

介護予防・日常生活圏域二一ズ調査

結果報告書

令和8年3月

昭島市

目次

I	調査概要	1
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
II	調査結果	3
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	就労について	59
	(1) 現在の就労状態	59
8	たすけあい	61
	(1) たすけあいの状況	61
	(2) 地域の相談経路	63
	(3) 友人関係	64
9	健康	67
	(1) 主観的健康観	67
	(2) 主観的幸福観	68
	(3) 心の状態	69
	(4) 飲酒・喫煙の状況	71
	(5) 治療中または後遺症のある病気の有無	73
10	認知症にかかる相談窓口について	74
	(1) 自分または家族の認知症症状有無	74
	(2) 認知症に関する相談窓口について	75
11	高齢者の相談窓口について	78
	(1) 「地域包括支援センター」の認知	78
	(2) 「地域包括支援センター」の役割や業務内容	80
12	その他	81
	(1) スマートフォンやパソコンの活用状況	81
	(2) スマートフォン・パソコン教室の利用意向	84
	(3) 移動手段がないために外出をあきらめたことの有無	85
	(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	87
	(5) 健康的な生活を送るための取組について	88
	(6) 今後の介護についての希望	90
13	各種リスクの状況	92
	(1) 運動器機能	92
	(2) 閉じこもり傾向	94
	(3) 低栄養状態	95
	(4) 口腔機能	96
	(5) 認知機能	97
	(6) うつ傾向	98
	(7) IADL（手段的日常生活動作）	99
	(8) 基本チェックリスト該当者のまとめ	101
	(9) 地域別に見たリスク項目別指標の比較	102

参考資料	103
1 調査票	103
2 地域包括支援センター担当地区	122

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7（2025）年12月5日（金）から同年12月26日（金）まで

3 調査対象

市内に在住する65歳以上（令和7（2025）年11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 就労について
- ⑦ たすけあい
- ⑧ 健康
- ⑨ 認知症にかかる相談窓口について
- ⑩ 高齢者の相談窓口について
- ⑪ その他

6 回収結果

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人	2,162人	75.9%
要支援認定者	150人	118人	78.7%
要支援1	83人	73人	88.0%
要支援2	67人	45人	67.2%
総数	3,000人	2,286人	76.2%

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

上段：実数(人)、下段：構成比(%)

(1) 年齢構成

性別	年齢	総数	65-74 歳			75 歳以上				不明	
			計	65-69 歳	70-74 歳	計	75-79 歳	80-84 歳	85-89 歳		90 歳以上
全体		2,286 100.0	1,077 47.1	510 22.3	567 24.8	1,203 52.6	587 25.7	396 17.3	155 6.8	65 2.8	6 0.3
男性		1,029 100.0	491 47.7	236 22.9	255 24.8	538 52.3	281 27.3	174 16.9	56 5.4	27 2.6	
女性		1,251 100.0	586 46.8	274 21.9	312 24.9	665 53.2	306 24.5	222 17.7	99 7.9	38 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

性別	区分	総数	一般 高齢者	要介護認定者			不明
				計	要支援 1	要支援 2	
全体		2,286 100.0	2,162 94.6	118 5.2	73 3.2	45 2.0	6 0.3
男性		1,029 100.0	988 96.0	41 4.0	24 2.3	17 1.7	
女性		1,251 100.0	1,174 93.8	77 6.2	49 3.9	28 2.2	

(3) 認定状況別年齢構成

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		2,162 100.0	1,067 49.4	507 23.5	560 25.9	1,095 50.6	565 26.1	362 16.7	125 5.8	43 2.0
要支援認定者		118 100.0	10 8.5	3 2.5	7 5.9	108 91.5	22 18.6	34 28.8	30 25.4	22 18.6

(4) 地域構成

性別	地域	総数	東部	西部	中部	南部	北部	不明
男性	1,029 100.0	210 20.4	212 20.6	191 18.6	209 20.3	207 20.1		
女性	1,251 100.0	251 20.1	246 19.7	254 20.3	246 19.7	254 20.3		

(5) 地域別年齢構成

地域	年齢	総数	65-74 歳			75 歳以上				不明	
			計	65-69 歳	70-74 歳	計	75-79 歳	80-84 歳	85-89 歳		90 歳以上
全体		2,286 100.0	1,077 47.1	510 22.3	567 24.8	1,203 52.6	587 25.7	396 17.3	155 6.8	65 2.8	6 0.3
東部		461 100.0	204 44.3	98 21.3	106 23.0	257 55.7	118 25.6	89 19.3	37 8.0	13 2.8	
西部		458 100.0	231 50.4	102 22.3	129 28.2	227 49.6	106 23.1	66 14.4	44 9.6	11 2.4	
中部		445 100.0	207 46.5	97 21.8	110 24.7	238 53.5	114 25.6	81 18.2	27 6.1	16 3.6	
南部		455 100.0	213 46.8	109 24.0	104 22.9	242 53.2	128 28.1	71 15.6	28 6.2	15 3.3	
北部		461 100.0	222 48.2	104 22.6	118 25.6	239 51.8	121 26.2	89 19.3	19 4.1	10 2.2	

2 家族や生活状況

(1) 家族構成

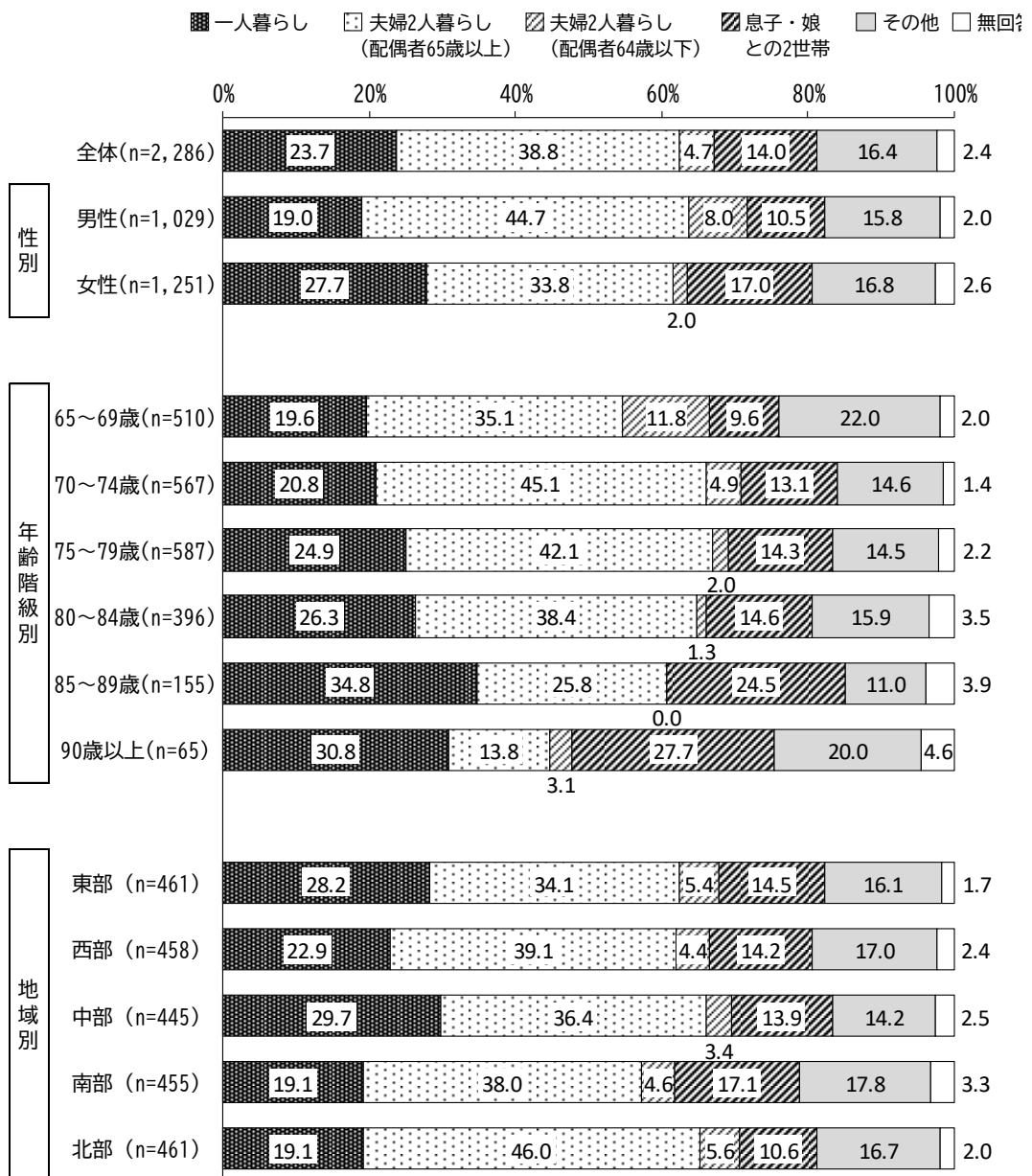
問1 (1) 家族構成をお教えてください (○は1つ)

全体では、「夫婦2人暮らし (配偶者 65 歳以上)」が 38.8%と最も高く、次いで、「1人暮らし」(23.7%)、「その他」(16.4%)、「息子・娘との2世帯」(14.0%)と続いています。

性別に見ると、「1人暮らし」の割合は男性よりも女性の方が 8.7ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、90 歳以上を除き、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」は中部が 29.7%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5割を超えています。

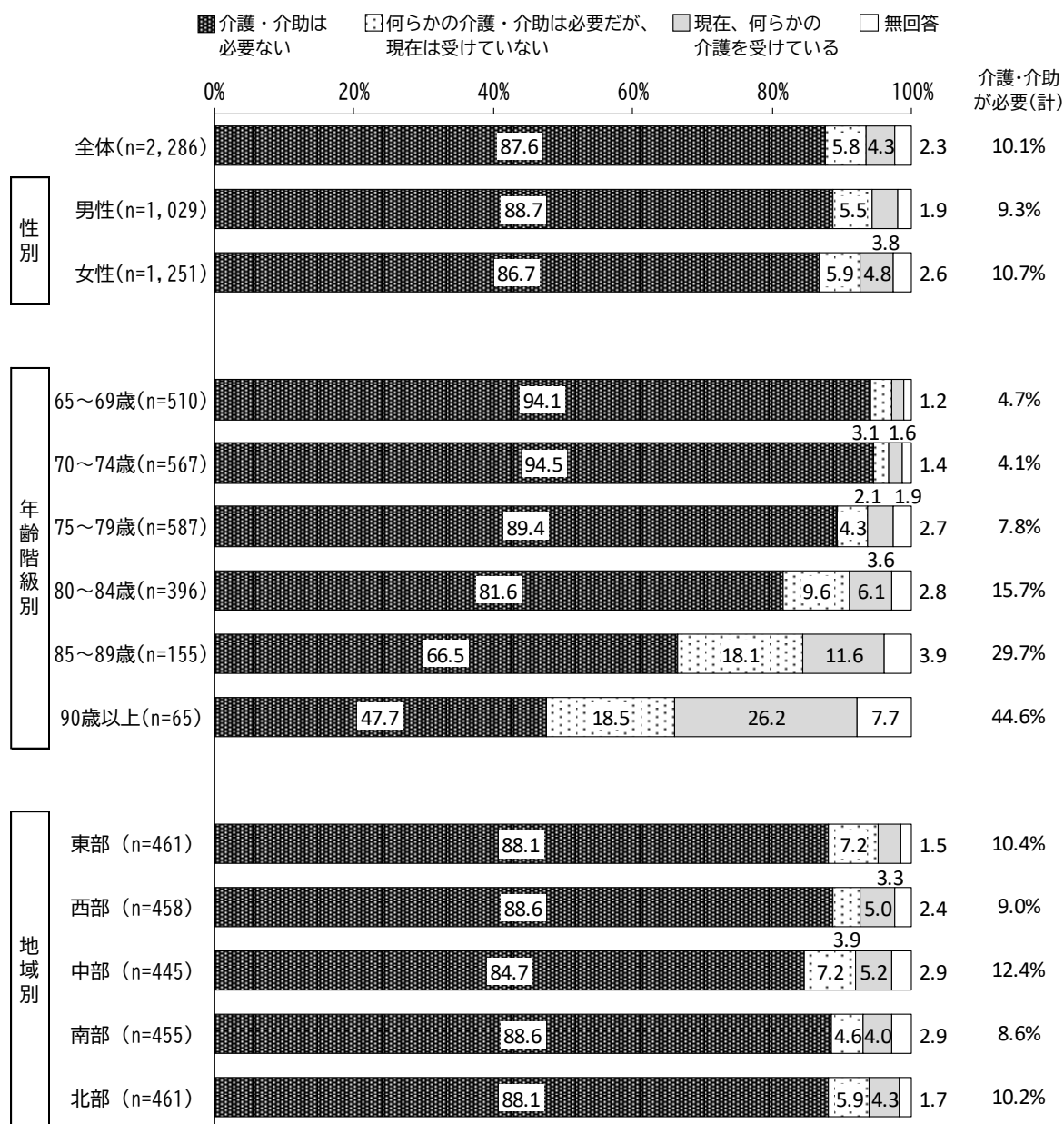


(2) 介護・介助の必要性

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 87.6%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」(5.8%)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)」(4.3%)を合わせた《介護・介助が必要》な方は 10.1%となっています。

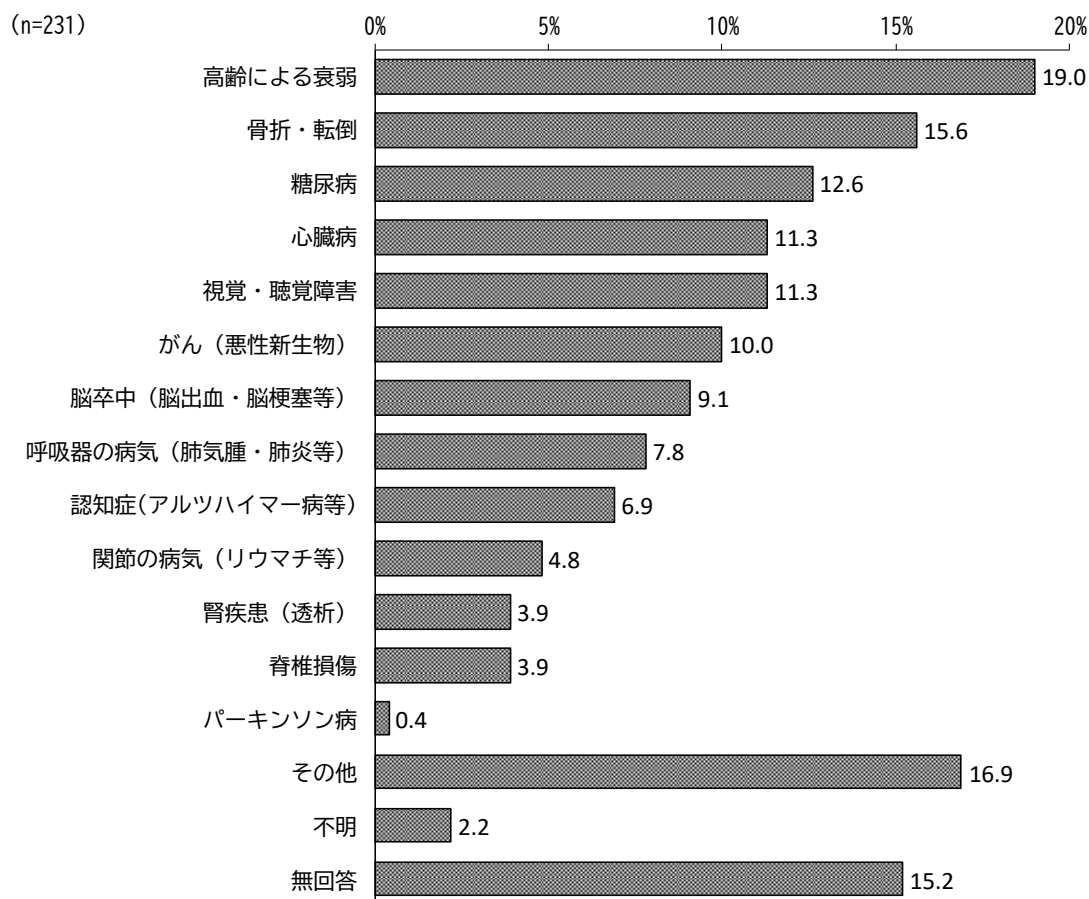
年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど《介護・介助が必要》な方の割合が高くなる傾向が見られます。



(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 (〇はいくつでも)

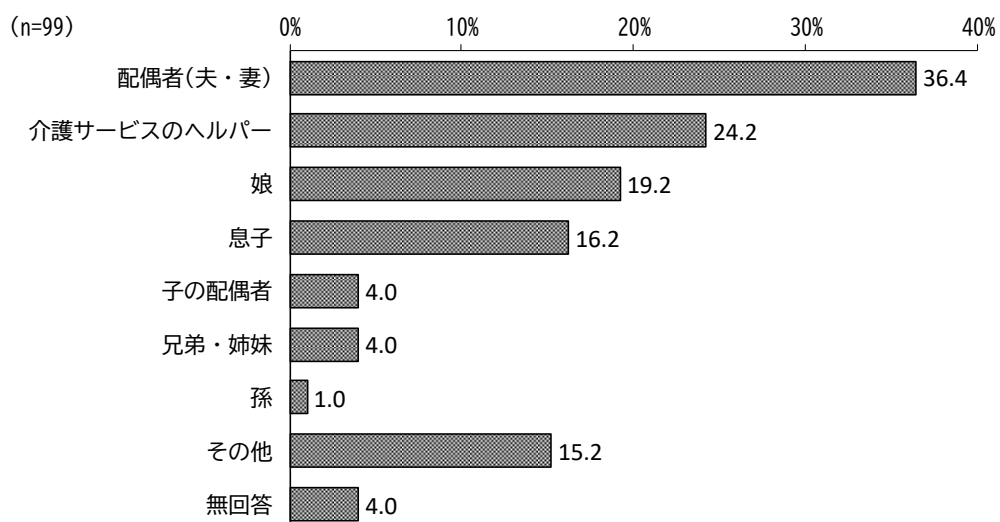
「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」または「現在、何らかの介護を受けている」と回答した 231 人にその主な原因についてたずねたところ、「高齢による衰弱」が 19.0% と最も高く、次いで「骨折・転倒」(15.6%)、「糖尿病」(12.6%)、「心臓病」・「視覚・聴覚障害」(ともに 11.3%) と続いています。



(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 99 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 36.4%と最も高く、次いで「介護サービスのヘルパー」(24.2%)、「娘」(19.2%)、「息子」(16.2%)と続いています。



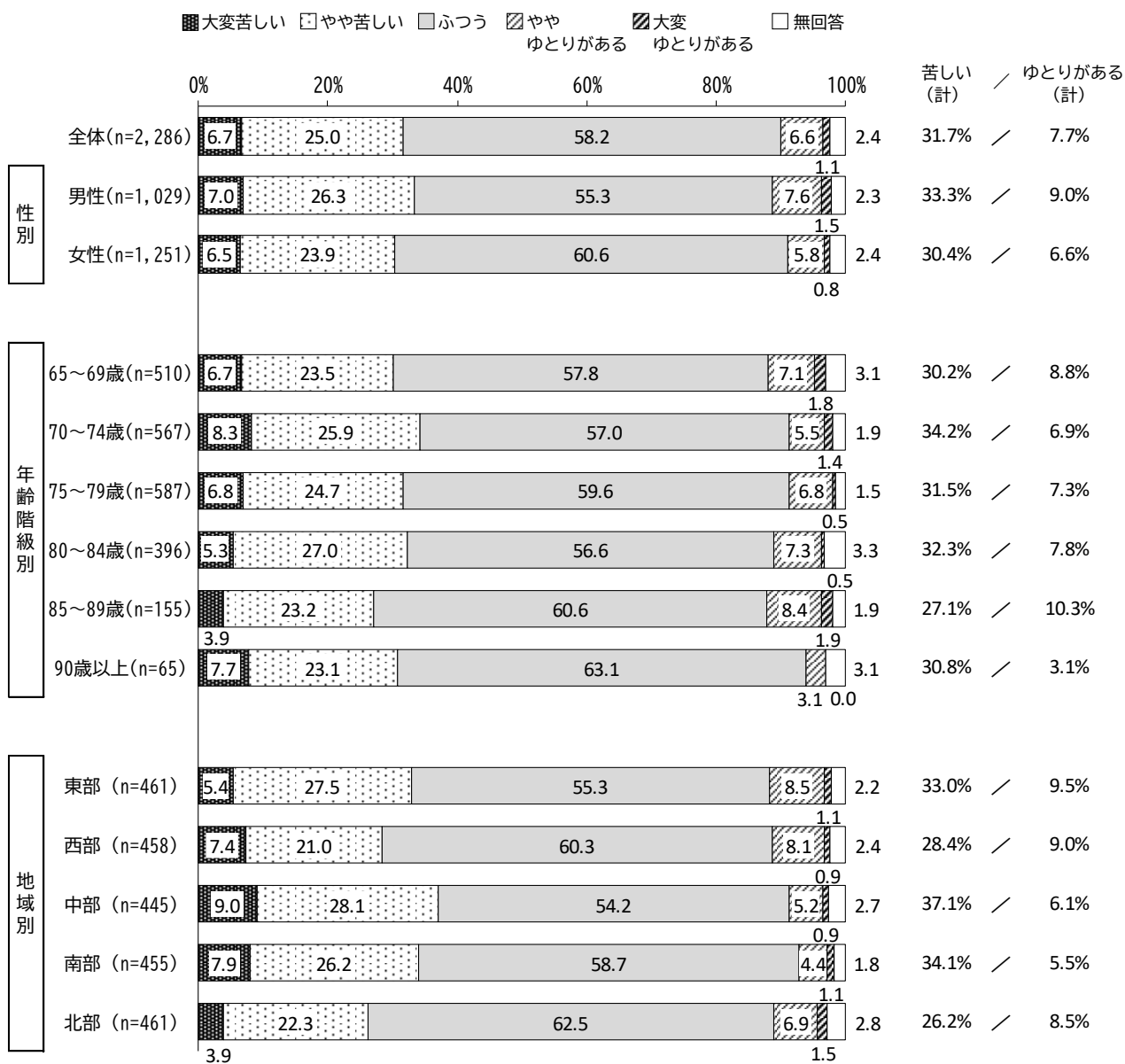
(5) 暮らしの状況

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58.2%と最も高く、「大変苦しい」(6.7%)と「やや苦しい」(25.0%)を合わせた《苦しい》方は31.7%、「ややゆとりがある」(6.6%)と「大変ゆとりがある」(1.1%)を合わせた《ゆとりがある》方は7.7%となっています。

年齢階級別に見ると、《苦しい》方の割合は70～74歳が34.2%と最も高く、85～89歳が27.1%と最も低くなっています。

地域別に見ると、《苦しい》方の割合は東部、中部、南部で3割を超えています。



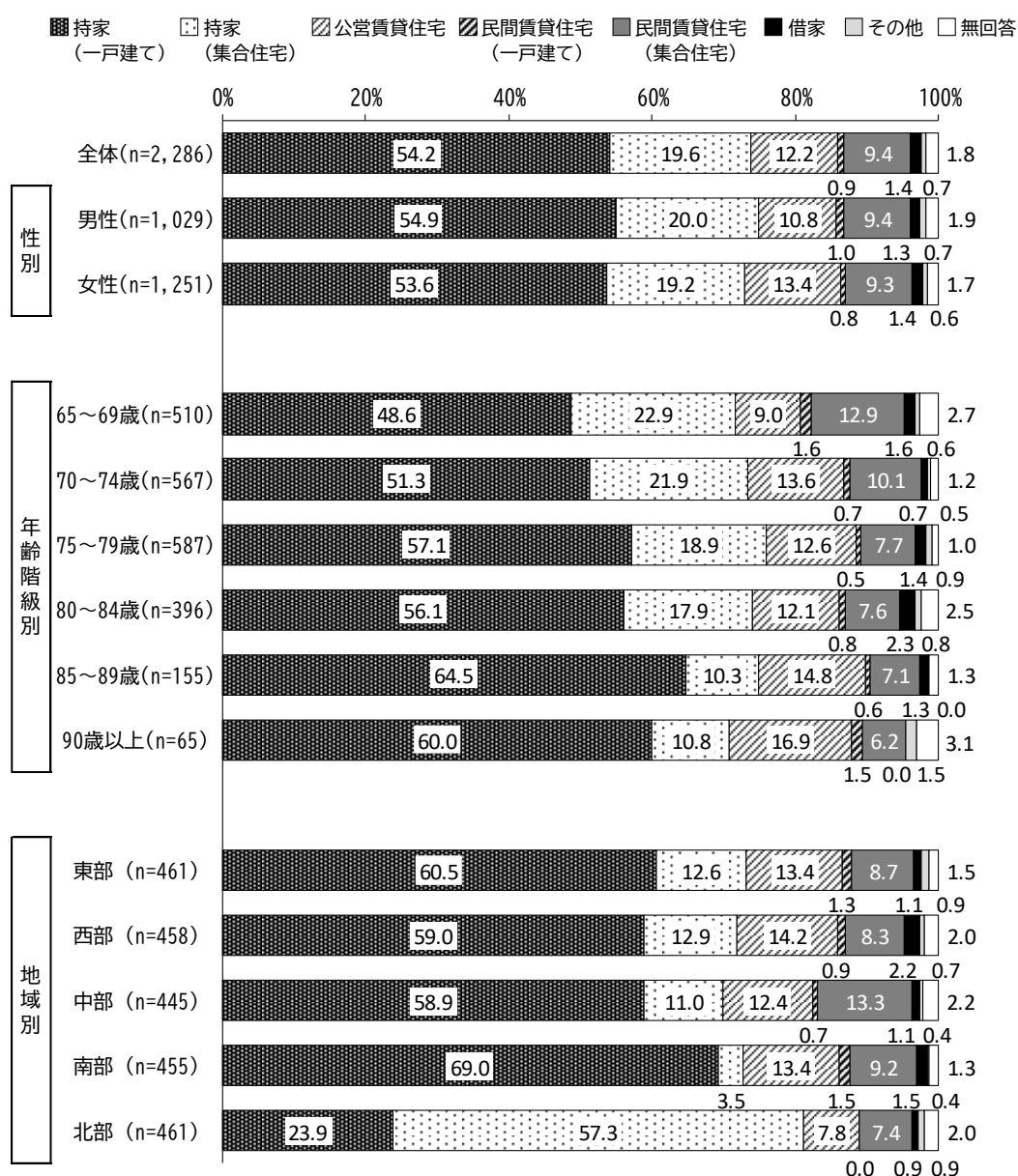
(6) 住まい

問1 (4) お住まいは一人建て、または集合住宅のどちらですか (○は1つ)

全体では、「持家 (一人建て)」が 54.2%と最も高く、次いで「持家 (集合住宅)」(19.6%)、「公営賃貸住宅」(12.2%)と続いています。

年齢階級別に見ると、「持家 (一人建て)」の割合は 85~89 歳と 90 歳以上で6割以上となっています。

地域別に見ると、南部では「持家 (一人建て)」が約7割と最も高くなっています。また、北部では「持家 (一人建て)」(23.9%)が2割台と低く、「持家 (集合住宅)」(57.3%)が突出して高くなっています。



3 運動

(1) 運動器

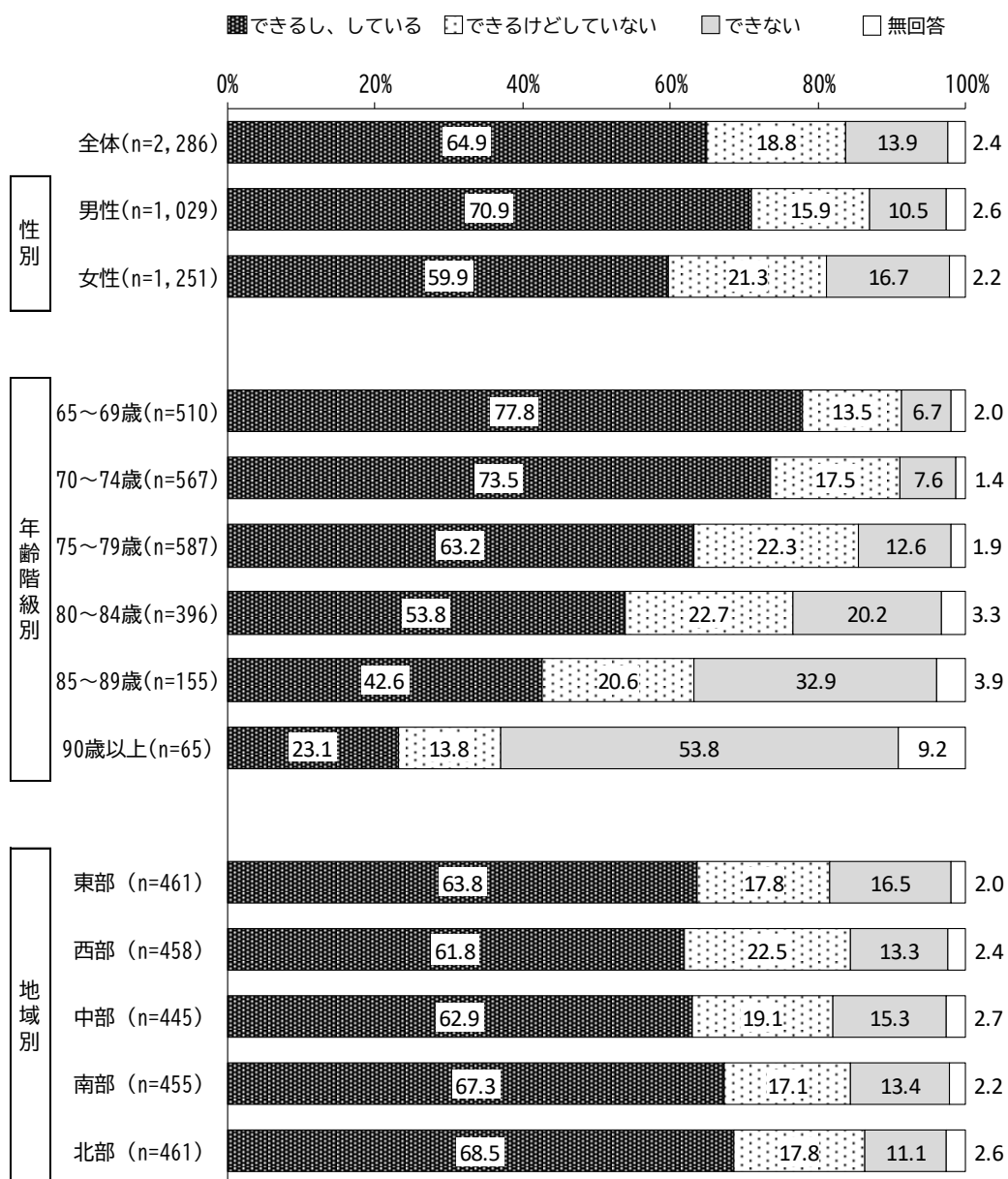
問2 (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (○は1つ)

全体では、「できるし、している」が 64.9%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 18.8%、「できない」が 13.9%となっています。

性別に見ると、「できるし、している」の割合は女性よりも男性の方が 11.0 ポイント上回っています。

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」の割合は、北部 (16.5%) が最も高くなっています。

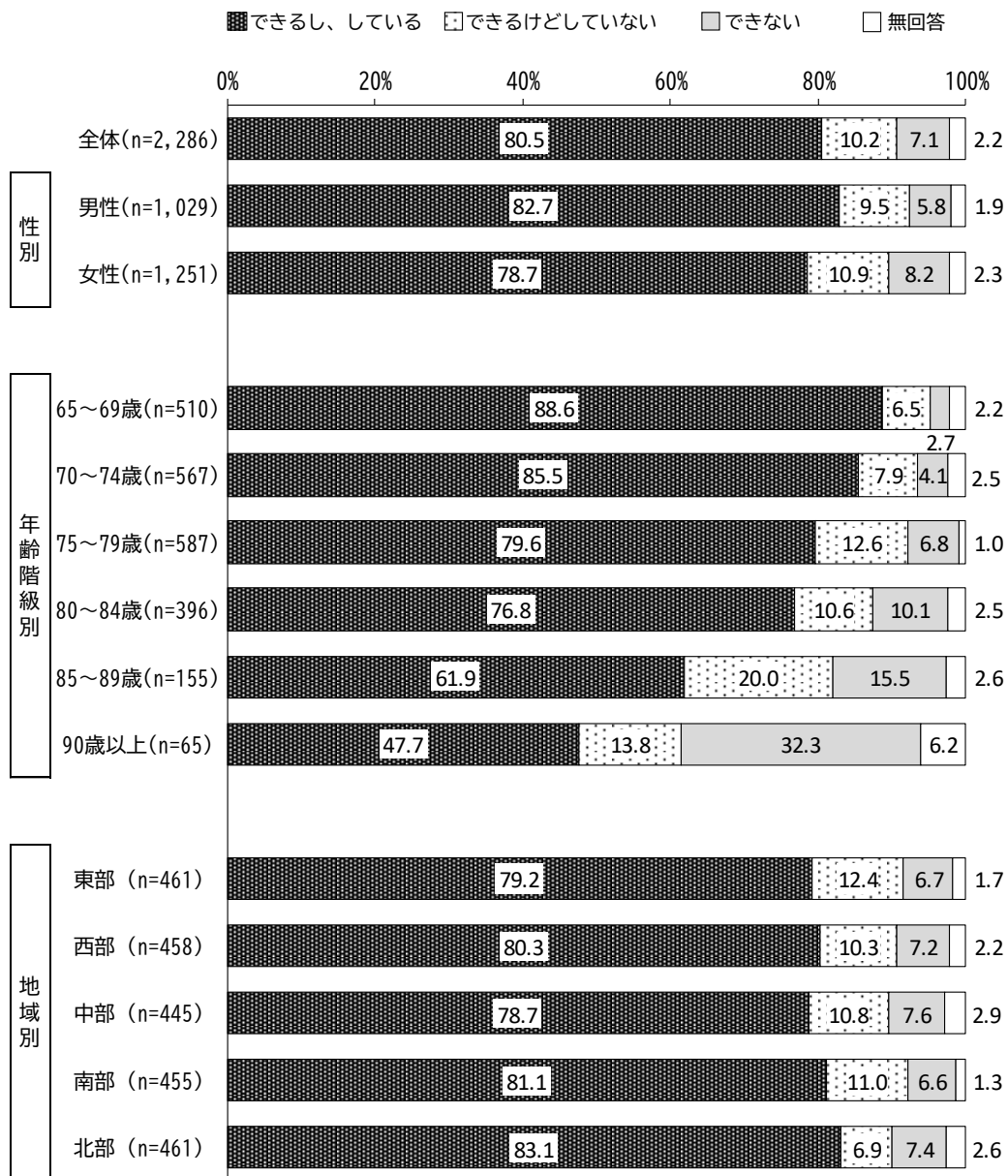


※運動器：身体運動に関わる骨、関節、軟骨、筋肉、じん帯、腱、神経などの総称。人体の組織で、唯一自分の意志で動かすことのできる器官。

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 80.5%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 10.2%、「できない」が7.1%となっています。

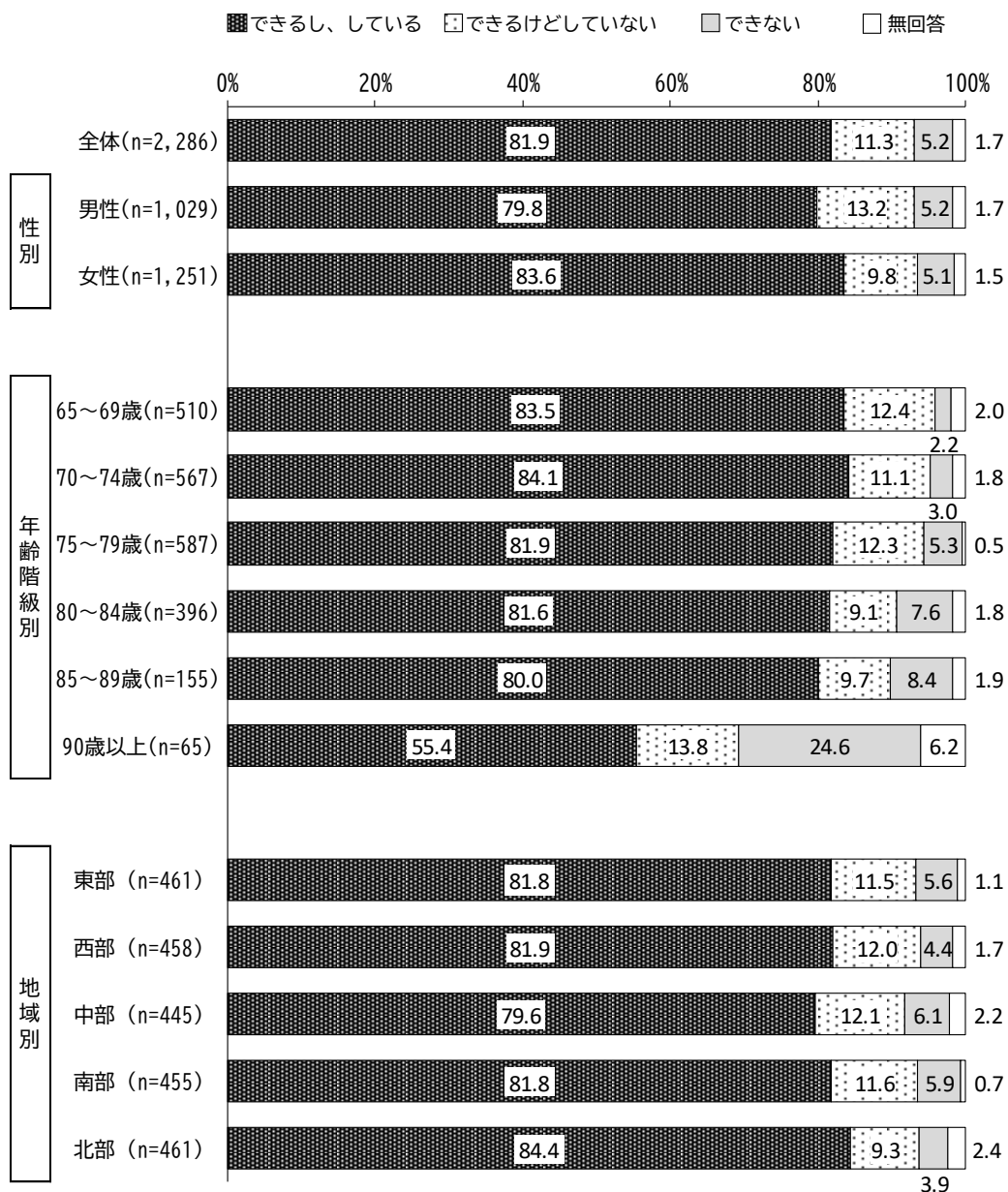
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。



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81.9%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が11.3%、「できない」が5.2%となっています。

年齢階級別に見ると、「できない」の割合は、90歳以上が24.6%と80歳代以下と比べて高くなっています。



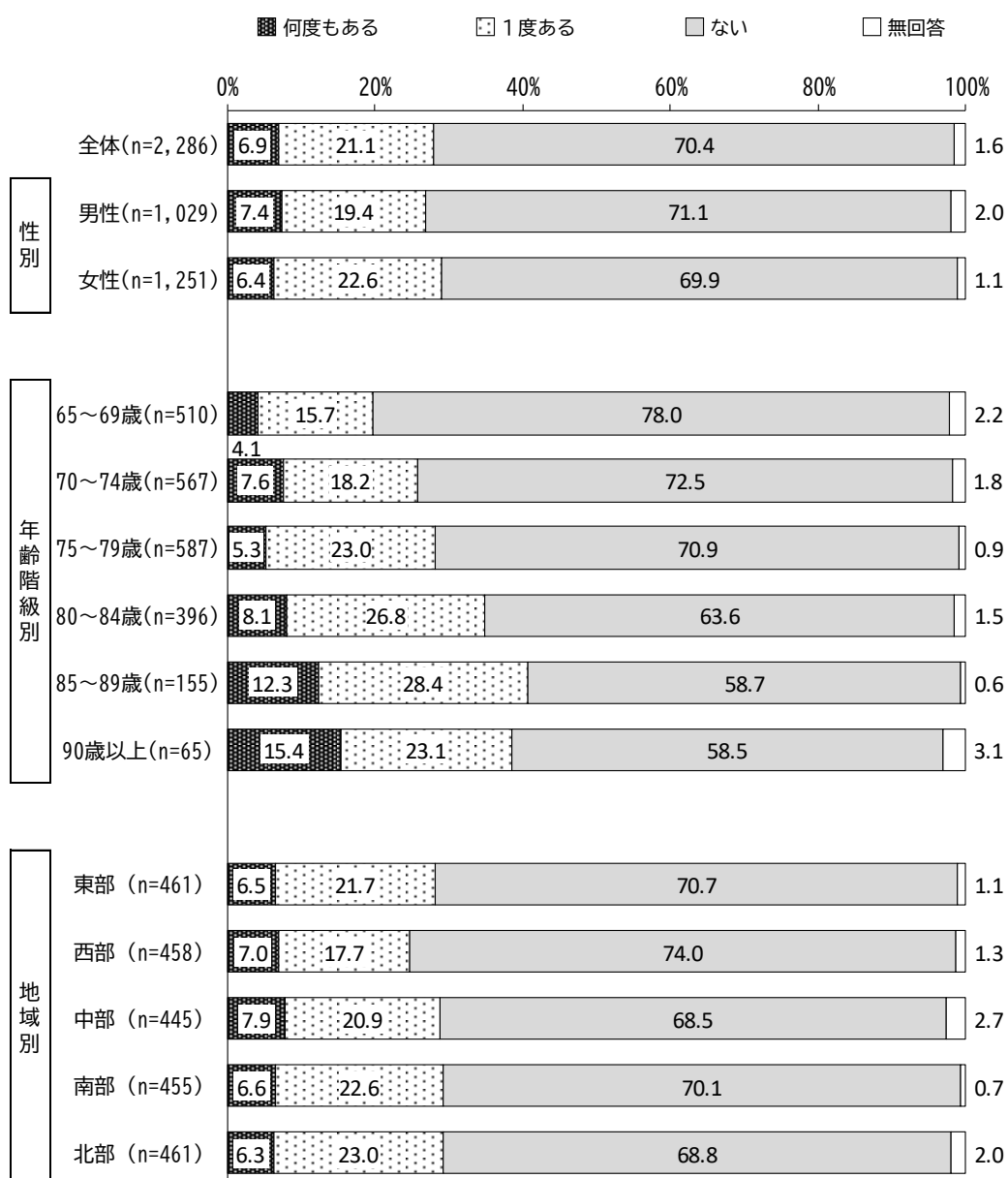
(2) 転倒経験

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70.4%と最も高く、次いで「1度ある」(21.1%)、「何度もある」(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「ない」の割合が低くなり、「何度もある」は85歳以上で1割を超え、高くなっています。

地域別に見ると、「ない」の割合は西部が74.0%と最も高くなっています。



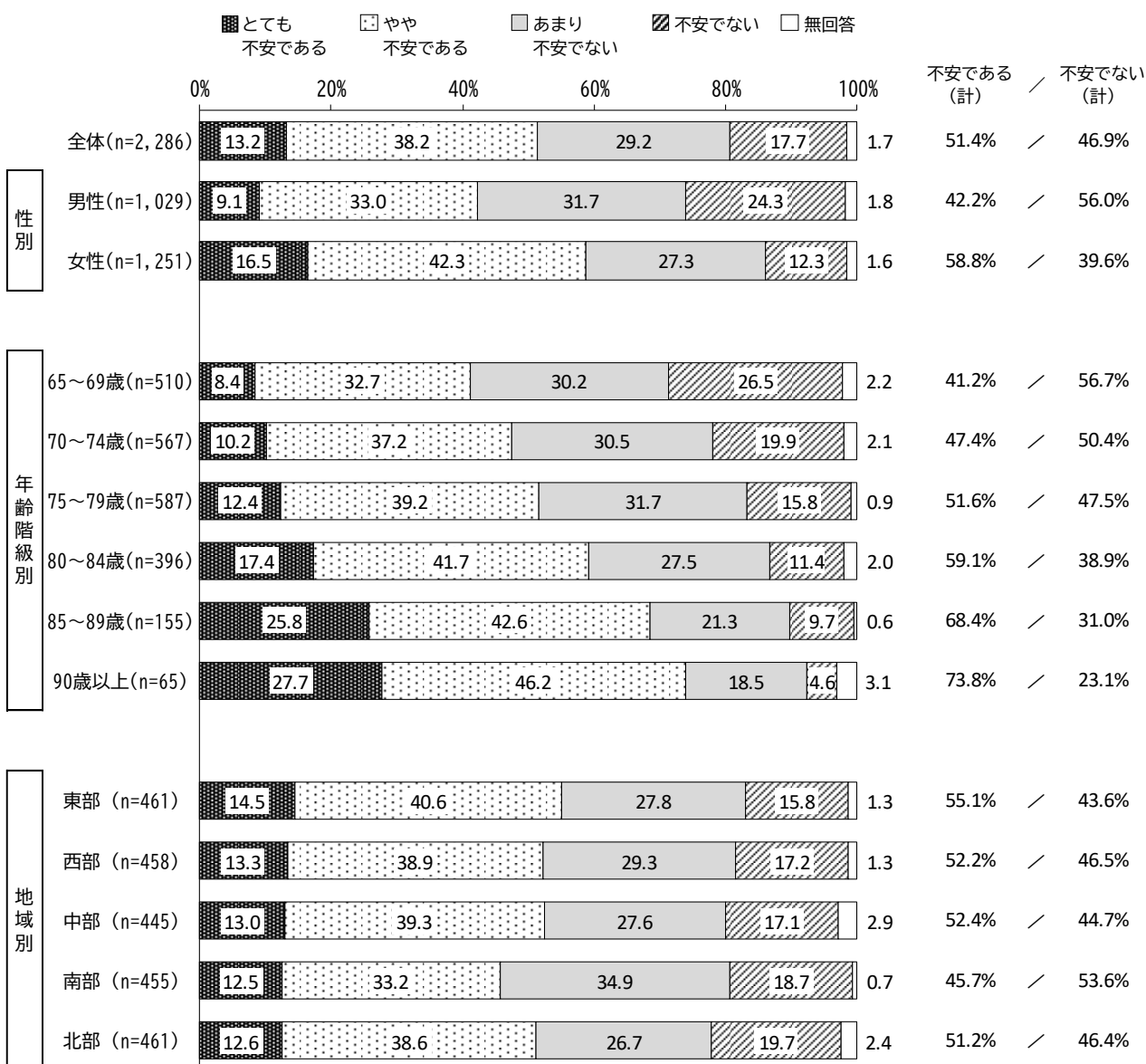
問2 (5) 転倒に対する不安は大きいですか (○は1つ)

全体では、「とても不安である」(13.2%)と「やや不安である」(38.2%)を合わせた《不安である》方は51.4%、「あまり不安でない」(29.2%)と「不安でない」(17.7%)を合わせた《不安でない》方は46.9%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16.6ポイント上回っています。

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》方の割合は東部が55.1%と最も高くなっています。



(3) 外出

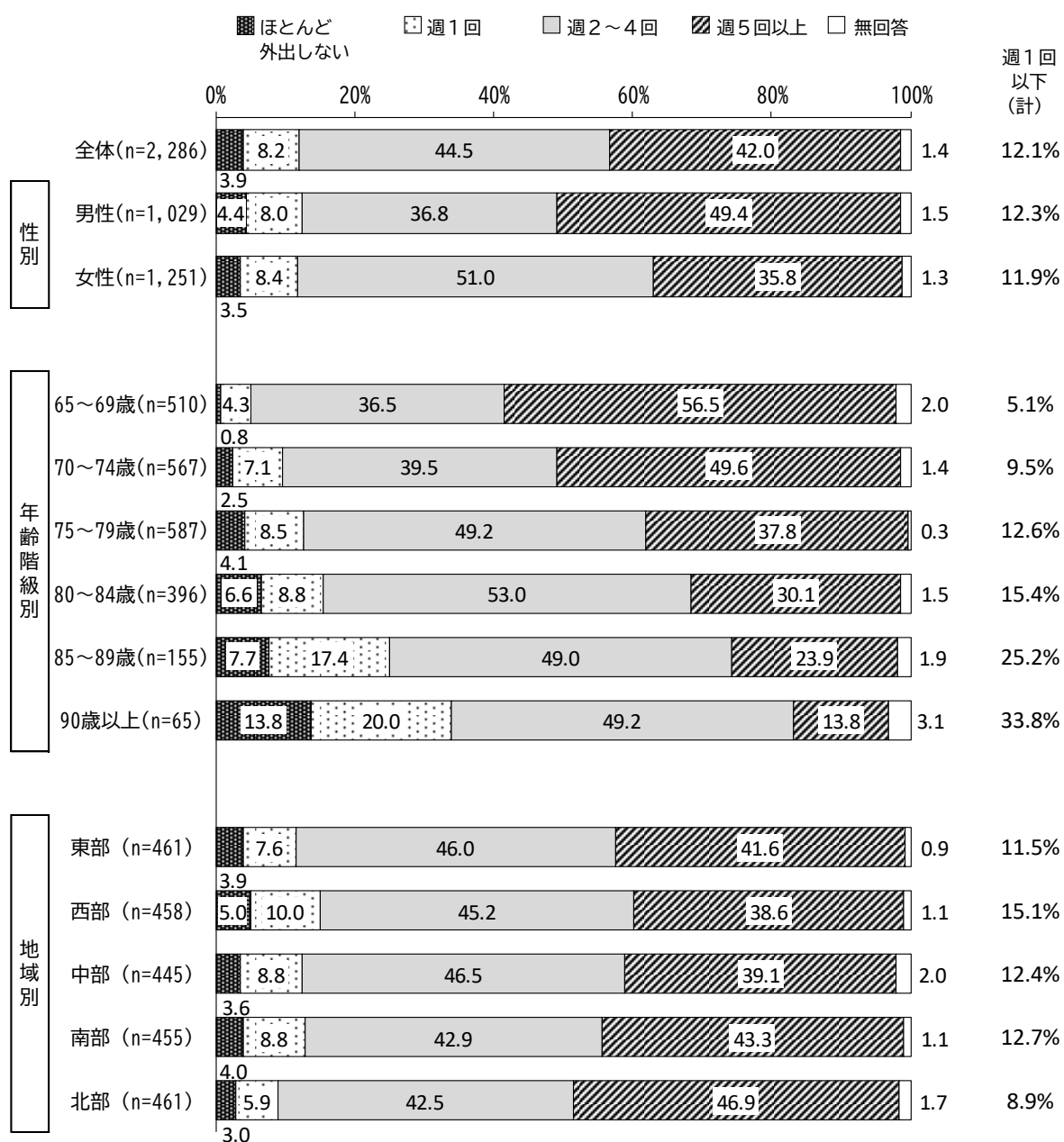
問2 (6) 週に1回以上は外出していますか (○は1つ)

全体では、「週2～4回」が44.5%と最も高く、次いで「週5回以上」が42.0%、「週1回」が8.2%、「ほとんど外出しない」が3.9%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13.6ポイント上回っています。

