

# 「新宿区高齢者の保健と福祉に関する調査」

## クロス集計表

# 1 一般高齢者【基本】調査

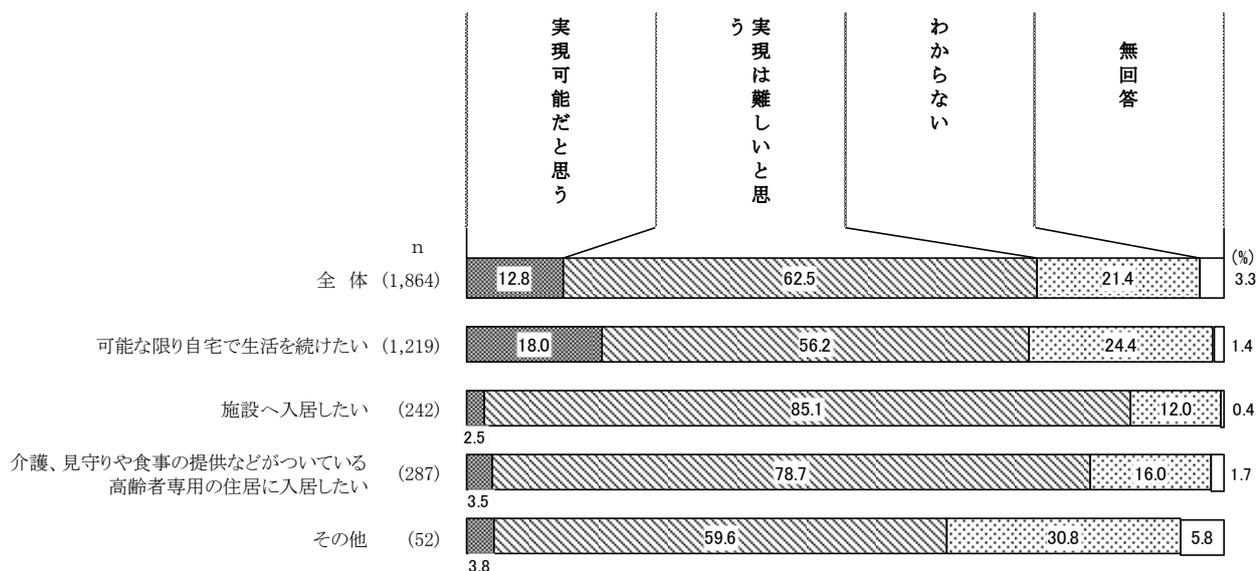
## (1) 在宅療養等について

### ③在宅療養の可能性

問 15 ご自宅での療養は実現可能だと思いますか。(1つに○)

<図表> 在宅療養の可能性【介護が必要になった場合の生活場所別 (問 13)】

希望の生活場所別



自宅での療養の可能性をたずねたところ、「実現は難しいと思う」(62.5%)は6割強と最も高くなっている。

希望の生活場所別でみると、「可能な限り自宅で生活したい」と回答した人のうち、「実現は難しいと思う」(56.2%)は5割台半ばを超えている。

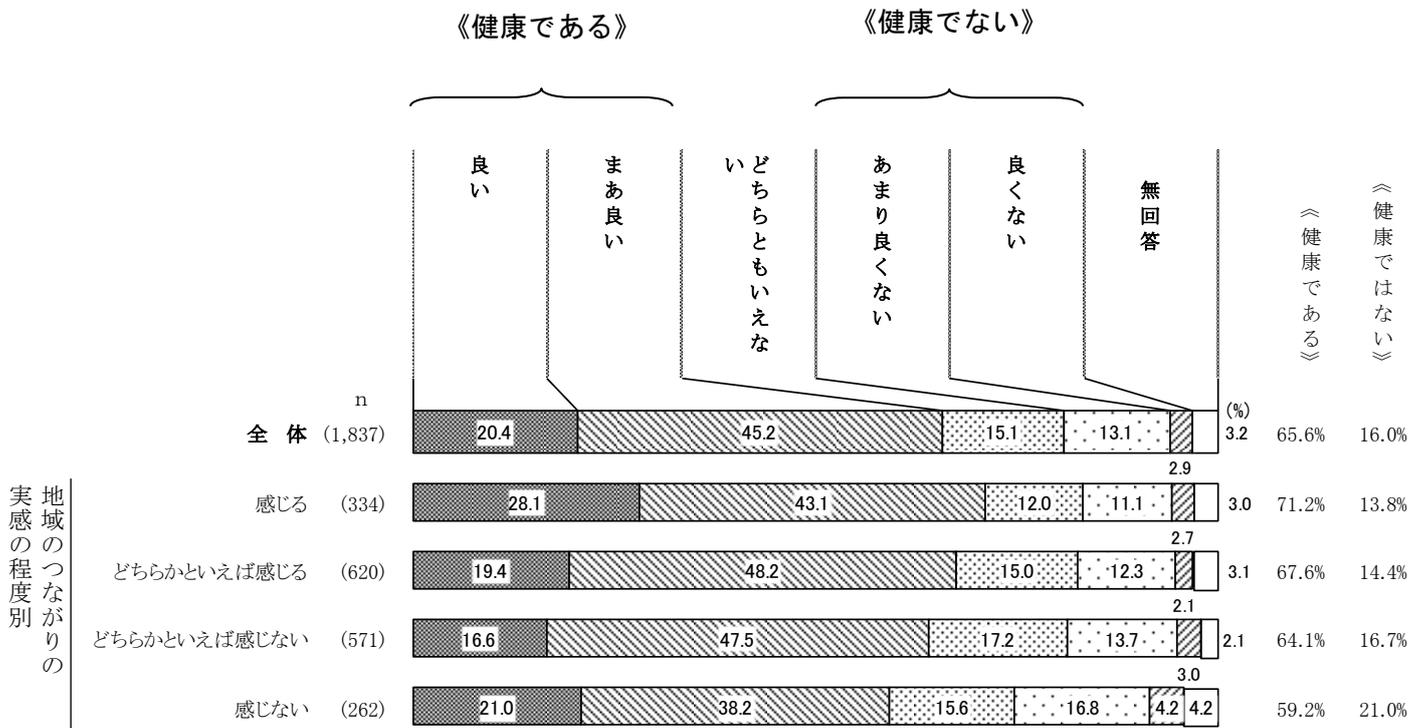
## 2 一般高齢者【重点】調査

### (2) 健康状態や健康づくり等について

#### ①健康状態

問9 あなたは、現在の健康状態をどのように感じていますか。(1つに○)

<図表> 健康状態【地域のつながりの実感の程度別(問28(2))】

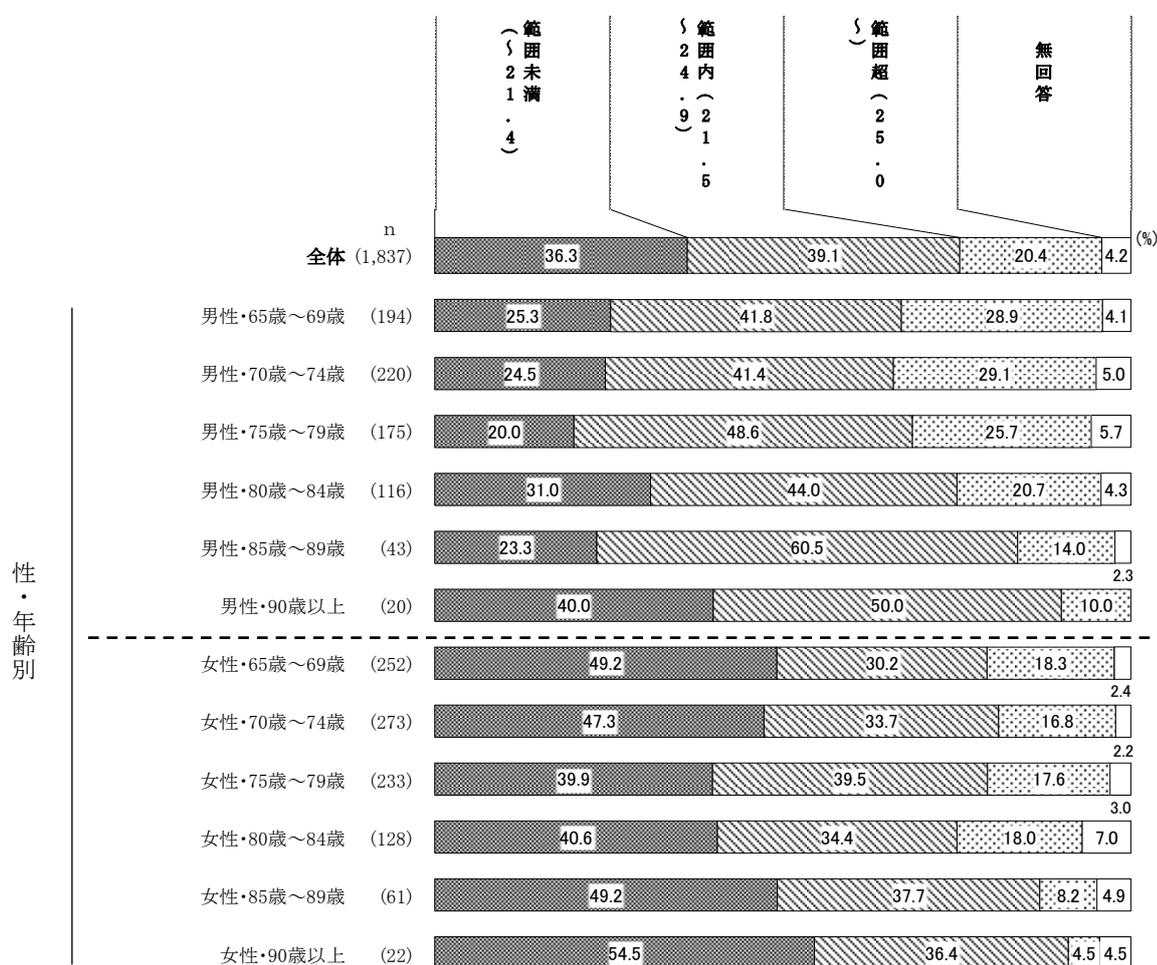


地域のつながりの実感の程度別でみると、地域のつながりを実感している人ほど《健康である》割合が増加する傾向にある。

## ②身長と体重

問10 あなたの身長と体重をご記入ください。※数字を記入してください

<図表> BMI（目標とするBMIの範囲の分布）【性・年齢別】



BMIを性・年齢別にみると、年齢にかかわらず「範囲未満（～21.4）」の割合は男性よりも女性の方が高く、「範囲超え（25.0～）」の割合は女性よりも男性の方が高い。

