

**令和5年度
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
集計結果と今後の課題**

**令和5年 6月
新冠町保健福祉課**

目 次

1. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の集計結果について	1
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	6
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	31
問6 まわりの人との助け合いについて	39
問7 健康について	41
問8 認知症にかかる相談窓口の把握について	48
問9 医療のことについて	50
問10 外出する手段について	52
問11 これからのことについて	56
自由記述	65
2. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果から見える今後の課題	73
(1) フレイル予防及び介護予防の推進	
(2) 認知症施策の推進	
(3) 在宅医療・介護の充実	
(4) 高齢者の社会参加の促進	
(5) 地域の中での助け合い体制の整備	

1. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の集計結果について

(1) 調査目的 第9期高齢者保健福祉計画を策定するにあたり、要介護状態になる前の高齢者の日常生活リスクや社会参加状況を把握し、地域の抱える課題を特定するための基礎資料とすることを目的に実施。

(2) 調査対象 令和5年4月1日時点で65歳以上の者
(介護保険において「要介護」認定を受けている者は除く)

(3) 調査期間 令和5年4月3日(月)～4月24日(月)

(4) 調査内容 全59問(選択回答形式58問、自由記述形式1問)

(5) 調査方法

- ・調査票の配布 : 郵送
- ・ 〃 回収 : 郵送または回収箱への投函

【回収箱設置場所】

- ・新冠町役場
- ・新冠町レ・コード館
- ・新冠町立国保診療所
- ・新冠町老人憩いの家
- ・新冠温泉レ・コードの湯
- ・節婦町老人憩いの家

(6) 回収結果

		【R2年度】	【H29年度】
対象者数	: 1,444名	1,568名	1,438名
回答者数	: 924名	1,011名	935名
回答率	: 64.0%	64.5%	65.0%

(7) 回答結果の見方について

- ・ 回答結果の割合(%)は、回答総数に対するそれぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものであり、単数回答であっても合計値が100.0%にならない場合があります。
- ・ 複数回答の設問の場合、選択肢毎に回答総数に対するそれぞれの割合で示していることから、合計値が100.0%を超える場合があります。
- ・ 図表やグラフ中の「無回答」は、回答が示されていないもの(空欄)を指します。
- ・ 図表や文中の「N (number of case)」は、回答総数(あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人)を表します。
- ・ 図表やグラフ中の設問の選択肢は簡略化してしている場合があります。

【回答者内訳】

(1) 日常生活圏域別

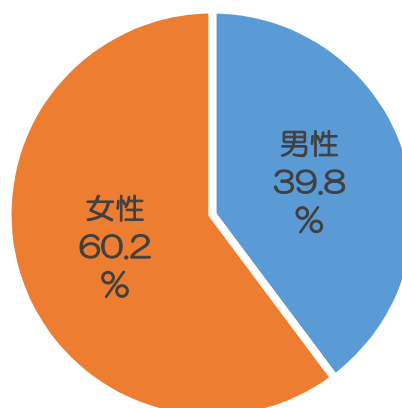
	対象者数	回答者	回答率	年齢別回答者内訳							
				65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-99	100以上
本 町	164	124	75.6%	21	33	25	27	11	6	1	0
中央町	78	51	65.4%	7	8	20	7	4	3	2	0
北星町	293	221	75.4%	45	56	52	42	18	6	2	0
東 町	177	128	72.3%	19	34	21	26	17	9	2	0
市街地合計	712	524	73.6%	92	131	118	102	50	24	7	0
泊 津	102	60	58.8%	15	20	11	8	2	4	0	0
高 江	50	23	46.0%	4	8	5	3	2	0	1	0
朝 日	42	22	52.4%	6	5	5	1	1	2	1	1
大 富	33	19	57.6%	0	3	7	6	1	2	0	0
万 世	24	11	45.8%	2	3	4	0	0	1	1	0
明 和	19	11	57.9%	3	3	1	1	2	1	0	0
緑 丘	24	11	45.8%	1	2	3	3	2	0	0	0
古 岸	24	13	54.2%	2	3	4	0	0	4	0	0
若 園	20	10	50.0%	2	2	2	1	1	1	1	0
新 栄	17	9	52.9%	1	2	3	2	1	0	0	0
泉	21	5	23.8%	1	1	1	0	2	0	0	0
新冠沢合計	376	194	51.6%	37	52	46	25	14	15	4	1
節婦町	163	100	61.3%	15	21	24	19	17	4	0	0
大狩部	59	31	52.5%	7	5	8	6	4	1	0	0
共 栄	29	14	48.3%	3	0	2	3	4	2	0	0
東 川	21	12	57.1%	3	6	3	0	0	0	0	0
美 宇	31	17	54.8%	6	3	1	3	4	0	0	0
新 和	14	7	50.0%	3	1	2	0	1	0	0	0
太 陽	34	19	55.9%	7	6	2	2	1	1	0	0
里 平	5	4	80.0%	2	1	1	0	0	0	0	0
西新冠沢合計	356	204	57.3%	46	43	43	33	31	8	0	0
不 明	—	2	—	—	—	—	—	—	—	—	—
合 計	1,444	924	64.0%	175	226	207	160	95	47	11	1
構成比	—	—	—	19.0%	24.5%	22.5%	17.4%	10.3%	5.1%	1.2%	0.1%

居住地区別割合

	今 回	令和2年度
全 体	100.0% (922名)	100.0% (1,010名)
市街地地区	56.8% (524名)	55.0% (555名)
新冠沢地区	21.0% (194名)	23.1% (233名)
西新冠地区	22.1% (204名)	22.0% (222名)

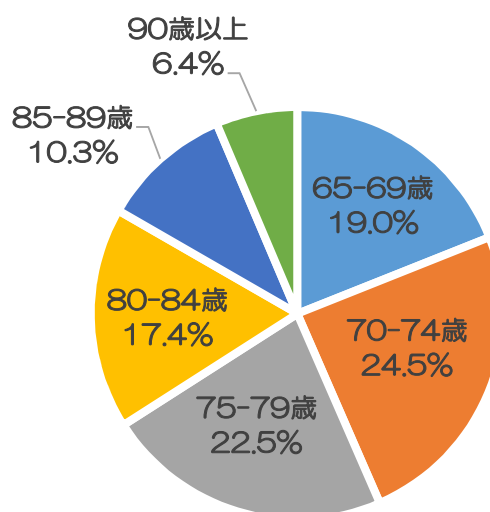
(2) 男女比

	今回	R2 年度
全体	100.0% (922 名)	100.0% (1,010 名)
男性	39.8% (367 名)	42.1% (425 名)
女性	60.2% (555 名)	57.9% (585 名)



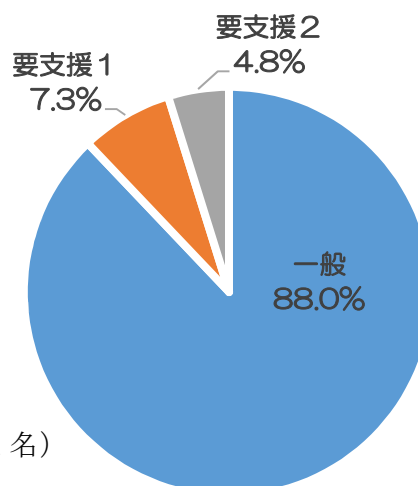
(3) 年齢階級別

	今回	R2 年度
全体	100.0% (922 名)	100.0% (1,010 名)
65-69 歳	19.0% (175 名)	22.0% (222 名)
70-74 歳	24.5% (226 名)	24.2% (244 名)
75-79 歳	22.5% (207 名)	19.0% (192 名)
80-84 歳	17.4% (160 名)	16.8% (170 名)
85-89 歳	10.3% (95 名)	10.5% (106 名)
90 歳以上	6.4% (59 名)	7.5% (76 名)
平均年齢	76.8 歳	76.6 歳



(4) 要介護状態区分別

	今回	R2 年度
一般	88.0% (811 名)	90.7% (916 名)
要支援 1	7.3% (67 名)	6.0% (61 名)
要支援 2	4.8% (44 名)	3.3% (33 名)



※性別・年齢・要介護状態不明 2 名 (令和 2 年度 1 名)

今回と前回(令和 2 年度)の調査回答者を比較すると、前期高齢者(65 歳から 74 歳)の割合については、前回 46.1%だったのに対し今回は 43.5%、後期高齢者(75 歳以上)は、前回 53.9%だったのに対し今回は 56.5%となっており、平均年齢は 0.2 歳高くなっている。

また、要介護度区分についても、「要支援」認定者の割合が前回 9.3%だったのに対し、今回は 12.9%になっていることから、介護を要する方の割合が前回よりも高くなっている。

問1

あなたのご家族や生活状況について

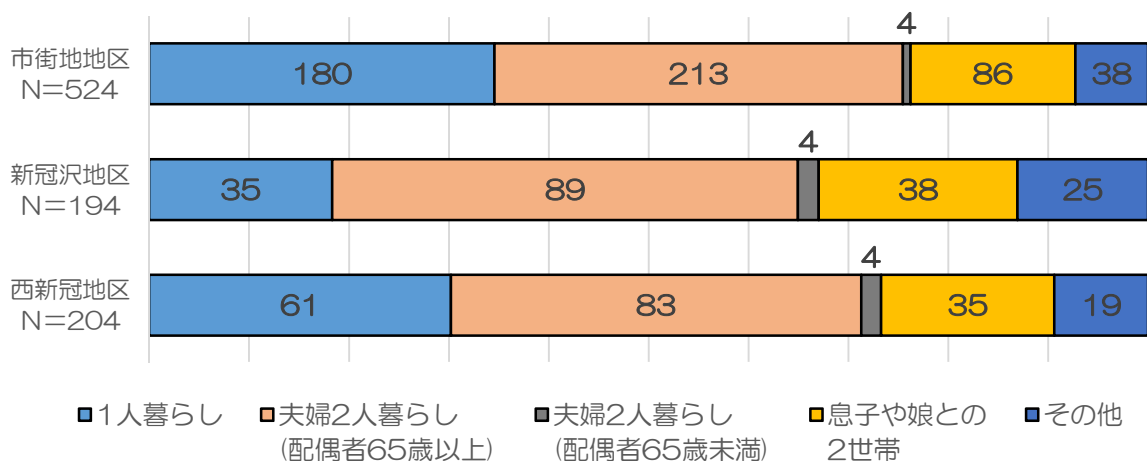
(1) 家族構成(一緒に住んでいる方)について 【N=924】

		今 回			R2 年度	
		市街地地区	新冠沢地区	西新冠地区		
1	1人暮らし	29.9% (276名)	34.4% (180名)	18.0% (35名)	29.9% (61名)	25.4% (257名)
2	夫婦2人暮らし (配偶者65歳以上)	41.8% (386名)	40.6% (213名)	45.9% (89名)	40.7% (83名)	40.5% (409名)
3	夫婦2人暮らし (配偶者65歳未満)	1.4% (13名)	0.8% (4名)	2.1% (4名)	2.0% (4名)	3.7% (37名)
4	息子や娘との2世帯	17.2% (159名)	16.4% (86名)	19.6% (38名)	17.2% (35名)	17.8% (180名)
5	その他	8.9% (82名)	7.3% (38名)	12.9% (25名)	9.3% (19名)	10.9% (110名)
	無回答	0.9% (8名)	0.6% (3名)	1.5% (3名)	1.0% (2名)	1.8% (18名)
	合 計	100.0% (924名)	100.0% (524名)	100.0% (194名)	100.0% (204名)	100.0% (1,011名)

※「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65歳未満)」 各1名ずつ居住地不明

地区別の家族構成割合

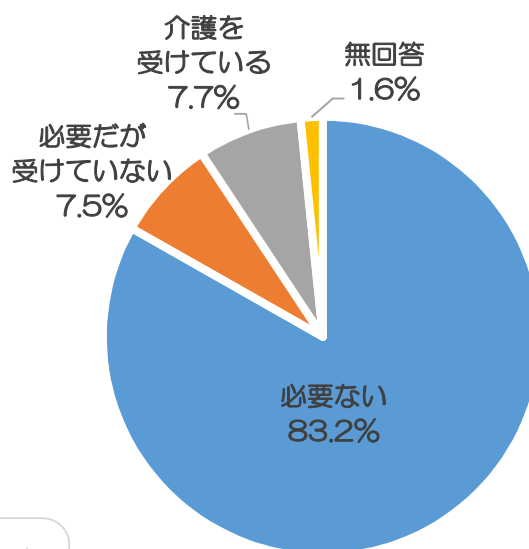


回答者の家族構成については、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が約4割(41.8%)と最も多く、次いで「1人暮らし」(29.9%)、「息子や娘との2世帯」(17.2%)となっている。

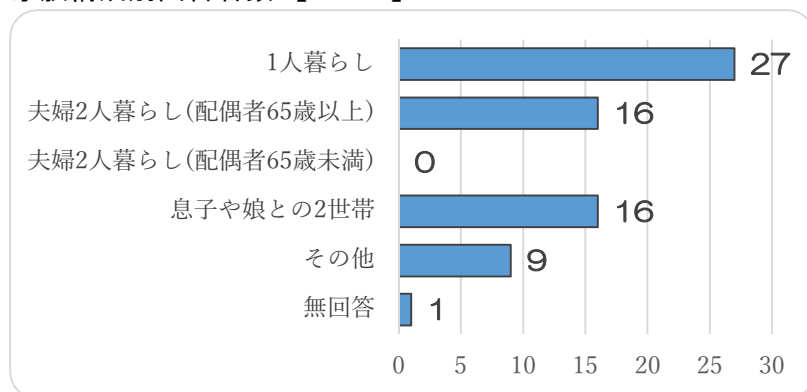
地区別で見ると、どの地区も「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」の割合が最も高くなっているものの、市街地地区では他の地区と比べて「1人暮らし」の割合が高く、新冠沢地区では、「1人暮らし」よりも「息子や娘との2世帯」の割合が高いという特色が見られる。

(2) 普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか 【N=924】

		今回	R2年度
1	必要ない	83.2% (769名)	82.1% (830名)
2	何らかの介護・介助は必要だが受けていない	7.5% (69名)	8.3% (84名)
3	何らかの介護を受けている	7.7% (71名)	6.4% (65名)
	無回答	1.6% (15名)	3.2% (32名)



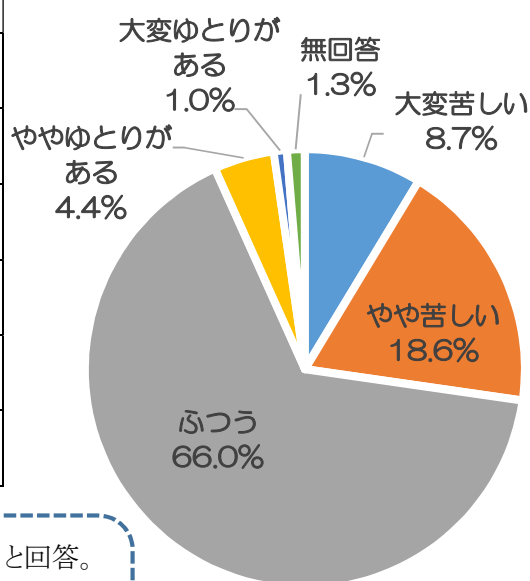
「2. 介護・介助は必要だが受けていない」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=69】



主観的な介護の必要度について、8割以上(83.2%)は「必要ない」と回答。また、「何らかの介護・介助は必要だが受けていない」と回答した方の4割(69名中27名)は1人暮らしとなっている。

(3) 現在の暮らしは経済的(金銭的)にどう感じますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	大変苦しい	8.7% (80名)	6.2% (63名)
2	やや苦しい	18.6% (172名)	18.8% (190名)
3	ふつう	66.0% (610名)	68.7% (695名)
4	ややゆとりがある	4.4% (41名)	3.5% (35名)
5	大変ゆとりがある	1.0% (9名)	0.9% (9名)
	無回答	1.3% (12名)	1.9% (19名)



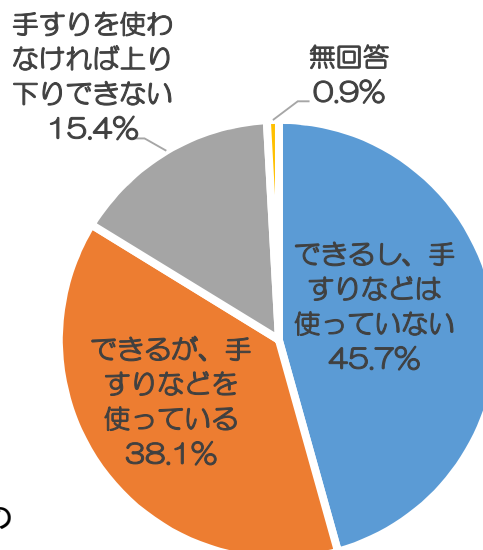
主観的な経済状況について、7割弱(66.0%)は「ふつう」と回答。前回(令和2年度)調査時と比べ、「ややゆとりがある」「大変ゆとりがある」と回答した方は1.0%増となっているものの、同じく「大変苦しい」「やや苦しい」と回答した方についても2.3%増加している。

問2

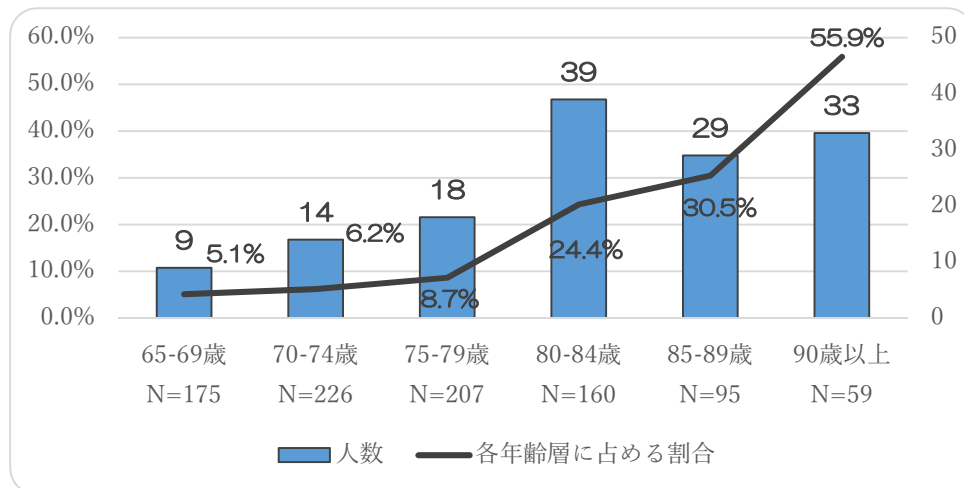
からだを動かすことについて

(1) 手すりなどを使わずに階段を上り下りできますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	できるし、手すりなどは使っていない	45.7% (422名)	48.0% (485名)
2	できるが、手すりなどを使っている	38.1% (352名)	35.7% (361名)
3	手すりを使わなければ上り下りできない	15.4% (142名)	14.9% (151名)
	無回答	0.9% (8名)	1.4% (14名)



「3. 手すりを使わなければ上り下りできない」と回答した方の年齢階級別割合 【N=142】

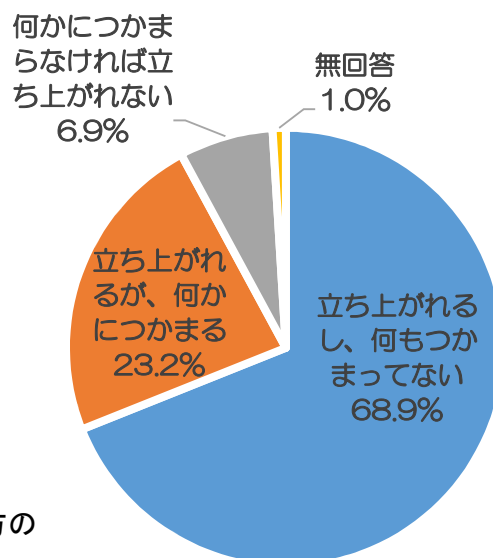


階段を上り下りする際の支えについて、5割弱(45.7%)は「できるし、手すりなどは使っていない」と回答しているが、前回(令和2年度)調査の結果と比べると、2.3%の減となっている。

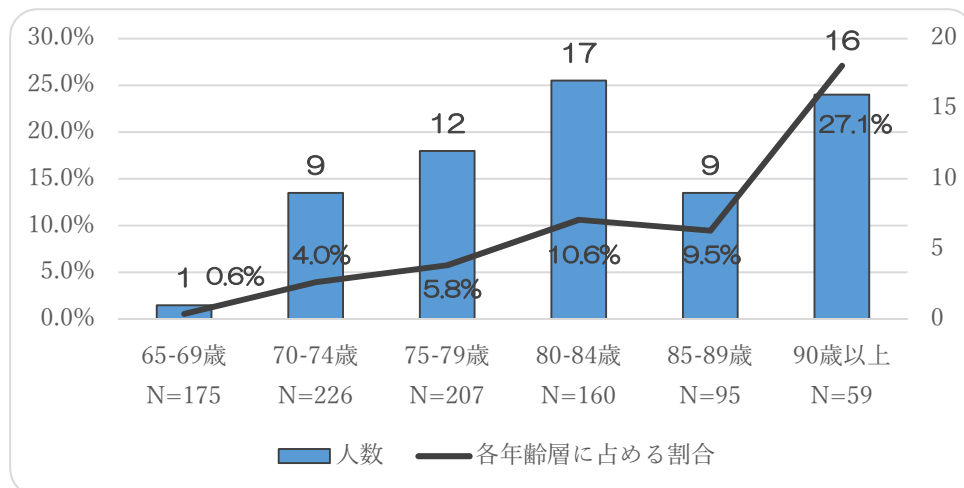
また、「手すりを使わなければ上り下りできない」と回答した方は、15.4%となっており、前回調査時と比べ、0.5%増えている。年齢階級別で見ると、80歳以上になると、手すりを使わなければ階段の上り下りができない方の割合が急に増え、90歳代になると半数以上が手すりを要するようになっている。

(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がれますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	立ち上がれるし、何もつかまってない	68.9% (637名)	70.0% (708名)
2	立ち上がれるが、何かにつかまる	23.2% (214名)	22.9% (232名)
3	何かにつかまらなければ立ち上がれない	6.9% (64名)	5.5% (56名)
	無回答	1.0% (9名)	1.5% (15名)



「3. 何かにつかまらなければ立ち上がれない」と回答した方の年齢階級別割合 【N=64】

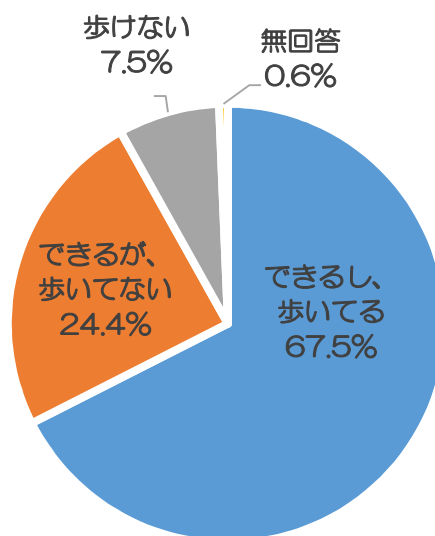


椅子からの立ち上がりについて、7割弱(68.9%)は「立ち上がれるし、何もつかまってない」と回答しているが、前回(令和2年度)調査と比べると、1.1%減っている。

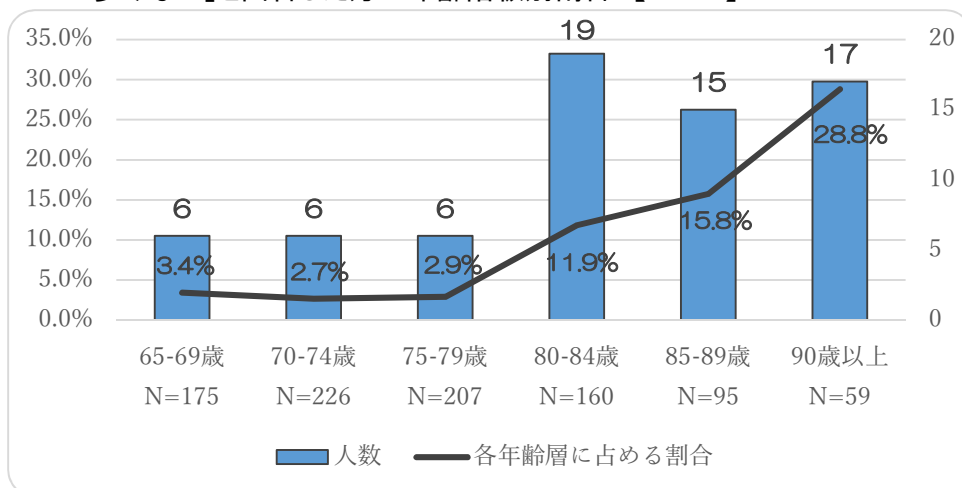
また、「何かにつかまらなければ立ち上がれない」と回答した方は、6.9%となっており、前回調査時と比べ、1.4%増えている。年齢階級別で見ると、80歳以上になると、何かにつかまらなければ立ち上がることでできない方の割合が増え、90歳代になると3人に1人が支えを要するようになる。

(3) 15分くらい続けて歩いていますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	できるし、歩いてる	67.5% (624名)	66.0% (667名)
2	できるが、歩いてない	24.4% (225名)	24.7% (250名)
3	歩けない	7.5% (69名)	8.1% (82名)
	無回答	0.6% (6名)	1.2% (12名)



「3. 歩けない」と回答した方の年齢階級別割合 【N=69】

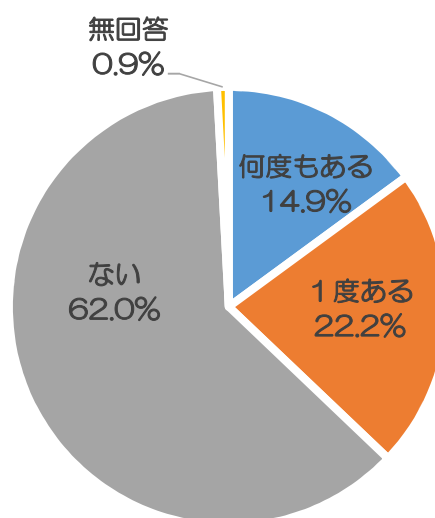


15分程度の連続した歩行運動については、7割弱(67.5%)は「できるし、歩いている」と回答しており、前回(令和2年度)調査の結果と比べても、1.5%増加している。

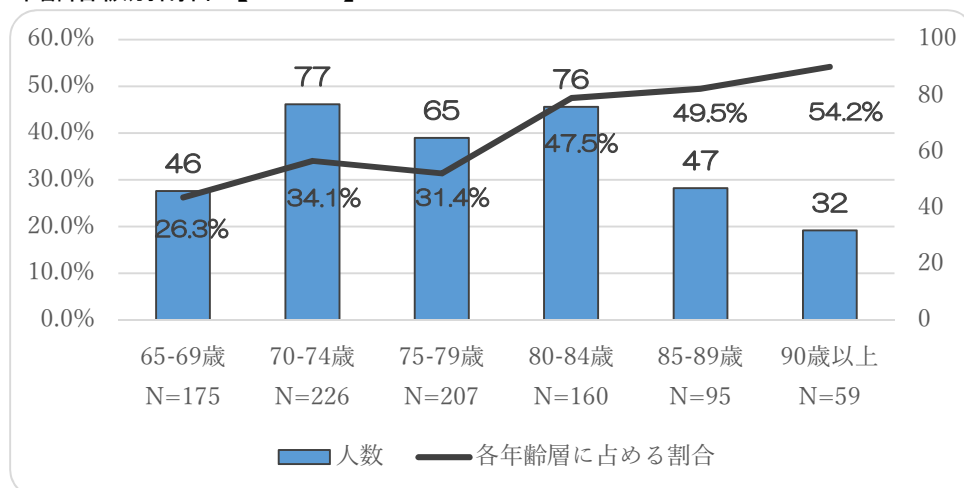
一方で、80歳代の約1割(255名中34名)、90歳代の約3割(59名中17名)は「歩けない」と回答している。

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	何度もある	14.9% (138名)	11.7% (118名)
2	1度ある	22.2% (205名)	21.4% (216名)
3	ない	62.0% (573名)	65.7% (664名)
	無回答	0.9% (8名)	1.3% (13名)



「1. 何度もある」「2. 1度ある」と回答した方の 年齢階級別割合 【N=343】

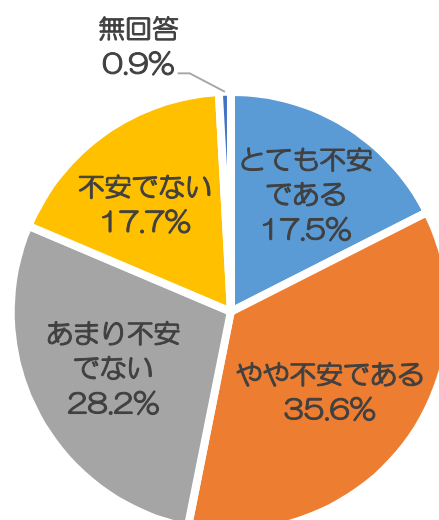


1年間の転倒経験について、約6割(62.0%)は「ない」と回答しているが、前回(令和2年度)調査の結果と比べると、3.7%の減となっている。

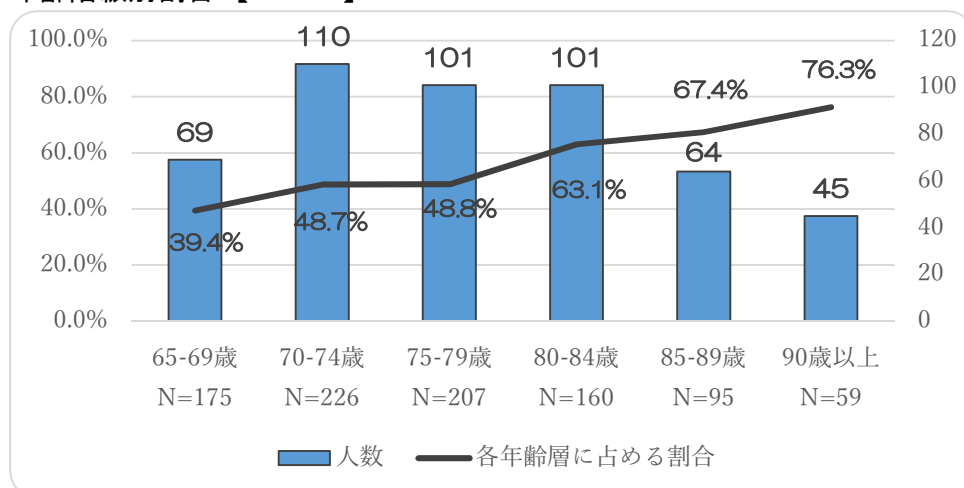
一方で、「何度もある」「1度ある」と回答した方は、全体の約4割(37.1%)となっており、60歳代では4人に1人(26.3%)、70歳代では3人に1人(32.8%)、80歳代では2人に1人(48.2%)と増えていき、90歳代では2人に1人以上(54.2%)が直近1年間で1回以上の転倒経験があると回答している。