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。

地域別に見ると、「ほとんど外出しない」と「週1回」を合わせた《週1回以下》の割合は西部が15.1%と最も高くなっています。



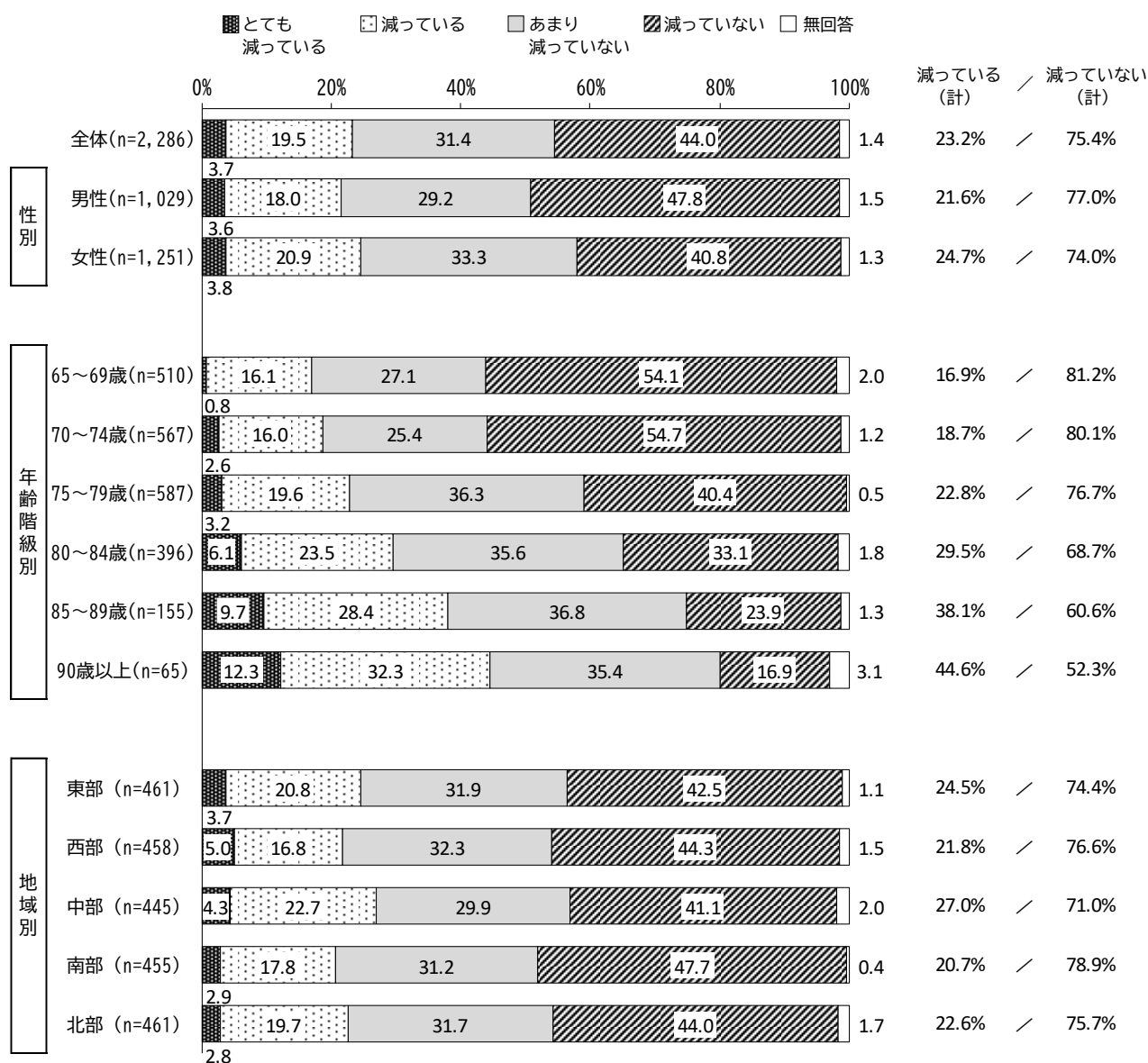
問2 (7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか (○は1つ)

全体では、「減っていない」が44.0%と最も高く、「あまり減っていない」(31.4%)と合わせた《減っていない》方の割合は75.4%、「とても減っている」(3.7%)と「減っている」(19.5%)を合わせた《減っている》方の割合は23.2%となっています。

性別に見ると、「減っていない」は女性よりも男性の方が7.0ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど《減っている》方の割合が高くなる傾向が見られます。

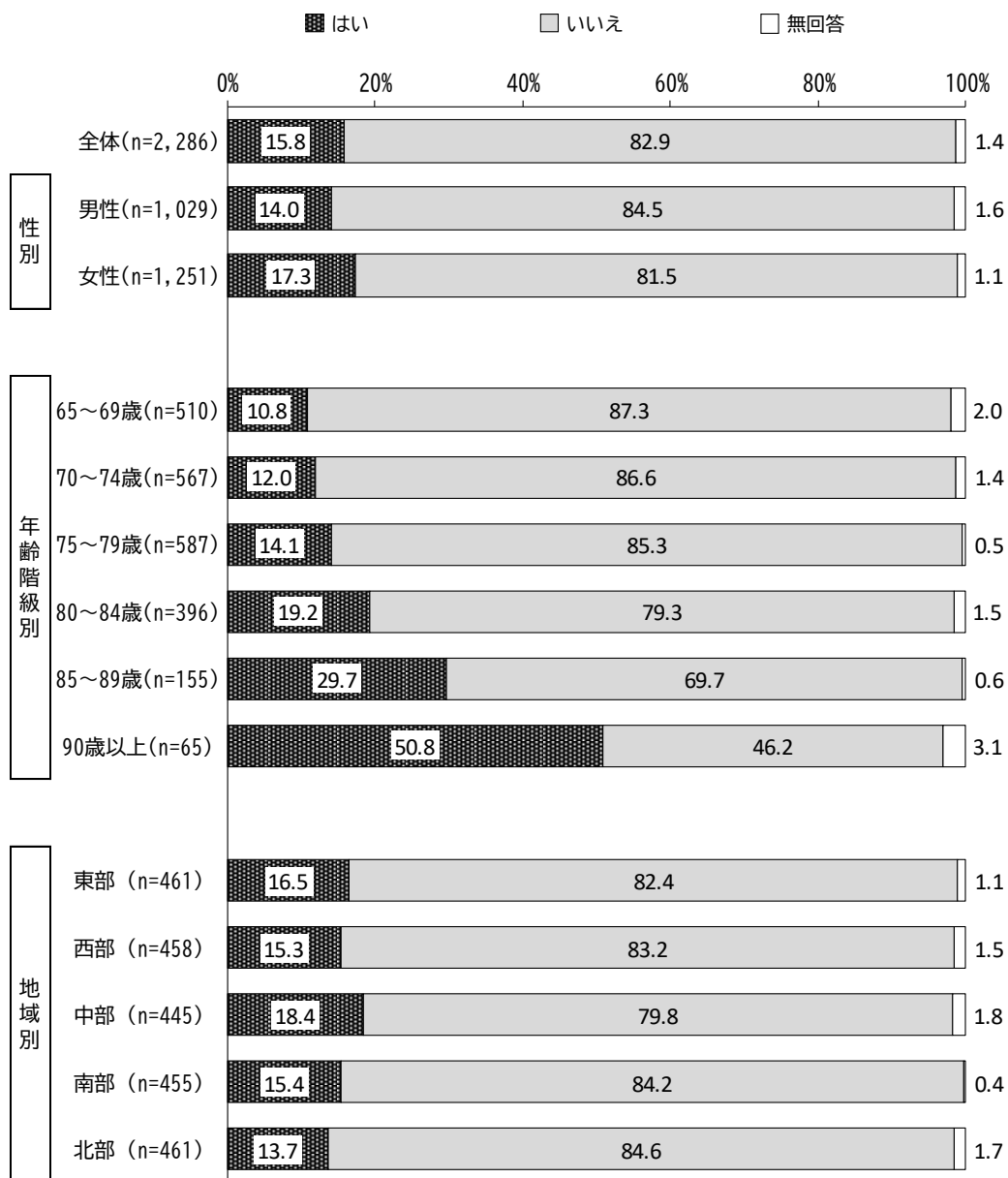
地域別に見ると、《減っている》方の割合は中部が27.0%と最も高くなっています。



問2 (8) 外出を控えていますか (○は1つ)

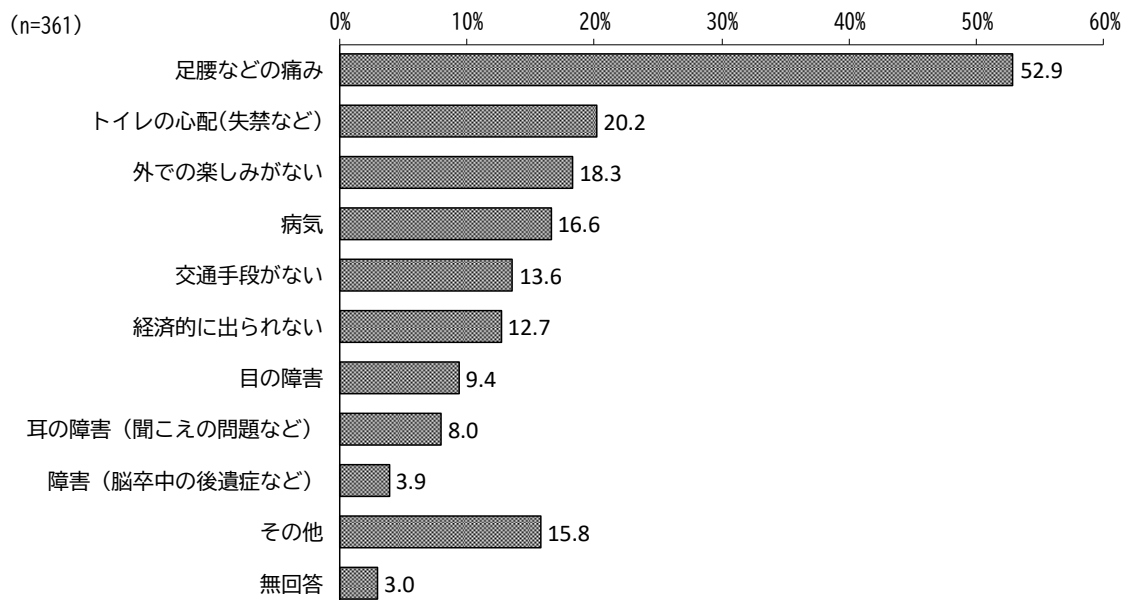
全体では、「いいえ」が82.9%、「はい」が15.8%となっています。

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。



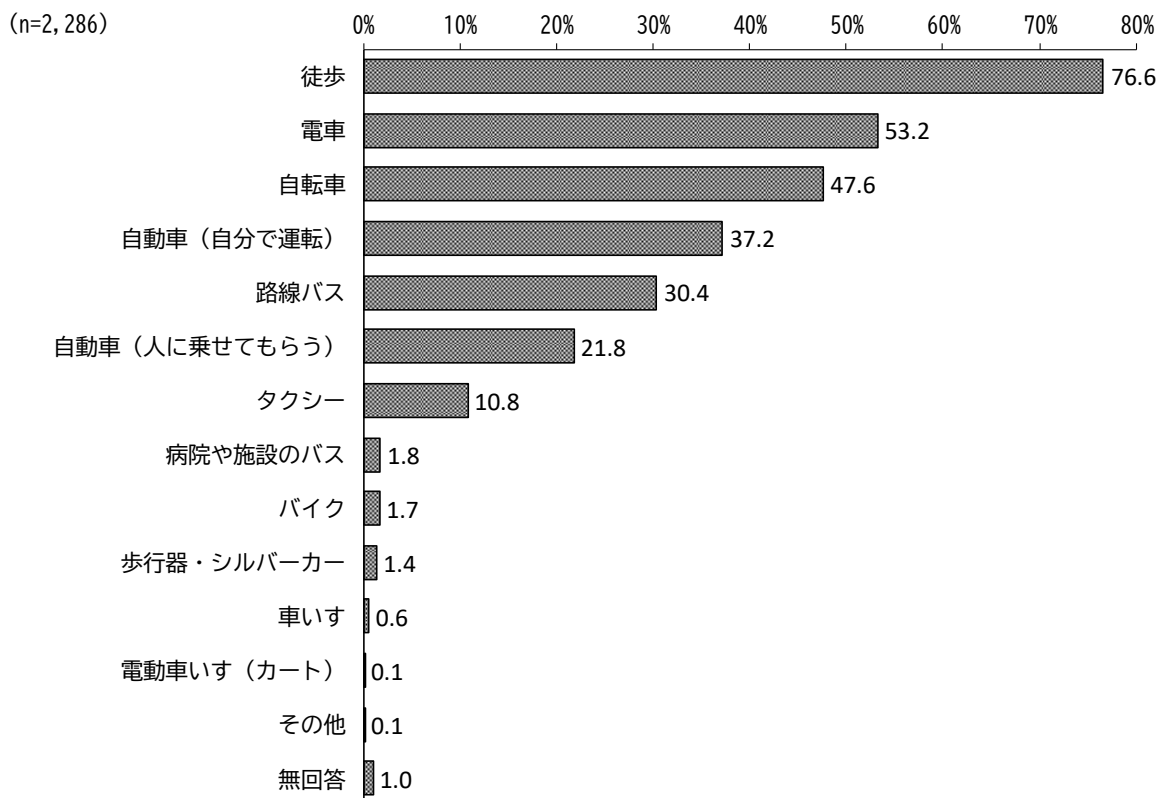
問2 (8) ①外出を控えている理由は、次のどれですか (〇はいくつでも)

外出を控えていると回答した 361 人にその理由についてたずねたところ、「足腰の痛み」が 52.9%と最も高く、次いで「トイレの心配 (失禁など)」(20.2%)、「外での楽しみがない」(18.3%)、「病気」(16.6%)、「交通手段がない」(13.6%)と続いています。



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76.6%と最も高く、次いで「電車」(53.2%)、「自転車」(47.6%)、「自動車(自分で運転)」(37.2%)、「路線バス」(30.4%)と続いています。



4 栄養・口腔

(1) 身長・体重 (BMI)

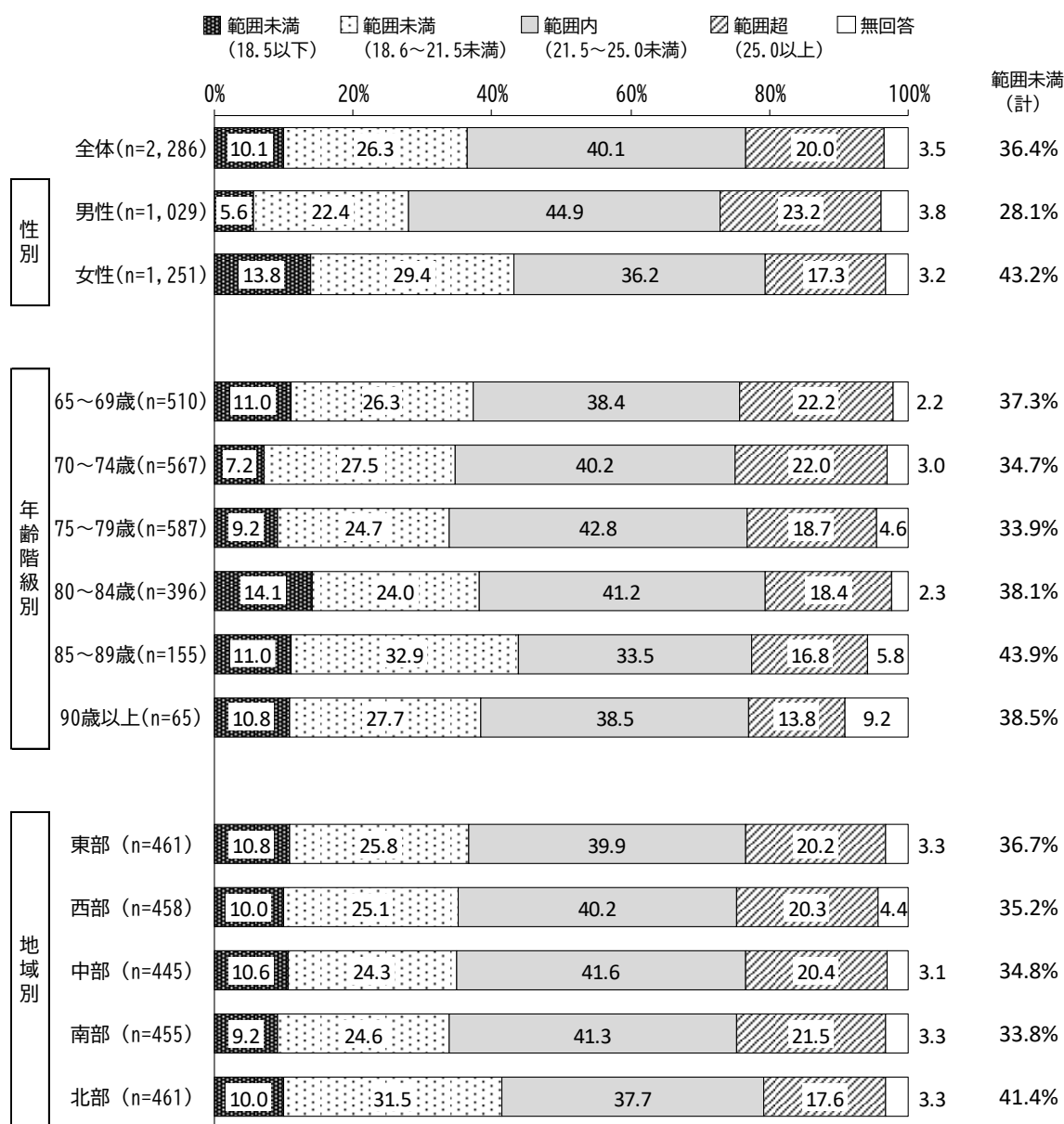
問3 (1) 身長・体重 (数字を記入)

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40.1%と最も高く、次いで「範囲未満 (18.6～21.5 未満)」が26.3%、「範囲超 (25.0 以上)」が20.0%、「範囲未満 (18.5 以下)」が10.1%となっています。

性別に見ると、「範囲未満 (18.5 以下)」の割合は男性よりも女性の方が8.2ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「範囲未満 (18.5 以下)」と「範囲未満 (18.6～21.5 未満)」を合わせた《範囲未満》の方は85～89歳が43.9%と最も高くなっています。

地域別に見ると、《範囲未満》の方は北部が41.4%と最も高くなっています。

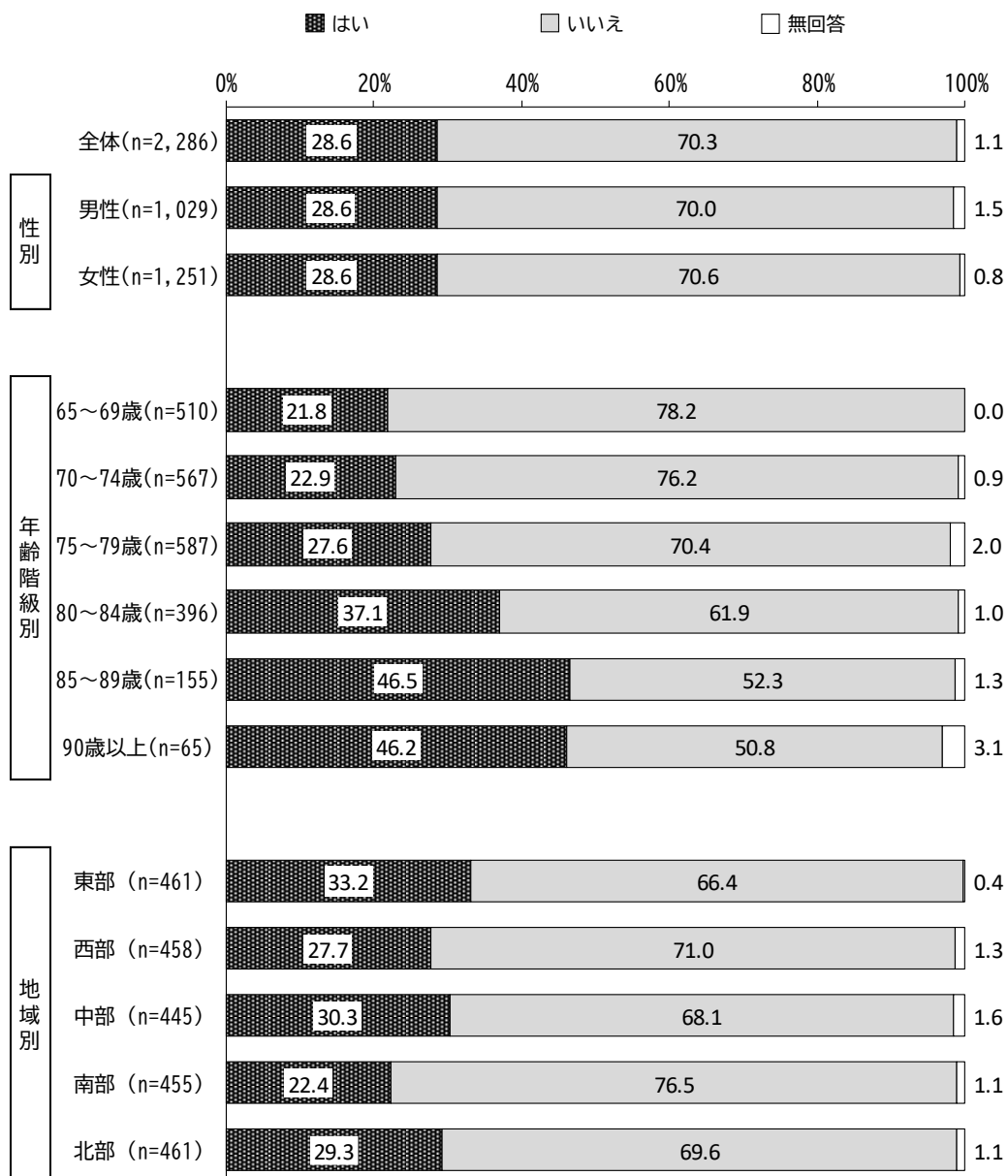


※BMI : 「体重(kg) ÷ (身長(m) × 身長(m))」で算出される体重 (体格) の指標。厚生労働省「日本人の食事摂取基準」では、65歳以上の目標とするBMIの範囲を21.5～24.9としています。

(2) 口腔機能

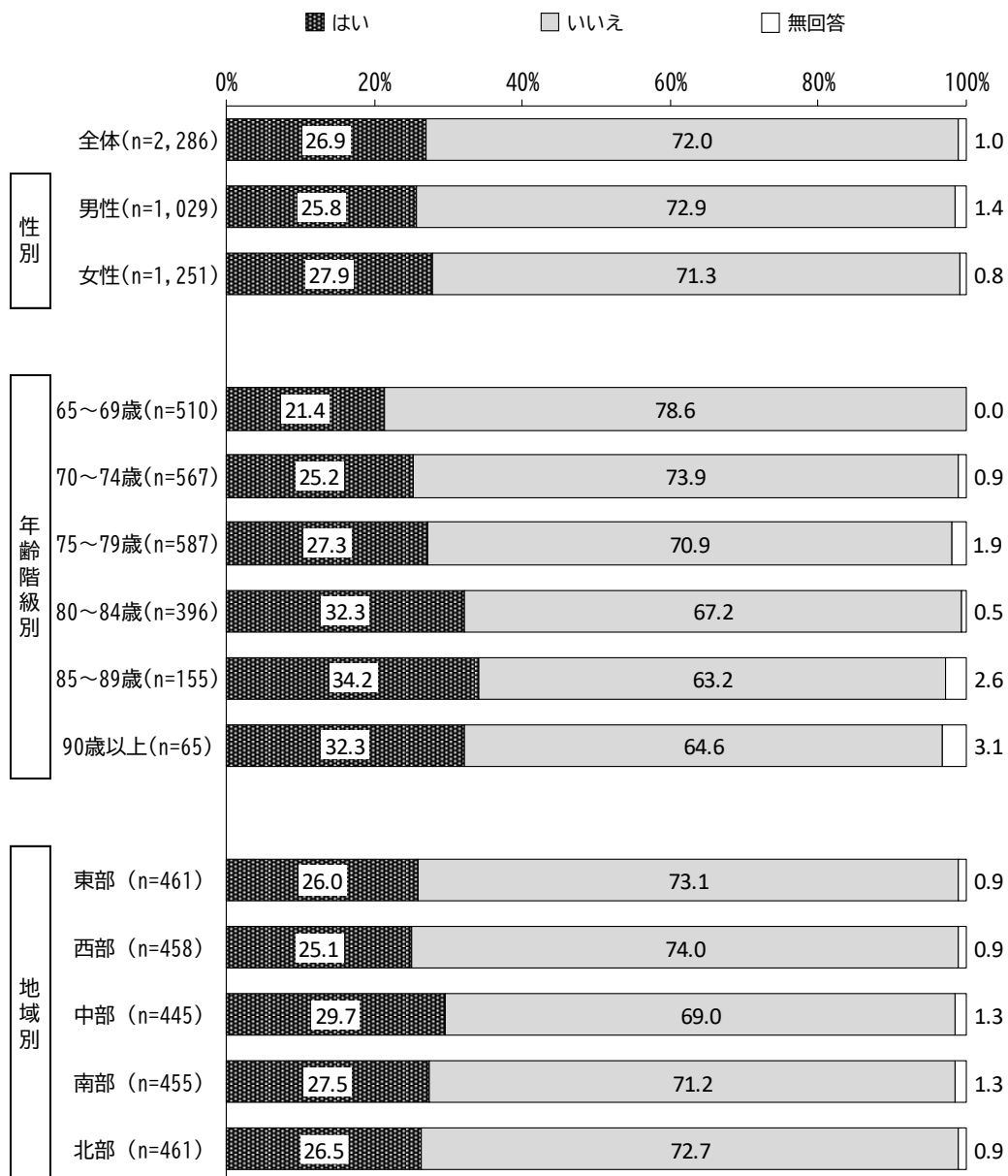
問3 (2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が70.3%、「はい」が28.6%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」の割合は東部が33.2%と最も高くなっています。



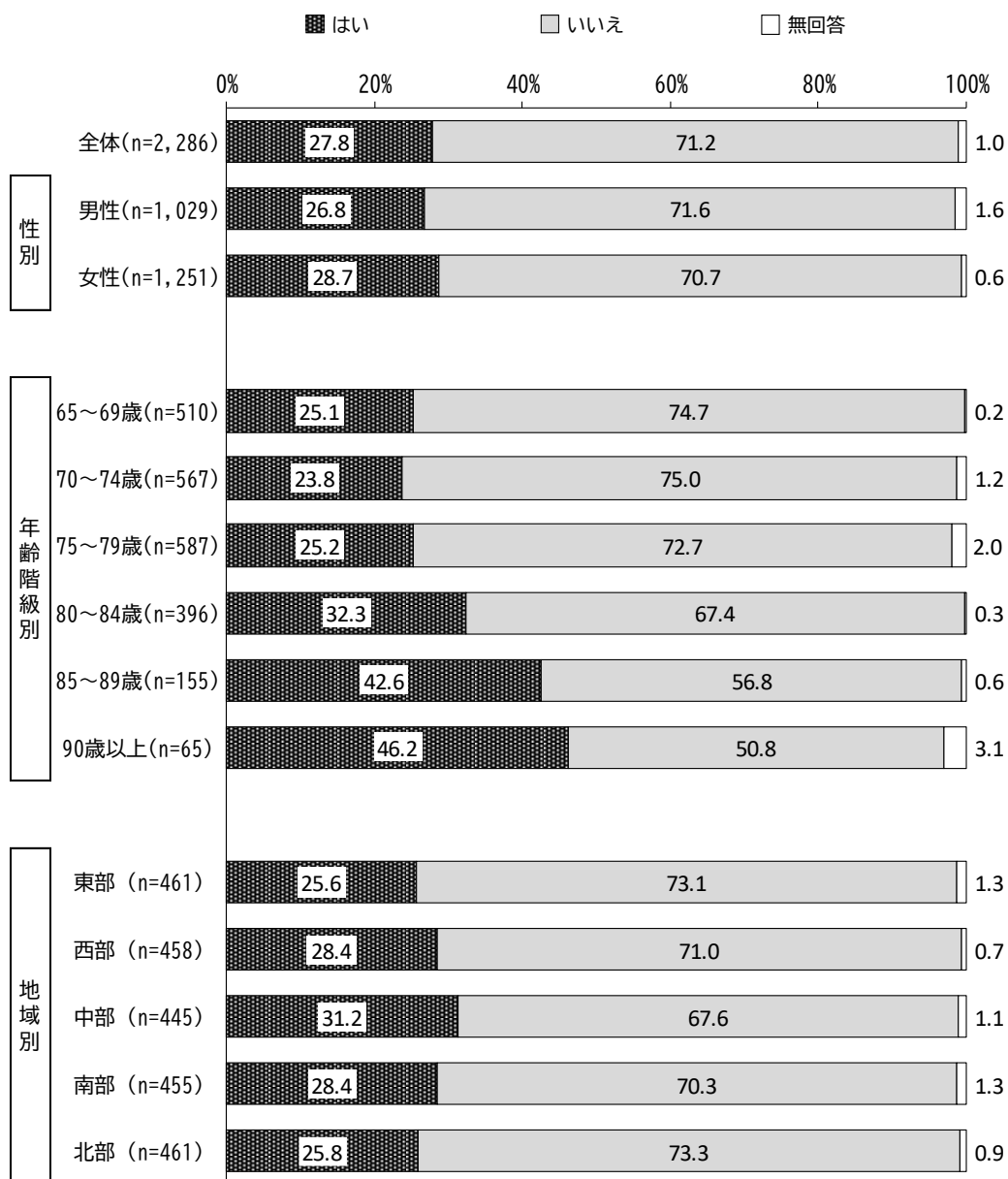
問3 (3) お茶や汁物等でむせることがありますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が72.0%、「はい」が26.9%となっています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は80歳代以上で3割を超えています。



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71.2%、「はい」が27.8%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」の割合は中部で31.2%と最も高くなっています。



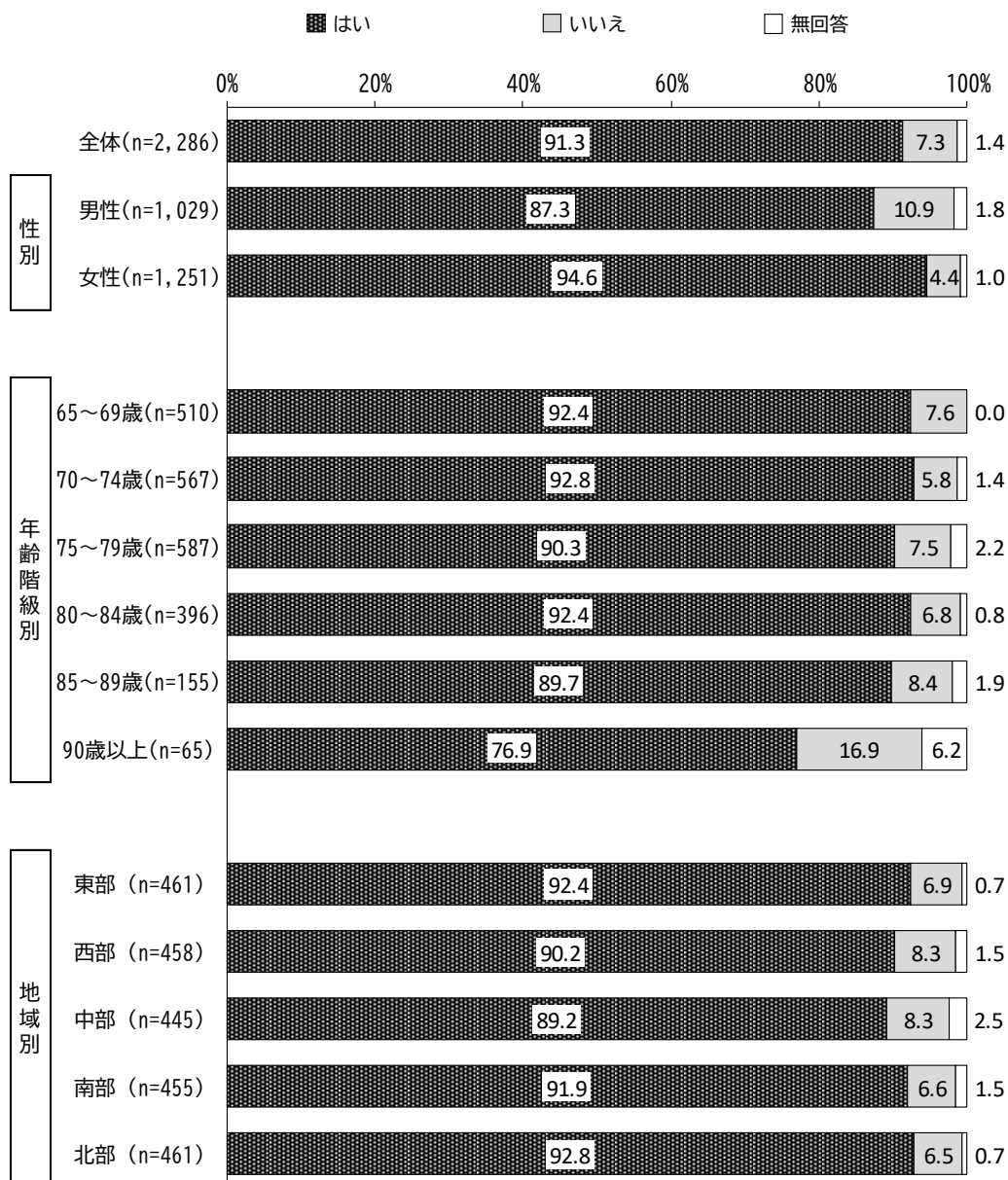
(3) 歯の状態や食事について

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91.3%、「いいえ」が7.3%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7.3ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は90歳以上が76.9%と最も低くなっています。

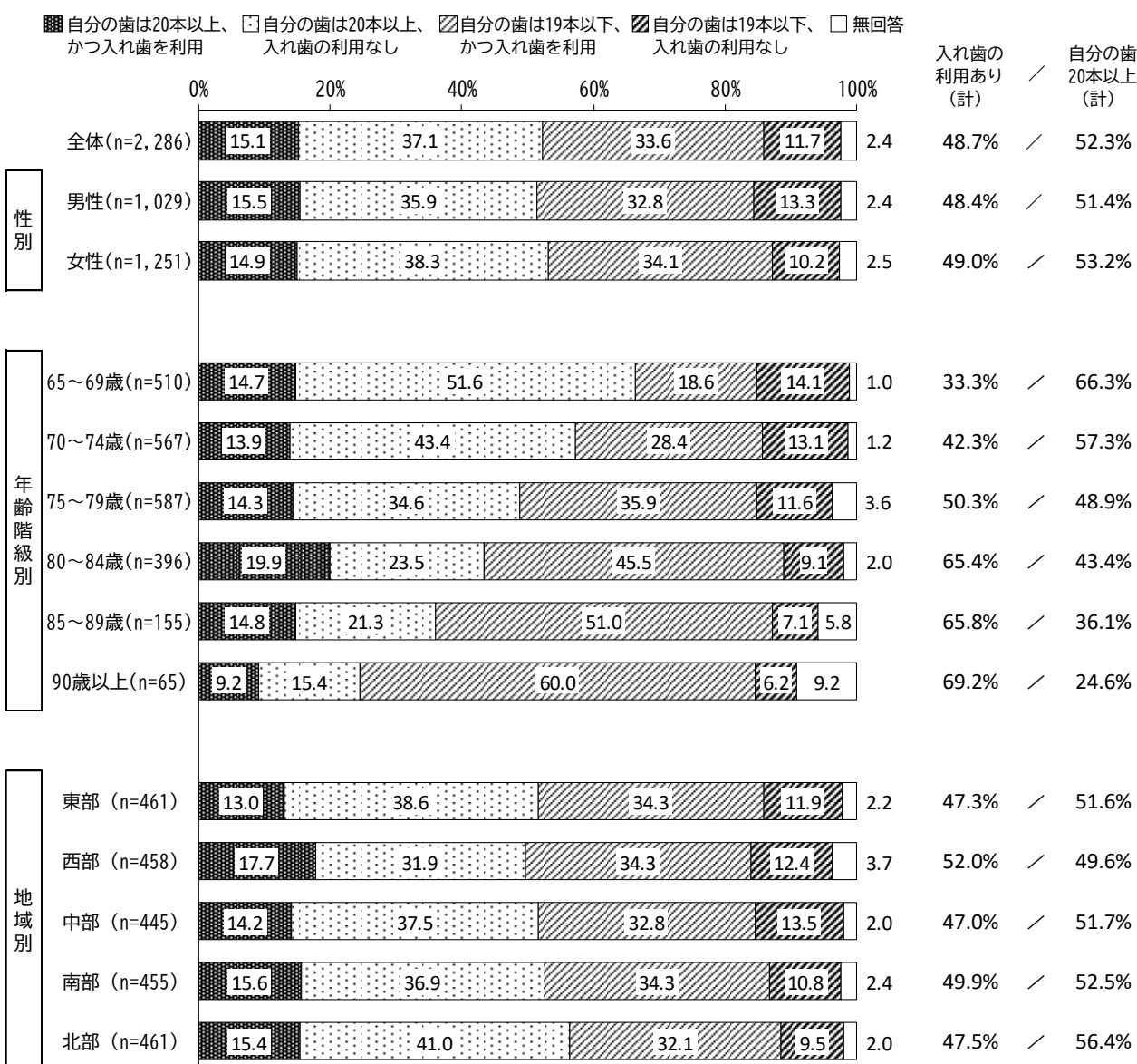


問3 (6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください (○は1つ)
 (成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です)

全体では、「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」が37.1%と最も高く、次いで「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」(33.6%)、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」(15.1%)、「自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし」(11.7%)となっています。

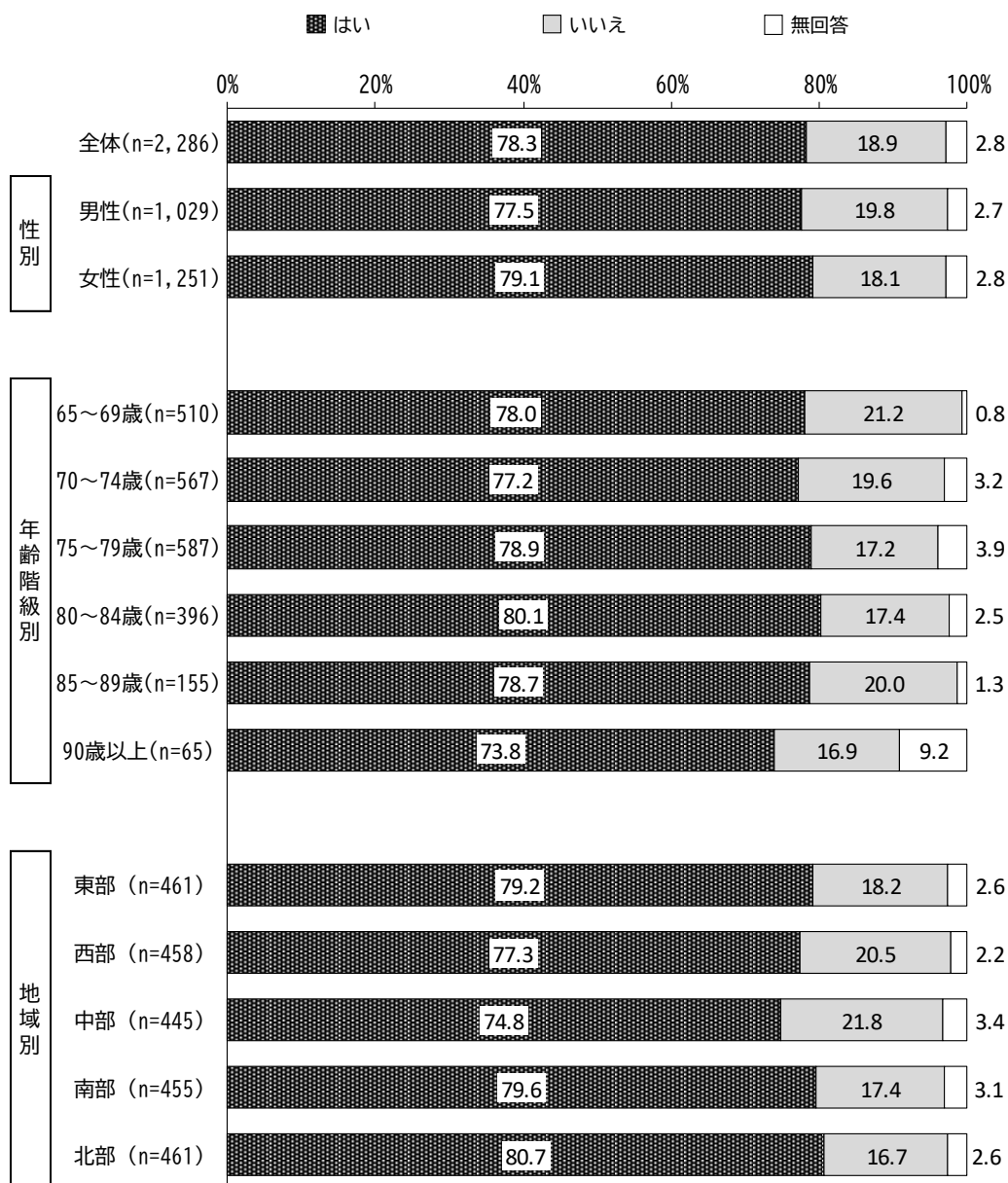
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど《自分の歯が20本以上》の方の割合は低くなり、75歳以上では《入れ歯を利用している》方が半数を超えています。

地域別に見ると、《自分の歯が20本以上》の方の割合は北部が56.4%と最も高く、西部が49.6%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78.3%、「いいえ」が18.9%となっています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は90歳以上が73.8%と最も低くなっています。
 地域別に見ると、「はい」の割合は中部が74.8%と最も低くなっています。



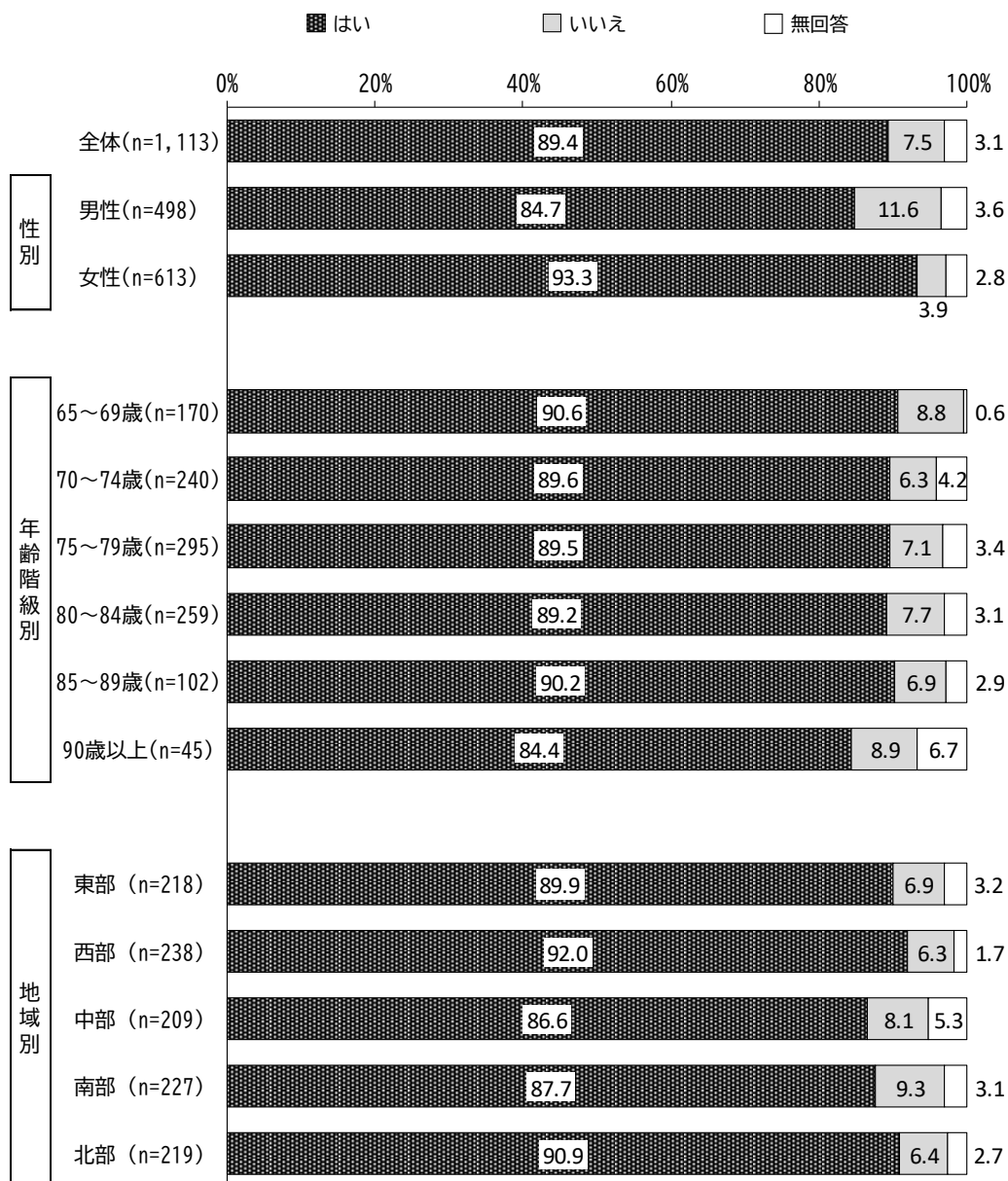
問3 (6) ② 毎日入れ歯の手入れをしていますか (○は1つ)

入れ歯を利用していると回答した 1,113 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 89.4%、「いいえ」が 7.5%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 8.6 ポイント上回っています。

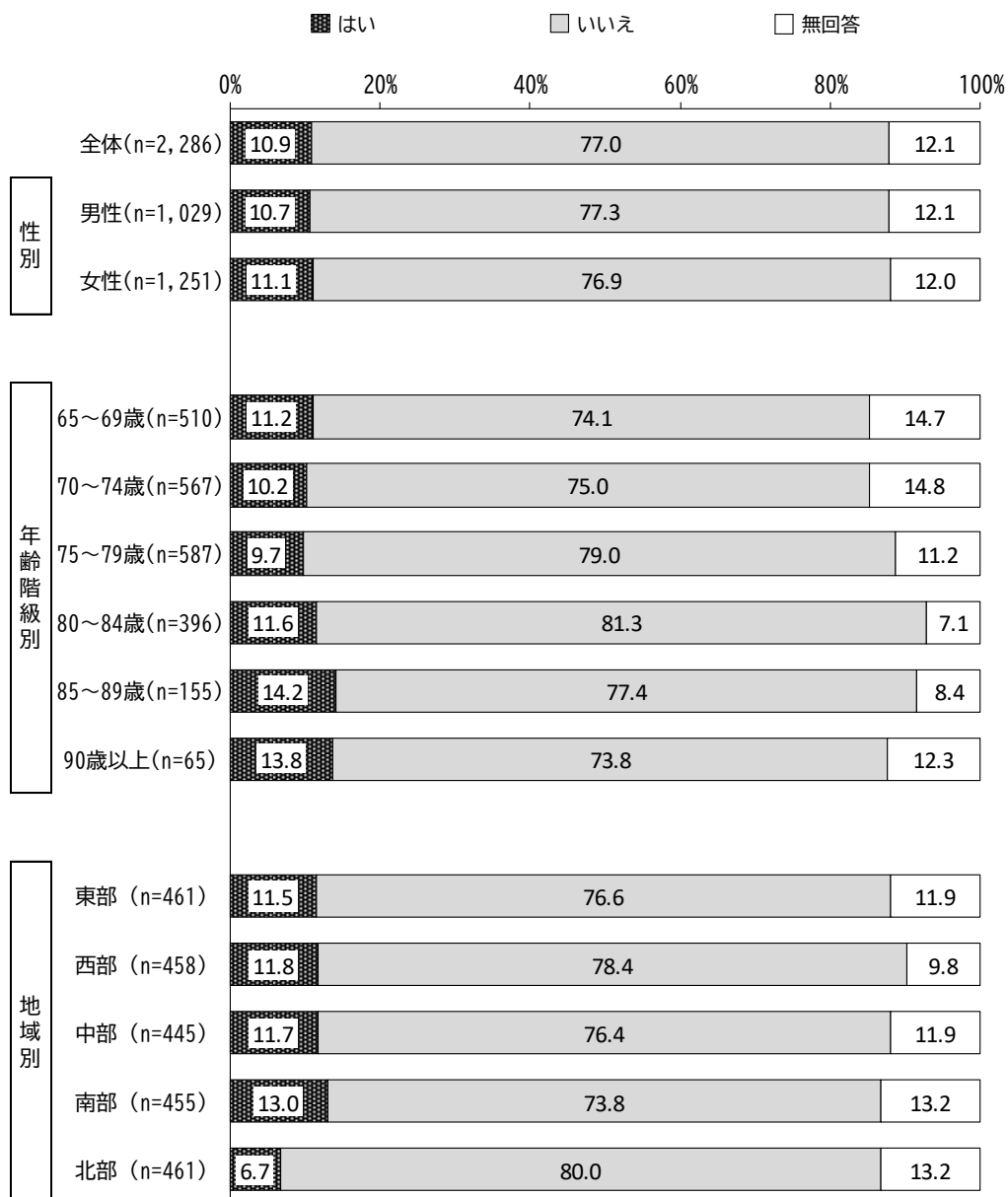
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は 90 歳以上が 84.4%と最も低くなっています。

地域別に見ると、「はい」の割合は中部で 86.6%と最も低くなっています。



問3 (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)