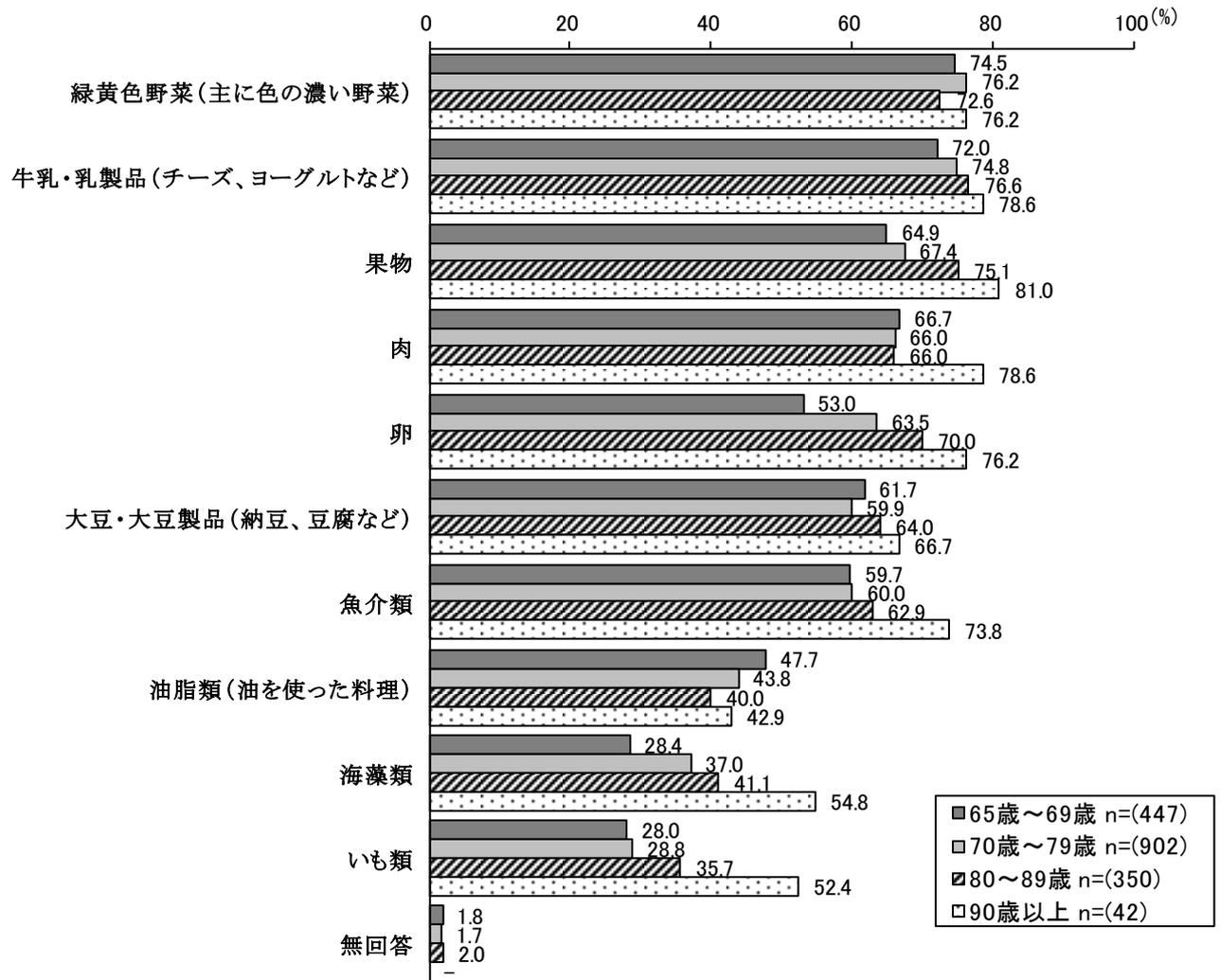
「範囲内（21.5～24.9）」の割合は、男性では4割強から約6割となっているのに対し、女性では約3割から4割弱となっている。

※BMIは体重(kg)÷(身長(m)×身長(m))で算出される体重（体格）の指標であり、厚生労働省「日本人の食事摂取基準」策定検討会報告書では、65歳以上では、目標とするBMIの範囲を21.5～24.9としている。

## ③昨日食べた食品

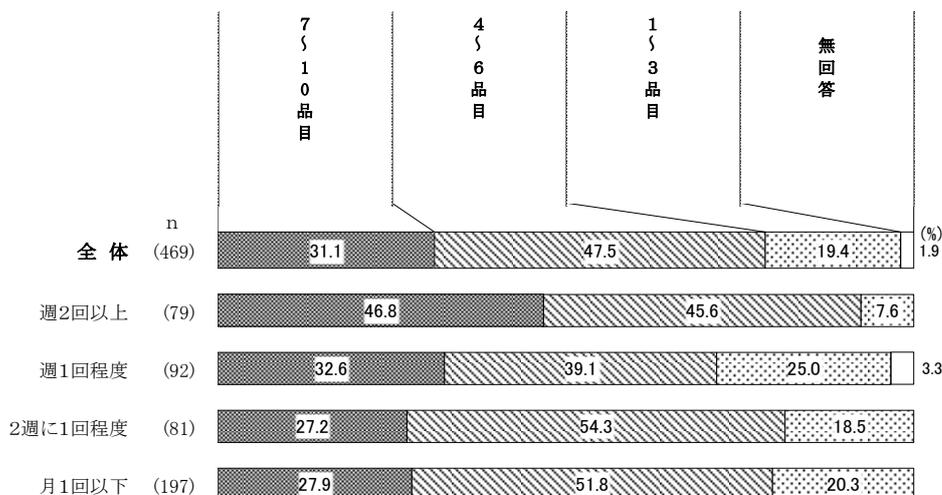
問11 あなたが昨日食べた食品は、次のうちどれですか。(あてはまるものすべてに○)

<図表> 昨日食べた食品【年齢別】



年齢別にみると、緑黄色野菜と牛乳・乳製品は年齢にかかわらず7割以上が摂取している。また、牛乳・乳製品、果物、卵、魚介類、海藻類、いも類は年齢が上がるにつれて摂取している割合が高い傾向がある。一方で、油脂類は年齢が上がるにつれて摂取している割合が低い傾向がある。

