

第9期高齢者保健福祉計画・
介護保険事業計画に伴う
アンケート調査等報告書

令和5年(2023年)3月
箕面市

目次

I. 調査概要	1
1. 調査の目的.....	1
2. 調査設計.....	1
3. 報告書の見かた.....	1
II. 調査結果	2
1. 回答者について.....	2
(1) 調査票記入者.....	2
(2) 性別.....	2
(3) 年齢.....	3
(4) 居住小学校区.....	3
(5) 要支援認定状況.....	4
(6) 家族構成.....	4
(7) 日中の過ごしかた.....	5
(8) 介護・介助の必要性.....	5
(9) 介護・介助が必要になった原因.....	6
(10) 主な介護者・介助者.....	7
(11) 経済状況.....	8
2. からだを動かすことについて.....	9
(1) 運動器の機能低下リスク.....	9
(2) 階段を手すりや壁をつたわずに昇ること.....	11
(3) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がること.....	11
(4) 15分位続けて歩くこと.....	12
(5) 過去1年間に転んだ経験の有無.....	12
(6) 転倒に対する不安.....	13
(7) 閉じこもりリスク.....	13
(8) 外出頻度.....	15
(9) 昨年と比べた外出頻度.....	16
(10) 外出控え.....	16
(11) 外出を控えている理由.....	17
(12) 外出する際の移動手段.....	18
(13) 運転免許証返納の意向.....	20
3. 食べることについて.....	21
(0) 低栄養リスク.....	21
(1) BMI.....	23
(2) 固いものが食べにくくなったこと.....	23
(3) 歯の状況.....	24
(4) 6か月間で2～3kgの体重減少.....	24
(5) 食事の共有.....	25

4.	毎日の生活について.....	26
(1)	物忘れの多さ.....	26
(2)	手段的自立度（IADL）.....	26
(3)	スマートフォンの使用.....	28
(4)	バスや電車での1人の外出.....	29
(5)	自分で食品・日用品の買物.....	29
(6)	自分で食事の用意.....	30
(7)	自分で請求書の支払い.....	30
(8)	自分で預貯金の出し入れ.....	31
(9)	新型コロナウイルス感染症の流行による体の機能低下.....	31
(10)	新型コロナウイルス感染症の流行による外出・活動などの影響があった場合、現在、元通りに回復しているか.....	32
(11)	日常生活で困っていること.....	33
5.	地域での活動について.....	34
(1)	地域の会・グループの参加頻度.....	34
(2)	地域の会・グループに参加していない理由.....	42
(3)	地域活動に参加者としての参加意向.....	42
(4)	地域活動に企画・運営としての参加意向.....	44
6.	たすけあいについて.....	46
(1)	心配事や愚痴を聞いてくれる人.....	46
(2)	心配事や愚痴を聞いてあげる人.....	47
(3)	看病や世話をしてくれる人.....	48
(4)	看病や世話をしてあげる人.....	49
(5)	相談相手.....	50
7.	健康について.....	51
(1)	健康状態.....	51
(2)	幸福度.....	52
(3)	うつリスク.....	53
(4)	ゆううつ感.....	55
(5)	無関心・虚無感.....	55
(6)	喫煙習慣.....	56
(7)	治療中・後遺症のある病気.....	57
8.	認知症や成年後見制度について.....	58
(1)	認知症の症状がある人の有無.....	58
(2)	認知症に関する相談窓口.....	58
(3)	知っている認知症に関する相談窓口.....	59
(4)	認知症について知っていること.....	60
(5)	認知症についての考え.....	61
(6)	成年後見制度の認知度.....	62
9.	運動や介護予防について.....	63

(1) 健康や介護予防のために気をつけていること.....	63
(2) 健康のために意識的に体を動かすこと.....	64
(3) しているスポーツ・活動.....	65
(4) 運動習慣.....	66
(5) 体を動かしている1日あたりの時間と継続状況.....	67
(6) 体を動かしていない理由.....	68
(7) 体を動かそうと思うきっかけ.....	69
(8) 体を動かしやすいスポーツ・活動.....	70
今後の生活について.....	71
(1) 将来の理想とする生活.....	71
(2) 施設に入所したい理由.....	72
10. 介護保険料について.....	73
(1) 介護保険料の負担感.....	73
(2) 負担と給付の関係に対する考え.....	74
11. 高齢者施策全体について.....	75
(1) 高齢者がいきいきと暮らせる社会を築くために重要な施策・事業.....	75
III. 調査結果のまとめと課題	76
1. 回答者について.....	76
2. 回答者の世帯の状況.....	76
3. 回答者の介護・介助の状況.....	76
4. 回答者の生活機能の状況.....	76
5. 新型コロナウイルス感染症の影響.....	78
6. 地域活動への参加状況.....	78
7. 人や社会とのつながりの状況.....	78
8. 健康について.....	79
9. 運動や介護予防について.....	79
10. 認知症や成年後見制度について.....	80
11. 将来の理想とする生活.....	81
12. 高齢者施策全体について.....	81

I. 調査概要

1. 調査の目的

本調査は令和6年度から令和8年度までを計画期間とする「第9期箕面市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の策定の基礎資料とするために、現計画の進捗状況の把握及び分析、並びに高齢者の生活実態、介護保険サービスや本市が行う保健福祉サービスの利用状況及び今後の利用意向などの把握を行うことを目的とします。

2. 調査設計

(1) 調査対象

第1号被保険者調査として、市内在住で要介護認定を受けていない65歳以上のかたから、令和5年1月1日現在の住民基本台帳から無作為抽出した700人。

調査の種類	配布数	有効回答数	有効回収率
① 65歳以上の市民 (要支援・要介護認定者を除く)	500件	388件	77.6%
②市内の要支援認定者	100件	77件	77.0%
③市内の総合事業利用者	100件	73件	73.0%

(2) 調査期間

令和5年1月12日(木)～2月8日(水)

(3) 調査方法

郵送による配布及び回収

3. 報告書の見かた

- ① 回答は、各質問の回答者数(n)を基数とした百分率(%)で示し、小数点以下第2位を四捨五入しました。
(比率の合計が100.0%にならない場合があります。)
- ② 本報告書のタイトルや分析文における自立、要支援、総合事業対象者は、以下のとおりです。

自立	第1号被保険者調査の未認定者抜粋
要支援	第1号被保険者調査の要支援認定者抜粋
総合事業対象者	第1号被保険者調査の総合事業対象者抜粋

- ③ クロス集計では、母数が少ない項目に関しては、分析文を省略しています。

II. 調査結果

1. 回答者について

(1) 調査票記入者

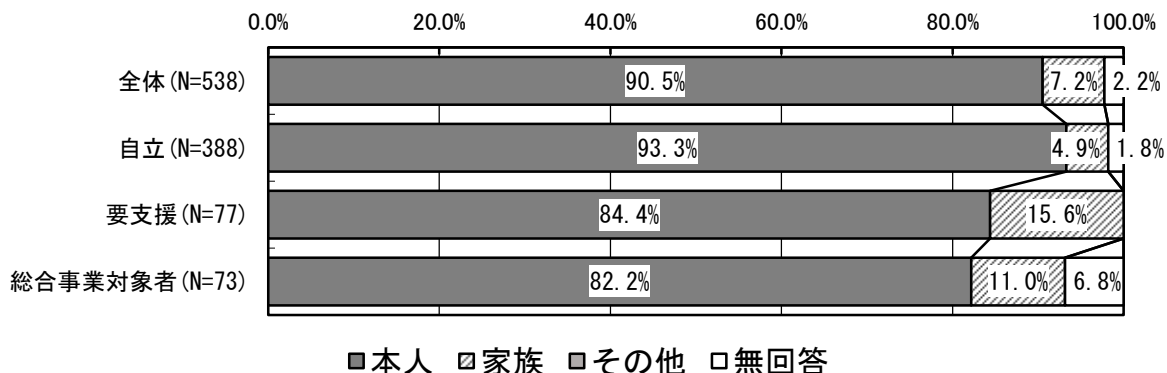
問1 (1) この調査に回答されるかたはどなたですか (○は1つ)

自立では、「本人」93.3%が最も多く、次いで「家族」4.9%となっています。

要支援では、「本人」84.4%が最も多く、次いで「家族」15.6%となっています。

総合事業対象者では、「本人」82.2%が最も多く、次いで「家族」11.0%となっています。

【図 1-1 調査票記入者】



(2) 性別

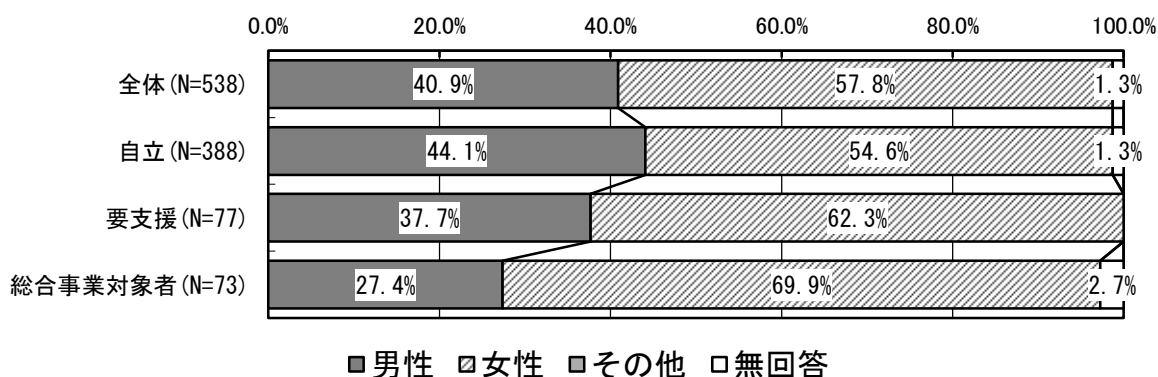
問2 (1) あなたの性別を教えてください (○は1つ)

自立では、「女性」54.6%が最も多く、次いで「男性」44.1%となっています。

要支援では、「女性」62.3%が最も多く、次いで「男性」37.7%となっています。

総合事業対象者では、「女性」69.9%が最も多く、次いで「男性」27.4%となっています。

【図 1-2 性別】

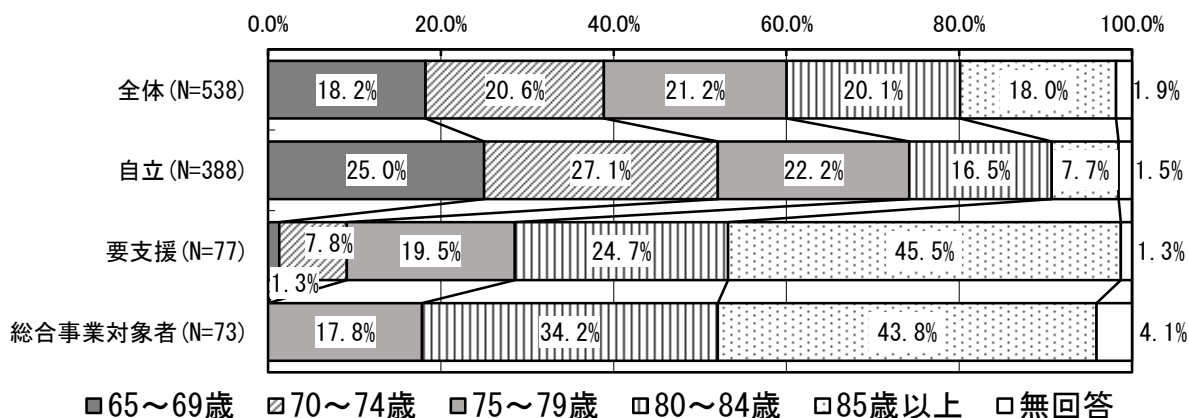


(3) 年齢

問2(2) あなたは、令和4年(2022年)12月1日現在で何歳ですか。数字で記入してください

自立では、「70～74歳」27.1%が最も多く、次いで「65～69歳」25.0%、「75～79歳」22.2%となっています。
 要支援では、「85歳以上」45.5%が最も多く、次いで「80～84歳」24.7%、「75～79歳」19.5%となっています。
 総合事業対象者では、「85歳以上」43.8%が最も多く、次いで「80～84歳」34.2%、「75～79歳」17.8%となっています。

【図1-3 年齢】



(4) 居住小学校区

問2(3) あなたのお住まいの小学校区はどこですか (○は1つ)

自立では、「西南小学校区」12.1%が最も多く、次いで「東小学校区」10.1%、「萱野東小学校区」8.5%となっています。

要支援では、「東小学校区」14.3%が最も多く、次いで「箕面小学校区」、「萱野小学校区」、「北小学校区」が同数11.7%となっています。

総合事業対象者では、「箕面小学校区」、「東小学校区」がともに13.7%で多く、次いで「西小学校区」11.0%となっています。

【図1-4 居住小学校区】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
箕面小学校区	51	9.5%	32	8.2%	9	11.7%	10	13.7%
萱野小学校区	43	8.0%	28	7.2%	9	11.7%	6	8.2%
北小学校区	39	7.2%	23	5.9%	9	11.7%	7	9.6%
南小学校区	40	7.4%	30	7.7%	5	6.5%	5	6.8%
西小学校区	44	8.2%	31	8.0%	5	6.5%	8	11.0%
東小学校区	60	11.2%	39	10.1%	11	14.3%	10	13.7%
西南小学校区	57	10.6%	47	12.1%	6	7.8%	4	5.5%
萱野東小学校区	40	7.4%	33	8.5%	4	5.2%	3	4.1%
豊川北小学校区	36	6.7%	32	8.2%	2	2.6%	2	2.7%
中小学校区	27	5.0%	16	4.1%	4	5.2%	7	9.6%
豊川南小学校区	38	7.1%	29	7.5%	5	6.5%	4	5.5%
萱野北小学校区	30	5.6%	23	5.9%	3	3.9%	4	5.5%
止々呂美小学校区	6	1.1%	5	1.3%	1	1.3%	0	0.0%
彩都の丘小学校区	4	0.7%	4	1.0%	0	0.0%	0	0.0%
無回答	23	4.3%	16	4.1%	4	5.2%	3	4.1%
合計	538	100.0%	388	100.0%	77	100.0%	73	100.0%

(5) 要支援認定状況

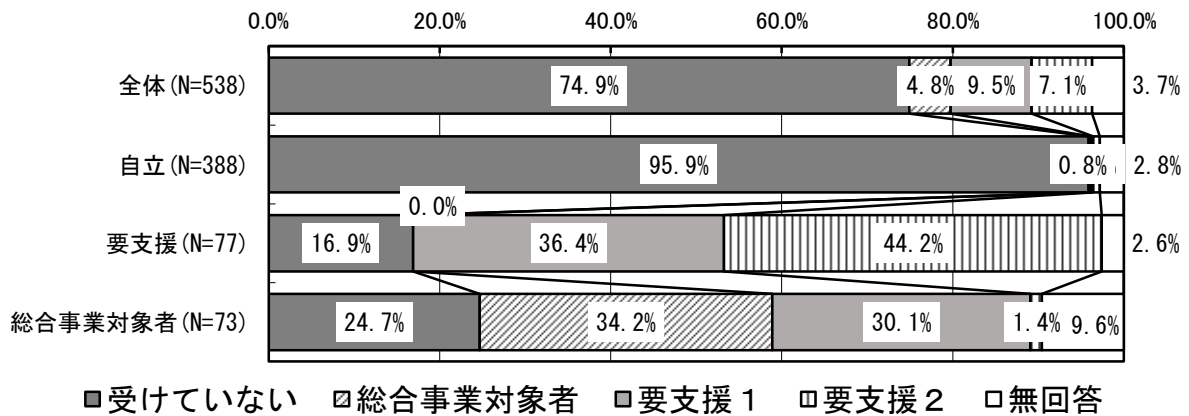
問2 (4) あなたは要支援認定を受けていますか。または総合事業の対象者ですか (○は1つ)

自立では、「受けていない」が95.9%を占めています。

要支援では、「要支援2」44.2%が最も多く、次いで「要支援1」36.4%、「受けていない」16.9%となっています。

総合事業対象者では、「総合事業対象者」34.2%が最も多く、次いで「要支援1」30.1%、「受けていない」24.7%となっています。

【図 1-5 要支援認定状況】



(6) 家族構成

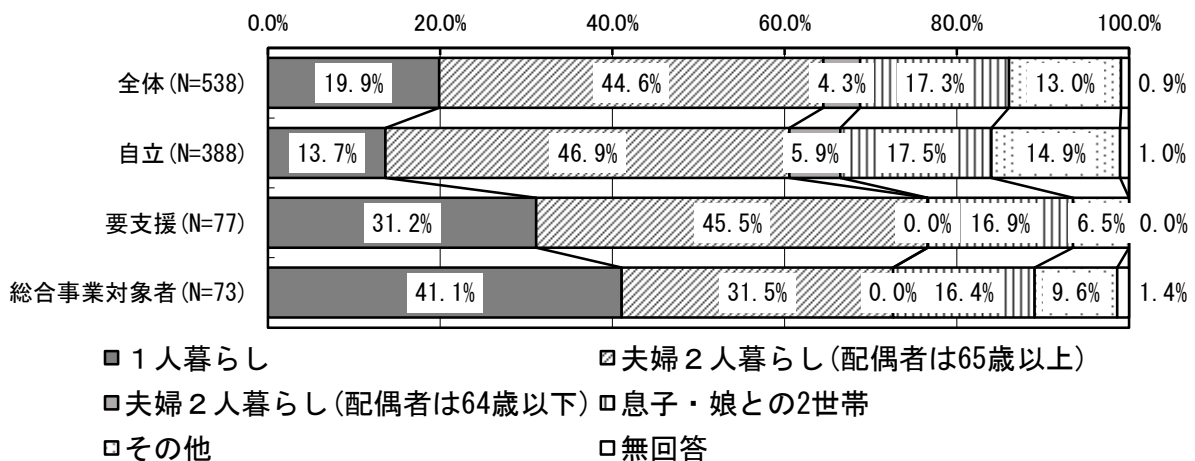
問3 (1) 家族構成を教えてください (○は1つ)

自立では、「夫婦2人暮らし(配偶者は65歳以上)」46.9%が最も多く、次いで「息子・娘との2世帯」17.5%、「その他」14.9%となっています。

要支援では、「夫婦2人暮らし(配偶者は65歳以上)」45.5%が最も多く、次いで「1人暮らし」31.2%、「息子・娘との2世帯」16.9%となっています。

総合事業対象者では、「1人暮らし」41.1%が最も多く、次いで「夫婦2人暮らし(配偶者は65歳以上)」31.5%、「息子・娘との2世帯」16.4%となっています。

【図 1-6 家族構成】



(7) 日中の過ごしかた

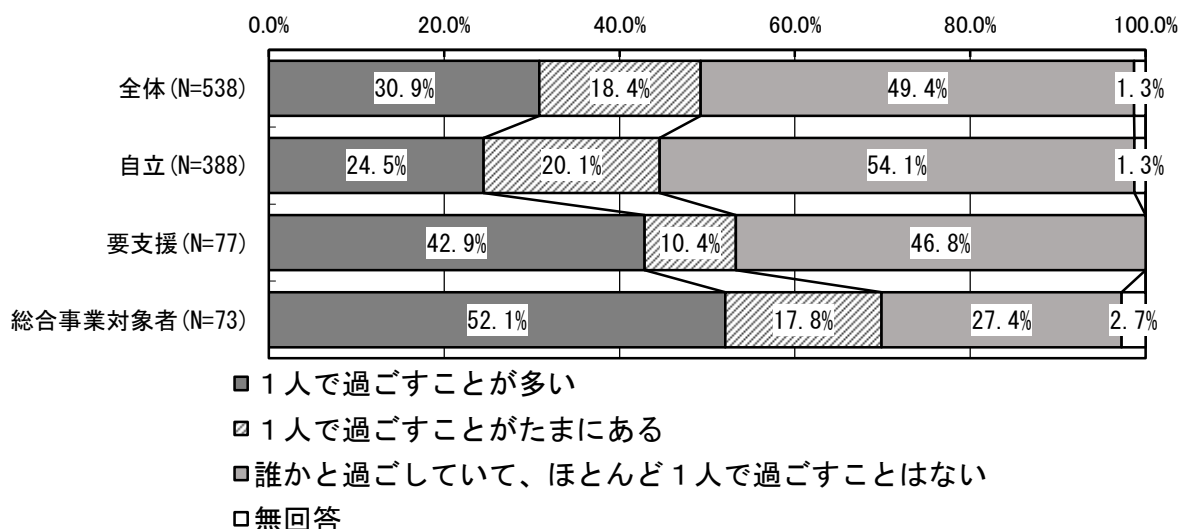
問3 (2) あなたは日中、どのように過ごしていますか (○は1つ)

自立では、「誰かと過ごしていて、ほとんど1人で過ごすことはない」54.1%が最も多く、次いで「1人で過ごすことが多い」24.5%、「1人で過ごすことがたまにある」20.1%となっています。

要支援では、「誰かと過ごしていて、ほとんど1人で過ごすことはない」46.8%が最も多く、次いで「1人で過ごすことが多い」42.9%、「1人で過ごすことがたまにある」10.4%となっています。

総合事業対象者では、「1人で過ごすことが多い」52.1%が最も多く、次いで「誰かと過ごしていて、ほとんど1人で過ごすことはない」27.4%、「1人で過ごすことがたまにある」17.8%となっています。

【図 1-7 日中の過ごしかた】



(8) 介護・介助の必要性

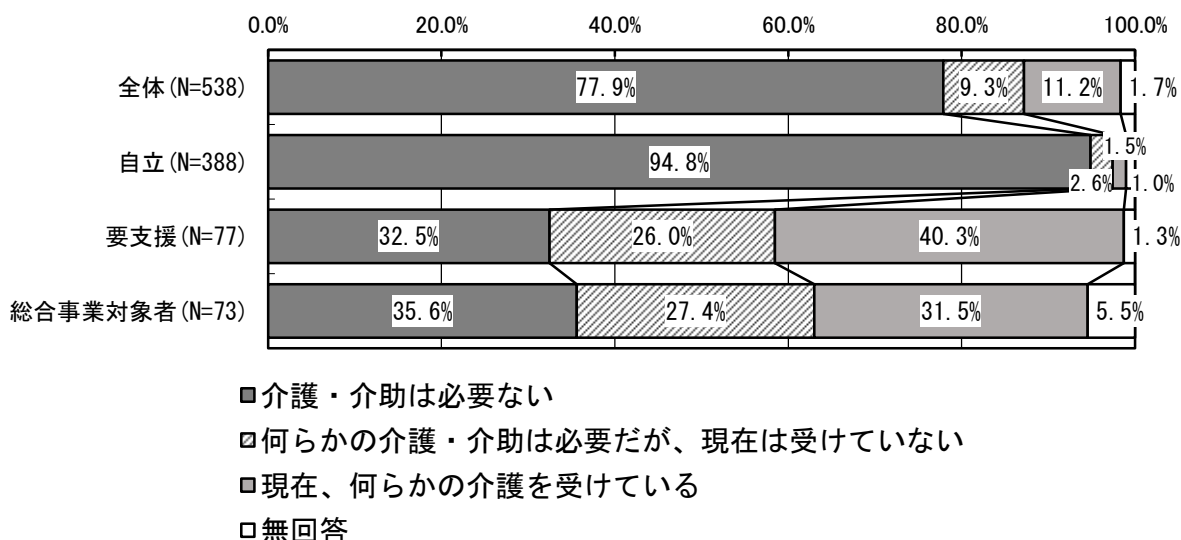
問3 (3) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか (○は1つ)

自立では、「介護・介助は必要ない」が94.8%を占めています。

要支援では、「現在、何らかの介護を受けている」40.3%が最も多く、次いで「介護・介助は必要ない」32.5%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」26.0%となっています。

総合事業対象者では、「介護・介助は必要ない」35.6%が最も多く、次いで「現在、何らかの介護を受けている」31.5%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」27.4%となっています。

【図 1-8 介護・介助の必要性】



(9) 介護・介助が必要になった原因

【問3(3)において「1. 介護・介助は必要ない」以外のかたのみ】

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）

自立では、「その他」が4件 25.0%で最も多く、「脳卒中（脳出血・脳梗塞など）」、「がん（悪性新生物）」、「呼吸器の病気（肺気腫・肺炎など）」、「手足や背骨の関節の病気（リウマチや背骨の変形など）」、「認知症（アルツハイマー病など）」、「視覚・聴覚障害」、「高齢による衰弱」では2件 12.5%となっています。

要支援では、「骨折・転倒」27.5%が最も多く、次いで「心臓病」23.5%、「高齢による衰弱」13.7%となっています。

総合事業対象者では、「糖尿病」、「視覚・聴覚障害」、「高齢による衰弱」がいずれも 18.6%で多く、次いで「心臓病」14.0%となっています。

【図1-9 介護・介助が必要になった主な原因】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
脳卒中（脳出血・脳梗塞など）	8	7.3%	2	12.5%	4	7.8%	2	4.7%
心臓病	18	16.4%	0	0.0%	12	23.5%	6	14.0%
がん（悪性新生物）	6	5.5%	2	12.5%	3	5.9%	1	2.3%
呼吸器の病気（肺気腫・肺炎など）	7	6.4%	2	12.5%	3	5.9%	2	4.7%
手足や背骨の関節の病気（リウマチや背骨の変形など）	10	9.1%	2	12.5%	5	9.8%	3	7.0%
認知症（アルツハイマー病など）	4	3.6%	2	12.5%	1	2.0%	1	2.3%
パーキンソン病	1	0.9%	0	0.0%	1	2.0%	0	0.0%
糖尿病	12	10.9%	0	0.0%	4	7.8%	8	18.6%
腎疾患（透析）	2	1.8%	0	0.0%	2	3.9%	0	0.0%
視覚・聴覚障害	11	10.0%	2	12.5%	1	2.0%	8	18.6%
骨折・転倒	19	17.3%	1	6.3%	14	27.5%	4	9.3%
脊椎損傷	9	8.2%	0	0.0%	6	11.8%	3	7.0%
高齢による衰弱	17	15.5%	2	12.5%	7	13.7%	8	18.6%
その他	12	10.9%	4	25.0%	3	5.9%	5	11.6%
不明	6	5.5%	1	6.3%	3	5.9%	2	4.7%
有効回答数	110	100.0%	16	100.0%	51	100.0%	43	100.0%

(10) 主な介護者・介助者

【問3(3)において「3. 現在、何らかの介護を受けている」のかたのみ】

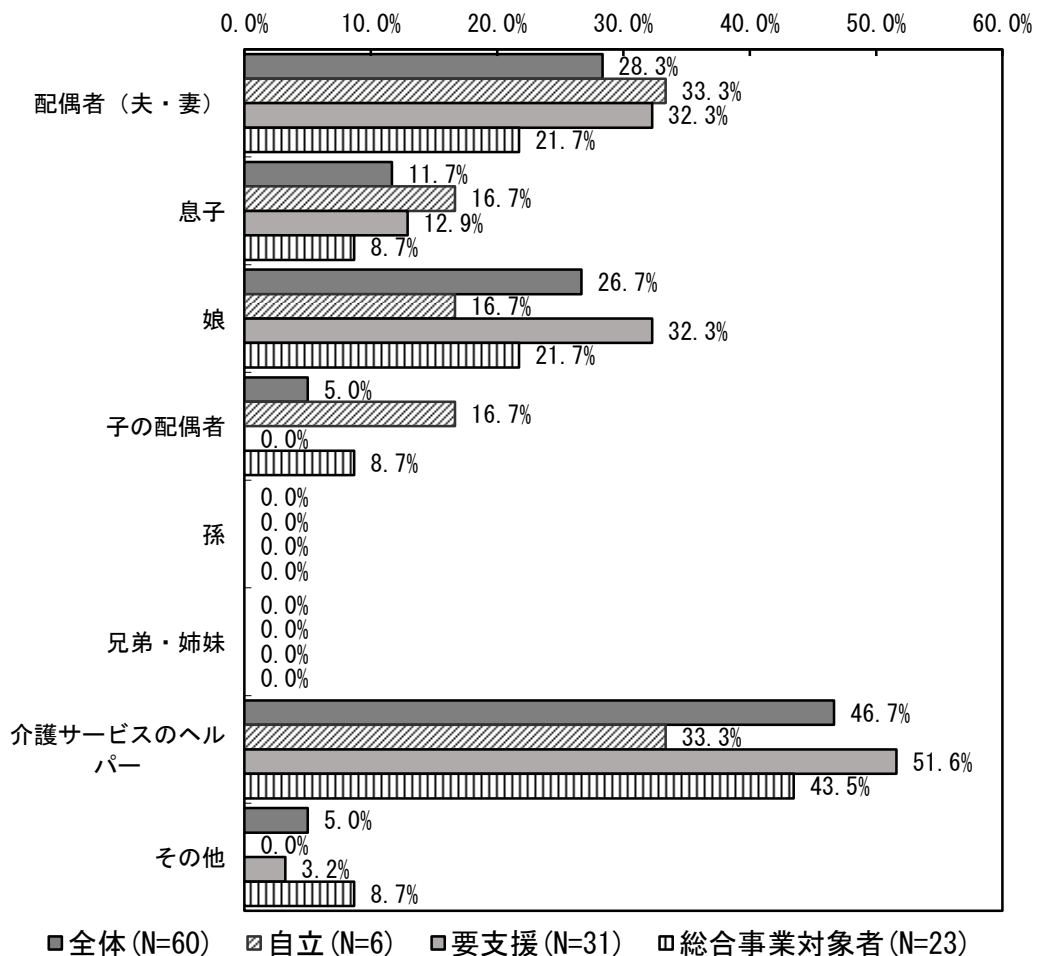
②主にどなたの介護、介助を受けていますか（○はいくつでも）

自立では、「配偶者（夫・妻）」、「介護サービスのヘルパー」がともに33.3%で多くなっています。

要支援では、「介護サービスのヘルパー」51.6%が最も多く、次いで「配偶者（夫・妻）」、「娘」いずれも32.3%となっています。

総合事業対象者では、「介護サービスのヘルパー」43.5%が最も多く、次いで「配偶者（夫・妻）」、「娘」いずれも21.7%となっています。

【図 1-10 主な介護者・介助者】



(11) 経済状況

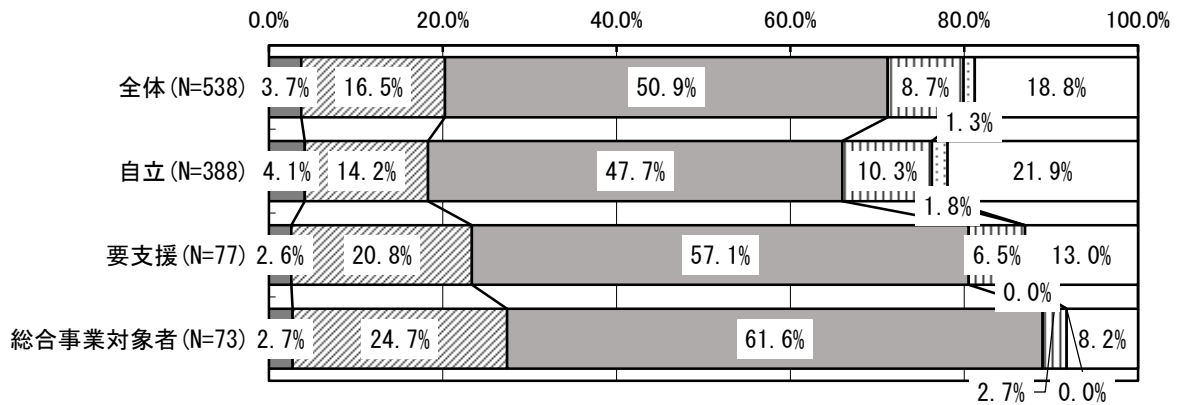
問3 (4) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか (○は1つ)

自立では、「ふつう」47.7%が最も多く、次いで「やや苦しい」14.2%、「ややゆとりがある」10.3%となっています。

要支援では、「ふつう」57.1%が最も多く、次いで「やや苦しい」20.8%、「ややゆとりがある」6.5%となっています。

総合事業対象者では、「ふつう」61.6%が最も多く、次いで「やや苦しい」24.7%、「大変苦しい」、「ややゆとりがある」いずれも2.7%となっています。

【図 1-11 経済状況】



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

2. からだを動かすことについて

(1) 運動器の機能低下リスク

介護予防・日常生活支援総合事業の対象者選定のための基本チェックリスト^{※1}では、下の5つの設問に対する回答から、高齢者の運動機能に関してリスク判定をしています。

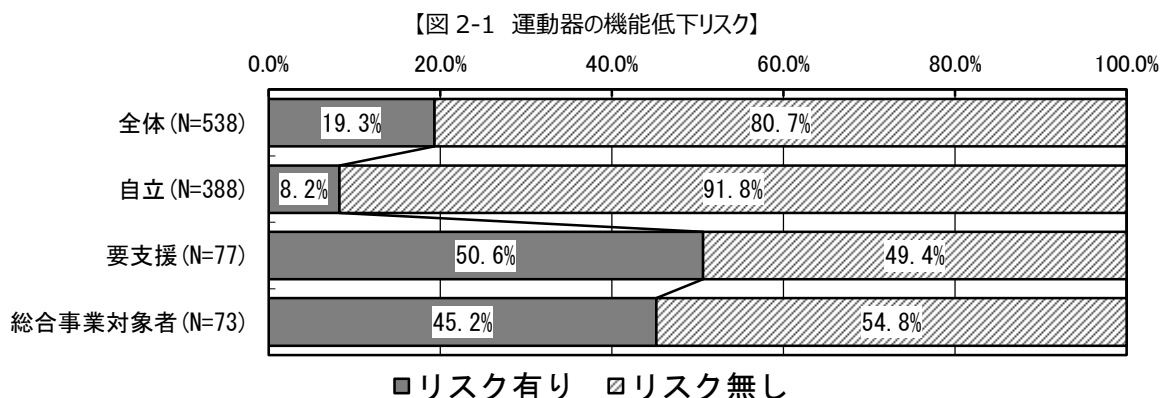
具体的には、今回の第1号被保険者調査の調査票に含まれる以下の設問5問中3問以上に該当した場合に運動器の機能低下の「リスクあり」に該当します。

※ 1 基本チェックリストは、65歳以上の要支援・要介護認定を受けていないかたを対象にした、介護予防の必要性をチェックするための質問票のことです。介護の原因となりやすい生活機能低下の危険性がないかどうかという視点で、運動、栄養、口腔、物忘れ、うつ病、閉じこもり等の全25項目について、「はい」、「いいえ」等で記入します。

表 運動器に関する設問（基本チェックリスト）

問番号	設問	該当する選択肢
問4(1)	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	「できない」
問4(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	「できない」
問4(3)	15分位続けて歩いていますか	「できない」
問4(4)	過去1年間に転んだ経験がありますか	「何度もある」「一度ある」
問4(5)	転倒に対する不安は大きいですか	「とても不安である」「やや不安である」

運動器の機能低下についてみると「リスクあり」が、自立では8.2%、要支援では50.6%、総合事業対象者では45.2%、となっています。



運動器の機能低下についてみると、性別では、女性のほうが「リスクあり」が多く、年代では高くなるほど「リスクあり」が多い。居住小学校区別では、箕面小学校区、萱野小学校区が、他に比べて多くなっています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

【図 2-1-1 性別・年齢別・居住小学校区別 運動器の機能低下リスク（全体）】

	リスクあり	リスクなし	合計
男性	32 14.5%	188 85.5%	220 100.0%
女性	71 22.8%	240 77.2%	311 100.0%
無回答	1 14.3%	6 85.7%	7 100.0%
合計	104 19.3%	434 80.7%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	合計
65～69歳	3 3.1%	95 96.9%	98 100.0%
70～74歳	10 9.0%	101 91.0%	111 100.0%
75～79歳	21 18.4%	93 81.6%	114 100.0%
80～84歳	23 21.3%	85 78.7%	108 100.0%
85歳以上	46 47.4%	51 52.6%	97 100.0%
無回答	1 10.0%	9 90.0%	10 100.0%
合計	104 19.3%	434 80.7%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	合計
箕面小学校区	17 33.3%	34 66.7%	51 100.0%
萱野小学校区	13 30.2%	30 69.8%	43 100.0%
北小学校区	6 15.4%	33 84.6%	39 100.0%
南小学校区	5 12.5%	35 87.5%	40 100.0%
西小学校区	8 18.2%	36 81.8%	44 100.0%
東小学校区	15 25.0%	45 75.0%	60 100.0%
西南小学校区	9 15.8%	48 84.2%	57 100.0%
萱野東小学校区	8 20.0%	32 80.0%	40 100.0%
豊川北小学校区	5 13.9%	31 86.1%	36 100.0%
中小学校区	4 14.8%	23 85.2%	27 100.0%
豊川南小学校区	4 10.5%	34 89.5%	38 100.0%
萱野北小学校区	4 13.3%	26 86.7%	30 100.0%
止々呂美小学校区	0 0.0%	6 100.0%	6 100.0%
彩都の丘小学校区	0 0.0%	4 100.0%	4 100.0%
無回答	6 26.1%	17 73.9%	23 100.0%
合計	104 19.3%	434 80.7%	538 100.0%

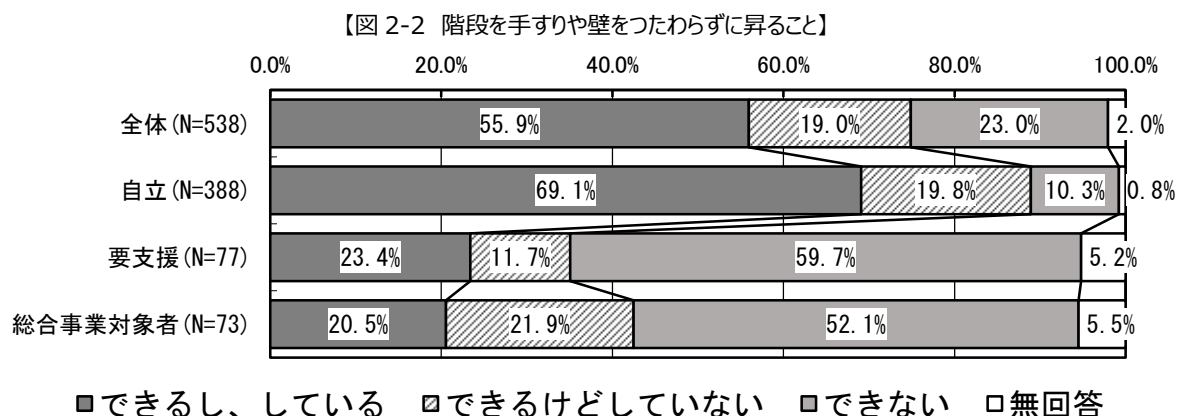
(2) 階段を手すりや壁をつたわずに昇ること

問 4 (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)