全体では、「いいえ」が77.0%、「はい」が10.9%となっています。
 地域別に見ると、「はい」の割合は北部が6.7%と最も低くなっています。



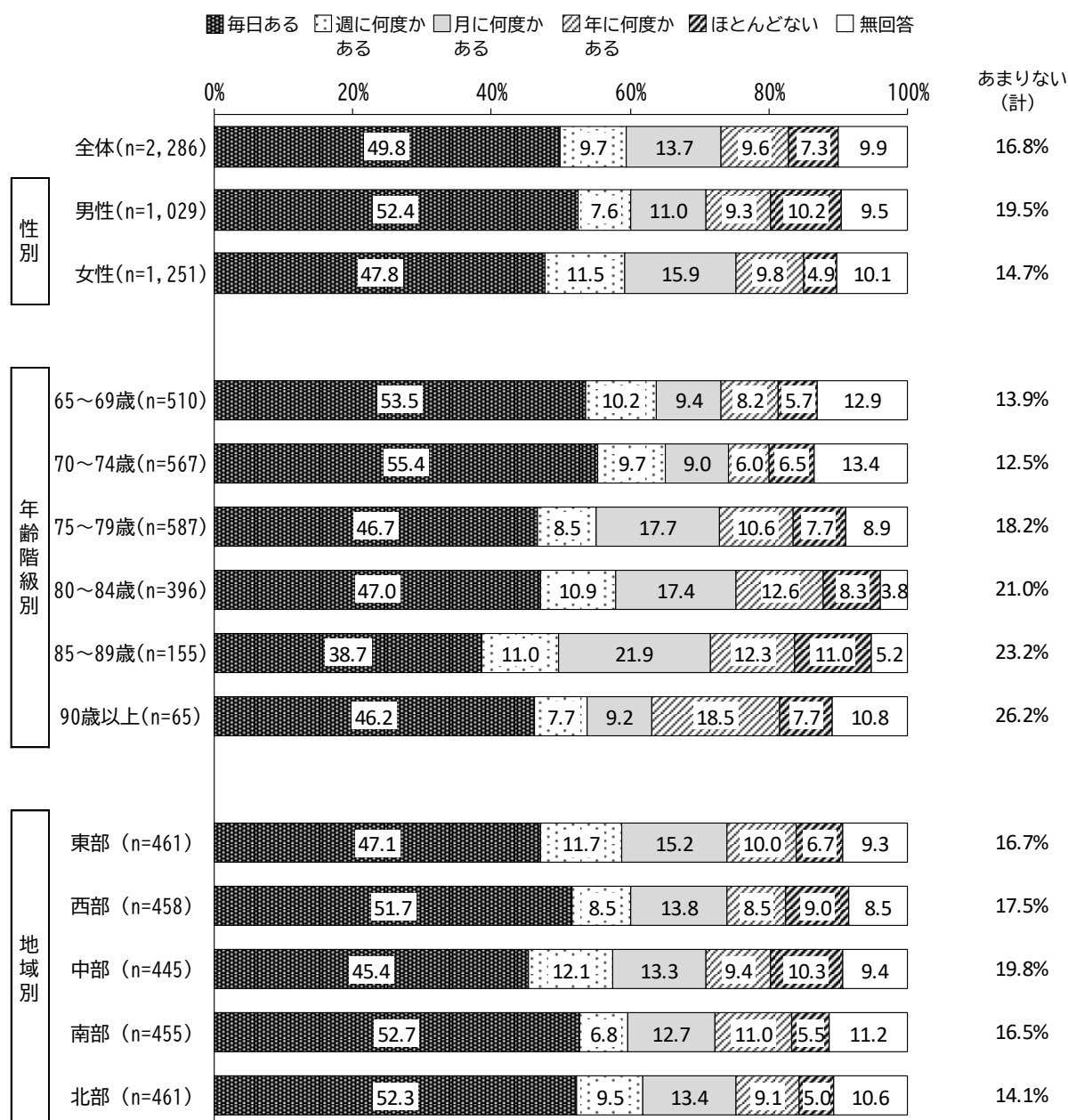
問3 (8) どなたかと食事をとにもする機会がありますか (○は1つ)

全体では、「毎日ある」が49.8%と最も高く、次いで「月に何度かある」(13.7%)、「週に何度かある」(9.7%)、「年に何度かある」(9.6%)と続き、「ほとんどない」は7.3%となっています。

性別に見ると、「ほとんどない」の割合は女性よりも男性の方が5.3ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「年に何度かある」と「ほとんどない」を合わせた《あまりない》方の割合は80歳以上で2割を超えています。

地域別に見ると、《あまりない》方の割合は中部が19.8%と最も高くなっています。



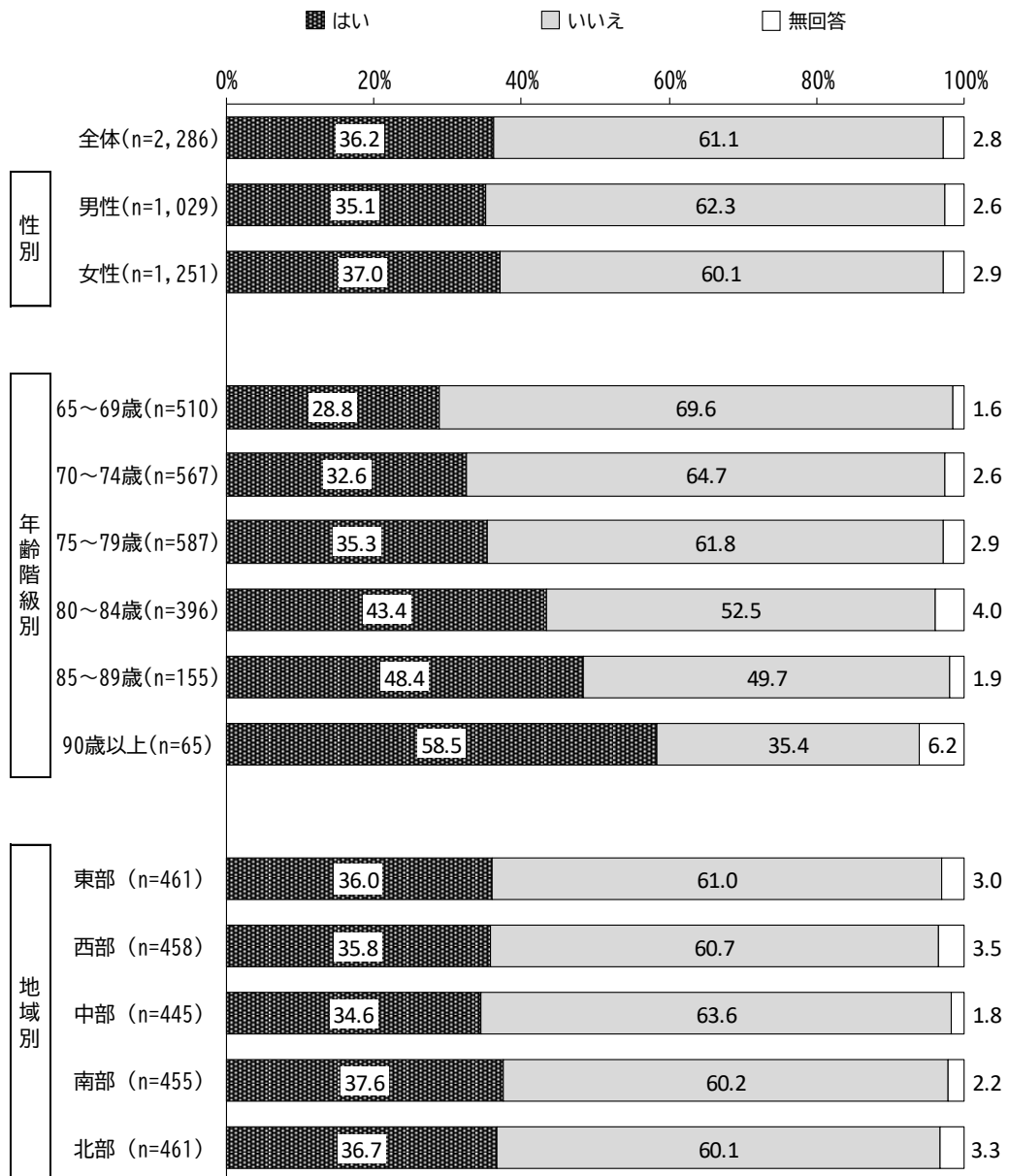
5 日常生活

(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61.1%、「はい」が36.2%となっています。

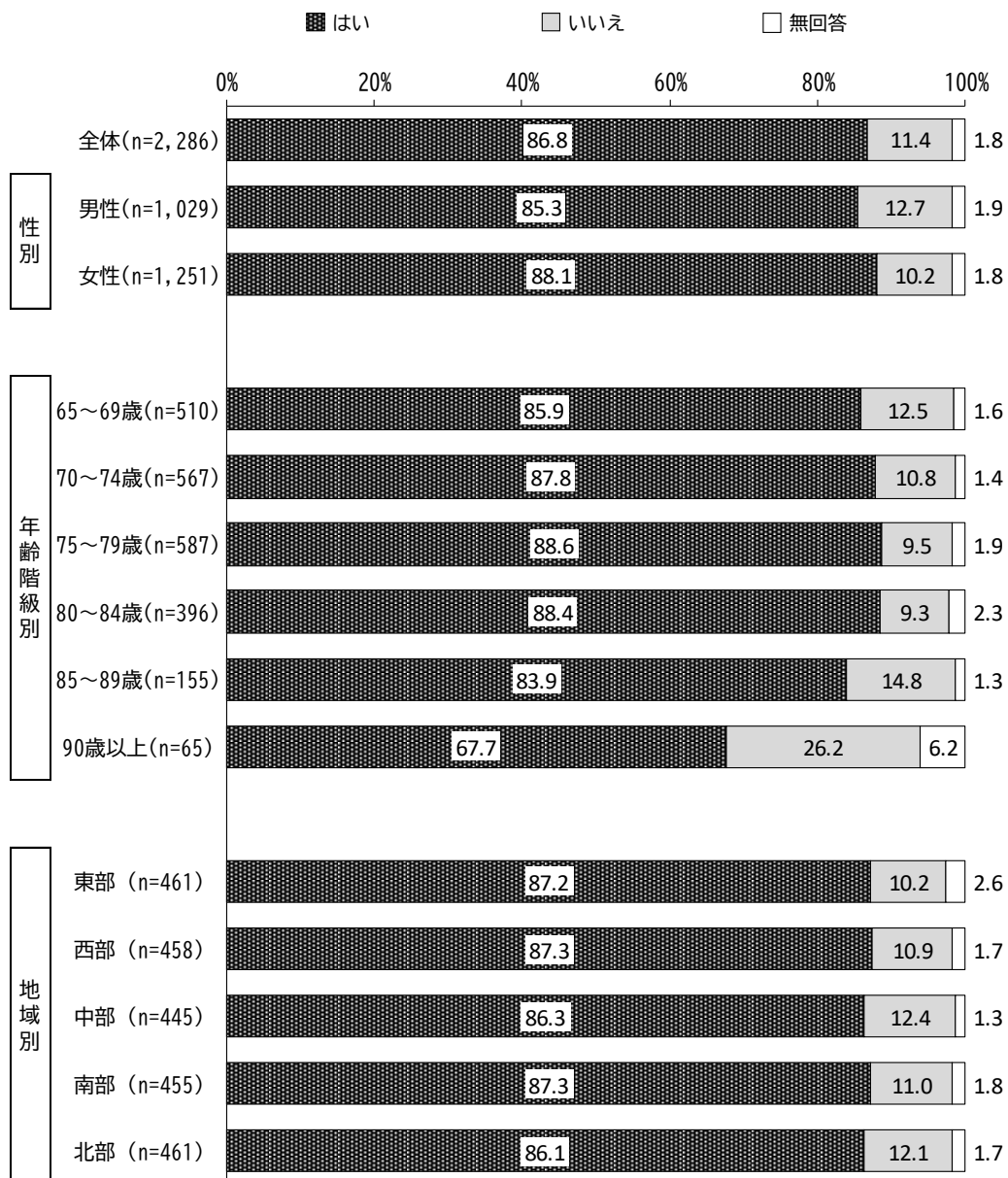
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「はい」の割合が高くなる傾向が見られます。



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86.8%、「いいえ」が11.4%となっています。

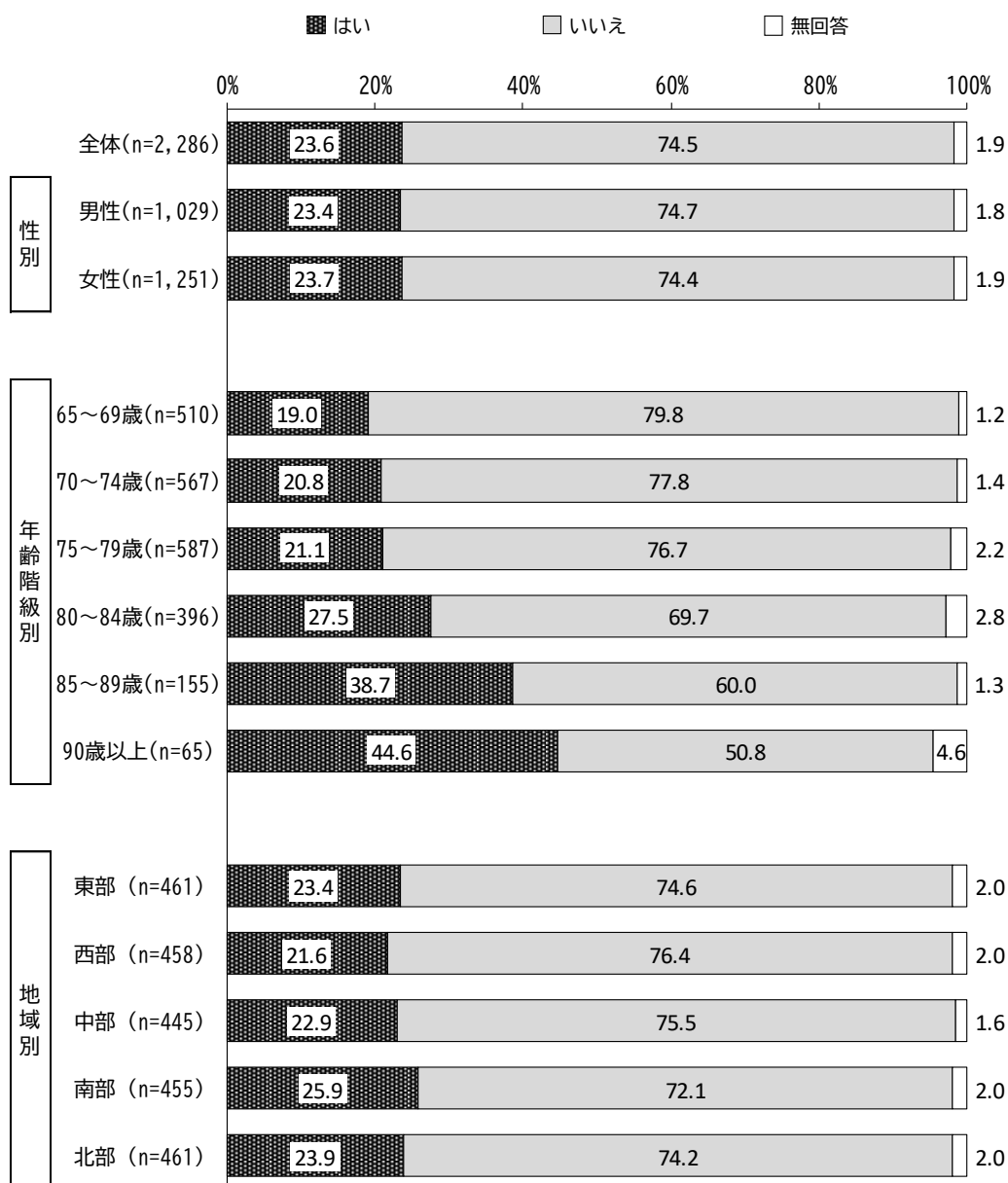
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は90歳以上が67.7%と最も低くなっています。



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74.5%、「はい」が23.6%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「はい」の割合が高くなる傾向が見られます。



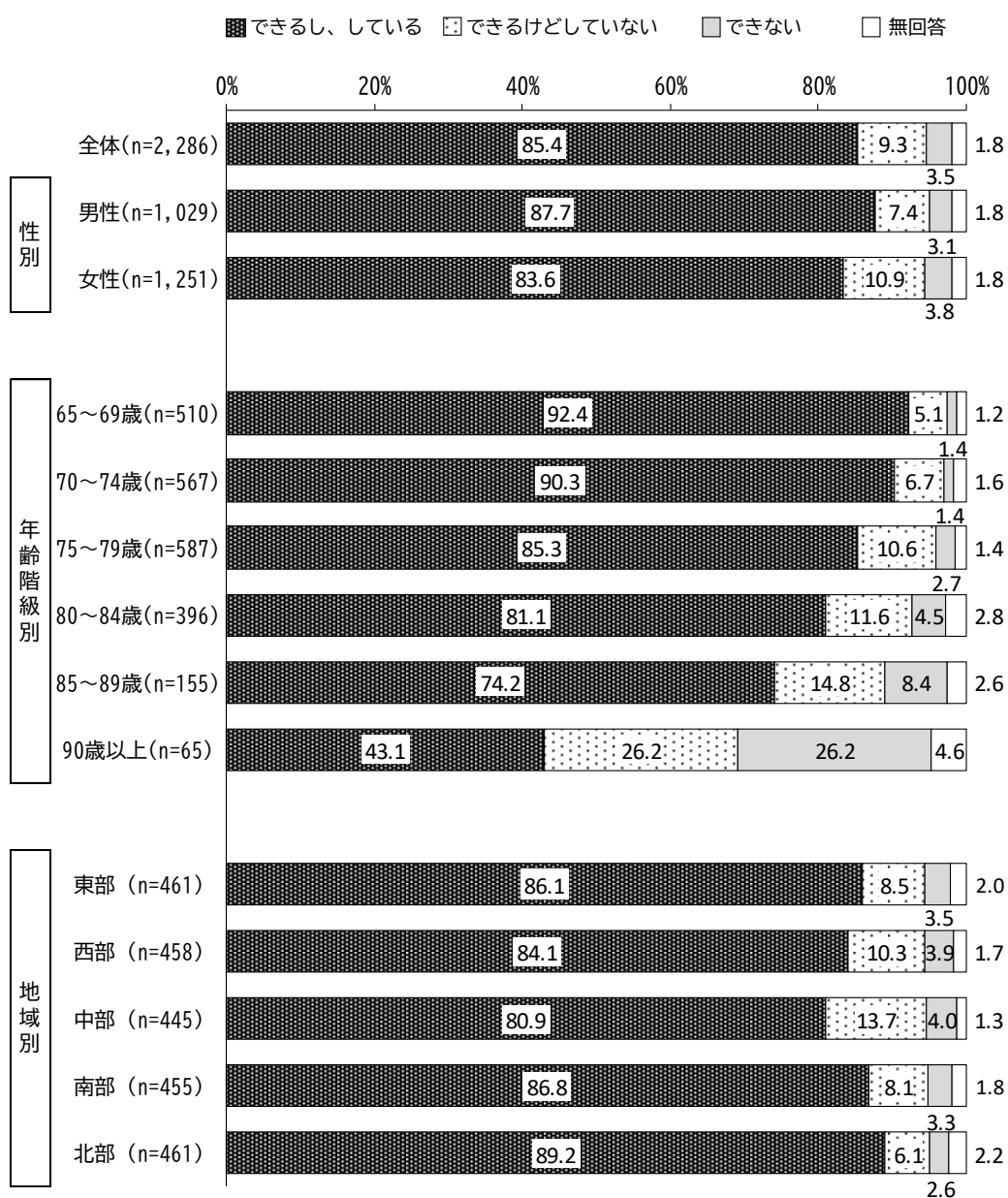
(2) IADL（手段的日常生活動作）の状況

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85.4%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が9.3%、「できない」が3.5%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「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。

域別に見ると、「できるし、している」の割合は中部が80.9%と最も低くなっています。

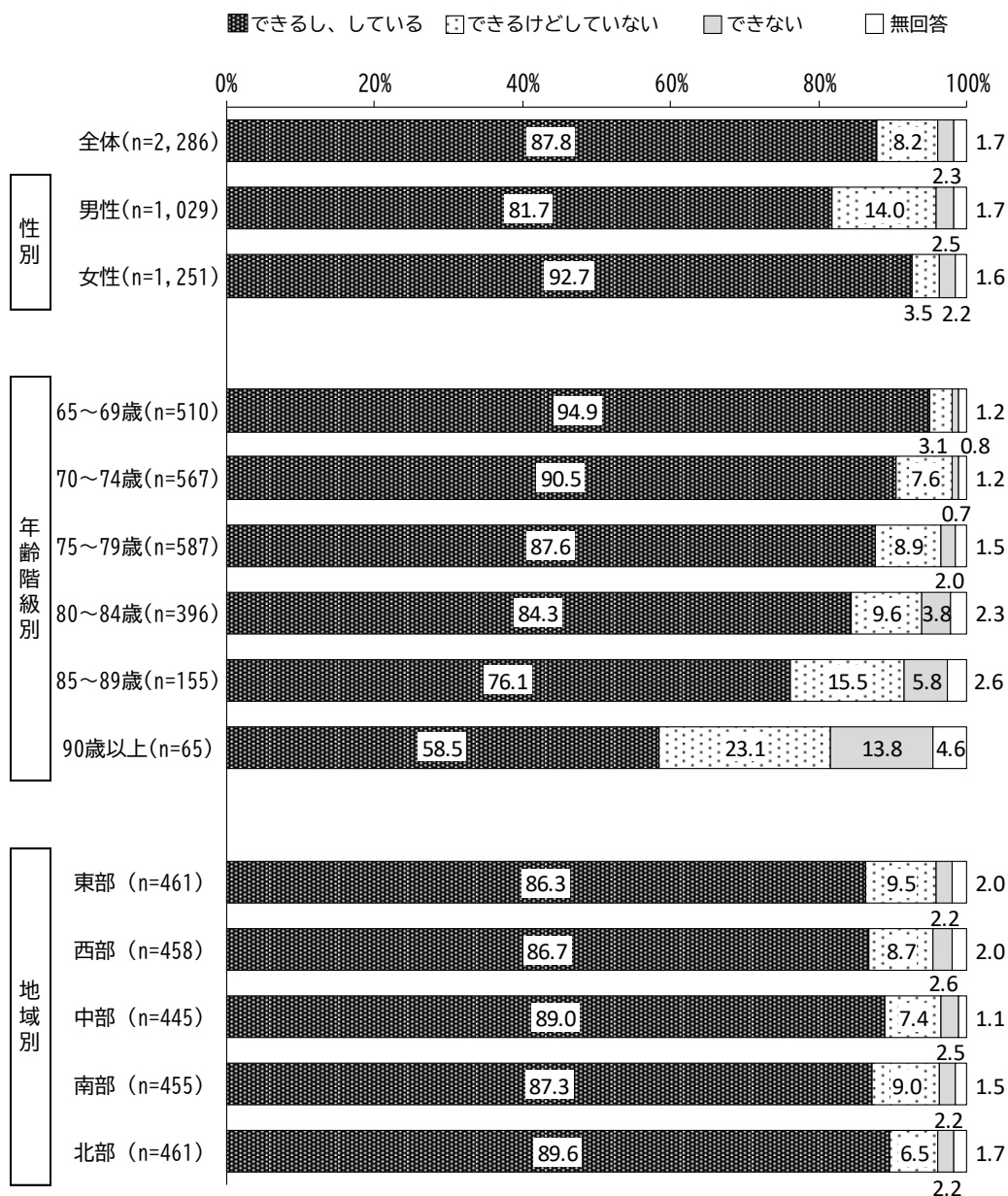


※ IADL：家事をする、買物をする、食事の準備を行うなどの日常生活における応用的な動作のことで、高齢者の自立度を判断するための指標となっています。

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 87.8%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 8.2%、「できない」が 2.3%となっています。

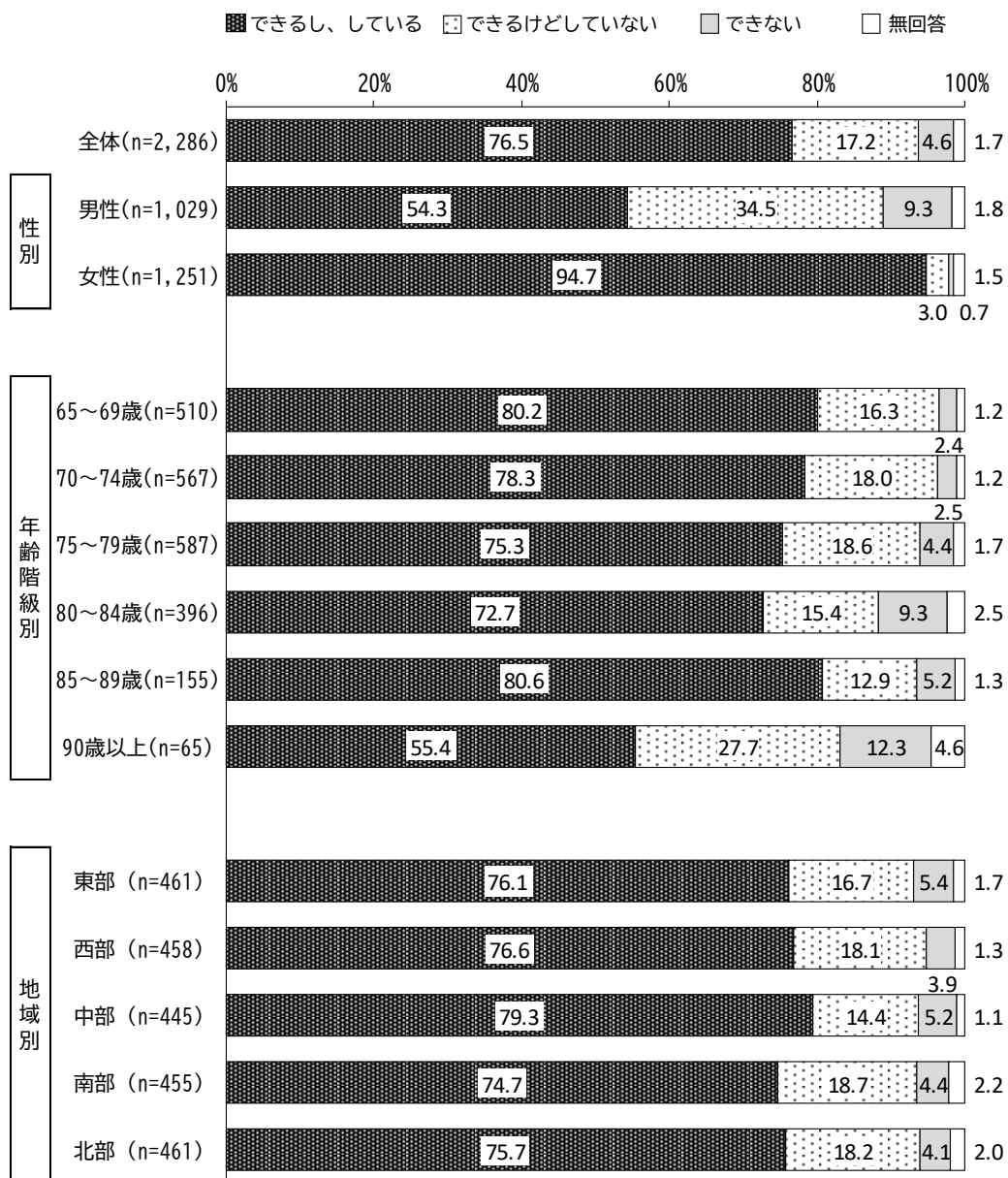
性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が 11.0 ポイント上回っています。年齢階級別に見ると、概ね年齢が高くなるほど「できない」の割合が高くなる傾向が見られます。



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76.5%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が17.2%、「できない」が4.6%となっています。

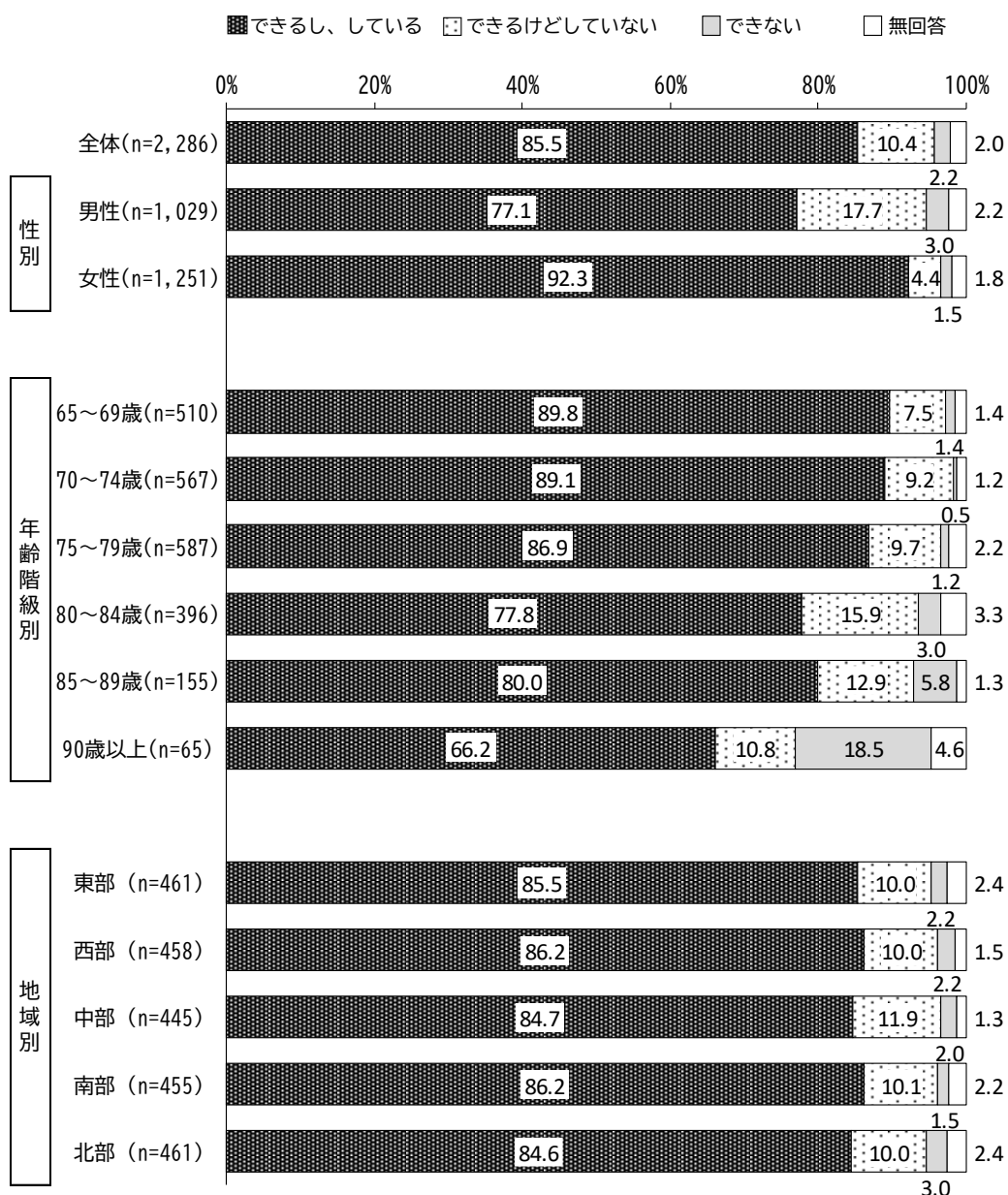
性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が40.4ポイント上回っています。年齢階級別に見ると、「できない」の割合は90歳以上が12.3%と最も高くなっています。



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 85.5%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 10.4%、「できない」が 2.2%となっています。

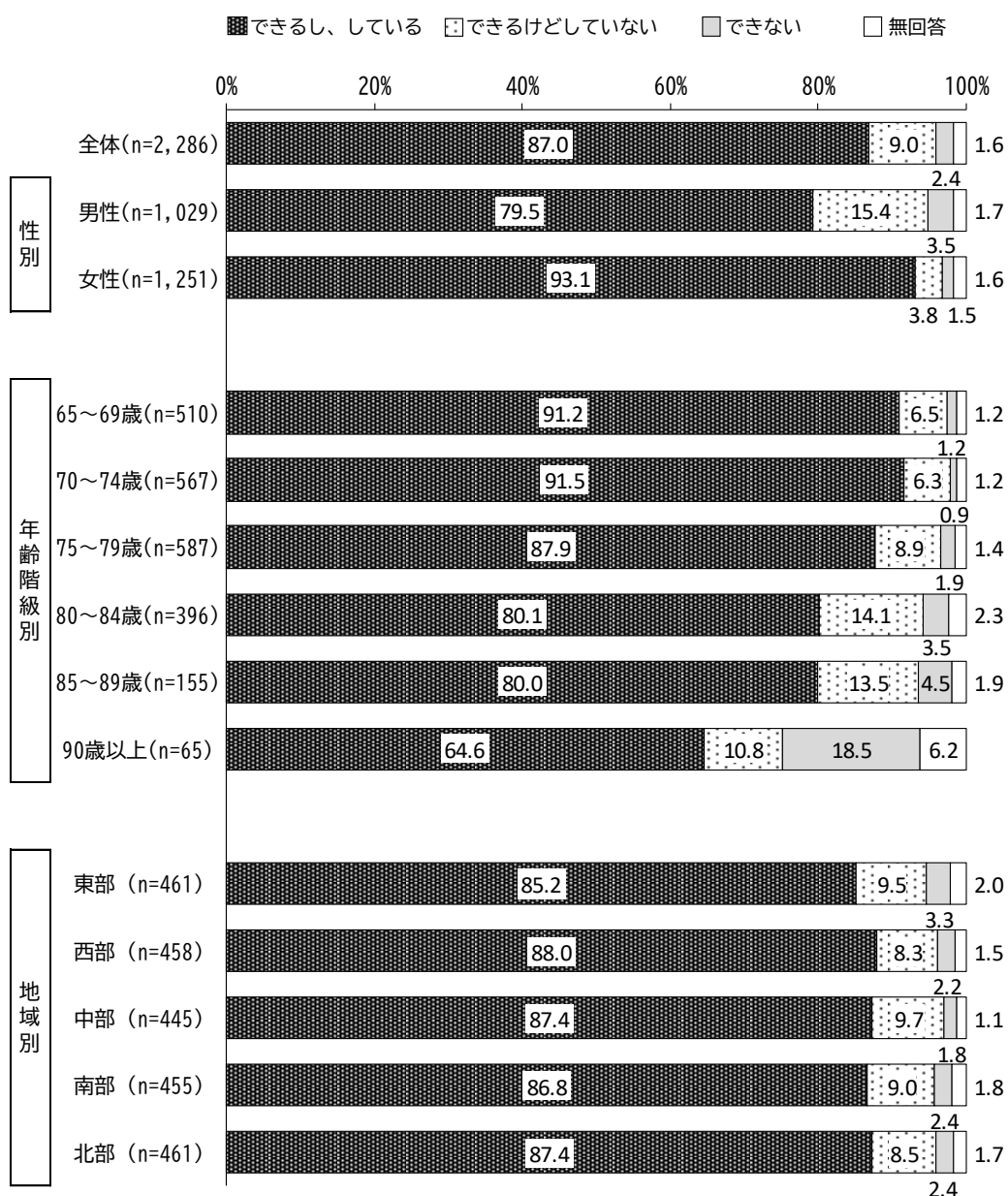
性別に見ると、「できるし、している」は男性よりも女性の方が 15.2 ポイント上回っています。年齢階級別に見ると、「できない」の割合は 90 歳以上が 18.5%と最も高くなっています。



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 87.0%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 2.4%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 13.6 ポイント上回っています。年齢階級別に見ると、「できない」の割合は 90 歳以上が 18.5%と最も高くなっています。

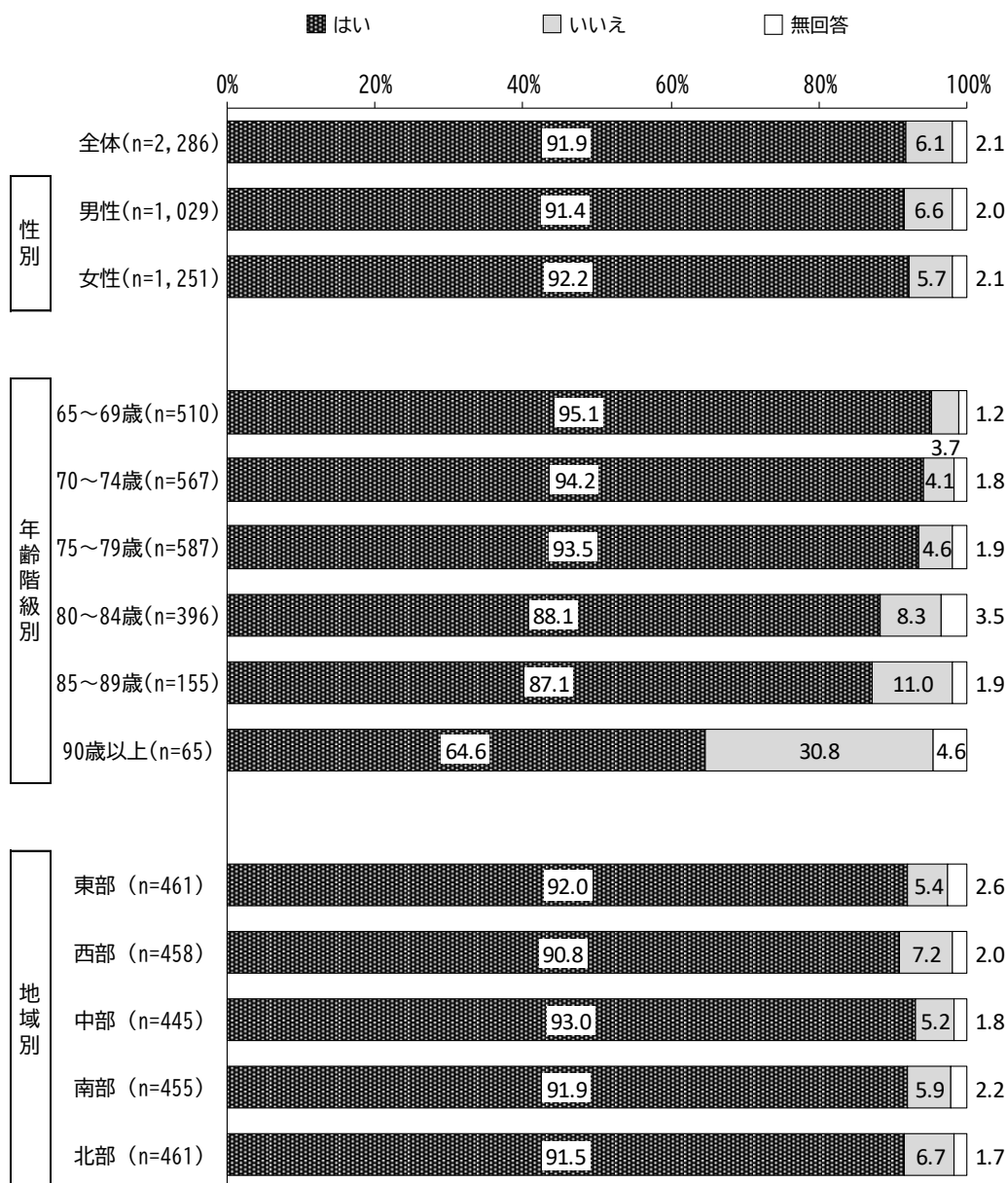


(3) 知的能動性

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）

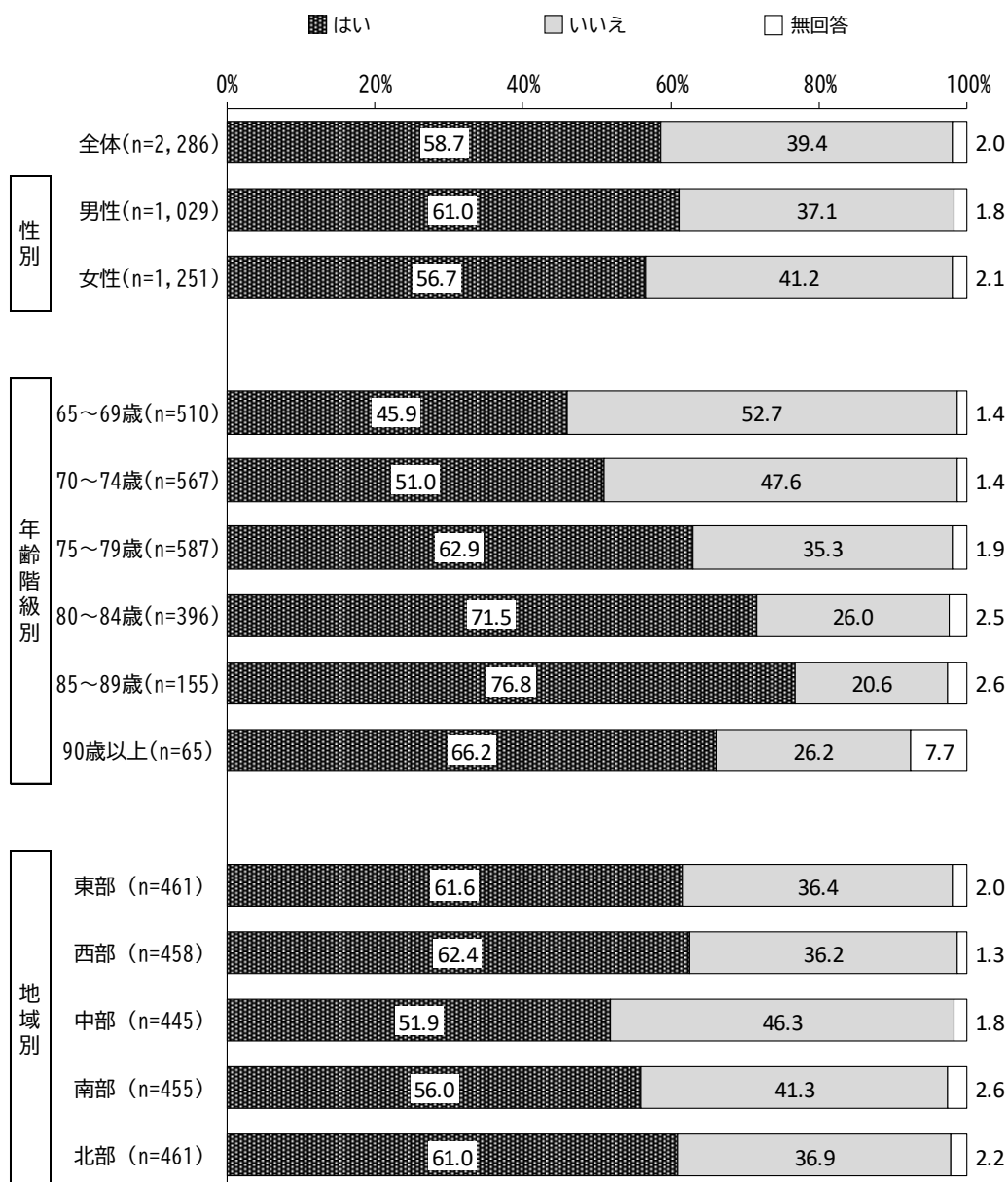
全体では、「はい」が91.9%、「いいえ」が6.1%となっています。

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



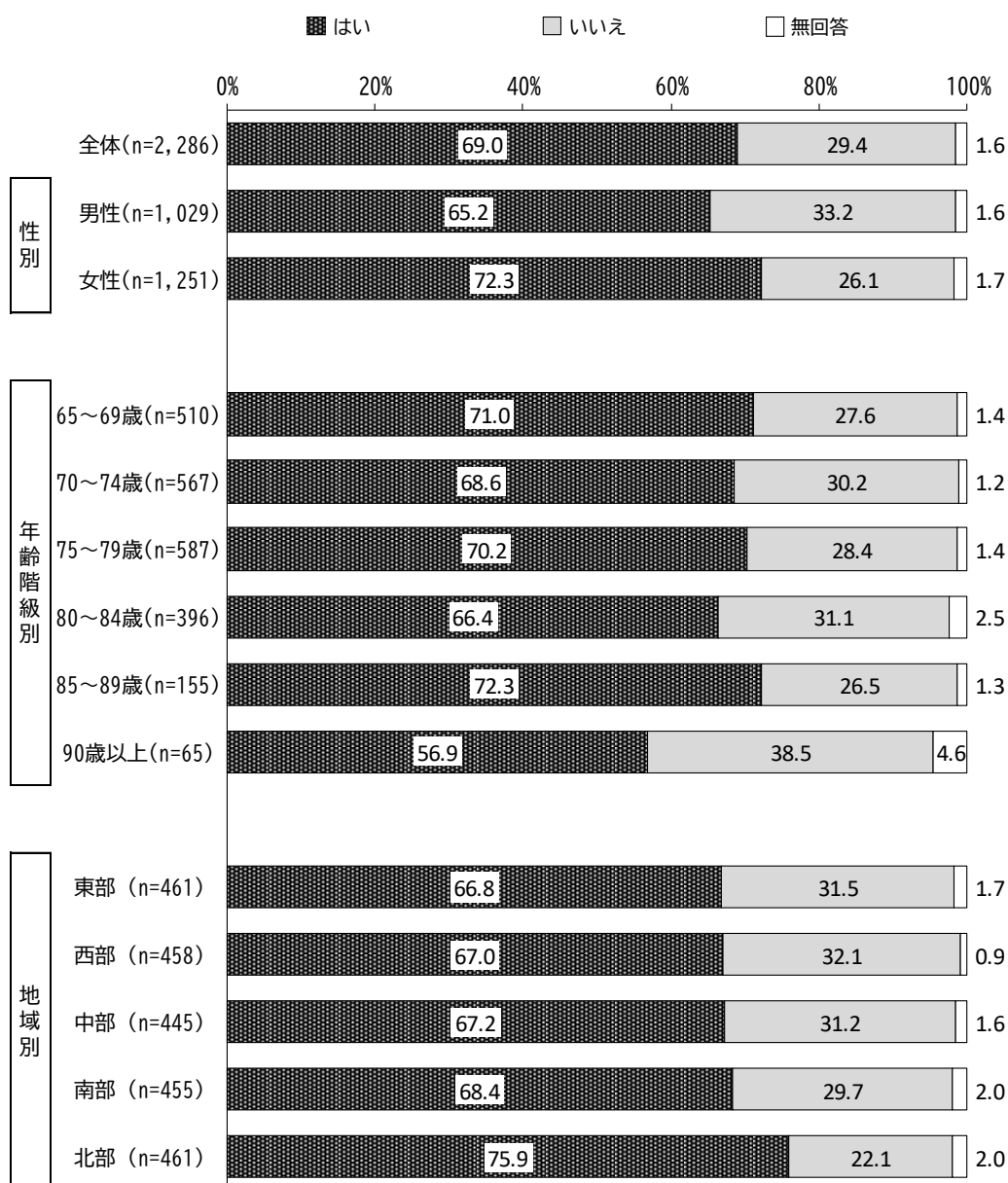
問4 (10) 新聞を読んでいますか (○は1つ)

全体では、「はい」が58.7%、「いいえ」が39.4%となっています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳が76.8%と最も高くなっています。
 地域別に見ると、「はい」の割合は中部が51.9%と最も低くなっています。



問4 (11) 本や雑誌を読んでいますか (○は1つ)

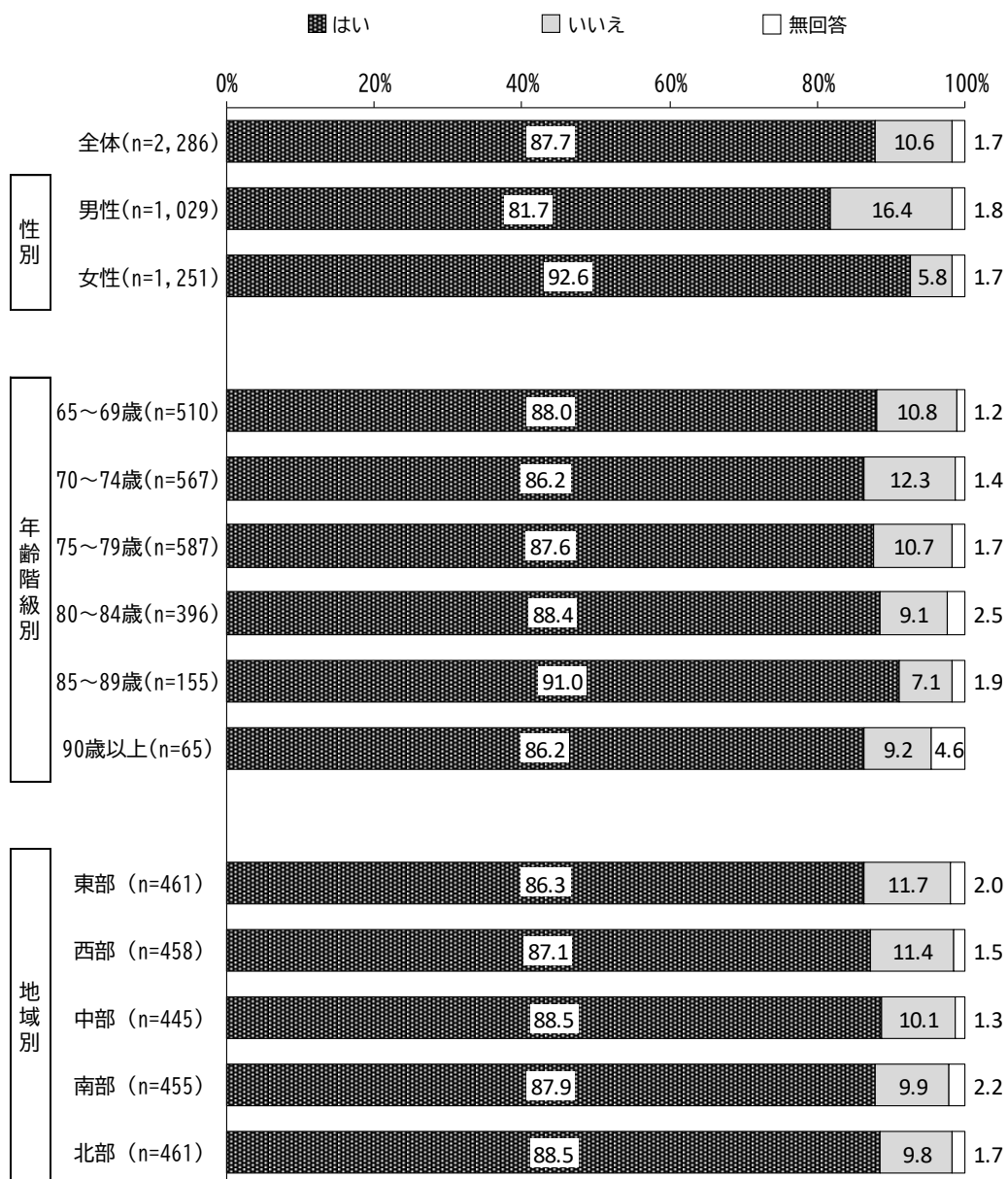
全体では、「はい」が69.0%、「いいえ」が29.4%となっています。
 性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が7.1ポイント上回っています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は85～89歳が72.3%と最も高くなっています。
 地域別に見ると、「はい」の割合は北部が75.9%と最も高くなっています。



問4 (12) 健康についての記事や番組に関心がありますか (〇は1つ)

全体では、「はい」が87.7%、「いいえ」が10.6%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10.9ポイント上回っています。



