

湯上市
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
結果報告書

令和5年9月
湯上市

目 次

第1章 調査の概要	1
1. 調査の目的	3
2. 調査の実施状況	3
3. 報告書の見方	4
第2章 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果	5
1. あなたのご家族や生活状況について	7
2. からだを動かすことについて	14
3. 食べることについて	22
4. 毎日の生活について	30
5. 地域での活動について	42
6. 助け合いについて	47
7. 健康について	52
8. 認知症にかかる相談窓口の把握について	60
9. その他について	61
10. リスク判定	66
（参考）運動機能等チェック項目評価	66

第 1 章 調査の概要

1. 調査の目的

本調査は、高齢者の方々の日々の生活状況や普段の意識、健康状態等の把握をする
とともに、要支援・要介護認定を受けた方を介護している家族の生活状況や介護する
際の状況等について把握し、次期高齢者福祉計画及び介護保険事業計画策定に向けた
基礎資料とするために実施したものです。

2. 調査の実施状況

2-1. 調査期間

令和5年7月

2-2. 調査対象及びサンプル数

一般高齢者及び要支援者 1,500 件

2-3. 調査方法

郵送による配布・回収

2-4. 回収状況

配布数	有効回収数	回収率
1,500 票	881 票	58.7%

3. 報告書の見方

- ① 図表の中の（●●人）内の数値は、回答者の総数を意味しています。設問によっては、回答者が制限される（別の設問である選択肢を選んだ回答者のみ回答する場合など）ため、数値は一定ではありません。
- ② 比率は、回答者の総数（●●人）を 100%とした百分比で算出し、小数点以下第2位を四捨五入しています。そのため、表示されている百分比の合計が 100%にならない場合があります。
- ③ 複数回答が可能な設問では、その比率の合計が 100%を上回ることがあります。
- ④ クロス集計表は、“全体”との差が目立つ部分を抜粋して記載しています。また、“全体”との差により、数値に印をつけています。

全体との差が	+10%以上 : ○	+20%以上 : ◎
	-10%以上 : ●	-20%以上 : ◆

第2章 調査結果

1. あなたのご家族や生活状況について

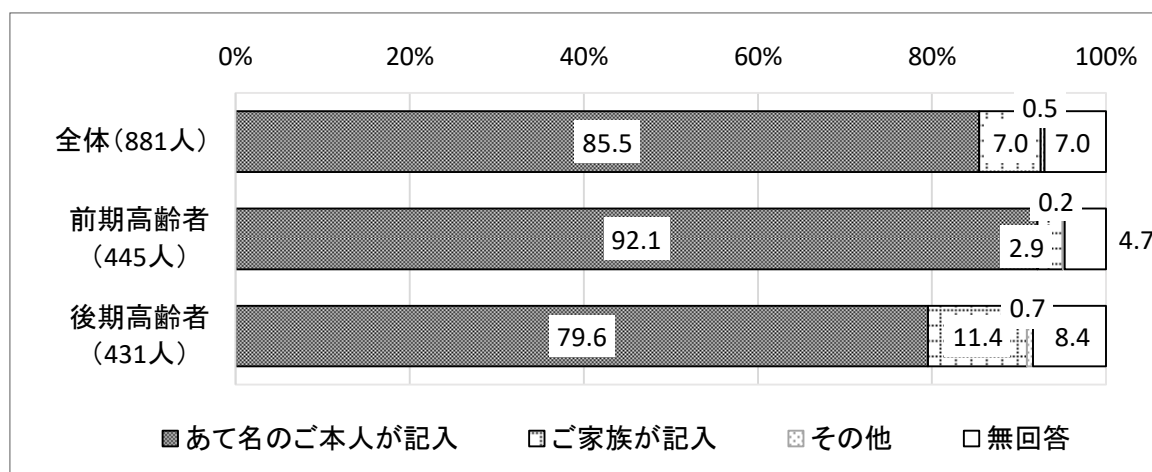
(1) 記入者

この調査票に記入されるのはどなたですか。(○は1つ)

調査票の記入者をみると、「あて名のご本人が記入」が85.5%、「ご家族が記入」が7.0%となっています。

後期高齢者で本人の記入が少なくなっています。

【前期・後期高齢者別】

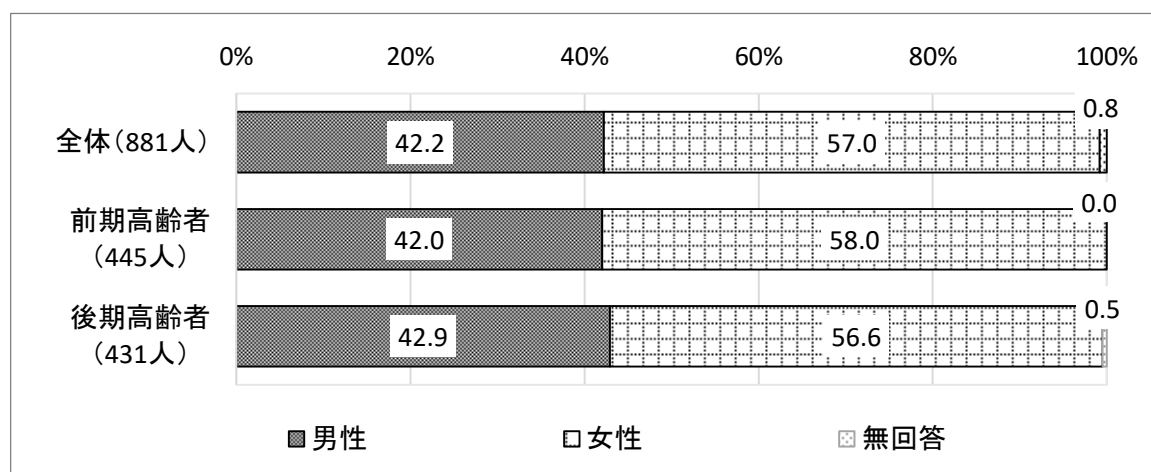


(2) 性別

問1:あなた(あて名の方)の性別はどちらですか。(○は1つ)

性別をみると、「女性」が57.0%、「男性」が42.2%となっています。

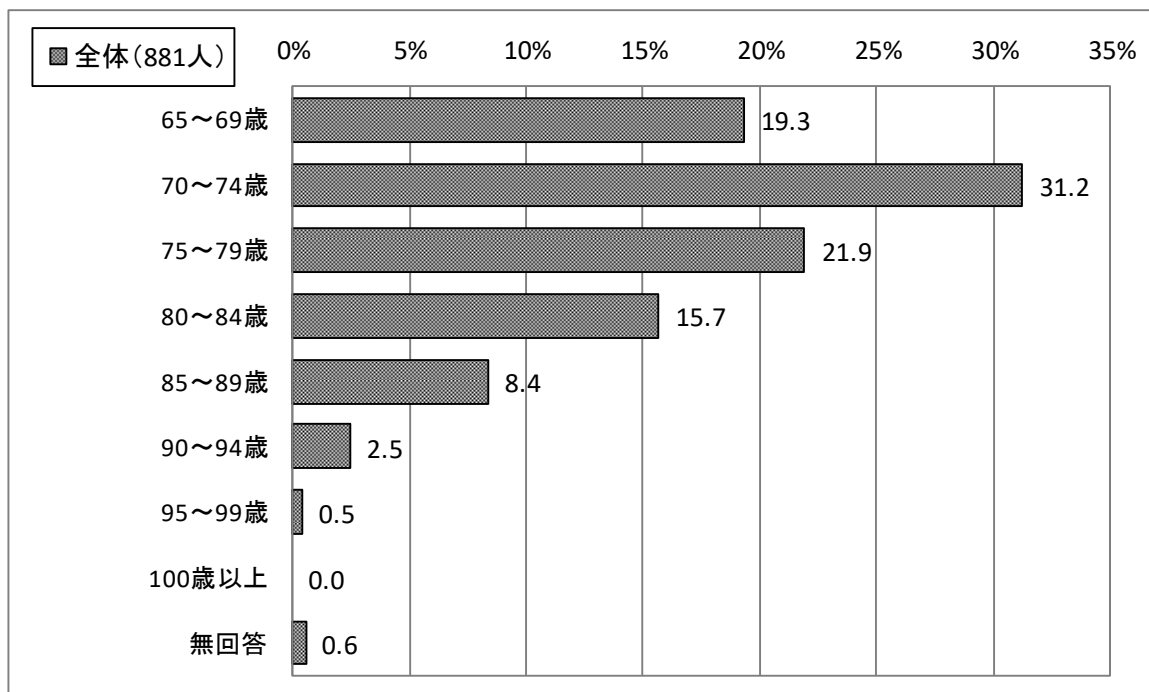
【前期・後期高齢者別】



(3) 年齢

問2:あなた(あて名の方)の年齢はおいくつですか。(○は1つ)

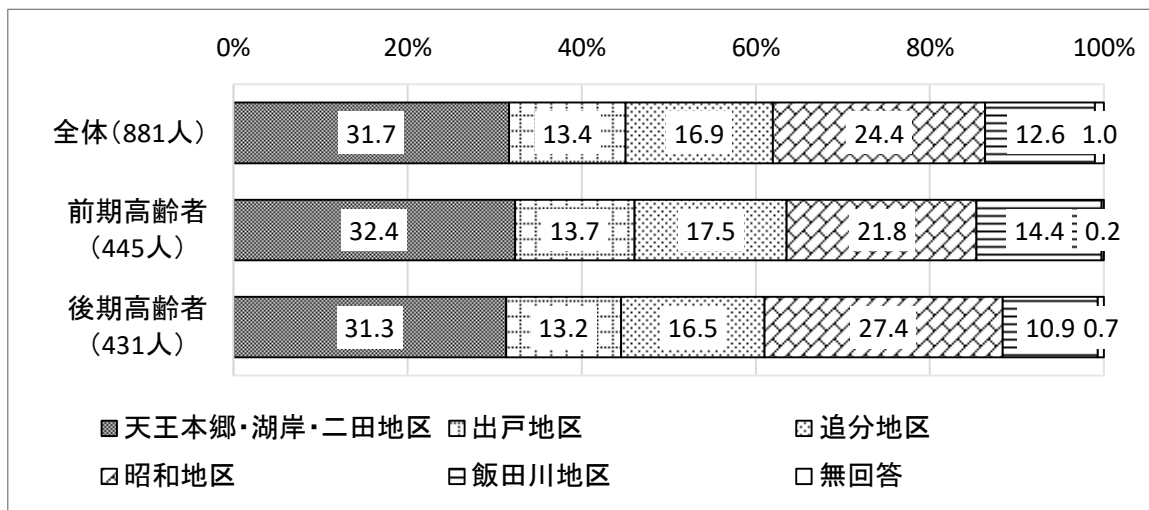
年齢をみると、「70～74歳」が31.2%で最も多くなっており、次いで「75～79歳」(21.9%)、「65～69歳」(19.3%)と続いています。



(4) 居住地

問3:あなたの住んでいる地区はどこですか。(○は1つ)

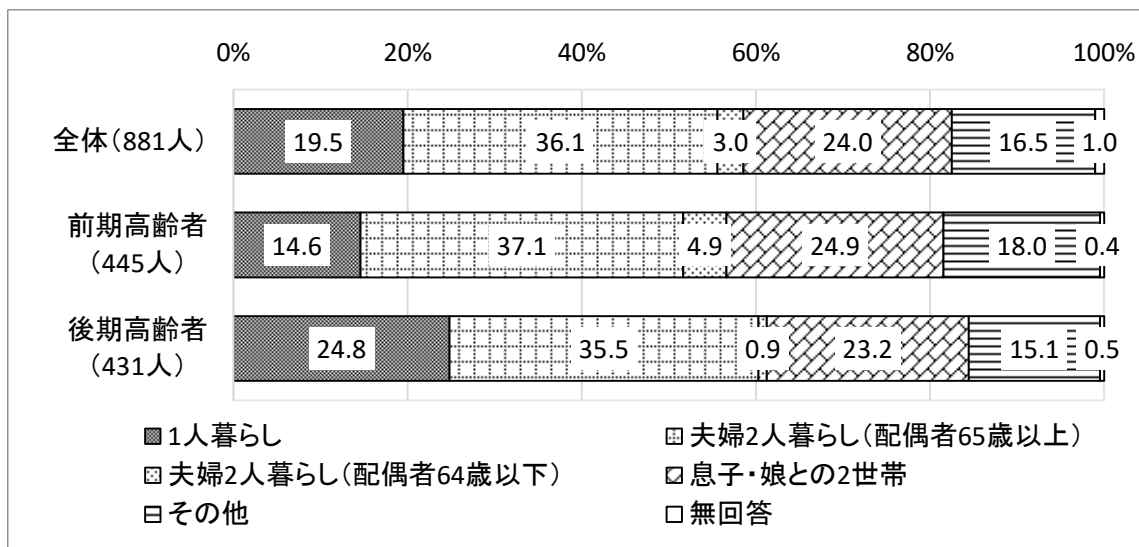
居住地域をみると、「天王本郷・湖岸・二田地区」が31.7%で最も多くなっており、次いで「昭和地区」(24.4%)、「追分地区」(16.9%)と続いています。



(5) 家族構成

問4:家族構成はどのようになっていますか。○は1つ)

家族構成をみると、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が36.1%で最も多く、次いで「息子・娘との2世帯」が24.0%、「1人暮らし」が19.5%が続いています。後期高齢者では「1人暮らし」がやや多くなっています。

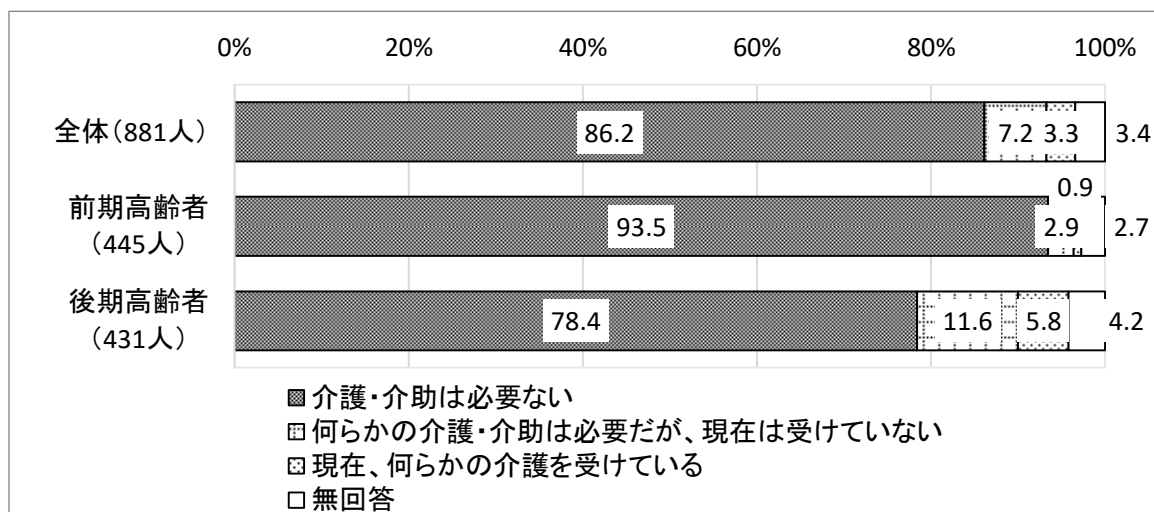


(6) 介護・介助の必要性

問5:あなたは、日常生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。(○は1つ)

日常生活での介護・介助の状況をみると、「介護・介助は必要ない」が86.2%と8割以上の割合となっています。

後期高齢者では、「介護・介助は必要ない」が78.4%と少なく、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が11.6%、「現在、何らかの介護を受けている」が5.8%となっています。

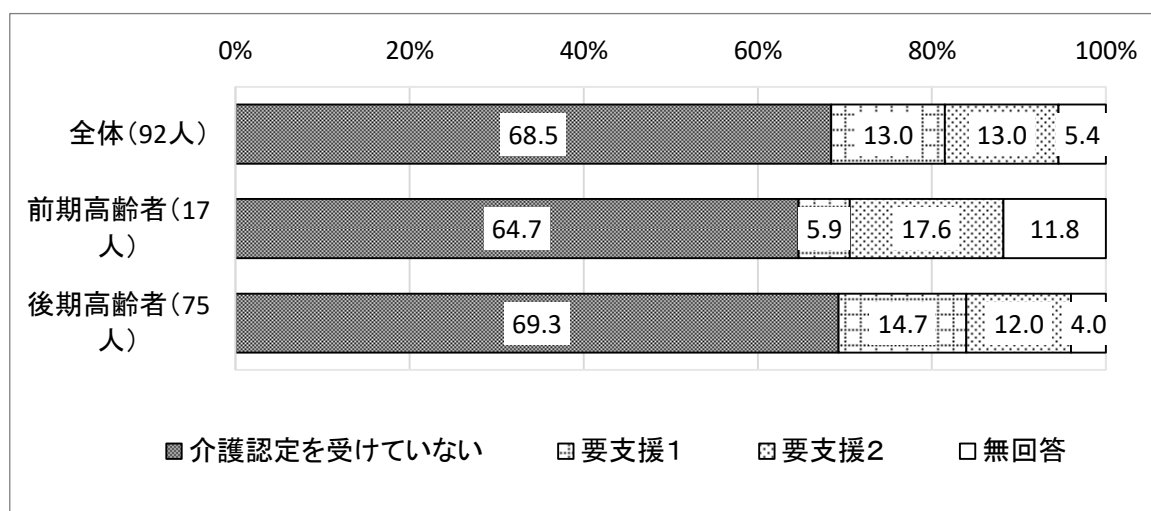


(7) 介護保険の認定状況

☆以下の問 5-1 と問 5-2は、問5において、「2」または「3」と回答された方にお伺いします。
 問 5-1:現在、あなたは要支援認定を受けていますか。(○は1つ)

要支援・要介護認定の状況を見ると、「介護認定を受けていない」が68.5%となっています。

介護認定を受けている方では、「要支援1」と「要支援2」がともに13.0%となっています。

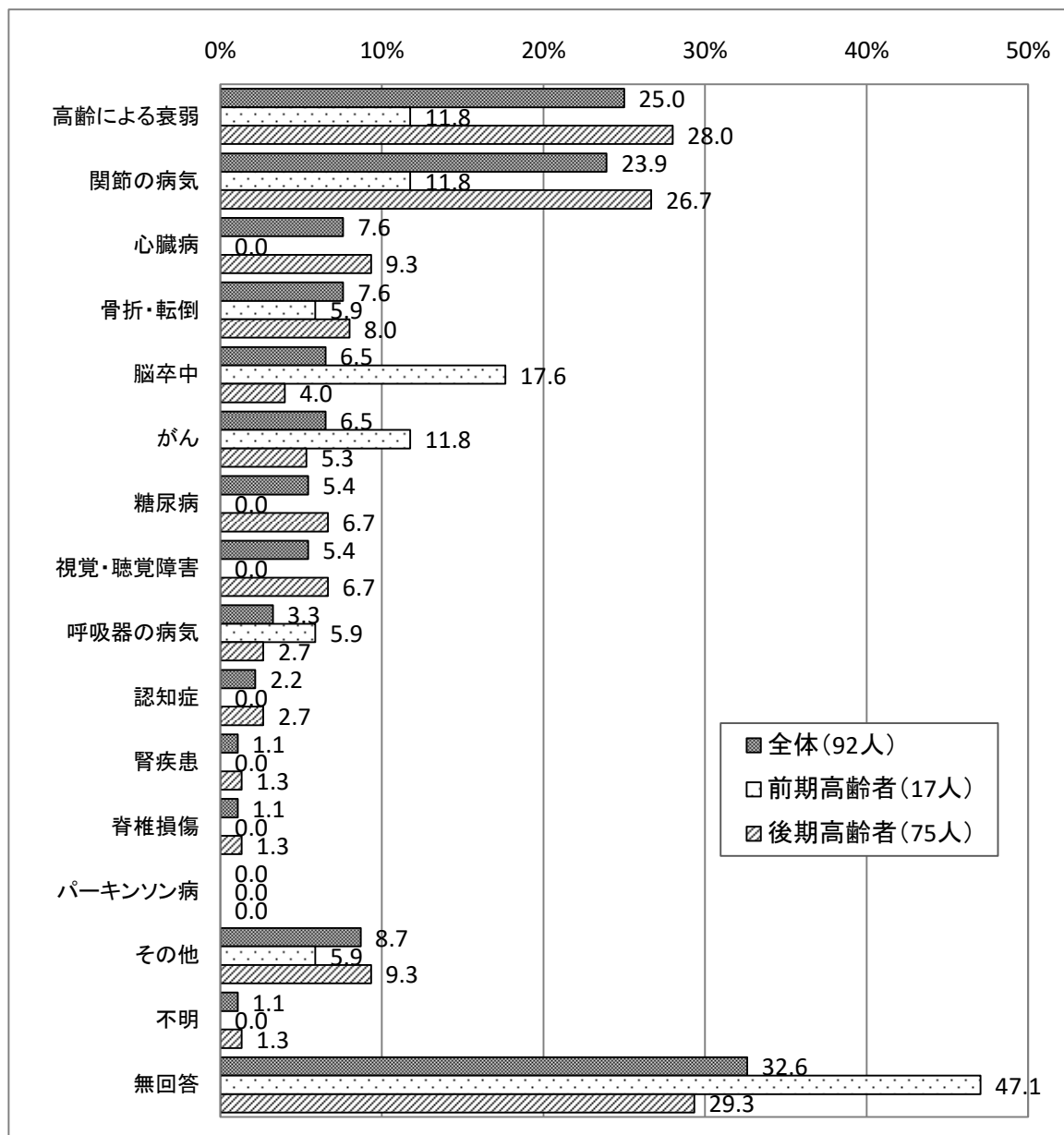


(8) 介護・介助が必要になった原因

問 5-2: 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)

介護・介助が必要になった主な原因をみると、「高齢による衰弱」が25.0%と4人に1人の割合で最も多くなっています。次いで「関節の病気」が23.9%、以下、「心臓病」、「骨折・転倒」、「脳卒中」と続いています。

前期高齢者では、「脳卒中」が17.6%で最も多くなっています。「がん」についても後期高齢者よりやや多くなっています。

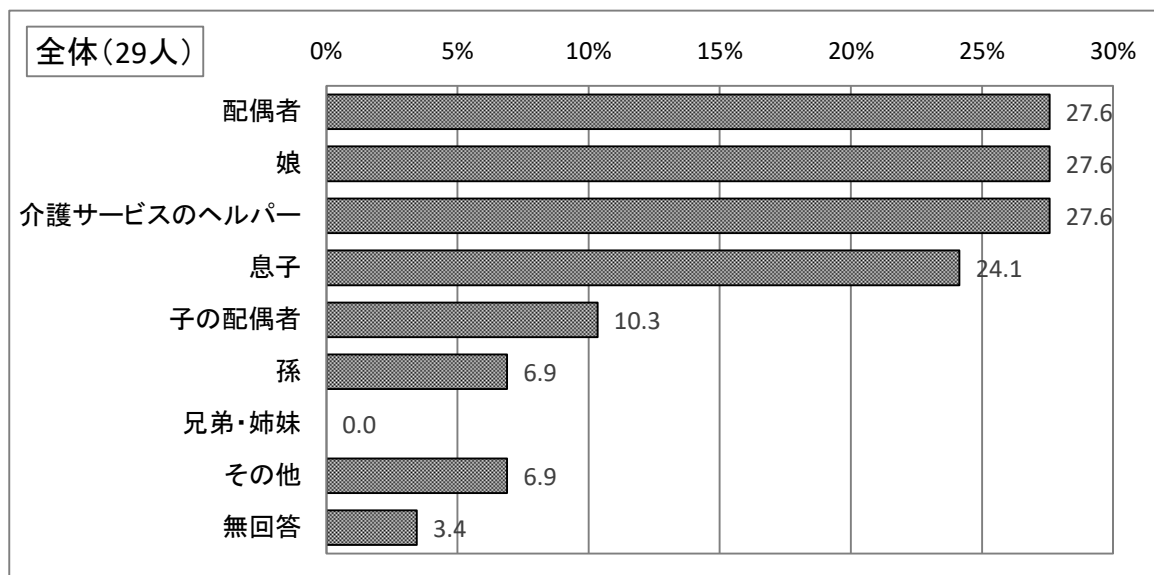


(9) 主な介護・介助者

☆以下の問 5-3は、問5において、「3」と回答された方にお伺いします。

問 5-3:主にどなたの介護、介助を受けていますか。(○はいくつでも)

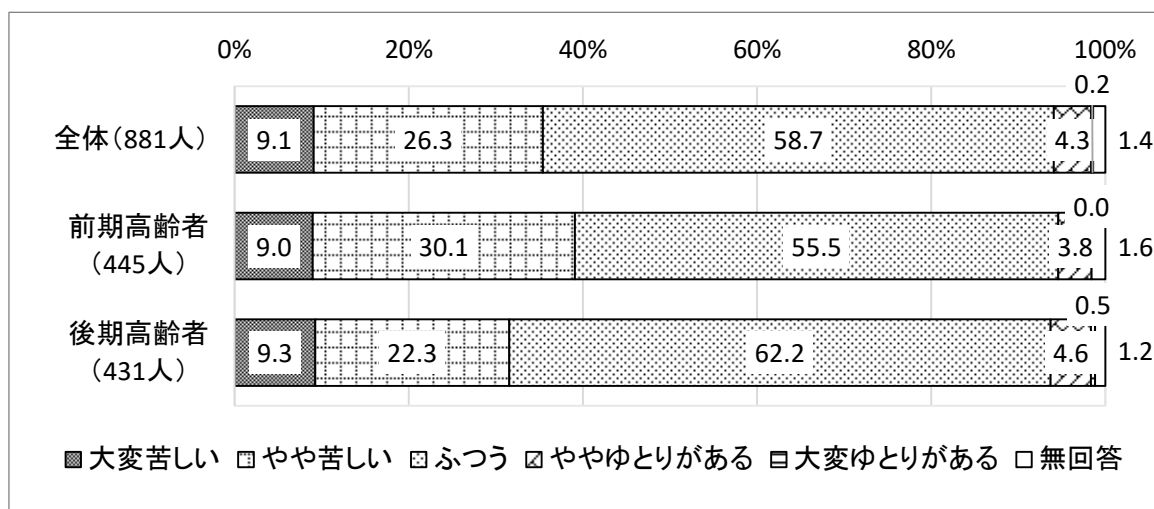
主な介護者をみると、「配偶者」「娘」「介護サービスのヘルパー」がともに 27.6%で最も多くなっています。次いで「息子」が 24.1%、「子の配偶者」が 10.3%が続いています。



(10) 暮らしの状況

問6: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)

現在の経済状況をみると、「ふつう」が 58.7%と半数以上を占めていますが、『苦しい』(「大変苦しい」と「やや苦しい」の合計)も 35.4%と少なくありません。



■幸福度別

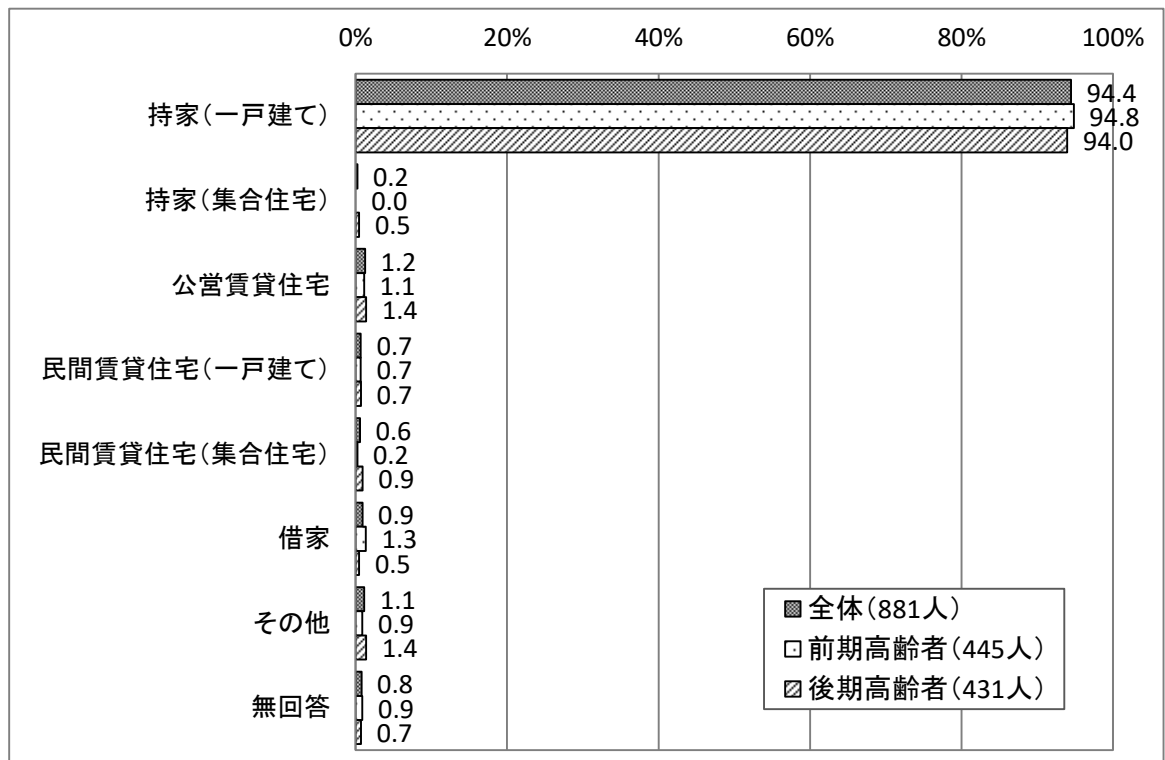
現在の経済状況を問54の幸福度別にみると、「全体」に比べて、「4点以下」の方は、「大変苦しい」が28.2%、「やや苦しい」が37.2%と、両者を合わせた「苦しい」との回答は65.4%と6割以上になっています。

		合計	大変苦しい	やや苦しい	ふつう	ややゆとりがある	大変ゆとりがある	無回答
全体		881	9.1%	26.3%	58.7%	4.3%	0.2%	1.4%
幸福度	4点以下	78	○ 28.2%	○ 37.2%	◆ 32.1%	0.0%	0.0%	2.6%
	5～6点	272	13.6%	34.6%	48.9%	1.8%	0.0%	1.1%
	7～8点	309	3.9%	24.3%	65.4%	5.2%	0.3%	1.0%
	9点以上	173	4.0%	● 13.9%	○ 72.8%	7.5%	0.6%	1.2%

