

**令和元年度
調布市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
報告書**

令和元（2020）年3月

調布市

目 次

第1章 調査概要.....	3
1. 調査の目的.....	3
2. 調査の方法.....	3
3. 回収状況.....	3
4. 報告書の見方.....	3
5. 調査項目.....	4
6. 地域について.....	6
第2章 調査結果.....	9
問1 あなたについて.....	10
問2 あなたのご家族や生活状況について.....	12
問3 からだを動かすことについて.....	15
問4 食べることについて.....	21
問5 毎日の生活について.....	26
問6 地域での活動について.....	38
問7 たすけあいについて.....	41
問8 健康について.....	44
問9 認知症にかかる相談窓口の把握について.....	48
問10 その他、福祉施策について.....	49
資 料 編.....	61

第 1 章

調査概要

第1章 調査概要

1. 調査の目的

要介護状態になる前の高齢者について、要介護状態になるリスクの発生状況、各種リスクに影響を与える日常生活の状況を把握し、地域の抱える課題を特定し、高齢者総合計画の策定、進捗管理、事業評価のための基礎資料とすることを目的とする。

2. 調査の方法

調査票作成	国が示した必須項目（39 設問）をもとに、調布市独自の設問を加えた「令和元年度調布市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査票」を作成。
調査対象者	令和元年度 10 月 1 日時点、市内在住で 65 歳以上の要介護認定を受けていない方から 1,600 人を無作為抽出。
調査方法	配布・回収は、郵送により実施。
調査期間	令和元年 12 月 7 日～令和元年 12 月 27 日

3. 回収状況

発送数（件）	回収数（件）	回収率（％）
1,600	1,066	66.6%

4. 報告書の見方

- 集計表やグラフの％表示は小数第2位を四捨五入しているため、合計が 100%にならない場合がある。
- 複数回答の設問では、回答比率の合計が 100%を超える場合がある。
- 構成比（％）の比較における差は、原則として「…ポイント」と表現している。
- 調査結果の考察文中にある二重括弧（『・・・』）は2つの選択肢を合わせたことを表す。
（例：「とても不安である」＋「やや不安である」→『不安である』）
- 設問において、年代、地域など調査対象者の基本属性を中心としたクロス集計結果の図・表については、基本属性等に「無回答」があるため、全体の示す数値とは一致しない。

5. 調査項目

調査内容は国の「調査票案（必須項目＋オプション項目）」を基本としている。調布市独自設問に「○」がある質問は調布市の独自の質問である。

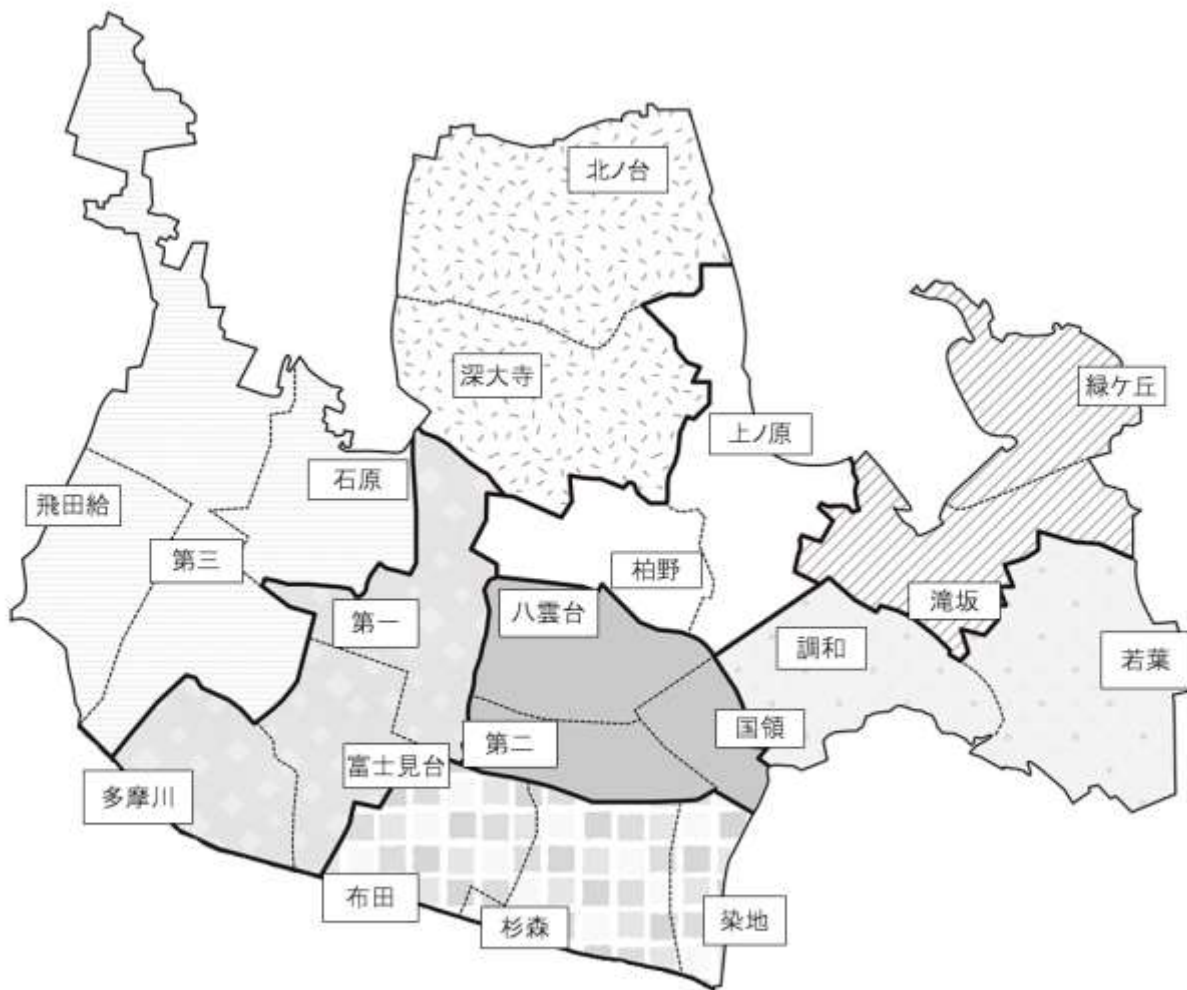
大項目	質問区分	調査票内 問番号	国の項目		調布市 独自 設問
			基本 項目	オプ ション 項目	
表紙	記入日	◆	○		
	記入者	◆	○		
問1 あなたに ついて	年齢	問1（1）			○
	性別	問1（2）			○
	居住地	問1（3）			○
	現在の要介護度	問1（4）			○
問2 あなた のご家族 や生活 状況に ついて	家族構成	問2（1）	○		
	日中1人になることがあるか	問2（1）①			○
	介護・介助の必要の有無	問2（2）	○		
	現在の暮らしの経済的状況	問2（3）	○		
	現在の住まいの形態	問2（4）		○	
問3 からだを 動かす こと につ いて	階段を手すりや壁をつたわずに昇れるか	問3（1）	○		
	椅子から立ち上げられるか	問3（2）	○		
	15分位続けて歩いているか	問3（3）	○		
	過去1年間の転倒の経験	問3（4）	○		
	転倒に対する不安	問3（5）	○		
	外出の状況	問3（6）	○		
	外出の回数が減っているか	問3（7）	○		
	外出を控えているか	問3（8）		○	
	外出を控えている理由	問3（8）①		○	
	外出する際の移動手段	問3（9）		○	
問4 食べる こと につ いて	身長・体重	問4（1）	○		
	固いものが食べにくくなったか	問4（2）	○		
	お茶や汁物でむせることがあるか	問4（3）		○	
	口の渇きが気になるか	問4（4）		○	
	歯磨きを毎日しているか	問4（5）		○	
	歯の数と入れ歯の利用状況	問4（6）	○		
	噛み合わせは良いか	問4（6）①		○	
	入れ歯の手入れをしているか	問4（6）②		○	
	6か月間で2～3kg以上の体重減少があるか	問4（7）		○	
	誰かと食事をとる機会があるか	問4（8）	○		
問5 毎日の 生活 につ いて	物忘れが多いと感じるか	問5（1）	○		
	周りから物忘れがあるとされるか	問5（2）			○
	自分で電話をかけることができるか	問5（3）		○	
	市の発信する情報をどのようにして入手しているか	問5（4）			○
	日付がわからない時があるか	問5（5）		○	
	バスや電車を使って1人で外出できるか	問5（6）	○		
	外出する際どこまででかけることが多いか	問5（7）			○
	外出の際何を使って移動するか	問5（7）①			○
	自分で食品・日用品の買い物をしているか	問5（8）	○		
	自分で食事の用意をしているか	問5（9）	○		
自分で請求書の支払いをしているか	問5（10）	○			

大項目	質問区分	調査票内 問番号	国の項目		調布市 独自 設問
			基本 項目	オプション 項目	
問5 毎日の生活 について	自分で預貯金の出し入れをしているか	問5(11)	○		
	友人の家を訪ねているか	問5(12)		○	
	家族や友人の相談にのっているか	問5(13)		○	
	趣味があるか	問5(14)		○	
	生きがいがあるか	問5(15)		○	
	どのように生きがいを見つけたか	問5(15)①			○
問6 地域での活動 について	グループ、クラブ、会にどのくらいの頻度で参加しているか ①ボランティアのグループ ②スポーツ関係のグループやクラブ ③趣味関係のグループ ④学習・教養サークル ⑤10の筋力トレーニングなどの介護予防のための通いの場 ⑥老人クラブ ⑦町内会・自治会 ⑧収入のある仕事	問6(1)	○ ①~⑧		
	地域づくりの活動に参加者として参加してみたいか	問6(2)	○		
	地域づくりの活動に企画・運営として参加してみたいか	問6(3)	○		
問7 たすけあい について	心配事や愚痴を聞いてくれる人	問7(1)	○		
	心配事や愚痴を聞いてあげる人	問7(2)	○		
	看病や世話をしてくれる人	問7(3)	○		
	看病や世話をしてくれる人	問7(4)	○		
	家族や友人・知人以外で相談する相手	問7(5)		○	
問8 健康に ついて	自身の健康状態	問8(1)	○		
	現在どの程度幸せか	問8(2)	○		
	この1か月、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ったか	問8(3)	○		
	この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめないことがあったか	問8(4)	○		
	飲酒の状況	問8(5)		○	
	喫煙の状況	問8(6)	○		
	現在治療中、後遺症のある病気はあるか	問8(7)	○		
問9 認知症	認知症の症状がある、または家族に症状がある人がいるか	問9(1)	○		
	認知症に関する相談窓口を知っているか	問9(2)	○		
問10 その他、 福祉施策に ついて	どこで最期を迎えたいか	問10(1)			○
	自宅で最期を迎えることができると思うか	問10(1)①			○
	自宅で最期を迎えることができないと考える理由	問10(1)②			○
	参加したい活動	問10(2)			○
	持っている資格、仕事に活用している資格	問10(3)			○
	地域包括支援センターの認知度	問10(4)			○
	介護予防体操「10の筋力トレーニング」の認知度	問10(5)			○
	高齢者福祉や介護保険制度への意見(自由回答)	問10(6)			○

6. 地域について

本報告書においては、福祉、教育、地域コミュニティ等の共通基盤である小学校区を基礎とし、それらの複数で構成される8つの圏域（中学校区規模）を福祉圏域として定め、集計している。

■福祉圏域の地域区分 下記  内の記載は 小学校区の名称です。



第 2 章

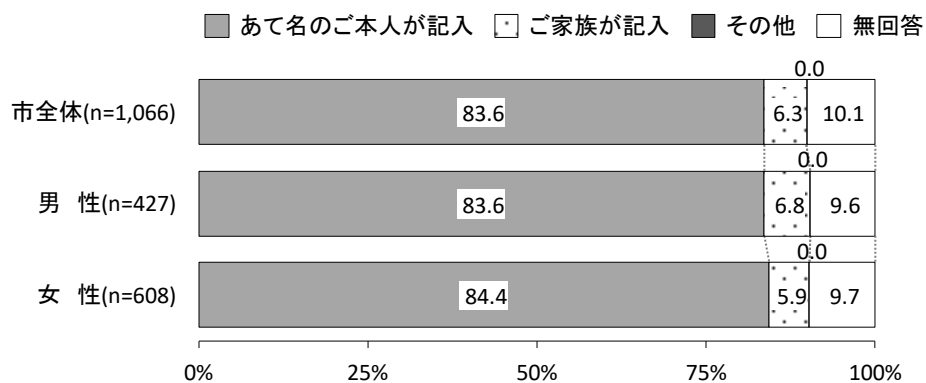
調査結果

第2章 調査結果

記入者

調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。

図表1 記入者（全体・性別）



問1 あなたについて

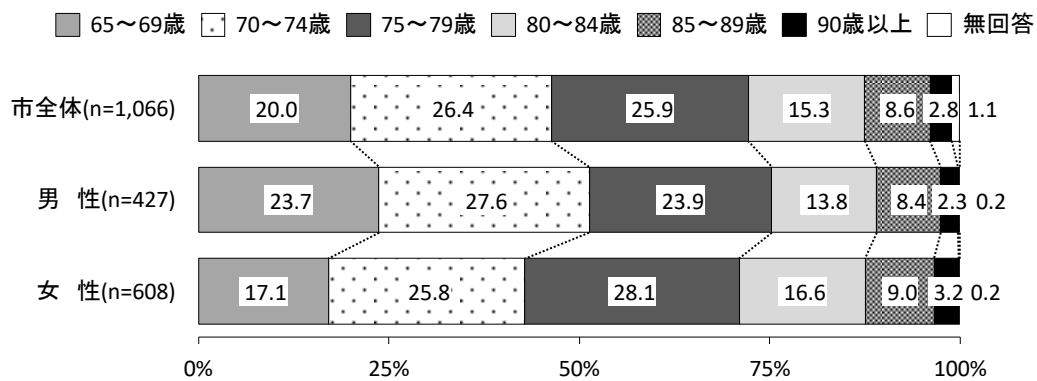
年齢

(1) 年齢

年齢については、全体では『75歳未満』は46.4%、『75歳以上』が52.6%となっている。

性別では、男性の『75歳未満』が女性より8.4ポイント高くなっている。

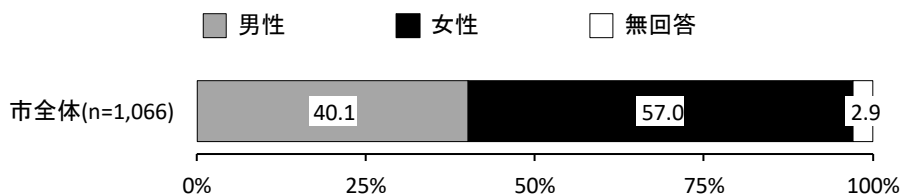
図表 1.1 回答者の年齢（全体・性別）



性別

(2) 性別

図表 1.2 回答者の性別

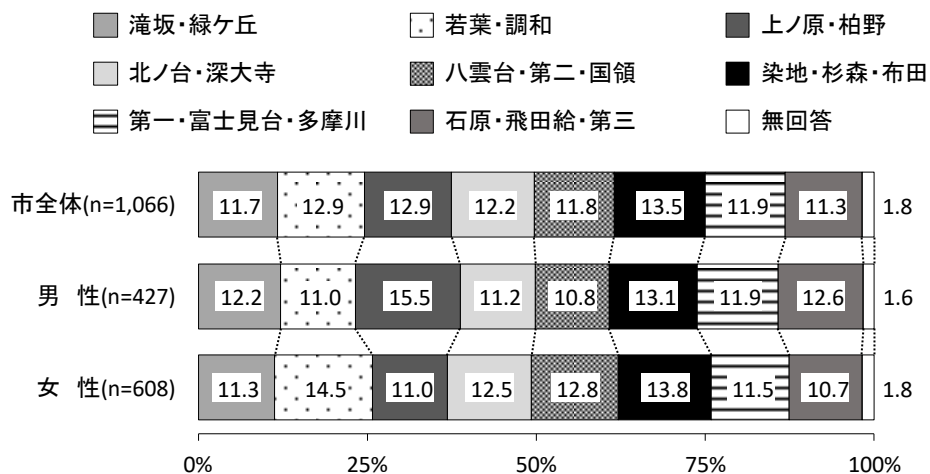


居住地（圏域）

（3） お住いの地域はどこですか。【町名】，【丁目】をご記入ください。

居住地（圏域）について、男性では「上ノ原・柏野」が女性より4.5ポイント高く、女性では「若葉・調和」が男性より3.5ポイント高くなっている。

図表 1.3 居住地（圏域）（全体・性別）

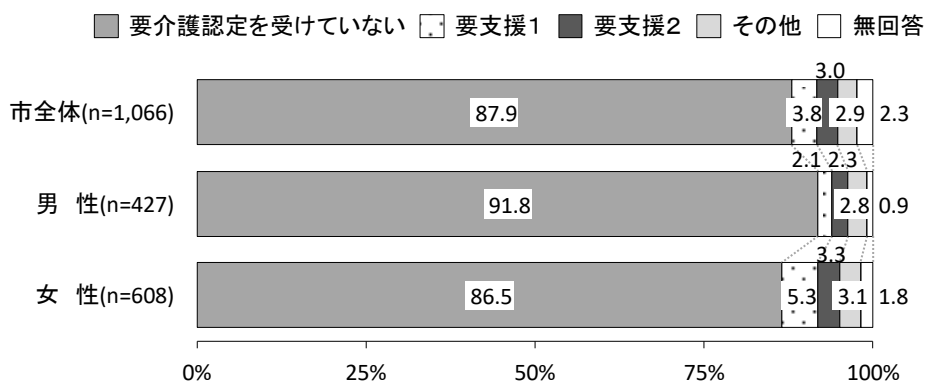


現在の要介護度

（4） あなたの現在の要介護度をお答えください（〇は1つ）

現在の要介護度について、男性では「要介護認定を受けていない」が女性より5.3ポイント高くなっている。前年と比較して、男性で「要介護認定を受けていない」が4.3ポイント上昇している。

図表 1.4 要介護度（全体・性別）



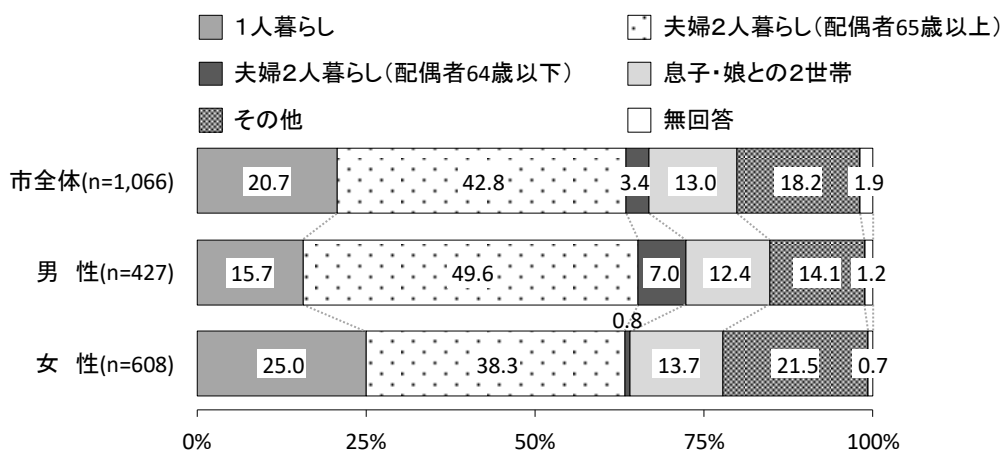
問2 あなたのご家族や生活状況について

家族構成

(1) 家族構成をお教えてください (〇は1つ)

