

銚子市 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査報告書

令和5年3月
銚子市

目次

I 調査の概要等	
1 調査の背景と目的	2
2 調査の実施概要	2
3 本報告書の見方	2
II アンケート調査結果	
属性（日常生活圏域・性別・年齢・要介護認定）	6
問1 あなた（あて名のご本人）のご家族や生活状況について	9
問2 からだを動かすことについて	17
問3 食べることについて	23
問4 毎日の生活について	30
問5 地域での活動について	40
問6 たすけあいについて	48
問7 日常生活での困りごとについて	55
問8 健康について	59
問9 これからの生き方や市の取組について	67
問10 認知症にかかる相談窓口の把握について	71
III 介護予防判定	
1 生活機能	74
2 日常生活・社会生活	83
IV 日常生活圏域ごとの地域特性	
1 リスク該当者等の圏域別回答割合	90
2 調査結果から見える地域特性	92
V 調査票	

I 調査の概要等

1 調査の背景と目的

要介護状態になる前の高齢者リスクや社会参加状況を把握した情報を地域診断に活用することで地域の抱える課題を特定し、介護予防・日常生活支援総合事業の管理及び運営に活用するとともに、銚子市第9期介護保険事業計画における介護予防・日常生活支援総合事業にかかる部分の策定に活用することを目的としています。

2 調査の実施概要

アンケート調査は、65歳以上の介護認定を受けていない方及び要支援認定を受けた方を対象としています。

高齢者の基本的な属性を把握するため、調査票にラベルを貼り付け、標本名簿と照合できるようにした記名式による調査としています。調査結果については統計的処理を行った上で公表することでプライバシーを確保することを説明して、アンケート記入を依頼し、ご本人が記入することが難しい場合はご家族などに本人の意思を汲み取って代筆していただくよう説明文に記載して、アンケート記入を依頼しています。

回答いただいた調査票は個人情報が含まれているため、法令を遵守した取り扱いを行っています。

調査名	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
対象者	①65歳以上の一般高齢者 ②要支援認定を受けている65歳以上高齢者
対象者数	18,119人
抽出方法	層化無作為抽出
調査方法	郵送配付・郵送回収
実施時期	令和5年1月4日～令和5年2月1日
回収結果：配布数	3,000
有効回収数	2,199（無効票2票を除く）
有効回収率	73.3%

3 本報告書の見方

- アンケートの選択肢の語句が長い場合、本文や表・グラフ中では省略した表現を用いていることがあります。
- 文章中で選択肢を引用する場合は「 」を用いており、合計値等を表す場合には『 』を用いています。
- 調査結果の回答比率（％）は、その設問の回答者数を基数として、小数点第2位を四捨五入して算出しています。そのため、四捨五入の関係で回答比率の合計は100％にならない場合があります。

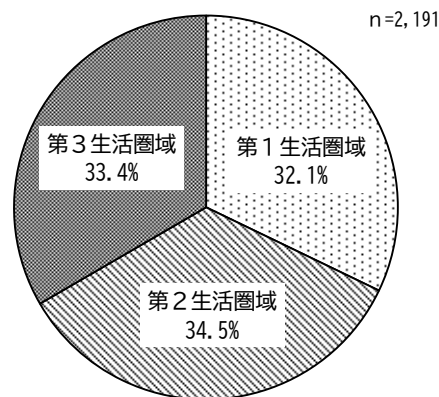
- 回答者が2つ以上回答することができる設問(複数回答)の場合、その回答比率の合計は100%を超えることがあります。
- 「n」は、その設問への回答者数を表します。
- 「圏域」「生活圏域」とは「日常生活圏域」を指しており、本市は3つの日常生活圏域に分かれています。なお、属性(日常生活圏域、性別、年齢、要介護認定)不明の回答票が8票含まれているため、全体の回答者数と属性別の回答者数の合計が異なります。

Ⅱ アンケート調査結果

属性（日常生活圏域・性別・年齢・要介護認定）

日常生活圏域

日常生活圏域別は、第1生活圏域が32.1%、第2生活圏域が34.5%、第3生活圏域が33.4%となっており、同程度の割合となっています。

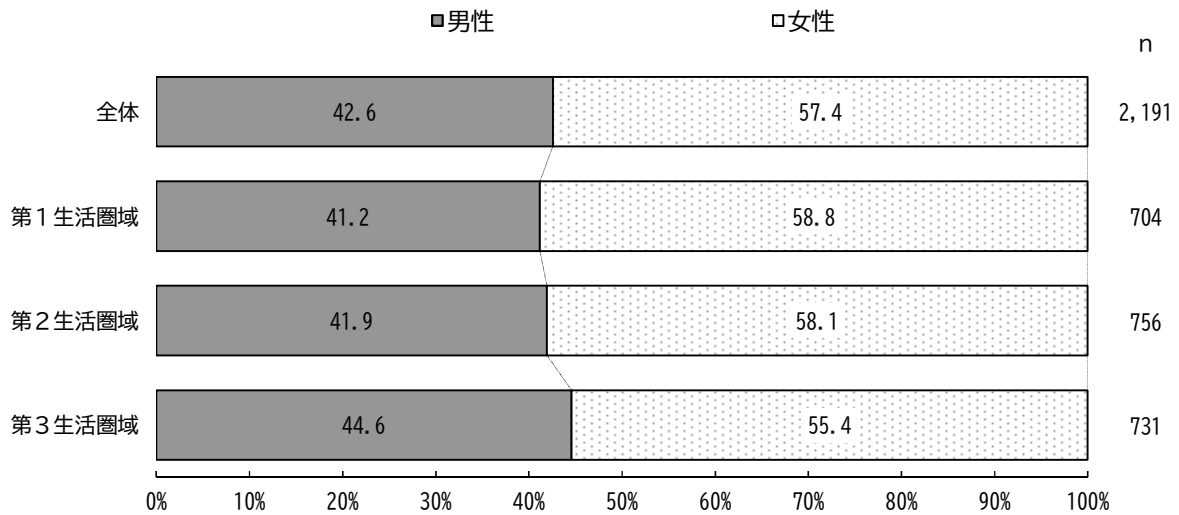


	第1生活圏域	第2生活圏域	第3生活圏域
町 丁 名	外川町1・2・3・4・5丁目	栗島町 内浜町 竹町 和田町	今宮町
	外川台町 長崎町 犬吠埼	田中町 新地町 浜町 後飯町	松本町2・3・4・5・6丁目
	君ヶ浜 犬若 潮見町	飯沼町 東町 馬場町 南町 陣屋町	本城町1・2・3・4・5・6丁目
	高神東町 高神西町 天王台	前宿町 新生町1・2丁目 中央町	長塚町1・2・3・4・5丁目
	高神原町 小畑町 小畑新町	末広町 双葉町 妙見町	松岸町1・2・3・4丁目
	名洗町 川口町1・2丁目	台町 東芝町 西芝町	垣根町1・2丁目
	植松町 明神町1・2丁目	栄町1・2・3・4丁目	柴崎町1・2・3・4・5・6・7丁目
	笠上町 黒生町 海鹿島町	若宮町 大橋町 三軒町	四日市場町 四日市場台 余山町
	榊町 愛宕町 清水町	唐子町 清川町1・2・3・4丁目	三宅町1・2・3丁目
	幸町1・2丁目	八幡町 東小川町 西小川町	赤塚町 高野町 芦崎町
	弥生町1・2丁目 本町	南小川町 北小川町 春日町	高田町1・2・3・4・5・6・7丁目
	仲町 通町 橋本町 港町	春日台町 上野町	岡野台町1・2・3・4丁目
		三崎町1・2・3丁目	三門町 中島町1・2丁目
		松本町1丁目	正明寺町 船木町 白石町
	長塚町6・7丁目 松岸見晴台	野尻町 小船木町1・2丁目	
	垣根見晴台 見晴台 新町	塚本町 忍町 猿田町 茶畑町	
	八木町 小浜町	長山町 小長町 富川町 森戸町	
	親田町 常世田町	笹本町 豊里台1・2・3丁目	
		桜井町 諸持町 宮原町	

性別

性別は、「男性」が42.6%、「女性」が57.4%で、女性が多くなっています。

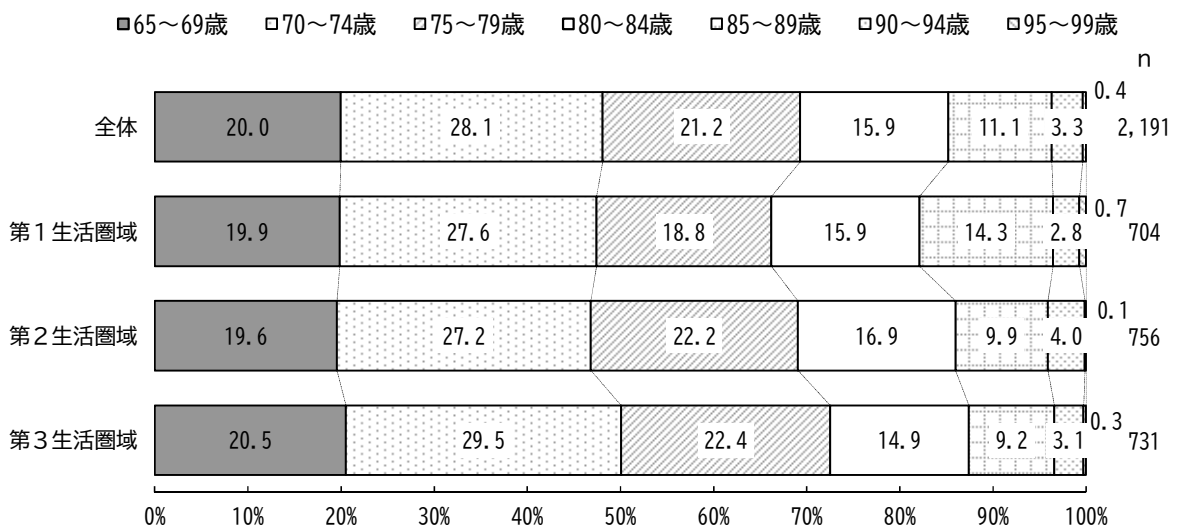
日常生活圏域別では、いずれの圏域も全体とほぼ同じ比率となっています。



年齢

年齢は、「70～74歳」が28.1%と最も多く、以降は年齢が高くなるにつれて、割合が少なくなっています。

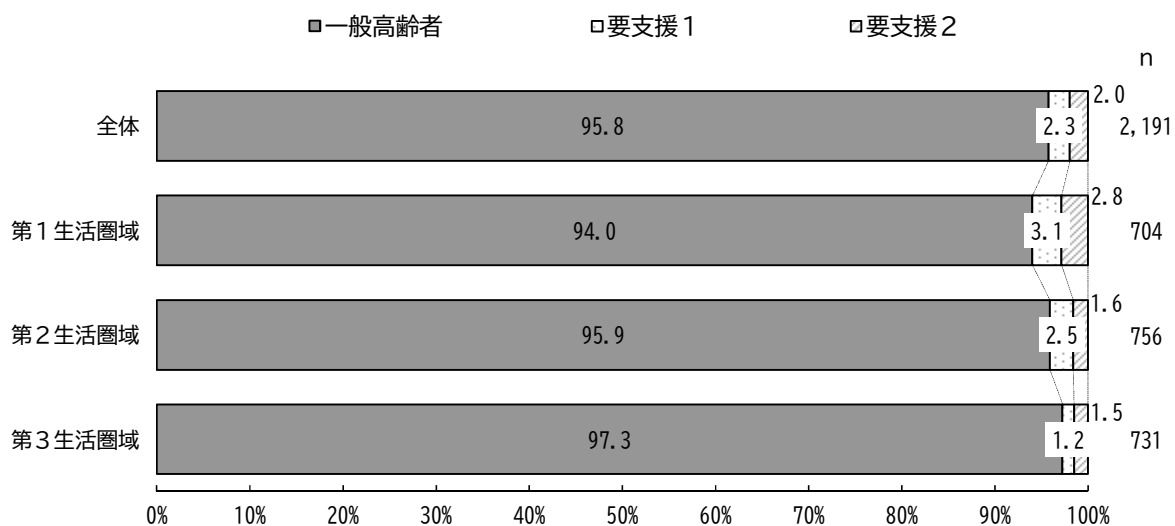
日常生活圏域別の後期高齢者の割合は、第1生活圏域で52.5%、第2生活圏域で53.1%、第3生活圏域で49.9%となっています。



要介護認定

要介護認定は、介護認定を受けていない「一般高齢者」が 95.8%、「要支援 1」が 2.3%、「要支援 2」が 2.0%と、『要支援認定を受けている高齢者』は 4.3%となっています。

日常生活圏域別では、「一般高齢者」が 9 割以上を占めており、『要支援認定を受けている高齢者』は、第 1 生活圏域で 5.9%、第 2 生活圏域で 4.1%、第 3 生活圏域で 2.7%となっています。

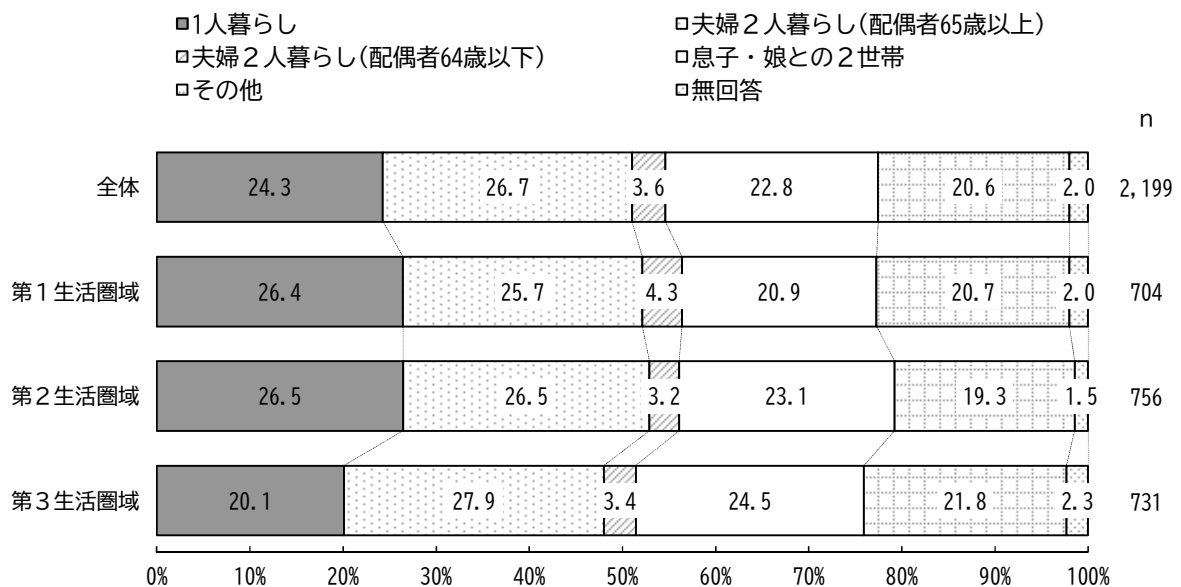


問1 あなた（あて名のご本人）のご家族や生活状況について

(1) 家族構成をお教えてください。(1つに○)

家族構成は、「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が26.7%と最も多く、次いで「1人暮らし」が24.3%、「息子・娘との2世帯」が22.8%となっています。

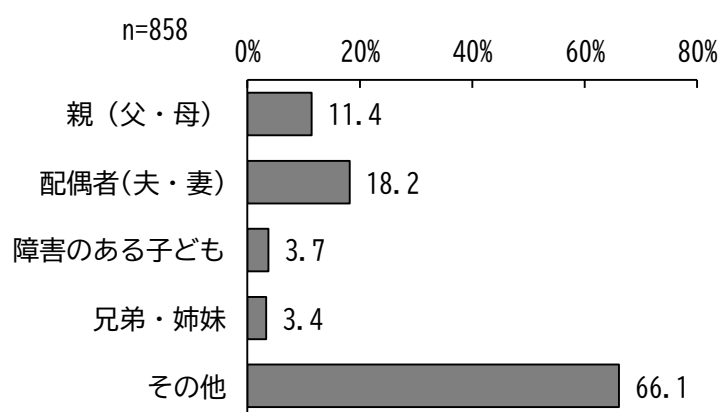
日常生活圏域別では、第1生活圏域では「1人暮らし」、第2生活圏域では「1人暮らし」「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」、「夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）」、「息子・娘との2世帯」が最も多くなっています。



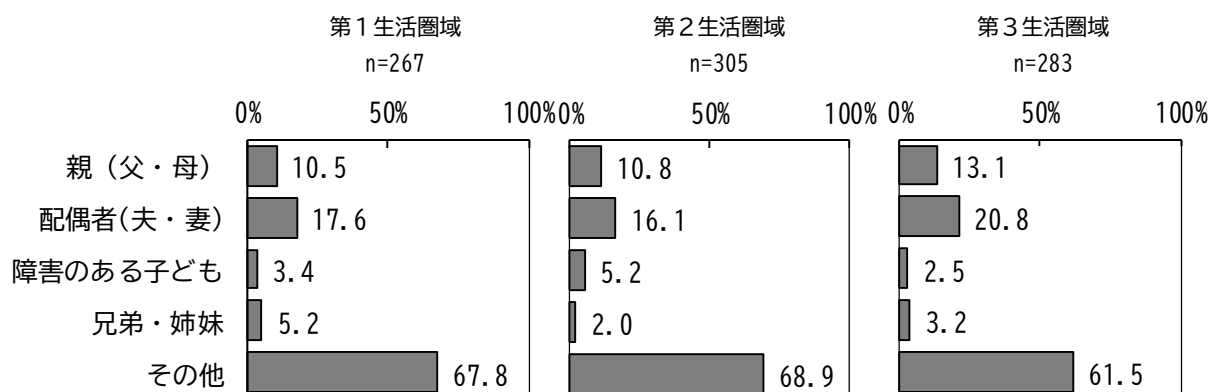
(2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助をしていますか。
(いくつでも)

主な介護・介助者は、「その他」(※主な回答は「介護・介助をしていない」)が66.1%と最も多く、次いで「配偶者(夫・妻)」が18.2%、「親(父・母)」が11.4%となっています。

日常生活圏域別では、第3生活圏域で「配偶者(夫・妻)」「親(父・母)」が他の圏域よりもやや多くなっています。



【日常生活圏域別】

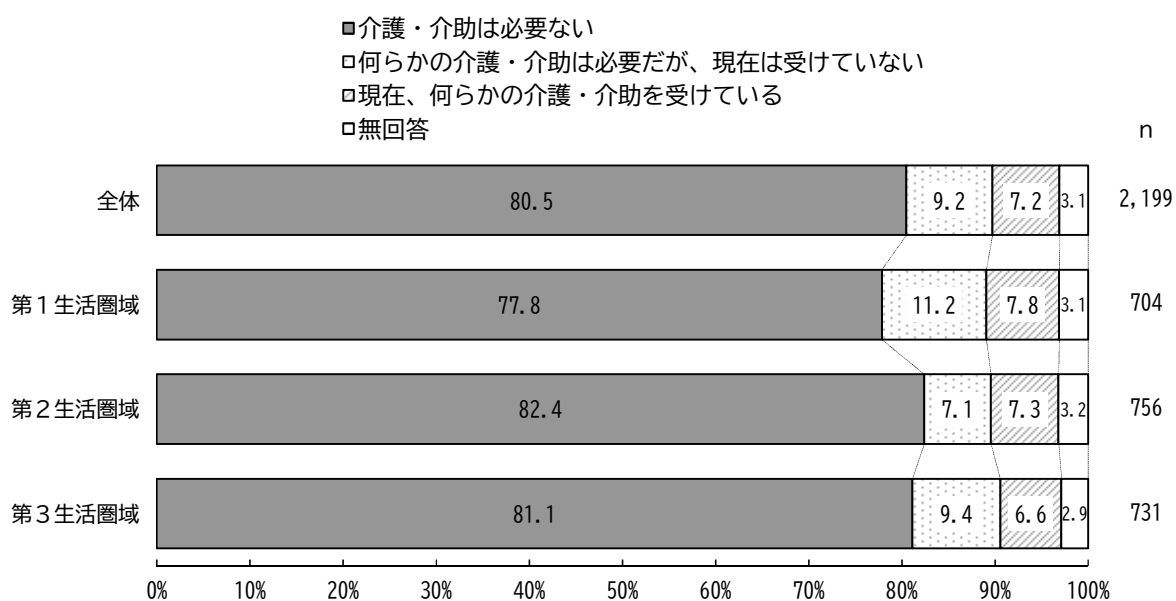


※無回答を除く集計

(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。(1つに○)

介護・介助の必要性は、「介護・介助は必要ない」が80.5%と最も多く、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が9.2%、「現在、何らかの介護・介助を受けている」が7.2%となっています。

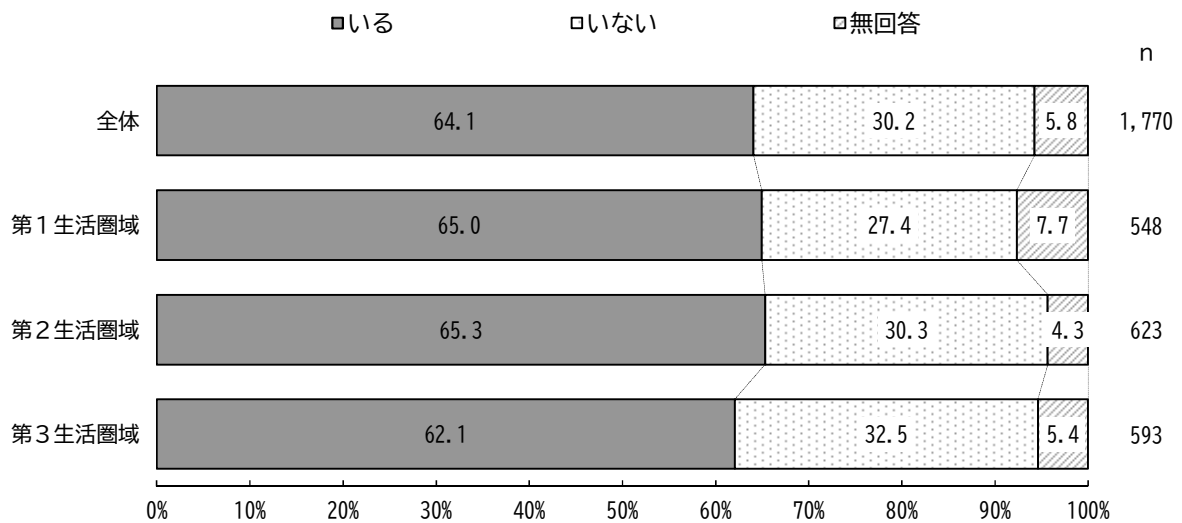
日常生活圏域別では、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」と「現在、何らかの介護・介助を受けている」を合わせた『介護介助が必要な方』は、第1生活圏域で19.0%、第2生活圏域で14.4%、第3生活圏域で16.0%となっています。



【(3) において「1. 介護・介助は必要ない」の方のみ】

① 将来的に介護・介助が必要になった場合、介護・介助をしてくれる人はいますか。(1つに○)

介護・介助をしてくれる人の有無は、「いる」が64.1%、「いない」が30.2%となっています。日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「いる」(介護・介助してくれる人がいる)は6割以上となっています。

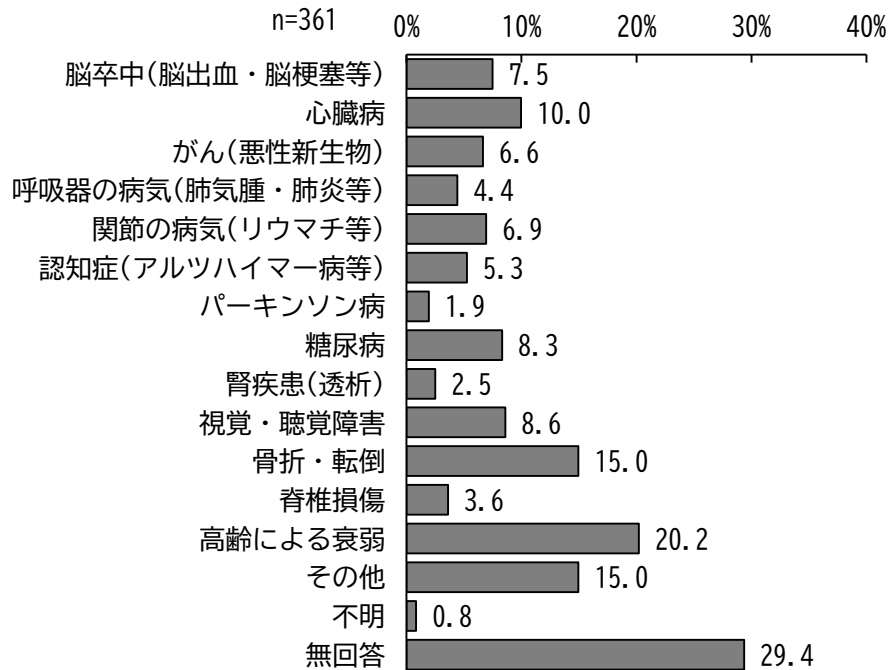


【(3) において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

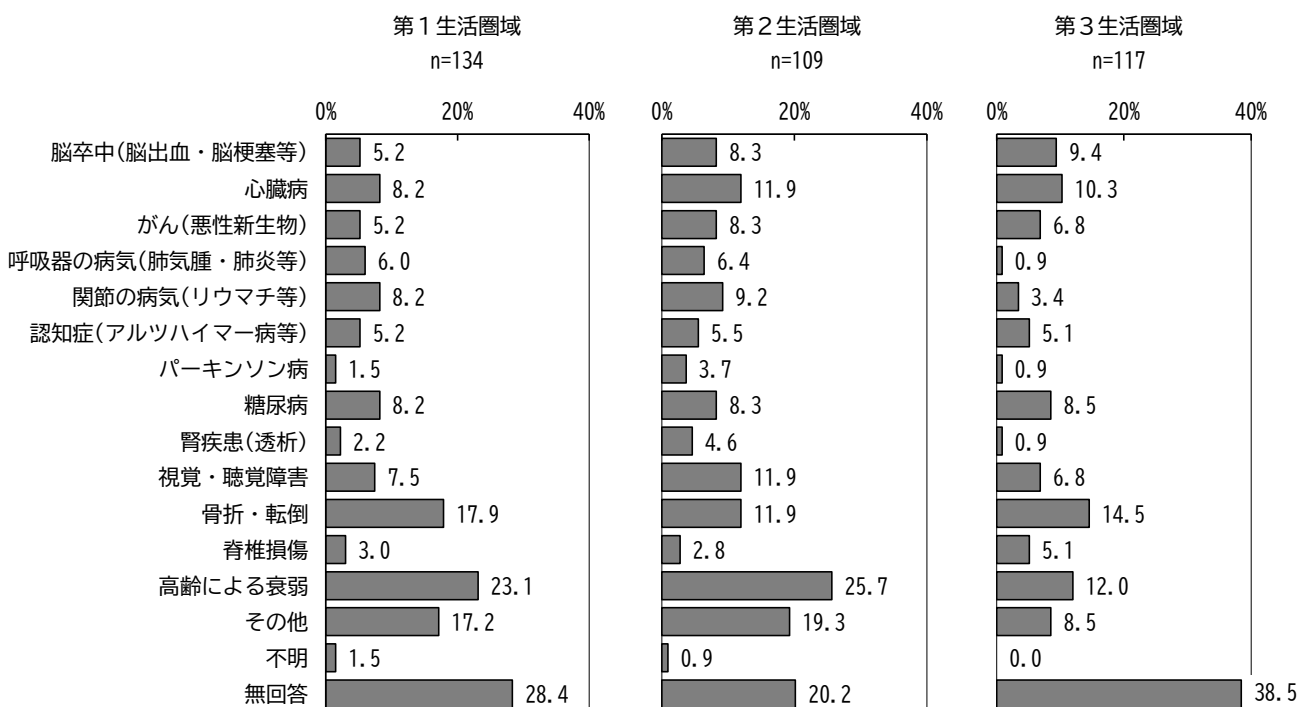
② 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。(いくつでも)

介護・介助が必要になった主な原因は、「高齢による衰弱」が 20.2%と最も多く、次いで「骨折・転倒」「その他」が 15.0%、「心臓病」が 10.0%となっています。

日常生活圏域別では、第1生活圏域及び第2生活圏域では「高齢による衰弱」、第3生活圏域では「骨折・転倒」が最も多くなっています。



【日常生活圏域別】

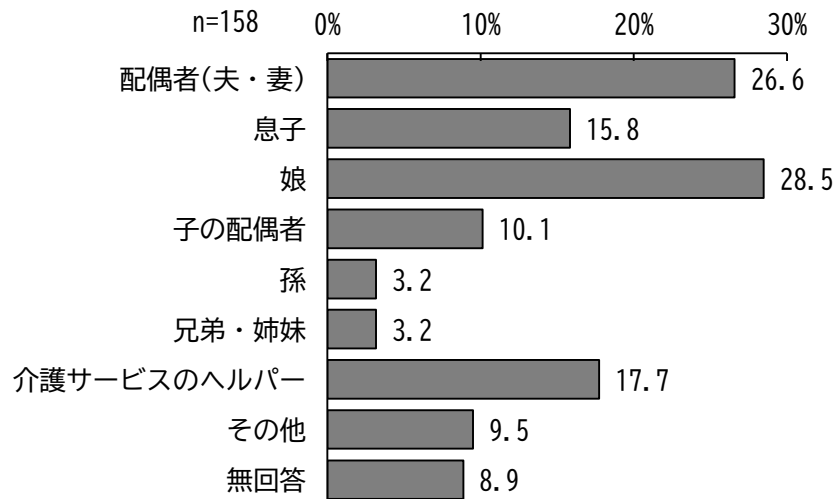


【(3) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

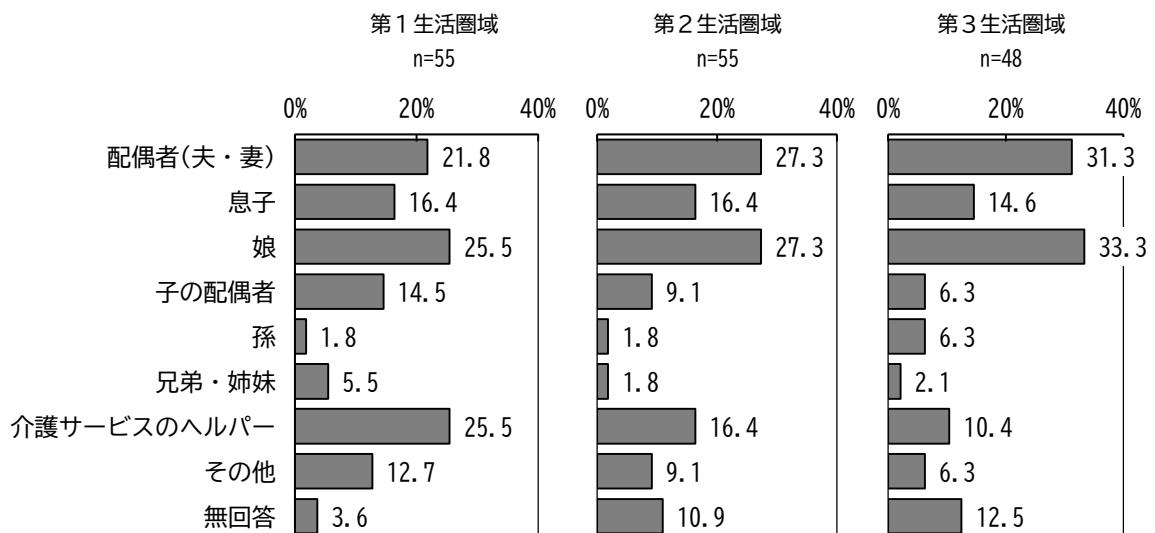
③ 主にどなたの介護、介助を受けていますか。(いくつでも)

主に介護・介助を受けている方は、「娘」が28.5%と最も多く、次いで「配偶者(夫・妻)」が26.6%、「介護サービスのヘルパー」が17.7%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域も「娘」が最も多く、第1生活圏域では「介護サービスのヘルパー」、第2生活圏域では「配偶者(夫・妻)」も同率で最も多くなっています。



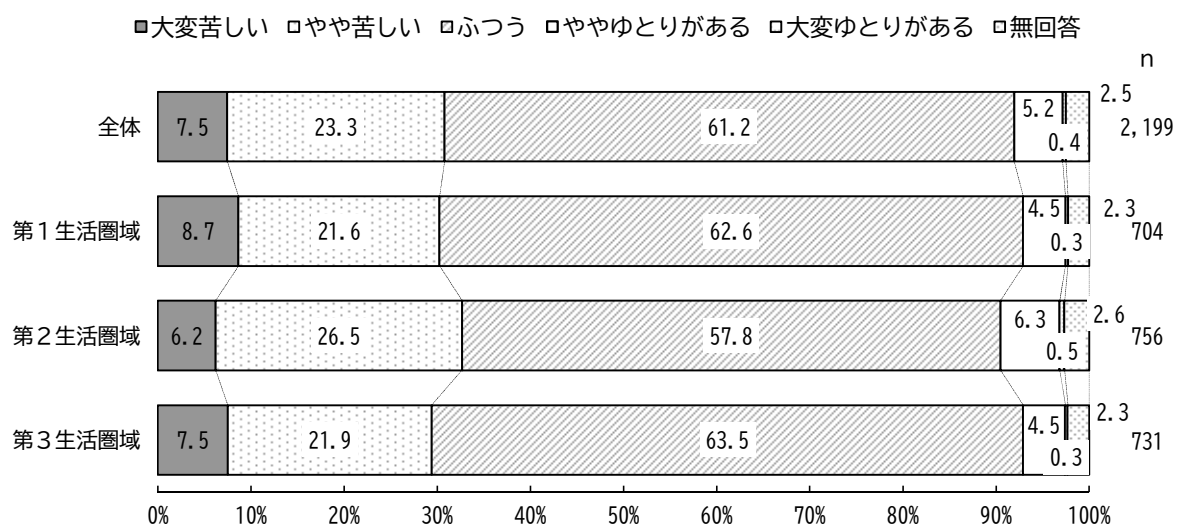
【日常生活圏域別】



(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○)

現在の暮らしの経済的状況は、「ふつう」が61.2%と最も多く、次いで「やや苦しい」が23.3%、「大変苦しい」が7.5%となっており、「大変苦しい」と「やや苦しい」を合わせた『苦しい』割合は30.8%と約3割を占めています。

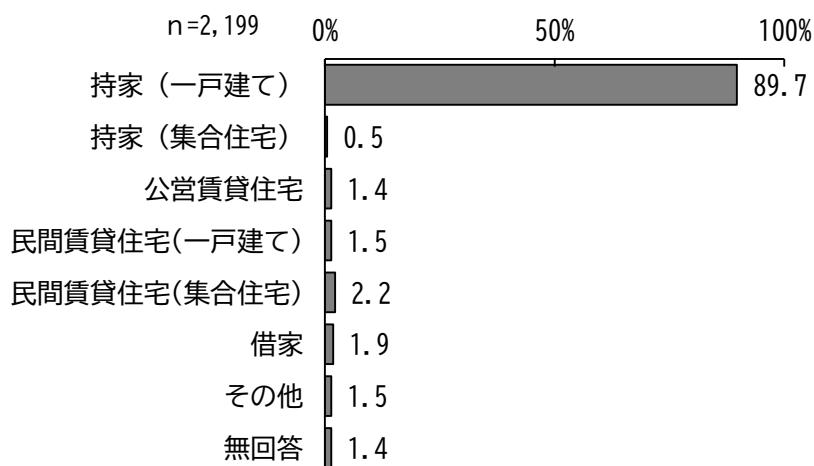
日常生活圏域別では、いずれの圏域も「ふつう」が最も多くなっている一方、『苦しい』は第1生活圏域で30.3%、第2生活圏域で32.7%、第3生活圏域で29.4%となっており、第2生活圏域が最も多くなっています。



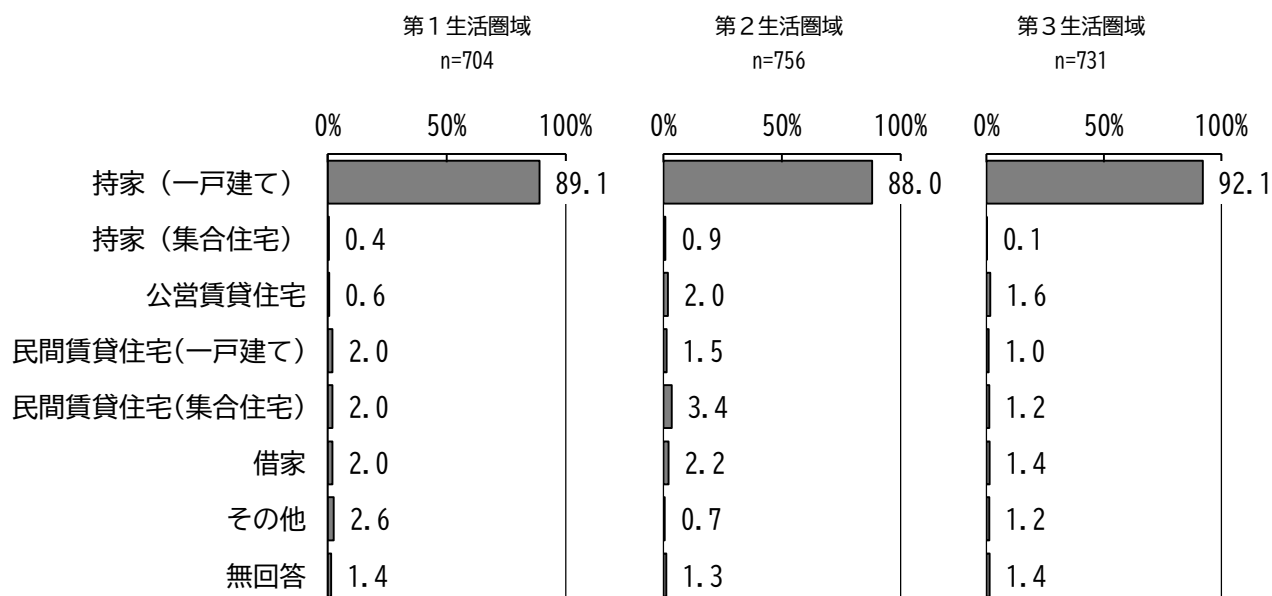
(5) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(1つに○)

居住形態は、「持家（一戸建て）」が89.7%と最も多くなっており、次いで「民間賃貸住宅（集合住宅）」が2.2%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域も「持家（一戸建て）」が最も多く、約9割となっています。



【日常生活圏域別】

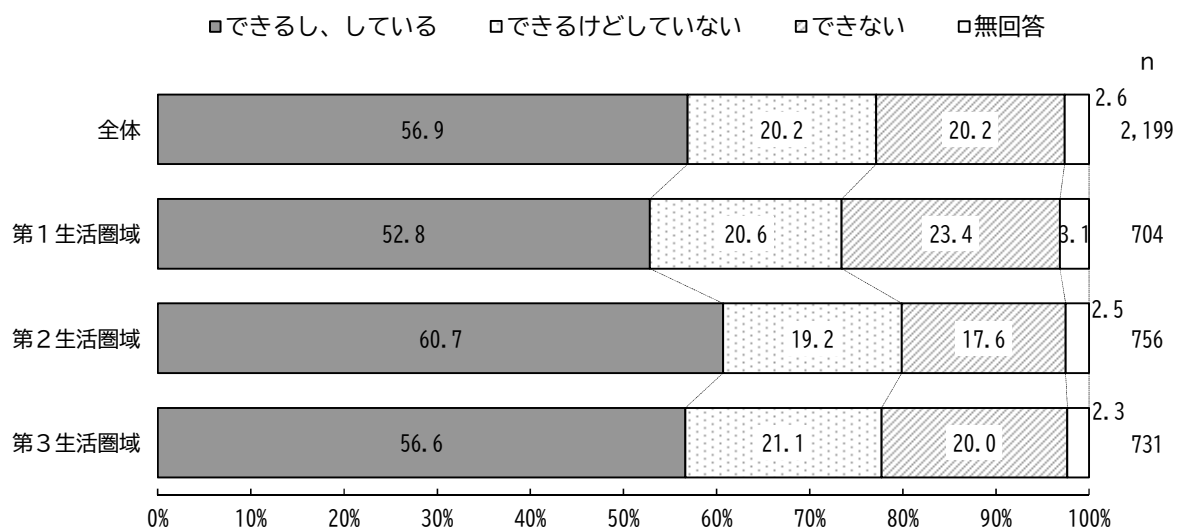


問2 からだを動かすことについて

(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(1つに○)

