

資料 2

あきる野市介護保険事業計画策定委員会
(令和5年6月16日)

あきる野市 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査 報告書

令和5年3月

あきる野市

あきる野市介護予防・日常生活圏域二一ズ調査報告書

目 次

I. 調査の概要.....	1
1. 調査の目的.....	1
2. 調査方法及び回収状況.....	1
3. 報告書の見方.....	1
II. 調査結果.....	2
1. 回答者の基本属性.....	2
2. 家族と生活状況について.....	5
3. からだを動かすことについて.....	10
4. 食べることについて.....	15
5. 毎日の生活について.....	20
6. 地域での活動について.....	27
7. あなたとまわりの人の「たすけあい」について.....	30
8. 健康について.....	34
9. 認知症にかかる相談窓口の把握について.....	38
10. 耳の聞こえについて.....	39
11. インターネットの使用について.....	41
12. リスク分析.....	43
13. 老研式活動能力指標.....	47
III. 調査票.....	50
1. あきる野市 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査 調査票.....	50

I. 調査の概要

1. 調査の目的

本調査は、「第9期あきる野市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の策定に当たり、本市の高齢者の方々から、日頃の生活状況や市の高齢者施策に関する率直なご意見・ご要望を伺い、計画を策定する上での基礎資料とするため、アンケート調査を実施したものです。

2. 調査方法及び回収状況

対象者	・介護保険の認定を受けていない65歳以上の方 ・介護保険で要支援1・2の認定を受けている方
調査方法	郵送配付／郵送回収
抽出方法	無作為抽出
回答方法	無記名
調査期間	令和5年1月10日から令和5年2月3日まで
調査対象者数	2,000名
回収数	1,580票
回収率	79.0%

3. 報告書の見方

- ・図中の「回答者数」は、各設問に該当する回答者の総数であり、回答率（%）の母数を表しています。
- ・百分率（%）は、すべて小数点以下第2位を四捨五入した数値であるため、合計が100%にならない場合があります。
- ・回答者が2つ以上回答することができる設問（複数回答）の場合、その回答率の合計は100%を超えることがあります。
- ・本文中に掲載した図表の単位は、特に断りのない限り、「%」で表しています。
- ・本調査を「今回調査」、令和2年度調査を「前回調査」とし、前回調査との比較を行う場合があります。また、必要に応じて、前回調査の再集計を行っています。

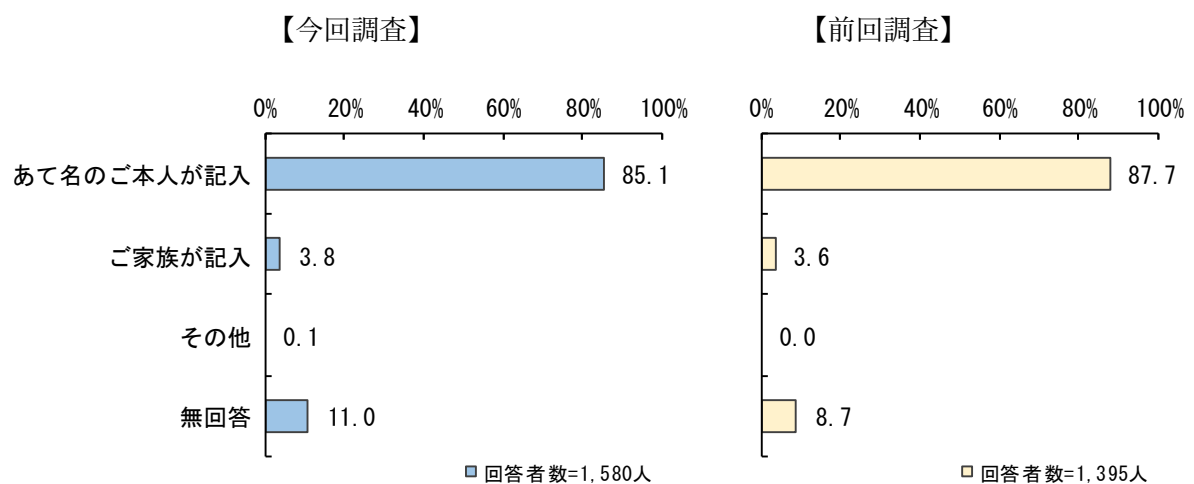
II. 調査結果

1. 回答者の基本属性

問1 はじめに、この調査票に記入される方はどなたですか。(1つに○)

今回調査における調査票の記入者は、「あて名のご本人が記入」が85.1%と最も多く、次いで「ご家族が記入」が3.8%となっています。

前回調査と比較すると、「あて名のご本人が記入」が2.6ポイント減少しています。



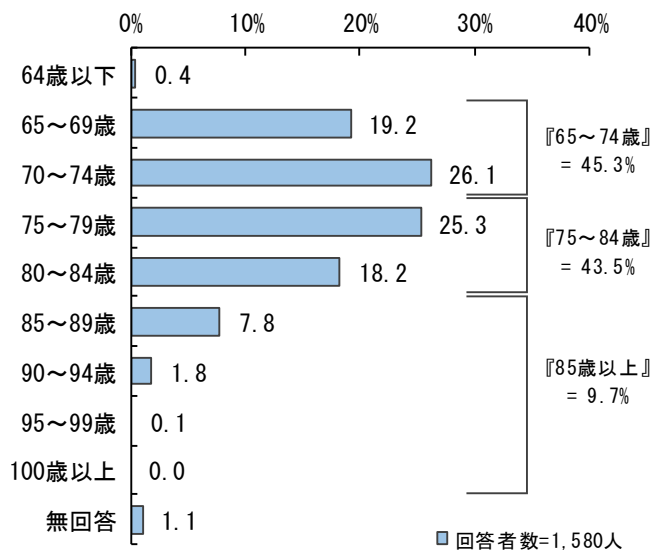
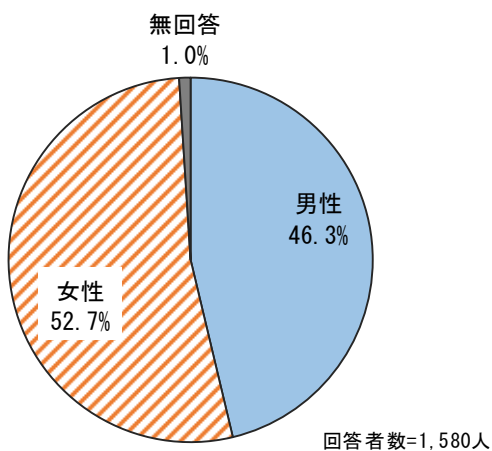
問2 あなた（あて名のご本人）の性別と令和5年1月1日現在の年齢をお答えください。

回答者の性別では、「男性」が46.3%、「女性」が52.7%となっており、「女性」が6.4%多くなっています。

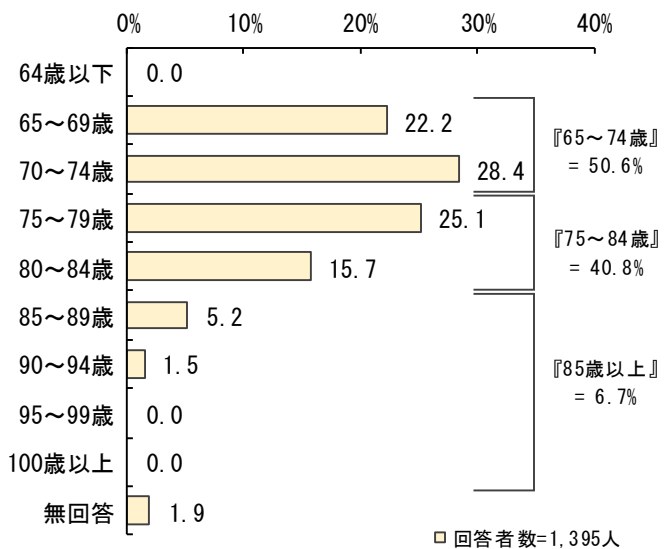
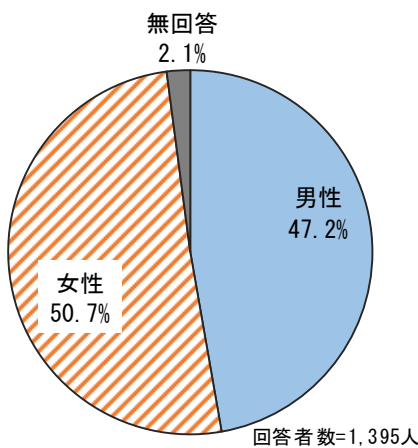
前回調査と比較すると、「女性」が2.0ポイント増加し、「男性」が0.9ポイント減少しています。年齢では、「70～74歳」が26.1%と最も多く、次いで「75～79歳」が25.3%、「65～69歳」が19.2%となっており、回答者の平均年齢は75.6歳となっています。

前回調査と比較すると、前回の平均年齢74.7歳から0.9歳上がっています。

【今回調査】



【前回調査】

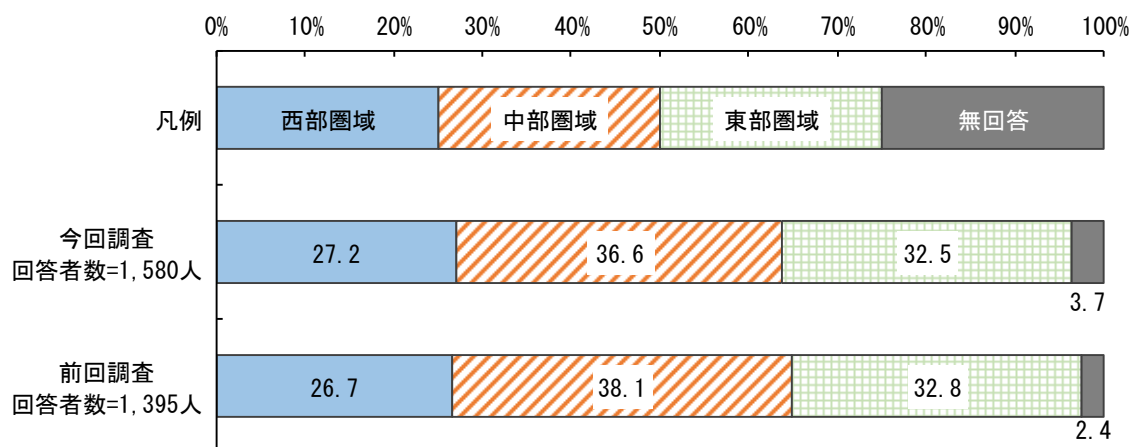


問3 お住まいの地区に○をしてください。(1つに○)

回答者のお住まいの地区では、「草花」が12.1%と最も多く、次いで「野辺」が9.2%、「伊奈」及び「雨間」が7.2%となっています。

圏域別でみると、「中部圏域」が36.6%、「東部圏域」が32.5%、「西部圏域」が27.2%となっています。

地区（西部圏域）	割合	地区（中部圏域）	割合	地区（東部圏域）	割合
山田	2.8	草花	12.1	雨間	7.2
上ノ台	0.1	菅生	2.3	野辺	9.2
網代	0.2	瀬戸岡	3.7	小川	2.5
伊奈	7.2	原小宮	0.4	小川東1～3丁目	2.2
横沢	0.3	原小宮1～2丁目	0.4	二宮	6.8
三内	1.4	秋川1～6丁目	2.5	二宮東1～3丁目	0.9
五日市	3.9	引田	4.9	平沢	1.7
小中野	1.3	淵上	1.9	平沢東1丁目	0.1
小和田	0.6	上代継	1.4	平沢西1丁目	0.3
留原	2.2	下代継	2.2	切欠	0.0
館谷	1.3	牛沼	2.5	秋留1～5丁目	1.6
入野	1.6	油平	2.3	-	-
深沢	0.2	-	-	-	-
戸倉	1.3	-	-	-	-
乙津	1.1	-	-	-	-
養沢	0.6	-	-	-	-
高尾	1.1	-	-	-	-
小峰台	0.0	-	-	-	-

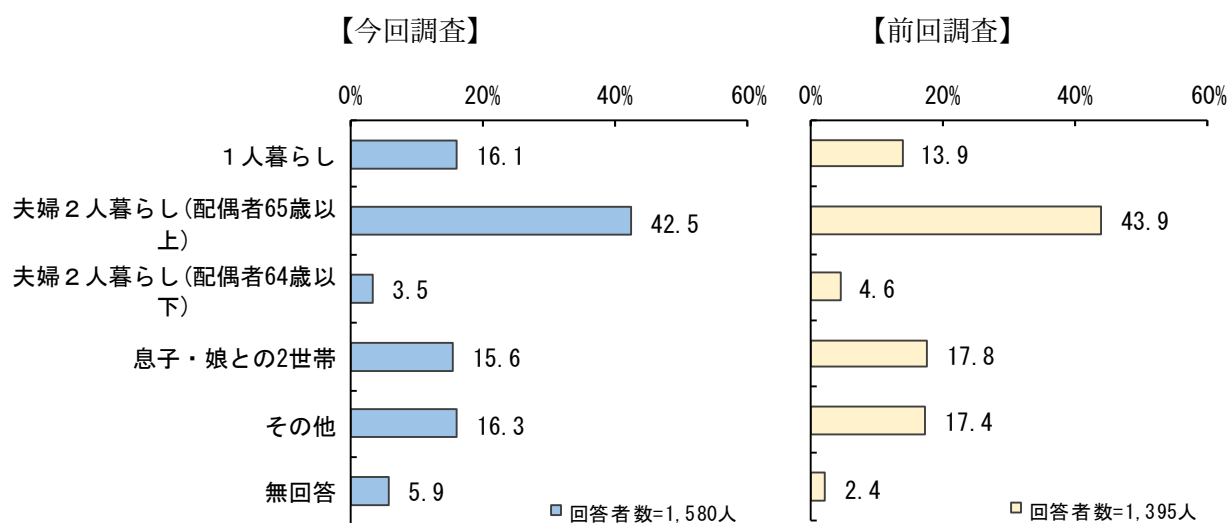


2. 家族と生活状況について

問4 (1) 家族構成をお教えてください。(1つに〇)

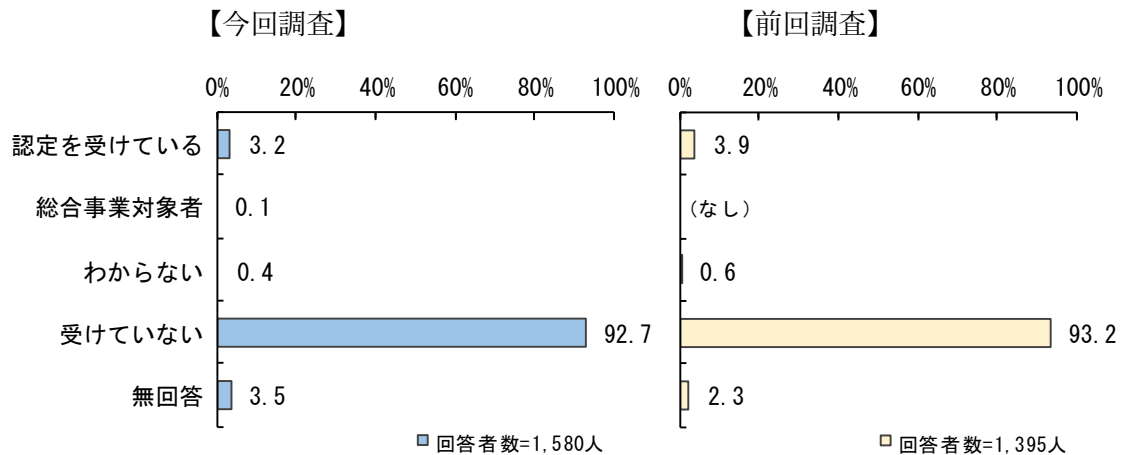
回答者の家族構成では、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が42.5%と最も多く、次いで「その他」が16.3%、「1人暮らし」が16.1%、「息子・娘との2世帯」が15.6%となっています。

前回調査と比較すると、『夫婦2人暮らし』及び「息子・娘との2世帯」が減少している一方で、「1人暮らし」は増加しています。



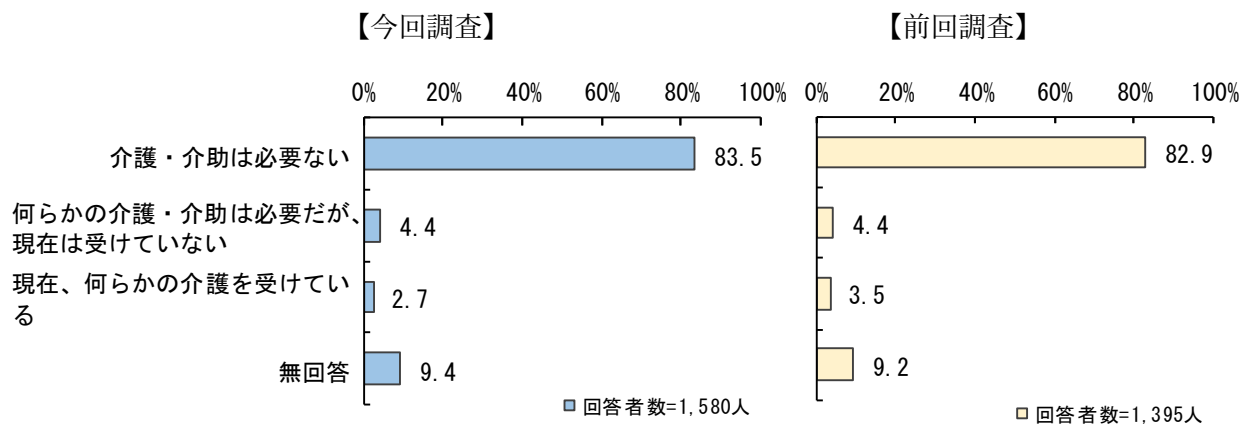
問4（2）あなたは、要介護認定を受けていますか。（1つに○）

要介護認定の状況について、「受けていない」が92.7%、「認定を受けている」が3.2%、「総合事業対象者」が0.1%となっています。



問4（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。（1つに○）

介護・介助の必要性について、「介護・介助は必要ない」が83.5%と最も多くなっている一方で、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が4.4%、「現在何らかの介護を受けている」が2.7%となっています。



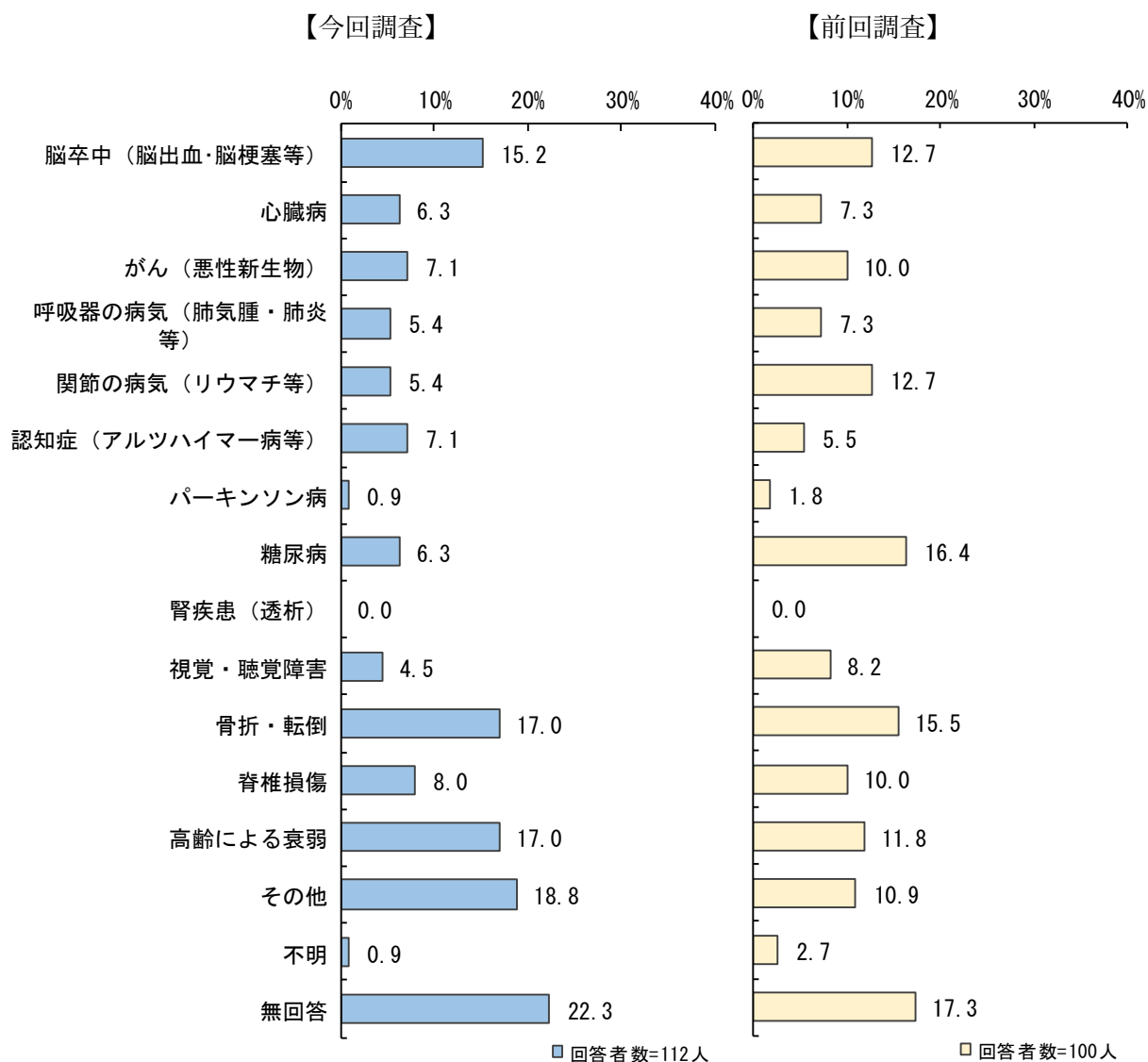
【問4（3）で「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

問4（3）①介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

介護・介助が必要になった主な原因については、「骨折・転倒」及び「高齢による衰弱」が17.0%と最も多く、次いで「脳卒中（脳出血・脳梗塞等）」が15.2%となっています。

