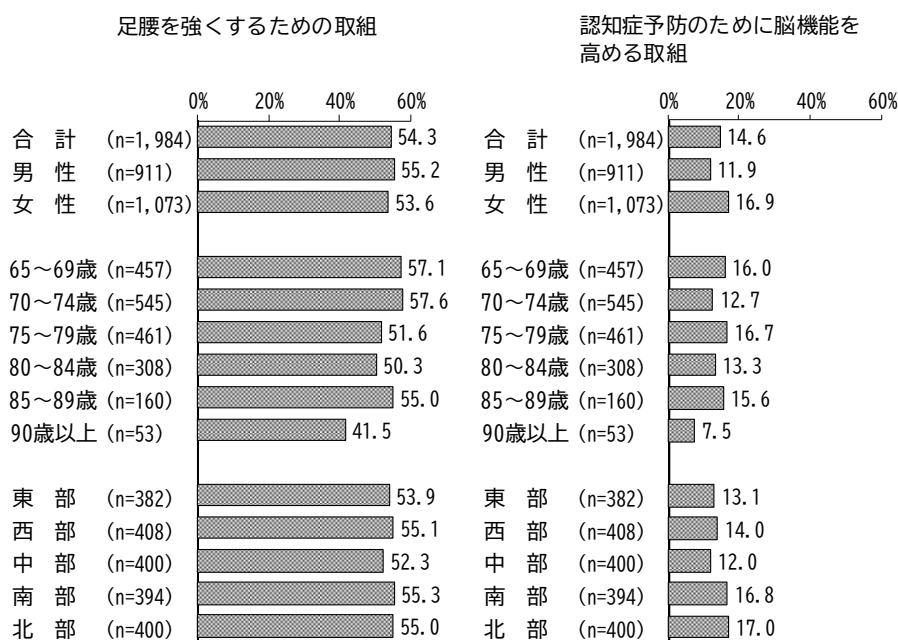
問 10（6）あなたは健康的な生活を送るための次のどの取組に特に関心がありますか  
（○は1つ）

「足腰を強くするための取組」が 54.3%と最も高く、次いで「認知症予防のために脳機能を高める取組」（14.6%）、「栄養状態の改善のための取組」（3.4%）などと続いています。一方で、「特になし」が 9.1%となっています。



上位2項目について性別に見ると、「認知症予防のために脳機能を高める取組」は男性よりも女性の方が5.0ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、「足腰を強くするための取組」、「認知症予防のために脳機能を高める取組」とともに90歳以上で最も低くなっています。

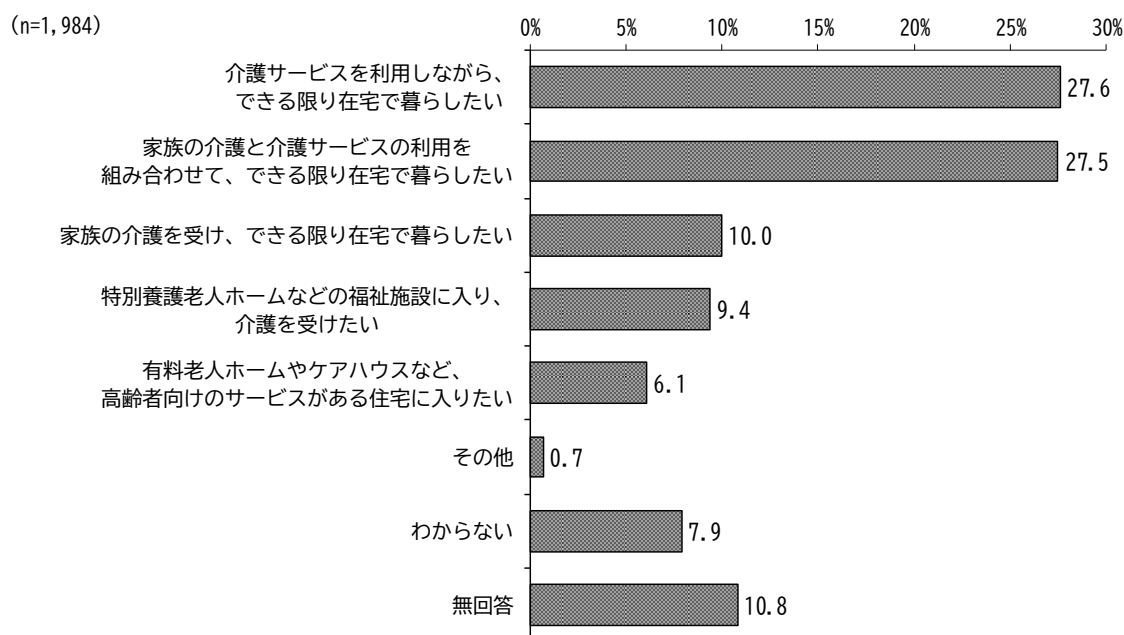




## （６）今後の介護についての希望

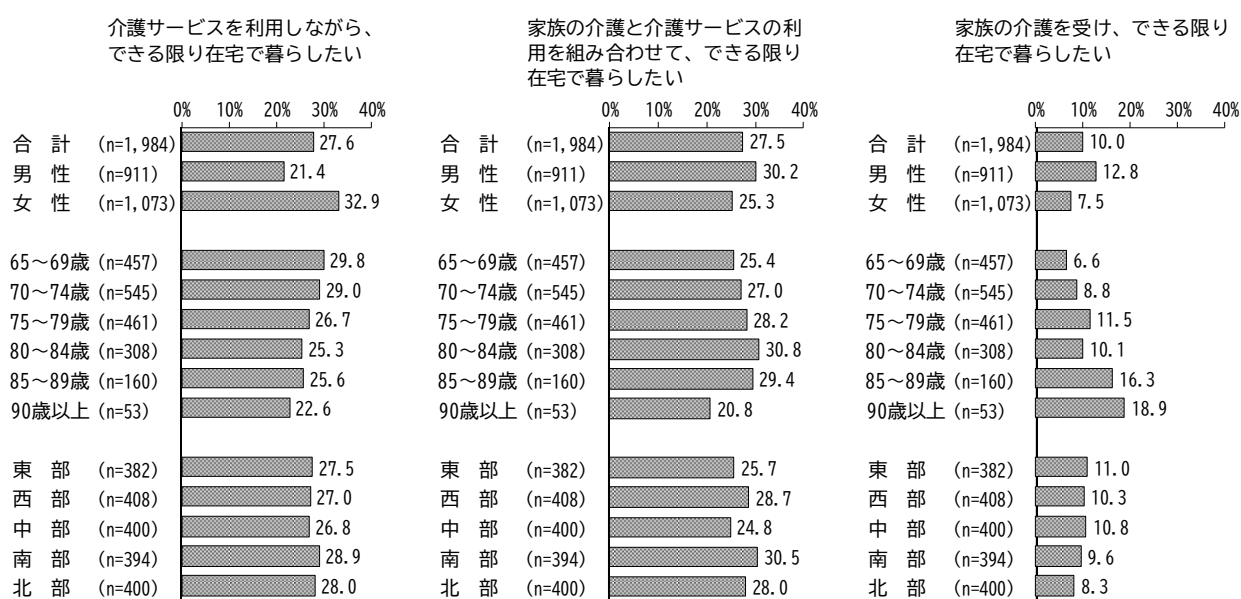
問 10（７）今後の介護と介護を受ける場所について、あなたはどのような希望をお持ちですか。  
現在介護を必要としていない方は、介護が必要になった場合を想定してお答えください（○は1つ）

「介護サービスを利用しながら、できる限り在宅で暮らしたい」（27.6%）と「家族の介護と介護サービスを組み合わせて、できる限り在宅で暮らしたい」（27.5%）がほぼ同程度で最も高く、次いで「家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい」（10.0%）、「特別養護老人ホームなどの福祉施設に入り、介護を受けたい」（9.4%）などと続いており、在宅での介護を望む人は全体の65.1%となっています。



上位3項目について性別に見ると、「介護サービスを利用しながら、できる限り在宅で暮らしたい」は男性よりも女性の方が11.5ポイント高く、「家族の介護と介護サービスを組み合わせて、できる限り在宅で暮らしたい」と「家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい」では女性よりも男性の方が4～5ポイント高くなっています。

年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「介護サービスを利用しながら、できる限り在宅で暮らしたい」の割合は低くなり、「家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい」の割合は高くなっています。また、「家族の介護と介護サービスを組み合わせて、できる限り在宅で暮らしたい」は90歳以上（20.8%）で最も低くなっています。