(11) 住居形態

問7: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)

住居形態をみると、「持家（一戸建て）」が94.4%と大半を占めています。



2. からだを動かすことについて

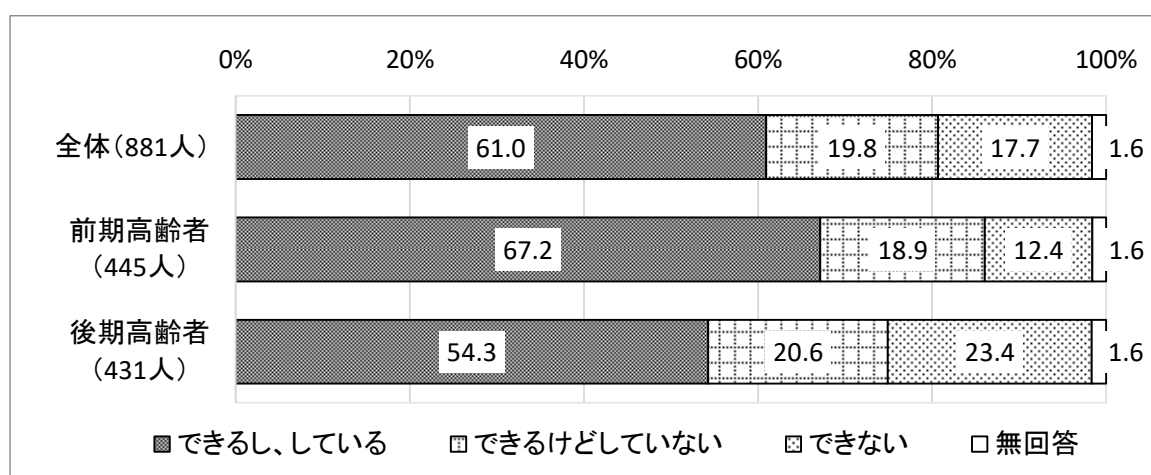
(1) 階段での補助

問8:階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(○は1つ)

階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかをみると、「できるし、している」が6割以上を占めています。

前期高齢者では、「できるし、している」が67.2%となっています。

後期高齢者では「できない」が23.4%と2割以上となっています。

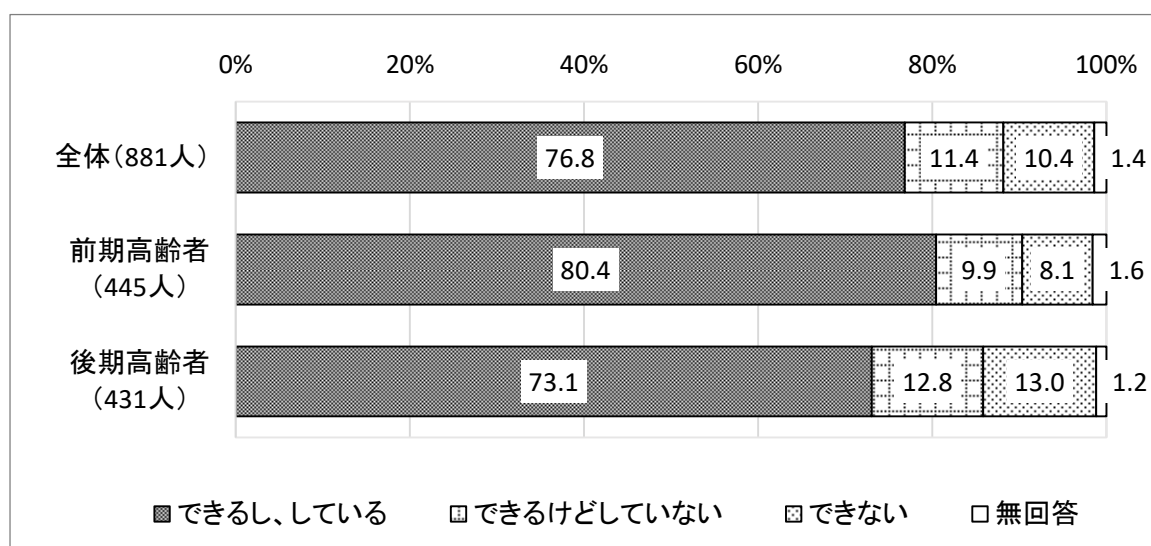


(2) 椅子からの立ち上がり

問9: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)

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るかをみると、「できるし、している」が76.8%となっています。

前期高齢者では、「できるし、している」が80.4%と8割を超えています。

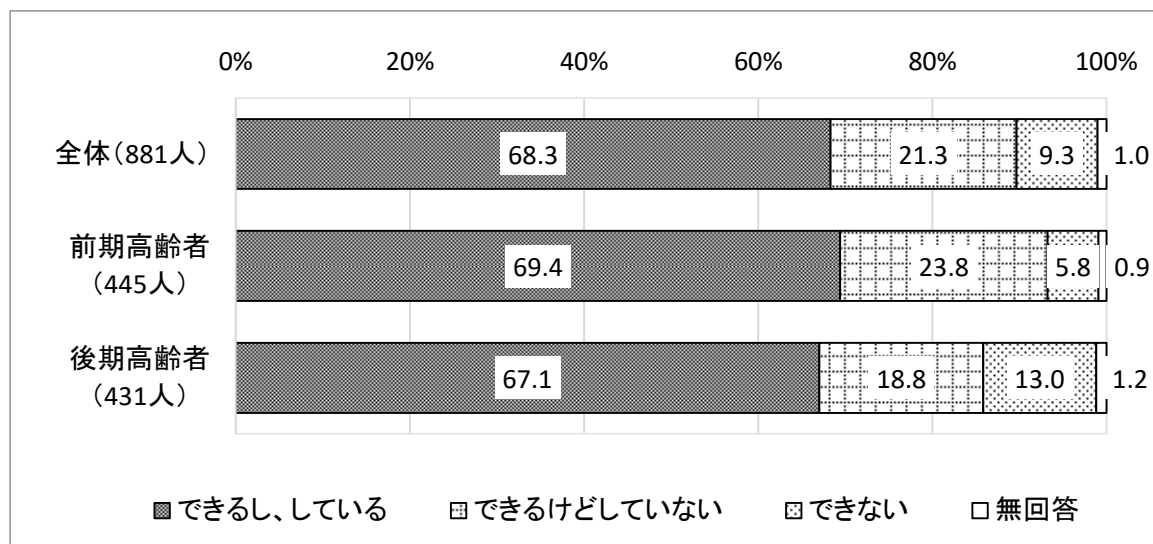


(3) 15 分以上の歩行

問 10:15 分位続けて歩いていますか。(○は1つ)

15 分位続けて歩いているかをみると、「できるし、している」が 68.3%と 7 割近くになっています。

後期高齢者では「できない」が 13.0%とやや多くなっています。

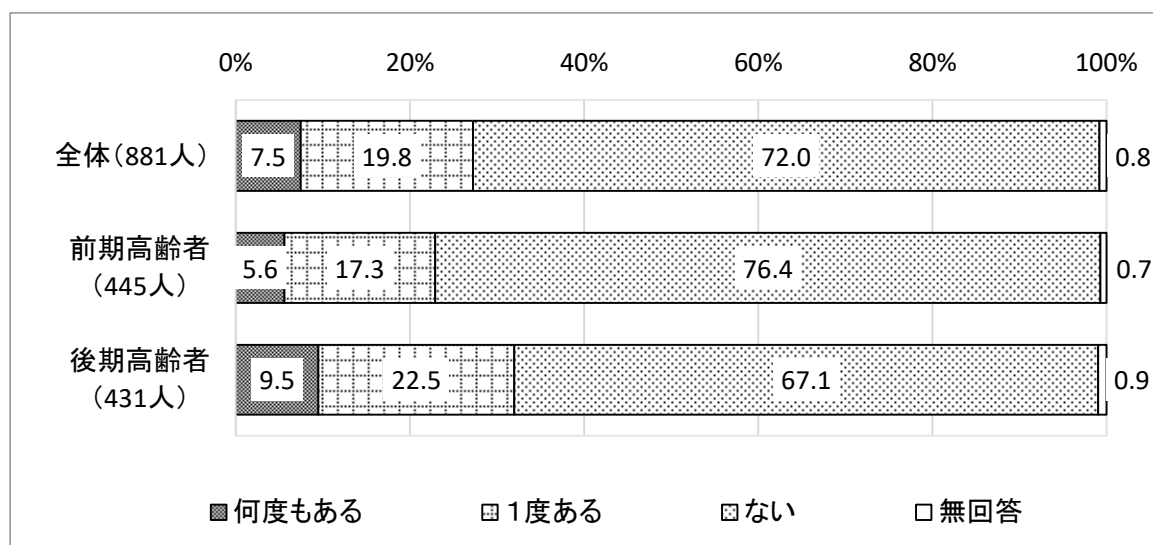


(4) 転んだ経験

問 11:過去 1 年間に転んだ経験がありますか。(○は1つ)

過去 1 年間の転倒経験をみると、「ない」が 72.0%と 7 割以上になっています。

後期高齢者では、『ある』（「何度もある」と「1 度ある」の合計）は 32.0%とやや多くなっています。

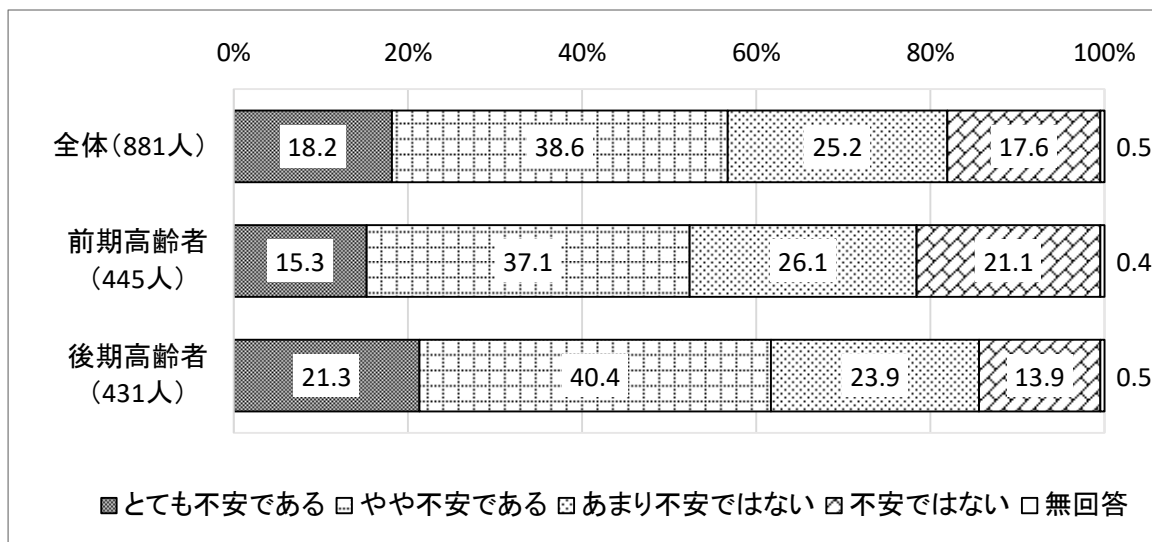


(5) 転倒への不安

問 12: 転倒に対する不安は大きいですか。(○は1つ)

転倒に対する不安をみると、「やや不安である」が38.6%で最も多くなっており、「とても不安である」と合わせた『不安である』は56.8%と5割以上を占めています。一方、『それほど不安ではない』(「あまり不安ではない」と「不安ではない」の合計)は42.8%となっています。

後期高齢者では、『不安である』との回答は61.7%となっています。



■日常生活での介護・介助の状況別

転倒に対する不安を日常生活での介護・介助の状況別にみると、“全体”に比べて、“何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない”と“現在、何らかの介護を受けている”の両者で、「とても不安である」の割合が多くなっています。

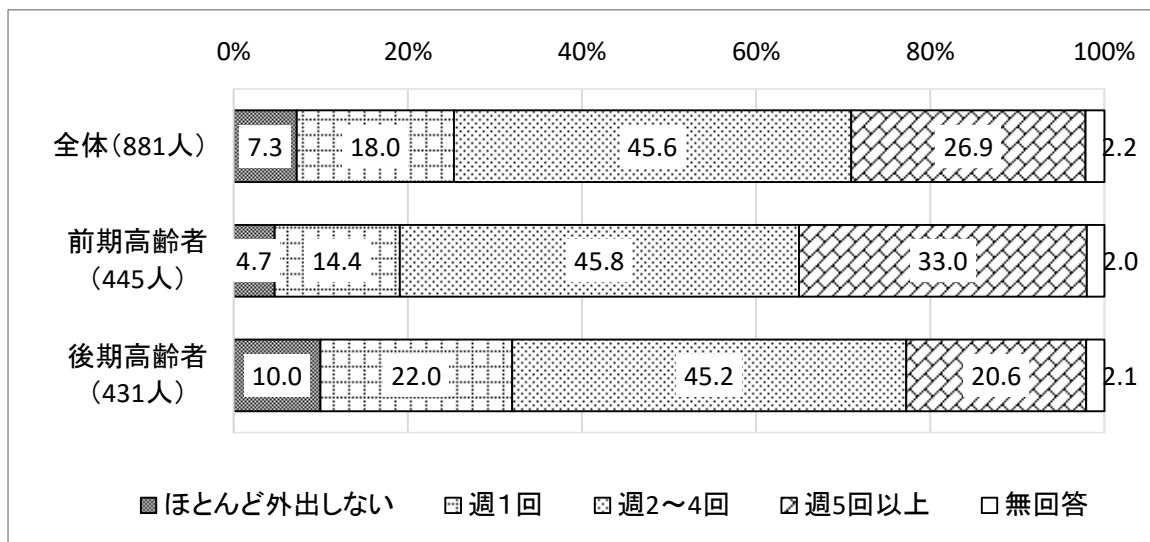
		合計	とても不安である	やや不安である	あまり不安ではない	不安ではない	無回答
全体		881	18.2%	38.6%	25.2%	17.6%	0.5%
日常生活での介護・介助の状況	介護・介助は必要ない	759	14.5%	38.5%	27.4%	19.6%	0.0%
	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない	63	◎ 46.0%	39.7%	● 14.3%	● 0.0%	0.0%
	現在、何らかの介護を受けている	29	◎ 48.3%	41.4%	● 6.9%	● 0.0%	3.4%

（６）週１回以上の外出

問 13: 週に１回以上は外出していますか。(○は１つ)

外出状況を見ると、「週２～４回」が４割強を占めて最も多くなっており、「週５回以上」が26.9%で続いています。「ほとんど外出しない」は１割以下でした。

後期高齢者では、「ほとんど外出しない」が10.0%とやや多くなっています。

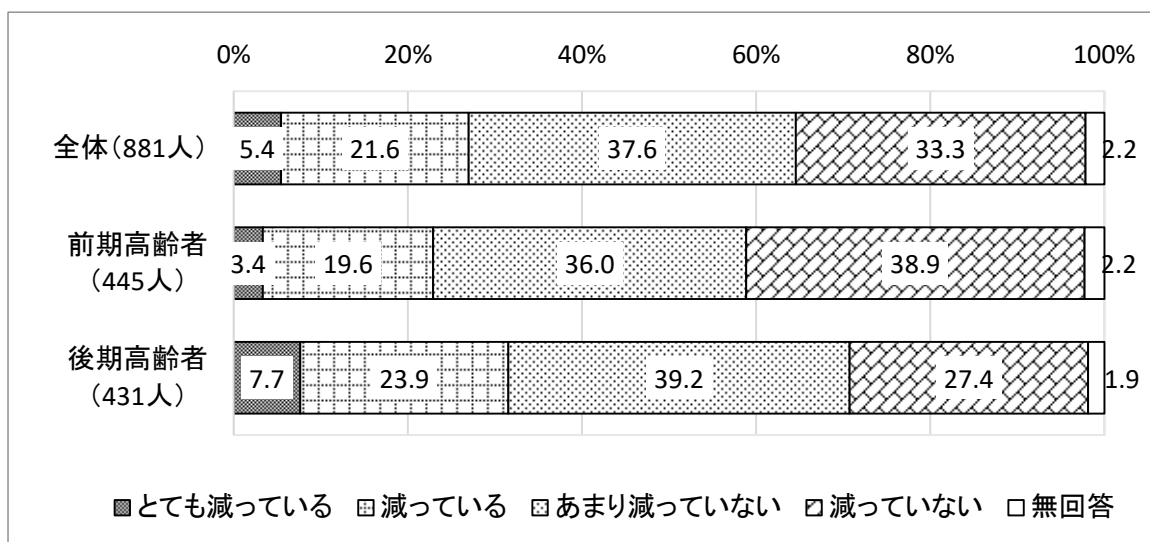


（７）外出の回数

問 14: 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(○は１つ)

外出回数の昨年との比較では、「あまり減っていない」が37.6%、「減っていない」が33.3%となっており、この２つを合わせた『外出回数は減っていない』は70.9%となっています。

後期高齢者では、『外出回数は減っている』（「とても減っている」と「減っている」の合計）は31.6%とやや多くなっています。

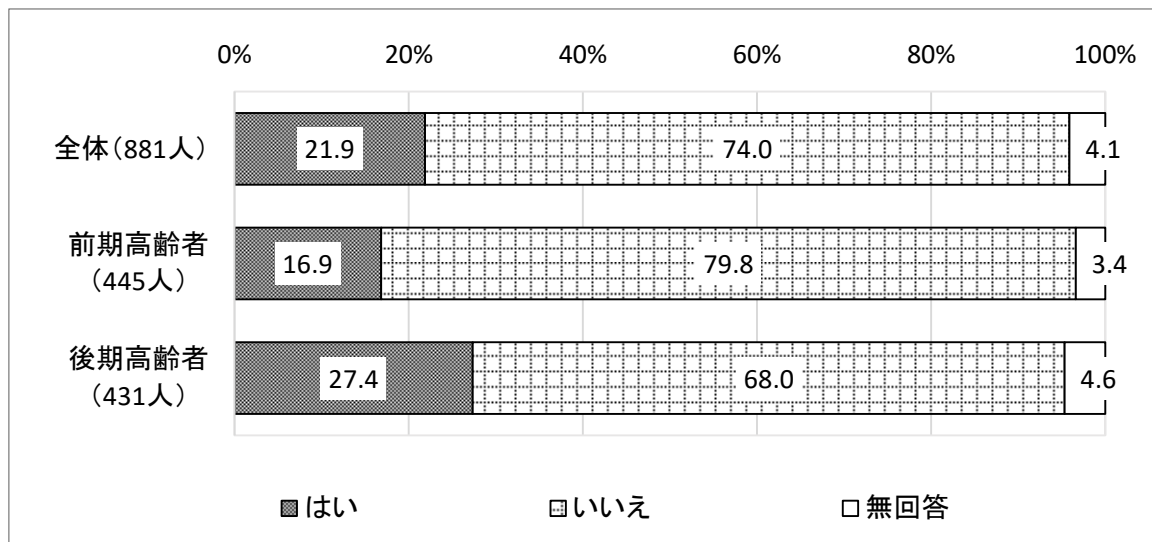


(8) 外出の控え

問 15: 外出を控えていますか。(○は1つ)

外出を控えているかをみると、「いいえ」が74.0%、「はい」が21.9%となっています。

後期高齢者では、「はい」が27.4%とやや多くなっています。



(9) 外出を控えている理由

☆以下の問 15-1 は問 15 において、「1」と回答された方にお伺いします。

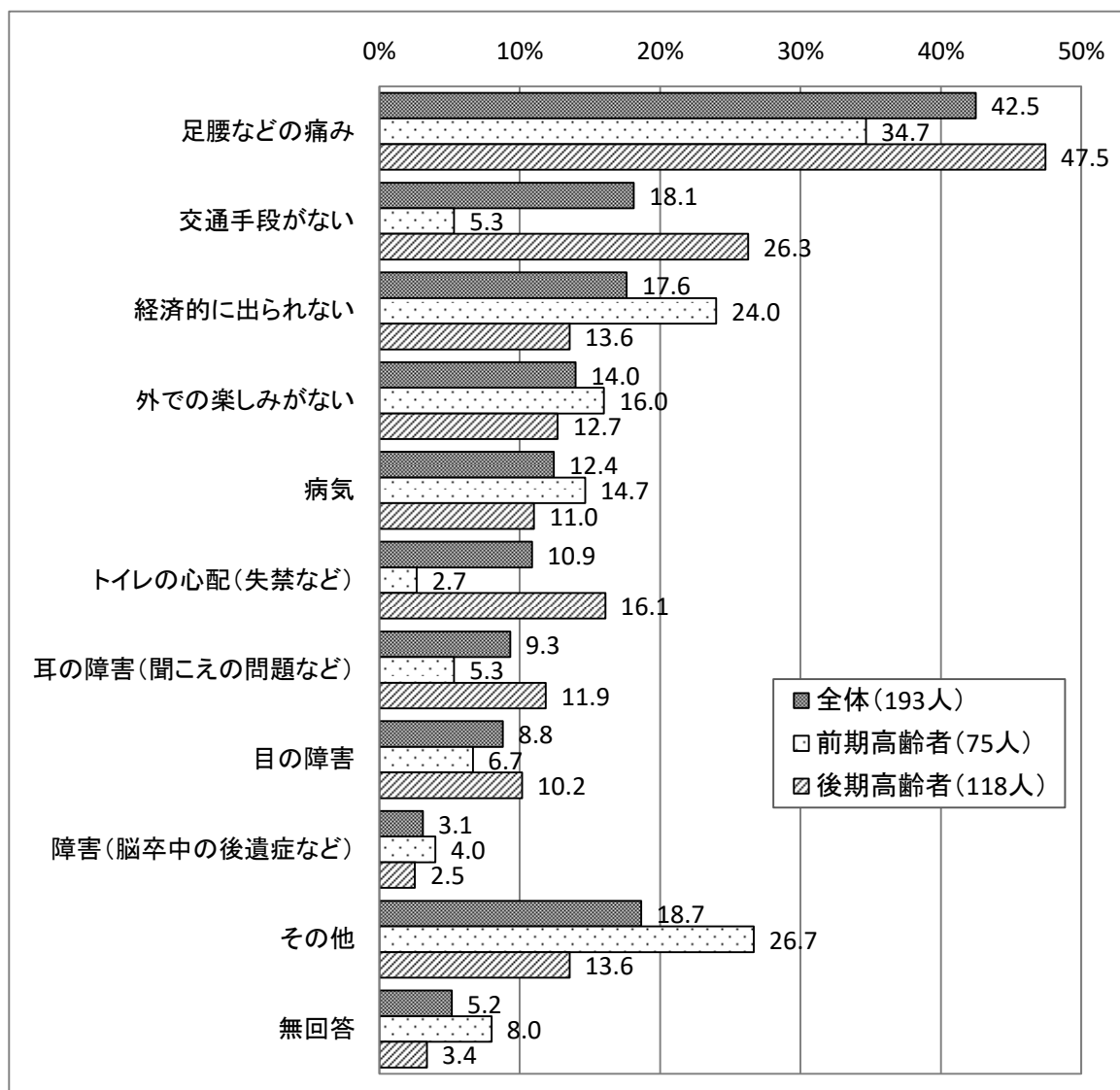
問 15-1:外出を控えている理由は何ですか。(〇はいくつでも)

外出を控えている理由をみると、「足腰などの痛み」が42.5%で最も多くなっています。次いで「交通手段がない」が18.1%、「経済的に出られない」が17.6%、「外での楽しみがない」が14.0%が続いています。

前期高齢者では、「経済的に出られない」が2番目に多く24.0%となっています。

後期高齢者では、「交通手段がない」が26.3%と4人に1人以上の割合になっています。

「その他」の理由としては、新型コロナウイルス感染症の影響が多く挙げられていました。



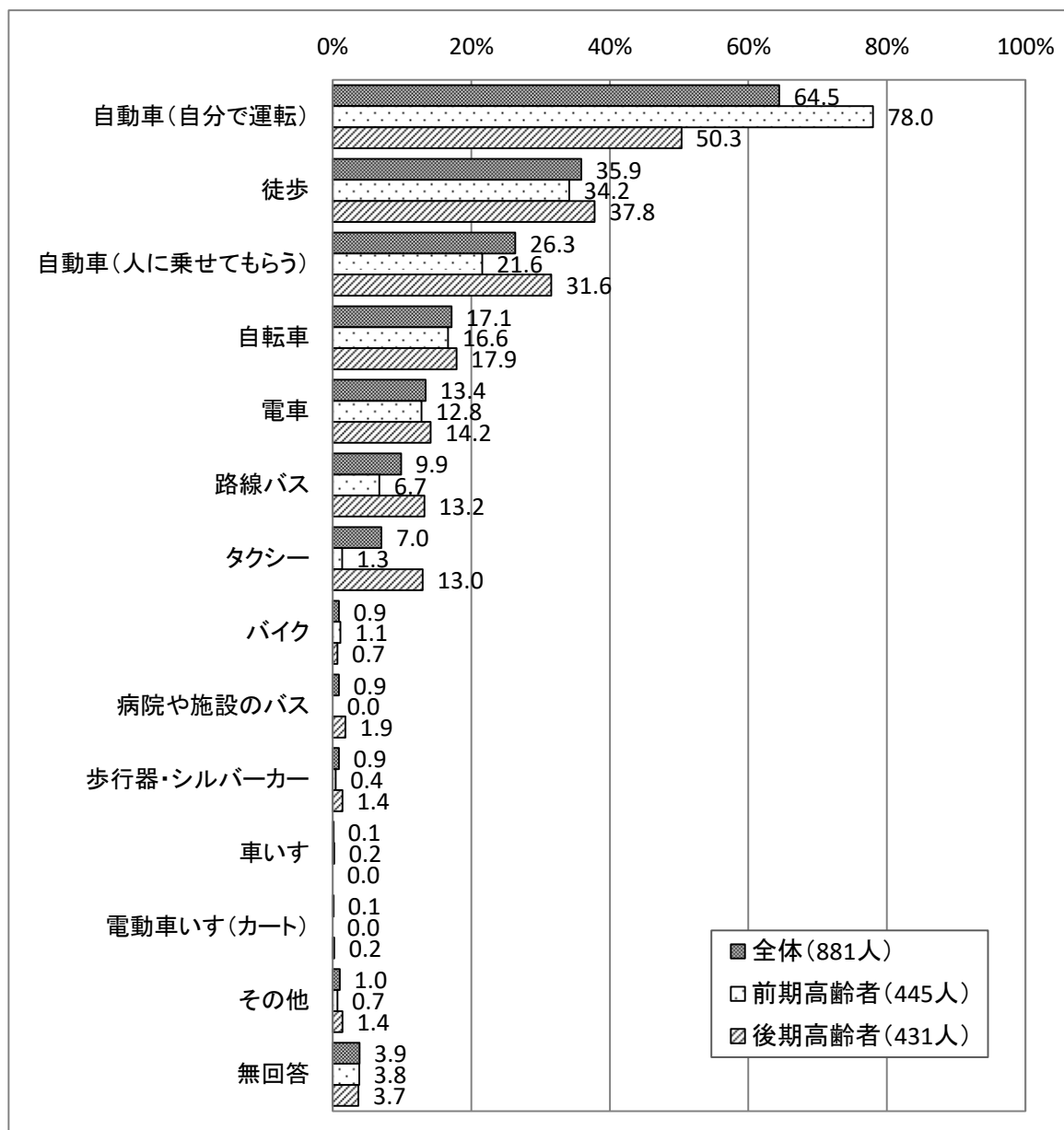
(10) 外出する際の移動手段

問 16: 外出する際の移動手段はなんですか。(○はいくつでも)

外出する際の移動手段をみると、「自動車（自分で運転）」が64.5%で最も多くなっており、次いで「徒歩」が35.9%、「自動車（人に乗せてもらう）」が26.3%が続いています。

前期高齢者では、「自動車（自分で運転）」が78.0%と8割近くになっています。

後期高齢者では、「自動車（自分で運転）」は50.3%と約半数となっています。



■外出する際の移動手段（主な項目のみ）×性別

外出する際の移動手段の主な項目を性別にみると、“全体”に比べて、“男性”では「自動車（自分で運転）」が多く、“女性”では「自動車（人に乗せてもらう）」が多くなっています。

		合計	自動車 (自分で運転)	徒歩	自動車(人に乗 せてもらう)	自転車
全体		881	64.5%	35.9%	26.3%	17.1%
性別	男性	445	○ 78.0%	34.2%	21.6%	16.6%
	女性	431	● 50.3%	37.8%	31.6%	17.9%

