

和光市 日常生活圏域二一ズ調査 結果報告書

令和 8 年 3 月

和光市

目 次

第1章 調査の概要	1
1. 調査実施の目的	3
2. 調査の対象	3
3. 調査方法・調査期間	3
4. 調査項目	3
5. 回収結果	3
6. 調査結果を見る上での注意事項	3
第2章 調査結果の詳細	5
1. 回答者の基本属性	7
(1) 年齢	7
(2) 圏域	7
(3) 居住年数	7
(4) 家族構成	8
(5) 現在の経済的状況	8
(6) 住まいの形態	8
(7) 最終学歴	9
2. 生活機能について	10
(1) 運動機能	10
(2) 栄養	12
(3) 口腔機能	14
(4) オーラルフレイル	16
(5) 虚弱	21
(6) 閉じこもり	23
(7) 認知機能	28
(8) うつ傾向	36
(9) 日常生活動作	39
(10) フレイル	43
(11) 手段的自立（老研式）	46
(12) 知的能動性（老研式）	50
3. 社会参加・交流、就労、たすけあいについて	54
(1) 社会的役割（老研式）	54
(2) 社会参加・交流	58
(3) 就労	66
(4) たすけあいの状況	70
(5) ルーベンソーシャルネットワークスケール（日本語版LSNS-6）	75
(6) 人生会議（ACP）など	77

4. 健康について	79
(1) 主観的健康観	79
(2) 幸福感	79
(3) 疾病	88
(4) 健康診断の受診状況	89
(5) かかりつけ医の有無	89
(6) 飲酒	90
(7) 喫煙	90
(8) 運動や栄養改善への関心	91
5. 和光市の介護保険事業について	92
(1) 和光市の介護保険事業への評価	92
(2) 和光市の介護保険事業の満足度	92
 第3章 調査結果の総括	 93
1. 生活機能について	95
2. 社会参加・交流、就労、たすけあいについて	96
3. 健康について	96
4. 和光市の介護保険事業について	96

第 1 章 調査の概要

1. 調査実施の目的

高齢者の健康増進や地域課題の把握のため、国の「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」の項目に市独自の項目を加えた、健康等に関するアンケート調査を実施した。次期介護保険事業計画策定に向け、要介護状態になる前の高齢者のリスクの発生や社会参加状況等の把握を主な目的としている。

2. 調査の対象

抽出基準日：令和7年10月22日現在

在宅の65歳以上の市民5,419人（施設入所者及び要介護3以上の方を除く）

3. 調査方法・調査期間

調査方法：郵送による配布、回収

調査期間：令和7年11月26日（水）～令和7年12月19日（金） ※お礼兼督促はがき1回発送

4. 調査項目

- ・ 家族や生活状況について
- ・ 記憶・認知症について
- ・ 毎日の生活状況について
- ・ 日常生活動作について
- ・ 外出について
- ・ 社会参加・交流、就労、たすけあいについて
- ・ 運動・転倒防止について
- ・ 健康について
- ・ 栄養・食事・口腔について
- ・ 和光市の介護保険事業について

5. 回収結果

	発送数	有効回収数	有効回収率
合 計	5,419件	3,778件	69.7%

6. 調査結果を見る上での注意事項

- ・ 本文、表、グラフなどに使われる「n」は、各設問に対する回答者数である。
- ・ 百分率（％）の計算は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示した。したがって、単数回答（1つだけ選ぶ問）においても、四捨五入の影響で、％を足し合わせて100％にならない場合がある。
- ・ 複数回答（2つ以上選んでよい問）においては、％の合計が100％を超える場合がある。
- ・ 本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部簡略化している場合がある。
- ・ 回答者数が30未満の場合、比率が上下しやすいため、傾向を見るにとどめ、本文中では触れていない場合がある。
- ・ グラフ中の割合が0％になる場合の表記は「-」で表記している。
- ・ リスク集計は、1つでも無回答があれば判定できないため、該当設問の全てに回答されている場合のみ集計に含まれる。

第1章 調査の概要

- ・本文中に出てくる「基本チェックリスト」とは、65歳以上の高齢者に対して心身の機能の衰えをチェックするためのもので、質問項目は以下の表の25項目となっている。

基本チェックリスト

問番号		設問	項目
問 2	Q1	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）	生活機能
	Q2	自分で食品・日用品の買物をしていますか。	
	Q5	自分で預貯金の出し入れをしていますか。	
	Q10	友人の家を訪ねていますか。	
	Q11	家族や友人の相談にのっていますか。	
問 4	Q1	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。	運動機能
	Q2	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。	
	Q3	15分位続けて歩いていますか。	
	Q4	過去1年間に転んだ経験がありますか。	
	Q5	転倒に対する不安は大きいですか。	
問 5	Q1	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。	栄養状態
	Q2	身長と体重をご記入ください。	
問 5	Q3	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	口腔機能
	Q4	お茶や汁物等でむせることがありますか。	
	Q5	口の渇きが気になりますか。	
問 3	Q1	週に1回以上は外出していますか。	閉じこもり 傾向
	Q2	昨年と比べて外出の回数が減っていますか。	
問 6	Q2	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか。	認知機能
	Q3	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。	
	Q4	今日が何月何日かわからないときがありますか。	
問 9	Q11	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない。	うつ傾向
	Q12	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった。	
	Q13	（ここ2週間）前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる。	
	Q14	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない。	
	Q15	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする。	

第2章 調査結果の詳細

1. 回答者の基本属性

(1) 年齢

図表 年齢-性別

	調査数	65～74 歳			75 歳以上				
		65～69 歳	70～74 歳	小計	75～79 歳	80～84 歳	85～89 歳	90 歳以上	小計
全 体	3,778 100.0%	865 22.9%	654 17.3%	1,519 40.2%	980 25.9%	708 18.7%	389 10.3%	182 4.8%	2,259 59.8%
男 性	1,718 100.0%	423 24.6%	304 17.7%	727 42.3%	467 27.2%	310 18.0%	144 8.4%	70 4.1%	991 57.7%
女 性	2,060 100.0%	442 21.5%	350 17.0%	792 38.4%	513 24.9%	398 19.3%	245 11.9%	112 5.4%	1,268 61.6%

(2) 圏域

図表 圏域-性別

	調査数	北	北第二	中央	中央第二	南
全 体	3,778 100.0%	631 16.7%	778 20.6%	645 17.1%	505 13.4%	1,219 32.3%
男 性	1,718 100.0%	284 16.5%	363 21.1%	300 17.5%	214 12.5%	557 32.4%
女 性	2,060 100.0%	347 16.8%	415 20.1%	345 16.7%	291 14.1%	662 32.1%

(3) 居住年数

図表 居住年数-性別

	調査数	1 年未満	1 年以上 5 年未満	5 年以上 10 年未満	10 年以上 20 年未満	20 年以上 30 年未満	30 年以上	無回答
全 体	3,778 100.0%	59 1.6%	92 2.4%	119 3.1%	314 8.3%	662 17.5%	2,463 65.2%	69 1.8%
男 性	1,718 100.0%	28 1.6%	38 2.2%	58 3.4%	127 7.4%	321 18.7%	1,115 64.9%	31 1.8%
女 性	2,060 100.0%	31 1.5%	54 2.6%	61 3.0%	187 9.1%	341 16.6%	1,348 65.4%	38 1.8%

第2章 調査結果の詳細

(4) 家族構成

図表 家族構成-性別

	調査数	一人暮らし	夫婦二人暮らし (配偶者65歳以上)	夫婦二人暮らし (配偶者64歳以下)	息子・娘との 二世帯	その他	無回答
全 体	3,778 100.0%	857 22.7%	1,374 36.4%	247 6.5%	690 18.3%	484 12.8%	126 3.3%
男 性	1,718 100.0%	307 17.9%	705 41.0%	179 10.4%	257 15.0%	207 12.0%	63 3.7%
女 性	2,060 100.0%	550 26.7%	669 32.5%	68 3.3%	433 21.0%	277 13.4%	63 3.1%

(5) 現在の経済的状況

図表 経済状況-性別

	調査数	大変 苦しい	やや 苦しい	ふつう	やや ゆとりが ある	大変 ゆとりが ある	無回答
全 体	3,778 100.0%	232 6.1%	747 19.8%	2,289 60.6%	348 9.2%	77 2.0%	85 2.2%
男 性	1,718 100.0%	115 6.7%	371 21.6%	1,003 58.4%	156 9.1%	35 2.0%	38 2.2%
女 性	2,060 100.0%	117 5.7%	376 18.3%	1,286 62.4%	192 9.3%	42 2.0%	47 2.3%

(6) 住まいの形態

図表 住まいの形態-性別

	調査数	持家 (一戸建て)	持家 (集合住宅)	公営 賃貸住宅	民間 賃貸住宅 (一戸建て)	民間 賃貸住宅 (集合住宅)	借家	その他	無回答
全 体	3,778 100.0%	1,533 40.6%	1,534 40.6%	178 4.7%	28 0.7%	361 9.6%	29 0.8%	36 1.0%	79 2.1%
男 性	1,718 100.0%	671 39.1%	719 41.9%	64 3.7%	13 0.8%	188 10.9%	14 0.8%	13 0.8%	36 2.1%
女 性	2,060 100.0%	862 41.8%	815 39.6%	114 5.5%	15 0.7%	173 8.4%	15 0.7%	23 1.1%	43 2.1%

(7) 最終学歴

図表 最終学歴-性別

	調査数	中学校	高等学校	高等専門 学校、短大、 専門学校	大学	大学院	その他	無回答
全 体	3,778 100.0%	510 13.5%	1,462 38.7%	646 17.1%	891 23.6%	65 1.7%	33 0.9%	171 4.5%
男 性	1,718 100.0%	216 12.6%	561 32.7%	132 7.7%	647 37.7%	57 3.3%	14 0.8%	91 5.3%
女 性	2,060 100.0%	294 14.3%	901 43.7%	514 25.0%	244 11.8%	8 0.4%	19 0.9%	80 3.9%

2. 生活機能について

(1) 運動機能

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、運動機能に関する5つの設問に対する回答から、高齢者の運動機能を判断しました。

具体的には、以下の設問5問中3問以上に該当した場合、運動機能の低下あり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問4 Q1	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
Q2	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
Q3	15分位続けて歩いていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
Q4	過去1年間に転んだ経験がありますか。	「何度もある」or「1度ある」
Q5	転倒に対する不安は大きいですか。	「とても不安である」or「やや不安である」

■評価結果

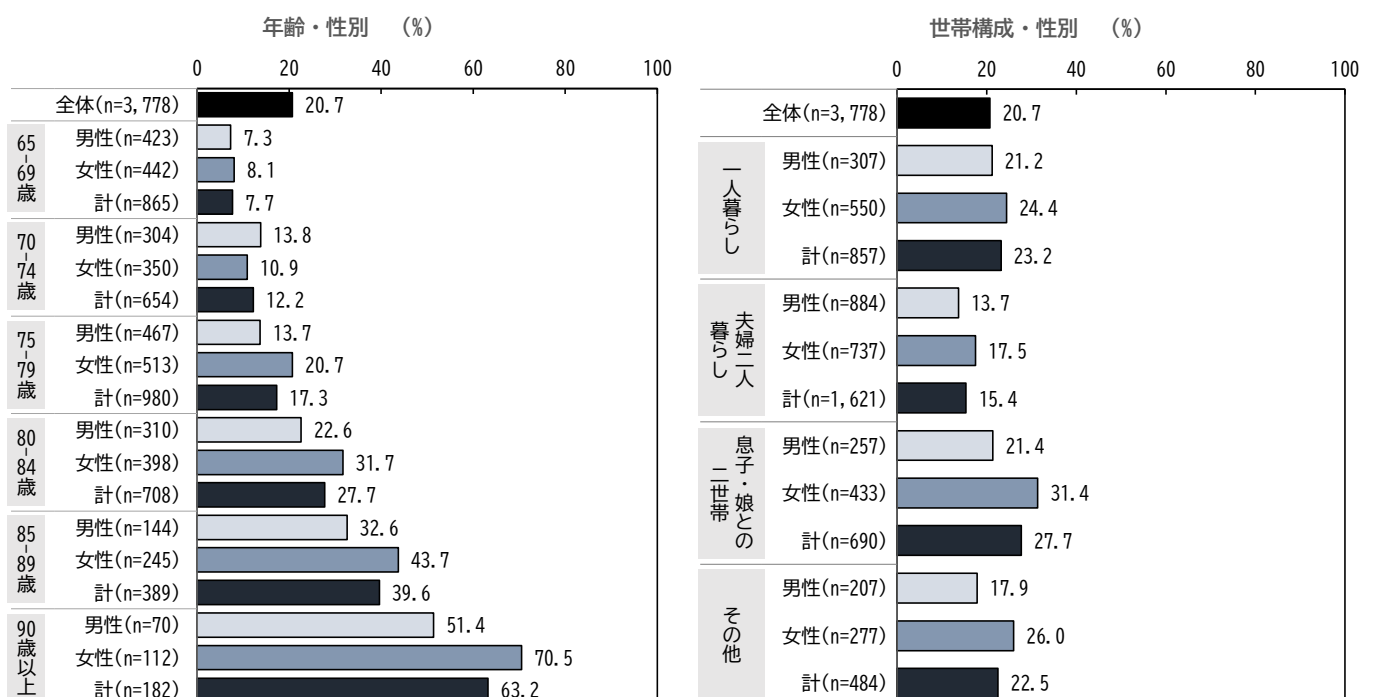
リスク該当者割合は、全体では20.7%となっています。

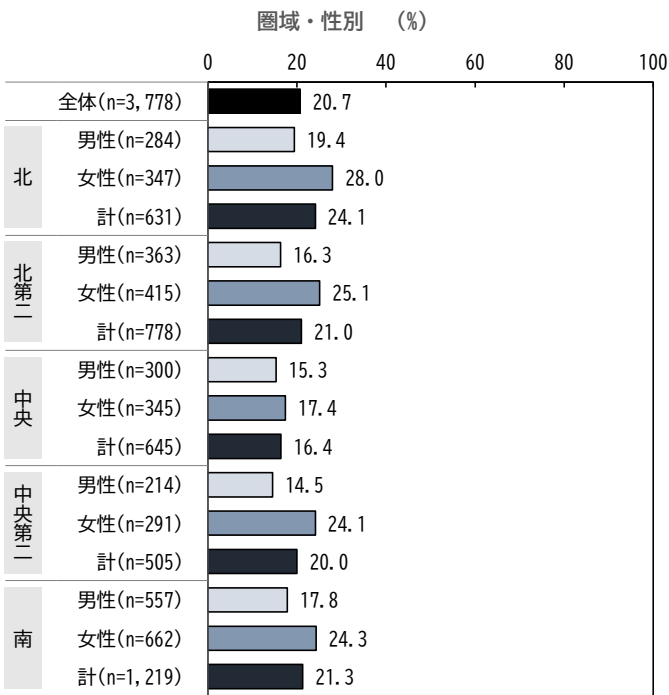
年齢・性別でみると、男性女性ともに年齢が上がるほど高くなっており、90歳以上の女性が70.5%と最も高くなっています。70-74歳を除いて、男性より女性が高くなっています。

世帯構成・性別でみると、息子・娘との二世帯の女性が31.4%と最も高くなっています。

圏域・性別でみると、北の女性が28.0%と他の地区に比べて高くなっています。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別





(2) 栄養

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、栄養に関する設問に対する回答から、低栄養のリスクを判断しました。

具体的には、以下の設問2問中2問に該当した場合、低栄養のリスクあり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問 5 Q1	6か月間で2～3kg 以上の体重減少がありましたか。	「はい」
Q2	身長と体重をご記入ください。	BMI※<18.5

※BMI（肥満度を表す指標）：体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）によって求められる。
（18.5未満で「低体重（やせ）」、25以上で「肥満」）

■評価結果

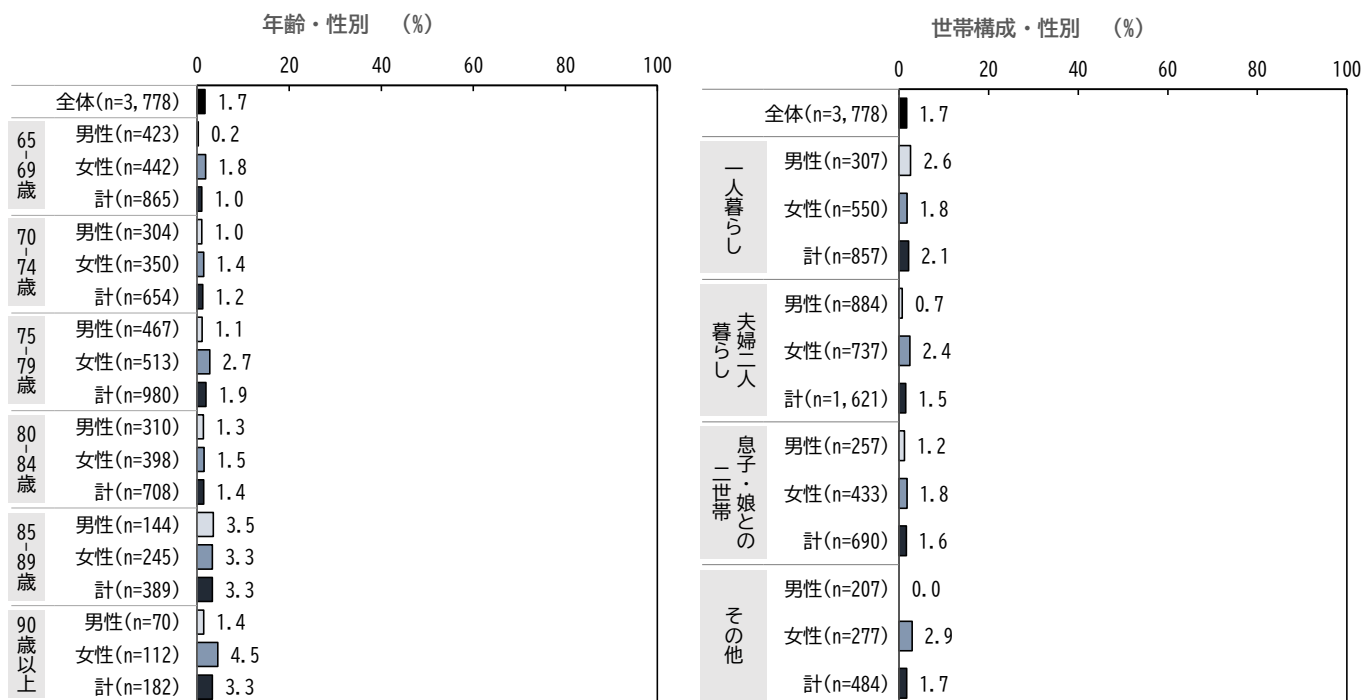
リスク該当者割合は、全体では1.7%となっており、他の項目と比較して該当者が非常に少なくなっています。

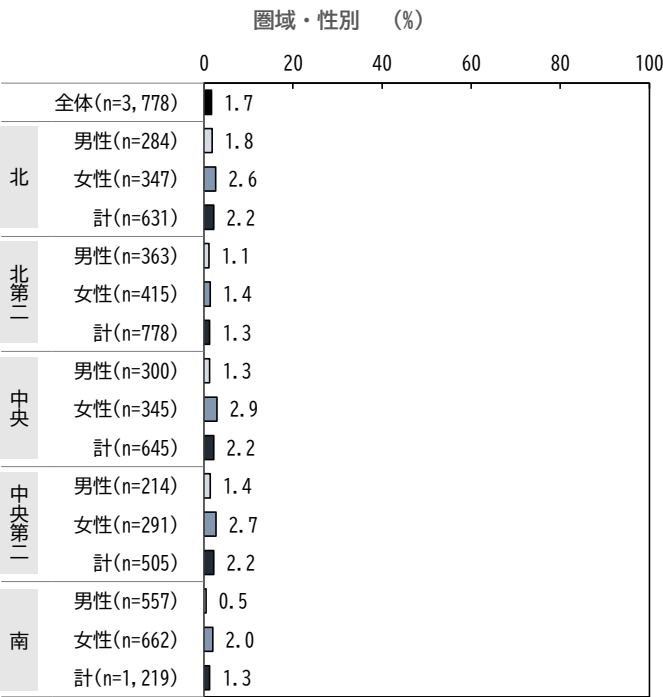
年齢・性別でみると、90歳以上の女性のリスク該当者割合が4.5%と最も高くなっています。

世帯構成・性別でみると、その他の女性が2.9%と他の世帯に比べて割合が高くなっています。

圏域・性別でみると、中央の女性が2.9%と他の地区に比べて高くなっています。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別





(3) 口腔機能

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、口腔機能に関する設問に対する回答から、口腔機能のリスクを判断しました。

具体的には、以下の設問3問中2問以上に該当した場合、口腔機能のリスクあり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問5	Q3 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	「はい」
	Q4 お茶や汁物等でむせることがありますか。	「はい」
	Q5 口の渇きが気になりますか。	「はい」

■評価結果

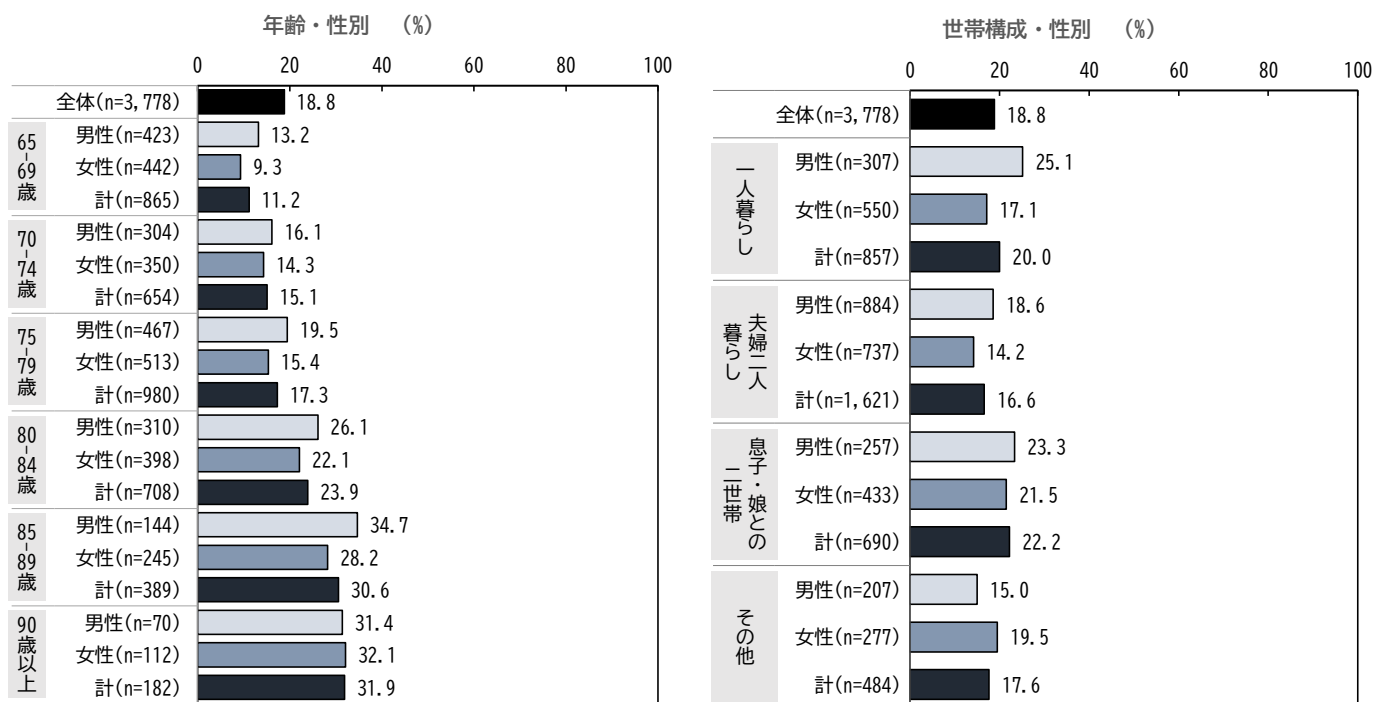
リスク該当者割合は、全体では18.8%となっています。

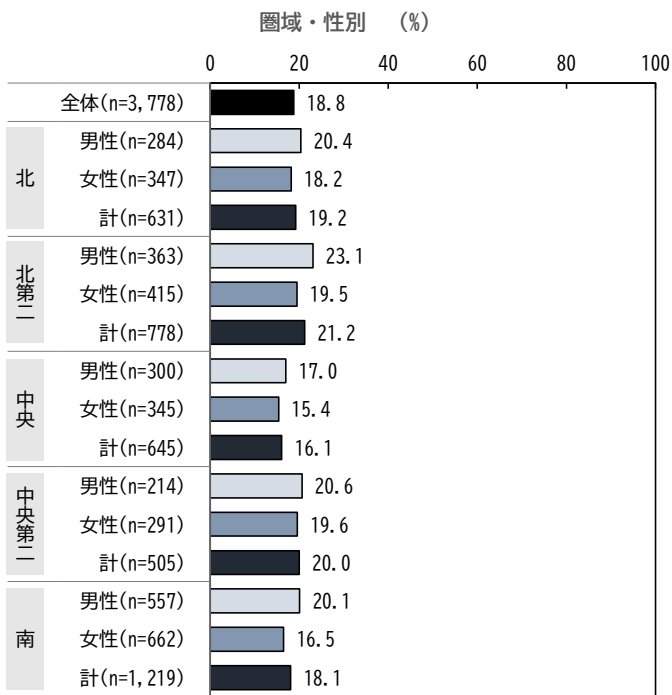
年齢・性別でみると、年齢が上がるほどおおむね高くなっており、85～89歳の男性が34.7%と最も高くなっています。

世帯構成・性別でみると、一人暮らしの男性が25.1%と他の世帯に比べて割合が高くなっています。

圏域・性別でみても、大きな差はみられませんでした。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別





(4) オーラルフレイル

■該当設問と評価

オーラルフレイルは、口のフレイル（虚弱）で、口の機能低下を判断します。

オーラルフレイルは、以下の8問についての回答を、11点満点で評価し、4点以上を「口腔リスク高（オーラルフレイルの危険性が高い）」、3点を「口腔リスク中（オーラルフレイルの危険性あり）」、2点以下を「口腔リスク低（オーラルフレイルの危険性が低い）」と評価しています。

問番号	設問	該当選択肢	点数
問3 Q2	昨年と比べて外出の回数が減っていますか。	「とても減っている」「減っている」	1点
問5 Q3	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	「はい」	2点
Q4	お茶や汁物等でむせることがありますか。	「はい」	2点
Q5	口の渇きが気になりますか。	「はい」	1点
Q6	歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。	「はい(1日1回)」 「いいえ」	1点
Q7	歯の数と入れ歯の利用状況	「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」 「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」	2点
Q10	さきイカ・たくあんくらいの堅さの食べ物をかむことができますか。	「いいえ」	1点
Q11	1年に1回以上、歯医者に行きますか。	「いいえ」	1点

■評価結果

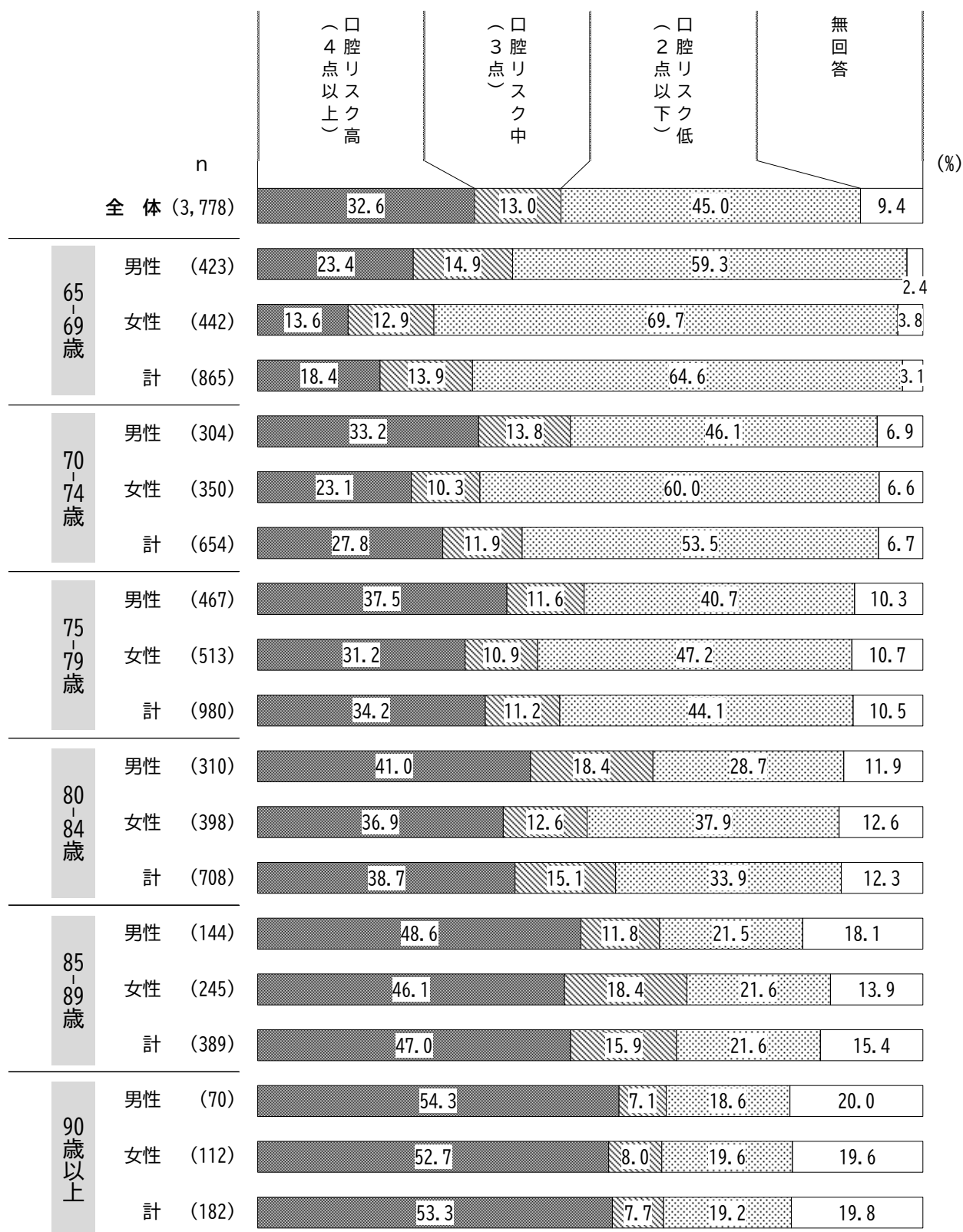
「口腔リスク高」（4点以上）をリスク該当者とした割合は、全体では32.6%となっています。

年齢・性別でみると、90歳以上の男性で54.3%と最も高く、年齢が上がるほどリスク割合も高くなっています。

世帯構成・性別でみると、どの世帯も女性より男性のリスク割合が高く、一人暮らしの男性が41.0%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

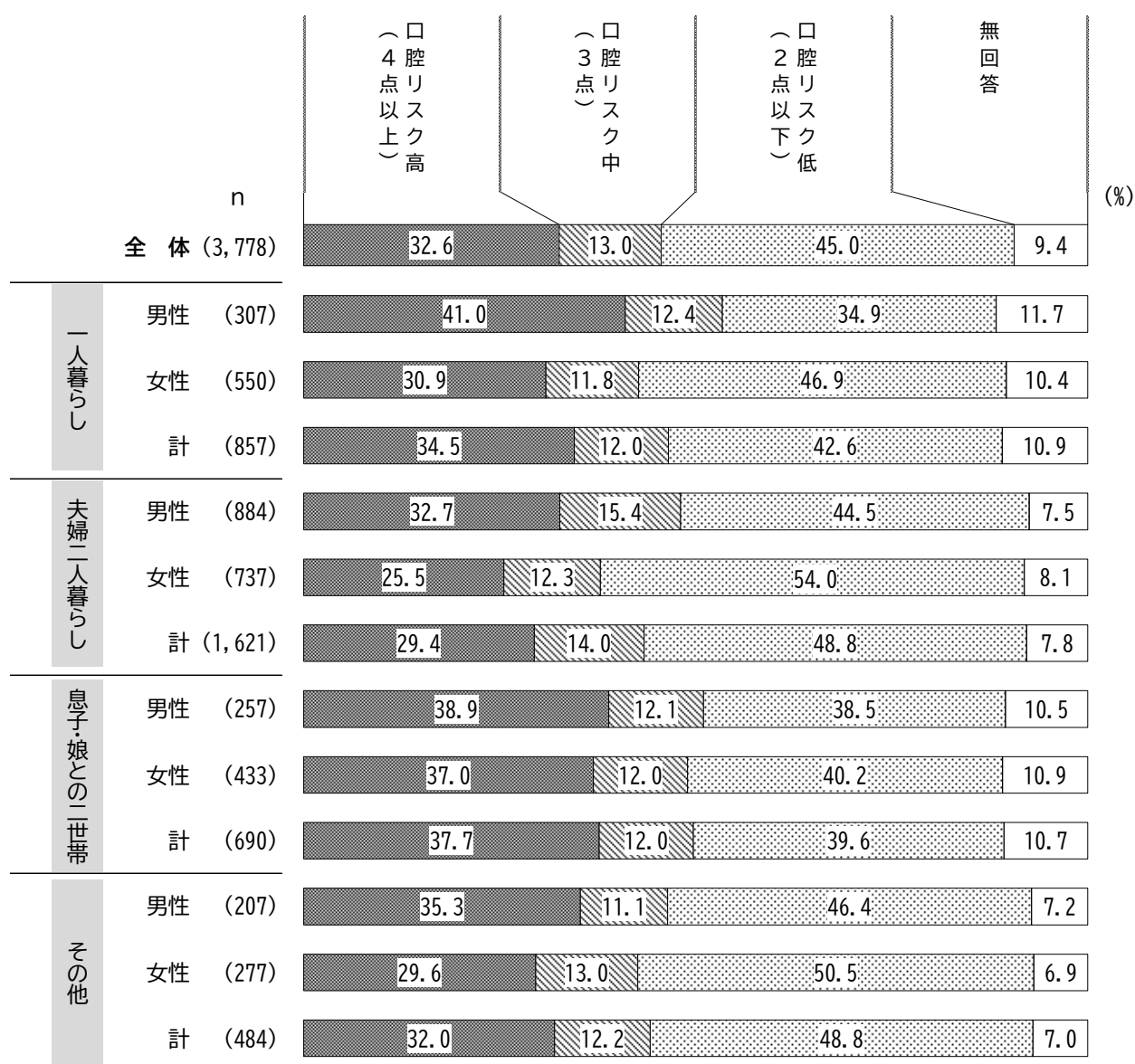
圏域・性別でみると、北第二の男性で38.6%と他の地区と比較して高くなっています。