家族構成は、男性では「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が女性よりも11.3ポイント高くなっている。女性では「1人暮らし」が男性より9.3ポイント高くなっている。

図表 2.1 家族構成 (全体・性別)



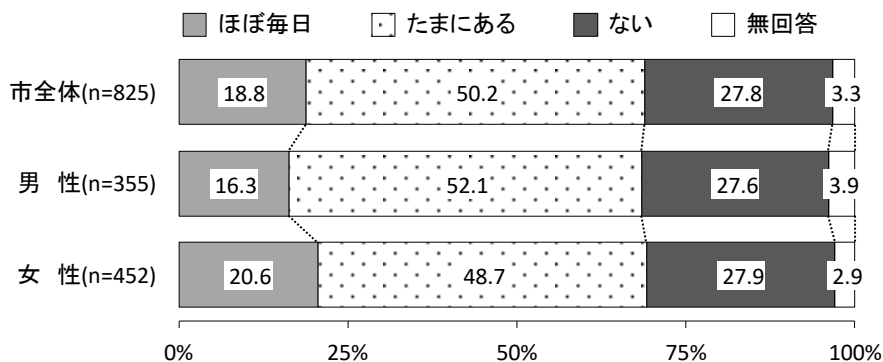
日中1人になることがあるか

【(1)で「2~5」に〇をつけた方にうかがいます】

(1) -① 日中、1人になることがありますか (〇は1つ)

日中1人になることがあるかについて、女性では「ほぼ毎日」が男性より4.3ポイント高くなっている。

図表 2.1.1 日中1人になることがあるか (全体・性別)

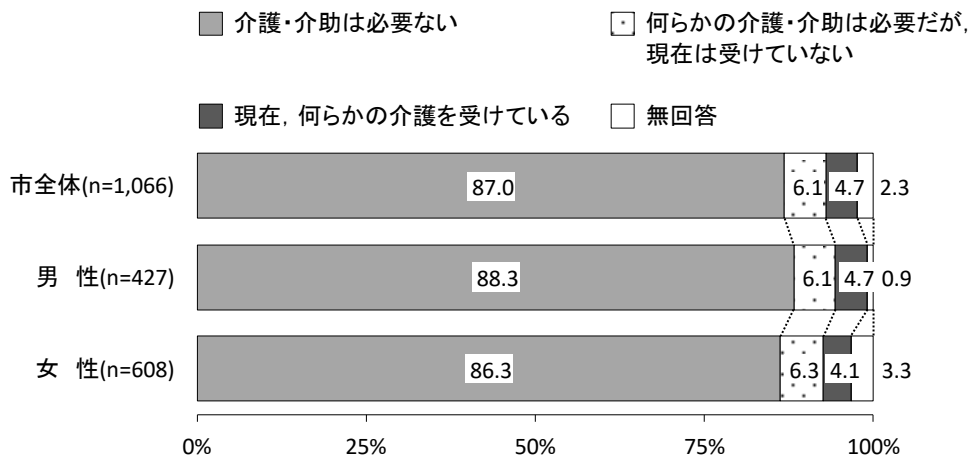


介護・介助の必要の有無

(2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか (〇は1つ)

介護・介助の必要の有無は、男性では「介護・介助は必要ない」が女性より2.0ポイント高くなっている。市全体でも、同項目を前年と比較すると2.6ポイント上昇している。

図表 2.2 介護・介助の必要性の有無 (全体・性別)

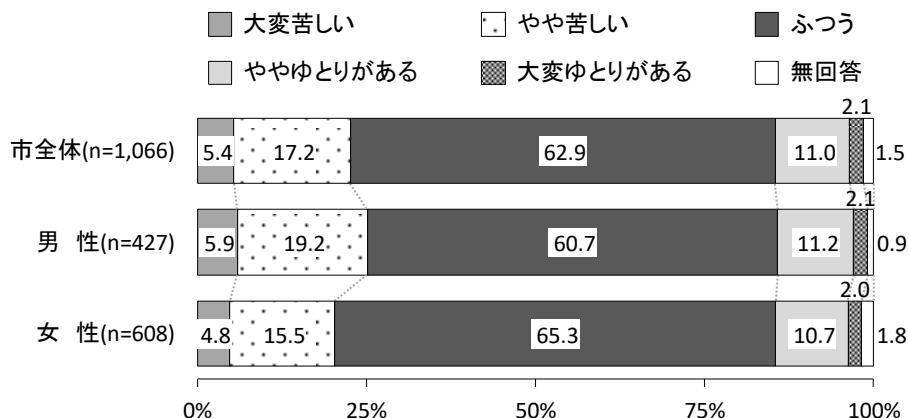


現在の暮らしの経済的状況

(3) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか (〇は1つ)

経済的状況については、全体で「大変苦しい」と、「やや苦しい」を合わせて『苦しい』という人は22.6%となっている。
性別にみると、男性では「やや苦しい」が女性より3.7ポイント高くなっている。

図表 2.3 現在の暮らしの経済的状況 (全体・性別)

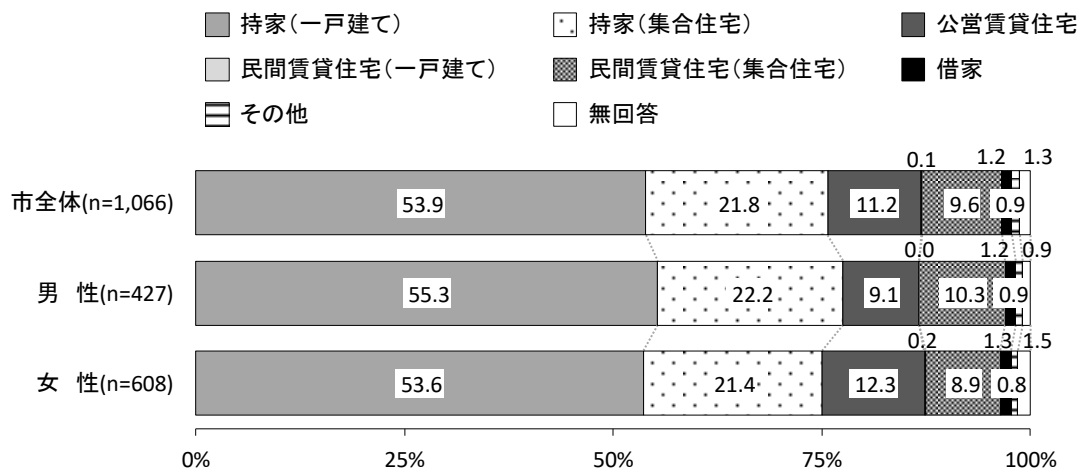


現在の住まいの形態

(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか (〇は1つ)

現在の住まいの形態について、女性では「公営賃貸住宅」が男性より 3.2 ポイント高くなっている。

図表 2.4 現在の住まいの形態 (全体・性別)



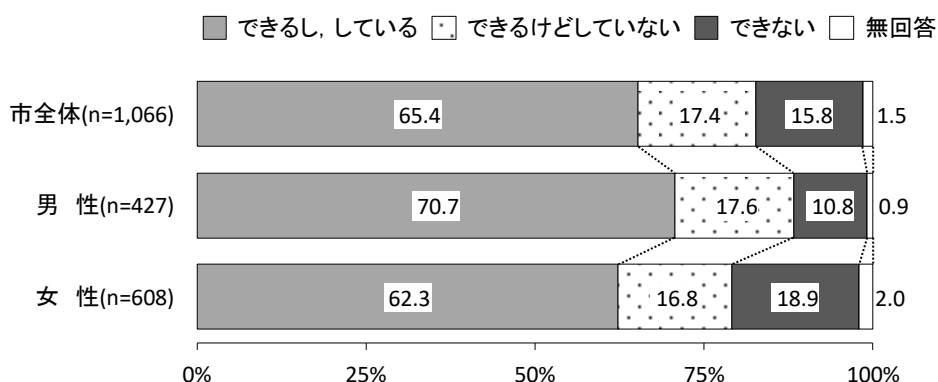
問3 からだを動かすことについて

階段を手すりや壁をつたわずに昇れるか

(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (○は1つ)

階段を手すりや壁をつたわずに昇れるかについて、男性は「できるし、している」が女性より8.4ポイント高くなっている。

図表 3.1 階段を手すりや壁をつたわずに昇れるか (全体・性別)

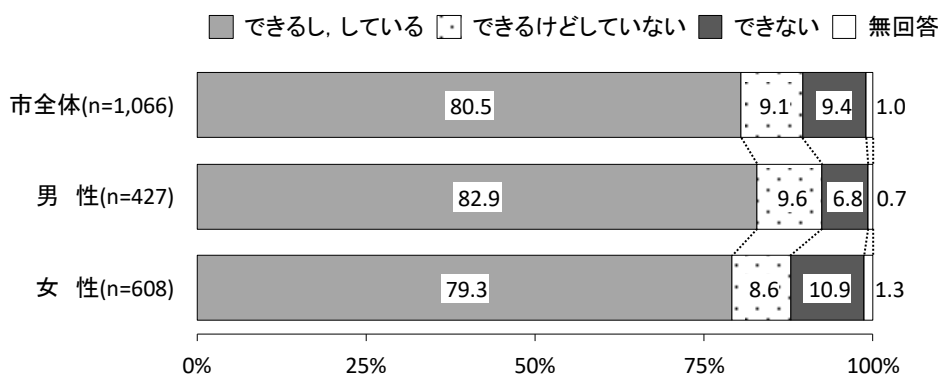


椅子から立ち上げられるか

(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか (○は1つ)

椅子に座った状態から立ち上げられるかについて、女性では「できない」が、男性より4.1ポイント高くなっている。前年と比較すると、男性は「できない」が1.2ポイント下がっている。

図表 3.2 椅子から立ち上げられるか (全体・性別)

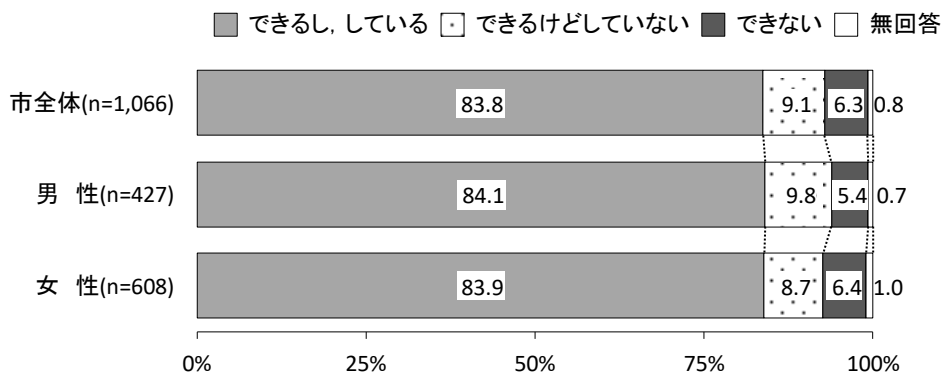


15分位続けて歩いているか

(3) 15分位続けて歩いていますか (〇は1つ)

15分位続けて歩いているかについて、前年と比較すると、男性は「できるし、している」が2.0ポイント上昇している。

図表 3.3 15分位続けて歩く能力の有無 (全体・性別)

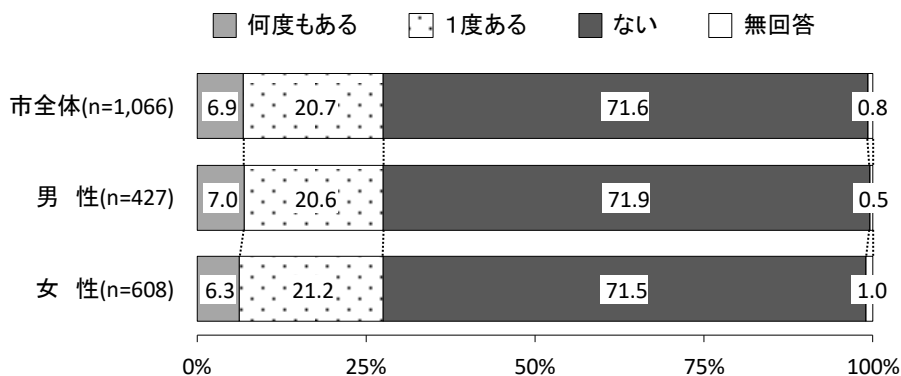


過去1年間の転倒の経験

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか (〇は1つ)

過去1年間の転倒の経験について、前年と比較して、全体では「ない」が3.1ポイント上昇しており、男女ともに上昇しているが女性の上昇率は4.7ポイントに昇る。

図表 3.4 過去1年間の転倒の経験 (全体・性別)

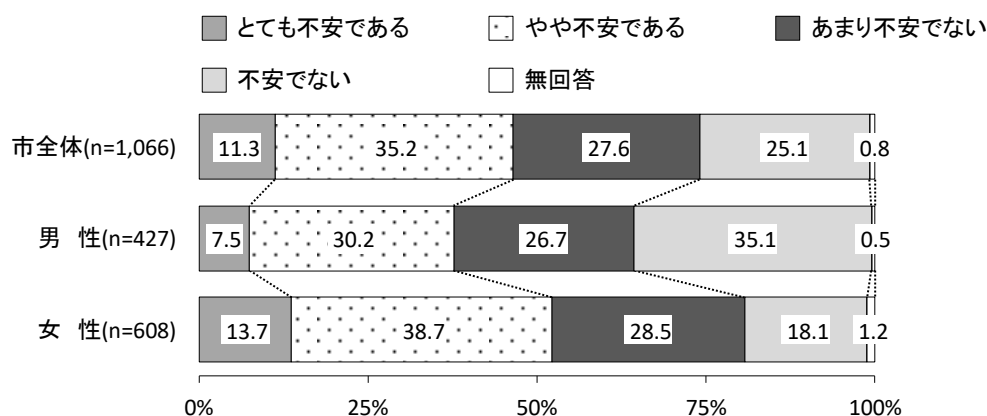


転倒に対する不安

(5) 転倒に対する不安は大きいですか (〇は1つ)

転倒に対する不安について、女性では「やや不安である」が男性より 8.5 ポイント高く男性では「不安でない」が女性より 17.0 ポイント高くなっている。

図表 3.5 転倒に対する不安 (全体・性別)

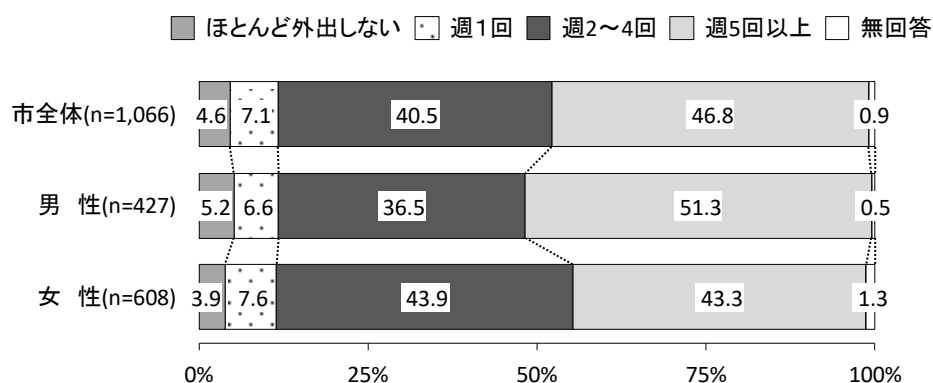


外出の状況

(6) 週に1回以上は外出していますか (〇は1つ)

外出の状況について、前年と比較して、全体では「週2回以上」の割合が上昇している。

図表 3.6 外出の状況 (全体・性別)

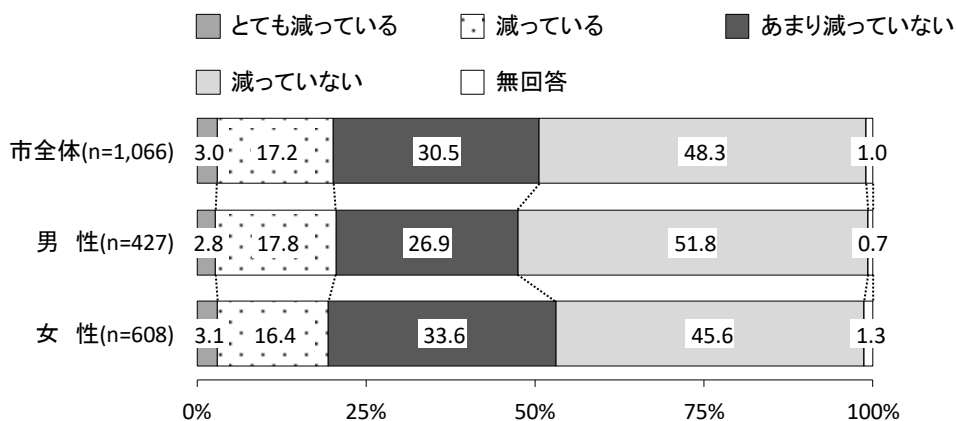


外出の回数が減っているか

(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか (〇は1つ)

外出の回数が減っているかについて、男性では「減っていない」が女性より6.2ポイント高くなっている。前年と比較すると、女性では「減っている」が4.4ポイント下がっている。

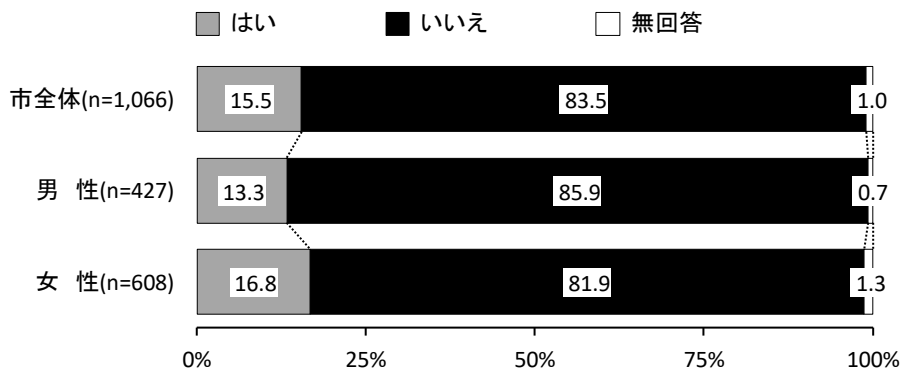
図表 3.7 外出の回数が減っているか (全体・性別)



外出を控えているか

(8) 外出を控えていますか (〇は1つ)

図表 3.8 外出を控えているか (全体・性別)