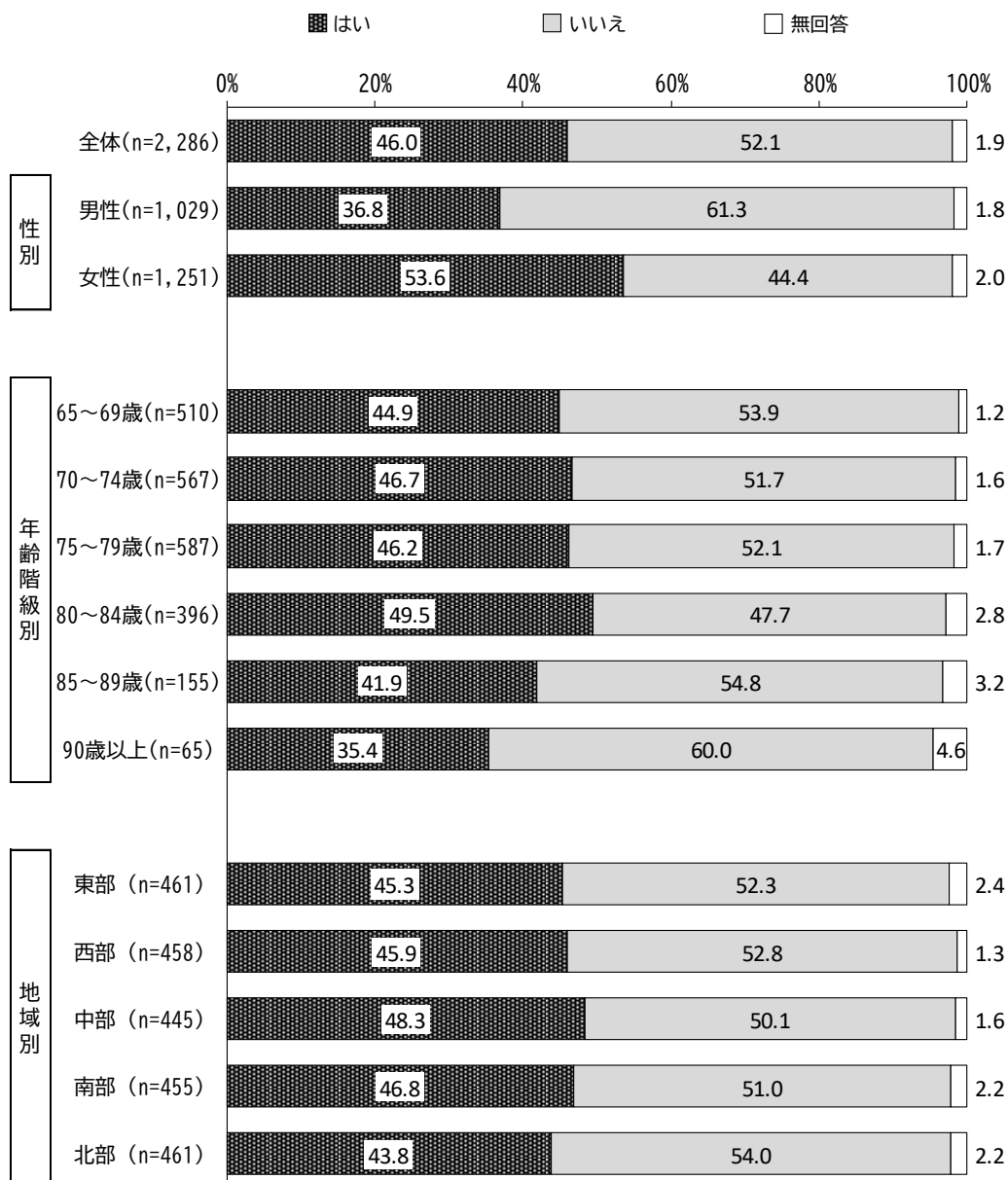
(4) 人との交流の状況

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52.1%、「はい」が46.0%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16.8ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は80～84歳が49.5%と最も高く、90歳以上が35.4%と最も低くなっています。

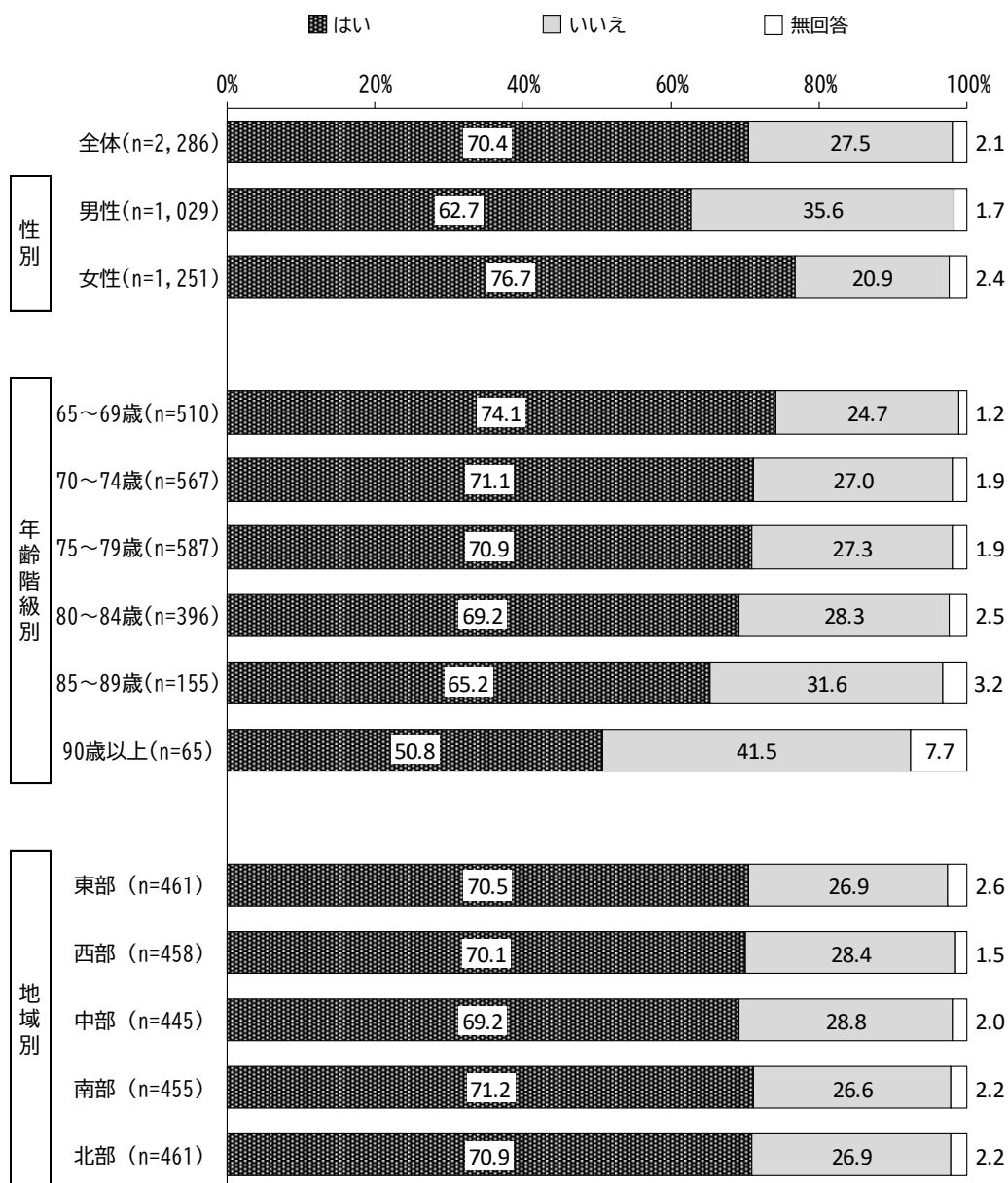


問4 (14) 家族や友人の相談にのっていますか (○は1つ)

全体では、「はい」が70.4%、「いいえ」が27.5%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14.0ポイント上回っています。

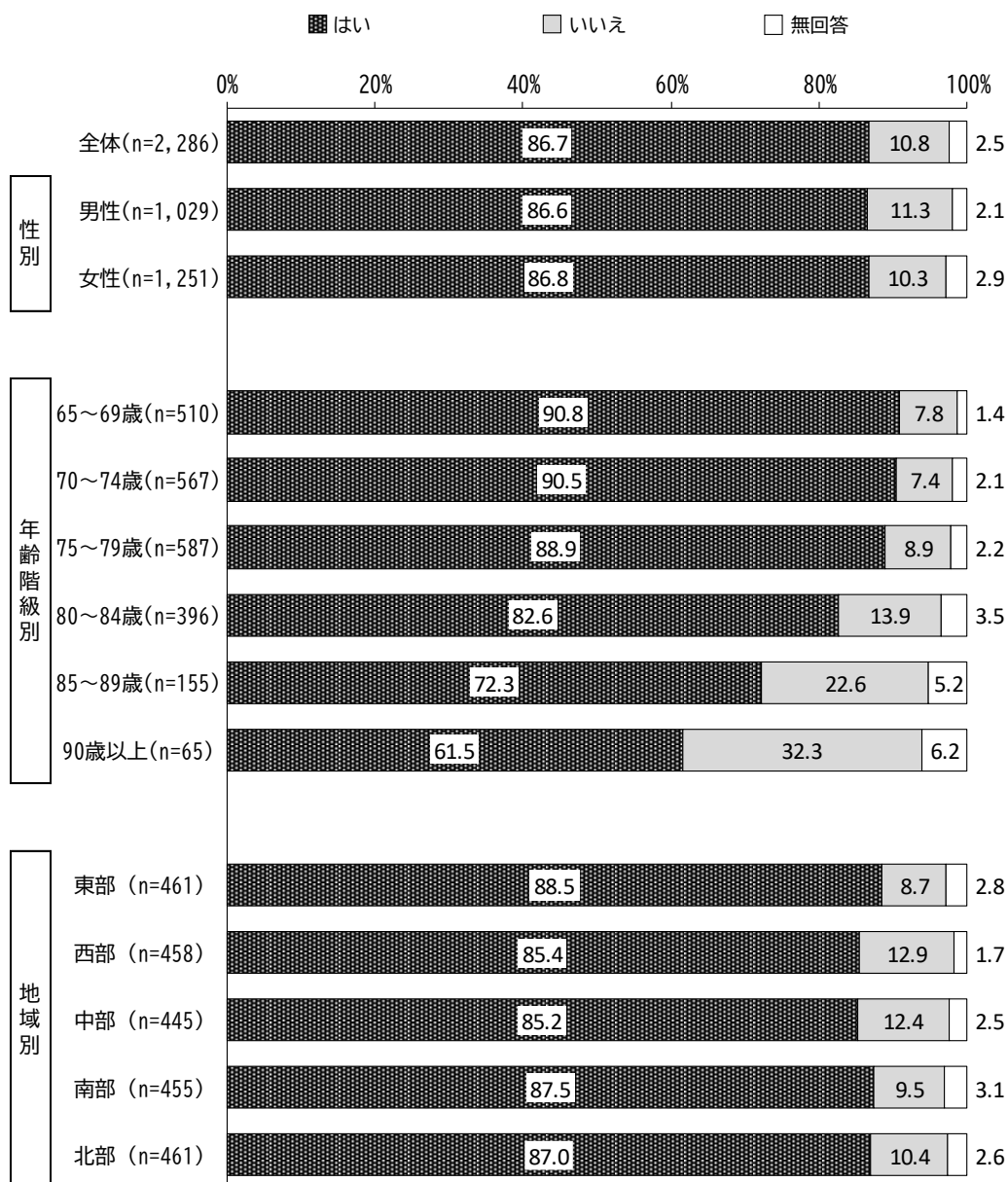
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「はい」の割合が低くなる傾向が見られます。



問4 (15) 病人を見舞うことができますか (○は1つ)

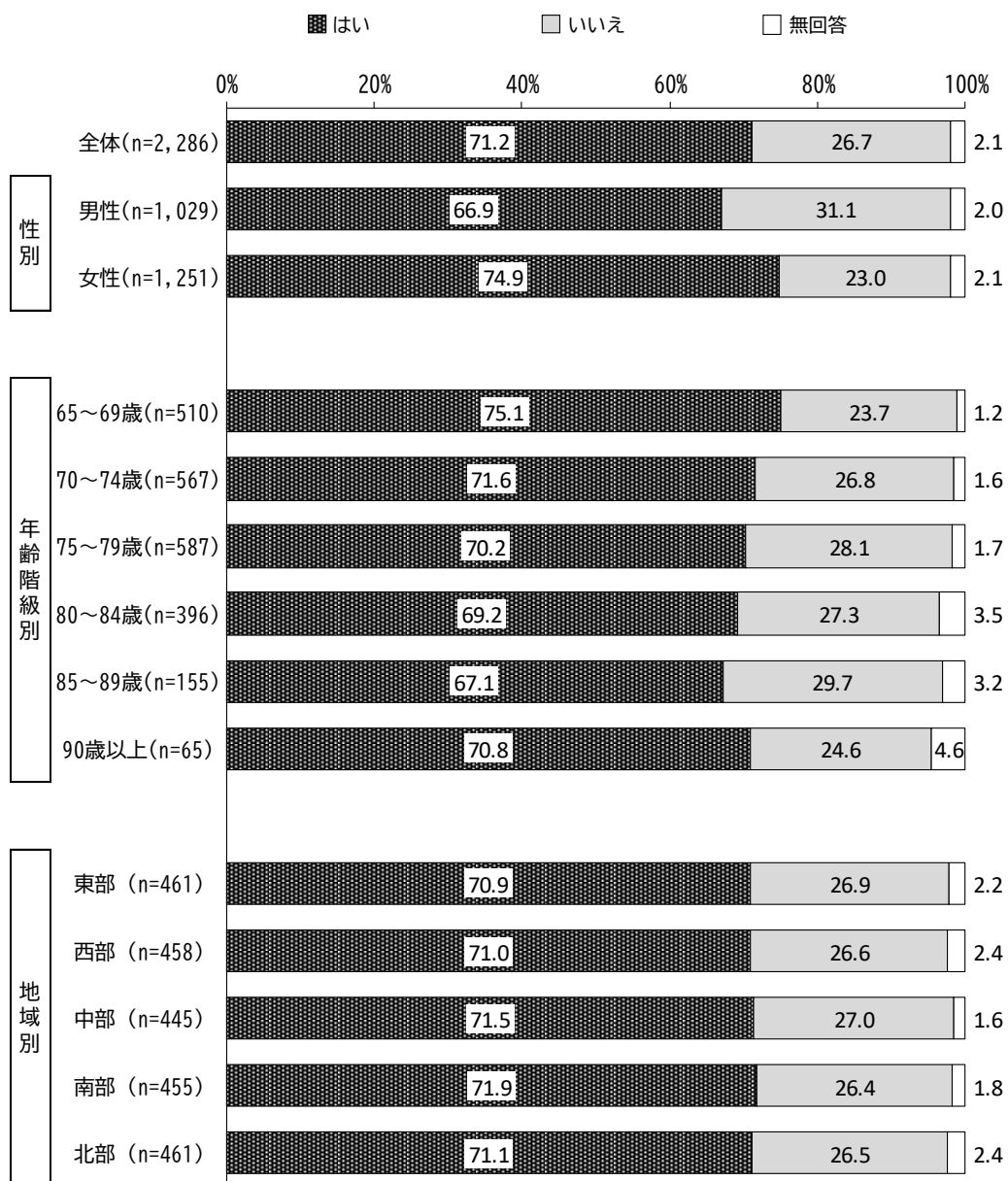
全体では、「はい」が86.7%、「いいえ」が10.8%となっています。

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 (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71.2%、「いいえ」が26.7%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8.0ポイント上回っています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は65～69歳が75.1%と最も高くなっています。



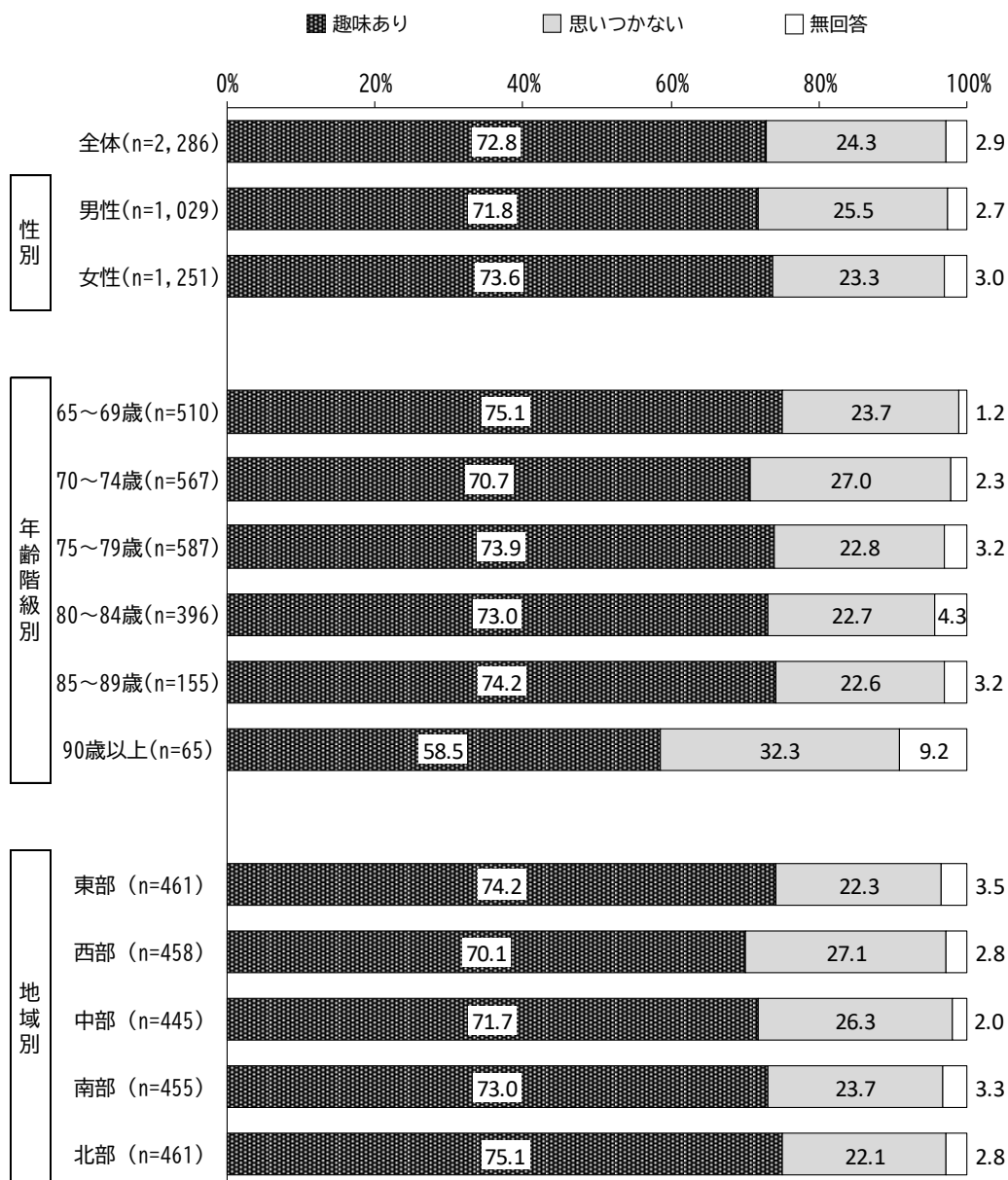
(5) 趣味・生きがい

問4 (17) 趣味はありますか (○は1つ)

全体では、「趣味あり」が72.8%、「思いつかない」が24.3%となっています。

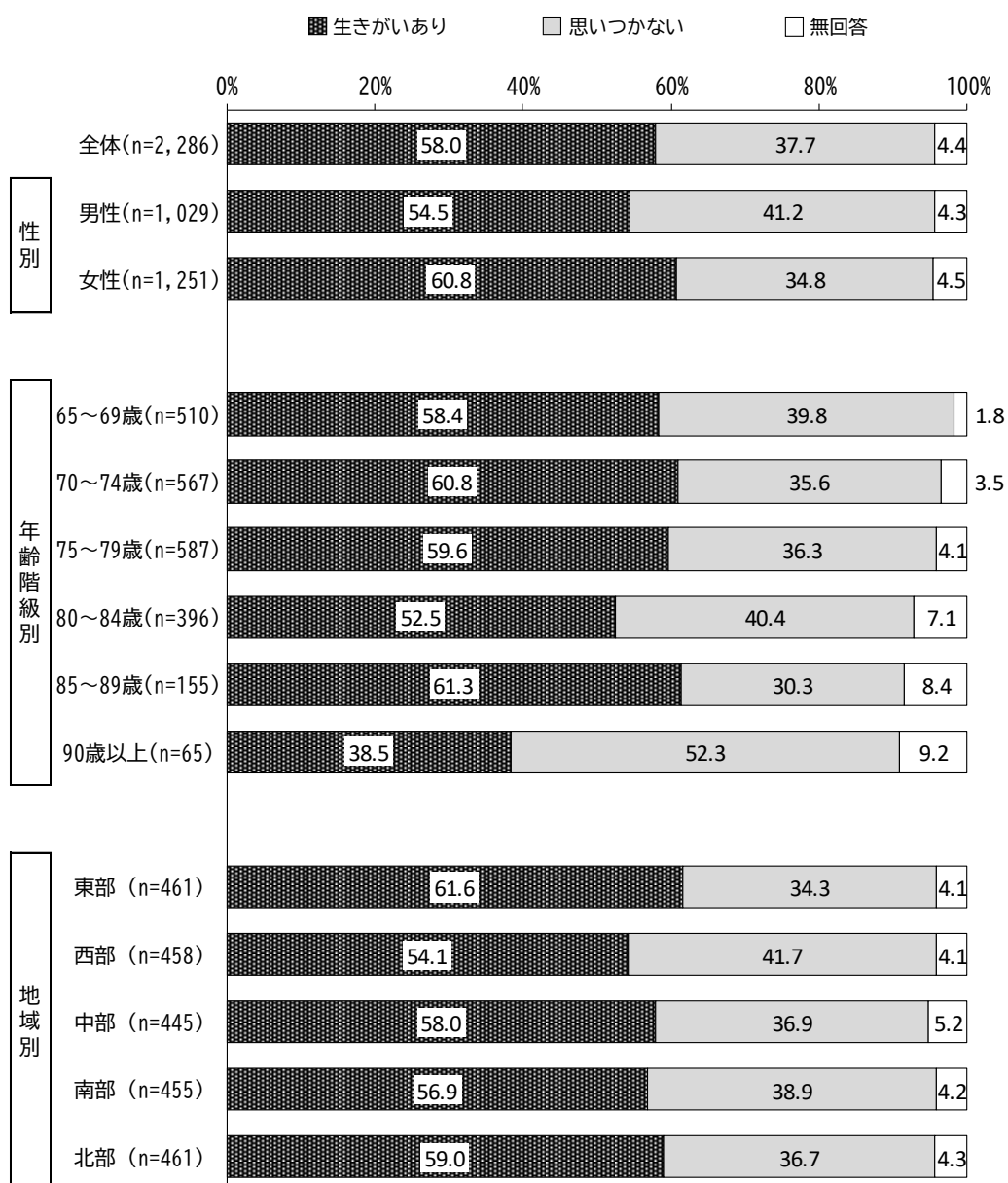
年齢階級別に見ると、「趣味あり」の割合は80歳代以下では7割台となっていますが、90歳以上は58.5%と低くなっています。

地域別に見ると、「趣味あり」の割合は西部が70.1%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58.0%、「思いつかない」が37.7%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6.3ポイント上回っています。
 年齢階級別に見ると、「生きがいあり」の割合は90歳以上が38.5%と最も低くなっています。
 地域別に見ると、「生きがいあり」の割合は西部が54.1%と最も低くなっています。

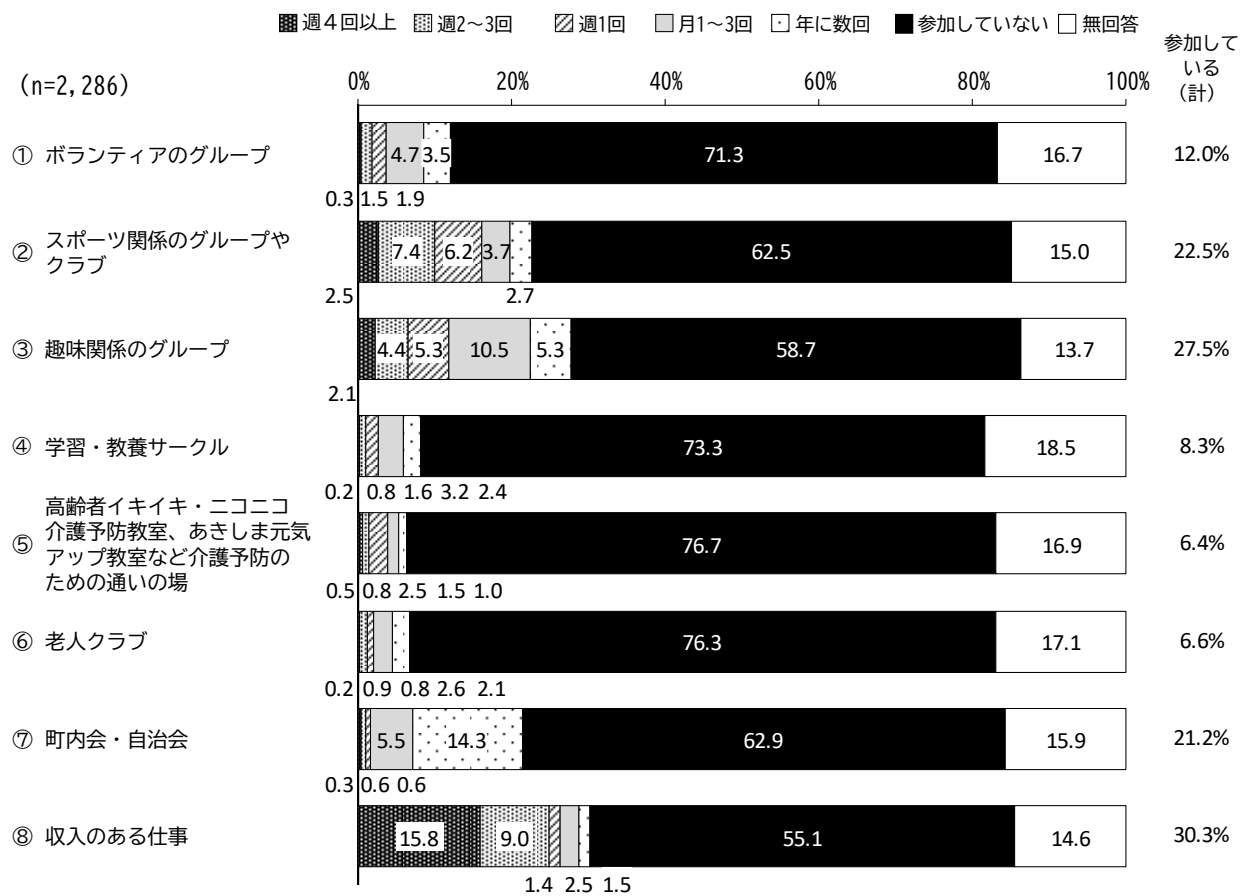


6 地域活動

(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』(30.3%)が最も高く、次いで『趣味関係のグループ』(27.5%)、『スポーツ関係のグループやクラブ』(22.5%)、『町内会・自治会』(21.2%)と続いています。

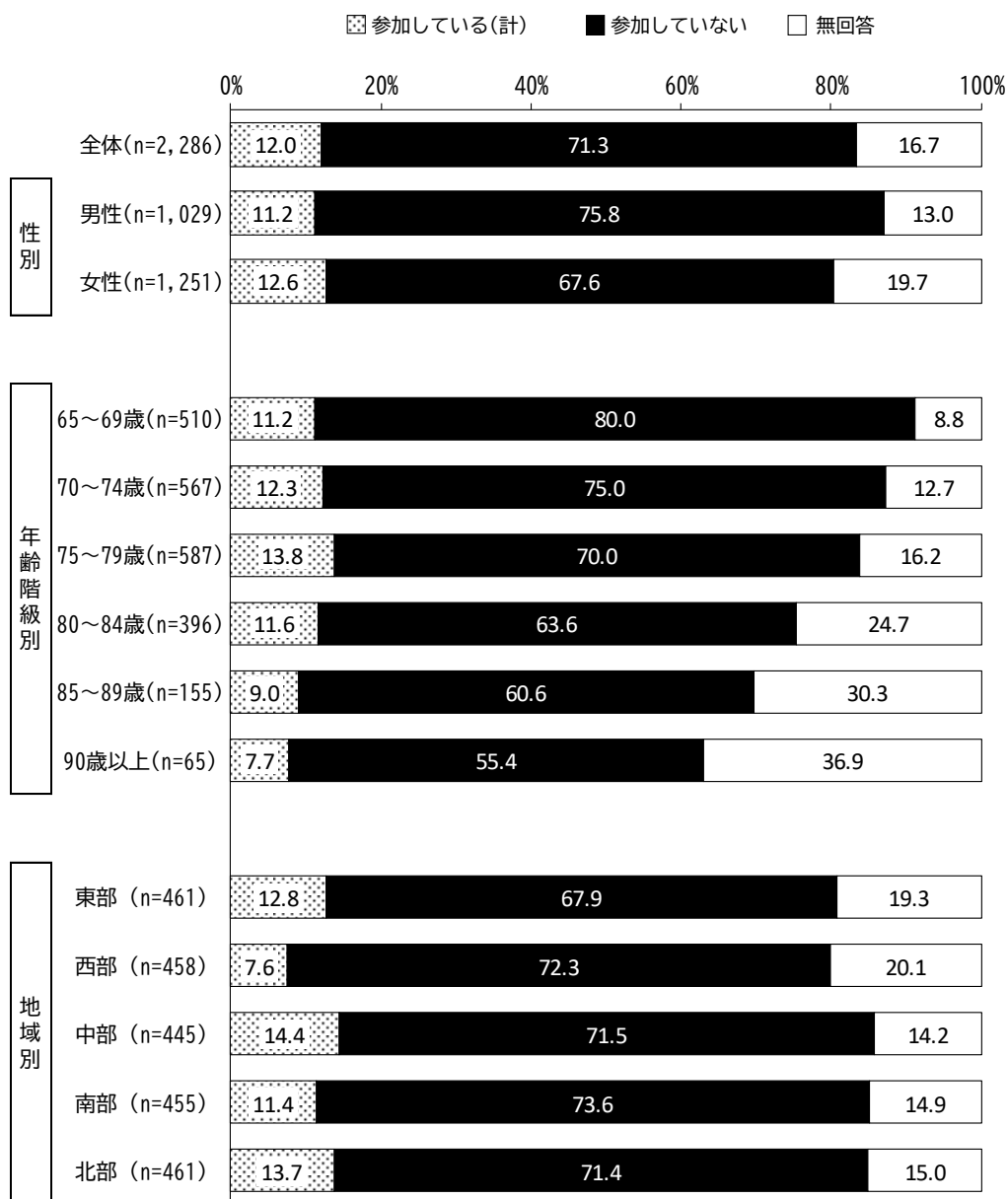


① ボランティアのグループ

全体では、《参加している》方の割合は12.0%となっています。

年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は90歳以上が7.7%と最も低くなっています。

地域別に見ると、《参加している》方の割合は西部が7.6%と最も低くなっています。

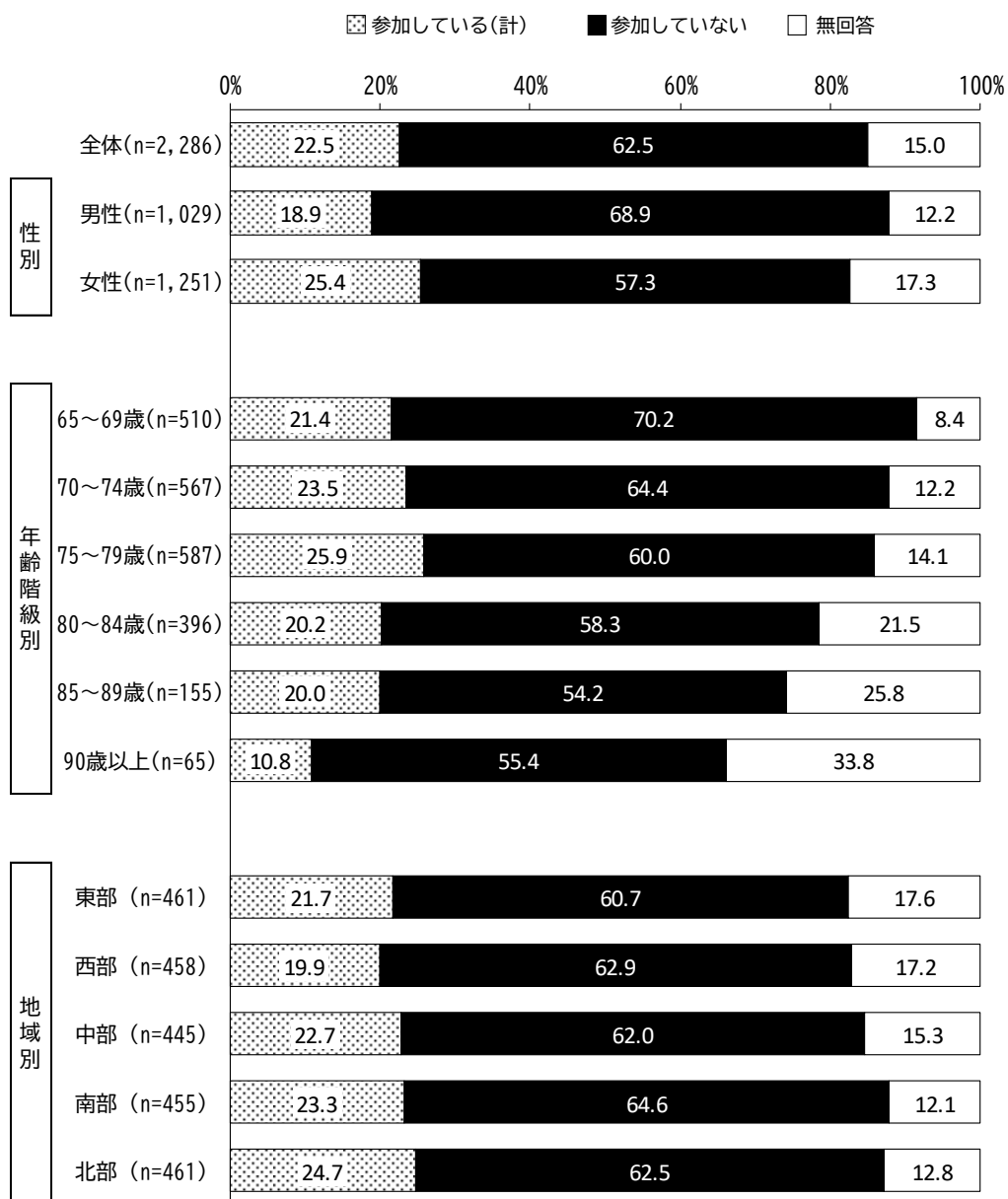


② スポーツ関係のグループやクラブ

全体では、《参加している》方の割合は 22.5%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 6.5 ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は 90 歳以上が 10.8%と最も低くなっています。

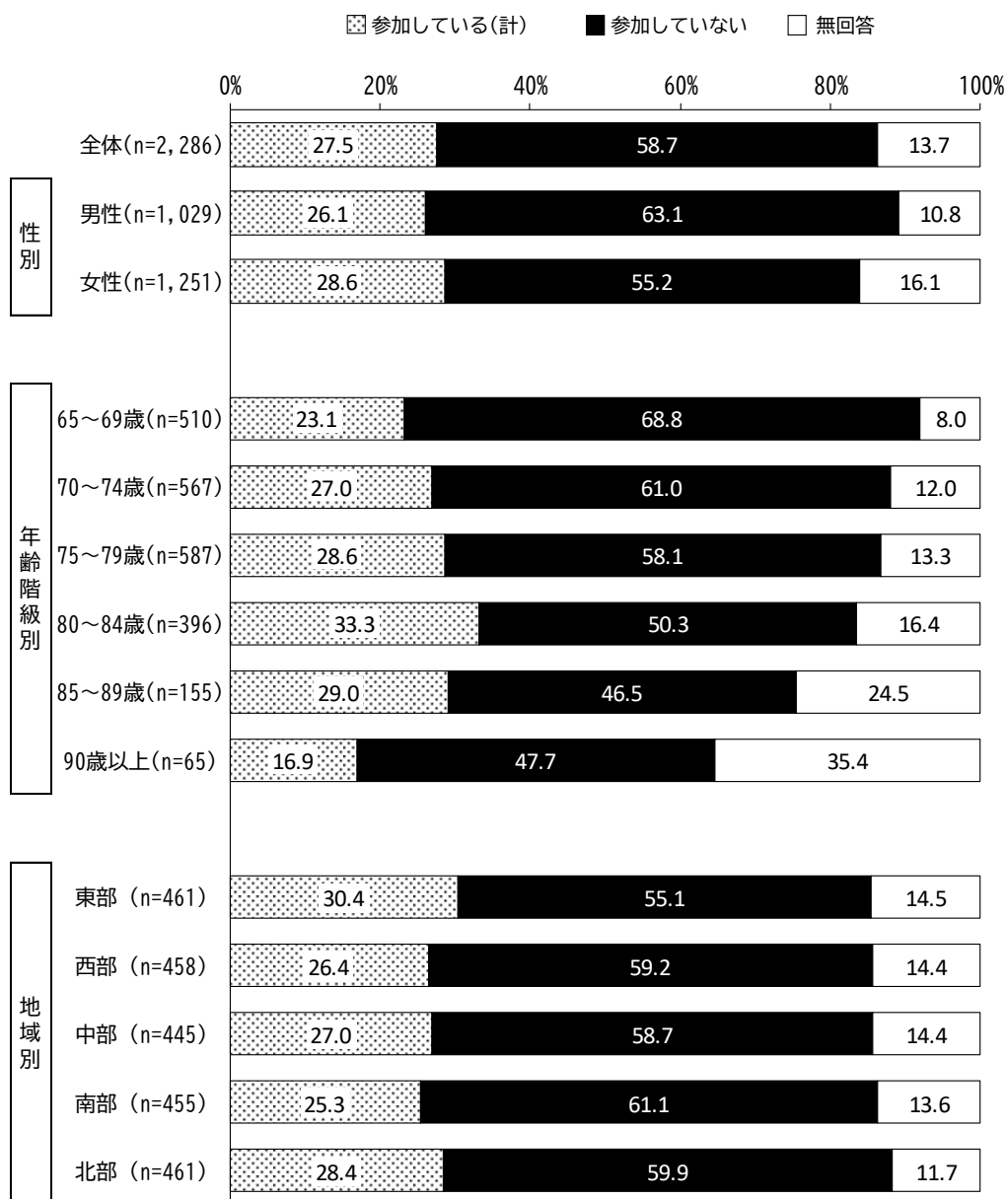


③ 趣味関係のグループ

全体では、《参加している》方の割合は27.5%となっています。

年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は90歳以上が16.9%と最も低くなっています。

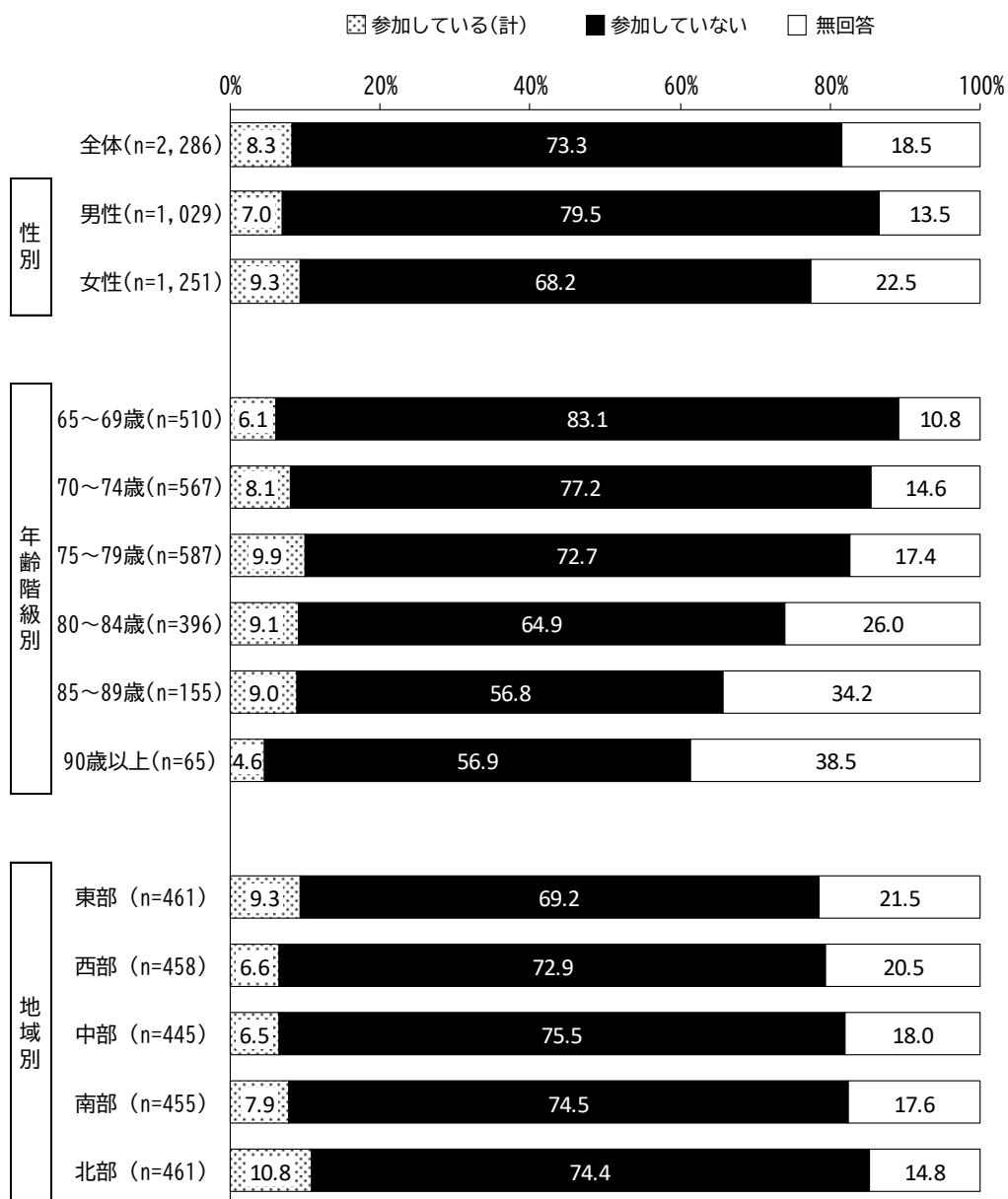
地域別に見ると、《参加している》方の割合は東部で30.4%と最も高くなっています。



④ 学習・教養サークル

全体では、《参加している》方の割合は8.3%となっています。

年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は75～79歳（9.9%）が最も高く、90歳以上（4.6%）が最も低くなっています。

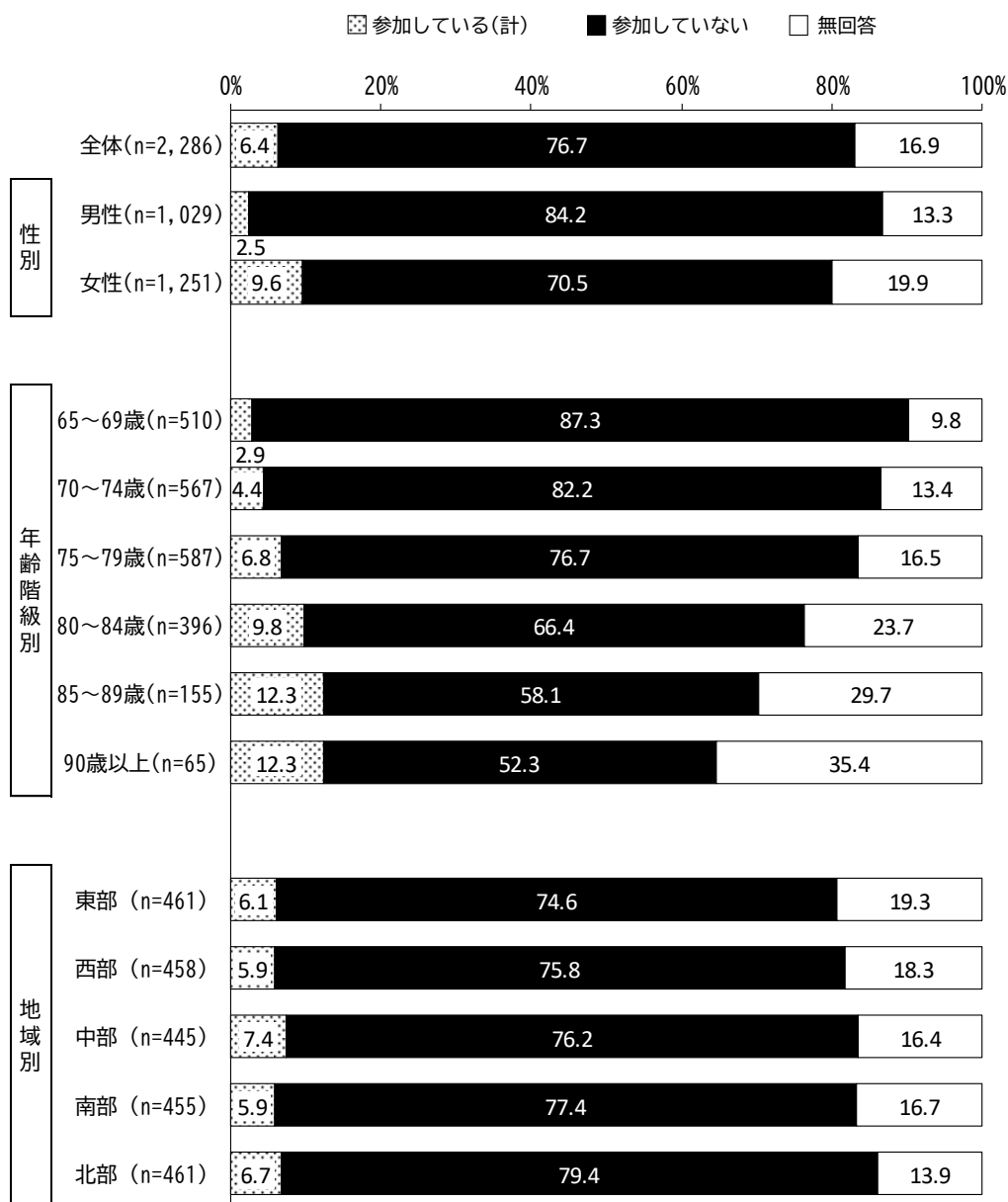


⑤ 高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室、あきしま元気アップ教室など介護予防のための通いの場

全体では、《参加している》方の割合は6.4%となっています。

性別に見ると、《参加している》方の割合は男性よりも女性の方が7.1ポイント上回っています。

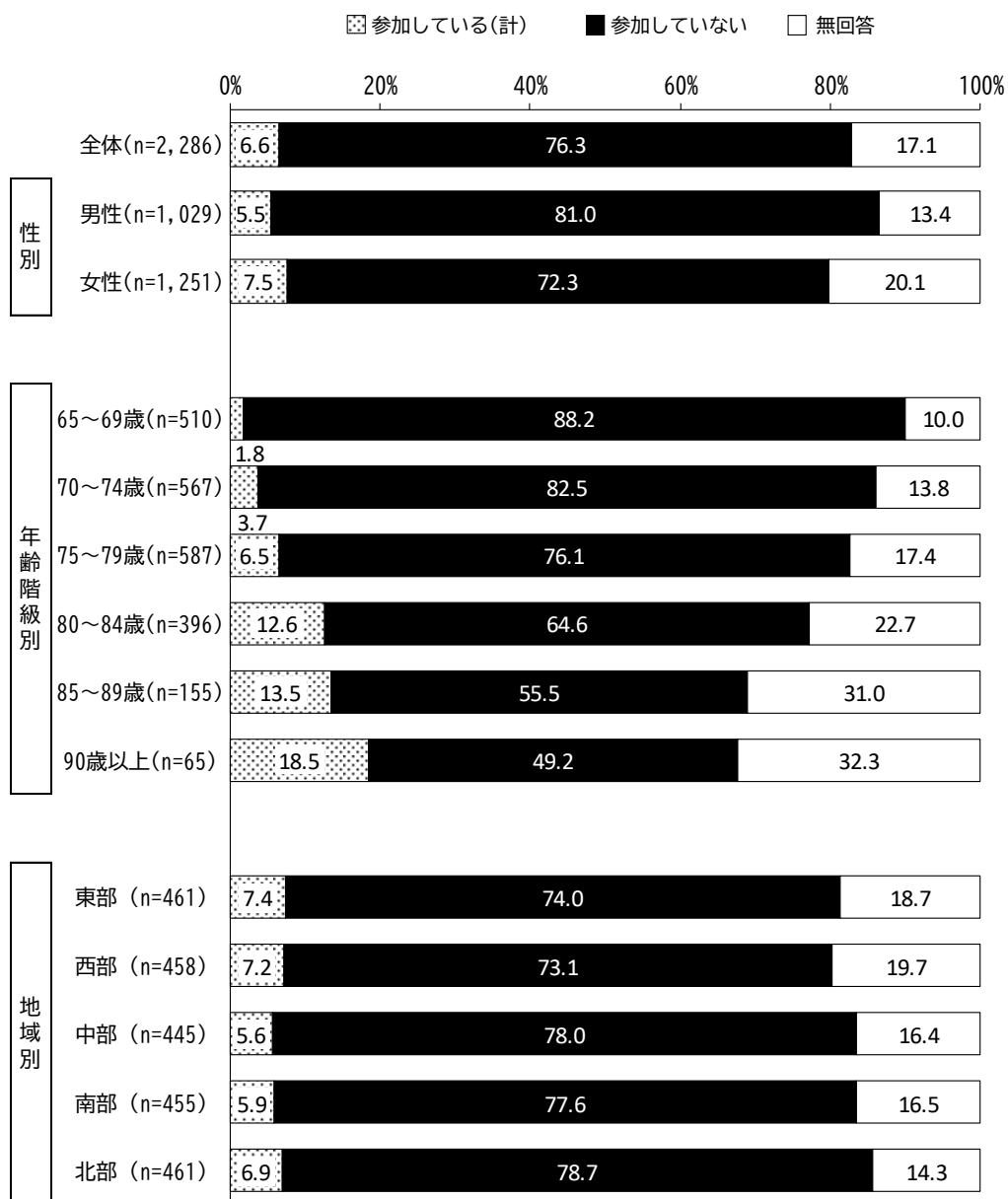
年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は85～89歳と90歳以上がともに12.3%と最も高くなっています。



⑥ 老人クラブ

全体では、《参加している》方の割合は6.6%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《参加している》方の割合が高く、90歳以上(18.5%)で最も高くなっています。