3. 食 べ る こ と に つ い て

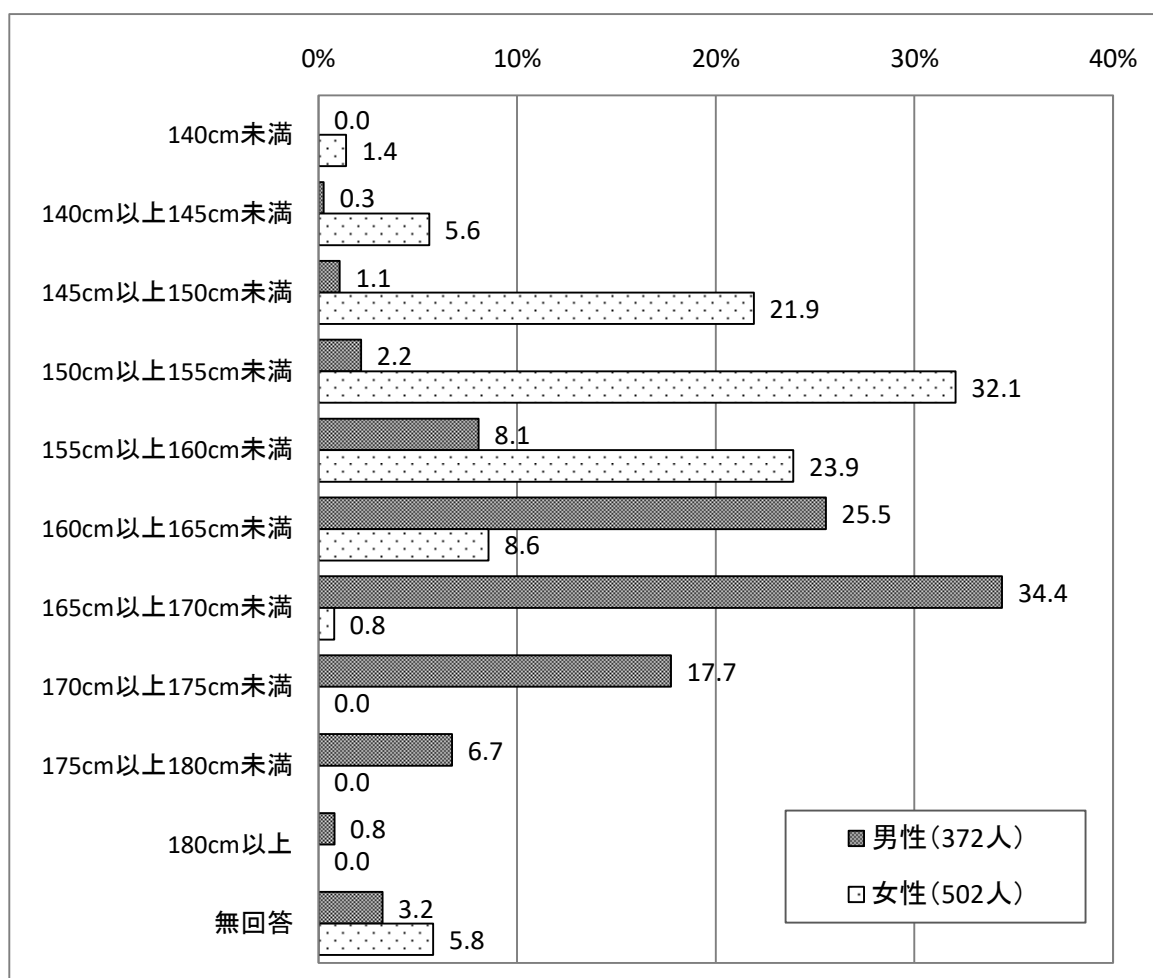
(1) 身長と体重

問 17:あなた(あて名の方)の身長と体重についてお伺いします。(身長と体重を両方ご記入ください)

■身長

身長をみると、男性では「165cm 以上 170cm 未満」が 34.4%で最も多く、次いで「160cm 以上 165cm 未満」が 25.5%となっており、平均は 165.5cm でした。

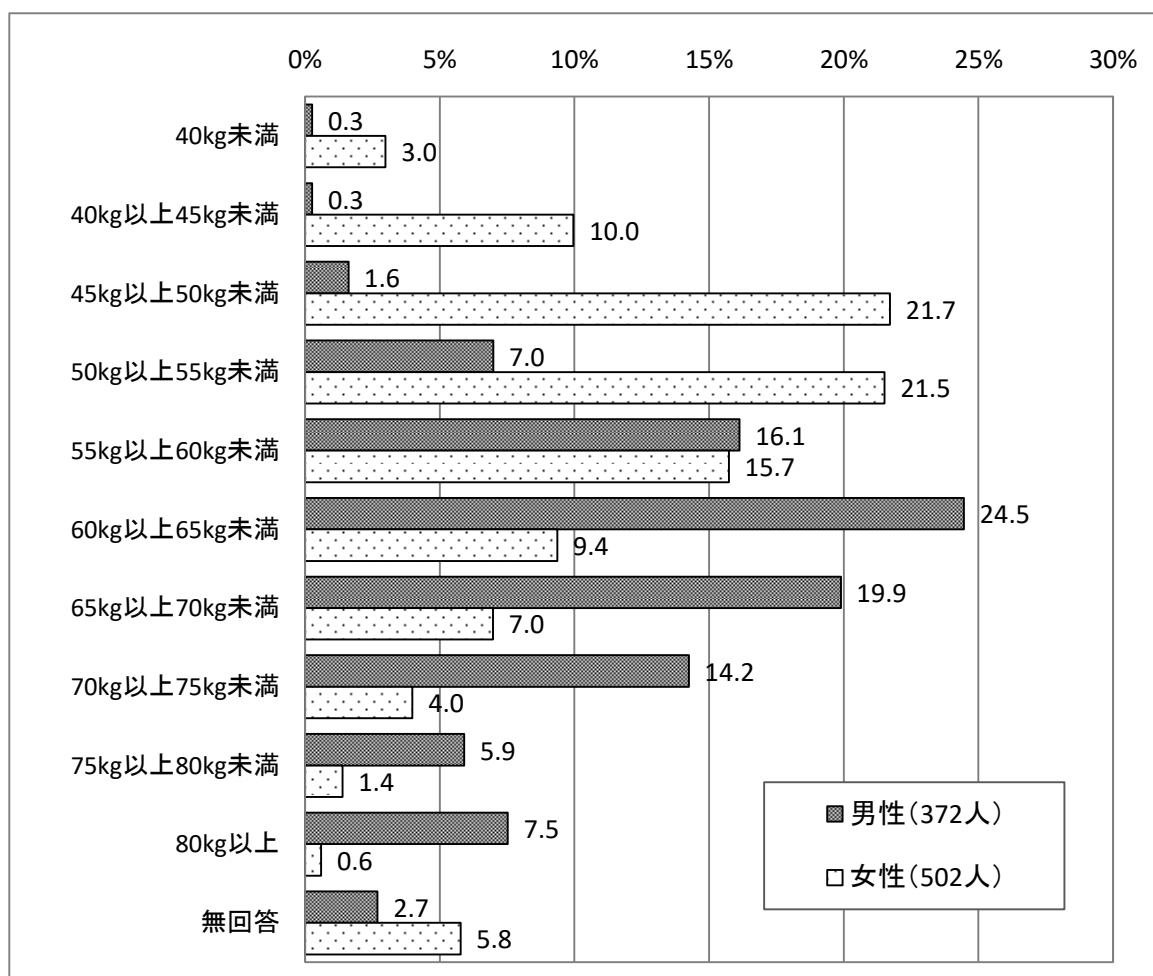
女性では「150cm 以上 155cm 未満」が 32.1%で最も多く、次いで「155cm 以上 160cm 未満」が 23.9%となっており、平均は 152.1cm でした。



■体重

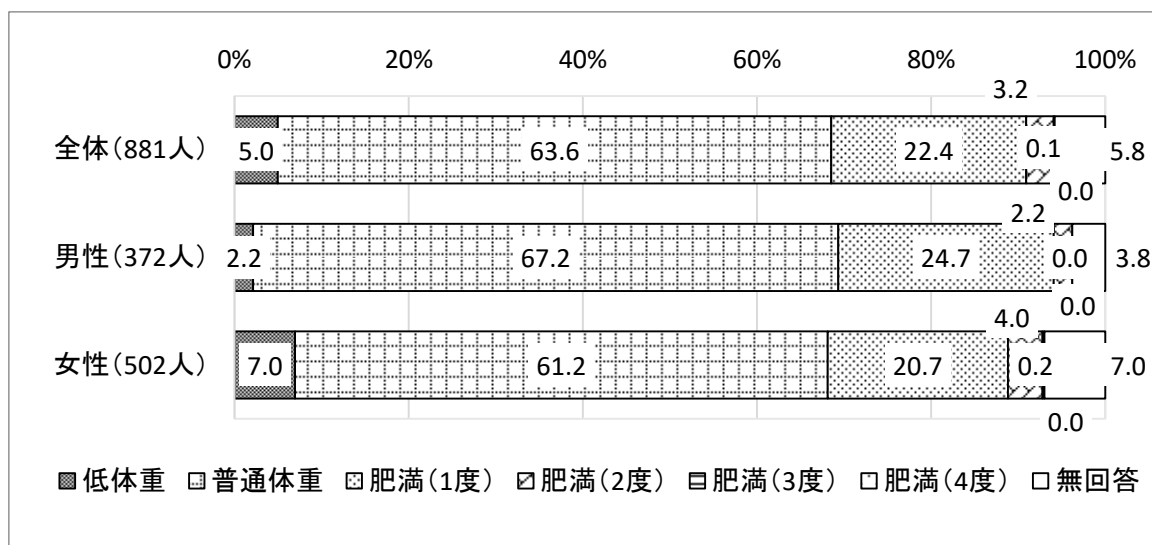
体重をみると、男性では「60kg 以上 65kg 未満」が 24.5%で最も多く、次いで「65kg 以上 70kg 未満」が 19.9%、「55kg 以上 60kg 未満」が 16.1%が続いています。平均は 64.7kg でした。

女性では「45kg 以上 50kg 未満」が 21.7%で最も多く、次いで「50kg 以上 55kg 未満」が 21.5%、「55kg 以上 60kg 未満」が 15.7%が続いています。平均は 53.4kg でした。



■BMI判定

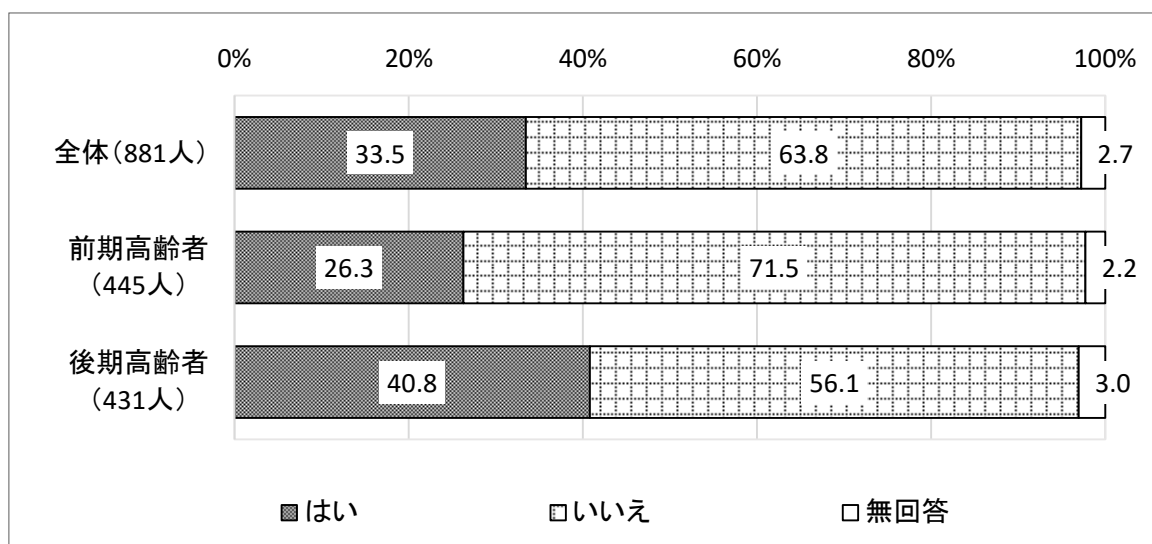
BMI判定をみると、「普通体重」が63.6%で最も多く、次いで「肥満（1度）」が22.4%となっています。



(2) 固いものの食べにくさ

問 18: 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)

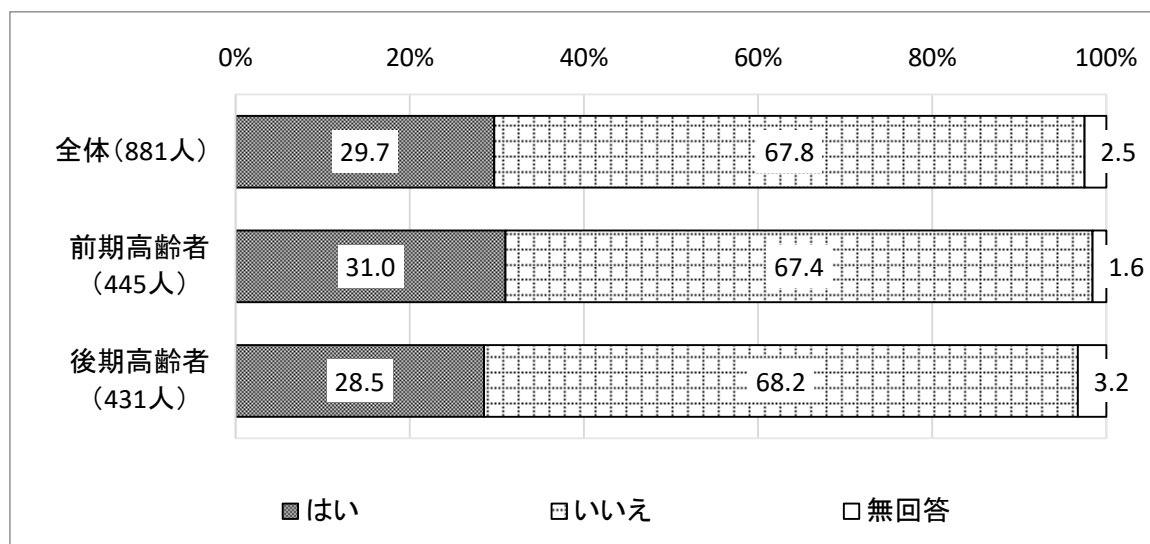
半年前に比べて固いものが食べにくくなったかをみると、「いいえ」が63.8%と6割以上を占めており、「はい」は33.5%と3人に1人の割合になっています。



(3) 飲み物等でのむせ

問 19: お茶や汁物等でむせることがありますか。(○は1つ)

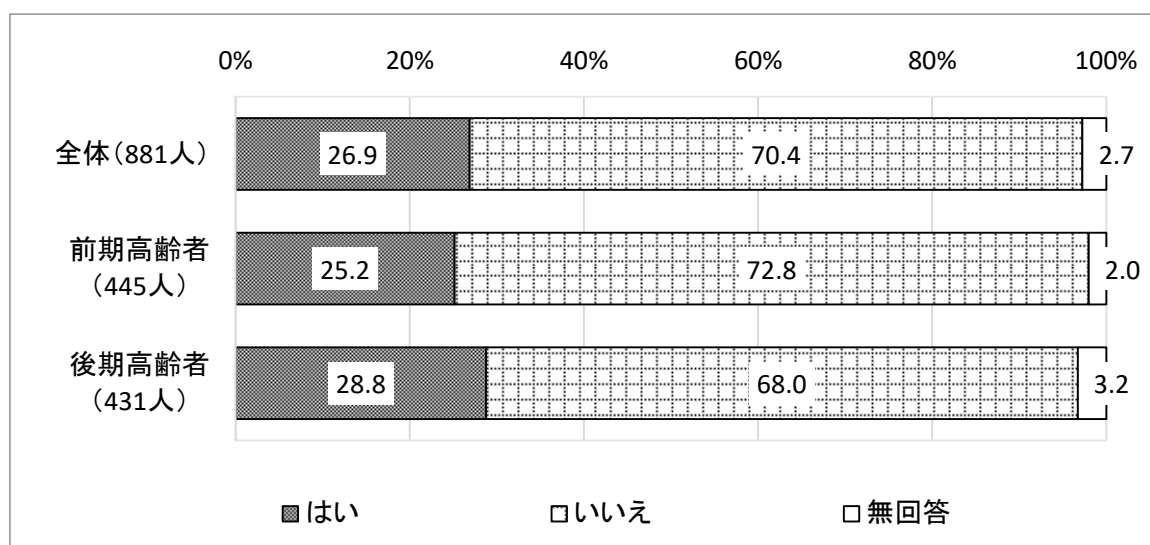
お茶や汁物等でむせることがあるかをみると、「いいえ」が67.8%と7割近くになっています。



(4) 口の渇き

問 20: 口の渇きが気になりますか。(○は1つ)

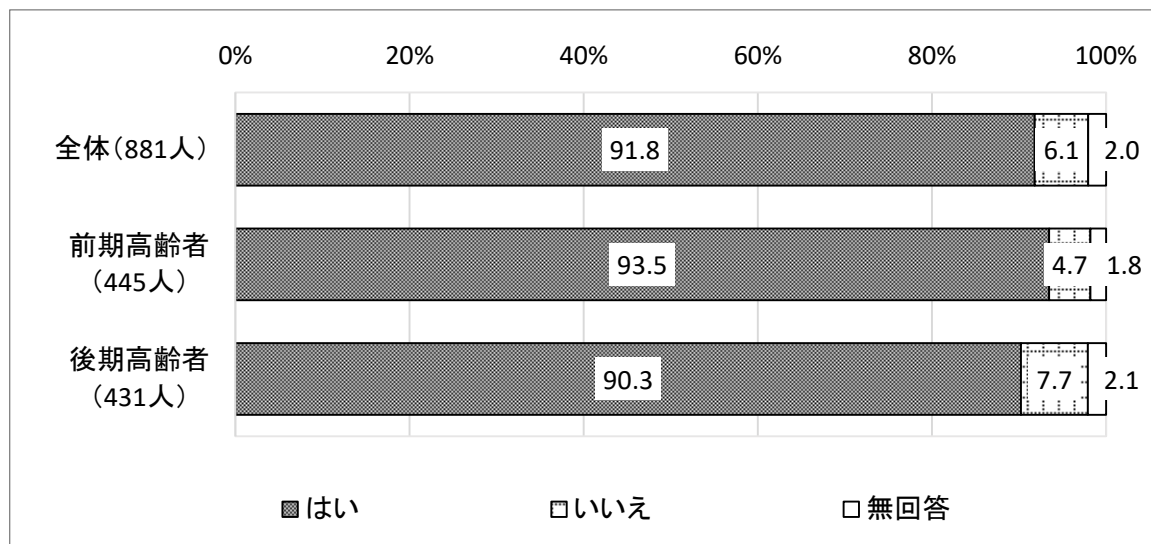
口の渇きが気になるかをみると、「いいえ」が70.4%、「はい」が26.9%となっています。



(5) 歯磨き

問 21: 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)

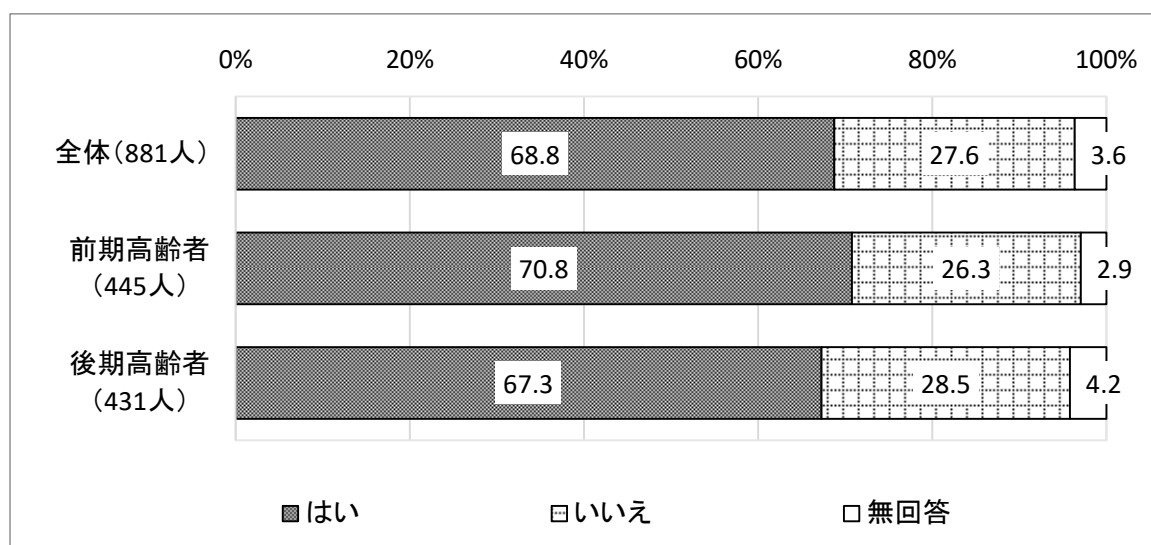
歯磨き(人にやってもらう場合も含む)を毎日しているかをみると、「はい」が9割以上を占めています。



(6) 噛み合わせ

問 22: 噛み合わせは良いですか。(○は1つ)

噛み合わせが良いかをみると、「はい」が68.8%と7割近くを占めていますが、「いいえ」も27.6%と3割近くになっています。



(7) 入れ歯の状況

問 23: 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。

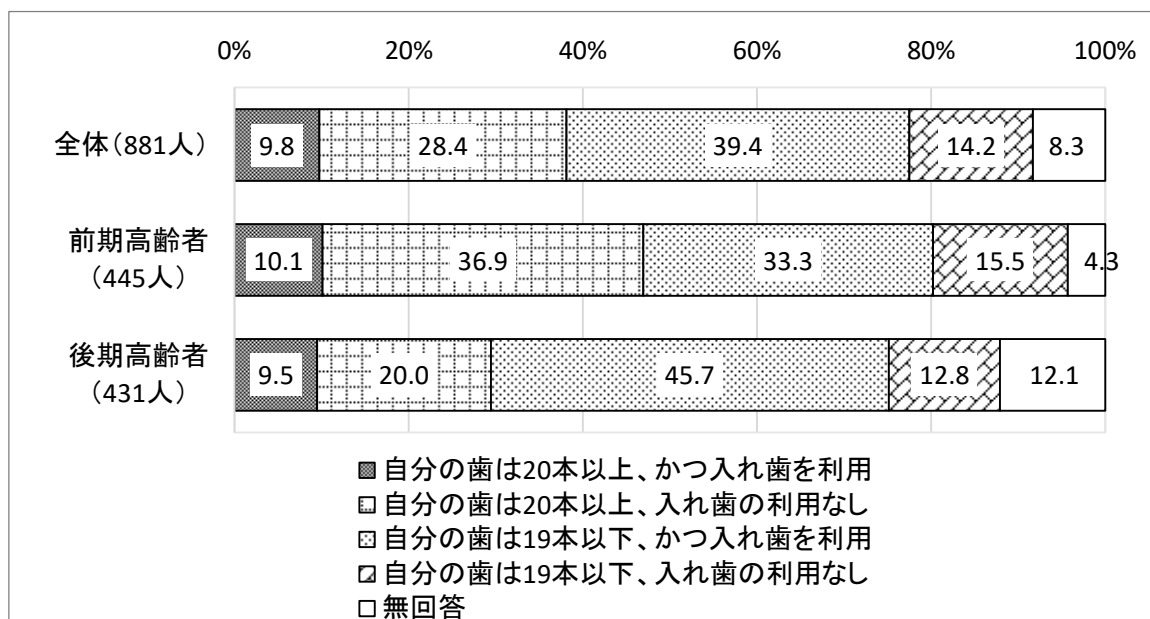
※成人の歯の総本数は、親知らずを含めて 32 本です。

歯の数と入れ歯の利用状況をみると、「自分の歯は 19 本以下、かつ、入れ歯を利用」が 39.4%と約 4 割を占めています。

『自分の歯は 20 本以上』（「自分の歯は 20 本以上、かつ、入れ歯を利用」と「自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし」の合計）は 38.2%、『自分の歯は 19 本以下』（「自分の歯は 19 本以下、かつ、入れ歯を利用」と「自分の歯は 19 本以下、入れ歯の利用なし」の合計）は 53.6%となっています。

また、『入れ歯を利用』（「自分の歯は 20 本以上、かつ、入れ歯を利用」と「自分の歯は 19 本以下、かつ、入れ歯を利用」の合計）は 49.2%、『入れ歯の利用なし』（「自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし」と「自分の歯は 19 本以下、入れ歯の利用なし」の合計）は 42.6%となっています。

後期高齢者では、「自分の歯は 19 本以下、かつ、入れ歯を利用」が 45.7%と半数近くを占めています。また、「自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし」は 20.0%となっています。

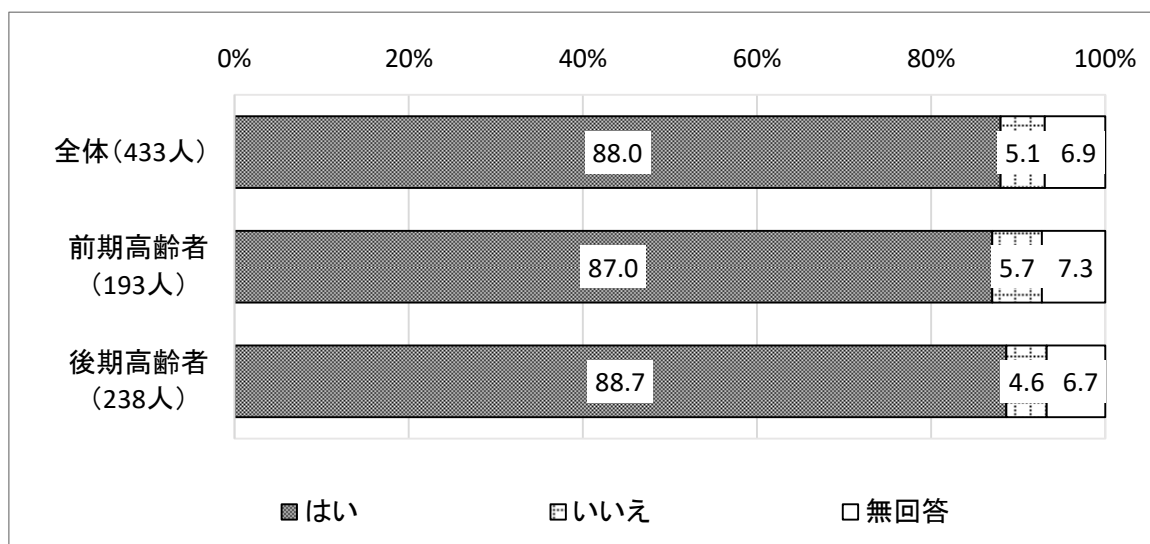


(8) 入れ歯の手入れ

☆以下の問 23-1 は問 23 において、「1」または「3」と回答された方にお伺いします。

問 23-1: 毎日入れ歯の手入れをしていますか。(○は1つ)

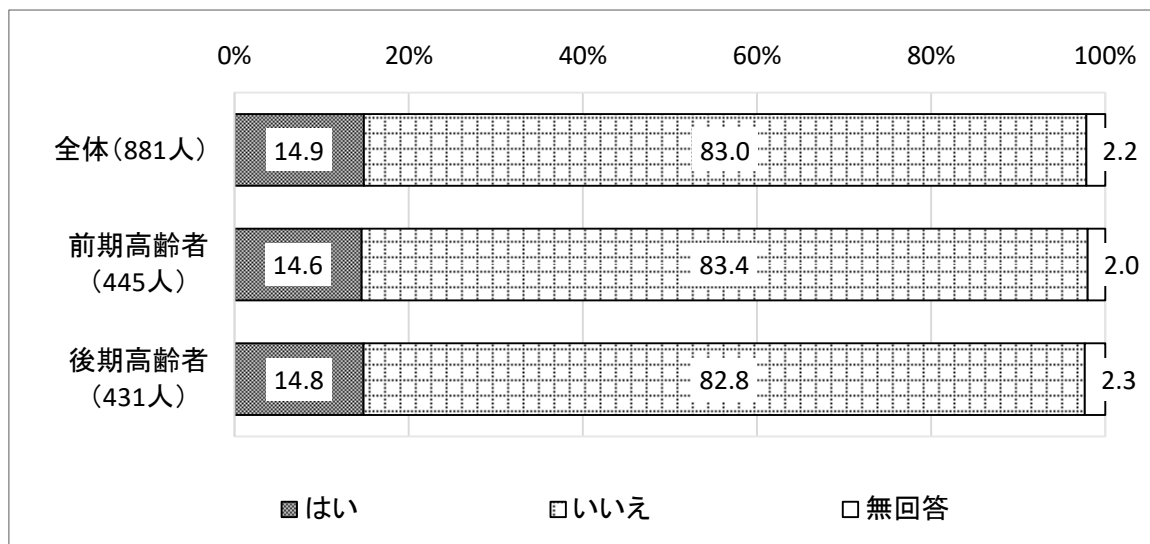
毎日入れ歯の手入れをしているかをみると、「はい」が 88.0%と 9 割近くを占めています。



(9) 体重減少

問 24:6か月間で2～3kg 以上の体重減少がありましたか。

6か月間で2～3kg 以上の体重減少があったかをみると、「いいえ」が83.0%と多くを占めており、「はい」は14.9%となっています。

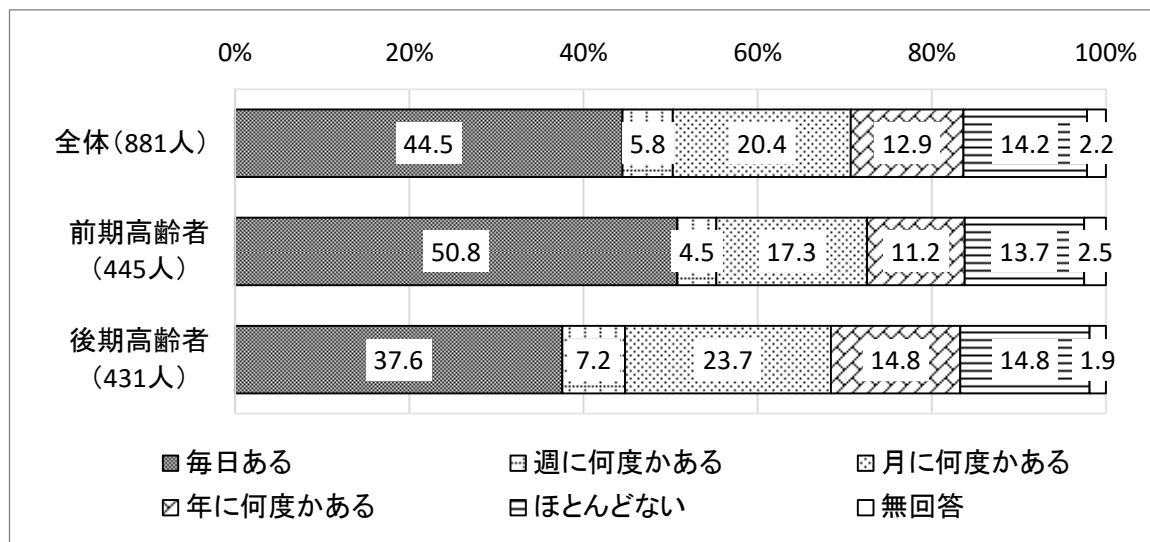


(10) 共食の機会

問 25:どなたかと食事をともにする機会がありましたか。(○は1つ)

共食の機会をみると、「毎日ある」が44.5%で最も多くなっており、次いで「月に何度かある」が20.4%、「年に何度かある」が12.9%となっています。なお、「ほとんどない」は14.2%でした。