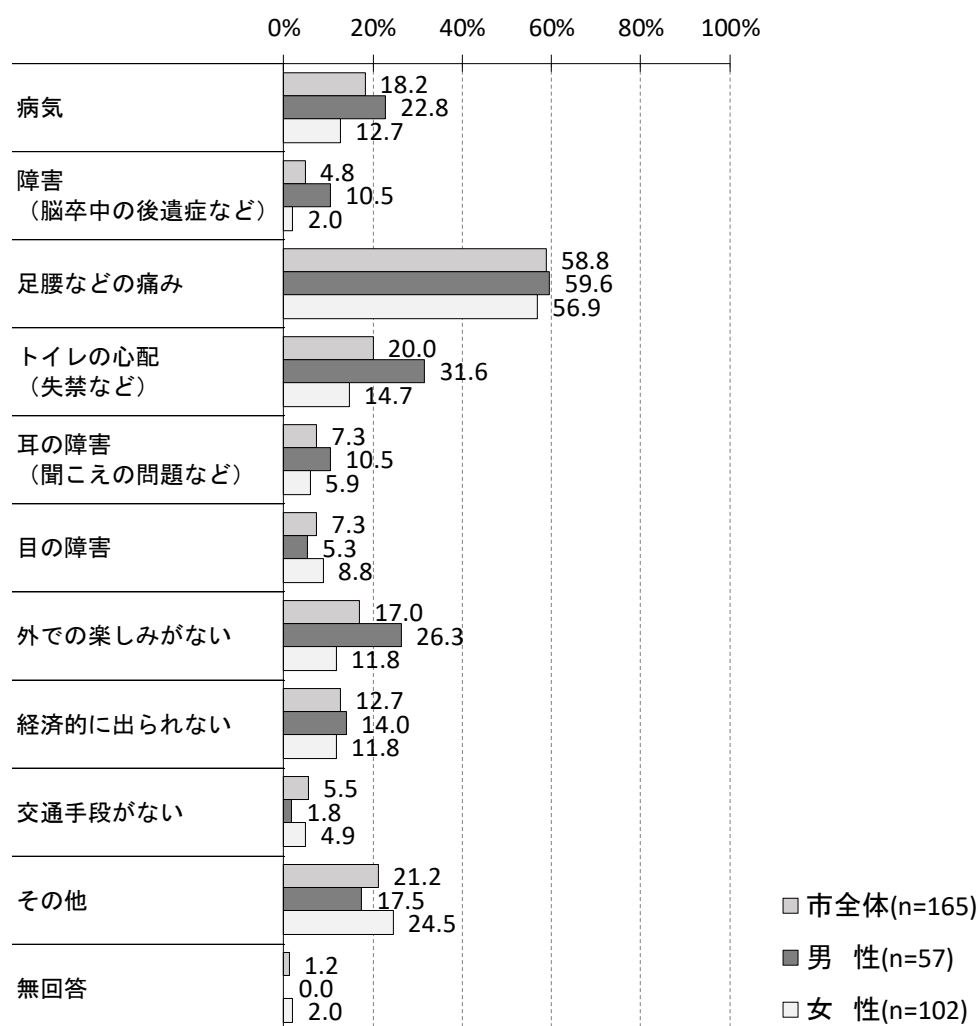
外出を控えている理由

【(8)で「1. はい」(外出を控えている)に○をつけた方にうかがいます。】

(8)-① 外出を控えている理由は、次のどれですか(○はいくつでも)

外出を控えている理由について、男性では「トイレの心配」が女性より16.9ポイント高く、次いで「外での楽しみがない」が女性より14.5ポイント高い。

図表 3.8.1 外出を控えている理由(全体・性別)

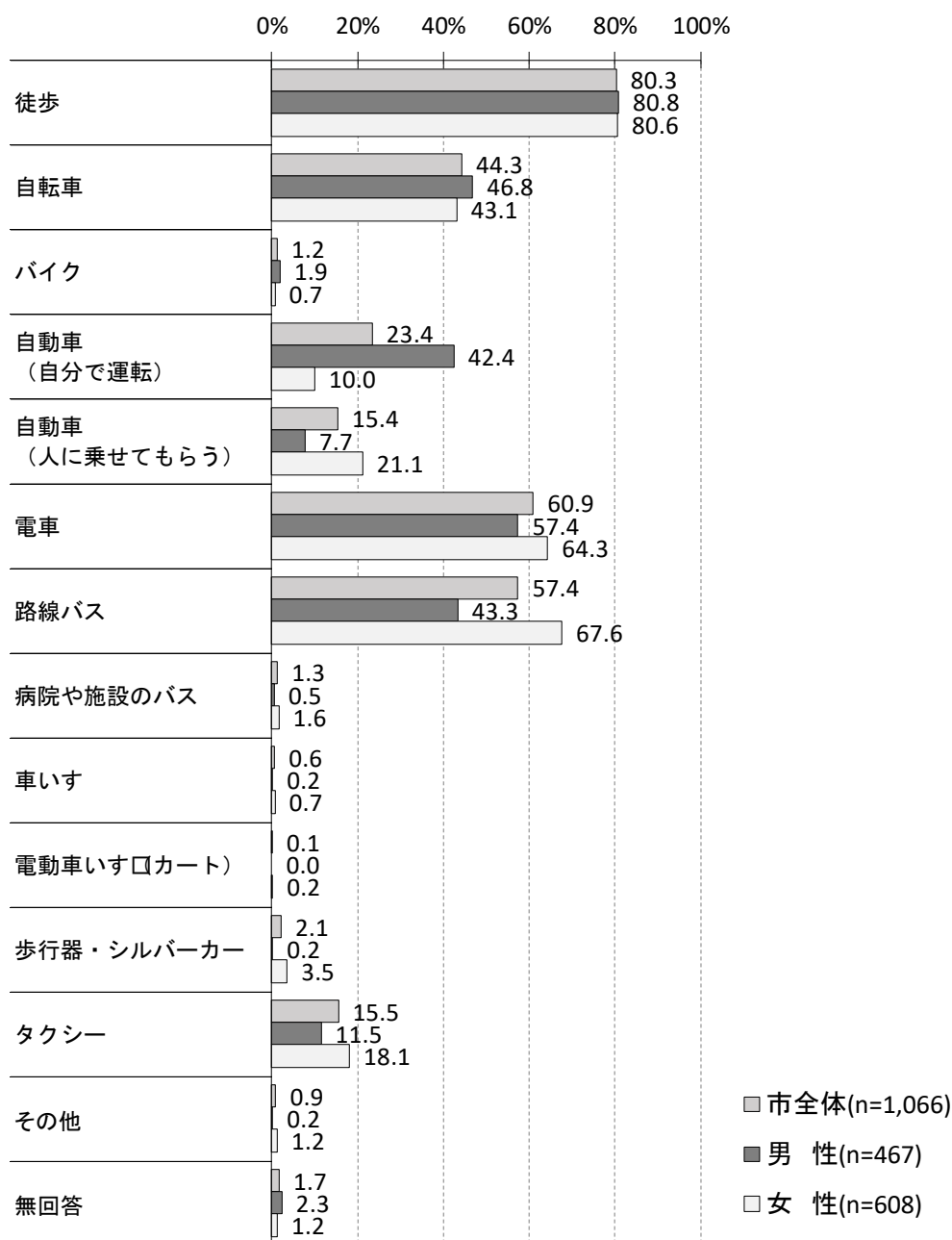


外出する際の移動手段

(9) 外出する際の移動手段は何ですか (〇はいくつでも)

外出する際の移動手段について、女性では「路線バス」が男性より24.3ポイント高くなっている。一方男性では「自動車(自分で運転)」が女性より32.4ポイント高くなっている。

図表 3.9 外出する際の移動手段 (全体・性別)



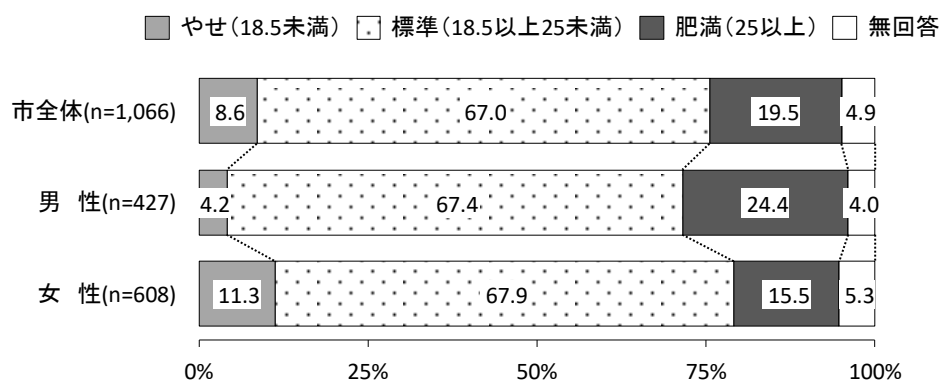
問4 食べることについて

BMI

(1) 身長・体重（数字を記入）

BMIは男性では「肥満（25以上）」が女性より8.9ポイント高くなっている。

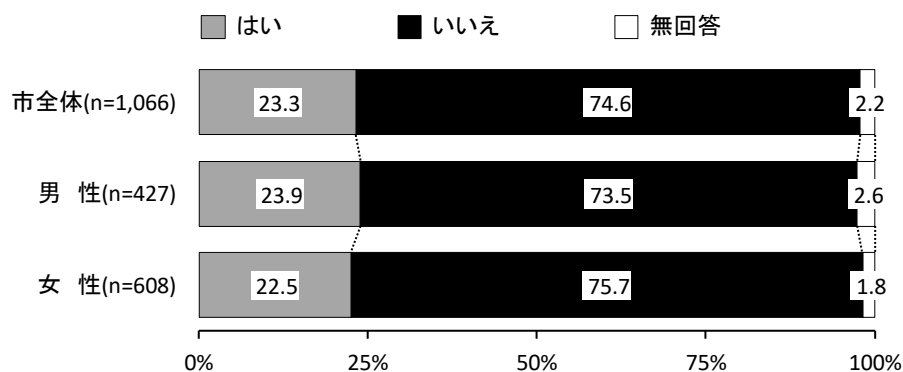
図表 4.1 BMI（全体・性別）



固いものが食べにくくなったか

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか（○は1つ）

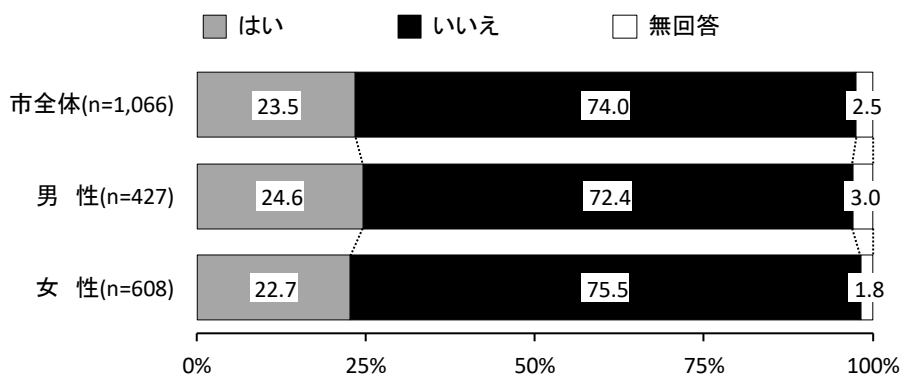
図表 4.2 固いものが食べにくくなったか（全体・性別）



お茶や汁物等でむせることがあるか

(3) お茶や汁物等でむせることがありますか (○は1つ)

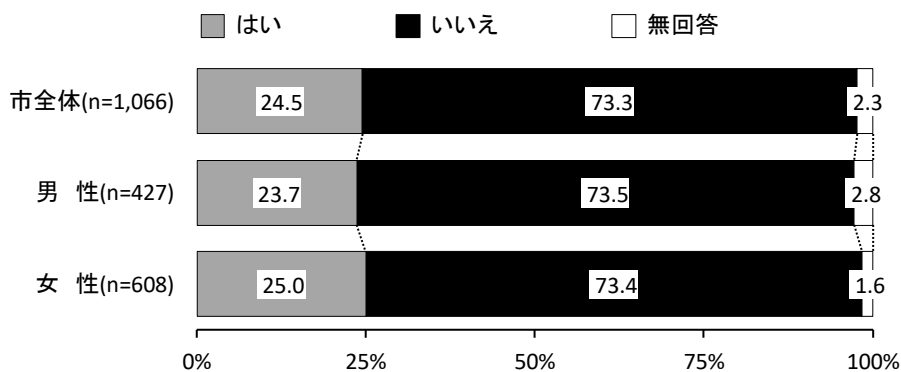
図表 4.3 お茶や汁物等でむせることがあるか (全体・性別)



口の渇きが気になるか

(4) 口の渇きが気になりますか (○は1つ)

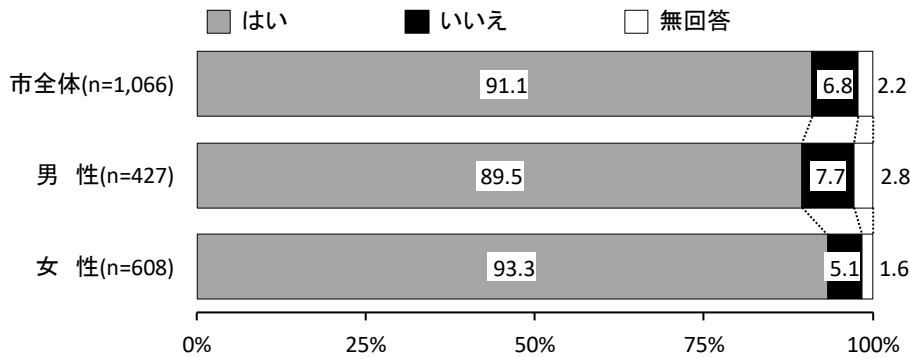
図表 4.4 口の渇きが気になるか (全体・性別)



歯磨きを毎日しているか

(5) 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか（○は1つ）

図表 4.5 歯磨きを毎日しているか（全体・性別）



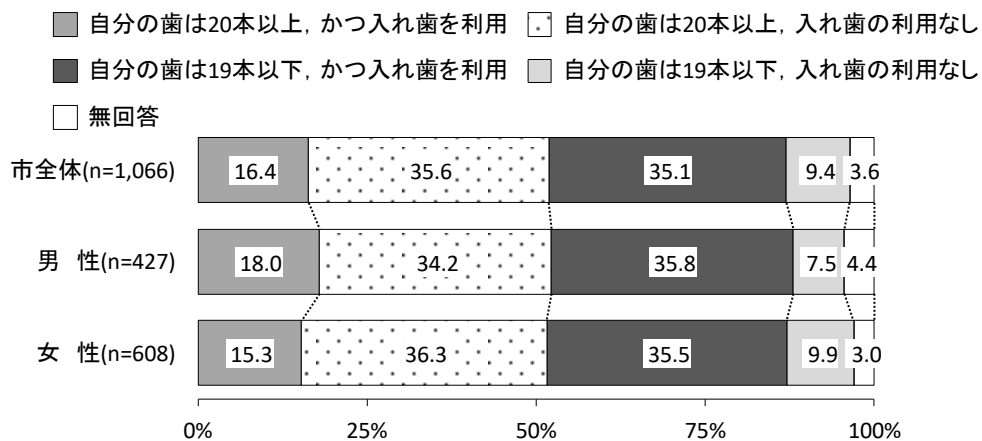
歯の数と入れ歯の利用状況

(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください（○は1つ）

歯の数と入れ歯の利用状況は、全体では「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」、「自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし」を合わせた『自分の歯が19本以下』の人が44.5%となっている。また入れ歯の利用率は51.5%となっている。

性別にみると、男性では「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」が女性より2.7ポイント高くなっている。

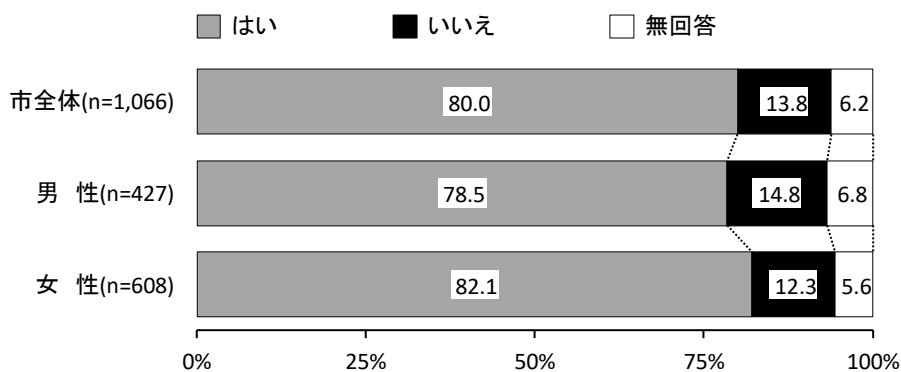
図表 4.6 歯の数と入れ歯の利用状況（全体・性別）



噛み合わせは良いか

(6) -① 噛み合わせは良いですか (○は1つ)

図表 4.6.1 噛み合わせは良いか (全体・性別)

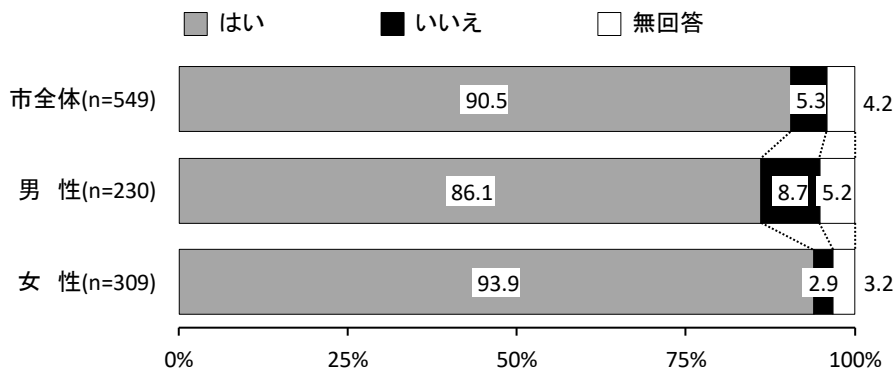


入れ歯の手入れをしているか

【(6) で「1. 自分の歯は 20 本以上, かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は 19 本以下, かつ入れ歯を利用」に○をつけた方にうかがいます。】

(6) -② 毎日入れ歯の手入れをしていますか (○は1つ)

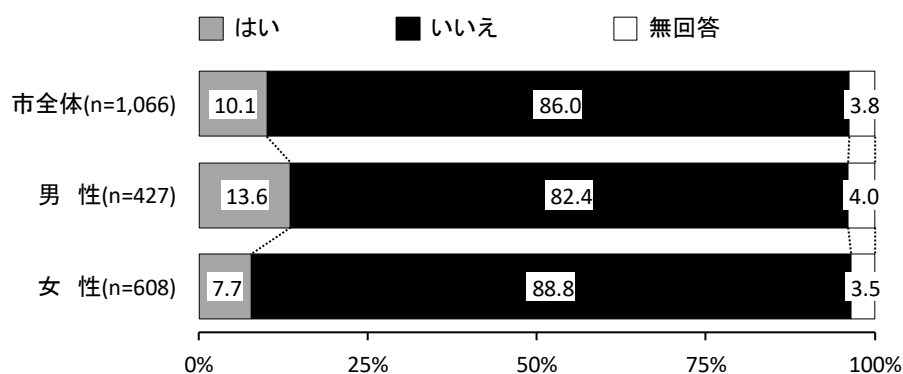
図表 4.6.2 毎日入れ歯の手入れをしているか (全体・性別)



6か月間で2～3kg以上の体重減少があるか

(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか(○は1つ)

図表 4.7 6か月間で2～3kg以上の体重減少があるか(全体・性別)