自立では、「できるし、している」69.1%が最も多く、次いで「できるけどしていない」19.8%、「できない」10.3%となっています。

要支援では、「できない」59.7%が最も多く、次いで「できるし、している」23.4%、「できるけどしていない」11.7%となっています。

総合事業対象者では、「できない」52.1%が最も多く、次いで「できるけどしていない」21.9%、「できるし、している」20.5%となっています。



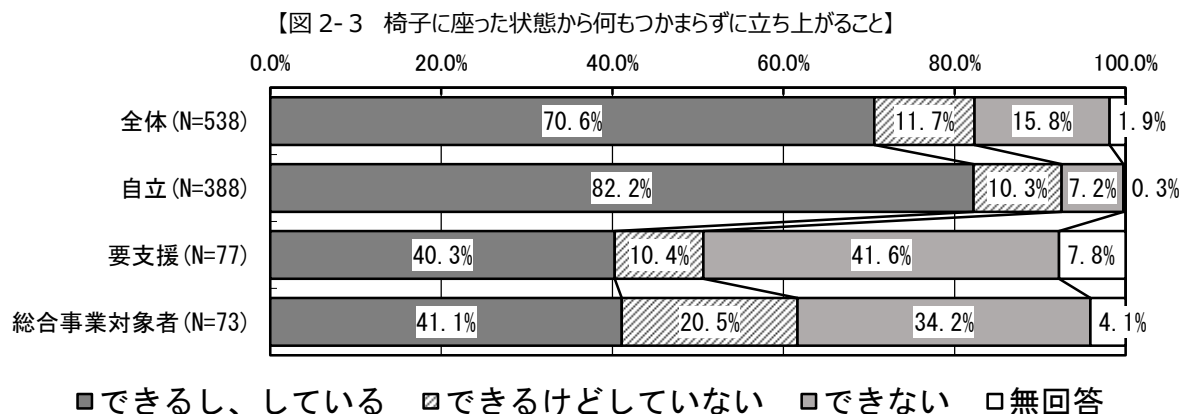
(3) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がること

問 4 (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)

自立では、「できるし、している」82.2%が最も多く、次いで「できるけどしていない」10.3%、「できない」7.2%となっています。

要支援では、「できない」41.6%が最も多く、次いで「できるし、している」40.3%、「できるけどしていない」10.4%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」41.1%が最も多く、次いで「できない」34.2%、「できるけどしていない」20.5%となっています。



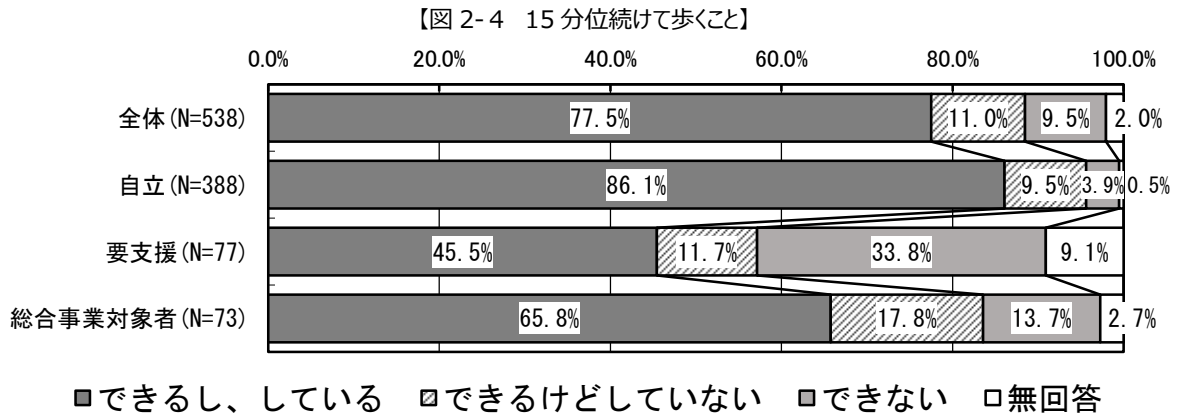
(4) 15分位続けて歩くこと

問4(3) 15分位続けて歩いていますか (○は1つ)

自立では、「できるし、している」86.1%が最も多く、次いで「できるけどしていない」9.5%、「できない」3.9%となっています。

要支援では、「できるし、している」45.5%が最も多く、次いで「できない」33.8%、「できるけどしていない」11.7%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」65.8%が最も多く、次いで「できるけどしていない」17.8%、「できない」13.7%となっています。



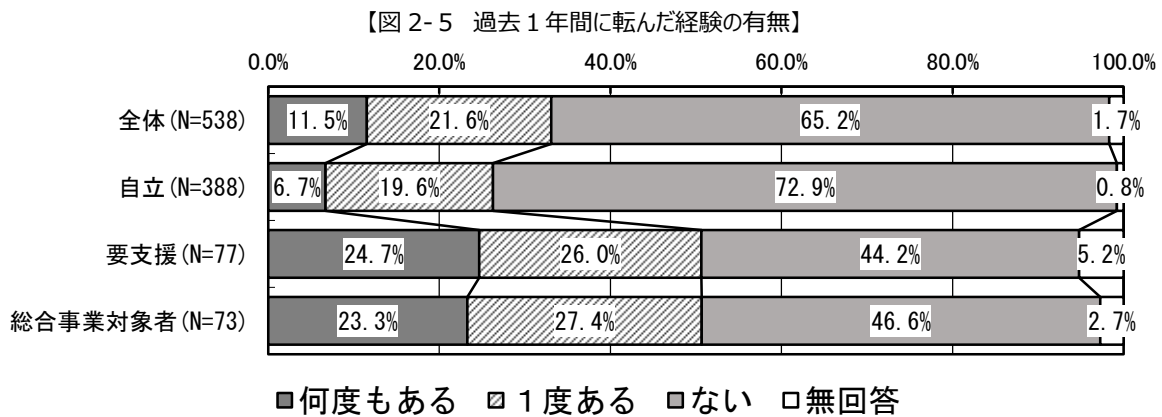
(5) 過去1年間に転んだ経験の有無

問4(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか (○は1つ)

自立では、「ない」72.9%が最も多く、次いで「1度ある」19.6%、「何度もある」6.7%となっています。

要支援では、「ない」44.2%が最も多く、次いで「1度ある」26.0%、「何度もある」24.7%となっています。

総合事業対象者では、「ない」46.6%が最も多く、次いで「1度ある」27.4%、「何度もある」23.3%となっています。



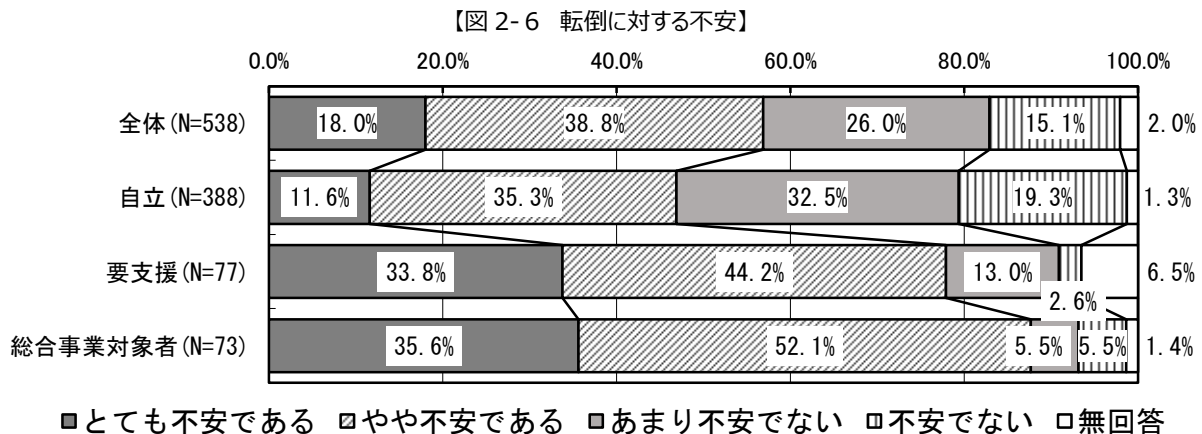
(6) 転倒に対する不安

問 4 (5) 転倒に対する不安は大きいですか (○は 1 つ)

自立では、「やや不安である」35.3%が最も多く、次いで「あまり不安でない」32.5%、「不安でない」19.3%となっています。

要支援では、「やや不安である」44.2%が最も多く、次いで「とても不安である」33.8%、「あまり不安でない」13.0%となっています。

総合事業対象者では、「やや不安である」52.1%が最も多く、次いで「とても不安である」35.6%、「あまり不安でない」、「不安でない」いずれも 5.5%となっています。



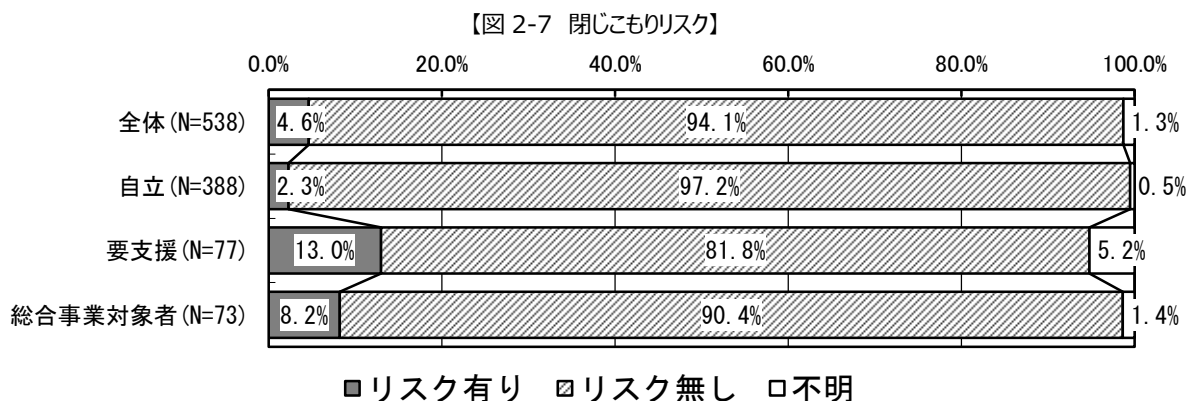
(7) 閉じこもりリスク

基本チェックリストでは、第 1 号被保険者調査の調査票に含まれる以下の設問 2 問中 2 問とも該当した場合に閉じこもりの「リスクあり」に該当します。

表 閉じこもりに関する設問 (基本チェックリスト)

問番号	設問	該当する選択肢
問 4 (6)	週に 1 回以上は外出していますか	「ほとんど外出しない」
問 4 (7)	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	「とても減っている」「減っている」

閉じこもりについてみると「リスクあり」が、自立では 2.3%、要支援では 13.0%、総合事業対象者では 8.2%、となっています。



閉じこもりについてみると、性別では、女性のほうが「リスクあり」が多くなっています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

【図 2-7-1 性別・年代別・居住小学校区別 閉じこもりリスク（全体）】

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
男性	8 3.6%	208 94.5%	4 1.8%	220 100.0%
女性	17 5.5%	292 93.9%	2 0.6%	311 100.0%
無回答	0 0.0%	6 85.7%	1 14.3%	7 100.0%
合計	25 4.6%	506 94.1%	7 1.3%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
65～69歳	0 0.0%	98 100.0%	0 0.0%	98 100.0%
70～74歳	5 4.5%	104 93.7%	2 1.8%	111 100.0%
75～79歳	5 4.4%	108 94.7%	1 0.9%	114 100.0%
80～84歳	3 2.8%	104 96.3%	1 0.9%	108 100.0%
85歳以上	12 12.4%	83 85.6%	2 2.1%	97 100.0%
無回答	0 0.0%	9 90.0%	1 10.0%	10 100.0%
合計	25 4.6%	506 94.1%	7 1.3%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
箕面小学校区	1 2.0%	50 98.0%	0 0.0%	51 100.0%
萱野小学校区	4 9.3%	39 90.7%	0 0.0%	43 100.0%
北小学校区	1 2.6%	38 97.4%	0 0.0%	39 100.0%
南小学校区	2 5.0%	38 95.0%	0 0.0%	40 100.0%
西小学校区	4 9.1%	39 88.6%	1 2.3%	44 100.0%
東小学校区	4 6.7%	56 93.3%	0 0.0%	60 100.0%
西南小学校区	3 5.3%	54 94.7%	0 0.0%	57 100.0%
萱野東小学校区	3 7.5%	35 87.5%	2 5.0%	40 100.0%
豊川北小学校区	1 2.8%	34 94.4%	1 2.8%	36 100.0%
中小学校区	0 0.0%	27 100.0%	0 0.0%	27 100.0%
豊川南小学校区	2 5.3%	36 94.7%	0 0.0%	38 100.0%
萱野北小学校区	0 0.0%	30 100.0%	0 0.0%	30 100.0%
止々呂美小学校区	0 0.0%	5 83.3%	1 16.7%	6 100.0%
彩都の丘小学校区	0 0.0%	4 100.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	0 0.0%	21 91.3%	2 8.7%	23 100.0%
合計	25 4.6%	506 94.1%	7 1.3%	538 100.0%

(8) 外出頻度

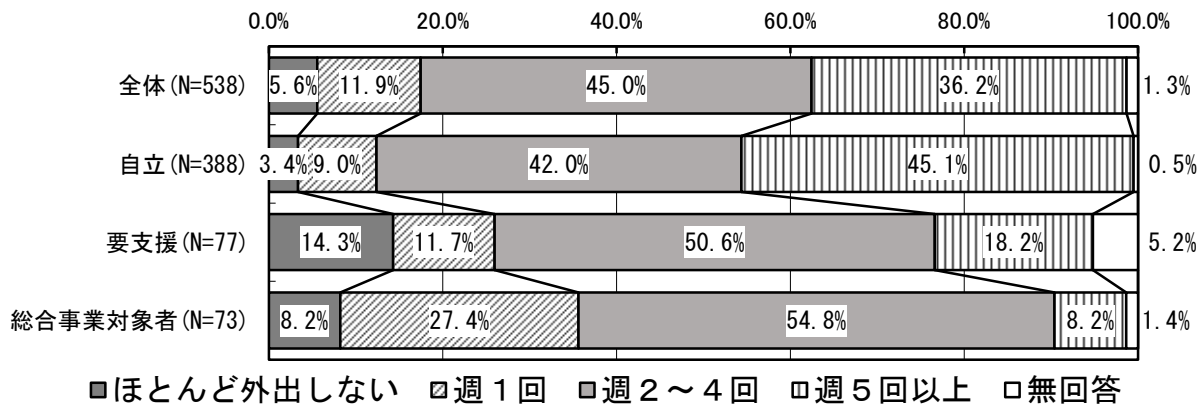
問4(6) 週に1回以上は外出していますか (○は1つ)

自立では、「週5回以上」45.1%が最も多く、次いで「週2～4回」42.0%、「週1回」9.0%となっています。

要支援では、「週2～4回」50.6%が最も多く、次いで「週5回以上」18.2%、「ほとんど外出しない」14.3%となっています。

総合事業対象者では、「週2～4回」54.8%が最も多く、次いで「週1回」27.4%、「ほとんど外出しない」と「週5回以上」が8.2%となっています。

【図2-8 外出頻度】



【図2-8-1 居住小学校区別 外出頻度 (全体)】

居住小学校区別にみると、「ほとんど外出しない」は、萱野小学校区、西小学校区で9%を超えています。「週1回」は、北小学校区では30%を超えています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

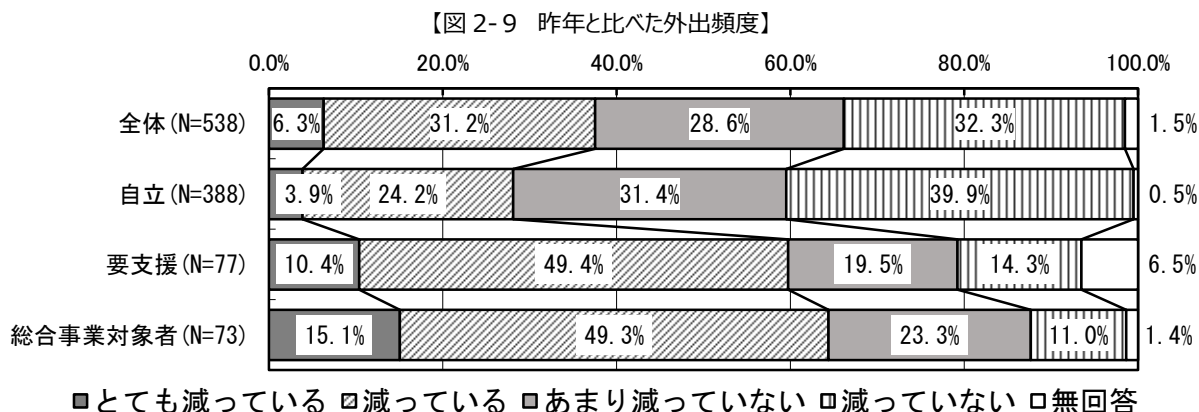
	ほとんど外出しない	週1回	週2～4回	週5回以上	無回答	合計
箕面小学校区	1	8	21	21	0	51
	2.0%	15.7%	41.2%	41.2%	0.0%	100.0%
萱野小学校区	4	3	21	15	0	43
	9.3%	7.0%	48.8%	34.9%	0.0%	100.0%
北小学校区	1	13	10	15	0	39
	2.6%	33.3%	25.6%	38.5%	0.0%	100.0%
南小学校区	2	4	18	16	0	40
	5.0%	10.0%	45.0%	40.0%	0.0%	100.0%
西小学校区	4	6	18	15	1	44
	9.1%	13.6%	40.9%	34.1%	2.3%	100.0%
東小学校区	5	7	29	19	0	60
	8.3%	11.7%	48.3%	31.7%	0.0%	100.0%
西南小学校区	3	5	33	16	0	57
	5.3%	8.8%	57.9%	28.1%	0.0%	100.0%
萱野東小学校区	3	3	18	14	2	40
	7.5%	7.5%	45.0%	35.0%	5.0%	100.0%
豊川北小学校区	1	2	13	19	1	36
	2.8%	5.6%	36.1%	52.8%	2.8%	100.0%
中小学校区	1	3	14	9	0	27
	3.7%	11.1%	51.9%	33.3%	0.0%	100.0%
豊川南小学校区	2	2	19	15	0	38
	5.3%	5.3%	50.0%	39.5%	0.0%	100.0%
萱野北小学校区	1	3	15	11	0	30
	3.3%	10.0%	50.0%	36.7%	0.0%	100.0%
止々呂美小学校区	1	0	2	2	1	6
	16.7%	0.0%	33.3%	33.3%	16.7%	100.0%
彩都の丘小学校区	0	1	1	2	0	4
	0.0%	25.0%	25.0%	50.0%	0.0%	100.0%
無回答	1	4	10	6	2	23
	4.3%	17.4%	43.5%	26.1%	8.7%	100.0%
合計	30	64	242	195	7	538
	5.6%	11.9%	45.0%	36.2%	1.3%	100.0%

(9) 昨年と比べた外出頻度

問4(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか (○は1つ)

自立では、「減っていない」39.9%が最も多く、次いで「あまり減っていない」31.4%、「減っている」24.2%となっています。
要支援では、「減っている」49.4%が最も多く、次いで「あまり減っていない」19.5%、「減っていない」14.3%となっ
ています。

総合事業対象者では、「減っている」49.3%が最も多く、次いで「あまり減っていない」23.3%、「とても減っている」
15.1%となっています。



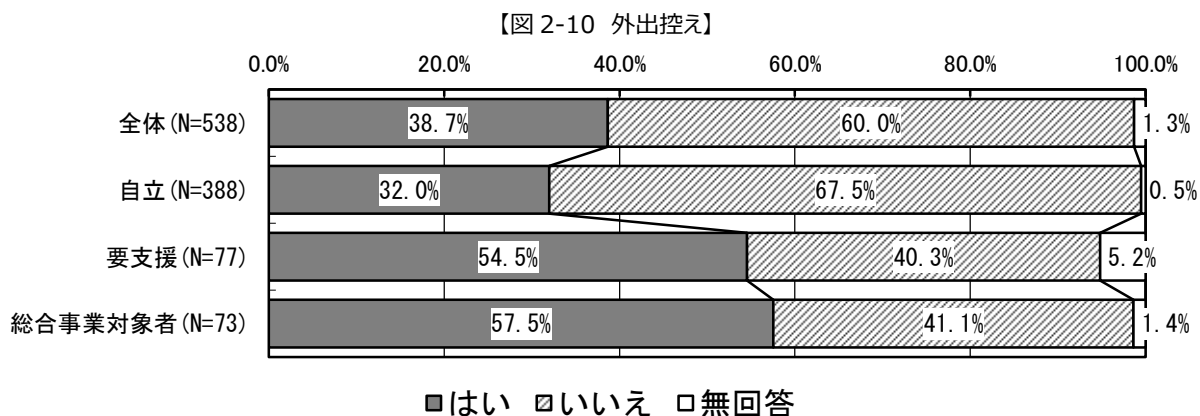
(10) 外出控え

問4(8) 外出を控えていますか (○は1つ)

自立では、「いいえ」67.5%が、「はい」32.0%より多くなっています。

要支援では、「はい」54.5%が、「いいえ」40.3%より多くなっています。

総合事業対象者では、「はい」57.5%が、「いいえ」41.1%より多くなっています。



(11) 外出を控えている理由

問4(8)で「1. はい」(外出を控えている)のかたのみ

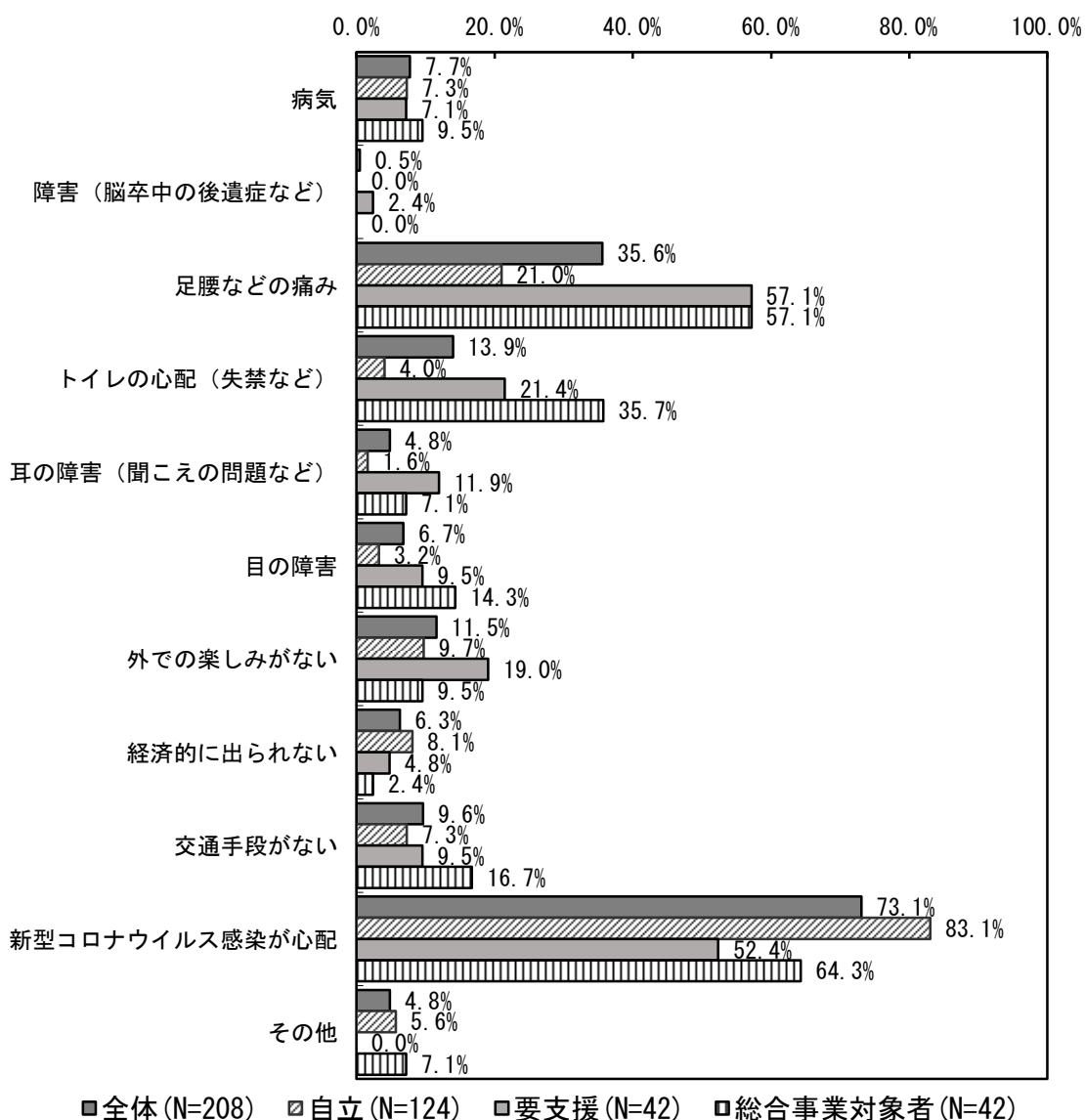
①外出を控えている理由は、次のどれですか(○はいくつでも)

自立では、「新型コロナウイルス感染が心配」83.1%が最も多く、次いで「足腰などの痛み」21.0%、「外での楽しみがない」9.7%となっています。

要支援では、「足腰などの痛み」57.1%が最も多く、次いで「新型コロナウイルス感染が心配」52.4%、「トイレの心配(失禁など)」21.4%となっています。

総合事業対象者では、「新型コロナウイルス感染が心配」64.3%が最も多く、次いで「足腰などの痛み」57.1%、「トイレの心配(失禁など)」35.7%となっています。

【図2-11 外出を控えている理由】



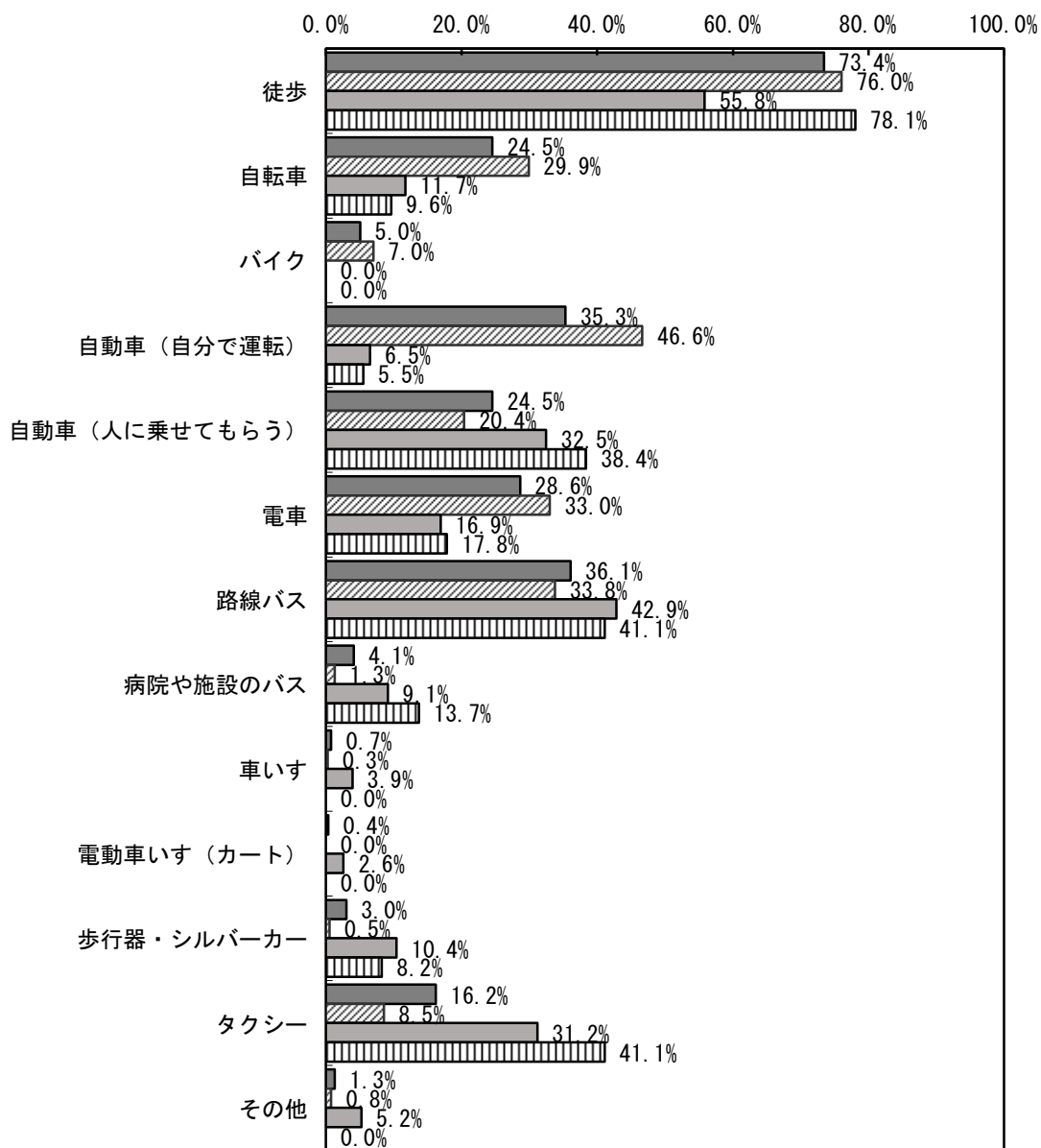
(12) 外出する際の移動手段

問4 (9) 外出する際の移動手段は何ですか (○はいくつでも)

自立では、「徒歩」76.0%が最も多く、次いで「自動車（自分で運転）」46.6%、「路線バス」33.8%となっています。
 要支援では、「徒歩」55.8%が最も多く、次いで「路線バス」42.9%、「自動車（人に乗せてもらう）」32.5%となっています。

総合事業対象者では、「徒歩」78.1%が最も多く、次いで「路線バス」、「タクシー」いずれも41.1%となっています。

【図 2-12 外出する際の移動手段】



■全体 (N=538) □自立 (N=388) □要支援 (N=77) □総合事業対象者 (N=73)

居住小学校区別にみると、豊川北小学校区を除く小学校区で「徒歩」が最も多くなっています。「自動車（自分で運転、人に乗せてもらう）」の合計は、全体では約60%となっていますが、南、西、東、萱野東、豊川北、豊川南、萱野北の各小学校区では、60%～80%と多くなっています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

【図 2-12-1 居住小学校区別 外出する際の移動手段（全体）】

	徒歩	自転車	バイク	自動車 (自分で 運転)	自動車 (人に乗 せてもら う)	電車	路線バス	病院や施 設のバス	車いす	電動車い す(カー ト)	歩行器・ シルバー カー	タクシー	その他	有効回答 数
箕面小学 校区	35 68.6%	19 37.3%	3 5.9%	16 31.4%	12 23.5%	17 33.3%	12 23.5%	1 2.0%	2 3.9%	0 0.0%	1 2.0%	9 17.6%	0 0.0%	51 100.0%
萱野小学 校区	32 74.4%	12 27.9%	0 0.0%	10 23.3%	9 20.9%	13 30.2%	20 46.5%	3 7.0%	0 0.0%	0 0.0%	2 4.7%	7 16.3%	1 2.3%	43 100.0%
北小学校 区	28 71.8%	4 10.3%	2 5.1%	13 33.3%	6 15.4%	12 30.8%	13 33.3%	4 10.3%	0 0.0%	0 0.0%	4 10.3%	9 23.1%	2 5.1%	39 100.0%
南小学校 区	34 85.0%	13 32.5%	4 10.0%	16 40.0%	11 27.5%	15 37.5%	8 20.0%	2 5.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.5%	3 7.5%	0 0.0%	40 100.0%
西小学校 区	37 84.1%	15 34.1%	2 4.5%	18 40.9%	10 22.7%	13 29.5%	11 25.0%	1 2.3%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.3%	7 15.9%	0 0.0%	44 100.0%
東小学校 区	43 71.7%	10 16.7%	4 6.7%	23 38.3%	20 33.3%	12 20.0%	31 51.7%	3 5.0%	1 1.7%	1 1.7%	3 5.0%	10 16.7%	1 1.7%	60 100.0%
西南小学 校区	44 77.2%	24 42.1%	1 1.8%	12 21.1%	10 17.5%	22 38.6%	14 24.6%	1 1.8%	1 1.8%	0 0.0%	1 1.8%	12 21.1%	0 0.0%	57 100.0%
萱野東小 校区	26 65.0%	8 20.0%	1 2.5%	15 37.5%	13 32.5%	10 25.0%	18 45.0%	1 2.5%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 15.0%	1 2.5%	40 100.0%
豊川北小 小学校区	21 58.3%	4 11.1%	5 13.9%	23 63.9%	5 13.9%	4 11.1%	11 30.6%	1 2.8%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 11.1%	0 0.0%	36 100.0%
中小学校 区	25 92.6%	10 37.0%	1 3.7%	7 25.9%	5 18.5%	8 29.6%	15 55.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 3.7%	4 14.8%	0 0.0%	27 100.0%
豊川南小 小学校区	30 78.9%	10 26.3%	1 2.6%	17 44.7%	13 34.2%	8 21.1%	16 42.1%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.6%	4 10.5%	0 0.0%	38 100.0%
萱野北小 小学校区	21 70.0%	2 6.7%	1 3.3%	11 36.7%	9 30.0%	11 36.7%	14 46.7%	2 6.7%	0 0.0%	1 3.3%	0 0.0%	5 16.7%	2 6.7%	30 100.0%
止々呂美 小学校区	2 33.3%	0 0.0%	1 16.7%	4 66.7%	2 33.3%	3 50.0%	1 16.7%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 100.0%
彩都の丘 小学校区	3 75.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 25.0%	0 0.0%	1 25.0%	1 25.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 25.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	14 60.9%	1 4.3%	1 4.3%	4 17.4%	7 30.4%	5 21.7%	9 39.1%	3 13.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 4.3%	6 26.1%	0 0.0%	23 100.0%
合計	395 73.4%	132 24.5%	27 5.0%	190 35.3%	132 24.5%	154 28.6%	194 36.1%	22 4.1%	4 0.7%	2 0.4%	16 3.0%	87 16.2%	7 1.3%	538 100.0%

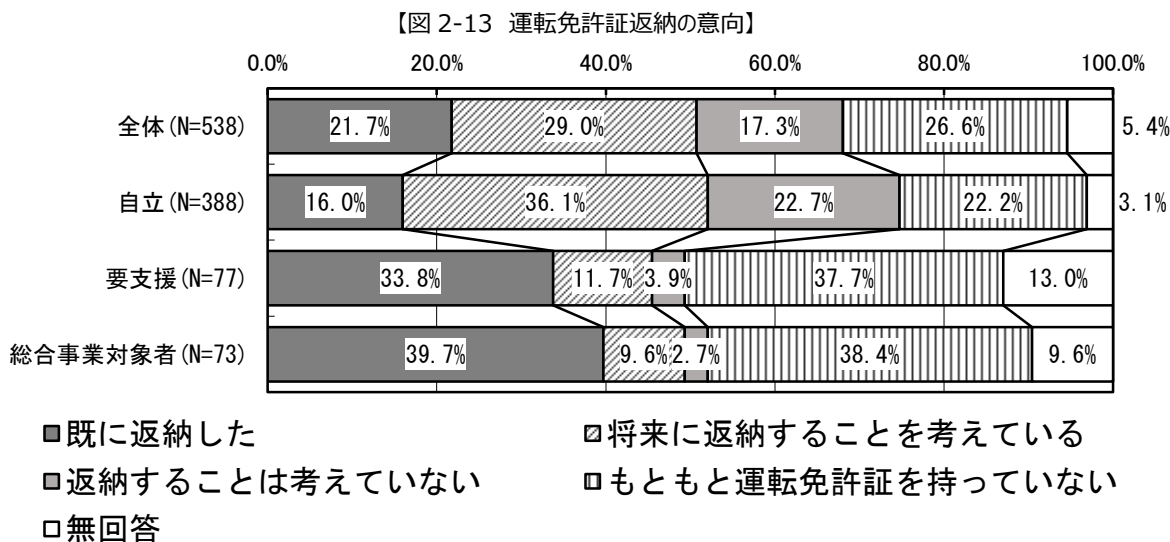
(13) 運転免許証返納の意向

問 4 (10) 運転免許証を返納する意向はありますか (○は1つ)

自立では、「将来に返納することを考えている」36.1%が最も多く、次いで「返納することは考えていない」22.7%、「もともと運転免許証を持っていない」22.2%となっています。

要支援では、「もともと運転免許証を持っていない」37.7%が最も多く、次いで「既に返納した」33.8%、「将来に返納することを考えている」11.7%となっています。

総合事業対象者では、「既に返納した」39.7%が最も多く、次いで「もともと運転免許証を持っていない」38.4%、「将来に返納することを考えている」9.6%となっています。



3. 食えることについて

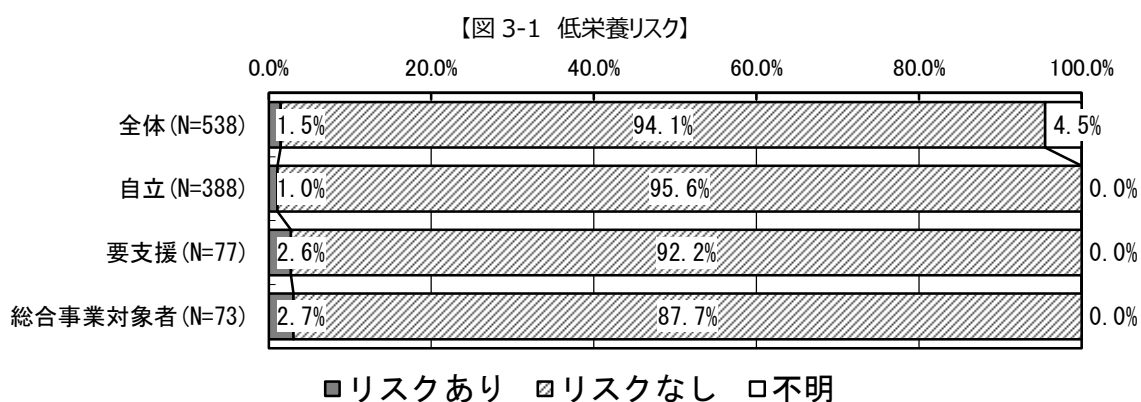
(1) 低栄養リスク

基本チェックリストでは、第1号被保険者調査の調査票に含まれる以下の設問2問中2問とも該当した場合に低栄養の「リスクあり」に該当します。

表 低栄養に関する設問（基本チェックリスト）

問番号	設問	該当する選択肢
問5(1)	身長・体重 BMI 値 = 体重 (kg) ÷ (身長 (m) × 身長 (m))	18.5 未満
問5(2)	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありました	「はい」

低栄養リスクについてみると「リスクあり」が、自立では1.0%、要支援では2.6%、総合事業対象者では2.7%、となっています。



低栄養リスクについて性別では、女性のほうが男性よりわずかに「リスクあり」が多く、年代では80歳以上が他の年代よりやや「リスクあり」が多くなっています。居住小学校区別では、中小学校区別7.4%が最も多く、次いで、萱野東小学校区5.0%、萱野北小学校区3.3%となっています。

