

## 2-2 一般高齢者【重点】調査

### (1) ご本人について

#### ①調査票の記入者

<図表66> 調査票の記入者

調査票の記入者				
調査数	本人	家族	その他	無回答
1,837	1,553	45	3	236

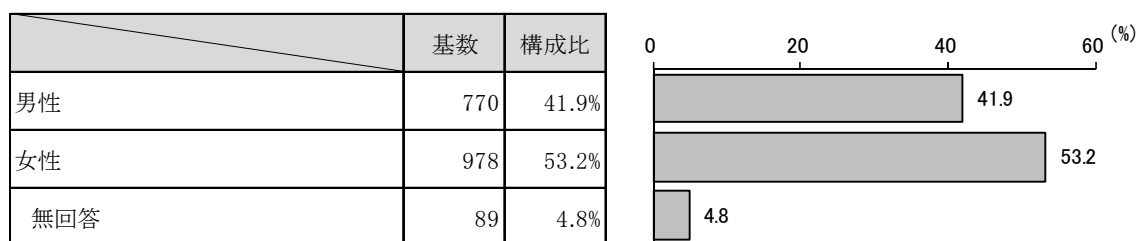
#### ②現在の状況（本人の不在の事情）

<図表67> 現在の状況（本人の不在の事情）

現在の状況（本人の不在の事情）						
調査数	医療機関 に入院中	福祉施設 に入所中	転居	死亡	その他	左記に該 当しない
1,837	5	2	-	-	16	1,814

#### ③性別

<図表68> 性別

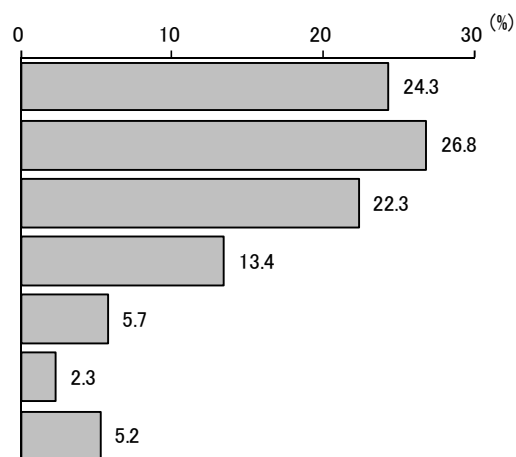


第2章 2-2 一般高齢者【重点】調査

④年齢

<図表69> 年齢

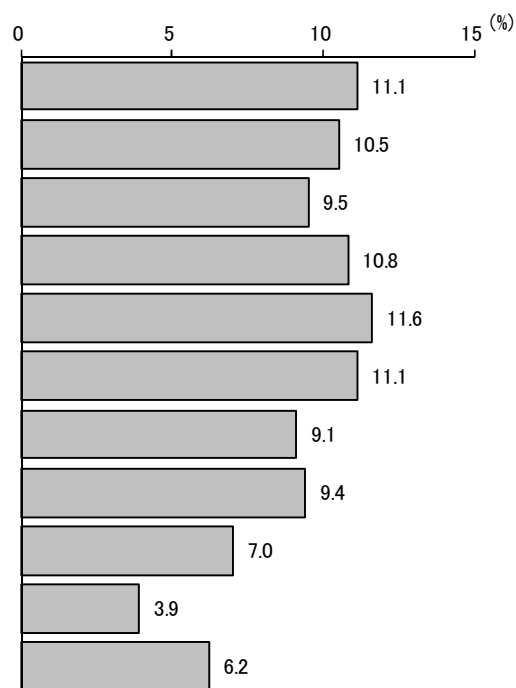
	基数	構成比
65歳～69歳	447	24.3%
70歳～74歳	493	26.8%
75歳～79歳	409	22.3%
80歳～84歳	246	13.4%
85歳～89歳	104	5.7%
90歳以上	42	2.3%
無回答	96	5.2%



⑤お住まいの地区

<図表70> お住まいの地区

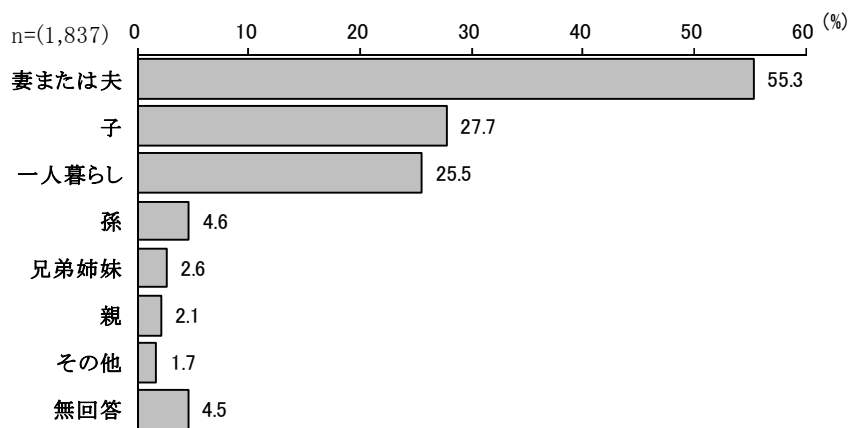
	基数	構成比
四谷	204	11.1%
箆笥町	192	10.5%
榎町	174	9.5%
若松町	198	10.8%
大久保	213	11.6%
戸塚	203	11.1%
落合第一	167	9.1%
落合第二	172	9.4%
柏木	129	7.0%
角筈	72	3.9%
無回答	113	6.2%



⑥同居者

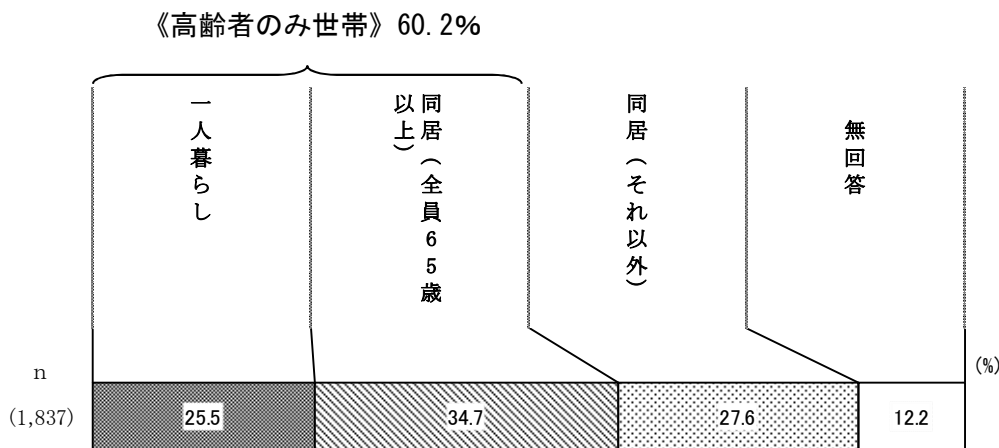
問4 現在、あなたはどなたかと同居していますか。同居している場合は、あなたからみた続柄で、同居している方すべてに○をしてください。(あてはまるものすべてに○)

<図表71> 同居者（複数回答）



同居の状態についてたずねたところ、「一人暮らし」(25.5%)が2割台半ばとなっている。同居者は、「妻または夫」(55.3%)が5割台半ば、「子」(27.7%)が2割台半ばを超えている。

<図表72> 世帯構成

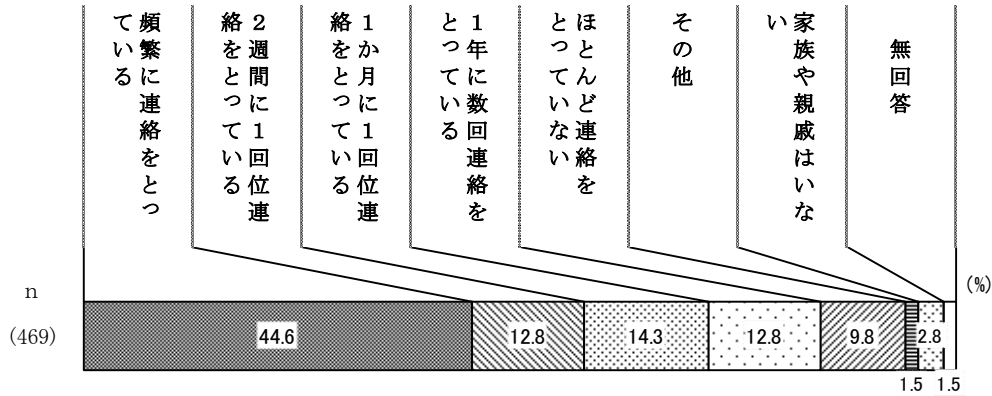


世帯構成についてたずねたところ、「一人暮らし」(25.5%)と「同居(全員65歳以上)」(34.7%)をあわせた《高齢者のみ世帯》は60.2%となっている。

⑦家族や親戚との連絡

問4-1 《問4で「一人暮らし」を選んだ方のみお答えください》  
あなたは、ご家族やご親戚と連絡をどのくらいとっていますか。(1つに○)

<図表73> 家族や親戚との連絡

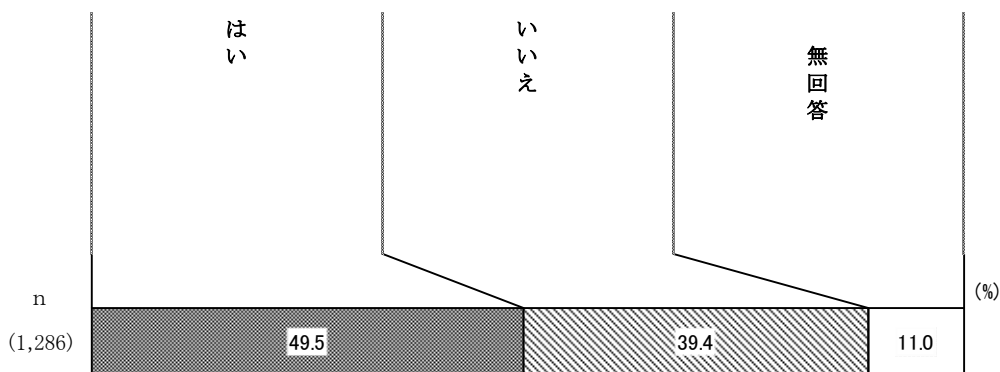


問4で「一人暮らし」と回答した人に家族や親戚と連絡をとっている頻度についてたずねたところ、「頻繁に連絡をとっている」(44.6%)が4割台半ば近くで最も高くなっている。

⑧同居者の年齢(全員65歳以上か否か)

問4-2 《問4で「一人暮らし」以外を選んだ方のみお答えください》  
同居の方は、全員65歳以上ですか。(1つに○)

<図表74> 同居者の年齢(全員65歳以上か否か)

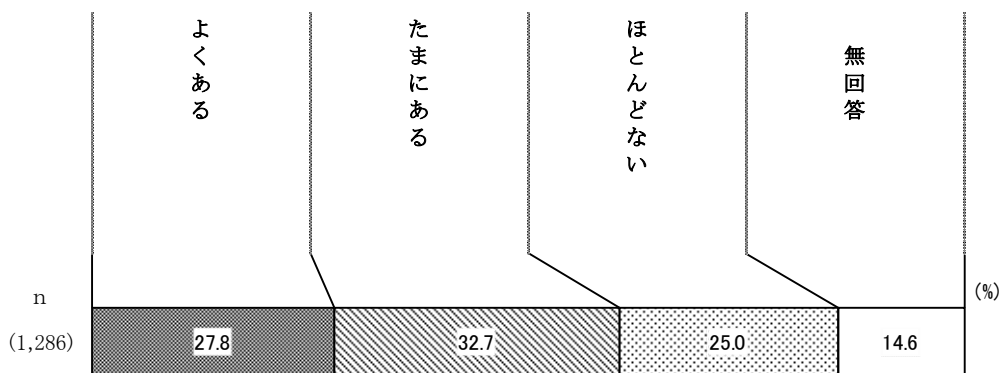


問4で《同居者がいる》と回答した人に同居者が全員65歳以上かについてたずねたところ、「はい」(49.5%)は5割弱となっている。

⑨日中の独居状況

問4-3 《問4で「一人暮らし」以外を選んだ方のみお答えください》  
日中、一人になることはありますか。(1つに○)

<図表75> 日中の独居状況

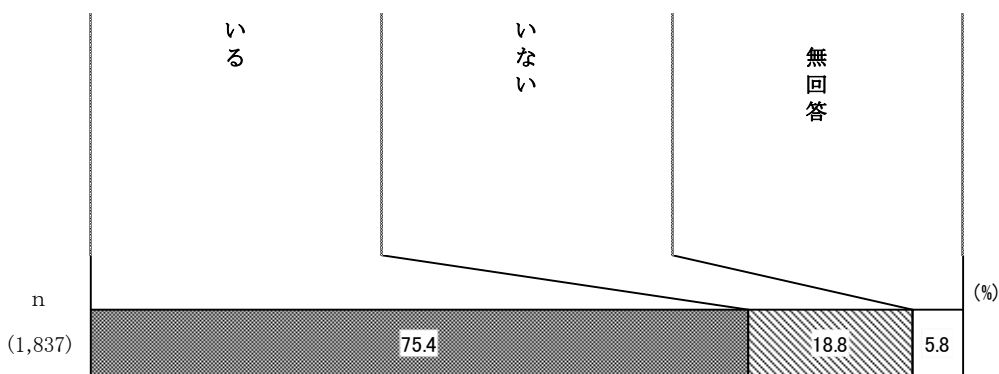


問4で《同居者がいる》と回答した人に日中一人になることがあるかについてたずねたところ、「たまにある」(32.7%)が3割強で最も高く、次いで、「よくある」(27.8%)、「ほとんどない」(25.0%)の順となっている。

⑩同居者以外に手助けを頼める人の有無

問5 あなたが日常生活で困ったことがあったとき、同居者以外に誰か手助けを頼める人がいますか。(1つに○)

<図表76> 同居者以外に手助けを頼める人の有無

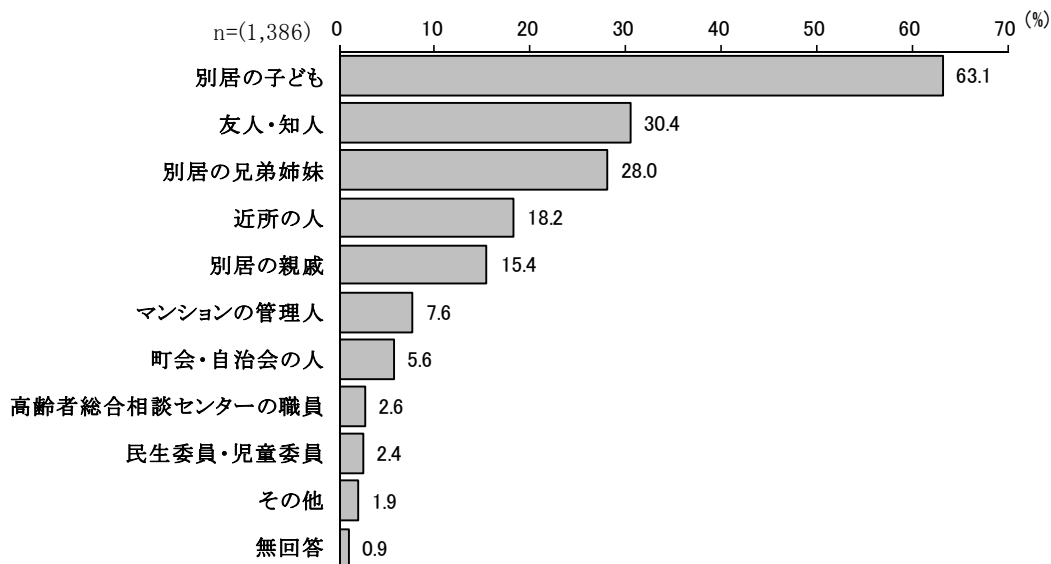


同居者以外に日常生活で困ったときに手助けを頼める人の有無についてたずねたところ、「いる」(75.4%)は7割台半ばとなっている。

⑪手助けを頼める人

問5-1 《問5で「いる」を選んだ方のみお答えください》  
手助けを頼める人はどなたですか。(あてはまるものすべてに○)

<図表77> 手助けを頼める人 (複数回答)

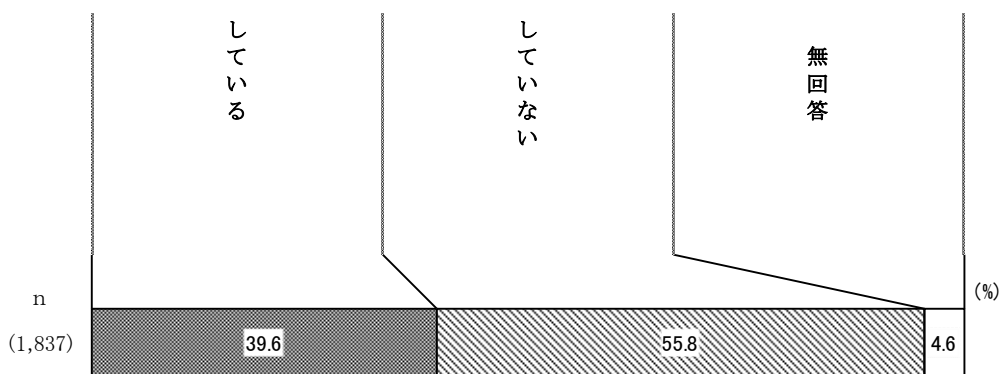


問5で同居者以外に手助けを頼める人が「いる」と回答した人に、その依頼先についてたずねたところ、「別居の子ども」(63.1%)が6割台半ば近くと最も高く、次いで、「友人・知人」(30.4%)、「別居の兄弟姉妹」(28.0%)の順となっている。

⑫就業状況

問6 あなたは現在、収入のある仕事をしていますか。(1つに○)

<図表78> 就業状況

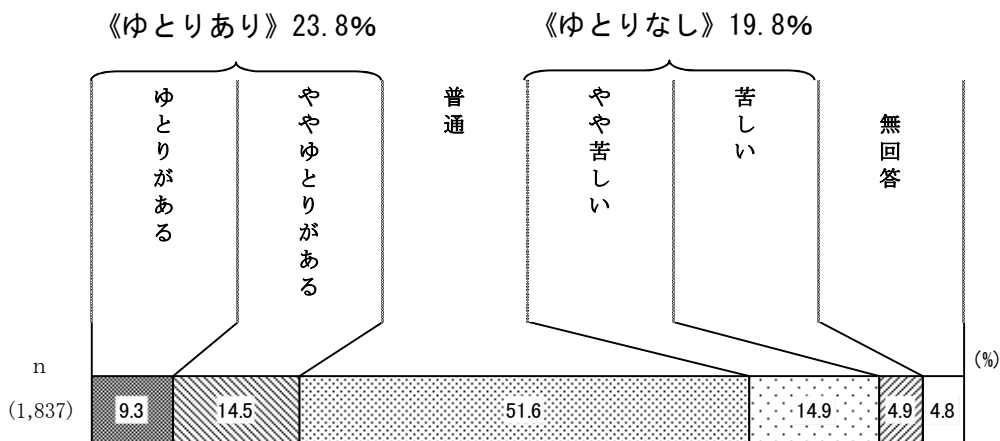


就業状況についてたずねたところ、収入のある仕事を「している」(39.6%)は4割弱となっている。

⑬現在の暮らし向き

問7 あなたは、現在のご自身の暮らし向きをどのように感じていますか。(1つに○)