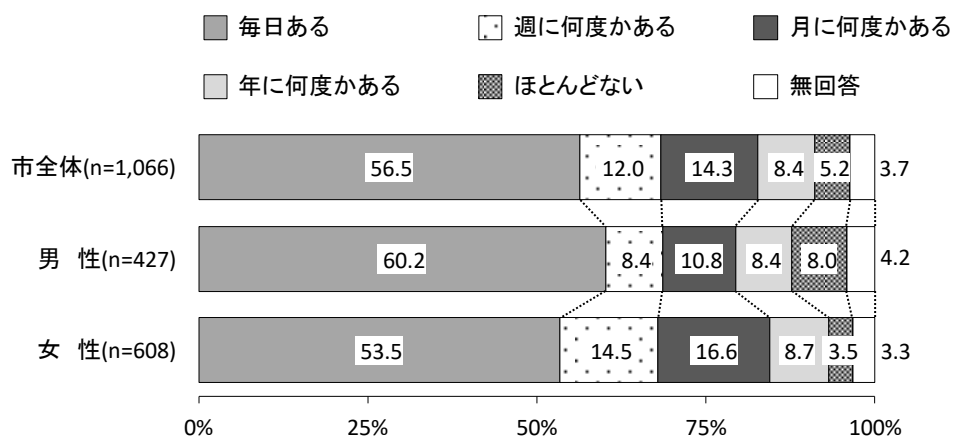


誰かと食事をとる機会があるか

(8) どなたかと食事をとる機会がありますか(○は1つ)

誰かと食事をとる機会があるかについて、男性では「毎日ある」が女性より6.7ポイント高いが、女性では「週に何度かある」と「月に何度かある」を合わせると31.1%と、男性より11.9ポイント高くなっている。

図表 4.8 誰かと食事をとる機会があるか(全体・性別)

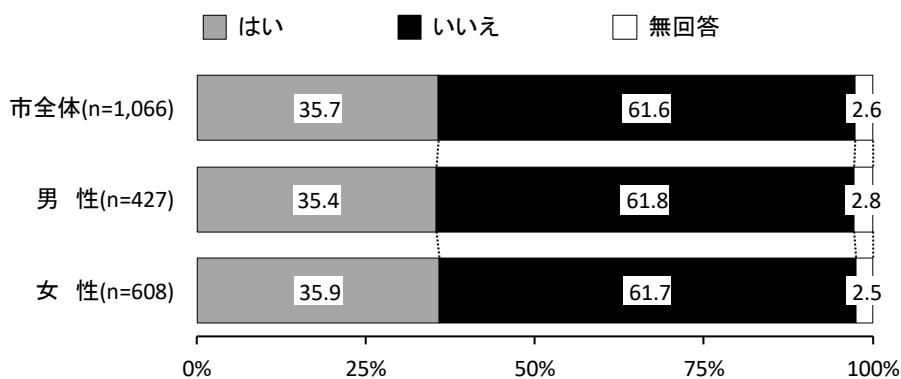


問5 毎日の生活について

物忘れが多いと感じるか

(1) 物忘れが多いと感じますか (〇は1つ)

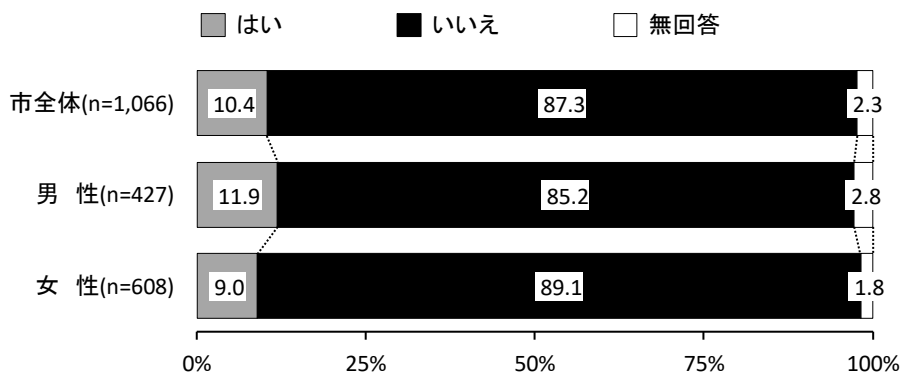
図表 5.1 物忘れが多いと感じるか (全体・性別)



周りから物忘れがあると言われるか

(2) 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われるますか (〇は1つ)

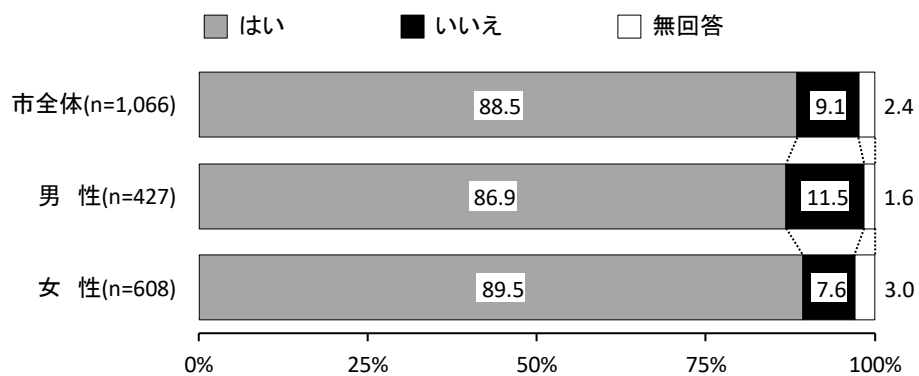
図表 5.2 周りから物忘れがあると言われるか (全体・性別)



自分で電話をかけることができるか

(3) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか (〇は1つ)

図表 5.3 自分で電話をかけることができるか (全体・性別)



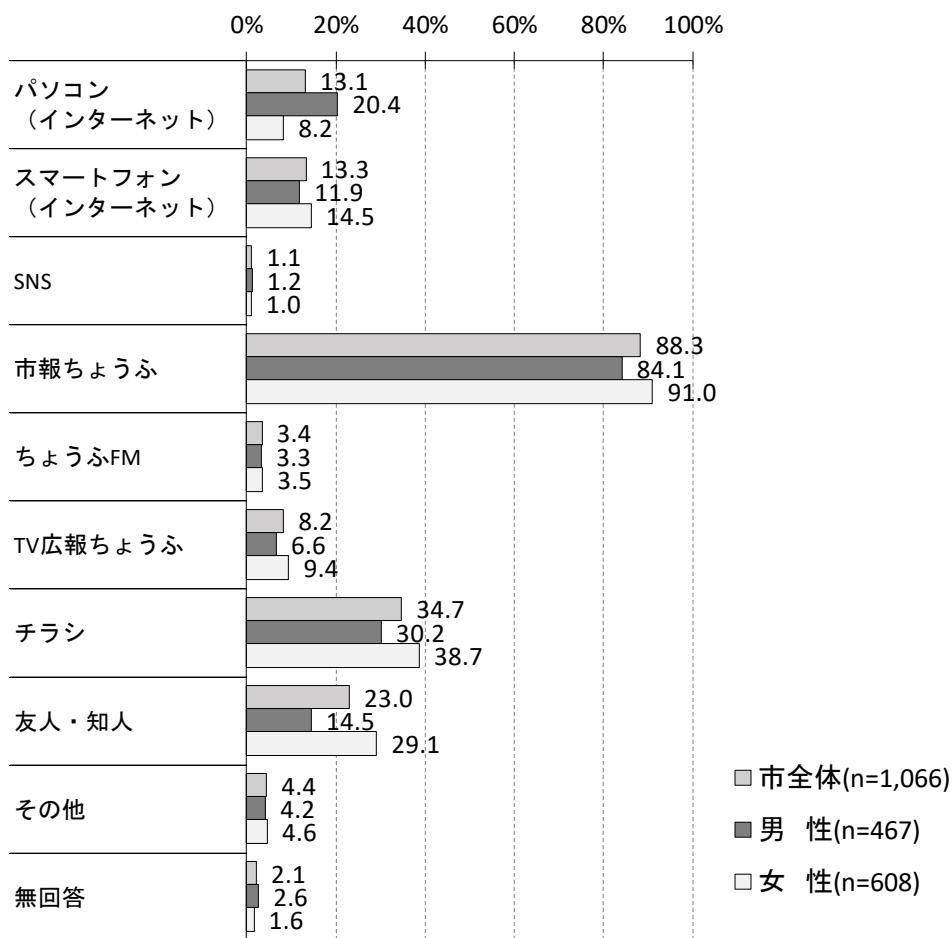
市の発信する情報をどのようにして入手しているか

(4) 市が発信する情報をどのようにして入手していますか (〇はいくつでも)

市の発信する情報の入手経路について、全体では「市報ちょうふ」が、次いで「チラシ」となっている。

性別にみると、男性では「インターネット (パソコン・スマートフォン)」が 32.3% で、チラシよりも 2.1 ポイント高くなっている。

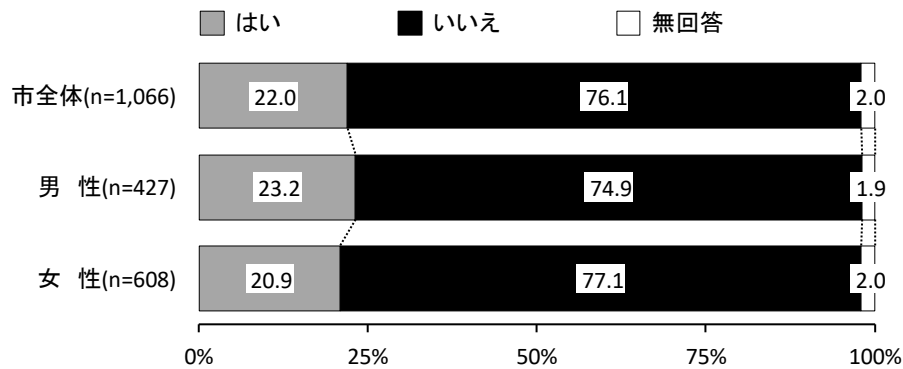
図表 5.4 市の発信する情報をどのようにして入手しているか (全体・性別)



日付がわからない時があるか

(5) 今日が何月何日かわからない時がありますか (〇は1つ)

図表 5.5 日付がわからない時があるか (全体・性別)

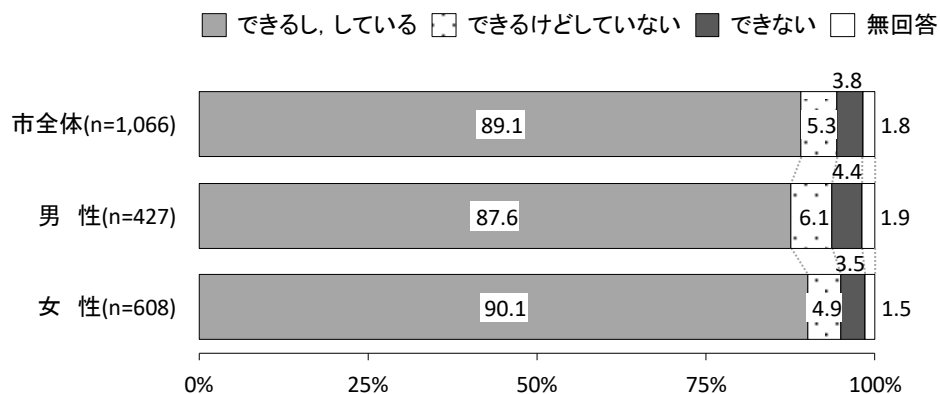


バスや電車を使って、1人で外出できるか

(6) 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) (〇は1つ)

バスや電車を使って、1人で外出できるかについて、男性では「できるけどしていない」が女性より 1.2 ポイント高くなっている。

図表 5.6 バスや電車を使って、1人で外出できるか (全体・性別)



外出する際、どこまででかけることが多いか

(7) 日ごろ外出する際、どこまででかけることが多いですか
(それぞれ〇は1つ)

外出する際、どこまででかけることが多いかについて、買い物、趣味・習い事、かかりつけ医等の病院の全てで「市内」が最も多くなっているが、趣味・習い事は「調布市を除く東京都内」が22.0%と比率が高くなっている。

性別にみると、買い物、かかりつけ医等の病院ではあまり差はみられないが、趣味・習い事では「住まいの周辺（徒歩15分以内）」、「市内」の比較的近い距離において、女性の方が男性より高い。男性は「市外」へでかける割合が高く、趣味や習い事においては男性のほうがより行動範囲が広いことがわかる。

図表 5.7 外出する際、どこまででかけることが多いか（全体・性別）

		(%)				
市全体(n=1,066) 男性(n=427) 女性(n=608)		(住 ま い の 1 の 5 周 分 辺 以 内)	市 内	調 布 市 を 内 除 く	東 京 都 外	無 回 答
	① 買い物	全体	29.4	48.5	11.4	0.8
男性		30.7	45.7	12.2	1.4	10.1
女性		28.6	50.2	11.2	0.2	9.9
② 趣味・習い事	全体	9.4	28.2	22.0	6.6	33.9
	男性	9.4	24.8	26.0	11.9	27.9
	女性	9.7	29.9	19.6	2.8	38.0
③ かかりつけ医等の病院	全体	28.3	42.9	17.8	1.0	9.9
	男性	25.3	41.9	21.1	1.6	10.1
	女性	30.4	43.9	15.5	0.5	9.7

外出の際、何を使って移動するか

(7) -① 外出する際、何を使って移動しますか（それぞれ〇は1つ）

外出する際、何を使って移動するかについて、男性は女性に比べて「市外」へでかける割合が高いことから「自家用車」を利用する比率が高くなっており、女性は「近い距離」の移動に際し「電車・バス（公共交通機関）」を利用する比率が高くなっている。

図表 5.7.1 外出する際、何を使って移動するか（全体・性別）

(%)

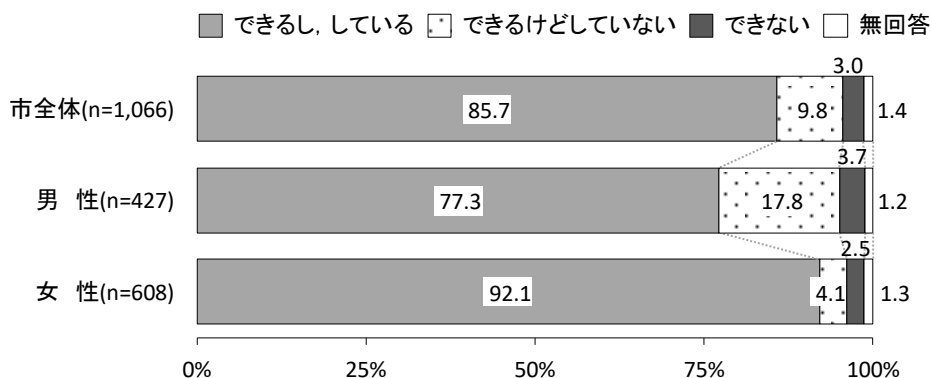
		徒歩	自転車	自家用車	電車・バス (公共交通機関)	その他 (タクシーなど)	無回答	
市全体(n=1,066) 男性(n=427) 女性(n=608)								
	① 買い物	全体	34.6	25.0	12.5	14.2	0.8	12.9
		男性	34.7	22.7	19.9	8.7	0.5	13.6
		女性	35.0	27.0	7.1	17.9	1.0	12.0
② 趣味・習い事	全体	12.9	13.8	9.8	28.4	0.4	34.6	
	男性	13.3	15.9	16.4	24.6	0.2	29.5	
	女性	12.8	12.5	4.9	31.4	0.5	37.8	
③ かかりつけ医等の病院	全体	32.2	21.2	6.6	24.4	3.1	12.6	
	男性	31.1	22.2	10.8	22.0	2.6	11.2	
	女性	33.2	20.6	3.9	25.8	3.6	12.8	

自分で食品・日用品の買い物をしているか

(8) 自分で食品・日用品の買い物をしていますか (〇は1つ)

自分で食品・日用品の買い物をしているかについて、男性では「できるけどしていない」が女性より13.7ポイント高くなっている。前年と比較すると、全体では「できるし、している」が2.2ポイント下がり、男性では「できるけど、していない」が3.5ポイント上昇している。

図表 5.8 自分で食品・日用品の買い物をしているか (全体・性別)

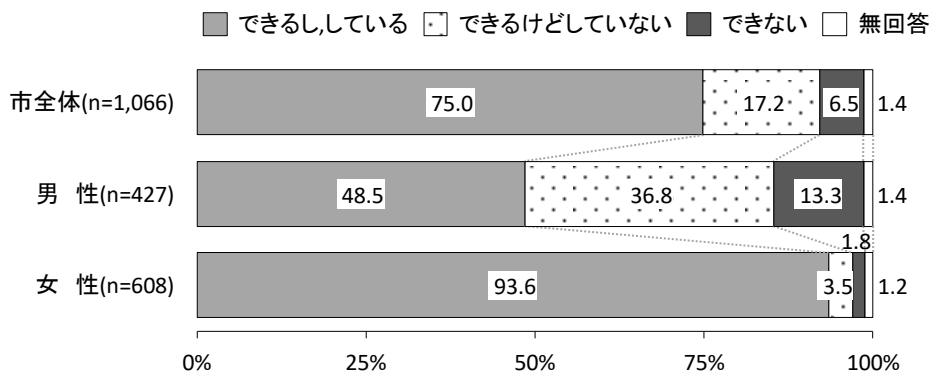


自分で食事の用意をしているか

(9) 自分で食事の用意をしていますか (〇は1つ)

自分で食事の用意をしているかについて、前年と比較して男性では「できるけどしていない」が1.8ポイント下がっているが、「できない」は4.4ポイント上昇している。

図表 5.9 自分で食事の用意をしているか (全体・性別)

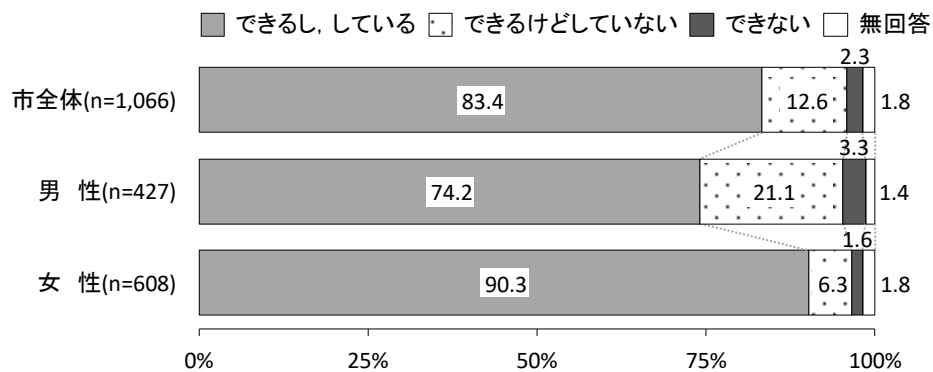


自分で請求書の支払いをしているか

(10) 自分で請求書の支払いをしていますか (〇は1つ)

自分で請求書の支払いをしているかについて、男性では「できるけどしていない」が、女性より14.8ポイント高くなっており、女性では「できるし、している」が男性より16.1ポイント高い。

図表 5.10 自分で請求書の支払いをしているか (全体・性別)

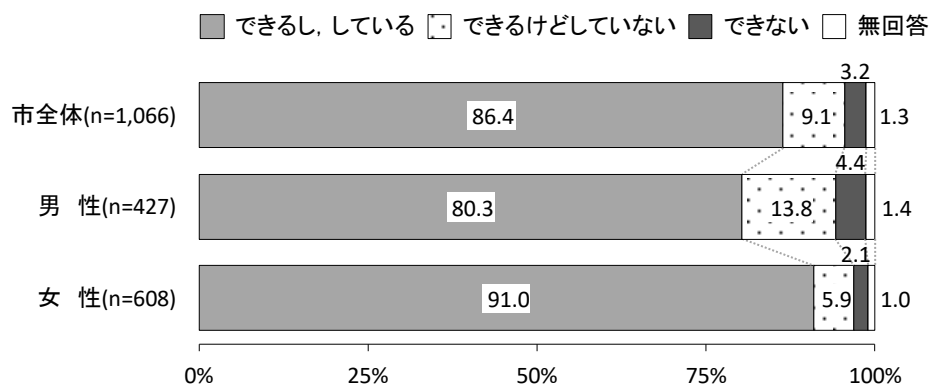


自分で預貯金の出し入れをしているか

(11) 自分で預貯金の出し入れをしていますか (〇は1つ)