<図表> 昨日食べた食品【友人、知人などと一緒に食事をする頻度別（問13）】

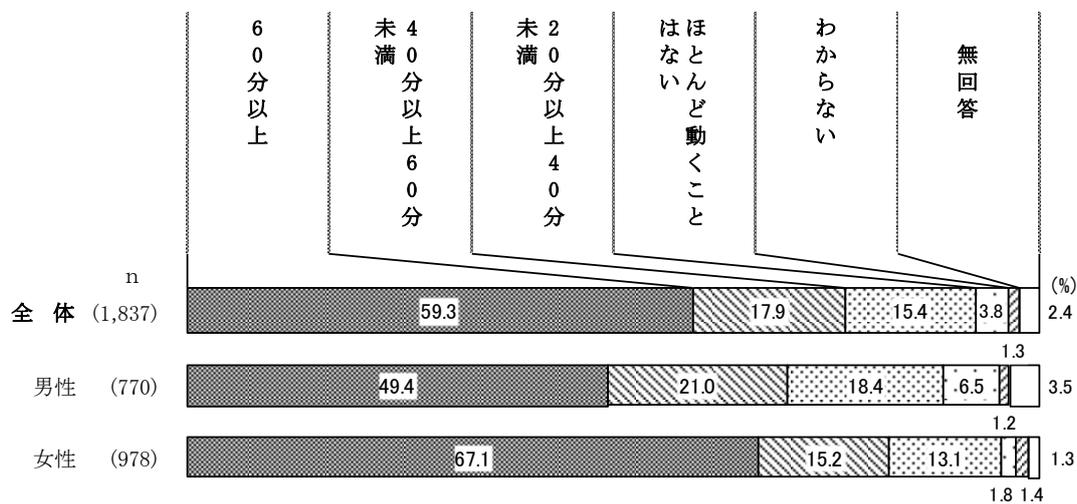


友人、知人などと一緒に食事をする頻度が高いほど、「7～10品目」を摂取している割合が高い傾向がある。

⑦日常生活で体を動かす1日あたりの時間

問 15 日常生活で体を動かすことについておたずねします。あなたは毎日どれくらい体を動かしていますか。（1つに○）

<図表> 日常生活で体を動かす1日当たりの時間【性別】

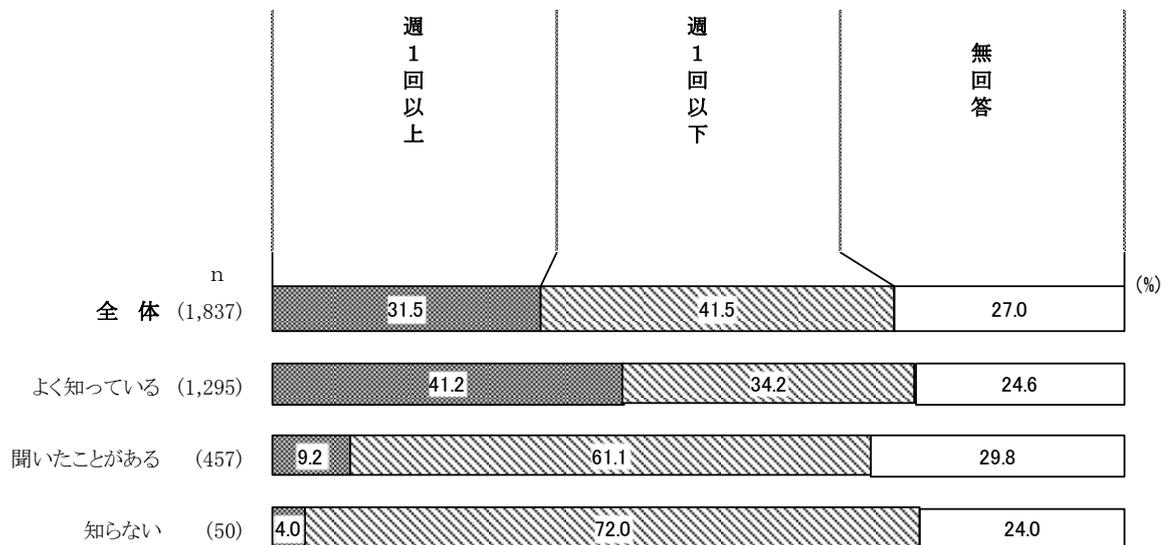


性別にみると、日常生活で1日当たり体を動かす時間が60分以上の割合は男性よりも女性の方が高くなっている。

## ⑨運動の頻度

問 17 あなたは以下の運動（ウォーキング、体操、筋力トレーニング）を、どれくらいの頻度でしていますか。（それぞれ1つに○）

<図表> 運動の頻度 ウ. 筋力トレーニング【筋力トレーニングの重要性についての認知度別（問16）】



筋力トレーニングの重要性についての認知度が高いほど筋力トレーニングの頻度が高くなっている。

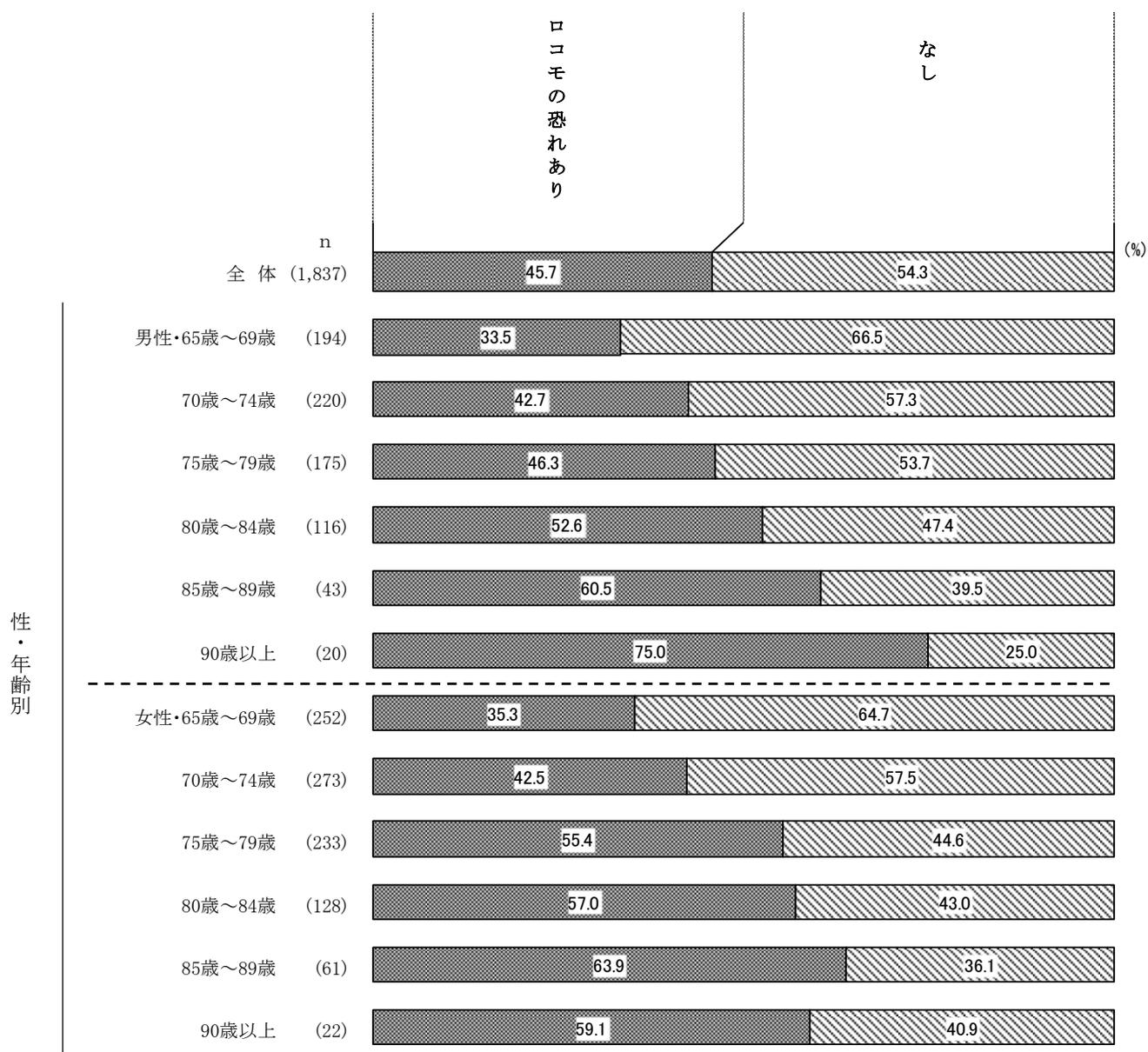
## ⑩日常生活であてはまること

問 18 あなたは、以下の中であてはまるものはありますか。（あてはまるものすべてに○）

【ロコチェック】（下記の7項目のうち、1つ以上回答した方を「ロコモの恐れあり」で集計）

1. 家の中でつまずいたり滑ったりする
2. 階段を上るのに手すりが必要である
3. 15分くらい続けて歩くことができない
4. 横断歩道を青信号で渡りきれない
5. 片足立ちで靴下がはけない
6. 2kg程度（1リットルの牛乳パック2個程度）の買い物をして持ち帰るのが困難である
7. 家のやや重い仕事（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）が困難である