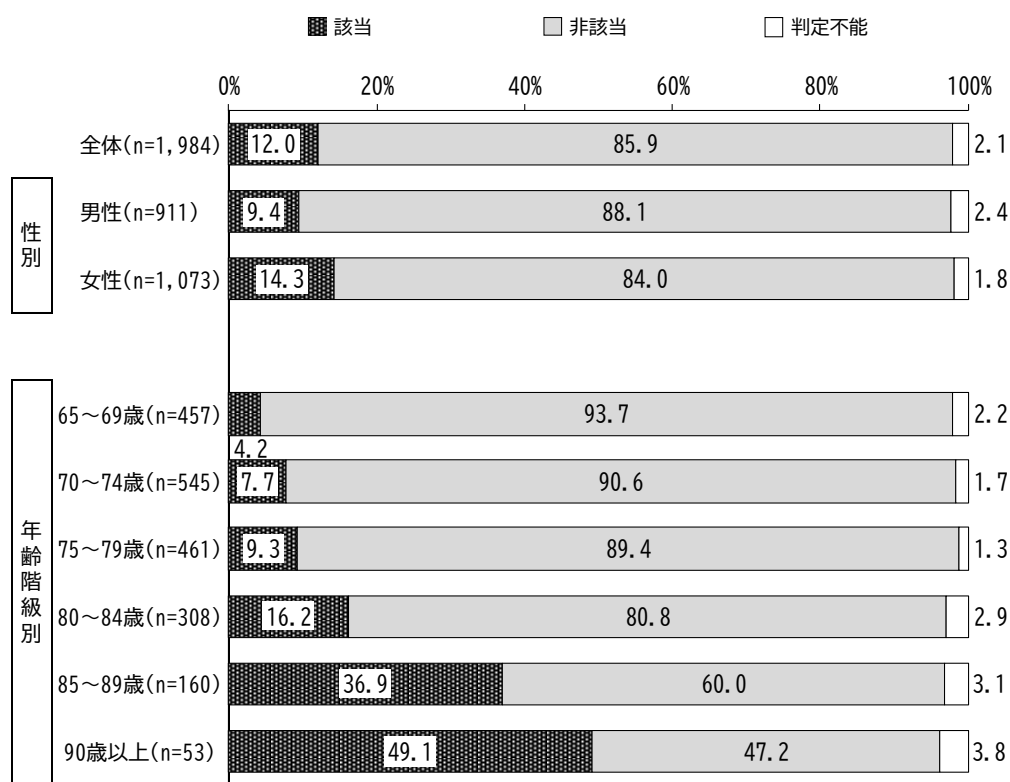
## 1 2 各種リスクの状況

ここでは、厚生労働省『介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 実施の手引き』において示された各種リスクの判定基準により、判定を行いました。なお、判定用の設問に無回答があり、判定できない場合、「判定不能」としています。

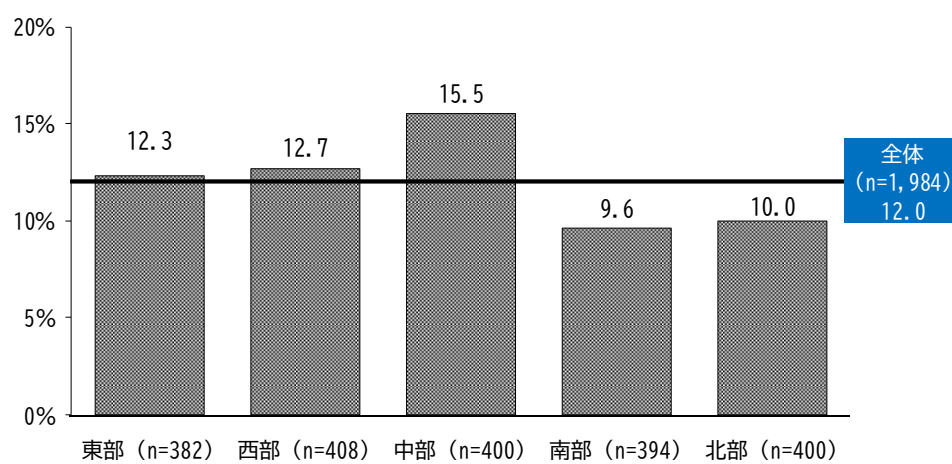
### (1) 運動器機能

設 問	選 択 肢	判定基準
問2 (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない	3 問以上該当の場合、『運動器機能の低下』ありと判定
問2 (2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない	
問2 (3) 15 分位続けて歩いていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない	
問2 (4) 過去 1 年間に転んだ経験がありますか	1. 何度もある 2. 1 度ある 3. ない	
問2 (5) 転倒に対する不安は大きいですか	1. とても不安である 2. やや不安である 3. あまり不安でない 4. 不安でない	

全体では、『運動器機能の低下』に「該当」が 12.0%、「非該当」が 85.9%となっています。年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「該当」の割合が高くなる傾向があります。



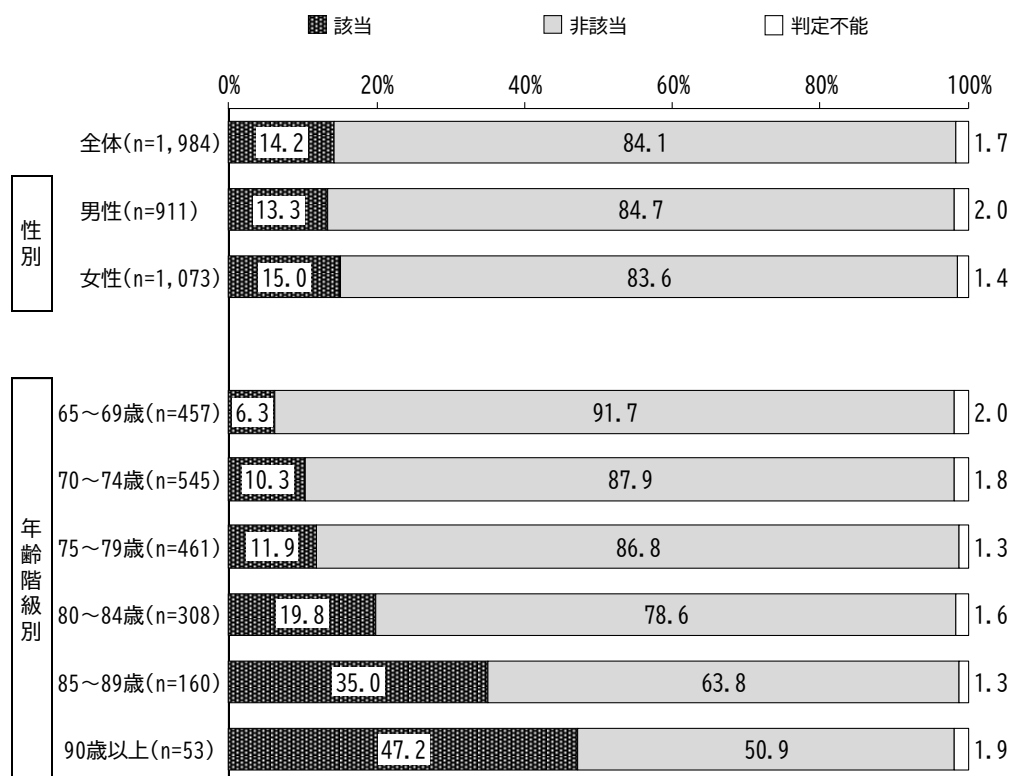
『運動器機能の低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部で 15.5%と最も高く、南部で 9.6%と最も低くなっています。



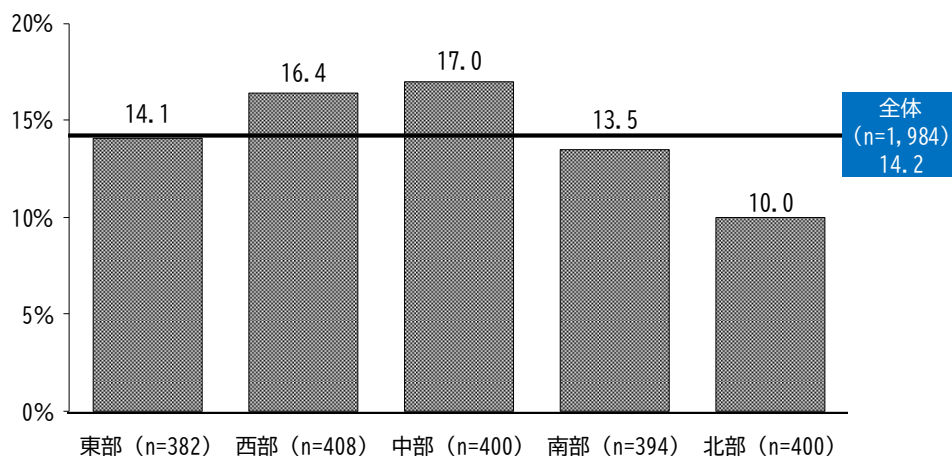
## (2) 閉じこもり傾向

設 問	選 択 肢	判定基準
問 2 (6) 週に1回以上は外出していますか	<div>1.ほとんど外出しない</div> <div>2.週1回</div> <div>3.週2～3回</div> <div>4.週5回以上</div>	設問に該当の場合、『閉じこもり傾向』ありと判定

全体では、『閉じこもり傾向』に「該当」が14.2%、「非該当」が84.1%となっています。  
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「該当」の割合が高くなる傾向があります。



