

**泉南市 令和4年度
高齢者の生活に関するアンケート調査**

調査結果報告書

**令和5(2023)年3月
泉南市**

泉南市 令和4年度高齢者の生活に関するアンケート調査

目 次

1	調査について	1
2	回答者の属性	2
3	調査結果	4
1	あなたのご家族や生活状況について	4
2	からだを動かすことについて	11
3	食べることについて	19
4	毎日の生活について	25
5	地域での活動について	32
6	たすけあいについて	34
7	健康や介護予防について	42
8	地域づくりについて	53
9	介護保険・権利擁護について	59
10	在宅生活の継続について	62
11	地域防災について	65
4	調査結果の総括	68
	参考資料 調査に用いた調査票	73

1 調査について

泉南市第9期地域包括ケア計画（高齢者福祉計画・介護保険事業計画）の策定にあたり、高齢者の生活実態や、自立した生活を送る上での課題、今後の意向等をより的確に把握し、地域の実態に適した施策を推進していくため、65歳以上の市民の方についてアンケート調査を実施しました。

調査対象	令和4年9月30日現在、65歳以上の人で、 65～74歳：無作為に抽出した2,000人 75歳以上：次の方を除いて、全員 ①要介護1以上の方 ②特別養護老人ホーム、グループホーム、病院等の施設入所者 <u>※前回調査とは対象者の設定が異なります。</u> 令和元年9月30日現在 65～74歳：無作為に抽出した2,000人 75歳以上：次の方を除いて、全員 ①要介護3以上の介護保険サービス利用者 （但し、住宅改修、福祉用具の購入・貸与はサービスに含めない） ②特別養護老人ホーム、グループホーム、病院等の施設入所者
調査方法	配布・回収とも郵送による 対象者全員に礼状と催促状を兼ねたはがきを送付（1回）
調査期間	令和4(2022)年11月11日から12月9日
回収状況	発送数：9,098件　不達数：17件　到達数：9,081件 回収数：7,201件　無効回答数：152件 有効回答数：7,049件　有効回答率：77.6%（前回調査(R元実施)71.6%）

※圏域別の有効回答件数及び回答率

	全体	六尾の郷 担当		なでしこりんくう 担当	
		A圏域	B圏域	C圏域	D圏域
総数	7,049	2,016	1,906	1,789	1,338
	77.6%	77.7%	79.9%	78.5%	73.4%

※各設問の母数n (Number of caseの略)は、設問に対する有効回答者数を意味します。

※各選択肢の構成比(%)は、小数点第2位以下を四捨五入しています。このため、択一式の回答については構成比の合計が100%にならない場合があります。また、複数回答が可能な設問の場合、選択肢の構成比の合計が100%を超える場合があります。

※グラフ中の数字は、特に断り書きのない限りすべて構成比を意味し、単位は%です。

2 回答者の属性

(1) 圏域、年齢、性別

単位：％

		母数(n)	日常生活圏域			
			A圏域	B圏域	C圏域	D圏域
全体		7,049	28.6	27.0	25.4	19.0
性別	男性	3,174	29.6	27.0	25.2	18.1
	女性	3,875	27.7	27.1	25.5	19.7
年齢	65～74歳	1,428	25.1	26.9	24.9	23.1
	75～84歳	4,664	30.1	26.8	24.9	18.2
	85歳以上	957	26.6	28.4	28.2	16.7
性・年齢	男性：前期高齢者	634	24.0	26.8	25.7	23.5
	男性：後期高齢者	2,540	31.1	27.0	25.1	16.8
	女性：前期高齢者	794	25.9	27.0	24.3	22.8
	女性：後期高齢者	3,081	28.2	27.1	25.8	18.9

(2) 認定該当状況別

単位：％

		母数(n)	認定該当状況			
			一般高齢者	要支援1	要支援2	総合事業対象者
全体		7,049	89.6	4.5	4.8	1.1
性年齢	男性：前期高齢者	634	98.4	0.5	1.1	0.0
	男性：後期高齢者	2,540	92.7	3.3	3.2	0.8
	女性：前期高齢者	794	97.6	1.0	1.3	0.1
	女性：後期高齢者	3,081	83.2	7.2	7.8	1.8
日常生活圏域	A圏域	2,016	91.0	3.5	4.3	1.2
	B圏域	1,906	90.7	4.0	4.2	1.0
	C圏域	1,789	88.0	5.3	5.4	1.3
	D圏域	1,338	87.9	5.7	5.7	0.7

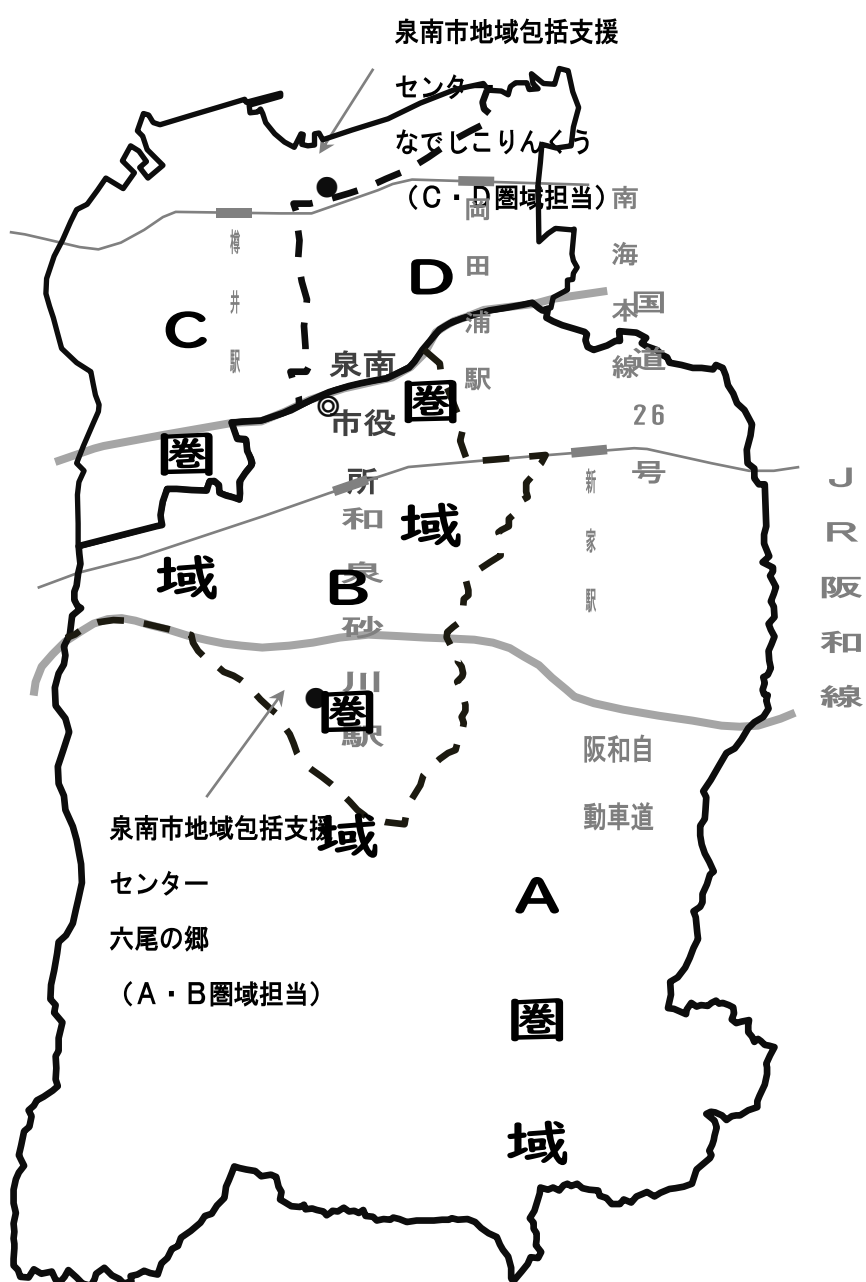
(3) 回答の記入者

単位：％

		母数(n)	記入者			
			あて名のご本人	ご家族	その他	無回答
全体		7,049	64.8	4.8	0.1	30.3
性年齢	男性：前期高齢者	634	71.6	4.3	0.0	24.1
	男性：後期高齢者	2,540	60.9	5.0	0.1	34.1
	女性：前期高齢者	794	72.9	1.0	0.0	26.1
	女性：後期高齢者	3,081	64.5	5.8	0.1	29.6
日常生活圏域	A圏域	2,016	67.9	3.6	0.1	28.4
	B圏域	1,906	65.9	4.6	0.0	29.5
	C圏域	1,789	63.6	5.6	0.1	30.6
	D圏域	1,338	60.1	5.8	0.2	33.9
認定該当状況	一般高齢者	6,315	65.7	4.1	0.1	30.2
	要支援1	317	60.3	9.8	0.6	29.3
	要支援2	339	53.4	11.8	0.3	34.5
	事業対象者	78	61.5	10.3	0.0	28.2

※日常生活圏域

A圏域	新家、兎田、別所、信達大苗代、信達金熊寺、信達童子畑、信達楠畑、信達葛畑
B圏域	国道26号より南東(和泉山脈側)の信達市場または信達牧野、信達岡中、信達六尾
C圏域	樽井1～7丁目、男里、幡代、馬場、りんくう南浜
D圏域	国道26号線より北西(大阪湾側)の信達市場または信達牧野、樽井8～9丁目、鳴滝、中小路、北野、岡田

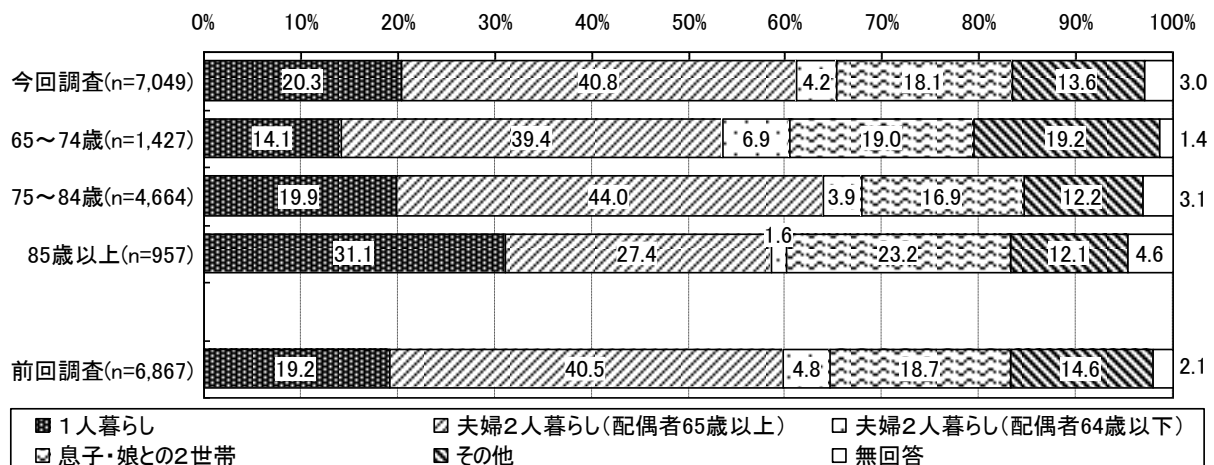


3 調査結果

1 あなたのご家族や生活状況について

(1) 家族構成

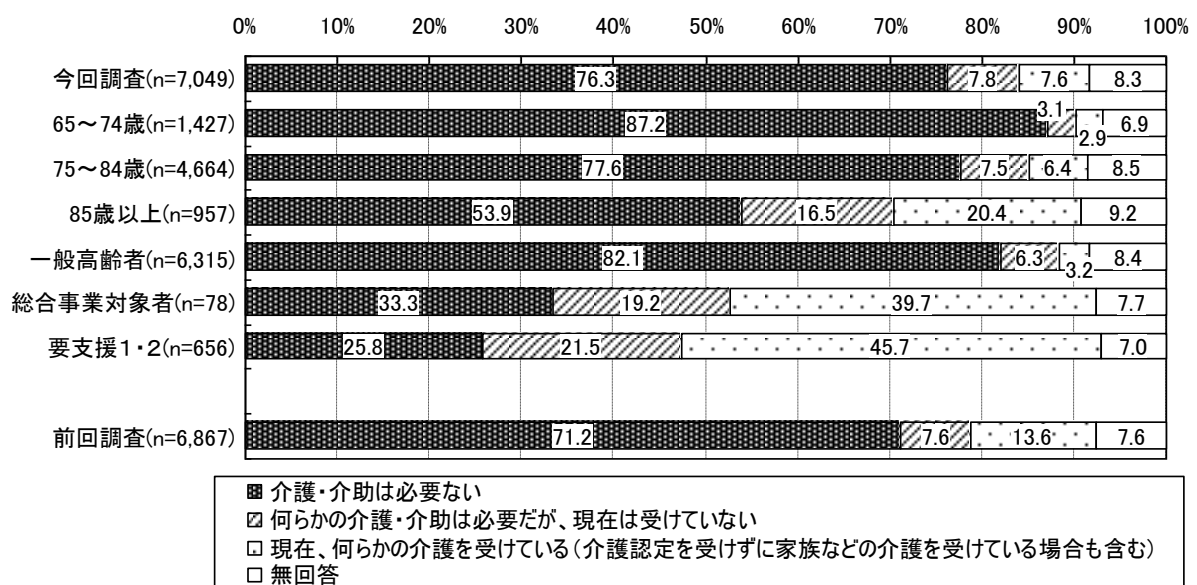
問1-1 家族構成をお教えてください。(1つだけ)



○「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が40.8%と最も多く、次いで「1人暮らし」が20.3%、「息子・娘との2世帯」が18.1%、「その他」(3世代家庭等)が13.6%の順となっています。
 ○年齢が高くなるほど「1人暮らし」が増える傾向にあります。

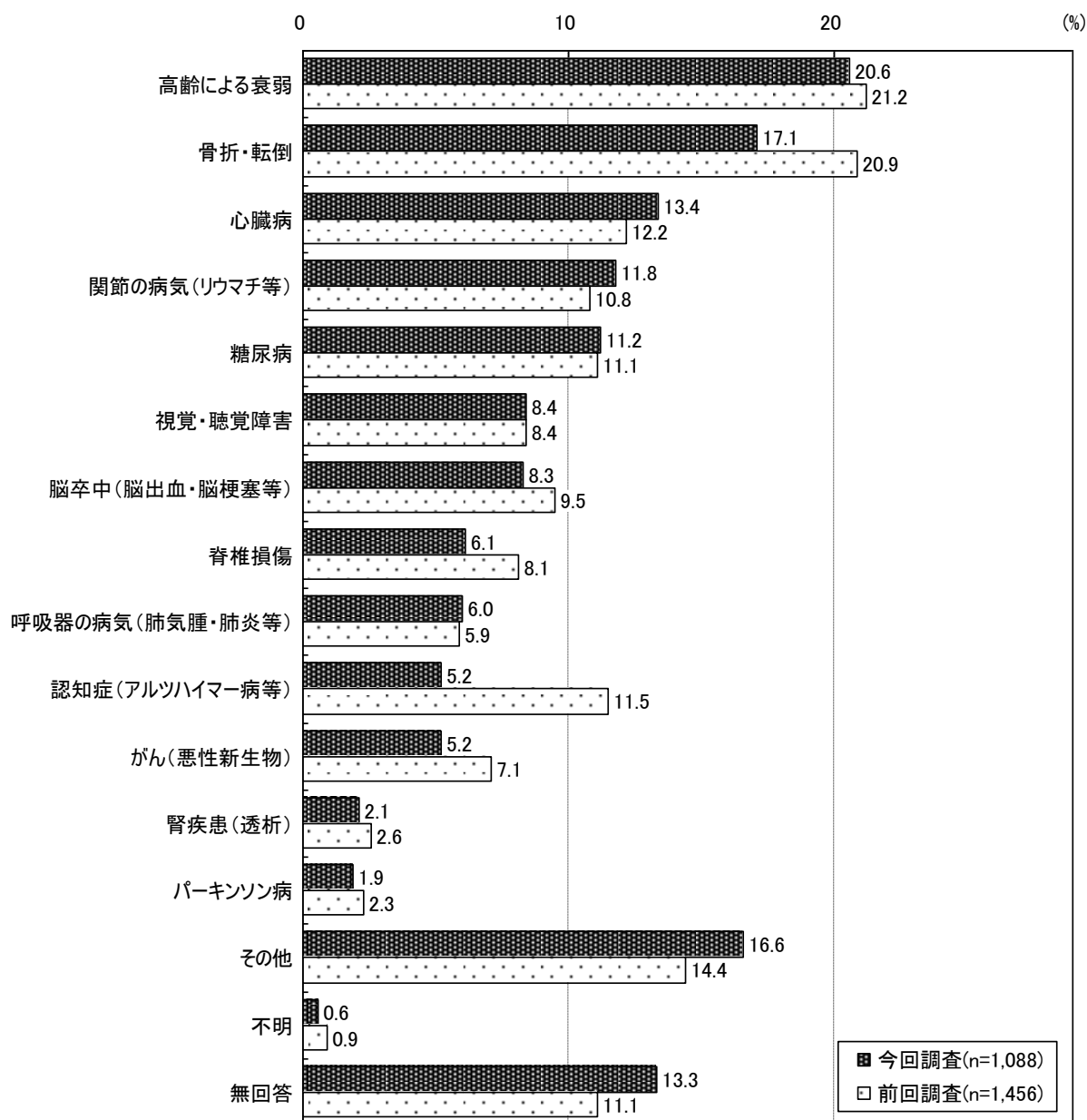
(2) 介護・介助の状況

問1-2 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つだけ)



○何らかの介護・介助が必要な人は15.4%で、85歳以上では36.9%となっています。

問1-2-1 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)

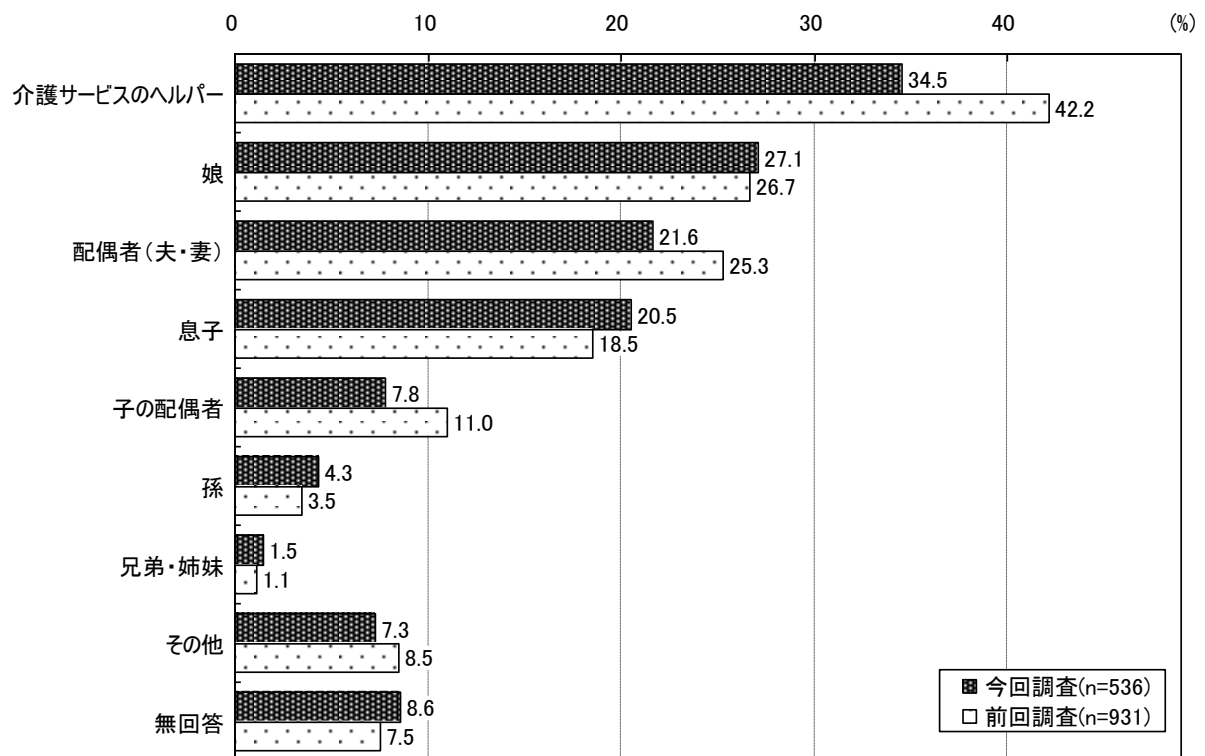


- 「高齢による衰弱」が20.6%と最も多く、次いで「骨折・転倒」が17.1%、「心臓病」が13.4%、「関節の病気(リウマチ等)」が11.8%、「糖尿病」が11.2%の順となっています。
- 前回調査の結果と比べると「認知症(アルツハイマー病等)」や「骨折・転倒」と答える人が大きく減少しています。このうち、「認知症」については調査対象者が変わったことによるものと思われます。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 高齢のため
- ・ 高血圧
- ・ 足腰の痛み
- ・ 肝硬変
- ・ 骨粗しょう症
- ・ 脊柱管狭窄症
- ・ 変形性膝関節症 など

問1-2-2 “主に” どなたの介護・介助を受けていますか。(いくつでも)



○「介護サービスのヘルパー」が34.5%と最も多く、1人暮らしの人では49.7%となっています。これに、次いで「娘」が27.1%、「配偶者(夫・妻)」が21.6%、「息子」が20.5%の順となっています。

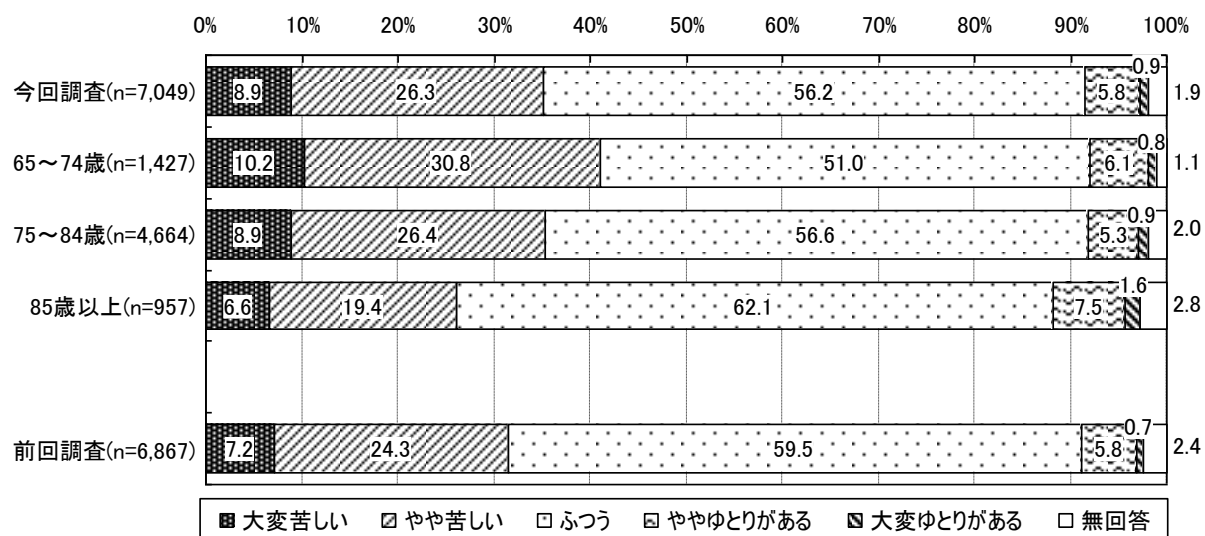
○前回調査の結果と比べると、「介護サービスのヘルパー」が大きく減少していますが、調査対象者が変わったことによるものと思われます。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 看護師
- ・ 施設職員
- ・ デイサービス
- ・ 姪
- ・ 友だち
- ・ 近所の知人 など

(3) 経済状況

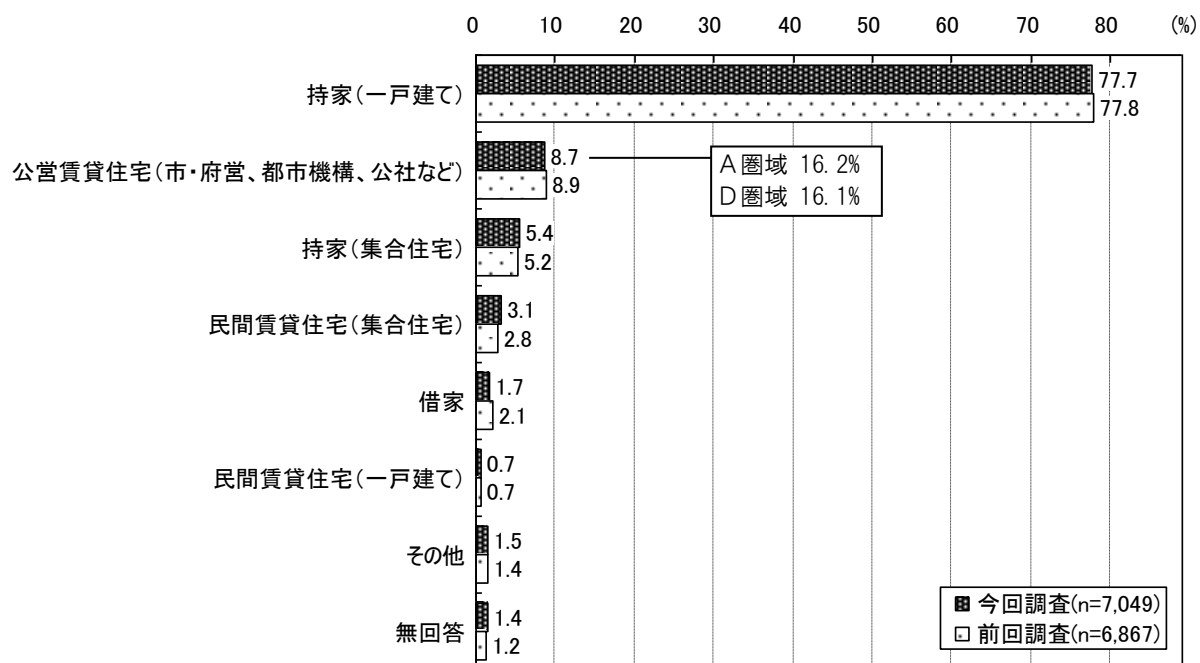
問1-3 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。(1つだけ)



○「ふつう」が56.2%と最も多く、次いで「やや苦しい」が26.3%、「大変苦しい」が8.9%となっています。前回調査の結果と比べると、「大変苦しい」「やや苦しい」と答えた人がやや増えています。また、年齢が若いほど「大変苦しい」「やや苦しい」と答える人が多くなる傾向がみられます。

(4) 住まいの状況

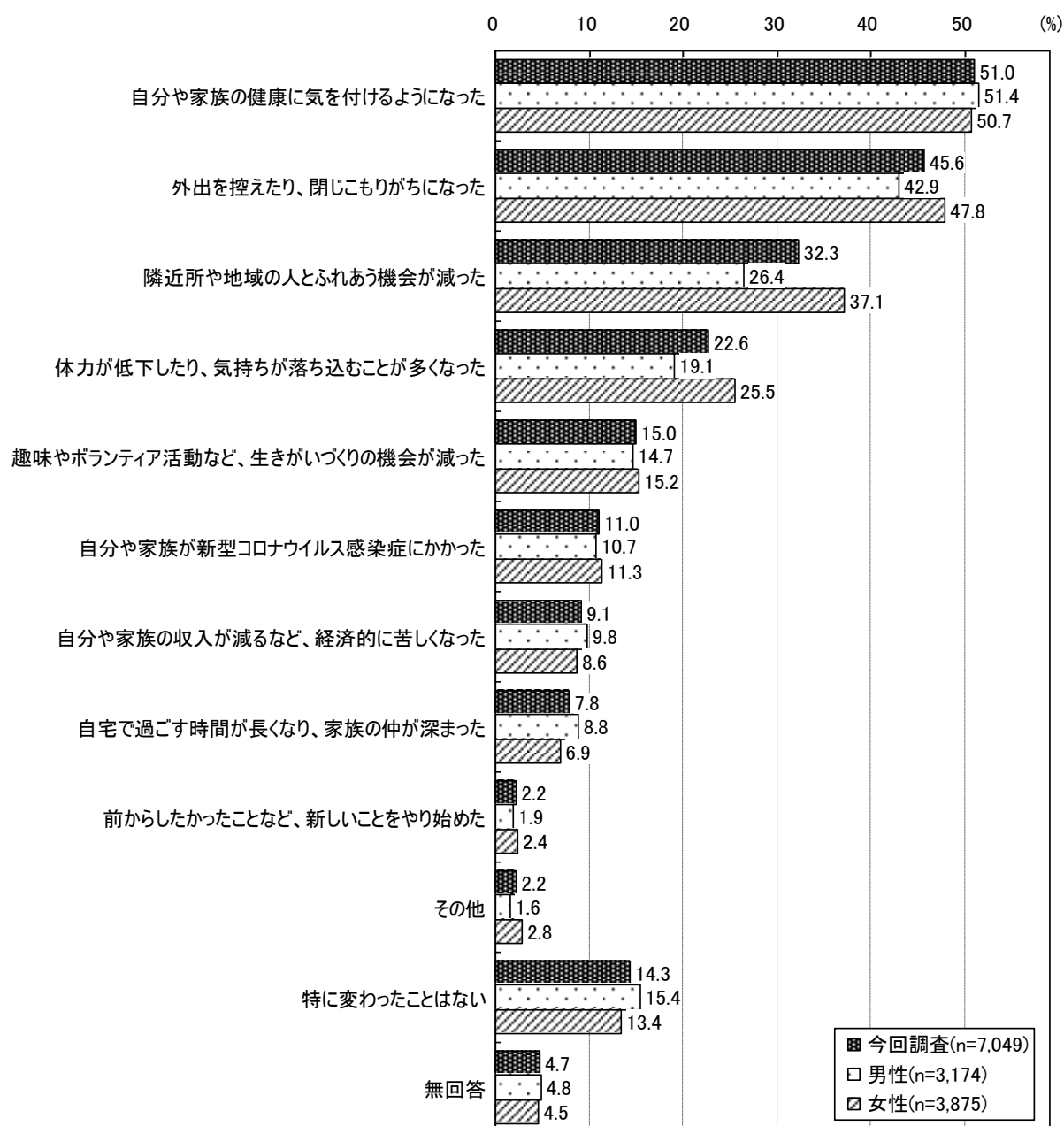
問1-4 お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(1つだけ)



○「持家(一戸建て)」が77.7%を占めていますが、日常生活圏域別にみるとA圏域とD圏域は「公営賃貸住宅(市・府営、都市機構、公社など)」が約16%となっています。

(5) 新型コロナウイルス感染症の暮らしへの影響

問1-5 このたびの新型コロナウイルス感染症の感染拡大にあたって、日々の暮らしの中で何か変わったことがありましたか。(いくつでも)



○「自分や家族の健康に気を付けるようになった」が51.0%と最も多くみられます。

○これに次いで「外出を控えたり、閉じこもりがちになった」が45.6%、「隣近所や地域の人とふれあう機会が減った」が32.3%、「体力が低下したり、気持ちが落ち込むことが多くなった」が22.6%の順となっており、行動制限による閉じこもりやフレイル*などの状態になった人が回答者の4人に1人程度おられることがうかがえ、特に女性でその傾向が顕著となっています。

*フレイルとは、加齢に伴って、運動機能や認知機能等が低下していく、健康な状態と要介護状態との中間の状態で、適切な介入・支援により自立した健康な状態へ戻ることが可能な状態のことを言います。

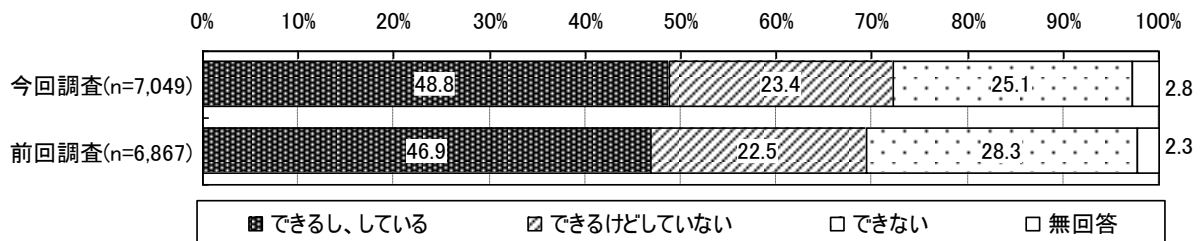
◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 自宅で過ごすことが多くなった
- ・ 外出する機会が減った
- ・ 旅行や遠方へ出かけなくなった
- ・ 外出が億劫になった
- ・ 人と会う機会が減った
- ・ 家族と会えなくなった
- ・ 家族や職場で感染者が出て大変だった
- ・ 体力の低下など、体が不調になった
- ・ ストレス、孤独感の増加など、心が不調になった
- ・ 仕事、収入が減った
- ・ 食事の支度が大変になった
- ・ 手洗いや消毒の励行
- ・ マスクが外せない など

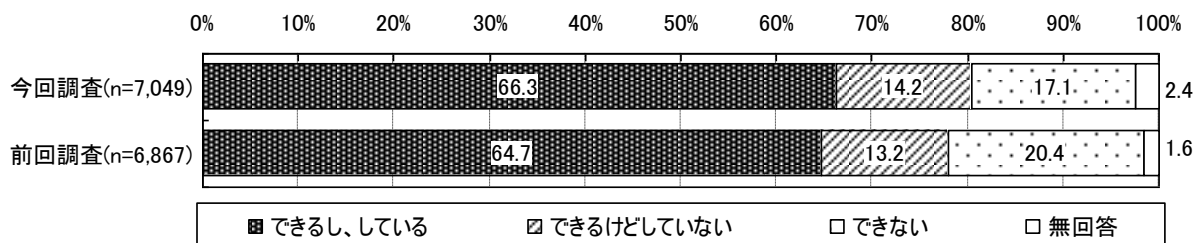
2 からだを動かすことについて

(1) 運動・転倒の状況

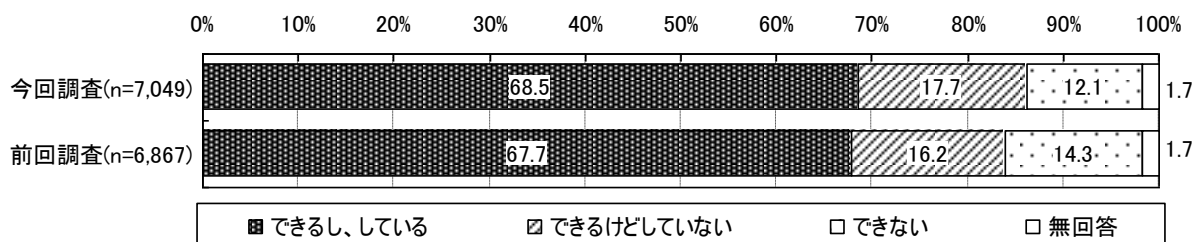
問2-1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(1つだけ)