図表 点数割合－年齢・性別

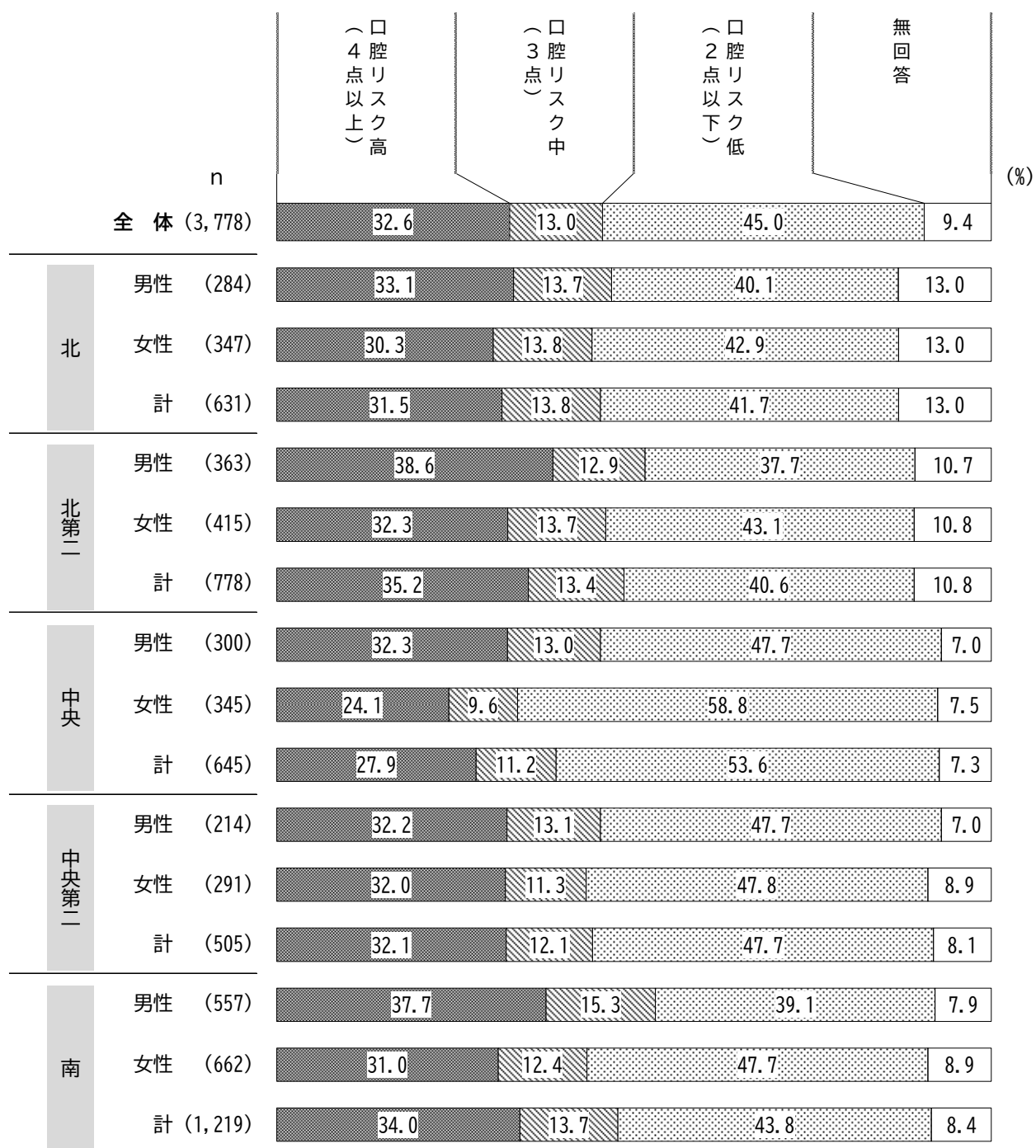


第2章 調査結果の詳細

図表 点数割合－世帯構成・性別



図表 点数割合－圏域・性別

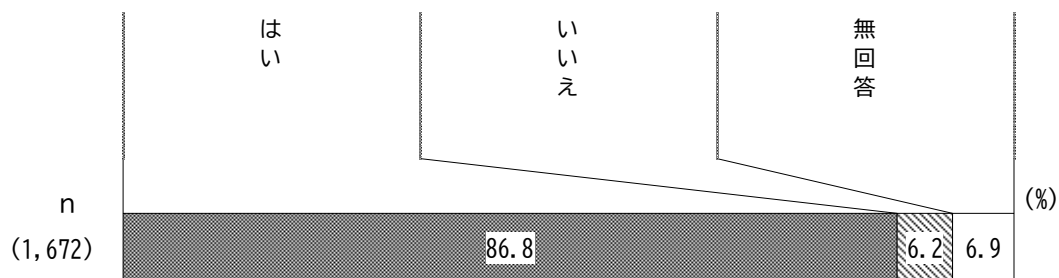


■関連する設問

問 (入れ歯を利用している方のみ) 毎日入れ歯の手入れをしていますか。

入れ歯を利用している方に入れ歯を毎日手入れしているかを聞くと、「はい」(手入れしている)が86.8%を占めており、6.2%は「いいえ」(していない)と回答しています。

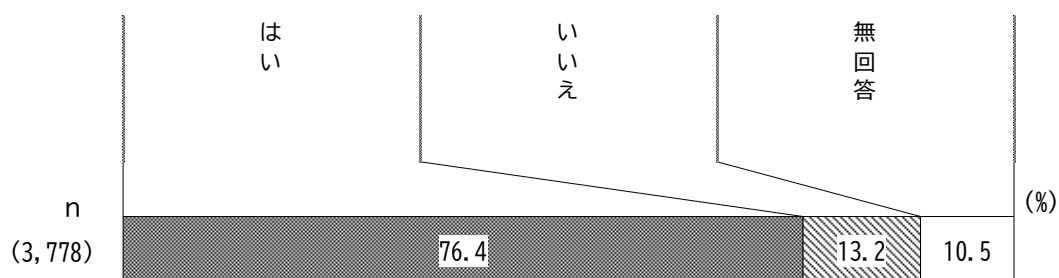
図表 入れ歯の手入れ



問 噛み合わせは良いですか。

噛み合わせが良いかについては、「はい」(良い)が76.4%、「いいえ」(良くない)が13.2%と回答しています。

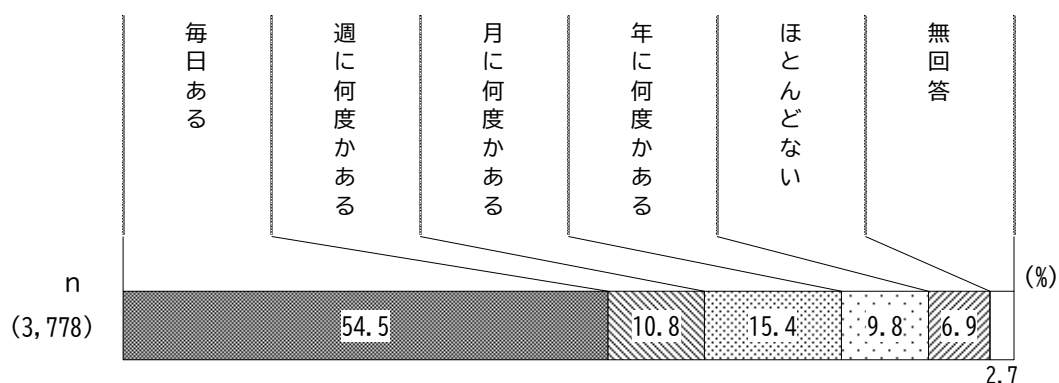
図表 噛み合わせが良い



問 どなたかと食事をとる機会がありますか。

食事をとる機会があるかについては、「毎日ある」が54.5%で最も高く、次いで「月に何度かある」15.4%、「年に何度かある」10.8%、「週に何度かある」9.8%の順となっています。「ほとんどない」の孤食の割合は6.9%にとどまっています。

図表 共食の頻度



(5) 虚弱

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、うつ予防の5問を除いた20の設問に対する回答から、生活機能の低下のおそれがある方（虚弱）を判断しました。

具体的には、以下の設問20問中10問以上に該当した場合、生活機能の低下のおそれあり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問 2	Q1 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）	「できるけどしていない」or「できない」
	Q2 自分で食品・日用品の買物をしていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
	Q5 自分で預貯金の出し入れをしていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
	Q10 友人の家を訪ねていますか。	「いいえ」
	Q11 家族や友人の相談にのっていますか。	「いいえ」
問 3	Q1 週に1回以上は外出していますか。	「ほとんど外出しない」or「週1回」
	Q2 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。	「とても減っている」or「減っている」
問 4	Q1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
	Q2 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
	Q3 15分位続けて歩いていますか。	「できるけどしていない」or「できない」
	Q4 過去1年間に転んだ経験がありますか。	「何度もある」or「1度ある」
	Q5 転倒に対する不安は大きいですか。	「とても不安である」or「やや不安である」
問 5	Q1 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。	「はい」
	Q2 身長と体重をご記入ください。	BMI※<18.5
	Q3 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	「はい」
	Q4 お茶や汁物等でむせることがありますか。	「はい」
	Q5 口の渇きが気になりますか。	「はい」
問 6	Q2 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか。	「はい」
	Q3 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。	「いいえ」
	Q4 今日が何月何日かわからないときがありますか。	「はい」

※BMI（肥満度を表す指標）：体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）によって求められる。
（18.5未満で「低体重（やせ）」、25以上で「肥満」）

■評価結果

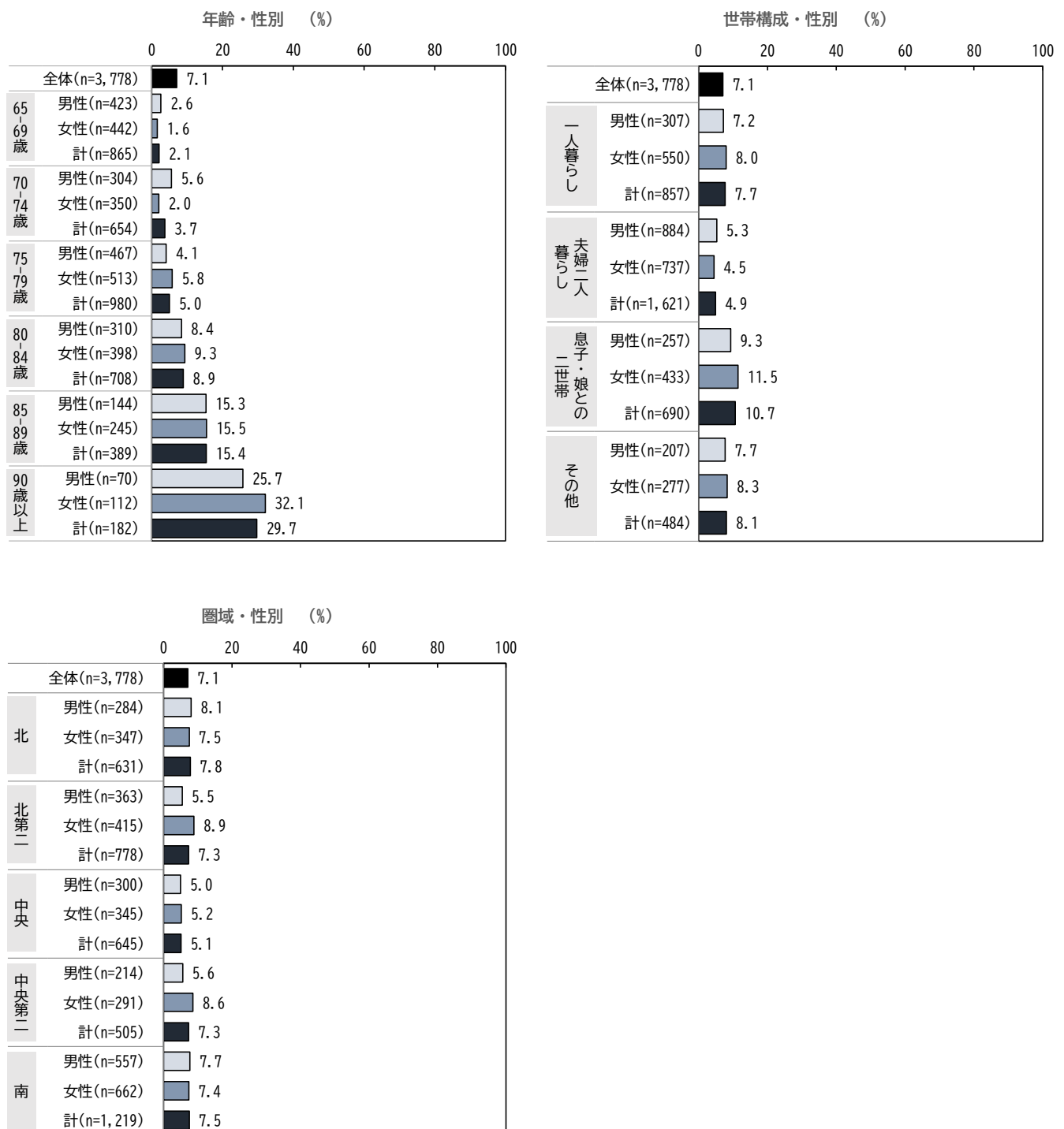
リスク該当者割合は、全体では7.1%となっています。

年齢・性別でみると、年齢が上がるほど割合が高くなっており、特に85歳以上になると急激に該当者が増える傾向がうかがえます。

世帯構成・性別でみると、息子・娘との二世帯の女性が11.5%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

圏域・性別でみると、北第二で8.9%、中央第二で8.6%とリスク該当者割合が他の地区と比較して高くなっています。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別



(6) 閉じこもり

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、閉じこもりに関する設問に対する回答から、閉じこもりのリスクを判断しました。

具体的には、以下の設問2問中1問以上に該当した場合、閉じこもりの傾向あり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問3 Q1	週に1回以上は外出していますか。	「ほとんど外出しない」or「週1回」
Q2	昨年と比べて外出の回数が減っていますか。	「とても減っている」or「減っている」

■評価結果

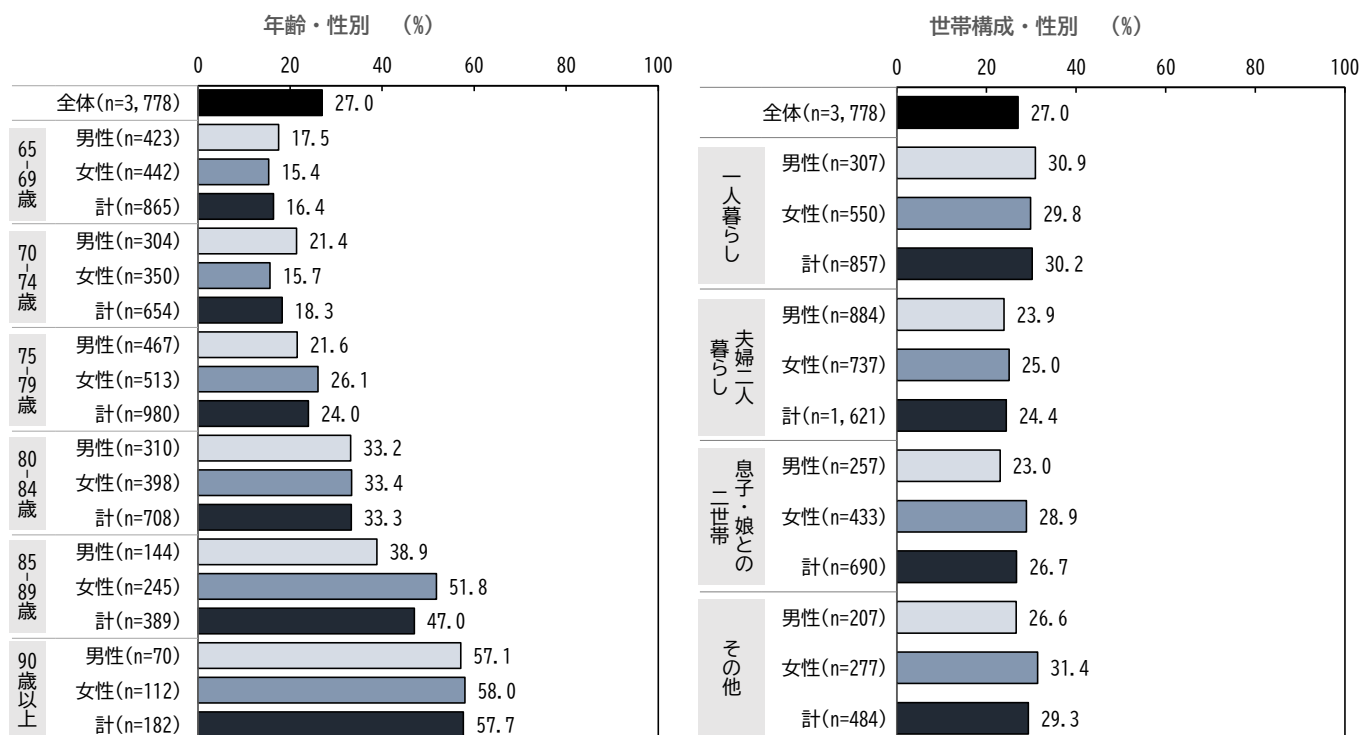
リスク該当者割合は、全体では27.0%となっています。

年齢・性別でみると、男女ともに年齢が上がるほど高くなっており、90歳以上の女性で58.0%と最も高くなっています。

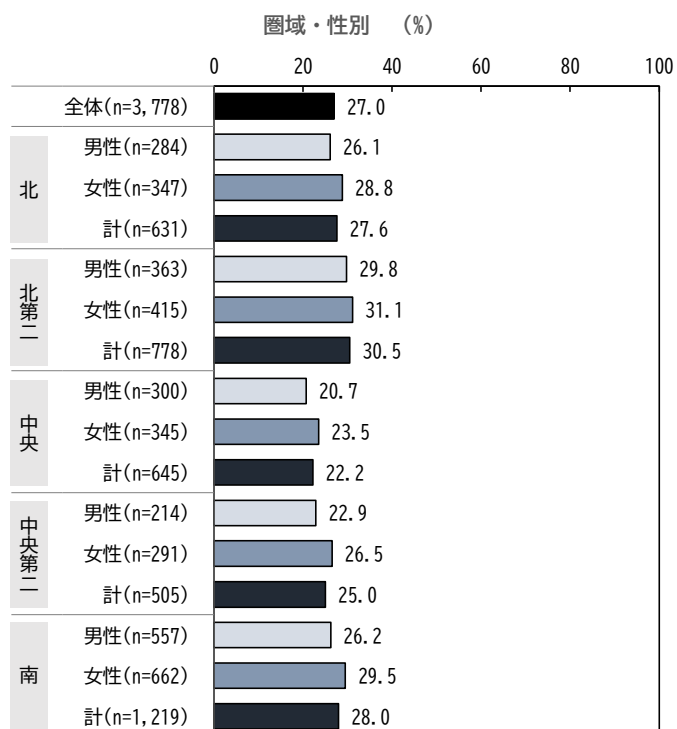
世帯構成・性別でみると、その他の女性が31.4%と他の世帯と比較して高くなっています。

圏域・性別でみると、北第二でリスク該当者割合が30.5%と他の地区と比較して高くなっています。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別

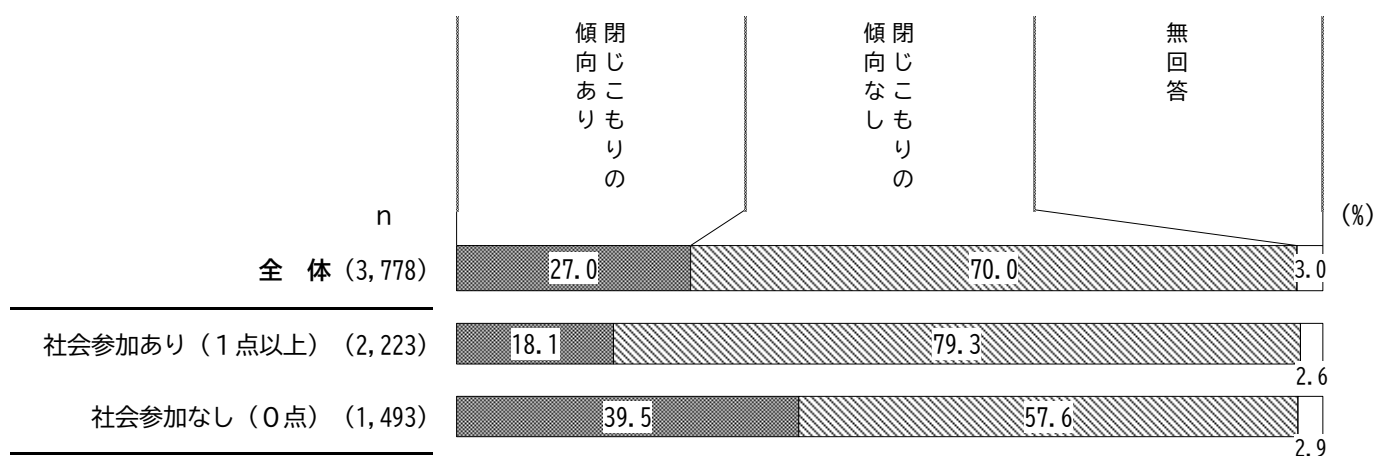


第2章 調査結果の詳細



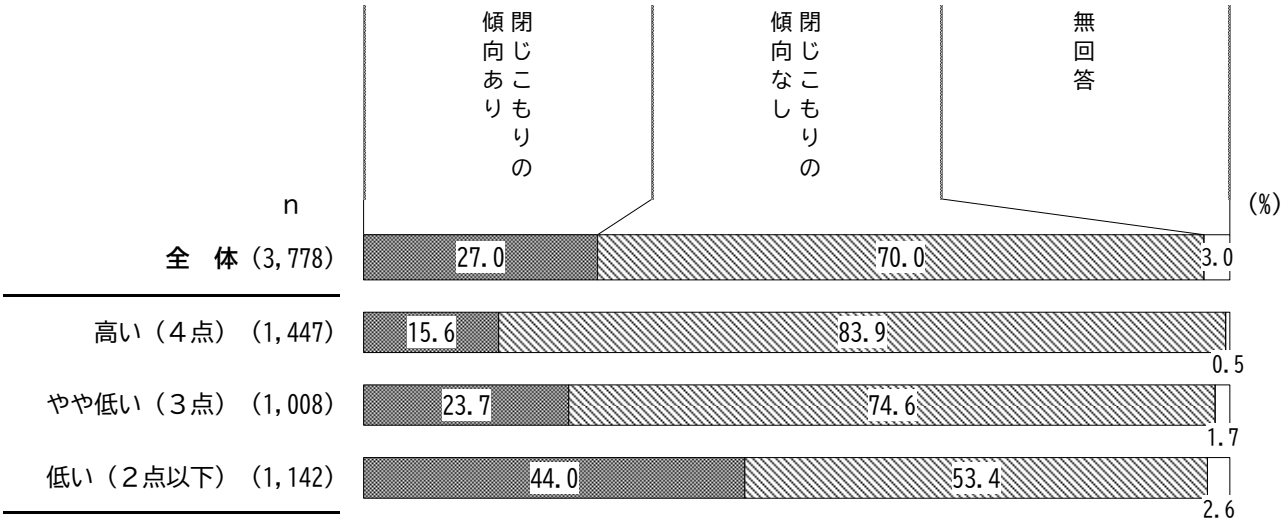
社会参加の有無別でみると、社会参加なしでは「閉じこもりの傾向あり」が39.5%で、社会参加あり（18.1%）よりも21.4ポイント高くなっています。

図表 リスク該当者割合－社会参加の有無別



社会的役割別（老研式）でみると、社会的役割が低いほど、閉じこもりリスク割合が高くなる傾向にあり、役割が低い方（2点以下）では「閉じこもりの傾向あり」が44.0%となっています。

図表 リスク該当者割合－社会的役割別（老研式）

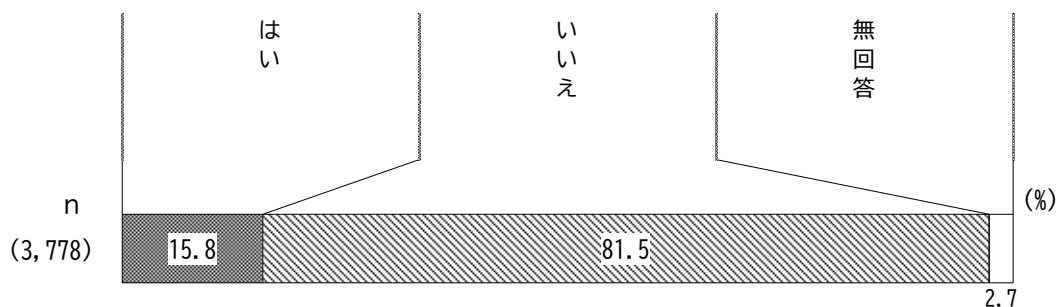


■関連する設問

問 外出を控えていますか。

外出を控えているかについて聞いたところ、「はい」（控えている）が15.8%、「いいえ」（控えていない）が81.5%と回答しています。

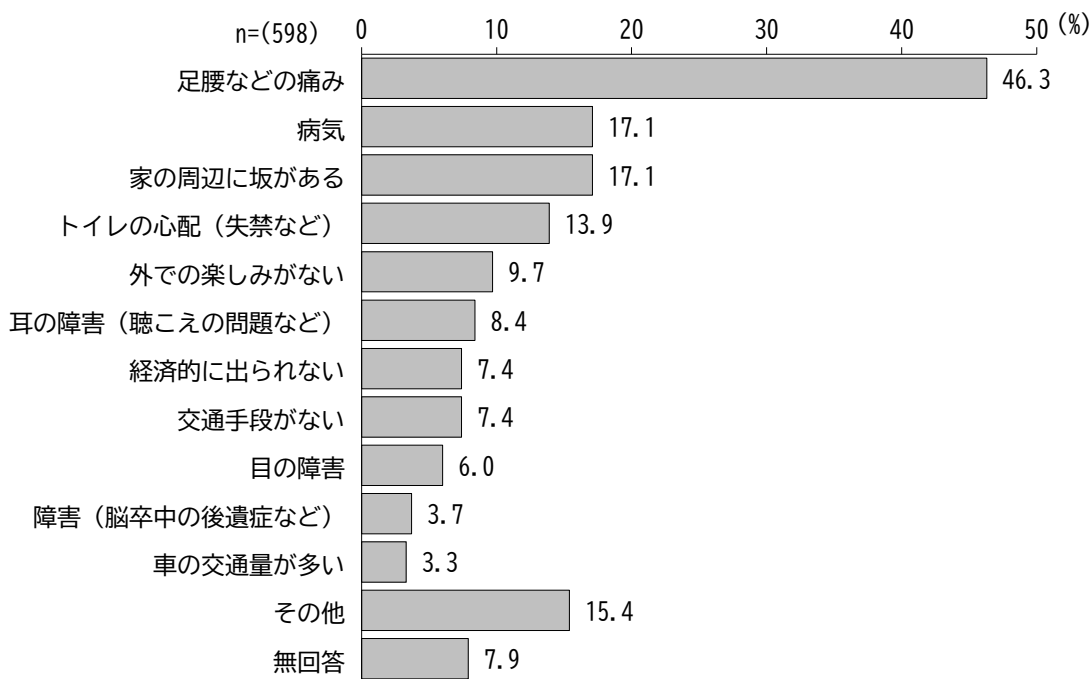
図表 外出控えの有無



問 外出を控えている理由は、次のどれですか。

外出を控えていると回答した598人にその理由を質問したところ、「足腰などの痛み」が46.3%と最も高く、次いで「病気」17.1%、「家の周辺に坂がある」17.1%、「トイレの心配（失禁など）」13.9%などの順になっています。「その他」の内容では、インフルエンザ・新型コロナウイルスの感染不安、面倒・億劫、夫や妻の介護といった回答がありました。

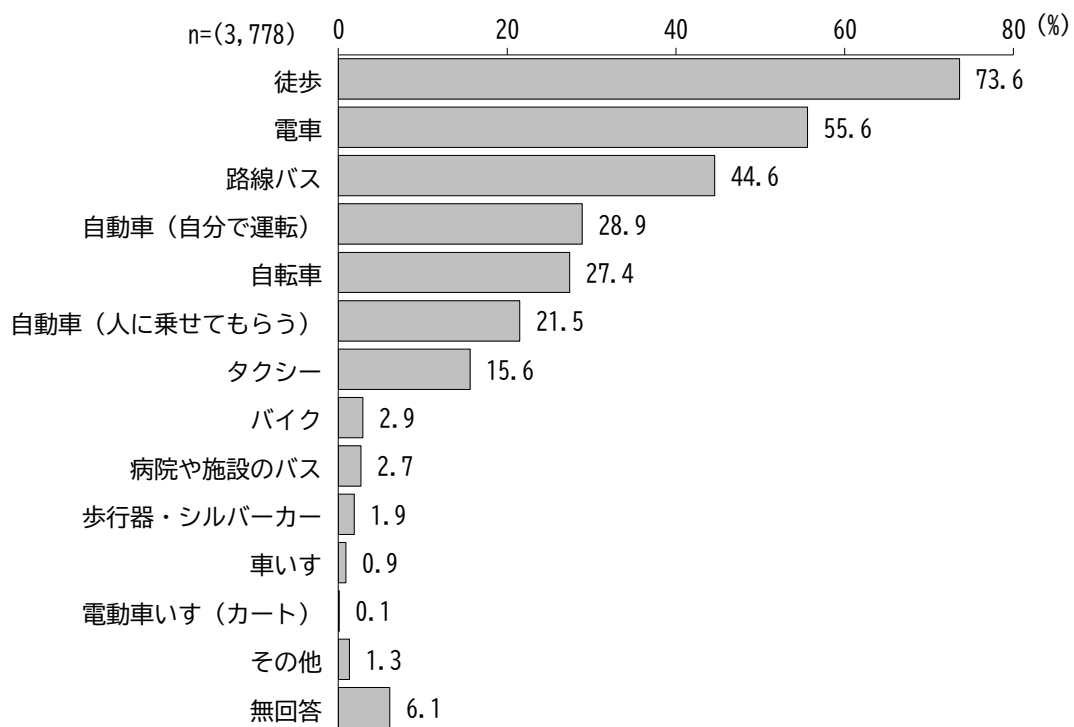
図表 外出を控える理由（複数回答）



問 外出する際の移動手段は何ですか。

外出する際の移動手段としては、「徒歩」が73.8%と最も高く、次いで「電車」55.6%、「路線バス」44.6%、「自動車（自分で運転）」28.9%、「自転車」27.4%などが続いています。

図表 外出時の移動手段（複数回答）



(7) 認知機能

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、認知機能に関する設問に対する回答から、認知機能低下のリスクを判断しました。

具体的には、以下の設問3問中1問以上に該当した場合、認知機能の低下あり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問6 Q2	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか。	「はい」
Q3	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。	「いいえ」
Q4	今日が何月何日かわからないときがありますか。	「はい」

■評価結果

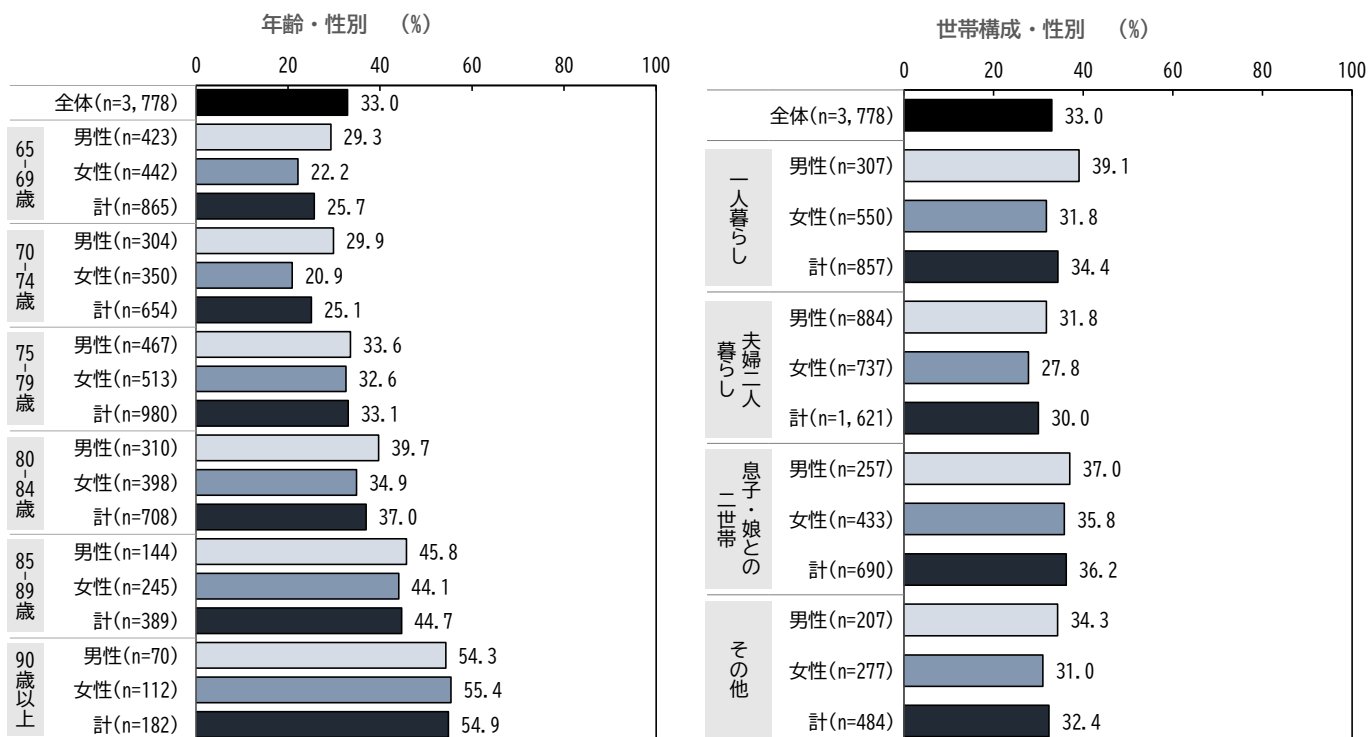
リスク該当者割合は、全体では33.0%となっています。

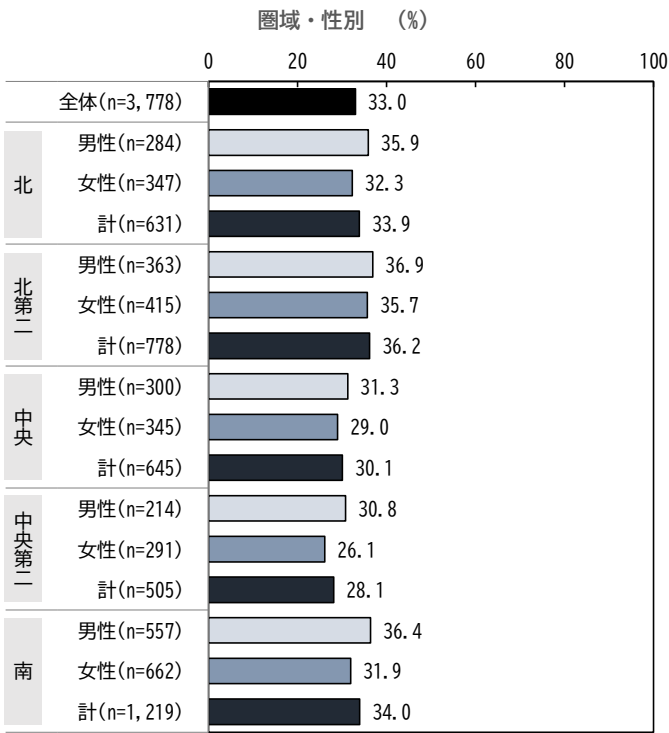
年齢・性別でみると、年齢が上がるほど割合が高くなっており、90歳以上の女性で55.4%と最も高くなっています。

世帯構成・性別でみると、一人暮らしの男性が39.1%と他の世帯と比較して高くなっています。

圏域・性別でみると、北第二で36.2%と最も高くなっていますが、大きな地区差はみられませんでした。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別



