

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
及び
在宅介護実態調査

調査結果報告書

令和2年（2020年）3月

千 代 田 区

目次

第1章 調査結果の概要	1
Ⅰ. 調査実施の目的	3
Ⅱ. 調査の種類	3
Ⅲ. 調査方法と回収状況	3
Ⅳ. 調査項目	3
Ⅴ. 調査結果を見る上での注意事項	5
第2章 日常生活圏域ニーズ調査結果	7
Ⅰ. あなたとご家族の生活状況について	9
(1) 性別	9
(2) 年齢	9
(3) 要介護度	9
(4) 圏域	10
(5) 調査票記入者（問1）	11
(6) 千代田区での居住年数（問2）	11
(7) 家族構成（問3）	12
(8) 介護・介助の必要性（問4）	13
(9) 介護・介助が必要になった主な原因（問4-1）	15
(10) 主な介護・介助者（問4-2）	16
(11) 経済的にみた現在の暮らしの状況（問5）	17
(12) 住居形態（問6）	18
(13) 介護が必要になった場合の暮らし方の希望（問7）	19
(14) 最期を迎えたい場所（問8）	21
(15) 在宅生活に必要な支援・サービス（問9）	23
Ⅱ. からだを動かすことについて	25
(16) ★運動器の機能低下リスク（問10～問14）	25
(17) 1週間の外出頻度（問15）	26
(18) 昨年と比べた外出の回数（問16）	27
(19) ★閉じこもりリスク	28
(20) 外出を控えているか（問17）	29
(21) 外出を控えている理由（問17-1）	30
(22) 外出する際の移動手段（問18）	31
Ⅲ. 食べることについて	33
(23) ★BMI	33
(24) ★口腔機能低下リスク	34
(25) 歯磨きを毎日しているか（問23）	35
(26) 歯の数と入れ歯の利用状況（問24）	36

(2 7) 毎日の入れ歯の手入れ状況 (問24- 1)	38
(2 8) 噛み合わせは良いか (問25)	38
(2 9) ★低栄養のリスク	39
(3 0) 誰かと食事をともにする機会 (問27)	39
IV. 毎日の生活について	40
(3 1) 物忘れが多いと感じるか (問28)	40
(3 2) 自分で電話をかけているか (問29)	40
(3 3) 日付がわからない時があるか (問30)	40
(3 4) ★手段的日常生活動作 (IADL) (問31～問35)	41
(3 5) 書類が書けるか (問36)	42
(3 6) 新聞を読んでいるか (問37)	42
(3 7) 本や雑誌を読んでいるか (問38)	42
(3 8) 健康についての記事や番組に関心があるか (問39)	43
(3 9) 友人の家を訪ねているか (問40)	44
(4 0) 家族や友人の相談にのっているか (問41)	44
(4 1) 病人を見舞うことができるか (問42)	44
(4 2) 若い人に自分から話しかけることがあるか (問43)	45
(4 3) 他世代との会話の機会 (問44)	46
(4 4) 趣味の有無 (問45)	48
(4 5) 生きがいの有無 (問46)	49
V. 地域での活動について	51
(4 6) ★地域活動の参加状況 (問47)	51
(4 7) 参加者として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向 (問48)	54
(4 8) 企画・運営として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向 (問49)	54
VI. たすけあいについて	55
(4 9) 地域とのつながり (問50)	55
(5 0) 心配事や愚痴を聞いてくれる人 (問51)	56
(5 1) 心配事や愚痴を聞いてあげる人 (問52)	57
(5 2) 看病や世話をしてくれる人 (問53)	58
(5 3) 看病や世話をしてあげる人 (問54)	59
(5 4) 災害時に手助けを頼める人 (問55)	60
(5 5) 家族や友人・知人以外の相談先 (問56)	61
(5 6) 友人・知人と会う頻度 (問57)	62
(5 7) この1 か月間に会った友人・知人の人数 (問58)	62
(5 8) よく会う友人・知人との関係 (問59)	63
VII. 健康について	64
(5 9) 現在の健康状態 (問60)	64
(6 0) 幸福度 (問61)	67
(6 1) ★うつ傾向 (問62～問63)	69
(6 2) 飲酒状況 (問64)	70

（６３）喫煙状況（問65）	70
（６４）現在治療中、または後遺症のある病気（問66）	71
（６５）介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況（問67）	73
（６６）取り組んでいる内容（問67－１）	75
（６７）取り組んでいない理由（問67－２）	77
（６８）介護予防のために今後取り組んでみたいこと（問68）	78
VIII. 認知症について	79
（６９）認知症の症状がある人の有無（問69）	79
（７０）認知症に関する相談窓口の認知度（問70）	79
（７１）認知症について知っている内容（問71）	80
（７２）認知症支援として必要と感ずるもの（問72）	82

第３章 在宅介護実態調査 85

I. 分析の目的	87
II. 調査結果	87
（１）世帯類型（A問１）	87
（２）家族等による介護の頻度（A問２）	88
（３）主な介護者（A問３）	90
（４）主な介護者の性別（A問４）	90
（５）主な介護者の年齢（A問５）	90
（６）主な介護者が行なっている介護内容（A問６）	91
（７）介護保険サービス以外の利用状況（A問８）	94
（８）在宅生活の継続に必要と感ずる支援・サービス（A問９）	96
（９）入所・入居の検討状況（A問１０）	99
（１０）主な介護者の勤務形態（B問１）	100
（１１）介護をしながら働き続けることへの見込み（B問４）	101
（１２）主な介護者が不安に感ずっている介護（B問５）	102

第４章 調査結果からみえる課題 107

I. あなたとご家族の生活状況について	109
II. からだを動かすことについて	110
III. 食えることについて	110
IV. 毎日の生活について	110
V. 地域での活動について	111
VI. たすけあいについて	111
VII. 健康について	112
VIII. 認知症について	112

第 1 章 調査結果の概要

I. 調査実施の目的

第8期介護保険事業計画の策定にあたり、要介護状態になる前の高齢者のリスク、社会参加状況の把握及び第7期千代田区介護保険事業計画に定めた介護予防等の「取組と目標」の進捗管理のためにニーズ調査を実施し、基礎資料となるデータの収集及び分析を行い、地域の抱える課題を特定することを目的とする。

II. 調査の種類

調査名	調査対象
1. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査業務	千代田区の65歳以上の区民で要介護1～5以外の方
2. 在宅介護実態調査	千代田区の在宅で生活している要支援・要介護認定を受けている区民のうち、更新申請・区分変更申請に伴う認定調査を受ける方

III. 調査方法と回収状況

○介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

調査方法：郵送によるアンケート調査

調査期間：令和元年12月6日（金）～12月27日（金）

○在宅介護実態調査

調査方法：介護認定調査員による聞き取り調査

調査期間：平成30年12月～平成31年2月

<回収状況>

調査名	発送 聞き取り数	回収数	回収率
1. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査業務	4,000件	2,506件	62.7%
2. 在宅介護実態調査	283件	283件	100.0%

IV. 調査項目

調査名	調査項目
1. 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査業務	1. 対象者と家族の生活状況 2. からだを動かすこと 3. 食べること 4. 毎日の生活 5. 地域での活動 6. たすけあい 7. 健康 8. 認知症

調査名	調査項目
2. 在宅介護実態調査	1. 世帯類型 2. 介護の頻度 3. 主な介護者 4. 介護保険サービス以外の利用状況 5. 在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス 6. 入所・入居の検討状況

V. 調査結果を見る上での注意事項

- ・本文、表、グラフなどに使われる「n」は、各設問に対する回答者数である。
- ・百分率（％）の計算は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示した。したがって、単数回答（1つだけ選ぶ問）においても、四捨五入の影響で、％を足し合わせて100％にならない場合がある。
- ・複数回答（2つ以上選んでよい問）においては、％の合計が100％を超える場合がある。
- ・本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部簡略化している場合がある。
- ・回答者数が30未満の場合、比率が上下しやすいため、傾向を見るにとどめ、本文中では触れていない場合がある。
- ・クロス集計における分析の軸（＝表側）が対になっている項目（例 性別など）の比較では、比率の差で記述している場合があり、その表現は％ではなく、ポイントであらわすこととしている。（小数点は四捨五入）
- ・統計数値を記述するにあたり、割での表記を用いている場合がある。その際の目安は、おおむね以下のとおりとしている。（小数点は四捨五入）

例	表現
19.5～20.4％ (20.0％)	約2割 (2割)
20.5～23.4％	2割を超える
23.5～26.4％	2割台半ば
26.5～29.4％	3割近く

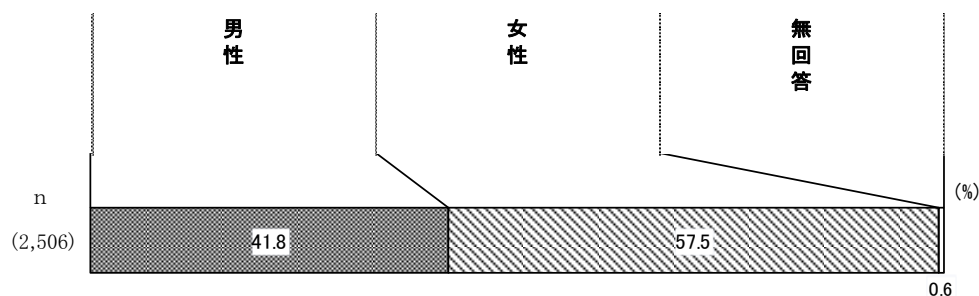
第2章 日常生活圏域ニーズ調査結果

I. あなたとご家族の生活状況について

(1) 性別

性別は、「男性」が41.8%、「女性」が57.5%となっている。

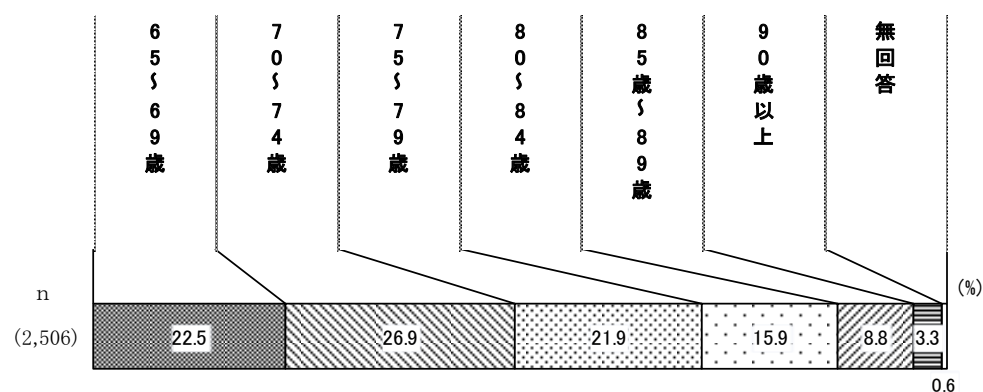
図2-1 性別



(2) 年齢

年齢は、「70～74歳」が26.9%と最も高く、「65～69歳」が22.5%、「75～79歳」が21.9%と続く。

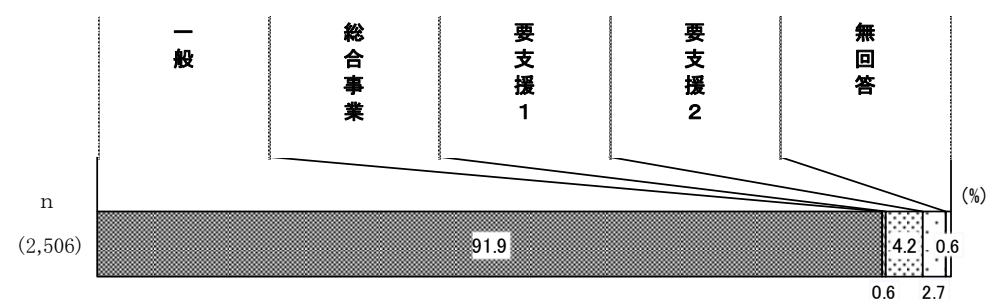
図2-2 年齢



(3) 要介護度

要介護度は、「一般」が91.9%と最も高く、「要支援1」は4.2%、「要支援2」は2.7%となっている。

図2-3 要介護度



(4) 圏域

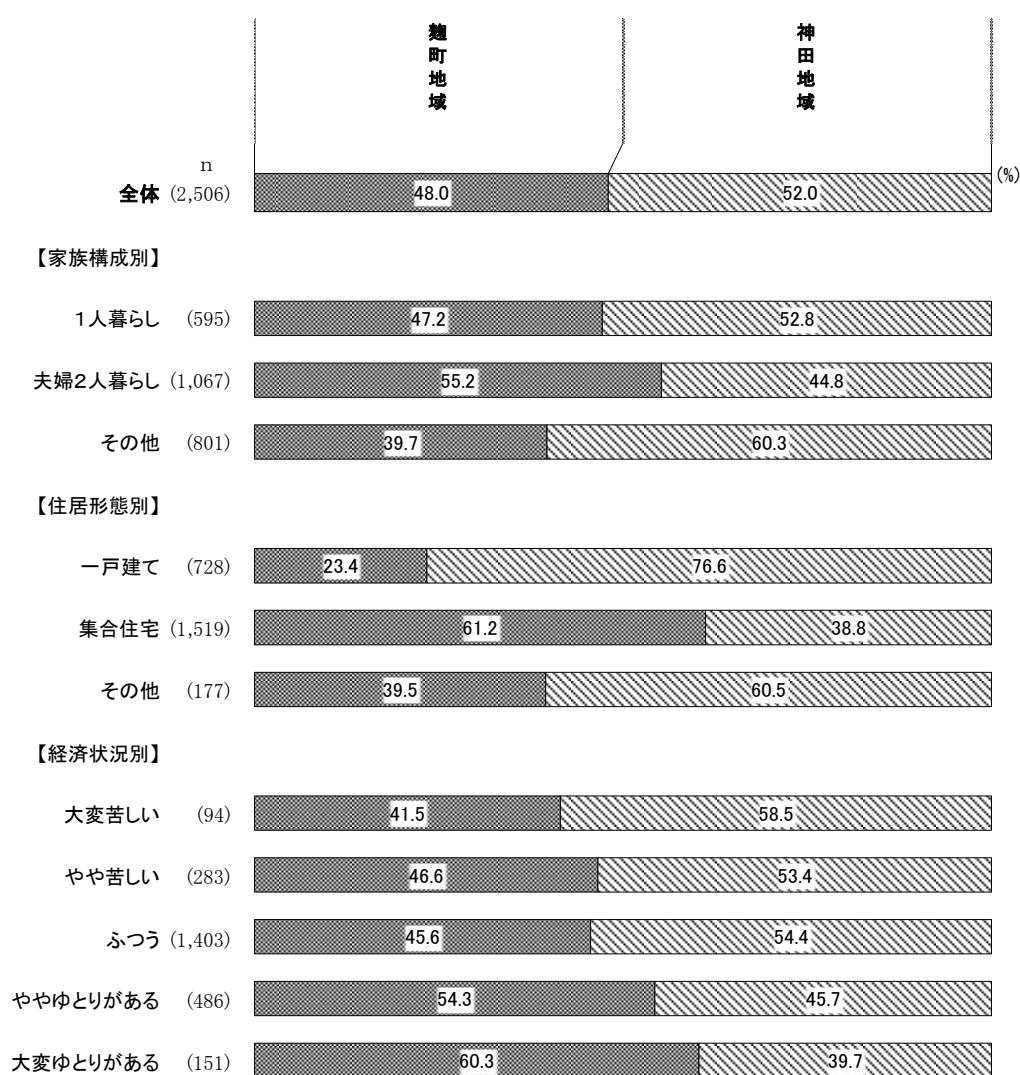
圏域は、「麴町地域」が48.0%、「神田地域」が52.0%となっている。

家族構成別にみると、「麴町地域」は夫婦2人暮らしが5割台半ばと高くなっている。

住居形態別にみると、「神田地域」は一戸建てが8割近く、「麴町地域」は集合住宅が6割超えと高くなっている。

経済状況別にみると、「神田地域」は大変苦しいとやや苦しいの割合が比較的高くなっている。

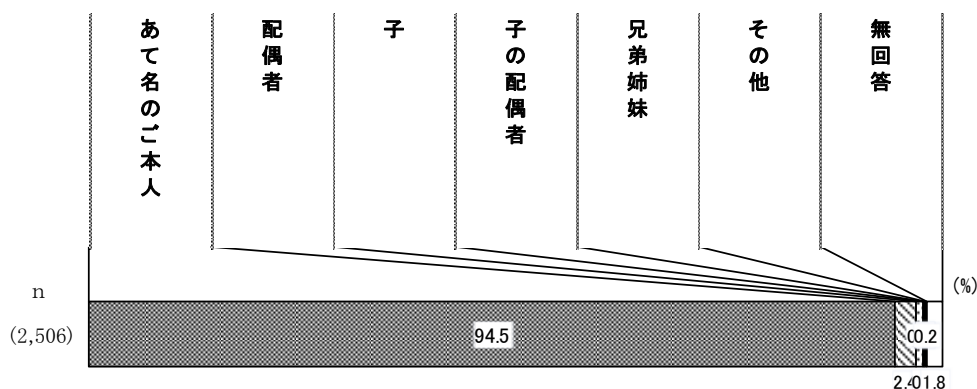
図2-4 圏域



(5) 調査票記入者（問1）

調査票記入者は、「あて名のご本人」が94.5%、「配偶者」が2.4%となっている。

図2-5 回答を行った方



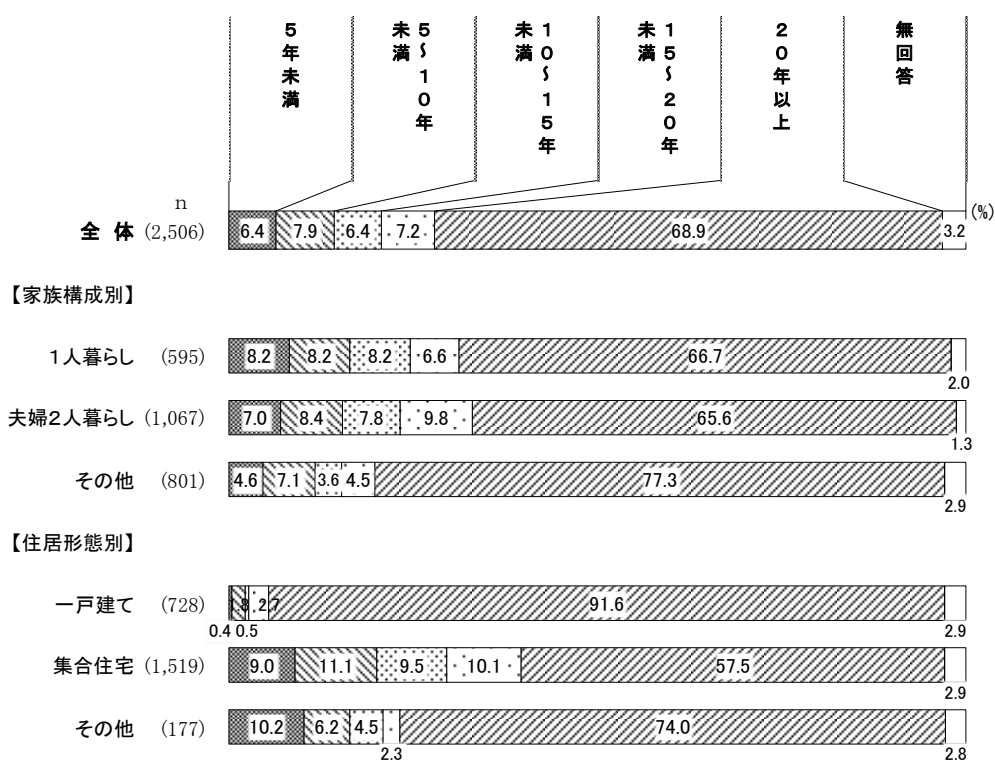
(6) 千代田区での居住年数（問2）

千代田区での居住年数は、「20年以上」が68.9%と最も高く、「5～10年」が7.9%、「15～20年」が7.2%と続く。なお、平均は40.8年となっている。

家族構成別にみると、特に大きな違いはみられない。

住居形態別にみると、「20年以上」は一戸建てで91.6%と高くなっている。

図2-6 千代田区での居住年数



(7) 家族構成（問3）

家族構成は、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が38.5%と最も高く、「1人暮らし」が23.7%となっている。

