

## 集計結果

---

※各調査の集計表は新宿区のホームページに掲載しています。

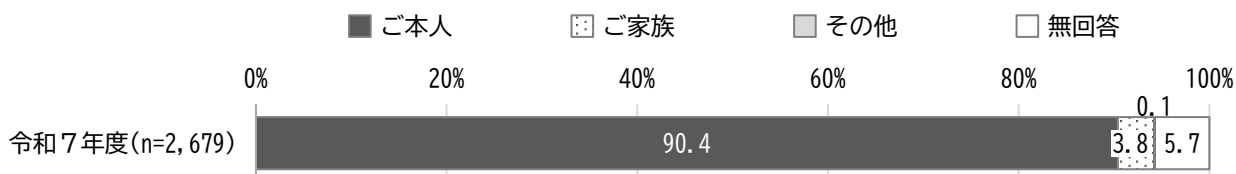


# 1 一般高齢者調査

## 1. あなた自身のことについて

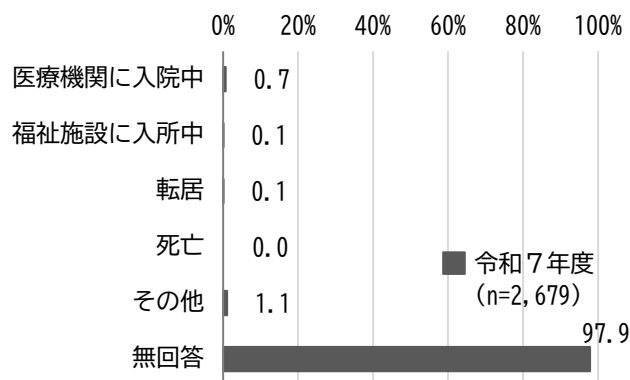
調査票を記入した人（単数回答）

【図表 1】 調査票の記入者



ご本人が何らかの事情によりご不在の場合（単数回答）

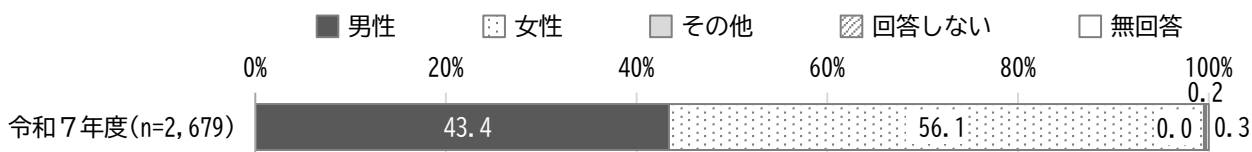
【図表 2】 不在の事情



不在の事情	人数
医療機関に入院中	20
福祉施設に入所中	2
転居	4
死亡	1
その他	30
上記に該当しない	2,622
合計	2,679

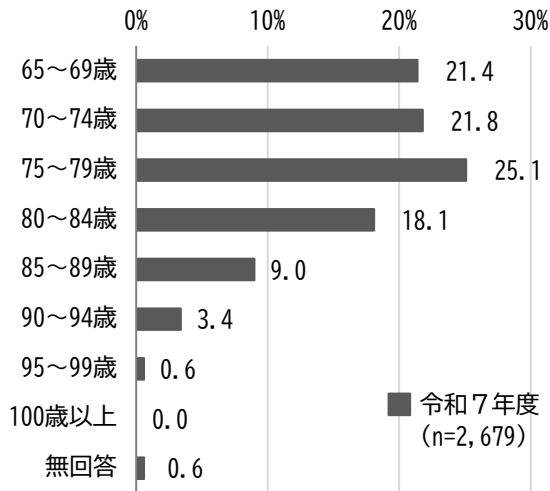
問1 性別を教えてください。（単数回答）

【図表 3】 性別



問2 年齢をご記入ください。(単数回答)

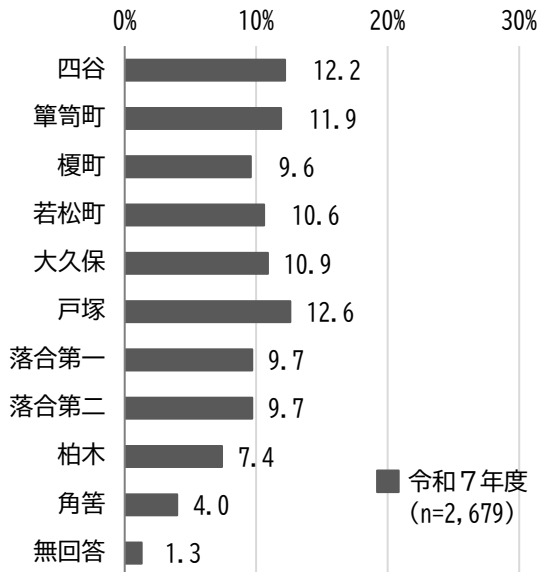
【図表 4】年齢



年齢	人数
65～69歳	573
70～74歳	585
75～79歳	673
80～84歳	486
85～89歳	241
90～94歳	90
95～99歳	16
100歳以上	0
無回答	15
合計	2,679

問3 あなたのお住まいは、どの特別出張所管内ですか。(単数回答)

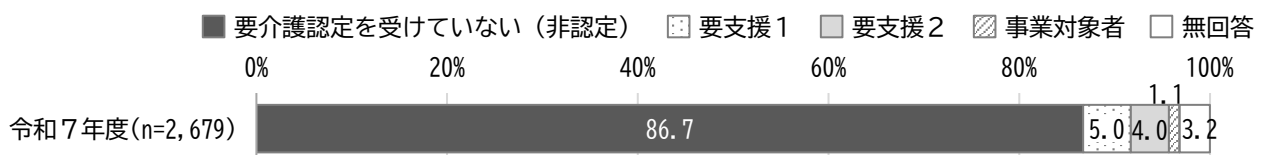
【図表 5】居住地域



居住地域	人数
四谷	327
簞笥町	319
榎町	258
若松町	284
大久保	293
戸塚	338
落合第一	259
落合第二	261
柏木	198
角筈	106
無回答	36
合計	2,679

問4 あなたの現在の状態は、次のうちどれですか。(単数回答)

【図表 6】現在の状態

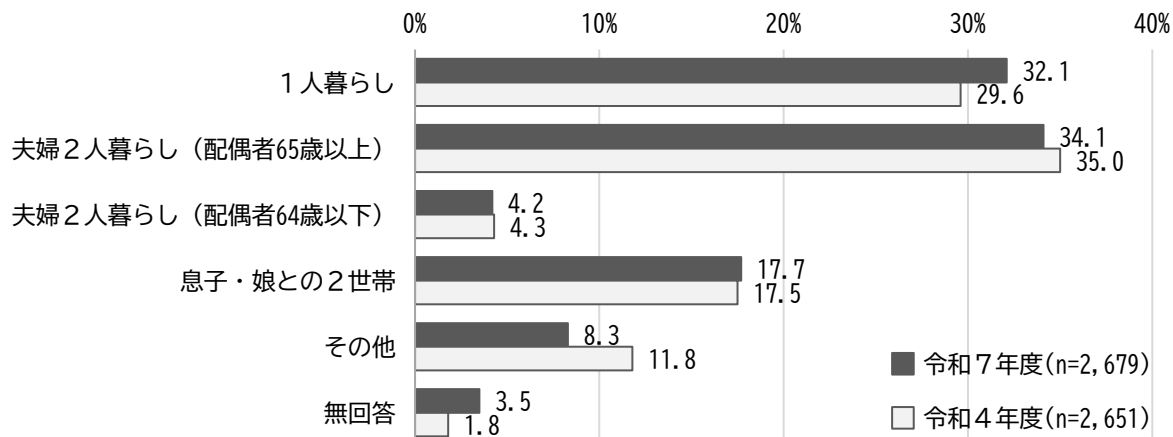


## 2. あなたのご家族や生活状況について

### 問5 家族構成を教えてください。(単数回答)

「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が34.1%で最も多く、次いで、「1人暮らし」が32.1%、「息子・娘との2世帯」が17.7%となっている。

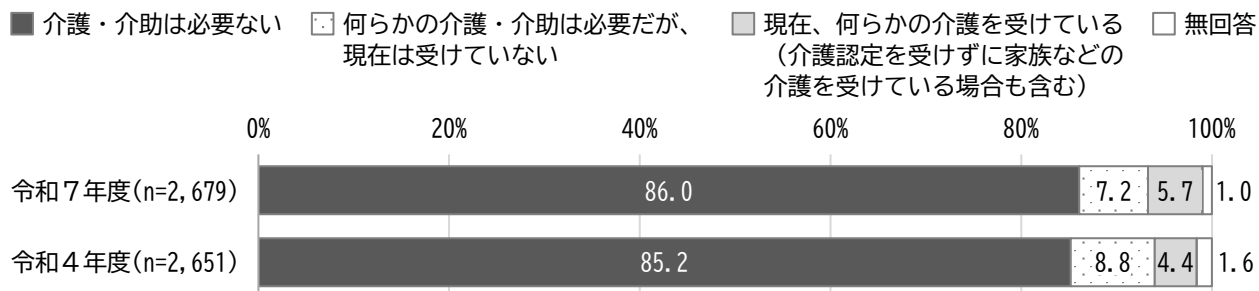
【図表7】家族構成〈前回比較〉



### 問6 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。(単数回答)

「介護・介助は必要ない」が86.0%で最も多く、次いで、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が7.2%、「現在、何らかの介護を受けている(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)」が5.7%となっている。

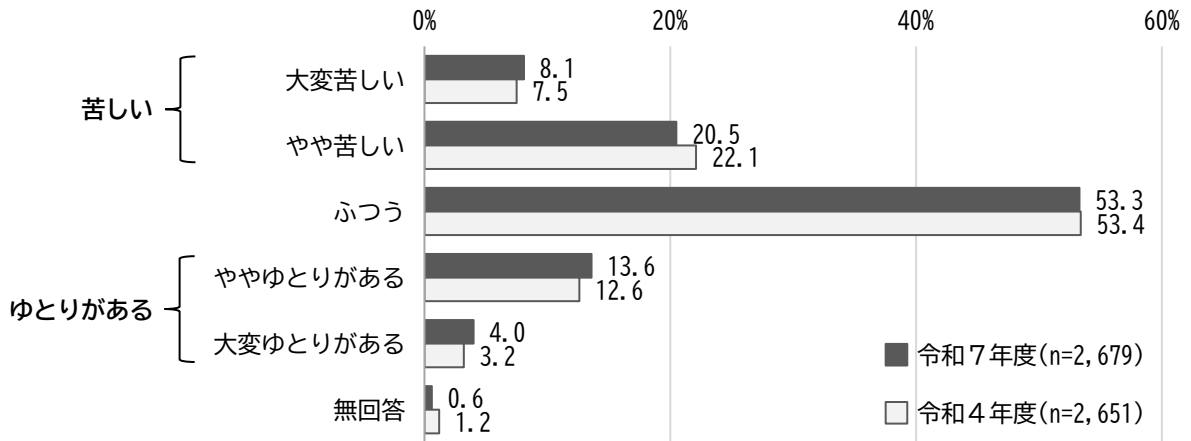
【図表8】普段の生活での介護・介助の必要性〈前回比較〉



問7 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。(単数回答)

「ふつう」が53.3%で最も多く、次いで、「やや苦しい」が20.5%、「ややゆとりがある」が13.6%となっている。「大変苦しい」と「やや苦しい」を合わせた「苦しい」は28.6%となっている。一方、「ややゆとりがある」と「大変ゆとりがある」を合わせた「ゆとりがある」は17.6%となっている。

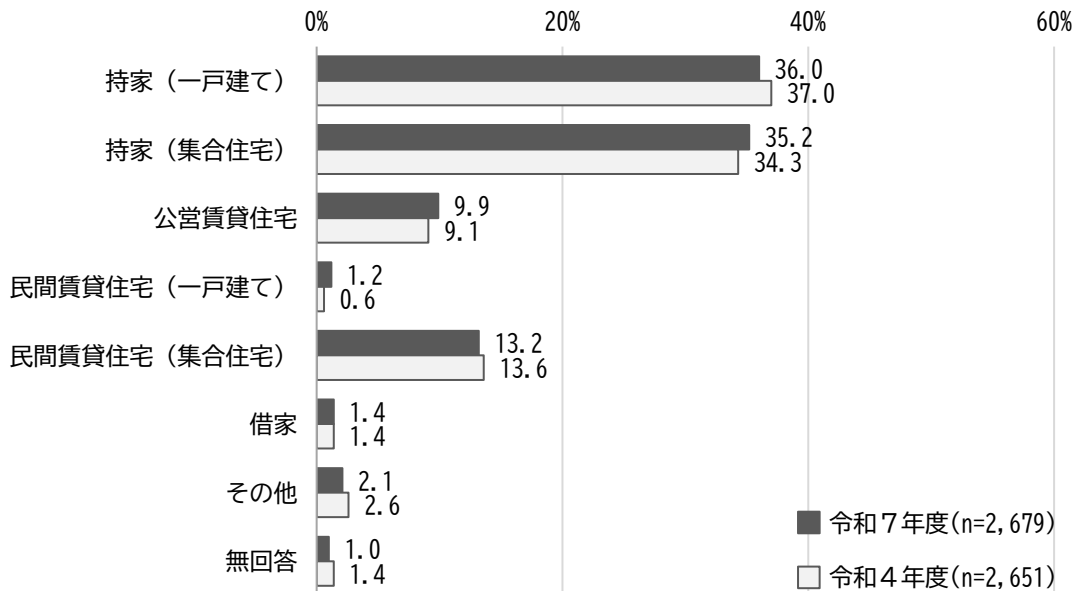
【図表 9】現在の暮らし向き〈前回比較〉



問8 お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(単数回答)

「持家（一戸建て）」が36.0%で最も多く、次いで、「持家（集合住宅）」が35.2%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」が13.2%となっている。

【図表 10】住居の形態〈前回比較〉

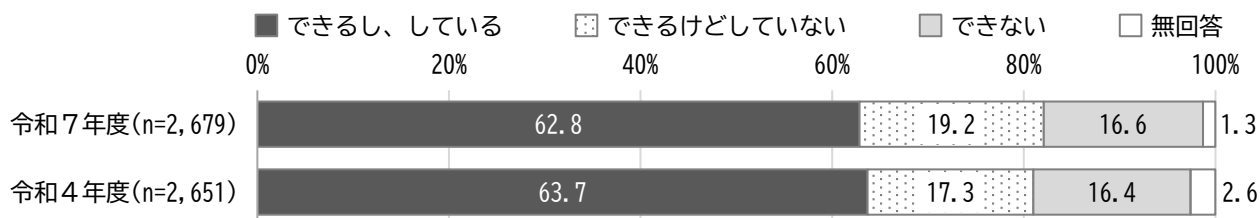


### 3. からだを動かすことについて

問9 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(単数回答)

「できるし、している」が62.8%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が19.2%、「できない」が16.6%となっている。

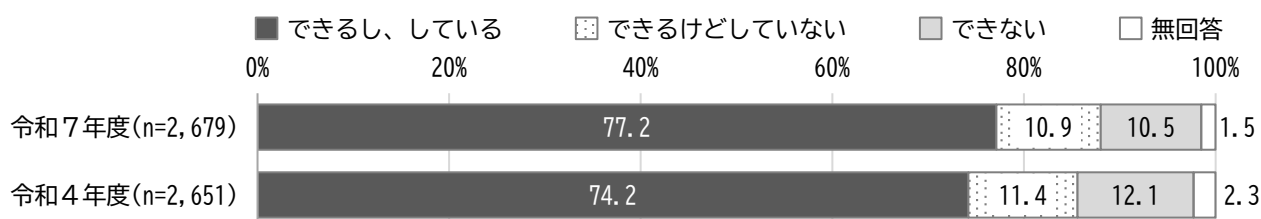
【図表 11】 階段を昇る状況〈前回比較〉



問10 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。(単数回答)

「できるし、している」が77.2%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が10.9%、「できない」が10.5%となっている。

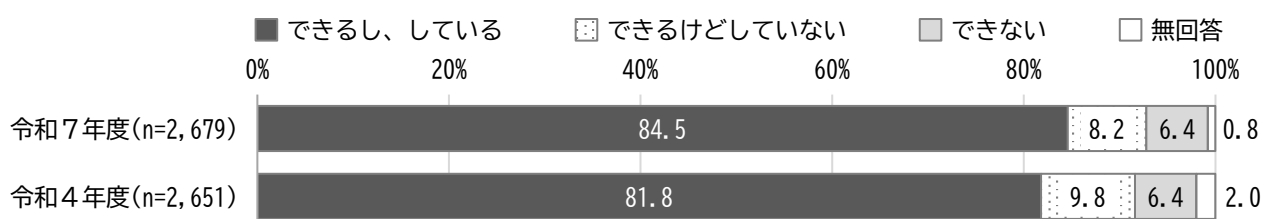
【図表 12】 立ち上がりの状況〈前回比較〉



問11 15分位続けて歩いていますか。(単数回答)

「できるし、している」が84.5%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が8.2%、「できない」が6.4%となっている。

【図表 13】 歩行の状況〈前回比較〉



## ◆各種リスクの状況

厚生労働省の『介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 実施の手引き』において、リスク把握の考え方を示された項目について、各種リスクの状況を以下に示す。

なお、各種リスクの状況については、標本数の多寡があるため、参考としての掲載とする。

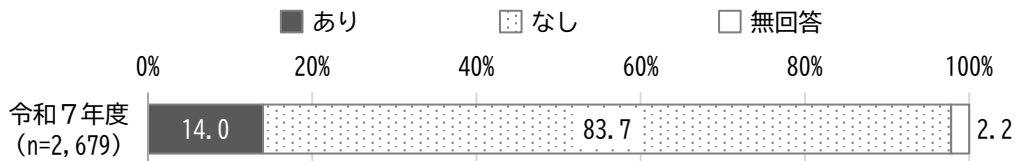
### ■運動器機能の低下している高齢者割合

- 問9 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(「できない」)  
 問10 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。(「できない」)  
 問11 15分位続けて歩いていますか。(「できない」)  
 問12 過去1年間に転んだ経験がありますか。(「何度もある」「1度ある」)  
 問13 転倒に対する不安は大きいですか。(「とても不安である」「やや不安である」)  
 ※上記5つの設問のうち、3問以上で機能低下に該当する選択肢(上記のカッコ内部分の選択肢)と回答している場合に「運動器機能の低下あり」と判定。

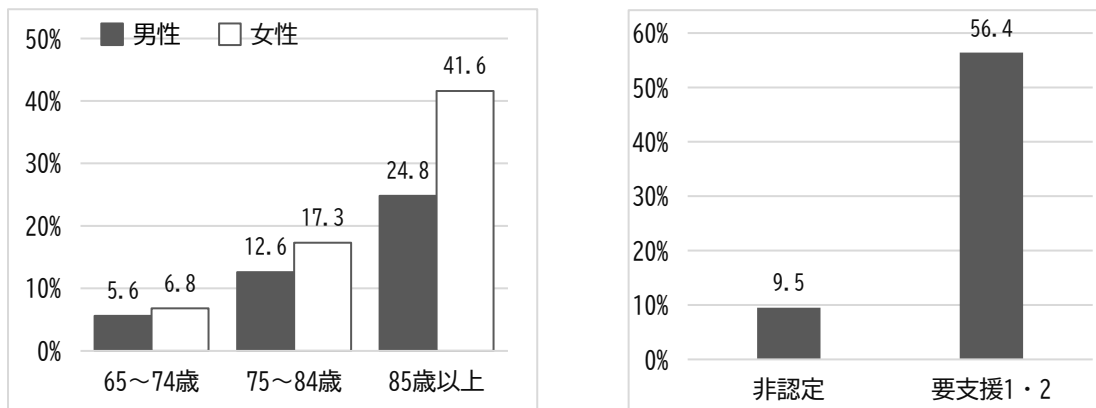
運動器機能の低下している高齢者割合の全体平均は14.0%で、性・年齢別でみると、「65～74歳」では性別に大きな差異はみられないが、「75～84歳」と「85歳以上」では女性が男性よりもポイントが高く、男性・女性ともに、「75～84歳」と「85歳以上」間の増加の割合が大きい。

認定状況別でみると、「非認定」で9.5%、「要支援1・2」で56.4%となっている。

【図表 14】運動器機能の低下している高齢者割合



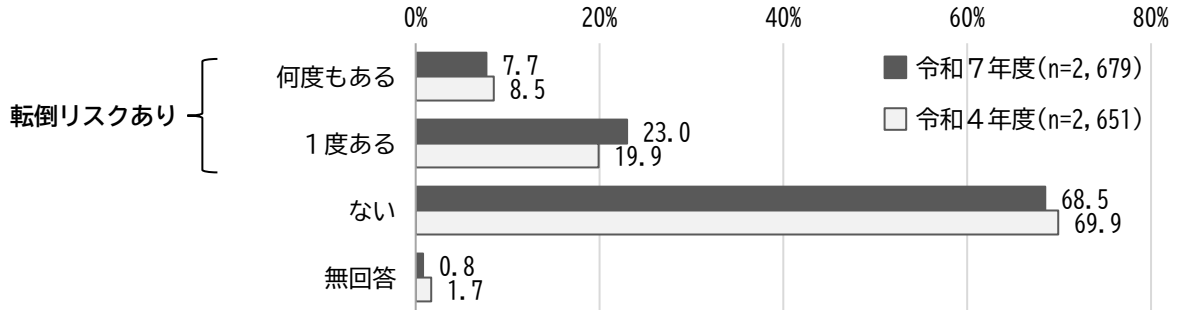
【図表 15】運動器機能の低下している高齢者割合〈性・年齢階層別／認定状況別〉



問12 過去1年間に転んだ経験がありますか。(単数回答)

「ない」が68.5%で最も多く、次いで、「1度ある」が23.0%、「何でもある」が7.7%となっている。

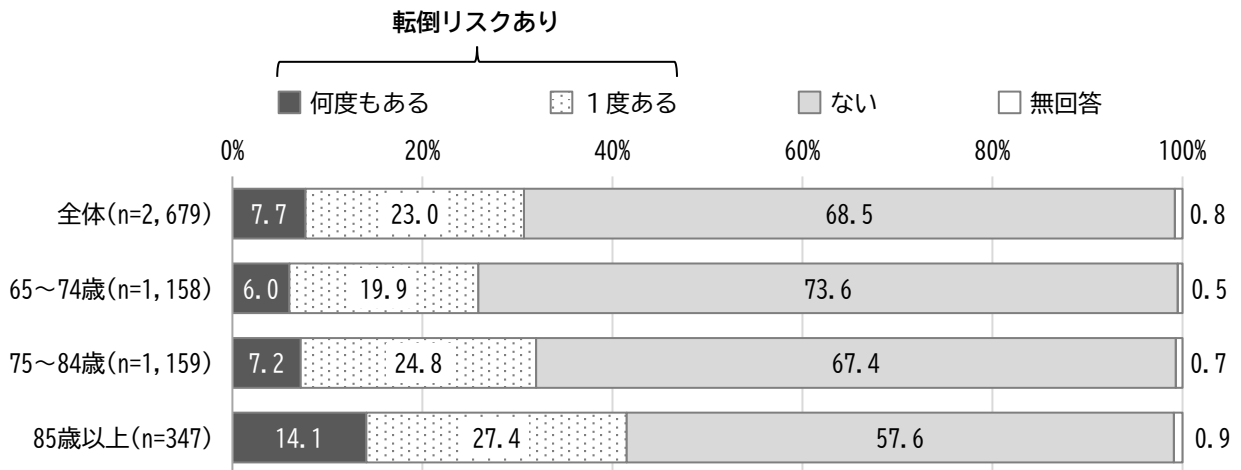
【図表16】過去1年間に転んだ経験〈前回比較〉



■過去1年間に転んだ経験〈年齢階層別〉

過去1年間に転んだ経験について、年齢階層別で見ると年齢階層が上がるにつれて、「何でもある」と「1度ある」を合わせた“転倒リスクあり”の割合が高くなっている。

【図表17】過去1年間に転んだ経験〈年齢階層別〉



## ◆各種リスクの状況

### ■転倒リスクのある高齢者割合

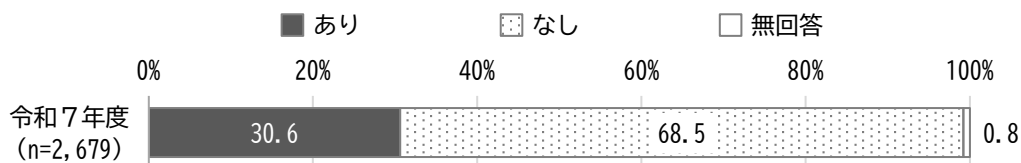
問 12 過去1年間に転んだ経験がありますか。(「何度もある」「1度ある」)

