

志摩市

# 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査等報告書

令和8年3月

志 摩 市

## 目 次

|     |                             |    |
|-----|-----------------------------|----|
| I   | 調査の概要                       | 1  |
| 1   | 調査の目的                       | 1  |
| 2   | 調査対象                        | 1  |
| 3   | 調査期間                        | 1  |
| 4   | 調査方法                        | 1  |
| 5   | 回収状況                        | 1  |
| 6   | 調査結果の表示方法                   | 1  |
| 7   | 「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」結果の分析について | 2  |
| II  | 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査            | 4  |
| 問1  | あなたのご家族や生活状況について            | 4  |
| 問2  | からだを動かすことについて               | 8  |
| 問3  | 食べることについて                   | 16 |
| 問4  | 毎日の生活について                   | 23 |
| 問5  | 地域での活動について                  | 35 |
| 問6  | 就労について                      | 44 |
| 問7  | たすけあいについて                   | 46 |
| 問8  | 健康について                      | 50 |
| 問9  | 認知症にかかる相談窓口の把握について          | 56 |
| 問10 | 介護サービスについて                  | 59 |
| III | 在宅介護実態調査                    | 62 |
| (1) | A票「調査対象者様ご本人について」           | 62 |
| (2) | B票「主な介護者の方について」             | 72 |
| (3) | C票「調査対象者様ご本人、主な介護者の方」       | 78 |

# I 調査の概要

## 1 調査の目的

令和8年度に策定を予定している「志摩市第10期介護保険事業計画及び高齢者福祉計画」を策定するうえでの基礎資料として、高齢者福祉の調査を実施します。

## 2 調査対象

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査：市内在住で65歳以上の認定を受けていない高齢者及び要支援者1・2を無作為抽出

在宅介護実態調査：在宅で生活している要支援・要介護認定者

## 3 調査期間

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査：令和7年12月15日～12月26日

在宅介護実態調査：令和7年6月16日～12月26日

## 4 調査方法

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査：郵送配付・郵送回収及びインターネット回答

在宅介護実態調査：郵送配付・郵送回収

## 5 回収状況

| 項目               | 配布数     | 有効回答数   | 有効回答率 |
|------------------|---------|---------|-------|
| 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 | 3,500 通 | 2,032 通 | 58.1% |
| 在宅介護実態調査         | 700 通   | 437 通   | 62.4% |

## 6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（％）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・調査結果を図表にて表示しており、グラフ以外の表は、最も高い割合のものについて網かけをしています。（無回答を除く）
- ・回答者数が1桁の場合、回答件数による表記としています。
- ・集計対象者数（n値）が少ない（10件未満）クロス集計について、分析対象外としています。

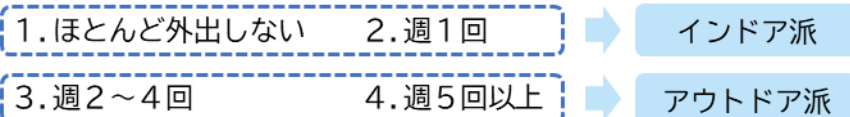
## 7 「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」結果の分析について

本報告書は、要介護状態になる前の高齢者のリスクや社会参加状況を把握することに主眼を置き、「介護予防・フレイル対策、認知症予防」へとつなげていくための、基礎調査として位置づけられています。

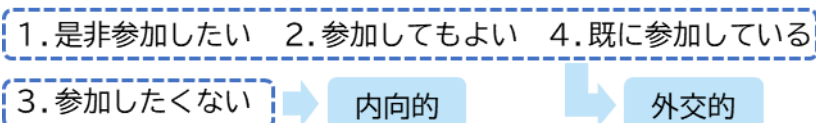
フレイルとは加齢とともに体や心の働き、社会的なつながりなどが弱くなった状態のことを指し、予防に取り組むことでその進行を緩め健康な状態に戻すことも可能であることから、高齢者をタイプ別に分類し、虚弱高齢者を把握する項目とのクロス集計・分析を行います。

なお、高齢者の「タイプ別分類」は、下記に示すように問「週に1回以上は外出していますか」及び問「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と思いますか」の設問より判定しています。

問 週に1回以上は外出していますか。



問 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。



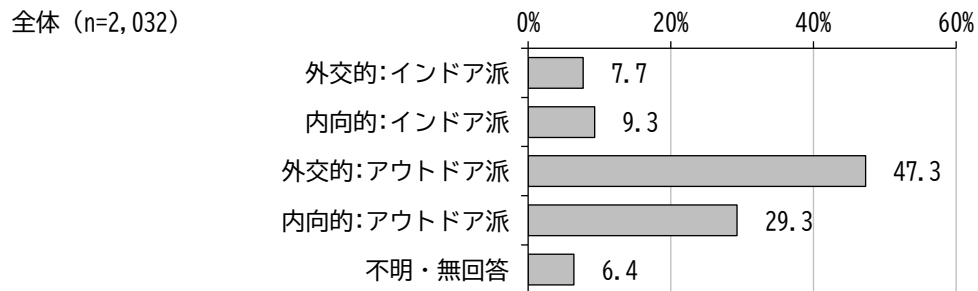
| タイプ別分類        | 特性                              | 想定される事業の方向性                                               |
|---------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| インドア派<br>外交的  | 現在は、自宅の中で楽しむ志向が強いが、潜在的な外交的志向がある | ・介護予防事業、サロンへの参加促進<br>・ボランティア等への参加促進 など                    |
| インドア派<br>内向的  | 現在、今後も、自宅の中で楽しむ志向が強い            | ・介護予防など健康情報の提供<br>・生涯学習情報の提供<br>・在宅生活を支援するための情報提供 など      |
| アウトドア派<br>外交的 | 自宅の外で楽しむ志向が強く、外交的志向もある          | ・介護予防事業、サロンへの参加促進<br>・各種事業の運営者との育成支援<br>・ボランティア等への参加促進 など |
| アウトドア派<br>内向的 | 自宅の外で楽しむ志向が強いが、外交的志向はあまりない      | ・介護予防など健康情報の提供<br>・生涯学習情報の提供<br>・在宅生活を支援するための情報提供 など      |

## 高齢者の外出タイプ別分類

「外交的:アウトドア派」が47.3%と最も高く、次いで「内向的:アウトドア派」が29.3%、「内向的:インドア派」が9.3%となっています。

性年齢別にみると、85～89歳：男では「内向的:アウトドア派」、90～94歳：女では「内向的:インドア派」、その他の区分では「外交的:アウトドア派」が最も高くなっています。

地区別にみると、いずれの地区も「外交的:アウトドア派」が最も高くなっています。



| 単位: %            |                  | 外交的:<br>インドア派 | 内向的:<br>インドア派 | 外交的:<br>アウトドア派 | 内向的:<br>アウトドア派 | 不明・無回答 |
|------------------|------------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------|
| 全体 (n=2,032)     |                  | 7.7           | 9.3           | 47.3           | 29.3           | 6.4    |
| 性<br>年<br>齢<br>別 | 65～69歳:男 (n=187) | 1.6           | 5.3           | 52.4           | 37.4           | 3.2    |
|                  | 70～74歳:男 (n=226) | 6.6           | 8.4           | 43.4           | 37.6           | 4.0    |
|                  | 75～79歳:男 (n=274) | 4.4           | 9.5           | 48.5           | 33.9           | 3.6    |
|                  | 80～84歳:男 (n=152) | 12.5          | 13.8          | 42.1           | 23.7           | 7.9    |
|                  | 85～89歳:男 (n=72)  | 13.9          | 9.7           | 30.6           | 36.1           | 9.7    |
|                  | 90～94歳:男 (n=17)  | 0.0           | 29.4          | 35.3           | 23.5           | 11.8   |
|                  | 95～99歳:男 (n=1)   | 0.0           | 100.0         | 0.0            | 0.0            | 0.0    |
|                  | 65～69歳:女 (n=216) | 6.9           | 3.2           | 60.2           | 27.3           | 2.3    |
|                  | 70～74歳:女 (n=279) | 7.2           | 6.5           | 55.9           | 27.6           | 2.9    |
|                  | 75～79歳:女 (n=302) | 9.6           | 7.3           | 46.7           | 27.2           | 9.3    |
|                  | 80～84歳:女 (n=200) | 11.0          | 13.5          | 42.0           | 22.5           | 11.0   |
|                  | 85～89歳:女 (n=76)  | 10.5          | 15.8          | 31.6           | 18.4           | 23.7   |
|                  | 90～94歳:女 (n=24)  | 16.7          | 41.7          | 16.7           | 12.5           | 12.5   |
|                  | 95～99歳:女 (n=5)   | 0.0           | 80.0          | 0.0            | 20.0           | 0.0    |
| 地<br>区<br>別      | 浜島 (n=184)       | 8.7           | 10.3          | 47.8           | 25.5           | 7.6    |
|                  | 大王 (n=293)       | 6.5           | 8.5           | 41.6           | 35.5           | 7.8    |
|                  | 志摩 (n=483)       | 5.0           | 8.9           | 48.0           | 31.3           | 6.8    |
|                  | 阿児 (n=749)       | 8.8           | 9.5           | 47.0           | 29.2           | 5.5    |
|                  | 磯部 (n=322)       | 9.9           | 9.6           | 51.6           | 23.0           | 5.9    |

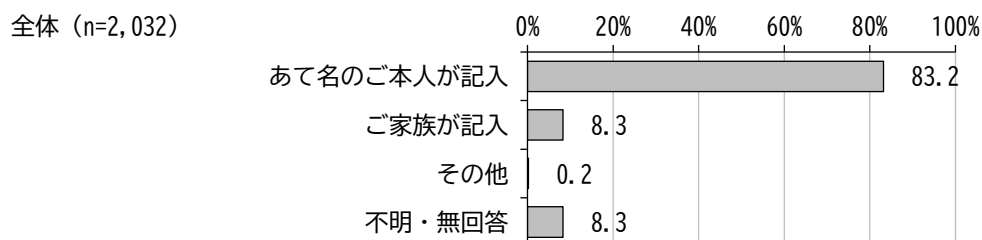
※100歳以上は男女ともに (n=0) のため省略

## Ⅱ 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

### 問1 あなたのご家族や生活状況について

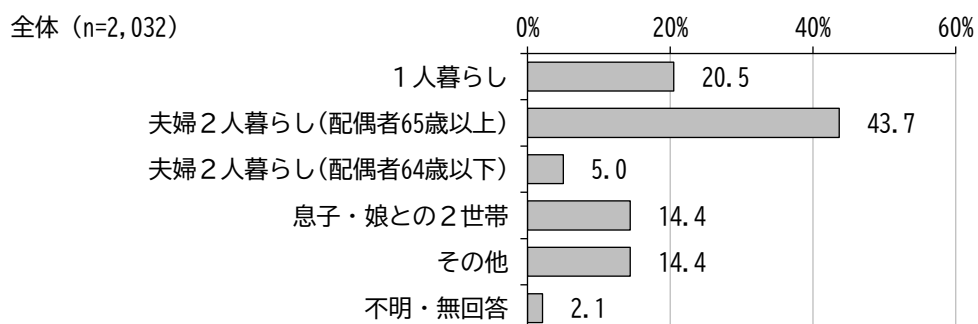
調査票を記入されたのはどなたですか（○は1つ）

「あて名のご本人が記入」が83.2%、「ご家族が記入」が8.3%となっています。



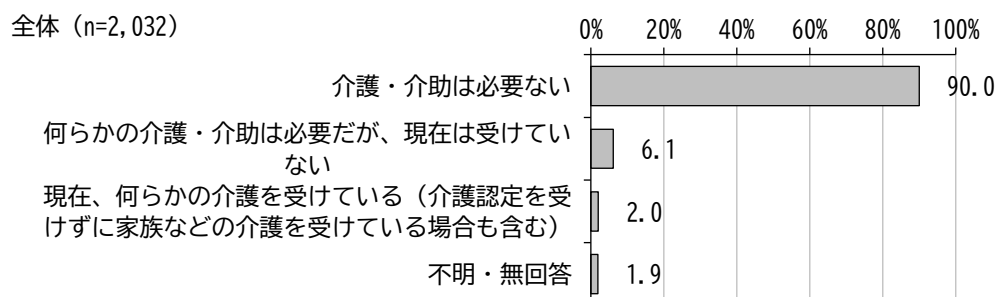
#### （1）家族構成をお教えてください

「夫婦2人暮らし(配偶者 65 歳以上)」が43.7%と最も高く、次いで「1人暮らし」が20.5%、「息子・娘との2世帯」が14.4%となっています。



## (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

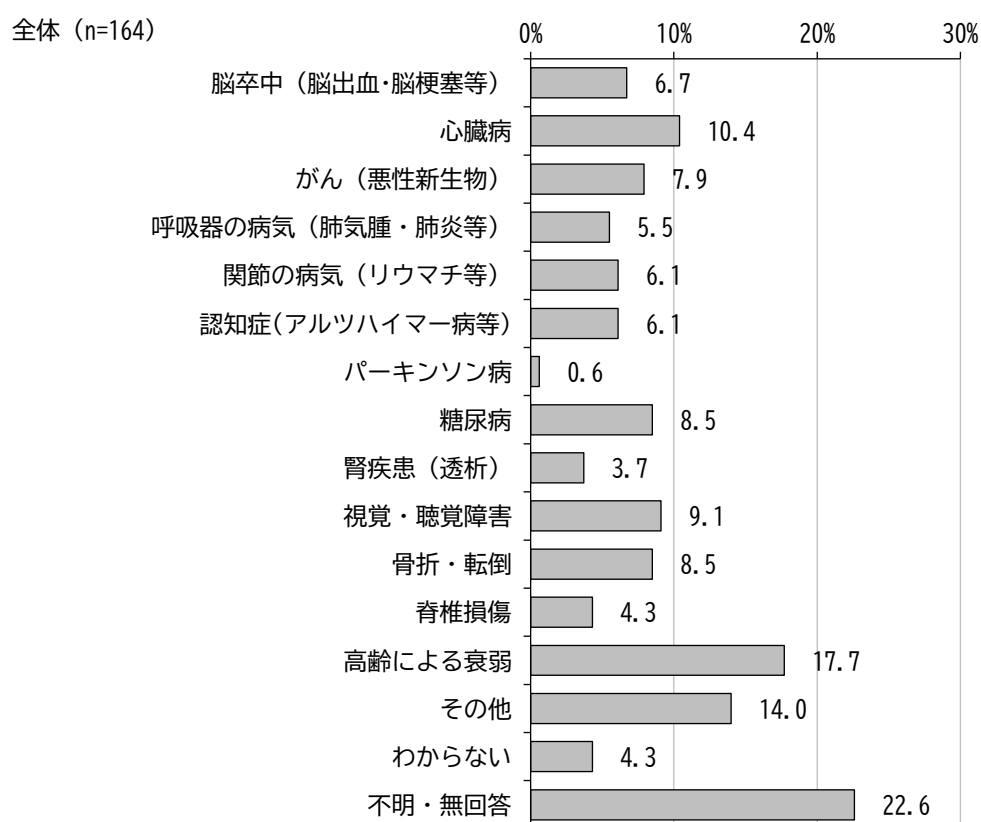
「介護・介助は必要ない」が90.0%と最も高く、次いで「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が6.1%、「現在、何らかの介護を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む）」が2.0%となっています。



### 【(2) において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

#### ①介護・介助が必要になった主な原因は何ですか（いくつでも）

「高齢による衰弱」が17.7%と最も高く、次いで「心臓病」が10.4%、「視覚・聴覚障害」が9.1%となっています。

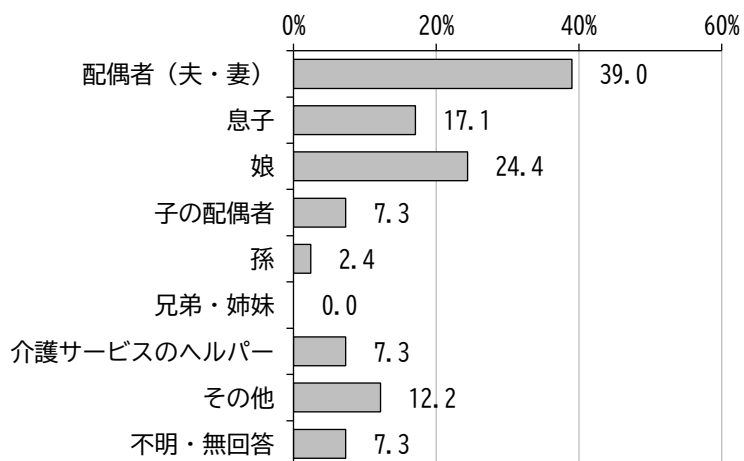


【(2) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

②主にどなたの介護・介助を受けていますか（いくつでも）

「配偶者（夫・妻）」が 39.0%と最も高く、次いで「娘」が 24.4%、「息子」が 17.1%となっています。

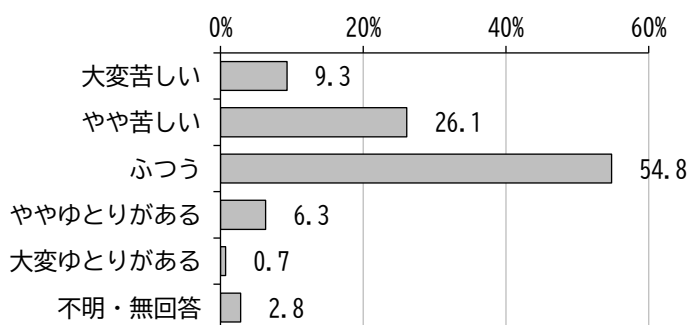
全体（n=41）



（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

「ふつう」が 54.8%と最も高く、次いで「やや苦しい」が 26.1%、「大変苦しい」が 9.3%となっています。

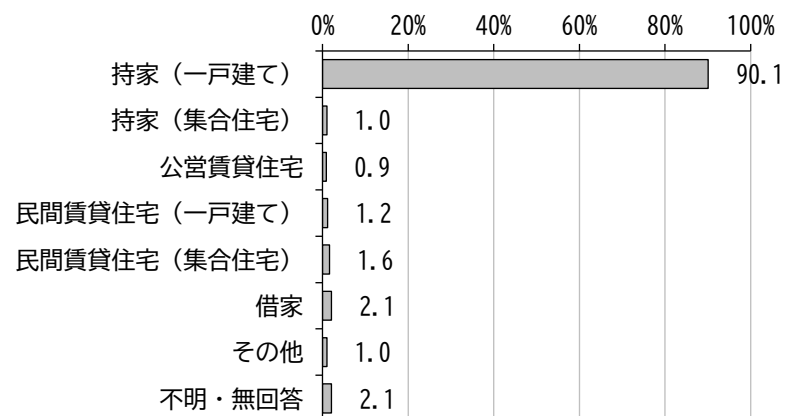
全体（n=2,032）



#### (4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか

「持家（一戸建て）」が90.1%と最も高く、次いで「借家」が2.1%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」が1.6%となっています。

全体（n=2,032）

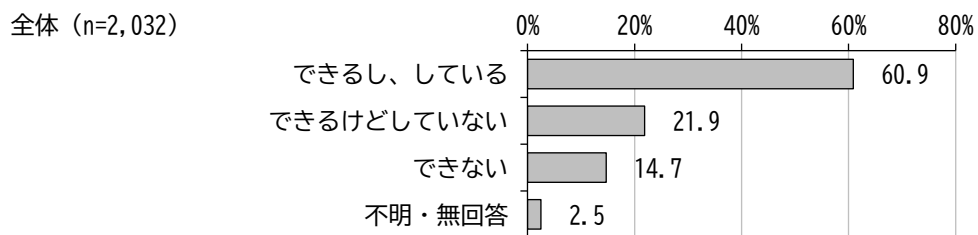


## 問2 からだを動かすことについて

### (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

「できるし、している」が60.9%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が21.9%、「できない」が14.7%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、内向的:インドア派では「できない」、その他の区分では「できるし、している」が最も高くなっています。

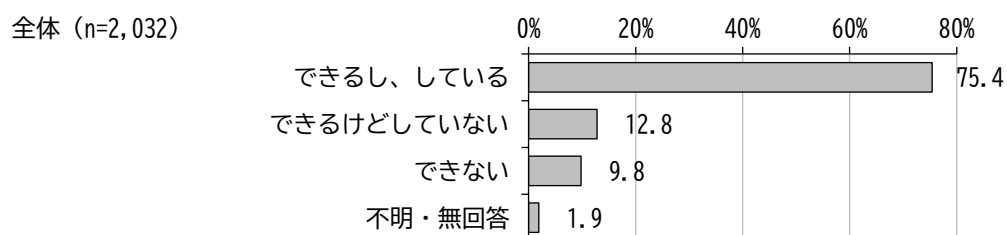


| 単位: %                      |                       | できるし、<br>している | できるけど<br>していない | でき<br>ない | 不明・<br>無回<br>答 |
|----------------------------|-----------------------|---------------|----------------|----------|----------------|
| 全体 (n=2,032)               |                       | 60.9          | 21.9           | 14.7     | 2.5            |
| 外<br>出<br>タ<br>イ<br>プ<br>別 | 外交的:インドア派<br>(n=157)  | 45.9          | 26.8           | 24.8     | 2.5            |
|                            | 内向的:インドア派<br>(n=189)  | 35.4          | 22.8           | 38.1     | 3.7            |
|                            | 外交的:アウトドア派<br>(n=961) | 69.1          | 20.8           | 9.4      | 0.7            |
|                            | 内向的:アウトドア派<br>(n=595) | 63.4          | 22.5           | 12.8     | 1.3            |

## (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

「できるし、している」が75.4%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が12.8%、「できない」が9.8%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「できるし、している」が最も高くなっており、特に外交的：アウトドア派で高くなっています。一方、内向的：インドア派では「できない」が他の区分に比べて高くなっています。

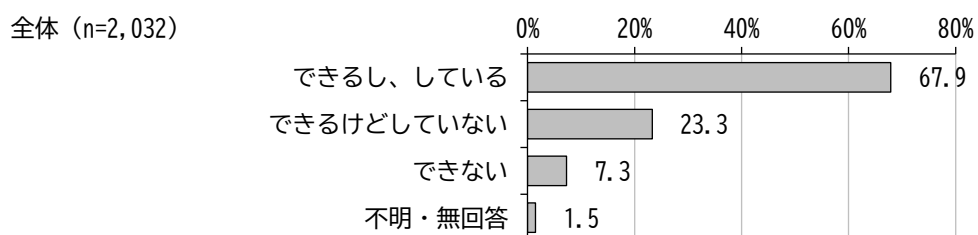


| 単位：%         |                    | できるし、している | できるけどしていない | できない | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|-----------|------------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 75.4      | 12.8       | 9.8  | 1.9    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 68.8      | 17.2       | 13.4 | 0.6    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 50.3      | 17.5       | 31.2 | 1.1    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 82.4      | 11.0       | 5.8  | 0.7    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 77.3      | 13.1       | 8.4  | 1.2    |

### (3) 15 分位続けて歩いていますか

「できるし、している」が 67.9%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が 23.3%、「できない」が 7.3%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「できるし、している」が最も高くなっており、特に外交的：アウトドア派で高くなっています。一方、内向的：インドア派では「できない」が他の区分に比べて高くなっています。



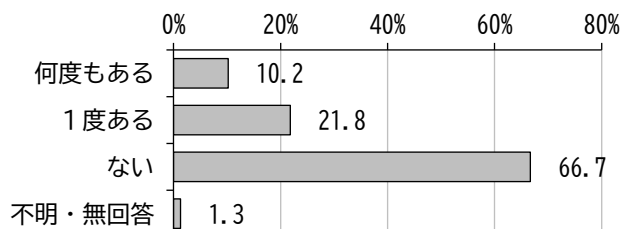
| 単位：%         |                    | できるし、している | できるけどしていない | できない | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|-----------|------------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 67.9      | 23.3       | 7.3  | 1.5    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 56.1      | 29.9       | 14.0 | 0.0    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 40.7      | 34.4       | 24.9 | 0.0    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 78.5      | 17.9       | 2.9  | 0.7    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 65.5      | 27.1       | 6.6  | 0.8    |

#### (4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

「ない」が66.7%と最も高く、次いで「1度ある」が21.8%、「何度もある」が10.2%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「ない」が最も高くなっており、インドア派に比べてアウトドア派で高くなっています。

全体 (n=2,032)

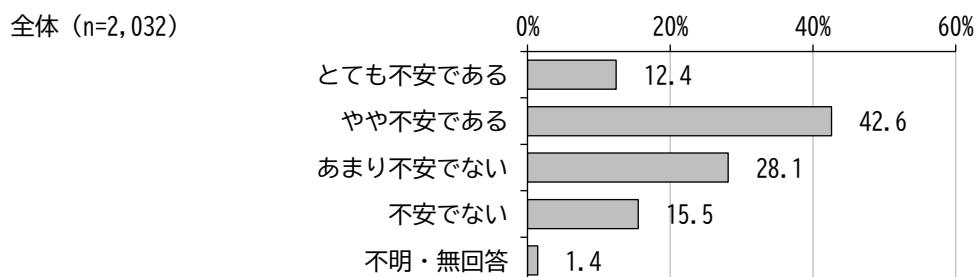


| 単位：%                       |                       | 何<br>度<br>も<br>あ<br>る | 1<br>度<br>あ<br>る | な<br>い | 不<br>明<br>・<br>無<br>回<br>答 |
|----------------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|--------|----------------------------|
| 全体 (n=2,032)               |                       | 10.2                  | 21.8             | 66.7   | 1.3                        |
| 外<br>出<br>タ<br>イ<br>プ<br>別 | 外交的：インドア派<br>(n=157)  | 15.9                  | 25.5             | 58.6   | 0.0                        |
|                            | 内向的：インドア派<br>(n=189)  | 20.6                  | 19.6             | 59.3   | 0.5                        |
|                            | 外交的：アウトドア派<br>(n=961) | 7.2                   | 23.8             | 68.9   | 0.1                        |
|                            | 内向的：アウトドア派<br>(n=595) | 9.2                   | 18.0             | 72.4   | 0.3                        |

### (5) 転倒に対する不安は大きいですか

「やや不安である」が42.6%と最も高く、次いで「あまり不安でない」が28.1%、「不安でない」が15.5%となっています。

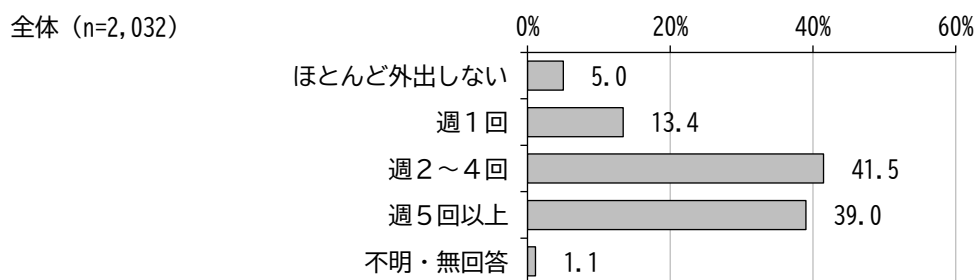
高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「やや不安である」が最も高くなっており、特に外交的：インドア派で高くなっています。



| 単位：%         |                    | とても不安である | やや不安である | あまり不安でない | 不安でない | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|----------|---------|----------|-------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 12.4     | 42.6    | 28.1     | 15.5  | 1.4    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 21.7     | 52.9    | 19.7     | 5.7   | 0.0    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 27.0     | 47.1    | 18.0     | 7.9   | 0.0    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 8.2      | 42.1    | 30.9     | 18.2  | 0.5    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 10.3     | 40.8    | 30.4     | 18.2  | 0.3    |