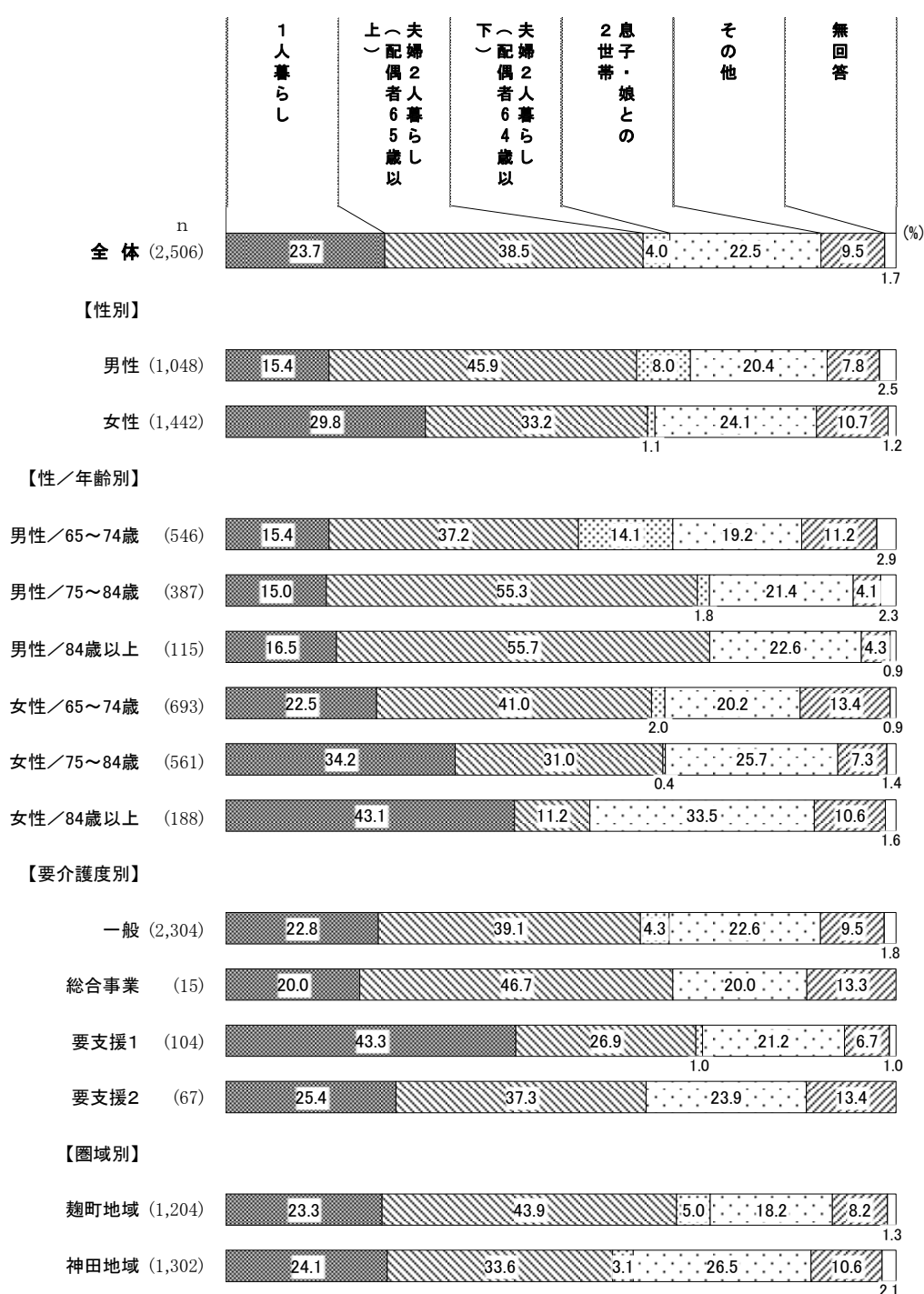
性別でみると、「1人暮らし」は女性の方が男性より16ポイント高くなっている。

性／年齢別でみると、女性／84歳以上で「1人暮らし」が4割超えと高くなっている。

要介護度別にみると、要支援1で「1人暮らし」が4割超えと高くなっている。

圏域別にみると、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」は麴町地域の方が神田地域より10ポイント高くなっている。

図2-7 世帯構成



(8) 介護・介助の必要性（問4）

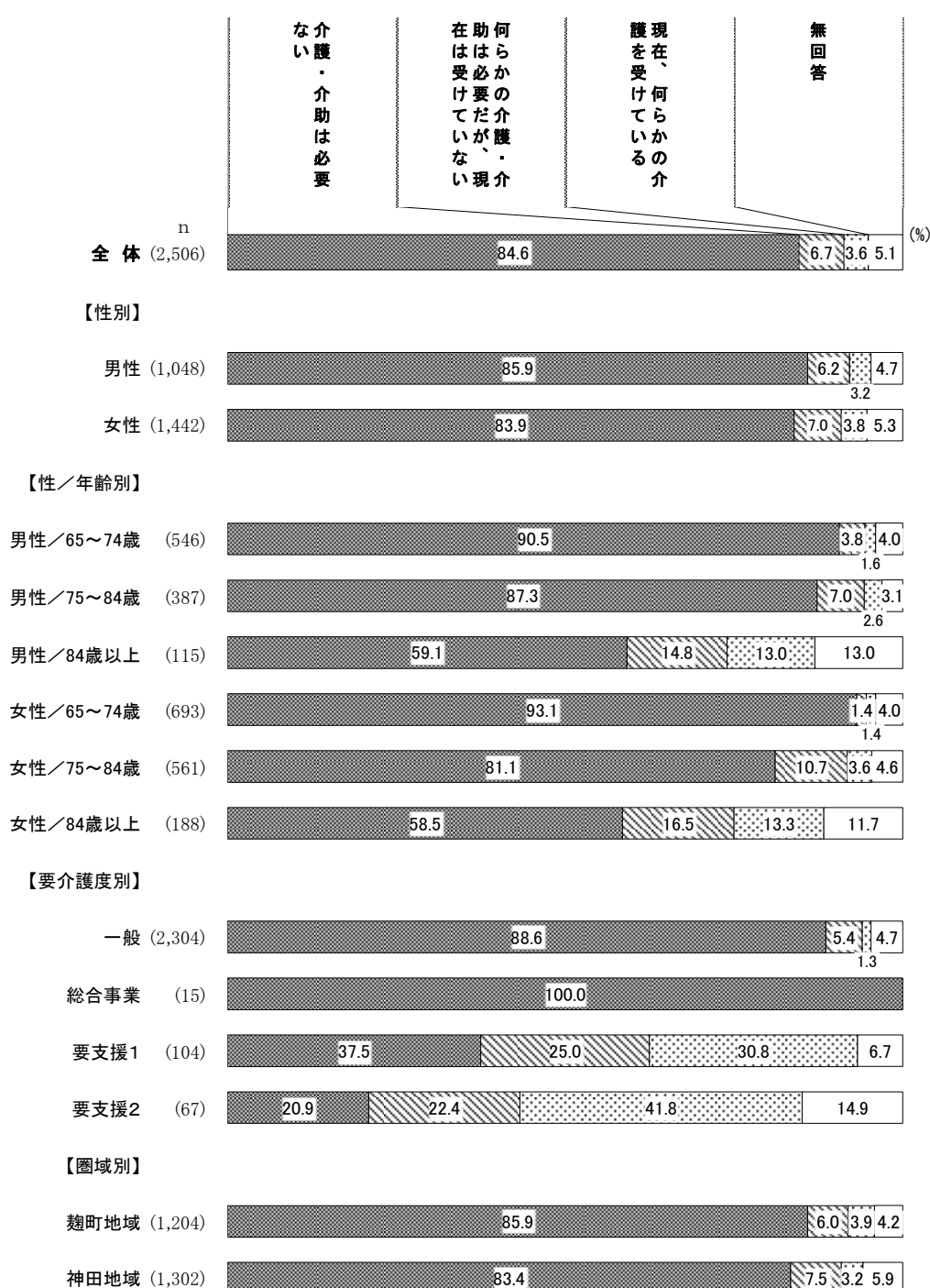
介護・介助の必要性は、「介護・介助は必要ない」が84.6%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が6.7%となっている。

性／年代別でみると、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」は、男女とも84歳以上で1割台半ばと比較的高くなっている。

要介護度別にみると、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」は要支援1・2で2割以上と高くなっている。

圏域別では、特に大きな違いはみられない。

図2-8 介護・介助の必要性

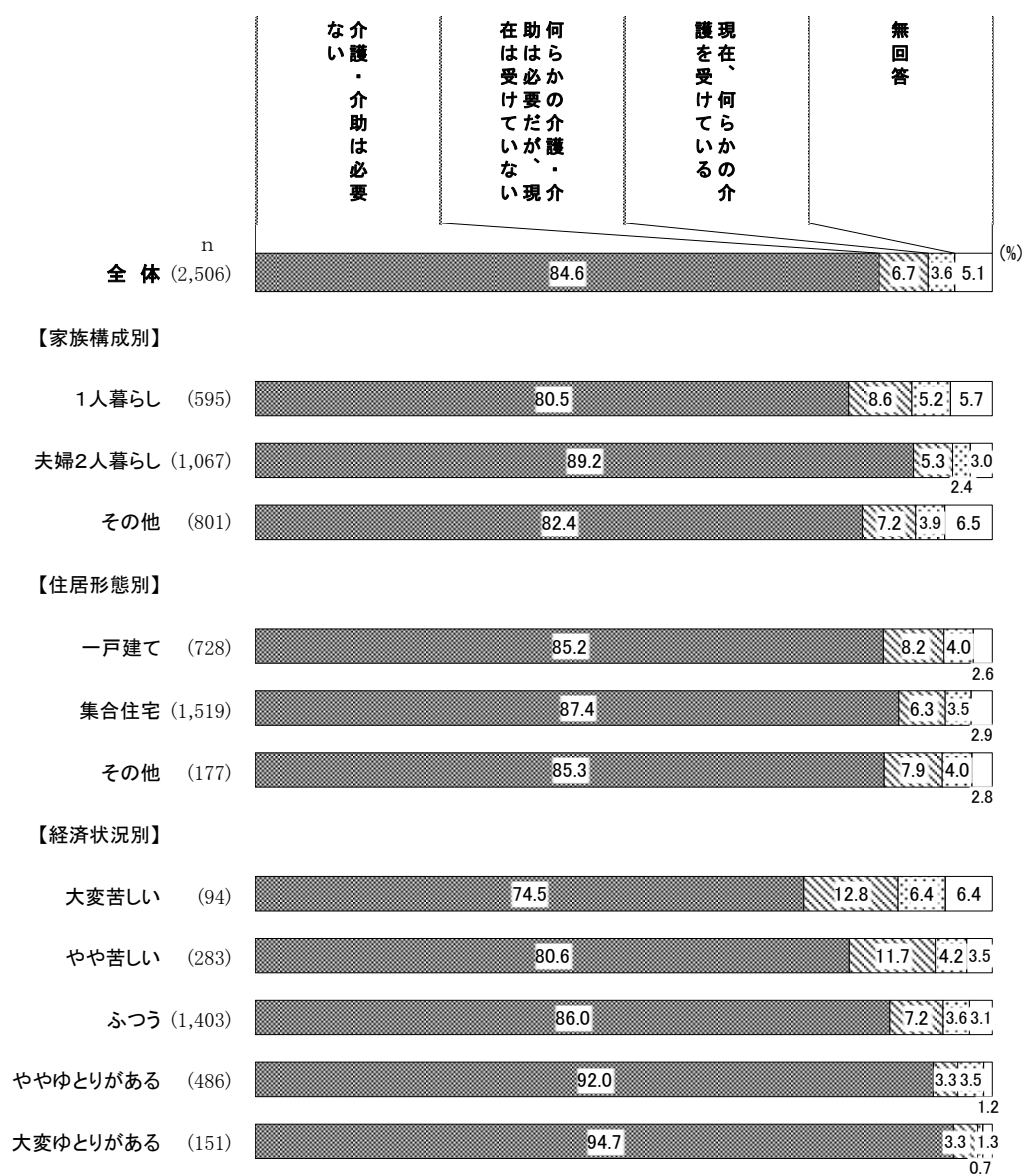


家族構成別にみると、「介護・介助は必要ない」は夫婦 2 人暮らしで高くなっている。

住居形態別では、特に大きな違いはみられない。

経済状況別にみると、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」は経済状況が苦しいほどおおむね高くなる傾向にある。

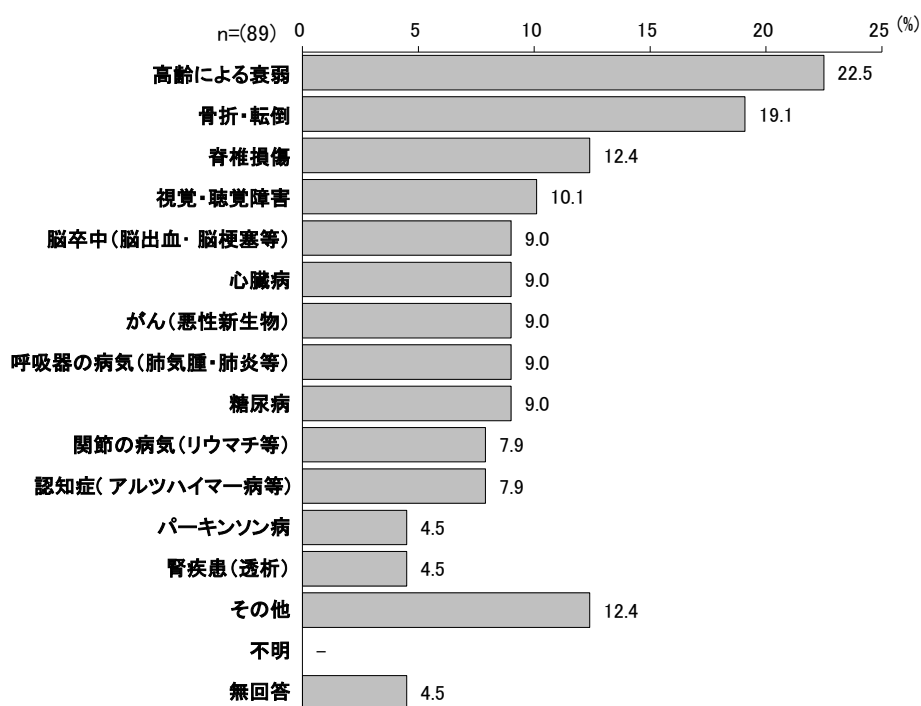
図 2-9 介護・介助の必要性



(9) 介護・介助が必要になった主な原因（問4－1）

介護・介助が必要になった主な原因は、「高齢による衰弱」が22.5%と最も高く、「骨折・転倒」が19.1%、「脊椎損傷」が12.4%、「視覚・聴覚障害」が10.1%と続く。

図2－10 介護・介助が必要になった主な原因



(10) 主な介護・介助者（問4-2）

主な介護・介助者は、「介護サービスのヘルパー」が38.2%と最も高く、「配偶者(夫・妻)」が29.2%、「娘」が24.7%、「息子」が15.7%と続く。

性別でみると、「配偶者(夫・妻)」は男性の方が女性より30ポイント以上高く、「娘」は女性の方が男性より20ポイント以上高くなっている。

圏域別にみると、「介護サービスのヘルパー」は神田地域の方が麴町地域より9ポイント高く、「配偶者(夫・妻)」と「娘」は麴町地域の方が神田地域より15ポイント以上高くなっている。

家族構成別にみると、「介護サービスのヘルパー」は1人暮らし、「配偶者(夫・妻)」は夫婦2人暮らしでそれぞれ7割台半ばと高くなっている。

図2-11 主な介護・介助者

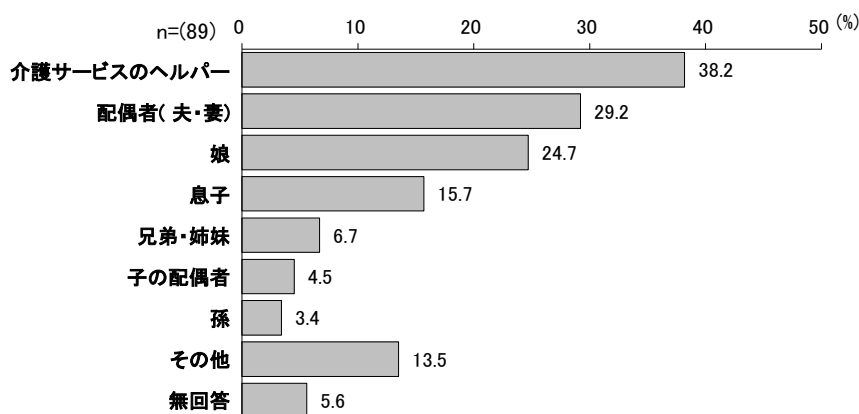


図2-12 主な介護・介助者

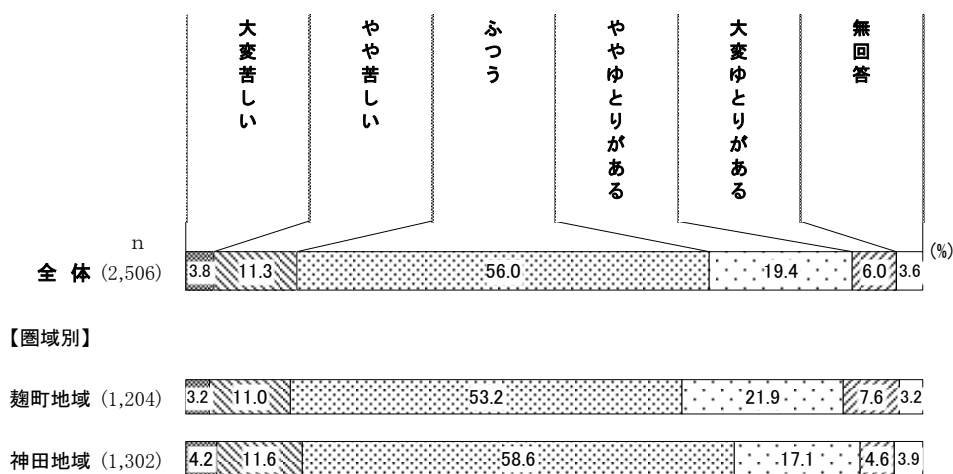
		n	介護サービスのヘルパー	配偶者(夫・妻)	娘	息子	兄弟・姉妹	子の配偶者	孫	その他	無回答
全体		89	38.2	29.2	24.7	15.7	6.7	4.5	3.4	13.5	5.6
性別	男性	34	41.2	50.0	8.8	14.7	2.9	-	-	8.8	5.9
	女性	55	36.4	16.4	34.5	16.4	9.1	7.3	5.5	16.4	5.5
年齢別	65～74歳	9	44.4	44.4	-	-	11.1	-	-	22.2	11.1
	75～84歳	10	20.0	70.0	10.0	-	-	-	-	-	10.0
	84歳以上	15	53.3	40.0	13.3	33.3	-	-	-	6.7	-
年齢性別	65～74歳	10	10.0	60.0	20.0	-	30.0	-	-	20.0	-
	75～84歳	20	50.0	10.0	35.0	15.0	5.0	-	-	10.0	5.0
	84歳以上	25	36.0	4.0	40.0	24.0	4.0	16.0	12.0	20.0	8.0
圏域別	麴町地域	47	34.0	38.3	31.9	12.8	6.4	2.1	2.1	10.6	2.1
	神田地域	42	42.9	19.0	16.7	19.0	7.1	7.1	4.8	16.7	9.5
家族構成別	1人暮らし	31	74.2	3.2	22.6	6.5	-	3.2	-	9.7	9.7
	夫婦2人暮らし	26	26.9	73.1	11.5	11.5	-	-	-	11.5	3.8
	その他	31	12.9	19.4	38.7	25.8	19.4	9.7	9.7	19.4	3.2