【図3-1-1 性別・年代別・居住小学校区別 低栄養リスク（全体）】

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
男性	1 0.5%	212 96.4%	7 3.2%	220 100.0%
女性	7 2.3%	290 93.2%	14 4.5%	311 100.0%
無回答	0 0.0%	4 57.1%	3 42.9%	7 100.0%
合計	8 1.5%	506 94.1%	24 4.5%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
65～69歳	0 0.0%	96 98.0%	2 2.0%	98 100.0%
70～74歳	1 0.9%	107 96.4%	3 2.7%	111 100.0%
75～79歳	1 0.9%	112 98.2%	1 0.9%	114 100.0%
80～84歳	4 3.7%	96 88.9%	8 7.4%	108 100.0%
85歳以上	2 2.1%	89 91.8%	6 6.2%	97 100.0%
無回答	0 0.0%	6 60.0%	4 40.0%	10 100.0%
合計	8 1.5%	506 94.1%	24 4.5%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
箕面小学校区	0 0.0%	49 96.1%	2 3.9%	51 100.0%
萱野小学校区	1 2.3%	39 90.7%	3 7.0%	43 100.0%
北小学校区	1 2.6%	37 94.9%	1 2.6%	39 100.0%
南小学校区	0 0.0%	36 90.0%	4 10.0%	40 100.0%
西小学校区	0 0.0%	41 93.2%	3 6.8%	44 100.0%
東小学校区	0 0.0%	59 98.3%	1 1.7%	60 100.0%
西南小学校区	0 0.0%	53 93.0%	4 7.0%	57 100.0%
萱野東小学校区	2 5.0%	38 95.0%	0 0.0%	40 100.0%
豊川北小学校区	0 0.0%	34 94.4%	2 5.6%	36 100.0%
中小学校区	2 7.4%	25 92.6%	0 0.0%	27 100.0%
豊川南小学校区	1 2.6%	37 97.4%	0 0.0%	38 100.0%
萱野北小学校区	1 3.3%	26 86.7%	3 10.0%	30 100.0%
止々呂美小学校区	0 0.0%	6 100.0%	0 0.0%	6 100.0%
彩都の丘小学校区	0 0.0%	4 100.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	0 0.0%	22 95.7%	1 4.3%	23 100.0%
合計	8 1.5%	506 94.1%	24 4.5%	538 100.0%

(2) BMI

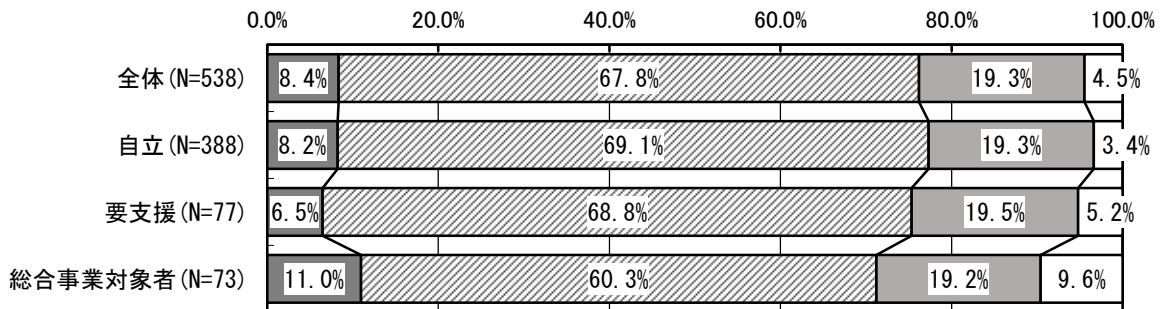
問5 (1) 身長・体重 (数字で記入してください)

自立では、「18.5～25未満 (標準)」69.1%が最も多く、次いで「25以上 (肥満)」19.3%、「18.5未満 (やせ)」8.2%となっています。

要支援では、「18.5～25未満 (標準)」68.8%が最も多く、次いで「25以上 (肥満)」19.5%、「18.5未満 (やせ)」6.5%となっています。

総合事業対象者では、「18.5～25未満 (標準)」60.3%が最も多く、次いで「25以上 (肥満)」19.2%、「18.5未満 (やせ)」11.0%となっています。

【図3-2 BMI】



■18.5未満 (やせ) □18.5～25未満 (標準) □25以上 (肥満) □無回答

* BMI = 体重 (kg) ÷ (身長 (m) × 身長 (m))

18.5未満 = 「低体重 (やせ)」、18.5～25.0未満 = 「標準体重」、25.0以上 = 「肥満」

(3) 固いものが食べにくくなったこと

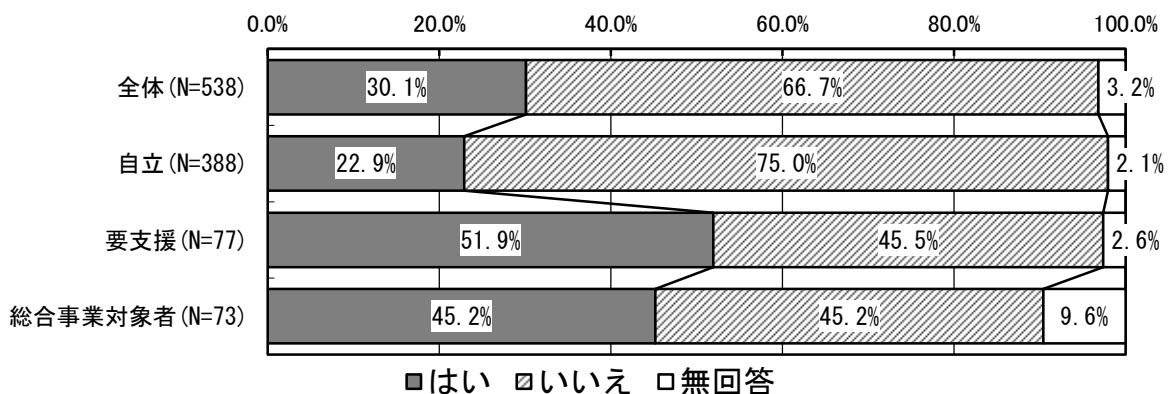
問5 (2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか (○は1つ)

自立では、「いいえ」75.0%が、「はい」22.9%より多くなっています。

要支援では、「はい」51.9%が、「いいえ」45.5%より多くなっています。

総合事業対象者では、「はい」と「いいえ」が45.2%で同程度となっています。

【図3-3 固いものが食べにくくなったこと】



■はい □いいえ □無回答

(4) 歯の状況

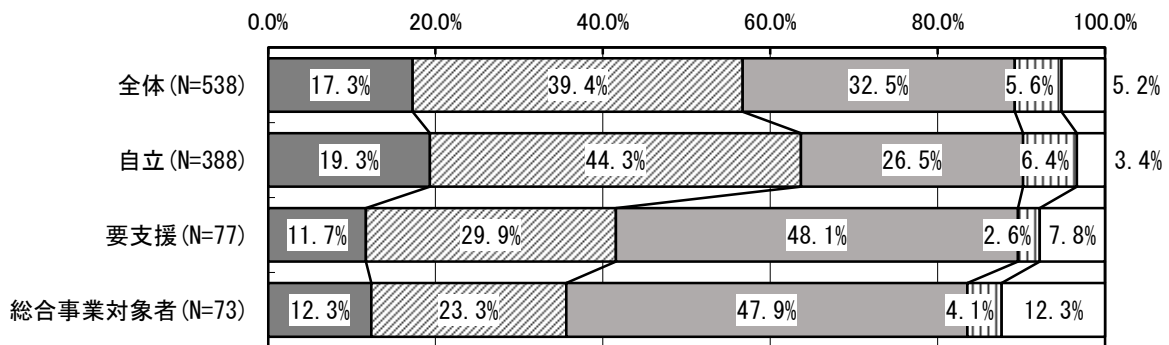
問5 (3) 歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です）（○は1つ）

自立では、「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」44.3%が最も多く、次いで「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」26.5%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」19.3%となっています。

要支援では、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」48.1%が最も多く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」29.9%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」11.7%となっています。

総合事業対象者では、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」47.9%が最も多く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」23.3%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」12.3%となっています。

【図3-4 歯の状況】



- 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用
- 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用
- 自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし
- 自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし
- 無回答

(5) 6か月間で2～3kgの体重減少

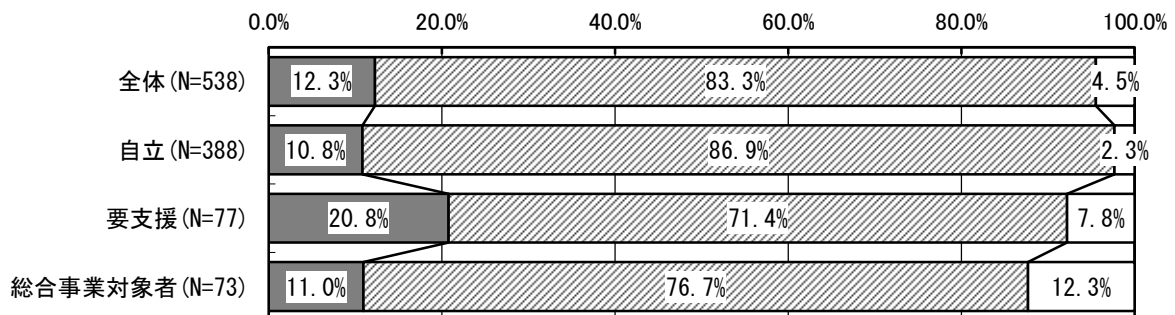
問5 (4) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか（○は1つ）

自立では、「はい」が10.8%となっています。

要支援では、「はい」が20.8%となっています。

総合事業対象者では、「はい」が11.0%となっています。

【図3-5 6か月間で2～3kgの体重減少】



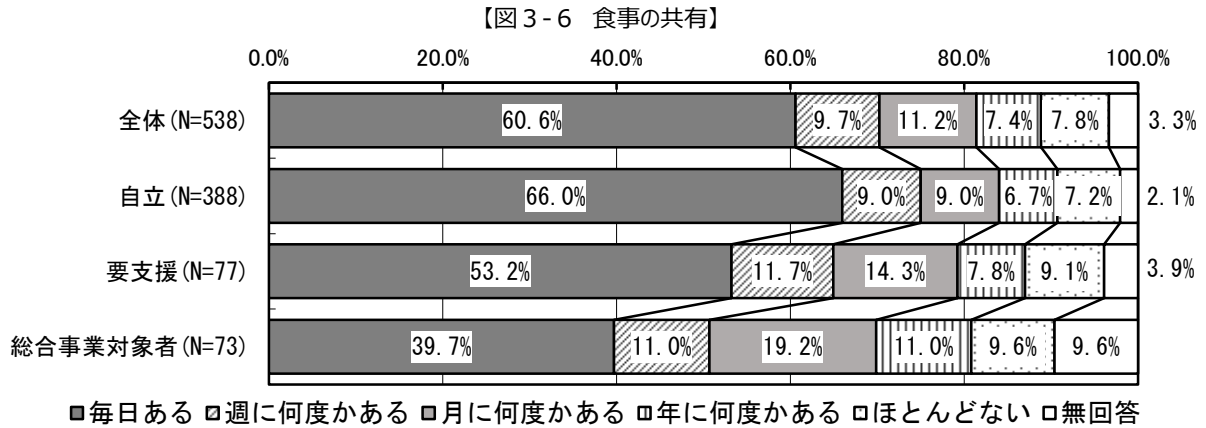
- はい
- いいえ
- 無回答

(6) 食事の共有

問5 (5) どなたかと食事をとる機会がありますか (○は1つ)

自立では、「毎日ある」66.0%が最も多く、次いで「週に何度かある」、「月に何度かある」いずれも9.0%となっています。
 要支援では、「毎日ある」53.2%が最も多く、次いで「月に何度かある」14.3%、「週に何度かある」11.7%となっています。

総合事業対象者では、「毎日ある」39.7%が最も多く、次いで「月に何度かある」19.2%、「週に何度かある」、「ほとんどない」いずれも11.0%となっています。



4. 毎日の生活について

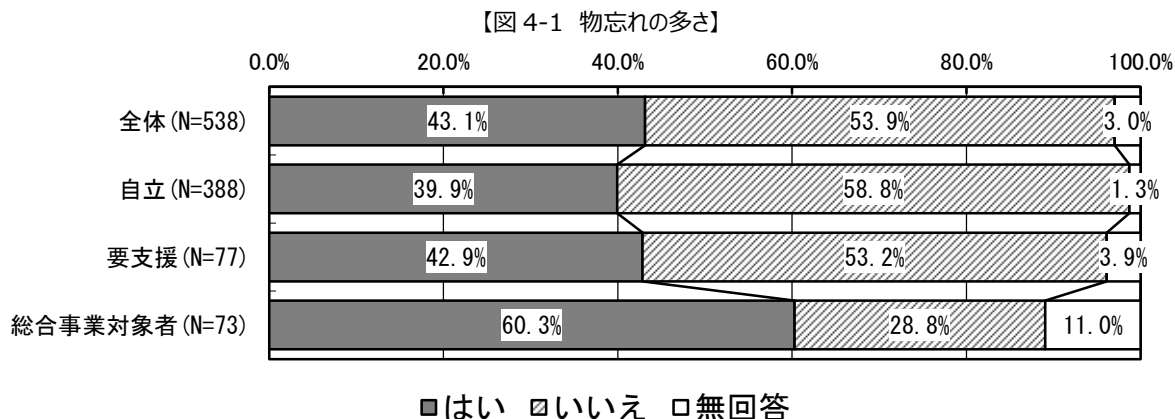
(1) 物忘れの多さ

問 6 (1) 物忘れが多いと感じますか (○は1つ)

自立では、「いいえ」58.8%が、「はい」39.9%より多くなっています。

要支援では、「いいえ」53.2%が、「はい」42.9%より多くなっています。

総合事業対象者では、「はい」60.3%が、「いいえ」28.8%より多くなっています。



(2) 手段的自立度 (IADL)

今回の第1号被保険者調査には、高齢者の比較的高次の生活機能を評価することができる老研式活動能力指標[※]に準じた設問が設けられています。ここでは、そのうち、手段的自立度 (IADL^{※3}) に関する結果について見てみます。各設問に「できるし、している」または「できるけどしていない」を回答した場合を1点として、5点満点で評価し、5点を「高い」、4点を「やや低い」、3点以下を「低い」として評価しています。

※ 2 老研式活動能力指標は、社会的な生活機能を測る指標であり、「バスや電車で1人で外出しているか」、「友人の家を訪ねているか」など13の質問項目により構成されています。その内容は、「(1) 活動的な日常生活をおくるための動作能力 (IADL)」、「(2) 余暇や造作などの積極的な知的活動能力」、「(3) 地域で社会的な役割を果たす能力」の3つとなっています。

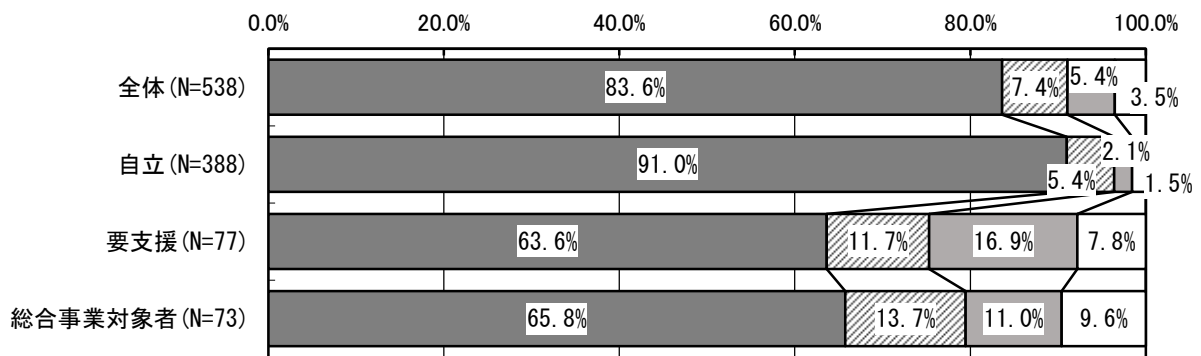
※ 3 買物、洗濯、電話、薬の管理など、「日常生活動作 (Activity of Daily Living : ADL、食事、排泄、更衣、整容、入浴など日常生活を送るために必要な基本動作のことをいう。)」より複雑で高度な動作を行える自立度の程度を示す指標を「手段的自立度 (Instrument Activity of Daily Living : IADL)」といいます。

表 手段的自立度に関する設問 (基本チェックリスト)

問番号	設問	該当する選択肢
問 6 (3)	バスや電車を使って1人で外出していますか	「できるし、している」「できるけどしていない」を1点とした各問の合計
問 6 (4)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	
問 6 (5)	自分で食事の用意をしていますか	
問 6 (6)	自分で請求書の支払いをしていますか	
問 6 (7)	自分で預貯金の出し入れをしていますか	

手段的自立度（IADL）についてみると「リスクあり」が、自立では2.1%、要支援では16.9%、総合事業対象者では11.0%、となっています。

【図4-2 手段的自立度（IADL）】



■高い（5点） □やや低い（4点） □低い（3点以下） リスク有り □不明

手段的自立度（IADL）を性別にみると「リスクあり」は、男性・女性でほとんど差がありません。年代別では、年齢が上がるほど「リスクあり」が多くなりやすい傾向にあります。居住小学校区別では、萱野小学校区、萱野北小学校区で「リスクあり」が10%を超えています。

（※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。）

【図4-2-1 性別・年代別・居住小学校区別 手段的自立度（IADL）（全体）】

	高い（5点）	やや低い（4点）	低い（3点以下） リスクあり	不明	合計
男性	181 82.3%	20 9.1%	13 5.9%	6 2.7%	220 100.0%
女性	264 84.9%	20 6.4%	16 5.1%	11 3.5%	311 100.0%
無回答	5 71.4%	0 0.0%	0 0.0%	2 28.6%	7 100.0%
合計	450 83.6%	40 7.4%	29 5.4%	19 3.5%	538 100.0%

	高い（5点）	やや低い（4点）	低い（3点以下） リスク有り	不明	合計
65～69歳	94 95.9%	2 2.0%	2 2.0%	0 0.0%	98 100.0%
70～74歳	99 89.2%	9 8.1%	2 1.8%	1 0.9%	111 100.0%
75～79歳	104 91.2%	5 4.4%	4 3.5%	1 0.9%	114 100.0%
80～84歳	82 75.9%	13 12.0%	7 6.5%	6 5.6%	108 100.0%
85歳以上	64 66.0%	10 10.3%	14 14.4%	9 9.3%	97 100.0%
無回答	7 70.0%	1 10.0%	0 0.0%	2 20.0%	10 100.0%
合計	450 83.6%	40 7.4%	29 5.4%	19 3.5%	538 100.0%

	高い（5点）	やや低い（4点）	低い（3点以下） リスク有り	不明	合計
箕面小学校区	40 78.4%	7 13.7%	3 5.9%	1 2.0%	51 100.0%
萱野小学校区	31 72.1%	4 9.3%	5 11.6%	3 7.0%	43 100.0%
北小学校区	34 87.2%	2 5.1%	2 5.1%	1 2.6%	39 100.0%
南小学校区	29 72.5%	5 12.5%	3 7.5%	3 7.5%	40 100.0%
西小学校区	38 86.4%	3 6.8%	2 4.5%	1 2.3%	44 100.0%
東小学校区	53 88.3%	3 5.0%	3 5.0%	1 1.7%	60 100.0%
西南小学校区	48 84.2%	5 8.8%	1 1.8%	3 5.3%	57 100.0%
萱野東小学校区	37 92.5%	1 2.5%	2 5.0%	0 0.0%	40 100.0%
豊川北小学校区	31 86.1%	3 8.3%	1 2.8%	1 2.8%	36 100.0%
中小学校区	25 92.6%	2 7.4%	0 0.0%	0 0.0%	27 100.0%
豊川南小学校区	33 86.8%	1 2.6%	3 7.9%	1 2.6%	38 100.0%
萱野北小学校区	22 73.3%	3 10.0%	3 10.0%	2 6.7%	30 100.0%
止々呂美小学校区	6 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 100.0%
彩都の丘小学校区	4 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	19 82.6%	1 4.3%	1 4.3%	2 8.7%	23 100.0%
合計	450 83.6%	40 7.4%	29 5.4%	19 3.5%	538 100.0%

(3) スマートフォンの使用

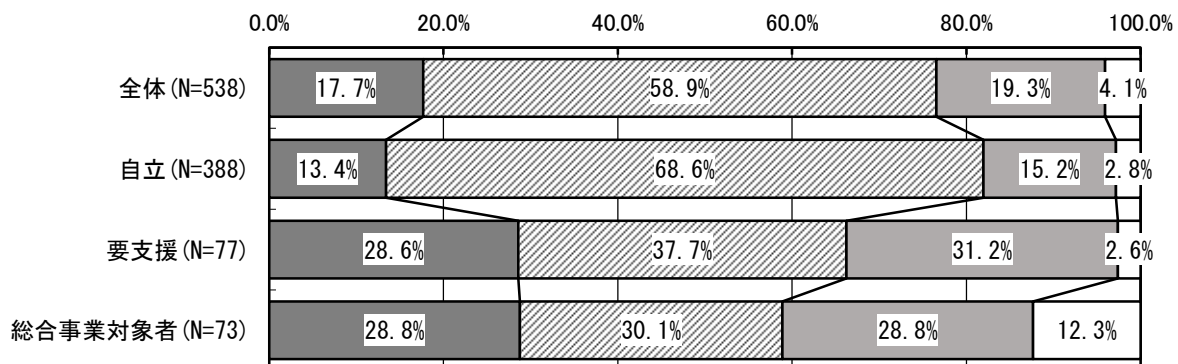
問6 (2) スマートフォンを使っていますか (○は1つ) ※携帯電話 (いわゆるガラケー) ではなく、パネルをタッチして操作する電話です (いわゆるスマホ)

自立では、「電話以外の機能も使っている (ネット検索、SNS など)」68.6%が最も多く、次いで「使っていない」15.2%、「電話機能のみ使っている」13.4%となっています。

要支援では、「電話以外の機能も使っている (ネット検索、SNS など)」37.7%が最も多く、次いで「使っていない」31.2%、「電話機能のみ使っている」28.6%となっています。

総合事業対象者では、「電話以外の機能も使っている (ネット検索、SNS など)」30.1%が最も多く、次いで「電話機能のみ使っている」、「使っていない」いずれも 28.8%となっています。

【図 4-3 スマートフォンの使用】



- 電話機能のみ使っている
- ▨ 電話以外の機能も使っている (ネット検索、SNSなど)
- 使っていない
- 無回答

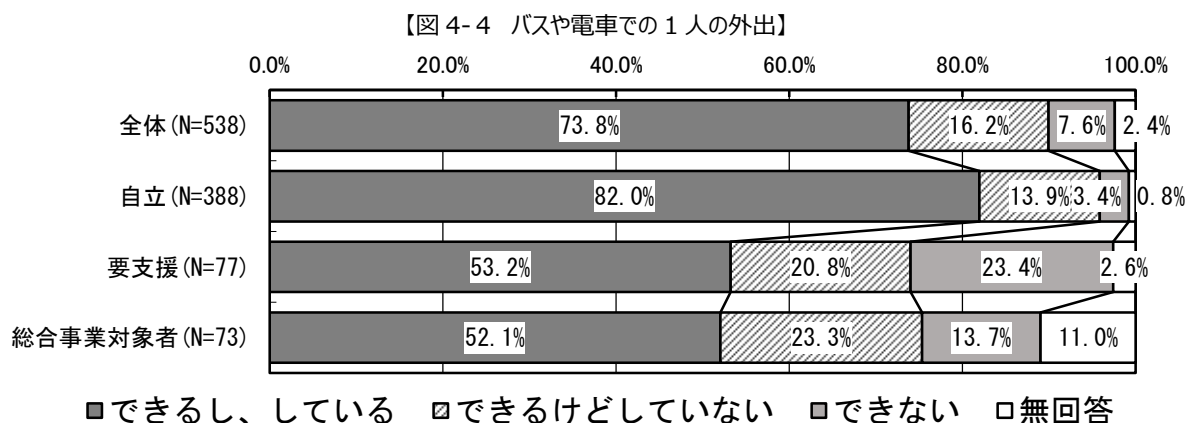
(4) バスや電車での1人の外出

問6(3) バスや電車を使って1人で外出していますか(自家用車でも可) (○は1つ)

自立では、「できるし、している」82.0%が最も多く、次いで「できるけどしていない」13.9%、「できない」3.4%となっています。

要支援では、「できるし、している」53.2%が最も多く、次いで「できない」23.4%、「できるけどしていない」20.8%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」52.1%が最も多く、次いで「できるけどしていない」23.3%、「できない」13.7%となっています。



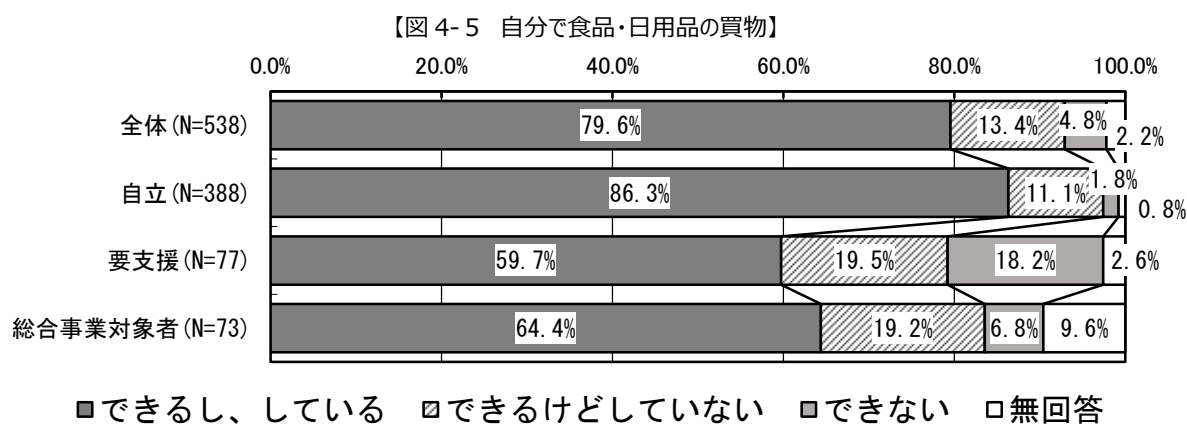
(5) 自分で食品・日用品の買物

問6(4) 自分で食品・日用品の買物をしていますか(○は1つ)

自立では、「できるし、している」86.3%が最も多く、次いで「できるけどしていない」11.1%、「できない」1.8%となっています。

要支援では、「できるし、している」59.7%が最も多く、次いで「できるけどしていない」19.5%、「できない」18.2%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」64.4%が最も多く、次いで「できるけどしていない」19.2%、「できない」6.8%となっています。



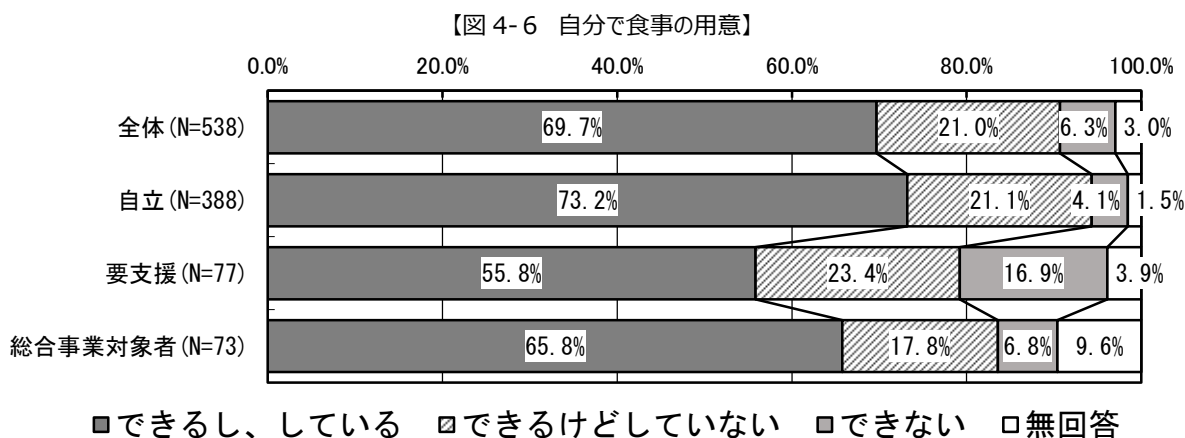
(6) 自分で食事の用意

問6 (5) 自分で食事の用意をしていますか (○は1つ)

自立では、「できるし、している」73.2%が最も多く、次いで「できるけどしていない」21.1%、「できない」4.1%となっています。

要支援では、「できるし、している」55.8%が最も多く、次いで「できるけどしていない」23.4%、「できない」16.9%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」65.8%が最も多く、次いで「できるけどしていない」17.8%、「できない」6.8%となっています。



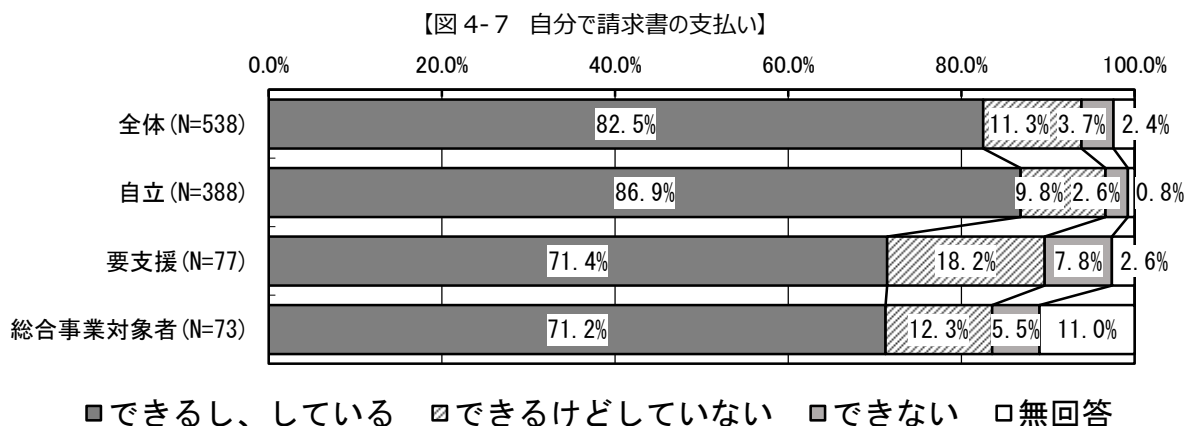
(7) 自分で請求書の支払い

問6 (6) 自分で請求書の支払いをしていますか (○は1つ)

自立では、「できるし、している」86.9%が最も多く、次いで「できるけどしていない」9.8%、「できない」2.6%となっています。

要支援では、「できるし、している」71.4%が最も多く、次いで「できるけどしていない」18.2%、「できない」7.8%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」71.2%が最も多く、次いで「できるけどしていない」12.3%、「できない」5.5%となっています。



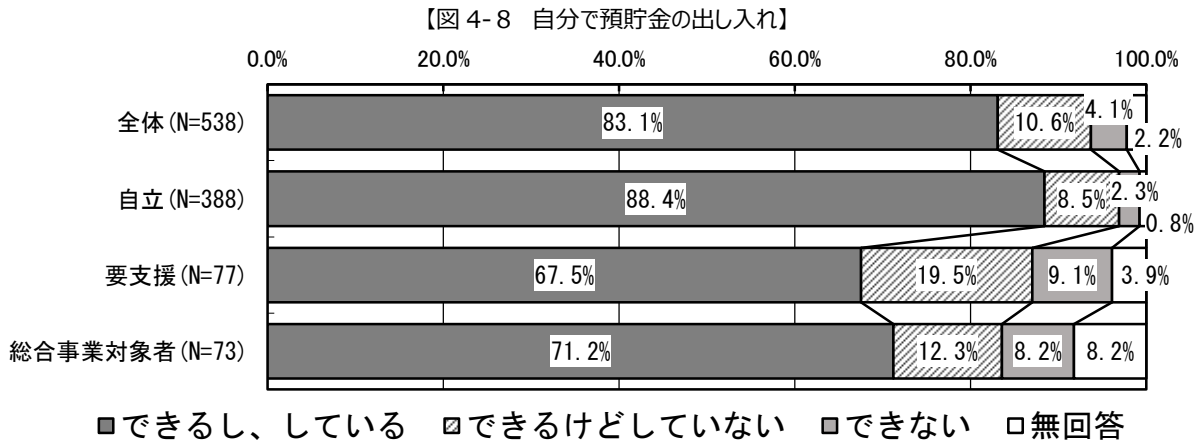
(8) 自分で預貯金の出し入れ

問 6 (7) 自分で預貯金の出し入れをしていますか (○は1つ)

自立では、「できるし、している」88.4%が最も多く、次いで「できるけどしていない」8.5%、「できない」2.3%となっています。

要支援では、「できるし、している」67.5%が最も多く、次いで「できるけどしていない」19.5%、「できない」9.1%となっています。

総合事業対象者では、「できるし、している」71.2%が最も多く、次いで「できるけどしていない」12.3%、「できない」8.2%となっています。



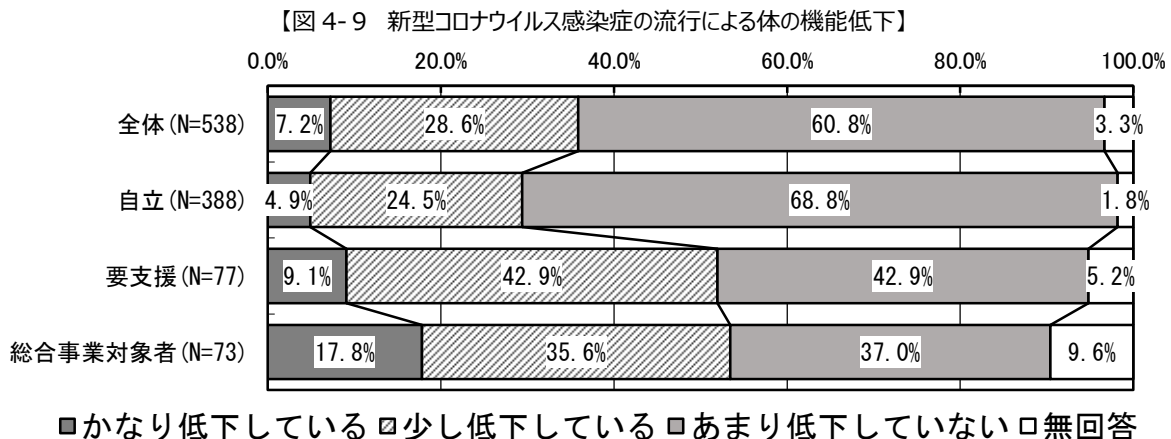
(9) 新型コロナウイルス感染症の流行による体の機能低下

問 6 (8) 新型コロナウイルス感染症の流行により、体の機能が低下していますか (○は1つ)

自立では、「あまり低下していない」68.8%が最も多く、次いで「少し低下している」24.5%、「かなり低下している」4.9%となっています。

要支援では、「少し低下している」、「あまり低下していない」が同数 42.9%で多く、次いで「かなり低下している」9.1%となっています。

総合事業対象者では、「あまり低下していない」37.0%が最も多く、次いで「少し低下している」35.6%、「かなり低下している」17.8%となっています。



(10) 新型コロナウイルス感染症の流行による外出・活動などの影響があった場合、現在、元通りに回復しているか

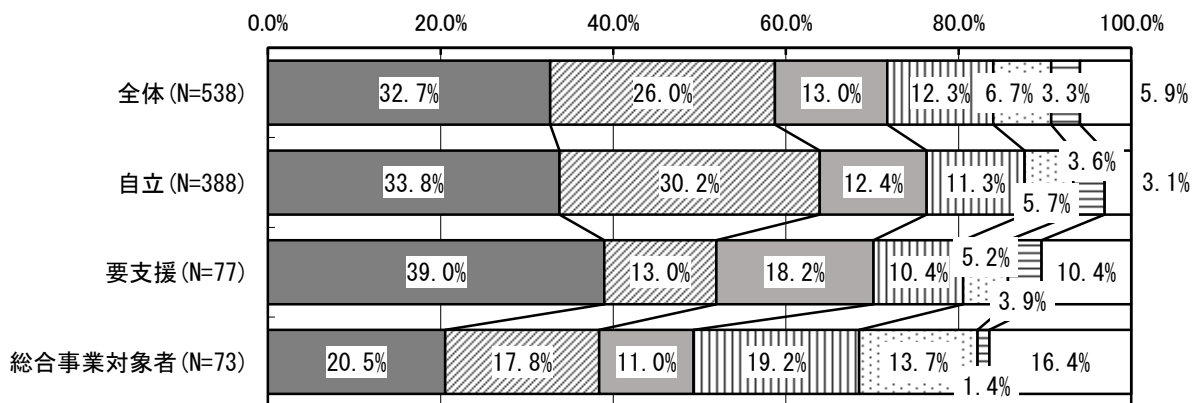
問 6 (9) 新型コロナウイルス感染症の流行により、外出・活動などに影響があった場合、現在、元どおりに回復していますか (○は1つ)

自立では、「影響はまったくなかった」33.8%が最も多く、次いで「コロナ前の8割以上、元どおりに回復した」30.2%、「コロナ前の6割以上、元どおりに回復した」12.4%となっています。

要支援では、「影響はまったくなかった」39.0%が最も多く、次いで「コロナ前の6割以上、元どおりに回復した」18.2%、「コロナ前の8割以上、元どおりに回復した」13.0%となっています。

総合事業対象者では、「影響はまったくなかった」20.5%が最も多く、次いで「コロナ前の5割程度しか回復していない」19.2%、「コロナ前の8割以上、元どおりに回復した」17.8%となっています。

【図 4-10 新型コロナウイルス感染症の流行による外出・活動などの影響があったか、あった場合、現在、元通りに回復しているか】



- 影響はまったくなかった
- コロナ前の8割以上、元どおりに回復した
- コロナ前の6割以上、元どおりに回復した
- コロナ前の5割程度しか回復していない
- コロナ前の2割以下しか回復していない
- まったく回復していない
- 無回答