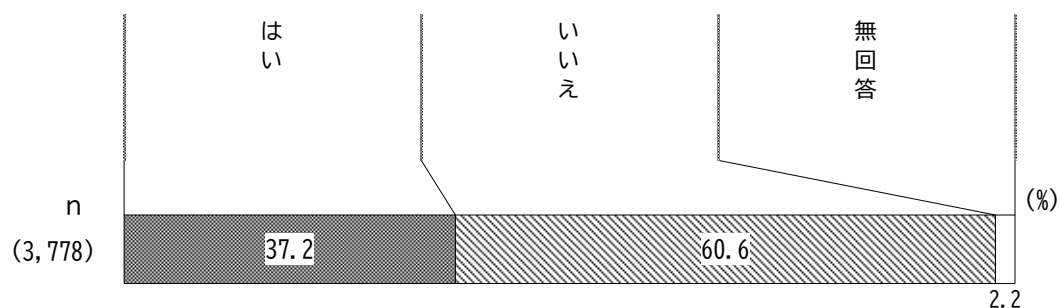


■関連する設問

問 物忘れが多いと感じますか。

物忘れが多いと感じるかについては、37.2%が「はい」（感じる）と回答しています。

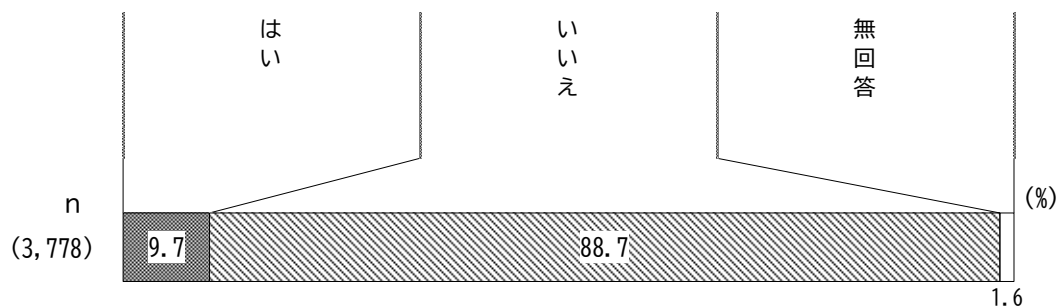
図表 物忘れの多さ



問 認知症の症状がありますか。又は家族に認知症の症状のある人がいますか。

自身や家族に認知症症状があるかについては、88.7%が「いいえ」と回答しています。

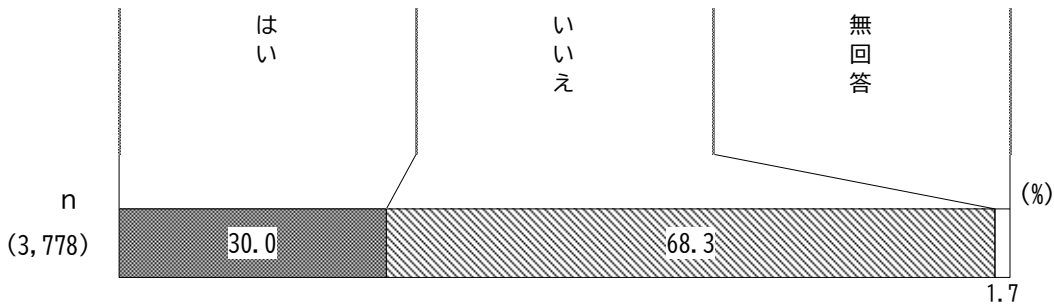
図表 自身や家族に認知症症状がある



問 認知症に関する相談窓口を知っていますか。

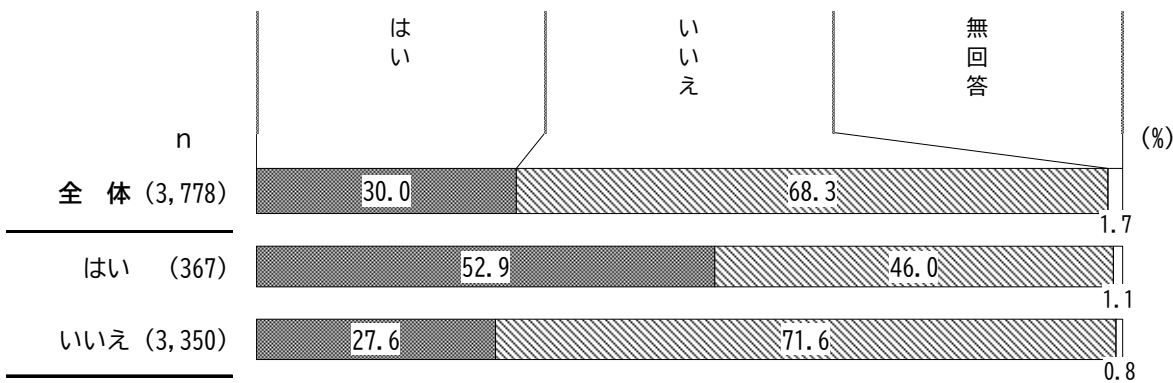
認知症に関する相談窓口を知っているかについては、68.3%が「いいえ」と回答しています。

図表 認知症に関する相談窓口を知っている



自身や家族の認知症症状の有無別でみると、認知症症状がある（はい）では「はい」が52.9%で、認知症症状がある（いいえ、27.6%）よりも25.3ポイント高くなっています。

図表 認知症に関する相談窓口を知っている－自身や家族の認知症症状の有無別

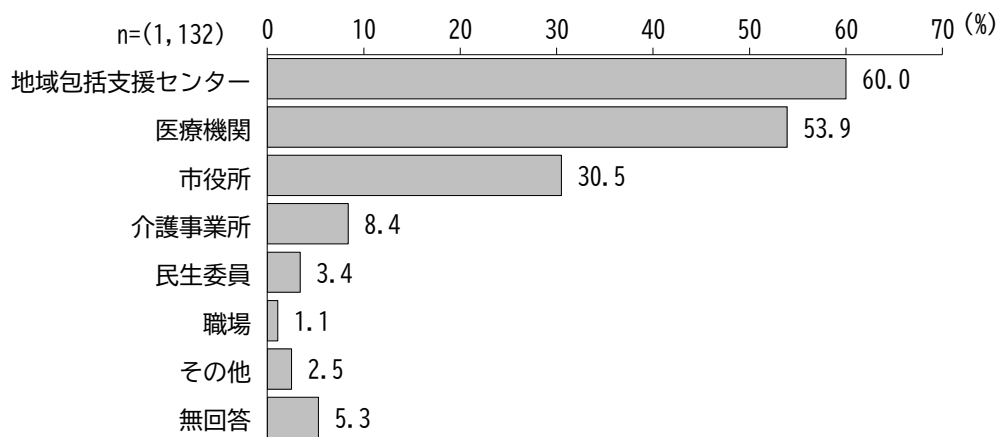


第2章 調査結果の詳細

問 どこに相談したいですか（またはしたことがありますか）。

相談したい場所としては、「地域包括支援センター」が60.0%と最も高く、次いで「医療機関」53.9%、「市役所」30.5%などが続いています。

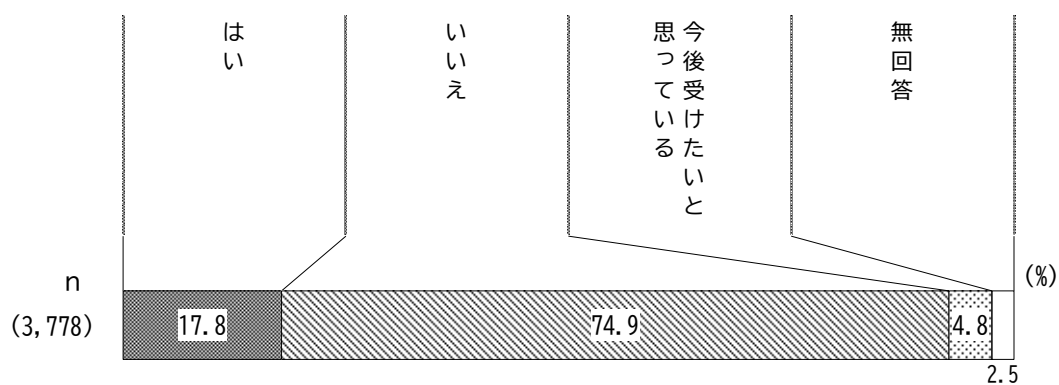
図表 相談したい場所（複数回答）



問 認知症に関する検査を受けたことはありますか。

認知症に関する検査の受診については、74.9%が「いいえ」と回答しています。

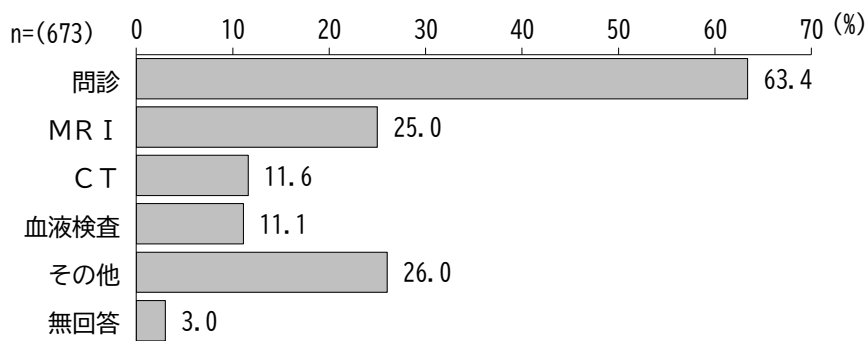
図表 認知症に関する検査の受診



問 どのような検査ですか。

受けた検査としては、「問診」が63.4%と最も高く、次いで「MR I」25.0%などが続いています。「その他」の内容では、運転免許更新時の認知機能検査、長谷川式認知症スケールといった回答がありました。

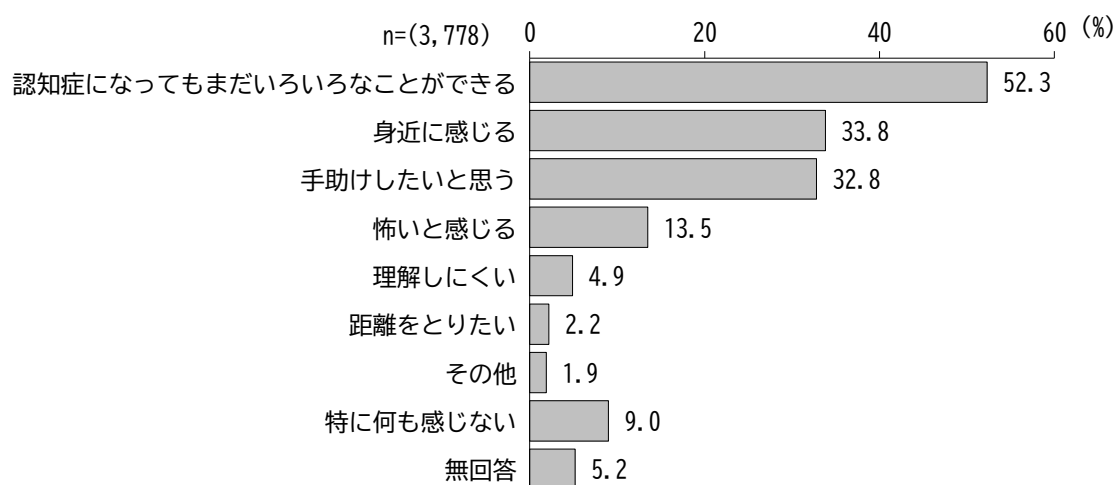
図表 受けた検査（複数回答）



問 あなたは認知症の人に対して、どのような印象をお持ちですか。

認知症の人に対する印象としては、「認知症になってもまだいろいろなことができる」が52.3%と最も高く、次いで「身近に感じる」33.8%、「手助けしたいと思う」32.8%などが続いています。

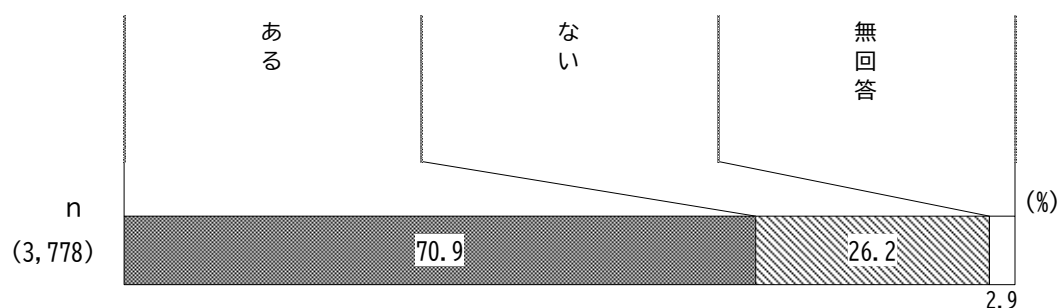
図表 認知症の人に対する印象（複数回答）



問 将来認知症になるかもしれないことへの不安がありますか。

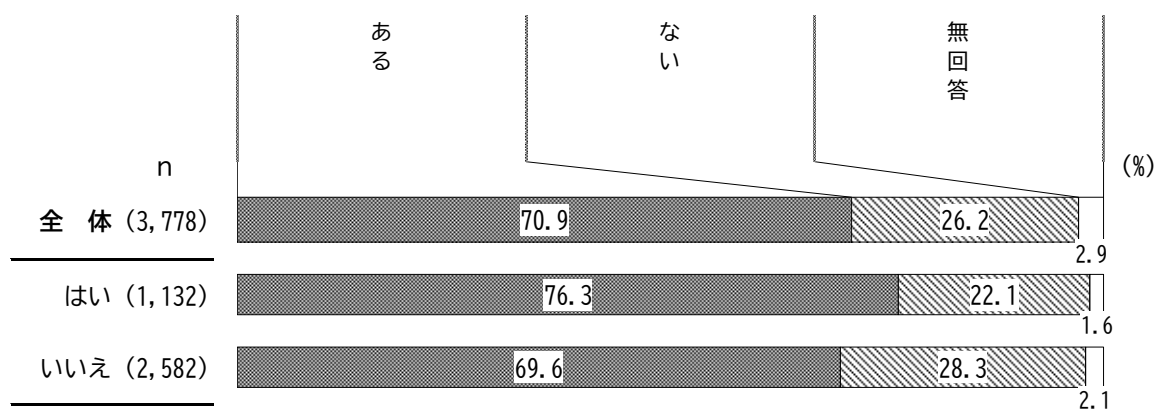
将来認知症になるかもしれないことへの不安については、70.9%が「ある」と回答しています。

図表 将来認知症になるかもしれないことへの不安



認知症に関する相談窓口の認知状況別でみると、窓口を知っている（はい）では「ある」が76.3%で、知らない（いいえ、69.6%）よりも6.7ポイント高くなっています。

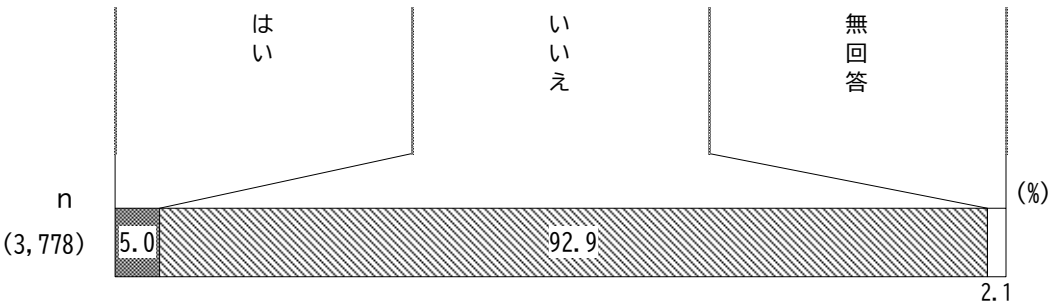
図表 将来認知症になるかもしれないことへの不安－認知症に関する相談窓口の認知状況別



問 認知症ケアパスガイドブックを知っていますか。

認知症ケアパスガイドブックの認知状況については、92.9%が「いいえ」と回答しています。

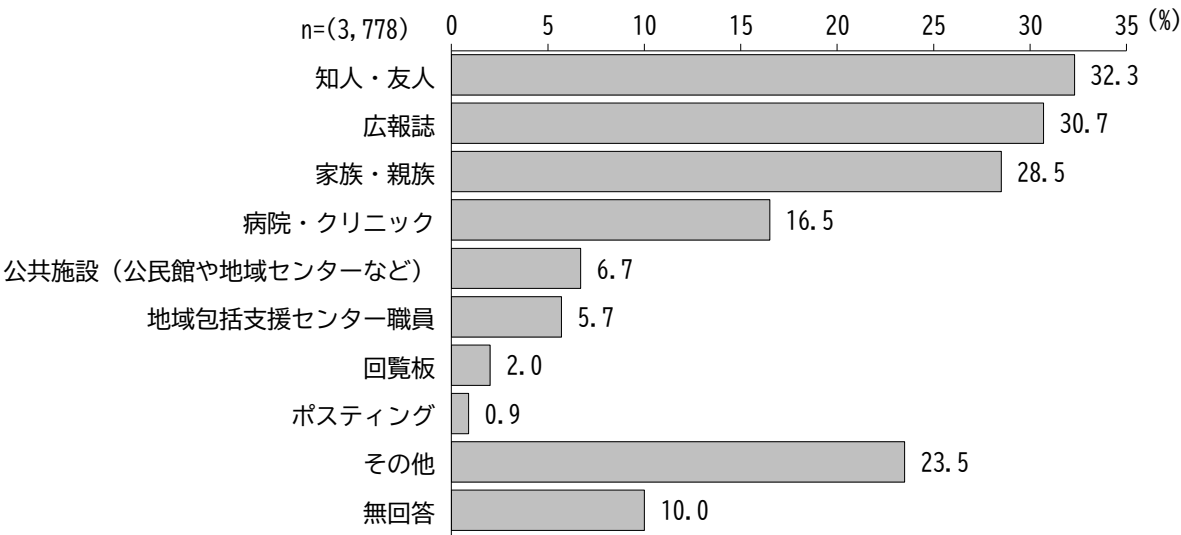
図表 認知症ケアパスガイドブックの認知状況



問 認知症に対して、普段どのようなところから情報を得ていますか。

認知症に関する情報の入手先としては、「知人・友人」が32.3%と最も高く、次いで「広報誌」30.7%、「家族・親族」28.5%、「病院・クリニック」16.5%などが続いています。「その他」の内容では、テレビ、新聞、インターネットといった回答がありました。

図表 認知症に関する情報の入手先（複数回答）



(8) うつ傾向

■該当設問と評価

基本チェックリストのうち、うつに関する設問に対する回答から、うつ傾向を判断しました。

具体的には、以下の設問5問中2問以上に該当した場合、うつ傾向の可能性あり（リスク該当者）とされます。

問番号	設問	リスクに該当する選択肢
問9	Q11 (ここ2週間)毎日の生活に充実感がない。	「はい」
	Q12 (ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった。	「はい」
	Q13 (ここ2週間)前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる。	「はい」
	Q14 (ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない。	「はい」
	Q15 (ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする。	「はい」

■評価結果

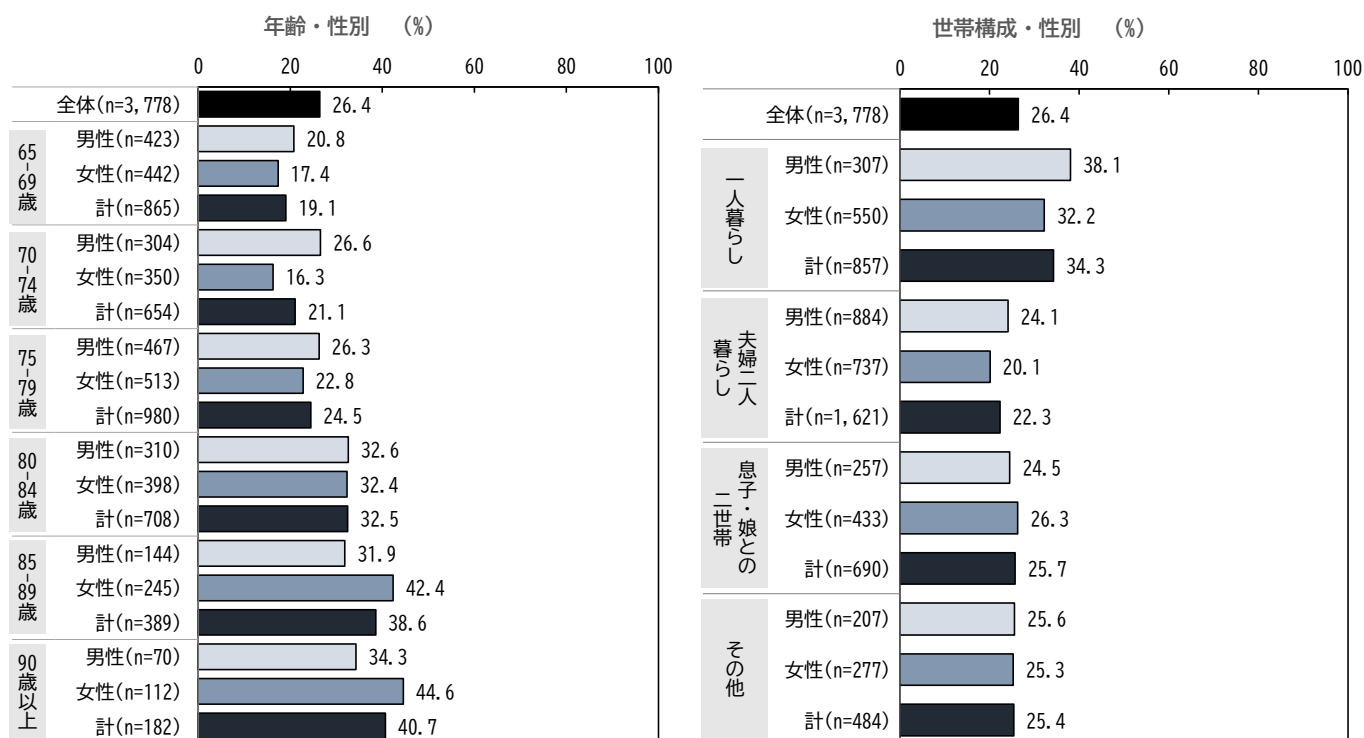
リスク該当者割合は、全体では26.4%となっています。

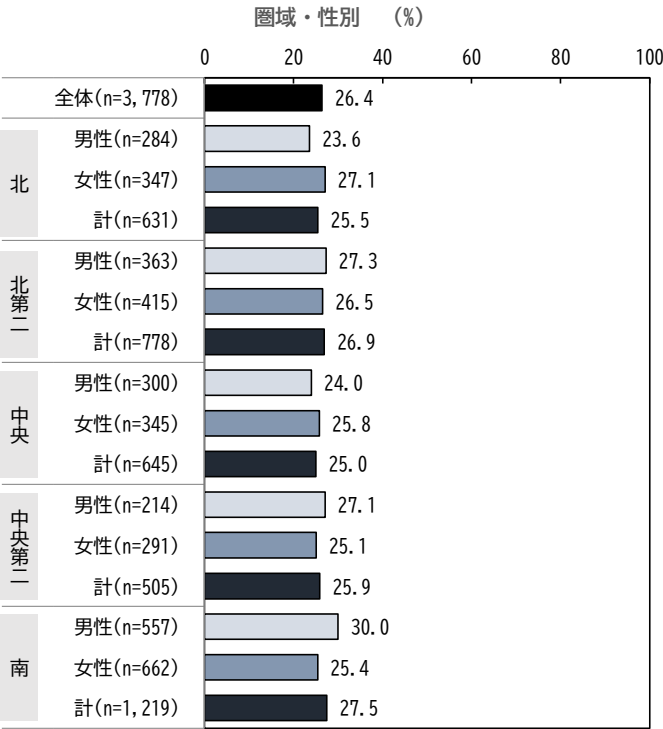
年齢・性別でみると、90歳以上の女性で44.6%と最も高くなっています。

世帯構成・性別でみると、一人暮らしの男性で38.1%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

圏域・性別でみると、南で27.5%と最も高くなっていますが、大きな地区差はみられませんでした。

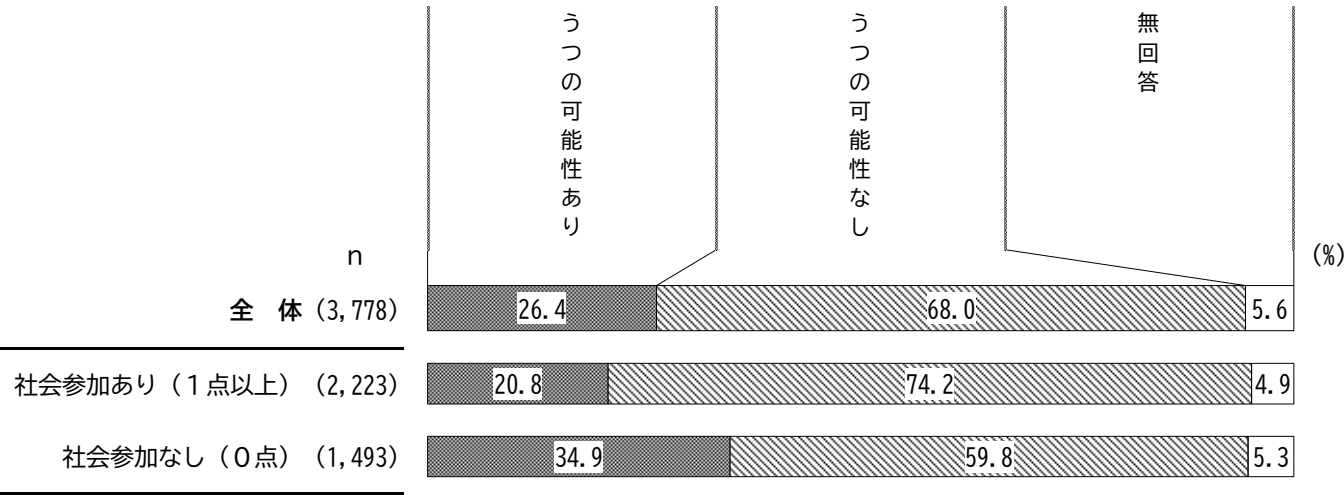
図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別





社会参加の有無別でみると、社会参加なしでは「うつの可能性あり（リスク該当者割合）」が34.9%で、社会参加あり（20.8%）よりも14.1ポイント高くなっています。

図表 リスク該当者割合－社会参加の有無別

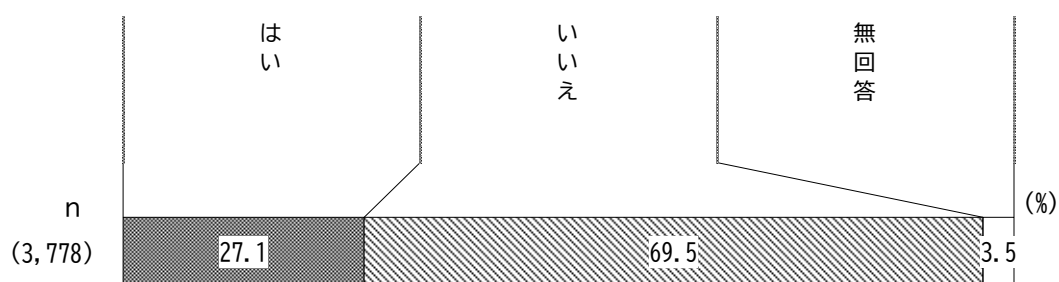


■関連する設問

問 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。

この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになることがあったかについては、27.1%が「はい」（あった）と回答しています。

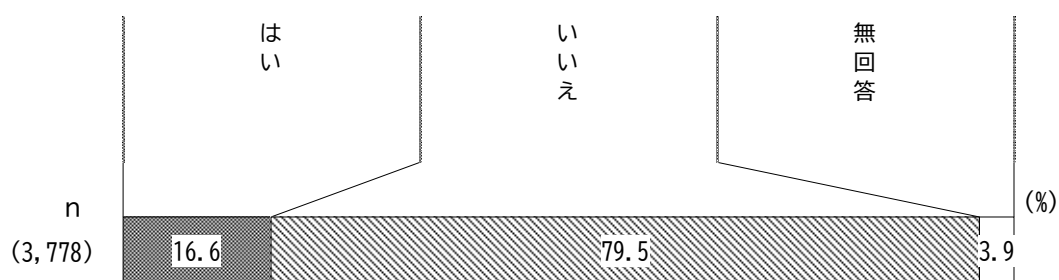
図表 ゆうつ感



問 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。

この1か月間、物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくあったかについては、16.6%が「はい」と回答しています。

図表 興味がわかない、楽しめない感



(9) 日常生活動作

■該当設問と評価

日常生活動作（Activities of Daily Living）とは、日常生活を送るために最低限必要な日常的な動作のことです。

内容は、食事、移動、整容、トイレ動作、入浴、歩行、階段昇降、着替え、排便、排尿の10項目で、ADL評価指標として広く用いられているバーセルインデックスに準じた設問内容となっています。各設問ごとの配点は、各設問で自立を5～15点とし、10項目の合計が100点となるよう評価しています。

問番号	設問	該当選択肢	点数	該当選択肢	点数
問 7	Q1 食事は自分で食べられますか。	「できる」	10点	「一部介助」	5点
	Q2 寝床に入るとき、何らかの介助を受けますか。	「受けない」	15点	「一部介助」	10点
	Q3 座っていることができますか。 (10分程度)	「できる」「支えが必要」 (Q2で「全介助」のみ)	5点		
	Q4 自分で洗面や歯磨きができますか。	「できる」	5点		
	Q5 自分でトイレができますか。	「できる」	10点	「一部介助」	5点
	Q6 自分で入浴ができますか。	「できる」	5点		
	Q7 50m以上歩けますか。	「できる」	15点	「一部介助」	10点
	Q8 階段を昇り降りできますか。	「できる」	10点	「介助あれば」	5点
	Q9 自分で着替えができますか。	「できる」	10点	「介助あれば」	5点
	Q10 大便の失敗はありますか。	「ない」	10点	「ときどきある」	5点
	Q11 尿漏れや尿失禁がありますか。	「ない」	10点	「ときどきある」	5点

■評価結果

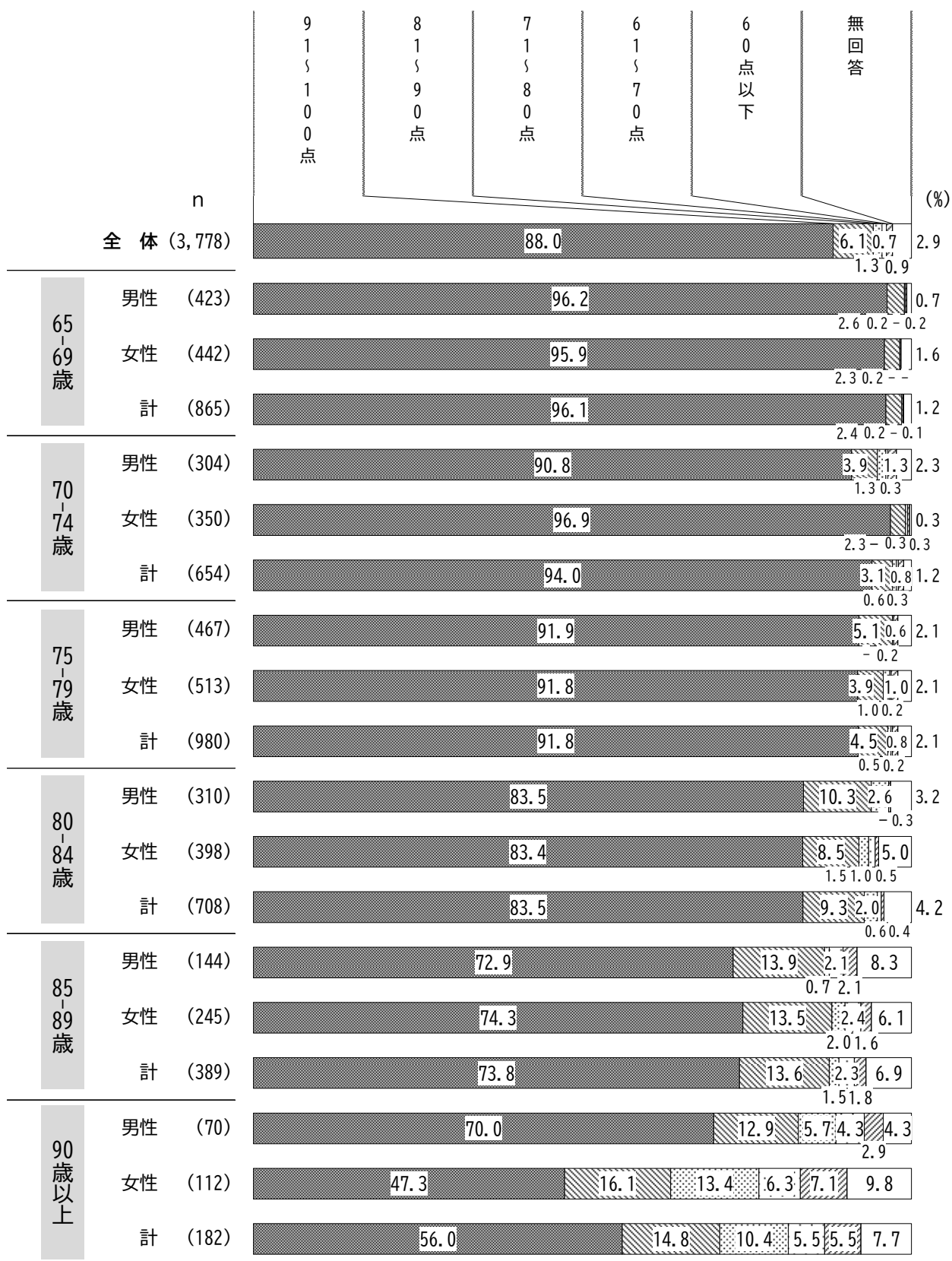
80点以下をリスク該当者とした割合は、全体で2.9%となっています。

年齢・性別でみると、90歳以上の女性で26.8%と最も高く、年齢が上がるほど点数が低く、リスク割合も高くなっています。

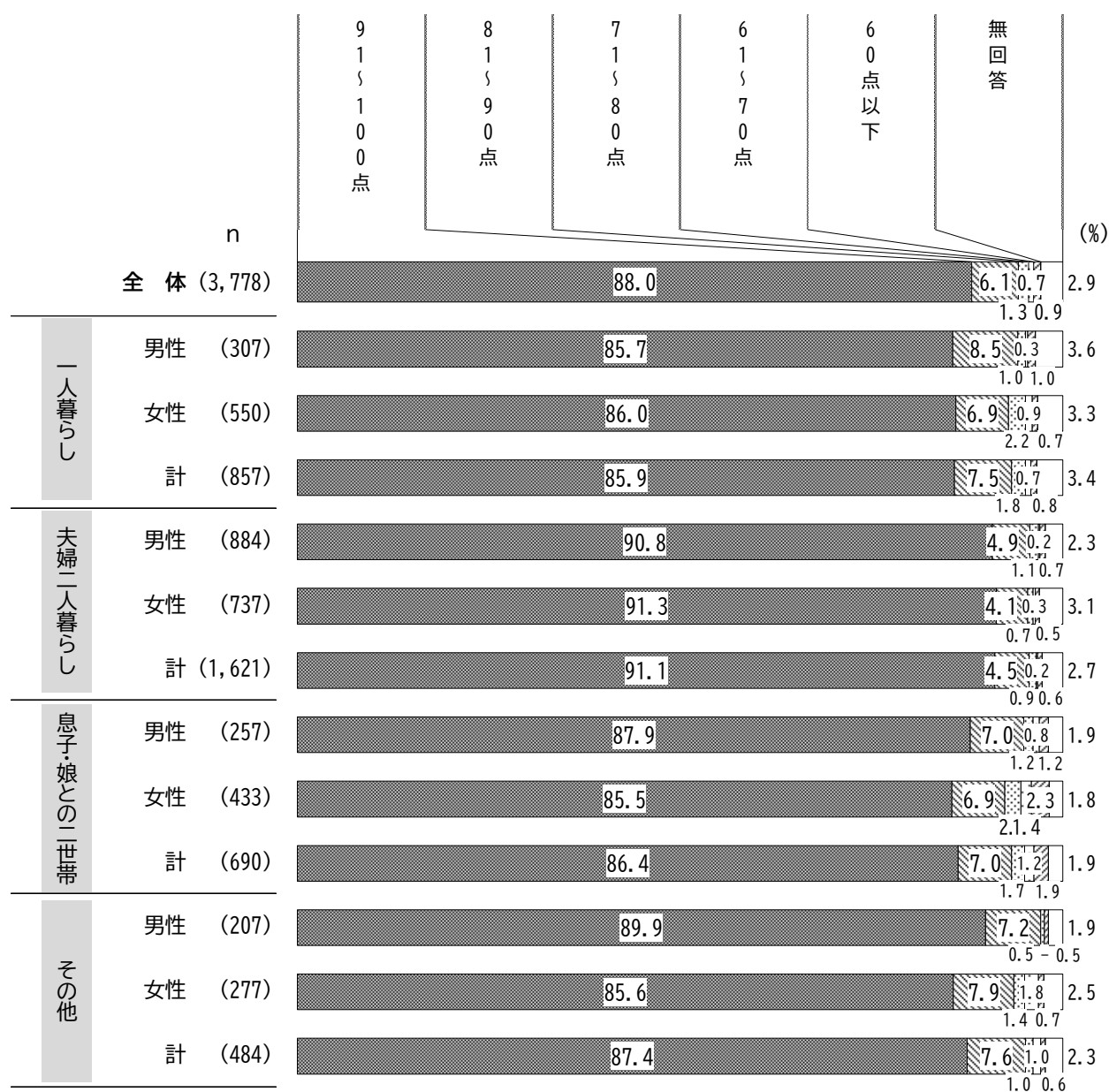
世帯構成・性別でみると、息子・娘との二世帯の女性が5.8%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

