

## 「新宿区高齢者の保健と福祉に関する調査」聞き取り調査結果

### 1 調査の目的

「新宿区高齢者保健福祉計画・第8期介護保険事業計画（令和3年度～5年度）」の策定にあたり、高齢者を支える担い手、活動参加者、認知症ご本人、高齢者総合相談センター職員への聞き取りにより、効果的に事業を実施するための課題等を把握し、計画策定のための基礎資料とする。

### 2 調査の種類

次の3種類の聞き取り調査を実施した。

調査名	調査対象	規模
1. 住民主体の活動団体	介護予防、健康づくり等を目的に活動している団体の運営者及び参加者 <ul style="list-style-type: none"> <li>・通所型住民主体サービスグループ（5）</li> <li>・新宿いきいき体操ができる会（5）</li> <li>・薬王寺ささえあい館高齢者等支援団体（5）</li> <li>・食事サービスグループ（5）</li> <li>・地域安心カフェ（2）</li> <li>・しんじゅく100トレに取り組むグループ（2）</li> </ul> ※カッコ内は団体数。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・団体数 24 団体</li> <li>・運営者 24 名</li> <li>・参加者 115 名</li> </ul> ※参加者は1団体につき5名を目安に聞き取り。
2. 認知症ご本人	認知症ご本人	11名
3. 高齢者総合相談センター	高齢者総合相談センター職員	9センター

### 3 調査方法及び調査期間

調査名	調査実施者	調査期間
1. 住民主体の活動団体	区職員	6月～9月
2. 認知症ご本人	高齢者総合相談センター職員	1月～9月
3. 高齢者総合相談センター	区職員（グループ討議形式）	6月～9月

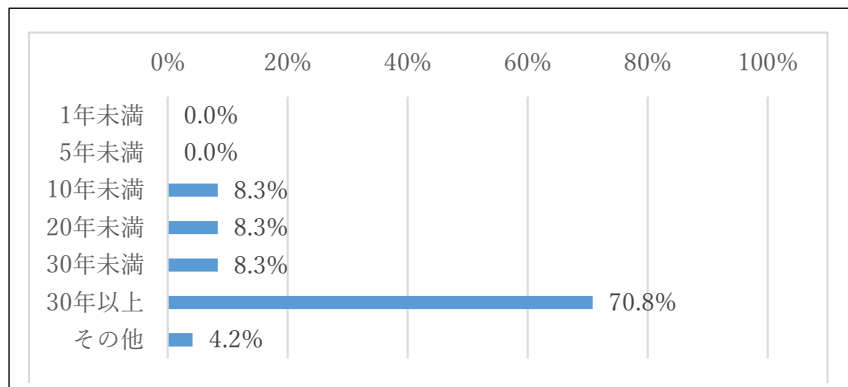
## 4 調査結果の詳細

### 【1.住民主体の活動団体への聞き取り調査】

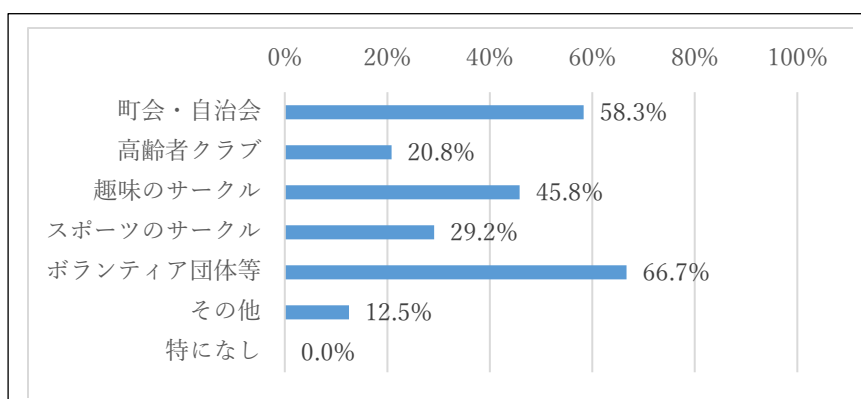
#### (1) 運営者調査 (N値=24)