(11) 日常生活で困っていること

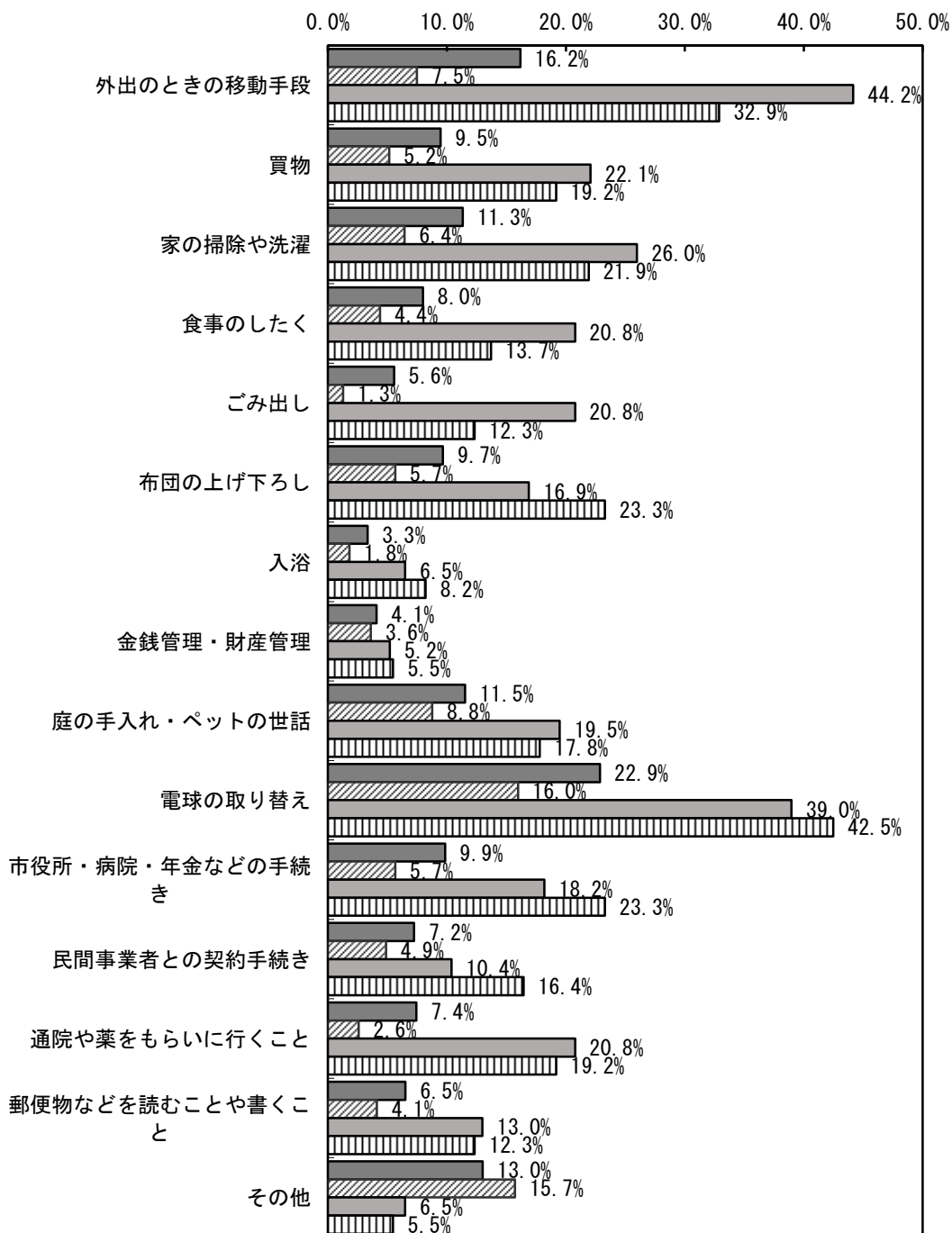
問6 (10) あなたは現在、日常生活の中で困っていることはありますか (〇はいくつでも)

自立では、「電球の取り替え」16.0%が最も多く、次いで「その他」15.7%、「庭の手入れ・ペットの世話」8.8%となっています。

要支援では、「外出のときの移動手段」44.2%が最も多く、次いで「電球の取り替え」39.0%、「家の掃除や洗濯」26.0%となっています。

総合事業対象者では、「電球の取り替え」42.5%が最も多く、次いで「外出のときの移動手段」32.9%、「布団の上げ下ろし」、「市役所・病院・年金などの手続き」いずれも23.3%となっています。

【図4-11 日常生活で困っていること】



■全体 (N=538) □自立 (N=388) □要支援 (N=77) □総合事業対象者 (N=73)

5. 地域での活動について

(1) 地域の会・グループの参加頻度

問 7 (1) 以下のような会・グループなど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1つ)

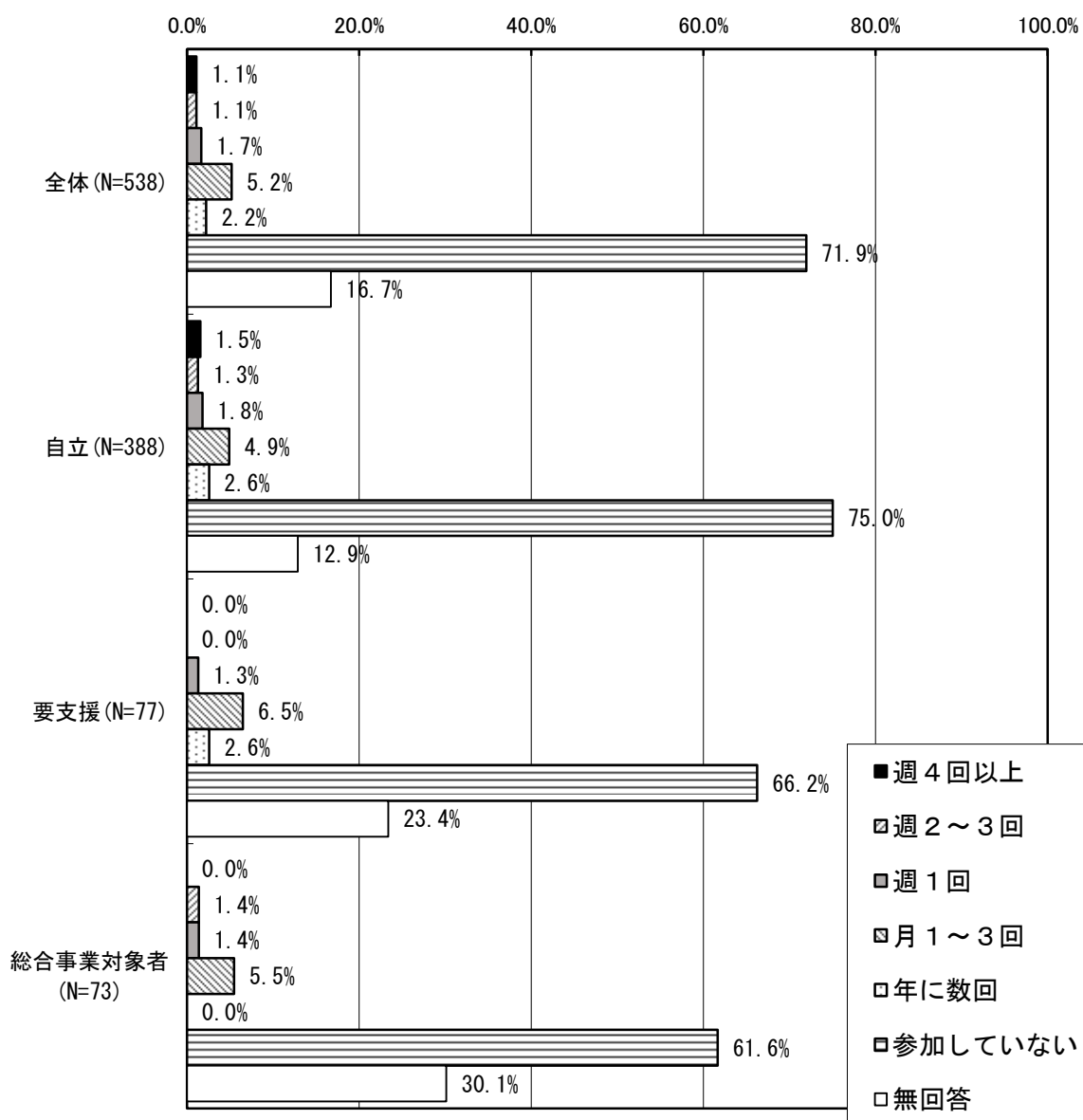
①ボランティアのグループ

自立では、「参加していない」75.0%が最も多く、次いで「月1～3回」4.9%、「年に数回」2.6%となっています。

要支援では、「参加していない」66.2%が最も多く、次いで「月1～3回」6.5%、「年に数回」2.6%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」61.6%が最も多く、次いで「月1～3回」5.5%、「週2～3回」、「週1回」いずれも1.4%となっています。

【図 5-1-1 地域の会・グループの参加頻度〔①ボランティアのグループ〕】



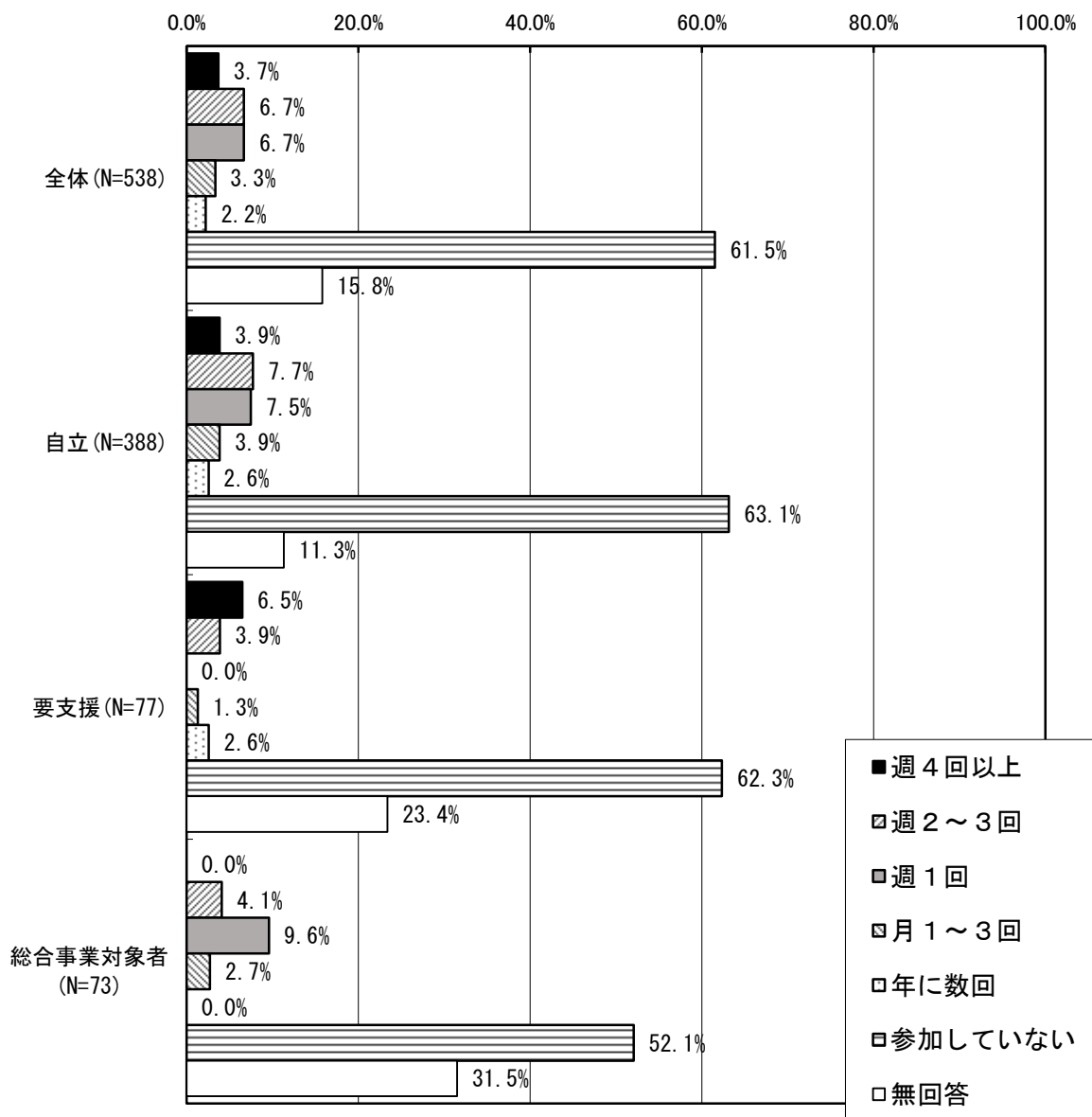
②スポーツ関係のグループやクラブ

自立では、「参加していない」63.1%が最も多く、次いで「週2～3回」7.7%、「週1回」7.5%となっています。

要支援では、「参加していない」62.3%が最も多く、次いで「週4回以上」6.5%、「週2～3回」3.9%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」52.1%が最も多く、次いで「週1回」9.6%、「週2～3回」4.1%となっています。

【図5-1-2 地域の会・グループの参加頻度〔②スポーツ関係のグループやクラブ〕】



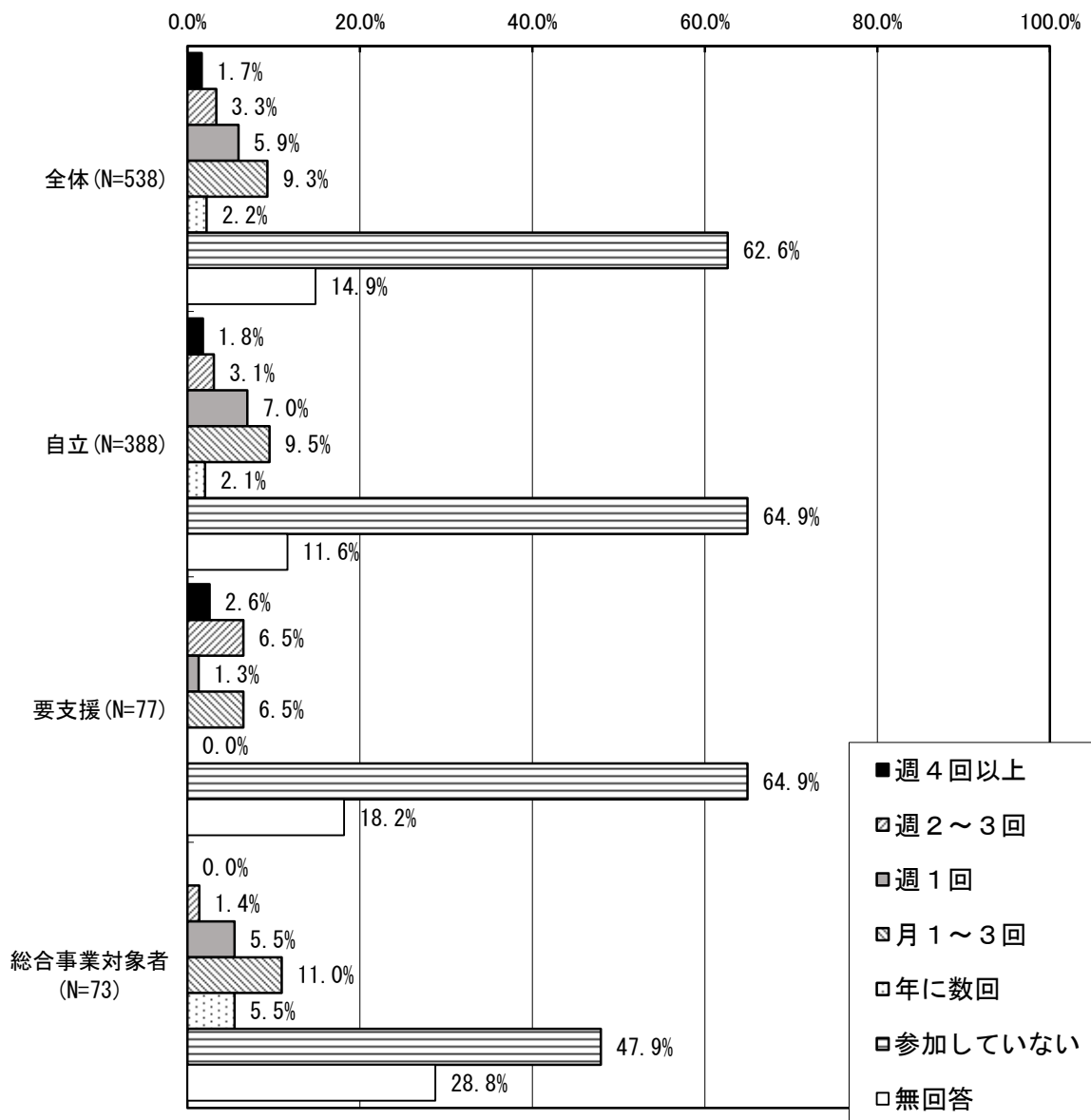
③趣味関係のグループ

自立では、「参加していない」64.9%が最も多く、次いで「月1～3回」9.5%、「週1回」7.0%となっています。

要支援では、「参加していない」64.9%が最も多く、次いで「週2～3回」、「月1～3回」いずれも6.5%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」47.9%が最も多く、次いで「月1～3回」11.0%、「週1回」、「年に数回」いずれも5.5%となっています。

【図5-1-3 地域の会・グループの参加頻度〔③趣味関係のグループ〕】



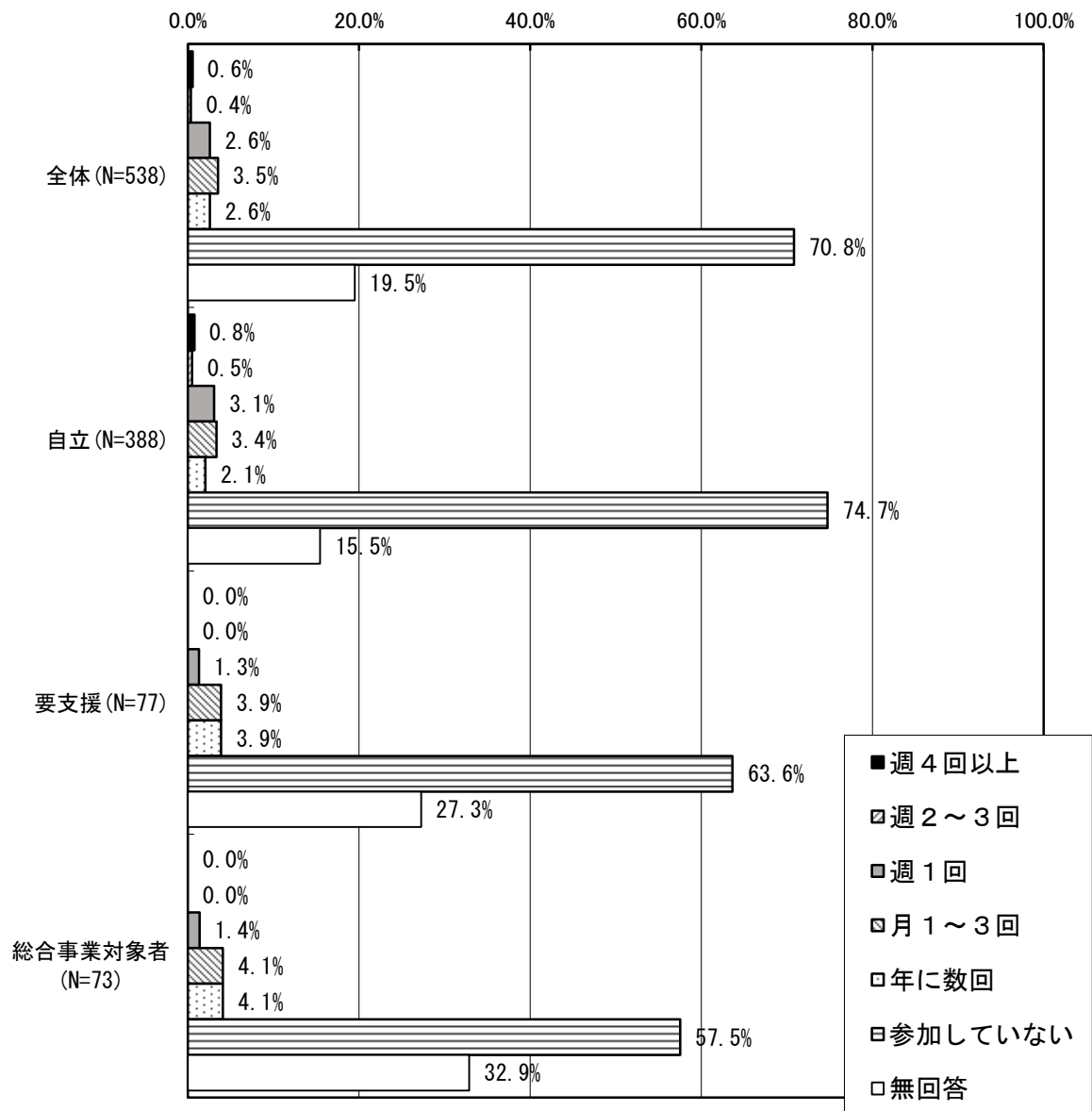
④学習・教養サークル

自立では、「参加していない」74.7%が最も多く、次いで「月1～3回」3.4%、「週1回」3.1%となっています。

要支援では、「参加していない」63.6%が最も多く、次いで「月1～3回」、「年に数回」いずれも3.9%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」57.5%が最も多く、次いで「月1～3回」、「年に数回」いずれも4.1%となっています。

【図5-1-4 地域の会・グループの参加頻度〔④学習・教養サークル〕】



⑤介護予防のための通いの場

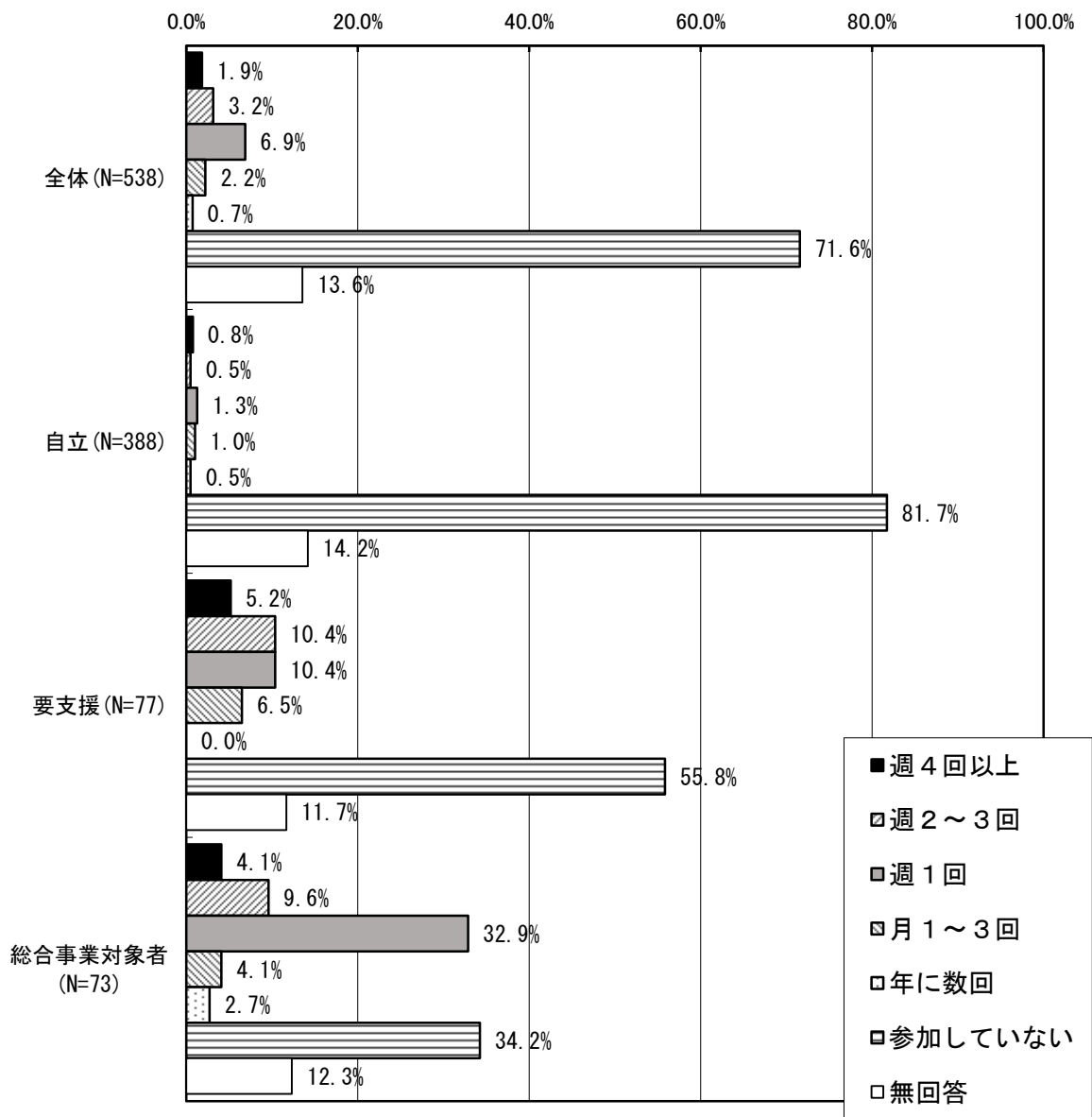
自立では、「参加していない」81.7%が最も多く、次いで「週1回」1.3%、「月1～3回」1.0%となっています。

要支援では、「参加していない」55.8%が最も多く、次いで「週2～3回」、「週1回」いずれも10.4%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」34.2%が最も多く、次いで「週1回」32.9%、「週2～3回」9.6%となっています。

【図5-1-5 地域の会・グループの参加頻度

〔⑤介護予防のための通いの場※稲ふれあいセンター、介護予防（体操など）サークル、認知症予防サークル、街かどデイハウスなど〕



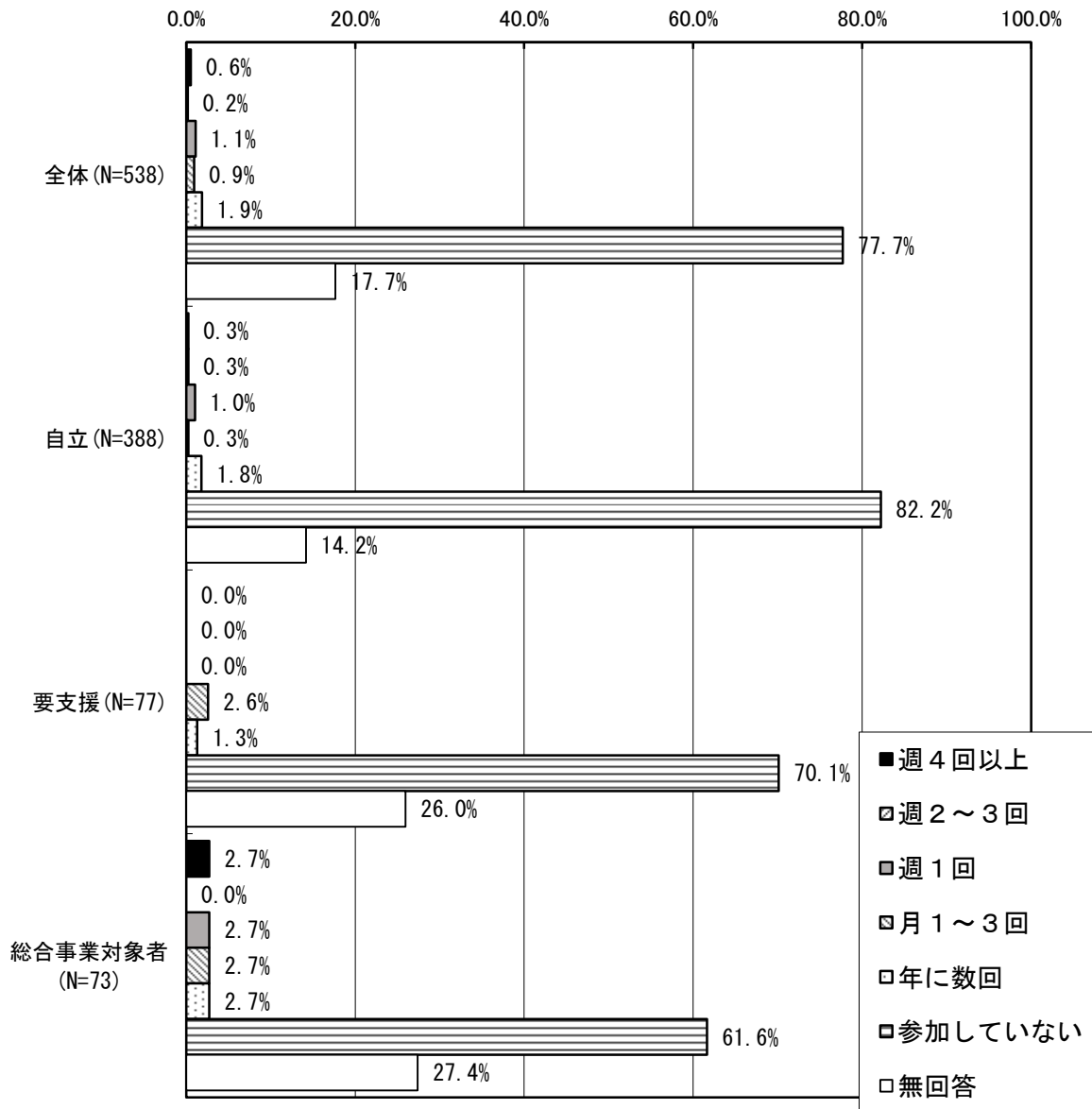
⑥シニアクラブ（老人クラブ）

自立では、「参加していない」82.2%が最も多く、次いで「年に数回」1.8%、「週1回」1.0%となっています。

要支援では、「参加していない」70.1%が最も多く、次いで「月1～3回」2.6%、「年に数回」1.3%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」61.6%が最も多く、次いで「週4回以上」、「週1回」、「月1～3回」、「年に数回」いずれも2.7%となっています。

【図 5-1-6 地域の会・グループの参加頻度〔⑥シニアクラブ（老人クラブ）〕】



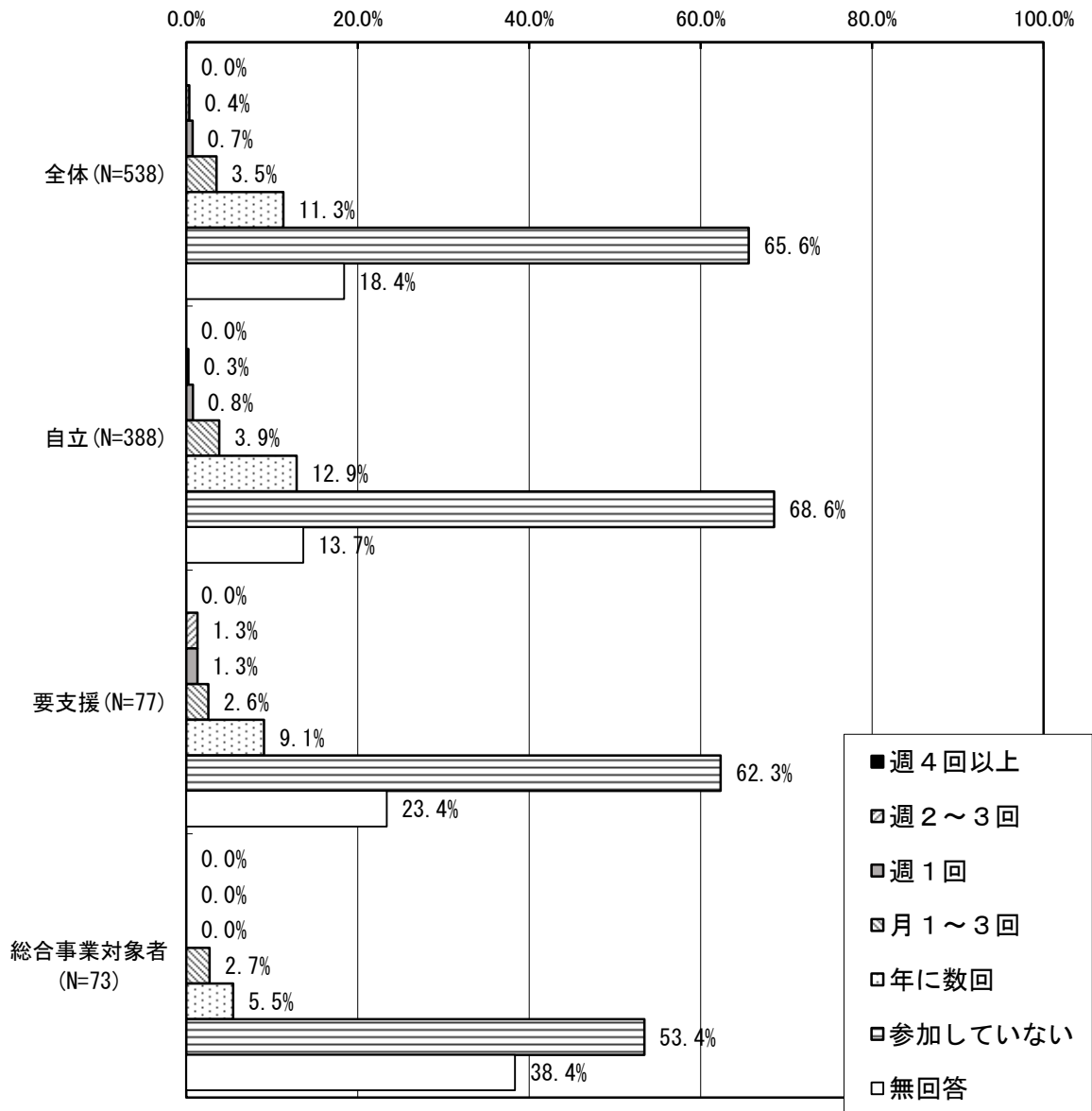
⑦自治会・町内会

自立では、「参加していない」68.6%が最も多く、次いで「年に数回」12.9%、「月1～3回」3.9%となっています。

要支援では、「参加していない」62.3%が最も多く、次いで「年に数回」9.1%、「月1～3回」2.6%となっています。

総合事業対象者では、「参加していない」53.4%が最も多く、次いで「年に数回」5.5%、「月1～3回」2.7%となっています。

【図5-1-7 地域の会・グループの参加頻度〔⑦自治会・町内会〕】



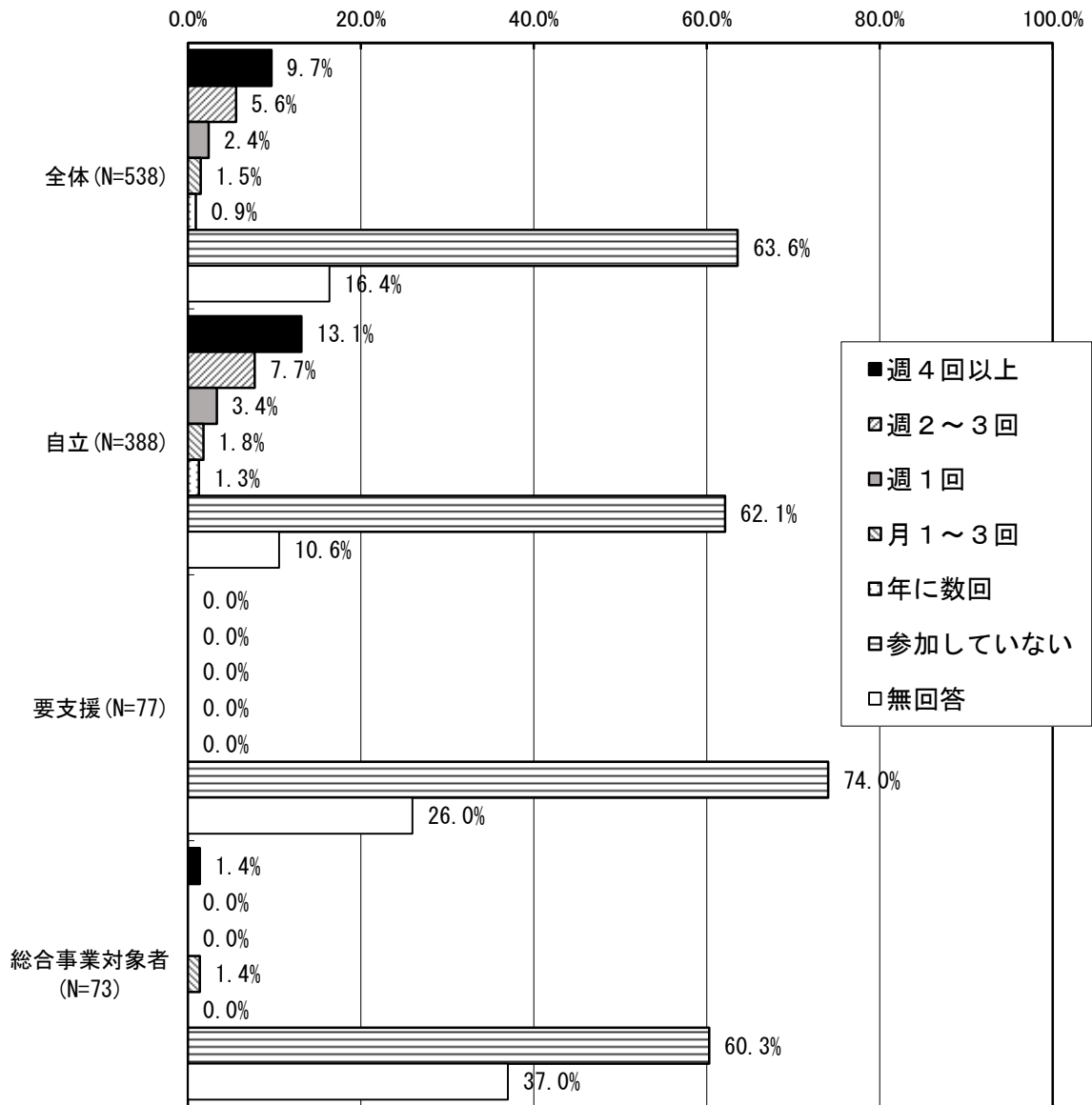
⑧収入のある仕事

自立では、「参加していない」62.1%が最も多く、次いで「週4回以上」13.1%、「週2～3回」7.7%となっています。

要支援では、「参加していない（収入のある仕事をしていない）」が74.0%となっています。

総合事業対象者では「参加していない（収入のある仕事をしていない）」が60.3%となっています。

【図5-1-8 地域の会・グループの参加頻度〔⑧収入のある仕事〕】



(2) 地域の会・グループに参加していない理由

【問7(1)において、①から⑧まですべて「参加していない」のかたのみ】

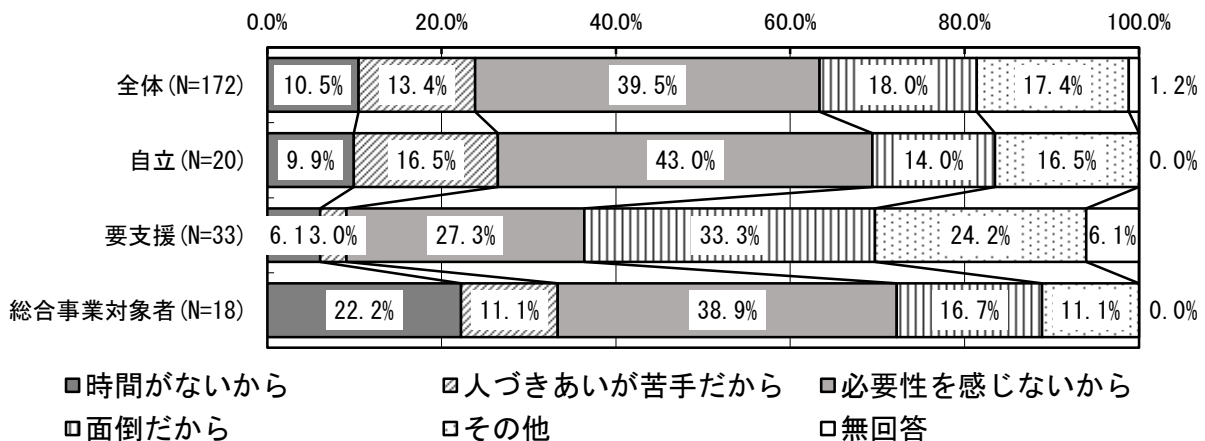
参加していない理由は、次のどれですか（○は1つ）

自立では、「必要性を感じないから」43.0%が最も多く、次いで「人づきあいが苦手だから」16.5%、「その他」16.5%となっています。

要支援では、「面倒だから」33.3%が最も多く、次いで「必要性を感じないから」27.3%、「その他」24.2%となっています。

総合事業対象者では、「必要性を感じないから」38.9%が最も多く、次いで「時間がないから」22.2%、「面倒だから」16.7%となっています。

【図5-2 地域の会・グループの参加していない理由】



(3) 地域活動に参加者としての参加意向

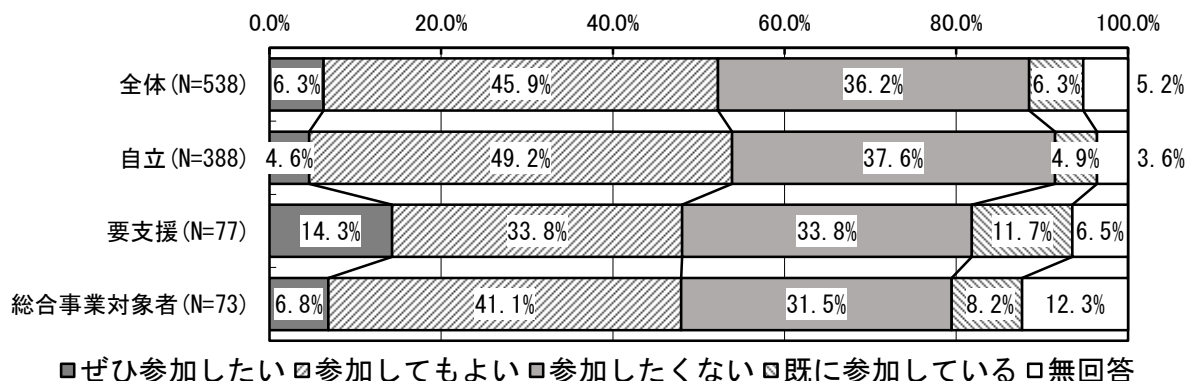
問7(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味などのグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか（○は1つ）