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。(1つだけ)

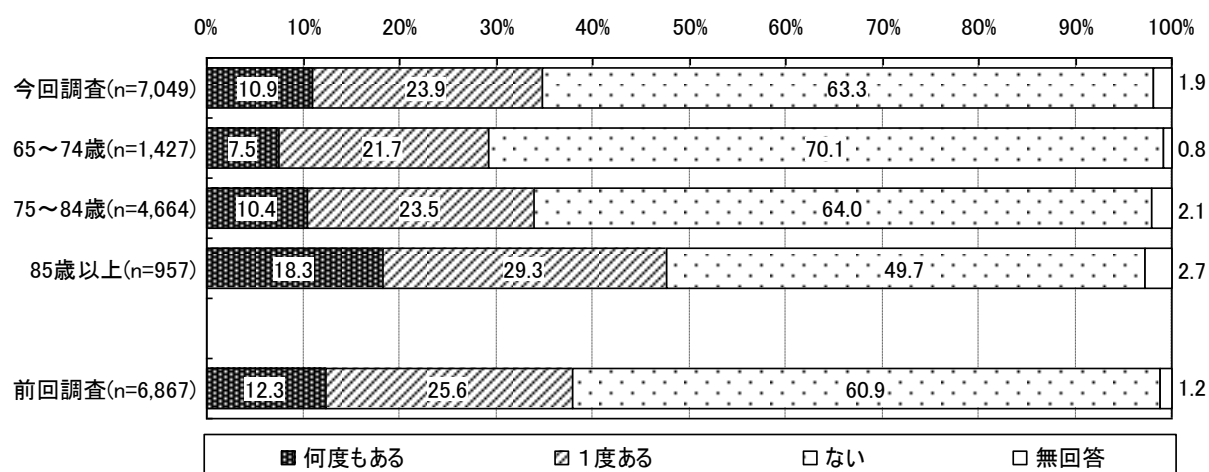


問2-3 15分位続けて歩いていますか。(1つだけ)

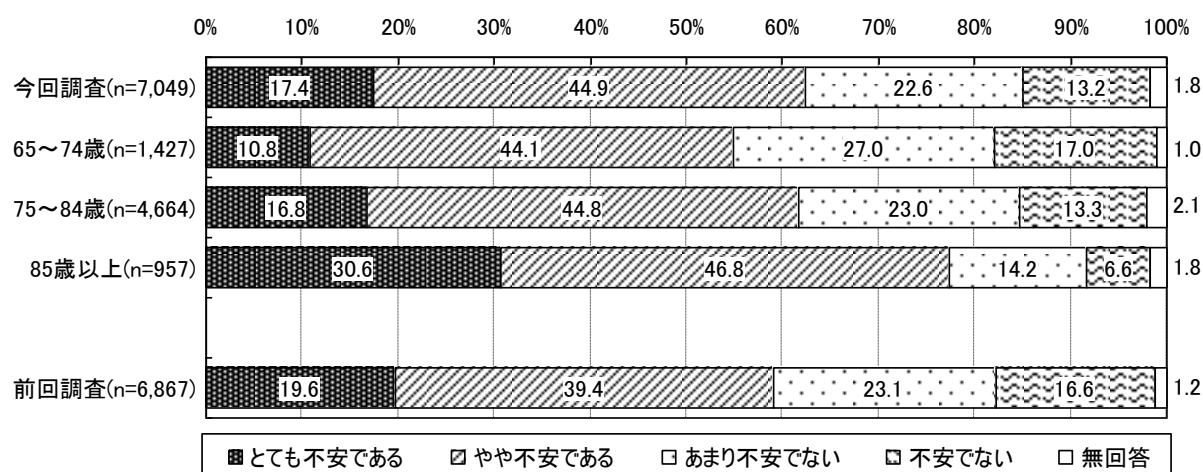


○椅子に座った状態からの立ち上がりや15分位続けての歩行については、「できるし、している」が66～69%となっていますが、階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかについては48.8%となっています。

問 2-4 過去 1 年間に転んだ経験がありますか。(1 つだけ)



問 2-5 転倒に対する不安は大きいですか。(1 つだけ)



○転倒経験のある人は34.8%で前回調査より減少していますが、転倒に対する不安を持つ人は62.3%と前回調査より増えています。また、年齢が高くなるほど、転倒経験のある人、転倒に対する不安を持つ人が増える傾向にあります。

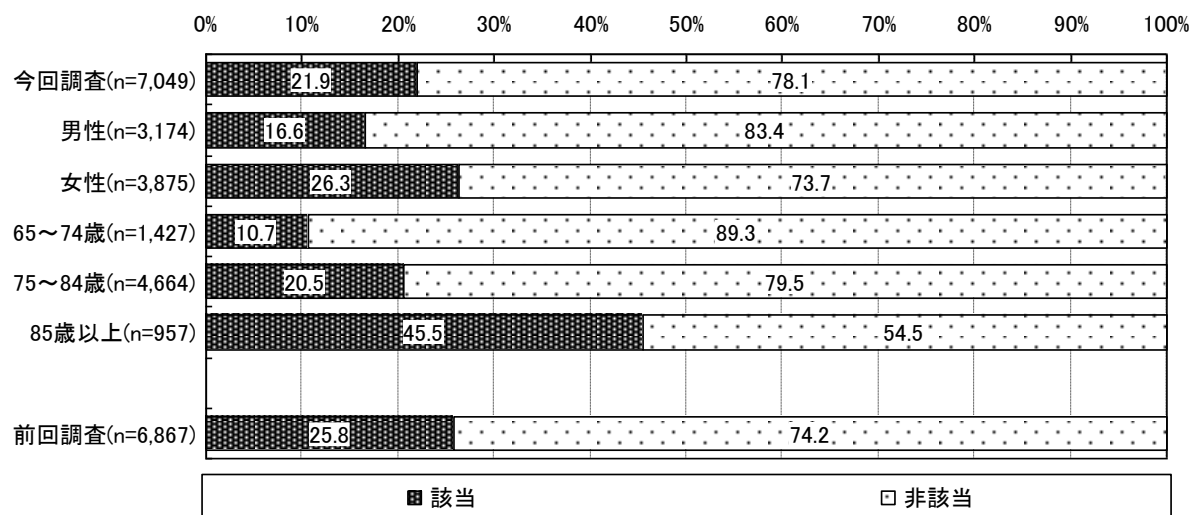
◆運動器の機能低下リスクの判定

○調査票の運動器機能に関する問2-1～問2-5について、5問中3問に該当した人を、運動器の機能が低下していると判定しました。

○運動器の機能低下リスクのある人は21.9%で、前回調査より減少しています。

○年齢が高くなるほどリスクのある人は増え、85歳以上では45.5%となっています。

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。	
問2-3 15分位続けて歩いていますか。	
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」

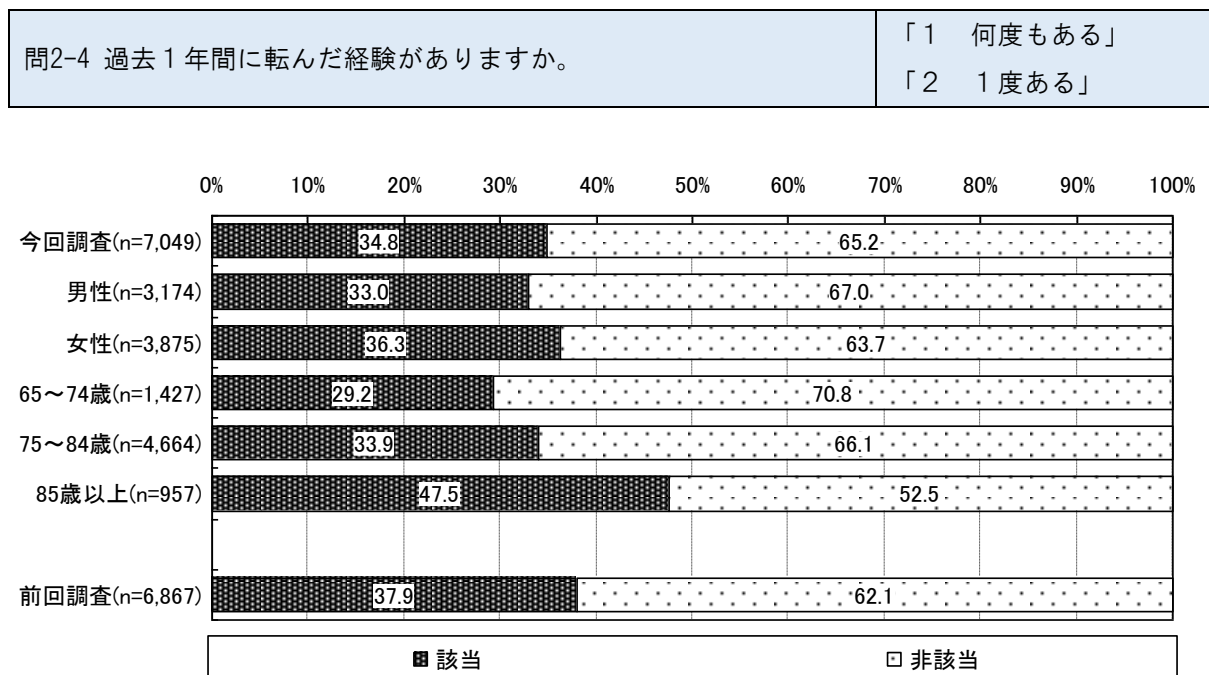


◆転倒リスクの判定

○調査票の転倒リスクに関する問2-4について、以下に該当した人を、転倒リスクがあると判定しました。

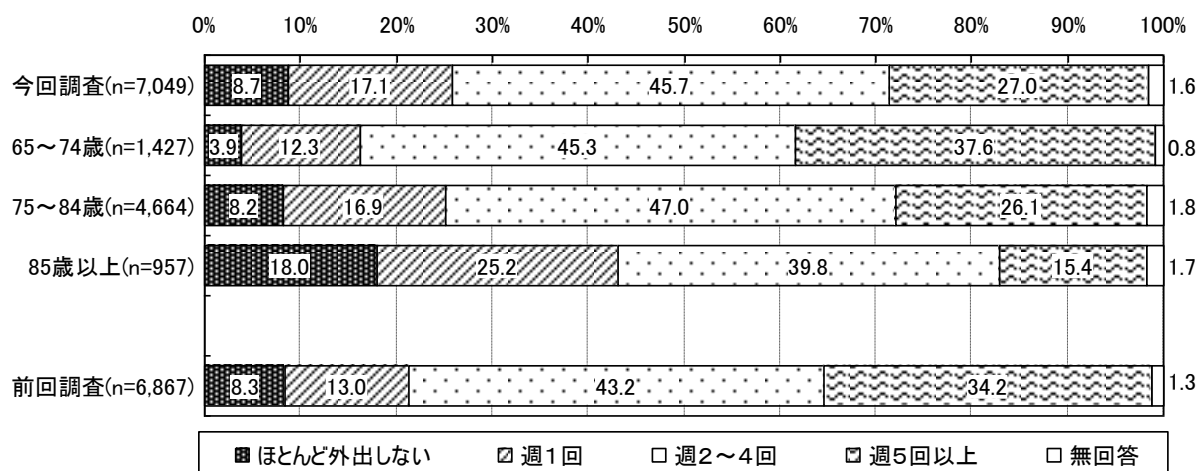
○転倒リスクのある人は34.8%で、前回調査より減少しています。

○年齢が高くなるほどリスクのある人は増え、85歳以上では47.5%となっています。



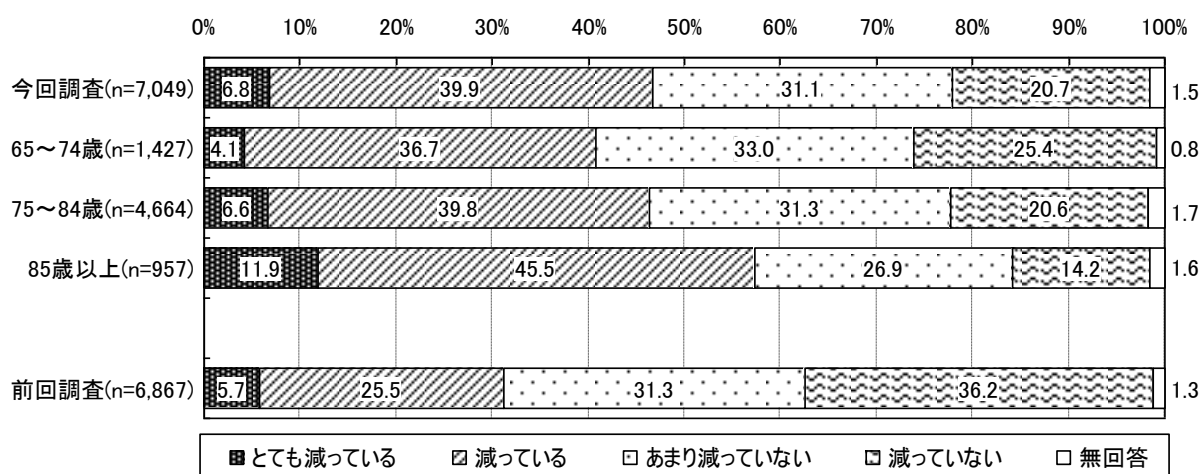
(2) 外出の状況

問2-6 週に1回以上は外出していますか。(1つだけ)



○「週2～4回」が45.7%、「週5回以上」が27.0%、「週1回」が17.1%の順となっており、前回調査の結果と比べると外出頻度が少なくなっています。また、年齢が高くなるほど外出頻度は少なくなります。

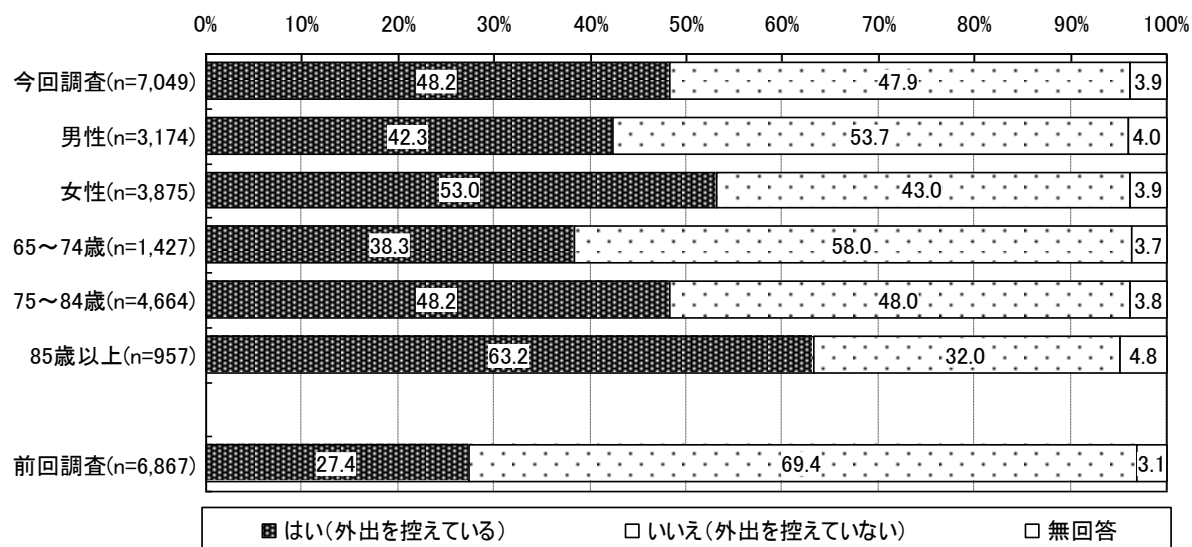
問2-7 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(1つだけ)



○「減っている」が39.9%、「あまり減っていない」が31.1%、「減っていない」が20.7%、「とても減っている」が6.8%で、外出回数が減っている人は46.7%となっています。

○前回調査の結果と比べると、外出回数が減っている人は大幅に増えており、コロナ禍による影響と思われます。

問2-8 外出を控えていますか。(1つだけ)



○「はい(外出を控えている)」が48.2%と前回調査の結果より大幅に増えており、コロナ禍による影響と思われます。

○性別には女性、年齢別には年齢が高くなるほど外出を控える人が多くみられます。

◆閉じこもりのリスクの判定

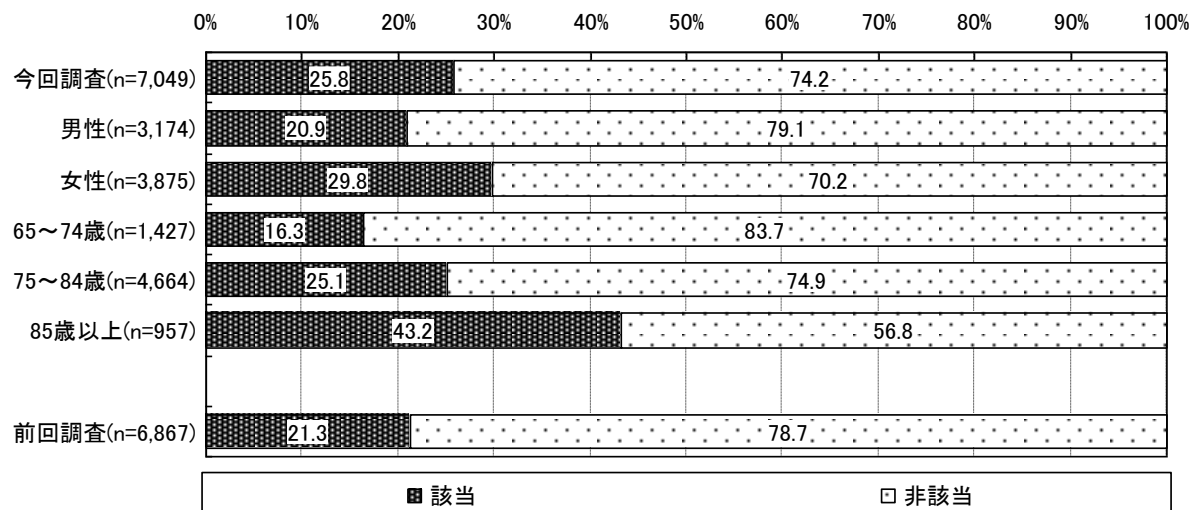
○調査票の閉じこもりのリスクに関する問2-6について、以下に該当した人を、閉じこもりのリスクがあると判定しました。

○閉じこもりのリスクのある人は25.8%で、前回調査より増加しています。

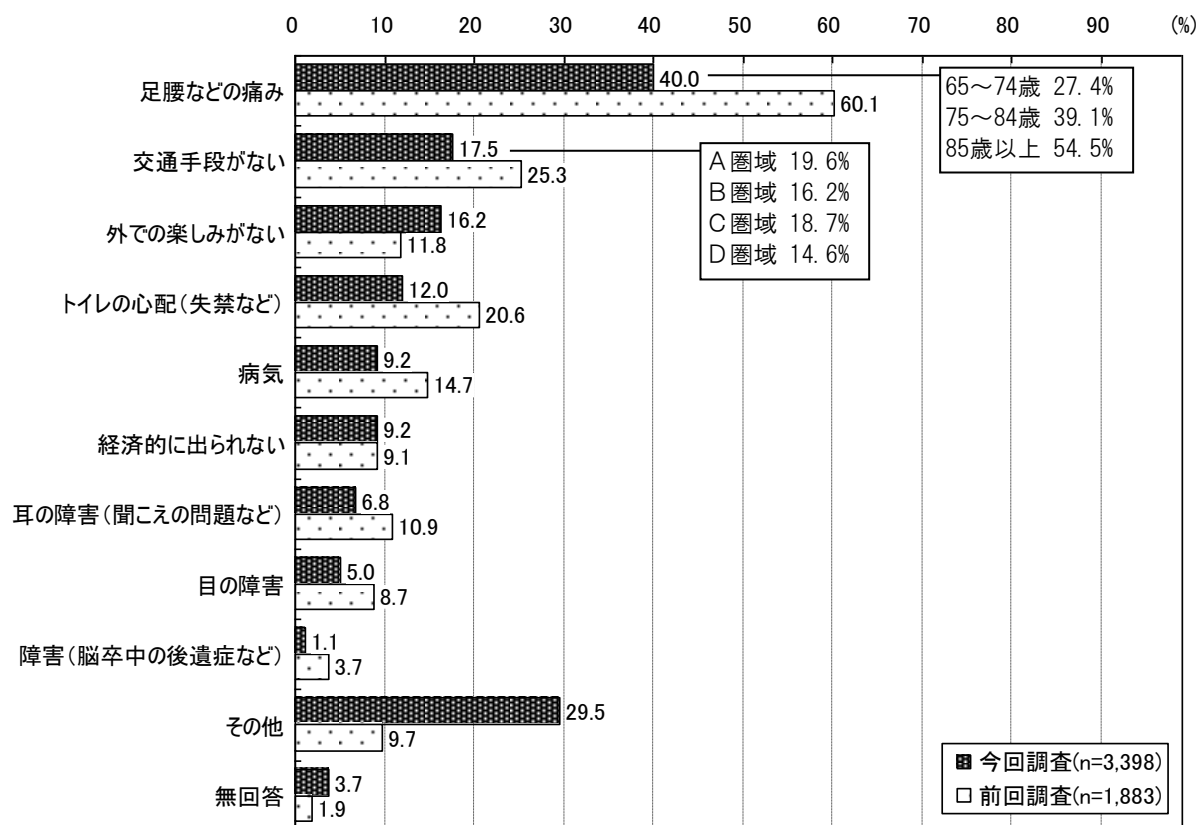
○年齢が高くなるほどリスクのある人は増え、85歳以上では43.2%となっています。

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2-8-1 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)



○「足腰などの痛み」が40.0%と最も多く、次いで「その他」(新型コロナウイルスの感染に伴う外出自粛など)が29.5%、「交通手段がない」が17.5%、「外での楽しみがない」が16.2%、「トイレの心配(失禁など)」が12.0%などの順となっています。

○年齢別にみると、「足腰などの痛み」は年齢が高くなるほど増える傾向にあります。

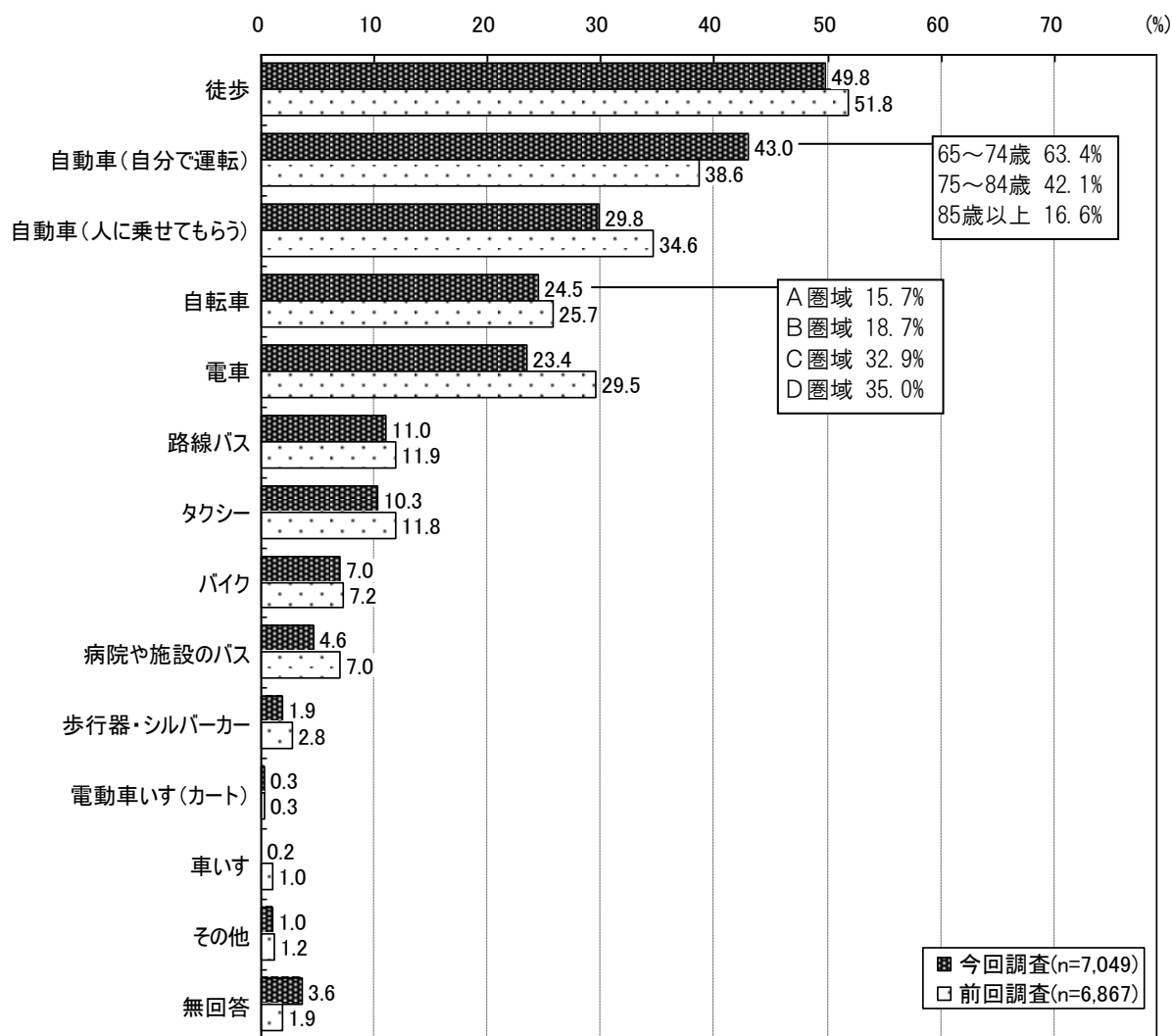
○日常生活圏域別にみると、「交通手段がない」はA圏域やC圏域でやや多くみられます。

○前回調査の結果と比べると、「足腰などの痛み」「交通手段がない」「トイレの心配(失禁など)」「病気」と答えた人が減少しています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、感染が心配、怖いから
- ・心身の不調のため
- ・家族の世話、介護のため
- ・感染が心配だから
- ・特に外出する必要がないため など

問2-9 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)



○「徒歩」が49.8%と最も多く、次いで「自動車(自分で運転)」が43.0%、「自動車(人に乗せてもらう)」が29.8%、「自転車」が24.5%、「電車」が23.4%などとなっています。

○年齢別にみると、「自動車(自分で運転)」は65～74歳で63.4%と多くみられます。

○日常生活圏域別にみると、「自転車」はD圏域やC圏域で多くみられます。

○前回調査の結果と比べると、「電車」や「自動車(人に乗せてもらう)」が減少していますが、コロナ禍の影響によるものと思われます。

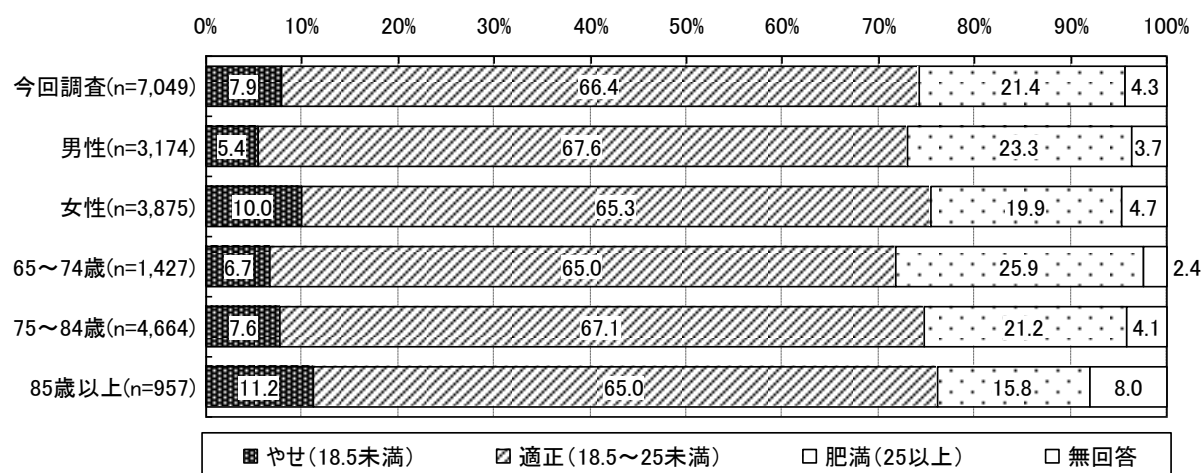
◆選択肢「その他」の主な記述内容

・コミュニティバス ・介護タクシー ・娘の車 など

3 食べることについて

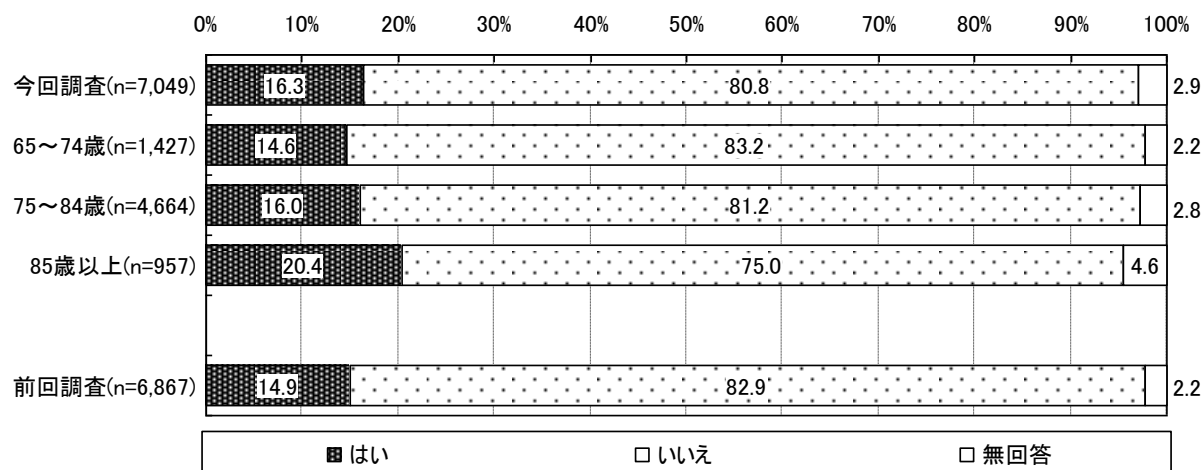
(1) 栄養の状況

問3-1 身長・体重を教えてください。《BMI》



○身長と体重を尋ねてBMI（体格指数）を算出したところ、やせ状態にある人は7.9%、肥満状態にある人は21.4%となっています。

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つだけ）



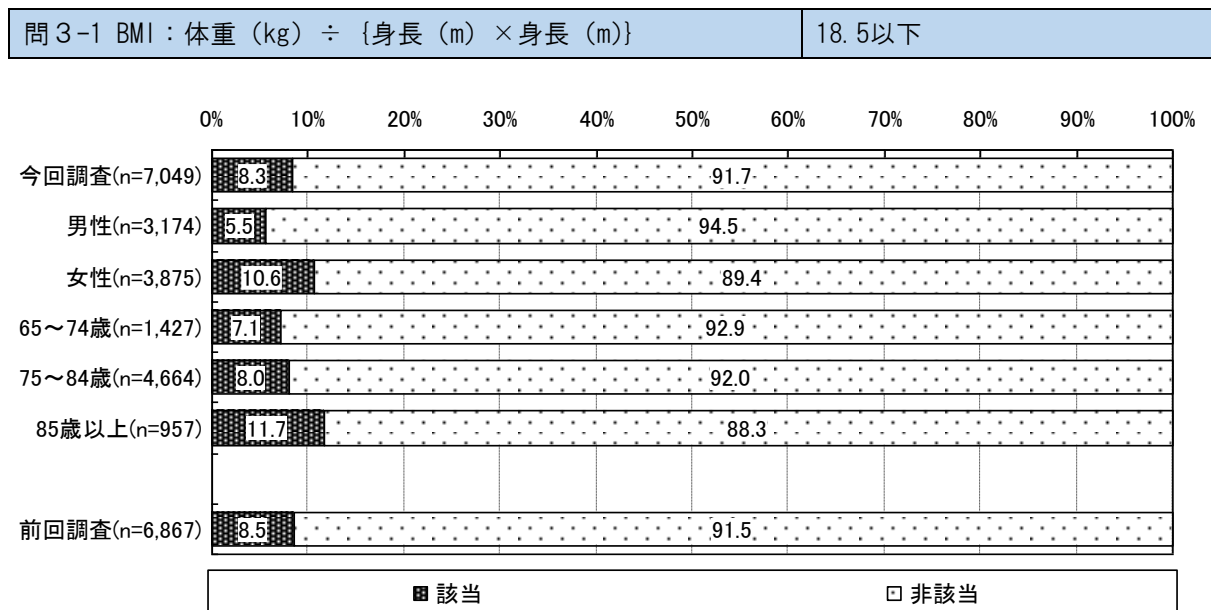
○6か月間で体重減少があった人は16.3%で、85歳以上では20.4%となっています。