##### 問1. あなた自身についておたずねします

##### 1-1 あなたは、現在のお住まいの地域に何年間住んでいますか

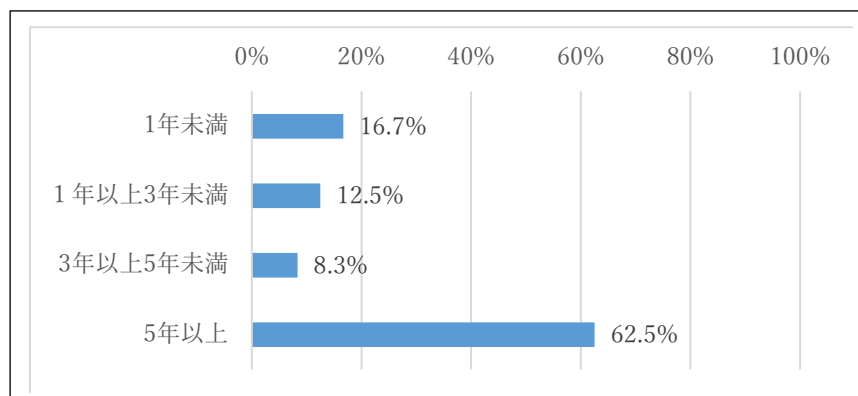


##### 1-2 あなたが、今までに参加したことのある団体や活動を教えてください(複数選択可)



##### 問2. 現在の活動についておたずねします

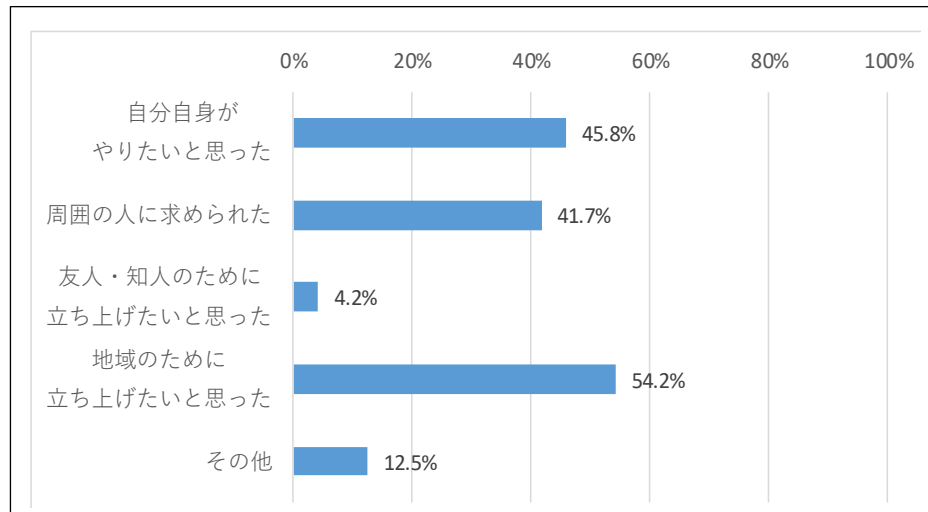
##### 2-1 活動期間はどのくらいですか



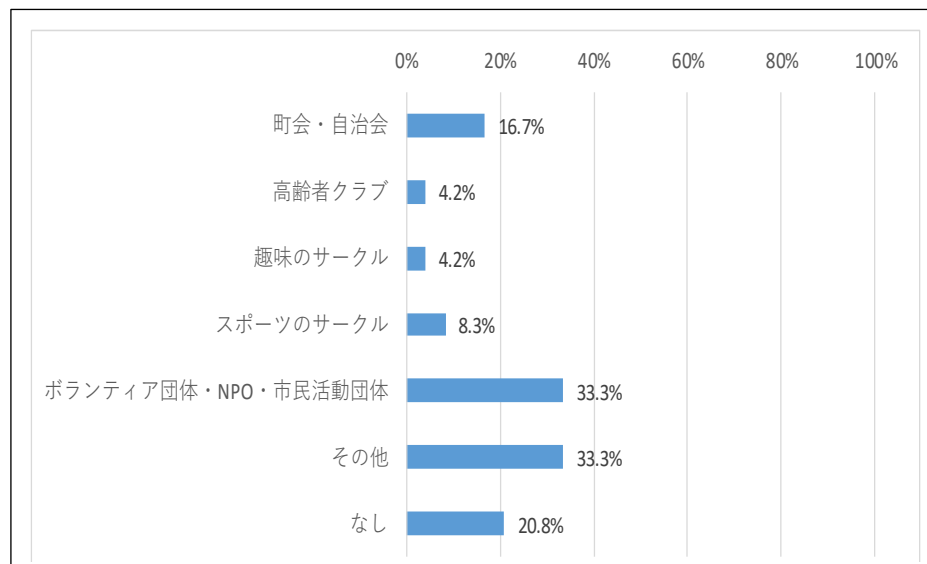
2-2 平均的な参加者数と、そのうちの男性の人数を教えてください。

平均参加者数	21.5人
うち、男性の人数	2.7人

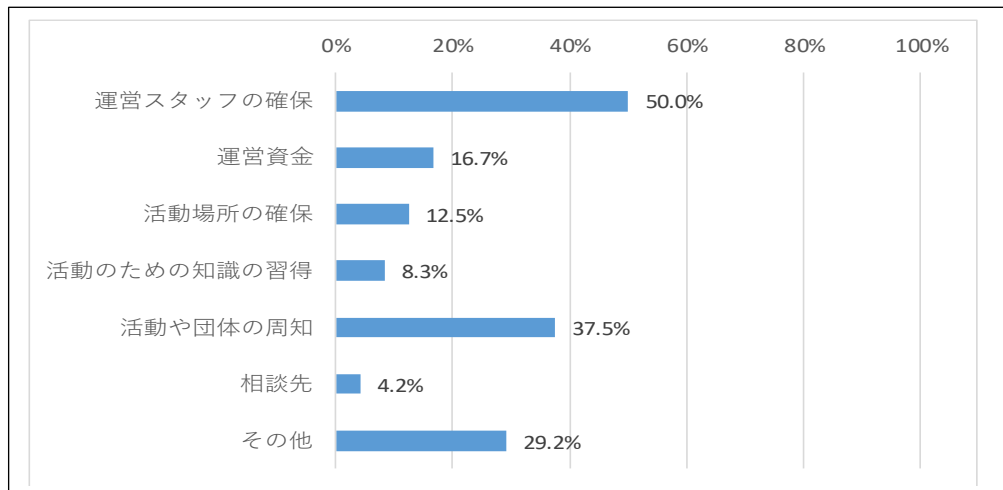
2-3 この活動を立ち上げる原動力・きっかけはどのようなものですか（複数選択可）