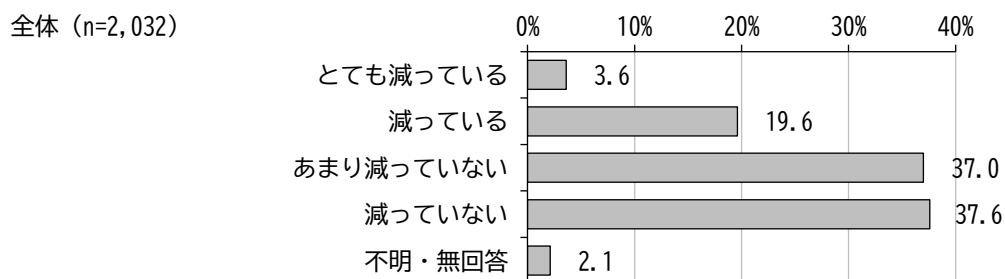
#### (6) 週に1回以上は外出していますか

「週2～4回」が41.5%と最も高く、次いで「週5回以上」が39.0%、「週1回」が13.4%となっています。



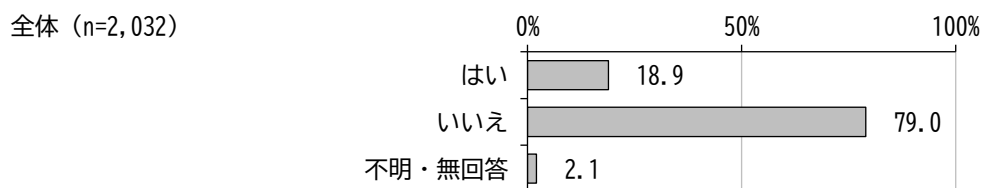
#### (7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

「減っていない」が37.6%と最も高く、次いで「あまり減っていない」が37.0%、「減っている」が19.6%となっています。



#### (8) 外出を控えていますか

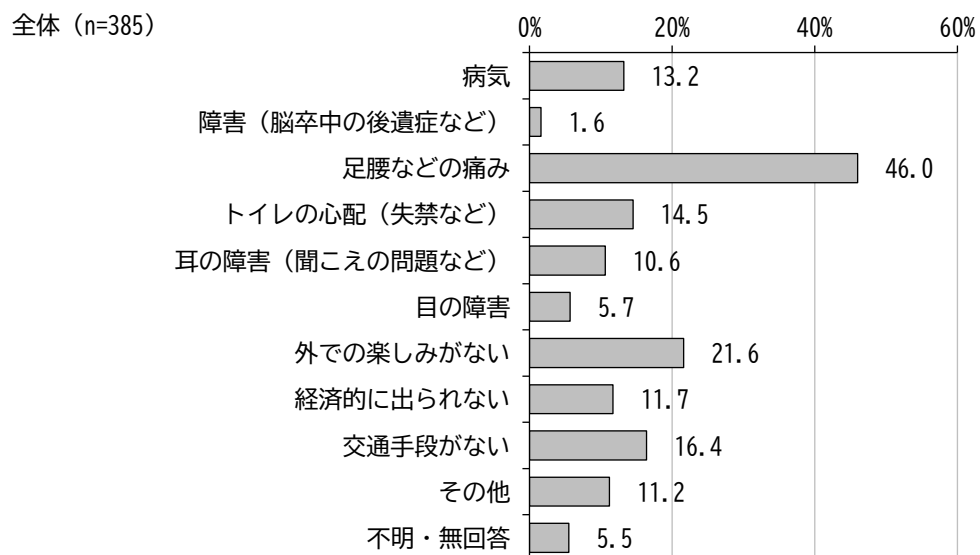
「はい」が18.9%、「いいえ」が79.0%となっています。



【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】

①外出を控えている理由は、次のどれですか(いくつでも)

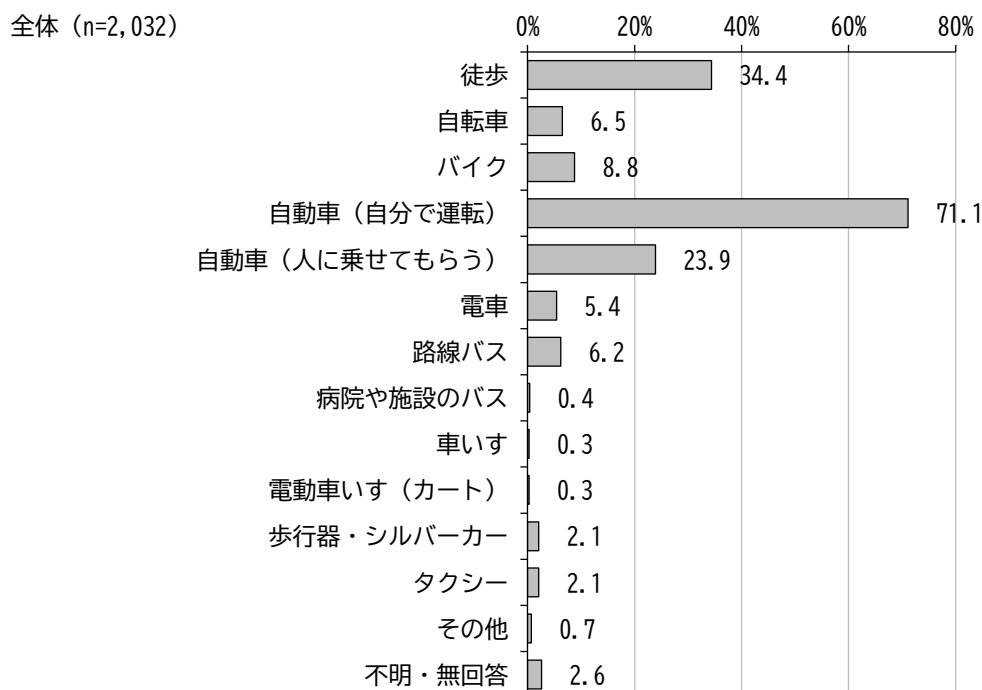
「足腰などの痛み」が46.0%と最も高く、次いで「外での楽しみがない」が21.6%、「交通手段がない」が16.4%となっています。



# (9) 外出する際の移動手段は何ですか（いくつでも）

「自動車（自分で運転）」が71.1%と最も高く、次いで「徒歩」が34.4%、「自動車（人に乗せてもらう）」が23.9%となっています。

地区別にみると、いずれの地区も「自動車（自分で運転）」が最も高くなっています。また、志摩では「バイク」が他の地区よりも高くなっています。

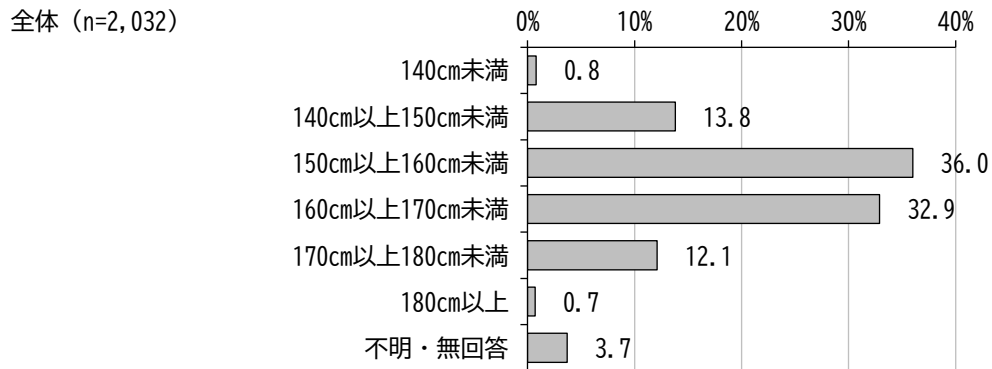


| 単位：%        |           | 徒歩   | 自転車  | バイク  | 自動車（自分で運転） | 自動車（人に乗せてもらう） | 電車  | 路線バス | 病院や施設のバス | 車いす | 電動車いす（カート） | 歩行器・シルバーカー | タクシー | その他 | 不明・無回答 |
|-------------|-----------|------|------|------|------------|---------------|-----|------|----------|-----|------------|------------|------|-----|--------|
| 全体（n=2,032） |           | 34.4 | 6.5  | 8.8  | 71.1       | 23.9          | 5.4 | 6.2  | 0.4      | 0.3 | 0.3        | 2.1        | 2.1  | 0.7 | 2.6    |
| 地区別         | 浜島（n=184） | 37.0 | 10.9 | 13.6 | 71.2       | 26.6          | 2.2 | 7.6  | 0.0      | 0.0 | 0.0        | 2.7        | 0.5  | 1.6 | 1.6    |
|             | 大王（n=293） | 28.3 | 6.1  | 6.5  | 67.9       | 22.5          | 4.1 | 10.6 | 1.4      | 0.0 | 0.3        | 2.7        | 3.1  | 0.7 | 3.1    |
|             | 志摩（n=483） | 39.8 | 5.6  | 21.7 | 70.2       | 20.3          | 4.3 | 6.6  | 0.4      | 0.0 | 0.2        | 1.7        | 1.9  | 0.6 | 2.3    |
|             | 阿児（n=749） | 33.0 | 5.5  | 3.1  | 72.6       | 25.8          | 7.1 | 4.4  | 0.3      | 0.7 | 0.5        | 2.3        | 2.3  | 0.5 | 2.8    |
|             | 磯部（n=322） | 33.2 | 8.4  | 1.9  | 71.4       | 24.8          | 6.2 | 5.0  | 0.0      | 0.6 | 0.0        | 1.2        | 2.2  | 0.9 | 2.8    |

### 問3 食べることについて

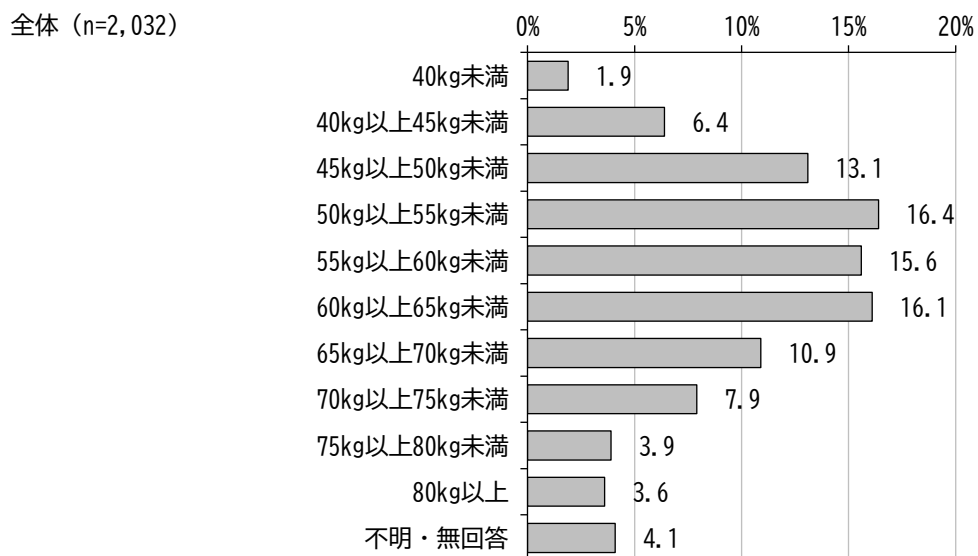
#### (1) 身長を教えてください

「150cm 以上 160cm 未満」が 36.0%と最も高く、次いで「160cm 以上 170cm 未満」が 32.9%、「140cm 以上 150cm 未満」が 13.8%となっています。



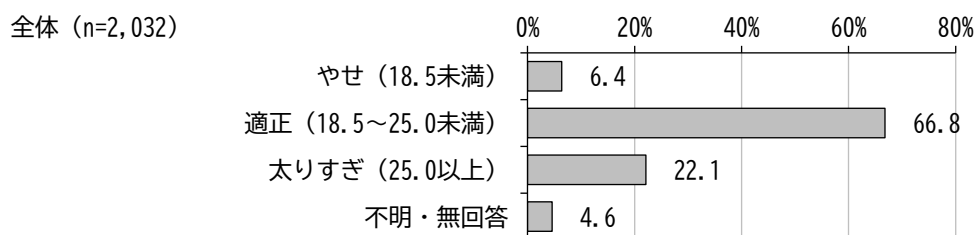
#### (1) 体重を教えてください

「50kg 以上 55kg 未満」が 16.4%と最も高く、次いで「60kg 以上 65kg 未満」が 16.1%、「55kg 以上 60kg 未満」が 15.6%となっています。



## ◆BMI

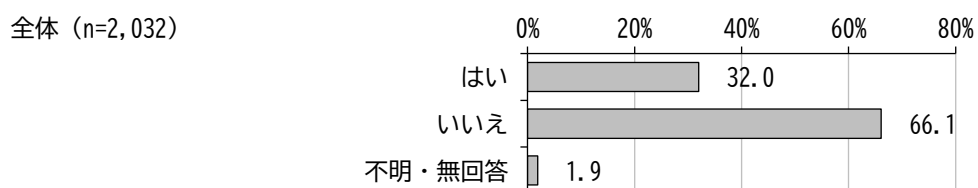
「適正（18.5～25.0未満）」が66.8%と最も高く、次いで「太りすぎ（25.0以上）」が22.1%、「やせ（18.5未満）」が6.4%となっています。



## （２）半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

「はい」が32.0%、「いいえ」が66.1%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「いいえ」が高くなっています。一方、内向的：インドア派では「はい」が他の区分に比べて高くなっています。



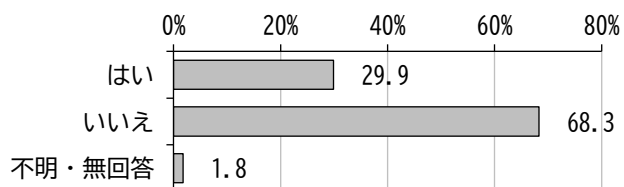
| 単位：%        |                   | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|-------------|-------------------|------|------|--------|
| 全体（n=2,032） |                   | 32.0 | 66.1 | 1.9    |
| 外出タイプ別      | 外交的：インドア派（n=157）  | 35.0 | 62.4 | 2.5    |
|             | 内向的：インドア派（n=189）  | 45.5 | 52.4 | 2.1    |
|             | 外交的：アウトドア派（n=961） | 28.5 | 69.6 | 1.9    |
|             | 内向的：アウトドア派（n=595） | 30.4 | 68.4 | 1.2    |

### (3) お茶や汁物等でむせることがありますか

「はい」が29.9%、「いいえ」が68.3%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「いいえ」が高くなっています。一方、インドア派では「はい」がアウトドア派に比べて高くなっています。

全体 (n=2,032)



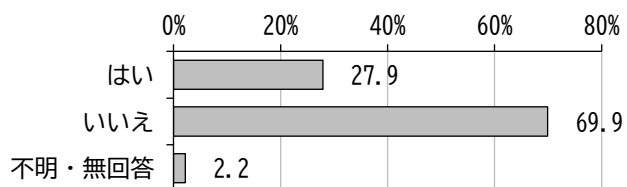
| 単位：%         |                    | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 29.9 | 68.3 | 1.8    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 36.3 | 62.4 | 1.3    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 37.6 | 60.8 | 1.6    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 30.0 | 68.6 | 1.5    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 26.4 | 72.4 | 1.2    |

#### (4) 口の渇きが気になりますか

「はい」が27.9%「いいえ」が69.9%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「いいえ」が高くなっています。一方、インドア派では「はい」がアウトドア派に比べて高くなっています。

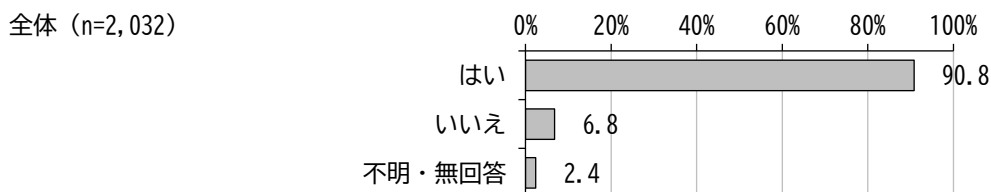
全体 (n=2,032)



| 単位：%         |                    | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 27.9 | 69.9 | 2.2    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 36.9 | 61.1 | 1.9    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 35.4 | 61.9 | 2.6    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 26.6 | 71.4 | 2.0    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 25.2 | 72.6 | 2.2    |

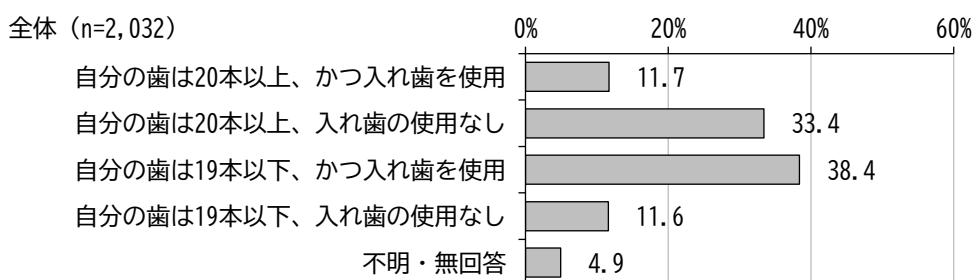
### (5) 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか

「はい」が90.8%、「いいえ」が6.8%となっています。



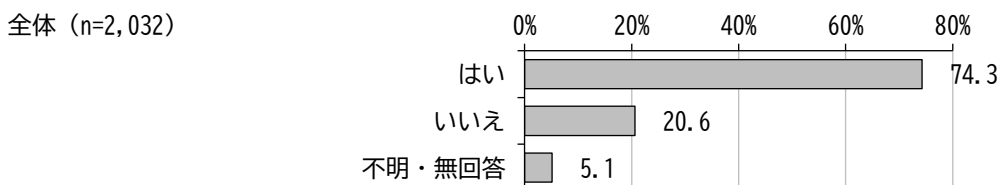
### (6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です）

「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を使用」が38.4%と最も高く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の使用なし」が33.4%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を使用」が11.7%となっています。



### ① 噛み合わせは良いですか

「はい」が74.3%、「いいえ」が20.6%となっています。

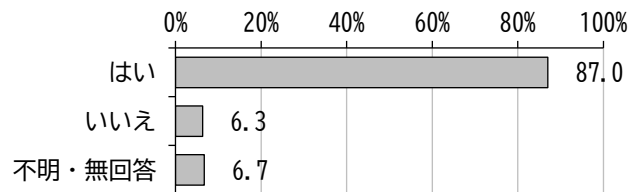


【(6)で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】

②毎日入れ歯の手入れをしていますか

「はい」が87.0%、「いいえ」が6.3%となっています。

全体 (n=1,018)

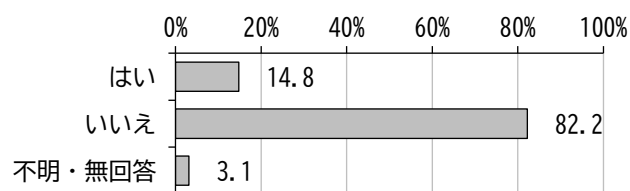


(7) この6か月間で2～3 kg以上の体重減少がありましたか

「はい」が14.8%、「いいえ」が82.2%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「いいえ」が高くなっており、特に外交的：アウトドア派で高くなっています。

全体 (n=2,032)

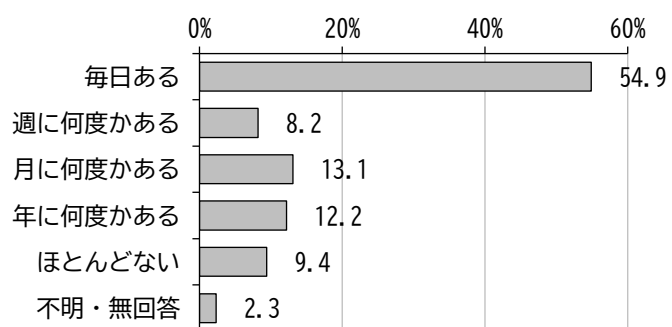


| 単位：%         |                    | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 14.8 | 82.2 | 3.1    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 18.5 | 79.6 | 1.9    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 22.2 | 73.5 | 4.2    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 10.4 | 87.4 | 2.2    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 18.5 | 78.5 | 3.0    |

## (8) どなたかと食事をとる機会がありますか

「毎日ある」が54.9%と最も高く、次いで「月に何度かある」が13.1%、「年に何度かある」が12.2%となっています。

全体 (n=2,032)



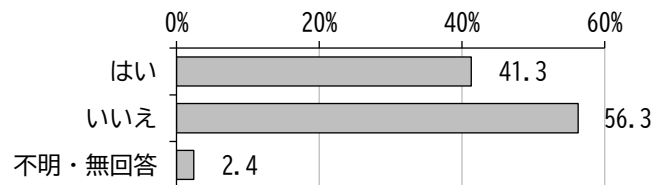
## 問4 毎日の生活について

### (1) 物忘れが多いと感じますか

「はい」が41.3%、「いいえ」が56.3%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、外交的:インドア派では「はい」、その他の区分では「いいえ」が高くなっています。

全体 (n=2,032)

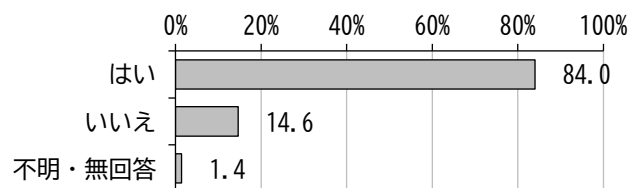


| 単位：%         |                    | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 41.3 | 56.3 | 2.4    |
| 外出タイプ別       | 外交的:インドア派 (n=157)  | 54.8 | 43.9 | 1.3    |
|              | 内向的:インドア派 (n=189)  | 43.9 | 53.4 | 2.6    |
|              | 外交的:アウトドア派 (n=961) | 41.5 | 56.6 | 1.9    |
|              | 内向的:アウトドア派 (n=595) | 38.7 | 59.7 | 1.7    |

## (2) 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

「はい」が84.0%、「いいえ」が14.6%となっています。

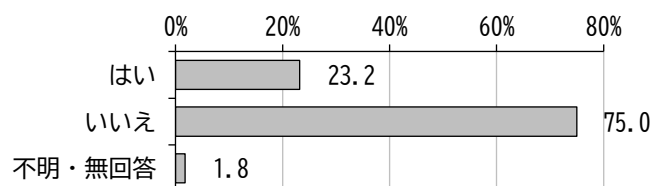
全体 (n=2,032)



## (3) 今日が何月何日かわからない時がありますか

「はい」が23.2%、「いいえ」が75.0%となっています。

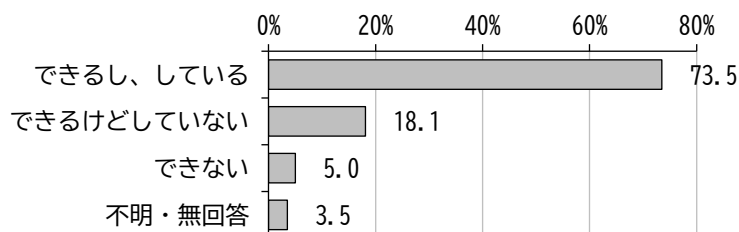
全体 (n=2,032)



## (4) 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」が73.5%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が18.1%、「できない」が5.0%となっています。

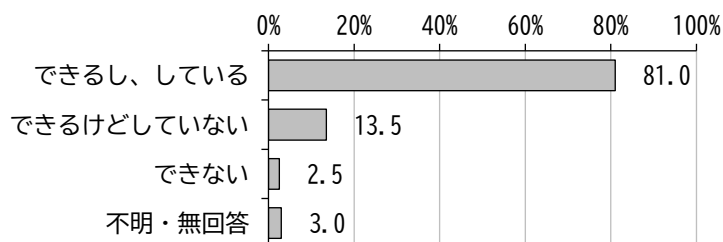
全体 (n=2,032)



## (5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

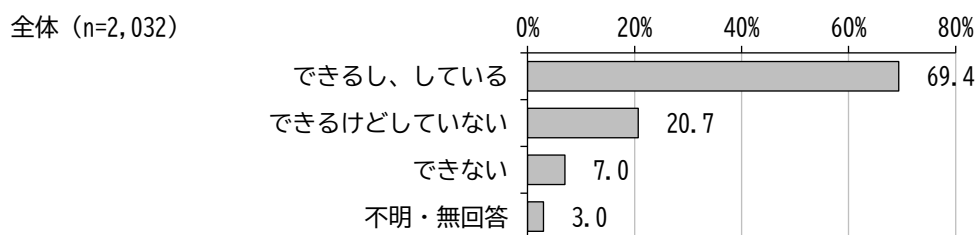
「できるし、している」が81.0%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が13.5%、「できない」が2.5%となっています。

全体 (n=2,032)



## (6) 自分で食事の用意をしていますか

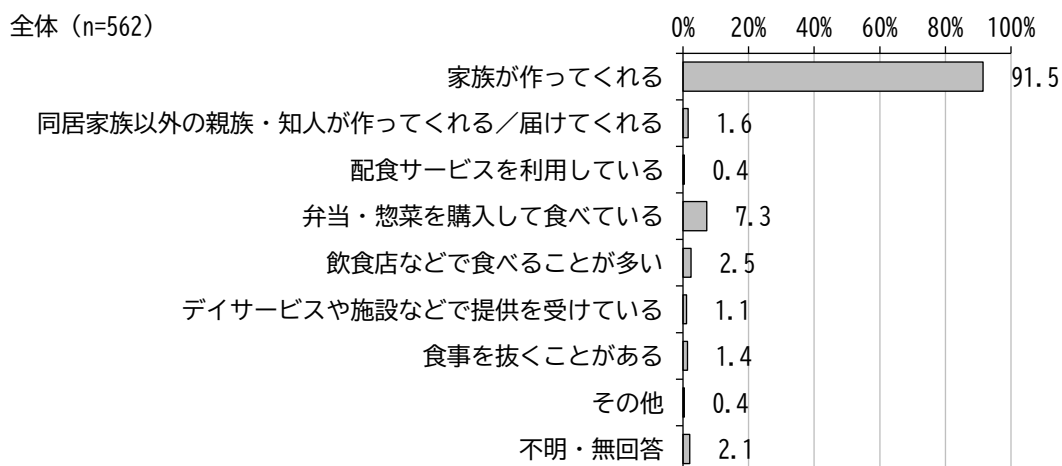
「できるし、している」が69.4%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が20.7%、「できない」が7.0%となっています。