(1 1) 経済的にみた現在の暮らしの状況（問 5）

経済的にみた現在の暮らしの状況は、「大変苦しい」と「やや苦しい」を合わせた『苦しい』は 15.1% となり、一方、「大変ゆとりがある」と「ややゆとりがある」を合わせた『ゆとりがある』は 25.4% となっている。

圏域別にみると、『ゆとりがある』は麴町地域の方が神田地域より 8 ポイント高くなっている。

図 2－13 経済的にみた現在の暮らしの状況



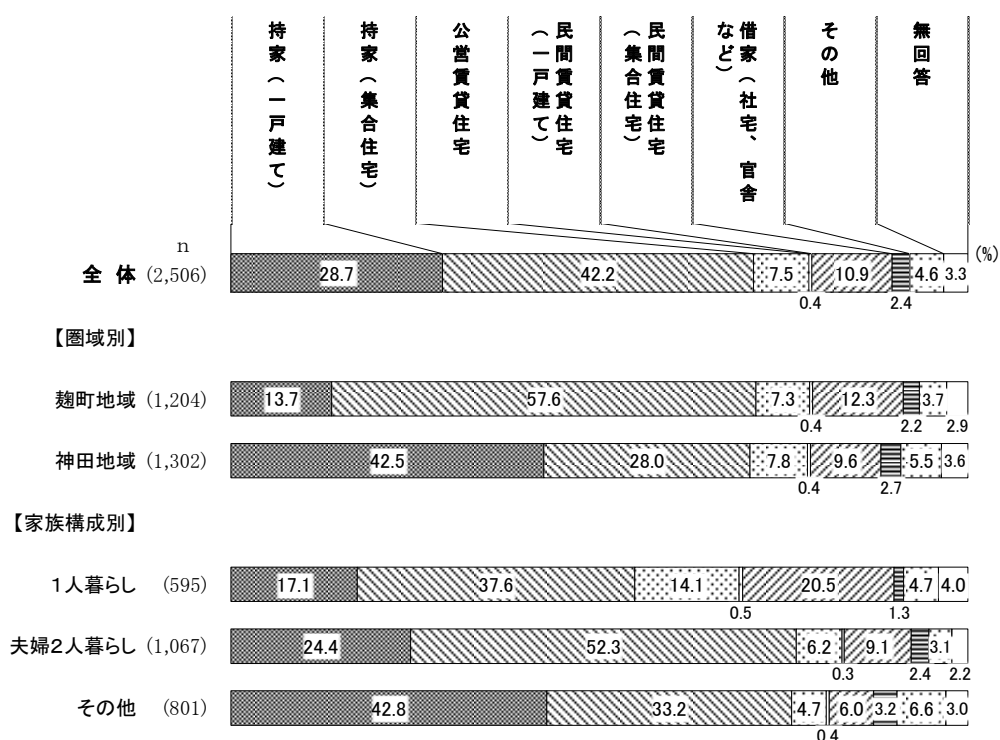
(12) 住居形態 (問6)

住居形態は、「持家（集合住宅）」が42.2%と最も高く、「持家（一戸建て）」が28.7%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」が10.9%と続く。

圏域別にみると、「持家（集合住宅）」は麴町地域の方が神田地域より約30ポイント以上高く、一方、「持家（一戸建て）」は神田地域の方が麴町地域より約30ポイント以上高くなっている。

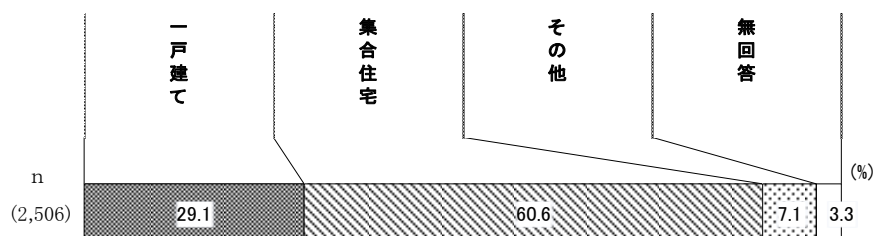
家族構成別にみると、「持家（集合住宅）」は夫婦2人暮らしで5割を超えと高く、「公営賃貸住宅」や「民間賃貸住宅（集合住宅）」は1人暮らしが比較的高くなっている。

図2-14 住居形態



■参考■

住居形態を3区分に分けたところ、「一戸建て」は29.1%、「集合住宅」は60.6%となっている。



※選択肢の分類

「一戸建て」…持家（一戸建て）、民間賃貸住宅（一戸建て）

「集合住宅」…持家（集合住宅）、公営賃貸住宅、民間賃貸住宅（集合住宅）

「その他」…借家（社宅、官舎など）、その他

(13) 介護が必要になった場合の暮らし方の希望（問7）

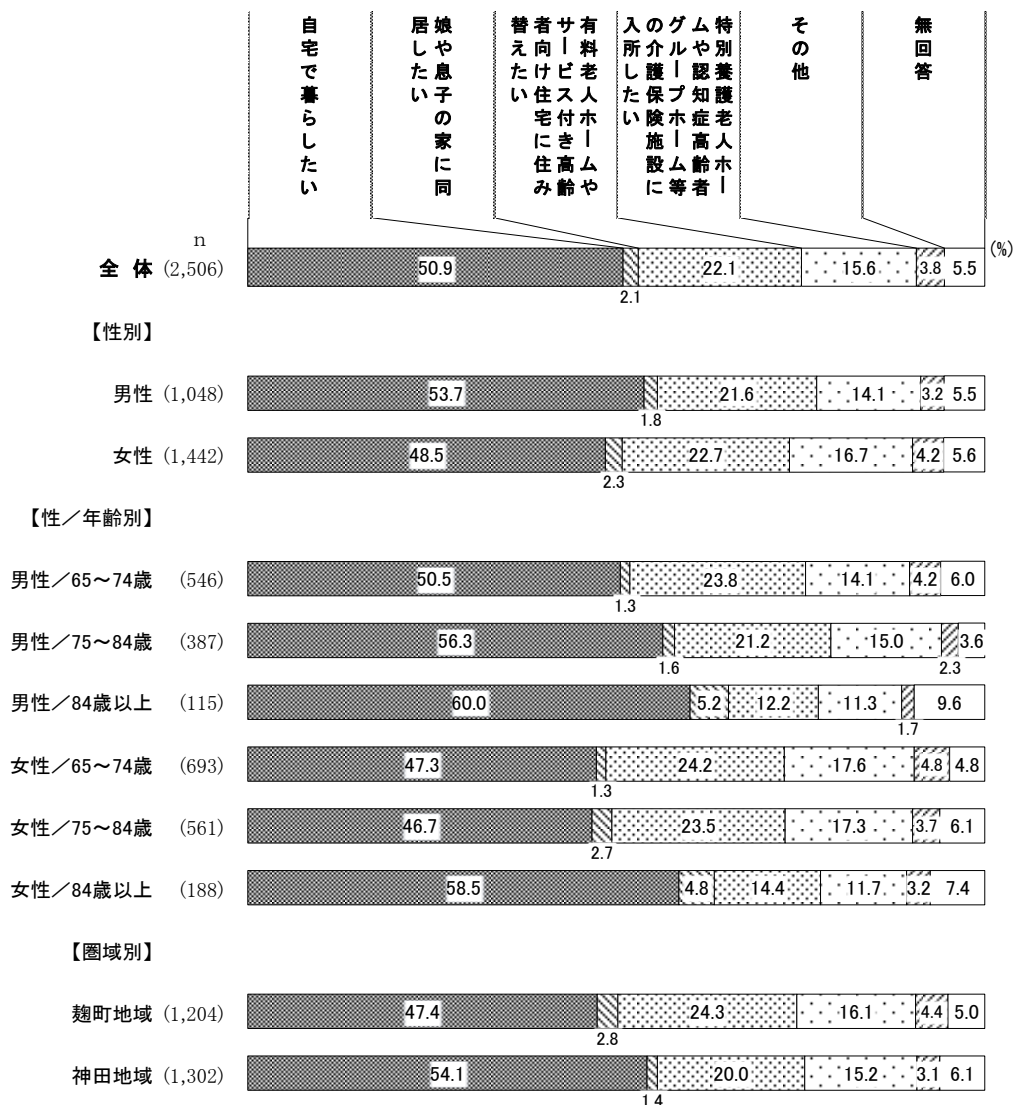
介護が必要になった場合の暮らし方の希望は、「自宅で暮らしたい」が50.9%と半数を超え、「有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅に住み替えたい」が22.1%、「特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホーム等の介護保険施設に入所したい」が15.6%と続く。

性別でみると、「自宅で暮らしたい」は男性の方が女性より5ポイント高くなっている。

性／年齢別にみると、「自宅で暮らしたい」は男女ともおおむね年齢が上がるほど割合が高くなる傾向がある。

圏域別にみると、「自宅で暮らしたい」は神田地域の方が麹町地域より7ポイント高くなっている。

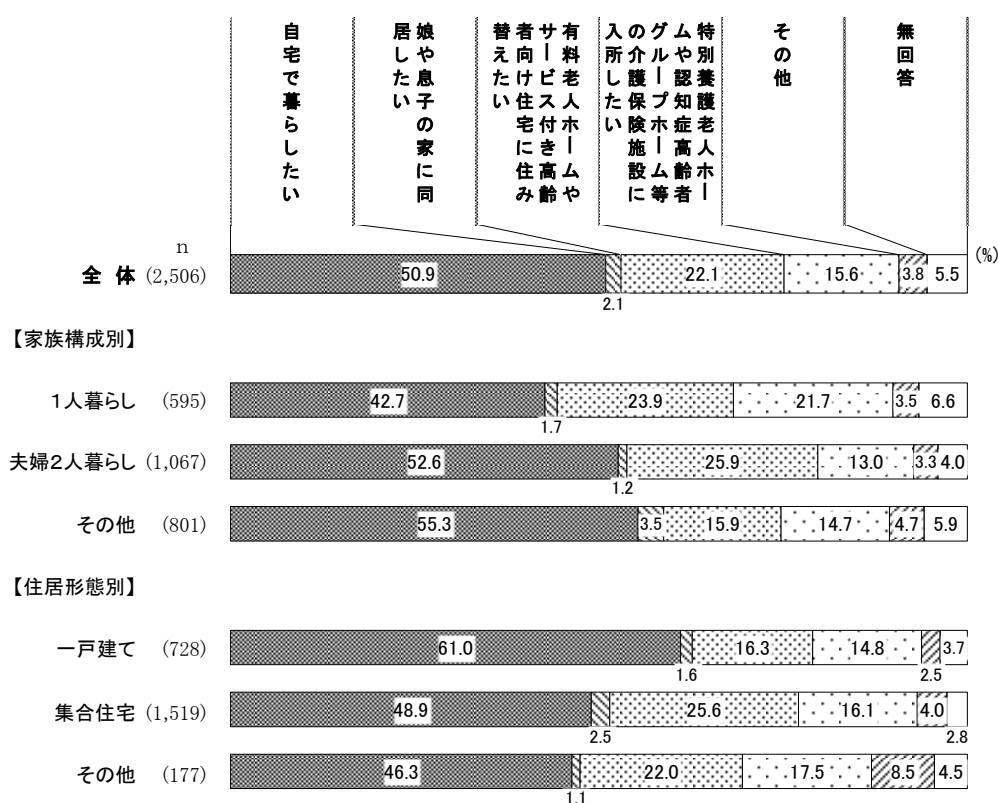
図2-15 介護が必要になった場合の暮らし方の希望



家族構成別にみると、「特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホーム等の介護保険施設に入所したい」は1人暮らしで2割を超える。

住居形態別にみると、「自宅で暮らしたい」は一戸建てで6割を超え、「有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅に住み替えたい」は集合住宅で2割台半ばと高くなっている。

図2-16 介護が必要になった場合の暮らし方の希望



(14) 最期を迎えたい場所（問8）

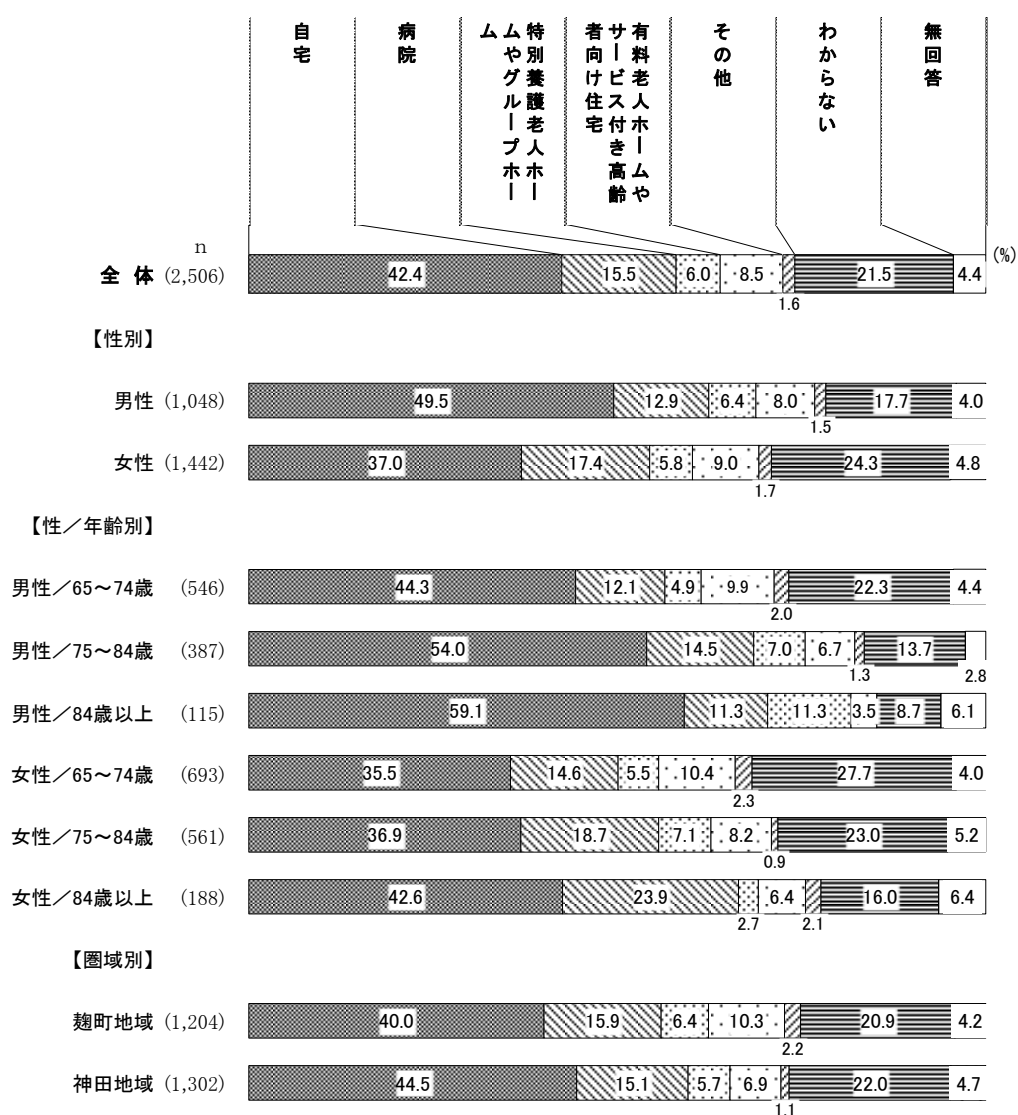
最期を迎えたい場所は、「自宅」が42.4%と最も高く、「病院」が15.5%、「有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅」が8.5%と続く。一方、「わからない」は21.5%となっている。

性別でみると、「自宅」は男性の方が女性より13ポイント高くなっている。

性／年齢別でみると、「自宅」は男女ともおおむね年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にある。

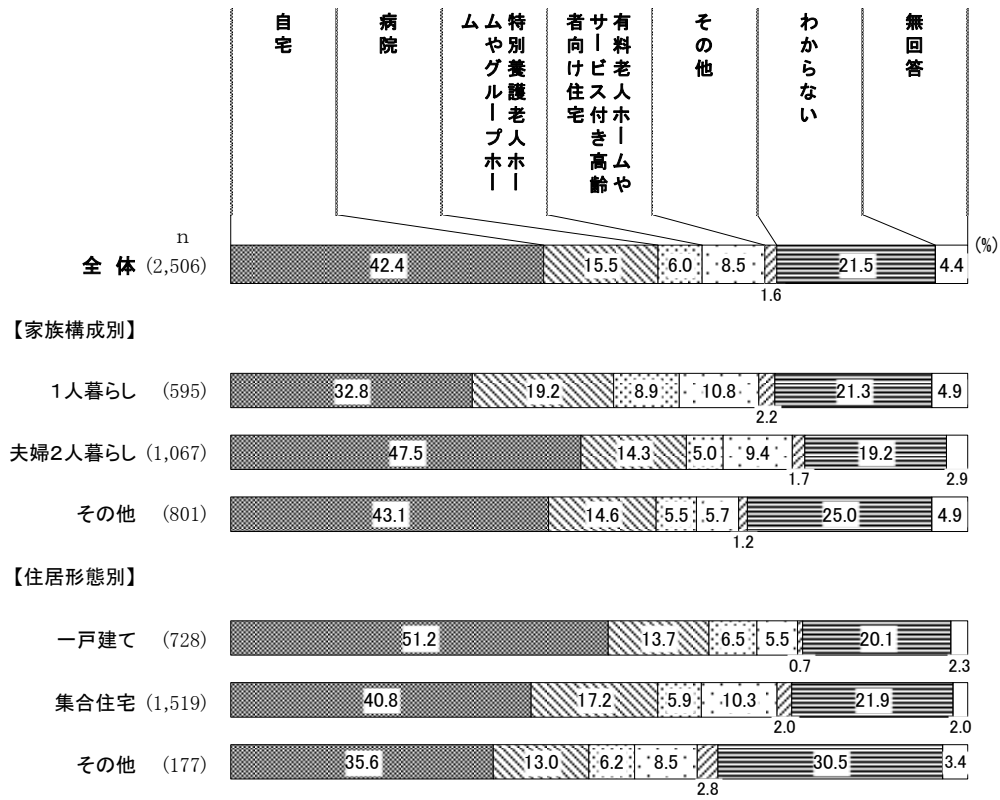
圏域別では、特に大きな違いはみられない。

図2-17 最期を迎えたい場所



家族構成別にみると、「自宅」は夫婦 2 人暮らしで 5 割近くと高くなっている。
 住居形態別にみると、「自宅」は一戸建てで 5 割超えと高くなっている。

図 2－18 最期を迎えたい場所



(15) 在宅生活に必要な支援・サービス（問9）

在宅生活に必要な支援・サービスは、「掃除・洗濯・ゴミだし」が31.8%と最も高く、「配食」が26.7%、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」が23.8%、「買い物」が23.5%と続く。

性別でみると、多くの項目で女性の方が男性より高くなっており、特に「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」、「買い物」、「趣味・体操などの定期的な通いの場」などは5ポイント以上の差がある。一方、「特にない」は男性の方が女性より9ポイント高くなっている。

要介護度別にみると、「掃除・洗濯・ゴミだし」は要支援1で4割台半ば、要支援2で6割近くと高い割合となっている。また、「配食」「移送サービス」「買い物」は要支援2で4割以上と高くなっている。