自立では、「参加してもよい」49.2%が最も多く、次いで「参加したくない」37.6%、「既に参加している」4.9%となっています。

要支援では、「参加してもよい」、「参加したくない」が同数 33.8%で多く、次いで「ぜひ参加したい」14.3%となっています。

総合事業対象者では、「参加してもよい」41.1%が最も多く、次いで「参加したくない」31.5%、「既に参加している」8.2%となっています。

【図5-3 地域活動に参加者としての参加意向】



居住小学校区別でみると、「ぜひ参加したい」は、南小学校区 12.5%で最も多く、次いで、箕面小学校区 9.8%、豊川北小学校区 8.3%などとなっています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

【図5-3-1 居住小学校区別 地域活動に参加者としての参加意向（全体）】

	ぜひ参加 したい	参加して もよい	参加した くない	既に参加 している	無回答	合計
箕面小学 校区	5 9.8%	19 37.3%	20 39.2%	5 9.8%	2 3.9%	51 100.0%
萱野小学 校区	2 4.7%	23 53.5%	15 34.9%	1 2.3%	2 4.7%	43 100.0%
北小学校 区	1 2.6%	18 46.2%	14 35.9%	3 7.7%	3 7.7%	39 100.0%
南小学校 区	5 12.5%	19 47.5%	12 30.0%	0 0.0%	4 10.0%	40 100.0%
西小学校 区	3 6.8%	19 43.2%	20 45.5%	2 4.5%	0 0.0%	44 100.0%
東小学校 区	4 6.7%	29 48.3%	21 35.0%	4 6.7%	2 3.3%	60 100.0%
西南小学 校区	1 1.8%	22 38.6%	29 50.9%	2 3.5%	3 5.3%	57 100.0%
萱野東小 小学校区	3 7.5%	19 47.5%	12 30.0%	3 7.5%	3 7.5%	40 100.0%
豊川北小 小学校区	3 8.3%	16 44.4%	13 36.1%	3 8.3%	1 2.8%	36 100.0%
中小学校 区	1 3.7%	14 51.9%	8 29.6%	2 7.4%	2 7.4%	27 100.0%
豊川南小 小学校区	3 7.9%	20 52.6%	11 28.9%	2 5.3%	2 5.3%	38 100.0%
萱野北小 小学校区	2 6.7%	15 50.0%	6 20.0%	4 13.3%	3 10.0%	30 100.0%
止々呂美 小学校区	0 0.0%	2 33.3%	4 66.7%	0 0.0%	0 0.0%	6 100.0%
彩都の丘 小学校区	0 0.0%	3 75.0%	1 25.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	1 4.3%	9 39.1%	9 39.1%	3 13.0%	1 4.3%	23 100.0%
合計	34 6.3%	247 45.9%	195 36.2%	34 6.3%	28 5.2%	538 100.0%

(4) 地域活動に企画・運営としての参加意向

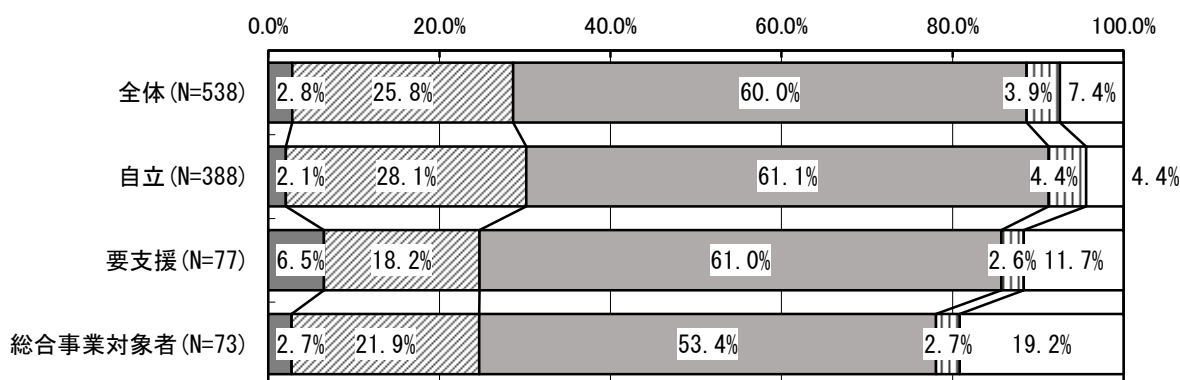
問7(3) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味などのグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか（○は1つ）

自立では、「参加したくない」61.1%が最も多く、次いで「参加してもよい」28.1%、「既に参加している」4.4%となっています。

要支援では、「参加したくない」61.0%が最も多く、次いで「参加してもよい」18.2%、「ぜひ参加したい」6.5%となっています。

総合事業対象者では、「参加したくない」53.4%が最も多く、次いで「参加してもよい」21.9%、「ぜひ参加したい」、「既に参加している」いずれも2.7%となっています。

【図5-4 地域活動に企画・運営としての参加意向】



■ぜひ参加したい □参加してもよい □参加したくない □既に参加している □無回答

居住小学校区別でみると、「ぜひ参加したい」は、箕面小学校区 5.9%で最も多く、次いで、北小学校区 5.1%、東小学校区 5.0%などとなっています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

【図 5-4-1 居住小学校区別 地域活動に企画・運営としての参加意向(全体)】

	ぜひ参加 したい	参加して もよい	参加した くない	既に参加 している	無回答	合計
箕面小学 校区	3 5.9%	9 17.6%	30 58.8%	4 7.8%	5 9.8%	51 100.0%
萱野小学 校区	1 2.3%	11 25.6%	29 67.4%	0 0.0%	2 4.7%	43 100.0%
北小学校 区	2 5.1%	9 23.1%	22 56.4%	2 5.1%	4 10.3%	39 100.0%
南小学校 区	1 2.5%	16 40.0%	20 50.0%	1 2.5%	2 5.0%	40 100.0%
西小学校 区	0 0.0%	8 18.2%	33 75.0%	1 2.3%	2 4.5%	44 100.0%
東小学校 区	3 5.0%	14 23.3%	37 61.7%	2 3.3%	4 6.7%	60 100.0%
西南小学 校区	0 0.0%	11 19.3%	39 68.4%	2 3.5%	5 8.8%	57 100.0%
萱野東小 小学校区	1 2.5%	13 32.5%	20 50.0%	3 7.5%	3 7.5%	40 100.0%
豊川北小 小学校区	0 0.0%	12 33.3%	22 61.1%	0 0.0%	2 5.6%	36 100.0%
中小学校 区	1 3.7%	8 29.6%	15 55.6%	1 3.7%	2 7.4%	27 100.0%
豊川南小 小学校区	1 2.6%	10 26.3%	24 63.2%	2 5.3%	1 2.6%	38 100.0%
萱野北小 小学校区	0 0.0%	11 36.7%	12 40.0%	2 6.7%	5 16.7%	30 100.0%
止々呂美 小学校区	0 0.0%	2 33.3%	4 66.7%	0 0.0%	0 0.0%	6 100.0%
彩都の丘 小学校区	0 0.0%	2 50.0%	2 50.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	2 8.7%	3 13.0%	14 60.9%	1 4.3%	3 13.0%	23 100.0%
合計	15 2.8%	139 25.8%	323 60.0%	21 3.9%	40 7.4%	538 100.0%

6. たすけあいについて

(1) 心配事や愚痴を聞いてくれる人

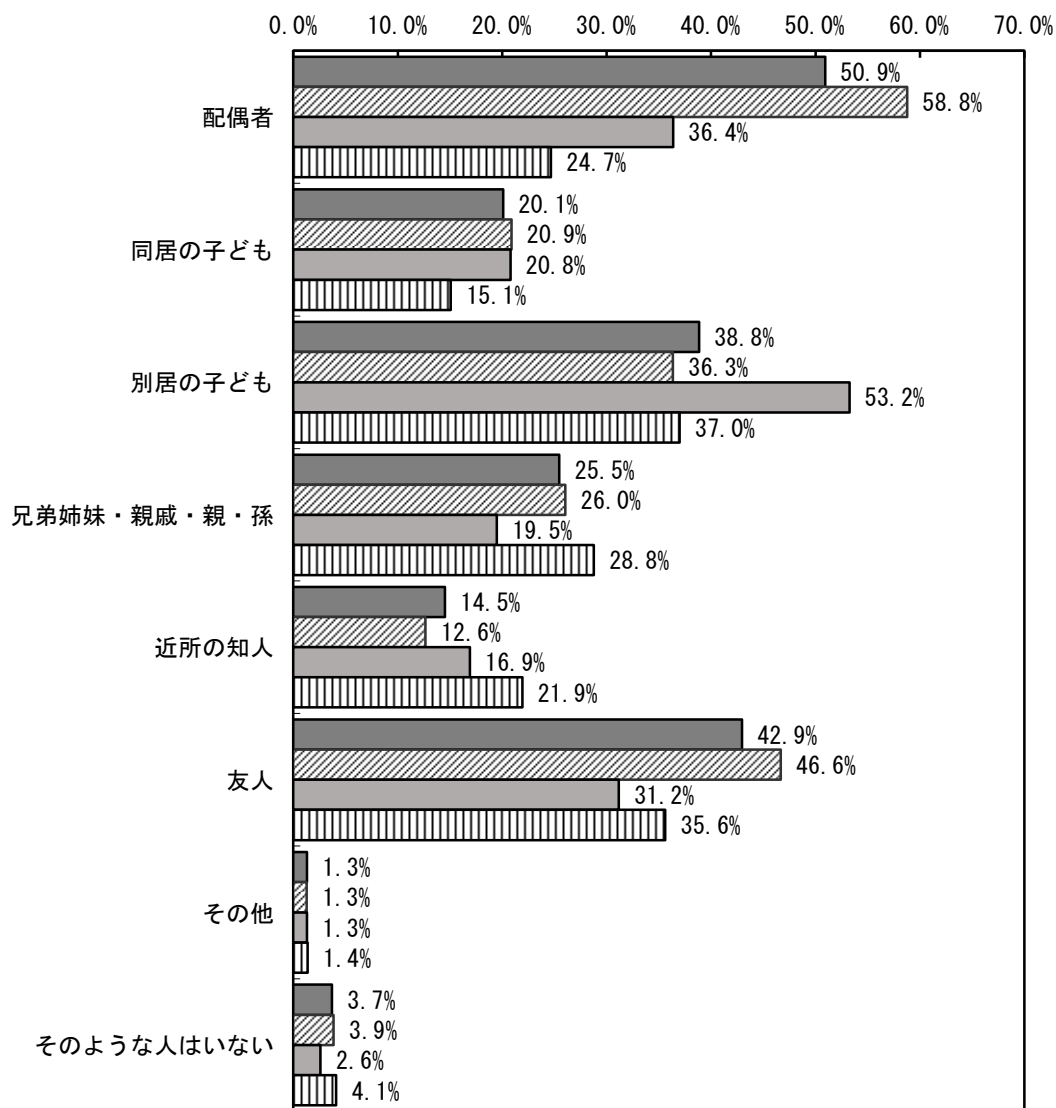
問8(1) あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人はどんな人ですか(○はいくつでも)

自立では、「配偶者」58.8%が最も多く、次いで「友人」46.6%、「別居の子ども」36.3%となっています。

要支援では、「別居の子ども」53.2%が最も多く、次いで「配偶者」36.4%、「友人」31.2%となっています。

総合事業対象者では、「別居の子ども」37.0%が最も多く、次いで「友人」35.6%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」28.8%となっています。

【図6-1 心配事や愚痴を聞いてくれる人】



■全体 (N=538) □自立 (N=388) □要支援 (N=77) □総合事業対象者 (N=73)

(2) 心配事や愚痴を聞いてあげる人

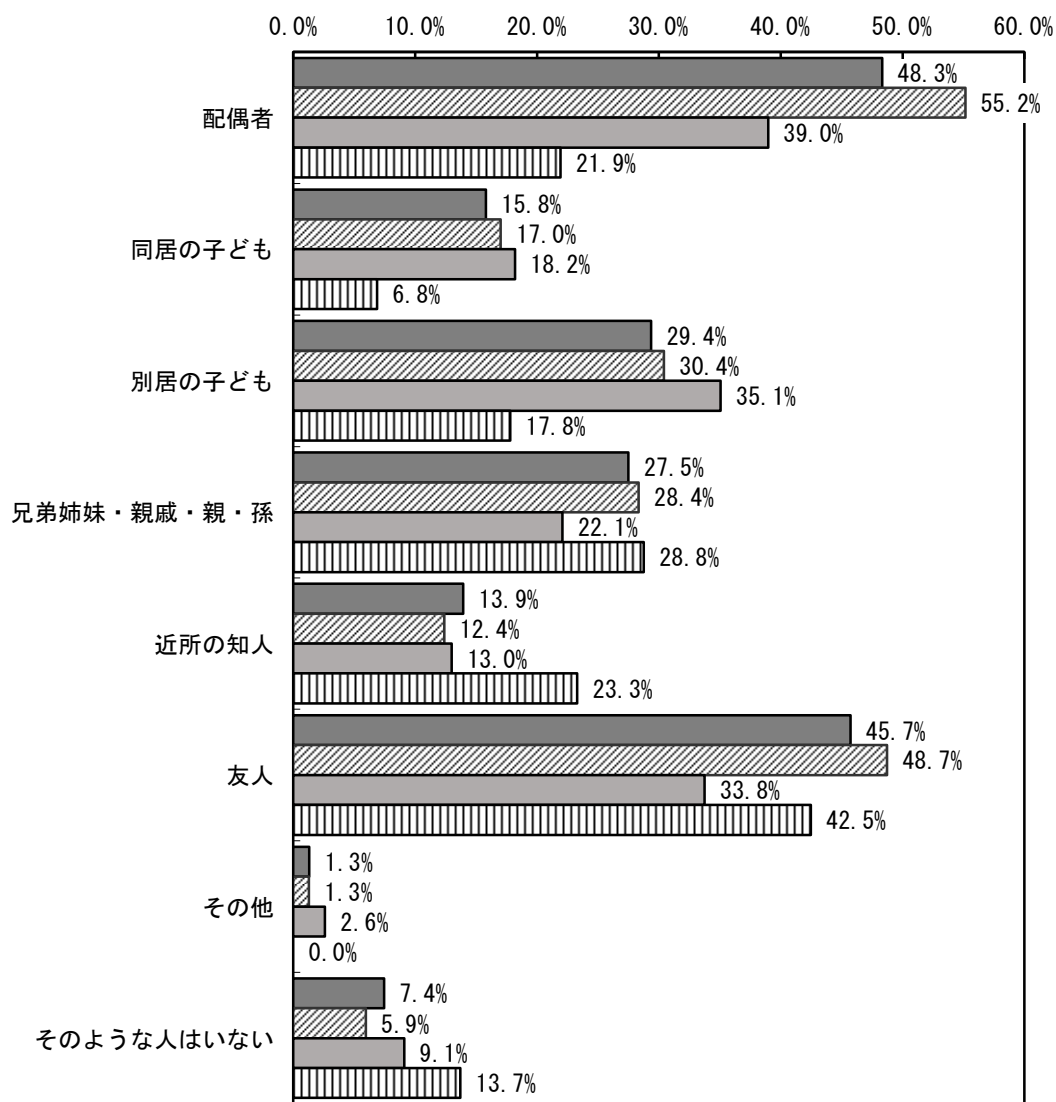
問 8 (2) 反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人はどんな人ですか

自立では、「配偶者」55.2%が最も多く、次いで「友人」48.7%、「別居の子ども」30.4%となっています。

要支援では、「配偶者」39.0%が最も多く、次いで「別居の子ども」35.1%、「友人」33.8%となっています。

総合事業対象者では、「友人」42.5%が最も多く、次いで「兄弟姉妹・親戚・親・孫」28.8%、「近所の知人」23.3%となっています。

【図 6-2 心配事や愚痴を聞いてあげる人】



■全体 (N=538) □自立 (N=388) □要支援 (N=77) □総合事業対象者 (N=73)

(3) 看病や世話をしてくれる人

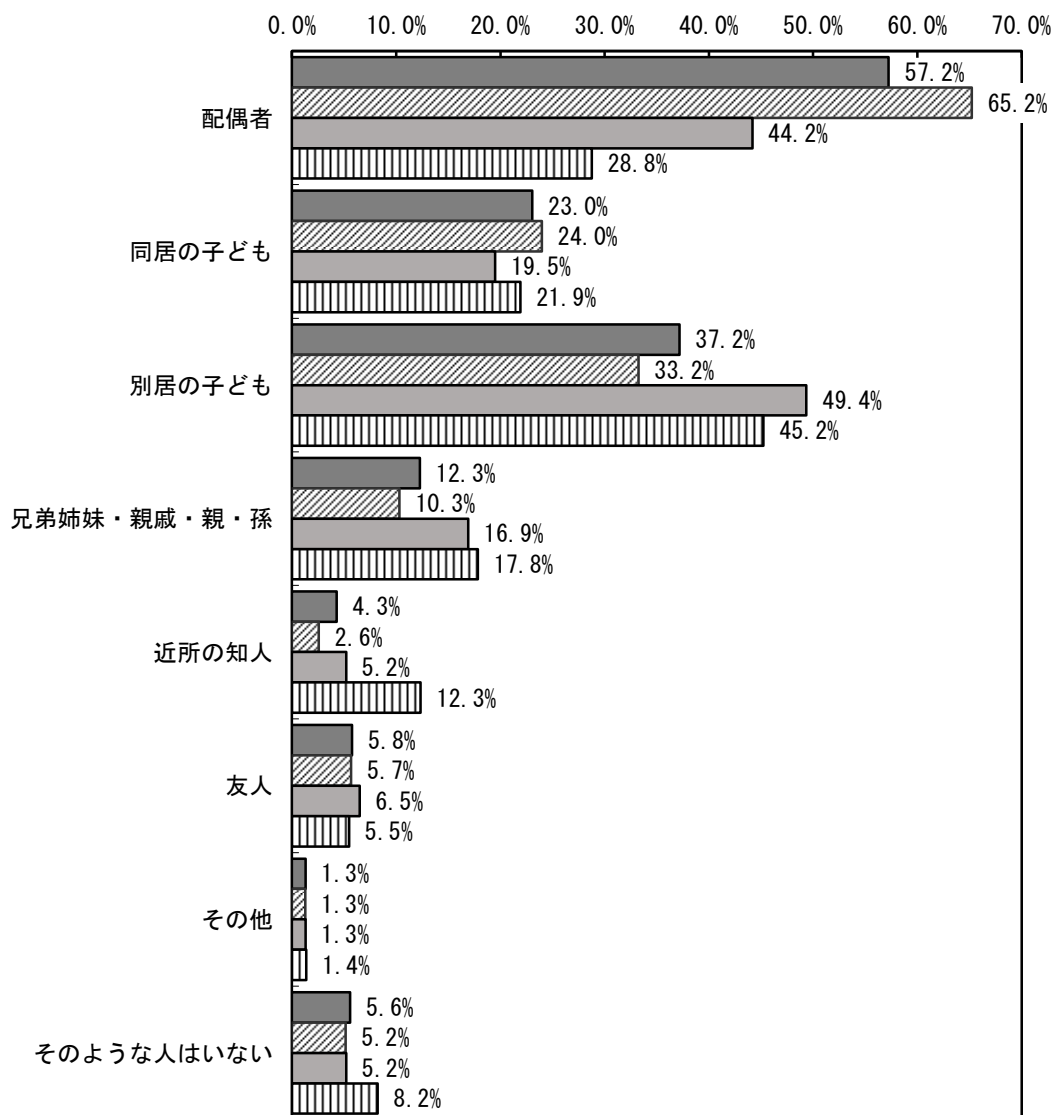
問 8 (3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人はどんな人ですか
(○はいくつでも)

自立では、「配偶者」65.2%が最も多く、次いで「別居の子ども」33.2%、「同居の子ども」24.0%となっています。

要支援では、「別居の子ども」49.4%が最も多く、次いで「配偶者」44.2%、「同居の子ども」19.5%となっています。

総合事業対象者では、「別居の子ども」45.2%が最も多く、次いで「配偶者」28.8%、「同居の子ども」21.9%となっています。

【図 6-3 看病や世話をしてくれる人】



■全体 (N=538) ▨自立 (N=388) □要支援 (N=77) ▩総合事業対象者 (N=73)

(4) 看病や世話をしあける人

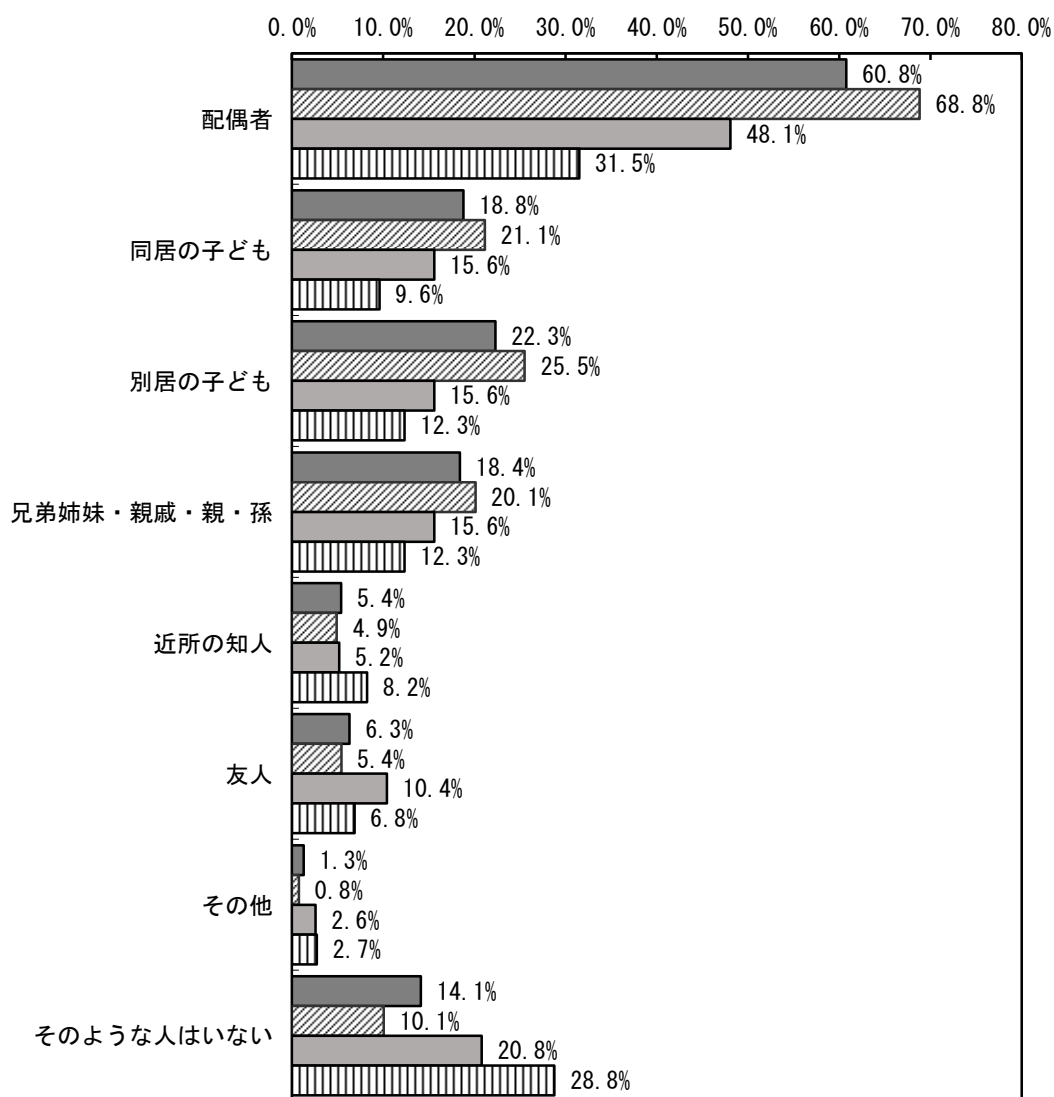
問 8 (4) 反対に、看病や世話をしあける人はどんな人ですか (○はいくつでも)

自立では、「配偶者」68.8%が最も多く、次いで「別居の子ども」25.5%、「同居の子ども」21.1%となっています。

要支援では、「配偶者」48.1%が最も多く、次いで「そのような人はいない」20.8%、「同居の子ども」、「別居の子ども」、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」いずれも 15.6%となっています。

総合事業対象者では、「配偶者」31.5%が最も多く、次いで「そのような人はいない」28.8%、「別居の子ども」、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」いずれも 12.3%となっています。

【図 6-4 看病や世話をしあける人】



■全体 (N=538) ▨自立 (N=388) □要支援 (N=77) ▩総合事業対象者 (N=73)

(5) 相談相手

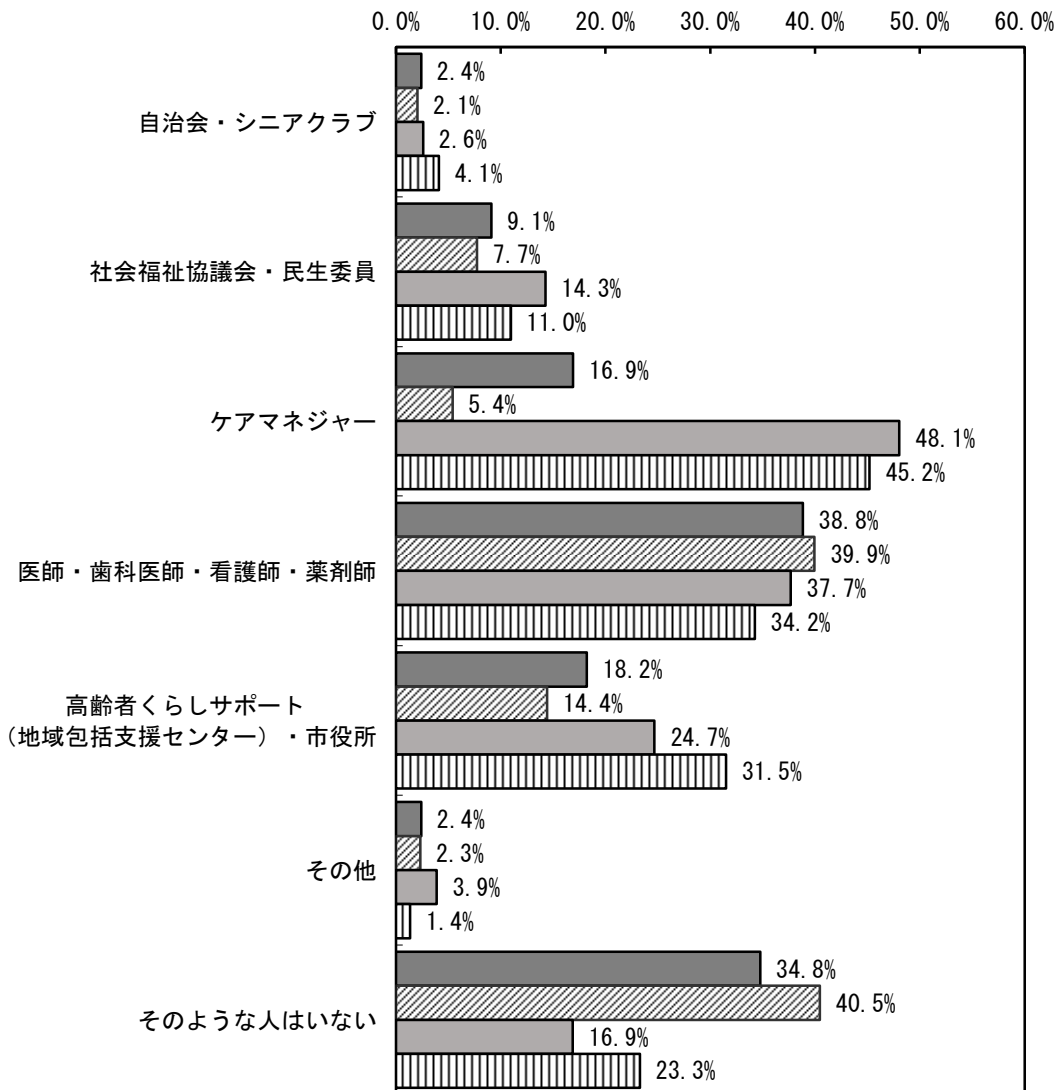
問 8 (5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください (〇はいくつでも)

自立では、「そのような人はいない」40.5%が最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師・薬剤師」39.9%、「高齢者くらしサポート (地域包括支援センター)・市役所」が 14.4%となっています。

要支援では、「ケアマネジャー」48.1%が最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師・薬剤師」が 37.7%、「高齢者くらしサポート (地域包括支援センター)・市役所」が 24.7%となっています。

総合事業対象者では、「ケアマネジャー」45.2%が最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師・薬剤師」が 34.2%、「高齢者くらしサポート (地域包括支援センター)・市役所」が 31.5%となっています。

【図 6-5 相談相手】



■全体 (N=538) ▨自立 (N=388) □要支援 (N=77) ▤総合事業対象者 (N=73)

7. 健康について

(1) 健康状態

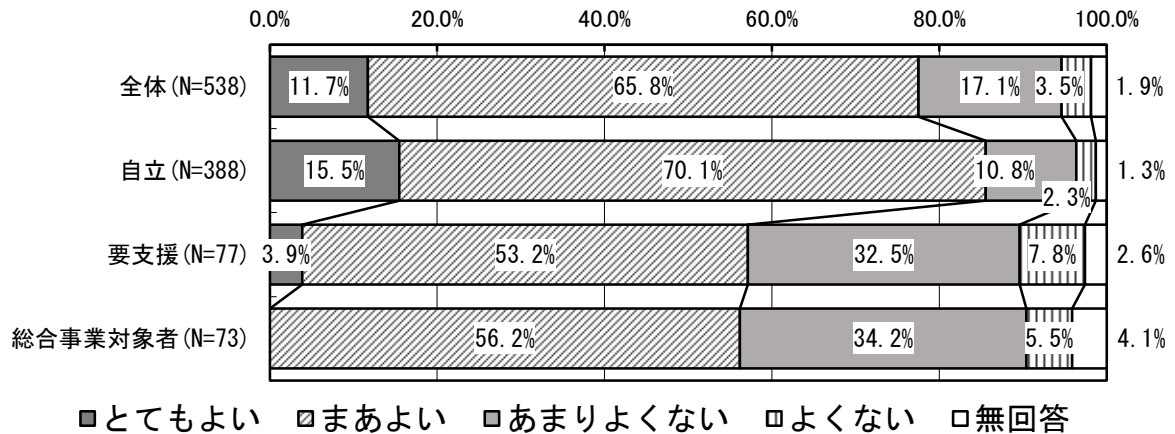
問9 (1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか (○は1つ)

自立では、「まあよい」70.1%が最も多く、次いで「とてもよい」15.5%、「あまりよくない」10.8%となっています。

要支援では、「まあよい」53.2%が最も多く、次いで「あまりよくない」32.5%、「よくない」7.8%となっています。

総合事業対象者では、「まあよい」56.2%が最も多く、次いで「あまりよくない」34.2%、「よくない」5.5%となっています。

【図7-1 健康状態】



(2) 幸福度

問9 (2) あなたは、現在どの程度幸せですか

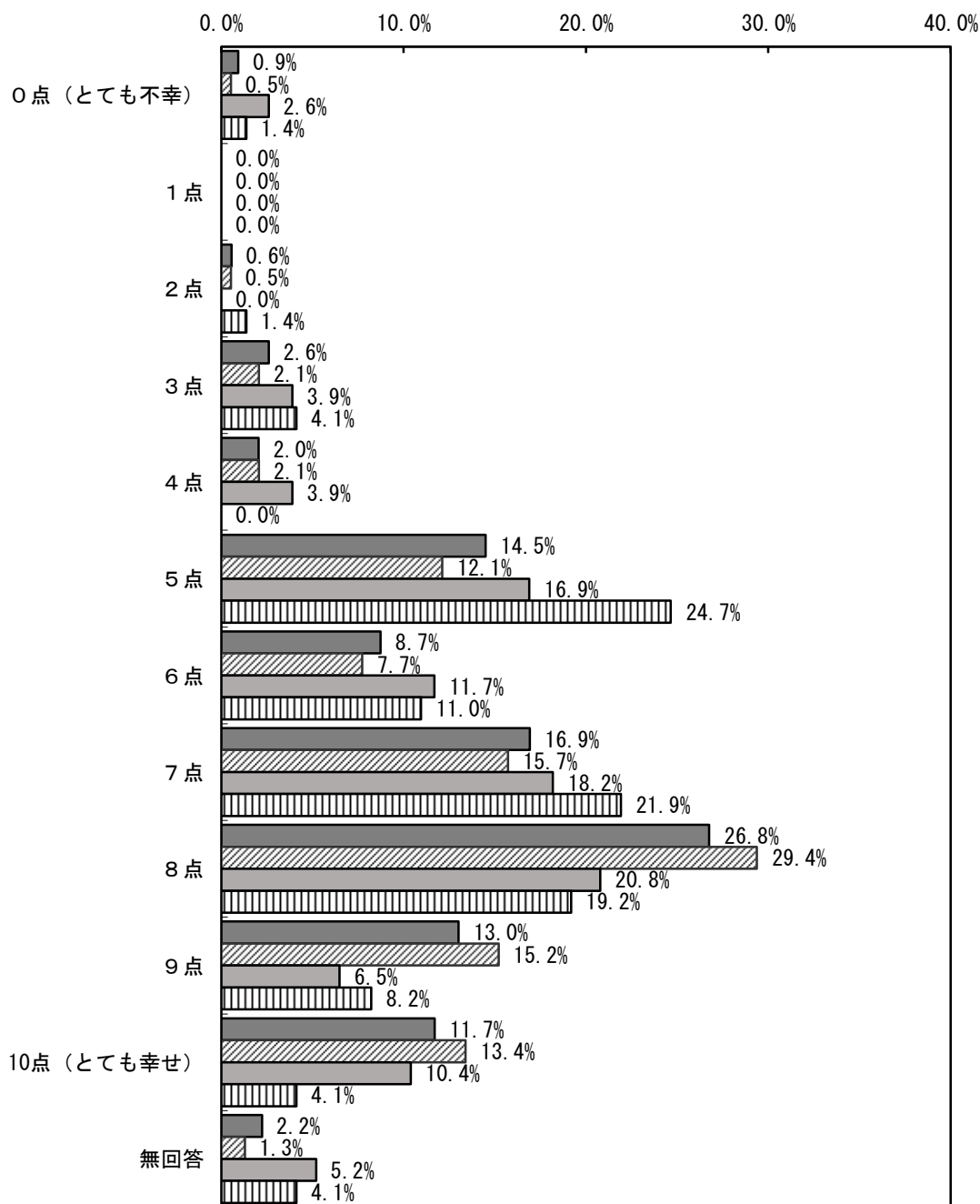
(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、点数に○をつけてください)

自立では、「8点」29.4%が最も多く、次いで「7点」15.7%、「9点」15.2%となっています。

要支援では、「8点」20.8%が最も多く、次いで「7点」18.2%、「5点」16.9%となっています。

総合事業対象者では、「5点」24.7%が最も多く、次いで「7点」21.9%、「8点」19.2%となっています。

【図7-2 幸福度】



■全体 (N=538) ▨自立 (N=388) □要支援 (N=77) ▩総合事業対象者 (N=73)

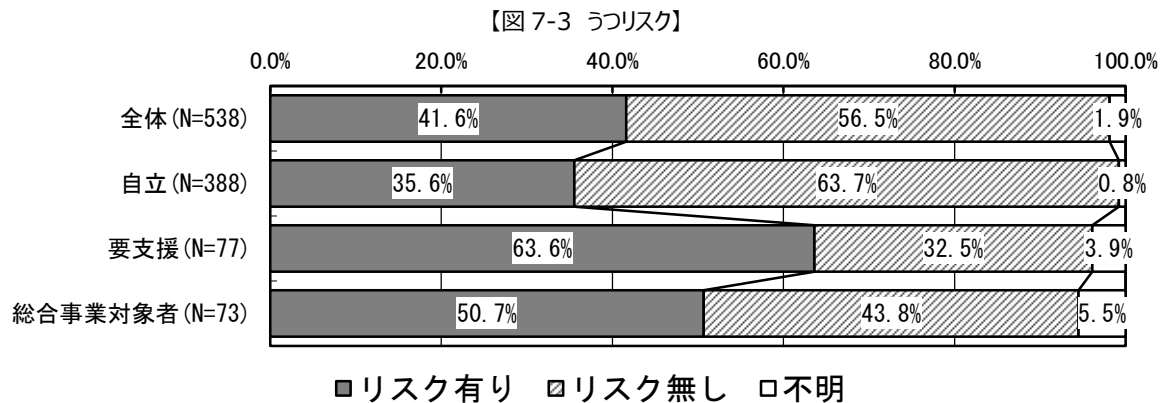
(3) うつリスク

基本チェックリストでは、第1号被保険者調査の調査票に含まれる以下の設問2問中1問以上に該当した場合にうつ「リスクあり」に該当します。

表 うつに関する設問（基本チェックリスト）

問番号	設問	該当する選択肢
問9(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	「はい」
問9(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	「はい」

うつリスクについてみると「リスクあり」が、自立では35.6%、要支援では63.6%、総合事業対象者では50.7%、となっています。



うつリスクを、性別で見ると、「リスクあり」は女性 46.0%のかたがやや多くなっています。年代では、70歳以降では、年齢が高いほど「リスクあり」が多くなっています。居住小学校区別では、「リスクあり」は萱野小学校区 55.8%で最も多く、次いで、西南小学校区 50.9%、箕面小学校区 47.1%などとなっています。

(※止々呂美小学校区、彩都の丘小学校区は、母数が少ないため、分析文では省略しています。)

【図 7-3-1 性別・年代別・居住小学校区別 うつリスク（全体）】

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
男性	78 35.5%	141 64.1%	1 0.5%	220 100.0%
女性	143 46.0%	160 51.4%	8 2.6%	311 100.0%
無回答	3 42.9%	3 42.9%	1 14.3%	7 100.0%
合計	224 41.6%	304 56.5%	10 1.9%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
65～69歳	37 37.8%	59 60.2%	2 2.0%	98 100.0%
70～74歳	37 33.3%	74 66.7%	0 0.0%	111 100.0%
75～79歳	46 40.4%	66 57.9%	2 1.8%	114 100.0%
80～84歳	51 47.2%	55 50.9%	2 1.9%	108 100.0%
85歳以上	47 48.5%	47 48.5%	3 3.1%	97 100.0%
無回答	6 60.0%	3 30.0%	1 10.0%	10 100.0%
合計	224 41.6%	304 56.5%	10 1.9%	538 100.0%