階段を手すりや壁をつたわずに昇ることが「できるし、している」が56.9%と最も多く、次いで「できるけどしていない」「できない」が20.2%となっています。

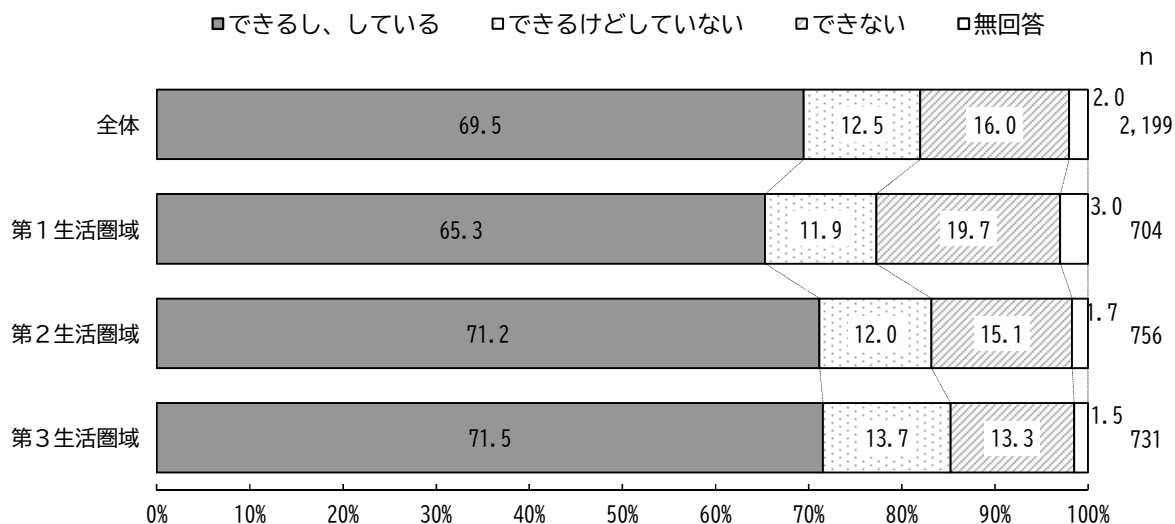
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で23.4%、第2生活圏域で17.6%、第3生活圏域で20.0%となっており、第1生活圏域で最も多くなっています。



(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○)

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が「できるし、している」が69.5%と最も多く、次いで「できない」が16.0%、「できるけどしていない」が12.5%となっています。

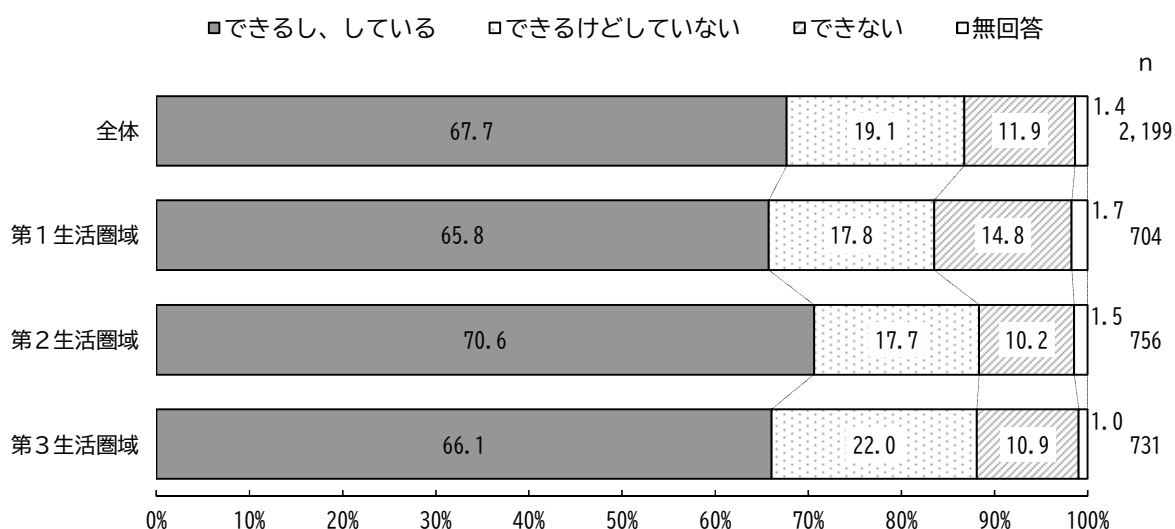
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で19.7%、第2生活圏域で15.1%、第3生活圏域で13.3%となっており、第1生活圏域で最も多くなっています。



(3) 15分位続けて歩いていますか。(1つに○)

15分位続けて歩くことは「できるし、している」が67.7%と最も多く、次いで「できるけどしていない」が19.1%、「できない」が11.9%となっています。

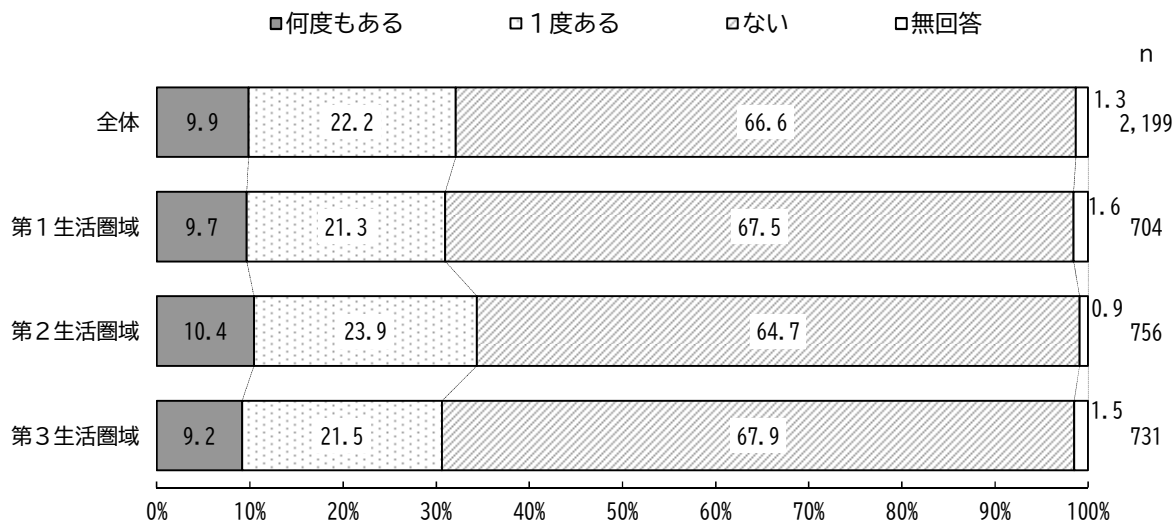
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で14.8%、第2生活圏域で10.2%、第3生活圏域で10.9%となっており、第1生活圏域で最も多くなっています。



(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか。(1つに○)

過去1年間に転んだ経験が「ない」が66.6%と最も多く、次いで「1度ある」が22.2%、「何度もある」が9.9%となっており、「何度もある」と「1度ある」を合わせた『ある』は32.1%となっています。

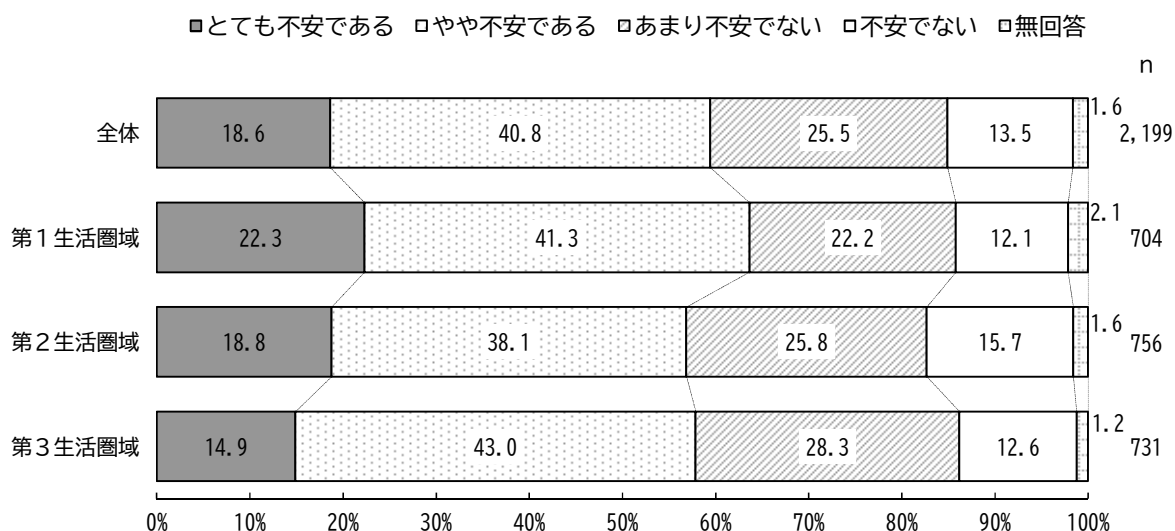
日常生活圏域別で『ある』は、第1生活圏域で31.0%、第2生活圏域で34.3%、第3生活圏域で30.7%となっており、いずれの圏域も3割強となっています。



(5) 転倒に対する不安は大きいですか。(1つに○)

転倒に対する不安は、「やや不安である」が40.8%と最も多く、次いで「あまり不安でない」が25.5%、「とても不安である」が18.6%となっており、「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』は59.4%と約6割となっています。

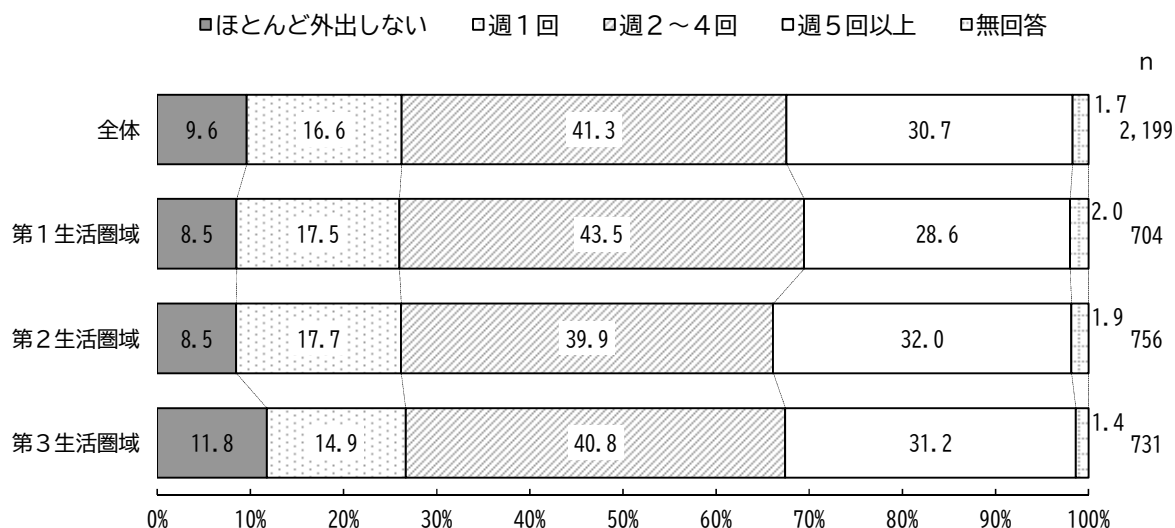
日常生活圏域別で『不安がある』は、第1生活圏域で63.6%、第2生活圏域で56.9%、第3生活圏域で57.9%と、第1生活圏域で最も多くなっています。



(6) 週に1回以上は外出していますか。(1つに○)

外出回数では、「週2～4回」が41.3%と最も多く、次いで「週5回以上」が30.7%、週1回が16.6%となっています。なお「週1回」と「ほとんど外出しない」を合わせた『週1回以下』は、26.2%となっています。

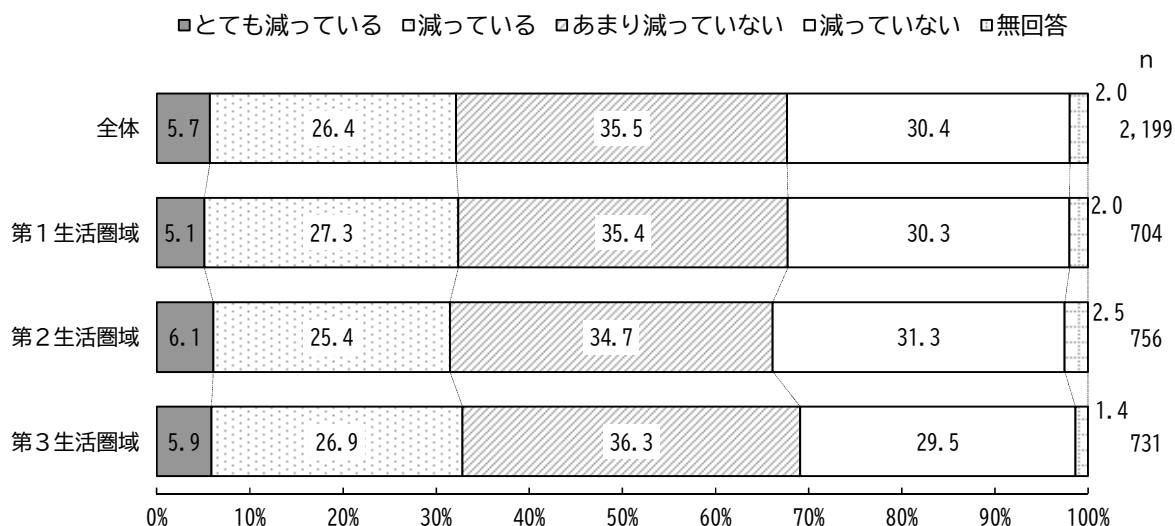
日常生活圏域別で『週1回以下』は、第1生活圏域で26.0%、第2生活圏域で26.2%、第3生活圏域で26.7%となっています。



(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(1つに○)

昨年と比べて外出の回数は、「あまり減っていない」が35.5%と最も多く、次いで「減っていない」が30.4%、「減っている」が26.4%となっており、「とても減っている」と「減っている」を合わせた『減っている』は32.1%となっています。

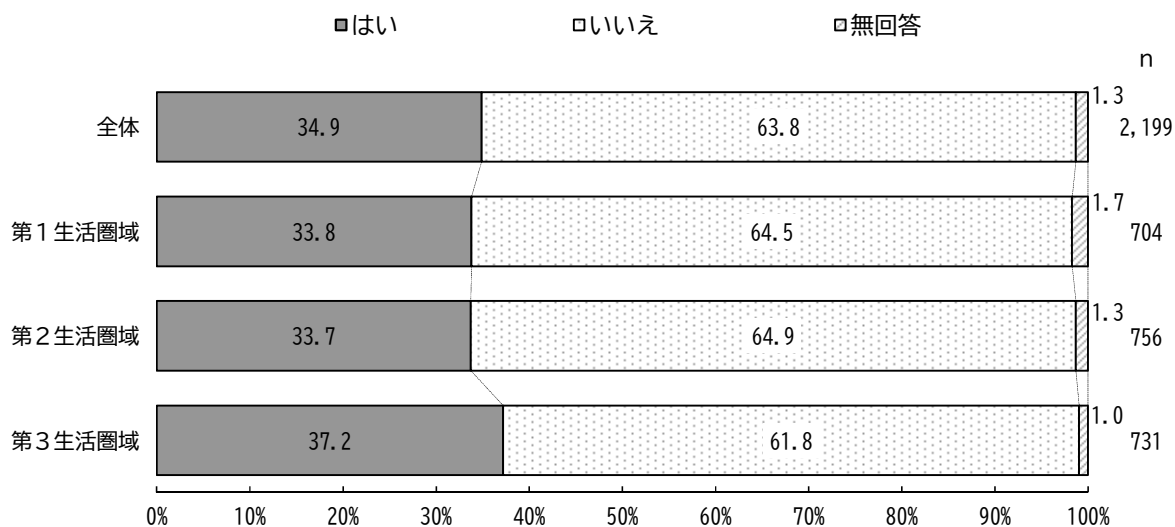
日常生活圏域別で『減っている』は、第1生活圏域で32.4%、第2生活圏域で31.5%、第3生活圏域で32.8%となっており、いずれの圏域も3割強となっています。



(8) 外出を控えていますか。(1つに○)

外出を控えているかは、「はい」が34.9%、「いいえ」が63.8%となっています。

日常生活圏域別で外出を控えている割合は、第1生活圏域で33.8%、第2生活圏域で33.7%、第3生活圏域で37.2%となっており、第3生活圏域でやや多くなっています。

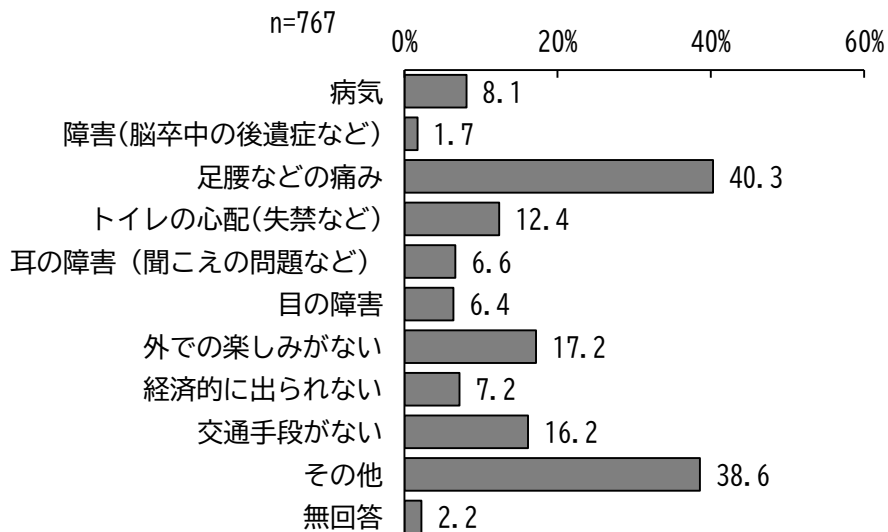


【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】

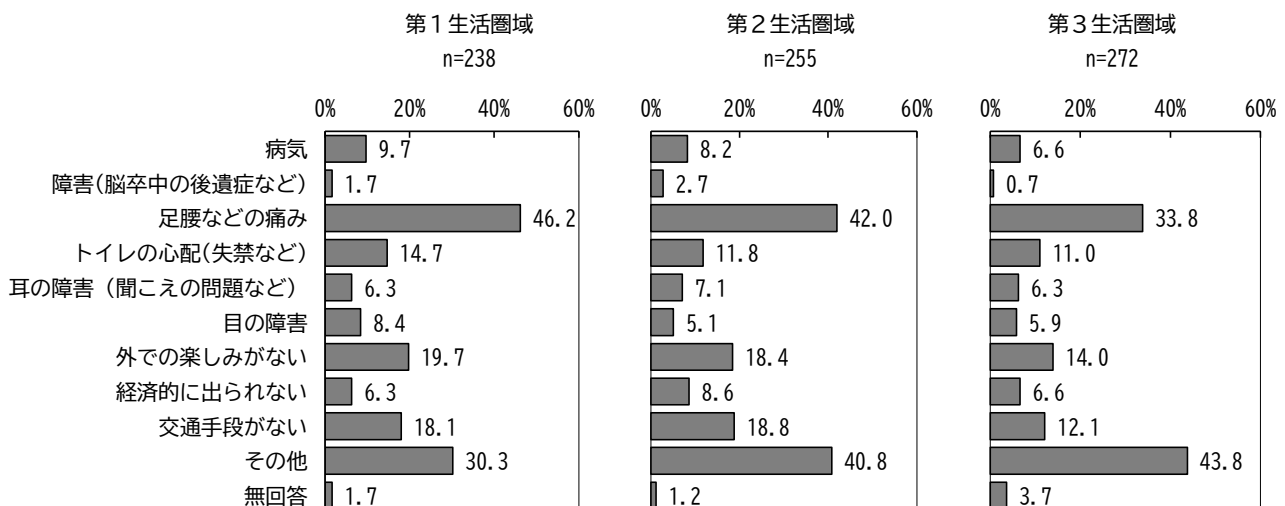
① 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

外出を控えている理由は、「足腰などの痛み」が40.3%と最も多く、次いで「その他」(※主な回答は「新型コロナ」)が38.6%、「外での楽しみがない」が17.2%、「交通手段がない」が16.2%となっています。

日常生活圏域別では、第1生活圏域及び第2生活圏域では「足腰などの痛み」、第3生活圏域では「その他」が最も多くなっています。



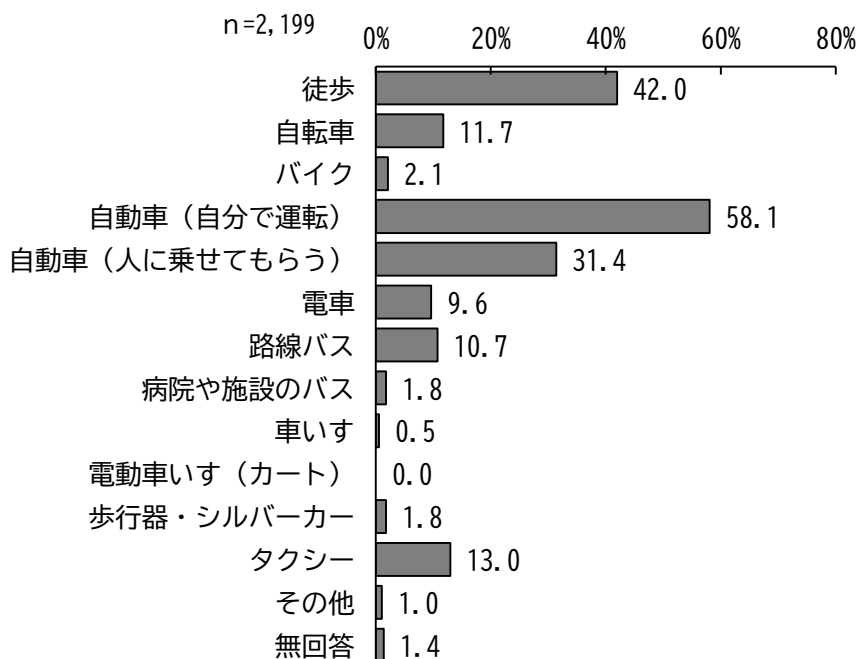
【日常生活圏域別】



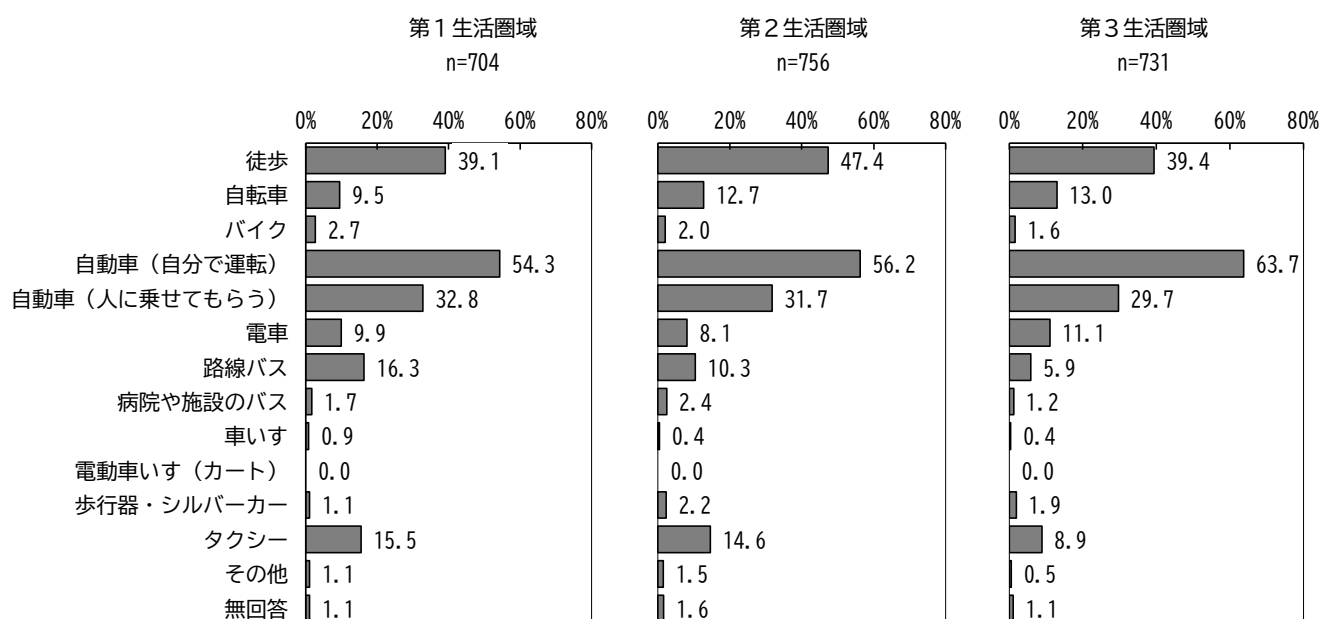
(9) 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)

外出の際の交通手段では、「自動車(自分で運転)」が58.1%と最も多く、次いで「徒歩」が42.0%、「自動車(人に乗せてもらう)」が31.4%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「自動車(自分で運転)」が最も多くなっており、第3生活圏域では63.7%と最も多くなっています。また、第2生活圏域で「徒歩」が他の圏域より多くなっています。



【日常生活圏域別】



問3 食べることについて

(1) 身長・体重（記述式）

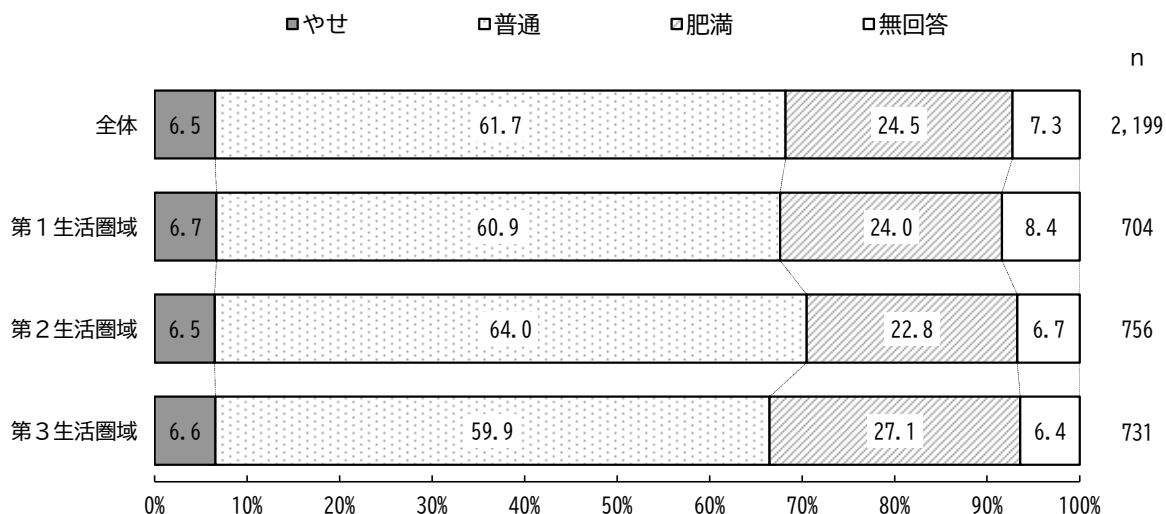
身長と体重から算出されるBMIは、「普通（18.5 以上～25 未満）」が 61.7%と最も多く、次いで「肥満（25 以上）」が 24.5%、「やせ（18.5 未満）」が 6.5%となっています。

日常生活圏域別で「やせ（18.5 未満）」はいずれの圏域も 1 割未満ですが、「肥満（25 以上）」は、第3生活圏域で 27.1%とやや多くなっています。

BMI は、身長と体重から算出される肥満度を表す体格指数です。

$$BMI = \text{体重(kg)} \div (\text{身長(m)} \times \text{身長(m)})$$

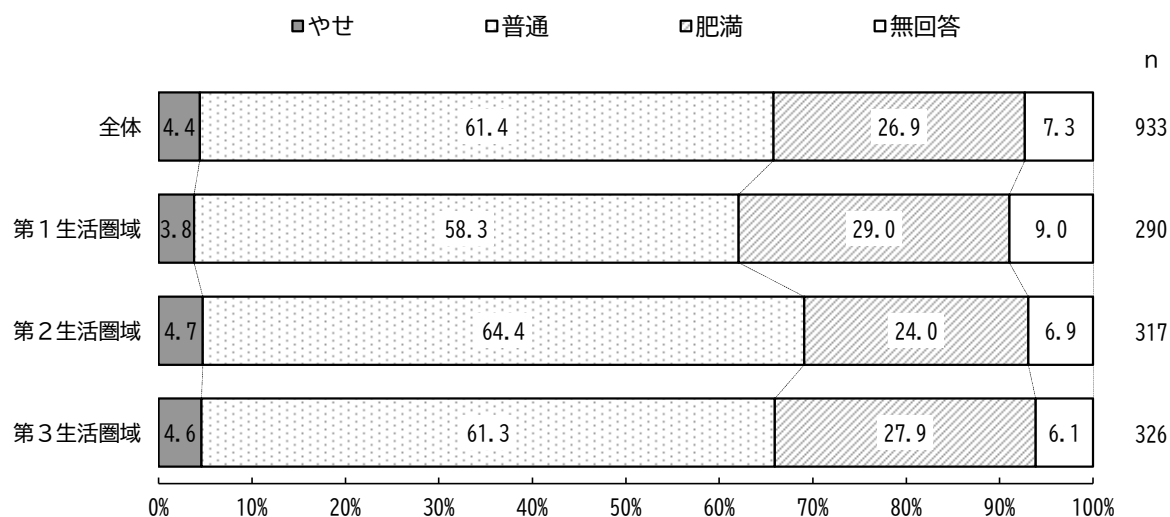
例： 身長 160cm、体重 70kg の方 = $70\text{kg} \div (1.6 \times 1.6) = 27.3$ (肥満)



性別でみると、男性では「普通（18.5～25未満）」が61.4%と最も多く、次いで「肥満(25以上)」が26.9%、「やせ（18.5未満）」が4.4%となっています。

日常生活圏域別で「やせ（18.5未満）」は、いずれの圏域も5%未満で、「肥満（25以上）」は第1生活圏域で29.0%と多くなっています。

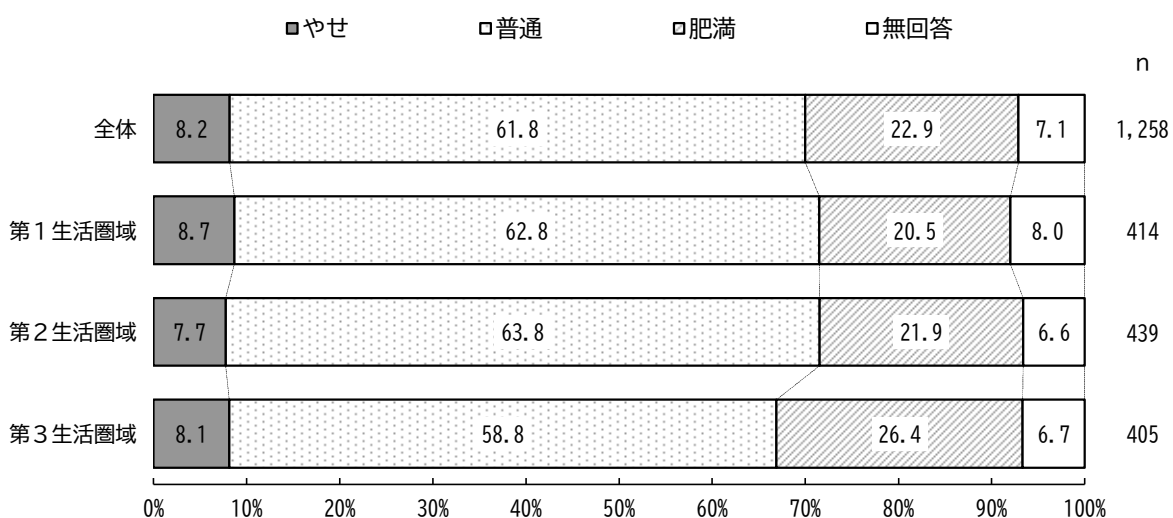
【 男性BMI 】



女性では「普通（18.5～25未満）」が61.8%と最も多く、次いで「肥満（25以上）」が22.9%、「やせ（18.5未満）」が8.2%で、男性より「肥満(25以上)」少なく、「やせ（18.5未満）」が多くなっています。

日常生活圏域別で「やせ（18.5未満）」は、いずれの圏域も1割未満で、「肥満（25以上）」は第3圏域で26.4%と多くなっています。

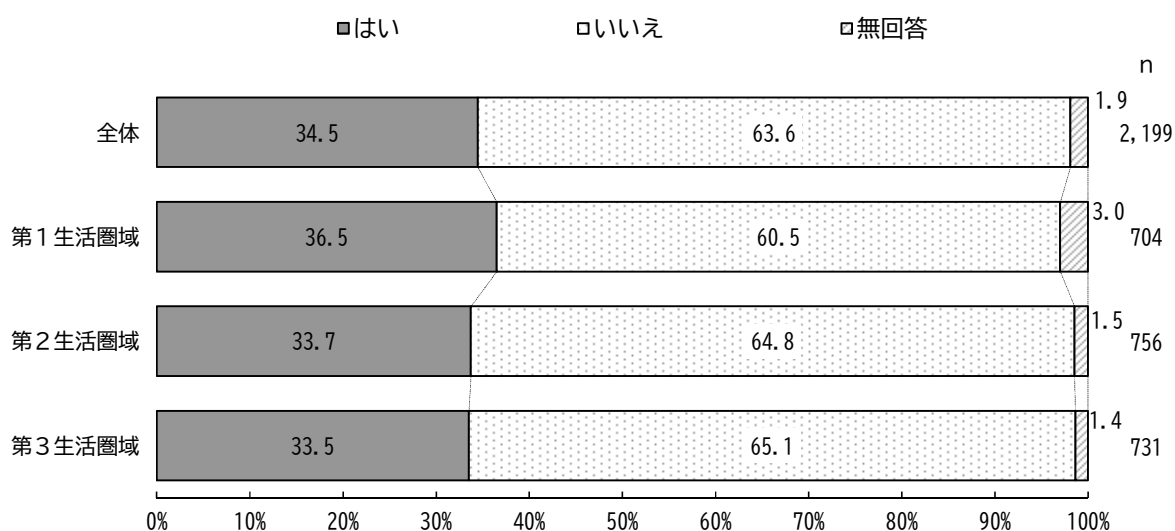
【 女性BMI 】



(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○)

半年前に比べて固い物が食べにくくなったか否かでは、「はい」が34.5%、「いいえ」が63.6%となっています。

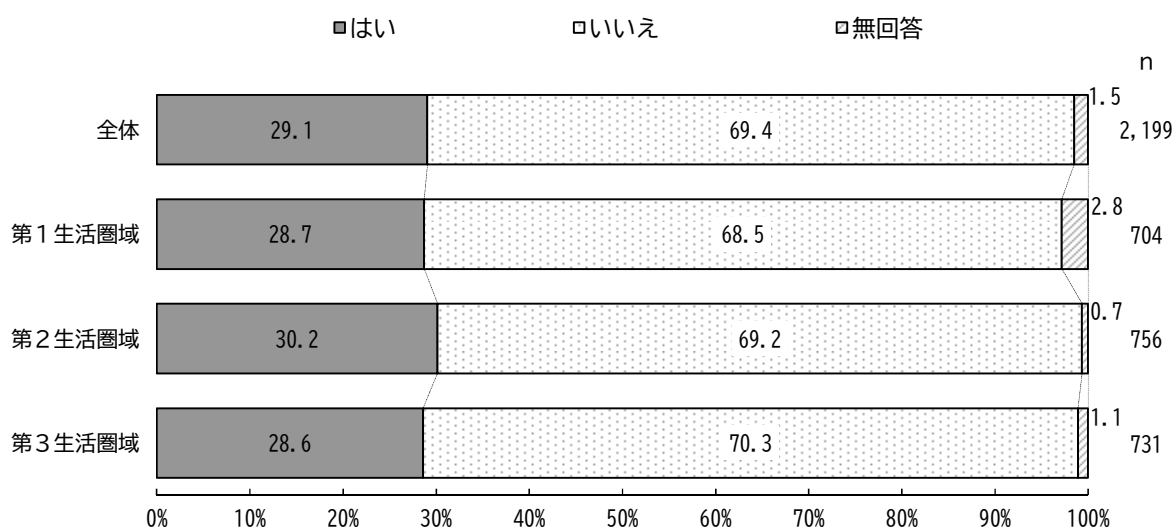
日常生活圏域別で「はい」は、いずれの圏域も3割以上となっていますが、第1生活圏域では36.5%とやや多くなっています。



(3) お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つに○)

お茶や汁物等でむせることでは、「はい」が29.1%、「いいえ」が69.4%となっています。

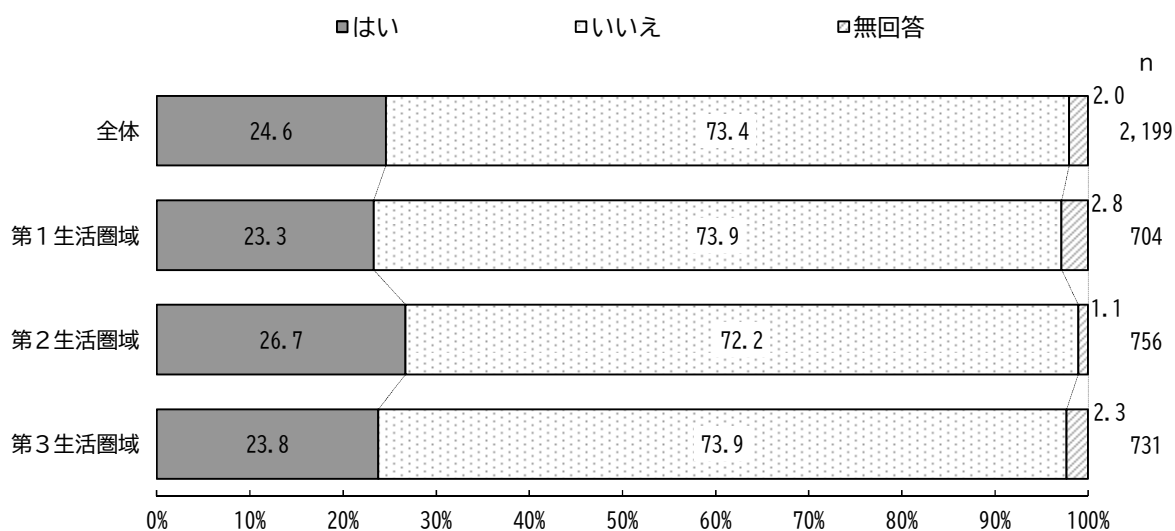
日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「はい」は3割前後となっています。



(4) 口の渇きが気になりますか。(1つに○)