圏域・性別でみると、中央第二の女性で6.2%と他の地区と比較して高くなっています。

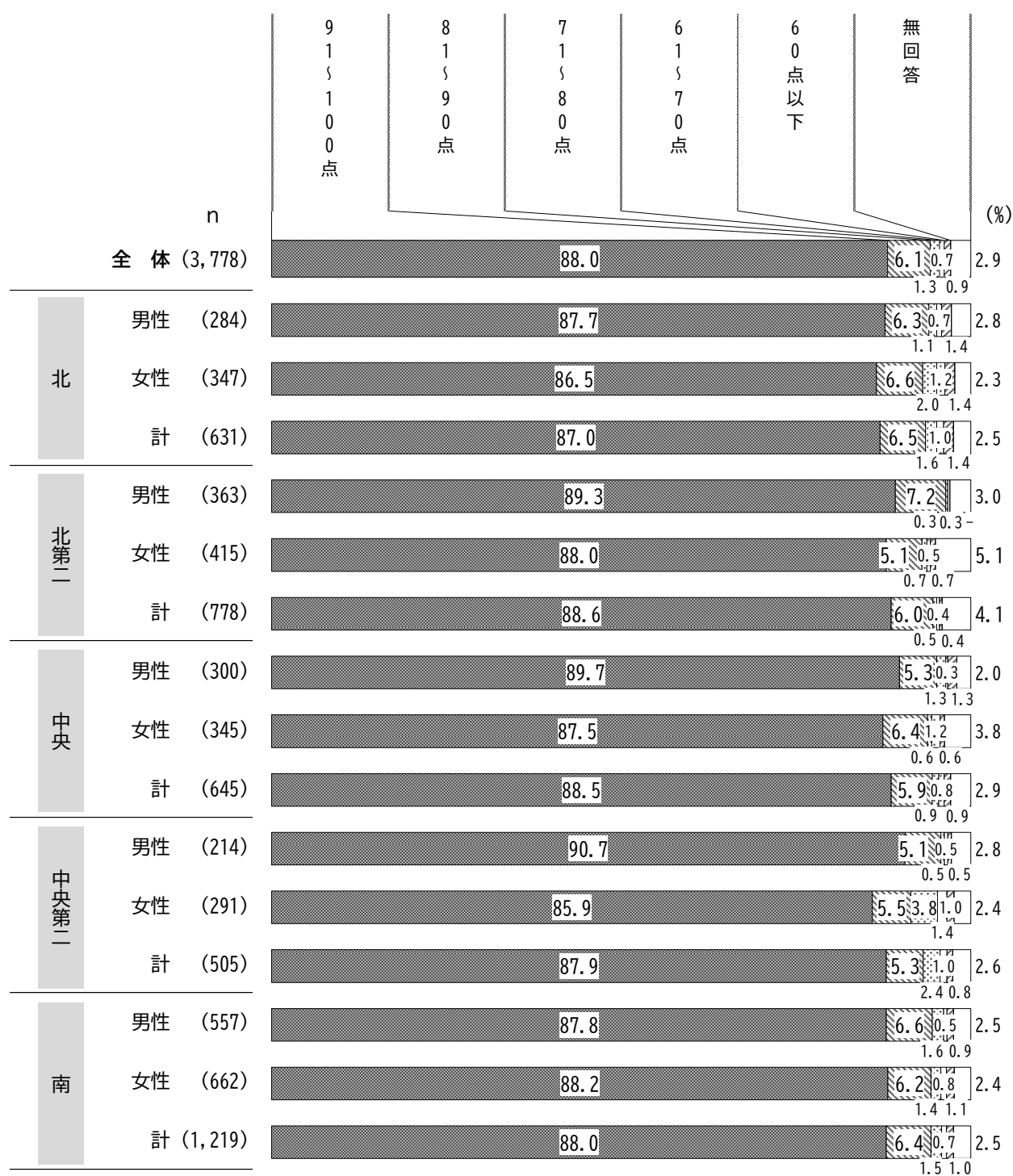
図表 点数割合－年齢・性別



図表 点数割合－世帯構成・性別



図表 点数割合－圏域・性別



(10) フレイル

■該当設問と評価

本フレイルでは、以下の20問についての回答を、20点満点で評価し、6点以上を「フレイルあり」、5点以下を「フレイルなし」と評価し、6点以上をリスク該当者としています。

問番号	設問	該当選択肢	点数
問2	Q1 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)	「できるけどしていない」「できない」	1点
	Q2 自分で食品・日用品の買物をしていますか。	「できるけどしていない」「できない」	
	Q5 自分で預貯金の出し入れをしていますか。	「できるけどしていない」「できない」	
	Q10 友人の家を訪ねていますか。	「いいえ」	
	Q11 家族や友人の相談にのっていますか。	「いいえ」	
問3	Q1 週に1回以上は外出していますか。	「ほとんど外出しない」	
	Q2 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。	「とても減っている」「減っている」	
問4	Q1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。	「できるけどしていない」「できない」	
	Q2 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。	「できるけどしていない」「できない」	
	Q3 15分位続けて歩いていますか。	「できるけどしていない」「できない」	
	Q4 過去1年間に転んだ経験がありますか。	「何度もある」「1度ある」	
	Q5 転倒に対する不安は大きいですか。	「とても不安である」「やや不安である」	
問5	Q1 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。	「はい」	
	Q2 身長と体重をご記入ください。	BMI18.5未満	
	Q3 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	「はい」	
	Q4 お茶や汁物等でむせることがありますか。	「はい」	
	Q5 口の渇きが気になりますか。	「はい」	
問6	Q1 物忘れが多いと感じますか。	「はい」	
	Q3 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。	「いいえ」	
	Q4 今日が何月何日かわからないときがありますか。	「はい」	

■評価結果

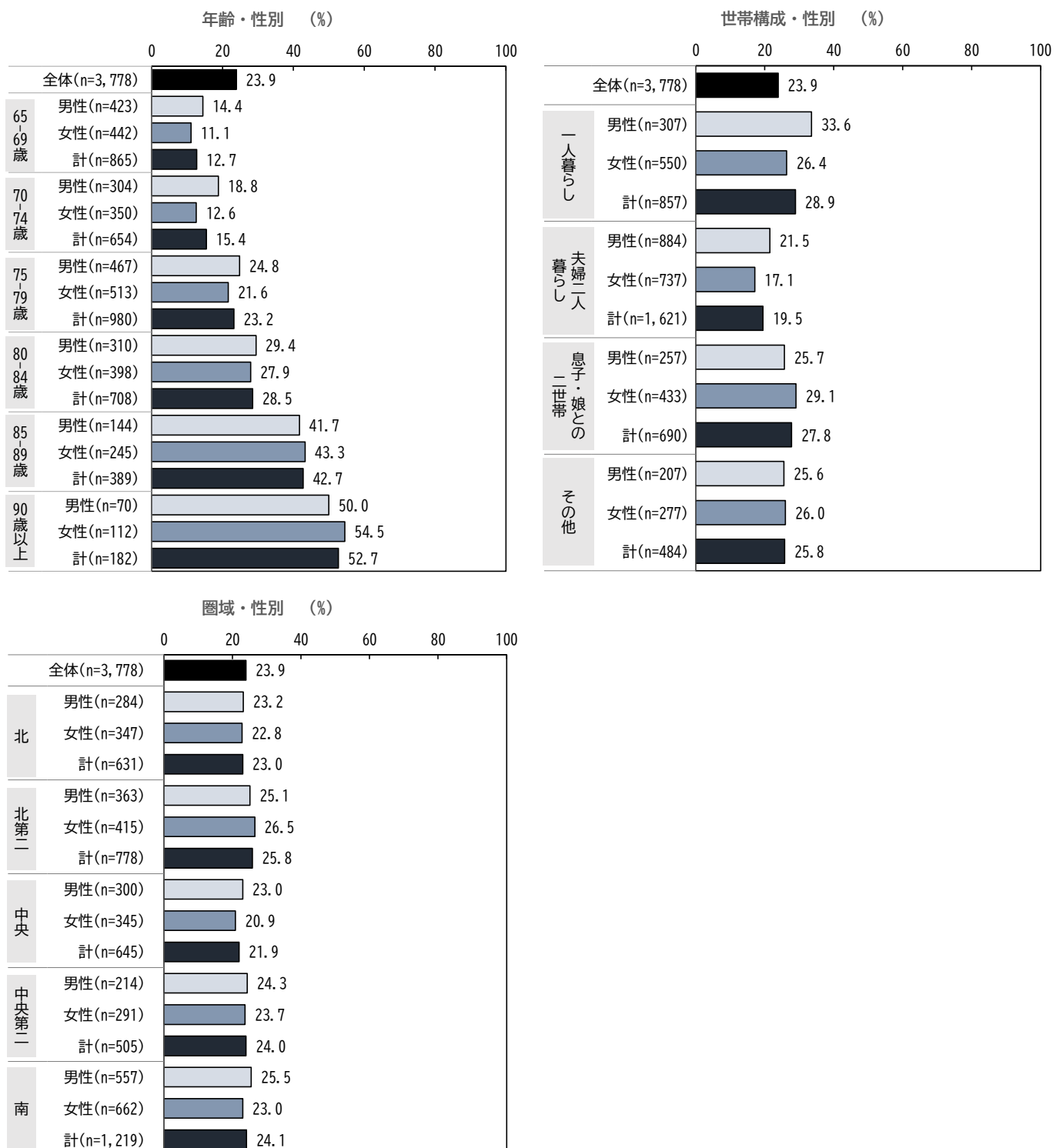
リスク該当者割合は、全体では23.9%となっています。

年齢・性別でみると、90歳以上の女性で54.5%と最も高く、年齢が上がるほどリスク割合も高くなっています。

世帯構成・性別でみると、息子・娘との二世帯の女性が29.1%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

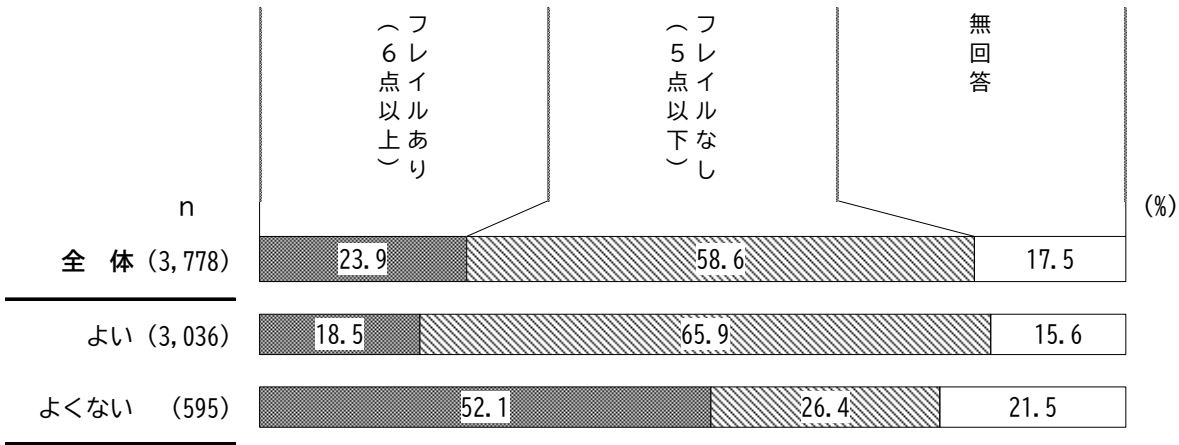
圏域・性別でみると、北第二の女性で26.5%と最も高くなっていますが、大きな地区差はみられません。

図表 リスク該当者割合－年齢・性別、世帯構成・性別、圏域・性別



健康状態別でみると、よくないでは「フレイルあり（6点以上）」が52.1%で、よい（18.5%）よりも33.6ポイント高くなっています。

図表 リスク該当者割合－健康状態別



(11) 手段的自立（老研式）

■該当設問と評価

今回の調査では、より高次の生活機能の評価を行なうことを目的に開発された老研式活動能力指標に準じた設問を設けています。

このうち、手段的自立（IADL）は、以下の5問についての回答を、5点満点で評価し、5点を「高い」、4点を「やや低い」、3点以下を「低い」と評価しています。

問番号	設問	該当選択肢	点数
問2	Q1 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)	「できるし、している」「できるけどしていない」	1点
	Q2 自分で食品・日用品の買物をしていますか。	「できるし、している」「できるけどしていない」	
	Q3 自分で食事の用意をしていますか。	「できるし、している」「できるけどしていない」	
	Q4 自分で請求書の支払をしていますか。	「できるし、している」「できるけどしていない」	
	Q5 自分で預貯金の出し入れをしていますか。	「できるし、している」「できるけどしていない」	

■評価結果

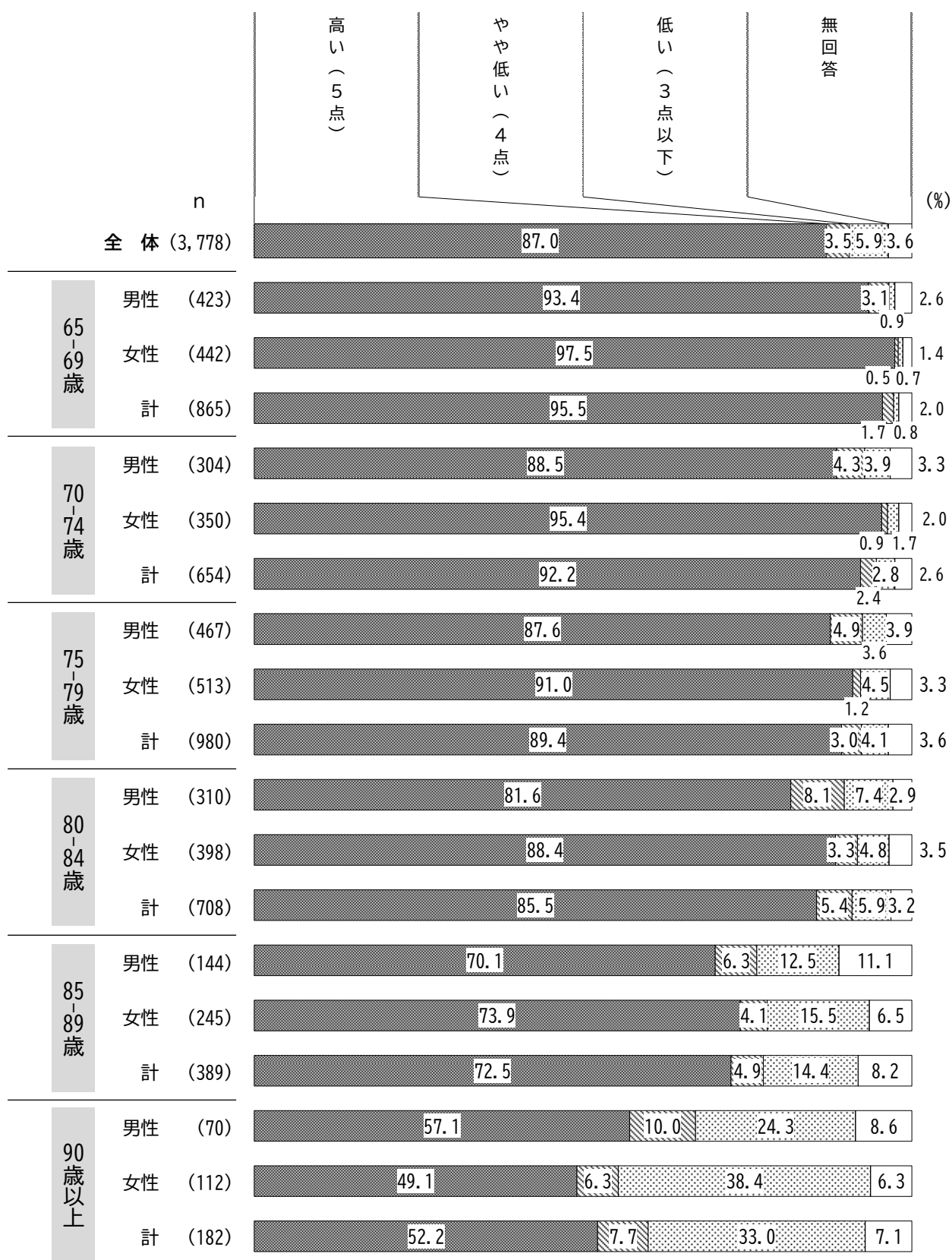
4点以下（「やや低い」「低い」）をリスク該当者とした割合は、全体では9.4%となっています。

年齢・性別でみると、90歳以上の女性で44.7%と最も高く、年齢が上がるほどリスク割合も高くなっています。

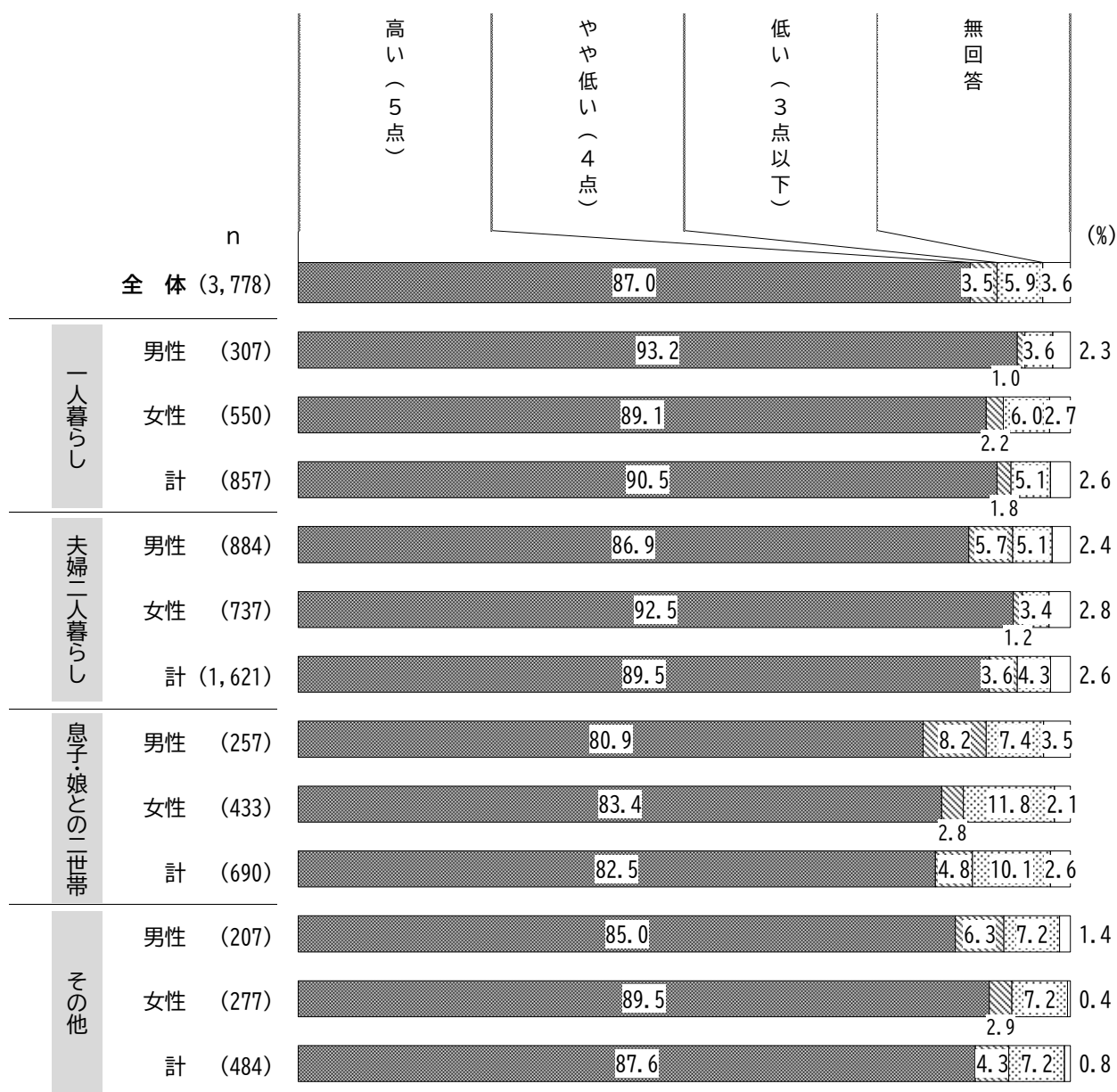
世帯構成・性別でみると、息子・娘との二世帯の男性が15.6%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

圏域・性別でみると、北の男性で13.7%と他の地区と比較して高くなっています。

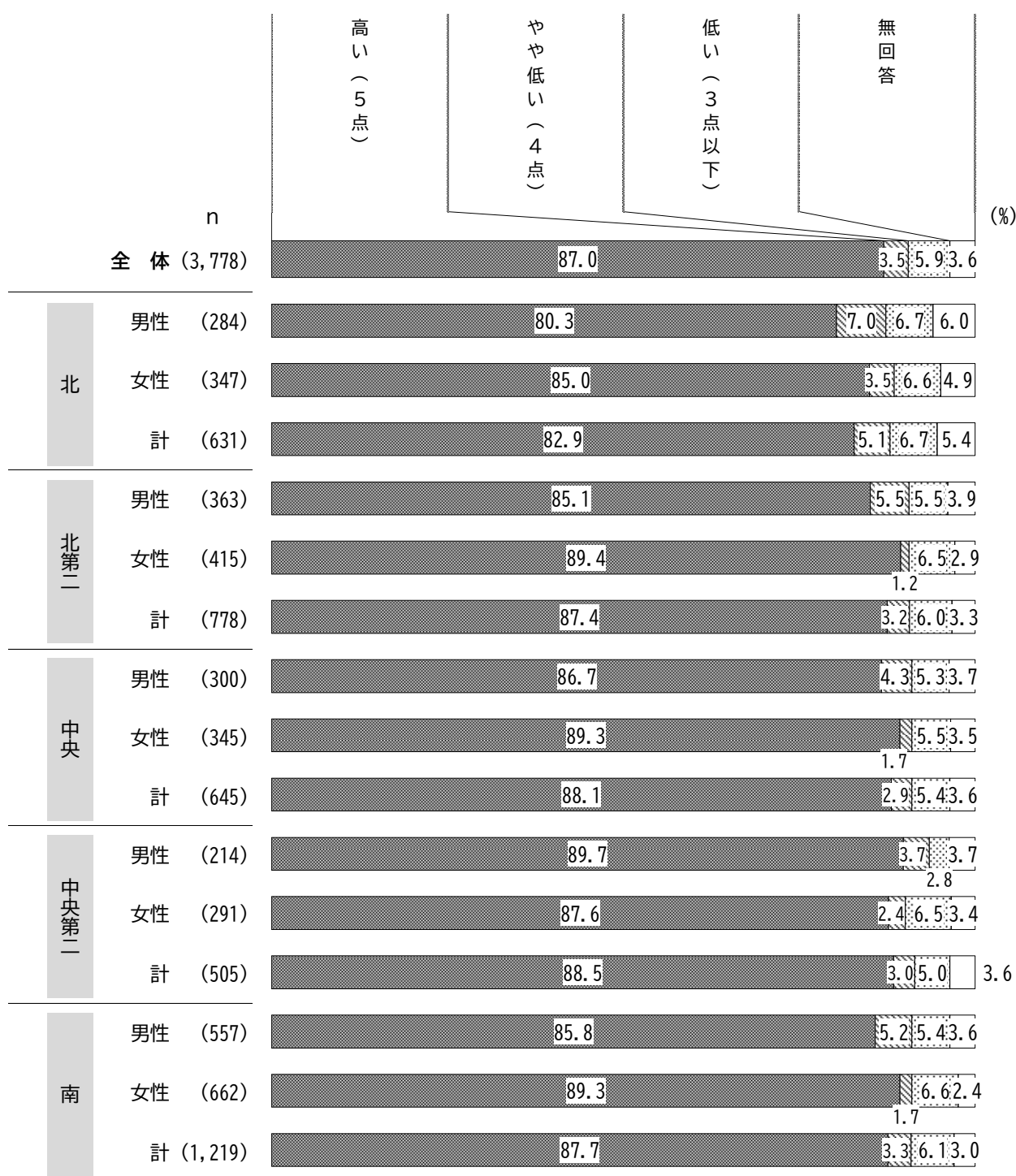
図表 点数割合－年齢・性別



図表 点数割合－世帯構成・性別



図表 点数割合－圏域・性別



(12) 知的能動性（老研式）

■該当設問と評価

今回の調査では、より高次の生活機能の評価を行なうことを目的に開発された老研式活動能力指標に準じた設問を設けています。

このうち、知的能動性は、以下の4問についての回答を、4点満点で評価し、4点を「高い」、3点を「やや低い」、2点以下を「低い」と評価しています。

問番号	設問	該当選択肢	点数
問2	Q6 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか。	「はい」	1点
	Q7 新聞を読んでいますか。	「はい」	
	Q8 本や雑誌を読んでいますか。	「はい」	
	Q9 健康についての記事や番組に関心がありますか。	「はい」	

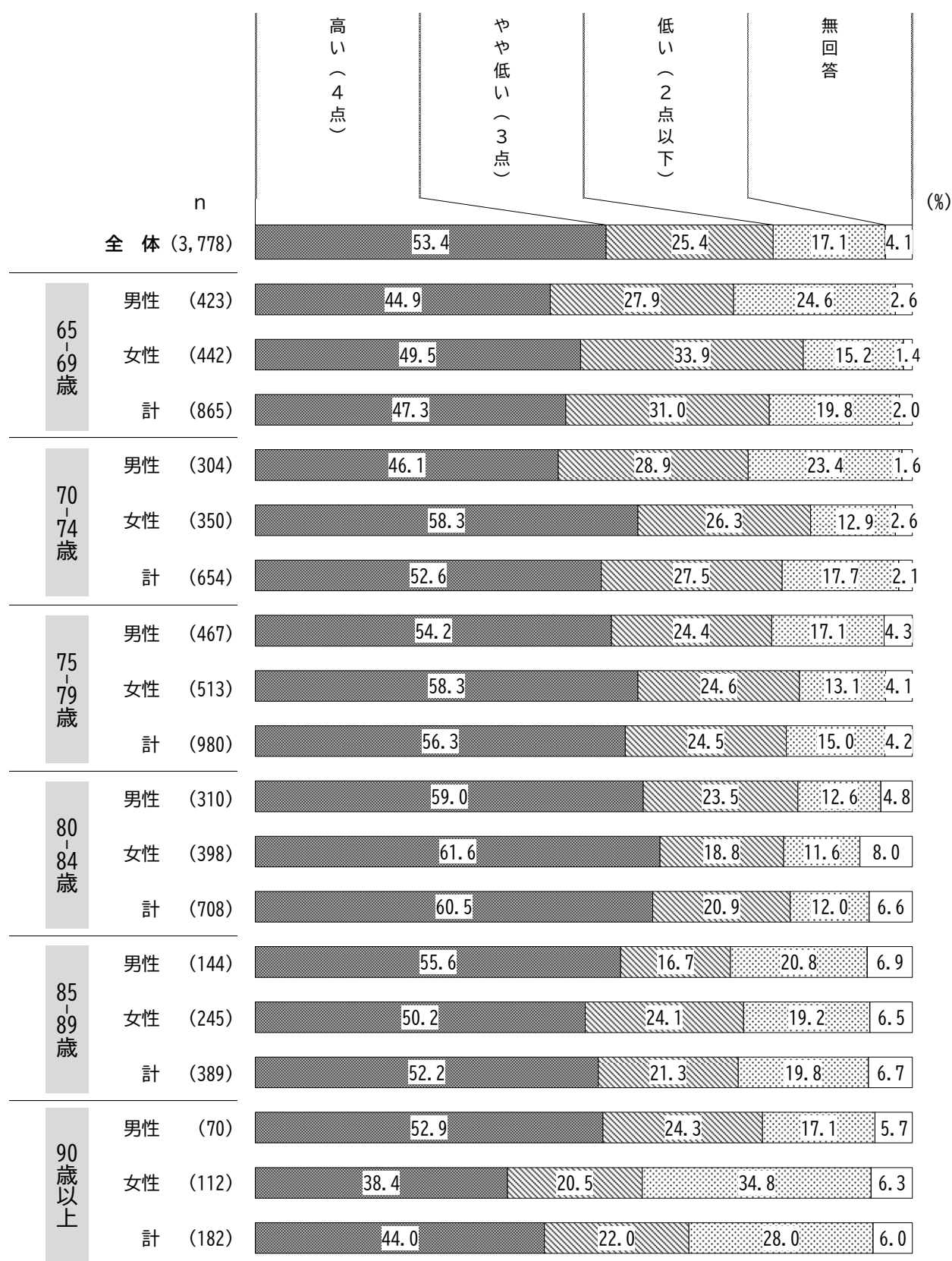
■評価結果

3点以下（「やや低い」「低い」）をリスク該当者とした割合は、全体では42.5%となっています。
年齢・性別でみると、90歳以上の女性が55.3%と最も高く、次いで65-69歳の男性が52.5%となっています。

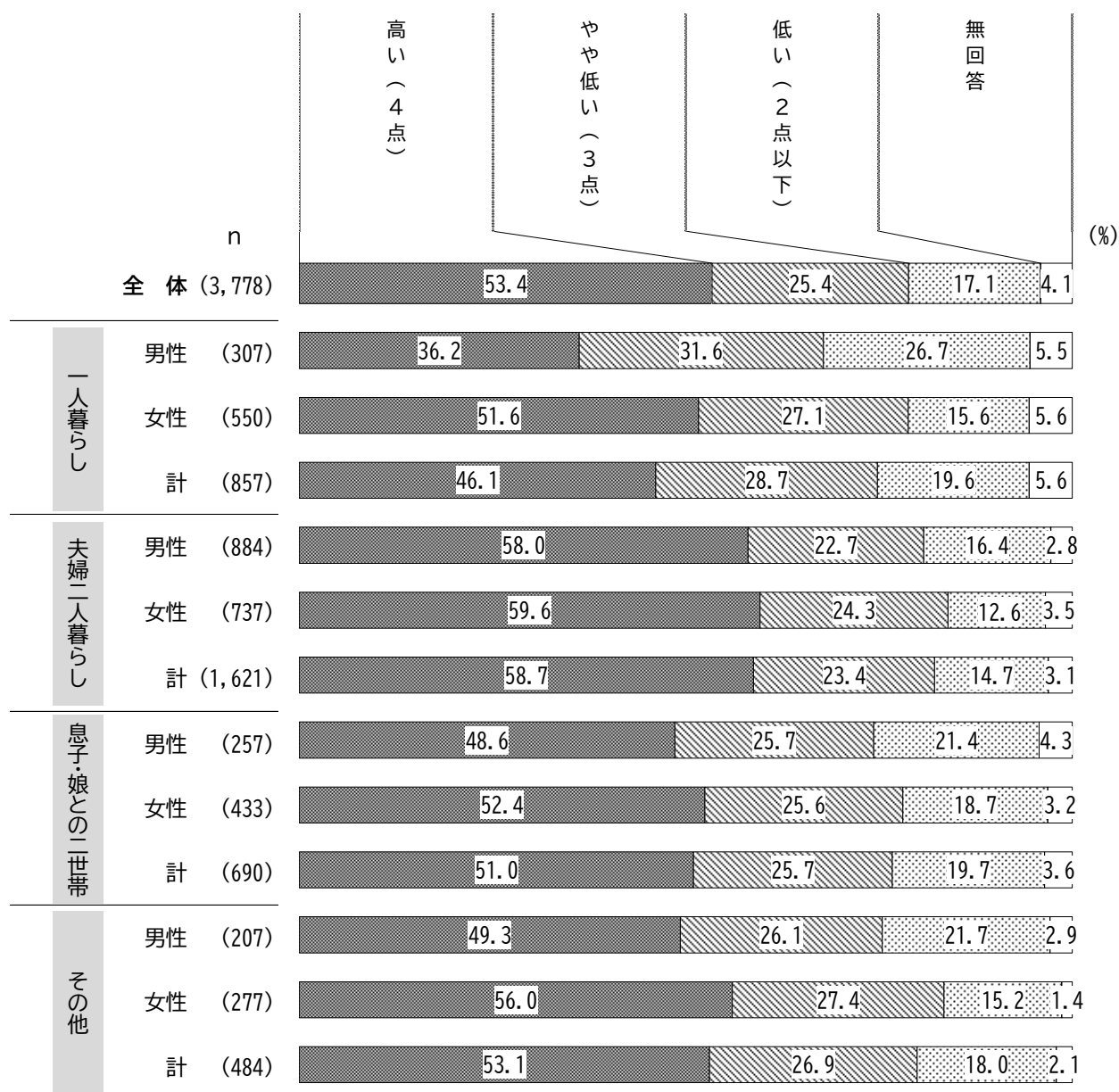
世帯構成・性別でみると、一人暮らしの男性が58.3%と他の世帯と比較して高くなっています。