<図表79> 現在の暮らし向き

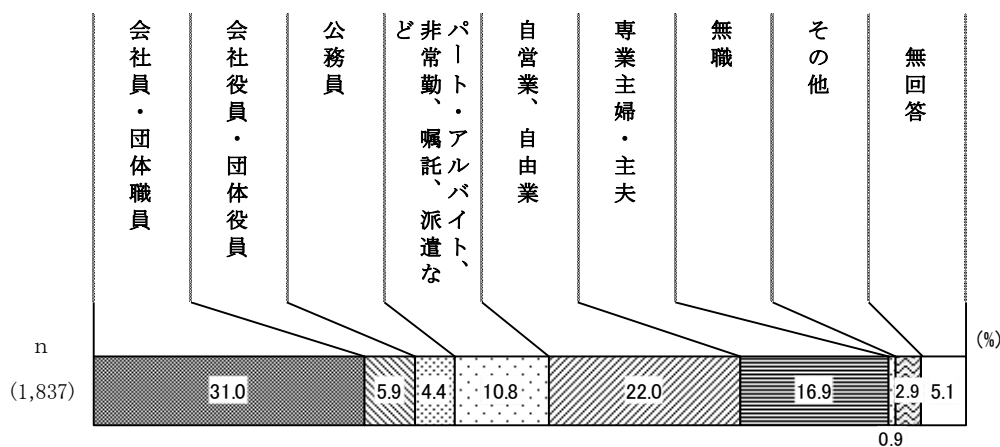


現在の暮らし向きについてたずねたところ、「普通」(51.6%)が5割強で最も高く、「ゆとりがある」(9.3%)と「ややゆとりがある」(14.5%)をあわせた《ゆとりあり》は23.8%となっている。

⑭生涯で一番長く就いていた職業

問8 あなたが生涯で一番長く就かれていた職業は、次のうちどれですか。(1つに○)

<図表80> 生涯で一番長く就いていた職業



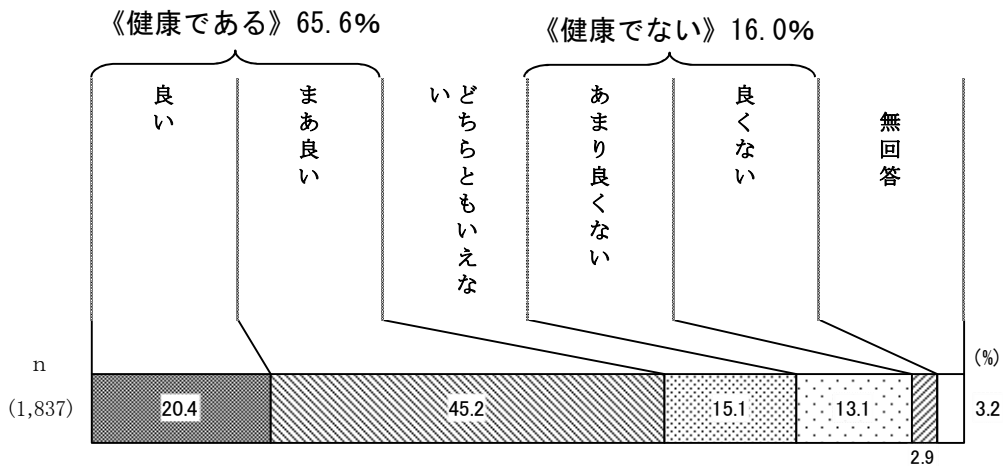
生涯で一番長く就いていた職業についてたずねたところ、「会社員・団体職員」(31.0%)が3割強で最も高く、次いで、「自営業、自由業」(22.0%)、「専業主婦・主夫」(16.9%)の順となっている。

第2章 2-2 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

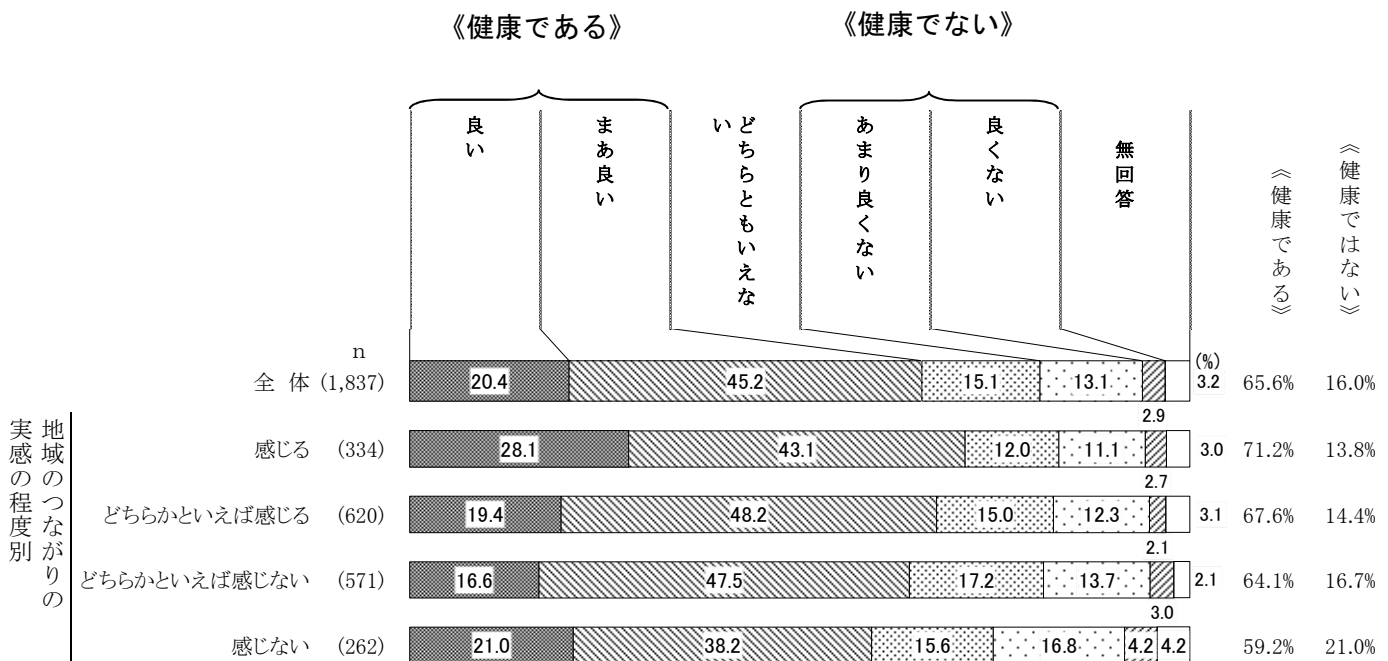
問9 あなたは、現在の健康状態をどのように感じていますか。(1つに○)

<図表81> 健康状態



自身の健康状態についてたずねたところ、「良い」(20.4%)と「まあ良い」(45.2%)をあわせた《健康である》は65.6%となっている。

<図表82> 健康状態【地域のつながりの実感の程度別 (問28 (2))】



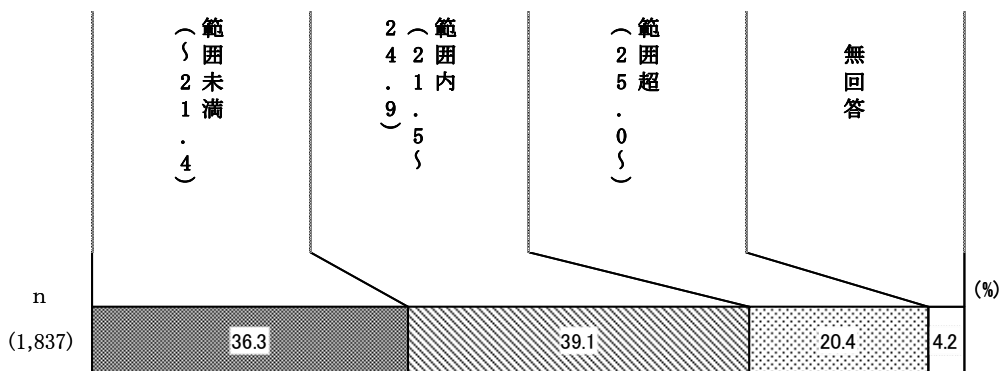
地域のつながりの実感の程度別にみると、地域のつながりを実感している人ほど《健康である》割合が増加する傾向にある。



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

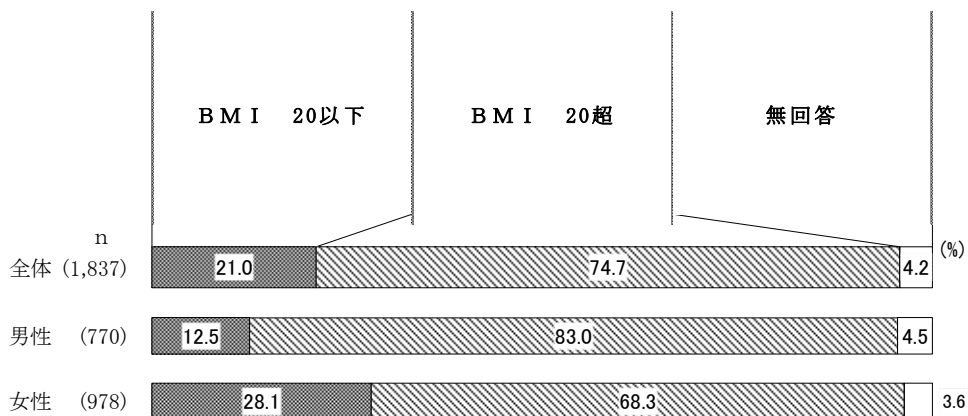
<図表83> BMI（目標とするBMIの範囲の分布）



身長と体重からBMIを求め、目標とするBMIの範囲の分布をみると、「範囲未満」が36.3%、「範囲内」が39.1%、「範囲超」が20.4%となっている。

注：BMIは体重÷(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。

<図表84> BMI（低栄養傾向 BMI ≤20）【性別】

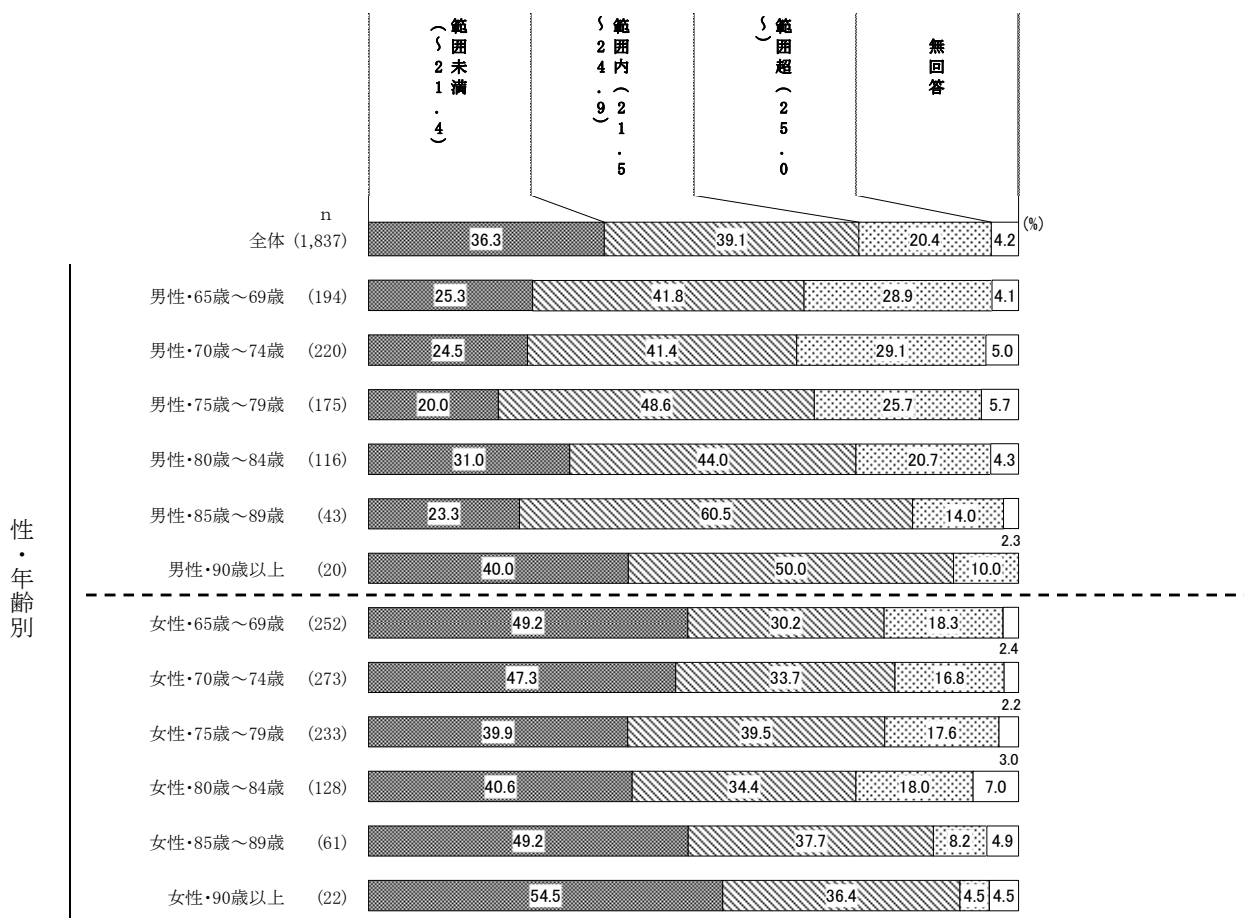


低栄養傾向と考えられる「BMI 20以下」は21.0%となっている。

性別にみると、「BMI 20以下」(男性：12.5% 女性28.1%)は、女性の方が男性よりも15.6ポイント高くなっている。

※厚生労働省「健康日本 21 (第二次)」では、低栄養傾向の基準を、要介護や総死亡リスクが統計学的に優位に高くなるポイントとして示されている「BMI 20以下」とし、その割合の増加の抑制を指標として設定している。

<図表85> BMI（目標とするBMIの範囲の分布）【性・年齢別】



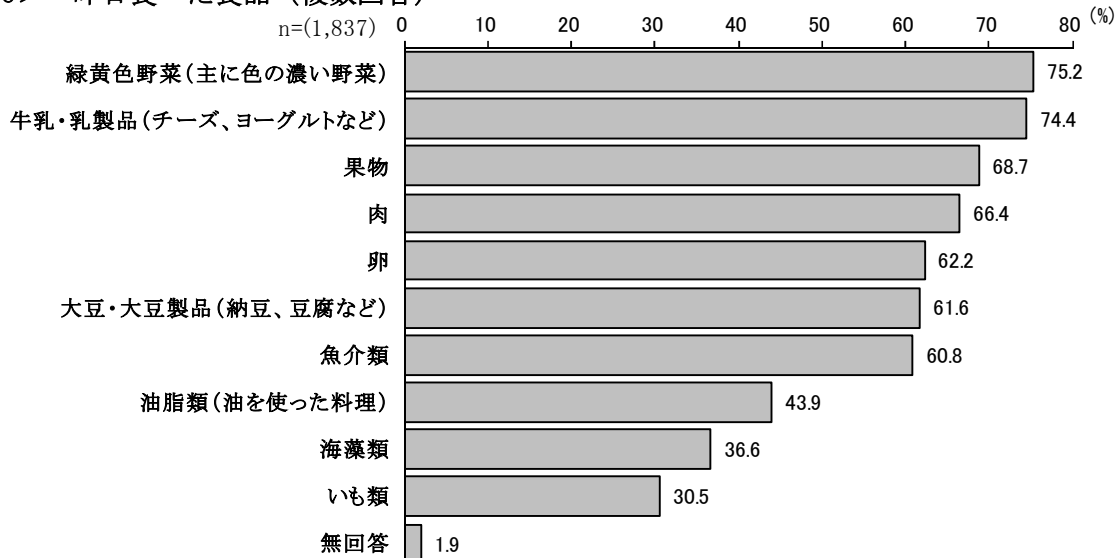
BMIを性・年齢別にみると、年齢にかかわらず「範囲未満（～21.4）」の割合は男性よりも女性の方が高く、「範囲超え（25.0～）」の割合は女性よりも男性の方が高い。

「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。

③昨日食べた食品

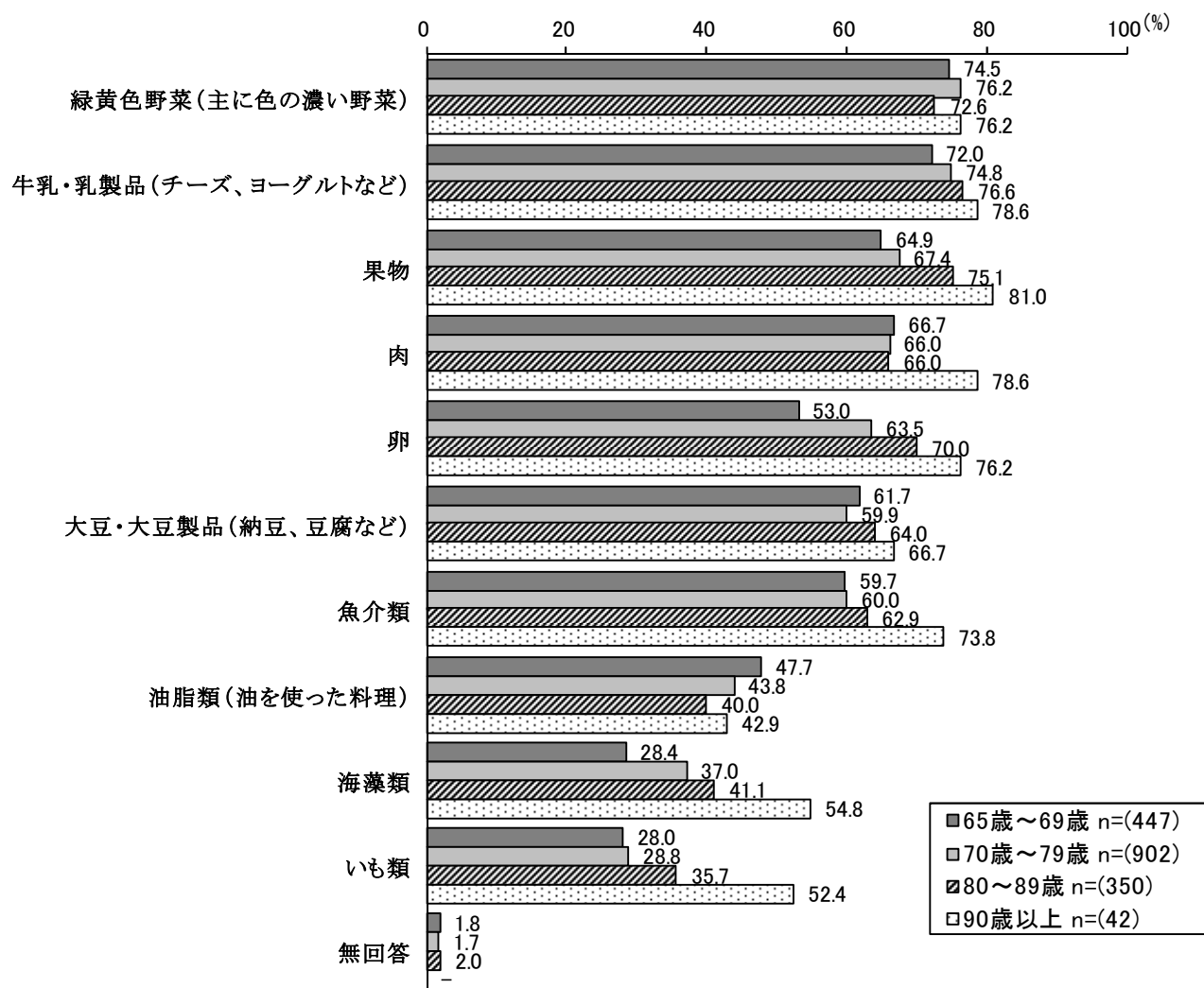
問11 あなたが昨日食べた食品は、次のうちどれですか。(あてはまるものすべてに○)

<図表86> 昨日食べた食品 (複数回答)