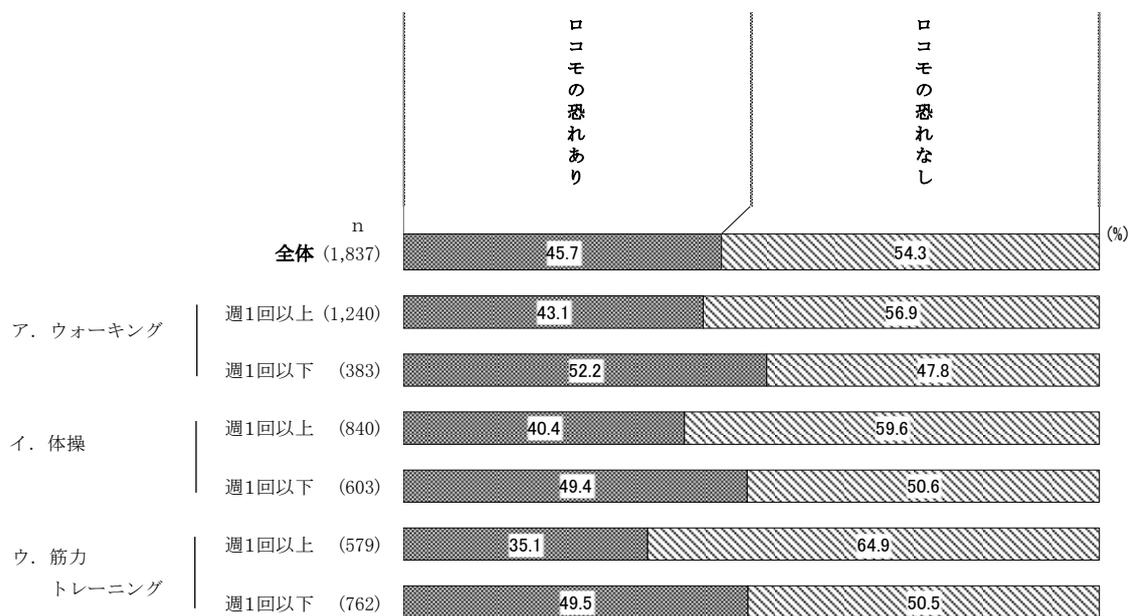
&lt;図表1&gt; ロコモの恐れあり【性・年齢別】



問18で、ロコモチェックの7項目に1つ以上回答した方を「ロコモの恐れあり」として集計したところ、「ロコモの恐れあり」(45.7%)は4割台半ばとなっている。

性・年齢別でみると、「ロコモの恐れあり」は、年齢が上がるほど、増加する傾向にある。

<図表> ロコモの恐れあり【運動の頻度別（問17）】



ウォーキングの頻度別にみると、ウォーキングの頻度が高いと「ロコモの恐れあり」の割合が低くなっている。

体操の頻度別にみると、体操の頻度が高いと「ロコモの恐れあり」の割合が低くなっている。

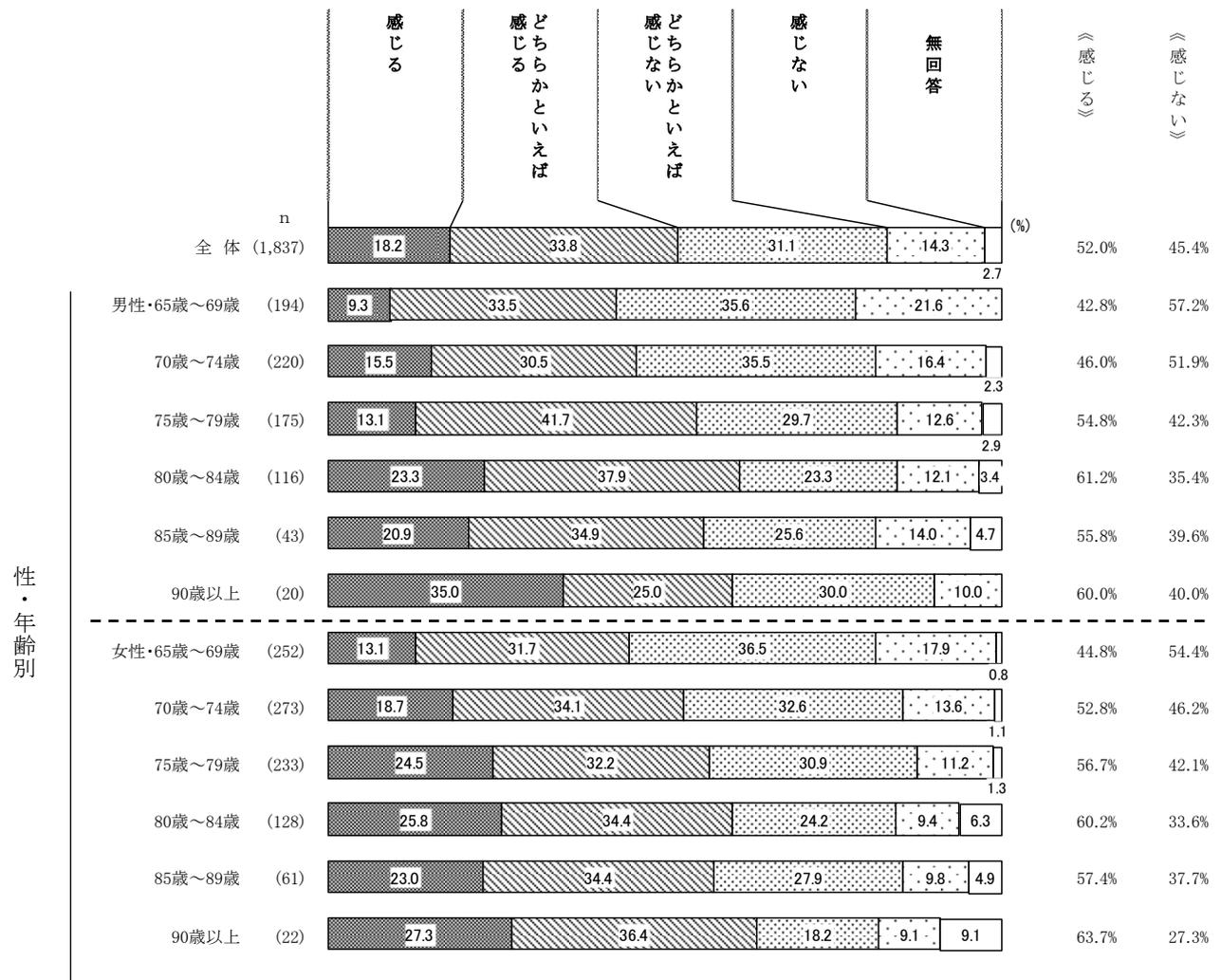
筋力トレーニングの頻度別にみると、筋力トレーニングの頻度が高いと「ロコモの恐れあり」の割合が低くなっている。

(3) 地域での支え合いについて

①地域のつながりの必要性と実感

問 28 あなたの日々の暮らしの中で、地域のつながり（住民同士の助け合い・支え合いなど）についておたずねします。（それぞれ1つに○）

<図表> 地域のつながりの実感【性・年齢別】



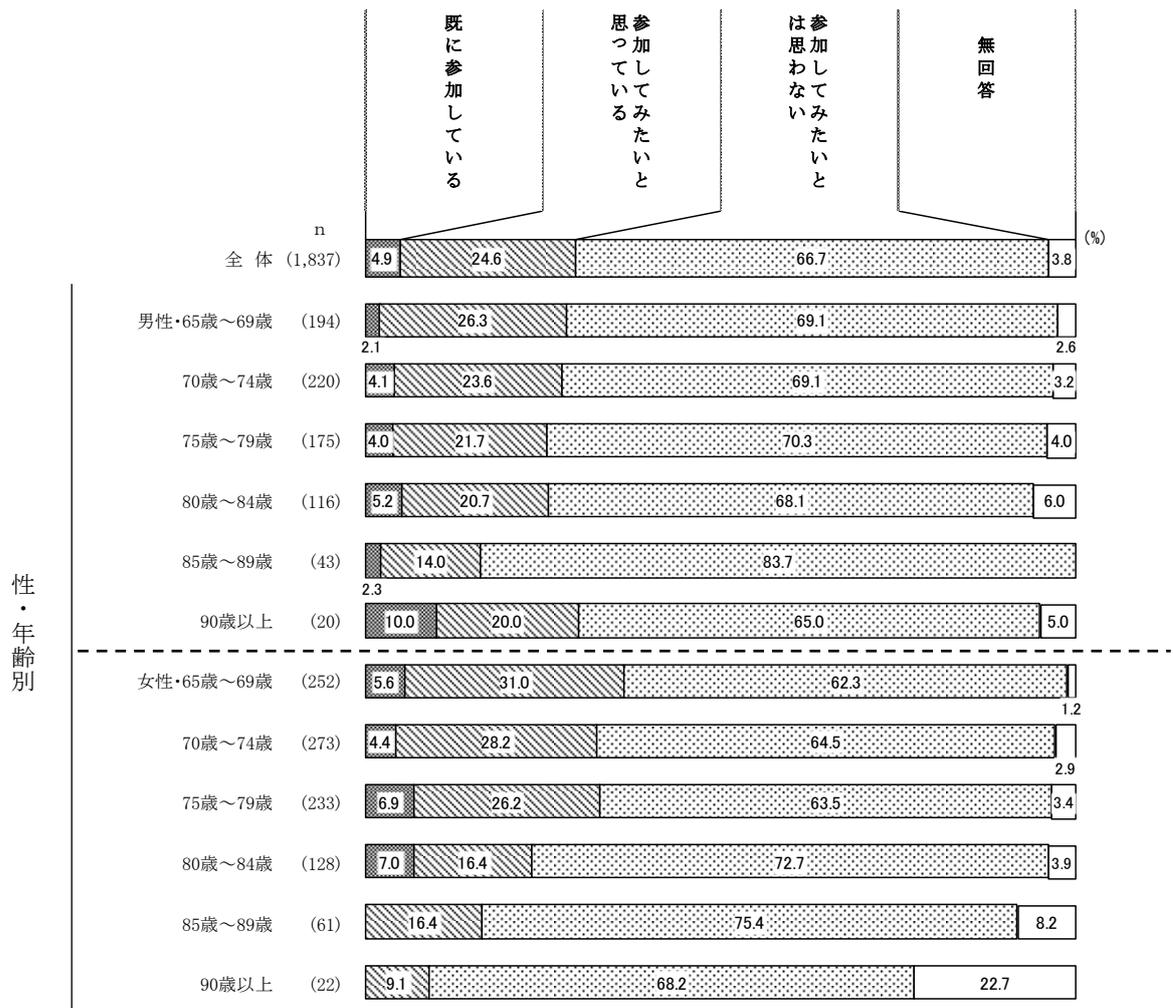
性・年齢別でみると、《感じる》は、年齢が上がるほど、増加する傾向にある。

(4) 支援を必要とする高齢者を支えるしくみづくりについて

① 高齢者の身の回りの世話やボランティア活動への参加意向

問 32 あなたは、支援を必要とする地域の高齢者の身の回りの世話（ごみ出しや買い物の付き添い、見守り等）や生活を支援するボランティア活動に機会があれば参加してみたいですか。（1つに○）

<図表> 高齢者の身の回りの世話やボランティア活動への参加意向【性・年齢別】



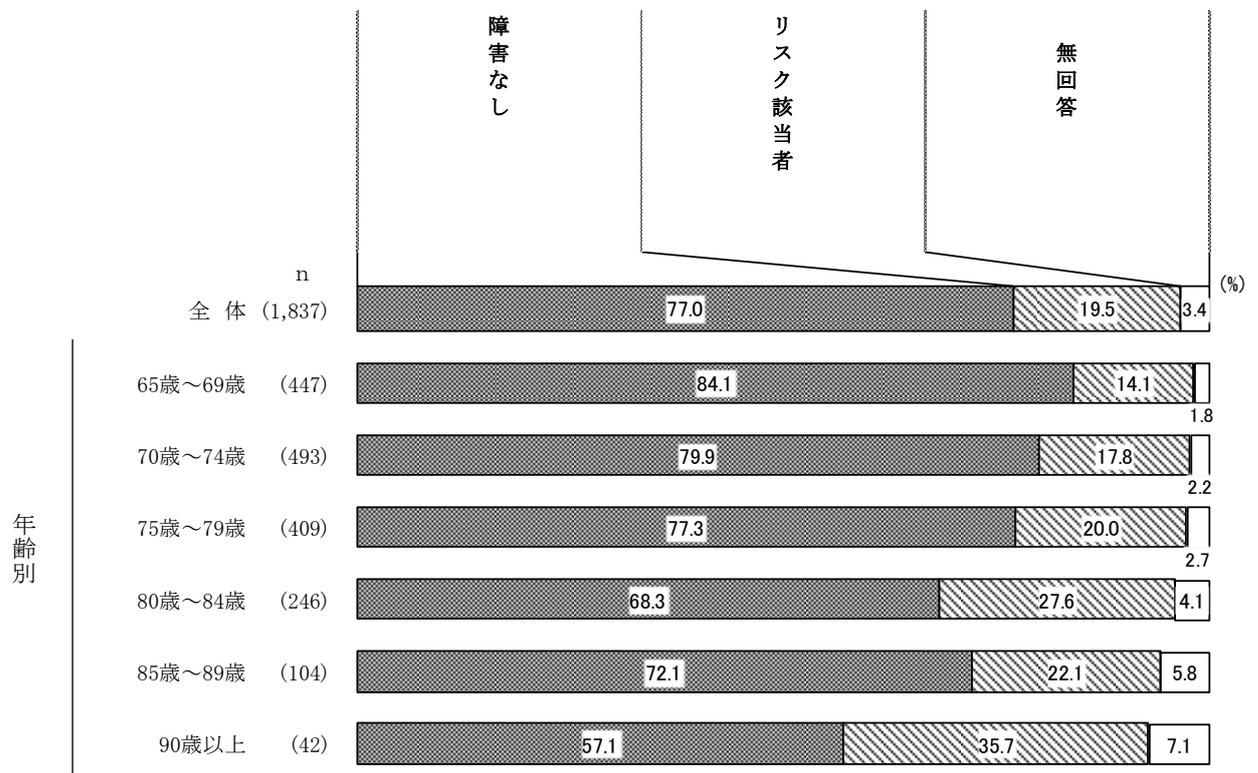
性・年齢別で見ると、「参加してみたいと思っ」は、年齢が上がるほど、減少する傾向にある。