圏域・性別でみると、南の男性で49.0%と最も高くなっています。

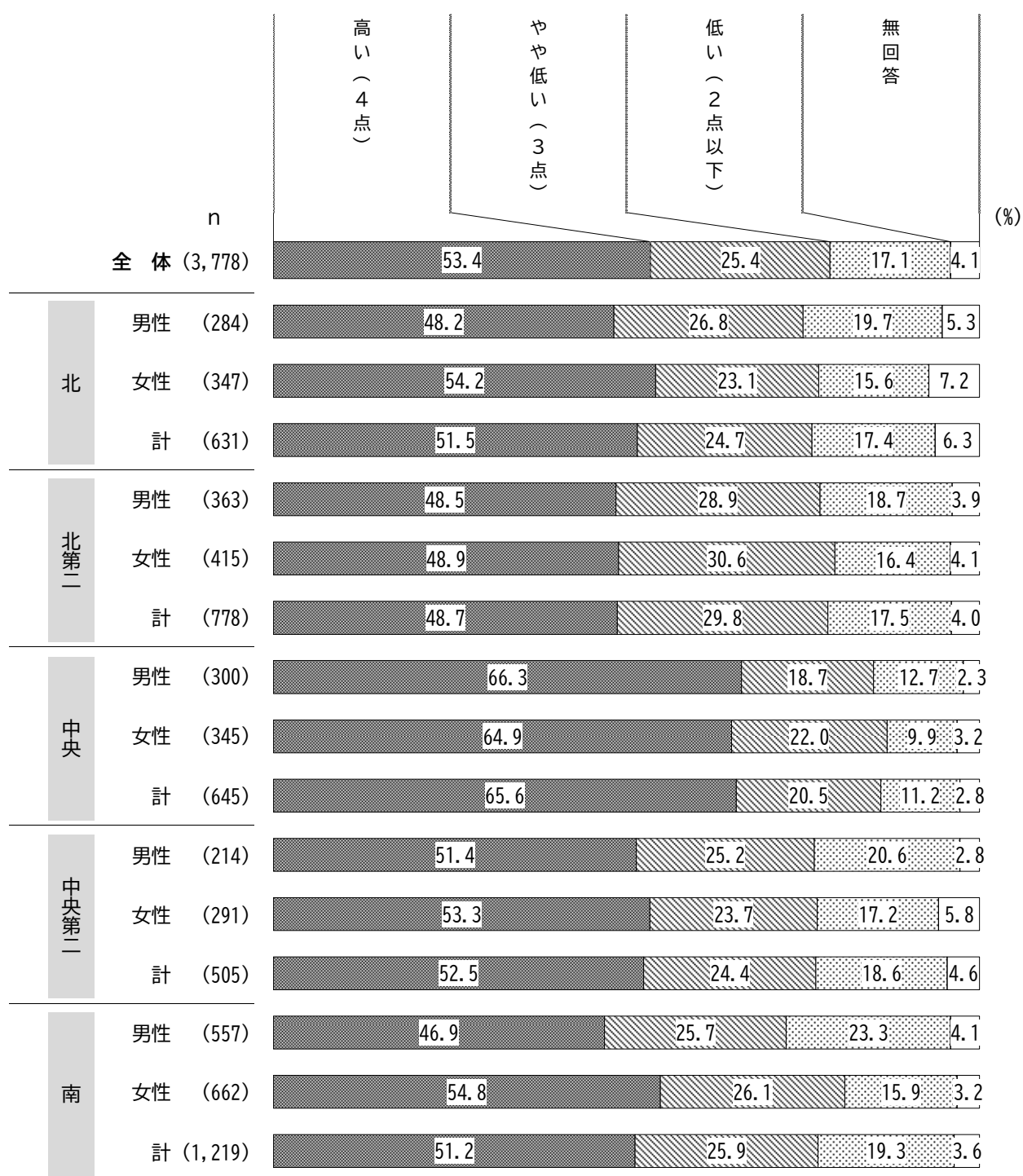
図表 点数割合－年齢・性別



図表 点数割合－世帯構成・性別



図表 点数割合－圏域・性別



3. 社会参加・交流、就労、たすけあいについて

(1) 社会的役割（老研式）

■該当設問と評価

今回の調査では、より高次の生活機能の評価を行なうことを目的に開発された老研式活動能力指標に準じた設問を設けています。

このうち、社会的役割は、以下の4問についての回答を、4点満点で評価し、4点を「高い」、3点を「やや低い」、2点以下を「低い」と評価しています。

問番号	設問	該当選択肢	点数
問2	Q10 友人の家を訪ねていますか。	「はい」	1点
	Q11 家族や友人の相談にのっていますか。	「はい」	
	Q12 病人を見舞うことができますか。	「はい」	
	Q13 若い人に自分から話しかけることがありますか。	「はい」	

■評価結果

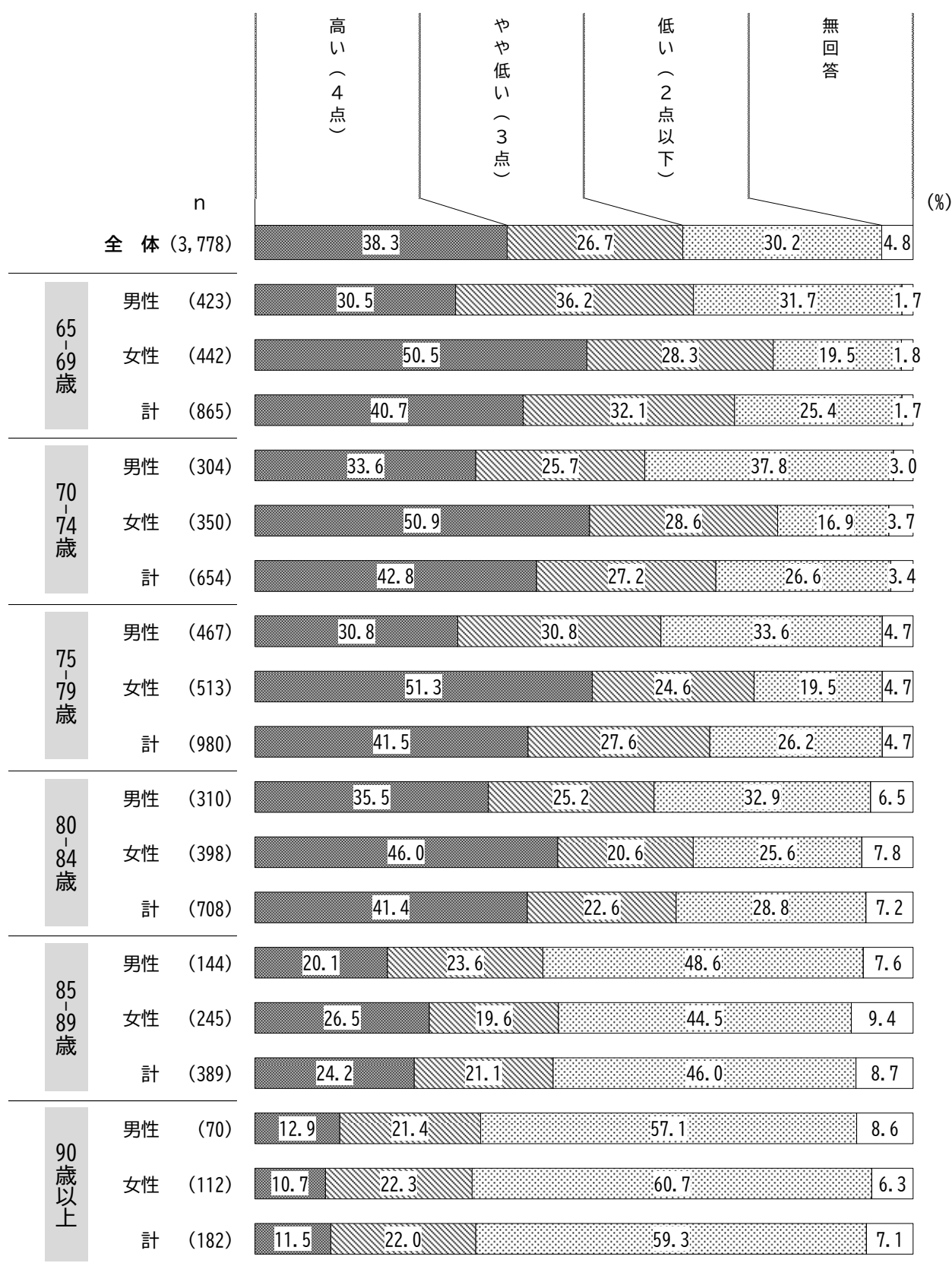
3点以下（「やや低い」「低い」）をリスク該当者とした割合は、全体では56.9%となっています。

年齢・性別でみると、90歳以上の女性で83.0%と最も高く、90歳未満の年齢層では女性より男性が高い傾向があります。

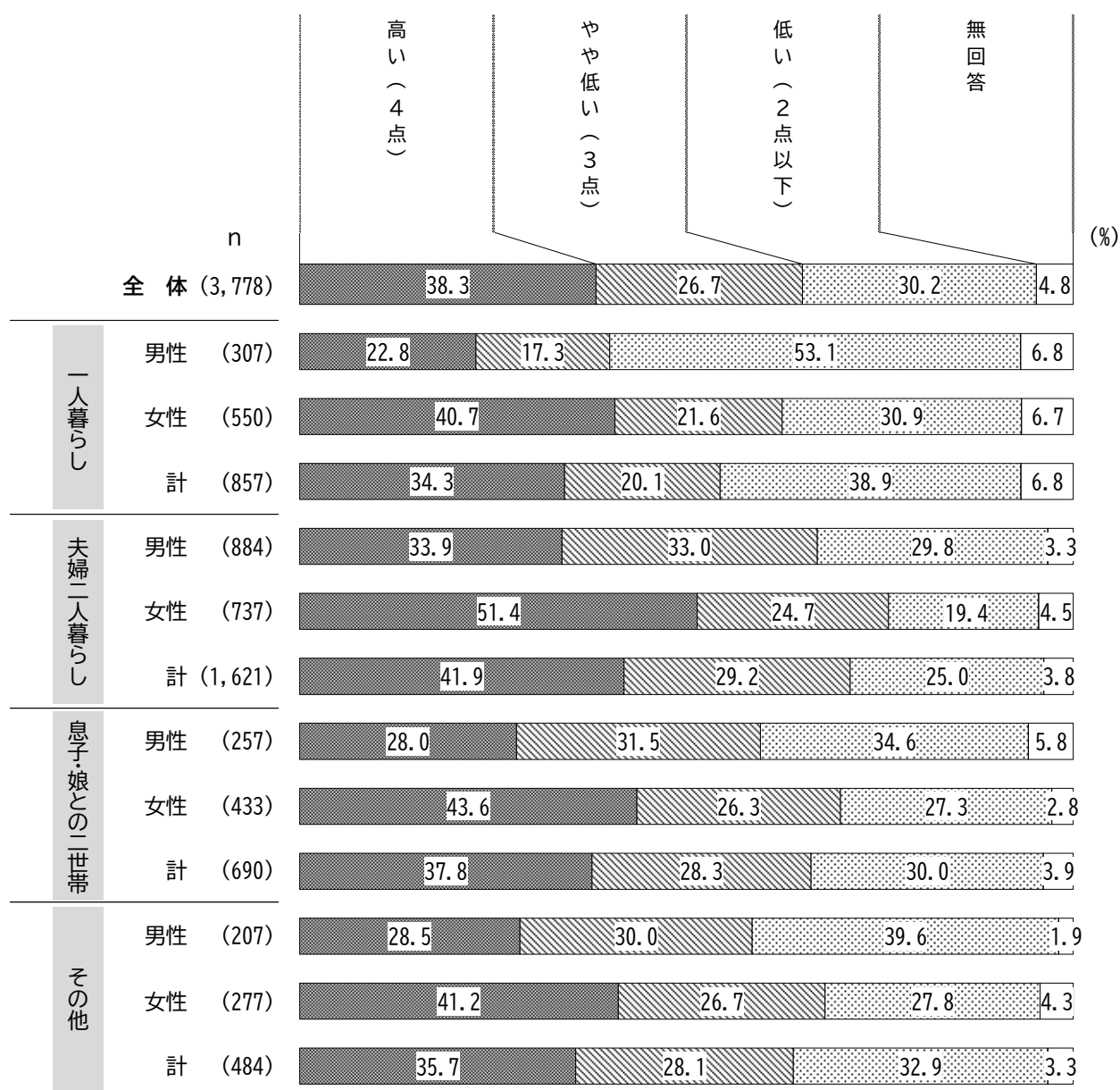
世帯構成・性別でみると、一人暮らしの男性が70.4%と他の世帯と比較して高くなっています。

圏域・性別でみると、北第二の男性が66.4%と最も高くなっていますが、大きな地区差はみられませんでした。

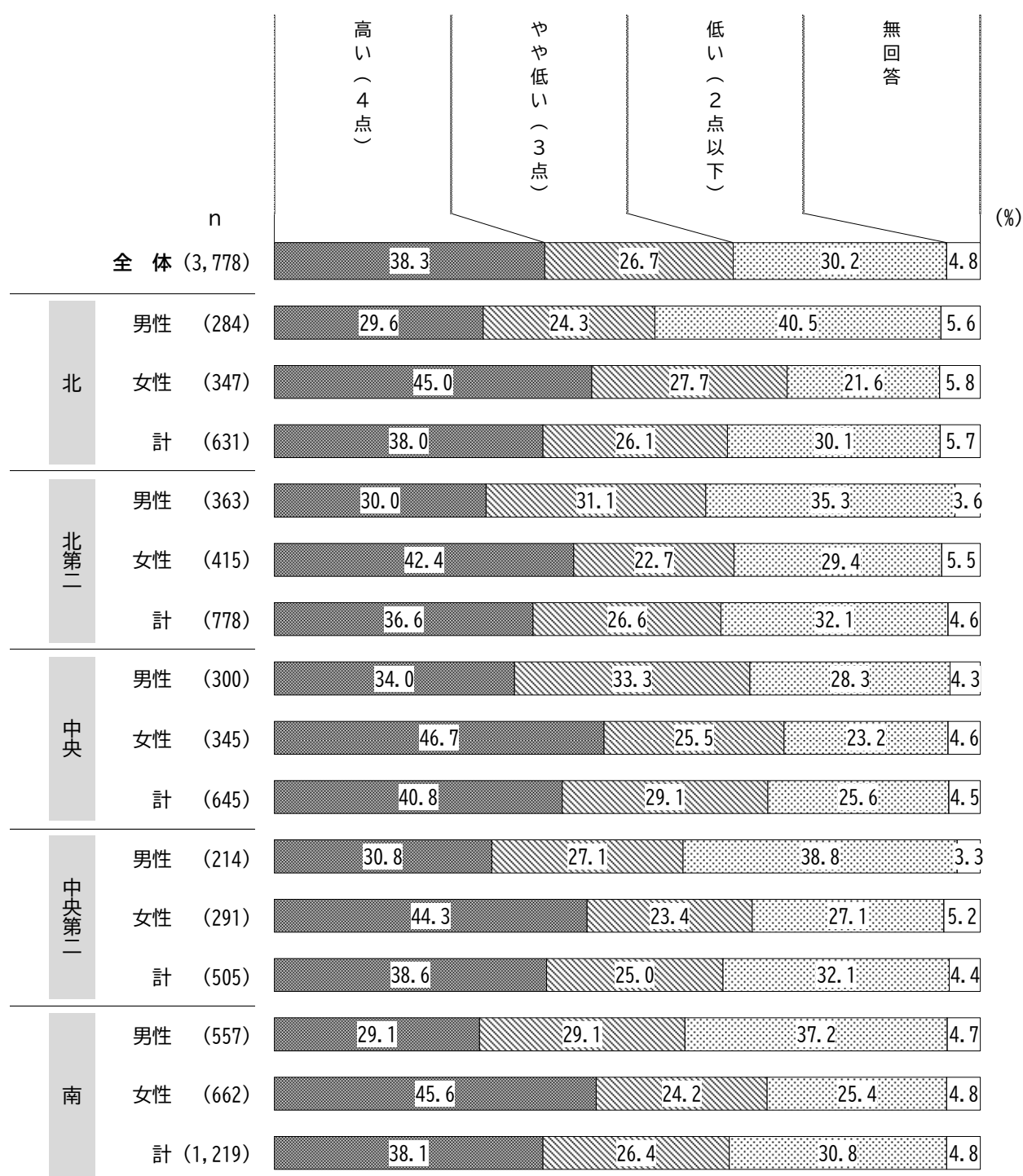
図表 リスク該当者割合－年齢・性別



図表 リスク該当者割合－世帯構成・性別



図表 リスク該当者割合－圏域・性別

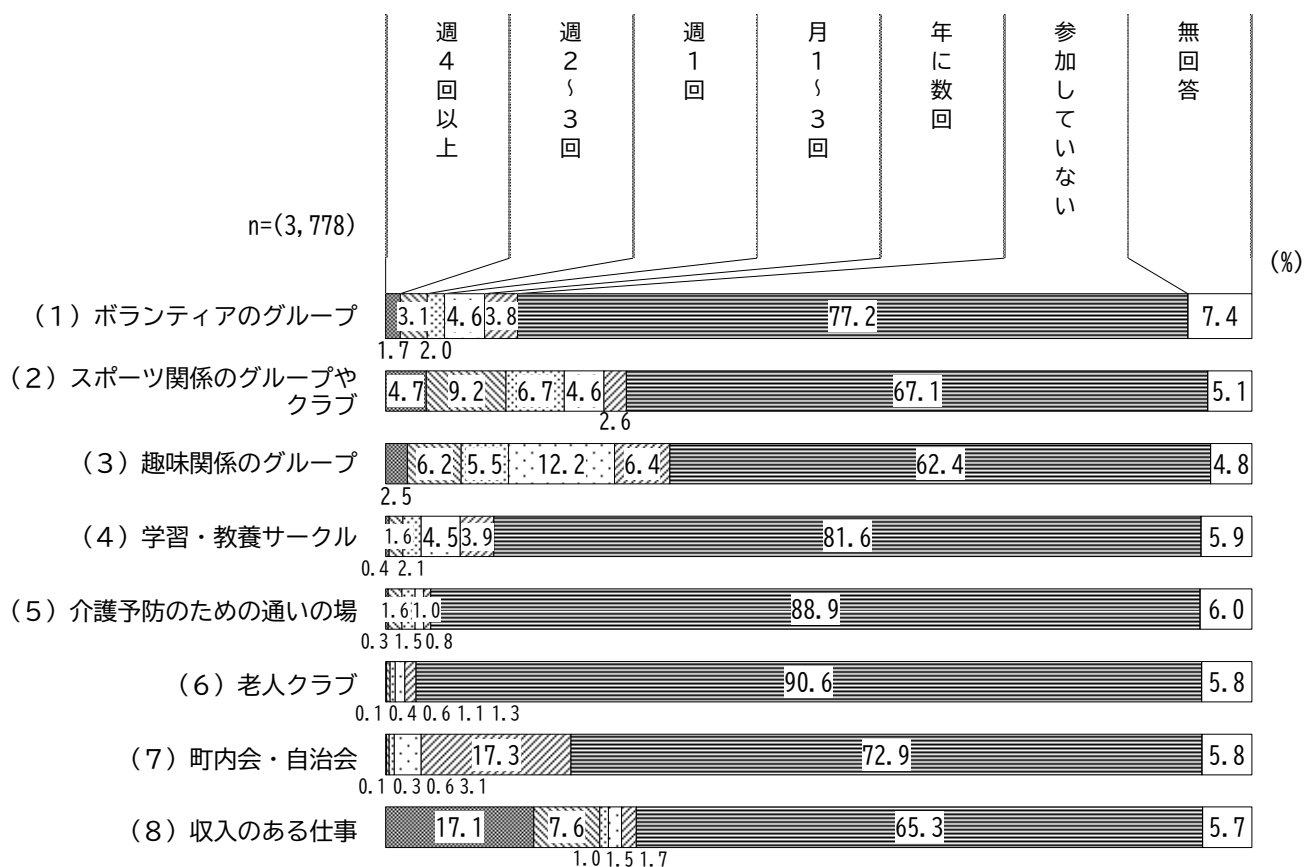


(2) 社会参加・交流

問 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。

会・グループへの参加状況についてみると、比較的多いのは「趣味関係のグループ」、「収入のある仕事」、「スポーツ関係のグループやクラブ」となっています。「老人クラブ」は9割以上が「参加していない」との結果でした。

図表 グループ活動への参加頻度



■該当設問と評価

会・グループへの参加状況のうち、1つでも月1回以上社会参加している人を「社会参加あり」、それ以外の人を「社会参加なし」とした割合を算出した。

問番号	設問	該当選択肢	抽出条件
問 8 Q1	以下のような会・グループ等への参加頻度 (1)ボランティアのグループ、(2)スポーツ関係のグループ やクラブ、(3)趣味関係のグループ、(4)学習・教養サーク ル、(5)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	「週4回以上」 「週2～3回」 「週1回」 「月1～3回」	設問の中から 一つでも該当 選択肢を選ん だ人

■評価結果

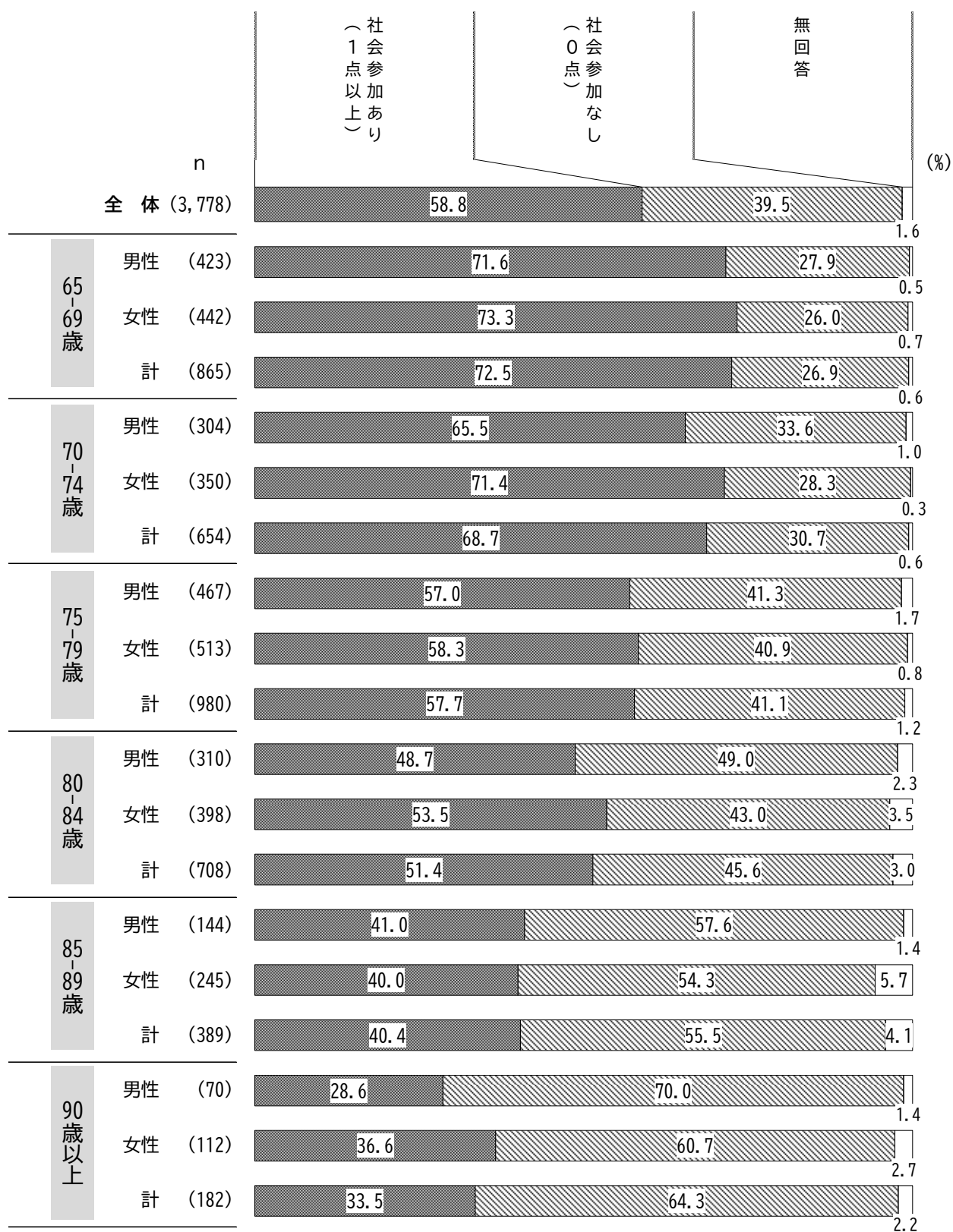
「社会参加あり」の割合は、全体で58.8%となっています。

年齢・性別でみると、65～69歳の女性で73.3%と最も高く、年齢が上がるほど割合も低くなっています。

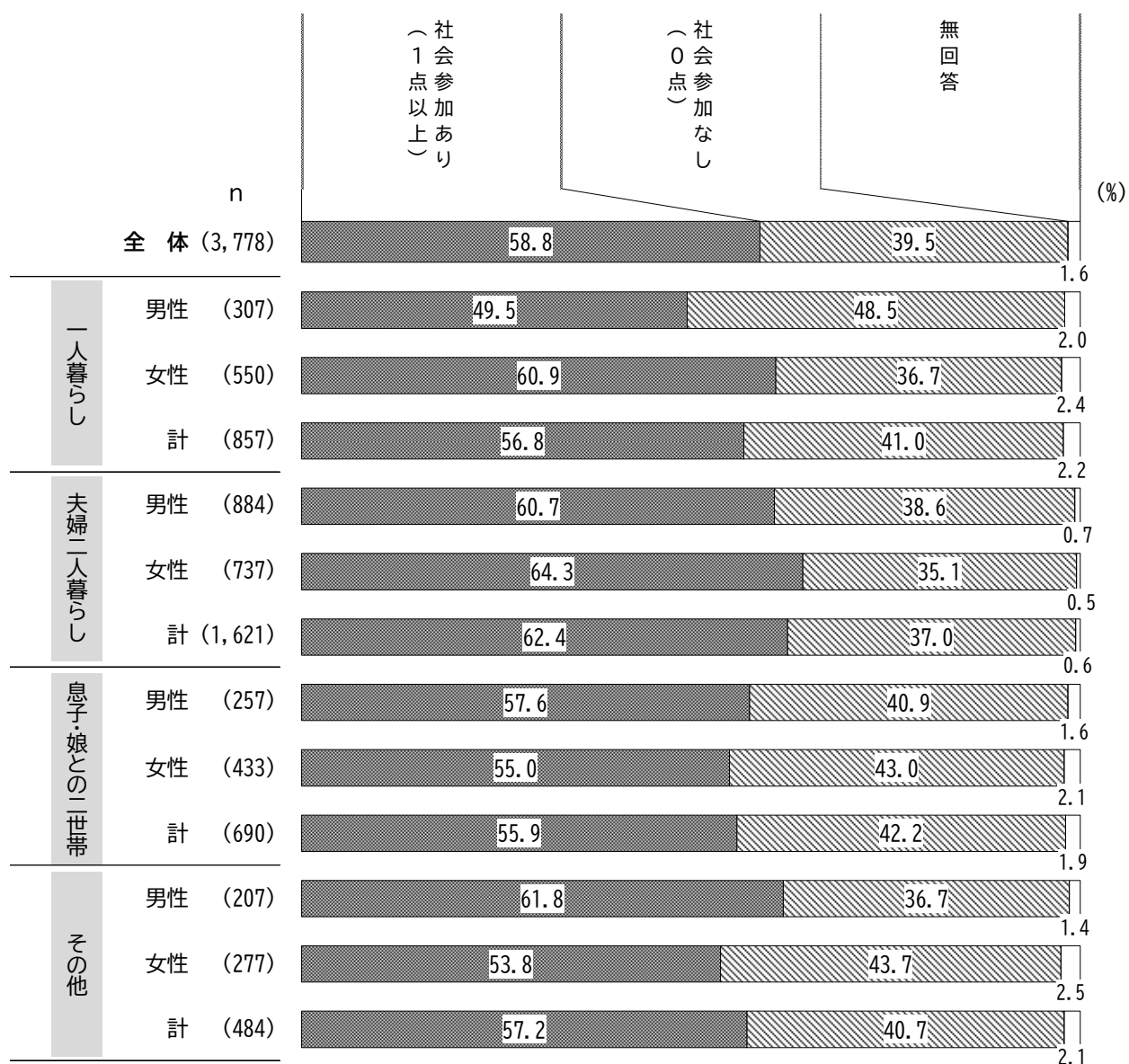
世帯構成・性別でみると、夫婦二人暮らしの女性が64.3%と他の世帯と比較して最も高くなっています。

圏域・性別でみると、中央の女性で64.9%と他の地区と比較して高くなっています。

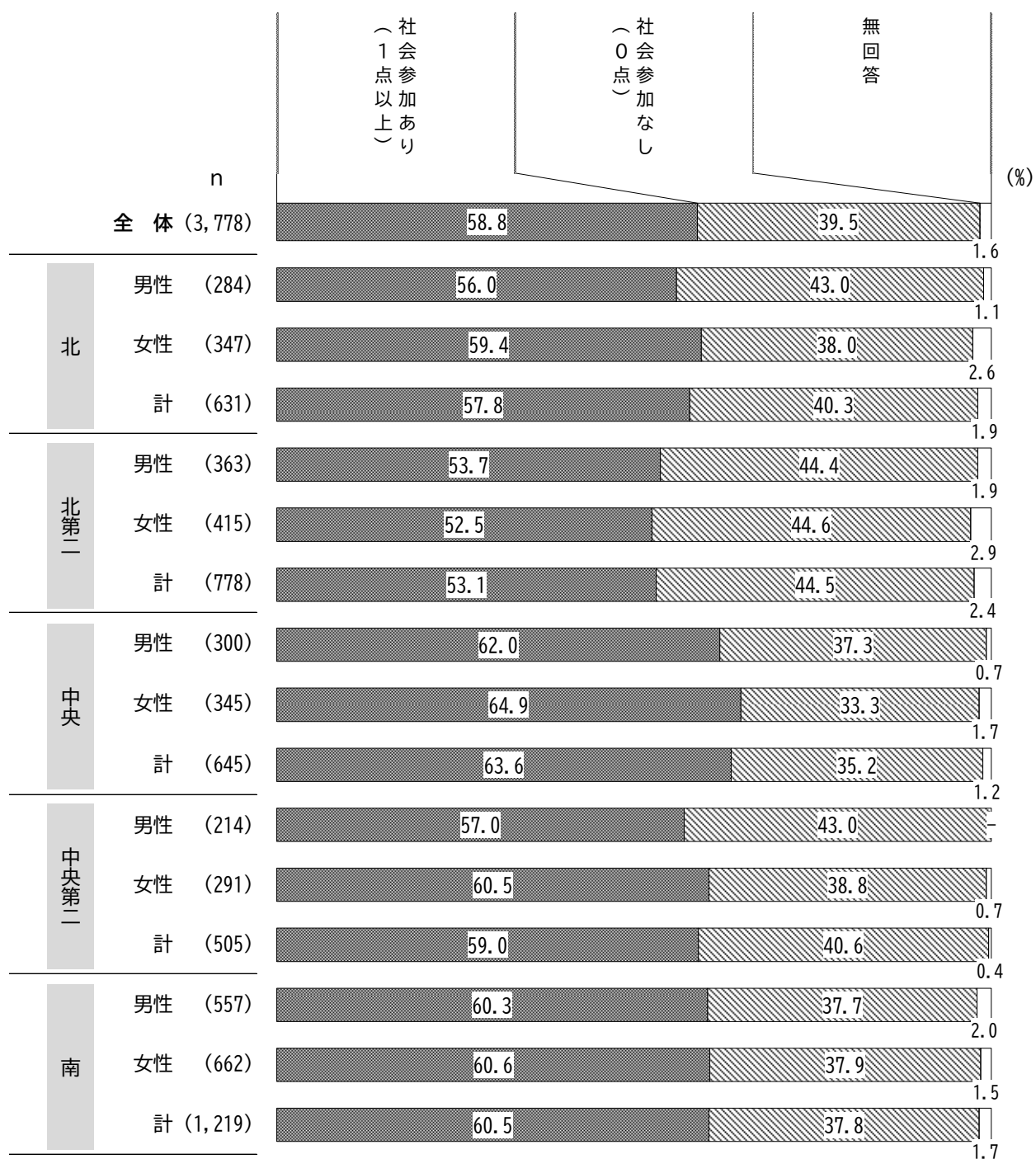
図表 社会参加の有無－年齢・性別



図表 社会参加の有無－世帯構成・性別



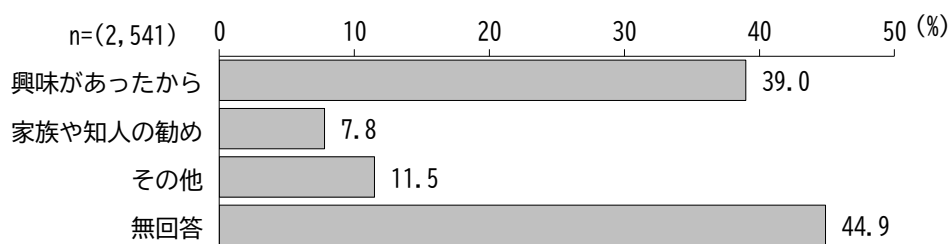
図表 社会参加の有無－圏域・性別



問 参加の動機は何ですか。

参加の動機としては、「興味があったから」が39.0%と最も高く、次いで「家族や知人の勧め」7.8%となっています。「その他」の内容では、仕事だから・生活のため、健康のため・体力維持、自治会活動・役員のためといった回答がありました。

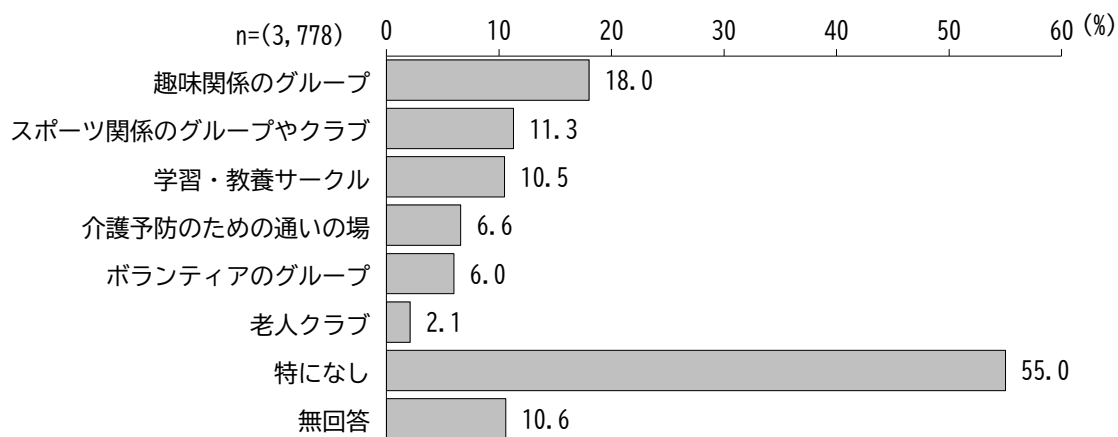
図表 参加の動機（複数回答）



問 今は参加していないが、今後参加してみたい活動はありますか。

今後参加してみたい活動としては、「趣味関係のグループ」が18.0%と最も高く、次いで「スポーツ関係のグループやクラブ」11.3%、「学習・教養サークル」10.5%などが続いています。一方で、「特になし」の回答は55.0%となっています。

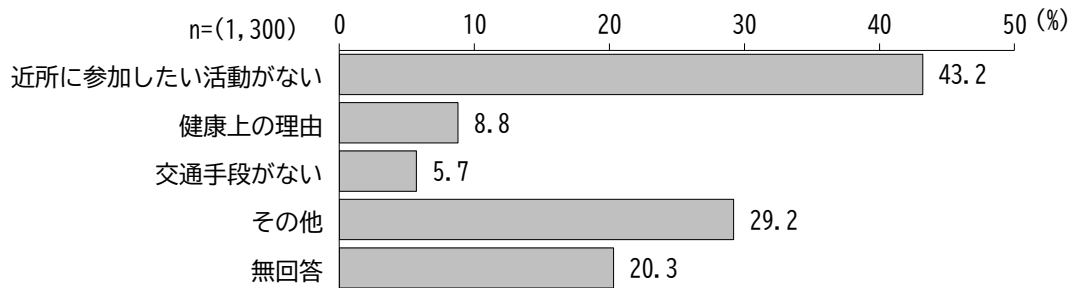
図表 今後参加してみたい活動（複数回答）



問 参加ができていない理由は何ですか。

参加ができていない理由としては、「近所に参加したい活動がない」が43.2%と最も高く、次いで「健康上の理由」8.8%となっています。「その他」の内容では、時間がない・忙しい、仕事のためといった回答がありました。