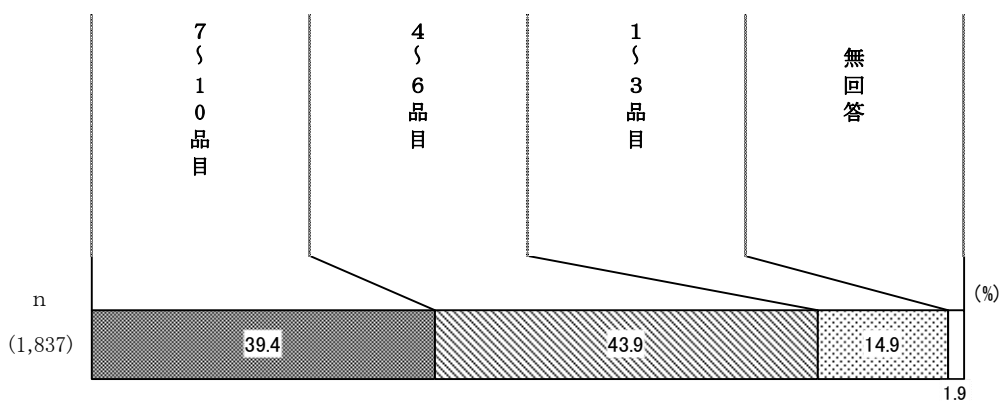
昨日食べた食品についてたずねたところ、「緑黄色野菜（主に色の濃い野菜）」（75.2%）が7割台半ばと最も高く、次いで、「牛乳・乳製品（チーズ、ヨーグルトなど）」（74.4%）、「果物」（68.7%）、「肉」（66.4%）の順となっている。

<図表87> 昨日食べた食品【年齢別】



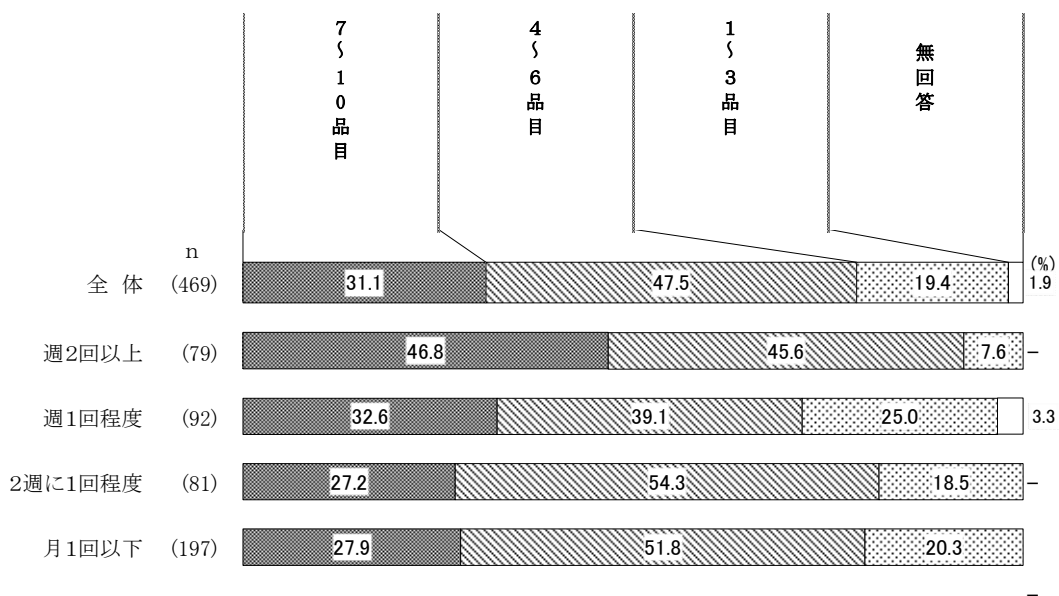
年齢別にみると、緑黄色野菜と牛乳・乳製品は年齢にかかわらず7割以上が摂取している。また、牛乳・乳製品、果物、卵、魚介類、海藻類、いも類は年齢が上がるにつれて摂取している割合が高い傾向がある。一方で、油脂類は年齢が上がるにつれて摂取している割合が低くなっている。

<図表88> 昨日食べた食品数



昨日食べた食品数は、「4～6品目」(43.9%)が4割台半ば近くと最も高く、次いで、「7～10品目」(39.4%)の順となっている。

<図表89> 昨日食べた食品数【友人、知人などと一緒に食事をする頻度別 (問13)】

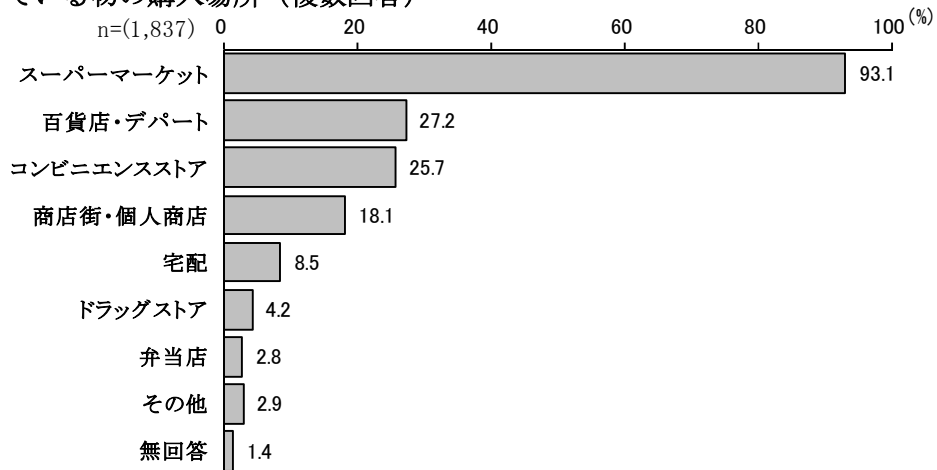


友人、知人などと一緒に食事をする頻度が高いほど、「7～10品目」を摂取している割合が高い傾向がある。

④ 普段食べている物の購入場所

問12 あなたは、普段食べている物を主にどこで購入していますか。  
(あてはまるものすべてに○)

<図表90> 普段食べている物の購入場所 (複数回答)



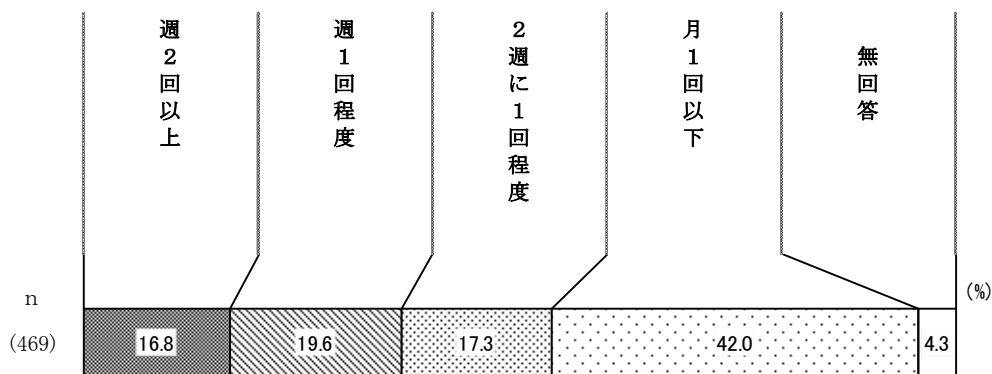
普段食べている物の購入場所についてたずねたところ、「スーパーマーケット」(93.1%)が9割台半ば近くと最も高く、次いで、「百貨店・デパート」(27.2%)、「コンビニエンスストア」(25.7%)の順となっている。

⑤誰かと一緒に食事をする頻度

問13 《一人暮らしの方のみお答えください》

あなたは、友人、知人など、誰かと一緒に食事をすることがどのくらいありますか。  
(1つに○)

<図表91> 誰かと一緒に食事をする頻度



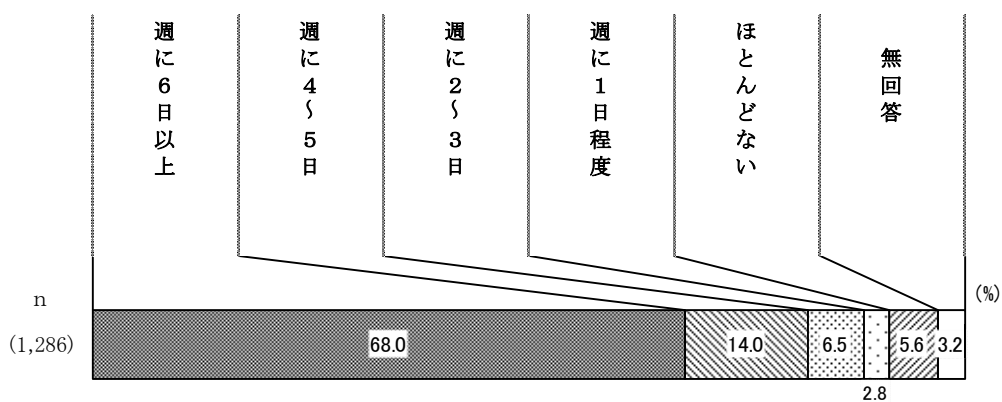
「一人暮らし」の人に、誰かと一緒に食事をする頻度についてたずねたところ、「月1回以下」(42.0%)が4割強で最も高く、次いで、「週1回程度」(19.6%)、「2週に1回程度」(17.3%)の順となっている。

⑥同居している人と夕食を食べる頻度

問14 《二人以上でお住まいの方のみお答えください》

あなたが夕食を同居している人と一緒に食べるのは、週に何日ですか。(1つに○)

<図表92> 同居している人と夕食を食べる頻度

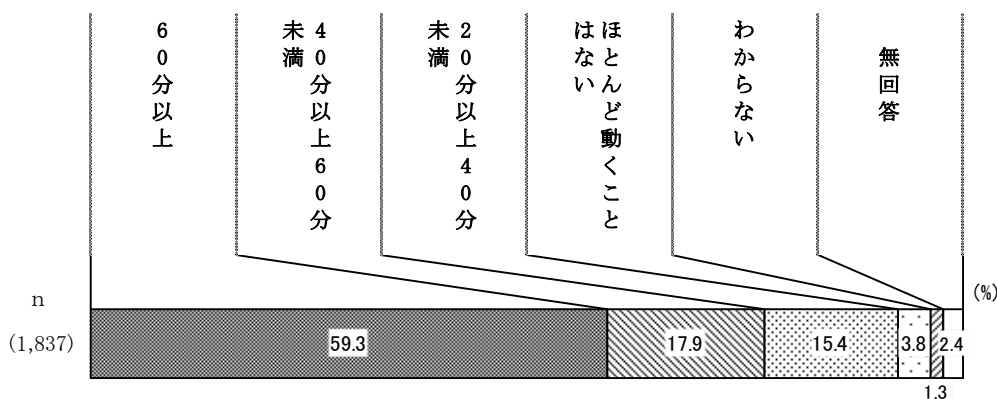


同居者がいる人に、同居している人と夕食を食べる頻度についてたずねたところ、「週に6日以上」(68.0%)が7割近くで最も高く、次いで、「週に4~5日」(14.0%)、「週に2~3回」(6.5%)の順となっている。

⑦日常生活で体を動かす1日あたりの時間

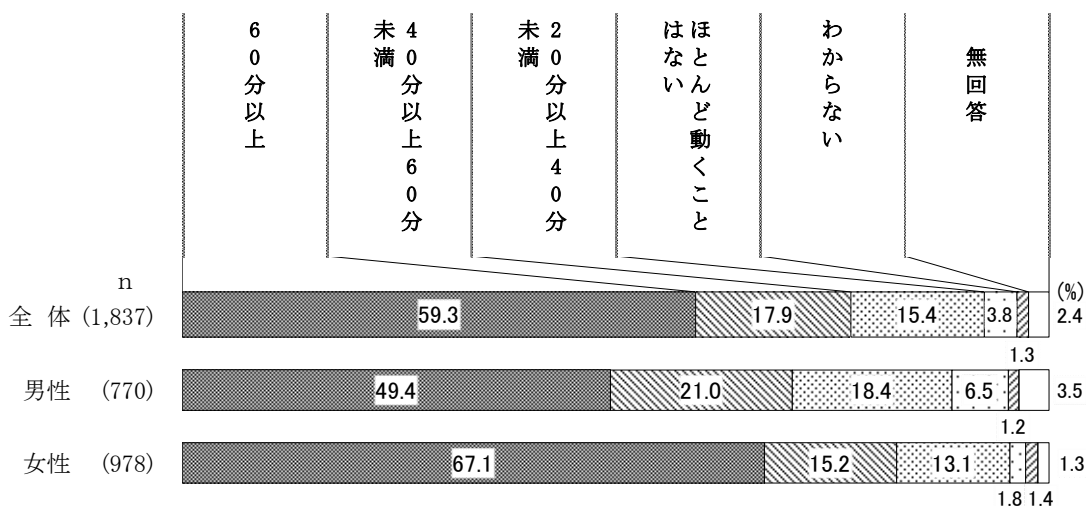
問15 日常生活で体を動かすことについておたずねします。あなたは毎日どれくらい体を動かしていますか。(1つに○)

<図表93> 日常生活で体を動かす1日あたりの時間



日常生活で体を動かす1日あたりの時間についてたずねたところ、「60分以上」(59.3%)が6割近くで最も高く、次いで、「40分以上60分未満」(17.9%)、「20分以上40分未満」(15.4%)の順となっている。

<図表94> 日常生活で体を動かす1日当たりの時間【性別】



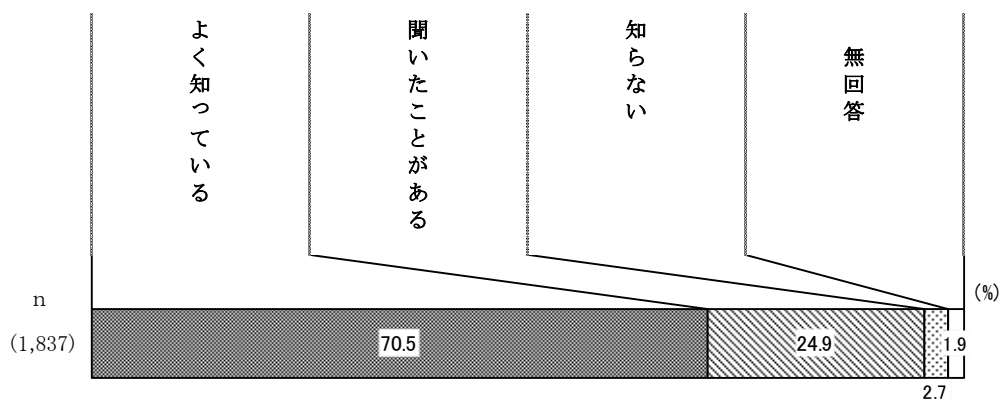
性別にみると、日常生活で1日あたり体を動かす時間が60分以上の割合は男性よりも女性の方が高くなっている。



⑧足腰を鍛えるためには、筋力トレーニングが重要であることの認知度

問16 あなたは、足腰を鍛えるためには、歩くなどの有酸素運動だけでなく筋肉に「ややきつい」と感じる程度の負荷をかける運動（筋力トレーニング）が重要であることを知っていますか。（1つに○）

<図表95> 足腰を鍛えるためには、筋力トレーニングが重要であることの認知度

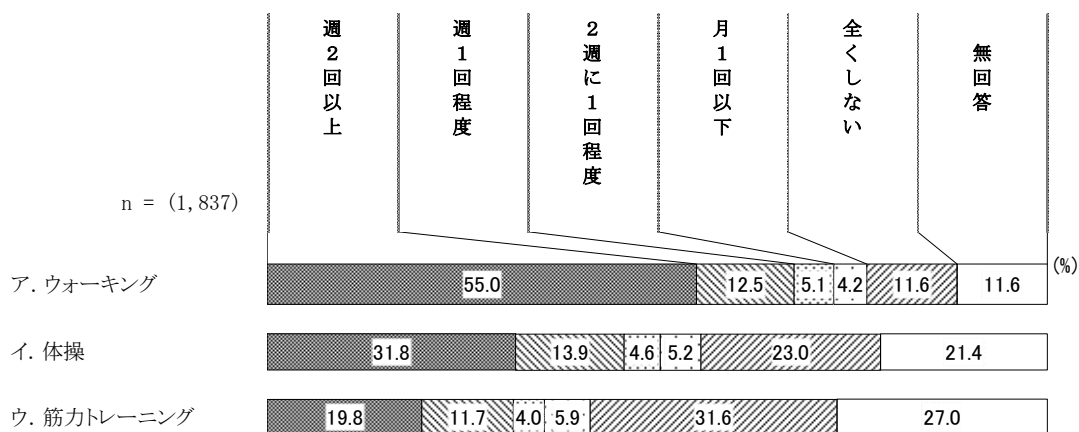


足腰を鍛えるためには、筋力トレーニングが重要であることの認知度についてたずねたところ、「よく知っている」（70.5%）が約7割で最も高く、次いで、「聞いたことがある」（24.9%）、「知らない」（2.7%）の順となっている。

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96> 運動の頻度

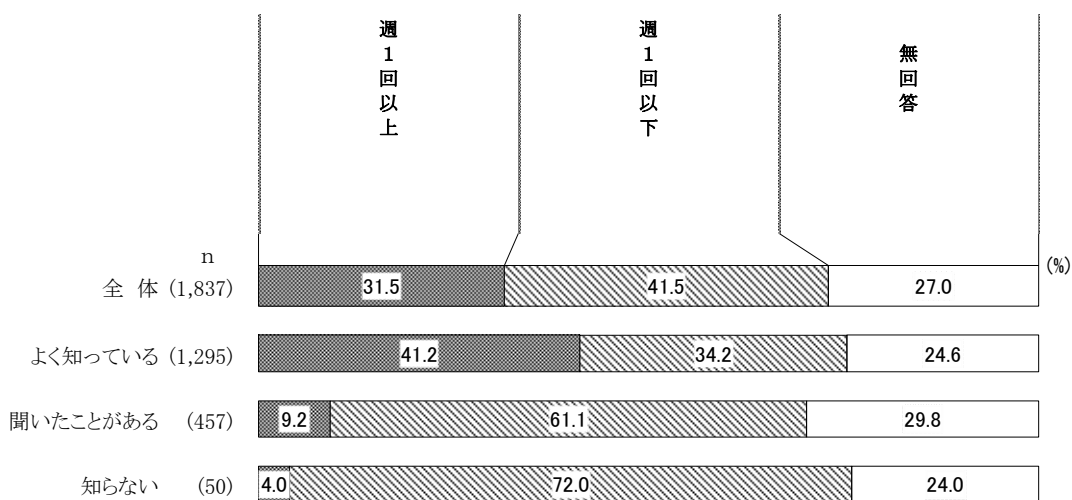


運動の頻度についてたずねたところ、ウォーキングでは「週2回以上」（55.0%）は5割台半ばとなっている。

体操では、「週2回以上」（31.8%）は3割強となっている。

筋力トレーニングでは、「週2回以上」（19.8%）は2割弱となっており、「全くしない」（31.6%）が3割強となっている。

<図表97> 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）】

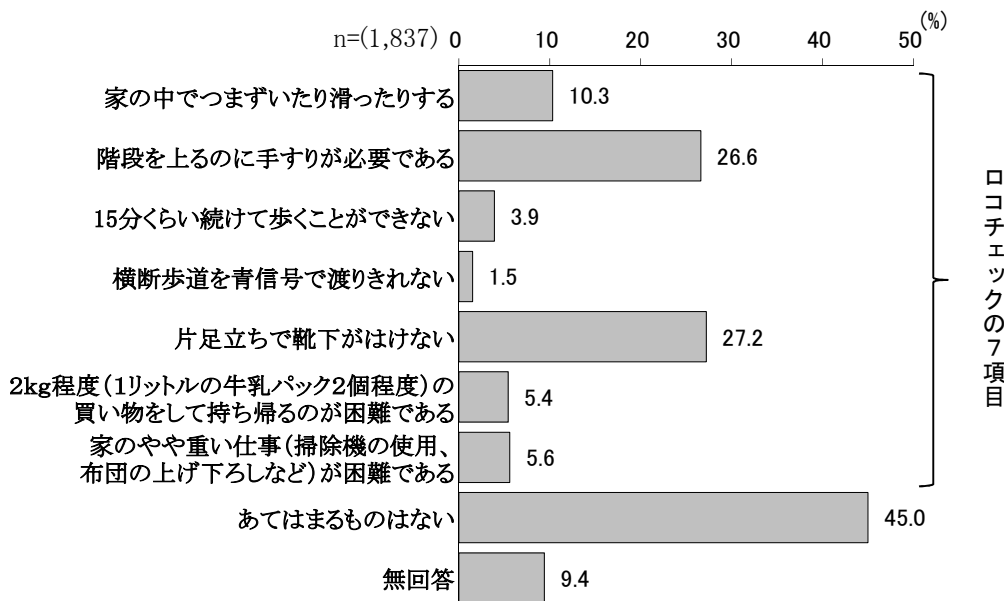


筋力トレーニングの重要性についての認知度別にみると、認知度が高いほど筋力トレーニングの頻度が高くなっている。

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○)