圏域別では、特に大きな違いはみられない。

図2-19 在宅生活に必要な支援・サービス

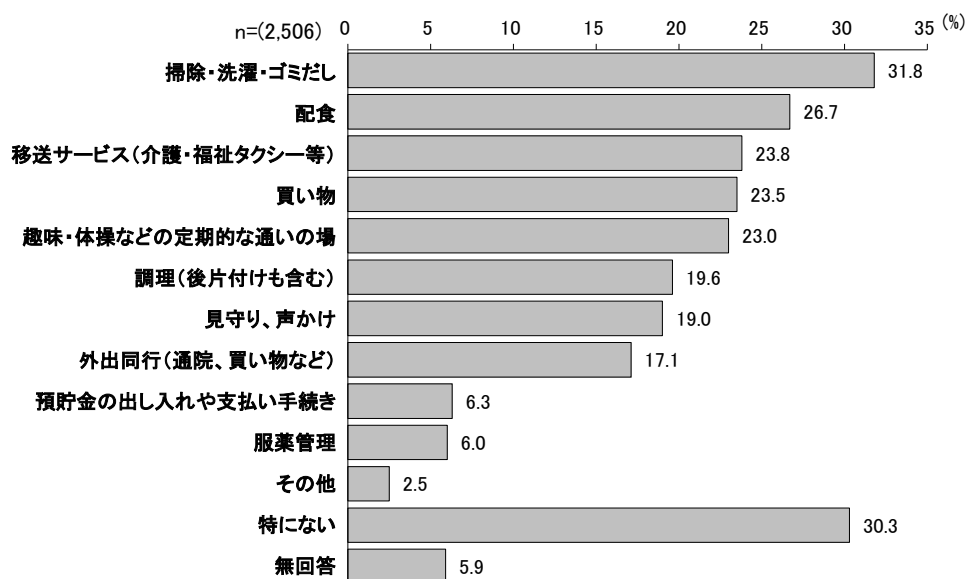


図 2-20 在宅生活に必要な支援・サービス

(%)

	n	掃除・洗濯・ゴミだし	配食	移送サービス (介護・福祉タクシー等)	買い物	趣味・体操などの定期的な通いの場	調理(後片付けも含む)	見守り・声かけ	外出同行(通院、買い物など)	預貯金の出し入れや支払い手続き	服薬管理
全 体	2506	31.8	26.7	23.8	23.5	23.0	19.6	19.0	17.1	6.3	6.0
性別											
男性	1048	31.5	27.6	20.8	20.5	19.7	21.6	16.3	13.6	7.4	5.9
女性	1442	31.9	26.0	25.8	25.6	25.6	18.2	20.8	19.4	5.5	5.9
年齢性別											
65～74歳	546	30.6	27.1	23.1	19.8	20.1	21.1	15.8	12.8	6.4	5.7
75～84歳	387	31.0	27.9	17.6	20.2	19.6	22.0	16.8	15.2	8.0	6.7
84歳以上	115	37.4	28.7	20.9	25.2	17.4	22.6	17.4	12.2	10.4	4.3
年齢性別											
65～74歳	693	32.2	25.0	28.0	26.3	29.6	20.8	21.1	21.1	4.6	6.3
75～84歳	561	30.7	26.2	22.5	24.4	23.2	14.4	18.9	15.9	5.7	4.6
84歳以上	188	34.6	29.3	27.7	26.6	18.1	19.7	25.5	23.9	8.0	8.0
要介護度別											
一般	2304	30.4	26.0	22.7	22.5	22.8	19.1	18.3	15.8	5.8	5.4
総合事業	15	26.7	33.3	40.0	13.3	60.0	6.7	20.0	26.7	6.7	13.3
要支援1	104	45.2	31.7	27.9	31.7	22.1	24.0	26.0	33.7	6.7	10.6
要支援2	67	58.2	41.8	47.8	44.8	25.4	31.3	28.4	31.3	23.9	13.4
圏域別											
麴町地域	1204	32.7	27.0	25.0	23.1	23.2	20.1	18.6	17.1	6.6	5.5
神田地域	1302	30.9	26.5	22.7	23.9	22.8	19.1	19.3	17.1	6.0	6.5

	n	その他	特にない	無回答
全 体	2506	2.5	30.3	5.9
性別				
男性	1048	1.8	35.2	6.5
女性	1442	2.9	26.6	5.5
年齢性別				
65～74歳	546	2.0	36.4	6.6
75～84歳	387	2.1	35.1	5.7
84歳以上	115	-	29.6	8.7
年齢性別				
65～74歳	693	3.3	29.0	4.9
75～84歳	561	2.7	25.8	6.4
84歳以上	188	2.1	20.2	5.3
要介護度別				
一般	2304	2.5	31.6	6.2
総合事業	15	-	6.7	-
要支援1	104	1.0	18.3	4.8
要支援2	67	3.0	9.0	1.5
圏域別				
麴町地域	1204	2.5	30.0	5.6
神田地域	1302	2.5	30.6	6.2

Ⅱ. からだを動かすことについて

(16) ★運動器の機能低下リスク（問10～問14）

※運動器の機能低下リスク該当者：

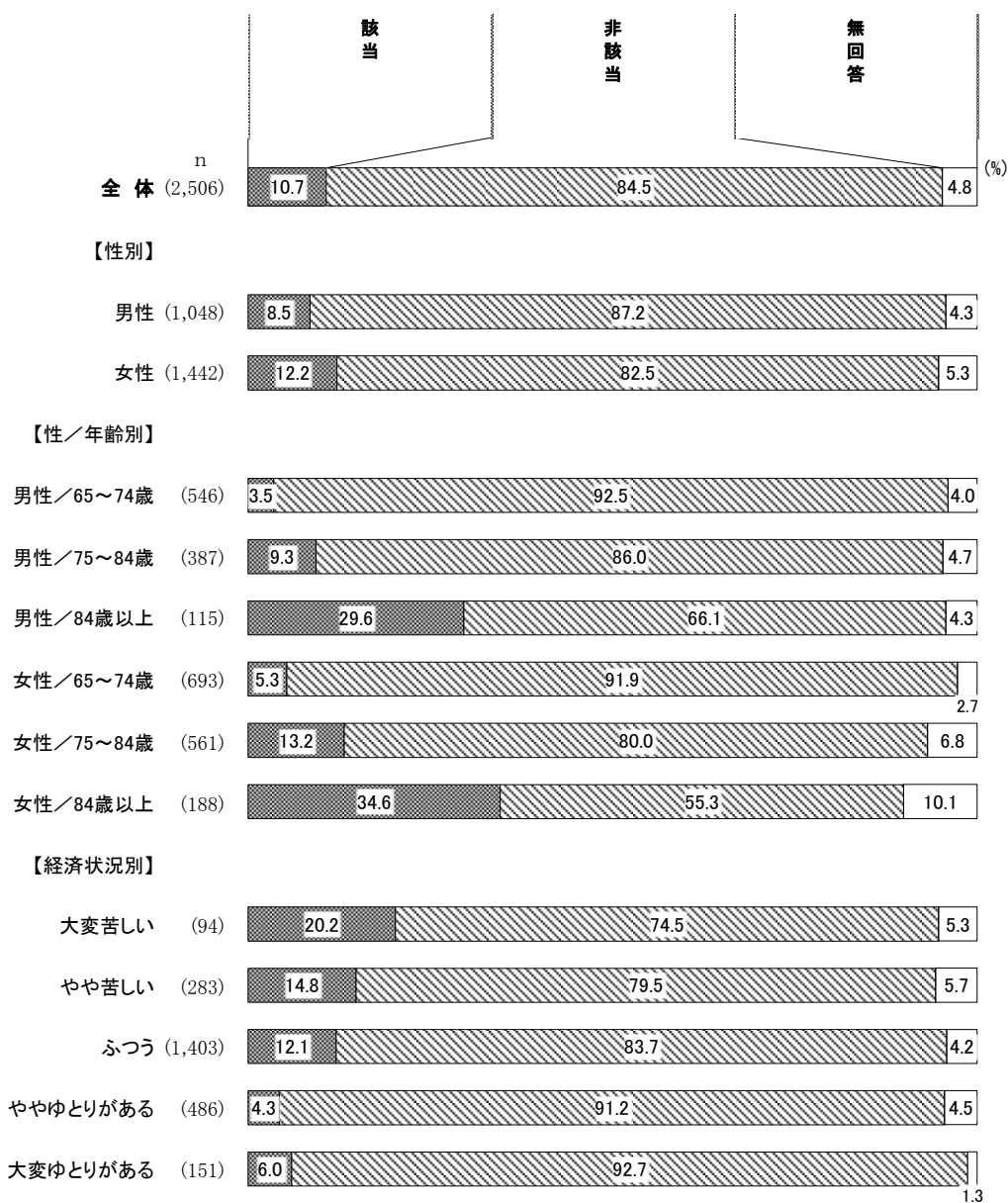
問10～問12で「できない」、問13で「何度もある」「1度ある」、問14で「とても不安である」「やや不安である」と回答した人のうち、5問中3問以上該当している人

運動器の機能低下リスク該当者は、「該当」が10.7%、「非該当」が84.5%となっている。

性／年齢別にみると、「該当」は男女とも84歳以上になると大幅に割合が高くなる。

経済状況別にみると、「該当」は経済状況が苦しいほど割合が高くなる傾向にある。

図 2-21 運動器機能の低下傾向



(17) 1週間の外出頻度 (問15)

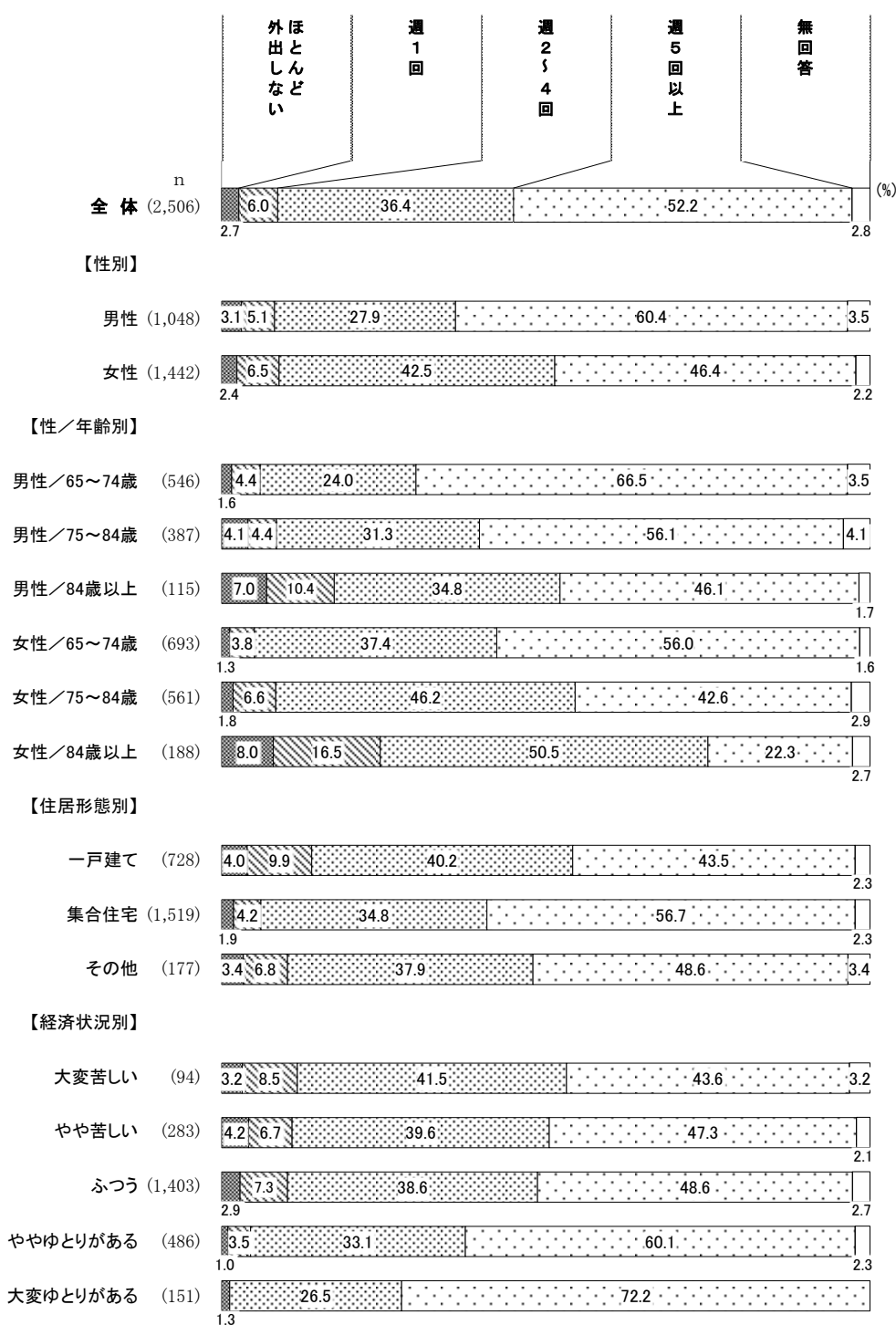
1週間の外出頻度は、「週5回以上」が52.2%と高く、「週2～4回」が36.4%となっている。一方、「ほとんど外出しない」と「週1回」を合わせた『週1回以下』は8.7%となっている。

性／年齢別にみると、『週1回以下』は男女とも年齢が上がるほどおおむね割合が高くなる傾向にある。

住居形態別にみると、『週1回以下』は一戸建ての方が集合住宅より8ポイント高くなっている。

経済状況別にみると、『週1回以下』は経済状況が苦しいほど割合が高くなる傾向にある。

図2-22 1週間の外出頻度



(18) 昨年と比べた外出の回数 (問16)

昨年と比べた外出の回数は、「とても減っている」と「減っている」を合わせた『減っている』は20.3%、一方、「あまり減っていない」と「減っていない」を合わせた『減っていない』は77.2%となっている。

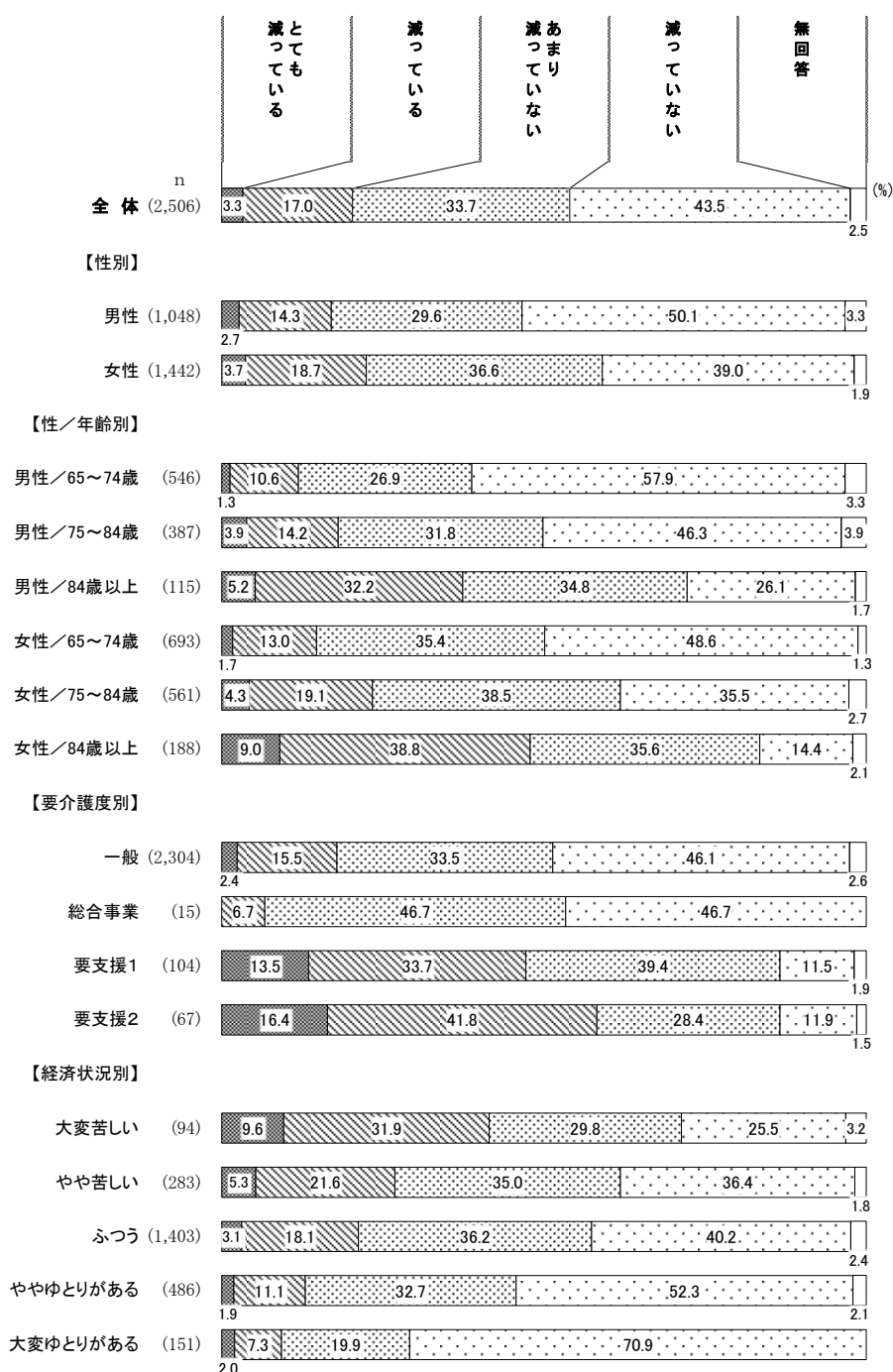
性別にみると、『減っている』は女性の方が男性より5ポイント高くなっている。

性／年齢別にみると、『減っている』は年齢が上がるほど高くなる傾向にあり、特に女性／84歳以上は5割近くとなっている。

要介護度別にみると、『減っている』は要支援1で5割近く、要支援2で6割近くと高くなっている。

経済状況別にみると、『減っている』は経済状況が苦しいほど割合が高くなる傾向にある。

図2-23 昨年と比べた外出の回数



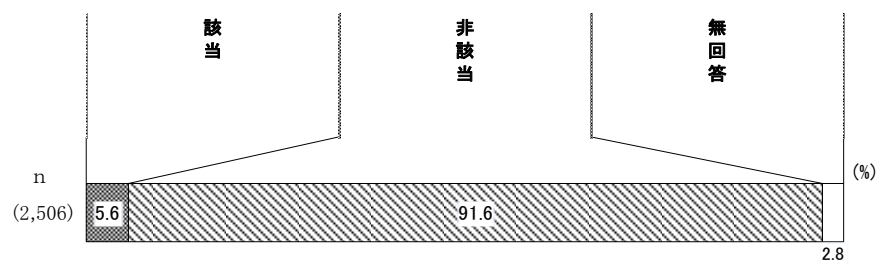
(19) ★閉じこもりリスク

※閉じこもりリスク該当者：

問15で「ほとんど外出しない」「週1回」「1度ある」と回答し、かつ、問16で「とても減っている」「減っている」と回答した人

閉じこもりのリスク該当者は、「該当」が5.6%、「非該当」91.6%となっている。

図2-24 閉じこもりリスク



(20) 外出を控えているか (問17)