※過去1年間の転倒経験で、「何度もある」、「1度ある」と回答している場合、転倒リスクのある高齢者と判定。

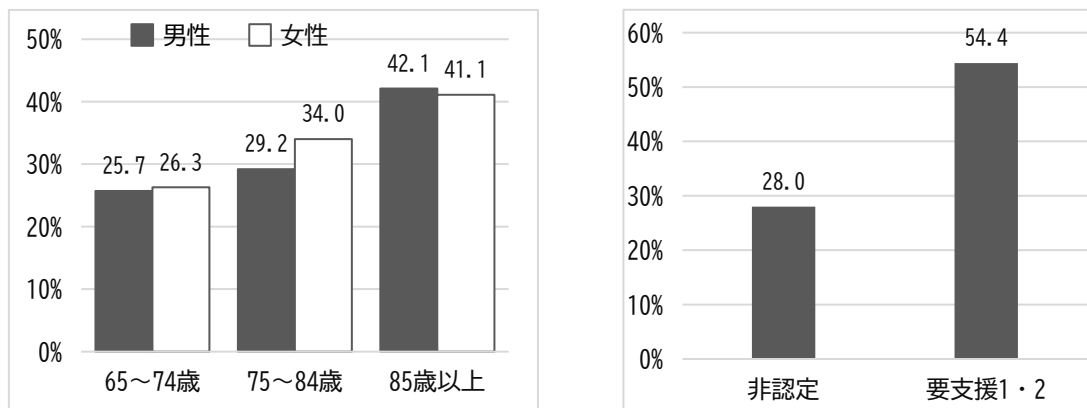
転倒リスクのある高齢者割合の全体平均は30.6%で、性・年齢別で見ると、「75～84歳」では女性が男性よりも高くなっている。男性は「75～84歳」と「85歳以上」間で、増加の割合が大きくなっている。

認定状況別で見ると、「非認定」で28.0%、「要支援1・2」で54.4%となっている。

【図表 18】 転倒リスクのある高齢者割合



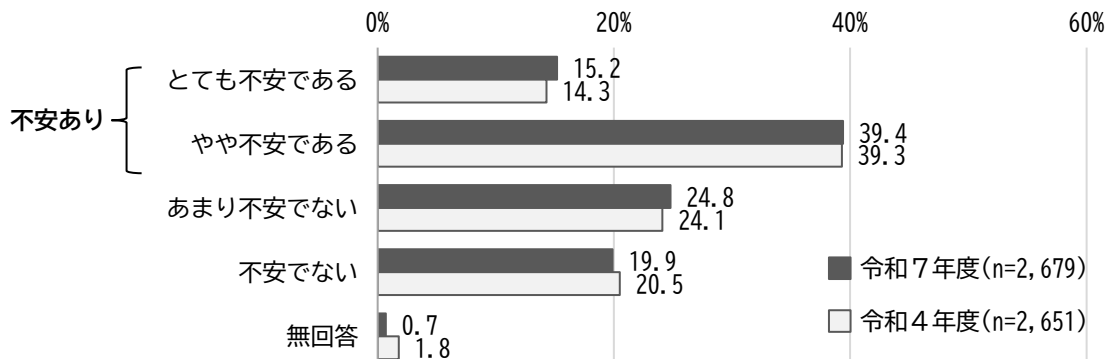
【図表 19】 転倒リスクのある高齢者割合〈性・年齢階層別／認定状況別〉



## 問 13 転倒に対する不安は大きいですか。(単数回答)

「やや不安である」が 39.4%で最も多く、「とても不安である」(15.2%) と合わせた“不安あり”は 54.6%となっている。

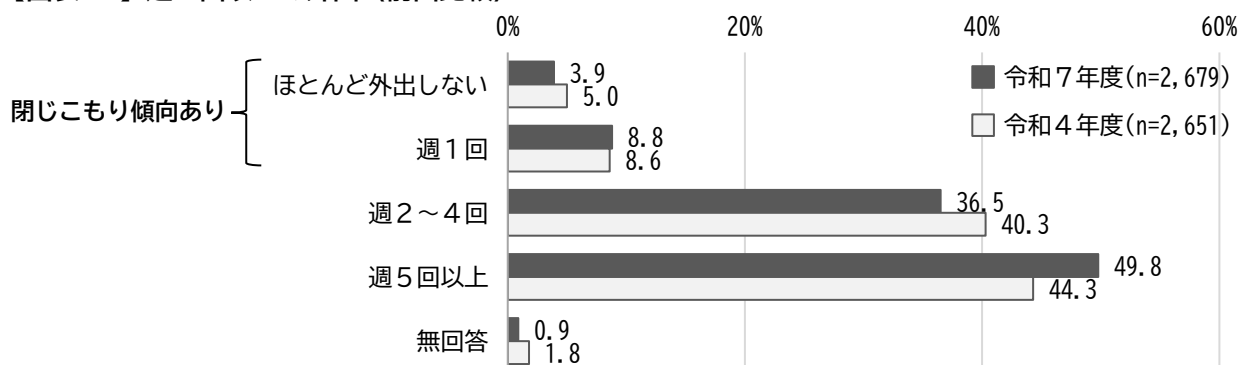
【図表 20】 転倒に対する不安〈前回比較〉



## 問 14 週に1回以上は外出していますか。(単数回答)

「週5回以上」が 49.8%で最も多く、次いで、「週2～4回」が 36.5%、「週1回」が 8.8%となっている。

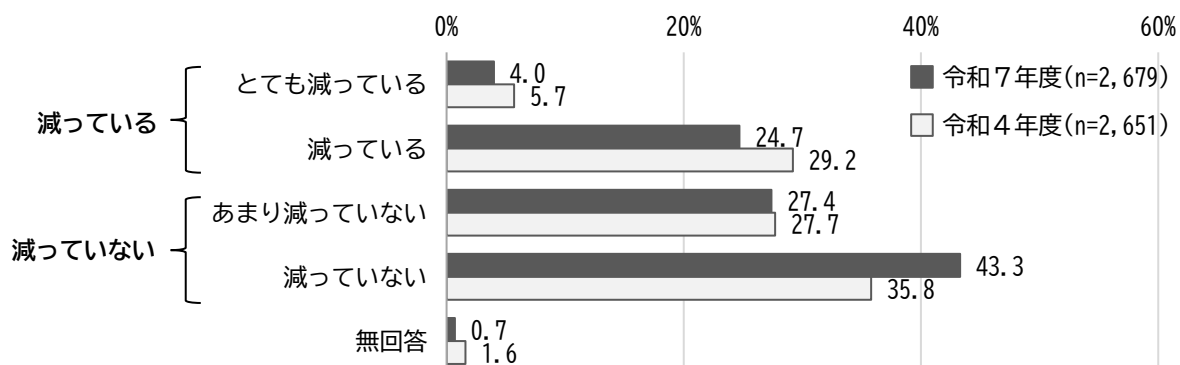
【図表 21】 週1回以上の外出〈前回比較〉



## 問 15 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(単数回答)

「とても減っている」(4.0%)と「減っている」(24.7%)を合わせた“減っている”は 28.7%となっている。一方、「あまり減っていない」(27.4%)と「減っていない」(43.3%)を合わせた“減っていない”は 70.7%となっている。

【図表 22】 昨年と比較した外出回数〈前回比較〉



◆各種リスクの状況

■閉じこもり傾向のある高齢者割合

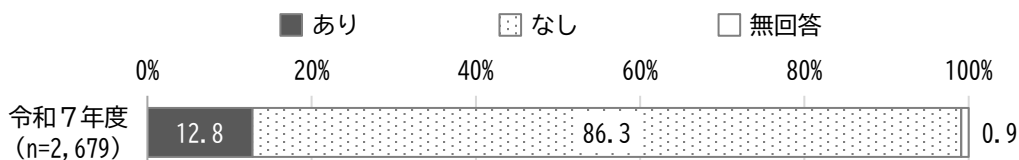
問 14 週に1回以上は外出していますか。(「ほとんど外出しない」「週1回」)

※1週間の外出状況で「ほとんど外出しない」、「週1回」と回答している場合、閉じこもり傾向のある高齢者と判定。

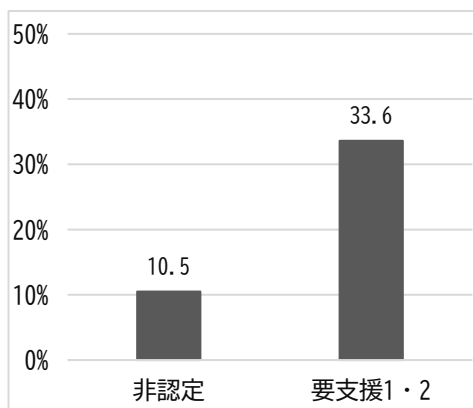
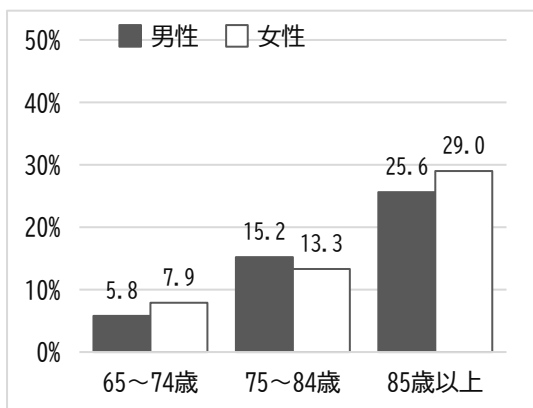
閉じこもり傾向のある高齢者割合の全体平均は12.8%で、性・年齢別で見ると、「65～74歳」と「85歳以上」では女性が男性よりも高く、「75～84歳」では男性が女性よりも高くなっている。女性は「75～84歳」と「85歳以上」間の増加の割合が大きくなっている。

認定状況別で見ると、「非認定」で10.5%、「要支援1・2」で33.6%となっている。

【図表 23】閉じこもり傾向のある高齢者割合



【図表 24】閉じこもり傾向のある高齢者割合〈性・年齢階層別／認定状況別〉

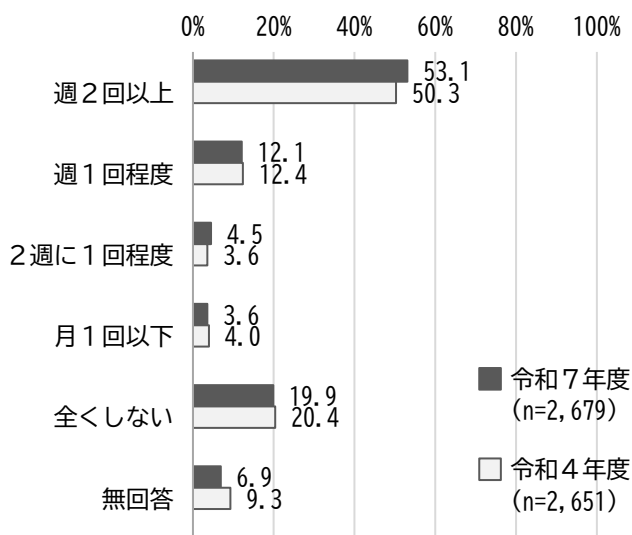


問 16 あなたは以下の運動（ウォーキング、体操、筋力トレーニング）を、それぞれどれくらいの頻度でしていますか。（単数回答）

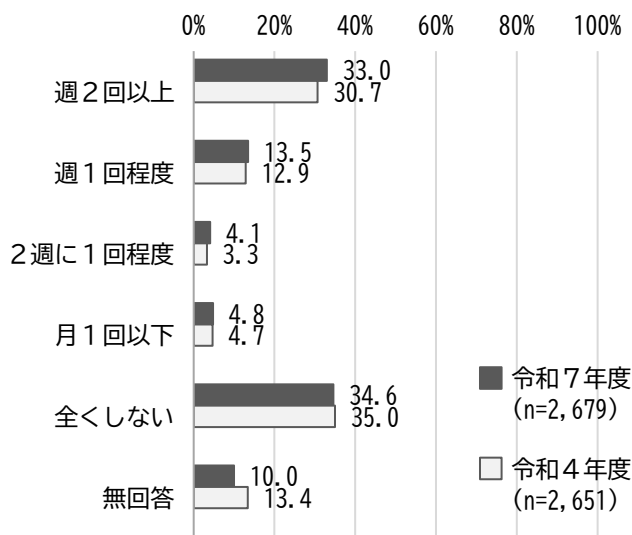
ア.ウォーキングでは、「週2回以上」が53.1%で最も多くなっている。イ.体操では、「週2回以上」が33.0%となっており、「全くしない」が34.6%となっている。ウ.筋力トレーニングでは、「週2回以上」が24.7%となっており、「全くしない」が43.0%となっている。

【図表 25】運動の頻度〈前回比較〉

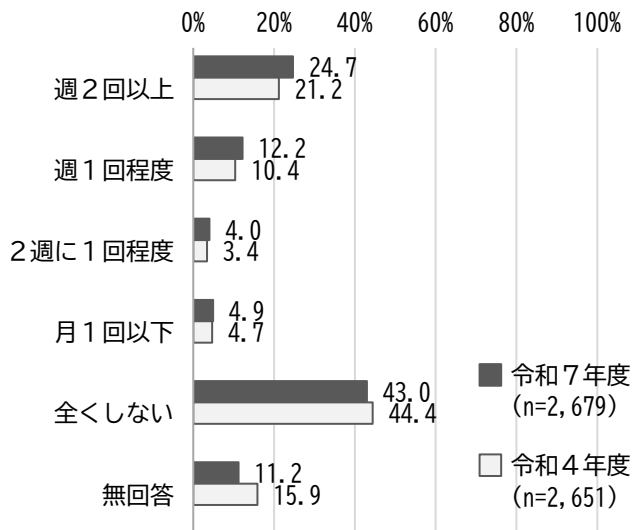
ア. ウォーキング



イ. 体操



ウ. 筋力トレーニング



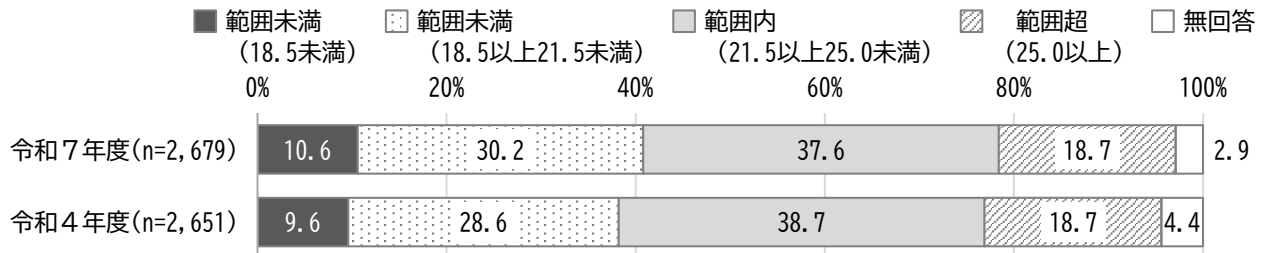
## 4. 食べることについて

問 17 身長・体重を教えてください。(数量回答) < BMI >

身長と体重からBMIを算出し目標とするBMIの範囲の分布をみると、「範囲内(21.5以上25.0未満)」が37.6%で最も多く、次いで、「範囲未満(18.5以上21.5未満)」が30.2%、「範囲超(25.0以上)」が18.7%となっている。

### ■ BMI 国基準(65歳以上)〈前回比較〉

【図表 26】 BMI 国基準(65歳以上)〈前回比較〉

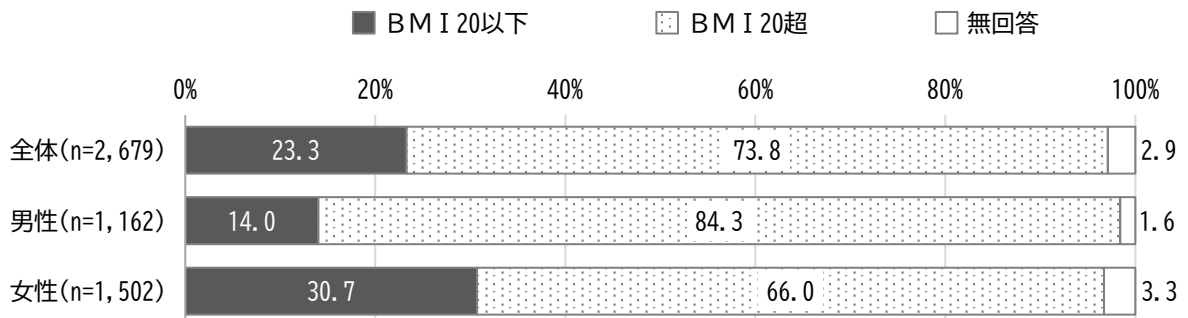


※BMIは体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出される体重(体格)の指標であり、厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2025年版)」策定検討会報告書では、65歳以上の目標とするBMIの範囲を21.5~24.9kg/m<sup>2</sup>としている。

### ■ 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」は全体で23.3%となっている。性別で見ると、「BMI 20以下」(男性:14.0%・女性:30.7%)は、女性の方が男性よりも16.7ポイント高くなっている。

【図表 27】 BMI (低栄養傾向BMI ≤ 20) 〈性別〉

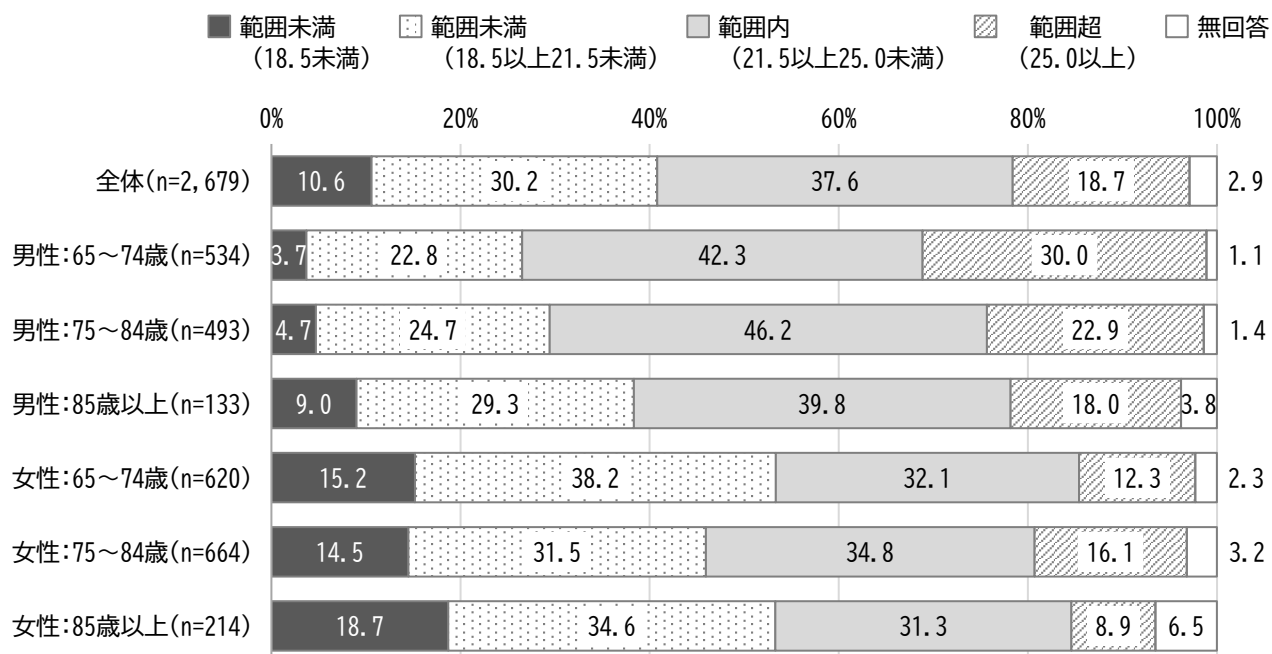


※厚生労働省「健康日本 21(第三次)」では、低栄養傾向の基準を、要介護や総死亡リスクが統計学的に優位に高くなるポイントとして示されている「BMI 20以下」とし、その割合の増加の抑制を指標として設定している。

## ■BMI（目標とするBMIの範囲）〈性・年齢階層別〉

BMIを性・年齢階層別で見ると、年齢にかかわらず「範囲未満（18.5未満）」と「範囲未満（18.5以上21.5未満）」を合わせた割合は男性よりも女性の方が高く、「範囲超（25.0以上）」の割合は女性よりも男性の方が高い。

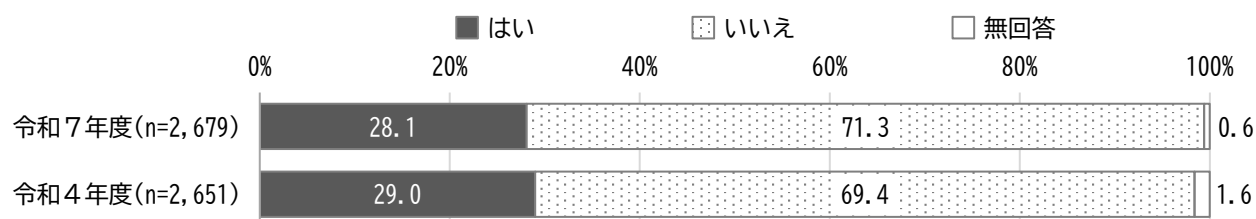
【図表 28】BMI（目標とするBMIの範囲）〈性・年齢階層別〉



問 18 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(単数回答)

「はい」が28.1%、「いいえ」が71.3%となっている。

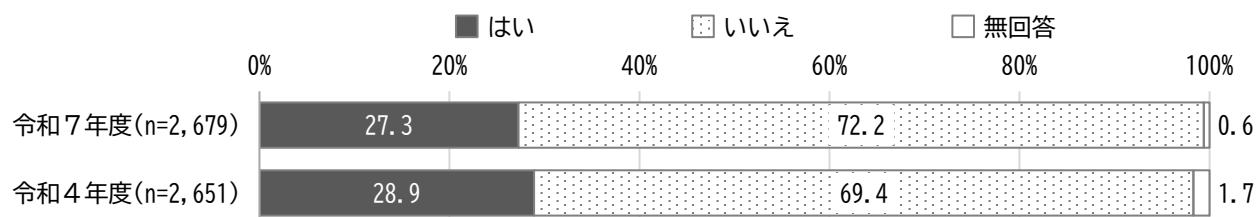
【図表 29】固いものの食べにくさの有無〈前回比較〉



問 19 お茶や汁物等でむせることがありますか。(単数回答)