(5) 転倒に対する不安は大きいですか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	とても不安である	17.5% (162名)	14.4% (146名)
2	やや不安である	35.6% (329名)	3.3% (337名)
3	あまり不安でない	28.2% (261名)	29.5% (298名)
4	不安でない	17.7% (164名)	21.2% (214名)
	無回答	0.9% (8名)	1.6% (16名)



「1. とても不安である」「2. やや不安である」と回答した方の年齢階級別割合 【N=491】



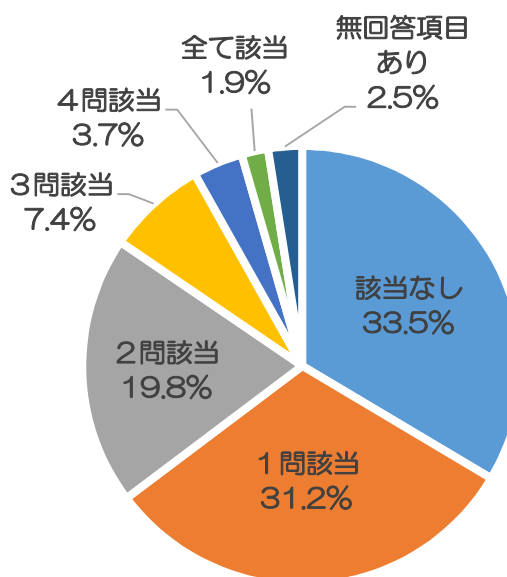
転倒不安に対し、「不安でない」「あまり不安でない」と回答している方は、合わせて46.0% (425名)となっているが、前回(令和2年度)調査では50.6%であり、4.6%の減となっている。

また、「とても不安である」「やや不安である」と回答した方は、全体の半数以上(53.1%)となっており、60歳代で約4割(39.4%)、70歳代で約5割(48.7%)、80歳代で6割以上(64.7%)、90歳代になると8割弱(76.3%)が転倒に対して不安を感じている。

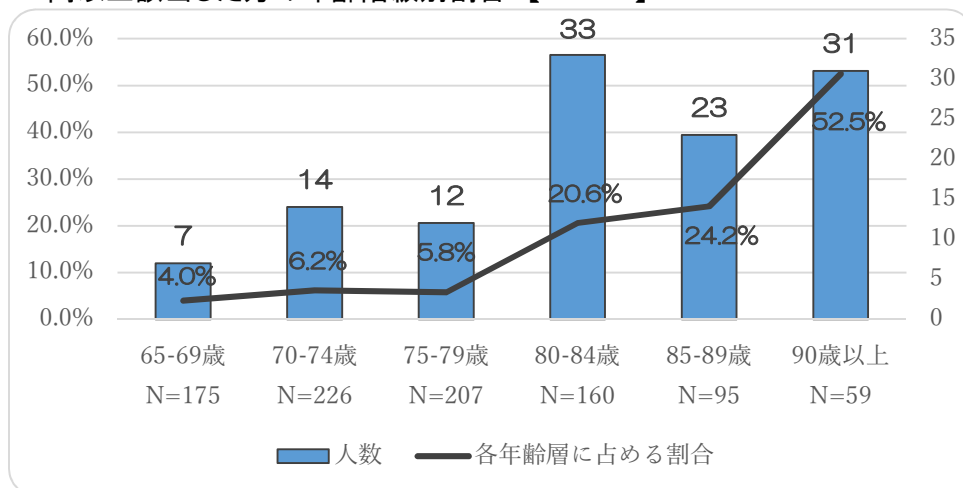
※ 「問2 からだを動かすことについて」の以下の5つの設問のうち、該当する選択肢を選択した方

- (1) 手すりなどを使わずに階段を上り下りできますか ⇒ 「3. 手すりを使わなければ上り下りできない」
- (2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がれますか ⇒ 「3. 何かにつかまらなければ立ち上がれない」
- (3) 15分くらい続けて歩いていますか ⇒ 「3. 歩けない」
- (4) 過去1年間に転んだ経験がありますか ⇒ 「1. 何度もある」「2. 1度ある」
- (5) 転倒に対する不安は大きいですか ⇒ 「1. とても不安である」「2. やや不安である」

	今回
該当なし	33.5% (310名)
1問該当	31.2% (288名)
2問該当	19.8% (183名)
3問該当	7.4% (68名)
4問該当	3.7% (34名)
全て該当	1.9% (18名)
無回答項目あり	2.5% (23名)



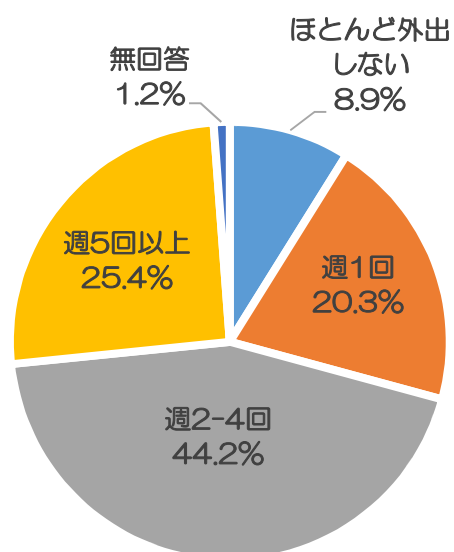
3問以上該当した方の年齢階級別割合【N=120】



問2(1)から(5)までの運動器の機能低下を問う設問のうち、3問以上該当する場合は、厚生労働省が定める基準において「機能低下」と評価されるが、本調査では、回答者全体の13.0%にあたる120名にその傾向が見られると判定。年齢階級別では、80歳代前半で5人に1人(20.6%)、80歳代後半で4人に1人(24.2%)、90歳代では2人以上(52.5%)に機能低下が見られる。

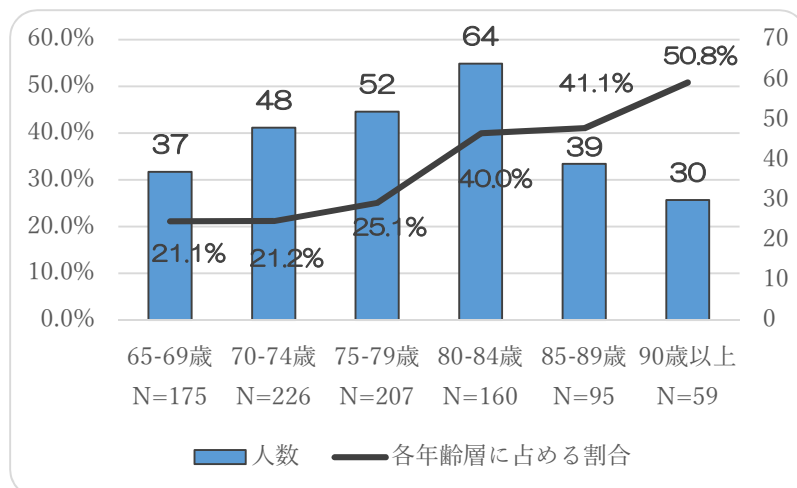
(6) 週に1回以上は外出してですか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	ほとんど外出しない	8.9% (82名)	9.9% (100名)
2	週1回	20.3% (188名)	20.0% (202名)
3	週2～4回	44.2% (408名)	42.4% (429名)
4	週5回以上	25.4% (235名)	26.6% (269名)
	無回答	1.2% (11名)	1.1% (11名)

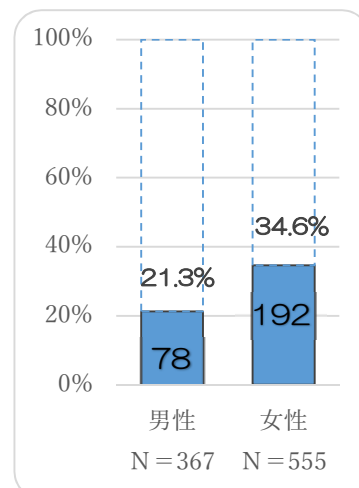


「1. ほとんど外出しない」「2. 週1回」と回答した方の年齢階級別、男女別、地域別割合 【N=270】

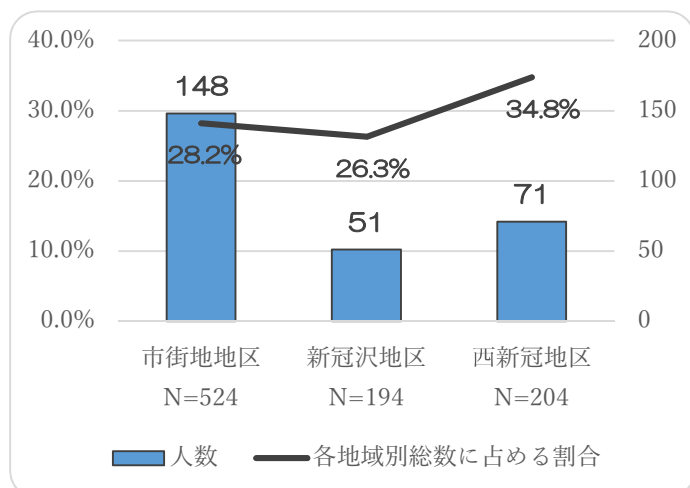
① 年齢階級別



② 男女別



③ 居住地域別



外出頻度について、「週2～4回」(44.2%)と回答した方が最も多く、4人に1人(25.4%)は「週5回以上」外出している。

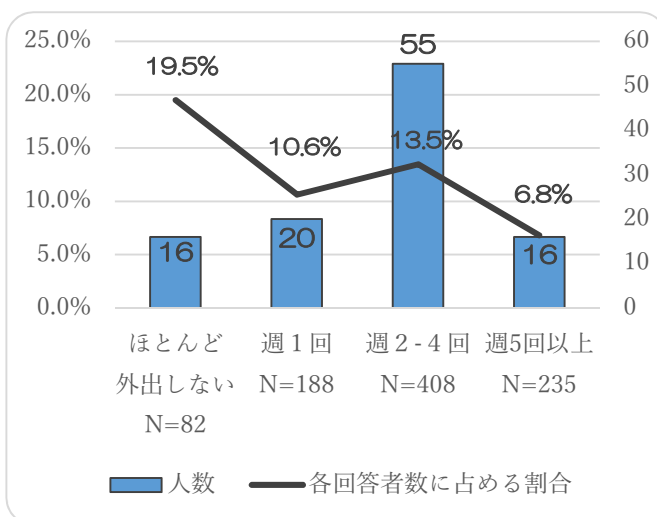
一方で、3人に1人(29.2%)は「ほとんど外出していない」「週1回」と回答しており、年齢階級別では、80歳代で約4割、90歳代で半数以上が該当している。男女別では女性、居住地別では西新冠地区において、その割合が高くなっている。

※ 「問2 からだを動かすことについて」の以下の設問のうち、該当する選択肢を選択した方

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか ⇒ 「1. 何度もある」

(5) 転倒に対する不安は大きいですか ⇒ 「1. とても不安である」「2. やや不安である」

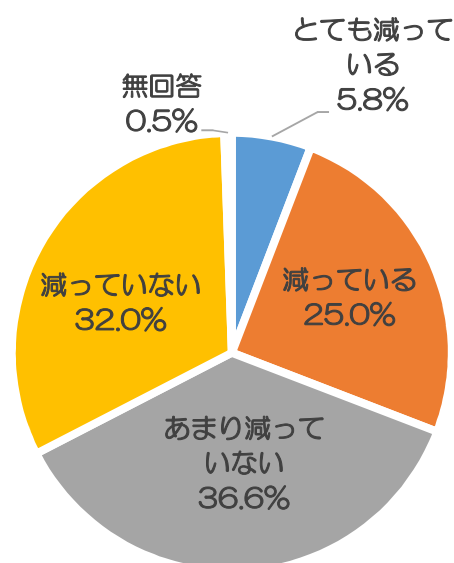
		今回
1	ほとんど外出しない	16名
2	週1回	20名
3	週2～4回	55名
4	週5回以上	16名
	無回答	4名



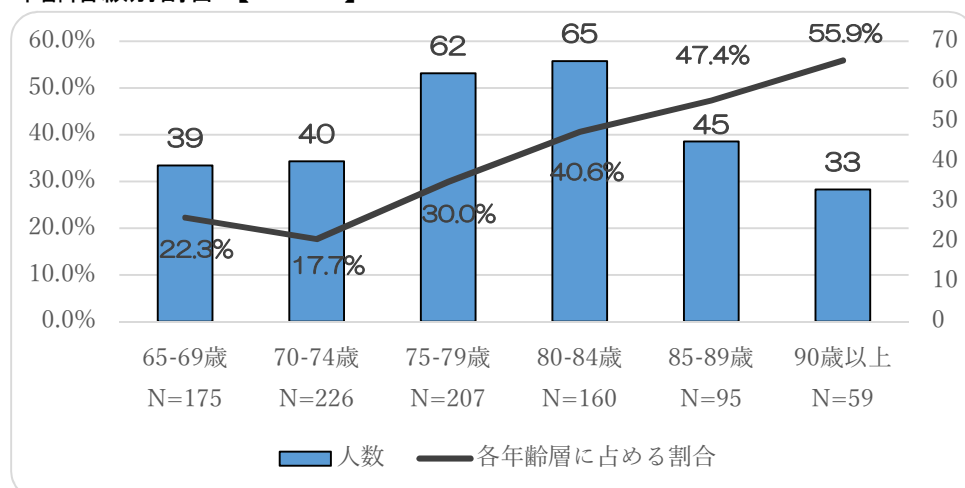
過去1年間に何度も転んだことがあり、転倒に対する不安が大きい方 270名の外出頻度について、13.3%にあたる36名は「ほとんど外出していない」もしくは「週1回」となっている。

(7) 1年前と比べて外出の回数が減ってますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	とても減っている	5.8% (54名)	5.4% (55名)
2	減っている	25.0% (231名)	25.6% (259名)
3	あまり減っていない	36.6% (338名)	35.9% (363名)
4	減っていない	32.0% (296名)	31.6% (319名)
	無回答	0.5% (5名)	1.5% (15名)



「1. とても減っている」「2. 減っている」と回答した方の年齢階級別割合 【N=285】



外出頻度における1年前との比較について、約7割(68.6%)は「減っていない」「あまり減っていない」と回答しており、前回(令和2年度)調査の結果と比べると、1.1%増加している。

一方で、1年前と比べて外出頻度が「減っている」「とても減っている」と回答した方は、回答者全体の約3割(30.8%)となっており、80歳代で4割以上、90歳代で5割以上が該当している。

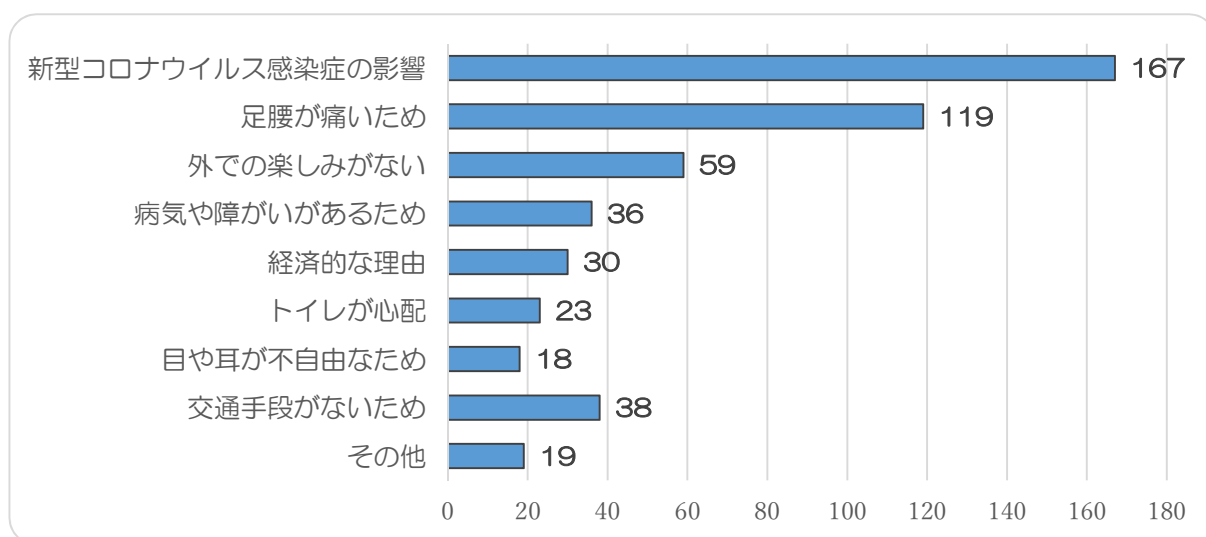
(8)外出頻度について、(7)で「1. とても減っている」「2. 減っている」と回答
 外出回数が減っている原因はなんですか(複数回答) 【N=285】

		今回
1	新型コロナウイルス感染症の影響	58.6% (167名)
2	足腰が痛いため	41.8% (119名)
3	外での楽しみがない	20.7% (59名)
4	病気や障がいがあるため	12.6% (36名)
5	経済的な理由	10.5% (30名)

		今回
6	トイレが心配	8.1% (23名)
7	目や耳が不自由なため	6.3% (18名)
8	交通手段がないため	13.3% (38名)
9	その他	6.7% (19名)

「9. その他」

- ・家族の介護で目が離せないため(5名)
- ・用事がない、やることがないため(4名)
- ・疲労感、気力の低下(3名)
- ・億劫になっているため(2名)
- ・運転免許を返納したため(2名)
- ・ホームに入ったため(2名)
- ・運転事故に気を付けるため
- ・特に理由はない



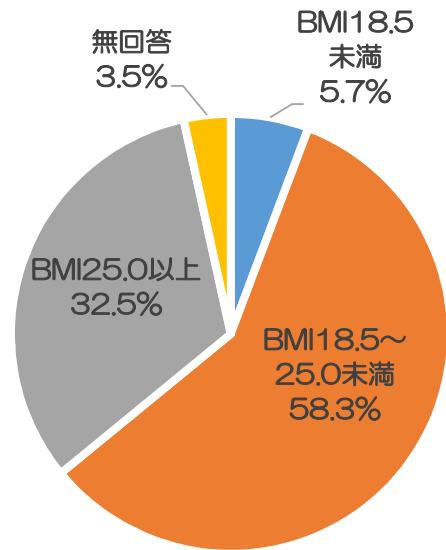
外出頻度が減っている要因については、「新型コロナウイルス感染症の影響」が6割弱(58.6%)と最も多く、次いで、「足腰が痛いため」(41.8%)、「外での楽しみがない」(20.7%)となっている。一方で、「その他」の意見として、少数ではあるが、「家族の介護で目が離せないため」(5名)など、自分のことではない家族の影響によるものも見られる。

問3

食べることについて

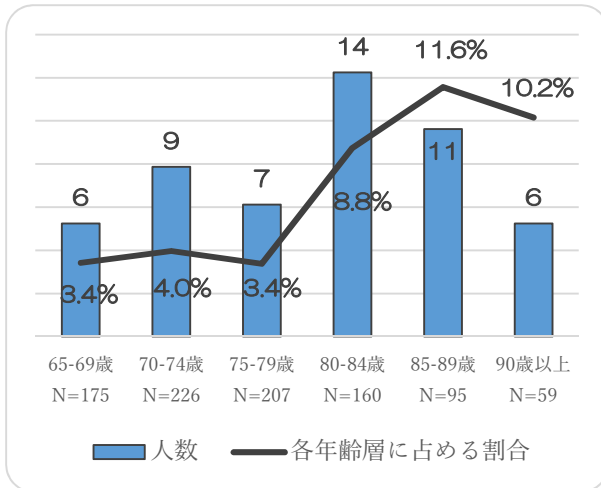
(1) 身長と体重 【N=924】

		今回	R2年度
1	BMI 18.5 未満	5.7% (53名)	4.4% (44名)
2	BMI 18.5~25.0 未満	58.3% (539名)	55.3% (559名)
3	BMI 25.0 以上	32.5% (300名)	33.9% (343名)
	無回答	3.5% (32名)	6.4% (65名)

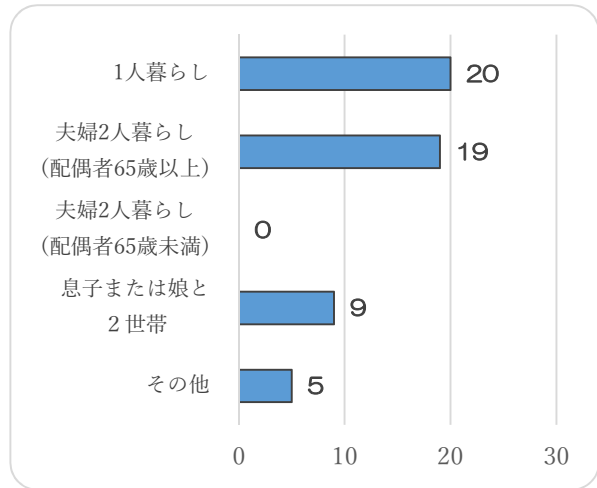


「BMI 18.5 未満」の方 【N=53】

① 年齢階級別

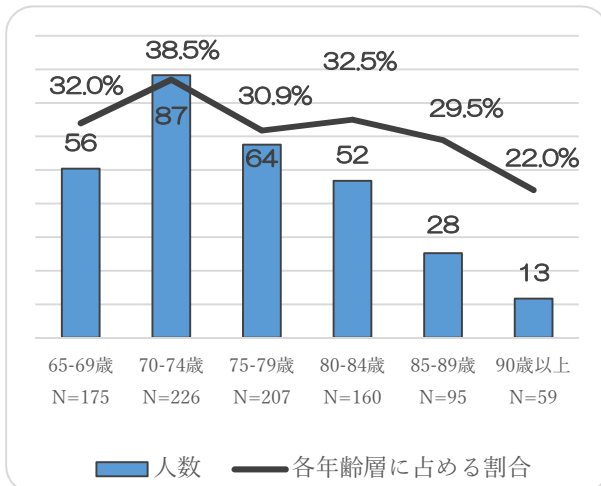


② 家族構成別

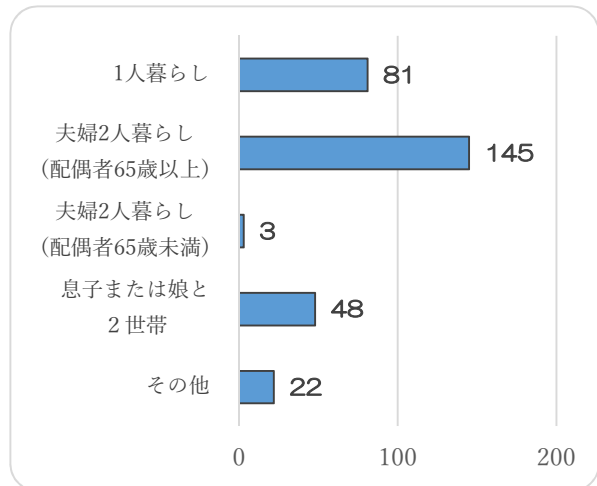


「BMI 25.0 以上」の方 【N=300】

① 年齢階級別



② 家族構成別



※ BMI（肥満度）とは

肥満度を測るための国際的な指標

- ・ 18.5 未満 「低 体 重」
- ・ 18.5～25.0 未満 「普通体重」
- ・ 25.0 以上 「肥 満」

※ BMI の計算式

体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

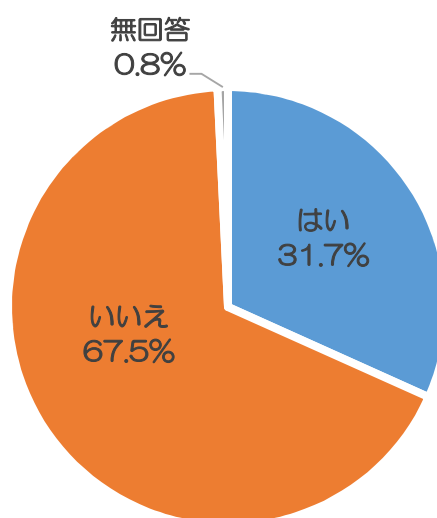
身長と体重の値から判定するBMI(肥満度)について、回答者全体の6割弱(58.3%)は「18.5～25.0 未満」の「普通体重」と判定。前回(令和2年度)調査の結果と比べると、3.0%増加している。

また、「低体重」と判定される「18.5 未満」の方は、回答者全体の5.7%となっており、前回調査時の4.4%と比べると、1.3%の増となっている。年齢階級別で見ると、年齢が上がるにつれて該当する方の割合が増え、特に85歳以上の回答者の1割以上は「低体重」に該当している。「低体重」に該当した方の家族構成を見ると、「1人暮らし」(20名)が最も多く、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」(19名)と続いている。

一方で、「肥満」と判定される「25.0 以上」の方は、回答者全体の32.5%となっており、前回調査時の33.9%と比べ1.4%減となっている。年齢階級別では、年齢が若いほど該当する割合が高い傾向にあり、前期高齢者(65～74歳)では35.7%(401名中143名)が「肥満」と判定される。また、家族構成では「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」(145名)が最も多く、次いで「1人暮らし」(81名)となっている。

(2)半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか 【N=924】

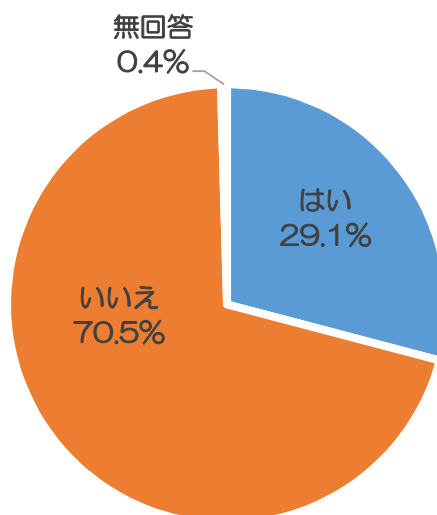
		今 回	R2 年度
1	はい	31.7% (293 名)	31.1% (314 名)
2	いいえ	67.5% (624 名)	67.3% (680 名)
	無回答	0.8% (7 名)	1.7% (17 名)



固いものが食べにくくなったかとの設問では、7割弱(67.5%)は「いいえ」と回答。前回(令和2年度)調査と割合を比較すると、大きな差は見られない結果となっている。

(3)お茶や汁物等でむせることがありますか 【N=924】

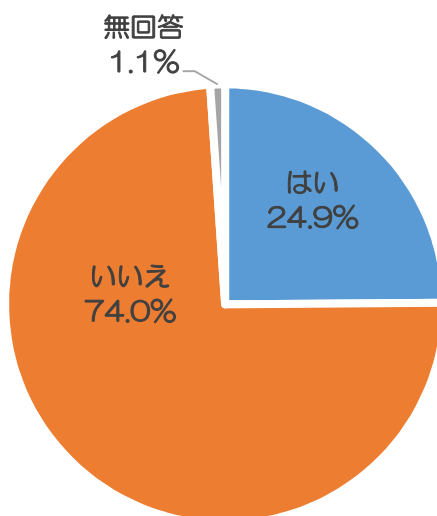
		今 回	R2 年度
1	はい	29.1% (269 名)	25.8% (261 名)
2	いいえ	70.5% (651 名)	73.0% (738 名)
	無回答	0.4% (4 名)	1.2% (12 名)



汁物等でのむせについては、7割(70.5%)は「いいえ」と回答し、前回(令和2年度)調査時から2.5%減となっている。一方で、「はい」と回答した方の割合は3.3%増加している。

(4)口の渇きが気になりますか 【N=924】

		今 回	R2 年度
1	はい	24.9% (230 名)	22.7% (230 名)
2	いいえ	74.0% (684 名)	70.5% (713 名)
	無回答	1.1% (10 名)	6.7% (68 名)



口の渇きが気になるかとの設問では、7割以上(74.0%)が「いいえ」と回答しており、前回(令和2年度)調査時からは割合として、3.5%増加している。併せて、「はい」とした方の割合も2.2%増加している。

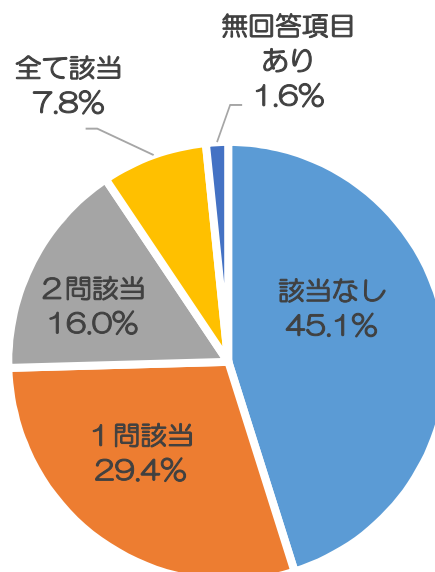
※ 「問3 食べることについて」の以下の3つの設問のうち、該当する選択肢を選択した方

(2) 半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか ⇒ 「1. はい」

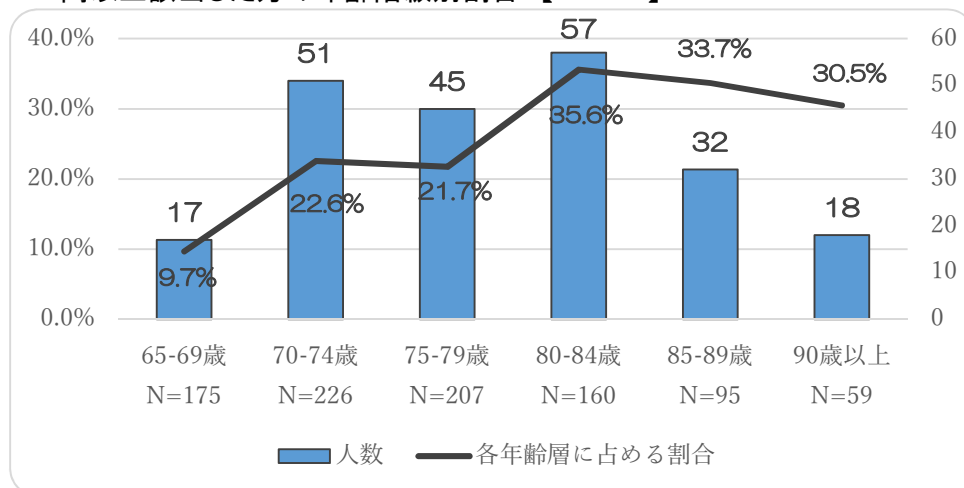
(3) お茶や汁物等でむせることがありますか ⇒ 「1. はい」

(4) 口の渇きが気になりますか ⇒ 「1. はい」

		今回	R2年度
1	該当なし	45.1% (417名)	48.5% (490名)
2	1問該当	29.4% (272名)	29.8% (301名)
3	2問該当	16.0% (148名)	15.4% (156名)
4	全て該当	7.8% (72名)	6.3% (64名)
	無回答項目あり	1.6% (15名)	0.0% (0名)