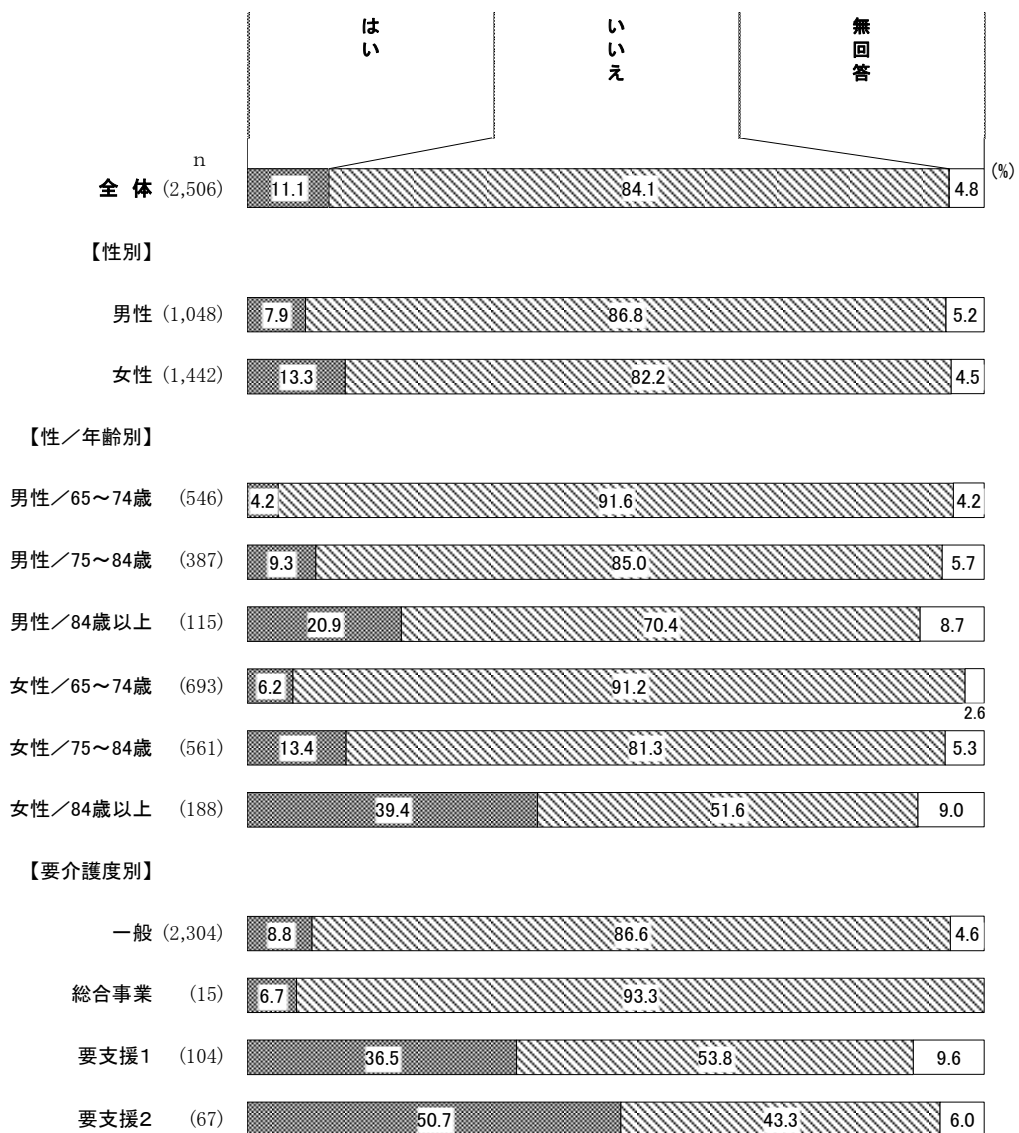
外出を控えているかは、「はい」が11.1%、「いいえ」が84.1%となっている。

性別でみると、「はい」は女性の方が男性より5ポイント高くなっている。

性／年齢別にみると、「はい」は年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にあり、女性／84歳以上は4割近くとなっている。

要介護度別にみると、「はい」は要支援1で4割近く、要支援2で5割超えとなっている。

図2-25 外出を控えているか



(21) 外出を控えている理由（問17-1）

外出を控えている理由は、「足腰などの痛み」が55.6%と最も高く、「病気」が18.6%、「トイレの心配(失禁など)」が17.2%、「外での楽しみがない」が13.6%と続く。

性別でみると、「足腰などの痛み」は女性の方が男性より10ポイント以上高く、一方、「病気」や「トイレの心配(失禁など)」は男性の方が女性より約10ポイント以上高くなっている。

圏域別でみると、「足腰などの痛み」神田地域の方が麴町地域より15ポイント高く、「外での楽しみがない」は麴町地域の方が神田地域より7ポイント高くなっている。

図2-26 外出を控えている理由

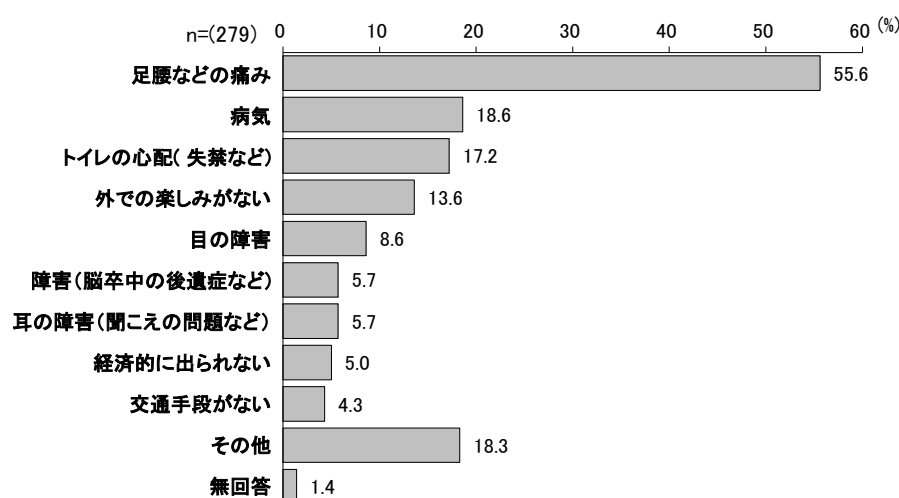


図2-27 外出を控えている理由

		n	足腰などの痛み	病気	トイレの心配(失禁など)	外での楽しみがない	目の障害	障害(脳卒中の後遺症など)	耳の障害(聞こえの問題など)	経済的に出られない	交通手段がない	その他	無回答
全 体		279	55.6	18.6	17.2	13.6	8.6	5.7	5.7	5.0	4.3	18.3	1.4
性別	男性	83	48.2	25.3	24.1	18.1	12.0	13.3	7.2	2.4	3.6	9.6	3.6
	女性	192	58.3	16.1	14.6	10.9	7.3	2.6	5.2	5.2	4.7	21.9	0.5
年齢性別	65～74歳	23	43.5	17.4	13.0	21.7	17.4	21.7	-	8.7	-	8.7	4.3
	75～84歳	36	33.3	33.3	27.8	19.4	5.6	13.9	8.3	-	2.8	11.1	5.6
	84歳以上	24	75.0	20.8	29.2	12.5	16.7	4.2	12.5	-	8.3	8.3	-
年齢性別	65～74歳	43	48.8	27.9	9.3	11.6	4.7	-	-	16.3	-	16.3	-
	75～84歳	75	53.3	17.3	10.7	9.3	9.3	2.7	4.0	2.7	2.7	26.7	1.3
	84歳以上	74	68.9	8.1	21.6	12.2	6.8	4.1	9.5	1.4	9.5	20.3	-
圏域別	麴町地域	127	47.2	18.9	18.1	17.3	7.9	6.3	7.1	4.7	3.1	24.4	0.8
	神田地域	152	62.5	18.4	16.4	10.5	9.2	5.3	4.6	5.3	5.3	13.2	2.0

（２２）外出する際の移動手段（問18）

外出する際の移動手段は、「徒歩」が84.8%と最も高く、「電車」が77.1%、「タクシー」が44.1%と続く。

経年でみると、平成29年度と比較して「タクシー」は7ポイント増加している。また、「路線バス」も増加傾向にある。

性／年齢別にみると、「徒歩」、「電車」は男女とも年齢が下がるほど割合が高く、一方、「タクシー」は男女とも年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にあり、84歳以上で6割を超える。また、「路線バス」は男性／84歳以上で4割近くと多層より高くなっている。

圏域別にみると、「自転車」は神田地域の方が麹町地域より18ポイント高くなっている。

図２－２８ 外出する際の移動手段

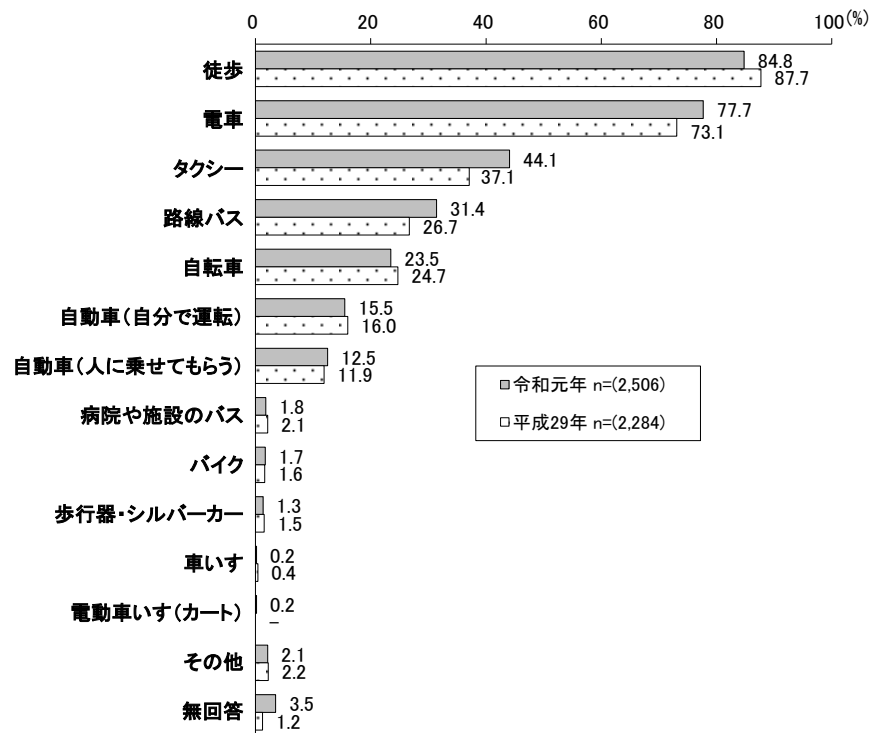


図 2-29 外出する際の移動手段

(%)

	n	徒歩	電車	タクシー	路線バス	自転車	自動車 (自分で 運転)	自動車 (人に乗 せてもら う)	病院や 施設のバ ス	バイク	歩行器・ シルバー カー
全 体	2506	84.8	77.7	44.1	31.4	23.5	15.5	12.5	1.8	1.7	1.3
性別											
男性	1048	86.0	76.7	41.2	27.9	29.0	28.9	8.2	1.2	3.6	0.3
女性	1442	83.8	78.2	46.1	33.9	19.6	5.8	15.5	2.2	0.3	2.1
年齢性別											
65～74歳	546	87.2	80.0	34.6	25.8	33.7	36.3	5.9	-	4.2	-
75～84歳	387	85.8	75.2	44.4	28.2	27.6	24.8	9.6	2.3	3.6	0.5
84歳以上	115	80.9	66.1	61.7	36.5	11.3	7.8	14.8	3.5	0.9	0.9
年齢性別											
65～74歳	693	90.3	88.7	40.8	33.9	27.6	9.7	17.6	1.3	0.4	0.3
75～84歳	561	81.8	75.4	47.4	35.7	16.0	2.9	13.0	2.1	0.2	2.3
84歳以上	188	66.0	47.9	61.7	28.7	1.1	0.5	15.4	5.9	-	8.0
圏域											
麹町地域	1204	84.3	79.2	46.3	33.5	14.2	17.7	13.8	1.2	1.1	0.8
神田地域	1302	85.3	76.3	42.2	29.5	32.2	13.4	11.4	2.3	2.2	1.8

	n	車いす	電動車 いす (カート)	その他	無回答
全 体	2506	0.2	0.2	2.1	3.5
性別					
男性	1048	0.2	0.3	1.4	3.9
女性	1442	0.3	0.1	2.6	3.2
年齢性別					
65～74歳	546	-	0.4	1.3	3.8
75～84歳	387	0.5	0.3	0.8	4.4
84歳以上	115	-	-	4.3	2.6
年齢性別					
65～74歳	693	-	-	1.7	2.3
75～84歳	561	-	-	2.1	3.7
84歳以上	188	2.1	1.1	6.9	4.8
圏域					
麹町地域	1204	0.2	0.2	2.1	3.6
神田地域	1302	0.2	0.2	2.1	3.4

Ⅲ. 食べることについて

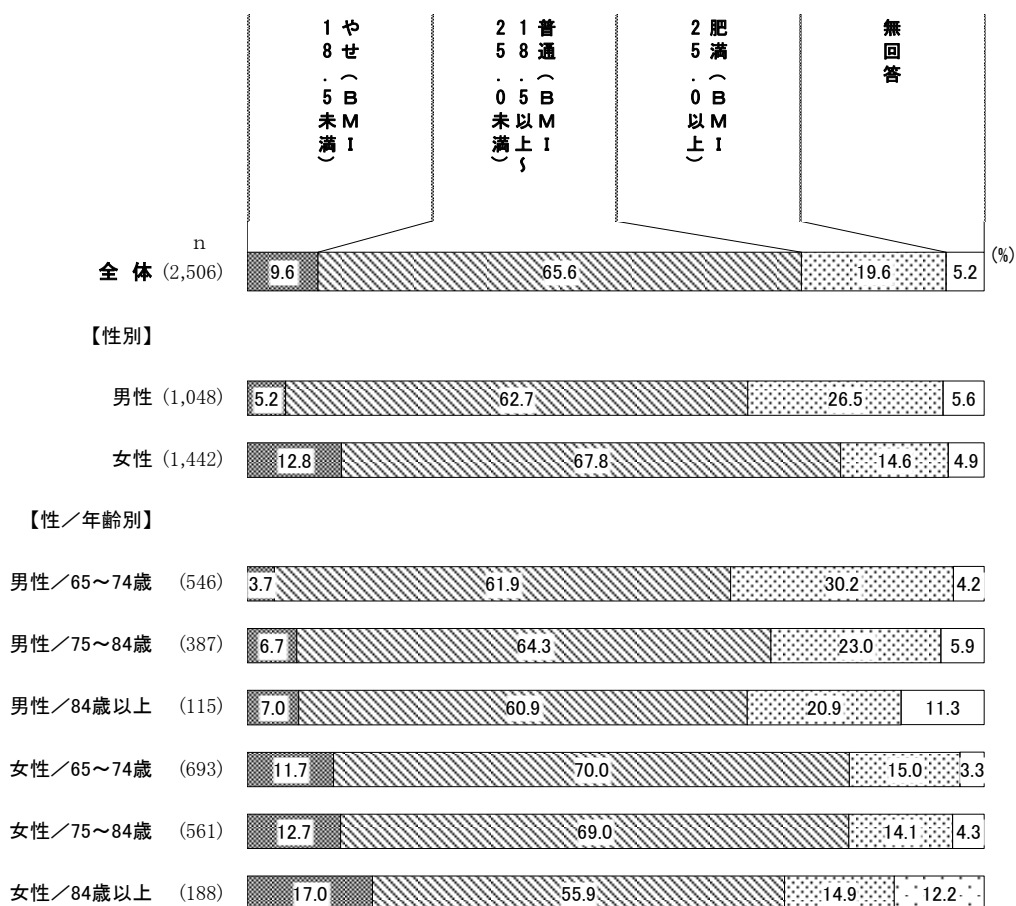
(23) ★BMI

BMIは、「普通（BMI 18.5以上～25.0未満）」が65.6%、「肥満（BMI 25.0以上）」が19.6%、「やせ（BMI 18.5未満）」が9.6%となっている。

性別でみると、「やせ（BMI 18.5未満）」は女性の方が男性より8ポイント高く、「肥満（BMI 25.0以上）」は男性の方が女性より11.9ポイント高くなっている。

性／年齢別にみると、「やせ（BMI 18.5未満）」は女性／84歳以上で2割近くと高く、「肥満（BMI 25.0以上）」は男性／65～74歳で約3割と高くなっている。

図2-30 BMI



(24) ★口腔機能低下リスク

※口腔機能低下リスク該当者：

問20～問22で「はい」と回答した人のうち、3問中2問以上該当している人

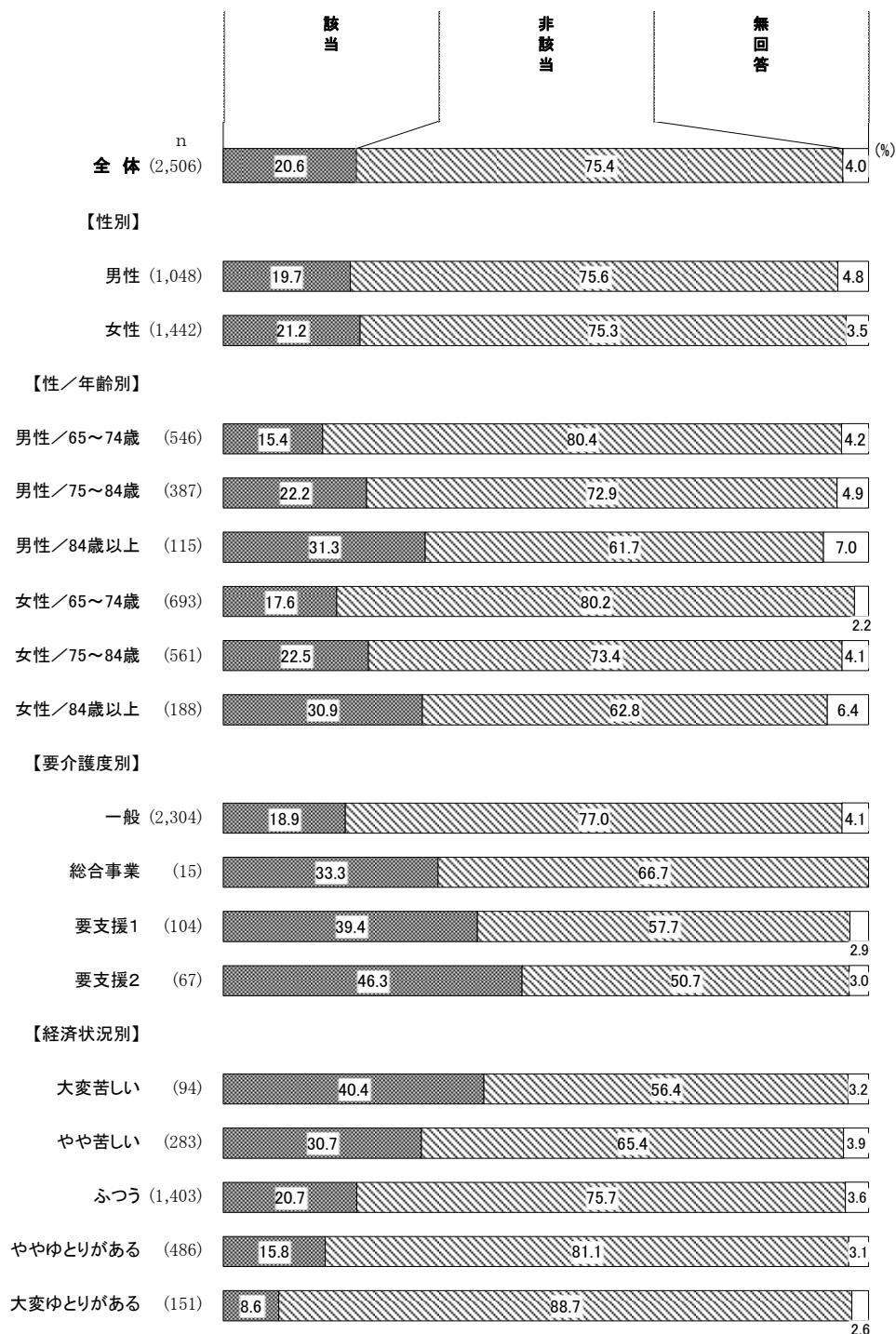
口腔機能は、「該当」が20.6%、「非該当」が75.4%となっている。

性／年齢別にみると、「該当」は男女とも84歳以上で3割を超える。

要介護度別にみると、「該当」は要支援1で4割近く、要支援2で4割台半ばと高くなっている。

経済状況別にみると、「該当」は経済状況が苦しいほど割合が高くなる傾向にある。

図2-31 口腔機能



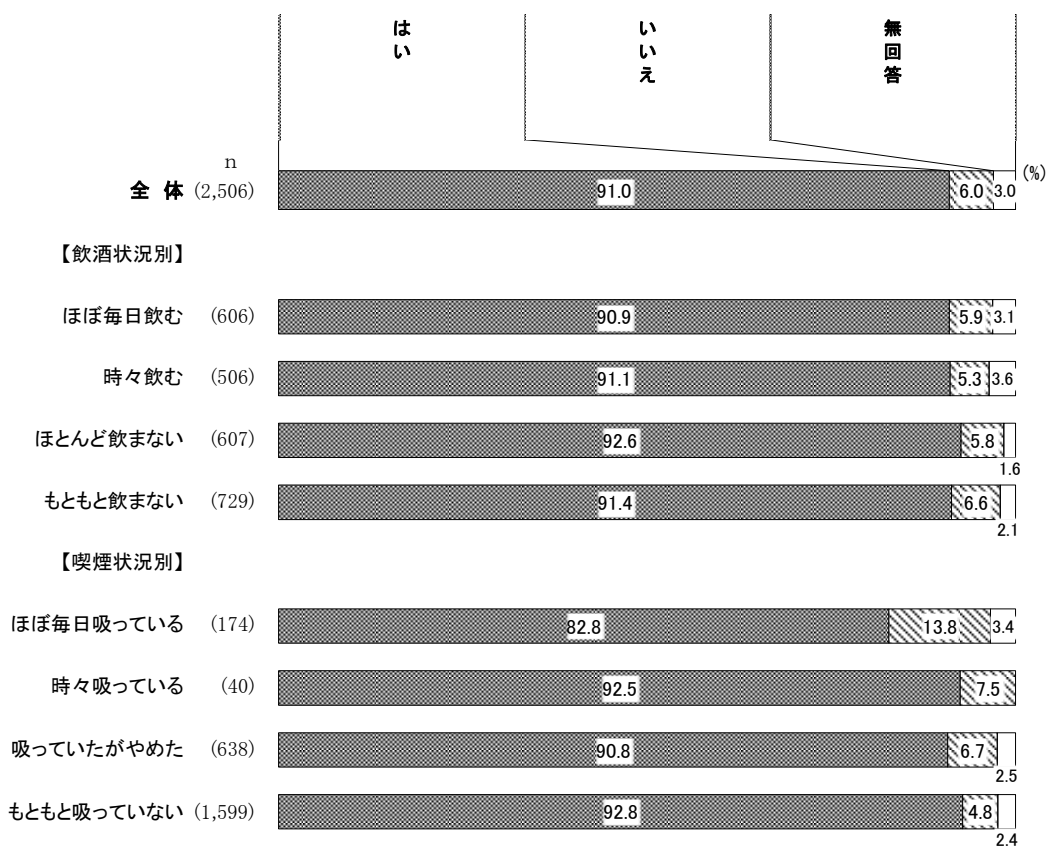
(25) 歯磨きを毎日しているか (問23)