(5) 認知症について

⑧ 認知機能障害程度 (CPS)

問 37 あなたは、その日の活動（食事をする、衣服を選ぶなど）を自分で判断できますか。  
 問 38 あなたは、食事を自分で食べられますか。  
 問 39 あなたは、人に自分の考えをうまく伝えられますか。  
 問 40 毎日の生活で、5分前のことが思い出せないことがありますか。

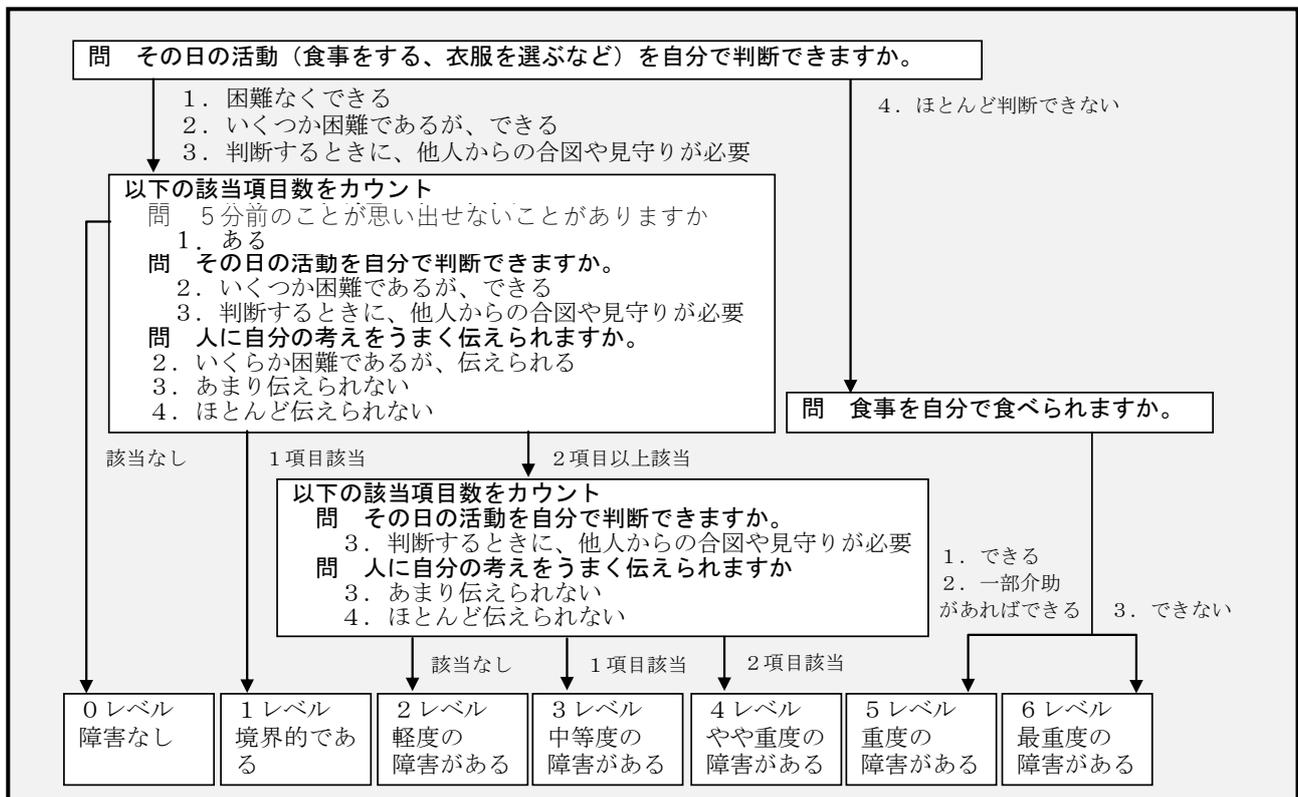
<図表> 認知機能障害程度（CPS）【年齢別】



問37～問40の判断能力、意思伝達の状況等を用いて、認知機能のリスク該当者の算出を試みた。

1レベル以上のリスク該当者(19.5%)は、2割弱となっている。

年齢別でみると、リスク該当者は、年齢が上がるほど、増加する傾向にある。

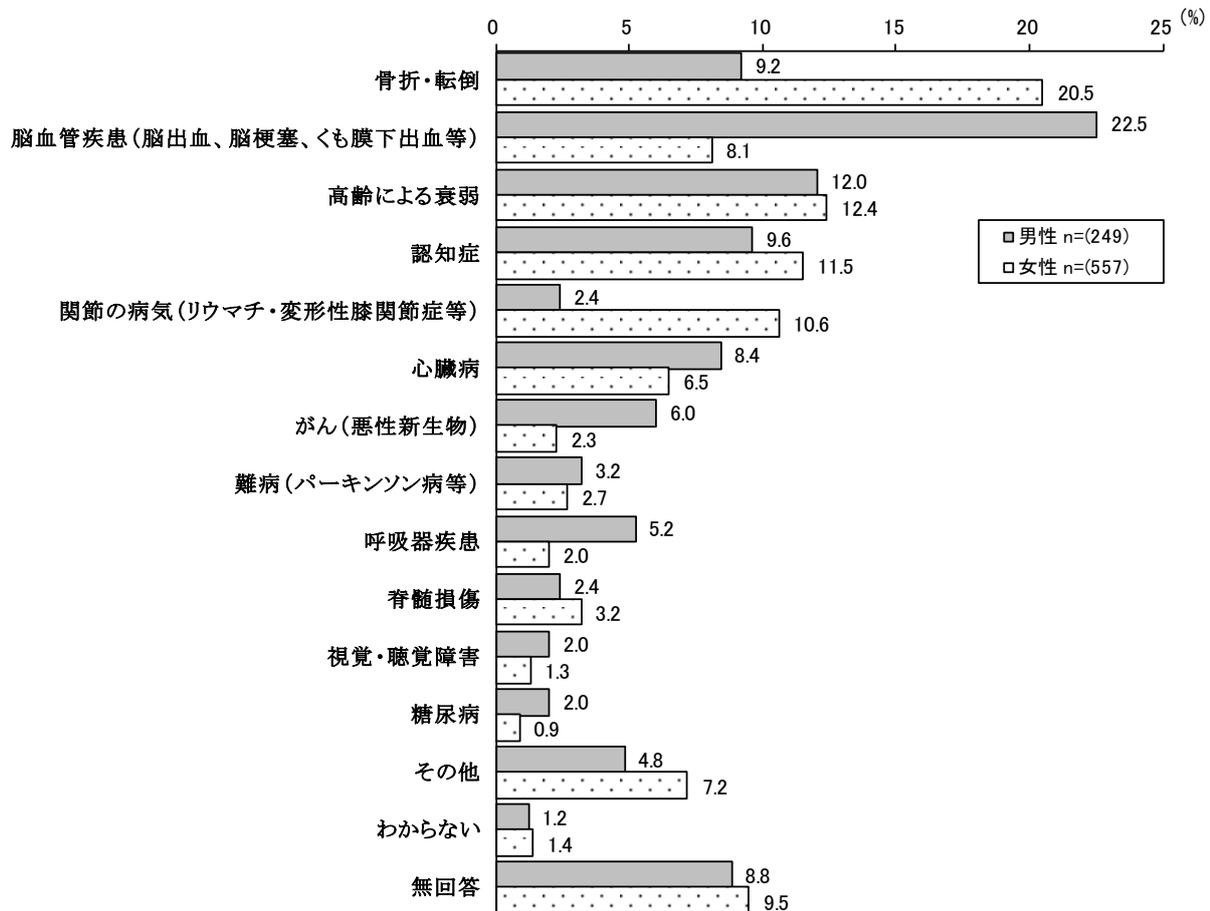


## 3 要支援・要介護認定者調査

## ②介護が必要となった主な原因

問 14 あなたが、介護を必要とするようになった主な原因は、次のうちどれですか。  
(1つに○)