「はい」が27.3%、「いいえ」が72.2%となっている。

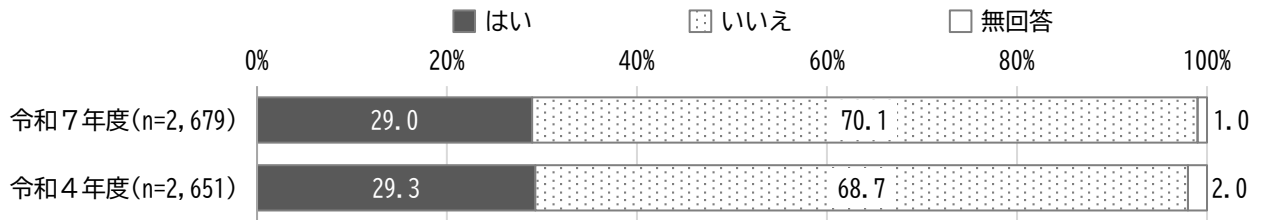
【図表 30】むせこみの有無〈前回比較〉



問 20 口の渇きが気になりますか。(単数回答)

「はい」が29.0%、「いいえ」が70.1%となっている。

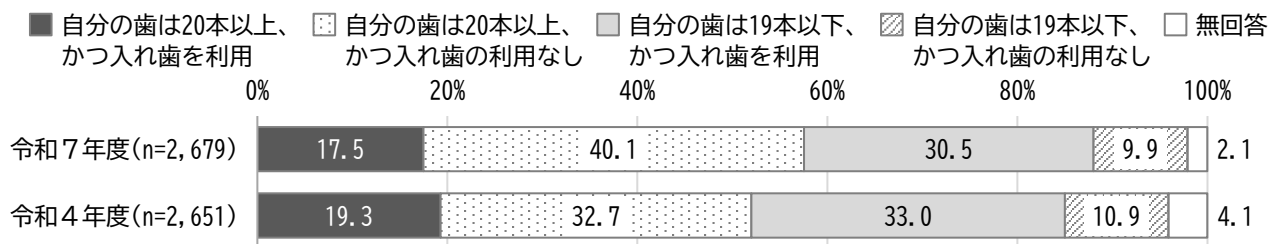
【図表 31】口の渇きの有無〈前回比較〉



問 21 歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください。(単数回答)

「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯の利用なし」が40.1%で最も多く、次いで、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が30.5%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」が17.5%となっている。

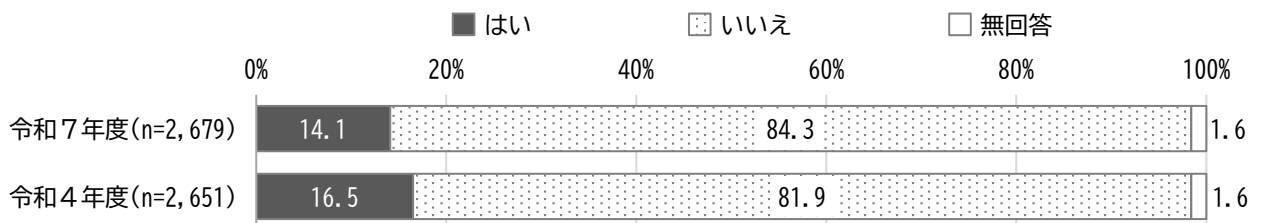
【図表 32】歯の数と入れ歯の利用状況〈前回比較〉



問 22 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(単数回答)

「はい」が14.1%、「いいえ」が84.3%となっている。

【図表 33】6か月間で2～3kg以上の体重減少があったか〈前回比較〉



## ◆各種リスクの状況

## ■口腔機能の低下している高齢者割合

問 18 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(「はい」)

問 19 お茶や汁物等でむせることがありますか。(「はい」)

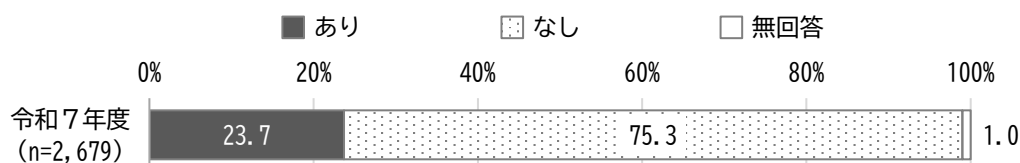
問 20 口の渇きが気になりますか。(「はい」)

※「半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか」の設問で「はい」と回答した場合に、「咀嚼機能の低下が疑われる高齢者」と判定。さらに「お茶や汁物等でむせることがありますか」と「口の渇きが気になりますか」を加えた3設問のうち2設問で「はい」と回答した場合に、「口腔機能の低下あり」と判定。

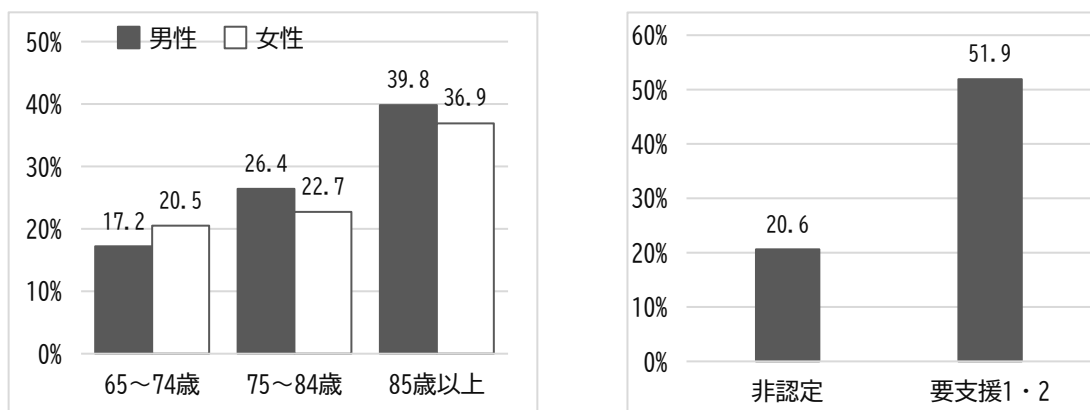
口腔機能が低下している高齢者割合の全体平均は 23.7%で、性・年齢別で見ると、「65～74歳」では女性が男性よりも高いが、「75～84歳」と「85歳以上」では男性が女性よりも高くなっている。男性は「65～74歳」と「75～84歳」間で女性よりも増加の割合が大きい。

認定状況別で見ると、「非認定」で 20.6%、「要支援1・2」で 51.9%となっている。

【図表 34】口腔機能が低下している高齢者割合



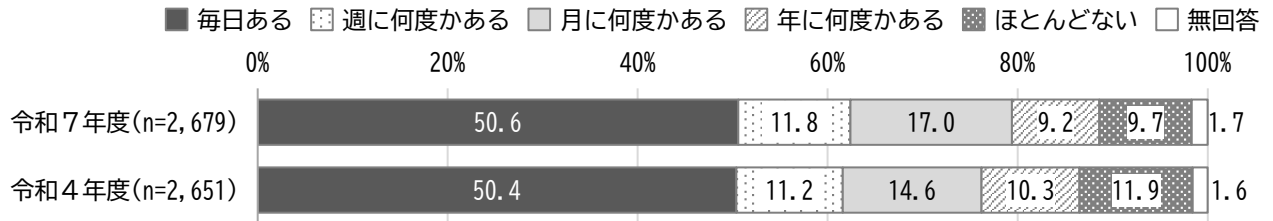
【図表 35】口腔機能が低下している高齢者割合〈性・年齢階層別／認定状況別〉



問 23 どなたかと食事をとにもする機会がありますか。(単数回答)

「毎日ある」が 50.6%で最も多く、次いで、「月に何度かある」が 17.0%、「週に何度かある」が 11.8%となっている。

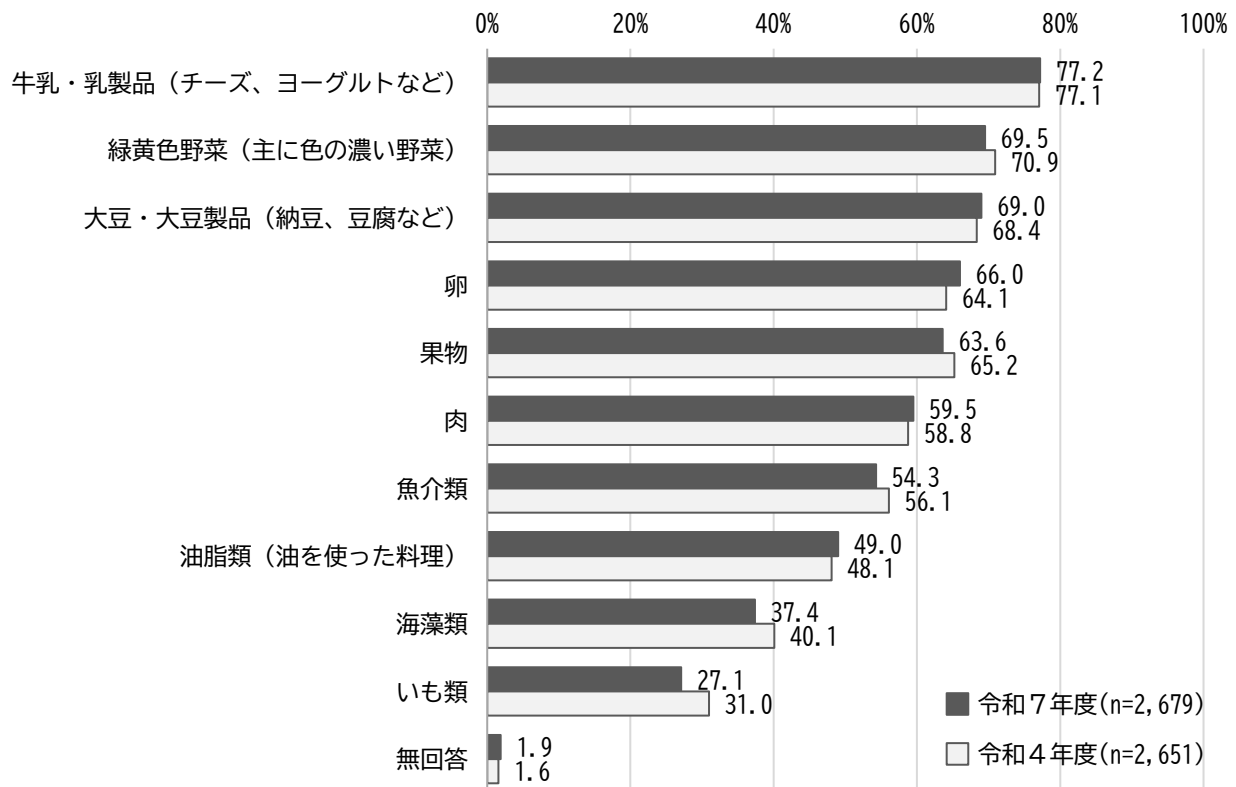
【図表 36】 食事をとにもする機会の有無〈前回比較〉



問 24 最近一週間のうち、ほぼ毎日食べている食品に○をしてください。(複数回答)

「牛乳・乳製品（チーズ、ヨーグルトなど）」が 77.2%で最も多く、次いで、「緑黄色野菜（主に色の濃い野菜）」が 69.5%、「大豆・大豆製品（納豆、豆腐など）」が 69.0%となっている。

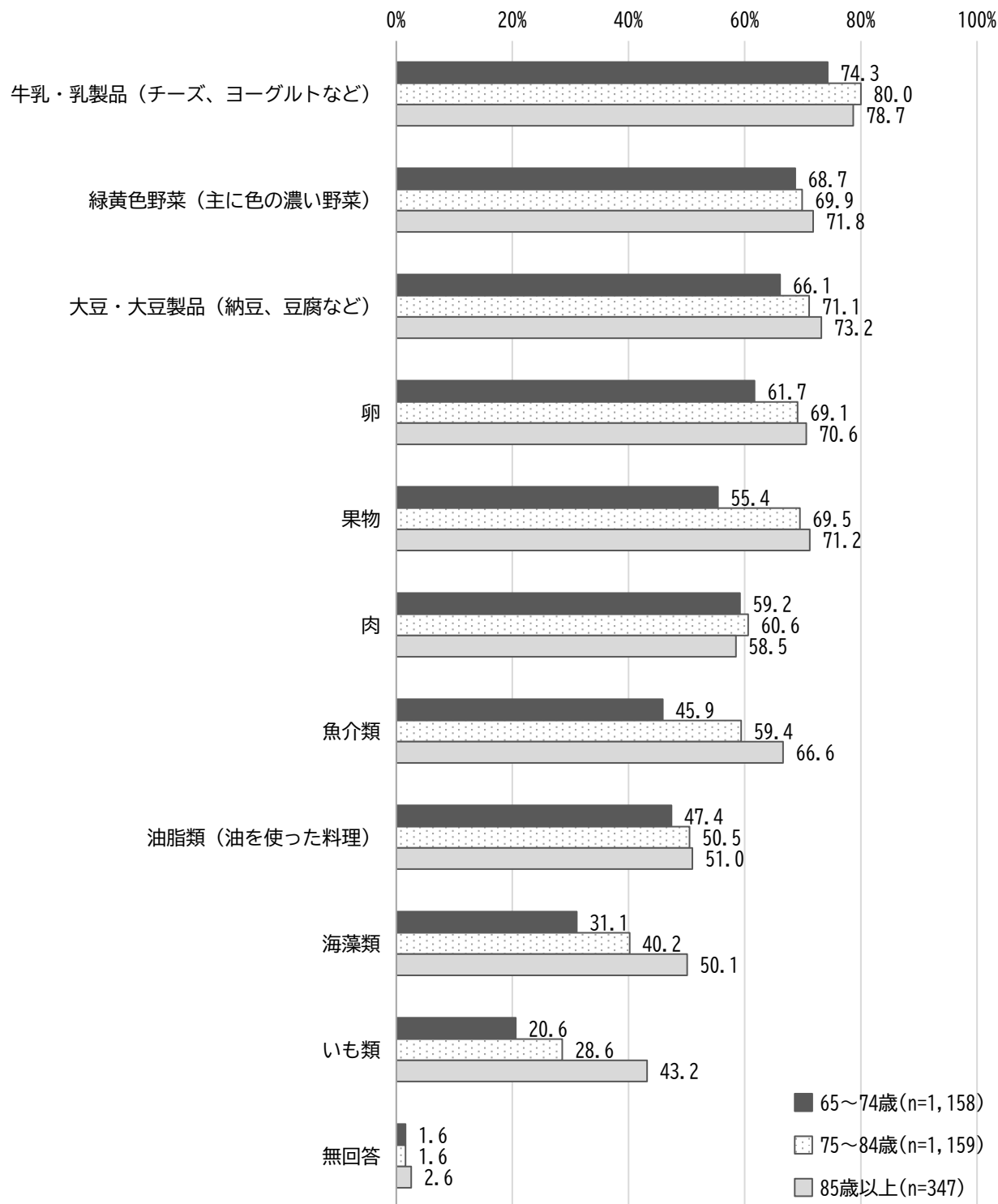
【図表 37】 最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品〈前回比較〉



■最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品〈年齢階層別〉

年齢階層別でみると、「牛乳・乳製品」は年齢階層にかかわらず7割台半ば近くから8割近くが摂取している。

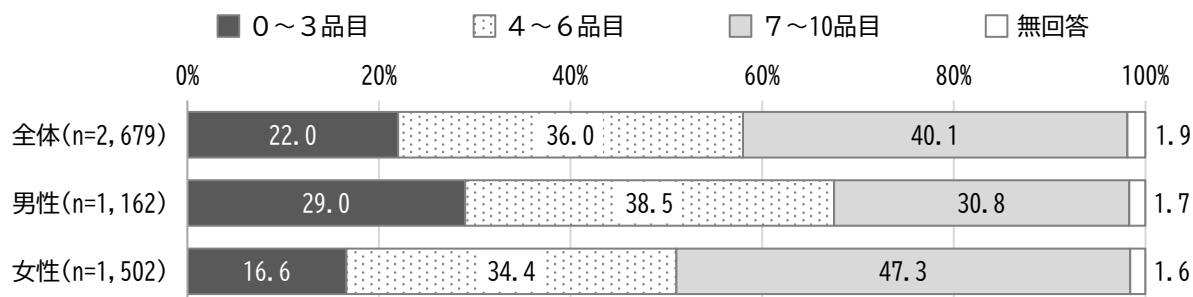
【図表 38】最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品〈年齢階層別〉



■最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品数〈性別〉

性別で見ると、「7～10品目」の割合は女性の方が男性より高くなっている。

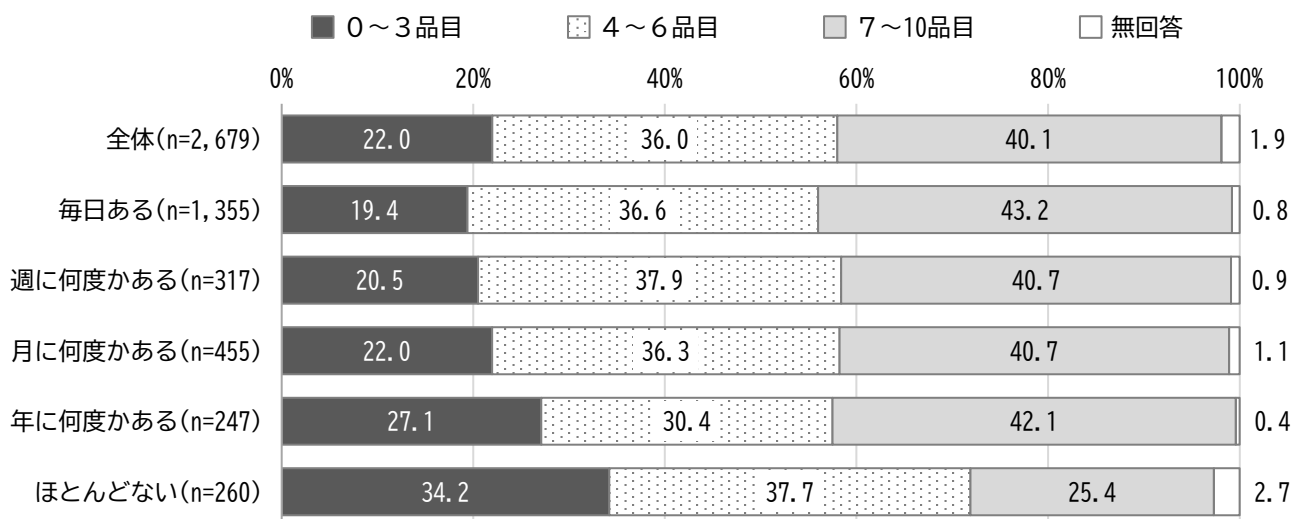
【図表 39】最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品数〈性別〉



■最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品数〈食事をとともにする機会の有無別〉

食事をとともにする機会の有無別で見ると、だれかと食事をとともにする機会が少ない人ほど「0～3品目」を摂取している割合が高くなっている。

【図表 40】最近一週間に、ほぼ毎日食べている食品数〈問 23 食事をとともにする機会の有無別〉



## ◆各種リスクの状況

## ■直近6か月間に体重減少を認め、低栄養状態にある高齢者割合

問 17 身長・体重を教えてください。(BMIが18.5未満)

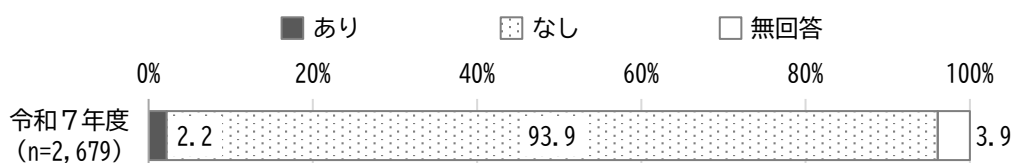
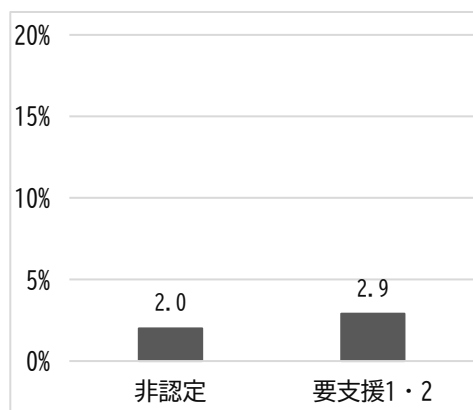
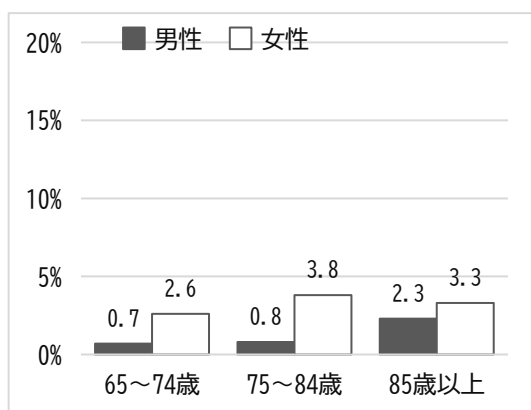
問 22 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(「はい」)

※身長と体重から算出されるBMIが、18.5未満の場合に低栄養が疑われる高齢者となり、かつ、直近の6か月間に2～3kg以上の体重減少があった場合に、「直近6か月間に体重減少を認め、低栄養状態にある」と判定。

直近6か月間に体重減少を認め、低栄養状態にある高齢者割合の全体平均は2.2%で、性・年齢別でみると、いずれの年齢階層でも女性が男性よりも高くなっている。男性は「75～84歳」と「85歳以上」間で増加の度合いが大きくなっているが、女性は「75～84歳」と「85歳以上」間で減少している。

認定状況別でみると、「非認定」で2.0%、「要支援1・2」で2.9%となっている。

【図表 41】直近6か月間に体重減少を認め、低栄養状態にある高齢者割合

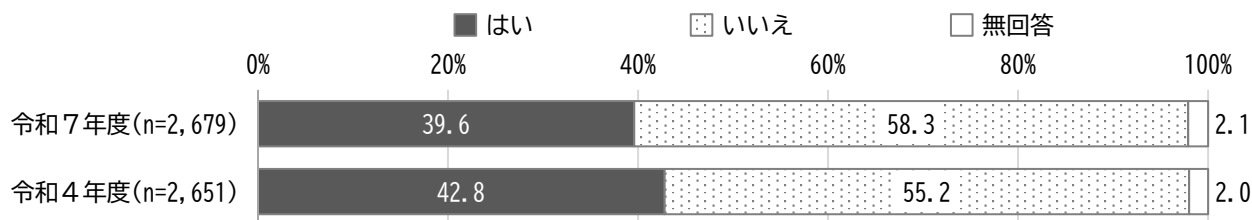
【図表 42】直近6か月間に体重減少を認め、低栄養状態にある高齢者割合  
(性・年齢階層別/認定状況別)

## 5. 日ごろの生活について

問 25 もの忘れが多いと感じますか。(単数回答)

「はい」が39.6%、「いいえ」が58.3%となっている。

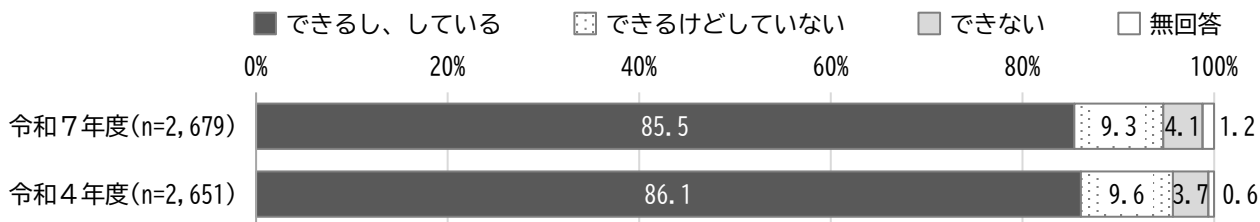
【図表 43】認知機能について〈前回比較〉



問 26 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) (単数回答)