【(6)で「2. できるけどしていない」「3. できない」を選択した方のみ】

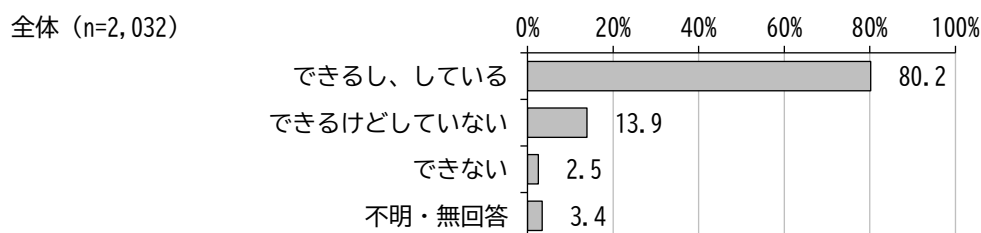
### ① 普段の食事は、主にどのようにされていますか (いくつでも)

「家族が作ってくれる」が91.5%と最も高く、次いで「弁当・惣菜を購入して食べている」が7.3%、「飲食店などで食べることが多い」が2.5%となっています。



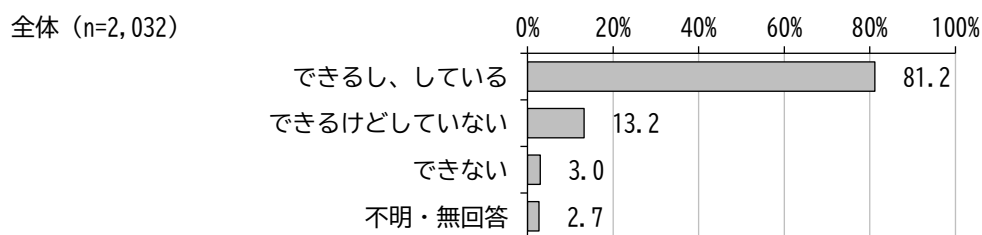
## (7) 自分で請求書の支払いをしていますか

「できるし、している」が80.2%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が13.9%、「できない」が2.5%となっています。



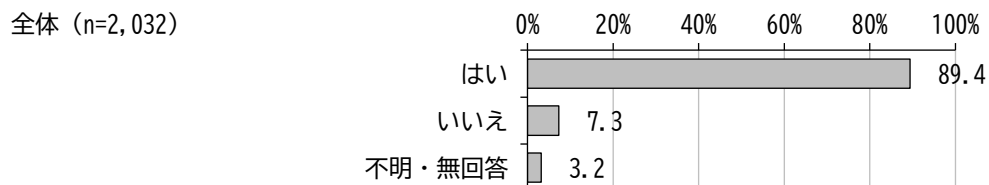
#### (8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

「できるし、している」が81.2%と最も高く、次いで「できるけどしていない」が13.2%、「できない」が3.0%となっています。



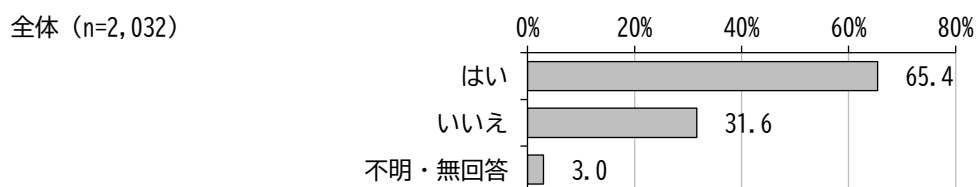
#### (9) 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか

「はい」が89.4%、「いいえ」が7.3%となっています。



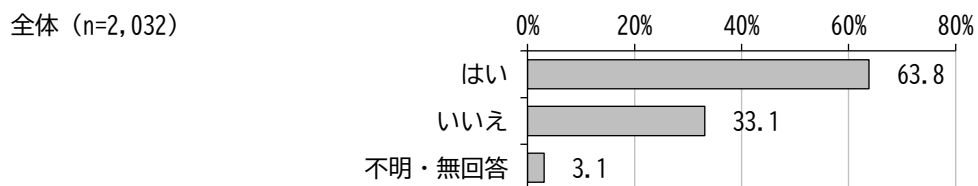
#### (10) 新聞を読んでいますか

「はい」が65.4%、「いいえ」が31.6%となっています。



#### (11) 本や雑誌を読んでいますか

「はい」が63.8%、「いいえ」が33.1%となっています。

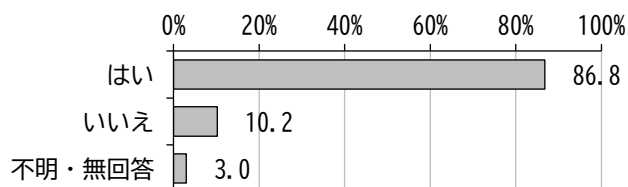


## (12) 健康についての記事や番組に関心がありますか

「はい」が86.8%、「いいえ」が10.2%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「はい」が高くなっており、特に外交的：インドア派、外交的：アウトドア派で高くなっています。

全体（n=2,032）



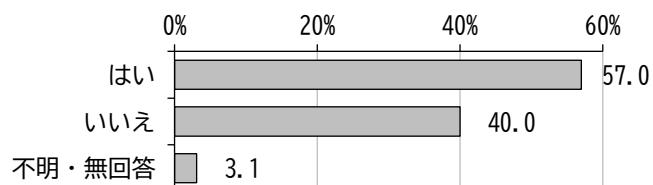
| 単位：%        |                   | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|-------------|-------------------|------|------|--------|
| 全体（n=2,032） |                   | 86.8 | 10.2 | 3.0    |
| 外出タイプ別      | 外交的：インドア派（n=157）  | 93.0 | 4.5  | 2.5    |
|             | 内向的：インドア派（n=189）  | 73.5 | 22.2 | 4.2    |
|             | 外交的：アウトドア派（n=961） | 92.5 | 4.7  | 2.8    |
|             | 内向的：アウトドア派（n=595） | 81.8 | 16.1 | 2.0    |

### (13) 友人の家を訪ねていますか

「はい」が57.0%、「いいえ」が40.0%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、外交的:インドア派、内向的:インドア派では「いいえ」、外交的:アウトドア派、内向的:アウトドア派では「はい」が高くなっています。

全体 (n=2,032)

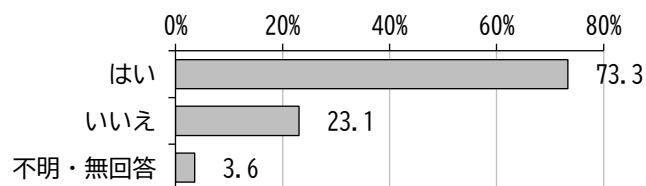


| 単位: %        |                    | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 57.0 | 40.0 | 3.1    |
| 外出タイプ別       | 外交的:インドア派 (n=157)  | 46.5 | 51.0 | 2.5    |
|              | 内向的:インドア派 (n=189)  | 23.3 | 73.5 | 3.2    |
|              | 外交的:アウトドア派 (n=961) | 68.7 | 28.4 | 2.9    |
|              | 内向的:アウトドア派 (n=595) | 51.6 | 45.9 | 2.5    |

### (14) 家族や友人の相談にのっていますか

「はい」が73.3%、「いいえ」が23.1%となっています。

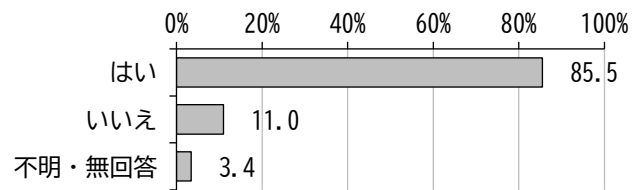
全体 (n=2,032)



### (15) 病人を見舞うことができますか

「はい」が85.5%、「いいえ」が11.0%となっています。

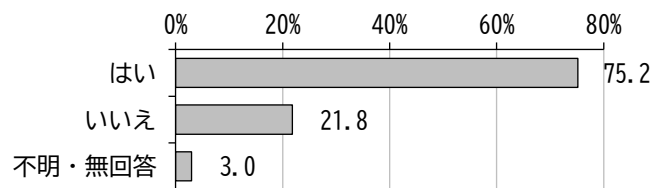
全体 (n=2,032)



### (16) 若い人に自分から話しかけることがありますか

「はい」が75.2%、「いいえ」が21.8%となっています。

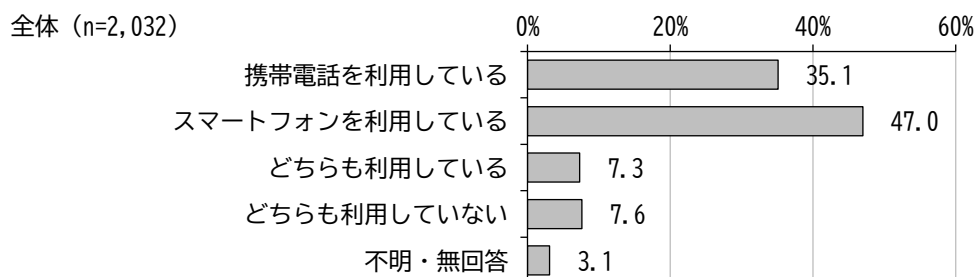
全体 (n=2,032)



# (17) 携帯電話やスマートフォンを利用していますか

「スマートフォンを利用している」が47.0%と最も高く、次いで「携帯電話を利用している」が35.1%、「どちらも利用していない」が7.6%となっています。

年齢別にみると、79歳以下では「スマートフォンを利用している」、80歳以上では「携帯電話を利用している」が最も高くなっています。



| 単位：%         |                | 携帯電話を利用している | スマートフォンを利用している | どちらも利用している | どちらも利用していない | 不明・無回答 |
|--------------|----------------|-------------|----------------|------------|-------------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                | 35.1        | 47.0           | 7.3        | 7.6         | 3.1    |
| 年齢別          | 65～69歳 (n=403) | 20.6        | 66.5           | 9.2        | 1.7         | 2.0    |
|              | 70～74歳 (n=505) | 27.1        | 61.6           | 6.3        | 3.0         | 2.0    |
|              | 75～79歳 (n=576) | 38.2        | 43.2           | 8.2        | 6.6         | 3.8    |
|              | 80～84歳 (n=352) | 51.4        | 27.0           | 5.4        | 13.1        | 3.1    |
|              | 85～89歳 (n=148) | 48.0        | 17.6           | 6.8        | 20.3        | 7.4    |
|              | 90～94歳 (n=41)  | 48.8        | 14.6           | 7.3        | 29.3        | 0.0    |
|              | 95～99歳 (n=6)   | 0.0         | 0.0            | 0.0        | 100.0       | 0.0    |

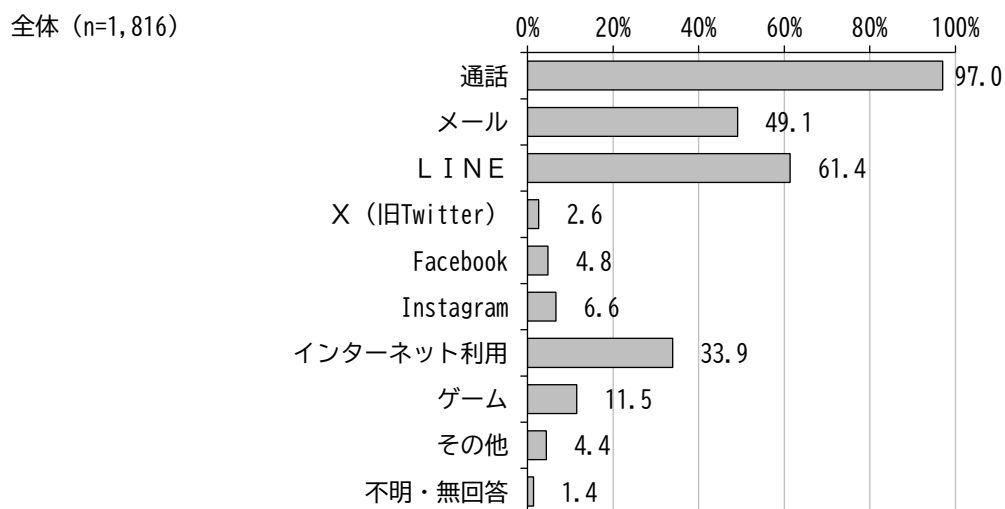
※100歳以上は (n=0) のため省略

【(17) で「1. 携帯電話を利用している」「2. スマートフォンを利用している」「3. どちらも利用している」を選択した方のみ】

①あなたは携帯電話やスマートフォンをどのような目的で利用していますか(いくつでも)

「通話」が 97.0%と最も高く、次いで「LINE」が 61.4%、「メール」が 49.1%となっています。

年齢別にみると、いずれの年齢も「通話」が最も高くなっています。また、70代前後を境に、「LINE」や「インターネット利用」が低くなる傾向にあります。

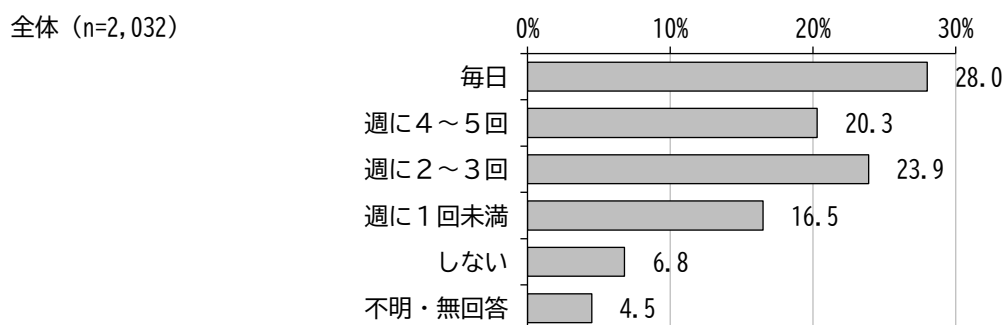


| 単位：%         |                | 通話   | メール  | LINE | X<br>(旧Twitter) | Facebook | Instagram | インターネット利用 | ゲーム  | その他 | 不明・無回答 |
|--------------|----------------|------|------|------|-----------------|----------|-----------|-----------|------|-----|--------|
| 全体 (n=1,816) |                | 97.0 | 49.1 | 61.4 | 2.6             | 4.8      | 6.6       | 33.9      | 11.5 | 4.4 | 1.4    |
| 年齢別          | 65～69歳 (n=388) | 96.1 | 57.5 | 83.2 | 5.4             | 7.0      | 13.9      | 55.4      | 22.4 | 5.9 | 1.8    |
|              | 70～74歳 (n=480) | 97.1 | 59.0 | 77.3 | 2.5             | 7.1      | 9.6       | 40.8      | 12.9 | 3.8 | 0.8    |
|              | 75～79歳 (n=516) | 97.7 | 47.3 | 54.7 | 1.7             | 3.7      | 3.3       | 27.9      | 8.9  | 3.9 | 1.0    |
|              | 80～84歳 (n=295) | 96.9 | 34.2 | 35.9 | 1.4             | 1.7      | 1.0       | 13.6      | 3.7  | 4.1 | 2.4    |
|              | 85～89歳 (n=107) | 96.3 | 29.9 | 25.2 | 0.9             | 0.9      | 0.0       | 15.0      | 1.9  | 5.6 | 2.8    |
|              | 90～94歳 (n=29)  | 96.6 | 24.1 | 20.7 | 0.0             | 3.4      | 0.0       | 13.8      | 0.0  | 0.0 | 0.0    |

※95～99歳、100歳以上は (n=0) のため省略

### (18) 電話で人と話をしたりメールでやりとりする頻度はどれくらいですか

「毎日」が28.0%と最も高く、次いで「週に2～3回」が23.9%、「週に4～5回」が20.3%となっています。

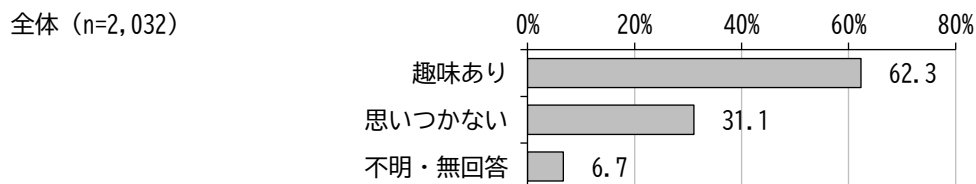


### (19) 趣味はありますか

「趣味あり」が62.3%、「思いつかない」が31.1%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、内向的：インドア派では「思いつかない」、その他の区分では「趣味あり」が高くなっています。

幸福度別にみると、0～3点では「思いつかない」、その他の区分では「趣味あり」が高くなっています。

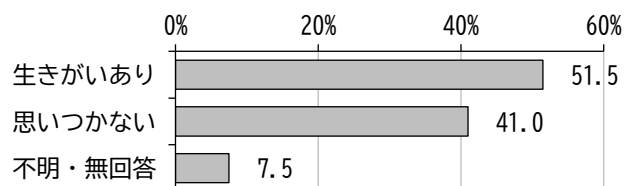


| 単位：%         |                    | 趣味あり | 思いつかない | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|------|--------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 62.3 | 31.1   | 6.7    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 61.1 | 31.8   | 7.0    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 41.3 | 51.3   | 7.4    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 72.5 | 22.9   | 4.6    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 55.0 | 38.7   | 6.4    |
| 幸福度別         | 0～3点 (n=89)        | 40.4 | 51.7   | 7.9    |
|              | 4～6点 (n=636)       | 52.8 | 40.3   | 6.9    |
|              | 7～10点 (n=1,255)    | 69.2 | 25.3   | 5.6    |

## (20) 生きがいがありますか

「生きがいあり」が51.5%、「思いつかない」が41.0%となっています。

全体 (n=2,032)

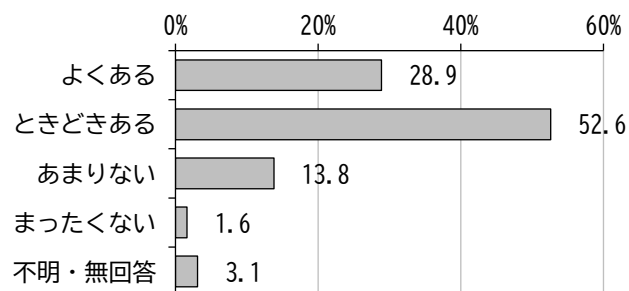


## (21) 日々の生活の中で下記のように感じることはどのくらいありますか

### ①楽しいことがある

「ときどきある」が52.6%と最も高く、次いで「よくある」が28.9%、「あまりない」が13.8%となっています。

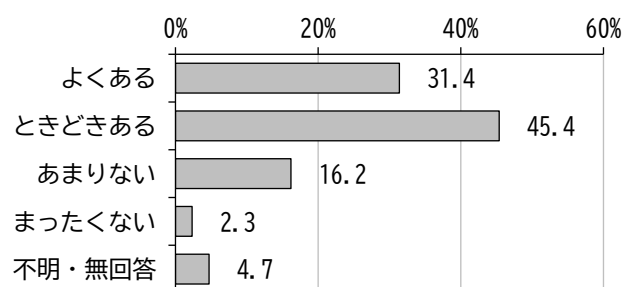
全体 (n=2,032)



### ②安心できることがある

「ときどきある」が45.4%と最も高く、次いで「よくある」が31.4%、「あまりない」が16.2%となっています。

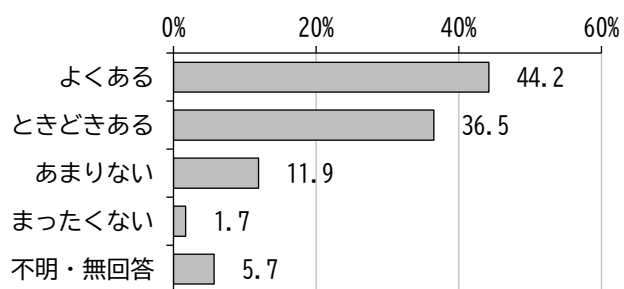
全体 (n=2,032)



### ③誰かと繋がっていると感じる

「よくある」が44.2%と最も高く、次いで「ときどきある」が36.5%、「あまりない」が11.9%となっています。

全体 (n=2,032)



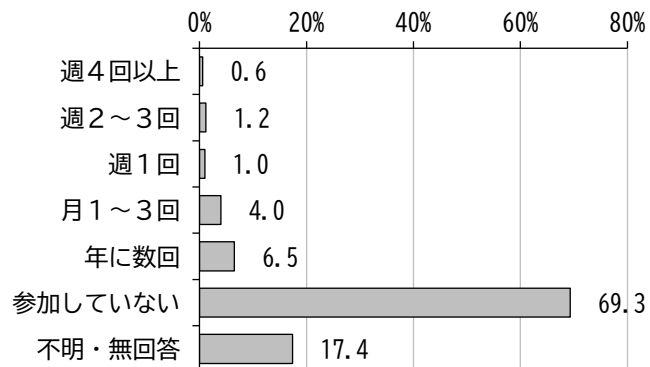
## 問5 地域での活動について

(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

### ①ボランティアのグループ

「参加していない」が69.3%と最も高く、次いで「年に数回」が6.5%、「月1～3回」が4.0%となっています。

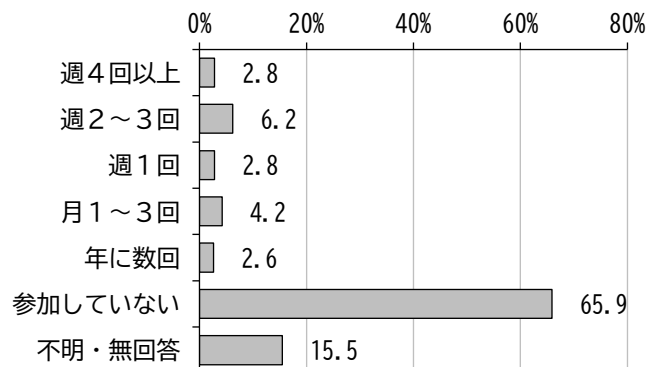
全体 (n=2,032)



### ②スポーツ関係のグループやクラブ

「参加していない」が65.9%と最も高く、次いで「週2～3回」が6.2%、「月1～3回」が4.2%となっています。

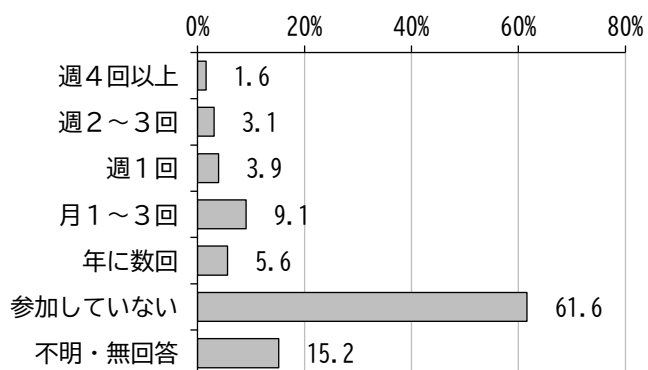
全体 (n=2,032)



### ③趣味関係のグループ

「参加していない」が61.6%と最も高く、次いで「月1～3回」が9.1%、「年に数回」が5.6%となっています。

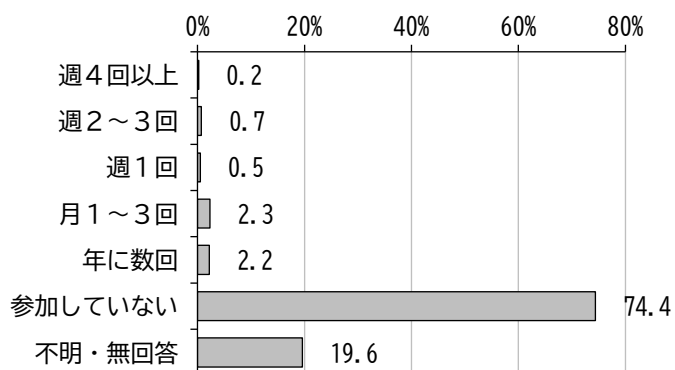
全体 (n=2,032)



### ④学習・教養サークル

「参加していない」が74.4%と最も高く、次いで「月1～3回」が2.3%、「年に数回」が2.2%となっています。

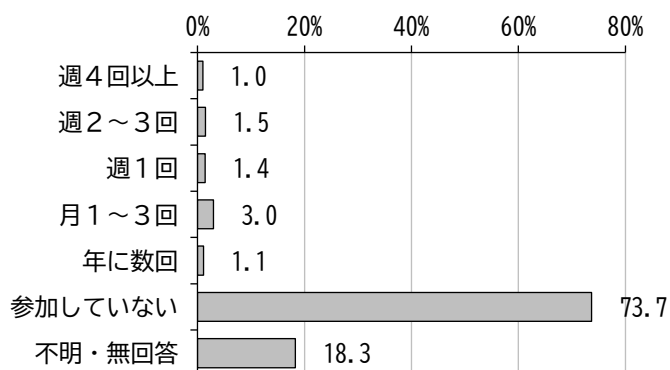
全体 (n=2,032)



## ⑤介護予防のための通いの場（健脚運動やサロンなど）

「参加していない」が73.7%と最も高く、次いで「月1～3回」が3.0%、「週2～3回」が1.5%となっています。

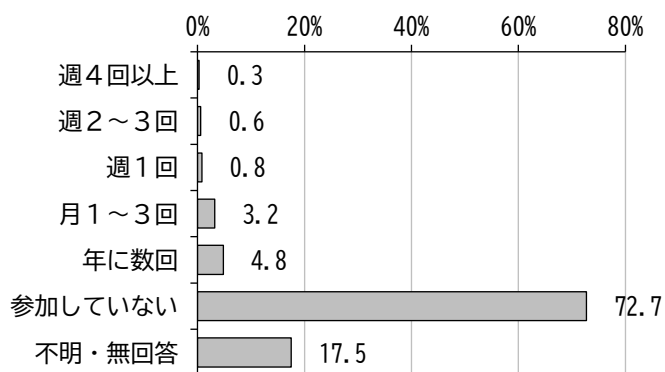
全体（n=2,032）



## ⑥老人クラブ

「参加していない」が72.7%と最も高く、次いで「年に数回」が4.8%、「月1～3回」が3.2%となっています。

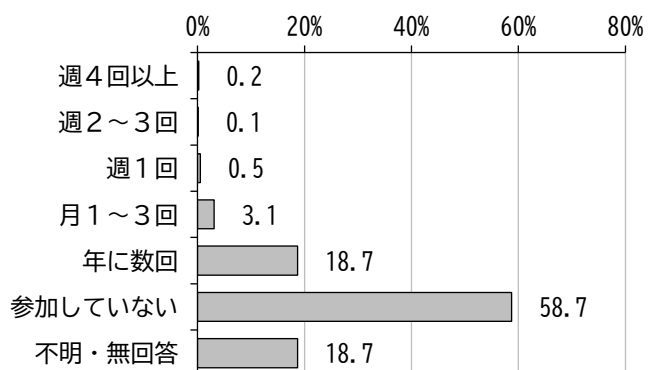
全体（n=2,032）



## ⑦自治会

「参加していない」が58.7%と最も高く、次いで「年に数回」が18.7%、「月1～3回」が3.1%となっています。

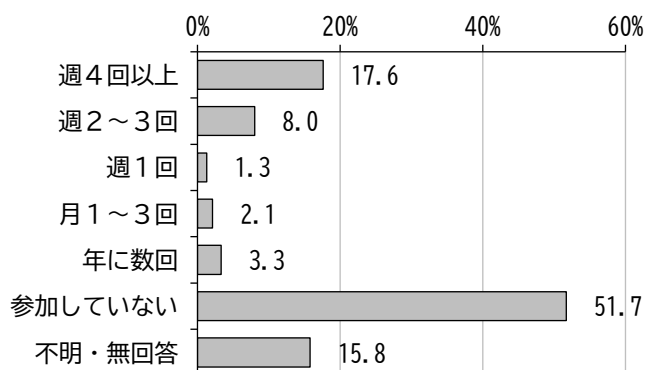
全体 (n=2,032)