◆リスクの判定

○調査票の栄養改善に関する問3-1について、以下に該当した人を、栄養改善のリスクがあると判定しました。

○栄養改善のリスクのある人は8.3%で、前回調査より変わりはありません。

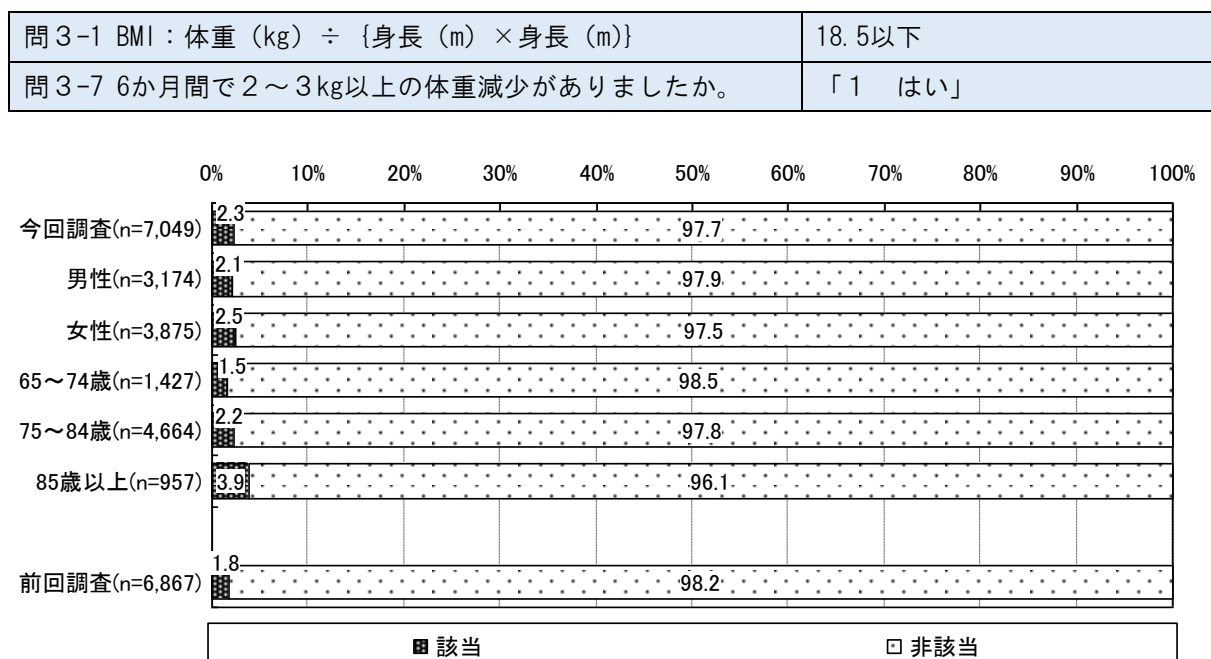
○男性より女性、年齢が高い人でリスクのある人が多くみられます。



◆低栄養のリスクの判定

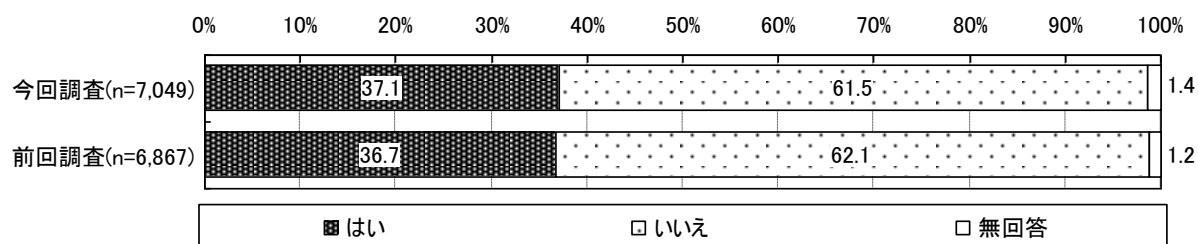
○調査票の低栄養に関する問3-1、問3-7について、2問中2問に該当した人を、低栄養のリスクがあると判定しました。

○低栄養のリスクのある人は2.3%で、前回調査より変わりはありません。

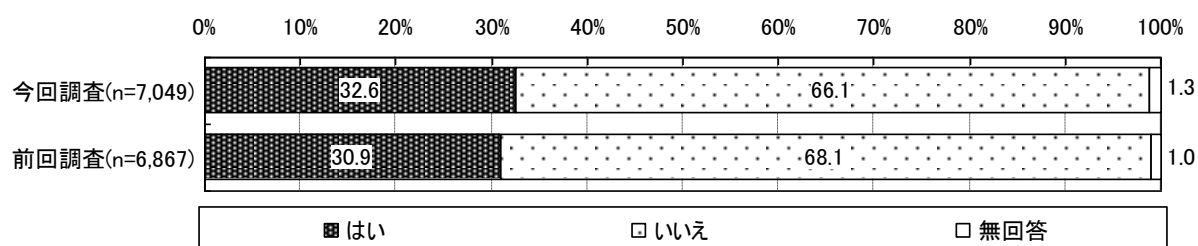


(2) 口腔の状況

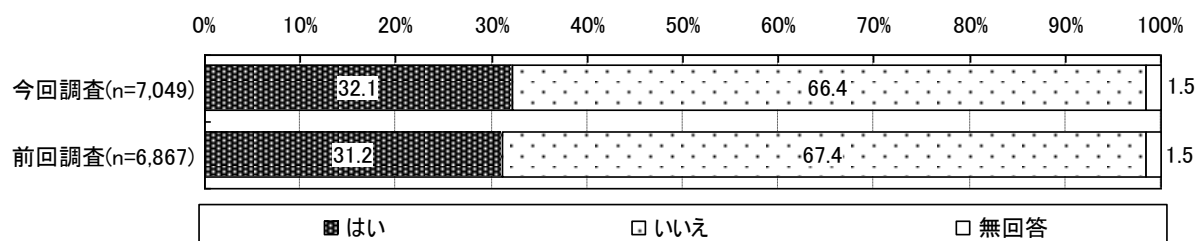
問3-2 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(1つだけ)



問3-3 お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つだけ)



問3-4 口の渇きが気になりますか。(1つだけ)



○半年前に比べて固いものが食べにくくなった、お茶や汁物等でむせることがある、口の渇きが気になる人はいずれも30%以上となっています。

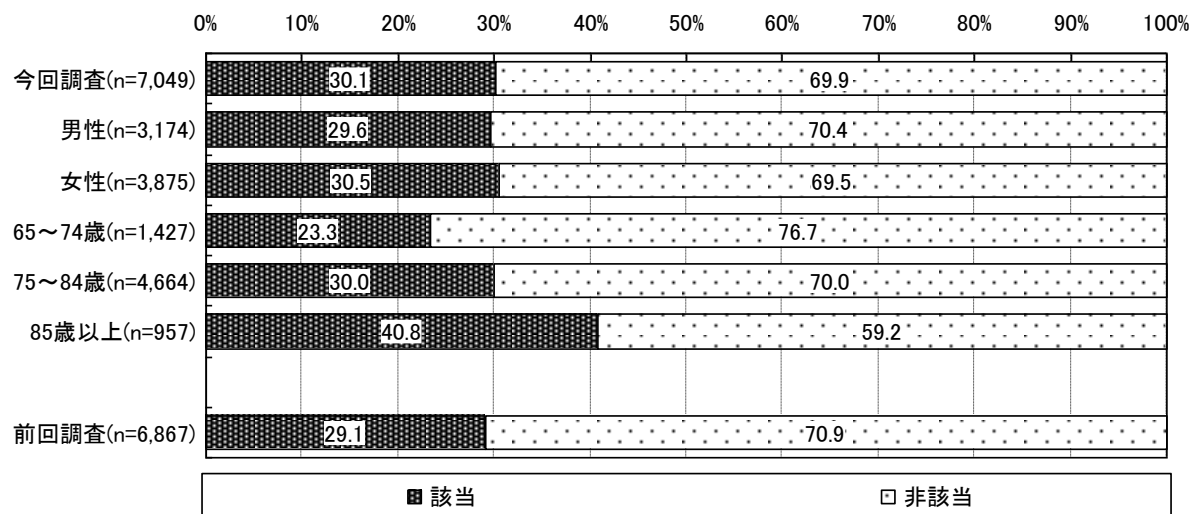
◆口腔機能の低下リスクの判定

○調査票の口腔機能に関する問3-2～問3-4について、3問中2問に該当した人を、口腔機能が低下していると判定しました。

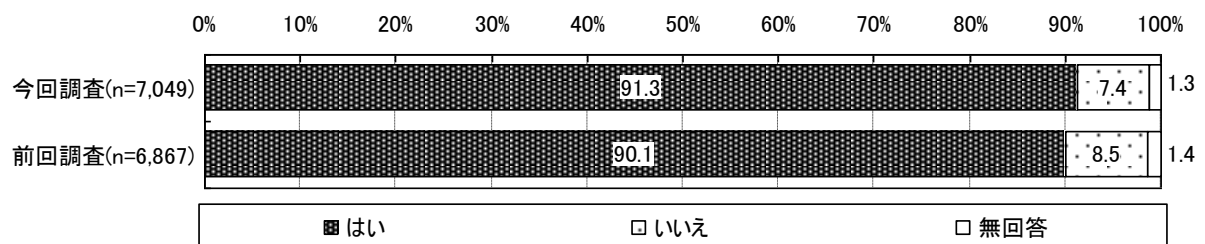
○口腔機能の低下リスクのある人は30.1%で、前回調査より変わりはありません。

○年齢が高くなるほどリスクのある人が多くみられます。

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。	
問3-4 口の渇きが気になりますか。	

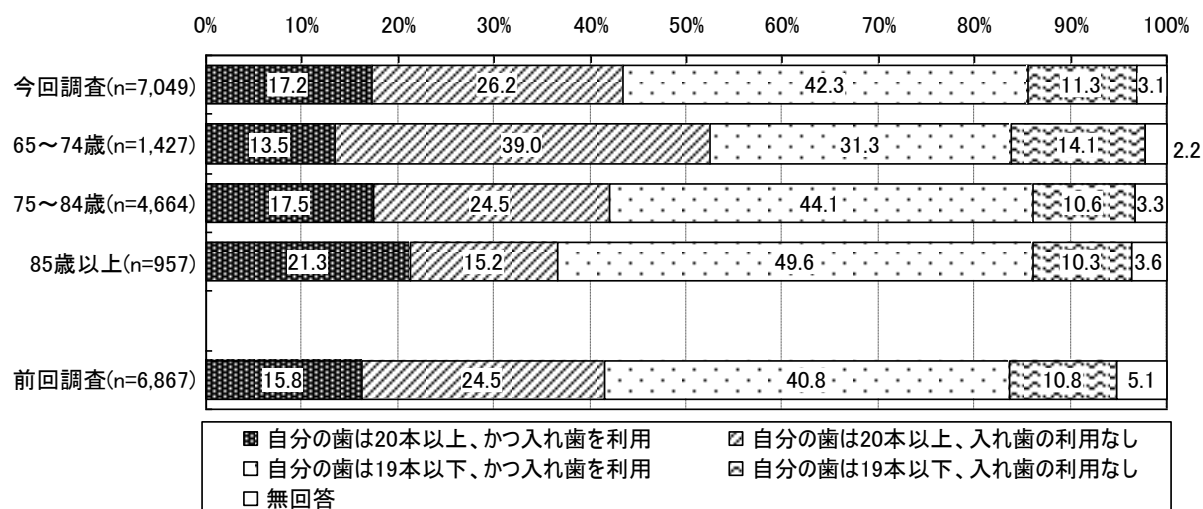


問3-5 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。（1つだけ）



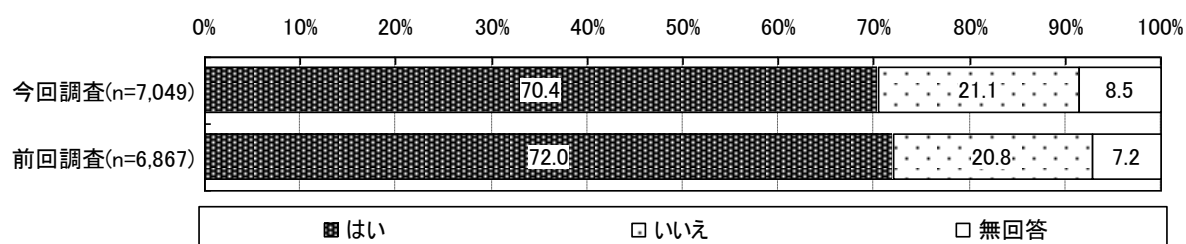
○歯磨きを毎日している人は91.3%となっています。

問3-6 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。(1つだけ)



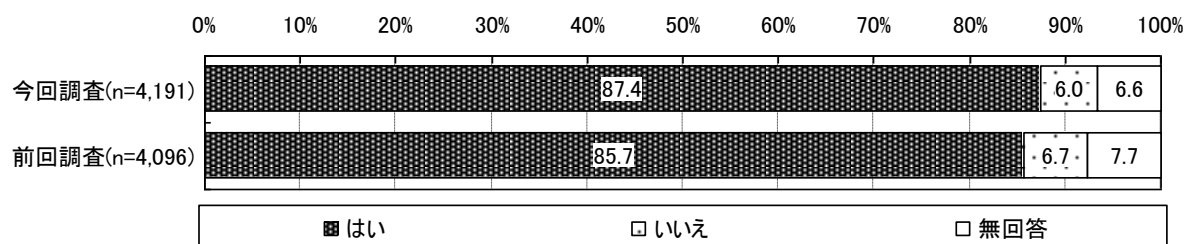
○「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」という人が42.3%と最も多く、自分の歯が20本以上ある人の割合は43.4%となっています。

問3-6-1 噛み合わせは良いですか。(1つだけ)



○噛み合わせは良いという人は70.4%となっています。

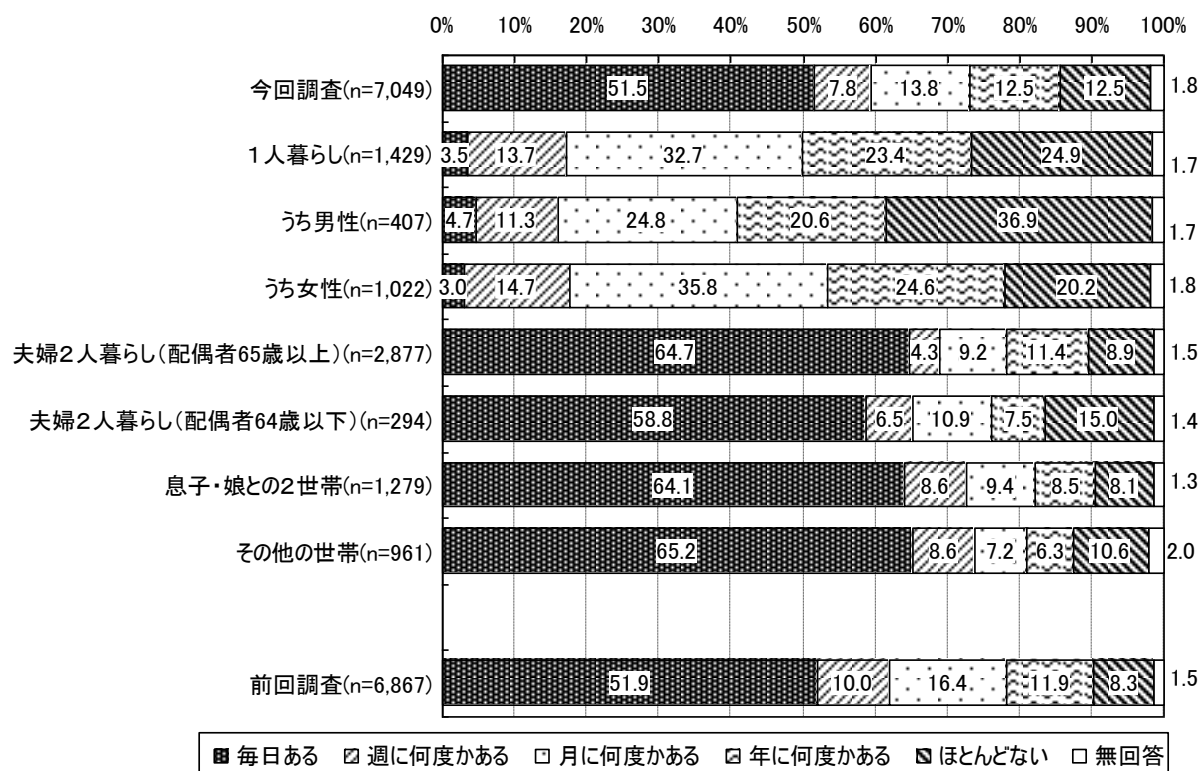
問3-6-2 毎日入れ歯の手入れをしていますか。(1つだけ)



○入れ歯を利用している人のうち、毎日入れ歯の手入れをしている人は87.4%となっています。

(3) 共食・孤食の状況

問3-8 どなたかと食事をとにもする機会がありますか。(1つだけ)



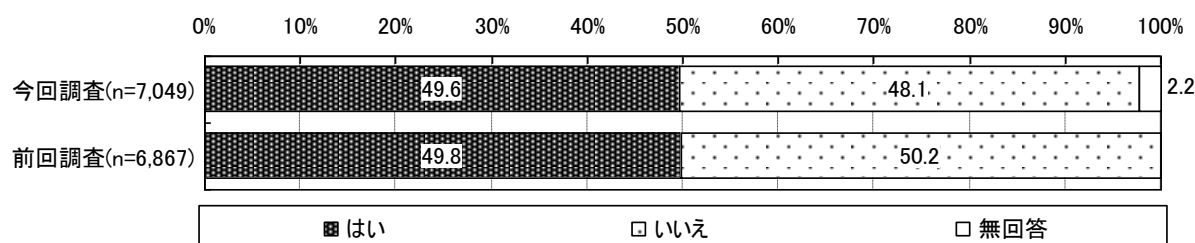
○「毎日ある」が51.5%と最も多く、次いで「月に何度かある」が13.8%、「年に何度かある」と「ほとんどない」が12.5%、「週に何度かある」が7.8%となっており、家族などと毎日食事をとっていない人は46.6%となっています。

○1人暮らしで「ほとんどない」と答えた人は24.9%で、とりわけ男性では36.9%と多くみられます。

4 毎日の生活について

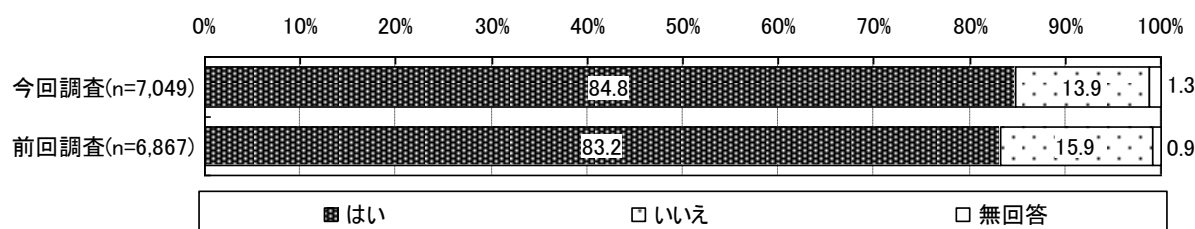
(1) 物忘れの状況

問4-1 物忘れが多いと感じますか。(1つだけ)



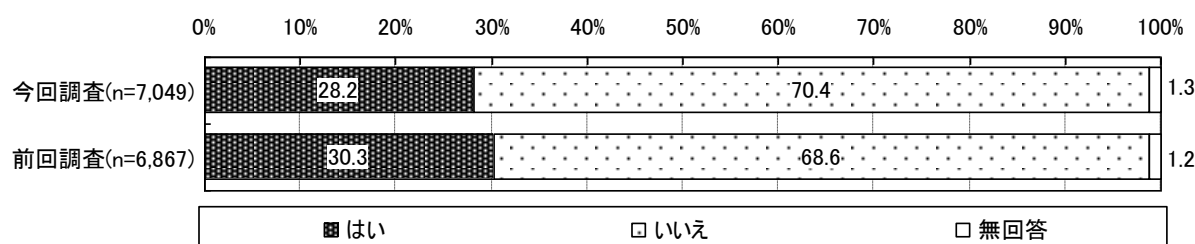
○物忘れが多いと感じる人は49.6%となっています。

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。(1つだけ)



○自分で電話番号を調べて、電話をかけている人は84.8%となっています。

問4-3 今日が何月何日かわからない時がありますか。(1つだけ)



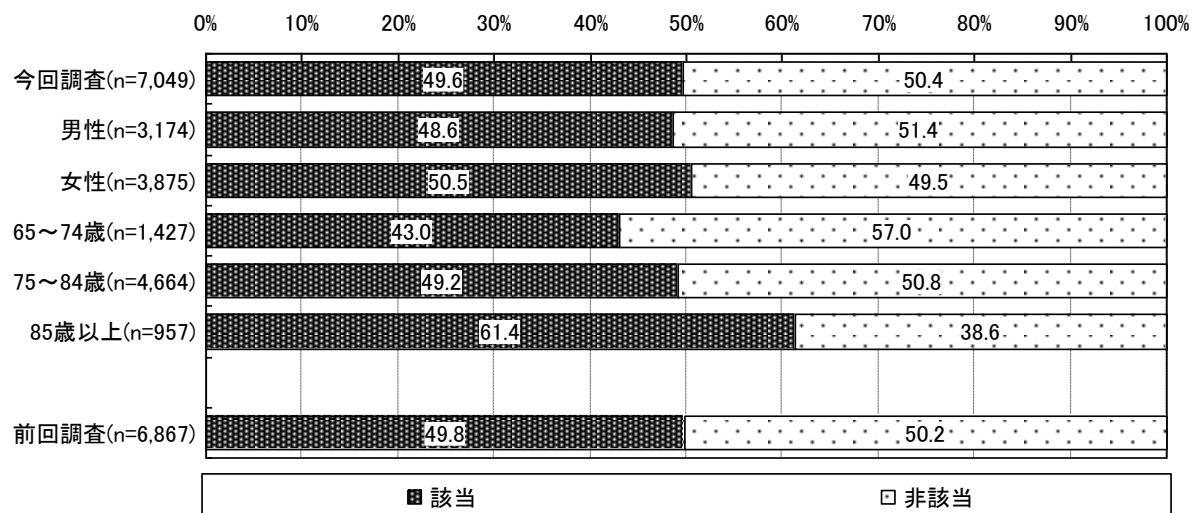
○今日が何月何日かわからない時がある人は28.2%となっています。

◆認知機能の低下リスクの判定

○調査票の認知機能に関する問4-1について、以下に該当した人を、認知機能が低下していると判定しました。

○物忘れが多いと感じるなど、認知機能の低下リスクのある人は、年齢が高くなるほど割合も高まる傾向にあります。

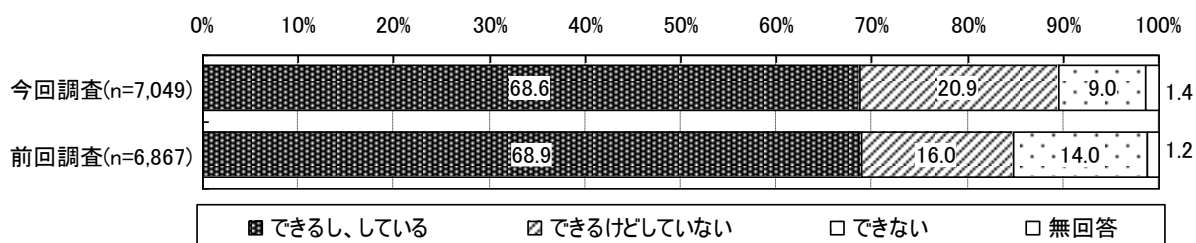
問4. 1 物忘れが多いと感じますか。	「1 はい」
---------------------	--------



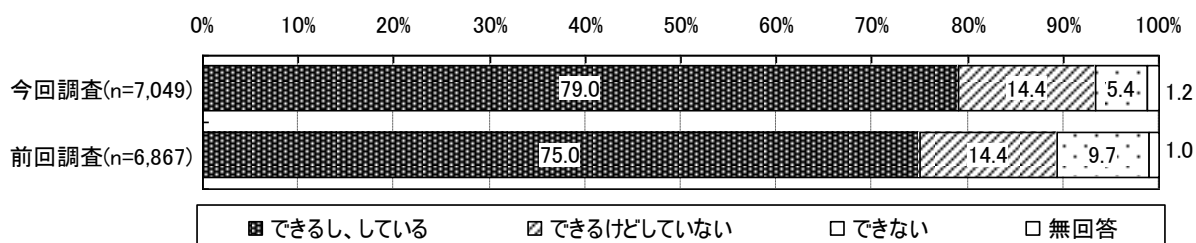
(2) IADL の状況

※IADL (Instrumental Activities of Daily Living) : 「手段的日常生活動作」と訳され、日常生活で行う動作の中で手段的、つまり少し複雑になる動作のことを言います。

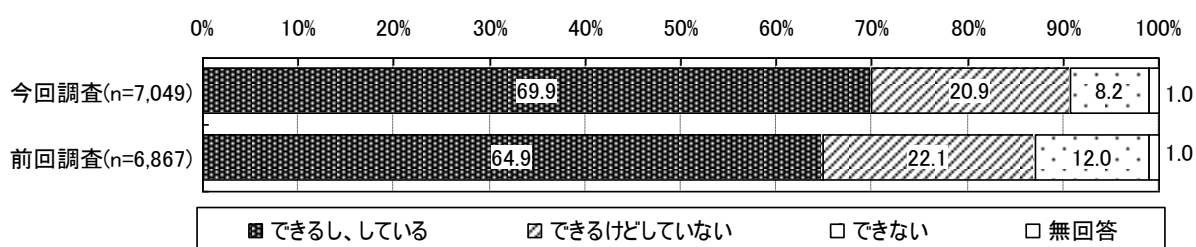
問 4-4 バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）。（1つだけ）



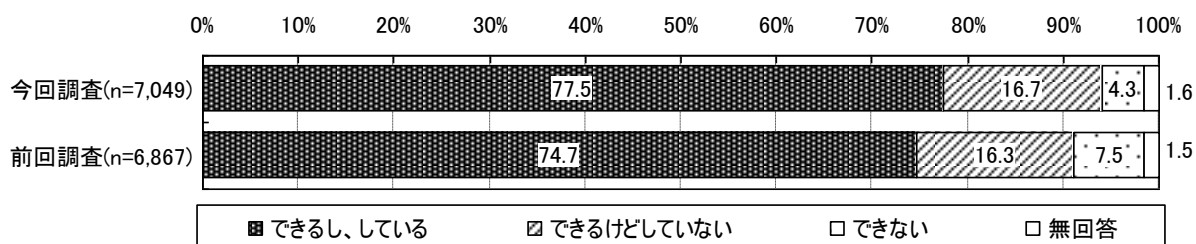
問 4-5 自分で食品・日用品の買物をしていますか。（1つだけ）



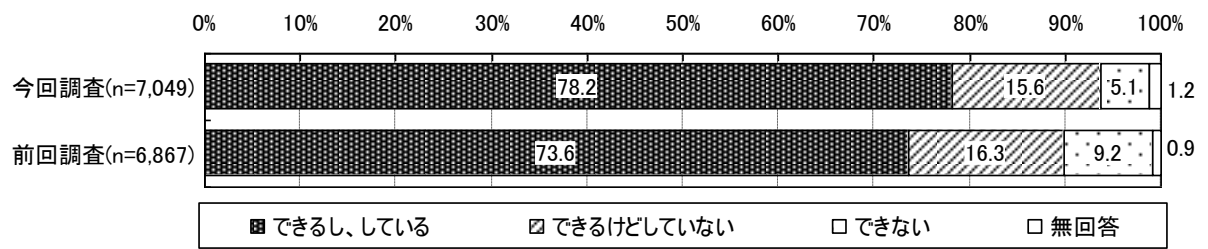
問 4-6 自分で食事の用意をしていますか。（1つだけ）



問 4-7 自分で請求書の支払いをしていますか。（1つだけ）



問 4-8 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1つだけ)

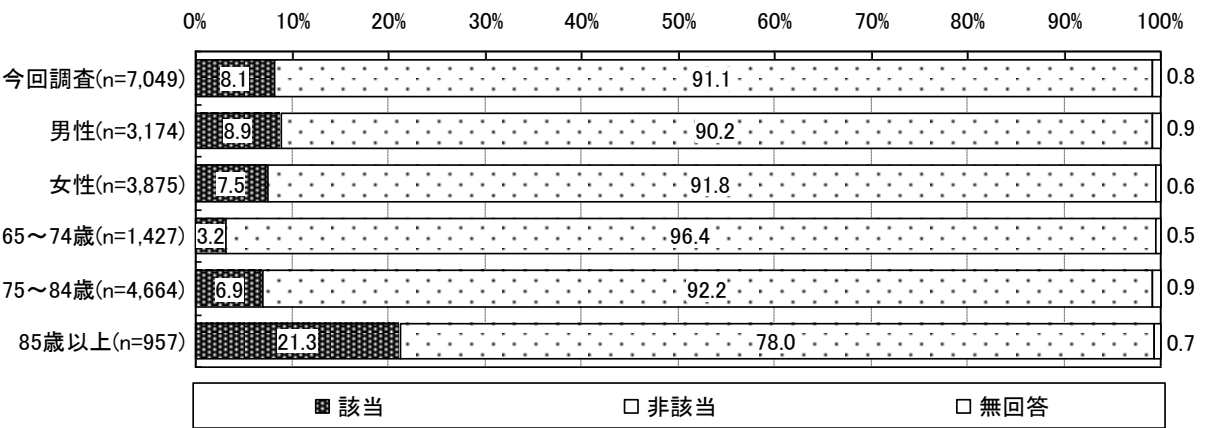


○バスや電車を使って1人で外出しているか、食品・日用品の買物をしているか、食事の用意をしているか、請求書の支払いをしているか、預貯金の出し入れをしているかとの問いに「できるし、している」「できるけどしていない」と答えた人はそれぞれ90～94%となっています。

◆ IADLの低い高齢者の判定

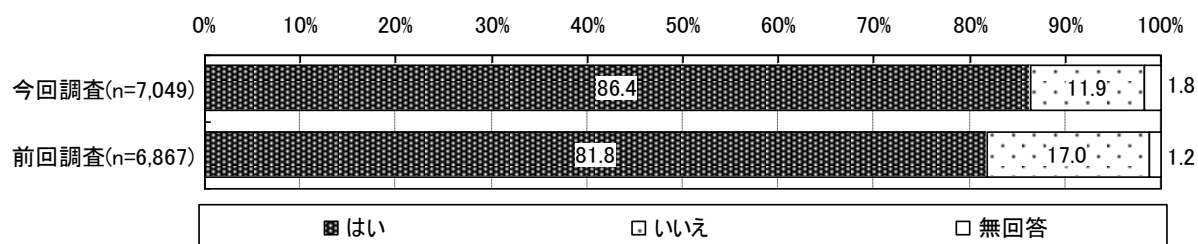
- 調査票のIADLに関する問4-4～問4-8について、5問中3問以上該当しなかった人を、IADLの低い高齢者と判定しました。
- IADLが低いと思われる人は8.1%で、年齢が高くなるほど多くみられます。

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



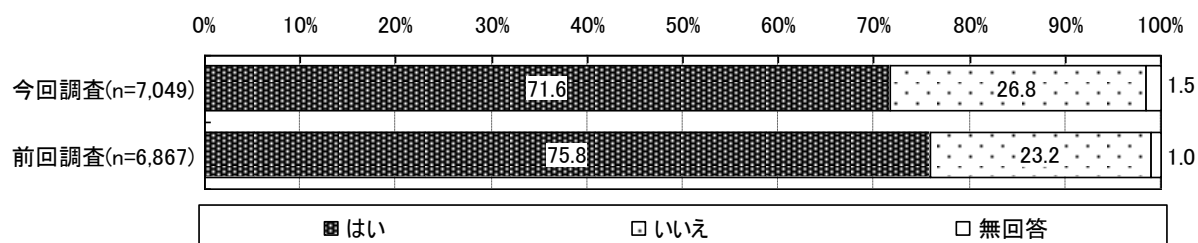
(3) 社会との関わりについて

問 4-9 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか。（１つだけ）



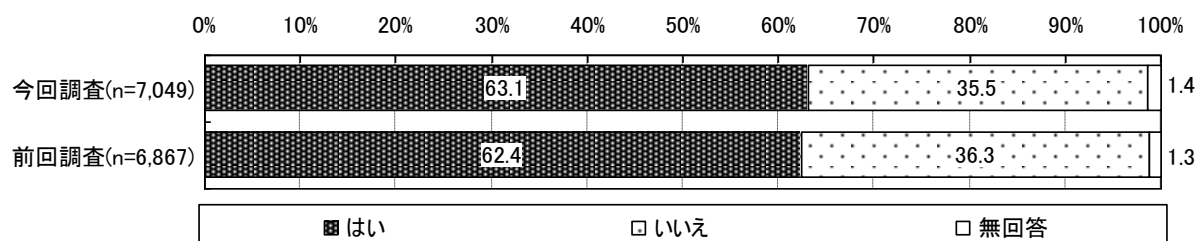
○年金などの書類が書ける人は86.4%となっています。

問 4-10 新聞を読んでいますか。（１つだけ）



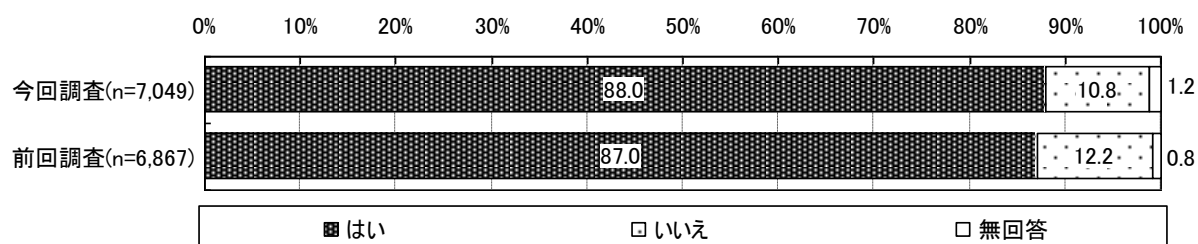
○新聞を読んでいる人は71.6%で、前回調査の結果と比べるとやや減少しています。

問 4-11 本や雑誌を読んでいますか。（１つだけ）



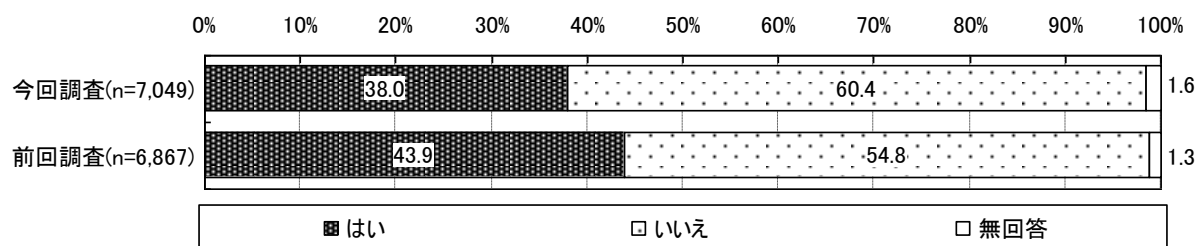
○本や雑誌を読んでいる人は63.1%となっています。

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つだけ）



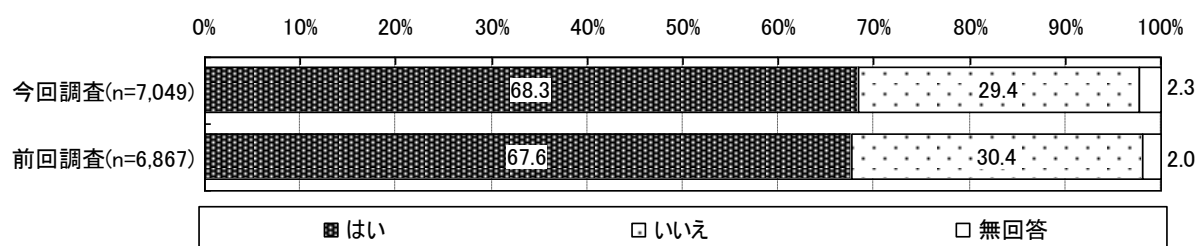
○健康についての記事や番組に関心がある人は88.0%となっています。

問4-13 友人の家を訪ねていますか。(1つだけ)