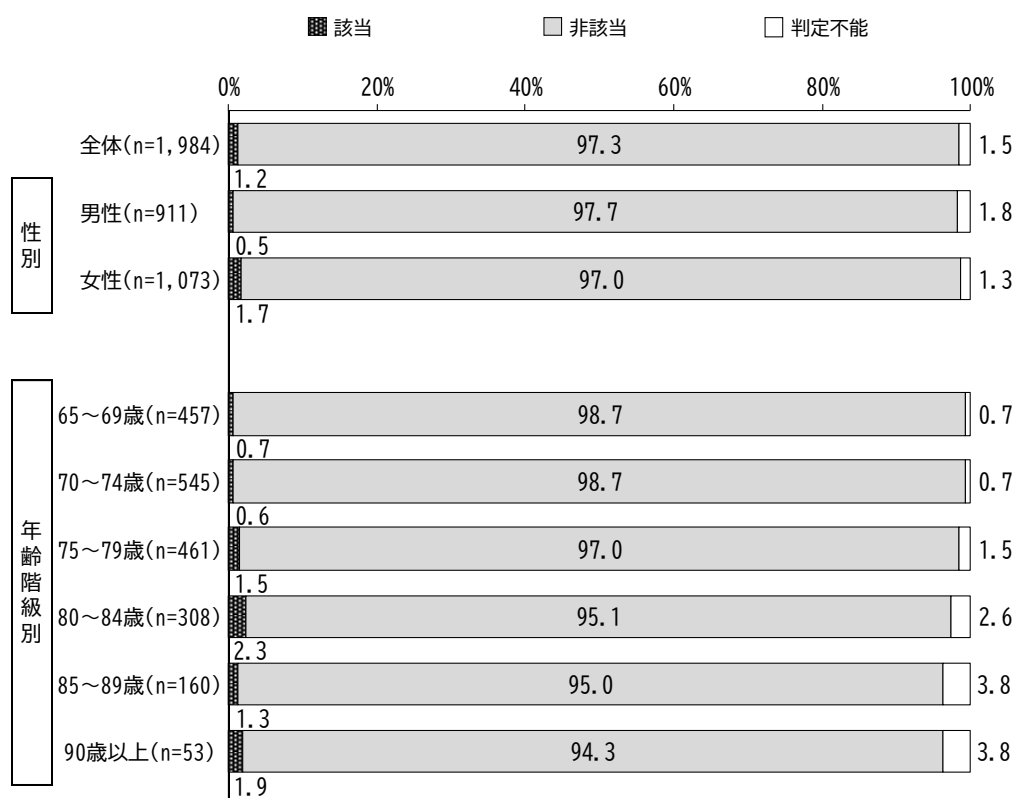
『閉じこもり傾向』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部で17.0%と最も高く、北部で10.0%と最も低くなっています。



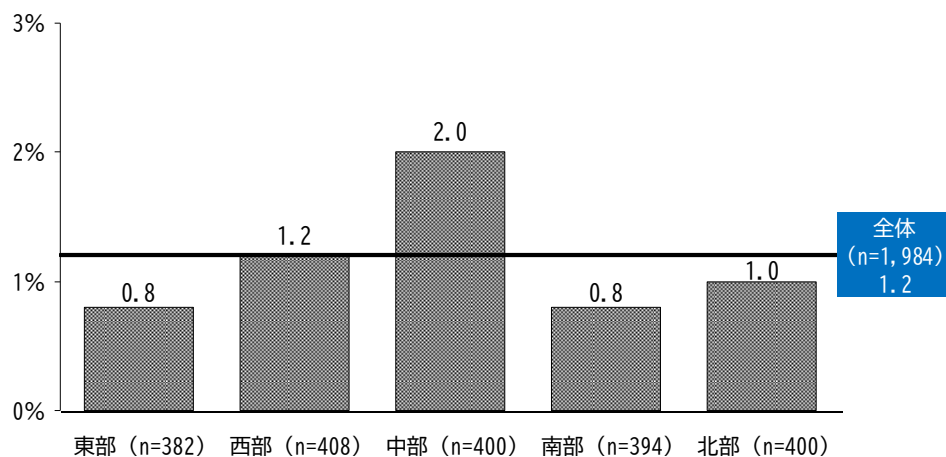
### (3) 低栄養状態

設 問	選 択 肢	判定基準
問3 (1) 身長・体重 (BMI)	BMI 18.5 以下	2 問とも該当の場合、『低栄養状態』と判定
問3 (7) 6 か月間で 2 ～ 3 kg 以上の体重減少がありましたか	1. はい 2. いいえ	

全体では、『低栄養状態』に「該当」が1.2%、「非該当」が97.3%となっています。  
年齢階級別に見ると、80～84 歳 (2.3%) で「該当」の割合が最も高くなっています。



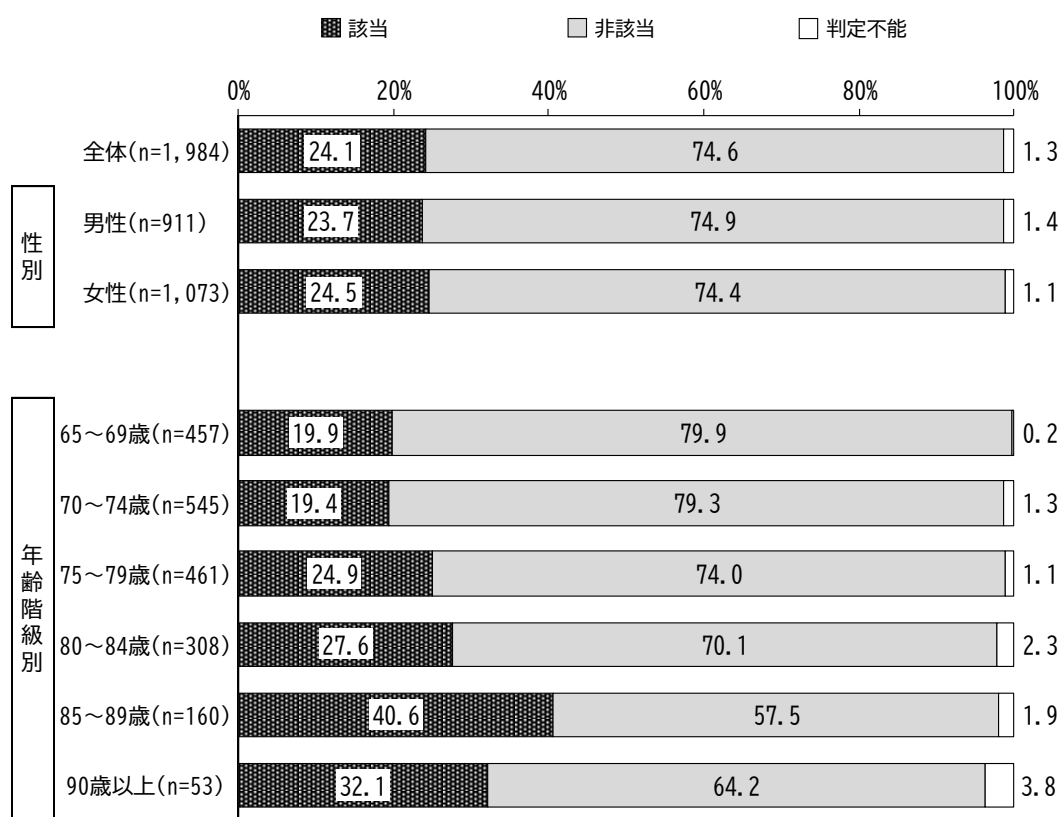
『低栄養状態』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部で2.0%と最も高く、東部と南部でともに0.8%と最も低くなっています。



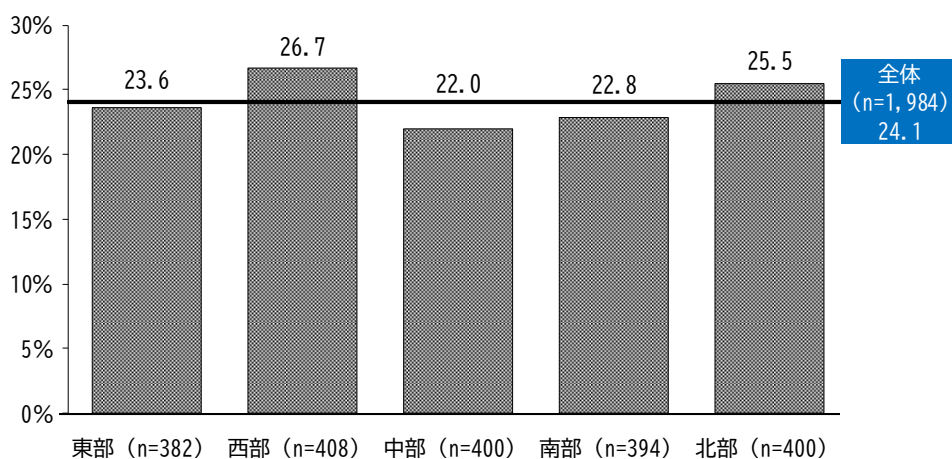
#### (4) 口腔機能

設 問	選 択 肢	判定基準
問3 (2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい 2. いいえ	2 問以上該当の場合、『口腔機能の低下』ありと判定
問3 (3) お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい 2. いいえ	
問3 (4) 口の渇きが気になりますか	1. はい 2. いいえ	

全体では、『口腔機能の低下』に「該当」が24.1%、「非該当」が74.6%となっています。  
年齢階級別に見ると、85～89歳(40.6%)で「該当」の割合が最も高くなっています。