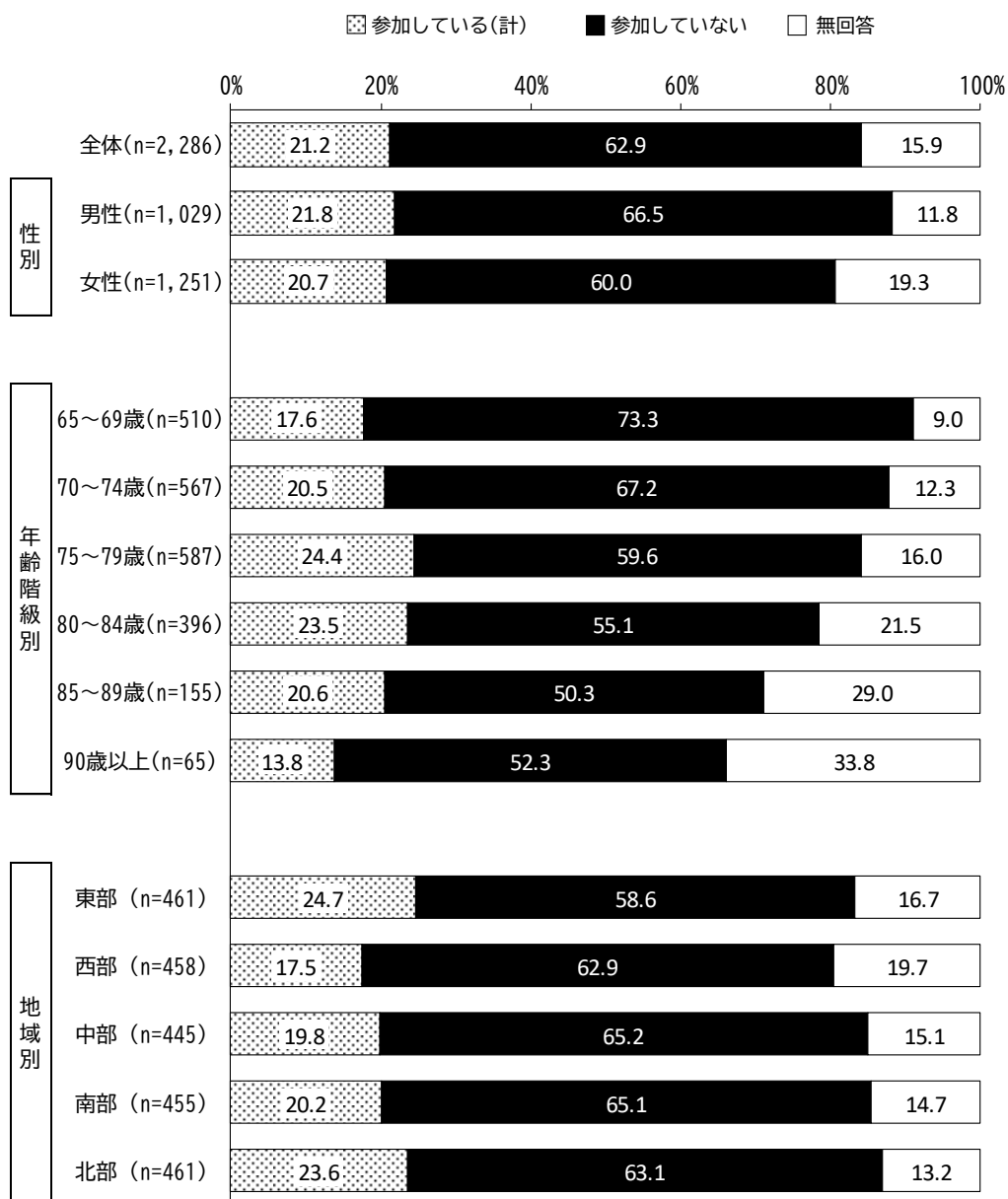


⑦ 町内会・自治会

全体では、《参加している》方の割合は21.2%となっています。

年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は70歳代～80歳代は2割台前半となっていますが、65～69歳（17.6%）と90歳以上（13.8%）では2割を下回り、低くなっています。

地域別に見ると、《参加している》方の割合は東部が24.7%と最も高くなっています。



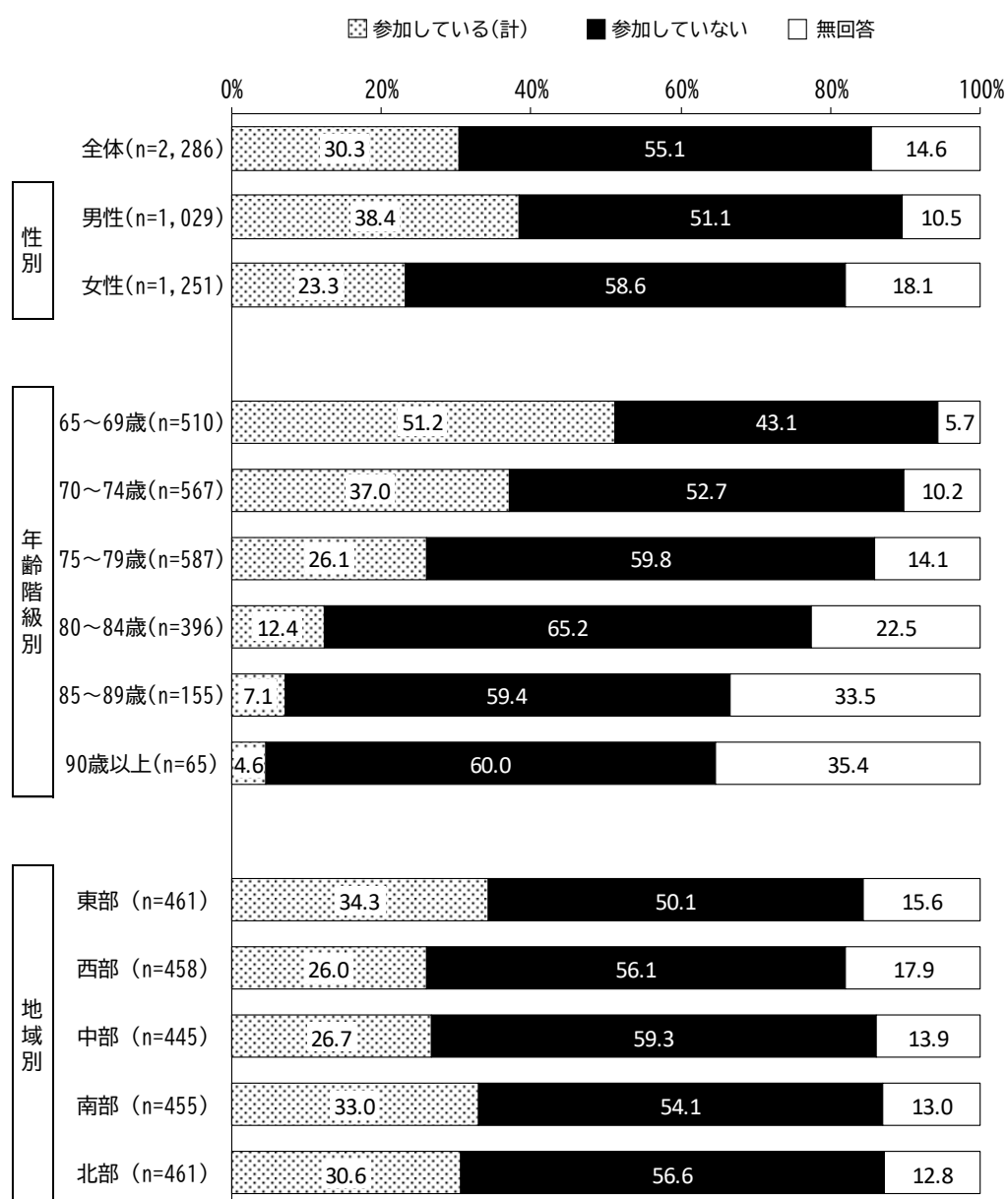
⑧ 収入のある仕事

全体では、《参加している》方の割合は 30.3%となっています。

性別に見ると、《参加している》方の割合は女性よりも男性の方が 15.1 ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、《参加している》方の割合は 65～69 歳が 51.2%と最も高く、年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、《参加している》方の割合は東部が 34.3%と最も高く、西部（26.0%）と中部（26.7%）では2割台半ばと低くなっています。



(2) 地域活動への参加希望

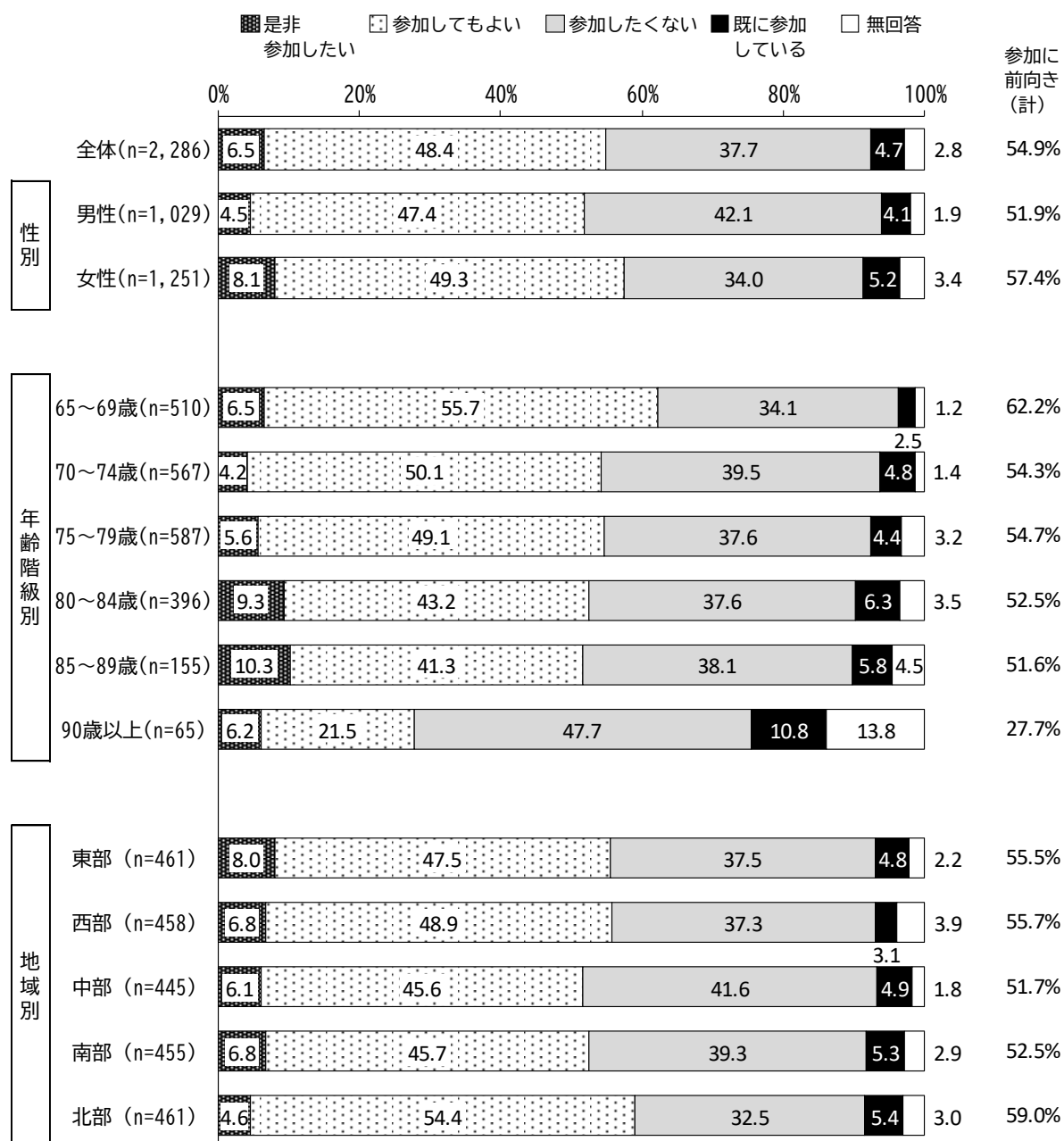
問5 (2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか (〇は1つ)

全体では、「参加してもよい」が48.4%と最も高く、次いで「参加したくない」(37.7%)、「是非参加したい」(6.5%)、「既に参加している」(4.7%)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5.5ポイント上回っています。

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

地域別に見ると、《参加に前向き》な方の割合は北部が59.0%と最も高くなっています。

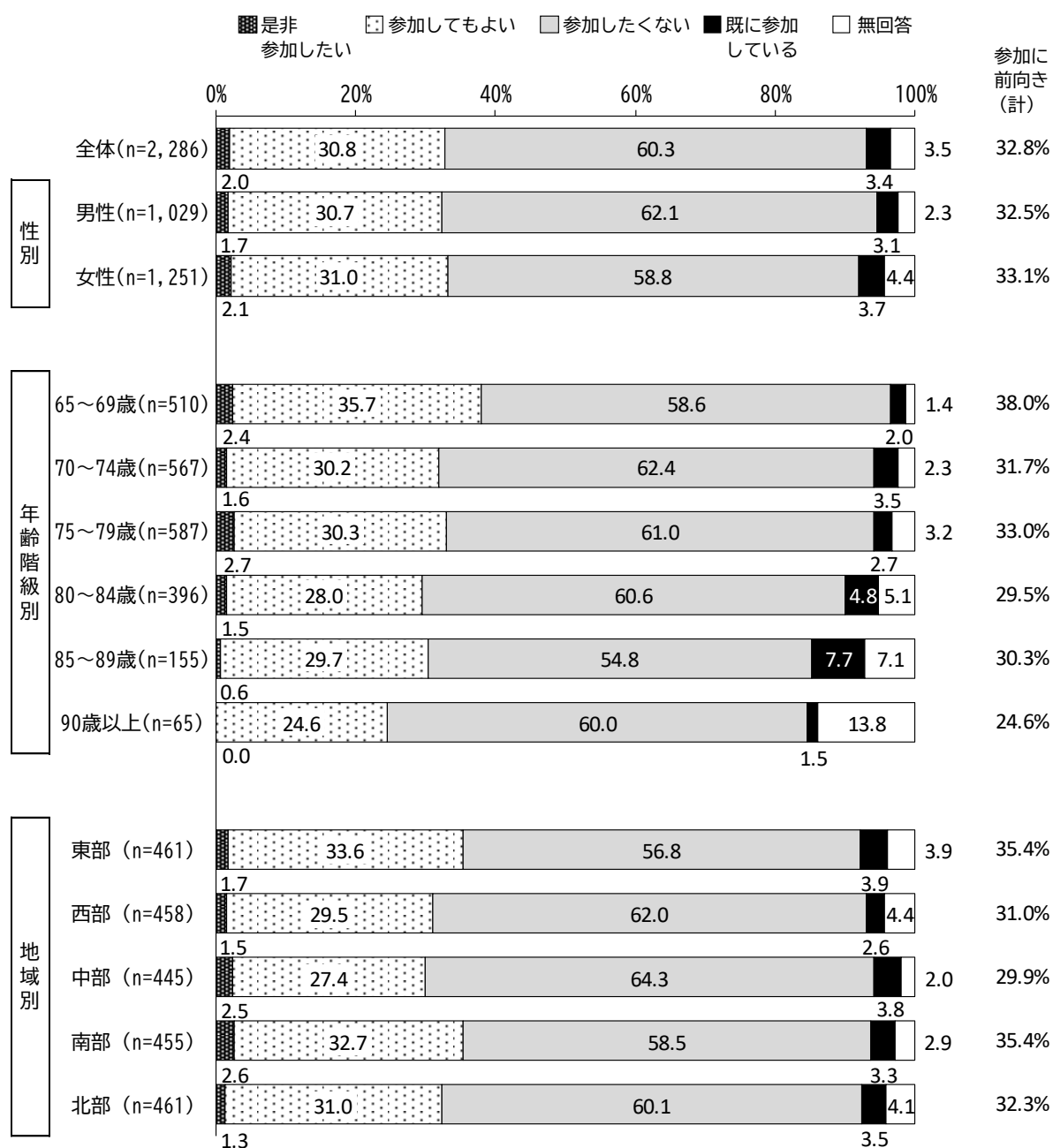


問5 (3) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか(○は1つ)

全体では、「参加したくない」が60.3%と最も高く、次いで「参加してもよい」(30.8%)、「既に参加している」(3.4%)、「是非参加したい」(2.0%)となっています。

年齢階級別に見ると、「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、65～69歳(38.0%)が最も高く、90歳以上(24.6%)が最も低くなっています。

地域別に見ると、《参加に前向き》な方の割合は東部と南部がともに35.4%と最も高くなっています。

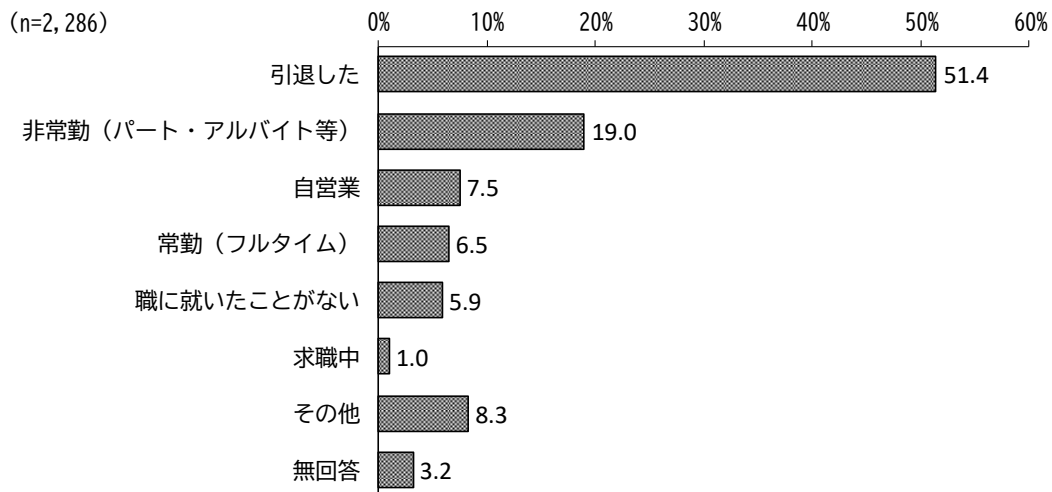


7 就労について

(1) 現在の就労状態

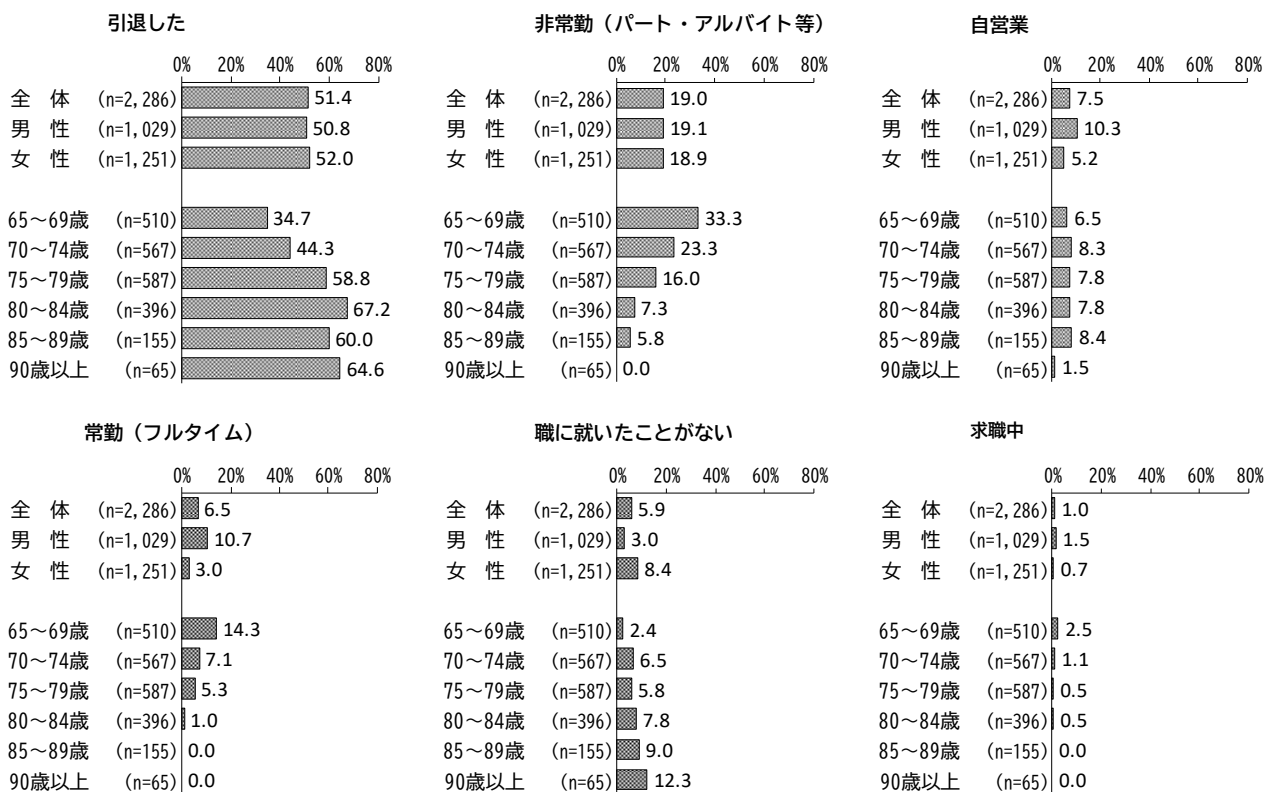
問6 (1) 現在のあなたの就労状態はどれですか (○はいくつでも)

「引退した」が 51.4%と最も高く、次いで「非常勤 (パート・アルバイト等)」(19.0%)、「自営業」(7.5%)、「常勤 (フルタイム)」(6.5%)と続いています。



性別に見ると、「自営業」と「常勤 (フルタイム)」は女性よりも男性の方が高く、「職に就いたことがない」は男性よりも女性の方が高くなっています。

年齢階級別に見ると、「引退した」は 80 歳以上で 6 割を超えています。また、「非常勤 (パート・アルバイト等)」、「常勤 (フルタイム)」は概ね年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。一方で、「職に就いたことがない」は概ね年齢が高くなるほど割合が高くなる傾向が見られます。

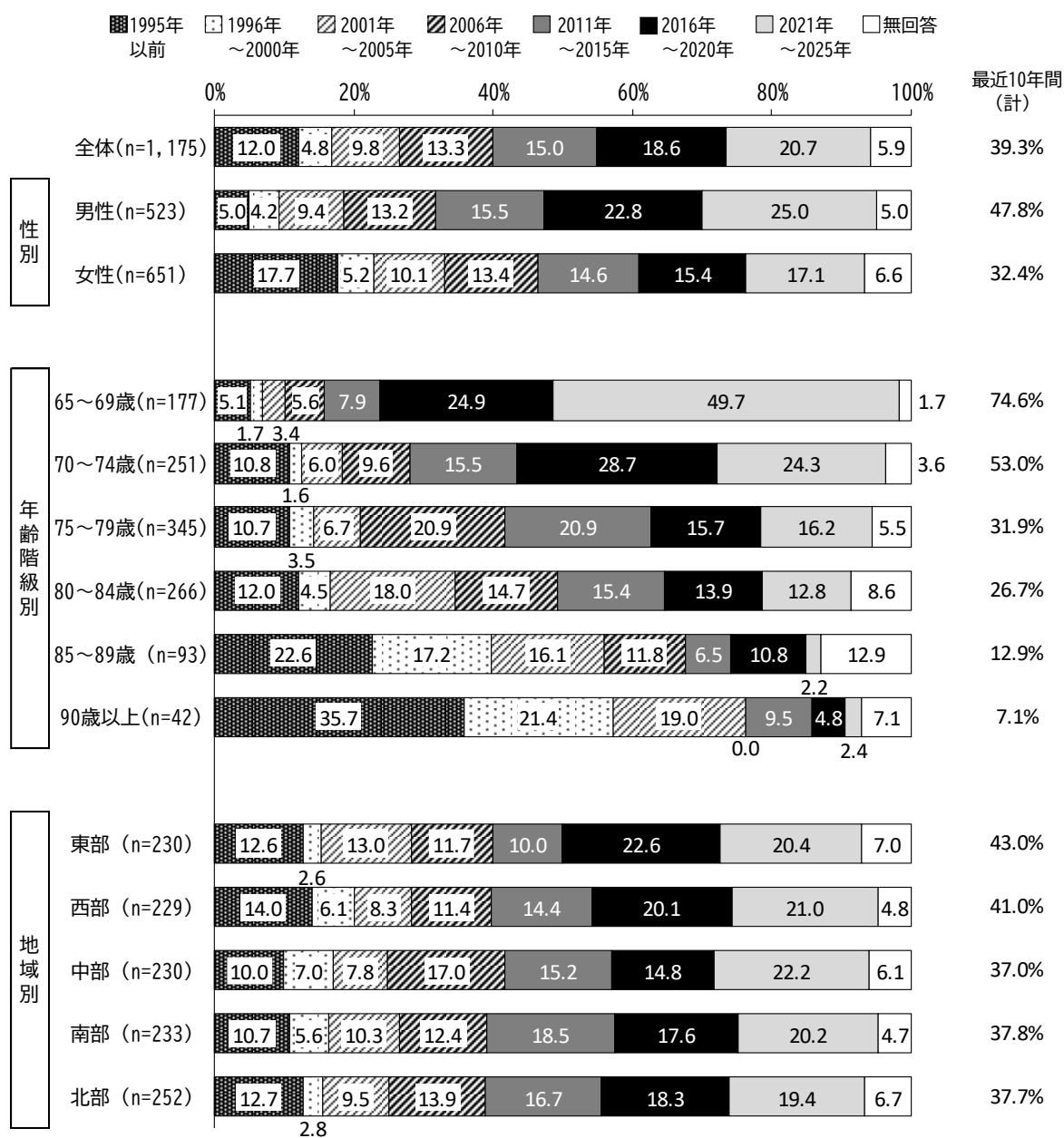


問6 (1) ①あなたはいつ引退しましたか(和暦での回答を西暦に換算)

現在の就労状態について「引退した」と回答した1,175人に引退時期についてたずねたところ、全体では「2021年～2025年」が20.7%と最も高く、次いで「2016年～2020年」(18.6%)、「2011年～2015年」(15.0%)と続いています。

性別に見ると、「1995年以前」は男性よりも女性の方が12.7ポイント上回り、「2016年～2020年」と「2021年～2025年」を合わせた《最近10年間》は女性よりも男性の方が15.4ポイント上回っています。

年齢別に見ると、《最近10年間》は年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。

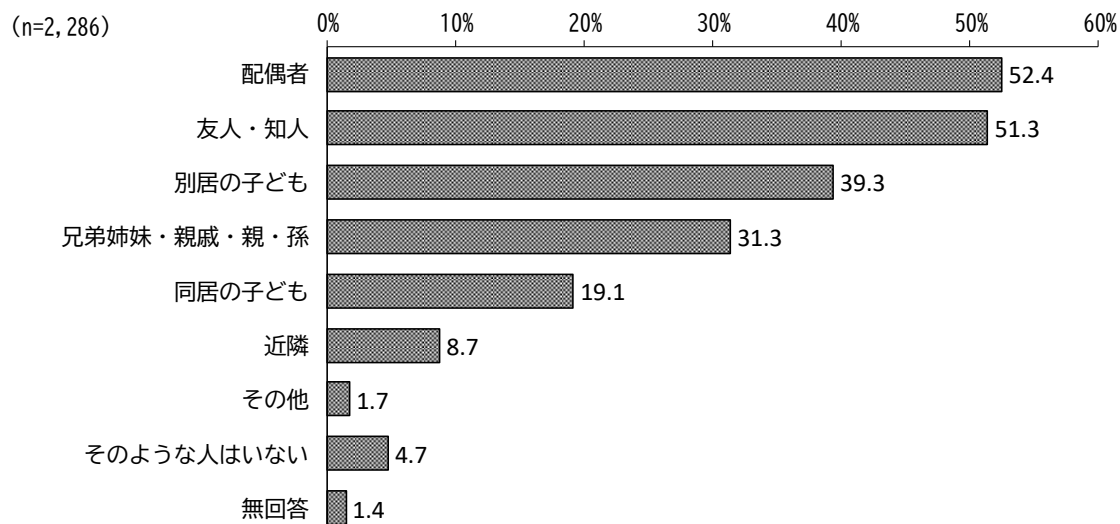


8 たすけあい

(1) たすけあいの状況

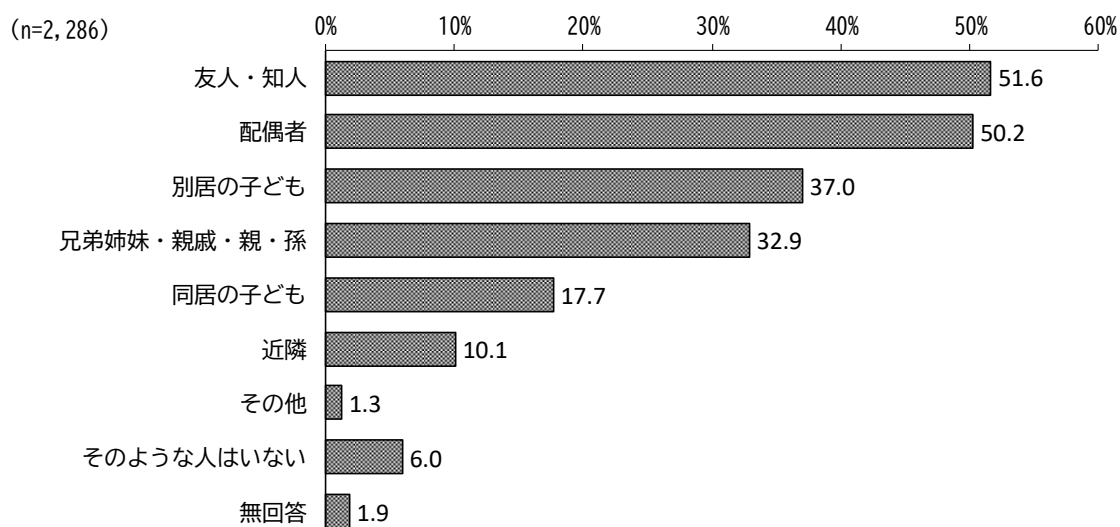
問7 (1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人(○はいくつでも)

「配偶者」が52.4%と最も高く、次いで「友人・知人」(51.3%)、「別居の子ども」(39.3%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(31.3%)と続いています。



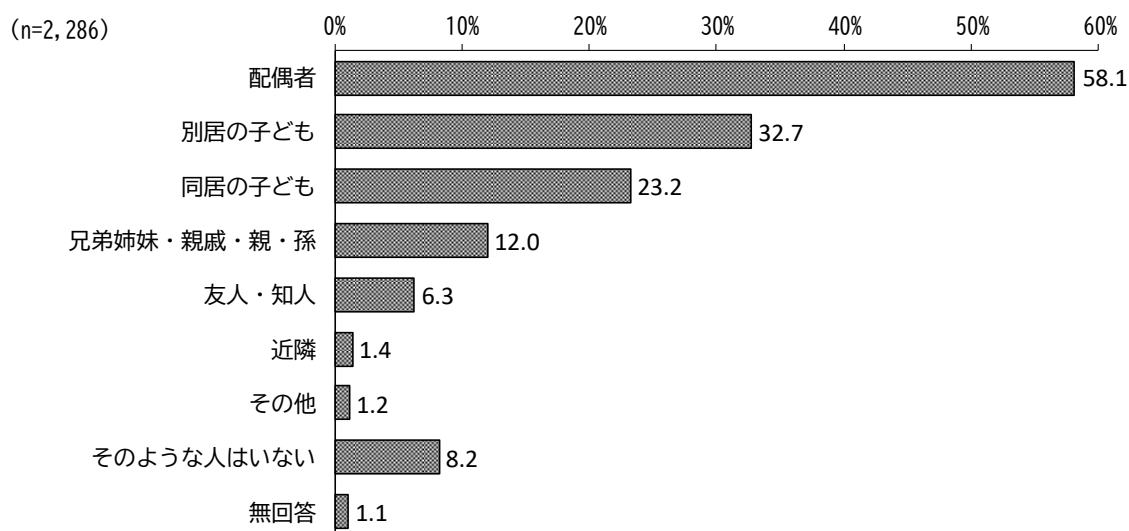
問7 (2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人(○はいくつでも)

「友人・知人」が51.6%と最も高く、次いで「配偶者」(50.2%)、「別居の子ども」(37.0%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(32.9%)と続いています。



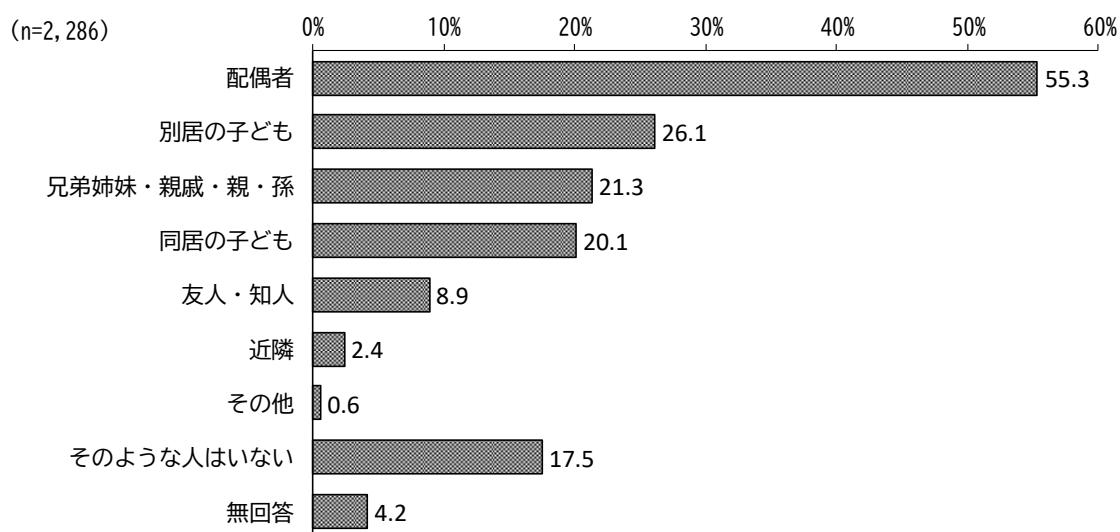
問7（3）あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（○はいくつでも）

「配偶者」が58.1%と最も高く、次いで「別居の子ども」(32.7%)、「同居の子ども」(23.2%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(12.0%)と続いています。



問7（4）反対に、看病や世話をしあげる人（○はいくつでも）

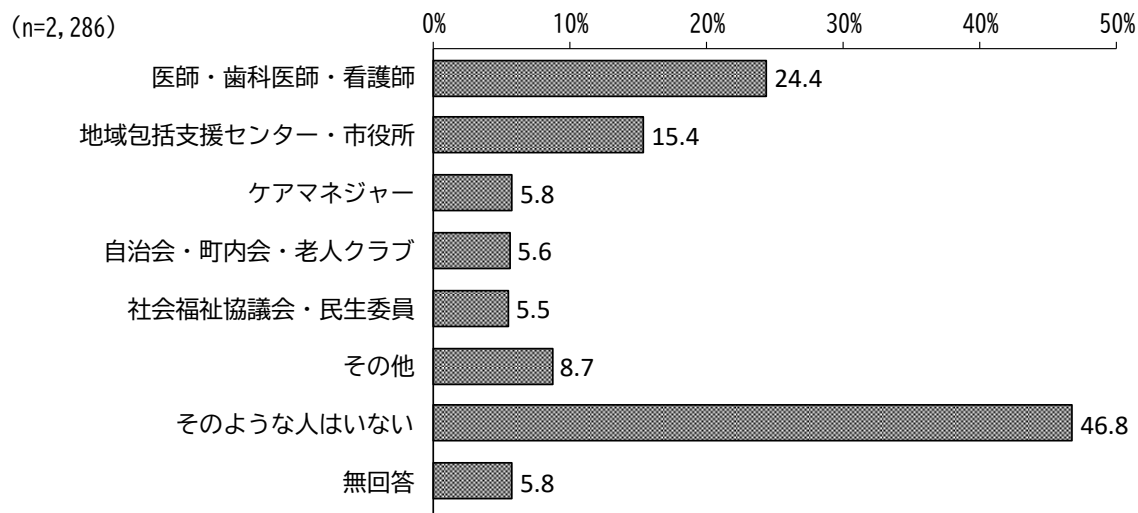
「配偶者」が55.3%と最も高く、次いで「別居の子ども」(26.1%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(21.3%)、「同居の子ども」(20.1%)と続いています。



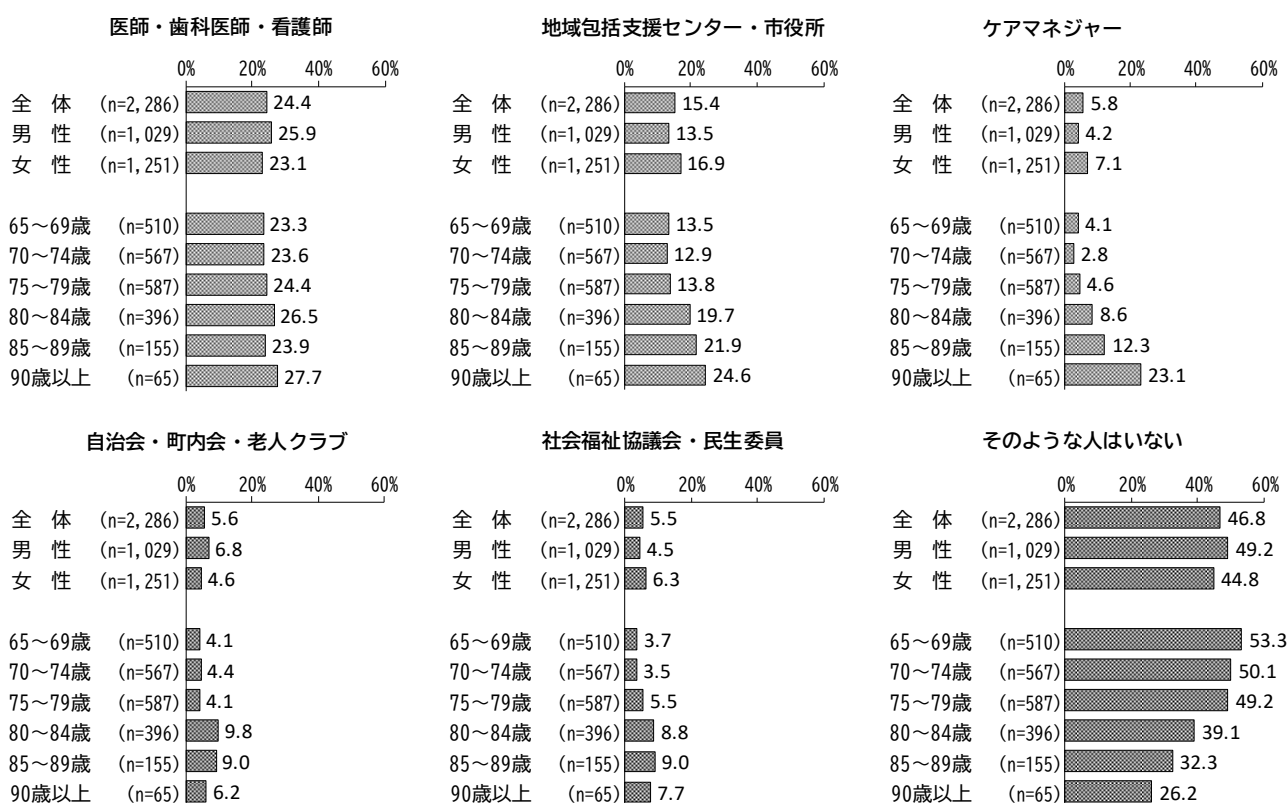
(2) 地域の相談経路

問7 (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
(〇はいくつでも)

「そのような人はいない」が46.8%と最も高く、次いで「医師・歯科医師・看護師」(24.4%)、「地域包括支援センター・市役所」(15.4%)、「その他」(8.7%)と続いています。



年齢別に見ると、「地域包括支援センター・市役所」と「ケアマネジャー」は概ね年齢が高くなるほど割合が高くなっています。また、「そのような人はいない」は年齢が高くなるほど割合が低くなっています。



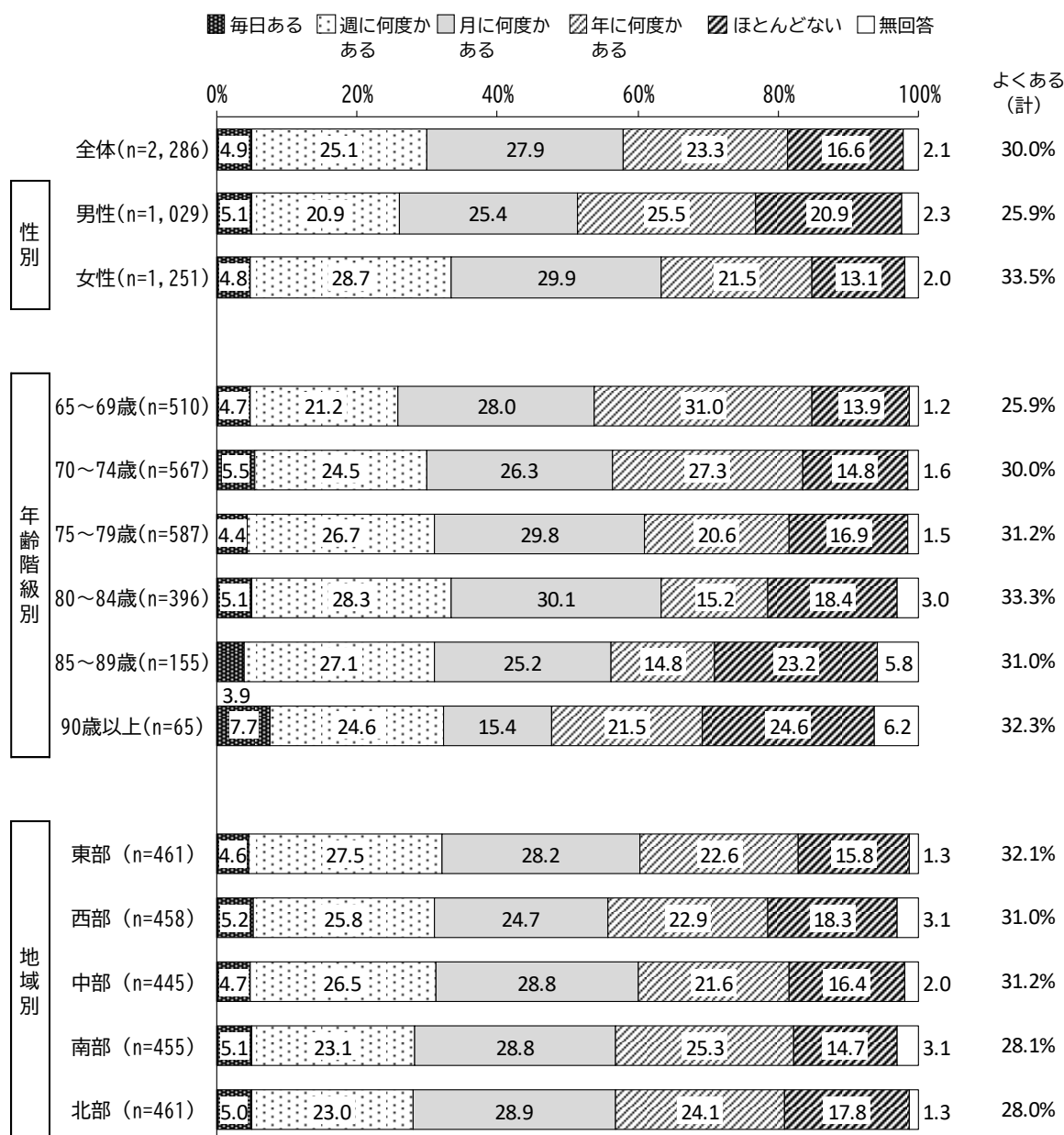
(3) 友人関係

問7 (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 27.9%と最も高く、次いで「週に何度かある」(25.1%)、「年に何度かある」(23.3%)、「ほとんどない」(16.6%)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7.6ポイント上回っています。

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

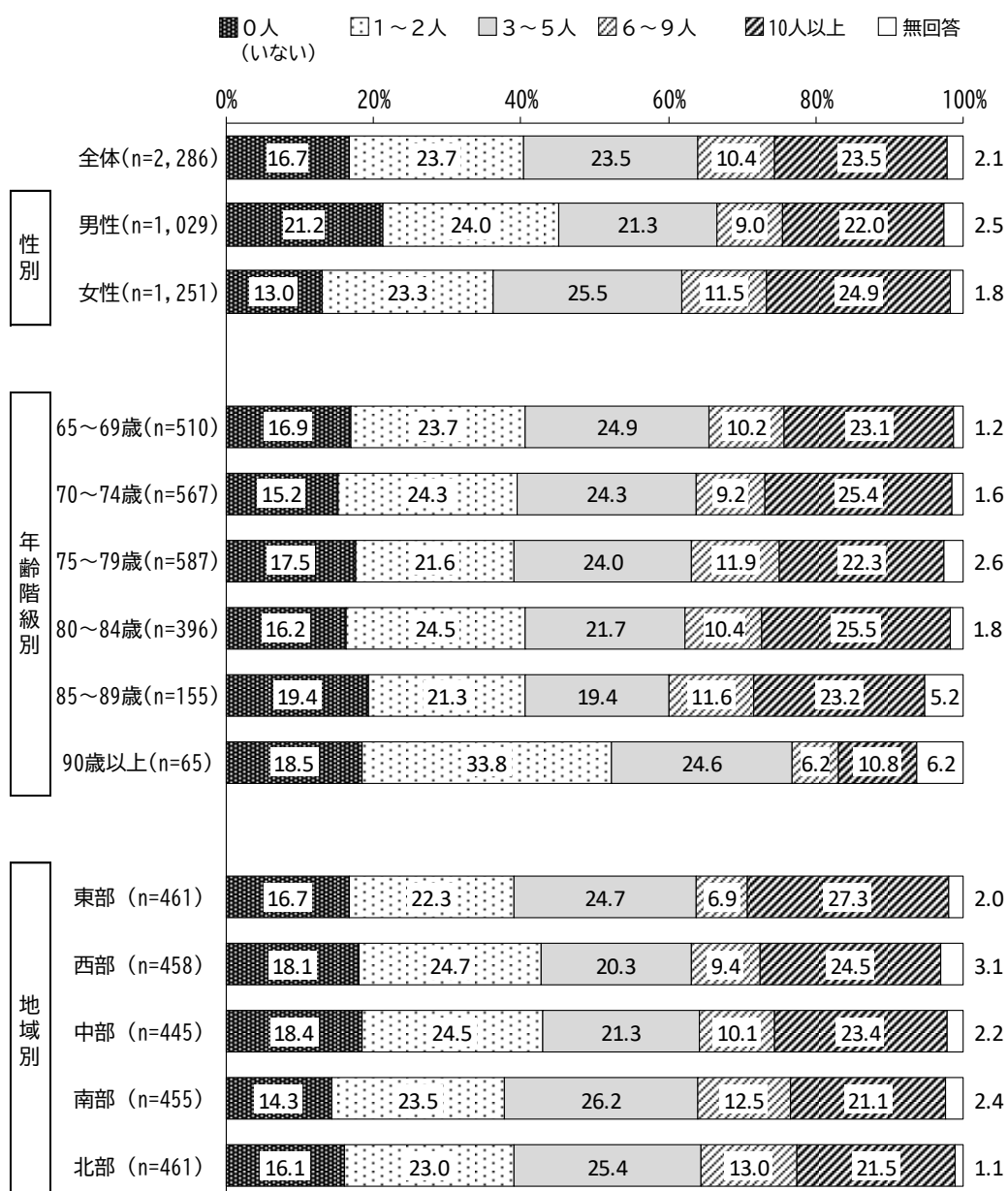


問7 (7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか
 同じ人には何度会っても1人と数えることとします (〇は1つ)

全体では、「1～2人」が23.7%と最も高く、次いで「3～5人」と「10人以上」(ともに23.5%)、「0人(いない)」(16.7%)、「6～9人」(10.4%)となっています。

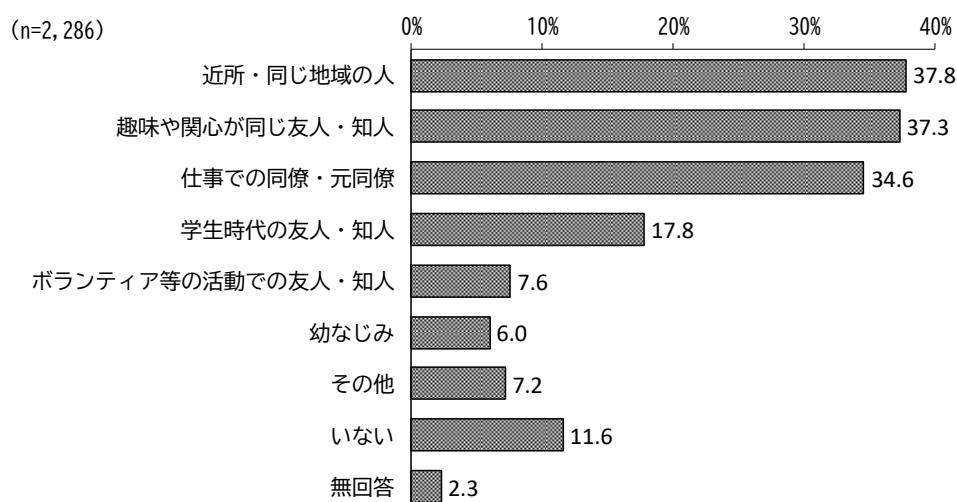
性別に見ると、「0人(いない)」の割合は女性よりも男性の方が8.2ポイント上回っています。年齢階級別に見ると、90歳以上は他の年齢層と比べて「1～2人」(33.8%)が高く、「10人以上」(10.8%)が低くなっています。

地域別に見ると、「10人以上」の割合は東部が27.3%と最も高くなっています。



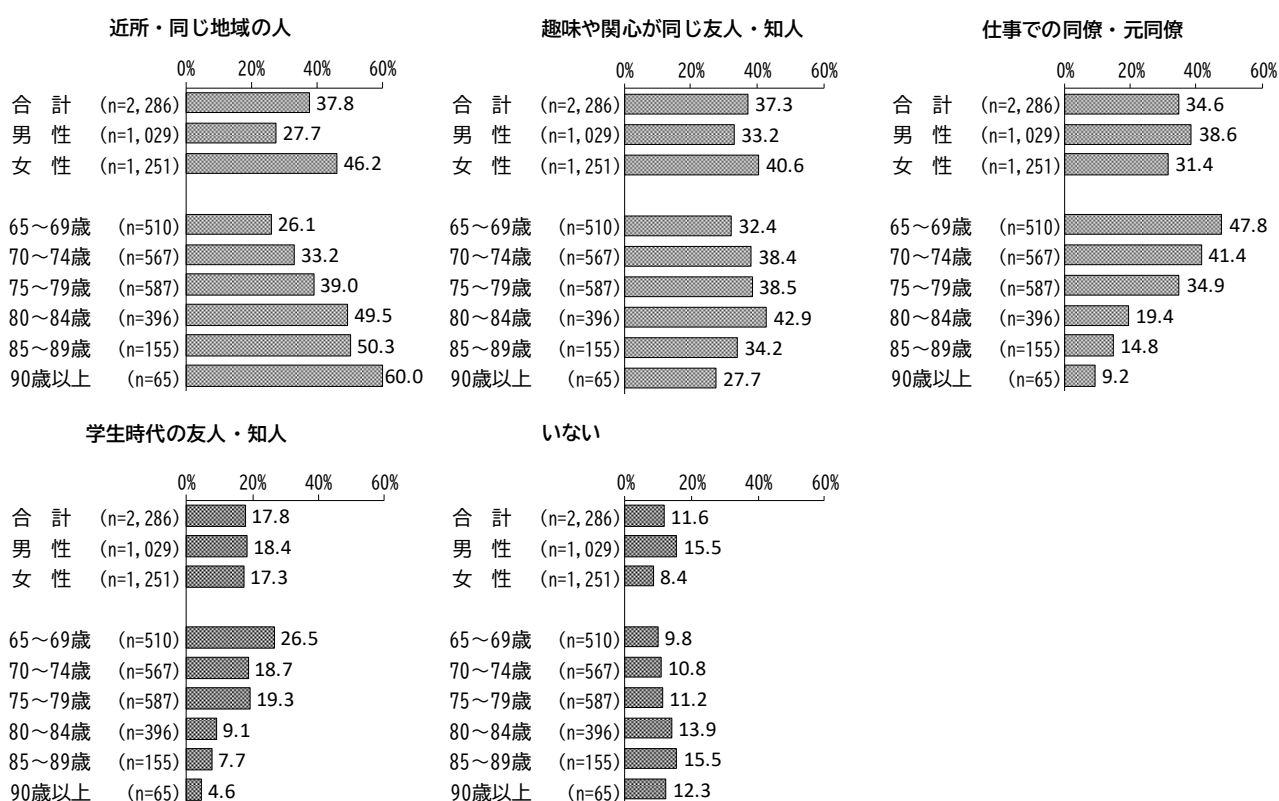
問7（8）よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか（○はいくつでも）