後期高齢者では、「毎日ある」が37.6%と少なくなっています。



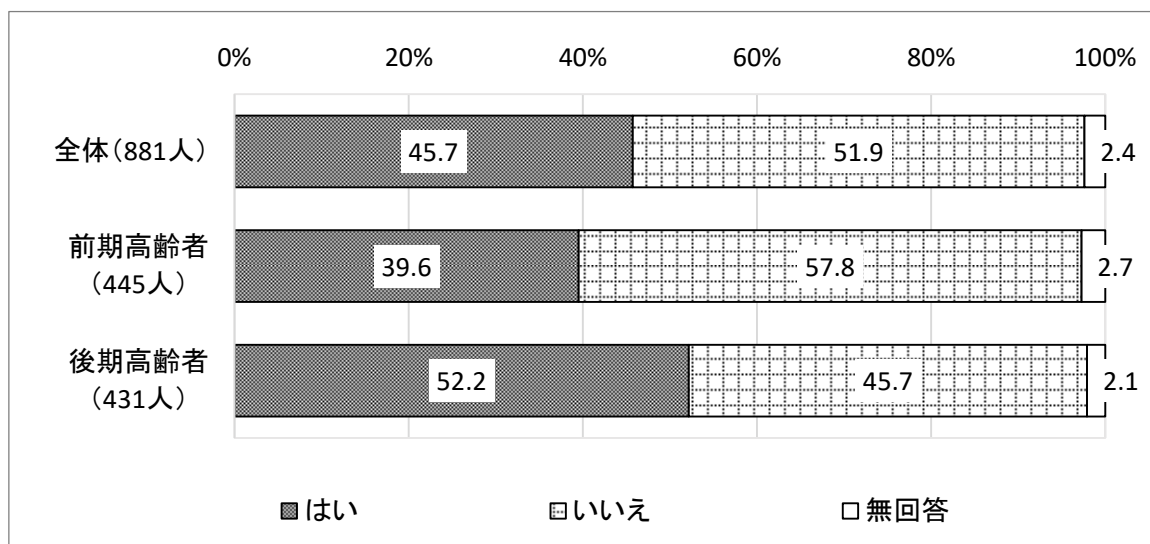
4. 毎日の生活について

(1) 物忘れ

問 26: 物忘れが多いと感じますか。(○は1つ)

物忘れが多いと感じるかをみると、「はい」が45.7%、「いいえ」が51.9%となっています。

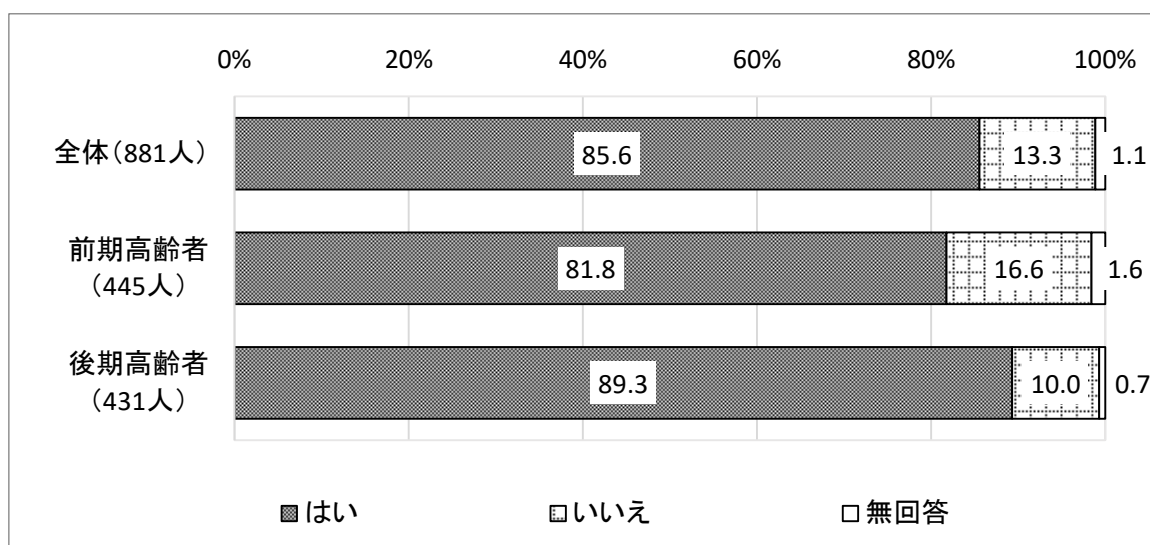
後期高齢者で「はい」が52.2%と多くなっています。



(2) 電話

問 27: 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)

自分で電話番号を調べて電話をかけているかをみると、「はい」が85.6%と8割以上を占めています。

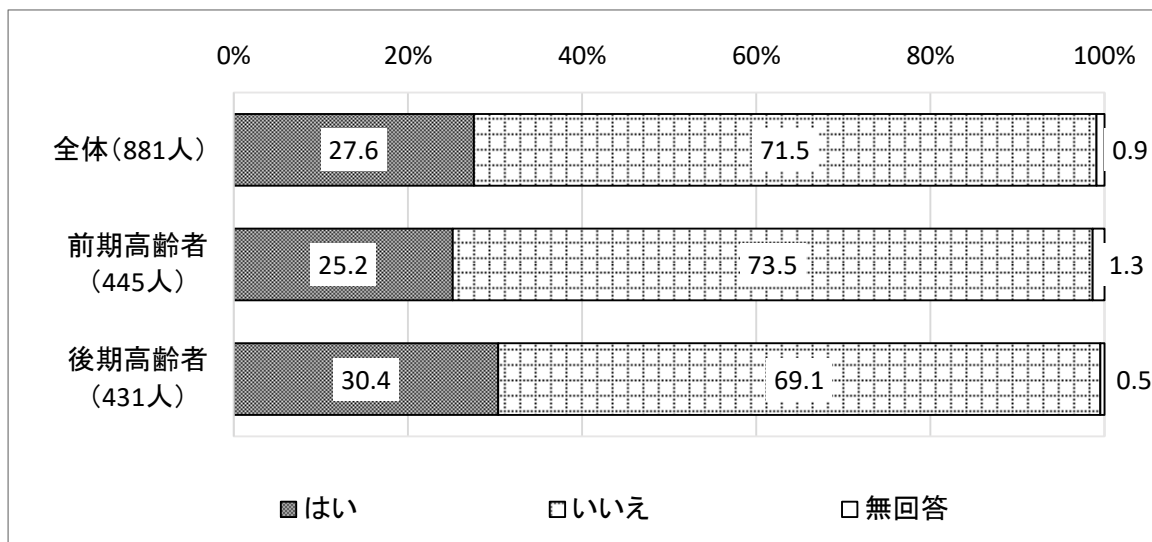


(3) 今日の日付

問 28: 今日が何月何日かわからない時がありますか。(○は1つ)

今日が何月何日かわからない時があるかをみると、「いいえ」が71.5%となっており、「はい」は27.6%と4人に1人以上の割合となっています。

後期高齢者で「はい」が30.4%とやや多くなっています。



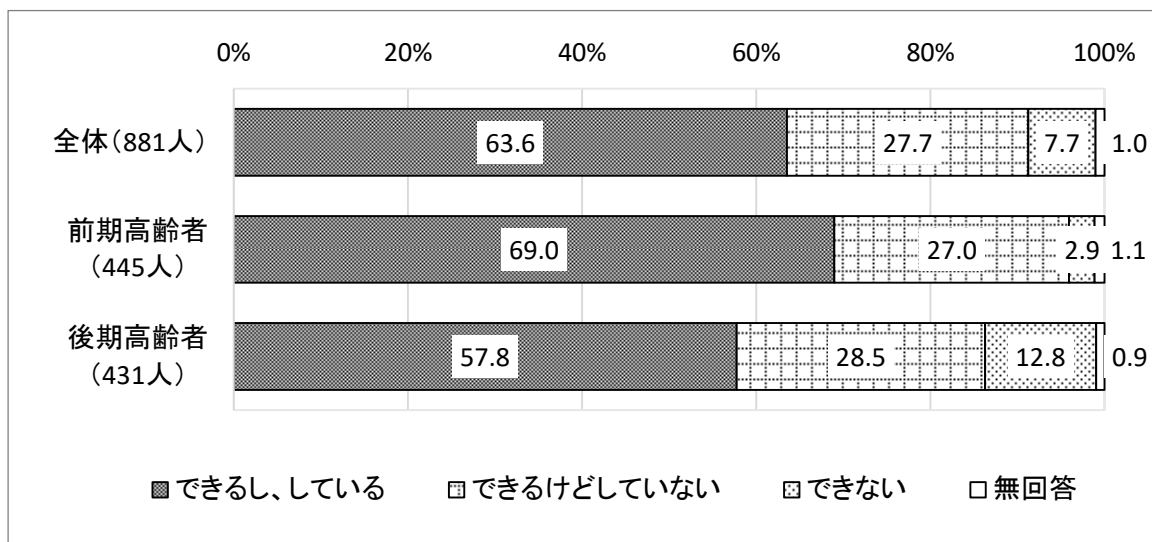
(4) 1人での外出

問 29: バスや電車を使って1人で外出していますか。(○は1つ)

※自家用車でも可

バスや電車を使って1人で外出しているかをみると、「できるし、している」が6割以上を占めています。一方、「できるけどしていない」は27.7%、「できない」は7.7%でした。

後期高齢者では、「できるし、している」が57.8%と少なくなっています。

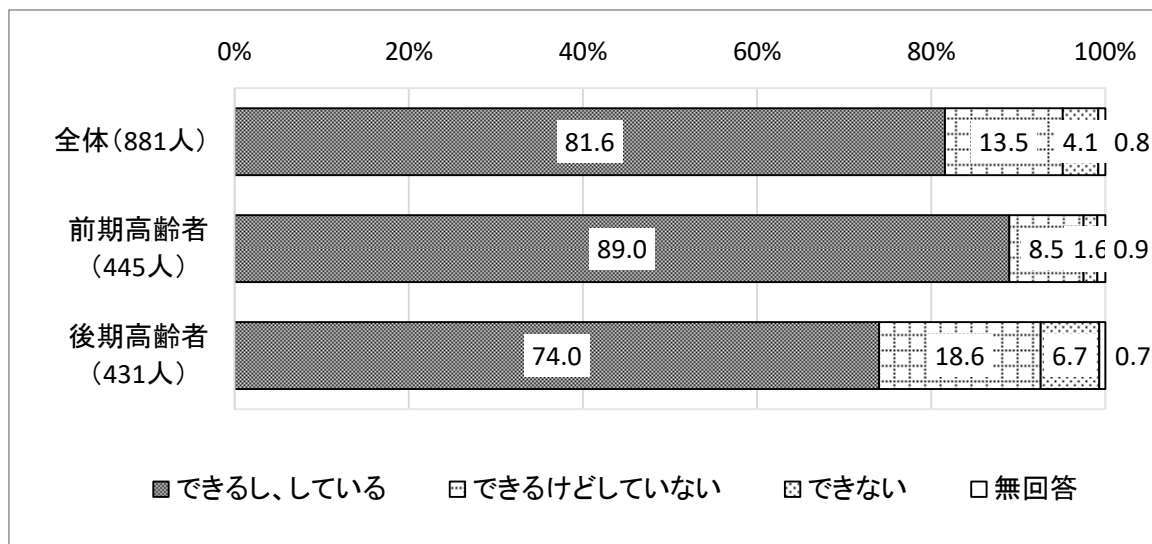


(5) 1人での外出

問 30: 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(○は1つ)

自分で食品・日用品の買物をしているかをみると、「できるし、している」が81.6%と8割以上を占めています。

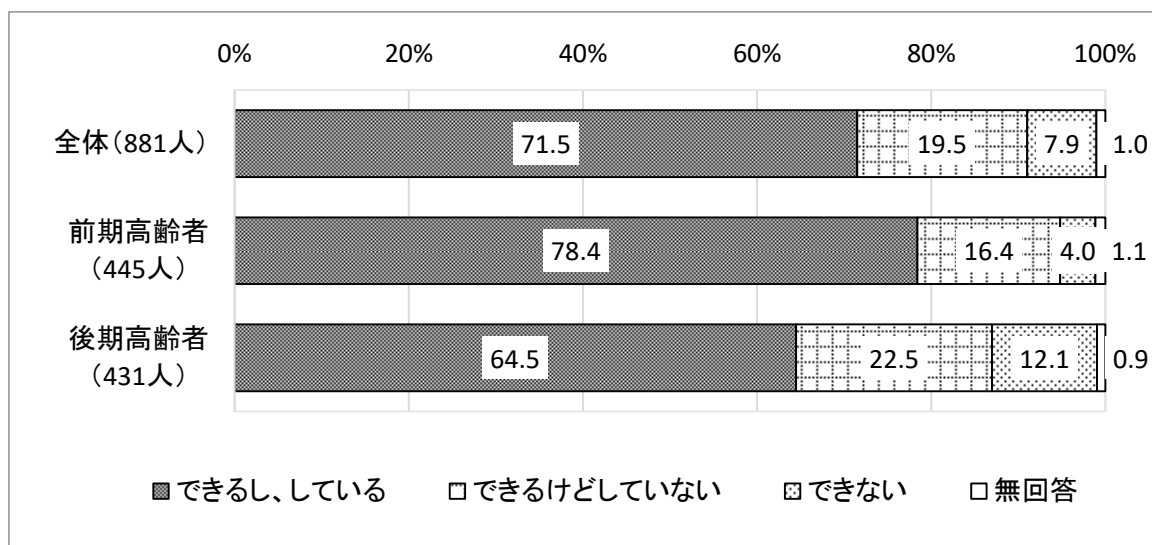
後期高齢者では、「できるし、している」が74.0%、前期高齢者では89.0%と9割近くになっており、後期高齢者と前期高齢者で15%近い差が出ています。



(6) 食事の支度

問 31: 自分で食事の用意をしていますか。(○は1つ)

自分で食事の用意をしているかをみると、「できるし、している」が71.5%となっていますが、その一方で「できるけどしていない」が19.5%、「できない」が7.9%となっています。



■自分で食事の用意をしているか×性別

自分で食事の用意をしているかを性別にみると、“女性”で「できるし、している」が9割以上になっているのに対して、“男性”では「できるし、している」が4割台に留まり、「できるけどしていない」が39.8%と約4割を占めています。

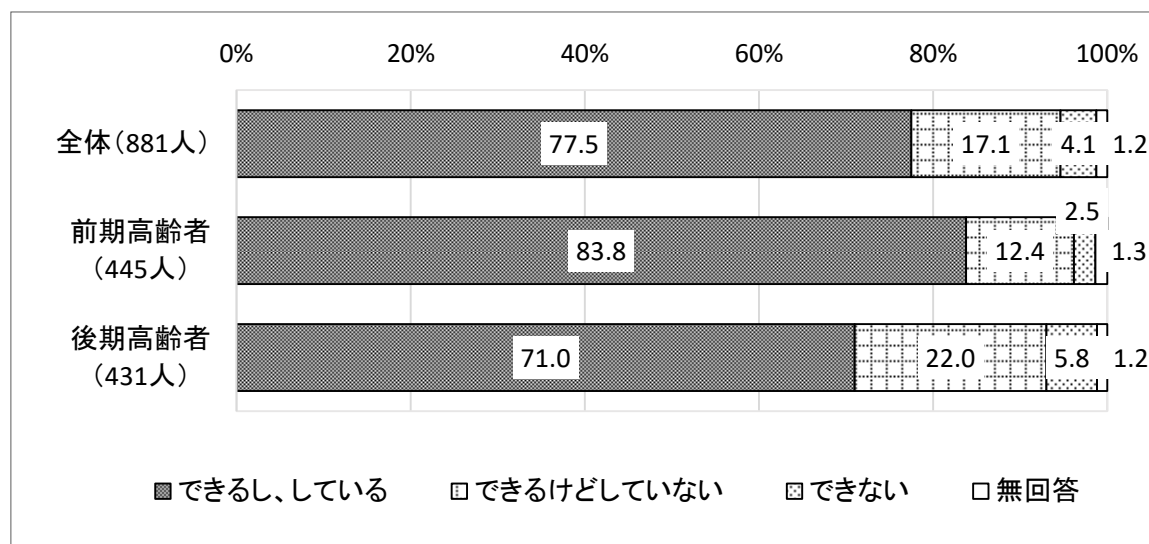
		合計	できるし、 している	できるけど していない	できない	無回答
全体		881	71.5%	19.5%	7.9%	1.0%
性別	男性	372	◆ 44.6%	◎ 39.8%	14.2%	1.3%
	女性	502	○ 91.4%	● 4.4%	3.4%	0.8%

(7) 請求書の支払い

問 32: 自分で請求書の支払いをしていますか。(○は1つ)

自分で請求書の支払いをしているかをみると、「できるし、している」が77.5%と8割近くを占めており、「できるけどしていない」は17.1%でした。

後期高齢者では、「できるし、している」が71.0%と少なくなっています。

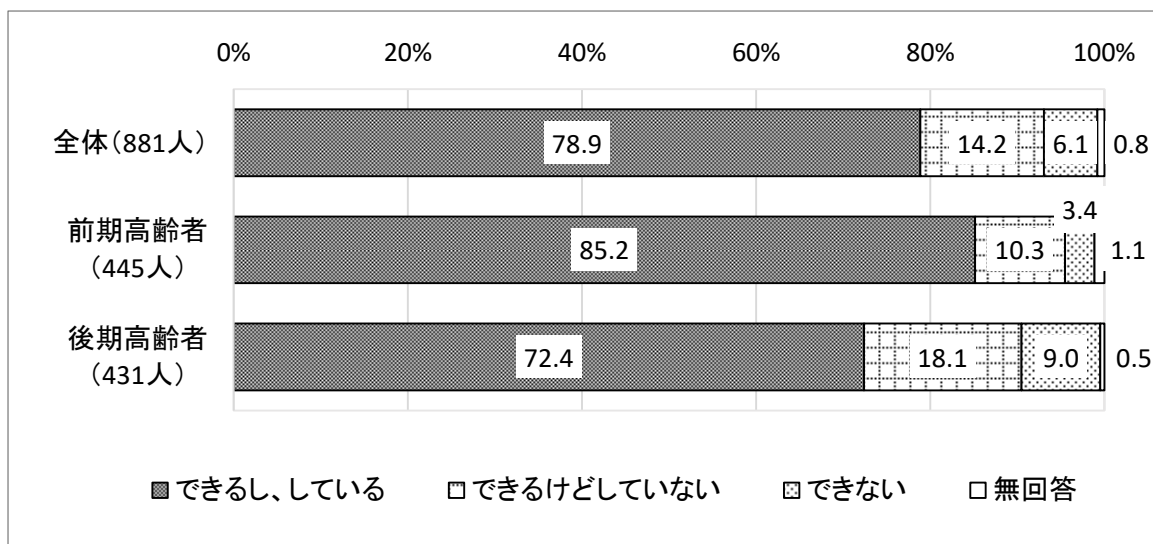


（８）預貯金の出し入れ

問 33: 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(○は1つ)

自分で預貯金の出し入れをしているかをみると、「できるし、している」が78.9%と8割近くを占めています。

後期高齢者では、「できるし、している」が72.4%と少なくなっています。

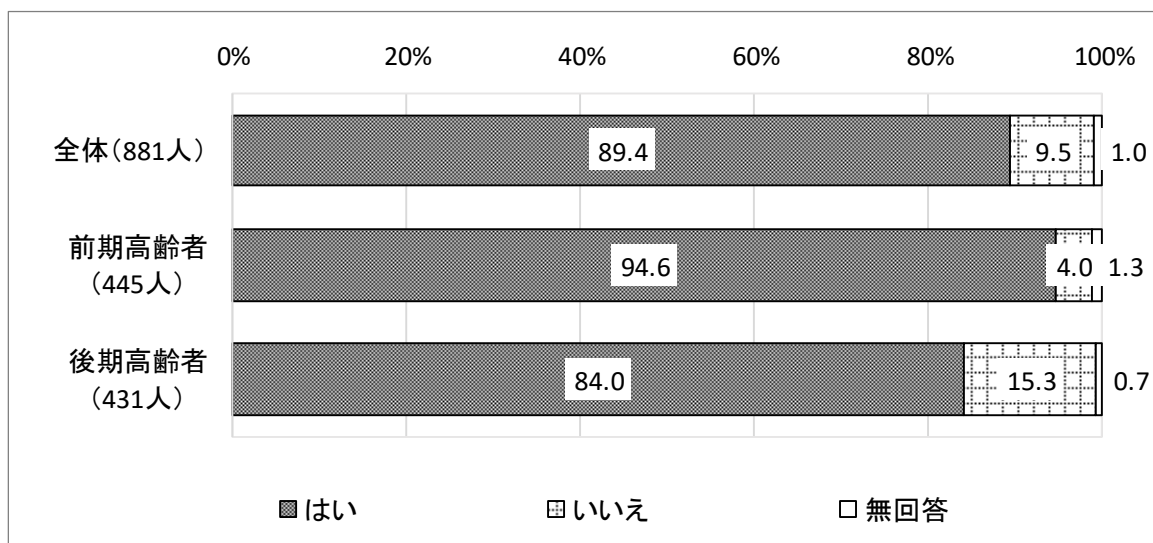


（９）年金などの書類

問 34: 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)

年金などの書類が書けるかをみると、「はい」が89.4%を占めており、「いいえ」は9.5%となっています。

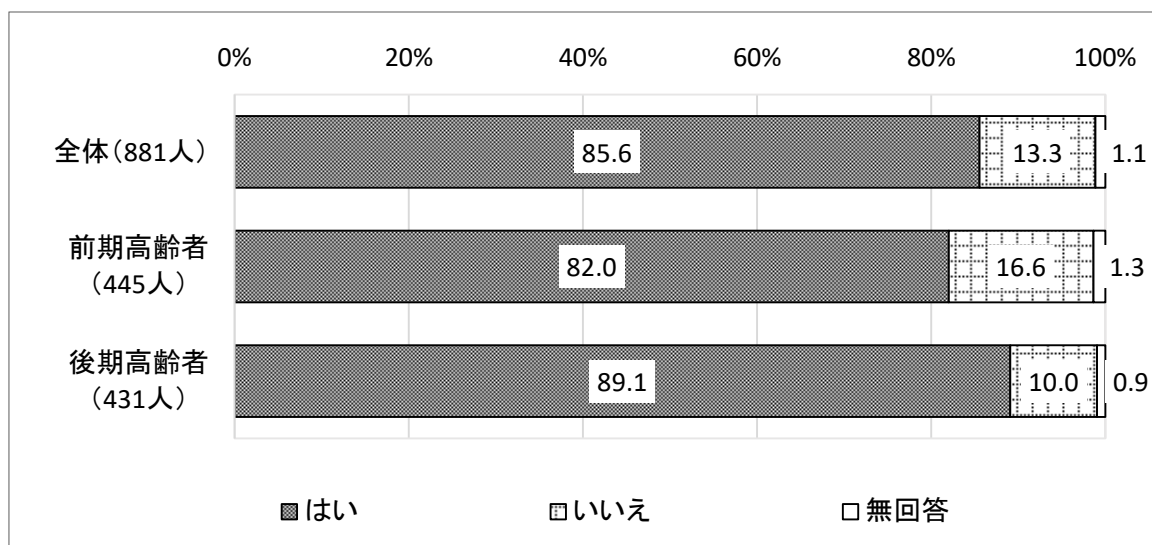
後期高齢者では、「はい」が84.0%と少なくなっています。



(10) 新聞

問 35:新聞を読んでいますか。(○は1つ)

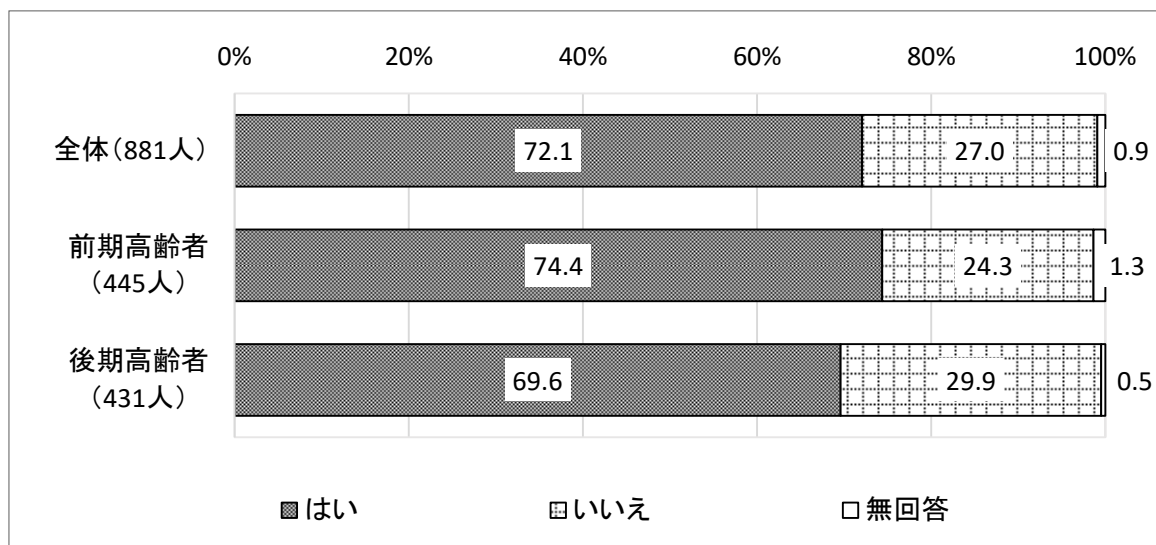
新聞を読んでいるかをみると、「はい」が85.6%と8割以上を占めています。



(11) 本や雑誌

問 36:本や雑誌を読んでいますか。(○は1つ)

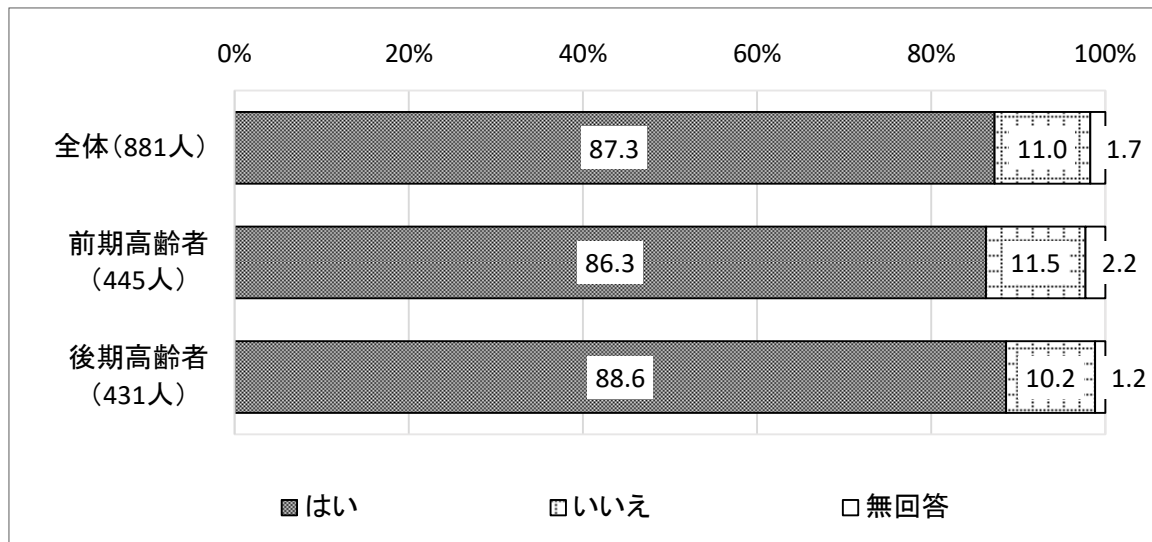
本や雑誌を読んでいるかをみると、「はい」が72.1%と7割以上を占めており、「いいえ」は27.0%となっています。



(12) 健康についての関心

問 37:健康についての記事や番組に関心がありますか。(○は1つ)

健康についての記事や番組への関心の有無をみると、「はい」が87.3%と9割近くを占めています。

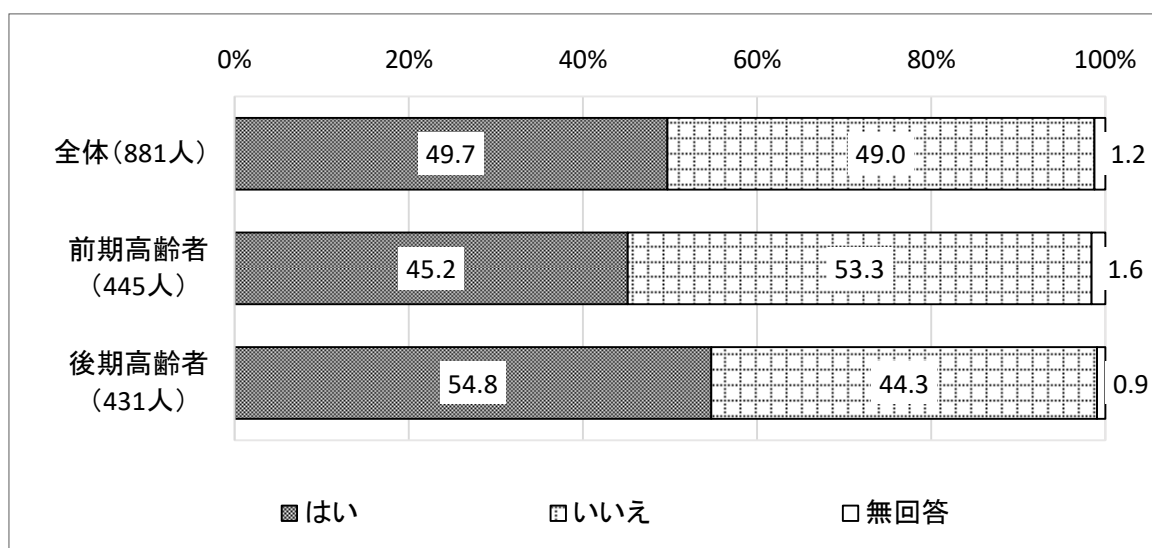


(13) 友人の家の訪問

問 38:友人の家を訪ねていますか。(○は1つ)