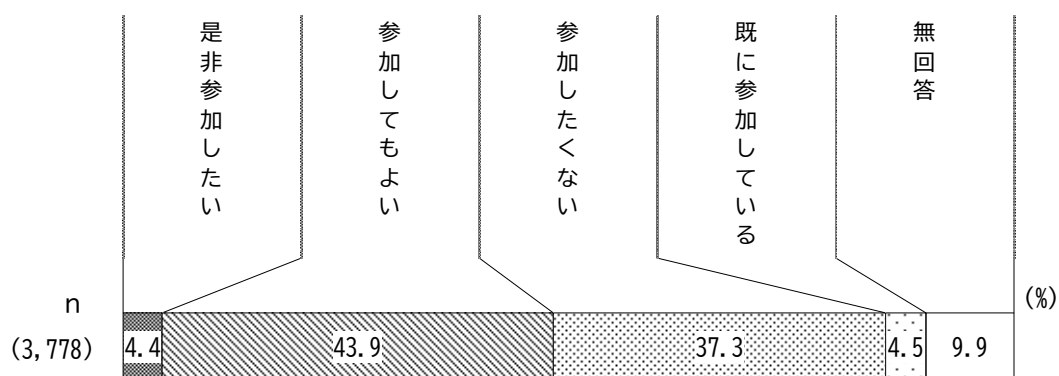
図表 参加ができていない理由（複数回答）



問 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。

地域住民の有志によるグループ活動への参加意向については、「是非参加したい」4.4%と「参加してもよい」43.9%を合わせた『参加意向あり』が48.3%と、約5割が肯定的な回答をしています。

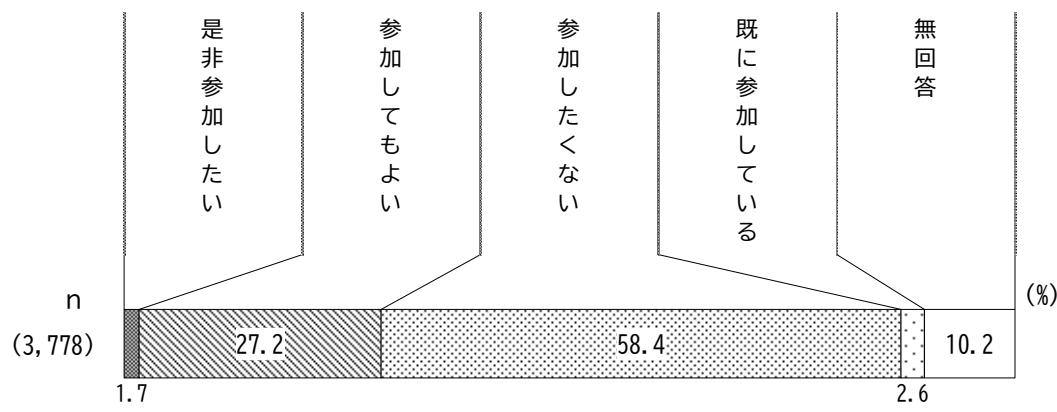
図表 グループ活動への参加意向（参加者として）



問 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。

企画・運営(お世話役)としての参加意向については、「参加したくない」が58.4%と、参加に消極的な回答が約6割となっています。

図表 グループ活動への参加意向（企画・運営として）

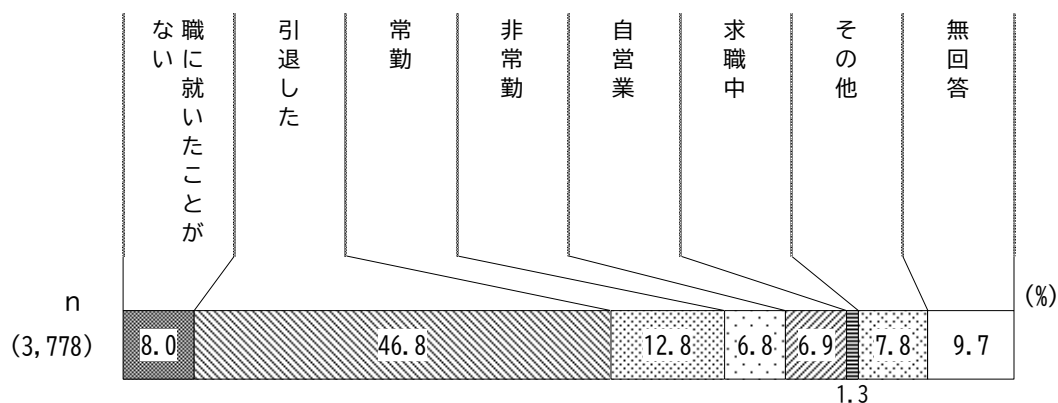


(3) 就労

問 現在のあなたの就労状態を教えてください。

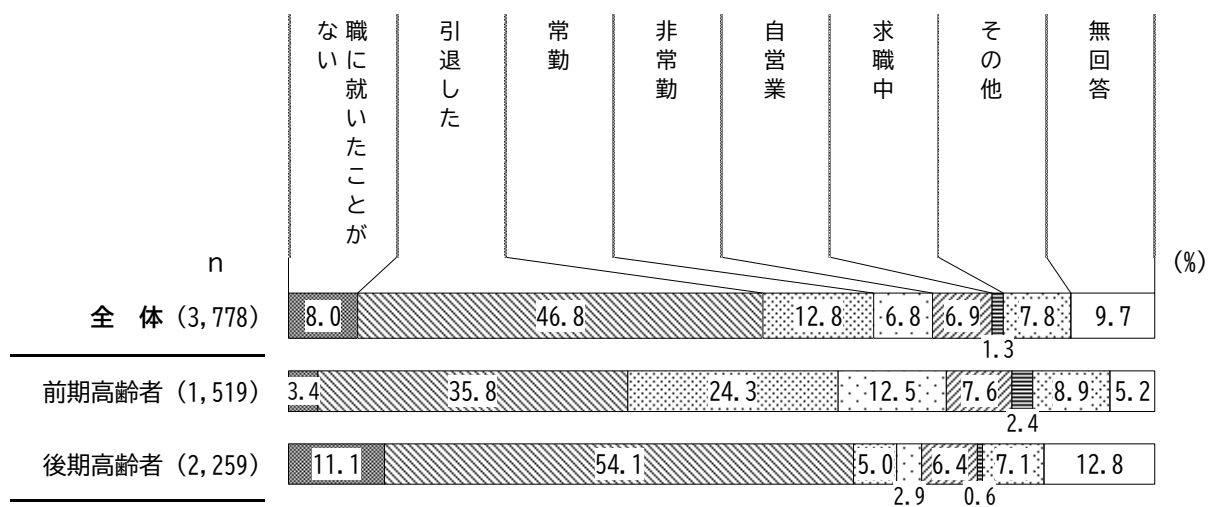
現在の就労状態は、「引退した」が46.8%と最も高く、「常勤」12.8%と「非常勤」6.8%、「自営業」6.9%を合わせた『就業している』が26.5%と、現在就労中であると全体の4分の1が回答しています。

図表 現在の就労状態



前期・後期高齢者別でみると、前期高齢者では「常勤」が24.3%で、後期高齢者（5.0%）よりも19.3ポイント高くなっています。また、後期高齢者では「引退した」が54.1%で、前期高齢者（35.8%）よりも18.3ポイント高くなっています。

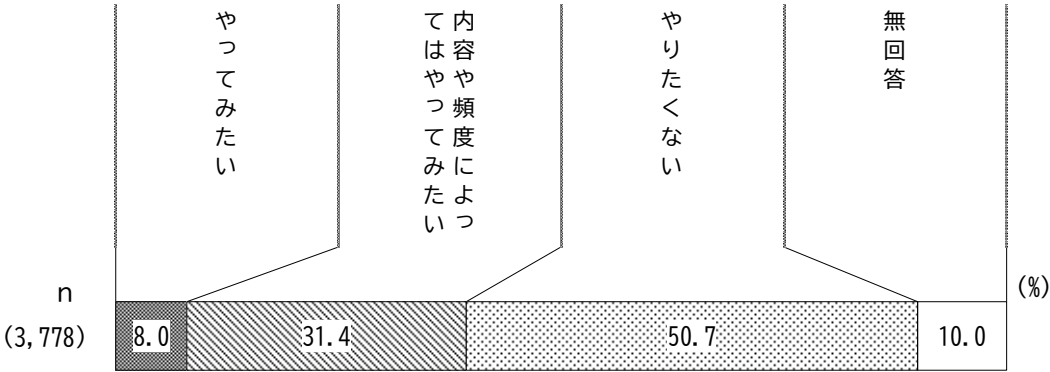
図表 現在の就労状態－前期・後期高齢者別



問 短時間（１～４時間）の作業をして、ちょっとしたお礼（謝金）や給与をもらうような仕事をしてみたいと思いますか。

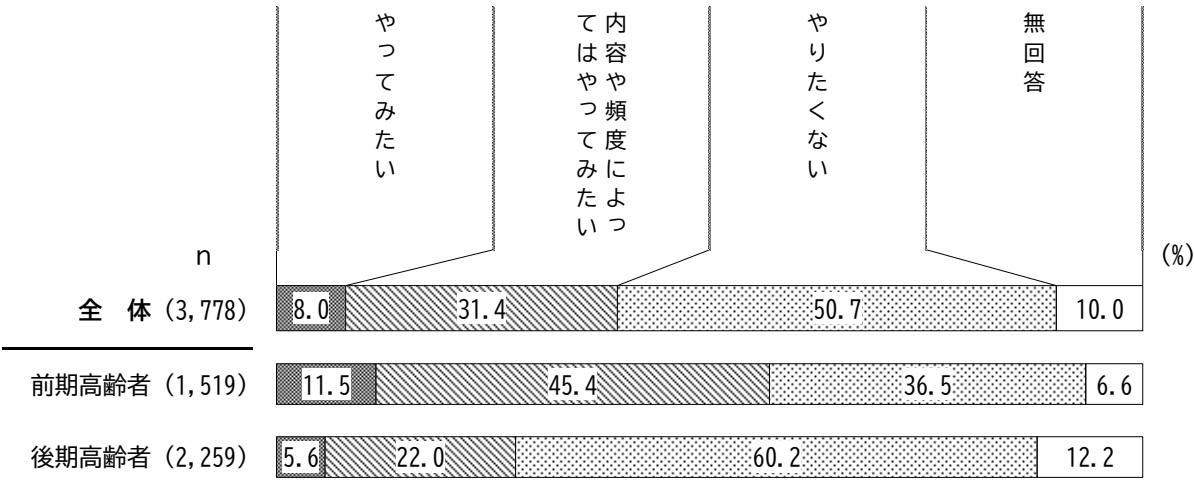
短時間の作業で謝金や給与を貰う仕事への就労意向については、「やりたくない」が50.7%と、参加に消極的な回答が5割を超えています。

図表 短時間の作業で謝金や給与を貰う仕事への就労意向



前期・後期高齢者別でみると、前期高齢者では「やってみたい」が11.5%で、後期高齢者（5.6%）よりも5.9ポイント高くなっています。また、前期高齢者では「内容や頻度によってはやってみたい」が45.4%で、後期高齢者（22.0%）よりも23.4ポイント高くなっています。

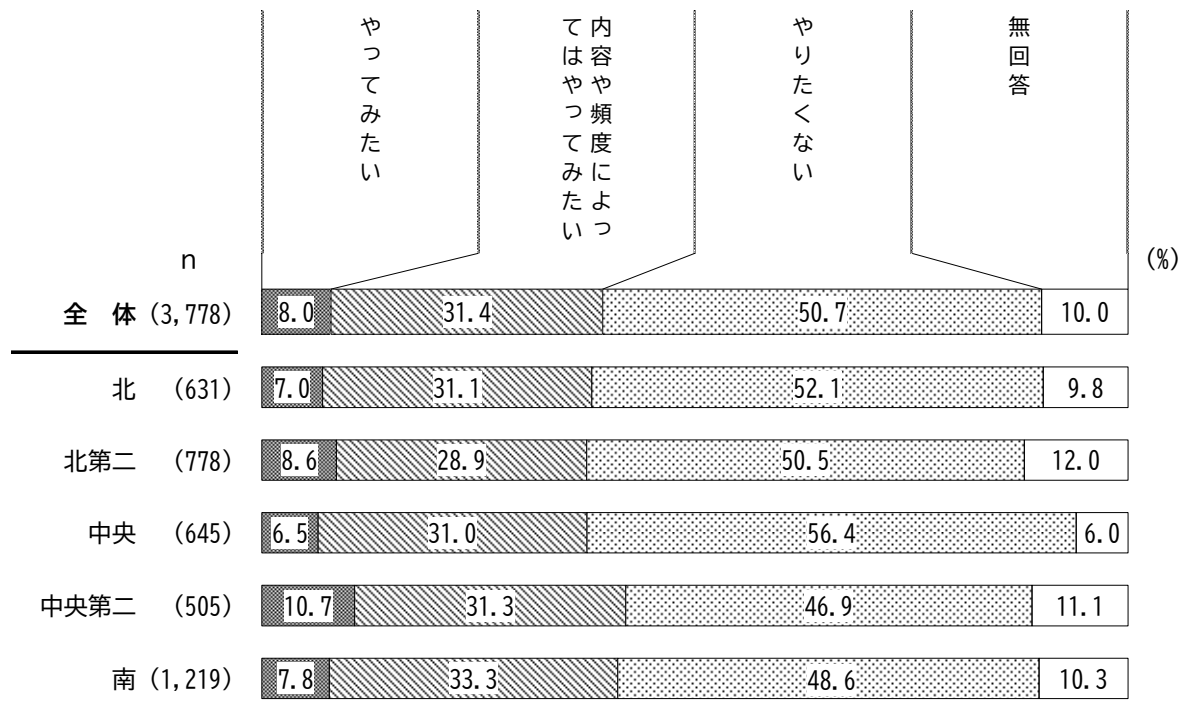
図表 短時間の作業で謝金や給与を貰う仕事への就労意向－前期・後期高齢者別



第2章 調査結果の詳細

圏域別でみると、中央第二では「やってみたい」が10.7%と最も高くなっています。

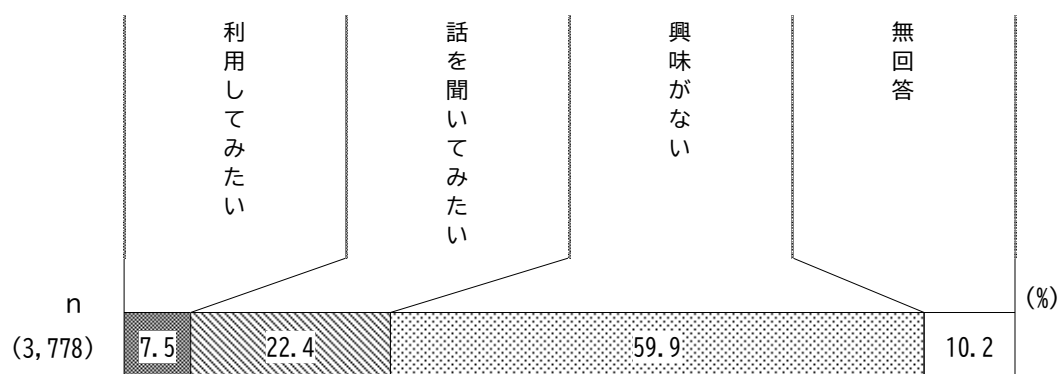
図表 短時間の作業で謝金や給与を貰う仕事への就労意向－圏域別



問 市が実施する（ハローワークやシルバー人材センターではない）高齢者専用の職業紹介事業（時間、作業負荷、頻度などを工夫した高齢者向けの仕事の紹介事業）があれば利用してみたいと思いますか。

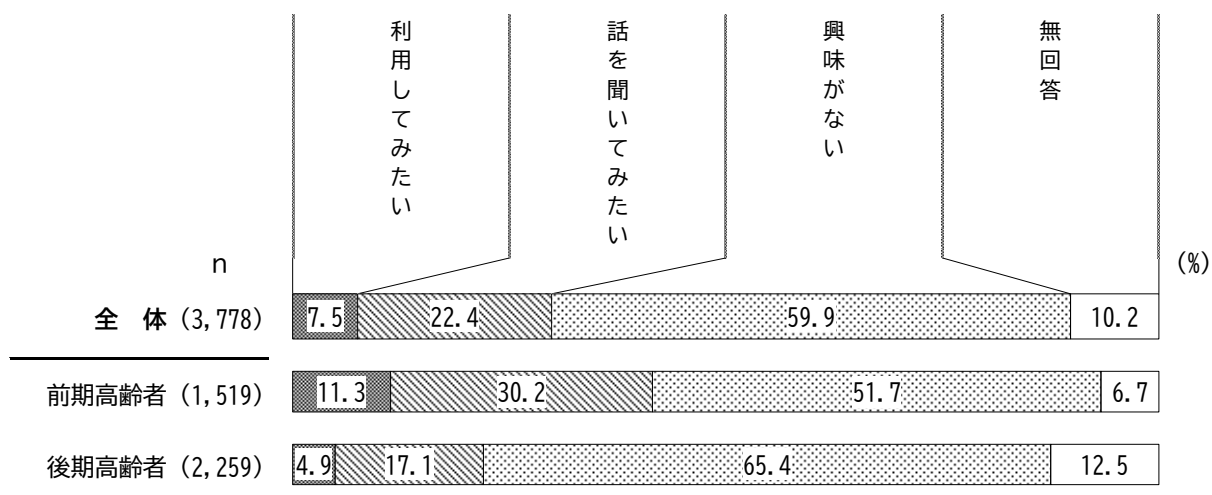
市が実施する高齢者専用の職業紹介事業の利用意向については、「興味がない」が59.9%と、利用に消極的な回答がほぼ6割となっています。

図表 市が実施する高齢者専用の職業紹介事業の利用意向



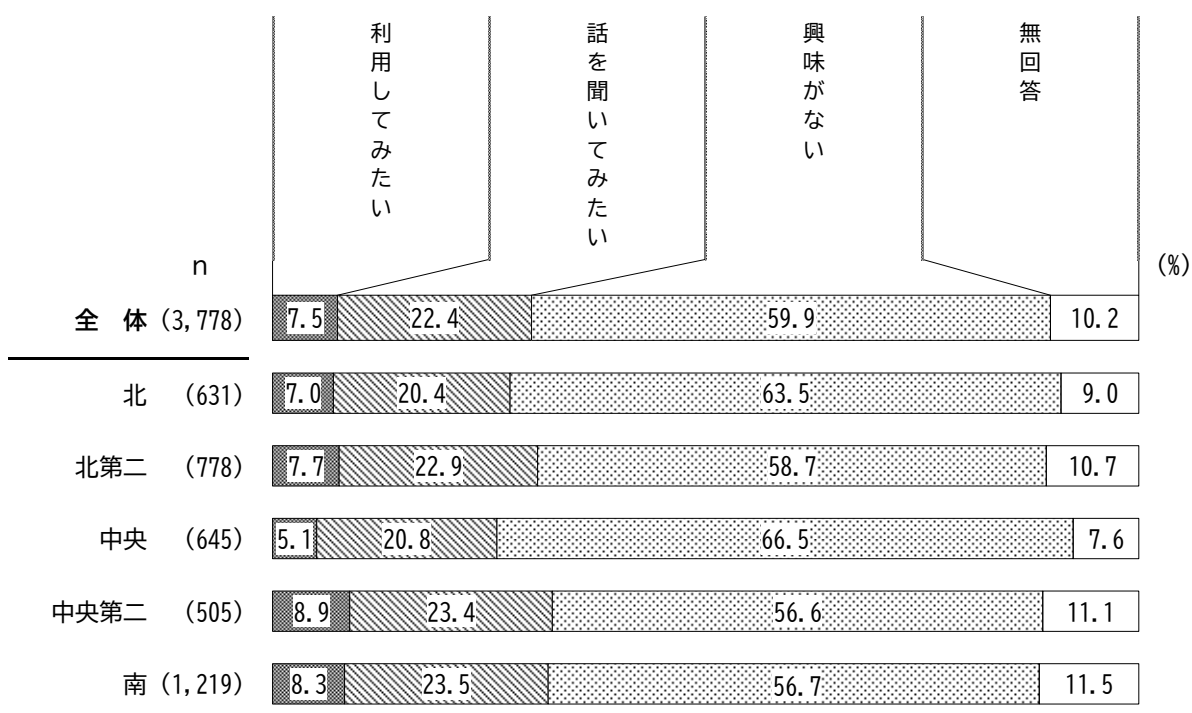
前期・後期高齢者別でみると、前期高齢者では「利用してみたい」が11.3%で、後期高齢者（4.9%）よりも6.3ポイント高くなっています。また、前期高齢者では「話を聞いてみたい」が30.2%で、後期高齢者（17.1%）よりも13.1ポイント高くなっています。

図表 市が実施する高齢者専用の職業紹介事業の利用意向－前期・後期高齢者別



圏域別でみると、中央第二では「利用してみたい」が8.9%と最も高くなっています。

図表 市が実施する高齢者専用の職業紹介事業の利用意向－圏域別



(4) たすけあいの状況

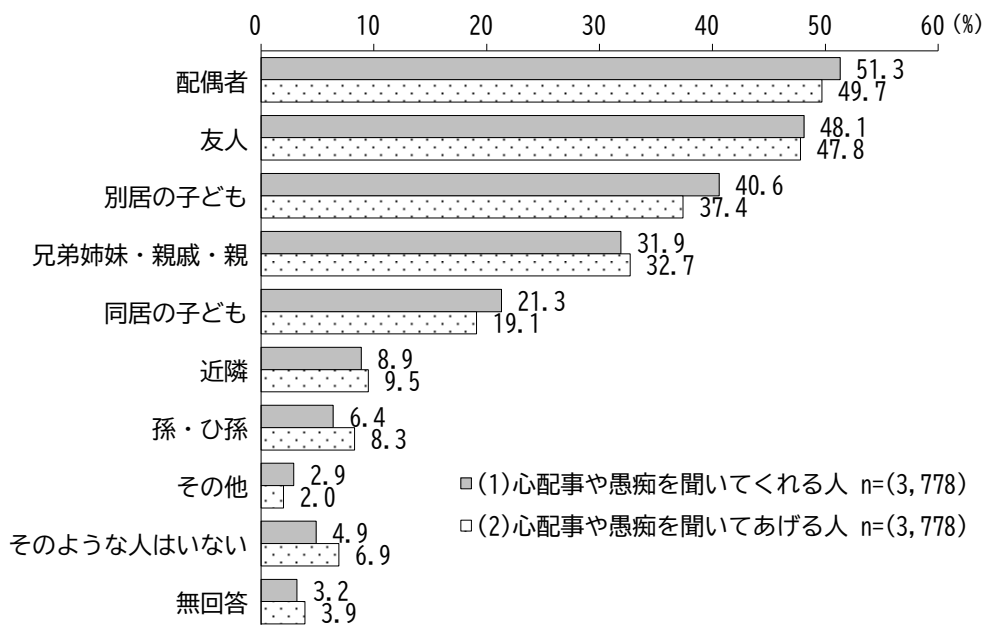
問 あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします。

(1)あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人

(2)あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人

愚痴を話す・聞く相手については、共に「配偶者」が最も高く、心配事や愚痴を聞いてくれる人で51.3%、心配事や愚痴を聞いてあげる人で49.7%となっています。次いで「友人」、「別居の子ども」の順となっています。

図表 愚痴を話す・聞く相手（複数回答）



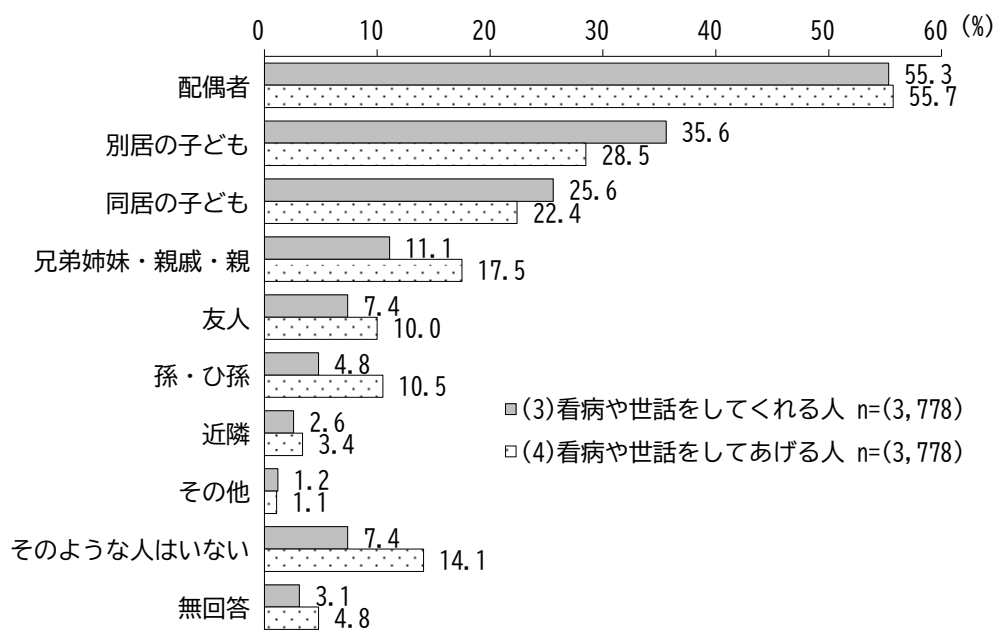
問 あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします。

(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

(4)反対に看病や世話をしてあげる人

看病や世話をする・される相手については、共に「配偶者」が最も高く、看病や世話をしてくれる人が55.3%、看病や世話をしてあげる人が55.7%となっています。次いで「別居の子ども」、「同居の子ども」の順となっています。

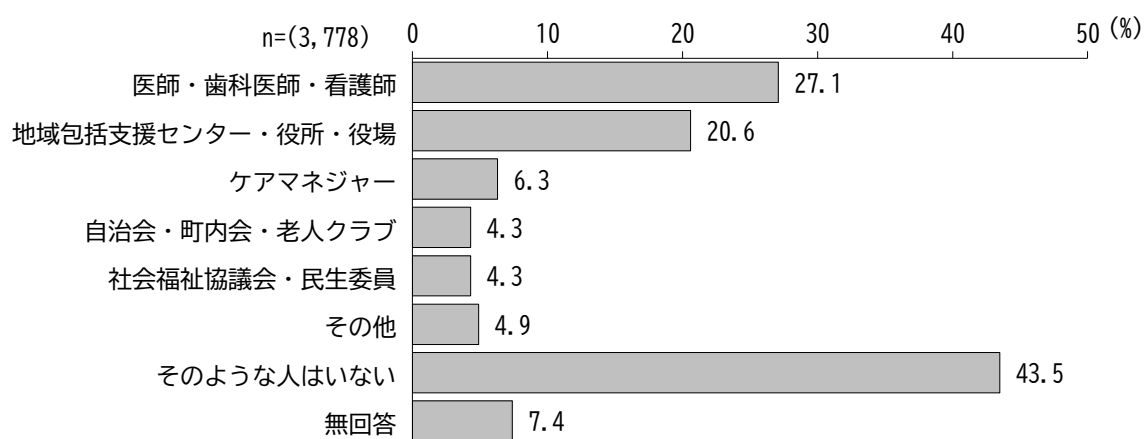
図表 看病や世話をする・される相手（複数回答）



問 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。

家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手については、「医師・歯科医師・看護師」が27.1%で最も高く、次いで「地域包括支援センター・役所・役場」20.6%、「ケアマネジャー」6.3%、「自治会・町内会・老人クラブ」4.3%、「社会福祉協議会・民生委員」4.3%の順となっています。一方で、「そのような人はいない」の回答は43.5%となっています。

図表 家族や友人・知人以外の相談相手（複数回答）

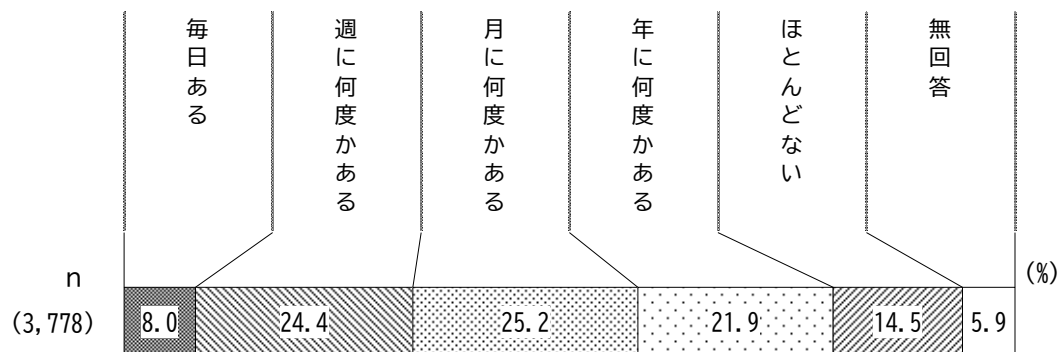


第2章 調査結果の詳細

問 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

友人・知人と会う頻度を聞いたところ、「月に何度かある」が25.2%と最も高く、次いで「週に何度かある」24.4%、「年に何度かある」21.9%、「毎日ある」8.0%の順となっています。一方で「ほとんどない」は14.5%となっています。

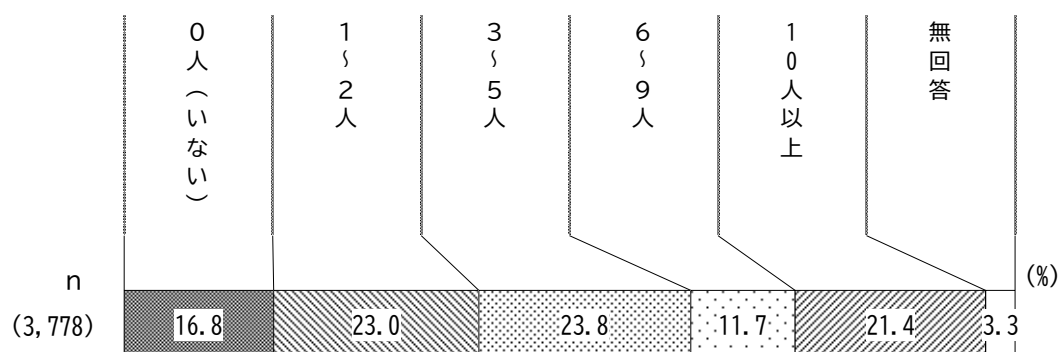
図表 友人・知人と会う頻度



問 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。

この1か月間、何人の友人・知人と会ったかについては、「3～5人」が23.8%と最も高く、「1～2人」23.0%、「10人以上」21.4%の順となっています。一方で、「0人(いない)」は16.8%となっています。

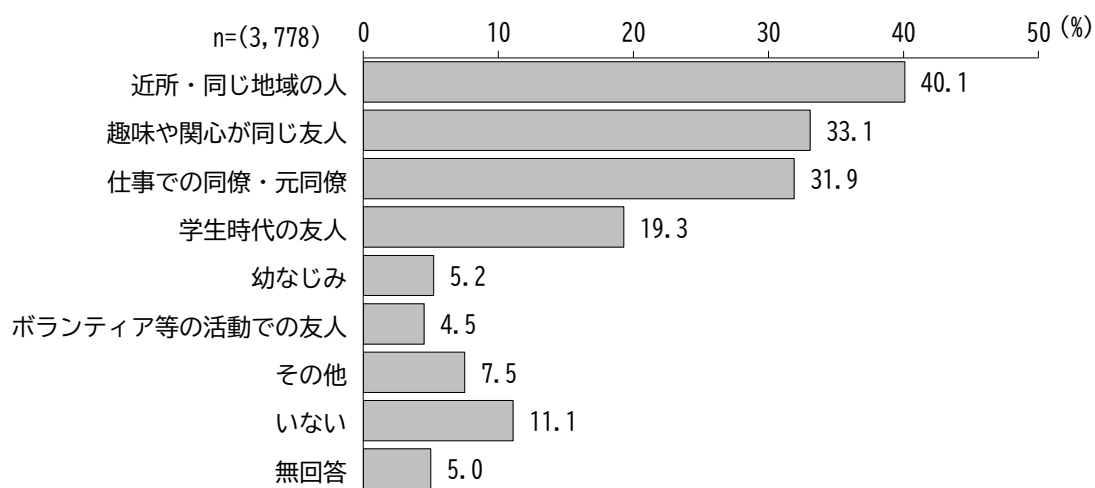
図表 1か月で会った人数



問 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。

どんな関係の友人・知人とよく会うかについては、「近所・同じ地域の人」が40.1%と最も高く、次いで「趣味や関心が同じ友人」33.1%、「仕事での同僚・元同僚」31.9%、「学生時代の友人」19.3%などと続いています。

図表 よく会う友人・知人（複数回答）

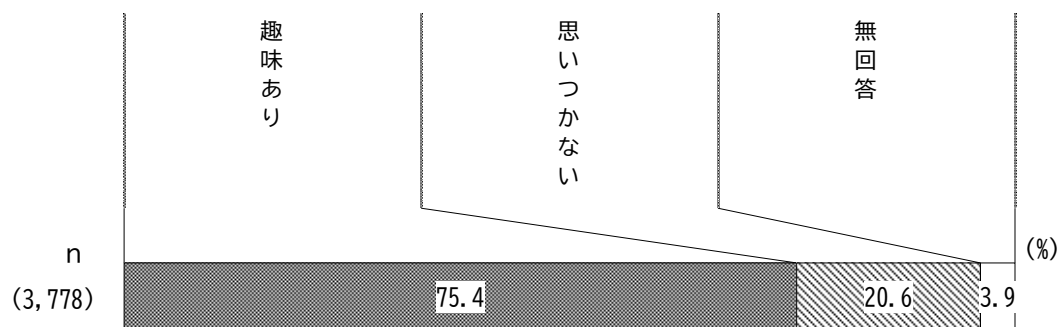


■関連する設問

問 趣味はありますか。

趣味については、「趣味あり」が75.4%を占めており、「思いつかない」は20.6%となっています。

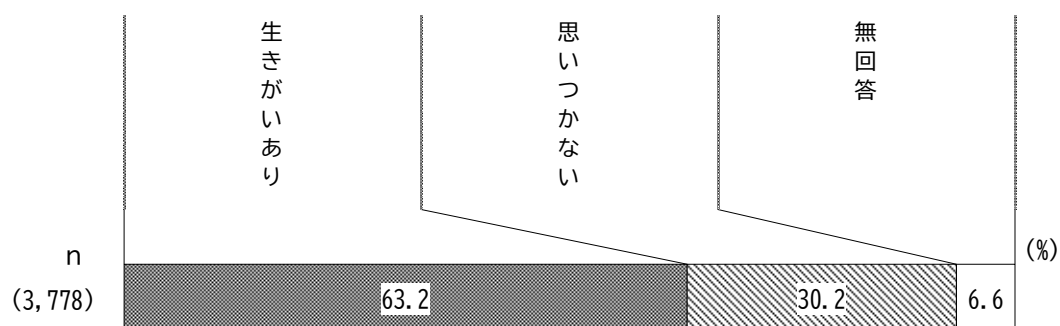
図表 趣味の有無



問 生きがいがありますか。

生きがいの有無については、「生きがいあり」が63.2%、「思いつかない」が30.2%となっています。

図表 生きがいの有無



(5) ルーベンソーシャルネットワークスケール（日本語版LSNS-6）

■該当設問と評価

ルーベンソーシャルネットワークスケールの6項目から高齢者の社会的孤立を評価しました。点数が高いほど、社会的なつながりが強いことを示します。

12点未満を「孤独リスク高」、12点以上を「孤独リスク低」と評価し、12点未満の人をリスク該当者としています。

問番号	設問	該当選択肢	点数
問 8	(4)少なくとも月に1回、あつたり話したりする家族や親戚は何人いますか。	1.「いない」 2.「1人」 3.「2人」 4.「3～4人」 5.「5～8人」 6.「9人以上」	1…0点 2…1点 3…2点 4…3点 5…4点 6…5点
	(5)少なくとも月に1回、あつたり話したりする友人は何人いますか。		
	(6)あなたが、個人的なことでも話すことができるくらいに気軽に感じられる家族や親戚は何人いますか。		
	(7)あなたが、個人的なことでも話すことができるくらいに気軽に感じられる友人は何人いますか。		
	(8)あなたが、助けを求めることができるくらい親しく感じられる家族や親戚は何人いますか。		
	(9)あなたが、助けを求めることができるくらい親しく感じられる友人は何人いますか。		