口の渇きが気になるかでは、「はい」が24.6%、「いいえ」が73.4%となっています。

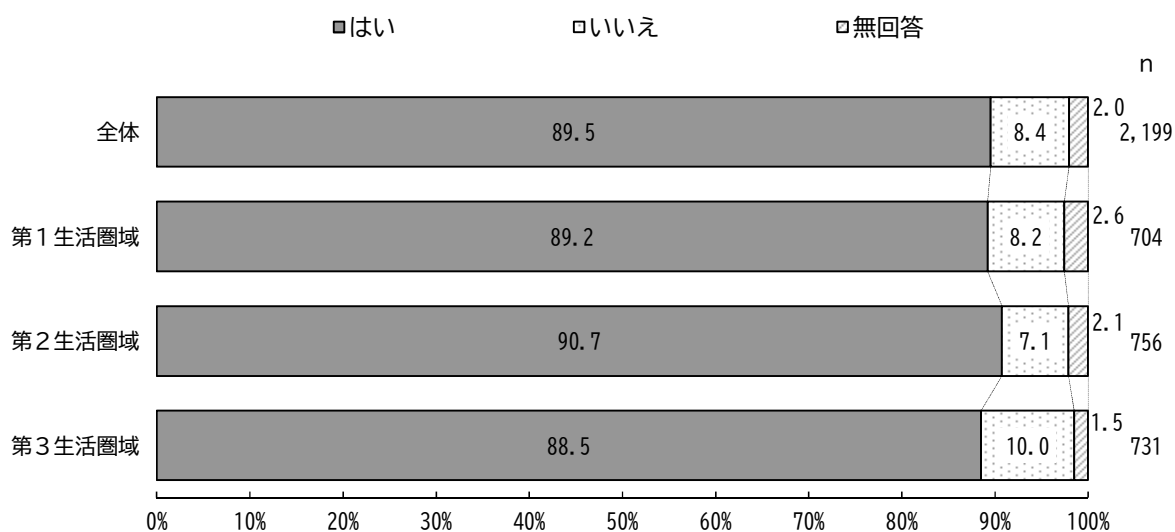
日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「はい」は2割強となっていますが、第2生活圏域では26.7%とやや多くなっています。



(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○)

歯みがきを毎日するかでは、「はい」が89.5%、「いいえ」が8.4%となっています。

日常生活圏域別ではいずれの圏域でも「いいえ」は1割前後となっていますが、第3生活圏域では10.0%とやや多くなっています。

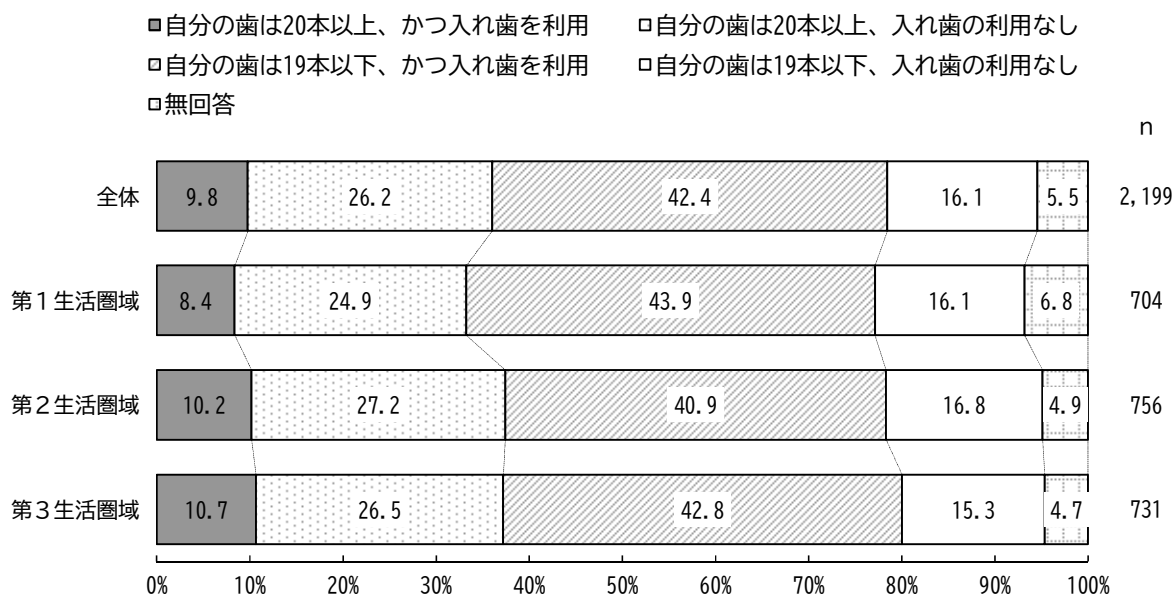


(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。(1つに○)

(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です)

歯の数と入れ歯の利用状況では、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が42.4%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26.2%となっています。

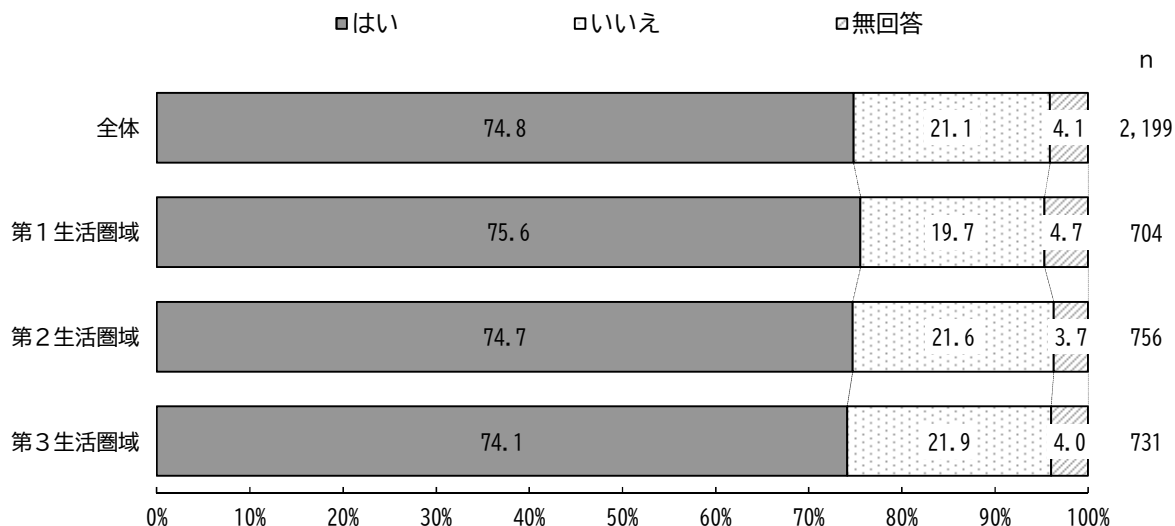
日常生活圏域別では、いずれの圏域も「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が最も多くなっていますが、第2生活圏域では40.9%と他の圏域よりもやや少なくなっています。



① 噛み合わせは良いですか。(1つに○)

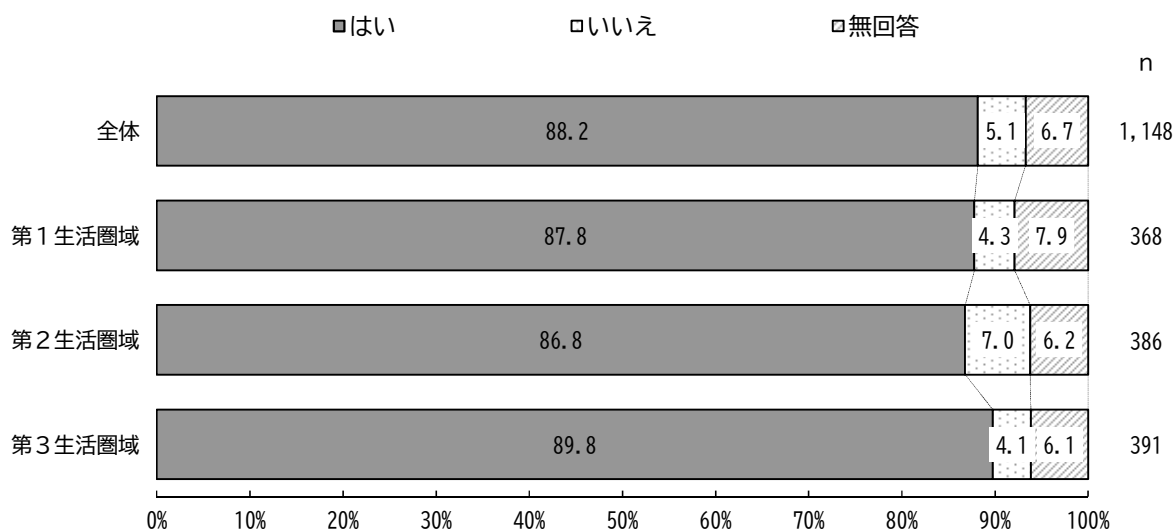
噛み合わせが良いかでは、「はい」が74.8%、「いいえ」が21.1%となっています。

日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で19.7%、第2生活圏域で21.6%、第3生活圏域で21.9%となっており、第1生活圏域では他の圏域よりもやや少なくなっています。



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○)

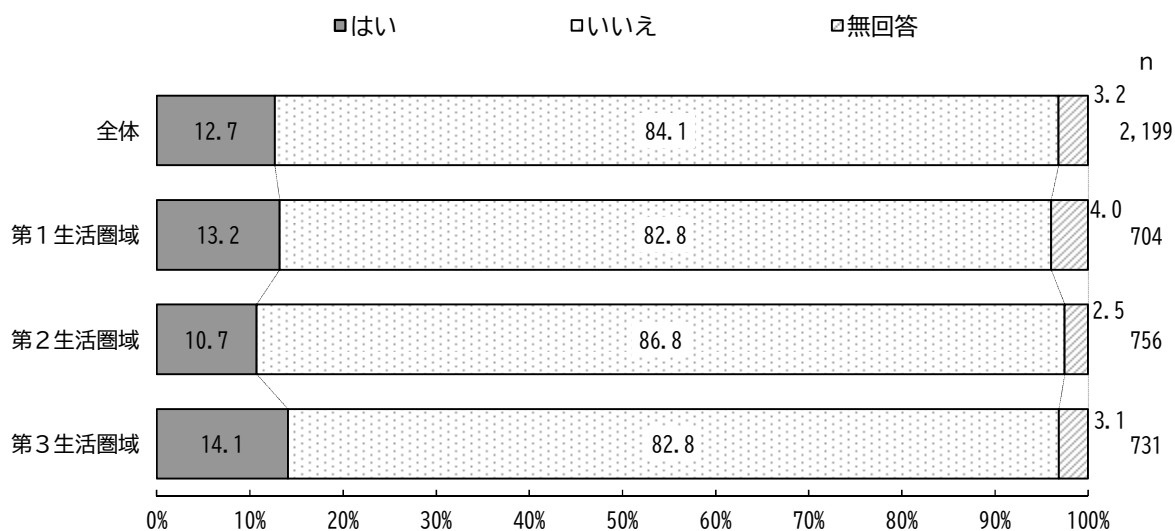
毎日入れ歯の手入れをしているかでは、「はい」が88.2%、「いいえ」が5.1%となっています。
 日常生活圏域別でみると、「いいえ」は、第1生活圏域で4.3%、第2生活圏域で7.0%、第3生活圏域で4.1%となっており、第2生活圏域では他の圏域よりやや多くなっています。



(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(1つに○)

6か月間で2～3kg以上の体重減少があったかでは、「はい」が12.7%、「いいえ」が84.1%となっています。

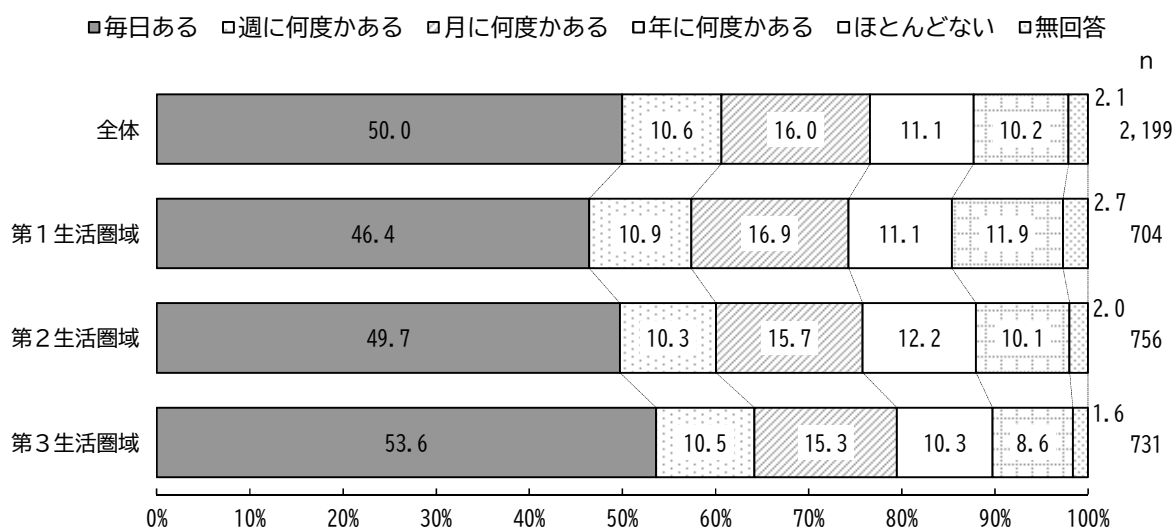
日常生活圏域別で「はい」は、第1生活圏域で13.2%、第2生活圏域で10.7%、第3生活圏域で14.1%となっており、第2生活圏域では他の圏域よりやや少なくなっています。



(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は「毎日ある」が50.0%と最も多くなっており、次いで「月に何度かある」が16.0%、「年に何度かある」が11.1%となっています。

日常生活圏域別で「年に何度かある」と「ほとんどない」を合わせた『孤食傾向にある』方は、第1生活圏域で23.0%、第2生活圏域で22.3%、第3生活圏域で18.9%となっています。

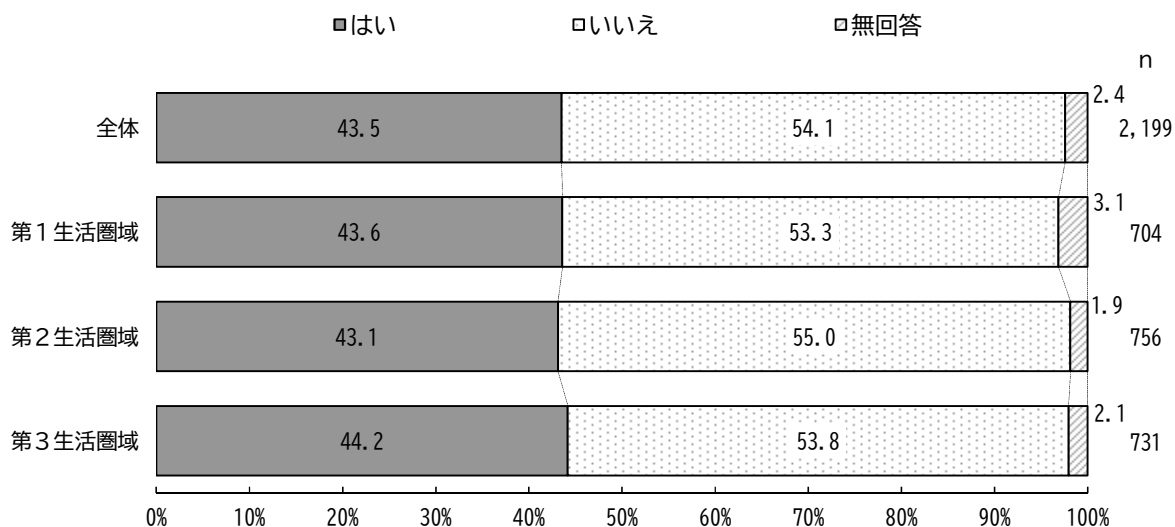


問4 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか。(1つに○)

物忘れが多いと感じるかでは、「はい」が43.5%、「いいえ」が54.1%となっており、「いいえ」の方が多くなっています。

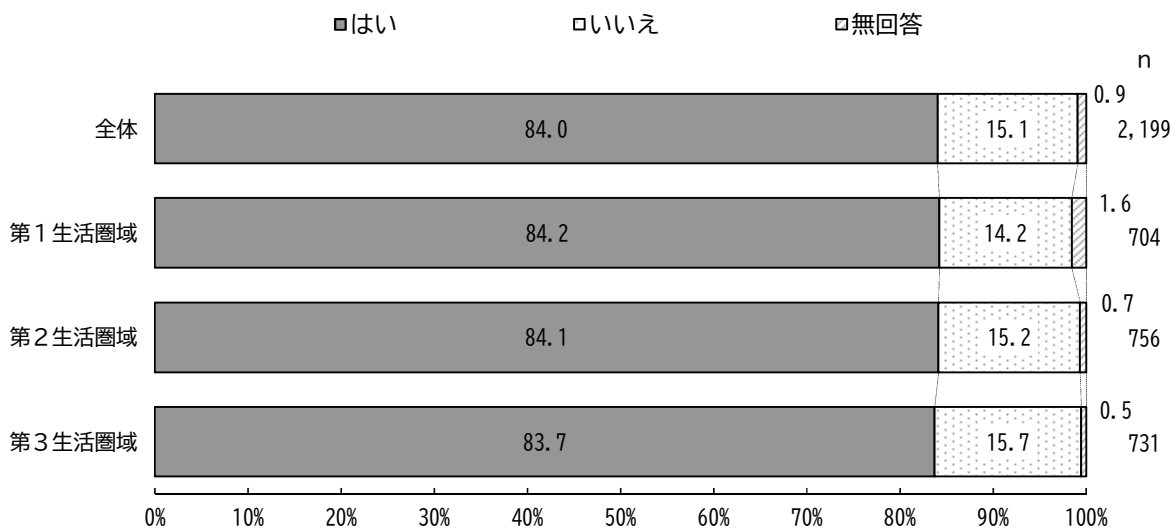
日常生活圏域別で「はい」は、第1生活圏域で43.6%、第2生活圏域で43.1%、第3生活圏域で44.2%となっています。



(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○)

自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしているかでは、「はい」が84.0%、「いいえ」が15.1%となっています。

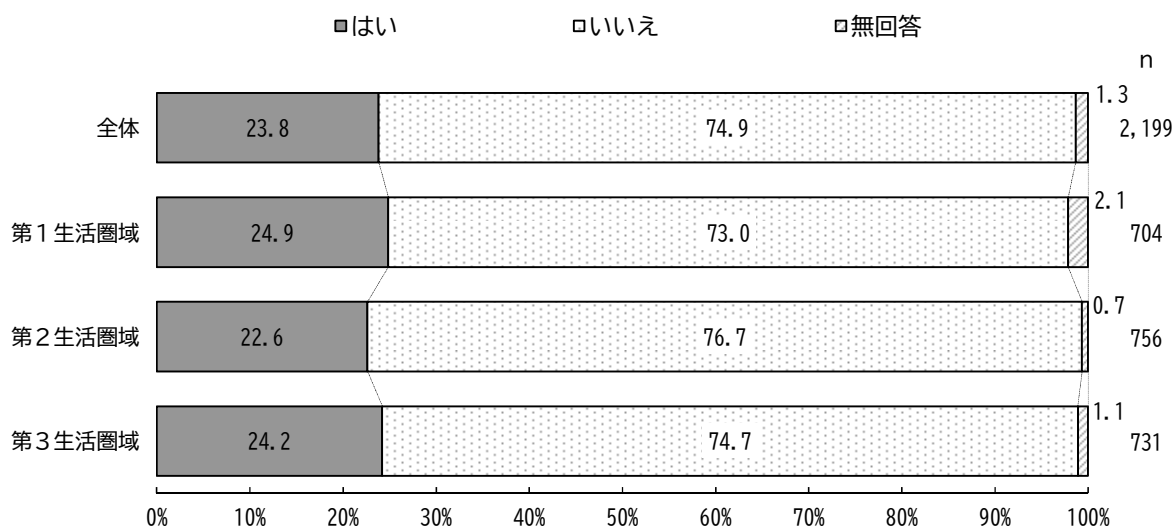
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で14.2%、第2生活圏域で15.2%、第3生活圏域で15.7%となっています。



(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか。(1つに○)

今日が何月何日かわからない時があるかでは、「はい」が23.8%、「いいえ」が74.9%となっています。

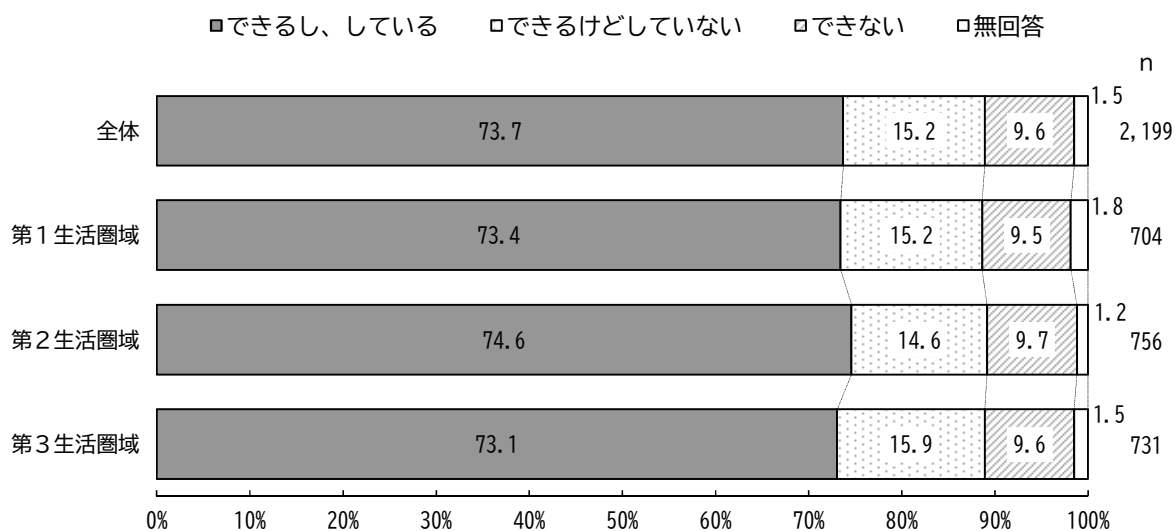
日常生活圏域別で「はい」は、第1生活圏域で24.9%、第2生活圏域で22.6%、第3生活圏域で24.2%となっています。



(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○)

バスや電車を使って1人で外出しているかでは、「できるし、している」が73.7%、「できるけどしていない」が15.2%、「できない」が9.6%となっています。

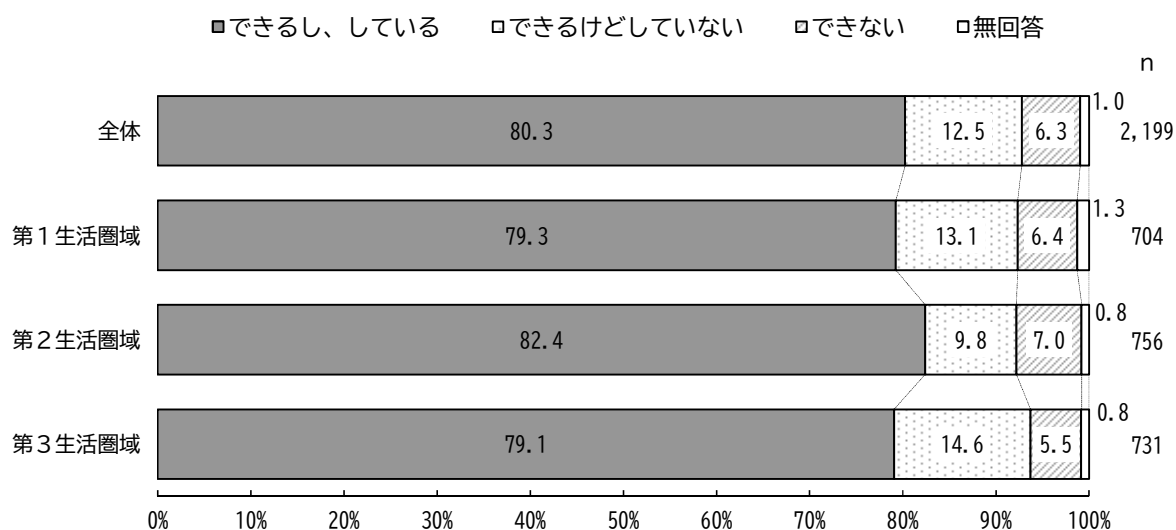
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で9.5%、第2生活圏域で9.7%、第3生活圏域で9.6%となっています。



(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(1つに○)

自分で食品・日用品の買物をしているかでは、「できるし、している」が80.3%、「できるけどしていない」が12.5%、「できない」が6.3%となっています。

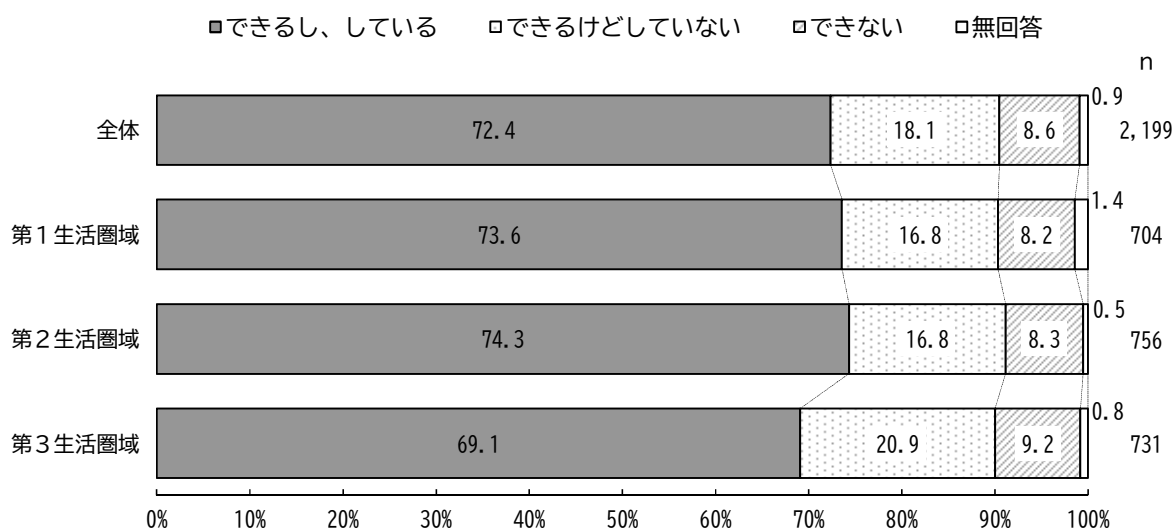
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で6.4%、第2生活圏域で7.0%、第3生活圏域で5.5%となっています。



(6) 自分で食事の用意をしていますか。(1つに○)

自分で食事の用意をしているかでは、「できるし、している」が72.4%、「できるけどしていない」が18.1%、「できない」が8.6%となっています。

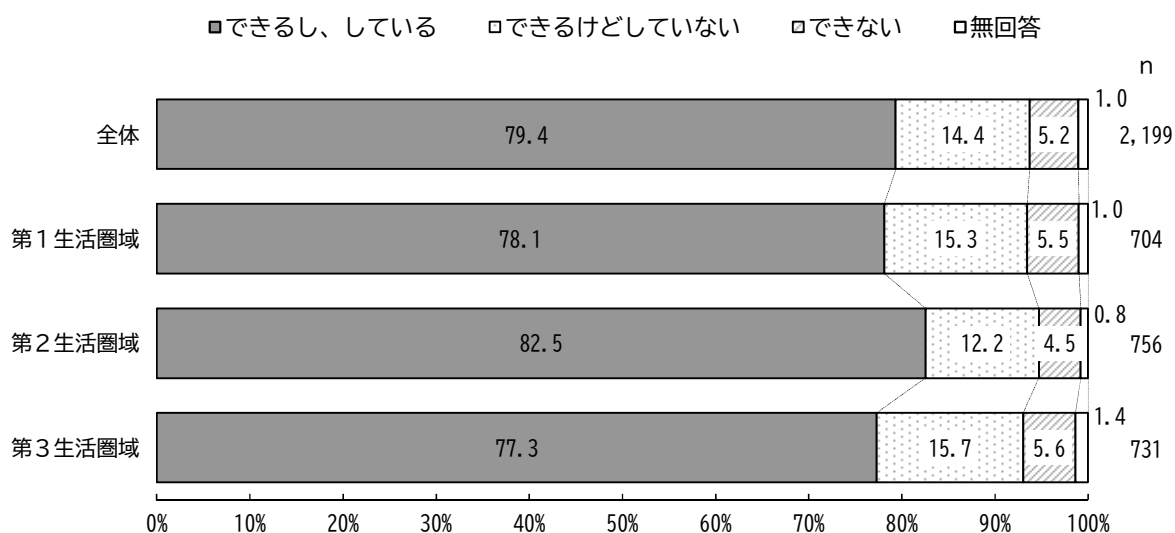
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で8.2%、第2生活圏域で8.3%、第3生活圏域で9.2%となっています。



(7) 自分で請求書の支払いをしていますか。(1つに○)

自分で請求書の支払いをしているかでは、「できるし、している」が79.4%、「できるけどして
いない」が14.4%、「できない」が5.2%となっています。

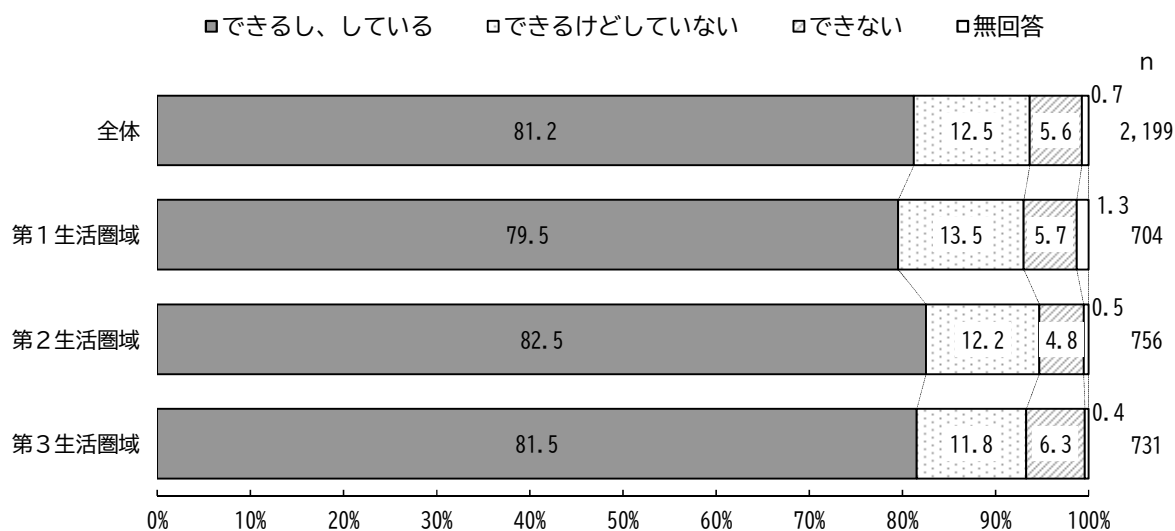
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で5.5%、第2生活圏域で4.5%、第3生活圏
域で5.6%となっています。



(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1つに○)

自分で預貯金の出し入れができるかでは、「できるし、している」が81.2%、「できるけどして
いない」が12.5%、「できない」が5.6%となっています。

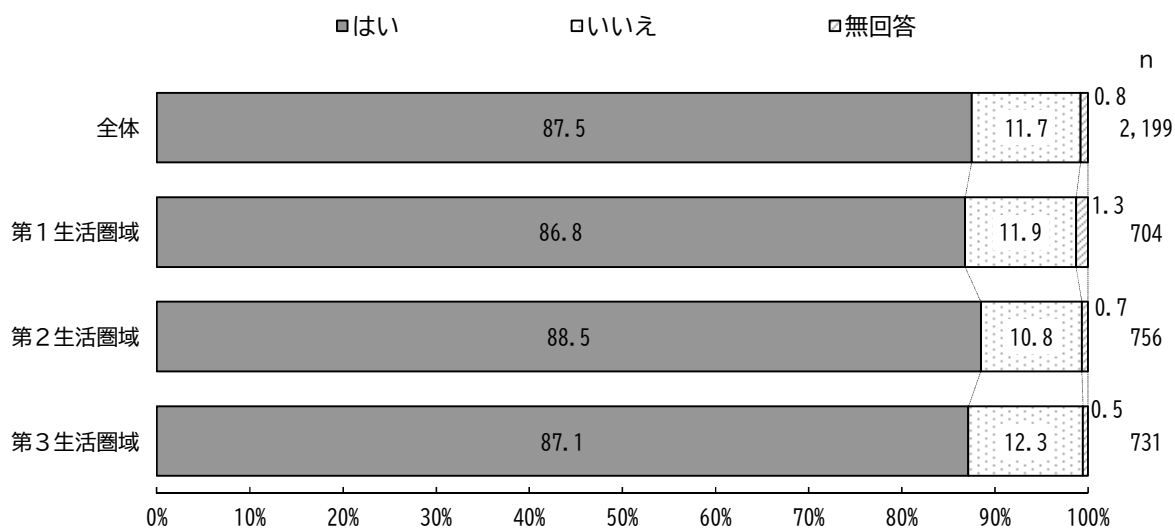
日常生活圏域別で「できない」は、第1生活圏域で5.7%、第2生活圏域で4.8%、第3生活圏
域で6.3%となっています。



(9) 役所や病院などに出す書類が書けますか。(1つに○)

役所や病院などに出す書類が書けるかでは、「はい」が87.5%、「いいえ」が11.7%となっています。

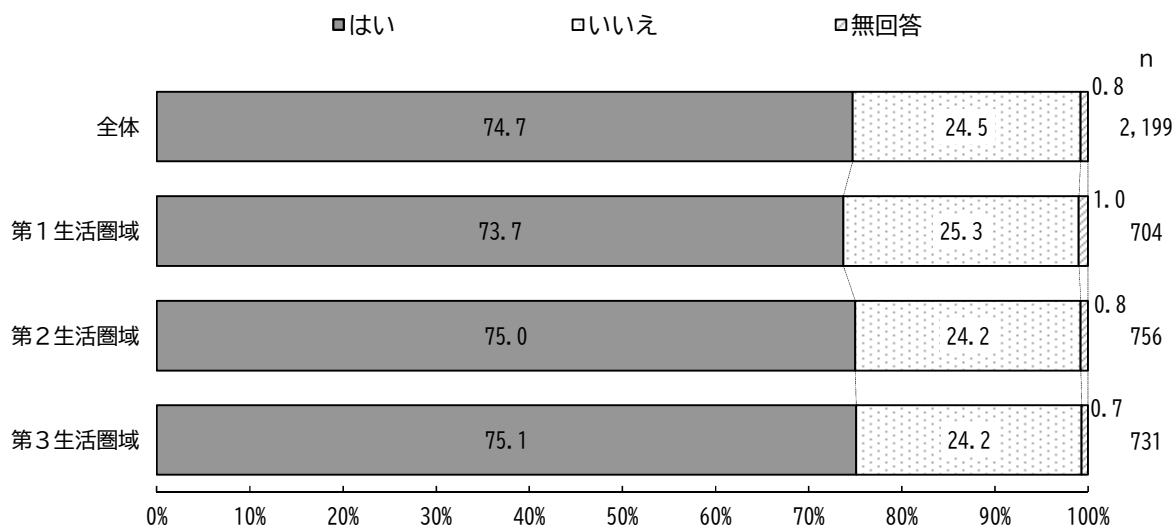
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で11.9%、第2生活圏域で10.8%、第3生活圏域で12.3%となっています。



(10) 新聞を読んでいますか。(1つに○)

新聞を読んでいるかでは、「はい」が74.7%、「いいえ」が24.5%となっています。

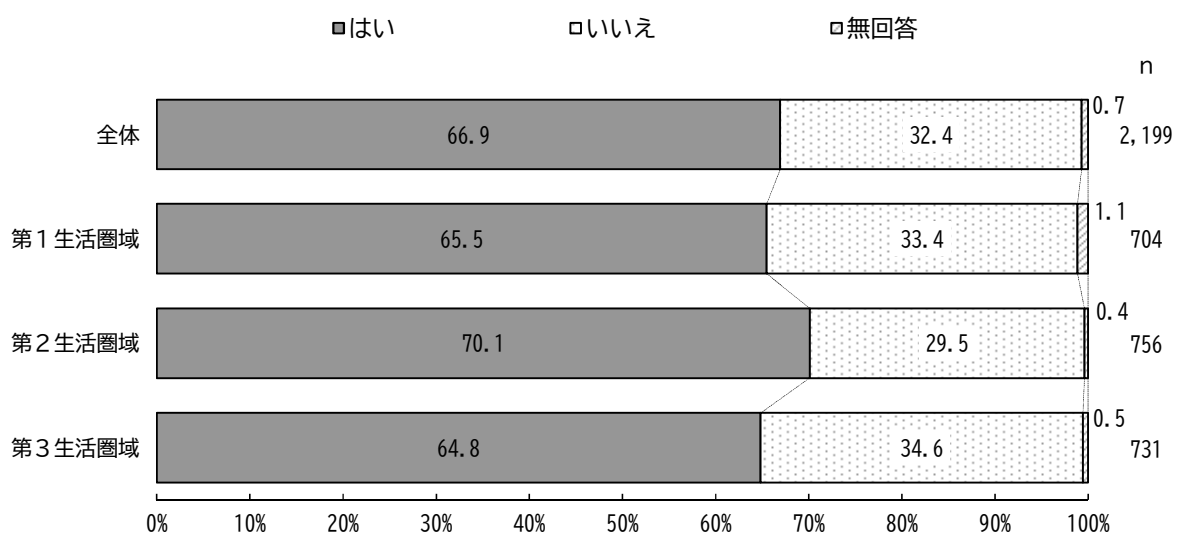
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で25.3%、第2生活圏域及び第3生活圏域で24.2%となっており、いずれの圏域でも2割台半ばとなっています。



(11) 本や雑誌を読んでいますか。(1つに○)

本や雑誌を読んでいるかでは、「はい」が66.9%、「いいえ」が32.4%となっています。

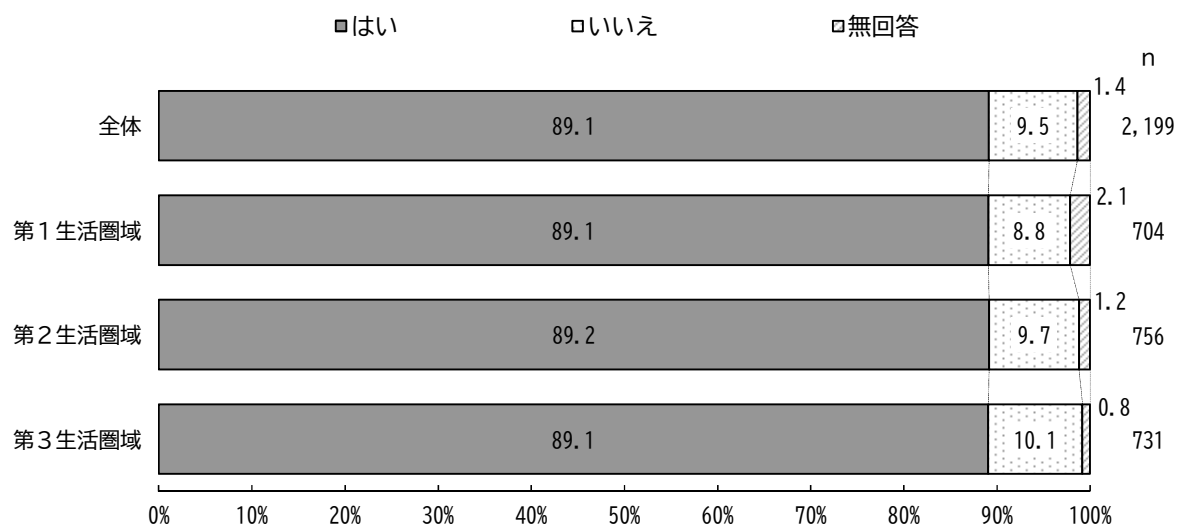
日常生活圏域別で「いいえ」、第1生活圏域で33.4%、第2生活圏域で29.5%、第3生活圏域で34.6%となっており、第2生活圏域では他の圏域よりやや少なくなっています。



(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○)