## ⑧収入のある仕事

「参加していない」が51.7%と最も高く、次いで「週4回以上」が17.6%、「週2～3回」が8.0%となっています。

全体 (n=2,032)

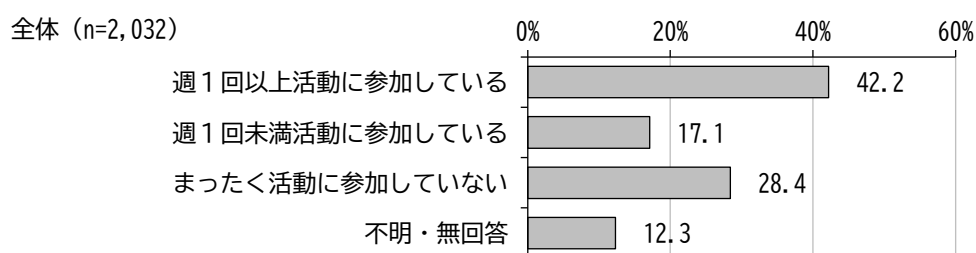


## 地域活動の参加状況

「週1回以上活動に参加している」が42.2%と最も高く、次いで「まったく活動に参加していない」が28.4%、「週1回未満活動に参加している」が17.1%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、外交的:アウトドア派では「週1回以上活動に参加している」、その他の区分では「まったく活動に参加していない」が高くなっています。

幸福度別にみると、0～3点では「まったく活動に参加していない」、その他の区分では「週1回以上活動に参加している」が高くなっています。

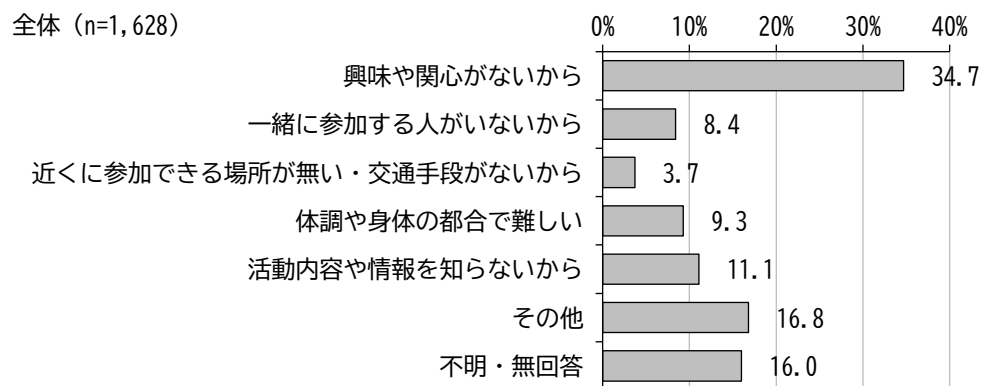


| 単位：%                       |                    | 参<br>週<br>加<br>1<br>回<br>以<br>上<br>活<br>動<br>に | 参<br>週<br>加<br>1<br>回<br>未<br>満<br>活<br>動<br>に | 加<br>ま<br>し<br>つ<br>て<br>た<br>く<br>い<br>く<br>な<br>活<br>動<br>に<br>参 | 不<br>明<br>・<br>無<br>回<br>答 |
|----------------------------|--------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 全体 (n=2,032)               |                    | 42.2                                           | 17.1                                           | 28.4                                                               | 12.3                       |
| 外<br>出<br>タ<br>イ<br>プ<br>別 | 外交的:インドア派 (n=157)  | 26.8                                           | 22.9                                           | 33.1                                                               | 17.2                       |
|                            | 内向的:インドア派 (n=189)  | 11.6                                           | 12.7                                           | 63.5                                                               | 12.2                       |
|                            | 外交的:アウトドア派 (n=961) | 59.6                                           | 18.0                                           | 13.0                                                               | 9.4                        |
|                            | 内向的:アウトドア派 (n=595) | 32.1                                           | 17.3                                           | 42.2                                                               | 8.4                        |
| 幸<br>福<br>度<br>別           | 0～3点 (n=89)        | 22.5                                           | 11.2                                           | 48.3                                                               | 18.0                       |
|                            | 4～6点 (n=636)       | 36.0                                           | 18.6                                           | 35.5                                                               | 9.9                        |
|                            | 7～10点 (n=1,255)    | 47.2                                           | 17.0                                           | 24.1                                                               | 11.8                       |

【(1) の①～⑤で「6. 参加していない」と回答した方にお聞きします】

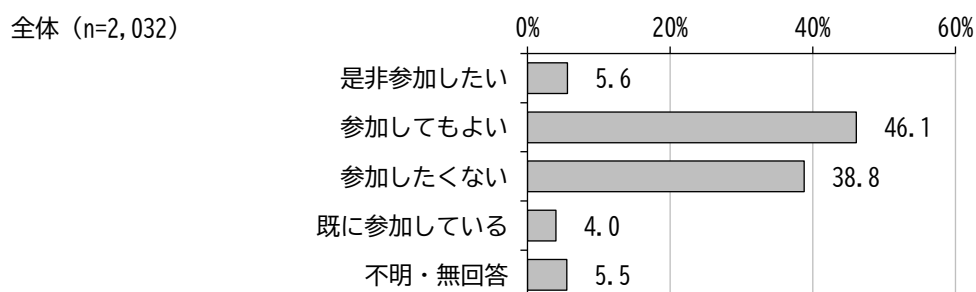
(1) - 1 参加していない理由は何ですか

「興味や関心がないから」が 34.7%と最も高く、次いで「活動内容や情報を知らないから」が 11.1%、「体調や身体の都合で難しい」が 9.3%となっています。



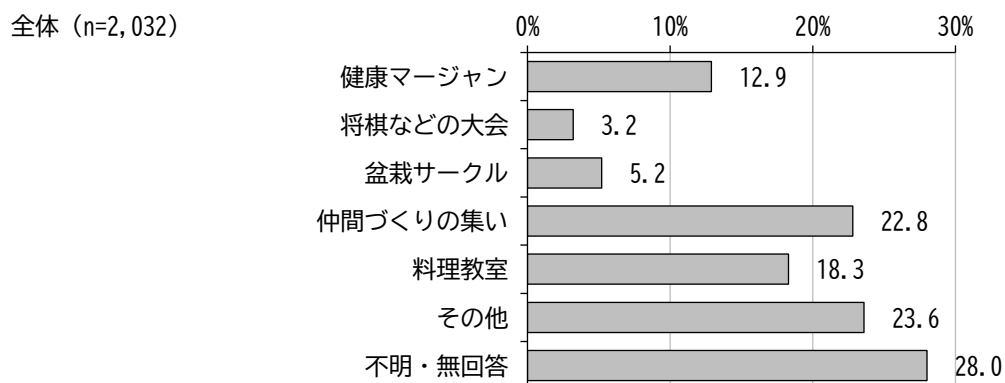
(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか

「参加してもよい」が 46.1%と最も高く、次いで「参加したくない」が 38.8%、「是非参加したい」が 5.6%となっています。



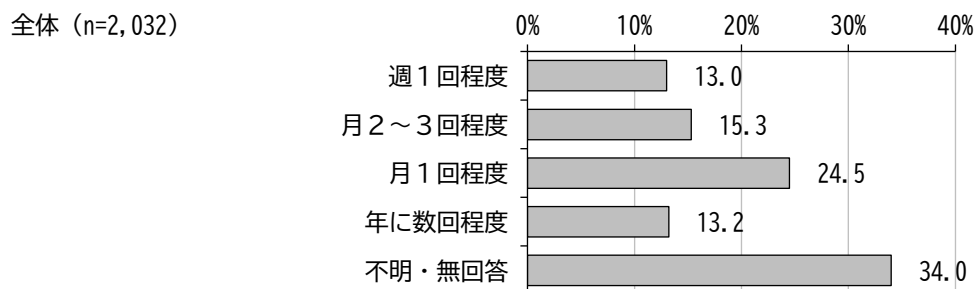
### (3) どんな活動なら参加したいと思いますか（いくつでも）

「仲間づくりの集い」が22.8%と最も高く、次いで「料理教室」が18.3%、「健康マージャン」が12.9%となっています。



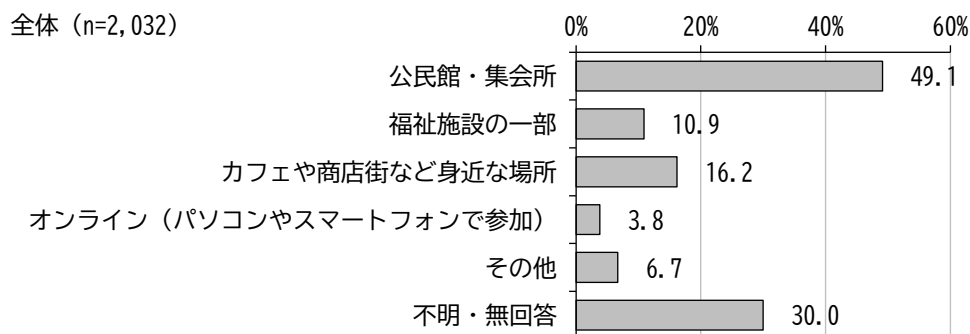
### (4) (3) のような活動があればどのくらいの頻度で参加したいですか

「月1回程度」が24.5%と最も高く、次いで「月2～3回程度」が15.3%、「年に数回程度」が13.2%となっています。



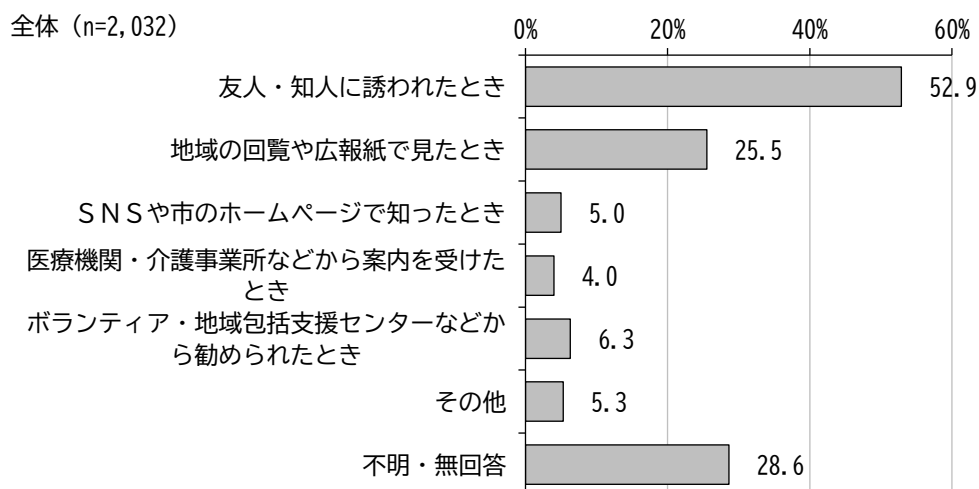
### (5) 活動を行う場所として希望するのはどこですか（いくつでも）

「公民館・集会所」が49.1%と最も高く、次いで「カフェや商店街など身近な場所」が16.2%、「福祉施設の一部」が10.9%となっています。



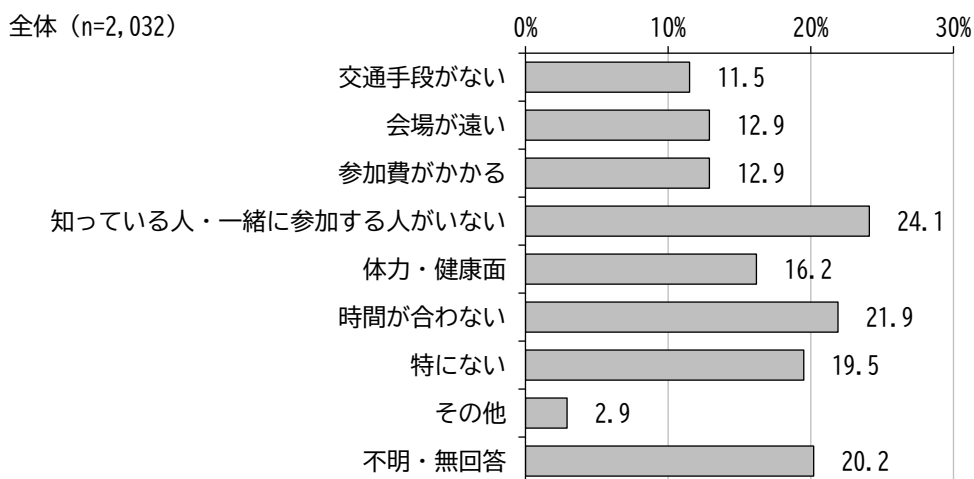
## （６）活動に参加してみたいと思うきっかけはどのようなものですか（いくつでも）

「友人・知人に誘われたとき」が 52.9%と最も高く、次いで「地域の回覧や広報紙で見たとき」が 25.5%、「ボランティア・地域包括支援センターなどから勧められたとき」が 6.3%となっています。



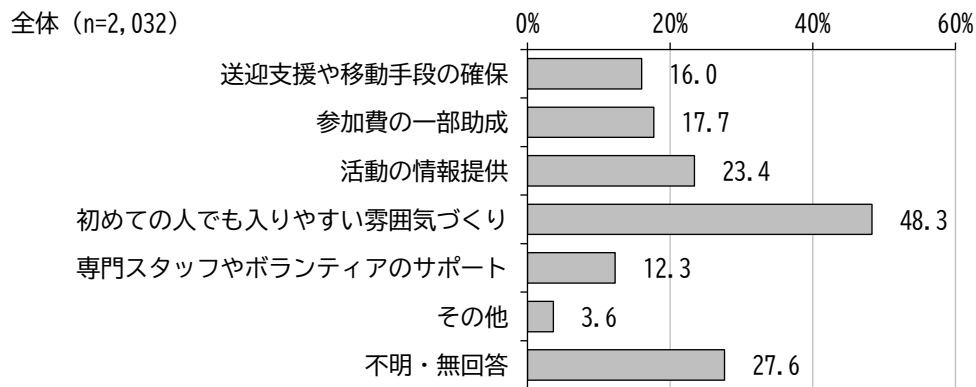
## （７）活動に参加する際に不安や負担に感じることは何ですか（いくつでも）

「知っている人・一緒に参加する人がいない」が 24.1%と最も高く、次いで「時間が合わない」が 21.9%、「特にない」が 19.5%となっています。



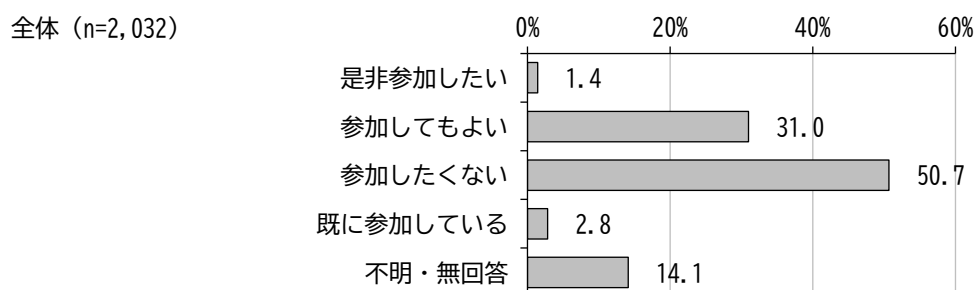
(8) 活動に参加する際に行政や地域にどんな支援があると参加しやすいですか  
(いくつでも)

「初めての人でも入りやすい雰囲気づくり」が48.3%と最も高く、次いで「活動の情報提供」が23.4%、「参加費の一部助成」が17.7%となっています。



(9) 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

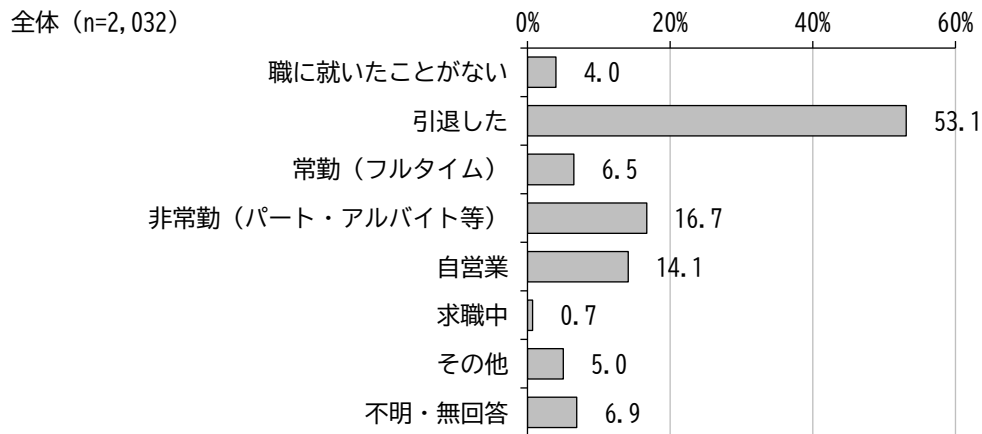
「参加したくない」が50.7%と最も高く、次いで「参加してもよい」が31.0%、「既に参加している」が2.8%となっています。



## 問6 就労について

### (1) 現在のあなたの就労状態はどれですか（いくつでも）

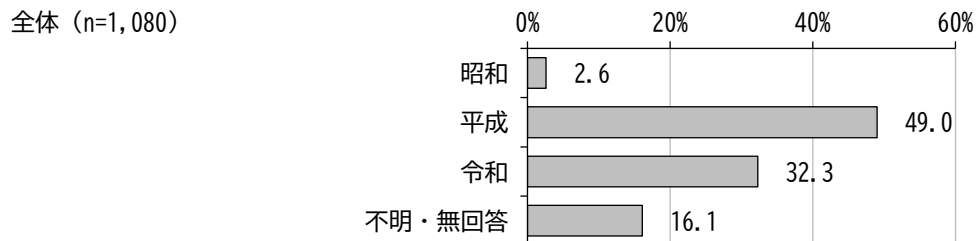
「引退した」が53.1%と最も高く、次いで「非常勤（パート・アルバイト等）」が16.7%、「自営業」が14.1%となっています。



### 【(1) において「2. 引退した」の方のみ】

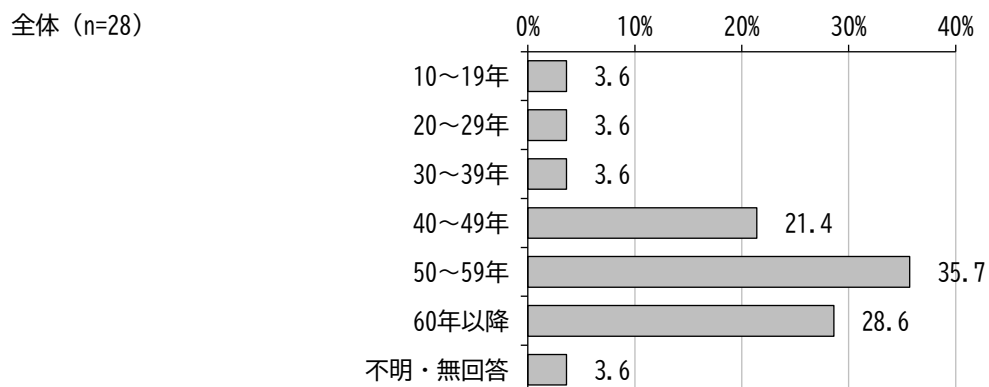
#### ①あなたはいつ引退しましたか

「平成」が49.0%と最も高く、次いで「令和」が32.3%、「昭和」が2.6%となっています。



#### ①-1 昭和〇年

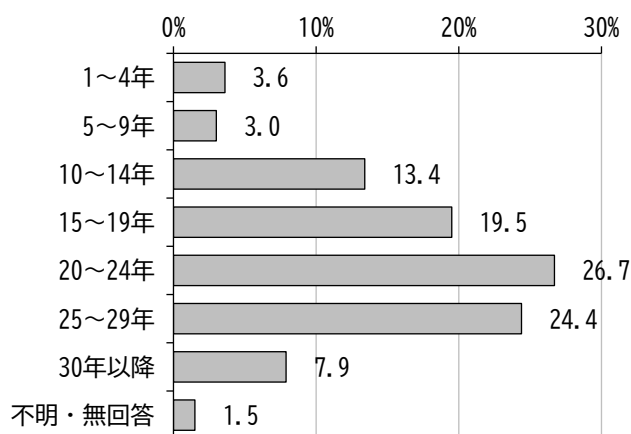
昭和では「50～59年」が35.7%と最も高く、次いで「60年以降」が28.6%、「40～49年」が21.4%となっています。



## ①-2 平成〇年

平成では「20～24 年」が 26.7%と最も高く、次いで「25～29 年」が 24.4%、「15～19 年」が 19.5%となっています。

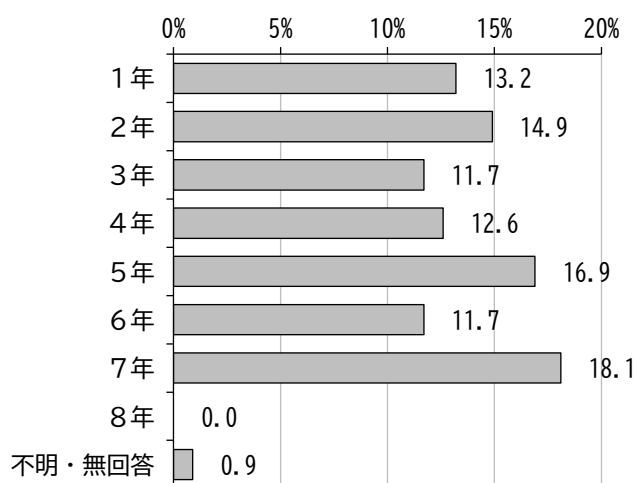
全体 (n=529)



## ①-3 令和〇年

令和では「7年」が 18.1%と最も高く、次いで「5年」が 16.9%、「2年」が 14.9%となっています。

全体 (n=349)

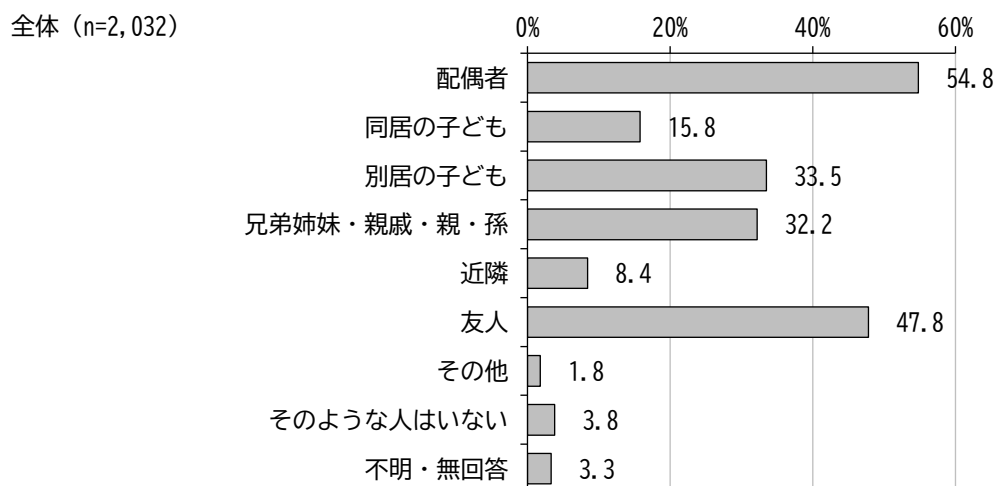


## 問7 たすけあいについて

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

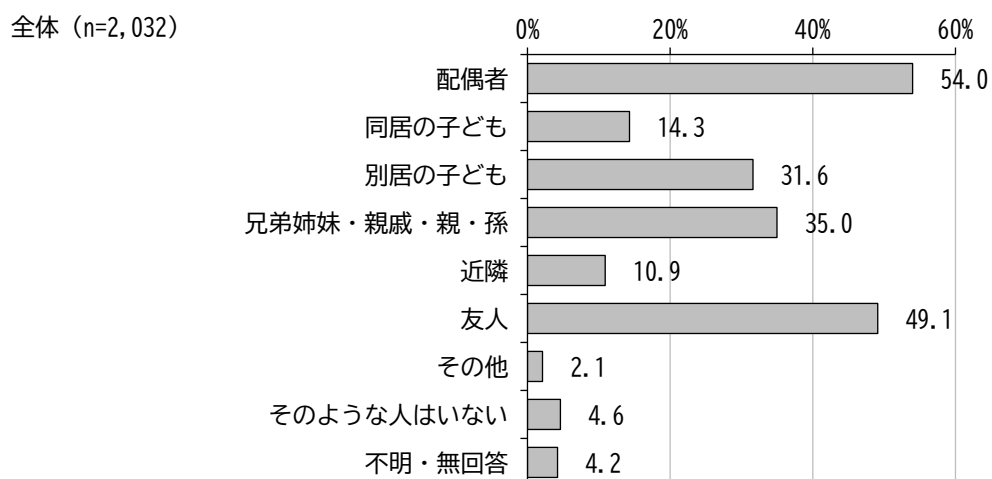
### (1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（いくつでも）