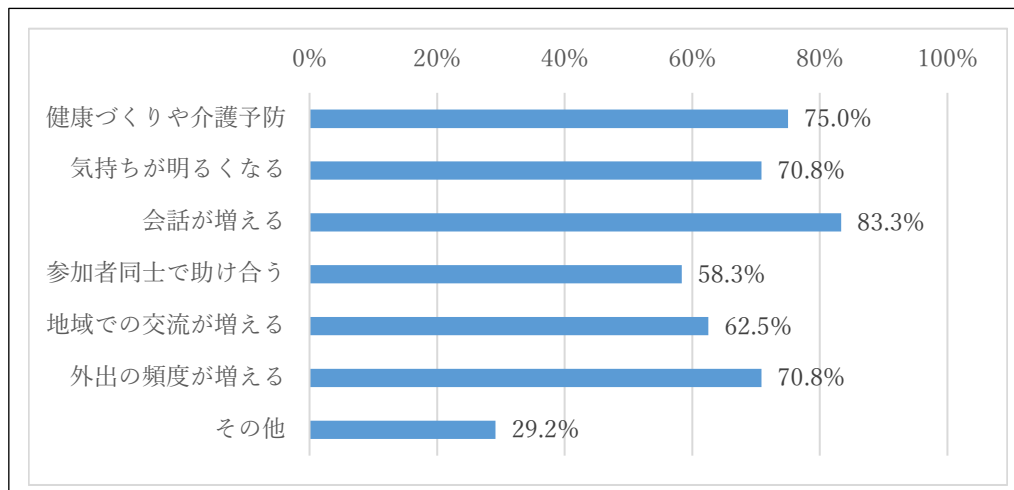
問3 現在の活動の母体となった組織がある場合は教えてください（複数選択可）



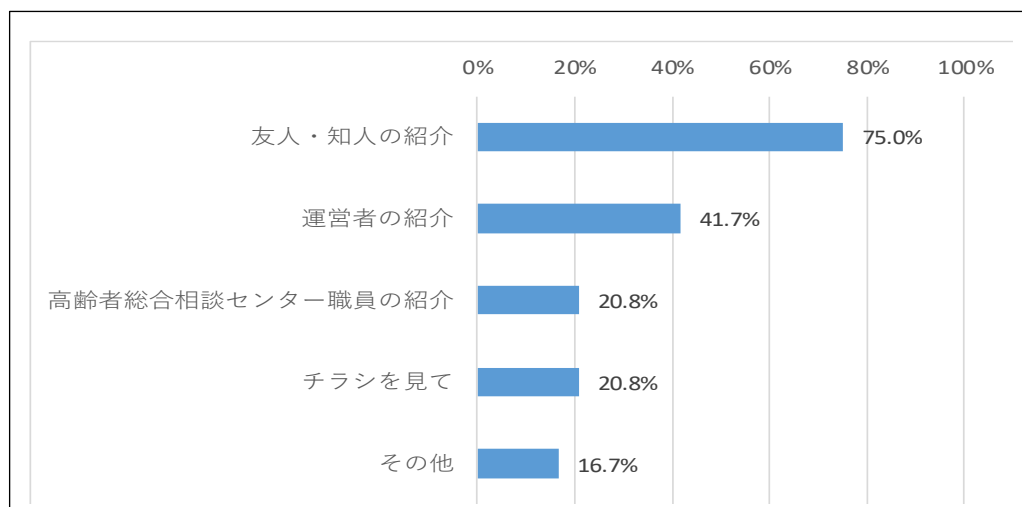
問4 活動を立ち上げる際、特に苦労されたことを教えてください（複数選択可）



問5 現在の活動は、参加者にどのような効果があると思いますか（複数選択可）



問6 活動への参加理由はどのようなものが多いと感じていますか（複数選択可）



問7 どのような経緯で団体が構成されていきましたか

【まとめ】

民生委員、自治会等の地域のつながりを活かして団体化していくという傾向が見られた。

(主な意見)

- ・ 民生委員をしていた運営者が、自治会長より「都営住宅の集会室で皆が集う何かをやってほしい」と依頼を受け、趣味の会を始めた。
- ・ 講座に参加した仲間で活動を開始した。
- ・ 複数のグループの立ち上げに参加した代表が、地盤を固めた上で地域の人に渡そうと当初より考え、現代表に引き継いだ。
- ・ 近隣の方が配偶者を亡くし、引きこもりがちになっていたのでなんとかしたいと思い、活動を始めた。
- ・ 区からの勧めにより活動を始めた。

問8 活動で大切にしていることや、工夫をしていることはどのようなことですか

【まとめ】

参加しやすい雰囲気づくりや運営スタッフへの配慮が挙げられた。

(主な意見)

- ・ 団体・町会・民生委員等が運営スタッフにいると人が集まりやすい。
- ・ 運営スタッフが活動しやすいよう心掛けている。
- ・ おしゃべりができるよう会食時のテーブルの配置を工夫している。
- ・ まず来てもらい、「何かしながら」介護予防になることを目指す。
- ・ 1人暮らしで不便なことは何かを考え、活動に取り入れている。
- ・ 人のためでなく自分のためにやっている。

問9 今の活動を維持・発展させていくために必要なことはどのようなことですか

【まとめ】

人材の確保や活動の周知等が挙げられた。

(主な意見)

- ・ 人材確保（参加者・運営スタッフ・ボランティア）
- ・ 体操の効果や楽しさを広く知らせること。
- ・ 新たなボランティアを受け入れる雰囲気を作らないと新しい方が入るのは難しい。
- ・ 高齢者が元気になるため、若い人にも参加しやすい制度設計

問10 こうした活動団体を地域に増やしていくために、どのようなことが必要だと考えますか

【まとめ】

場所や運営スタッフの確保の他、関係機関との連携や活動の周知が挙げられた。

(主な意見)