2問以上該当した方の年齢階級別割合【N=220】

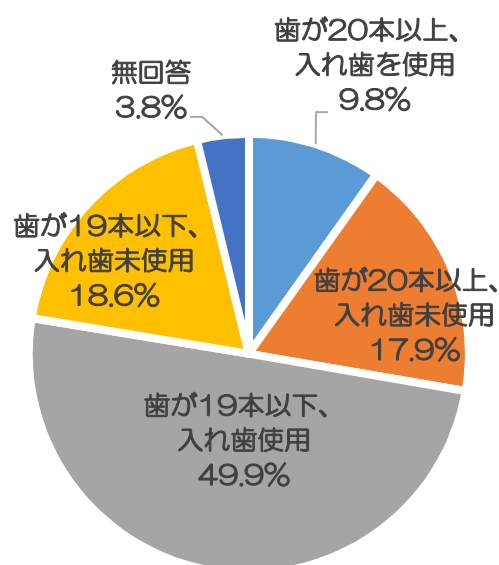


問3(2)から(4)までの口腔機能の低下を問う設問のうち、2問以上該当する場合は、厚生労働省が定める基準において「機能低下」と評価されるが、本調査では、回答者全体の23.8%にあたる220名にその傾向が見られると判定。年齢階級別では、70歳代では22.2%(433名中96名)、80歳代では34.9%(255名中89名)、90歳以上では30.5%(59名中18名)に機能低下が見られる。

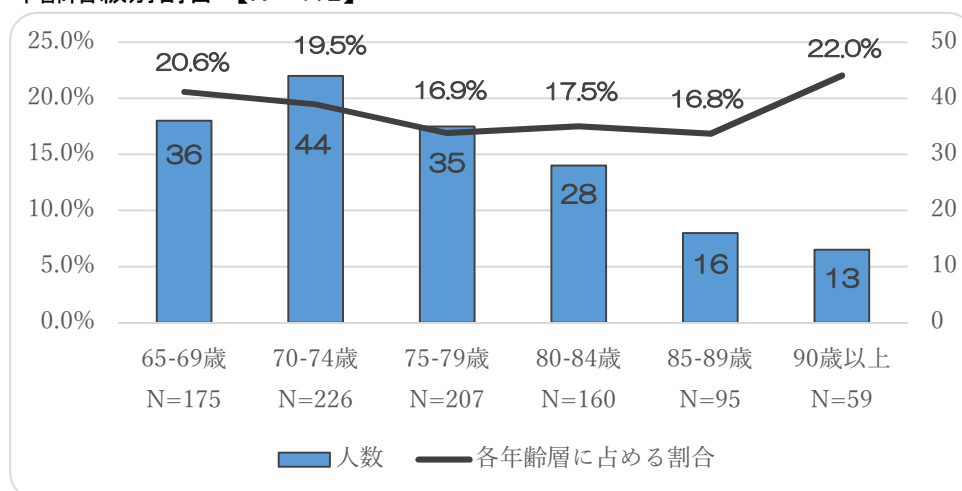
(5) 歯の数と入れ歯の利用状況について

(成人の歯の数は、親知らずを含めて32本です) 【N=924】

		今回	R2年度
1	歯は20本以上あり、 入れ歯を使っている	9.8% (91名)	10.9% (110名)
2	歯は20本以上あり、 入れ歯を使っていない	17.9% (165名)	17.1% (173名)
3	歯は19本以下で、入れ 歯を使っている	49.9% (461名)	50.5% (511名)
4	歯は19本以下で、入れ 歯を使っていない	18.6% (172名)	16.2% (164名)
	無回答	3.8% (35名)	5.2% (53名)



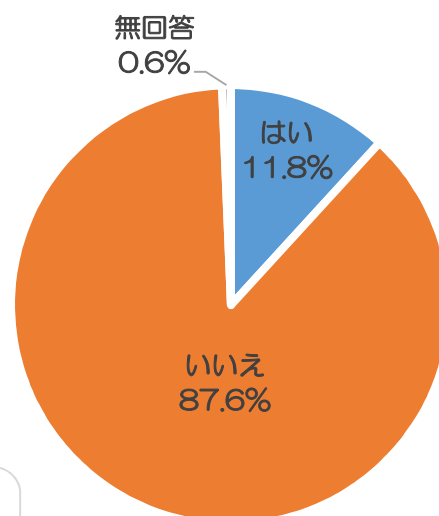
「4. 歯は19本以下で、入れ歯を使っていない」と回答した方の
年齢階級別割合 【N=172】



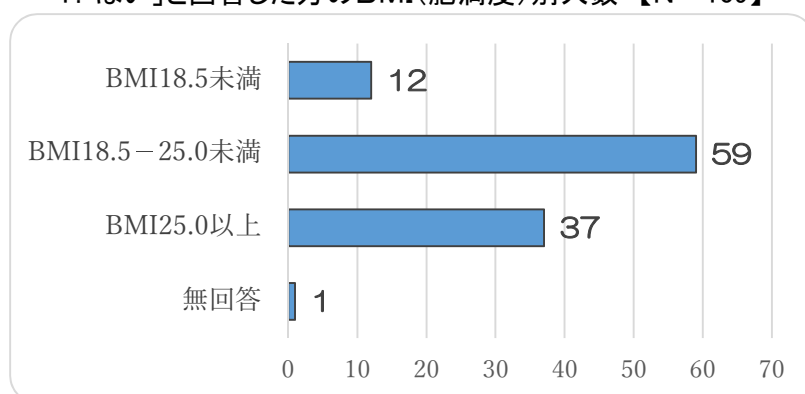
歯数と義歯の使用状況を問う設問では、2人に1人(49.9%)は「歯は19本以下で、入れ歯を使っている」と回答。「歯が20本以上ある」もしくは「入れ歯を使っている」と回答した方は、全体の8割弱(77.6%、924名中717名)となっているが、一方で、5人に1人(18.6%)は「歯は19本以下で、入れ歯を使っていない」と回答しており、年齢階級別で見ると、60歳代と90歳以上の年齢層において若干割合が高くなっている。

(6) 6ヶ月間で2～3kg以上体重が減りましたか 【N=924】

		今回	R2年度
1	はい	11.8% (109名)	11.0% (111名)
2	いいえ	87.6% (809名)	86.5% (875名)
	無回答	0.6% (6名)	2.5% (25名)



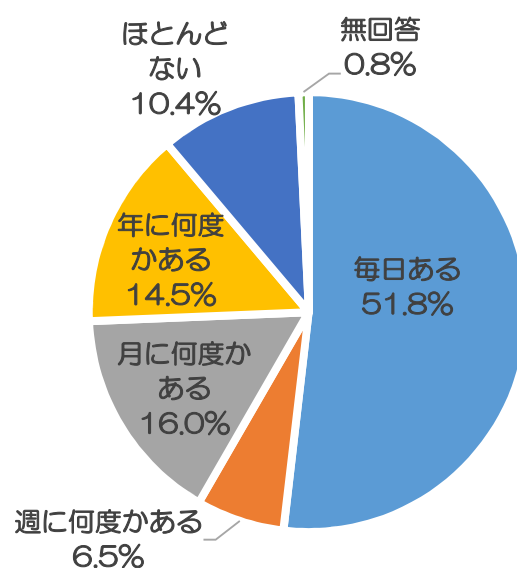
「1. はい」と回答した方のBMI(肥満度)別人数 【N=109】



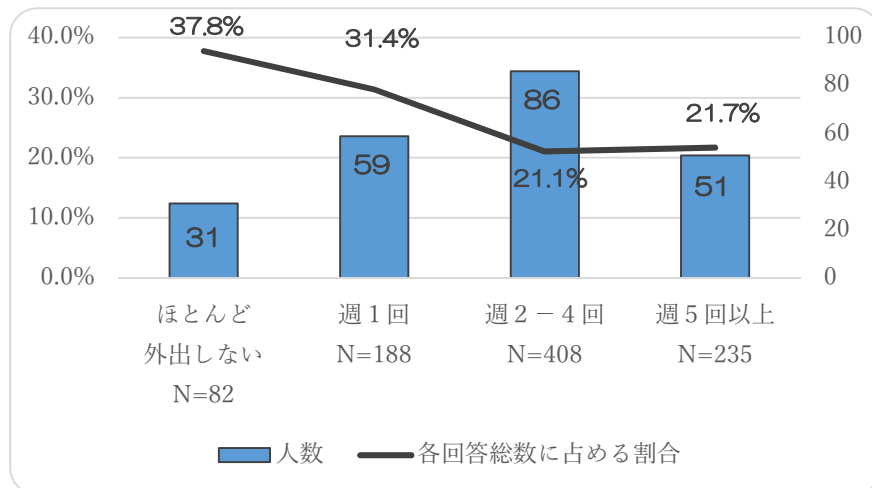
半年間の2～3kg以上の体重減少について、9割弱(87.6%)は「いいえ」と回答。
 一方で、問3(1)「BMI18.5未満」の「低体重」と判定され、尚且つ、当設問において「はい」と回答した方は、厚生労働省が定める基準において「低栄養」と評価されるが、回答者全体の1.3%にあたる12名にその傾向が見られる。

(7)だれかと一緒に食事をすることはありますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	毎日ある	51.8% (479名)	50.0% (506名)
2	週に何度かある	6.5% (60名)	7.6% (77名)
3	月に何度かある	16.0% (148名)	16.0% (162名)
4	年に何度かある	14.5% (134名)	15.0% (152名)
5	ほとんどない	10.4% (96名)	9.0% (91名)
	無回答	0.8% (7名)	2.3% (23名)



「4. 年に何度かある」「5. ほとんどない」と回答した方の外出頻度 【N=227】



※問2(6)無回答 3名

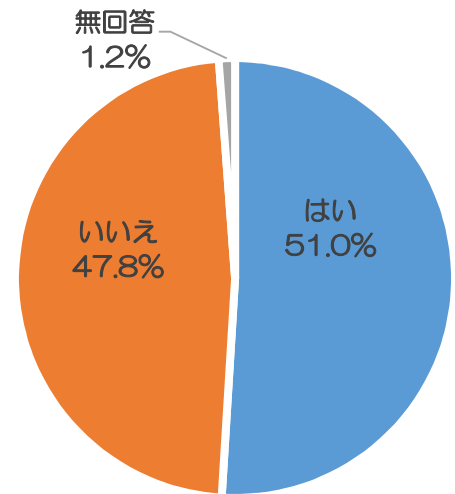
だれかと一緒に食事をする機会については、半数以上(51.8%)が「毎日ある」と回答している。一方で、回答者全体の4人に1人(24.9%、924名中230名)は「ほとんどない」「年に何度かある」と回答し、慢性的な孤食状態にあるとともに、更にそのうち90名は外出頻度が「ほとんど外出しない」もしくは「週1回」といった閉じこもり傾向にある。

問4

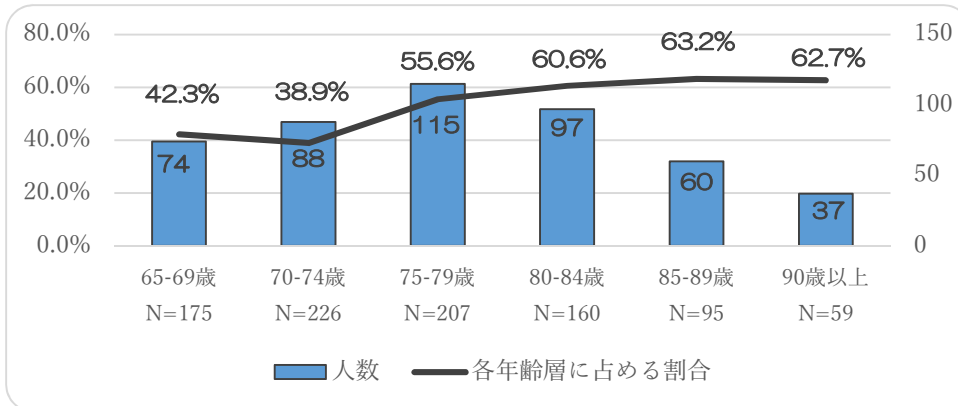
毎日の生活について

(1)もの忘れが多いと感じますか【N=924】

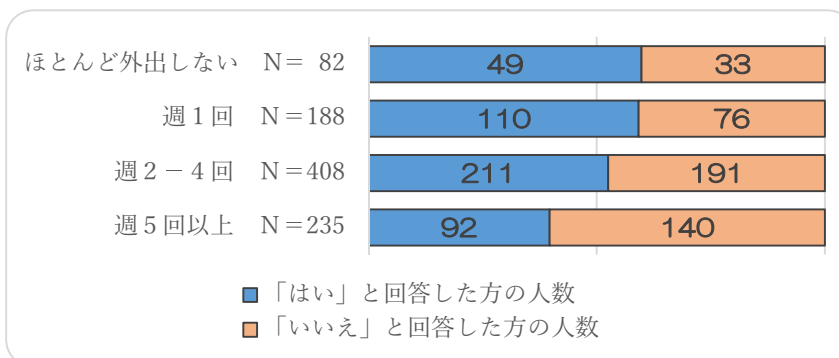
		今回	R2年度
1	はい	51.0% (471名)	47.1% (476名)
2	いいえ	47.8% (442名)	50.6% (512名)
	無回答	1.2% (11名)	2.3% (23名)



「1. はい」と回答した方の年齢階級別割合【N=471】



問2(6)外出頻度との関係性



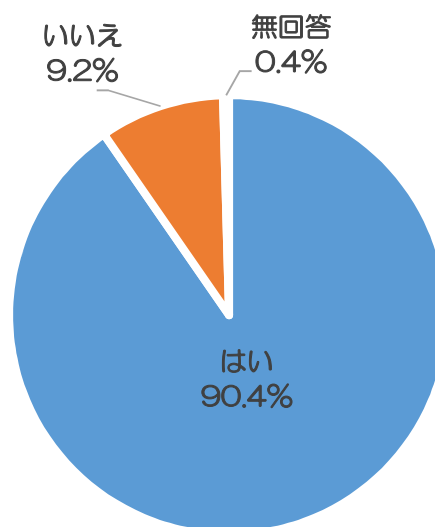
※無回答 11名

もの忘れの自覚に関する設問では、「はい(もの忘れが多い)」と回答した方は51.0%(471名)となっており、「いいえ(もの忘れが多いと感じない)」と回答した方を上回っている。年齢階級別では、75歳以上で半数以上、80歳以上で6割以上がもの忘れの多さを実感している。

また、外出との関係性については、外出頻度が少なくなるにつれて、もの忘れの多さを実感する方の割合が高くなっている。

(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 【N=924】

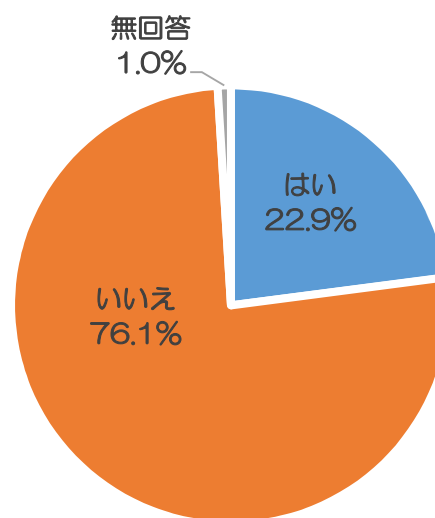
		今回	R2 年度
1	はい	90.4% (835 名)	87.7% (888 名)
2	いいえ	9.2% (85 名)	10.0% (101 名)
	無回答	0.4% (4 名)	2.2% (22 名)



自分で電話番号を調べて電話をかけているかについて、9割(90.4%)は「はい」と回答しており、前回(令和2年度)調査と比べると、2.7%の増となっている。

(3) 今日が何月何日か分からない時がありますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	はい	22.9% (212 名)	22.2% (224 名)
2	いいえ	76.1% (703 名)	75.4% (762 名)
	無回答	1.0% (9 名)	2.5% (25 名)

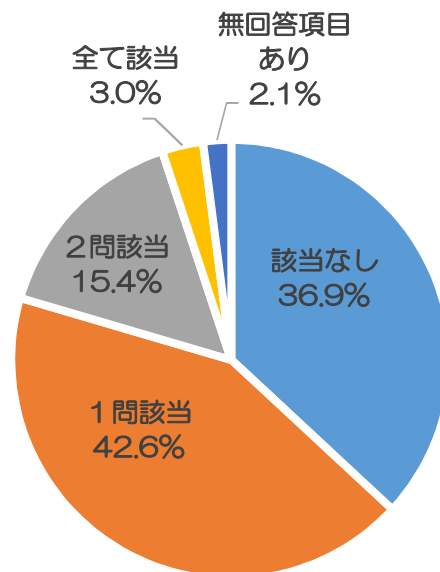


何月何日かわからない時があるかについて、8割弱(76.1%)は「いいえ」と回答しており、前回(令和2年度)調査と比べると、0.7%の増となっている。

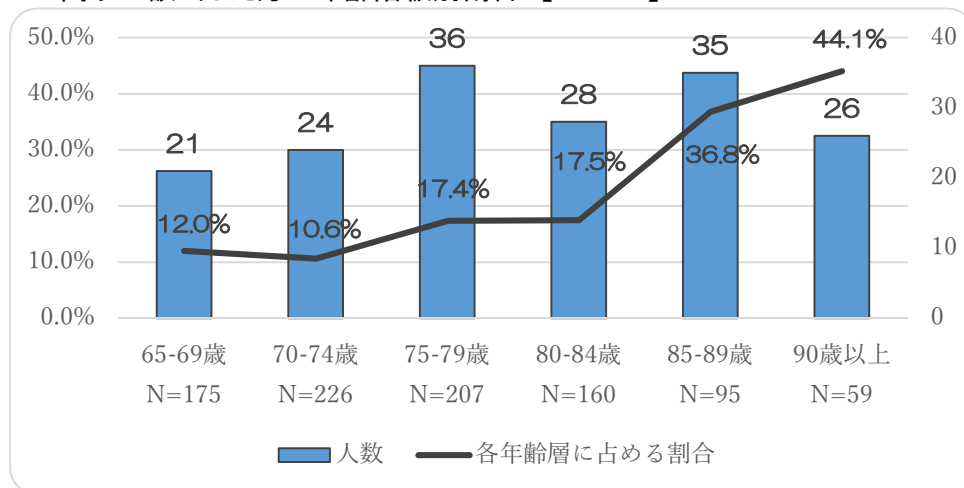
※ 「問4 毎日の生活について」の以下の3つの設問のうち、該当する選択肢を選択した方

- (1) もの忘れが多いと感じますか ⇒ 「1. はい」
 (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 ⇒ 「2. いいえ」
 (3) 今日が何月何日かわからない時がありますか ⇒ 「1. はい」

		今回	R2年度
1	該当なし	36.9% (341名)	41.0% (415名)
2	1問該当	42.6% (394名)	36.5% (369名)
3	2問該当	15.4% (142名)	15.1% (153名)
4	全て該当	3.0% (28名)	3.7% (37名)
	無回答項目あり	2.1% (19名)	3.7% (37名)



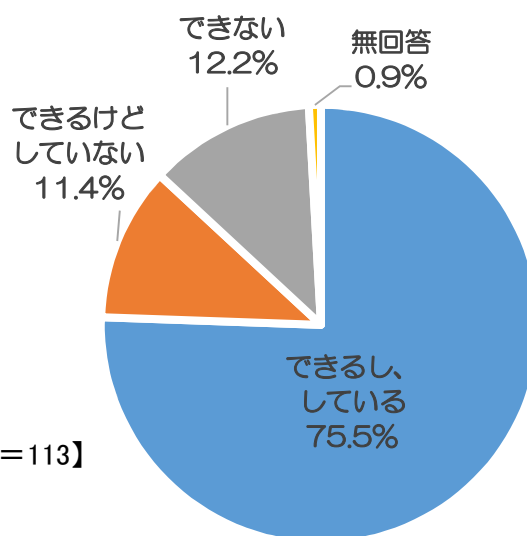
2問以上該当した方の年齢階級別割合 【N=170】



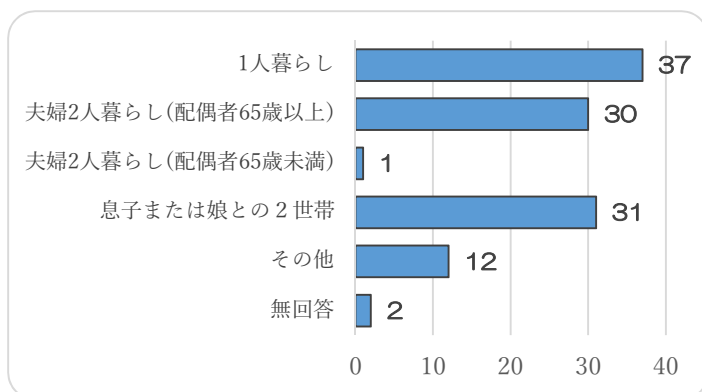
問4(1)から(3)までの認知機能の低下を問う設問のうち、2問以上該当する場合において「機能低下」と評価する場合、本調査では、回答者全体の18.4%にあたる170名にその傾向が見られる。年齢階級別で見ると、前期高齢者(65歳から74歳)では年齢層の約1割(11.2%)が該当しているが、75歳以上で2割弱、85歳以上で4割弱、90歳以上になると4割以上が該当している。

(4) 自分で車を運転したり、バスに乗って1人で外出してありますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	できるし、している	75.5% (698名)	73.8% (746名)
2	できるけどしていない	11.4% (105名)	11.9% (120名)
3	できない	12.2% (113名)	11.4% (115名)
	無回答	0.9% (8名)	3.0% (30名)



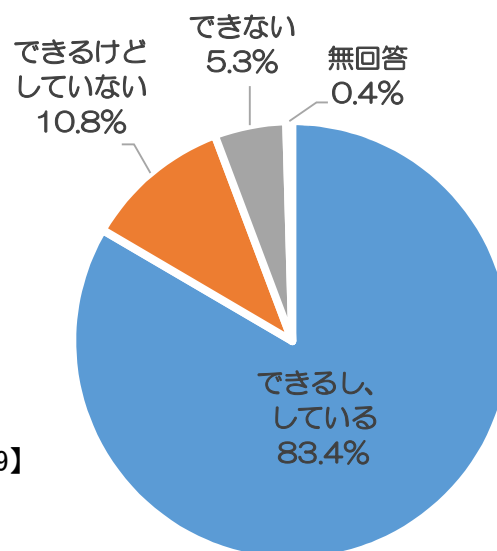
「3. できない」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=113】



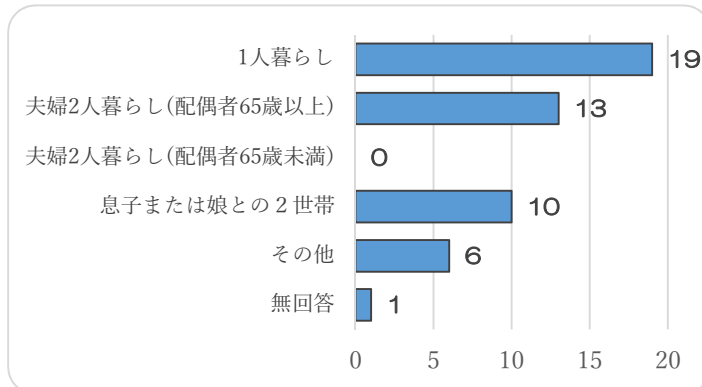
車やバスを利用した外出機会について、8割弱(75.5%)は「できるし、している」と回答。一方で、約1割(12.2%)は「できない」と回答し、そのうち37名は「1人暮らし」である。

(5) 自分で食品や日用品の買い物をしていますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	できるし、している	83.4% (771名)	81.4% (823名)
2	できるけどしていない	10.8% (100名)	12.0% (121名)
3	できない	5.3% (49名)	4.8% (49名)
	無回答	0.4% (4名)	1.8% (18名)



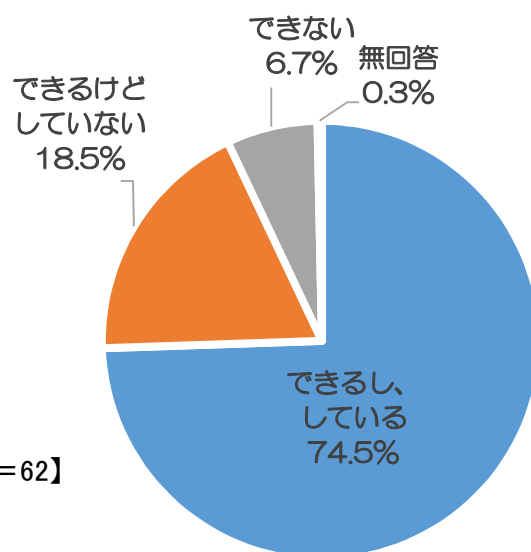
「3. できない」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=49】



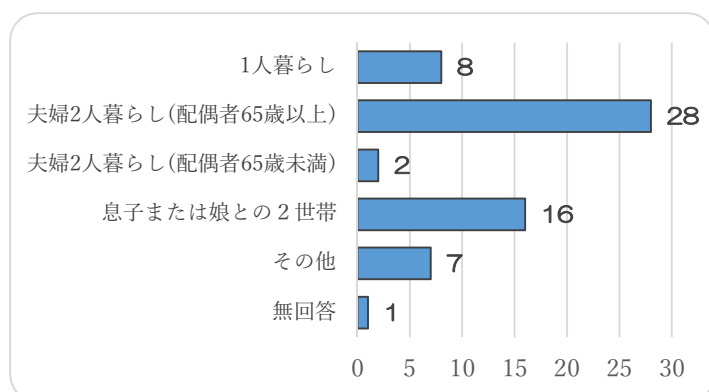
日用品等の買い物について、8割以上(83.4%)は「できるし、している」と回答。一方、1割弱(5.3%)は「できない」と回答し、そのうち19名は「1人暮らし」である。

(6) 自分で食事の用意をしていますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	できるし、している	74.5% (688名)	70.1% (709名)
2	できるけどしていない	18.5% (171名)	20.8% (210名)
3	できない	6.7% (62名)	7.3% (74名)
	無回答	0.3% (3名)	1.8% (18名)



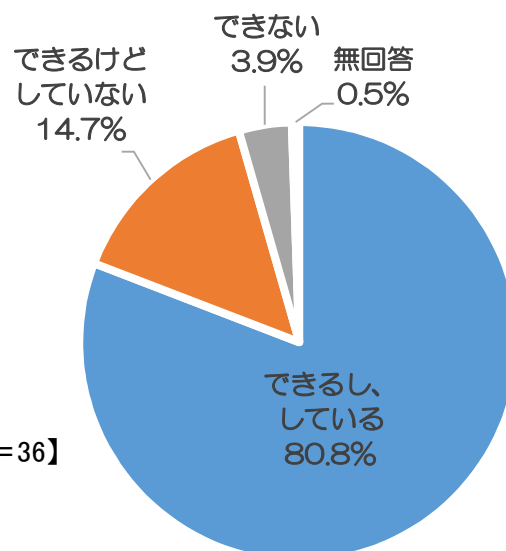
「3. できない」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=62】



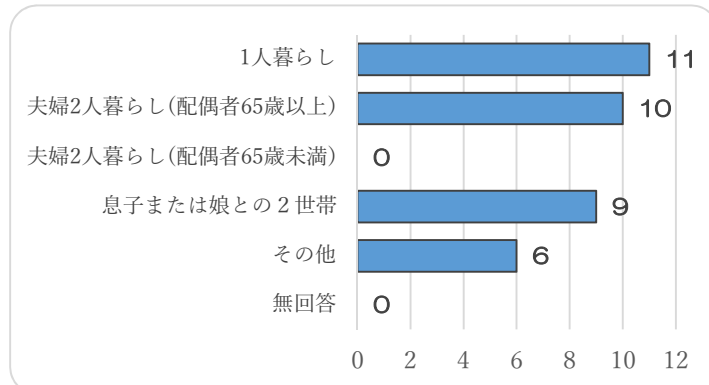
食事の用意について、7割以上(74.5%)は「できるし、している」と回答。一方で、1割弱(6.7%)は「できない」と回答し、そのうち8名は「1人暮らし」である。

(7) 自分で請求書の支払いをしていますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	できるし、している	80.8% (747名)	77.7% (786名)
2	できるけどしていない	14.7% (136名)	16.5% (167名)
3	できない	3.9% (36名)	4.5% (45名)
	無回答	0.5% (5名)	1.3% (13名)



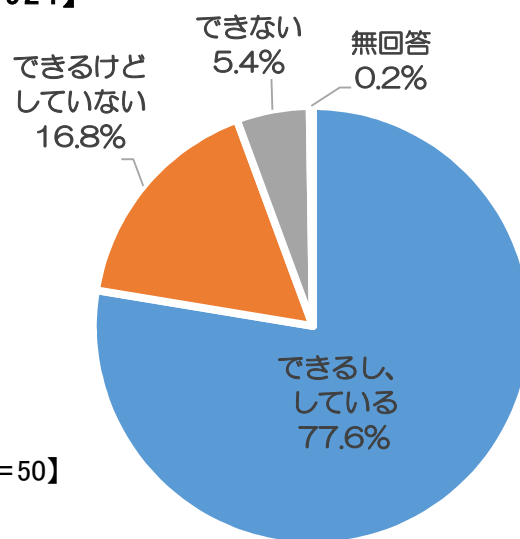
「3. できない」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=36】