友人の家を訪ねているかをみると、「はい」が49.7%、「いいえ」が49.0%と同割合となっています。

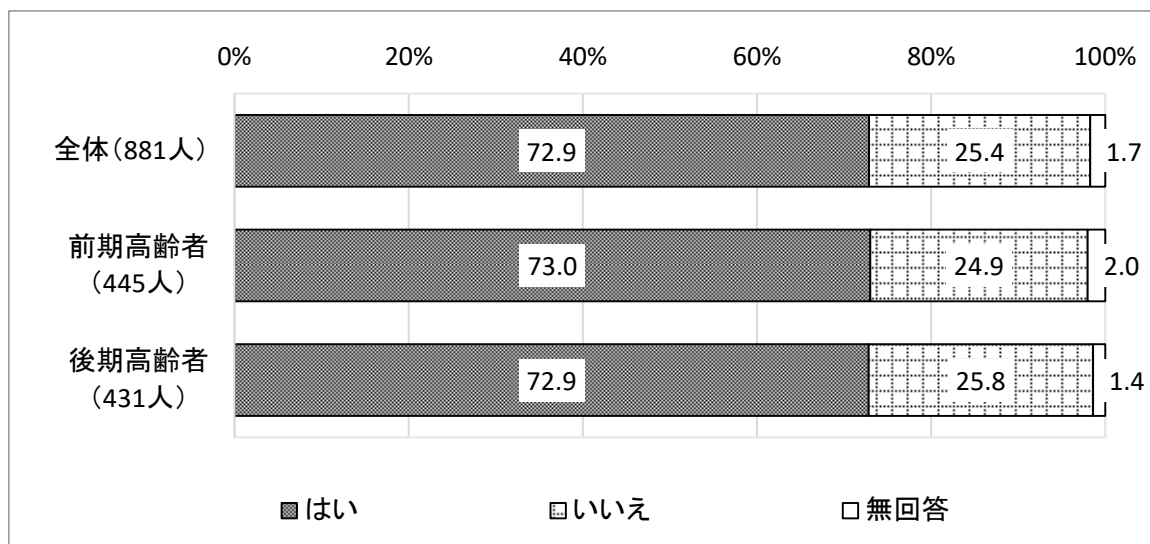
後期高齢者では「はい」がやや多くなっています。



(14) 家族や友人の相談

問 39: 家族や友人の相談にのっていますか。(○は1つ)

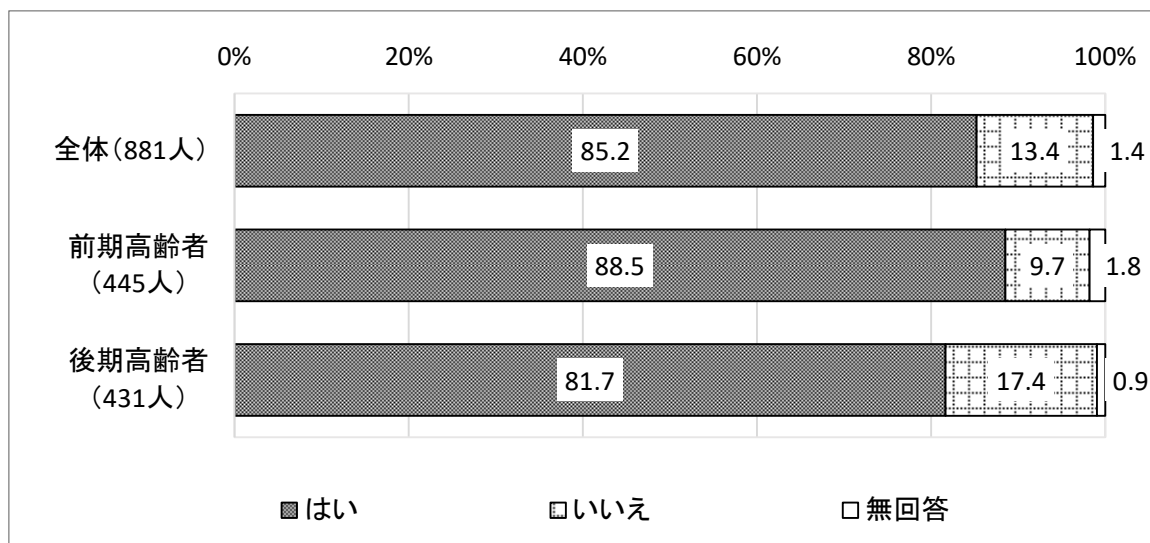
家族や友人の相談にのっているかをみると、「はい」が72.9%と7割以上を占めており、「いいえ」は25.4%となっています。



(15) 病人の見舞い

問 40: 病人を見舞うことができますか。(○は1つ)

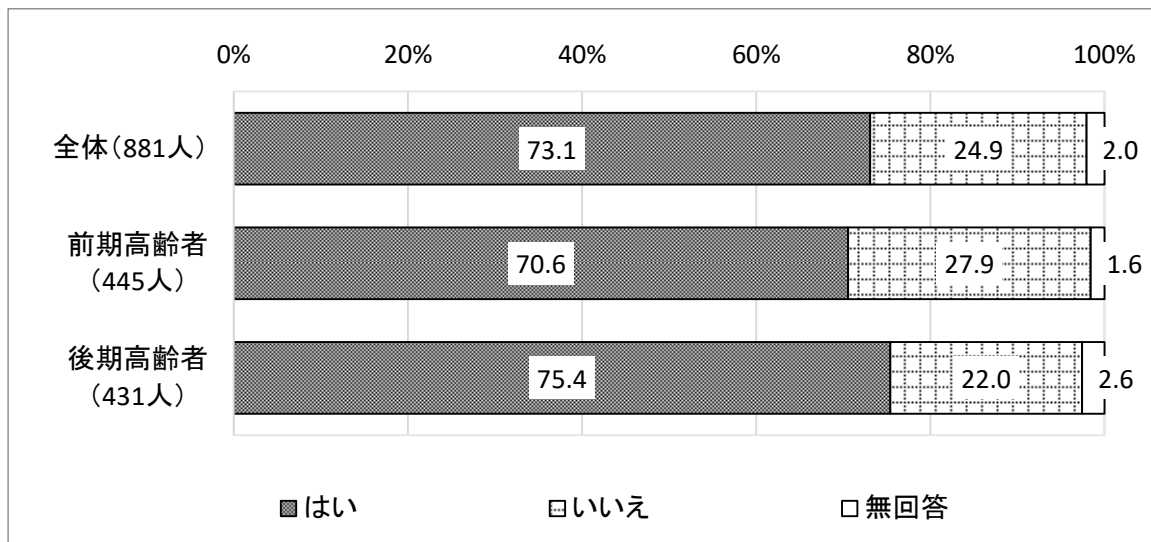
病人を見舞うことができるかをみると、「はい」が85.2%と8割以上を占めており、「いいえ」は13.4%となっています。



(16) 若い人からの話しかけ

問 41: 若い人に自分から話しかけることがありますか。(○は1つ)

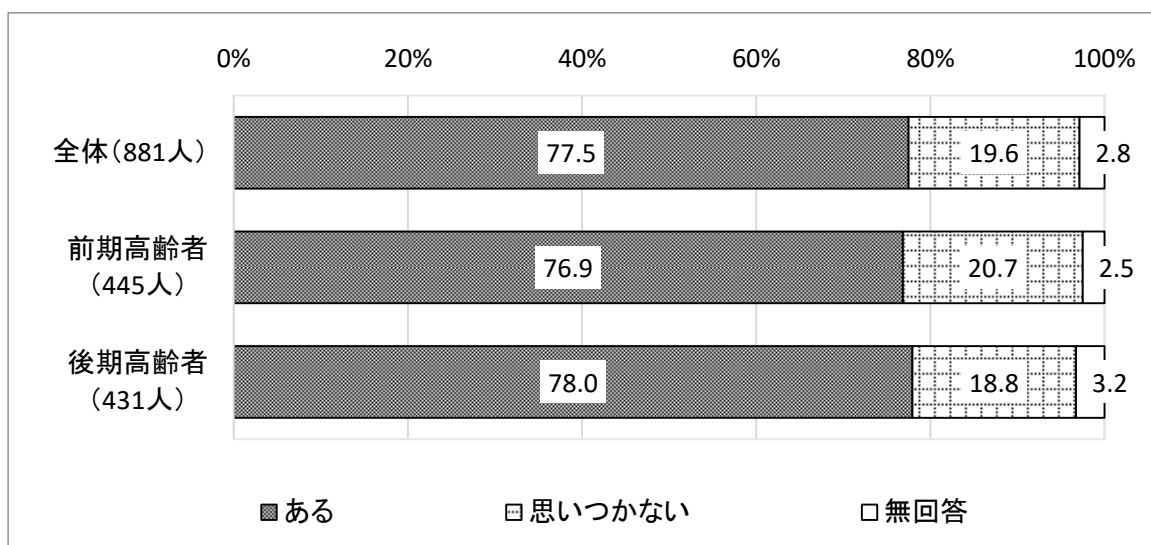
若い人に自分から話しかけることがあるかをみると、「はい」が73.1%、「いいえ」が24.9%となっています。



(17) 趣味の有無

問 42: 趣味はありますか。(○は1つ)

趣味の有無をみると、「ある」が77.5%となっています。一方、「思いつかない」は19.6%となっています。



■趣味の有無×日常生活での介護・介助の状況

趣味の有無を日常生活での介護・介助の状況別にみると、“何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない”で、「思いつかない」が36.5%と多くなっています。

		合計	ある	思いつかない	無回答
全体		881	77.5%	19.6%	2.8%
日常生活 での介護・ 介助の 状況	介護・介助は必要ない	759	79.3%	18.1%	2.6%
	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない	63	● 63.5%	○ 36.5%	0.0%
	現在、何らかの介護を受けている	29	● 65.5%	27.6%	6.9%

(18) 趣味

☆以下の問 42-1 は問 42 において、「1」と回答された方にお伺いします。

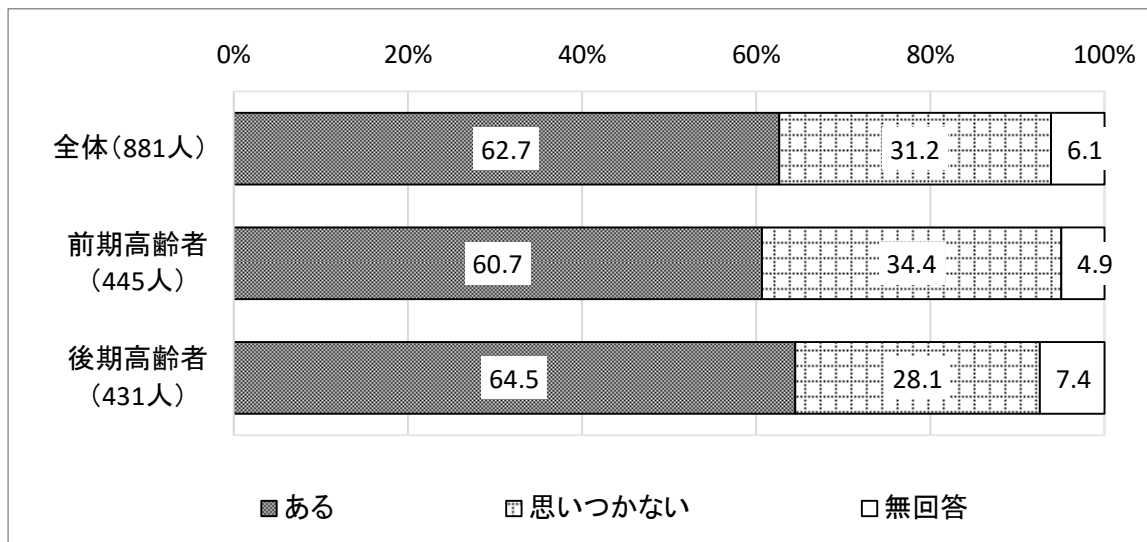
問 42-1:趣味はなんですか。(趣味をご記入ください)

趣味をみると、「読書」、「園芸（花いじり、家庭菜園、ガーデニング等）」、「手芸（編み物、裁縫等）」、「散歩」、「畑仕事」、「スポーツ（運動、グランドゴルフ、ゲートボールなど）」、「音楽」、「料理」、「旅行」、「ドライブ」、「釣り」、「カラオケ」等が多く挙げられていました。

(19) 生きがいの有無

問 43: 生きがいはありますか。(○は1つ)

生きがいの有無をみると、「ある」が62.7%、「思いつかない」が31.2%となっています。



■趣味の有無×日常生活での介護・介助の状況

生きがいの有無を日常生活での介護・介助の状況別にみると、“何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない”で、「思いつかない」が5割以上と多くなっています。

		合計	ある	思いつかない	無回答
全体		881	62.7%	31.2%	6.1%
日常生活での介護・介助の状況	介護・介助は必要ない	759	65.7%	29.0%	5.3%
	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない	63	◆ 38.1%	◎ 55.6%	6.3%
	現在、何らかの介護を受けている	29	● 51.7%	34.5%	13.8%

(20) 生きがい

☆以下の問 43-1 は問 43 において、「1」と回答された方にお伺いします。

問 43-1: 生きがいはなんですか。(生きがいをご記入ください)

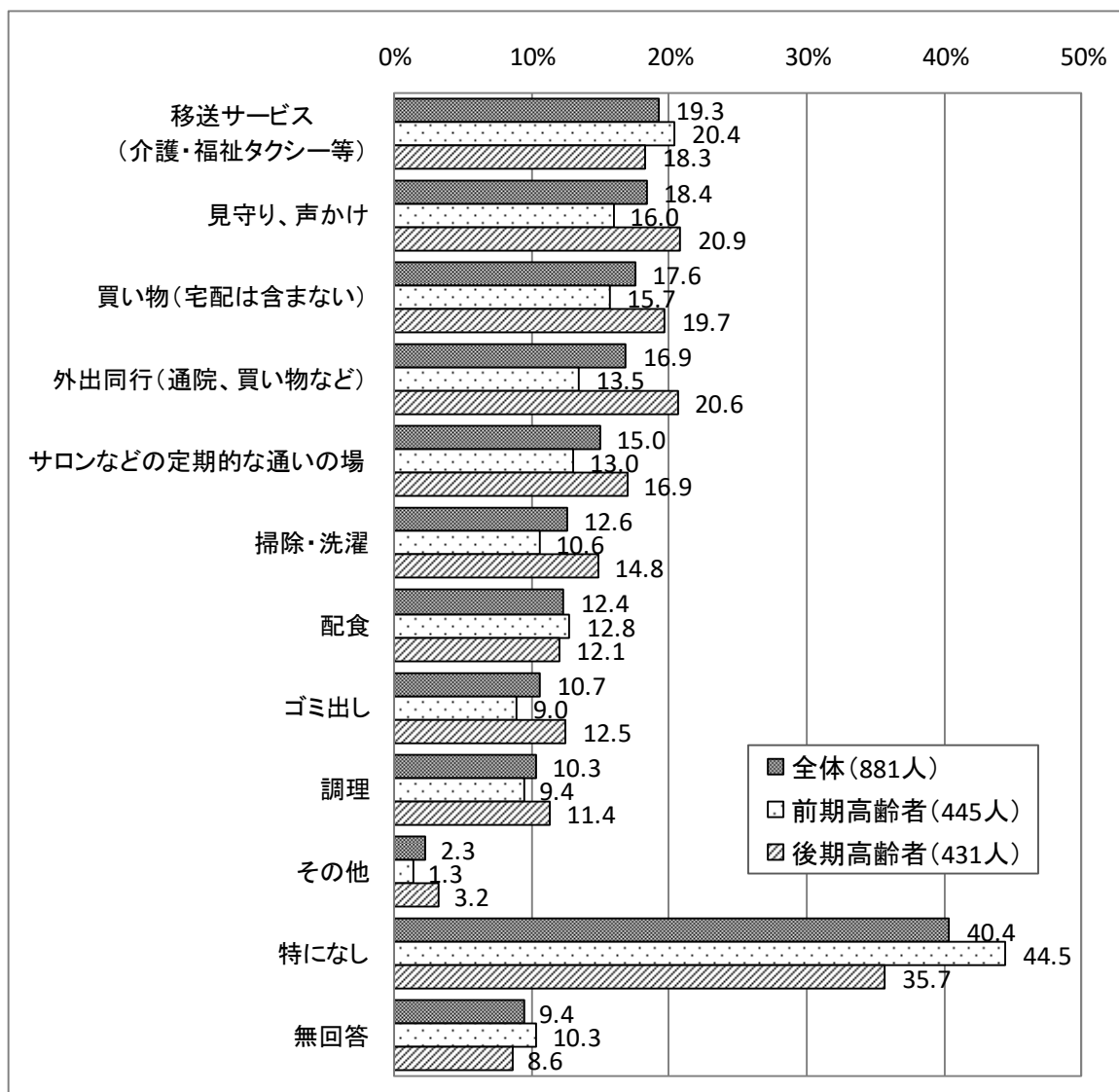
生きがいをみると、「孫の成長」が他のものよりも多くあげられていました。以下、「農業（畑、野菜）」、「仕事」、「家族（子どもとの交流・食事等）」、「友人との交流」、「健康」、「趣味」、「旅行」、「園芸（花いじり、家庭菜園、ガーデニング等）」等が多く挙げられていました。

(21) 在宅生活の継続に必要な支援・サービス

問 44: 今後の在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスはなんですか。(〇はいくつでも)

今後の在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスについては、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」が 19.3% で最も多く、次いで「見守り、声かけ」(18.4%)。「買い物（宅配は含まない）」(17.6%) と続いています。

後期高齢者では、「外出同行（通院、買い物など）」も 20.6% と多くなっています。



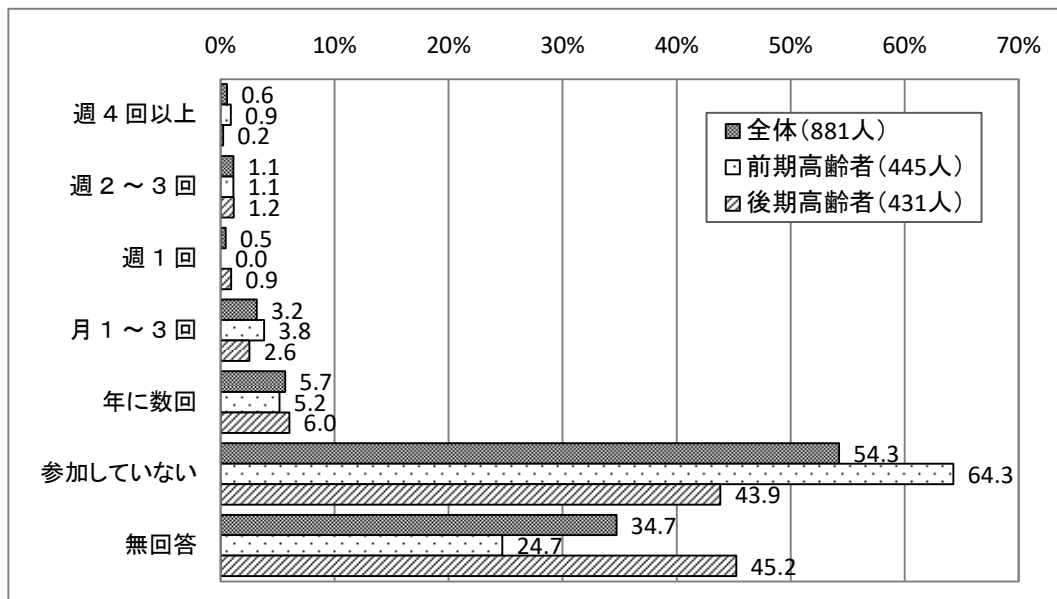
5. 地域での活動について

(1) 地域での活動

問 45: ボランティア活動や趣味・スポーツのサークル、町内会や収入のある仕事などをどの程度行っていましたか。(以下の①～⑧の項目ごとに○は1つ)

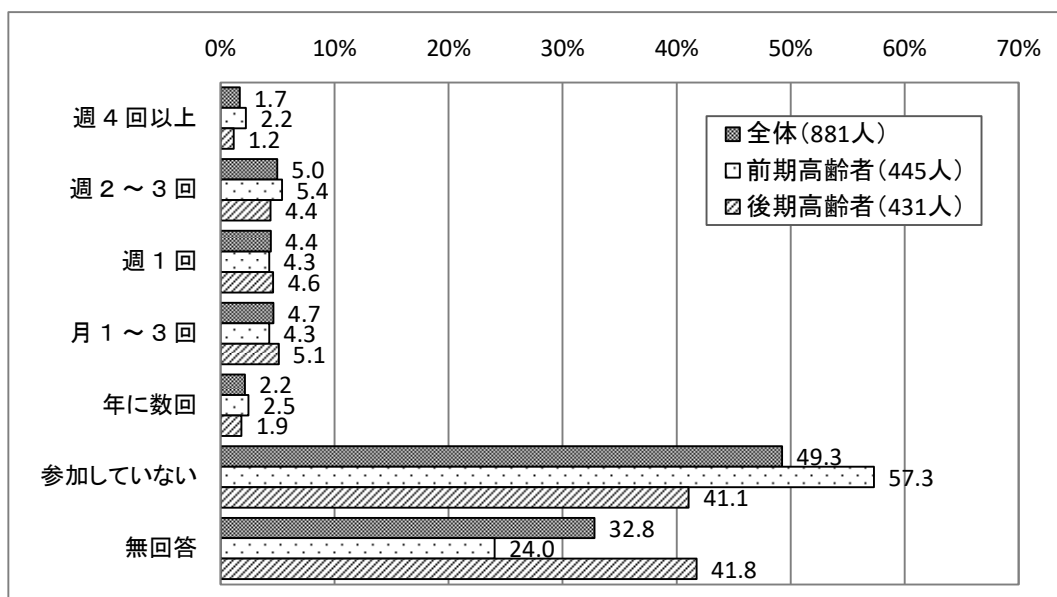
① ボランティアのグループ

ボランティアのグループへの参加状況をみると、「年に数回」が5.7%となっており、『利用している』（「週4回以上」～「年に数回」の合計）は11.0%となっています。一方、「参加していない」は54.3%でした。



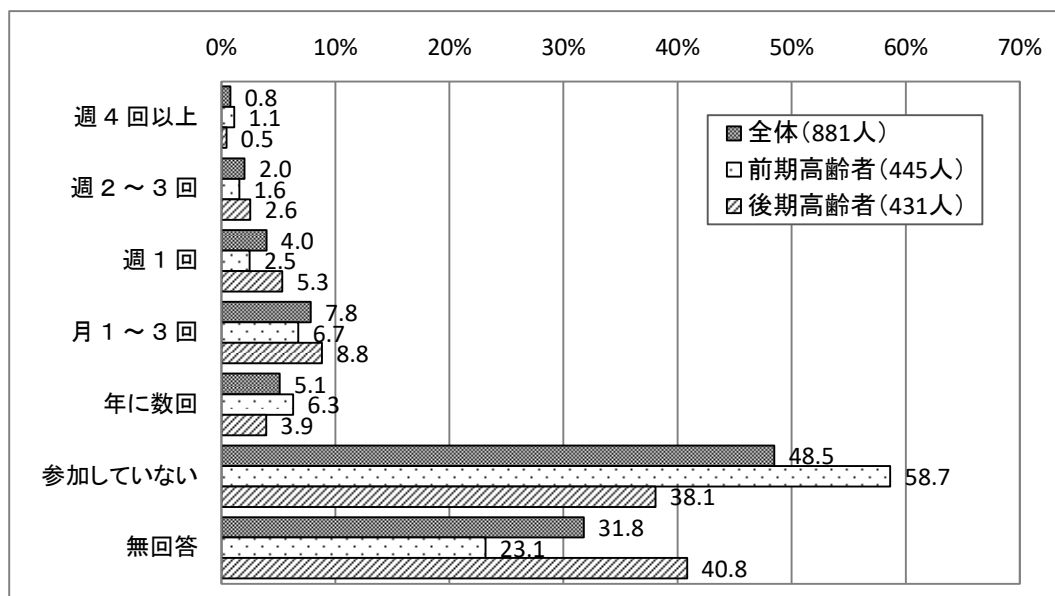
② スポーツ関係のグループやクラブ

スポーツ関係のグループやクラブへの参加状況をみると、『利用している』（「週4回以上」～「年に数回」の合計）は17.9%となっています。なお、「参加していない」は49.3%でした。



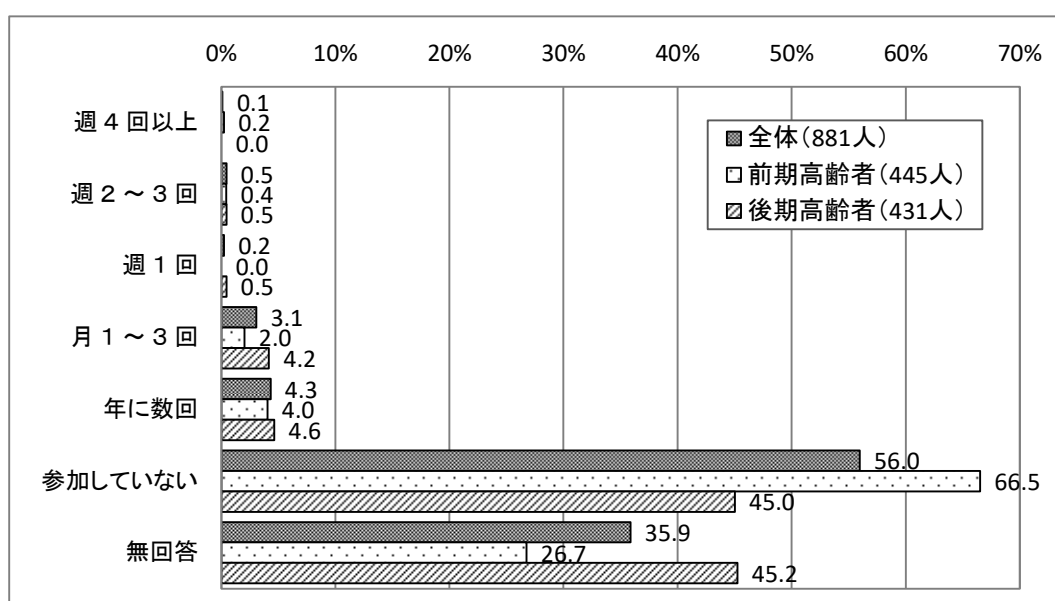
③趣味関係のグループ

趣味関係のグループへの参加状況をみると、「月１～３回」が最も多く 7.8% になっています。『利用している』（「週４回以上」～「年に数回」の合計）は 19.8% となっています。一方、「参加していない」は 48.5% でした。



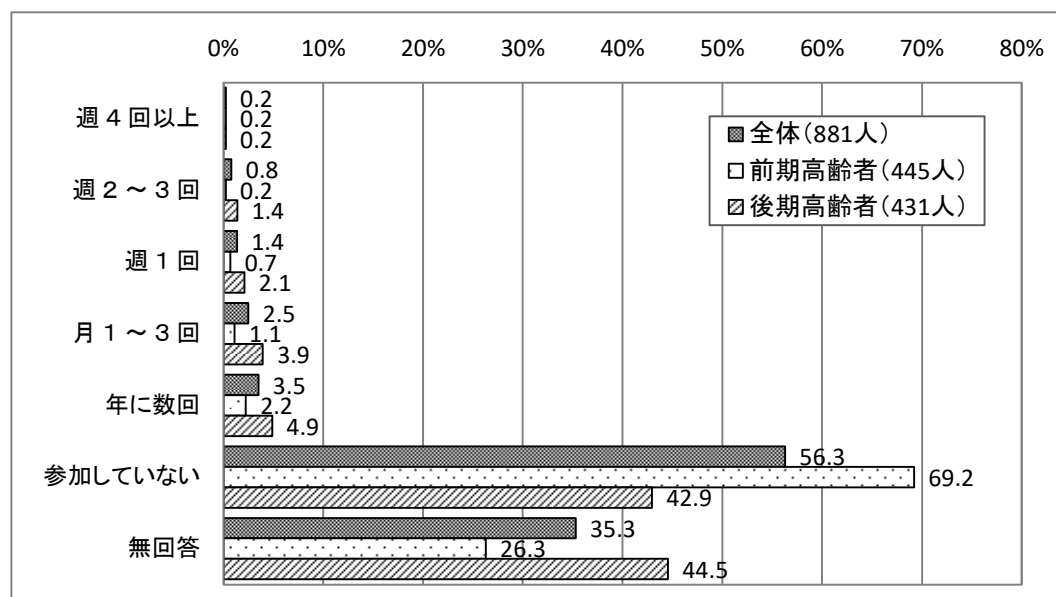
④学習・教養サークル

学習・教養サークルへの参加状況をみると、「年に数回」が 4.3% で最も多くなっています。『利用している』（「週４回以上」～「年に数回」の合計）は 8.2% となっています。一方、「参加していない」は 56.0% でした。



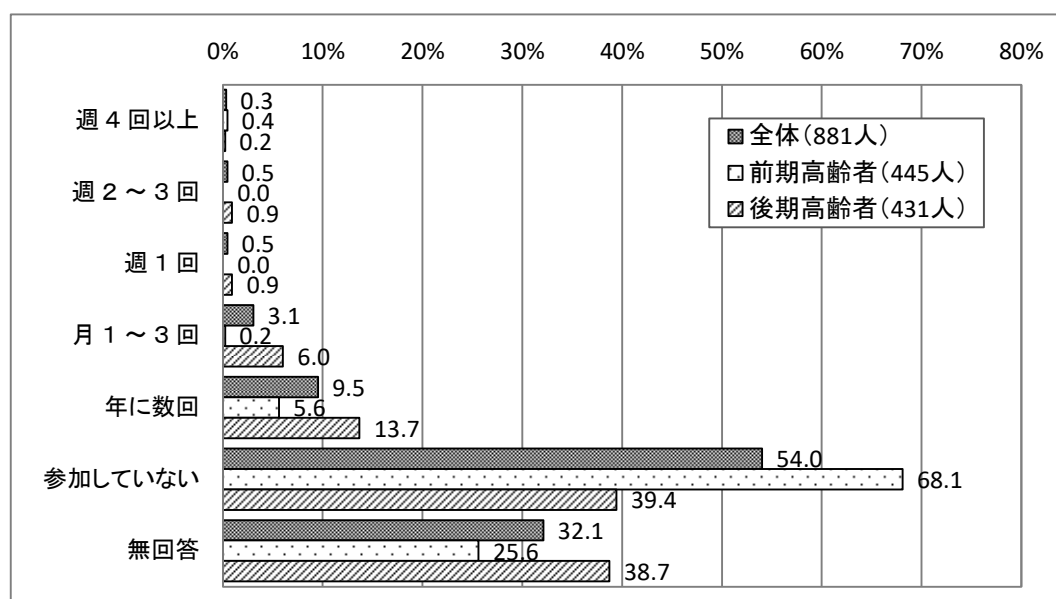
⑤介護予防のための通いの場

介護予防のための通いの場への参加状況をみると、「年に数回」が3.5%となっており、『利用している』（「週4回以上」～「年に数回」の合計）は8.4%となっています。なお、「参加していない」は56.3%でした。