「近所・同じ地域の人」が37.8%と最も高く、次いで「趣味や関心が同じ友人」（37.3%）、「仕事での同僚・元同僚」（34.6%）、「学生時代の友人」（17.8%）と続いています。



上位5項目について性別に見ると、「近所・同じ地域の人」と「趣味や関心が同じ友人」は男性よりも女性の方が高く、「仕事での同僚・元同僚」と「いない」は女性よりも男性の方が高くなっています。

年齢階級別に見ると、「近所・同じ地域の人」は年齢が高くなるほど割合が高く、「仕事での同僚・元同僚」と「学生時代の友人・知人」は概ね年齢が高くなるほど割合が低くなっています。



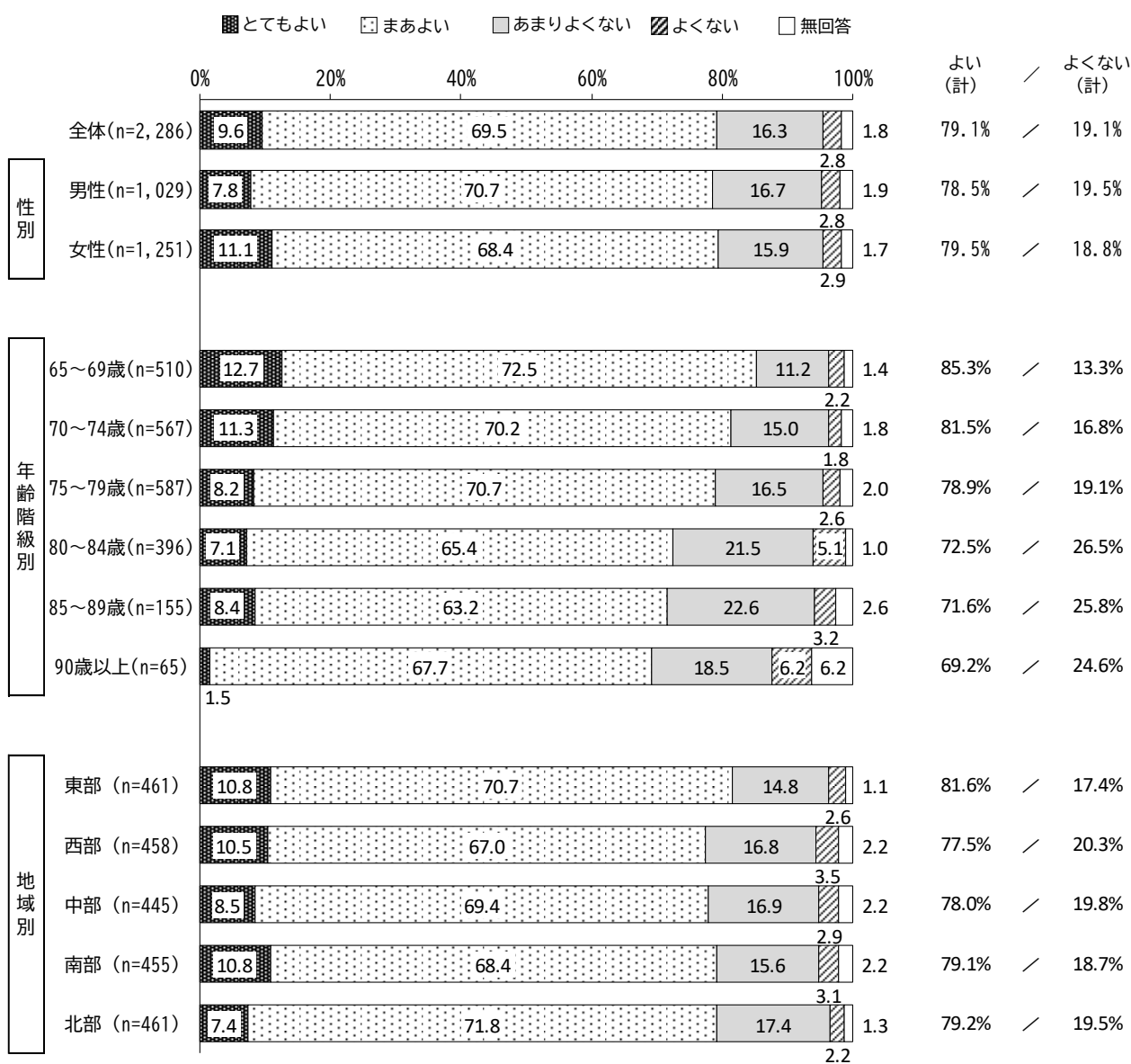
9 健康

(1) 主観的健康観

問8 (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」(9.6%)と「まあよい」(69.5%)を合わせた《よい》方が79.1%、「あまりよくない」(16.3%)と「よくない」(2.8%)を合わせた《よくない》方が19.1%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(85.3%)が最も高く、年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。



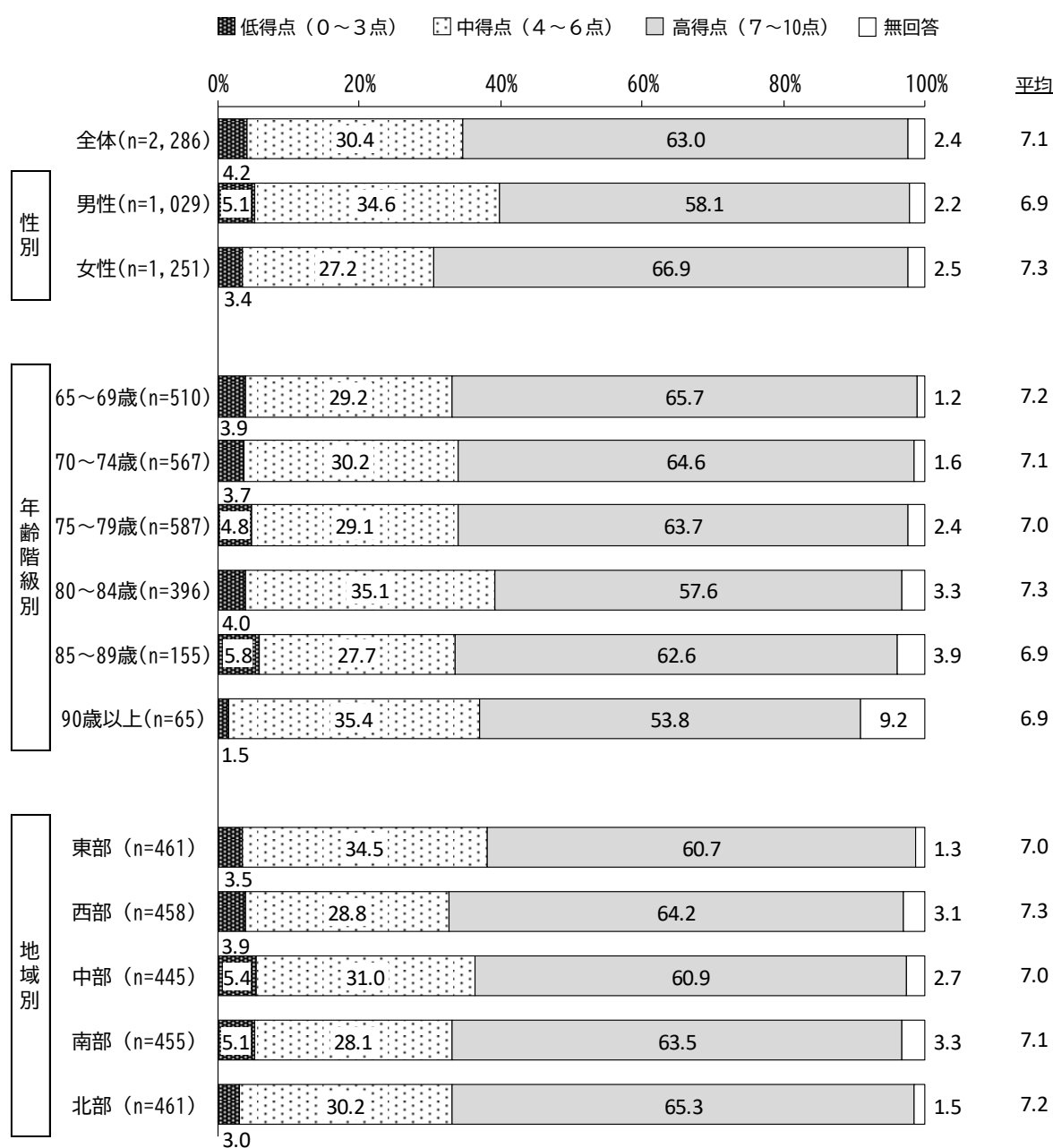
(2) 主観的幸福観

問8 (2) あなたは、現在どの程度幸せですか (〇は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63.0%と最も高く、次いで「中得点」(30.4%)、「低得点」(4.2%)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8.8ポイント上回っています。

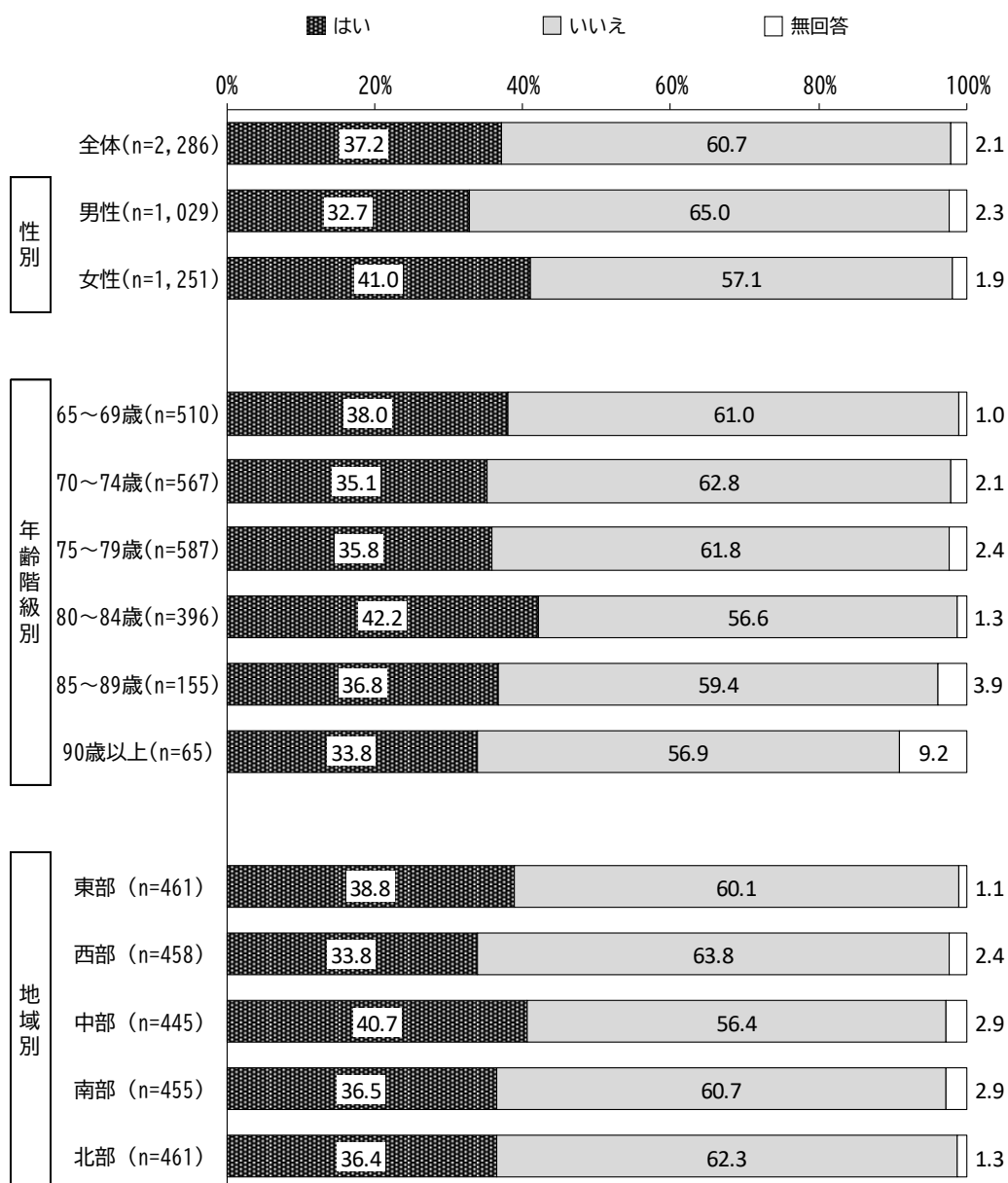
年齢階級別に見ると、「高得点」の割合は65～69歳(65.7%)が最も高く、90歳以上(53.8%)が最も低くなっています。



(3) 心の状態

問8 (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)

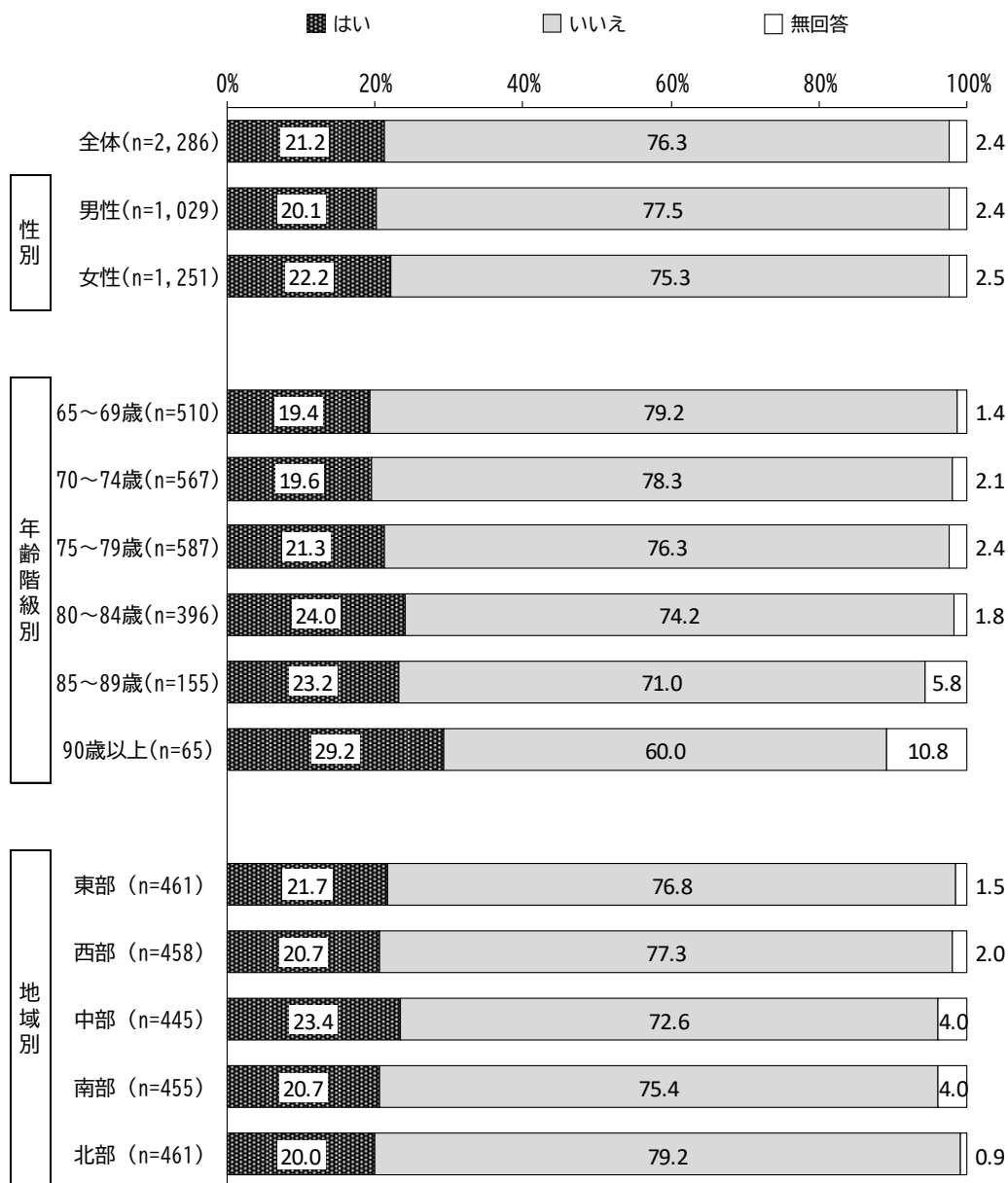
全体では、「いいえ」が60.7%、「はい」が37.2%となっています。
 性別に見ると、「はい」の割合は男性よりも女性の方が8.3ポイント上回っています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は80～84歳が42.2%と最も高くなっています。
 地域別に見ると、「はい」の割合は中部が40.7%と最も高くなっています。



問8 (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76.3%、「はい」が21.2%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」の割合が高くなる傾向が見られます。



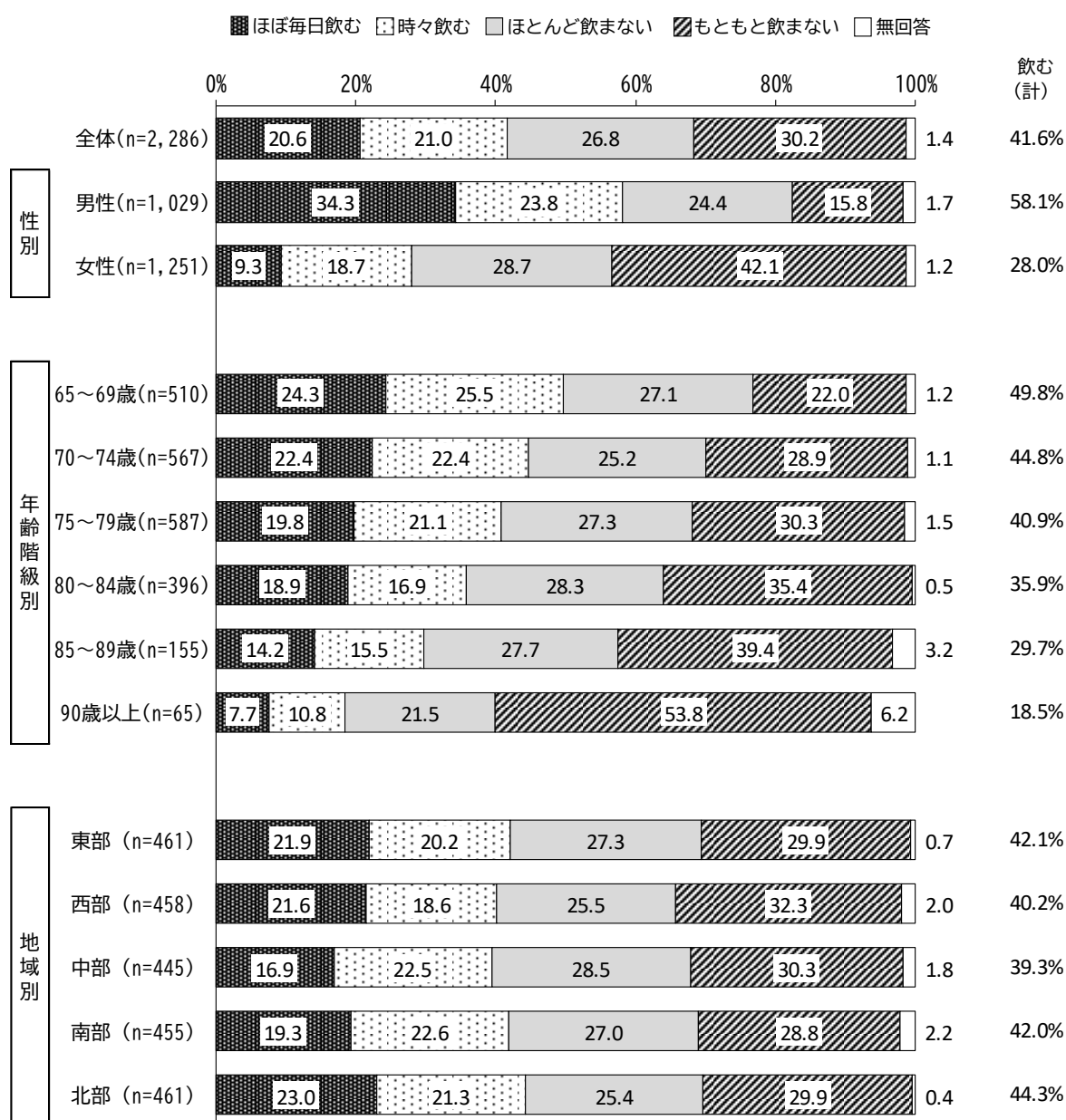
(4) 飲酒・喫煙の状況

問8 (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30.2%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」(26.8%)、「時々飲む」(21.0%)、「ほぼ毎日飲む」(20.6%)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30.1ポイント上回っています。

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

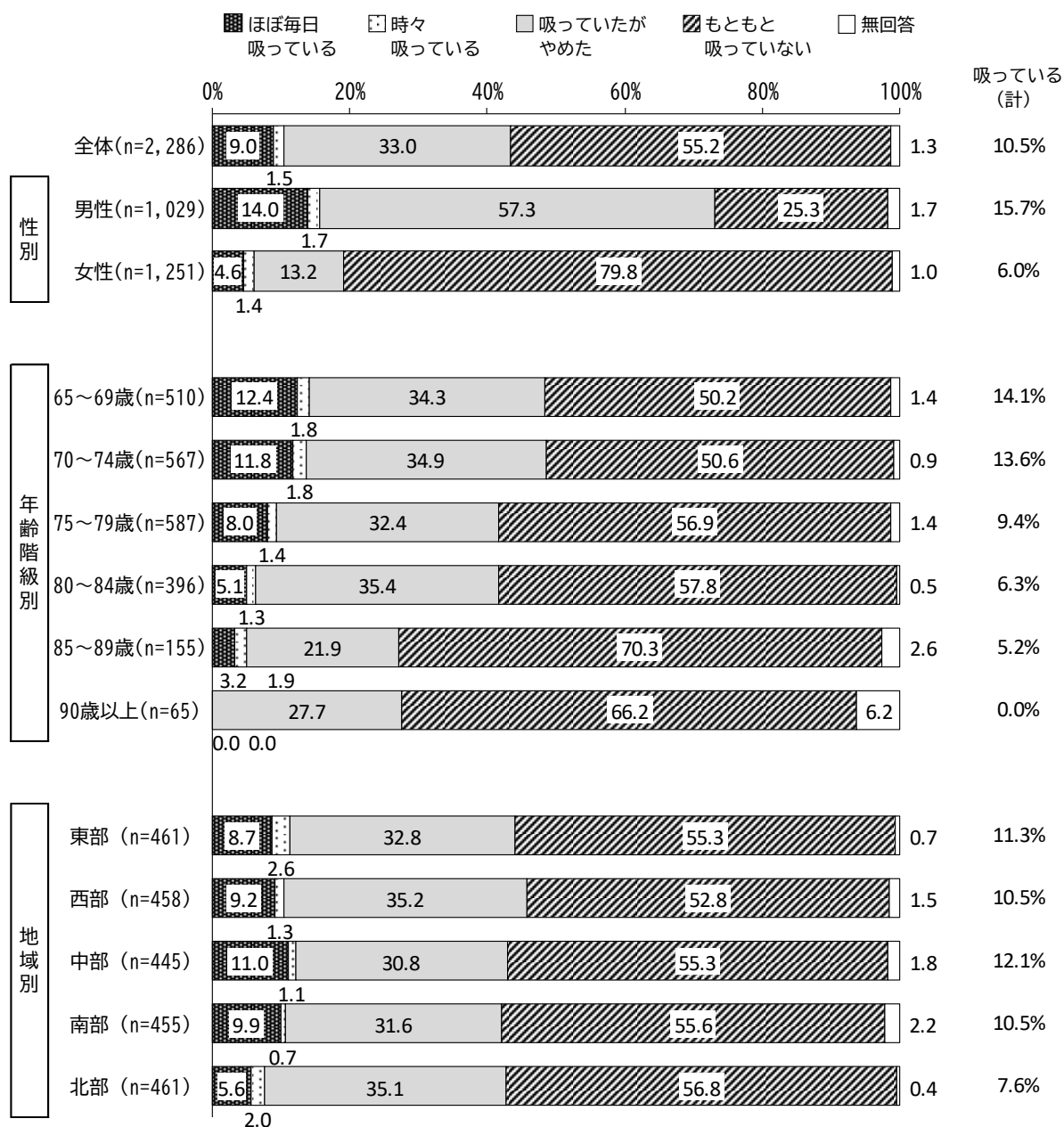


問8 (6) タバコは吸っていますか (○は1つ)

全体では、「もともと吸っていない」が 55.2%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」(33.0%)、「ほぼ毎日吸っている」(9.0%)、「時々吸っている」(1.5%) 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 9.7 ポイント上回っています。

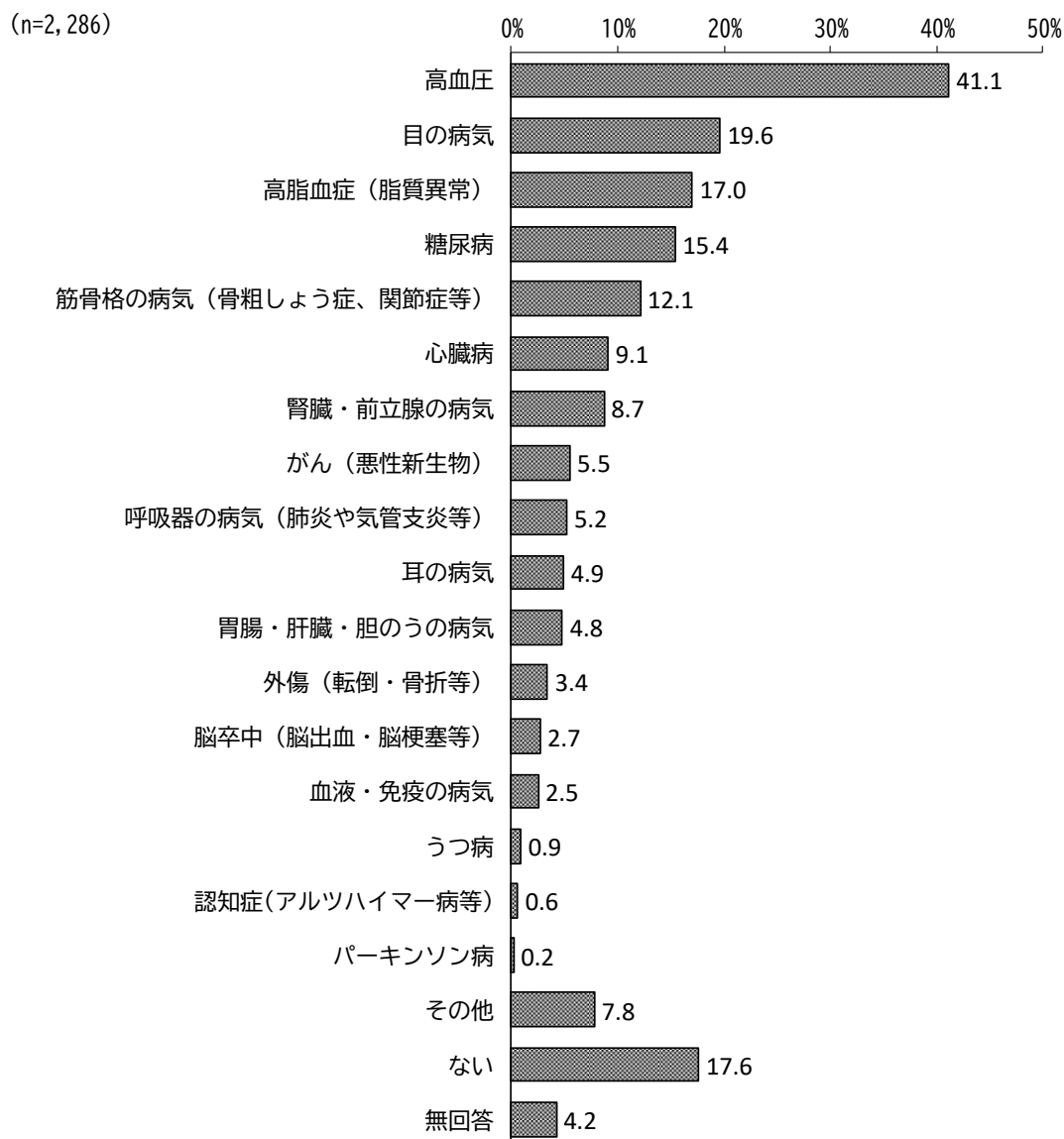
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど《吸っている》方の割合が低くなる傾向が見られます。



(5) 治療中または後遺症のある病気の有無

問8 (7) 現在治療中、又は後遺症のある病気はありますか (〇はいくつでも)

「高血圧」が 41.1%と最も高く、次いで「目の病気」(19.6%)、「ない」(17.6%)、「高脂血症(脂質異常)」(17.0%)、「糖尿病」(15.4%)と続いています。



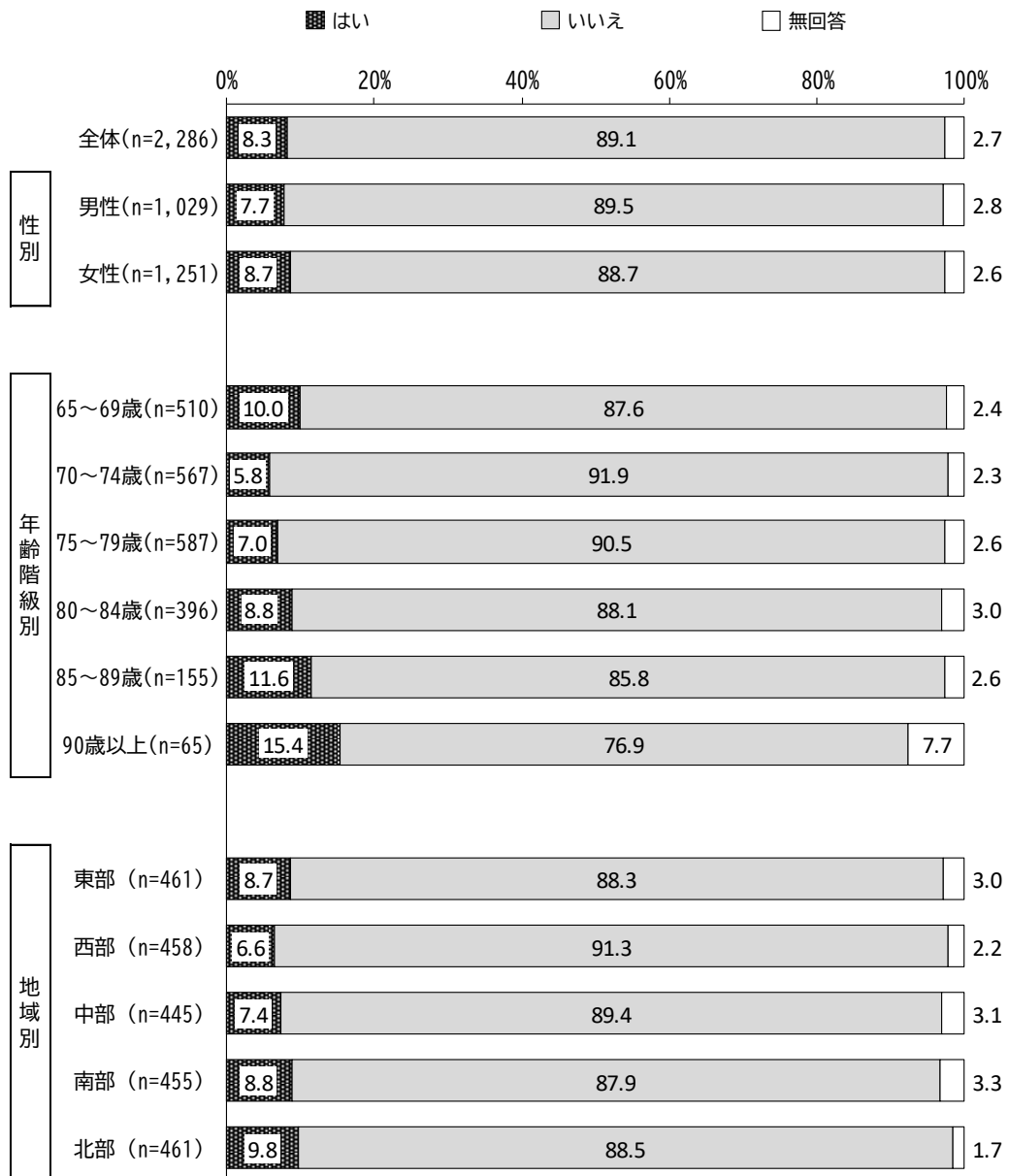
10 認知症にかかる相談窓口について

(1) 自分または家族の認知症症状有無

問9 (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89.1%、「はい」が8.3%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は90歳以上が15.4%と最も高くなっています。



(2) 認知症に関する相談窓口について

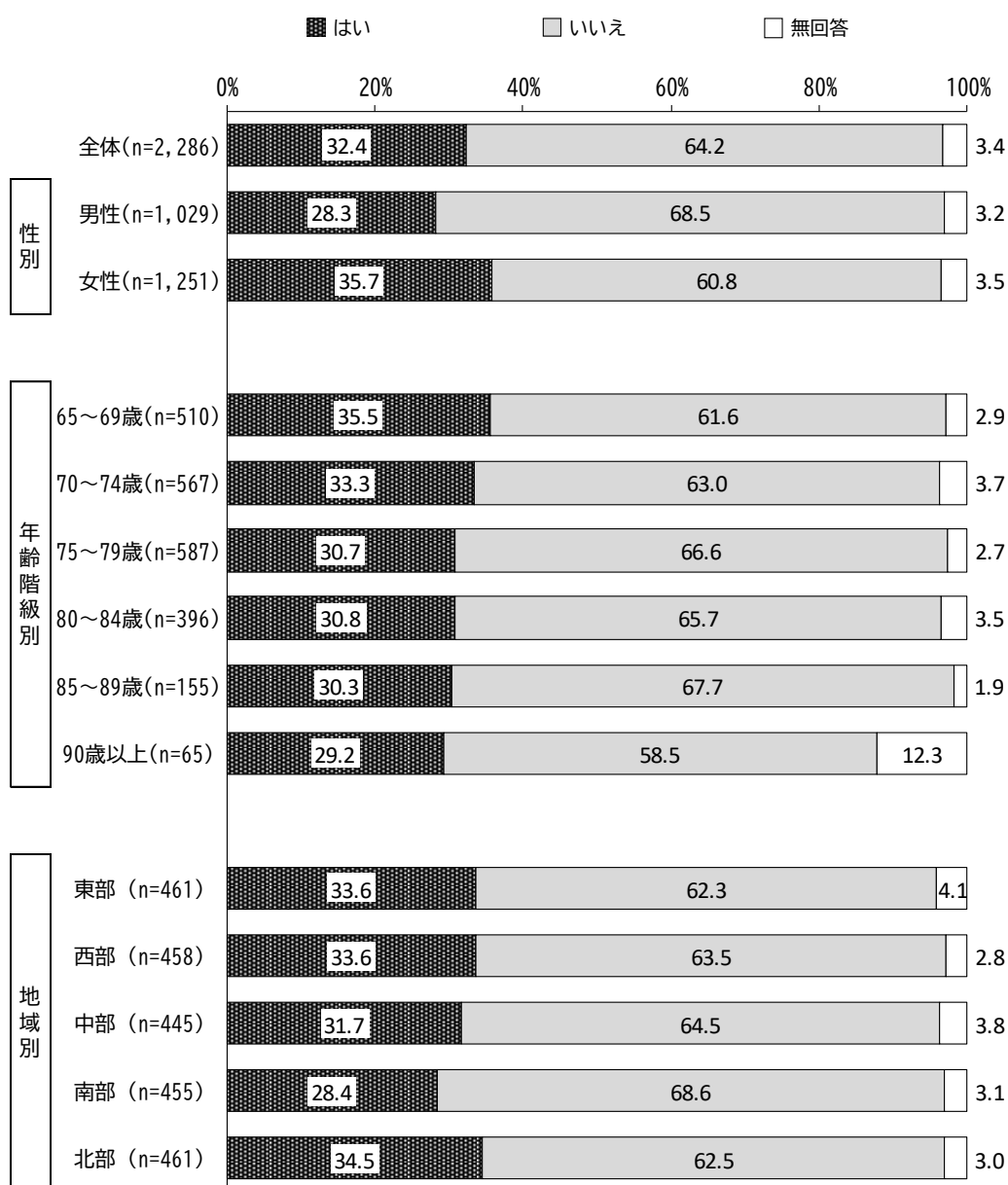
問9 (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が64.2%、「はい」が32.4%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7.4ポイント上回っています。

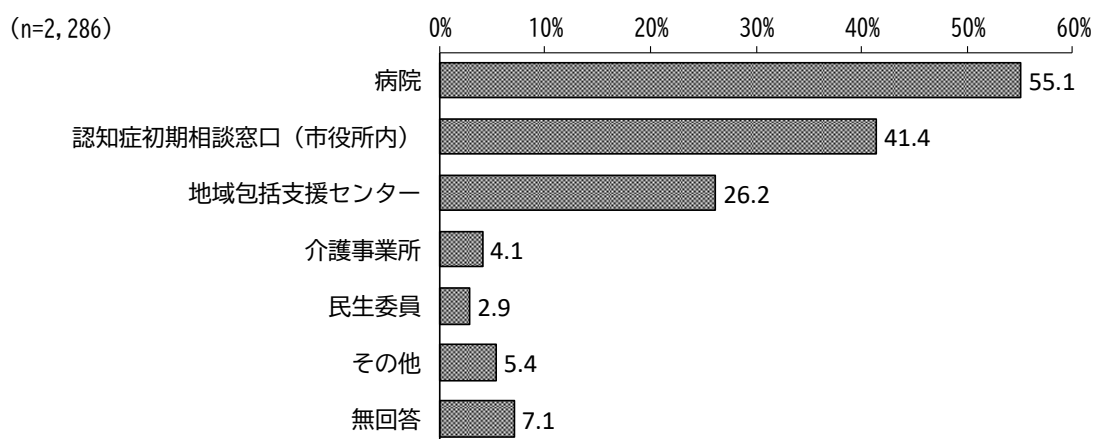
年齢階級別に見ると、「はい」の割合は65～69歳(35.5%)が最も高く、年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、「はい」の割合は南部で28.4%と最も低くなっています。



問9 (3) 認知症についての相談をどこにしますか (〇はいくつでも)

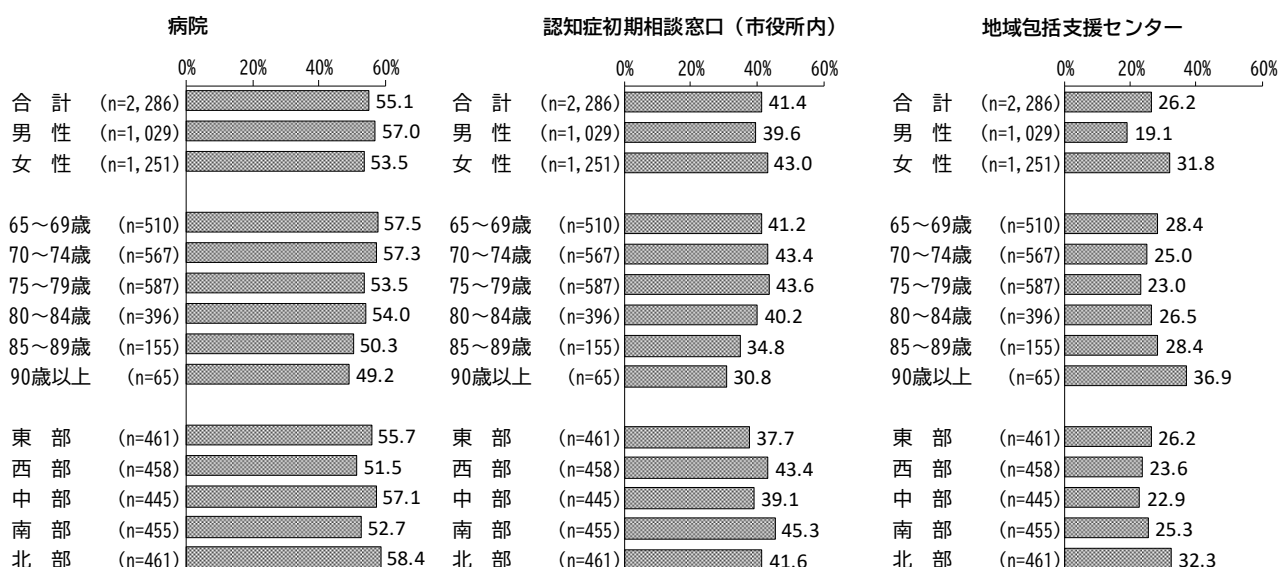
「病院」が 55.1%と最も高く、次いで「認知症初期相談窓口 (市役所内)」(41.4%)、「地域包括支援センター」(26.2%)、「介護事業所」(4.1%)と続いています。



上位3項目について性別に見ると、「地域包括支援センター」は男性よりも女性の方が 12.7 ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「病院」は年齢が高くなるほど割合が低く、「認知症初期相談窓口 (市役所内)」は 85 歳以上では 3 割台と、84 歳以下と比べて低くなっています。

地域別に見ると、「地域包括支援センター」は北部が 32.3%と最も高くなっています。



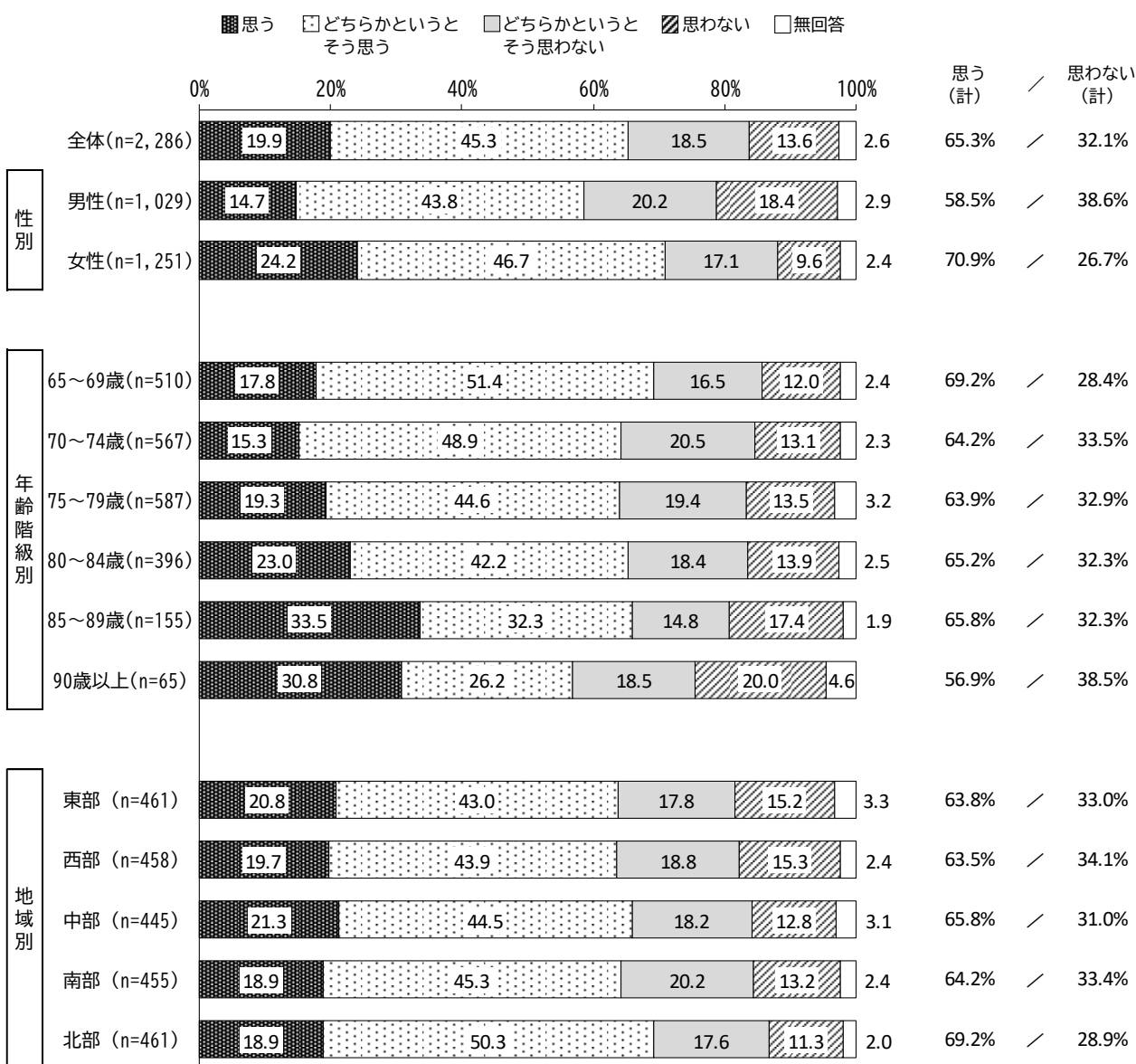
問9 (4) 認知症について知りたい、学びたいと思いますか (○は1つ)

全体では、「どちらかというと思う」が45.3%と最も高く、次いで「思う」(19.9%)、「どちらかというと思わない」(18.5%)、「思わない」(13.3%)となっています。

性別に見ると、「思う」と「どちらかというと思う」を合わせた《思う》方は男性よりも女性の方が12.4ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、《思う》方の割合は90歳以上が56.9%と最も低くなっています。

地域別に見ると、《思う》方の割合は北部が69.2%と最も高くなっています。

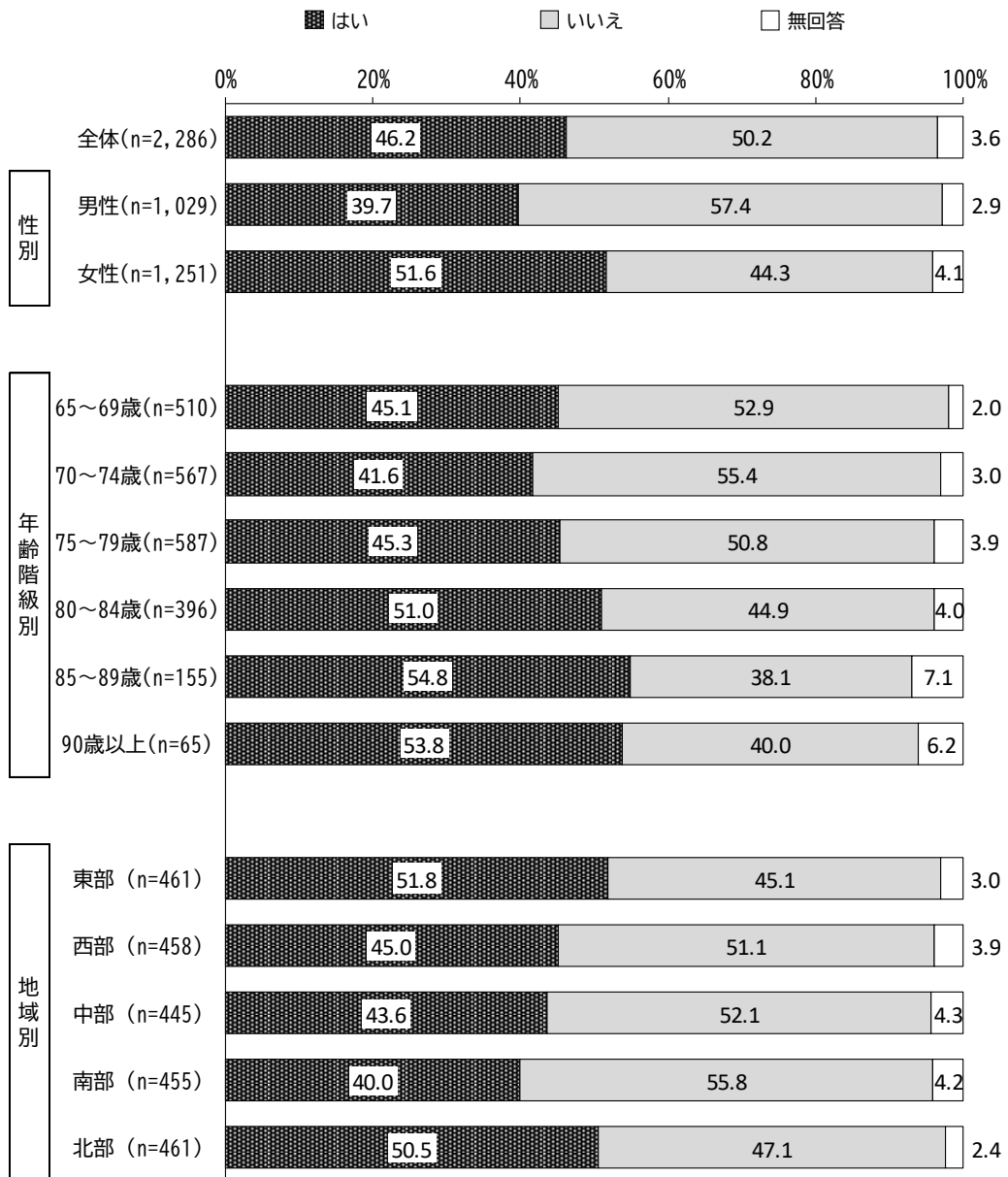


1.1 高齢者の相談窓口について

(1) 「地域包括支援センター」の認知

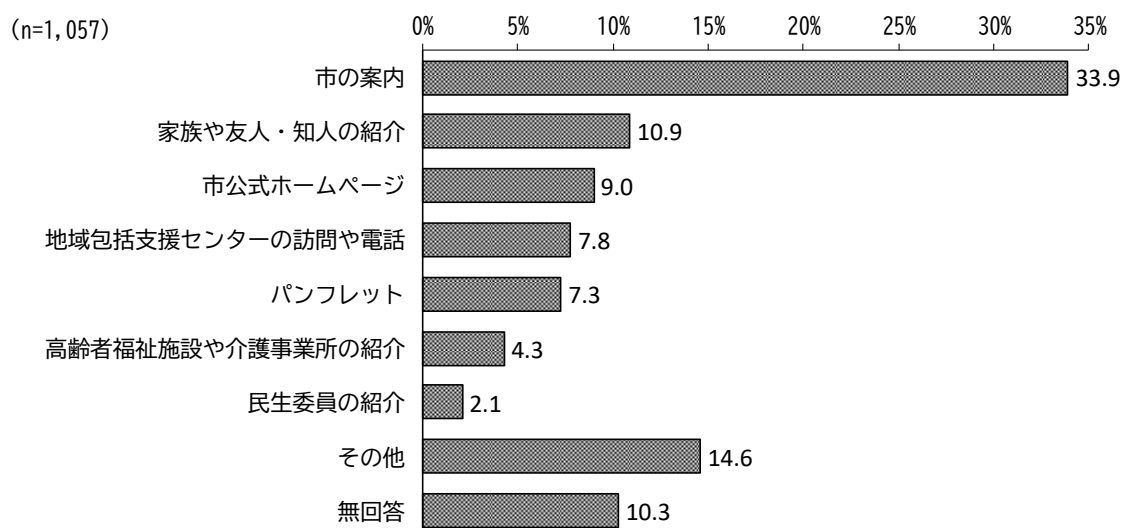
問 10 (1) 高齢者の相談窓口として、市内5ヶ所に「地域包括支援センター」が設置されていることを知っていますか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が50.2%、「はい」が46.2%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11.9ポイント上回っています。
 年齢階級別に見ると、「はい」の割合は80歳以上では5割台と、79歳以下と比べて高くなっています。
 地域別に見ると、「はい」の割合は東部と北部で5割を超えて高くなっています。