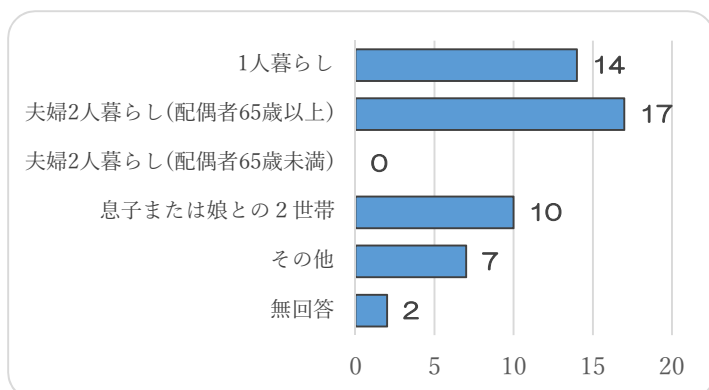
請求関係の支払について、8割(80.8%)は「できるし、している」と回答。一方、3.9%にあたる36名は「できない」と回答しており、そのうち11名は「1人暮らし」である。

(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	できるし、している	77.6% (717名)	75.7% (765名)
2	できるけどしていない	16.8% (155名)	16.4% (166名)
3	できない	5.4% (50名)	6.7% (68名)
	無回答	0.2% (2名)	1.2% (12名)



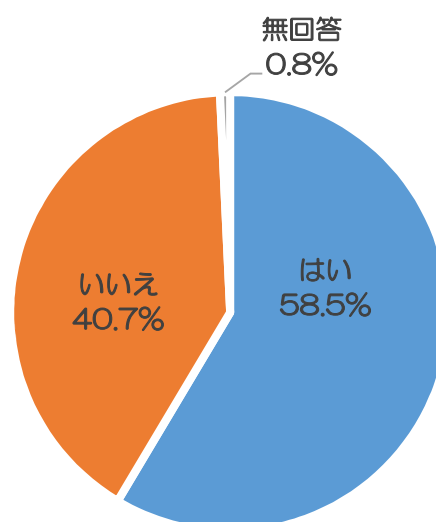
「3. できない」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=50】



預貯金の出し入れについては、8割弱(77.6%)が「できるし、している」と回答。一方で、5.4%にあたる50名は「できない」と回答し、うち14名は「1人暮らし」である。

(9) 友人の家を訪ねてますか 【N=924】

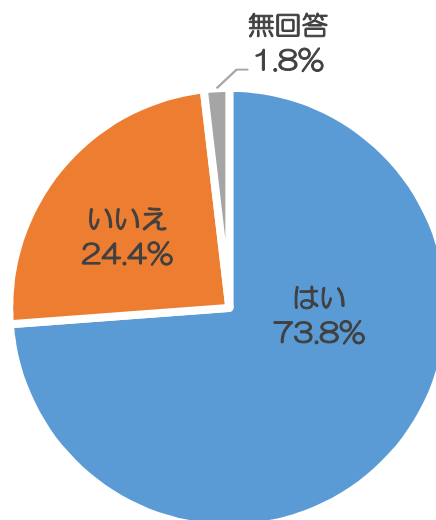
		今回	R2 年度
1	はい	58.5% (541名)	59.1% (598名)
2	いいえ	40.7% (376名)	39.4% (398名)
	無回答	0.8% (7名)	1.5% (15名)



友人の家を訪ねているかについては、6割弱(58.5%)が「はい」と回答。前回(令和2年度)調査の結果と比べ、割合としては大きな差は見られなかった。

(10) 家族や友人の相談にのってますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	はい	73.8% (682 名)	73.5% (743 名)
2	いいえ	24.4% (225 名)	24.4% (247 名)
	無回答	1.8% (17 名)	2.1% (21 名)



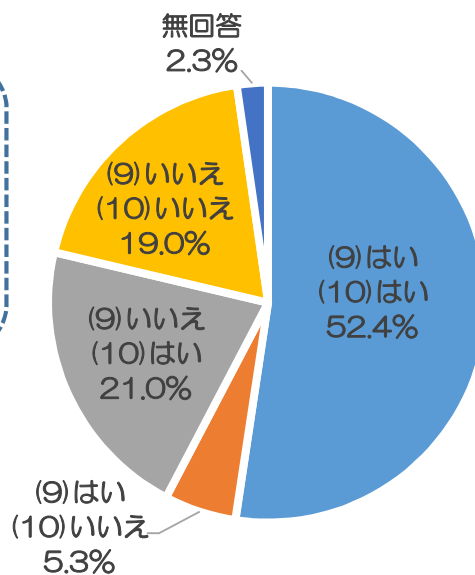
家族や友人の相談にのっているかについては、7割以上(73.8%)が「はい」と回答。前回(令和2年度)調査の結果と比べ、割合としては大きな差は見られなかった。

※ 「(9)友人の家を訪ねてますか」と「(10)家族や友人の相談にのってますか」について

		(10) 家族や友人の相談にのっていますか	
		1. はい	2. いいえ
(9) 友人の家を訪ねてますか	1. はい	52.4% (484 名)	5.3% (49 名)
	2. いいえ	21.0% (194 名)	19.0% (176 名)

※無回答項目あり
21名

問4(9)及び(10)の他者との関わりに関する設問において、どちらか1つ以上「はい」と回答した方は、回答者全体の8割弱(78.7%、924名中727名)となっているが、一方で、5人に1人(19.0%)は両設問において「いいえ」と回答している。

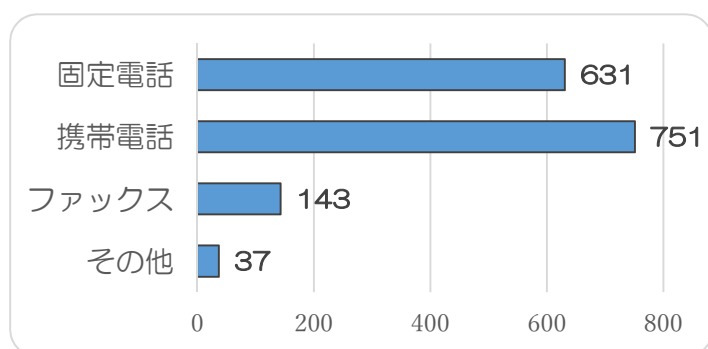


(11) 普段お使いの通信手段(電話など)はなんですか(複数回答) 【N=924】

		今回	R2 年度
1	固定電話	68.3% (631名)	—
2	携帯電話	81.3% (751名)	—
3	ファックス	15.5% (143名)	—
4	その他	4.0% (37名)	—

「4. その他」

- ・郵便、手紙(12名)
- ・メール、LINE(11名)
- ・パソコン(4名)
- ・タブレット(3名)
- ・家族の携帯電話を借りる(2名)
- ・ホームの電話(1名)
- ・娘が家に来る(1名)



普段使用する通信手段について、回答者全体の8割(81.3%、751名)は「携帯電話」を所有しており、「固定電話」の7割(68.3%、631名)を上回っている。また、「その他」の意見として、メールやLINEを利用している方もいる。

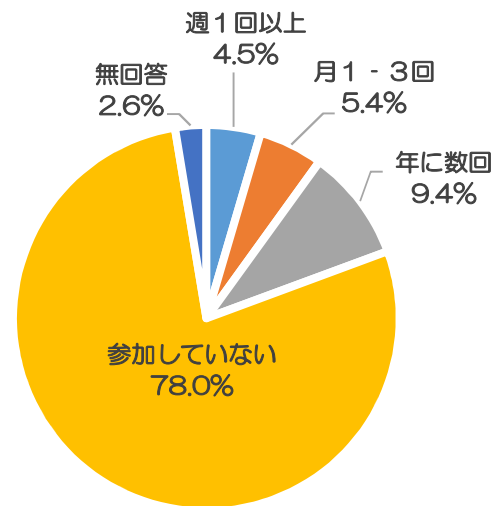
問5

地域での活動について

(1) 次のような会やサークル活動などにどのくらい参加していますか 【N=924】

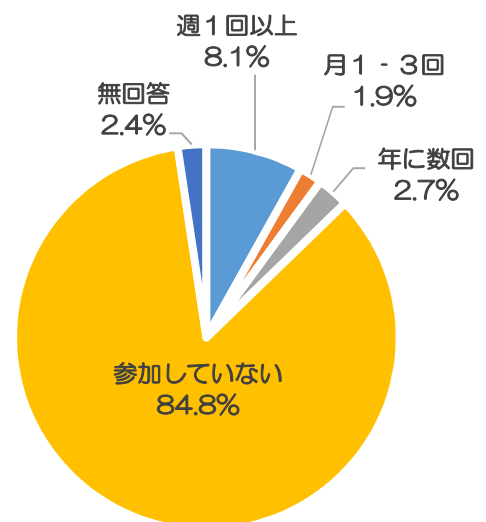
① ボランティアのグループ

		今回	R2年度
1	週4回以上	0.5% (5名)	0.9% (9名)
2	週2～3回	2.1% (19名)	2.0% (20名)
3	週1回	1.9% (18名)	1.8% (18名)
4	月1～3回	5.4% (50名)	5.3% (54名)
5	年に数回	9.4% (87名)	10.9% (110名)
6	参加していない	78.0% (721名)	75.6% (764名)
	無回答	2.6% (24名)	3.6% (36名)



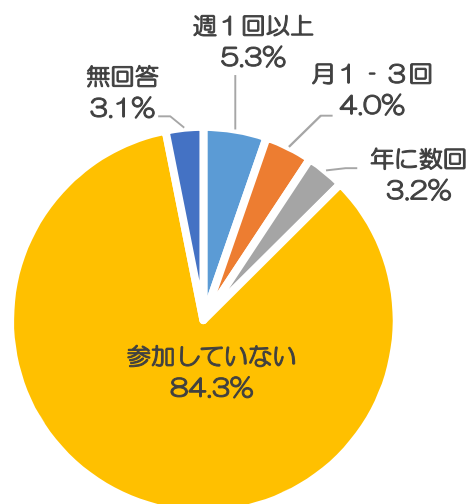
② 運動関係のグループ(ゲートボールや卓球サークルなど)

		今回	R2年度
1	週4回以上	0.8% (7名)	1.5% (15名)
2	週2～3回	4.5% (42名)	4.6% (47名)
3	週1回	2.8% (26名)	2.5% (25名)
4	月1～3回	1.9% (18名)	2.2% (22名)
5	年に数回	2.7% (25名)	3.8% (38名)
6	参加していない	84.8% (784名)	82.9% (838名)
	無回答	2.4% (22名)	2.6% (26名)



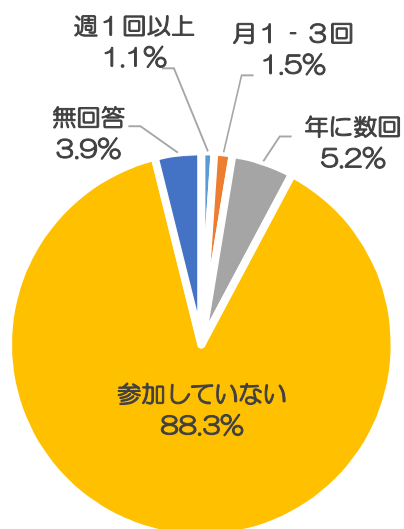
③趣味関係のグループ(カラオケや手芸サークルなど)

		今回	R2年度
1	週4回以上	0.6% (6名)	0.9% (9名)
2	週2～3回	1.6% (15名)	2.7% (27名)
3	週1回	3.0% (28名)	4.6% (47名)
4	月1～3回	4.0% (37名)	5.9% (60名)
5	年に数回	3.2% (30名)	3.8% (38名)
6	参加していない	84.3% (779名)	79.5% (804名)
	無回答	3.1% (29名)	2.6% (26名)



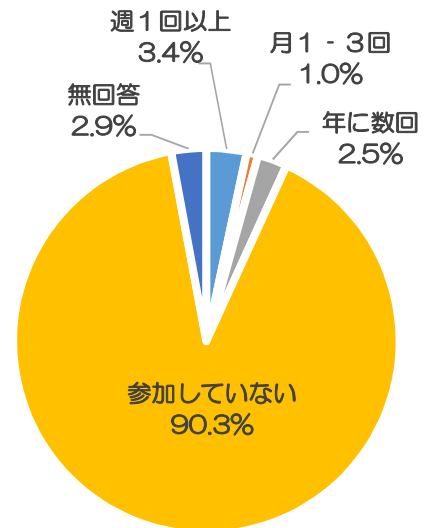
④学習・教養サークル(いきいき大学を含む)

		今回	R2年度
1	週4回以上	0.1% (1名)	0.3% (3名)
2	週2～3回	0.2% (2名)	0.2% (2名)
3	週1回	0.8% (7名)	1.3% (13名)
4	月1～3回	1.5% (14名)	2.6% (26名)
5	年に数回	5.2% (48名)	6.8% (69名)
6	参加していない	88.3% (816名)	86.3% (872名)
	無回答	3.9% (36名)	2.6% (26名)



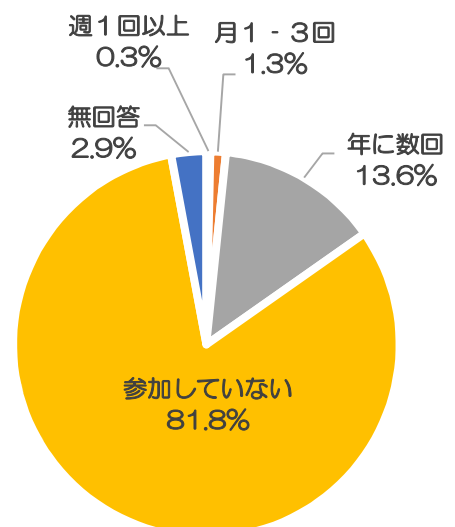
⑤介護予防のための通いの場(いきいき百歳体操など)

		今 回	R2 年度
1	週 4 回以上	0.3% (3 名)	0.7% (7 名)
2	週 2 ～ 3 回	0.3% (3 名)	0.9% (9 名)
3	週 1 回	2.7% (25 名)	4.6% (47 名)
4	月 1 ～ 3 回	1.0% (9 名)	1.1% (11 名)
5	年に数回	2.5% (23 名)	4.0% (40 名)
6	参加していない	90.3% (834 名)	86.5% (875 名)
	無回答	2.9% (27 名)	2.2% (22 名)



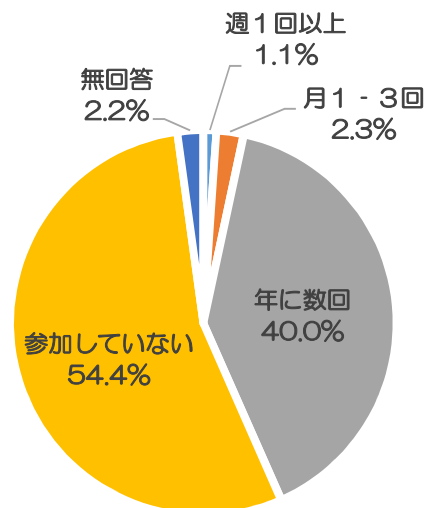
⑥老人クラブ

		今 回	R2 年度
1	週 4 回以上	0.0% (0 名)	0.1% (1 名)
2	週 2 ～ 3 回	0.1% (1 名)	0.5% (5 名)
3	週 1 回	0.2% (2 名)	0.6% (6 名)
4	月 1 ～ 3 回	1.3% (12 名)	1.8% (18 名)
5	年に数回	13.6% (126 名)	16.9% (171 名)
6	参加していない	81.8% (756 名)	76.5% (773 名)
	無回答	2.9% (27 名)	3.7% (37 名)



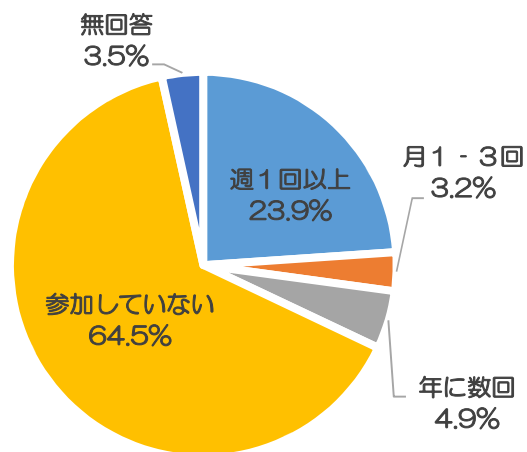
⑦町内会・自治会

		今回	R2年度
1	週4回以上	0.3% (3名)	0.1% (1名)
2	週2～3回	0.3% (3名)	0.4% (4名)
3	週1回	0.4% (4名)	0.6% (6名)
4	月1～3回	2.3% (21名)	3.3% (33名)
5	年に数回	40.0% (370名)	47.1% (476名)
6	参加していない	54.4% (503名)	44.7% (452名)
	無回答	2.2% (20名)	3.9% (39名)



⑧お金をもらう仕事

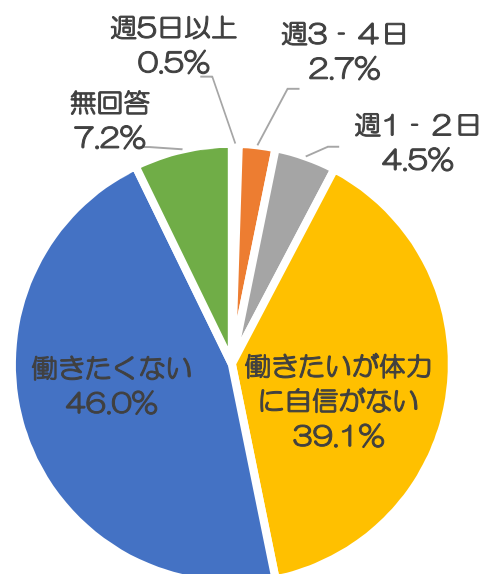
		今回	R2年度
1	週4回以上	18.9% (175名)	17.2% (174名)
2	週2～3回	4.2% (39名)	4.3% (43名)
3	週1回	0.8% (7名)	0.3% (3名)
4	月1～3回	3.2% (30名)	2.8% (28名)
5	年に数回	4.9% (45名)	4.7% (48名)
6	参加していない	64.5% (596名)	62.7% (634名)
	無回答	3.5% (32名)	8.0% (81名)



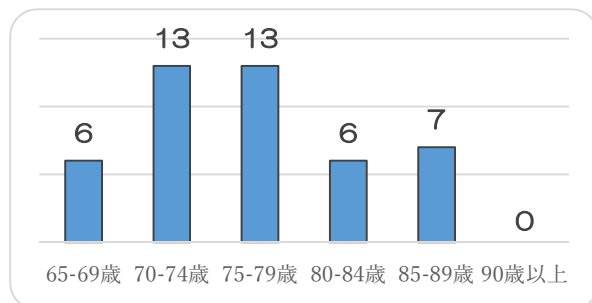
問5(1)①から⑧までの社会活動への参加状況に関する設問においては、前回(令和2年度)の調査結果と比べると、全ての設問において、「参加していない」と回答した方の割合が増加している。

※ 「⑧お金をもらう仕事」で、「6. 参加していない」と回答した方
 今後、お金をもらう仕事をしてみたいと思いますか 【N=596】

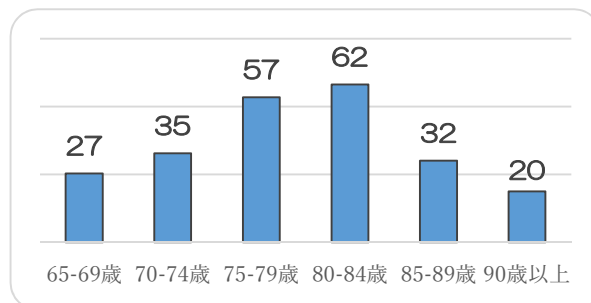
		今回	R2 年度
1	週 5 日以上働きたい	0.5% (3 名)	1.9% (12 名)
2	週 3～4 日であれば働きたい	2.7% (16 名)	3.6% (23 名)
3	週 1～2 日であれば働きたい	4.5% (27 名)	4.3% (27 名)
4	働きたいが、体力に自信がない	39.1% (233 名)	39.3% (249 名)
5	働きたくない	46.0% (274 名)	42.7% (271 名)
	無回答	7.2% (43 名)	8.2% (52 名)



「1. 週5日以上働きたい」
 「2. 週3～4日であれば働きたい」
 「3. 週1～2日であれば働きたい」と
 回答した方の年齢階級別人数 【N=46】



「4. 働きたいが、体力的に自信がない」と
 回答した方の年齢階級別人数 【N=233】



※年齢不明 1 名

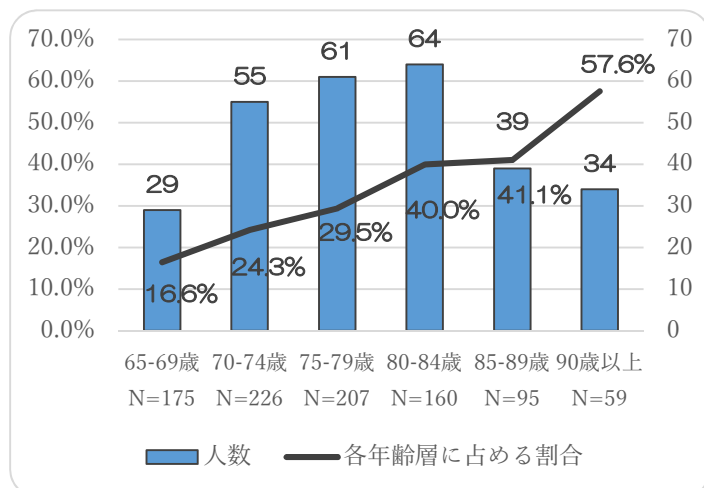
お金をもらう仕事に「参加していない(就労していない)」方の就労意欲を確認する設問において、7.7%にあたる 46 名の方が「週 5 日以上働きたい」または「週 3～4 日であれば働きたい」「週 1～2 日であれば働きたい」と回答。

また、「働きたいが、体力に自信がない」と回答した方は 233 名おり、うち 62 名は前期高齢者(65 歳から 74 歳)となっている。

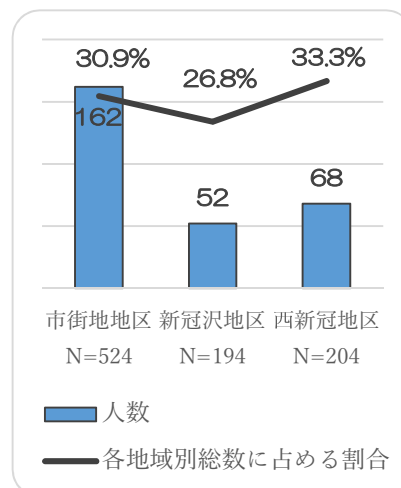
※ 「問5(1) 次のような会やサークル活動などにどのくらい参加してますか」のうち、下記に該当する選択肢を選択した方【N=282】

- | | |
|------------------------------|----------------|
| ① ボランティアのグループ | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ② 運動関係のグループ(ゲートボールや卓球サークルなど) | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ③ 趣味関係のグループ(カラオケや手芸サークルなど) | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ④ 学習・教養サークル(いきいき大学も含む) | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ⑤ 介護予防のための通いの場(いきいき百歳体操など) | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ⑥ 老人クラブ | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ⑦ 町内会・自治会 | ⇒ 「6. 参加していない」 |
| ⑧ お金をもらう仕事 | ⇒ 「6. 参加していない」 |

① 年齢階級別



② 居住地別



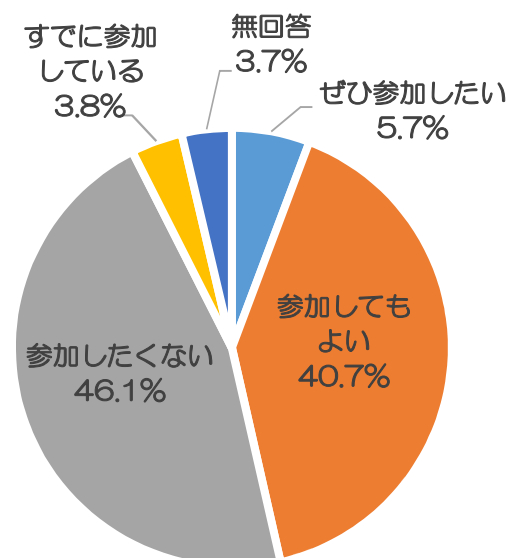
問5(1)①から⑧までの社会活動への参加状況に関する設問について、全てにおいて「参加していない」と回答した方は、回答者全体の30.5%にあたる282名となっている。

年齢階級別で見ると、60歳代は16.6%(29名)であったが、年齢階級が上がるにつれて該当する割合が高くなり、80歳以上で4割、90歳以上で6割弱の方が社会活動への参加から足が遠のいている。また、居住地別では、西新冠地区が他の地区と比べて、若干割合が高くなっている。

(2) 地域住民で、健康づくりのための活動や趣味等のグループ活動を行って、地域づくりを進めるとしたら、参加者として参加してみたいと思いますか

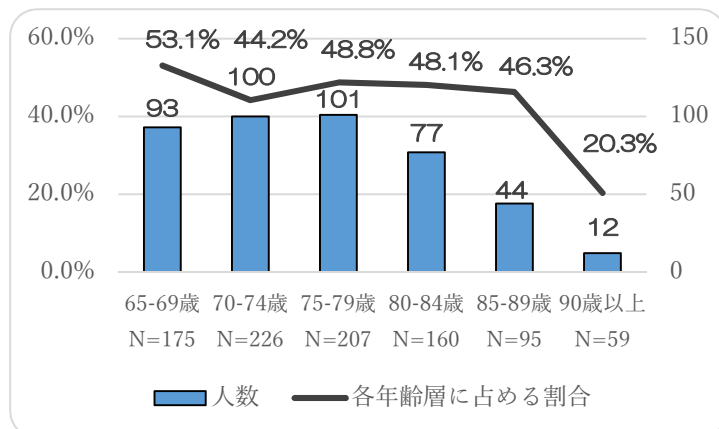
【N=924】

		今回	R2年度
1	ぜひ参加したい	5.7% (53名)	6.6% (67名)
2	参加してもよい	40.7% (376名)	37.3% (377名)
3	参加したくない	46.1% (426名)	43.9% (444名)
4	すでに参加している	3.8% (35名)	4.7% (48名)
	無回答	3.7% (34名)	7.4% (75名)

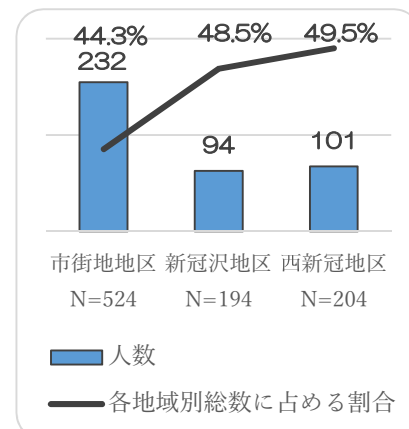


「1. ぜひ参加したい」「2. 参加してもよい」と回答した方 【N=429】

① 年齢階級別



② 居住地域別



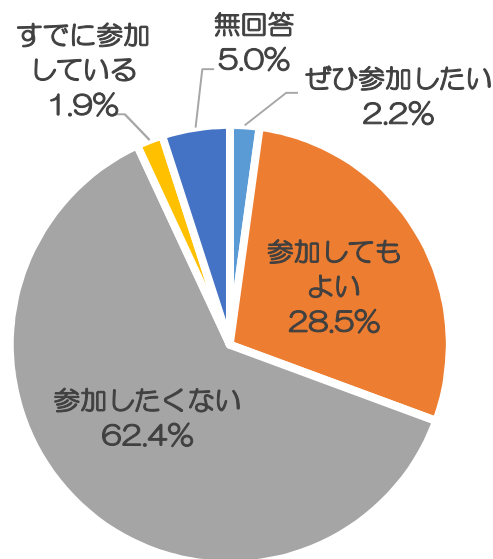
※年齢・居住地不明 2名

地域づくりにおける「参加者として」の参加意欲について、5割弱(46.4%、429名)が「ぜひ参加したい」「参加してもよい」と回答しており、前回(令和2年度)の調査結果と比べても、2.5%の増となっている。

年齢階級別では、60歳代が5割以上(53.1%)と最も割合が高く、70・80歳代においても4割以上の方に参加意欲が見られる。また、居住地区別では、市街地地区よりも、新冠沢地区や西新冠地区の方が高い割合となっている。

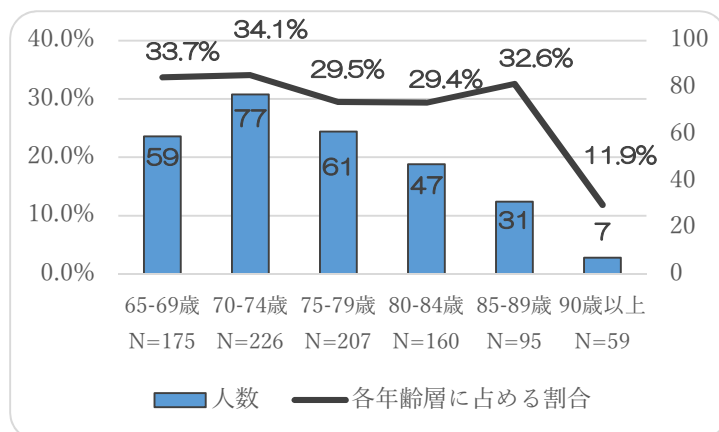
(3) 地域住民で、健康づくりのための活動や趣味等のグループ活動を行って、地域づくりを進めるとしたら、企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	ぜひ参加したい	2.2% (20名)	1.3% (13名)
2	参加してもよい	28.5% (263名)	27.7% (280名)
3	参加したくない	62.4% (577名)	59.7% (604名)
4	すでに参加している	1.9% (18名)	3.4% (34名)
	無回答	5.0% (46名)	7.9% (80名)

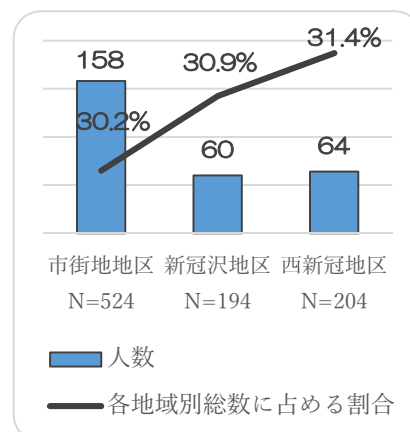


「1. ぜひ参加したい」「2. 参加してもよい」と回答した方 【N=283】

① 年齢階級別



② 居住地域別



※年齢・居住地不明 1名

地域づくりにおける「企画・運営者側として」の参加意欲について、3割(30.6%、283名)が「ぜひ参加したい」「参加してもよい」と回答しており、前回(令和2年度)の調査結果と比べても、1.6%の増となっている。