自分で預貯金の出し入れをしているかについて、女性では「できるし、している」が男性より10.7ポイント高いが、男性について同項目を前年と比較すると、2.4ポイント上昇している。

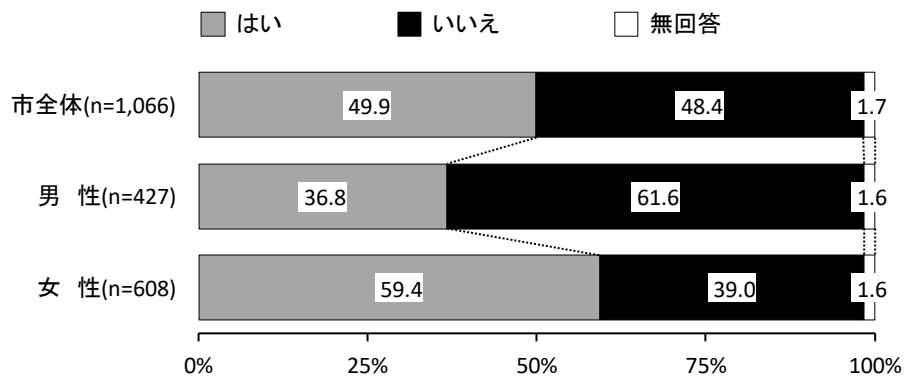
図表 5.11 自分で預貯金の出し入れをしているか (全体・性別)



友人の家を訪ねているか

(12) 友人の家を訪ねていますか (〇は1つ)

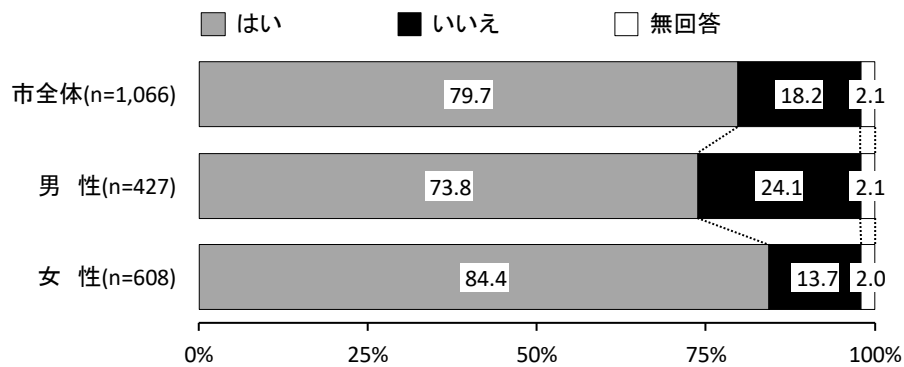
図表 5.12 友人の家を訪ねているか (全体・性別)



家族や友人の相談にのっているか

(13) 家族や友人の相談にのっていますか (〇は1つ)

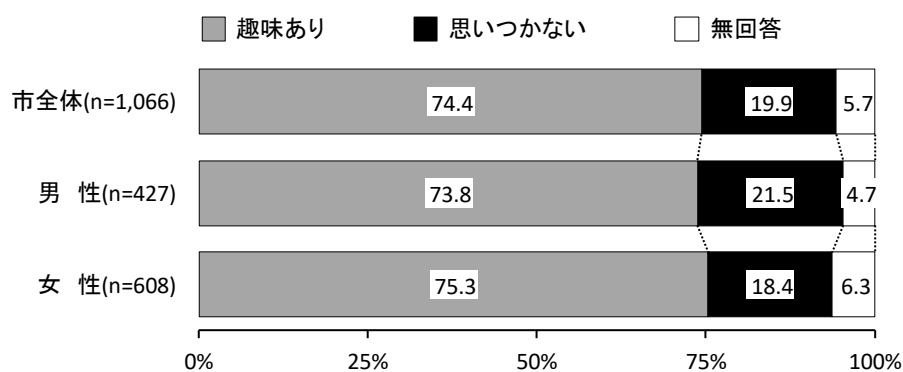
図表 5.13 家族や友人の相談にのっているか (全体・性別)



趣味があるか

(14) 趣味はありますか (〇は1つ)

図表 5.14 趣味があるか (全体・性別)



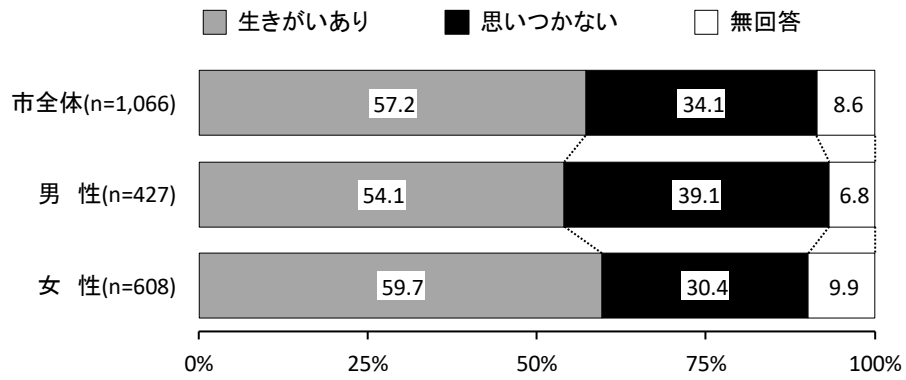
また、趣味の内容を具体的にたずねたところ、以下のような内容が見られた。

①旅行, アウトドア等	旅行, 釣り, 散策, 登山
②創作活動	手芸, 絵を描く, 習字, 絵手紙, 文章を書く, 陶芸, 俳句, 写真, フラワーアレンジメント, 折り紙, 生花
③ゲーム	囲碁, 将棋, 麻雀, パソコン・テレビゲーム
④スポーツ・運動	ゴルフ, 水泳, 体操, テニス, 野球, スポーツジム, 太極拳, サイクリング, スキー, ボーリング, バドミントン, ヨガ, 吹矢
⑤音楽, 踊り	合唱, カラオケ, 楽器演奏, 民謡, ダンス
⑥鑑賞	映画, 美術, 観劇, スポーツ観戦, コンサート
⑦土いじり	家庭菜園, 園芸
⑧その他	読書, ブログ, SNS, 競馬, 犬の散歩, ドライブ, DIY, テレビ, 語学, パソコン, ボランティア

生きがいがあるか

(15) 生きがいはありますか (○は1つ)

図表 5.15 生きがいがあるか (全体・性別)



どのように生きがいを見つけたか

【(15) で「生きがいあり」に○をつけた方にうかがいます。】

(15) -① その生きがいをどのように見つけましたか。ご自由にご記入ください。

生きがいの内容と、その見つけ方について、以下のような内容が見られた。

生きがいの内容	見つけ方
①孫・家族と過ごす時間	—
②趣味	<ul style="list-style-type: none"> ・友人に誘われ、家族のすすめもあって ・新聞広告やチラシをみて ・長寿会で誘われて ・自然に趣味となった
③スポーツ・運動	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの頃からやっている ・健康のためスポーツジムに入会した ・夫、妻から誘われた
④仕事	<ul style="list-style-type: none"> ・知人から誘われたため ・依頼があって始めた ・定年後資格を取得した
⑤地域活動, ボランティア	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の好きなことがボランティアに繋がるならと始めた ・定年後、地域社会のため自ら申し込んだ
⑥友人	<ul style="list-style-type: none"> ・自治会で知り合った ・近所の方と気が合うので
⑦習い事	<ul style="list-style-type: none"> ・近所の学校で掲示板をみて ・市報でみて講座に申し込んだ ・インターネットで探した
⑧その他	—

問6 地域での活動について

会・グループ等の参加頻度

(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか
(それぞれ〇は1つ)

会・グループ等の参加頻度について、全体では「週4回以上」から「週1回」までの『週1回以上参加している』は「収入のある仕事」が20.3%で最も高く、逆に「町内会・自治会」が1.2%で最も低い。一方で「週4回以上」から「年に数回までの『参加している』においては「趣味関係のグループ」が33.6%で最も高く、「老人クラブ」が3.8%で最も低い。

性別にみると、男性では、「参加していない」がすべての項目において50%を超えている。

図表 6.1 会・グループ等の参加頻度（全体・性別）

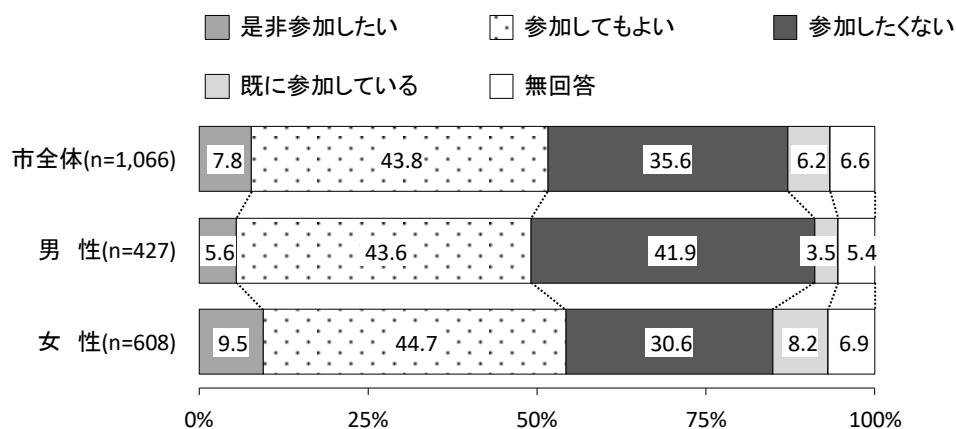
		(%)						
市全体(n=1,066) 男性(n=427) 女性(n=608)		週4回以上	週2〜3回	週1回	月1〜3回	年に数回	参加していない	無回答
		① ボランティアのグループ	全体	0.8	1.7	2.4	3.4	3.3
	男性	0.7	1.4	2.6	3.3	3.0	66.7	22.2
	女性	0.7	1.8	2.5	3.6	3.6	60.4	27.5
② スポーツ関係のグループやクラブ	全体	2.6	9.0	7.6	3.1	2.3	51.6	23.7
	男性	2.1	5.6	4.4	4.9	4.2	57.4	21.3
	女性	3.1	11.7	10.0	1.8	1.0	48.0	24.3
③ 趣味関係のグループ	全体	1.7	5.4	7.2	14.2	5.1	46.3	20.1
	男性	1.6	4.2	7.0	9.6	7.3	52.7	17.6
	女性	1.6	6.4	7.6	17.9	3.6	42.1	20.7
④ 学習・教養サークル	全体	0.1	1.2	2.5	5.0	3.7	60.5	27.0
	男性	0.0	0.7	1.6	3.5	2.8	69.1	22.2
	女性	0.0	1.6	3.3	6.3	4.4	55.1	29.3
⑤ 10の筋力トレーニングなどの介護予防のための通いの場	全体	1.2	2.8	3.4	1.4	0.8	64.7	25.6
	男性	1.4	1.6	2.8	0.5	0.0	72.4	21.3
	女性	0.8	3.8	3.9	2.0	1.5	60.4	27.6
⑥ 老人クラブ	全体	0.2	0.8	0.6	1.6	0.6	69.6	26.7
	男性	0.2	0.7	0.2	1.2	0.2	74.5	23.0
	女性	0.2	0.8	0.8	2.0	0.8	67.1	28.3
⑦ 町内会・自治会	全体	0.3	0.4	0.5	3.8	10.6	59.3	25.1
	男性	0.2	0.2	0.2	3.7	9.6	66.0	19.9
	女性	0.3	0.5	0.7	3.9	11.5	55.3	27.8
⑧ 収入のある仕事	全体	11.4	8.0	0.9	2.1	1.8	51.7	24.2
	男性	15.7	8.0	1.2	1.6	2.8	51.5	19.2
	女性	8.6	8.2	0.8	2.5	1.2	52.3	26.5

健康づくり活動や趣味等のグループ活動に参加者として参加してみたいか

(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか（〇は1つ）

健康づくり活動や趣味等のグループ活動に参加者として参加してみたいかについて、男性では「参加したくない」が女性より11.3ポイント高くなっている。同項目について前年と比較すると、男性は0.7ポイントの微増だが、女性は5.1ポイントの減少となり、市全体では参加意向の割合が上昇している。

図表 6.2 健康づくり活動や趣味等のグループ活動に参加者としての参加意向（全体・性別）

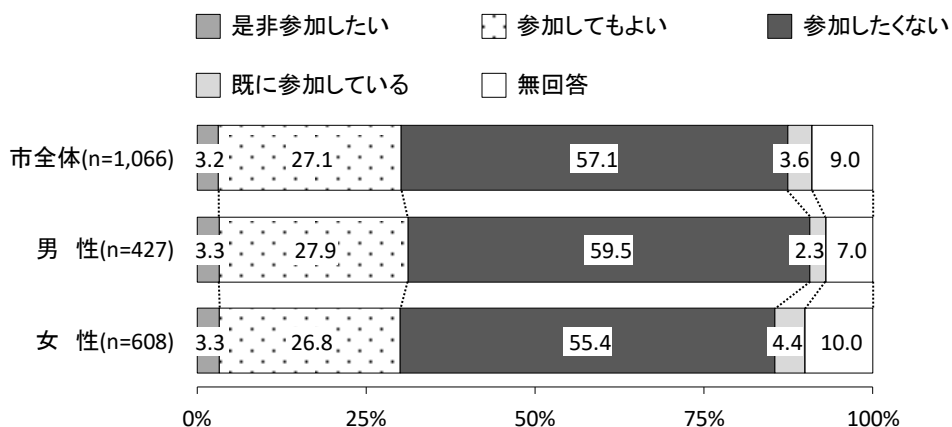


健康づくり活動や趣味等のグループ活動に企画・運営として参加してみたいか

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

健康づくり活動や趣味等のグループ活動に企画・運営として参加してみたいかについて、男性では「参加したくない」が59.5%と、女性より4.1ポイント高くなっている。前年と比較すると、全体では「参加している」、「参加意向がある」の合計が4.9ポイント上昇しており、男女ともに同じ傾向がある。

図表 6.3 健康づくり活動や趣味等のグループ活動に企画・運営としての参加意向（全体・性別）



問7 たすけあいについて

心配事や愚痴を聞いてくれる人，聞いてあげる人

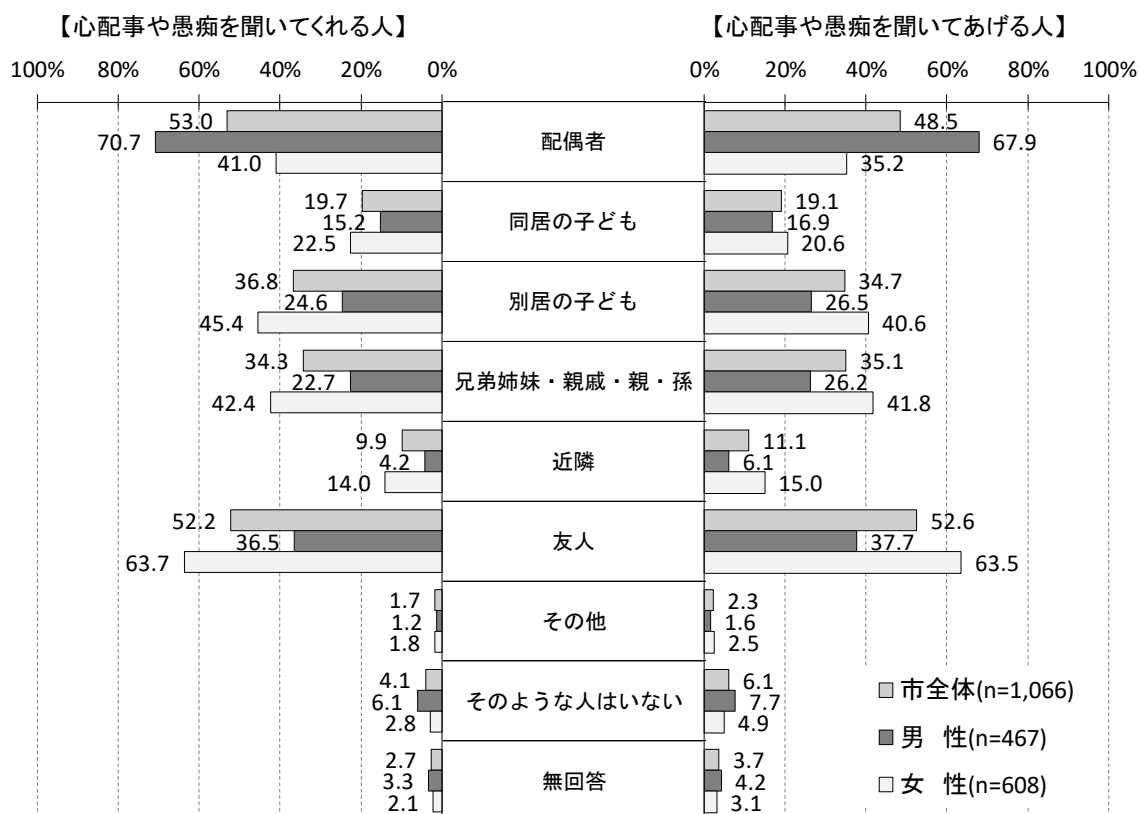
あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

- (1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（〇はいくつでも）
- (2) 反対に，あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（〇はいくつでも）

心配事や愚痴を聞いてくれる人について，男性では「配偶者」が70.7%，女性は「友人」が63.7%と，相談先に違いがある。

心配事や愚痴を聞いてあげる人については，全体では「友人」が最も高く，性別にみると，男性では「配偶者」が67.9%，女性では「友人」が63.5%で，「心配事や愚痴を聞いてくれる人」と同様，性別による傾向の違いがある。