問 10 (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)

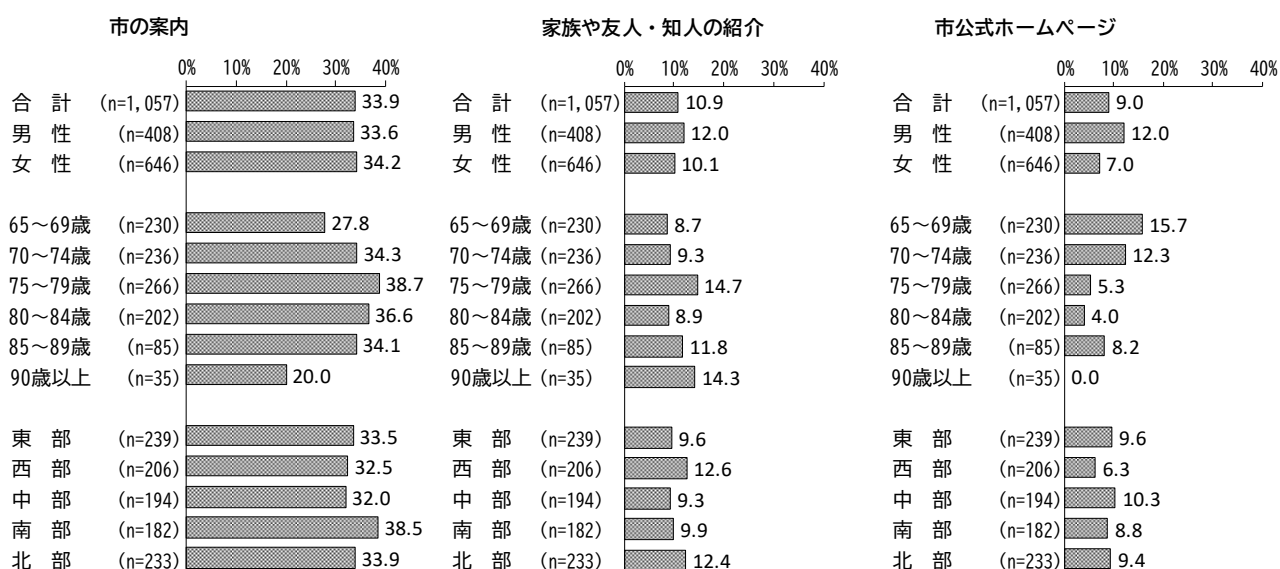
「地域包括支援センター」を知っていると回答した 1,057 人に認知経路についてたずねたところ、「市の案内」が 33.9%と最も高く、次いで「家族や友人・知人の紹介」(10.9%)、「市公式ホームページ」(9.0%)、「地域包括支援センターの訪問や電話」(7.8%)と続いています。



上位3項目について性別に見ると、「市公式ホームページ」は女性よりも男性の方が 5.0 ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「市の案内」は 70 歳代～80 歳代が 3 割台と高く、「市公式ホームページ」は 65～69 歳と 70～74 歳が 1 割を超えて高くなっています。

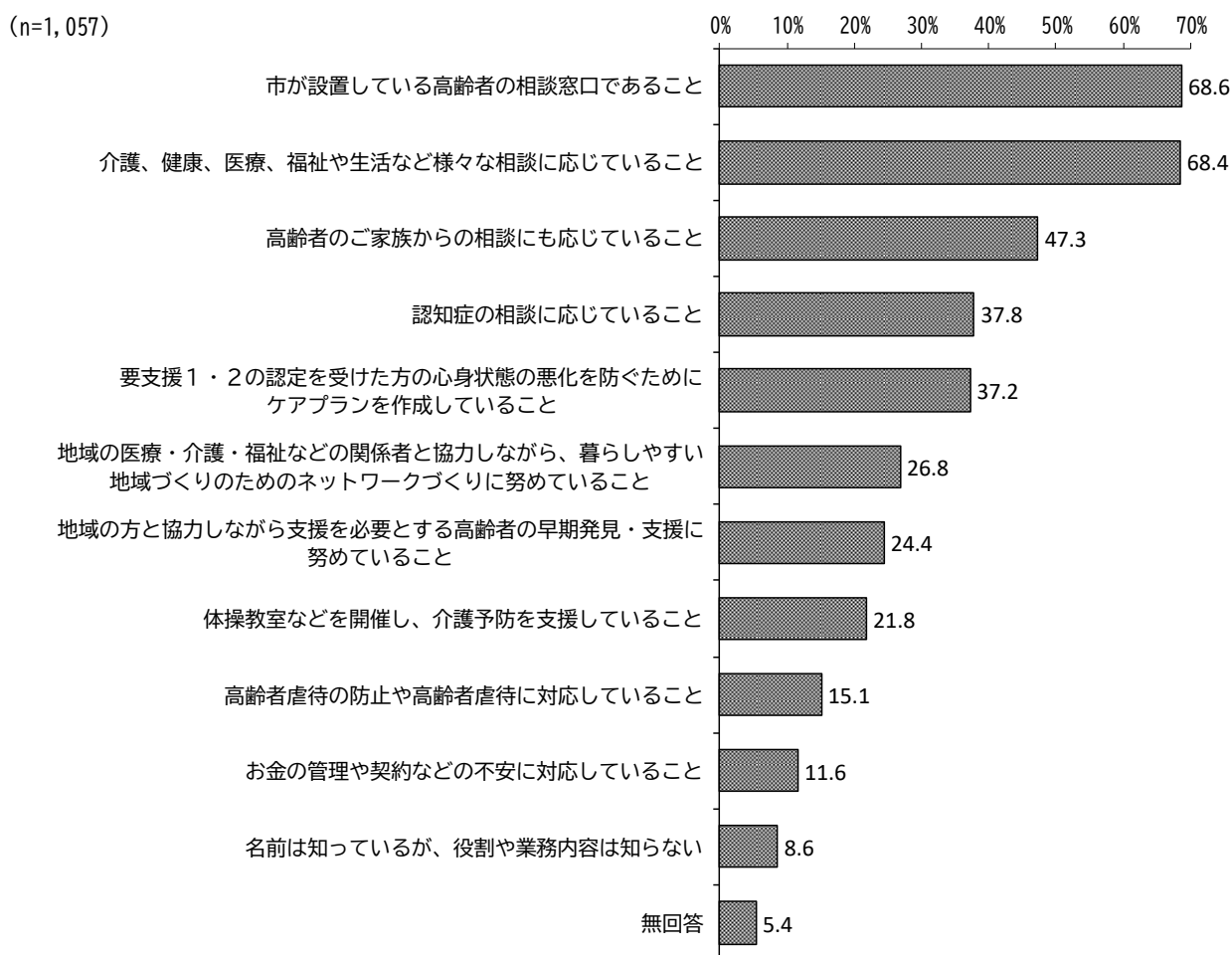
地域別に見ると、「市の案内」は南部が 38.5%と最も高くなっています。



(2) 「地域包括支援センター」の役割や業務内容

問 10 (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 1,057 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 68.6%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」(68.4%)、「高齢者のご家族からの相談にもに応じていること」(47.3%)、「認知症の相談に応じていること」(37.8%)と続いています。



12 その他

(1) スマートフォンやパソコンの活用状況

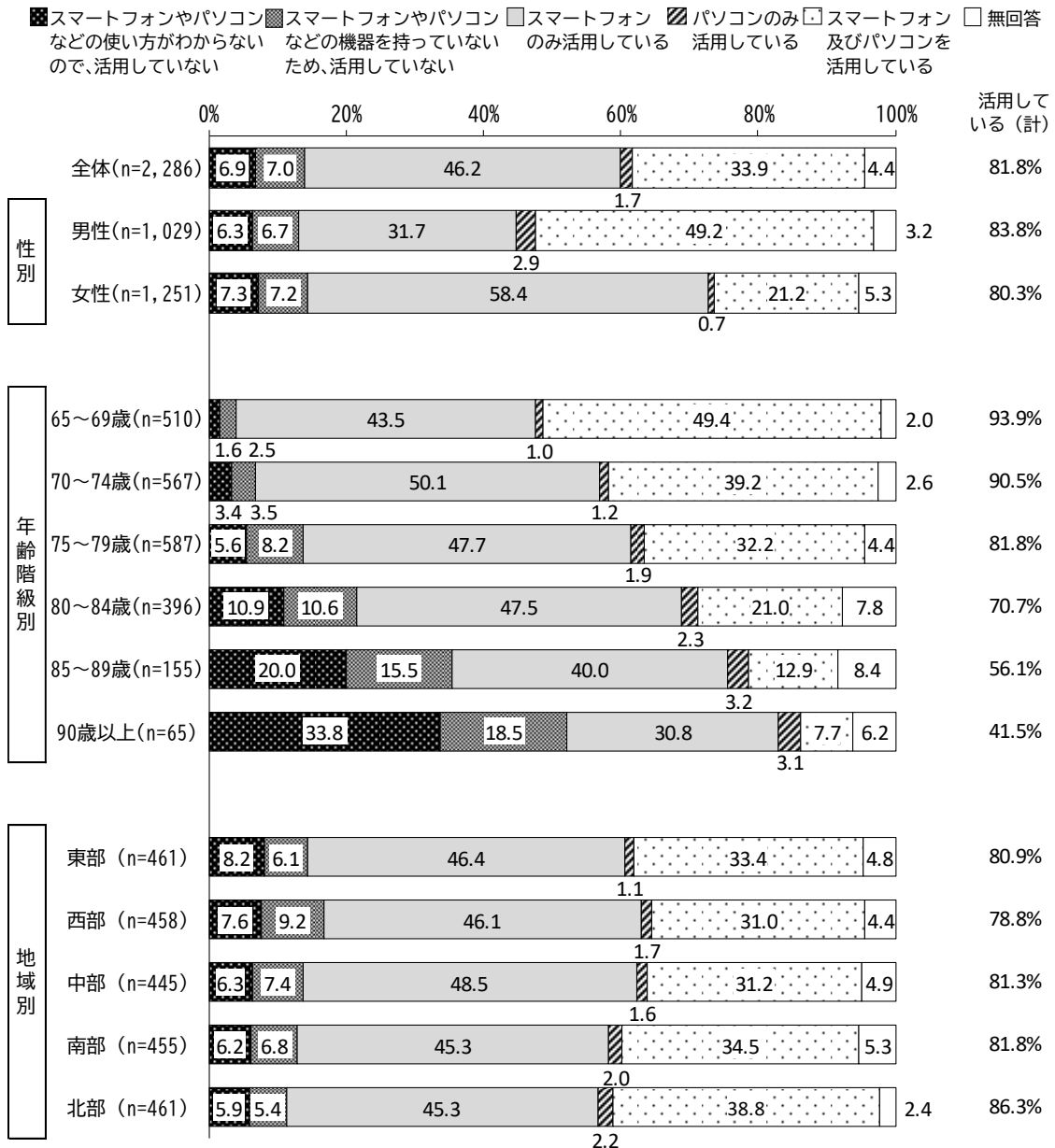
問 11 (1) あなたは、日常生活でスマートフォンやパソコンなど活用していますか
(○は1つ)

全体では、「スマートフォンのみ活用している」が46.2%と最も高く、次いで「スマートフォン及びパソコンを活用している」(33.9%)、「スマートフォンやパソコンなどの機器を持っていないため、活用していない」(7.0%)と続いています。

性別に見ると、「スマートフォンのみ活用している」の割合は男性よりも女性の方が26.7ポイント上回り、「スマートフォン及びパソコンを活用している」の割合は女性よりも男性の方が28.0ポイント上回っています。

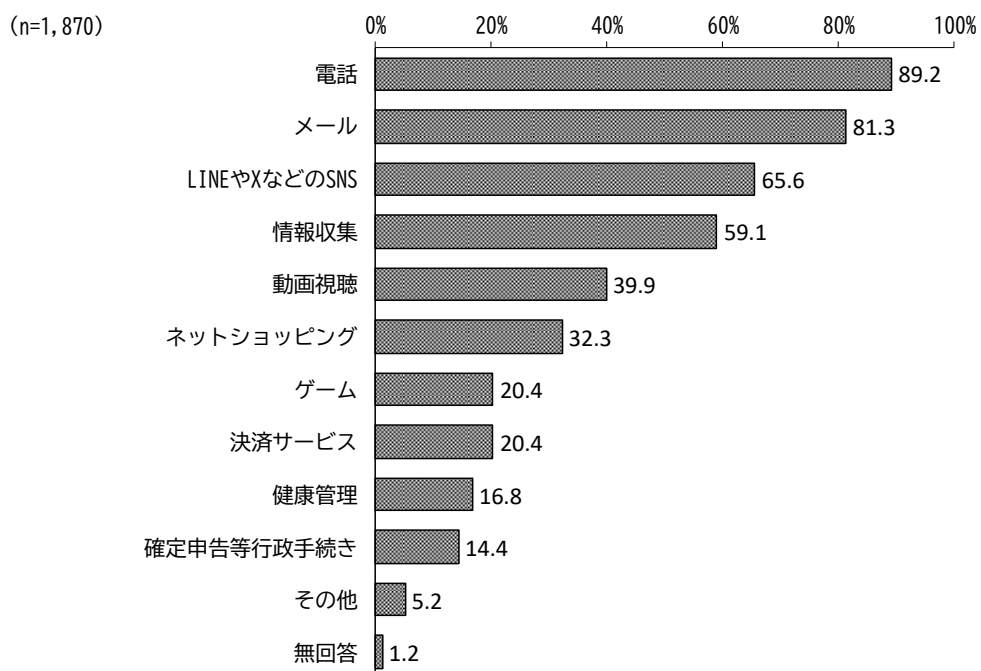
年齢階級別に見ると、年齢が高くなるほど「スマートフォンのみ活用している」、「パソコンのみ活用している」、「スマートフォン及びパソコンを活用している」を合わせた《活用している》方の割合が低くなる傾向が見られます。

地域別に見ると、《活用している》の割合は北部が86.3%と最も高くなっています。



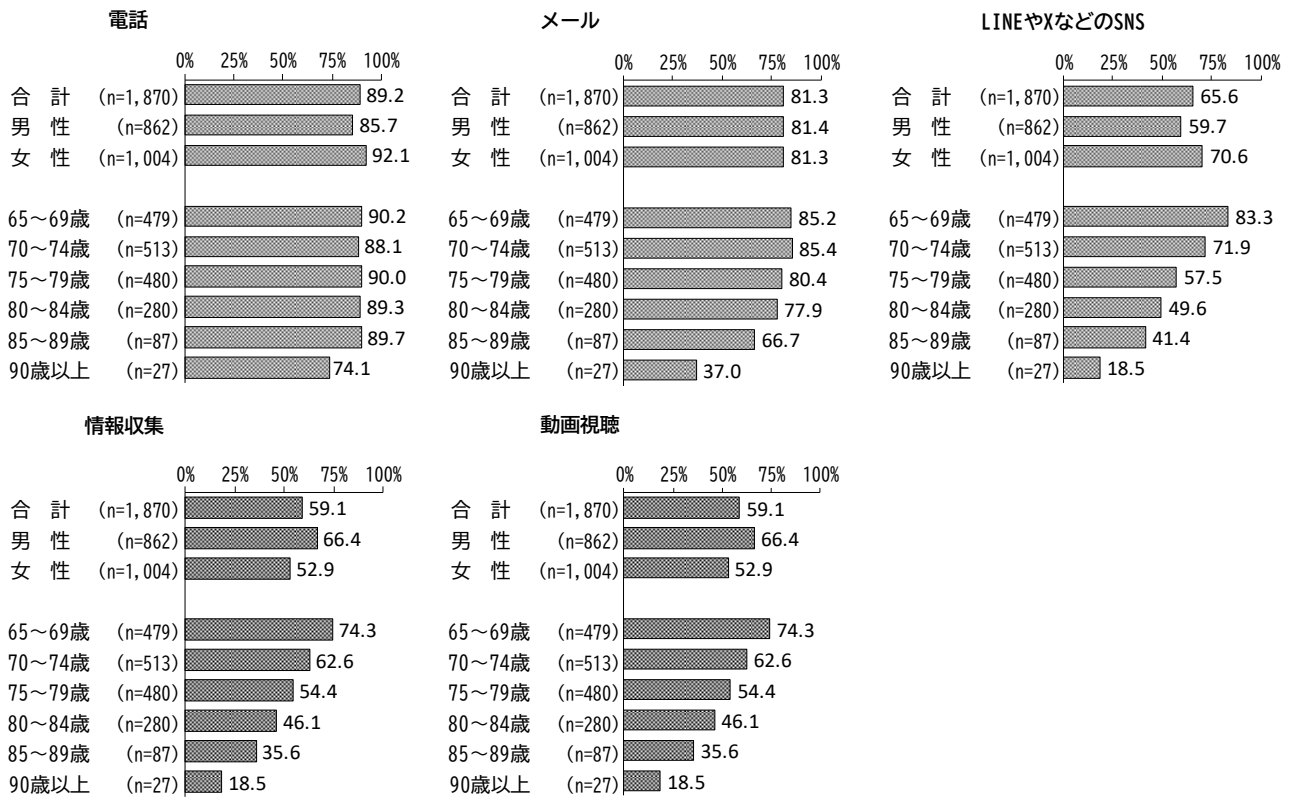
問 11 (1) ①どのようなことに使用していますか (○はいくつでも)

スマートフォンやパソコンを活用していると回答した 1,870 人に、使用用途についてたずねたところ、「電話」が 89.2%と最も高く、次いで「メール」(81.3%)、「LINEやXなどのSNS」(65.6%)、「情報収集」(59.1%)と続いています。



上位5項目について性別に見ると、「電話」、「LINEやXなどのSNS」は男性よりも女性の方が高く、「情報収集」、「動画視聴」は女性よりも男性の方が高くなっています。

年齢階級別に見ると、全ての項目で90歳以上が最も低く、「電話」以外では年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。



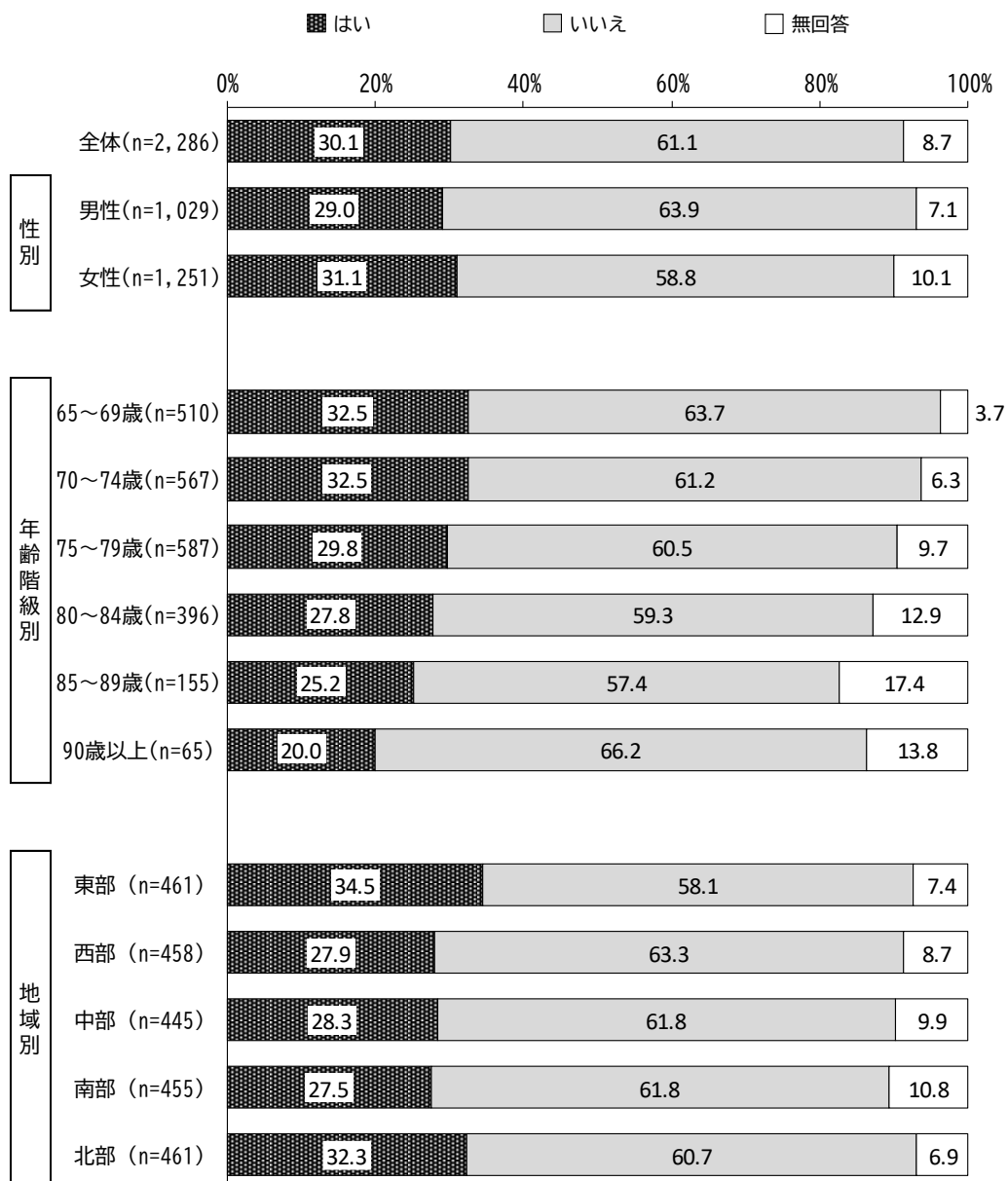
(2) スマートフォン・パソコン教室の利用意向

問 11 (1) ②スマートフォンやパソコンの教室があれば利用したいですか (○は1つ)

全体では、「いいえ」が61.1%、「はい」が30.1%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は65～69歳が32.5%と最も高く、年齢が高くなるほど割合が低くなる傾向が見られます。

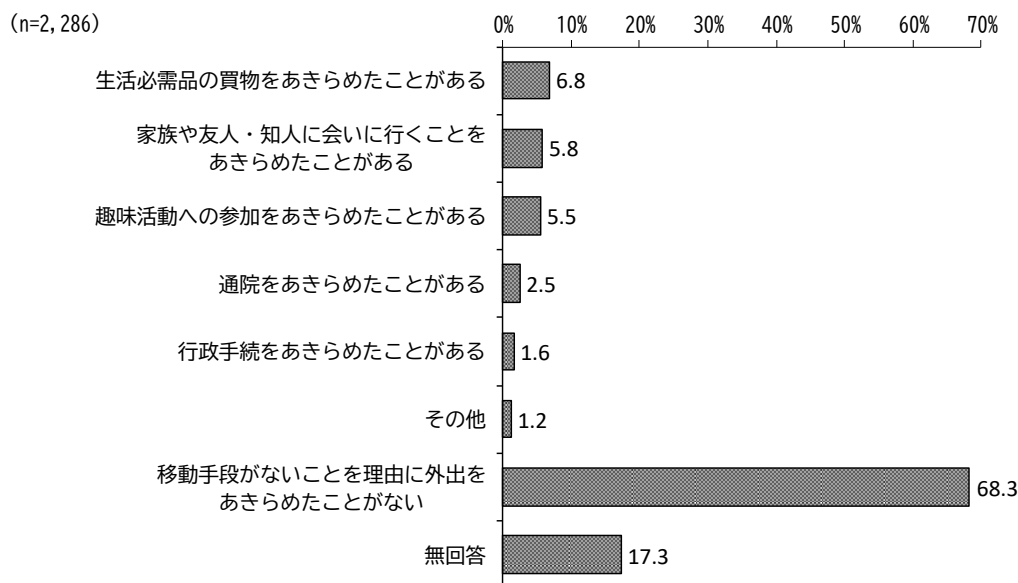
地域別に見ると、「はい」の割合は東部と北部が3割を超えて高くなっています。



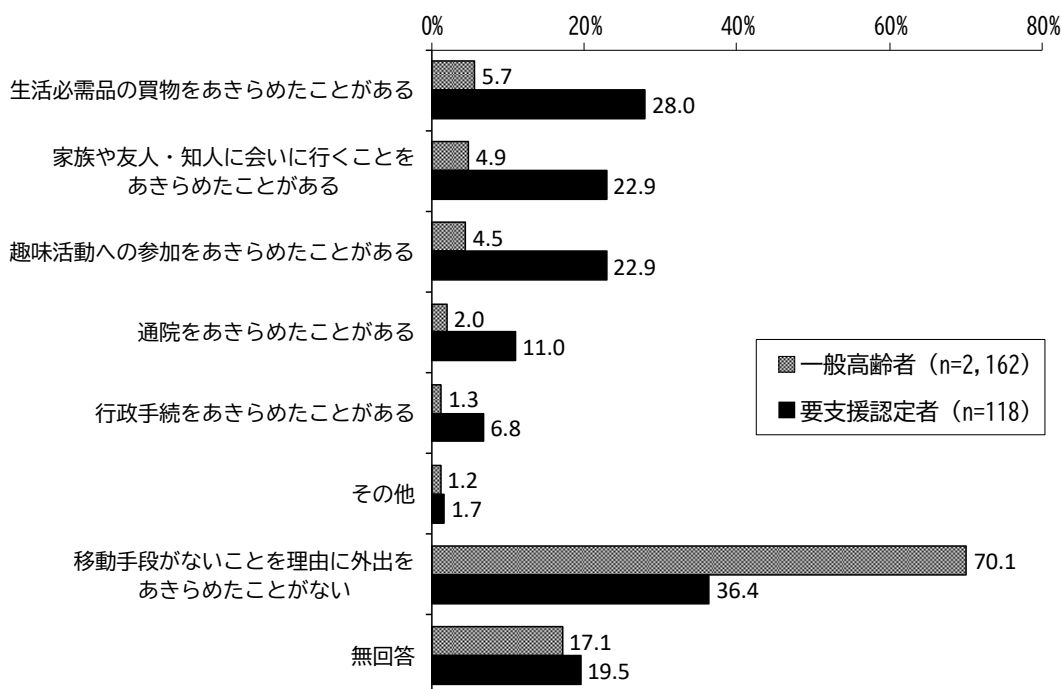
(3) 移動手段がないために外出をあきらめたことの有無

問 11 (2) 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)

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 68.3%と最も高く、次いで「生活必需品の買物をあきらめたことがある」(6.8%)、「家族や友人に会いに行くことをあきらめたことがある」(5.8%)、「趣味活動への参加をあきらめたことがある」(5.5%)と続いています。

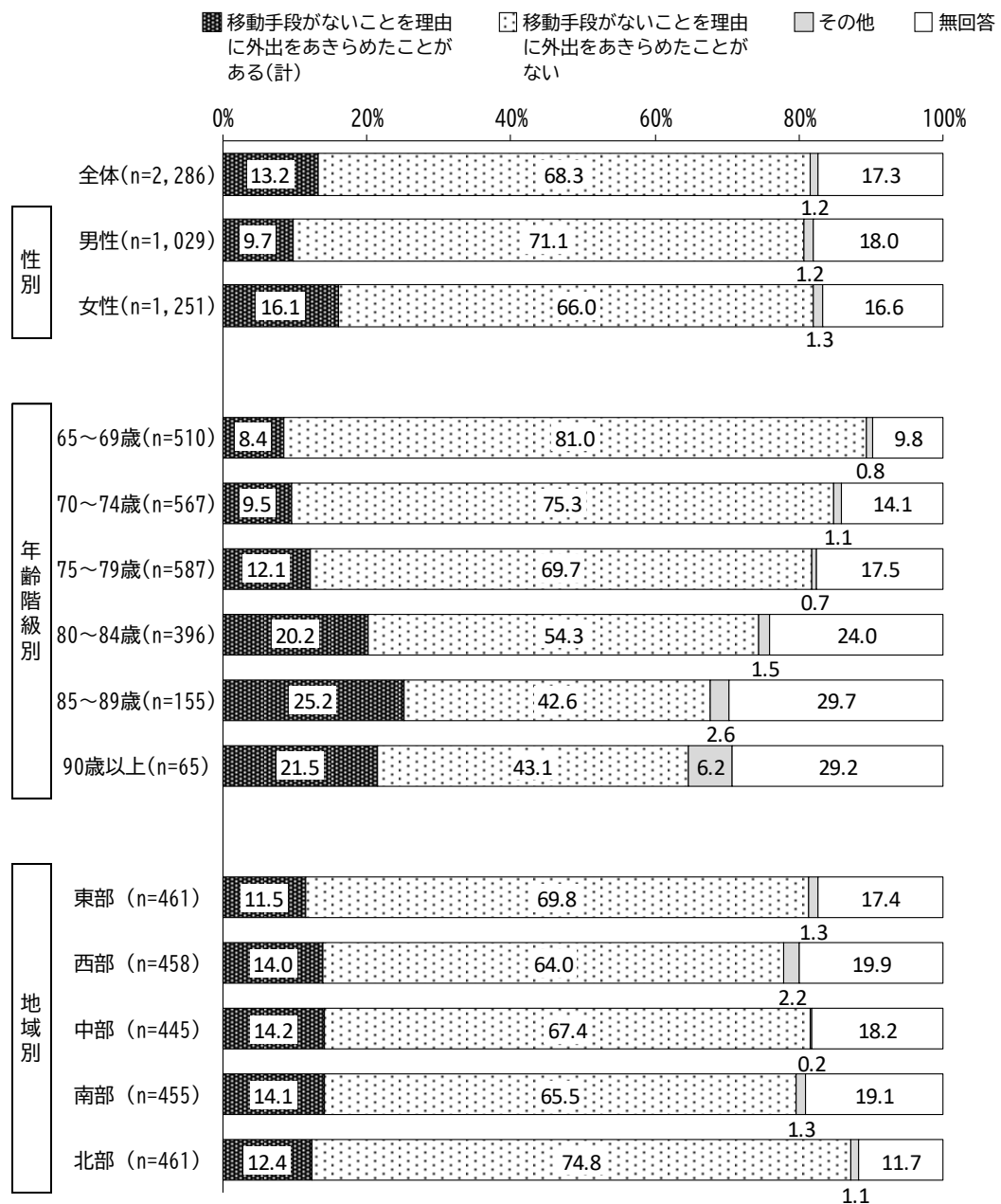


一般高齢者・要支援認定者別に見ると、要支援認定者は「移動手段がないことを理由に外出をあきらめたことがない」が 36.4%と、一般高齢者と比べて 33.7 ポイント低くなっています。また、「生活必需品の買物をあきらめたことがある」、「家族や友人に会いに行くことをあきらめたことがある」、「趣味活動への参加をあきらめたことがある」は、一般高齢者と比べて 10 ポイント以上高くなっています。



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6.4ポイント上回っています。

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（25.2%）が最も高く、65～69歳（8.4%）が最も低くなっています。



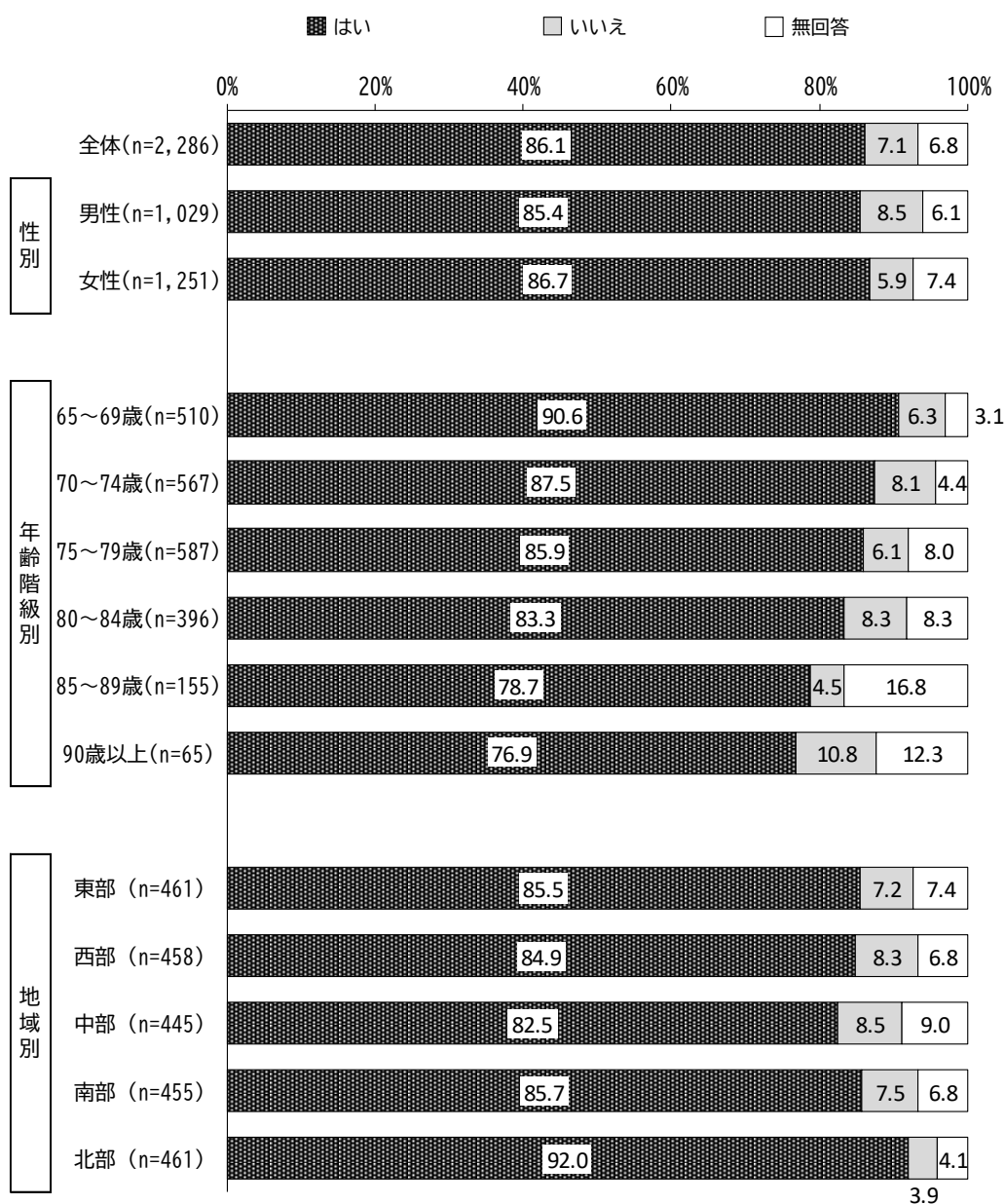
(4) 医療や介護の利用、生き方などについて考えておくことの必要性

問 11 (3) 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86.1%、「いいえ」が7.1%となっています。

年齢階級別に見ると、「はい」の割合は65～69歳が90.6%と最も高く、年齢が高くなるほど割合が低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(92.0%)が最も高くなっています。



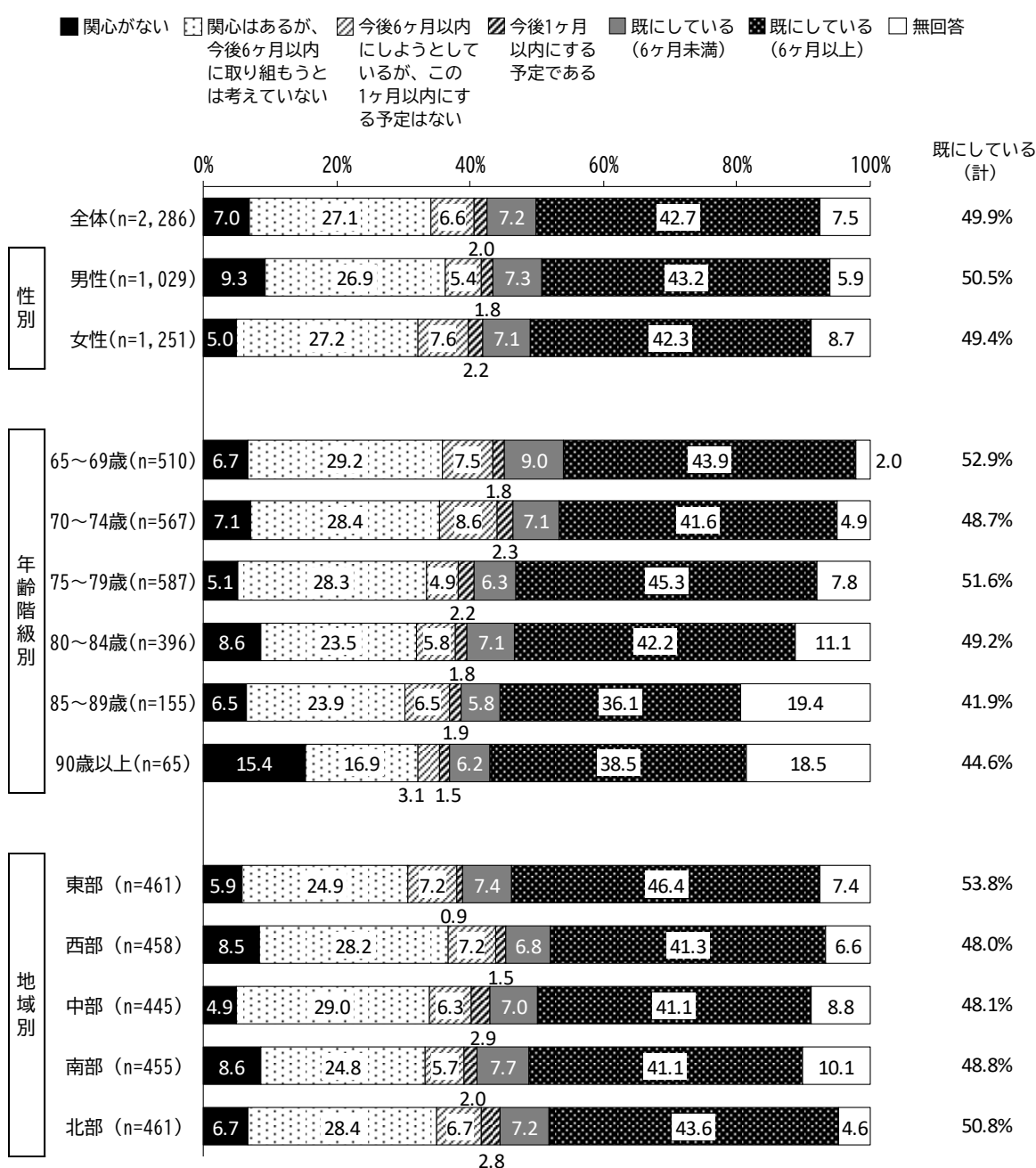
(5) 健康的な生活を送るための取組について

問 11 (4) 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 42.7%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」(27.1%)、「既に行っている (6ヶ月未満)」(7.2%)と続いています。

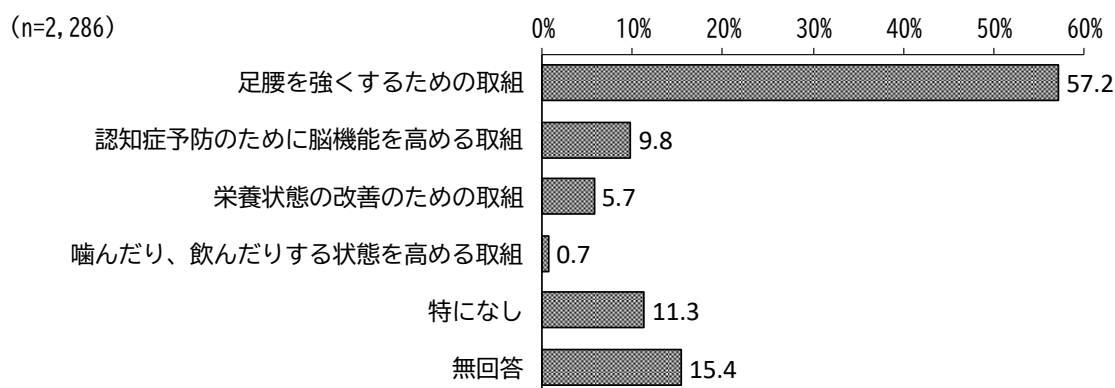
年齢階級別に見ると、「既に行っている (6ヶ月未満)」と「既に行っている (6ヶ月以上)」を合わせた《既に行っている》方の割合は 65~69歳が 52.9%と最も高く、85~89歳が 41.9%と最も低くなっています。また、「関心がない」は90歳以上が 15.4%と最も高くなっています。

地域別に見ると、《既に行っている》方の割合は東部 (53.8%) が最も高くなっています。



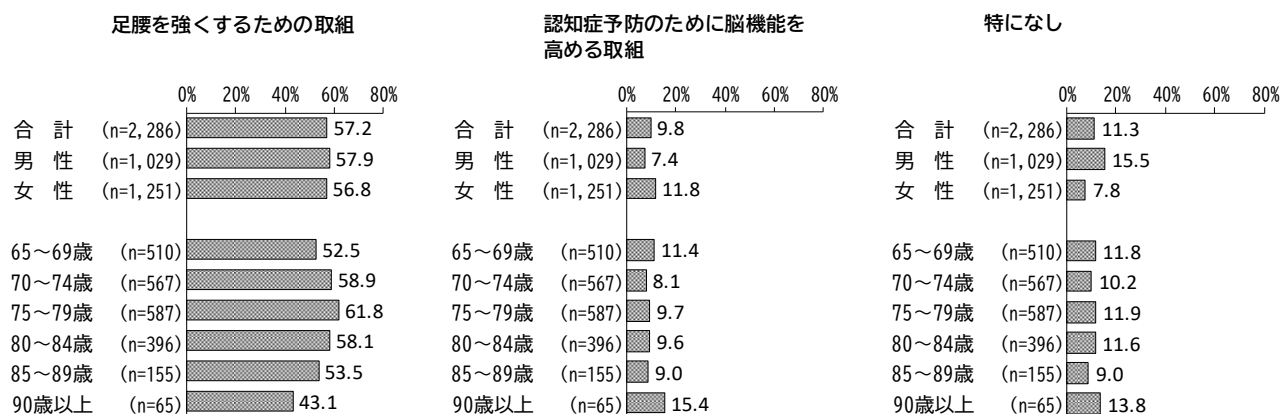
問 11 (5) あなたは健康的な生活を送るための次のどの取組に特に興味がありますか
(○は1つ)

「足腰を強くするための取組」が 57.2%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」(9.8%)、「栄養状態の改善のための取組」(5.7%)と続いています。一方で、「特になし」が 11.3%となっています。



上位3項目について性別に見ると、「特になし」は女性よりも男性の方が 7.7 ポイント上回っています。

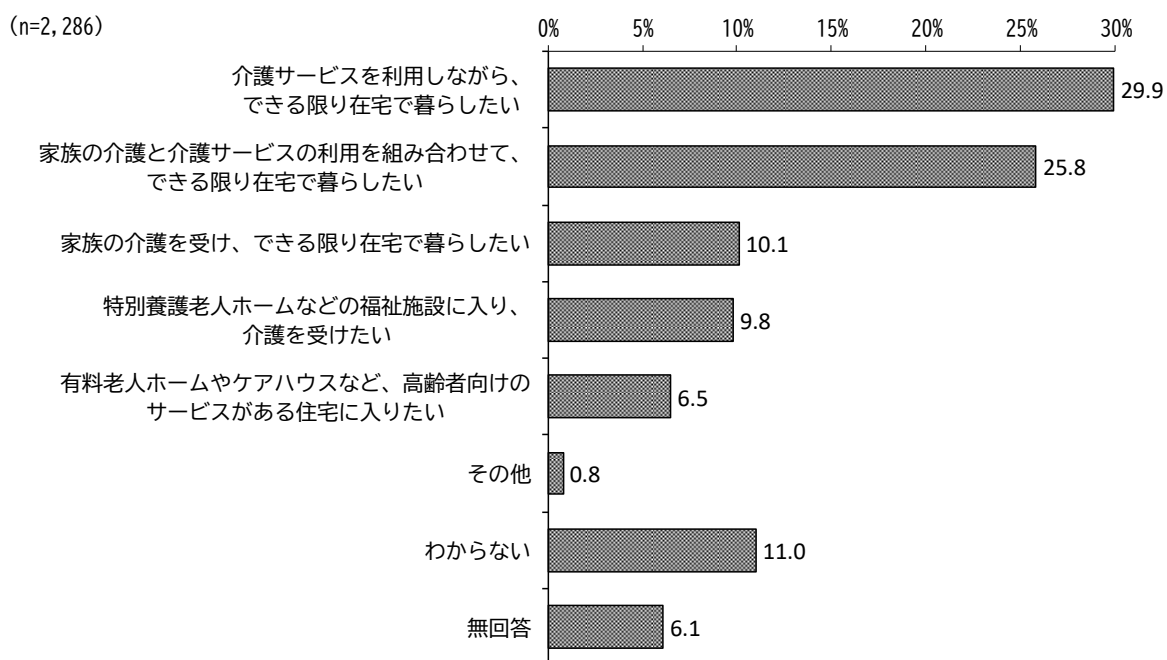
年齢階級別に見ると、「足腰を強くするための取組」は 75～79 歳 (61.8%) が最も高く、「認知症予防のために脳機能を高める取組」は 90 歳以上 (15.4%) が最も高くなっています。



(6) 今後の介護についての希望

問 11 (6) 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)

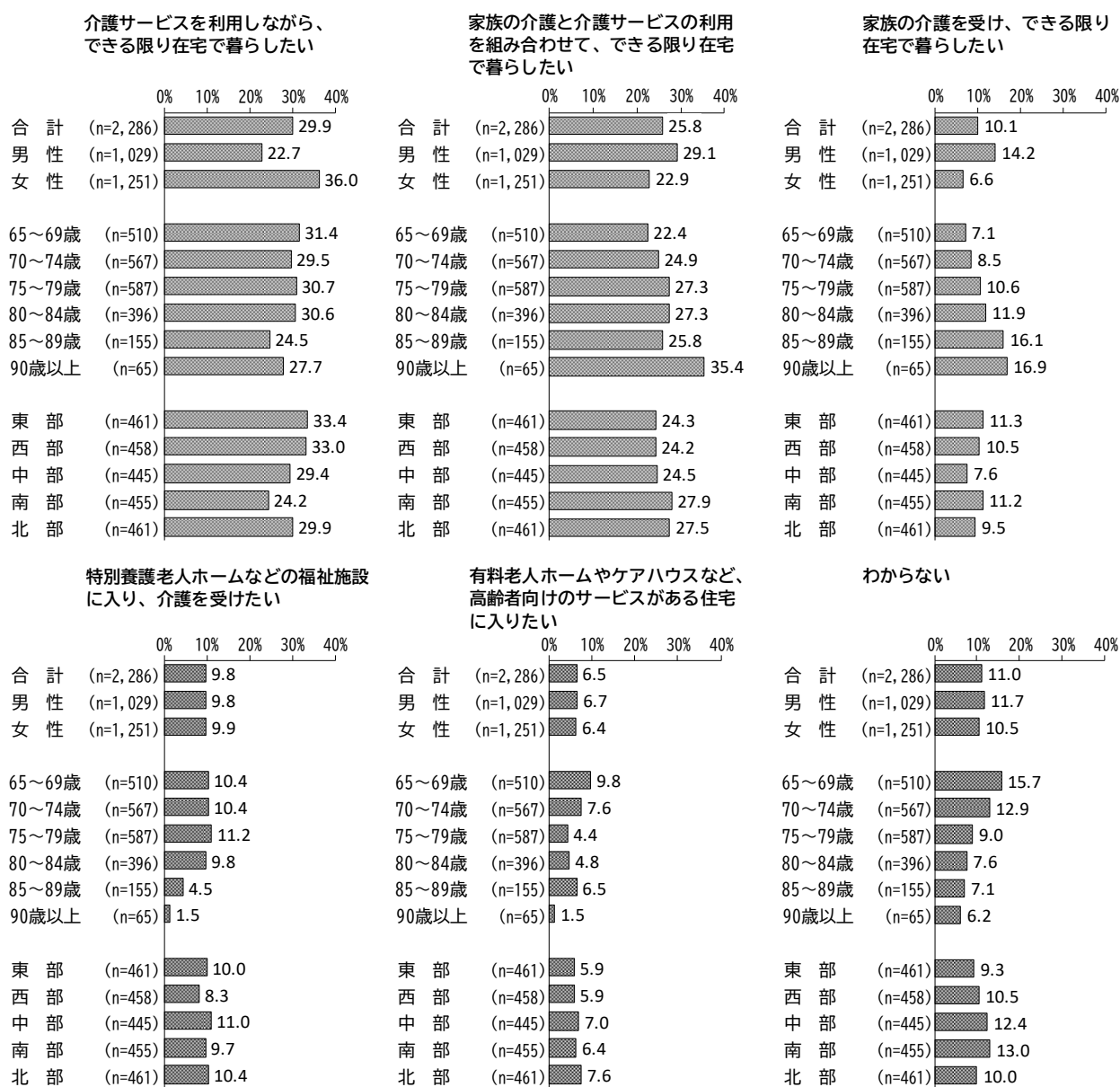
「介護サービスを利用しながら、できる限り在宅で暮らしたい」が 29.9%と最も高く、次いで「家族の介護と介護サービスの利用を組み合わせ、できる限り在宅で暮らしたい」(25.8%)、「家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい」(10.1%)、「特別養護老人ホームなどの福祉施設に入り、介護を受けたい」(9.8%)と続いており、在宅での介護を望む人は全体の 65.7%となっています。



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 13.3 ポイント上回り、「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」は女性よりも男性の方が 6～7 ポイント上回っています。

年齢階級別に見ると、「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」は 90 歳以上 (35.4%) が最も高くなっています。また、「家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい」は年齢が高くなるほど割合が高く、「わからない」は年齢が高くなるほど割合が低くなっています。

地域別に見ると、「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」は南部が 24.2% と最も低くなっています。