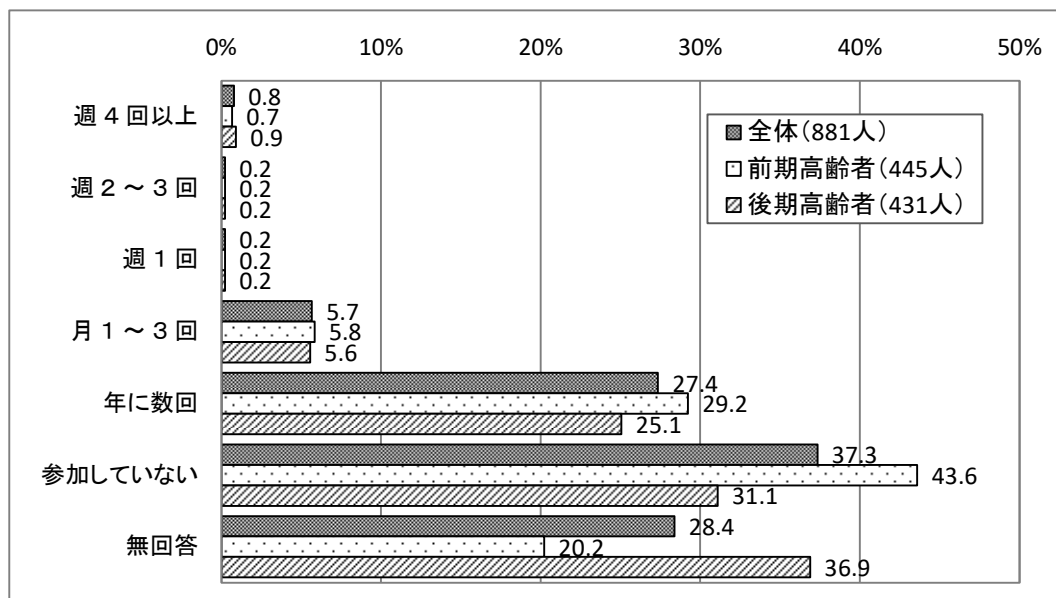
⑥老人クラブ

老人クラブへの参加状況をみると、「年に数回」が9.5%、「月1～3回」が3.1%となっており、『利用している』（「週4回以上」～「年に数回」の合計）は13.8%となっています。なお、「参加していない」は54.0%でした。



⑦町内会・自治会

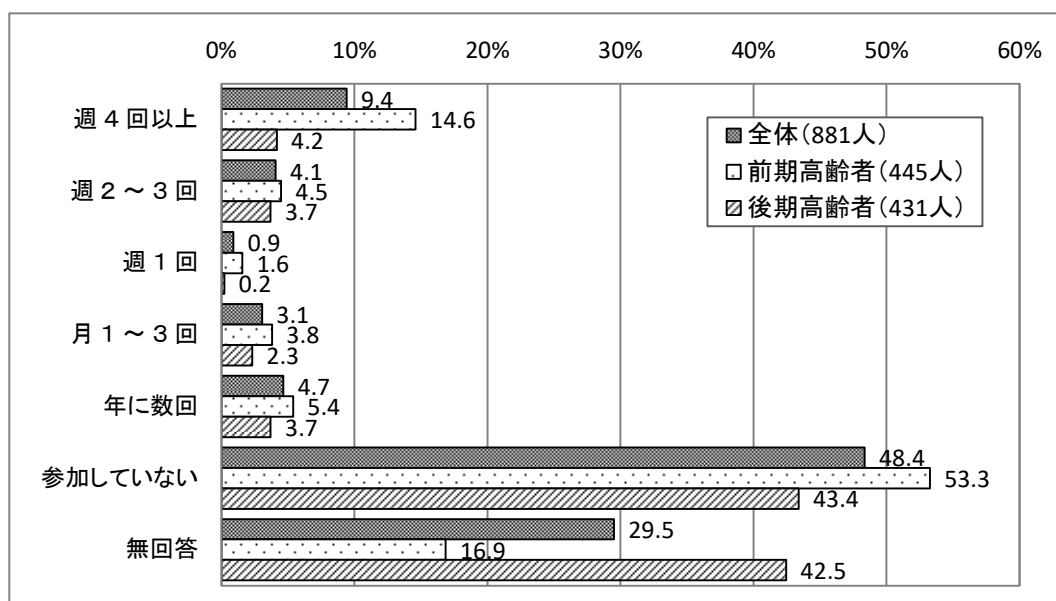
町内会・自治会への参加状況をみると、「年に数回」が27.4%となっており、『利用している』（「週4回以上」～「年に数回」の合計）は34.3%となっています。一方、「参加していない」は37.3%でした。



⑧収入のある仕事

収入のある仕事への参加状況をみると、「週4回以上」が9.4%となっており、『利用している』（「週4回以上」～「年に数回」の合計）は22.1%となっています。なお、「参加していない」は48.4%でした。

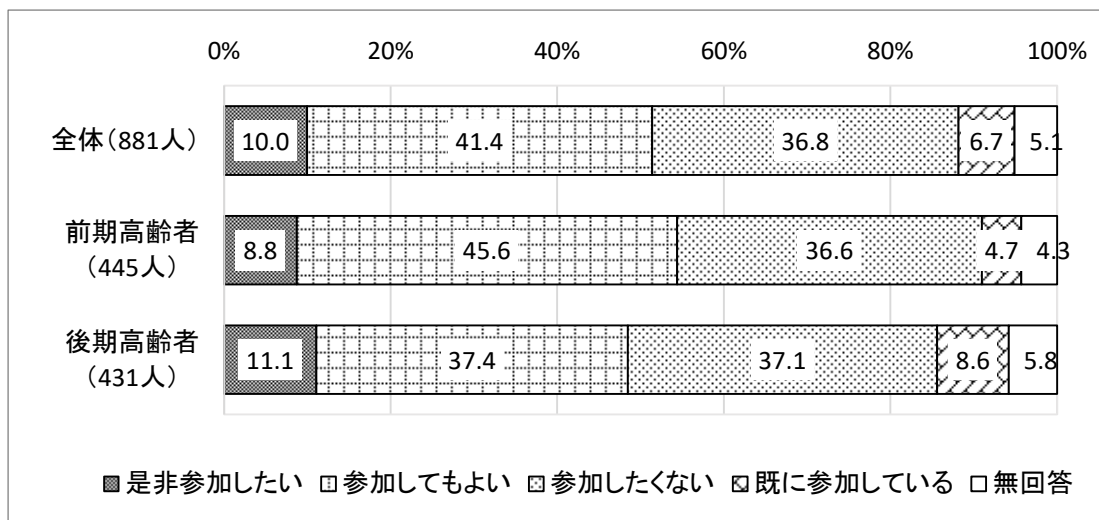
前期高齢者では、「週4回以上」が14.6%となっています。



(2) 参加者としての活動参加

問 46: 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)

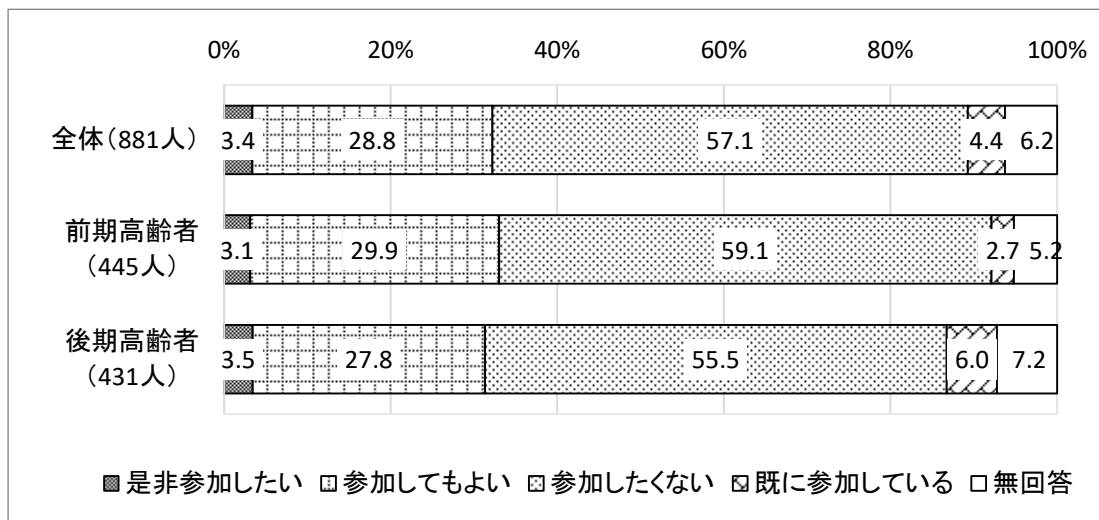
いきいきした地域づくりに参加者として参加してみたいと思うかをみると、「参加してもよい」が41.4%で最も多く、「是非参加したい」(10.0%)と合わせた『参加者として参加意向がある』は51.4%となっています。一方で、「参加したくない」も3割以上を占めており、少なくありません。



(3) お世話役としての活動参加

問 47: 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)

いきいきした地域づくりに企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思うかをみると、「参加したくない」が57.1%と半数以上を占めています。一方で『企画・運営(お世話役)として参加意向がある』(「是非参加したい」と「参加してもよい」の合計)は32.2%となっています。



6. 助け合いについて

(1) 心配事の話し相手

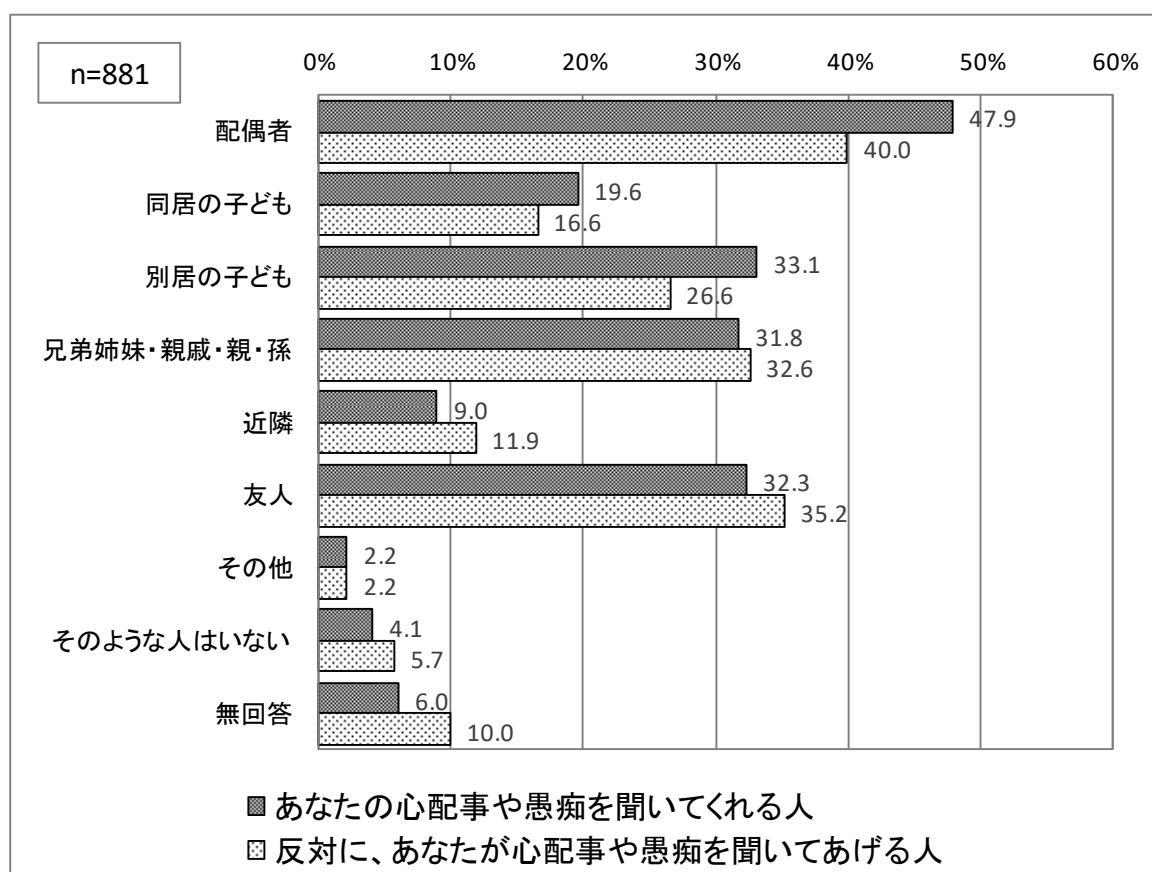
問 48: 心配事を聞いてくれる人や、聞いてあげる人などはどなたですか。(以下の①～④の項目ごとに○はいくつでも)

① あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人

心配事や愚痴を聞いてくれる人をみると、「配偶者」が47.9%で最も多く、次いで「別居の子ども」が33.1%、「友人」が32.3%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が31.8%で続いています。

② 反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人

心配事や愚痴を聞いてあげる人をみると、「配偶者」が40.0%で最も多く、次いで「友人」が35.2%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が32.6%、「別居の子ども」が26.6%で続いています。



(2) 看病や世話

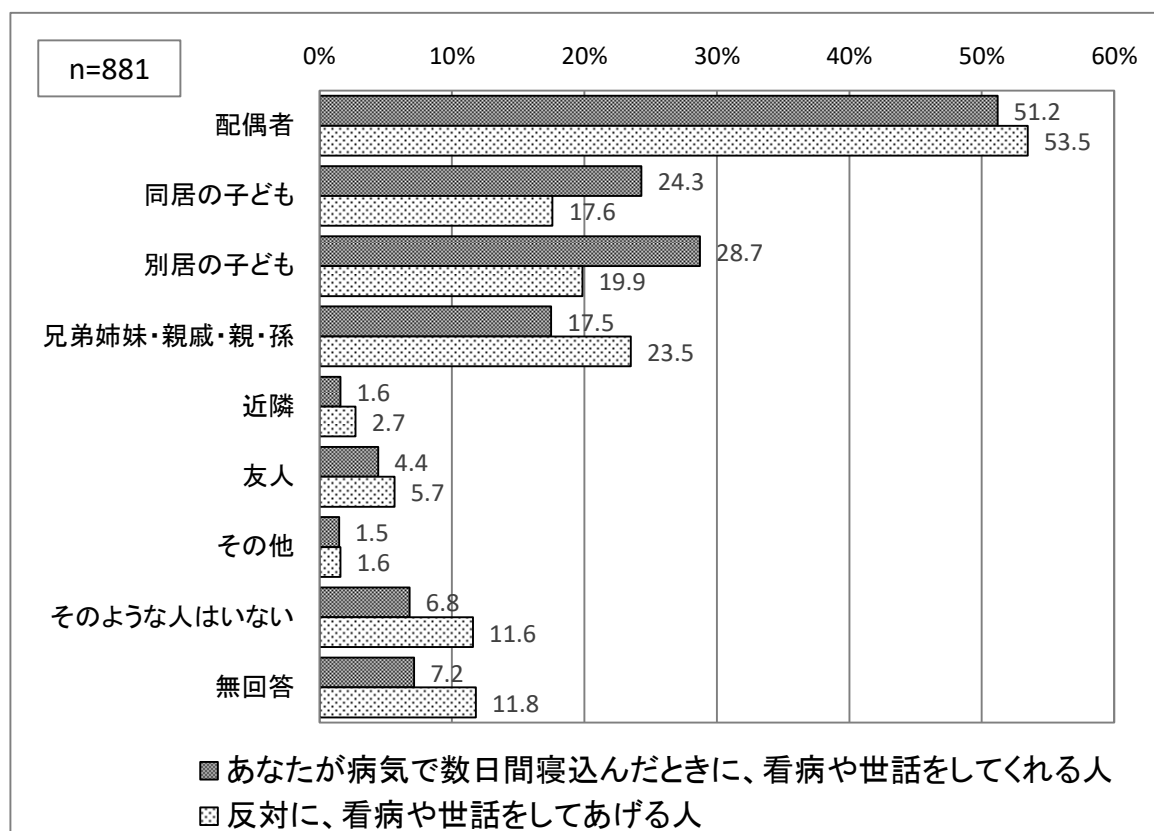
③あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人

看病や世話をしてくれる人をみると、「配偶者」が51.2%と半数以上を占めて最も多くなっており、次いで「別居の子ども」が28.7%、「同居の子ども」が24.3%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が17.5%で続いています。

④反対に、看病や世話をしてあげる人

看病や世話をしてあげる人をみると、「配偶者」が53.5%で最も多くなっており、次いで「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が23.5%、「別居の子ども」が19.9%、「同居の子ども」が17.6%で続いています。

“④看病や世話をしてあげる人”では、“③看病や世話をしてくれる人”に比べ「兄弟姉妹・親戚・親・孫」の割合が高くなっているのが特徴となっています。

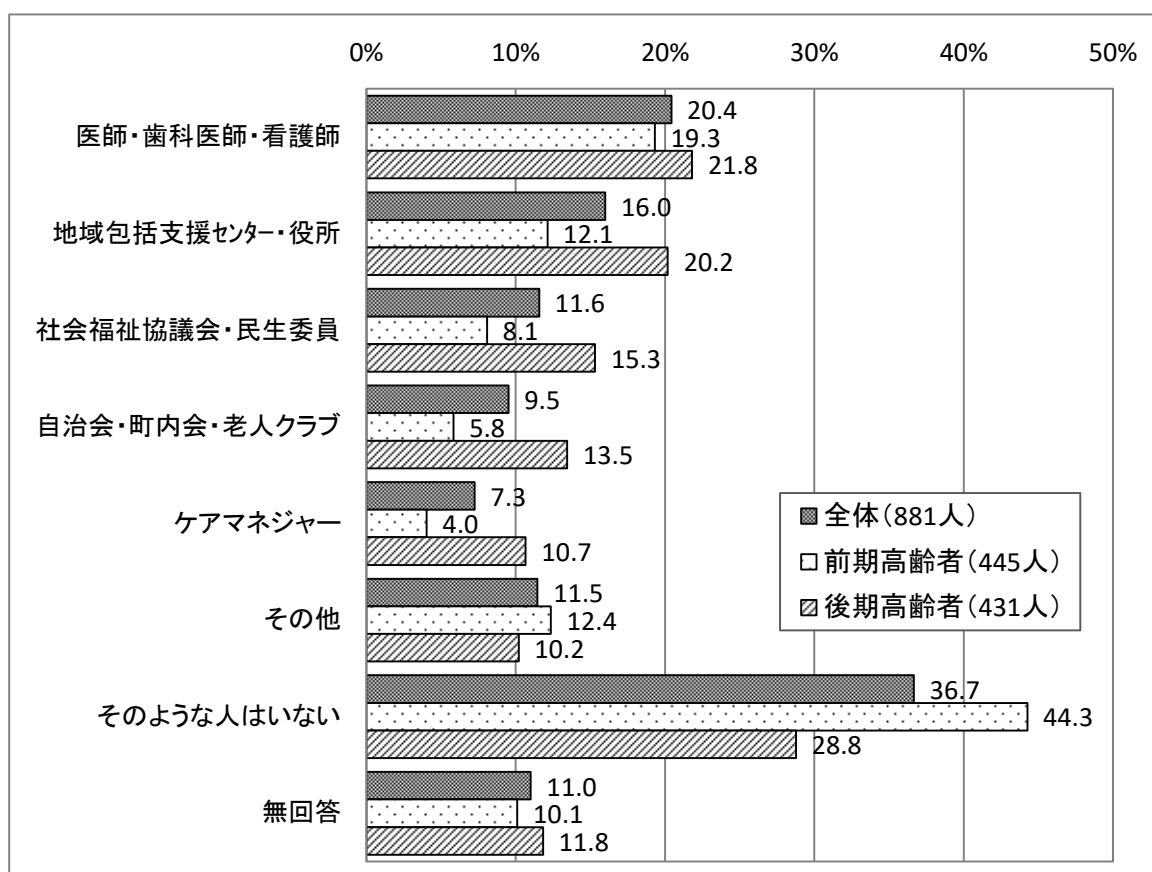


(3) 家族・友人以外の相談相手

問 49: 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)

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みると、「医師・歯科医師・看護師」が20.4%で最も多く、次いで「地域包括支援センター・役所」が16.0%、「社会福祉協議会・民生委員」が11.6%と続いています。

一方、「そのような人はいない」は36.7%と3人に1人以上の割合となっています。前期高齢者では、「そのような人はいない」が44.3%と4割以上になっています。

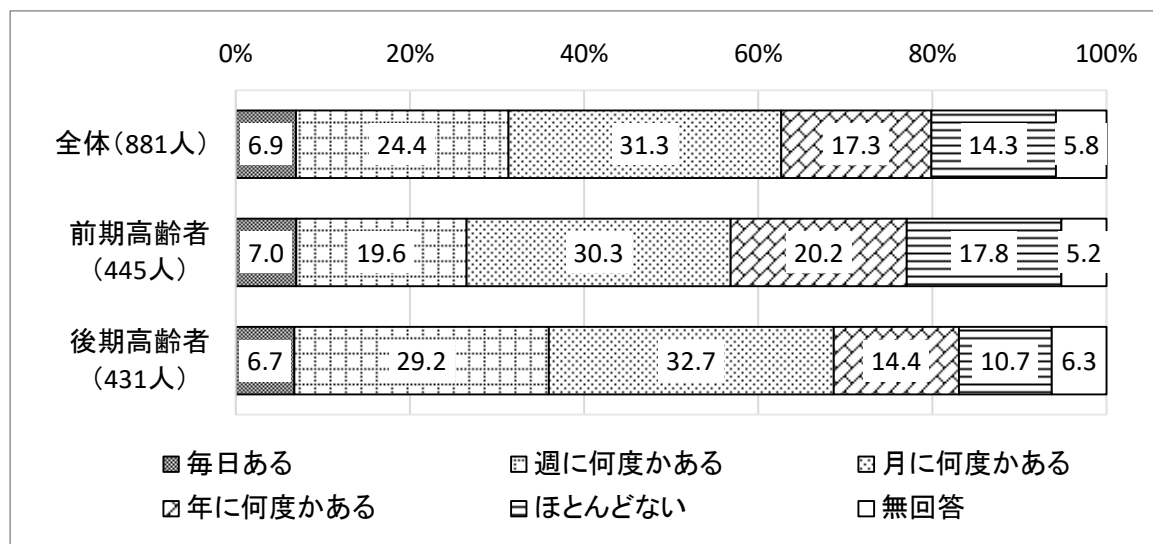


(4) 友人・知人と会う頻度

問 50: 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(○は1つ)

友人・知人と会う頻度をみると、「月に何度かある」が31.3%で最も多くなっています。次いで「週に何度かある」が24.4%、「年に何度かある」が17.3%が続いています。なお、「ほとんどない」は14.3%でした。

後期高齢者では、「月に何度かある」が29.2%とやや多くなっています。

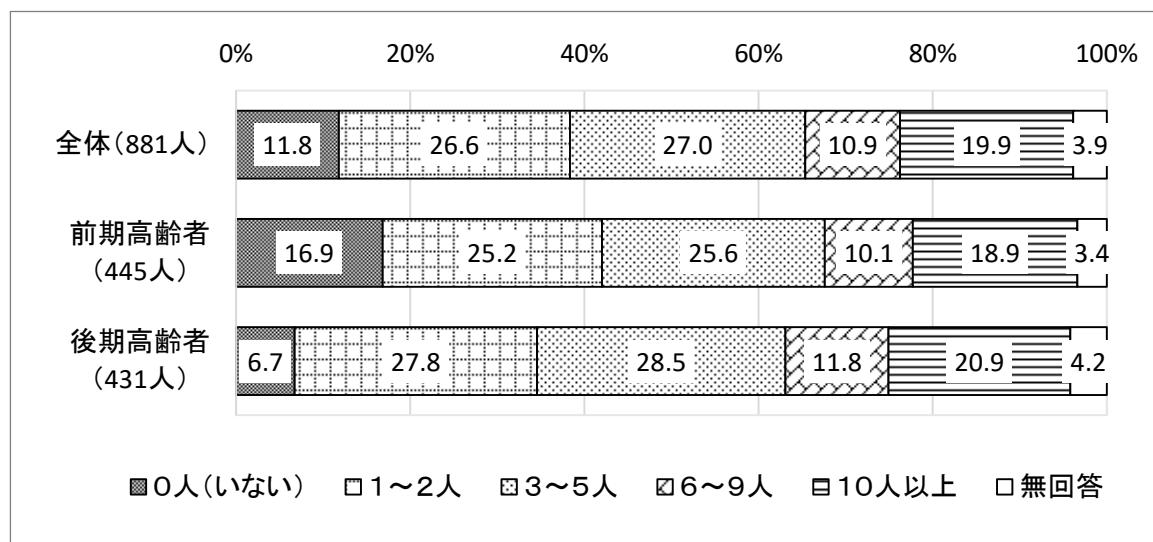


(5) 友人・知人と会った人数

問 51: この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。(○は1つ)

※同じ人には何度会っても1人と数えることとします

この1か月間に会った友人・知人の人数をみると、「3～5人」が27.0%で最も多く、次いで「1～2人」が26.6%、「10人以上」が19.9%が続いています。一方、「0人(いない)」は11.8%でした。

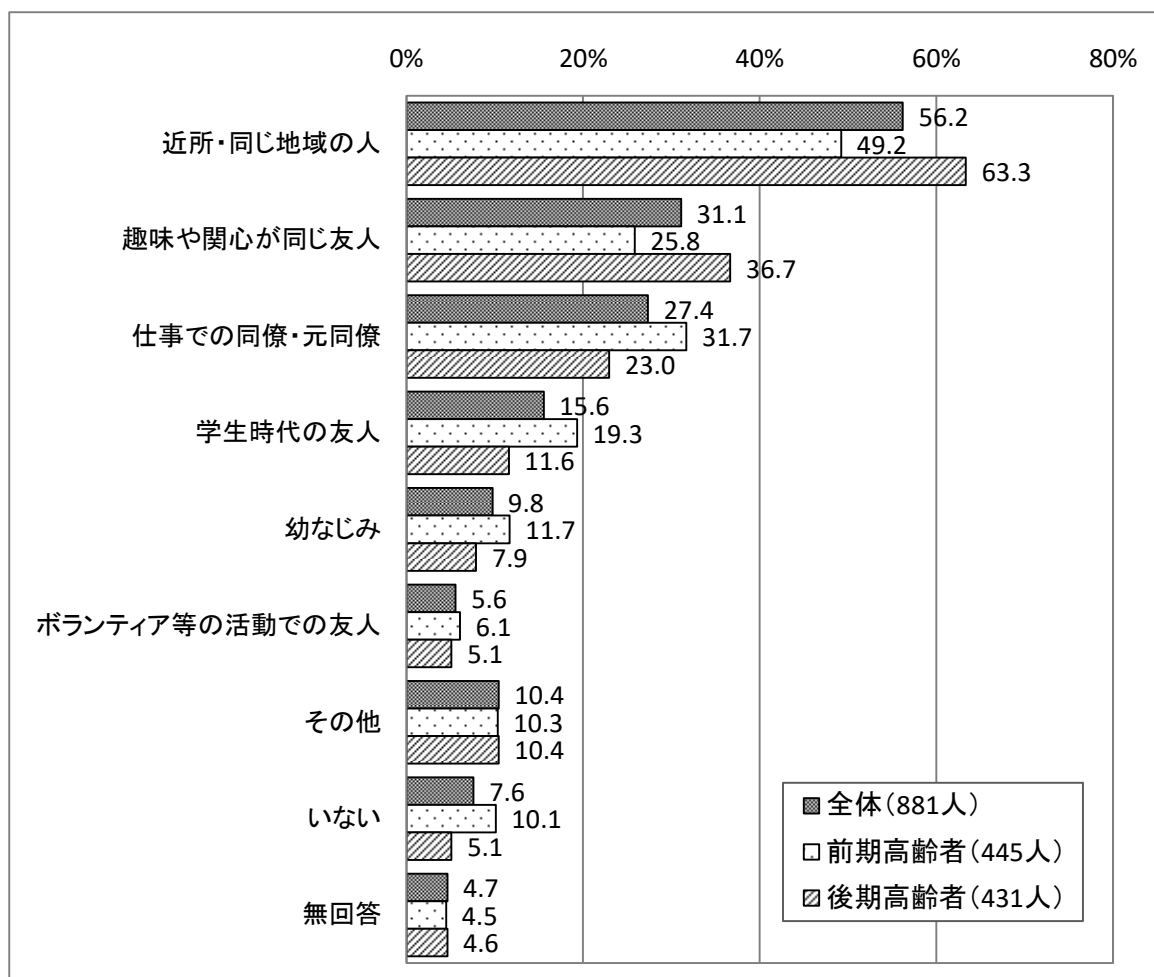


(6) よく会う友人・知人

問 52: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)

よく会う友人・知人との関係性をみると、「近所・同じ地域の人」が56.2%と5割以上を占めて最も多くなっており、次いで「趣味や関心が同じ友人」(31.3%)、「仕事での同僚・元同僚」(27.4%)と続いています。