歯磨きを毎日しているかは、「はい」が91.0%、「いいえ」が6.0%となっている。

飲酒状況別では、特に大きな違いはみられない。

喫煙状況別にみると、「はい」はほぼ毎日吸っているが8割を超えて低くなっている。

図2-32 歯磨きを毎日しているか



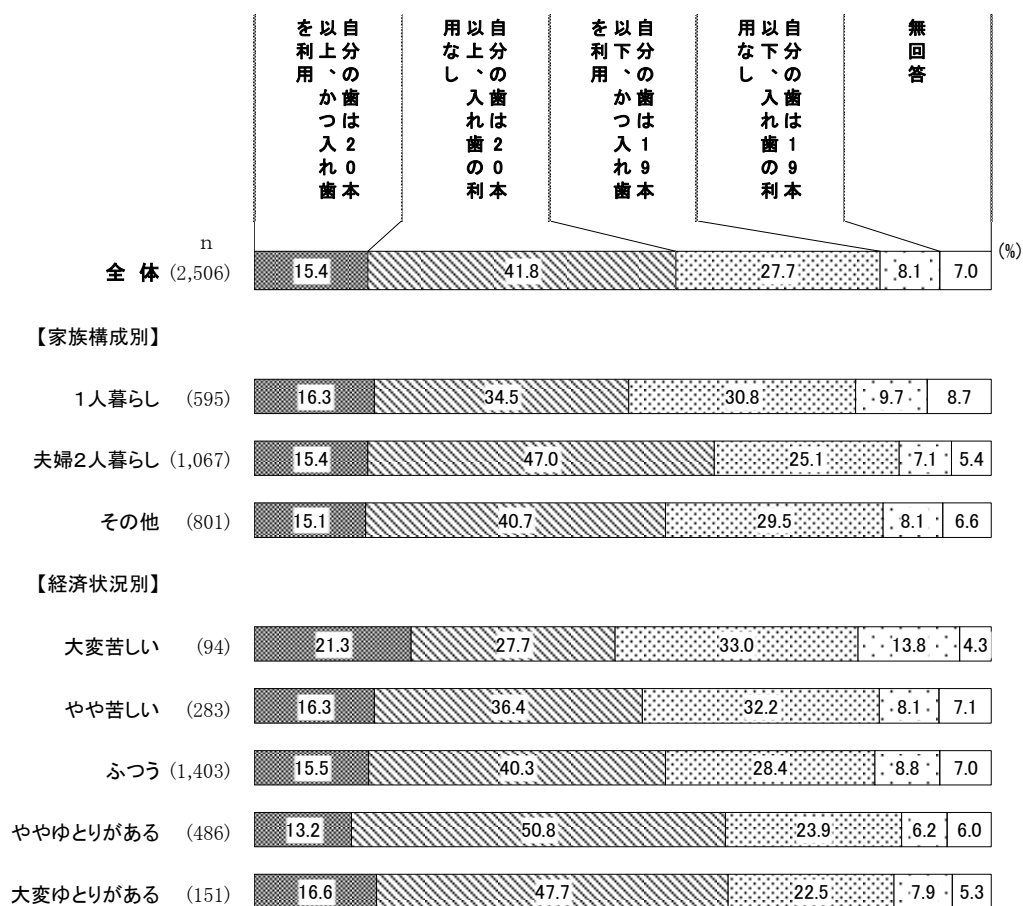
(26) 歯の数と入れ歯の利用状況（問24）

歯の数と入れ歯の利用状況は、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」と「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」を合わせた『20本以上』は57.2%、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」と「自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし」を合わせた『19本以下』は35.8%となっている。

家族構成別でみると、『19本以下』は1人暮らしで4割を超え比較的高くなっている。

経済状況別にみると、『19本以下』は経済状況が苦しいほどおおむね割合が高くなる傾向にある。

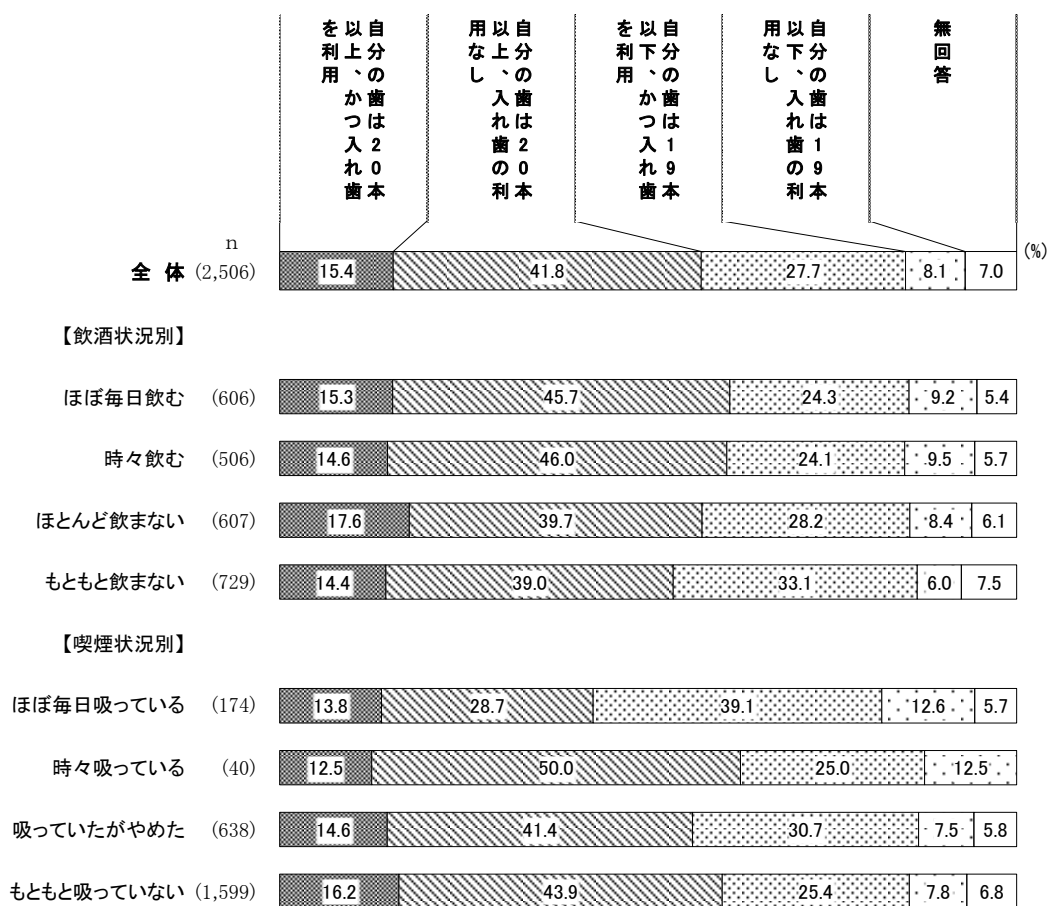
図2-33 歯の数と入れ歯の利用状況



飲酒状況別では、特に大きな違いはみられない。

喫煙状況別でみると、『19本以下』はほぼ毎日吸っているで5割を超えている。

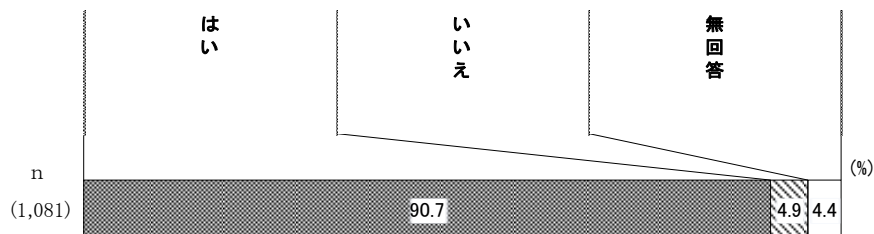
図 2-3-4 歯の数と入れ歯の利用状況



(2 7) 毎日の入れ歯の手入れ状況 (問24－ 1)

毎日の入れ歯の手入れ状況は、「はい」が90.7%、「いいえ」が4.9%となっている。

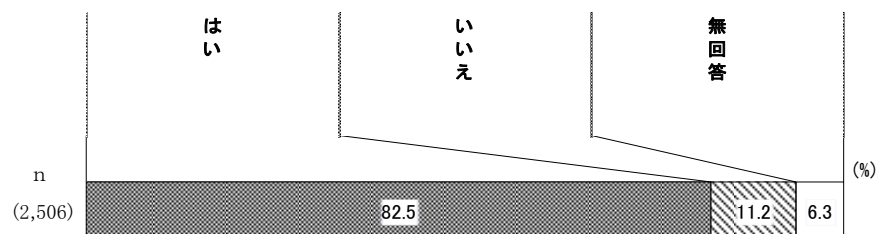
図 2－3 5 毎日の入れ歯の手入れ状況



(2 8) 噛み合わせは良いか (問25)

噛み合わせは良いかは、「はい」が82.5%、「いいえ」が11.2%となっている。

図 2－3 6 噛み合わせは良いか



(29) ★低栄養のリスク

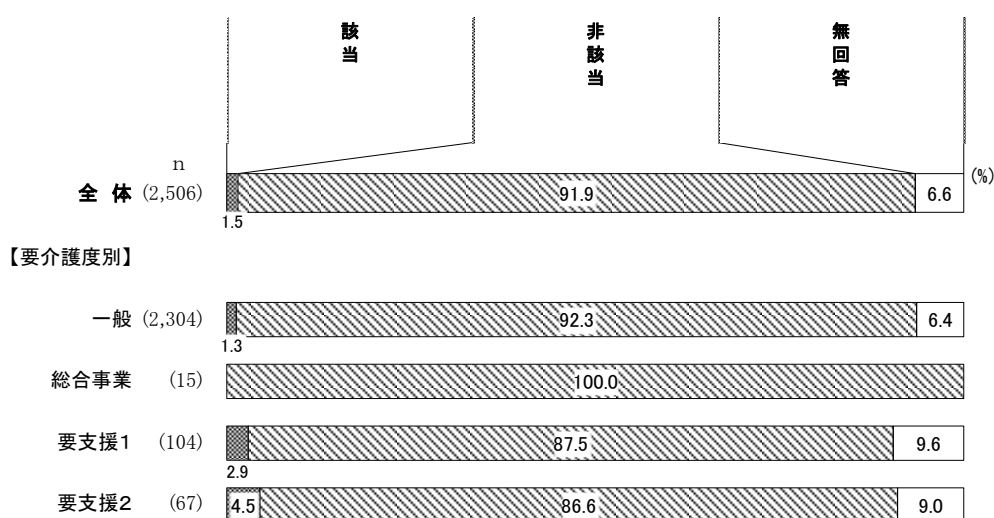
※低栄養のリスク該当者：

BMI 18.5以下で、かつ、問26で「はい」と回答した人

低栄養のリスクは、「該当」が1.5%、「非該当」が91.9%となっている。

要介護度別にみると、「該当」は要支援2で4.5%と比較的高くなっている。

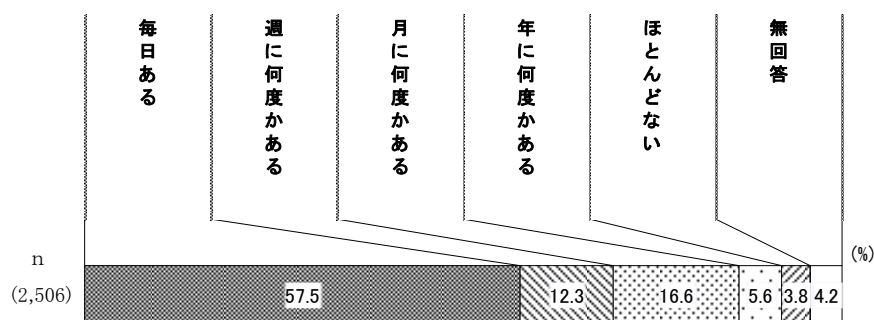
図2-37 低栄養のリスク



(30) 誰かと食事をともしめる機会（問27）

誰かと食事をともしめる機会は、「毎日ある」が57.5%と高く、「月に何度かある」が16.6%、「週に何度かある」が12.3%となっている。

図2-38 誰かと食事をともしめる機会

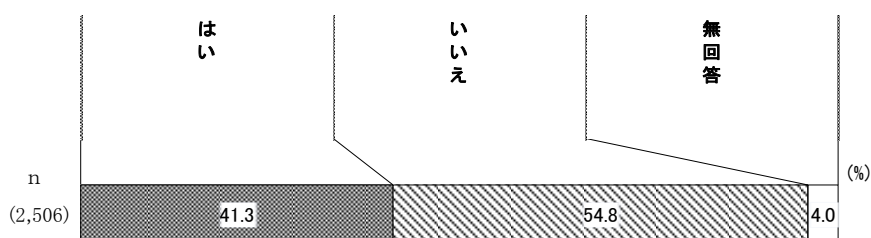


Ⅳ. 毎日の生活について

(3 1) 物忘れが多いと感じるか (問28)

物忘れが多いと感じるかは、「はい」が41.3%、「いいえ」が54.8%となっている。

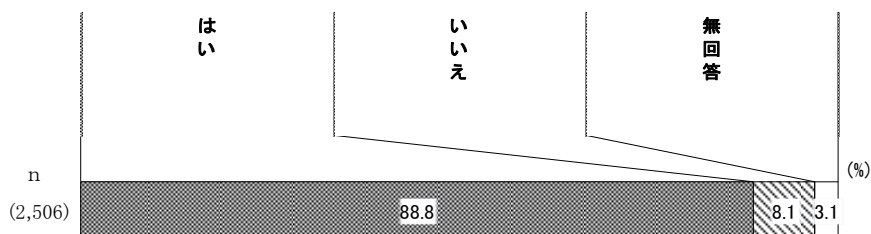
図 2 - 3 9 物忘れが多いと感じるか



(3 2) 自分で電話をかけているか (問29)

自分で電話をかけているかは、「はい」が88.8%、「いいえ」が8.1%となっている。

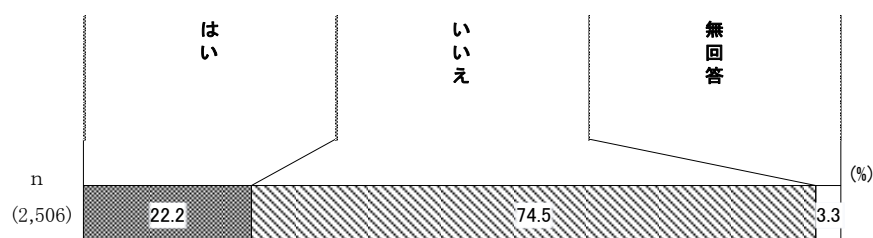
図 2 - 4 0 自分で電話をかけているか



(3 3) 日付がわからない時があるか (問30)

日付がわからない時があるかは、「はい」が22.2%、「いいえ」が74.5%となっている。

図 2 - 4 1 日付がわからない時があるか



(34) ★手段的日常生活動作（IADL）（問31～問35）

※手段的日常生活動作（IADL）計算方法：

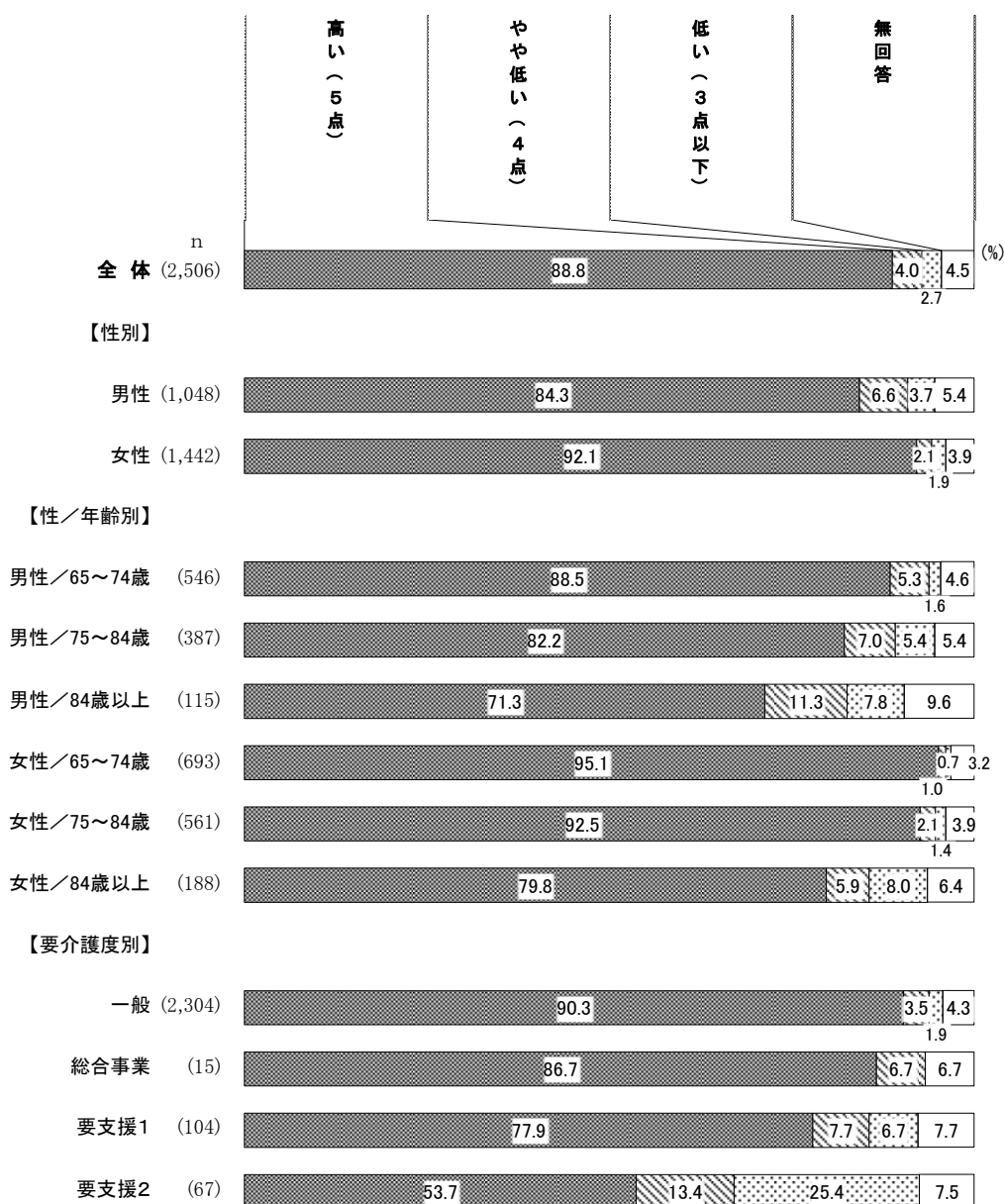
問31～問35で「できるし、している」または「できるけどしていない」と回答した人を1点、「できない」と回答した人を0点と加算