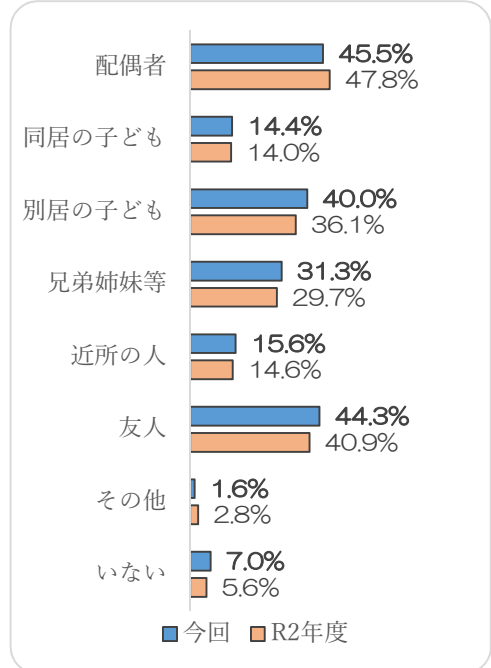
年齢階級別では、どの年代も概ね3割以上の方に参加意欲が見られる。また、居住地区別では、西新冠地区が他の地区と比べて高い割合となっている。

問6

まわりの人との助け合いについて

(1) あなたの心配事やグチを聞いてくれる人はいますか(複数回答) 【N=924】

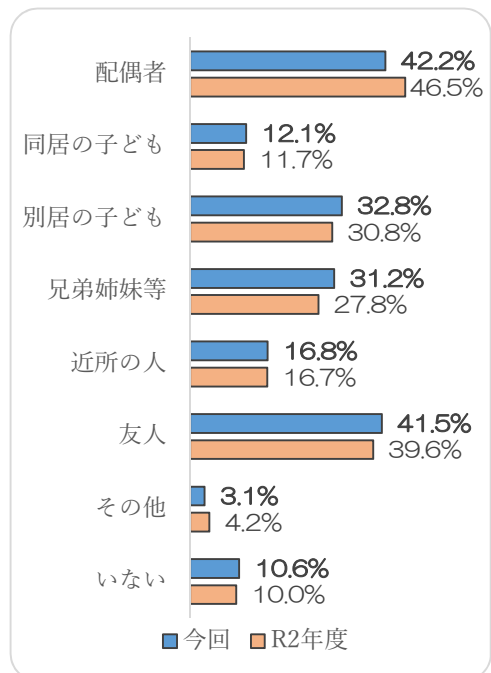
		今回	R2年度
1	配偶者	45.5% (420名)	47.8% (483名)
2	同居している子ども	14.4% (133名)	14.0% (142名)
3	別居している子ども	40.0% (370名)	36.1% (365名)
4	兄弟姉妹・親戚・親・孫	31.3% (289名)	29.7% (300名)
5	近所の人	15.6% (144名)	14.6% (148名)
6	友人	44.3% (409名)	40.9% (413名)
7	その他	1.6% (15名)	2.8% (28名)
8	そのような人はいない	7.0% (65名)	5.6% (57名)



(2) 反対に、あなたが心配事やグチを聞いてあげる人はいますか(複数回答)

【N=924】

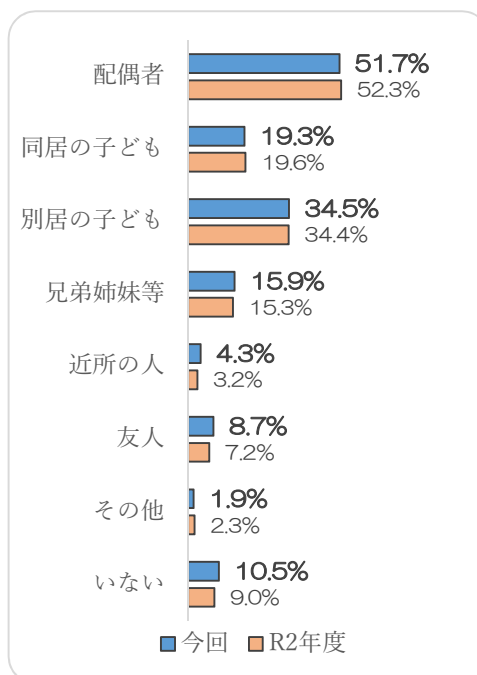
		今回	R2年度
1	配偶者	42.2% (390名)	46.5% (470名)
2	同居している子ども	12.1% (112名)	11.7% (118名)
3	別居している子ども	32.8% (303名)	30.8% (311名)
4	兄弟姉妹・親戚・親・孫	31.2% (288名)	27.8% (281名)
5	近所の人	16.8% (155名)	16.7% (169名)
6	友人	41.5% (383名)	39.6% (400名)
7	その他	3.1% (29名)	4.2% (42名)
8	そのような人はいない	10.6% (98名)	10.0% (101名)



まわりの人との助け合いの状況について、心配事等を聞いてくれる人・聞いてあげる人は、ともに「配偶者」が最も多いが、前回(令和2年度)調査時と比べると、割合は減っている。一方で、「別居の子ども」「兄弟姉妹・親戚・親・孫」「友人」が増加傾向にある。

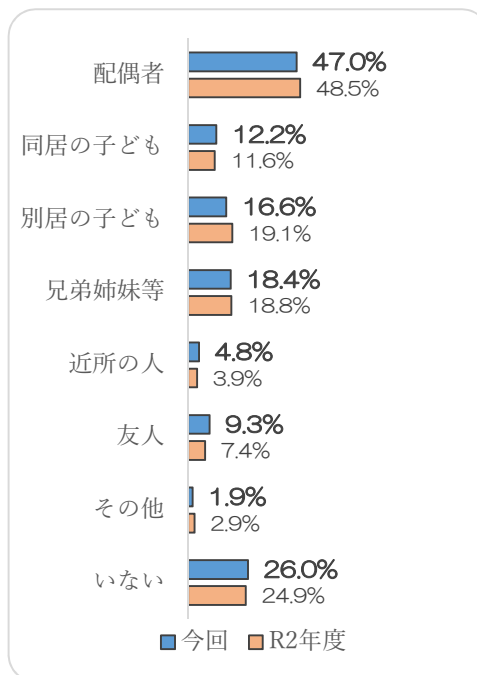
(3) あなたが病気で数日間寝込んだとき、看病や世話をしてくれる人はいませんか
(複数回答) 【N=924】

		今回	R2年度
1	配偶者	51.7% (478名)	52.3% (529名)
2	同居している子ども	19.3% (178名)	19.6% (198名)
3	別居している子ども	34.5% (319名)	34.4% (348名)
4	兄弟姉妹・親戚・親・孫	15.9% (147名)	15.3% (155名)
5	近所の人	4.3% (40名)	3.2% (32名)
6	友人	8.7% (80名)	7.2% (73名)
7	その他	1.9% (18名)	2.3% (23名)
8	そのような人はいない	10.5% (97名)	9.0% (91名)



(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人はいませんか(複数回答) 【N=924】

		今回	R2年度
1	配偶者	47.0% (434名)	48.5% (490名)
2	同居している子ども	12.2% (113名)	11.6% (117名)
3	別居している子ども	16.6% (153名)	19.1% (193名)
4	兄弟姉妹・親戚・親・孫	18.4% (170名)	18.8% (190名)
5	近所の人	4.8% (44名)	3.9% (39名)
6	友人	9.3% (86名)	7.4% (75名)
7	その他	1.9% (18名)	2.9% (29名)
8	そのような人はいない	26.0% (240名)	24.9% (252名)



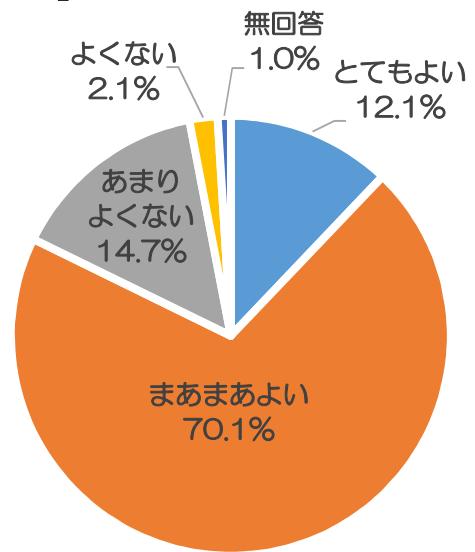
病気になった際に看病や世話をしてくれる人・してあげる人については、ともに「配偶者」と回答した方が最も多くなっているが、前設問と同様、前回(令和2年度)調査時と比べると、割合は減っている。また、回答者の1割(10.5%、97名)は、病気になっても看病してくれる人がいない状況となっている。

問7

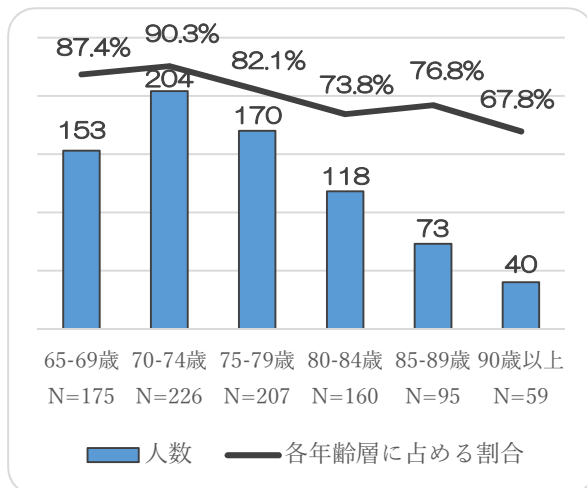
健康について

(1) あなたの現在の健康状態はどうか 【N=924】

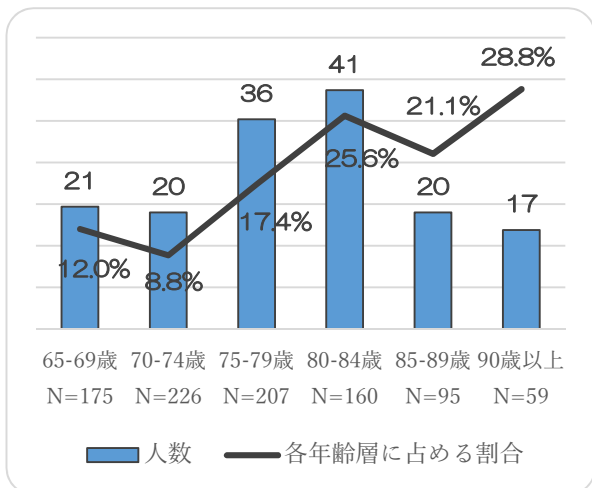
		今回	R2年度
1	とてもよい	12.1% (112名)	14.5% (147名)
2	まあまあよい	70.1% (648名)	65.2% (659名)
3	あまりよくない	14.7% (136名)	14.5% (147名)
4	よくない	2.1% (19名)	3.7% (37名)
	無回答	1.0% (9名)	2.1% (21名)



「1. とてもよい」「2. まあまあよい」と回答した方の年齢階級別割合 【N=760】



「3. あまりよくない」「4. よくない」と回答した方の年齢階級別割合 【N=155】

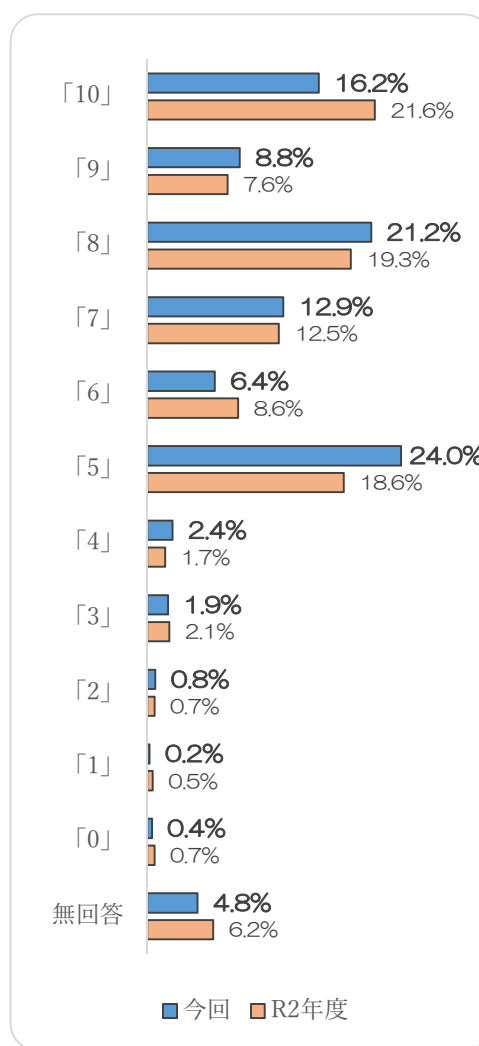


主観的健康観について、8割以上(82.2%)が「とてもよい」「まあまあよい」と回答しており、前回(令和2年度)の調査時と比べ、割合として2.5%増となっている。年齢階級別で見ると、60歳代で87.4%(175名中153名)、70歳代で86.4%(433名中374名)、80歳代で74.9%(255名中191名)、90歳以上では67.8%(59名中40名)となっており、年齢が低いほど健康と感じやすい傾向にある。

一方で、2割弱(16.7%)は、「よくない」「あまりよくない」と回答している。年齢階級別で見ると、60歳代で12.0%(175名中21名)、70歳代で12.9%(433名中56名)、80歳代で23.9%(255名中61名)、90歳以上では28.8%(59名中17名)となっており、年齢が高くなるにつれて、身体の不調を感じている。

(2)あなたは、現在どのくらい「幸せ」ですか(10点満点で) 【N=924】

		今回	R2年度
1	「10」	16.2% (150名)	21.6% (218名)
2	「9」	8.8% (81名)	7.6% (77名)
3	「8」	21.2% (196名)	19.3% (195名)
4	「7」	12.9% (119名)	12.5% (126名)
5	「6」	6.4% (59名)	8.6% (87名)
6	「5」	24.0% (222名)	18.6% (188名)
7	「4」	2.4% (22名)	1.7% (17名)
8	「3」	1.9% (18名)	2.1% (21名)
9	「2」	0.8% (7名)	0.7% (7名)
10	「1」	0.2% (2名)	0.5% (5名)
11	「0」	0.4% (4名)	0.7% (7名)
	無回答	4.8% (44名)	6.2% (63名)
	平均	7.10	7.31

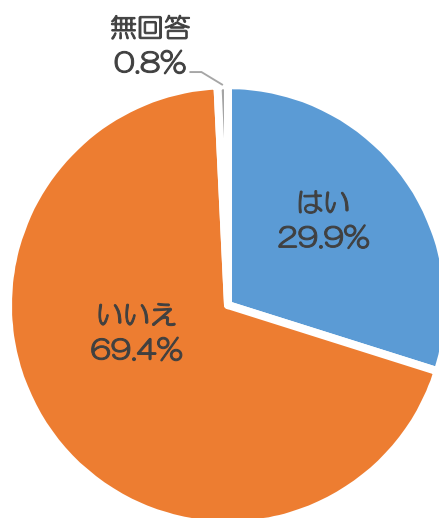


主観的幸福感について、16.2%にあたる150名が10点満点中「10」と回答しているが、前回(令和2年度)の調査では、21.6%が「10」と回答しており、5.4%減となっている。また、「5」と回答した方については前回調査から5.4%増の24.0%となっている。回答者全体の平均点は「7.10」であり、前回調査時の「7.31」から若干下がっている。

(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はありましたか 【N=924】

		今回	R2年度
1	はい	29.9% (276名)	35.6% (360名)
2	いいえ	69.4% (641名)	61.7% (624名)
	無回答	0.8% (7名)	2.7% (27名)

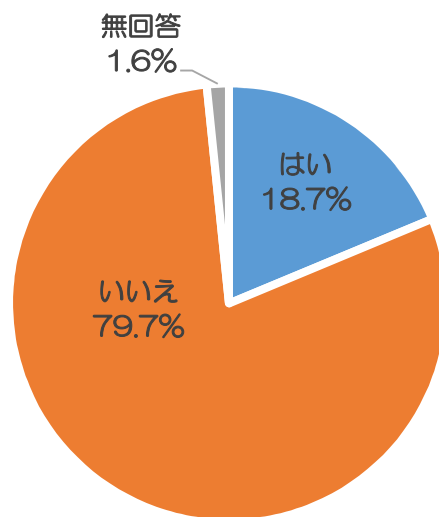
ゆううつな気持ちになることについては、3割(29.9%)は「はい」と回答し、前回(令和2年度)調査と比較して、5.7%の減となっている。



(4)この1か月間、どうしても物事に興味がわかなくなったり、心から楽しめないと感じる事がよくありましたか 【N=924】

		今回	R2年度
1	はい	18.7% (173名)	23.2% (235名)
2	いいえ	79.7% (736名)	73.3% (741名)
	無回答	1.6% (15名)	3.5% (35名)

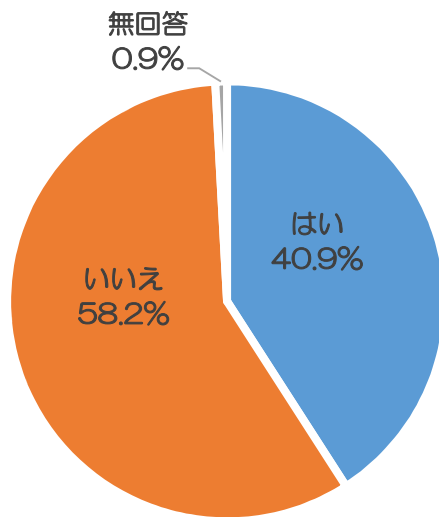
心から楽しめないと感じる事については、2割弱(18.7%)は「はい」と回答し、前回(令和2年度)調査と比較して、4.5%の減となっている。



(5)この1か月間、以前は楽にできていたことがおっくうに感じる事がありましたか 【N=924】

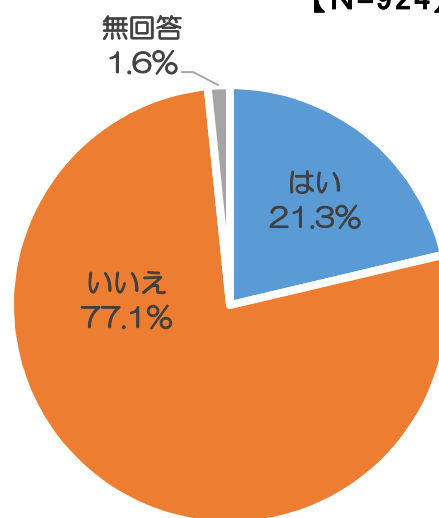
		今回	R2年度
1	はい	40.9% (378名)	23.2% (235名)
2	いいえ	58.2% (538名)	73.3% (741名)
	無回答	0.9% (8名)	3.5% (35名)

楽にできていたことがおっくうに感じる事については、4割(40.9%)が「はい」と回答し、前回(令和2年度)調査と比較すると、17.7%も増加している。



(6)この1か月間、自分が役に立つ人間だと思えないと感じることがありましたか
【N=924】

		今回	R2年度
1	はい	21.3% (197名)	24.7% (250名)
2	いいえ	77.1% (712名)	71.4% (722名)
	無回答	1.6% (15名)	3.9% (39名)

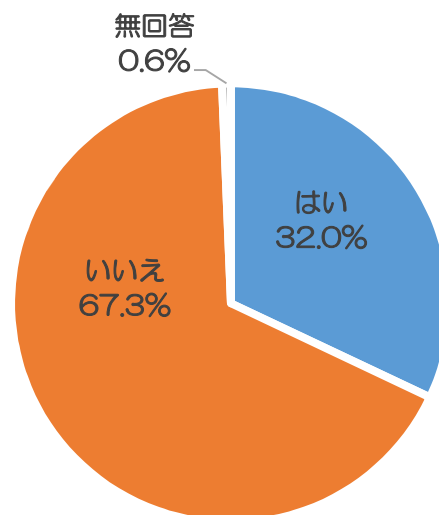


役に立つ人間だと思えないことについては、2割(21.3%)は「はい」と回答し、前回(令和2年度)調査と比較して、3.4%の減となっている。

(7)この1か月間、わけもなく疲れたような感じがすることがありましたか

【N=924】

		今回	R2年度
1	はい	32.0% (296名)	30.7% (310名)
2	いいえ	67.3% (622名)	66.2% (669名)
	無回答	0.6% (6名)	3.2% (32名)

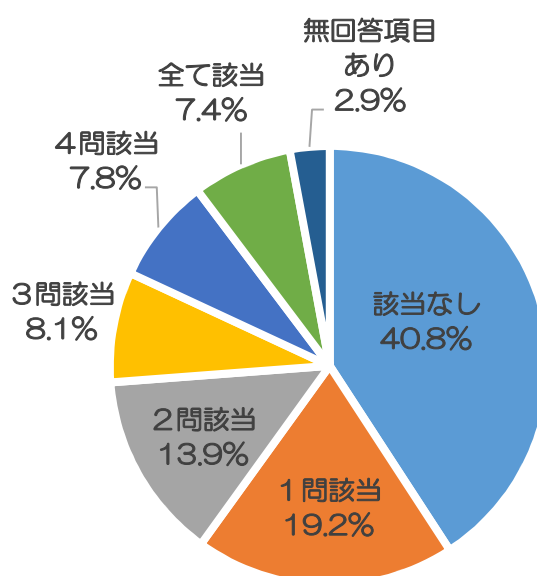


わけもなく疲れたように感じることについては、3割(32.0%)が「はい」と回答し、前回(令和2年度)調査と比較して、1.3%の増となっている。

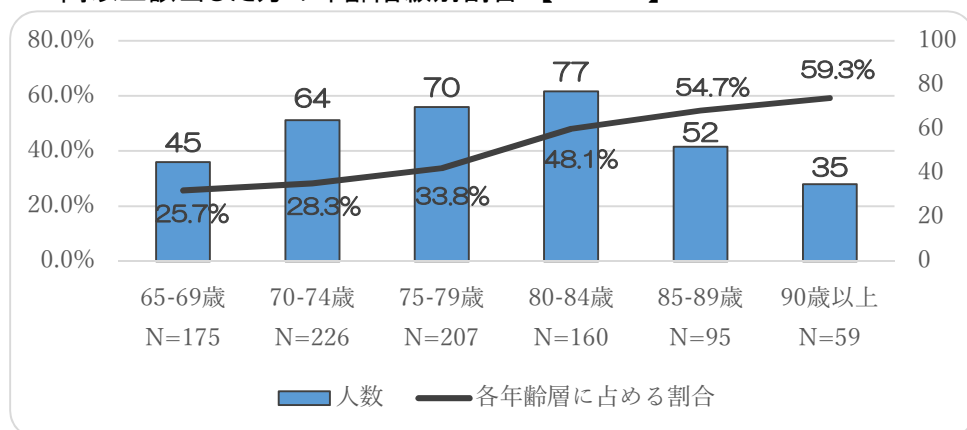
※ 「問7 健康について」の以下の5つの設問のうち、該当する選択肢を選択した方

- (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はありましたか ⇒ 「1. はい」
- (4) この1か月間、どうしても物事に興味がわかなくなったり、心から楽しめないと感じることがよくありましたか ⇒ 「1. はい」
- (5) この1か月間、以前は楽にできていたことがおっくうに感じることはありませんでしたか ⇒ 「1. はい」
- (6) この1か月間、自分が役に立つ人間だと思えないと感じることがありましたか ⇒ 「1. はい」
- (7) この1か月間、わけもなく疲れたような感じがすることがありましたか ⇒ 「1. はい」

		今回	R2年度
1	該当なし	40.8% (377名)	36.1% (365名)
2	1問該当	19.2% (177名)	22.7% (229名)
3	2問該当	13.9% (128名)	13.7% (139名)
4	3問該当	8.1% (75名)	10.5% (106名)
5	4問該当	7.8% (72名)	9.6% (97名)
6	全て該当	7.4% (68名)	7.4% (75名)
	無回答項目あり	2.9% (27名)	0.0% (0名)



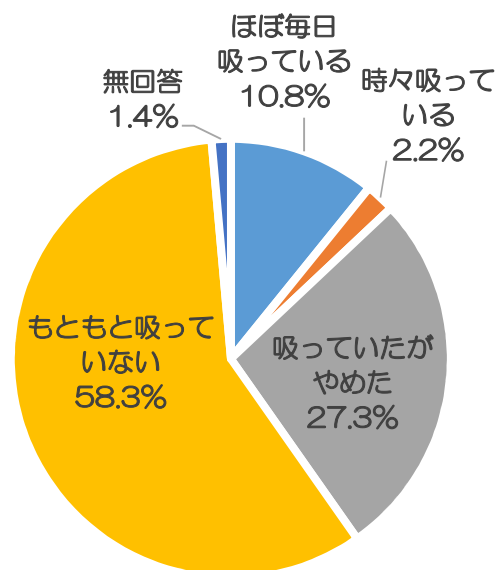
2問以上該当した方の年齢階級別割合 【N=343】



問7(3)から(7)までのうつ傾向を問う設問のうち、2問以上の該当を「うつ傾向あり」と評価する場合、本調査では、全体の37.1%にあたる343名にその傾向が見られる。年齢階級別では、60歳代で25.7%(175名中45名)、70歳代で30.9%(433名中134名)、80歳代で50.6%(255名中129名)、90歳以上で59.3%(59名中35名)となり、年齢が上がるにつれて該当する割合が高くなる。

(8) タバコは吸っていますか 【N=924】

		今回	R2 年度
1	ほぼ毎日吸っている	10.8% (100名)	11.4% (115名)
2	時々吸っている	2.2% (20名)	1.7% (17名)
3	吸っていたが辞めた	27.3% (252名)	28.6% (289名)
4	もともと吸っていない	58.3% (539名)	55.5% (561名)
	無回答	1.4% (13名)	2.9% (29名)



タバコの習慣について、1割以上(13.0%)は「ほぼ毎日吸っている」「時々吸っている」と回答。

(9) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (複数回答) 【N=924】

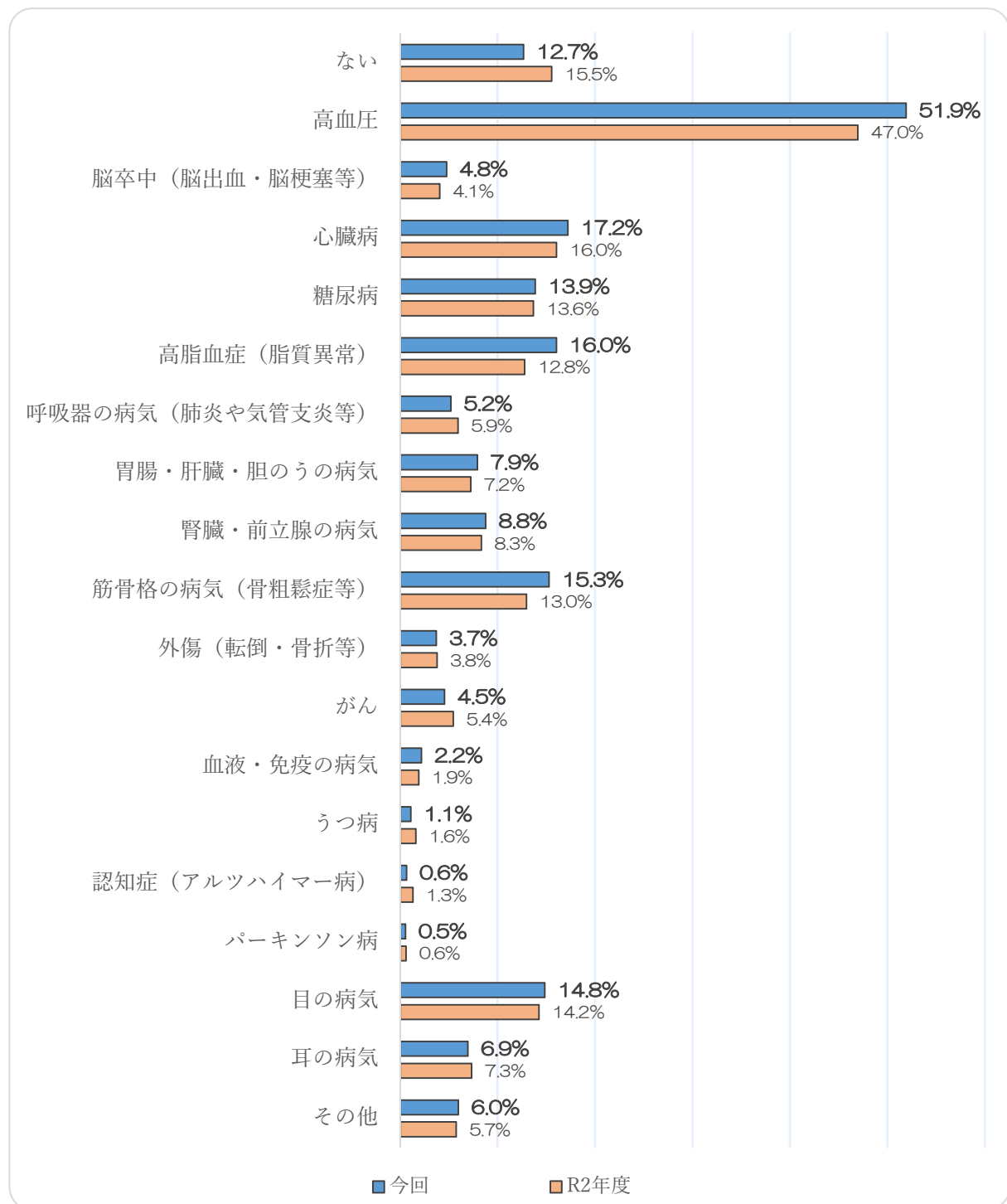
		今回	R2 年度
1	ない	12.7% (117名)	15.5% (157名)
2	高血圧	51.9% (480名)	47.0% (475名)
3	脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)	4.8% (44名)	4.1% (41名)
4	心臓病	17.2% (159名)	16.0% (162名)
5	糖尿病	13.9% (128名)	13.6% (138名)
6	高脂血症 (脂質異常)	16.0% (148名)	12.8% (129名)
7	呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)	5.2% (48名)	5.9% (60名)
8	胃腸・肝臓・ 胆のうの病気	7.9% (73名)	7.2% (73名)
9	腎臓・前立腺 の病気	8.8% (81名)	8.3% (84名)
10	筋骨格の病気 (骨粗鬆症等)	15.3% (141名)	13.0% (131名)

		今回	R2 年度
11	外傷 (転倒・骨折等)	3.7% (34名)	3.8% (38名)
12	がん	4.5% (42名)	5.4% (55名)
13	血液・免疫の 病気	2.2% (20名)	1.9% (19名)
14	うつ病	1.1% (10名)	1.6% (16名)
15	認知症 (アルツハイマー病)	0.6% (6名)	1.3% (13名)
16	パーキンソン病	0.5% (5名)	0.6% (6名)
17	目の病気	14.8% (137名)	14.2% (144名)
18	耳の病気	6.9% (64名)	7.3% (74名)
19	その他	6.0% (55名)	5.7% (58名)