「配偶者」が54.8%と最も高く、次いで「友人」が47.8%、「別居の子ども」が33.5%となっています。



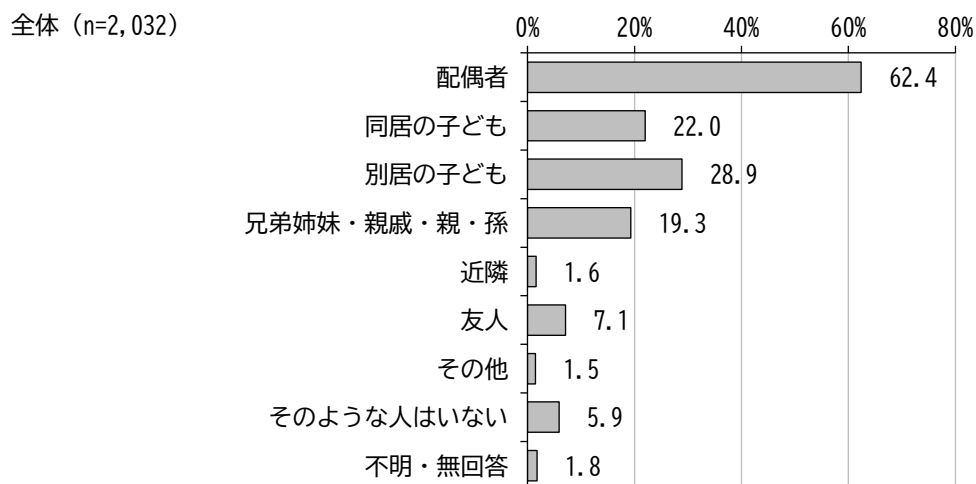
### (2) 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（いくつでも）

「配偶者」が54.0%と最も高く、次いで「友人」が49.1%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が35.0%となっています。



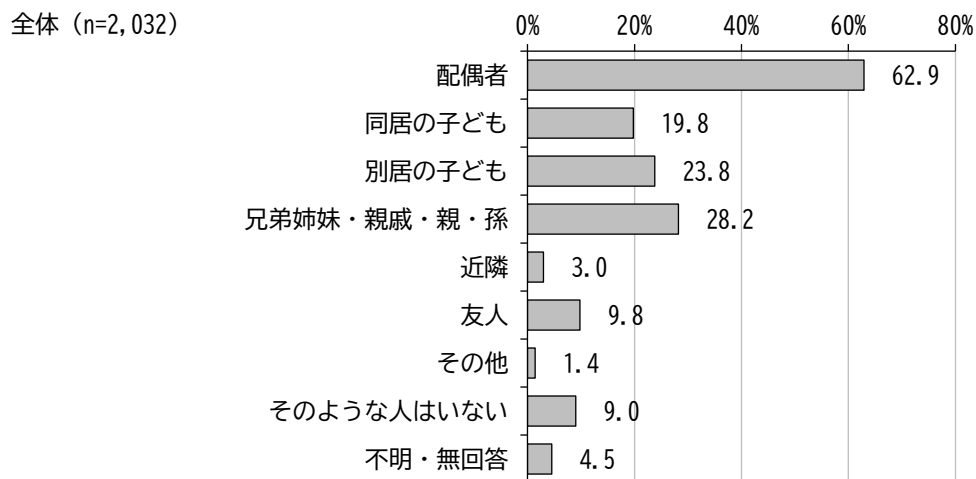
### (3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（いくつでも）

「配偶者」が62.4%と最も高く、次いで「別居の子ども」が28.9%、「同居の子ども」が22.0%となっています。



### (4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも）

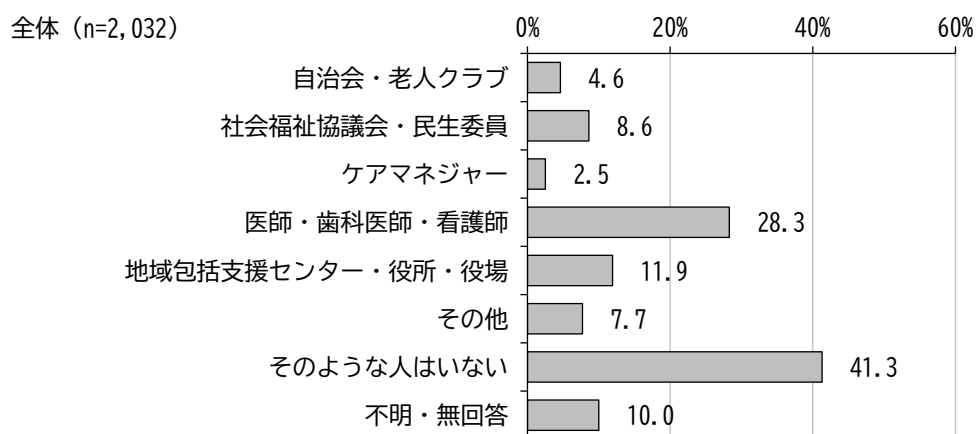
「配偶者」が62.9%と最も高く、次いで「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が28.2%、「別居の子ども」が23.8%となっています。



(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  
(いくつでも)

「そのような人はいない」が41.3%と最も高く、次いで「医師・歯科医師・看護師」が28.3%、「地域包括支援センター・役所・役場」が11.9%となっています。

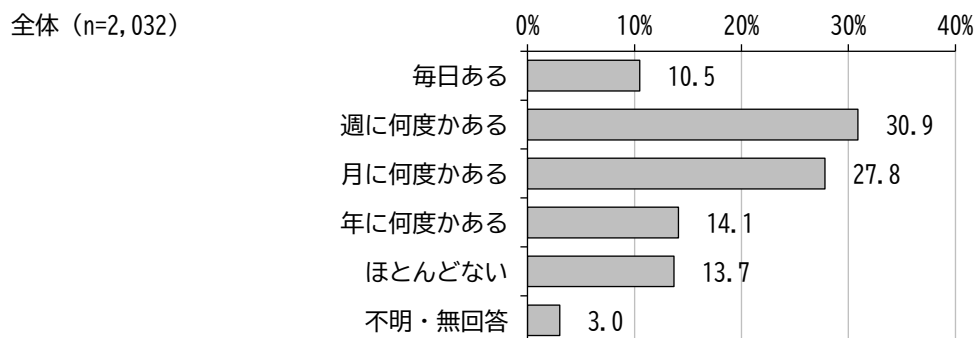
家族構成別にみると、いずれの区分も「そのような人はいない」が最も高くなっており、特に1人暮らし、夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）、息子・娘との2世帯で高くなっています。



| 単位：%         |                           | 自治会・老人クラブ | 社会福祉協議会・民生委員 | ケアマネジャー | 医師・歯科医師・看護師 | 地域包括支援センター・役所・役場 | その他  | そのような人はいない | 不明・無回答 |
|--------------|---------------------------|-----------|--------------|---------|-------------|------------------|------|------------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                           | 4.6       | 8.6          | 2.5     | 28.3        | 11.9             | 7.7  | 41.3       | 10.0   |
| 家族構成別        | 1人暮らし (n=416)             | 4.3       | 10.3         | 1.9     | 22.6        | 13.7             | 6.5  | 45.2       | 10.3   |
|              | 夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上) (n=888) | 4.8       | 9.0          | 3.0     | 33.0        | 12.7             | 6.4  | 38.7       | 9.1    |
|              | 夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下) (n=101) | 5.9       | 7.9          | 1.0     | 22.8        | 9.9              | 11.9 | 45.5       | 9.9    |
|              | 息子・娘との2世帯 (n=293)         | 5.1       | 6.1          | 2.0     | 27.0        | 7.8              | 8.2  | 45.1       | 8.9    |
|              | その他 (n=292)               | 2.7       | 6.8          | 2.4     | 27.1        | 11.3             | 11.3 | 39.7       | 12.3   |

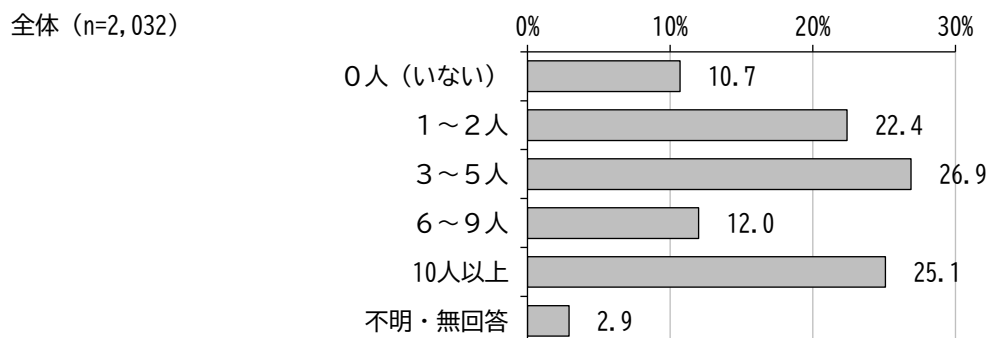
## (6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

「週に何度かある」が30.9%と最も高く、次いで「月に何度かある」が27.8%、「年に何度かある」が14.1%となっています。



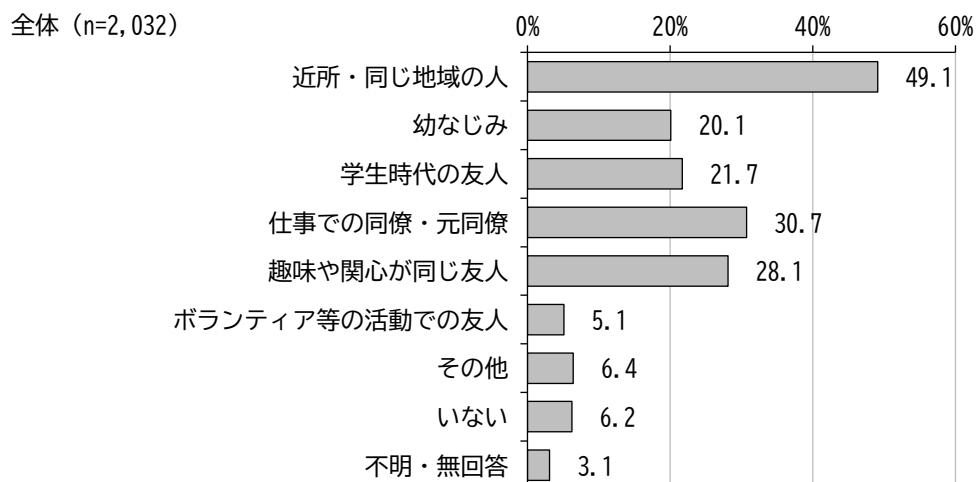
## (7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか

「3～5人」が26.9%と最も高く、次いで「10人以上」が25.1%、「1～2人」が22.4%となっています。



## (8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (いくつでも)

「近所・同じ地域の人」が49.1%と最も高く、次いで「仕事での同僚・元同僚」が30.7%、「趣味や関心が同じ友人」が28.1%となっています。



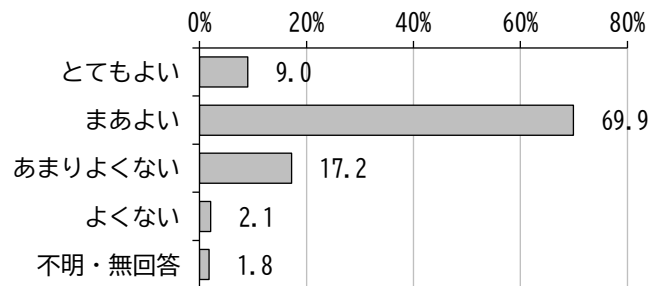
## 問8 健康について

### (1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

「まあよい」が69.9%と最も高く、次いで「あまりよくない」が17.2%、「とてもよい」が9.0%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「まあよい」が最も高くなっており、特に外交的：アウトドア派で高くなっています。

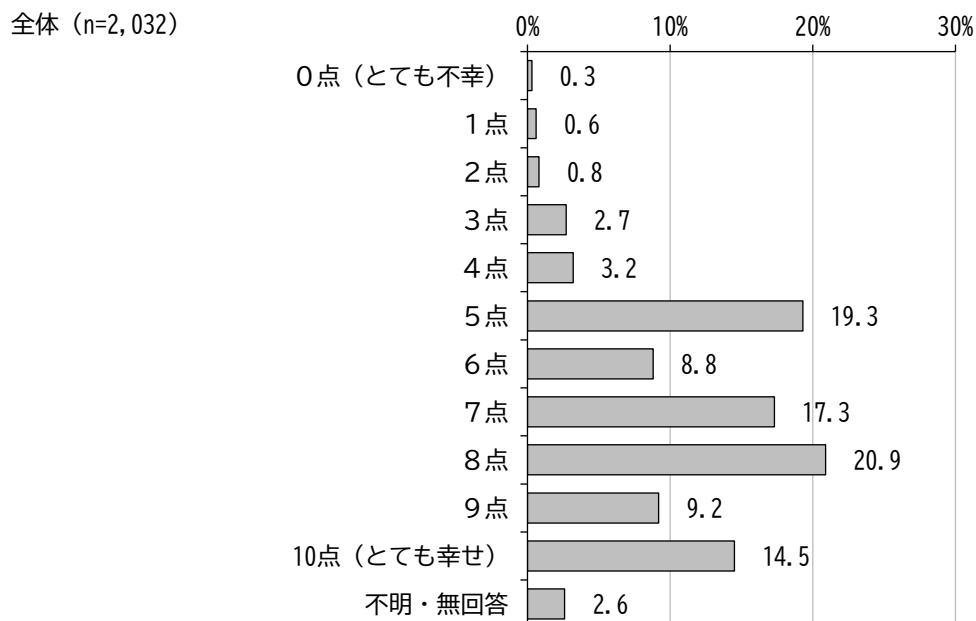
全体 (n=2,032)



| 単位：%         |                    | とてもよい | まあよい | あまりよくない | よくない | 不明・無回答 |
|--------------|--------------------|-------|------|---------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                    | 9.0   | 69.9 | 17.2    | 2.1  | 1.8    |
| 外出タイプ別       | 外交的：インドア派 (n=157)  | 3.8   | 70.7 | 22.3    | 2.5  | 0.6    |
|              | 内向的：インドア派 (n=189)  | 3.2   | 53.4 | 34.4    | 9.0  | 0.0    |
|              | 外交的：アウトドア派 (n=961) | 10.1  | 76.1 | 11.2    | 0.6  | 2.0    |
|              | 内向的：アウトドア派 (n=595) | 9.9   | 66.9 | 20.0    | 1.8  | 1.3    |

## (2) あなたは、現在どの程度幸せですか

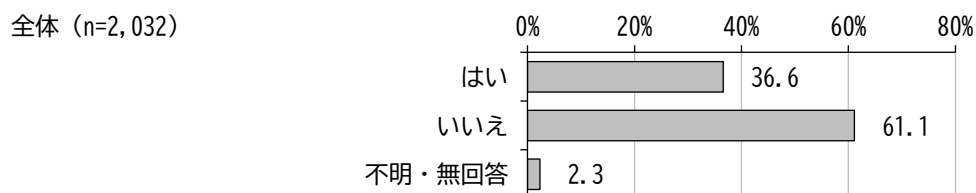
「8点」が20.9%と最も高く、次いで「5点」が19.3%、「7点」が17.3%となっています。



## (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

「はい」が36.6%、「いいえ」が61.1%となっています。

幸福度別にみると、7～10点では「いいえ」、その他の区分では「はい」が高くなっています。



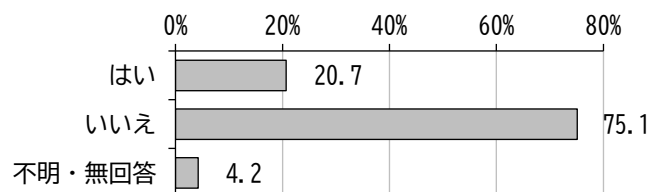
| 単位：%         |                 | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|-----------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                 | 36.6 | 61.1 | 2.3    |
| 幸福度別         | 0～3点 (n=89)     | 68.5 | 30.3 | 1.1    |
|              | 4～6点 (n=636)    | 50.3 | 48.4 | 1.3    |
|              | 7～10点 (n=1,255) | 27.7 | 71.5 | 0.8    |

(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

「はい」が20.7%、「いいえ」が75.1%となっています。

幸福度別にみると、0～3点では「はい」、その他の区分では「いいえ」が高くなっています。

全体 (n=2,032)

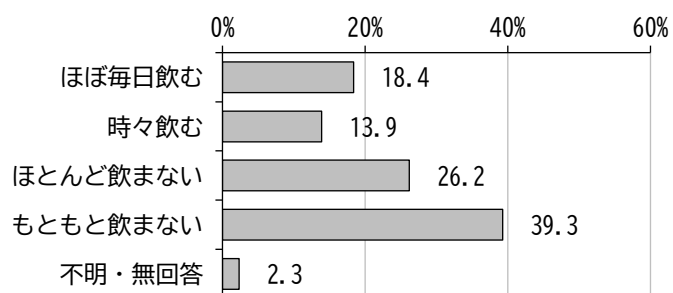


| 単位：%         |                 | はい   | いいえ  | 不明・無回答 |
|--------------|-----------------|------|------|--------|
| 全体 (n=2,032) |                 | 20.7 | 75.1 | 4.2    |
| 幸福度別         | 0～3点 (n=89)     | 52.8 | 43.8 | 3.4    |
|              | 4～6点 (n=636)    | 34.1 | 61.5 | 4.4    |
|              | 7～10点 (n=1,255) | 11.6 | 85.8 | 2.5    |

(5) お酒は飲みますか

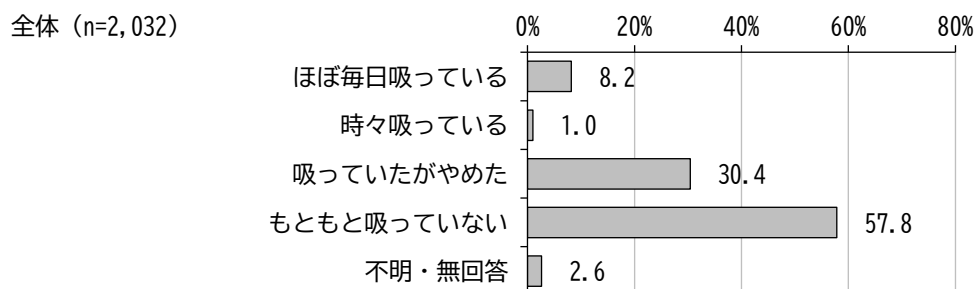
「もともと飲まない」が39.3%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」が26.2%、「ほぼ毎日飲む」が18.4%となっています。

全体 (n=2,032)



## (6) タバコは吸っていますか

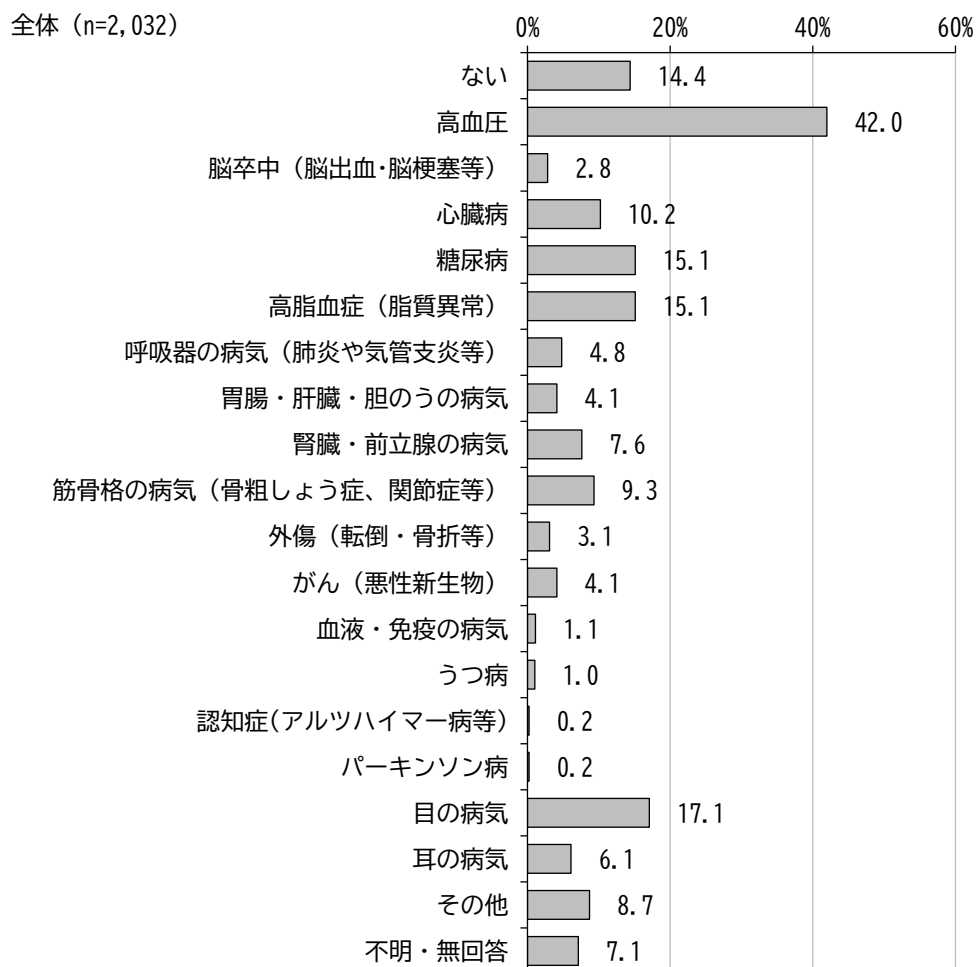
「もともと吸っていない」が57.8%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」が30.4%、「ほぼ毎日吸っている」が8.2%となっています。



## (7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (いくつでも)

「高血圧」が42.0%と最も高く、次いで「目の病気」が17.1%、「糖尿病」「高脂血症 (脂質異常)」が15.1%となっています。

高齢者の外出タイプ別にみると、いずれの区分も「高血圧」が最も高くなっています。

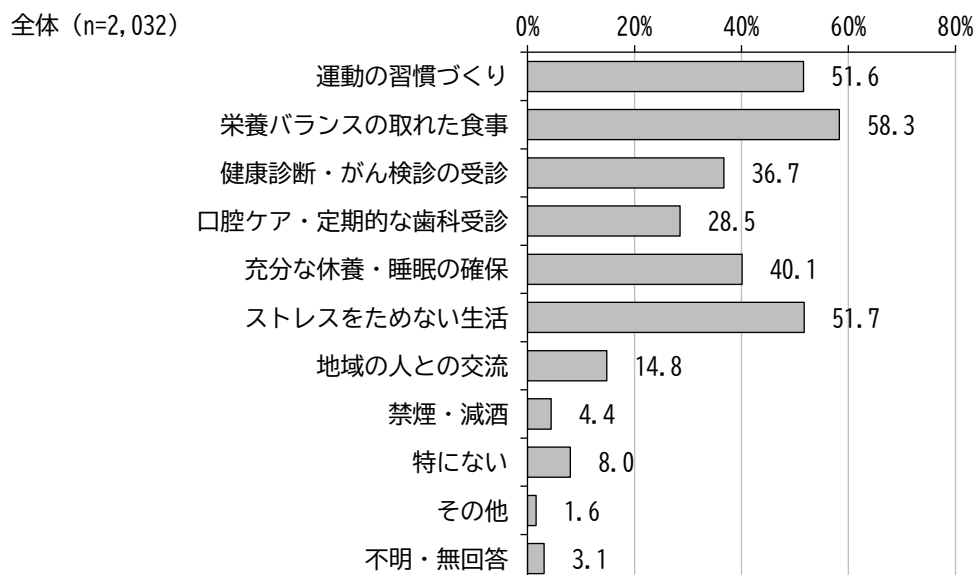


| 単位：％        |                   | ない   | 高血圧  | 脳卒中（脳出血・脳梗塞等） | 心臓病  | 糖尿病  | 高脂血症（脂質異常） | 呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等） | 胃腸・肝臓・胆のうの病気 | 腎臓・前立腺の病気 | 筋骨格の病気（骨折・脱臼・関節症等） |
|-------------|-------------------|------|------|---------------|------|------|------------|------------------|--------------|-----------|--------------------|
| 全体（n=2,032） |                   | 14.4 | 42.0 | 2.8           | 10.2 | 15.1 | 15.1       | 4.8              | 4.1          | 7.6       | 9.3                |
| 外出タイプ別      | 外交的：インドア派（n=157）  | 11.5 | 45.2 | 1.9           | 12.1 | 12.7 | 17.2       | 4.5              | 3.2          | 9.6       | 15.3               |
|             | 内向的：インドア派（n=189）  | 11.1 | 47.6 | 4.8           | 14.8 | 16.4 | 12.2       | 5.8              | 7.9          | 11.6      | 13.8               |
|             | 外交的：アウトドア派（n=961） | 15.5 | 40.5 | 2.6           | 8.7  | 13.8 | 18.0       | 4.2              | 4.0          | 6.8       | 8.6                |
|             | 内向的：アウトドア派（n=595） | 15.8 | 41.3 | 2.4           | 10.4 | 17.5 | 11.8       | 5.7              | 3.7          | 7.6       | 7.6                |

| 単位：％        |                   | 外傷（転倒・骨折等） | がん（悪性新生物） | 血液・免疫の病気 | うつ病 | 認知症（アルツハイマー病等） | パーキンソン病 | 目の病気 | 耳の病気 | その他  | 不明・無回答 |
|-------------|-------------------|------------|-----------|----------|-----|----------------|---------|------|------|------|--------|
| 全体（n=2,032） |                   | 3.1        | 4.1       | 1.1      | 1.0 | 0.2            | 0.2     | 17.1 | 6.1  | 8.7  | 7.1    |
| 外出タイプ別      | 外交的：インドア派（n=157）  | 2.5        | 3.8       | 1.9      | 2.5 | 0.6            | 0.0     | 19.7 | 7.0  | 12.1 | 6.4    |
|             | 内向的：インドア派（n=189）  | 5.8        | 7.4       | 3.7      | 2.1 | 1.1            | 0.5     | 19.6 | 11.1 | 7.9  | 4.2    |
|             | 外交的：アウトドア派（n=961） | 2.3        | 3.7       | 0.7      | 0.9 | 0.0            | 0.1     | 16.3 | 5.2  | 8.9  | 6.9    |
|             | 内向的：アウトドア派（n=595） | 2.9        | 3.7       | 0.7      | 0.5 | 0.2            | 0.3     | 16.8 | 5.9  | 8.1  | 6.7    |