- ・ 安定的に使える場所

- ・ 若い後継者
- ・ ラジオ体操のように毎日すぐできる場があちこちにあればいいと思う。
- ・ 社会福祉協議会・民生委員・町会等への依頼
- ・ 参加者が高齢であるため、高齢者総合相談センターとの連携が必要。
- ・ 動けなくなる前から身体の状態に意識を向けるように情報発信すること。
- ・ 区全域に対して「こんな気持ち、志、信念でやっている」という発信ができる仕組み。

問 11 なかなか外出しない方が、活動に参加するようになったケースがありましたら、そのきっかけを教えてください

**【まとめ】**

参加者や運営者による近隣の方への声かけを機に参加するケースが多く挙げられた。

(主な意見)

- ・ 参加者が近隣の方に声掛けした。
- ・ 妻が夫を連れてきた。
- ・ 人との交流がない隣人を、運営者が「地域に長く住む人と仲良くした方がいい」と活動に誘い、今では毎回楽しみにお洒落をして来る。参加してからとてもきれいになり、展覧会や美術館にも出かけるようになった。
- ・ なかなか外出しなくても、生活のために買い物に出かけており、そこで会った際に誘ったら来た人がいた。毎週開催しているからこそ次の機会がすぐであり、誘いやすい。
- ・ 高齢者総合相談センターと密に連携しているので、活動参加に繋いでもらっている。関係機関と繋がるのは大事。

問 12 この活動に男性が参加しやすくするためには、どのようなことが必要だと思いますか

**【まとめ】**

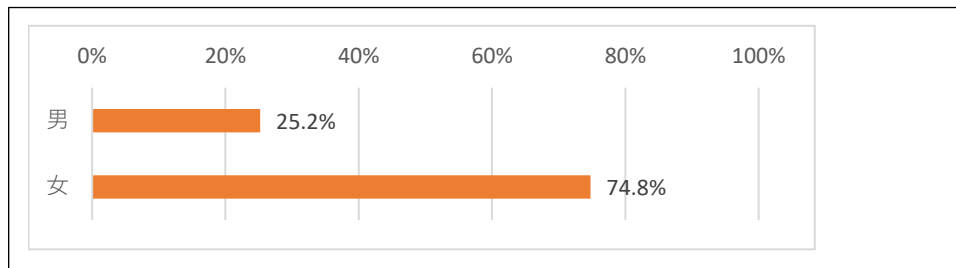
男性が一人にならないよう、複数の男性や夫婦に参加を呼びかける、男性限定のグループ作り、活動の中で役割を持ってもらう等、運営上の工夫についても様々な事例やアイデアが挙げられた。

(主な意見)

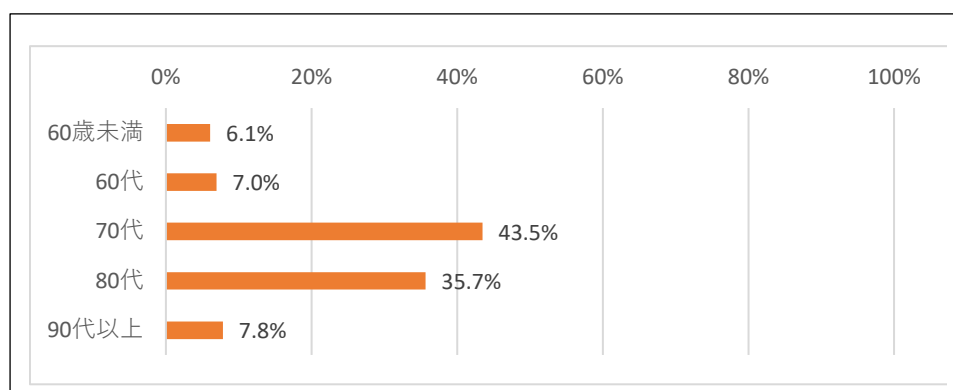
- ・ 男性は一人だと照れくさいようなので2名以上で誘う。またはその男性もよく知っている女性が一緒に来ると良い。
- ・ 活動の中で役割があると良い。
- ・ 夫婦での参加を呼び掛ける。
- ・ 囲碁、将棋など趣味の会には集まるかもしれない。
- ・ 井戸端会議的ではなく毎回テーマやプログラムがあるため、男性の参加は多い方だと思う。男性はその情報が欲しいと思えば来る。
- ・ 男性は会に参加しても活動後すぐ帰ってしまうので、声かけが必要。実際、参加者が積極的に声かけを行った結果、雑談してもらえるようになった。