「できるし、している」が85.5%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が9.3%、「できない」が4.1%となっている。

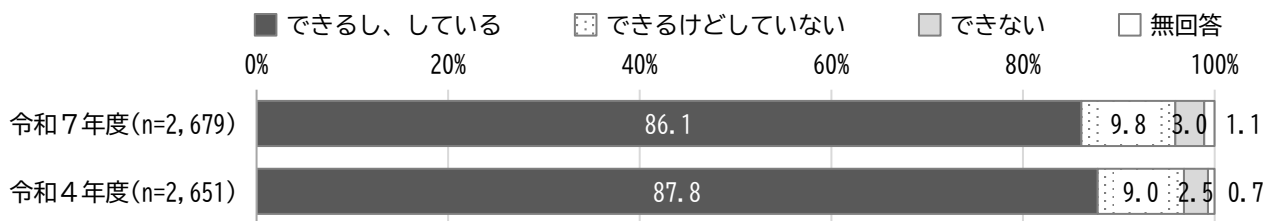
【図表 44】バスや電車を使っての1人での外出状況〈前回比較〉



問 27 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(単数回答)

「できるし、している」が86.1%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が9.8%、「できない」が3.0%となっている。

【図表 45】自分で食品・日用品の買物をしているか〈前回比較〉



## ◆各種リスクの状況

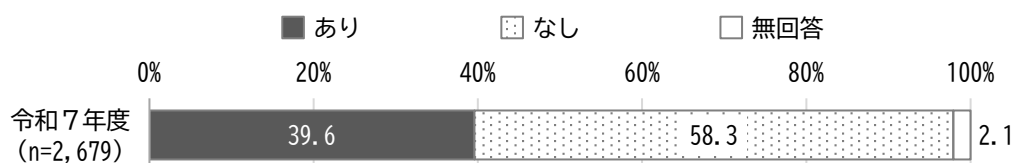
## ■認知機能が低下している高齢者割合

問 25 もの忘れが多いと感じますか。(「はい」)

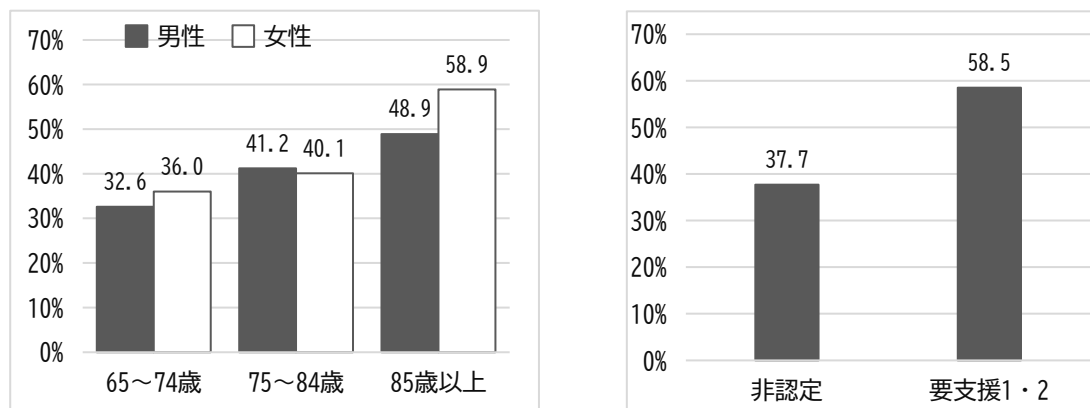
※認知機能については、「はい」と回答している場合に、「認知機能の低下あり」と判定。

認知機能が低下している高齢者割合の全体平均は 39.6% で、性・年齢別でみると、女性は「65～74 歳」と「85 歳以上」では男性よりも高いが、「75～84 歳」では大きな差異はみられない。また、女性は「75～84 歳」と「85 歳以上」間の増加の度合いが男性よりも大きい。認定状況別でみると、「非認定」で 37.7%、「要支援 1・2」で 58.5% となっている。

【図表 46】認知機能が低下している高齢者割合



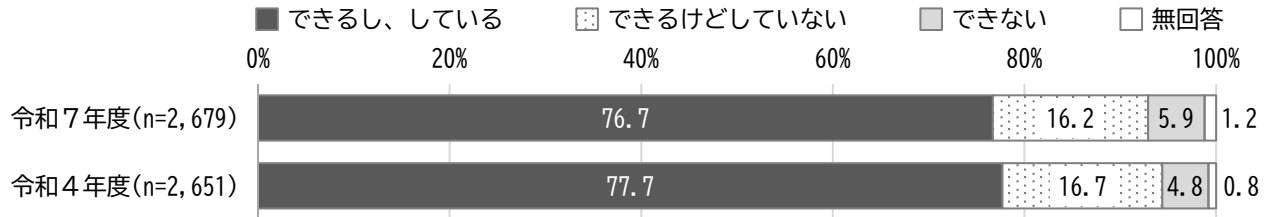
【図表 47】認知機能が低下している高齢者割合〈性・年齢別／認定状況別〉



問 28 自分で食事の用意をしていますか。(単数回答)

「できるし、している」が76.7%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が16.2%、「できない」が5.9%となっている。

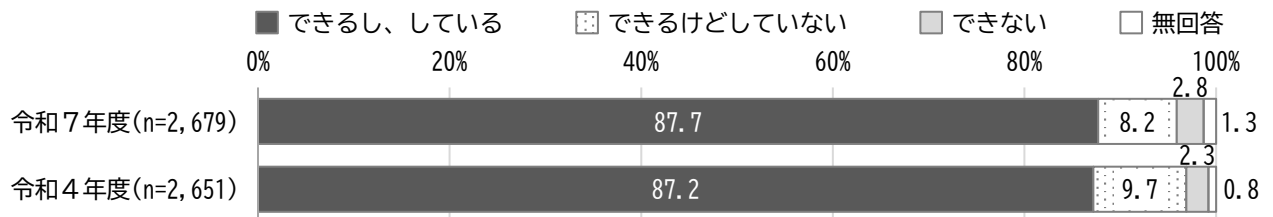
【図表 48】 食事の用意状況〈前回比較〉



問 29 自分で請求書の支払いをしていますか。(単数回答)

「できるし、している」が87.7%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が8.2%、「できない」が2.8%となっている。

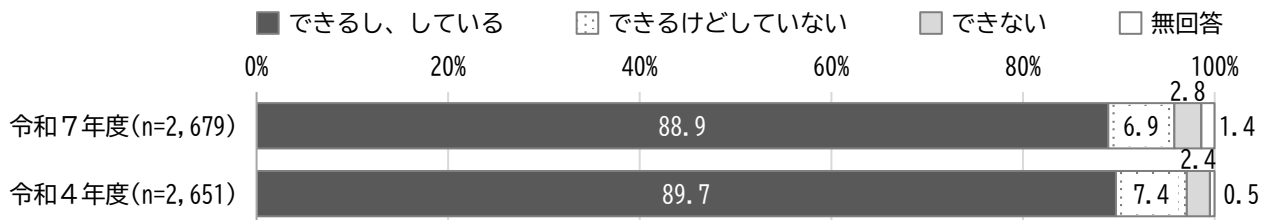
【図表 49】 請求書の支払い状況〈前回比較〉



問 30 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(単数回答)

「できるし、している」が88.9%で最も多く、次いで、「できるけどしていない」が6.9%、「できない」が2.8%となっている。

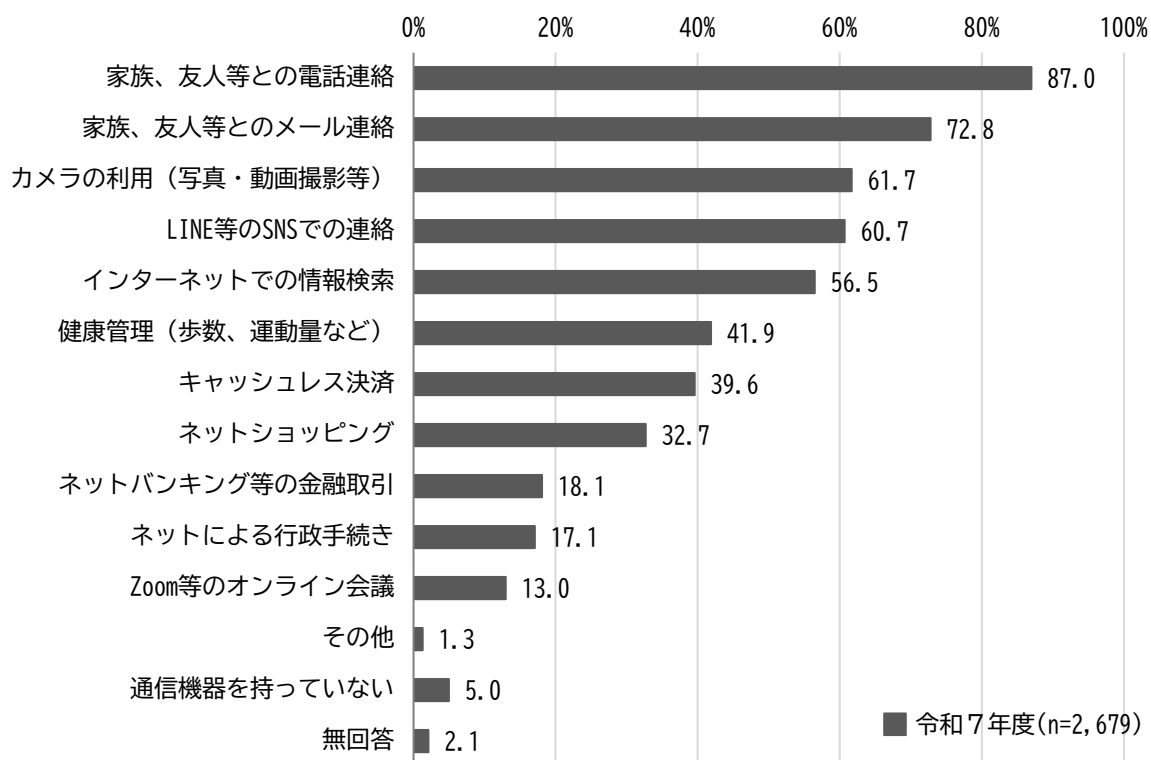
【図表 50】 預貯金の出し入れ状況〈前回比較〉



問 31 過去1年間に利用した通信機器（スマートフォンやパソコンなど）を使った機能・サービスはどれですか。（複数回答）

「家族、友人等との電話連絡」が 87.0%で最も多く、次いで、「家族、友人等とのメール連絡」が 72.8%、「カメラの利用（写真・動画撮影等）」が 61.7%、「LINE等のSNSでの連絡」が 60.7%となっている。

【図表 51】最近1年間に利用した通信機器を使った機能・サービス



◆各種リスクの状況

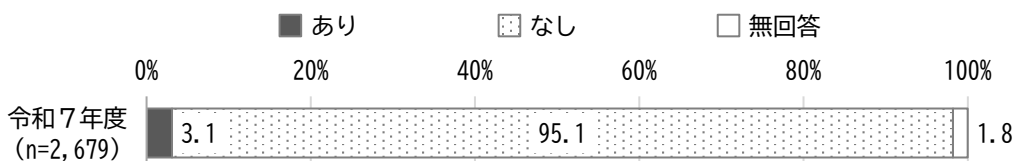
■手段的日常生活動作（IADL）が低下している高齢者割合

- 問 26 バスや電車を使って1人で外出していますか。(自家用車でも可) (「できるし、している」「できるけどしていない」)
- 問 27 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(「できるし、している」「できるけどしていない」)
- 問 28 自分で食事の用意をしていますか。(「できるし、している」「できるけどしていない」)
- 問 29 自分で請求書の支払いをしていますか。(「できるし、している」「できるけどしていない」)
- 問 30 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(「できるし、している」「できるけどしていない」)
- ※各設問について、「できるし、している」か「できるけどしていない」を1点、「できない」を0点と点数化し、5つの設問の合計を判定。判定の区分は5点が「高い」、4点が「やや低い」、0～3点が「低い」となり、「3点以下」は『IADLが低下している高齢者』と判定。

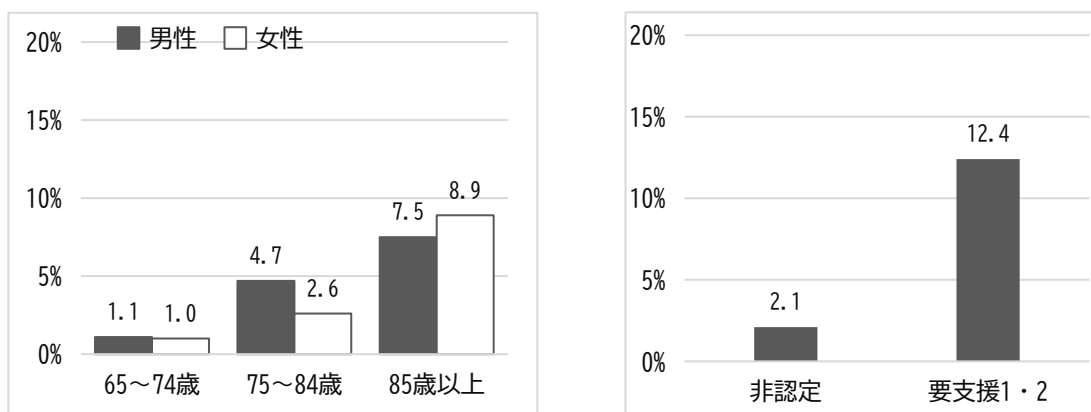
手段的日常生活動作(IADL)が低下している高齢者割合の全体平均は3.1%で、性・年齢別で見ると、男性は「75～84歳」で女性よりも高く、女性は「85歳以上」で男性よりも高くなっている。また、女性は「75～84歳」と「85歳以上」間で男性よりも増加の度合いが大きくなっている。

認定状況別で見ると、「非認定」で2.1%、「要支援1・2」で12.4%となっている。

【図表 52】手段的日常生活動作（IADL）が低下している高齢者割合



【図表 53】手段的日常生活動作(IADL)が低下している高齢者割合〈性・年齢階層別／認定状況別〉



## 6. 日ごろの活動について

問 32 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。(単数回答)

会・グループ等への参加頻度については、「⑧収入のある仕事」の「週4回以上」が20.5%で最も多くなっている。

「週4回以上」から「年に数回」までを合わせた“参加している”は①ボランティアのグループで11.9%、②スポーツ関係のグループで24.0%、③趣味関係のグループで28.6%、④学習・教養サークルで11.0%、⑤介護予防のための通いの場で6.2%、⑥高齢者クラブで5.5%、⑦町会・自治会で15.1%、⑧収入のある仕事で34.7%となっている。

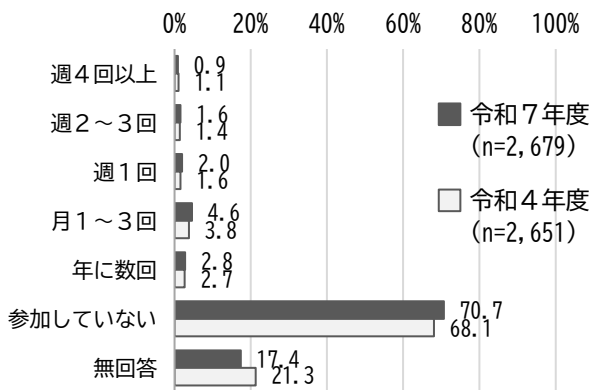
【図表 54】 会・グループへの参加頻度

会・グループ名等	n (回答数)	参加している					参加して いない	無回答	(%)	
		週4回 以上	週2～ 3回	週1回	月1～ 3回	年に 数回			(R7) 参加 している	(R4) 参加 している
①ボランティアのグループ	2,679	0.9	1.6	2.0	4.6	2.8	70.7	17.4	11.9	10.6
②スポーツ関係のグループ	2,679	3.3	6.6	7.4	4.2	2.5	60.8	15.2	24.0	19.9
③趣味関係のグループ	2,679	1.3	4.1	5.9	11.3	6.0	56.4	15.0	28.6	22.0
④学習・教養サークル	2,679	0.6	0.8	2.1	4.5	3.1	69.8	19.1	11.0	10.1
⑤介護予防のための通いの場※	2,679	0.7	1.3	2.4	0.9	0.7	74.7	19.1	6.2	4.6
⑥高齢者クラブ	2,679	0.3	1.0	0.8	1.9	1.5	75.9	18.6	5.5	5.9
⑦町会・自治会	2,679	0.4	0.7	0.9	4.9	8.2	67.2	17.7	15.1	13.1
⑧収入のある仕事	2,679	20.5	8.1	1.7	2.5	1.9	51.0	14.4	34.7	28.2

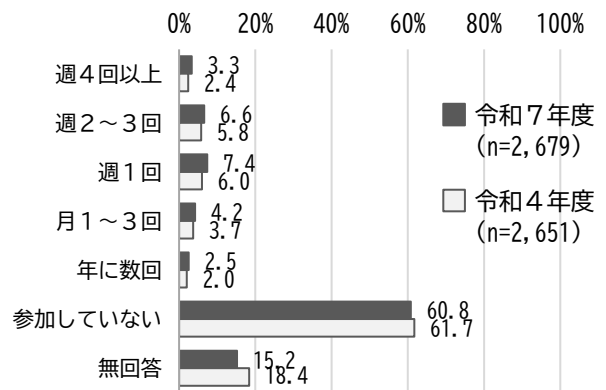
※通いの場：身近な場所で体操や趣味活動など介護予防のための活動をする「新宿いきいき体操」、「しんじゅく100トレに取り組むグループ」、「地域安心カフェ」、「ふれあい・いきいきサロン」などを指します。

【図表 55】会・グループへの参加頻度〈前回比較〉

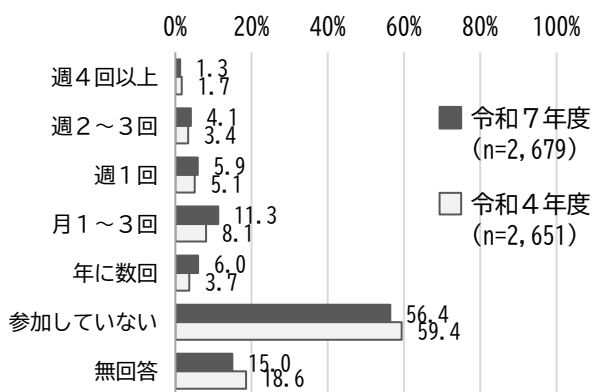
① ボランティアのグループ



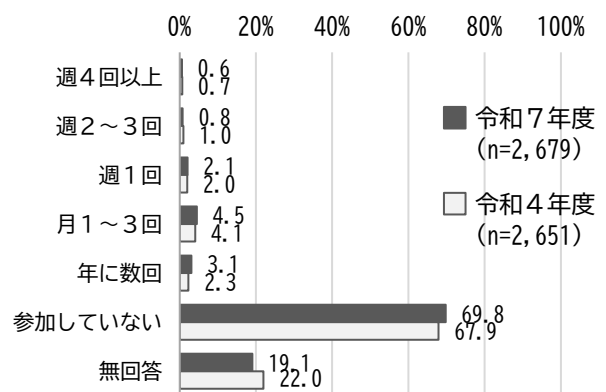
② スポーツ関係のグループ



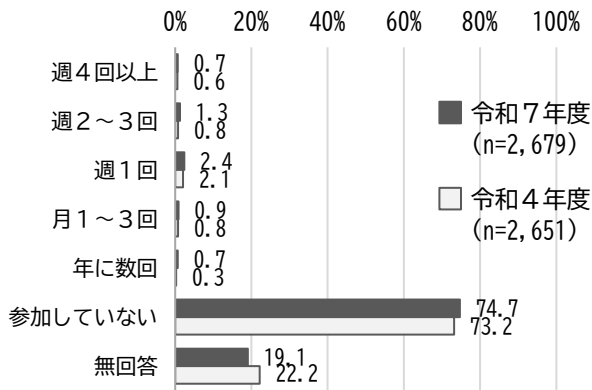
③ 趣味関係のグループ



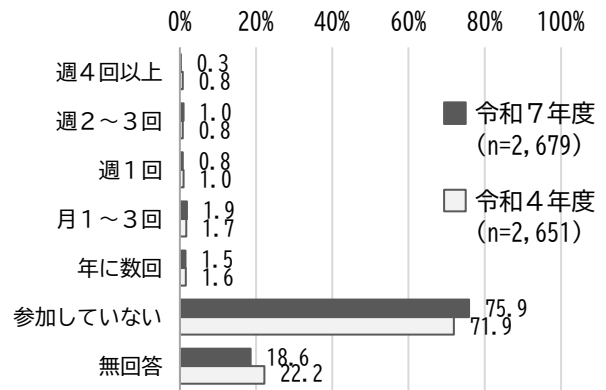
④ 学習・教養サークル



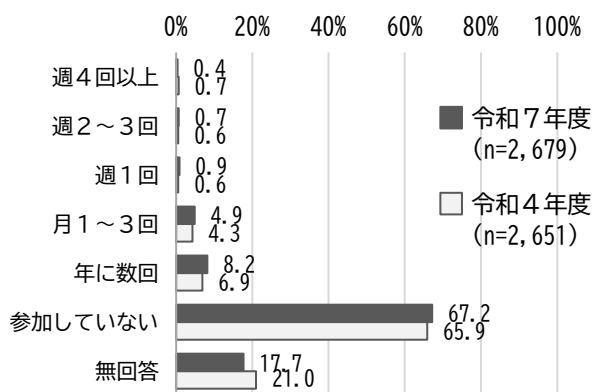
⑤ 介護予防のための通いの場



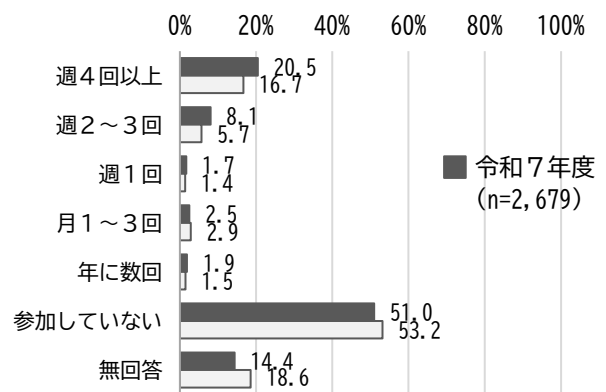
⑥ 高齢者クラブ



⑦ 町会・自治会



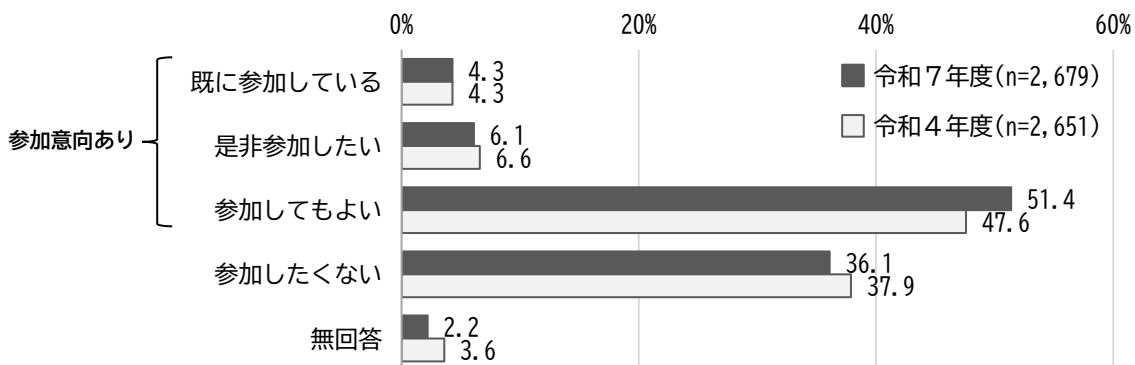
⑧ 収入のある仕事



問 33 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。(単数回答)