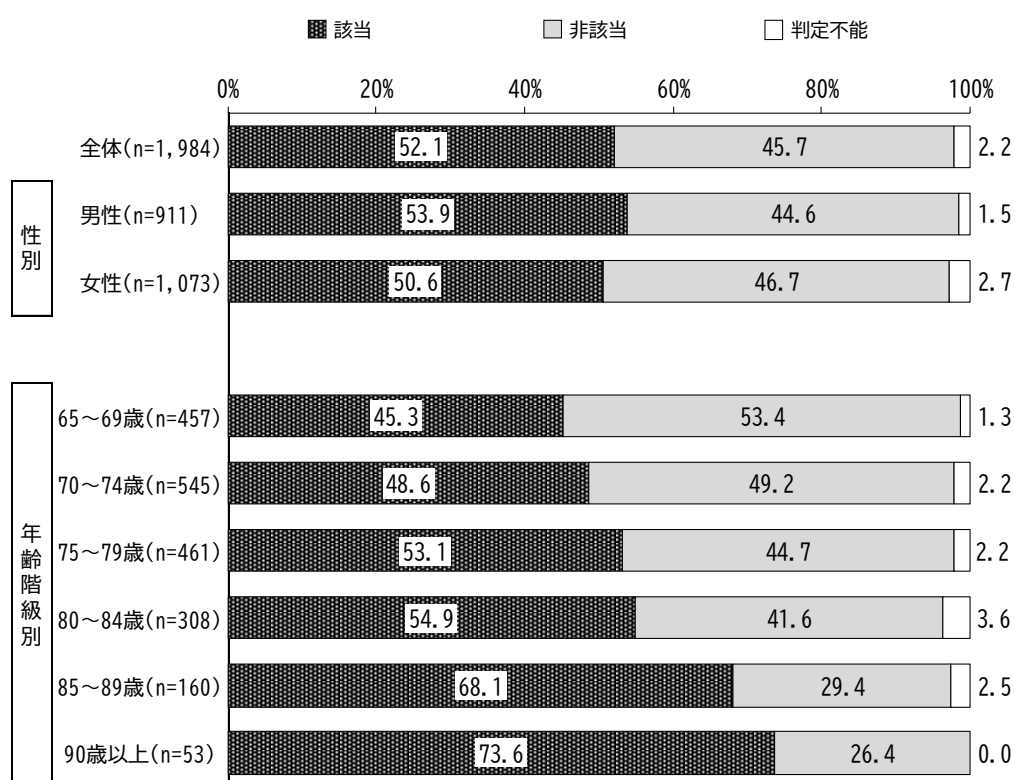
『口腔機能の低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、西部で26.7%と最も高く、中部で22.0%と最も低くなっています。



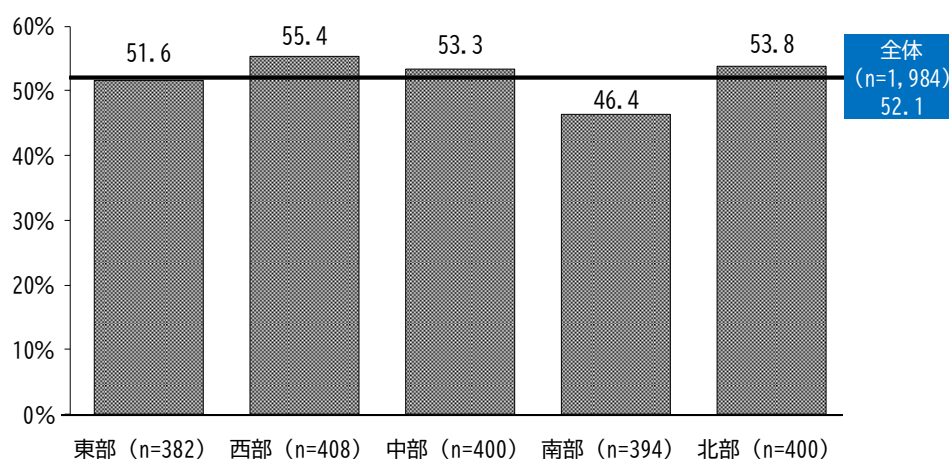
## (5) 認知機能

設 問	選 択 肢	判定基準
問4 (1) 物忘れが多いと感じますか	1. はい 2. いいえ	いずれか1問以上に該当の場合、『認知機能の低下』ありと判定
問4 (2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	1. はい 2. いいえ	
問4 (3) 今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい 2. いいえ	

全体では、『認知機能の低下』に「該当」が52.1%、「非該当」が45.7%となっています。  
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「該当」の割合が高くなる傾向があります。



『認知機能の低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、南部で46.4%と最も低くなっています。

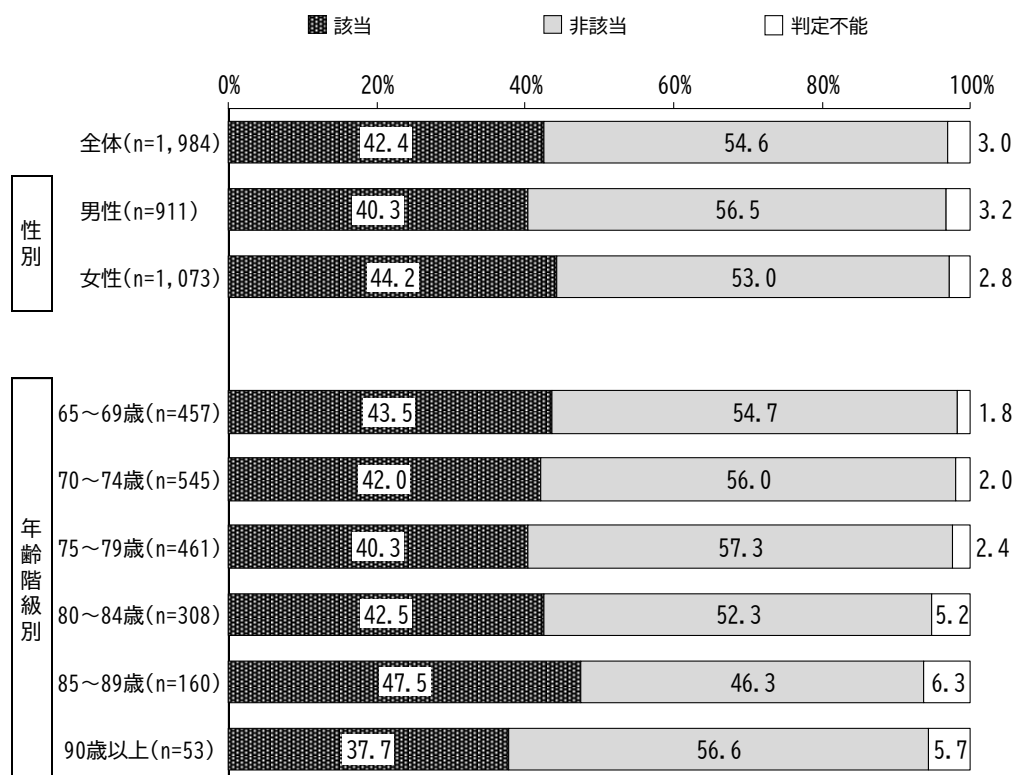




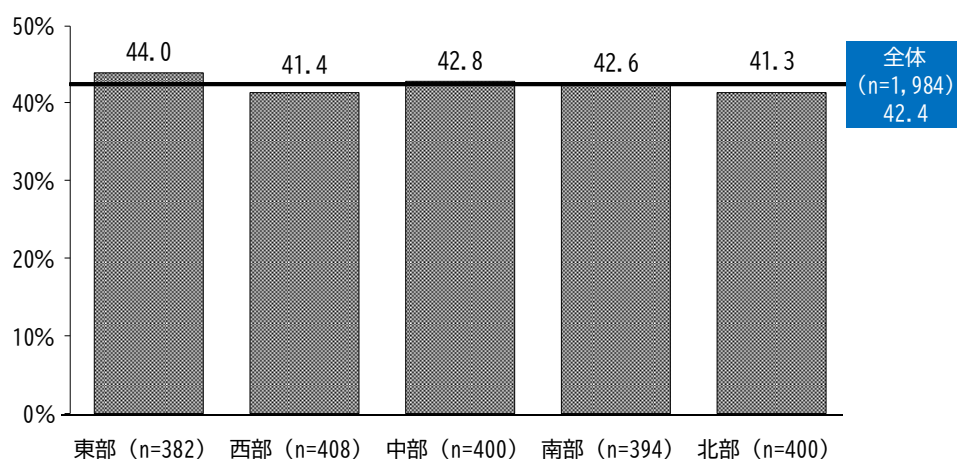
## (6) うつ傾向

設 問	選 択 肢	判定基準
問7 (3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか	1. はい 2. いいえ	いずれか1問以上に該当の場合、『うつ傾向』ありと判定
問7 (4) この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか	1. はい 2. いいえ	

全体では、『うつ傾向』に「該当」が42.4%、「非該当」が54.6%となっています。  
年齢階級別に見ると、85～89歳（47.5%）で「該当」の割合が最も高くなっています。