健康についての記事や番組に関心があるかでは、「はい」が89.1%、「いいえ」が9.5%となっています。

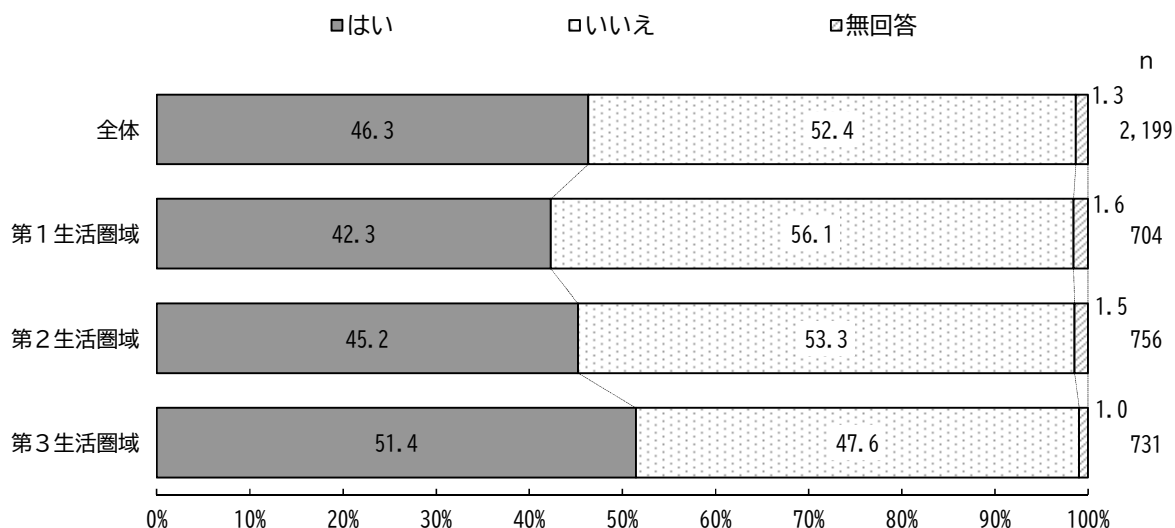
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で8.8%、第2生活圏域で9.7%、第3生活圏域で10.1%となっています。



(13) 友人の家を訪ねていますか。(1つに○)

友人の家を訪ねているかでは、「はい」が46.3%、「いいえ」が52.3%となっています。

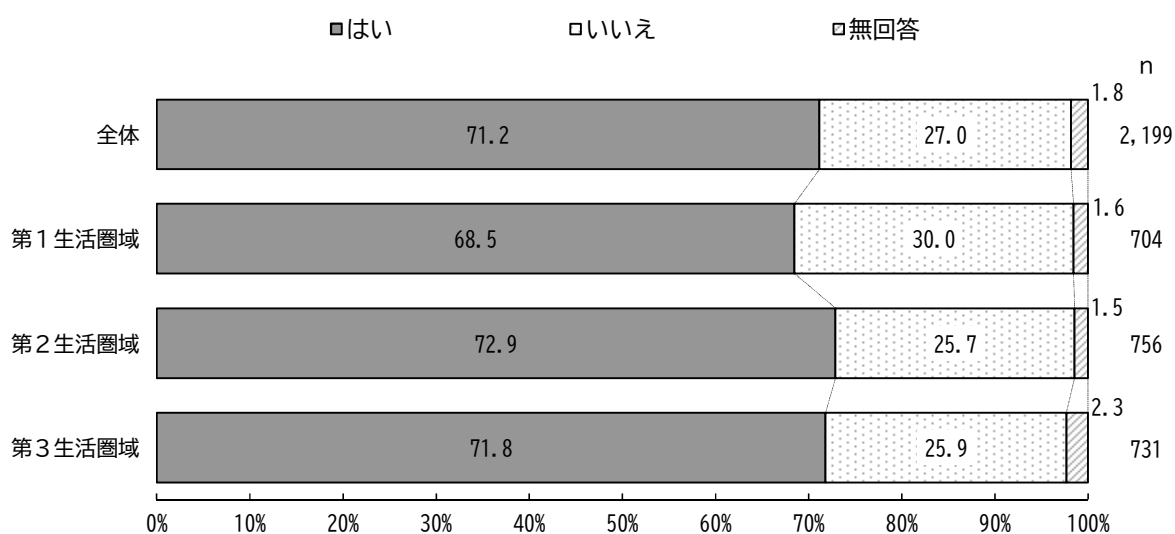
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で56.1%、第2生活圏域で53.3%、第3生活圏域で47.6%となっており、第1生活圏域でやや多くなっています。



(14) 家族や友人の相談にのっていますか。(1つに○)

家族や友人の相談にのっているかでは、「はい」が71.2%、「いいえ」が27.0%となっています。

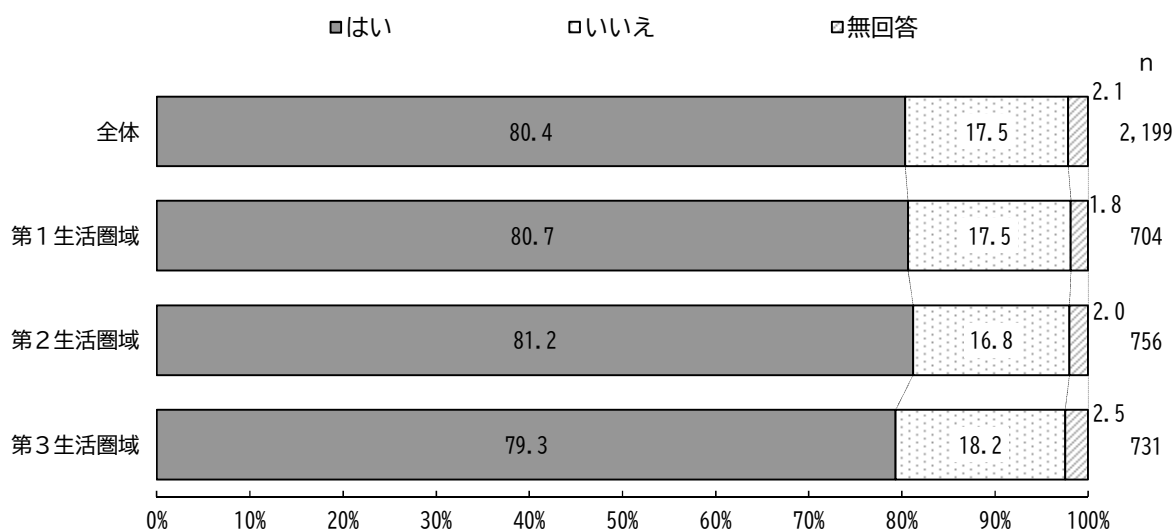
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で30.0%、第2生活圏域で25.7%、第3生活圏域で25.9%となっており、第1生活圏域でやや多くなっています。



(15) 病人を見舞うことができますか。(1つに○)

病人を見舞うことができるかでは、「はい」が80.4%、「いいえ」が17.5%となっています。

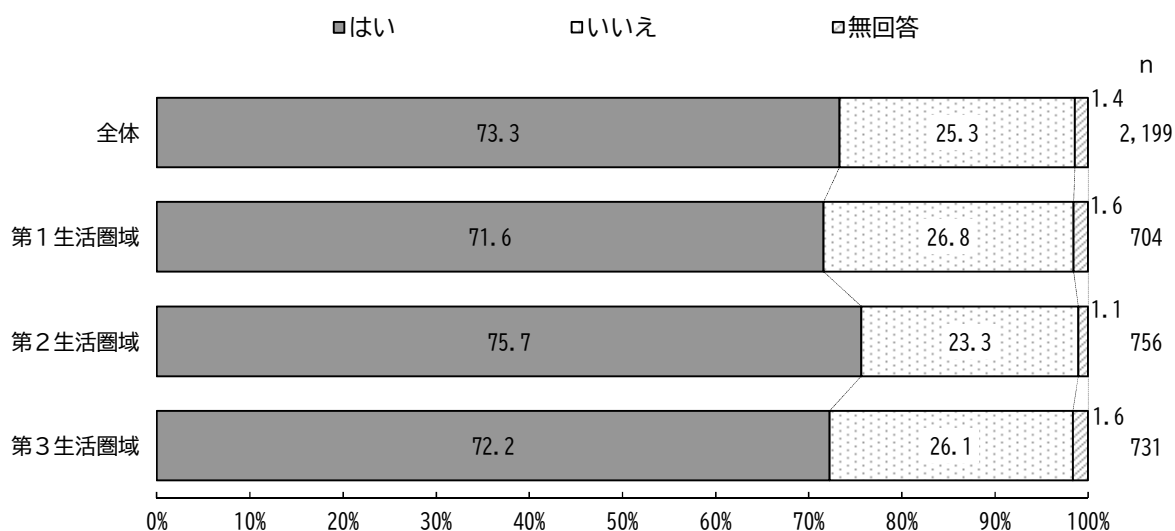
日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で17.5%、第2生活圏域で16.8%、第3生活圏域で18.2%となっています。



(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○)

若い人に自分から話しかけることがあるかでは、「はい」が73.3%、「いいえ」が25.3%となっています。

日常生活圏域別で「いいえ」は、第1生活圏域で26.8%、第2生活圏域で23.3%、第3生活圏域で26.1%となっています。

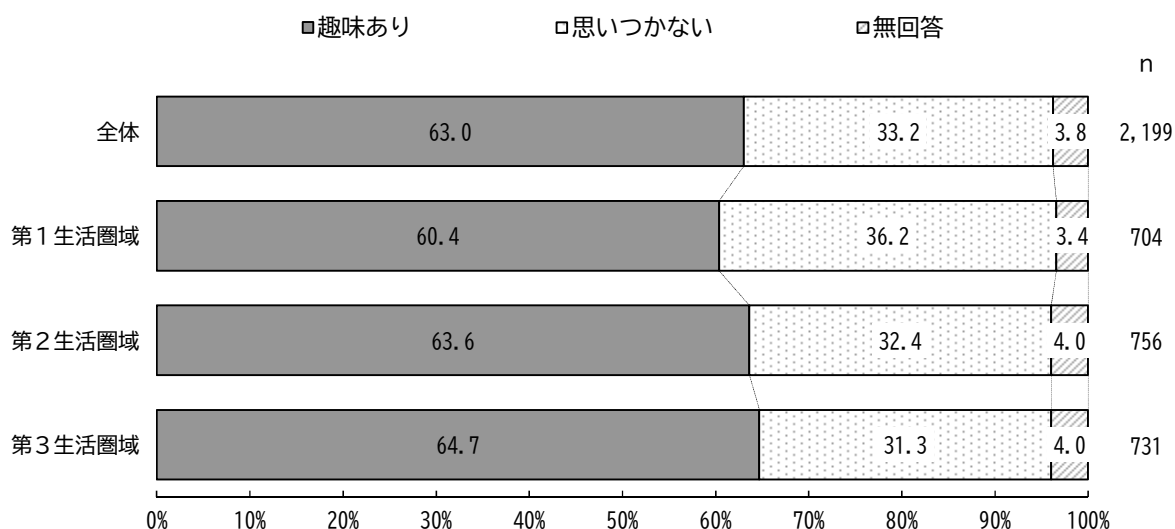


(17) 趣味はありますか。(1つに○)(記述式)

趣味の有無では、「趣味あり」が63.0%、「思いつかない」が33.2%となっています。

日常生活圏域別で「趣味あり」は、第1生活圏域で60.4%、第2生活圏域で63.6%、第3生活圏域で64.7%となっています。

趣味の内容では、「園芸(庭木の手入れ、花の手入れ、畑、家庭菜園等)」が最も多くなっており、「読書」「手芸(編み物、洋裁等)」「その他運動(ウォーキング、フィットネス、太極拳等)」「ゴルフ」も多くなっています。

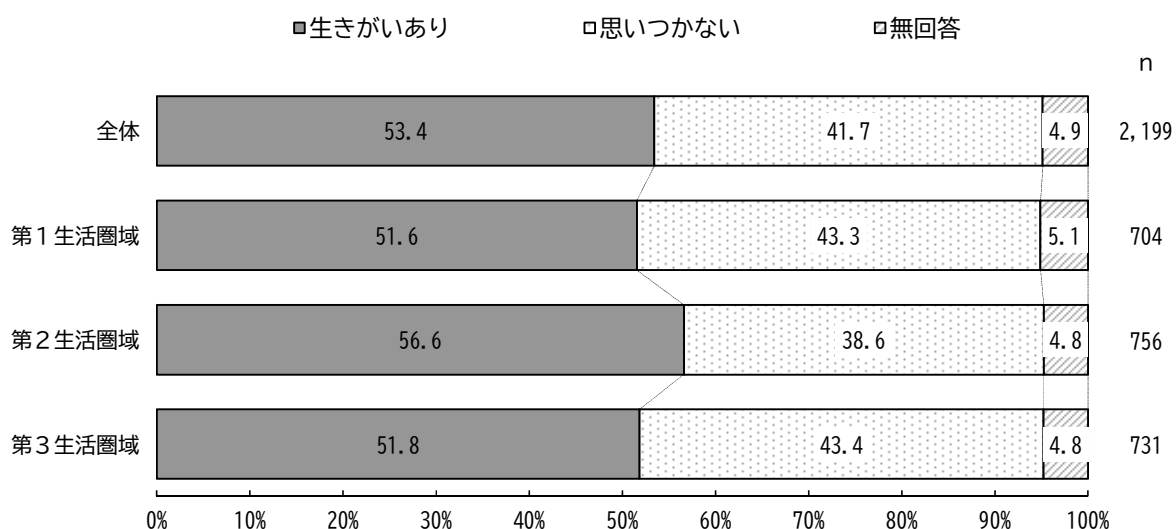


順位	趣味(上位)	票数
1	園芸(庭木の手入れ、花の手入れ、畑、家庭菜園等)	275
2	読書	146
3	手芸(編み物、洋裁等)	132
4	その他運動(ウォーキング、フィットネス、太極拳等)	116
5	ゴルフ	101
6	TV・ラジオ・映画	80
7	旅行	73
8	釣り	71
9	音楽鑑賞、絵画鑑賞、観劇	68
10	歌うこと(コーラス、合唱、カラオケ含む)	62

(18) 生きがいがありますか。(1つに○)(記述式)

生きがいの有無では、「生きがいあり」が53.4%、「思いつかない」が41.7%となっています。日常生活圏域別で「生きがいあり」は、第1生活圏域で51.6%、第2生活圏域で56.6%、第3生活圏域で51.8%となっています。

生きがいの内容では、「孫や子どもの世話や成長」が最も多く、「趣味」「仕事」も多くなっています。



順位	生きがい(上位)	票数
1	孫や子どもの世話や成長	295
2	趣味	193
3	仕事、働くこと	103
4	畑仕事、家庭菜園等	75
5	健康でいること、健康第一	61
6	他者との交流(おしゃべり、でかける)	50
7	旅行	46
8	食事を作る、外食する、お酒	31
9	ペットの世話、ペットと散歩等	29
10	日々の暮らし、今は幸せです等	18

問5 地域での活動について

- (1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。
 ※① - ⑧それぞれに回答してください（それぞれ1つに○）

会・グループ等の参加頻度で「週4回以上」は、「収入のある仕事」が13.1%と最も多く、次いで「スポーツ関連のグループやクラブ」が2.9%となっています。参加頻度で1割を超えるものは、「収入のある仕事」を除いて、「年に数回」の「町内会・自治会」で12.0%となっています。

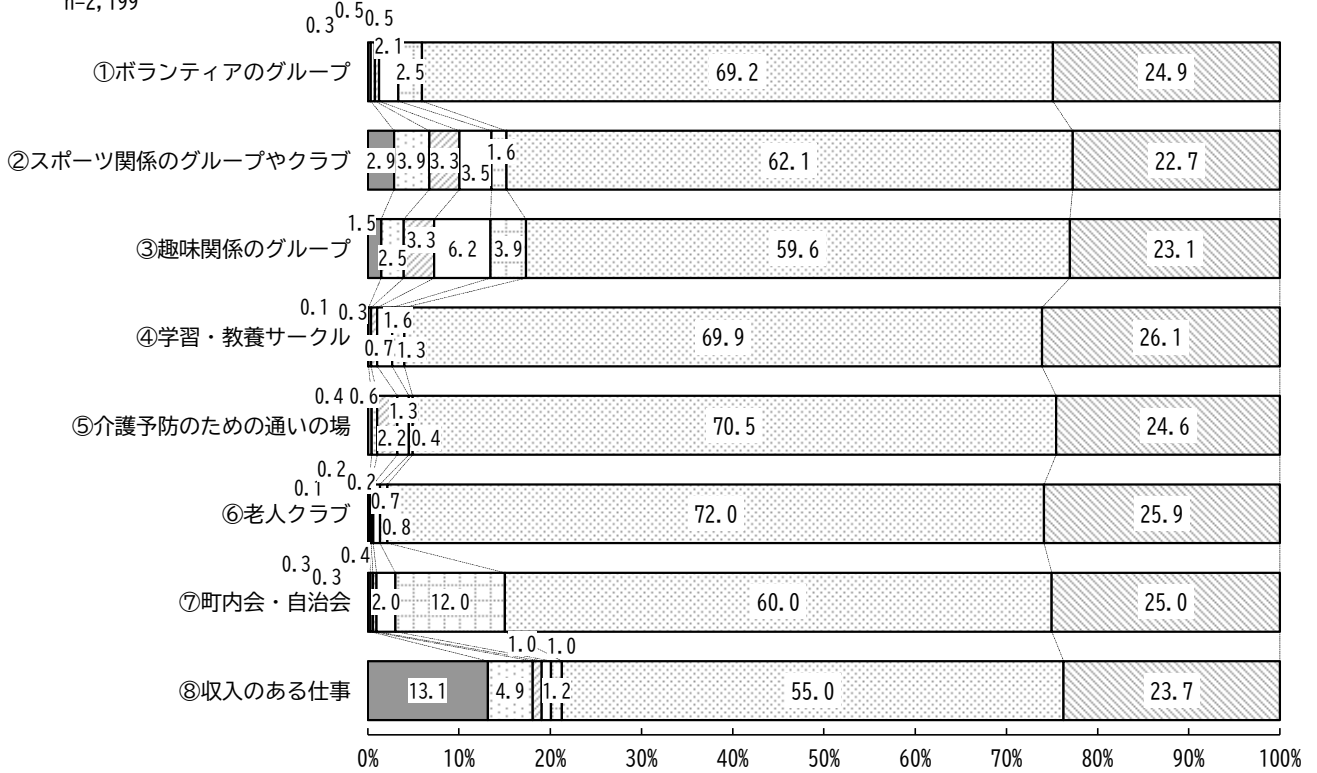
「週4回以上」「週2～3回」「週1回」を合わせた『週1回以上』は、「収入のある仕事」の19.0%が最も多く、次いで「スポーツ関係のグループやクラブ」が10.1%、「趣味関係のグループ」が7.3%、「介護予防のための通いの場」が3.2%となっています。また、どの会・グループ等にも「参加していない」が、5割～7割を占めています。

日常生活圏域別でみると、いずれの圏域も『週1回以上』は、「収入のある仕事」が最も多く、第2生活圏域では22.0%と最も多くなっています。

項目\選択肢	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	無回答	週1回以上	月1回以上
①ボランティアのグループ	0.3	0.5	0.5	2.1	2.5	69.2	24.9	1.3	3.4
②スポーツ関係のグループやクラブ	2.9	3.9	3.3	3.5	1.6	62.1	22.7	10.1	13.6
③趣味関係のグループ	1.5	2.5	3.3	6.2	3.9	59.6	23.1	7.3	13.5
④学習・教養サークル	0.1	0.3	0.7	1.6	1.3	69.9	26.1	1.1	2.7
⑤介護予防のための通いの場	0.4	0.6	2.2	1.3	0.4	70.5	24.6	3.2	4.5
⑥老人クラブ	0.1	0.2	0.2	0.7	0.8	72.0	25.9	0.5	1.2
⑦町内会・自治会	0.3	0.3	0.4	2.0	12.0	60.0	25.0	1.0	3.0
⑧収入のある仕事	13.1	4.9	1.0	1.0	1.2	55.0	23.7	19.0	20.0

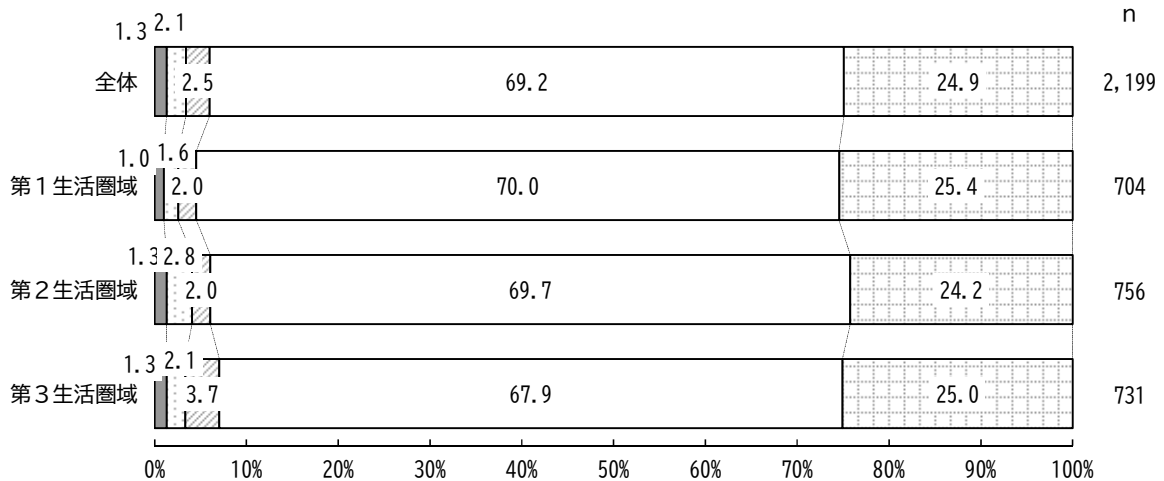
□週4回以上 □週2～3回 □週1回 □月1～3回 □年に数回 □参加していない □無回答

n=2,199



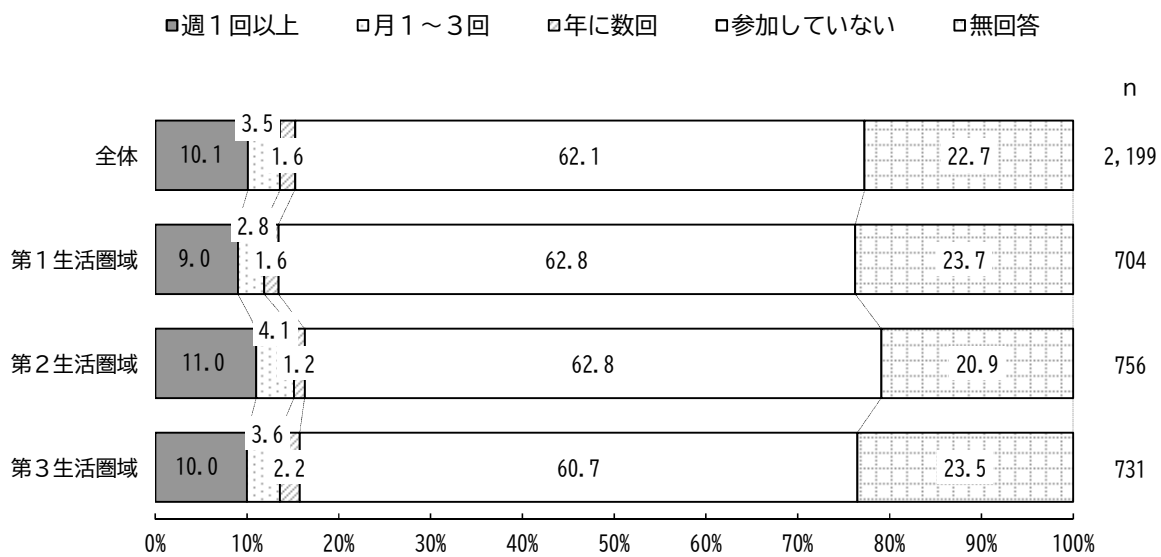
① ボランティアのグループ

□週1回以上 □月1～3回 □年に数回 □参加していない □無回答

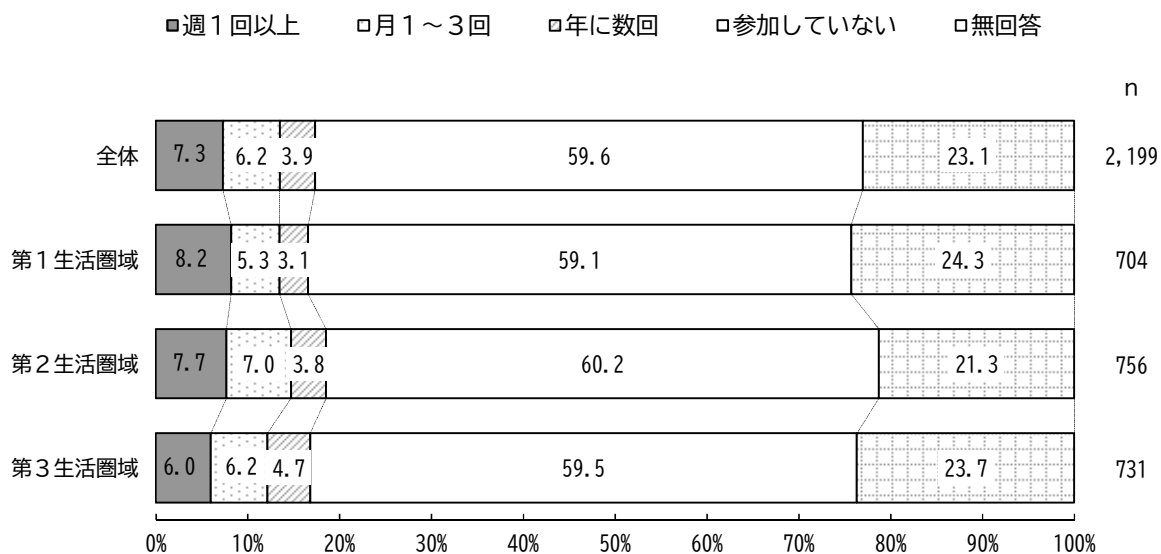


※「週1回以上」は、週1回、週2～3回、週4回以上の合計値となります。

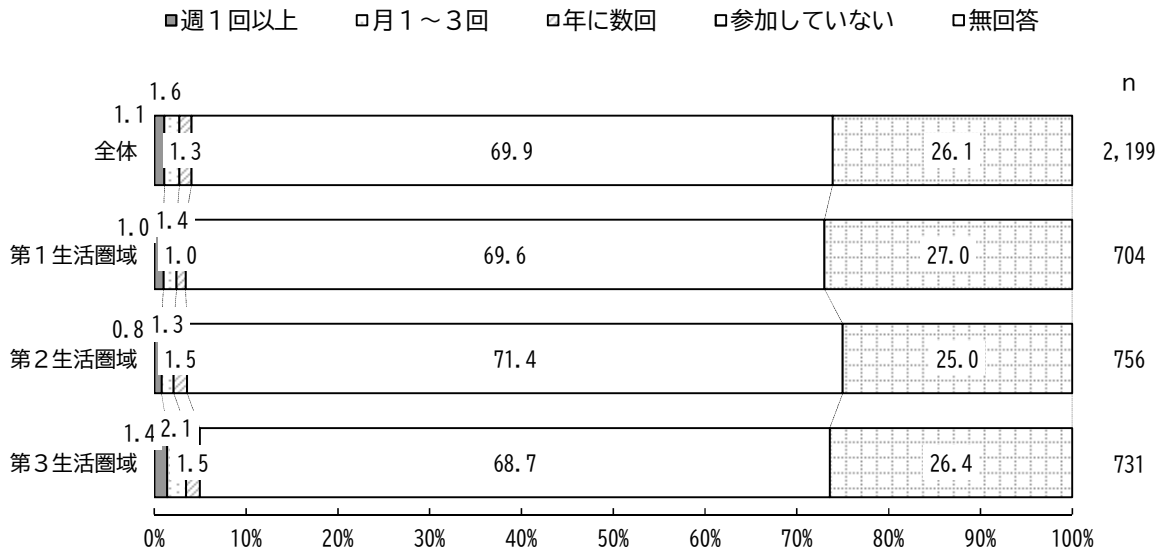
② スポーツ関係のグループやクラブ



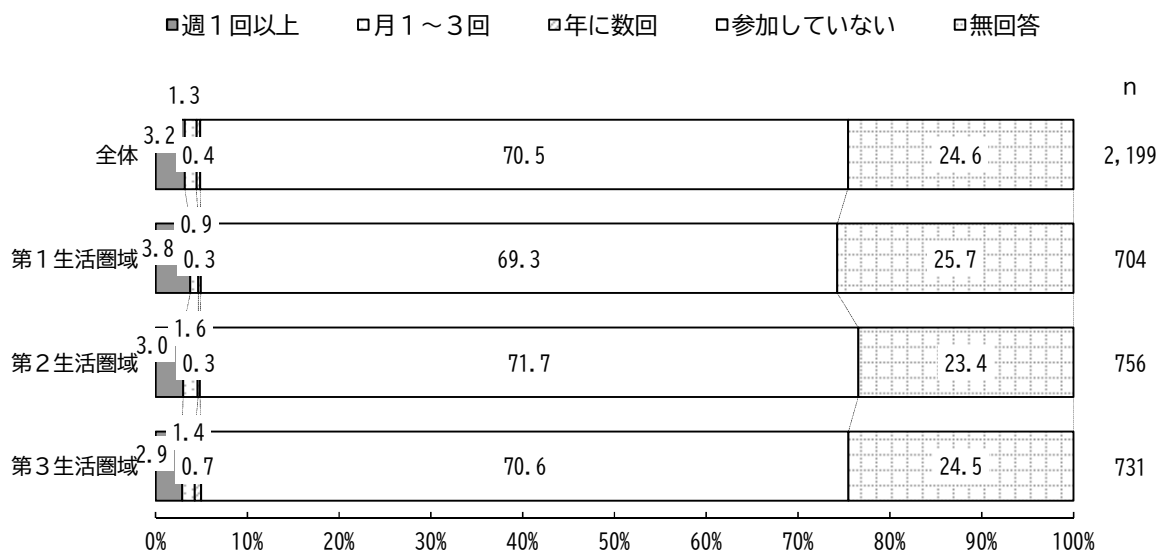
③ 趣味関係のグループ



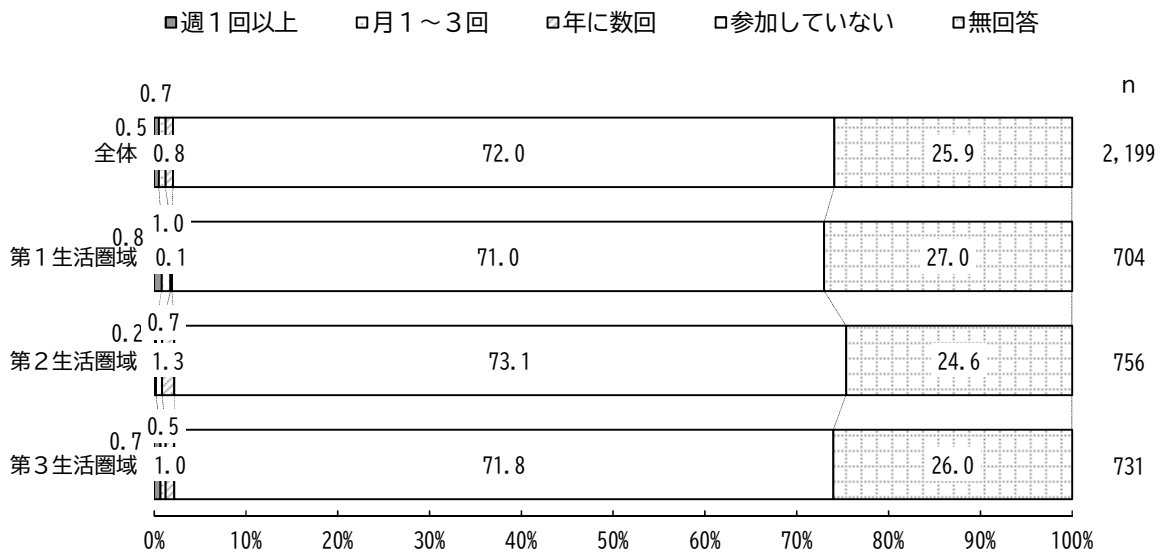
④ 学習・教養サークル



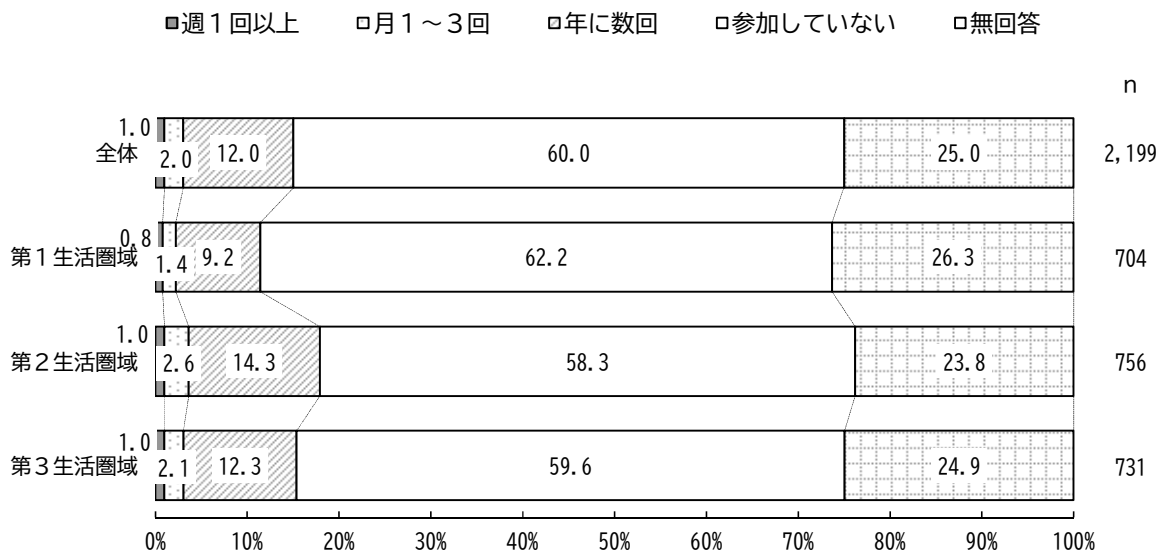
⑤ 「銚子プラチナ体操」、「ふれあい交流サロン」など介護予防のための通いの場



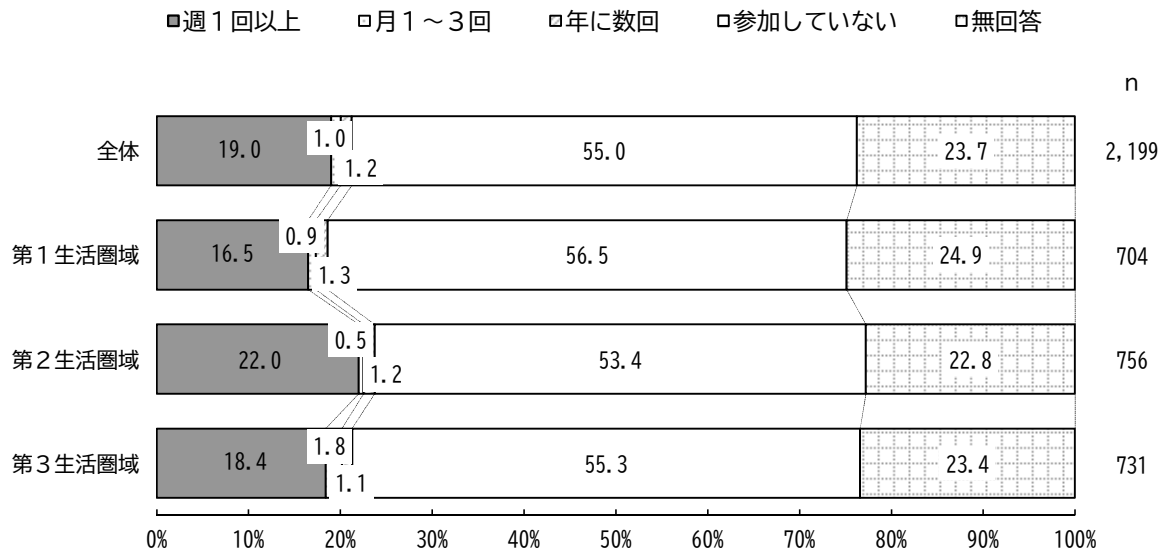
⑥ 老人クラブ



⑦ 町内会・自治会



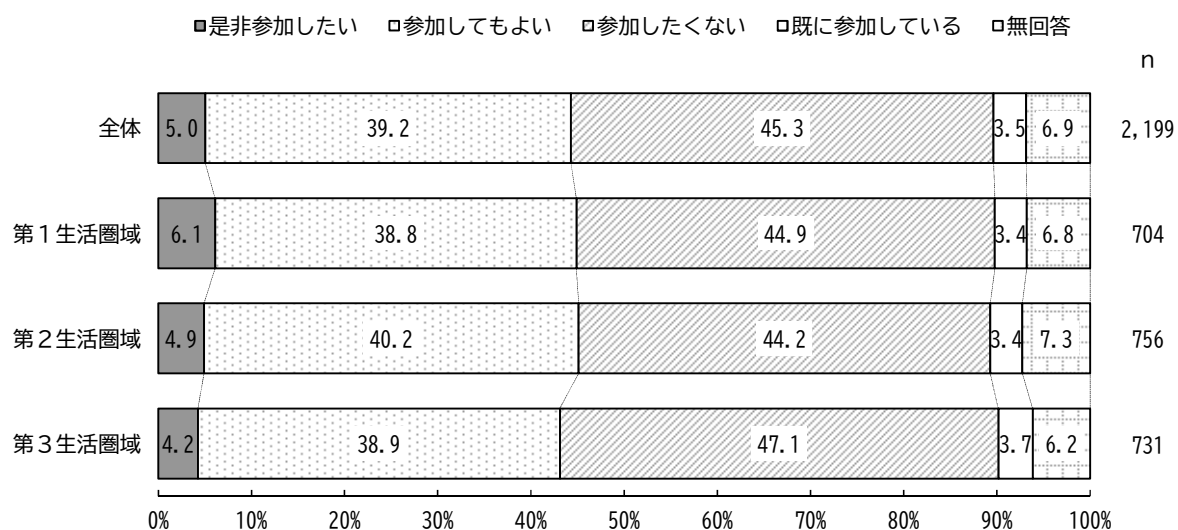
⑧ 収入のある仕事



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

地域活動に参加者として参加してみたいかでは、「是非参加したい」は 5.0%、「参加してもよい」は 39.2%となっており、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は 44.2%となっています。

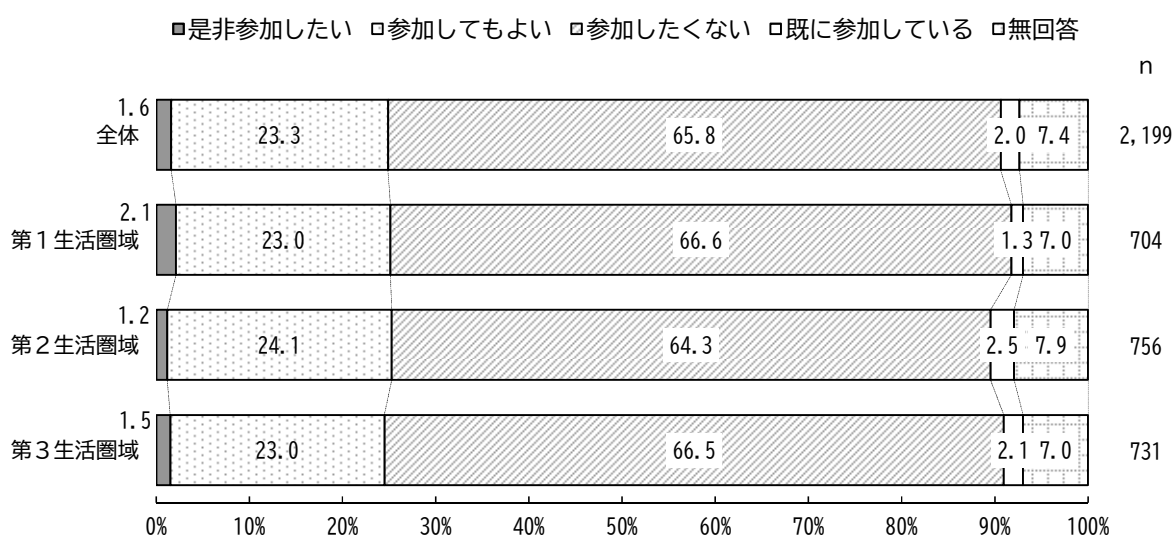
日常生活圏域別では、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は、第2生活圏域で 45.1%と最も多く、一方、「参加したくない」は、第3生活圏域で 47.1%と最も多くなっています。