<図表> 介護が必要となった主な原因【性別】



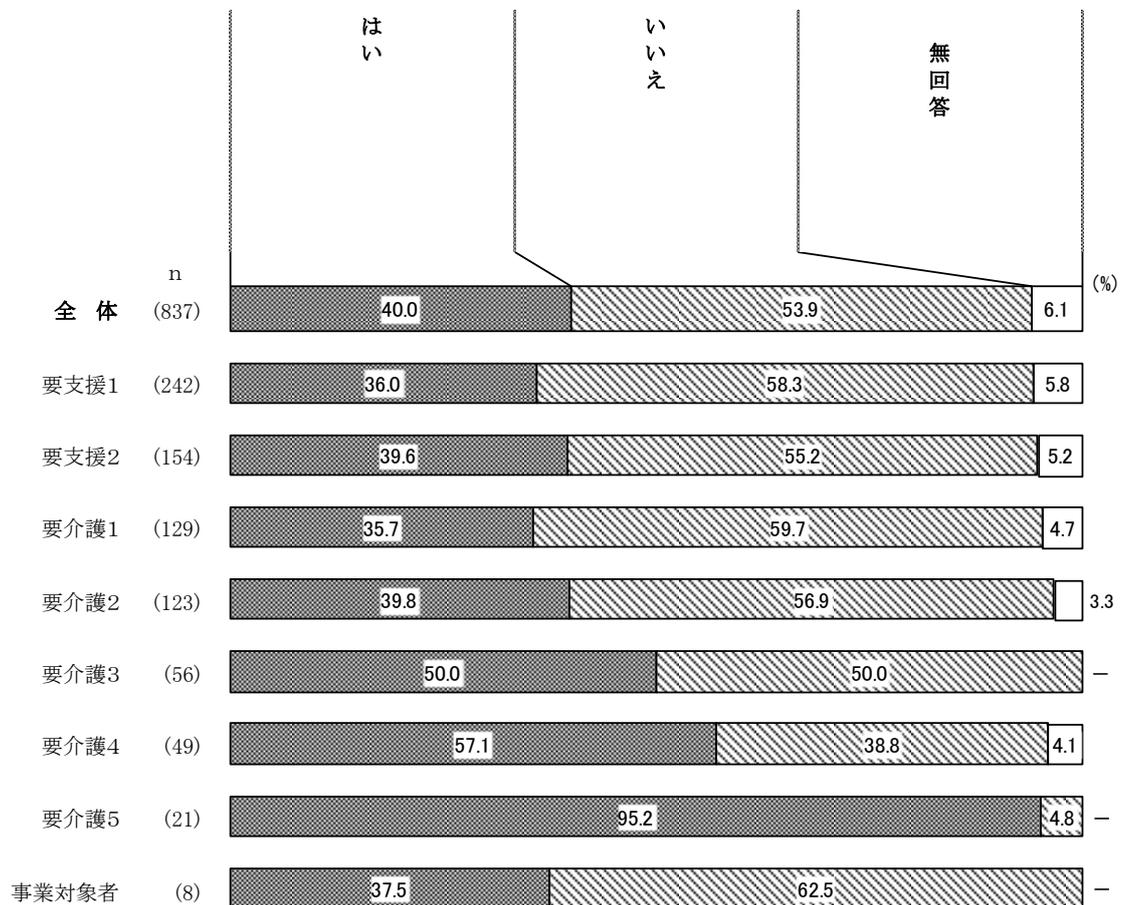
性別で見ると、「骨折・転倒」は、女性の方が11.3ポイント高くなっている。また、「脳血管疾患(脳出血、脳梗塞、くも膜下出血等)」は、男性の方が14.4ポイント高くなっている。

## (6) 歯科について

## ②往診してくれる歯科医院の認知度

問 18 あなたは、往診してくれる歯科医院があることをご存じですか。(1つに○)

<図表> 往診してくれる歯科医の認知度【要介護度認定別 (問13)】



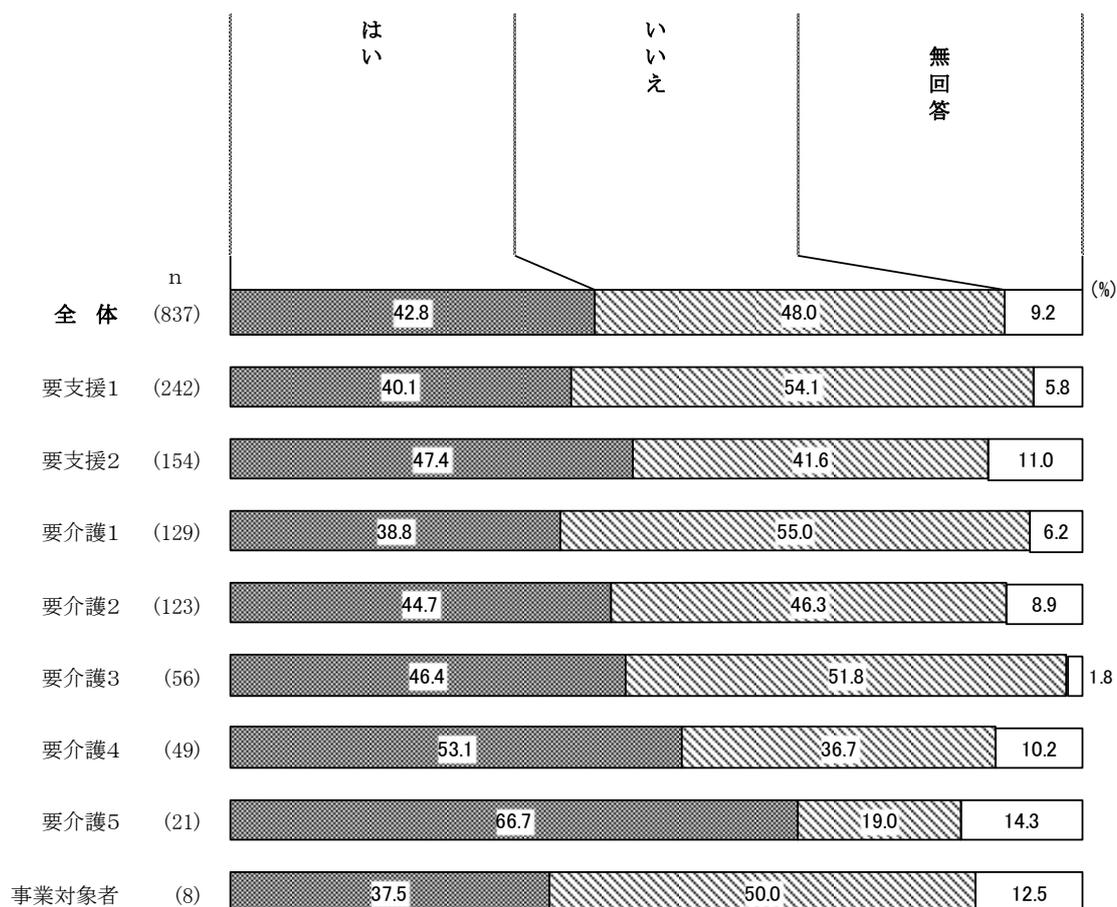
要支援・要介護度別にみると、要支援・要介護度が高くなるにつれて往診してくれる歯医者への認知度が高くなる傾向がある。

## (7) 摂食嚥下（食べる機能）について

## ①食べる機能について

問 19 あなたの食べる機能について、ア～ウのすべての質問にお答えください。  
 （それぞれ1つに○）

<図表> 食べる機能 ア. 硬いものが食べにくい【要介護度認定別（問13）】



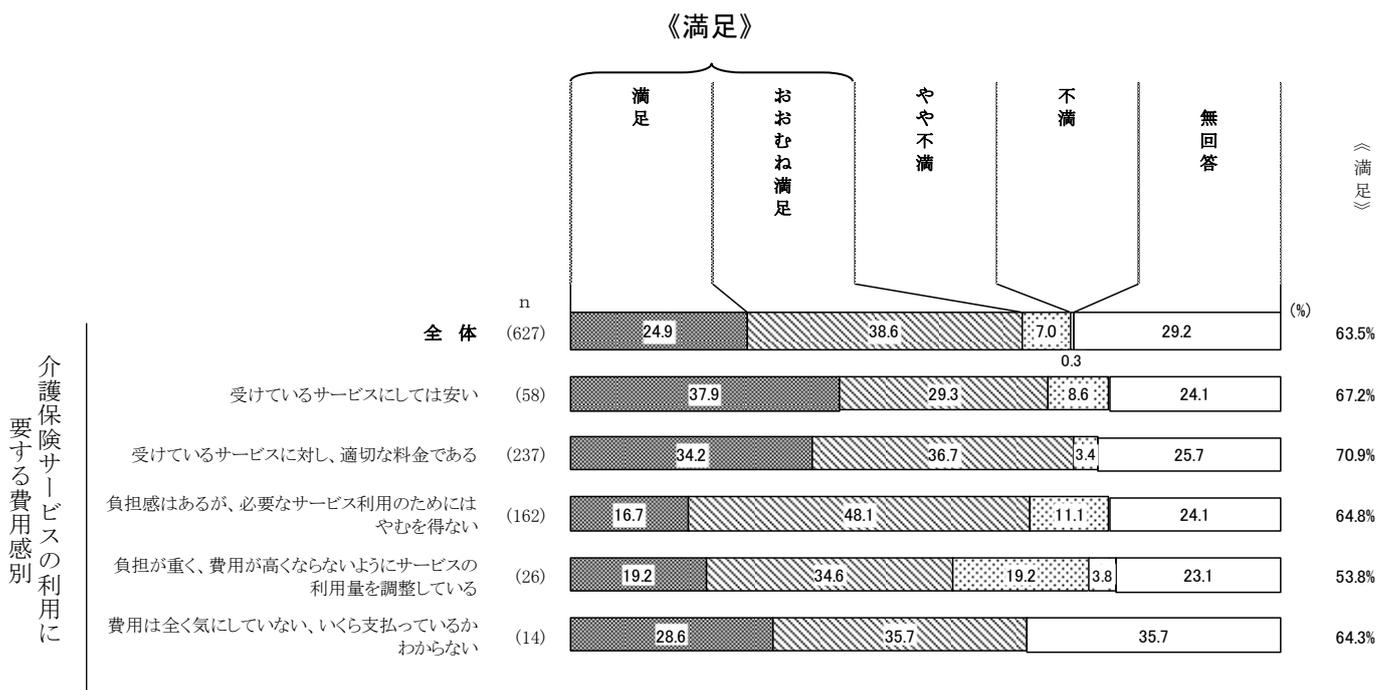
要支援・要介護度別にみると、要支援・要介護度が高くなるにつれて硬いものが食べにくいと回答する割合が高くなる傾向がある。