「既に参加している」が4.3%、「是非参加したい」が6.1%、「参加してもよい」が51.4%となっており、これらを合わせた“参加意向あり”は61.8%となっている。

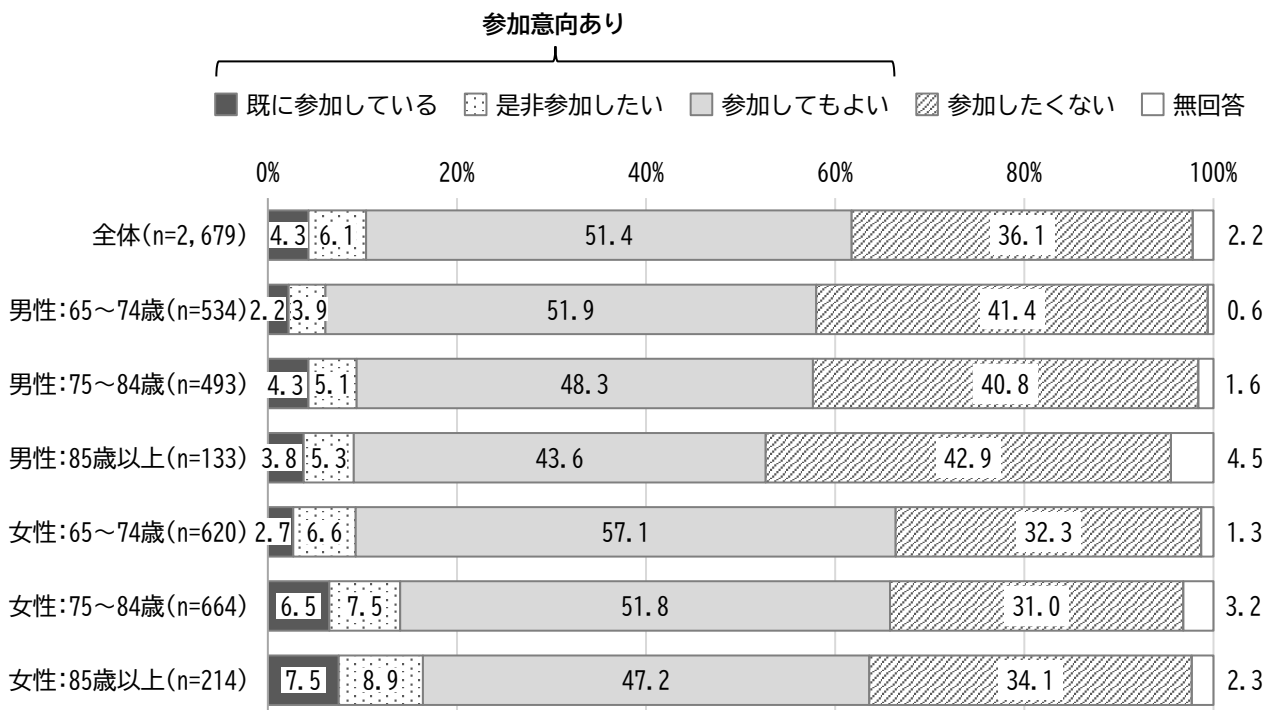
【図表 56】地域づくりへの参加者としての参加意向〈前回比較〉



■地域づくりへの参加者としての参加意向〈性・年齢階層別〉

性・年齢階層別でみると、男女ともに年齢が上がるにつれて“参加意向あり”の割合が低くなる傾向がみられる。一方で、女性は「既に参加している」と「是非参加したい」の割合は年齢が上がるにつれて高くなっている。

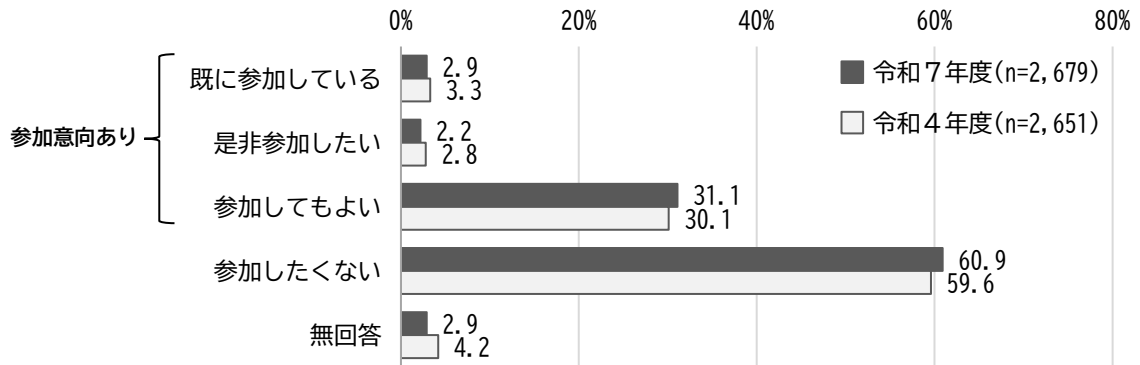
【図表 57】地域づくりへの参加者としての参加意向〈性・年齢階層別〉



問 34 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。（単数回答）

「既に参加している」が 2.9%、「是非参加したい」が 2.2%、「参加してもよい」が 31.1%となっており、これらを合わせた“参加意向あり”は 36.2%となっている。

【図表 58】 地域づくりへの企画・運営としての参加意向〈前回比較〉



### ◆地域参加活動（就労を含む）をしている高齢者の割合

会・グループへの参加頻度のうち、地域参加活動（①「ボランティアのグループ」から⑧「収入のある仕事」）のいずれかに「週4日以上」から「年に数回」までを合わせた“参加している”と回答した人は 68.8%となっている。

【図表 59】 地域参加活動（就労を含む）をしている高齢者の割合

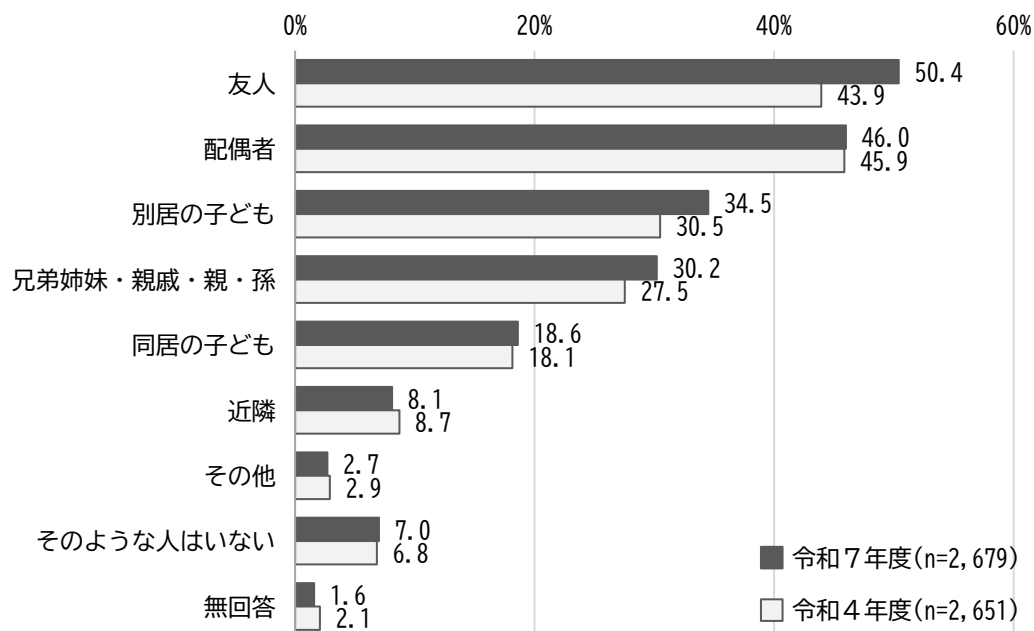
地域参加活動	人数	割合
①ボランティアのグループに参加	318 人	11.9%
②スポーツ関係のグループに参加	643 人	24.0%
③趣味関係のグループに参加	767 人	28.6%
④学習・教養サークルに参加	296 人	11.0%
⑤介護予防のための通いの場に参加	166 人	6.2%
⑥高齢者クラブに参加	147 人	5.5%
⑦町会・自治会に参加	405 人	15.1%
⑧収入のある仕事に参加	929 人	34.7%
①～⑧のいずれかに参加	1,843 人	68.8%

## 7. たすけあいについて

問 35 あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人。(複数回答)

「友人」が50.4%で最も多く、次いで、「配偶者」が46.0%、「別居の子ども」が34.5%となっている。

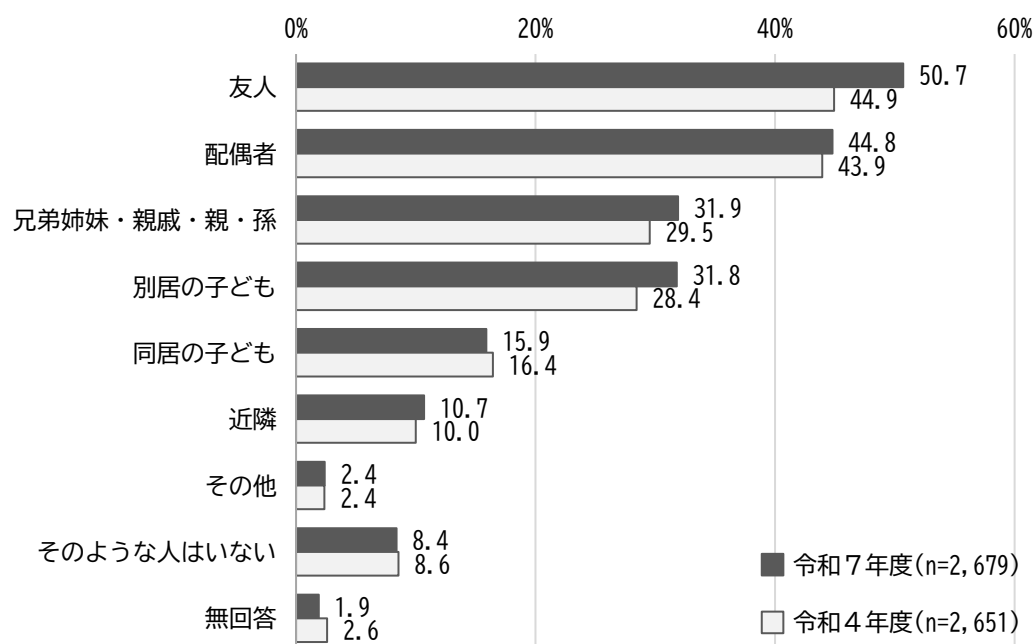
【図表 60】心配事や愚痴を聞いてくれる人〈前回比較〉



問 36 反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人。(複数回答)

「友人」が50.7%で最も多く、次いで、「配偶者」が44.8%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が31.9%となっている。

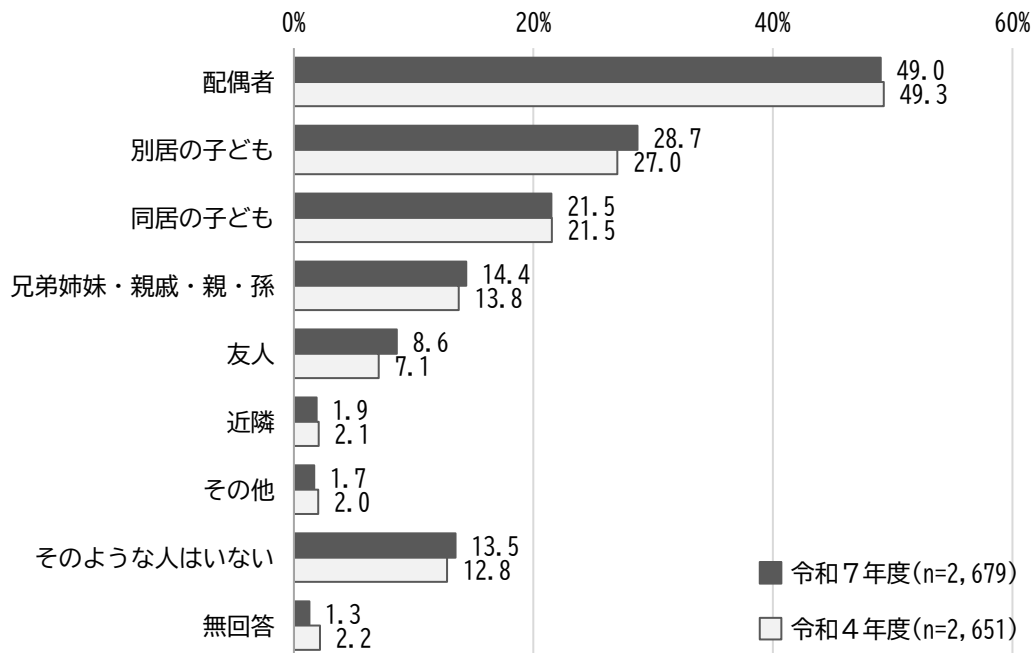
【図表 61】心配事や愚痴を聞いてあげる人〈前回比較〉



問 37 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。(複数回答)

「配偶者」が49.0%で最も多く、次いで、「別居の子ども」が28.7%、「同居の子ども」が21.5%となっている。

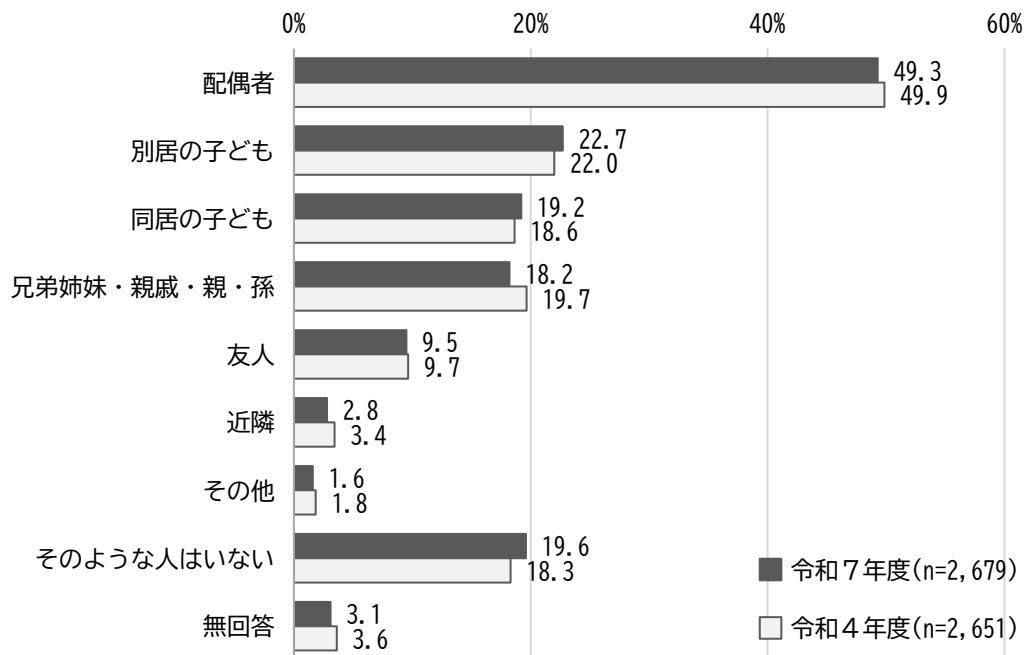
【図表 62】病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人〈前回比較〉



問 38 反対に、看病や世話をしてあげる人。(複数回答)

「配偶者」が49.3%で最も多く、次いで、「別居の子ども」が22.7%、「そのような人はいない」が19.6%となっている。

【図表 63】看病や世話をしてあげる人〈前回比較〉

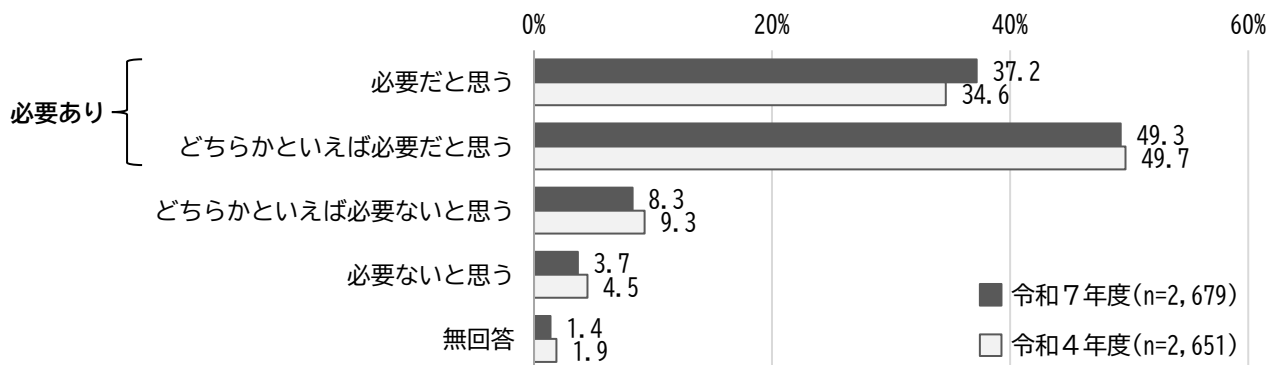


問 39 あなたの日々の暮らしの中で、地域のつながり（住民同士の助け合い・支え合いなど）についておたずねします。（単数回答）

### （1）地域のつながりの必要性

地域のつながりの必要性については、「必要だと思う」（37.2%）と「どちらかといえば必要だと思う」（49.3%）を合わせた“必要あり”は86.5%となっている。

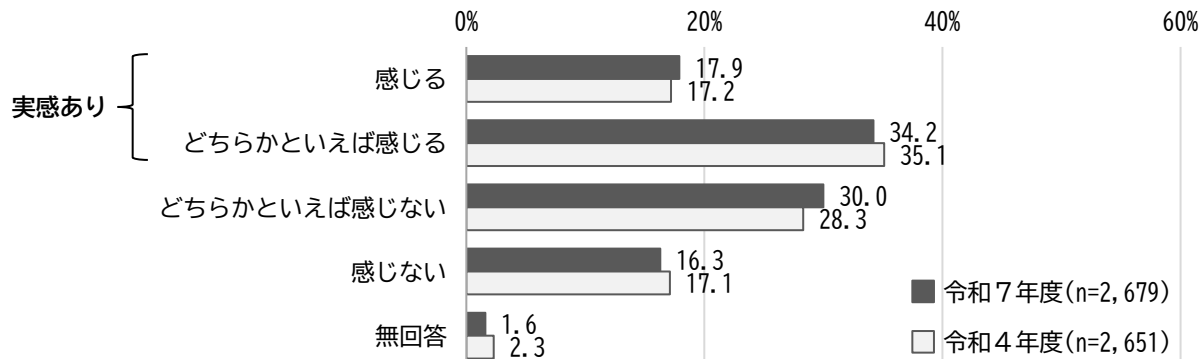
【図表 64】地域のつながりの必要性〈前回比較〉



### （2）地域のつながりの実感

地域のつながりの実感については、「感じる」（17.9%）と「どちらかといえば感じる」（34.2%）を合わせた“実感あり”は52.1%となっている。

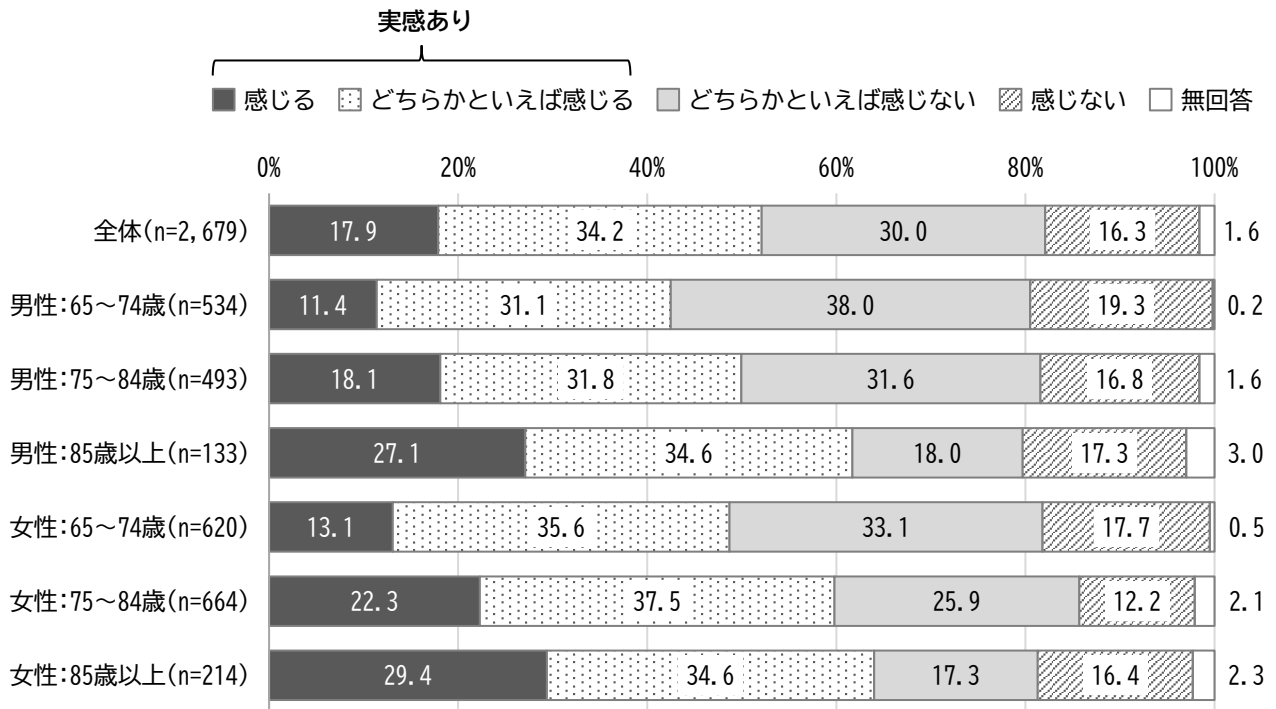
【図表 65】地域のつながりの実感〈前回比較〉



■地域のつながりの実感〈性・年齢階層別〉

性・年齢階層別で見ると、“実感ありは”男女ともに年齢が上がるにつれて高くなる傾向がみられる。

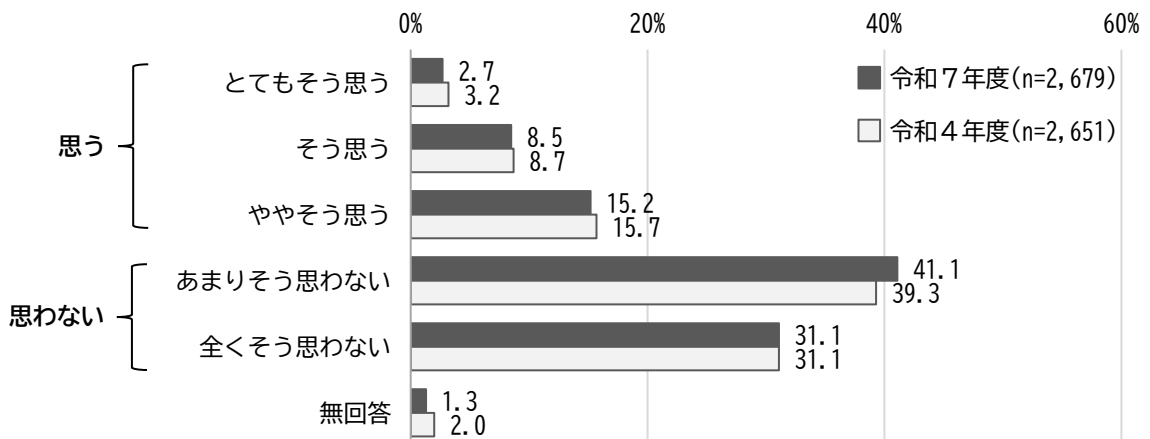
【図表 66】地域のつながりの実感〈性・年齢階層別〉



問 40 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。(単数回答)

