

射水市高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画策定にかかる

## 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査

# 報 告 書

令和5年3月

射 水 市



# 目次

I	調査の概要	1
II	調査結果	2
1	調査票の記入者	2
2	あなたの性別・年齢、ご家族や生活状況について	2
	(1) 性別	2
	(2) 年齢	3
	(3) 居住地域	3
	(4) 認定状況	4
	(5) 家族構成	4
	(6) 介護・介助の必要の有無	5
	(7) 介護・介助が必要になった主な原因	5
	(8) 主な介護者	6
	(9) 現在の暮らしの状況	6
	(10) 住まいの形態	7
	(11) 住んでいて困っていること	7
	(12) 定住意向	8
	(13) 住み続けるために必要な環境	8
3	からだを動かすことについて	9
	(1) 階段を昇ること	9
	(2) 椅子から立ち上がること	9
	(3) 15分位続けて歩くこと	10
	(4) 転んだ経験の有無	10
	(5) 転倒に対する不安	11
	(6) 外出の頻度	11
	(7) 外出回数の変化	12
	(8) 外出を控えているか	12
	(9) 外出を控えている理由	13
	(10) 外出する際の移動手段	13
4	食べることについて	14
	(1) 肥満度 (BMI)	14

(2) 固いものが食べにくくなったか .....	14
(3) お茶や汁物等でむせることの有無 .....	15
(4) 口の渴きが気になるか .....	15
(5) 歯磨きについて .....	16
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況 .....	16
(7) 噛み合わせについて .....	17
(8) 入れ歯の手入れについて .....	17
(9) 体重減少の有無 .....	18
(10) 誰かと食事する機会の有無 .....	18
5 毎日の生活について .....	19
(1) 物忘れについて .....	19
(2) 電話番号を調べて電話をかけること .....	19
(3) 何月何日かわからないときの有無 .....	20
(4) バスや電車、自家用車での1人での外出 .....	20
(5) 食品・日用品の買物 .....	21
(6) 食事の用意 .....	21
(7) 請求書の支払い .....	22
(8) 預貯金の出し入れ .....	22
(9) 年金などの書類が書けるかどうか .....	23
(10) 新聞を読んでいるか .....	23
(11) 本や雑誌を読んでいるか .....	24
(12) 友人の家を訪ねているか .....	24
(13) 家族や友人の相談にのっているか .....	25
(14) 趣味の有無 .....	25
(15) 生きがいの有無 .....	26
6 地域での活動について .....	27
(1) 地域での活動への参加頻度 .....	27
(2) 有志による活動への参加者としての参加意向 .....	28
(3) 有志による活動への企画・運営者としての参加意向 .....	28
(4) 介護予防のための通いの場への参加頻度 .....	29
(5) 介護予防のための通いの場への参加による効果 .....	29
7 たすけあいについて .....	30

(1) 心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人 .....	30
(2) 心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人 .....	30
(3) 看病や世話をしてくれる人 .....	31
(4) 看病や世話をしてあげる人 .....	31
(5) 家族や友人・知人以外の相談相手 .....	32
(6) 友人・知人と会う頻度 .....	32
(7) 友人・知人と会った人数 .....	33
(8) よく会う友人・知人との関係 .....	33
8 健康について .....	34
(1) 現在の健康状態 .....	34
(2) 現在の幸福度 .....	34
(3) 気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになることの有無 .....	35
(4) 物事に対して興味がわかない、楽しめない感じの有無 .....	35
(5) 飲酒について .....	36
(6) 喫煙について .....	36
(7) 現在治療中、または後遺症のある病気 .....	37
9 地域包括支援センターについて .....	38
(1) 地域包括支援センターの認知度 .....	38
(2) 地域包括支援センターを知ったきっかけ .....	38
10 認知症にかかる相談窓口の把握について .....	39
(1) 自身や家族の認知症の症状の有無 .....	39
(2) 認知症に関する相談窓口の認知状況 .....	39
11 認知症対策について .....	40
(1) 認知症に対する不安 .....	40
(2) 軽度認知障害（MCI）の認知度 .....	40
(3) 認知症の人が地域で暮らしていくために必要な支援 .....	41
12 自身の人生の最終段階における過ごし方について .....	42
(1) 人生の最終段階に過ごしたい場所 .....	42
(2) 人生の最終段階に自宅以外で過ごしたい理由 .....	42
(3) 人生の最終段階における医療・療養について .....	43
(4) 医療・療養について話し合ったことの有無 .....	43
(5) 終活支援ノート等の作成 .....	44

13	成年後見制度について	44
	(1) 成年後見制度の認知度	44
14	インターネットの利用について	45
	(1) インターネットの利用の有無	45
	(2) インターネットを利用している媒体	45
	(3) インターネットを利用したい場面	46
15	今後の高齢者福祉施策について	47
	(1) 市が力を入れるべき高齢者保健福祉施策	47
	(2) 介護保険料に対する考え方	48
16	リスク判定について	49
	(1) 運動器機能の低下	49
	(2) 転倒リスク	50
	(3) 閉じこもり傾向	51
	(4) 低栄養傾向	52
	(5) 口腔機能の低下	53
	(6) 認知機能の低下	54
	(7) うつ傾向	55
	(8) IADL（手段的日常生活動作）の低下	56

# I 調査の概要

## (1) 調査目的

本調査は、令和6年度から令和8年度を計画期間とする「射水市高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画」の策定に向け、高齢者の日常生活の状況、心身の状態、介護予防に対する意識、高齢者保健福祉・介護保険事業に関する意見などを伺い、計画策定の基礎資料として活用するために実施しました。

## (2) 実施概要

調査対象	要支援認定者及び一般高齢者
調査期間	令和4年12月5日～令和4年12月19日
調査方法	郵送配付、郵送回収
配付・回収	配付:5,000票 回収:3,570票（回収率71.4%）

## (3) 報告書の見方

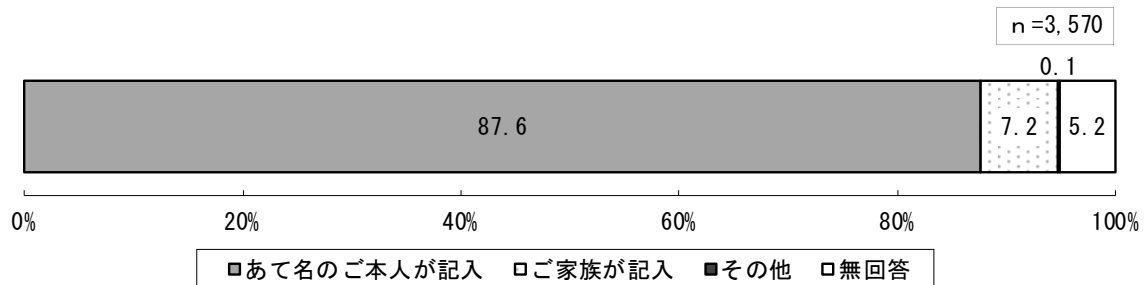
- 「調査結果」の図表は、原則として回答者の構成比（百分率）で表現しています。
- 「n」は、構成比算出の母数（回答者数）を示しています。
- 百分比による集計では、回答者数（該当質問においては該当者数）を100%として算出し、本文および図表の数字に関しては、すべて小数点第2位以下を四捨五入し、小数点第1位までを表記します。また、複数回答の設問では、すべての比率の合計が100%を超えることがあります。
- 設問の中には前問に答えた人のみが答える「限定設問」があり、表中の「回答者数」が全体より少なくなる場合があります。
- 図表中の数値は四捨五入により表示しているため、合計や増減の数値が表示上の数値の計算結果と合わない場合があります。
- 図表中の「0.0」は四捨五入の結果または回答者が皆無であることを表します。
- 母数が100未満の場合の百分率は、統計的誤差が大きい可能性が高いので数値の取扱いには特に注意が必要となります。
- 選択肢の語句が長い場合、本文中及び図表中では省略した表現を用いる場合があります。

## Ⅱ 調査結果

### 1 調査票の記入者

調査票をご記入されたのはどなたですか。○をつけてください。

○ 調査票の記入者について、「あて名のご本人が記入」が 87.6%、「ご家族が記入」が 7.2%、「その他」が 0.1%となっています。

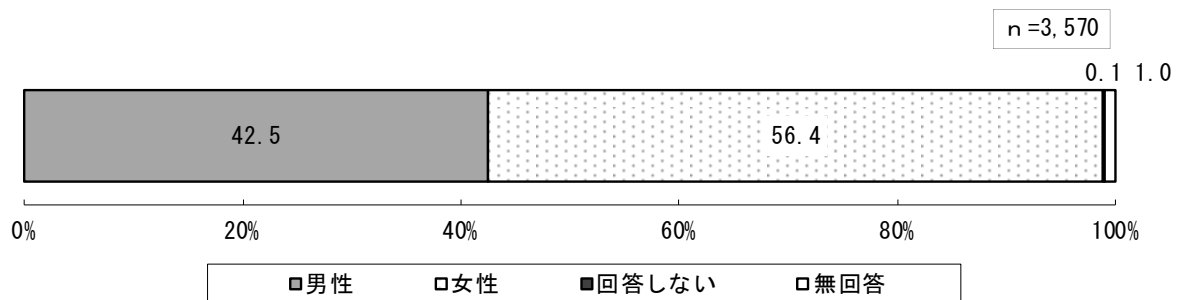


### 2 あなたの性別・年齢、ご家族や生活状況について

#### (1) 性別

問1 (1) 性別をお答えください

○ 調査対象者本人の性別は、「男性」が 42.5%、「女性」が 56.4%となっています。

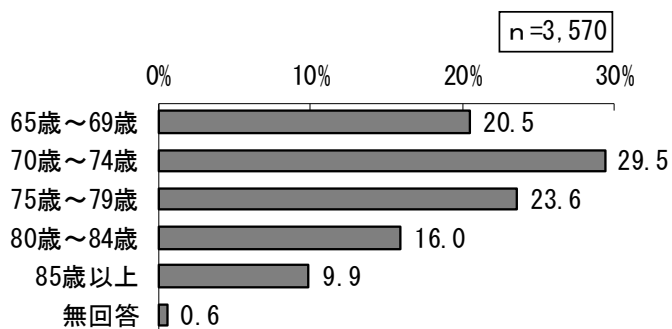




## (2) 年齢

### 問1 (2) 年齢をお答えください

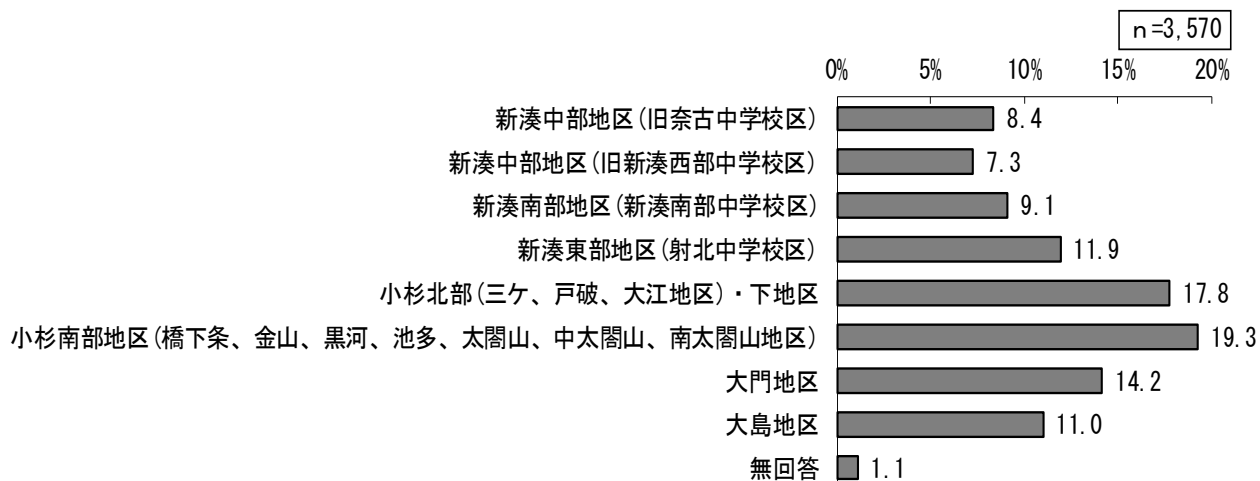
- 調査対象者本人の年齢は、「70～74 歳」が 29.5%で最も高く、次いで「75～79 歳」が 23.6%、「65～69 歳」が 20.5%と続いています。



## (3) 居住地域

### 問1 (3) お住まいの地域をお答えください

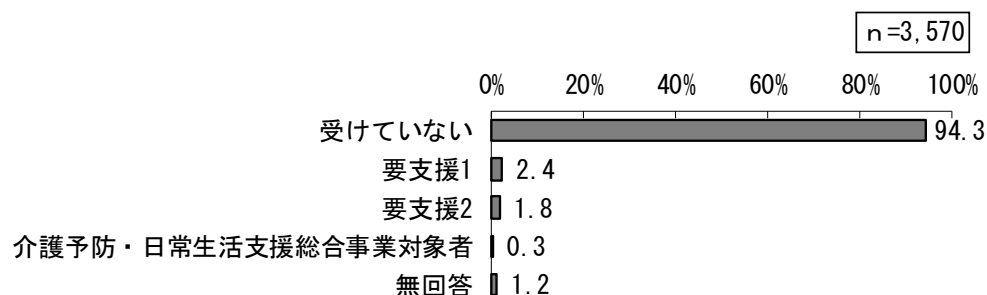
- 調査対象者本人の日常生活圏域について、「小杉南部地区」が 19.3%で最も高く、次いで「小杉北部・下地区」(17.8%)、「大門地区」(14.2%)と続いています。



## (4) 認定状況

### 問1 (4) 要支援認定等を受けていますか

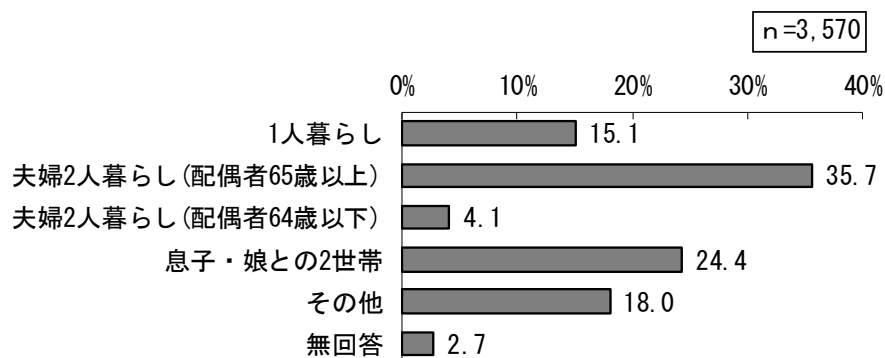
- 調査対象者本人の認定状況について、「受けていない」が 94.3%、「要支援1」が 2.4%、「要支援2」が 1.8%、「介護予防・日常生活支援総合事業対象者」が 0.3%となっています。



## (5) 家族構成

### 問1 (5) 家族構成をお教えてください

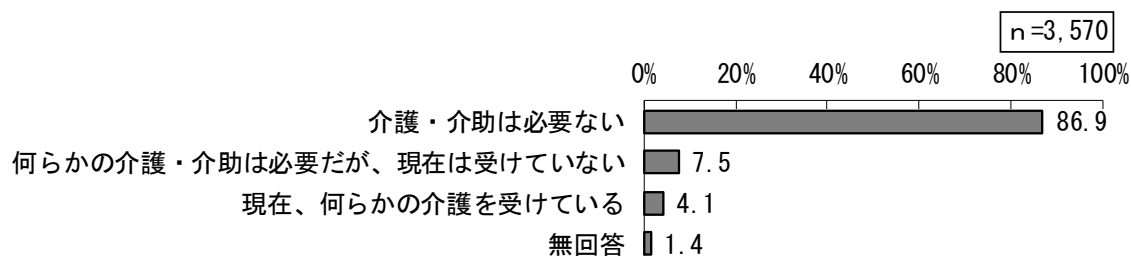
- 家族構成について、「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が 35.7%で最も高く、次いで「息子・娘との2世帯」（24.4%）、「その他」（18.0%）と続いています。



## (6) 介護・介助の必要の有無

問1 (6) 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

- 日常生活における介護・介助の必要性について、「介護・介助は必要ない」が 86.9%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が 7.5%、「現在、何らかの介護を受けている」が 4.1%となっています。

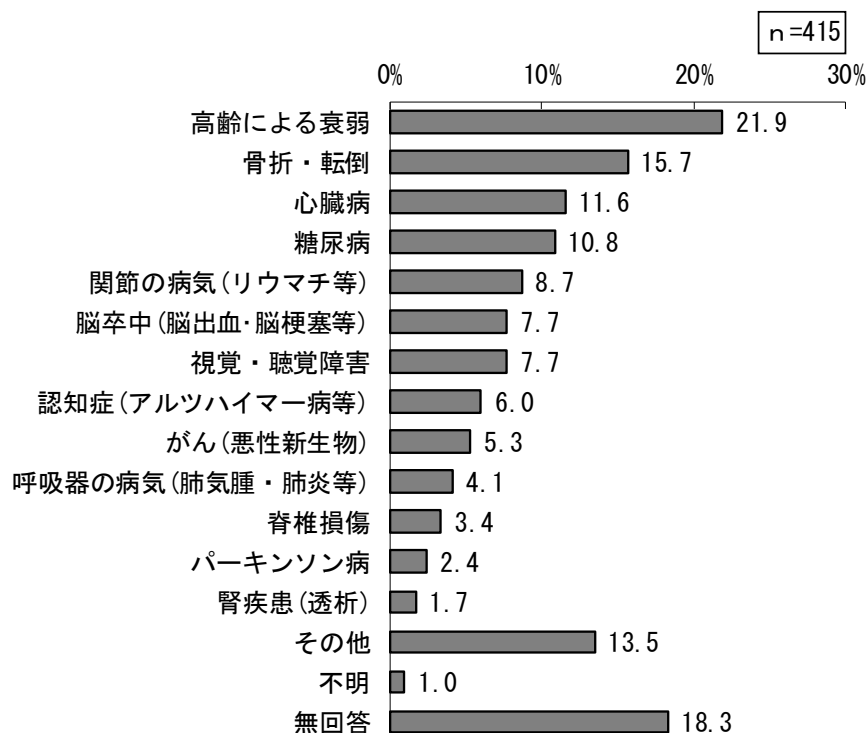


## (7) 介護・介助が必要になった主な原因

【(6)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 (いくつでも)

- 介護・介助が必要になった主な原因について、「高齢による衰弱」が 21.9%で最も高く、次いで「骨折・転倒」が 15.7%、「心臓病」が 11.6%と続いています。

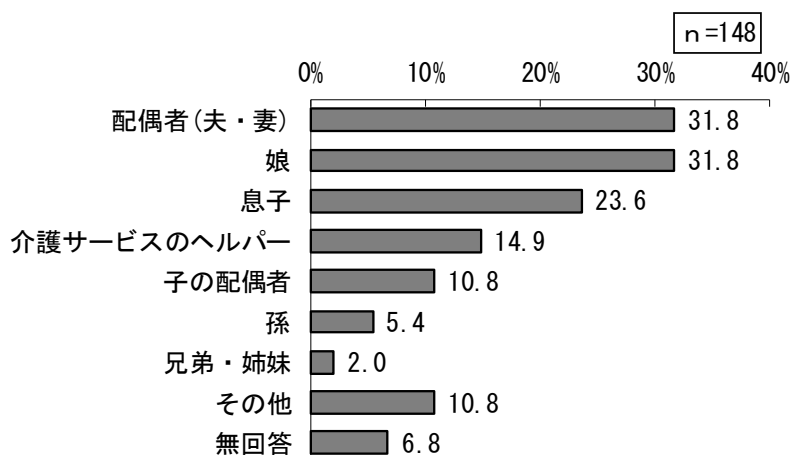


## (8) 主な介護者

【(6)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 (いくつでも)