前回調査と比較すると、前回最も多かった「糖尿病」が10.1ポイント、「関節の病気（リウマチ等）」が7.3ポイントそれぞれ減少しています。

また、その他の意見では、腰痛・膝痛、難病などがありました。

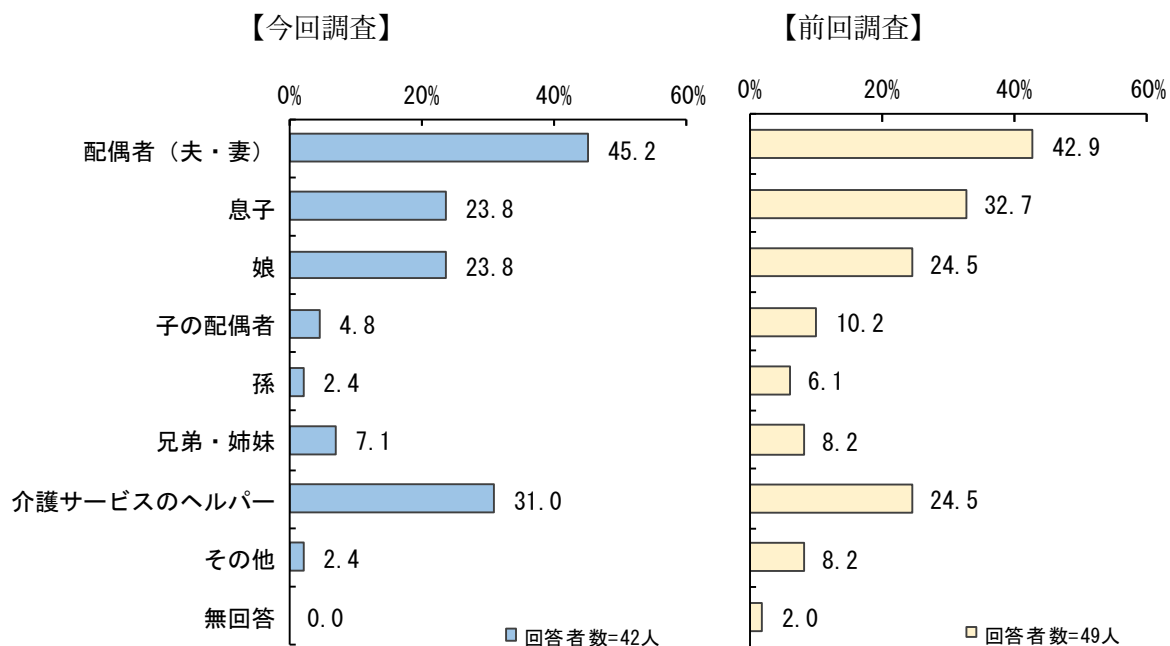


【問4（3）で「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

問4（3）②主にどなたの介護・介助を受けていますか。（あてはまるものすべてに○）

主な介護・介助者では、「配偶者（夫・妻）」が45.2%と最も多く、次いで「介護サービスのヘルパー」が31.0%、「息子」及び「娘」が23.8%となっています。

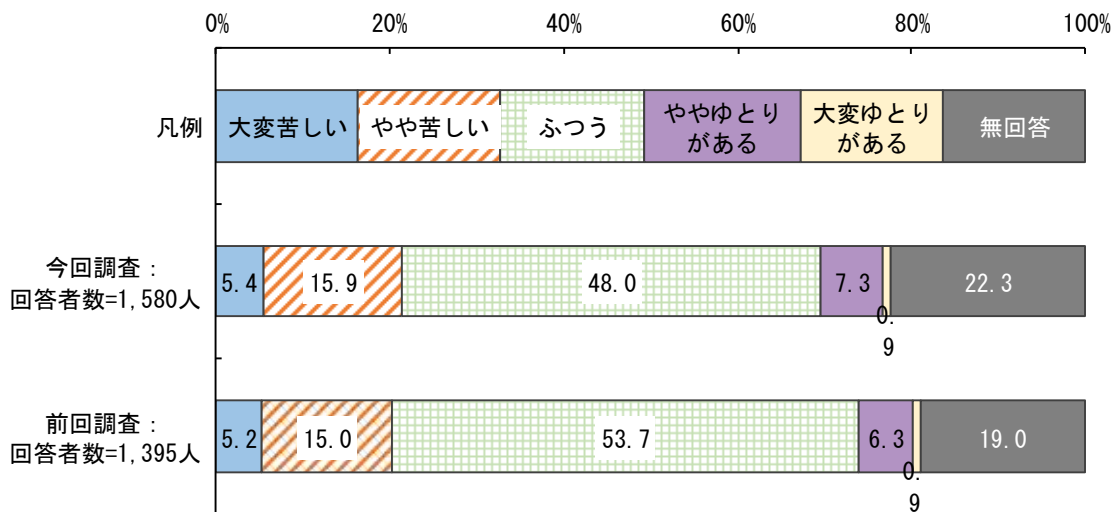
前回調査と比較すると、「介護サービスのヘルパー」が6.5ポイント増加した一方で、「息子」が8.9ポイント減少しています。



問4（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。（1つに○）

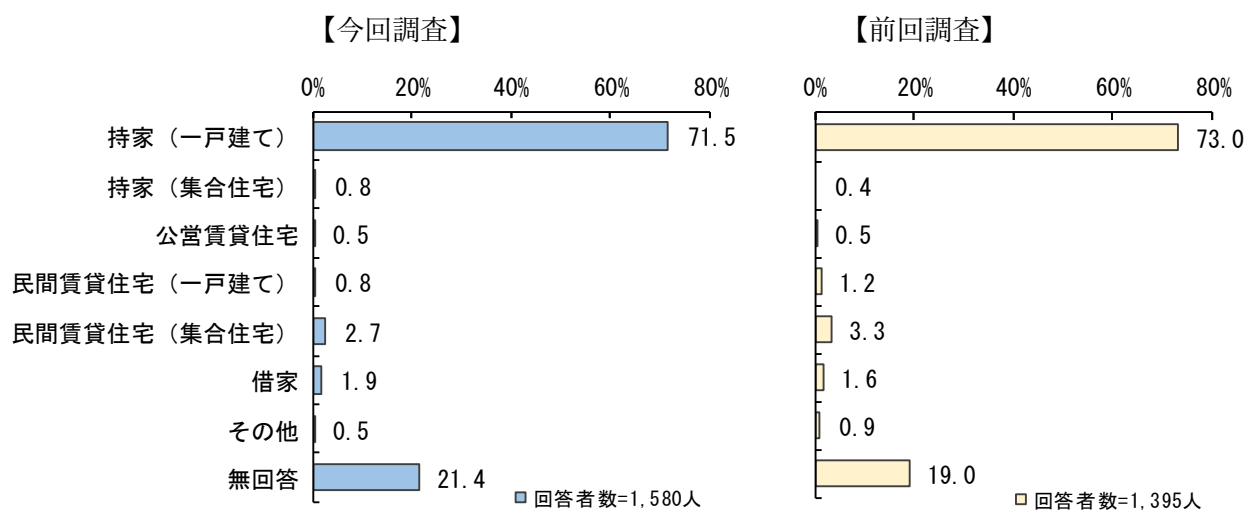
経済的状况をみると、「普通」が48.0%と最も多く、次いで「やや苦しい」が15.9%、「ややゆとりがある」が7.3%となっています。また「大変苦しい」と「やや苦しい」を合わせた『苦しい』が21.3%、「ややゆとりがある」と「大変ゆとりがある」を合わせた『ゆとりがある』が8.2%と、『苦しい』がやや多くなっています。

前回調査と比較すると、「普通」が5.7ポイント減少した一方で、『苦しい』が1.1ポイント、『ゆとりがある』が1.0ポイント、それぞれ増加しています。



問4（5）お住まいは一戸建て、又は集合住宅のどちらですか。（1つに○）

住まいの種類をみると、「持家（一戸建て）」が71.5%と最も多く、次いで「民間賃貸住宅（集合住宅）」が2.7%となっています。



3. からだを動かすことについて

問5 (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(1つに○)

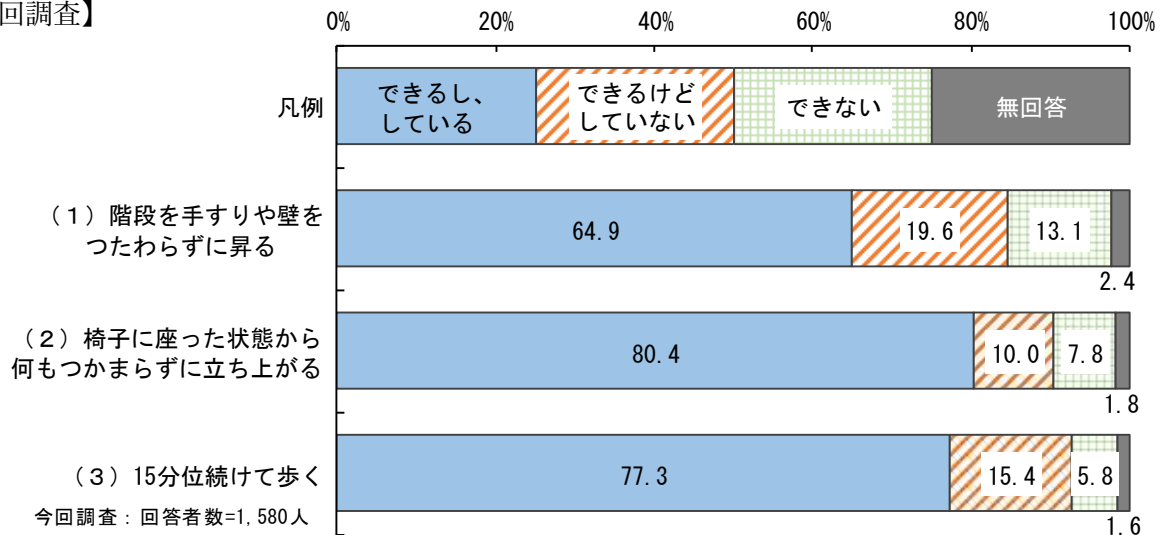
問5 (2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。(1つに○)

問5 (3) 15分位続けて歩いていますか。(1つに○)

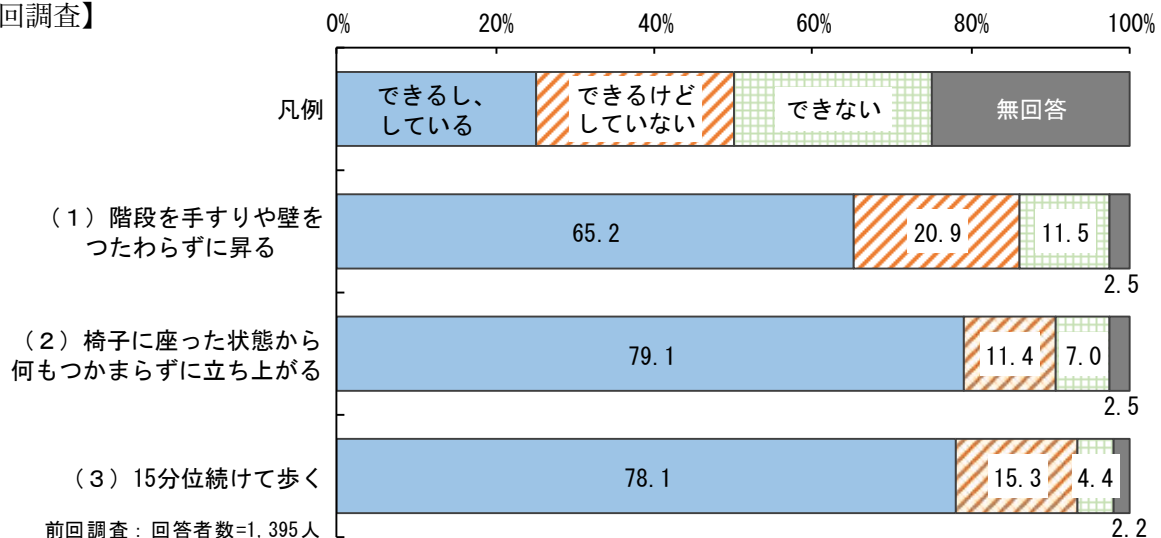
からだを動かすことについて、《階段を手すりや壁をつたわずに昇ること》では、『できる』(「できるし、している」と「できるけどしていない」の合計。以下同様)が84.5%、「できない」が13.1%、《椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がる》では、『できる』が90.4%、「できない」が7.8%、《15分位続けて歩く》では、『できる』が92.7%、「できない」が5.8%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「できない」が微増しています。

【今回調査】

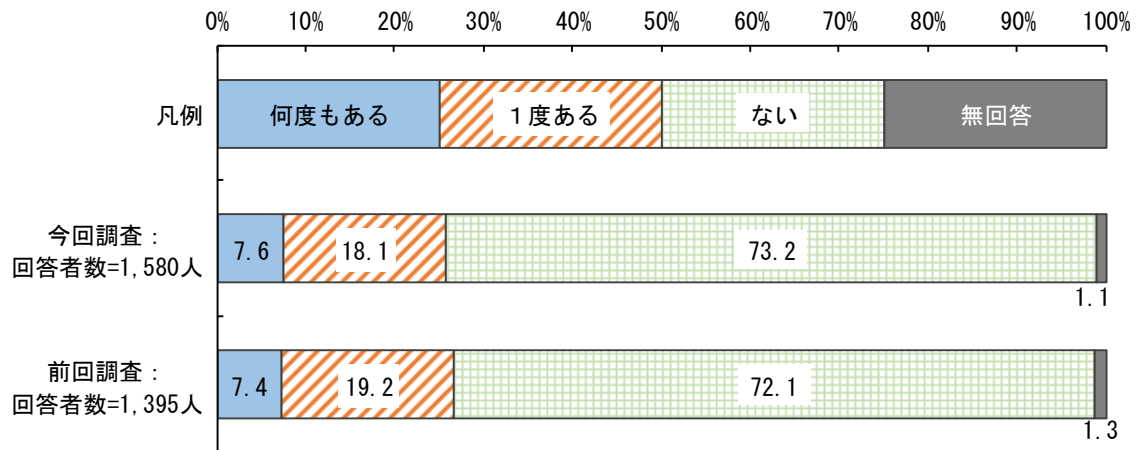


【前回調査】



問5（4）過去1年間に転んだ経験がありますか。（1つに○）

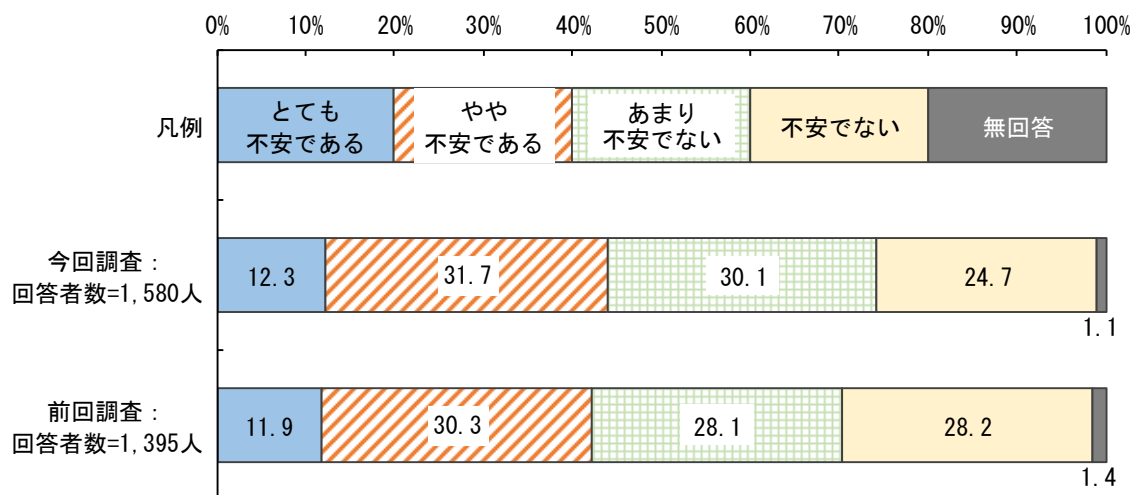
過去1年間に転んだ経験では、「ない」が73.2%と最も多く、次いで「1度ある」が18.1%、「何
度もある」が7.6%となっています。



問5（5）転倒に対する不安は大きいですか。（1つに○）

転倒に対する不安については、「やや不安である」が31.7%と最も多く、次いで「あまり不安でない」が30.1%となっています。また、「とても不安である」と「やや不安である」を合わせた『不安である』が44.0%、「あまり不安でない」と「不安でない」を合わせた『不安でない』が54.8%と不安でない割合が多くなっています。

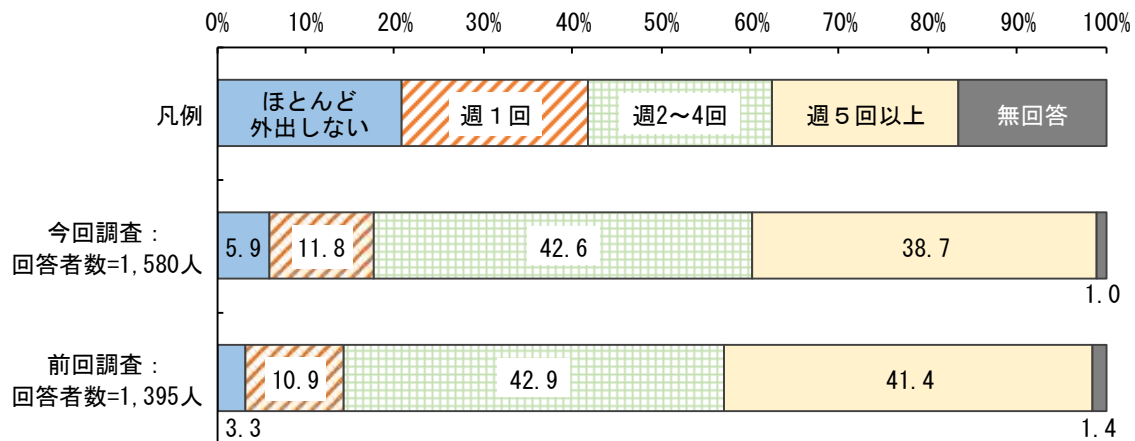
前回調査と比較すると、『不安である』は1.8ポイント増加しています。



問5（6）週に1回以上は外出していますか。（1つに○）

外出の頻度では、「週2～4回」が42.6%と最も多く、次いで「週5回以上」が38.7%となっています。一方で「週1回」が11.8%、「ほとんど外出しない」が5.9%となっています。

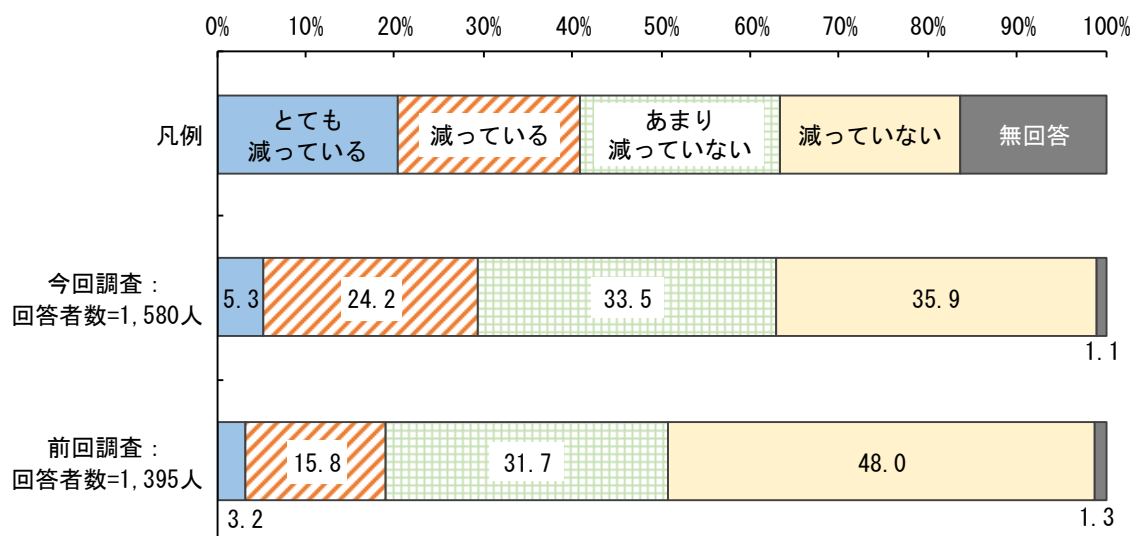
前回調査と比較すると、「週5回以上」が2.7ポイントの減少、「ほとんど外出しない」が2.6ポイントの増加となっています。



問5（7）昨年と比べて外出の回数が減っていますか。（1つに○）

外出回数の状況については、「減っていない」が35.9%と最も多く、次いで「あまり減っていない」が33.5%となっています。また、「とても減っている」と「減っている」を合わせた『減っている』が29.5%となっています。

前回調査と比較すると、『減っている』は10.5ポイント増加しています。



問5（8）外出を控えていますか。（1つに○）

【問5（8）で「1. はい（外出を控えている）」の方のみ】

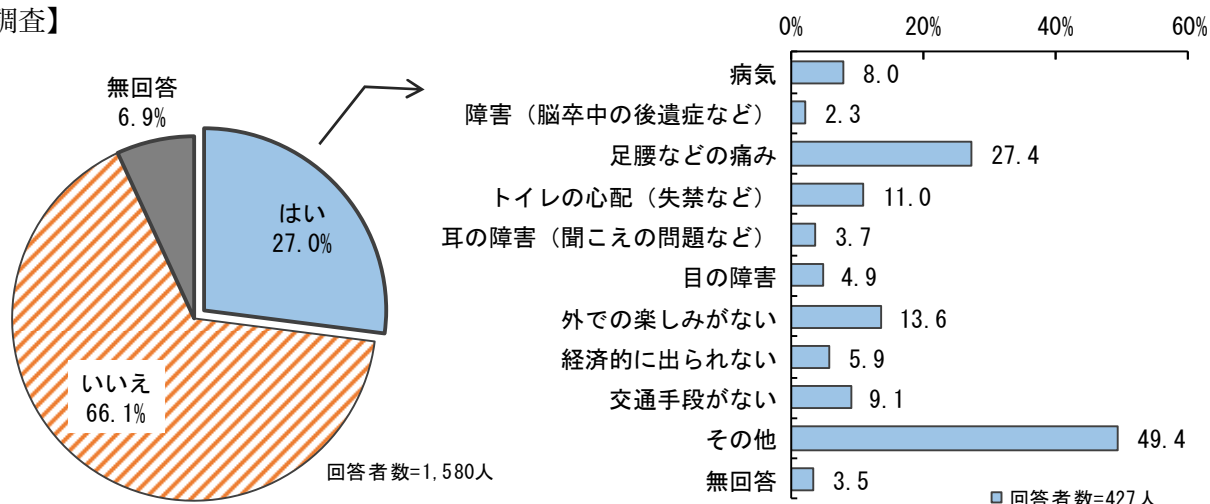
問5（8）①外出を控えている理由は、次のどれですか。（あてはまるものすべてに○）

外出控えについては、「いいえ」が66.1%、「はい」が27.0%となっています。

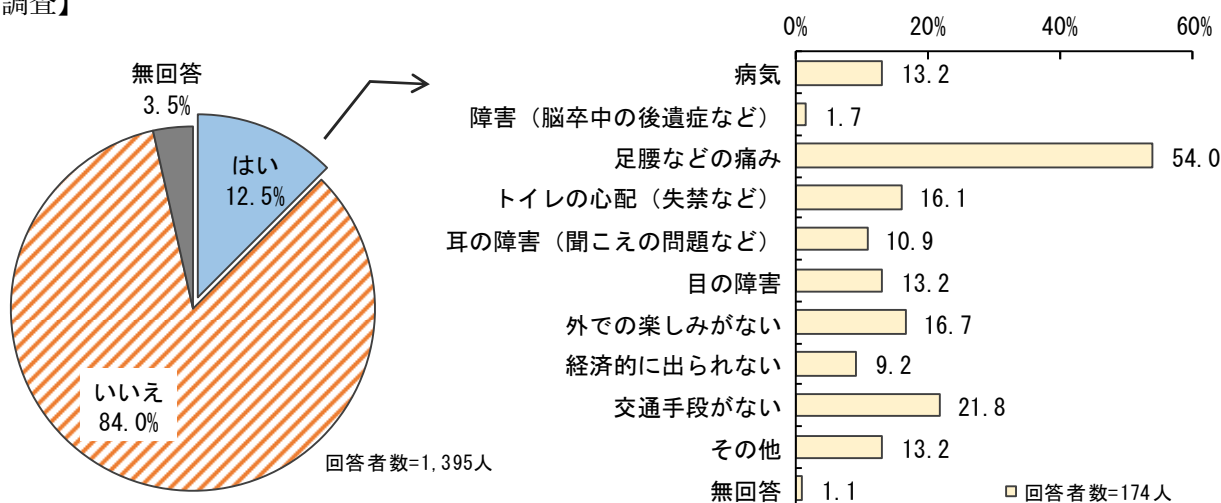
前回調査と比較すると、「はい」が14.5ポイント増加しています。

外出を控えている理由では、「その他」が49.4%と最も多く、次いで「足腰などの痛み」が27.4%となっています。前回調査と比較すると「その他」が36.2ポイント増加しており、「その他」の理由では「新型コロナウイルス感染症の感染予防」が約8割を占めています。