## (2) 参加者調査 (N値 = 115)

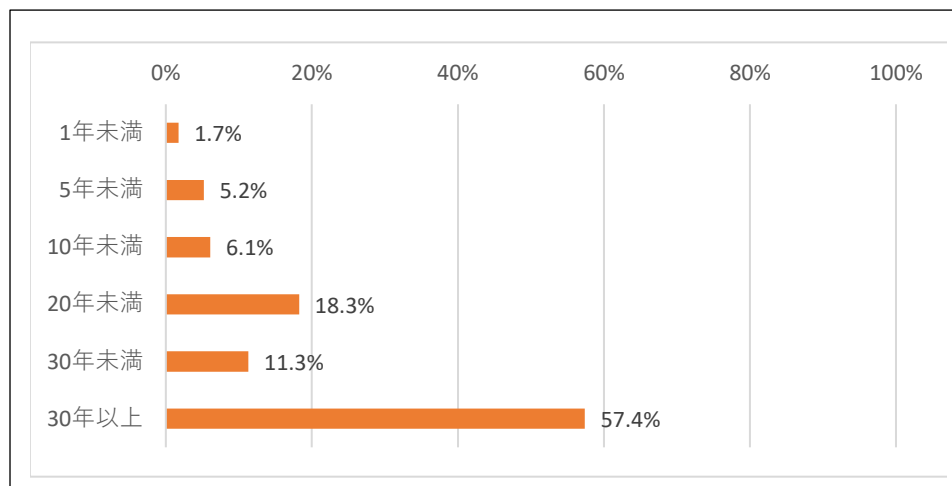
### 性別



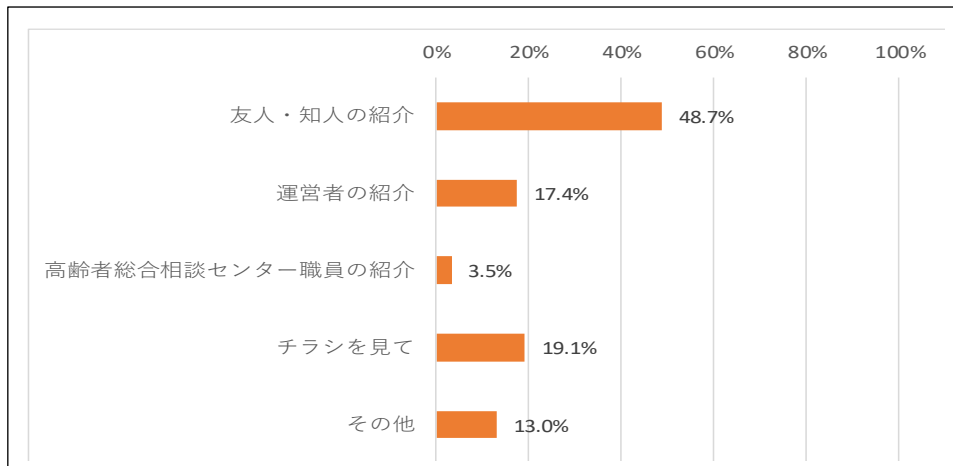
### 年代



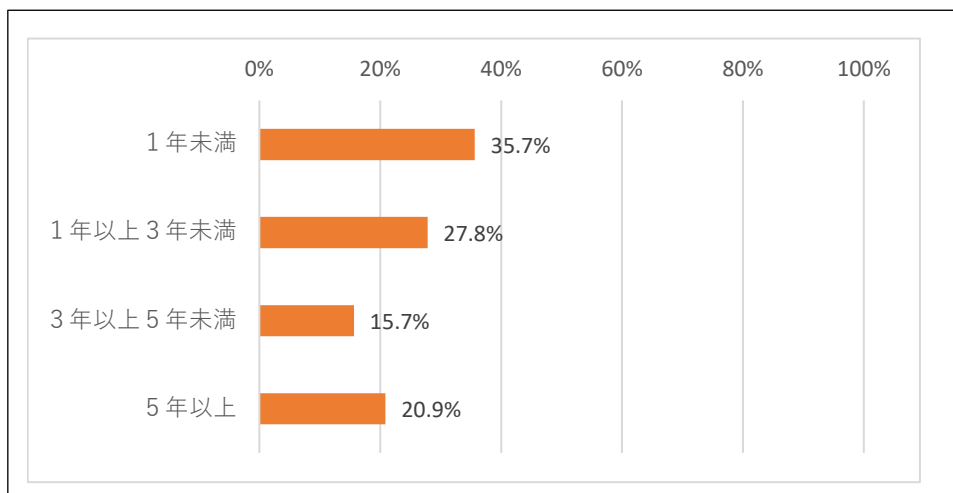
### 問 1 あなたは、現在のお住まいの地域に何年間住んでいますか



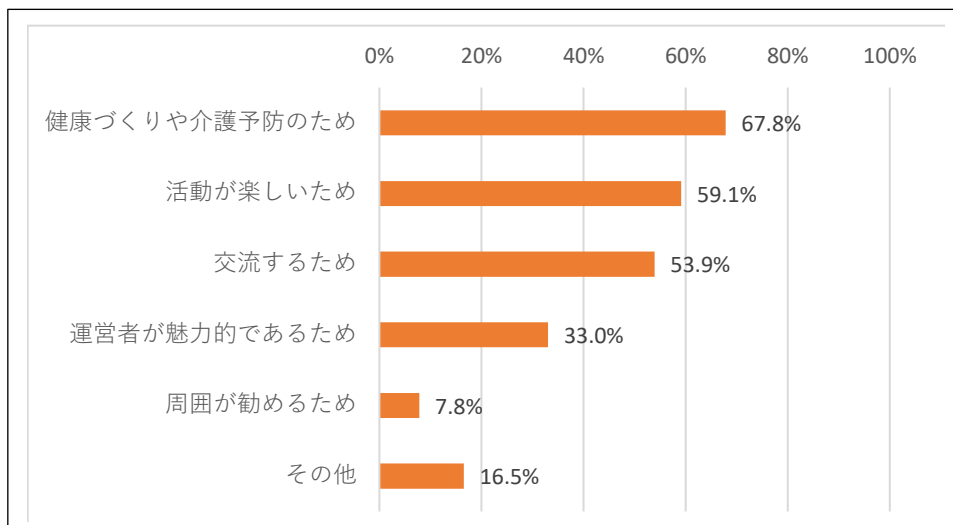
問2 どのようなきっかけでこの活動に参加されましたか



問3 この活動をどのくらい継続していますか

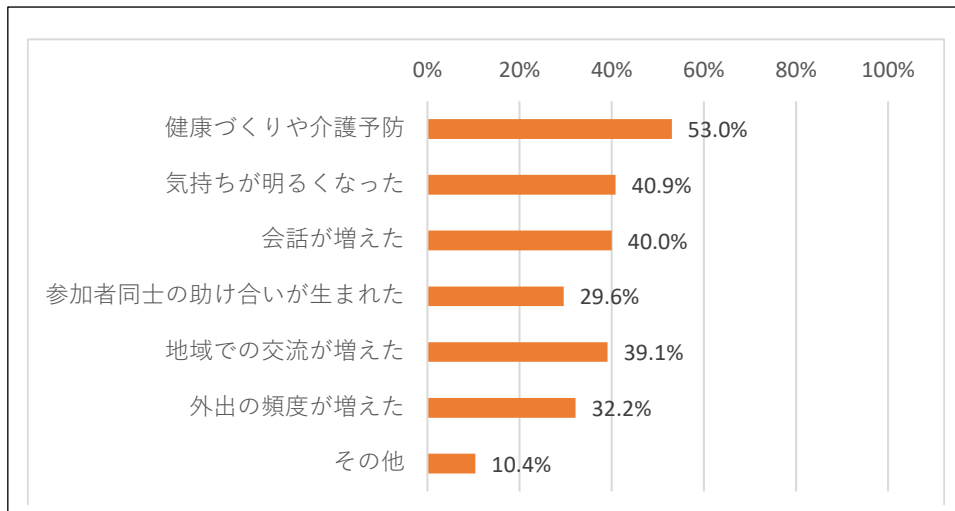


問4 この活動に参加し続けている理由を教えてください（複数選択可）

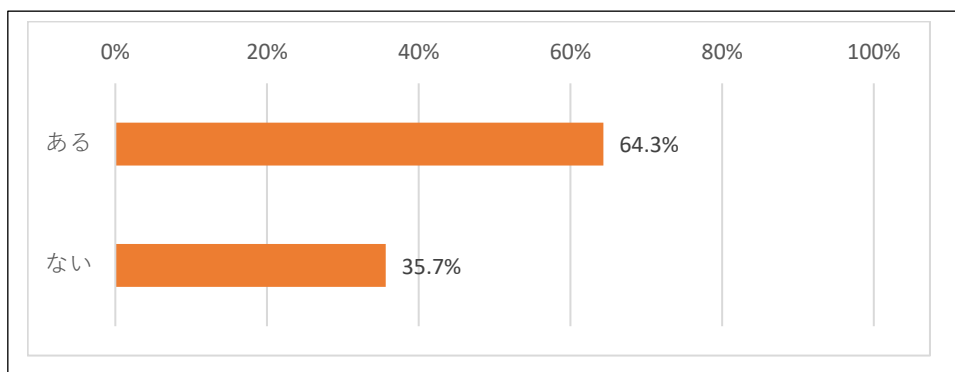




問5 活動に参加したことで、変化があったと感じられることはどのようなことですか  
(複数選択可)



問6 友人や知人に、この活動を教えたり、参加を勧めたことはありますか



問7 活動に参加したきっかけについて、具体的に教えてください

【まとめ】

「友人・知人の紹介」「団体の運営者の紹介」「広報・チラシを見て」が多数を占めた。

(主な意見)