手段的日常生活動作（IADL）は、「高い（5点）」が88.8%、「やや低い（4点）」が4.0%、「低い（3点以下）」が2.7%となっている。

性／年齢別にみると、「低い（3点以下）」は男女とも年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にある。

要介護度別にみると、「低い（3点以下）」は要支援2で2割台半ばと多層より大幅に高くなっている。

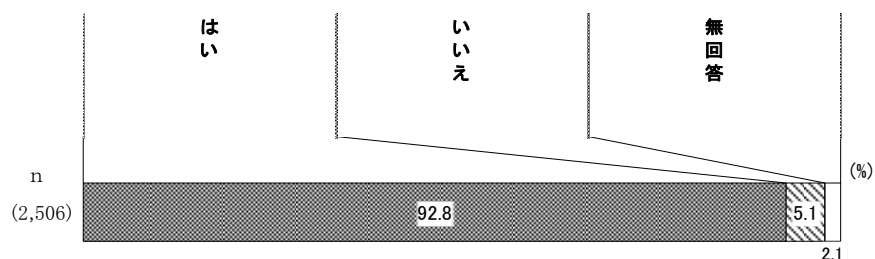
図2-42 手段的日常生活動作（IADL）



(35) 書類が書けるか (問36)

書類が書けるかは、「はい」が92.8%、「いいえ」が5.1%となっている。

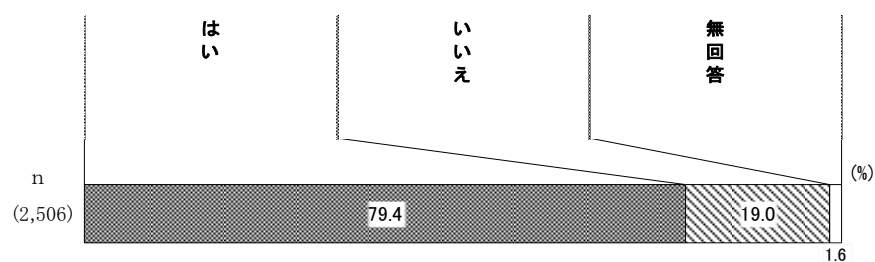
図2-43 書類が書けるか



(36) 新聞を読んでいるか (問37)

新聞を読んでいるかは、「はい」が79.4%、「いいえ」が19.0%となっている。

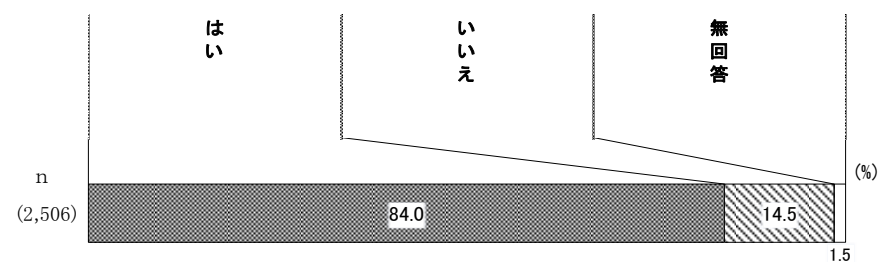
図2-44 新聞を読んでいるか



(37) 本や雑誌を読んでいるか (問38)

本や雑誌を読んでいるかは、「はい」が84.0%、「いいえ」が14.5%となっている。

図2-45 本や雑誌を読んでいるか

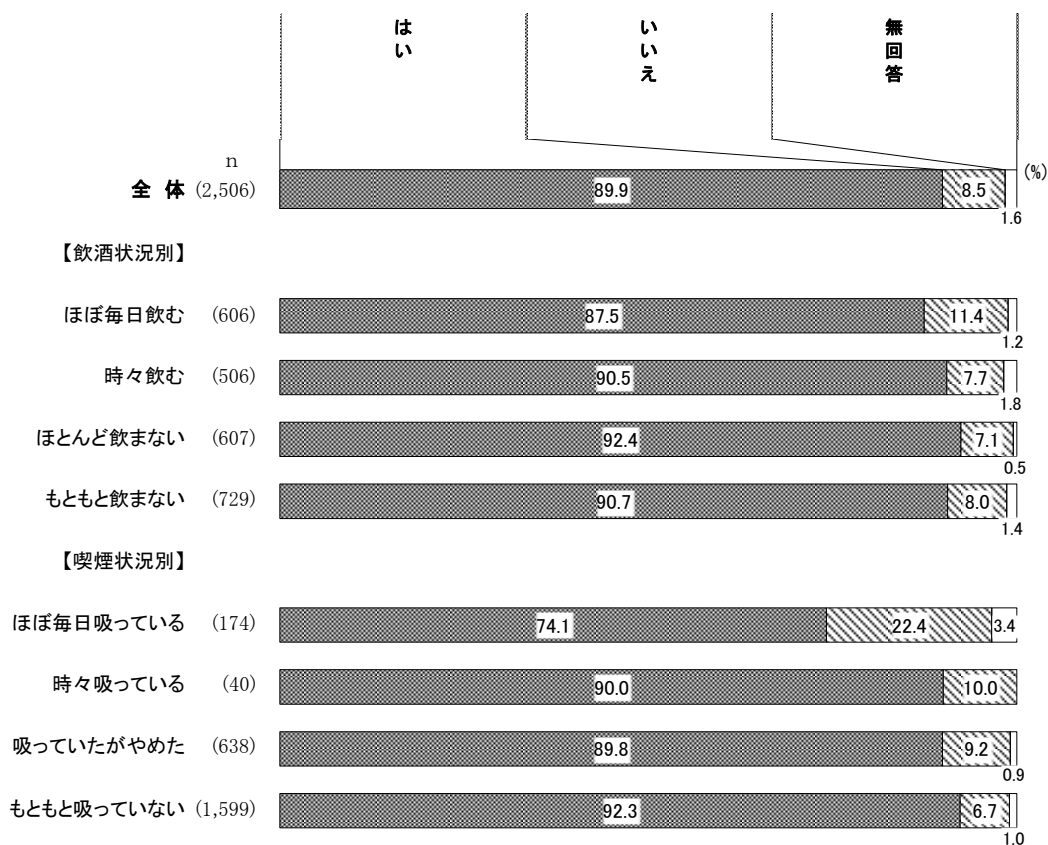


(38) 健康についての記事や番組に関心があるか (問39)

健康についての記事や番組に関心があるかは、「はい」が89.9%、「いいえ」が8.5%となっている。
飲酒状況別にみると、特に大きな違いはみられない。

喫煙状況別でみると、「いいえ」はほぼ毎日吸っているで2割超えと多層より大幅に高くなっている。

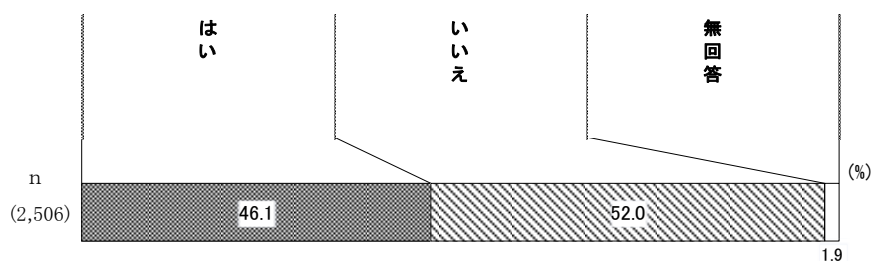
図2-46 健康についての記事や番組に関心があるか



(39) 友人の家を訪ねているか (問40)

友人の家を訪ねているかは、「はい」が46.1%、「いいえ」が52.0%となっている。

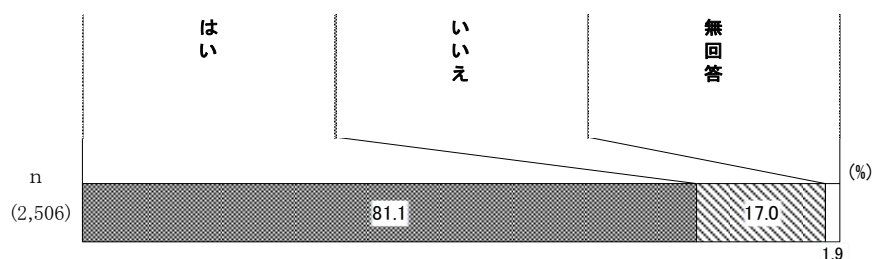
図2-47 友人の家を訪ねているか



(40) 家族や友人の相談にのっているか (問41)

家族や友人の相談にのっているかは、「はい」が81.1%、「いいえ」が17.0%となっている。

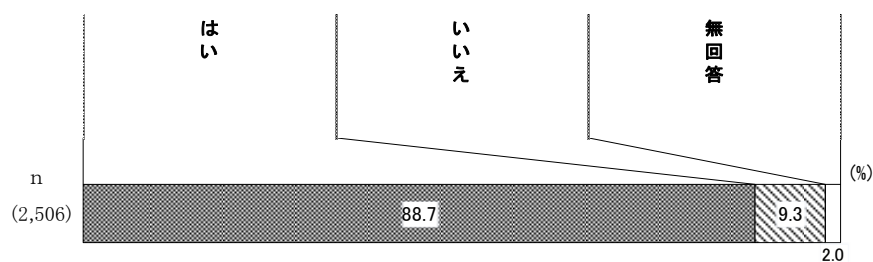
図2-48 家族や友人の相談にのっているか



(41) 病人を見舞うことができるか (問42)

病人を見舞うことができるかは、「はい」が88.7%、「いいえ」が9.3%となっている。

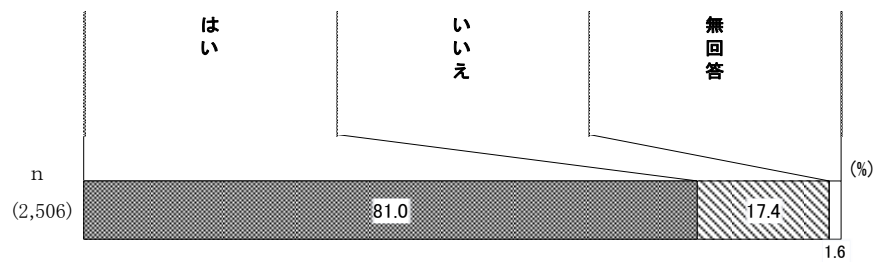
図2-49 病人を見舞うことができるか



(42) 若い人に自分から話しかけることがあるか (問43)

若い人に自分から話しかけることがあるかは、「はい」が81.0%、「いいえ」が17.4%となっている。

図2-50 若い人に自分から話しかけることがあるか

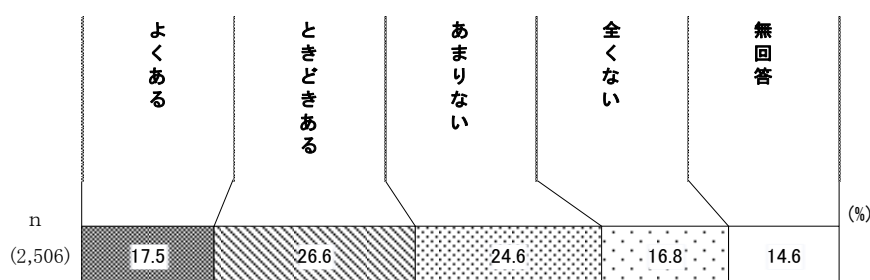


(43) 他世代との会話の機会 (問44)

■子どもや20代の若者

子どもや20代の若者との会話の機会は、「よくある」と「ときどきある」を合わせた『ある』は44.1%、「あまりない」と「全くない」を合わせた『ない』は41.4%となっている。

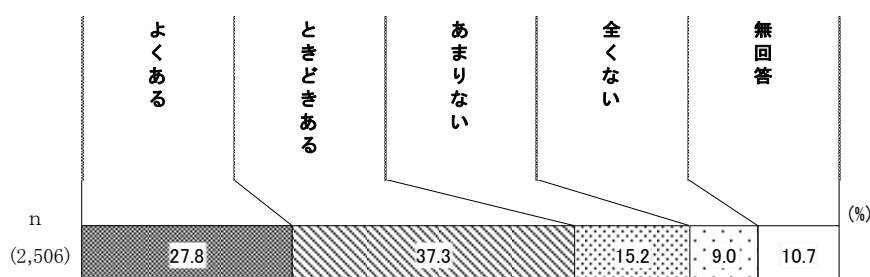
図2-51 他世代との会話の機会 ■子どもや20代の若者



■30～50代

30～50代との会話の機会は、「よくある」と「ときどきある」を合わせた『ある』は65.1%、「あまりない」と「全くない」を合わせた『ない』は24.2%となっている。

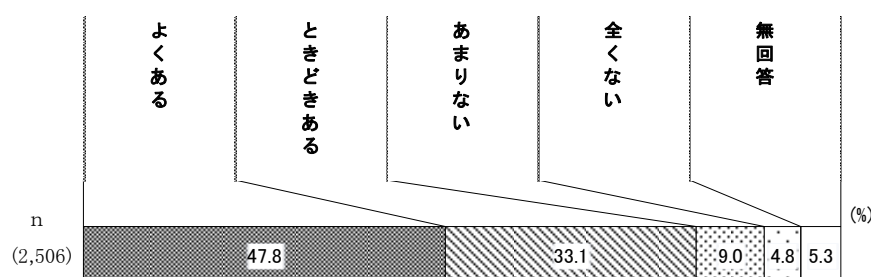
図2-52 他世代との会話の機会 ■30～50代



■60代以上

60代以上との会話の機会は、「よくある」と「ときどきある」を合わせた『ある』は80.9%、「あまりない」と「全くない」を合わせた『ない』は13.8%となっている。

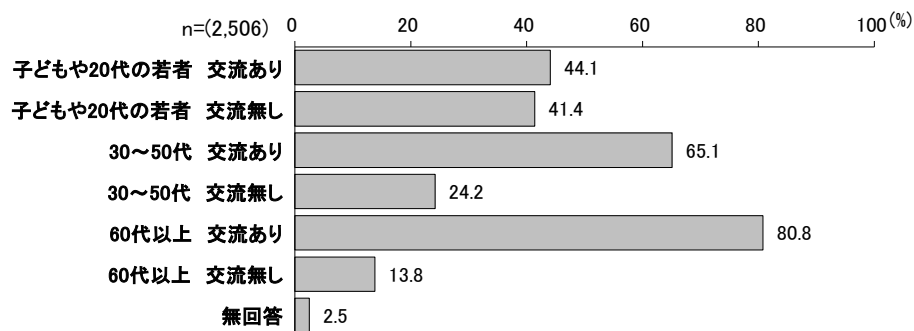
図2-53 他世代との会話の機会 ■60代以上



■他世代との会話の機会（年代ごと一覧）

他世代との会話の機会は、交流相手の年代が上がるほど「交流あり」の割合が高くなる傾向にある。なお、子どもや20代の若者との交流の有無では、「交流あり」と「交流なし」の割合が同程度となっている。

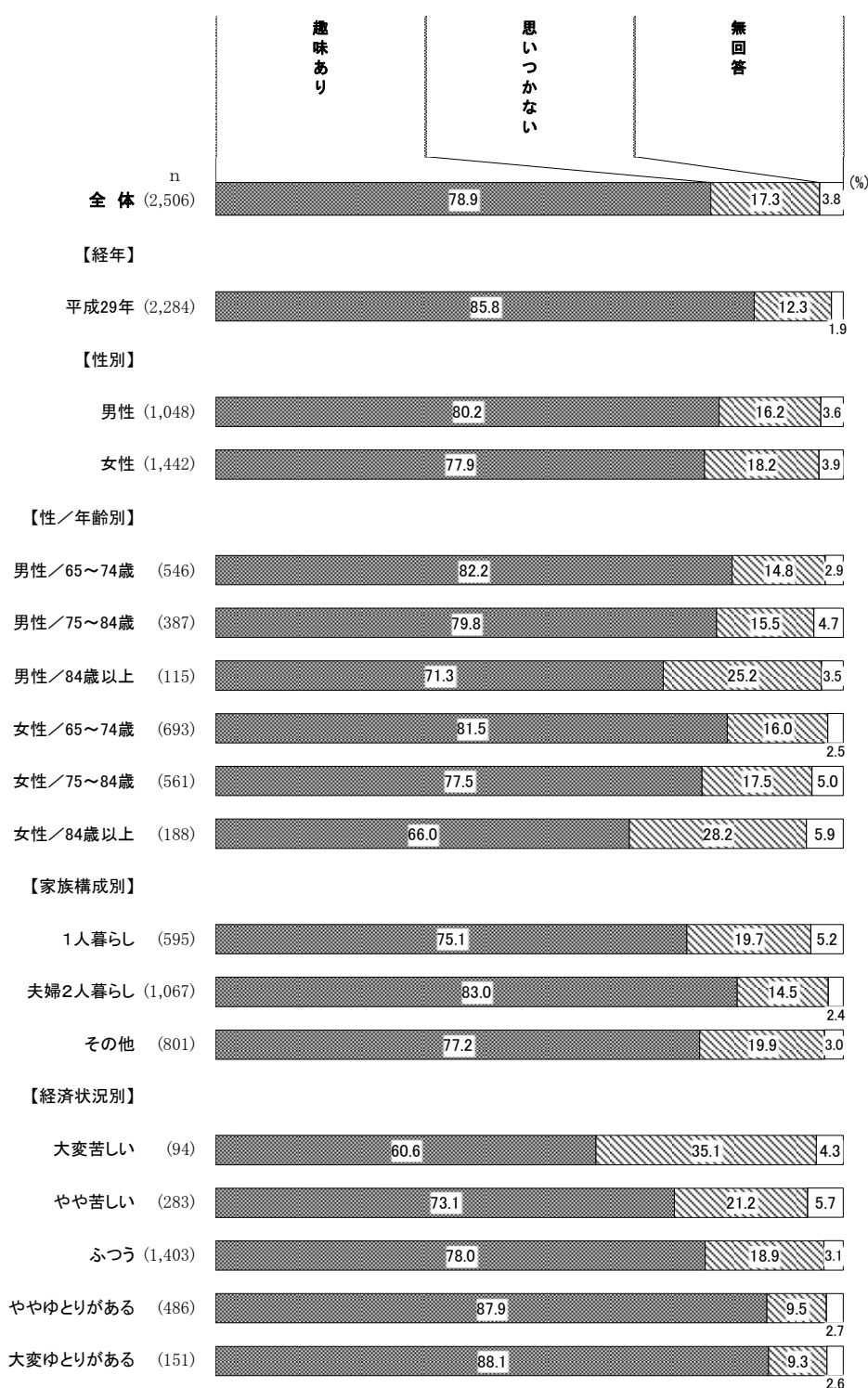
図 2－5 4 他世代との会話の機会



(4 4) 趣味の有無 (問45)

趣味の有無は、「趣味あり」が78.9%、「思いつかない」が17.3%となっている。
 経年でみると、平成29年度と比較して「趣味あり」は7ポイント減少している。
 性／年齢別にみると、「趣味あり」は男女とも年齢が上がるほど割合が低くなる傾向にある。
 家族構成別にみると、「趣味あり」は夫婦2人暮らしで8割超えと高くなっている。
 経済状況別にみると、「趣味あり」は経済状況に余裕があるほど割合が高くなる傾向にある。