【今回調査】



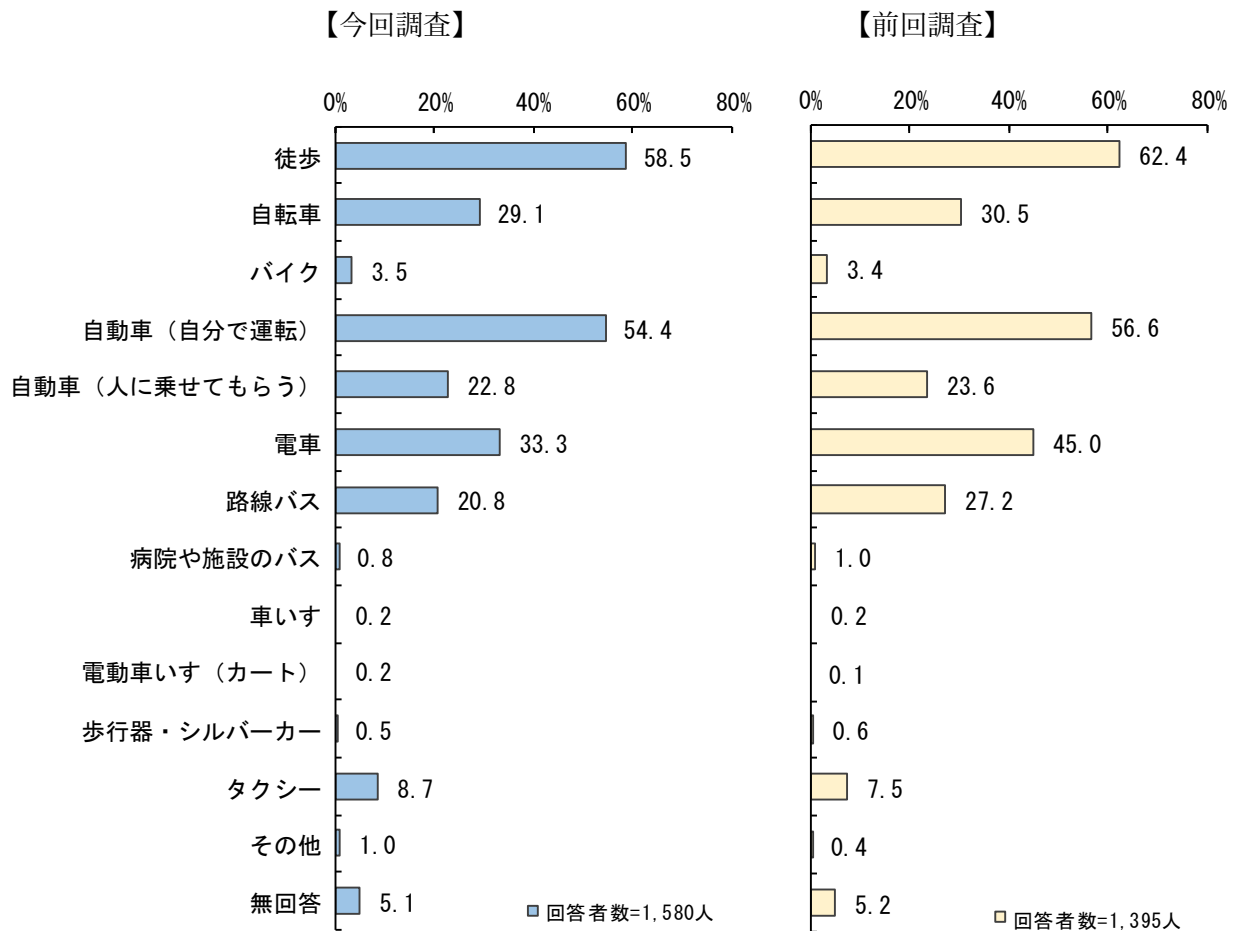
【前回調査】



問5（9）外出する際の移動手段は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

外出する際の移動手段では、「徒歩」が58.5%と最も多く、次いで「自動車(自分で運転)」が54.4%、「電車」が33.3%となっています。

前回調査と比較すると、「タクシー」で1.2ポイント増加しているものの、「電車」で11.7ポイントの減少をはじめ、「路線バス」で6.4ポイントの減少など、多くの移動手段で減少傾向となっています。

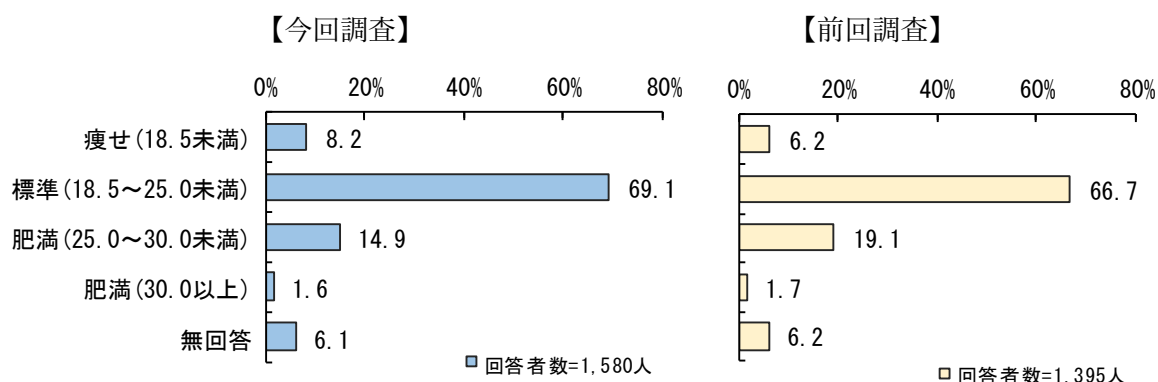


4. 食べることについて

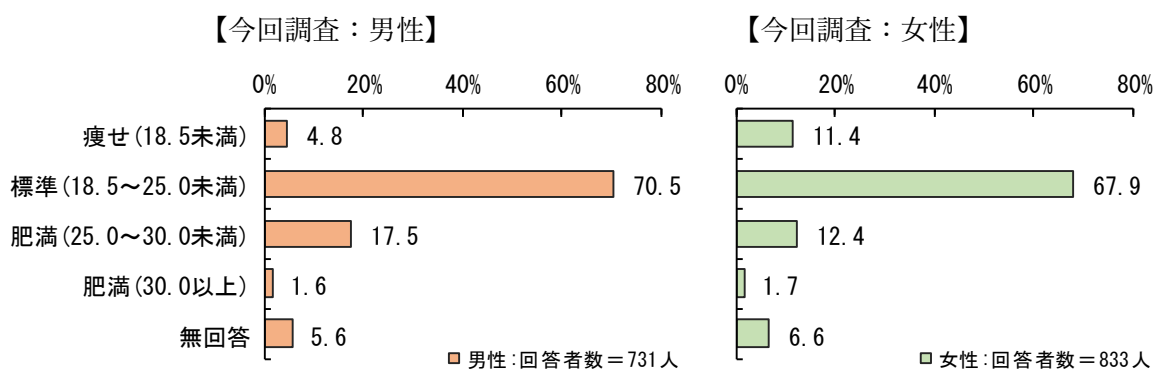
問6 (1) 身長・体重をご記入ください。

BMI (身長からみた体重の割合を示す体格指数) については、「標準(18.5~25.0未満)」が69.1%と最も多く、次いで「肥満(25.0~30.0未満)」が14.9%、「痩せ(18.5未満)」が8.2%となっています。

前回調査と比較すると、「肥満(25.0~30.0未満)」が4.2ポイント減少し、「標準(18.5~25.0未満)」が2.4ポイント増加していますが、「痩せ(18.5未満)」も2.0ポイント増加しています。



男女別で比較すると、男性では「肥満(25.0~30.0未満)」が女性より5.1ポイント多く、女性では、「痩せ(18.5未満)」が男性より6.6ポイント多くなっています。



問6 (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つに○)

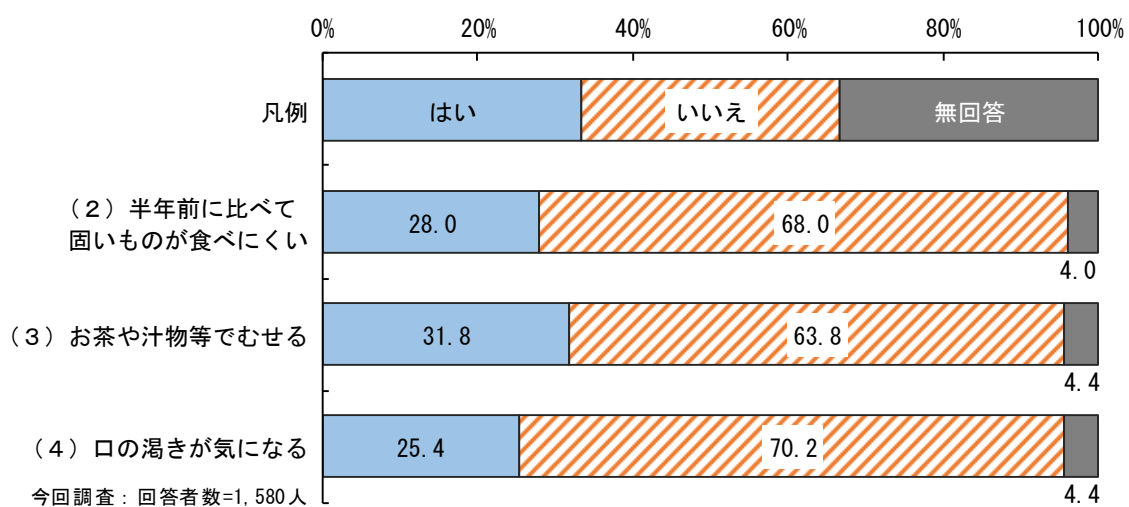
問6 (3) お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つに○)

問6 (4) 口の渇きが気になりますか。(1つに○)

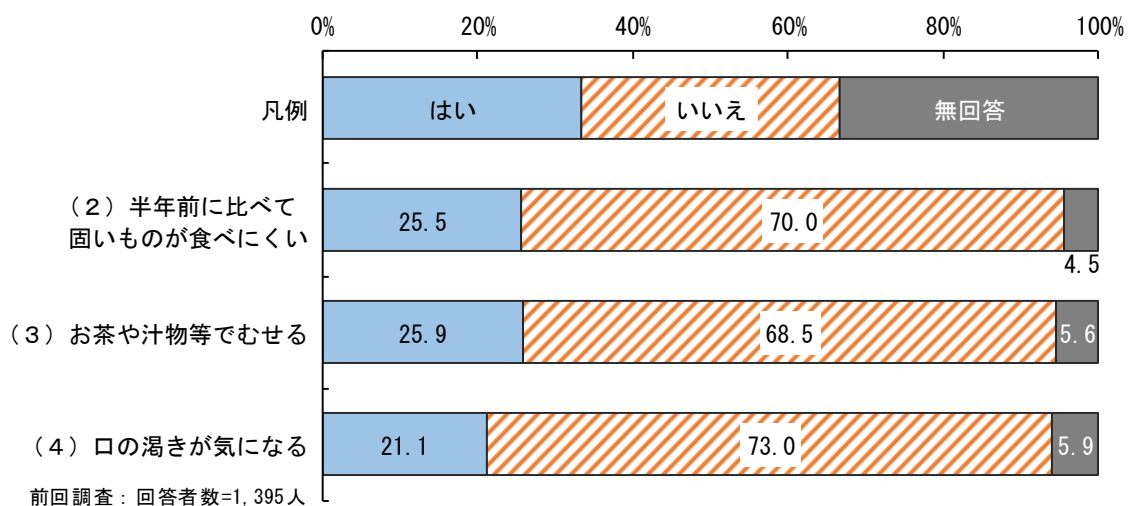
食べることについて、《半年前に比べて固いものが食べにくい》では、「はい」が28.0%、「いいえ」が68.0%、《お茶や汁物等でむせるか》では、「はい」が31.8%、「いいえ」が63.8%、《口の渇きが気になるか》では、「はい」が25.4%、「いいえ」が70.2%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「はい」が微増しています。

【今回調査】



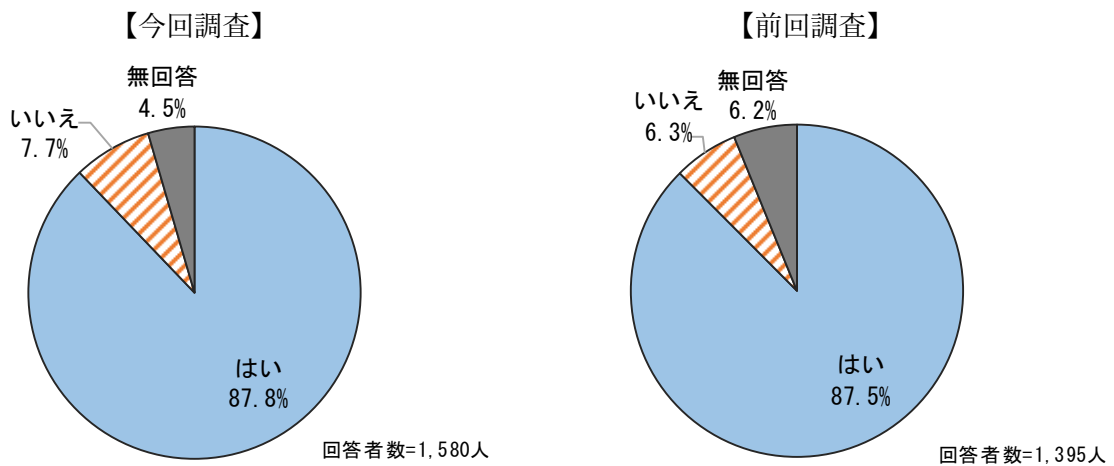
【前回調査】



問6（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。（1つに○）

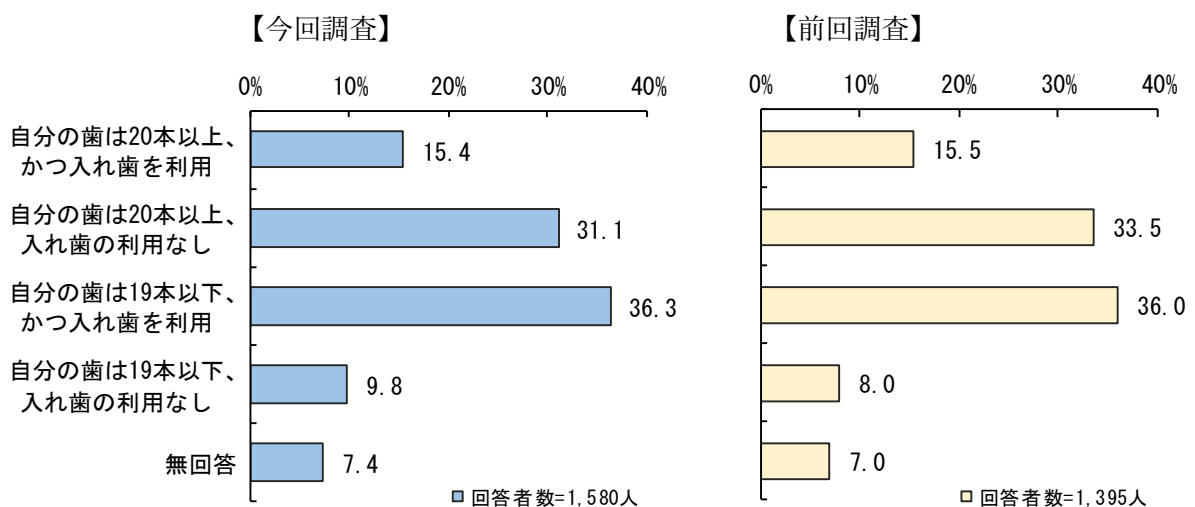
歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日行っているかでは、「はい」が87.8%、「いいえ」が7.7%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が0.3ポイント、「いいえ」が1.4ポイントそれぞれ増加しています。



問6（6）歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。（1つに○）

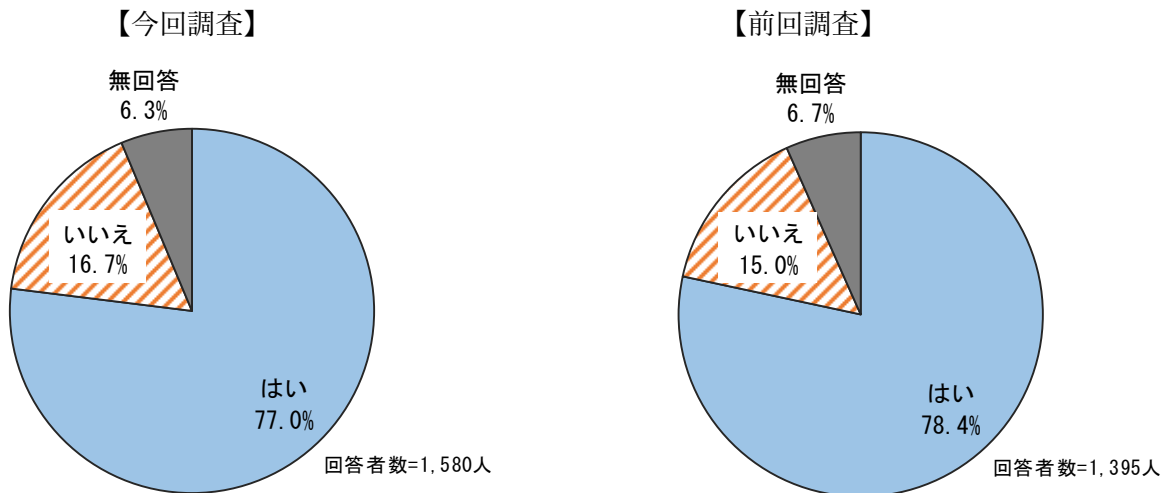
歯の数と入れ歯の利用状況について、「自分の歯が19本以下、かつ入れ歯を利用」が36.3%と最も多く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」が31.1%となっています。歯の数で見ると、『20本以上』が46.5%、『19本以下』が46.1%となっています。前回調査と比較すると、『20本以上』が49.0%から2.5ポイント減少し、『19本以下』が44.0%から46.1ポイントへ2.1ポイント増加しています。



問6 (6) ①噛み合わせは良いですか。(1つに〇)

噛み合わせについては、「はい」が77.0%、「いいえ」が16.7%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が1.4ポイント減少、「いいえ」が1.7ポイント増加しています。

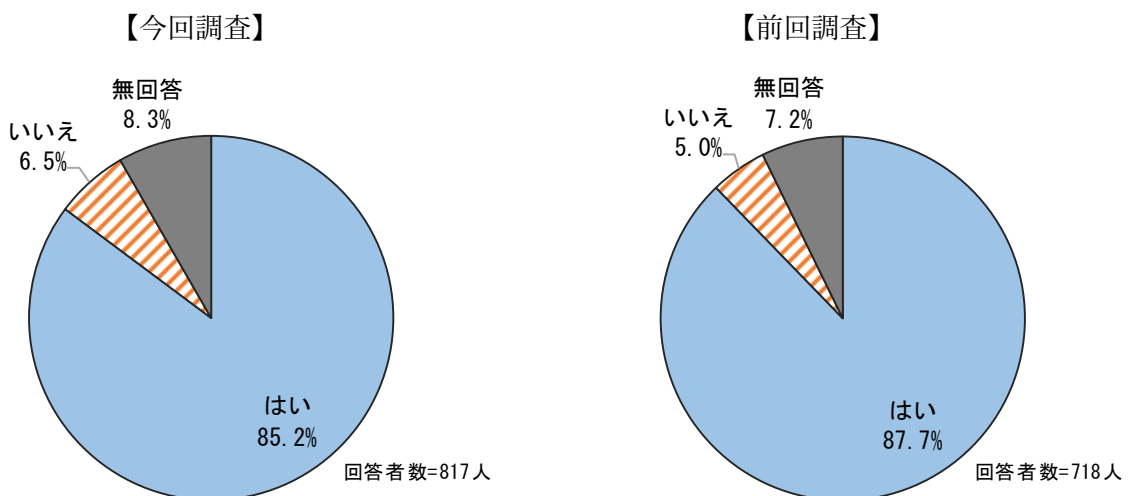


【問6 (6) で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】

問6 (6) ②毎日入れ歯の手入れをしていますか。(1つに〇)

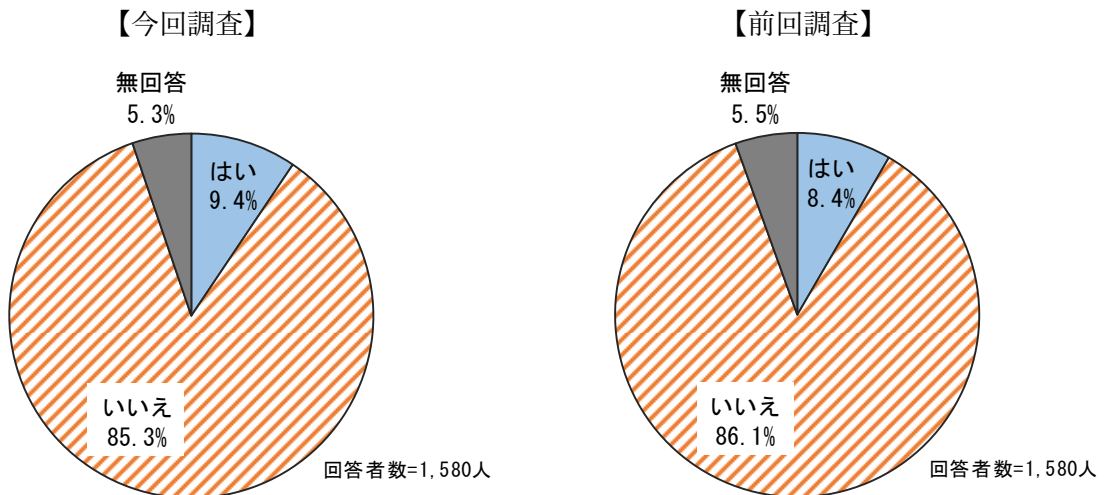
毎日の入れ歯の手入れについては、「はい」(毎日手入れしている)が85.2%、「いいえ」が6.5%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が2.5ポイントの減少、「いいえ」が1.5ポイントの増加となっています。