図表 7.1, 図表 7.2 心配事や愚痴を聞いてくれる人，聞いてあげる人（性別）



看病や世話をしてくれる人，してあげる人

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに，看病や世話をしてくれる人

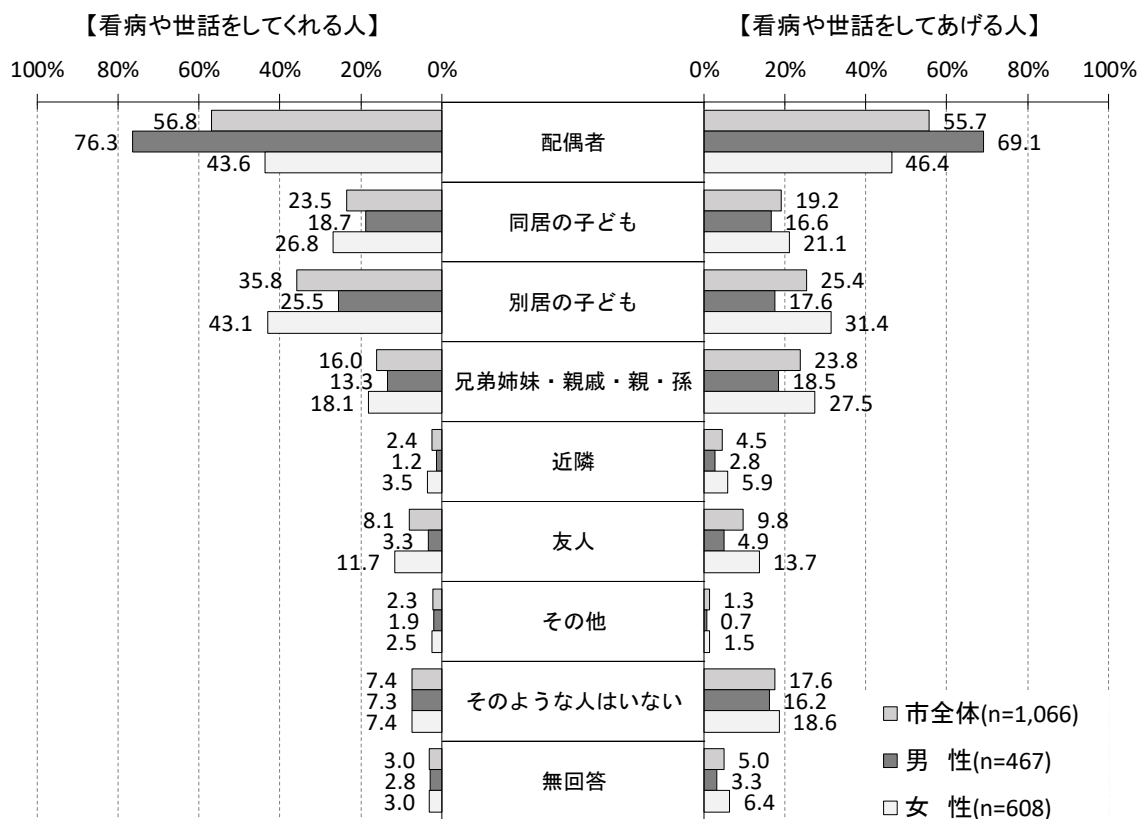
(○はいくつでも)

(4) 反対に，あなたが看病や世話をしてあげる人 (○はいくつでも)

看病や世話をしてくれる人については，全体では「配偶者」が最も高く，性別においても男女ともに「配偶者」が最も高いが，男性は女性より32.7ポイント高くなっている。

看病や世話をしてあげる人については，全体では「配偶者」が最も高く，性別にみると，「看病や世話をしてくれる人」と同様男女ともに「配偶者」が最も高く，男性は女性より22.7ポイント高くなっている。

図表 7.3, 図表 7.4 看病や世話をしてくれる人，してあげる人 (性別)



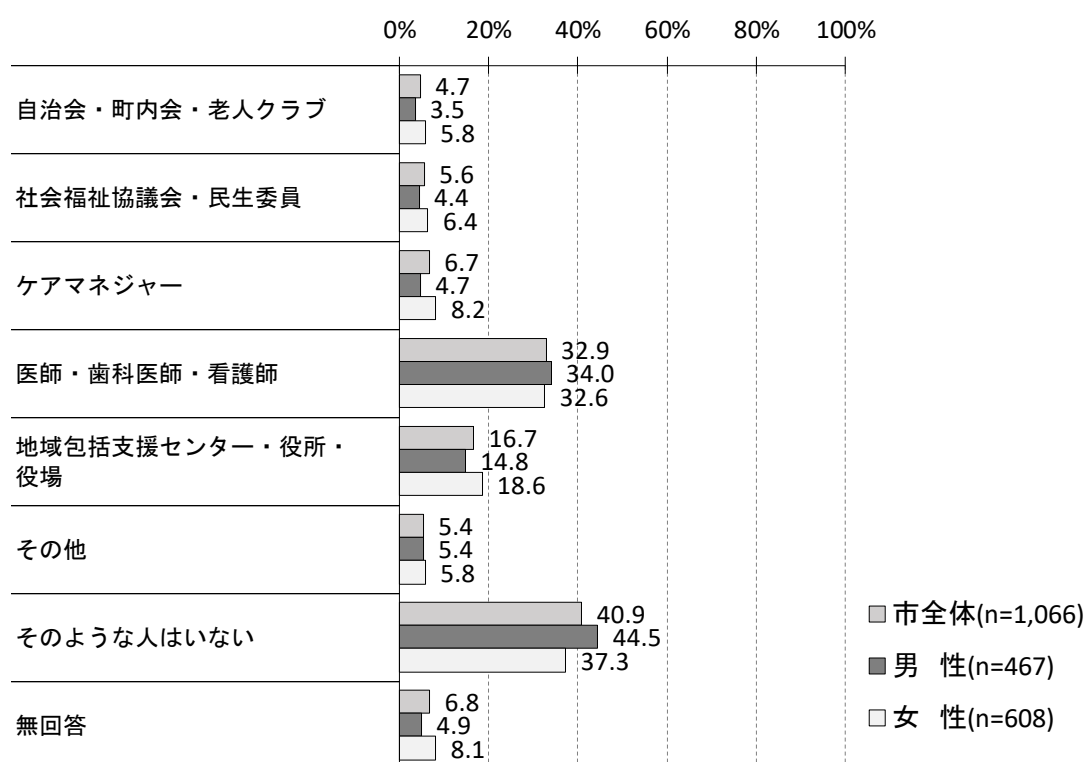
家族や友人・知人以外で相談する相手

(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください
(〇はいくつでも)

家族や友人・知人以外で相談する相手について、全体では「そのような人はいない」が最も高いが、前年と比較すると0.3ポイント減少している。

性別にみると、男性では「医師・歯科医師・看護師」が3.4ポイント上昇し、女性では前年からあまり変化は見られなかった。

図表 7.5 家族や友人・知人以外で相談する相手（全体・性別）



問8 健康について

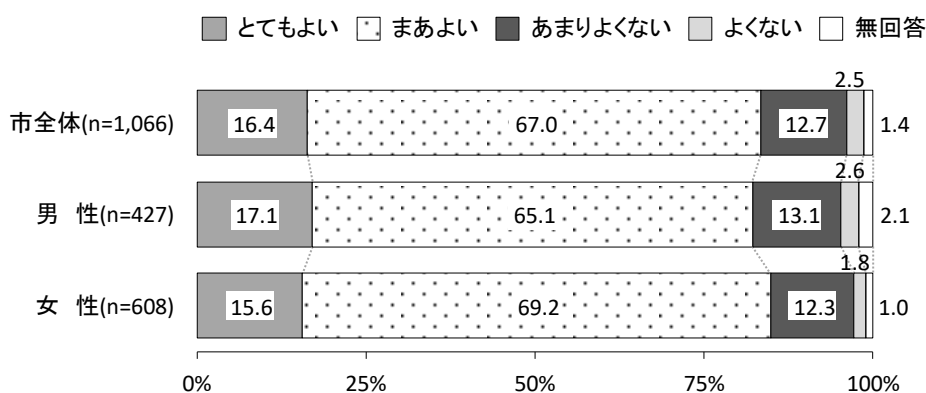
健康状態

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか (〇は1つ)

健康状態については、全体では「とてもよい」と、「まあよい」を合わせた『よい』が83.4%となっており、「よくない」と、「あまりよくない」を合わせた『よくない』が15.2%となっている。

性別では、あまり差はみられない。

図表 8.1 健康状態 (全体・性別)



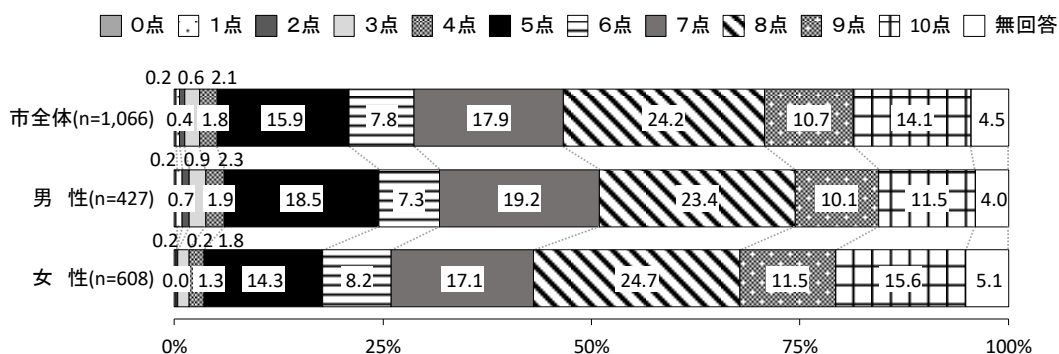
幸福度

(2) あなたは、現在どの程度幸せですか (〇は1つ) (「とても不幸」を0点, 「とても幸せ」を10点として、点数に〇をご記入ください)

幸福度は、全体では「8~10点」が49.0%、「4~7点」が43.7%、「0~3点」が3.0%となっている。

性別にみると、女性では「8~10点」が51.8%と、男性より6.8ポイント高くなっている。

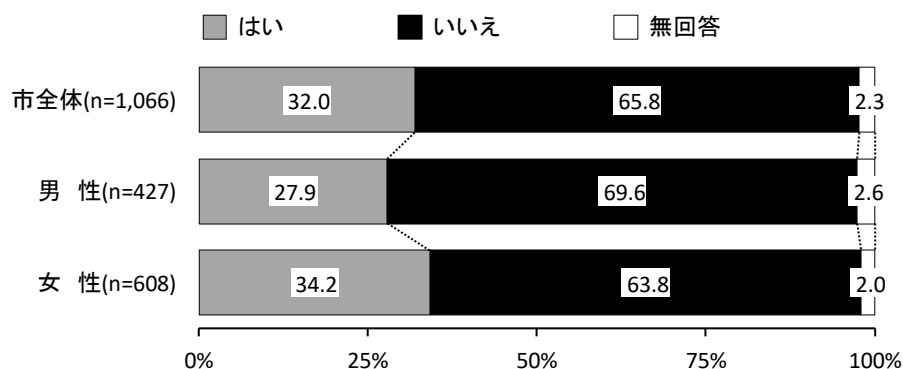
図表 8.2 幸福度 (全体・性別)



この1か月、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ったか

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

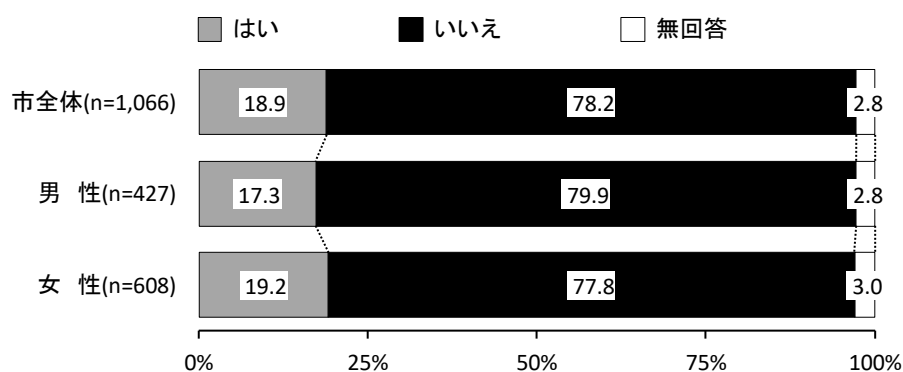
図表 8.3 この1か月、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがあったか (全体・性別)



この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめないことがあったか

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

図表 8.4 この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめないことがあったか (全体・性別)

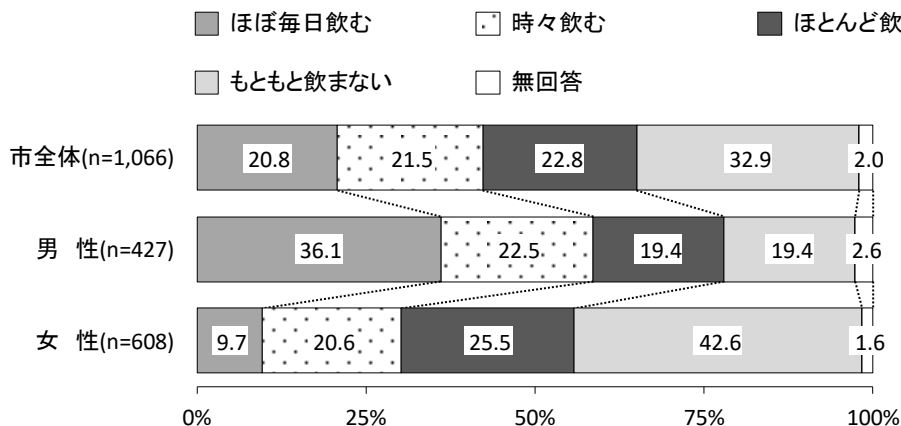


飲酒の状況

(5) お酒は飲みますか (〇は1つ)

飲酒の状況について、男性では「ほぼ毎日飲む」が女性より26.4ポイント高くなっている。

図表 8.5 飲酒の状況 (全体・性別)

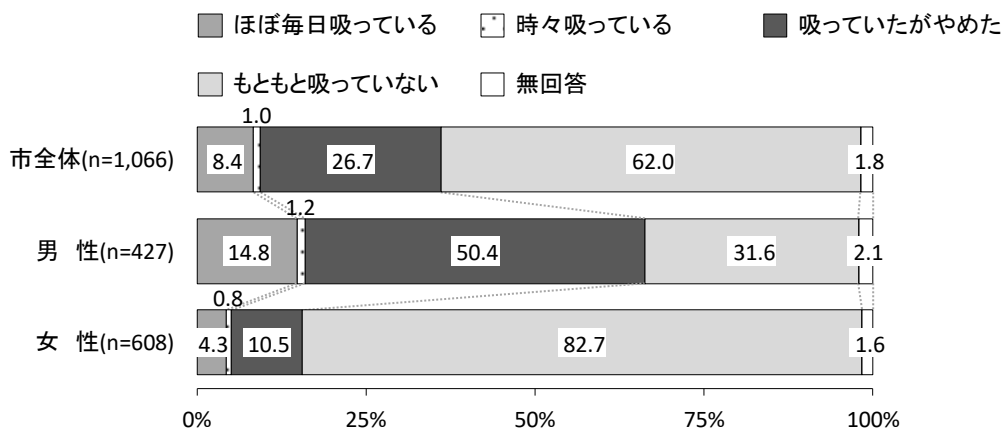


喫煙の状況

(6) タバコは吸っていますか (〇は1つ)

喫煙の状況については、全体では「ほぼ毎日吸っている」と、「時々吸っている」を合せて、喫煙率は9.4%となっている。
性別にみると、喫煙率は、男性が16.0%と女性より10.9ポイント高くなっているものの、前年と比較すると、男性の喫煙率は0.5ポイント下がっている。

図表 8.6 喫煙の状況 (全体・性別)

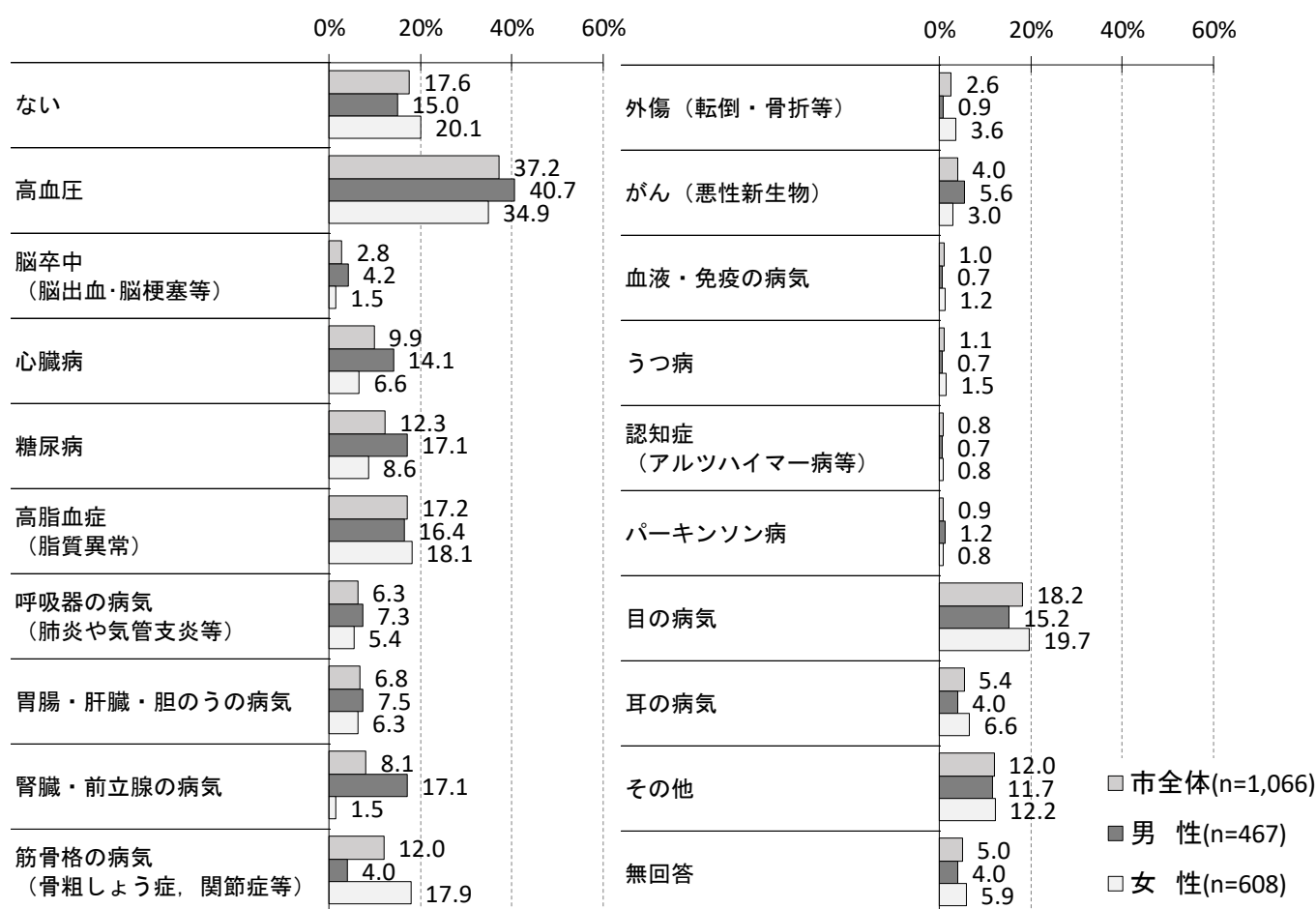


現在治療中、後遺症のある病気はあるか

(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (〇はいくつでも)

治療中、後遺症のある病気があるかについては、全体では「高血圧」が最も高く、性別にみても男女共通である。「ない」を除いた次いで高い項目は、男性では「腎臓・前立腺の病気」と「糖尿病」が、女性では、「目の病気」となっている。

図表 8.7 治療中、後遺症のある病気 (全体・性別)

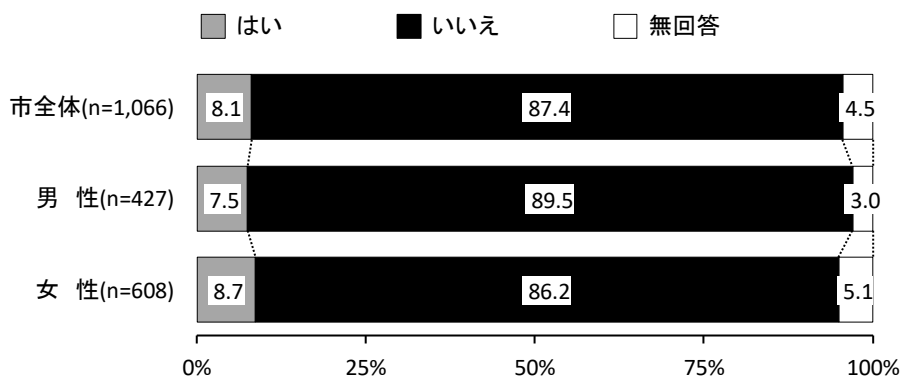


問9 認知症にかかる相談窓口の把握について

認知症の症状がある、または家族に症状がある人がいるか

(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか (○は1つ)