<図表98> 日常生活であてはまること (複数回答)

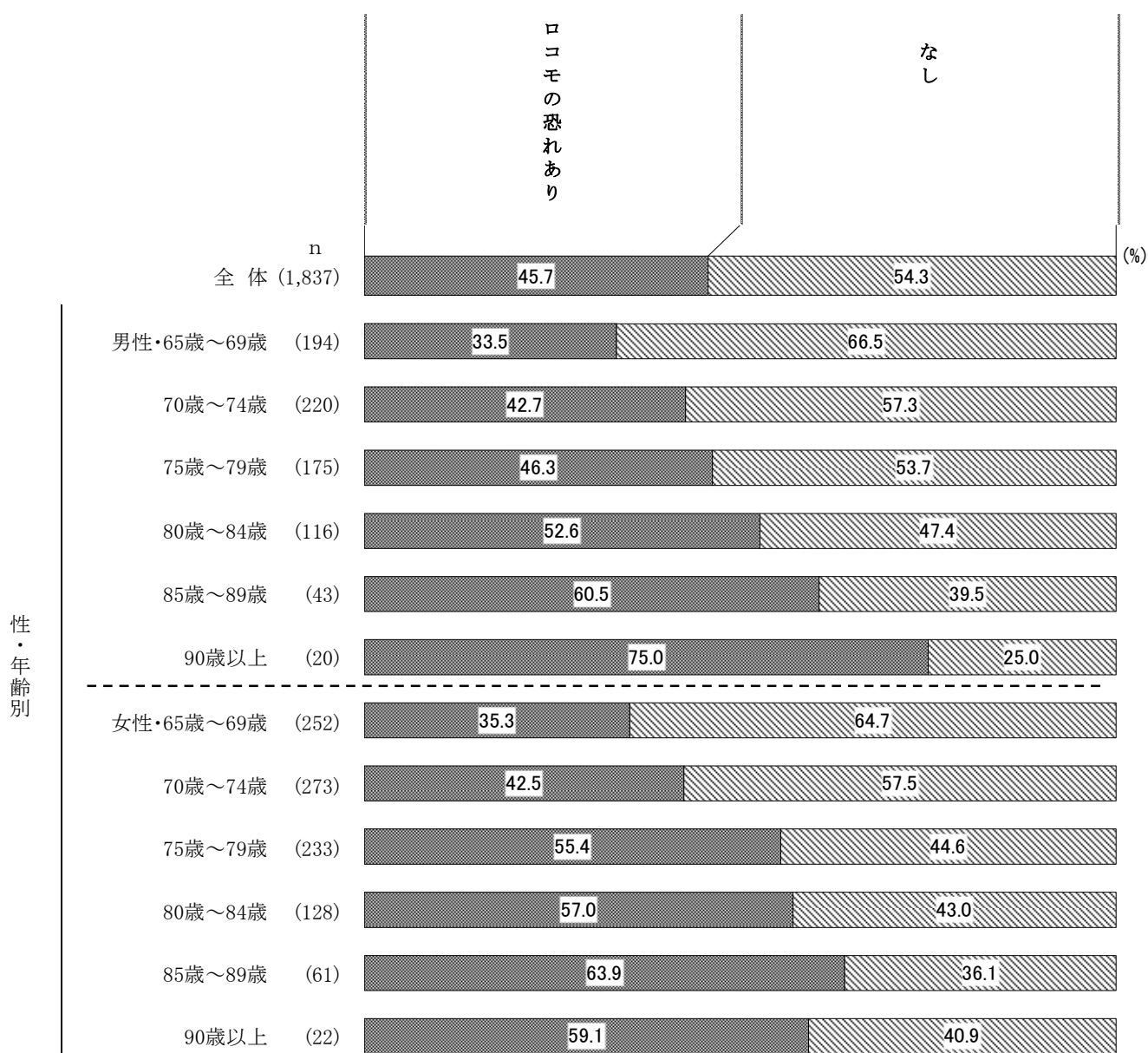


日常生活であてはまることについてたずねたところ、「あてはまるものはない」(45.0%)が4割台半ばとなっている。あてはまる内容としては、「片足立ちで靴下がはけない」(27.2%)が2割台半ばを超えて最も高く、次いで、「階段を上るのに手すりが必要である」(26.6%)、「家の中でつまずいたり滑ったりする」(10.3%)の順となっている。

【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

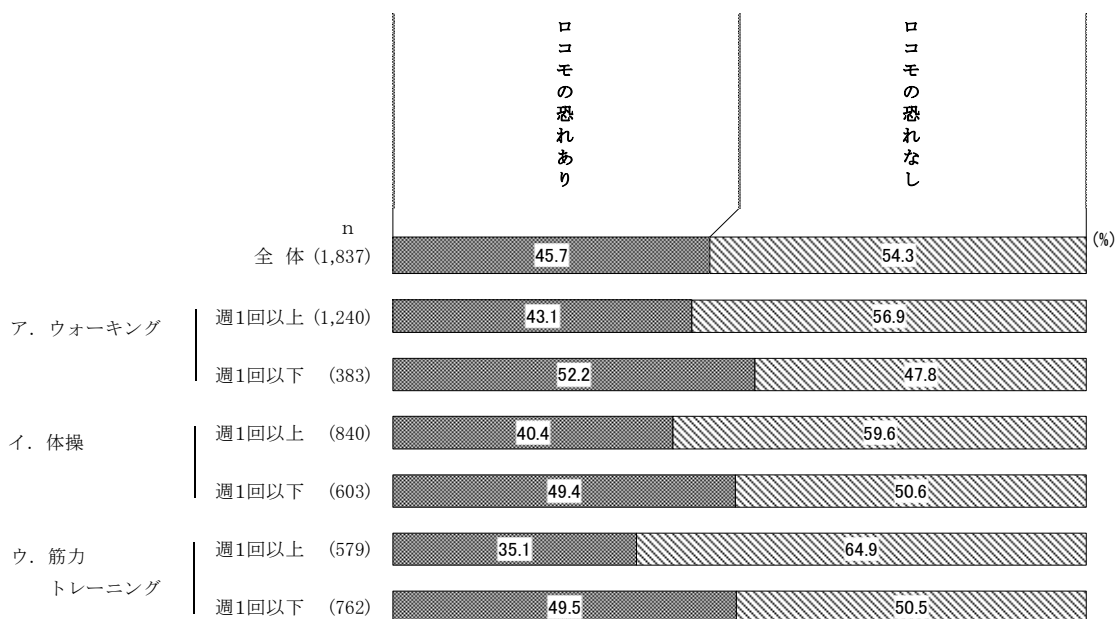
<図表99> ロコモの恐れあり【性・年齢別】



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・年齢別にみると、「ロコモの恐れあり」は、男女とも年齢が上がるほど、増加する傾向にある。

<図表 100> 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。

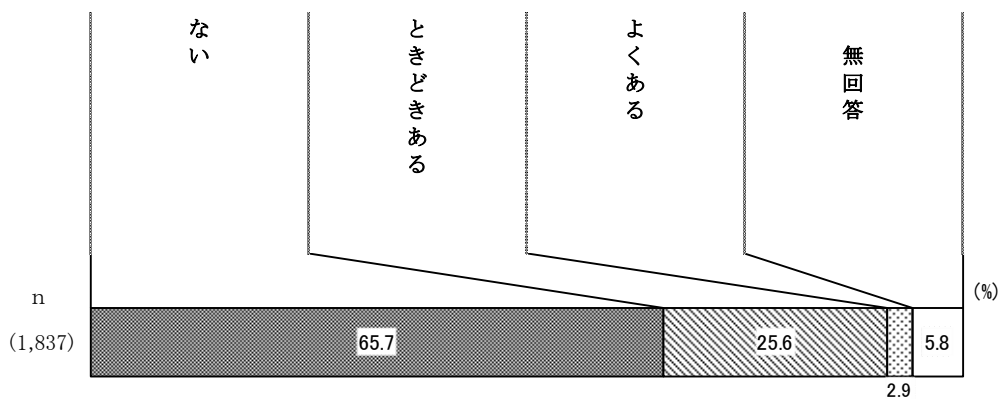
体操の頻度別にみると、体操の頻度が高いと「ロコモの恐れあり」の割合が低くなっている。

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。

⑪日常生活の中で尿もれした経験

問19 あなたは、日常生活の中で尿もれをすることがありますか。(1つに○)

<図表101> 日常生活の中で尿もれした経験

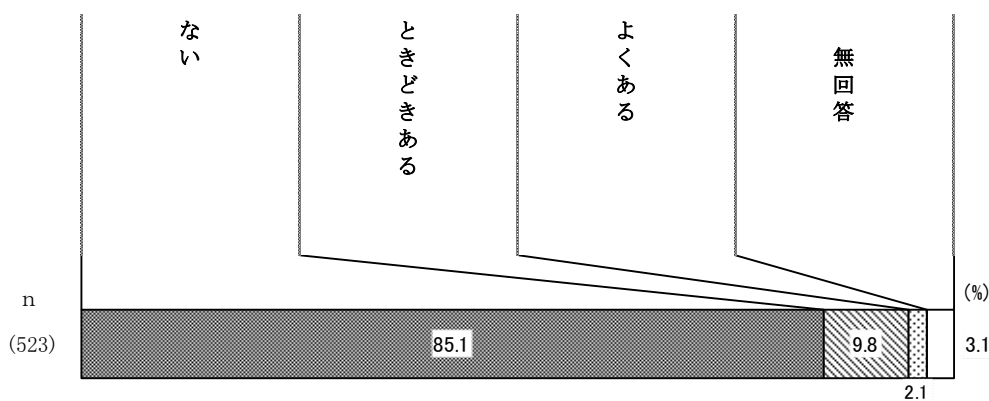


日常生活の中で尿もれした経験についてたずねたところ、「ない」(65.7%)が6割台半ばで最も高く、次いで、「ときどきある」(25.6%)、「よくある」(2.9%)の順となっている。

⑫尿もれが心配で外出を控えた経験

問19-1 <<問19で「ときどきある」または「よくある」を選んだ方のみお答えください>>  
尿もれが心配で外出するのを控えることはありますか。(1つに○)

<図表102> 尿もれが心配で外出を控えた経験

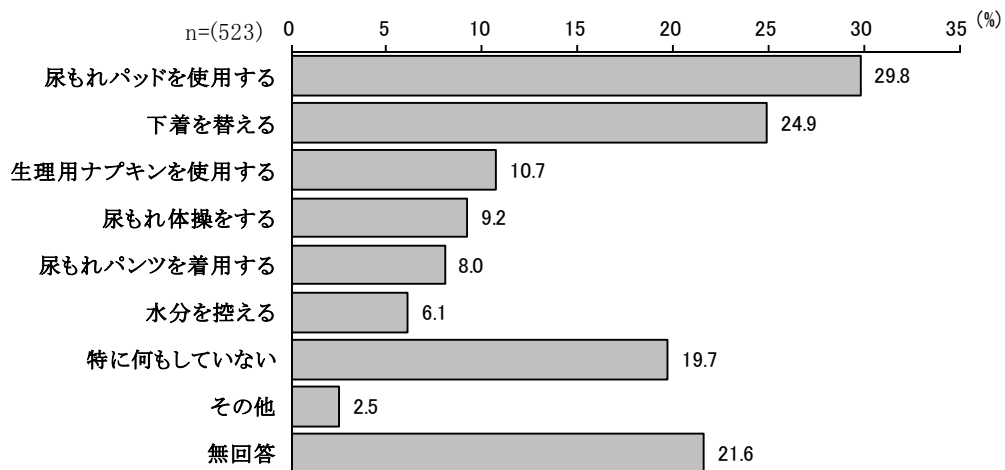


尿もれが心配で外出を控えた経験についてたずねたところ、「ない」(85.1%)が8割台半ばで最も高く、次いで、「ときどきある」(9.8%)、「よくある」(2.1%)の順となっている。

⑬尿もれの対処方法

問19-2 ≪問19で「ときどきある」または「よくある」を選んだ方のみお答えください≫  
 尿もれにどのような対処をしていますか。(あてはまるものすべてに○)

<図表103> 尿もれの対処方法（複数回答）



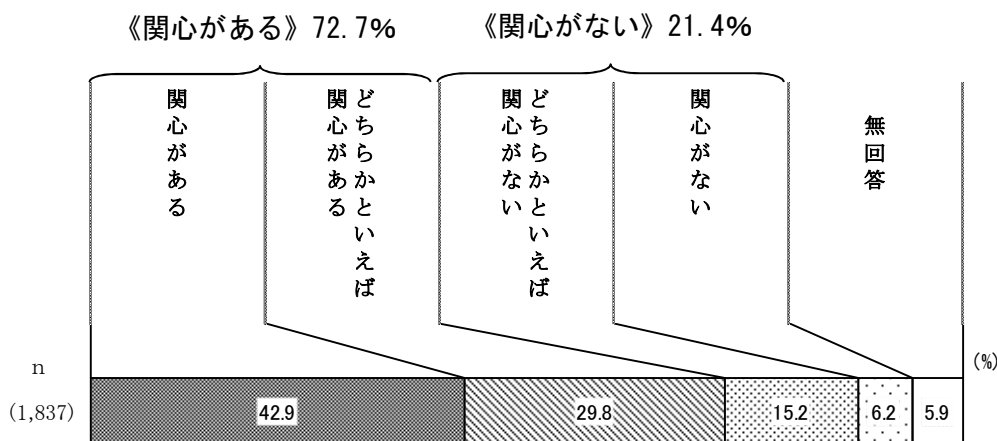
問19で日常生活の中で尿もれした経験が「ときどきある」または「よくある」と回答した人に、尿もれの対処方法についてたずねたところ、「尿もれパッドを使用する」(29.8%)が3割弱と最も高く、次いで、「下着を替える」(24.9%)、「特に何もしていない」(19.7%)の順となっている。

(3) 介護予防について

①介護予防についての関心の有無

問20 あなたは、「介護予防」について関心がありますか。(1つに○)

<図表104> 介護予防についての関心の有無

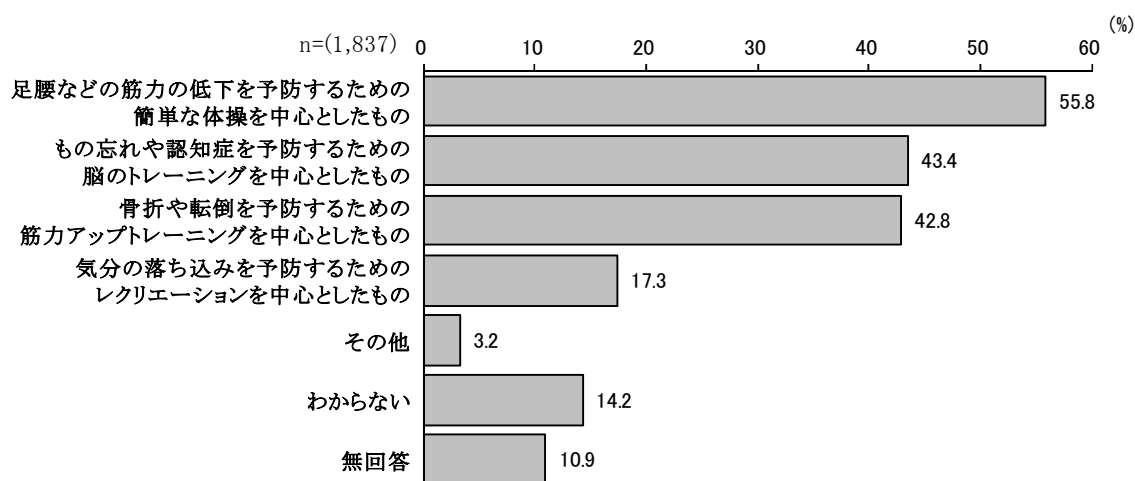


「介護予防」への関心の有無についてたずねたところ、「関心がある」(42.9%)と「どちらかといえば関心がある」(29.8%)をあわせた《関心がある》は72.7%となっている。

②希望する介護予防教室の内容

問21 あなたは、介護予防教室について、どのような内容を希望しますか。(あてはまるものすべてに○)

<図表105> 希望する介護予防教室の内容 (複数回答)



希望する介護予防教室の内容についてたずねたところ、「足腰などの筋力の低下を予防するための簡単な体操を中心としたもの」(55.8%)が5割台半ばと最も高く、次いで、「もの忘れや認知症を予防するための脳のトレーニングを中心としたもの」(43.4%)、「骨折や転倒を予防するための筋力アップトレーニングを中心としたもの」(42.8%)の順となっている。

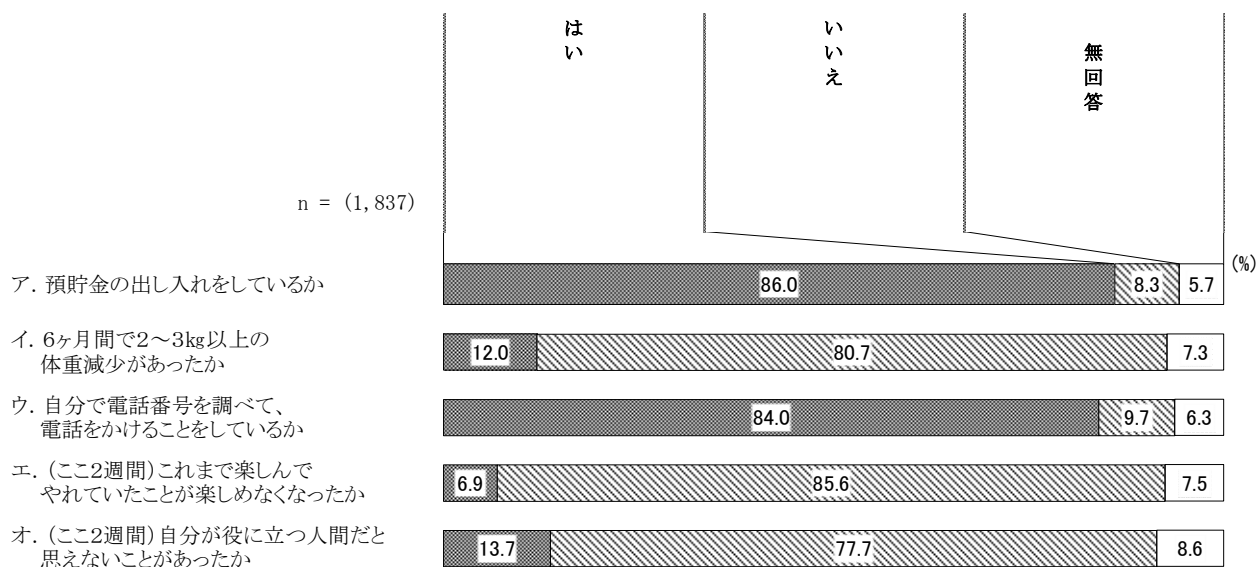


(4) 日ごろの生活について

①日頃の状態

問22 あなたは、以下の状態のどちらに当てはまりますか。(それぞれ1つに○)