- ・ 団地の友人が参加しているのを見て声を掛けた。団地から7~8人参加している。
- ・ 広報の記事を見た。他の公共施設でポスターを見た。
- ・ スタッフが顔を覚えてくださり誘ってくれた。もともともっと激しい体操をしていたが、その活動が終わってしまい、物足りなかったところだったのですぐ参加した。ゆっくり運動することの大切さを知り、転ばないこと、ケガしないこと等、事故にならないよう戒めている。
- ・ 身体のことではあるが、サポーター始め皆さんの心温まる気持ちに触れて参加しようと思った。
- ・ 夫を亡くし気力がなくなり、しばらく家から出られなかった。友達から誘われたが、最初はもっと高齢の人が行く所だと思っていたし、自分はまだ大丈夫だと思っていた。し

ばらくして、試しに1回参加したところ、自分は最近量もあまり食べていないことに気が付いた。顔見知りも増え、色々な事に対する興味も復活してきた。

- ・ もともと体を動かすのは嫌いだったが、体を壊したのをきっかけに、自分から運動しなければと感じた。保健センターで活動を紹介してもらい、同じタイミングでご主人がチラシを持ち帰ったりしたので、行ってみたら柔らかく優しい雰囲気だった。1回300円という気軽さも良い。
- ・ マンションの管理人さんが勧めてくれた。一人暮らしで足腰も悪く杖をつけており、外に出る機会もほとんどないので、週に1回参加することにした。
- ・ 体力を維持するために何かしたいと思っていた。