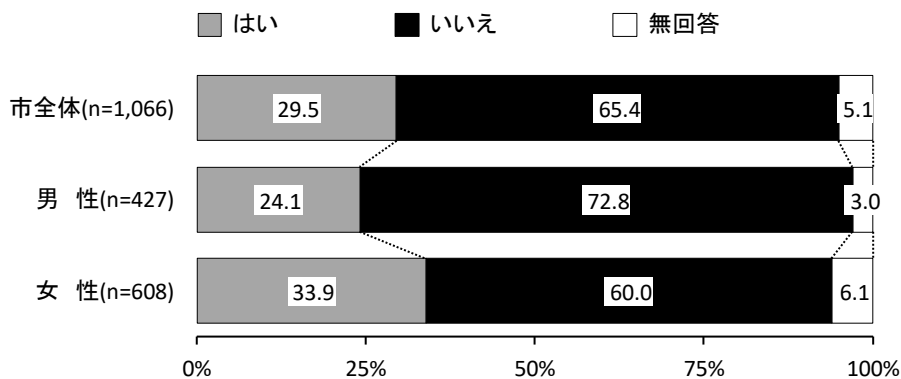
図表 9.1 認知症の症状がある、または家族に症状がある人がいるか (全体・性別)



認知症に関する相談窓口を知っているか

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか (○は1つ)

図表 9.2 認知症に関する相談窓口を知っているか (全体・性別)



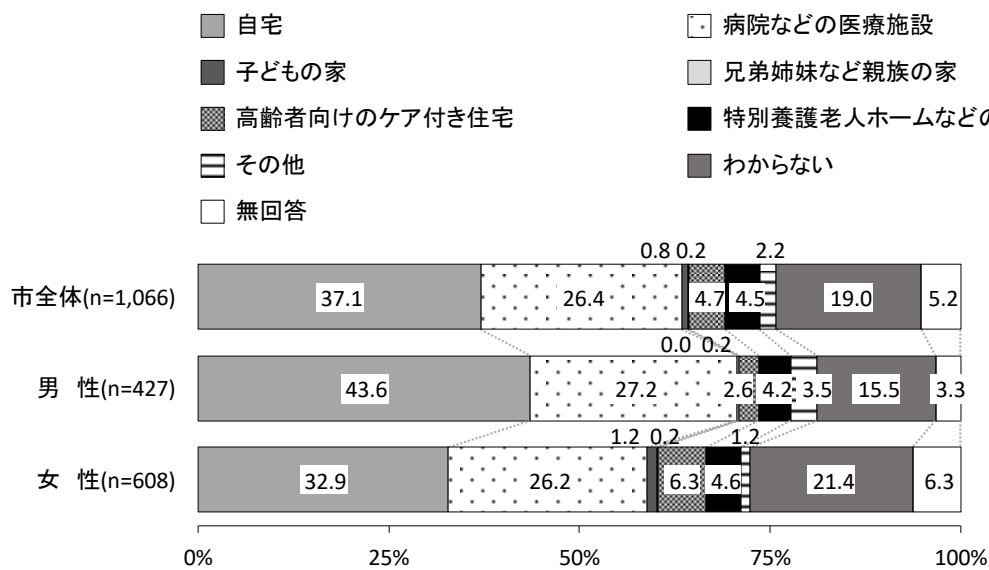
問10 その他、福祉施策について

どこで最期を迎えたいか

(1) 治る見込みがない病気になった場合、どこで最期を迎えたいですか（○は1つ）

どこで最期を迎えたいかについて、男性では「自宅」が女性より10.7ポイント高くなっており、女性では「高齢者向けのケア付き住宅」が男性より3.7ポイント高い。

図表 10.1 どこで最期を迎えたいか（全体・性別）

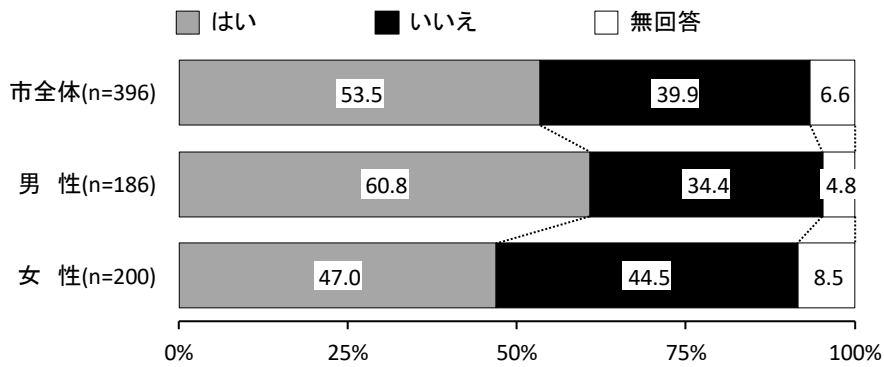


自宅で最期を迎えることができると思うか

【(1) において「1. 自宅」に○をつけた方にうかがいます。】

(1) -① あなたは自宅で最期を迎えることができますか (○は1つ)

図表 10.1.1 自宅で最期を迎えることができると思うか (全体・性別)



自宅で最期を迎えることができないと考える理由

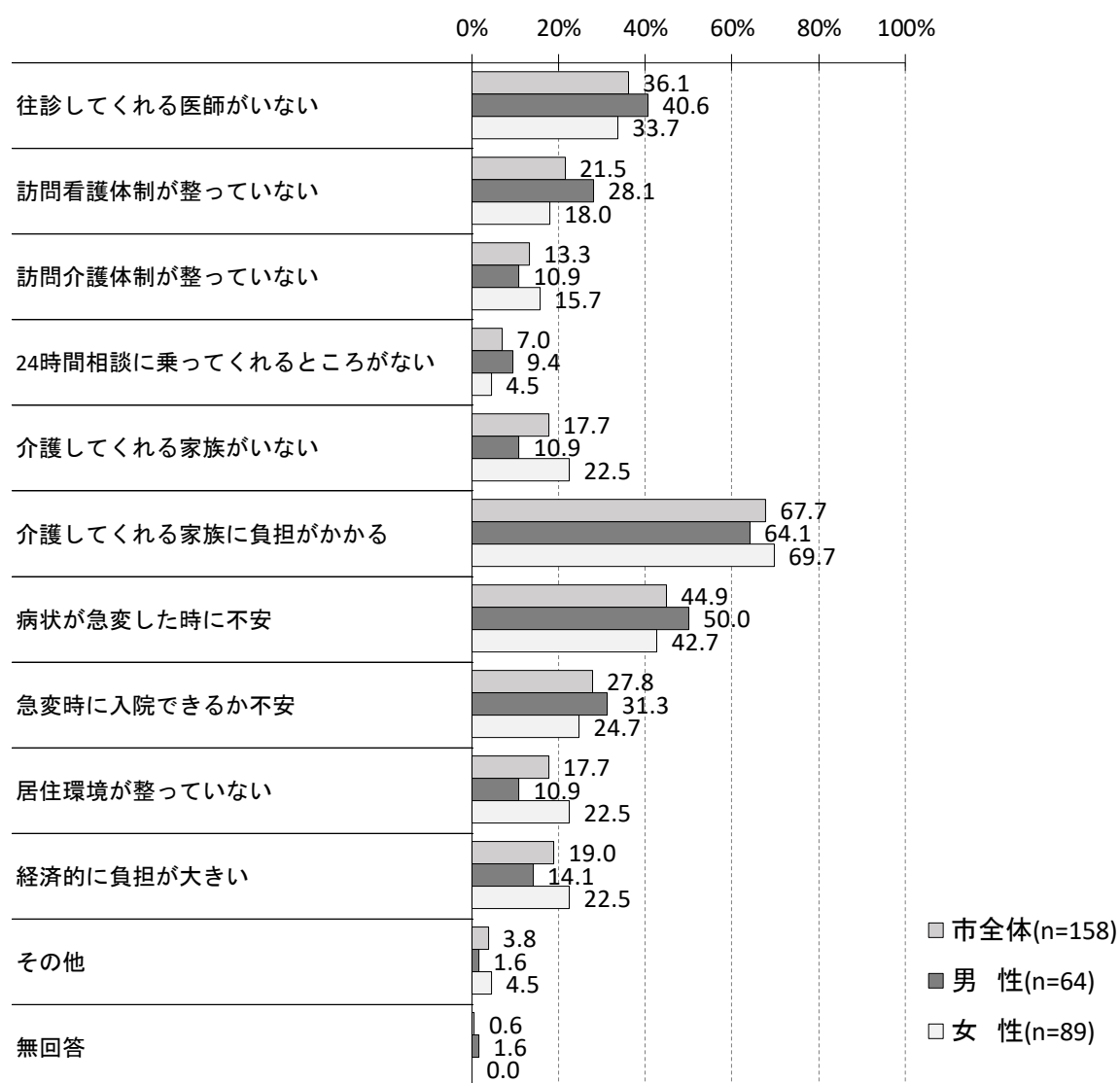
【(1) -① において「2. いいえ」に○をつけた方にうかがいます。】

(1) -② あなたが自宅で最期を迎えることができないと考える理由を教えてください
(○はいくつでも)

自宅で最期を迎えることができないと考える理由については、全体では「介護してくれる家族に負担がかかる」が最も高い。

性別にみると、女性では「介護してくれる家族がいない」「居住環境が整っていない」がともに男性より11.6ポイント高くなっている。

図表 10.1.2 自宅で最期を迎えることができないと考える理由（全体・性別）

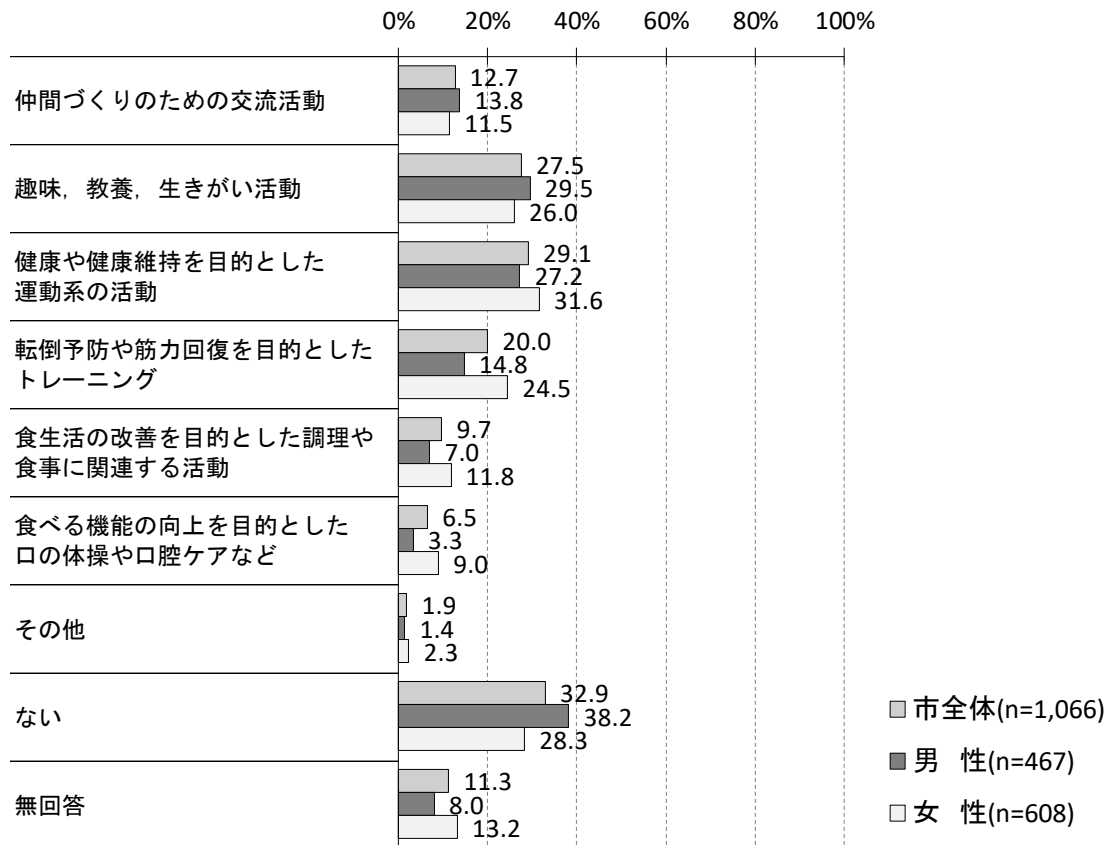


参加したい活動

(2) 以下の中に参加したいと思うものはありますか (〇はいくつでも)

参加したい活動について、全体では「健康や健康維持を目的とした運動系の活動」が最も高く、「食べる機能の向上を目的とした口の体操や口腔ケアなど」と同様、前年と比較して男女ともに上昇した項目である。

図表 10.2 参加したい活動 (全体・性別)



持っている資格, 仕事に活用している資格

(3) 以下に持っている資格はありますか, 資格を活用して仕事をしていますか (それぞれ〇は1つ)

持っている資格, 仕事に活用している資格について、全体では『持っている, 現在仕事をしていない』の合計が最も高いのは教員・養護・幼稚園教諭で、男女ともに高くなっている。

性別にみると、女性ではヘルパー2級・介護職員初任者研修で『持っている, 現在仕事をしていない』が4.5%と、男性より2.9ポイント高くなっている。

図表 10.3 持っている資格、仕事に活用している資格（全体・性別）

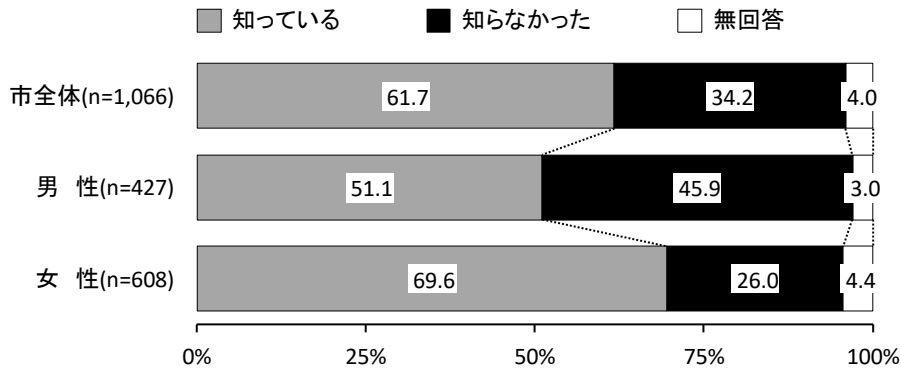
		(%)				
市全体(n=1,066) 男 性(n=427) 女 性(n=608)		持 つ て い る	持 つ て い て 過 去 に 仕 事 を し て い た	持 つ て い る が 仕 事 を し て い な い	持 つ て い な い	無 回 答
① ケアマネージャー	全体	0.2	0.3	0.1	75.7	23.7
	男性	0.2	0.0	0.0	82.4	17.3
	女性	0.2	0.5	0.2	71.5	27.6
② ヘルパー2級・介護職員初任者研修	全体	0.8	1.6	1.7	73.8	22.1
	男性	0.7	0.9	0.7	81.5	16.2
	女性	0.8	2.0	2.5	68.9	25.8
③ 介護福祉士	全体	0.4	0.3	0.0	75.2	24.1
	男性	0.5	0.0	0.0	82.2	17.3
	女性	0.3	0.5	0.0	70.9	28.3
④ 理・美容師	全体	0.4	1.1	0.2	74.3	24.0
	男性	0.5	0.0	0.0	81.7	17.8
	女性	0.3	2.0	0.3	69.6	27.8
⑤ 教員・養護・幼稚園教諭	全体	0.7	3.2	3.3	71.1	21.8
	男性	0.5	2.6	2.3	78.0	16.6
	女性	0.8	3.3	4.1	66.8	25.0
⑥ 保育士	全体	0.1	0.8	0.3	74.8	24.1
	男性	0.0	0.0	0.0	82.2	17.8
	女性	0.2	1.3	0.5	70.1	28.0
⑦ 保健師・看護師	全体	0.0	1.3	0.0	75.1	23.5
	男性	0.0	0.5	0.0	81.7	17.8
	女性	0.0	2.0	0.0	71.1	27.0
⑧ 栄養士・管理栄養士	全体	0.1	0.5	0.8	74.8	23.9
	男性	0.0	0.0	0.0	82.2	17.8
	女性	0.2	0.8	1.3	70.1	27.6
⑨ 調理師	全体	0.5	1.8	0.7	74.4	22.7
	男性	0.7	1.9	0.5	81.0	15.9
	女性	0.3	1.8	0.8	70.2	26.8

地域包括支援センターの認知度

(4) あなたは「地域包括支援センター」を知っていますか (〇は1つ)

地域包括支援センターの認知度について、全体では「知っている」が前年と比較して2.8ポイント上昇した。

図表 10.4 地域包括支援センターの認知度 (全体・性別)



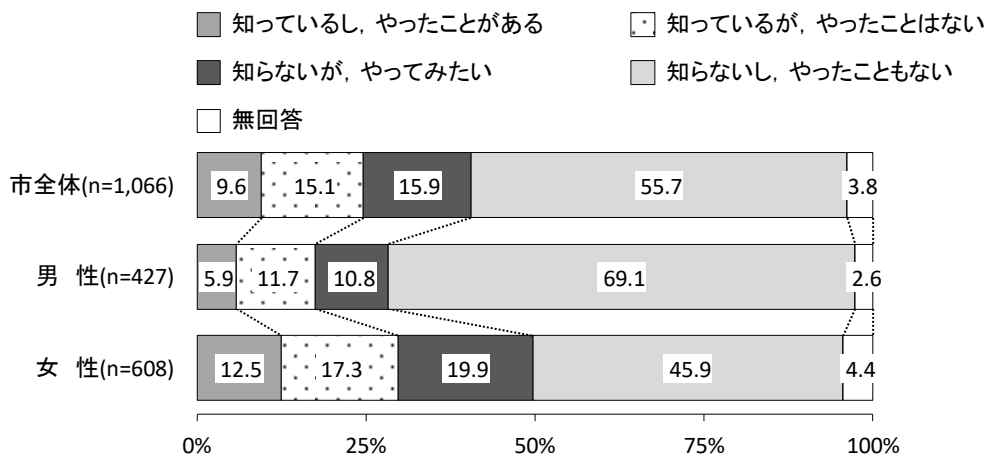
10の筋力トレーニングの認知度

(5) あなたは介護予防体操「10の筋力トレーニング」を知っていますか (〇は1つ)

10の筋力トレーニングの認知度については、全体では『知っている』の合計が24.7%、『知らない』の合計が71.6%となっている。

性別にみると、男性では『知らない』の合計が79.9%と、女性より14.1ポイント高くなっている。

図表 10.5 10の筋力トレーニングの認知度 (全体・性別)