問6（7）直近6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。（1つに○）

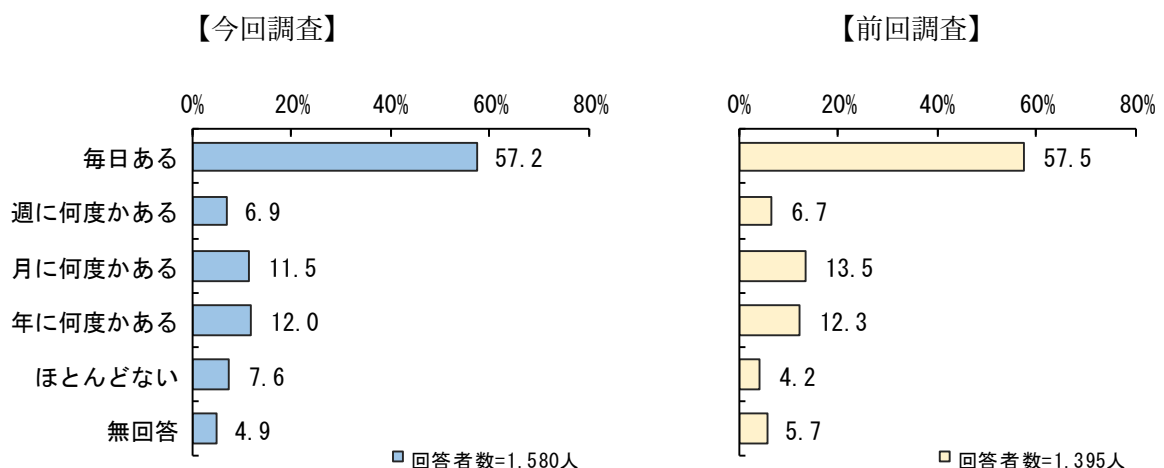
直近6か月間における体重減少については、「はい」が9.4%、「いいえ」が85.3%となっています。前回調査と比較すると、「はい」が1.0ポイントの増加となっています。



問6（8）どなたかと食事をとにもする機会がありますか。（1つに○）

どなたかと食事をとにもする機会について、「毎日ある」が57.2%と最も多く、次いで「年に何度かある」が12.0%、「月に何度かある」が11.5%となっています。

前回調査と比較すると、「毎日ある」及び「週に何度かある」の割合はほぼ変わりませんが、「月に何度かある」が2.0ポイント減少し「ほとんどない」が3.4ポイント増加しています。



5. 毎日の生活について

問7（1）物忘れが多いと感じますか。（1つに○）

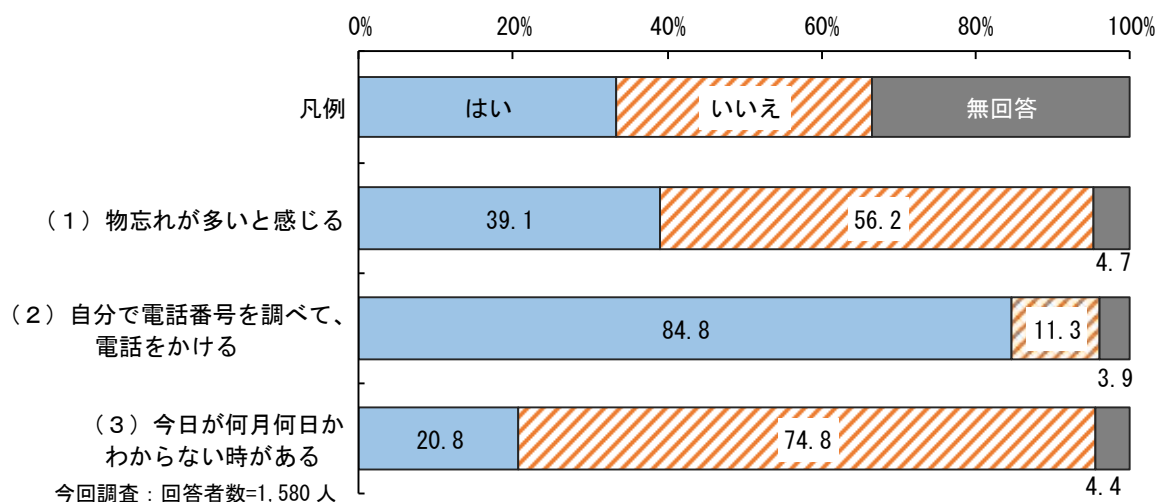
問7（2）自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。（1つに○）

問7（3）今日が何月何日かわからない時がありますか。（1つに○）

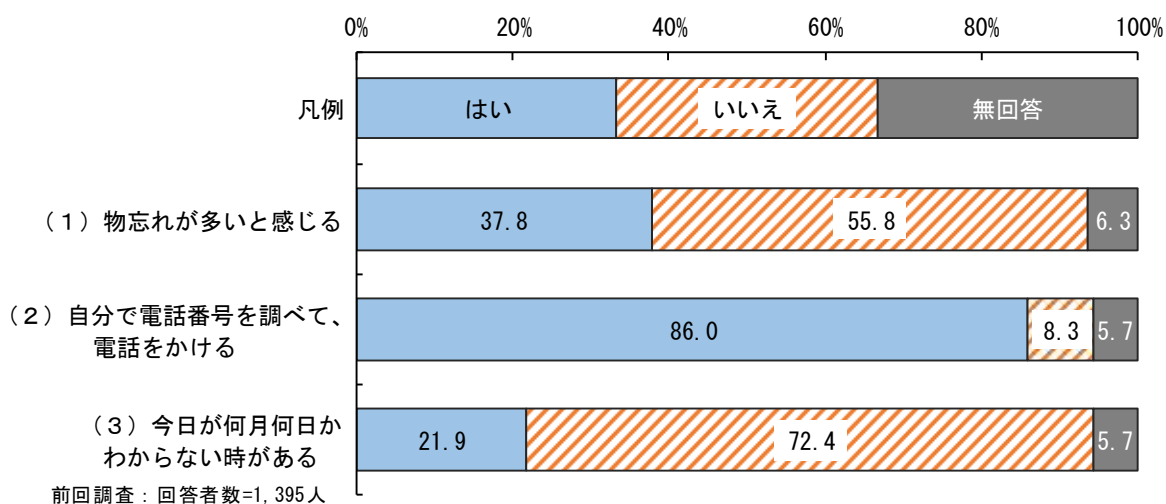
毎日の生活について、《物忘れが多いと感じるか》では、「はい」が39.1%、「いいえ」が56.2%、《自分で電話番号を調べて、電話をかけるか》では、「はい」が84.8%、「いいえ」が11.3%、《今日が何月何日かわからない時がある》では、「はい」が20.8%、「いいえ」が74.8%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも0.4~3.0ポイントの増減となっています

【今回調査】



【前回調査】

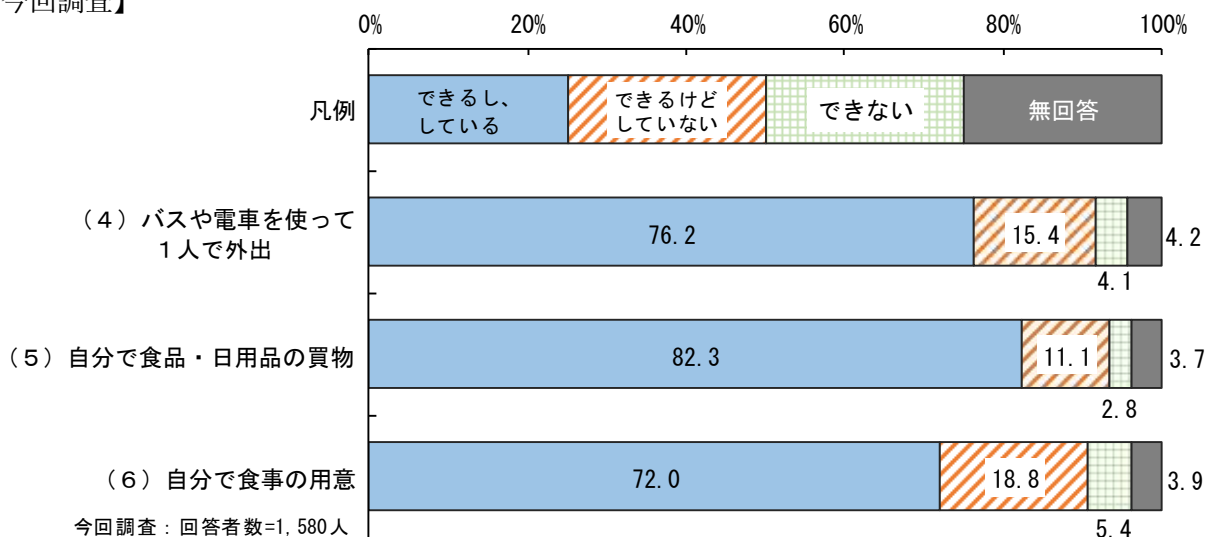


問7 (4) バスや電車を使って1人で外出していますか。(自家用車でも可)(1つに○)
 問7 (5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(1つに○)
 問7 (6) 自分で食事の用意をしていますか。(1つに○)

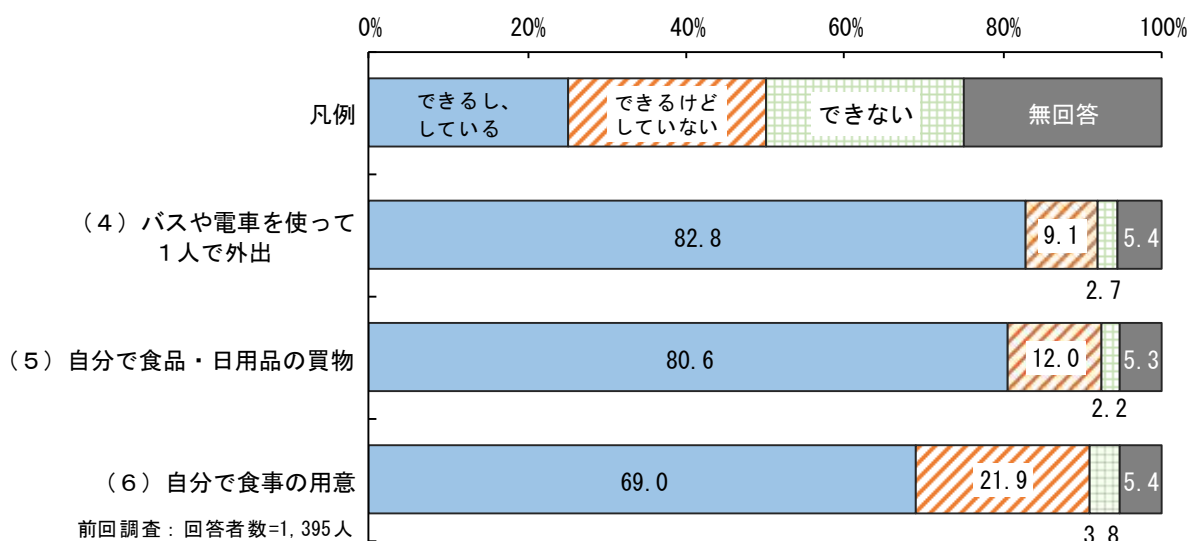
《バスや電車を使って1人で外出すること》では、「できるし、している」が76.2%、「できるけどしていない」が15.4%、「できない」が4.1%となっています。《自分で食品・日用品の買物すること》では、「できるし、している」が82.3%、「できるけどしていない」が11.1%、「できない」が2.8%となっています。《自分で食事の用意すること》では、「できるし、している」が72.0%、「できるけどしていない」が18.8%、「できない」が5.4%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「できない」がわずかに増加しているとともに、《バスや電車を使って1人で外出すること》で「できるけどしていない」が6.3ポイント増加しています。

【今回調査】



【前回調査】



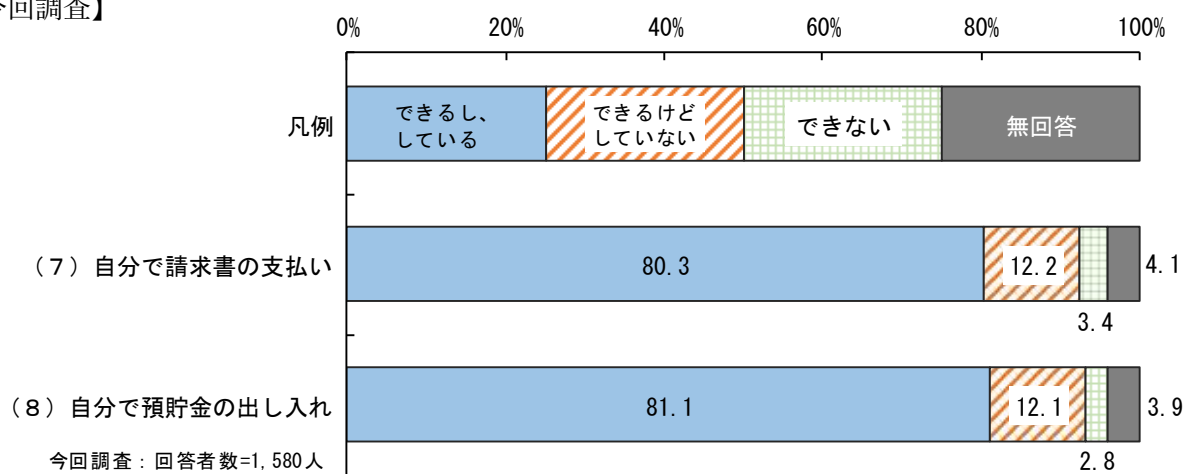
問7 (7) 自分で請求書の支払いをしていますか。(1つに○)

問7 (8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1つに○)

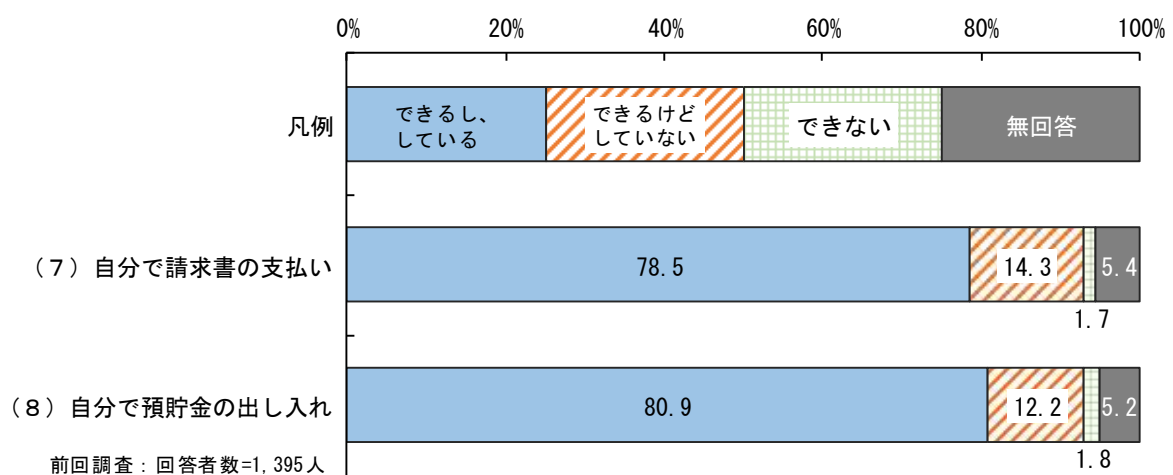
《自分で請求書の支払いをすること》では、「できるし、している」が80.3%、「できるけどしていない」が12.2%、「できない」が3.4%となっています。《自分で預貯金の出し入れをすること》では、「できるし、している」が81.1%、「できるけどしていない」が12.1%、「できない」が2.8%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「できない」がわずかに増加しています。

【今回調査】



【前回調査】



問7 (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。（1つに○）

問7 (10) 新聞を読んでいますか。（1つに○）

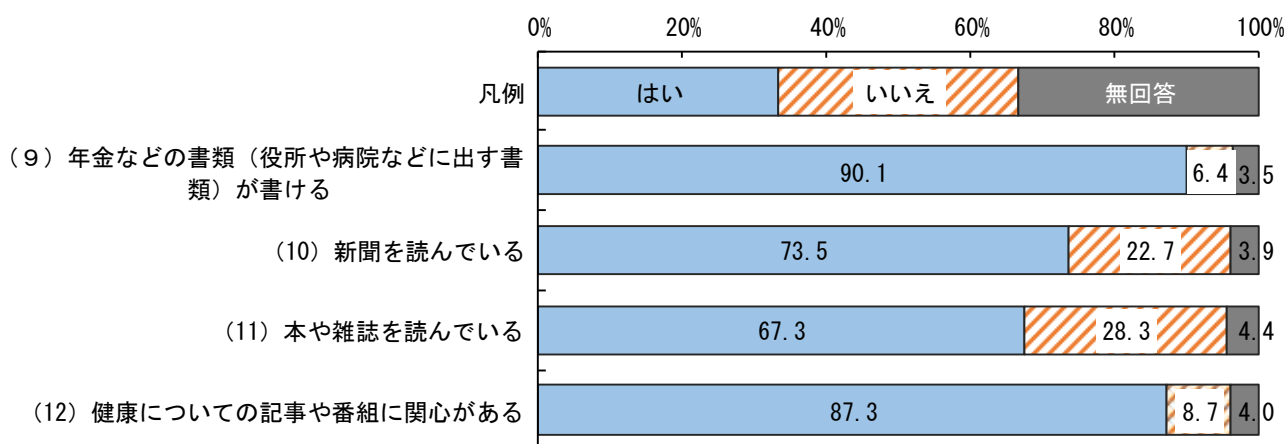
問7 (11) 本や雑誌を読んでいますか。（1つに○）

問7 (12) 健康についての記事や番組に関心がありますか。（1つに○）

《年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けるか》では、「はい」が90.1%、「いいえ」が6.4%となっています。《新聞を読んでいるか》では、「はい」が73.5%、「いいえ」が22.7%、《本や雑誌を読んでいるか》では、「はい」が67.3%、「いいえ」が28.3%、《健康についての記事や番組に関心があるか》では、「はい」が87.3%、「いいえ」が8.7%となっています。

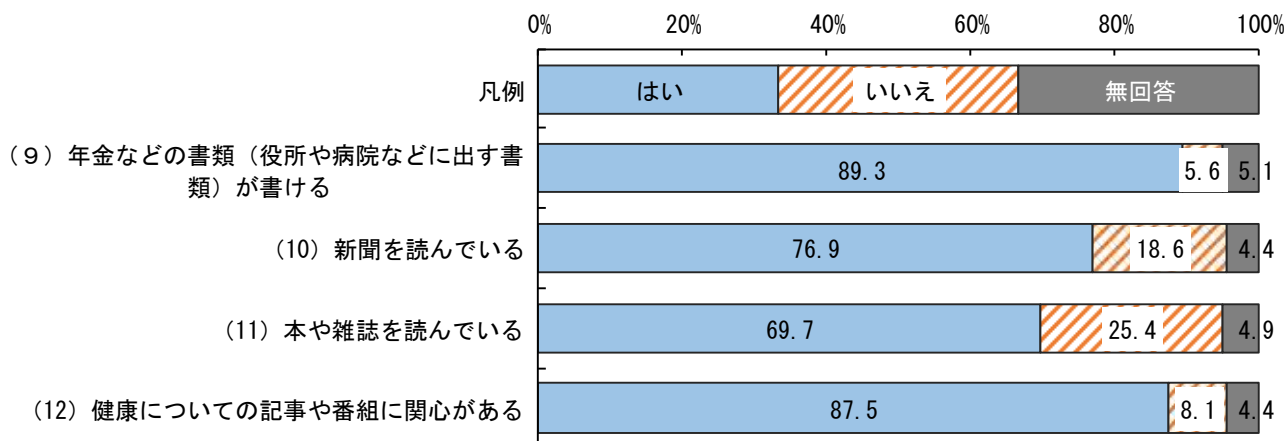
前回調査と比較すると、いずれも「いいえ」が増加しており、「新聞」では4.1ポイントの増加となっています。

【今回調査】



今回調査：回答者数=1,580人

【前回調査】



前回調査：回答者数=1,395人

問7 (13) 友人の家を訪ねていますか。(1つに○)

問7 (14) 家族や友人の相談にのっていますか。(1つに○)

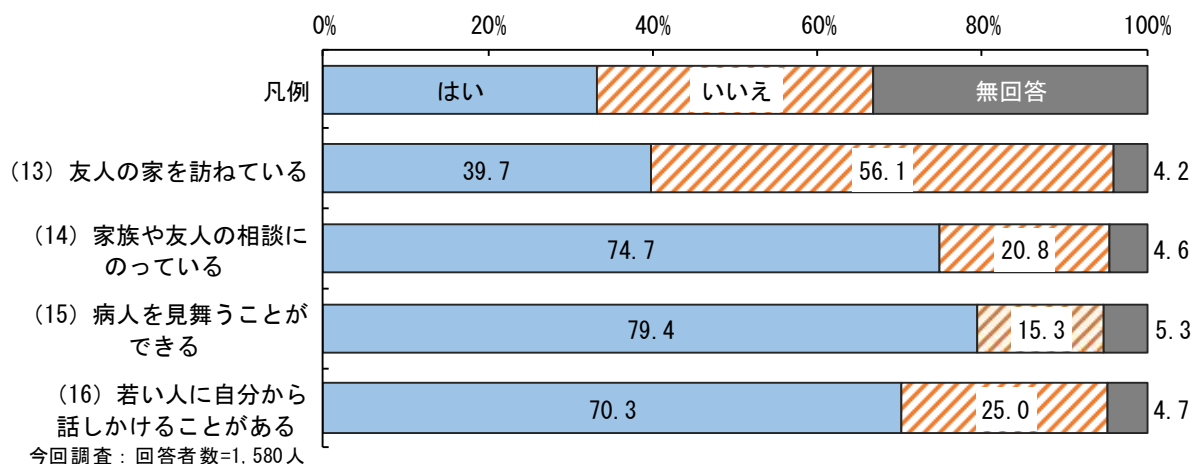
問7 (15) 病人を見舞うことができますか。(1つに○)

問7 (16) 若い人に自分から話しかけることがありますか。(1つに○)