<図表106> 日頃の状態

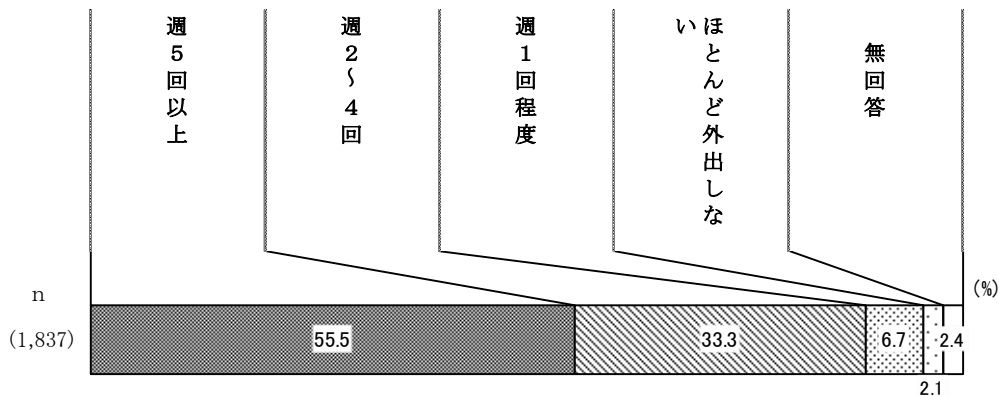


日頃の状態についてたずねたところ、「預貯金の出し入れをしているか」(86.0%)、「自分で電話番号を調べて電話をかけることをしているか」(84.0%)では「はい」が8割台半ば前後と高い。「6ヶ月間で2~3kg以上の体重減少があったか」(80.7%)、「(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなったか」(85.6%)では「いいえ」が8割を超え、「(ここ2週間)自分が役立つ人間だと思えないことがあったか」(77.7%)では「いいえ」が7割台半ばを超えている。

②外出頻度

問23 あなたが外出する頻度はどのくらいですか。(1つに○)

<図表107> 外出頻度

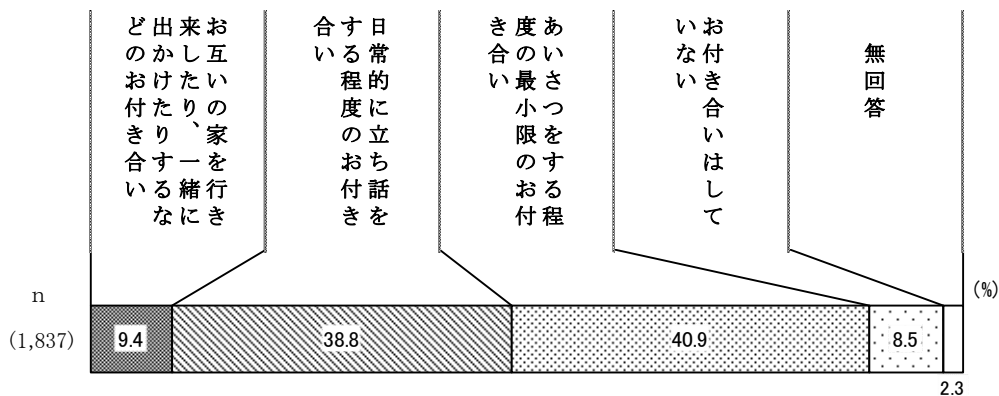


外出頻度についてたずねたところ、「週5回以上」(55.5%)が5割台半ばと最も高く、次いで、「週2~4回」(33.3%)、「週1回程度」(6.7%)の順となっている。

③ご近所付き合い

問24 あなたは、近所の方とどのようなお付き合いをしていますか。(1つに○)

<図表108> ご近所付き合い

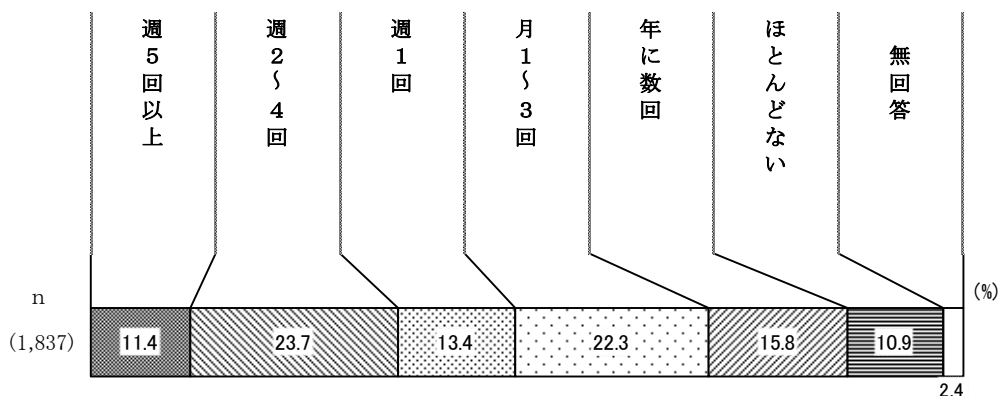


近所の方とお付き合いの程度についてたずねたところ、「あいさつをする程度の最小限のお付き合い」(40.9%)が約4割台と最も高く、次いで、「日常的に立ち話をする程度のお付き合い」(38.8%)の順となっている。一方、「お付き合いはしていない」(8.5%)は1割弱となっている。

④友人・知人と会う頻度

問25 あなたは、友人・知人と会う頻度はどのくらいですか。(同居の親族は含みません)  
(1つに○)

<図表109> 友人・知人と会う頻度

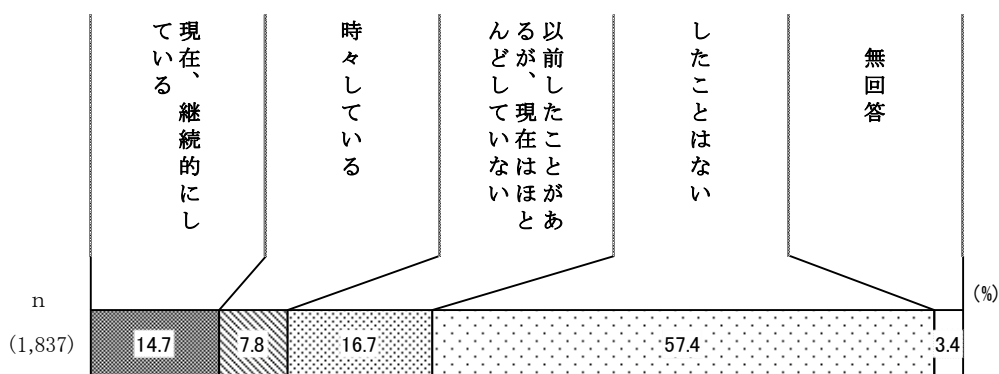


友人・知人と会う頻度についてたずねたところ、「週2～4回」(23.7%)が2割台半ば近くと最も高く、次いで、「月1～3回」(22.3%)、「年に数回」(15.8%)の順となっている。

⑤地域活動やボランティア活動等の状況

問26 あなたは、現在、地域活動(町会、自治会、子ども会など、以下同様)やボランティア活動等を行っていますか。(1つに○)

<図表110> 地域活動やボランティア活動等の状況

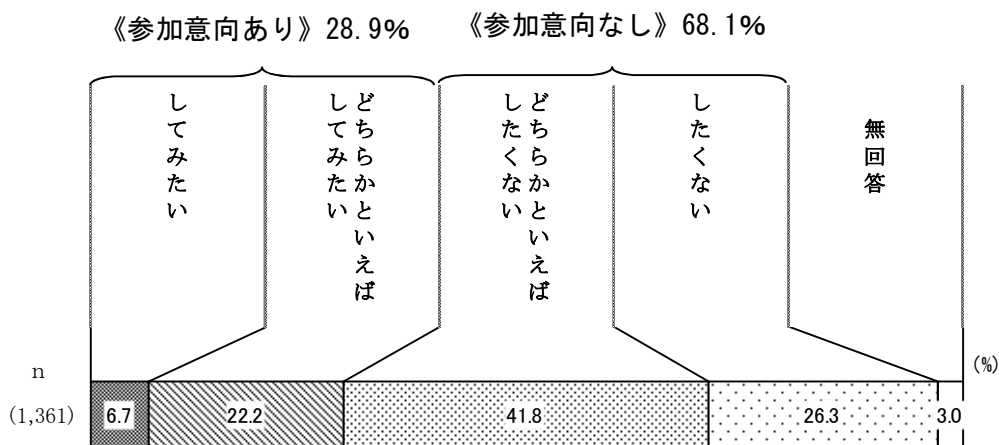


地域活動やボランティア活動等の状況についてたずねたところ、「したことはない」(57.4%)が5割台半ばを超え最も高く、次いで、「以前したことがあるが、現在はほとんどしていない」(16.7%)、「現在、継続的にしている」(14.7%)の順となっている。

⑥今後の地域活動やボランティア活動等への参加意向

問26-1 ≪問26で「以前したことがあるが、現在はほとんどしていない」または「したことはない」を選んだ方のみお答えください≫  
 あなたは、今後、地域活動やボランティア活動等をしてみたいですか。  
 (1つに〇)

<図表111> 今後の地域活動やボランティア活動等への参加意向

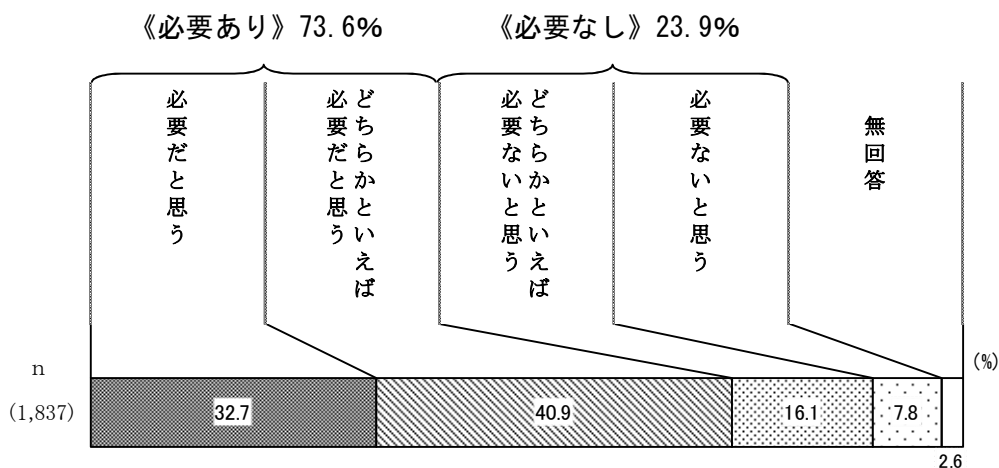


問26で「以前したことがあるが、現在はほとんどしていない」または「したことはない」と回答した人に今後の地域活動やボランティア活動等への参加意向についてたずねたところ、「してみたい」(6.7%)と「どちらかといえばしてみたい」(22.2%)をあわせた《参加意向あり》は28.9%となっている。

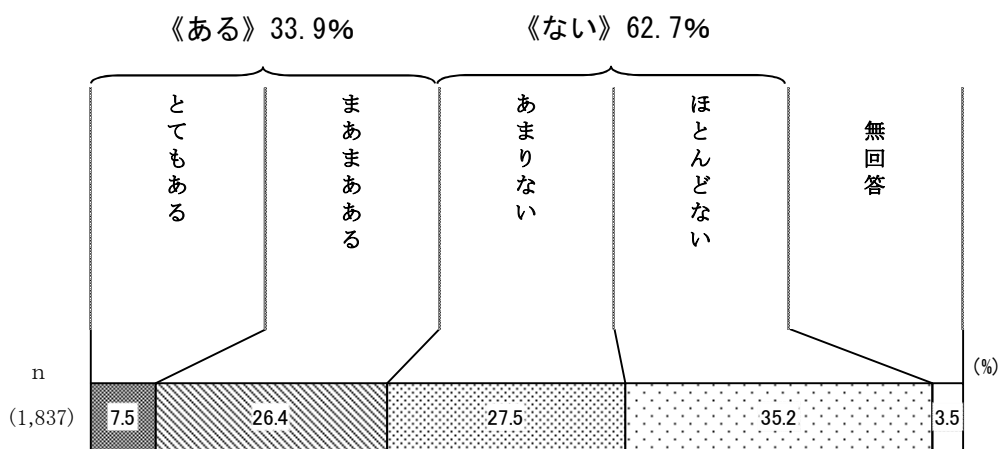
⑦多世代交流の必要性と頻度

問27 あなたのお住まいの地域で、あなたと違う世代の方と交流する機会についておたずねします。(それぞれ1つに○)

<図表112> (1) 多世代交流の必要性



<図表113> (2) 多世代交流の頻度



多世代交流の必要性についてたずねたところ、「必要だと思う」(32.7%)と「どちらかといえば必要だと思う」(40.9%)をあわせた《必要あり》は73.6%となっている。

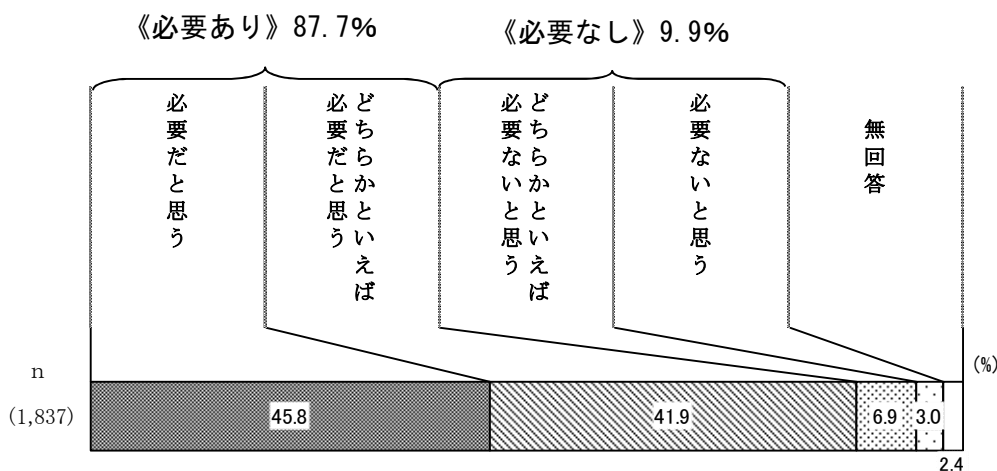
多世代交流の頻度についてたずねたところ、「とてもある」(7.5%)と「まあまあある」(26.4%)をあわせた《ある》は33.9%となっている。

(5) 地域での支え合いについて

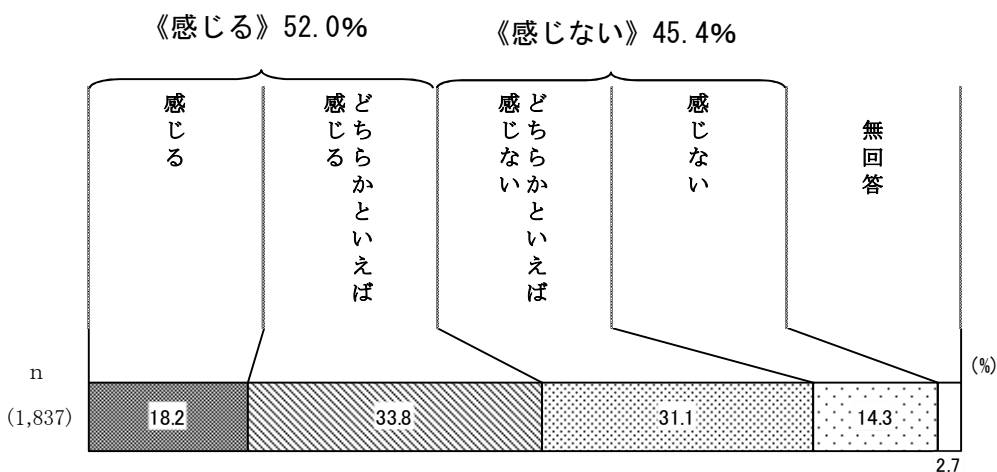
①地域のつながりの必要性と実感

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114> (1) 地域のつながりの必要性



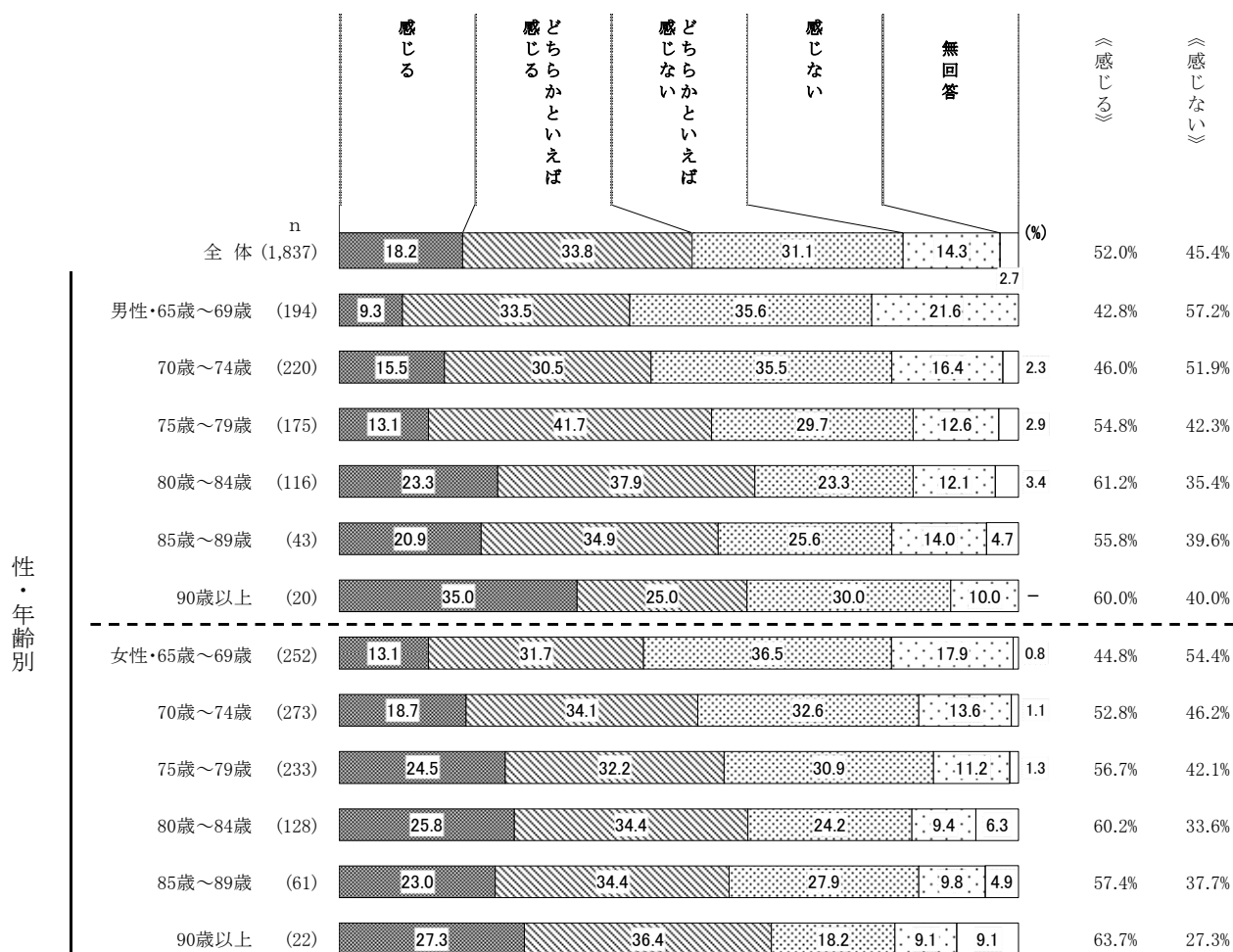
<図表115> (2) 地域のつながりの実感



地域のつながりの必要性についてたずねたところ、「必要だと思う」(45.8%)と「どちらかといえば必要だと思う」(41.9%)をあわせた《必要あり》は87.7%となっている。