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

地域活動に企画・運営として参加してみたいかでは、「是非参加したい」は1.6%、「参加してもよい」は23.3%となっており、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は24.9%となっている一方で、「参加したくない」は65.8%となっています。

日常生活圏域別で『参加意向あり』は、第1生活圏域で25.1%、第2生活圏域で25.3%、第3生活圏域で24.5%となっており、いずれも「参加したくない」が多くなっています。

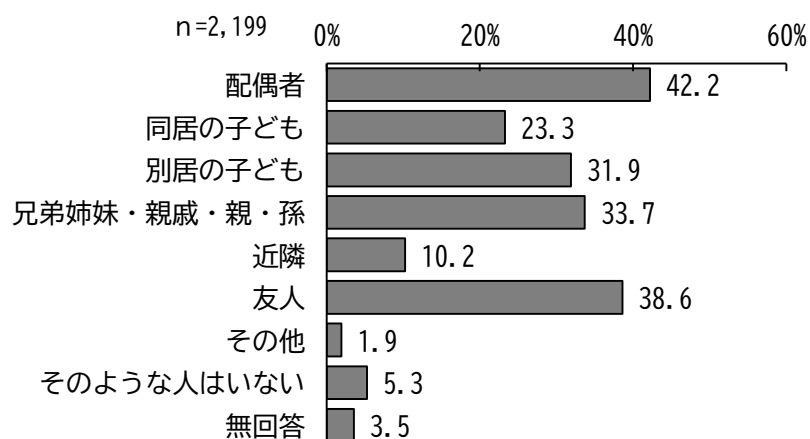


問6 たすけあいについて

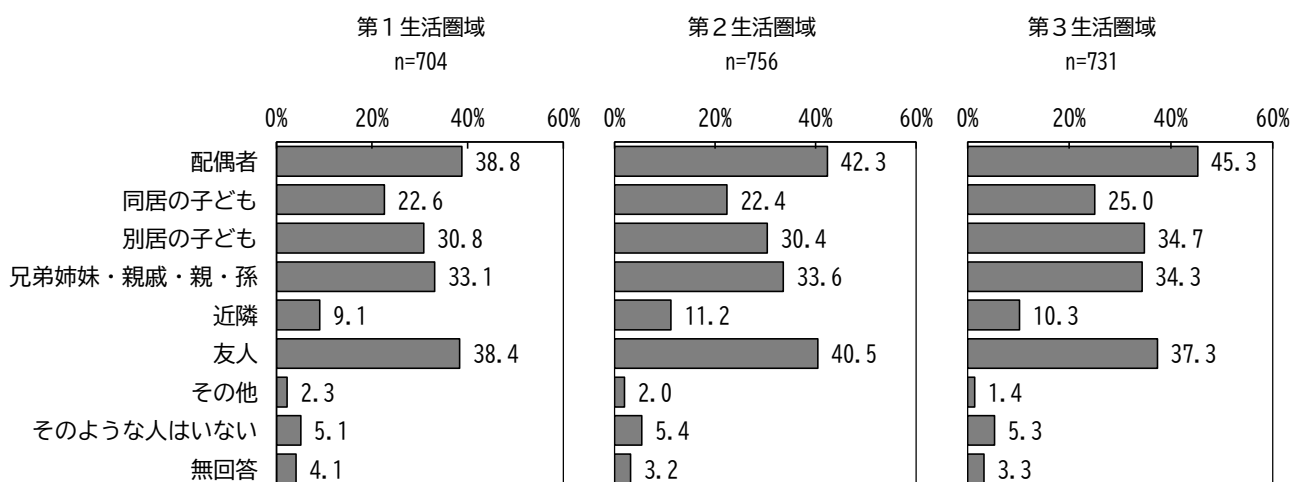
(1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人を教えてください。
（いくつでも）

心配事や愚痴を聞いてくれる人は、「配偶者」が42.2%と最も多く、次いで「友人」が38.6%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が33.7%となっており、その一方で、「そのような人はいない」は5.3%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「配偶者」が最も多く、特に第3生活圏域で多くなっています。また、いずれの圏域でも「友人」「兄弟姉妹・親戚・親・孫」「別居の子ども」が多くなっています。



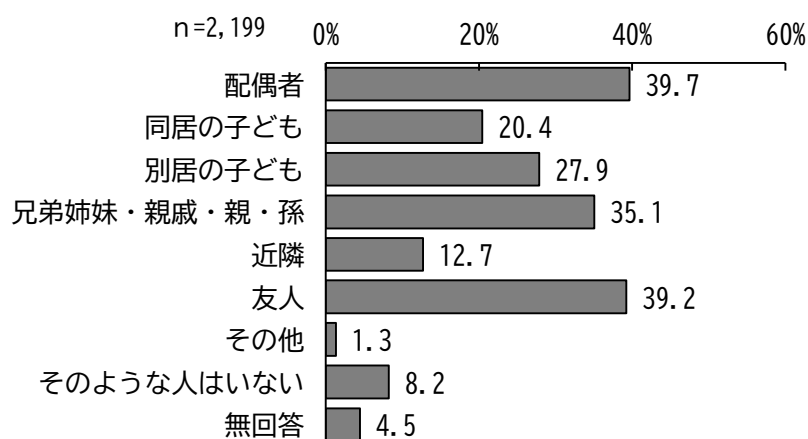
【日常生活圏域別】



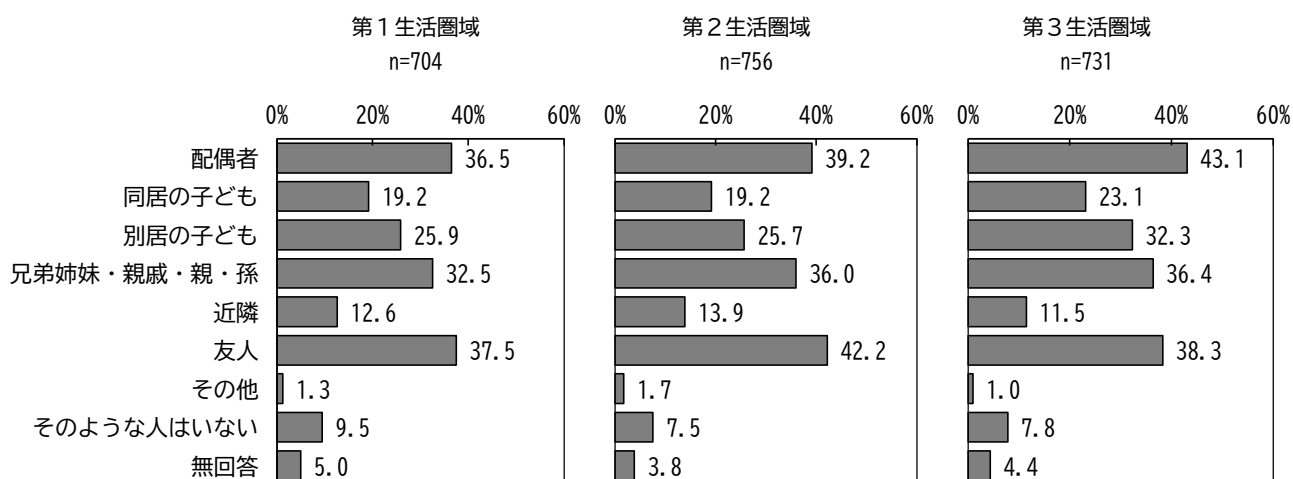
(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人を教えてください。
(いくつでも)

心配事や愚痴を聞いてあげる人は、「配偶者」が39.7%と最も多く、次いで「友人」が39.2%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が35.1%となっており、その一方で、「そのような人はいない」は8.2%となっています。

日常生活圏域別では、第1生活圏域及び第2生活圏域では「友人」が最も多く、第3生活圏域では「配偶者」が最も多くなっています。また、いずれの圏域でも「配偶者」「兄弟姉妹・親戚・親・孫」「友人」が多くなっています。



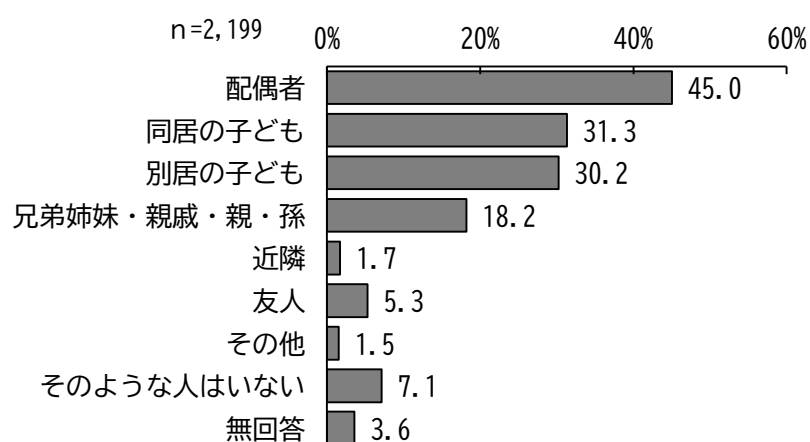
【日常生活圏域別】



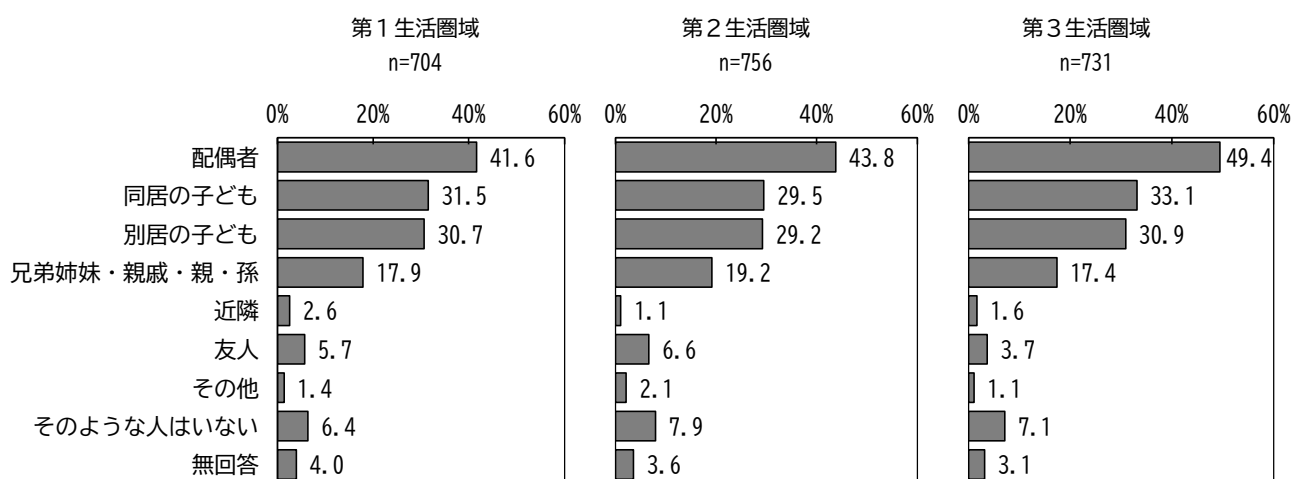
(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人を教えてください。(いくつでも)

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、「配偶者」が45.0%と最も多く、次いで「同居の子ども」が31.3%、「別居の子ども」が30.2%となっており、その一方で、「そのような人はいない」は7.1%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「配偶者」が最も多く、特に第3生活圏域で多くなっています。また、いずれの圏域でも「同居の子ども」「別居の子ども」が多くなっています。



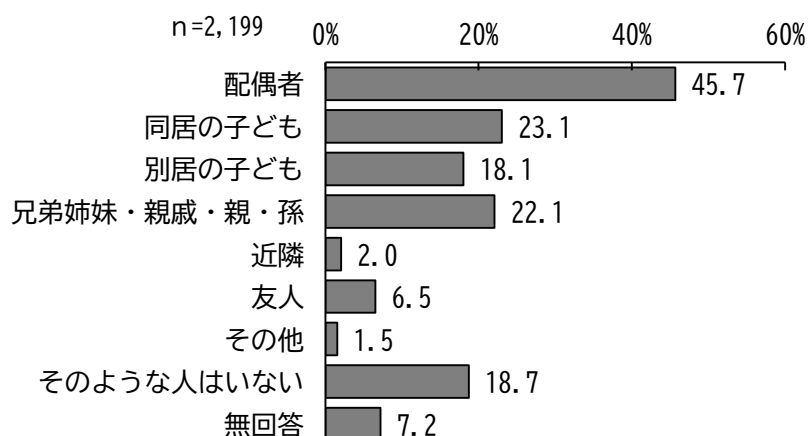
【日常生活圏域別】



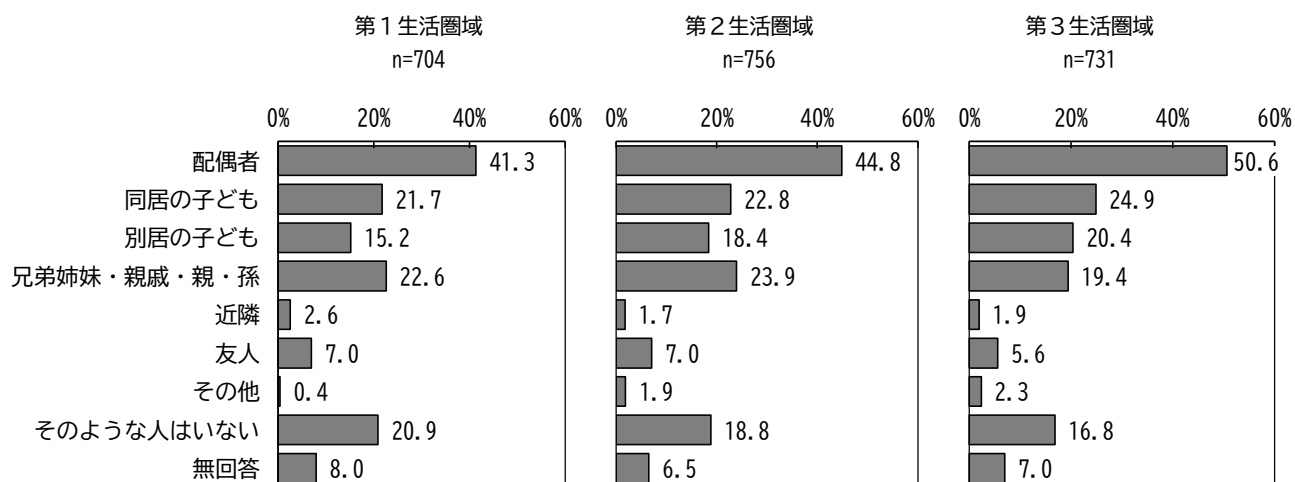
(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人を教えてください。(いくつでも)

看病や世話をしてあげる人は、「配偶者」が45.7%と最も多く、次いで「同居の子ども」が23.1%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が22.1%、「別居の子ども」が18.1%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域も「配偶者」が最も多く、特に第3生活圏域で多くなっています。一方、「そのような人はいない」は、第1生活圏域で20.9%と最も多くなっています。



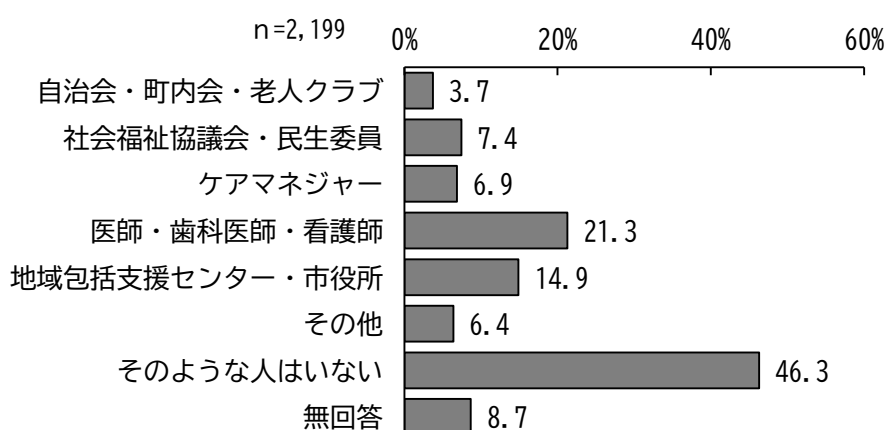
【日常生活圏域別】



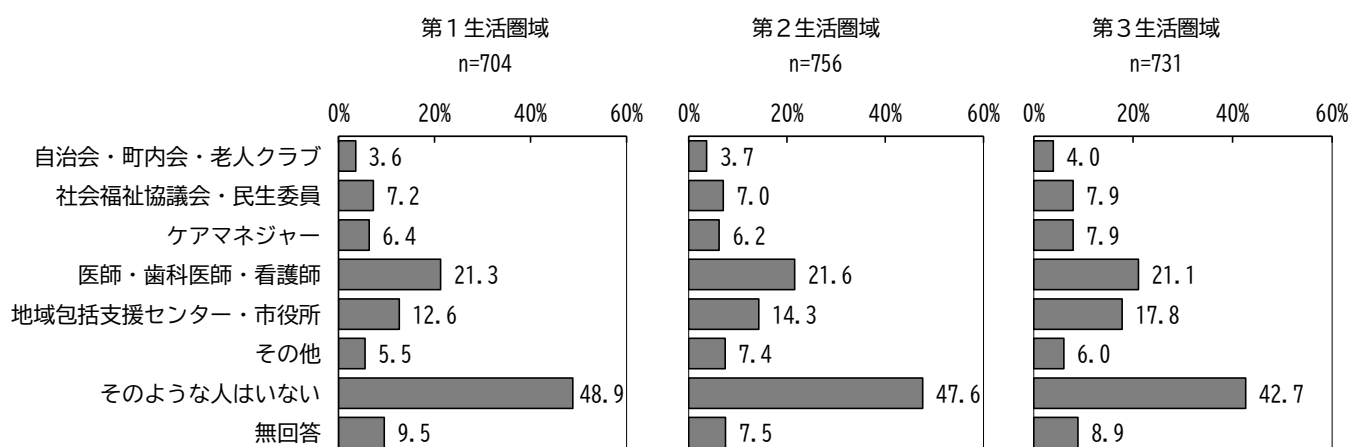
(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。
(いくつでも)

家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手は、「そのような人はいない」が46.3%と最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師」が21.3%、「地域包括支援センター・市役所」が14.9%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「そのような人はいない」が最も多くなっているものの、第3生活圏域では他の圏域より少なくなっています。



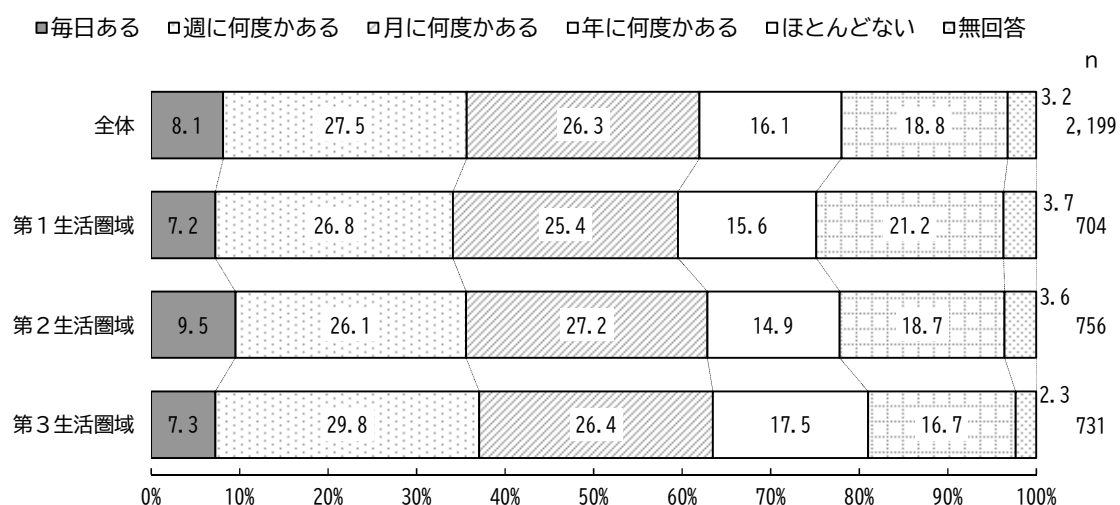
【 日常生活圏域別 】



(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つに○)

友人・知人と会う頻度は、「週に何度かある」が27.5%と最も多く、次いで「月に何度かある」が26.3%、「ほとんどない」が18.8%となっています。また、「年に何度かある」と「ほとんどない」を合わせた『あまりない』は34.9%となっています。

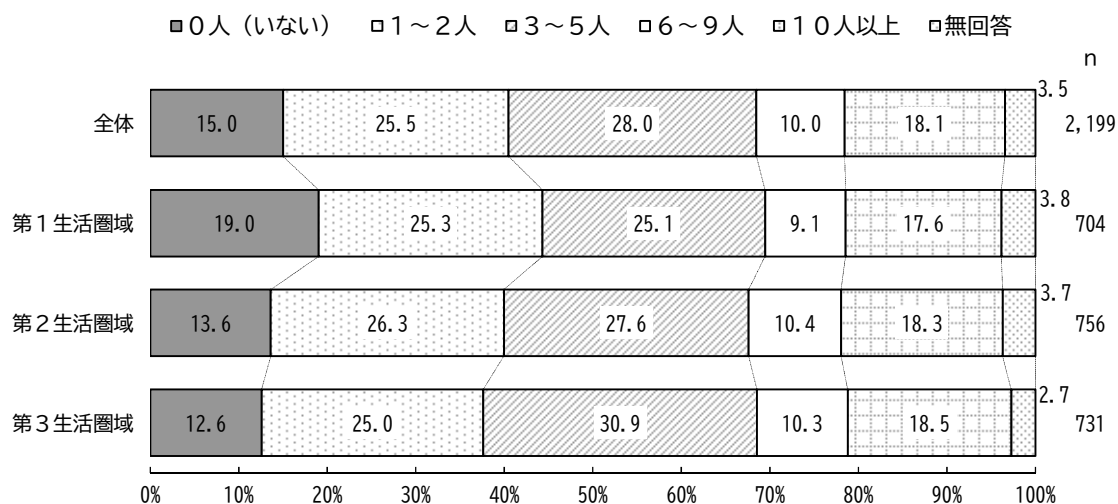
日常生活圏域別では、第1生活圏域及び第3生活圏域では「週に何度かある」が最も多く、第2生活圏域では「月に何度かある」が最も多くなっています。『あまりない』は、第1生活圏域で36.8%、第2生活圏域で33.6%、第3生活圏域で34.2%となっています。



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

1か月間で会った友人・知人の数では、「3～5人」が28.0%と最も多く、次いで「1～2人」が25.5%、「10人以上」が18.1%となっています。また、「0人(いない)」は15.0%となっています。

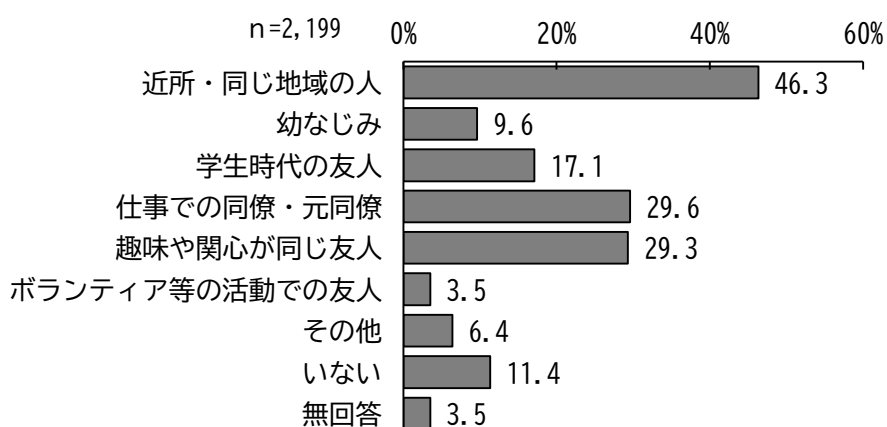
日常生活圏域別で「0人(いない)」は、第1生活圏域で19.0%、第2生活圏域で13.6%、第3生活圏域で12.6%となっており、第1生活圏域で多くなっています。



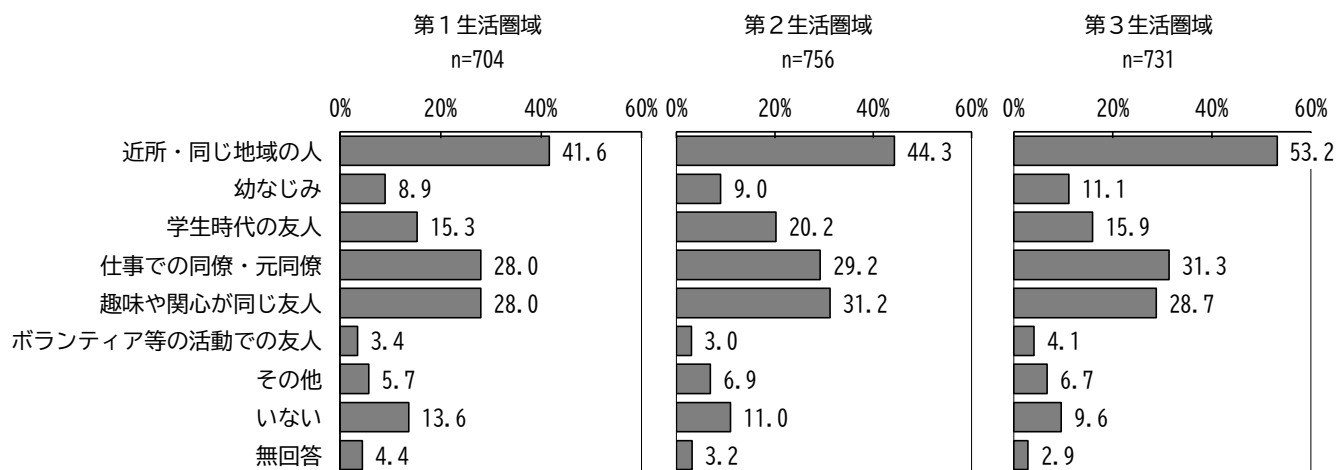
(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(いくつでも)

よく会う友人・知人との関係は、「近所・同じ地域の人」が46.3%と最も多く、次いで「仕事での同僚・元同僚」が29.6%、「趣味や関心が同じ友人」が29.3%となっています。また、「いない」は11.4%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「近所・同じ地域の人」が最も多く、第3生活圏域では53.2%と多くなっています。



【日常生活圏域別】

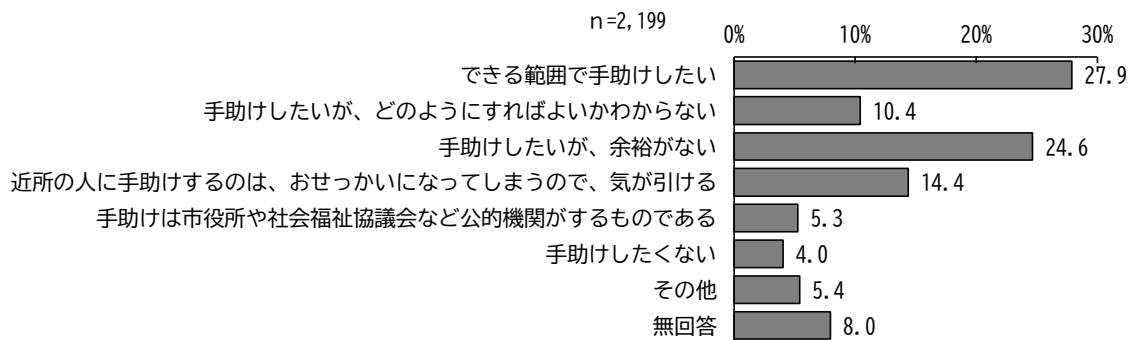


問7 日常生活での困りごとについて

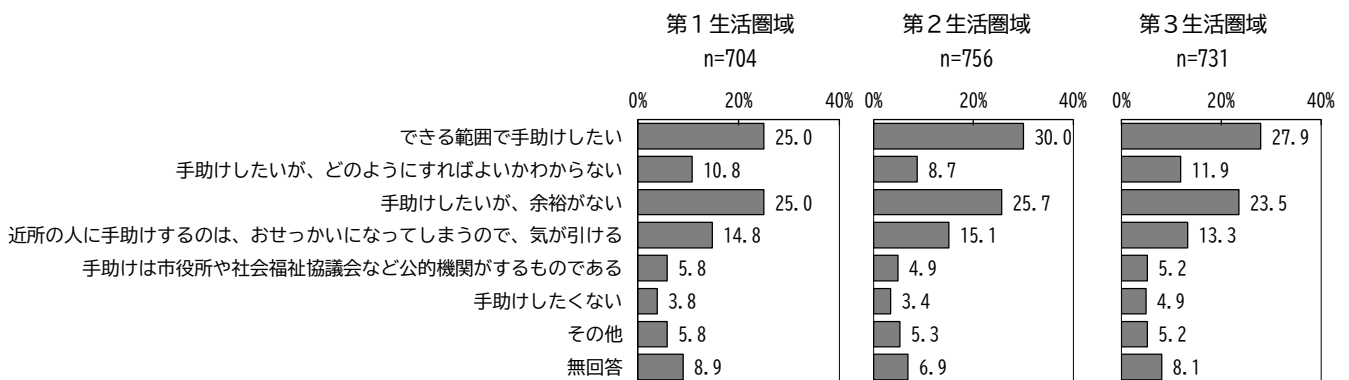
(1) 地域で何らかの日常生活上の支援を必要としている高齢者への手助けについて、あなたの考えに近いものはどれですか。(1つに○)

高齢者への手助けについて、「できる範囲で手助けしたい」が27.9%と最も多く、次いで「手助けしたいが、余裕がない」が24.6%、「近所の人に手助けするのは、おせっかいになってしまうので気が引ける」が14.4%となっています。また、「手助けしたくない」は4.0%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「できる範囲で手助けしたい」が最も多く、第1生活圏域では「手助けしたいが、余裕がない」も同率で最も多くなっています。



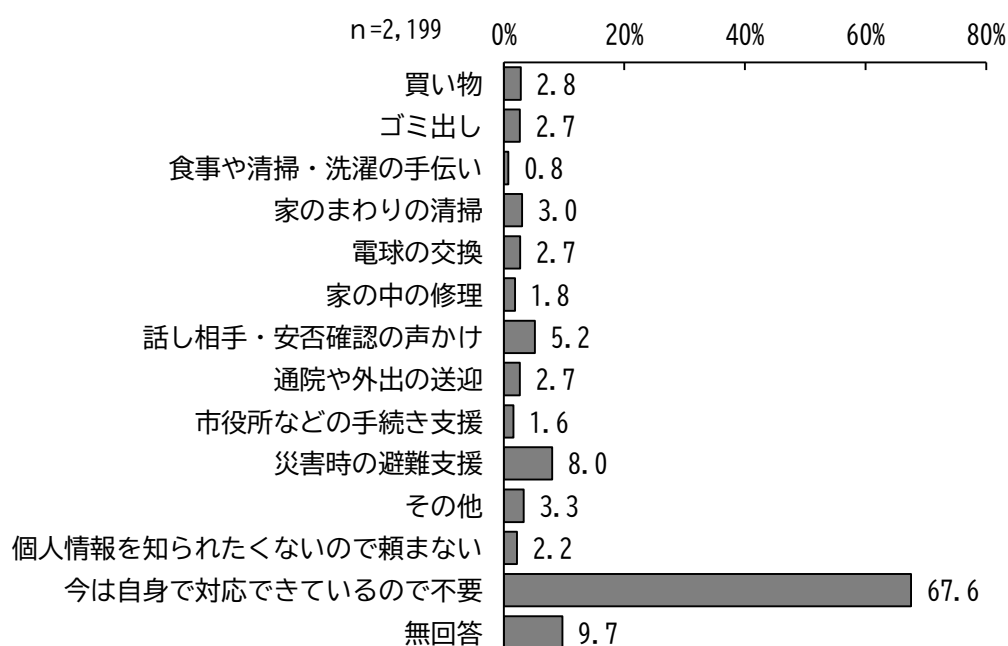
【 日常生活圏域別 】



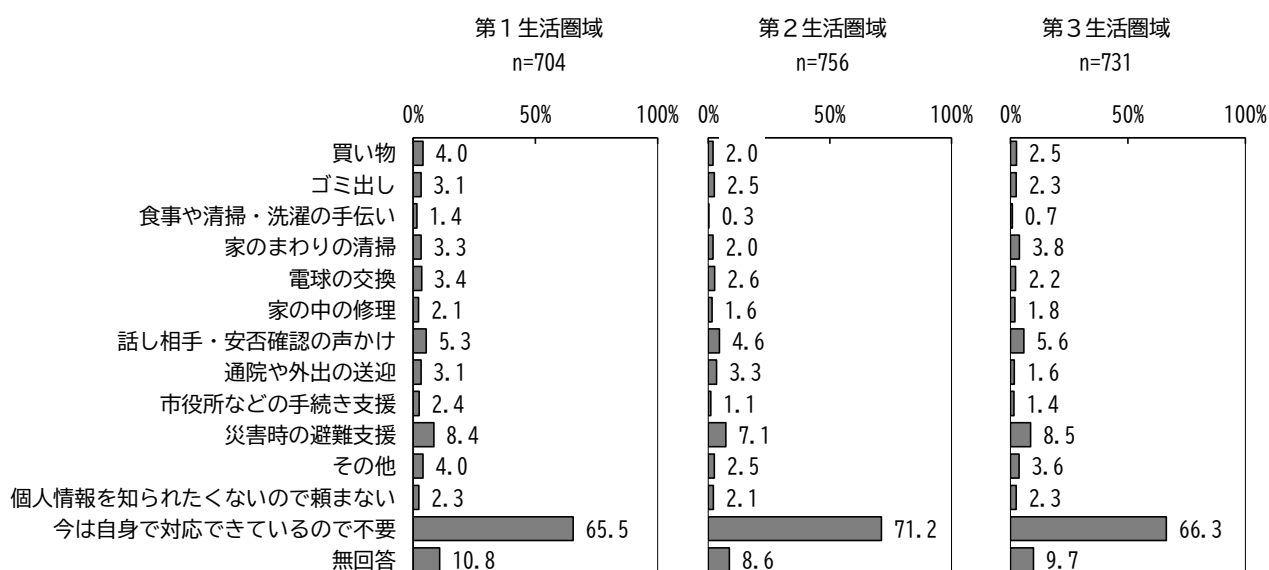
(2) 近所の人に手助けしてほしいことは何ですか。(いくつでも)

近所の人に手助けしてほしいことでは、「今は自身で対応できているので不要」が67.6%と最も多く、次いで「災害時の避難支援」が8.0%、「話し相手・安否確認の声かけ」が5.2%となっています。また、「個人情報を知られたくないので頼まない」は2.2%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域も「今は自分で対応できているので不要」が最も多く、「災害時の避難支援」「話し相手・安否確認の声かけ」が続いています。



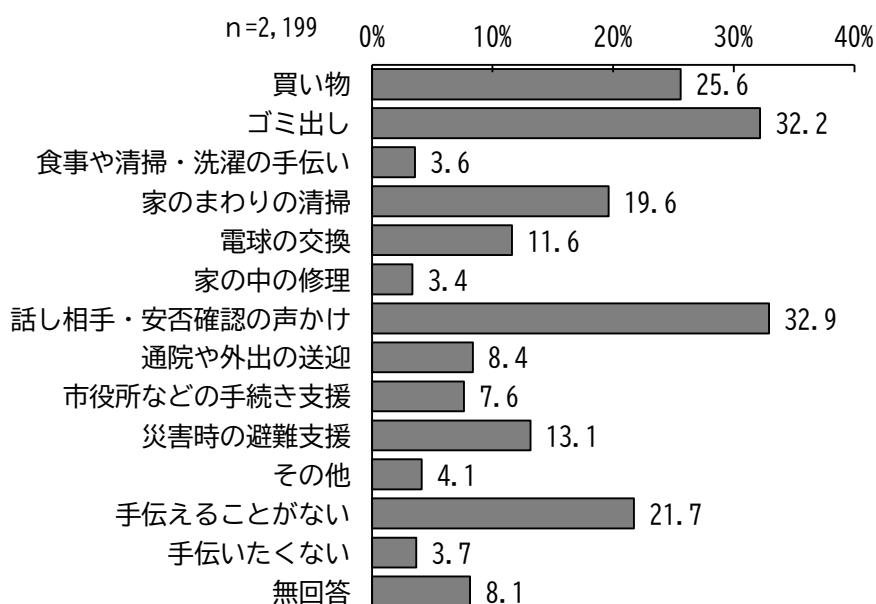
【日常生活圏域別】



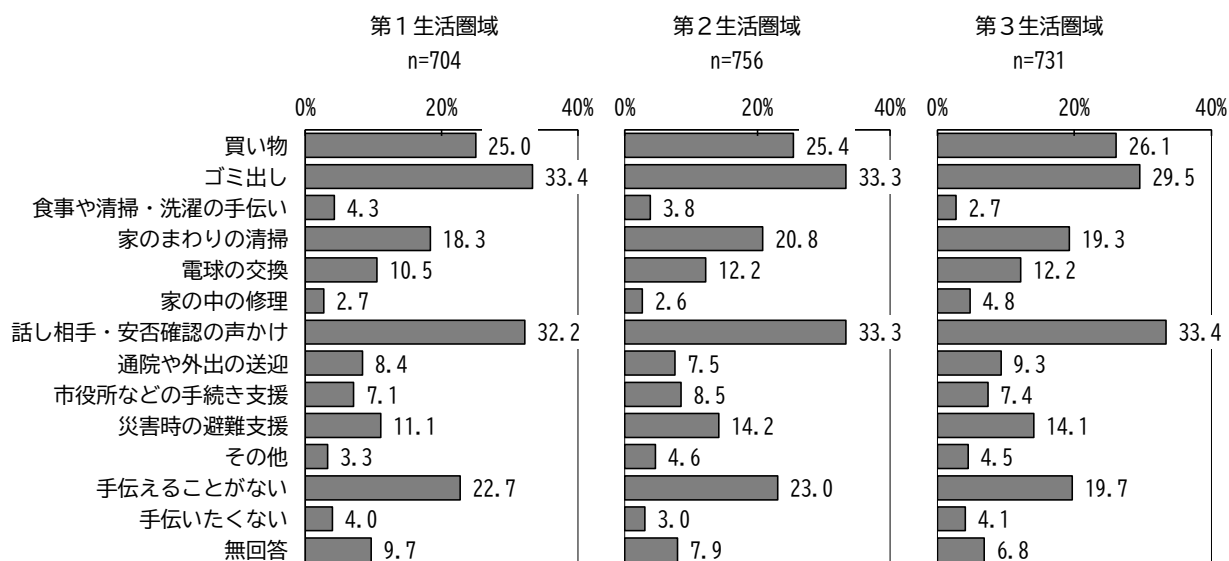
(3) 近所の人に頼まれたとき、手伝ってあげることができることは何ですか。
(いくつでも)

近所の人に頼まれたとき、手伝ってあげることができることでは、「話し相手・安否確認の声かけ」が32.9%と最も多く、次いで「ゴミ出し」が32.2%、「買い物」が25.6%となっており、「手伝えることがない」は21.7%、「手伝いたくない」は3.7%となっています。