前期高齢者では、「仕事での同僚・元同僚」(31.7%)が2番目に多くなっています。



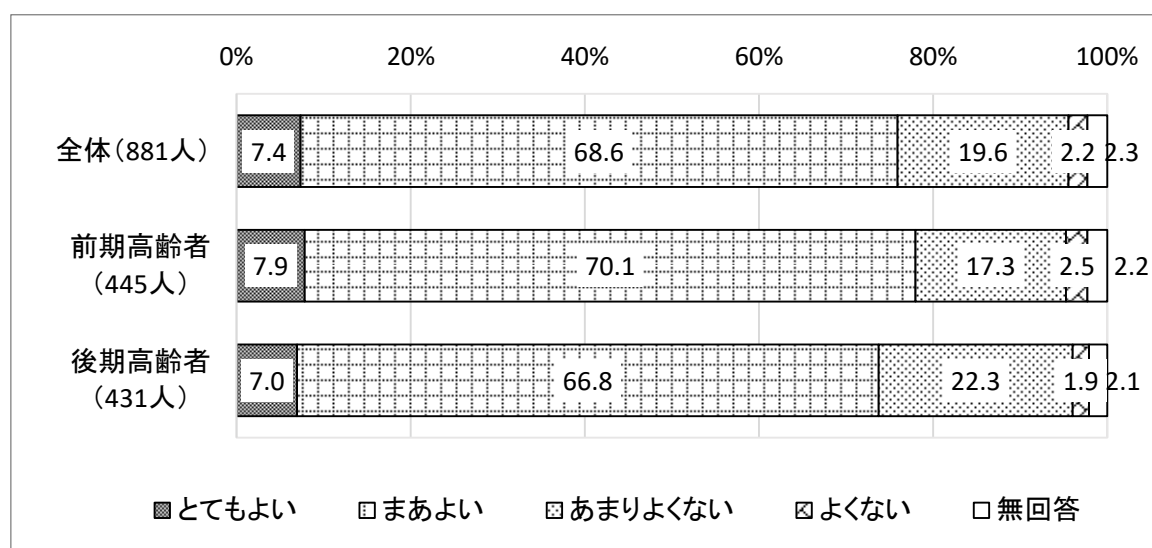
7. 健康について

(1) 現在の健康状態

問 53: 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

現在の健康状態をみると、「まあよい」が 68.6%を占めており、「とてもよい」と合わせた『健康状態はよい』は 76.0%と7割以上になっています。

一方、『健康状態はよくない』(「あまりよくない」と「よくない」の合計)は 21.8%となっています。



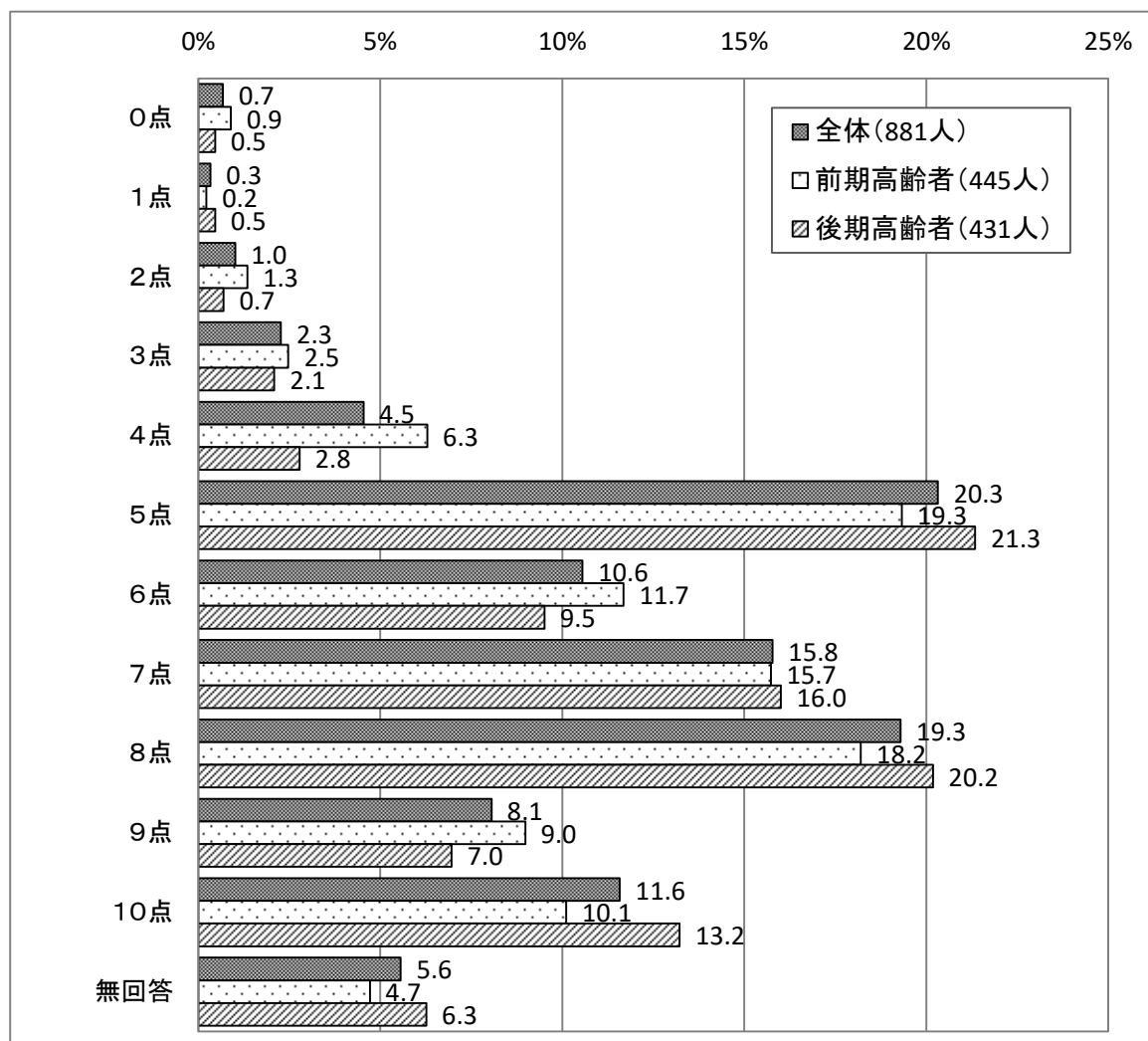
(2) 幸福度

問 54:あなたは、現在どの程度幸せですか。(点数に○)

※「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、お考えください

現在の幸せの度数をみると、「5点」が20.3%で最も多く、次いで「8点」が19.3%、「7点」が15.8%が続いています。平均点は6.83点でした。

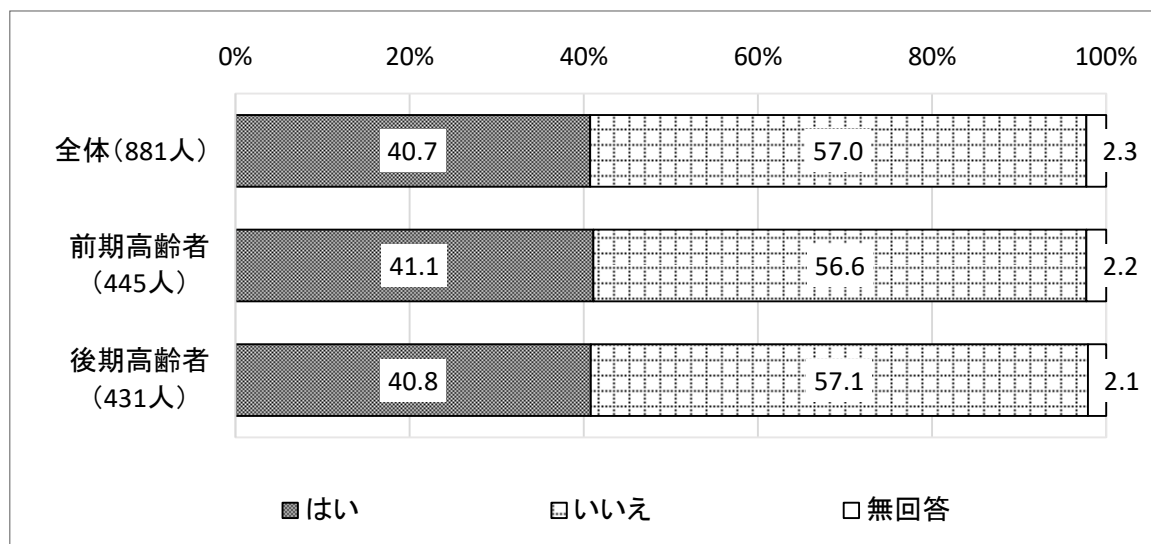
平均点をみると、前期高齢者は6.72点、後期高齢者は6.95点と後期高齢者がやや高くなっています。



(3) ゆううつな気持ちになったこと

問 55: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)

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ったかをみると、「いいえ」が57.0%と5割以上を占めていますが、「はい」も40.7%と4割を占めています。



■ゆううつな気持ちになったりする等があったか×幸福度別

ゆううつな気持ちになったりする等があったかを幸福度別にみると、“4点以下”で「はい」が79.5%と約8割になっています。

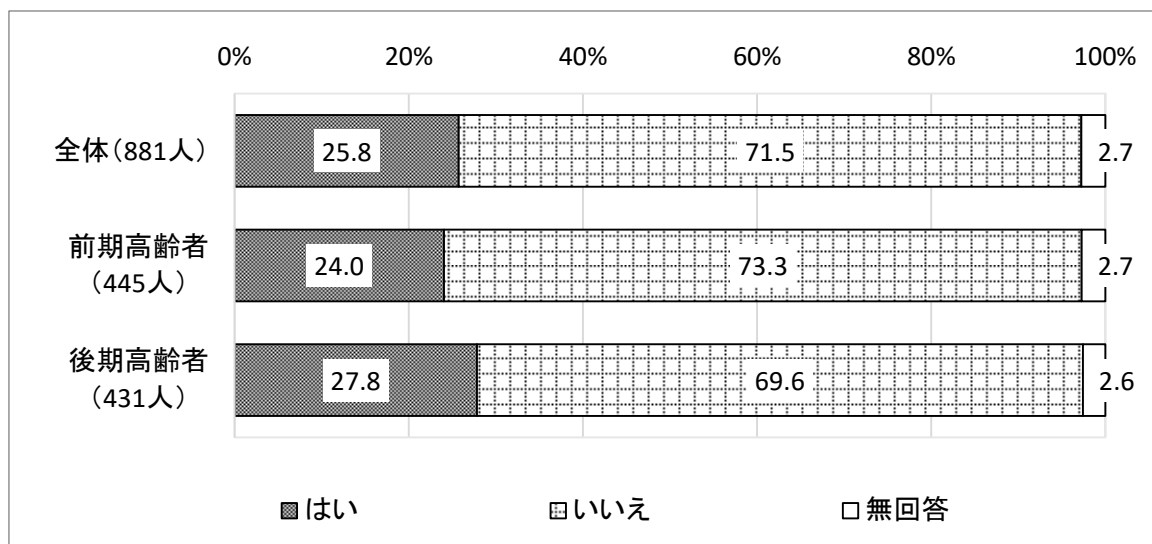
“9点以上”では「いいえ」が80.3%と8割になっています。

		合計	はい	いいえ	無回答
全体		881	40.7%	57.0%	2.3%
幸福度	4点以下	78	◎ 79.5%	◆ 20.5%	0.0%
	5～6点	272	○ 51.5%	48.5%	0.0%
	7～8点	309	36.2%	63.8%	0.0%
	9点以上	173	◆ 19.1%	◎ 80.3%	0.6%

(4) 心から楽しめない感じ

問 56: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)

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ったかをみると、「いいえ」が71.5%と約7割を占めています。一方、「はい」は25.8%でした。



■物事に対して興味がわかない等の感じがよくあったか×幸福度別

物事に対して興味がわかない等の感じがよくあったかを幸福度別にみると、“4点以下”で「はい」が69.2%と約7割になっています。

“9点以上”では「いいえ」が9割を占めています。

		合計	はい	いいえ	無回答
全体		881	25.8%	71.5%	2.7%
幸福度	4点以下	78	◎ 69.2%	◆ 29.5%	1.3%
	5～6点	272	33.8%	65.8%	0.4%
	7～8点	309	18.4%	81.2%	0.3%
	9点以上	173	● 8.1%	○ 91.3%	0.6%

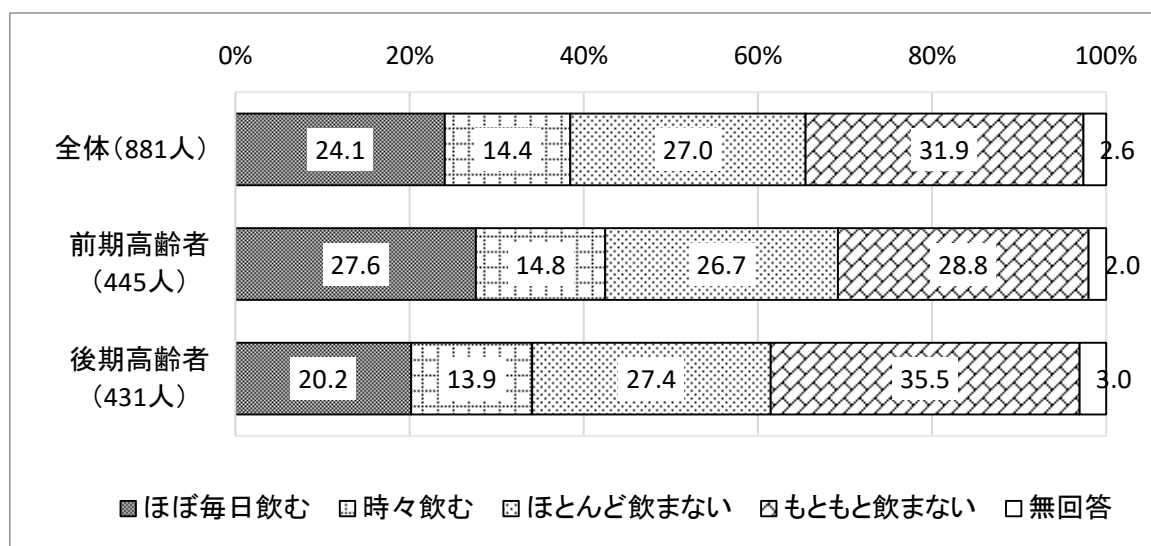
(5) 飲酒

問 57: お酒は飲みますか。(○は1つ)

飲酒状況を見ると、「もともと飲まない」が31.9%で最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が27.0%で、これらを合わせた『お酒は飲まない』は58.9%となっています。

一方、「ほぼ毎日飲む」は24.1%となっており、「時々飲む」(14.4%)と合わせた『お酒を飲む』は38.5%となっています。

後期高齢者では『お酒は飲まない』が62.9%と6割以上になっています。



■ 飲酒状況 × 性別

飲酒状況を性別で見ると、“男性”で「ほぼ毎日飲む」48.4%と5割近くになっています。

“女性”では「もともと飲まない」が47.8%と5割近くになっており、「ほとんど飲まない」を合わせた『お酒は飲まない』は79.3%と約8割になっています。

		合計	ほぼ毎日 飲む	時々飲む	ほとんど 飲まない	もともと 飲まない	無回答
全体		881	24.1%	14.4%	27.0%	31.9%	2.6%
性別	男性	372	◎ 48.4%	16.7%	21.2%	◆ 10.8%	3.0%
	女性	502	● 6.0%	12.7%	31.5%	○ 47.8%	2.0%

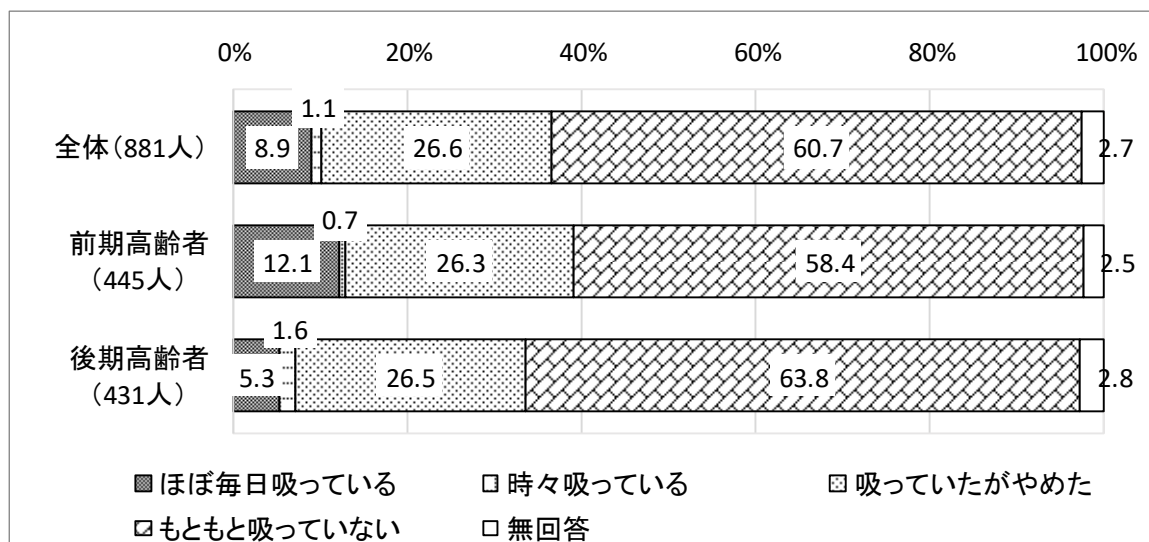
(6) 飲酒

問 58:タバコは吸っていますか。(○は1つ)

喫煙状況をみると、「もともと吸っていない」が60.7%を占めており、「吸っていたがやめた」と合わせた『タバコは吸わない』は87.3%と多くを占めています。

一方、『タバコを吸っている』(「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」の合計)は10.0%となっています。

前期高齢者では「ほぼ毎日吸っている」が12.1%とやや多くなっています。



■喫煙状況 × 性別

喫煙状況を性別でみると、“男性”で「吸っていたがやめた」が53.0%と5割以上になっています。

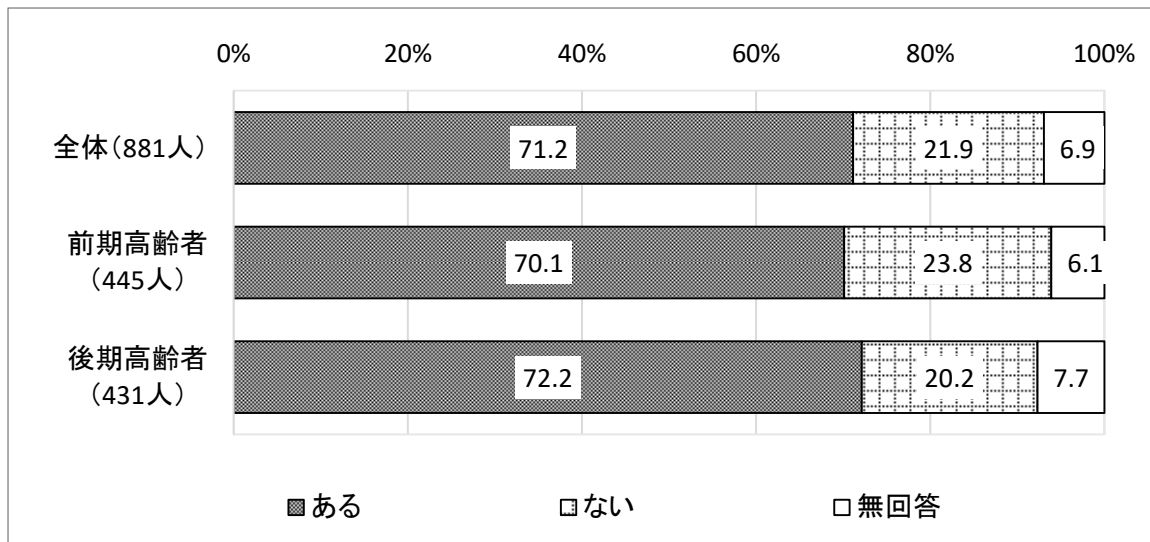
“女性”では「もともと吸っていない」が88.2%と9割近くになっています。

		合計	ほぼ毎日吸っている	時々吸っている	吸っていたがやめた	もともと吸っていない	無回答
全体		881	8.9%	1.1%	26.6%	60.7%	2.7%
性別	男性	372	18.0%	1.9%	◎ 53.0%	◆ 24.5%	2.7%
	女性	502	2.0%	0.6%	● 6.8%	◎ 88.2%	2.4%

(7) 病気の有無

問 59: 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(○は1つ)

現在治療中・後遺症のある病気の有無をみると、「ある」が71.2%と7割以上になっています。一方で、「ない」は21.9%となっています。



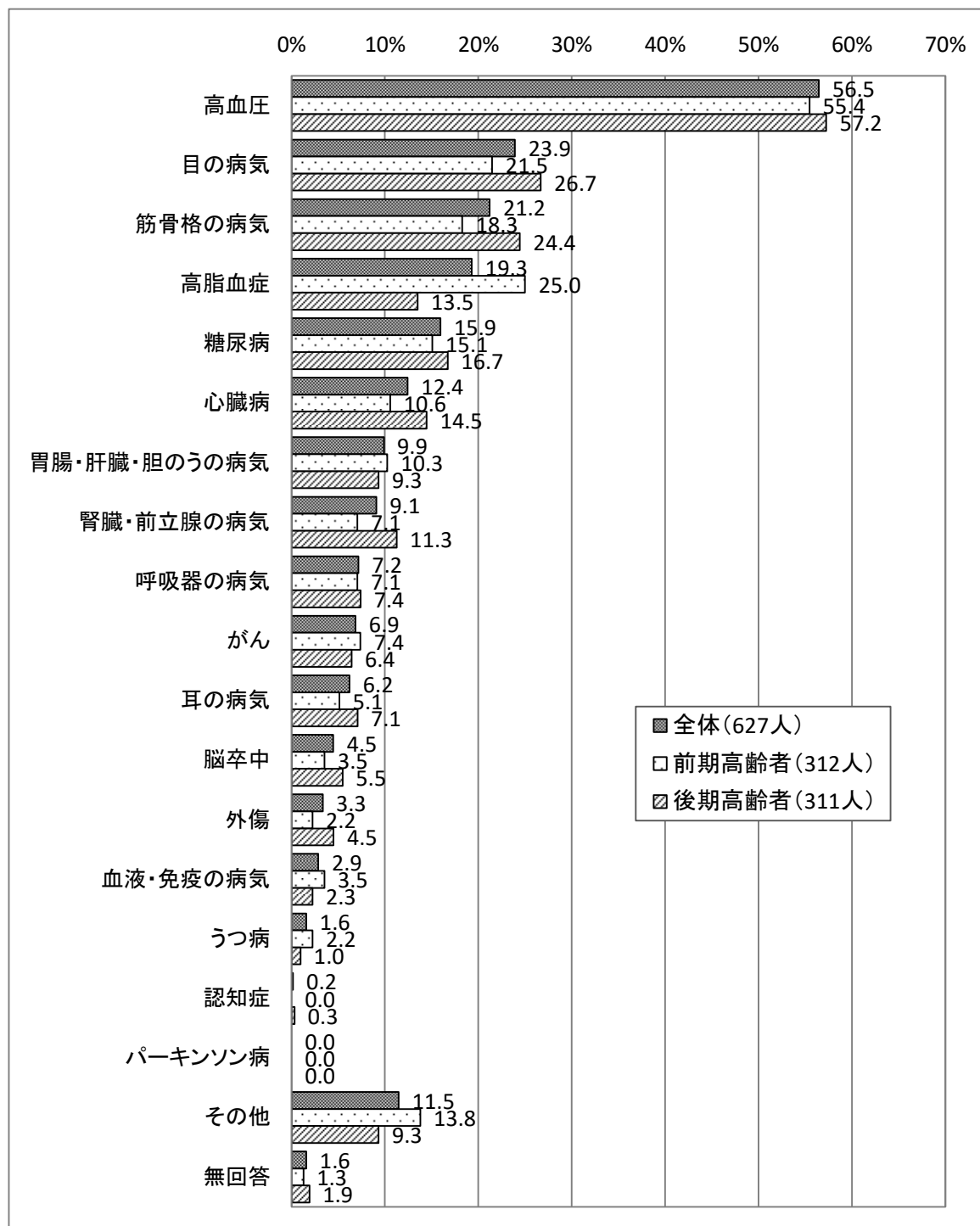
(8) 治療中または後遺症のある病気

☆以下の問 58-1 は、問 58 において、「1. 」と回答された方にお伺いします。

問 59-1: 現在治療中、または後遺症のある病気はなんですか。(〇はいくつでも)

現在治療中・後遺症のある病気をみると、「高血圧」が 56.5%と 5 割以上で最も多く、次いで「目の病気」が 23.9%、「筋骨格の病気」が 21.2%が続いています。

多くは後期高齢者で多くなっていますが、「高脂血症」は前期高齢者が多くなっています。

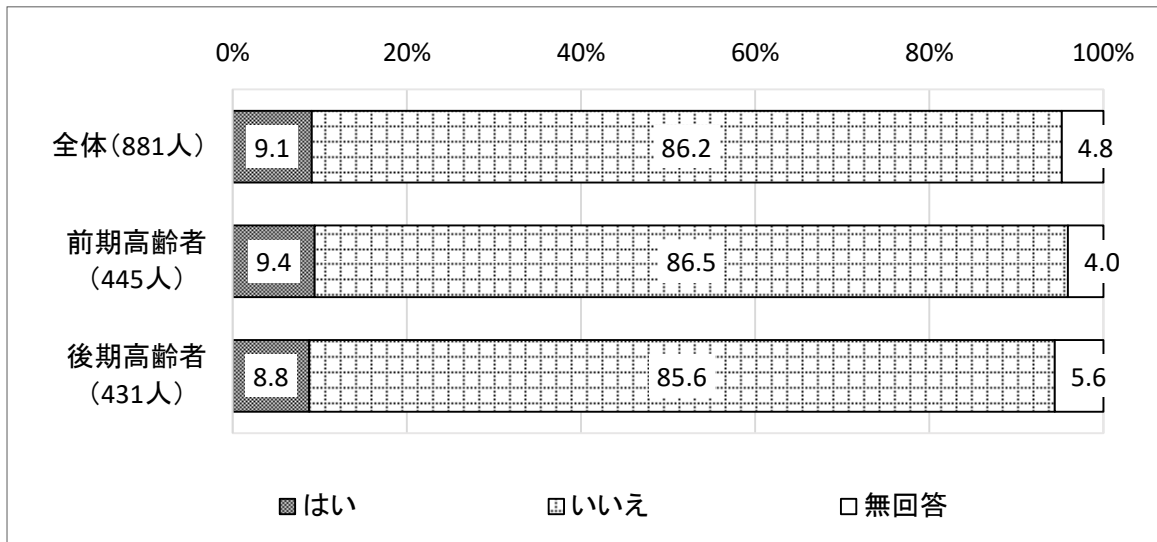


8. 認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 認知症の症状の有無

問 60: 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)

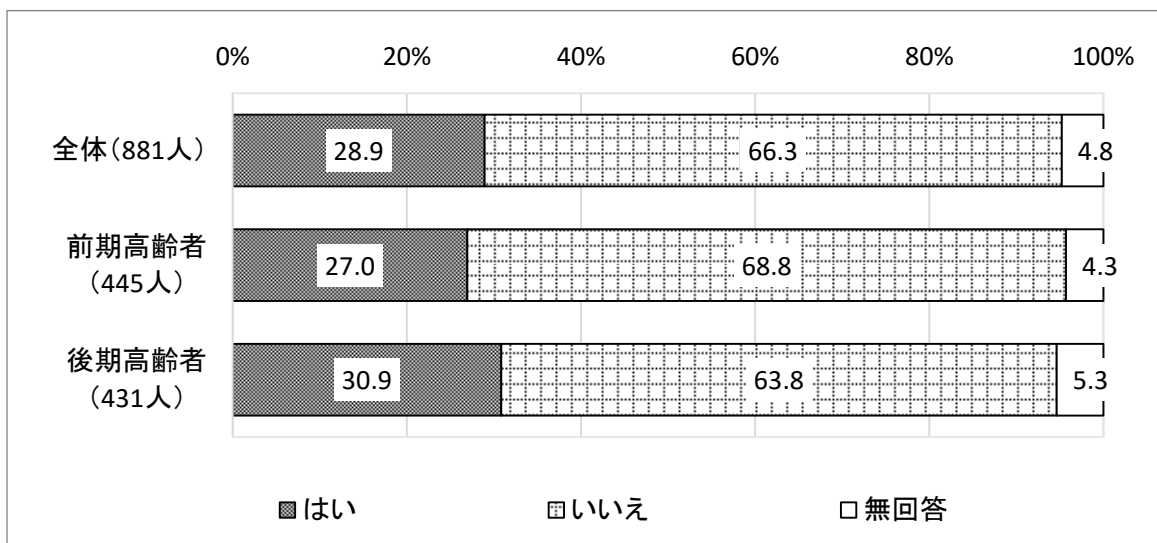
認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいるかについては、「いいえ」が86.2%と8割以上になっており、「はい」は9.1%となっています。



(2) 認知症相談窓口の認知状況

問 61: 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(○は1つ)

認知症に関する相談窓口を知っているかについては、「いいえ」が66.3%と6割以上になっており、「はい」は28.9%と約3割になっています。

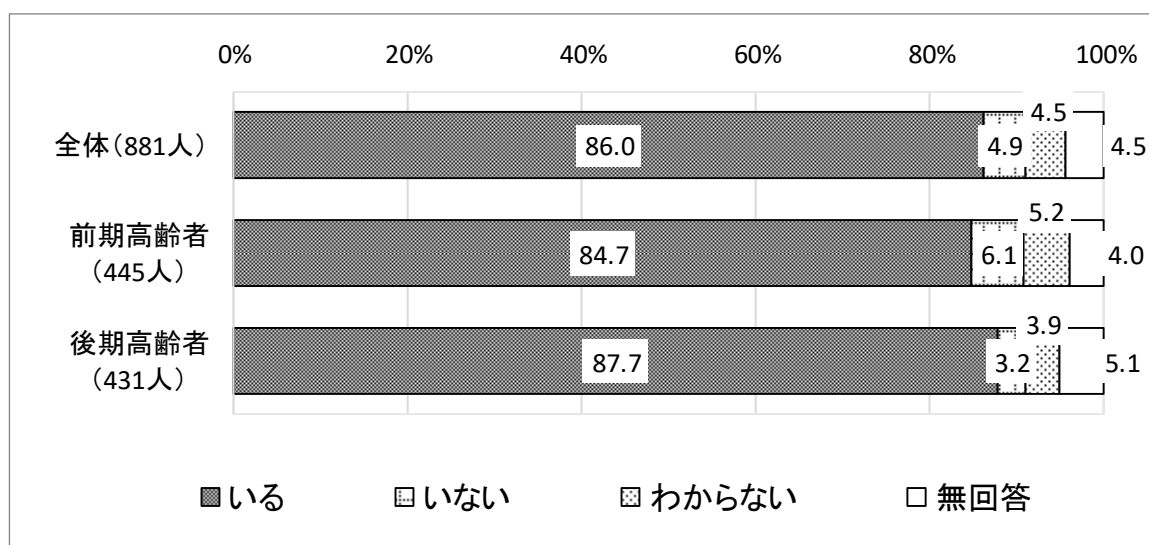


9. その他について

(1) 代わりに判断をしてくれる人の有無

問 62:もし、あなたの生活上の様々な決め事に対して、自身で判断することが難しくなったとき、あなたの代わりに判断をしてくれる人がいますか。(○は1つ)