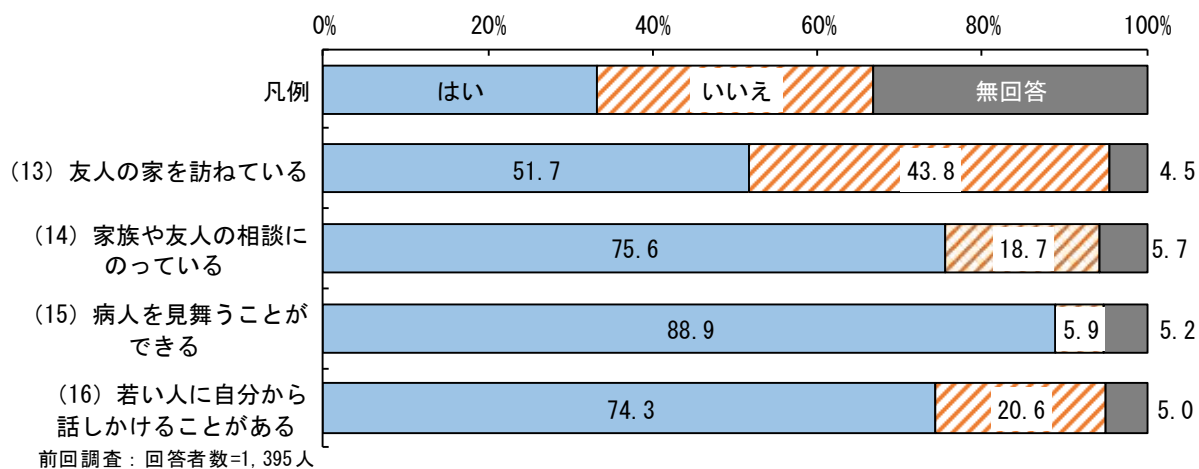
《友人の家を訪ねているか》では、「はい」が39.7%、「いいえ」が56.1%となっています。《家族や友人の相談にのっているか》では、「はい」が74.7%、「いいえ」が20.8%、《病人をみまうことができるか》では、「はい」が79.4%、「いいえ」が15.3%、《若い人に自分から話しかけることがあるか》では、「はい」が70.3%、「いいえ」が25.0%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「はい」が減少しており、特に《友人の家を訪ねているか》では12.0ポイントの減少となっています。

【今回調査】

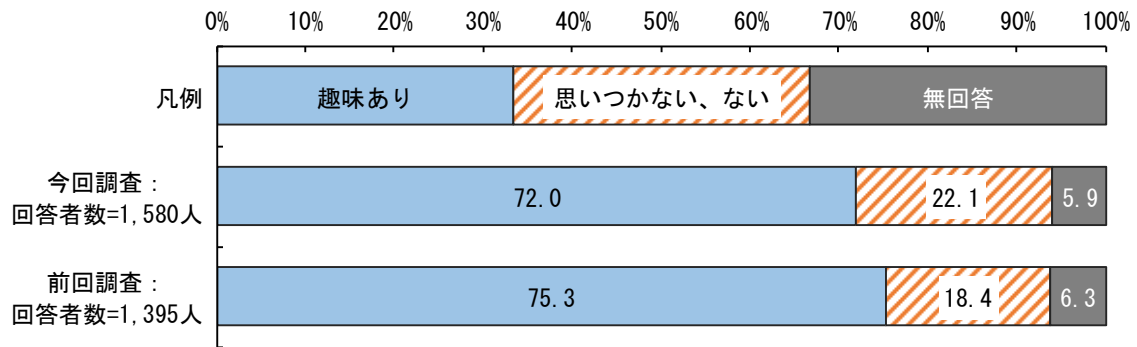


【前回調査】



問7 (17) 趣味はありますか。(1つに○)

趣味の有無では、「趣味あり」が72.0%、「思いつかない、ない」が22.1%となっています。
 前回調査と比較すると、「趣味あり」が3.3ポイント減少しています。

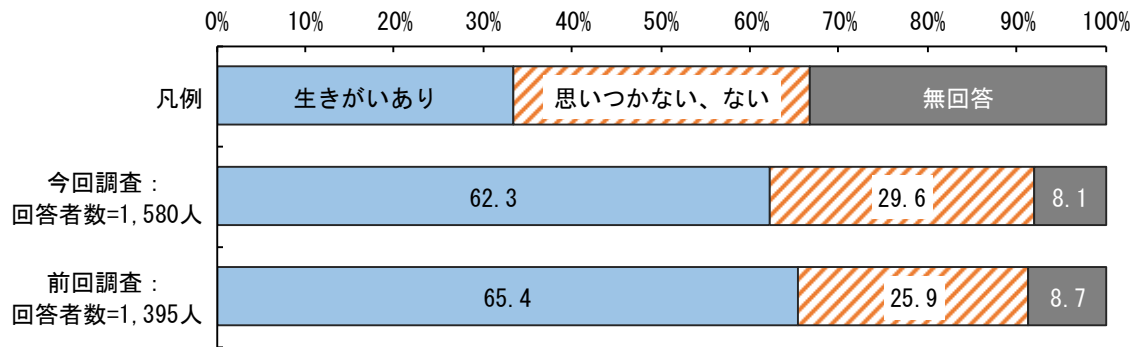


【 趣味の具体的な内容 】 (複数回答)

スポーツ (342件)	釣り (60件)
ウォーキング、散歩 (80件)	音楽 (コーラス、音楽鑑賞 等を含む) (60件)
ゴルフ (78件)	カラオケ (57件)
登山・ハイキング (27)	写真、絵画 (絵を描く、絵画鑑賞 等を含む) (57件)
ダンス (フラダンス、社交ダンス 等) (16件)	パソコン、テレビ (57件)
テニス (13件) 他	楽器 (44件)
自然 (庭の手入れ、畑、家庭菜園 等) (201件)	乗り物 (車、ドライブ、バイク 等) (34件)
ものづくり (手芸、料理、DIY) (178件)	ペット (25件)
文学 (読書、書道、語学 等) (156件)	ギャンブル (パチンコ、麻雀 等) (24件)
屋外の活動 (旅行、キャンプ、買い物 等) (95件)	映画 (20件)
遊び (ゲーム、クイズ、将棋 等) (73件)	その他 (25件)

問7 (18) 生きがいがありますか。(1つに○)

趣味の有無では、「生きがいあり」が62.3%、「思いつかない、ない」が29.6%となっています。
 前回調査と比較すると、「生きがいあり」が3.1ポイント減少しています。



【生きがいの具体的な内容】(複数回答)

- 孫、子、家族 (231件)
- 健康、生活(長生きすること、楽しく過ごす等) (76件)
- 屋外の活動(旅行、釣り、買い物等) (74件)
- 仕事 (64件)
- スポーツ(ゴルフ、ダンス等) (62件)
- ガーデニング、家庭菜園、畑等 (56件)
- 文学、芸術(読書、絵画、書道、楽器等) (43件)
- 友人、知人との交流 (30件)
- 食関連(食事、お酒、料理すること等) (32件)
- 趣味関連 (27件)
- 人のための活動(ボランティア、地域活動) (18件)
- ペット (16件)
- ものづくり(手芸、DIY等) (11件)
- 遊び(ゲーム、パズル等) (10件)
- その他 (17件)

6. 地域での活動について

問8 (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1つに○)

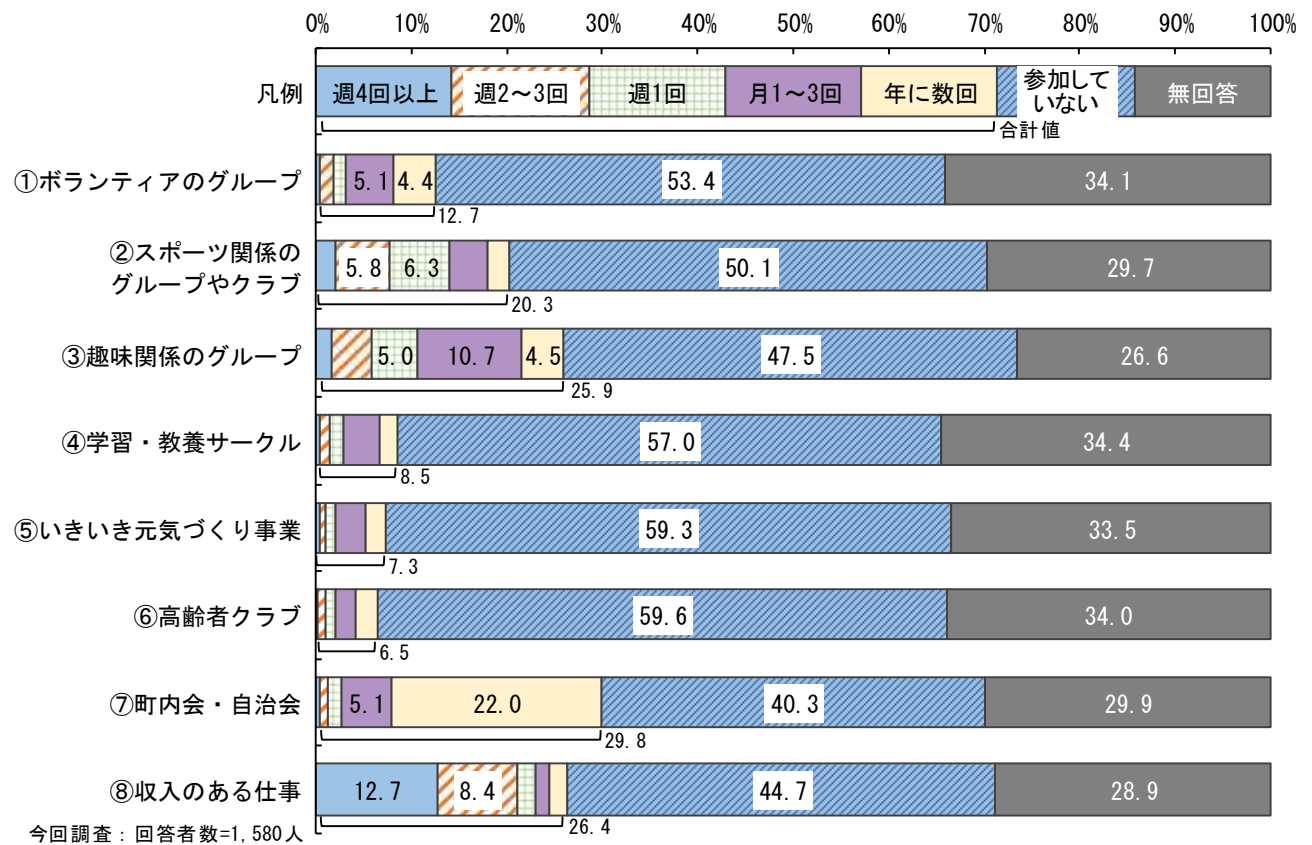
会・グループ等の参加状況では、いずれも「参加していない」が最も多くなっています。また、参加割合をみると《⑦町内会・自治会》で29.8%と最も多く、次いで《⑧収入のある仕事》が26.4%、《③趣味関係のグループ》が25.9%となっています。一方で、《⑥高齢者クラブ》が6.5%、《⑤いきいき元気づくり事業》が7.3%と参加割合が低くなっています。

会・グループ等の参加頻度についてみると、《⑧収入のある仕事》では「週4回以上」が12.7%、「週2～3回」が8.4%、「週1回」が2.0%と、約2割の方が週1回以上となっています。

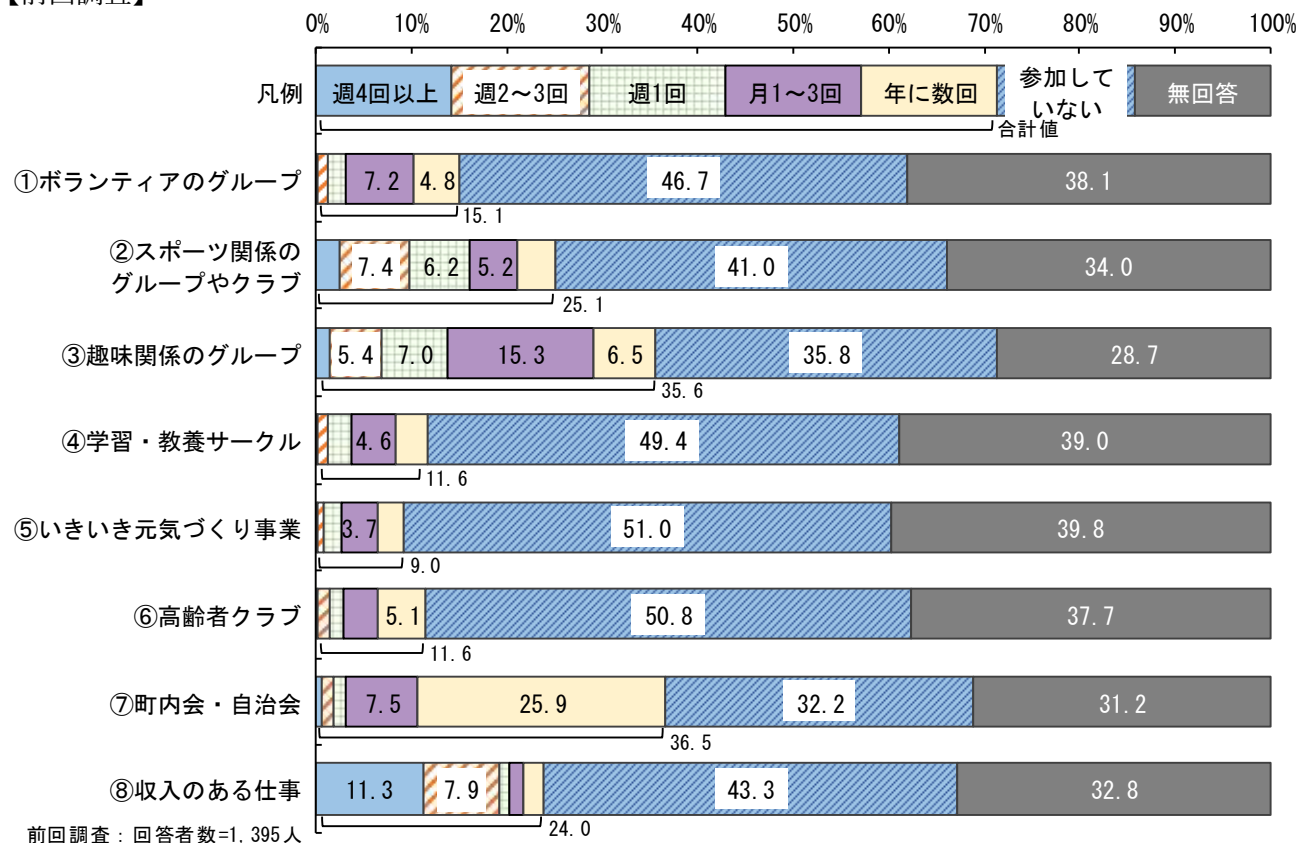
前回調査と比較すると、《⑧収入のある仕事》をのぞき、参加している割合が減少しており、特に《③趣味関係のグループ》では9.7ポイント、《⑦町内会・自治会》では6.7ポイントの減少となっています。

	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	(参考値) 参加している	参加していない	無回答
①ボランティアのグループ	0.4	1.5	1.3	5.1	4.4	12.7	53.4	34.1
②スポーツ関係のグループやクラブ	2.0	5.8	6.3	3.9	2.3	20.3	50.1	29.7
③趣味関係のグループ	1.6	4.1	5.0	10.7	4.5	25.9	47.5	26.6
④学習・教養サークル	0.4	0.9	1.5	3.9	1.8	8.5	57.0	34.4
⑤いきいき元気づくり事業	0.3	0.8	1.0	3.2	2.0	7.3	59.3	33.5
⑥高齢者クラブ	0.2	0.9	1.0	2.2	2.2	6.5	59.6	34.0
⑦町内会・自治会	0.3	1.0	1.4	5.1	22.0	29.8	40.3	29.9
⑧収入のある仕事	12.7	8.4	2.0	1.5	1.8	26.4	44.7	28.9

【今回調査】



【前回調査】



問8 (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、いきいきとした地域づくりを進めるとしたら、

①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。(1つに○)

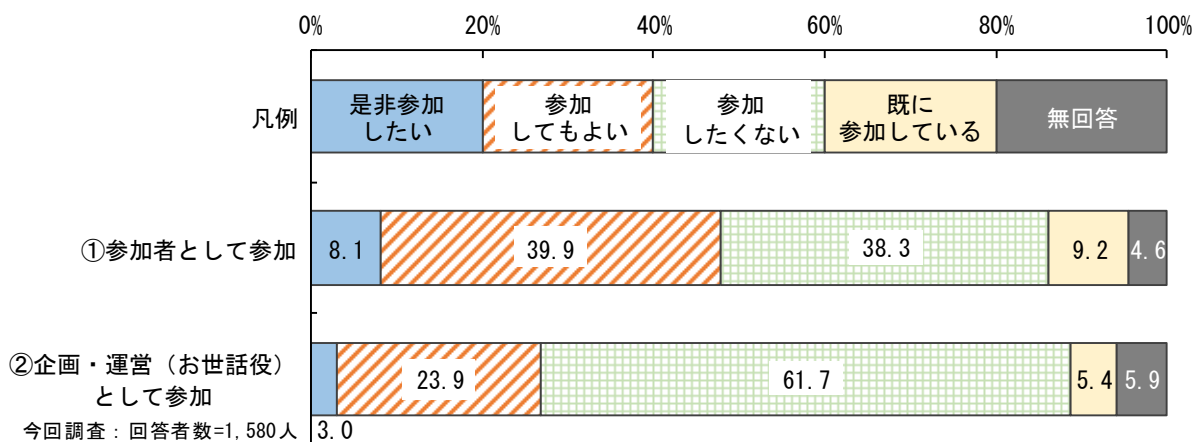
②あなたはその活動に企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか。(1つに○)

いきいきとした地域づくりへ《①参加者として参加》では、「参加してもよい」が39.9%と最も多く、「是非参加したい」の8.1%と「既に参加している」の9.2%を合わせた57.2%が『参加意向がある』となっています。その一方で「参加したくない」が38.3%となっています。

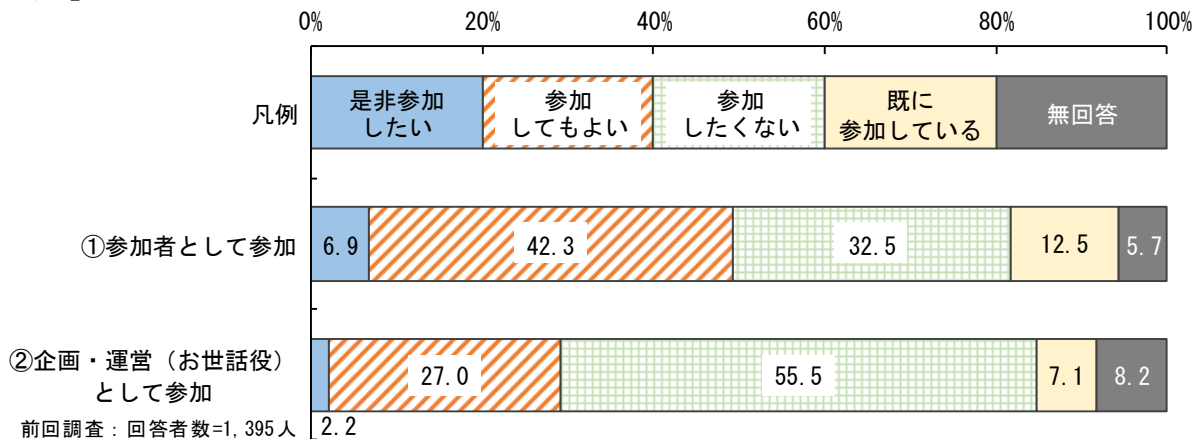
いきいきとした地域づくりへ《②企画・運営(お世話役)として参加》では、「参加したくない」が61.7%となっており、「是非参加したい」の3.0%、「参加してもよい」の23.9%、「既に参加している」の5.4%を合わせた32.3%が『参加意向がある』となっています。

前回調査と比較すると、《①参加者として参加》の『参加意向がある』では61.7%から4.5ポイントの減少、《②企画・運営(お世話役)として参加》の『参加意向がある』で36.3%からは4.0ポイントの減少となっています。

【今回調査】



【前回調査】



7. あなたとまわりの人の「たすけあい」について

問9 (1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる相手を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

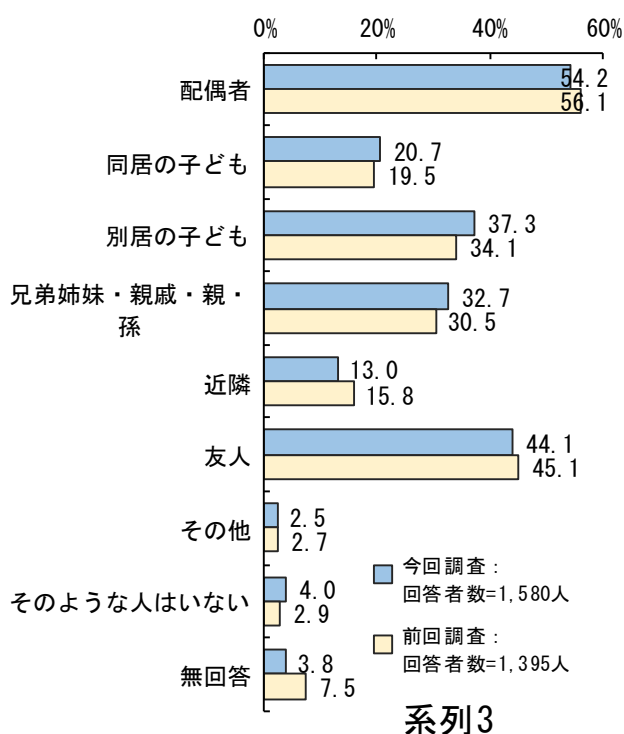
問9 (2) あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる相手を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

《心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる相手》では、「配偶者」が54.2%と最も多く、次いで「友人」が44.1%、「別居の子ども」が37.3%となっており、「そのような人はいない」は4.0%となっています。

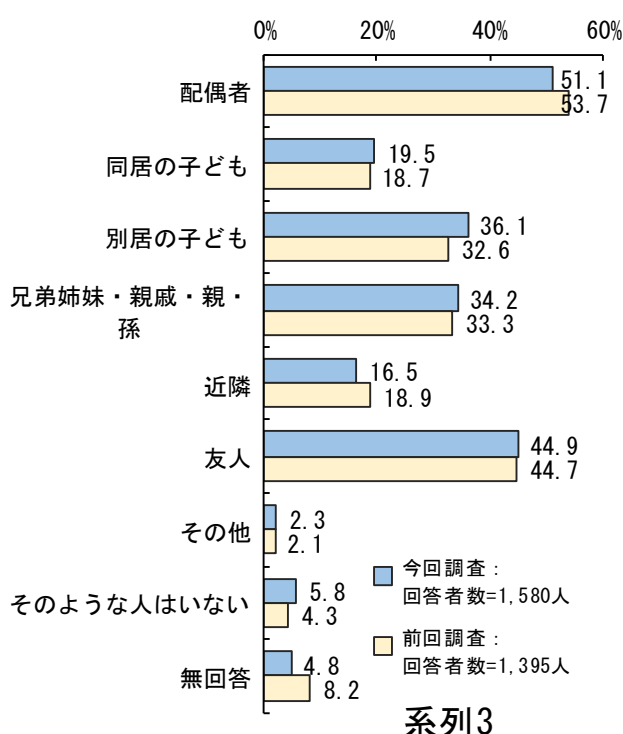
《心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる相手》では、「配偶者」が51.1%と最も多く、次いで「友人」が44.9%、「別居の子ども」が36.1%となっており、「そのような人はいない」は5.8%となっています。

前回調査と比較すると、「近隣」がそれぞれ2.8ポイント、2.4ポイント減少しています。また、「別居の子ども」がそれぞれ3.2ポイント、3.5ポイント増加しています。

【心配事や愚痴を聞いてくれる相手】



【心配事や愚痴を聞いてあげる相手】



問9（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相手を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