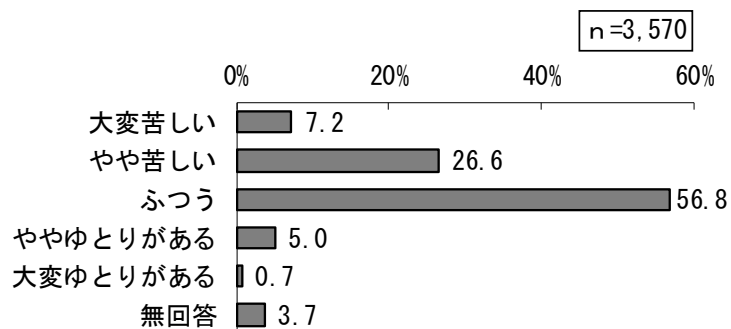
- 主な介護者について、「配偶者 (夫・妻)」、「娘」がそれぞれ 31.8%で最も高く、次いで「息子」(23.6%)と続いています。



## (9) 現在の暮らしの状況

問1 (7) 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

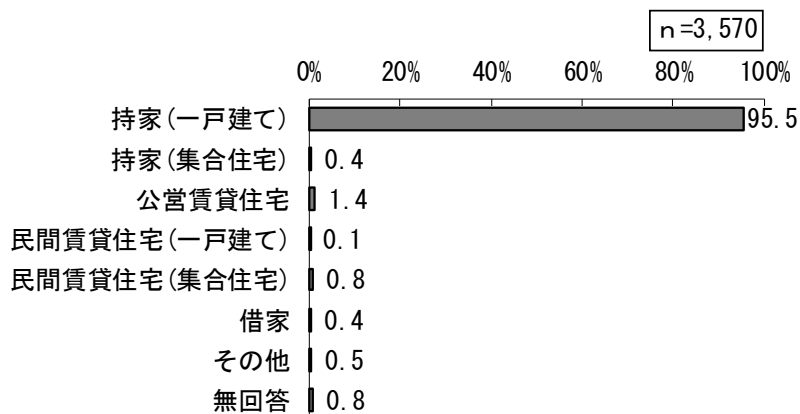
- 現在の暮らしの経済的な状況について、「ふつう」が 56.8%で6割弱を占めています。
- 「大変苦しい」7.2%と「やや苦しい」26.6%を合わせた『苦しい』が 33.8%、「大変ゆとりがある」0.7%と「ややゆとりがある」5.0%を合わせた『ゆとりがある』が 5.7%となっています。



## (10) 住まいの形態

問1 (8) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか

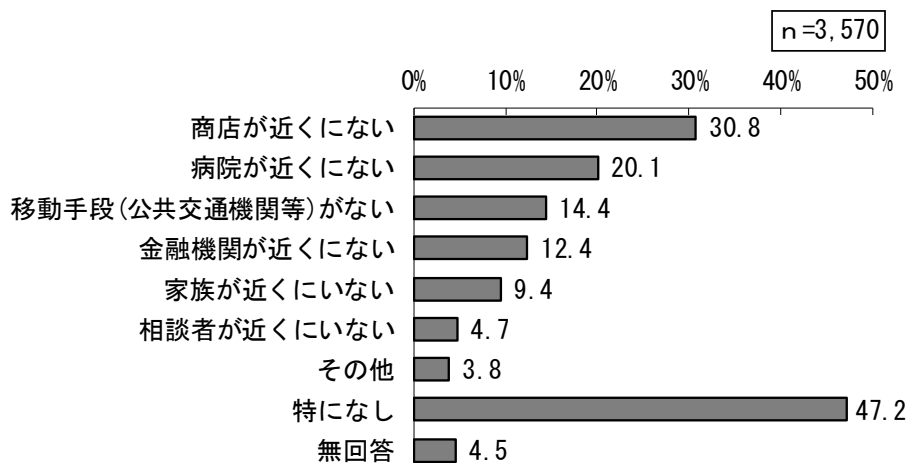
○ 住まいの形態について、「持家（一戸建て）」が95.5%となっています。



## (11) 住んでいて困っていること

問1 (9) 現在の場所に住んでいて困っていることはありますか (いくつでも)

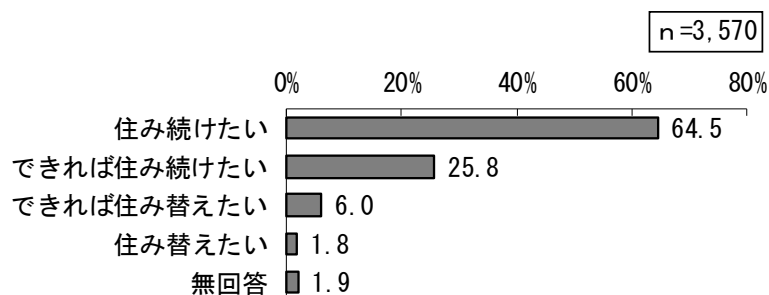
○ 現在の場所に住んでいて困っていることについて、「特になし」が47.2%で最も高く、次いで「商店が近くにない」(30.8%)、「病院が近くにない」(20.1%)と続いています。



## (12) 定住意向

### 問1 (10) 今後も現在の場所に住み続けたいと思いますか

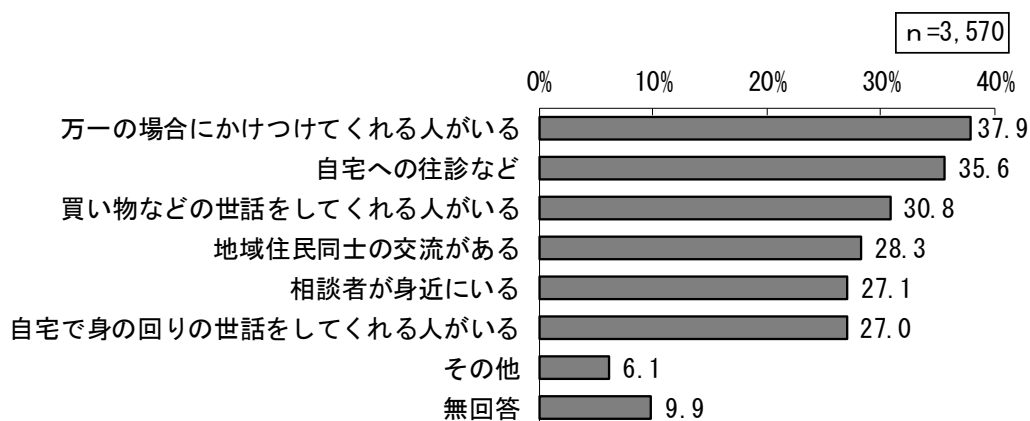
- 今後も現在の場所に住み続けたいかどうかについて、「住み続けたい」が 64.5%で最も高く、「できれば住み続けたい」(25.8%)を合わせると、9割以上の人定住意向を示しています。



## (13) 住み続けるために必要な環境

### 問1 (11) 現在の場所に住み続けるには、どのような環境が必要ですか (いくつでも)

- 現在の場所に住み続けるために必要な環境について、「万一の場合にかけつけてくれる人がいる」が 37.9%で最も高く、次いで「自宅への往診など」(35.6%)、「買い物などの世話をしてくれる人がいる」(30.8%)と続いています。

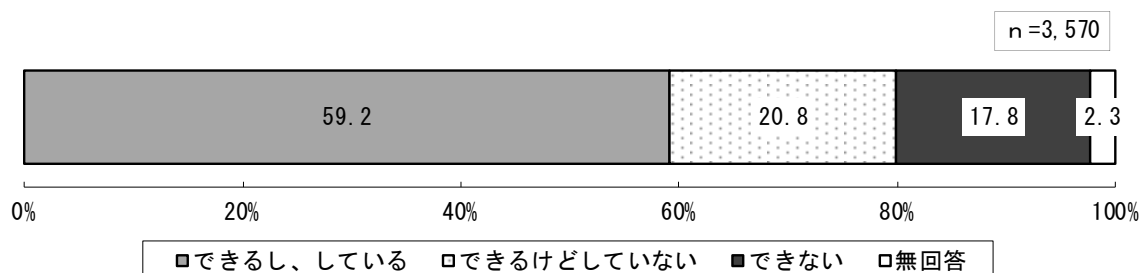


### 3 からだを動かすことについて

#### (1) 階段を昇ること

問2 (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

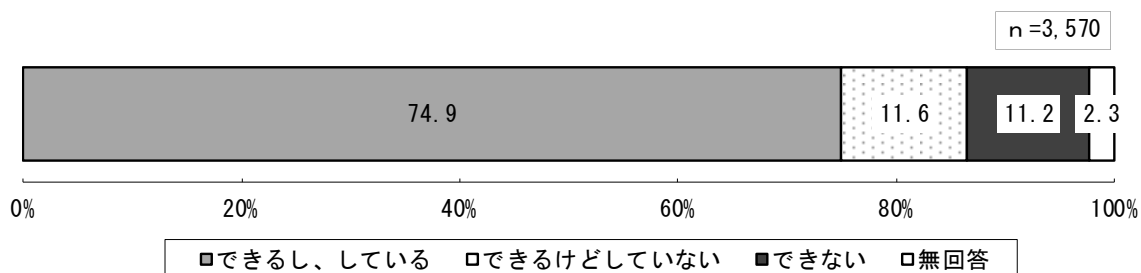
○ 階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかどうかについて、「できるし、している」が59.2%、「できるけどしていない」が20.8%、「できない」が17.8%となっています。



#### (2) 椅子から立ち上がること

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

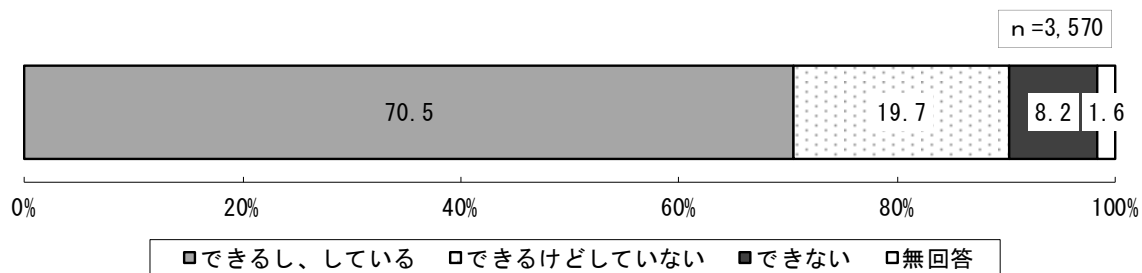
○ 椅子に座った状態で何もつかまらずに立ち上がっているかどうかについて、「できるし、している」が74.9%、「できるけどしていない」が11.6%、「できない」が11.2%となっています。



### (3) 15分位続けて歩くこと

#### 問2 (3) 15分位続けて歩いていますか

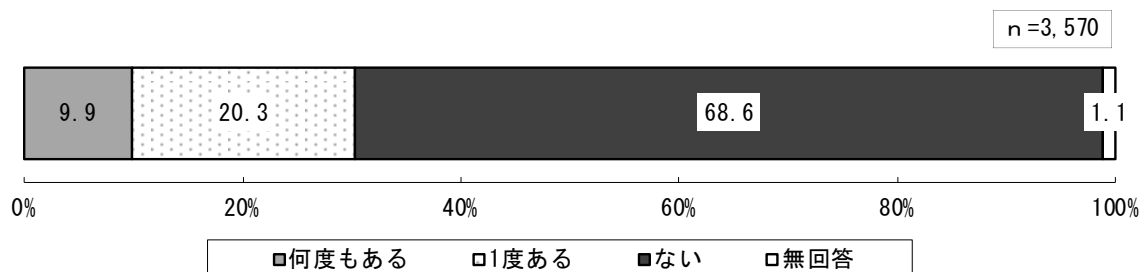
○ 15分位続けて歩いているかどうかについて、「できるし、している」が70.5%、「できるけどしていない」が19.7%、「できない」が8.2%となっています。



### (4) 転んだ経験の有無

#### 問2 (4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

○ 過去1年間に転んだ経験の有無について、「何度もある」が9.9%、「1度ある」が20.3%、「ない」が68.6%となっています。

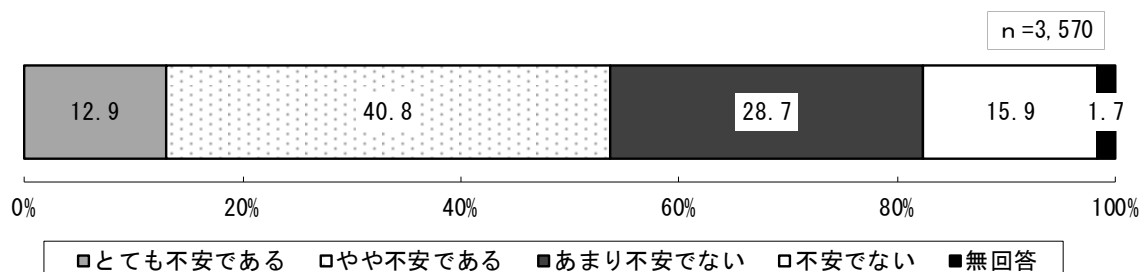




## (5) 転倒に対する不安

### 問2 (5) 転倒に対する不安は大きいですか

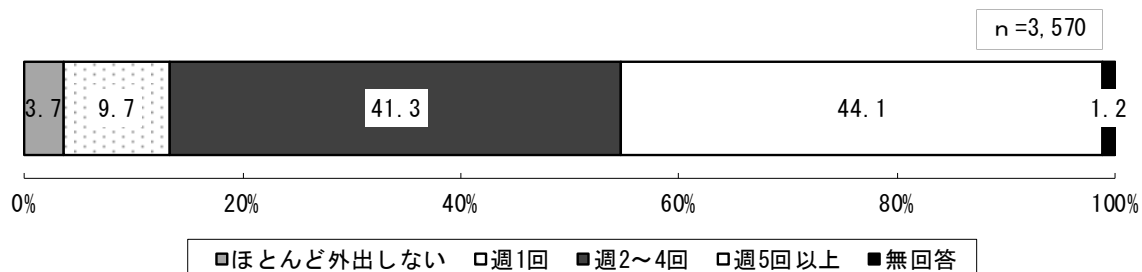
○ 転倒に対する不安について、「とても不安である」が 12.9%、「やや不安である」が 40.8%、「あまり不安ではない」が 28.7%、「不安ではない」が 15.9%となっています。



## (6) 外出の頻度

### 問2 (6) 週に1回以上は外出していますか

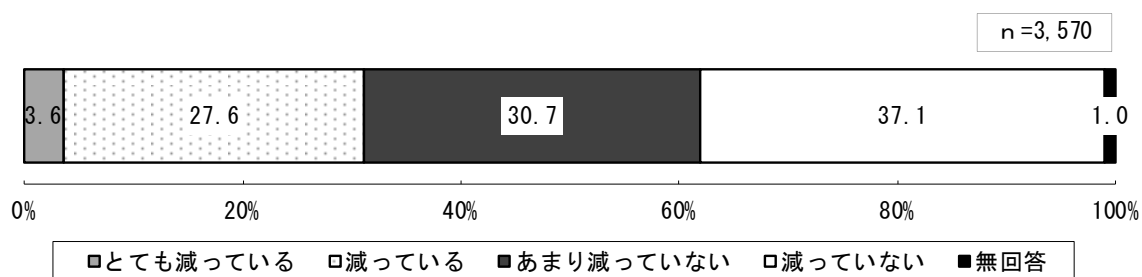
○ 週1回以上の外出について、「週5回以上」が 44.1%で最も高く、次いで「週2~4回」(41.3%)、「週1回」(9.7%)と続いています。



## (7) 外出回数の変化

### 問2 (7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

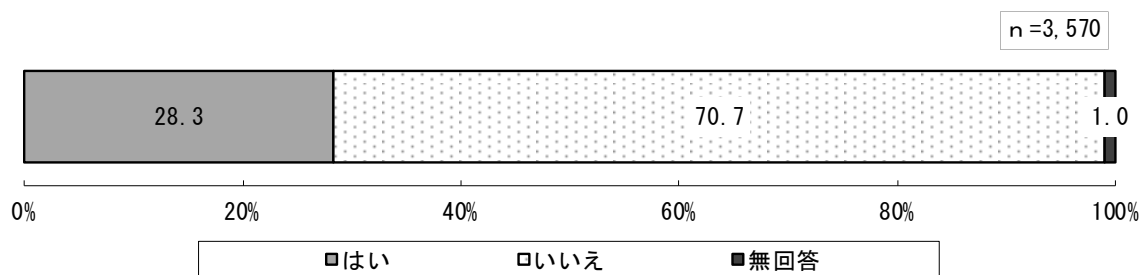
- 昨年と比べて外出の回数が減ったかどうかについて、「減っていない」が 37.1%で最も高く、「あまり減っていない」(30.7%)と合わせた『減っていない』は 67.8%となっています。
- 「とても減っている」(3.6%)と「減っている」(27.6%)を合わせた『減っている』は 31.2%となっています。



## (8) 外出を控えているか

### 問2 (8) 外出を控えていますか

- 外出を控えているかどうかについて、「はい」が 28.3%、「いいえ」が 70.7%となっています。

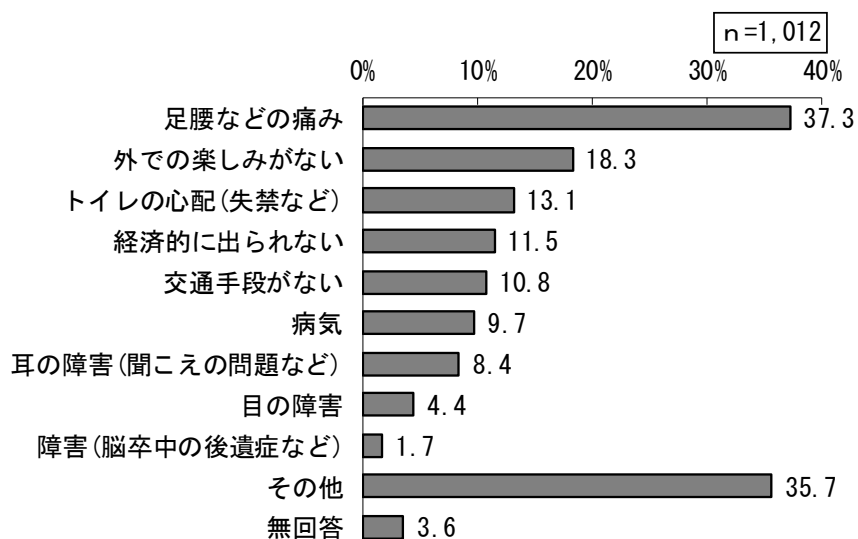


## (9) 外出を控えている理由

【(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(いくつでも)