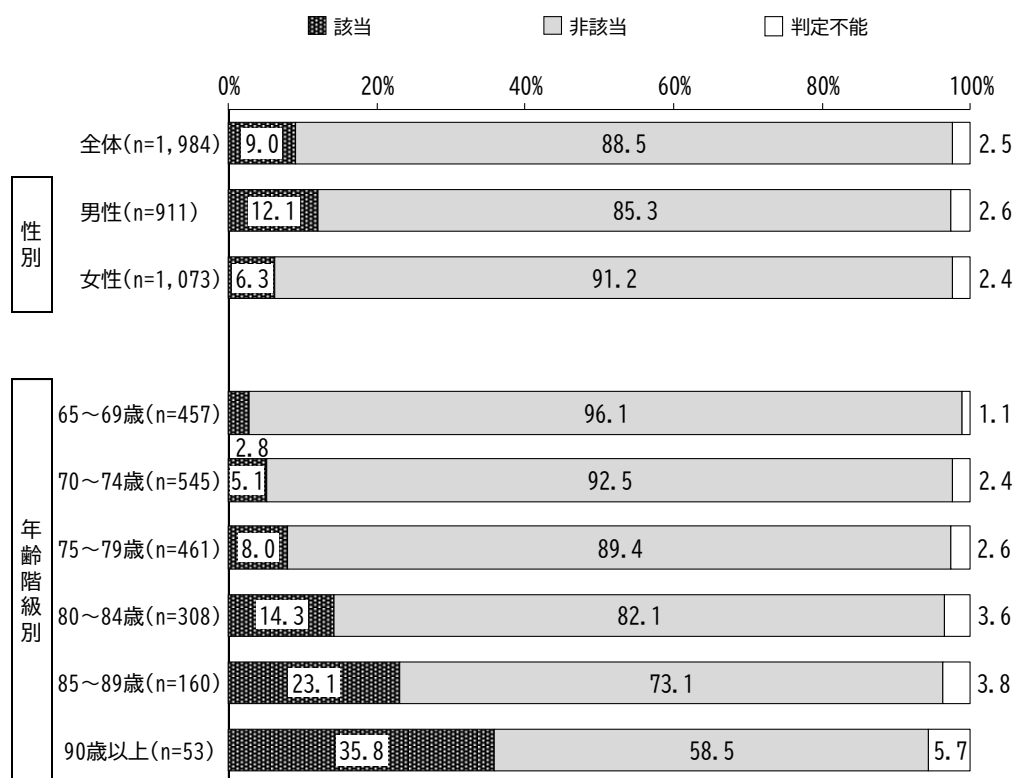
『うつ傾向』に「該当」の割合を地域別に見ると、東部で44.0%と最も高くなっていますが、大きな傾向の差は見られませんでした。



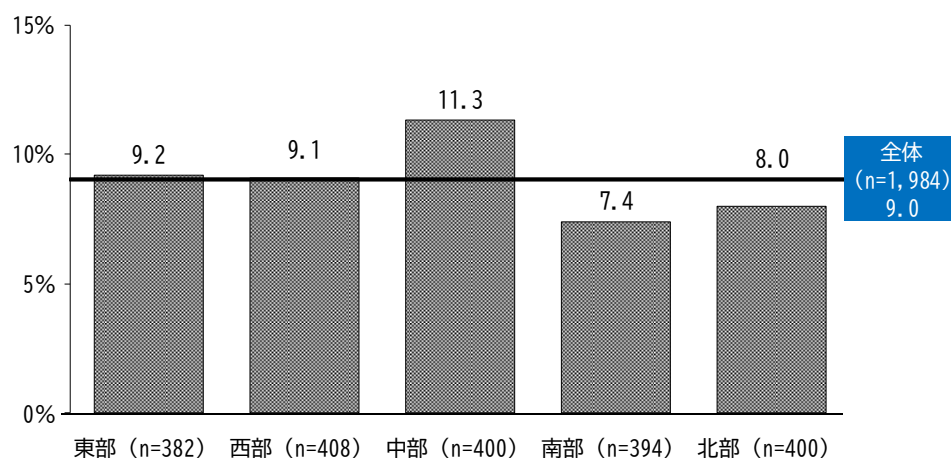
# (7) IADL (手段的日常生活動作)

設 問	選 択 肢	判定基準
問4 (4) バスや電車を使って1人で外出していますか	1.できるし、している 2.できるけどしていない 3.できない → 1点	1問該当で1点とし、5問の合計得点が、 5点=高い 4点=やや低い 3点以下=低いとする。 ↓ ※4点以下を『IADLの低下』ありと判定
問4 (5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか	1.できるし、している 2.できるけどしていない 3.できない → 1点	
問4 (6) 自分で食事の用意をしていますか	1.できるし、している 2.できるけどしていない 3.できない → 1点	
問4 (7) 自分で請求書の支払いをしていますか	1.できるし、している 2.できるけどしていない 3.できない → 1点	
問4 (8) 自分で預貯金のおし入れをしていますか	1.できるし、している 2.できるけどしていない 3.できない → 1点	

全体では、『IADLの低下』に「該当」が9.0%、「非該当」が88.5%となっています。  
 年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「該当」の割合が高くなる傾向があります。



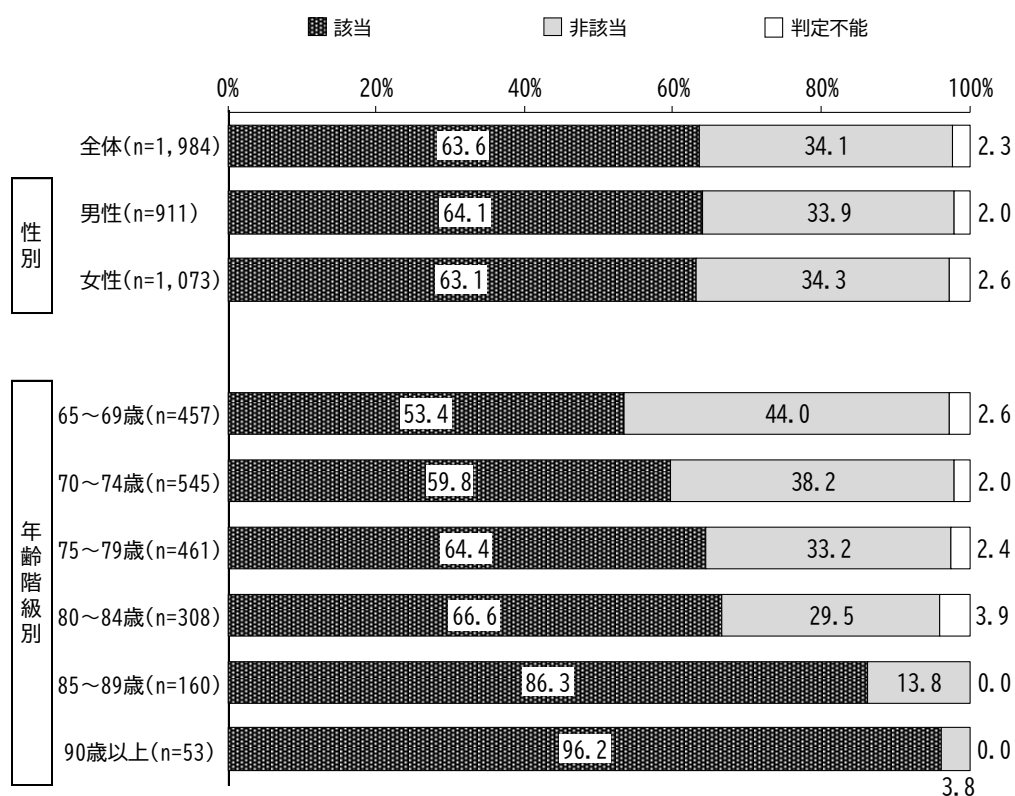
『IADLの低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部で11.3%と最も高く、南部で7.4%と最も低くなっています。



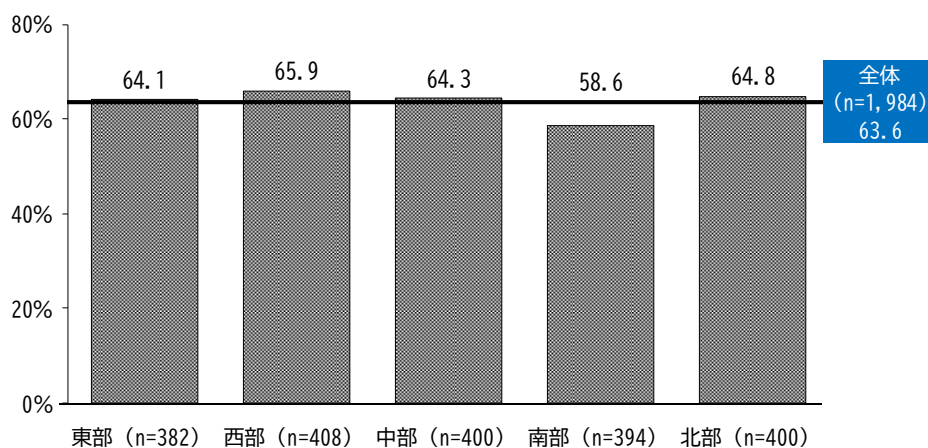
## (8) 基本チェックリスト該当者のまとめ

リスク項目	判定基準
運動器機能の低下 (87 ページ)	いずれか 1 つ以上に該当の場合、『基本チェックリスト』該当と判定
閉じこもり傾向 (89 ページ)	
低栄養状態 (90 ページ)	
口腔機能の低下 (91 ページ)	
認知機能の低下 (92 ページ)	