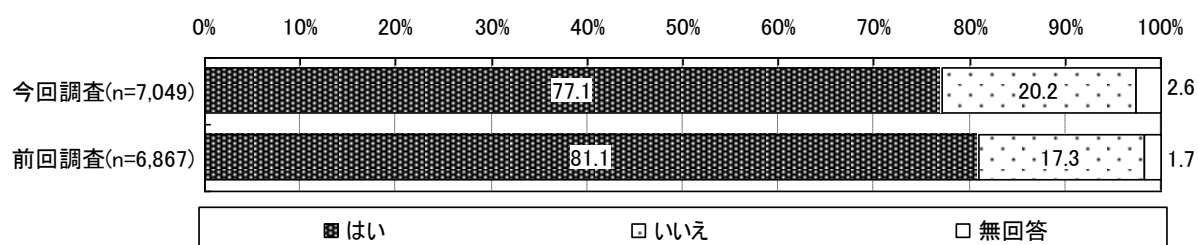
○友人の家を訪ねている人は38.0%で、前回調査の結果と比べるとやや減少しています。

問4-14 家族や友人の相談にのっていますか。(1つだけ)



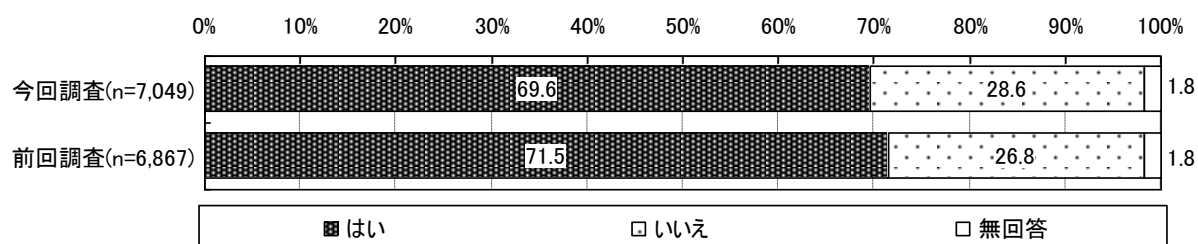
○家族や友人の相談にのっている人は68.3%となっています。

問4-15 病人を見舞うことができますか。(1つだけ)



○病人を見舞うことができる人は77.1%となっています。

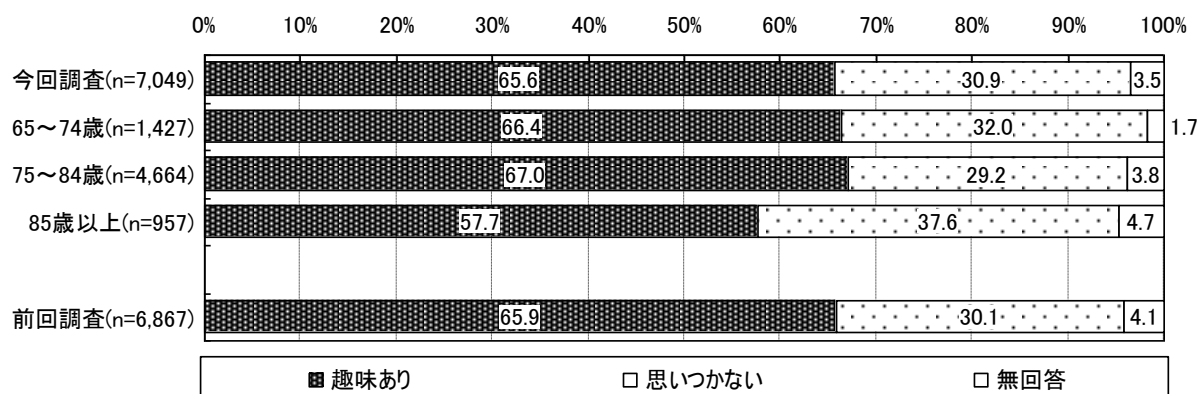
問4-16 若い人に自分から話しかけることがありますか。(1つだけ)



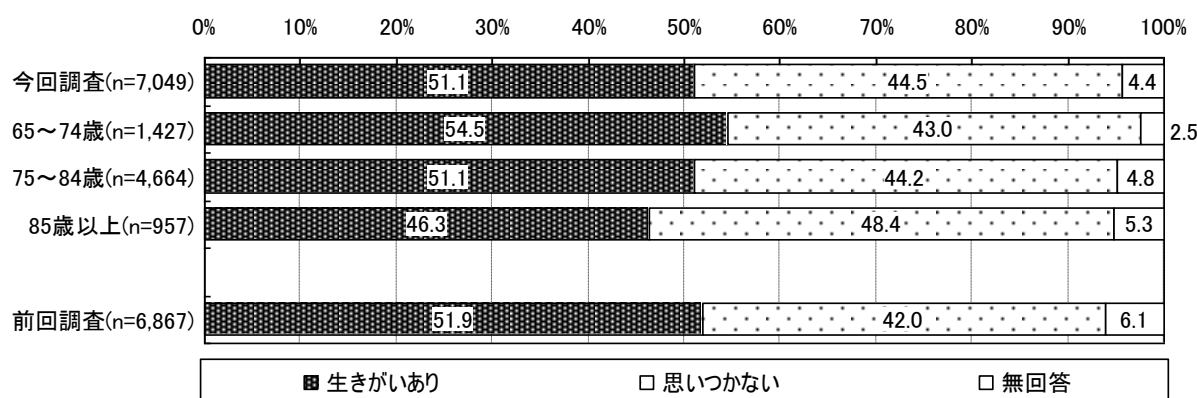
○若い人に自分から話しかけることがある人は69.6%となっています。

(4) 趣味・生きがいの状況

問4-17 趣味はありますか。(1つだけ)



問4-18 生きがいはありますか。(1つだけ)



○趣味があると答えた人は65.6%、生きがいがあると答えた人は51.1%となっていますが、生きがいについては年齢が上がるにつれて割合が低下する傾向がみられます。

◆選択肢「その他」の主な記述内容：趣味

- ・園芸、ガーデニング、花（「生花」は除く）、植木、庭木
- ・読書（「本を読む」等を含む） ・菜園、野菜作り（「農業」、「畑」等を含む）
- ・ゴルフ ・カラオケ ・手芸 ・釣り ・旅行 ・編み物 ・散歩、ウォーキング
- ・絵（「絵を描くこと」、「絵画鑑賞」等を含む） ・音楽 ・運動、スポーツ
- ・歌、コーラス ・テレビ ・囲碁 ・写真、カメラ ・書道 ・将棋 ・映画 など

◆選択肢「その他」の主な記述内容：生きがい

- ・孫やひ孫の成長、交流 ・子どもの成長、交流 ・健康、元気に過ごすこと
- ・家族との交流 ・家族の健康 ・菜園、野菜作り、農業、畑、ガーデニング、園芸、花
- ・友だちとの交流 ・趣味 ・仕事 ・夫や妻との交流 ・ゴルフ ・ペット
- ・歌、カラオケ ・神、信仰、宗教、聖書 ・読書、本を読む など

5 地域での活動について

(1) 地域活動への参加の状況

問5-1 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。(それぞれ1つだけ)

今回調査 (n=7,049) 前回調査 (n=6,867)	参加している						参加して いない	無回答
	(計)	週4回以上	週2~3回	週1回	月1~3回	年に数回		
①ボランティアのグループ	12.4	0.7	1.2	1.7	4.5	4.3	69.9	17.6
(前回)	13.3	0.9	1.7	2.1	4.3	4.3	62.0	24.7
②スポーツ関係のグループ やクラブ	17.9	2.2	6.1	4.8	3.0	1.8	65.0	17.2
(前回)	18.4	2.2	6.6	4.5	3.2	1.9	58.1	23.5
③趣味関係のグループ	23.0	1.5	4.5	4.8	8.1	4.1	60.3	16.6
(前回)	25.8	2.0	5.3	5.3	8.6	4.6	53.4	20.8
④学習・教養サークル	7.4	0.3	0.8	1.5	2.5	2.3	74.1	18.5
(前回)	9.9	0.3	0.8	2.1	3.7	3.0	65.7	24.3
⑤WAO体操2、MCI（軽 度認知障害）予防教室など 介護予防のための通いの場	6.5	0.4	1.0	3.5	0.8	0.8	76.1	17.4
(前回)	7.1	0.3	1.4	3.1	1.3	1.0	71.5	21.2
⑥老人クラブ	9.2	0.1	0.5	0.8	2.9	4.9	74.3	16.5
(前回)	11.8	0.2	0.8	1.0	3.9	5.9	68.4	19.9
⑦町内会・自治会	18.3	0.2	0.4	0.5	2.9	14.3	64.4	17.3
(前回)	20.5	0.1	0.4	0.6	3.1	16.3	58.4	21.2
⑧収入のある仕事	14.7	7.2	4.1	1.2	1.2	1.0	69.0	16.2
(前回)	13.2	6.5	3.7	0.9	0.9	1.2	65.9	21.0

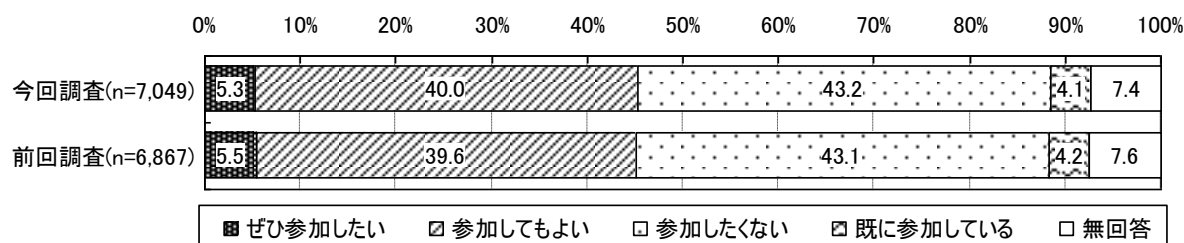
(単位：%)

○地域活動への参加状況をみると、参加したことがある活動は多い順に、「③趣味関係のグループ」(23.0%)、「⑦町内会・自治会」(18.3%)、「②スポーツ関係のグループやクラブ」(17.9%)、「⑧収入のある仕事」(14.7%) などとなっています。

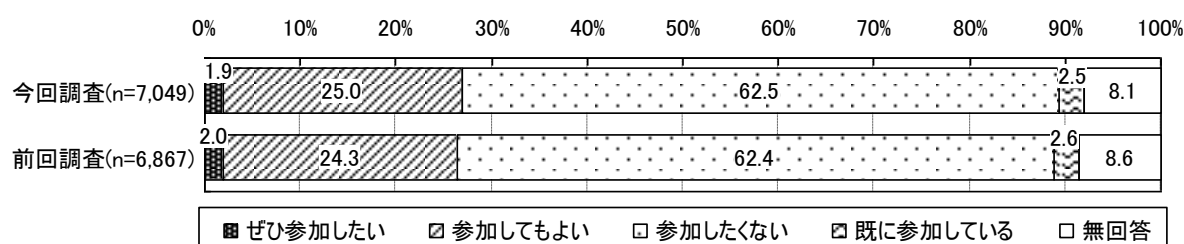
○前回調査の結果と比べると、参加している人の割合は「⑧収入のある仕事」以外の活動で少しずつ減少していますが、コロナ禍による行動制限や活動の自粛によるものと思われます。

(2) 地域づくり活動への参加意向

問5-2 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。(1つだけ)



問5-3 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか。(1つだけ)



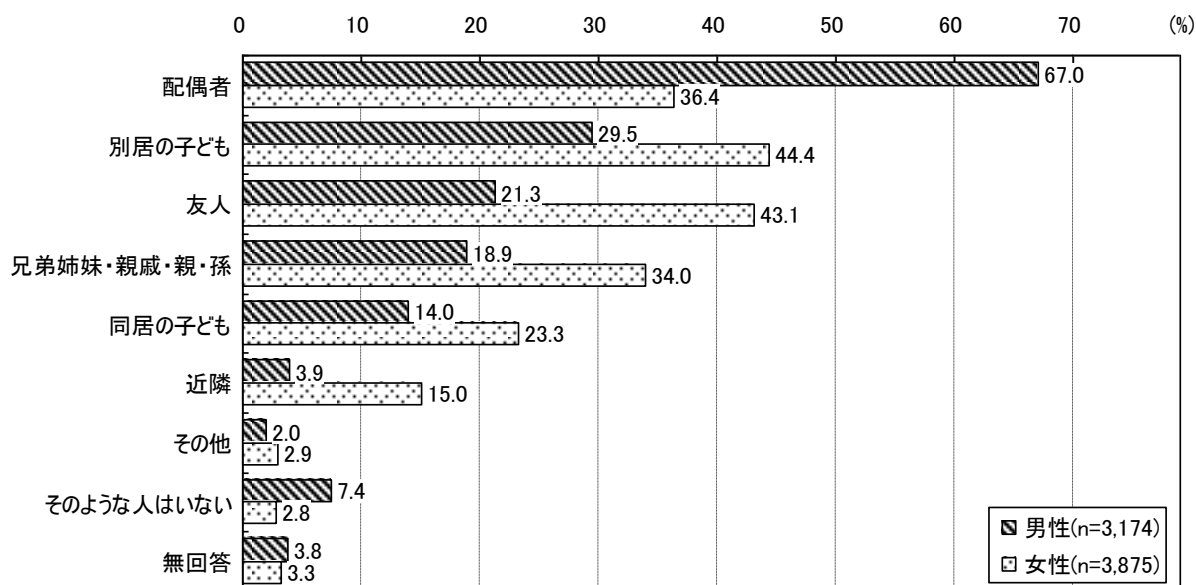
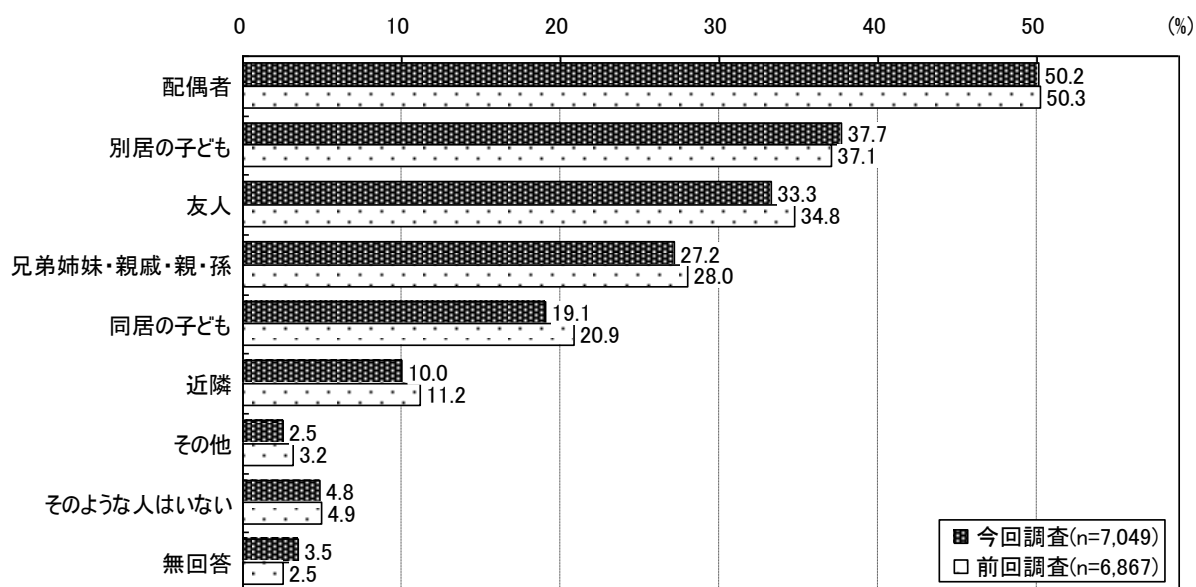
○健康づくりや趣味等のグループ活動など地域住民による活動に『参加者』として参加する意向を示す人は「ぜひ参加したい」「参加してもよい」「既に参加している」を合わせて49.4%となっています。

○『お世話役』として参加意向を示す人は「ぜひ参加したい」「参加してもよい」「既に参加している」を合わせて29.4%となっており、62.5%の人は「参加したくない」と答えています。

6 たすけあいについて

(1) 周りの人とのたすけあいの状況

問6-1 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人はいますか。（いくつでも）



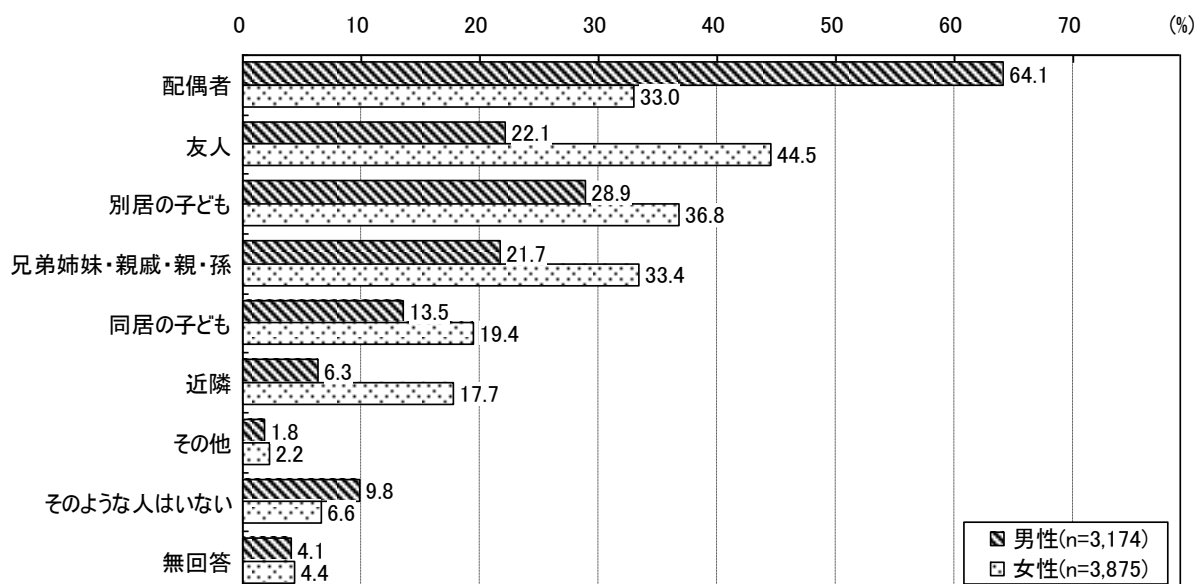
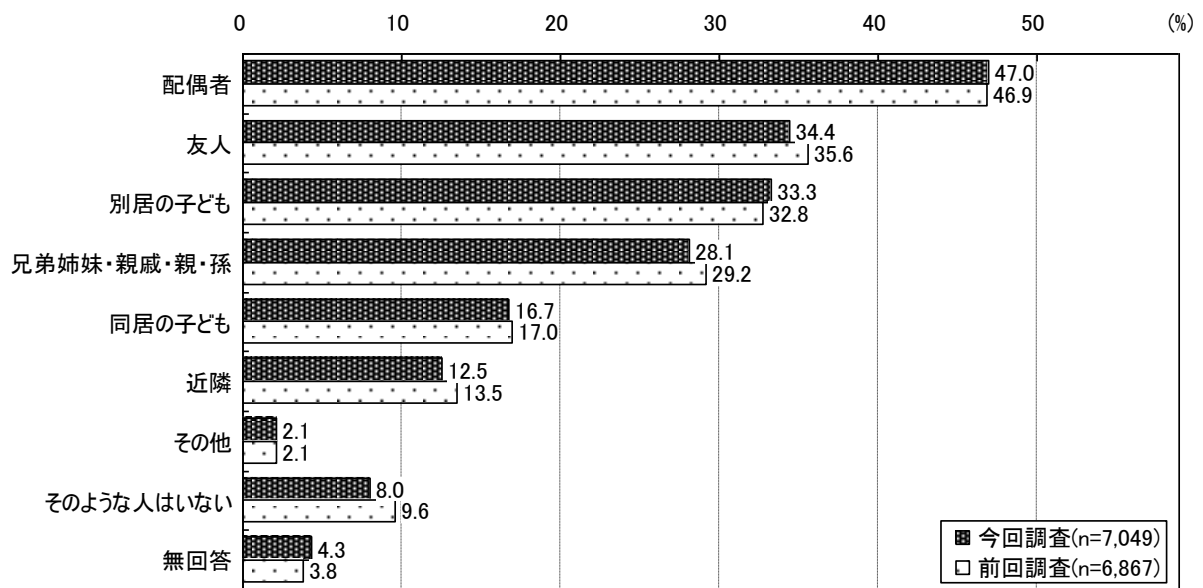
○「配偶者」が50.2%と最も多く、次いで「別居の子ども」が37.7%、「友人」が33.3%の順となっています。

○性別にみると、男性で「配偶者」が67.0%と多いのに対し、女性は「別居の子ども」や「友人」が「配偶者」より多くなっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

・ 愚痴はない ・ 愚痴は言わない ・ 心配事がない ・ 同居人 ・ 娘 ・ 妹
 ・ 嫁 ・ ケアマネジャー ・ ヘルパー ・ 仕事仲間 ・ 同じ信仰の人 など

問6-2 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人はいますか。(いくつでも)



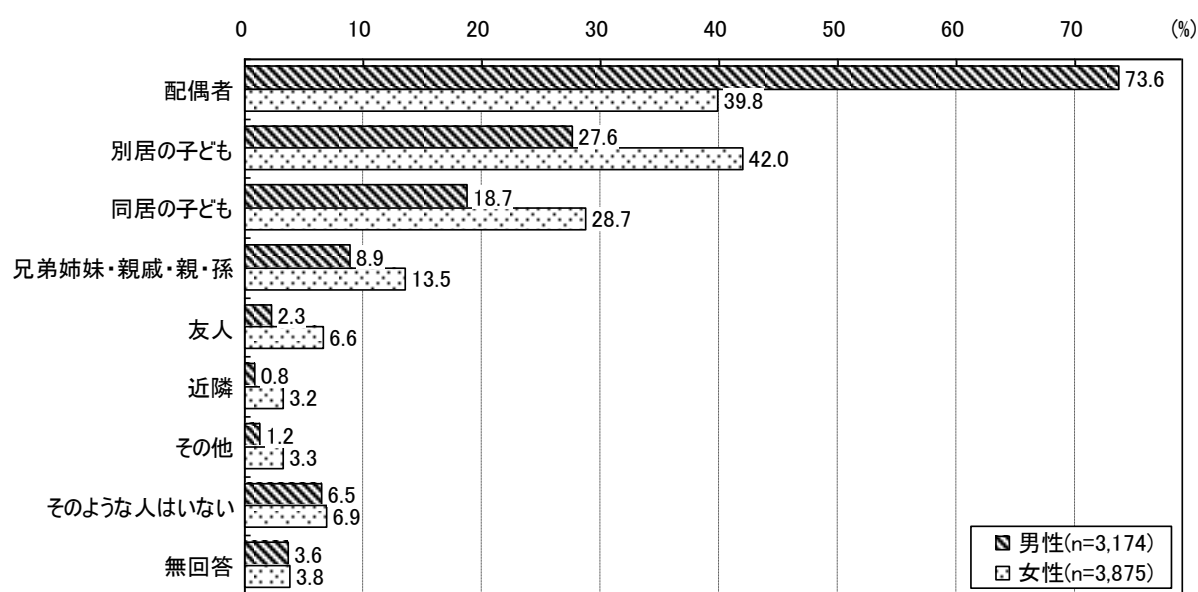
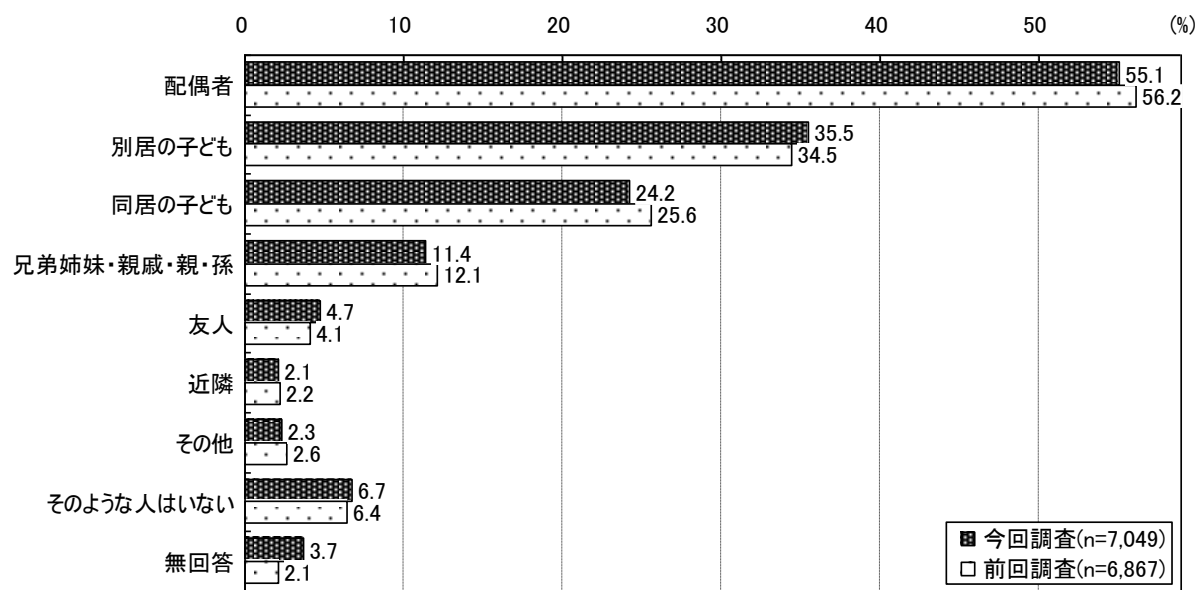
○「配偶者」が47.0%と最も多く、次いで「友人」が34.4%、「別居の子ども」が33.3%の順となっています。

○性別にみると、男性で「配偶者」が64.1%と多いのに対し、女性は「友人」や「別居の子ども」、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が「配偶者」より多くなっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

・ 愚痴はない ・ 愚痴は聞かない ・ 同居人 ・ 娘 ・ 職場の同僚 など

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



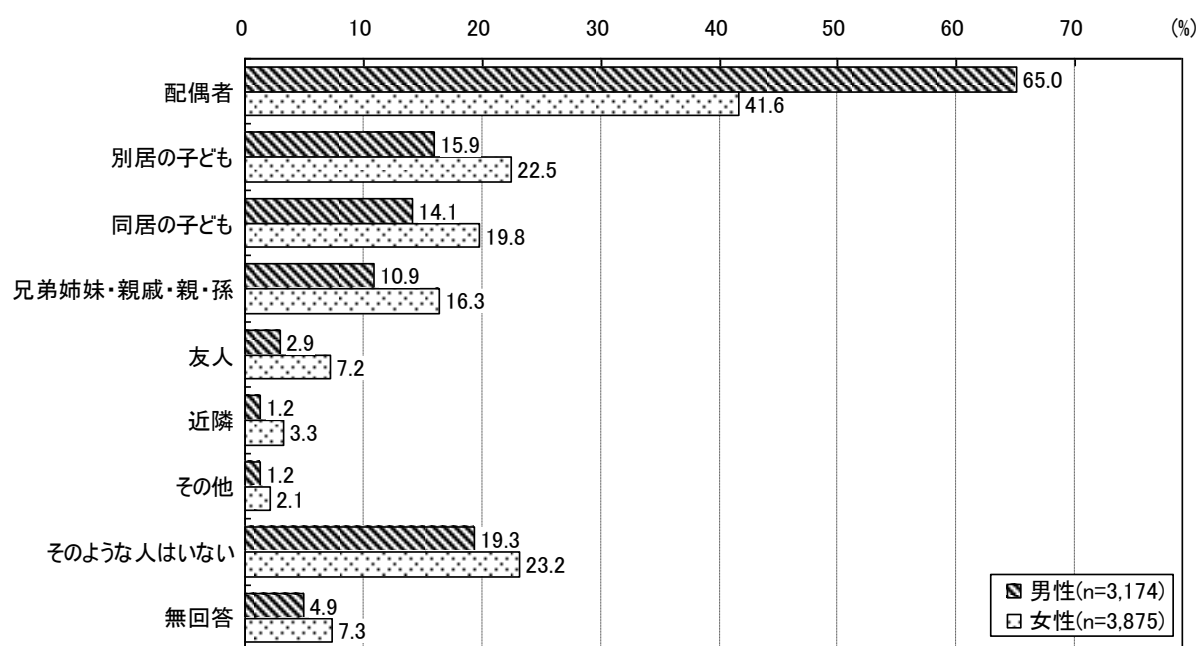
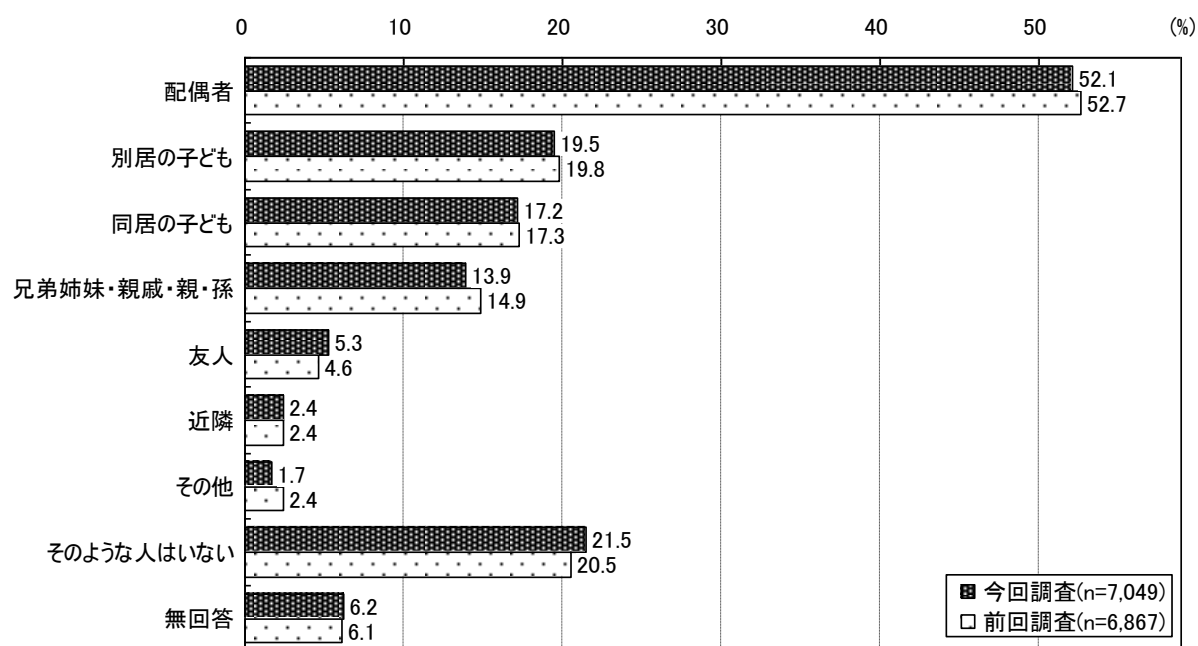
○「配偶者」が55.1%と最も多く、次いで「別居の子ども」が35.5%、「同居の子ども」が24.2%の順となっています。

○性別にみると、男性で「配偶者」が73.6%と多いのに対し、女性は「別居の子ども」が42.0%と最も多くなっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容：看病や世話をしてくれる人

- ・ 看護師 ・ 病院のスタッフ ・ 施設職員 ・ ヘルパー
- ・ 寝込んだことがない など

問6-4 反対に、看病や世話をしてあげる人はいますか。(いくつでも)



○「配偶者」が52.1%と最も多く、次いで「別居の子ども」が19.5%、「同居の子ども」が17.2%の順となっています。

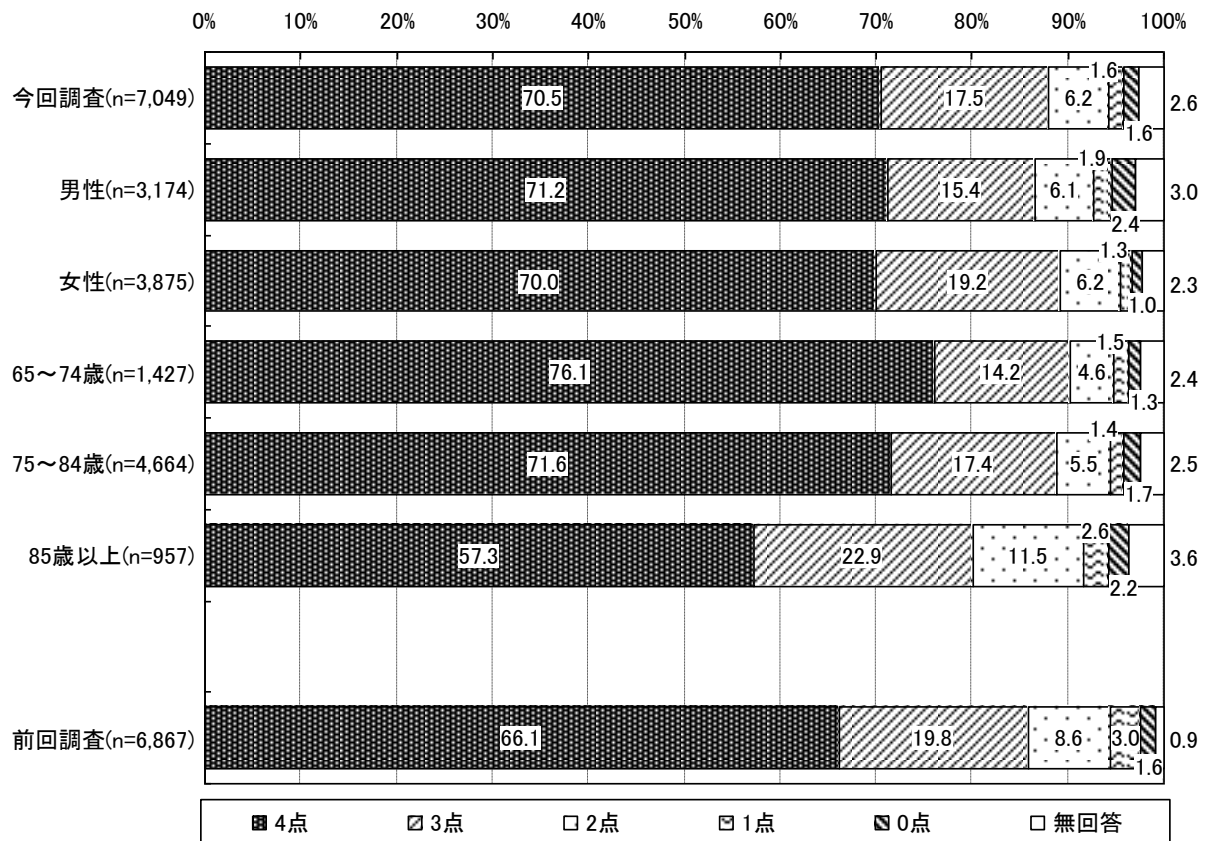
○性別にみると、「配偶者」は男性で65.0%、女性で41.6%となっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