「とてもそう思う」(2.7%)、「そう思う」(8.5%)、「ややそう思う」(15.2%)を合わせた“思う”は26.4%となっている。一方、「あまりそう思わない」(41.1%)と「全くそう思わない」(31.1%)を合わせた“思わない”は72.2%となっている。

【図表 67】地域の人から期待、頼りにされていると思うか〈前回比較〉

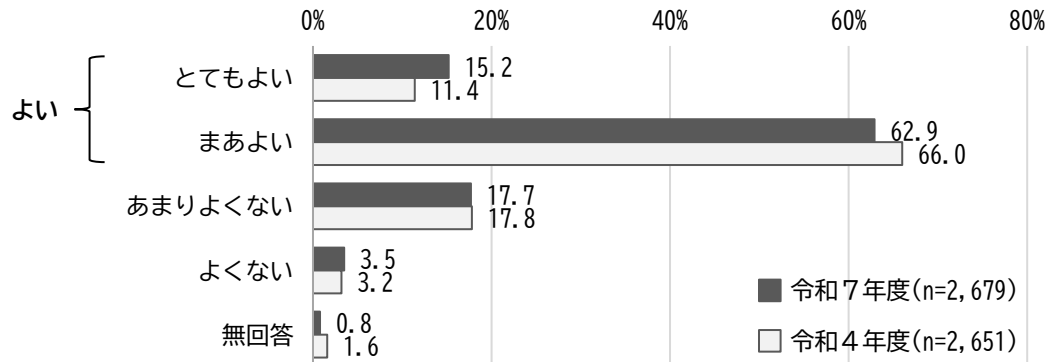


## 8. 健康状態について

問 41 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(単数回答)

「とてもよい」(15.2%)と「まあよい」(62.9%)を合わせた“よい”は78.1%となっている。

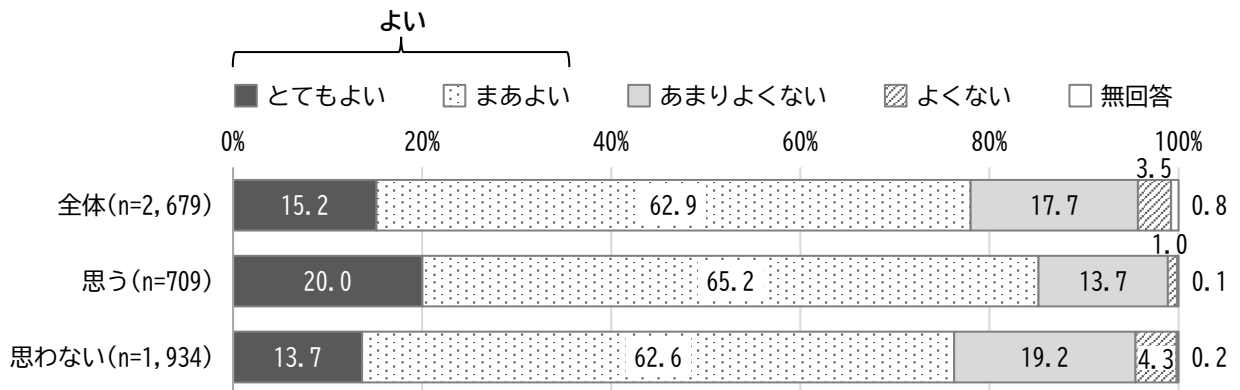
【図表 68】現在の健康状態〈前回比較〉



### ■現在の健康状態〈地域からの役割期待別〉

現在の健康状態を地域からの役割期待別にみると、「思う」の方が「思わない」と比較して、健康状態が“よい”と回答する割合が高くなっている。

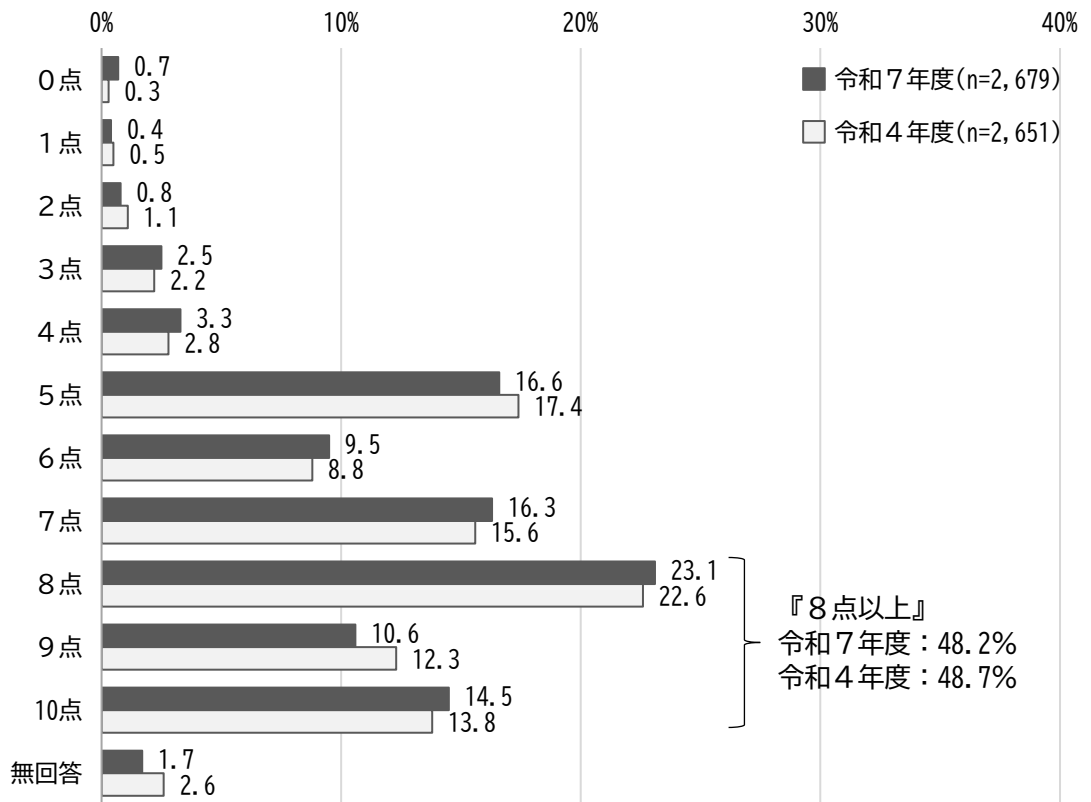
【図表 69】現在の健康状態〈地域からの役割期待別〉



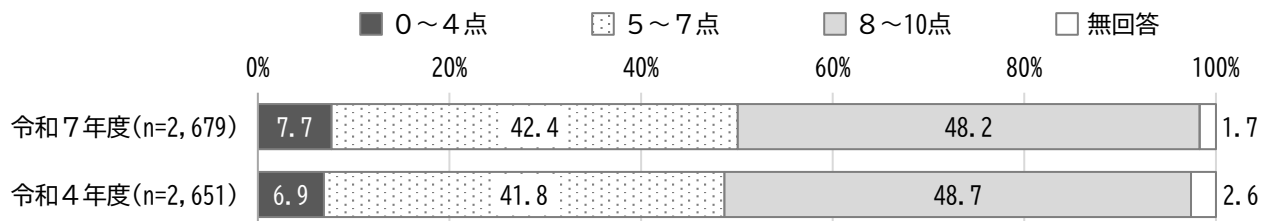
問 42 あなたは、現在どの程度幸せですか。(単数回答)

「8点」が23.1%で最も多く、次いで、「5点」が16.6%、「7点」が16.3%となっている。「8～10点」を合わせた「8点以上」は48.2%となっている。

【図表 70】現在の幸福度〈前回比較〉



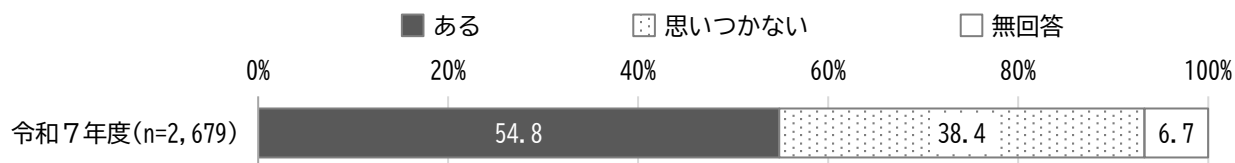
【図表 71】現在の幸福度3区分別〈前回比較〉



## 問 43 生きがいがありますか。(単数回答)

「ある」が54.8%、「思いつかない」が38.4%となっている。

【図表 72】 生きがいの有無



## ■問 43 で「ある」と回答した方の具体的な生きがいの記載内容

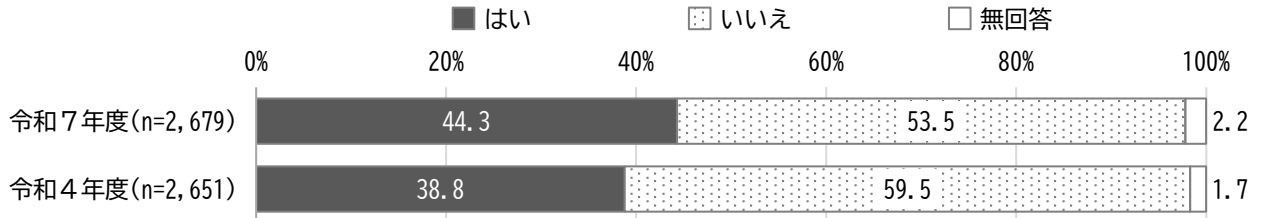
生きがいが「ある」と回答した方に具体的な内容を聞いたところ、1,220 件の回答があった。12 の項目にまとめた各項目の主な内容は以下のとおり。

家族	275 件	健康	50 件
・孫の成長 ・子ども		・健康な生活 ・健康維持	
仕事	219 件	友人・知人との交流	49 件
・働けること ・会社経営		・友人とのつきあい ・友人との集まり	
趣味	194 件	勉強・読書	47 件
・テレビ、動画鑑賞 ・手芸		・語学、数学 ・本を読む	
運動	88 件	ボランティア	23 件
・ゴルフ ・運動		・ボランティア活動 ・地域ボランティア	
旅行	74 件	ペット	20 件
・旅をすること ・家族旅行		・犬 ・猫の世話	
音楽・絵画	60 件	その他	121 件
・ピアノ、歌、コーラス ・絵を描く		・日々の生活 ・毎日を楽しむ	
		合計	1,220 件

問 44 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。  
(単数回答)

「はい」が44.3%、「いいえ」が53.5%となっている。

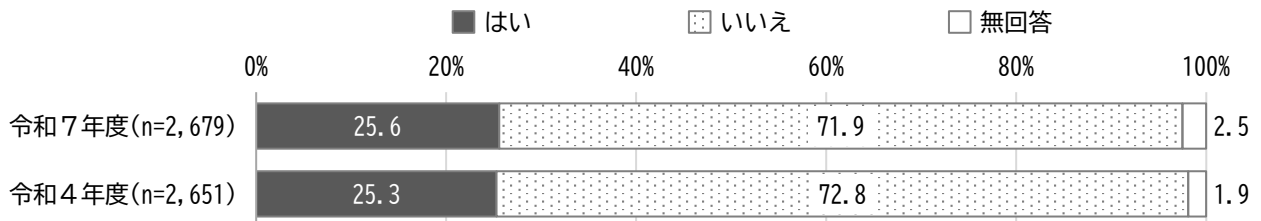
【図表 73】この1か月間の気持ちについて〈前回比較〉



問 45 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。(単数回答)

「はい」が25.6%、「いいえ」が71.9%となっている。

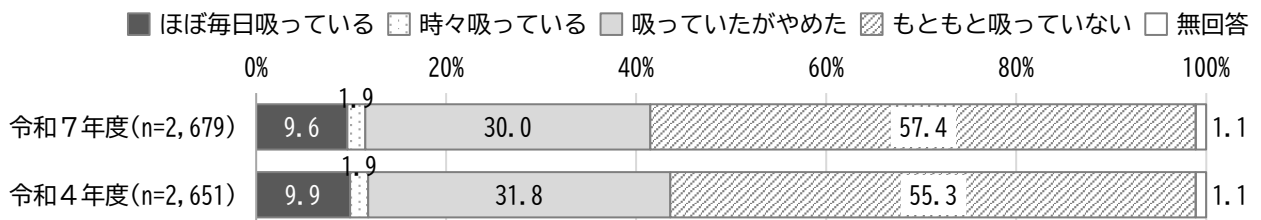
【図表 74】この1か月間のどうしても興味がわかないことや楽しめない感じの有無〈前回比較〉



問 46 タバコは吸っていますか。(単数回答)

「もともと吸っていない」が57.4%で最も多く、次いで、「吸っていたがやめた」が30.0%、「ほぼ毎日吸っている」が9.6%となっている。

【図表 75】喫煙頻度〈前回比較〉



## ◆各種リスクの状況

## ■うつ傾向の高齢者割合

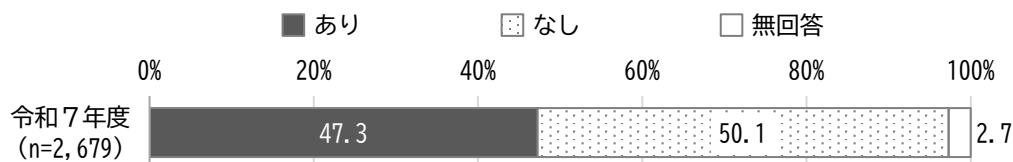
問 44 この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。(「はい」)

問 45 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。(「はい」)

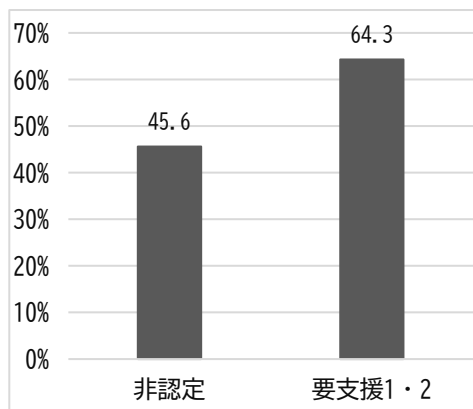
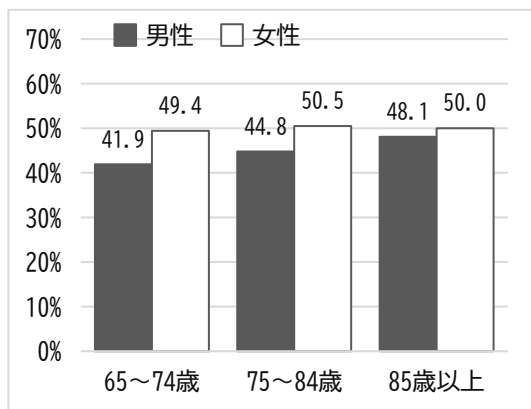
※うつ傾向については、2つの設問でいずれか1つでも「はい」が回答された場合、「うつ傾向あり」と判定。

うつ傾向の高齢者割合の全体平均は47.3%で、性・年齢別で見ると、女性は「65～74歳」と「75～84歳」で男性よりも高くなっており、「85歳以上」では大きな差異はみられない。認定状況別で見ると、「非認定」で45.6%、「要支援1・2」で64.3%となっている。

【図表 76】うつ傾向の高齢者割合



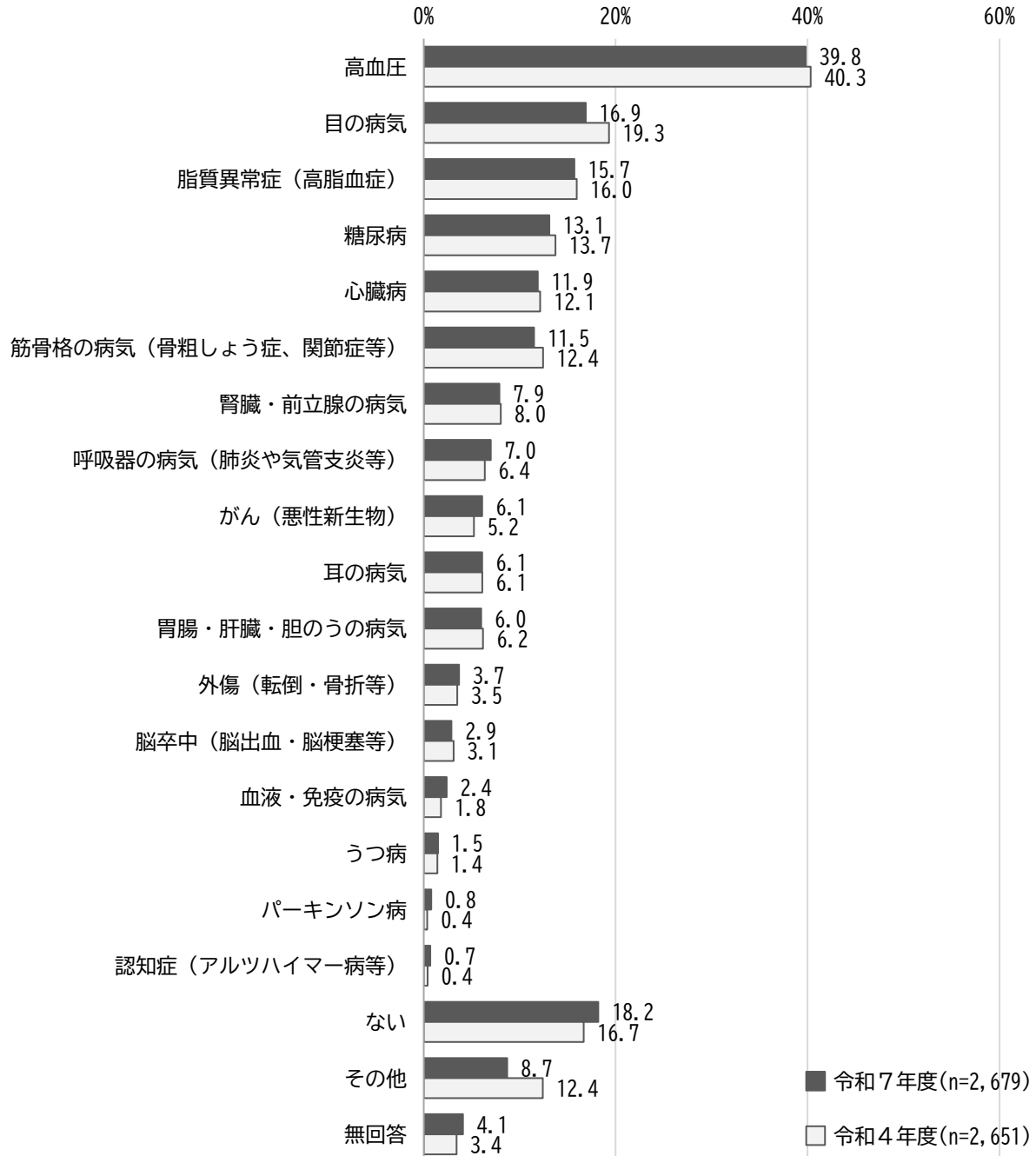
【図表 77】うつ傾向の高齢者割合〈性・年齢階層別／認定状況別〉



問 47 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(複数回答)

「高血圧」が 39.8%で最も多く、次いで、「目の病気」が 16.9%、「脂質異常症（高脂血症）」が 15.7%となっている。一方、「ない」は 18.2%となっている。

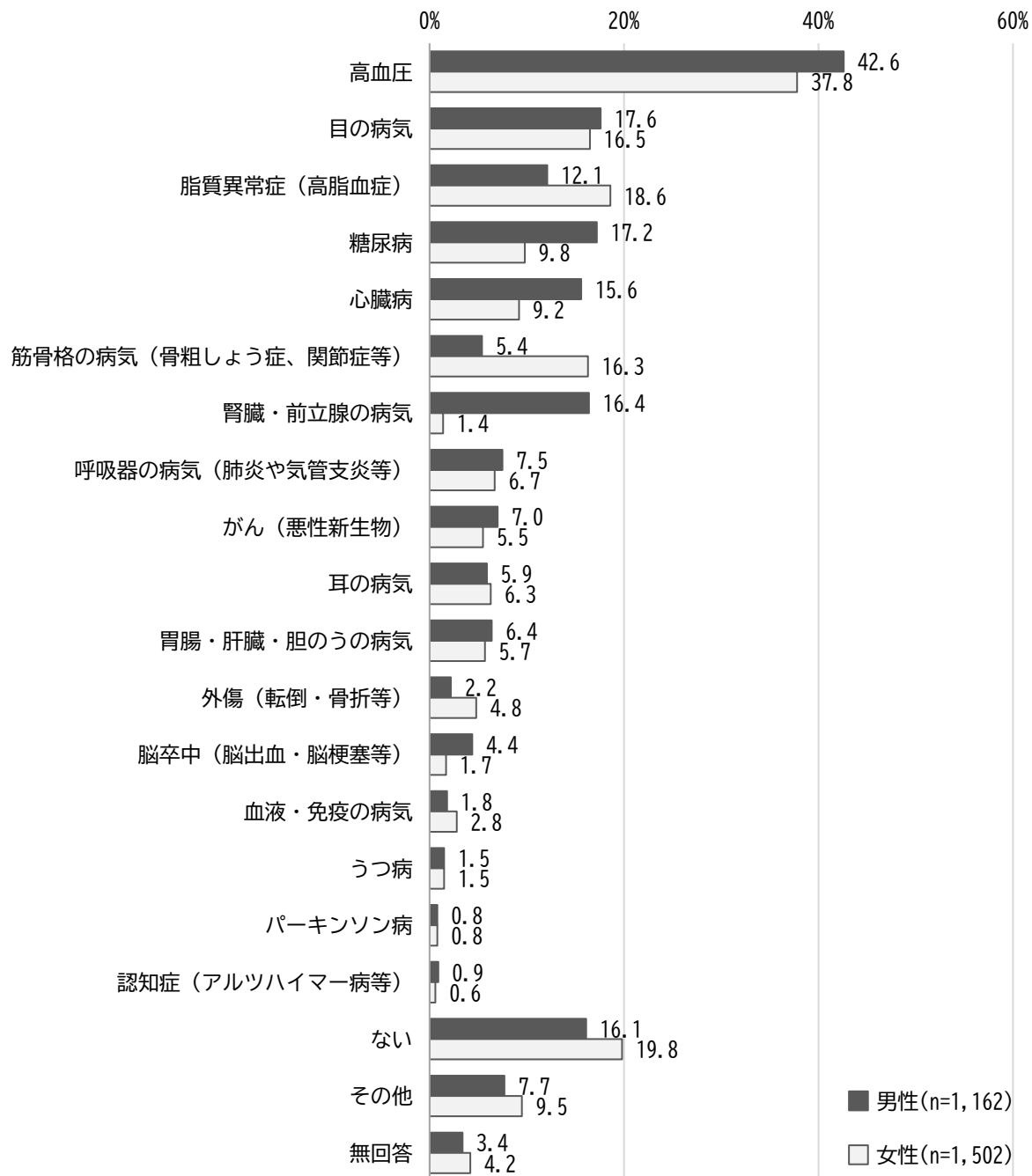
【図表 78】現在治療中、または後遺症のある病気（前回比較）



## ■現在治療中、または後遺症のある病気〈性別〉

現在治療中、または後遺症のある病気を性別にみると、「高血圧」、「糖尿病」、「心臓病」、「腎臓・前立腺の病気」は男性の方が女性より割合が高く、「脂質異常症（高脂血症）」、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」は女性の方が男性より割合が高くなっている。