自身で判断することが難しくなったとき、代わりに判断をしてくれる人については、「いる」が86.0%と8割以上になっています。次いで「いない」が4.9%、「わからない」が4.5%となっています。



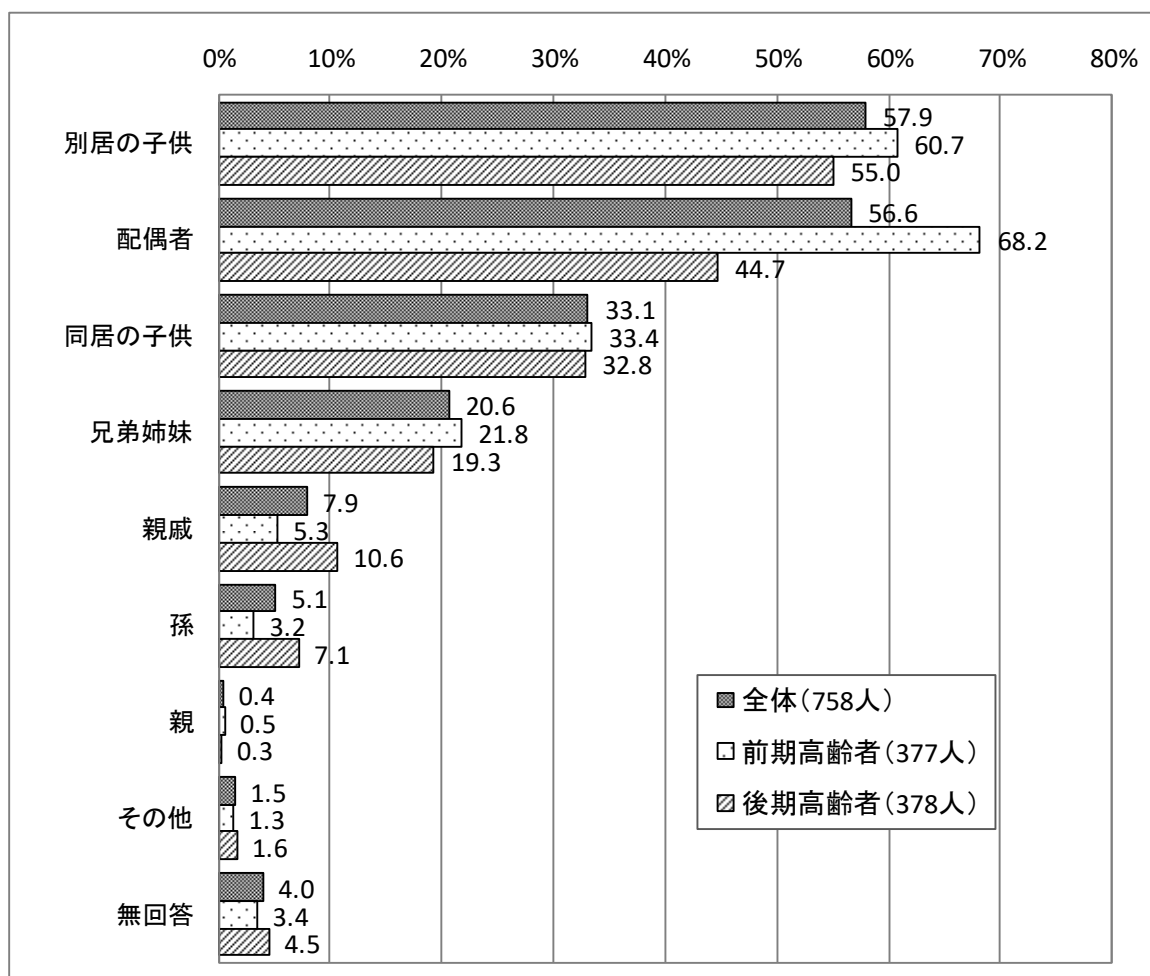
(2) 代わりに判断をしてくれる人

☆以下の問 62-1 は問 62 において、「1」と回答された方にお伺いします。

問 62-1:あなたの代わりに判断をしてくれるのは、どなたですか。(〇はいくつでも)

代わりに判断をしてくれる人としては、「別居の子供」が 57.9%で最も多く、次いで「配偶者」が 56.6%、「同居の子供」が 33.1%と続いています。

前期高齢者では「配偶者」が最も多く 68.2%となっています。

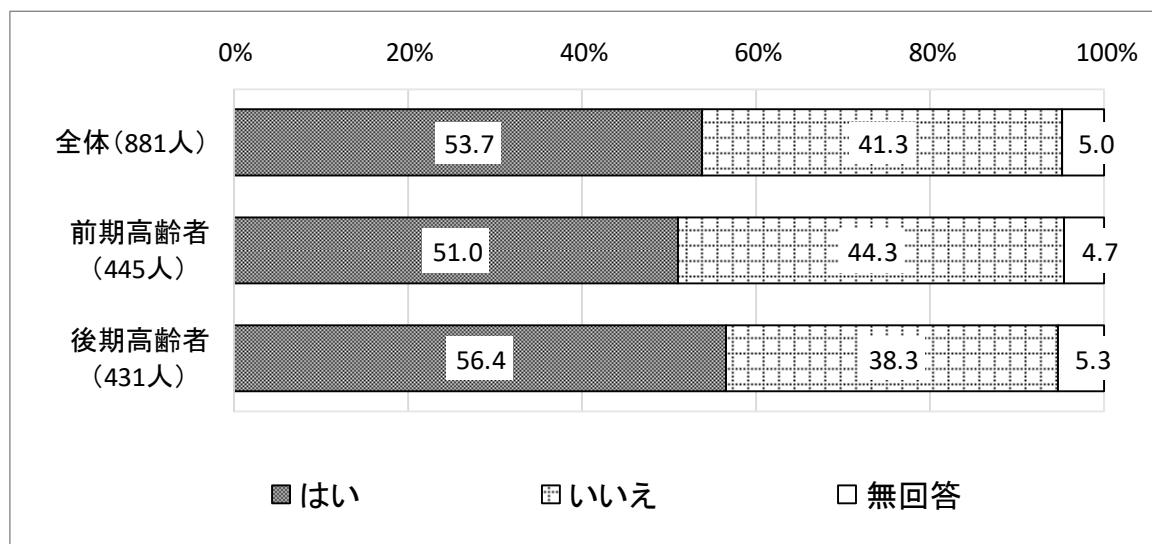


(3) 終活について

問 63: 今、「終活」を考えていますか。(○は1つ)

終活については、「はい」が53.7%と5割以上になっています。

「いいえ」は41.3%となっています。

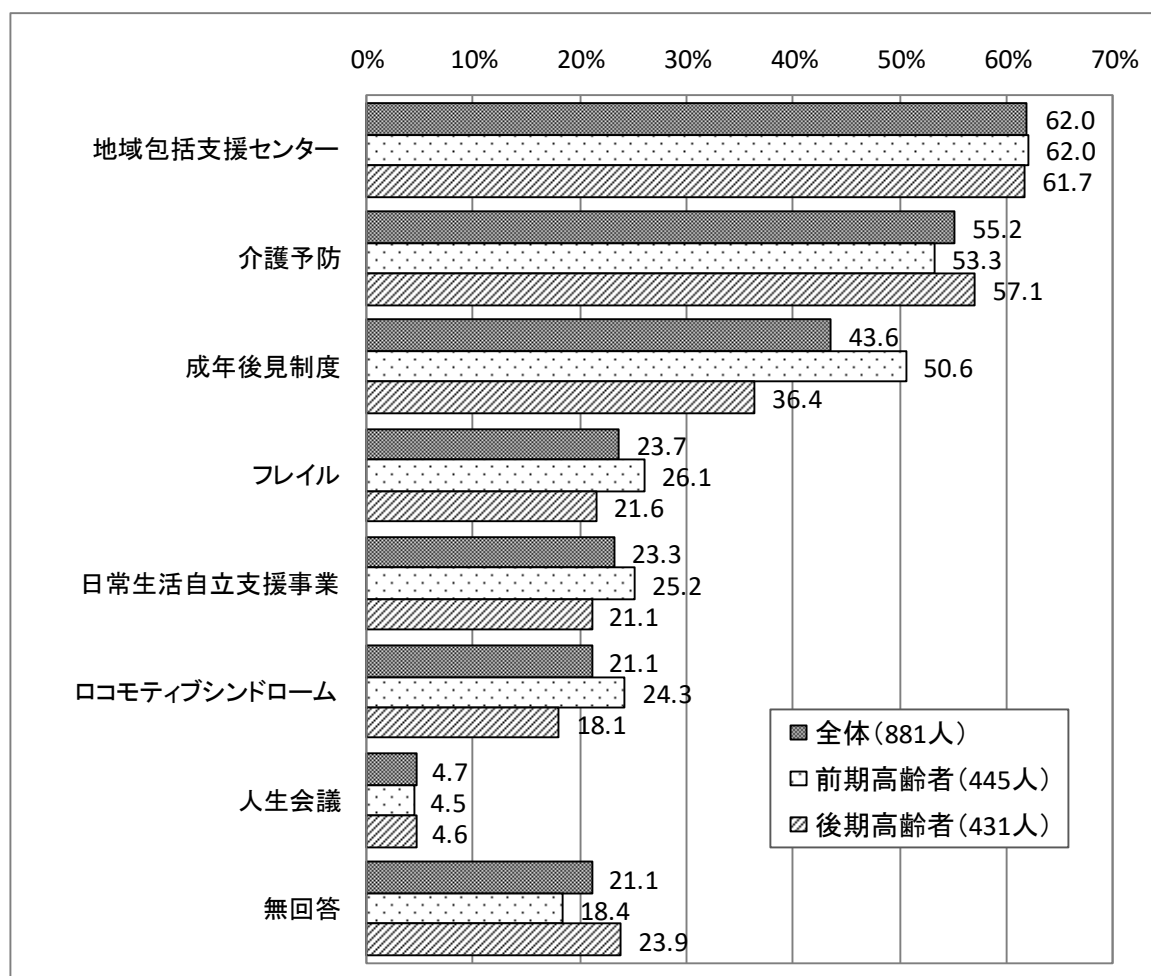


(4) 言葉や制度の認知度

問 64:次に挙げる言葉や制度の中で知っているものはなんですか。(○はいくつでも)

「地域包括支援センター」の認知度が最も高く 62.0%となっています。次いで、「介護予防」が 55.2%、「成年後見制度」が 43.6%、「フレイル」が 23.7%となっています。

「人生会議」は 4.7%と低くなっています。



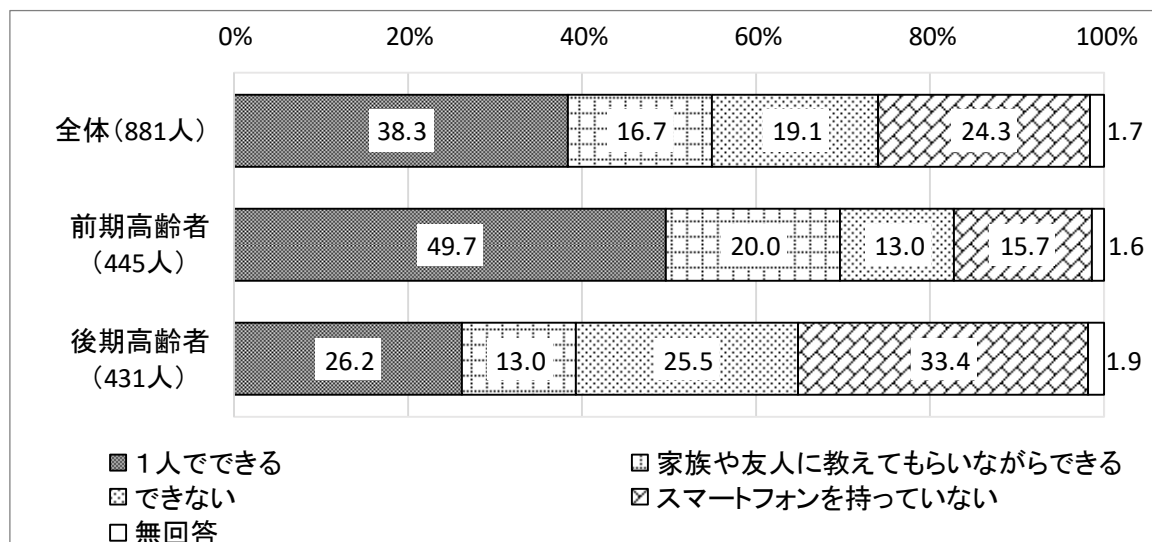
(5) 言葉や制度の認知度

問 65:あなたはスマートフォンをすることができますか。(○は1つ)

※インターネットの利用やアプリの使用など。

スマートフォンをすることができるかについては、「1人でできる」が38.3%で最も多く、次いで「スマートフォンを持っていない」が24.3%となっています。

前期高齢者では、「1人でできる」が49.7%と約5割になっていますが、後期高齢者では26.2%と低く、「スマートフォンを持っていない」が33.4%となっています。



10. リスク判定

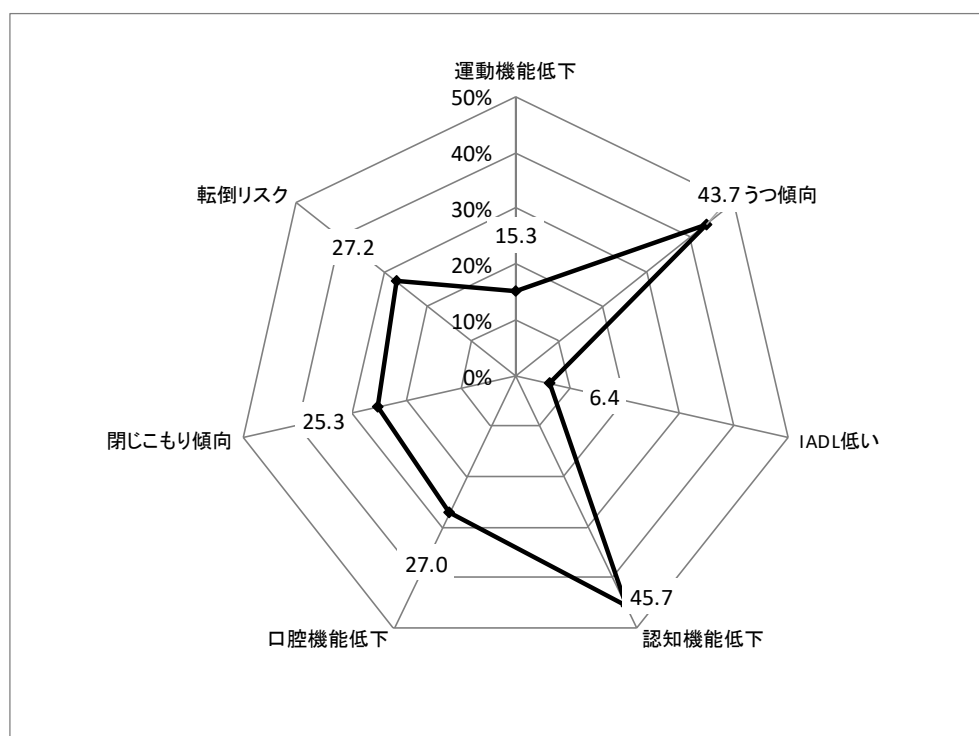
（参考）運動機能等チェック項目評価

運動機能等の評価項目は以下の6項目で、判定基準はアンケートの回答から以下の基準で判定されます。

項目	内容
運動器機能低下	運動器の機能低下を問う5つの設問で、3問以上該当する選択肢が回答された場合は、『運動器機能の低下』に該当します。
転倒リスク	過去1年間に転んだ経験が1回以上ある方は『転倒リスク』の該当となります。
閉じこもり傾向	ほとんど外出しない、あるいは、週に1回程度の外出の方は『閉じこもり傾向』の該当となります。
口腔機能低下	食べることについての3設問のうち、2設問に該当した場合は、口腔機能の低下している高齢者になります。
認知機能低下	物忘れが多いと感じている方が『認知機能低下』がみられる高齢者になります。
IADL	日常生活動作より複雑で高次な動作であるIADL（手段的日常生活動作）の低下を問う5設問で、得られた得点により、以下のように判定しています。 5点：高い、4点：やや高い、3点以下：低い
うつ傾向	この1か月で気分が沈んだり、心から楽しめない感じがするなどの対象2設問で、1つでも「はい」を選択された方は『うつ傾向』の該当となります。

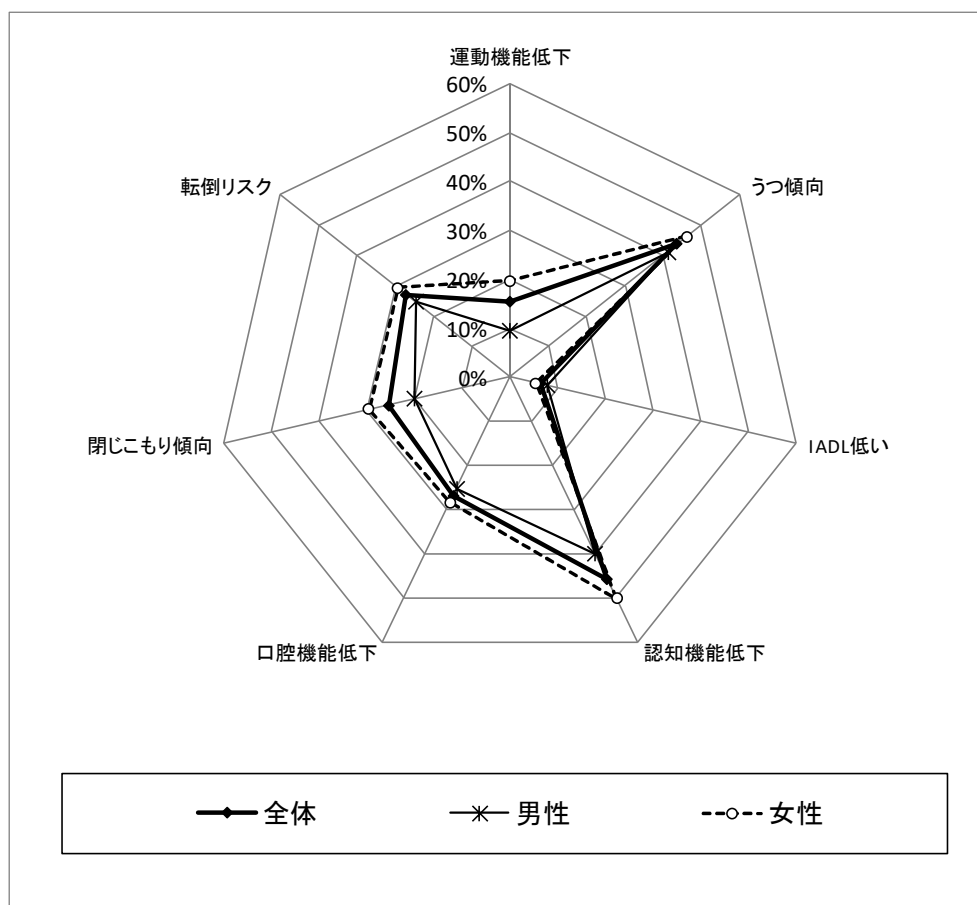
【全体（該当者割合）】

全体の該当割合をみると、「運動器機能低下」「IADL 低い」では該当者割合は低くなっていますが、「認知機能低下」「うつ傾向」では4割以上の該当割合になっています。



(1) 性別

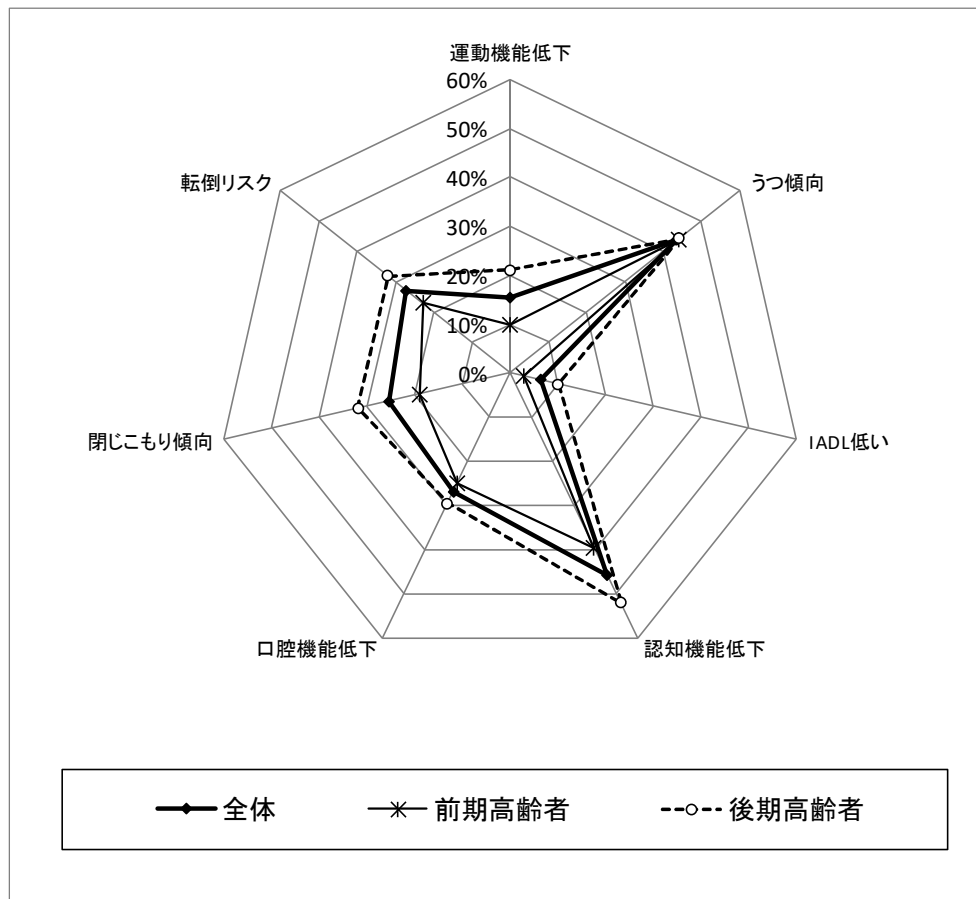
性別で比較すると、「運動機能低下」と「閉じこもり傾向」では女性がやや多くなっています。



	合計	運動機能低下	転倒リスク	閉じこもり傾向	口腔機能低下	認知機能低下	IADL低い	うつ傾向
全体	881	15.3	27.2	25.3	27.0	45.7	6.4	43.7
男性	372	9.4	24.7	19.9	25.3	40.1	7.8	41.1
女性	502	19.7	29.3	29.7	28.3	50.2	5.4	46.2

(2) 年齢

年齢で比較すると、総じて後期高齢者で該当割合が高くなっていますが、特に「運動器機能低下」「閉じこもり傾向」「認知機能低下」では、前期高齢者との差が大きくなっています。

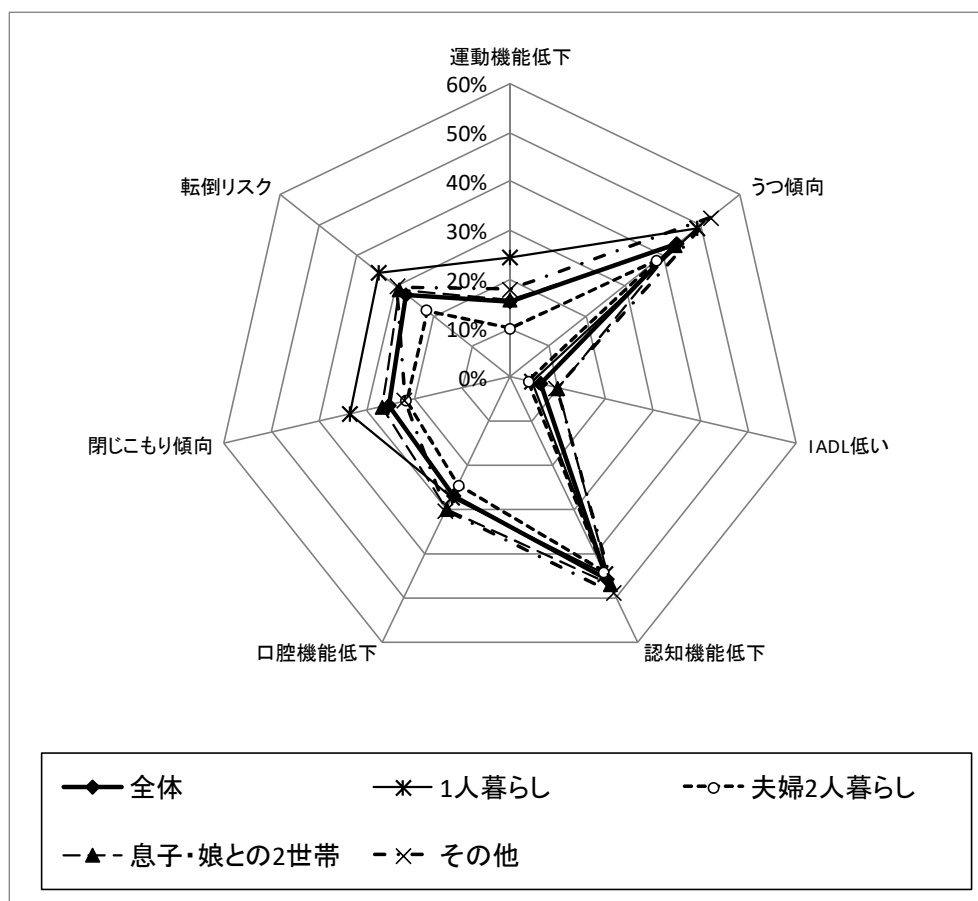


	合計	運動機能低下	転倒リスク	閉じこもり傾向	口腔機能低下	認知機能低下	IADL低い	うつ傾向
全体	881	15.3	27.2	25.3	27.0	45.7	6.4	43.7
前期	445	9.9	22.9	19.1	24.9	39.6	2.9	43.8
後期	431	21.1	32.0	32.0	29.5	52.2	10.0	44.1

(3) 家族構成

家族構成で比較すると、“1人暮らし”で「運動機能低下」「転倒リスク」「閉じこもり傾向」がやや多くみられます。

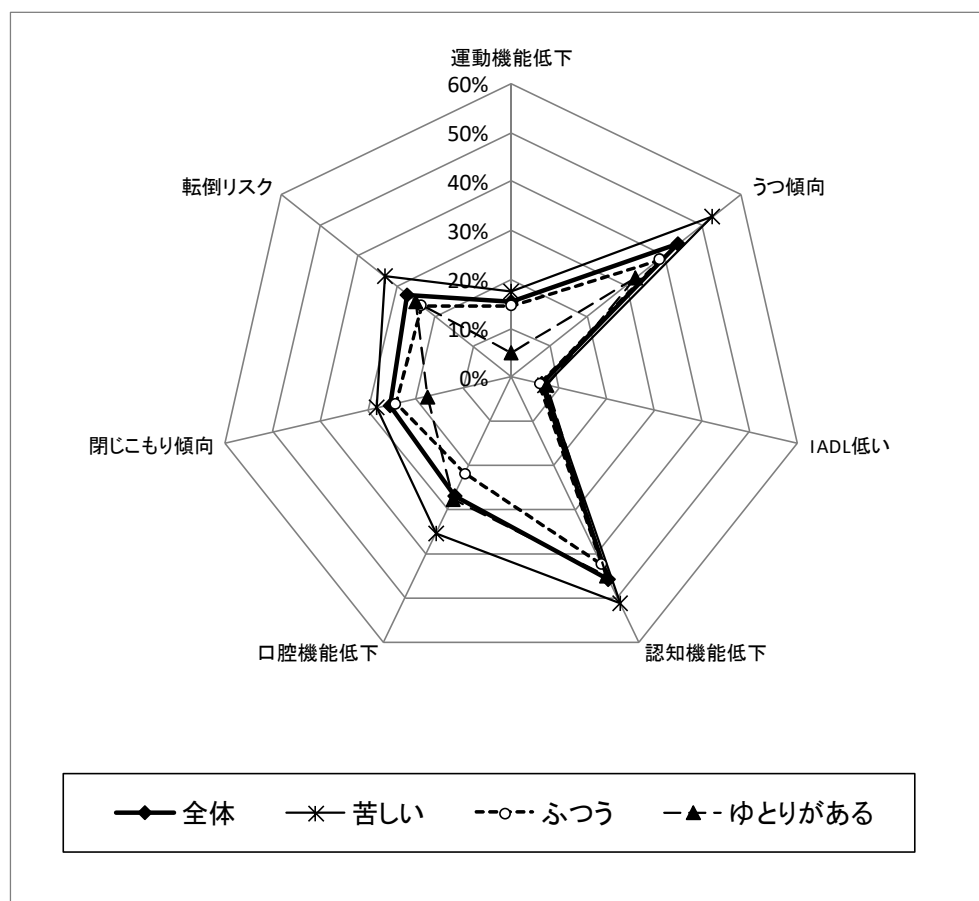
“夫婦2人暮らし”では「運動機能低下」「うつ傾向」がやや少なくなっています。



	合計	運動機能低下	転倒リスク	閉じこもり傾向	口腔機能低下	認知機能低下	IADL低い	うつ傾向
全体	881	15.3	27.2	25.3	27.0	45.7	6.4	43.7
1人暮らし	172	24.4	34.3	33.7	27.3	44.8	4.7	48.8
夫婦2人暮らし	344	9.9	21.8	21.8	24.4	44.2	3.8	38.4
息子・娘との2世帯	211	15.6	28.9	27.0	29.9	46.9	10.0	43.1
その他	145	17.9	29.7	22.1	30.3	49.0	9.7	52.4

(4) 経済状況

経済状況で比較すると、「運動機能低下」「閉じこもり傾向」「うつ傾向」では、“苦しい”と“ゆとりがある”との乖離が大きくなっています。



	合計	運動機能低下	転倒リスク	閉じこもり傾向	口腔機能低下	認知機能低下	IADL低い	うつ傾向
全体	881	15.3	27.2	25.3	27.0	45.7	6.4	43.7
苦しい	312	17.6	33.0	28.2	35.3	51.3	7.1	52.6
ふつう	517	14.7	23.6	24.2	21.9	42.6	6.0	38.7
ゆとりがある	40	5.0	25.0	17.5	27.5	45.0	7.5	32.5