地域のつながりの実感についてたずねたところ、「感じる」(18.2%)と「どちらかといえば感じる」(33.8%)をあわせた《感じる》は52.0%となっている。

<図表116> 地域のつながりの実感【性・年齢別】

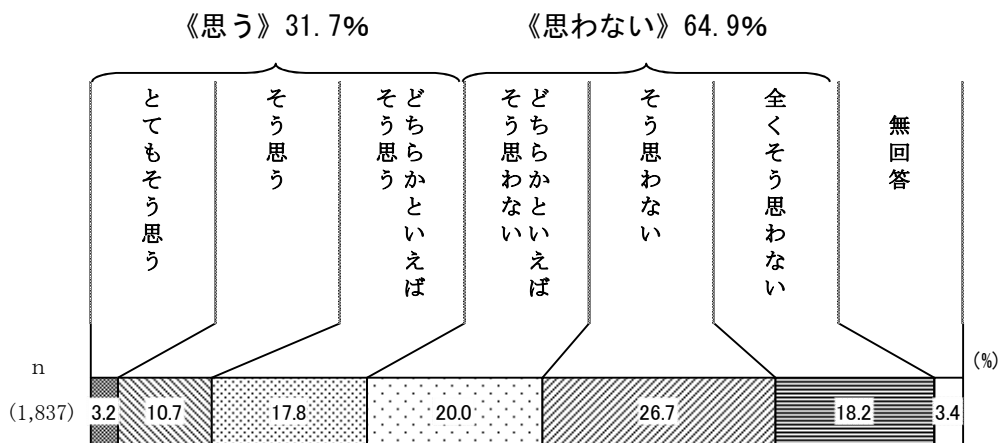


性・年齢別にみると、地域のつながりを《感じる》は、男女とも年齢が上がるほど、増加する傾向にある。

②地域の人から期待、頼りにされていると思うか

問29 あなたは、お住まいの地域の人から何らかの役割を期待されたり、頼りにされていると思いますか。(1つに〇)

<図表117> 地域の人から期待、頼りにされていると思うか



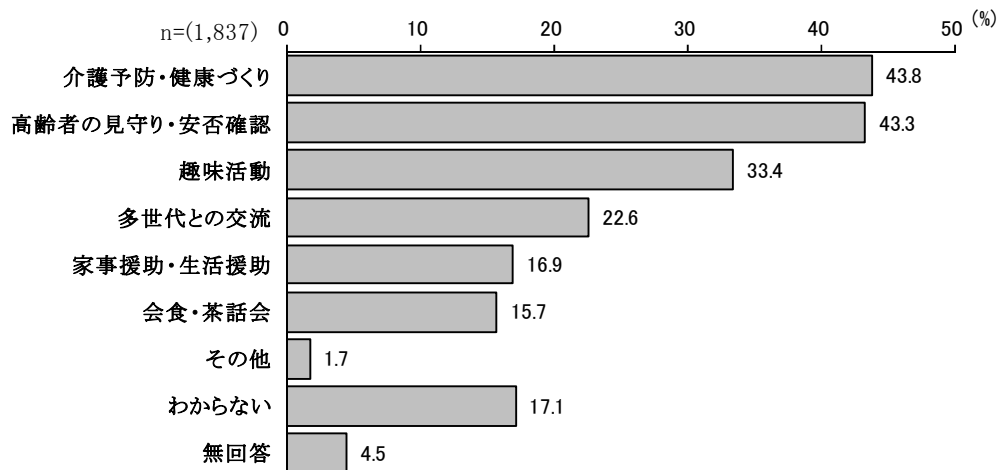
地域の人から期待、頼りにされていると思うかについてたずねたところ、「とてもそう思う」(3.2%)、「そう思う」(10.7%)、「どちらかといえばそう思う」(17.8%)をあわせた《思う》は31.7%となっている。



③あればよいと思う地域支え合い活動の内容

問30 あなたは、どのような住民主体の地域支え合い活動があればよいと思いますか。  
(あてはまるものすべてに○)

<図表118> あればよいと思う地域支え合い活動の内容（複数回答）

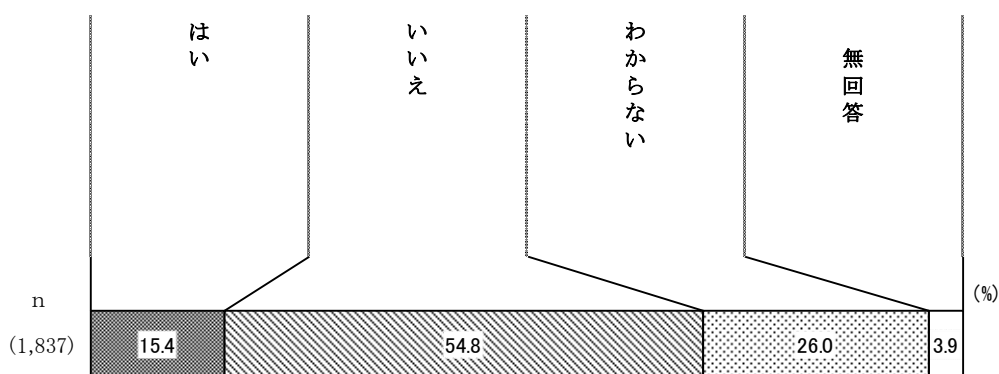


あればよいと思う地域支え合い活動の内容についてたずねたところ、「介護予防・健康づくり」(43.8%)が4割台半ば近くと最も高く、次いで、「高齢者の見守り・安否確認」(43.3%)、「趣味活動」(33.4%)の順となっている。

④お世話役としての地域支え合い活動への参加意向

問31 あなたは地域支え合い活動に企画・運営側（お世話役）として参加してみたいですか。  
(1つに○)

<図表119> お世話役としての地域支え合い活動への参加意向

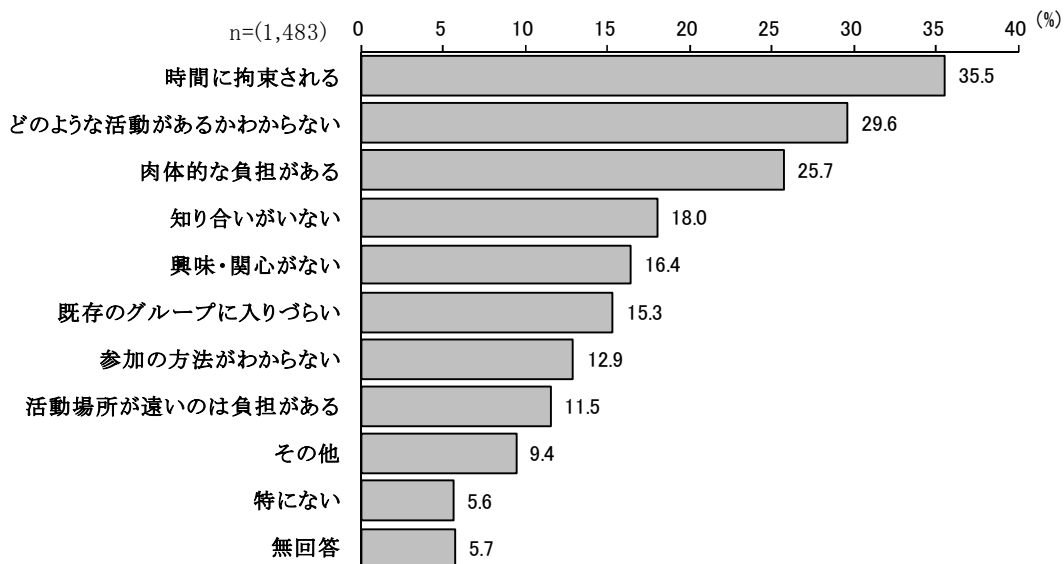


お世話役としての地域支え合い活動への参加意向についてたずねたところ、「いいえ」(54.8%)が5割台半ば近くと最も高く、「はい」(15.4%)は1割台半ばとなっている。

⑤地域支え合い活動に参加する際の障壁

問31-1 《問31で「いいえ」または「わからない」を選んだ方のみお答えください》  
それはどうしてですか。(あてはまるものすべてに○)

<図表120> 地域支え合い活動に参加する際の障壁（複数回答）

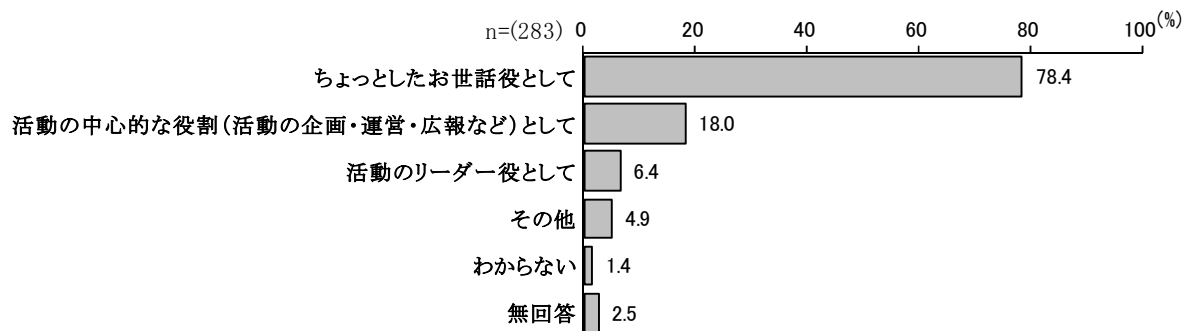


問31で「いいえ」または「わからない」と回答した人に、地域支え合い活動に参加する際の障壁についてたずねたところ、「時間拘束される」(35.5%)が3割台半ばと最も高く、次いで、「どのような活動があるかわからない」(29.6%)、「肉体的な負担がある」(25.7%)の順となっている。

⑥地域支え合い活動に参加する際の立場

問31-2 <<問31で「はい」を選んだ方のみお答えください>>  
 あなたはどのような立場で地域支え合い活動に参加してみたいですか。  
 (あてはまるものすべてに○)

<図表121> 地域支え合い活動に参加する際の立場 (複数回答)



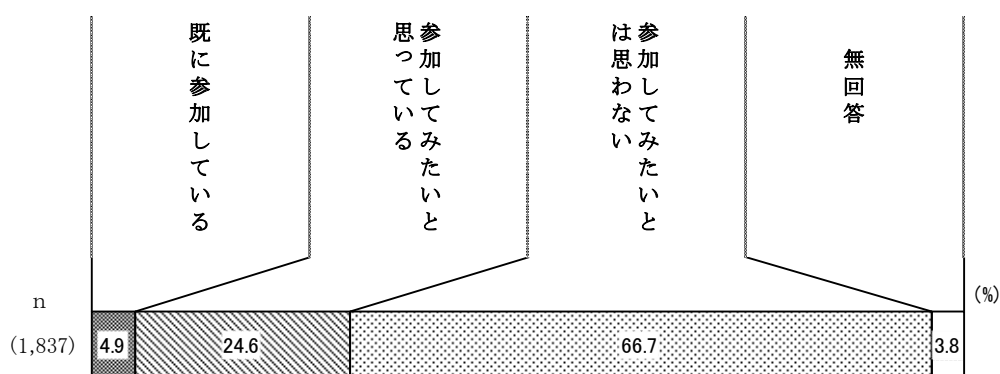
問31で「はい」と回答した人に地域支え合い活動に参加する際の立場についてたずねたところ、「ちょっとしたお世話役として」(78.4%)が8割近くと最も高く、次いで、「活動の中心的な役割(活動の企画・運営・広報など)として」(18.0%)、「活動のリーダー役として」(6.4%)の順となっている。

(6) 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生活を支援するボランティア活動への参加意向

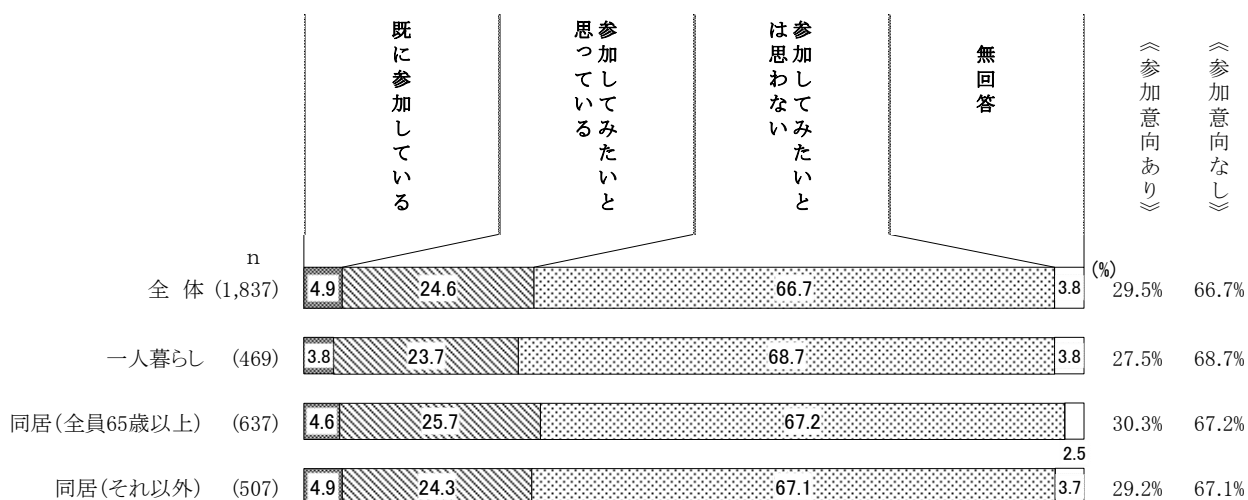
問32 あなたは、支援を必要とする地域の高齢者の身の回りの世話（ごみ出しや買い物の付き添い、見守り等）や生活を支援するボランティア活動に機会があれば参加してみたいですか。（1つに○）

<図表122> 高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動への参加意向



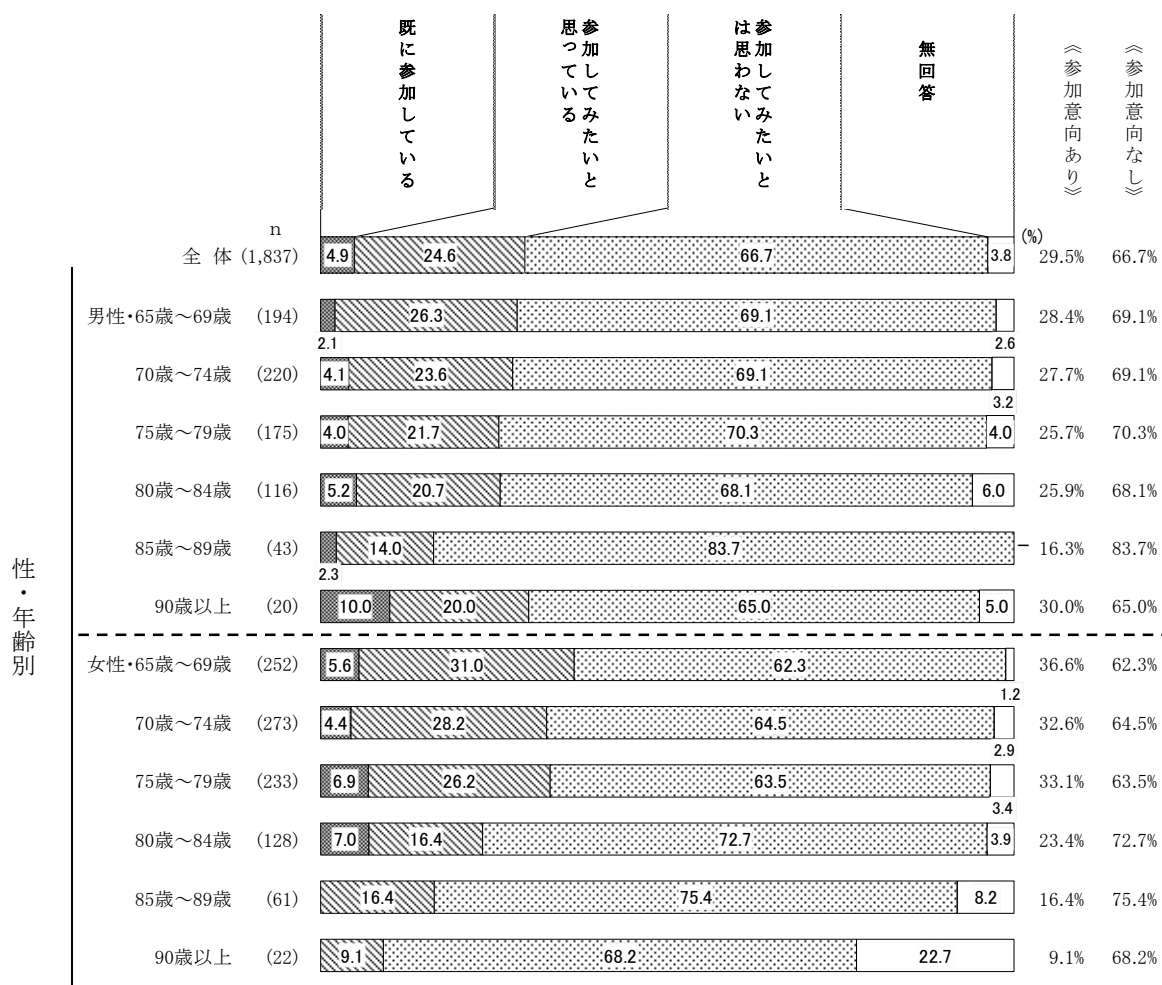
高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動への参加意向についてたずねたところ、「参加してみたいとは思わない」(66.7%)が6割台半ばを超え最も高く、次いで、「参加してみたいと思っしている」(24.6%)、「既に参加している」(4.9%)の順となっている。

<図表123> 高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動への参加意向【世帯構成別（問4）】



世帯構成別にみると、世帯構成の違いによる、高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動への参加意向の差はみられない。

<図表124> 高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動への参加意向  
【性・年齢別】

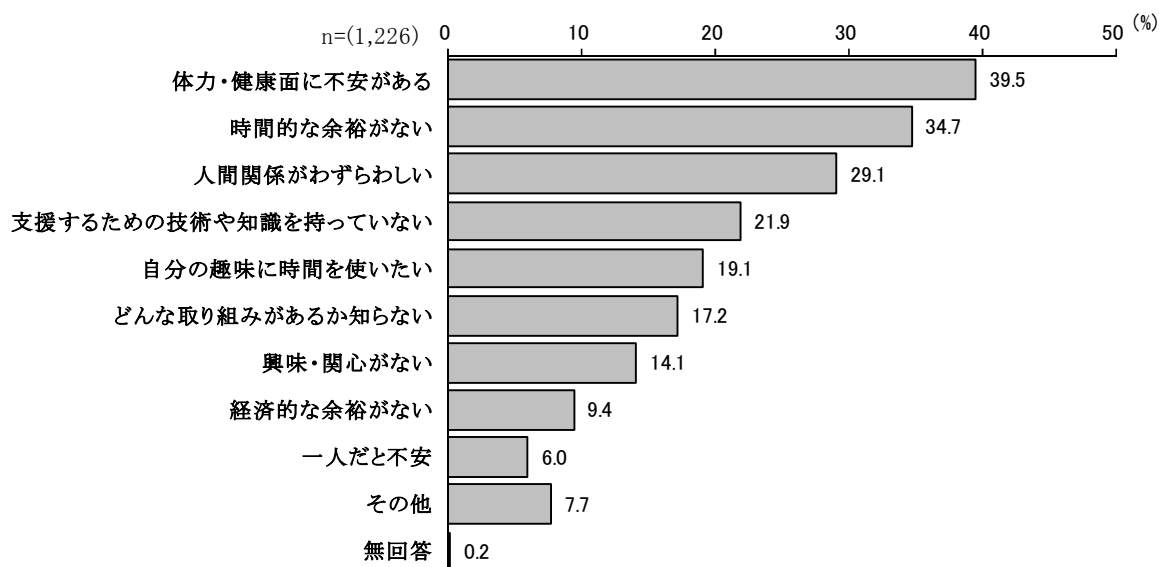


性・年齢別にみると、「参加してみたいと思っている」は、男女とも年齢が上がるほど、減少する傾向にあるが、男性と比べて女性の方が減少傾向が大きい。

②高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動に参加したくない理由

問32-1 <<問32で「参加してみたいとは思わない」を選んだ方のみお答えください>>  
それはどうしてですか。(あてはまるものすべてに○)

<図表125> 高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動に参加したくない理由  
(複数回答)