・できない ・今のところいない ・自分のことしかできない など

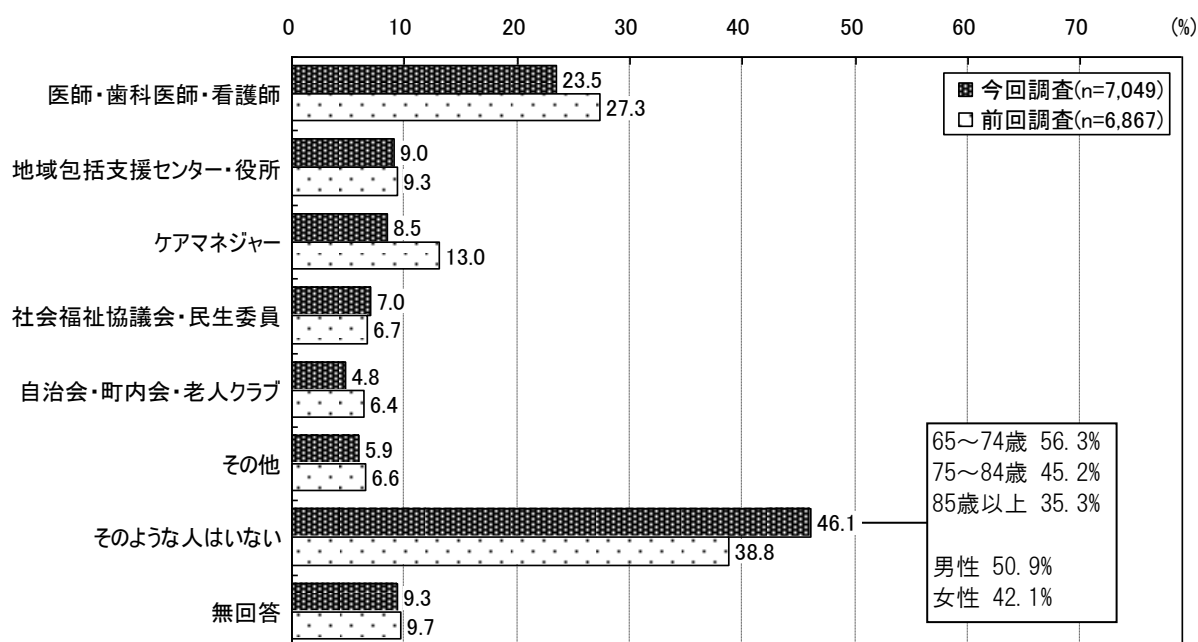
◆たすけあいの合計点

○調査票のたすけあいに関する問6-1～問6-4について、それぞれ誰かしらそのような相手が“いる”人に1点を配点し、合計4点として、たすけあいの関係の有無を得点化しました。
○4点の人は70.5%となっていますが、年齢が高くなるほど割合が低くなっています。



(2) 家族や友人・知人以外の相談相手

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



○「そのような人はいない」(46.1%)と無回答を除いて、家族や友人・知人以外で相談する相手がいる人は44.6%で、内容別には「医師・歯科医師・看護師」が23.5%、「地域包括支援センター・役所」が9.0%、「ケアマネジャー」が8.5%などとなっています。

○「そのような人はいない」と答えた人は年齢が若い人、また男性で割合が高くなっています。

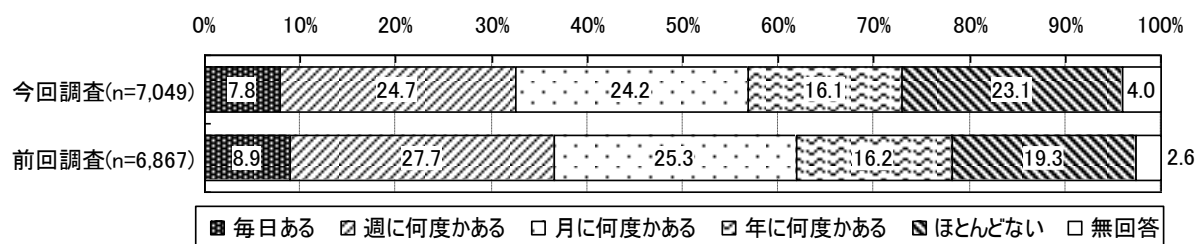
○前回調査の結果と比べると、「医師・歯科医師・看護師」と「ケアマネジャー」が減っていますが、調査対象者が変わったことによるものと思われます。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

・友人 ・近所の人 ・議員 ・宗教関係者 ・今のところいない など

(3) 友人・知人とのつきあいの状況

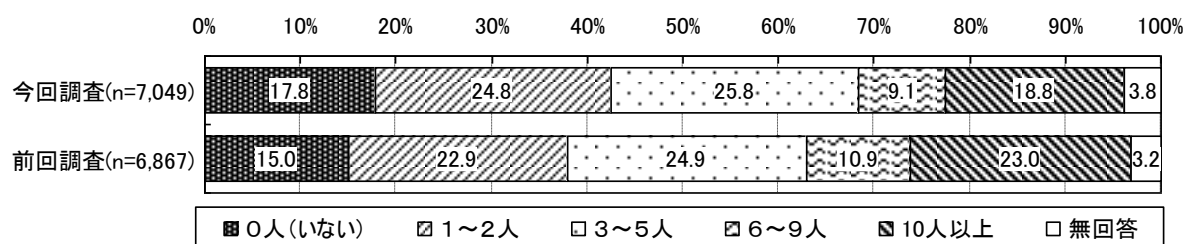
問6-6 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つだけ)



○友人・知人と会う頻度について、「週に何度かある」が24.7%、「月に何度かある」が24.2%、「ほとんどない」が23.1%などとなっています。

○前回調査の結果と比べると、会う頻度が低くなっていますが、コロナ禍による影響と考えられます。

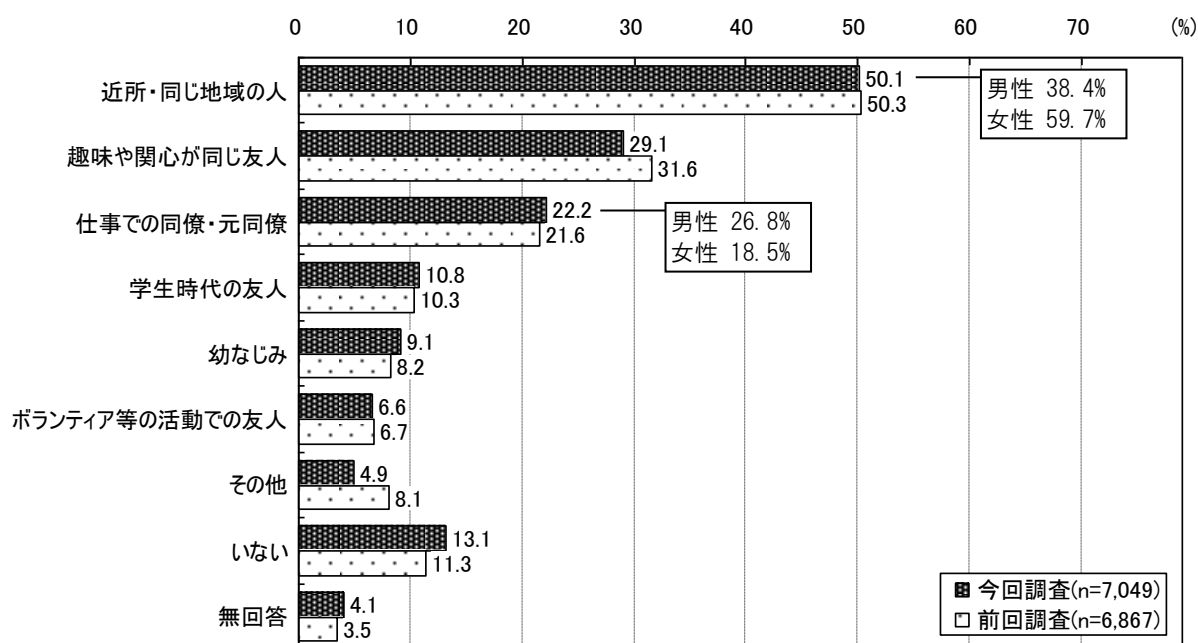
問6-7 この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても1人と数えることとします。(1つだけ)



○この1か月間で会った友人・知人の数について、「3~5人」が25.8%、「1~2人」が24.8%、「10人以上」が18.8%などとなっています。

○前回調査の結果と比べると、人数が減っていますが、コロナ禍による影響と考えられます。

問6-8 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(いくつでも)



○「近所・同じ地域の人」が50.1%と最も多く、次いで「趣味や関心が同じ友人」が29.1%、「仕事での同僚・元同僚」が22.2%などとなっています。

○性別にみると、「近所・同じ地域の人」は女性で、「仕事での同僚・元同僚」は男性でそれぞれ多くみられます。

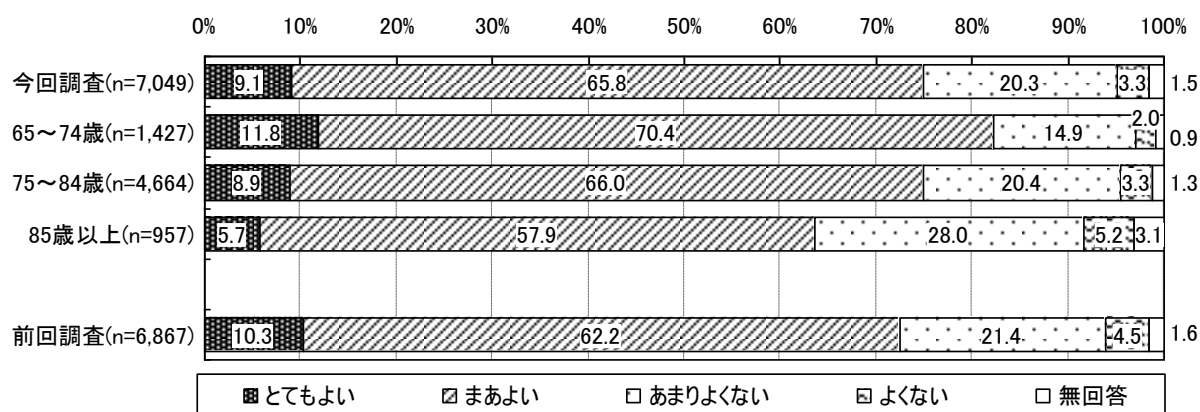
◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 以前住んでいた地域の人 ・ お客さん ・ 同じ信仰の人
- ・ 介護仲間 ・ ケアマネジャー ・ 仕事関係の人
- ・ スポーツ仲間 ・ デイサービス ・ 病院で知り合った人
- ・ 昔からのママ友 など

7 健康や介護予防について

(1) 健康状態

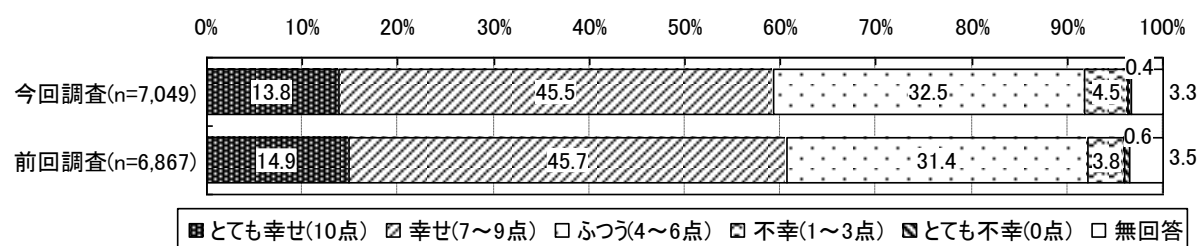
問7-1 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つだけ)



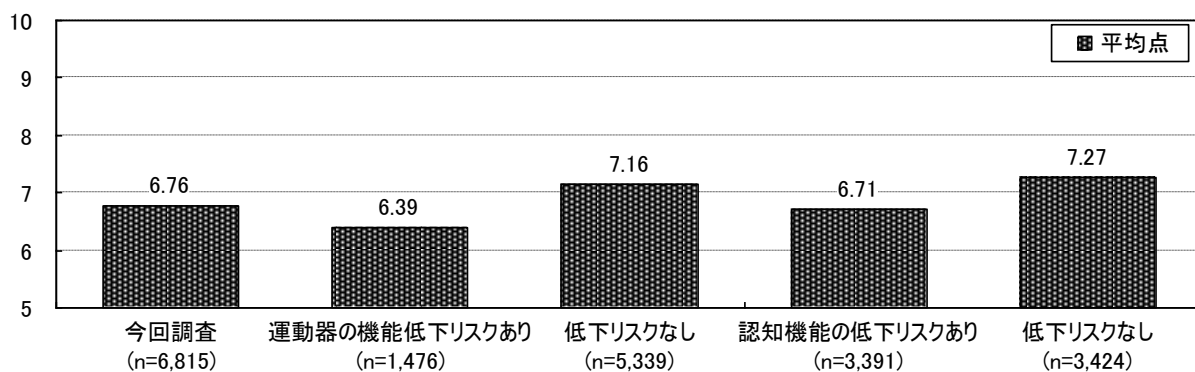
○現在の健康状態について尋ねたところ、「とてもよい」「まあよい」を合わせて74.9%の人がよいと答えています、年齢が高くなるほど「あまりよくない」「よくない」という人が増えています。

(2) 主観的な幸福感

問7-2 あなたは、現在どの程度幸せですか。(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、点数に○をつけてください)

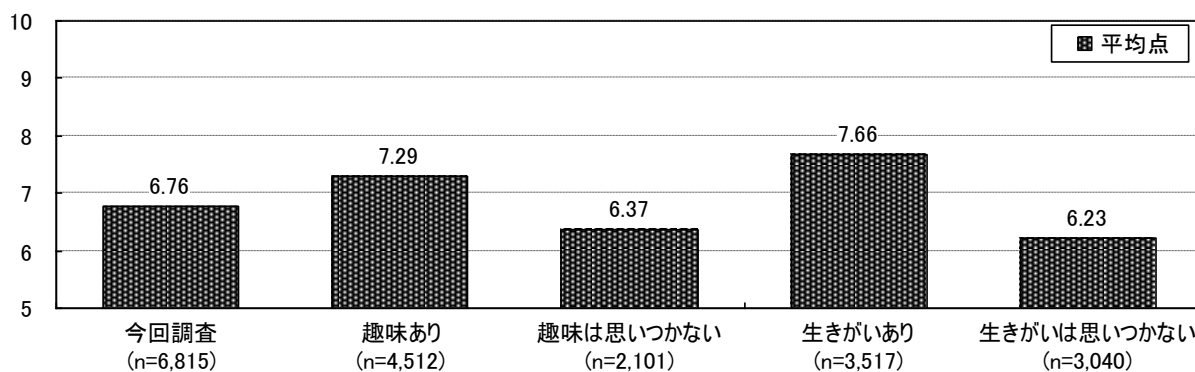


○主観的な幸福感について10点満点で何点かを尋ねたところ、「幸せ(7～9点)」と答えた人が45.5%と最も多く、平均点は6.76点となっています。



※無回答を除いたサンプルによる平均値

○運動器や認知機能の低下リスクのある人とそうではない人との間では平均点に大きな差が生じています。

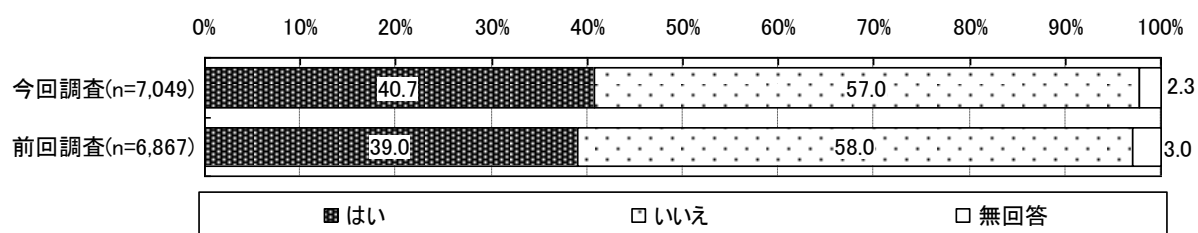


※無回答を除いたサンプルによる平均値

○趣味や生きがいの有無別にみると、趣味や生きがいのある人とそうではない人との間では平均点に大きな差が生じています。

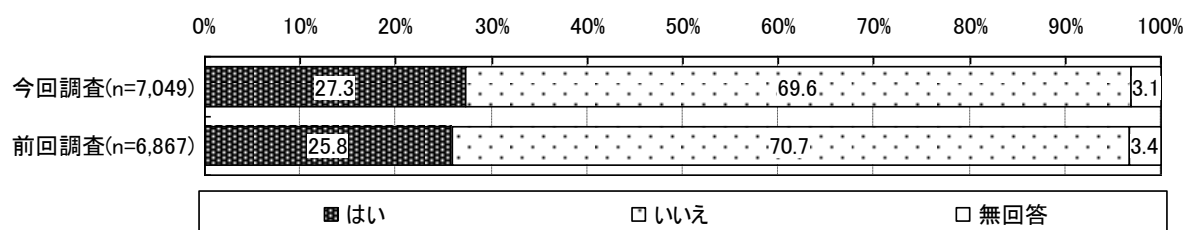
(3) こころの健康

問 7-3 この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。(1つだけ)



○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人は40.7%となっています。

問 7-4 この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。(1つだけ)



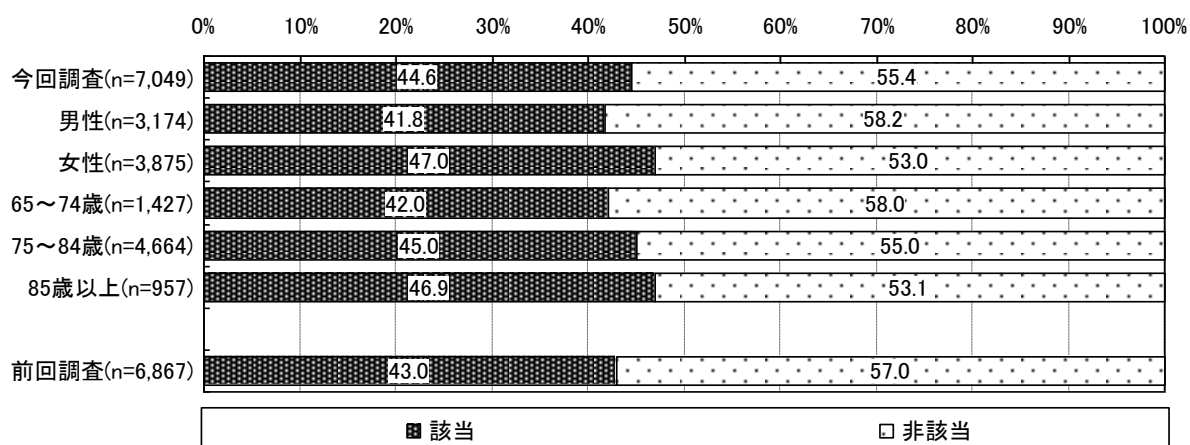
○物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくあったという人は27.3%となっています。

◆うつリスクの判定

○調査票のうつに関する問7-3～問7-4について、2問中1問に該当した人をうつリスクがあると判定しました。

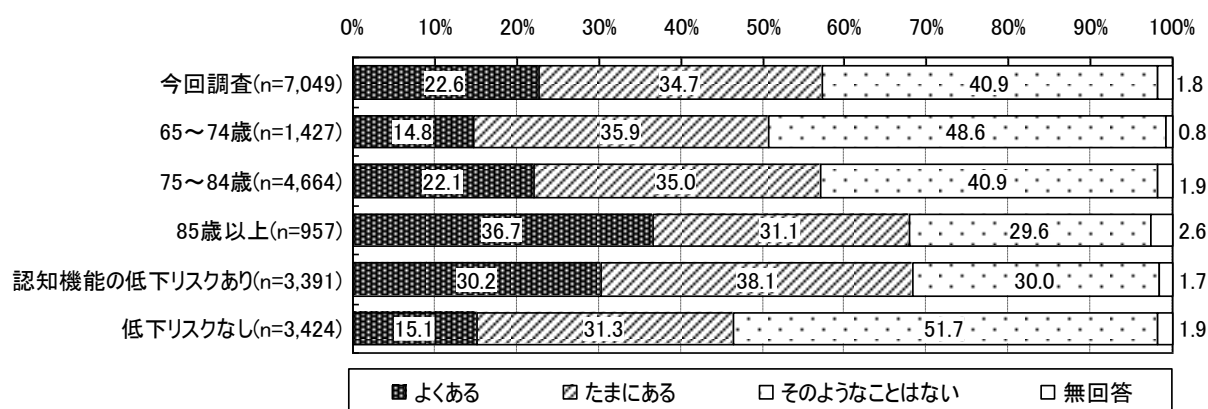
○うつリスクがある人は44.6%で、男性より女性、年齢が高くなるほど多くみられます。

問7-3 この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。	「1 はい」
問7-4 この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。	



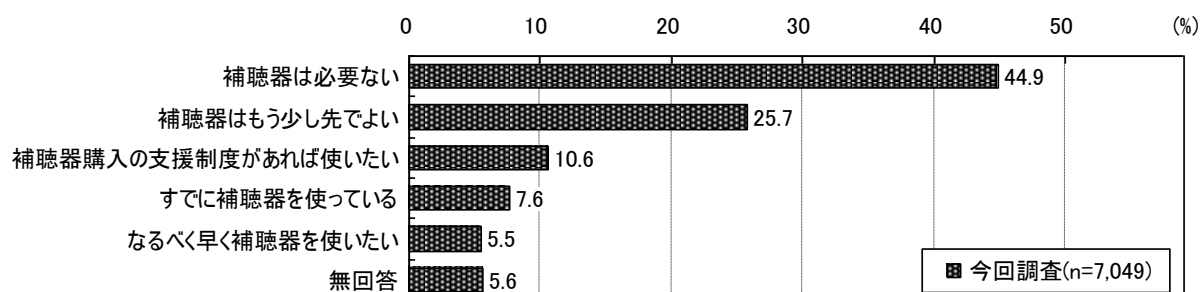
(4) 耳の聞こえの状況

問 7-5 前より耳が遠くなった、聞こえにくくなったと自分で感じたり、人からそのように言われることがありますか。(1つだけ)



- 耳が遠くなった、聞こえにくくなったと感じたり、人からそのように言われることが「よくある」人は22.6%、「たまにある」人が34.7%で、年齢が高くなるほど多くみられます。
- 認知機能の低下リスクの有無別にみると、リスクのある人の68.3%が耳が遠くなった、聞こえにくくなったと答えています。

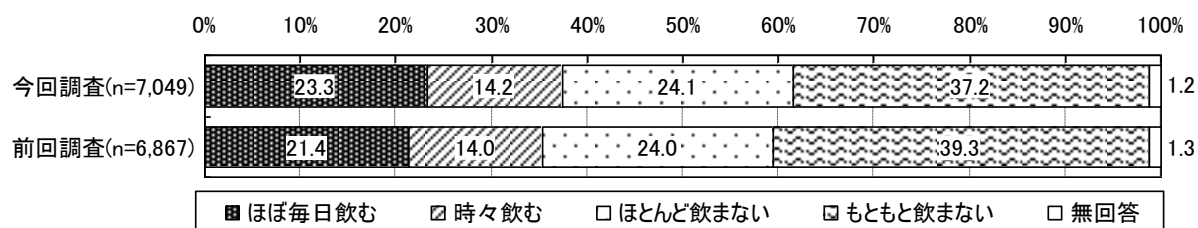
問 7-6 耳が聞こえにくくなったと感じた時に、補聴器を使いたいと思いますか。(1つだけ)



- 「補聴器は必要ない」が44.9%と最も多く、次いで「補聴器はもう少し先でよい」が25.7%、「補聴器購入の支援制度があれば使いたい」が10.6%となっています。

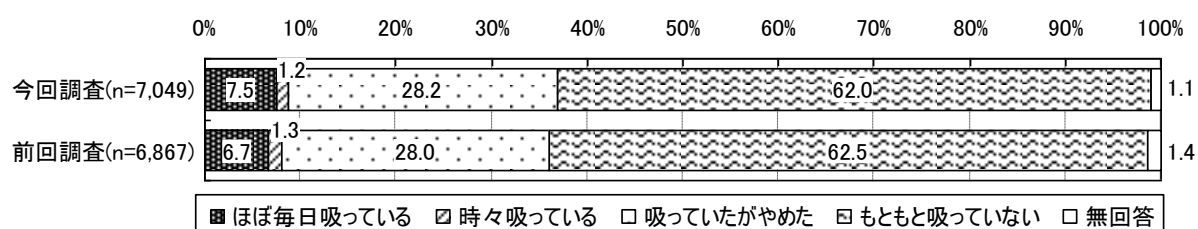
(5) 飲酒・喫煙の状況

問 7-7 お酒は飲みますか。(1つだけ)



○飲酒の状況について、「もともと飲まない」が37.2%で最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が24.1%、「ほぼ毎日飲む」が23.3%となっています。

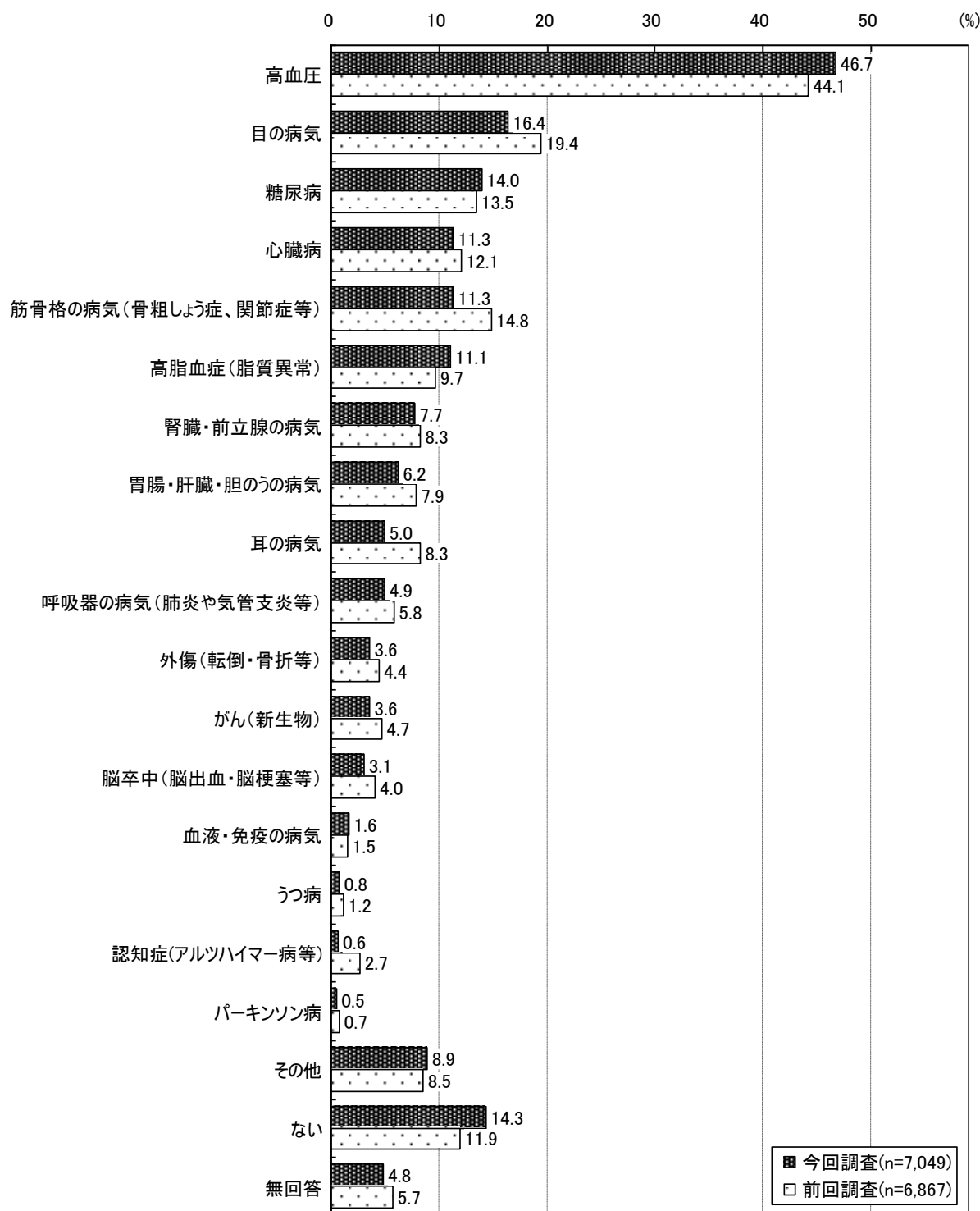
問 7-8 タバコは吸っていますか。(1つだけ)



○喫煙の状況について、「もともと吸っていない」が62.0%で最も多く、次いで「吸っていたがやめた」が28.2%、「ほぼ毎日吸っている」が7.5%となっています。

(6) 治療中・後遺症の病気

問 7-9 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)



○治療中か後遺症のある病気を尋ねたところ、「高血圧」が46.7%と最も多く、次いで「目の病気」が16.4%、「糖尿病」が14.0%、「心臓病」と「筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症等)」がそれぞれ11.3%、「高脂血症(脂質異常)」が11.1%の順となっています。

○性別にみると、男性で「糖尿病」や「心臓病」、「腎臓・前立腺の病気」など、女性で「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」や「高脂血症（脂質異常）」が多くみられます。

○年齢別にみると、「目の病気」や「心臓病」、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」、「腎臓・前立腺の病気」は年齢が高くなるほど多くみられます。

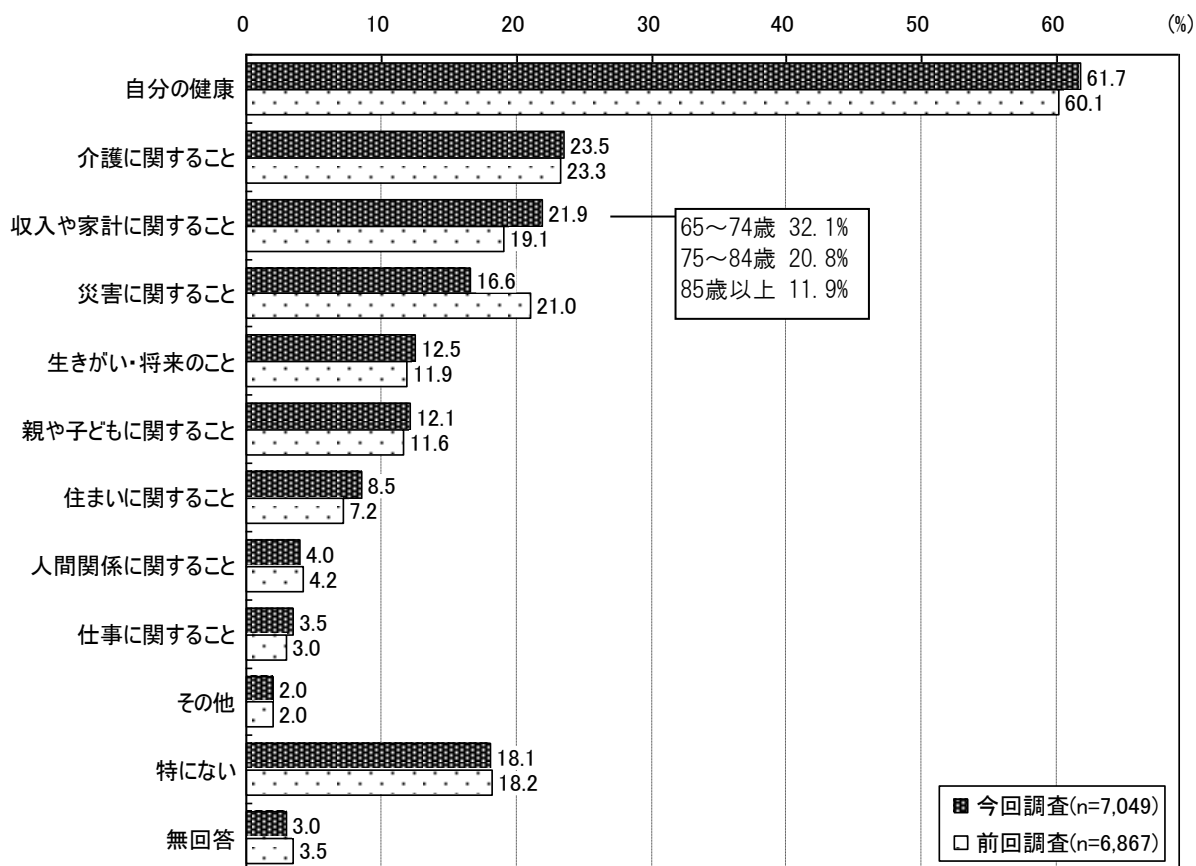
	全体 (n=7, 049)	男性 (n=3, 174)	女性 (n=3, 875)	65～74歳 (n=1, 427)	75～84歳 (n=4, 664)	85歳以上 (n=957)
高血圧	46. 7	46. 4	46. 8	41. 5	48. 2	46. 8
目の病気	16. 4	15. 7	17. 0	11. 3	16. 9	21. 6
糖尿病	14. 0	17. 5	11. 2	13. 7	14. 8	11. 0
心臓病	11. 3	14. 7	8. 5	6. 7	11. 9	15. 4
筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）	11. 3	3. 7	17. 6	7. 3	11. 6	16. 1
高脂血症（脂質異常）	11. 1	8. 6	13. 1	14. 3	11. 0	6. 4
腎臓・前立腺の病気	7. 7	14. 8	1. 9	4. 8	7. 9	11. 4
胃腸・肝臓・胆のうの病気	6. 2	7. 2	5. 4	5. 1	6. 2	8. 0
耳の病気	5. 0	5. 0	4. 9	2. 9	5. 1	7. 2
呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）	4. 9	6. 2	3. 9	3. 4	5. 0	6. 9
外傷（転倒・骨折等）	3. 6	1. 8	5. 0	2. 1	3. 6	5. 7
がん（新生物）	3. 6	4. 4	2. 8	3. 5	3. 9	2. 0
脳卒中（脳出血・脳梗塞等）	3. 1	4. 6	1. 9	2. 2	3. 1	4. 7
血液・免疫の病気	1. 6	2. 0	1. 3	1. 3	1. 5	2. 5
うつ病	0. 8	0. 5	1. 1	1. 4	0. 7	0. 4
認知症（アルツハイマー病等）	0. 6	0. 4	0. 8	0. 1	0. 7	1. 0
パーキンソン病	0. 5	0. 6	0. 4	0. 5	0. 5	0. 5
その他	8. 9	8. 9	8. 9	9. 7	8. 7	8. 4
ない	14. 3	14. 1	14. 6	23. 3	12. 3	10. 7
無回答	4. 8	4. 1	5. 4	3. 7	4. 9	6. 0