全体では、『基本チェックリスト』に「該当」が 63.6%、「非該当」が 34.1%となっています。  
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「該当」の割合が高くなる傾向があります。



『基本チェックリスト』に「該当」の割合を地域別に見ると、南部で 58.6%と最も低くなっています。

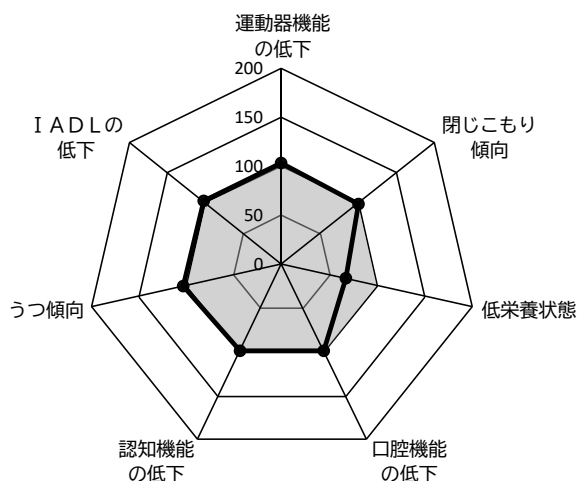


※基本チェックリストとは、介護予防・日常生活支援総合事業の対象者選定のためのチェックリストで、運動器、閉じこもり、栄養、口腔機能、虚弱、認知機能、うつリスクに関する設問で構成されています。

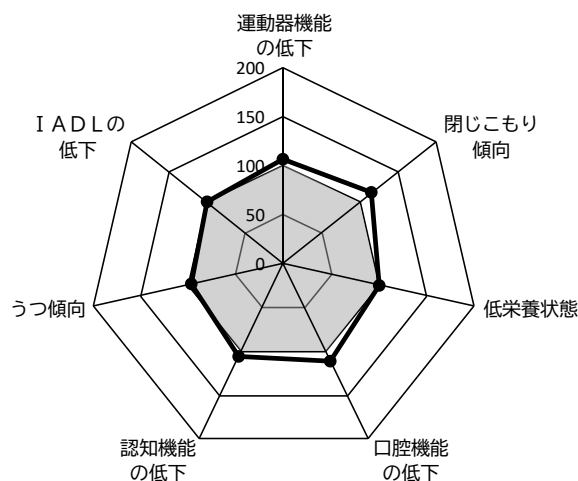
## (9) 地域別に見たリスク項目別指標の比較

市全体を 100 として、地域別に各種リスクの該当者割合を見たところ、下記のような特徴が見られました。

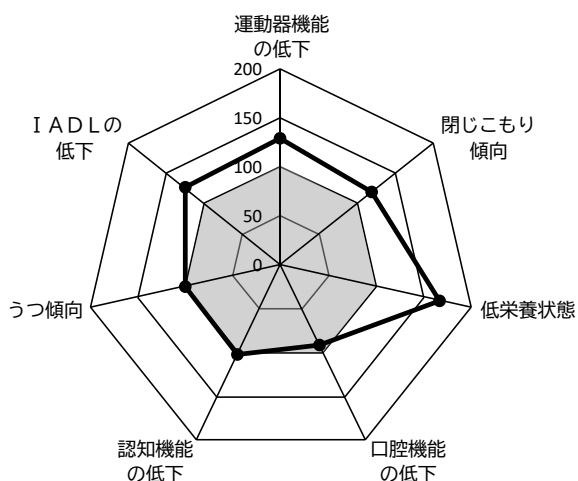
【東部】(n=382)



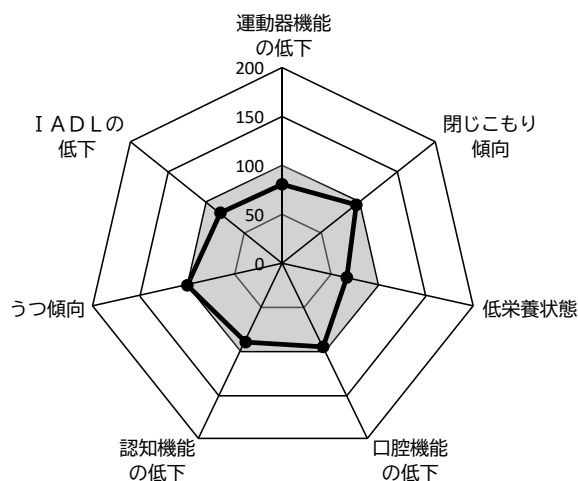
【西部】(n=408)



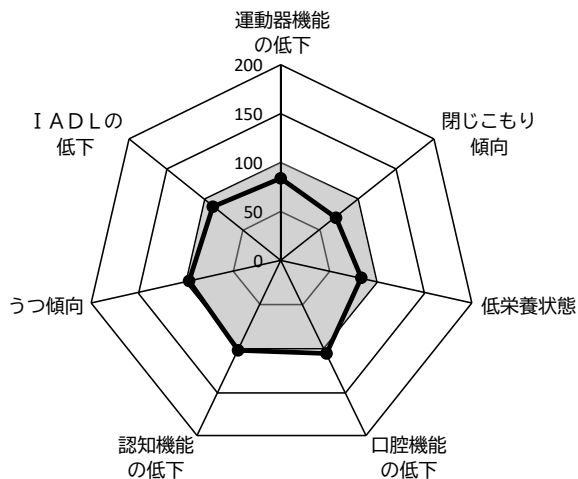
【中部】(n=400)



【南部】(n=394)



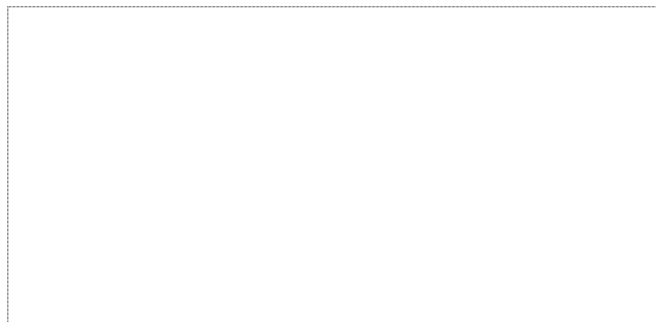
【北部】(n=400)



- 【東部】は「低栄養状態」の該当者割合が全体より低くなっています。
- 【西部】は「閉じこもり傾向」「口腔機能の低下」の該当者割合が全体より高くなっています。
- 【中部】は「運動器機能の低下」「閉じこもり傾向」「低栄養状態」「IADLの低下」の該当者割合が全体より高くなっています。
- 【南部】は「運動器機能の低下」「低栄養状態」「認知機能の低下」「IADLの低下」の該当者割合が全体より低くなっています。
- 【北部】は「運動器機能の低下」「閉じこもり傾向」「低栄養状態」「IADLの低下」の該当者割合が全体より低くなっています。

## 参考資料

### 1 調査票



【ラベルは剥<sup>はが</sup>さずに  
ご返送ください】

### 昭島市介護予防・日常生活圏域二一ズ調査 調査票

日頃より昭島市の介護保険事業にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。介護保険制度では、3年ごとに事業計画を策定することで、地域の実情やニーズを把握し、効率的かつ効果的な運営を行っています。

昭島市では、高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画（令和6年度～令和8年度）の策定に当たり、地域の抱える課題の特定に資することなどを目的として、本調査を実施いたします。調査項目は、からだを動かすこと、食べること、毎日の生活、地域での活動、助け合い、健康などに関することです。

この調査票は、昭島市にお住まいの65歳以上の方（要介護認定をお持ちの方は除く。）から、無作為に選定した3,000人にお送りしています。この調査は、昭島市の介護保険事業の方向性を決めるうえで、重要な資料となりますので、その趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

回答いただいた方には、後日、介護予防に関する冊子をお送りいたします。

記入日	令和 5 年	月	日
調査票を記入されたのはどなたですか。当てはまる番号に○をつけてください。			
1. あて名のご本人が記入			
2. ご家族が記入 (あて名のご本人からみた続柄)			
3. その他 ( )			

ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、令和5年2月3日(金)までに郵便ポストへ投函してください。

【お問い合わせ先】 昭島市 保健福祉部 介護福祉課

電話：042-544-5111（内線 2148・2149） FAX:042-546-8855

## 個人情報の保護及び活用目的について

個人情報の保護及び活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。  
なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものとさせていただきます。

### 【個人情報の保護及び活用目的について】

- この調査は、効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。本調査で得られた情報につきましては、昭島市が昭島市個人情報保護条例に基づき、適正に管理いたします。
- 本調査で得られた情報は、個人が識別されない形で集計・分析します。昭島市による高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画（令和6年度～令和8年度）の策定・推進の目的以外には利用いたしません。
- 回答いただいた方に介護予防に関する冊子を送付するため回答状況を把握します。
- 介護保険事業計画策定時に本調査で得られたデータを活用するに当たり、厚生労働省が管理するデータベースに情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が識別されない形で利用します。