	リスクあり	リスクなし	不明	合計
箕面小学校区	24 47.1%	27 52.9%	0 0.0%	51 100.0%
萱野小学校区	24 55.8%	18 41.9%	1 2.3%	43 100.0%
北小学校区	12 30.8%	26 66.7%	1 2.6%	39 100.0%
南小学校区	17 42.5%	23 57.5%	0 0.0%	40 100.0%
西小学校区	14 31.8%	28 63.6%	2 4.5%	44 100.0%
東小学校区	24 40.0%	34 56.7%	2 3.3%	60 100.0%
西南小学校区	29 50.9%	26 45.6%	2 3.5%	57 100.0%
萱野東小学校区	14 35.0%	26 65.0%	0 0.0%	40 100.0%
豊川北小学校区	16 44.4%	20 55.6%	0 0.0%	36 100.0%
中小学区	10 37.0%	17 63.0%	0 0.0%	27 100.0%
豊川南小学校区	14 36.8%	23 60.5%	1 2.6%	38 100.0%
萱野北小学校区	14 46.7%	16 53.3%	0 0.0%	30 100.0%
止々呂美小学校区	3 50.0%	3 50.0%	0 0.0%	6 100.0%
彩都の丘小学校区	0 0.0%	4 100.0%	0 0.0%	4 100.0%
無回答	9 39.1%	13 56.5%	1 4.3%	23 100.0%
合計	224 41.6%	304 56.5%	10 1.9%	538 100.0%

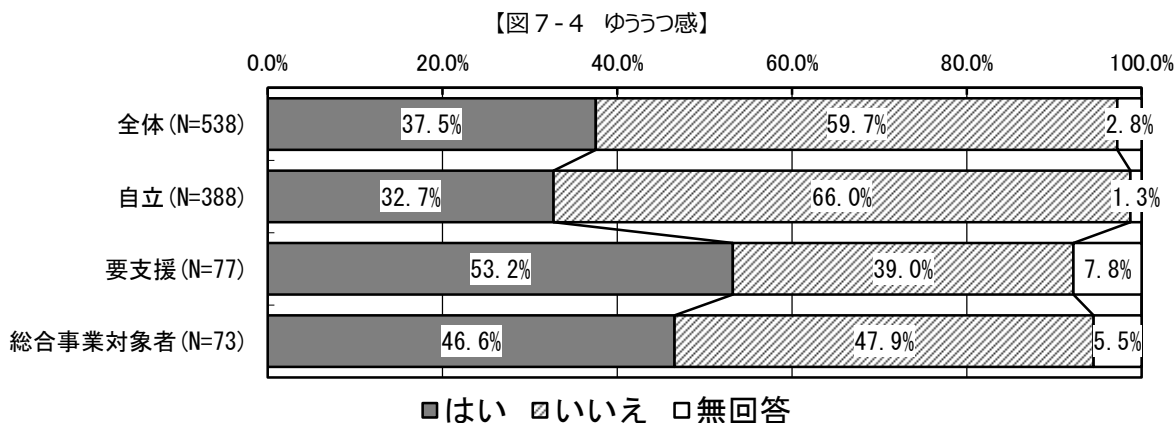
(4) ゆうつ感

問9 (3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆ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)

自立では、「いいえ」66.0%が、「はい」32.7%より多くなっています。

要支援では、「はい」53.2%が、「いいえ」39.0%より多くなっています。

総合事業対象者では、「いいえ」47.9%が、「はい」46.6%よりわずかに多くなっています。



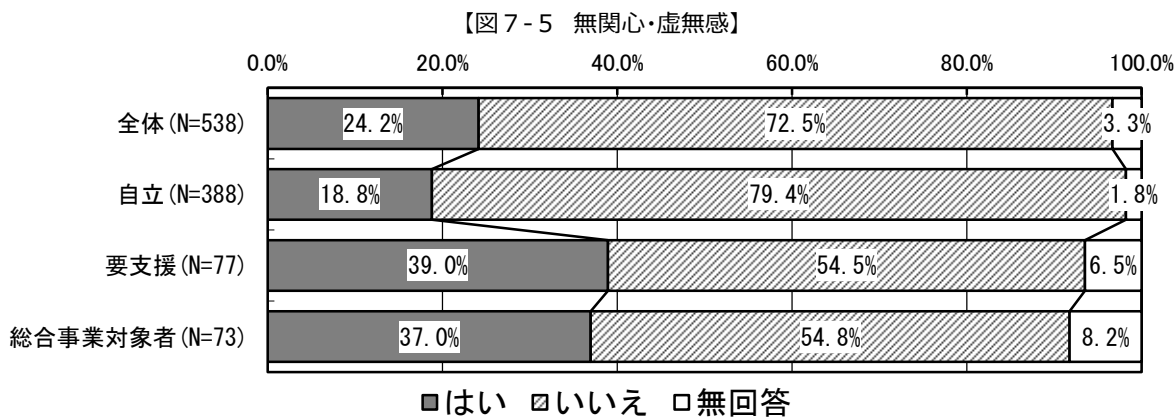
(5) 無関心・虚無感

問9 (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 (○は1つ)

自立では、「いいえ」79.4%が、「はい」18.8%より多くなっています。

要支援では、「いいえ」54.5%が、「はい」39.0%より多くなっています。

総合事業対象者では、「いいえ」54.8%が、「はい」37.0%より多くなっています。



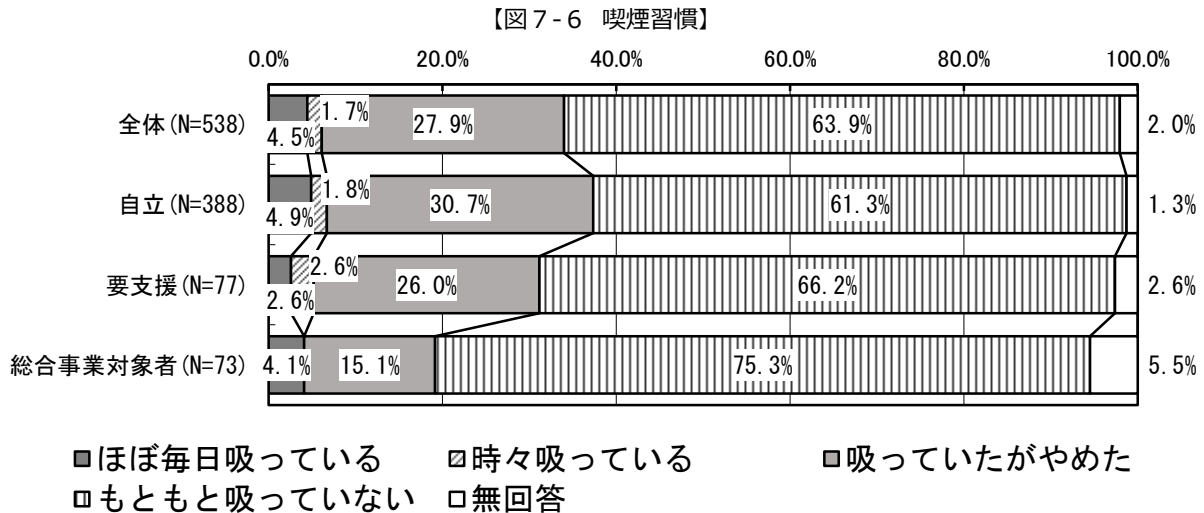
(6) 喫煙習慣

問9 (5) タバコは吸っていますか (○は1つ)

自立では、「もともと吸っていない」61.3%が最も多く、次いで「吸っていたがやめた」30.7%、「ほぼ毎日吸っている」4.9%となっています。

要支援では、「もともと吸っていない」66.2%が最も多く、次いで「吸っていたがやめた」26.0%、「ほぼ毎日吸っている」、「時々吸っている」いずれも 2.6%となっています。

総合事業対象者では、「もともと吸っていない」75.3%が最も多く、次いで「吸っていたがやめた」15.1%、「ほぼ毎日吸っている」4.1%となっています。



喫煙習慣を性別で見ると、「ほぼ毎日吸っている」は、男性 9.1%、女性 1.3%となっています。また、男性では「吸っていたがやめた」が 58.2%、女性では「もともと吸っていない」が 89.4%となっています。

【図 7-6-1 性別 喫煙習慣 (全体)】

	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	合計
男性	20 9.1%	7 3.2%	128 58.2%	64 29.1%	1 0.5%	220 100.0%
女性	4 1.3%	2 0.6%	20 6.4%	278 89.4%	7 2.3%	311 100.0%
無回答	0 0.0%	0 0.0%	2 28.6%	2 28.6%	3 42.9%	7 100.0%
合計	24 4.5%	9 1.7%	150 27.9%	344 63.9%	11 2.0%	538 100.0%

(7) 治療中・後遺症のある病気

問9 (6) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (○はい/×でも)

自立では、「高血圧」40.7%が最も多く、次いで「ない」20.6%、「高脂血症（脂質異常）」19.3%となっています。

要支援では、「高血圧」49.4%が最も多く、次いで「心臓病」29.9%、「目の病気」24.7%となっています。

総合事業対象者では、「高血圧」46.6%が最も多く、次いで「目の病気」28.8%、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症など）」24.7%となっています。

【図7-7 治療中・後遺症のある病気】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
ない	85	15.8%	80	20.6%	3	3.9%	2	2.7%
高血圧	230	42.8%	158	40.7%	38	49.4%	34	46.6%
脳卒中（脳出血・脳梗塞など）	13	2.4%	6	1.5%	3	3.9%	4	5.5%
心臓病	75	13.9%	36	9.3%	23	29.9%	16	21.9%
糖尿病	78	14.5%	50	12.9%	17	22.1%	11	15.1%
高脂血症（脂質異常）	98	18.2%	75	19.3%	10	13.0%	13	17.8%
呼吸器の病気（肺炎や気管支炎など）	29	5.4%	17	4.4%	5	6.5%	7	9.6%
胃腸・肝臓・胆のうの病気	24	4.5%	14	3.6%	7	9.1%	3	4.1%
腎臓・前立腺の病気	43	8.0%	28	7.2%	9	11.7%	6	8.2%
筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症など）	82	15.2%	50	12.9%	14	18.2%	18	24.7%
外傷（転倒・骨折など）	17	3.2%	6	1.5%	7	9.1%	4	5.5%
がん（悪性新生物）	24	4.5%	14	3.6%	7	9.1%	3	4.1%
血液・免疫の病気	8	1.5%	4	1.0%	2	2.6%	2	2.7%
うつ病	6	1.1%	4	1.0%	1	1.3%	1	1.4%
認知症（アルツハイマー病など）	3	0.6%	1	0.3%	2	2.6%	0	0.0%
パーキンソン病	5	0.9%	4	1.0%	1	1.3%	0	0.0%
目の病気	93	17.3%	53	13.7%	19	24.7%	21	28.8%
耳の病気	41	7.6%	18	4.6%	11	14.3%	12	16.4%
その他	32	5.9%	18	4.6%	8	10.4%	6	8.2%
有効回答数	538	100.0%	388	100.0%	77	100.0%	73	100.0%

8. 認知症や成年後見制度について

(1) 認知症の症状がある人の有無

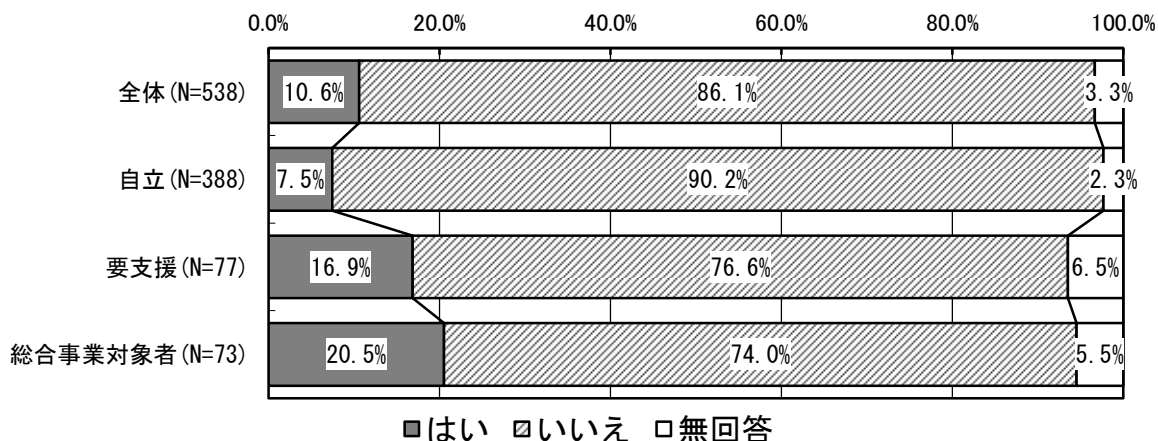
問 10 (1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか (○は 1 つ)

自立では、「はい」が 7.5%となっています。

要支援では、「はい」が 16.9%となっています。

総合事業対象者では、「はい」が 20.5%となっています。

【図 8 - 1 認知症の症状がある人の有無】



(2) 認知症に関する相談窓口

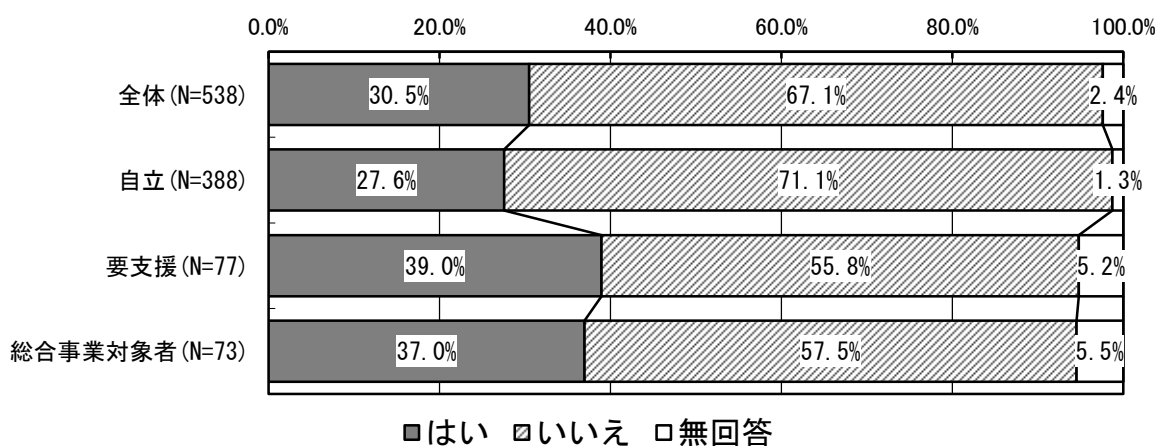
問 10 (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか (○は 1 つ)

自立では、「はい」が 27.6%となっています。

要支援では、「はい」が 39.0%となっています。

総合事業対象者では、「はい」が 37.0%となっています。

【図 8 - 2 認知症に関する相談窓口】



(3) 知っている認知症に関する相談窓口

【問 10 (2) において、「はい」のかたのみ】

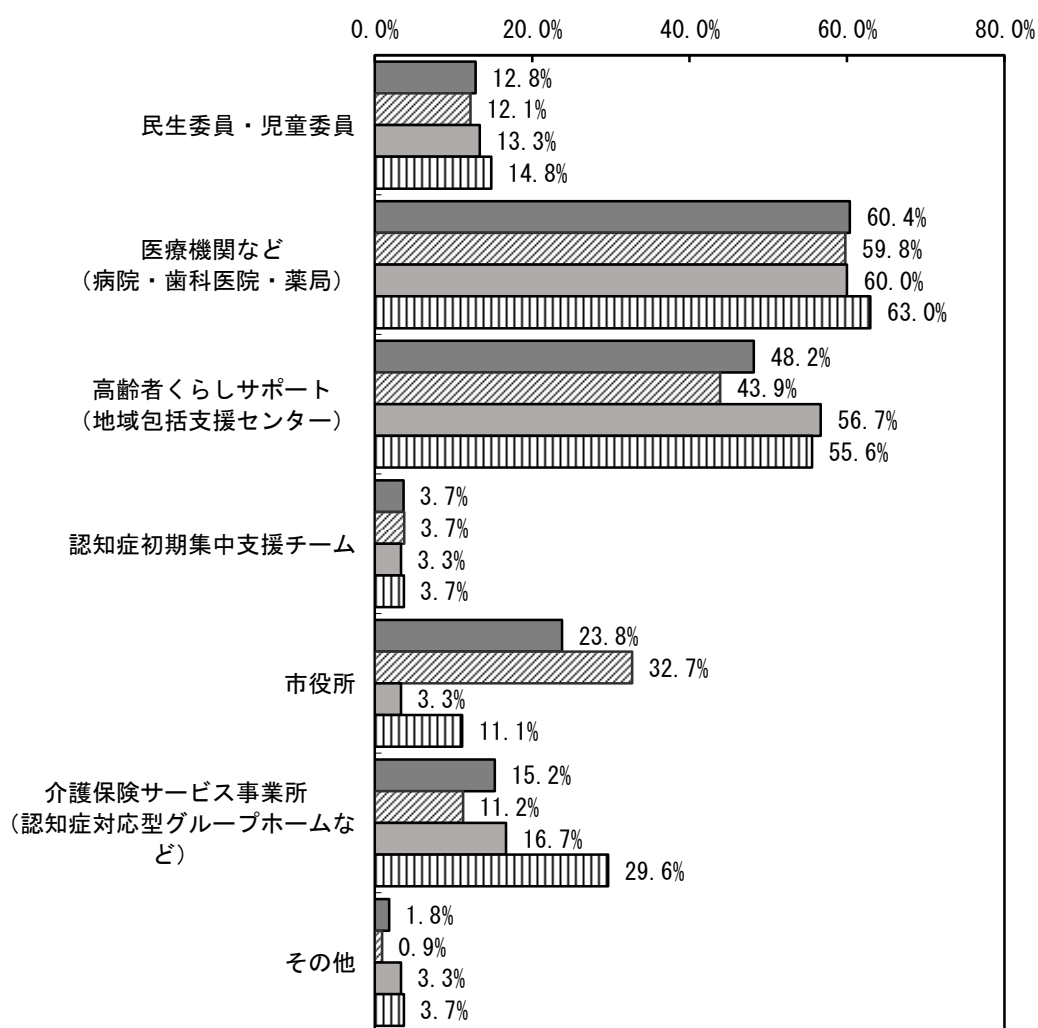
認知症に関する相談窓口について、あなたが知っている窓口はどれですか (○はいくつでも)

自立では、「医療機関など (病院・歯科医院・薬局)」59.8%が最も多く、次いで「高齢者くらしサポート (地域包括支援センター)」43.9%、「市役所」32.7%となっています。

要支援では、「医療機関など (病院・歯科医院・薬局)」60.0%が最も多く、次いで「高齢者くらしサポート (地域包括支援センター)」56.7%、「介護保険サービス事業所 (認知症対応型グループホームなど)」16.7%となっています。

総合事業対象者では、「医療機関など (病院・歯科医院・薬局)」63.0%が最も多く、次いで「高齢者くらしサポート (地域包括支援センター)」55.6%、「介護保険サービス事業所 (認知症対応型グループホームなど)」29.6%となっています。

【図 8-3 知っている認知症に関する相談窓口】



■全体 (N=164) ▨自立 (N=107) □要支援 (N=30) ▩総合事業対象者 (N=27)

(4) 認知症について知っていること

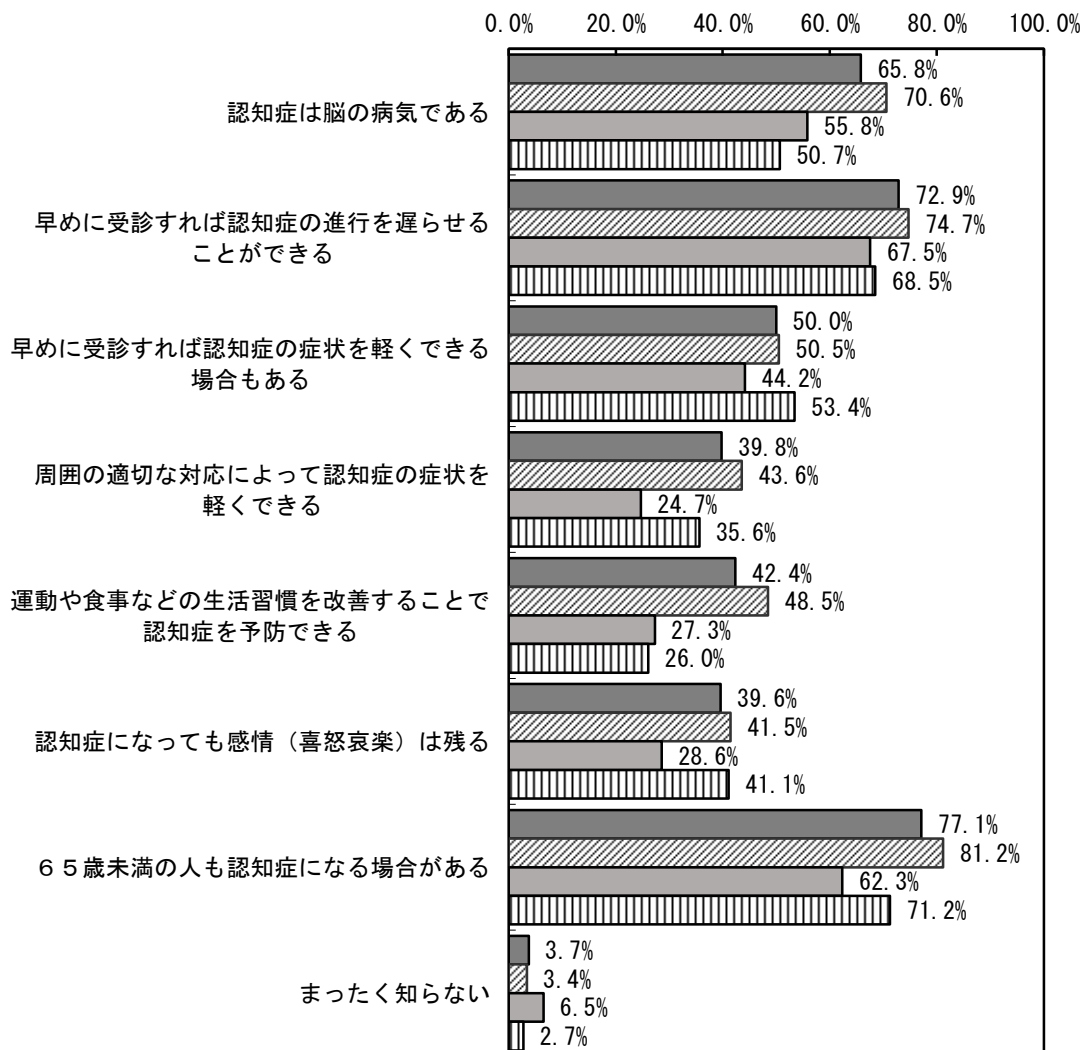
問 10 (3) 認知症についてあなたが知っていることはありますか (○はい/△は多少/□はいくつでも)

自立では、「65歳未満の人も認知症になる場合がある」81.2%が最も多く、次いで「早めに受診すれば認知症の進行を遅らせることができる」74.7%、「認知症は脳の病気である」70.6%となっています。

要支援では、「早めに受診すれば認知症の進行を遅らせることができる」67.5%が最も多く、次いで「65歳未満の人も認知症になる場合がある」62.3%、「認知症は脳の病気である」55.8%となっています。

総合事業対象者では、「65歳未満の人も認知症になる場合がある」71.2%が最も多く、次いで「早めに受診すれば認知症の症状を軽くできる場合もある」53.4%、「早めに受診すれば認知症の進行を遅らせることができる」48.5%、「認知症は脳の病気である」43.6%となっています。

【図 8-4 認知症について知っていること】



■全体 (N=538) ▨自立 (N=388) □要支援 (N=77) ▤総合事業対象者 (N=73)

(5) 認知症についての考え

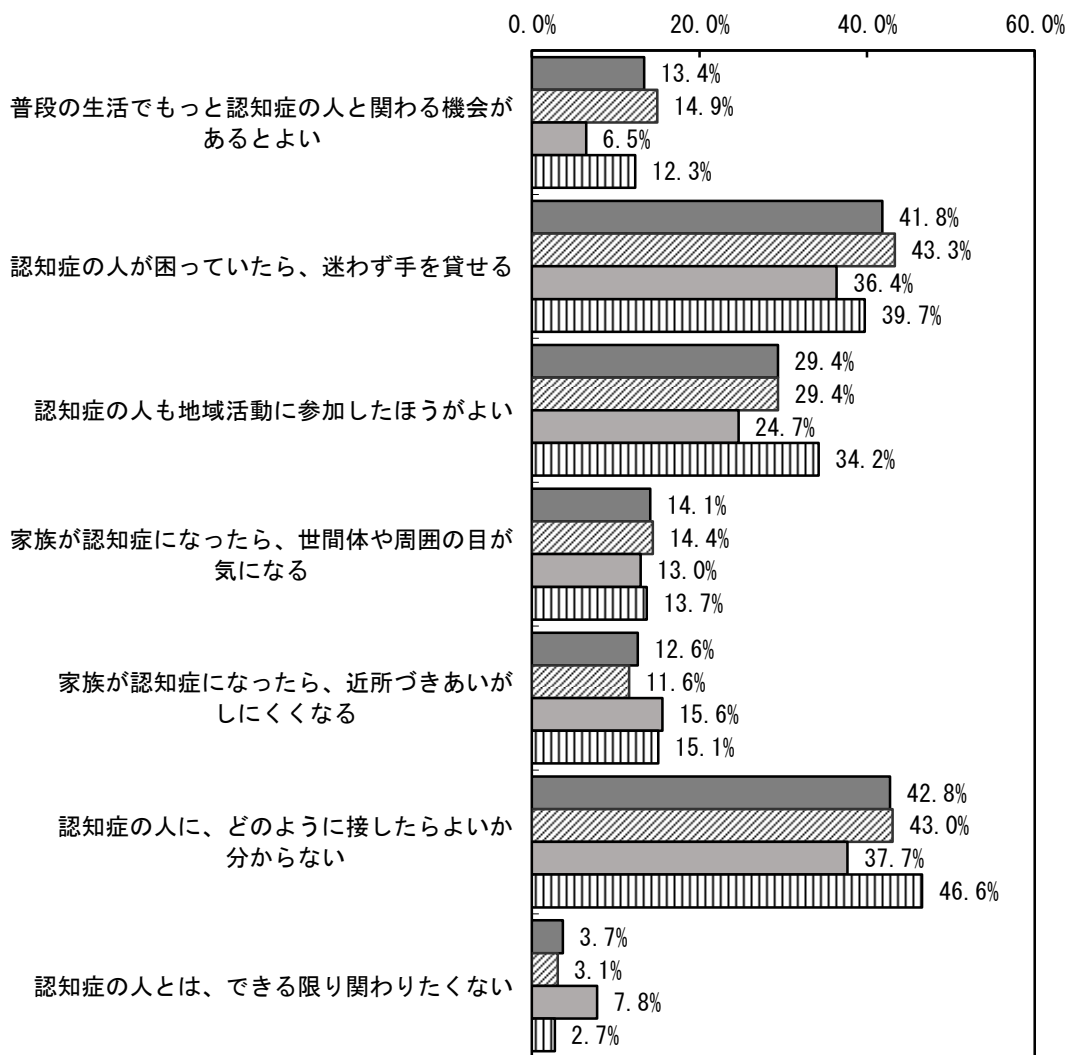
問 10 (4) 認知症について、あなたの考えに近いものはどれですか (〇はいくつでも)

自立では、「認知症の人が困っていたら、迷わず手を貸せる」43.3%が最も多く、次いで「認知症の人に、どのように接したらよいか分からない」43.0%、「認知症の人も地域活動に参加したほうがよい」29.4%となっています。

要支援では、「認知症の人に、どのように接したらよいか分からない」37.7%が最も多く、次いで「認知症の人が困っていたら、迷わず手を貸せる」36.4%、「認知症の人も地域活動に参加したほうがよい」24.7%となっています。

総合事業対象者では、「認知症の人に、どのように接したらよいか分からない」46.6%が最も多く、次いで「認知症の人が困っていたら、迷わず手を貸せる」39.7%、「認知症の人も地域活動に参加したほうがよい」34.2%となっています。

【図 8-5 認知症についての考え】



■全体 (N=538) □自立 (N=388) □要支援 (N=77) □総合事業対象者 (N=73)

(6) 成年後見制度の認知度

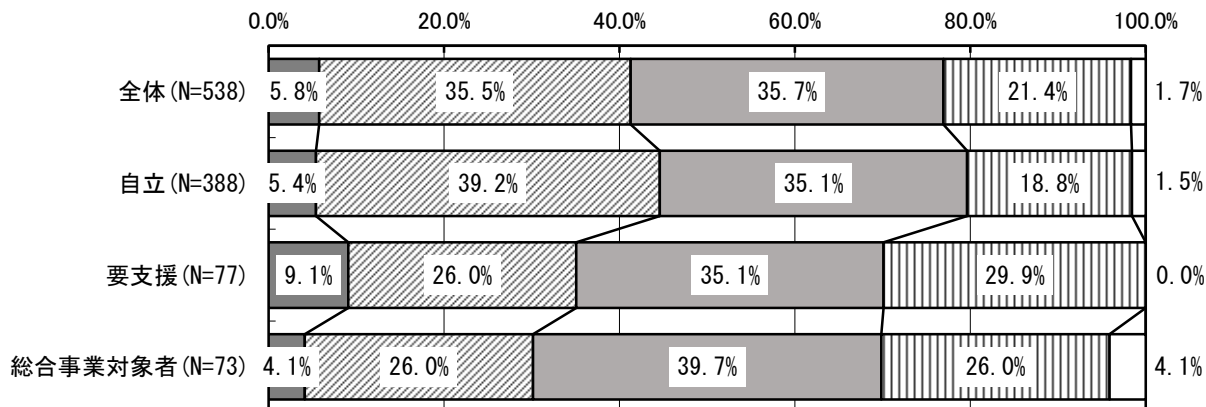
問 10 (5) 成年後見制度を知っていますか (○は 1 つ)

自立では、「くわしい内容は知らないが、おおまかなことを知っている」39.2%が最も多く、次いで「名前を聞いたことがあるが、内容はよく知らない」35.1%、「まったく知らない」18.8%となっています。

要支援では、「名前を聞いたことがあるが、内容はよく知らない」35.1%が最も多く、次いで「まったく知らない」29.9%、「くわしい内容は知らないが、おおまかなことを知っている」26.0%となっています。

総合事業対象者では、「名前を聞いたことがあるが、内容はよく知らない」39.7%が最も多く、次いで「くわしい内容は知らないが、おおまかなことを知っている」、「まったく知らない」いずれも 26.0%となっています。

【図 8 - 6 成年後見制度の認知度】



- くわしい内容を知っている
- ▨ くわしい内容は知らないが、おおまかなことを知っている
- ▩ 名前を聞いたことがあるが、内容はよく知らない
- まったく知らない
- 無回答

9. 運動や介護予防について

(1) 健康や介護予防のために気をつけていること

問 11 (1) 健康や介護予防のために気をつけていることはありますか (○はいくつでも)

自立では、「歯みがきの習慣など、歯・口の健康に気をつけている」70.6%が最も多く、次いで「適度な運動を心がけている」69.6%、「食事の量や栄養に気をつけている（塩分の取り過ぎ、食べ過ぎの防止など）」61.1%となっています。

要支援では、「歯みがきの習慣など、歯・口の健康に気をつけている」68.8%が最も多く、次いで「適度な運動を心がけている」62.3%、「十分な睡眠や休息をとっている」54.5%となっています。

総合事業対象者では、「歯みがきの習慣など、歯・口の健康に気をつけている」65.8%が最も多く、次いで「食事の量や栄養に気をつけている（塩分の取り過ぎ、食べ過ぎの防止など）」60.3%、「家族や友人とのふれあいを大切にしている」53.4%となっています。

【図 9-1 健康や介護予防のために気をつけていること】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
年に1回は必ず健診を受けている	296	55.0%	230	59.3%	32	41.6%	34	46.6%
食事の量や栄養に気をつけている（塩分の取り過ぎ、食べ過ぎの防止など）	322	59.9%	237	61.1%	41	53.2%	44	60.3%
適度な運動を心がけている	356	66.2%	270	69.6%	48	62.3%	38	52.1%
十分な睡眠や休息をとっている	307	57.1%	229	59.0%	42	54.5%	36	49.3%
定期的（3か月以内ごと）に歯科健診や歯科医院でのお口のケアに通っている	217	40.3%	158	40.7%	32	41.6%	27	37.0%
歯みがきの習慣など、歯・口の健康に気をつけている	375	69.7%	274	70.6%	53	68.8%	48	65.8%
禁煙している、または節煙を心がけている	140	26.0%	113	29.1%	13	16.9%	14	19.2%
禁酒している、またはお酒を飲みすぎないように心がけている	142	26.4%	108	27.8%	18	23.4%	16	21.9%
規則正しいリズムで生活している	253	47.0%	188	48.5%	28	36.4%	37	50.7%
家族や友人とのふれあいを大切にしている	302	56.1%	224	57.7%	39	50.6%	39	53.4%
仕事や趣味などで生きがいを持っている	190	35.3%	156	40.2%	16	20.8%	18	24.7%
特にない	24	4.5%	11	2.8%	3	3.9%	10	13.7%
その他	6	1.1%	5	1.3%	0	0.0%	1	1.4%
有効回答数	538	100.0%	388	100.0%	77	100.0%	73	100.0%

(2) 健康のために意識的に体を動かすこと

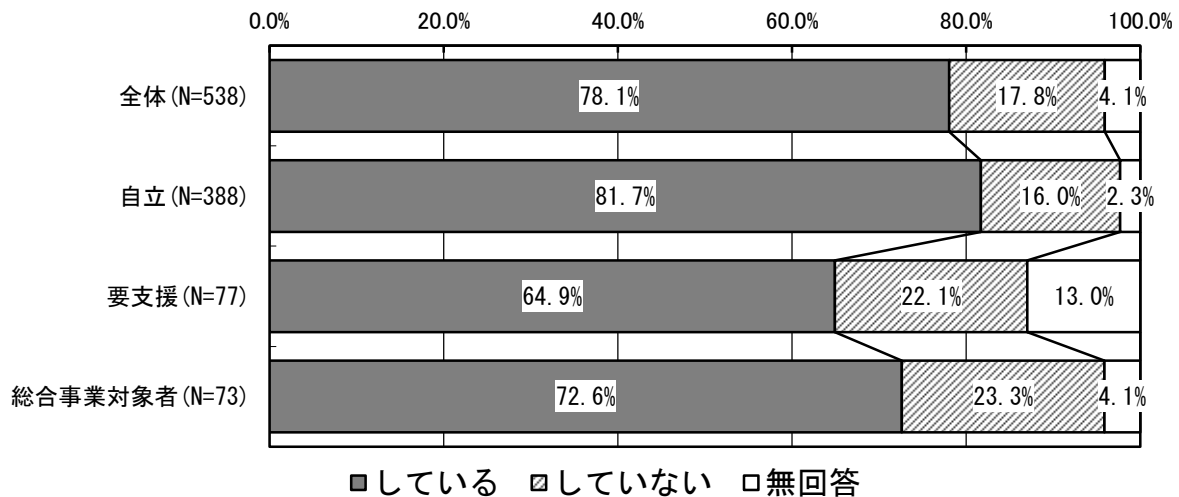
問 11 (2) 日常生活の中で、健康のために意識的に体を動かすようにしていますか (○は1つ)

自立では、「している」が81.7%に対して、「していない」は16.0%となっています。

要支援では、「している」が64.9%に対して、「していない」は22.1%となっています。

総合事業対象者では、「している」が72.6%に対して、「していない」は23.3%となっています。

【図9-2 健康のために意識的に体を動かすこと】



(3) しているスポーツ・活動

【問 1 1 (2) において「している」のかたのみ】

(2) -① どのように体を動かしていますか (○はいくつでも)

自立では、「ウォーキング・散歩」70.0%が最も多く、次いで「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」48.9%、「なるべく車を使用せず、徒歩・自転車を利用」29.7%）となっています。

要支援では、「ウォーキング・散歩」56.0%が最も多く、次いで「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」50.0%、「なるべく車を使用せず、徒歩・自転車を利用」22.0%となっています。

総合事業対象者では、「ウォーキング・散歩」62.3%が最も多く、次いで「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」58.5%、「ラジオ体操」26.4%となっています。

【図9-3 しているスポーツ・活動】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
ウォーキング・散歩	283	67.4%	222	70.0%	28	56.0%	33	62.3%
ジョギング・マラソン	9	2.1%	9	2.8%	0	0.0%	0	0.0%
サイクリング	9	2.1%	7	2.2%	1	2.0%	1	1.9%
野球・ソフトボール	1	0.2%	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%
サッカー	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
テニス	11	2.6%	10	3.2%	1	2.0%	0	0.0%
バレーボール	1	0.2%	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%
バスケットボール	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
バドミントン	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
卓球	10	2.4%	9	2.8%	0	0.0%	1	1.9%
ゴルフ	32	7.6%	31	9.8%	1	2.0%	0	0.0%
水泳	17	4.0%	14	4.4%	2	4.0%	1	1.9%
ラジオ体操	76	18.1%	53	16.7%	9	18.0%	14	26.4%
ダンス	10	2.4%	8	2.5%	1	2.0%	1	1.9%
エアロビクス	5	1.2%	5	1.6%	0	0.0%	0	0.0%
ヨガ・ストレッチ	51	12.1%	36	11.4%	5	10.0%	10	18.9%
武道（柔道・空手・剣道など）	3	0.7%	3	0.9%	0	0.0%	0	0.0%
太極拳	7	1.7%	5	1.6%	0	0.0%	2	3.8%
ボウリング	2	0.5%	1	0.3%	0	0.0%	1	1.9%
スポーツジムのトレーニング	33	7.9%	26	8.2%	5	10.0%	2	3.8%
なるべく車を使用せず、徒歩・自転車を利用	111	26.4%	94	29.7%	11	22.0%	6	11.3%
普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす	211	50.2%	155	48.9%	25	50.0%	31	58.5%
その他	29	6.9%	17	5.4%	6	12.0%	6	11.3%
有効回答数	420	100.0%	317	100.0%	50	100.0%	53	100.0%