日常生活圏域別では、第1生活圏域では「ゴミ出し」、第2生活圏域では「ゴミ出し」「話し相手・安否確認の声かけ」、第3生活圏域では「話し相手・安否確認の声かけ」が最も多くなっており、いずれの圏域も「ゴミ出し」「話し相手・安否確認の声かけ」が多くなっています。



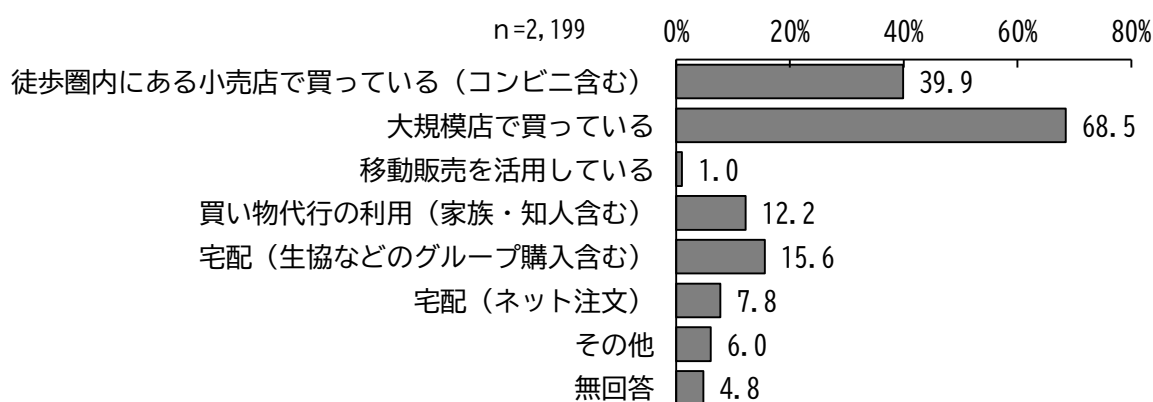
【日常生活圏域別】



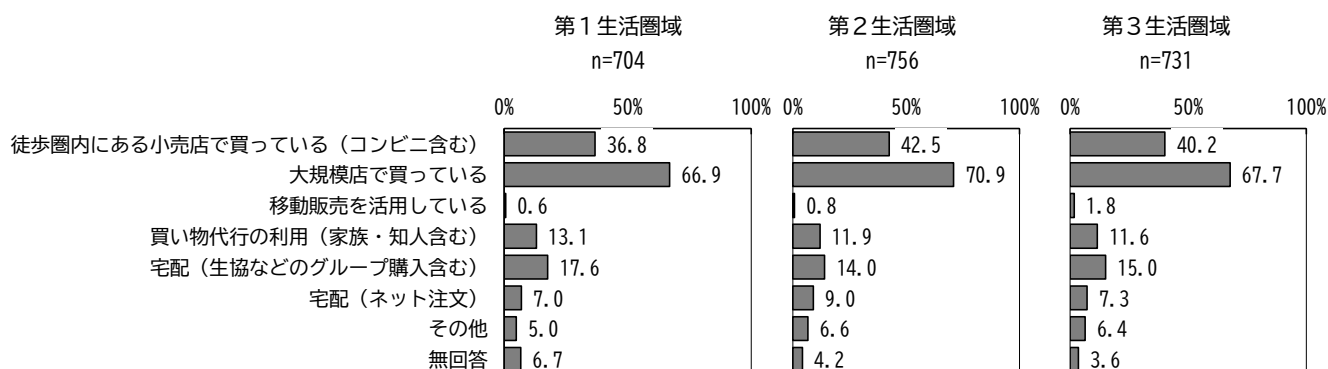
(4) 食品や日用品など生活必需品の買い物はどのようにしていますか。
(いくつでも)

生活必需品の買物は、「大規模店で買っている」が68.5%と最も多く、次いで、「徒歩圏内にある小売店で買っている（コンビニ含む）」が39.9%、「宅配（生協などのグループ購入含む）」が15.6%、「買い物代行の利用（家族・知人含む）」が12.2%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域も「大規模店で買っている」が最も多く、「徒歩圏内にある小売店で買っている（コンビニ含む）」が続いています。また、「宅配（生協などのグループ購入含む）」は、第1生活圏域で17.6%と他の圏域よりもやや多くなっています。



【日常生活圏域別】

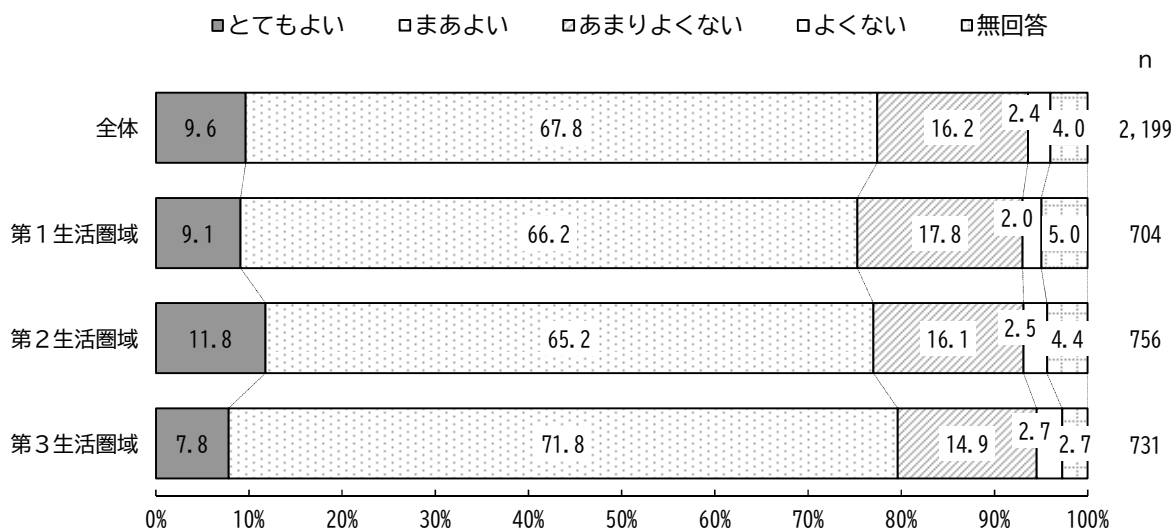


問8 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つに○)

現在の健康状態では、「まあよい」が67.8%と最も多くなっており、一方で「あまりよくない」の16.2%と「よくない」の2.4%を合わせた『よくない』は18.6%となっています。

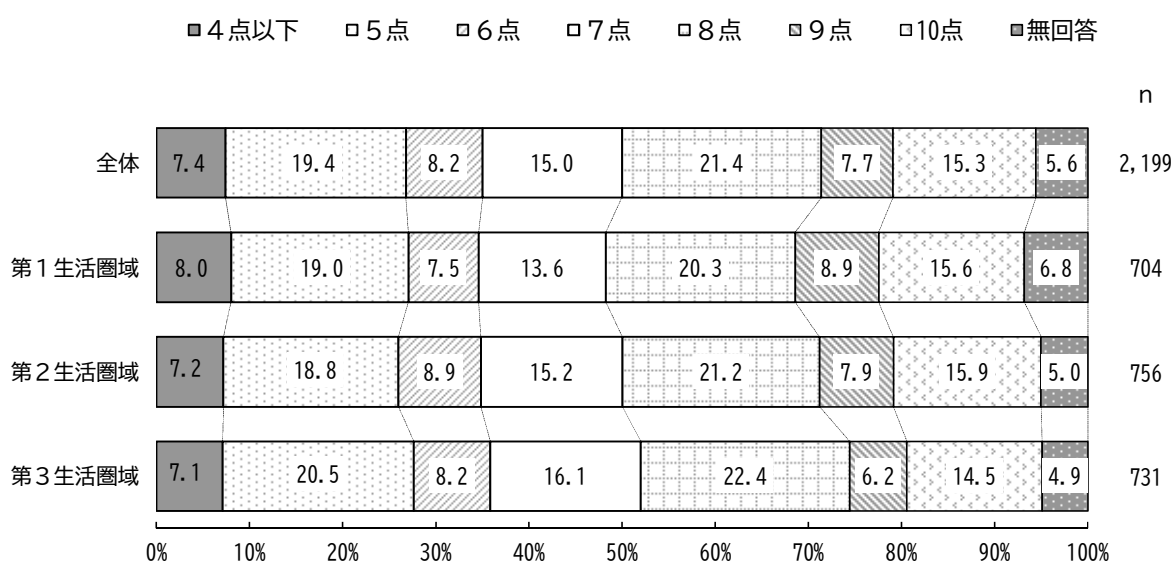
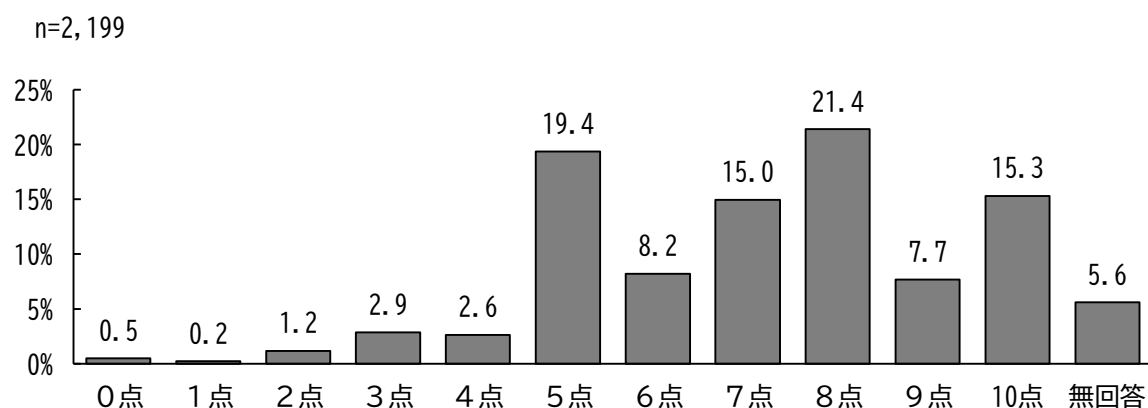
日常生活圏域別で『よくない』は、第1生活圏域で19.8%、第2生活圏域で18.6%、第3生活圏域で17.6%と、第1生活圏域でやや多くなっています。



(2) あなたは、現在どの程度幸せですか。(1つに○)
 (「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、○をしてください)

現在の幸せ度の点数は、「8点」が21.4%と最も多く、次いで「5点」が19.4%、「10点」が15.3%となっており、平均点は7.06点となっています。

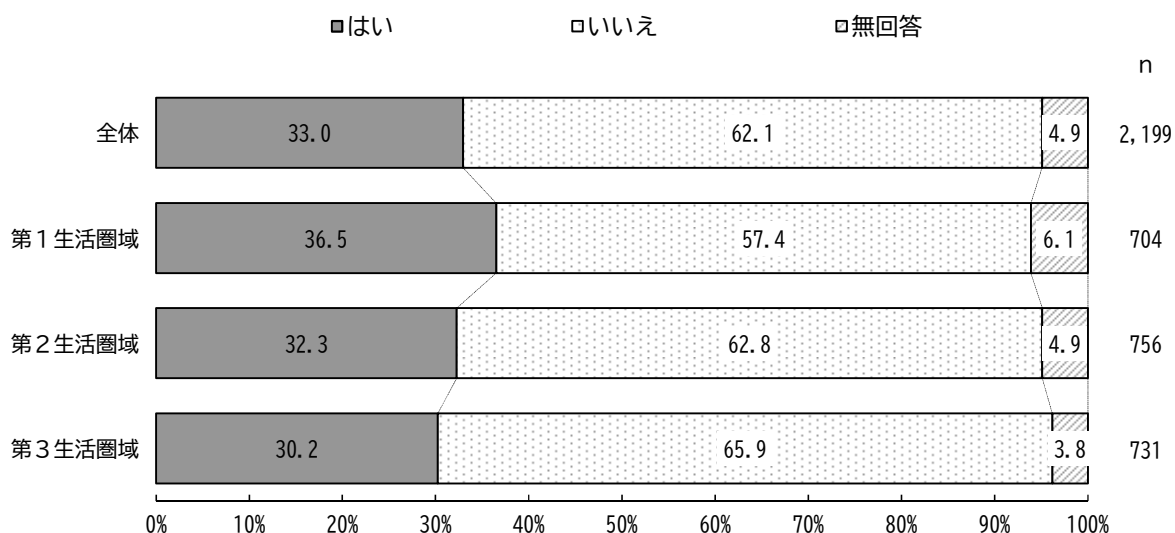
日常生活圏域別では、第1圏域で「8点」が20.3%、「5点」が19.0%、「10点」が15.6%、第2圏域で「8点」が21.2%、「5点」が18.8%、「10点」が15.9%、第3生活圏域で「8点」が22.4%、「5点」が20.5%、「7点」が16.1%となっています。日常生活圏域別の平均点は、第1生活圏域で7.06点、第2生活圏域で7.11点、第3生活圏域で7.00点となっており、第3生活圏域で最も低くなっています。



(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があるかでは、「はい」が33.0%、「いいえ」が62.1%となっています。

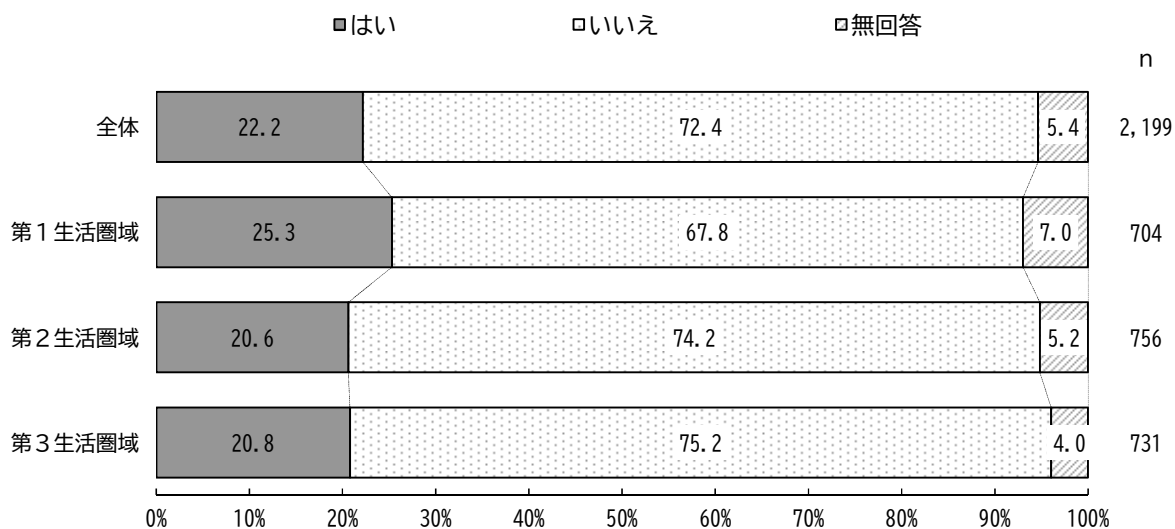
日常生活圏域別で「はい」(気分が沈むことがある)は、第1生活圏域で36.5%、第2生活圏域で32.3%、第3生活圏域で30.2%となっており、第1生活圏域で最も多くなっています。



(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がよくあったかでは、「はい」が22.2%、「いいえ」が72.4%となっています。

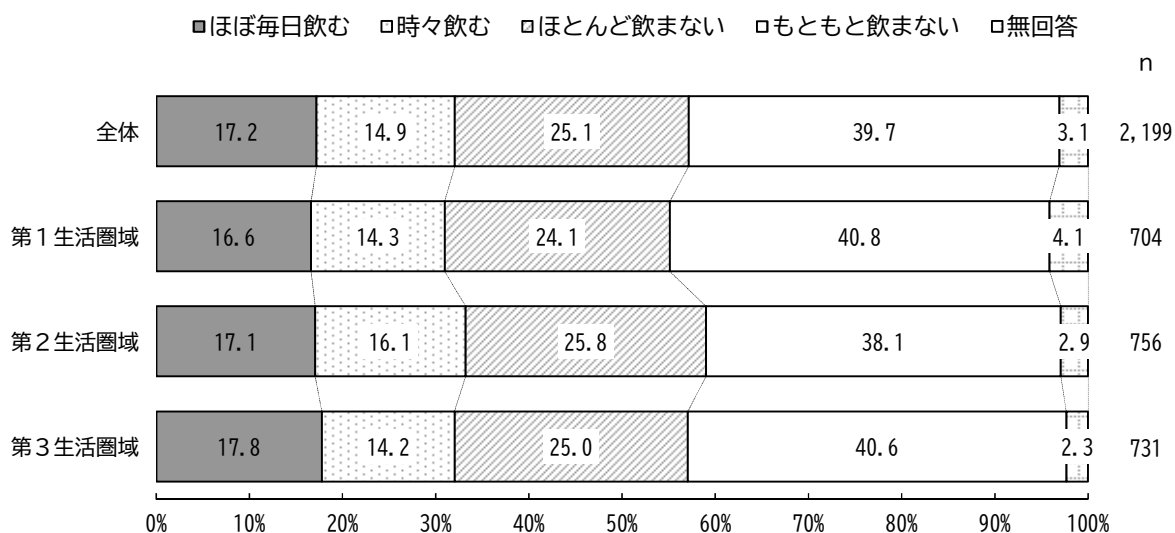
日常生活圏域別で「はい」(物事に対して興味がわかないことがある)は、第1生活圏域で25.3%、第2生活圏域で20.6%、第3生活圏域で20.8%となっており、第1生活圏域で最も多くなっています。



(5) お酒は飲みますか。(1つに○)

飲酒の頻度では、「もともと飲まない」が39.7%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が25.1%、「ほぼ毎日飲む」が17.2%となっています。

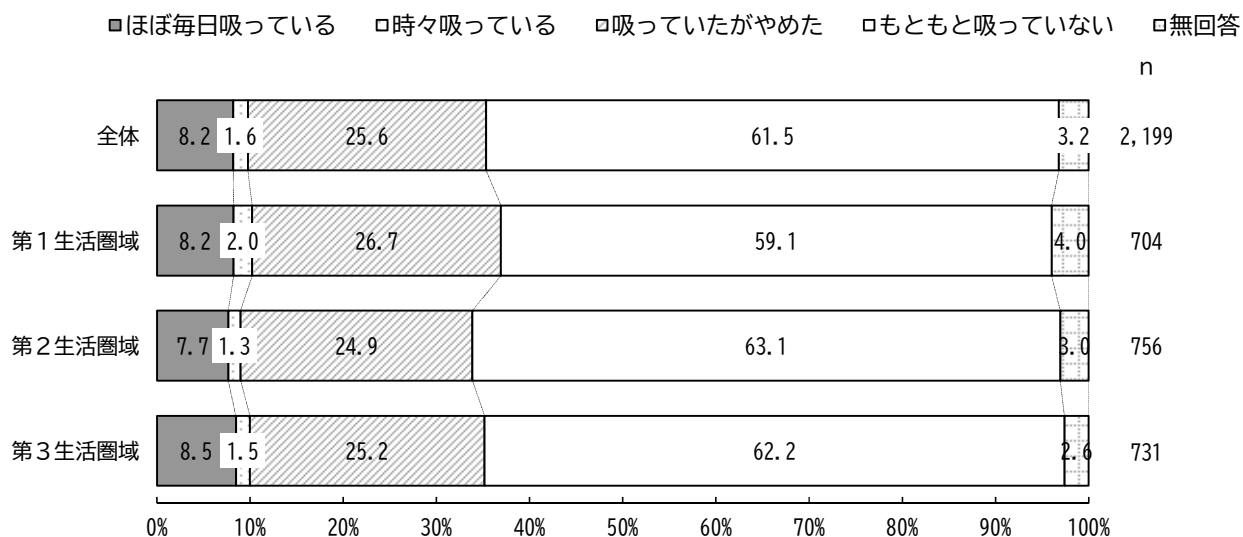
日常生活圏域別で「ほぼ毎日飲む」は、第1生活圏域で16.6%、第2生活圏域で17.1%、第3生活圏域で17.8%となっています。



(6) タバコは吸っていますか。(1つに○)

喫煙の状況では、「もともと吸っていない」が61.5%と最も多く、次いで「吸っていたがやめた」が25.6%、「ほぼ毎日吸っている」が8.2%となっています。「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」を合わせた『喫煙者』は9.8%となっています。

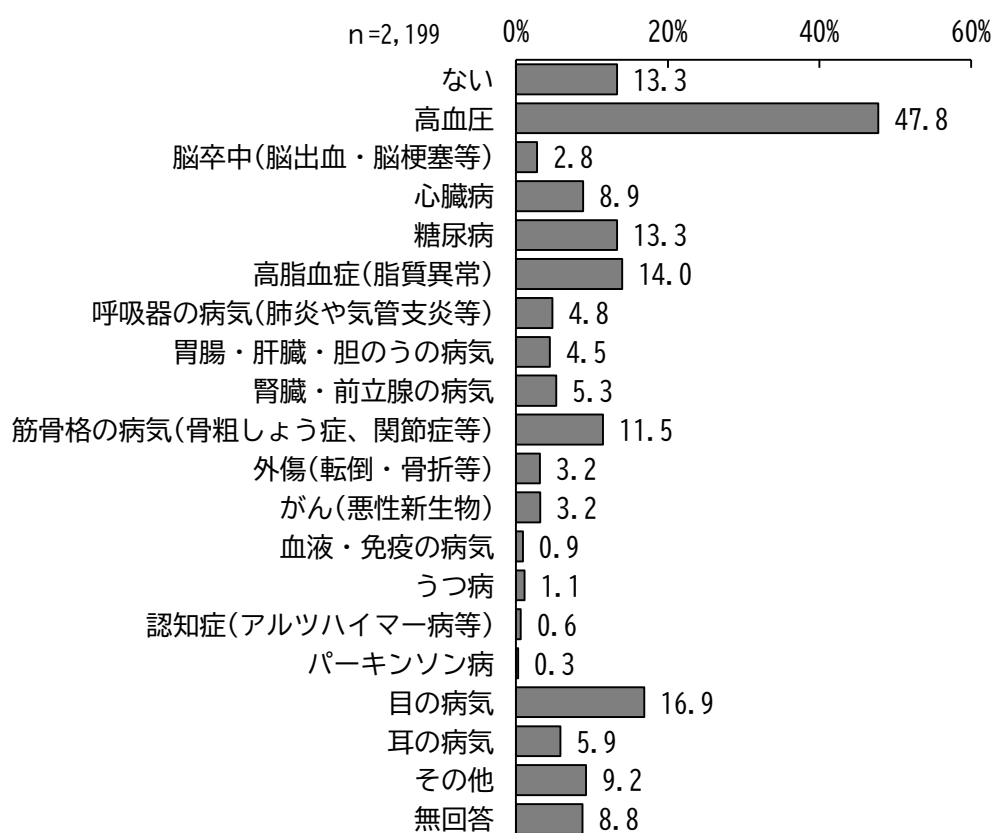
日常生活圏域別で『喫煙者』は、第1生活圏域で10.2%と圏域別で最も多く、第2生活圏域で9.0%、第3生活圏域で10.0%となっています。



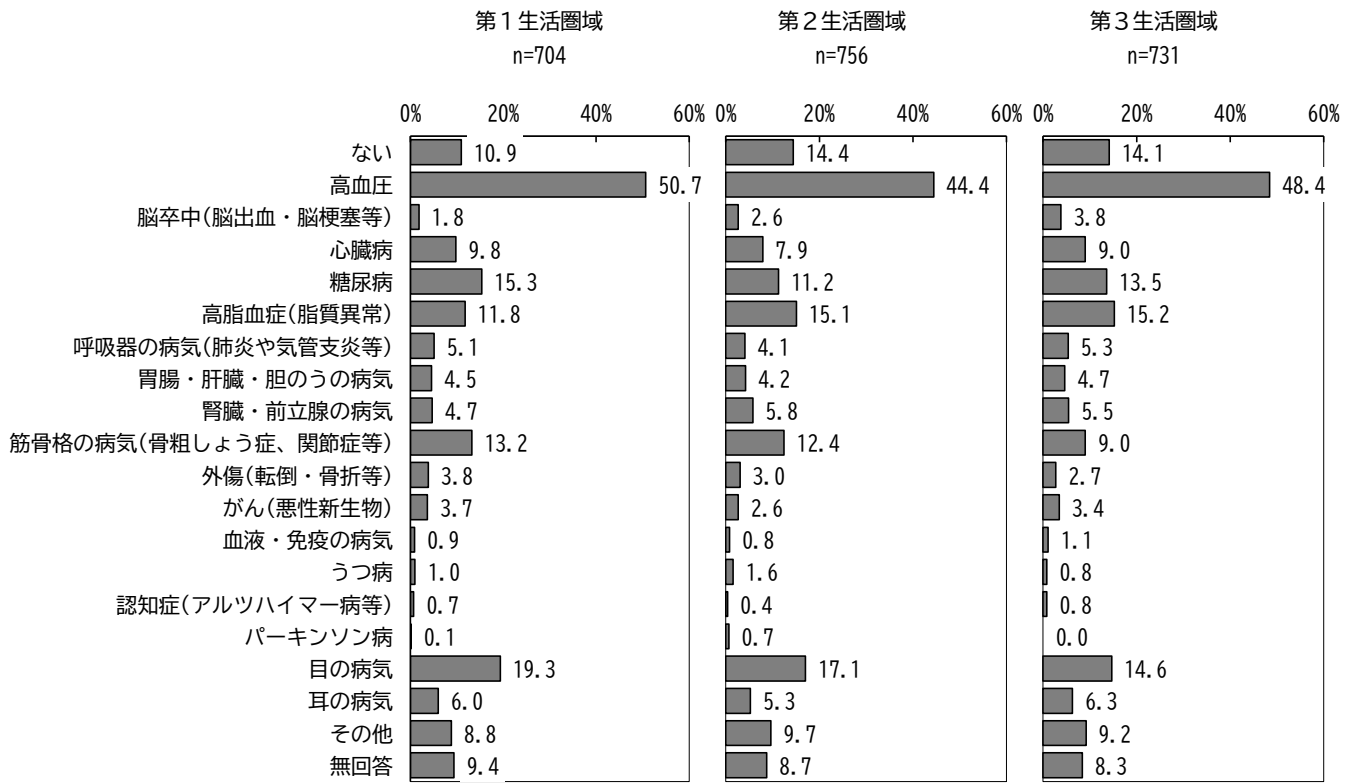
(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(いくつでも)

現在治療中、または後遺症のある病気では、「高血圧」が47.8%と最も多く、次いで「目の病気」が16.9%、「高脂血症(脂質異常)」が14.0%、「糖尿病」が13.3%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「高血圧」が4~5割と最も多くなっており、その他では「目の病気」「高脂血症(脂質異常)」「糖尿病」などが多くなっています。また、第1生活圏域では、「高血圧」が50.7%、「目の病気」が19.3%と他の圏域よりも多くなっています。なお、「ない」は、第1生活圏域で10.9%、第2生活圏域で14.4%、第3生活圏域で14.1%となっており、第1生活圏域で他の圏域よりもやや少なくなっています。



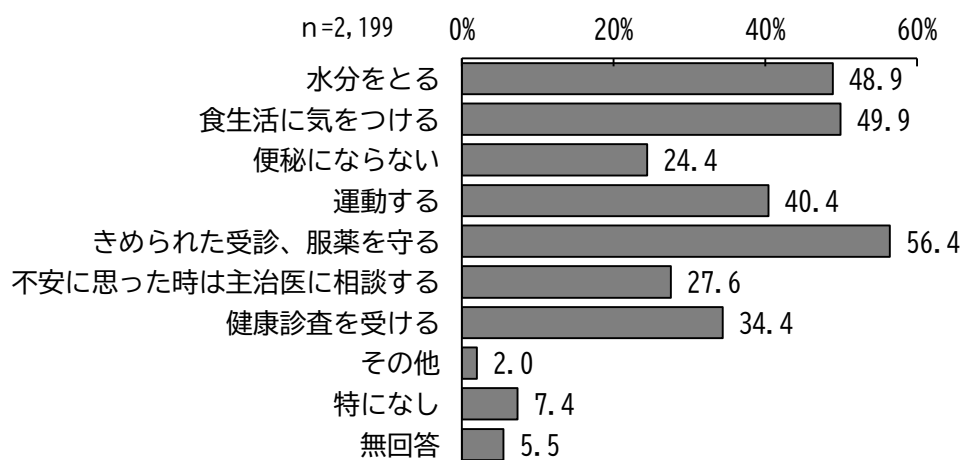
【 日常生活圏域別 】



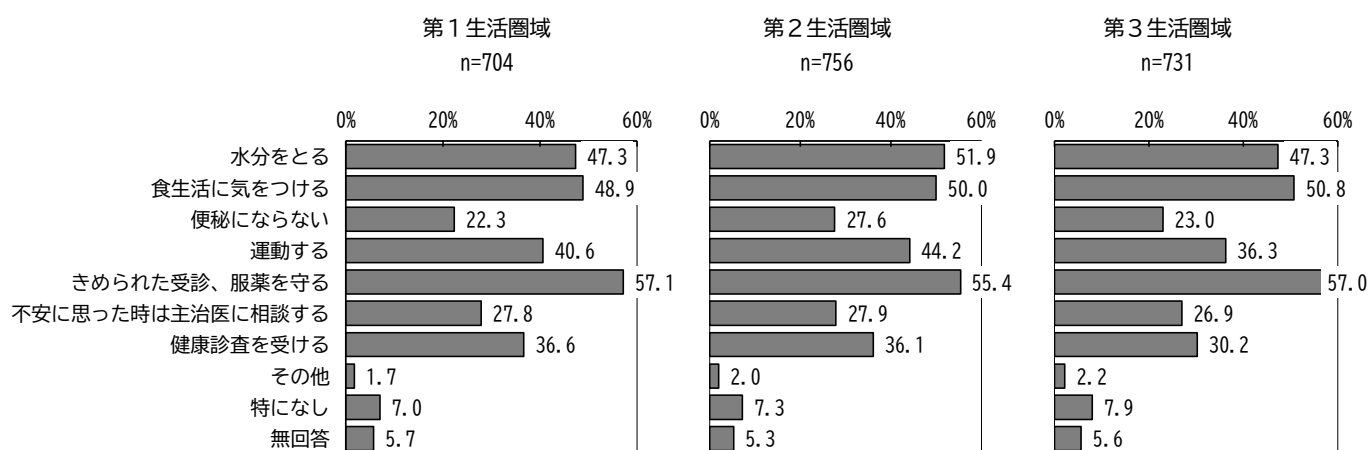
(8) 健康管理や介護予防、認知症予防のために、何か取り組んでいることがありますか。(いくつでも)

健康管理や介護予防、認知症予防のために取り組んでいることは、「きめられた受診、服薬を守る」が56.4%と最も多く、次いで「食生活に気をつける」が49.9%、「水分をとる」が48.9%、「運動する」が40.4%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「きめられた受診、服薬を守る」が最も多く、「食生活に気をつける」「水分をとる」が5割前後で続いています。また、「健康診査を受ける」は、第3生活圏域で30.2%と他の圏域よりも少なくなっています。



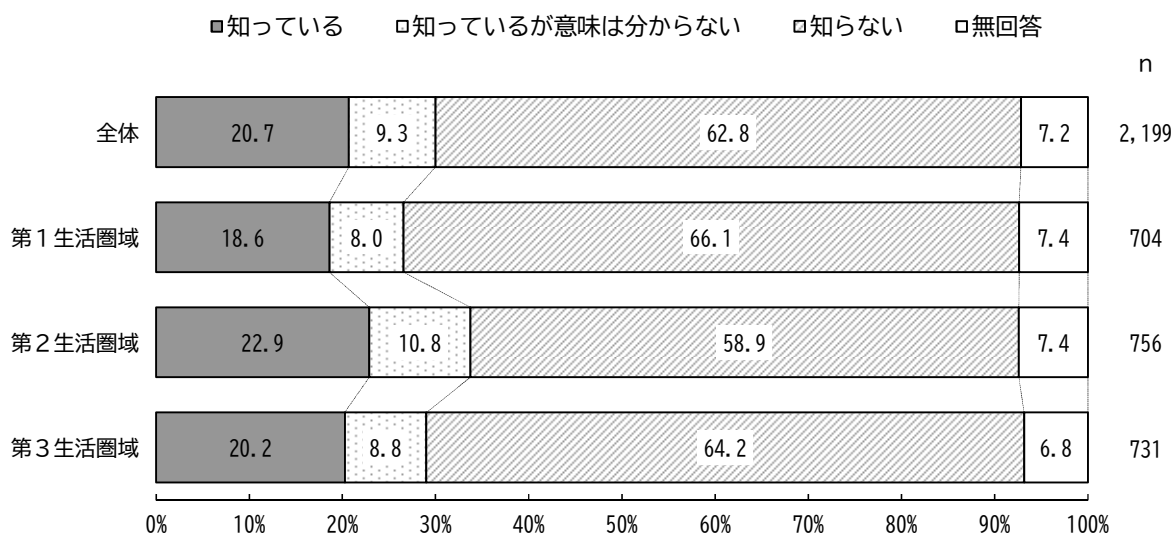
【日常生活圏域別】



(9) フレイルという言葉を知っていますか。(1つに○)

フレイルという言葉を知っているかについては、「知らない」が62.8%、「知っている」が20.7%、「知っているが意味は分からない」が9.3%となっています。

日常生活圏域別で「知っている」は、第1生活圏域で18.6%、第2生活圏域で22.9%、第3生活圏域で20.2%となっており、第1生活圏域で他の圏域よりもやや少なくなっています。

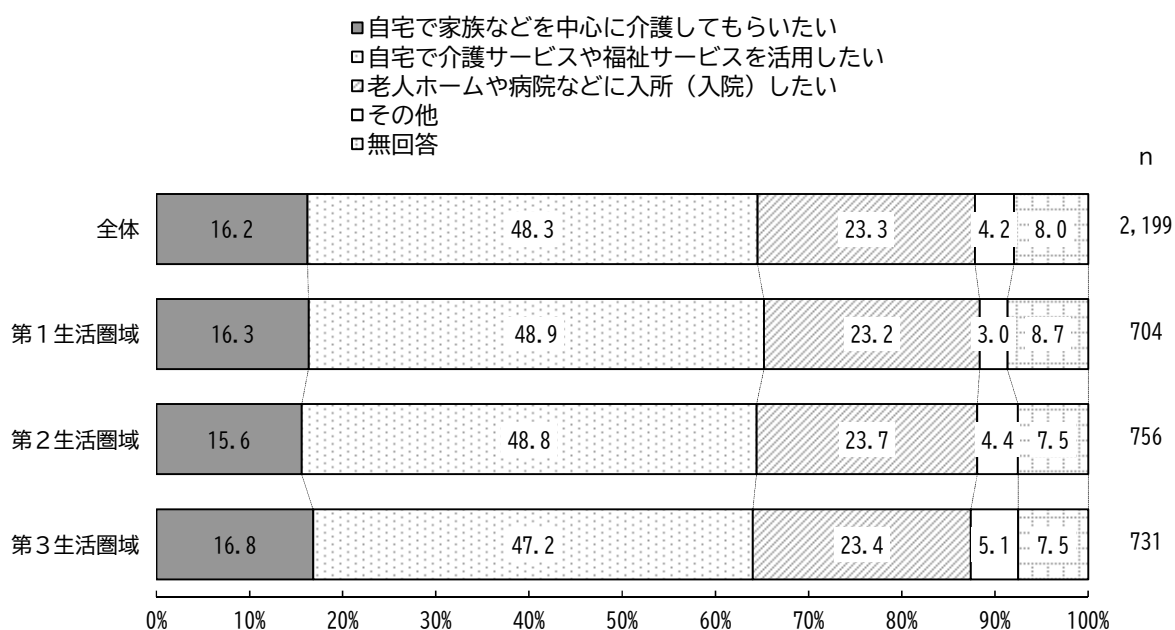


問9 これからの生き方や市の取組について

(1) 今後、あなた自身の介護が必要となった場合、どのようにしたいとお考えですか。(1つに○)

介護が必要となった場合に希望する暮らしは、「自宅で介護サービスや福祉サービスを活用したい」が48.3%と最も多く、次いで「老人ホームや病院などに入所（入院）したい」が23.3%、「自宅で家族などを中心に介護してもらいたい」が16.2%となっています。

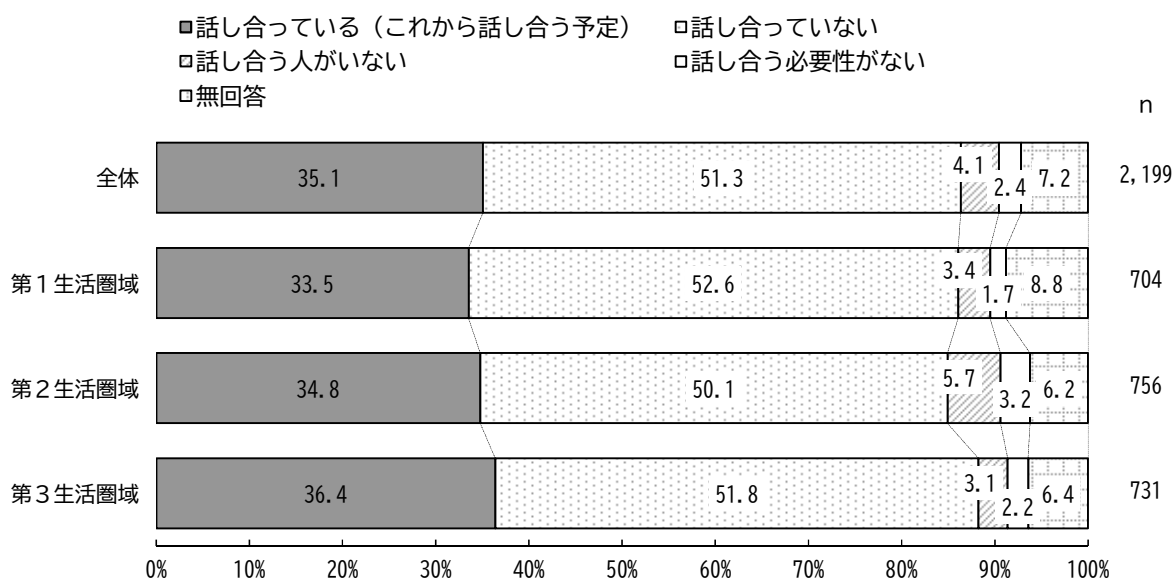
日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「自宅で介護サービスや福祉サービスを活用したい」が最も多く、第1生活圏域で48.9%、第2生活圏域で48.8%、第3生活圏域で47.2%となっています。



(2) 最期をどのように迎えたいか家族と話し合いをしていますか。(1つに○)

最期をどのように迎えたいか家族と話し合っているかは、「話し合っていない」が51.3%と最も多く、次いで「話し合っている（これから話し合う予定）」が35.1%、「話し合う人がいない」が4.1%となっています。

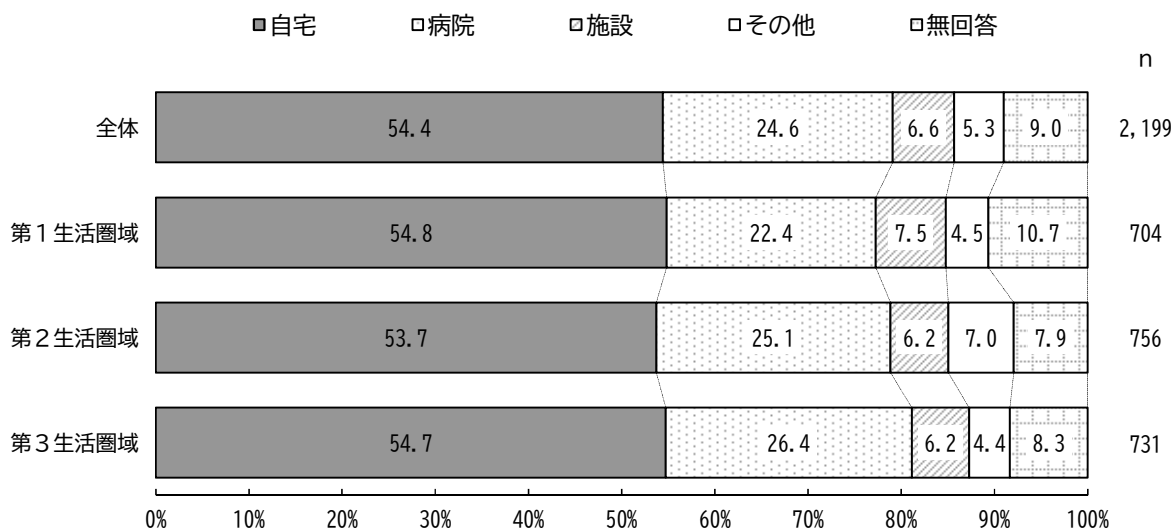
日常生活圏域別で「話し合っていない」は、第1生活圏域で52.6%、第2生活圏域で50.1%、第3生活圏域で51.8%となっています。また、「話し合う人がいない」は第2生活圏域で5.7%と他の圏域よりもやや多くなっています。