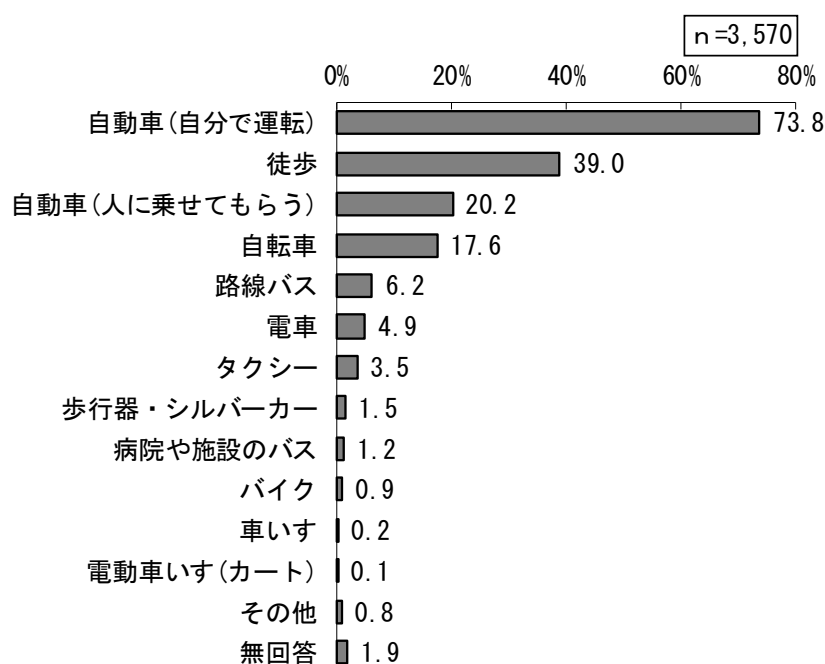
- 外出を控えていると回答した人にその理由を伺ったところ、「足腰などの痛み」が37.3%で最も高く、次いで「その他」(35.7%)、「外での楽しみがない」(18.3%)と続いています。



## (10) 外出する際の移動手段

問2 (9) 外出する際の移動手段は何ですか(いくつでも)

- 外出する際の移動手段について、「自動車(自分で運転)」が73.8%で最も高く、次いで「徒歩」(39.0%)、「自動車(人に乗せてもらう)」(20.2%)と続いています。

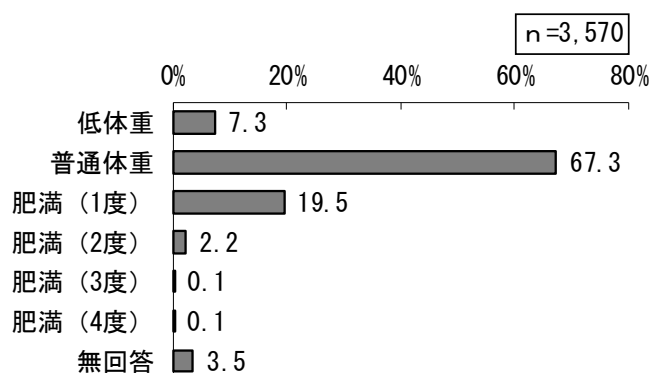


## 4 食べることについて

### (1) 肥満度 (BMI)

#### 問3 (1) 身長・体重

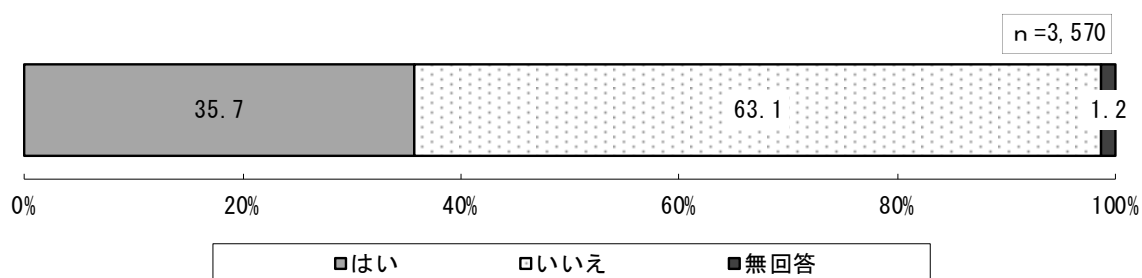
○ 身長と体重から肥満度を算出したところ、「普通体重」が 67.3%で最も高く、次いで「肥満 (1度)」19.5%、「低体重」7.3%と続いています。



### (2) 固いものが食べにくくなったか

#### 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

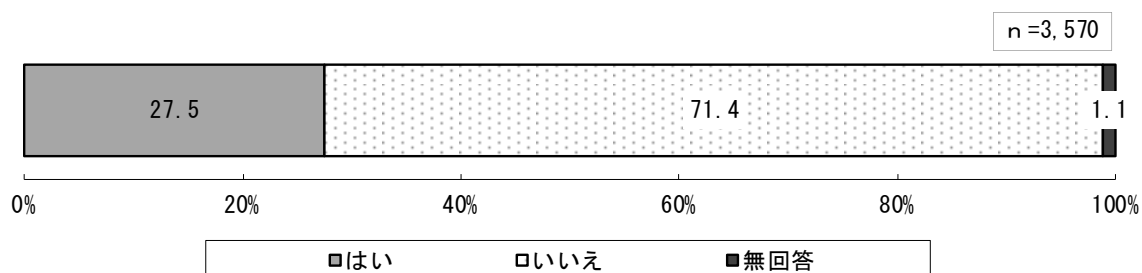
○ 半年前と比べて固いものが食べにくくなったかについて、「はい」が 35.7%、「いいえ」が 63.1%となっています。



### (3) お茶や汁物等でむせることの有無

#### 問3 (3) お茶や汁物等でむせることがありますか

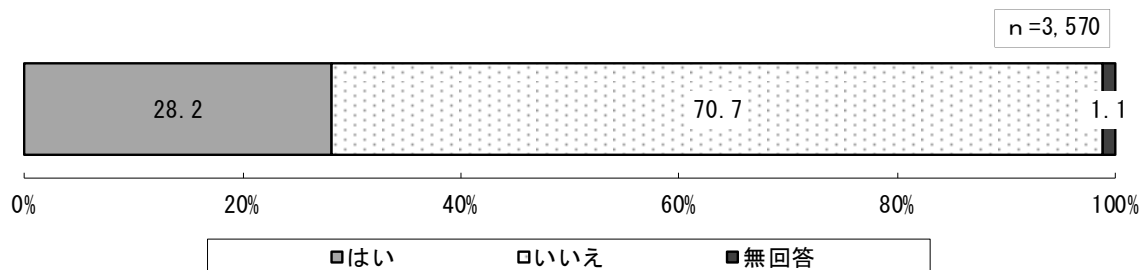
○ お茶や汁物等でむせることの有無について、「はい」が27.5%、「いいえ」が71.4%となっています。



### (4) 口の渇きが気になるか

#### 問3 (4) 口の渇きが気になりますか

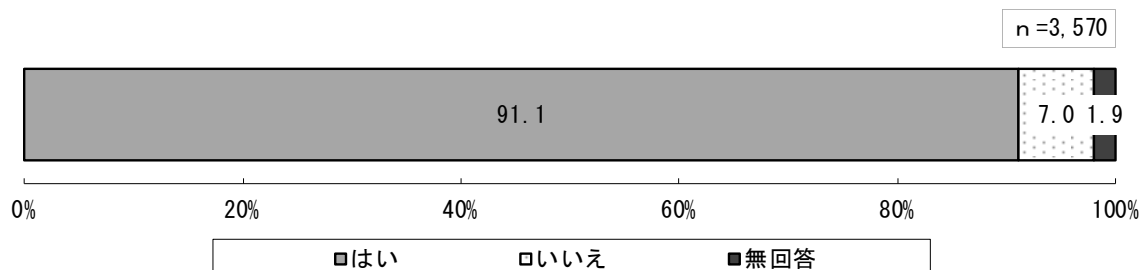
○ 口の渇きが気になるかどうかについて、「はい」が28.2%、「いいえ」が70.7%となっています。



## (5) 歯磨きについて

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

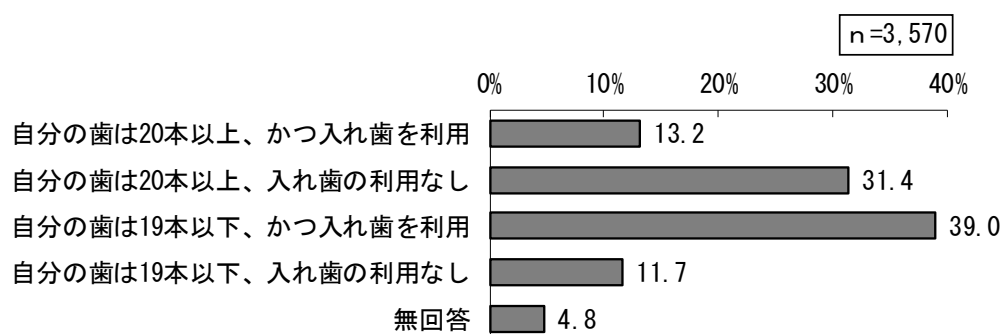
- 歯磨きを毎日しているかどうかについて、「はい」が 91.1%、「いいえ」が 7.0%となっています。



## (6) 歯の数と入れ歯の利用状況

問3 (6) 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)

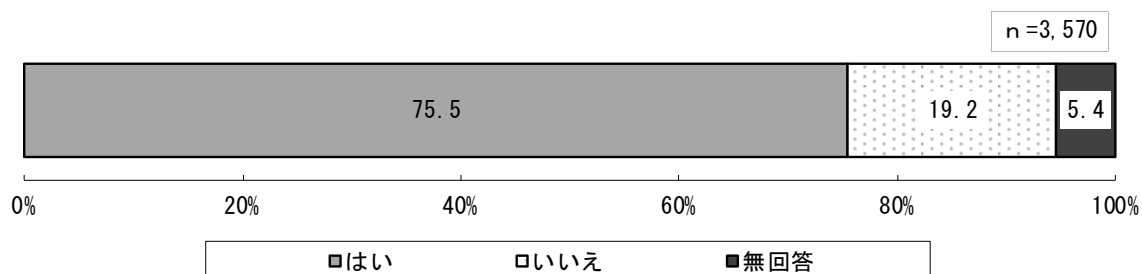
- 歯の数と入れ歯の利用状況について、「自分の歯は 19 本以下、入れ歯を利用」が 39.0%で最も高くなっています。
- 『入れ歯を利用』は合わせて 52.2%。『入れ歯の利用なし』は合わせて 43.1%となっています。



## (7) 噛み合わせについて

### 問3 (6) ① 噛み合わせは良いですか

○ 噛み合わせが良いかどうかについて、「はい」が75.5%、「いいえ」が19.2%となっています。

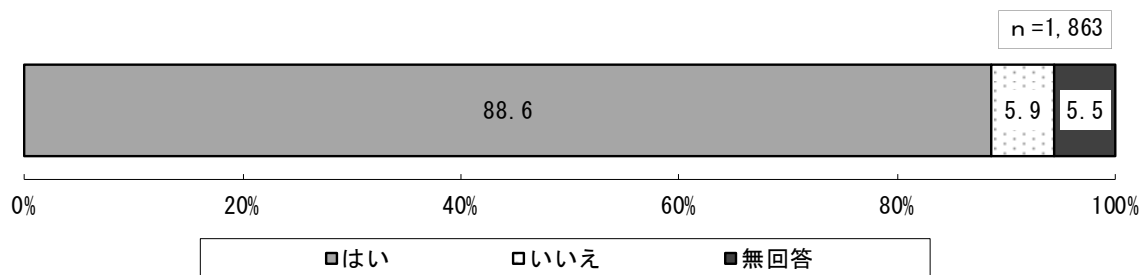


## (8) 入れ歯の手入れについて

【(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

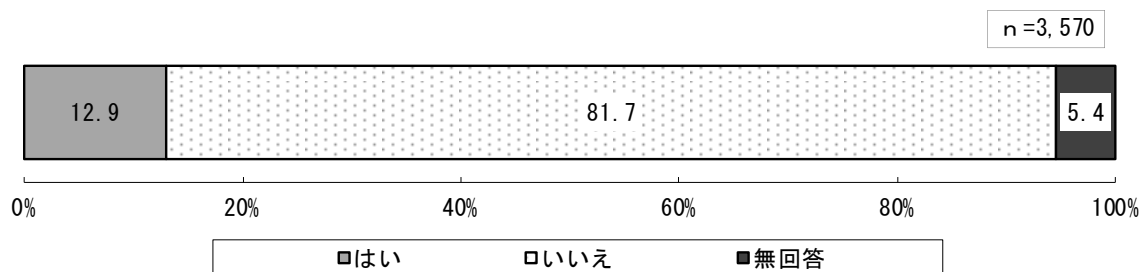
○ 入れ歯を利用している人に毎日入れ歯の手入れをしているかどうか伺ったところ、「はい」が88.6%、「いいえ」が5.9%となっています。



## (9) 体重減少の有無

### 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

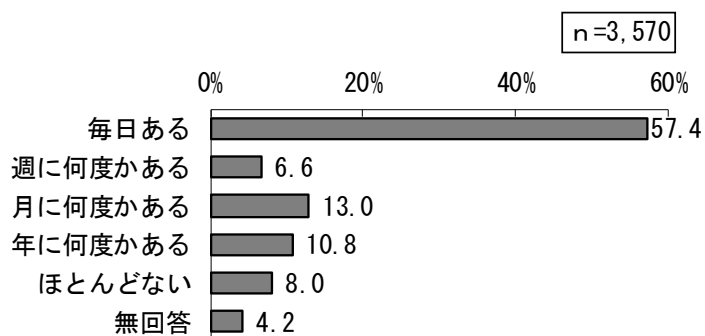
○ 6か月間で2～3 kg以上の体重減少があったかどうかについて、「はい」が12.9%、「いいえ」が81.7%となっています。



## (10) 誰かと食事する機会の有無

### 問3 (8) どなたかと食事をする機会がありますか

○ 誰かと食事をする機会の有無について、「毎日ある」が57.4%で最も高く、次いで「月に何度かある」(13.0%)、「年に何度かある」(10.8%)と続いています。



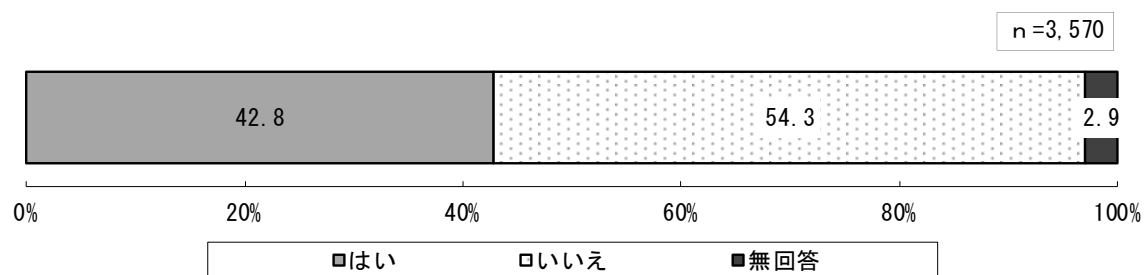


## 5 毎日の生活について

### (1) 物忘れについて

#### 問4 (1) 物忘れが多いと感じますか

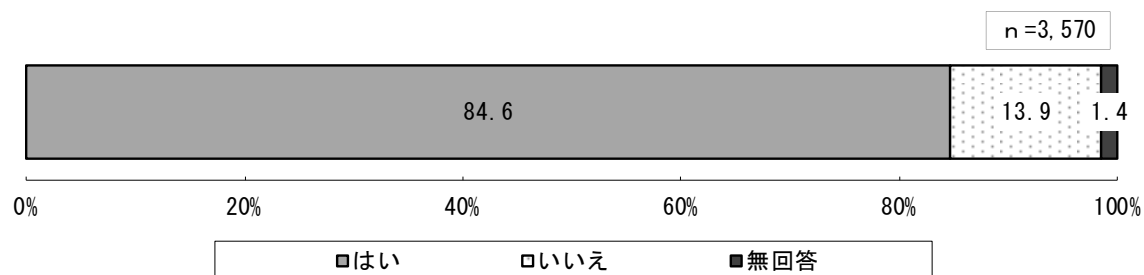
○ 物忘れが多いと感じるかどうかについて、「はい」が42.8%、「いいえ」が54.3%となっています。



### (2) 電話番号を調べて電話をかけること

#### 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

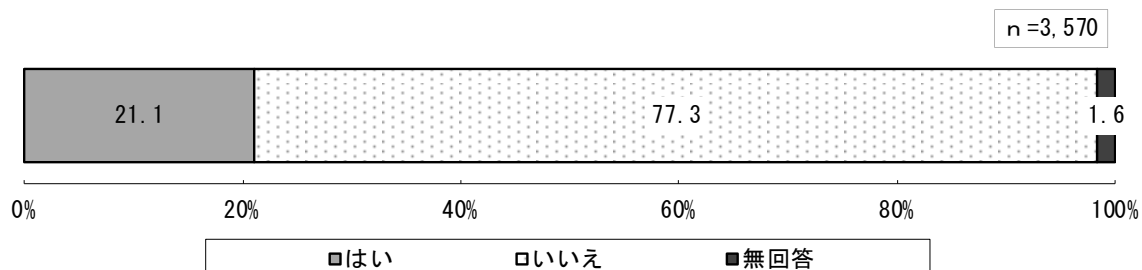
○ 自分で電話番号を調べて電話をかけることの有無について、「はい」が84.6%、「いいえ」が13.9%となっています。



### (3) 何月何日かわからないときの有無

問4 (3) 今日が何月何日かわからない時がありますか

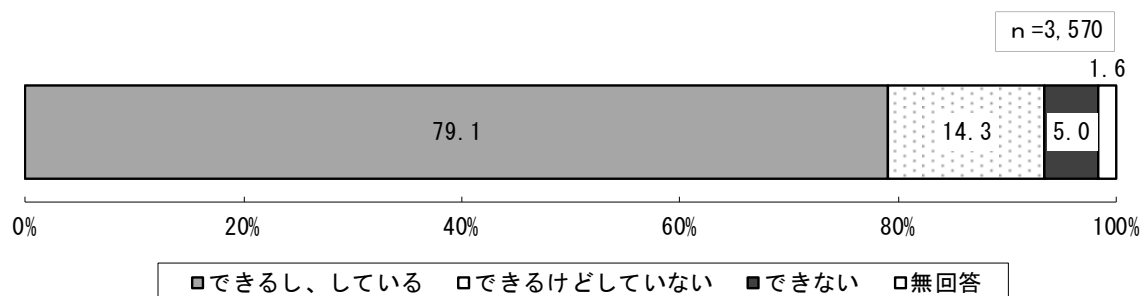
○ 今日が何月何日かわからないときの有無について、「はい」が 21.1%、「いいえ」が 77.3%となっています。