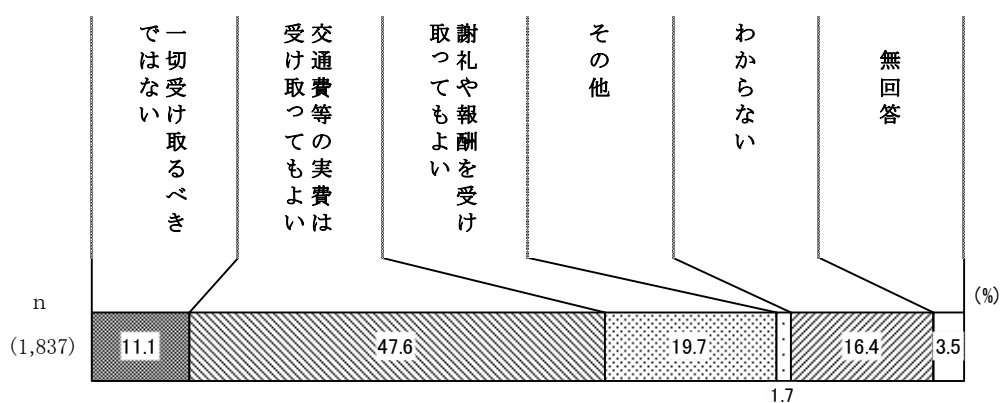


問32で高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動に「参加してみたいとは思わない」と回答した人に、参加したくない理由についてたずねたところ、「体力・健康面に不安がある」(39.5%)が4割弱と最も高く、次いで、「時間的な余裕がない」(34.7%)、「人間関係がわずらわしい」(29.1%)の順となっている。

③高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動をしたことに対する対価を受け取ることについて

問33 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をした人が、何らかの対価を受け取ることについて、どう思いますか。（1つに○）

<図表126> 高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動をしたことに対する対価を受け取ることについて

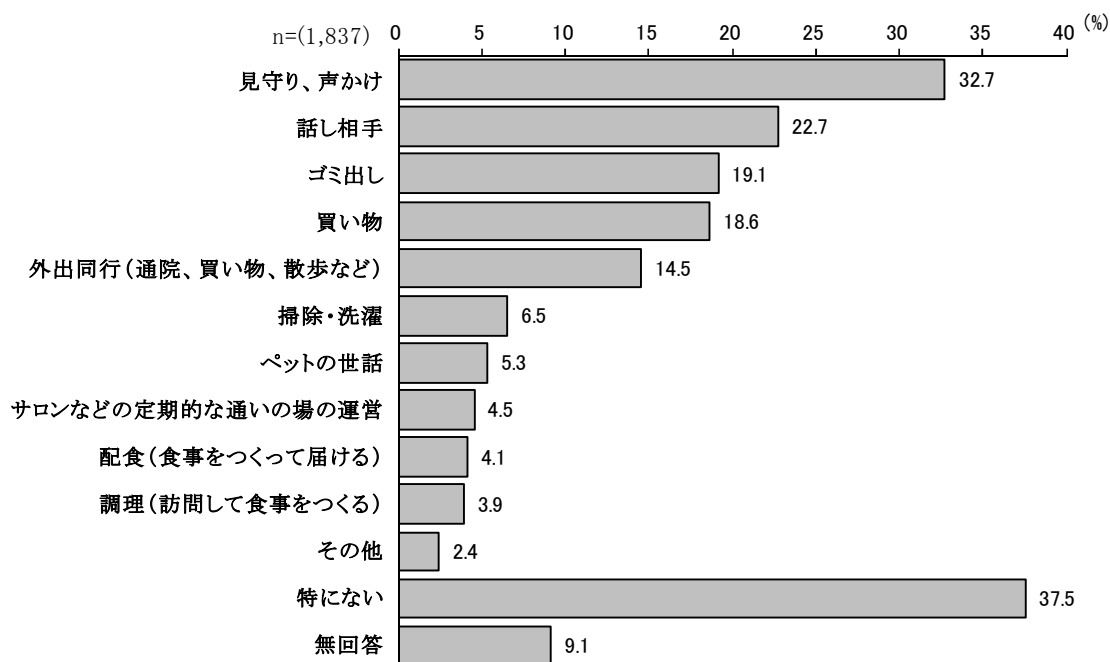


高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動をしたことに対する対価を受け取ることについてたずねたところ、「交通費等の実費は受け取ってもよい」（47.6%）が4割台半ばを超え最も高く、次いで、「謝礼や報酬を受け取ってもよい」（19.7%）、「一切受け取るべきではない」（11.1%）の順となっている。

④自分が担うことができそうな支援・サービス

問34 支援を必要とする地域の高齢者の身の周りの世話や生活を支援するボランティア活動として、あなたが担うことのできそうな支援・サービス(現在支援しているものを含む)はありますか。(あてはまるものすべてに○)

<図表127> 自分が担うことができそうな支援・サービス (複数回答)



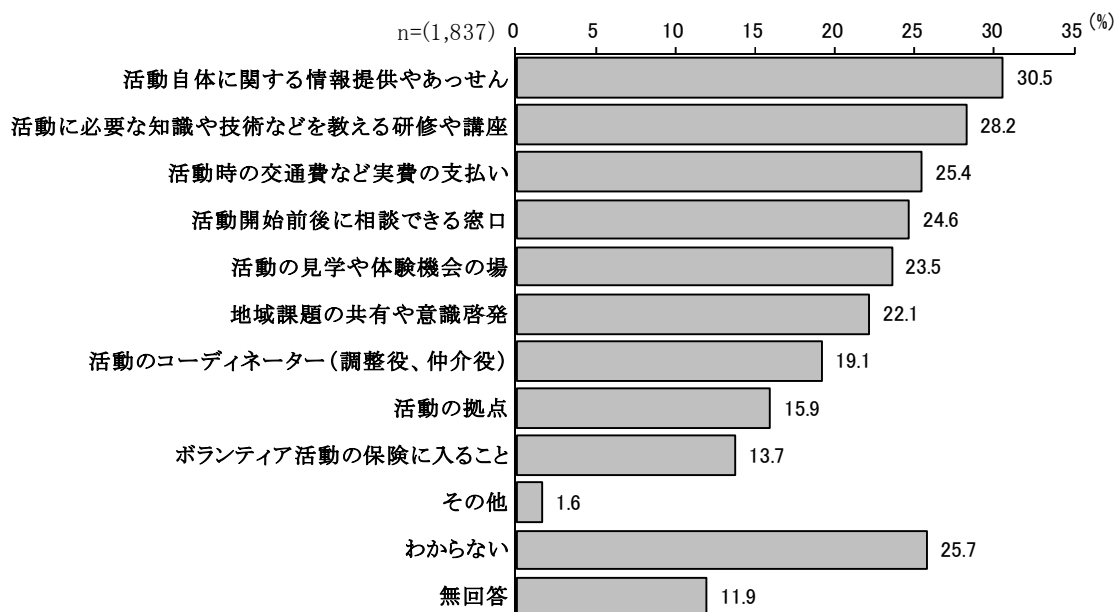
自分が担うことのできそうな支援・サービスについてたずねたところ、「見守り、声かけ」(32.7%)が3割強で最も高く、次いで、「話し相手」(22.7%)、「ゴミ出し」(19.1%)の順となっている。



⑤高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動を増やしていくために必要なサポート

問35 あなたは、支援を必要とする高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動を増やしていくために、どのようなサポートが必要だと思いますか。  
(あてはまるものすべてに○)

<図表 128> 高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動を増やしていくために必要なサポート（複数回答）



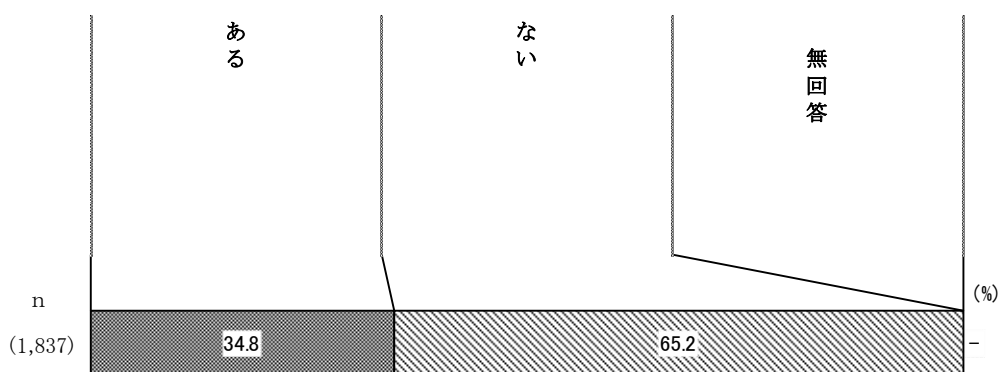
高齢者の身の回りの世話や生活を支援するボランティア活動を増やしていくのに必要なサポートについてたずねたところ、「活動自体に関する情報提供やあっせん」(30.5%)が約3割で最も高く、次いで、「活動に必要な知識や技術などを教える研修や講座」(28.2%)、「活動時の交通費など実費の支払い」(25.4%)の順となっている。

(7) 認知症について

①この1年間のもの忘れ、理解・判断力の低下の状況

問36 あなたは、この1年間に何度も、もの忘れに加えて、理解・判断力の低下などを感じたことがありますか。(1つに○)

<図表129> この1年間のもの忘れ、理解・判断力の低下の状況

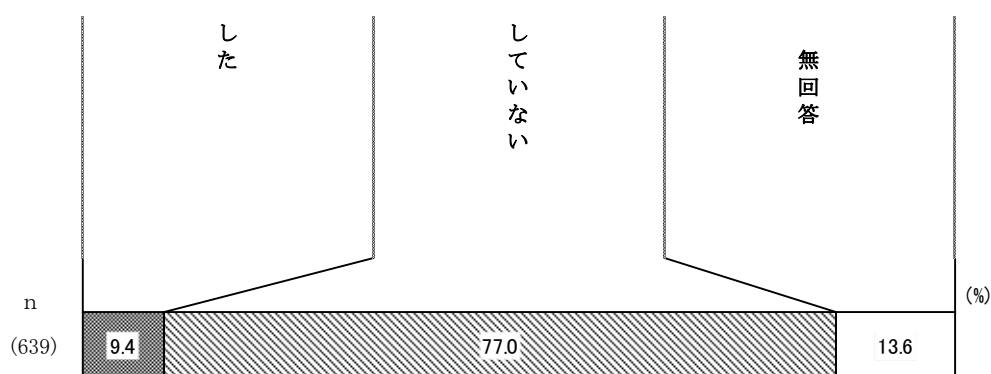


この1年間のもの忘れ、理解・判断力の低下の状況についてたずねたところ、「ある」(34.8%)は3割台半ば近く、「ない」(65.2%)は6割台半ばとなっている。

②もの忘れや理解・判断力の低下についての相談の有無

問36-1 <<問36で「ある」を選んだ方のみお答えください>>  
もの忘れや理解・判断力の低下などについて、どこかへ相談しましたか。  
(1つに○)

<図表130> もの忘れや理解・判断力の低下についての相談の有無

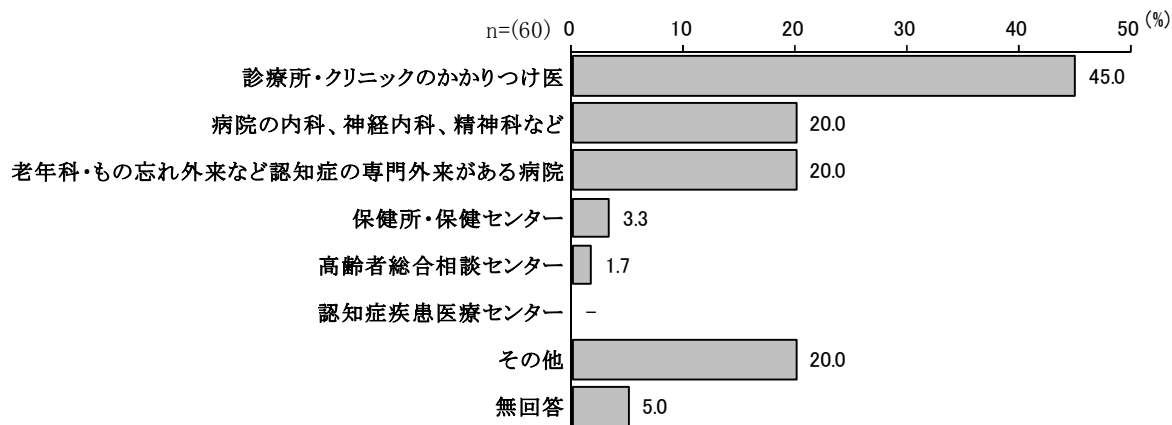


問36でもの忘れ、理解・判断力の低下が「ある」と回答した人に、もの忘れや理解・判断力の低下についての相談の有無をたずねたところ、「した」(9.4%)は1割弱、「していない」(77.0%)は7割台半ばを超えている。

③もの忘れや理解・判断力低下についての相談先

問36-1-1 <<問36-1で「した」を選んだ方のみお答えください>>  
 どちらに相談しましたか。(あてはまるものすべてに○)

<図表131> もの忘れや理解・判断力低下についての相談先（複数回答）

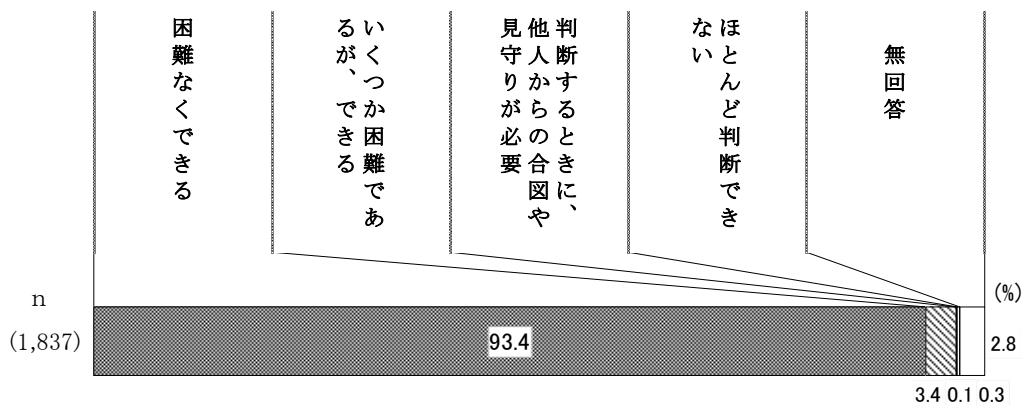


問36-1でもの忘れ、理解・判断力の低下について相談「した」と回答した人に、もの忘れや理解・判断力低下についての相談先をたずねたところ、「診療所・クリニックのかかりつけ医」(45.0%)が4割台半ばで最も高く、次いで、「病院の内科、神経内科、精神科など」(20.0%)及び「老年科・もの忘れ外来など認知症の専門外来がある病院」(20.0%)の順となっている。

④自身でのその日の活動の判断能力

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。  
（1つに○）

<図表132> 自身でのその日の活動の判断能力

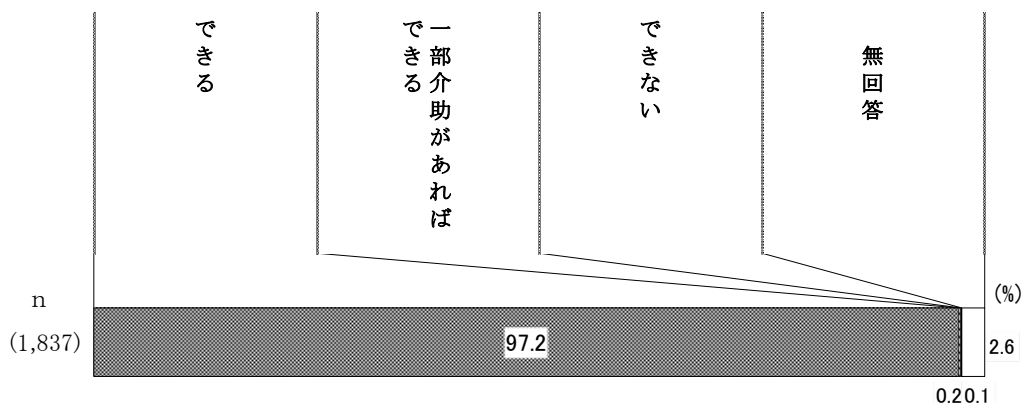


自身でのその日の活動の判断能力についてたずねたところ、「困難なくできる」（93.4%）は9割台半ば近くとなっている。

⑤食事の状況

問38 あなたは、食事を自分で食べられますか。（1つに○）

<図表133> 食事の状況

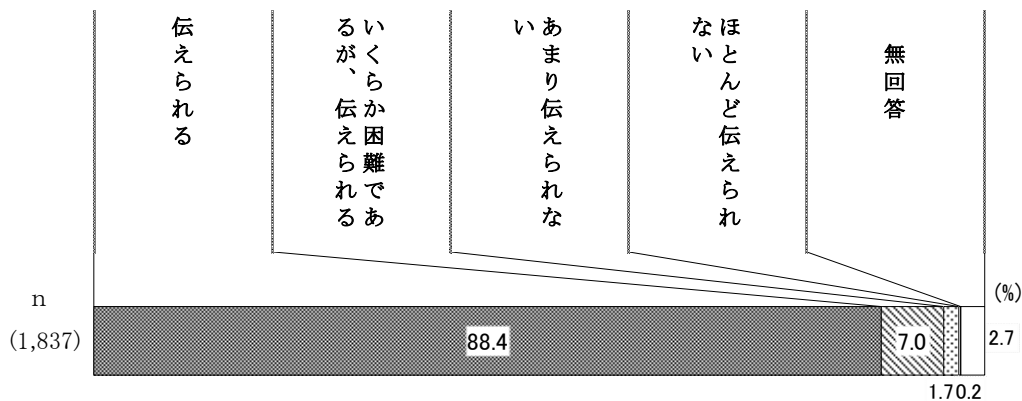


食事の状況（自分で食べられるかどうか）についてたずねたところ、「できる」（97.2%）が9割台半ばを超えている。

⑥意思の伝達

問39 あなたは、人に自分の考えをうまく伝えられますか。(1つに○)

<図表134> 意思の伝達

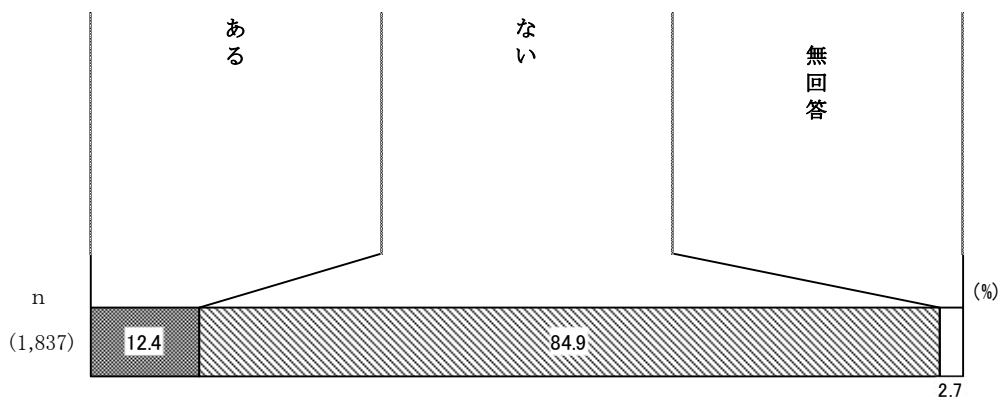


意思の伝達についてたずねたところ、「伝えられる」(88.4%)が9割近くで最も高くなっている。

⑦5分前の記憶

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。(1つに○)