(3) 最期をむかえる場所はどこを希望しますか。(1つに○)

最期をむかえる希望の場所では、「自宅」が54.4%と最も多く、次いで「病院」が24.6%、「施設」が6.6%となっています。

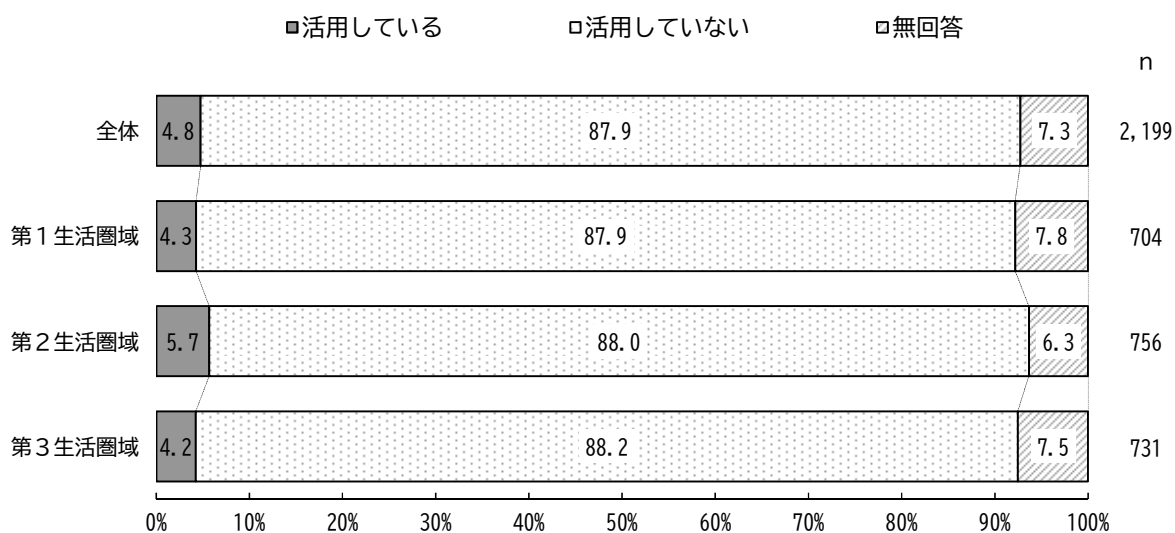
日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「自宅」が最も多く、第1生活圏域で54.8%、第2生活圏域で53.7%、第3生活圏域で54.7%となっています。



(4) エンディングノート(終活ノート)を活用していますか。(1つに○)

エンディングノートを活用しているかは、「活用している」が4.8%、「活用していない」が87.9%となっています。

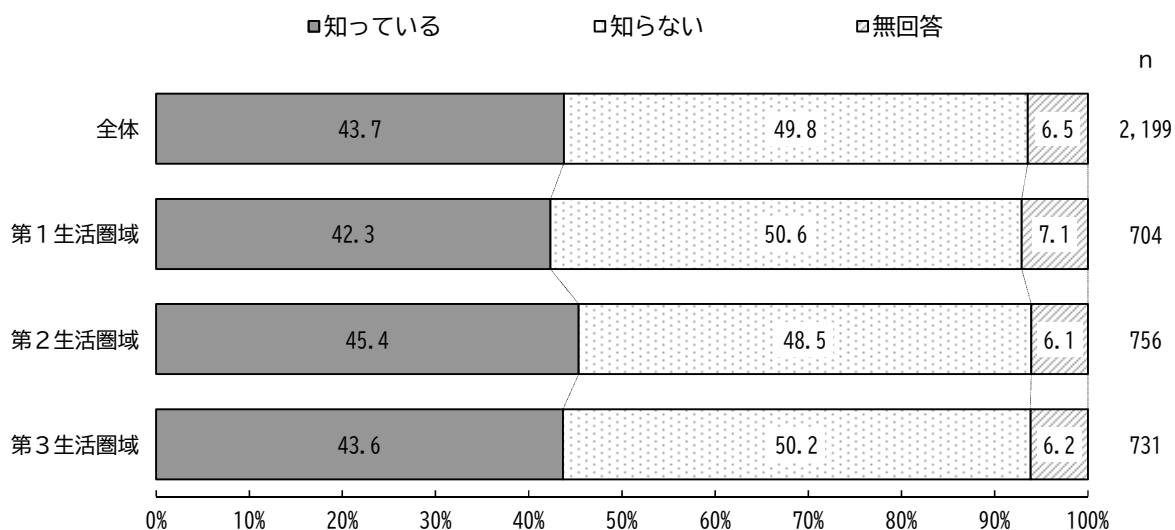
日常生活圏域別で「活用している」は、第1生活圏域で4.3%、第2生活圏域で5.7%、第3生活圏域で4.2%となっています。



(5) 地域包括支援センター(総合相談窓口、高齢者の介護予防のお手伝い)をご存じですか。(1つに○)

地域包括支援センターについては、「知っている」が43.7%、「知らない」が49.8%となっています。

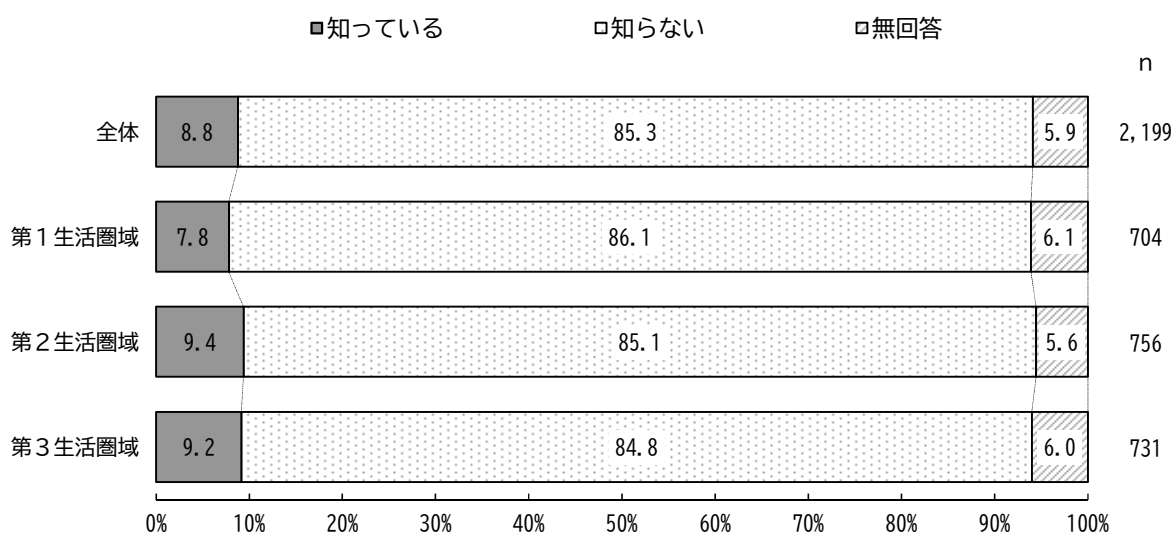
日常生活圏域別で「知っている」は、第1生活圏域で42.3%、第2生活圏域で45.4%、第3生活圏域で43.6%となっており、第2生活圏域で他の圏域よりもやや多くなっています。



(6) 地域のサービスをまとめた情報冊子「ちょーぴーのやさしさ便利帳」を配布していますが、ご存知ですか。(1つに○)

「ちょーぴーのやさしさ便利帳」を配布していることについては、「知っている」が8.8%、「知らない」が85.3%となっています。

日常生活圏域別で「知っている」は、第1生活圏域で7.8%、第2生活圏域で9.4%、第3生活圏域で9.2%となっています。

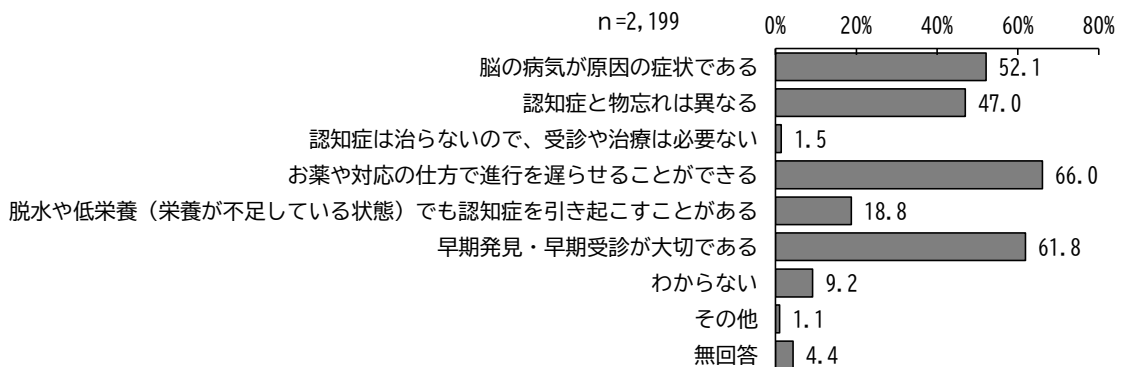


問 10 認知症にかかる相談窓口の把握について

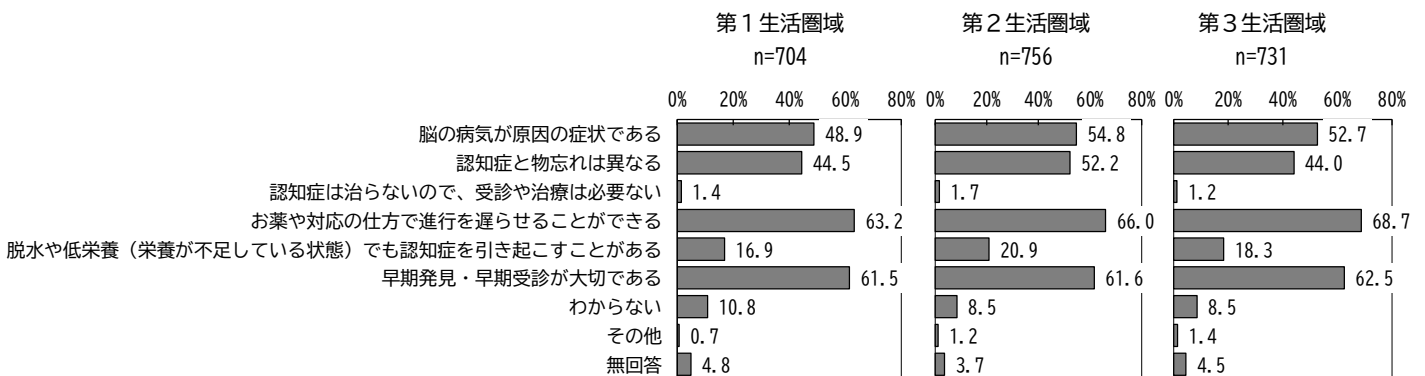
(1) 認知症について、どのように理解していますか。(いくつでも)

認知症への理解は、「お薬や対応の仕方で行進を遅らせることができる」が66.0%と最も多く、次いで「早期発見・早期受診が大切である」が61.8%、「脳の病気が原因の症状である」が52.1%、「認知症と物忘れは異なる」が47.0%となっています。

日常生活圏域別では、いずれの圏域でも「お薬や対応の仕方で行進を遅らせることができる」が最も多くなっています。



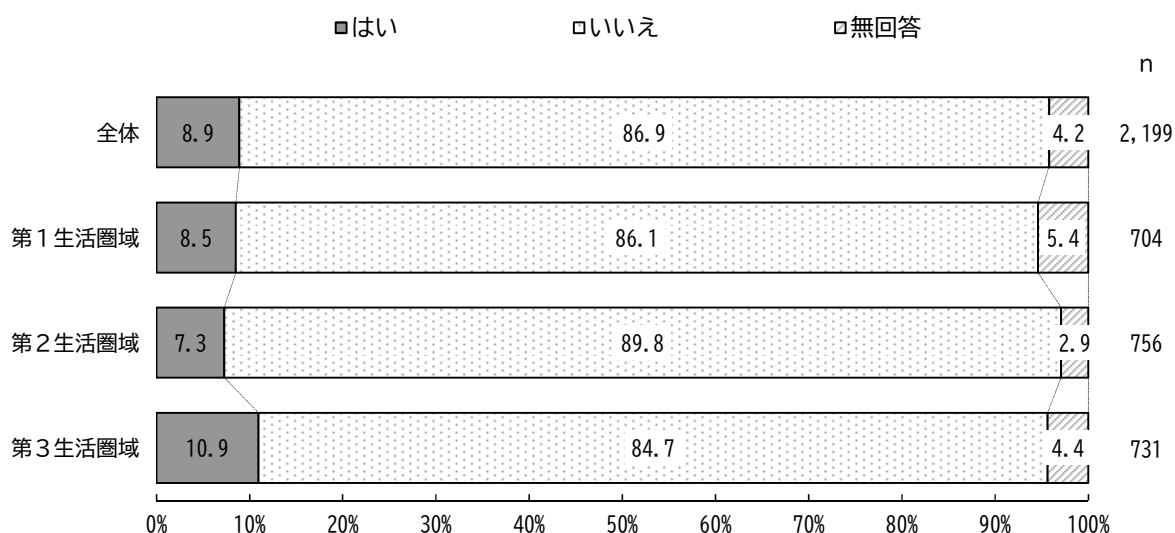
【 日常生活圏域別 】



(2) 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人がいるかでは、「はい」(いる)が8.9%、「いいえ」(いない)が86.9%となっています。

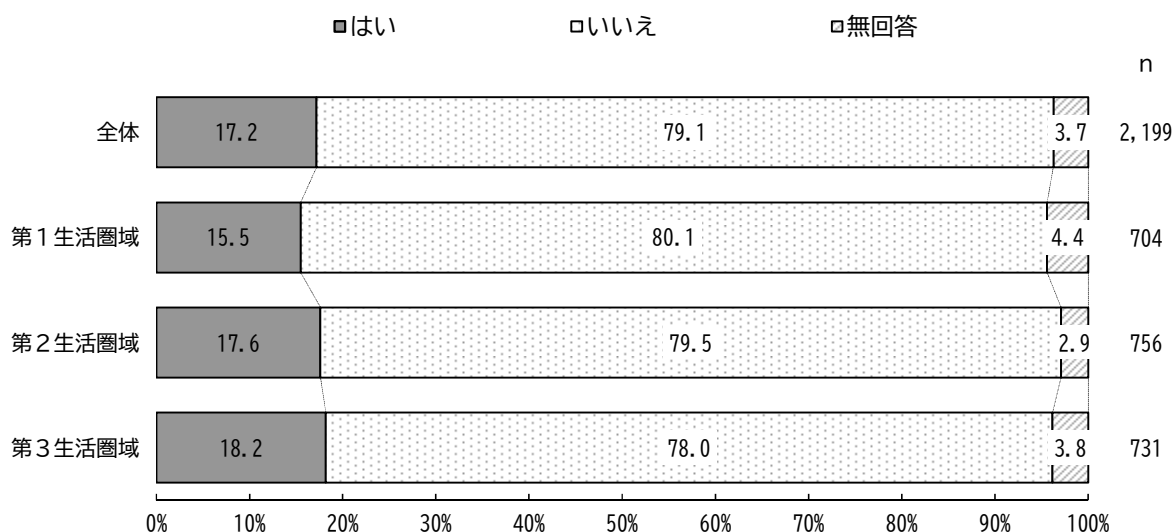
日常生活圏域別で「はい」(認知症の症状がある人がいる)は、第1生活圏域で8.5%、第2生活圏域で7.3%、第3生活圏域で10.9%となっており、第3生活圏域で他の圏域よりもやや多くなっています。



(3) 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を知っているかでは、「はい」(知っている)が17.2%、「いいえ」(知らない)が79.1%となっています。

日常生活圏域別で「はい」(知っている)は、第1生活圏域で15.5%、第2生活圏域で17.6%、第3生活圏域で18.2%となっており、第3生活圏域で他の圏域よりもやや多くなっています。



Ⅲ 介護予防判定

1 生活機能

(1) 運動器機能の低下

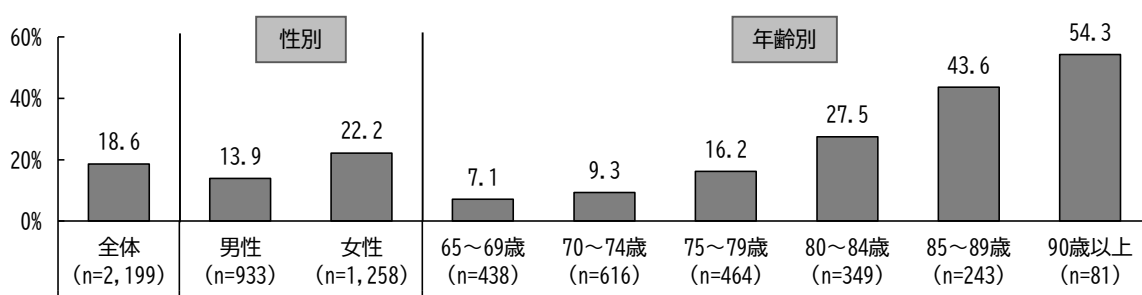
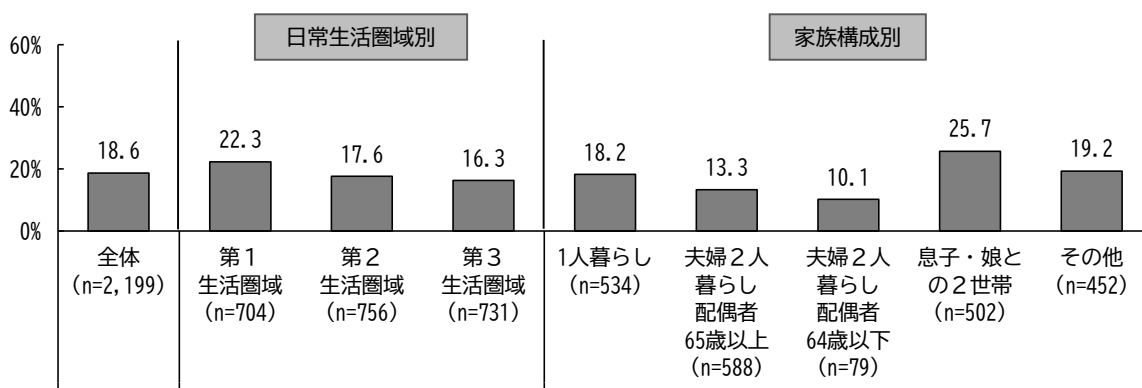
以下の5つの設問のうち、3問以上該当する選択肢が回答された場合は運動器機能の低下している高齢者となります。

	設問	選択肢
問2 (1)	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	3. できない
問2 (2)	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	3. できない
問2 (3)	15分位続けて歩いていますか	3. できない
問2 (4)	過去1年間に転んだ経験がありますか	1. 何度もある 2. 1度ある
問2 (5)	転倒に対する不安は大きいですか	1. とても不安である 2. やや不安である

運動器機能の低下リスクのある該当者は、全体で 18.6%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で 22.3%と、第2生活圏域で 17.6%、第3生活圏域で 16.3%と、第1生活圏域で多くなっています。

家族構成別では、夫婦2人暮らし（配偶者 64歳以下）が 10.1%と最も少なくなっています。性別では、男性より女性が多くなっています。

年齢別では、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



(2) 転倒リスク

以下の設問で、該当する選択肢が回答された場合は転倒リスクのある高齢者となります。

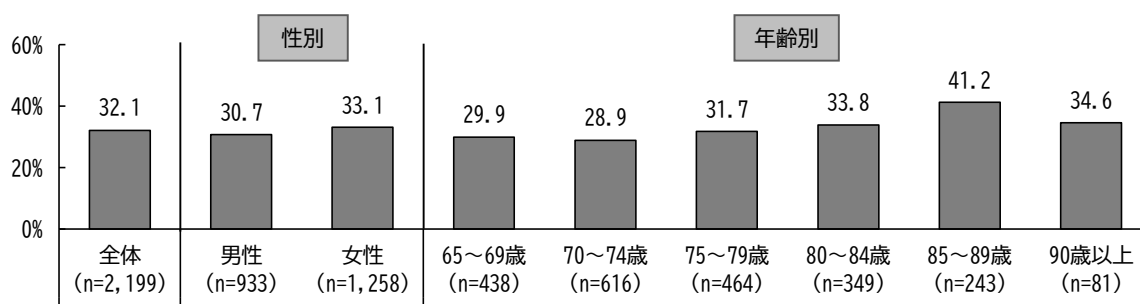
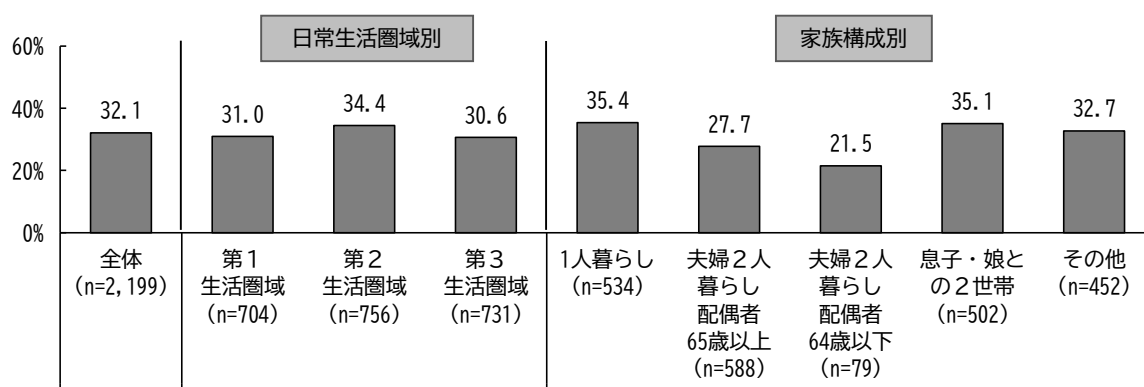
	設問	選択肢
問2 (4)	過去1年間に転んだ経験がありますか	1. 何度もある 2. 1度ある

転倒リスクのある該当者は、全体で32.1%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で31.0%、第2生活圏域で34.4%、第3生活圏域で30.6%と、第2生活圏域でやや多くなっています。

家族構成別では、夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）が21.5%と最も少なく、1人暮らしが35.4%と最も多くなっています。

性別では、男性より女性が多くなっています。

年齢別では、85～89歳で41.2%と最も多くなっています。



(3) 閉じこもり傾向

以下の設問で、該当する選択肢が回答された場合は閉じこもり傾向のある高齢者となります。

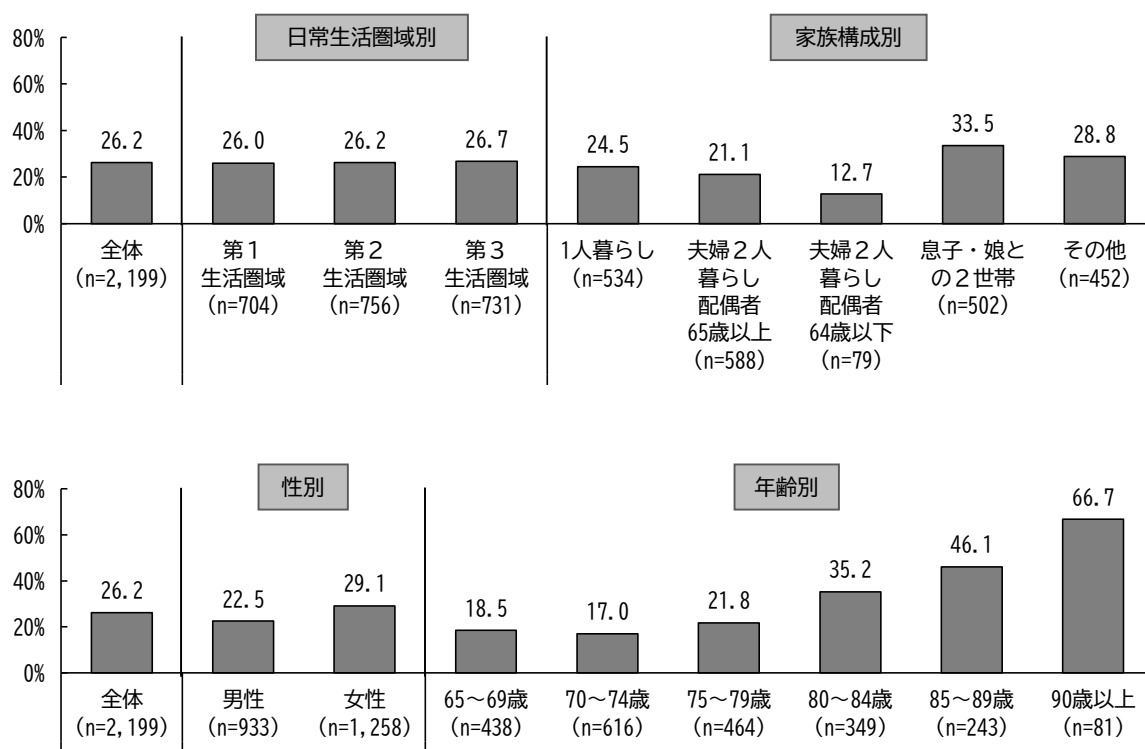
	設問	選択肢
問2 (6)	週に1回以上は外出していますか。	1. ほとんど外出していない 2. 週1回

閉じこもり傾向のある該当者は、全体で26.2%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で26.0%、第2生活圏域で26.2%、第3生活圏域で26.7%と、ほぼ同じ割合になっています。

家族構成別では、夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）が12.7%と最も少なく、息子・娘との2世帯で33.5%と最も多くなっています。

性別では、男性より女性が多くなっています。

年齢別では、70～74歳以降、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



(4) 低栄養リスク

以下の2つの設問で、2問とも該当する選択肢が回答された場合は低栄養リスクのある高齢者となります。

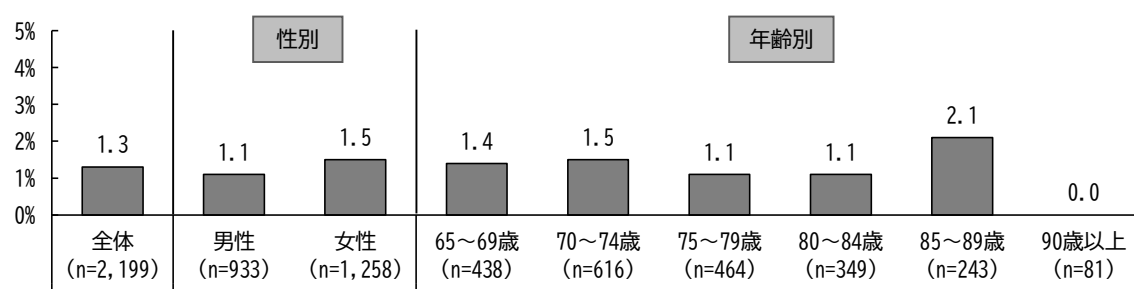
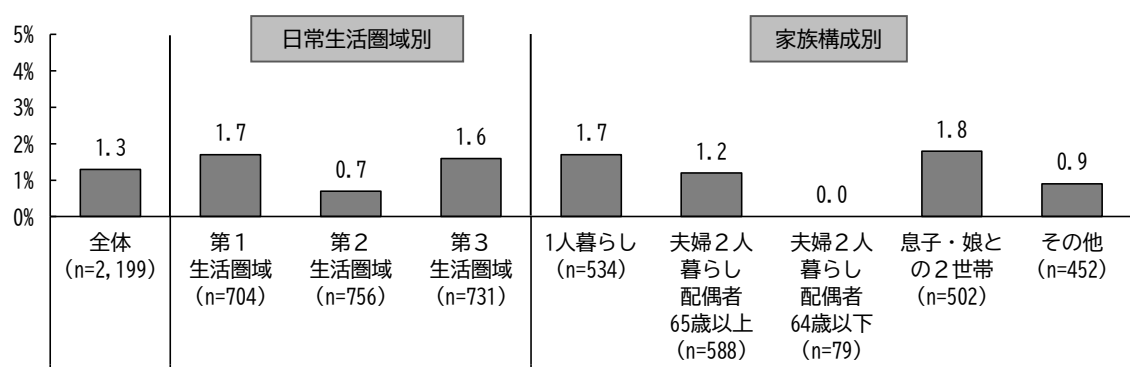
	設問	選択肢
問3 (1)	身長・体重 (BMI 値)	1. BMI 値が 18.5 未満
問3 (7)	6 か月間で 2 ~ 3 kg 以上の体重減少がありましたか	1. はい

低栄養リスクのある該当者は、全体で 1.3%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で1.7%、第2生活圏域で0.7%、第3生活圏域で1.6%となっています。

家族構成別では、息子・娘との2世帯で1.8%、1人暮らしで1.7%と、他の世帯よりやや多くなっています。

性別では、男性より女性が多くなっています。

年齢別では、85~89歳では2.1%となるものの、90歳以上では0.0%となっています。



(5) 口腔機能の低下

以下の3つの設問のうち、2問以上該当する選択肢が回答された場合は口腔機能の低下している高齢者となります。

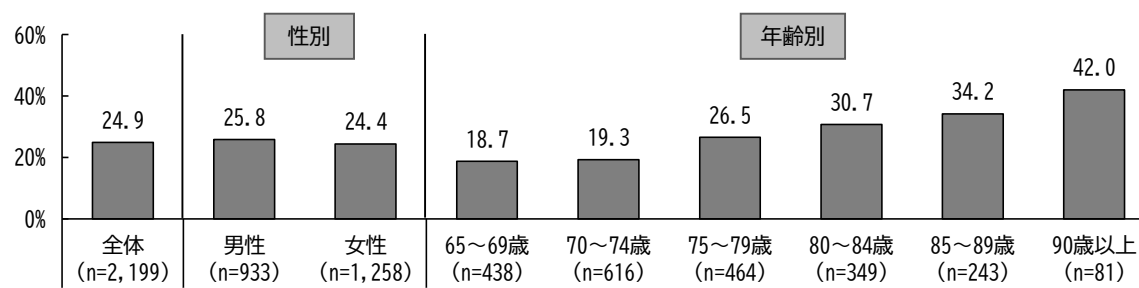
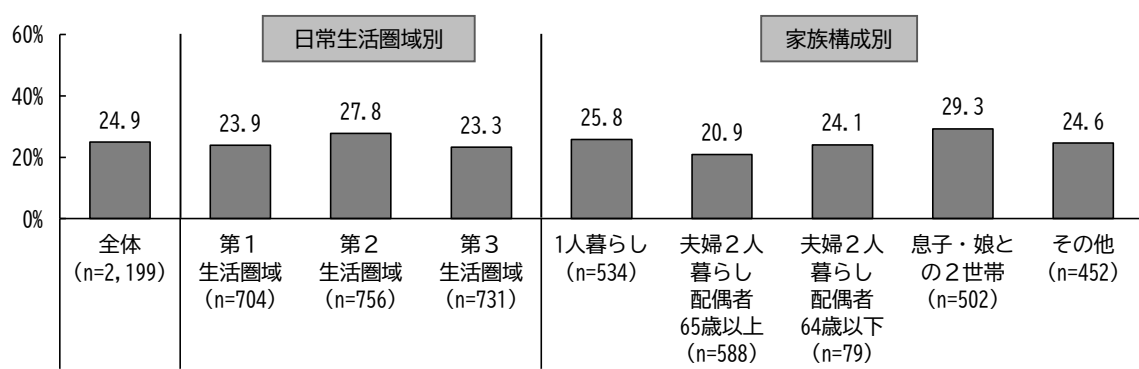
	設問	選択肢
問3 (2)	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい
問3 (3)	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい
問3 (4)	口の渇きが気になりますか	1. はい

口腔機能の低下リスクのある該当者は、全体で24.9%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で23.9%、第2生活圏域で27.8%、第3生活圏域で23.3%と、第2生活圏域でやや多くなっています。

家族構成別では、息子・娘との2世帯で29.3%と多くなっています。

性別では、男女はほぼ同じ割合となっています。

年齢別では、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



(6) 認知機能の低下

以下の3つの設問のうち、1問以上該当する選択肢が回答された場合は認知機能の低下している高齢者となります。

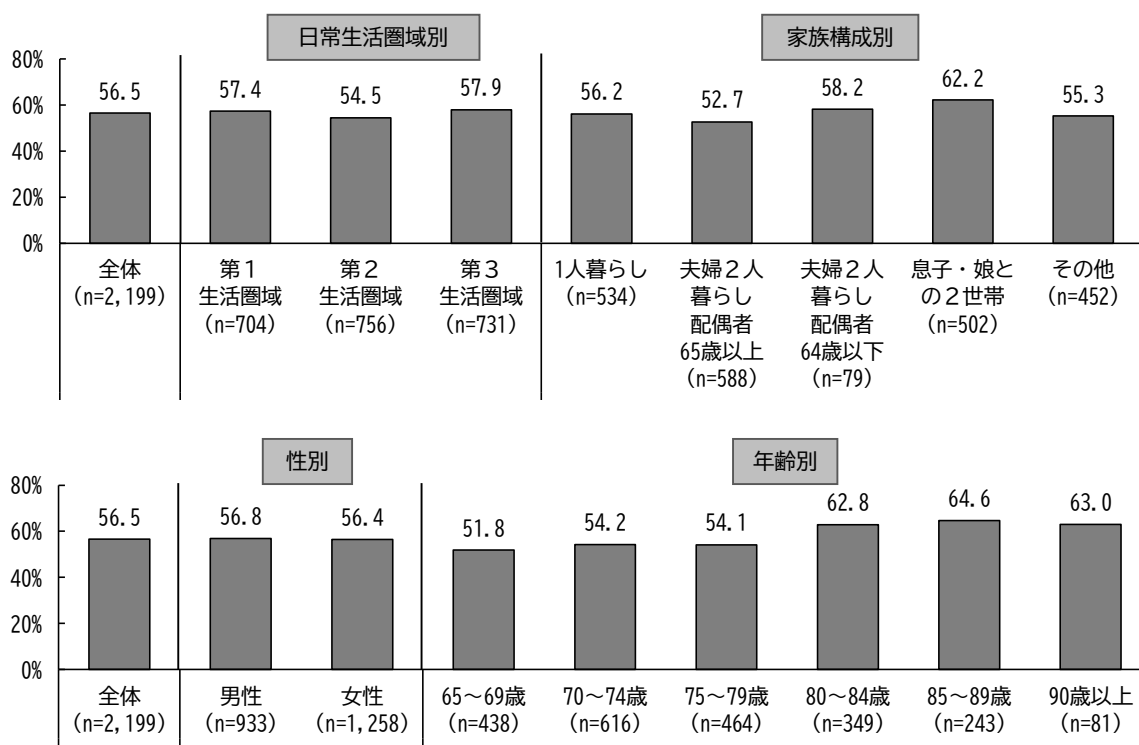
	設問	選択肢
問4(1)	物忘れが多いと感じますか	1. はい
問4(2)	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	2. いいえ
問4(3)	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい

認知機能の低下リスクのある該当者は、全体で56.5%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で57.4%、第2生活圏域で54.5%、第3生活圏域で57.9%と、ほぼ同じ割合となっています。

家族構成別では、息子・娘との2世帯で62.2%と最も多くなっています。

性別では、男女はほぼ同じ割合となっています。

年齢別では、85～89歳で64.6%と最も多くなっています。



(7) 虚弱（生活機能の低下）

以下の設問のうち、10問以上該当する選択肢が回答された場合は生活機能の低下している高齢者となります。

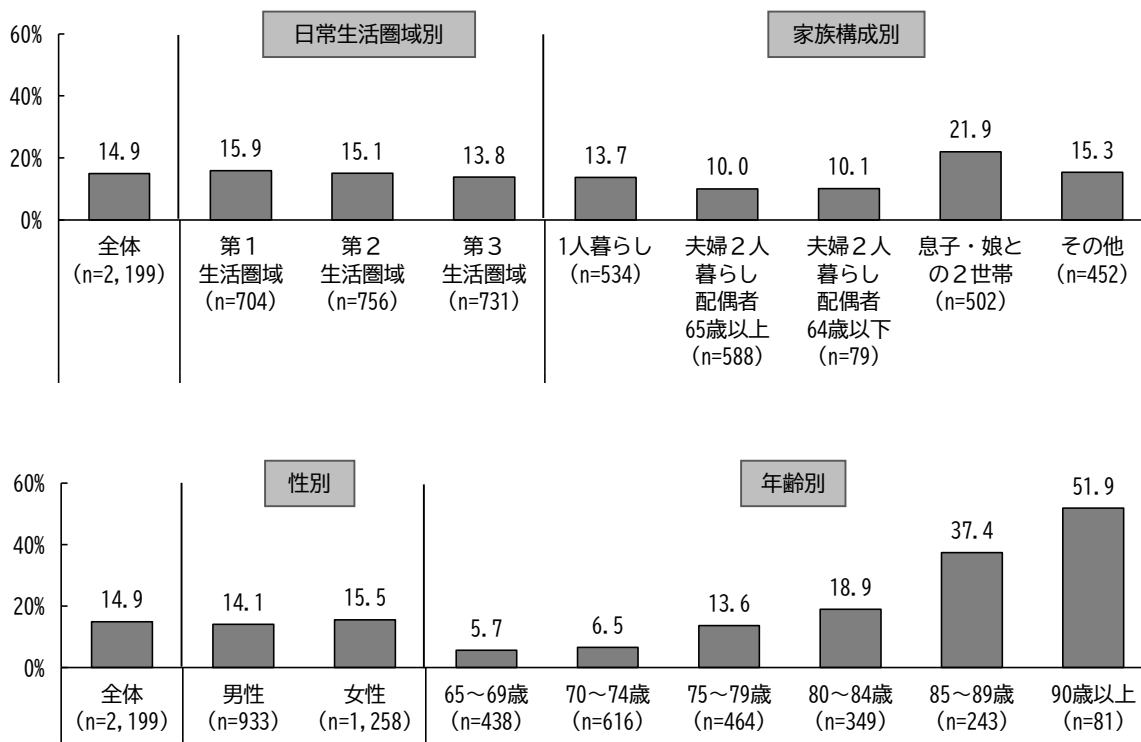
	設問	選択肢
問2(1)	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	3. できない
問2(2)	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	3. できない
問2(3)	15分位続けて歩いていますか	3. できない
問2(4)	過去1年間に転んだ経験がありますか	1. 何度もある 2. 1度ある
問2(5)	転倒に対する不安は大きいですか	1. とても不安である 2. やや不安である
問2(6)	週に1回以上は外出していますか。	1. ほとんど外出していない 2. 週1回
問2(7)	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. とても減っている 2. 減っている
問3(1)	身長・体重（BMI値）	1. BMI値が18.5未満
問3(7)	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい
問3(2)	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい
問3(3)	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい
問3(4)	口の渇きが気になりますか	1. はい
問4(1)	物忘れが多いと感じますか	1. はい
問4(2)	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	2. いいえ
問4(3)	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい
問4(4)	バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）	2. できるけど、していない 3. していない
問4(5)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	2. できるけど、していない 3. していない
問4(8)	自分で預貯金の出し入れをしていますか	2. できるけど、していない 3. していない
問4(13)	友人の家を訪ねていますか	2. いいえ
問4(14)	家族や友人の相談にのっていますか	2. いいえ