### (4) バスや電車、自家用車での1人での外出

問4 (4) バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）

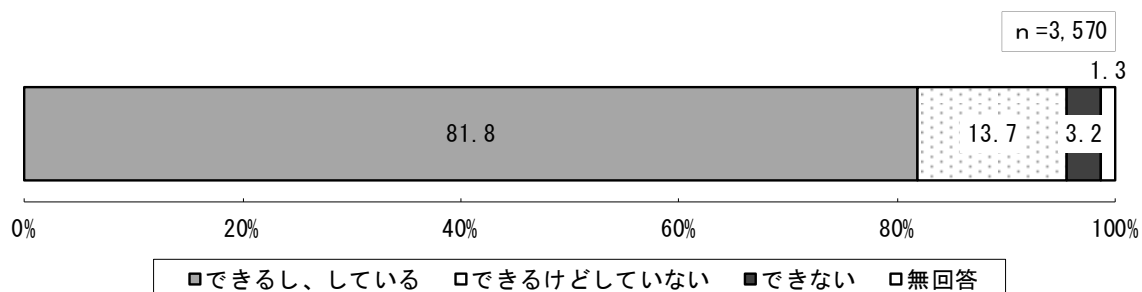
○ バスや電車、自家用車を使って1人で外出することの有無について、「できるし、している」が 79.1%、「できるけどしていない」が 14.3%、「できない」が 5.0%となっています。



## (5) 食品・日用品の買物

### 問4 (5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

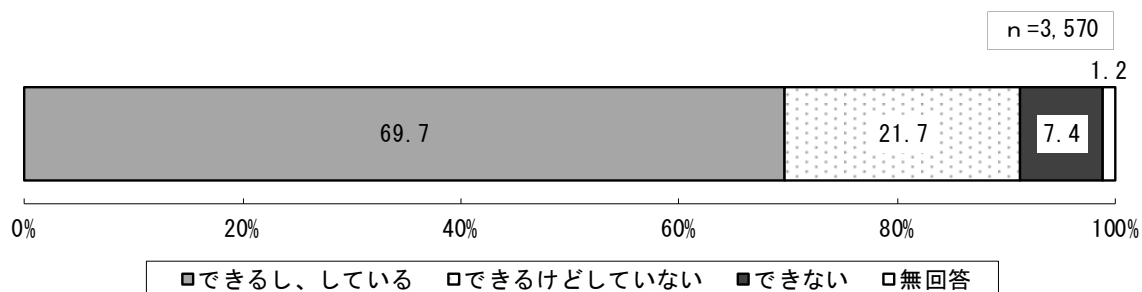
○ 自分で食品・日用品の買物をしているかどうかについて、「できるし、している」が 81.8%、「できるけど、していない」が 13.7%、「できない」が 3.2%となっています。



## (6) 食事の用意

### 問4 (6) 自分で食事の用意をしていますか

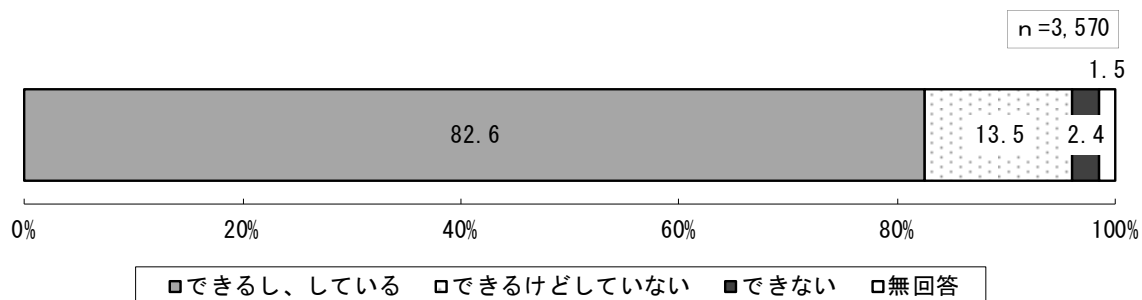
○ 自分で食事の用意をしているかどうかについて、「できるし、している」が 69.7%、「できるけど、していない」が 21.7%、「できない」が 7.4%となっています。



## (7) 請求書の支払い

### 問4 (7) 自分で請求書の支払いをしていますか

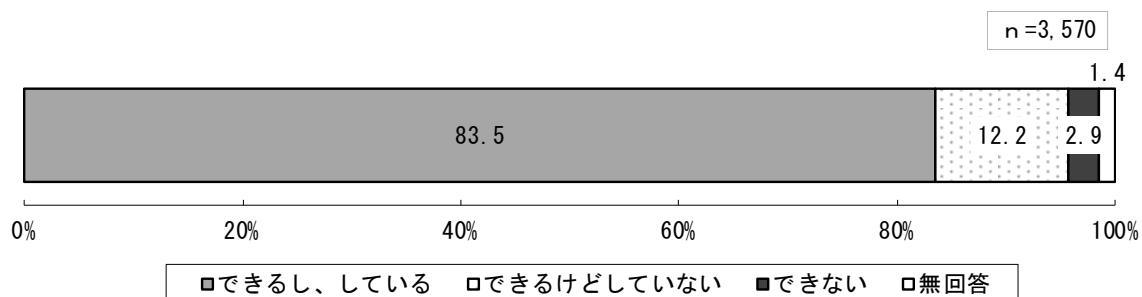
- 自分で請求書の支払いをしているかどうかについて、「できるし、している」が82.6%、「できるけどしていない」が13.5%、「できない」が2.4%となっています。



## (8) 預貯金の出し入れ

### 問4 (8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

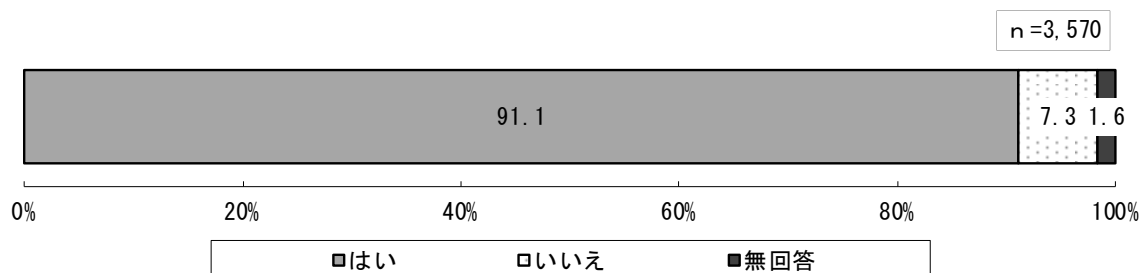
- 自分で預貯金の出し入れをしているかどうかについて、「できるし、している」が83.5%、「できるけどしていない」が12.2%、「できない」が2.9%となっています。



## (9) 年金などの書類が書けるかどうか

### 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

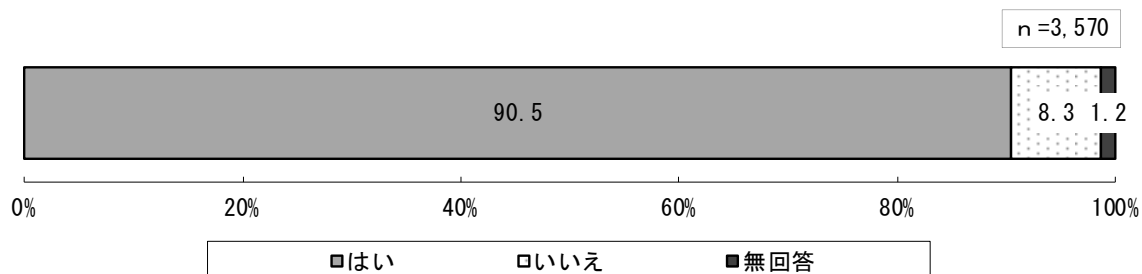
○ 年金などの書類が書けるかどうかについて、「はい」が 91.1%、「いいえ」が 7.3%となっています。



## (10) 新聞を読んでいるか

### 問4 (10) 新聞を読んでいますか

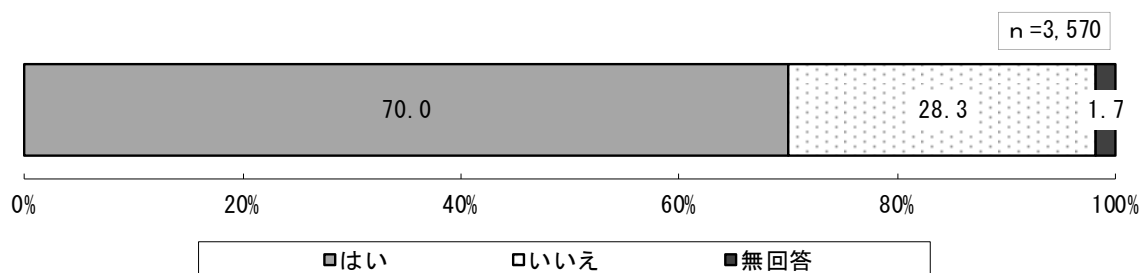
○ 新聞を読んでいるかどうかについて、「はい」が 90.5%、「いいえ」が 8.3%となっています。



## (11) 本や雑誌を読んでいるか

### 問4 (11) 本や雑誌を読んでいますか

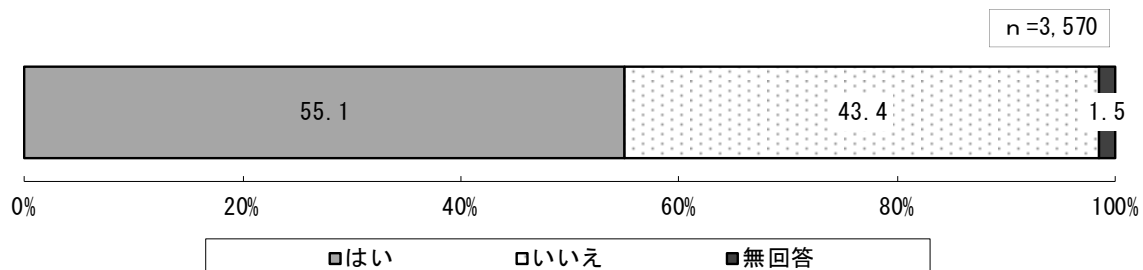
○ 本や雑誌を読んでいるかどうかについて、「はい」が70.0%、「いいえ」が28.3%となっています。



## (12) 友人の家を訪ねているか

### 問4 (12) 友人の家を訪ねていますか

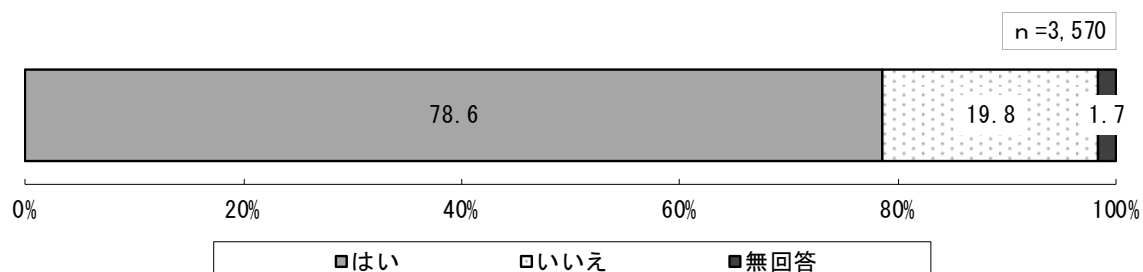
○ 友人の家を訪ねているかどうかについて、「はい」が55.1%、「いいえ」が43.4%となっています。



### (13) 家族や友人の相談にのっているか

#### 問4 (13) 家族や友人の相談にのっていますか

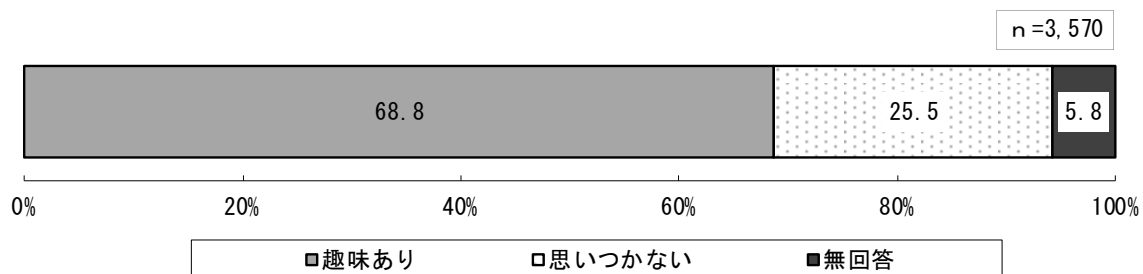
○ 家族や友人の相談にのっているかどうかについて、「はい」が 78.6%、「いいえ」が 19.8%となっています。



### (14) 趣味の有無

#### 問4 (14) 趣味はありますか

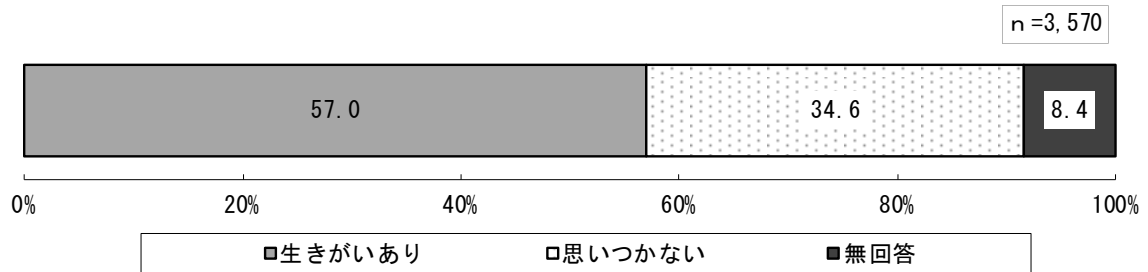
○ 趣味の有無について、「趣味あり」が 68.8%、「思いつかない」が 25.5%となっています。



## (15) 生きがいの有無

### 問4 (15) 生きがいはありますか

○ 生きがいの有無について、「生きがいあり」が 57.0%、「思いつかない」が 34.6%となっています。



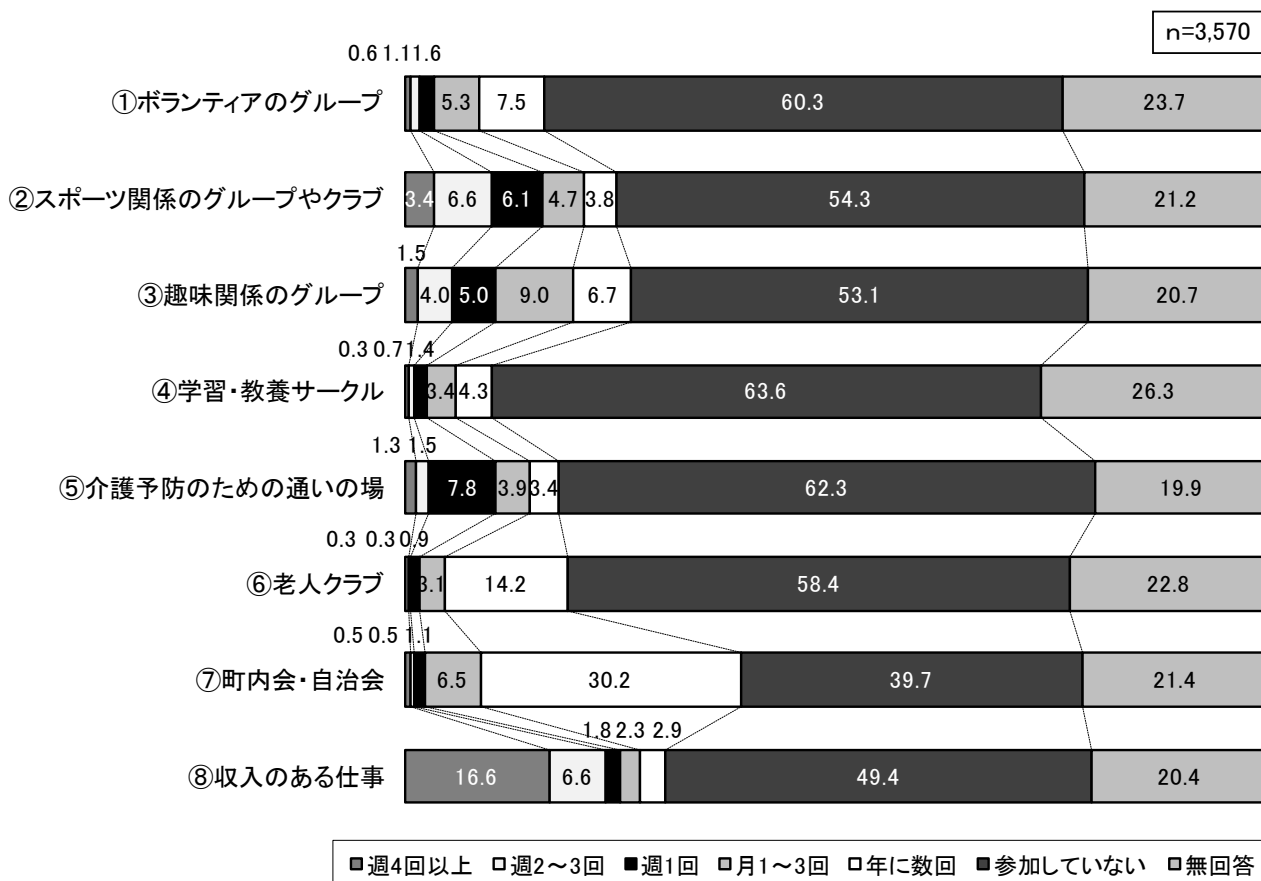


## 6 地域での活動について

### (1) 地域での活動への参加頻度

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  
 ※① - ⑧それぞれに回答してください

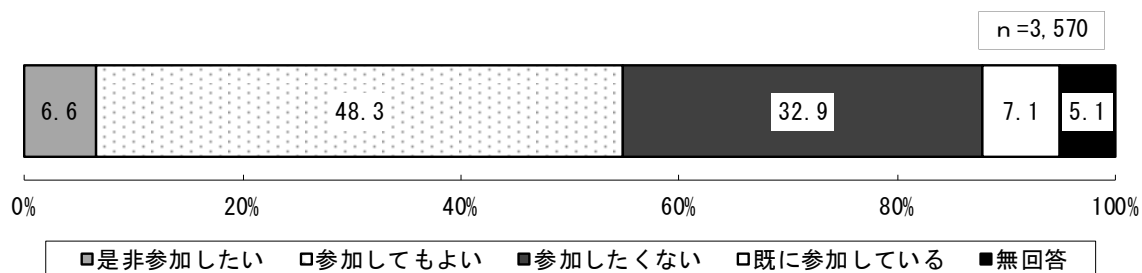
○ 地域活動への参加頻度について、「週 4 日以上」の割合が高い活動は⑧収入のある仕事、「週 2～3 日」の割合が高い活動は②スポーツ関係のグループやクラブ、⑧収入のある仕事、「週 1 回」の割合が高い活動は⑤介護予防のための通いの場、「月 1～3 回」の割合が高い活動は③趣味関係のグループ、「年に数回」の割合が高い活動は⑦町内会・自治会、「参加していない」の割合が高い活動は④学習・教養サークルとなっています。