#### 問8 活動に参加したことで、生活はどのように変わりましたか

##### 【まとめ】

「運動が習慣になった」「地域の人との交流が増えた」「外出の機会が増えた」等、良い方向に変化したという回答が多く挙げられた。

##### (主な意見)

- ・ ウォーキングが楽になった。行きはバスだが帰りは歩いて帰る。
- ・ 開催日の土曜日が楽しみになった。毎回参加している方が多いので、会の中でも外でも会話が増えた。毎週通うと施設にも親しみが生まれ、外で菊を植えたり、雑草をとったりするお手伝いをするようになった。
- ・ 体力が付き遠出ができるようになり楽しみが増えた。
- ・ 1人暮らしだと1日中話さないこともある。会に参加すれば話はできる。人と会う、話すのが楽しい。
- ・ 地域に友人が増えて、出かけることが楽しみになった。ただ食事をとるだけでなく、グループの運営者の様々な話に興味を持ち、楽しみにしている。会話をするが増えた。
- ・ 顔見知りが増え来ないと心配したり、道で会うと挨拶したりする人が増えた。さらに元気になった気がする。毎回を楽しみに待つようになった。
- ・ 毎回楽しみにして来ている。この他に、週にリハビリ2回、通院2回があるので、一週間毎日用事がある。生活のリズムが出来ている。
- ・ 歩くきっかけになった。料理についても勉強になった。
- ・ 食生活が良くなった。メニューをもらい自分で作ることもある。外に出るきっかけとなり、生活が活発化した。
- ・ 定期的に決まったスケジュールがあることで計画的な行動につながる。この時は行かなくてはどういう気持ちになるので、リズム感ある1日を送ることができる。
- ・ ここに参加することが外に出るきっかけになった。一度動き出すと色々なものに対する興味も復活してきて、最近はカラオケやラジオ体操も行っている。

問9 こうした活動団体を地域に増やしていくために、どのようなことが必要だと思いますか

【まとめ】

「歩いて行ける場所に活動場所がある」「参加者の口コミ」「団体の存在、活動の効果や楽しさの周知」「運営者を増やす」「ボランティアを増やす」が多く挙げられた。

(主な意見)

- ・ 家に近いところにできれば高齢者は足を運びやすい。そんなに遠くなくても、階段を上らなければならない等、少しの壁で出かけるのをあきらめてしまう。
- ・ まずは、活動や団体の存在を知らせる。知らない人が多い。
- ・ 会場の確保が必要だと思う。
- ・ 単身高齢者が多いので、友達が欲しい・食べたい等のニーズを持った人はたくさんいる。
- ・ 参加者の口コミ。
- ・ 家庭の事情（1人暮らしなど）が分かっている方が声かけ役になれば良いのでは。
- ・ 体操することの効果や楽しさを広める。
- ・ アパートの集会室など、活動を実施できる場所があるので、運営者を増やしていくべきだと思う。
- ・ 60歳代の若くて実行力があるリーダーが必要なので、その育成が必要だと思う。
- ・ 活動を担ってくれるボランティアが必要。
- ・ 若い人のボランティアが増えればよいのだが、若い人は皆忙しくてなかなか難しいのだと思う。
- ・ 新たにグループ化した方が、新規の人が入りやすい。現在のグループを見た時、元々グループになっているとメンバーが固定化している。新しい人が入りやすいグループ作りが必要。

問10 この活動に男性が参加しやすくするためには、どのようなことが必要だと思いますか

【まとめ】

「難しい」「わからない」という回答も少なくなかったが、「夫婦で誘う・妻が夫を誘う」「男性が男性を誘う」「男性だけのグループを作る」等の意見が多く挙げられた。

(主な意見)

- ・ 夫婦で参加できると男性も参加しやすくなる。
- ・ 男性のみの会を作ると参加しやすくなると思う。
- ・ 男性は自分からは入りにくいので、周りが声を掛けてあげる事が大切。
- ・ 体操に誘う前の、前々からの関係作り、関係の地盤づくりが必要。
- ・ 男性でも活動が好きな人がいるようだが、きっかけがないように思う。近所の中にも、地域の祭りの運営を積極的にやってくれる人もいるので、そうした人達を中心に活動できると良いと思う。
- ・ 男性に役割を担っていただくことで、参加がしやすくなると思う。
- ・ 健康づくりや介護予防の為に社会参加は必要であるとPRする。
- ・ 男性は長年働いてきて、地域での交流が女性に比べてあまりない。男性の参加は難しい。

## 【2.認知症ご本人への聞き取り調査】

(1) 生活の中で大切にしていること（認知症になっても変わらずにやっていきたいことなど）

### 【望んでいること】

- ・人の役に立ちたい。
- ・区民として役に立ちたい。ボランティアをして人とのつながりができたら嬉しい。
- ・自分のしたことで、みんなに喜んでもらおうと嬉しい。
- ・できないことが増えても、支援をしてもらえばかりでは嫌だ。
- ・家にお客様を迎えておもてなしをしたい。
- ・オリンピックに向け、外国の人の道案内をしてあげたい。
- ・少しでも長い時間、自宅での一人暮らしを続けたい。
- ・大勢の人の中で育ってきたので、これからも周りに人がいるところで暮らしたい。
- ・自宅での生活を続けていきたい。

### 【地域とのつながり・人との交流】

- ・コンビニによく行く。コーヒーを飲んだり、パンを食べながら世間話をして過ごす。楽しく笑えるようにしたい。
- ・外出先で知っている人に会ったら「おはようございます」「こんにちは」と話しかける。お互いに挨拶し合うことは気持ち良く、仲良く暮らして生きていけると思うので嬉しい。
- ・夫に先立たれ、子どもはいないため、友人を多く作るように心がけている。福祉センターに行き、友人との交流を楽しんでいる。
- ・親しい友人との交流を続けたい。

### 【生きがい・日々の楽しみ】

- ・野球の応援に行くのが楽しみなので、これからも続けていきたい。
- ・昔編み物をやっていた。今は一緒にやる人や通う教室があればまたやってみたい。
- ・介護予防教室にはこれからもずっと参加していきたい。
- ・新宿駅のデパートに行き、買い物や食事を楽しんでいる。それが生きがい。今後も続けていきたい。
- ・水彩画。銭湯めぐり。