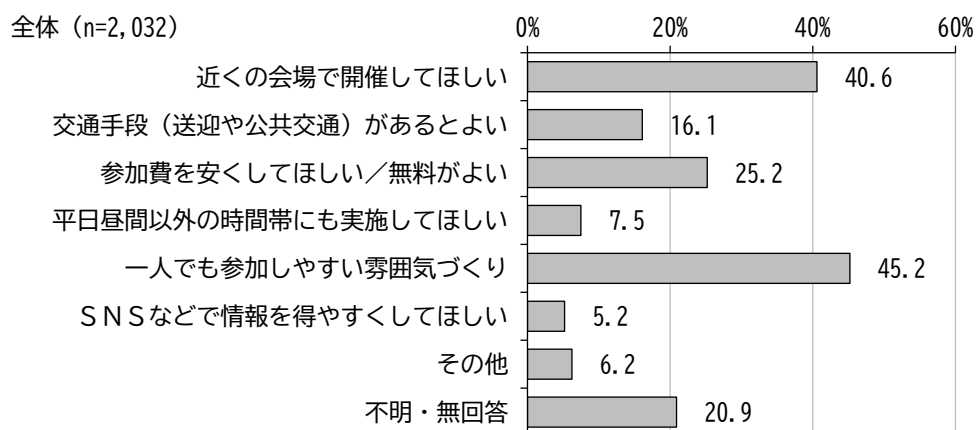
(8) あなた自身が健康寿命を延ばすうえで、今後特に力を入れたいことは何ですか  
(いくつでも)

「栄養バランスの取れた食事」が58.3%と最も高く、次いで「ストレスをためない生活」が51.7%、「運動の習慣づくり」が51.6%となっています。



(9) 健康づくりに参加しやすくするために、どのような工夫が必要だと思いますか  
(いくつでも)

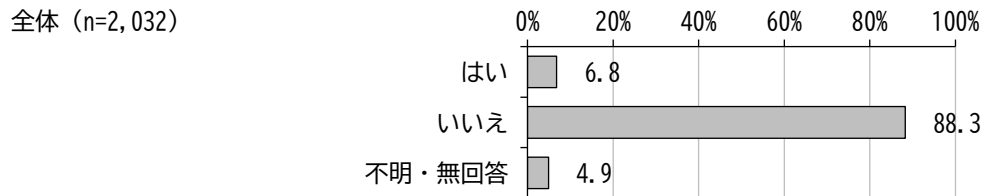
「一人でも参加しやすい雰囲気づくり」が45.2%と最も高く、次いで「近くの会場で開催してほしい」が40.6%、「参加費を安くしてほしい／無料がよい」が25.2%となっています。



## 問9 認知症にかかる相談窓口の把握について

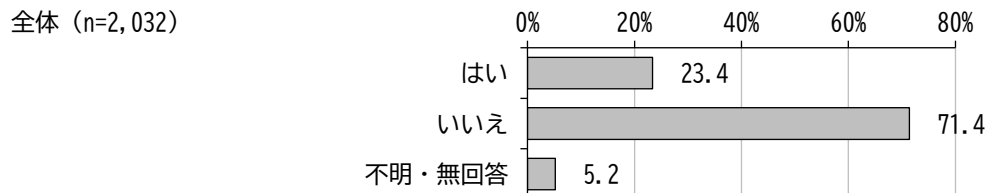
### (1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がありますか

「はい」が6.8%、「いいえ」が88.3%となっています。



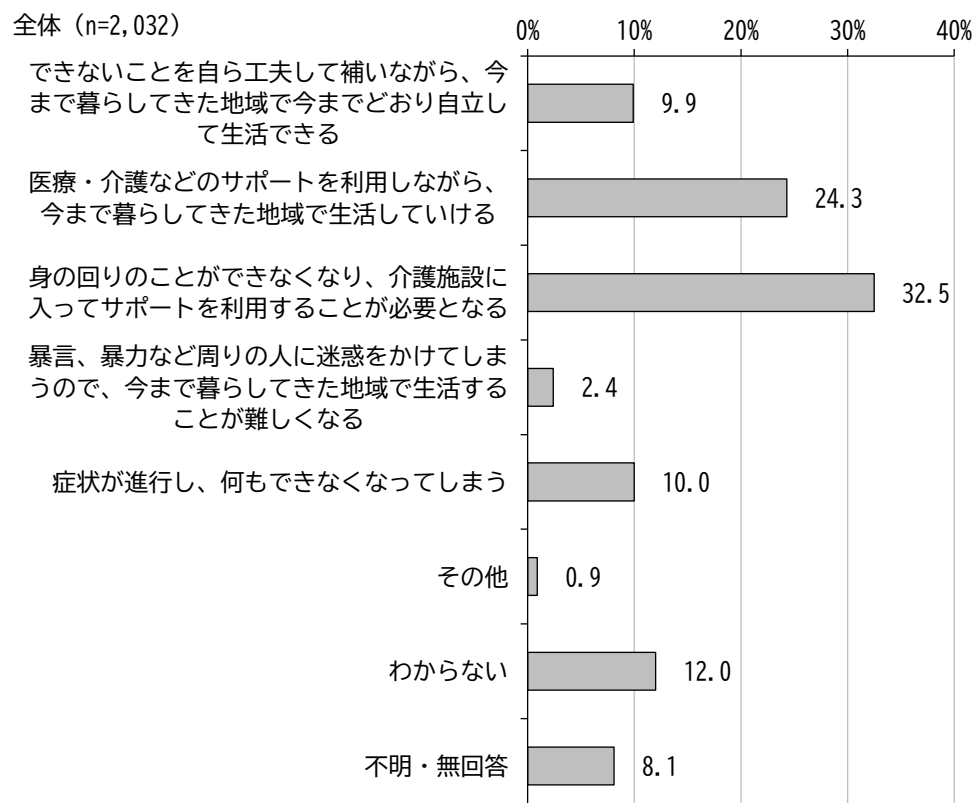
### (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

「はい」が23.4%、「いいえ」が71.4%となっています。



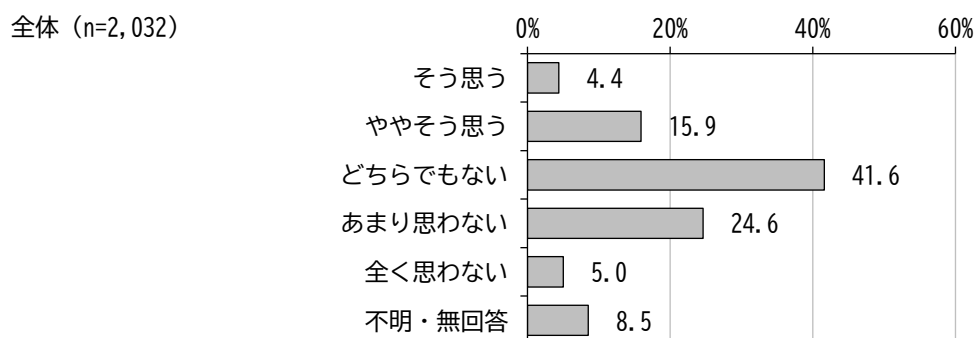
### (3) 認知症に対してどのようなイメージを持っていますか（最も近いもの1つに○）

「身の回りのことができなくなり、介護施設に入ってサポートを利用することが必要となる」が32.5%と最も高く、次いで「医療・介護などのサポートを利用しながら、今まで暮らしてきた地域で生活していける」が24.3%、「わからない」が12.0%となっています。



#### (4) 志摩市は認知症の人が安心して暮らせるまちになっていると思いますか

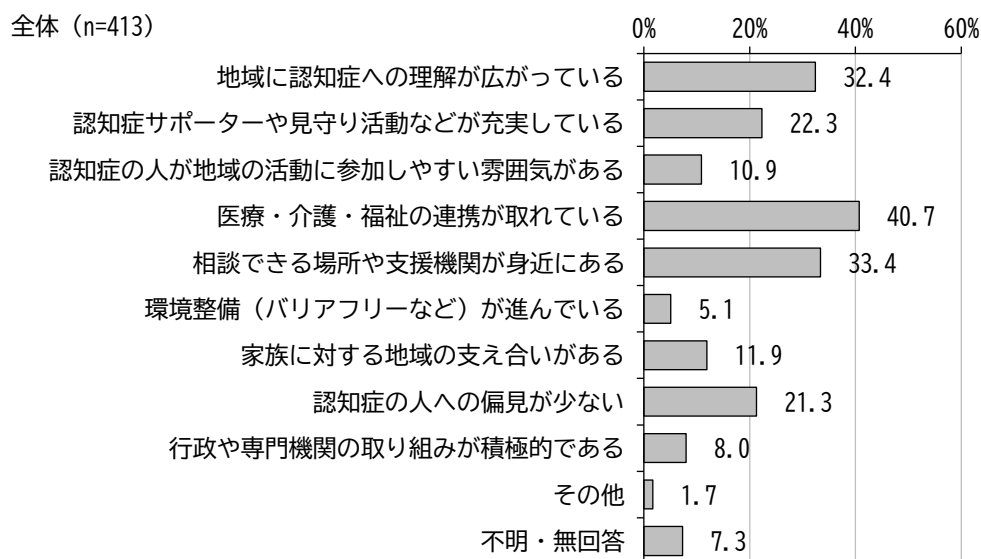
「どちらでもない」が41.6%と最も高く、次いで「あまり思わない」が24.6%、「ややそう思う」が15.9%となっています。



【(4)で「1. そう思う」「2. ややそう思う」と回答した方にお聞きします】

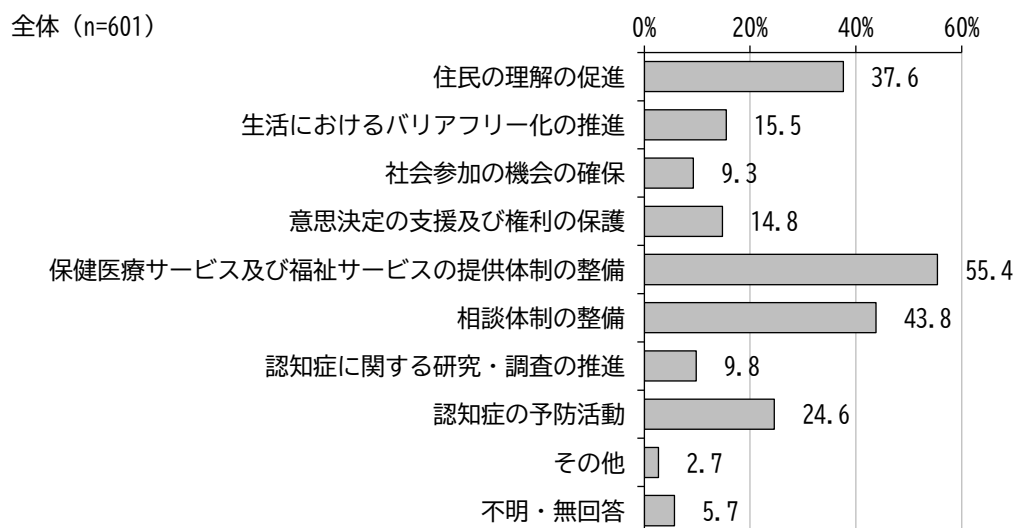
①そう思う理由についてご記入ください (いくつでも)

「医療・介護・福祉の連携が取れている」が40.7%と最も高く、次いで「相談できる場所や支援機関が身近にある」が33.4%、「地域に認知症への理解が広がっている」が32.4%となっています。



【(4)で「4. あまり思わない」「5. 全く思わない」と回答した方にお聞きします】  
 ②認知症の人が安心して暮らせるまちになるためには、何が必要だと考えますか  
 (〇は3つまで)

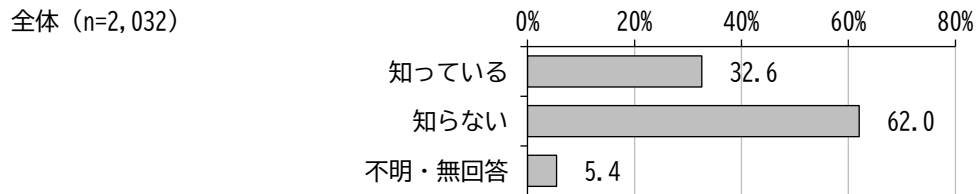
「保健医療サービス及び福祉サービスの提供体制の整備」が55.4%と最も高く、次いで「相談体制の整備」が43.8%、「住民の理解の促進」が37.6%となっています。



## 問 10 介護サービスについて

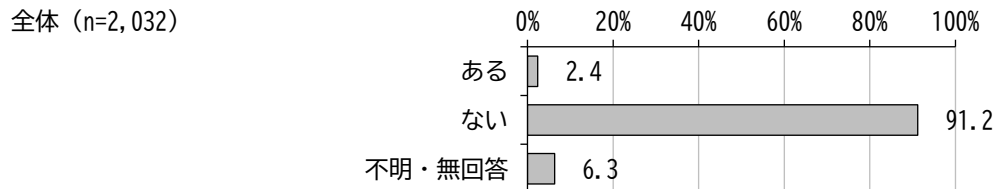
### (1) 介護医療院を知っていますか

「知っている」が32.6%、「知らない」が62.0%となっています。



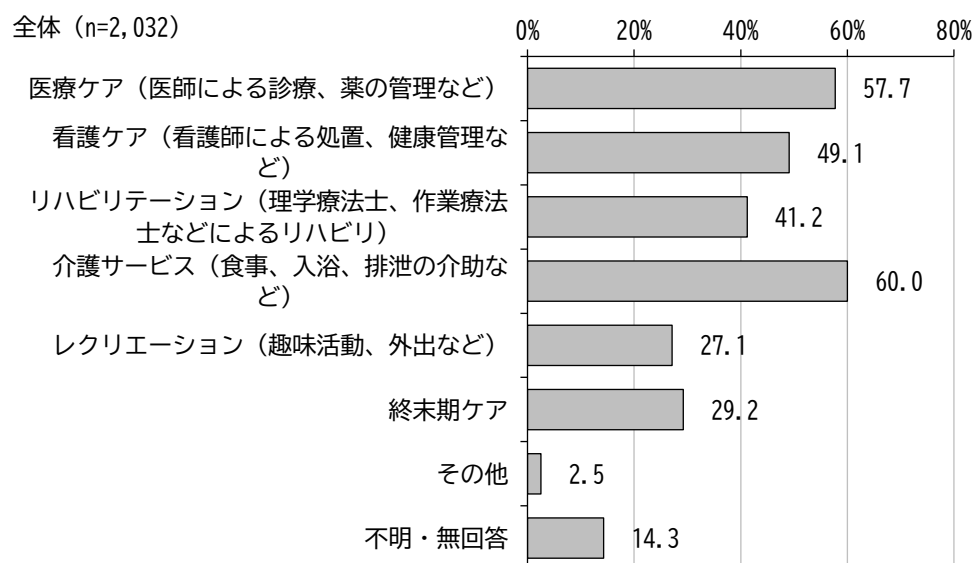
### (2) 介護医療院の入居を検討したことはありますか

「ある」が2.4%、「ない」が91.2%となっています。



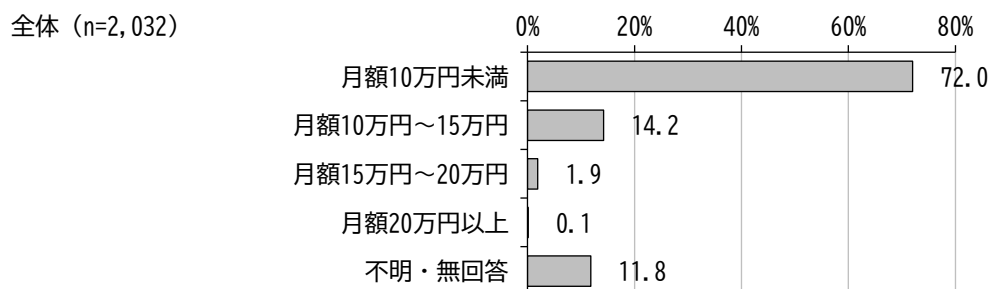
### (3) 介護医療院に入居する場合どのようなサービスを希望しますか (いくつでも)

「介護サービス (食事、入浴、排泄の介助など)」が60.0%と最も高く、次いで「医療ケア (医師による診療、薬の管理など)」が57.7%、「看護ケア (看護師による処置、健康管理など)」が49.1%、「看護ケア (看護師による処置、健康管理など)」が49.1%、「リハビリテーション (理学療法士、作業療法士などによるリハビリ)」が41.2%、「介護サービス (食事、入浴、排泄の介助など)」が60.0%、「レクリエーション (趣味活動、外出など)」が27.1%、「終末期ケア」が29.2%、「その他」が2.5%、「不明・無回答」が14.3%となっています。



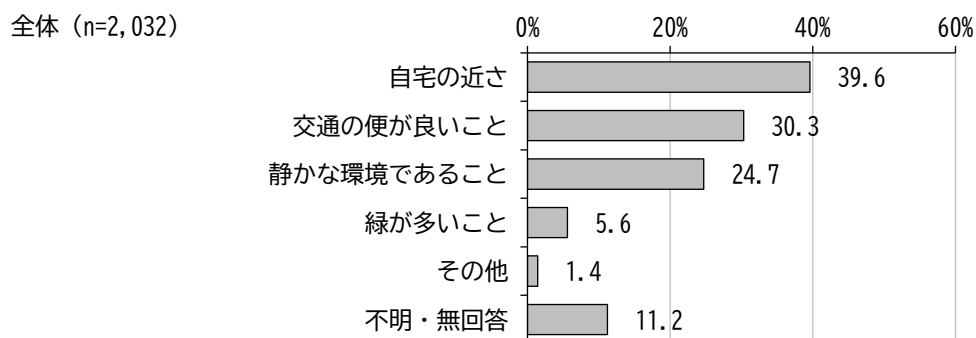
#### (4) 介護医療院の費用について、どの程度なら負担できますか

「月額 10 万円未満」が 72.0%と最も高く、次いで「月額 10 万円～15 万円」が 14.2%、「月額 15 万円～20 万円」が 1.9%となっています。



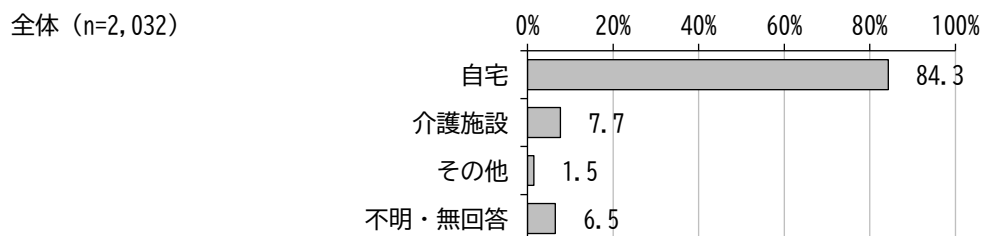
#### (5) 介護医療院の立地条件で重視することは何ですか

「自宅の近さ」が 39.6%と最も高く、次いで「交通の便が良いこと」が 30.3%、「静かな環境であること」が 24.7%となっています。



#### (6) 将来の生活について伺います。どのような場所で生活したいですか

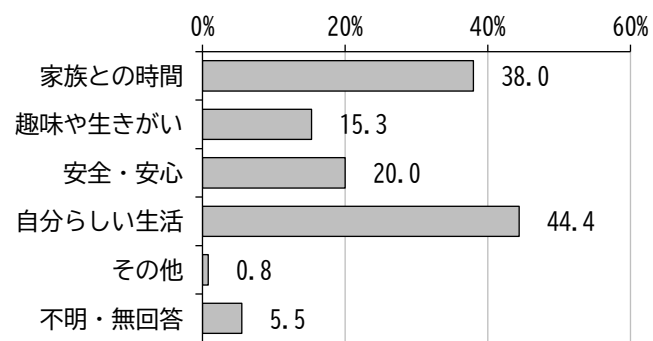
「自宅」が 84.3%、「介護施設」が 7.7%となっています。



### (7) 将来の生活で、どのようなことを大切にしたいですか

「自分らしい生活」が44.4%と最も高く、次いで「家族との時間」が38.0%、「安全・安心」が20.0%となっています。

全体 (n=2,032)

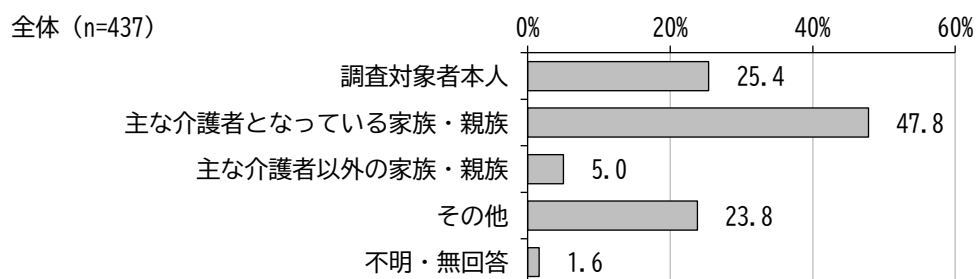


### Ⅲ 在宅介護実態調査

#### (1) A票「調査対象者様ご本人について」

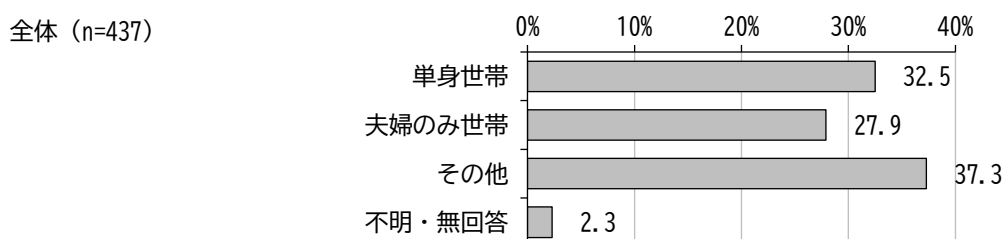
問1 現在、この調査票にご回答を頂いているのは、どなたですか（複数回答可）

「主な介護者となっている家族・親族」が47.8%と最も高く、次いで「調査対象者本人」が25.4%、「主な介護者以外の家族・親族」が5.0%となっています。



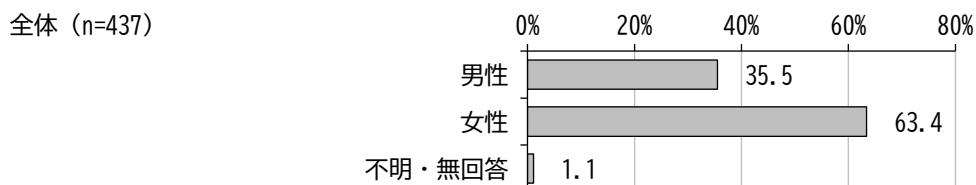
問2 世帯類型について、ご回答ください（1つを選択）

「単身世帯」が32.5%、「夫婦のみ世帯」が27.9%となっています。



問3 ご本人の性別について、ご回答ください（1つを選択）

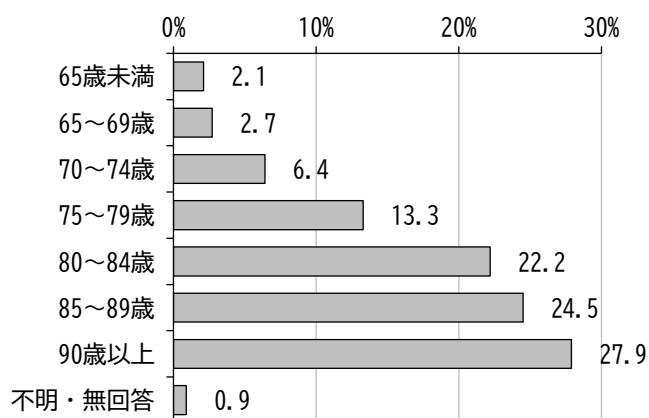
「男性」が35.5%、「女性」が63.4%となっています。



#### 問4 ご本人の年齢について、ご回答ください（1つを選択）

「90歳以上」が27.9%と最も高く、次いで「85～89歳」が24.5%、「80～84歳」が22.2%となっています。

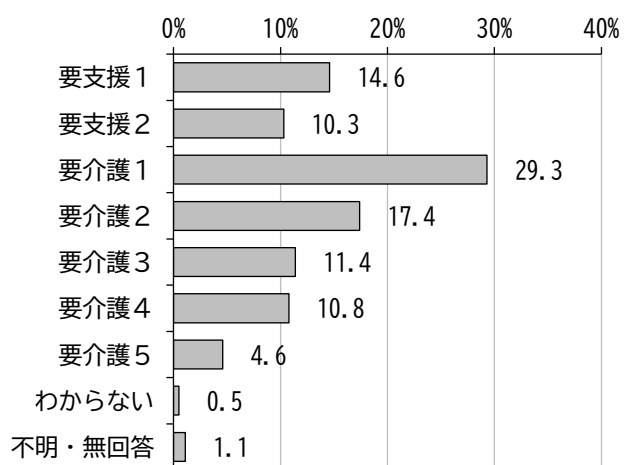
全体（n=437）



#### 問5 ご本人の要介護度について、ご回答ください（1つを選択）

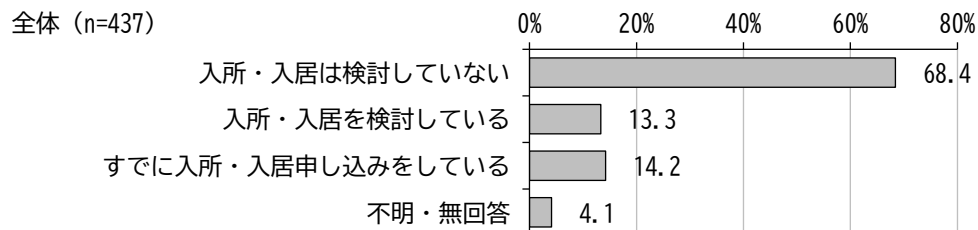
「要介護1」が29.3%と最も高く、次いで「要介護2」が17.4%、「要支援1」が14.6%となっています。

全体（n=437）



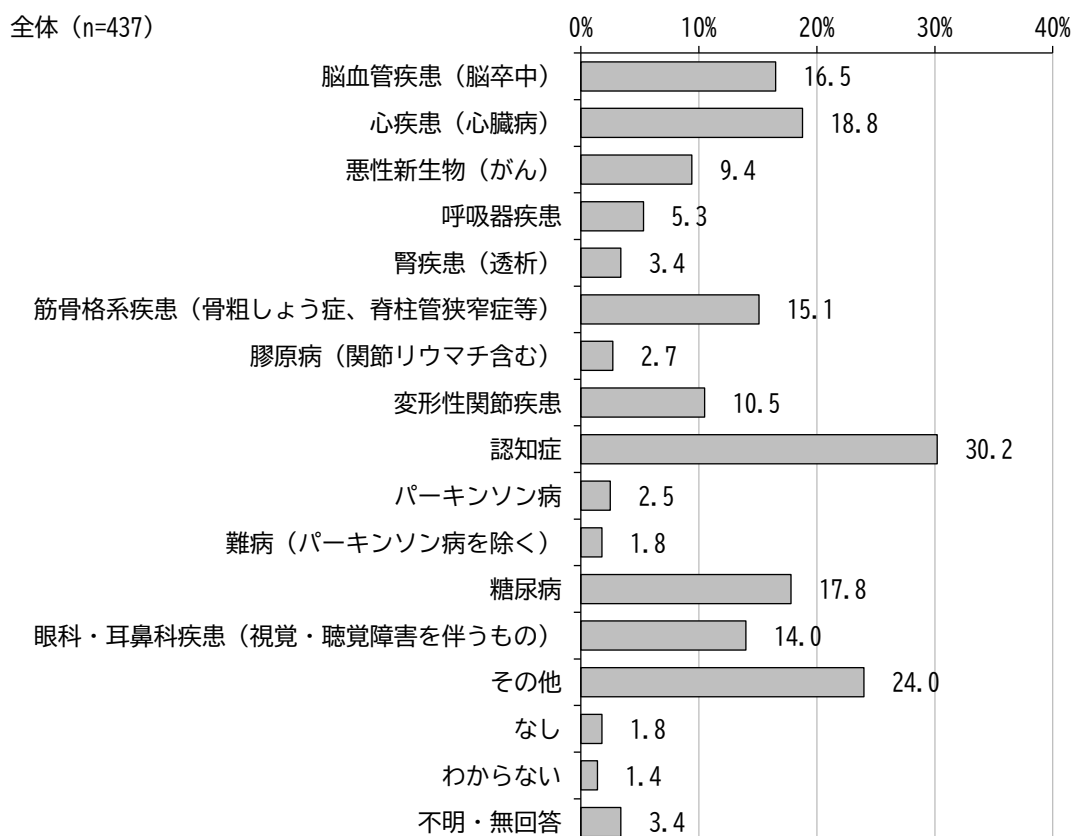
問6 現時点での、施設等への入所・入居の検討状況について、ご回答ください  
(1つを選択)