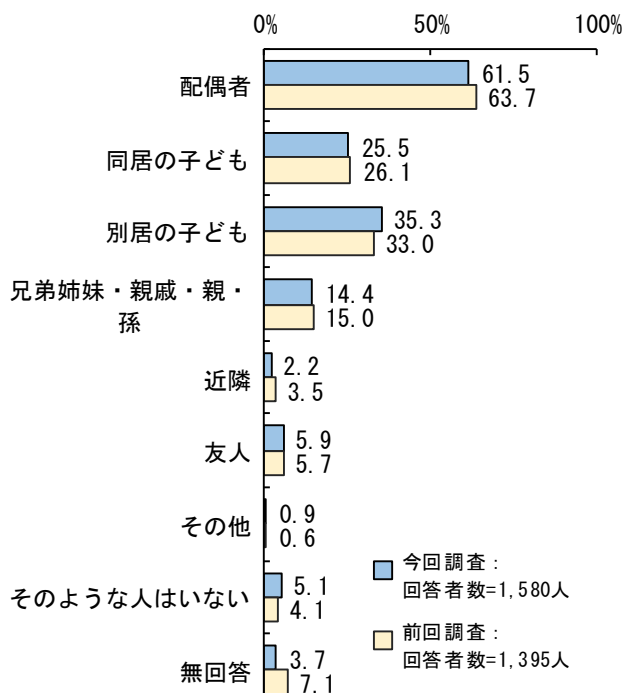
問9（4）あなたが看病や世話をしてあげる相手を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

《看病や世話をしてくれる相手》では、「配偶者」が61.5%と最も多く、次いで「別居の子ども」が35.3%、「同居の子ども」が25.5%となっており、「そのような人はいない」は5.1%となっています。

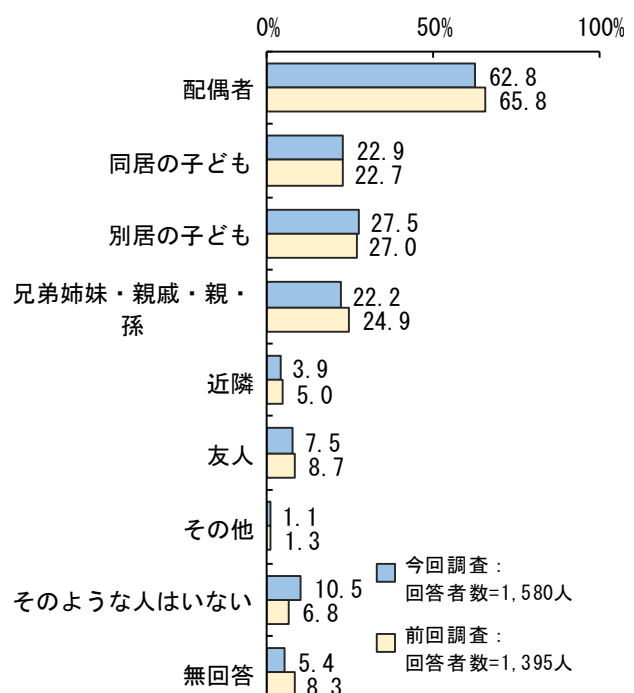
《看病や世話をしてあげる相手》では、「配偶者」が62.8%と最も多く、次いで「別居の子ども」が27.5%、「同居の子ども」が22.9%となっており、「そのような人はいない」は10.5%となっています。

前回調査と比較すると、《看病や世話をしてあげる相手》において「そのような人はいない」が3.7ポイント増加しています。

【看病や世話をしてくれる相手】



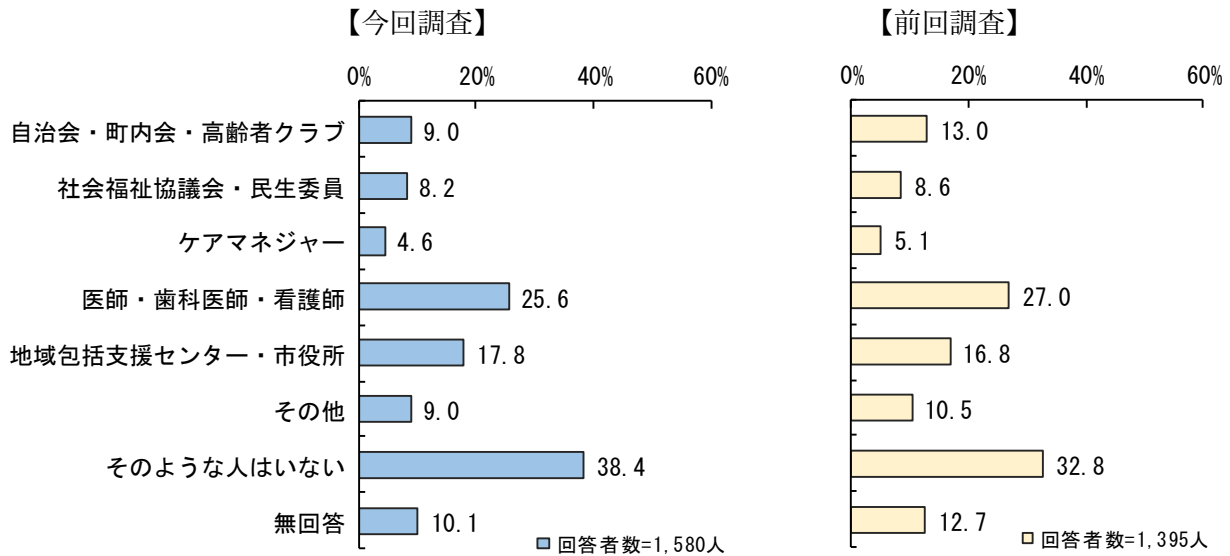
【看病や世話をしてあげる相手】



問9 (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。
(あてはまるものすべてに○)

家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手では、「そのような人はいない」が38.4%と最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師」が25.6%、「地域包括支援センター・市役所」が17.8%となっています。

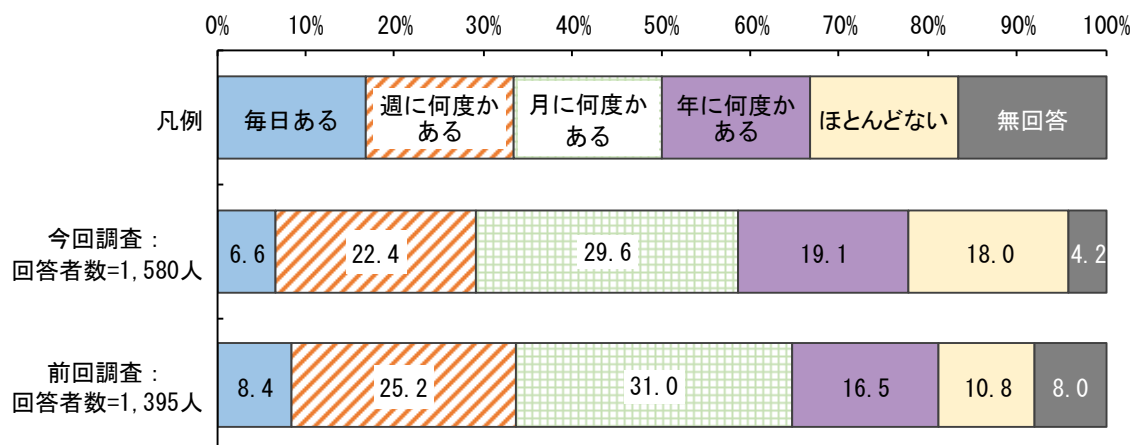
前回調査と比較すると、「そのような人はいない」が5.6ポイント増加しています。



問9 (6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つに○)

友人・知人と会う頻度では、「月に何度かある」が29.6%と最も多く、次いで「週に何度かある」が22.4%、「年に何度かある」が19.1%となっています。

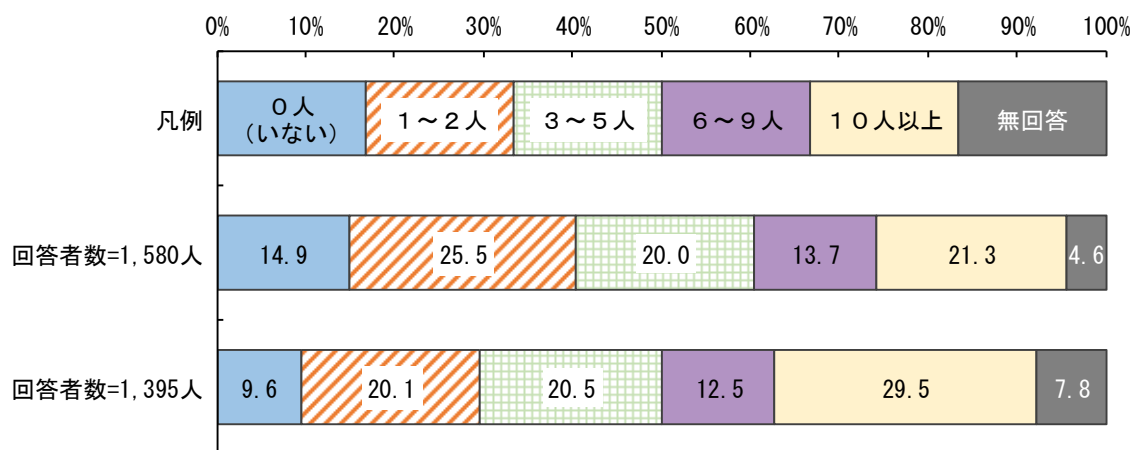
前回調査と比較すると、「ほとんどない」が7.2ポイント、「年に何度かある」が2.6ポイントそれぞれ増加しています。



問9（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つに○）

この1か月間に会った友人・知人の数について、「1～2人」が25.5%と最も多く、次いで「10人以上」が21.3%、「3～5人」が20.0%となっています。

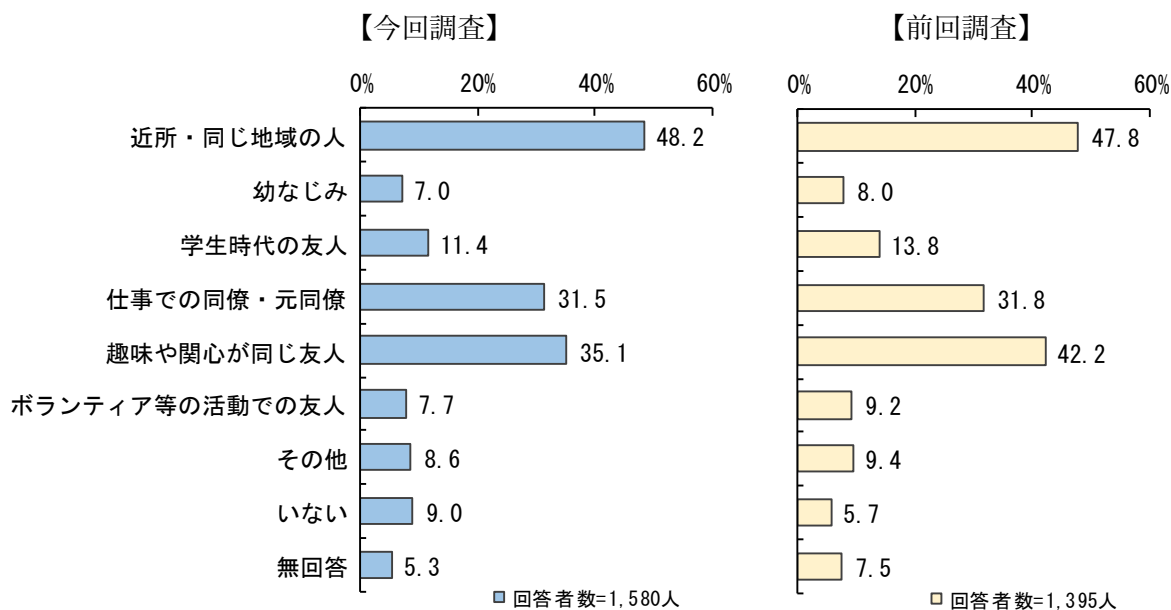
前回調査と比較すると、「10人以上」が8.2ポイント減少し、「1～2人」が5.4ポイント、「0人（いない）」が5.3ポイントそれぞれ増加しています。



問9（8）よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。（あてはまるものすべてに○）

よく会う友人・知人の関係性では、「近所・同じ地域の人」が48.2%と最も多く、次いで「趣味や関心と同じ友人」が35.1%、「仕事での同僚・元同僚」が31.5%となっています。

前回調査と比較すると、「近所・同じ地域の人」及び「いない」を除いて減少傾向となっており、特に「趣味や関心と同じ友人」では7.1ポイントの減少となっています。

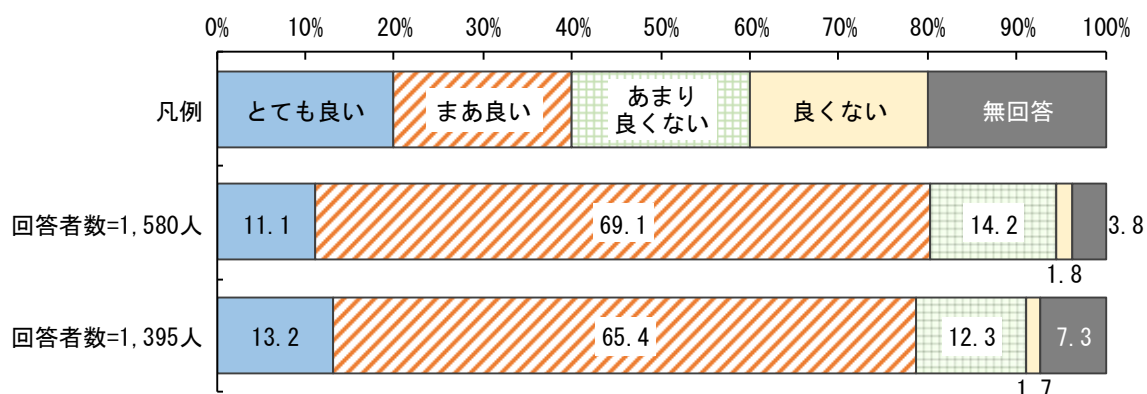


8. 健康について

問 10（1）現在のあなたの健康状態はいかがですか。（1つに○）

健康状態について、「まあ良い」が69.1%と最も多く、次いで「あまり良くない」が14.2%、「とても良い」が11.1%となっています。

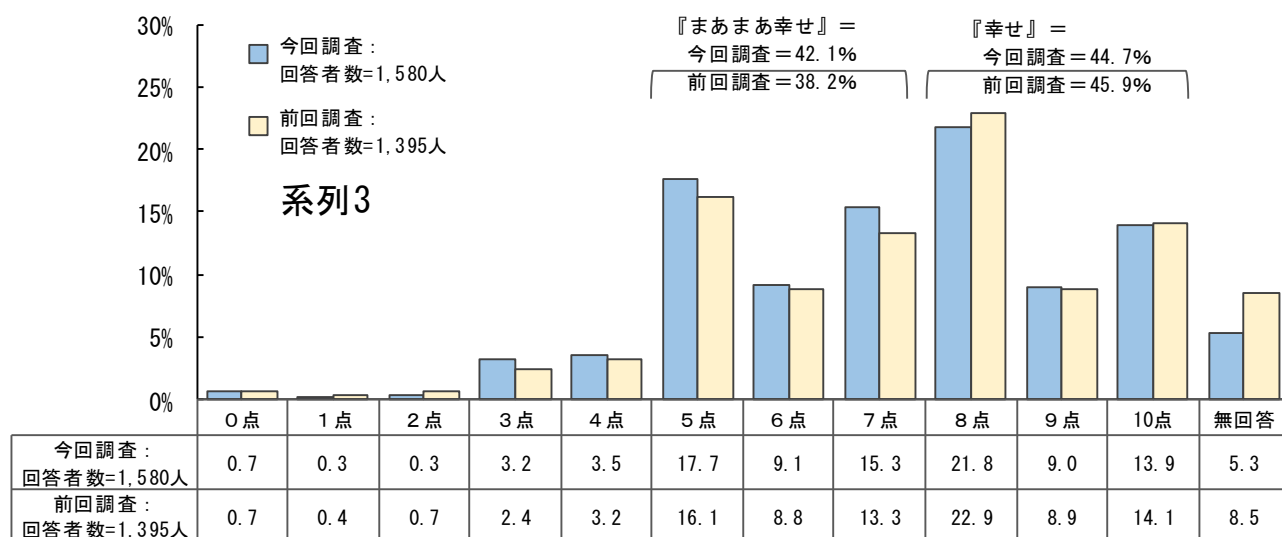
前回調査と比較すると、「まあ良い」が3.7ポイントの増加となっています。



問 10（2）あなたは、現在どの程度幸せですか。

幸せの程度について、「8点」が21.8%と最も多く、次いで「5点」が17.7%となっています。

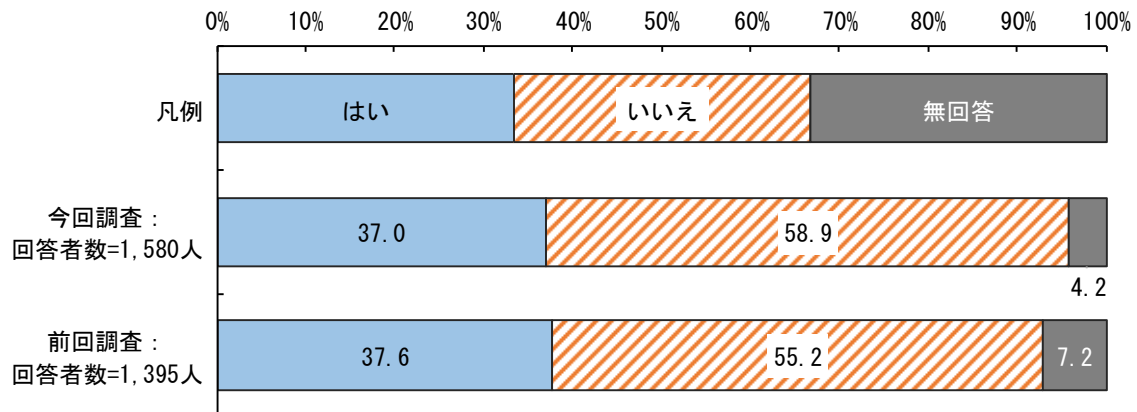
前回調査と比較すると、「8点」～「10点」を合わせた『幸せ』が45.9%から44.7%へと1.2ポイント減少し、「5点」～「7点」を合わせた『まあまあ幸せ』が38.2%から42.1%へと3.9ポイント増加となっています。



問 10 (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つに○)

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について、「はい」が37.0%、「いいえ」が58.9%となっています。

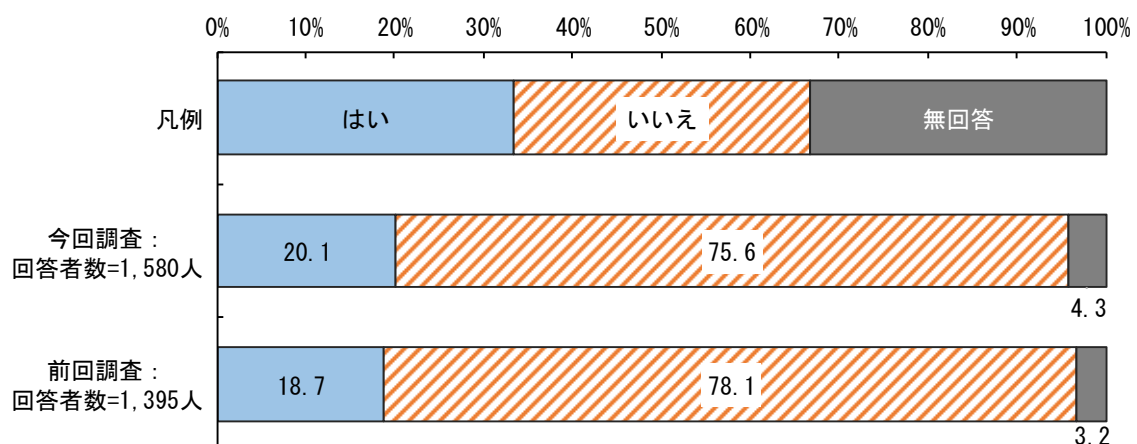
前回調査と比較すると、「いいえ」が3.7ポイント増加しています。



問 10 (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つに○)

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について、「はい」が20.1%、「いいえ」75.6%となっています。

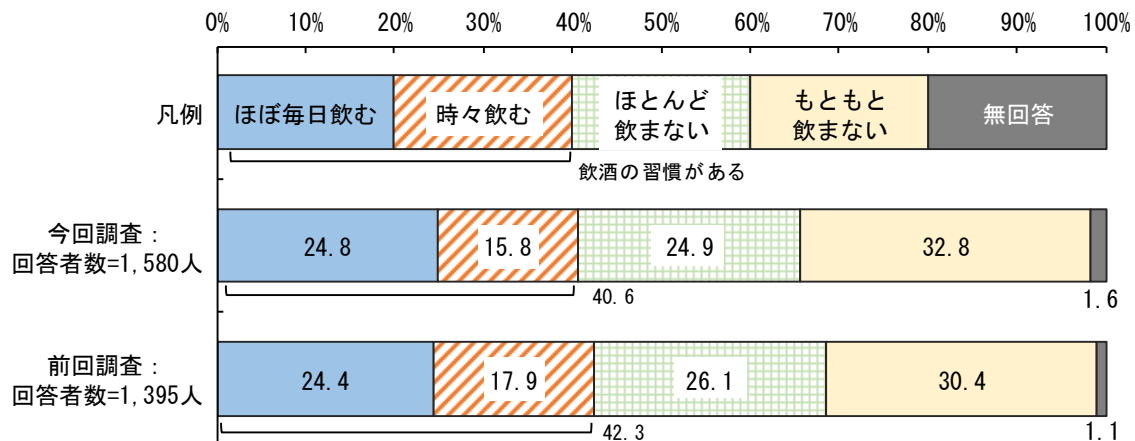
前回調査と比較すると、「はい」が1.4ポイント増加しています。



問 10（5）お酒は飲みますか。（1つに○）

飲酒の状況について、「もともと飲まない」が32.8%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が24.9%、「ほぼ毎日飲む」が24.8%、「時々飲む」が15.8%となっています。

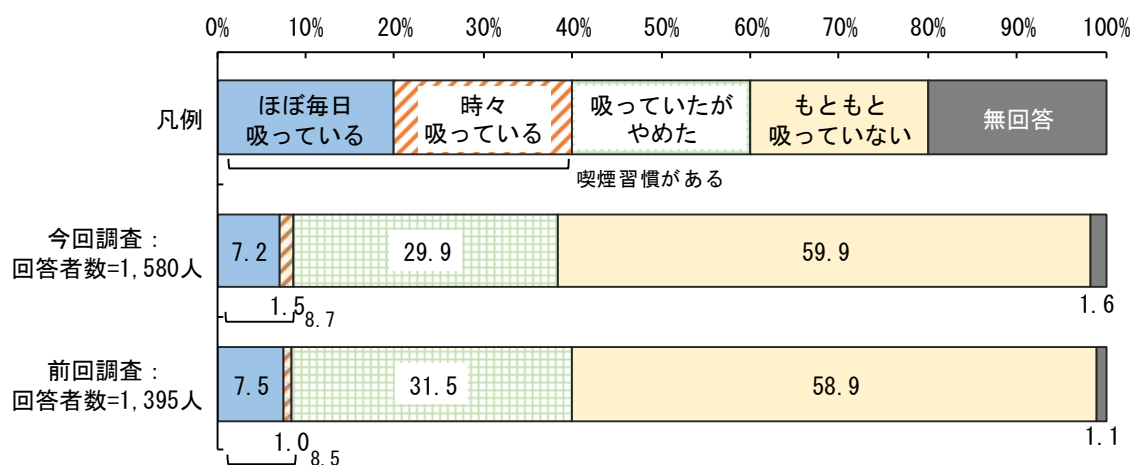
前回調査と比較すると、「ほぼ毎日飲む」と「時々飲む」を合わせた『飲酒の習慣がある』割合は、42.3%から40.6%へと1.7ポイント減少しています。