### 【日常生活のこと】

- ・やれることはきちんとやりたいと思う。買い物、掃除、洗濯、乾いた洗濯物をたたむことなど。鍋料理も得意。得意なことをやっていると日常生活も楽しく暮らせる。
- ・掃除はうまくいかないが、買い物に行ったり、茶碗を洗うことはできる。できるうちは自分でやらないと何もできなくなってしまう。
- ・今まで生活していた環境や、日常生活の習慣はこれからも大事にしていきたい。朝起きたら顔を洗い、歯を磨き、お茶を飲む。着替えて外出するなど。

## (2) 周りの人に伝えたいこと（周りの人に対して感じていること）

### 【良かったこと】

- ・地域の人がよく声をかけてくれるのが嬉しい。顔を合わせれば挨拶したり、当たり前のように接してほしい。
- ・認知症であることを周囲に伝えているが、今までと変わりなく付き合ってくれるので助かっている。
- ・周りの人が気にかけてくれるのは嬉しい。

### 【配慮してほしいこと】

- ・困っている時には手伝ってほしい。ゴミ出しの日、通院日、薬の飲み忘れの指摘など。
- ・初めてやることは苦手なので手伝ってほしい。
- ・混乱しやすいのでゆっくり教えてほしい。
- ・周囲の人が自分に気を使っているのがわかると迷惑をかけていると思うので、普通に接してほしい。

### 【不快に感じること】

- ・右に行ったり左に行ったりするが、これは目的地を目指して探しているのだから、「徘徊」ではない。「徘徊」という言葉には差別的な意味が含まれていると思う。
- ・認知症の人のことを略して「認知」と言わないでほしい。「認知症」と言ってくれないと気分が悪い。

### 【その他】

- ・自分のことを自分でできない人も多くなる高齢社会のなかで生きていくには、助け合うことがとても大事。そういう地域づくりを支援してほしい。
- ・相談にのってくれるところがあることが大事。高齢者総合相談センターがあるので、書類の書き方や介護保険のことなど相談に乗ってもらっているのが心強い。
- ・若い世代にも高齢者への関心を持ってもらいたい。
- ・これからも自由に生活したいが、何かあったときに安否確認をお願いしたい。

### 【3.高齢者総合相談センターへの聞き取り調査】

(高齢者の孤立とその支援の現状について)

#### (1) 高齢者が孤立することによる影響

高齢者が孤立することにより課題の早期発見や支援の介入が困難になり、家族や地域による介護や見守りがあれば顕在化しない様々な問題が多面で生じる場合がある。

また、孤立が長期化することにより、影響が大きくなる傾向がある。

(健康面) ADL 低下、通院・服薬の中断、疾患の悪化等

(生活面) 生活能力・認知能力低下、衛生環境悪化、金銭・近隣トラブルの発生、特殊詐欺の標的等

(精神面) 生きがいの喪失、孤独感等

#### (2) 孤立することにより影響が大きくなる方の特徴や傾向

- ① 性格的には「頑固」「他者との交流を望まない」「行政の世話にはならない」「内向的」等により、外部との交流を好まない印象がある。
- ② 性別的には女性より男性の方が孤立する方が多い印象である。その要因として、就業等により若い頃から地域との繋がりが希薄であること等が考えられる。一方で、長く就労していた女性が、高齢になってからの急病等により生活が一変し、孤立するという事例もある。
- ③ その他、認知症・精神疾患を抱えている、親族・友人・子どもがいない、若い頃から社会適応が難しかった、介護保険サービスを利用しない等の傾向が見られる。独居ではないが、課題を抱えた家族との同居により、外部との繋がりが断たれ社会的に孤立しているという事例もある。

#### (3) 孤立に影響すると考えられる、地域コミュニティの状況

- ① 地域コミュニティの担い手不足、後継者が不足している。
- ② 近隣同士での挨拶や声掛けが不足している。
- ③ 集合住宅・外国人の増加。地域との関りを持ちたがらない人の増加。
- ④ 都市部であるため地域の居場所が少ない。また、場所の確保にお金がかかる。
- ⑤ 以前は近隣同士の交流があったが、コミュニティ自体が高齢化し助け合うことができず互いに孤立し、繋がりが維持されていても共倒れに近い場合もある。

#### (4) 孤立に影響すると考えられる、家族・親族等における状況

- ① 親族等との関係
  - ・疎遠、無関心、支援の拒否、キーパーソンの不在。
  - ・子世代も就労や育児で多忙。

- ・両親の認知症発症等による家庭内の課題がある。

② 介護やサービス利用における状況

- ・介護を受ける親世代より、金銭的に厳しい子世代も多い印象である。
- ・親の資産を介護に使うことへの抵抗感がある。
- ・複数親族がいた場合、介護のキーパーソンを引き受けたがらない。

(5) 高齢者総合相談センターにおいて対応に苦慮している点

- ① 本人との関係においては、介入の拒否により、信頼関係を築いていく事が困難で時間を要する場合がある。話す機会を得ても、提案を拒否される場合もある。
- ② 近隣との関係においては、ゴミ屋敷問題やネズミの問題など、衛生管理の問題が発生し、地域から初動対応を迫られる場合がある。

(6) 効果的と考えられる取組み

- ① 社会参加といきがいづくりへの支援（孤立する前の取組み）
  - ・高齢者の居場所づくり
  - ・高齢者同士の助け合いの推進
- ② 見守り体制の強化（孤立後の取組み）
  - ・高齢者総合相談センターの認知度を上げ、情報収集力を強化する。
  - ・問題が大きくなる前に高齢者総合相談センターと関係を構築し、支援が必要になった時にスムーズに支援に繋げるようにする。
  - ・ぬくもりだより等を利用した情報提供
  - ・見守り登録事業者との連携強化