「19.その他」

- ・甲状腺疾患(バセドウ病・橋本病等)(12名) ・リウマチ(6名) ・神経痛(5名)
- ・アレルギー(花粉症等)(4名) ・皮膚疾患(帯状疱疹等)(4名) ・脊柱管狭窄症(4名)
- ・痛風(4名) ・鼻の病気(蓄膿症等)(2名) ・膵臓(2名) ・脊腺炎(2名) ・歯科(1名)

回答総数に占める割合と令和2年度との比較



治療中または後遺症のある病気については、「高血圧」(51.9%)が最も多く、次いで、「心臓病」(17.2%)、「高脂血症」(16.0%)、「筋骨格の病気」(15.3%)、「目の病気」(14.8%)となっている。
また、前回(令和2年度)の調査結果と比較し、「高血圧」で4.9%、「高脂血症」で3.2%、「筋骨格の病気」で2.3%増加している。

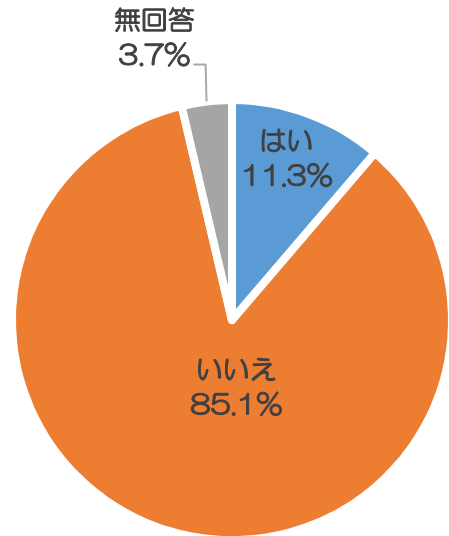
問8

認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 自分に認知症の症状がある、または家族に認知症の症状がある人がいますか 【N=924】

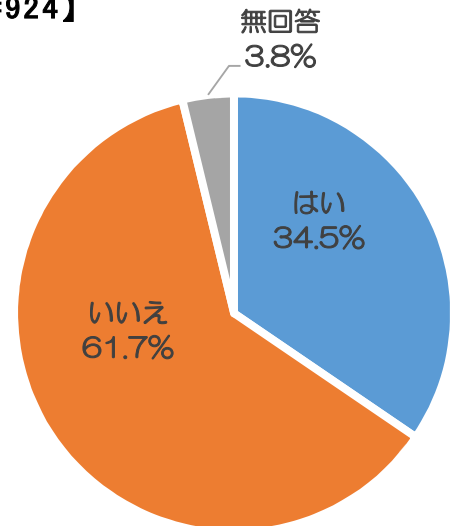
		今回	R2年度
1	はい	11.3% (104名)	13.1% (132名)
2	いいえ	85.1% (786名)	82.7% (836名)
	無回答	3.7% (34名)	4.3% (43名)

自身または家族の認知症の有無について、1割(11.3%)の方が「はい(ある)」と回答し、前回(令和2年度)調査と比べ、1.8%の減となっている。

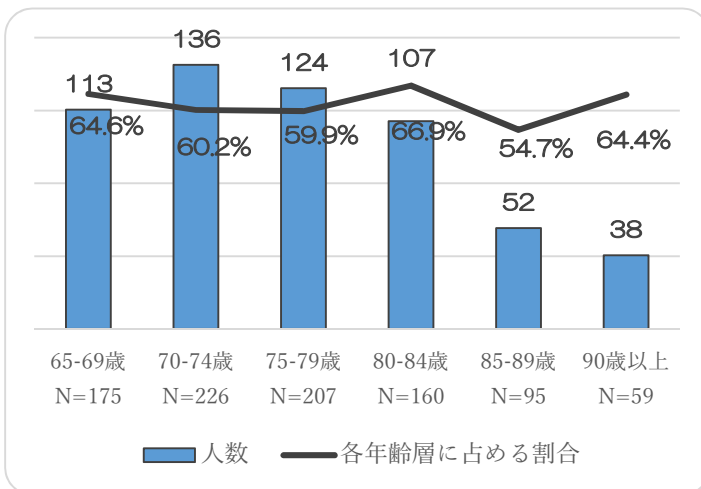


(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	はい	34.5% (319名)	38.0% (384名)
2	いいえ	61.7% (570名)	57.3% (579名)
	無回答	3.8% (35名)	4.7% (48名)



「2. いいえ」と回答した方の年齢階級別割合 【N=570】



認知症に関する相談窓口の認知度について、3割以上(34.5%)は「はい(知っている)」と回答しているが、前回(令和2年度)調査と比べると、3.5%減となっている。

また、年齢階級別では、概ねどの年代の方においても6割程度の方は相談窓口がどこであるか「知らない」と回答している。

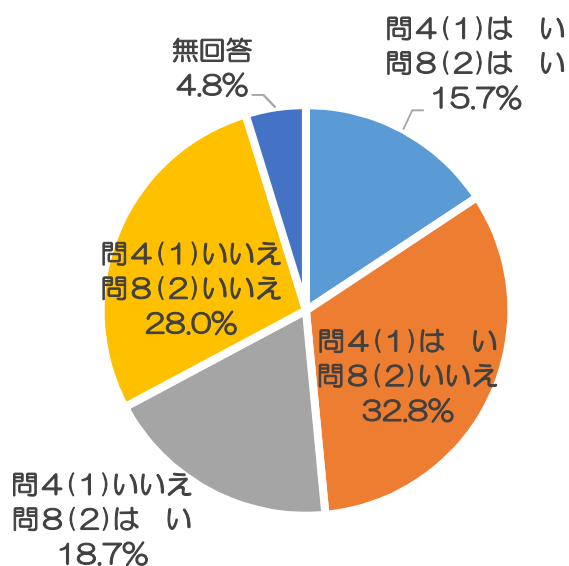
※ 「問4(1)もの忘れが多いと感じますか」と「問8(2)認知症に関する相談窓口を知っていますか」について

		問8(2)認知症に関する相談窓口を知っていますか	
		1. はい	2. いいえ
問4(1)もの忘れが多いと感じますか	1. はい	15.7% (145名)	32.8% (303名)
	2. いいえ	18.7% (173名)	28.0% (259名)

※無回答項目あり
44名

もの忘れは多いと感じるものの、相談窓口はどこか知っているという方は、回答者全体の15.7%(145名)となっている。

一方で、もの忘れが多いと感じているにもかかわらず、相談窓口自体を知らないという方は、回答者全体の32.8%(303名)となっている。

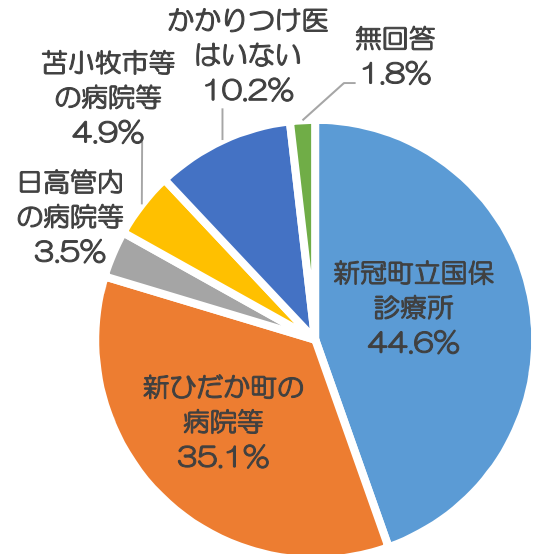


問9

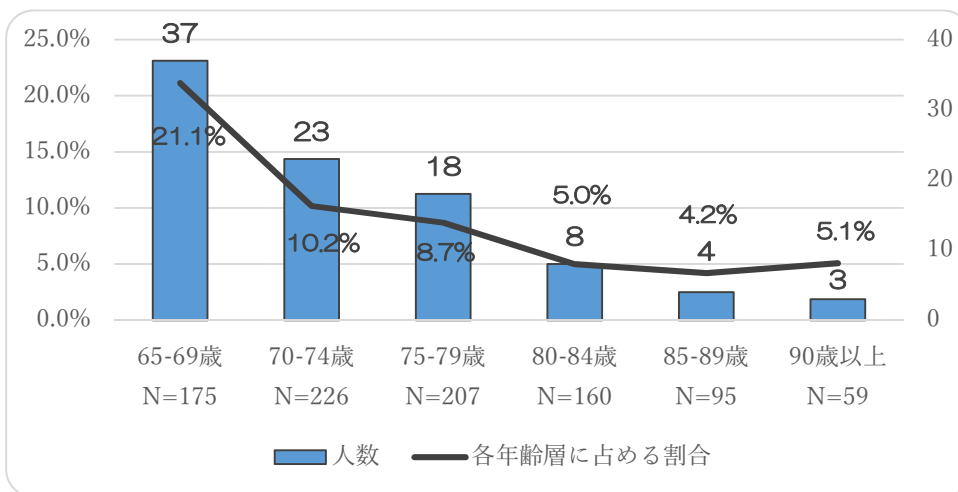
医療のことについて

(1) かかりつけ医はいますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	新冠町立国民健康保険診療所の医師	44.6% (412名)	41.6% (421名)
2	新ひだか町の病院等の医師	35.1% (324名)	34.1% (345名)
3	日高管内(新冠・新ひだか町以外)の病院等の医師	3.5% (32名)	2.6% (26名)
4	苫小牧市や札幌市等の病院等の医師	4.9% (45名)	5.7% (58名)
5	かかりつけ医はいない	10.2% (94名)	12.9% (130名)
	無回答	1.8% (17名)	3.1% (31名)



「5. かかりつけ医はいない」と回答した方の年齢階級別割合 【N=94】

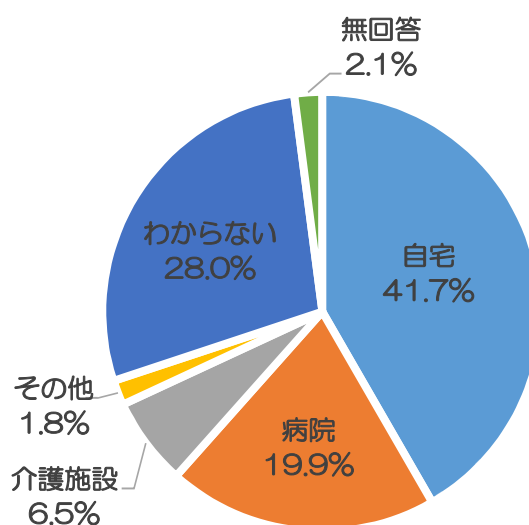


かかりつけ医について、回答者全体の4割以上(44.6%)は「新冠町立国民健康保険診療所の医師」と回答しており、前回(令和2年度)調査と比べ、3.0%増加している。

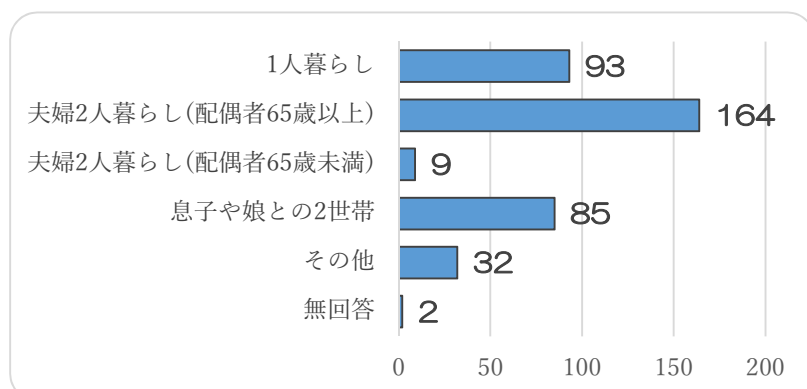
一方で、回答者の1割(10.2%)は「かかりつけ医はいない」と回答しており、年齢が若いほど、その傾向が高くなる。

(2) 人生の最期をむかえる場所として、どこを希望しますか 【N=924】

		今回	R2年度
1	自宅	41.7% (385名)	36.9% (373名)
2	病院	19.9% (184名)	19.8% (200名)
3	介護施設	6.5% (60名)	4.6% (47名)
4	その他	1.8% (17名)	2.1% (21名)
5	わからない	28.0% (259名)	32.9% (333名)
	無回答	2.1% (19名)	3.7% (37名)



「1. 自宅」と回答した方の家族構成別回答者数 【N=385】



希望する人生の最期をむかえる場所については、約4割(41.7%)は「自宅」と回答し、前回(令和2年度)の調査と比べると、4.8%増となっている。

また、「自宅」を希望する方の家族構成については、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が164名と最も多く、「1人暮らし」の方も93名いる。

問10

外出する手段について

(1) 次のうち、外出する際に利用する乗り物がありますか (複数回答)

【N=924】

		今回	R2年度
1	自転車	7.5% (69名)	9.2% (93名)
2	バイク	1.3% (12名)	0.7% (7名)
3	自動車 (自分で運転する)	60.8% (562名)	58.8% (594名)
4	自動車 (乗せてもらう)	33.8% (312名)	32.4% (328名)
5	バス	23.2% (214名)	24.1% (244名)

		今回	R2年度
6	電動車いす (カート)	0.4% (4名)	0.4% (4名)
7	タクシー	12.8% (118名)	12.2% (123名)
8	その他	1.0% (9名)	1.2% (12名)
9	あてはまる ものはない	1.0% (9名)	1.0% (10名)

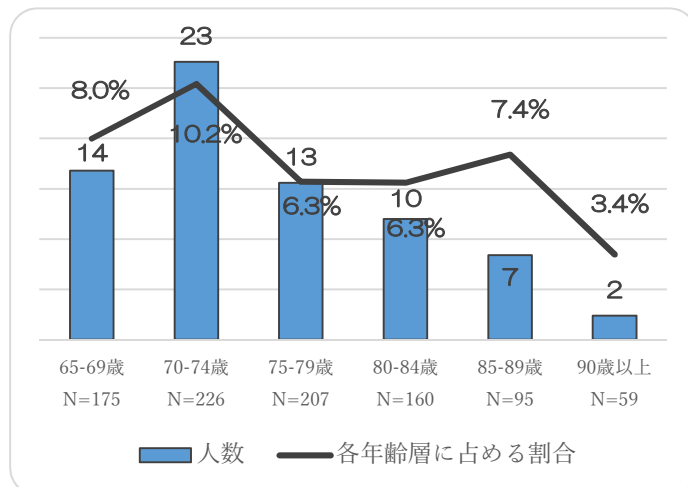
外出する際の手段について、回答者全体の6割(60.8%)は「自動車(自分で運転する)」と回答しており、次いで、「自動車(誰かに乗せてもらう)」(33.8%)、「バス」(23.2%)となっている。

「自動車(自分で運転する)」と回答した方の年齢階級別では、70歳代までは約7割の方が車を運転しているものの、80歳を過ぎるとその割合が減っている。反対に、「自動車(誰かに乗せてもらう)」と回答した方は、年齢が上がるにつれてその割合も上がり、80歳代前半で40.0%、80歳代後半以降は5割以上が該当している。また「バス」についても、70歳代までは各年齢層2割以下の利用率となっているが、80歳を過ぎると3割以上の方が利用するようになっている。

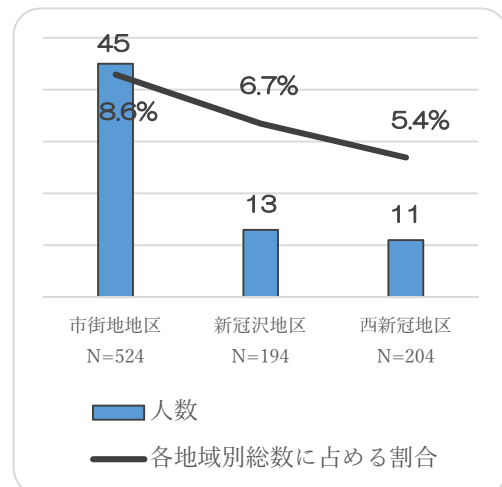
居住地区別で見ると、特に新冠沢地区は「自動車(自分で運転する)」の割合が高く、「自動車(誰かに乗せてもらう)」「バス」の利用が他の地区よりも低くなっている。反対に西新冠地区では、「自動車(誰かに乗せてもらう)」「バス」の利用が他の地区よりも高くなっている。

「1. 自転車」【N=69】

① 年齢階級別

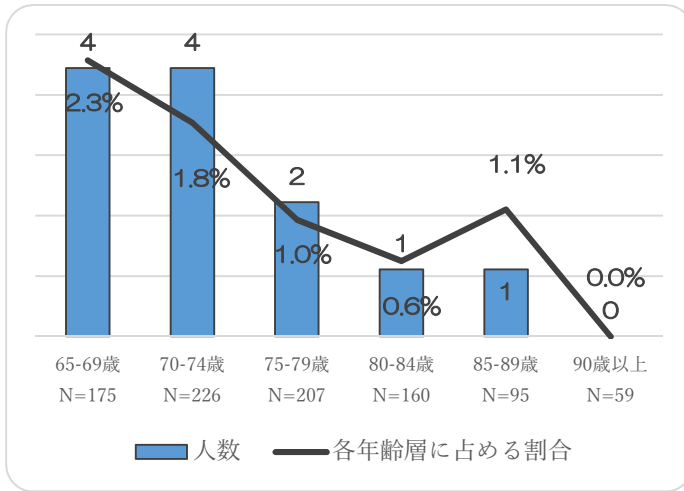


② 居住地域別

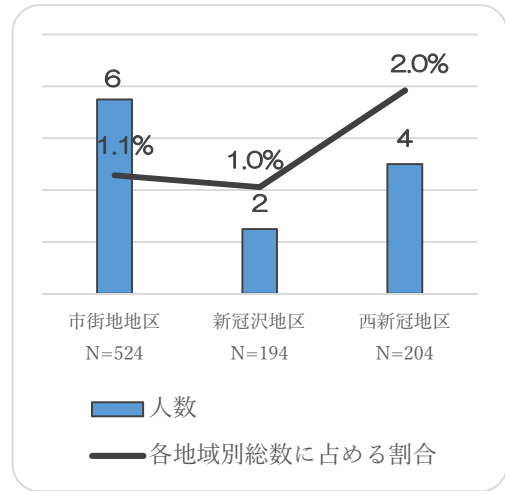


「2. バイク」【N=12】

① 年齢階級別

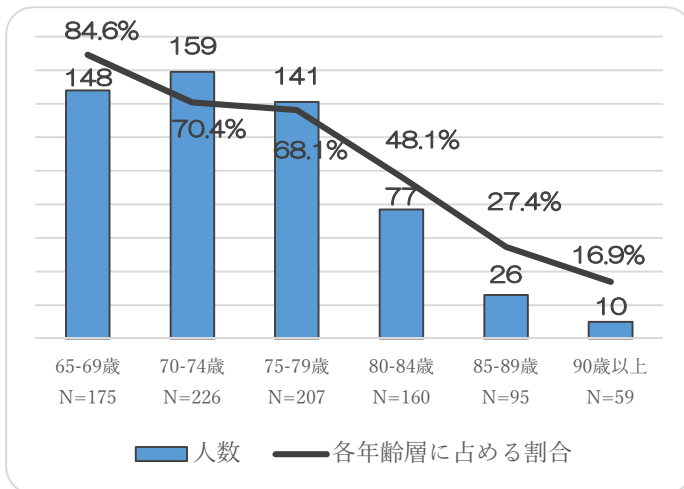


② 居住地域別

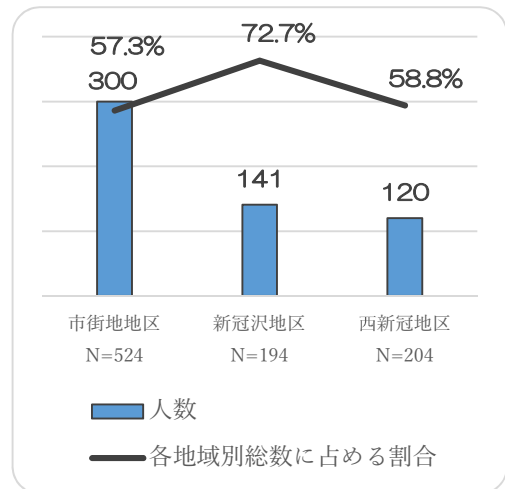


「3. 自動車(自分で運転する)」【N=562】 ※年齢・居住地不明 1名

① 年齢階級別

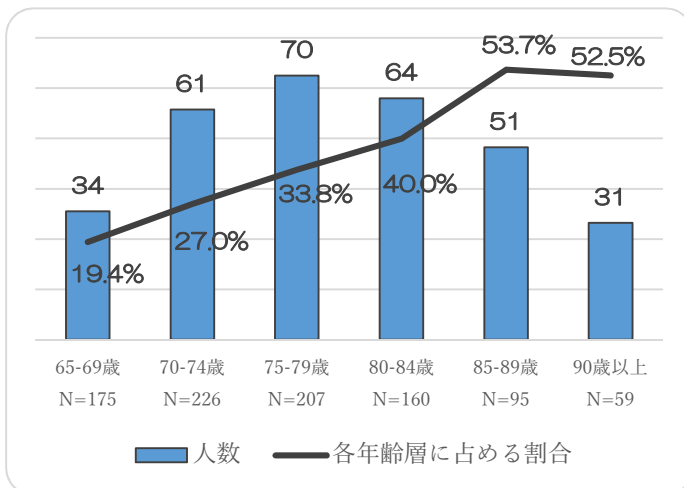


② 居住地域別

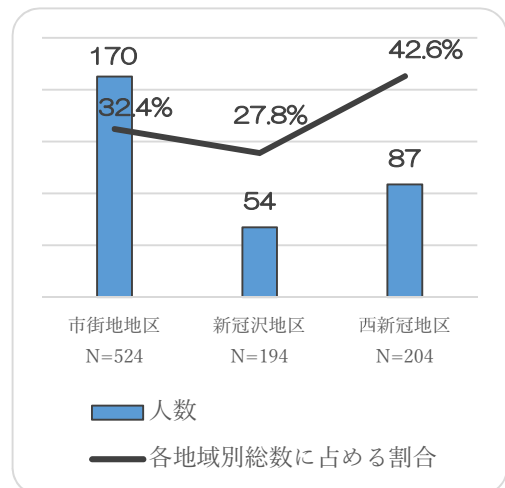


「4. 自動車(誰かに乗せてもらう)」【N=312】 ※年齢・居住地不明 1名

① 年齢階級別

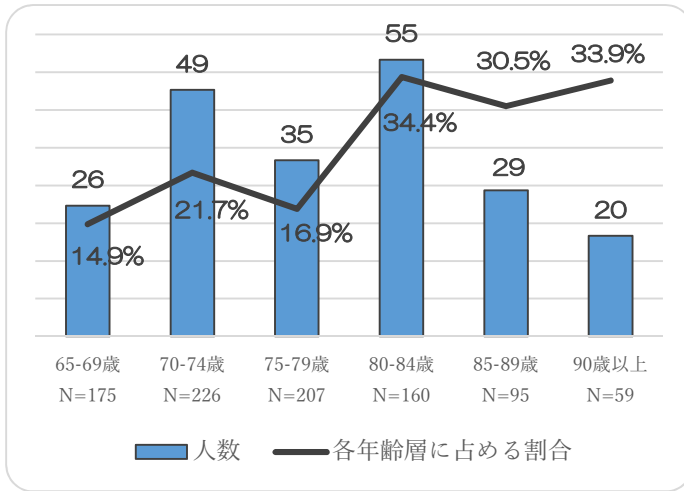


② 居住地域別

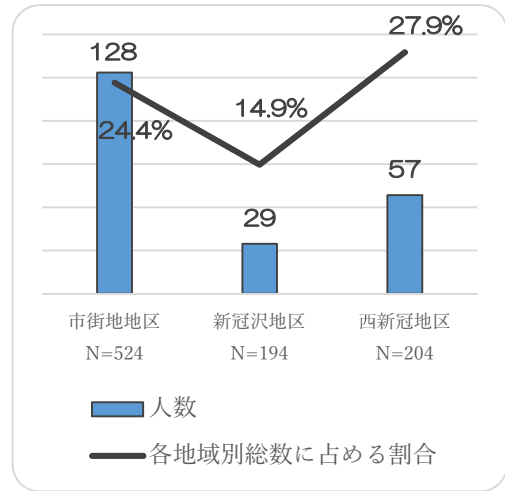


「5. バス」【N=214】

① 年齢階級別

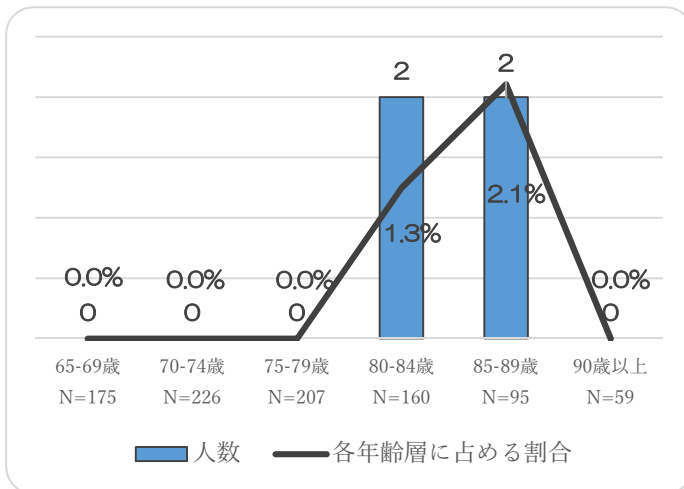


② 居住地域別

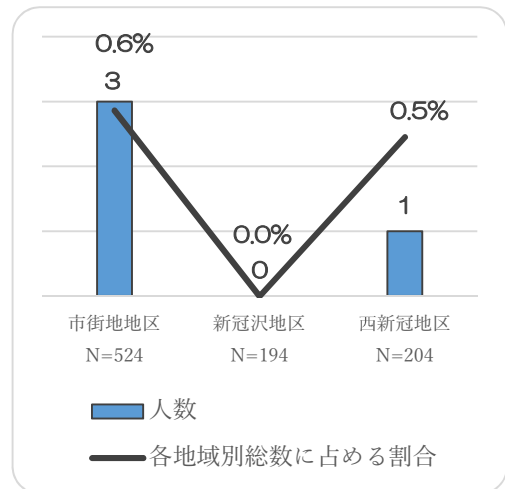


「6. 電動車いす(カート)」【N=4】

① 年齢階級別

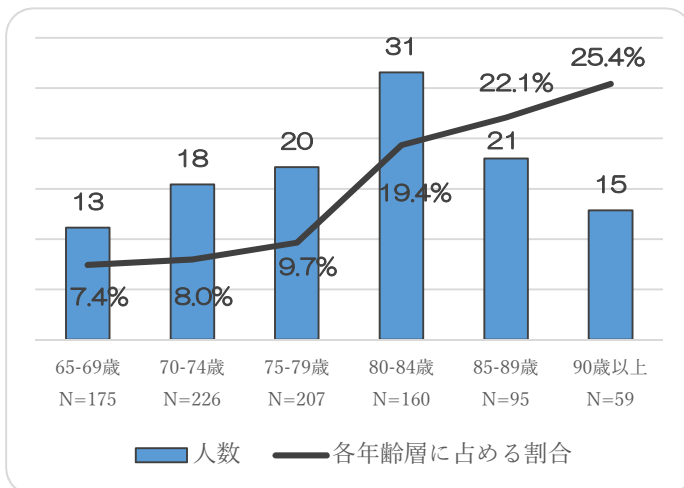


② 居住地域別

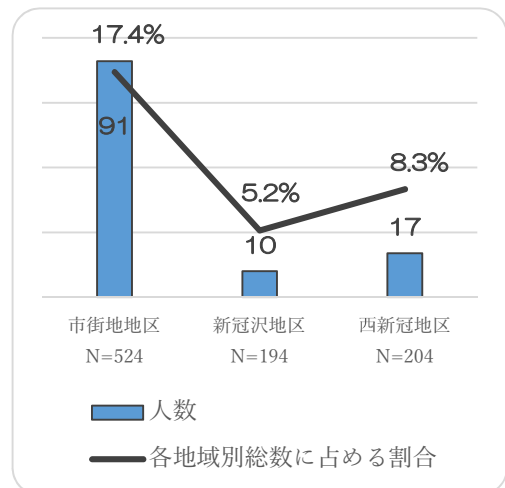


「7. タクシー」【N=118】

① 年齢階級別



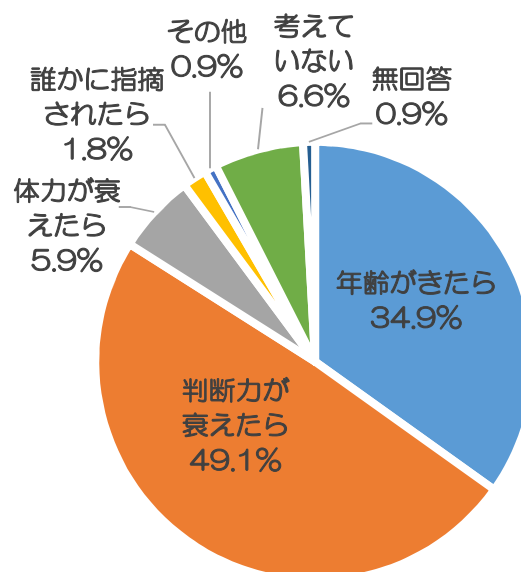
② 居住地域別



(2)「3. 自動車(自分で運転する)」と回答した方
 運転免許を返納する時期はどうお考えですか (現在の考えに近いもの)

【N=562】

		今回	R2 年度
1	ある程度年齢がきたら (免許更新に合わせて)	34.9% (196名)	32.2% (191名)
2	判断力が衰え、自信が なくなったら	49.1% (276名)	46.0% (273名)
3	体力が衰え、自信がな なくなったら	5.9% (33名)	8.2% (49名)
4	家族など、誰かに指摘 されたら	1.8% (10名)	1.7% (10名)
5	その他	0.9% (5名)	6.6% (39名)
6	考えていない	6.6% (37名)	4.9% (29名)
	無回答	0.9% (5名)	0.5% (3名)



「自動車(自分で運転する)」と回答した方の免許返納に対する考えを問う設問において、約 5 割 (49.1%) が「判断力が衰え、自信がなくなったら」と回答し、前回(令和 2 年度)の調査結果と比べても、3.1%の増となっている。