問 10（6）タバコは吸っていますか。（1つに○）

喫煙の状況について、「もともと吸っていない」が59.9%と最も多く、次いで「吸っていたがやめた」が29.9%、「ほぼ毎日吸っている」が7.2%となっています。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」を合わせた『喫煙習慣がある』割合は、8.5%から8.7%へと0.2ポイントの増加にとどまっています。

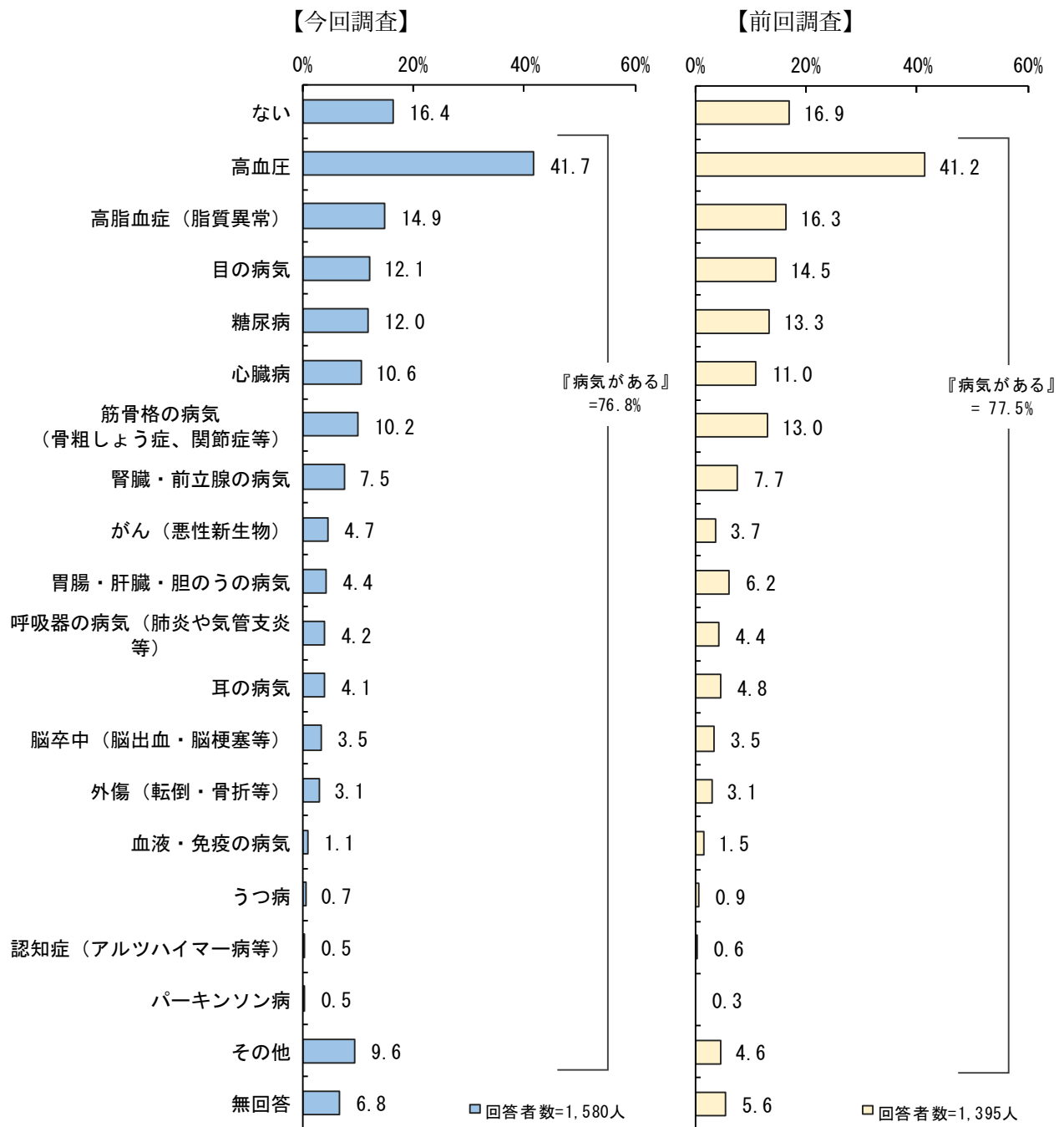


問 10（7）現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。

（あてはまるものすべてに○）

治療中または後遺症のある病気について、「高血圧」が41.7%と最も多く、次いで「高脂血症（脂質異常）」が14.9%、「目の病気」が12.1%、「糖尿病」が12.0%となっています。一方、「ない」は16.4%となっています。

前回調査と比較すると、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」が2.8ポイント減少し、「がん（悪性新生物）」が1.0ポイント増加となっています。

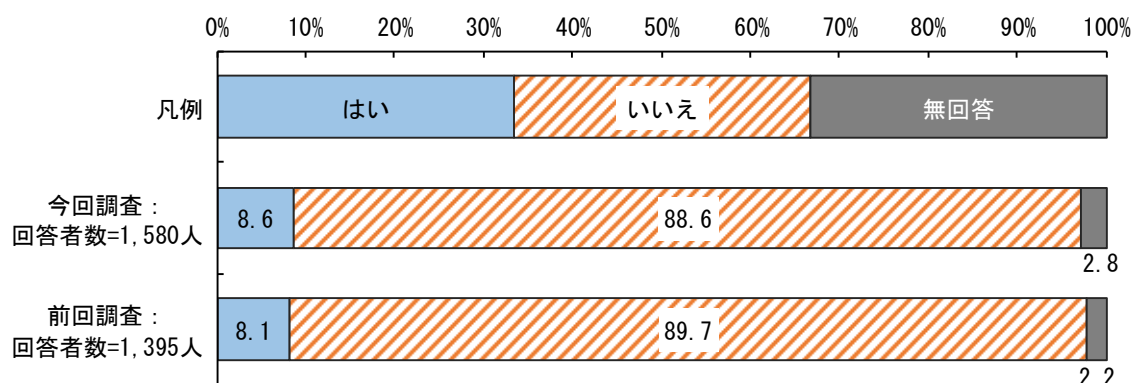


9. 認知症にかかる相談窓口の把握について

問 11 (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。(1つに○)

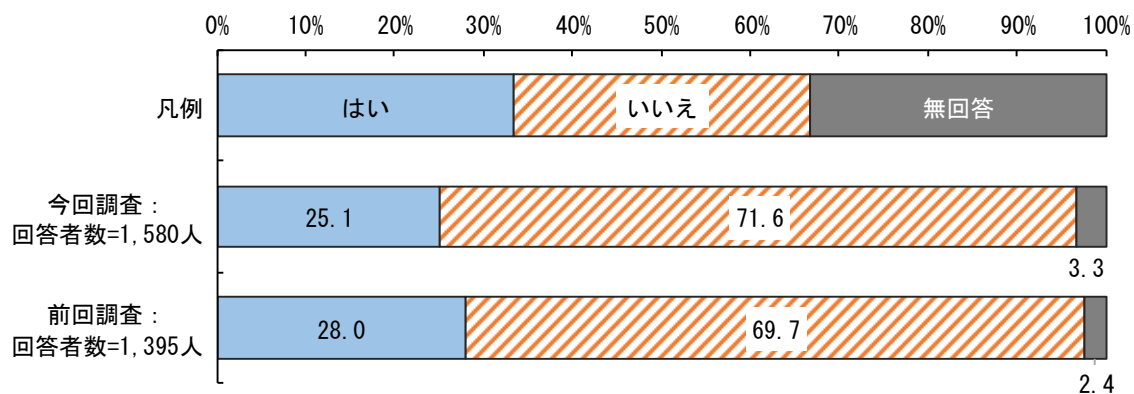
認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある状況について、「はい」が8.6%、「いいえ」が88.6%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が0.5ポイント増加しています。



問 11 (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(1つに○)

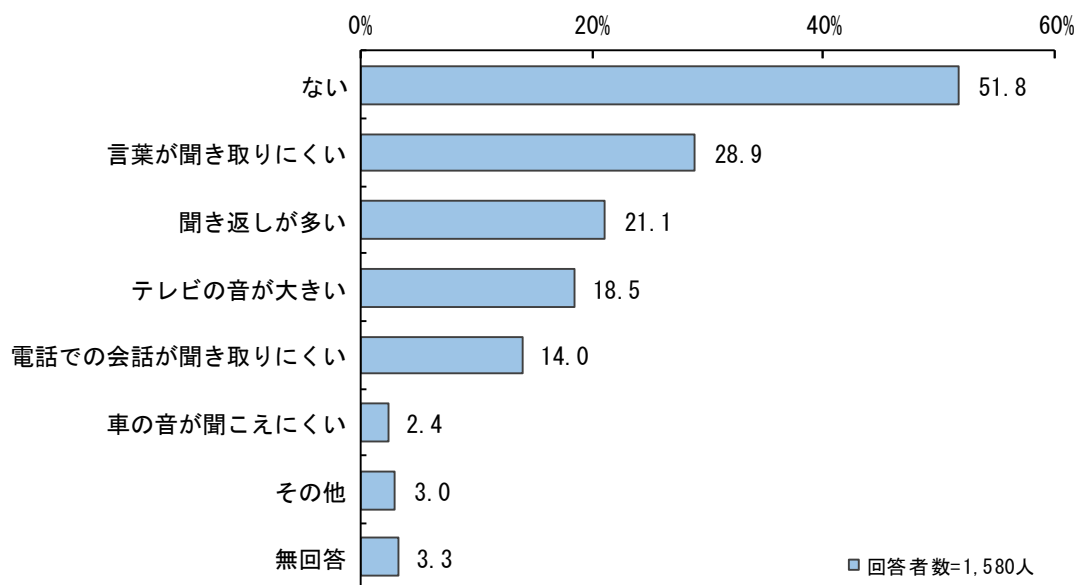
認知症に関する相談窓口の認知について、「はい」が25.1%、「いいえ」が71.6%となっています。前回調査と比較すると、「はい」が2.9ポイント減少しています。



10. 耳の聞こえについて

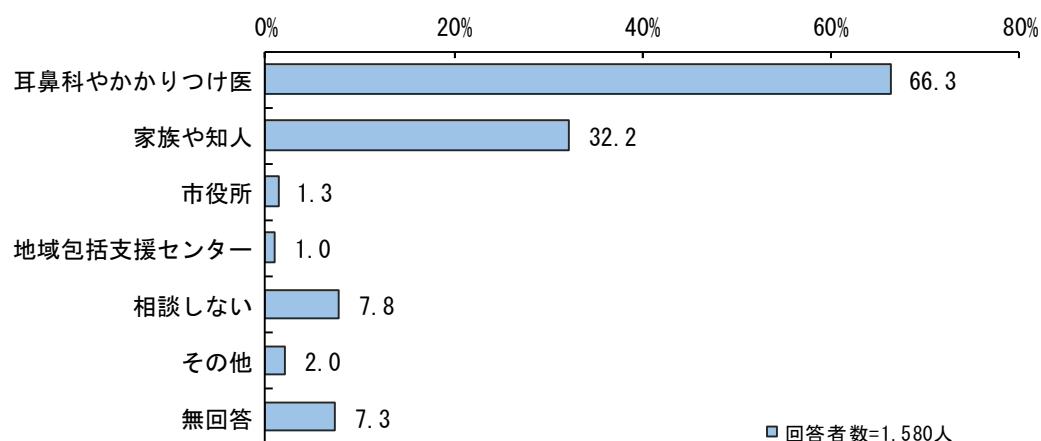
問 12 (1) 普段の生活の中で、あなたが「聞こえ」に関して感じていることや思うことはありますか。(あてはまるものすべてに○)

普段の生活の中で「聞こえ」に関して感じていることでは、「ない」が51.8%と最も多く、次いで「言葉が聞き取りにくい」が28.9%、「聞き返しが多い」が21.1%となっています。



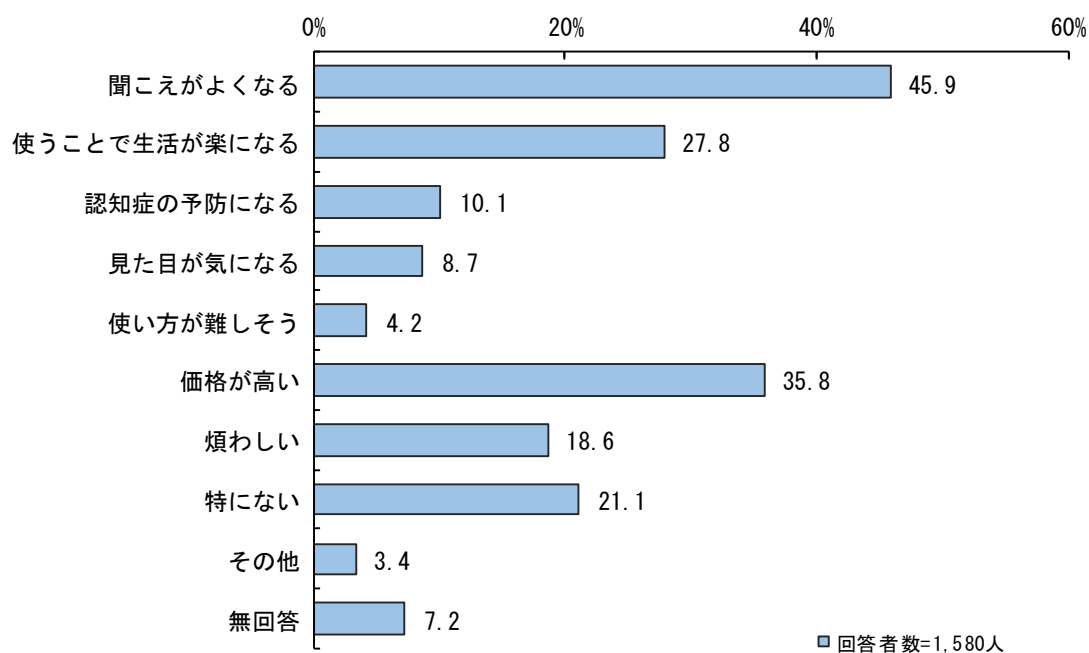
問 12 (2) 耳の聞こえが不安や心配になったとき、どこに相談しますか。(あてはまるものすべてに○)

耳の聞こえが不安になったときの相談先では、「耳鼻科やかかりつけ医」が66.3%と最も多く、次いで「家族や知人」が32.2%となっており、「相談しない」は7.8%となっています。



問 12 (3) あなたは補聴器にどのようなイメージをお持ちですか。(あてはまるものすべてに○)

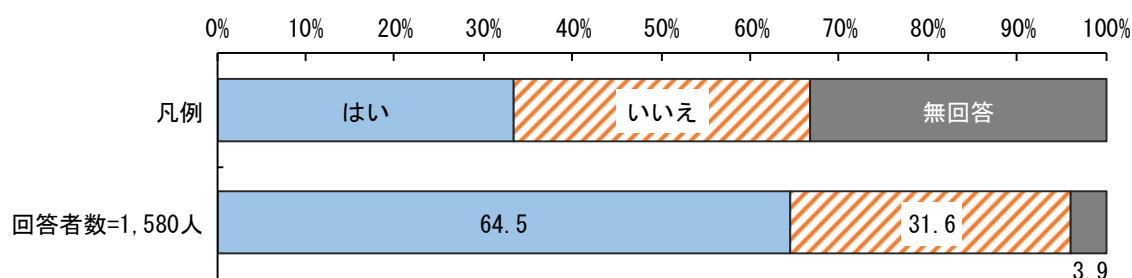
補聴器のイメージについては、「聞こえがよくなる」が45.9%と最も多く、次いで「価格が高い」が35.8%、「使うことで生活が楽になる」が27.8%となっています。



1 1. インターネットの使用について

問 13 (1) スマートフォン、パソコンやタブレットなどを利用していますか。(1つに○)

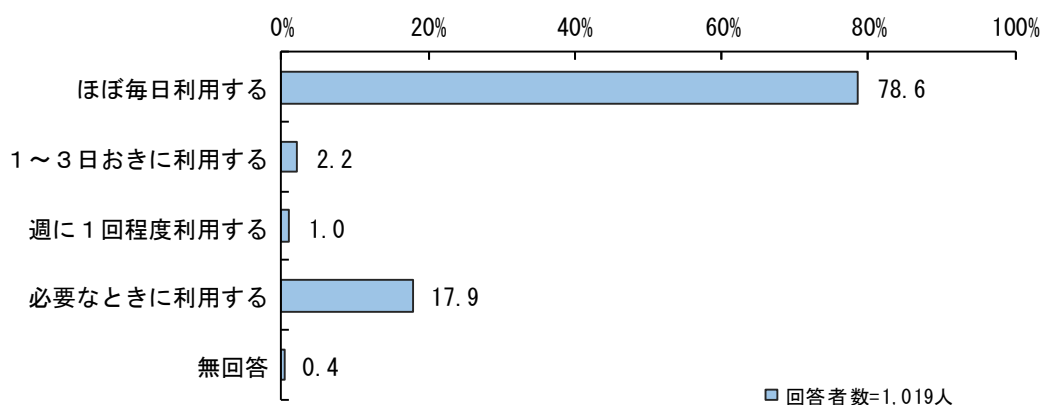
スマートフォン、パソコンやタブレットなどの利用状況は、「はい (利用している)」が 64.5%、「いいえ (利用していない)」が 31.6%となっています。



【問 13 (1) で「1. はい (利用している)」の方のみ】

問 13 (1) ①利用頻度はどの程度ですか。(1つに○)

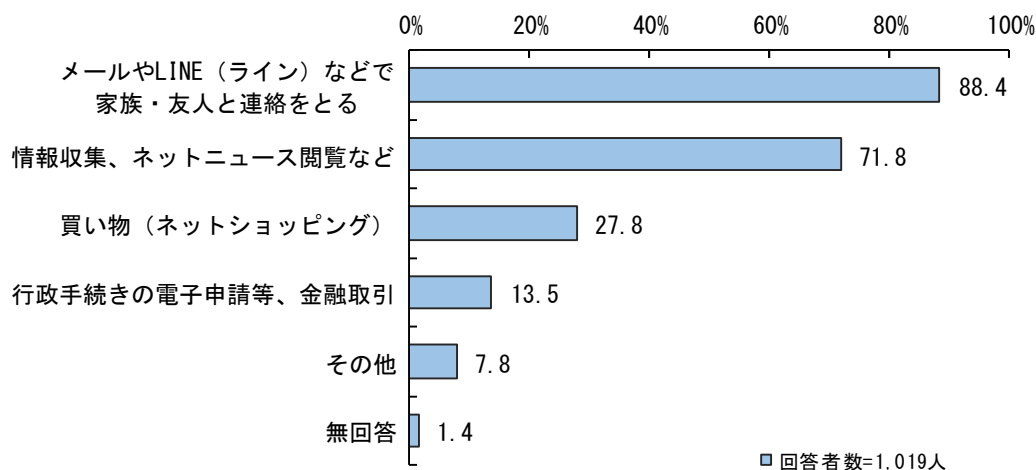
スマートフォン、パソコンやタブレットを利用している方の利用頻度をみると、「ほぼ毎日利用する」が 78.6%と最も多く、次いで「必要な時に利用する」が 17.9%となっています。



【問13(1)で「1. はい(利用している)」の方のみ】

問13(1) ②どのようなことに使っていますか。(あてはまるものすべてに○)

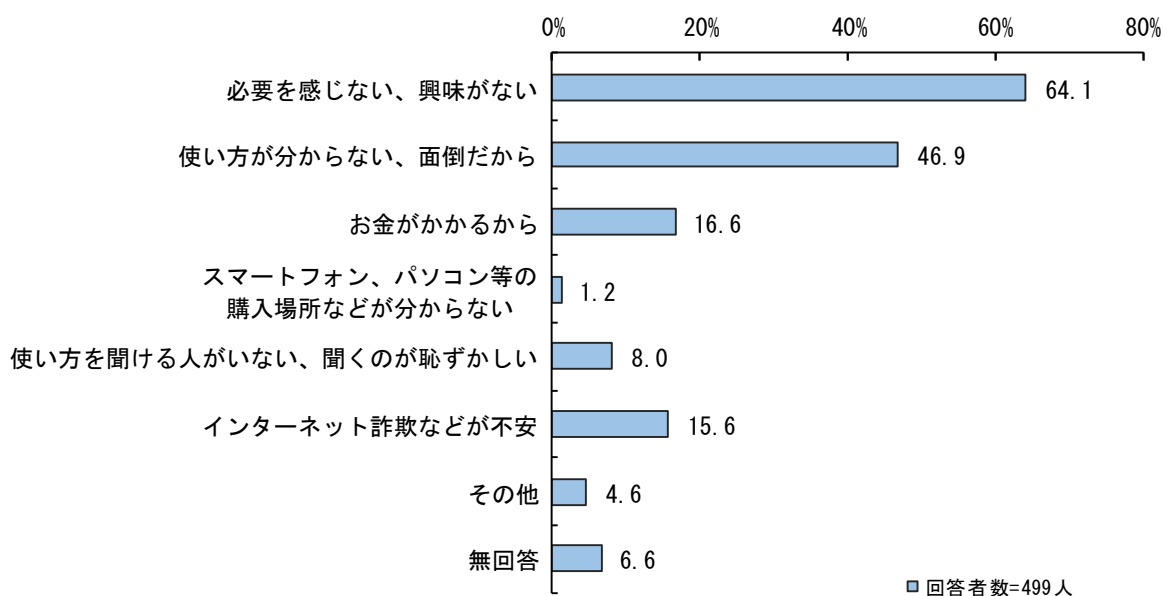
スマートフォン、パソコンやタブレットの利用状況では、「メールやLINE(ライン)などで家族・友人と連絡をとる」が88.4%と最も多く、次いで「情報収集、ネットニュース閲覧など」が71.8%となっています。



【問13(1)で「2. いいえ(利用していない)」の方のみ】

問13(2) インターネットを使わない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

スマートフォン、パソコンやタブレットを利用していない理由では、「必要を感じない、興味がない」が64.1%と最も多く、次いで「使い方が分からない、面倒だから」が46.9%となっています。



12. リスク分析

要支援・要介護状態にならないように、早期に介護予防事業に取り組むことが必要となります。介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果から、要支援状態となる手前の状態（リスク）を把握します。