## (2) 有志による活動への参加者としての参加意向

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

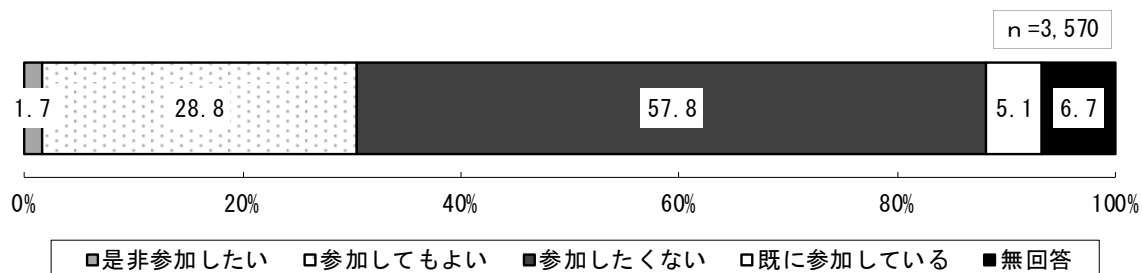
- 健康づくり活動や趣味等のグループ活動への参加者としての参加意向について、「是非参加したい」が6.6%、「参加してもよい」が48.3%で、合わせると54.9%の人が参加意向を示しています。



## (3) 有志による活動への企画・運営者としての参加意向

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

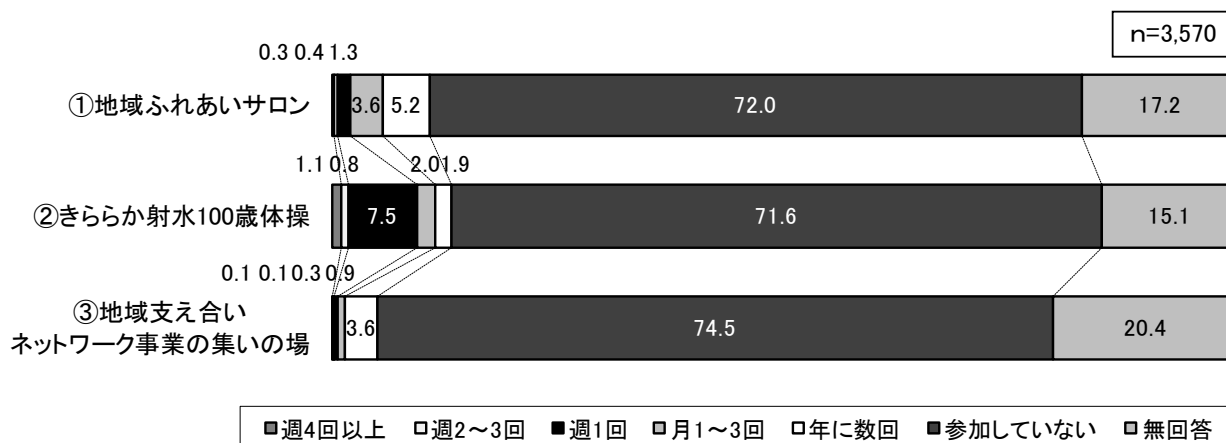
- 健康づくり活動や趣味等のグループ活動への企画・運営としての参加意向について、「是非参加したい」が1.7%、「参加してもよい」が28.8%で、合わせて30.5%の人が参加意向を示しています。



#### (4) 介護予防のための通いの場への参加頻度

問5 (4) 介護予防のための通いの場にどのくらいの頻度で参加していますか

○ 介護予防のための通いの場への参加頻度について、①地域ふれあいサロンでは「年に数回」が5.2%、②きららか射水100歳体操では「週1回」が7.5%、③地域支え合いネットワーク事業の集いの場では「年に数回」が3.6%となっています。

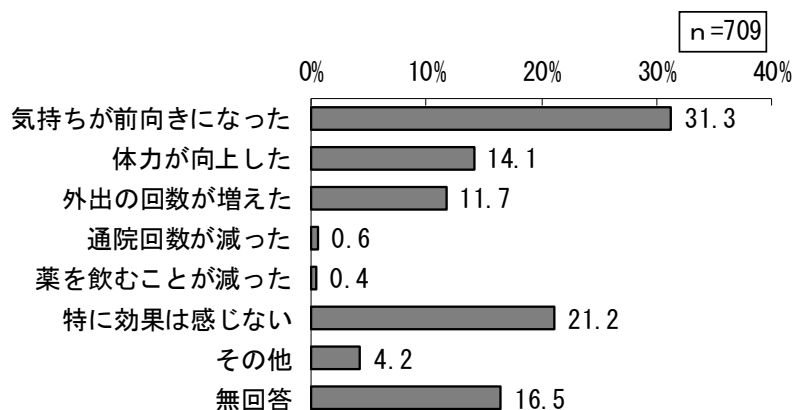


#### (5) 介護予防のための通いの場への参加による効果

【(4)で「1」～「5」(参加している)の方のみ】

① 介護予防のための通いの場に参加したことにより、効果はありましたか

○ 介護予防のための通いの場に参加している人にその効果についてうかがったところ、「気持ちが前向きになった」が31.3%で最も高く、次いで「特に効果は感じない」(21.2%)、「体力が向上した」(14.1%)と続いています。

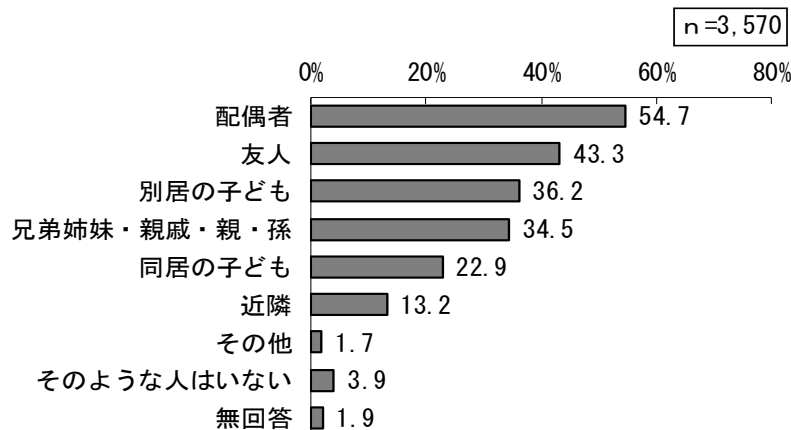


## 7 たすけあいについて

### (1) 心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人

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

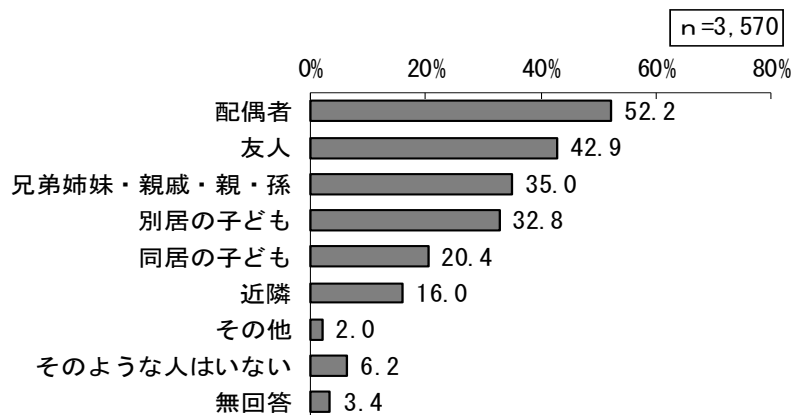
- 心配事や愚痴を聞いてくれる人について、「配偶者」が 54.7%で最も高く、次いで「友人」(43.3%)、「別居の子ども」(36.2%)と続いています。
- 「そのような人はいない」は 3.9%となっています。



### (2) 心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人

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

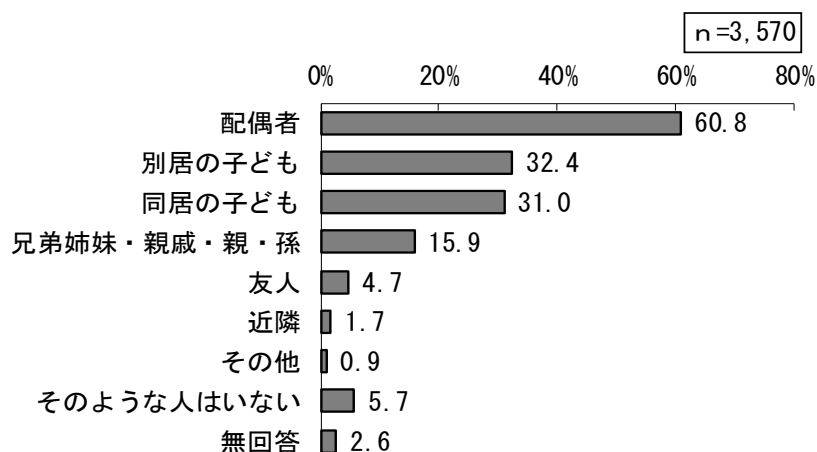
- 心配事や愚痴を聞いてあげる人について、「配偶者」が 52.2%で最も高く、次いで「友人」42.9%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」35.0%と続いています。
- 「そのような人はいない」は 6.2%となっています。



### (3) 看病や世話をしてくれる人

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

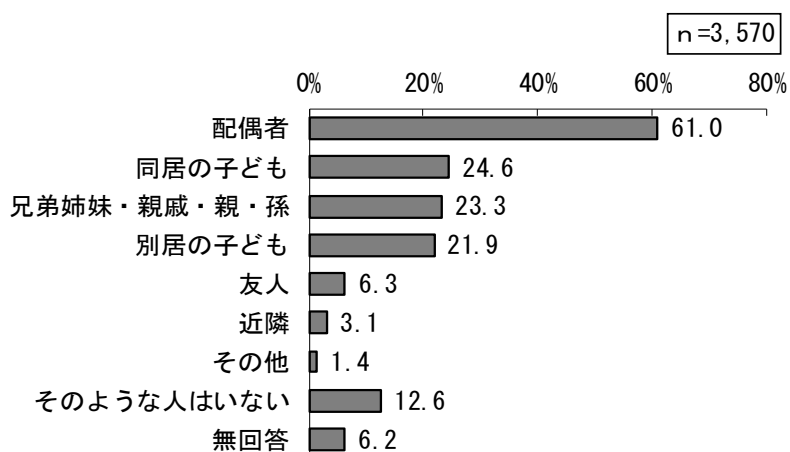
- 病気の看病や世話をしてくれる人について、「配偶者」が 60.8%で最も高く、次いで「別居の子ども」32.4%、「同居の子ども」31.0%と続いています。
- 「そのような人はいない」は5.7%となっています。



### (4) 看病や世話をしてあげる人

問6 (4) 反対に、看病や世話をしてあげる人 (いくつでも)

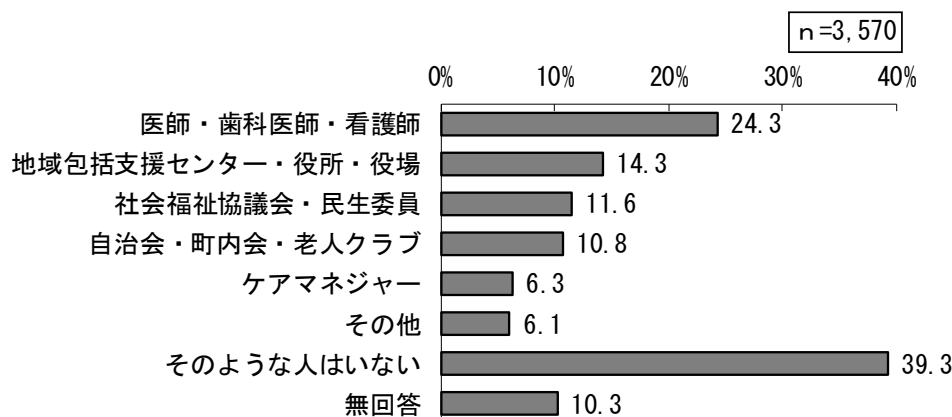
- 病気の看病や世話をしてあげる人について、「配偶者」が 61.0%で最も高く、次いで「同居の子ども」(24.6%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(23.3%)と続いています。
- 「そのような人はいない」は12.6%となっています。



## (5) 家族や友人・知人以外の相談相手

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

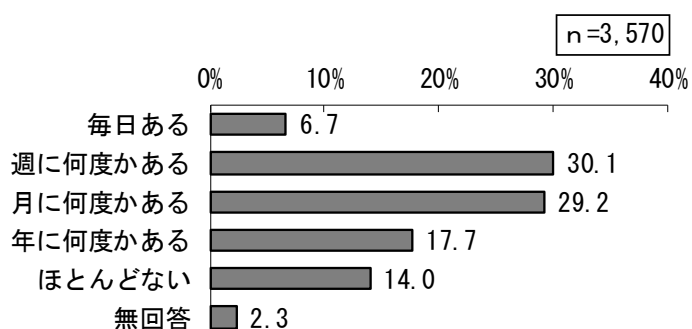
- 家族や友人・知人以外の相談相手について、「そのような人はいない」が 39.3%で最も高く、次いで「医師・歯科医師・看護師」(24.3%)、「地域包括支援センター・役所・役場」(14.3%)と続いています。



## (6) 友人・知人と会う頻度

問6 (6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

- 友人・知人と会う頻度について、「週に何度かある」が 30.1%で最も高く、次いで「月に何度かある」(29.2%)、「年に何度かある」(17.7%)と続いています。



## (7) 友人・知人と会った人数

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

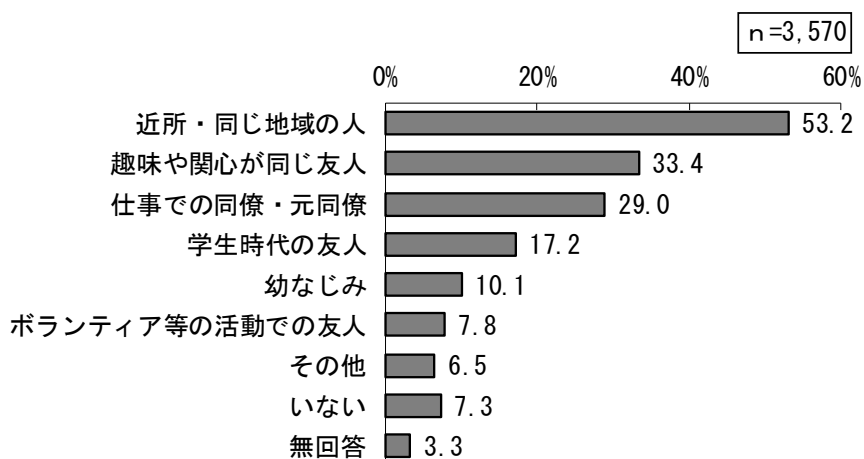
- 1か月間に友人・知人と会った人数について、「3～5人」が26.1%で最も高く、次いで「10人以上」(25.2%)、「1～2人」(23.0%)と続いています。



## (8) よく会う友人・知人との関係

問6 (8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (いくつでも)

- よく会う友人・知人との関係について、「近所・同じ地域の人」が53.2%で最も高く、次いで「趣味や関心が同じ友人」(33.4%)、「仕事での同僚・元同僚」(29.0%)と続いています。

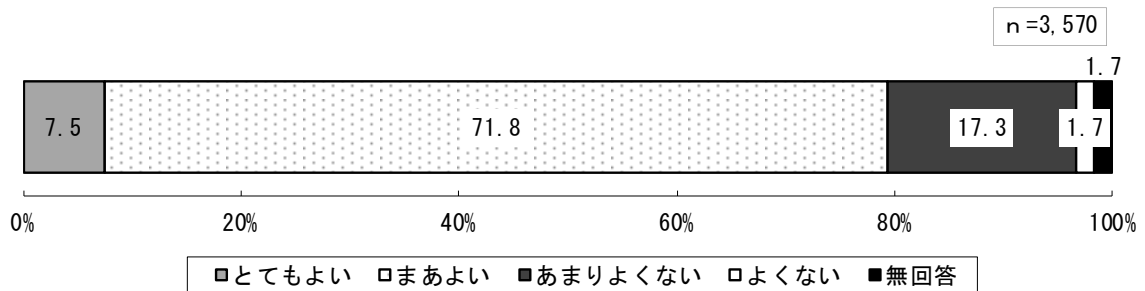


## 8 健康について

### (1) 現在の健康状態

問7 (1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

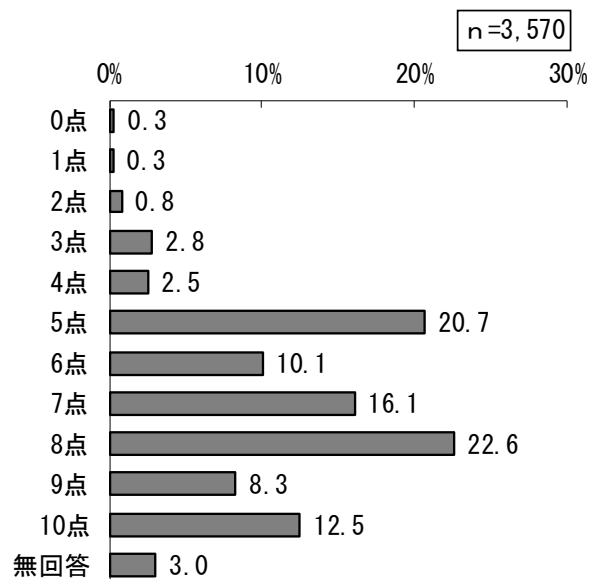
- 自身の健康状態について、「まあよい」が71.8%で最も高く、「とてもよい」(7.5%)と合わせると79.3%の人が『よい』と回答しています。
- 「あまりよくない」(17.3%)と「よくない」(1.7%)を合わせた『よくない』は19.0%となっています。



### (2) 現在の幸福度

問7 (2) あなたは、現在どの程度幸せですか  
(「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)

- 幸福度について、「8点」が22.6%で最も高く、次いで「5点」(20.7%)、「7点」(16.1%)と続いています。

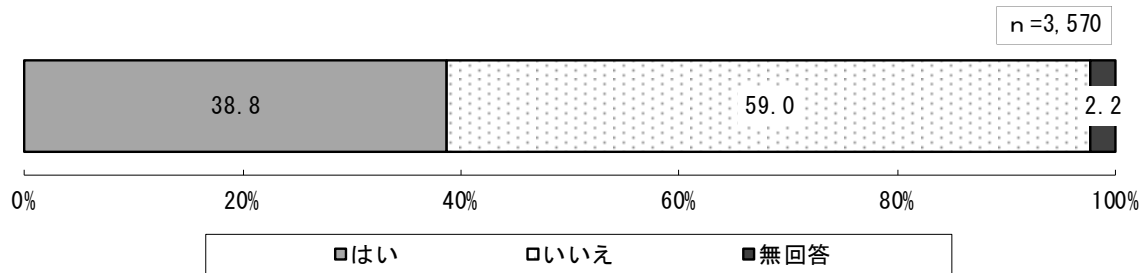




### (3) 気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになることの有無

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

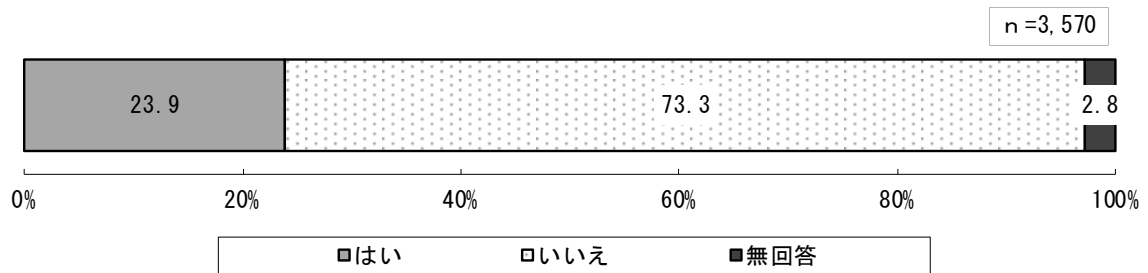
- 1か月間で気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったことの有無について、「はい」が38.8%、「いいえ」が59.0%となっています。