## 回答・記入方法について

- 調査票のあて名ご本人について、回答・記入をお願いします。  
調査票中の「あなた」とは、調査票のあて名ご本人のことを指します。
- あて名ご本人が回答困難な場合は、ご家族や周りの方がお手伝いいただいても差支えありません。
- 濃い鉛筆又は黒ボールペンで記入してください。
- あてはまる項目の番号を○印で囲んでください。
- 回答欄が  の設問は、設問に従い回答内容を記入してください。
- 「その他」の番号に○印を付けた設問で、（ ）がある設問には、具体的な回答を記入してください。

<b>問 1</b>	<b>あなたのご家族や生活状況について</b>
<b>(1) 家族構成をお教えてください (○は1つ)</b>	
1. 1人暮らし 2. 夫婦2人暮らし(配偶者 65 歳以上) 3. 夫婦2人暮らし(配偶者 64 歳以下)    4. 息子・娘との2世帯 5. その他	
<b>(2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要です (○は1つ)</b>	
1. 介護・介助は必要ない    2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない 3. 現在、何らかの介護を受けている (介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む)	
<b>【(2) において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】</b>	
<b>① 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか (○はいくつでも)</b>	
1. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)    2. 心臓病    3. がん (悪性新生物) 4. 呼吸器の病気 (肺気腫・肺炎等)    5. 関節の病気 (リウマチ等) 6. 認知症 (アルツハイマー病等)    7. パーキンソン病    8. 糖尿病 9. 腎疾患 (透析)    10. 視覚・聴覚障害    11. 骨折・転倒 12. 脊椎損傷    13. 高齢による衰弱    14. その他 (                      ) 15. 不明	
<b>【(2) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】</b>	
<b>② 主にどなたの介護、介助を受けていますか (○はいくつでも)</b>	
1. 配偶者 (夫・妻)    2. 息子    3. 娘 4. 子の配偶者    5. 孫    6. 兄弟・姉妹 7. 介護サービスのヘルパー    8. その他 (                      )	



(3) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか (○は1つ)		
1. 大変苦しい	2. やや苦しい	3. ふつう
4. ややゆとりがある	5. 大変ゆとりがある	
(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか (○は1つ)		
1. 持家 (一戸建て)	2. 持家 (集合住宅)	
3. <small>こうえいちんたいじゅうたく</small> 公営賃貸住宅	4. <small>みんかんちんたいじゅうたく</small> 民間賃貸住宅 (一戸建て)	
5. <small>みんかんちんたいじゅうたく</small> 民間賃貸住宅 (集合住宅)	6. 借家	
7. その他 ( )		

<b>問2</b>	<b>からだを動かすことについて</b>
(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (○は1つ)	
1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない	
(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか (○は1つ)	
1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない	
(3) 15分位続けて歩いていますか (○は1つ)	
1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない	
(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか (○は1つ)	
1. 何度もある    2. 1度ある    3. ない	

(5) 転倒に対する不安は大きいですか (○は1つ)	
1. とても不安である 2. やや不安である 3. あまり不安でない 4. 不安でない	
(6) 週に1回以上は外出していますか (○は1つ)	
1. ほとんど外出しない 2. 週1回 3. 週2~4回 4. 週5回以上	
(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか (○は1つ)	
1. とても減っている 2. 減っている	
3. あまり減っていない 4. 減っていない	
(8) 外出を控えていますか (○は1つ)	
1. はい 2. いいえ	
【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】	
① 外出を控えている理由は、次のどれですか (○はいくつでも)	
1. 病気	2. 障害 (脳卒中の後遺症など)
3. 足腰などの痛み	4. トイレの心配 (失禁など)
5. 耳の障害 (聞こえの問題など)	6. 目の障害
7. 外での楽しみがない	8. 経済的に出られない
9. 交通手段がない	10. その他 ( )

(9) 外出する際の移動手段は何ですか (○はいくつでも)

- |                 |                   |        |
|-----------------|-------------------|--------|
| 1. 徒歩           | 2. 自転車            | 3. バイク |
| 4. 自動車 (自分で運転)  | 5. 自動車 (人に乗せてもらう) | 6. 電車  |
| 7. 路線バス         | 8. 病院や施設のバス       | 9. 車いす |
| 10. 電動車いす (カート) | 11. 歩行器・シルバーカー    |        |
| 12. タクシー        | 13. その他 (         | )      |

### 問3 食べることについて

(1) 身長・体重 (数字を記入)

身長 

--	--	--

 cm

体重 

--	--	--

 kg

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(3) お茶や汁物等でむせることがありますか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(4) 口の渇きが気になりますか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(5) 歯磨き (人にやってもらう場合も含む) を毎日していますか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください（○は1つ）  
（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて 32 本です）

1. 自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用      2. 自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし
3. 自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用      4. 自分の歯は 19 本以下、入れ歯の利用なし

① 噛み合わせは良いですか (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

②【(6)で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】 毎日入れ歯の手入れをしていますか (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

(8) どなたかと食事をとにもする機会がありますか (○は1つ)

1. 毎日ある                      2. 週に何度かある                      3. 月に何度かある  
4. 年に何度かある                      5. ほとんどない

## 問4 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

(2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか (○は1つ)

1. はい                      2. いいえ

(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか (○は1つ)		
1. はい	2. いいえ	
(4) バスや電車を使って1人で外出していますか (自家用車でも可、○は1つ)		
1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか (○は1つ)		
1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
(6) 自分で食事の用意をしていますか (○は1つ)		
1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
(7) 自分で請求書の支払いをしていますか (○は1つ)		
1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか (○は1つ)		
1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
(9) 年金などの書類 (役所や病院などに出す書類) が書けますか (○は1つ)		
1. はい	2. いいえ	
(10) 新聞を読んでいますか (○は1つ)		
1. はい	2. いいえ	
(11) 本や雑誌を読んでいますか (○は1つ)		
1. はい	2. いいえ	

( 1 2 ) 健康についての記事や番組に関心がありますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
( 1 3 ) 友人の家を訪ねていますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
( 1 4 ) 家族や友人の相談にのっていますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
( 1 5 ) 病人を見舞うことができますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
( 1 6 ) 若い人に自分から話しかけることがありますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
( 1 7 ) 趣味はありますか (○は1つ)	
1. 趣味あり	→ (具体的に : )
2. 思いつかない	
( 1 8 ) 生きがいがありますか (○は1つ)	
1. 生きがいあり	→ (具体的に : )
2. 思いつかない	

## 問5 地域での活動について

(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか  
※① - ⑧それぞれに回答してください(○はそれぞれに1つ)

	週4回 以上	週2 ~3回	週1回	月1 ~3回	年に 数回	参加して いない
① ボランティアの グループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係の グループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ 趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④ 学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑤ 高齢者イキイキ・ニコニコ 介護予防教室、あきしま 元気アップ教室など介護 予防のための通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦ 町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか(○は1つ)

1. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない 4. 既に参加している

(3) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか(○は1つ)

1. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない 4. 既に参加している

**問 6****たすけあいについて**

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

**(1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（○はいくつでも）**

- |                      |               |           |
|----------------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者               | 2. 同居の子ども     | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫       | 5. 近隣         | 6. 友人     |
| 7. その他（            ） | 8. そのような人はいない |           |

**(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（○はいくつでも）**

- |                      |               |           |
|----------------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者               | 2. 同居の子ども     | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫       | 5. 近隣         | 6. 友人     |
| 7. その他（            ） | 8. そのような人はいない |           |

**(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（○はいくつでも）**

- |                      |               |           |
|----------------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者               | 2. 同居の子ども     | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫       | 5. 近隣         | 6. 友人     |
| 7. その他（            ） | 8. そのような人はいない |           |

**(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（○はいくつでも）**

- |                      |               |           |
|----------------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者               | 2. 同居の子ども     | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫       | 5. 近隣         | 6. 友人     |
| 7. その他（            ） | 8. そのような人はいない |           |



<p>(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください (○はいくつでも)</p>		
1. 自治会・町内会・老人クラブ	2. 社会福祉協議会・民生委員	
3. ケアマネジャー	4. 医師・歯科医師・看護師	
5. 地域包括支援センター・役所・役場	6. その他	
7. そのような人はいない		
<p>(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか (○は1つ)</p>		
1. 毎日ある	2. 週に何度かある	3. 月に何度かある
4. 年に何度かある	5. ほとんどない	
<p>(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか 同じ人には何度会っても1人と数えることとします (○は1つ)</p>		
1. 0人 (いない)	2. 1～2人	3. 3～5人
4. 6～9人	5. 10人以上	
<p>(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (○はいくつでも)</p>		
1. 近所・同じ地域の人	2. 幼なじみ	3. 学生時代の友人
4. 仕事での同僚・元同僚	5. 趣味や関心が同じ友人	
6. ボランティア等の活動での友人		
7. その他	8. いない	

# 問7

## 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか (○は1つ)

1. とてもよい    2. まあよい    3. あまりよくない    4. よくない

(2) あなたは、現在どの程度幸せですか (○は1つ)  
 (「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、ご記入ください)

とても  
不幸

とても  
幸せ

0点    1点    2点    3点    4点    5点    6点    7点    8点    9点    10点

(3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか (○は1つ)