問11

これからのことについて

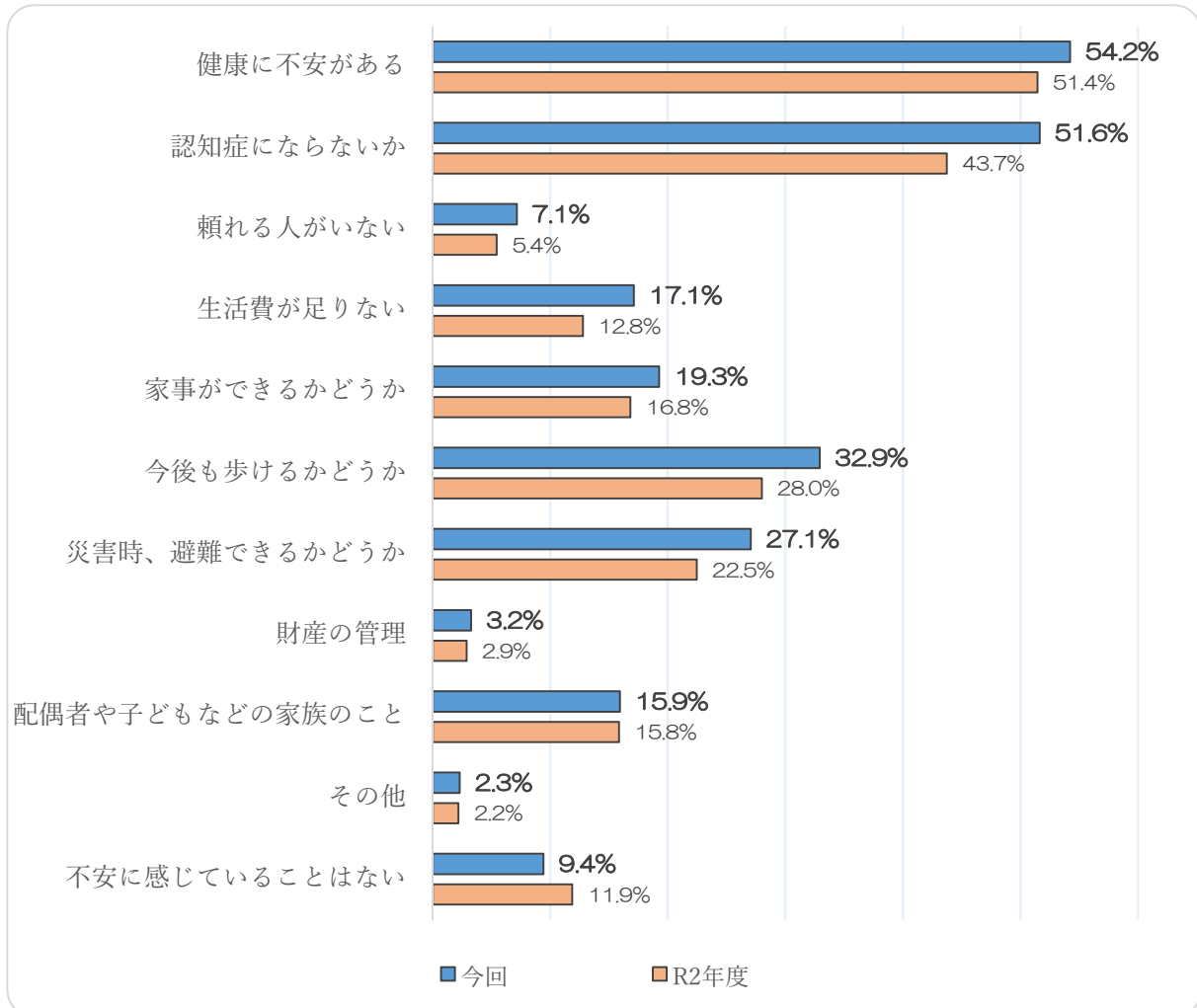
(1)これからの生活において、不安に感じていることはなんですか(複数回答)

【N=924】

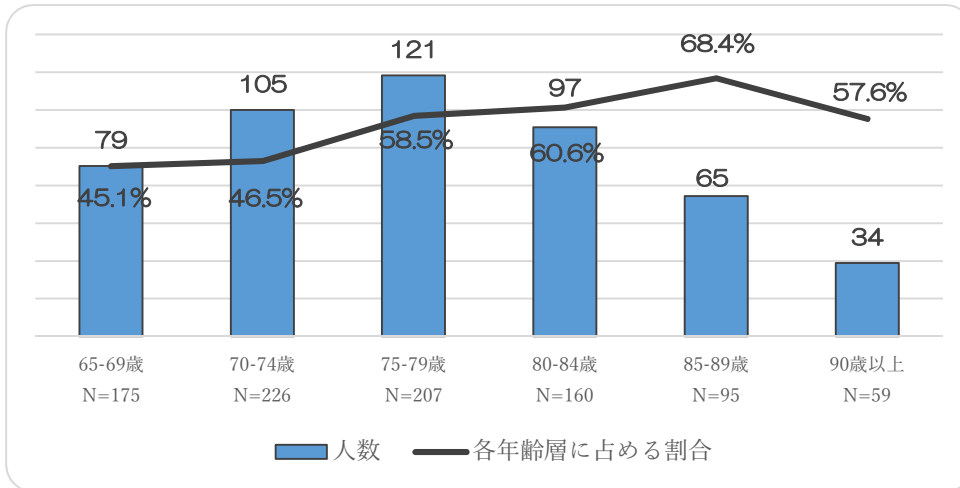
		今回	R2年度
1	健康	54.2% (501名)	51.4% (520名)
2	認知症にならないか	51.6% (477名)	43.7% (442名)
3	頼れる人がいない	7.1% (66名)	5.4% (55名)
4	生活費が足りない	17.1% (158名)	12.8% (129名)
5	家事ができるか	19.3% (178名)	16.8% (170名)
6	今後も歩けるか	32.9% (304名)	28.0% (283名)

		今回	R2年度
7	災害時に避難できるか	27.1% (250名)	22.5% (227名)
8	財産の管理	3.2% (30名)	2.9% (29名)
9	家族のこと	15.9% (147名)	15.8% (160名)
10	その他	2.3% (21名)	2.2% (22名)
11	ない	9.4% (87名)	11.9% (120名)

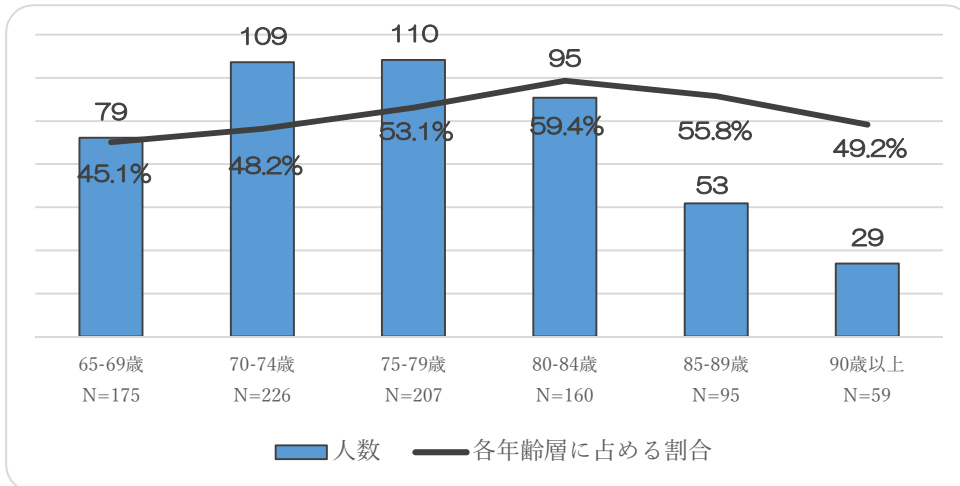
回答総数に占める割合と令和2年度との比較



「1. 健康に不安がある」と回答した方の年齢階級別割合【N=501】

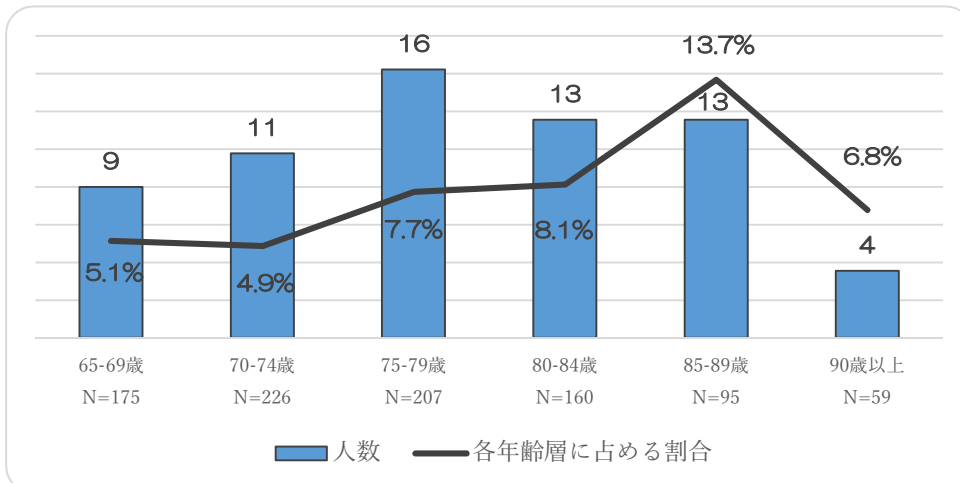


「2. 認知症にならないか」と回答した方の年齢階級別割合【N=477】

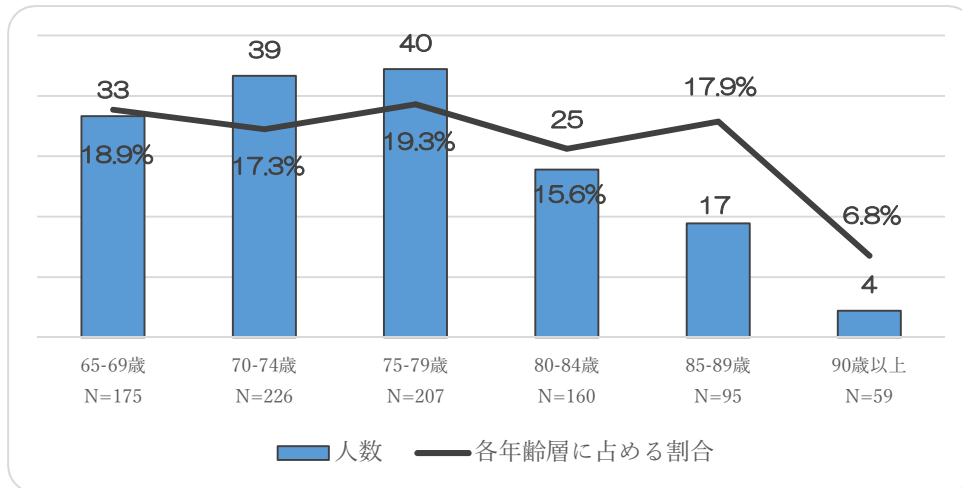


※年齢不明 2名

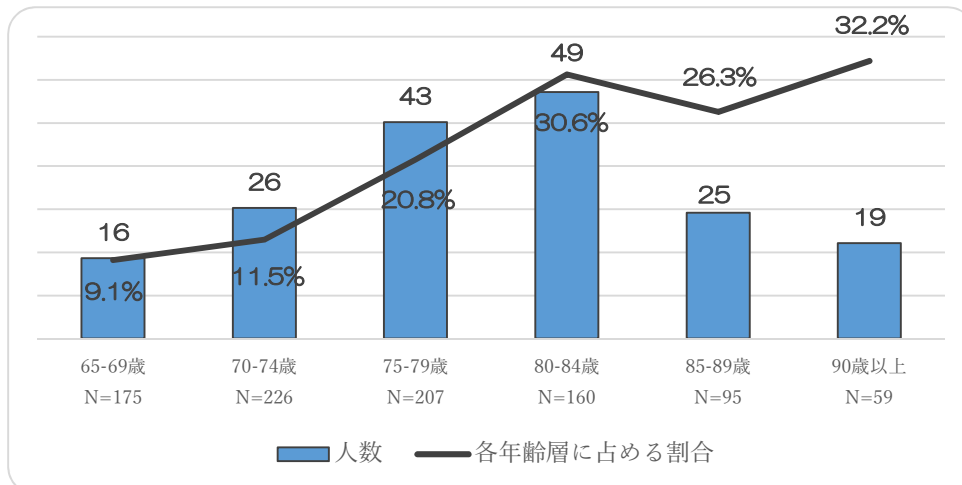
「3. 頼れる人がいない」と回答した方の年齢階級別割合【N=66】



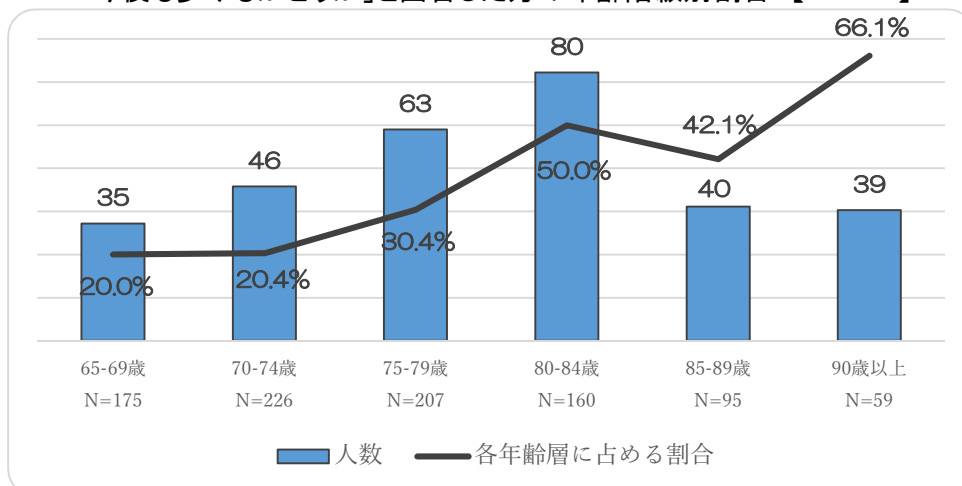
「4. 生活費が足りない」と回答した方の年齢階級別割合 【N=158】



「5. 家事ができるかどうか」と回答した方の年齢階級別割合 【N=178】

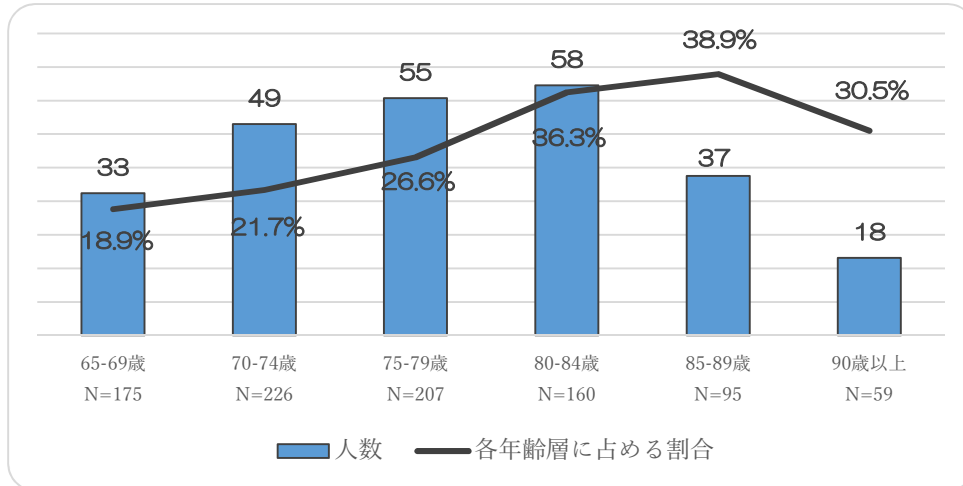


「6. 今後も歩けるかどうか」と回答した方の年齢階級別割合 【N=304】

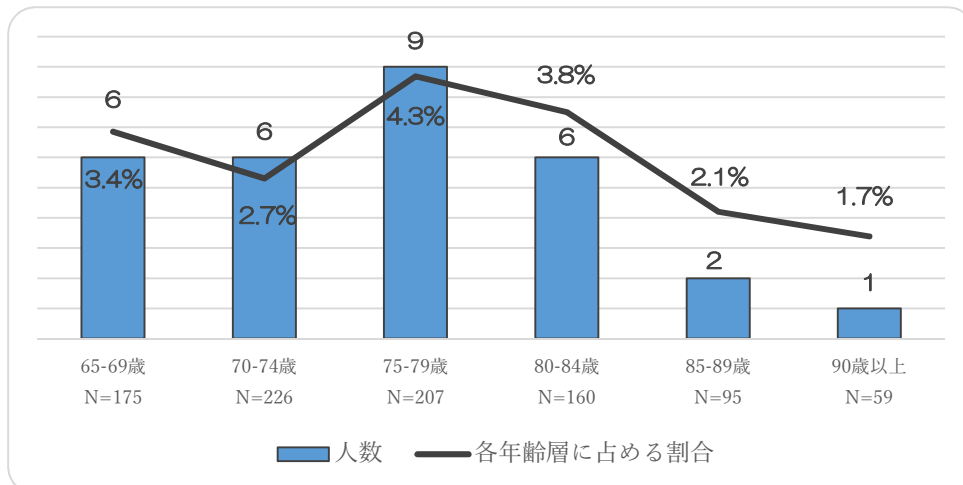


※年齢不明 1名

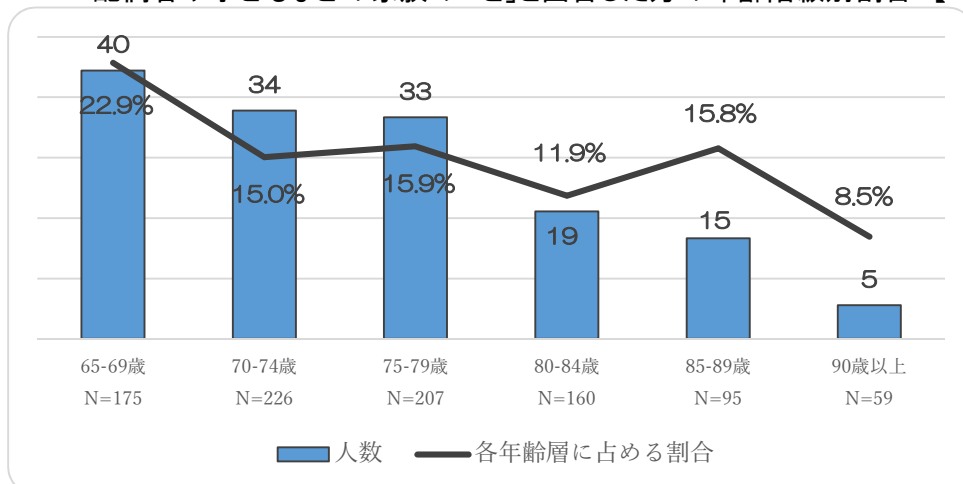
「7. 災害時、避難できるかどうか」と回答した方の年齢階級別割合 【N=250】



「8. 財産の管理」と回答した方の年齢階級別割合 【N=30】

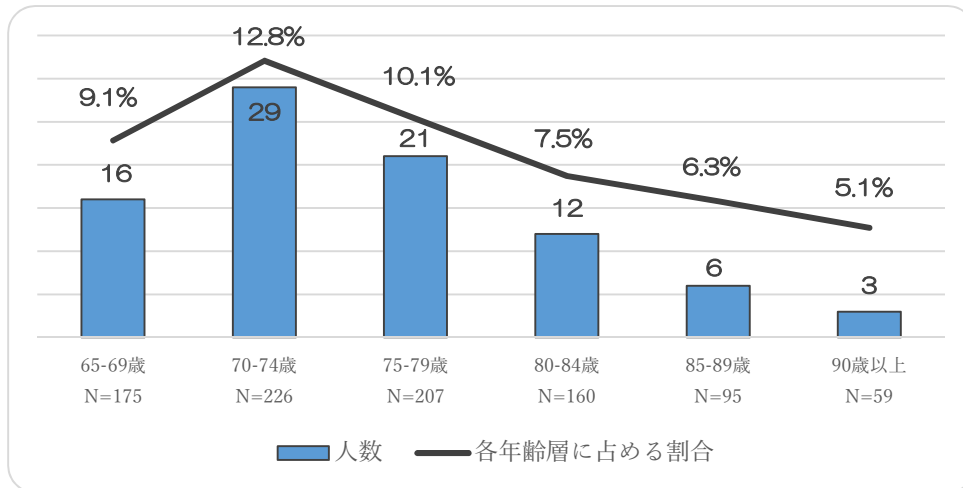


「9. 配偶者や子どもなどの家族のこと」と回答した方の年齢階級別割合 【N=147】



※年齢不明 1名

「11. 不安に感じていることはない」と回答した方の年齢階級別割合【N=87】



これからの生活について不安に感じていることを問う設問では、半数以上が「健康」(54.2%、501名)、「認知症にならないか」(51.6%、477名)と回答しており、次いで、「今後も歩けるか」(32.9%、304名)、「災害時に避難できるか」(27.1%、250名)となっている。

「健康」については、半数以上(54.2%、501名)がこれからの生活において不安に感じしており、年齢階級別では、概ねどの年齢層においても割合が高い。75歳以上で約6割、85歳から89歳までの層で約7割が不安に感じている。

「認知症にならないか」についても、「健康」と同様に、半数以上(51.6%、477名)が不安に感じしており、年齢階級別においても、どの年齢層においても割合が高くなっている。75歳以上で5割以上、80歳から84歳までの層で約6割が不安に感じている。

「頼れる人がいない」については、不安に感じている方の数自体は多くないものの、85歳から89歳までの年齢層が、他の層と比べて若干割合が高くなっている。

「生活費が足りない」については、約2割(17.1%、158名)が不安に感じしており、年齢階級別では大きな差は見られないものの、90歳以上になるとその割合が極端に低くなっている。

「家事ができるかどうか」については、約2割(19.3%、178名)が選択しており、年齢が上がるにつれて不安を感じる方の割合が増加している。

「今後も歩けるかどうか」については、約3割(32.9%、304名)が不安に感じしており、75歳以上で約3割、85歳以上で約4割、90歳以上で約7割と年齢が上がるにつれて不安を感じる方の割合が高くなっている。

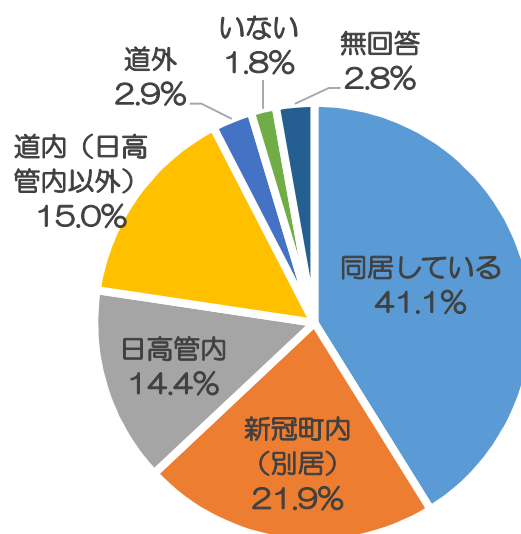
「災害時、避難できるかどうか」については、約3割(27.1%、250名)が選択。年齢が上がるにつれて不安に感じている方の割合が高くなっており、ピークとなる85歳から89歳までの年齢層においては、約4割が不安に感じている。

「財産の管理」については、不安に感じている方の数自体は多くないものの、75歳から79歳までの年齢層が、他の層と比べて若干割合が高くなっている。

「配偶者や子どもなどの家族のこと」については、2割弱(15.9%、147名)が選択しており、65歳から69歳までの年齢層が最も高い割合となっている。

(2)何か困ったときに協力してくれる(一番頼りにしている)家族や親戚は、どちらにお住まいですか 【N=924】

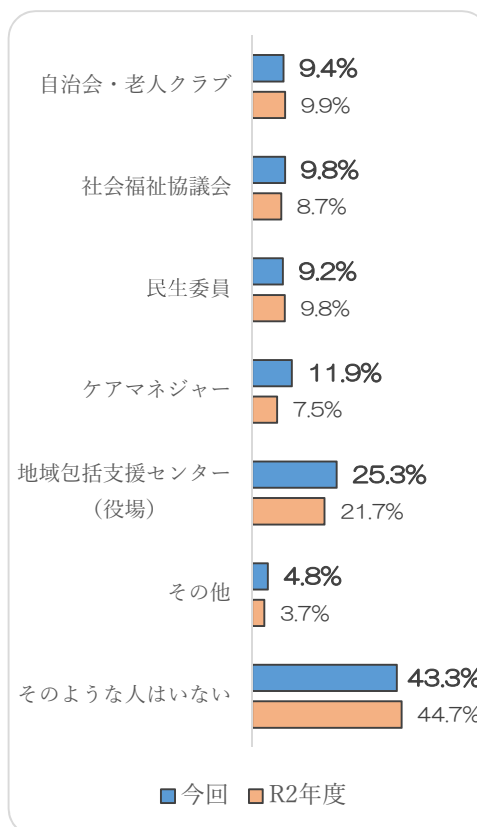
		今回	R2年度
1	同居している	41.1% (380名)	41.1% (416名)
2	新冠町内 (別居している)	21.9% (202名)	21.7% (219名)
3	日高管内	14.4% (133名)	11.8% (119名)
4	道内 (日高管内以外)	15.0% (139名)	15.6% (158名)
5	道外	2.9% (27名)	2.7% (27名)
6	国外	0.0% (0名)	0.0% (0名)
7	協力してくれそうな家族や親戚は いない	1.8% (17名)	2.4% (24名)
	無回答	2.8% (26名)	4.7% (48名)



困ったときに協力してくれる家族や親戚について、約4割(41.1%)は「同居している」と回答しているが、一方で、17名は「いない」と回答している。

(3)何か困ったことがあった時に、家族や親戚、友人以外で相談する方はいますか(複数回答) 【N=924】

		今回	R2年度
1	自治会・老人クラブ	9.4% (87名)	9.9% (100名)
2	社会福祉協議会	9.8% (91名)	8.7% (88名)
3	民生委員	9.2% (85名)	9.8% (99名)
4	ケアマネジャー	11.9% (110名)	7.5% (76名)
5	地域包括支援センター	25.3% (234名)	21.7% (219名)
6	その他	4.8% (44名)	3.7% (37名)
7	そのような人は いない	43.3% (400名)	44.7% (452名)



困ったことがあったときの相談先については、地域包括支援センター(役場)が25.3%(234名)と最も多くなっているが、一方で、43.3%(400名)は「いない」と回答している。

(4) 将来、手助けしてほしいこと(手助けが必要となること)はありますか

(複数回答) 【N=924】

		今回	R2年度
1	ごみ出し	10.3% (95名)	8.4% (85名)
2	買い物	23.4% (216名)	23.0% (233名)
3	調理	11.4% (105名)	10.0% (101名)
4	洗濯や部屋の掃除	11.3% (104名)	9.7% (98名)
5	家まわりの掃除	15.9% (147名)	17.4% (176名)
6	簡単な力仕事	13.6% (126名)	13.1% (132名)
7	除雪	31.4% (290名)	26.3% (266名)
8	病院の送迎	29.0% (268名)	29.0% (293名)
9	病院以外の外出の送迎	9.3% (86名)	11.4% (115名)

		今回	R2年度
10	病院の付添い	8.4% (78名)	8.6% (87名)
11	病院以外での付添い	2.2% (20名)	3.5% (35名)
12	薬の管理	4.2% (39名)	4.3% (43名)
13	声掛けや見守り	6.8% (63名)	6.9% (70名)
14	日ごろの話し相手	5.4% (50名)	6.6% (67名)
15	金銭や財産の管理	4.0% (37名)	3.0% (30名)
16	役場などでの手続き	18.4% (170名)	17.2% (174名)
17	その他	2.5% (23名)	1.7% (17名)
18	特になし	33.4% (309名)	31.7% (320名)

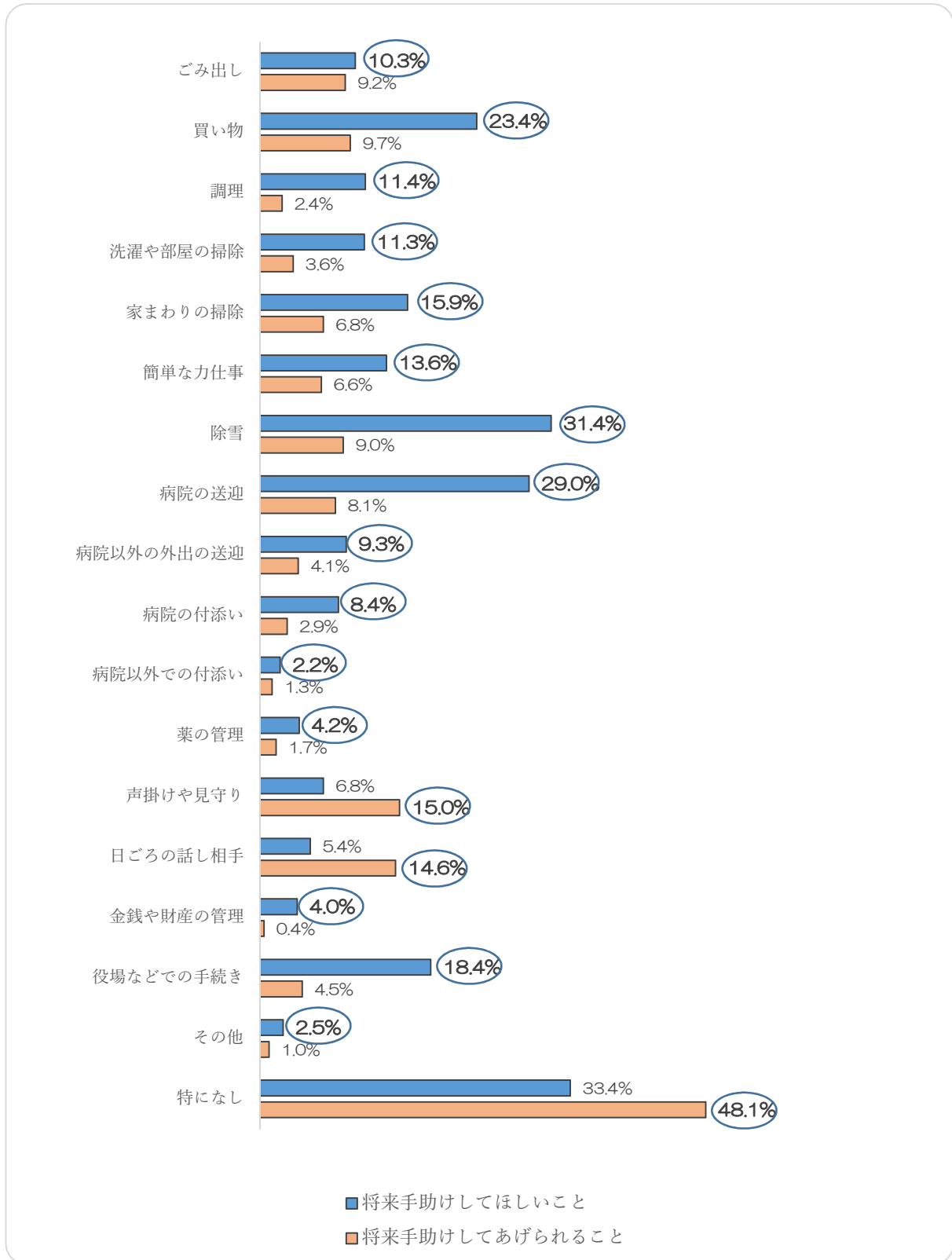
(5) 反対に、手助けしてあげられること(ボランティア)はありますか

(複数回答) 【N=924】

		今回	R2年度
1	ごみ出し	9.2% (85名)	11.4% (115名)
2	買い物	9.7% (90名)	11.7% (118名)
3	調理	2.4% (22名)	4.2% (42名)
4	洗濯や部屋の掃除	3.6% (33名)	4.8% (49名)
5	家まわりの掃除	6.8% (63名)	8.3% (84名)
6	簡単な力仕事	6.6% (61名)	9.0% (91名)
7	除雪	9.0% (83名)	8.8% (89名)
8	病院の送迎	8.1% (75名)	7.0% (71名)
9	病院以外の外出の送迎	4.1% (38名)	4.5% (45名)