### (4) 物事に対して興味がわからない、楽しめない感じの有無

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らない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか

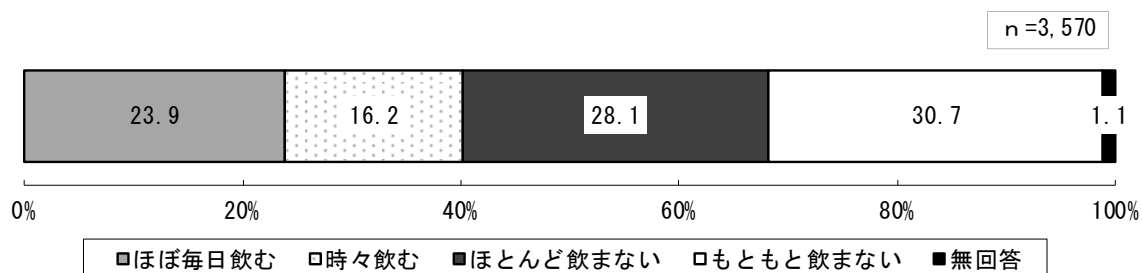
- 1か月間で物事に興味がわからない、心から楽しめない感じの有無について、「はい」が23.9%、「いいえ」が73.3%となっています。



## (5) 飲酒について

### 問7 (5) お酒は飲みますか

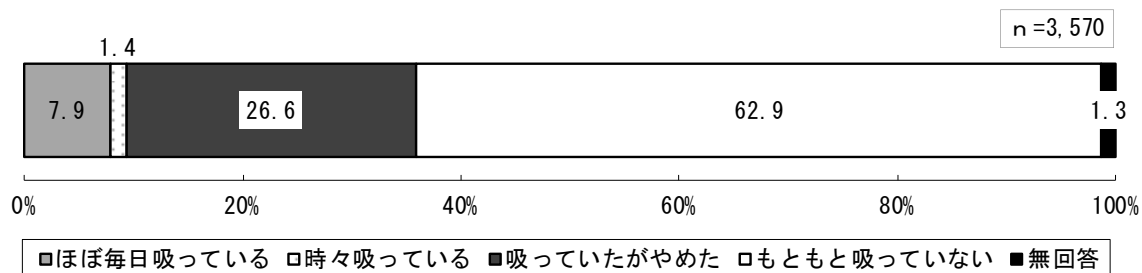
- 飲酒について、「もともと飲まない」が 30.7%で最も高く、次いで「ほとんど飲まない」(28.1%)、「ほぼ毎日飲む」(23.9%)と続いています。
- 「ほぼ毎日飲む」と「時々飲む」(16.2%)を合わせた『飲む』は 40.1%となっています。



## (6) 喫煙について

### 問7 (6) タバコは吸っていますか

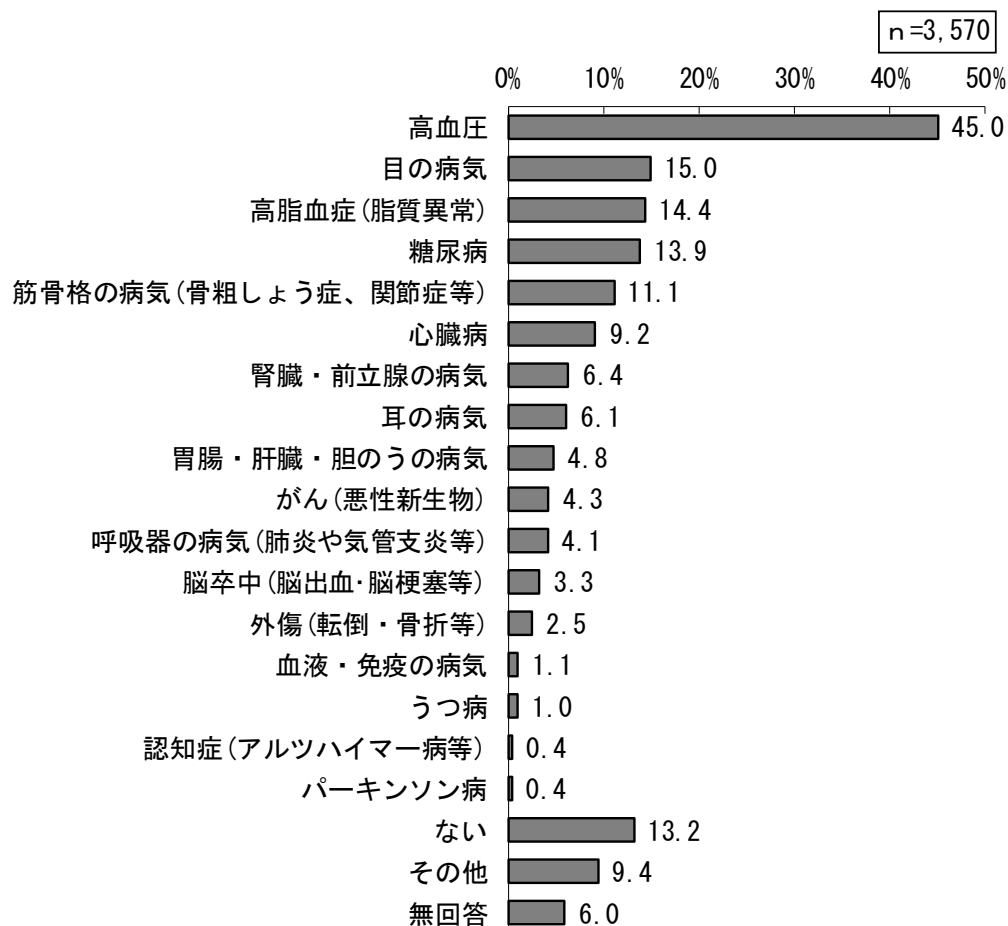
- 喫煙について、「もともと吸っていない」が 62.9%で最も多く、次いで「吸っていたがやめた」(26.6%)、「ほぼ毎日吸っている」(7.9%)と続いています。
- 「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」(1.4%)を合わせた『吸っている』は 9.3%となっています。



## (7) 現在治療中、または後遺症のある病気

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

- 現在治療中、または後遺症のある病気の有無について、「高血圧」が 45.0%で最も高く、次いで「目の病気」(15.0%)、「高脂血症」(14.4%)と続いています。

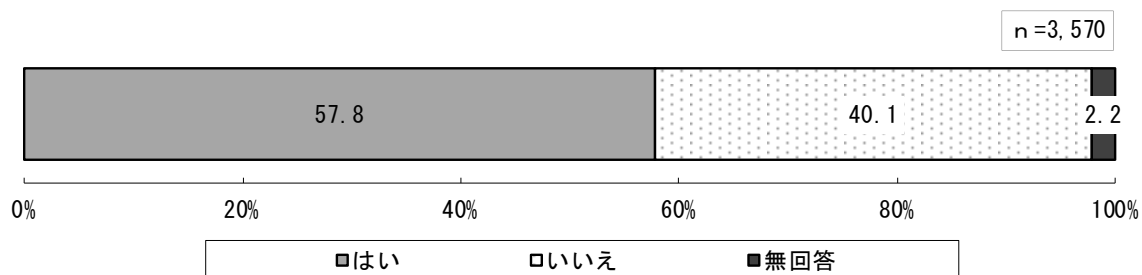


## 9 地域包括支援センターについて

### (1) 地域包括支援センターの認知度

#### 問8 (1) 地域包括支援センターを知っていますか

- 地域包括支援センターを知っているかどうかについて、「はい」が 57.8%、「いいえ」が 40.1%となっています。

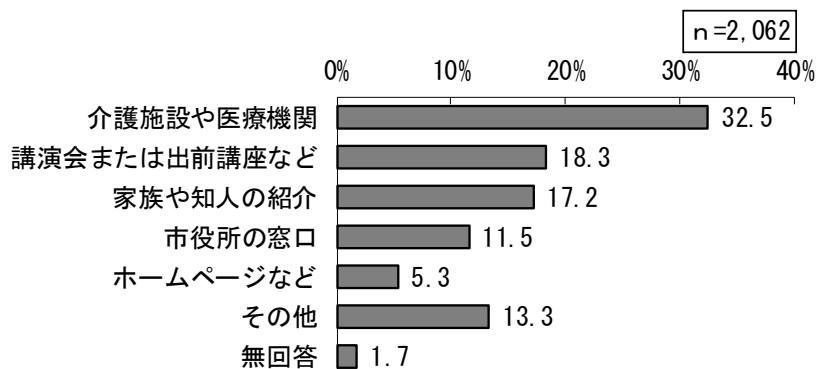


### (2) 地域包括支援センターを知ったきっかけ

#### 【(1)で「1. はい」の方のみ】

#### ① どこで(どんな時)知りましたか

- 地域包括支援センターを知っている人に、知ったきっかけをうかがったところ、「介護施設や医療機関」が 32.5%で最も高く、次いで「講演会または出前講座など」(18.3%)、「家族や知人の紹介」(17.2%)と続いています。

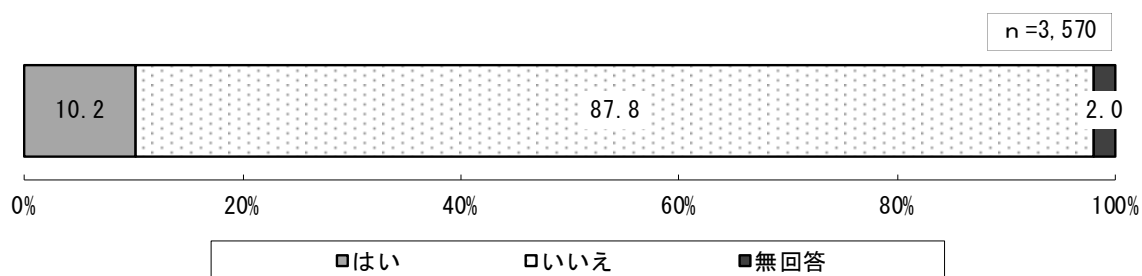


## 10 認知症にかかる相談窓口の把握について

### (1) 自身や家族の認知症の症状の有無

#### 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

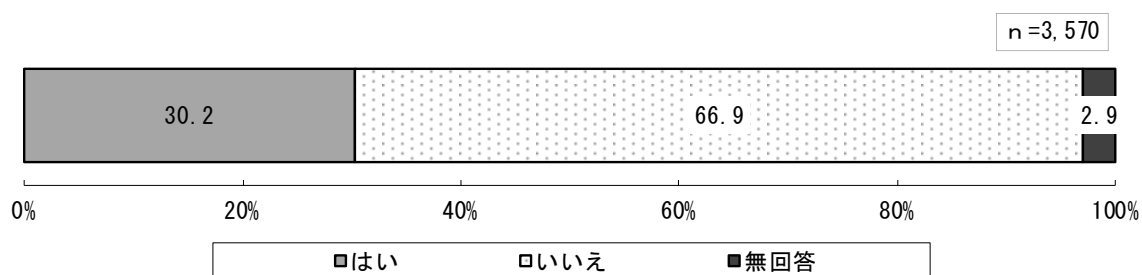
- 自身や家族の認知症の症状の有無について、「はい」が10.2%、「いいえ」が87.8%となっています。



### (2) 認知症に関する相談窓口の認知状況

#### 問9 (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

- 認知症に関する相談窓口を知っているかどうかについて、「はい」が30.2%、「いいえ」が66.9%となっています。

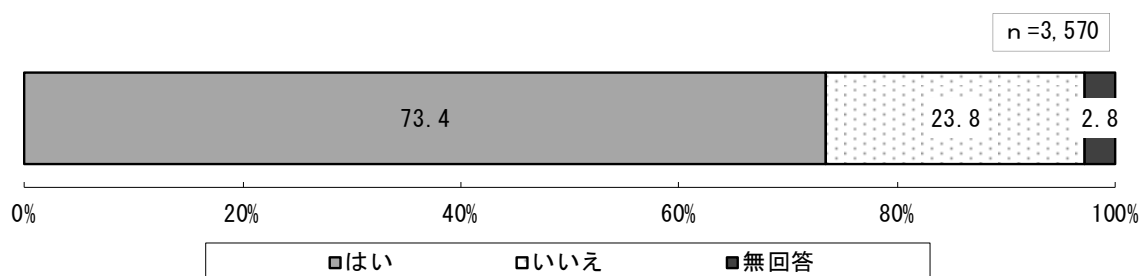


## 11 認知症対策について

### (1) 認知症に対する不安

#### 問10(1) 認知症に対する不安はありますか

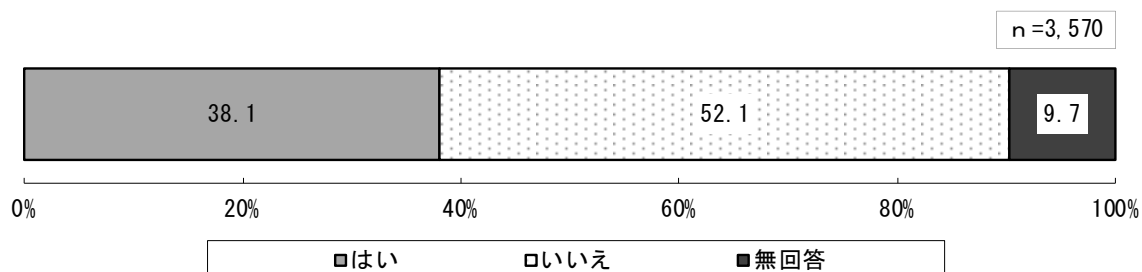
○ 認知症に対する不安について、「はい」が73.4%、「いいえ」が23.8%となっています。



### (2) 軽度認知障害 (MCI) の認知度

#### 問10(2) 軽度認知障害 (MCI) はどのような状態か知っていますか

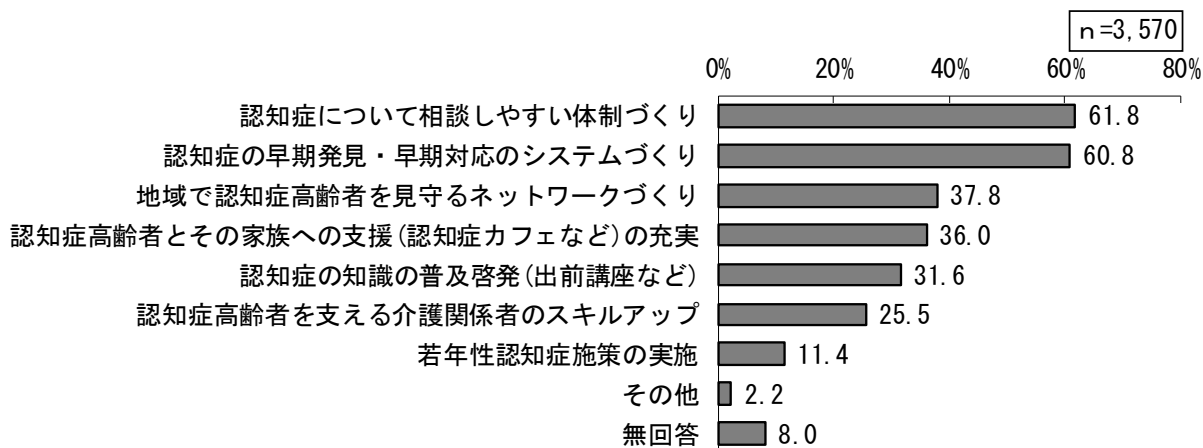
○ 軽度認知障害 (MCI) がどのような状態か知っているかどうかについて、「はい」が38.1%、「いいえ」が52.1%となっています。



### (3) 認知症の人が地域で暮らしていくために必要な支援

問10 (3) 認知症の人が地域で暮らしていくために必要な支援は何だと思えますか  
(いくつでも)

- 認知症の人が地域で暮らしていくために必要な支援について、「認知症について相談しやすい体制づくり」が 61.8%で最も高く、次いで「認知症の早期発見・早期対応のシステムづくり」(60.8%)、「地域で認知症高齢者を見守るネットワークづくり」(37.8%)と続いています。

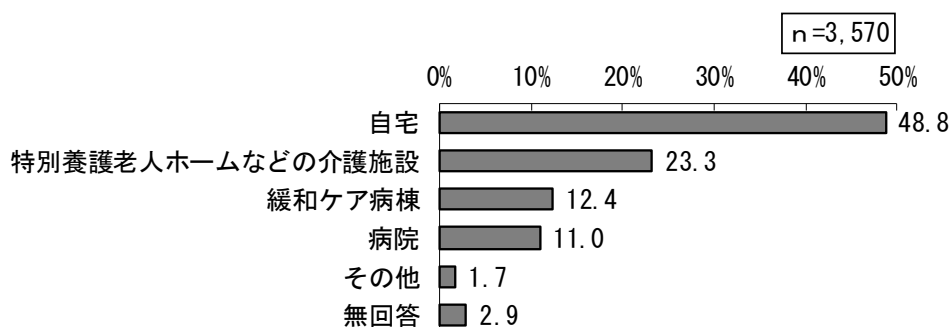


## 12 自身の人生の最終段階における過ごし方について

### (1) 人生の最終段階に過ごしたい場所

問11(1) あなたは、病気や要介護状態などで、人生の最終段階を迎える時が来た場合、どこで過ごしたいですか

- 人生の最終段階に過ごしたい場所について、「自宅」が48.8%で最も高く、次いで「特別養護老人ホームなどの介護施設」(23.3%)、「緩和ケア病棟」(12.4%)と続いています。

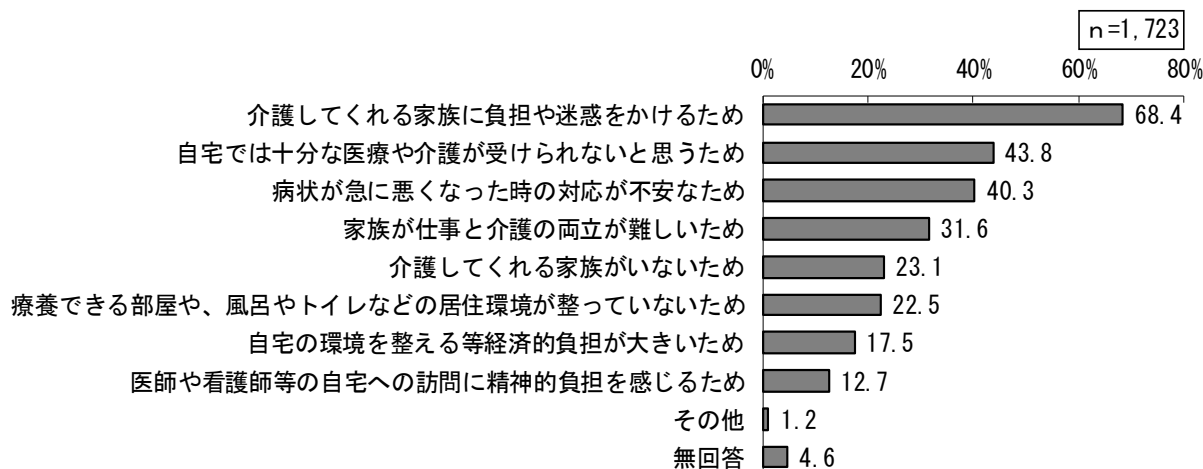


### (2) 人生の最終段階に自宅以外で過ごしたい理由

【(1)において「1.自宅」以外の方のみ】

① 自宅以外で過ごしたい理由は何ですか(いくつでも)