1. はい    2. いいえ

(4) この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか (○は1つ)

1. はい    2. いいえ

(5) お酒は飲みますか (○は1つ)

1. ほぼ毎日飲む    2. 時々飲む    3. ほとんど飲まない  
 4. もともと飲まない

(6) タバコは吸っていますか (○は1つ)

1. ほぼ毎日吸っている    2. 時々吸っている    3. 吸っていたがやめた  
 4. もともと吸っていない

(7) 現在治療中、又は後遺症のある病気はありますか (○はいくつでも)

- |                      |                          |                   |
|----------------------|--------------------------|-------------------|
| 1. ない                | 2. 高血圧                   | 3. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等) |
| 4. 心臓病               | 5. 糖尿病                   | 6. 高脂血症 (脂質異常)    |
| 7. 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等) |                          |                   |
| 8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気      |                          |                   |
| 9. 腎臓・前立腺の病気         | 10. 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等) |                   |
| 11. 外傷 (転倒・骨折等)      | 12. がん (悪性新生物)           | 13. 血液・免疫の病気      |
| 14. うつ病              | 15. 認知症 (アルツハイマー病等)      | 16. パーキンソン病       |
| 17. 目の病気             | 18. 耳の病気                 | 19. その他 ( )       |

**問 8** 認知症にかかる相談窓口について

(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(3) 認知症についての相談をどこにしますか (○はいくつでも)

- |                     |               |
|---------------------|---------------|
| 1. 認知症初期相談窓口 (市役所内) | 2. 地域包括支援センター |
| 3. 民生委員・児童委員        | 4. 病院         |
| 5. 介護事業所            | 6. その他 ( )    |

## 問 9 高齢者の相談窓口について

(1) 高齢者の相談窓口として、市内5ヶ所に「地域包括支援センター」が設置されていることを知っていますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

【(1) において「1. はい」の方のみ】

(2) 「地域包括支援センター」をどのようにして知りましたか (○は1つ)

1. 地域包括支援センターの訪問や電話 2. 民生委員・児童委員の紹介  
3. 市役所の案内 4. 家族や友人の紹介  
5. パンフレット 6. 高齢者福祉施設や介護事業所の紹介  
7. 市ホームページ 8. その他 ( )

【(1) において「1. はい」の方のみ】

(○はいくつでも。11 以外)

(3) 「地域包括支援センター」の役割や業務内容について、知っているものはありますか

1. 市が設置している高齢者の相談窓口であること  
2. 介護、健康、医療、福祉や生活など様々な相談に応じていること  
3. 高齢者のご家族からの相談にも応じていること  
4. 地域の方と協力しながら支援を必要とする高齢者の早期発見・支援に努めていること  
5. 高齢者虐待の防止や高齢者虐待に対応していること  
6. お金の管理や契約などの不安に対応していること  
7. 認知症の相談に応じていること  
8. 要支援1・2の認定を受けた方の心身状態の悪化を防ぐためにケアプランを作成していること  
9. 体操教室などを開催し、介護予防を支援していること  
10. 地域の医療・介護・福祉などの関係者と協力しながら、暮らしやすい地域づくりのためのネットワークづくりに努めていること  
11. 名前は知っているが、役割や業務内容は知らない

## 問 10 その他

(1) あなたは、日常生活でスマートフォンやパソコンなどを使って、情報収集していますか (○は1つ)

1. スマートフォンやパソコンなどを持っているが、必要がないので、していない
2. スマートフォンやパソコンなどを持っているが、使い方が分からないため、していない
3. スマートフォンやパソコンなどの機器を持っていない
4. 既になっている

(2) あなたは、高齢者の見守り体制についてどのように考えますか。  
現在、見守りを必要としていない方は、見守りが必要になった場合を想定してお答えください (○はいくつでも。7以外)

1. 地域包括支援センターによる見守りを受けたい
2. 自治会による見守りを受けたい
3. 民生委員・児童委員による見守りを受けたい
4. 近隣住民による見守りを受けたい
5. 家族や友人による見守りを受けたい
6. その他 ( ) 7. 見守りは必要ない

(3) あなたは、移動手段がないために、外出をあきらめたことがありますか (○はいくつでも。7以外)

1. 通院をあきらめたことがある
2. 行政手続をあきらめたことがある
3. 生活必需品の買物をあきらめたことがある
4. 趣味活動への参加をあきらめたことがある
5. 家族や友人に会いに行くことをあきらめたことがある
6. その他 ( )
7. 移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがない

(4) あなたは、今後の健康状態の悪化に備えて、自身の医療や介護の利用、生き方などについて、考えておくことは必要だと思いますか (○は1つ)

1. はい

2. いいえ

(5) あなたは、自分の身体を丈夫にし、健康的な生活を送るための取組みにどのくらい関心がありますか (○は1つ)

1. 関心がない

2. 関心はあるが、今後6ヶ月以内に取り組もうとは考えていない

3. 今後6ヶ月以内にしようとしているが、この1ヶ月以内にする予定はない

4. 今後1ヶ月以内にする予定である

5. 既に行っている (6ヶ月未満)

6. 既に行っている (6ヶ月以上)

<p>(6) あなたは健康的な生活を送るための次のどの取組に特に関心がありますか (○は1つ)</p>	
<p>1. 足腰を強くするための取組</p> <p>2. 嚙んだり、飲んだりする状態を高める取組</p> <p>3. 栄養状態の改善のための取組</p> <p>4. 認知症予防のために脳機能を高める取組</p> <p>5. 特になし</p>	
<p>(7) 今後の介護と介護を受ける場所について、あなたはどのような希望をお持ちですか。 現在、介護を必要としていない方は、介護が必要になった場合を想定してお答えください (○は1つ)</p>	
<p>1. 家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい</p> <p>2. 介護サービスを利用しながら、できる限り在宅で暮らしたい</p> <p>3. 家族の介護と介護サービスの利用を組み合わせ、できる限り在宅で暮らしたい</p> <p>4. 特別養護老人ホームなどの福祉施設に入り、介護を受けたい</p> <p>5. 有料老人ホームやケアハウスなど、高齢者向けのサービスがある住宅に入りたい</p> <p>6. その他（具体的に ）</p> <p>7. わからない</p>	

■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■

同封の返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください

回答いただいた方には、後日、介護予防に関する冊子をお送りいたします

地域包括支援センターは、地域住民の心身の健康の維持や生活の安定、保健・医療・福祉の向上と増進のために、必要な支援を包括的に担う地域の中核機関です。高齢者への総合的な生活支援の窓口となっており、市区町村又は市区町村から委託された法人が運営し、主任介護支援専門員・保健師・社会福祉士の専門職が配置されています。





地域包括支援センター 担当地区

地 域	町 名
東部地区	郷地町 1 丁目
	郷地町 2 丁目
	郷地町 3 丁目
	東町 1 丁目
	東町 2 丁目
	東町 3 丁目
	東町 4 丁目
	東町 5 丁目
	福島町
	福島町 1 丁目
	福島町 2 丁目
	福島町 3 丁目
	築地町
	玉川町 1 丁目
	玉川町 2 丁目
	玉川町 3 丁目
	玉川町 4 丁目
	玉川町 5 丁目
	もくせいの杜 1 丁目
	もくせいの杜 2 丁目
	もくせいの杜 3 丁目

地 域	町 名
南部地区	中神町 1 丁目
	中神町 2 丁目
	中神町 3 丁目
	宮沢町 1 丁目
	宮沢町 2 丁目
	宮沢町 3 丁目
	上川原町 1 丁目
	上川原町 2 丁目
	上川原町 3 丁目
	田中町 1 丁目
	田中町 2 丁目
	田中町 3 丁目
	田中町 4 丁目
	大神町 1 丁目
	大神町 2 丁目
	大神町 3 丁目
	大神町 4 丁目

地 域	町 名
北部地区	宮沢町
	武蔵野 2 丁目
	武蔵野 3 丁目
	つつじが丘 1 丁目
	つつじが丘 2 丁目
	つつじが丘 3 丁目
	拝島町
	美堀町 1 丁目
	美堀町 2 丁目
	美堀町 3 丁目
	美堀町 4 丁目
	美堀町 5 丁目
	田中町
	上川原町
	大神町

地 域	町 名
中部地区	昭和町 1 丁目
	昭和町 2 丁目
	昭和町 3 丁目
	昭和町 4 丁目
	昭和町 5 丁目
	朝日町 1 丁目
	朝日町 2 丁目
	朝日町 3 丁目
	朝日町 4 丁目
	朝日町 5 丁目
	中神町

地 域	町 名
西部地区	緑町 1 丁目
	緑町 2 丁目
	緑町 3 丁目
	緑町 4 丁目
	緑町 5 丁目
	拝島町 1 丁目
	拝島町 2 丁目
	拝島町 3 丁目
	拝島町 4 丁目
	拝島町 5 丁目
	拝島町 6 丁目
	松原町 1 丁目
	松原町 2 丁目
	松原町 3 丁目
	松原町 4 丁目
	松原町 5 丁目

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査  
結果報告書

発行年月 令和5年3月

編集・発行 昭島市 保健福祉部 介護福祉課

〒196-8511 東京都昭島市田中町一丁目17番1号

TEL 042-544-5111（代表）