(4) 運動習慣

【問 1 1 (2) において「している」のかたのみ】

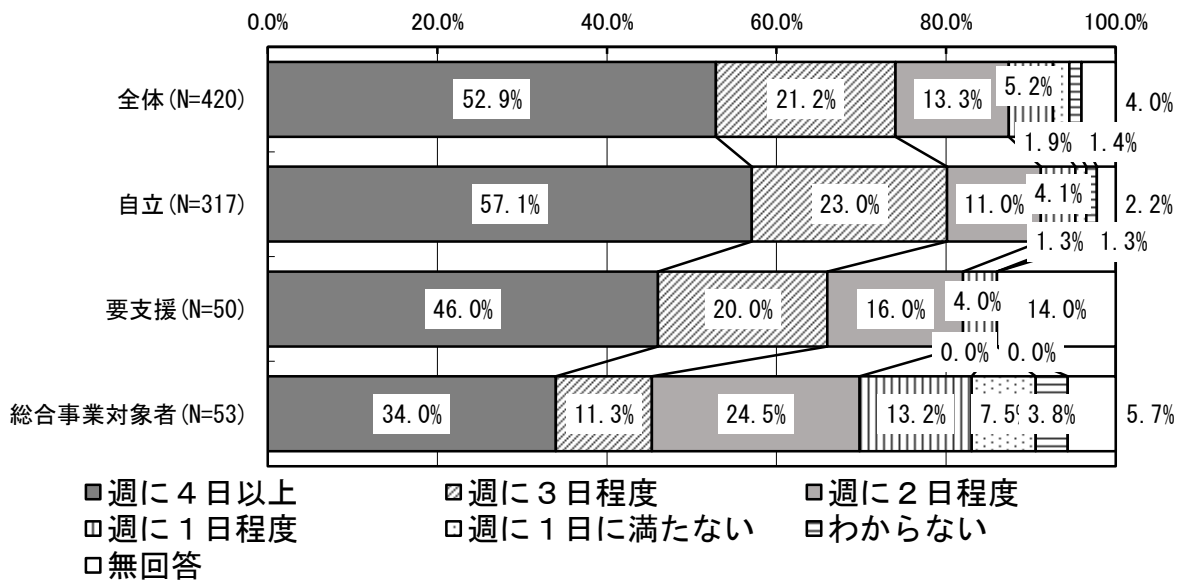
(2) -② 体を動かしている日数は、週に何日程度になりますか (○は 1 つ)

自立では、「週に 4 日以上」57.1%が最も多く、次いで「週に 3 日程度」23.0%、「週に 2 日程度」11.0%となっています。

要支援では、「週に 4 日以上」46.0%が最も多く、次いで「週に 3 日程度」20.0%、「週に 2 日程度」16.0%となっています。

総合事業対象者では、「週に 4 日以上」34.0%が最も多く、次いで「週に 2 日程度」24.5%、「週に 1 日程度」13.2%となっています。

【図 9 - 4 運動習慣】



(5) 体を動かしている1日あたりの時間と継続状況

【問11(2)において「している」のかたのみ】

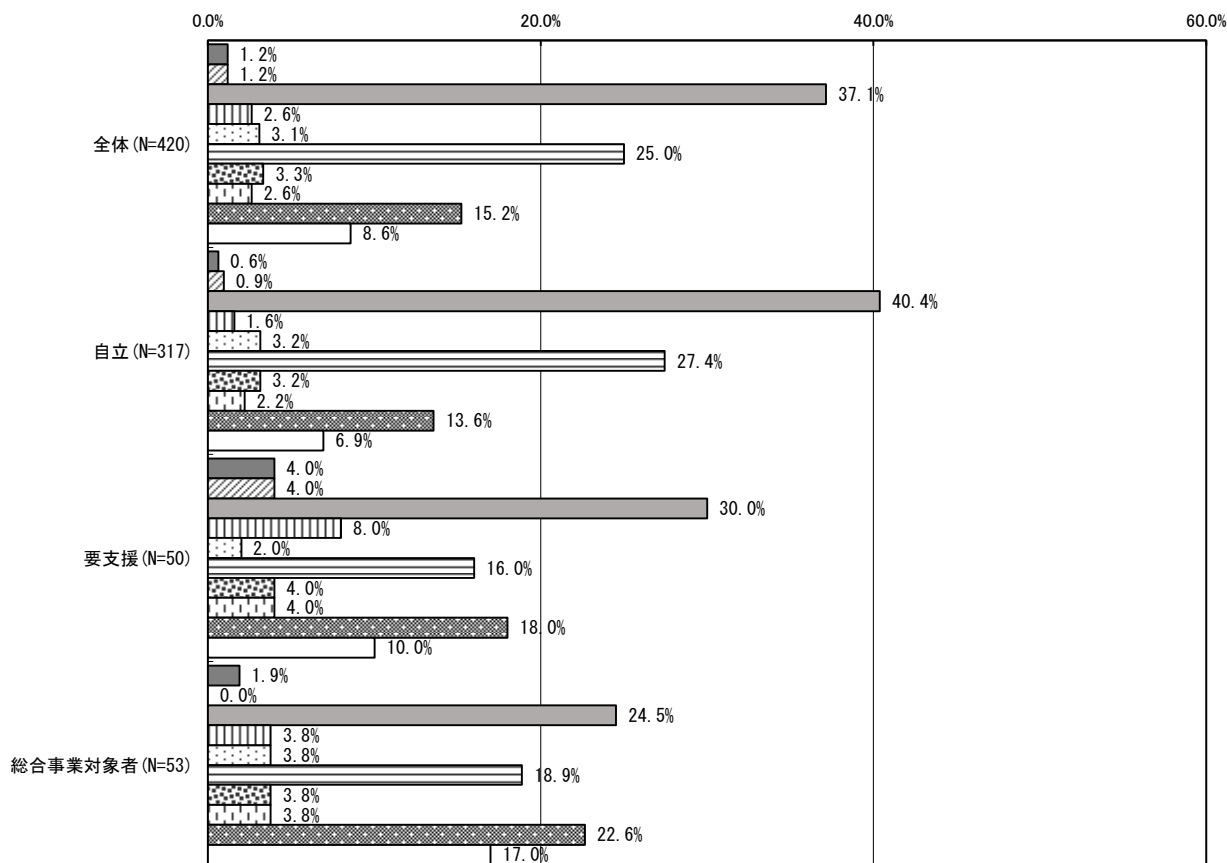
- (2) -③ 体を動かしている日はどの程度の時間動かしていますか（日によってばらつきがある場合は平均で）
- (2) -④ また、その運動を始めてからどれくらい継続されていますか
1から9のうち該当するところ1つに○をつけてください（○は1つ）

自立では、「1日で1時間以上の運動・始めてから1年以上」40.4%が最も多く、次いで「1日で30分以上1時間未満の運動・始めてから1年以上」27.4%、「1日で30分未満の運動・始めてから1年以上」13.6%となっています。

要支援では、「1日で1時間以上の運動・始めてから1年以上」30.0%が最も多く、次いで「1日で30分未満の運動・始めてから1年以上」18.0%、「1日で30分以上1時間未満の運動・始めてから1年以上」16.0%となっています。

総合事業対象者では、「1日で1時間以上の運動・始めてから1年以上」24.5%が最も多く、次いで「1日で30分未満の運動・始めてから1年以上」22.6%、「1日で30分以上1時間未満の運動・始めてから1年以上」18.9%となっています。

【図9-5 体を動かしている1日あたりの時間と継続状況】



- 1日で1時間以上の運動・始めてから6か月未満
- 1日で1時間以上の運動・始めてから1年以上
- 1日で30分以上1時間未満の運動・始めてから6か月以上1年未満
- 1日で30分以上1時間未満の運動・始めてから1年以上
- 1日で30分未満の運動・始めてから6か月未満
- 1日で30分未満の運動・始めてから6か月以上1年未満
- 1日で30分未満の運動・始めてから1年以上
- 無回答

(6) 体を動かしていない理由

【問 1 1 (2) において「していない」のかたのみ】

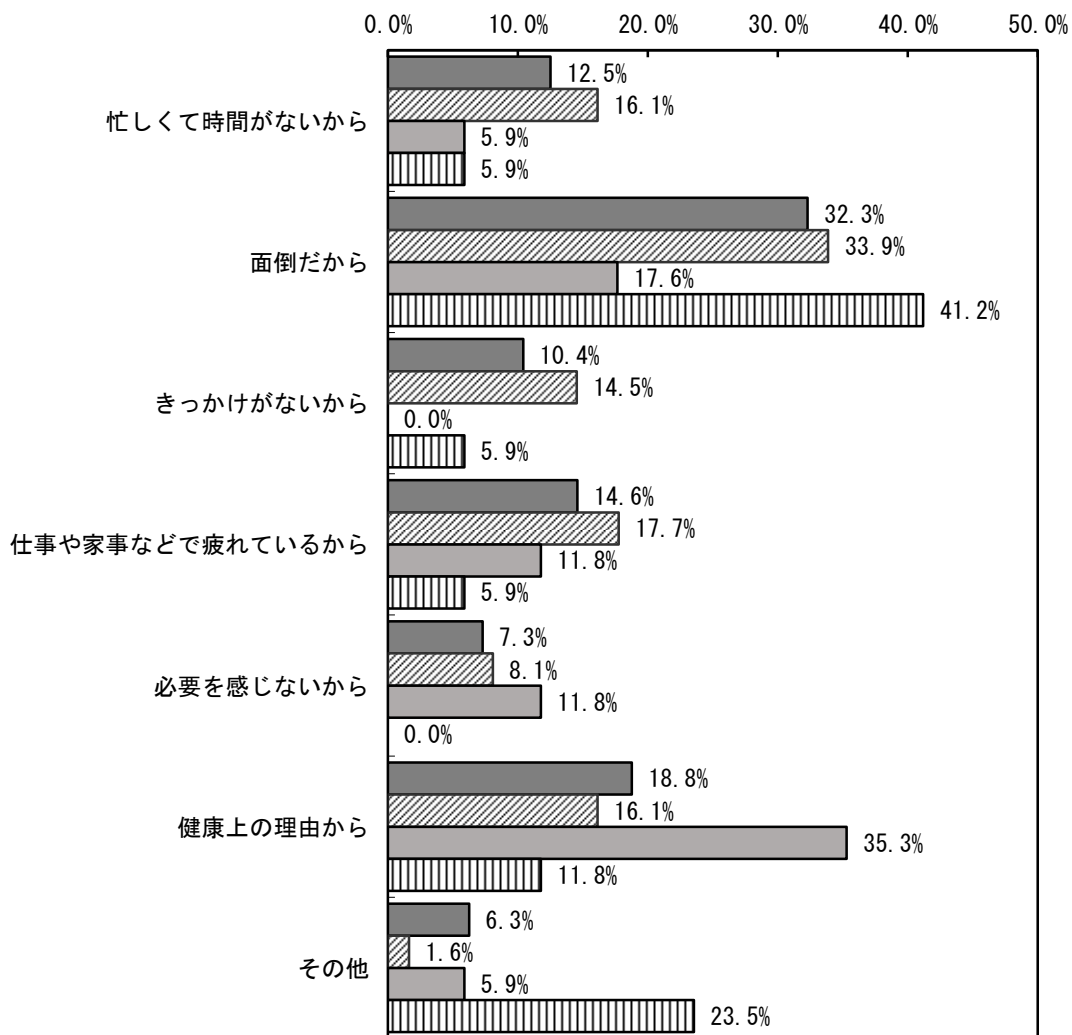
(2) -⑤ 体を動かしていない理由は次のどれですか (○は 1 つ)

自立では、「面倒だから」33.9%が最も多く、次いで「仕事や家事などで疲れているから」17.7%、「忙しくて時間がないから」、「健康上の理由から」いずれも 16.1%となっています。

要支援では、「健康上の理由から」35.3%が最も多く、次いで「面倒だから」17.6%、「仕事や家事などで疲れているから」、「必要を感じないから」いずれも 11.8%となっています。

総合事業対象者では、「面倒だから」41.2%が最も多く、次いで「その他」23.5%、「健康上の理由から」11.8%となっています。

【図 9 - 6 体を動かしていない理由】



■全体 (N=96) ▨自立 (N=62) □要支援 (N=17) ▩総合事業対象者 (N=17)

(7) 体を動かそうと思うきっかけ

【問 1 1 (2) において「していない」のかたのみ】

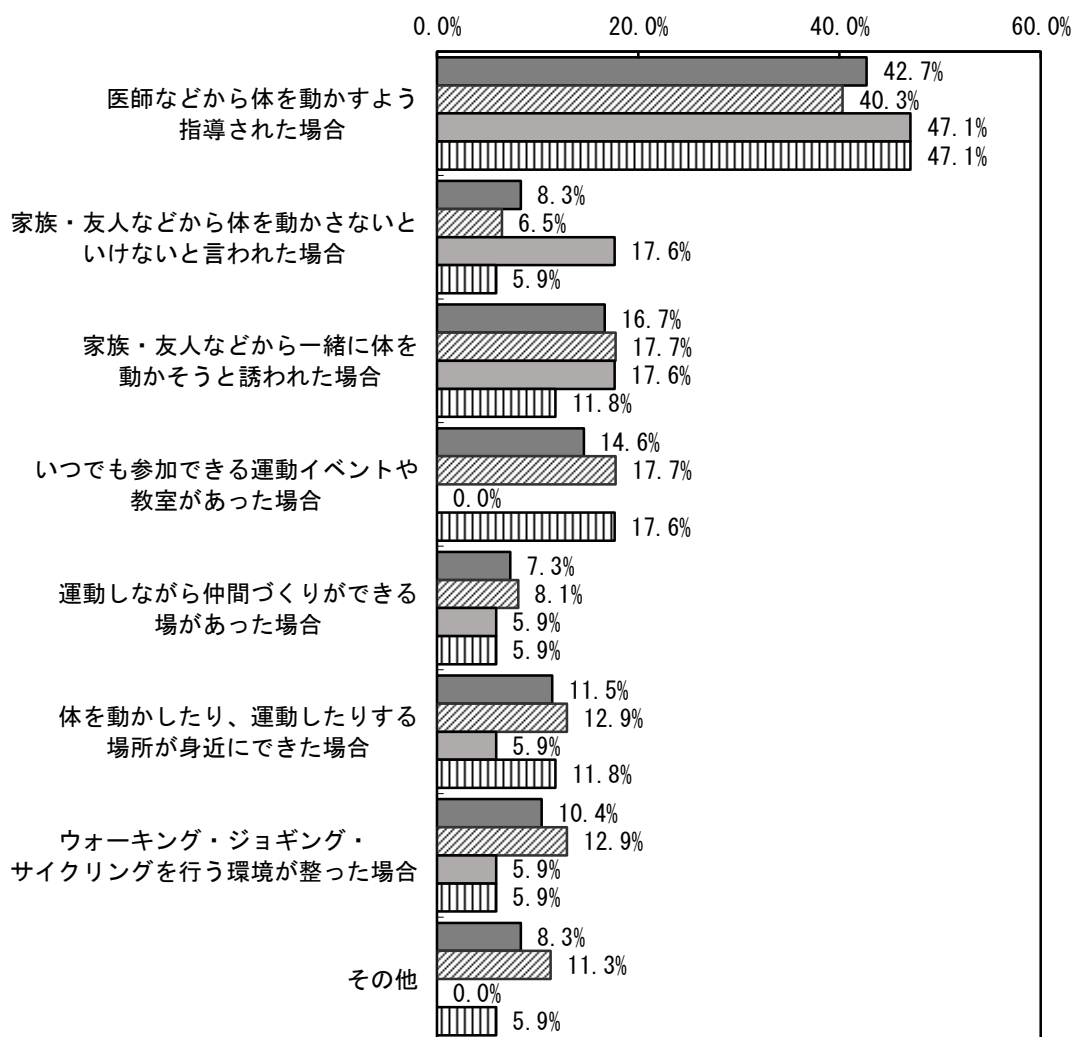
(2) -⑥ どのようなことがあれば体を動かそうと思いますか (○はいくつでも)

自立では、「医師などから体を動かすよう指導された場合」40.3%が最も多く、次いで「家族・友人などから一緒に体を動かそうと誘われた場合」、「いつでも参加できる運動イベントや教室があった場合」いずれも 17.7%となっています。

要支援では、「医師などから体を動かすよう指導された場合」47.1%が最も多く、次いで「家族・友人などから体を動かさないといけなと言われた場合」、「家族・友人などから一緒に体を動かそうと誘われた場合」いずれも 17.6%となっています。

総合事業対象者では、「医師などから体を動かすよう指導された場合」47.1%が最も多く、次いで「いつでも参加できる運動イベントや教室があった場合」17.6%、「家族・友人などから一緒に体を動かそうと誘われた場合」、「体を動かしたり、運動したりする場所が身近にできた場合」いずれも 11.8%となっています。

【図 9-7 体を動かそうと思うきっかけ】



■全体 (N=96) □自立 (N=62) ▨要支援 (N=17) ▩総合事業対象者 (N=17)

(8) 体を動かしやすいスポーツ・活動

【問 1 1 (2) において「していない」のかたのみ】

(2) -⑦ どのようなスポーツ・活動であれば体を動かしやすいと思いますか

自立では、「ウォーキング・散歩」51.6%が最も多く、次いで「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」43.5%、「なるべく車を使用せず、徒歩・自転車を利用」22.6%となっています。

要支援では、「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」41.2%が最も多く、次いで「ウォーキング・散歩」、「体を動かすことは難しい」いずれも 29.4%となっています。

総合事業対象者では、「体を動かすことは難しい」29.4%が最も多く、次いで「ウォーキング・散歩」、「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」いずれも 17.6%となっています。

【図9-8 体を動かしやすいスポーツ・活動】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
ウォーキング・散歩	40	41.7%	32	51.6%	5	29.4%	3	17.6%
ジョギング・マラソン	1	1.0%	1	1.6%	0	0.0%	0	0.0%
サイクリング	2	2.1%	1	1.6%	0	0.0%	1	5.9%
野球・ソフトボール	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
サッカー	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
テニス	2	2.1%	2	3.2%	0	0.0%	0	0.0%
バレーボール	2	2.1%	2	3.2%	0	0.0%	0	0.0%
バスケットボール	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
バドミントン	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
卓球	2	2.1%	2	3.2%	0	0.0%	0	0.0%
ゴルフ	4	4.2%	4	6.5%	0	0.0%	0	0.0%
水泳	6	6.3%	6	9.7%	0	0.0%	0	0.0%
ラジオ体操	12	12.5%	9	14.5%	2	11.8%	1	5.9%
ダンス	1	1.0%	1	1.6%	0	0.0%	0	0.0%
エアロビクス	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
ヨガ・ストレッチ	3	3.1%	3	4.8%	0	0.0%	0	0.0%
武道（柔道・空手・剣道など）	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
太極拳	1	1.0%	1	1.6%	0	0.0%	0	0.0%
ボウリング	3	3.1%	2	3.2%	1	5.9%	0	0.0%
スポーツジムのトレーニング	4	4.2%	3	4.8%	0	0.0%	1	5.9%
なるべく車を使用せず、徒歩・自転車を利用	15	15.6%	14	22.6%	1	5.9%	0	0.0%
普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす	37	38.5%	27	43.5%	7	41.2%	3	17.6%
体を動かすイベントや教室に参加する	5	5.2%	5	8.1%	0	0.0%	0	0.0%
昔やっていたスポーツなど	4	4.2%	4	6.5%	0	0.0%	0	0.0%
体を動かすことは難しい	14	14.6%	4	6.5%	5	29.4%	5	29.4%
その他	5	5.2%	5	8.1%	0	0.0%	0	0.0%
有効回答数	96	100.0%	62	100.0%	17	100.0%	17	100.0%

今後の生活について

(1) 将来の理想とする生活

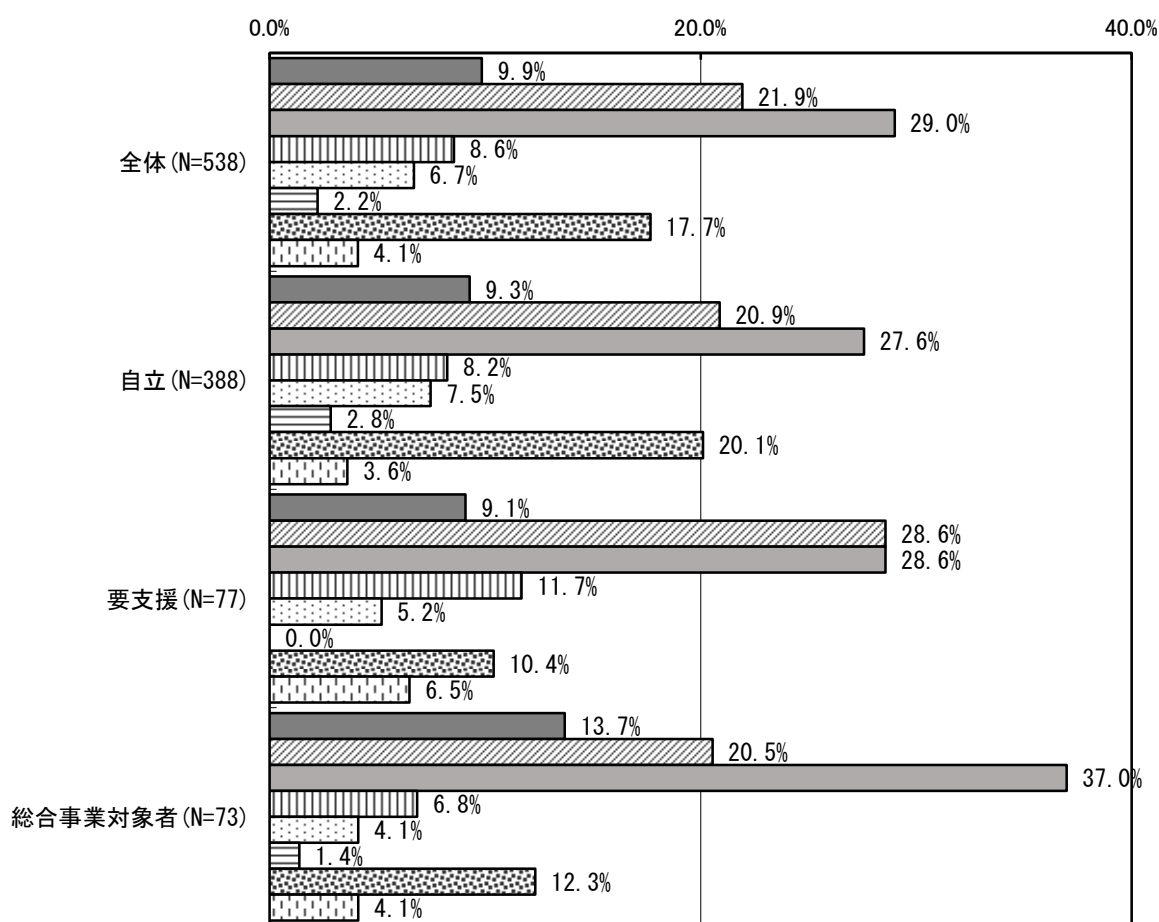
問 12 (1) あなたは、将来どのような生活をしたいと思いますか (○は1つ)

自立では、「ひとりで、介護保険サービスなどを活用しながら、自宅で生活したい」27.6%が最も多く、次いで「子どもや親族と同居し、介護保険サービスを活用しながら、自宅で生活したい」20.9%、「わからない」20.1%となっています。

要支援では、「子どもや親族と同居し、介護保険サービスを活用しながら、自宅で生活したい」、「ひとりで、介護保険サービスなどを活用しながら、自宅で生活したい」いずれも 28.6%が多く、次いで「特別養護老人ホームなど介護保険施設などに入所したい」11.7%となっています。

総合事業対象者では、「ひとりで、介護保険サービスなどを活用しながら、自宅で生活したい」37.0%が最も多く、次いで「子どもや親族と同居し、介護保険サービスを活用しながら、自宅で生活したい」20.5%、「子どもや親族と同居し、家族による介護を受けながら、自宅で生活したい」13.7%となっています。

【図 10-1 将来の理想とする生活】



- 子どもや親族と同居し、家族による介護を受けながら、自宅で生活したい
- 子どもや親族と同居し、介護保険サービスを活用しながら、自宅で生活したい
- ひとりで、介護保険サービスなどを活用しながら、自宅で生活したい
- 特別養護老人ホームなど介護保険施設などに入所したい
- 住宅型や健康型の有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などに入居したい
- その他
- わからない
- 無回答

(2) 施設に入所したい理由

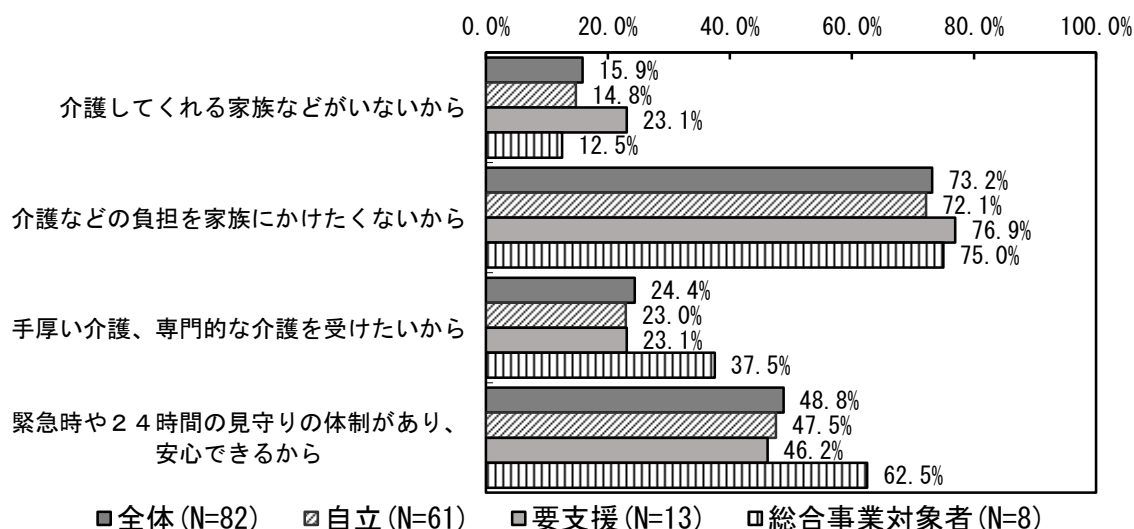
【(1)において「特別養護老人ホームなど介護保険施設に入所したい」または「住宅型や健康型の有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などに入居したい」と回答されたかたのみ】

自立では、「介護などの負担を家族にかけたくないから」72.1%が最も多く、次いで「緊急時や24時間の見守りの体制があり、安心できるから」47.5%、「手厚い介護、専門的な介護を受けたいから」23.0%となっています。

要支援では、「介護などの負担を家族にかけたくないから」(76.9%)が最も多く、次いで「緊急時や24時間の見守りの体制があり、安心できるから」46.2%、「介護してくれる家族などがないから」、「手厚い介護、専門的な介護を受けたいから」いずれも23.1%となっています。

総合事業対象者では、「介護などの負担を家族にかけたくないから」75.0%が最も多く、次いで「緊急時や24時間の見守りの体制があり、安心できるから」62.5%、「手厚い介護、専門的な介護を受けたいから」37.5%となっています。

【図 10-2 施設に入所したい理由】



10. 介護保険料について

(1) 介護保険料の負担感

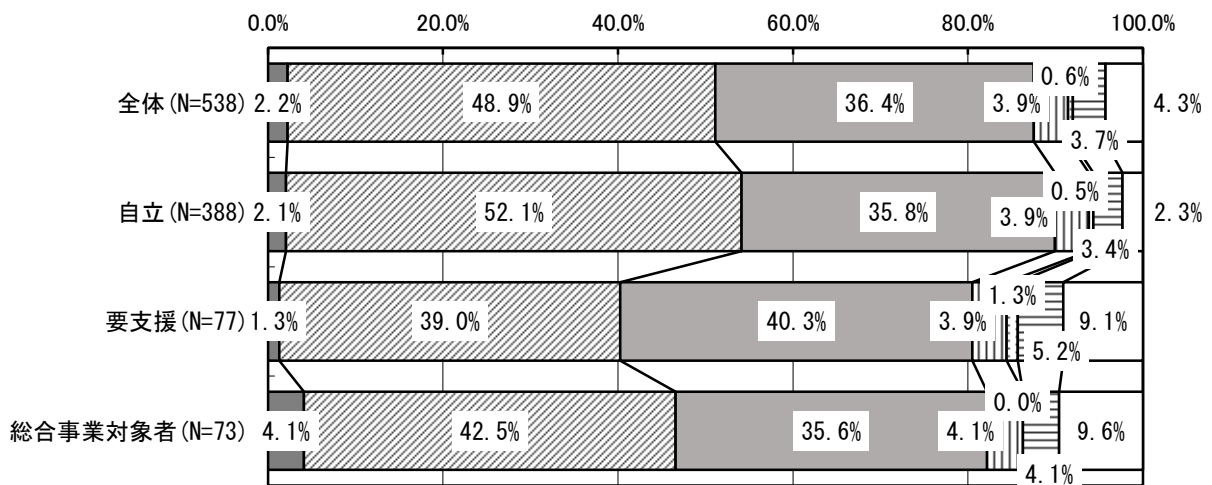
問 13 (1) 介護保険料を支払うことについて、どう思いますか (○は1つ)

自立では、「負担は感じるが、仕方なく支払う」52.1%が最も多く、次いで「負担であっても、支払うべきである」35.8%、「負担は感じていない」3.9%となっています。

要支援では、「負担であっても、支払うべきである」40.3%が最も多く、次いで「負担は感じるが、仕方なく支払う」39.0%、「わからない」5.2%となっています。

総合事業対象者では、「負担は感じるが、仕方なく支払う」42.5%が最も多く、次いで「負担であっても、支払うべきである」35.6%、「負担が重く、支払えない」、「負担は感じていない」、「わからない」いずれも4.1%となっています。

【図 11-1 介護保険料の負担感】



- 負担が重く、支払えない
- 負担は感じるが、仕方なく支払う
- 負担であっても、支払うべきである
- 負担は感じていない
- 制度の充実のために、もっと負担するべきである
- わからない
- 無回答

(2) 負担と給付の関係に対する考え

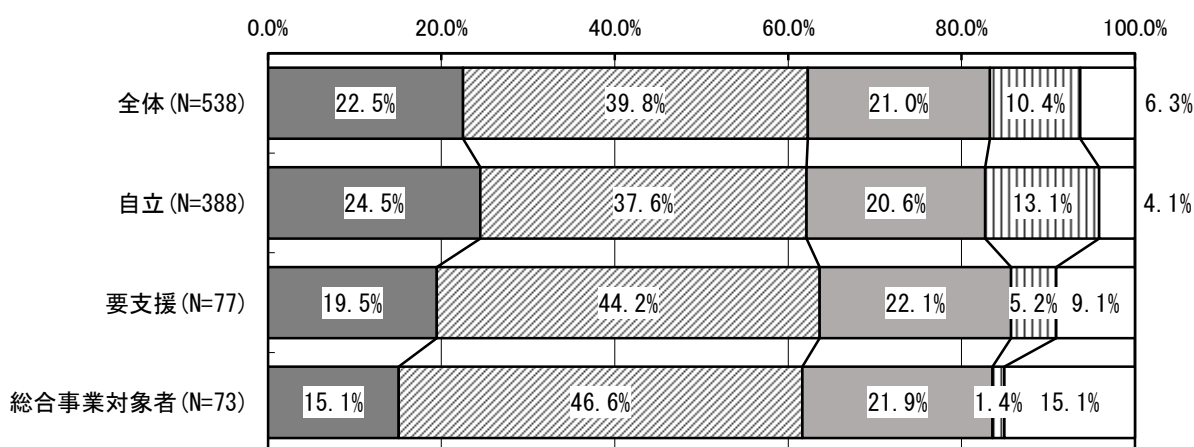
問 13 (2) 負担（介護保険料）と給付（介護保険サービス）の関係について、あなたの考えに最も近いものはどれですか（○は1つ）

自立では、「保険料もサービス水準も今のままでよい」37.6%が最も多く、次いで「保険料が高くて、利用できるサービスが充実しているほうがよい」24.5%、「利用できるサービスを抑制しても、保険料が安いほうがよい」20.6%となっています。

要支援では、「保険料もサービス水準も今のままでよい」44.2%が最も多く、次いで「利用できるサービスを抑制しても、保険料が安いほうがよい」22.1%、「保険料が高くて、利用できるサービスが充実しているほうがよい」19.5%となっています。

総合事業対象者では、「保険料もサービス水準も今のままでよい」46.6%が最も多く、次いで「利用できるサービスを抑制しても、保険料が安いほうがよい」21.9%、「保険料が高くて、利用できるサービスが充実しているほうがよい」15.1%となっています。

【図 11-2 負担と給付の関係に対する考え】



- 保険料が高くて、利用できるサービスが充実しているほうがよい
- ▣ 保険料もサービス水準も今のままでよい
- ▣ 利用できるサービスを抑制しても、保険料が安いほうがよい
- その他
- 無回答

11. 高齢者施策全体について

(1) 高齢者がいきいきと暮らせる社会を築くために重要な施策・事業

問 14 (1) 高齢者が個性と主体性を発揮し、いきいきと暮らし続けることのできる社会を築いていくためには、どのような施策・事業が重要だと思いますか
より重要度が高いと思う項目3つまでに○をつけてください (○は3つまで)

自立では、「ホームヘルプサービスなどの在宅での介護サービスの充実」38.9%が最も多く、次いで「高齢者の見守りなどの生活支援・緊急時支援サービスの充実」32.5%、「特別養護老人ホームなどの介護保険施設の充実」28.1%となっています。

要支援では、「高齢者の見守りなどの生活支援・緊急時支援サービスの充実」41.6%が最も多く、次いで「ホームヘルプサービスなどの在宅での介護サービスの充実」39.0%、「特別養護老人ホームなどの介護保険施設の充実」29.9%となっています。

総合事業対象者では、「ホームヘルプサービスなどの在宅での介護サービスの充実」45.2%が最も多く、次いで「高齢者の見守りなどの生活支援・緊急時支援サービスの充実」34.2%、「特別養護老人ホームなどの介護保険施設の充実」28.8%となっています。

【図 12-1 高齢者がいきいきと暮らせる社会を築くために重要な施策・事業】

	全体		自立		要支援		総合事業対象者	
	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比	回答数	構成比
ホームヘルプサービスなどの在宅での介護サービスの充実	214	39.8%	151	38.9%	30	39.0%	33	45.2%
特別養護老人ホームなどの介護保険施設の充実	153	28.4%	109	28.1%	23	29.9%	21	28.8%
病院や診療所の充実	130	24.2%	97	25.0%	14	18.2%	19	26.0%
高齢者の見守りなどの生活支援・緊急時支援サービスの充実	183	34.0%	126	32.5%	32	41.6%	25	34.2%
身近な地域社会の中で、高齢者の生活を支える体制づくり	115	21.4%	87	22.4%	15	19.5%	13	17.8%
健康づくり、介護予防事業の充実	65	12.1%	45	11.6%	11	14.3%	9	12.3%
認知症に関する専門的な支援や地域の理解が進むこと	42	7.8%	34	8.8%	5	6.5%	3	4.1%
日常的に利用できる相談窓口の充実	128	23.8%	104	26.8%	13	16.9%	11	15.1%
学習や文化などの講座やスポーツ活動の充実	42	7.8%	33	8.5%	3	3.9%	6	8.2%
高齢者向け住まいの整備や住宅改修などへの支援	87	16.2%	60	15.5%	16	20.8%	11	15.1%
ボランティア活動など、地域で高齢者が主体的に活動できる環境の充実	24	4.5%	17	4.4%	3	3.9%	4	5.5%
高齢者を支える地域ボランティアや地域活動のリーダーの養成	15	2.8%	7	1.8%	4	5.2%	4	5.5%
高齢者をはじめ地域の人が集える場の確保	57	10.6%	33	8.5%	7	9.1%	17	23.3%
高齢者の働く場の確保や職業紹介の充実	61	11.3%	56	14.4%	5	6.5%	0	0.0%
虐待防止や消費者被害防止など、高齢者の権利を守ること	29	5.4%	21	5.4%	3	3.9%	5	6.8%
その他	19	3.5%	15	3.9%	1	1.3%	3	4.1%
特にない	21	3.9%	15	3.9%	4	5.2%	2	2.7%
わからない	24	4.5%	17	4.4%	6	7.8%	1	1.4%
有効回答数	538	100.0%	388	100.0%	77	100.0%	73	100.0%

III. 調査結果のまとめと課題

1. 回答者について

回答者の性別は、自立、要支援認定者、総合事業対象者のいずれにおいても女性の割合が男性を上回っています。回答者の年齢構成は、要支援認定者では、75歳以上が89.7%、総合事業対象者では95.8%となっています。

2. 回答者の世帯の状況

「1人暮らし」は、要支援認定者では31.2%、総合事業対象者では41.1%で、自立の13.7%に比べ18～27ポイント高くなっています。

日中1人で過ごすことが多い高齢者の割合は、総合事業対象者が52.1%、要支援認定者が42.9%と半数程度となっています。

1人暮らし高齢者が、住み慣れた地域で安心して生活を送れるよう、地域ごとにネットワークを築き、1人暮らし高齢者の生活を支えていく地域づくりが必要です。

3. 回答者の介護・介助の状況

普段の生活で介護・介助が必要で現在介護・介助を受けている割合は、自立が1.5%、要支援認定者が40.3%、総合事業対象者が31.5%となっています。自立の94.8%は「介護・介助は必要ない」と回答しています。

介護・介助が必要になった原因は、要支援認定者では、「骨折・転倒」、「心臓病」、総合事業対象者では、「糖尿病」「視覚・聴覚障害」「高齢による衰弱」が多くなっています。

運動器機能の低下や低栄養による転倒、骨折などが生じないよう、介護予防事業と健康づくりの取組を一体的に進めることが必要です。

4. 回答者の生活機能の状況

■運動器

運動器の機能低下の「リスクあり」に該当する人の割合は、自立が8.2%、要支援認定者が50.6%、総合事業対象者が45.2%となっています。性別では女性のほうが「リスクあり」が多く、年代では、75～79歳の年代を境に「リスクあり」の該当割合が上昇しています。

運動器の機能低下の傾向が強い要支援認定者、総合事業対象者では、過去1年間に転倒した経験が1度以上ある割合が5割を超え、また転倒に対する不安を感じている割合は約8割に上ります。

骨や関節、筋肉や神経で構成される「運動器」の障害を防ぎ、歩行能力やADLを低下させる「身体的フレイル」の発生を減らすため、要介護状態になる主な原因である転倒・骨折や関節疾患を予防する取組が必要です。

■閉じこもり

閉じこもりの「リスクあり」に該当する人の割合は、自立が2.3%、要支援認定者が13.0%、総合事業対象者が8.2%となっています。

年代では、85歳以上になると「リスクあり」の割合が特に高くなっています。

1週間のうち「ほとんど外出しない」割合は、要支援認定者で14.3%、総合事業対象者で8.2%となっており、自立の3.4%に比べ高くなっています。

昨年と比べた外出回数が減った割合（「とても減っている」と「減っている」の合計）は、要支援認定者が(59.8%)、総合事業対象者が64.4%で、自立の28.1%に比べかなり高く、また外出控えも要支援認定者が54.5%、総合事

業対象者が 57.5%と、自立の 32.0%に比べ高くなっています。

外出控えの理由では、「新型コロナウイルス感染が心配」が特に多くなっています。そのほか、要支援認定者、総合事業対象者では、「足腰などの痛み」が多くなっています。

外出する際の移動手段をみると、いずれも「徒歩」が最も多く、自立 76.0%、要支援認定者 55.8%、総合事業対象者 78.1%となっています。「徒歩」以外では、自立では「自動車（自分で運転）」が 46.6%、要支援認定者では「路線バス」が 42.9%、総合事業対象者では「路線バス」「タクシー」がともに 41.1%となっています。