- 人生の最終段階に自宅以外と回答した方に、その理由をうかがったところ、「介護してくれる家族に負担や迷惑をかけるため」が68.4%で最も高く、次いで「自宅では十分な医療や介護が受けられないと思うため」(43.8%)、「病状が急に悪くなった時の対応が不安なため」(40.3%)と続いています。

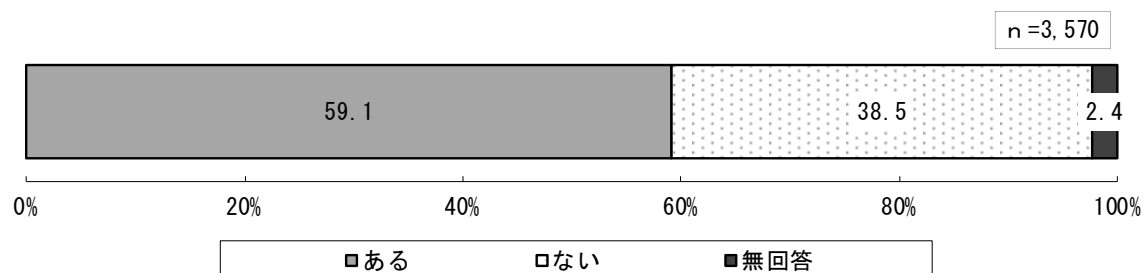




### (3) 人生の最終段階における医療・療養について

問11(2) あなたは、人生の最終段階における医療・療養について、これまで考えたことがありますか

○ 人生の最終段階における医療・療養について考えたことがあるかどうかについて、「ある」が59.1%、「ない」が38.5%となっています。

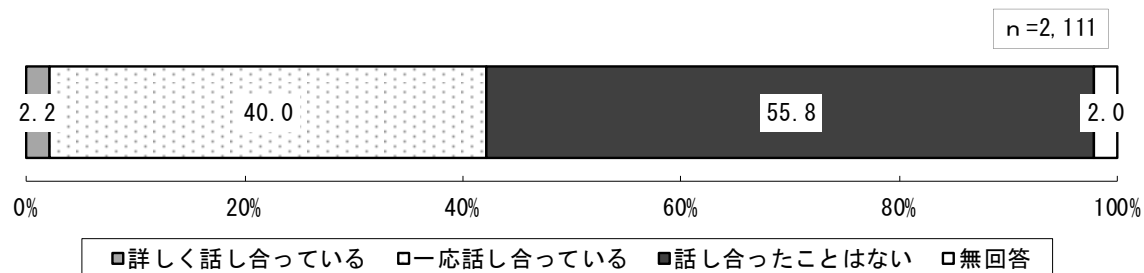


### (4) 医療・療養について話し合ったことの有無

【(2)において「1. ある」の方のみ】

① 医療・療養についてご家族や医療介護関係者と、話し合ったことがありますか

○ 人生の最終段階における医療・療養について家族や医療関係者と話し合ったことの有無について、「話し合ったことはない」が55.8%、「一応話し合っている」が40.0%、「詳しく話し合っている」が2.2%となっています。

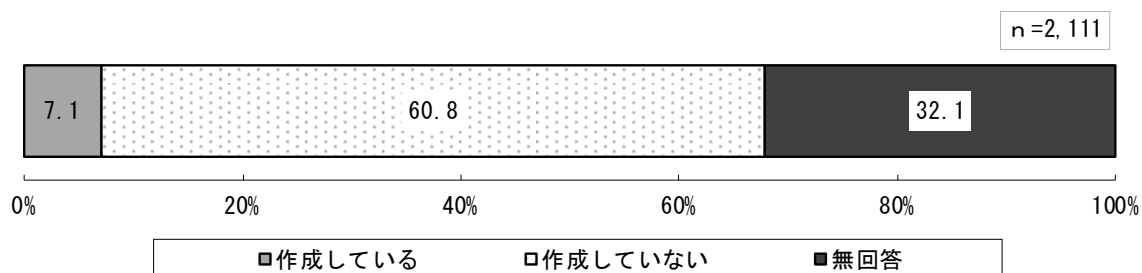


## (5) 終活支援ノート等の作成

【(2)において「1. ある」の方のみ】

② あなたは自分が意思決定できなくなった時に備えて、書面（※終活支援ノート等）を作成していますか

- 人生の最終段階における医療・療養について考えたことがある人に、終活支援ノート等を作成しているかどうかうかがったところ、「作成している」が7.1%、「作成していない」が60.8%となっています。

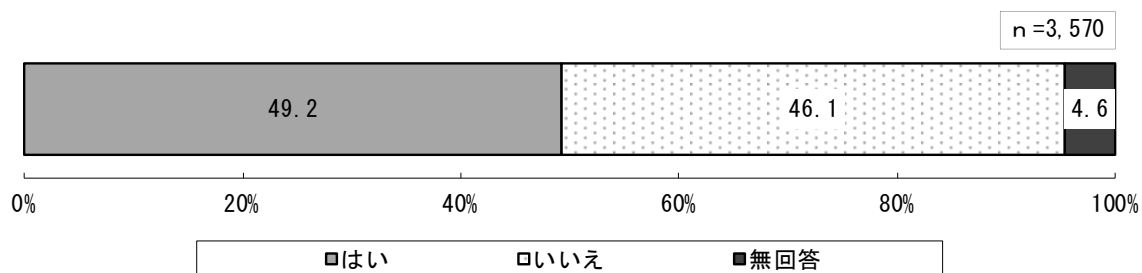


## 13 成年後見制度について

### (1) 成年後見制度の認知度

問 12 (1) 成年後見制度を知っていますか

- 成年後見制度を知っているかどうかについて、「はい」が49.2%、「いいえ」が46.1%となっています。

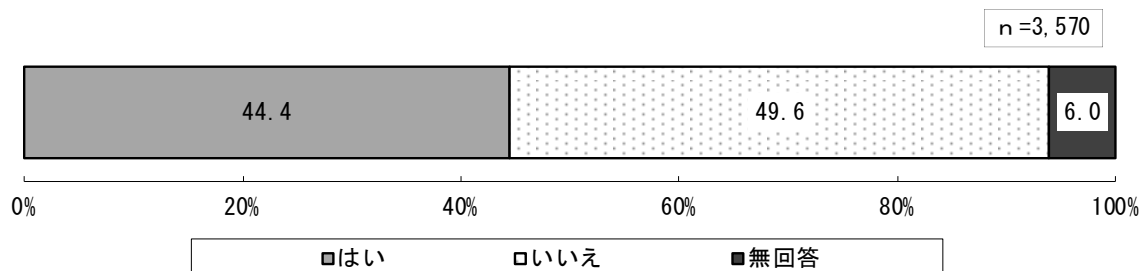


## 14 インターネットの利用について

### (1) インターネットの利用の有無

#### 問13 (1) 日常生活においてインターネットを利用していますか

- 日常生活においてインターネットを利用しているかどうかについて、「はい」が44.4%、「いいえ」が49.6%となっています。

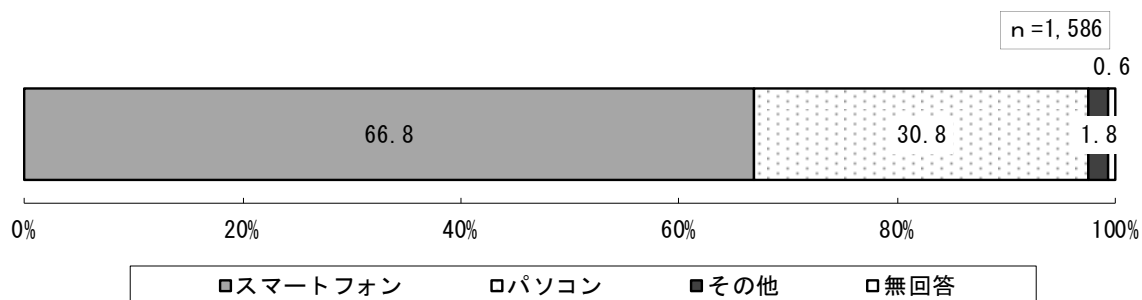


### (2) インターネットを利用している媒体

#### 【(1)において「1.はい」の方のみ】

#### ① 利用している媒体は主に何ですか

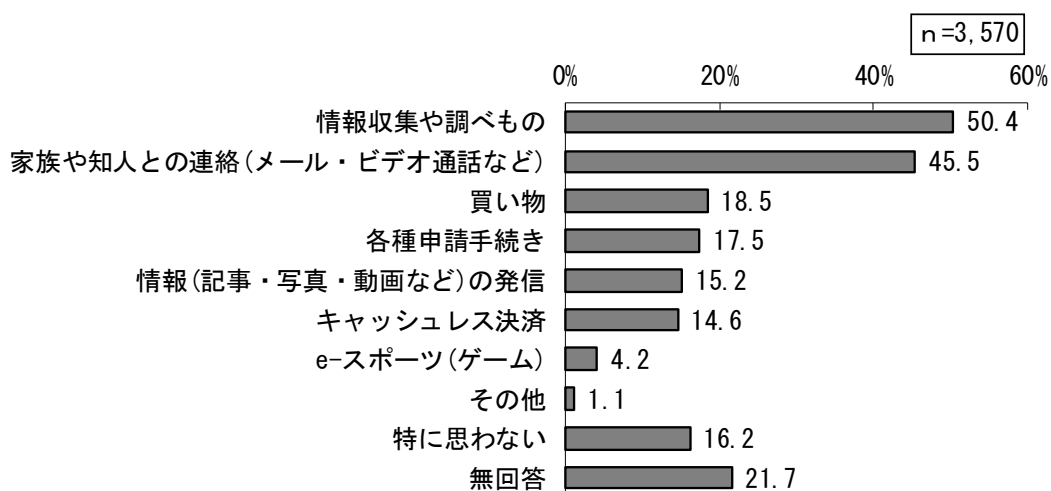
- 日常生活においてインターネットを利用している人に、利用している媒体をうかがったところ、「スマートフォン」が66.8%、「パソコン」が30.8%、「その他」が1.8%となっています。



### (3) インターネットを利用したい場面

問13(2) あなたは今後、どのような場面でインターネットを利用したいと思いますか  
(いくつでも)

- 今後、インターネットを利用したい場面について、「情報収集や調べもの」が 50.4%で最も高く、次いで「家族や知人との連絡」(45.5%)、「買い物」(18.5%)と続いています。

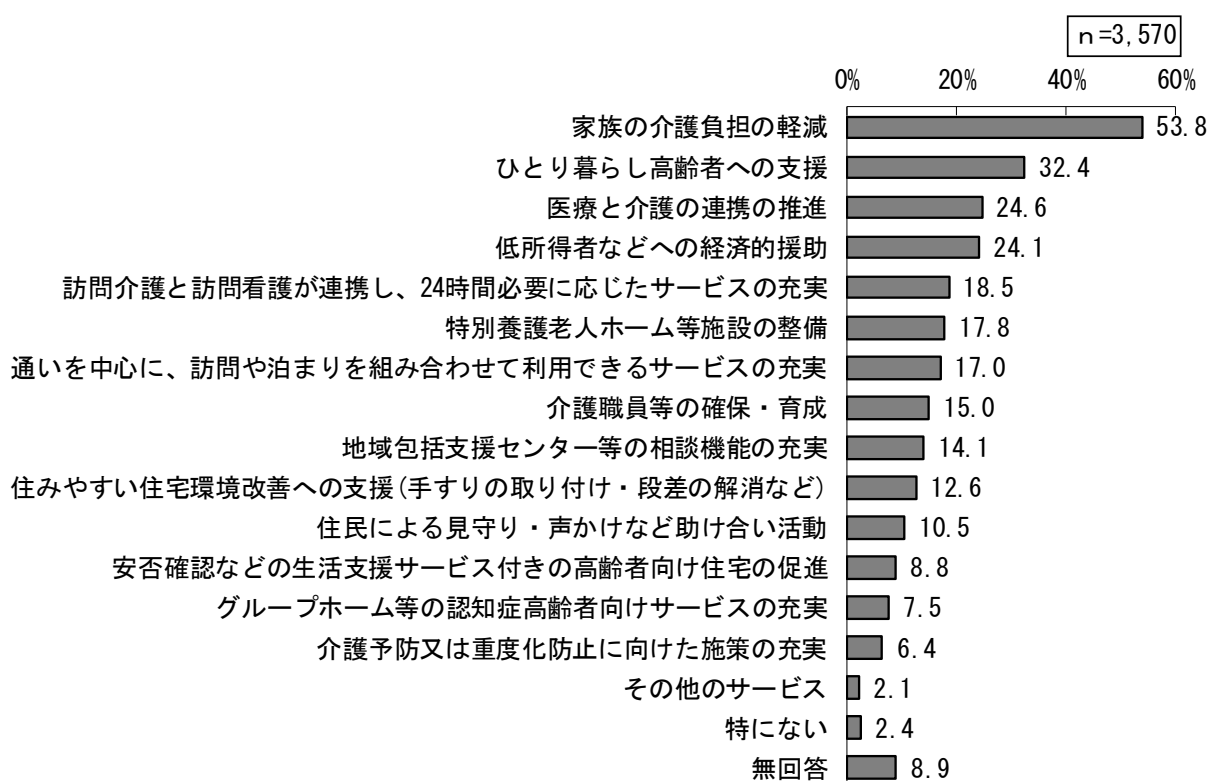


## 15 今後の高齢者福祉施策について

### (1) 市が力を入れるべき高齢者保健福祉施策

問 14 (1) これからの高齢者保健福祉施策で市が力をいれていくべきものは何だと思えますか (3つまで)

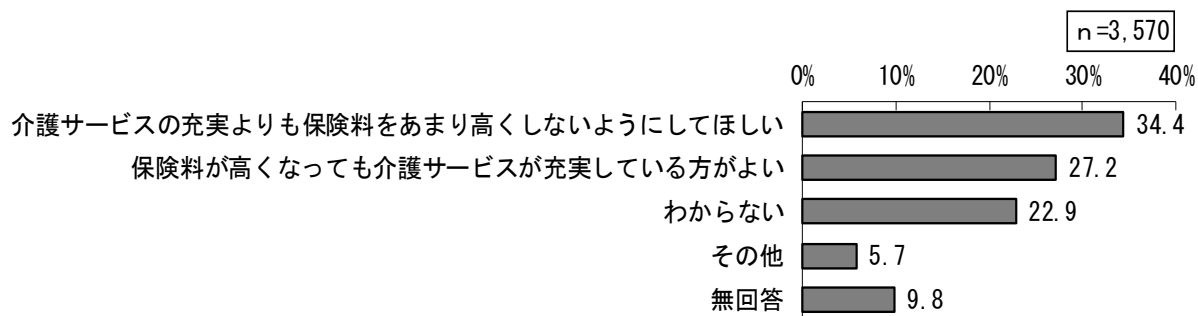
- 市が力を入れるべき高齢者保健福祉施策について、「家族の介護負担の軽減」が 53.8% で最も高く、次いで「ひとり暮らし高齢者への支援」(32.4%)、「医療と介護の連携の推進」(24.6%)と続いています。



## (2) 介護保険料に対する考え方

問 14 (2) 今後、高齢者が増加していくにつれて介護保険料が高くなることが想定されますが、あなたは、今後の介護保険料についてどう思いますか

- 今後の介護保険料に対する考え方について、「介護サービスの充実よりも保険料をあまり高くしないようにしてほしい」が 34.4%、「保険料が高くなっても介護サービスが充実している方がよい」が 27.2%、「わからない」が 22.9%、「その他」が 5.7%となっています。



## 16 リスク判定について

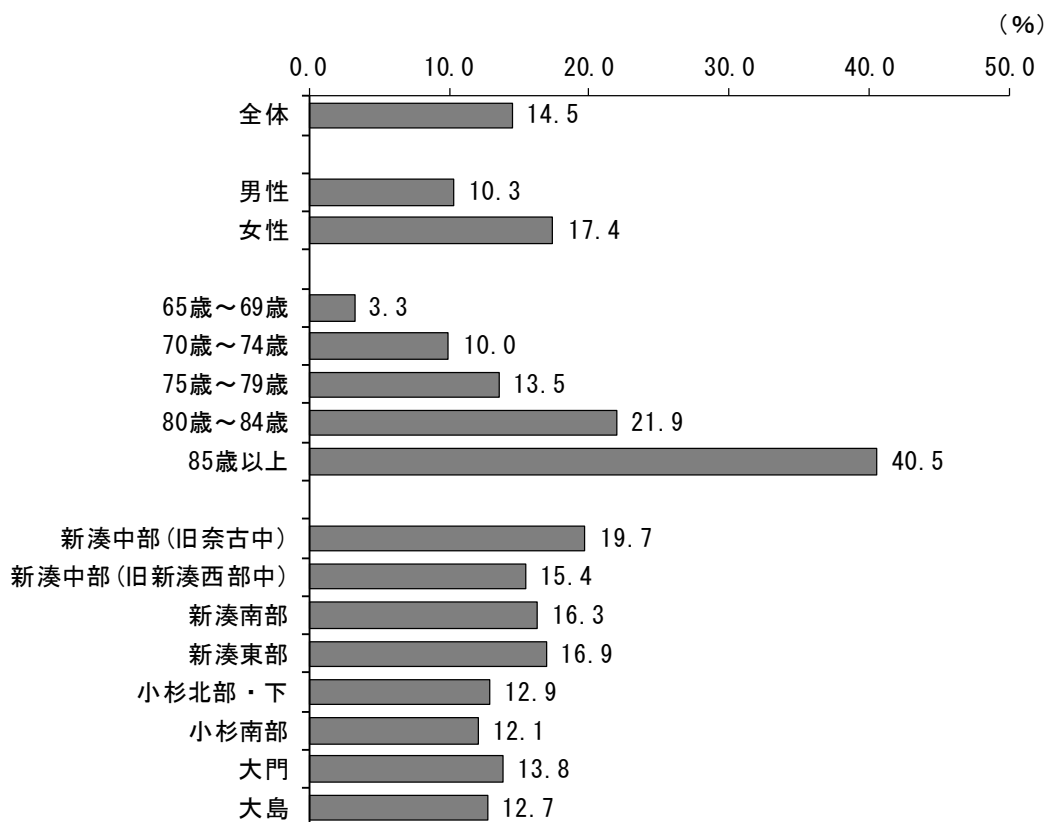
各設問の回答結果から各機能のリスクを判定しています。

### (1) 運動器機能の低下

#### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
問2	(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。	3 できない	3問以上該当
	(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。	3 できない	
	(3) 15分位続けて歩いていますか。	3 できない	
	(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	
	(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	

- 運動器機能の低下リスクがある人の割合は、全体で14.5%となっています。
- 女性のほうが男性より7.1ポイント高くなっています。
- 年齢が上がるにつれてリスクが高くなり、65歳～69歳では3.3%ですが、85歳以上になると40.5%となっています。
- 新湊中部地区（旧奈古中学校区）では、他の圏域と比べて割合が高くなっています。