		今回	R2年度
10	病院の付添い	2.9% (27名)	3.0% (30名)
11	病院以外での付添い	1.3% (12名)	1.9% (19名)
12	薬の管理	1.7% (16名)	1.8% (18名)
13	声掛けや見守り	15.0% (139名)	14.0% (142名)
14	日ごろの話し相手	14.6% (135名)	14.6% (148名)
15	金銭や財産の管理	0.4% (4名)	0.9% (9名)
16	役場などでの手続き	4.5% (42名)	5.5% (56名)
17	その他	1.0% (9名)	1.6% (16名)
18	特になし	48.1% (444名)	43.3% (438名)

「(4)将来、手助けしてほしいこと」と「(5)手助けしてあげられること」の比較

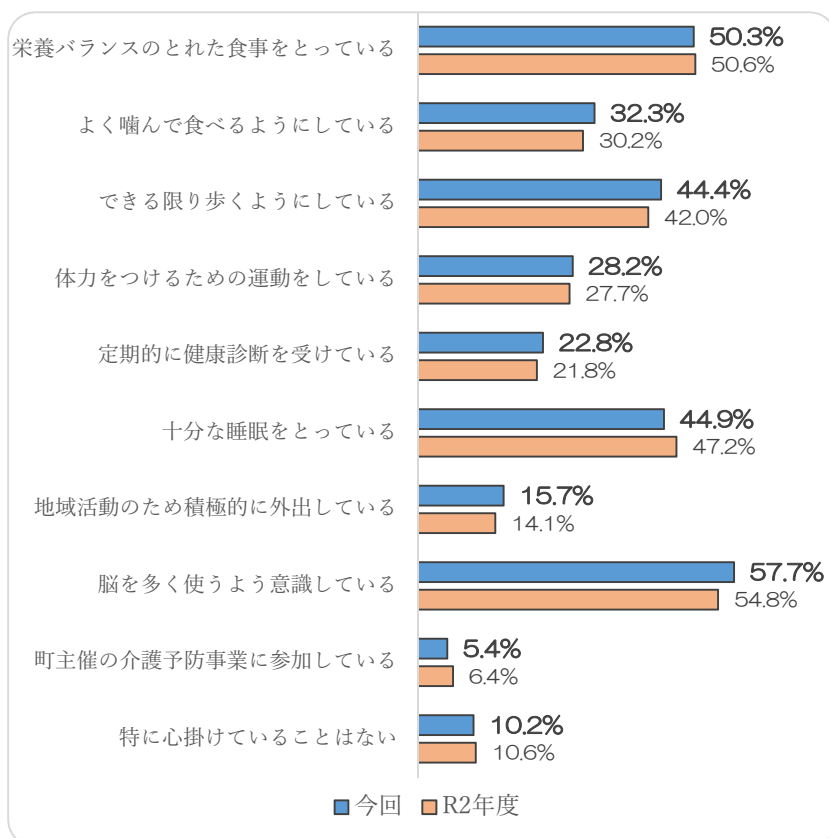


将来、手助けほしいと思われることについては、「除雪」(31.4%、290名)が最も多く、次いで、「病院の送迎」(29.0%、268名)、「買い物」(23.4%、216名)となっている。

反対に、手助けしてあげられることについては、「声掛けや見守り」(15.0%、139名)が最も多く、次いで、「日ごろの話し相手」(14.6%、135名)、「買い物」(9.7%、90名)となっている。併せて、約半数は「特になし」と回答しており、前回(令和2年度)の調査と比べても、4.8%の増となっている。

(6) 介護を必要としない健康な生活が送れるよう、心がけていることはありますか（複数回答） 【N=924】

		今回	R2年度
1	栄養バランスのとれた食事をとっている	50.3% (465名)	50.6% (512名)
2	意識してよく噛んで食べるようにしている	32.3% (298名)	30.2% (305名)
3	散歩など、できる限り歩くようにしている	44.4% (410名)	42.0% (425名)
4	体力をつけるための体操や運動をしている	28.2% (261名)	27.7% (280名)
5	普段の通院とは別に、定期的に健康診断を受けている	22.8% (211名)	21.8% (220名)
6	十分な睡眠をとっている	44.9% (415名)	47.2% (477名)
7	趣味や地域活動のため、積極的に外出している	15.7% (145名)	14.1% (143名)
8	新聞等を読んだり、脳を多く使うよう意識している	57.7% (533名)	54.8% (554名)
9	町が主催する「お喜楽☆おたっしや塾」や「脳の元気アップ教室」に参加している	5.4% (50名)	6.4% (65名)
10	その他	5.0% (46名)	2.8% (28名)
11	特に心掛けていることはない	10.2% (94名)	10.6% (107名)



健康的な生活が送れるよう心掛けていることについて、「脳を多く使うよう意識している」(57.7%)が最も多く、次いで、「栄養バランスのとれた食事をとっている」(50.3%)、「十分な睡眠をとっている」(44.9%)、「できる限り歩くようにしている」(44.4%)となっている。前回(令和2年度)の調査と比べ、特に大きな差は見られない結果となっている。

自由記述

※ 誤字脱字等につきましては、一部修正しております。

【 移動手段・外出・買い物や通院について 】

- ・ 福祉施策についてはないですが、国道から北星町方面はコンビニ以外、食料などを買えるお店がないので、高齢者の方は大変だと思います。診療所が改築すると聞いてますが、その中にでも売店ができ、たくさん種類があると便利だと思います。
- ・ これからの生活で不安なことの一つに買い物があります。現在同居している子どもは協力してくれていますが、地域の店には色々な人と話ができるという可能性もあると思うのですが、交流の場がないというのは寂しいですね。外に出る機会も少なくなりますね。バスや交通機関を使う手段もありますが、年を取ると重たい物は持てないですね。新聞にも掲載されてましたが、宅配業者さんとの何分かの話のやりとりに元気をもらうこともありますから。お年寄り話をすることで、頭がすっきりしたり、更に元気になることもあるのですから。
- ・ お喜楽☆おたっしや塾はとてもよい企画だと思います。ただ、過疎地域に住んでいると交通の便が悪く、曜日によっては参加できません。老人がいつまでも心身共に元気で健康でいられるよう、町として、いろいろな行事に参加し易くするなどの配慮をしてほしいと思います。
- ・ 車の運転免許を返納して思うことは、交通が不便ということです。何か良い方法があるといいのですが。
- ・ 現在歩くことはできますが、住んでいる場所が不便です。町のバスを利用したいと思いますが、ちょっと考えます。町の行事には参加させていただきます。感謝しております。
- ・ 運転免許を返納する時期が近いので、返納した後、バスの利用を考えていますが、帰りのバスまで時間がありすぎるので短時間にしてほしいです。
- ・ 買い物の時の足がない。昔のように配達してもらえるお店もない。高齢になるとあまり笑えることがなくなりました。
- ・ 自動車の運転ができなくなりつつあり、妻の病院通いや買い物等々に不安を感じているし、自分の病院通い等もある。
- ・ 町内で買い物するところがなくて困る。

【 施設について 】

- ・ 新冠町の特別養護老人ホームは、なぜ町民優先ではないのですか。他町は町民優先で、亡くなった母も入所できずでした。私も年老いてからの先が不安でたまりません。できれば、地元に住たいと願っています。
- ・ 私もそのうちなると思いますが、施設になかなか入れないと聞いておりますので、心配です。
- ・ 終の住み処をどうするかと考える今日この頃。高齢者福祉施設の充実を考える。サービス付き住宅や特別養護老人ホーム、医療機関を核とした福祉エリアの造設、造成が望まれる。
- ・ 私は今主人の介護をしていますが、もし私が倒れたり病気になった場合、主人が直ぐには入れる病院とか介護施設がないとのこと。それが私は今一番心配です。
- ・ 被介護人にも権利をと主張する方と感謝する方がいるはず。そうすると意欲的な介護士さんに負担が集まってしまいます。そうした方々を束ねる方の力が大事になってきますので、リーダーの成長を助ける取り組みも必要になると思います。
- ・ 町内にある民間の介護施設に家族がお世話になったことがありましたが、とてもがっかりしたことがありました。介護施設は「こんなものか」と思い知らされました。どこに相談したら良いかも分からず、役場も親身になってくれませんでした。そんな経過から、妻には申し訳ありませんが、私は介護施設には入りたくありません。

【 町の施策について 】

- ・ 高齢者などへのコロナ対策として、ワクチン接種も早く、マスク分配も大変ありがたかった。
- ・ 今年の冬場は寒く、灯油代、電気料が大変でした。税金を払っている方も非課税の方も寒さは変わりないと思います。非課税の方でもとても良い生活をしている方が大勢います。
- ・ 新冠町に来て1年になり、情報不足で特に申し立てることはありませんが、町の福祉事業には感謝しております。温泉券の配布など、都会では考えられないです。感謝。
- ・ 合葬墓のことを広報で知り、とてもうれしかったです。生き残った自分に、自分名義の墓が残り、少しでも元気なうちに墓じまいのことを考えていることを思うと、先に逝った者が勝だと思ふ日々です。
- ・ (高齢者福祉施策に対して)何を行っているのか不明。

【 介護保険サービス・町の生活支援サービスについて 】

- ・ 妻は要介護2の認定を受け、週に1回掃除をしていただき、週に1回デイサービスに行っている。他に2名分のふれあい夕食事業を利用している。4月から料金が値上がりすると連絡を受けており、ガッカリしている。
- ・ 人は年を重ねると身体や頭脳は老化するもの。小さな町でも介護を支援する取り組みは行き届いていると思う。移送サービスはありがたい。
- ・ 要介護2の認定を受け、週1回デイサービスを利用させてもらっています。病院への送迎をはじめ、色々とお世話になり、ありがとうございます。
- ・ デイサービスを週に2回ほど利用させてもらっています。とても親切で、本人も友達ができ、おしゃべりすることが元気の源のよう。ありがたいです。家族にとっても、デイサービスに行っている間、安心して働けてありがたいです。
- ・ 広報でも書かれている後見人制度ですが、大きな危険もひそんでいますので、きちんと知らせてください。
- ・ 町内の数少ない高齢者福祉事業所と密接に連携を図り、地域毎で異なる住民が求める福祉施策を提供できることを切に望みます。頑張ってください。
- ・ いずれお世話になることになろうかと思えます。デイサービスなどお年よりが楽しんで行きたいと思えるような工夫あるメニューだと嬉しいです。
- ・ 私は要支援2の認定を受けています。週に2回、ヘルパーさんが掃除とお風呂の声かけに来てくれており、1週間に2回、息子の嫁が買い物をしてきています。
- ・ できれば、温泉券が欲しいです。もらっていますが、足りないのです。
- ・ 温泉に入ると体が楽なので、できればもう少し温泉の券が欲しいです。

【 災害のこと 】

- ・ 1人なのですべて不安です。特に災害です。わかりやすい説明があるとうれしいです。前もって避難を心がけていますが。

【 町の介護予防事業や趣味活動等について 】

- ・ 移住して5年になります。当初の感想は「田舎に来たなあ」でした。住み始めてからの感想は「老人が優遇されているなあ」でした。先行き短い老人にとってはありがたいことです。そして、ボケ始めた脳に「活」を入れてくださった「脳トレ問題集」。楽しみながら喜び勇んで問題解きに励んでおります。問題を作る係の人は大変だろうなあと考えながら熱中しておりますので、面倒だと思いますが、これからも続けてくださるよう、お願いします。
- ・ お喜楽☆おたっしや塾にも出席しており、これからも行ける限り行きたいです。よろしくお願いします。いつかは介護の皆様にお世話になるかもしれません。その時はよろしくお願いします。
- ・ お世話になっております。お喜楽☆おたっしや塾、いきいき大学、脳トレ等々楽しく参加させていただいております。その他、100歳体操、オレンジカフェ、ネイチャークラブ、ラージ卓球、体の調子に合わせて参加していますが、いよいよ運転免許を返納しようとも思っており、足腰に自信がなくなるなど、心細い限りです。
- ・ 年間通してお喜楽☆おたっしや塾を開催していただけると楽しみや外出する機会も増えて助かります。(月に1~2回でも)
- ・ 役場が直接行っている介護福祉施策はバリエーションも多く、よくやってくれている印象があります。自身では利用したことがほとんどありませんので、あくまで印象です。

【 要望 】

- ・ 無理かと思いますが、「ポスト」が欲しいです。ニュータウンとも呼ばれているこの集落にポストがありません。郵便局まで徒歩 25 分です。運動になるでしょうが、往復 50 分、天候の悪い日は苦勞です。いつの日か赤いポストが立っている風景を夢見てお願いします。
- ・ 大雪(10cm位)の時、除雪を願いたい。車道のみでよいのですが、横の家、前の家、自分の家とで3軒分除雪していましたが、来年度は体調も考え無理と思われれます。
- ・ 物価上昇大変です。子どもも大事ですけれど、年寄りも大事。
- ・ 最期を自宅で迎えたい時、対応してくれる医者、病院などの情報を知りたいです。
- ・ 西泊津のニュータウンの柏の落葉は多い時で、玄関のドアを隠すくらい積もることがあり、毎日掃除しても袋に三杯は溜まる。風がない時は、まだマシなのですが、ここに来て十年以上ずっと困っています。大きな穴を掘ってもらい、建築屋さん二度埋めてもらったのですが、費用もかかり、とにかく困っております。

- ・ 自宅裏側の柏の落葉が毎年我が家に溜まります。柏の木を切っていただきたいです。代わりに桜に植え替えていただけるとありがたいです。
- ・ 後期高齢者になり独居でいますと、不安、孤独に感じることも時にはありますが、反面自分の時間を多くもつことができ、億劫には感じますが、世代を問わず交流を持つ機会が公にあると参加したいと心掛けています。例えば常時パソコンの学べる場所等があると嬉しく思います。
- ・ 移住して10年以上になります。年齢も80歳になります。書面の形式的なことだけでなく、具体的にどう行動をすればいいのか、行政のステージがあれば教えてください。将来的に不安が残ります。
- ・ 国保診療所、もう少し患者の気持ちを聞きだしていただきたい。
- ・ 以前テレビでどこかの社会福祉協議会が、急逝して身内などへの連絡に時間が掛かったりした時などに、当面の手続きを支援しているのを見ました。(例えば、家賃やライフラインの支払いなど) 預り金が必要なのか、詳しくは分かりませんが、そんな公的なシステムがあると安心だなと思いました。免許証に延命希望しないと記してはありますが、事故ばかりとは限りませんので、子供たちがパニックになったときのことを考えると死に方も問題ですね。
- ・ 日々視力が低下していく不安や将来の生活に対する不安が大きく、見守りや声掛け等の力添えが必要です。デイサービスを利用していても、目が見えないことで不自由なことが多い。

【 アンケートについて 】

- ・ 緊急連絡先の記入方法についてですが、「変更なし」もあって良いのでは。
- ・ 横書きを読むのが一番きらいですので目がつかりました。
- ・ 質問多すぎて目が弱いため疲れる。もっと簡単をお願いします。

【 その他 】

- ・ 選挙について、期日前投票で役場まで行きましたが、いずれバスで出向くこともできなくなると思っています。移動投票所も考えてほしいと思います。
- ・ 現代はアンチエイジングの情報が氾濫している。それに頼らなくても自分の知恵で老化を遅らせることはできると思う。余暇は充分ある。継続は力なりで、体操その他を毎日続けている。そのおかげか子どもや介護の世話にならず、自立して暮らせている。平穏に暮らせる日々を幸せに思う。

- ・ 新冠にいて幸せです。役場の人が優しくて、お店の人もやさしくて、ありがたいです。
- ・ いつもお世話になっています。73歳という年齢になり、先の不安が出ています。老いるのがだんだん深まってくることは当然のことなのですが、体力が落ちていることを実感します。幸い、新冠町は無料のバス券が支給されているので、運動を兼ねて少しでも外出するようにしています。人と話をすることで、同じ状況で生活していることを励まし合えるので幸いと思っています。保健福祉課の方にはなにかとお世話になっていますが、今後よろしくお願ひ致します。
- ・ 何かと相談をさせていただいておりますことを感謝申し上げます。今後とも宜しくお願ひ申し上げます。
- ・ 大変お世話になっております。家族としてとても感謝しております。
- ・ 今の私の願ひは月に2・3回温泉に行くことです。今年は頑張つてバスで行く心づもりでおります。その節はよろしくお願ひ致します。これからもお世話になります。
- ・ 何から何までお世話になり、町のあり方に感謝しています。
- ・ いつもお世話になってます。いつまでも自分の家で暮らし、自分の足で立ち、自分でご飯を食べたいと思っております。今年は外を歩いてませんが、家の中で少し運動したり、身体を動かせる時は動かすようにしています。
- ・ いろいろありがとうございます。
- ・ いつも大変お世話になっております。職員の方々の丁寧な対応やわかりやすい話し方はすばらしいと思ひますが、皆さん疲れすぎないようにご活躍させていただきたいと思ひばかりです。
- ・ 日頃皆様の気くばりに支えられながら暮らしています。先のことはわかりませんが、今の自分に前向きに進んで行くことですね。
- ・ 現在、夫婦2人で生活していますが、今後2人での生活が難しくなつたり、独居の生活になつた場合などはどの様な町の支援があるのかと思ひますので、よろしくお願ひします。(ご相談することもあるかと思ひます)
- ・ 65歳以上で仕事をしている。質問はありません。
- ・ 私は自分から何事も進んで行動を取る方でもないので、手伝うことはできると思ひます。
- ・ いつもご苦勞様です。

- ・ 何も期待してない。何か言ったところで何も変える気ないでしょ。要望しても無駄。行政に何を期待しろと。
- ・ (ここ2年位で気になったこと) 独り暮らしをしていた方が2人引っ越しされました。1人は病気をし、もう1人の方は運転免許を返納されたのをきっかけではないかと思います。2人とも、傍目にはお元気そうでした。「誰とも話をしない日がある」「運転できないのは不自由」など話されていたのが心に残ります。もう1件は、つい最近まで仕事をされていた方が、ストレスなのか体調不良となり、仕事を辞めました。とてもパワフルでお話好きでお元気に見受けられていた方だったのですが… 黙って1人でいるのがつらい、話していると気が紛れると… 自分自身も昨年までウォーキングを1年間していましたが、今年は3日間歩いただけで膝痛出現し休止中。年齢を重ねるということをもっと感じています。気楽に集まって話をする場があちこちにできると良いと思います。
- ・ 特にありませんが、私達にとって役場の方のやさしさ、親切な対応が何より励みと感じております。今後共よろしく願います。
- ・ 私は、何か自分で解決できないことが起きましたら、先ずは役場の方々にご相談に乗っていただき、適切なアドバイスがいただけるという心強さに感謝いたしております。
- ・ 一定収入のある高齢者の値上げについて、年金収入211万円を対象に、または2025年には153万円を対象に掛金が上がることが決議されたが、現在の物価上昇が続いている中で、毎日の生活が圧迫され困ると思うがいかがなものか。負担も増えると早く死を考えた方が良い。長生きは不要。現在の日本に先がない。
- ・ 朝夕はまだ寒いですが、早々に雪が消えてようやく春の訪れを感じます。もうすぐこぶしや桜が咲き、世の中は忙しくなる活気に満ちた日々となります。それに引き替え老いた私はただそんな風景を眺めるだけの情けない姿となりました。少し前(80歳)までは野菜畑で動けたのに… 思い返すと寂しくなります。90代でも元気に動ける人もいますが、私は衰えた体力(視力・聴力)に生きている意味がないと思っています。親しい友は皆亡くなり、夢の中でしか会えなくなりました。そんな中、仕事とは言え、若い皆様が優しく接してくださり、公的な援助も充実されて頼もしい限りです。そのような恩恵に感謝しつつ、何とか相手の話を理解できる程度でいたいものと欲張る思いもあります。朝、目を覚ました時の自分を思うと、不安もあります。もう少しの間よろしく願ひ致します。
- ・ 安全安心な暮らしとは、やはり色々な事情で困っている人たちに真に寄り添い、行政が中心となってケアしてくれることだと思います。どうかそういう姿勢で困っている人たちを助けてあげてください。
- ・ 新冠町朝日に移住してから、かれこれ30年位になります。妻の実家であり、両親の財産の後片付け、牧場の整理、住宅の改修など、まだ5・6年は掛かります。自分は現在74歳。現在、静内町で3年前から自分の親をみています。

- ・ 新冠町の高齢者は他の町村に比べると大変恵まれていると思いますが、私は出掛けるよりも家にいる方が楽なので、今のところあまり利用していません。(いきいき大学やその他のこと)
- ・ 高齢になってもまちの(他の人の)役に立てることはあると思うので、「できることを、できる時にやる」という気持ち。それで良いのだと周囲が認めてあげられるまちになるといいなあと思います。少し身体が不自由でも、長い時間動けなくても、お互いを認め合い、優しさを持ってほしいですね。
- ・ 1年1年と年を重ねることで今まで気づかなかったことなど、勉強させられる毎日です。また皆さま、どこの場所へ行かれましても親切に支えてくださいます。とても感謝しております。これから沢山お世話になります。よろしくお願いします。
- ・ 何かありましたら連絡いたします。その節はよろしくお願いします。親戚もいますが、近所の人たちと色々話をしたり楽しくしています。これが一番いいことだと思っています。

2. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果から見える今後の課題

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果から考察する当町が抱える課題やその要因については、以下のとおり。(文中の「P」は本書のページ番号)

(1) フレイル予防及び介護予防の推進

身体の状態を確認する設問において、下記のとおり機能低下が見られた。

- ・運動器の機能低下 13.0% (120名) ※ P6～11
- ・口腔機能の機能低下 23.8% (220名) ※ P18～19
- ・低栄養 1.3% (12名) ※ P16～17、21
- ・認知機能の機能低下 18.4% (170名) ※ P23～25
- ・うつ傾向あり 37.1% (343名) ※ P43～45

いずれの項目も80歳を過ぎたころから急速に機能低下が進む傾向が見られるが、それ以前の75歳頃から外出する機会が減っており、その兆候が見て取れる。(P12～15) フレイル予防や介護予防においては、運動や口腔ケア、栄養改善、社会参加等、これらの要素を複合的かつ中長期的に実践することで効果が高まることから、75歳までの前期高齢者の時点から取り組むことが重要であり、重点的に促進していく必要がある。

また、現在治療中または後遺症のある病気については、生活習慣病が原因と判断できる「高血圧」「高脂血症」「心臓病」等の病気が上位を占めている。(P46～47) 介護予防を進めるにあたっては、生活習慣病の予防も併せて進めることが重要となることから、特定健康診査や特定保健指導、その他の保健事業などと連携し、一体的に推進する必要がある。

(2) 認知症施策の推進

認知症に関する設問への回答は以下のとおりとなっている。

- ・問4(1) もの忘れが多いと感じるか ⇒ 「はい」 51.6% (471名)
- ・問7(9) 現在治療中または後遺症のある病気 ⇒ 「認知症」 0.6% (6名)
- ・問8(1) 自身または家族に認知症の症状があるか ⇒ 「はい」 11.3% (104名)
- ・問8(2) 認知症に関する相談窓口を知っているか ⇒ 「いいえ」 61.7% (570名)
- ・問11(1) これからの生活で不安に感じる事 ⇒ 「認知症」 51.6% (477名)

認知症の初期症状の1つである「もの忘れ」について、全体の51.6%が「多いと感じている」ものの、一方で、認知症に関する相談窓口については61.7%が「知らない」と回答している。(P49) 相談窓口の認知度が低いことで、認知症の早期対応に遅れが出るのが想定されることから、認知度向上に向けた取り組みが必要となる。また、現在治療中または後遺症のある病気として「認知症」を選択した方は0.6%に留まっており、もの忘れの多さを感じている方の数を考えると、認知症の初期症状を自覚しているにもかかわらず、早期治療に結びついていない可能性もある。

核家族化に伴う独居高齢者の増加と1世帯あたりの介護力低下が見込まれる中で、認知症の早期発見、早期対応を行うため、認知症ケアパスの更なる普及や認知症の人とその家族が気軽に相談できる環境づくりが急務となる。

(3) 在宅医療・介護の充実

医療に関する設問への回答は以下のとおりとなっている。

- ・問 9(1) かかりつけ医について ⇒ 「国保診療所」 44.6% (412名)
- ・問 9(2) 人生の最期をむかえる場所 ⇒ 「自宅」 41.7% (385名)

かかりつけ医については、4割以上が「国保診療所」を挙げており、今後も高い期待と充実した役割が求められる。

人生の最期をむかえる場所として、「自宅」を希望する方が4割以上おり、たとえ要介護状態となったり病気で終末期を迎えたとしても、自宅で医療や介護を受けながら最期まで生活したいというニーズが高いことがうかがえる。今後も1世帯あたりの介護力が低下することが予測される中、介護者の負担やストレス軽減へと繋がるレスパイト対策を進めるとともに、医療と介護の持続可能な提供体制の整備を目指すため、人材確保等に関する取組みにも着手し、在宅生活の限界点を上げる取組みが必要となる。

(4) 高齢者の社会参加の促進

社会参加に対する設問への回答は以下のとおりとなっている。

- ・問 5(1) 会やサークル活動などへの参加頻度
 - ① ボランティアのグループ ⇒ 「参加していない」 78.0% (721名)
 - ② 運動関係のグループ ⇒ 「 」 84.8% (784名)
 - ③ 趣味関係のグループ ⇒ 「 」 84.3% (779名)
 - ④ 学習・教養サークル ⇒ 「 」 88.3% (816名)
 - ⑤ 介護予防のための通いの場 ⇒ 「 」 90.3% (834名)
 - ⑥ 老人クラブ ⇒ 「 」 81.8% (756名)
 - ⑦ 町内会・自治会 ⇒ 「 」 54.4% (503名)
 - ⑧ お金をもらう仕事 ⇒ 「 」 64.5% (596名)
- ・問 5(2) 健康づくりのための活動(参加者) ⇒ 「参加したい」「参加してもよい」 46.4% (429名)
- ・問 5(3) 健康づくりのための活動(企画運営) ⇒ 「参加したい」「参加してもよい」 30.6% (283名)

自治会や老人クラブ、就労を含めた地域活動に対し、大半が「参加していない」と回答しており、全てにおいて「参加していない」と回答した方は、全体の30.5%にあたる282名いる。(P36) 一方で、健康づくりのための活動については、参加者側・企画運営側ともに参加意欲は高いものとなっており、高齢者の社会からの孤立を防ぐため、既存の通いの場を含めた参加機会の創設並びに拡充に向けた環境づくりを進める必要がある。また、お金をもらう仕事をしていない方596名のうち、46名は「週1回以上働きたい」、233名は「働きたいが、体力的に自信がない」と回答しており、社会的役割を持つことがひいては生きがいや介護予防にも繋がることから、就労支援の充実についても検討する必要がある。(P35)

併せて、社会参加を促進するにあたっては、運転免許等を返納した後も外出しやすいような外出支援の充実も重要となる。

(5) 地域の中での助け合い体制の整備

- ・問 11 (4) 将来、手助けしてほしいこと（手助けが必要となること） 上位3つ
 - 第1位 「除雪」 31.4% (290名)
 - 第2位 「病院の送迎」 23.4% (216名)
 - 第3位 「買い物」 15.0% (139名)
- ・問 11 (5) 手助けしてあげられること（ボランティア） 上位3つ
 - 第1位 「声掛けや見守り」 15.0% (139名)
 - 第2位 「日ごろの話し相手」 14.6% (135名)
 - 第3位 「買い物」 9.7% (90名)

将来的に困ると思われることについて、「除雪」「病院の送迎」「買い物」が多く挙げられ、一方で、手助けしてあげられることについては、「声掛けや見守り」「日ごろの話し相手」「買い物」との回答が目立った。「声掛けや見守り」「日ごろの話し相手」については、手助けしてほしい人よりも手助けしてあげられる人の数の方が多く、地域の中で補うことのできる可能性はあるものの、それ以外の項目においては、手助けしてほしい人の方が多い結果となっている。

「共助」「公助」の整備には限界があり、今後は特に「互助」の力が求められることから、高齢者を取り巻く地域において、どのようにして「互助」の力を養えるよう支援し、また、いかにして手助けしてほしいこと（ニーズ）と手助けしてあげられること（担い手）のギャップを埋められるかが課題となる。

【用語説明】

- ① 自助 … 自分で自分を助けること。健康に注意を払い、介護予防に取り組んだり、健康維持のために検診を受けるなど、自発的に生活課題を解決する力
- ② 互助 … 家族・友人・地域の仲間など、個人的な関係を持つ人間同士が助け合い、それぞれが抱える生活課題をお互いで解決し合う力（自発的な支え合い）
- ③ 共助 … 制度化された相互扶助（医療、年金、介護保険など）
- ④ 公助 … 自助、互助、共助では解決できないことに対して最終的に必要な生活保障を行う福祉制度

「自助」が基本となり、自助を支えるのが「互助」。互助では解決できない課題は「共助」で検討。自助・互助・共助では解決できないことは「公助」で対応。