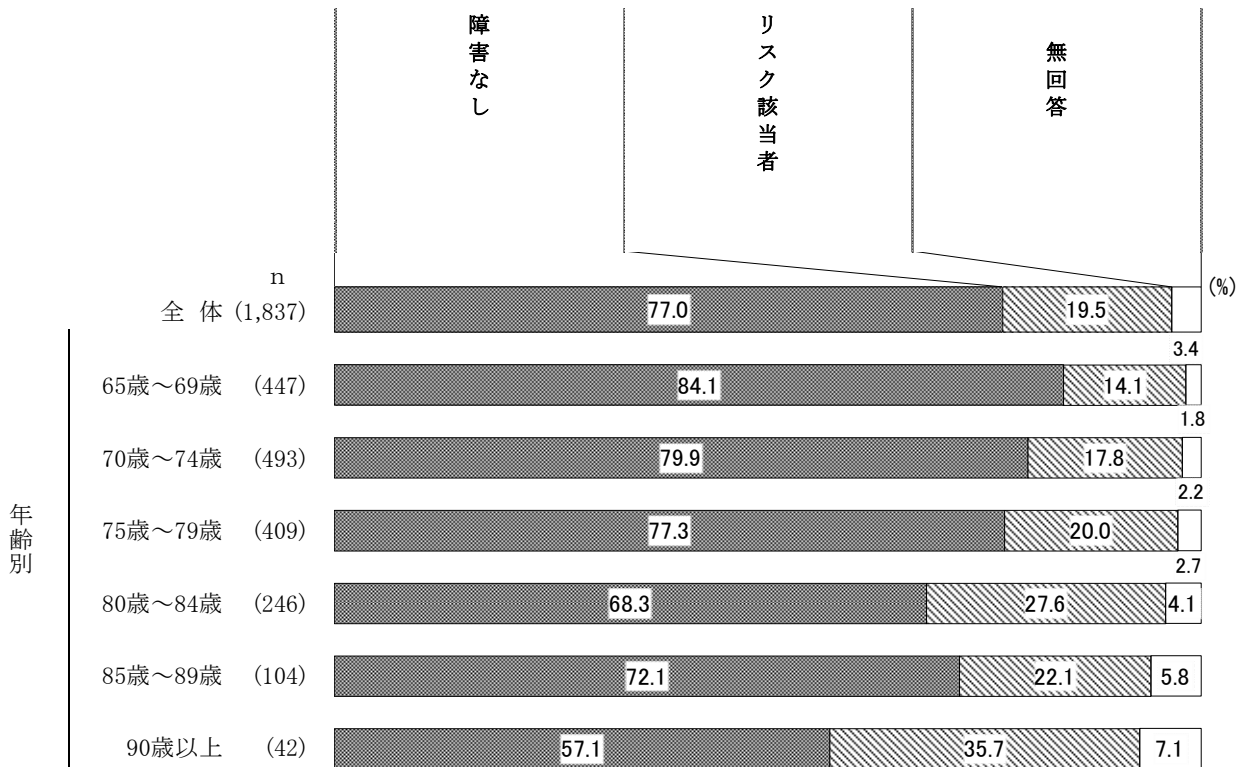
<図表135> 5分前の記憶



5分前の記憶についてたずねたところ、思い出せないことが「ある」(12.4%)は1割強となっている。

⑧認知機能障害程度（CPS）

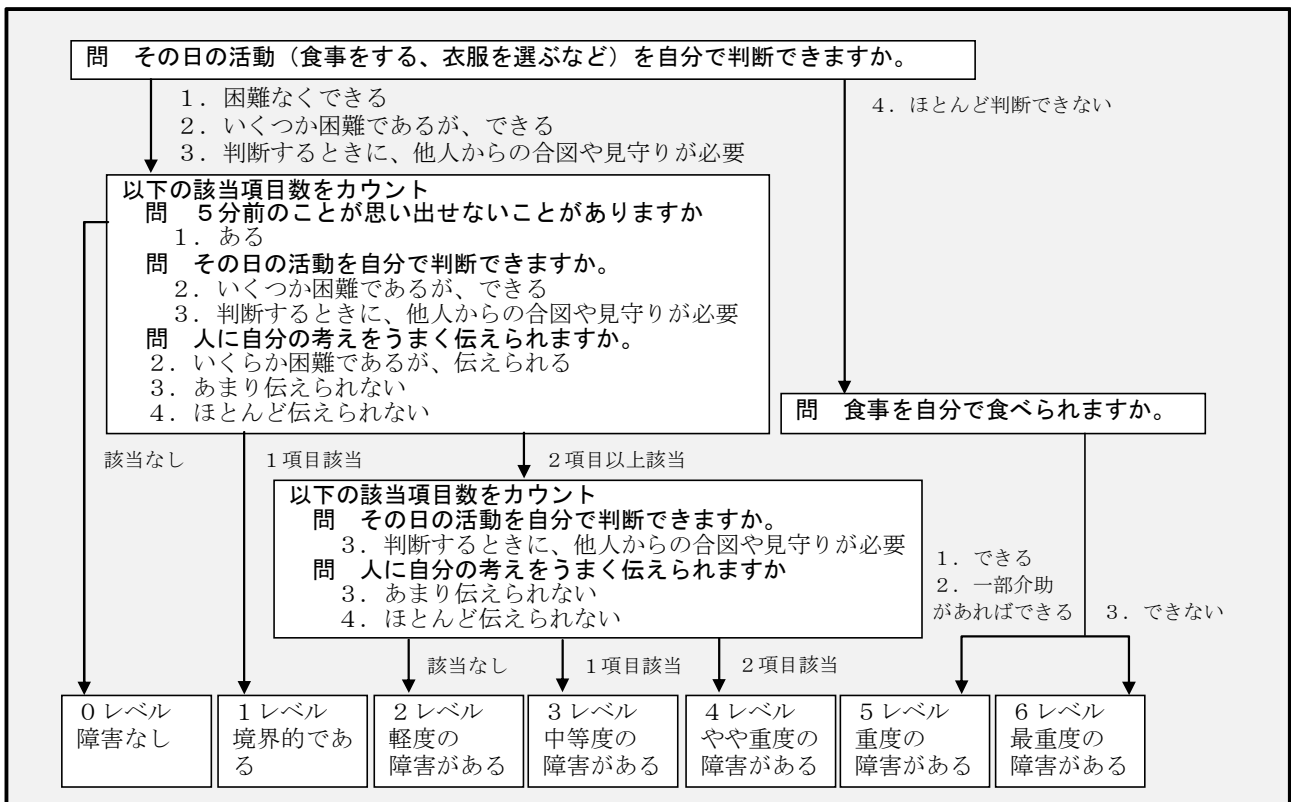
<図表136> 認知機能障害程度（CPS）【年齢別】



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。

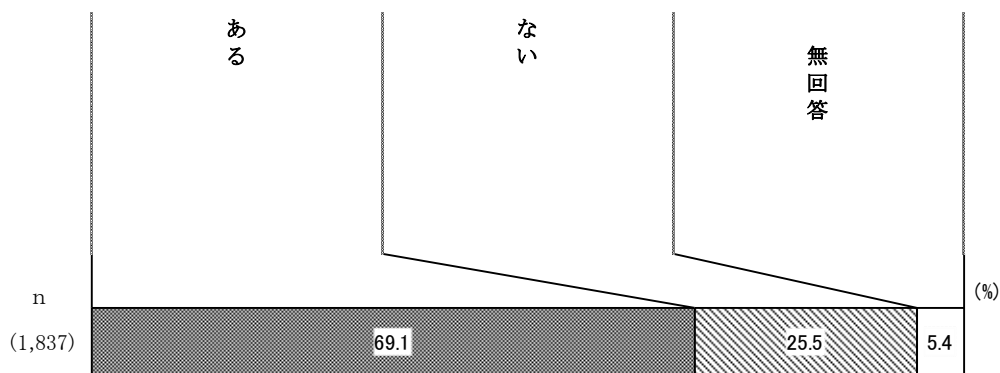
年齢別にみると、リスク該当者は、年齢が上がるほど、増加する傾向にある。



⑨自身や家族が認知症になったときのことについて、考えたことの有無

問41 あなたは今までに、自身や家族等が認知症になったときのことについて、考えたことがありますか。(1つに○)

<図表137> 自身や家族が認知症になったときのことについて、考えたことの有無

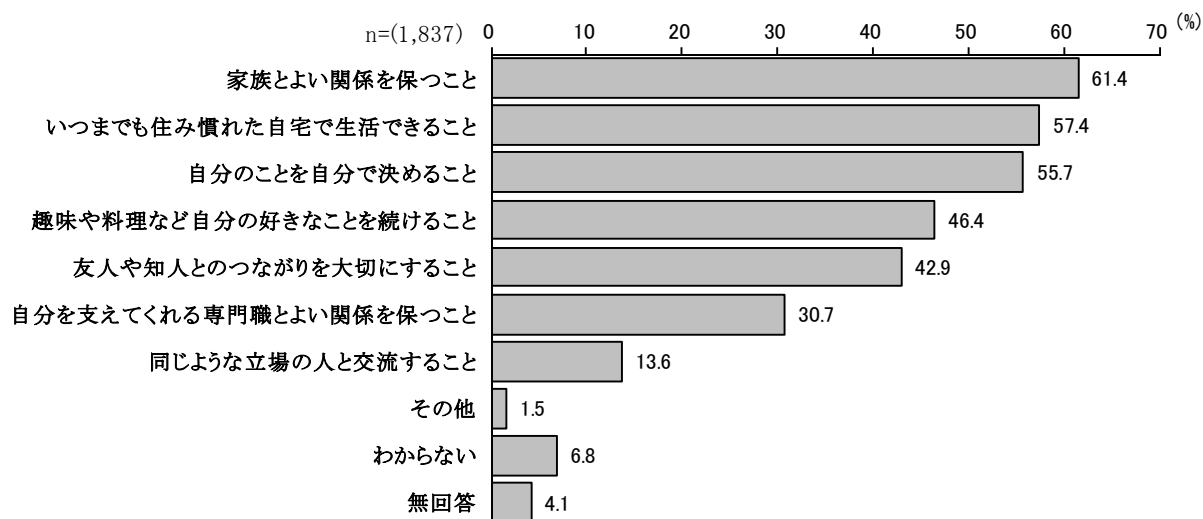


自身や家族が認知症になったときのことについて、考えたことの有無をたずねたところ、「ある」(69.1%) は7割弱となっている。

⑩自身が認知症になっても大切にしたいこと

問42 あなたが認知症になっても大切にしたいことは何ですか。  
 (あてはまるものすべてに○)

<図表138> 自身が認知症になっても大切にしたいこと (複数回答)



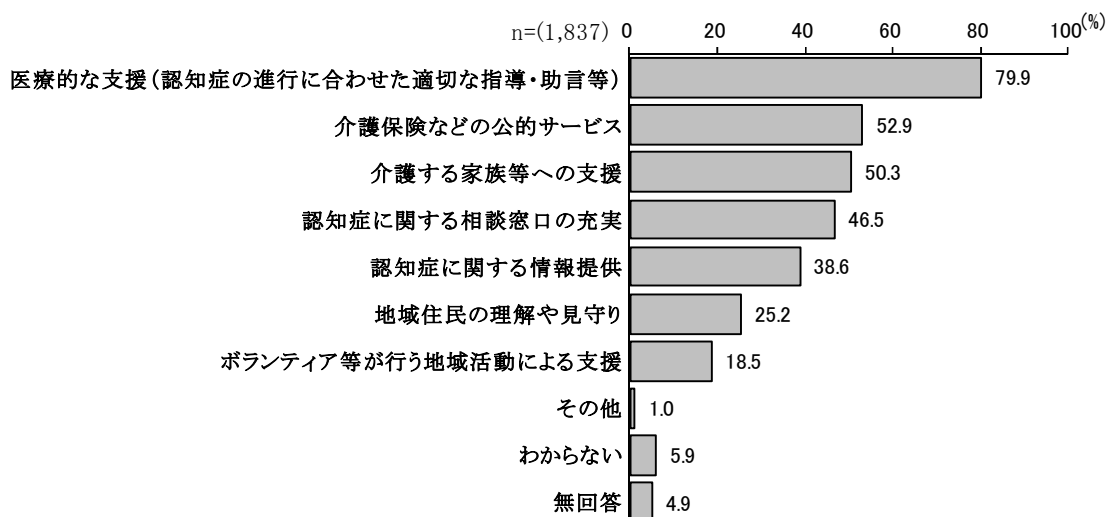
自身が認知症になっても大切にしたいことについてたずねたところ、「家族とよい関係を保つこと」(61.4%)が6割強で最も高く、次いで、「いつまでも住み慣れた自宅で生活できること」(57.4%)、「自分のことを自分で決めること」(55.7%)の順となっている。



⑪認知症が早期に発見された場合、必要な支援

問43 認知症が早期に発見された場合、進行を遅らせるなどの対応策があることがわかってきています。早期に発見された場合、どのような支援が必要だと思いますか。  
 (あてはまるものすべてに○)

<図表139> 認知症が早期に発見された場合、必要な支援 (複数回答)

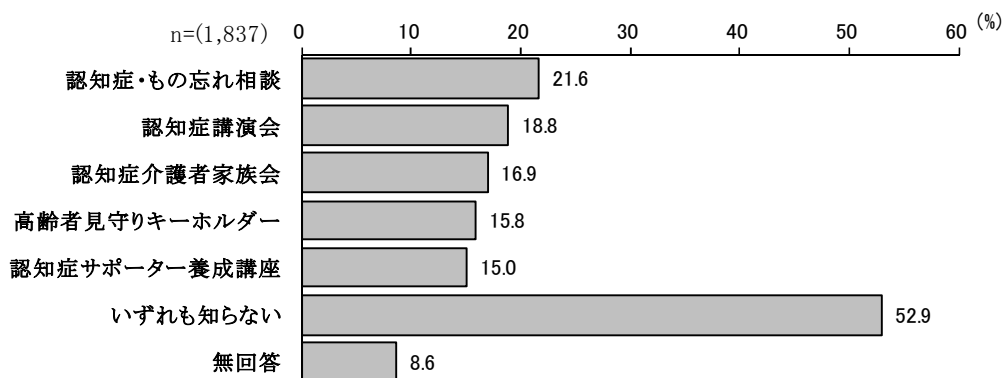


認知症が早期に発見された場合、必要な支援についてたずねたところ、「医療的な支援(認知症の進行に合わせた適切な指導・助言等)」(79.9%)が8割弱と最も高く、次いで、「介護保険などの公的サービス」(52.9%)、「介護する家族等への支援」(50.3%)の順となっている。

⑫認知症に関する事業やサービスの認知度

問44 以下の認知症に関する事業やサービスをご存知ですか。(あてはまるものすべてに○)

<図表140> 認知症に関する事業やサービスの認知度 (複数回答)



認知症に関する事業やサービスの認知度についてたずねたところ、「認知症・もの忘れ相談」(21.6%)が2割強と最も高く、次いで、「認知症講演会」(18.8%)、「認知症介護者家族会」(16.9%)の順となっている。また、「いずれも知らない」(52.9%)が5割強となっている。

⑬高齢者の保健と福祉に関する施策や介護保険についての要望・意見

問45 最後に、高齢者の保健と福祉に関する施策や介護保険について、区へのご意見・ご要望がありましたらご自由にお書きください。

高齢者の保健と福祉に関する施策や介護保険についてたずねたところ、563人からの回答があった。回答の多かった内容は、「介護保険・保険料について」「高齢者施策について」「サービスについて」の順であった。

各事項（その他除く）について、回答の中からいくつかの意見を示す。

介護保険・保険料について	高齢者施策について	サービスについて	情報提供・相談について	健康・介護予防について	高齢者向け施設について	アンケートについて	認知症について	地域のコミュニティについて	医療・保健について	人材・ボランティアについて	独居高齢者について	家族等介護者のことについて	住まいについて	災害時・緊急時のことについて	その他
143	67	55	44	41	38	29	24	20	18	14	13	12	11	4	58

※1人で複数の記載内容があるため、合計の件数と回答者数は一致しない。

【介護保険・保険料について】

- ・保険料が高すぎると思います。
- ・もし介護が必要な状態になった場合、手続きが難しいと聞きます。できるだけ簡単にしたいと思います。

【高齢者施策について】

- ・専門家の養成に力を入れて下さい。行政の都合ではなく介護や支援を受ける側に立った視点に重点を置いた施策を期待します。
- ・高齢になっても住みなれた場所で住み続けるには何が一番必要か？様々なサポート体制はもちろん必要ですが、それをコーディネートするキーパーソンが一番必要です。

【サービスについて】

- ・行政の窓口が多くありはっきりした分担が不明。なにか仕事の重複が多くあるような感じがします。
- ・コミュニティーバスができれば坂道の上下りを苦にせず、もう少し行動範囲が広がって年寄りも外へ出る機会が増えると思います。

【情報提供・相談について】

- ・福祉に関する施策や介護保険等の情報提供は素早く、すべての一人暮らしの方々にもれなくお届けできるように願っております。
- ・高齢者の保健と福祉に関する施策や介護保険についての冊子等を高齢者の家庭だけではなく、全ての家庭に配布し、認知症予防などを啓蒙するような情報を区民に提供して欲しいと思います。自分の周りに認知症の人がいないので、あまり関心と知識がない。

【健康・介護予防について】

- ・スポーツジムの月会費の支援は高齢者の健康維持のため有効な施策のように思う。それは結果として医療費負担の削減につながるのではないかと思う。
- ・介護がいつ必要になるかわかりませんが、毎日の食事の時間、買物など暇なく動いています。また、これが励みになっていると思います。一日でも先に介護を受ける日が遠くなりますよう頑張っています。

【高齢者向け施設について】

- ・少ない年金でも入所できる施設を増やして欲しい。
- ・介護施設の増設と介護者の増員。

【アンケートについて】

- ・知らないことばかりで、病気やケガなどしてからでは遅いのに、なってみないと何が必要か、何を助けて欲しいのか、自身が何の役に立てるのかも…。アンケートを読むことで、いろいろな施策を感じる事ができた。
- ・このアンケートに答えることによって、自分の老化の進み具合がわかりました。

【認知症について】

- ・一人で住んでいるので認知症が一番心配です。
- ・認知症の方がもっと表に出て、世の中に知っていただき生活できるようになると良いと思います。認知症の家族がいる世帯を助けてあげられるようになれば良いと思います。

【地域のコミュニティについて】

- ・現在地域の活動にあまり関わっていない人々（活動に関わっている人達と関係の薄い人）を掘り起こす努力が必要と思う。
- ・地域での支援が大切ですので活動拠点の充実を要望します。

【医療・保健について】

- ・病気をしていても、治療を受けながらも自立した生活が送れるよう、さまざまなサポートや自ら活動することが大切と考える。
- ・現役で働いていると、後期高齢者医療費が高額なので、負担が大きい。

【人材・ボランティアについて】

- ・高齢を迎えることで誰もが体力、気力、知力等の衰えを感じるようになります。家族や地域の見守り、支援が必要だということが当たり前のこととして認識される地域であつたらいいと思います。次は我が家の番かしらと気軽に支援の手伝いをしたり、支援を受けるときが来たりと、そのときでできる人が、そのとき必要な人が利用できるシステムがあつたらいいと思います。
- ・ボランティア活動はしたいと思うが、最近体力、聴力が低下し自信が持てない。

【独居高齢者について】

- ・一人暮らしですので、これからのことがとても心配です。
- ・一人暮らしの高齢者に対する訪問、チェック、若年層との交流のチャンスを作してほしい。

【家族等介護者のことについて】

- ・自宅介護の場合、家族に何らかの支援がほしい。
- ・老々介護が多くなっていますが、親が認知症になった場合に生活を看てもらう子供の援助が絶対に必要と思っています。親を看て子供が仕事を失職する事だけは避けたいと思っています。

【住まいについて】

- ・高齢者ばかりでなく、色々な世代の人達と共に住める、医療の施設が充実している所を紹介してほしい。高齢者が住みやすいまちづくりを希望します。
- ・公的年金で安心して入居できる高齢者住宅を増やしていただきたいです。都営住宅や団地の空室を上手に利用してほしいと思います。

【災害時・緊急時のことについて】

- ・今回の台風のようなことが都心部にも起こりうる訳ですから、どれだけ一人暮らしの高齢者の把握をしているのか、起きたときの対応ができるのかが心配です。