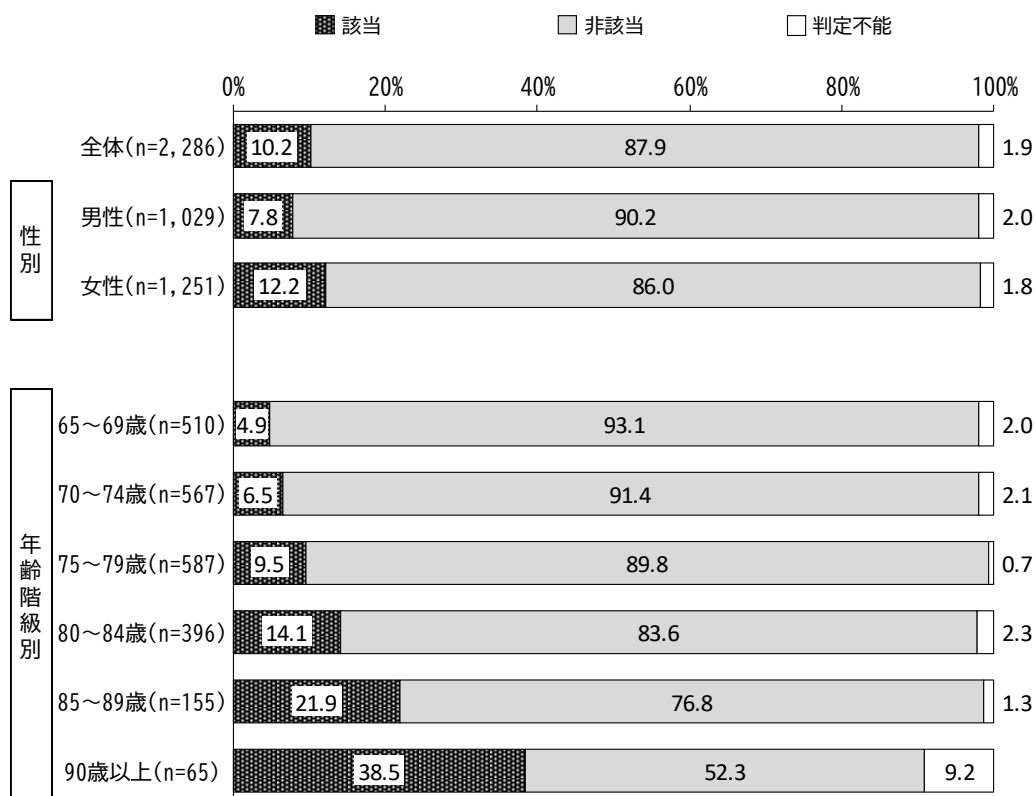
1.3 各種リスクの状況

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。

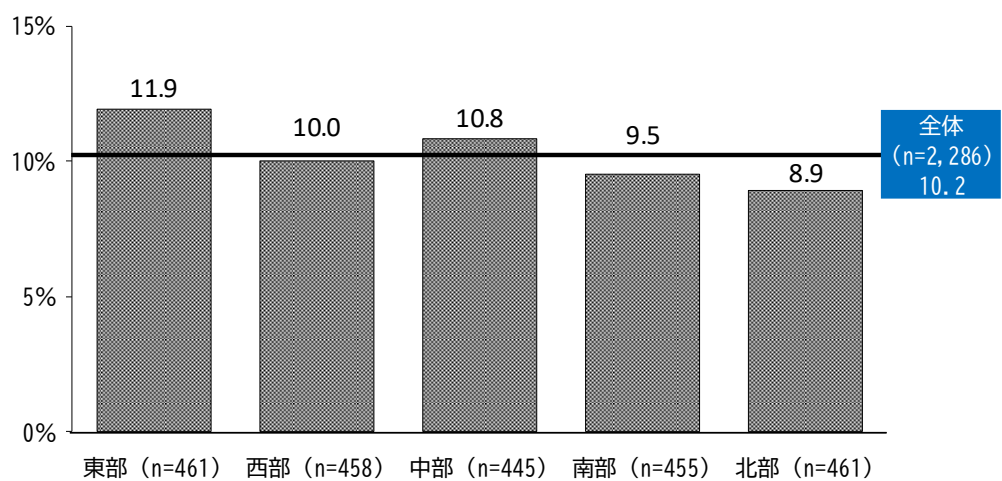
(1) 運動器機能

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10.2%、「非該当」が87.9%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見られます。



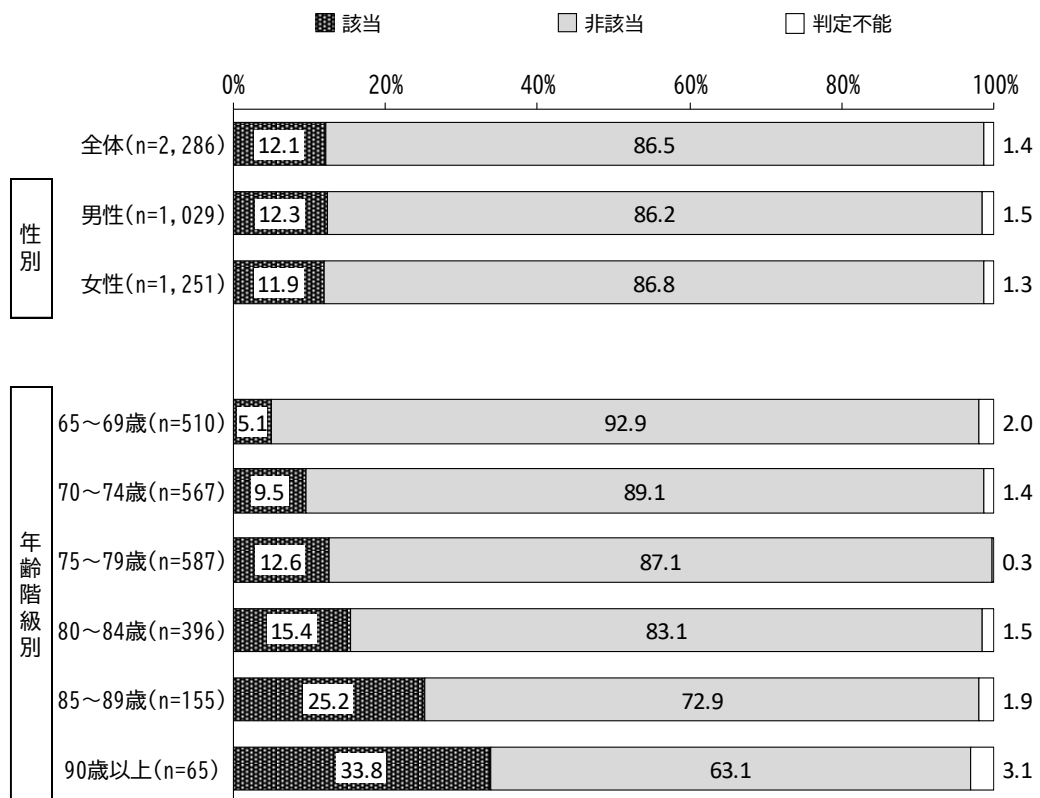
『運動器機能の低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、東部が11.9%と最も高く、北部が8.9%と最も低くなっています。



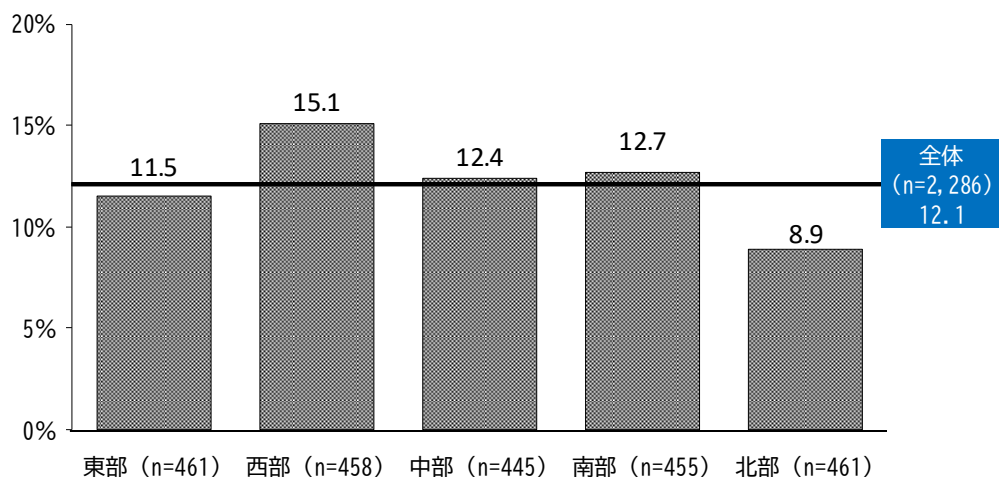
(2) 閉じこもり傾向

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 style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1.ほとんど外出しない</div> 2.週1回 3.週2～3回 4.週5回以上	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12.1%、「非該当」が86.5%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見られます。



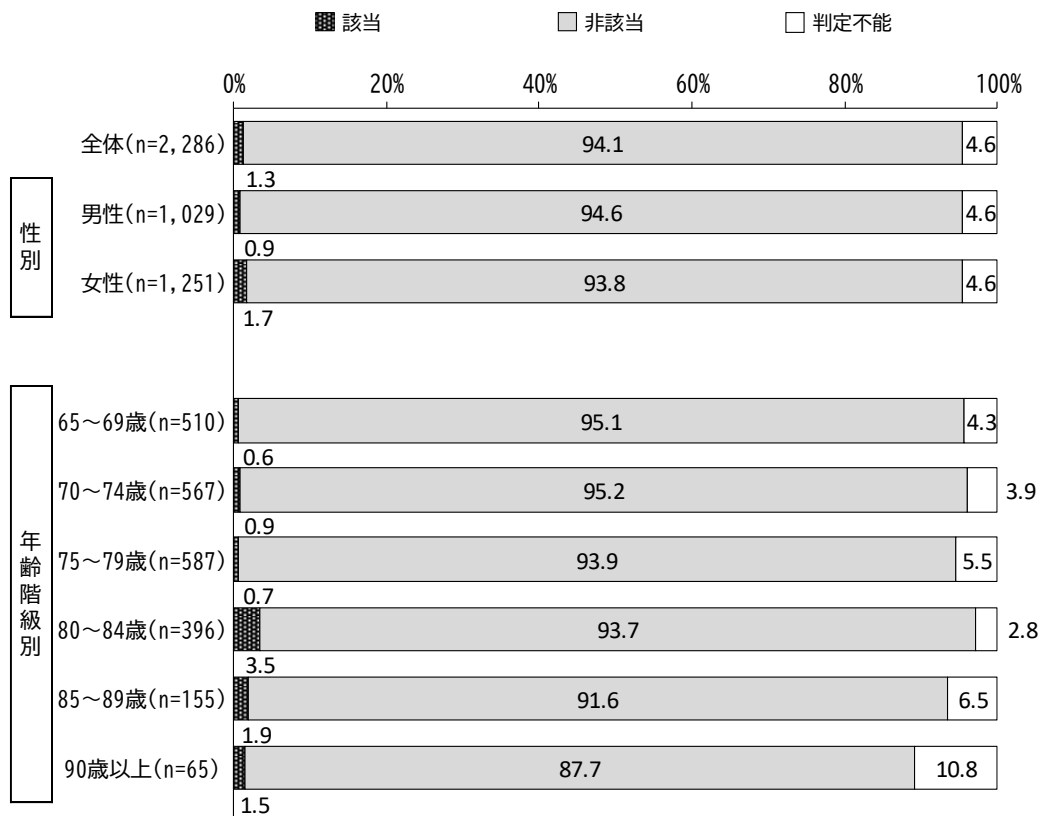
『閉じこもり傾向』に「該当」の割合を地域別に見ると、西部が15.1%と最も高く、北部が8.9%と最も低くなっています。



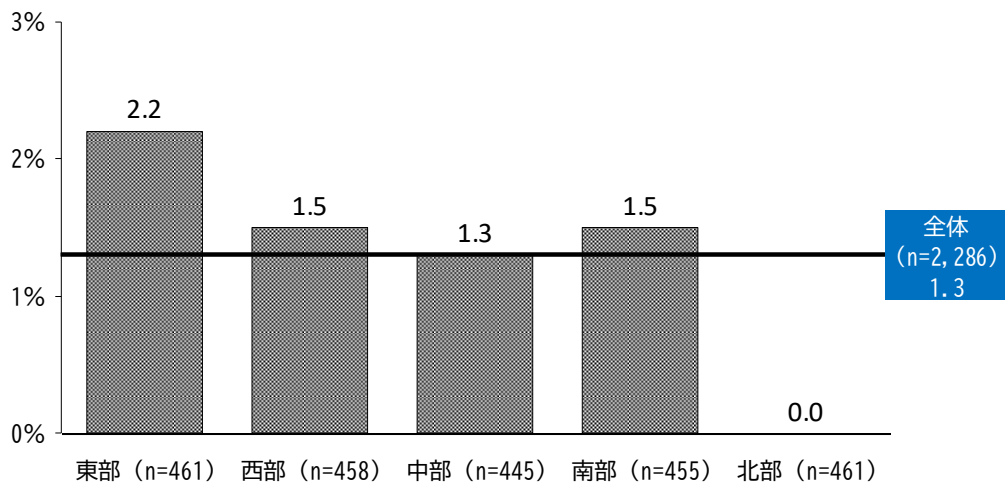
(3) 低栄養状態

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1.3%、「非該当」が94.1%となっています。
年齢階級別に見ると、「該当」の割合は80～84歳が3.5%と最も高くなっています。



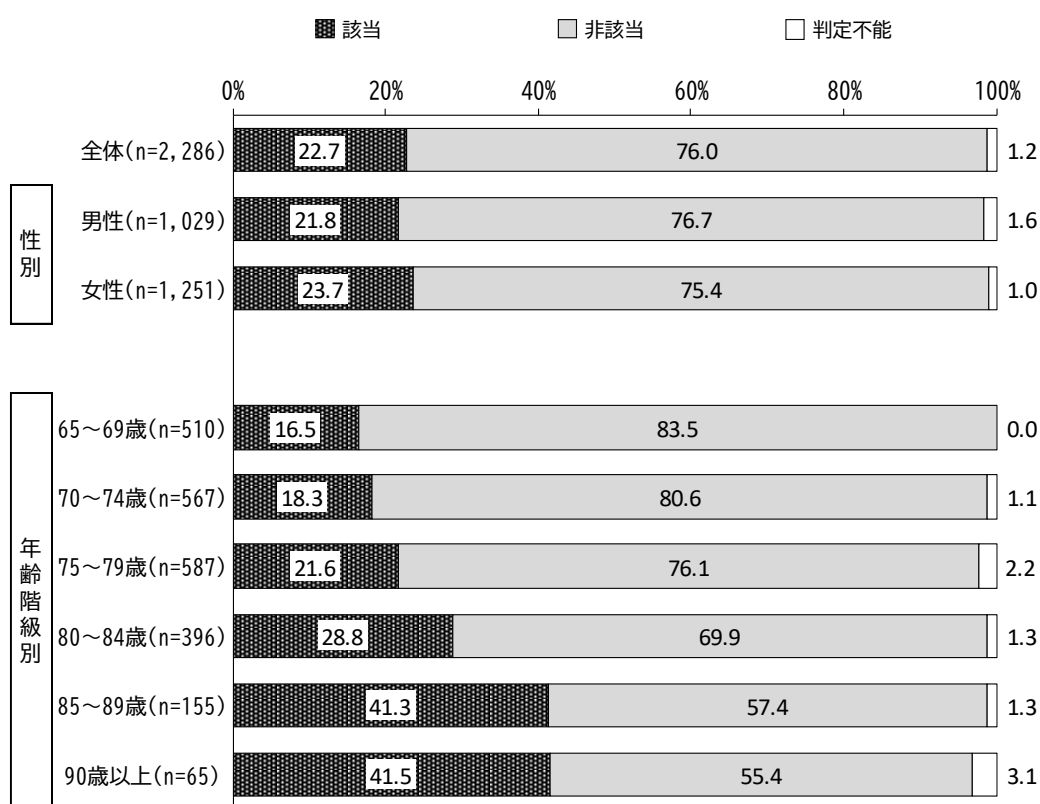
『低栄養状態』に「該当」の割合を地域別に見ると、東部が2.2%と最も高く、北部が0.0%と最も低くなっています。



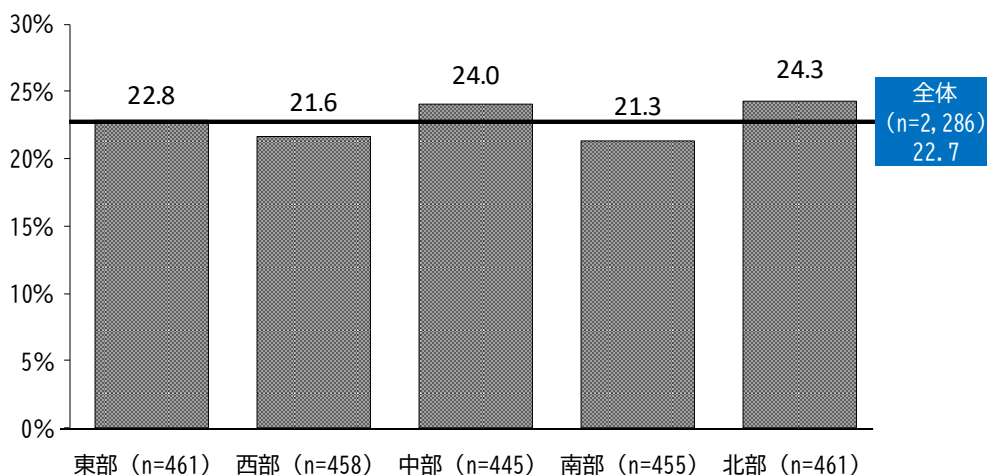
(4) 口腔機能

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22.7%、「非該当」が76.0%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見られます。



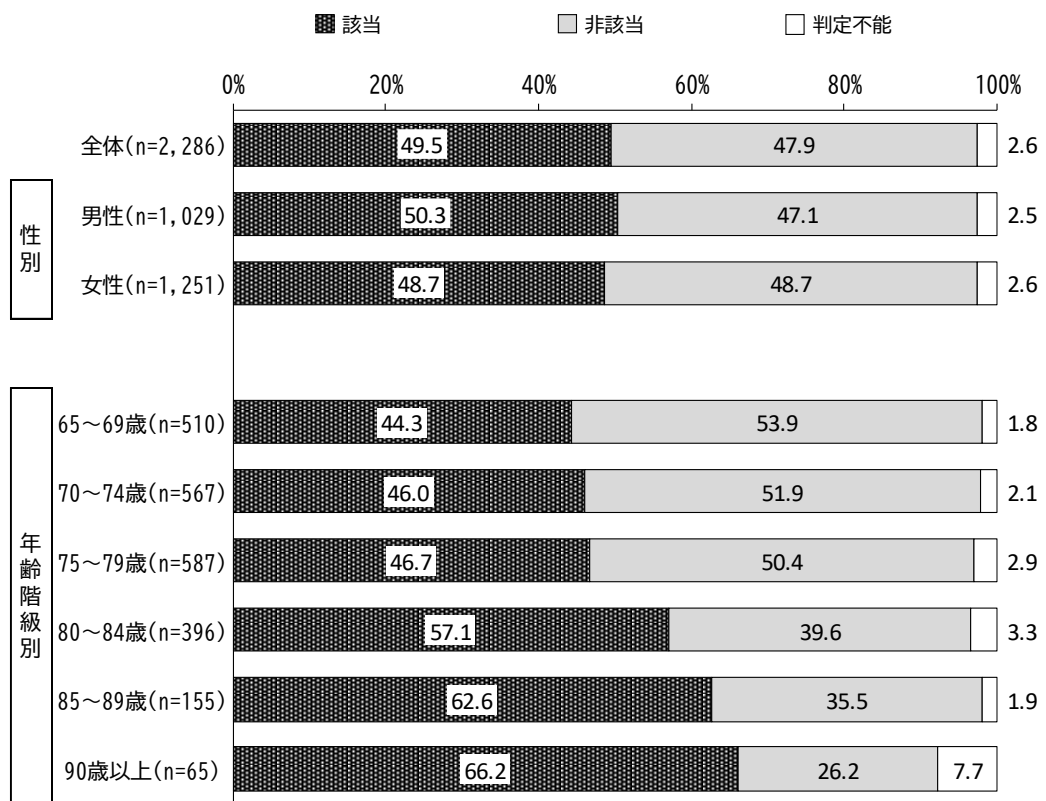
『口腔機能の低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、北部が24.3%と最も高く、南部が21.3%と最も低くなっています。



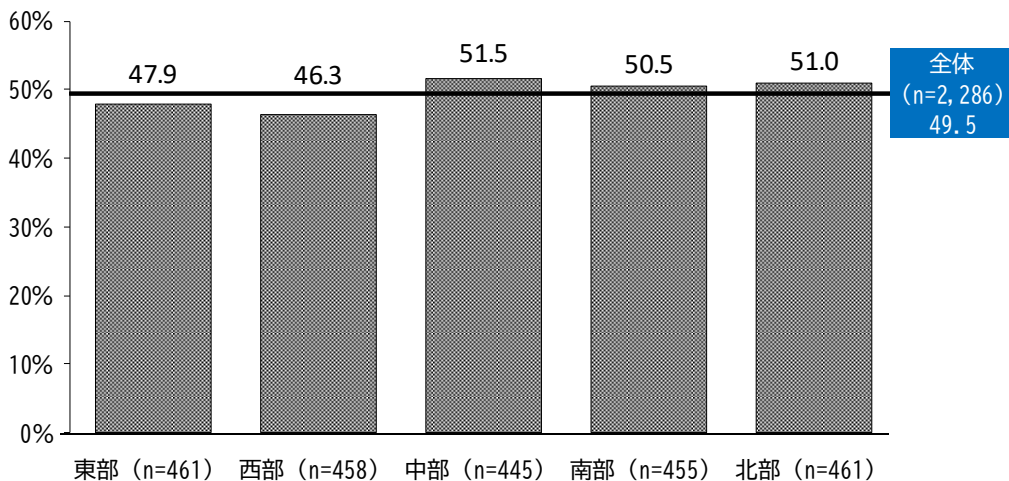
(5) 認知機能

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49.5%、「非該当」が47.9%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見られます。



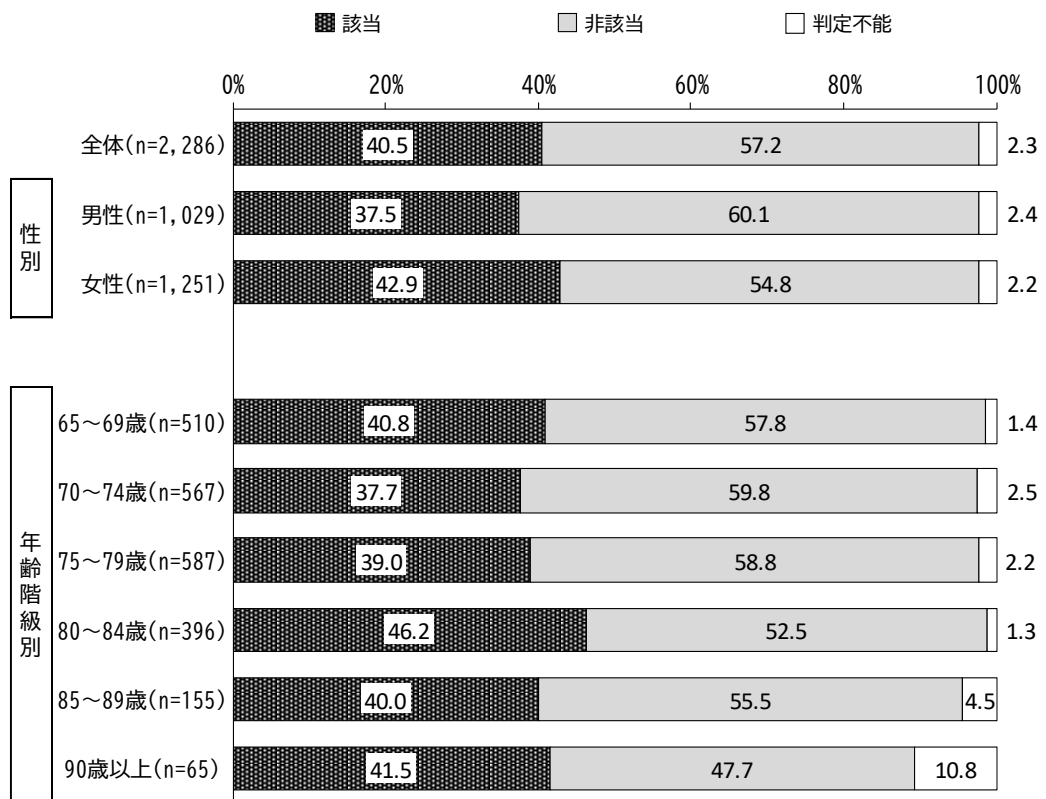
『認知機能の低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部が51.5%と最も高く、西部が46.3%と最も低くなっています。



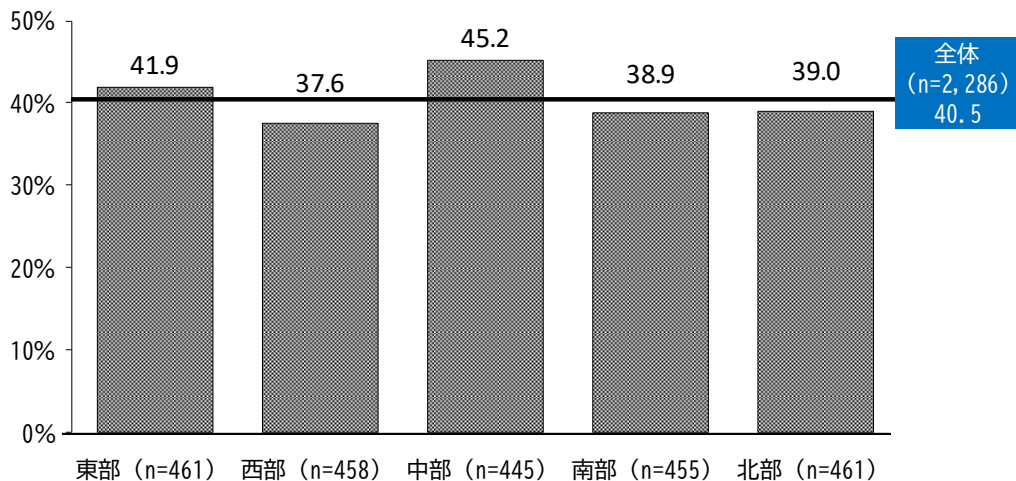
(6) うつ傾向

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40.5%、「非該当」が57.2%となっています。
年齢階級別に見ると、「該当」の割合は80～84歳が46.2%と最も高くなっています。



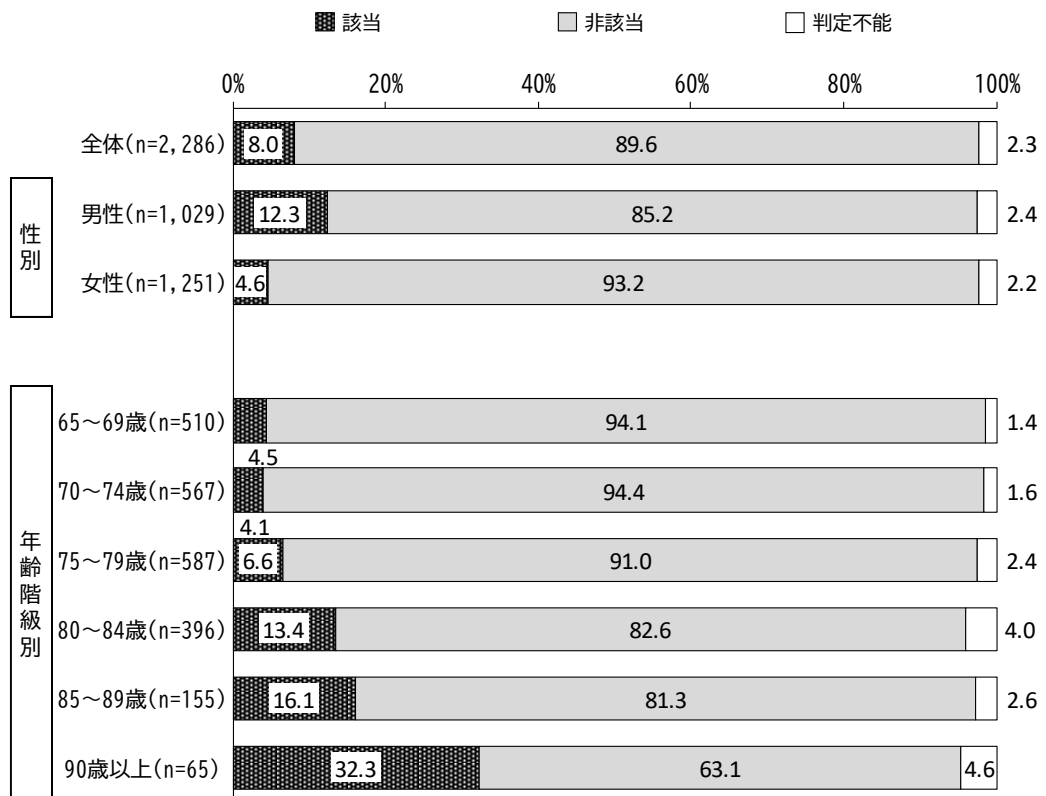
『うつ傾向』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部が45.2%と最も高く、西部が37.6%と最も低くなっています。



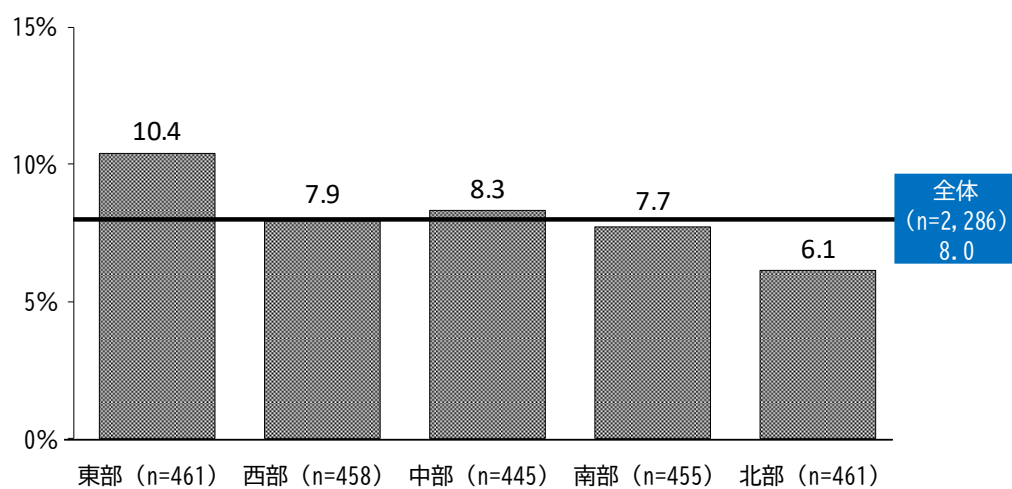
(7) IADL (手段的日常生活動作)

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) 自分で預貯金の出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8.0%、「非該当」が89.6%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「該当」の割合が高くなる傾向が見られます。



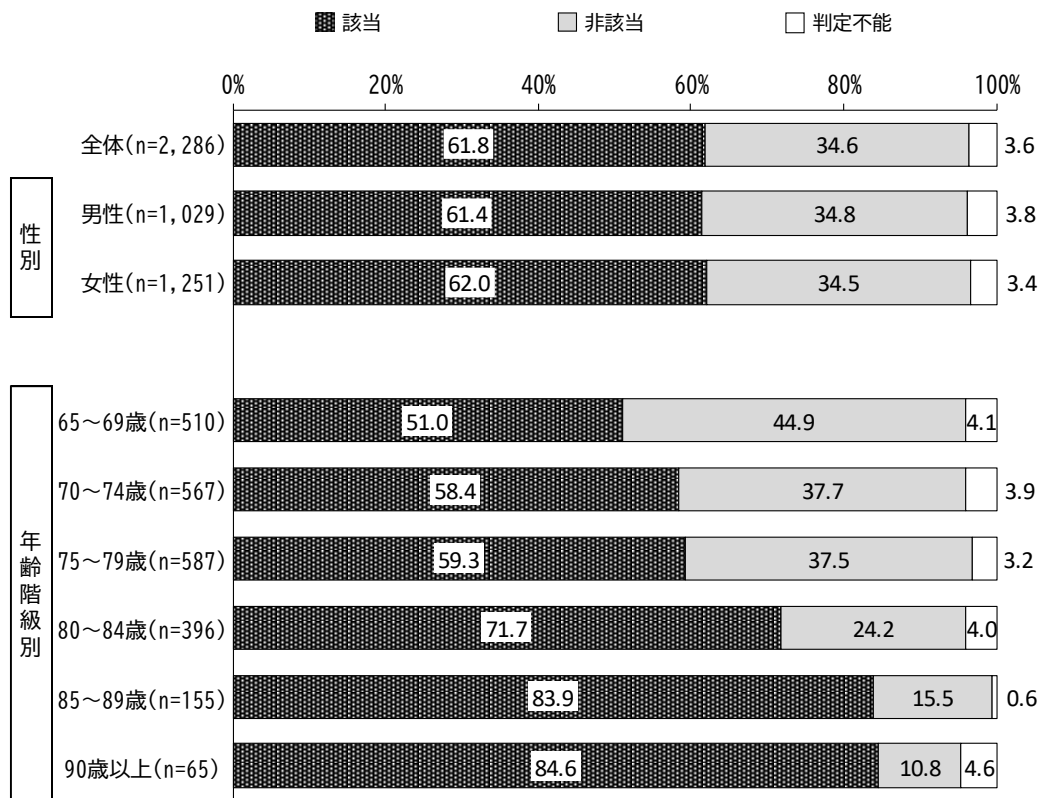
『IADLの低下』に「該当」の割合を地域別に見ると、東部が10.4%と最も高く、北部が6.1%と最も低くなっています。



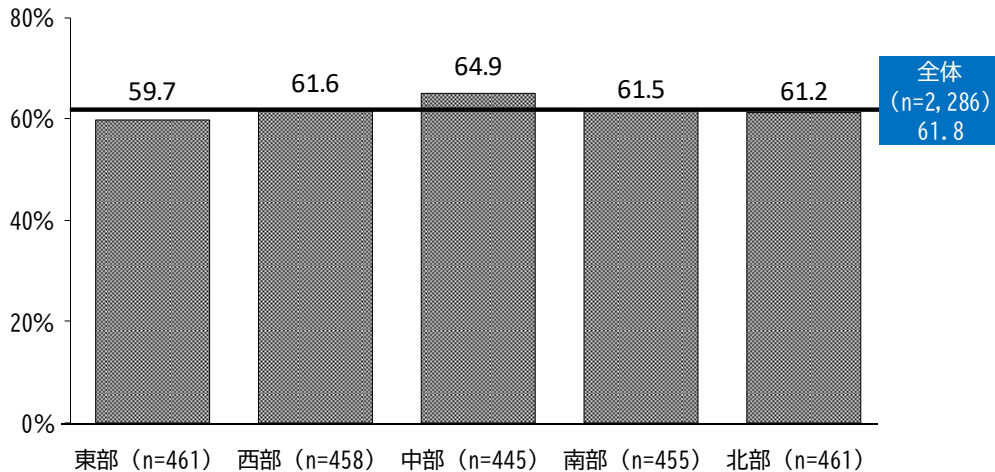
(8) 基本チェックリスト該当者のまとめ

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61.8%、「非該当」が34.6%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「該当」の割合が高くなる傾向が見られます。



『基本チェックリスト』に「該当」の割合を地域別に見ると、中部が64.9%と最も高くなっています。

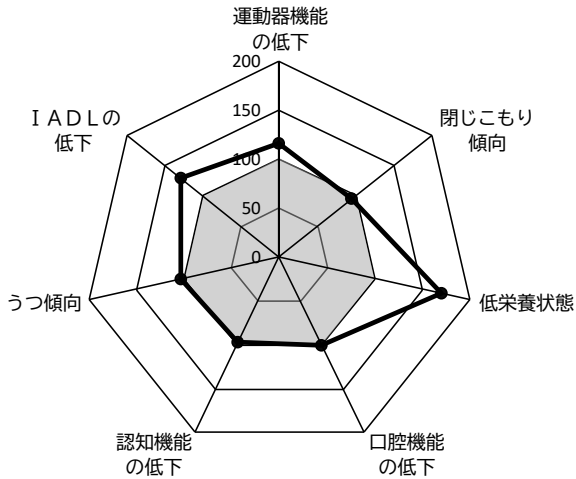


※基本チェックリストとは、介護予防・日常生活支援総合事業の対象者選定のためのチェックリストで、運動器、閉じこもり、栄養、口腔機能、虚弱、認知機能、うつリスクに関する設問で構成されています。

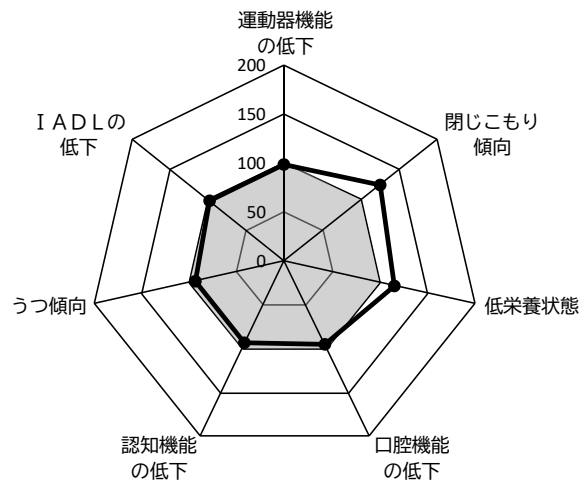
(9) 地域別に見たリスク項目別指標の比較

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。

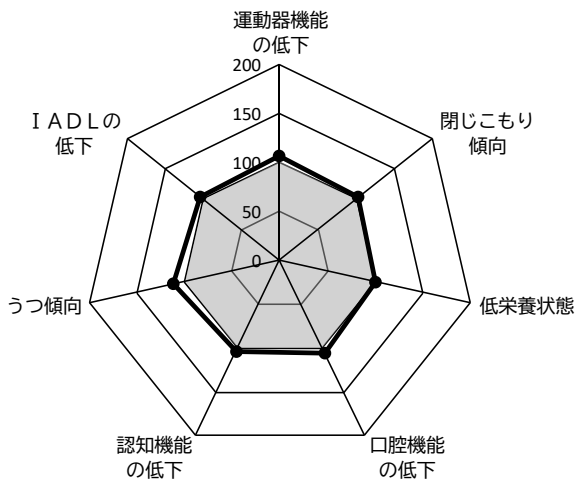
【東部】 (n=461)



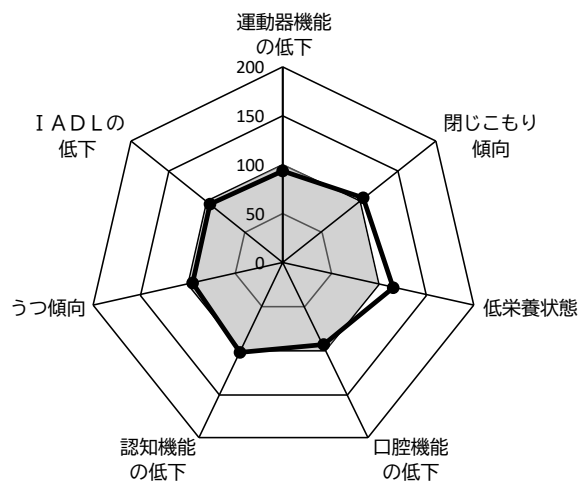
【西部】 (n=458)



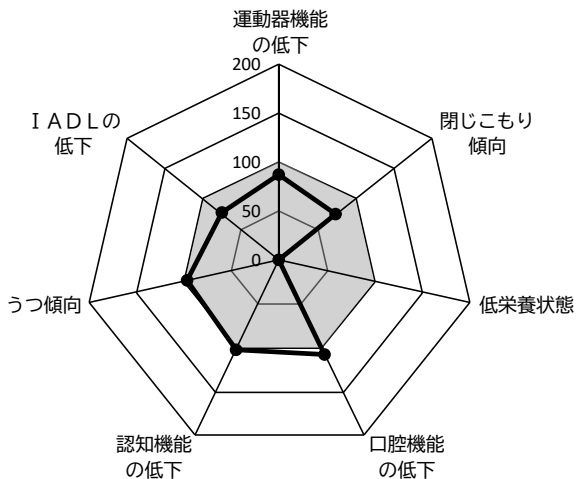
【中部】 (n=445)



【南部】 (n=455)



【北部】 (n=461)



【東部】は「運動器機能の低下」「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。

【西部】は「閉じこもり傾向」「低栄養状態」の該当者割合が全体より高くなっています。

【中部】は「うつ状態」の該当者割合が全体より高いものの、他の項目は市全体とほぼ同程度となっています。

【南部】は「低栄養状態」の該当者割合が全体より高いものの、他の項目は市全体とほぼ同程度となっています。

【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



【ラベルは剥さず
にご返送ください】

昭島市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 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10期介護保険事業計画（令和9年度～令和11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（要介護認定を受けている方は除く。）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。

ご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 7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7年12月26日(金)までに郵便ポストへ投函してください。

【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

個人情報の保護およ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、昭島市による高齢者保健福祉計画・第10期介護保険事業計画（令和9年度～令和11年度）の策定・推進の目的以外には利用いたしません。
- 当該情報については、昭島市が個人情報の保護に関する法律に基づき、適正に管理いたします。
- 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。
- 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載してください。
- 「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。

問 1**あなたのご家族や生活状況について****(1) 家族構成をお教えてください (○は1つ)**

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 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 | |

(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)

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)

【(2)において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】**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)**

- | | |
|--|---|
| 1. <small>のうそっちゅう</small> 脳卒中 (<small>のうしゅっけつ</small> 脳出血・ <small>のうこうそく</small> 脳梗塞等) | 2. 心臓病 |
| 3. がん (悪性新生物) | 4. 呼吸器の病気 (<small>はいきしゅ</small> 肺気腫・肺炎等) |
| 5. 関節の病気 (リウマチ等) | 6. <small>にんちしょう</small> 認知症 (アルツハイマー病等) |
| 7. パーキンソン病 | 8. <small>とうにようびょう</small> 糖尿病 |
| 9. <small>じんしっかん</small> 腎疾患 (透析) | 10. <small>しかく</small> 視覚・ <small>ちようかくしやうがい</small> 聴覚障害 |
| 11. <small>こっせつ</small> 骨折・ <small>てんとう</small> 転倒 | 12. <small>せきついそんしょう</small> 脊椎損傷 |
| 13. 高齢による <small>すいじゃく</small> 衰弱 | 14. その他 () |
| 15. 不明 | |

【(2)において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】**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)**

- | | | |
|----------------|-------|----------|
| 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. こうえいちんたいじゅうたく 公営賃貸住宅 4. みんかんちんたいじゅうたく 民間賃貸住宅 (一戸建て)
5. みんかんちんたいじゅうたく 民間賃貸住宅 (集合住宅) 6. 借家
7. その他 ()

問2 からだを動かすことについて

(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 ^{しょうがい のうそっちゅう} の後遺症 ^{こういしょう} 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 () |

(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

【(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】

② 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

(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
(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)	
1. はい	2. いいえ
(13) 友人・知人の家を訪ねていますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
(14) 家族や友人・知人の相談にのっていますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
(15) 病人を見舞うことができますか (○は1つ)	
1. はい	2. いいえ
(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)	
1. はい	2. いいえ
(17) 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	
(18) 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**就労について**

(1) 現在のあなたの就労状態はどれですか (〇はいくつでも)

1. 職に就いたことがない 2. 引退した 3. 常勤 (フルタイム)
4. 非常勤 (パート・アルバイト等) 5. 自営業 6. 求職中
7. その他

【(1) において「2. 引退した」の方のみ】

① あなたはいつ引退しましたか

1. 昭和 年 2. 平成 年 3. 令和 年

問7**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 (〇はいくつでも)

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・知人
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 (〇はいくつでも)

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・知人
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 (〇はいくつでも)

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・知人
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 (〇はいくつでも)

- | | | |
|-----------------------|---------------|-----------|
| 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・知人 |
| 7. その他 () | 8. そのような人はいない | |

(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 (〇はいくつでも)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 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・市役所 | 6. その他 |
| 7. そのような人はいない | |

(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか (〇は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 | |

(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 (〇は1つ)

- | | | |
|-------------|----------|---------|
| 1. 0人 (いない) | 2. 1~2人 | 3. 3~5人 |
| 4. 6~9人 | 5. 10人以上 | |

(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (〇はいくつでも)

- | | |
|------------------|----------------------|
| 1. 近所・同じ地域の人 | 2. 幼なじみ |
| 3. 学生時代の友人・知人 | 4. 仕事での同僚・元同僚 |
| 5. 趣味や関心が同じ友人・知人 | 6. ボランティア等の活動での友人・知人 |
| 7. その他 | 8. いない |

問 8

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 (〇は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 (〇は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 (〇は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 (〇は1つ)

1. はい 2. いいえ

(5) お酒は飲みますか (〇は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 (〇は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 (1. 以外○はいくつでも)

- | | |
|--|--|
| 1. ない | 2. 高血圧 |
| 3. <small>のうそっちゅう</small> 脳卒中 (<small>のうしゅっけつ・のうこうそく</small> 脳出血・脳梗塞等) | 4. 心臓病 |
| 5. <small>とうにようびょう</small> 糖尿病 | 6. <small>こうしけっしょう</small> 高脂血症 (<small>ししつゐじょう</small> 脂質異常) |
| 7. 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎) | 8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気 |
| 9. <small>じんぞう</small> 腎臓・ <small>ぜんりつせん</small> 前立腺の病気 | 10. <small>きんこっかく</small> 筋骨格の病気 (<small>こつそ</small> 骨粗しょう症、 <small>しょう</small> 関節症等) |
| 11. <small>がいしょう</small> 外傷 (<small>てんとう</small> 転倒・ <small>こっせつ</small> 骨折等) | 12. がん (悪性新生物) |
| 13. <small>めんえき</small> 血液・免疫の病気 | 14. うつ病 |
| 15. <small>にんちしょう</small> 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 9**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

4. 病院

5. 介護事業所

6. その他 ()

(4) 認知症について知りたい、学びたいと思いますか (○は1つ)

1. 思う

2. どちらかというと思う

3. どちらかというと思わない

4. 思わない

問 11**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活用していますか
(○は1つ)

1. スマートフォンやパソコンなどの使い方が分からないため、活用していない
2. スマートフォンやパソコンなどの機器を持っていないため、活用していない
3. スマートフォンのみ活用している
4. パソコンのみ活用している
5. スマートフォン及びパソコンを活用している

【(1) において「3. スマートフォンのみ活用している」「4. パソコンのみ活用している」「5. スマートフォン及びパソコンを活用している」の方のみ】

① どのようなことに使用していますか (○はいくつでも)

- | | | |
|---------------------|---------------|-----------|
| 1. メール | 2. 電話 | 3. 動画視聴 |
| 4. LINE や X などの SNS | 5. 確定申告等行政手続き | 6. ゲーム |
| 7. ネットショッピング | 8. 情報収集 | 9. 決済サービス |
| 10. 健康管理 | 11. その他 () | |

② スマートフォンやパソコンの教室があれば利用したいですか (○は1つ)

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

(2) 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
(7. 以外○はいくつでも)

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・知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

(3) 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があると思いますか (○は1つ)

1. はい

2. いいえ

(4) 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か月以内にしようとは考えていない

3. 今後6か月以内にしようとしているが、この1か月以内にする予定はない

4. 今後1か月以内にする予定である

5. 既に行っている (6か月未満)

6. 既に行っている (6か月以上)

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

1. 足腰を強くするための取組

2. 噛んだり、飲んだりする状態を高める取組

3. 栄養状態の改善のための取組

4. 認知症予防のために脳機能を高める取組

5. 特になし

(6) 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)

1. 家族の介護を受け、できる限り在宅で暮らしたい
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
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
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
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
6. その他 (具体的に)
7. わからない

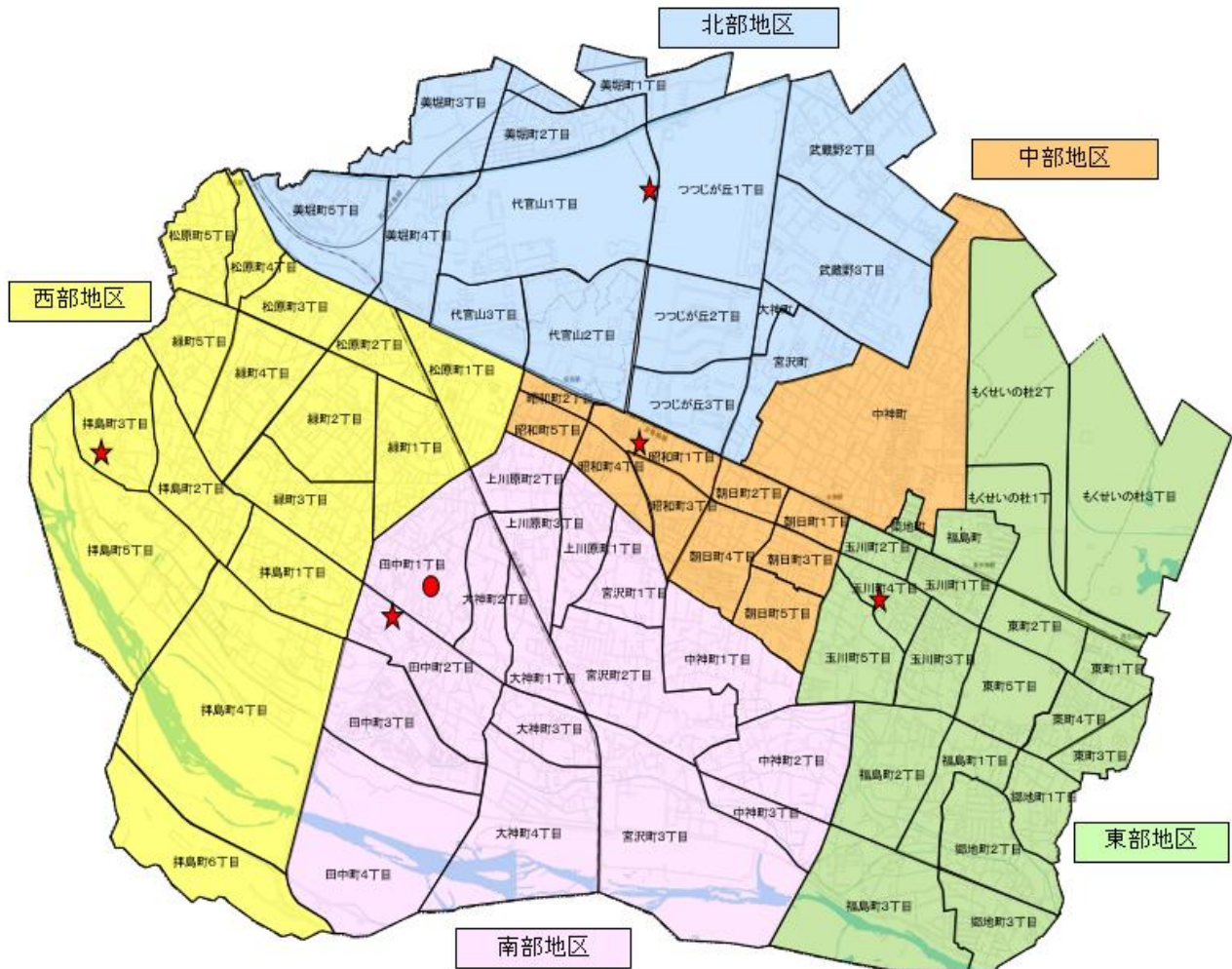
■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■

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

2 地域包括支援センター担当地区

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
	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
	大神町
	代官山1丁目
	代官山2丁目
	代官山3丁目

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8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）