(8) 介護保険サービスの利用状況と利用意向

①介護保険サービスの利用状況

問 22-2 《問 22 で「利用している」を選んだ方のみお答えください》  
 現在ご利用の介護保険サービスと利用満足度についておたずねします。

<図表> 利用している介護保険サービスの総合的な満足度【介護保険サービスの利用に要する費用感別（問22-3）】

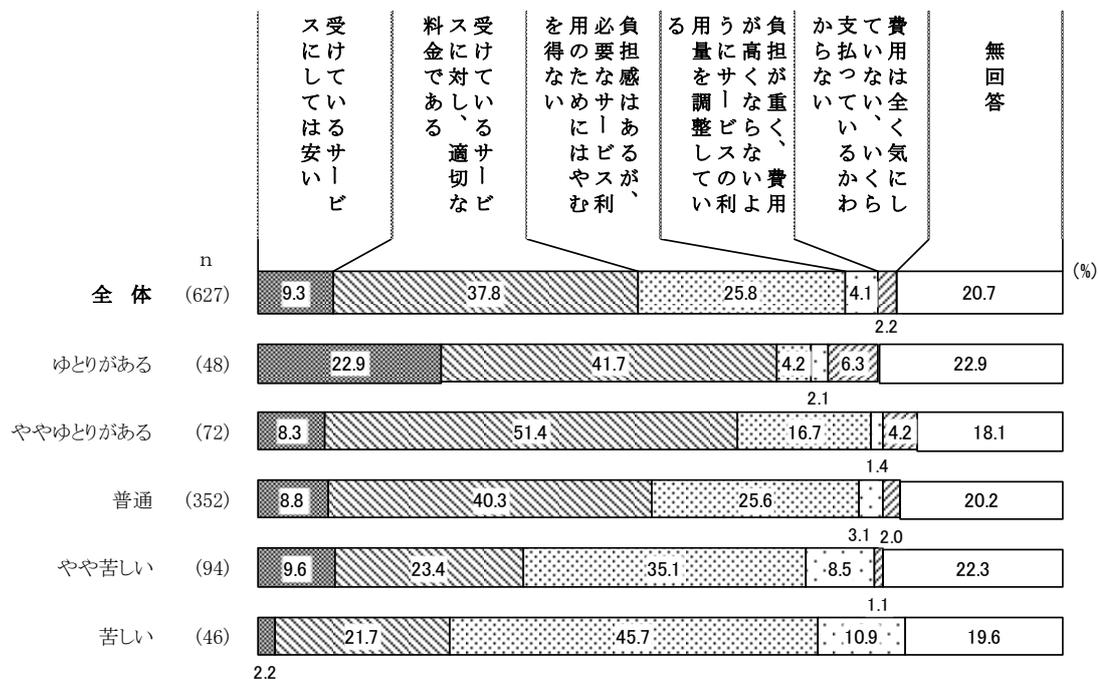


介護保険サービスの利用に要する費用感別でみると、「受けているサービスに対し、適切な料金である」と回答した人のうち、約7割の人が《満足》(70.9%)と回答している。

④介護保険サービスの利用に要する費用について

問 22-3 《問 22 で「利用している」を選んだ方のみお答えください》  
 介護保険サービスの利用に要する費用（1割～3割の利用者負担）について、どのように感じですか。（1つに○）

<図表> 介護保険サービスの利用に要する費用感【暮らし向き別（問7）】

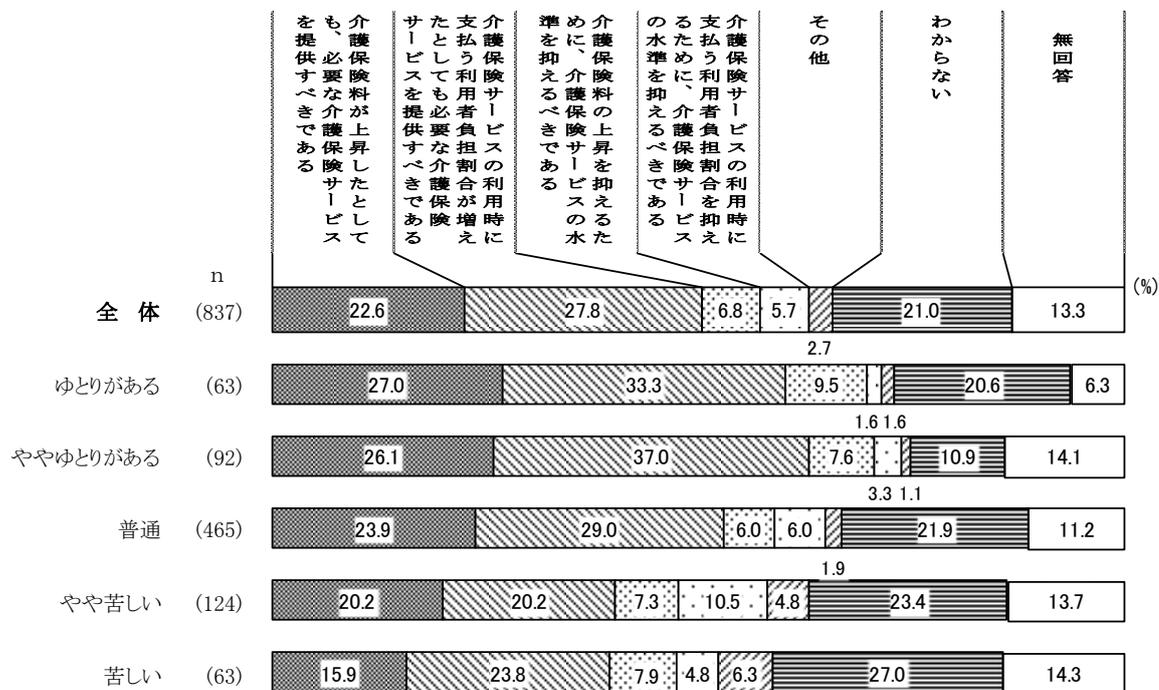


暮らし向き別でみると、暮らしにゆとりがあるほど「受けているサービスにしては安い」「受けているサービスに対し、適切な料金である」の割合が高い傾向がある。

⑧介護保険のサービスと費用負担について

問 26 今後、高齢者の増加に伴い、サービスにかかる費用も増大することが予想されます。介護保険のサービスと費用負担について、あなたのお考えに最も近いものは、次のうちどれですか。(1つに○)

<図表> 介護保険サービスの費用負担感【暮らし向き別 (問7)】



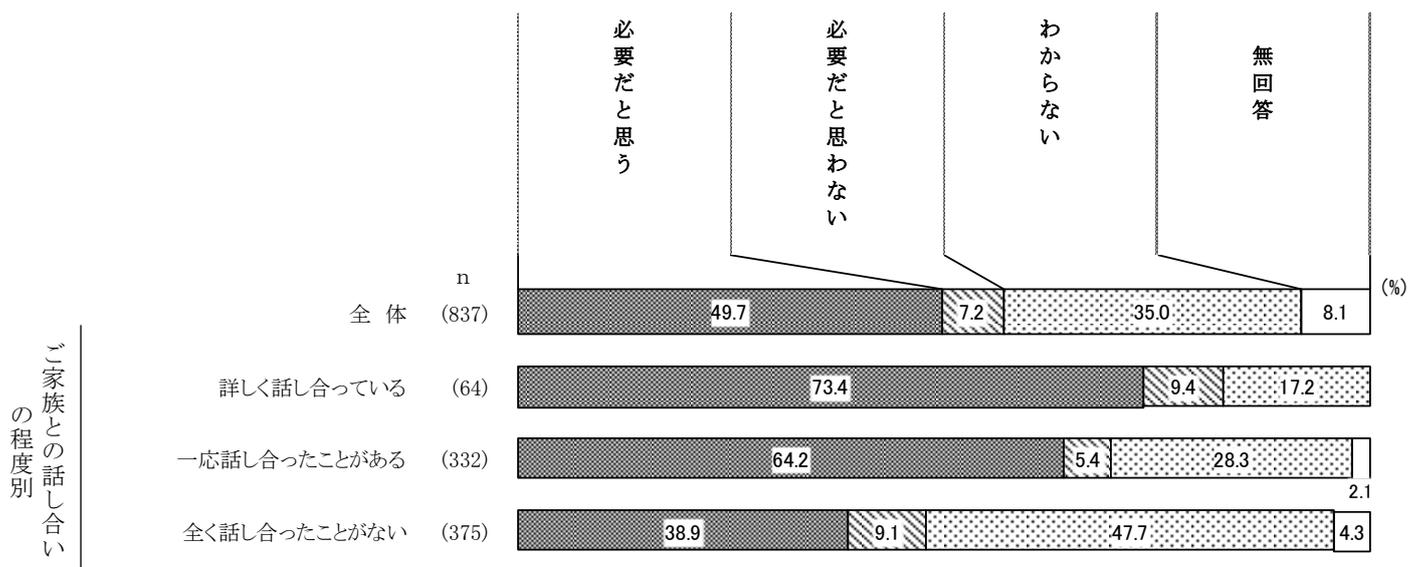
暮らし向き別でみると、暮らしにゆとりがあるほど「介護保険料が上昇したとしても、必要な介護保険サービスを提供すべきである」の割合が高くなっている。

(9) 人生の最終段階における医療について

④エンディングノートの作成

問 32 あなたは、自分で判断出来なくなった場合に備えて、どのような治療を受けたいか、あるいは受けたくないかなどを記載した書面（エンディングノートなど）をあらかじめ作成しておくことについて、どう思いますか。（1つに○）