【図表 79】現在治療中、または後遺症のある病気 〈性別〉

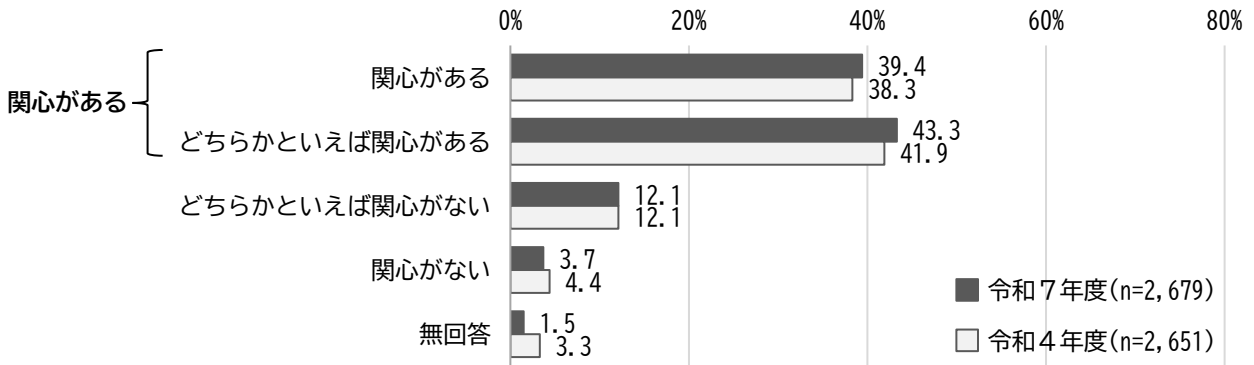


## 9. 介護予防について

問 48 あなたは、「介護予防」について関心がありますか。(単数回答)

「関心がある」(39.4%)と「どちらかといえば関心がある」(43.3%)を合わせた“関心がある”は82.7%となっている。

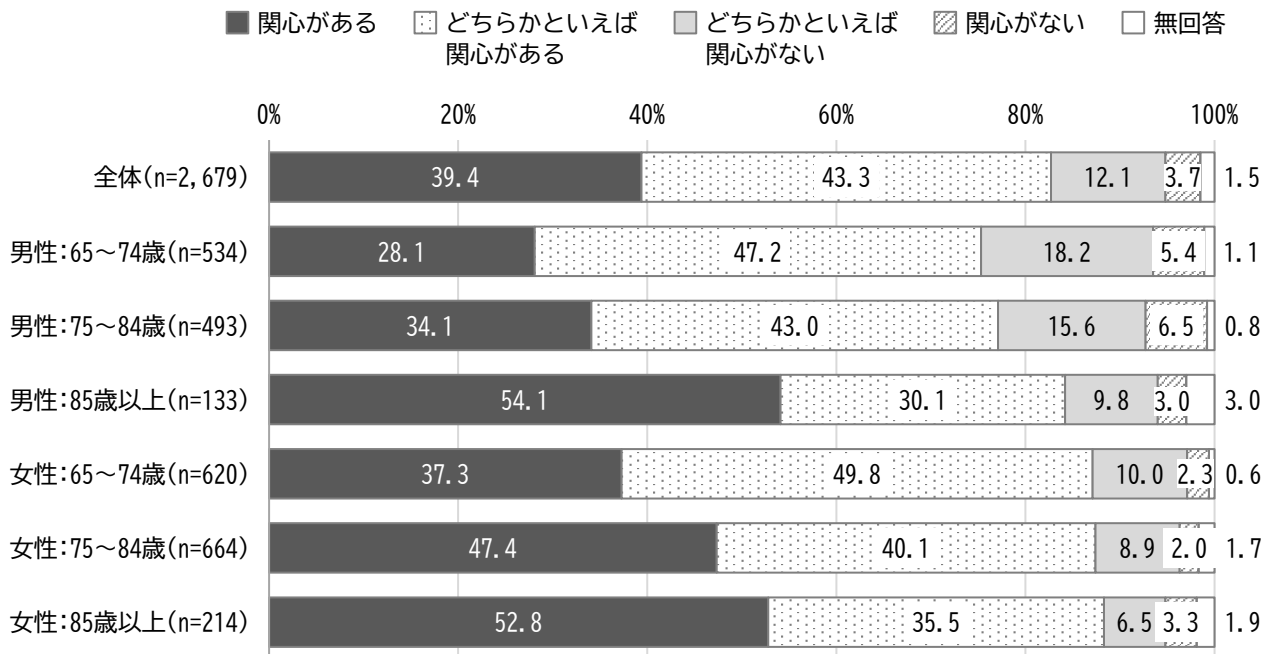
【図表 80】 介護予防への関心の有無〈前回比較〉



### ■ 介護予防への関心の有無〈性・年齢階層別〉

介護予防への関心の有無を性・年齢階層別にみると、男女ともに年齢が上がるにつれて“関心がある”の割合が高くなっている。

【図表 81】 介護予防への関心の有無〈性・年齢階層別〉



## 10. かかりつけの医療機関について

問 49 あなたには、継続的に診療を受けていたり、体調が悪いときなどに気軽に相談できる診療所・クリニックの「かかりつけ医」がいますか。(単数回答)

「いる」が81.3%、「いない」が17.3%となっている。

【図表 82】 かかりつけ医の有無〈前回比較〉

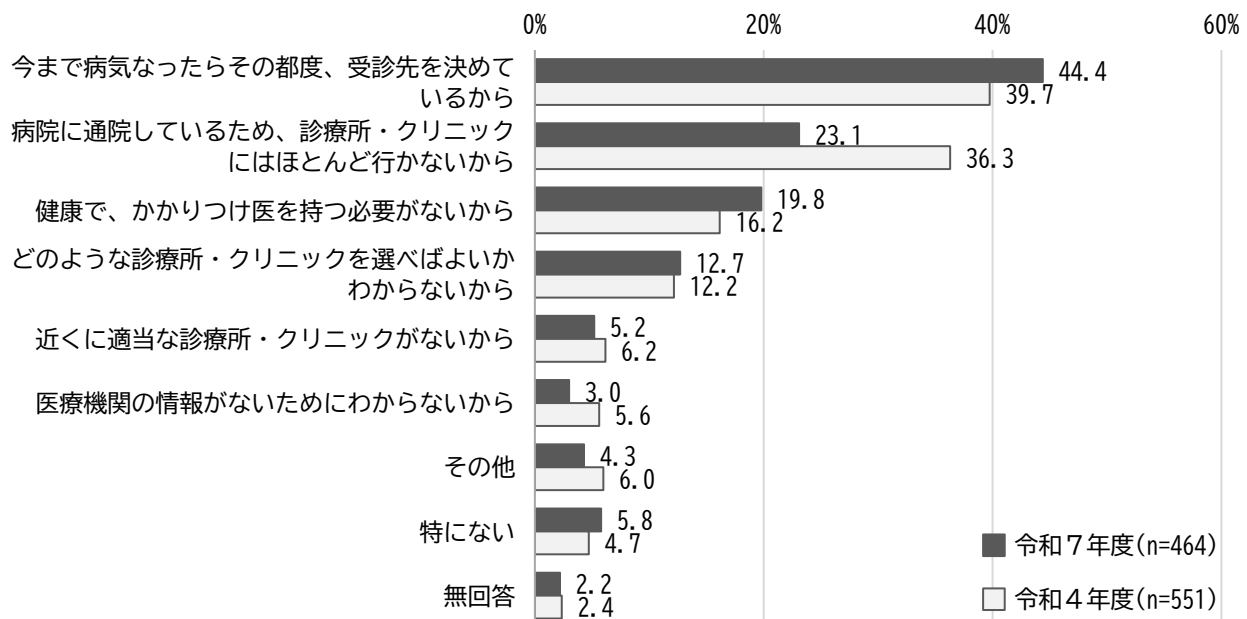


【問 49 で「いない」と回答した方】

問 49-1 かかりつけ医がいない理由は、次のうちどれですか。(複数回答)

「今まで病気になったらその都度、受診先を決めているから」が44.4%で最も多く、次いで、「病院に通院しているため、診療所・クリニックにはほとんど行かないから」が23.1%、「健康で、かかりつけ医を持つ必要がないから」が19.8%となっている。

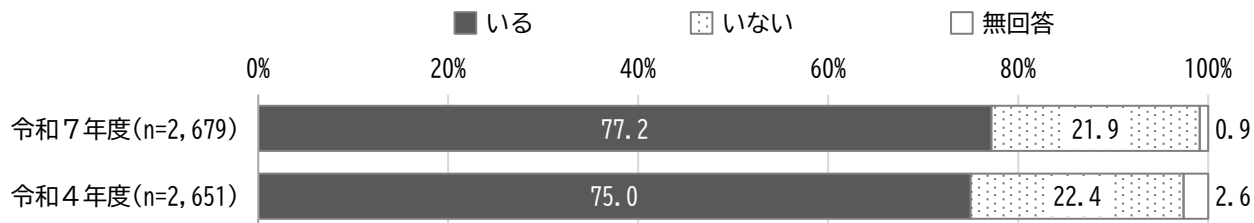
【図表 83】 かかりつけ医がいない理由〈前回比較〉



問 50 あなたは、治療や予防のために定期的に受診している「かかりつけ歯科医」がいますか。  
(単数回答)

「いる」が77.2%、「いない」が21.9%となっている。

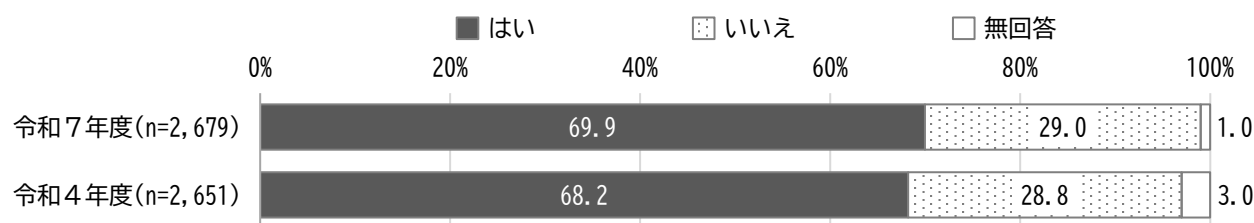
【図表 84】かかりつけ歯科医の有無〈前回比較〉



問 51 あなたは、病院・診療所から処方された薬について相談できる「かかりつけ薬局」がありますか。(単数回答)

「はい」が69.9%、「いいえ」が29.0%となっている。

【図表 85】かかりつけ薬局の有無〈前回比較〉

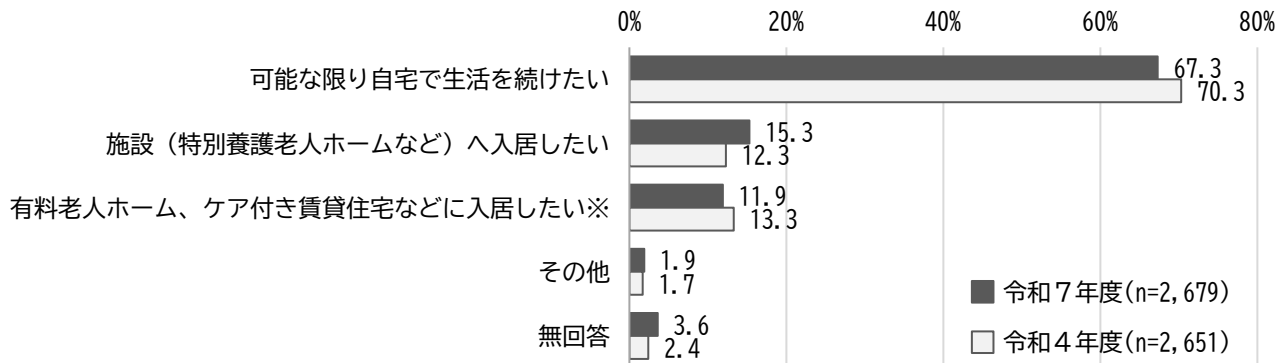


## 11. 在宅療養等について

問 52 あなたは、介護が必要になった場合、どこで生活を続けたいと思いますか。(単数回答)

「可能な限り自宅で生活を続けたい」が 67.3%で最も多く、次いで、「施設（特別養護老人ホームなど）へ入居したい」が 15.3%、「有料老人ホーム、ケア付き賃貸住宅などに入居したい」が 11.9%となっている。

【図表 86】 介護が必要になった場合の生活を続けたい場所〈前回比較〉

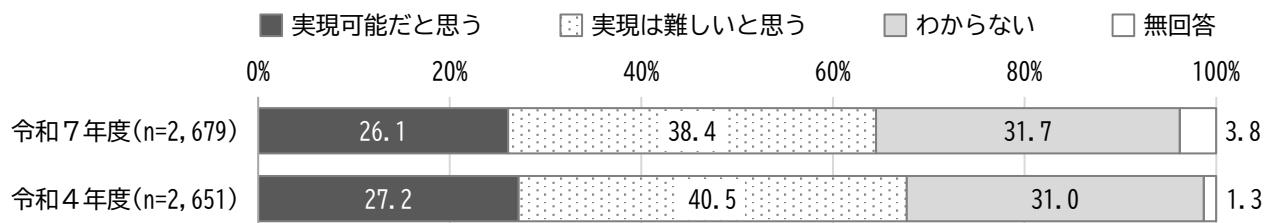


※令和4年度調査の選択肢は「介護、見守りや食事の提供などがついている高齢者専用の住居（有料老人ホーム、ケア付き賃貸住宅など）に入居したい」となっている。

問 53 ご自宅での療養は実現可能だと思いますか。(単数回答)

「実現は難しいと思う」が 38.4%で最も多く、次いで、「わからない」が 31.7%、「実現可能だと思う」が 26.1%となっている。

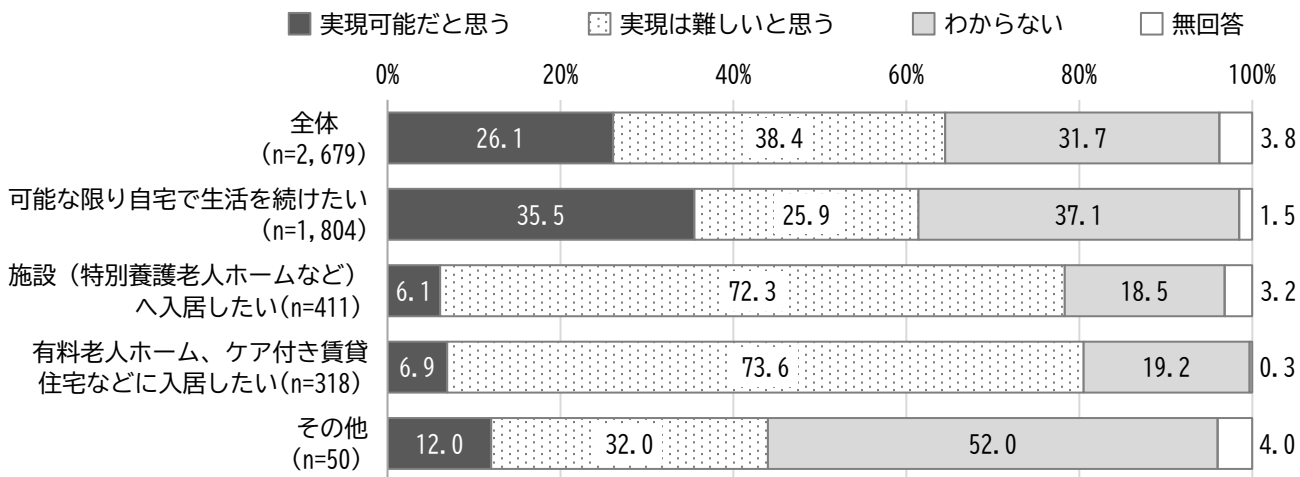
【図表 87】 在宅療養の可能性〈前回比較〉



■在宅療養の可能性〈介護が必要になった場合の希望する生活場所別〉

「可能な限り自宅で生活を続けたい」と回答した人のうち、「実現可能だと思う」は35.5%となっている。

【図表 88】在宅療養の可能性〈問 52 介護が必要になった場合の生活場所別〉

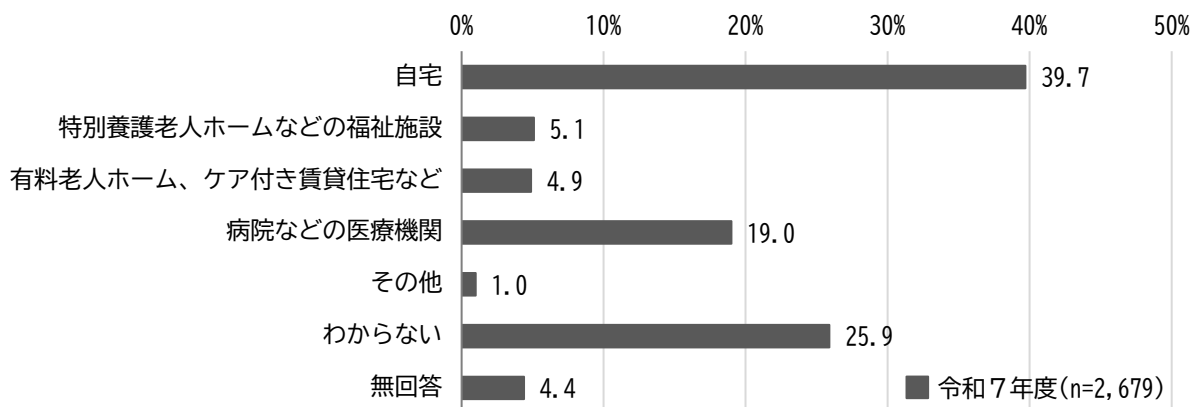


## 12. ACP（人生会議）について

問 54 あなたは、ご自身の最期をどこで迎えたいと思いますか。（単数回答）

「自宅」が 39.7%で最も多く、次いで、「わからない」が 25.9%、「病院などの医療機関」が 19.0%となっている。

【図表 89】最期を迎えたい場所

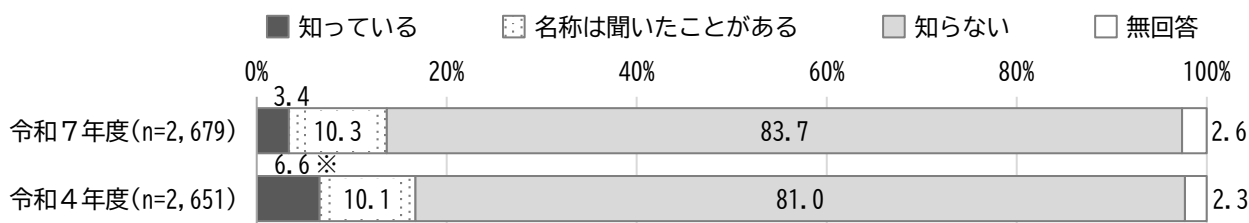


問 55 ACP（人生会議）についておたずねします。（単数回答）

(1) あなたは、ACP（人生会議）について知っていますか。

「知らない」が 83.7%で最も多く、次いで、「名称は聞いたことがある」が 10.3%、「知っている」が 3.4%となっている。

【図表 90】ACP（人生会議）の認知度〈前回比較〉

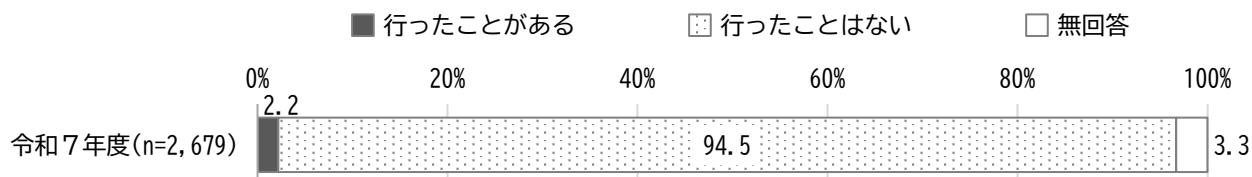


※令和4年度調査については、選択肢「知っている（話し合ったことがある）」(2.7%)と「知っている（話し合ったことはない）」(3.9%)を合わせて、「知っている」(6.6%)としている。

(2) あなたは、ACP（人生会議）を行ったことがありますか。

「行ったことがある」が 2.2%、「行ったことはない」が 94.5%となっている。

【図表 91】ACP（人生会議）を行ったことの有無

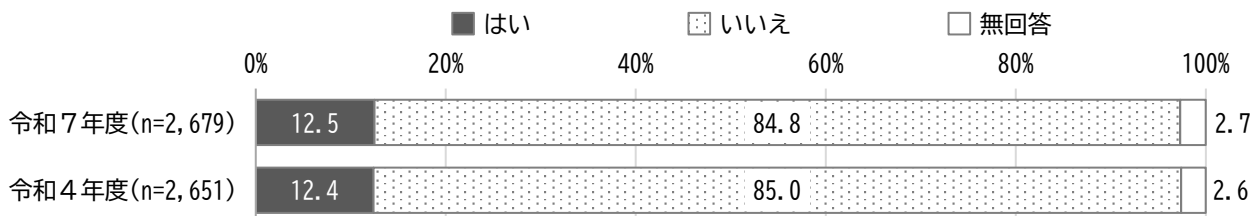


### 13. 認知症について

問 56 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。(単数回答)

「はい」が12.5%、「いいえ」が84.8%となっている。

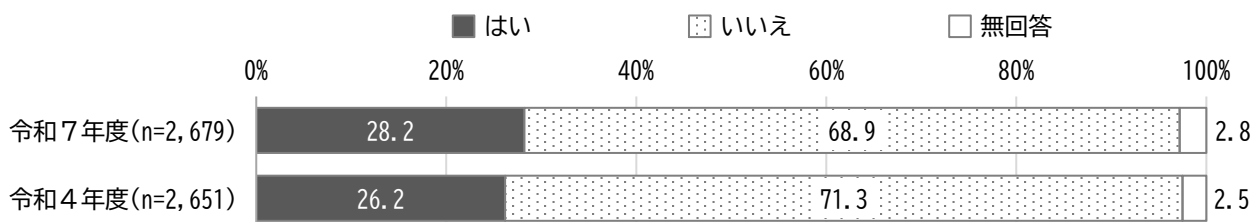
【図表 92】 認知症の症状があるまたは家族に認知症の症状がある人がいるか〈前回比較〉



問 57 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(単数回答)

「はい」が28.2%、「いいえ」が68.9%となっている。

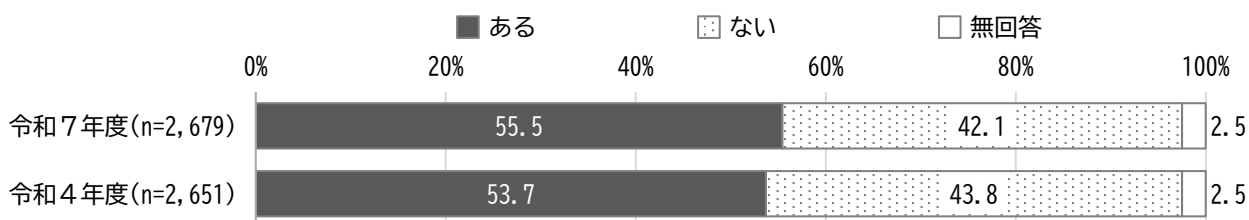
【図表 93】 認知症に関する相談窓口の認知度〈前回比較〉



問 58 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。(単数回答)