運動器の機能低下リスクの判定

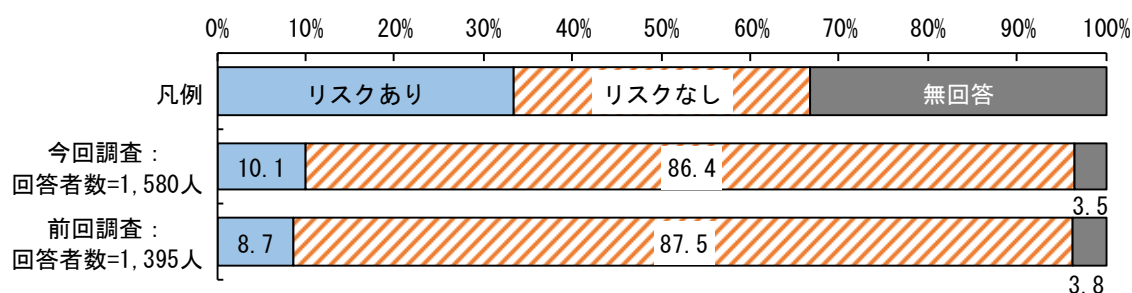
【リスク判定方法】

・以下の5問中3問に該当した人を、運動器機能の低下リスクがある、と判定します。

設問番号	設問 運動器機能の低下	該当条件
問5 (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
問5 (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
問5 (3)	15分位続けて歩いていますか	3. できない
問5 (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
問5 (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

運動器の機能低下リスクの状況では、「リスクあり」が10.1%、「リスクなし」が86.4%となっています。

前回調査と比較すると、「リスクあり」が1.4ポイント増加しています。



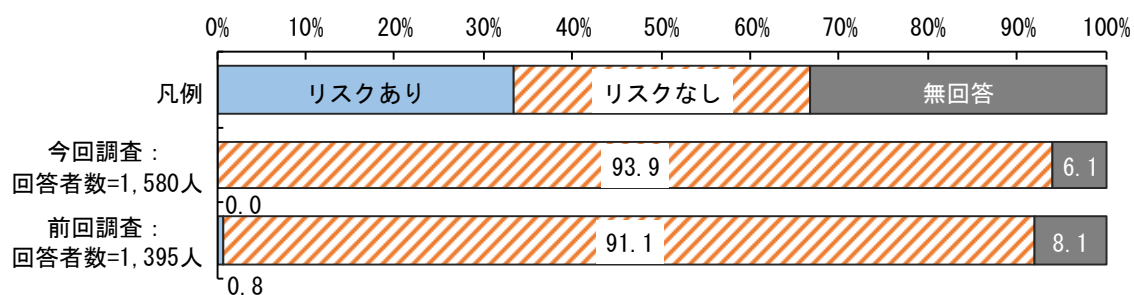
低栄養状態の判定

【リスク判定方法】

・以下の2問に該当した人を、低栄養状態にある高齢者、と判定します。

設問番号	設問 低栄養	該当条件
問6 (1)	身長・体重をご記入ください	BMI が 18.5 未満
問6 (7)	直近6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい

低栄養状態の状況では、「リスクあり」が0.0%、「リスクなし」が93.9%となっています。
 前回調査と比較すると、「リスクあり」が0.8ポイント減少しています。



口腔機能の低下リスク の判定

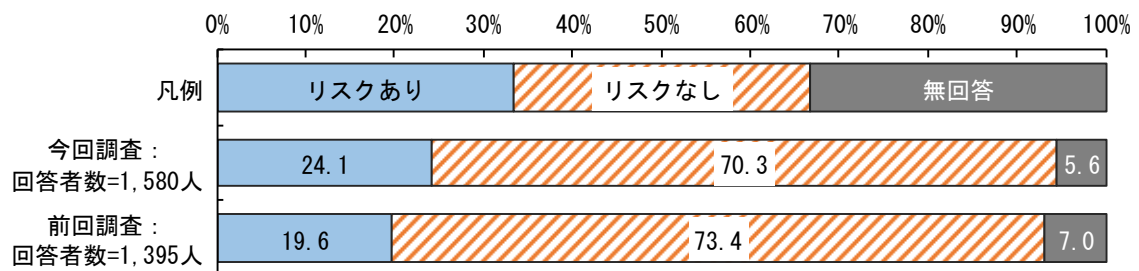
【リスク判定方法】

・以下の3問中2問に該当した人を、口腔機能が低下している高齢者、と判定します。

設問番号	設問 口腔機能	該当条件
問6(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
問6(3)	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい
問6(4)	口の渇きが気になりますか	1. はい

口腔機能が低下している割合では、「リスクあり」が24.1%、「リスクなし」が70.3%となっています。

前回調査と比較すると、「リスクあり」が4.5ポイント増加しています。



うつ傾向の判定

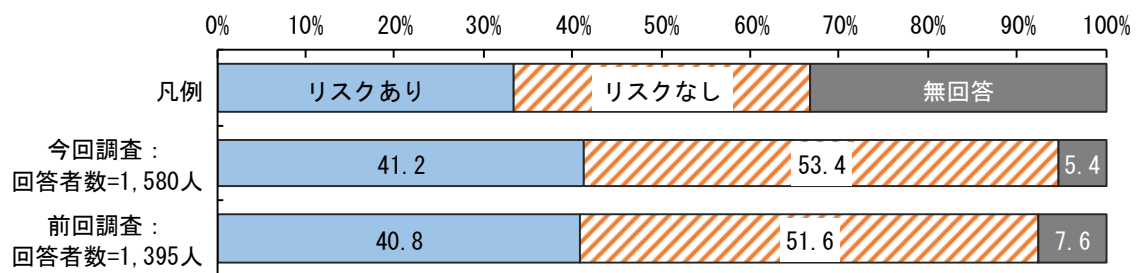
【リスク判定方法】

・以下の2問中、いずれか1問に該当した人を、うつ傾向のある高齢者、と判定します。

設問番号	設問 うつ傾向	該当条件
問10(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すか	1. はい
問10(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

うつ傾向のある高齢者の割合では、「リスクあり」が41.2%、「リスクなし」が53.4%となっています。

前回調査と比較すると、「リスクあり」が0.4ポイント増加しています。



1 3. 老研式活動能力指標

フレイル状態にあるのかを判断する指標として、「老研式活動能力指標」があります。老研式活動能力指標には、手段的自立、知的能動性、社会的役割の3つの下位尺度についての評価可能な尺度となっています。

手段的自立度 (IADL)

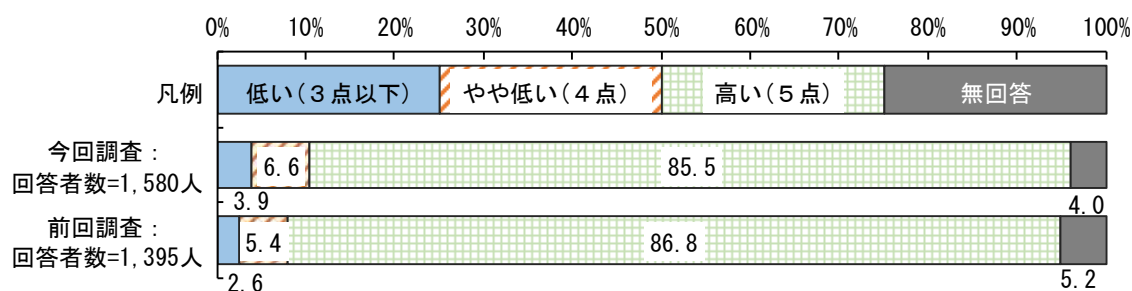
【判定方法】

・以下の5問中、3点以下を「低い」、4点を「やや低い」、5点を「高い」と判定し、ます。

設問番号	設問 IADL	評価尺度
問7 (4)	バスや電車を使って1人で外出していますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問7 (5)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問7 (6)	自分で食事の用意をしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問7 (7)	自分で請求書の支払いをしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問7 (8)	自分で預貯金の出し入れをしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない

手段的自立度 (IADL) の割合では、「低い (3点以下)」が3.9%、「やや低い (4点)」が6.6%、「高い (5点)」が85.5%となっています。

前回調査と比較すると、「低い (3点以下)」が1.3ポイント増加しています。



知的能動性の判定

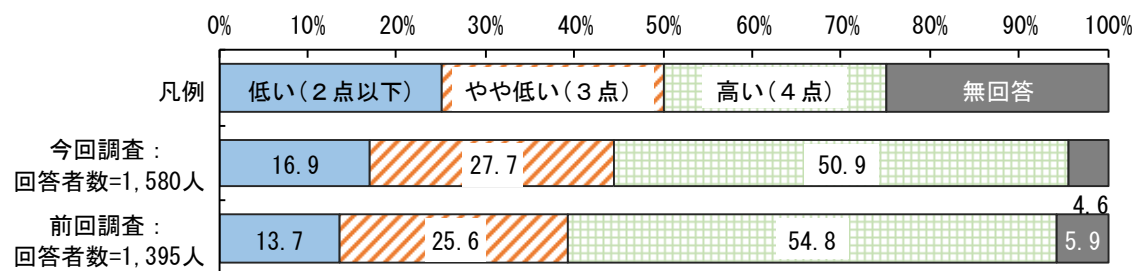
【リスク判定方法】

- ・以下の4問中、2点以下を「低い」、3点を「やや低い」、4点を「高い」と判定します。

設問番号	設問 知的能動性	該当条件
問7 (9)	年金などの書類（役所や病院などに出す書類）がかけますか	1. はい
問7 (10)	新聞を読んでいますか	1. はい
問7 (11)	本や雑誌を読んでいますか	1. はい
問7 (12)	健康についての記事や番組に関心がありますか	1. はい

知的能動性の割合では、「低い（2点以下）」が16.9%、「やや低い（3点）」が27.7%、「高い（4点）」が50.9%となっています。

前回調査と比較すると、「低い（2点以下）」が3.2ポイント増加しています。



社会的役割の判定

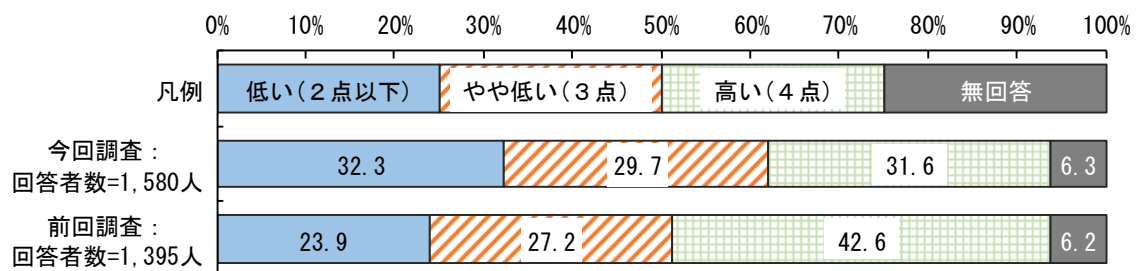
【リスク判定方法】

・以下の4問中、2点以下を「低い」、3点を「やや低い」、4点を「高い」と判定します。

設問番号	設問 社会的役割	該当条件
問7 (13)	友人を訪ねていますか	1. はい
問7 (14)	家族や友人の相談にのっていますか	1. はい
問7 (15)	病人を見舞うことができますか	1. はい
問7 (16)	若い人に自分から話しかけることがありますか	1. はい

社会的役割の割合では、「低い(2点以下)」が32.3%、「やや低い(3点)」が29.7%、「高い(4点)」が31.6%となっています。

前回調査と比較すると、「低い(2点以下)」が8.4ポイント増加しています。



III. 調査票

1. あきる野市 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査 調査票

あきる野市 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査

—ご記入にあたってのお願い—

- ・ この調査は、封筒のあて名の方ご本人について回答をお願いするものです。できるだけあて名のご本人が回答してください。
- ・ あて名のご本人がご病気等でお答えになれない場合、ご家族の方などがお手伝いするか、ご本人の代わりに回答していただきますようお願いいたします。
- ・ 質問の指示にしたがって、番号を○で囲むなどしてください。
- ・ この調査は無記名です。調査票や封筒に、差出人のご住所、お名前等を書く必要はありません。

◆お問合せ先

あきる野市 高齢者支援課 介護保険係

電話：042-558-1111【内線2634】

◆回答の締切

同封の返信用封筒に入れて、

令和5年2月3日（金）までに ポストに投かんしてください

●ここから質問がはじまります●

問1 はじめに、この調査票に記入される方はどなたですか。（1つに○）

1. あて名のご本人が記入
2. ご家族が記入（あて名のご本人からみた続柄： ）
3. その他

問2 あなた（あて名のご本人）の性別と令和5年1月1日現在の年齢をお答えください。

1. 男性	2. 女性	満（ ）歳 ※年齢を記入してください
-------	-------	--------------------

問3 お住まいの地区に○をしてください。(1つに○)

1. 山田	11. 館谷	21. 瀬戸岡	31. 雨間
2. 上ノ台	12. 入野	22. 原小宮	32. 野辺
3. 網代	13. 深沢	23. 原小宮 1～2 丁目	33. 小川
4. 伊奈	14. 戸倉	24. 秋川 1～6 丁目	34. 小川東 1～3 丁目
5. 横沢	15. 乙津	25. 引田	35. 二宮
6. 三内	16. 養沢	26. 湊上	36. 二宮東 1～3 丁目
7. 五日市	17. 高尾	27. 上代継	37. 平沢
8. 小中野	18. 小峰台	28. 下代継	38. 平沢東 1 丁目
9. 小和田	19. 草花	29. 牛沼	39. 平沢西 1 丁目
10. 留原	20. 菅生	30. 油平	40. 切欠
			41. 秋留 1～5 丁目

問4 あなたのご家族や生活状況について

(1) 家族構成をお教えてください。(1つに○)

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

(2) あなたは、要介護認定を受けていますか。(1つに○)

1. 要支援1	3. 総合事業対象者
2. 要支援2	4. わからない
	5. 受けていない

(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。(1つに○)

1. 介護・介助は必要ない →次ページ(4)へ
2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない →次ページ①へ
3. 現在、何らかの介護を受けている →次ページ①②へ (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) で「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何ですか。(あてはまるものすべてに○)

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

【(3) で「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。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------|----------------|
| 1. 配偶者(夫・妻) | 5. 孫 |
| 2. 息子 | 6. 兄弟・姉妹 |
| 3. 娘 | 7. 介護サービスのヘルパー |
| 4. 子の配偶者 | 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。(1つに○)

- | | | |
|----------|--------|-------------|
| 1. 大変苦しい | 3. ふつう | 4. ややゆとりがある |
| 2. やや苦しい | | 5. 大変ゆとりがある |

(5) お住まいは一戸建て、又は集合住宅のどちらですか。(1つに○)

- | |
|--|
| 1. 持家 (一戸建て) |
| 2. 持家 (集合住宅) |
| 3. 公営賃貸住宅
<small>こうえいちんたいじゅうたく</small> |
| 4. 民間賃貸住宅 (一戸建て)
<small>みんかんちんたいじゅうたく</small> |
| 5. 民間賃貸住宅 (集合住宅)
<small>みんかんちんたいじゅうたく</small> |
| 6. 借家 |
| 7. その他 |

問5 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。(1つに○)

- | | |
|---------------|---------|
| 1. できるし、している | 3. できない |
| 2. できるけどしていない | |

(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。(1つに○)

- | |
|---------------|
| 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。(1つに○)

- | |
|---------------|
| 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。(1つに○)

- | |
|----------|
| 1. 何度もある |
| 2. 1度ある |
| 3. ない |

(5) 転倒に対する不安は大きいですか。(1つに○)

- | |
|-------------|
| 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。(1つに○)

- | |
|--------------|
| 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。(1つに○)

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。(1つに○)

1. はい →下の①へ	2. いいえ →(9)へ
-------------	--------------

①外出を控えている理由は、次のどれですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 病気 <small>しょうがい のうそっちゅう こういしょう</small>	6. 目の障害
2. 障害 (脳卒中の後遺症など)	7. 外での楽しみがない
3. 足腰などの痛み	8. 経済的に出られない
4. トイレの心配(失禁など)	9. 交通手段がない
5. 耳の障害 (聞こえの問題など)	10. その他 ()

(9) 外出する際の移動手段は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

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

問6 食べることについて

(1) 身長・体重をご記入ください。

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。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(3) お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(4) 口の渇きが気になりますか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

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

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。(1つに○)

※成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。

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

①噛み合わせは良いですか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

②【(6)で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】

毎日入れ歯の手入れをしていますか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(7) 直近6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(8) どなたかと食事をとにもする機会がありますか。(1つに○)

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

問7 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

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

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

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

1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(1つに○)

1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(6) 自分で食事の用意をしていますか。(1つに○)

1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(7) 自分で請求書の支払いをしていますか。(1つに○)

1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1つに○)

1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

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

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(10) 新聞を読んでいますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(11) 本や雑誌を読んでいますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(12) 健康についての記事や番組に関心がありますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(13) 友人の家を訪ねていますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(14) 家族や友人の相談にのっていますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(15) 病人を見舞うことができますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(16) 若い人に自分から話しかけることがありますか。(1つに○)

1. はい

2. いいえ

(17) 趣味はありますか。(1つに○)

1. 趣味あり → ()

2. 思いつかない、ない

(18) 生きがいがありますか。(1つに○)

1. 生きがいあり → ()

2. 思いつかない、ない

問8 地域での活動について

(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。
(①～⑧それぞれ1つに○)

	週4回 以上	週2 ～3回	週1回	月1 ～3回	年に 数回	参加して いない
【記入例】	1	2	3	4	5	6
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いきいき元気づくり事業 (はつらつ元気アップ教室など)	1	2	3	4	5	6
⑥高齢者クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきとした地域づくりを進めるとしたら、

①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。
(1つに○)

- | | | |
|------------|------------|-------------|
| 1. ぜひ参加したい | 3. 参加したくない | 4. 既に参加している |
| 2. 参加してもよい | | |

②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。(1つに○)

- | | | |
|------------|------------|-------------|
| 1. ぜひ参加したい | 3. 参加したくない | 4. 既に参加している |
| 2. 参加してもよい | | |

問9 あなたとまわりの人の「たすけあい」についてお伺いします。

(1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる相手を教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

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

(2) あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる相手を教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

1. 配偶者	5. 近隣
2. 同居の子ども	6. 友人
3. 別居の子ども	7. その他 ()
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	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相手を教えてください。(あてはまるものすべてに○)

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

(4) あなたが看病や世話をしてあげる相手を教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

1. 配偶者	5. 近隣
2. 同居の子ども	6. 友人
3. 別居の子ども	7. その他 ()
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	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。
(あてはまるものすべてに○)

1. 自治会・町内会・高齢者クラブ	5. 地域包括支援センター・市役所
2. 社会福祉協議会・民生委員	6. その他
3. ケアマネジャー	7. そのような人はいない
4. 医師・歯科医師・看護師	

(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つに○)

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

(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つに○)

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

(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。
(あてはまるものすべてに○)

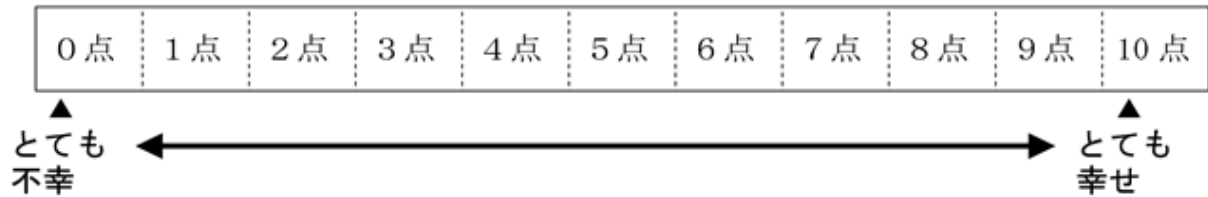
- | | |
|---------------|-------------------|
| 1. 近所・同じ地域の人 | 5. 趣味や関心が同じ友人 |
| 2. 幼なじみ | 6. ボランティア等の活動での友人 |
| 3. 学生時代の友人 | 7. その他 |
| 4. 仕事での同僚・元同僚 | 8. いない |

問10 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。(1つに○)

- | | | | |
|----------|---------|------------|---------|
| 1. とても良い | 2. まあ良い | 3. あまり良くない | 4. 良くない |
|----------|---------|------------|---------|

(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、1つに○をしてください。



(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。(1つに○)

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

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

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(5) お酒は飲みますか。(1つに○)

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

(6) タバコは吸っていますか。(1つに○)

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

(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. ない	11. 外傷 (転倒・骨折等)
2. 高血圧	12. がん (悪性新生物)
3. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等) <small>のうそつちゅう のうしゅっけつ のうこうそくとう</small>	13. 血液・免疫の病気 <small>めんえき</small>
4. 心臓病	14. うつ病
5. 糖尿病 <small>とうようびょう</small>	15. 認知症 (アルツハイマー病等) <small>にんちしょう</small>
6. 高脂血症 (脂質異常) <small>こうしけつしょう ししつじょう</small>	16. パーキンソン病
7. 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)	17. 目の病気
8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気	18. 耳の病気
9. 腎臓・前立腺の病気 <small>じんぞう ぜんりつせん</small>	19. その他
10. 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等) <small>きんこつかく こつそ しょう</small>	()

問11 認知症にかかる相談窓口の把握について

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

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。(1つに○)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問12 耳の聞こえについて

(1) 普段の生活の中で、あなたが「聞こえ」に関して感じていることや思うことはありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------|-------------------|
| 1. ない | 5. 電話での会話が聞き取りにくい |
| 2. 言葉が聞き取りにくい | 6. 車の音が聞こえにくい |
| 3. テレビの音大きい | 7. その他 () |
| 4. 聞き返が多い | |

(2) 耳の聞こえが不安や心配になったとき、どこに相談しますか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------|------------|
| 1. 耳鼻科やかかりつけ医 | 4. 家族や知人 |
| 2. 市役所 | 5. 相談しない |
| 3. 地域包括支援センター | 6. その他 () |

(3) あなたは補聴器にどのようなイメージをお持ちですか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------|------------|
| 1. 聞こえがよくなる | 6. 価格が高い |
| 2. 使うことで生活が楽になる | 7. 煩わしい |
| 3. 認知症の予防になる | 8. 特にない |
| 4. 見た目が気になる | 9. その他 () |
| 5. 使い方が難しそう | |

問13 インターネットの使用について

(1) スマートフォン、パソコンやタブレットなどを利用していますか。
(1つに○)

- | | |
|--------------|------------------|
| 1. はい →下①~②へ | 2. いいえ →次ページ(2)へ |
|--------------|------------------|

①利用頻度はどの程度ですか。(1つに○)

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. ほぼ毎日利用する | 3. 週に1回程度利用する |
| 2. 1~3日おきに利用する | 4. 必要なときに利用する |

②どのようなことに使っていますか。(あてはまるものすべてに○)

1. メールやLINE (ライン) などで家族・友人と連絡をとる
2. 情報収集、ネットニュース閲覧など
3. 買い物 (ネットショッピング)
4. 行政手続きの電子申請等、金融取引
5. その他 ()

(2) インターネットを使わない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 必要を感じない、興味がない
2. 使い方が分からない、面倒だから
3. お金がかかるから
4. スマートフォン、パソコン等の購入場所などが分からない
5. 使い方を聞ける人がいない、聞くのが恥ずかしい
6. インターネット詐欺などが不安
7. その他 ()

■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました。■■

あきる野市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
報 告 書

令和5年3月

発 行 あきる野市 高齢者支援課
〒197-0814 東京都あきる野市二宮 350
TEL : 042-558-1111 (代)
FAX : 042-558-1172