運転免許証の返納意向では、「返納することは考えていない」は、自立が 22.7%、要支援認定者が 3.9%、総合事業対象者が 2.7%となっています。

要支援認定者、総合事業対象者は足腰などの痛みを理由に外出控えをし、閉じこもり傾向がみられます。特に、コロナ禍では、外出できなかったことから運動器の機能低下が起きており、家族や地域の人が出発の声かけをすること、自宅から歩いて行ける範囲に高齢者が誰でも外出できる場や気軽に集える機会を充実させることが必要です。

■栄養状態、食生活の状況

低栄養の「リスクあり」に該当する人の割合は、自立が 1.0%、要支援認定者が 2.6%、総合事業対象者が 2.7%となっています。

食事をとる機会について「毎日ある」の割合は、自立の 66.0%に比べ、要支援認定者は 53.2%、総合事業対象者は 39.7%となっています。

低栄養により体の筋肉が減ると、立つこと・歩くことなどの運動能力が低下し、それにより「寝たきりになりやすくなる」「転倒のリスクが高まる」などの要因になります。様々な食品をバランス良く食べる、1人暮らしでも数日分の食事を冷凍したり、保存がきく食品を買い置きしたりするなど食事がしやすい環境を整える、また食事の時間を楽しめるように工夫するなどして、食習慣の改善を図ることが必要です。

■口腔機能

固いものが食べにくくなったと回答した割合は、要支援認定者で 51.9%、総合事業対象者で 45.2%となっています。

入れ歯を利用している割合は、自立では 45.8%、要支援認定者では 59.8%、総合事業対象者では 60.2%で、歯が 19 本以下で入れ歯を利用している割合は、要支援認定者、総合事業対象者では半数近くを占めています。

口腔機能が低下すると食物の種類が制限されるため、免疫力の低下から病気にかかりやすくなったり、また食事や会話に支障をきたすと人とのつきあいがおっくうになったりします。

そのため家に閉じこもり、身体的・精神的に活動が不活発になり寝たきりや認知症の原因になる場合があります。

高齢者が身体的、精神的、さらには社会的にも健康な生活を送るために口腔ケアを推進し、口腔機能の低下などを含む身体の衰えによる「オーラルフレイル」の対策の強化が重要です。

■認知機能

物忘れが多いと感じると回答した割合は、総合事業対象者が 60.3%で最も高く、次いで要支援認定者が 42.9%となっています。

認知症は要介護の原因のひとつであり、その程度によっては介護者の負担は大きいものとなります。認知症の多くは、生活習慣を改善し、健康的な生活をおくることで予防が可能であるとされ、若い頃から認知症を予防するための知識をもち、生活習慣を健康的に変えていくことが重要です。

■手段的自立度（IADL）

手段的自立度（IADL）は、日常生活の基本的な動作の中でも、より高度な運動や記憶力を必要とされる動

作について自力でできる能力の程度を示すもので、「リスクあり」は、自立が 2.1%、要支援認定者が 16.9%、総合事業対象者が 11.0%となっています。

高齢者が自立した生活を送るためには、心身の機能の向上を図るとともに、日常生活動作の維持・向上を図り、活動性の向上や社会参加を促して、生きがいや役割を持ってその人らしく生き生きと暮らせるよう支援していくことが重要です。

5. 新型コロナウイルス感染症の影響

新型コロナウイルス感染症の流行による体の機能低下について、「かなり低下している」と「少し低下している」の合計は、自立が 29.4%、要支援認定者が 52%、総合事業対象者が 53.4%となっています。また、外出・活動への影響において、「コロナ前の 2 割以下しか回復していない」と「まったく回復していない」の合計は、自立が 9.3%、要支援認定者が 9.1%、総合事業対象者が 15.1%となっています。

今後も発生する可能性がある感染症に対して、外出控えによる体の機能低下を防ぐための方法や感染症禍の下でも取り組める介護予防などの研究や取組が必要です。

6. 地域活動への参加状況

ボランティアのほか、スポーツ、趣味、学習・教養サークル、シニアクラブ（老人クラブ）、自治会・町内会に参加する割合は、いずれも低くなっています。介護予防のための通いの場については、要支援認定者の 26.0%、総合事業対象者の 46.6%が「週 1 回」以上となっており、自立に比べ参加率は高くなっています。

収入のある仕事では、週 4 回以上収入のある仕事をしている人は、自立で 13.1%となっています。

地域活動への参加意向割合は、「ぜひ参加したい」と「参加してもよい」を合わせると、自立、要支援認定者、総合事業対象者のいずれも「参加したくない」の割合を上回っています。

地域活動に企画・運営する立場としての参加意向をみると、自立、要支援認定者、総合事業対象者のいずれも「参加したくない」が 50%を超えています。

高齢者が元気に活動できるうちは、働くことで社会との接点を持つことができますが、身体的な事情でそれが難しいようであれば、地域の様々なサークルやボランティア活動、スポーツや趣味などのグループ活動に参加するよう家族や友人・知人が促すなど、高齢者の地域活動・社会参加を後押しする取組も重要です。

7. 人や社会とのつながりの状況

■心配事や愚痴を聞いてくれる人や聞いてあげる人

心配事や愚痴を聞いてくれる人も聞いてあげる人も、自立では「配偶者」が最も多くなっています。要支援認定者では、聞いてくれる人は「別居の子ども」が、聞いてあげる人では「配偶者」が最も多くなっています。

心配事や愚痴を聞いてくれる人、聞いてあげる人いずれも「近所の知人」の割合は低く、身近なところで話し相手になってくれる人とのつながりが希薄な傾向がみられます。

■看病や世話をしてくれる人やしてあげる人

看病や世話をしてくれる人もしてあげる人も、自立では「配偶者」が最も多くなっています。

要支援認定者、総合事業対象者では、看病や世話をしてくれる人は「別居の子ども」、看病や世話をしてあげる人は「配偶者」が最も多くなっています。

心配事や愚痴の場合と同様、自立、要支援認定者、総合事業対象者のいずれも「近所の知人」の割合は低くなっ

ています。

■家族や友人・知人以外の相談相手

自立では、「そのような人はいない」が40.5%を占めており、何かあったときの相談先としては「医師・歯科医師・看護師・薬剤師」39.9%が多くなっています。要支援認定者、総合事業対象者では、「ケアマネジャー」、「医師・歯科医師・看護師・薬剤師」、「高齢者くらしサポート（地域包括支援センター）・市役所」が多くなっています。

住み慣れた地域での助け合い、支え合いの関係は、家族や友人・知人の関係を補完し、あるいは代替として高齢者の将来への不安を減らし、心の拠り所の役割を果たすことが期待できるため、家族や友人・知人の関係以外のつながりを元気なうちに構築しておくことが重要です。

8. 健康について

■幸福度

幸せの度合いを10点満点で点数化してもらったところ、6点以上の割合は、自立81.4%が最も高く、次いで要支援認定者67.6%、総合事業対象者64.4%となっています。

■うつ傾向

うつの「リスクあり」に該当する人の割合は、自立が35.6%、要支援認定者が63.6%、総合事業対象者が50.7%となっており、運動器機能の低下や閉じこもり傾向がみられる要支援認定者、総合事業対象者の割合が高くなっています。

うつに関する知識の普及・啓発活動などを通じ、高齢者自身のうつに対する気づきを促すとともに、相談や受診しやすい環境づくりが重要です。また、うつの予防には孤立を防ぐ地域づくりが大切であり、特に高齢者の場合には、閉じこもりや社会的な孤立を予防し、気晴らしや生きがいにつながるような人間関係を豊かにする場づくりが必要です。

■喫煙習慣

「ほぼ毎日吸っている」割合は、自立が4.9%、要支援認定者が2.6%、総合事業対象者が4.1%となっています。

■治療中・後遺症のある病気

「高血圧」は、自立は40.7%、要支援認定者は49.4%、総合事業対象者は46.6%であり、いずれも最も多くなっています。次いで多いのは、自立では「ない」が20.6%、「高脂血症（脂質異常）」が19.3%、要支援認定者では「心臓病」が(29.9%)、「目の病気」が24.7%、総合事業対象者では「目の病気」が28.8%、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症など）」が24.7%となっています。

9. 運動や介護予防について

■健康や介護予防のために気をつけていること

自立、要支援認定者、総合事業対象者いずれも「歯みがきの習慣など、歯・口の健康に気をつけている」が、自立で70.6%、要支援認定者で68.8%、総合事業対象者で65.8%と最も多くなっています。

■健康のために意識的に体を動かすこと

健康のために意識的に体を動かしていると回答した割合は、全体で78.1%、特に、自立では81.7%と割合が高くなっています。

週に4日以上体を動かしている割合は、自立が57.1%、要支援認定者が46.0%、総合事業対象者が34.0%

と最も高くなっています。

具体的な活動としては、「ウォーキング・散歩」や「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」が多く、1日30分以上もしくは1時間以上の運動を1年以上継続して行っていると回答している人が多くなっています。

また、現在体を動かすことを行っていない人でも「ウォーキング・散歩」や「普段の生活（通勤、家事など）の中で体を動かす」、「なるべく車を使用せず、徒歩・自転車を利用」が体を動かしやすい活動として多く挙げられています。

身体を動かしていない理由は、自立、総合事業対象者は「面倒だから」が、自立は33.9%、総合事業対象者は41.2%、要支援認定者は「健康上の理由から」35.3%が最も多くなっています。

どのようなことがあれば体を動かそうと思うかについてみると、いずれも「医師などから体を動かすよう指導された場合」は自立が40.3%、要支援認定者が47.1%、総合事業対象者が47.1%と最も多くなっています。

定期的な健診の受診をはじめ、全ての層（自立、要支援、事業対象者）で高血圧が最も多い状態であるため、栄養バランスのとれた食事、口腔衛生、運動習慣など健康づくりに意識して取り組む市民が多くなっています。健康づくりや介護予防について、引き続き市民自身が自主的な取組が行えるよう、継続して普及啓発に取り組むことが必要です。また、いつまでも元気な高齢者を増やすため、若い世代からの健康づくり事業の推進を図るとともに、多くの高齢者が介護予防に取り組める環境整備が必要です。高齢者を「支える側・支えられる側」といった立場で区別するのではなく、社会参加することを通じて健康づくり・介護予防につなげていくために、高齢者の居場所や通いの場など外出する機会を増やすことが重要です。

10. 認知症や成年後見制度について

■認知症に関する相談窓口の認知度

認知症に関する相談窓口の認知度は、自立が27.6%、要支援認定者が39.0%、総合事業対象者が37.0%となっています。

知られている相談窓口をみると、いずれも「医療機関など（病院・歯科医院・薬局）」が最も多く自立が59.8%、要支援認定者が60.0%、総合事業対象者が63.0%、次いで、「高齢者くらしサポート（地域包括支援センター）」は、自立が43.9%、要支援認定者が56.7%、総合事業対象者が55.6%となっています。

■認知症についての考え

「認知症の人が困っていたら、迷わず手を貸せる」が、自立では43.3%、「認知症の人に、どのように接したらよいか分からない」が、要支援認定者で37.7%、総合事業対象者で46.6%と最も多くなっています。

■成年後見制度について

「くわしい内容は知らないが、おおまかなことを知っている」が、自立では39.2%、「名前を聞いたことがあるが、内容はよく知らない」が、要支援認定者で35.1%、総合事業対象者で39.7%と最も多くなっています。詳細まで知っている人は10%未満と少なくなっています。

調査結果から「高齢者くらしサポート（地域包括支援センター）」は、高齢者の相談窓口として周知されている状況がうかがえ、認知症や権利擁護を含む高齢者の様々な支援につなぐ窓口として、周知し、その機能強化を進めることが重要です。

認知症については、正しい理解を進めるため、認知症のかたに対する接しかたをはじめ、認知症予防についての健康教育や早期発見・早期対応に関する普及啓発を図り、認知症になっても安心して生活できる支援の充実や環境づくりに引き続き努めることや、成年後見制度についてより一層わかりやすく、きめ細かい広報・啓発に努めることが重要です。

11. 将来の理想とする生活

「ひとりで、介護保険サービスなどを活用しながら、自宅で生活したい」が自立は 27.6%、要支援認定者は 28.6%、総合事業対象者は 37.0%といずれにおいても最も多くなっています。（要支援認定者は「子どもや親族と同居し、介護保険サービスを活用しながら、自宅で生活したい」も 28.6%で同率）

施設への入所希望の理由は、自立、要支援認定者、総合事業対象者のいずれも「介護などの負担を家族にかけたくないから」が最も多くなっています。

要介護者の自宅で生活し続けたいというニーズに応えるため、介護が必要な状態になっても安心して暮らし続けられるよう、在宅サービスの充足を図る必要があります。

また、要介護状態が重度で、かつ介護負担が大きい場合は、適切な判断のもと施設入所を進めるとともに、訪問看護などの医療系サービスや、緊急時や 24 時間の対応が可能なサービスなど、利用者の状況に応じて柔軟に対応できるサービス基盤の整備に引き続き努めることが重要です。

12. 高齢者施策全体について

重要な施策・事業としては、「ホームヘルプサービスなどの在宅での介護サービスの充実」が、自立で 38.9%、総合事業対象者で 45.2%と最も多くなっています。また、「高齢者の見守りなどの生活支援・緊急時支援サービスの充実」が、要支援認定者で 41.6%と最も多くなっています。

在宅での介護サービスの充実や見守りなど生活支援・緊急時支援サービスへのニーズが高く、市民の中では自宅で生活し続けたいという希望が強く結果に表れています。在宅を中心としたサービス提供とともに、1 人暮らし世帯や認知症高齢者などの増加を踏まえ、地域の多様な主体による多様なサービスが提供できる体制づくりや、自助に加えて地域の支え合い（互助）の取組を一層進めていくことが必要です。

だい ごうひほけんしゃちょうさひょう 第1号被保険者調査票

ようかいごにんてい う さいいじょう
【要介護認定を受けておられない65歳以上のかた】

ようしえんにんてい う そうごうじぎょうたいしやうしゃ ぶく
※要支援認定を受けておられるかた、総合事業対象者のかたも含む

しみん ねが
市民のみなさまへ（お願い）

このアンケート調査は、65歳以上のかたを対象に、介護保険制度や介護予防施策の周知状況、社会参加などの状況、今後の生活に関する考えをお尋ねし、令和6年（2024年）4月から始まる「箕面市第9期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の策定の基礎資料とするために実施するものです。

つきましては、この趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願いいたします。

きにゆう ねが <ご記入にあたってのお願い>

- ◎ このアンケート調査の基準日は、令和4年（2022年）12月1日です。
- ◎ このアンケート調査は、無記名による調査です。
- ◎ このアンケート調査は、基準日現在、本市に住所があり、「要介護認定」を受けておられない65歳以上のかたのうち、無作為に抽出したかた（700人）を対象としています。「要支援認定」を受けておられるかた、「総合事業対象者」のかたも調査の対象です。
- ◎ 記入された調査票は同封の返信用封筒に入れて、1月30日（月）までに郵便ポストに投函してください。なお、郵便切手を貼っていただく必要はありません。

と あ さき <お問い合わせ先>

〒562-0014

みのおしかやの ちょうめ ぼん ごう
箕面市萱野5丁目8番1号 みのおライフプラザ内

みのおし けんこうふくしふ こうれいふくしつ
箕面市 健康福祉部 高齢福祉室

でんわ ちょうつう
電話 072-727-9505（直通）ファクス 072-727-3539

個人情報^{こじんじょうほう}の取り扱い^{とあつか}について

- 本調査^{ほんちょうさ}で得られた^え情報^{じょうほう}については、^{みのおし}箕面市^{かいごほけんじぎょうけいかくさくてい}による^{もくてきがい}介護保険事業^{かいごほけんじぎょう}計画^{けいかく}策定^{さくてい}の目的^{もくてき}以外^{がい}には利用^{りよう}しません。また当該^{とうがい}情報^{じょうほう}については^{てきせつ}適切^{てきせつ}に管理^{かんり}します。
- ただし、^{かいごほけんじぎょうけいかくさくてい}介護保険事業^{かいごほけんじぎょう}計画^{けいかく}策定^{さくてい}時に本調査^{ほんちょうさ}で得られた^えデータ^{データ}を活用^{かつよう}するにあたり、^{こうせい}厚生^{こうせい}労働^{ろうどう}省^{しやう}が管理^{かんり}するデータベース^{データベース}内に^{ない}情報^{じょうほう}を登録^{とうろく}し、^{ひつよう}必要^{ひつよう}に応じて^{おう}集計^{しゅうけい}・分析^{ぶんせき}するなど、^{こじん}個人^{こじん}が識別^{しきべつ}されない^{かたち}形^{りよう}で利用^{りよう}することがあります。
- いずれの場合^{ばあい}も、調査^{ちょうさ}結果^{けっか}は、調査^{ちょうさ}の目的^{もくてき}に沿って^そ統計^{とうけい}的に^{しゆり}処理^{おこな}を行い、^{こじん}個人^{こじん}のプライバシー^{プライバシー}の侵害^{しんがい}など、ご迷惑^{めいわく}をおかけすることはありません。
- 本調査^{ほんちょうさ}票^{ひょう}のご返送^{へんそう}をもって、上記^{じょうき}にご同意^{どうい}いただいたものとみなします。

かくこうもく かいとうこうもく
各項目^{かくこうもく}について、あてはまる回答^{かいとうこうもく}項目^{かいとうこうもく}に○をつけてください。

問1

ご回答者^{かいとうしや}について（調査^{ちょうさ}票^{ひょう}へ記入^{きにゅう}をされるか）

(1) この調査^{ちょうさ}に回答^{かいとう}されるかたはどなたですか（○は1つ）

1. 本人^{ほんにん}
2. 家族^{かぞく}
3. その他^た（ ）

問2

ご本人^{ほんにん}について（調査^{ちょうさ}の対象^{たいしやう}者^{しや}のかた）

(1) あなたの性別^{せいべつ}を教えてください（○は1つ）

1. 男性^{だんせい}
2. 女性^{じよせい}
3. その他^た

(2) あなたは、令和^{れいわ}4年^{ねん}（2022年^{ねん}）12月^{がつ}1日^{いちにち}現在^{にげんざい}で何歳^{なんさい}ですか。数字^{すうじ}で記入^{きにゅう}してください

（ ）歳^{さい}

(3) あなたのお住まいの小学校区はどこですか (〇は1つ)

- | | | |
|--------------|--------------|-------------|
| 1. 箕面小学校区 | 2. 萱野小学校区 | 3. 北小学校区 |
| 4. 南小学校区 | 5. 西小学校区 | 6. 東小学校区 |
| 7. 西南小学校区 | 8. 萱野東小学校区 | 9. 豊川北小学校区 |
| 10. 中小小学校区 | 11. 豊川南小学校区 | 12. 萱野北小学校区 |
| 13. 止々呂美小学校区 | 14. 彩都の丘小学校区 | |

(4) あなたは要支援認定などを受けていますか。または総合事業の対象者ですか (〇は1つ)

- | | |
|-----------|------------|
| 1. 受けていない | 2. 総合事業対象者 |
| 3. 要支援1 | 4. 要支援2 |

とい
問3

あなたのご家族や生活状況について

(1) 家族構成を教えてください (〇は1つ)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 1人暮らし | 2. 夫婦2人暮らし(配偶者は65歳以上) |
| 3. 夫婦2人暮らし(配偶者は64歳以下) | 4. 息子・娘との2世帯 |
| 5. その他 | |

(2) あなたは日中、どのように過ごしていますか (〇は1つ)

- | | |
|------------------------------|-------------------|
| 1. 1人で過ごすことが多い | 2. 1人で過ごすことがたまにある |
| 3. 誰かと過ごしていて、ほとんど1人で過ごすことはない | |

(3) 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 (〇は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) | |

★【(3) において「1. 介護・介助は必要ない」以外のかたのみ】

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)

1. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞など) 2. 心臓病 3. がん (悪性新生物)
4. 呼吸器の病気 (肺気腫・肺炎など) 5. 手足や背骨の関節の病気 (リウマチや背骨の変形など)
6. 認知症 (アルツハイマー病 など) 7. パーキンソン病 8. 糖尿病
9. 腎疾患 (透析) 10. 視覚・聴覚障害 11. 骨折・転倒
12. 脊椎・脊髄損傷 13. 高齢による衰弱 14. その他 ()
15. 不明

★【(3) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」のかたのみ】

②主にどなたの介護、介助を受けていますか (〇はいくつでも)

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 ()

(4) 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 (〇は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

とい
問 4

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 (〇は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 (〇は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 (〇は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 (〇は1つ)

1. 何度もある 2. 一度ある 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)のかたのみ】

①外出を控えている理由は、次のどれですか (○はいくつでも)

1. 病気 2. 障害(脳卒中の後遺症など)
3. 足腰などの痛み 4. トイレの心配(失禁など)
5. 耳の障害(聞こえの問題など) 6. 目の障害
7. 外での楽しみがない 8. 経済的に出られない
9. 交通手段がない 10. 新型コロナウイルス感染が心配
11. その他()

(9) 外出する際の移動手段は何ですか (○はいくつでも)

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

(10) 運転免許証を返納する意向はありますか (○は1つ)

1. 既に返納した 2. 将来に返納することを考えている
3. 返納することは考えていない 4. もともと運転免許証を持っていない

とい
問5

た
食べることに
ついて

(1) 身長・体重 (数字で記入してください)

身長 cm

体重 kg

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

(3) 歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください

(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です) (○は1つ)

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

(4) 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

(5) 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

とい
問6

まいにち
毎日の生活
について

(1) 物忘れが多いと感じますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

(2) スマートフォンを使っていますか (○は1つ)

※携帯電話 (いわゆるガラケー) ではなく、パネルをタッチして操作する電話です (いわゆるスマホ)

1. 電話機能のみ使っている
2. 電話以外の機能も使っている (ネット検索、SNSなど)
3. 使っていない

(3) バスや電車を使って1人で外出していますか (自家用車でも可) (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

(4) 自分で食品・日用品の買物をしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

(5) 自分で食事の用意をしていますか (〇は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

(6) 自分で請求書の支払いをしていますか (〇は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

(7) 自分で預貯金の出し入れをしていますか (〇は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

(8) 新型コロナウイルス感染症の流行により、体の機能が低下していますか (〇は1つ)

1. かなり低下している 2. 少し低下している 3. あまり低下してない

(9) 新型コロナウイルス感染症の流行により、外出・活動などに影響があった場合、現在、元どおりに回復していますか (〇は1つ)

1. 影響はまったくなかった 2. コロナ前の8割以上、元どおりに回復した
3. コロナ前の6割以上、元どおりに回復した 4. コロナ前の5割程度しか回復していない
5. コロナ前の2割以下しか回復していない 6. まったく回復していない

(10) あなたは現在、日常生活の中で困っていることはありますか (〇はいくつでも)

1. 外出のときの移動手段 2. 買物
3. 家の掃除や洗濯 4. 食事のしたく
5. ごみ出し 6. 布団の上げおろし
7. 入浴 8. 金銭管理・財産管理
9. 庭の手入れ・ペットの世話 10. 電球の取り替え
11. 市役所・病院・年金などの手続き 12. 民間事業者との契約手続き
13. 通院や薬をもらいに行くこと 14. 郵便物などを読むことや書くこと
15. その他 ()

とい
問7

ちいき かつどう
地域での活動について

(1) 以下のような会・グループなど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1つ)

	しゅう かい 週4回 いじょう 以上	しゅう 週2 かい ～3回	しゅう かい 週1回	つき 月1 かい ～3回	ねん 年に すうかい 数回	さんか 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 介護予防のための通いの場 ※稲ふれあいセンター、介護 予防(体操など)サークル、 認知症予防サークル、街かど デイハウスなど	1	2	3	4	5	6
⑥ シニアクラブ(老人クラブ)	1	2	3	4	5	6
⑦ 自治会・町内会	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

★【(1)において、①から⑧まですべて「6 参加していない」のかたのみ】

参加していない理由は、次のどれですか (○は1つ)

1. 時間がないから
2. 人づきあいが苦手だから
3. 必要性を感じないから
4. 面倒だから
5. その他 ()

(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味など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. ぜひ参加したい
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など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（〇は1つ）

1. ぜひ参加したい 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

とい問8

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を聞いてくれる人はどんな人ですか（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. 近所の知人 6. 友人
 7. その他（ ） 8. そのような人はいない

(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人はどんな人ですか（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. 近所の知人 6. 友人
 7. その他（ ） 8. そのような人はいない

(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人はどんな人ですか（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. 近所の知人 6. 友人
 7. その他（ ） 8. そのような人はいない

(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人はどんな人ですか（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. 近所の知人 6. 友人
 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・シニアクラブ（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・薬剤師
 5. 高齢者暮らしサポート（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

とい
問9

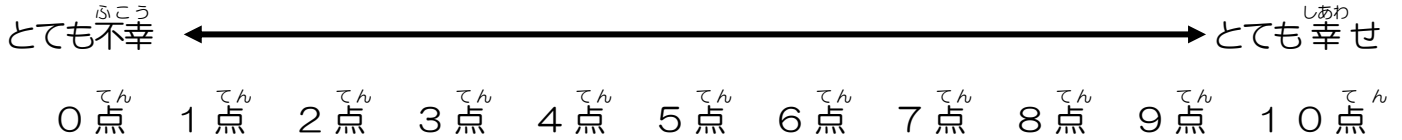
けんこう
健康について

(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

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、点数に〇をつけてください)



(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 (〇は1つ)

1. はい 2. いいえ

(5) 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

(6) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (〇はいくつでも)

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

とい
問 10

にんちしょう せいねんこうけんせいど
認知症や成年後見制度について

(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 (〇は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 (〇は1つ)

1. はい 2. いいえ

★【(2)において、「1. はい」のかたのみ】

認知症に関する相談窓口について、あなたが知っている窓口はどれですか (〇はいくつでも)

1. 民生委員・児童委員 2. 医療機関など (病院・歯科医院・薬局)
3. 高齢者くらしサポート (地域包括支援センター) 4. 認知症初期集中支援チーム
5. 市役所 6. 介護保険サービス事業所 (認知症対応型グループホームなど)
7. その他 ()

(3) 認知症についてあなたが知っていることはありますか (〇はいくつでも)

1. 認知症は脳の病気である
2. 早めに受診すれば認知症の進行を遅らせることができる
3. 早めに受診すれば認知症の症状を軽くできる場合もある
4. 周囲の適切な対応によって認知症の症状を軽くできる
5. 運動や食事などの生活習慣を改善することで認知症を予防できる
6. 認知症になっても感情 (喜怒哀楽) は残る
7. 65歳未満の人も認知症になる場合がある
8. まったく知らない

(4) 認知症について、あなたの考えに近いものはどれですか (〇はいくつでも)

1. 普段の生活でもっと認知症の人と関わる機会があるとよい
2. 認知症の人が困っていたら、迷わず手を貸せる
3. 認知症の人も地域活動に参加したほうがよい
4. 家族が認知症になったら、世間体や周囲の目が気になる
5. 家族が認知症になったら、近所づきあいがしにくくなる
6. 認知症の人に、どのように接したらよいか分からない
7. 認知症の人とは、できる限り関わりたくない

(5) 成年後見制度を知っていますか (○は1つ)

1. くわしい内容を知っている
2. くわしい内容は知らないが、おおまかなことを知っている
3. 名前を聞いたことがあるが、内容はよく知らない
4. まったく知らない

とい
問 1 1

うんどう かいごよぼう
運動や介護予防について

(1) 健康や介護予防のために気をつけていることはありますか (○はいくつでも)

1. 年に1回は必ず健診を受けている
2. 食事の量や栄養に気をつけている (塩分の取り過ぎ、食べ過ぎの防止など)
3. 適度な運動を心がけている
4. 十分な睡眠や休息をとっている
5. 定期的 (3か月以内ごと) に歯科健診や歯科医院でのお口のケアに通っている
6. 歯みがきの習慣など、歯・口の健康に気をつけている
7. 禁煙している、または節煙を心がけている
8. 禁酒している、またはお酒を飲みすぎないように心がけている
9. 規則正しいリズムで生活している
10. 家族や友人とのふれあいを大切にしている
11. 仕事や趣味などで生きがいを持っている
12. 特にない
13. その他 ()

(2) 日常生活の中で、健康のために意識的に体を動かすようにしていますか (○は1つ)

1. している → 次の問い (2) -①へ
2. していない → 14ページ (2) -⑤へ

★【(2) において「1. している」のかたのみ】

(2) -① どのように^{からだ うご}体を動かしていますか (〇はいくつでも)

- | | | |
|--|---|------------------------|
| 1. ウォーキング・ ^{さんぽ} 散歩 | 2. ジョギング・マラソン | 3. サイクリング |
| 4. ^{やきゅう} 野球・ソフトボール | 5. サッカー | 6. テニス |
| 7. バレーボール | 8. バasketボール | 9. バドミントン |
| 10. ^{たっきゅう} 卓球 | 11. ゴルフ | 12. ^{すいえい} 水泳 |
| 13. ラジオ体操 ^{たいそう} | 14. ダンス | 15. エアロビクス |
| 16. ヨガ・ストレッチ | 17. 武道 (柔道・空手・剣道など) | |
| 18. ^{たいきょくけん} 太極拳 | 19. ボウリング | |
| 20. スポーツジムのトレーニング | 21. なるべく ^{くるま しよう} 車を使用せず、 ^{とほ じてんしゃ りよう} 徒歩・自転車を利用 | |
| 22. 普段の生活 (通勤、家事など) の中で ^{なか からだ うご} 体を動かす | 23. その他 () | |

★【(2) において「1. している」のかたのみ】

(2) -② 体を動かしている日数は、週に何日程度になりますか (〇は1つ)

- | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| 1. 週に4日以上 ^{しゅう よっ かいじょう} | 2. 週に3日程度 ^{しゅう みっ かにていど} | 3. 週に2日程度 ^{しゅう にふつ かにていど} |
| 4. 週に1日程度 ^{しゅう にちていど} | 5. 週に1日に満たない ^{しゅう にち み} | 6. わからない |

★【(2) において「1. している」のかたのみ】

(2) -③ 体を動かしている日はどの程度の時間動かしていますか
(日によってばらつきがある場合は平均で)

(2) -④ また、その運動^{うんどう}を始めてからどれくらい継続^{けいぞく}されていますか

1から9のうち該当^{がいとう}するところ1つに〇をつけてください (〇は1つ)

	はじ 始めてから 6か月未満 ^{げつ みまん}	はじ 始めてから 6か月以上 1年未満 ^{ねん みまん}	はじ 始めてから 1年以上 ^{ねん いじょう}
1日 ^{いち} で1時間以上 ^{じかん いじょう} の運動 ^{うんどう}	1	2	3
1日 ^{いち} で30分以上 ^{ふん いじょう} 1時間未満 ^{じかん みまん} の運動 ^{うんどう}	4	5	6
1日 ^{いち} で30分未満 ^{ふん みまん} の運動 ^{うんどう}	7	8	9

★【(2) において「2. していない」のかたのみ】

(2) -⑤ 体^{からだ}を動か^{うご}していない理由^{りゆう}は次のどれですか (○は1つ)

- | | |
|--|--|
| 1. 忙 ^{いそが} しくて時間 ^{じかん} がないから | 2. 面倒 ^{めんどろ} だから |
| 3. きっかけがないから | 4. 仕事 ^{しごと} や家事 ^{かじ} などで疲 ^{つか} れているから |
| 5. 必要 ^{ひつよう} を感じないから | 6. 健康 ^{けんこうじょう} 上の理由 ^{りゆう} から |
| 7. その他 () | |

★【(2) において「2. していない」のかたのみ】

(2) -⑥ どのようなこと^{こと}があれば体^{からだ}を動か^{うご}そうと思^{おも}いますか (○はいくつでも)

1. 医師^{いし}などから体^{からだ}を動か^{うご}すよう指導^{しどう}された場合^{ばあい}
2. 家族^{かぞく}・友人^{ゆうじん}などから体^{からだ}を動か^{うご}さないといけ^いないと言^いわれた場合^{ばあい}
3. 家族^{かぞく}・友人^{ゆうじん}などから一^{いっ}緒^{しょ}に体^{からだ}を動か^{うご}そうと誘^{さそ}われた場合^{ばあい}
4. いつでも参加^{さんか}できる運動^{うんどう}イベント^{イベント}や教室^{きょうしつ}があ^あった場合^{ばあい}
5. 運動^{うんどう}しながら仲間^{なかま}づくりが^ができる場^ばがあ^あった場合^{ばあい}
6. 体^{からだ}を動か^{うご}したり、運動^{うんどう}したりする場所^{ばしょ}が身^み近^{ぢか}にでき^{でき}た場合^{ばあい}
7. ウォーキング・ジョギング・サイクリング^{サイクリング}を行^{おこな}う環^{かん}境^{きょう}が整^{ととの}った場合^{ばあい}
8. その他 (具体的^{たぐたいてき}に：)

★【(2) において「2. していない」のかたのみ】

(2) -⑦ どのようなス^{かつどう}ポ^{からだ}ーツ・活^{うご}動^{おも}であれば体^{からだ}を動か^{うご}しやす^{やす}いと思^{おも}いますか (○はいくつでも)

- | | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. ウォーキング・散 ^{さん} 歩 ^ぽ | 2. ジョギング・マラソン | 3. サイクリング |
| 4. 野 ^や 球 ^{きゅう} ・ソフ ^{ソフト} ボ ^{ボール} ール | 5. サッカー | 6. テニス |
| 7. バレーボ ^{ボール} ール | 8. バスケットボ ^{ボール} ール | 9. バドミント ^ン |
| 10. 卓 ^{たっきゅう} 球 | 11. ゴルフ | 12. 水 ^{すい} 泳 ^{えい} |
| 13. ラジ ^{たいそう} オ ^{ラジオ} 体 ^{たいそう} 操 | 14. ダンス | 15. エアロピク ^ス |
| 16. ヨガ・スト ^{ストレッチ} レ ^{ストレッチ} ッチ | 17. 武 ^ぶ 道 ^{どう} (柔 ^{じゅう} 道 ^{どう} ・空 ^{から} 手 ^て ・剣 ^{けん} 道 ^{どう} など) | |
| 18. 太 ^{たい} 極 ^{きょく} 拳 ^{けん} | 19. ボウリ ^{ング} | |
| 20. スポーツジ ^ム ムのト ^{レー} ニ ^{ング} | 21. なるべく車 ^{くるま} を ^{しよう} 使 ^{とほ} 用 ^{じてんしゃ} せず、徒 ^{とほ} 歩 ^{りよう} ・自 ^じ 転 ^{てん} 車 ^{しゃ} を ^{りよう} 利 ^{りよう} 用 | |
| 22. 普 ^ふ 段 ^{だん} の生 ^{せい} 活 ^{かつ} (通 ^{つう} 勤 ^{きん} 、家 ^か 事 ^じ など) の中 ^{なか} で体 ^{からだ} を動か ^{うご} す | | |
| 23. 体 ^{からだ} を動か ^{うご} すイ ^{イベント} ベ ^{イベント} ント ^{イベント} や教 ^{きょう} 室 ^{しつ} に参 ^{さん} 加 ^か する | | |
| 24. 昔 ^{むかし} や ^や っ ^っ て ^て い ^い たス ^{スポーツ} ポ ^{スポーツ} ーツ ^{スポーツ} など (具体的 ^{たぐたいてき} に：) | | |
| 25. 体 ^{からだ} を動か ^{うご} すこ ^{こと} は難 ^{むずか} しい | | |
| 26. その他 (具体的 ^{たぐたいてき} に：) | | |

とい
問 1 2

こんご せいかつ
今後の生活について

- (1) あなたは、将来どのような生活をしたいと思いますか (〇は1つ)
- 子どもや親族と同居し、家族による介護を受けながら、自宅で生活したい
 - 子どもや親族と同居し、介護保険サービスを活用しながら、自宅で生活したい
 - ひとりで、介護保険サービスなどを活用しながら、自宅で生活したい
 - 特別養護老人ホームなど介護保険施設などに入所したい
 - 住宅型や健康型の有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などに入居したい
 - その他 ()
 - わからない

かいごほけんしせつ 介護保険施設など	にちじょうせいかつ かいご ひつよう 日常生活に介護が必要な場合に、日常生活の支援や介護サービスを ていきょう にゆうしょ にゆうきょ しせつ れい とくべつようごろうじん かいごつ ゆうりよう 提供する入所(入居)施設。(例:特別養護老人ホーム、介護付き有料 ろうじん にんちしょうたいおうがた 老人ホーム、認知症対応型グループホームなど)
じゅうたくがた けんこうがた ゆうりよう 住宅型や健康型の有料 ろうじん 老人ホーム	かいご サービス付きではない生活支援などのサービスが付いた高齢者向け にゆうきょしせつ の入居施設。
サービス付き高齢者向け じゅうたく 住宅	こうれいしゃす ほう もと 「高齢者住まい法」に基づくバリアフリー住宅。介護・医療と連携し、 せんもんしょく あんびかくにん せいかつそうだん 専門職による安否確認や生活相談サービスを入居者に提供する しせつ 施設。

★【(1) において「4」または「5」と回答されたかたのみ】

しせつ にゆうしょ りゆう
施設に入所したい理由はどれですか (〇はいくつでも)

- 介護してくれる家族などがいないから
- 介護などの負担を家族にかけたくないから
- 手厚い介護、専門的な介護を受けたいから
- 緊急時や24時間の見守りの体制があり、安心できるから

とい
問 1 3

かいごほけんりよう
介護保険料について

(1) 介護保険料を支払うことについて、どう思いますか (〇は1つ)

- 負担が重く、支払えない
- 負担は感じるが、仕方なく支払う
- 負担であっても、支払うべきである
- 負担は感じていない
- 制度の充実のために、もっと負担するべきである
- わからない

(2) 負担(介護保険料)と給付(介護保険サービス)の関係について、あなたの考えに最も近いものはどれですか(○は1つ)

1. 保険料が高くて、利用できるサービスが充実しているほうがよい
2. 保険料もサービス水準も今のままでよい
3. 利用できるサービスを抑制しても、保険料が安いほうがよい
4. その他()

問 14

高齢者施策全体について

(1) 高齢者が個性と主体性を発揮し、いきいきと暮らし続けることのできる社会を築いていくためには、どのような施策・事業が重要だと思えますか
より重要度が高いと思う項目3つまでに○をつけてください(○は3つまで)

1. ホームヘルプサービスなどの在宅での介護サービスの充実
2. 特別養護老人ホームなどの介護保険施設の充実
3. 病院や診療所の充実
4. 高齢者の見守りなどの生活支援・緊急時支援サービスの充実
5. 身近な地域社会の中で、高齢者の生活を支える体制づくり
6. 健康づくり、介護予防事業の充実
7. 認知症に関する専門的な支援や地域の理解が進むこと
8. 日常的に利用できる相談窓口の充実
9. 学習や文化などの講座やスポーツ活動の充実
10. 高齢者向け住まいの整備や住宅改修などへの支援
11. ボランティア活動など、地域で高齢者が主体的に活動できる環境の充実
12. 高齢者を支える地域ボランティアや地域活動のリーダーの養成
13. 高齢者をはじめ地域の人が集える場の確保
14. 高齢者の働く場の確保や職業紹介の充実
15. 虐待防止や消費者被害防止など、高齢者の権利を守ること
16. その他()
17. 特になし
18. 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■■■

第9期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画に伴う
アンケート調査等報告書

発行年月 令和5年(2023年)3月
発行 箕面市
編集 箕面市 健康福祉部 高齢福祉室
〒562-0014 箕面市萱野5丁目8番1号
みのおライフプラザ内
電話：072-727-9505
ファクス：072-727-3539