「入所・入居は検討していない」が68.4%と最も高く、次いで「すでに入所・入居申し込みをしている」が14.2%、「入所・入居を検討している」が13.3%となっています。



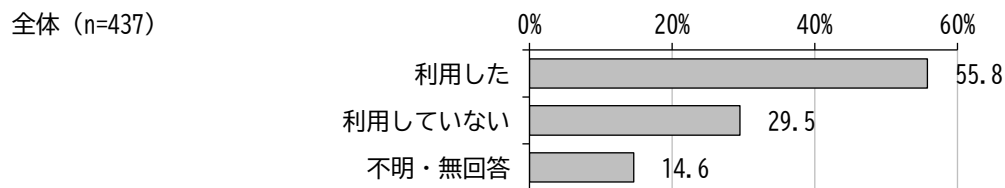
問7 ご本人（認定調査対象者）が、現在抱えている傷病について、ご回答ください  
(複数選択可)

「認知症」が30.2%と最も高く、次いで「心疾患（心臓病）」が18.8%、「糖尿病」が17.8%となっています。



問8 直近の1か月の間に、(住宅改修、福祉用具貸与・購入以外の)介護保険サービスを利用しましたか(1つを選択)

「利用した」が55.8%、「利用していない」が29.5%となっています。

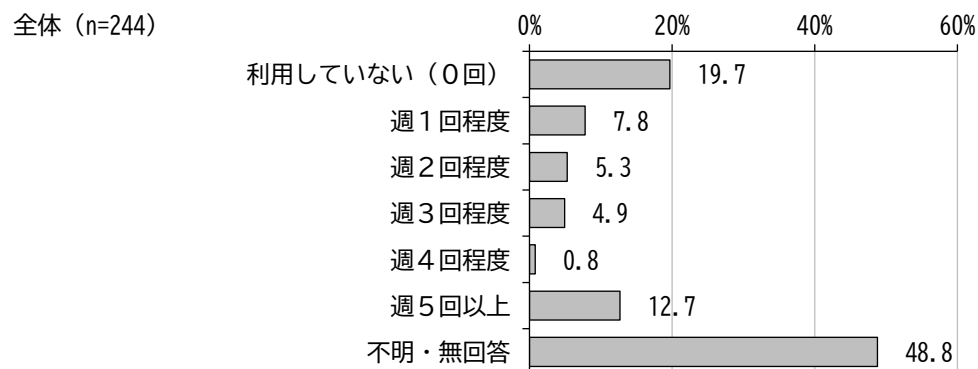


【問8で「1. 利用した」と回答した方にお伺いします。】

問9 以下の介護保険サービスについて、直近の1か月間の利用状況をご回答ください。  
対象の介護保険サービスをご利用になっていない場合は、「利用していない(0回、1. 利用していない)」を選択してください(それぞれ1つに○)。

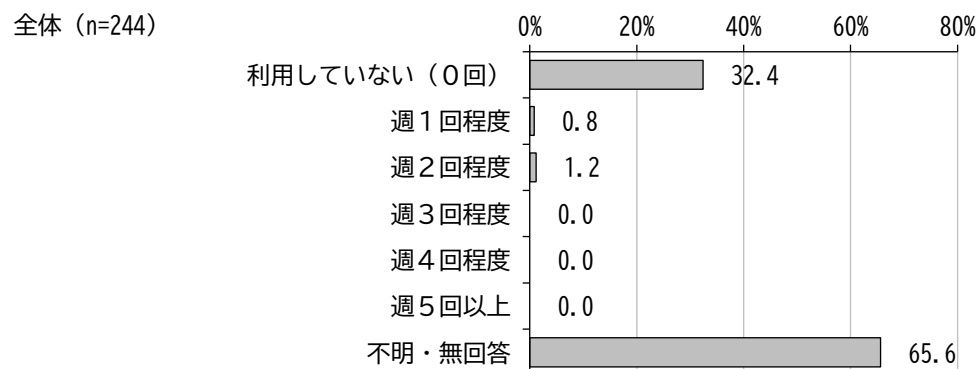
A. 訪問介護(ホームヘルプサービス)／1週間あたりの利用回数

「利用していない(0回)」が19.7%と最も高く、次いで「週5回以上」が12.7%、「週1回程度」が7.8%となっています。



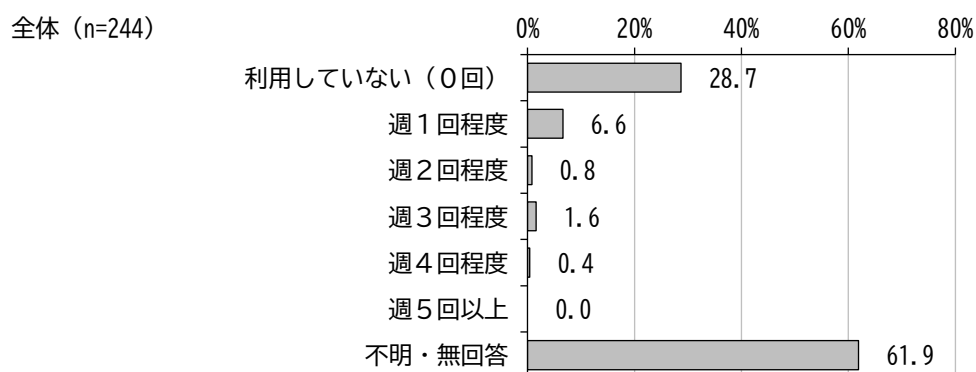
B. 訪問入浴介護／1週間あたりの利用回数

「利用していない(0回)」が32.4%と最も高く、次いで「週2回程度」が1.2%、「週1回程度」が0.8%となっています。



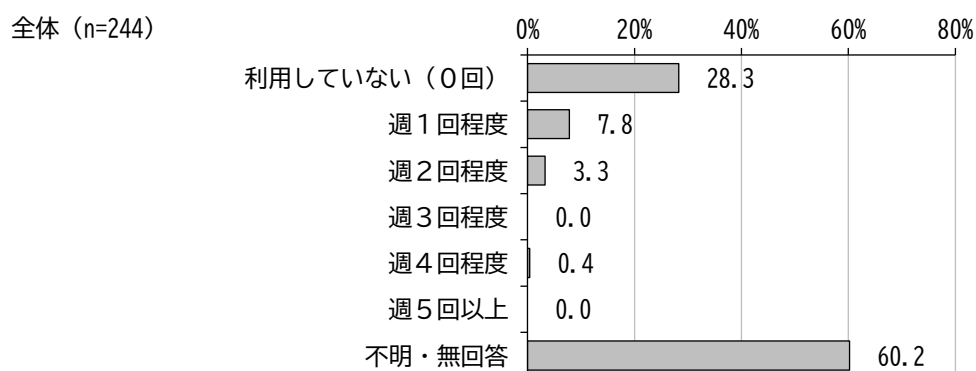
### C. 訪問看護／1週間あたりの利用回数

「利用していない（0回）」が28.7%と最も高く、次いで「週1回程度」が6.6%、「週3回程度」が1.6%となっています。



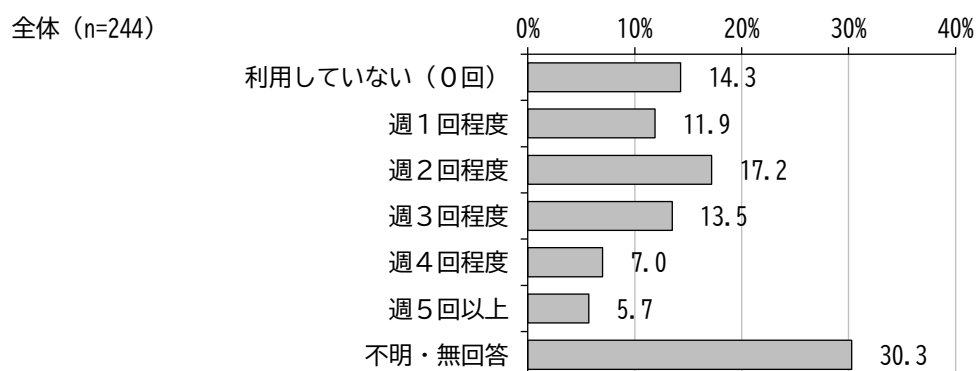
### D. 訪問リハビリテーション／1週間あたりの利用回数

「利用していない（0回）」が28.3%と最も高く、次いで「週1回程度」が7.8%、「週2回程度」が3.3%となっています。



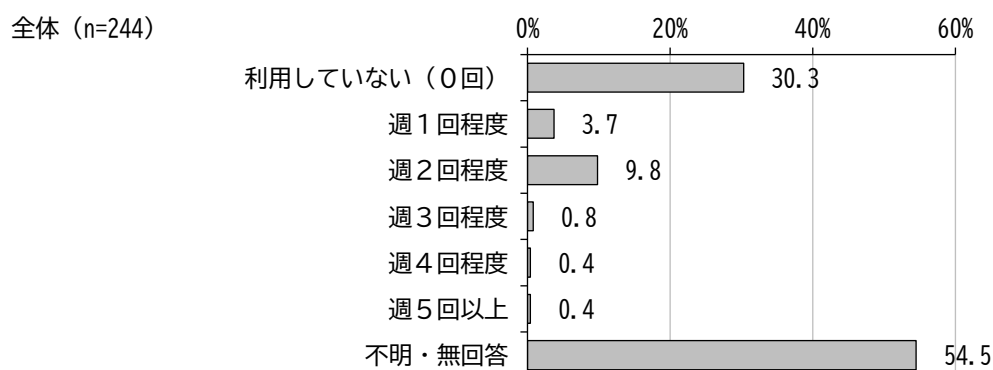
### E. 通所介護（デイサービス）／1週間あたりの利用回数

「週2回程度」が17.2%と最も高く、次いで「利用していない（0回）」が14.3%、「週3回程度」が13.5%となっています。



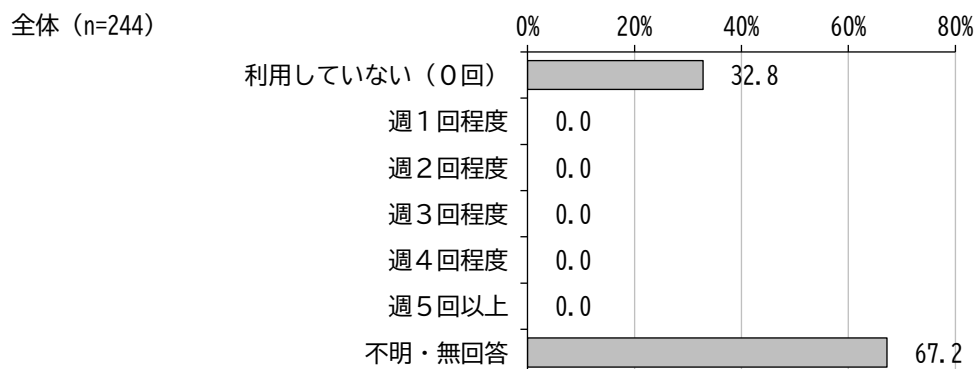
## F. 通所リハビリテーション（デイケア）／1週間あたりの利用回数

「利用していない（0回）」が30.3%と最も高く、次いで「週2回程度」が9.8%、「週1回程度」が3.7%となっています。



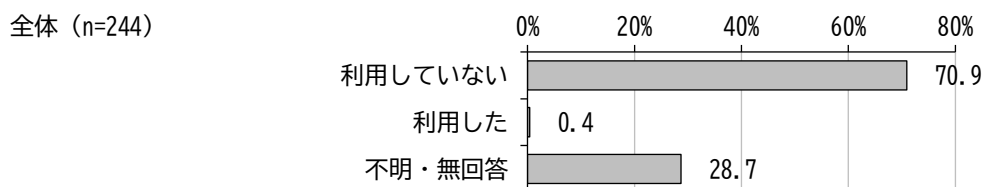
## G. 夜間対応型訪問介護（※訪問のあった回数を回答）／1週間あたりの利用回数

「利用していない（0回）」が32.8%となっています。



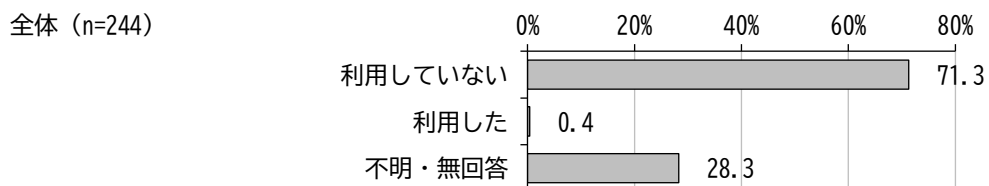
## H. 定期巡回・随時対応型訪問介護看護／利用の有無

「利用していない」が70.9%、「利用した」が0.4%となっています。



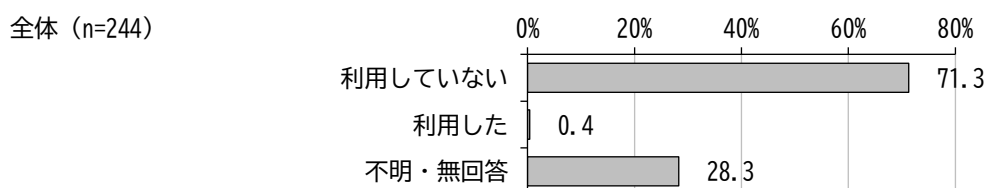
## I. 小規模多機能型居宅介護／利用の有無

「利用していない」が71.3%、「利用した」が0.4%となっています。



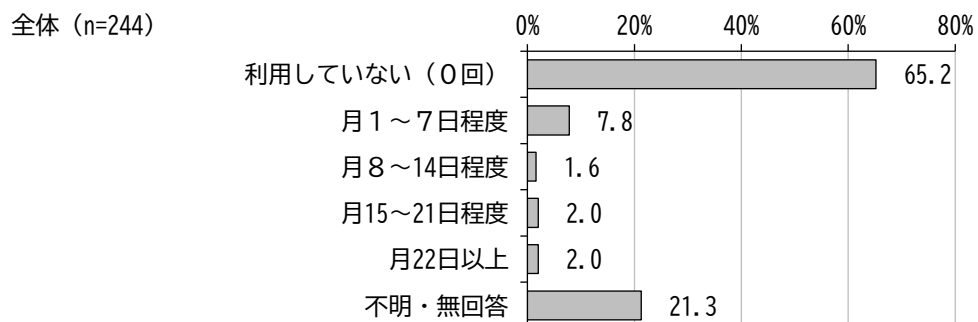
## J. 看護小規模多機能型居宅介護／利用の有無

「利用していない」が71.3%、「利用した」が0.4%となっています。



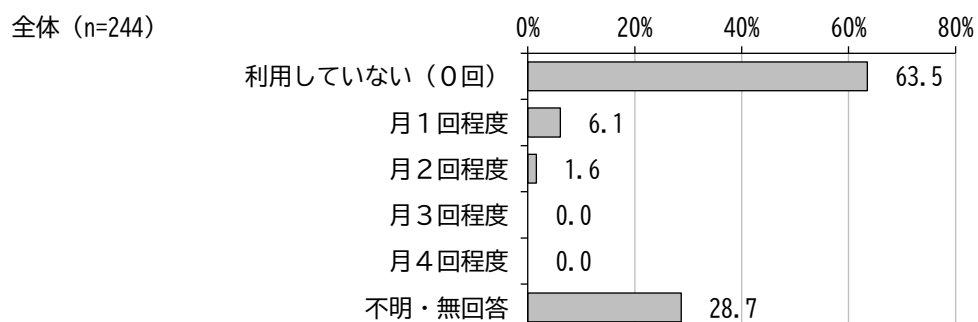
## K. ショートステイ／1か月あたりの利用日数

「利用していない（0回）」が65.2%と最も高く、次いで「月1～7日程度」が7.8%、「月15～21日程度」「月22日以上」が2.0%となっています。



## L. 居宅療養管理指導／1か月あたりの利用回数

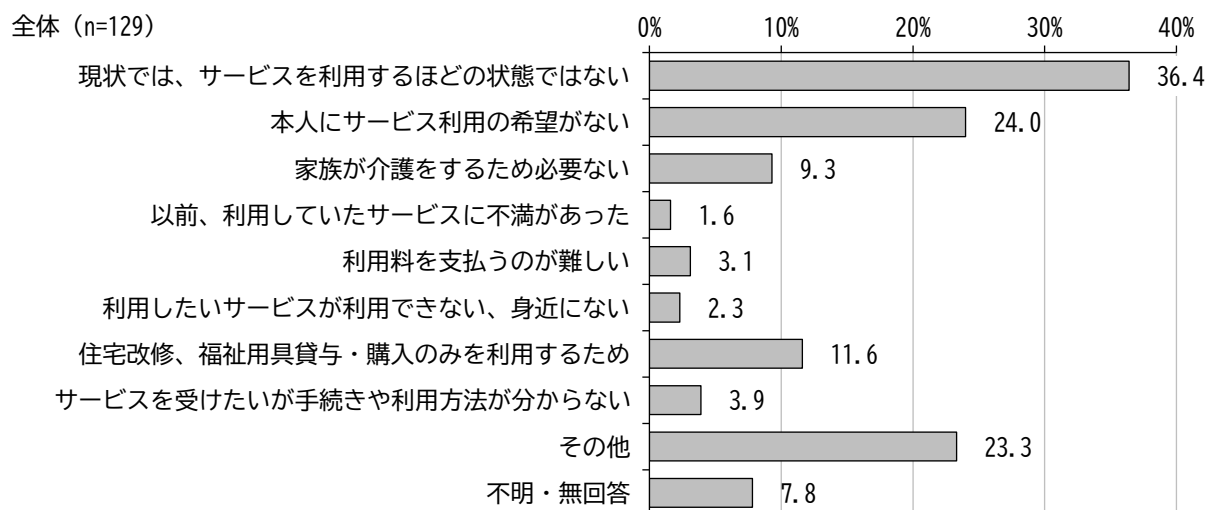
「利用していない（0回）」が63.5%と最も高く、次いで「月1回程度」が6.1%、「月2回程度」が1.6%となっています。



【問8で「2. 利用していない」と回答した方にお伺いします。】

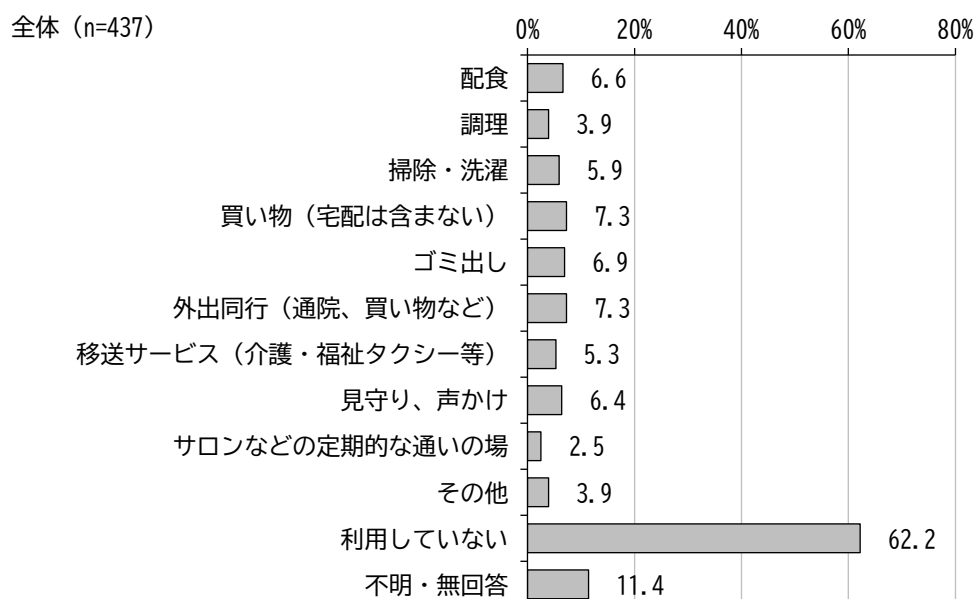
問10 介護保険サービスを利用していない理由は何ですか（複数選択可）

「現状では、サービスを利用するほどの状態ではない」が36.4%と最も高く、次いで「本人にサービス利用の希望がない」が24.0%、「住宅改修、福祉用具貸与・購入のみを利用するため」が11.6%となっています。



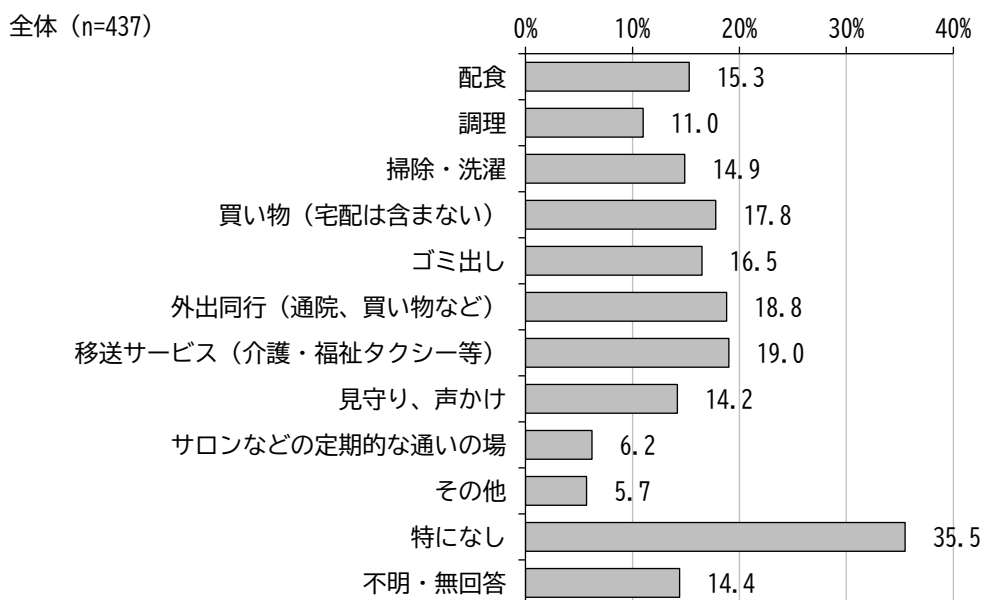
問11 現在、利用している、「介護保険サービス以外」の支援・サービスについて、ご回答ください（複数選択可）

「利用していない」が62.2%と最も高く、次いで「買い物（宅配は含まない）」「外出同行（通院、買い物など）」が7.3%となっています。



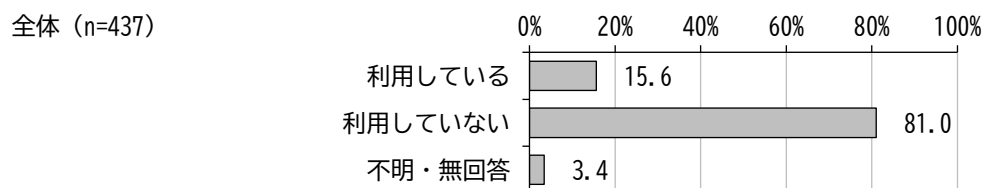
問 12 今後の在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス（現在利用しているが、さらなる充実が必要と感じる支援・サービスを含む）について、ご回答ください  
（複数選択可）

「特になし」が 35.5%と最も高く、次いで「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」が 19.0%、「外出同行（通院、買い物など）」が 18.8%となっています。



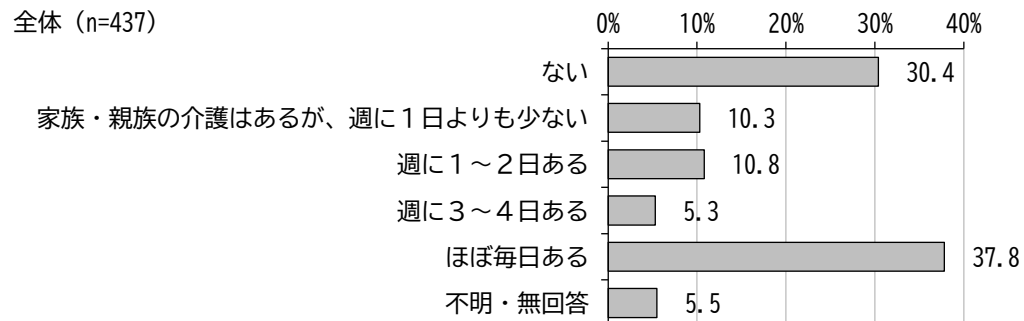
問 13 ご本人（認定調査対象者）は、現在、訪問診療を利用していますか（1つを選択）

「利用している」が 15.6%、「利用していない」が 81.0%となっています。



問 14 ご家族やご親族の方からの介護は、週にどのくらいありますか（同居していない子どもや親族等からの介護を含む）（1つを選択）

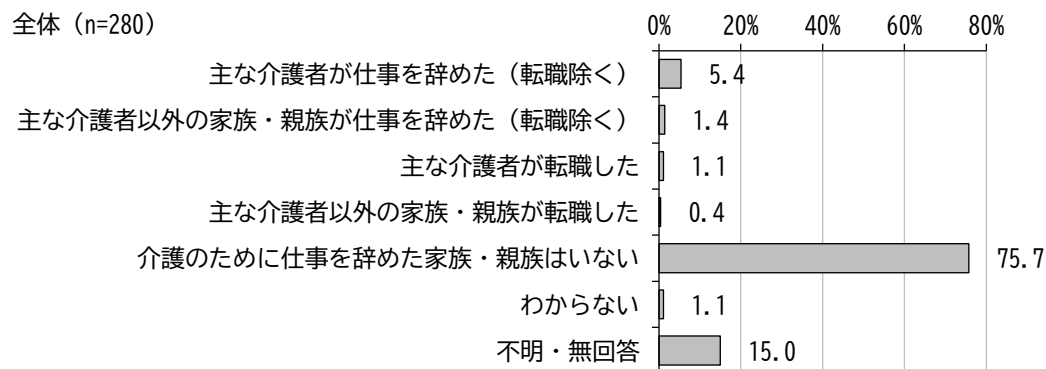
「ほぼ毎日ある」が 37.8%と最も高く、次いで「ない」が 30.4%、「週に1～2日ある」が 10.8%となっています。