「ある」が55.5%、「ない」が42.1%となっている。

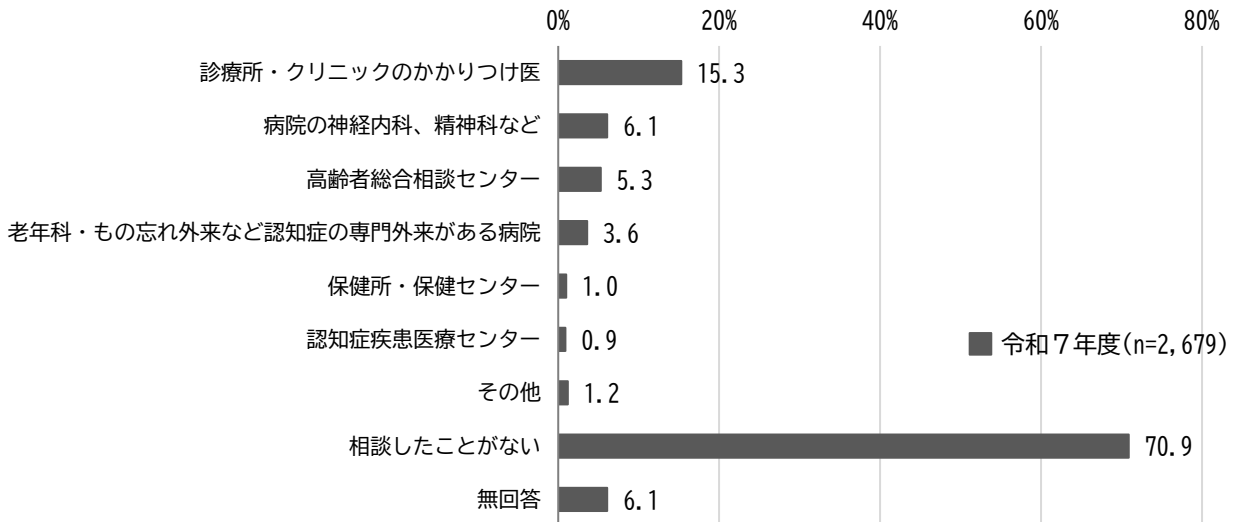
【図表 94】 自身や家族が認知症になったときのことについて、考えたことの有無〈前回比較〉



## 問 59 もの忘れや認知症に関して、どちらに相談しましたか。(複数回答)

「相談したことがない」が 70.9%で最も多く、次いで、「診療所・クリニックのかかりつけ医」が 15.3%、「病院の神経内科、精神科など」が 6.1%となっている。

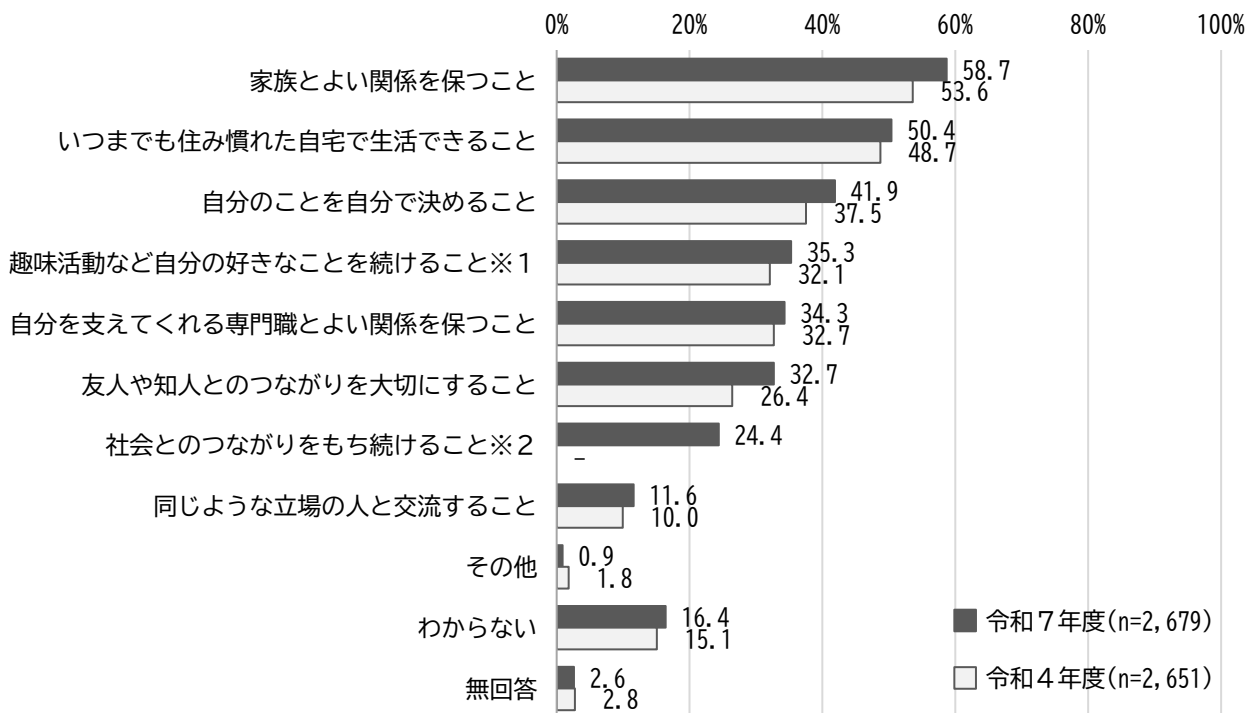
【図表 95】もの忘れや認知症に関する相談先



## 問 60 もしあなたが認知症になった場合、大切にしたいことは何ですか。(複数回答)

「家族とよい関係を保つこと」が 58.7%で最も多く、次いで、「いつまでも住み慣れた自宅で生活できること」が 50.4%、「自分のことを自分で決めること」が 41.9%となっている。

【図表 96】認知症になった場合に大切にしたいこと〈前回比較〉



※1 令和4年度調査の選択肢は「趣味や料理など自分の好きなことを続けること」となっている。

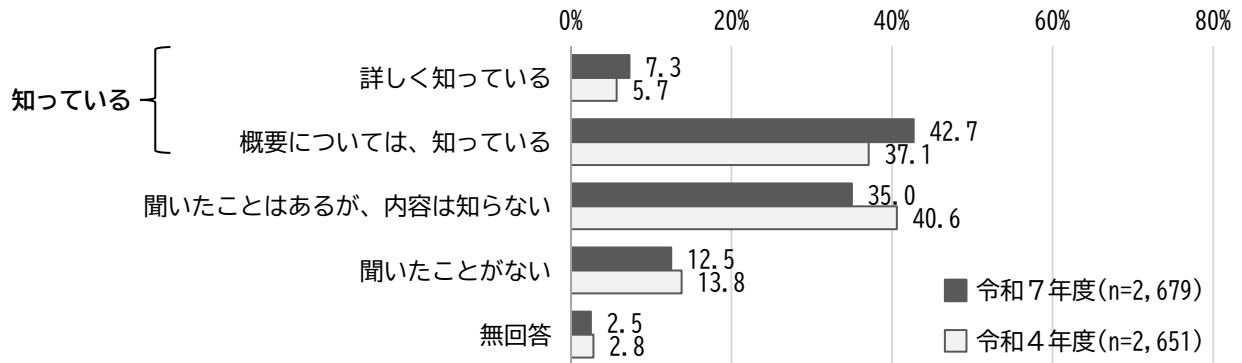
※2 令和4年度調査では選択肢「社会とのつながりをもち続けること」はない。

## 14. 権利擁護について

問 61 あなたは、成年後見制度を知っていますか。(単数回答)

「概要については、知っている」が 42.7%で最も多く、次いで、「聞いたことはあるが、内容は知らない」が 35.0%、「聞いたことがない」が 12.5%となっている。「詳しく知っている」(7.3%)と「概要については、知っている」(42.7%)を合わせた“知っている”は 50.0%となっている。

【図表 97】成年後見制度の認知度〈前回比較〉

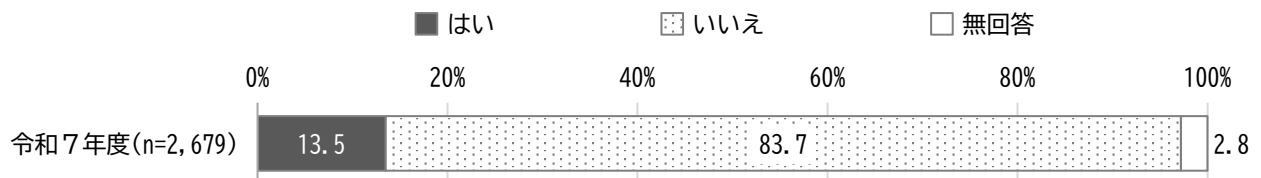


## 15. 災害時要援護者対策について

問 62 あなたは、「災害時要援護者名簿」について知っていますか。(単数回答)

「はい」が 13.5%、「いいえ」が 83.7%となっている。

【図表 98】災害時要援護者名簿の認知度

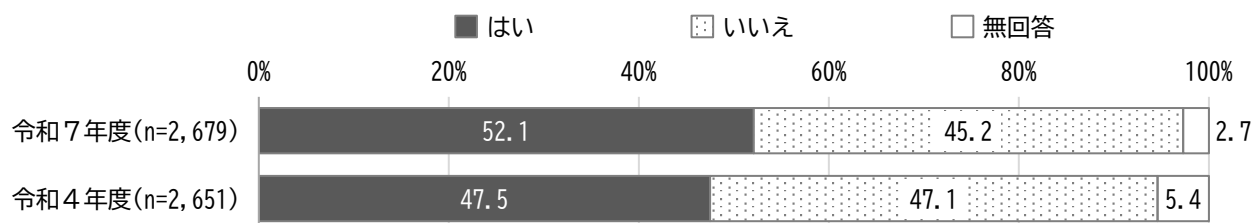


## 16. 健康・福祉サービスの情報や相談窓口について

問 63 あなたは、「高齢者総合相談センター」の名称を知っていますか。(単数回答)

「はい」が52.1%、「いいえ」が45.2%となっている。

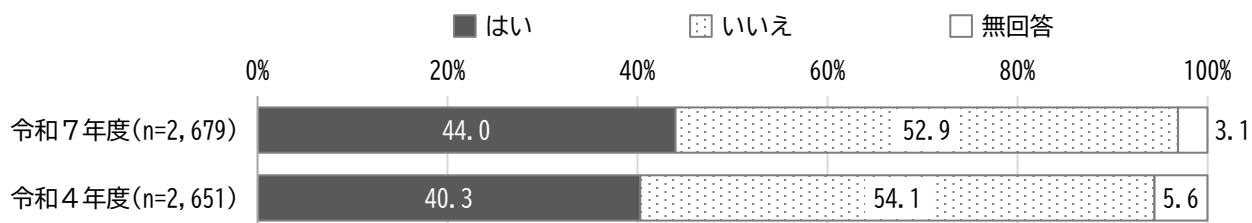
【図表 99】 高齢者総合相談センターの名称の認知度〈前回比較〉



問 64 あなたは、「高齢者総合相談センター」が何をする機関か知っていますか。(単数回答)

「はい」が44.0%、「いいえ」が52.9%となっている。

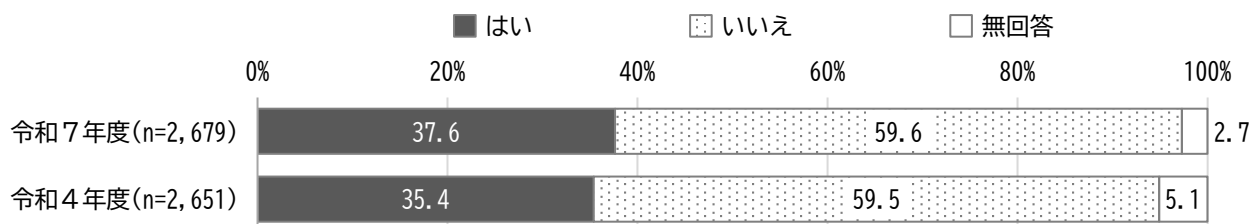
【図表 100】 高齢者総合相談センターの機能の認知度〈前回比較〉



問 65 あなたは、あなたのお住まいの地域を担当する「高齢者総合相談センター」がどこにあるか知っていますか。(単数回答)

「はい」が37.6%、「いいえ」が59.6%となっている。

【図表 101】 高齢者総合相談センターの所在地の認知度〈前回比較〉

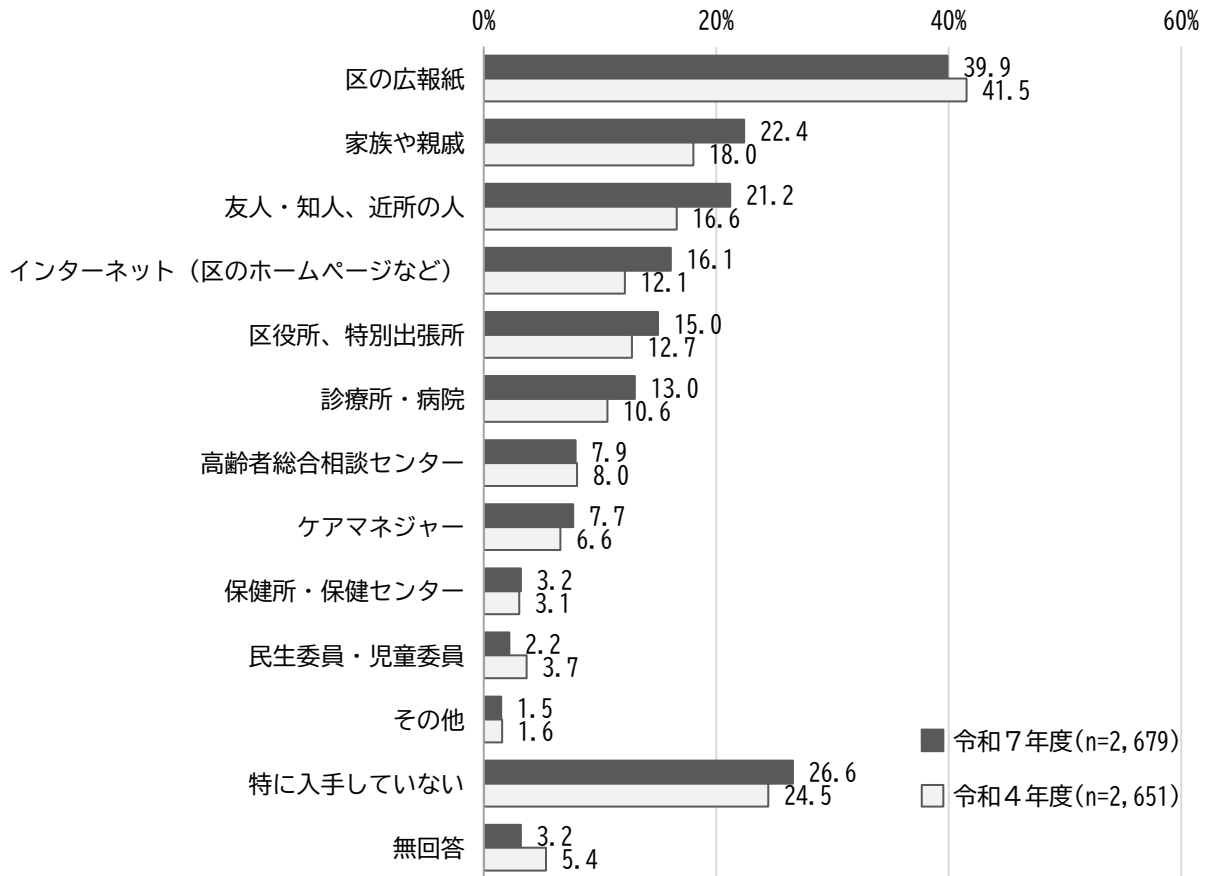


問 66 健康や福祉サービスに関する情報についてうかがいます。(複数回答)

(1) あなたは日ごろ、健康や福祉サービスに関する情報をどのような手段で入手していますか。

「区の広報紙」が 39.9%で最も多く、次いで、「特に入手していない」が 26.6%、「家族や親戚」が 22.4%となっている。

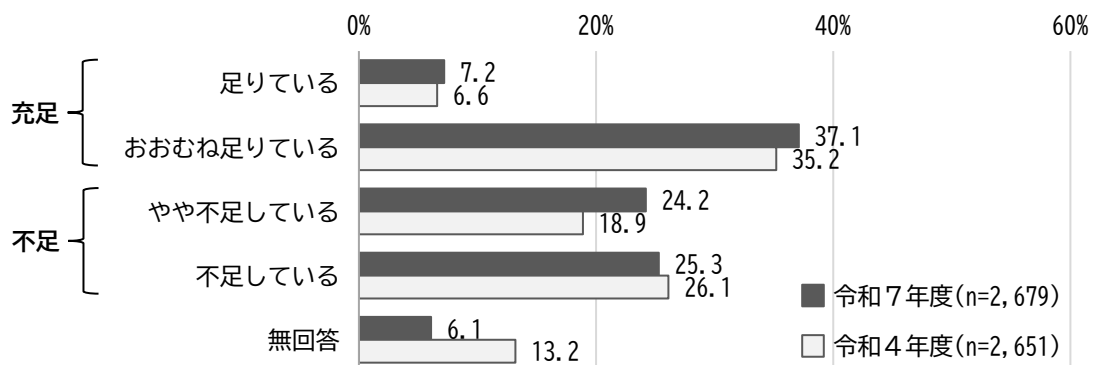
【図表 102】健康や福祉サービスに関する情報の入手手段〈前回比較〉



(2) あなたの入手している健康や福祉サービスに関する情報量は足りていると思いますか。

「おおむね足りている」が 37.1%で最も多く、「足りている」(7.2%)を合わせた“充足”は 44.3%となっている。一方、「不足している」(25.3%)と「やや不足している」(24.2%)を合わせた“不足”は 49.5%となっている。

【図表 103】健康や福祉サービスに関する情報量の充足度〈前回比較〉

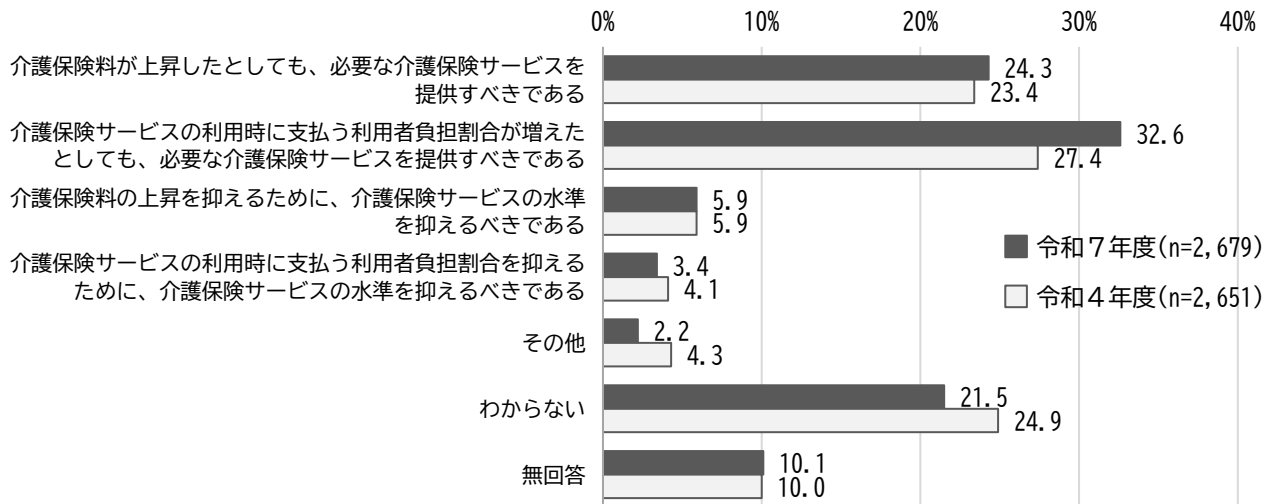


## 17. 介護保険制度について

問 67 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。  
(単数回答)

「介護保険サービスの利用時に支払う利用者負担割合が増えたとしても、必要な介護保険サービスを提供すべきである」が 32.6%で最も多く、次いで、「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」が 24.3%、「わからない」が 21.5%となっている。

【図表 104】 介護保険のサービスと費用負担 〈前回比較〉



## 自由記述

問 68 高齢者の保健と福祉に関する施策や介護保険について、区へのご要望・ご意見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、663件の回答があった。13の項目にまとめた各項目の主な意見は以下のとおり。(その他を除く)

介護保険・保険料について	129件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 介護保険料をもっと抑えてほしい。</li> <li>・ 年金に対して介護保険料が高い。</li> <li>・ 介護保険は利用者負担増となっても維持すべき。</li> <li>・ 少子化で若い人の負担を考えると、サービスを受ける人が負担増になってもしかたない。</li> </ul>	
高齢者施策について	69件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 区営住宅をもっと多くしてほしい。</li> <li>・ ふれあいクーポンはありがたいので続けてほしい。</li> <li>・ 高齢者の生活がより良くなるようにお願いしたい。</li> <li>・ ボランティアに参加してくれる方を増やし、サービスにかかる費用を軽減できると良い。</li> <li>・ いきいきした地域づくりを進めるための趣味等のグループ活動について、もっと知的な分野があれば参加したい。</li> </ul>	
サービスについて	61件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者の福祉や介護に携わる方々の待遇にも配慮すべき。</li> <li>・ ケアマネジャーが相談に乗ってくれて助かった。</li> <li>・ 高齢者の困りごとに細やかな配慮がほしい。</li> <li>・ 高齢者総合相談センターの更なる充実と職員の人材確保を希望する。</li> </ul>	
行政への要望について	58件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 一人暮らしの高齢者には手続きが難しすぎる。</li> <li>・ 車いす利用者や高齢者等が、安全に移動できるよう横断歩道等の歩車道段差整備をお願いしたい。</li> <li>・ 助けが必要な人を助けることができる区政をお願いしたい。</li> </ul>	
情報提供相談について	54件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ どんな福祉施策や介護保険があるのか、まとめた資料がほしい。</li> <li>・ 「災害時要援護者名簿」および「高齢者総合相談センター」について、もっと知りたい。</li> <li>・ 区の広報紙を充実してほしい。</li> </ul>	
高齢者向け施設について	39件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ これから高齢者が増加してくるので、老人ホームなどの介護施設を増やしてほしい。</li> <li>・ 費用負担の少ない介護施設が必要。</li> <li>・ 住み慣れた地域に入所できる施設がほしい。</li> </ul>	
アンケートについて	38件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ アンケートの質問項目が多すぎる。</li> <li>・ 回答しにくい質問があったので、改善してほしい。</li> <li>・ 今回のアンケートで今の自分に必要な情報関係機関などがよくわかった。</li> </ul>	

健康・介護予防について	29件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 介護予防へ注力してほしい。</li> <li>・ 高齢者の健康促進の為にスポーツジム等の参加費用の補助等を検討してほしい。</li> <li>・ 健康寿命の維持する方法を教えてください。</li> </ul>	
生活不安・将来不安について	17件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 物価高に伴いますサービスに係わる費用も増大が予想される中、年金生活者としてこれ以上の負担増は深刻な問題。無駄を省いて負担を抑えてほしい。</li> <li>・ 介護を受けるようになる事を考えると不安。</li> </ul>	
国民健康保険・後期高齢者医療制度について	14件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 国民健康保険と後期高齢者医療保険の保険料が高い。</li> <li>・ 「後期高齢者医療資格確認書」を後期高齢者全員に配布していただきありがたい。</li> </ul>	
独居高齢者について	7件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 一人暮らし高齢者の増加について、対策や必要なサービスの検討を早目にしてほしい。</li> <li>・ 一人暮らしだが蛍光灯の交換が大変。気楽に頼めるところがほしい。</li> </ul>	
認知症について	6件
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 認知症の家族を介護しているときに、周囲の無理解により追いつめられた。</li> <li>・ 認知症のパートナーを見送ったが、専門医に辿りついたことで人間としての尊厳を損なう事なく過ごせて幸運だった。</li> </ul>	
その他	142件