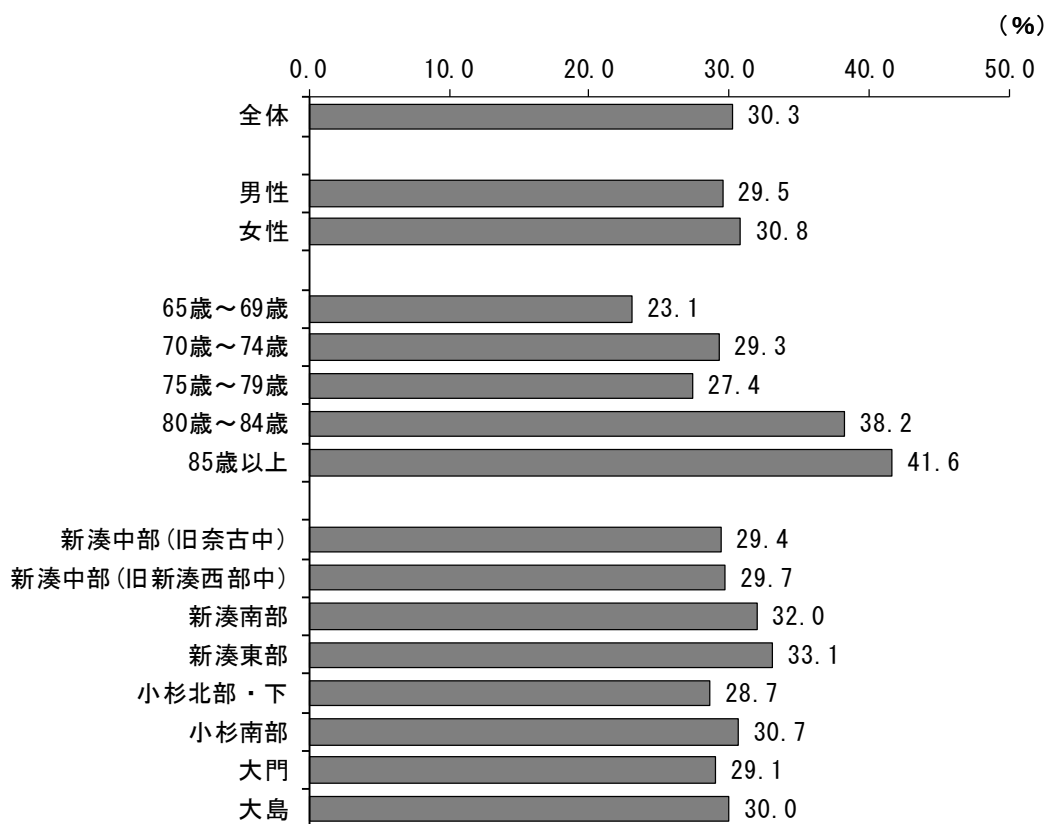


## (2) 転倒リスク

### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
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	いずれかに該当

- 転倒リスクがある人の割合は、全体で 30.3%となっています。
- 年齢が上がるにつれてリスクが高くなり、特に 80 歳以上では 4 割前後と高い割合となっています。



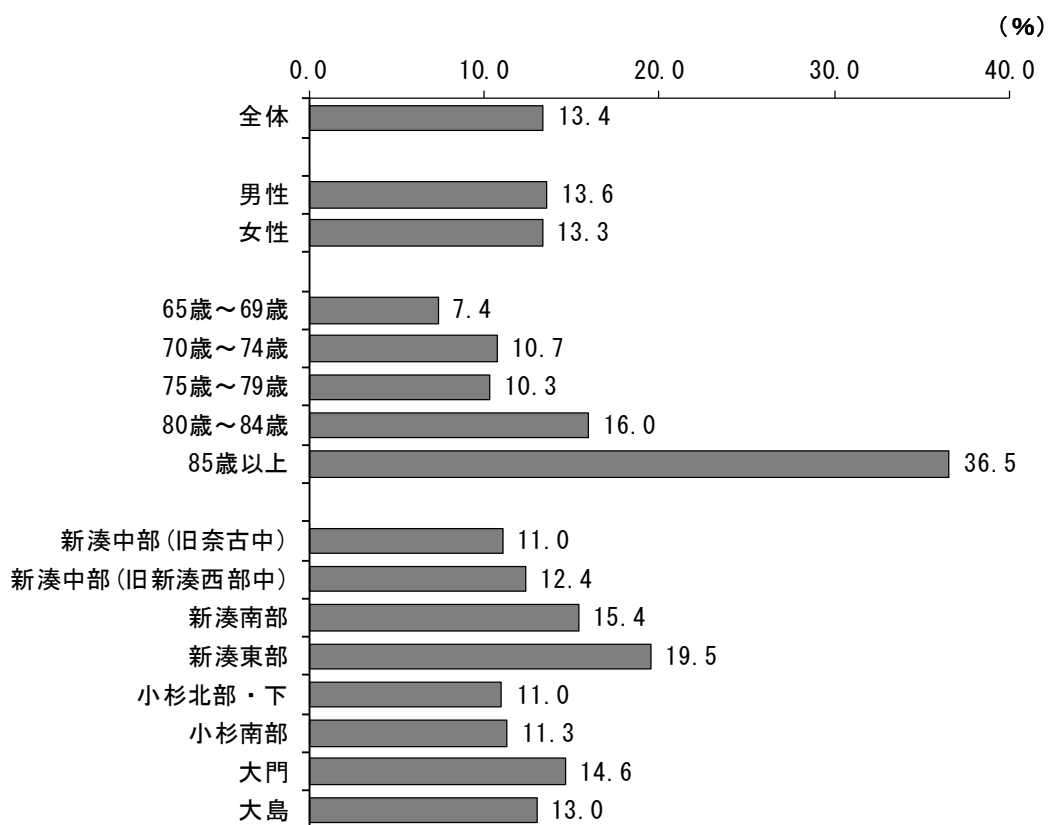


### (3) 閉じこもり傾向

#### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
問2	(6) 週に1回以上は外出していますか。	1 ほとんど外出しない 2 週1回	いずれかに該当
	(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。	1 とても減っている 2 減っている	いずれかに該当

- 閉じこもり傾向がある人の割合は、全体で13.4%となっています。
- 85歳以上ではリスクのある人の割合が36.5%と高くなっています。
- 新湊東部地区では、他の圏域に比べてリスクのある人の割合が高くなっています。



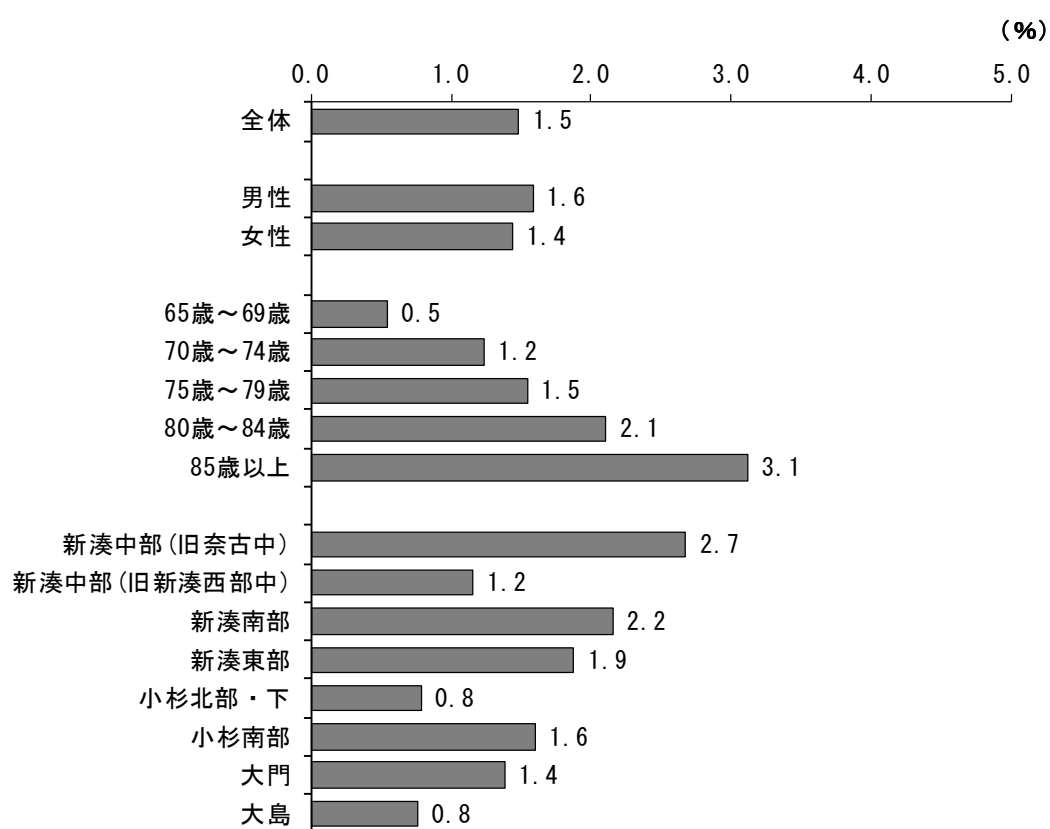
## (4) 低栄養傾向

### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
問3	(1) あなたの身長と体重を記入してください。	肥満度 (BMI) が 18.5 未満	両方に該当
	(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。	1 はい	

○ 低栄養傾向がある人の割合は、全体で 1.5%となっています。

○ 年齢が上がるにつれて、リスクのある人の割合が高くなっています。

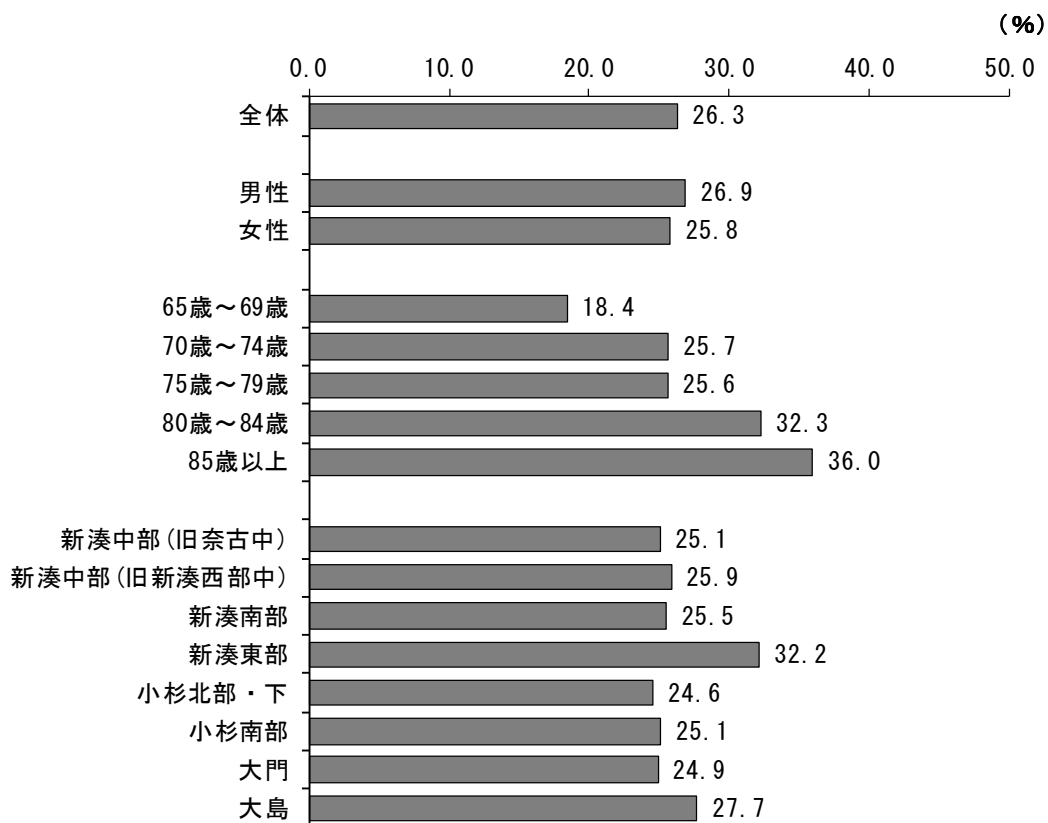


## (5) 口腔機能の低下

### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
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問以上該当
	(3) お茶や汁物などでむせることがありますか。	1 はい	
	(4) 口の渇きが気になりますか。	1 はい	

- 口腔機能の低下リスクがある人の割合は、全体で26.3%となっています。
- 年齢が上がるにつれてリスクのある人の割合が高くなる傾向がみられます。
- 新湊東部地区では、他の圏域と比べてリスクのある人の割合が高くなっています。

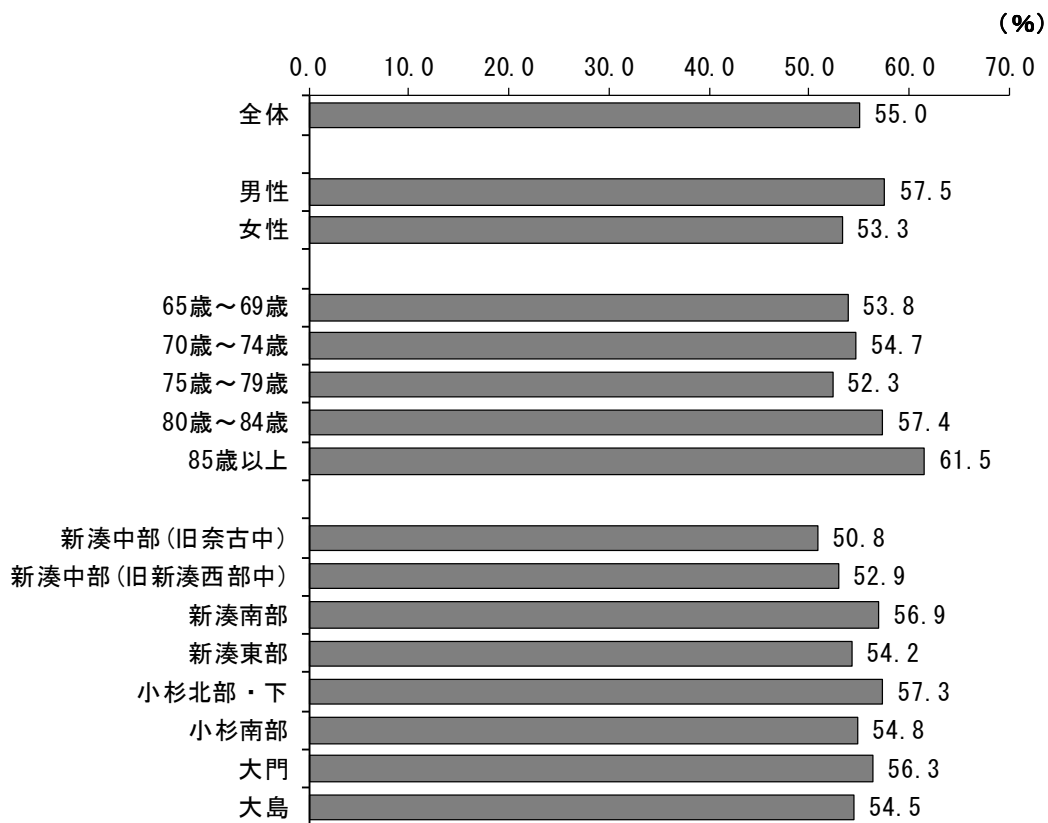


## (6) 認知機能の低下

### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
問4	(1) 物忘れが多いと感じますか。	1 はい	該当

○ 認知機能の低下リスクがある人の割合は、全体で 55.0%となっています。

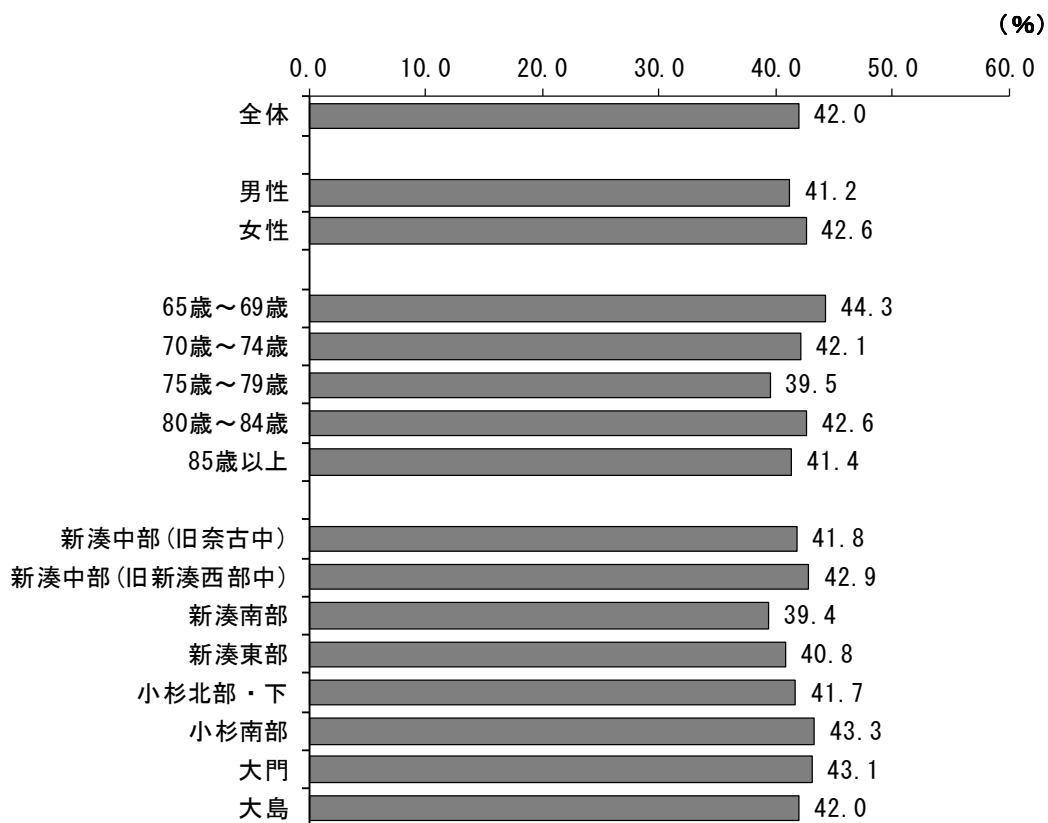


## (7) うつ傾向

### ■判定基準

設 問		選択肢	条件
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	1問以上該当
	(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	

○ うつ傾向がある人の割合は、全体で42.0%となっています。



## (8) IADL (手段的日常生活動作) の低下

### ■判定基準

設 問		条件
問4	(4) バスや電車を使って1人で外出していますか。 (自家用車でも可)	全設問で 「1 できるし、している」……1点 「2 できるけどしていない」…1点 「3 できない」……………0点 とし、その合計が3点以下を「低い」と判定
	(5) 自分で食品・日用品の買い物をしていますか。	
	(6) 自分で食事の用意をしていますか。	
	(7) 自分で請求書の支払いをしていますか。	
	(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。	

- IADL (手段的日常生活動作) は、外出や買い物など、自立した日常生活を送るために必要な能力の判断基準になります。
- IADLが低い人の割合は全体で5.7%、やや低い人は全体で8.7%となっています。
- 年齢が上がるにつれて、低い、やや低い人の割合が高くなり、特に85歳以上で高い割合となっています。