## (2) B票「主な介護者の方について」

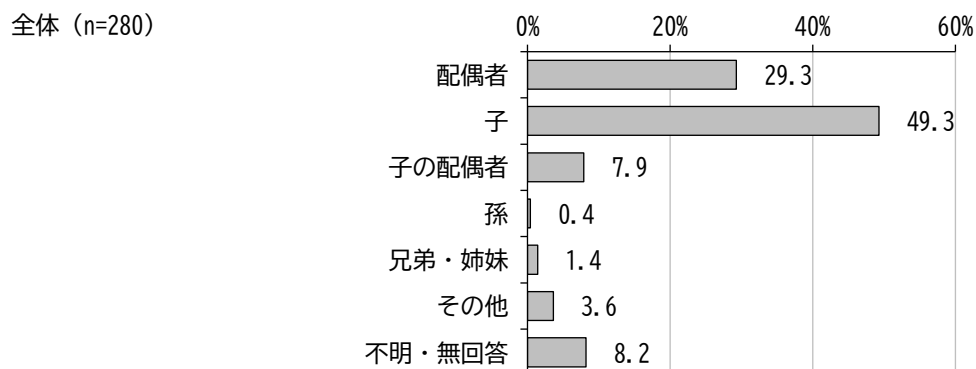
問1 ご家族やご親族の中で、ご本人（認定調査対象者）の介護を主な理由として、過去1年の間に仕事を辞めた方はいますか（現在働いているかどうかや、現在の勤務形態は問いません）（複数選択可）

「介護のために仕事を辞めた家族・親族はいない」が75.7%と最も高く、次いで「主な介護者が仕事を辞めた（転職除く）」が5.4%、「主な介護者以外の家族・親族が仕事を辞めた（転職除く）」が1.4%、「主な介護者が転職した」が1.1%、「主な介護者以外の家族・親族が転職した」が0.4%、「わからない」が1.1%、「不明・無回答」が15.0%となっています。



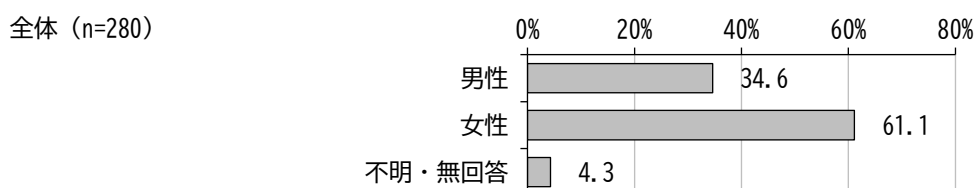
問2 主な介護者の方は、どなたですか（1つを選択）

「子」が49.3%と最も高く、次いで「配偶者」が29.3%、「子の配偶者」が7.9%となっています。



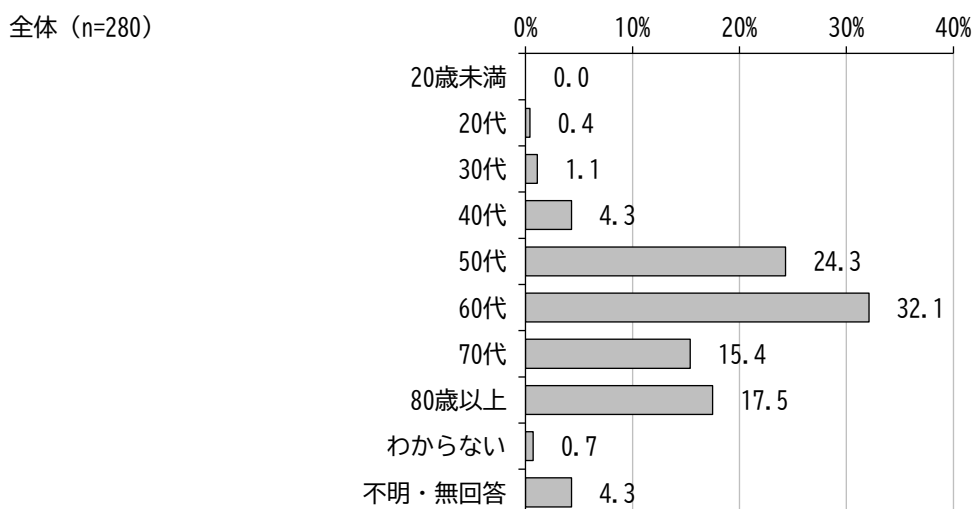
問3 主な介護者の方の性別について、ご回答ください（1つを選択）

「男性」が34.6%、「女性」が61.1%となっています。



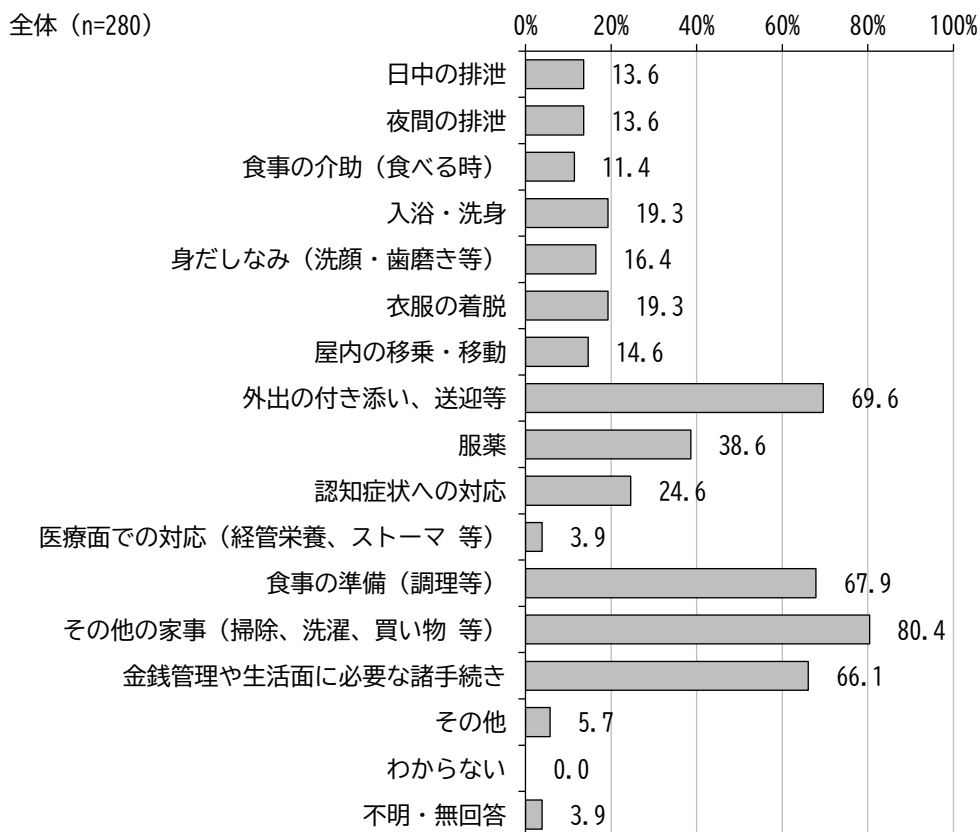
#### 問4 主な介護者の方の年齢について、ご回答ください（1つを選択）

「60代」が32.1%と最も高く、次いで「50代」が24.3%、「80歳以上」が17.5%となっています。



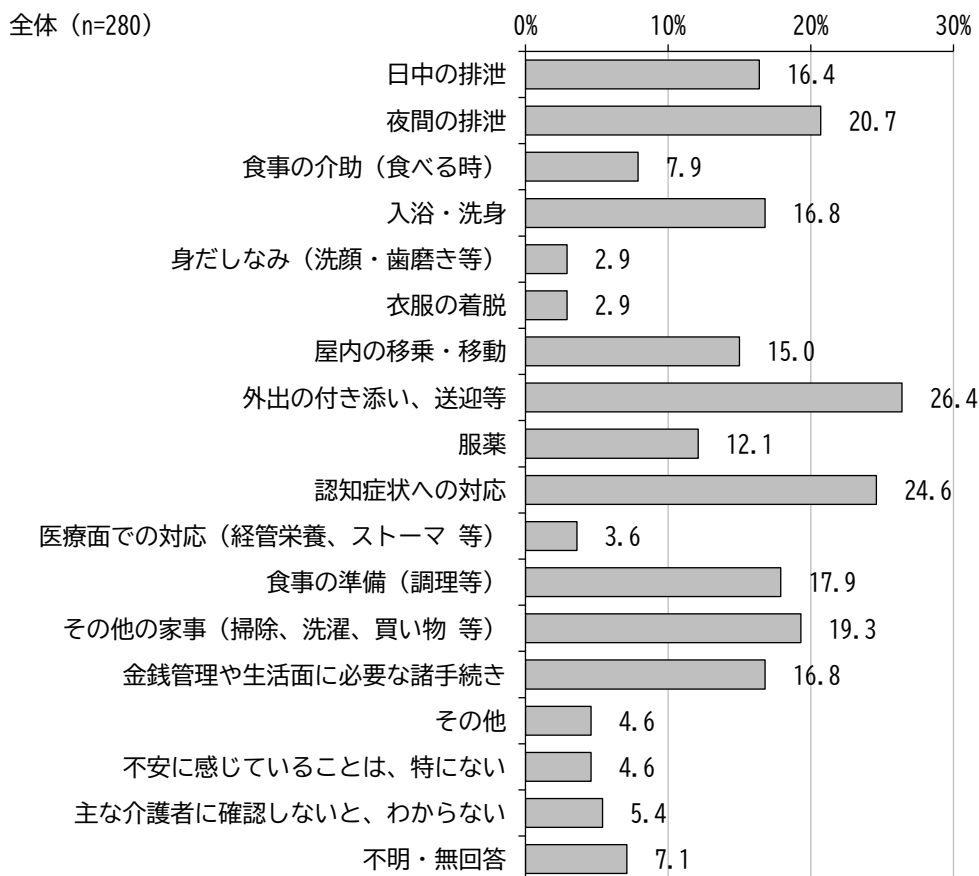
#### 問5 現在、主な介護者の方が行っている介護等について、ご回答ください（複数選択可）

「その他の家事（掃除、洗濯、買い物 等）」が80.4%と最も高く、次いで「外出の付き添い、送迎等」が69.6%、「食事の準備（調理等）」が67.9%となっています。



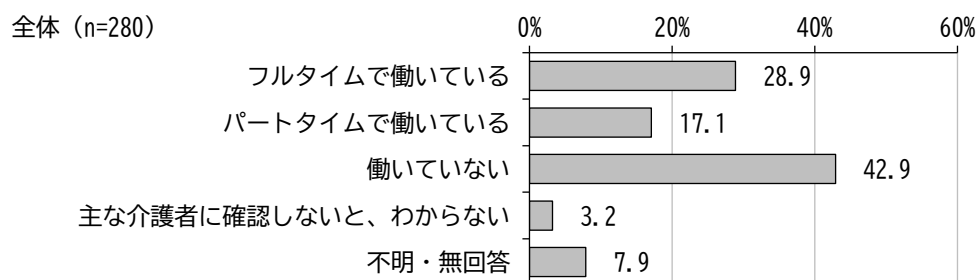
問6 現在の生活を継続していくにあたって、主な介護者の方が不安に感じる介護等について、ご回答ください（現状で行っているか否かは問いません）（3つまで選択可）

「外出の付き添い、送迎等」が26.4%と最も高く、次いで「認知症状への対応」が24.6%、「夜間の排泄」が20.7%となっています。



問7 主な介護者の方の現在の勤務形態について、ご回答ください（1つを選択）

「働いていない」が42.9%と最も高く、次いで「フルタイムで働いている」が28.9%、「パートタイムで働いている」が17.1%となっています。

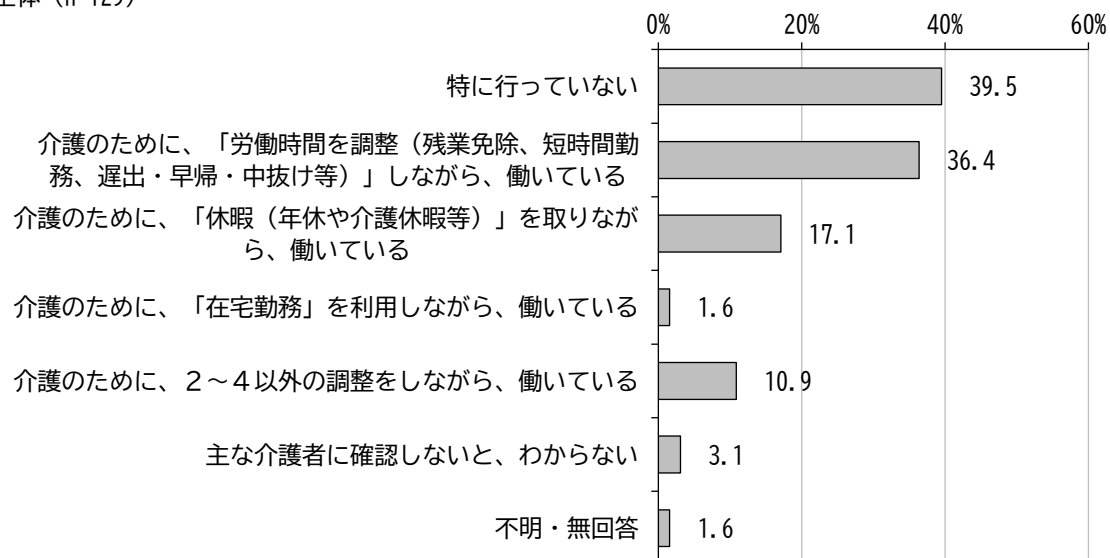


【問7で「1. フルタイムで働いている」「2. パートタイムで働いている」と回答した方にお伺いします。】

問8 主な介護者の方は、介護をするにあたって、何か働き方についての調整等をしていきますか（複数選択可）

「特に行っていない」が39.5%と最も高く、次いで「介護のために、「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら、働いている」が36.4%、「介護のために、「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている」が17.1%となっています。

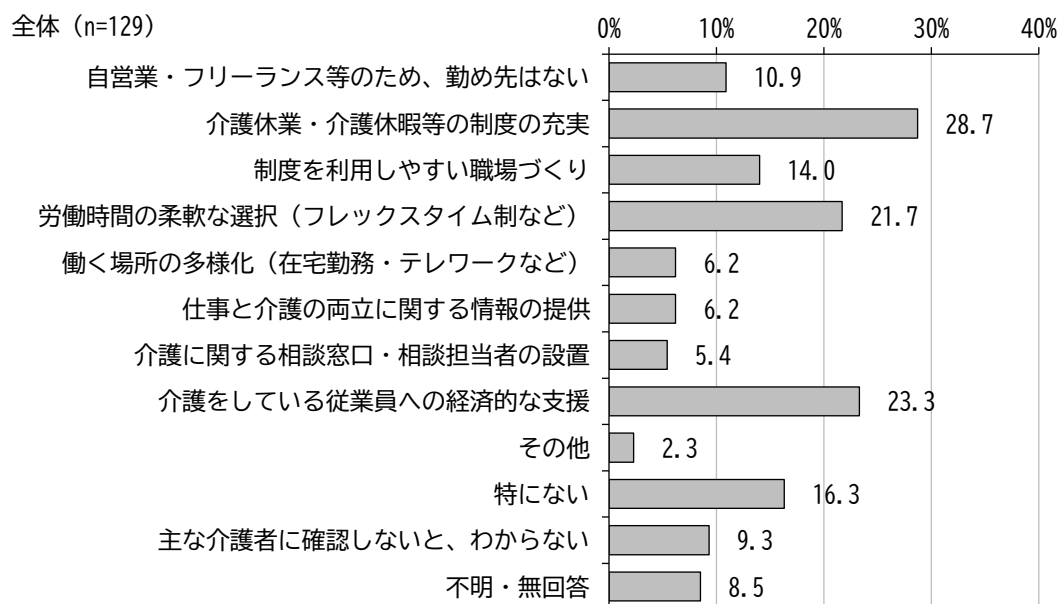
全体（n=129）



【問7で「1. フルタイムで働いている」「2. パートタイムで働いている」と回答した方にお伺いします。】

問9 主な介護者の方は、勤め先からどのような支援があれば、仕事と介護の両立に効果があると思いますか（3つまで選択可）

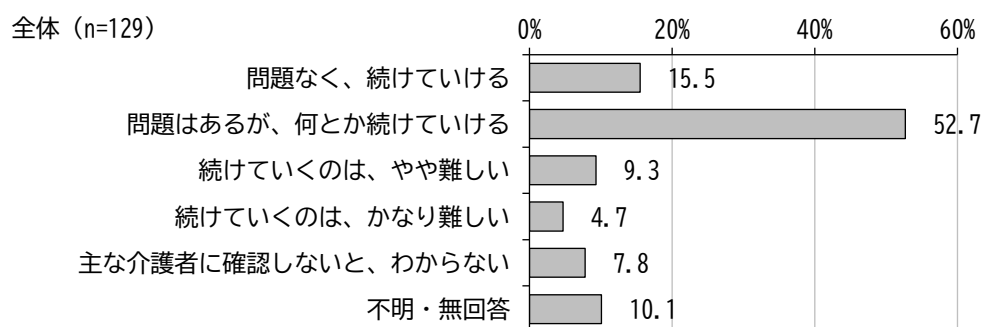
「介護休業・介護休暇等の制度の充実」が28.7%と最も高く、次いで「介護をしている従業員への経済的な支援」が23.3%、「労働時間の柔軟な選択（フレックスタイム制など）」が21.7%となっています。



【問7で「1. フルタイムで働いている」「2. パートタイムで働いている」と回答した方にお伺いします。】

問10 主な介護者の方は、今後も働きながら介護を続けていけそうですか（1つを選択）

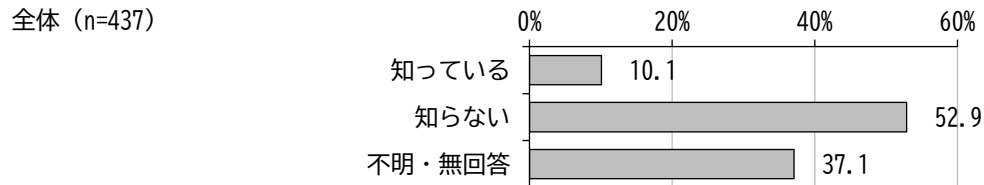
「問題はあるが、何とか続けていける」が52.7%と最も高く、次いで「問題なく、続けていける」が15.5%、「続けていくのは、やや難しい」が9.3%となっています。



### (3) C票「調査対象者様ご本人、主な介護者の方」

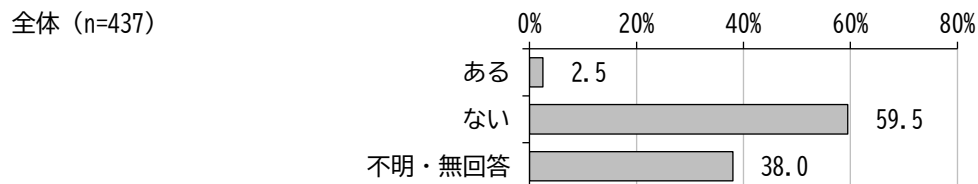
#### 問1 介護医療院についてお伺いします。介護医療院を知っていますか

「知っている」が10.1%、「知らない」が52.9%となっています。



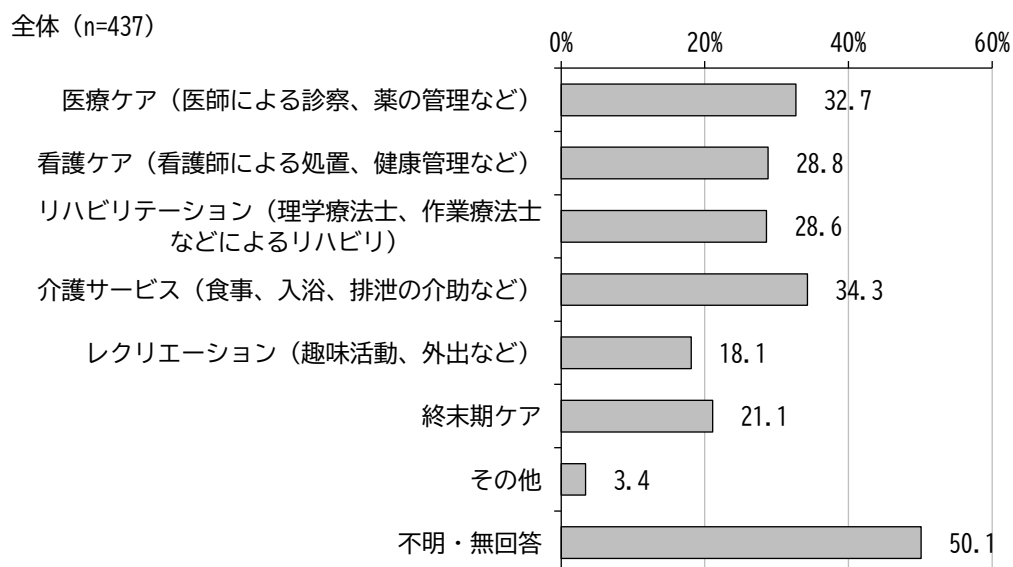
#### 問2 介護医療院の入居を検討したことはありますか

「ある」が2.5%、「ない」が59.5%となっています。



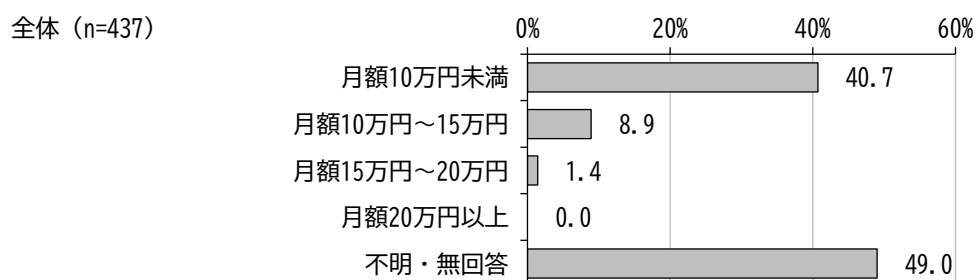
#### 問3 介護医療院に入居する場合どのようなサービスを希望しますか（複数回答可）

「介護サービス（食事、入浴、排泄の介助など）」が34.3%と最も高く、次いで「医療ケア（医師による診察、薬の管理など）」が32.7%、「看護ケア（看護師による処置、健康管理など）」が28.8%となっています。



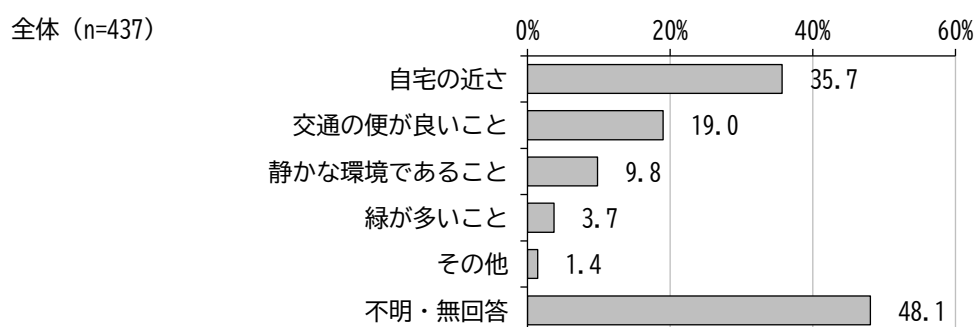
#### 問4 介護医療院の費用について、どの程度なら負担できますか

「月額 10 万円未満」が 40.7%と最も高く、次いで「月額 10 万円～15 万円」が 8.9%、「月額 15 万円～20 万円」が 1.4%となっています。



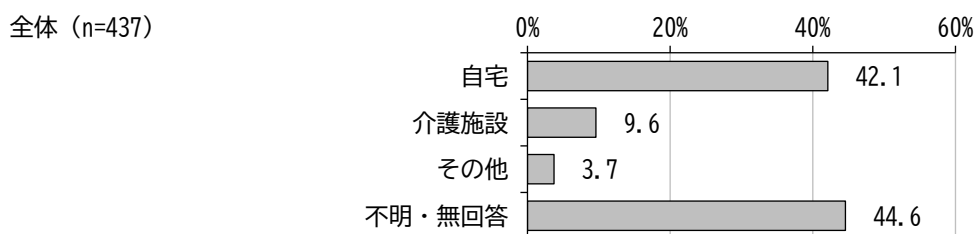
#### 問5 介護医療院の立地条件で重視することは何ですか

「自宅の近さ」が 35.7%と最も高く、次いで「交通の便が良いこと」が 19.0%、「静かな環境であること」が 9.8%となっています。



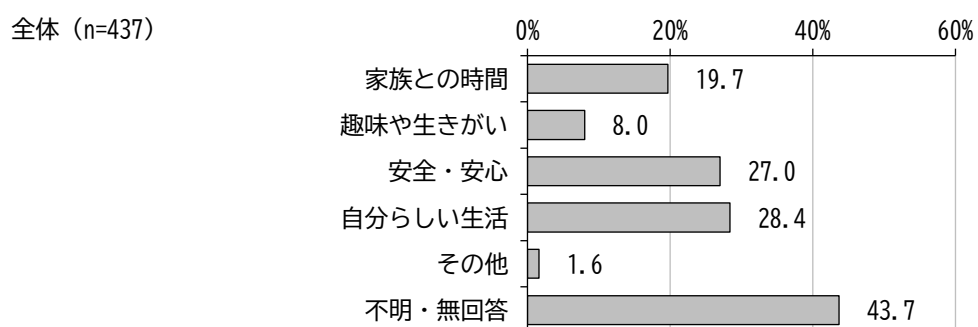
#### 問6 将来の生活についてお伺いします。どのような場所で生活したいですか

「自宅」が 42.1%、「介護施設」が 9.6%となっています。



## 問7 将来の生活で、どのようなことを大切にしたいですか

「自分らしい生活」が28.4%と最も高く、次いで「安全・安心」が27.0%、「家族との時間」が19.7%となっています。



志摩市  
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査等報告書  
令和8年3月

発行：志摩市 健康福祉部 介護・総合相談支援課  
〒517-0592 三重県志摩市阿児町鵜方 3098-22  
T E L : 0599-44-0284  
F A X : 0599-44-5260