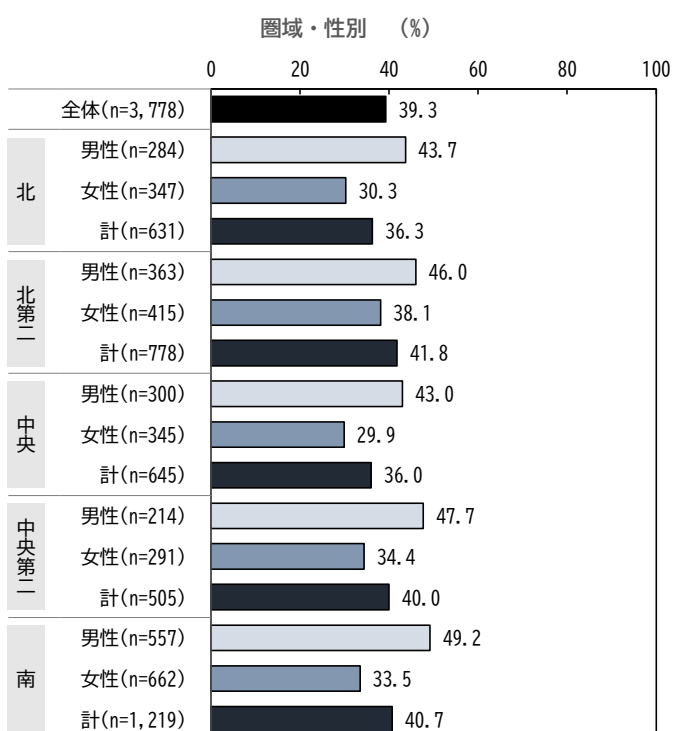
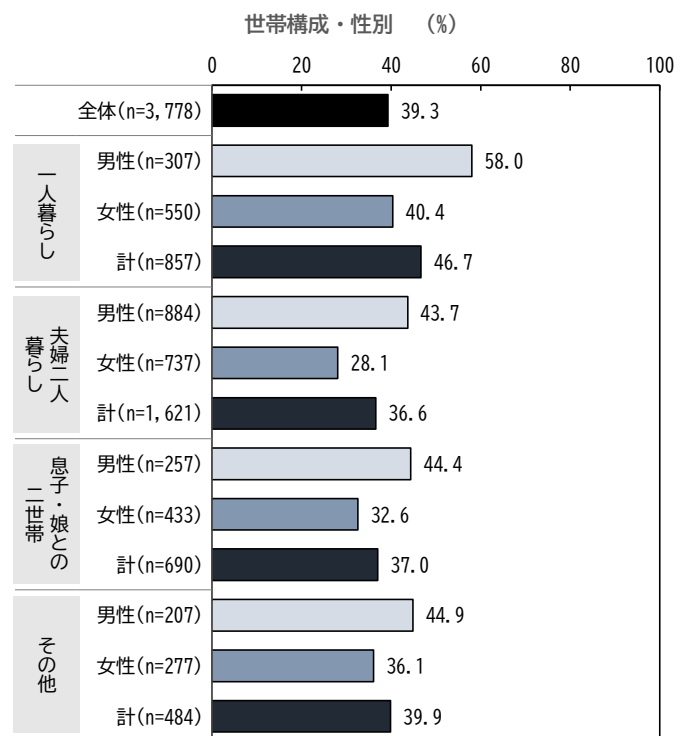
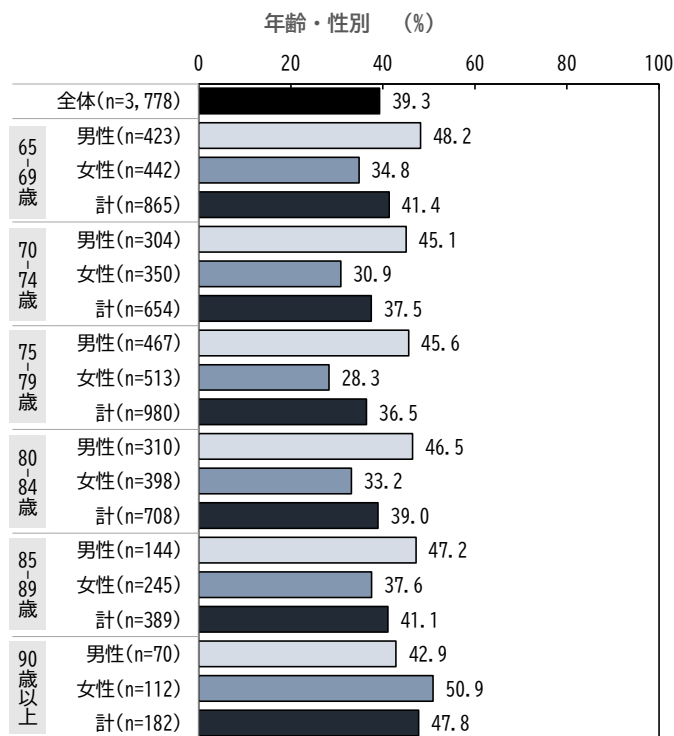
■評価結果

リスク該当者割合は、全体で39.3%となっています。

年齢・性別でみると、90歳以上の女性で50.9%と最も高く、90歳未満の年齢層では女性より男性が高い傾向があります。

世帯構成・性別でみると、一人暮らしの男性が58.0%と他の世帯と比較して高くなっています。

圏域・性別でみると、南の男性が49.2%と最も高くなっていますが、大きな地区差はみられません。

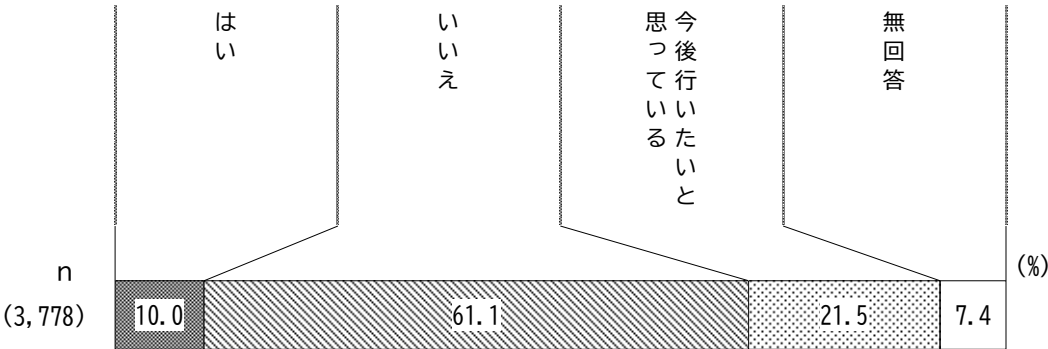


(6) 人生会議（ACP）など

問 「人生会議（ACP）」を行っていますか。
 ※「人生会議」とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

「人生会議（ACP）」の実施状況については、61.1%が「いいえ」と回答しています。

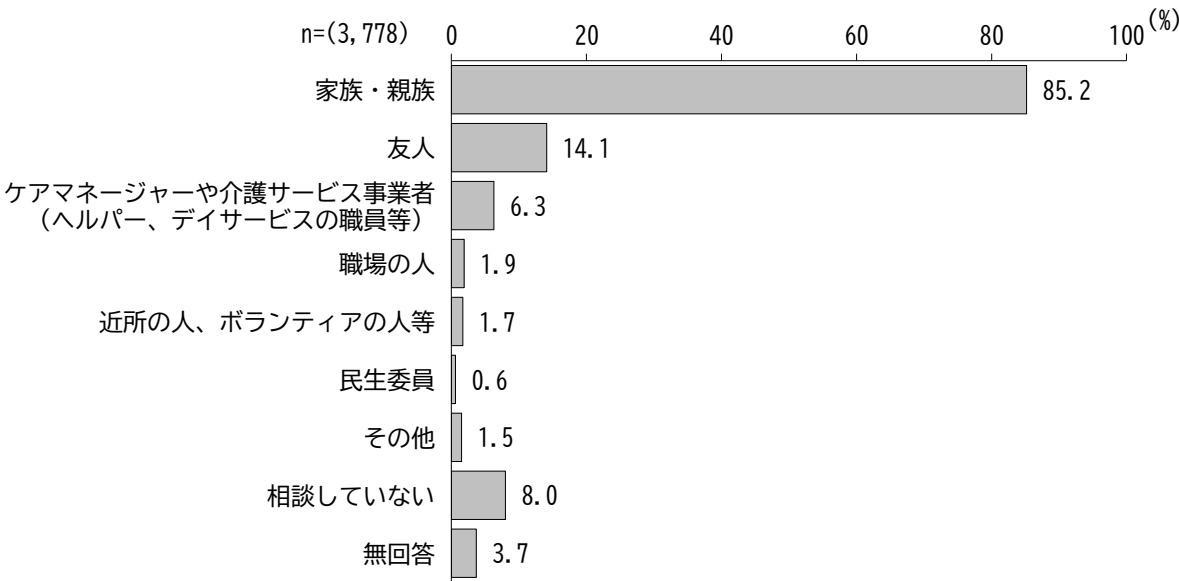
図表 「人生会議（ACP）」の実施状況



問 病気の治療や介護のことなど、あなたの暮らしで大切なことを決める時は、誰と相談していますか。

病気の治療や介護のことなど、暮らしで大切なことの相談相手としては、「家族・親族」が85.2%と最も高く、次いで「友人」14.1%、「ケアマネージャーや介護サービス事業者（ヘルパー、デイサービスの職員等）」6.3%などが続いています。

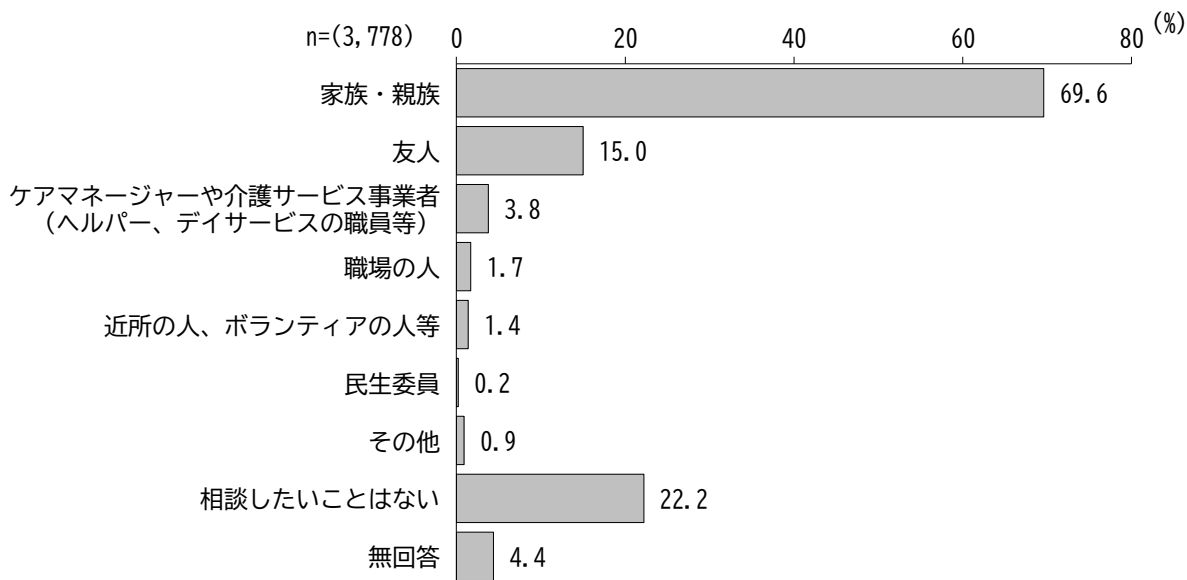
図表 病気の治療や介護のことなど、暮らしで大切なことの相談相手（複数回答）



問 今後の生活について、誰かと相談したことはありますか。

今後の生活について、相談した相手としては、「家族・親族」が69.6%と最も高く、次いで「友人」15.0%、「ケアマネージャーや介護サービス事業者（ヘルパー、デイサービスの職員等）」3.8%などが続いています。一方で、「相談したいことはない」の回答は22.2%となっています。

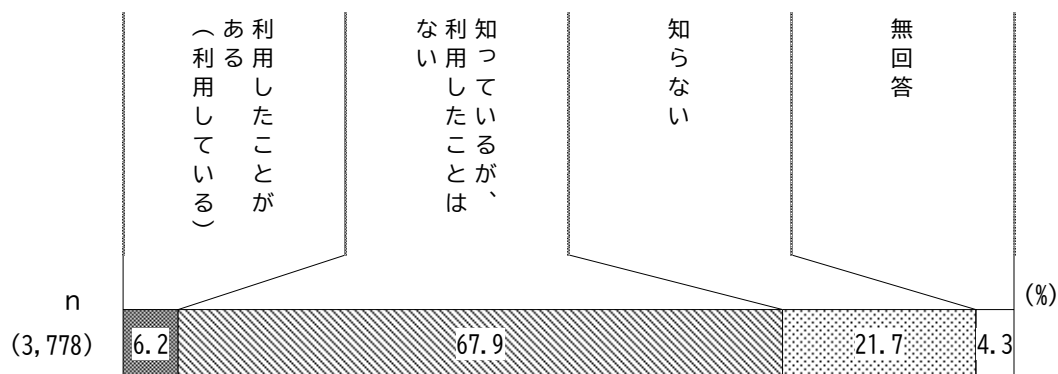
図表 今後の生活について、相談した相手（複数回答）



問 「意思表示ノート」や「終活ノート」、「エンディングノート」を知っていますか。また、利用したことはありますか。

「意思表示ノート」や「終活ノート」等の利用と認知状況については、67.9%が「知っているが、利用したことはない」と回答しています。

図表 「意思表示ノート」や「終活ノート」等の利用と認知状況



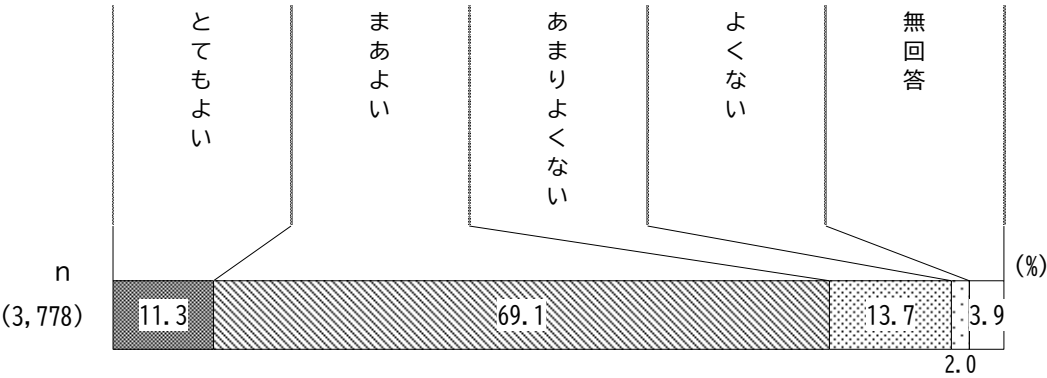
4. 健康について

(1) 主観的健康観

問 現在のあなたの健康状態はいかがですか。

現在の健康状態については、「とてもよい」と「まあよい」を合わせた『良い』が80.4%を占めています。

図表 健康状態



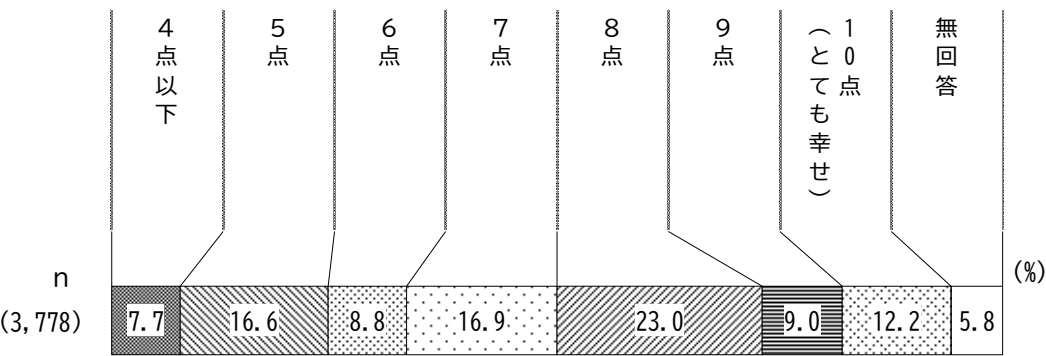
(2) 幸福感

問 あなたは、現在どの程度幸せですか。(10点満点)

高齢者のQOL（生活の質）の指標ともなる主観的幸福感（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点とした場合の点数で回答）をみると、「8点」が23.0%で最も高く、次いで「7点」16.9%、「5点」16.6%、「10点」12.2%となっています。

全体の平均点は、7.1点となっています。

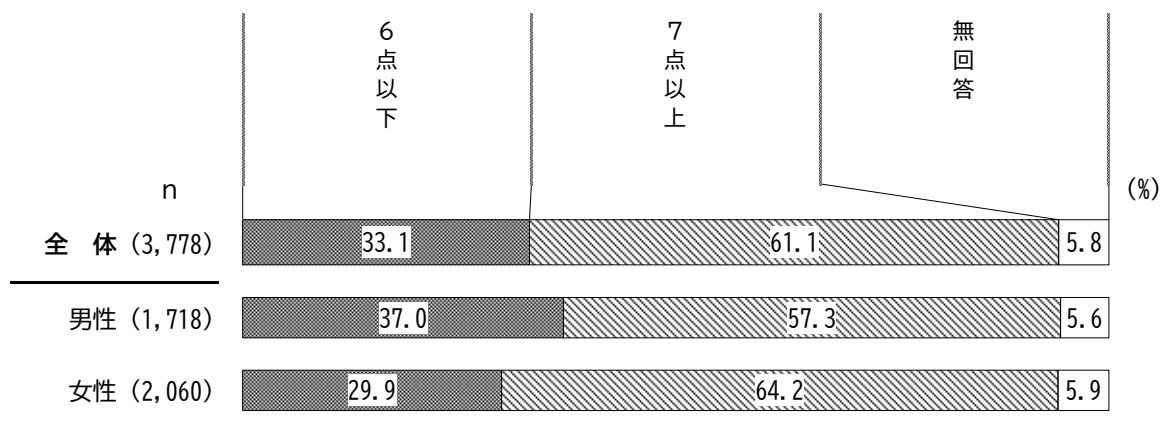
図表 現在の幸福度



第2章 調査結果の詳細

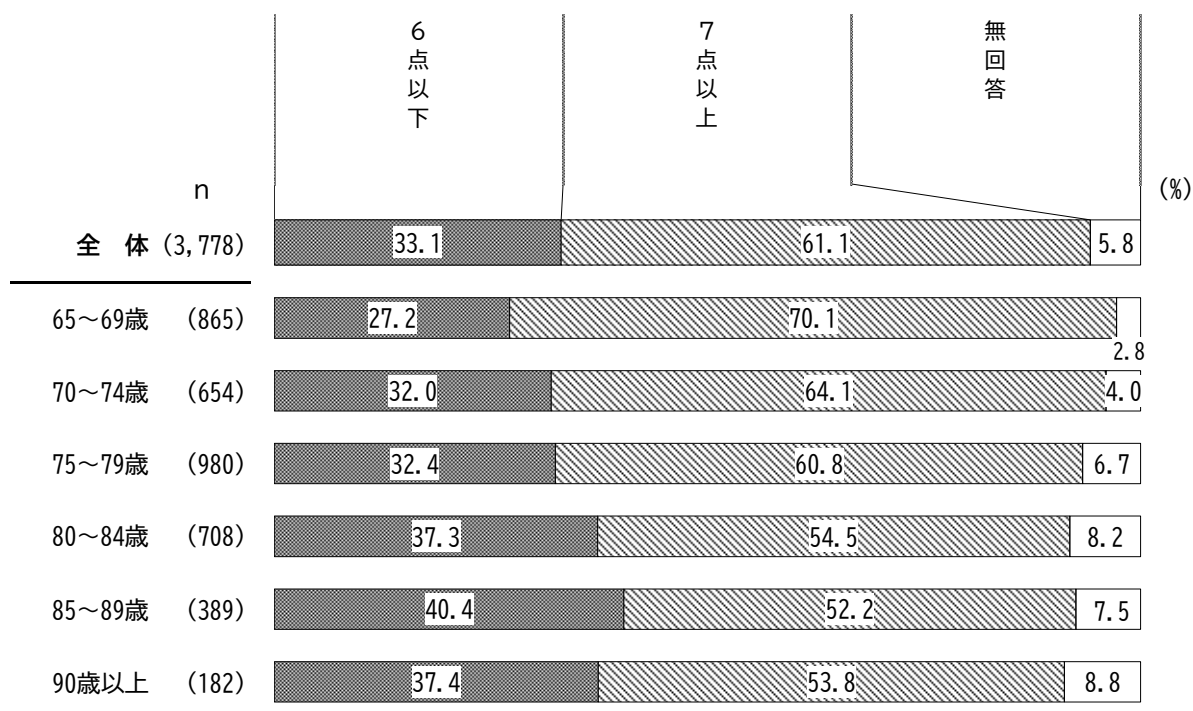
性別でみると、女性では「7点以上」が64.2%で、男性（57.3%）よりも6.9ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－性別



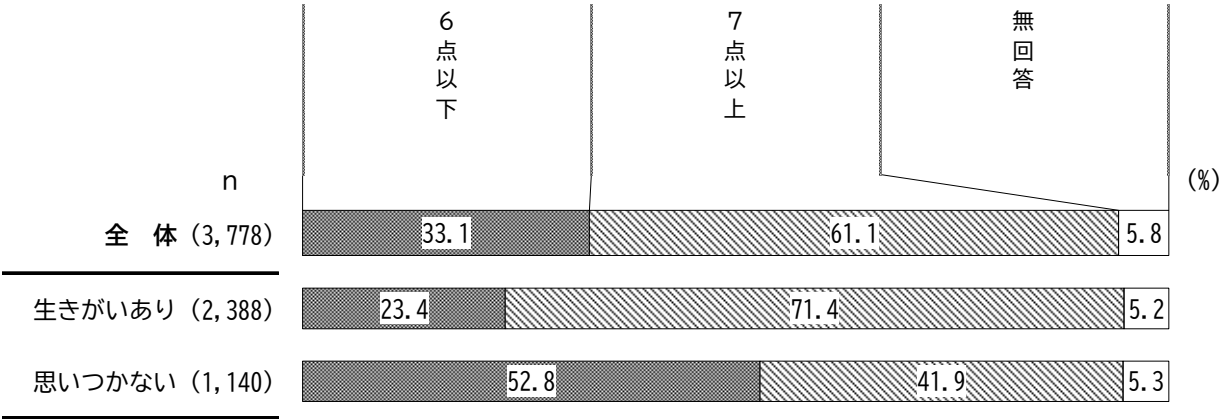
年齢別でみると、「7点以上」は年齢が下がるほど高くなっており、65～69歳が70.1%と最も高くなっています。

図表 現在の幸福度－年齢別



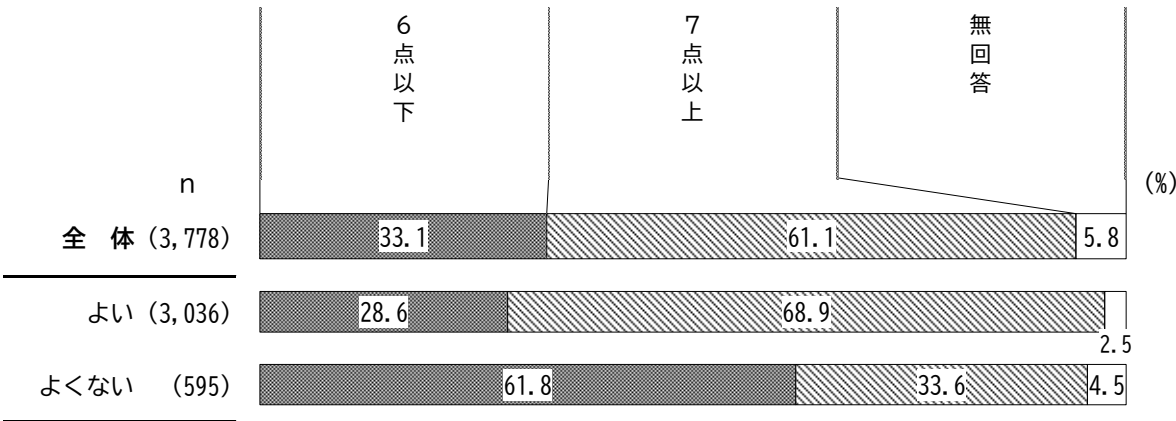
生きがいの有無別でみると、生きがいありでは「7 点以上」が71.4%で、思いつかない（41.9%）よりも29.5ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－生きがいの有無別



健康状態別でみると、よいでは「7 点以上」が68.9%で、よくない（33.6%）よりも35.3ポイント高くなっています。

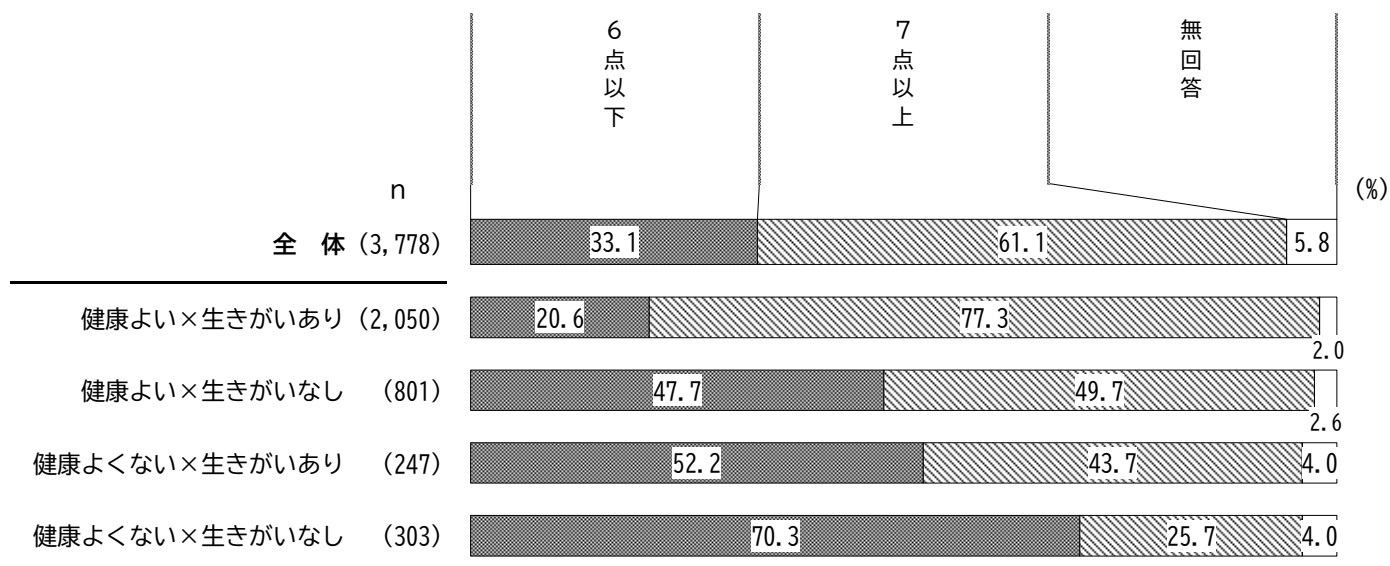
図表 現在の幸福度－健康状態別



第2章 調査結果の詳細

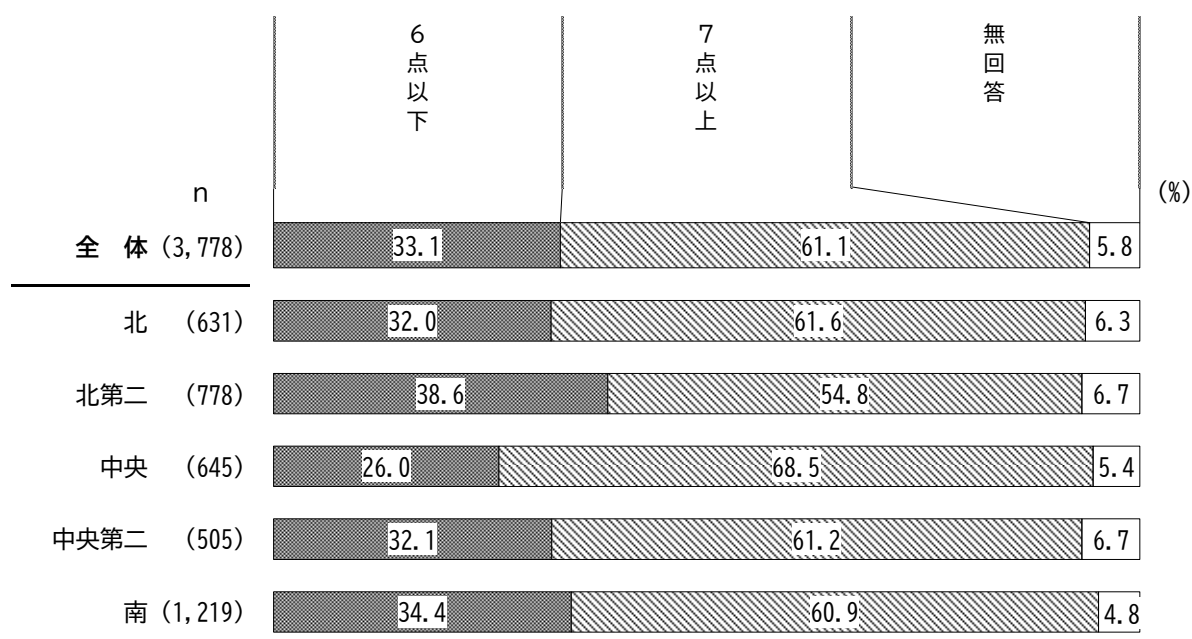
健康状態×生きがいの有無別でみると、健康状態がよく、生きがいがある方では「7点以上」が77.3%と最も高く、健康状態がよくない方、生きがいがない方よりも、いずれも20ポイント以上高くなっています。

図表 現在の幸福度－健康状態×生きがいの有無別



圏域別でみると、中央では「7点以上」が68.5%と最も高くなっています。

図表 現在の幸福度－圏域別

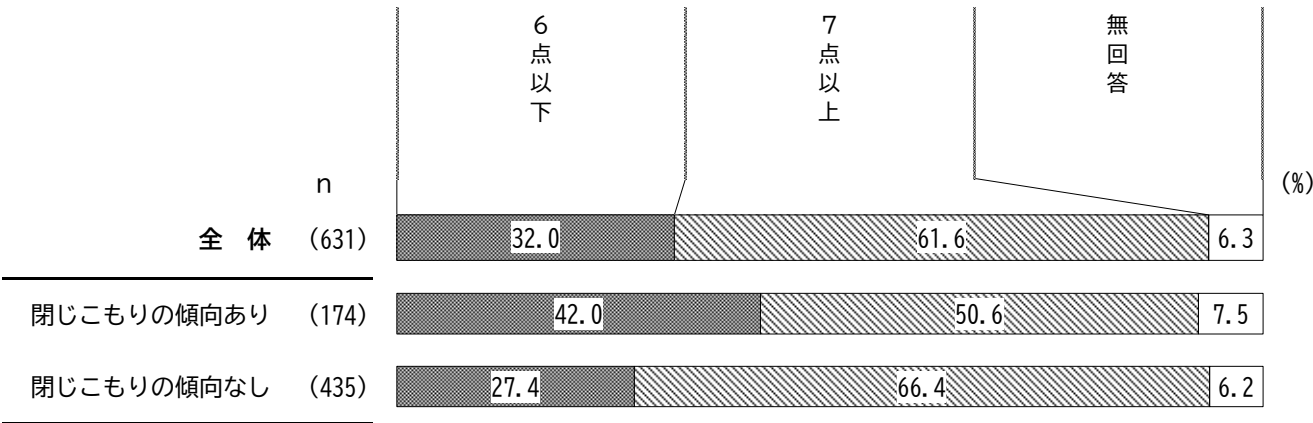


現在の幸福度について、各圏域ごとに閉じこもりの傾向別、経済状況別の分析を行いました。

北

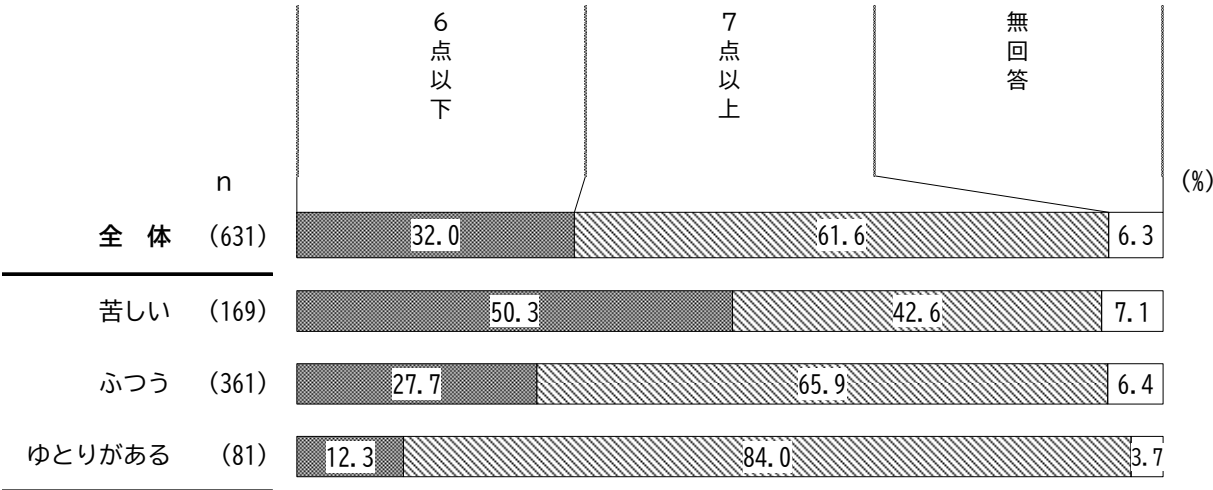
『北』圏域について閉じこもりの傾向別でみると、閉じこもりの傾向なしでは「7点以上」が66.4%で、閉じこもりの傾向あり（50.6%）よりも15.8ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－幸福度別