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 足腰の痛み
- ・ 関節リウマチ
- ・ 甲状腺
- ・ 歯科
- ・ 脊柱管狭窄症
- ・ 痛風
- ・ 耳鳴り
- ・ アレルギー性の病気
- ・ 逆流性食道炎
- ・ 高尿酸症
- ・ 自律神経障害
- ・ 喘息
- ・ 皮膚病
- ・ めまい など
- ・ 潰瘍性大腸炎
- ・ 膠原病
- ・ コレステロールが高い
- ・ 精神科
- ・ 带状疱疹
- ・ ヘルニア

(7) 健康づくりに対する意識

問 7-10 あなたは現在、不安に思っていることがありますか。(いくつでも)



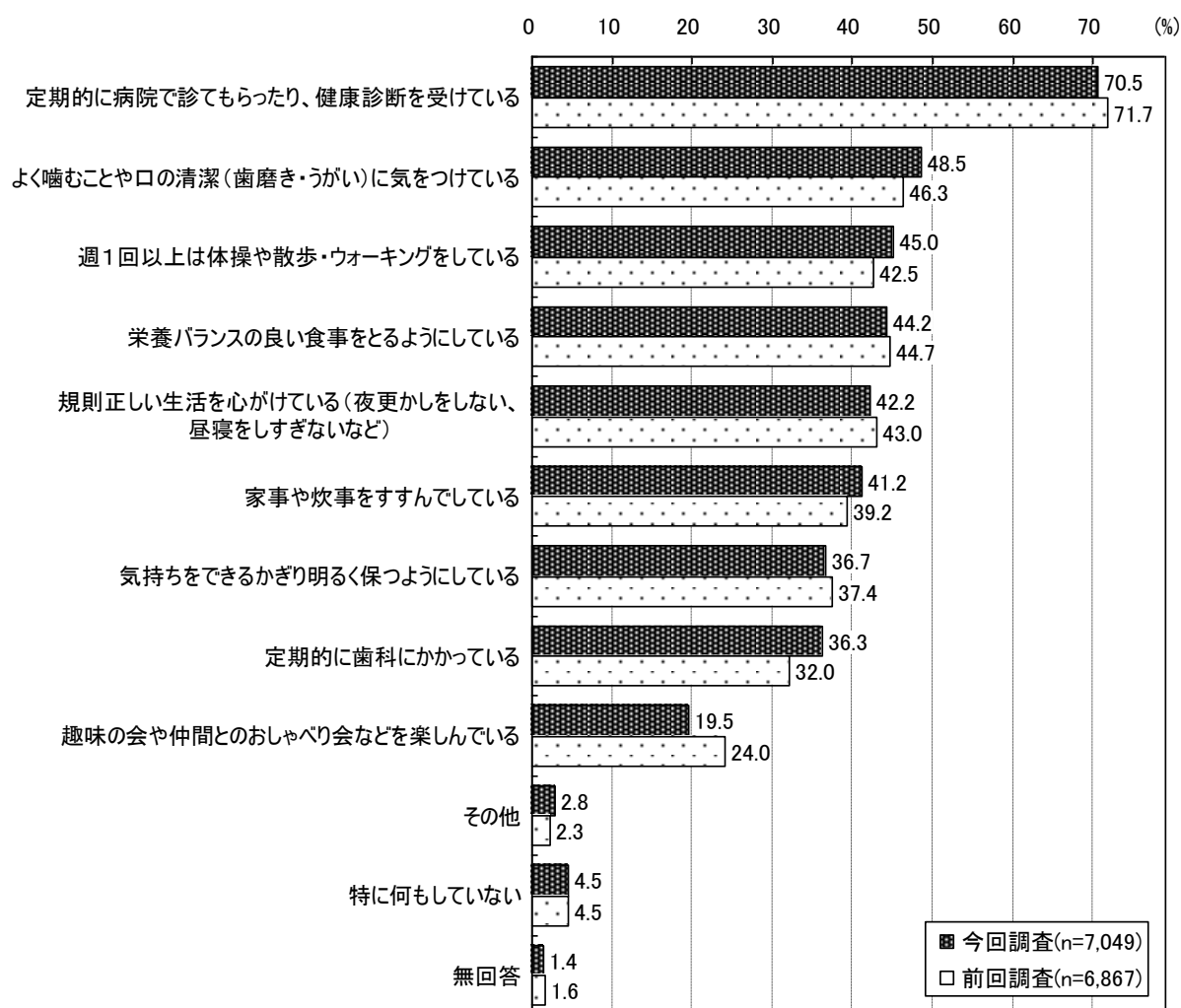
○現在不安に思っていることを尋ねたところ、「自分の健康」が61.7%と最も多く、次いで「介護に関すること」が23.5%、「収入や家計に関すること」が21.9%、「災害に関すること」が16.6%などとなっています。

○「収入や家計に関すること」については年齢が若いほど割合が高くなっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 家族（夫・妻・子ども等）の健康
- ・ 財産の相続
- ・ 車の免許証返却
- ・ 家財の整理
- ・ コロナ感染状況
- ・ 戦争
- ・ 物価の値上がりスピードが怖い
- ・ 物忘れ
- ・ 不安ではないが、以前より気をつけたいと思う など

問7-11 あなたは、ふだん健康のために心がけていることはありますか。(いくつでも)

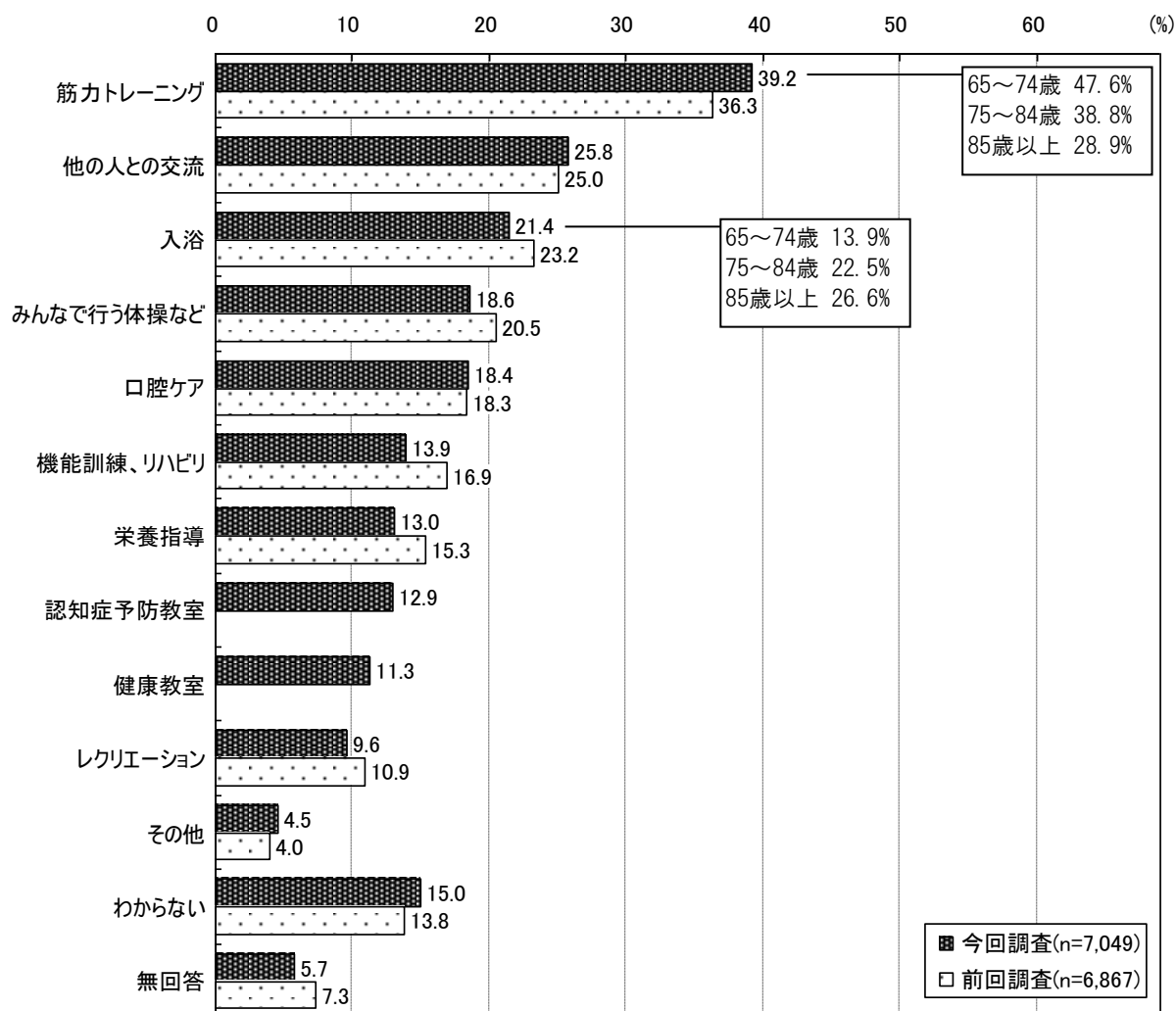


○ふだん健康のために心がけていることを尋ねたところ、大半の人が何らかの内容について心がけており、内容別には「定期的に病院で診てもらったり、健康診断を受けている」が70.5%と最も多く、次いで「よく噛むことや口の清潔(歯磨き・うがい)に気をつけている」が48.5%、「週1回以上は体操や散歩・ウォーキングをしている」が45.0%、「栄養バランスの良い食事をするようにしている」が44.2%、「規則正しい生活を心がけている(夜更かしをしない、昼寝をしすぎないなど)」が42.2%、「家事や炊事をすすんでしている」が41.2%、「気持ちをできるかぎり明るく保つようにしている」が36.7%、「定期的に歯科にかかっている」が36.3%の順となっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 歩くこと
- ・ WAO体操2に参加
- ・ 犬の散歩
- ・ 家庭菜園
- ・ サプリメント
- ・ 趣味を楽しむ
- ・ 電話でおしゃべりする
- ・ 何事にも興味を持つこと
- ・ 農作業
- ・ 毎日運動
- ・ ラジオ体操
- ・ リハビリに通っている など

問7-12 今よりも身体状況の悪化を防ぐためには、どのようなことが必要だと思いますか。
(いくつでも)



○今よりも身体状況の悪化を防ぐために必要なことを尋ねたところ、「筋力トレーニング」が39.2%と最も多く、次いで「他の人との交流」が25.8%、「入浴」が21.4%、「みんなでやる体操など」が18.6%、「口腔ケア」が18.4%の順となっています。

○年齢別にみると、「筋力トレーニング」は年齢が若いほど、「入浴」は年齢が高くなるほど割合が高くなっています。

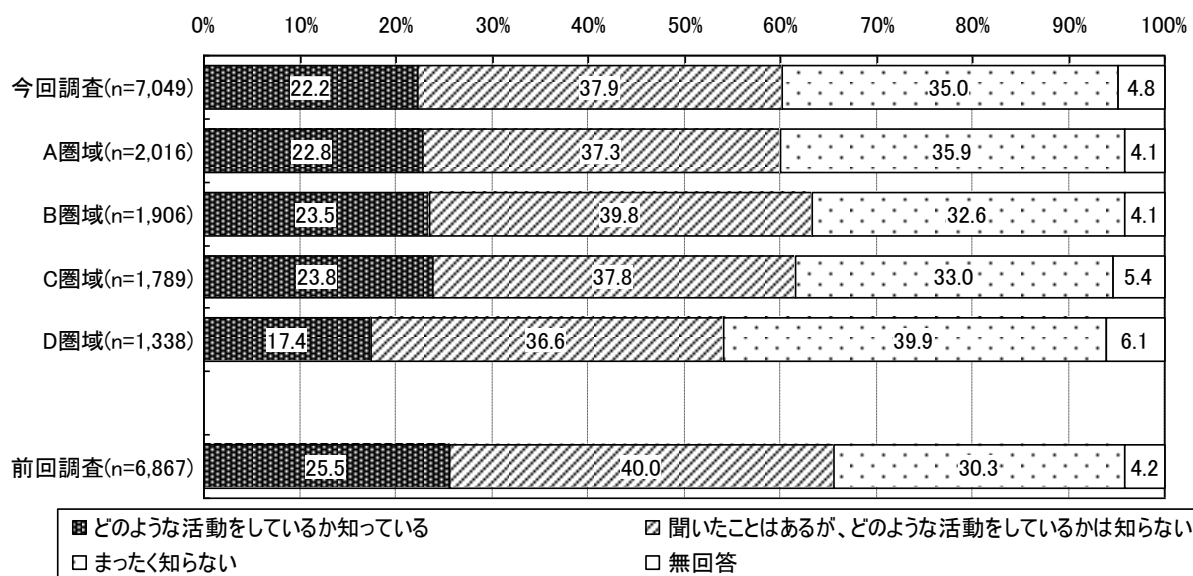
◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 歩くこと、散歩、ウォーキング
- ・ 現状維持
- ・ ストレッチ
- ・ ラジオ体操
- ・ 今のままで良い
- ・ 仕事をする
- ・ 適度な運動
- ・ 笑う など
- ・ 規則正しい生活
- ・ 自分で考えて行っている
- ・ 特になし

8 地域づくりについて

(1) 地域包括支援センターの周知状況

問 8-1 泉南市には、地域包括支援センターが国道26号を境に海側と山側に一か所ずつ設置されています。この地域包括支援センターをご存じですか。(1つだけ)

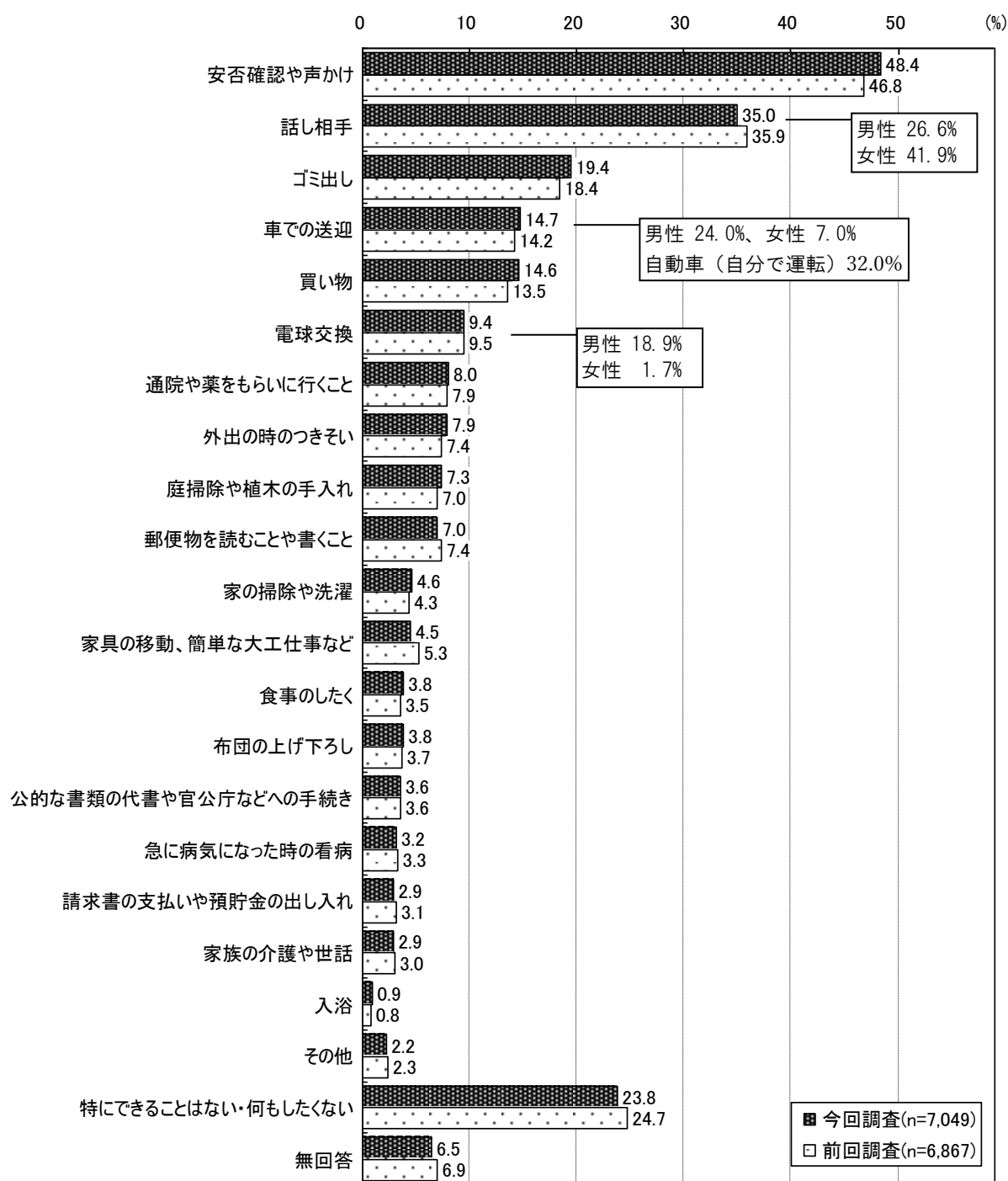


○地域包括支援センターについて、「どのような活動をしているか知っている」という人が22.2%、「聞いたことはあるが、どのような活動をしているかは知らない」という人が37.9%、「まったく知らない」という人が35.0%となっています。

○圏域別にみると、D圏域で他の圏域より「どのような活動をしているか知っている」という人の割合が低くなっています。

(2) 地域での支援活動について

問8-2 近所の人困っている時に、あなたご自身が、支援できることはありますか。(いくつかでも)



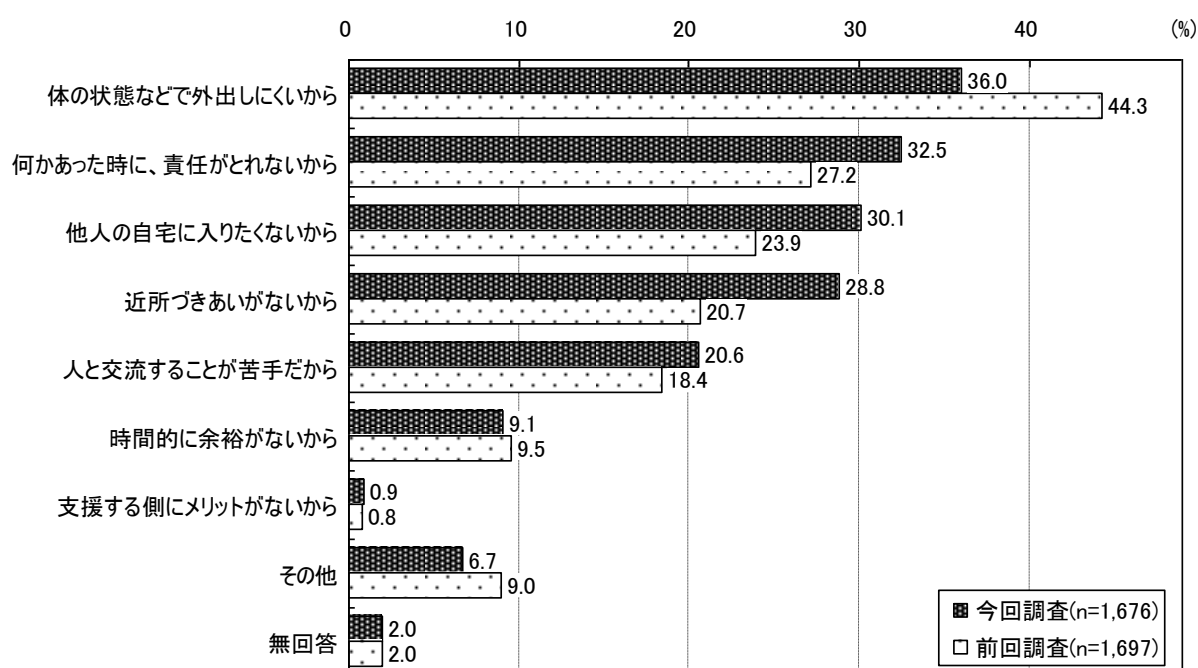
○近所の人困っている時に支援できることを尋ねたところ、「安否確認や声かけ」が48.4%と最も多く、次いで「話し相手」が35.0%、「ゴミ出し」が19.4%、「車での送迎」が14.7%、「買い物」が14.6%などとなっています。

○性別にみると、女性で「話し相手」、男性で「車での送迎」や「電球交換」が多くみられます。また、外出時の移動手段で自分で自動車を運転している人の32.0%が「車での送迎」と答えています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・相手の性格にもよる
- ・あまり対人関係を持ちたくない
- ・あまりできない
- ・今のところ、そのような人がいない
- ・今は自分の体もままならない
- ・依頼してくれたら支援する
- ・機会がない
- ・相談されればできるだけ
- ・困っている知人がいない
- ・自分がしてほしいです
- ・助け合いはいつもしている
- ・できることなら何でも
- ・何でもできるが、近所の人が助けてくれることの方が多い
- ・子どもが病気なので何もしてあげられない など

問8-2-1 特にできることはない・何もしたくない理由は何ですか。(いくつでも)



○近所の人困っている時に支援できることは特にない、何もしたくないという人にその理由を尋ねたところ、「体の状態などで外出しにくいから」が36.0%と最も多く、次いで「何かあった時に、責任がとれないから」が32.5%、「他人の自宅に入りたくないから」が30.1%、「近所づきあいがないから」が28.8%となっています。

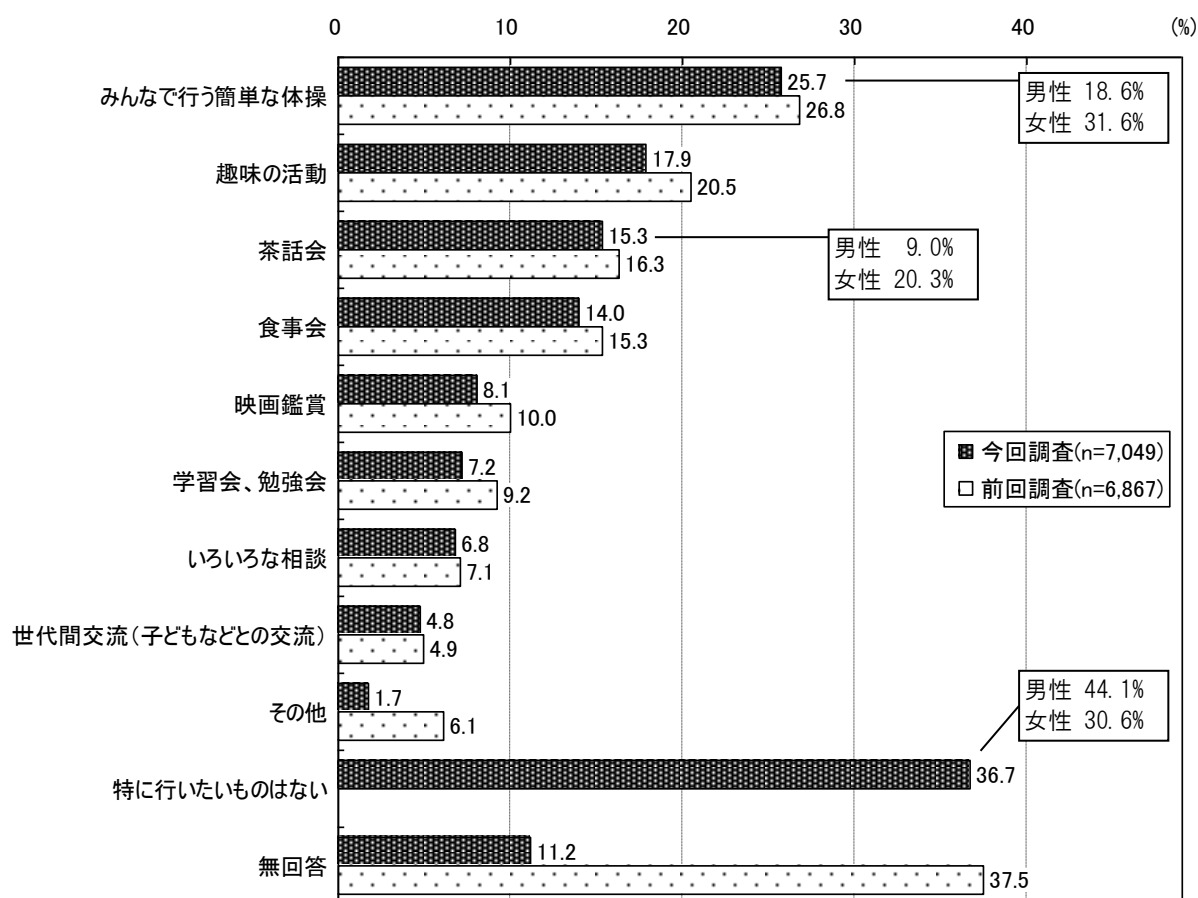
○前回調査の結果と比べると、「体の状態などで外出しにくいから」は減少し、「何かあった時に、責任がとれないから」、「他人の自宅に入りたくないから」、「近所づきあいがないから」が大きく増加しています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・高齢だから
- ・足腰が悪いから
- ・忙しい
- ・仕事のため
- ・近所づきあいがない
- ・支援できる体力はない
- ・自分のことで精いっぱい
- ・人づきあいが下手
- ・耳が聞こえないので
- ・私が近所の人に助けてもらっている など

(3) 身近な交流の場への参加意向

問 8-3 身近な場所に地域住民などが集まる交流の場（サロンなど）があれば、どのような活動を行いたいと思いますか。（いくつでも）



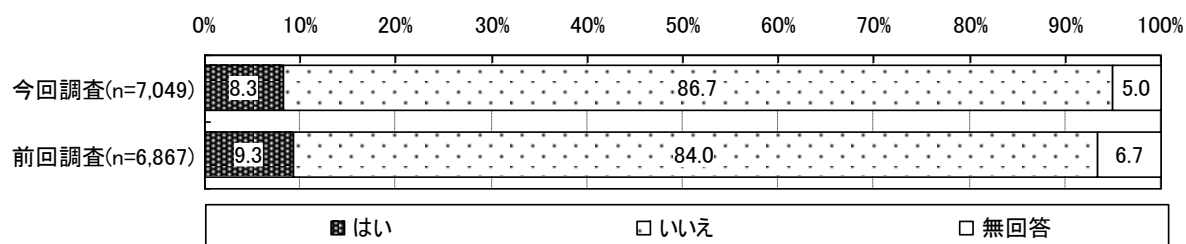
○身近な場所で行いたい活動について尋ねたところ、「みんなで行う簡単な体操」が25.7%、「趣味の活動」が17.9%、「茶話会」が15.3%、「食事会」が14.0%などとなっています。
○性別にみると、女性で「みんなで行う簡単な体操」が31.6%、「茶話会」が20.3%と多くみられ、男性は44.1%が「特に行いたいものはない」と答えています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・今の施設での交流で十分です
- ・考えたことがない
- ・時間に余裕がない
- ・頼まれれば行くが自分からは行きたくない
- ・病気の関係で集まることができない
- ・昔は活動していたが今はない など
- ・今は必要ない
- ・高齢で何もできない
- ・既にしている
- ・デイサービスに行っています
- ・みんなが家に来てくれるから

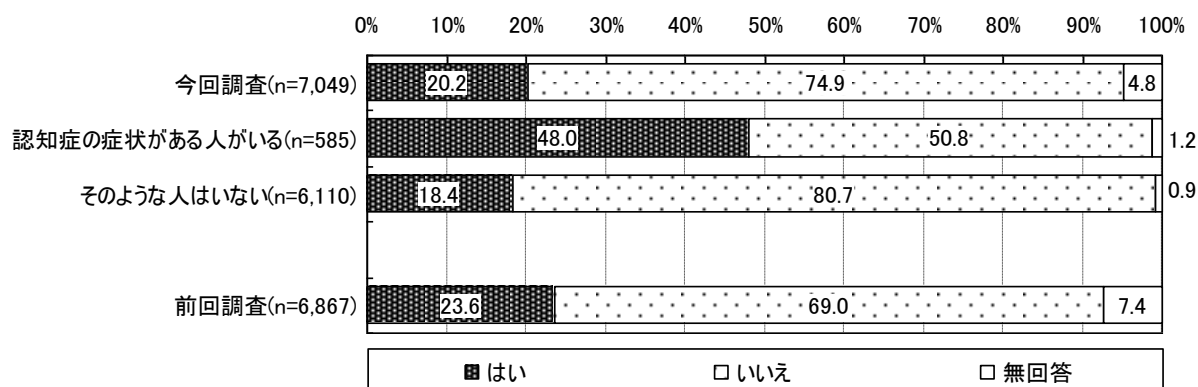
(4) 認知症について

問 8-4 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がありますか。(1 つだけ)



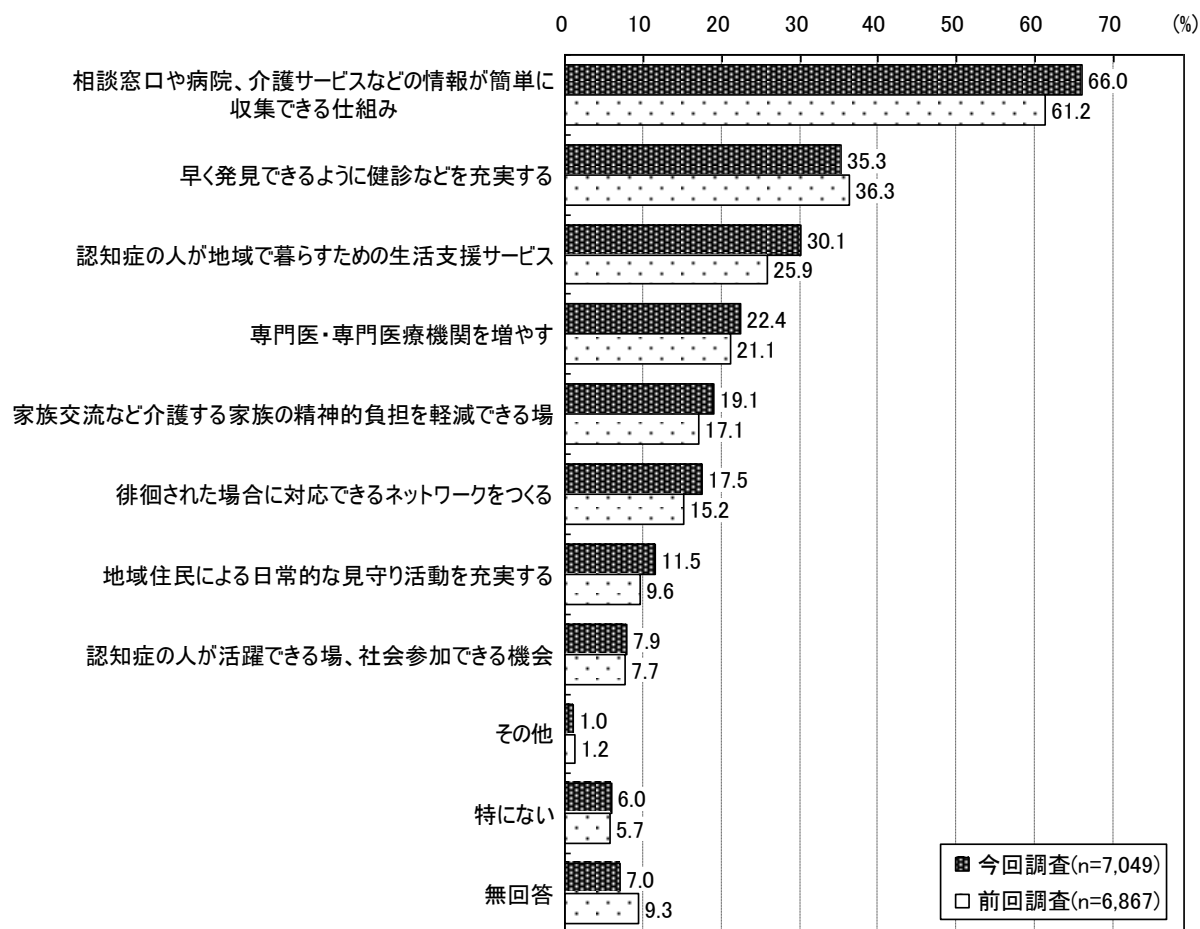
○本人か家族に認知症の症状がある人は8.3%となっています。

問 8-5 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(1 つだけ)



○認知症に関する相談窓口を知っている人は20.2%で、本人か家族に認知症の症状がある人では48.0%となっています。また、前回調査の結果と比べるとやや減っています。

問 8-6 ご自身や家族が認知症になった時に、どのような支援があればよいと思いますか。
(3つまで)