生活機能の低下リスクのある該当者は、全体で14.9%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で15.9%、第2生活圏域で15.1%、第3生活圏域で13.8%となっています。

家族構成別では、息子・娘との2世帯で21.9%と最も多くなっています。

性別では、男女はほぼ同じ割合となっています。

年齢別では、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



(8) うつ傾向

以下の2つの設問のうち、1問以上該当する選択肢が回答された場合はうつ傾向のある高齢者となります。

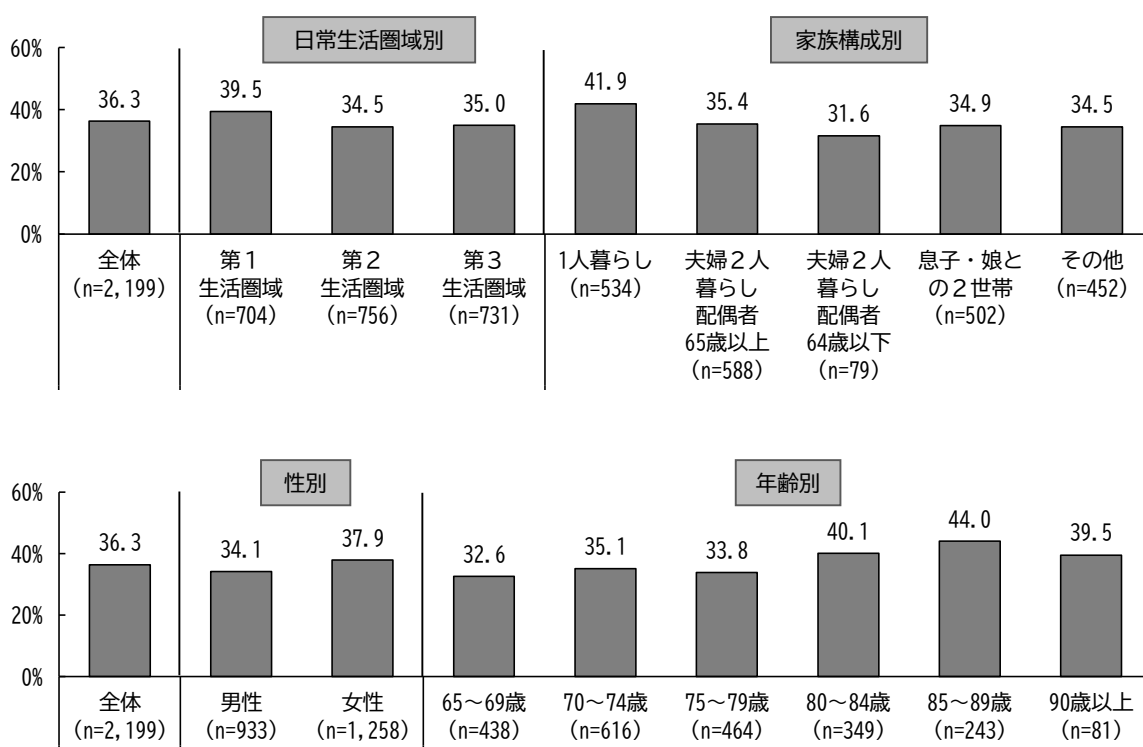
	設問	選択肢
問8(3)	この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか	1. はい
問8(4)	この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか	1. はい

うつ傾向のある該当者は、全体で36.3%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で39.5%、第2生活圏域で34.5%、第3生活圏域で35.0%と、第1生活圏域で多くなっています。

家族構成別では、夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）で31.6%と最も少なくなっており、1人暮らしで41.9%と最も多くなっています。

性別では、男性より女性がやや多くなっています。

年齢別では、65～69歳で32.6%と最も少なく、85～89歳で44.0%と最も多くなっています。



2 日常生活・社会生活

(1) 手段的自立度 (IADL)

以下の5つの設問のうち、該当する選択肢を回答された設問が4問以下の場合には手段的自立度が低下している高齢者となります。

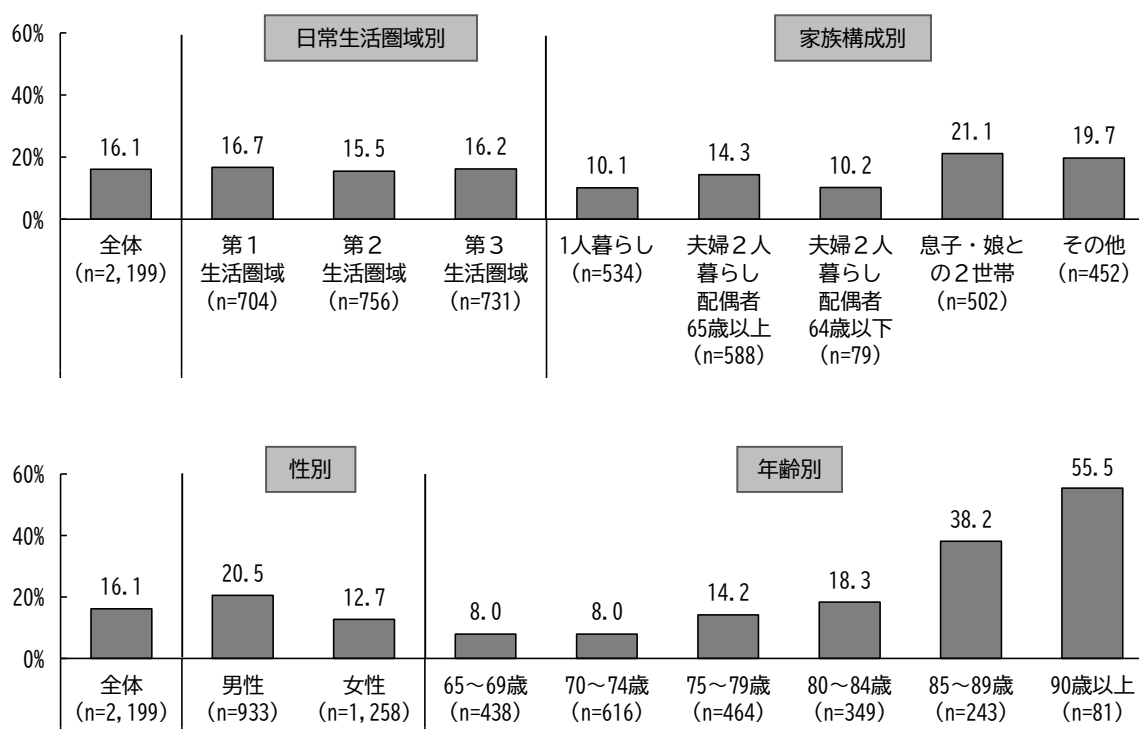
	設問	選択肢
問4 (4)	バスや電車を使って1人で外出していますか(自家用車でも可)	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (5)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (6)	自分で食事の用意をしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (7)	自分で請求書の支払いをしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (8)	自分で預貯金の出し入れをしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない

手段的自立度が低下している該当者は、全体で16.1%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で16.7%、第2生活圏域で15.5%、第3生活圏域で16.2%となっています。

家族構成別では、息子・娘との2世帯で21.1%と最も多くなっています。

性別では、女性より男性が多くなっています。

年齢別では、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



(2) 知的能動性

以下の4つの設問のうち、該当する選択肢を回答された設問が3問以下の場合は知的能動性が低下している高齢者となります。

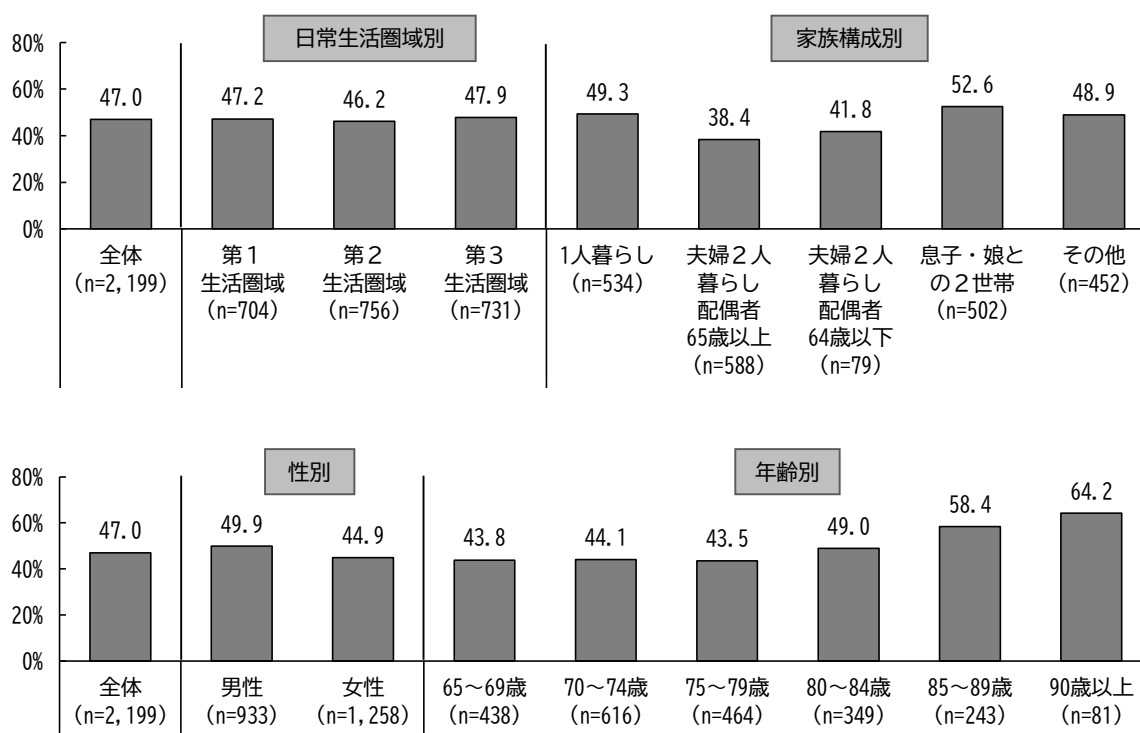
	設問	選択肢
問4 (9)	役所や病院などに出す書類が書けますか	1. はい
問4 (10)	新聞を読んでいますか	1. はい
問4 (11)	本や雑誌を読んでいますか	1. はい
問4 (12)	健康についての記事や番組に関心がありますか	1. はい

知的能動性が低下している該当者は、全体で47.0%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で47.2%、第2生活圏域で46.2%、第3生活圏域で47.9%となっています。

家族構成別では、息子・娘との2世帯で52.6%と最も多くなっています。

性別では、女性より男性がやや多くなっています。

年齢別では、80～84歳以降、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



(3) 社会的役割

以下の4つの設問のうち、該当する選択肢を回答された設問が3問以下の場合には社会的役割が低下している高齢者となります。

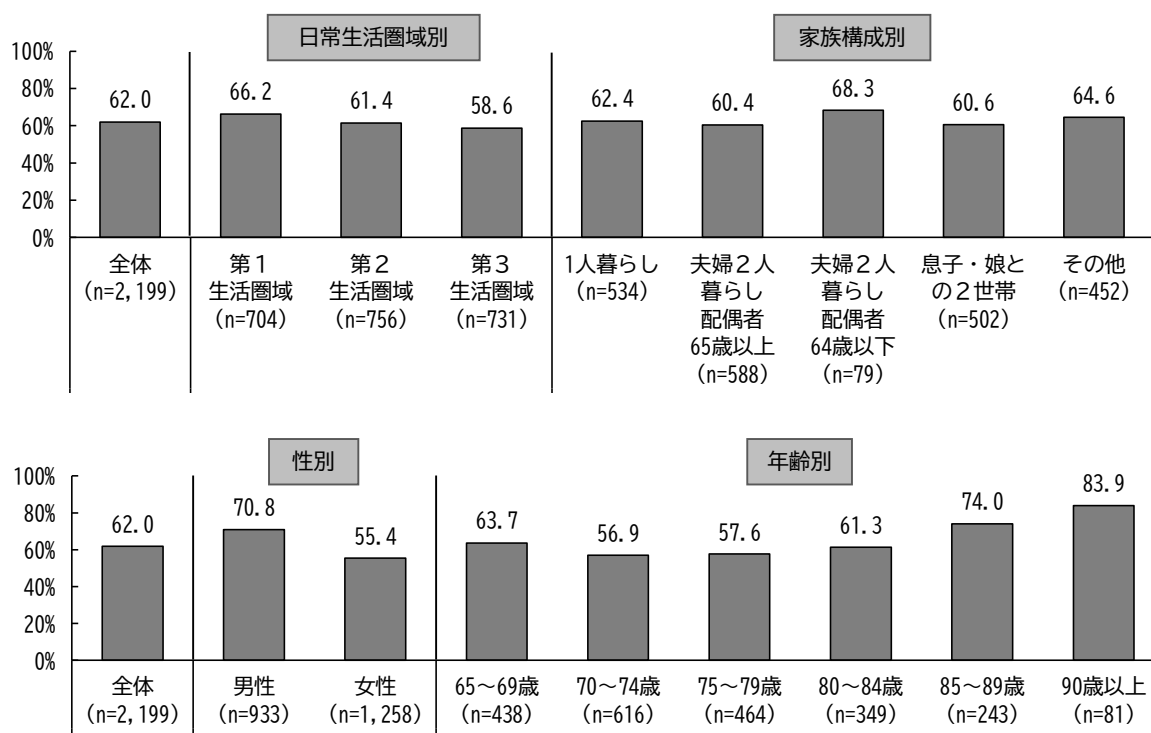
	設問	選択肢
問4 (13)	友人の家を訪ねていますか	1. はい
問4 (14)	家族や友人の相談にのっていますか	1. はい
問4 (15)	病人を見舞うことができますか	1. はい
問4 (16)	若い人に自分から話しかけることがありますか	1. はい

社会的役割が低下している該当者は、全体で62.0%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で66.2%、第2生活圏域で61.4%、第3生活圏域で58.6%と、第1生活圏域で最も多くなっています。

家族構成別では、夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）で68.3%と最も多くなっています。

性別では、男性で70.8%、女性55.4%と、男性が多くなっています。

年齢別では、90歳以上で83.9%、85～89歳で74.0%と多くなっています。



(4) 老研式活動能力指標総合評価

以下の設問のうち、該当する選択肢を回答された設問が10問以下の場合は老研式活動能力指標が低下している高齢者となります。

	設問	選択肢
問4 (4)	バスや電車を使って1人で外出していますか(自家用車でも可)	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (5)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (6)	自分で食事の用意をしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (7)	自分で請求書の支払いをしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (8)	自分で預貯金の出し入れをしていますか	1. できるし、している 2. できるけどしていない
問4 (9)	役所や病院などに出す書類が書けますか	1. はい
問4 (10)	新聞を読んでいますか	1. はい
問4 (11)	本や雑誌を読んでいますか	1. はい
問4 (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
問4 (13)	友人の家を訪ねていますか	1. はい
問4 (14)	家族や友人の相談にのっていますか	1. はい
問4 (15)	病人を見舞うことができますか	1. はい
問4 (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

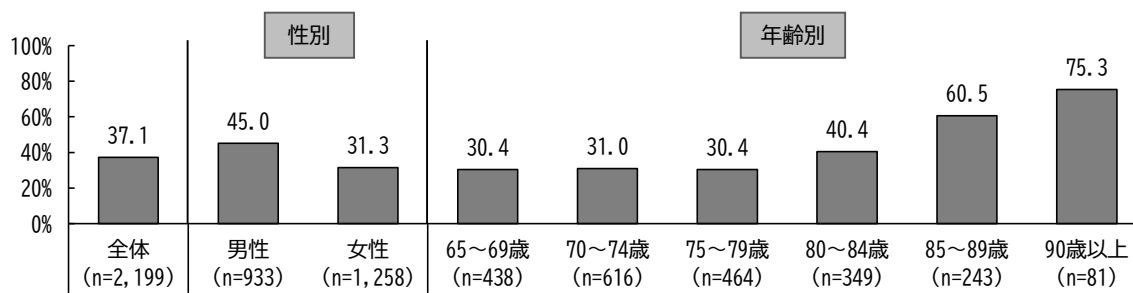
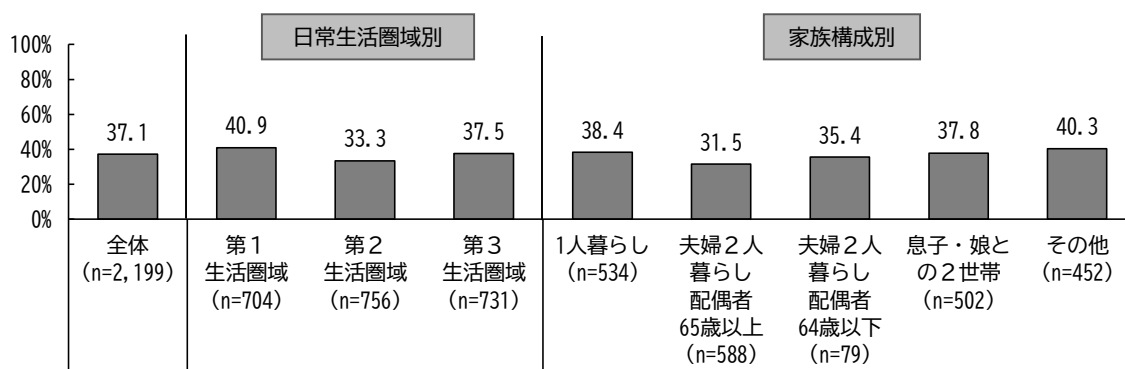
老研式活動能力指標は、高齢者が地域で自立して日常生活を送るために必要な、高いレベルの生活機能を測定する指標です。

老研式活動能力指標が低下している該当者は、全体で 37.1%となっており、日常生活圏域別では、第1生活圏域で 40.9%、第2生活圏域で 33.3%、第3生活圏域で 37.5%と、第1生活圏域で最も多くなっています。

家族構成別では、その他で 40.3%と最も多くなっています。

性別では、男性で 45.0%、女性で 31.3%と、男性で多くなっています。

年齢別では、80～84歳以降、年齢が高くなるにつれて該当者の割合は多くなっています。



IV 日常生活圏域ごとの地域特性

1 リスク該当者等の圏域別回答割合

(1) 本人の属性等

設問	回答・判定	全体	日常生活圏域			
			第1	第2	第3	
問1	属性					
問1	年齢	後期高齢者が多い	51.9	52.5	53.1	49.9
問1	要介護認定者	要支援認定者が多い	4.3	5.9	4.1	2.7
問1(1)	家族構成	「1人暮らし」が多い	24.3	26.4	26.5	20.1
問1(2)	介護・介助をしているか	「親」の介護・介助をしている	11.4	10.5	10.8	13.1
		「配偶者」の介護・介助をしている	18.2	17.6	10.8	20.8
問1(3)	介護・介助の必要性	『介護・介助が必要な方』が多い	16.4	19.0	14.4	16.0
問1(3)①	将来的に介護・介助をしてくれる人	将来的に介護・介助をしてくれる人がいない	30.2	27.4	30.3	32.5
問1(4)	経済的状況	『苦しい』が多い	30.8	30.3	32.7	29.4
問1(5)	居住形態	「持家(一戸建て)」が多い	89.7	89.1	88.0	92.1

(2) 介護や健康にかかわる本人の状況

設問	回答・判定	全体	日常生活圏域			
			第1	第2	第3	
問2	からだを動かすことについて					
問2(1)～(5)	運動器機能の低下	リスク該当者が多い	18.6	22.3	17.6	16.3
問2(4)	転倒リスク	リスク該当者が多い	32.1	31.0	34.4	30.6
問2(6)	閉じこもり傾向	リスク該当者が多い	26.2	26.0	26.2	26.7
問2(7)	昨年と比べた外出回数	『減っている』が多い	32.1	32.4	31.5	32.8
問2(8)	外出を控えているか	「はい」が多い	34.9	33.8	33.7	37.2
問2(9)	外出する際の移動手段	「徒歩」が少ない	42.0	39.1	47.4	39.4
問3	食べることについて					
問3(2)～(4)	口腔機能の低下	リスク該当者が多い	24.9	23.9	27.8	23.3
問3(5)	毎日の歯磨き	「いいえ」が多い	8.4	8.2	7.1	10.0
問3(6)	自分の歯の本数	「20本以上」が少ない	36.0	33.3	37.4	37.2
問3(6)①	噛み合わせ	「いいえ」が多い	21.1	19.7	21.6	21.9
問3(1)(7)	低栄養リスク	リスク該当者が多い	1.3	1.7	0.7	1.6
問3(8)	共食の状況(孤食の状況)	『孤食傾向にある』が多い	21.3	23.0	22.3	18.9
問4	毎日の生活について					
問4(1)～(3)	認知機能の低下	リスク該当者が多い	56.5	57.4	54.5	57.9
問4(4)～(8)	IADL	低下該当者が多い	16.1	16.7	15.5	16.2
問4(9)～(12)	知的能動性	低下該当者が多い	47.0	47.2	46.2	47.9
問4(13)～(16)	社会的役割	低下該当者が多い	62.0	66.2	61.4	58.6
問4(17)	趣味	「趣味あり」が少ない	63.0	60.4	63.6	64.7
問4(18)	生きがい	「生きがいあり」が少ない	53.4	51.6	56.6	51.8
問2, 3, 4	虚弱	リスク該当者が多い	14.9	15.9	15.1	13.8
問8	健康について					
問8(1)	健康状態	『よくない』が多い	18.6	19.8	18.6	17.6
問8(2)	幸福度	平均点が低い	7.06	7.06	7.11	7.00
問8(3)(4)	うつ傾向	リスク該当者が多い	36.3	39.5	34.5	35.0
問8(5)	飲酒	「ほぼ毎日飲む」が多い	17.2	16.6	17.1	17.8
問8(6)	喫煙	『喫煙者』が多い	9.8	10.2	9.0	10.0
問8(7)	治療中の病気等	「ない」が少ない	13.3	10.9	14.4	14.1
問8(8)	健康管理、介護・認知症予防のために取り組んでいること	「特になし」が多い	7.4	7.0	7.3	7.9
問8(9)	フレイルの認知度	「知っている」が少ない	20.7	18.6	22.9	20.2

※網掛け部分は、リスク該当者が多い圏域を表しています。

(3) 本人を取り巻く環境等の状況

設問	回答・判定	全体	日常生活圏域			
			第1	第2	第3	
問5	地域での活動について					
問5(1)①	ボランティアのグループ	『月1回以上』が少ない	3.4	2.6	4.1	3.4
問5(1)②	スポーツ関係のグループやクラブ	『月1回以上』が少ない	13.6	11.8	15.1	13.6
問5(1)③	趣味関係のグループ	『月1回以上』が少ない	13.5	13.5	14.7	12.2
問5(1)④	学習・教養サークル	『月1回以上』が少ない	2.7	2.4	2.1	3.5
問5(1)⑤	介護予防のための通いの場	『月1回以上』が少ない	4.5	4.7	4.6	4.3
問5(1)⑥	老人クラブ	『月1回以上』が少ない	1.2	1.8	0.9	1.2
問5(1)⑦	町内会・自治会	『年に数回以上』が少ない	3.0	2.2	3.6	3.1
問5(1)⑧	収入のある仕事	『月1回以上』が少ない	20.0	17.4	22.5	20.2
問5(2)	活動の参加者としての参加意向	『参加意向あり』が少ない	44.2	44.9	45.1	43.1
問5(3)	活動のお世話役としての参加意向	『参加意向あり』が少ない	24.9	25.1	25.3	24.5
問6	たすけあいについて					
問6(1)	心配事や愚痴を聞いてくれる人	「そのような人はいない」が多い	5.3	5.1	5.4	5.3
問6(2)	心配事や愚痴を聞いてあげる人	「そのような人はいない」が多い	8.2	9.5	7.5	7.8
問6(3)	看病や世話をしてくれる人	「そのような人はいない」が多い	7.1	6.4	7.9	7.1
問6(4)	看病や世話をしてあげる人	「そのような人はいない」が少ない	18.7	20.9	18.8	16.8
問6(5)	家族や知人以外の相談相手	「そのような人はいない」が多い	46.3	48.9	47.6	42.7
問6(6)	友人・知人と会う頻度	『あまりない』が多い	34.9	36.8	33.6	34.2
問6(7)	この1か月、友人・知人と会った	「0人(いない)」が多い	15.0	19.0	13.6	12.6
問6(8)	よく会う友人・知人	「いない」が多い	11.4	13.6	11.0	9.6
問7	日常生活での困りごとについて					
問7(1)	高齢者への手助けについて	「手助けしたくない」が多い	4.0	3.8	3.4	4.9
問7(2)	手助けしてほしいこと	「災害時の避難支援」が少ない	8.0	8.4	7.1	8.5
問7(3)	手伝えること	「手伝いたくない」が多い	3.7	4.0	3.0	4.1
問7(4)	生活必需品の買物	「徒歩圏内にある小売店で買っている(コンビニ含む)」が少ない	39.9	36.8	42.5	40.2
問9	生き方や市の取り組み					
問9(1)	介護が必要となった場合	「自宅で介護サービスや福祉サービスを活用したい」が多い	48.3	48.9	48.8	47.2
問9(2)	最後についての話し合い	「話し合っている(これから話し合う予定)」が少ない	35.1	33.5	34.8	36.4
問9(3)	最期を迎える場所	「自宅」が多い	54.4	54.8	53.7	54.7
問9(4)	エンディングノートの活用状況	「活用している」が少ない	4.8	4.3	5.7	4.2
問9(5)	地域包括支援センターの認知度	「知っている」が少ない	43.7	42.3	45.4	43.6
問9(6)	「ちょーびーのやさしさ便利帳」配布の認知度	「知っている」が少ない	8.8	7.8	9.4	9.2
問10	認知症にかかる相談窓口の把握					
問10(1)	認知症の理解	「わからない」が多い	9.2	10.8	8.5	8.5
問10(2)	家族を含めた認知症の有無	「はい」が多い	8.9	8.5	7.3	10.9
問10(3)	認知症相談窓口の認知度	「はい(知っている)」が少ない	17.2	15.5	17.6	18.2

2 調査結果から見える地域特性

	第1生活圏域	第2生活圏域	第3生活圏域
本人の属性等	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち要支援認定者及び介護・介助が必要である人の割合が最も高い。 ・1人暮らし高齢者世帯の割合も第2圏域とほぼ同率が高い。 ・主な介護・介助者では、「娘」「ヘルパー」の割合が最も高い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち後期高齢者及び1人暮らし高齢者世帯の割合が最も高い。 ・普段の生活で介護・介助が必要である人の割合が最も低い。 ・経済的に苦しい方の割合が最も高い。 ・主な介護・介助者では、「配偶者」「娘」の割合が最も高い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち後期高齢者及び要支援認定者の割合が最も低い。 ・介護・介助を受けている人の割合が少なく、親や配偶者の介護・介助をしている人の割合が最も高い。 ・将来的に介護・介助してくれる人がいない割合が最も高い。 ・主な介護・介助者では、「娘」の割合が最も高い。
介護や健康にかかわる本人の状況	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち基本チェックリストによるリスク該当者の割合が最も高いもの。 ・運動器機能 ・低栄養リスク ・虚弱 ・うつ傾向 ・IADL ・社会的役割 ・徒歩で外出する人の割合が最も低い。 ・フレイルの認知度が最も低い。 ・孤食の人の割合が最も高い。 ・健康状態がよくない人の割合が最も高く、趣味や生きがいを持っている人の割合が最も低い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち基本チェックリストによるリスク該当者の割合が最も高いもの。 ・転倒リスク ・口腔機能 ・去年と比べて外出回数が減った人の割合が最も低い。 ・徒歩で外出する人の割合が最も高い。 ・フレイルの認知度が最も高い。 ・生きがいを持っている人、幸福と感じている人の割合が最も高い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち基本チェックリストによるリスク該当者の割合が最も高いもの。 ・閉じこもり ・認知機能 ・知的能動性 ・昨年と比べて外出回数が減った人、外出を控えている人の割合が最も高い。 ・健康状態がよい人、趣味を持っている人の割合が最も高いものの、幸福と感じている人の割合が最も低い。
本人を取り巻く環境等の状況	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティアやスポーツ関係のグループ、町内会へ参加している人の割合が低く、収入のある仕事をしている人の割合も最も低い。 ・家族・知人以外の相談相手がない人や友人・知人との関係性が薄い人の割合が高い。 ・介護が必要となった場合の在宅介護サービスの利用意向が最も高い。 ・地域包括支援センターの認知度、認知症の理解や相談窓口の認知度が最も低い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習・教養サークルや老人クラブへ参加している人の割合が低いものの、地域活動への参加意向が最も高い。 ・心配事を聞いてくれたり、看病等してくれる人がいない割合が最も高い。 ・生活必需品を徒歩圏内にある小売店で買っている人の割合が最も高い。 ・エンディングノートの活用率、地域包括支援センター及び「ちょーぴーのやさしさ便利帳」配布の認知度が最も高い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・趣味関係のグループや介護予防のための通いの場に参加している人の割合が低く、地域活動への参加意向が最も低い。 ・高齢者への手助けはしたくない人の割合が高い。 ・エンディングノートの活用率は低い一方、人生の最期について話し合っている人の割合が最も高い。 ・認知症の症状がある、または家族に認知症の症状がある人の割合が最も高く、認知症相談窓口の認知度も最も高い。
各圏域の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・要介護認定者の割合が最も高く、介護・介助を必要とする方、在宅介護サービスの利用を希望する方が多い。また、一人暮らし高齢者、介護や健康に関わるリスク該当者が多いことから、今後、買い物や外出が困難になること、日常的な生活支援の必要性が一層高まることが予想される。 ・徒歩で外出する人、趣味や生きがいがある人が少なく、健康状態がよくない人も多いことから、フレイル予防や健康づくりに関する情報発信等、高齢者の介護予防を推進していくことが必要である。 ・地域活動へ参加する人が少なく、友人・知人や近隣との関係が希薄な人が多いことから、地域活動などを通じて、地域とのつながり・関わり合いを持つ機会の創出が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ・介護・介助が必要である人の割合が低いものの、後期高齢者及び1人暮らし高齢者世帯が多いことから、今後は在宅生活を続けることが困難な高齢者が増加することも予想される。また、経済的に苦しい方が多いことから、相談窓口の充実などが求められる。 ・地域活動への参加意向が比較的高いことから、ふれあい交流サロン等の参加促進のほか、地域の力を活かした支え合い・助け合い活動等を広げていくための体制づくりも重要である。 ・徒歩での外出が多く、フレイルの認知度も高いなど、3圏域の中では最も活動的な地域であるため、引き続き健康増進に資する取組の充実を図り、個々の健康寿命の延伸につなげていくことが期待される。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3圏域のうち後期高齢者及び要支援認定者の割合が最も低く、介護・介助を受けている人の割合も少ないが、親や配偶者の介護をしている方が多く、認知症の割合も高いことから、今後は老老介護や認知介護など、共倒れリスクの高い世帯が増加することも懸念される。 ・また、将来的に介護をしてくれる人がいない方も多いため、地域包括支援センターを核とした相談支援体制の充実や在宅介護の負担軽減につながる取組を拡充していくことも重要である。 ・閉じこもりや認知機能のリスク該当者が多く、介護予防のための通いの場へ参加している人の割合、地域活動への参加意向が低いことから、一般介護予防事業の充実などにより、介護予防支援を推進するとともに、オレンジカフェなど認知症施策の一層の充実が求められる。

V 調査票



介護予防・
日常生活圏域
ニーズ調査
【調査票】

調査ご協力のお願い

日頃から、本市の高齢者福祉に対しまして、ご理解、ご協力を賜り心から感謝申し上げます。

さて、このたび銚子市では、市内在住の65歳以上の介護認定を受けていない方、及び要支援1・要支援2の認定をされた方から無作為に抽出し、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査を実施することといたしました。

この調査は、皆様の生活状況や社会参加状況を把握することで、地域の抱える課題を推測し、今後の高齢者福祉行政のより一層の計画的かつ効果的な推進と新たな介護保険事業計画策定のために役立てさせていただくものです。

ご回答いただきました内容は、全て統計的に処理いたします。

ご多忙の折、誠に恐縮でございますが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

- 調査票を記入する際は、各項目で該当する数字に○をつけてください。
- 調査票記入後は、3つ折りにし同封の返信用封筒に入れて、
令和5年1月25日(水)までに投函してください。

令和5年1月

銚子市長 越川 信一

問1		あなた（あて名のご本人）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、普段の生活でどなたかの介護・介助をしていますか。(いくつでも)			
1. 親(父・母)	2. 配偶者(夫・妻)	3. 障害のある子ども	
4. 兄弟・姉妹		5. その他()	
(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 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・介助を受けている (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」の方のみ】			
①将来的に介護・介助が必要になった場合、介護・介助をしてくれる人はいますか。(1つに○)			
1. いる(続柄等)		2. いない	
【(3) において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】			
②介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。(いくつでも)			
1. 脳卒中 <small>(のうそっちゅう)</small> (脳出血・脳梗塞等) <small>(のうしゅっけつ・のうこうそく)</small>	2. 心臓病	3. がん(悪性新生物)	
4. 呼吸器の病気(肺気腫・肺炎等) <small>(はいきしゅ)</small>	5. 関節の病気(リウマチ等)		
6. 認知症(アルツハイマー病等) <small>(にんちしょう)</small>	7. パーキンソン病	8. 糖尿病 <small>(とうにょうびょう)</small>	
9. 腎疾患(透析) <small>(じんしつかん)</small>	10. 視覚・聴覚障害 <small>(しかく・ちやうかくしょうがい)</small>	11. 骨折・転倒 <small>(こっせつ・てんとう)</small>	
12. 脊椎損傷 <small>(せきついそんしょう)</small>	13. 高齢による衰弱 <small>(すいじやく)</small>	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」の方のみ】		
③主にどなたの介護、介助を受けていますか。(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。(1つに○)		
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	
(5) お住まいは一戸建て、また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>こうき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2	からだを動かすことについて	
(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(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
(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 2. いいえ		
【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】		
①外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)		
1. 病気	2. 障害 <small>(しょうがい のうそっちゅう こういしょう)</small> (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. その他 ()	
(9) 外出する際の移動手段は何ですか。(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 ()	

問3 食べることについて		
(1) 身長・体重 (記述式)		
身長 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm	体重 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> 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) 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る機会がありますか。(1つに○)		
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	

問4 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) 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○) (記述式)	
1. 趣味あり	→ ()
2. 思いつかない	
(18) 生きがいがありますか。(1つに○) (記述式)	
1. 生きがいあり	→ ()
2. 思いつかない	

問5		地域での活動について					
(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。 ※① - ⑧それぞれに回答してください(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
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	「銚子プラチナ体操」、 「ふれあい交流サロン」 など介護予防のための 通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥	老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦	町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧	収入のある仕事	1	2	3	4	5	6
(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に <u>参加者として</u> 参加してみたいと思いますか。(1つに○)							
1. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない 4. 既に参加している							
(3) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に <u>企画・運営(お世話役)</u> として参加してみたいと思いますか。(1つに○)							
1. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない 4. 既に参加している							

問6 たすけあいについて	
あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします	
(1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人を教えてください。(いくつでも)	
1. 配偶者	2. 同居の子ども
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣
7. その他()	8. そのような人はいない
(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人を教えてください。(いくつでも)	
1. 配偶者	2. 同居の子ども
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣
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を教えてください。(いくつでも)	
1. 配偶者	2. 同居の子ども
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣
7. その他()	8. そのような人はいない
(4) 反対に、看病や世話をししてあげる人を教えてください。(いくつでも)	
1. 配偶者	2. 同居の子ども
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣
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。(いくつでも)	
1. 自治会・町内会・老人クラブ	2. 社会福祉協議会・民生委員
3. ケアマネジャー	4. 医師・歯科医師・看護師
5. 地域包括支援センター・市役所	6. その他
7. そのような人はいない	

(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つに○)		
1. 毎日ある	2. 週に何度かある	3. 月に何度かある
4. 年に何度かある	5. ほとんどない	
(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。(1つに○) 同じ人には何度会っても1人と数えることとします。		
1. 0人 (いない)	2. 1~2人	3. 3~5人
4. 6~9人	5. 10人以上	
(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(いくつでも)		
1. 近所・同じ地域の人	2. 幼なじみ	3. 学生時代の友人
4. 仕事での同僚・元同僚	5. 趣味や関心が同じ友人	
6. ボランティア等の活動での友人	7. その他	8. いない

問7		日常生活での困りごとについて	
(1) 地域で何らかの日常生活上の支援を必要としている高齢者への手助けについて、あなたの考えに近いものはどれですか。(1つに○)			
1. できる範囲で手助けしたい 2. 手助けしたいが、どのようにすればよいかわからない 3. 手助けしたいが、余裕がない 4. 近所の人に手助けするのは、おせっかいになってしまうので、気が引ける 5. 手助けは市役所や社会福祉協議会など公的機関がするものである 6. 手助けしたくない 7. その他 ()			
(2) 近所の人に手助けしてほしいことは何ですか。(いくつでも)			
1. 買い物	2. ゴミ出し	3. 食事や清掃・洗濯の手伝い	4. 家のまわりの清掃
5. 電球の交換	6. 家の中の修理	7. 話し相手・安否確認の声かけ	8. 通院や外出の送迎
9. 市役所などの手続き支援	10. 災害時の避難支援	11. その他 ()	12. 個人情報を知られたくないので頼まない
13. 今は自身で対応できているので不要			
(3) 近所の人に頼まれたとき、手伝ってあげることができることは何ですか。(いくつでも)			
1. 買い物	2. ゴミ出し	3. 食事や清掃・洗濯の手伝い	4. 家のまわりの清掃
5. 電球の交換	6. 家の中の修理	7. 話し相手・安否確認の声かけ	8. 通院や外出の送迎
9. 市役所などの手続き支援	10. 災害時の避難支援	11. その他 ()	12. 手伝えることがない
13. 手伝いたくない			

(4) 食品や日用品など生活必需品の買い物はどのようにしていますか。(いくつでも)	
1. 徒歩圏内にある小売店で買っている (コンビニ含む)	
2. 大規模店で買っている	3. 移動販売を活用している
4. 買い物代行の利用 (家族・知人含む)	5. 宅配 (生協などのグループ購入含む)
6. 宅配 (ネット注文)	7. その他 ()

問8	健康について
(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つに○)	
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。(1つに○) (「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、○をしてください)	
とても不幸	とても幸せ
0点	1点
2点	3点
4点	5点
6点	7点
8点	9点
10点	
(3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。(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	2. 時々飲む
3. ほとんど飲まない	4. もともと飲まない
(6) タバコは吸っていますか。(1つに○)	
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

問9	これからの生き方や市の取組について
(1) 今後、あなた自身の介護が必要となった場合、どのようにしたいとお考えですか。(1つに○)	
1. 自宅で家族などを中心に介護してもらいたい	
2. 自宅で介護サービスや福祉サービスを活用したい	
3. 老人ホームや病院などに入所(入院)したい	
4. その他()	
(2) 最期をどのように迎えたいか家族と話し合いをしていますか。(1つに○)	
1. 話し合っている(これから話し合う予定)	
2. 話し合っていない	
3. 話し合う人がいない	
4. 話し合う必要性がない	
(3) 最期をむかえる場所はどこを希望しますか。(1つに○)	
1. 自宅 2. 病院 3. 施設 4. その他()	
(4) エンディングノート(終活ノート)を活用していますか。(1つに○)	
1. 活用している	
2. 活用していない	
(5) 地域包括支援センター(総合相談窓口、高齢者の介護予防のお手伝い)をご存じですか。(1つに○)	
1. 知っている	
2. 知らない	
(6) 地域のサービスをまとめた情報冊子「ちょーぴーのやさしさ便利帳」を配布していますが、ご存じですか。(1つに○)	
1. 知っている	
2. 知らない	

「銚子市 介護予防・日常生活圏域二一ス調査」
調査報告書

令和5年3月

発行：銚子市

編集：銚子市 高齢者福祉課

〒288-8601

千葉県銚子市若宮町1番地の1

電話（代表）0479-24-8181