『北』圏域について経済状況別にみると、経済状況がよくなるほど「7点以上」の割合が高くなり、ゆとりがあるでは84.0%となっている。

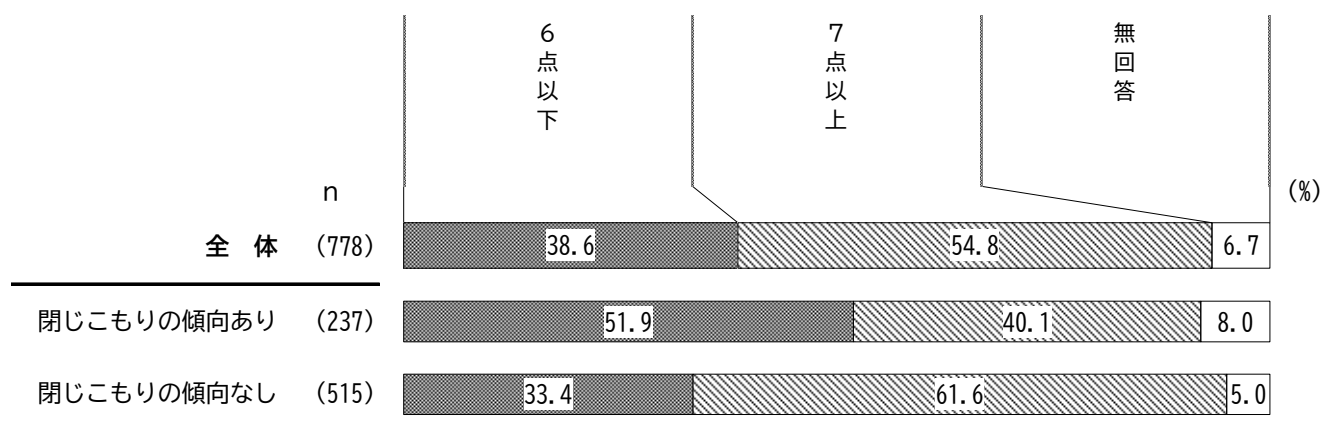
図表 現在の幸福度－経済状況別



北第二

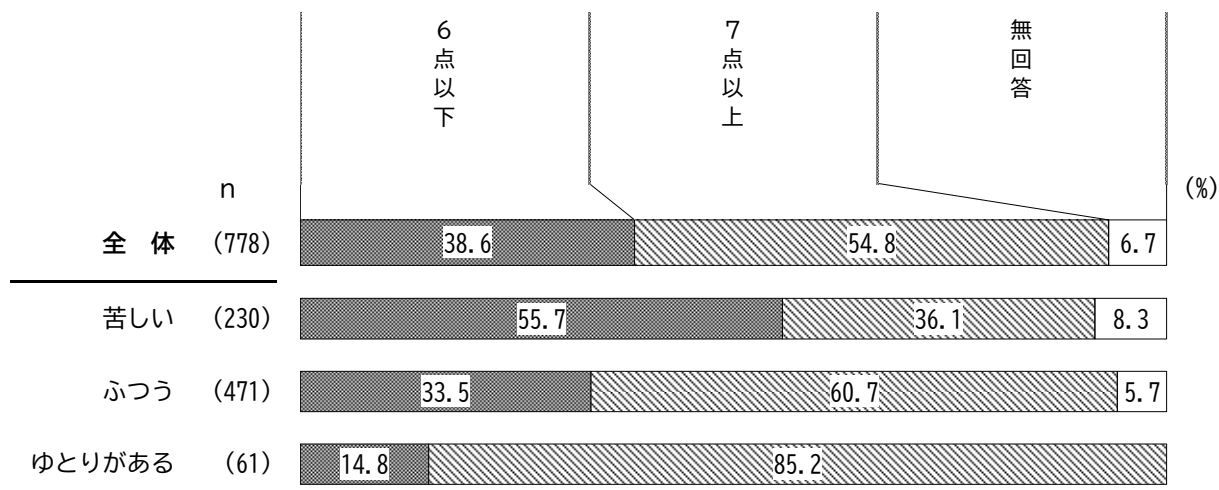
『北第二』圏域について閉じこもりの傾向別でみると、閉じこもりの傾向なしでは「7点以上」が61.6%で、閉じこもりの傾向あり（40.1%）よりも21.5ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－閉じこもりの傾向別



『北第二』圏域について経済状況別にみると、経済状況がよくなるほど「7点以上」の割合が高くなり、ゆとりがあるでは85.2%となっている。

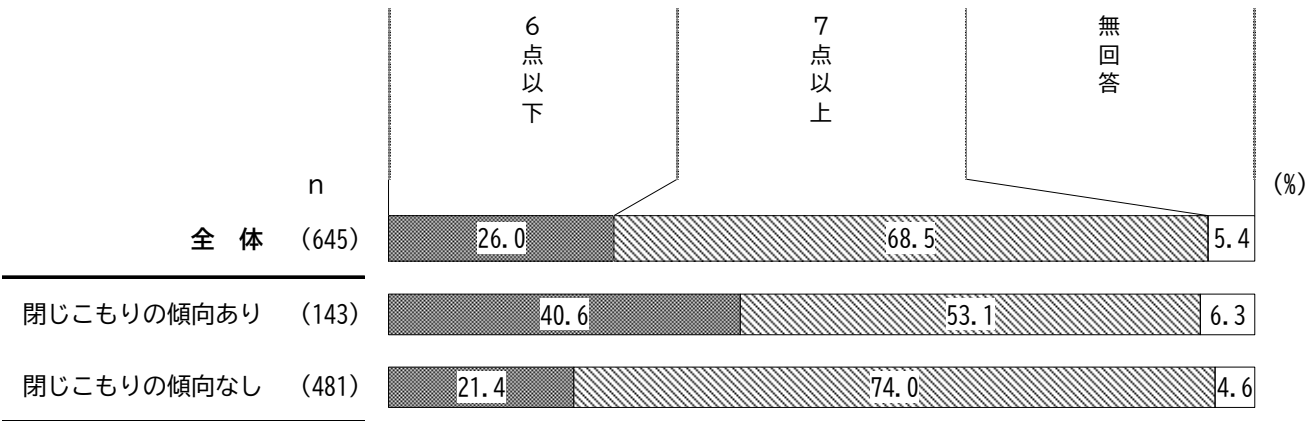
図表 現在の幸福度－経済状況別



中央

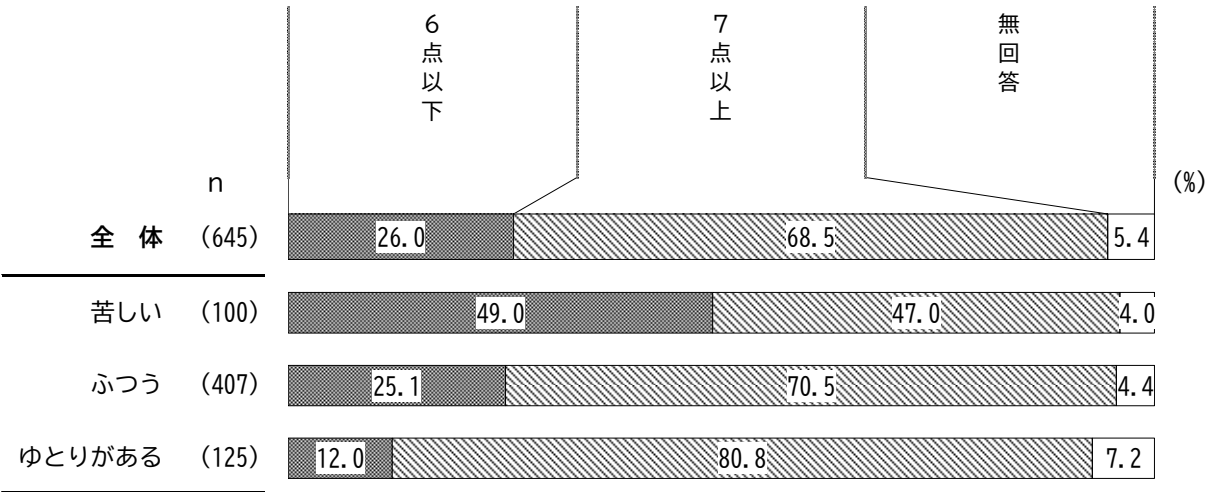
『中央』圏域について閉じこもりの傾向別でみると、閉じこもりの傾向なしでは「7点以上」が74.0%で、閉じこもりの傾向あり（53.1%）よりも20.9ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－閉じこもりの傾向別



『中央』圏域について経済状況別にみると、経済状況がよくなるほど「7点以上」の割合が高くなり、ゆとりがあるでは80.8%となっている。

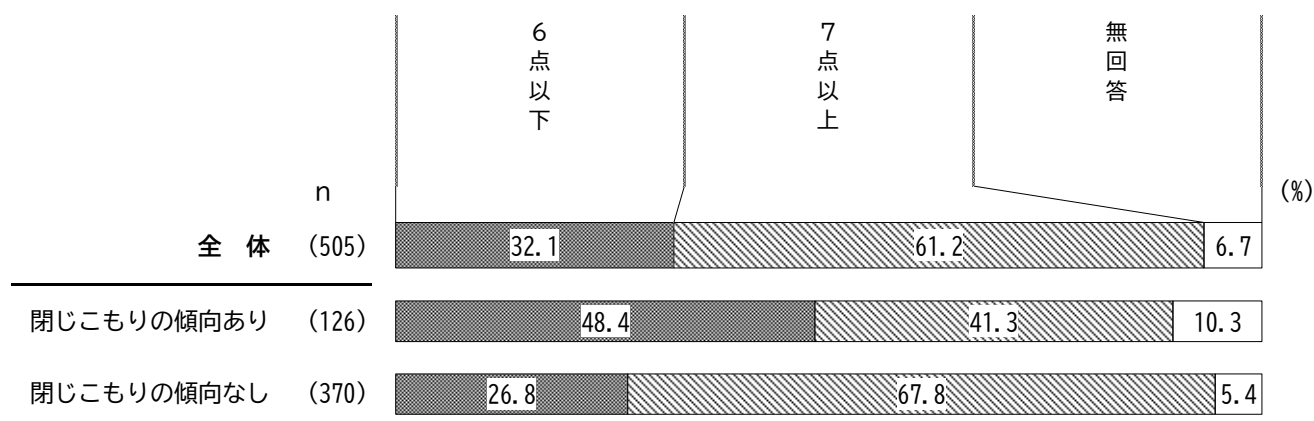
図表 現在の幸福度－経済状況別



中央第二

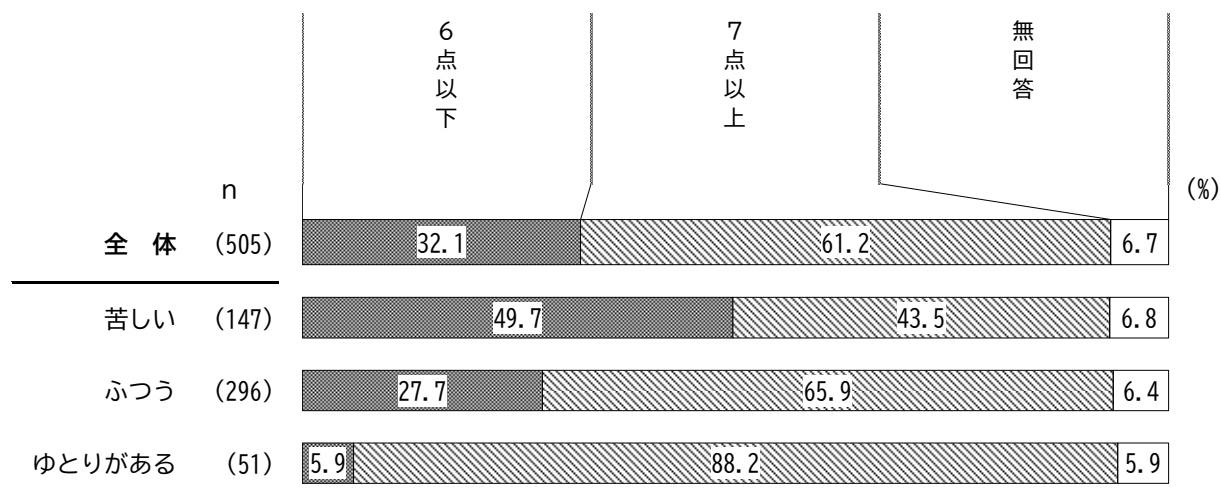
『中央第二』圏域について閉じこもりの傾向別でみると、閉じこもりの傾向なしでは「7点以上」が67.8%で、閉じこもりの傾向あり（41.3%）よりも26.5ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－閉じこもりの傾向別



『中央第二』圏域について経済状況別にみると、経済状況がよくなるほど「7点以上」の割合が高くなり、ゆとりがあるでは88.2%となっている。

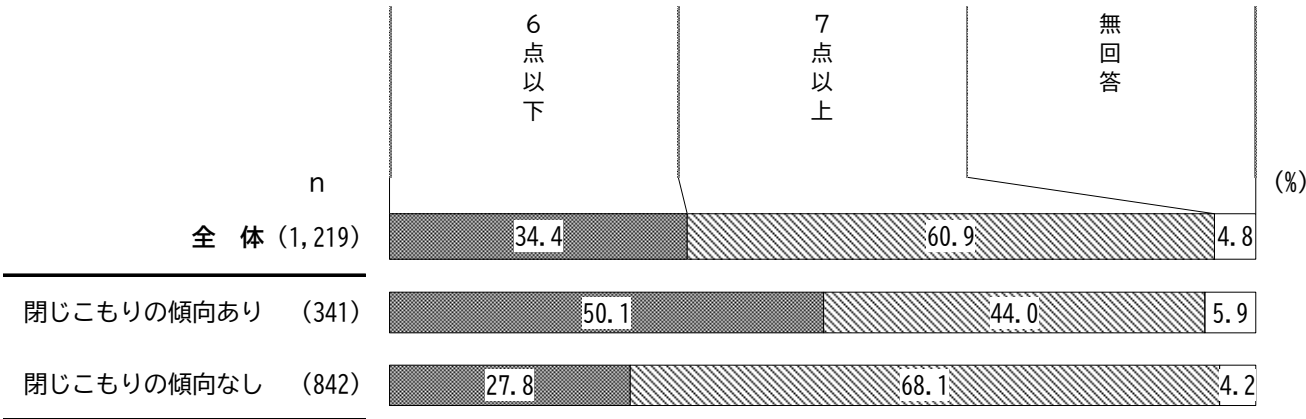
図表 現在の幸福度－経済状況別



南

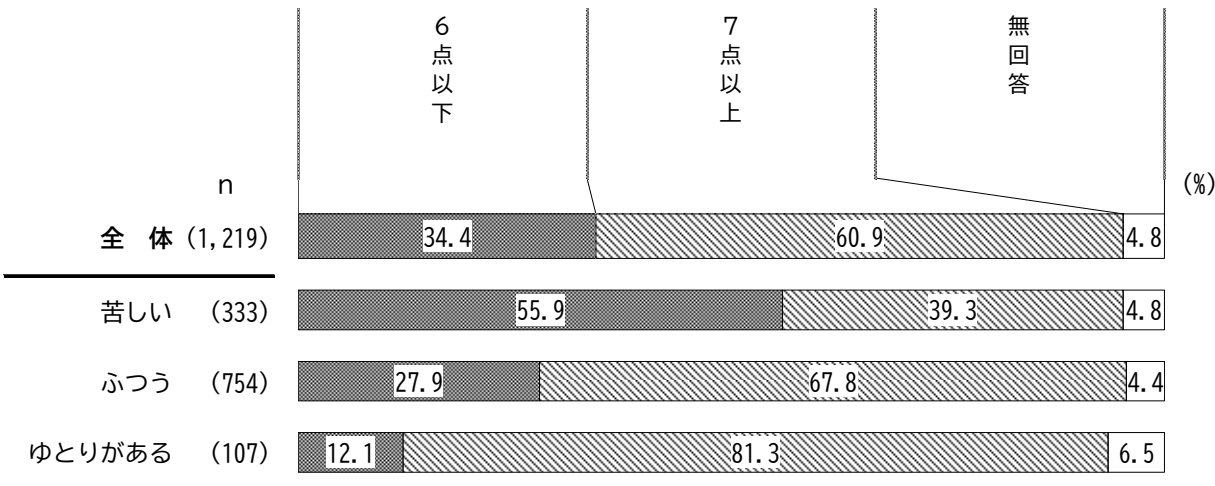
『南』圏域について閉じこもりの傾向別でみると、閉じこもりの傾向なしでは「7点以上」が68.1%で、閉じこもりの傾向あり（44.0%）よりも24.1ポイント高くなっています。

図表 現在の幸福度－閉じこもりの傾向別



『南』圏域について経済状況別にみると、経済状況がよくなるほど「7点以上」の割合が高くなり、ゆとりがあるでは81.3%となっている。

図表 現在の幸福度－経済状況別

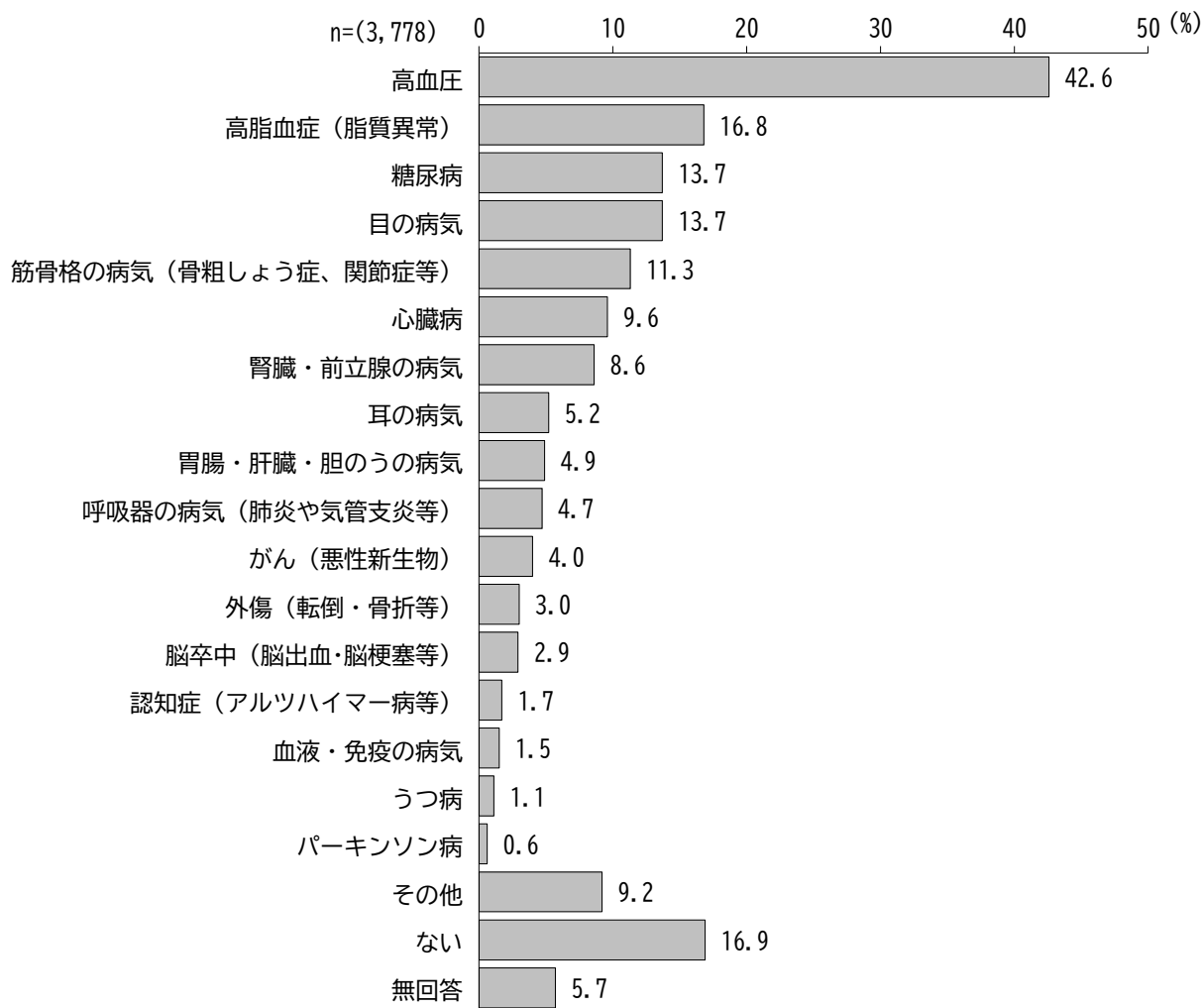


(3) 疾病

問 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。

治療中または後遺症のある病気については、「高血圧」が42.6%と最も高く、次いで「高脂血症（脂質異常）」16.8%、「目の病気」と「糖尿病」13.7%、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」11.3%などの順となっています。目の病気を除くと、生活習慣病が高くなっています。

図表 現在治療中または後遺症のある病気（複数回答）

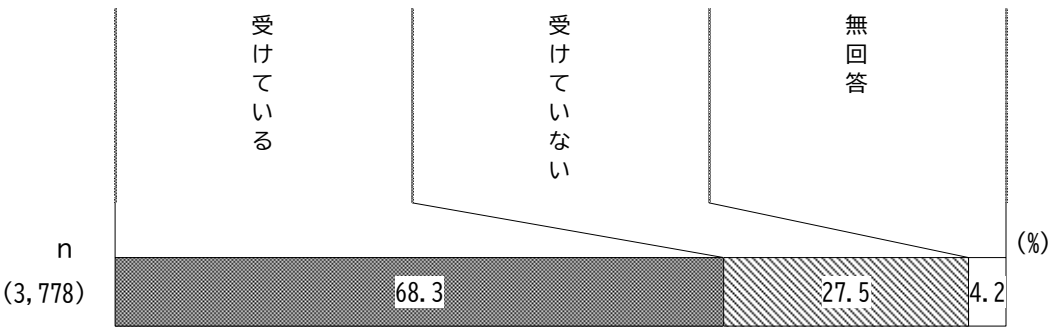


(4) 健康診断の受診状況

問 健康診断（人間ドック、長寿医療健診など）を受けていますか。

健康診断の受診状況については、68.3%が「受けている」と回答しています。

図表 健康診断の受診状況

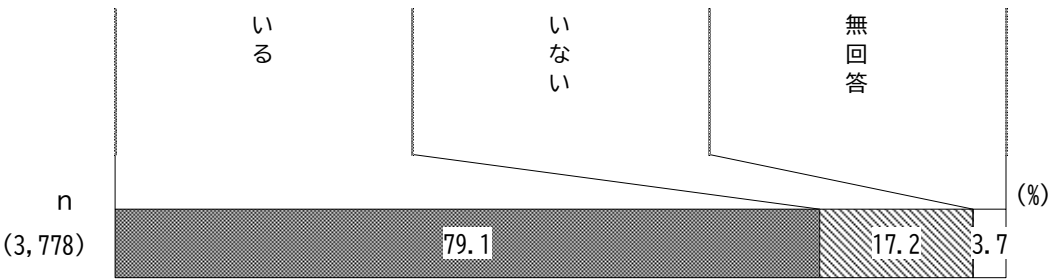


(5) かかりつけ医の有無

問 かかりつけ医はいますか。

かかりつけ医の有無については、79.1%が「いる」と回答しています。

図表 かかりつけ医の有無

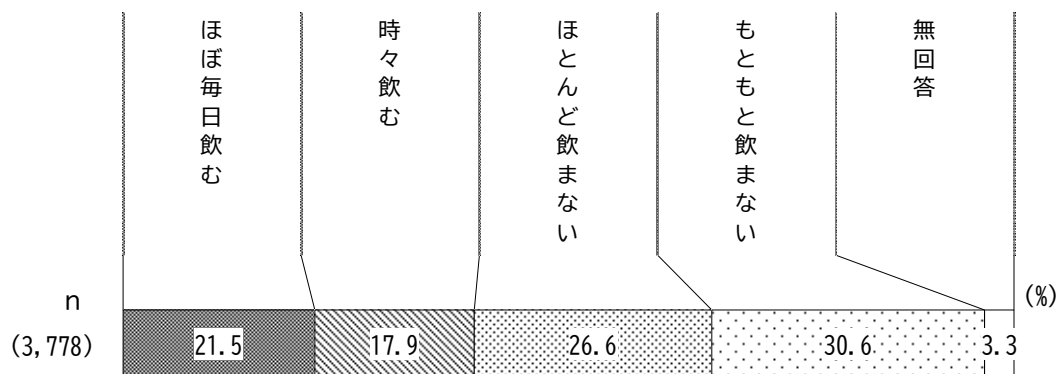


(6) 飲酒

問 お酒は飲みますか。

飲酒習慣については、「もともと飲まない」が30.6%で最も高く、「ほとんど飲まない」26.6%、「ほぼ毎日飲む」21.5%、「時々飲む」17.9%となっています。

図表 飲酒習慣

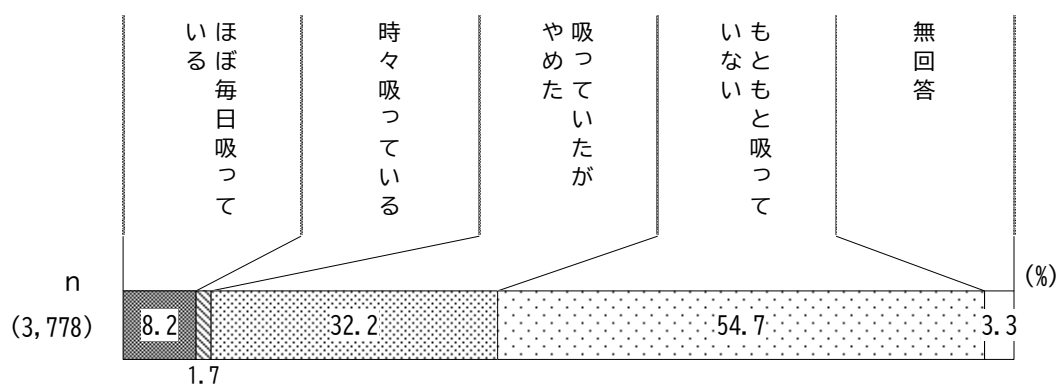


(7) 喫煙

問 タバコは吸っていますか。

喫煙については、「もともと吸っていない」が54.7%で最も高く、「吸っていたがやめた」32.2%、「ほぼ毎日吸っている」8.2%、「時々吸っている」1.7%となっています。

図表 喫煙状況

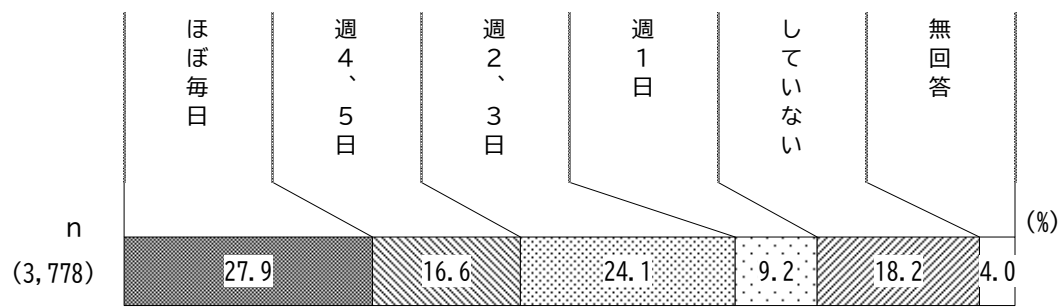


(8) 運動や栄養改善への関心

問 習慣として運動（散歩などを含む）をしていますか。

運動習慣については、「ほぼ毎日」が27.9%で最も高く、「週2、3日」24.1%、「週4、5日」16.6%、「週1日」9.2%となっています。一方で、「していない」と回答したのは18.2%となっています。

図表 運動習慣



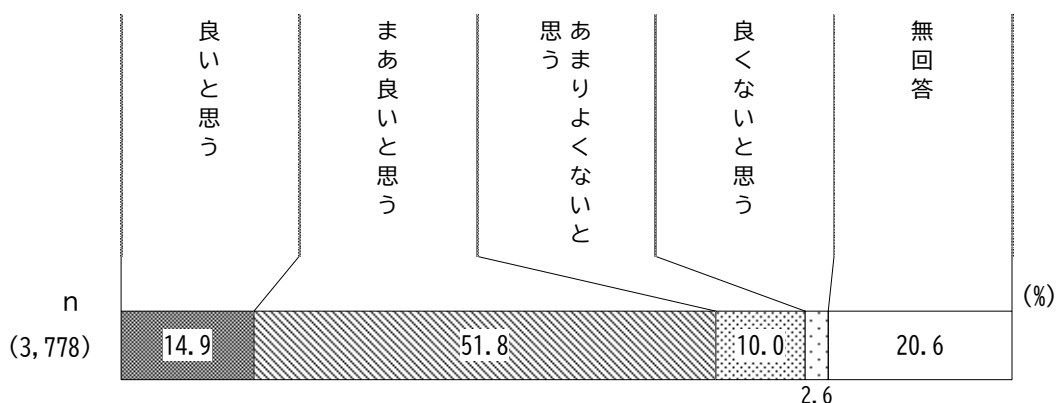
5. 和光市の介護保険事業について

(1) 和光市の介護保険事業への評価

問 介護保険制度が始まって25年近く経過しましたが、あなたは、和光市の介護保険事業についてどのようにお考えですか。

和光市の介護保険事業への評価については、「良いと思う」と「まあ良いと思う」を合わせた『良いと思う』が66.7%を占めています。

図表 和光市の介護保険事業への評価

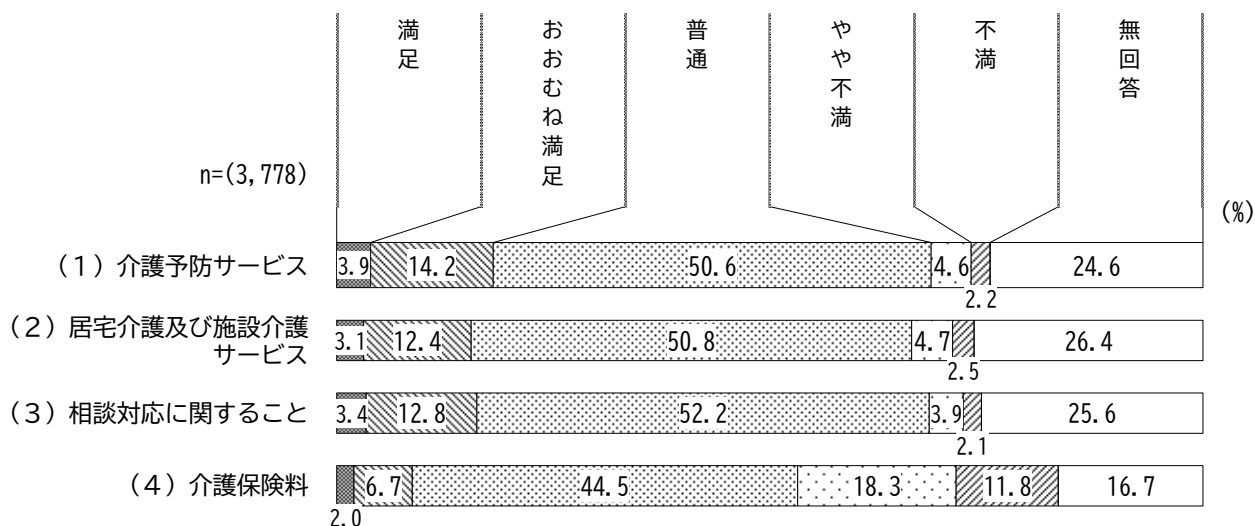


(2) 和光市の介護保険事業の満足度

問 和光市の介護保険事業に関して、以下の項目の満足度はいかがですか。

和光市の介護保険事業の満足度についてみると、いずれの項目も「普通」が最も多く、「相談対応に関すること」、「居宅介護及び施設介護サービス」、「介護予防サービス」で5割以上となっています。「介護保険料」は、「やや不満」と「不満」を合わせた『不満』が3割以上となっています。

図表 和光市の介護保険事業の満足度



第3章 調査結果の総括

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査は、第5期介護保険事業計画策定時から厚生労働省が調査票などを例示している調査で、要介護状態になる前の高齢者のリスクや社会参加状況を把握することを目的としている。

本調査では、「生活機能」「社会参加・交流、就労、たすけあい」「健康」「和光市の介護保険事業」をテーマに以下に整理する。

1. 生活機能について

リスクの発生状況の把握では、心身の状況として、運動機能、栄養、口腔機能、オーラルフレイル、虚弱、閉じこもり、認知機能、うつ傾向、フレイル、手段的自立（より複雑な日常生活動作の能力）、知的能動性（探索、創作、余暇活動などの知的な活動能力）に注目した。

属性別比較では、前期高齢者（65～74歳）を中心に見ると、運動機能を除き、全般的にリスク該当割合は性別では男性のほうが、また世帯構成では独居・男性、圏域別比較では、圏域では「北」「北第二」で特に多くみられた。介護予防の推進に向け、対象とする属性対応や圏域別対応が求められている。リスク項目の中でも特に出現割合が3割を超える「オーラルフレイル」「認知機能」の早期予防、余暇活動等の「知的能動性」を高めるサポートが求められている。

項目	リスク割合	性別/年代の特徴	世帯構成/性別※	圏域※
運動機能	20.7%	男性<女性 ※70代前半は男性	二世帯・女性	北
栄養リスク	1.7%	男性<女性	二人暮らし・女性	北、中央、 中央第二
口腔機能	18.8%	男性>女性	独居・男性	北第二
オーラル フレイル	32.6%	男性>女性 ※90歳以上は女性	独居・男性	北第二
虚弱	7.1%	男性>女性 ※70代後半からは女性	二世帯・女性	北
閉じこもり	27.0%	男性>女性 ※70代後半からは女性	独居・男性	北第二
認知機能	33.0%	男性>女性 ※90歳以上は女性	独居・男性	北第二
うつ傾向	26.4%	男性>女性 ※80代後半からは女性	独居・男性	南
フレイル	23.9%	男性>女性 ※80代後半からは女性	独居・男性	北第二
手段的自立	9.4%	男性>女性 ※90代以降は女性	二世帯・男性	北
知的能動性	42.5%	男性>女性 ※80代後半からは女性	独居・男性	北第二

※上記は割合の最も高い項目を掲載

2. 社会参加・交流、就労、たすけあいについて

閉じこもりは身体機能の低下や要介護リスクの増大につながると言われている。本調査結果から社会的役割（地域社会や対人関係における活動能力）では、どの年代とも男性のほうが「やや低い」「低い」割合は高くなっている。（P.55参照）また、社会参加なしや社会的役割（点数）が低いほど、閉じこもりのリスク該当者割合が高くなっている。（P.24～25参照）これらの結果から、閉じこもり予防や改善に向けて、地域や人とのつながりの必要性がうかがえる。

高齢者の就労について、前期高齢者では常勤・非常勤・自営業を合わせて4割以上が現役で就労しており、また短時間作業で謝金や給与を貰う仕事への就労意向も前期高齢者で半数を超えている。（P.66～67参照）これらの結果から、高齢者が安全に、かつ意欲を持って働き続けられる環境に向けて、働き方の多様化が求められている。

高齢者の社会的孤立の評価では、年齢に関わらず、男性のほうが孤立リスク割合は高く、またどの圏域とも男性のほうが高くなっている。世帯構成別では、独居・男性が最も高くなっている。（P.76参照）高齢者の孤独・孤立は、心身の健康と生活の安全性に大きな脅威を与えることから、地域や人とのつながりの構築が求められている。

3. 健康について

現在の幸福度（「7点以上」の割合）と生きがいの関係では、生きがいありのほうが幸福度（「7点以上」の割合）も高く、また健康状態との関係では、健康状態のよいほうが幸福度点数も高くなっている。（P.81～82参照）幸福度向上に向け、高齢者の生きがいづくりや主観的健康観の向上に向けたサポートが求められている。

圏域別の幸福度（「7点以上」の割合）は、地域差があり、中央圏域で68.5%、北第二で54.8%と10ポイント以上の差があった。どの圏域とも、閉じこもりの傾向ありのほうが現在の幸福度が低く、経済状況も苦しいほうが現在の幸福度が低くなっている。（P.82～87参照）幸福度向上に向け、健康状態の維持と社会的つながりの再構築が求められている。

4. 和光市の介護保険事業について

和光市の介護保険事業の評価は、『良いと思う』（「良いと思う」「まあ良いと思う」）が6割を超える。また項目別の満足度では、「介護保険料」は不満層のほうが満足層を上回るが、その他のサービスや相談対応に関しては満足層が不満層を上回る結果となった（P.92参照）。