<図表> エンディングノートの作成【ご家族との話し合いの程度別（問31）】



ご家族との話し合いの程度別でみると、「必要だと思う」との回答は、ご家族との話し合いの程度が深くなるほど増加する傾向にある。

## (10) 家族等介護者の状況について

## ⑧働き方の調整

問 52-1 《問 52 で「フルタイムで働いている」または「パートタイム（アルバイト、嘱託、契約社員等を含む）で働いている」を選んだ方のみお答えください》

介護をするにあたって、何か働き方についての調整等をしていただけますか。  
(あてはまるものすべてに○)

<図表> 働き方の調整【ご自身の暮らし向き別（問7）】

(%)

		調査数 (件)	特に行っていない	介護のために「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら働いている	介護のために「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている	介護のために「在宅勤務」を利用しながら、働いている	介護のため、その他の調整をしながら、働いている	無回答
全 体		233	43.3	24.0	14.2	3.9	13.3	9.4
暮 ら し 向 き	ゆとりがある	19	47.4	15.8	26.3	5.3	5.3	5.3
	ややゆとりがある	29	51.7	27.6	6.9	-	6.9	6.9
	普通	130	48.5	20.0	11.5	3.1	13.8	10.8
	やや苦しい	34	20.6	41.2	23.5	5.9	14.7	11.8
	苦しい	15	33.3	20.0	20.0	13.3	20.0	-

暮らし向き別でみると、普通の場合「特に行っていない」（48.5%）が5割弱、やや苦しい場合「介護のために「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら働いている」（41.2%）が4割強と高くなっている。

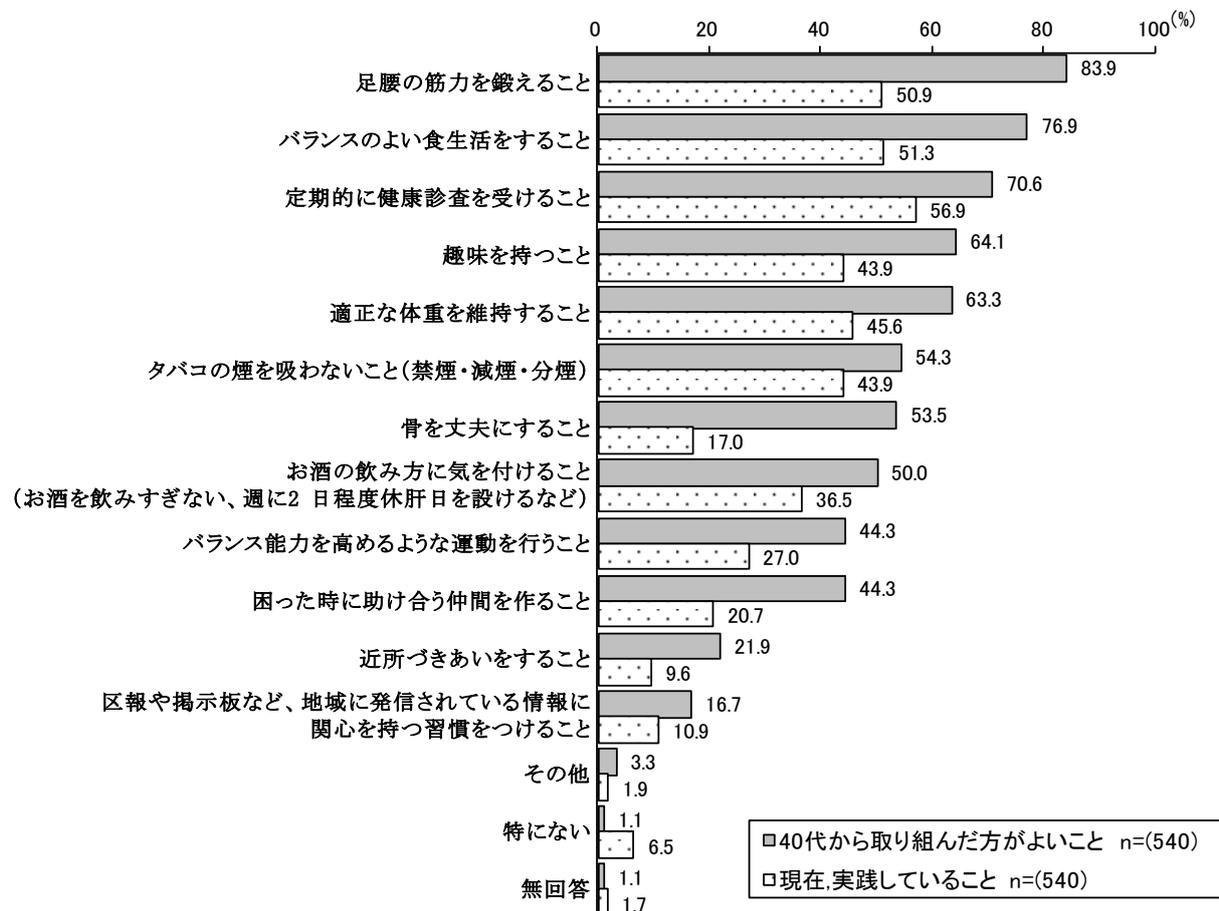
## 4 第2号被保険者調査

## (11) 健康状態や健康づくり等について

## ⑥現在、実践していること

問11 あなたが現在、実践していることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

<図表>40代から取り組んだほうがよいこと(問10)と現在、実践していることとの差異(複数回答)



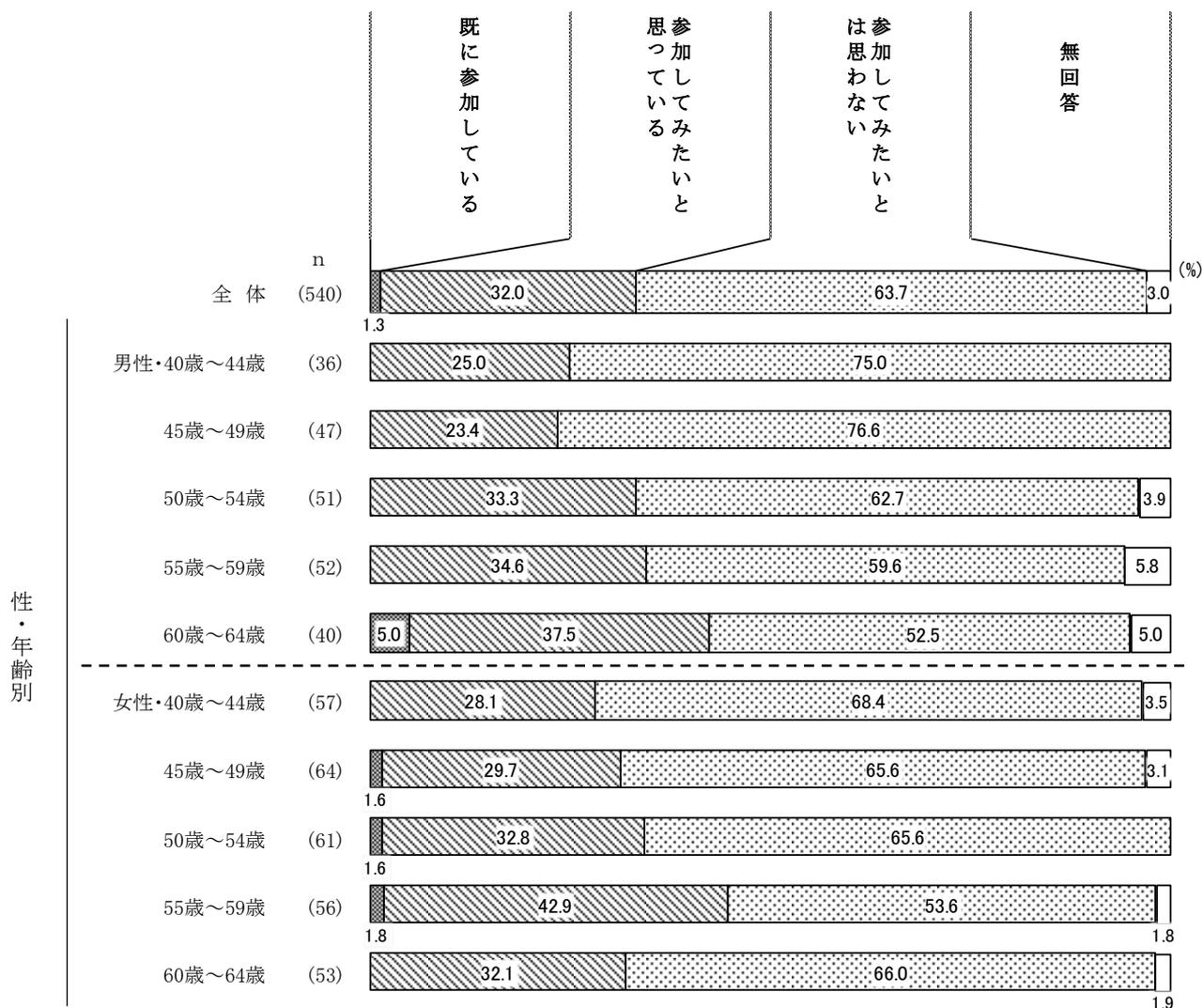
40代から取り組んだほうがよいことと現在、実践していることを比較すると、差異の大きな取り組みは、上位から「骨を丈夫にすること」(36.5ポイント差)、「足腰の筋力を鍛えること」(33.0ポイント差)、「バランスのよい食生活をする」(25.6ポイント差)の順となっている。

## (12) 支援を必要とする高齢者を支えるしくみづくりについて

## ④ 高齢者の身の回りの世話やボランティア活動への参加意向

問 21 あなたは、支援を必要とする地域の高齢者の身の回りの世話（ごみ出しや買い物の付き添い、見守り等）や生活を支援するボランティア活動に機会があれば参加してみたいですか。（1つに○）

<図表> 高齢者の身の回りの世話やボランティア活動への参加意向(性・年齢別)



性・年齢別でみると、「参加してみたいと思っている」割合は、男性の場合、60代前半で37.5%と高く、女性の場合、50代後半で42.9%と高くなっている。