○本人か家族が認知症になったときにあればよい支援については、「相談窓口や病院、介護サービスなどの情報が簡単に収集できる仕組み」が66.0%と最も多く、次いで「早く発見できるように健診などを充実する」が35.3%、「認知症の人が地域で暮らすための生活支援サービス」が30.1%、「専門医・専門医療機関を増やす」が22.4%、「家族交流など介護する家族の精神的負担を軽減できる場」が19.1%、「徘徊された場合に対応できるネットワークをつくる」が17.5%などとなっています。

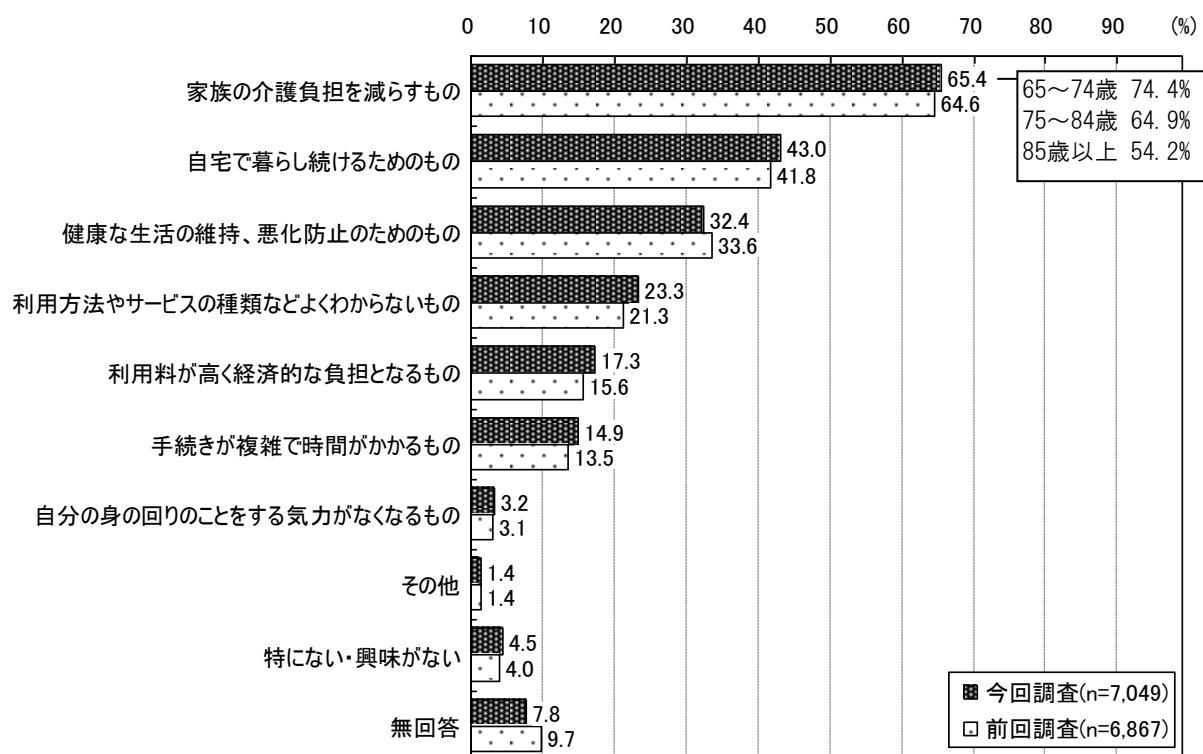
◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 一緒に行動している
- ・ 介護施設を増やしてほしい
- ・ 家族の理解
- ・ 家族やまわりに迷惑をかけないで施設に入りたい
- ・ 声がかかればお手伝いします
- ・ 施設に入っています
- ・ 自宅から病院など医療施設への送迎
- ・ さり気ない見守り
- ・ そうなってみないとわからない
- ・ 本人が介護サービスに行きたくない など

9 介護保険・権利擁護について

(1) 介護保険サービスの印象

問9-1 介護保険サービスに対する印象をお教えてください。(3つまで)



○介護保険サービスに対する印象を尋ねたところ、「家族の介護負担を減らすもの」が65.4%と最も多く、年齢が若いほど割合が高くなっています。

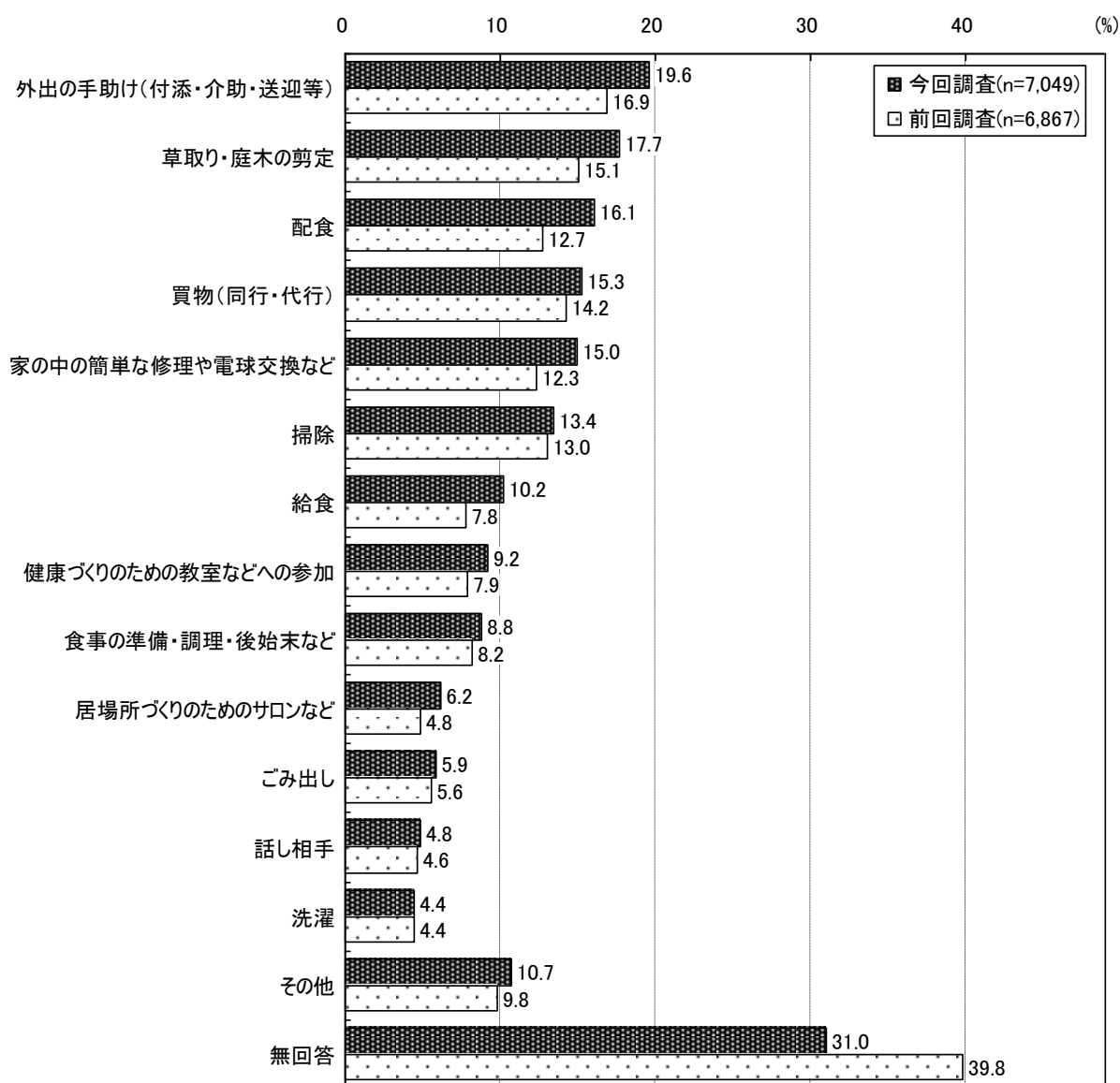
○これに次いで「自宅で暮らし続けるためのもの」が43.0%、「健康な生活の維持、悪化防止のためのもの」が32.4%、「利用方法やサービスの種類などよくわからないもの」が23.3%となっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ありがたいサービスです
- ・いずれはお世話になるもの
- ・今は使っていない
- ・介護保険、権利擁護について理解を広めていただきたい
- ・介護保険料が高い
- ・健康に気をつけて頑張っている、介護保険料が毎年増額される
- ・在宅サービス、施設サービス等の充実と負担軽減制度の必要性を感じる
- ・できる限り受けずに過ごせたらいいと思っている
- ・内容を良く知りません。
- ・費用がかかる、思い通りしてくれないときどき聞く
- ・よくわからない など

(2) 介護保険外のサービスの利用状況と今後の意向

問 9-2 今まで保険で利用できなかったサービスのうち、現在は保険外で利用している、または、今後利用したいサービスはありますか。(いくつでも)



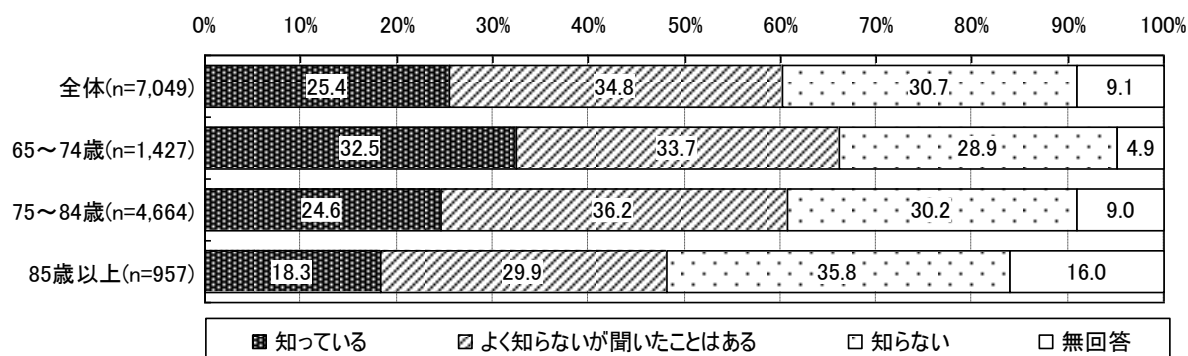
○介護保険外のサービスで利用したり、今後利用したいものは、「外出の手助け（付添・介助・送迎等）」が19.6%、「草取り・庭木の剪定」が17.7%、「配食」が16.1%、「買物（同行・代行）」が15.3%、「家の中の簡単な修理や電球交換など」が15.0%、「掃除」が13.4%などとなっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・今のところ利用したいものは特にない
- ・思ったことがない
- ・利用したことがない など
- ・受けたことがないのでわからない
- ・サービス自体を知らないので教えてほしい

(3) 成年後見制度の周知状況と金銭管理や契約行為ができなくなったときの対応

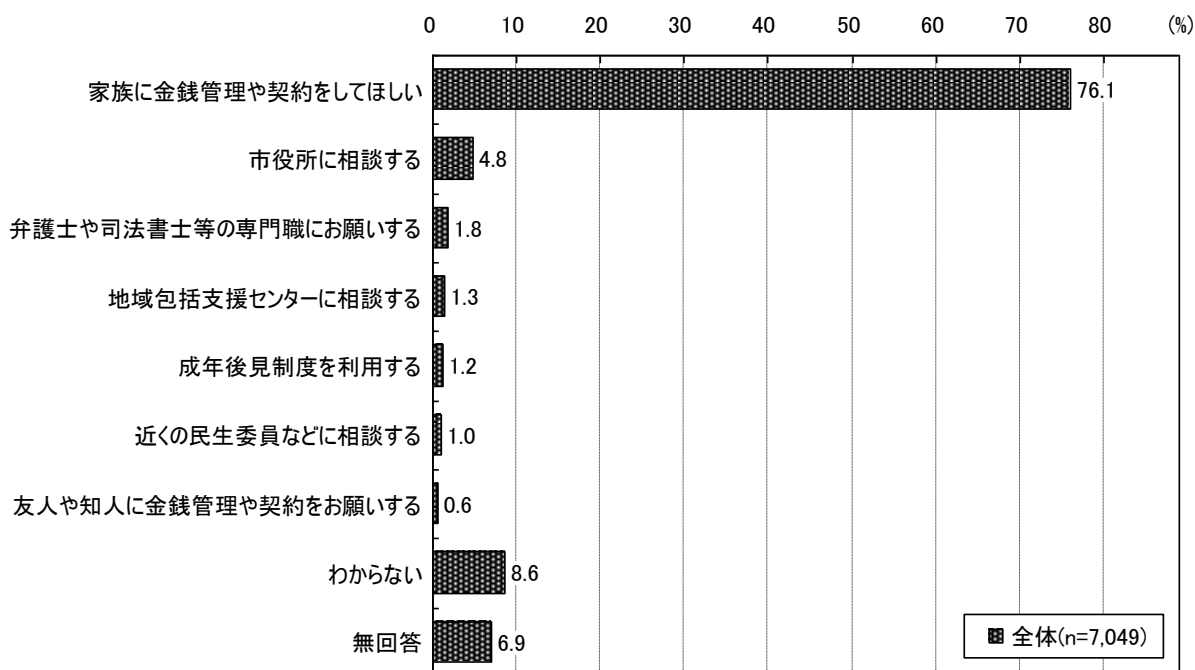
問9-3 成年後見制度を知っていますか。(1つだけ)



○成年後見制度を「知っている」人は25.4%、「よく知らないが聞いたことはある」人が34.8%となっています。

○年齢別にみると、年齢が高くなるほど周知状況が低くなる傾向にあります。

問9-4 もし、あなたが将来、認知症などにより、ご自身のお金の管理や各種契約を行うことができなくなった場合、誰（どこ）に相談や管理等をお願いしたいですか。(1つだけ)

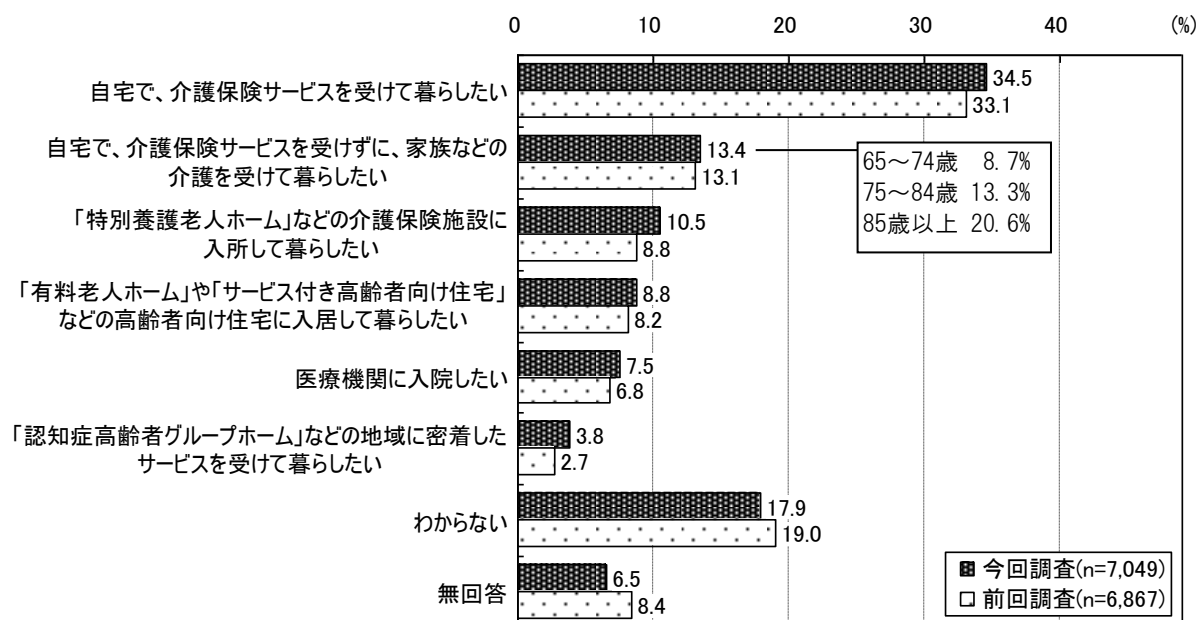


○将来、自分で金銭管理や契約行為ができなくなったときの対応については、「家族に金銭管理や契約をしてほしい」という人が76.1%を占めています。

10 在宅生活の継続について

(1) 身の回りのことができなくなったり、人生の最期を迎える時の暮らし方

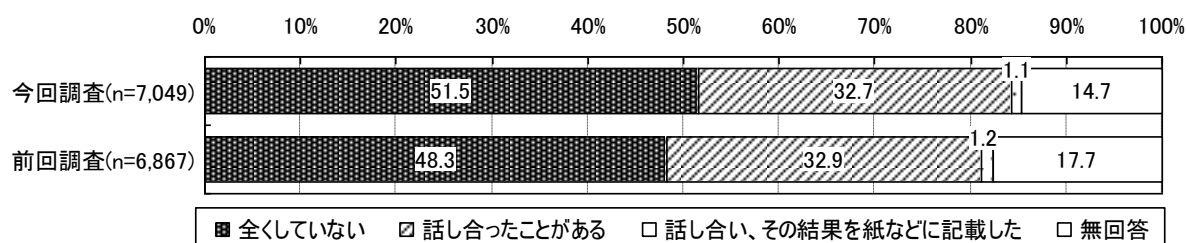
問10-1 あなたは、今後、自分で身の回りのことができなくなった場合や、人生の最期を迎える時にどのような暮らしをおくりたいですか。（1つだけ）



○今後の暮らしについて尋ねたところ、「自宅で、介護保険サービスを受けて暮らしたい」という人が34.5%、「自宅で、介護保険サービスを受けずに、家族などの介護を受けて暮らしたい」という人が13.4%となっており、在宅生活の継続を望む人が多くを占めています。

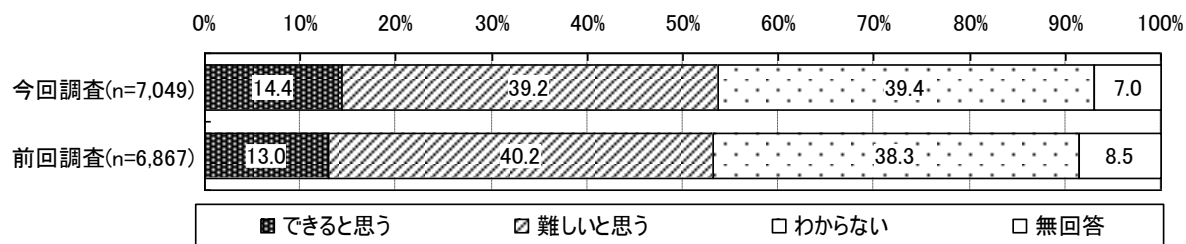
○年齢別にみると、年齢が高くなるほど「自宅で、介護保険サービスを受けずに、家族などの介護を受けて暮らしたい」という人が多くみられます。

問10-2 1で回答したこと（人生の最期を迎える時におくりたい暮らし）について誰かと話し合いをしていますか。（1つだけ）



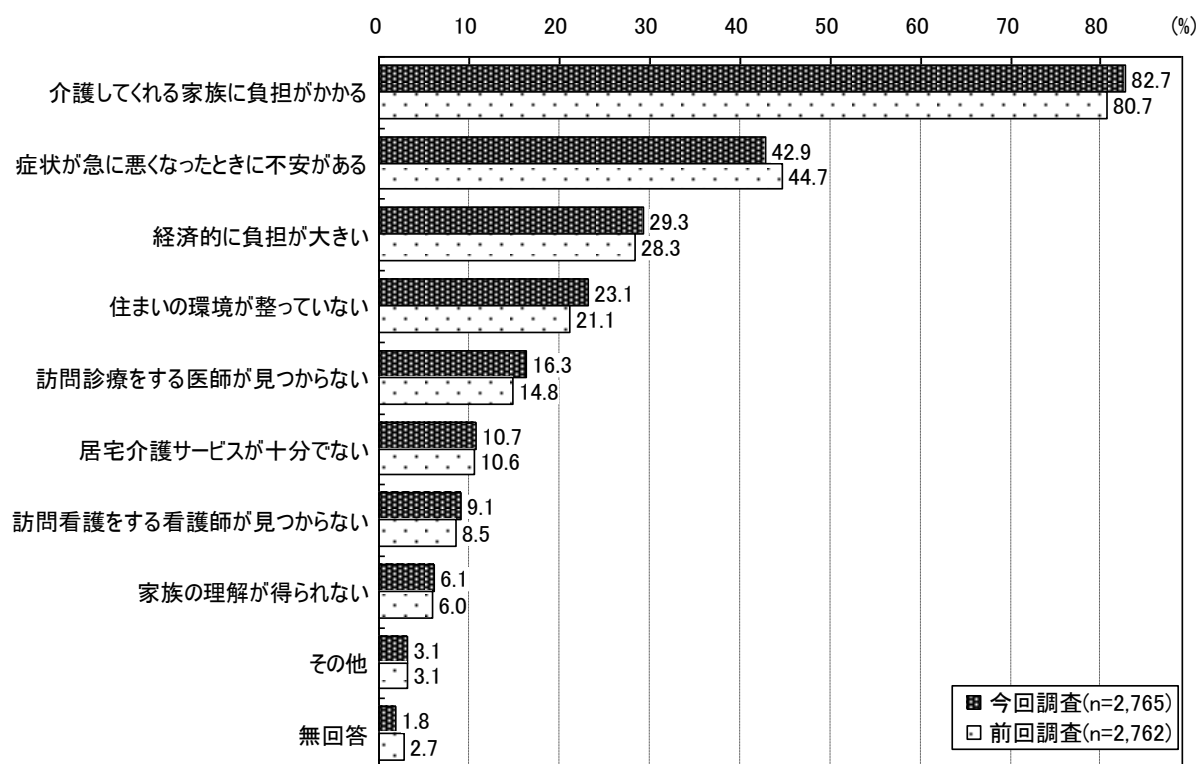
○「全くしていない」という人が51.5%、「話し合ったことがある」という人が32.7%、「話し合い、その結果を紙などに記載した」という人が1.1%となっています。

問10-3 あなたは、自宅で療養しながら、最期まで過ごすことができますか。（1つだけ）



○自宅で療養しながら、最期まで過ごすことができると思うか尋ねたところ、「わからない」が39.4%、「難しいと思う」が39.2%、「できると思う」が14.4%となっています。

問10-3-1 難しいと思う理由は何ですか。（いくつでも）



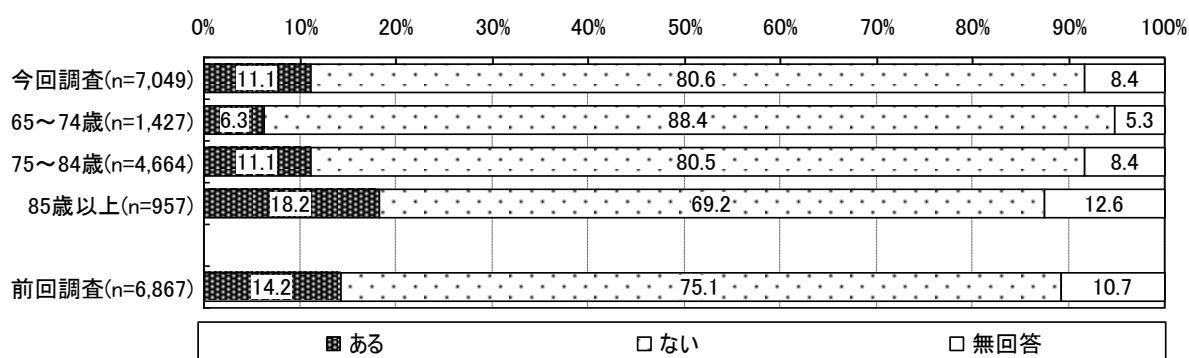
○自宅で療養しながら、最期まで過ごすことは難しいと思う人にその理由を尋ねたところ、「介護してくれる家族に負担がかかる」が82.7%と最も多く、次いで「症状が急に悪くなったときに不安がある」が42.9%、「経済的に負担が大きい」が29.3%、「住まいの環境が整っていない」が23.1%などとなっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・一人暮らしだから
- ・家族がいないから
- ・延命治療は希望しない
- ・子どもが遠方に住んでいる
- ・最後は病気になると思うから
- ・見守ってくれる家族がない
- ・老老介護になるので など

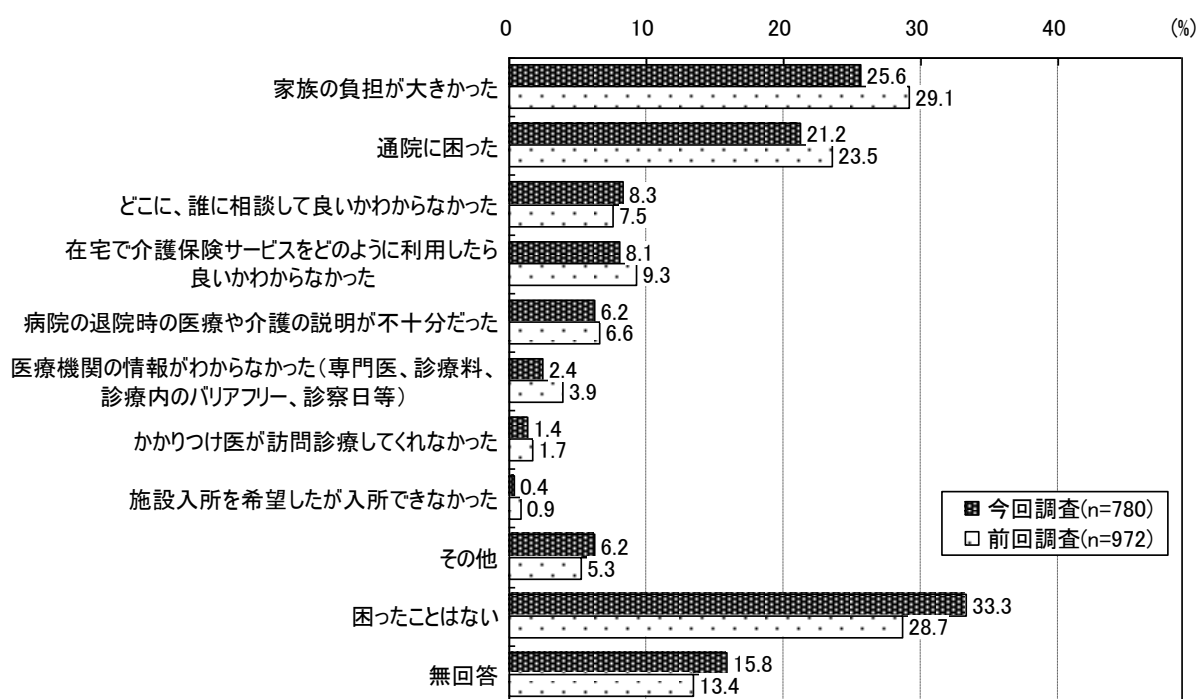
(2) 退院後に在宅医療・介護が必要となった経験と困ったこと

問10-4 今までに入院されたことがあり、退院後、在宅での医療や介護が必要となったことがありますか。(1つだけ)



○病院を退院した後に、在宅での医療や介護が必要になった経験のある人は11.1%となっており、年齢が高くなるほど多くみられます。

問10-4-1 退院時や退院後、困ったことはありますか。(いくつでも)



○病院を退院した後に、在宅での医療や介護が必要になった経験のある人のうち、「困ったことはない」と無回答を除く50.9%の人が何らかの内容で困ったことがあったと答えており、内容別には「家族の負担が大きかった」が25.6%、「通院に困った」が21.2%などとなっています。

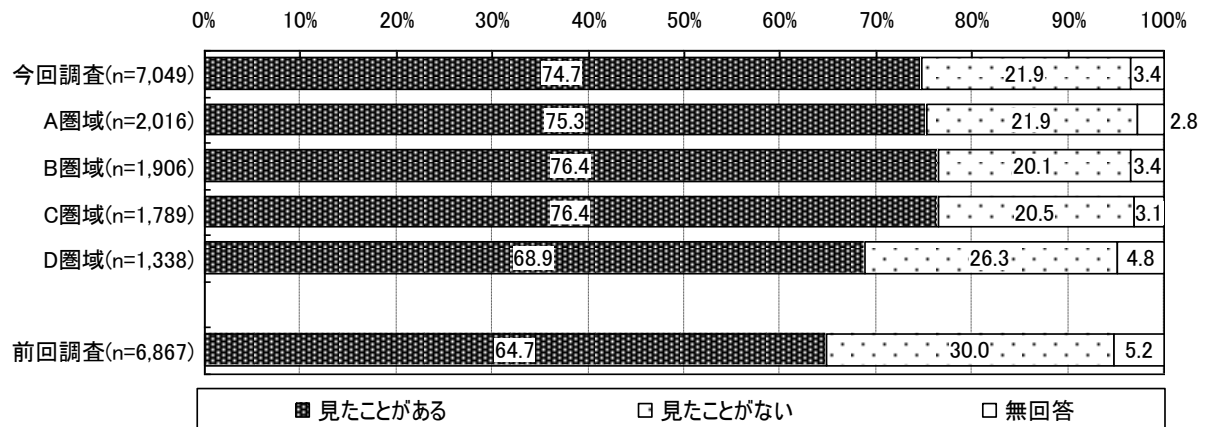
◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・ 足が悪く病院に行くことができず困りました
- ・ かかりつけ病院が少し遠過ぎた
- ・ 専門病院が少ない
- ・ 通院にタクシー代が大変
- など

11 地域防災について

(1) 総合防災マップ（ハザードマップ）の周知状況

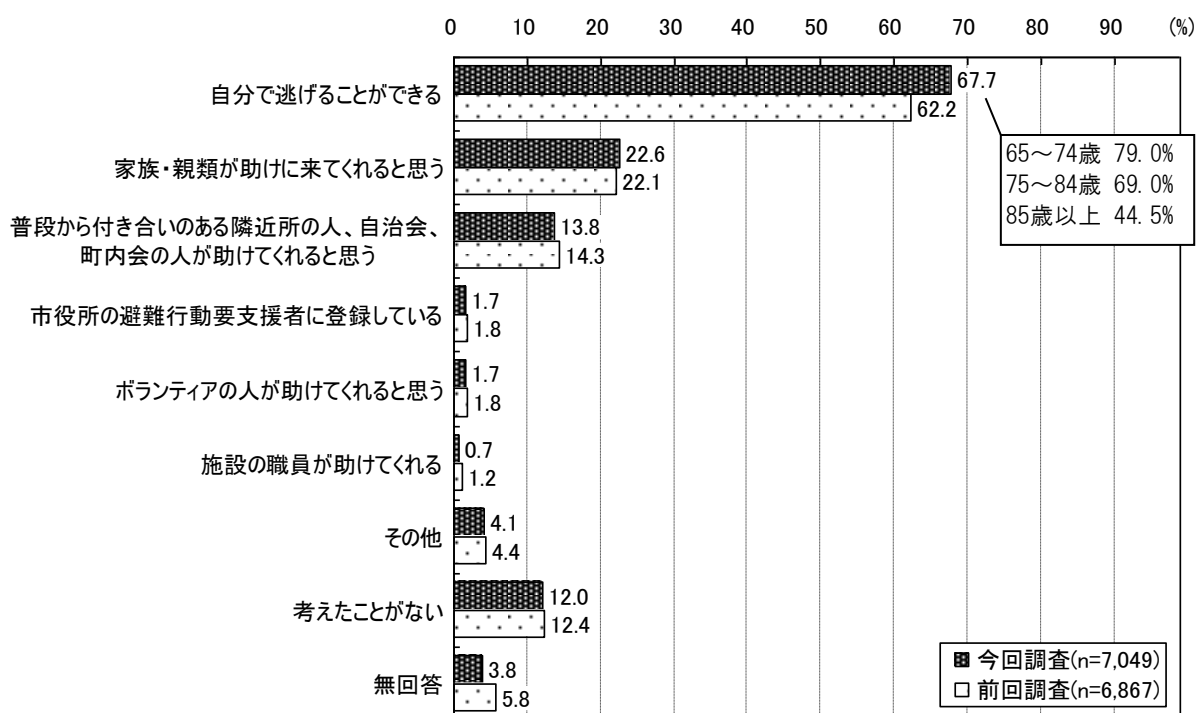
問11-1 あなたは、泉南市の総合防災マップ（ハザードマップ）を見たことがありますか。
（1つだけ）



○総合防災マップ（ハザードマップ）を「見たことがある」人は74.7%となっており、前回調査の結果と比べると増加しています。日常生活圏域別にみると、D圏域で「見たことがある」人の割合がやや低くなっています。

(2) 災害時の避難や安否確認について

問11-2 地震や台風などの自然災害があったとき、避難所などへどう逃げるか、考えていますか。(いくつでも)



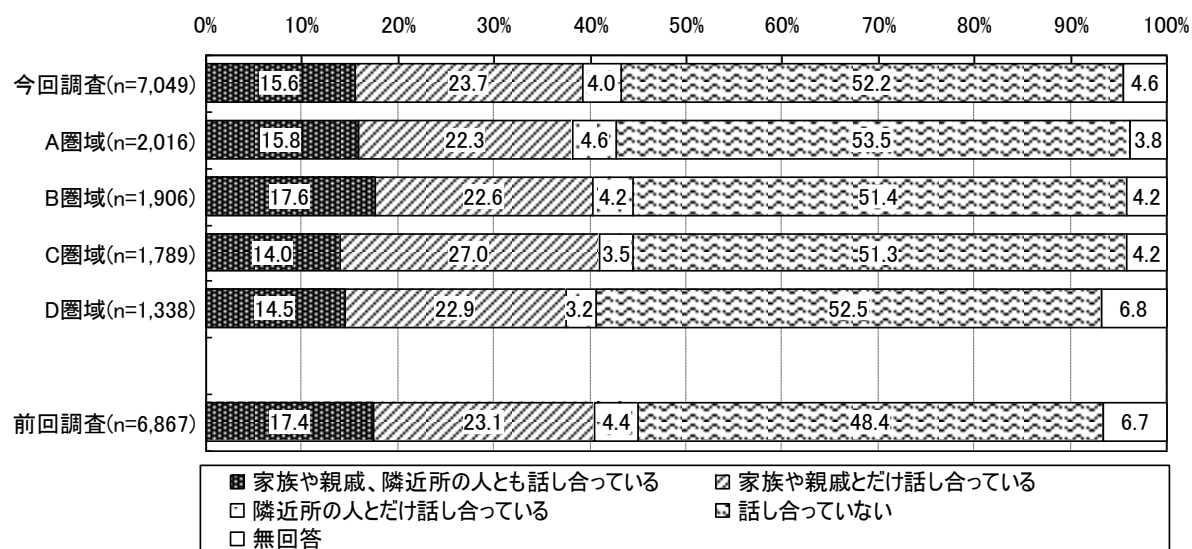
○自然災害があったときの対応については、「自分で逃げる事ができる」という人が67.7%と最も多く、年齢が若いほど多くみられます。