高齢者福祉や介護保険制度への意見

(6) 調布市の高齢者福祉や介護保険制度などについて、ご意見がありましたらご自由にお書きください。

249件の回答があった。以下、主なものを記載する。

①情報提供：15件

- ・今年の夏にちょっと病気をしましてその時に用意しておく物（例えば紙オムツ・パンツの使用など）何か相談したい場合はどこへ行ったら良いのかなど少し勉強・準備の必要があると思っています。
- ・今後高齢者福祉や介護保険制度に対する情報、知識が必要となるので、前期高齢者に対して、こうした情報発信ツールの紹介を広めていただければと思います。
- ・筋力トレーニングの仕方方法などパンフレットを対象者に送ると良い。

②介護保険：33件

- ・近所の方が介護保険制度に申込みされたのを見ていて、色々時間のかかっているのを感じた。もう少し早く、利用出来る様になったらいいと思う。
- ・高齢化が進展する中で将来必要なときに適切な介護を受けることが、できるのかどうか気に懸かるところです。（財政面、人材面などから）
- ・介護保険を利用するにあたっての利用者側が知っておくべき事、たとえば負担しなければならない費用や、義務等を勉強する機会があれば（市の方で企画があったのかも知れないが）介護保険を利用する前に知りたかった。
- ・介護保険料が高い。

③福祉サービス：10件

- ・事態は刻々に変わって行くものです。相談を待つのではなく、巡回相談や見廻りのような生きた活動が必要だと思います。
- ・今まで福祉についてよくわかりませんでしたし、利用についても無関心でした。しかし、腰の病気をきっかけに介護保険制度を利用させていただいておどろきました。ありがたい制度があり支援センターの皆様は親切で、ベッド等も迅速に手配して下さり、安心して退院後家で過ごす事が出来ました。「こんなにいい制度があるんだ」と実感しました。でも一日一人で家に居ると不安やさみしい気持ちもありました。そんな時、気軽な話し相手もいてくれたら…と思いました。支援センターの敷居が高く感じられている人も多いと思います。気軽に話せる場所になればと思います。

④将来への不安等：6件

- ・1人暮らしの為、健康の問題もあるが、認知症になった時の不安の方が大きい。
- ・施設への入所が、比較的経済的弱者に優遇措置がとられているように思う。終わりの見えない最後に、どれだけ経費がかかるかも分からないのに、少々の預金も、焼け石に水で、最後、どのようになるのか、不安ばかりがふくらみます。しかも夫婦で長命の場合など、目も当てられない状況しか、想像出来なくて、不安です。

⑤地域包括支援センター：11件

- 地域包括支援センターが家から遠いです。もう少し近くにあるといいと思います。
- 非常に多くの“地域包括支援センター”で、各所で種々のイベントをされており、この仕事に従事している方々の御苦勞に比較して、参加すべき方々があまり積極的に参加されず、予防の意識に意欲的でないのが少々残念です。自治会等への参加も全く興味を示さず、権利意識のみの人々が多いのが大いに不満！
- 利用する地域包括支援センターは利用者の利用しやすい任意のセンターにしてほしい。

⑥地域活動、社会参加への支援：9件

- 一人暮らしの方が、引き込みにならない様に、元気で、活動出来る場所や楽しい会等の企画をよろしくをお願いします。
- 地域社会や活動に参加していないのは、自分の生活サイクルが不規則で定例事に参加出来ない事があります(県外に行ったり、月によってスケジュールが激変するケースもあり迷惑をかける事が多くなる(不参加など)為です。地域活動は大いに良い事だと理解しています。
- 80代や90代までの目標年齢まで健康に生きる為のフィジカル、メンタル両面の情報支援やサークルへの参加が出来ればよいと思っております。
- 高齢者だけの集まりはおもしろくない。若い人からのシゲキも情報も得たい。高齢になって動けなくなった時に、通って行ける病院、話しが出来る場があってほしい。

⑦入所・入居施設：5件

- 老人ホームに入居せざるを得なくなった時、何百人待ちで入居出来ない様な今の状況を早く改善して、特養に介護が低くても、入居出来る様にしてもらいたいです。
- 住人が自立の一人暮らしで、もしもの時に介護棟のある明るい老人住宅が市の施設としてあると良い(周りが病人や認知の人が多いと本人の気分状態がマイナスへ引っぱられると聞く)

⑧感謝：19件

- 調布市の福祉には、何の不満もありません。入院中のおむつ代も他の市の方からうらやましがられています。タクシー券も病院の転院に使わせていただき、助かりました。いろいろありがとうございます。
- 包括支援センターのスタッフの方等デューサービスの方々も皆さん親切に優しく接して下さり有難いです感謝しています。
- 16年前に義母を8年介護して、自宅で見取りました。ちょうど介護保険制度が始まったところで、毎日ヘルパーさんに来ていただき、ありがたく感謝しています。その時の得がたい経験をもとに、同じようにこの家で最期を迎えたい、どうぞよろしく願いいたします。

⑨交通インフラや施設の充実：10件

- 買物とかお医者さんの通院に普通のタクシーを使っています。(5万円弱かかるのです)タクシー券がほしいです。
- 調布駅前を老人達が憩えるスペースを作って欲しい。緑とベンチをふんだんに欲しい。健康寿命を自然な形で伸ばせると思う。
- 間もなく妻が運転をやめるので足がない。電動カートを借りることを考えています。

⑩介護予防, 健康づくり : 17 件

- 介護予防が大事です。市独自のシステムを大学と協同で考案実施して下さい。市内には多くの大学がありその筋の専門科はありませんか？
- 1日でも長く自分の事は自分でできるよう努める事, その手助けとして, 市の補助をトレーニングジムなどに向けて頂けたら幸いです。
- 「10の筋トレーニング」を近くでやっていたら行きたいと思います。

⑪仕事 : 6 件

- どんなに年をとっても, それなりの仕事があり, かかわりができたら幸せ。死ぬ切々まで働けたら良い。たとえ, 安い日当でも少しでも楽しみにつながり, やりがいいにつながる。
- 「小規模多機能」というサービスはとてもよいものだと思います。欲を言うならそこに何か指先を使ってできるような「仕事」(内職)をする機会を設けてもらえたらと思いました。誰かのために何かをしたいと思っている母のような人はいっぱいいると思うから。

⑫医療 : 6 件

- 最期を自宅で迎えたいが最大のネックは往診してくれる医者はいない事です。1日の内の一定時間を往診することを義務づける事が出来ないものですかね。昔は内科の往診は普通にありましたけど…。

⑬アンケート : 10 件

- こういうアンケートは, 老人にとっては負担になりますがどういう形で活かされるのでしょうか?他にも市より, たくさん書類が送付されますが高齢者が全て理解しているとは思えません。
- 調査したことを個々に役立ててほしい。

⑭その他 : 42 件

- 今後, いろいろな悩みや苦勞があると思います。市民にやさしい行政を, よろしく願いいたします!
- 心と身体のバランスがとりづらくなり苦勞しています。家族等の終活のみならず自分自身で解決すべき終活に目下時間を必要としています。
- お陰様で今は健康に明るく生活していますが, 私共の住むところは自治会もなく情報は市報のみです。市報もしっかり読まない時もありますので時々不安に感じます。いざとなったら福祉課のお世話になるかと思います。よろしく願い致します。

資料編

資料編

調布市 介護予防・日常生活 圏域ニーズ調査

【調査についてのお願ひ】

市民の皆さまには日頃から市政発展のため、ご理解とご協力をいただき、厚くお礼申しあげます。

この調査は、高齢になっても誰もが安心して住み続けられる地域と、誰もが生きがいを持って暮らせる社会の実現を目指す、「第8期調布市高齢者総合計画」の策定に向けて、皆様のご意見やご要望を幅広くお聴きするための実施するものです。

ご回答いただきました内容は、すべて統計的に処理し、調査目的以外に使用することはありません。お忙しいところ誠に恐縮に存じますが、調査の進捗をご理解いただき、ご協力をお願い申しあげます。

令和元年12月
調布市長 長反 義樹

記入日	令和	年	月	日
調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。				
1. あて名のご本人が記入	2. ご家族が記入 (あて名のご本人からみられた続柄)			
3. その他				

【返送期限】 令和元年12月27日(金)

同封の返信用封筒(切手不要)に入れてご返送ください。

個人情報取扱ひについて

個人情報取扱ひおよび活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。
なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたこととさせていただきます。

【個人情報取扱ひおよび活用目的について】

- この調査は、効率的な介護予防施策を始めとする高齢者施策等の立案と効果測定のために行うものです。本調査で得られた情報につきましては、「第8期調布市高齢者総合計画」策定の目的以外には利用いたしません。また当該情報については、調布市で適切に管理いたします。
- ただし、本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理する市町村外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析することがあります。なお、氏名等の個人の特長につながる情報を登録、公表することはありません。

ご記入にあたってのお願ひ

- 調査票のあて名に本人について、ご記入をお願いいたします。
- 調査票の封筒中の「あて名」とは、調査票のあて名の方を指します。なお、ご本人が回答困難な場合、入院中などの場合は、ご家族や周りの方がお手伝いいただくか、あて名のご本人のご意見を聞いてうえで代わりにご記入ください。
- 郵便封筒又はポータルペンで記入してください。
- お答えいただく際は、あてはまる項目の番号を○印で囲んでください。
- の場合は回答内容等を記入してください。
- 「その他」に○印をつけられた方は、() がある場合には、その中に具体的な答えを記入してください。

<この調査に関するお問い合わせ先>

調布市 福祉健康部 高齢者支援室 計画係
電話：042-481-7149

※令和元年10月1日現在の状況をもとに回答してください。

問1 あなたについて

(1) 年齢

--	--	--	--	--

歳

(2) 性別 (○は1つ)

1. 男性	2. 女性
-------	-------

(3) お住まいの地域はどこですか。【町名】、【丁目】をご記入ください。

町名 (例：小島町) 丁目

(4) あなたの現在の要介護度をお答えください (○は1つ)

1. 要介護認定を受けていない	2. 要支援1
3. 要支援2	4. その他()

問2 あなたのご家族や生活状況について

(1) 家族構成をお答えください (○は1つ)

1. 1人暮らし	2. 夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)
3. 夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下)	4. 息子・娘との2世帯
5. その他()	

【(1)で「2~5」に○をつけた方にうかがいます】

(1) 一〇日中、1人になることがありますか (○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. たまにある	3. ない
---------	----------	-------

(2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか (○は1つ)

1. 介護・介助は必要ない
2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない
3. 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)

(3) 現在の暮らしの状況を精神的にみてどう感じていますか (○は1つ)

1. 大変苦しい	2. やや苦しい	3. ふうふう
4. ややゆとりがある	5. 大変ゆとりがある	

(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか (○は1つ)

1. 持家 (一戸建て)	2. 持家 (集合住宅)
3. 公営賃貸住宅	4. 民間賃貸住宅 (一戸建て)
5. 民間賃貸住宅 (集合住宅)	6. 借家
7. その他	

問3 からだを動かすことについて

(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (○は1つ)

1. できるし、している	2. できるだけしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか (○は1つ)

1. できるし、している	2. できるだけしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(3) 15分位続けて歩いていますか (○は1つ)

1. できるし、している	2. できるだけしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか (Oは1つ)

1. 何度もある	2. 1度ある	3. ない
----------	---------	-------

(5) 転倒に対する不安は大きいですか (Oは1つ)

1. とても不安である	2. やや不安である
3. あまり不安でない	4. 不安でない

(6) 週に1回以上は外出していますか (Oは1つ)

1. ほとんど外出しない	2. 週1回
3. 週2~4回	4. 週5回以上

(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか (Oは1つ)

1. とても減っている	2. 減っている
3. あまり減っていない	4. 減っていない

(8) 外出を控えていますか (Oは1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【(8)で「1, はい」(外出を控えている)にOをつけた方にうかがいます。】

(8)→① 外出を控えている理由は、次のどれですか (Oはいくつでも)

1. 病気	2. 障害 (脳卒中の後遺症など)
3. 足腰などの痛み	4. トイレの心配 (失禁など)
5. 耳の障害 (聞こえの問題など)	6. 目の障害
7. 外での楽しみがない	8. 経済的に出られない
9. 交通手段がない	10. その他 ()

(9) 外出する際の移動手段は何ですか (Oはいくつでも)

1. 徒歩	2. 自転車
3. バイク	4. 自動車 (自分で運転)
5. 自動車 (人に乗せてもらう)	6. 電車
7. 路線バス	8. 病院や施設のバス
9. 車いす	10. 電動車いす (カート)
11. 歩行器・シルバーカー	12. タクシー
13. その他 ()	

問4 食べることについて

(1) 身長・体重 (数字を記入)

身長	cm	体重	kg
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか (Oは1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(3) お茶や汁物等でもせることがありますか (Oは1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(4) 口の渇きが気になりますか (Oは1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(5) 歯磨き (人にやってもらう場合も含む) を毎日していますか (Oは1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお答えください(成人の歯の総本数は、新知らずを含めて32本です) (○は1つ)

1. 自分の歯は20本以上、 かつ入れ歯を利用	2. 自分の歯は20本以上、 入れ歯の利用なし
3. 自分の歯は19本以下、 かつ入れ歯を利用	4. 自分の歯は19本以下、 入れ歯の利用なし

(6) -① 噛み合わせは良いですか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【(6) で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」に○をつけた方にうかがいます。】

(6) -② 毎日入れ歯の手入れをしていますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(8) どなたかと食事をもにされる機会はありますか (○は1つ)

1. 毎日ある	2. 週に何度がある	3. 月に何度がある
4. 年に何度がある	5. ほとんどない	

問5 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(2) 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(3) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(4) 市が発信する情報をどのように入手していますか (○はいくつでも)

1. パソコン (インターネット)	2. スマートフォン (インターネット)
3. SNS	4. 市報ちょうほう
5. ちょうほうFM	6. TV 広報ちょうほう
7. チラシ	8. 友人・知人
9. その他 ()	

(5) 今日が何月何日かわからない時がありますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(6) 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) (○は1つ)

1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
--------------	---------------	---------

(7) 日頃外出する際、どこまで出かけることが多いですか (それぞれ○は1つ)

	住 ま (以 内 歩 の 程 度 15 分 程 度)	市 内	東 京 都 市 部 外 内 除 く	東 京 都 部 外
① 買い物	1	2	3	4
② 趣味・習い事	1	2	3	4
③ かかりつけ医等の病院	1	2	3	4

(7) ①～③ 外出する際、何を使って移動しますか (それぞれ○は1つ)

	徒歩	自転車	自家用車	(公電・ バス・ 有線車)	その他 (タクシーなど)
① 買い物	1	2	3	4	5
② 趣味・習い事	1	2	3	4	5
③ かかりつけ医等の病院	1	2	3	4	5

(8) 自分で食品・日用品の買物をしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるだけしていない 3. できない

(9) 自分で食事の用意をしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるだけしていない 3. できない

(10) 自分で請求書の支払いをしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるだけしていない 3. できない

(11) 自分で預貯金の出し入れをしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるだけしていない 3. できない

(12) 友人の家を訪ねていますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

(13) 家族や友人の相談にのっていますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

(14) 趣味はありますか (○は1つ)

1. 趣味あり → (具体的に) >
2. 思いつかない

(15) 生きがいがありますか (○は1つ)

1. 生きがいあり → (具体的に) >
2. 思いつかない

【(15) で「生きがいあり」に○をつけた方にかがいます。】

(15) ① その生きがいをどのように昇つげましたか、ご自由にご記入ください。

>

問6 地域での活動について

(1) 以下のような会・グループ等にとのくらの頻度で参加していますか

※①～⑧それぞれに回答してください (それぞれ○は1つ)

	週 4 回 以上	週 2 ～ 3 回	週 1 回	月 1 ～ 3 回	年 に 数 回	参 加 し て い な い
① ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ 趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④ 学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑤ 10の筋カトトレーニングなどの 介護予防のための通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦ 町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

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

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 是非参加したい | 2. 参加してもよい |
| 3. 参加したくない | 4. 既に参加している |

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

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 是非参加したい | 2. 参加してもよい |
| 3. 参加したくない | 4. 既に参加している |

問7 たすけあいについて

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします。

(1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人 (○はいくつでも)

- | | | |
|----------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他 () | 8. そのような人はいない | |

(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげてくれる人 (○はいくつでも)

- | | | |
|----------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他 () | 8. そのような人はいない | |

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

- | | | |
|----------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他 () | 8. そのような人はいない | |

(4) 反対に、看病や世話をしてくれる人 (○はいくつでも)

- | | | |
|----------------|---------------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他 () | 8. そのような人はいない | |

(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください (○はいくつでも)

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. 自治会・町内会・老人クラブ | 2. 社会福祉協議会・民生委員 |
| 3. ケアマネジャー | 4. 医師・歯科医師・看護師 |
| 5. 地域包括支援センター・役所・役場 | 6. その他 () |
| 7. そのような人はいない | |

問8 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか (○は1つ)

- | | |
|------------|---------|
| 1. とてもよい | 2. まあよい |
| 3. あまりよくない | 4. よくない |

(2) あなたは、現在のどの程度幸せですか

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、点数に○をご記入ください)



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

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問9 認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか (○は1つ)

- 1. はい
- 2. いいえ

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか (○は1つ)

- 1. はい
- 2. いいえ

問10 その他、福祉施策について

(1) 治る見込みがない病気になった場合、どこで最期を迎えたいですか (○は1つ)

- 1. 自宅
- 2. 病院などの医療施設
- 3. 子どもの家
- 4. 兄弟姉妹など親族の家
- 5. 高齢者向けのケア付き住宅
- 6. 特別養護老人ホームなどの福祉施設
- 7. その他()
- 8. わからない

【(1) において「1. 自宅」に○をつけた方にうかがいます。】

(1) -① あなたは自宅で最期を迎えることができると思っていますか (○は1つ)

- 1. はい
- 2. いいえ

【(1) -① において「2. いいえ」に○をつけた方にうかがいます。】

(1) -② あなたが自宅で最期を迎えることができないと考える理由を教えてください (○はいくつでも)

- 1. 住診してくれる医師がいない
- 2. 訪問看護体制が整っていない
- 3. 訪問介護体制が整っていない
- 4. 24時間相談に乗ってくれるところがない
- 5. 介護してくれる家族がいない
- 6. 介護してくれる家族に負担がかかる
- 7. 病状が急変した時に不安
- 8. 急変時に入院できるが不安
- 9. 居住環境が整っていない
- 10. 経済的に負担が大きい
- 11. その他()

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

- 1. はい
- 2. いいえ

(5) お酒は飲みますか (○は1つ)

- 1. ほぼ毎日飲む
- 2. 時々飲む
- 3. ほとんど飲まない
- 4. ともちと飲まない

(6) タバコは吸っていますか (○は1つ)

- 1. ほぼ毎日吸っている
- 2. 時々吸っている
- 3. 吸っていたがやめた
- 4. ともちと吸っていない

(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (○はいくつでも)

- 1. ない
- 2. 高血圧
- 3. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
- 4. 心臓病
- 5. 糖尿病
- 6. 高脂血症 (脂質異常)
- 7. 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)
- 8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気
- 9. 腎臓・前立腺の病気
- 10. 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等)
- 11. 外傷 (転倒・骨折等)
- 12. がん (悪性新生物)
- 13. 血液・免疫の病気
- 14. うつ病
- 15. 認知症 (アルツハイマー病等)
- 16. パーキンソン病
- 17. 目の病気
- 18. 耳の病気
- 19. その他()

登録番号
(刊行物番号)

2019-244

令和元年度 調布市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

報告書

発行 令和2年3月

発行者 調布市 福祉健康部 高齢者支援室

〒182-8511 調布市小島町2丁目35番1

電話 042-481-7149 (直通)