○これに次いで「家族・親類が助けに来てくれると思う」が22.6%、「普段から付き合いのある隣近所の人、自治会、町内会の人から助けに来てくれると思う」が13.8%となっています。

◆選択肢「その他」の主な記述内容

- ・足が悪いから逃げる事ができない
- ・安全な道順は考えている
- ・家で住める状態だったら住みたい
- ・家にいるしかない
- ・移動したとしてもトイレなど気になるし、自分の家で何とか過ごす
- ・お互い高齢者の人が多いのに助けに来てくれない
- ・家族と逃げる
- ・近所の人と一緒に逃げる
- ・近所は高齢者ばかりであてにはできない
- ・障害者がいるので逃げない
- ・施設や病院に避難しようと思っている
- ・自宅が安全と考えている
- ・市役所の避難行動要支援者に登録したい
- ・集合場所は自治会で決めています
- ・体調のこともあるので迷います
- ・頼める人がいない
- ・近くに逃げても安心と思える所がない
- ・避難所が近くにほしい
- ・ペットがいるので逃げないと思う
- ・マンションの高層階にいるから大丈夫
- など

問11-3 家族や親戚、近所の人と災害時の安否確認や集合場所について話し合っていますか。
(1つだけ)



○災害時の安否確認や集合場所について「家族や親戚とだけ話し合っている」が23.7%、「家族や親戚、近所の人とも話し合っている」が15.6%、「近所の人とだけ話し合っている」が4.0%と、あわせて43.3%の人が何らかの形で話し合っています。

4 調査結果の総括

① 調査対象者本人や家族の状況

- 調査対象者の属性については、日常生活圏域、性別、年齢については概ね3年前に実施された前回調査と同様の状況となっています。また、認定該当状況は、対象者から要介護以上の人を除外したため、一般高齢者（認定を受けていない人）の割合が増えています。
- 高齢者のみで暮らす世帯が61.1%を占めています。また、何らかの介護・介助が必要な人は15.4%となっており、介護・介助が必要となった原因は、高齢による衰弱、骨折・転倒、心臓病の順で多く、前回調査と変わりありません。
- 主な介護・介助者は、介護サービスのヘルパー、娘・配偶者・息子の順となっています。
- 地域には加齢により生活のしづらさを感じている世帯や、「老老介護」の状態にありながら、家族の力だけで介護を続けることが困難となりつつある世帯も少なからずいるものと推察されます。そのため、今後、地域での支えあいを含めた、見守りや日常生活の支援がより一層重要になるものと考えられます。

② コロナ禍による心身の健康への影響

- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大により日々の暮らしの中で変わったことを尋ねたところ、「自分や家族の健康に気を付けるようになった」が51.0%と最も多く、これに次いで「外出を控えたり、閉じこもりがちになった」、「隣近所や地域の人とふれあう機会が減った」、「体力が低下したり、気持ちが落ち込むことが多くなった」の順となっています。
- 前回調査の結果と比べて、外出を控えている人が大幅に増加し、友人・知人と会う頻度が少なくなっています。
- 外出自粛の長期化や生活様式の変化等に伴って、人とふれあう機会や生きがいづくりの機会の減少、体力の低下やこころの不調、フレイル（虚弱）の進行など、心身の健康への影響が懸念されています。

③ 健康状態や介護予防に関する意識

- 現在の健康状態について74.9%の人が「とてもよい」「まあよい」と答えていますが、治療中か後遺症のある病気を尋ねたところ、高血圧や糖尿病、心臓病、高脂血症（脂質異常）など生活習慣病にかかっている人がかなりの割合で見られます。
- 現在不安に感じていることを尋ねたところ、自分の健康が61.7%と最も多く、健康についての記事や番組に関心があるという人が88.0%を占めています。
- 健康のために定期的な診察や健診を受けるなど大半の人が何らかの内容について心がけています。また、今よりも身体状況の悪化を防ぐために必要なことを尋ねたところ、筋力トレーニングや他の人との交流、入浴をあげる人が多くみられます。
- このように健康づくりや介護予防に対する関心は高いと思われることから、今後は健康づくりについて得た知識を高齢者自らが実践し、そのことを通じて健康づくりや介護予防につなげていくことが必要です。

④ 外出や転倒の状況

- コロナ禍による影響もあり前回調査より外出の回数・頻度が少なくなっています。また、加齢とともに外出の回数が減り、閉じこもりがちとなっています。
- 転倒経験のある人は前回調査より減少していますが、転倒に対する不安を持つ人は62.3%と前回調査より増えています。
- 外出を控えている理由として足腰などの痛みをあげる人が多く、高齢者の転倒に対する不安が高くなっています。こうしたことから運動器の機能が低下しがちな高齢者に対して、その機能を維持するための取り組みが一層重要です。
- 外出の際の移動手段として自分で自動車を運転している人が43.0%、人に乗せてもらう人が29.8%と自動車を移動手段とする割合が多くなっています。車に頼って運動器の機能を低下させる高齢者が少なからずいると思われるとともに、将来、運転免許証を返納した際の移動手段をどのように確保していくのが今後の課題となります。

⑤ 食事や口腔機能の状況

- 身長と体重を尋ねてBMI（体格指数）を算出したところ、やせ状態にある人は7.9%、肥満状態にある人は21.4%を占めており、肥満については前回調査より増えています。
- 口腔機能が低下していると思われる人は30.1%で、加齢とともに増加する傾向にあります。このため、定期的な歯科受診とともに高齢期の口腔ケアの重要性について広報・啓発を行っていくことが必要です。
- 家族などと毎日食事をとっていない人は46.6%みられますが、1人暮らしの人など、「孤食」の傾向にある人の共食の機会について拡大を図っていく必要があります。

⑥ 認知症に関する状況と意識

- 物忘れが多いと感じるなど、認知症の症状が疑われる人は、年齢が高くなるほど割合も高まる傾向にあります。
- 本人か家族に認知症の症状がある人は8.3%となっています。また、認知症に関する相談窓口を知っている人は20.2%で、本人か家族に認知症の症状がある人では48.0%にとどまっています。
- 本人か家族が認知症になったときにあればよいと思う支援について尋ねたところ、「相談窓口や病院、介護サービスなどの情報が簡単に収集できる仕組み」や「早く発見できるように健診などを充実する」、「認知症の人が地域で暮らすための生活支援サービス」をあげる人が多くみられます。
- 高齢者が地域で安心して暮らせるよう、認知症に対する正しい理解の普及や相談窓口の周知、社会資源の充実に引き続き努めるとともに、地域ぐるみで本人・家族を支えていくような体制づくりが今後も引き続き必要となります。

⑦ 生きがいづくりや社会参加の状況

- 地域活動への参加状況をみると、参加したことがある活動は多い順に、趣味関係のグループ、町内会・自治会、スポーツ関係のグループやクラブ、収入のある仕事などとなっています。
- 身近な場所で行いたい活動について尋ねたところ、みんなで行う簡単な体操や趣味の活動、茶話会、食事会などをあげる人が多くみられます。
- 健康づくりや趣味等のグループ活動など地域住民による活動に『参加者』として参加する意向を示す人は「ぜひ参加したい」「参加してもよい」「既に参加している」を合わせて49.4%となっています。一方で、『お世話役』として参加意向を示す人は29.4%となっており、62.5%の人は「参加したくない」と答えています。
- 趣味があると答えた人は65.6%、生きがいがあると答えた人は51.1%となっていますが、生きがいについては年齢が上がるにつれて割合が低下する傾向がみられます。
- 主観的な幸福感について10点満点で何点かを尋ねたところ、平均点は6.76点となっています。また、趣味や生きがいの有無別にみると、趣味や生きがいのある人とそうではない人との間では平均点に大きな差が生じています。
- 多様な趣味活動に親しむ人がいる一方で、自らの生きがいを尋ねられて思いつかない人が44.5%を占めています。また、趣味や生きがいのある人はそうでない人と比べて幸福感が高く、精神的な安定にもつながっていることがうかがえます。
- これらのことから、趣味活動や文化・学習・スポーツ活動、ボランティア活動、就労、様々な人々との交流など、多様な社会参加の機会を提供し、高齢者の生きがいづくりを図っていくことが重要です。
- また、身近な地域の中のちょっとした取り組みから活動参加者の輪を徐々に広げていくようなアプローチが必要です。現在は参加意向が低い、「お世話役」としての参加者を増やしていき、住民による主体的な活動を育んでいくことが望まれます。

⑧ 相談の状況や権利擁護についての意識

- 現在不安に感じていることとして、自分の健康以外に介護に関すること、収入や家計に関することを20%以上の方があげています。また、収入や家計については年齢が若いほど割合が高くなっています。
- 何かあったときに、家族や友人・知人以外で相談する相手がいない人が46.1%となっており、年齢が若い人、また男性で割合が高くなっています。このため、今後は、地域の様々な人とのつながりや助けあうことの重要性を啓発し、地域でのつながりを促すなどの取り組みが重要と考えられます。
- 成年後見制度を知っている人は25.4%、よく知らないが聞いたことはあるという人が34.8%となっており、将来、自分で金銭管理や契約行為ができなくなったときの対応については、家族に金銭管理や契約をしてほしいという人が76.1%を占めています。このため、引き続き制度の周知、利用者の増加に応じた体制づくりを進めていく必要があります。

⑨ 地域における支えあいについて

- 介護保険サービス以外で利用したり、今後利用したいサービスを尋ねたところ、外出の手助けや草取り・庭木の剪定、配食、買い物などをあげる人が多くみられます。
- 近所の人が困っている時に支援できることを尋ねたところ、安否確認や声かけが48.4%と最も多く、次いで話し相手が35.0%、ゴミ出しが19.4%、車での送迎が14.7%、買い物が14.6%などとなっています。
- とりわけ女性で「話し相手」、男性で「車での送迎」と答える人が多くみられることから、地域福祉活動の展開等を通じて支援の受け手と担い手を結びつけるような取り組みをより進めていくことが望まれます。

⑩ 在宅療養に関する状況と意識

- 今後の暮らしについて尋ねたところ、「自宅で、介護保険サービスを受けて暮らしたい」が34.5%、「自宅で、介護保険サービスを受けずに、家族などの介護を受けて暮らしたい」が13.4%となっており、在宅生活の継続を望む人が多くを占めています。
- しかし、自宅で療養しながら、最期まで過ごすことができると思うか尋ねたところ、難しいと思う人が39.2%となっており、その理由として介護してくれる家族に負担がかかると答えた人が82.7%を占めています。
- 介護保険サービスに対する印象を尋ねたところ、「家族の介護負担を減らすもの」が65.4%と最も多く、年齢が若いほど割合が高くなっています。これに次いで「自宅で暮らし続けるためのもの」が43.0%、「健康な生活の維持、悪化防止のためのもの」が32.4%となっています。
- こうしたことから、今後とも利用者ニーズを的確に見極めつつ、介護保険サービスや高齢者福祉サービスの質的・量的な充実に引き続き努めていくとともに、地域における見守り、助けあいの取り組みをより促していくことが重要と考えられます。

⑪ 防災に対する意識と対応

- 総合防災マップ（ハザードマップ）を見たことがある人は74.7%で、前回調査より増加しています。
- 災害時の対応については、自分で逃げるができるという人が67.7%を占めていますが災害時の安否確認や集合場所について話し合っている人は43.3%にとどまり、話し合っていないという人が前回調査より増加しています。
- 現在不安に感じていることとして、災害に関することと答えた人は前回調査より減少しています。
- 前回調査以降、大規模な自然災害が発生していないこともあり、災害に対する危機意識がやや薄れているように思われますが、いつ訪れるか予測できない災害に対して、防災意識の高揚と地域防災体制づくりに引き続き努めていくことが必要です。

参考資料
調査に用いた調査票

泉南市 高齢者の生活に関するアンケート調査

【調査ご協力をお願い】

日頃から泉南市の行政にご理解とご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

本市では、「WAO（輪を）！SENNANを基礎とした、ともに支え合う活力ある長寿社会～地域共生社会の実現をめざして～」をめざすべき社会像とし、高齢者福祉や介護保険事業を推進しているところです。

このたび本市では、高齢者の生活実態や、自立した生活を送る上での課題、今後の意向等をより的確に把握し、地域の実態に適した施策を推進していくため、65歳以上の市民の方についてアンケート調査を実施します。

本調査は、多くの質問項目を設けていますが、身近な内容で答えやすいものです。お忙しいとは存じますが、趣旨をご理解いただき、是非ともご協力くださいますよう、お願い申し上げます。

令和4年11月 泉 南 市

【お問い合わせ先】

〒590-0592 泉南市樽井一丁目1番1号
泉南市役所 福祉保険部 長寿社会推進課
電 話 072-483-8254（直通） F A X 072-483-6477

【個人情報の取り扱いについて】

個人情報の保護および活用目的は以下の通りですので、ご確認ください。なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものと見させていただきます。

■個人情報の保護及び活用目的について

- この調査は、効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。本調査で得られた情報につきましては、市の介護保険事業計画策定の目的以外には利用いたしません。また、当該情報については、泉南市個人情報保護条例に基づき、市で適切に管理いたします。
- ただし、介護保険事業計画策定時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理するデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。（お名前などの個人情報は出ません。）

記入に際してのお願い

- この調査の対象者は、令和4年9月30日現在、65歳以上の方です。

65～74歳：無作為に抽出した2,000人

75歳以上：次の方を除いて、全員

①要介護1以上の方

②特別養護老人ホーム、グループホーム、病院等の施設入所者

- なんらかの事情でご本人が記入できない場合は、ご家族の方などがご本人の意思を尊重して代わってご回答くださるようお願いいたします。
- ご記入後は、調査票全て（表紙も含む）を3つ折りにして、同封の返信用封筒に入れ、**令和4年12月9日（金）**までに、切手を貼らずにポストに投函してください。
- この調査で使う用語の意味は、以下の通りです。
介護…介護保険のサービスを受けている場合のほか、介護認定を受けていない場合でも、常時ご家族などの援助を受けている状態
介助…ご自分の意思により、一時的に他人に援助を頼んでいる状態

記入例	ご回答にあたっては質問をよくお読みいただき、① はい 2 いいえ 該当する番号を○で囲んでください。		
	数字を記入する欄は右詰めでご記入ください。 <table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td> </td><td>6</td><td>2</td></tr></table> k g		6
	6	2	

★まず、上記をお読みいただいて、以下の①または、②のご記入をお願いします。

①回答者の方へ	調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。	
	1	あて名のご本人が記入
	2	ご家族が記入（あて名のご本人からみた続柄）
	3	その他（）

⇒次ページからご回答をお願いします。

②回答できない方へ	事情により回答できない場合は、大変お手数ですが下記に理由をお書きいただき、その他は白紙のまま同封の封筒にてご返送ください。	
	回答できない理由	

問1 あなたの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つだけ)		
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・介助が必要ですか。(1つだけ)		
1	介護・介助は必要ない ⇒ 3 へ		
2	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない ⇒ 2-1 へ		
3	現在、何らかの介護を受けている ⇒ 2-1 、 2-2 へ (介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む)		
2で「2」または「3」と答えた方(介護・介助が必要な方)のみ、お答えください。			
2-1 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(脳出血・脳梗塞等)	2	心臓病
3	がん(悪性新生物)	4	呼吸器の病気(肺炎腫・肺炎等)
5	関節の病気(リウマチ等)	6	認知症(アルツハイマー病等)
7	パーキンソン病	8	糖尿病
9	腎疾患(透析)	10	視覚・聴覚障害
11	骨折・転倒	12	脊椎損傷
13	高齢による衰弱	14	その他()
15	不明		
2で「3」と答えた方(介護・介助を受けている方)のみ、お答えください。			
2-2 “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()
3	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つだけ)		
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		
4	お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(1つだけ)		
1	持家(一戸建て)	2	持家(集合住宅)
3	公営賃貸住宅(市・府営、都市機構、公社など)	4	民間賃貸住宅(一戸建て)
5	民間賃貸住宅(集合住宅)	6	借家
7	その他		

5	このたびの新型コロナウイルス感染症の感染拡大にあたって、日々の暮らしの中で何か変わったことがありましたか。(いくつでも)
1	外出を控えたり、閉じこもりがちになった
2	隣近所や地域の人とふれあう機会が減った
3	体力が低下したり、気持ちが落ち込むことが多くなった
4	自分や家族の収入が減るなど、経済的に苦しくなった
5	趣味やボランティア活動など、生きがいづくりの機会が減った
6	自分や家族が新型コロナウイルス感染症にかかった
7	自分や家族の健康に気を付けるようになった
8	前からしたかったことなど、新しいことをやり始めた
9	自宅で過ごす時間が長くなり、家族の仲が深まった
10	その他()
11	特に変わったことはない

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つだけ)		
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つだけ)		
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つだけ)		
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つだけ)		
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つだけ)		
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つだけ)		
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つだけ)		
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つだけ)			
1	はい(外出を控えている)	⇒	8 - 1	へ
2	いいえ(外出を控えていない)	⇒	9	へ
8で「1」と答えた方(外出を控えている方)のみ、お答えください。				
8-1 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(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
5	自動車(人に乗せてもらう)	6	電車	7
8	病院や施設のバス	9	車いす	10
11	歩行者・シルバーカー	12	タクシー	13

問3 食べることについて

1	身長・体重を教えてください。			
身長		cm	体重	
	百の位	十の位	一の位	数字をご記入ください (小数点以下は省略)
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つだけ)			
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つだけ)			
1	はい	2	いいえ	
4	口の渇きが気になりますか。(1つだけ)			
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つだけ)			
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つだけ) (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			
6-1 噛み合わせは良いですか。(1つだけ)				
1	はい	2	いいえ	
6で「1」または「3」と答えた方(入れ歯を利用している方)のみ、お答えください。				
6-2 毎日入れ歯の手入れをしていますか。(1つだけ)				
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つだけ)			
1	はい	2	いいえ	
8	どなたかと食事をとにする機会がありますか。(1つだけ)			
1	毎日ある	2	週に何度かある	3
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つだけ)			
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つだけ)			
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つだけ)			
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つだけ)			
1	できるし、している	2	できるけどしていない	3
5	自分で食品・日用品の買物をしていますか。(1つだけ)			
1	できるし、している	2	できるけどしていない	3
6	自分で食事の用意をしていますか。(1つだけ)			
1	できるし、している	2	できるけどしていない	3

7	自分で請求書の支払いをしていますか。(1つだけ)
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つだけ)
1	できるし、している 2 できるけどしていない 3 できない
9	年金などの書類(役所や病院などに出す書類)が書けますか。(1つだけ)
1	はい 2 いいえ
10	新聞を読んでいますか。(1つだけ)
1	はい 2 いいえ
11	本や雑誌を読んでいますか。(1つだけ)
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つだけ)
1	はい 2 いいえ
13	友人の家を訪ねていますか。(1つだけ)
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つだけ)
1	はい 2 いいえ
15	病人を見舞うことができますか。(1つだけ)
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つだけ)
1	はい 2 いいえ
17	趣味はありますか。(1つだけ)
1	趣味あり⇒(趣味の内容:)
2	思いつかない
18	生きがいがありますか。(1つだけ)
1	生きがいあり⇒(生きがいの内容:)
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1つ)
①ボランティアのグループ	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
②スポーツ関係のグループやクラブ	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
③趣味関係のグループ	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
④学習・教養サークル	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
⑤WAO ^{わお} 体操 ^{つー} 2 ^{※1} 、MC I ^い (軽度認知障害)予防教室 ^{※2} など介護予防のための通いの場	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
⑥老人クラブ	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
⑦町内会・自治会	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない
⑧収入のある仕事	1 週4回以上 4 月1～3回 2 週2～3回 5 年に数回 3 週1回 6 参加していない

※1 WAO^{わお}体操^{つー}2とは、手首や足首に「重り」をつけて行う、住民主体の介護予防体操です。
 ※2 MC I^い(軽度認知障害)予防教室とは、地域の集会所などに講師が出席して、運動と認知課題を組み合わせる、認知症予防を目的とした介護予防教室です。

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>参加者として参加してみたい</u> と思いますか。(1つだけ)
1	ぜひ参加したい 2 参加してもよい
3	参加したくない 4 既に参加している
3	地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味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)として参加してみたい</u> と思いますか。(1つだけ)
1	ぜひ参加したい 2 参加してもよい
3	参加したくない 4 既に参加している

問6 たすけあいについて

1	あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人はいますか。（いくつでも）		
1 配偶者	2 同居の子ども	3 別居の子ども	
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5 近隣	6 友人	
7 その他（ ）	8 そのような人はいない		
2	反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人はいますか。（いくつでも）		
1 配偶者	2 同居の子ども	3 別居の子ども	
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5 近隣	6 友人	
7 その他（ ）	8 そのような人はいない		
3	あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人はいますか。（いくつでも）		
1 配偶者	2 同居の子ども	3 別居の子ども	
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5 近隣	6 友人	
7 その他（ ）	8 そのような人はいない		
4	反対に、看病や世話をしてあげる人はいますか。（いくつでも）		
1 配偶者	2 同居の子ども	3 別居の子ども	
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5 近隣	6 友人	
7 その他（ ）	8 そのような人はいない		
5	家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。（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・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つだけ）		
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。同じ人には何度会っても1人と数えることとします。（1つだけ）		
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 いらない	

問7 健康や介護予防について

1	現在のあなたの健康状態はいかがですか。（1つだけ）										
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つだけ） （「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、点数に○をつけてください）										
とても不幸	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	とても幸せ 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つだけ）										
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つだけ）										
1 はい	2 いいえ										
5	前より耳が遠くなった、聞こえにくくなったと自分で感じたり、人からそのように言われることがありますか。（1つだけ）										
1 よくある	2 たまにある	3 そのようなことはない									
6	耳が聞こえにくくなったと感じた時に、補聴器を使いたいと思いますか。（1つだけ）										
1 すでに補聴器を使っている	2 なるべく早く補聴器を使いたい										
3 補聴器はもう少し先でよい	4 補聴器購入の支援制度があれば使いたい										
5 補聴器は必要ない											
7	お酒は飲みますか。（1つだけ）										
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										
8	タバコは吸っていますか。（1つだけ）										
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										

9	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)		
1	ない	2	高血圧
3	脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)	4	心臓病
5	糖尿病	6	高脂血症 (脂質異常)
7	呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)	8	胃腸・肝臓・胆のうの病気
9	腎臓・前立腺の病気	10	筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等)
11	外傷 (転倒・骨折等)	12	がん (悪性新生物)
13	血液・免疫の病気	14	うつ病
15	認知症 (アルツハイマー病等)	16	パーキンソン病
17	目の病気	18	耳の病気
19	その他 ()		
10	あなたは現在、不安に思っていることがありますか。(いくつでも)		
1	自分の健康	2	介護に関すること
3	仕事に関すること	4	人間関係に関すること
5	生きがい・将来のこと	6	住まいに関すること
7	収入や家計に関すること	8	親や子どもに関すること
9	災害に関すること	10	その他 ()
11	特にない		
11	あなたは、ふだん健康のために心がけていることはありますか。(いくつでも)		
1	定期的に病院で診てもらったり、健康診断を受けている		
2	定期的に歯科にかかっている		
3	週1回以上は体操や散歩・ウォーキングをしている		
4	栄養バランスの良い食事をとるようにしている		
5	家事や炊事をすすんでしている		
6	よく噛むことや口の清潔 (歯磨き・うがい) に気をつけている		
7	規則正しい生活を心がけている (夜更かしをしない、昼寝をしすぎないなど)		
8	趣味の会や仲間とおしゃべり会などを楽しんでいる		
9	気持ちをできるかぎり明るく保つようにしている		
10	その他 ()		
11	特に何もしていない		
12	今よりも身体状況の悪化を防ぐためには、どのようなことが必要だと思いますか。(いくつでも)		
1	筋力トレーニング	2	みんなで行う体操など
3	機能訓練、リハビリ		
4	栄養指導	5	口腔ケア
6	他の人との交流		
7	レクリエーション	8	入浴
9	健康教室		
10	認知症予防教室	11	その他 ()
12	わからない		

問8 地域づくりについて

1	泉南市には、地域包括支援センターが国道26号を境に海側と山側に一か所ずつ設置されています。この地域包括支援センターをご存じですか。(1つだけ) (海側：なでしこりんくう、山側：六尾の郷)		
1	どのような活動をしているか知っている		
2	聞いたことはあるが、どのような活動をしているかは知らない		
3	まったく知らない		
2	近所の人が困っている時に、あなたご自身が、支援できることはありますか。(いくつでも)		
1	安否確認や声かけ	2	話し相手
3	外出の時のつきそい		
4	車での送迎	5	買い物
6	家の掃除や洗濯		
7	食事のしたく	8	ゴミ出し
9	電球交換		
10	家具の移動、簡単な大工仕事など	11	庭掃除や植木の手入れ
12	布団の上げ下ろし	13	入浴
14	請求書の支払いや預貯金のおし入れ	15	郵便物を読むことや書くこと
16	公的な書類の代書や官公庁などへの手続き	17	通院や薬をもらいに行くこと
18	急に病気になった時の看病	19	家族の介護や世話
20	その他 ()		
21	特にできることはない・何もしたくない ⇒ 2-1 へ		
2で「21」と答えた方(特にできることはない・何もしたくない方)のみ、お答えください。			
2-1 特にできることはない・何もしたくない理由は何ですか。(いくつでも)			
1	体の状態などで外出しにくいから	2	時間的に余裕がないから
3	人と交流することが苦手だから	4	他人の自宅に入りたくないから
5	近所づきあいがいいから	6	支援する側にメリットがないから
7	何かあった時に、責任がとれないから	8	その他 ()
3	身近な場所に地域住民などが集まる交流の場(サロンなど)があれば、どのような活動を行いたいと思いますか。(いくつでも)		
1	みんなで行う簡単な体操	2	世代間交流 (子どもなどとの交流)
3	いろいろな相談	4	茶話会
5	食事会	6	趣味の活動
7	学習会、勉強会	8	映画鑑賞
9	その他 ()	10	特にやりたいものはない
4	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がいますか。(1つだけ)		
1	はい	2	いいえ
5	認知症に関する相談窓口を知っていますか。(1つだけ)		
1	はい	2	いいえ

6	ご自身や家族が認知症になった時に、どのような支援があればよいと思いますか。 (3つまで)
	1 相談窓口や病院、介護サービスなどの情報が簡単に収集できる仕組み 2 早く発見できるように健診などを充実する 3 専門医・専門医療機関を増やす 4 認知症の人が活躍できる場、社会参加できる機会 5 認知症の人が地域で暮らすための生活支援サービス 6 地域住民による日常的な見守り活動を充実する 7 家族交流など介護する家族の精神的負担を軽減できる場 8 徘徊※された場合に対応できるネットワークをつくる 9 その他 () 10 特になし

※ 徘徊とは、「ひとりで外出し、行き先が分からなくなる状態」を指します。

問9 介護保険・権利擁護について

1	介護保険サービスに対する印象をお教えてください。(3つまで)														
	1 自宅で暮らし続けるためのもの 2 家族の介護負担を減らすもの 3 健康な生活の維持、悪化防止のためのもの 4 自分の身の回りのことをする気力がなくなるもの 5 利用料が高く経済的な負担となるもの 6 手続きが複雑で時間がかかるもの 7 利用方法やサービスの種類などよくわからないもの 8 その他 () 9 特になし・興味がない														
2	今まで保険で利用できなかったサービスのうち、現在は保険外で利用している、または、今後利用したいサービスはありますか。(いくつでも)														
	<table border="0"> <tr> <td>1 配食</td> <td>2 給食</td> </tr> <tr> <td>3 ごみ出し</td> <td>4 買物(同行・代行)</td> </tr> <tr> <td>5 外出の手助け(付添・介助・送迎等)</td> <td>6 掃除</td> </tr> <tr> <td>7 洗濯</td> <td>8 食事の準備・調理・後始末など</td> </tr> <tr> <td>9 草取り・庭木の剪定</td> <td>10 家の中の簡単な修理や電球交換など</td> </tr> <tr> <td>11 話し相手</td> <td>12 健康づくりのための教室などへの参加</td> </tr> <tr> <td>13 居場所づくりのためのサロンなど</td> <td>14 その他 ()</td> </tr> </table>	1 配食	2 給食	3 ごみ出し	4 買物(同行・代行)	5 外出の手助け(付添・介助・送迎等)	6 掃除	7 洗濯	8 食事の準備・調理・後始末など	9 草取り・庭木の剪定	10 家の中の簡単な修理や電球交換など	11 話し相手	12 健康づくりのための教室などへの参加	13 居場所づくりのためのサロンなど	14 その他 ()
1 配食	2 給食														
3 ごみ出し	4 買物(同行・代行)														
5 外出の手助け(付添・介助・送迎等)	6 掃除														
7 洗濯	8 食事の準備・調理・後始末など														
9 草取り・庭木の剪定	10 家の中の簡単な修理や電球交換など														
11 話し相手	12 健康づくりのための教室などへの参加														
13 居場所づくりのためのサロンなど	14 その他 ()														

3	成年後見制度※を知っていますか。(1つだけ)
	1 知っている 2 よく知らないが聞いたことはある 3 知らない
4	もし、あなたが将来、認知症などにより、ご自身のお金の管理や各種契約を行うことができなくなった場合、誰(どこ)に相談や管理等をお願いしたいですか。 (1つだけ)
	1 家族に金銭管理や契約をしてほしい 2 友人や知人に金銭管理や契約をお願いする 3 弁護士や司法書士等の専門職をお願いする 4 市役所に相談する 5 近くの民生委員などに相談する 6 地域包括支援センターに相談する 7 成年後見制度を利用する 8 わからない

※ 認知症、知的障害、精神障害などの精神上の障害によって判断能力が低下した方について、家庭裁判所によって選ばれた成年後見人等が、本人に代わって権利や財産を守り、意思決定を支援する制度です。

問10 在宅生活の継続について

1	あなたは、今後、自分で身の回りのことができなくなった場合や、人生の最期を迎える時にどのような暮らしをおくりたいですか。(1つだけ)
	1 自宅で、介護保険サービスを受けずに、家族などの介護を受けて暮らしたい 2 自宅で、介護保険サービスを受けて暮らしたい 3 「認知症高齢者グループホーム」※ ¹ などの地域に密着したサービスを受けて暮らしたい 4 「有料老人ホーム」※ ² や「サービス付き高齢者向け住宅」※ ³ などの高齢者向け住宅に入居して暮らしたい 5 「特別養護老人ホーム」※ ⁴ などの介護保険施設に入所して暮らしたい 6 医療機関に入院したい 7 わからない

※1 認知症高齢者グループホームとは、認知症のために介護が必要とする方が、介護や機能訓練を受けながら、少人数で共同生活をするところです。

※2 有料老人ホームとは、利用権や賃貸などの形態で入居し、施設が提供する介護や、介護保険の訪問介護などを利用しながら当該施設の居室で生活をするところです。

※3 サービス付き高齢者向け住宅とは、居室の広さやバリアフリー等が一定の条件を満たし、安否確認、生活相談などのサービス提供が義務付けられている登録住宅です。

※4 特別養護老人ホームとは、寝たきりや認知症などにより、常に介護が必要で自宅での介護が困難となった方(要介護3以上)のための施設です。

2	1で回答したこと（人生の最期を迎える時におくりたい暮らし）について誰かと話し合いをしていますか。（1つだけ）
	1 全くしていない 2 話し合ったことがある 3 話し合い、その結果を紙などに記載した
3	あなたは、自宅で療養しながら、最期まで過ごすことができると思いますか。（1つだけ）
	1 できると思う 2 難しいと思う ⇒ 3-1 へ 3 わからない
3で「2」と答えた方（自宅で最期まで過ごすことが難しいと思う方）のみ、お答えください。	
3-1 難しいと思う理由は何ですか。（いくつでも）	
	1 介護してくれる家族に負担がかかる 2 家族の理解が得られない 3 住まいの環境が整っていない 4 症状が急に悪くなったときに不安がある 5 経済的に負担が大きい 6 訪問診療をする医師が見つからない 7 訪問看護をする看護師が見つからない 8 居宅介護サービスが十分でない 9 その他（ ）
4	今までに入院されたことがあり、退院後、在宅での医療や介護が必要となったことがありますか。（1つだけ）
	1 ある ⇒ 4-1 へ 2 ない
4で「1」と答えた方（退院後、在宅での医療や介護が必要になったことがある方）のみ、お答えください。	
4-1 退院時や退院後、困ったことはありますか。（いくつでも）	
	1 病院の退院時の医療や介護の説明が不十分だった 2 どこに、誰に相談して良いかわからなかった 3 通院に困った 4 かかりつけ医 [*] が訪問診療してくれなかった 5 医療機関の情報がわからなかった（専門医、診療料、診療内のバリアフリー、診察日等） 6 施設入所を希望したが入所できなかった 7 在宅で介護保険サービスをどのように利用したら良いかわからなかった 8 家族の負担が大きかった 9 その他（ ） 10 困ったことはない

※ かかりつけ医とは、健康について診察や相談をする医師のことで、医師の診療科（専門）は問いません。

問11 地域防災について

1	あなたは、泉南市の総合防災マップ（ハザードマップ）を見たことがありますか。（１つだけ）
1	見たことがある
2	見たことがない
2	地震や台風などの自然災害があったとき、避難所などへどう逃げるか、考えていますか。（いくつでも）
1	自分で逃げることができる
2	家族・親類が助けに来てくれると思う
3	普段から付き合いのある隣近所の人、自治会、町内会の人が助けてくれると思う
4	市役所の避難行動要支援者に登録している
5	施設の職員が助けてくれる
6	ボランティアの人が助けてくれると思う
7	その他（ ）
8	考えたことがない
3	家族や親戚、近所の人と災害時の安否確認や集合場所について話していますか。（１つだけ）
1	家族や親戚、隣近所の人とも話合っている
2	家族や親戚とだけ話合っている
3	隣近所の人とだけ話合っている
4	話し合っていない

ご協力ありがとうございました。

記入もれがないか、今一度お確かめください。

記入した調査票は全て（表紙も含みます）を3つ折りにして、同封している
返信用封筒に入れ、令和4年12月9日（金）までに、切手を貼
らずに投函してください。

**泉南市 令和４年度 高齢者の生活に関するアンケート調査
調査結果報告書**

発 行：泉南市 福祉保険部 長寿社会推進課
〒590-0592 泉南市樽井一丁目１番１号
電話：０７２－４８３－８２５４
発行年月 令和５年３月