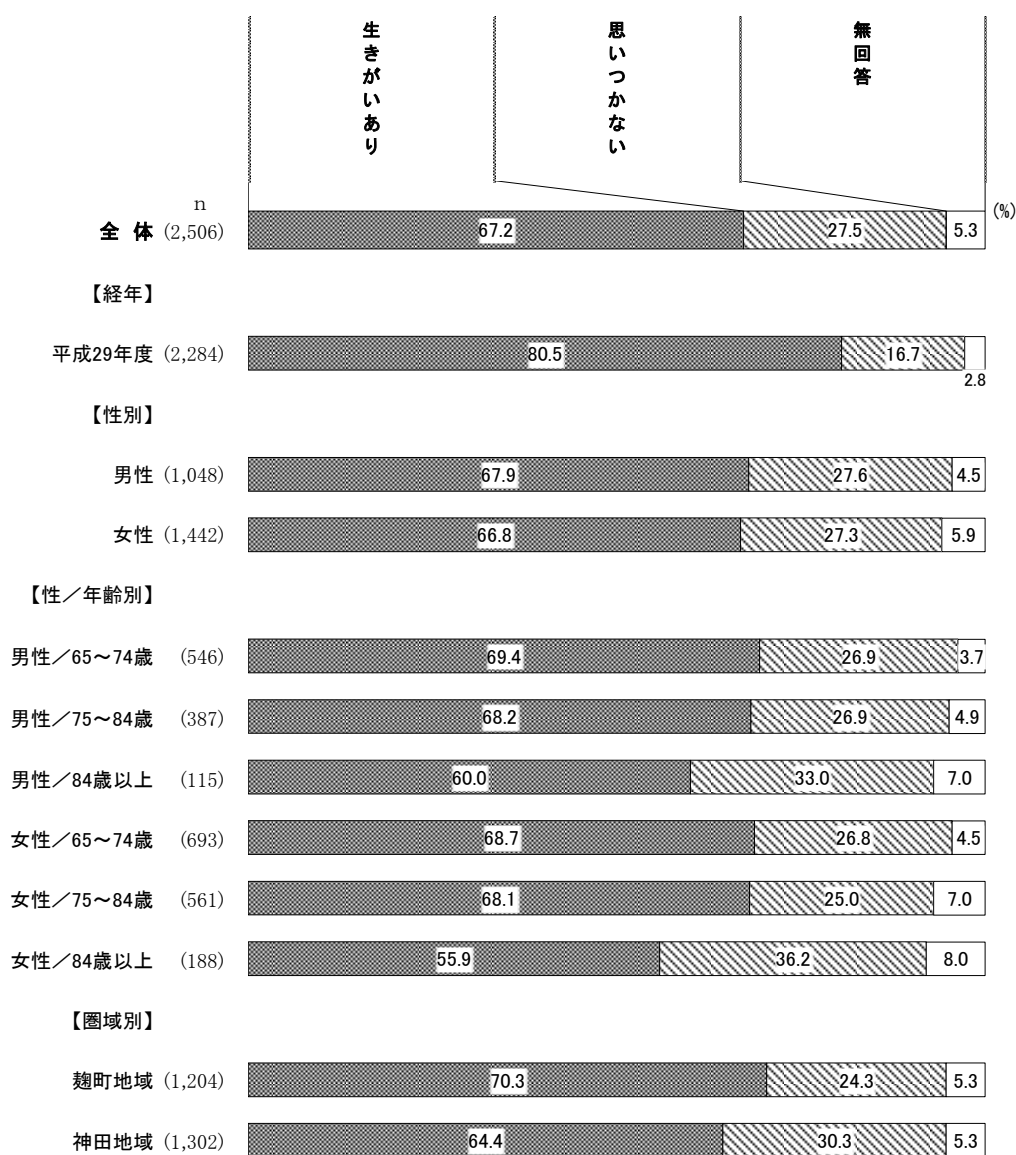
図 2－5 5 趣味の有無



(45) 生きがいの有無（問46）

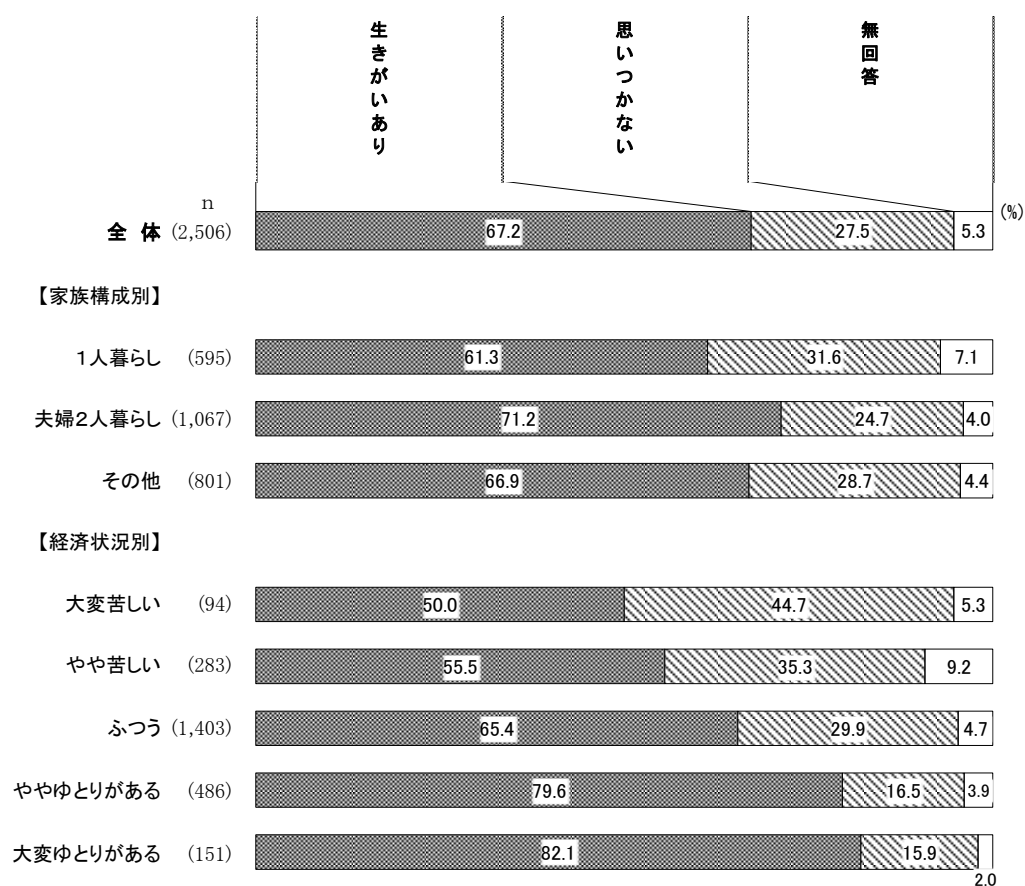
生きがいの有無は、「生きがいあり」が67.2%、「思いつかない」が27.5%となっている。
 経年でみると、平成29年度と比較して「生きがいあり」は13ポイント減少している。
 性／年齢別にみると、「生きがいあり」は男女とも年齢が上がるほど割合が低くなる傾向にある。
 圏域別にみると、「生きがいあり」は麴町地域の方が神田地域より5.9ポイント高くなっている。

図 2－56 生きがいの有無



家族構成別にみると、「生きがいあり」は夫婦2人暮らしで7割超えと高くなっている。
 経済状況別にみると、「生きがいあり」は経済状況に余裕があるほど割合が高くなる傾向にある。

図 2-57 生きがいの有無



V. 地域での活動について

(46) ★地域活動の参加状況（問47）

※「1つでも参加」計算方法：

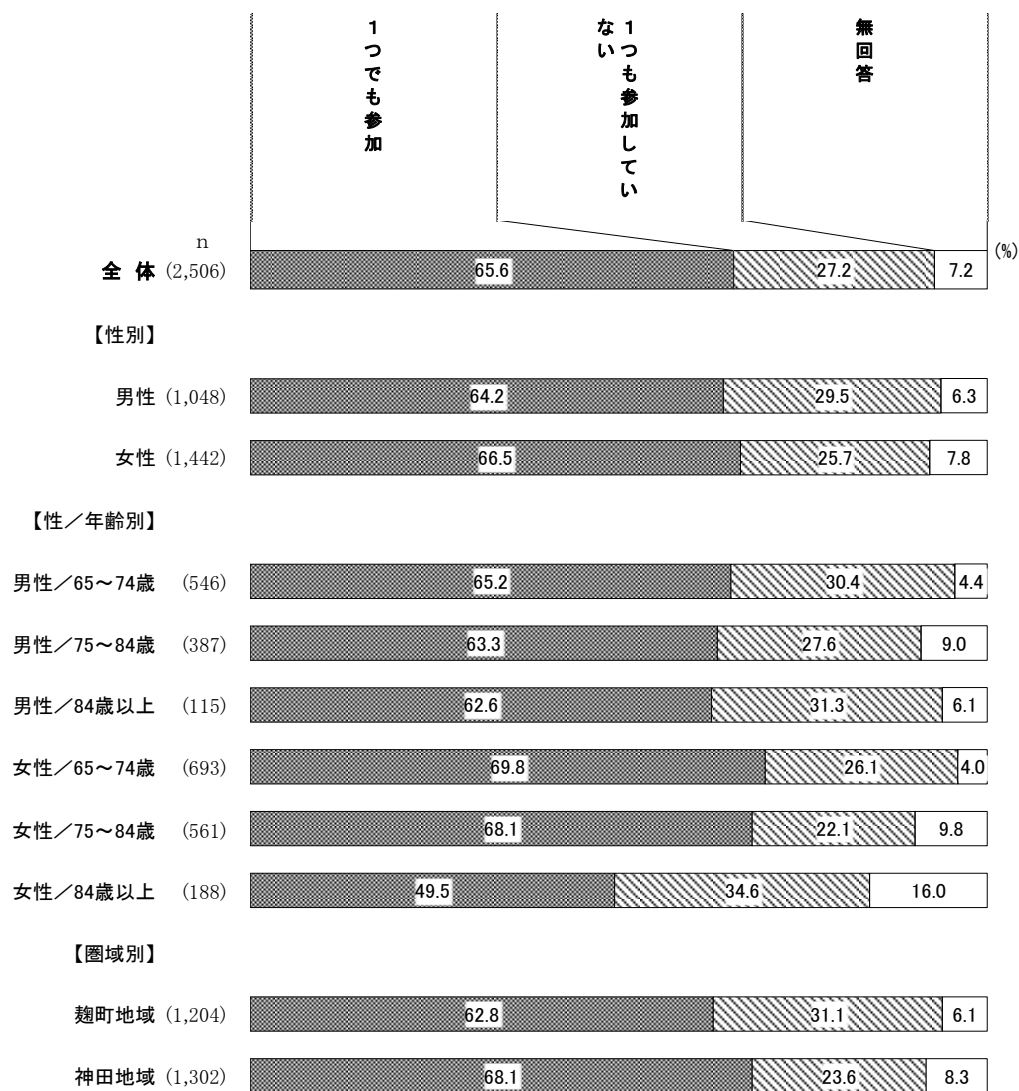
問47ア～キの中で一つでも「週4回以上」～「年に数回」を選んだ人

地域活動の参加状況は、「1つでも参加」は65.6%、「1つも参加していない」は27.2%となっている。

性／年齢別にみると、「1つも参加していない」は女性／84歳以上で3割台半ばと高くなっている。

圏域別にみると、「1つも参加していない」は麴町地域の方が神田地域より8ポイント高くなっている。

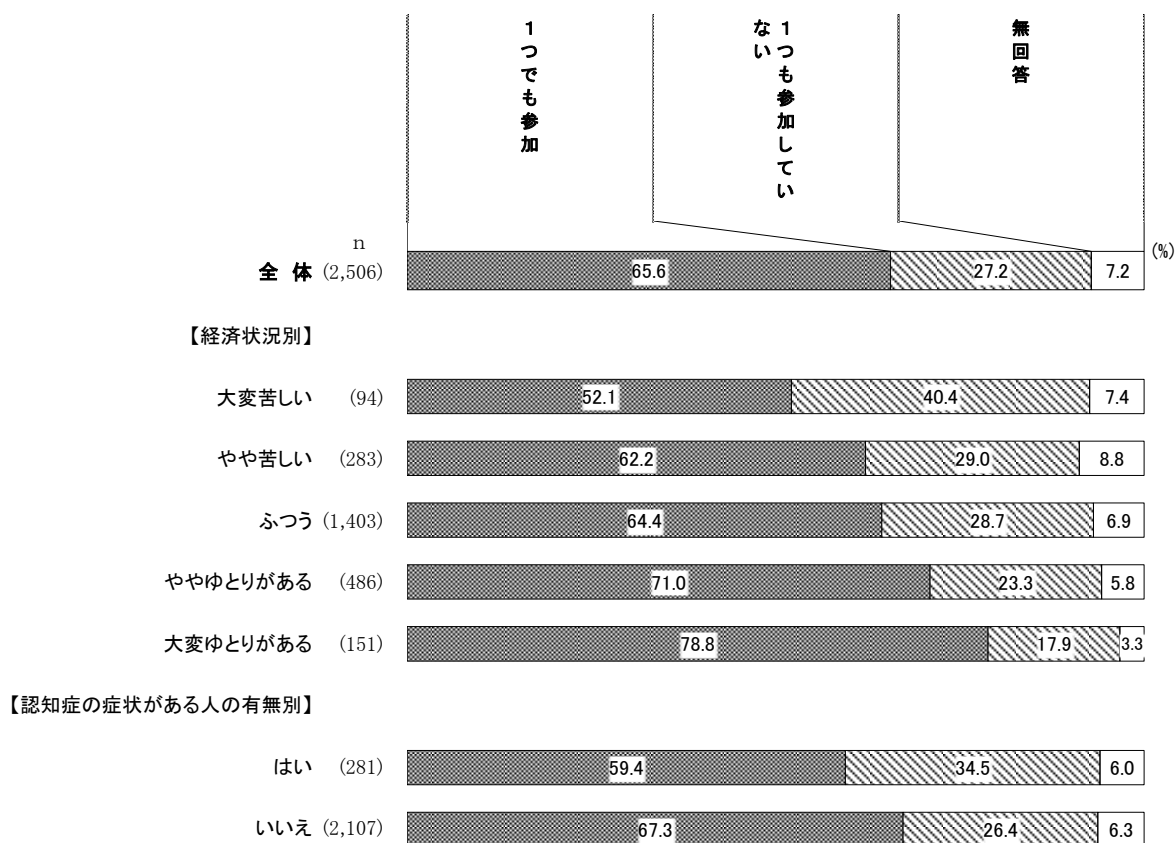
図2-58 地域活動の参加状況



経済状況別にみると、「1つでも参加」は経済状況に余裕があるほど割合が高くなる傾向にある。

認知症の症状がある人の有無別にみると、「1つでも参加」は“いいえ”の方が“はい”よりも8ポイント高くなっている。

図 2－59 地域活動の参加状況



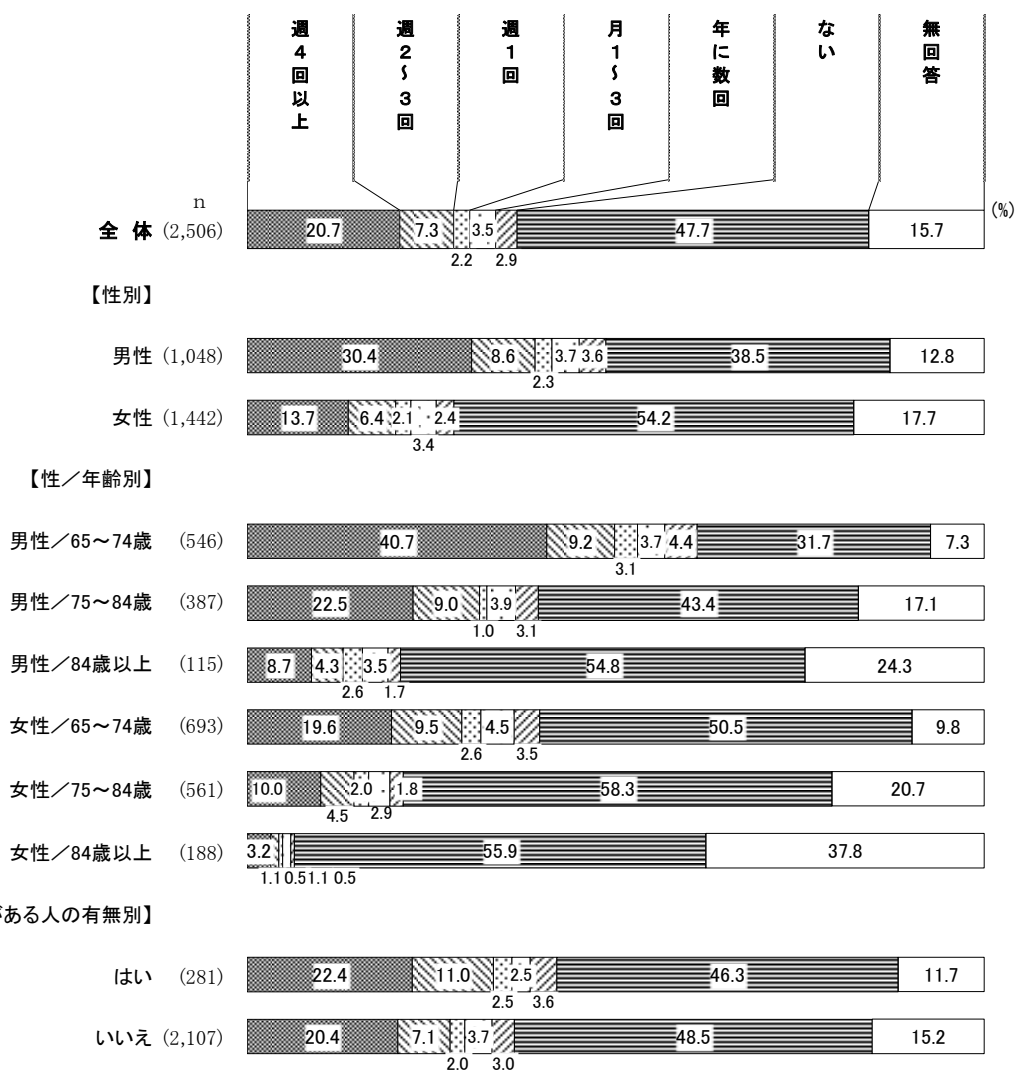
■収入のある仕事

収入のある仕事は、「週4回以上」から「年に数回」までを合わせた『ある』は36.6%、「ない」は47.7%となっている。

性別でみると、『ある』は男性の方が女性より20ポイント以上高くなっている。

認知症の症状がある人の有無別にみると、『ある』は“はい”の方が“いいえ”よりも6ポイント高くなっている。

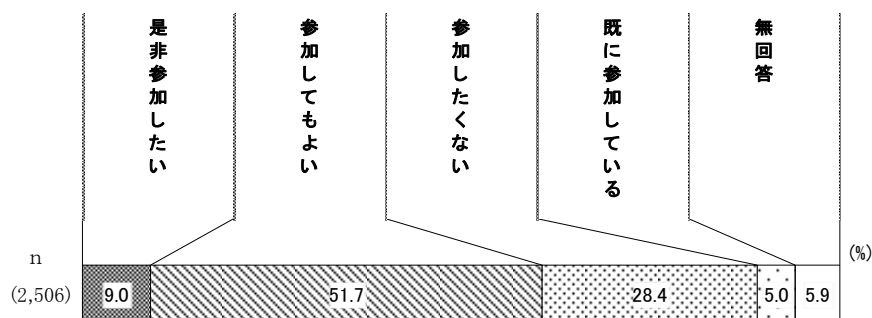
図2-60 地域活動の参加状況 ■収入のある仕事



(47) 参加者として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向（問48）

参加者として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向は、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は60.7%、「参加したくない」は28.4%となっている。

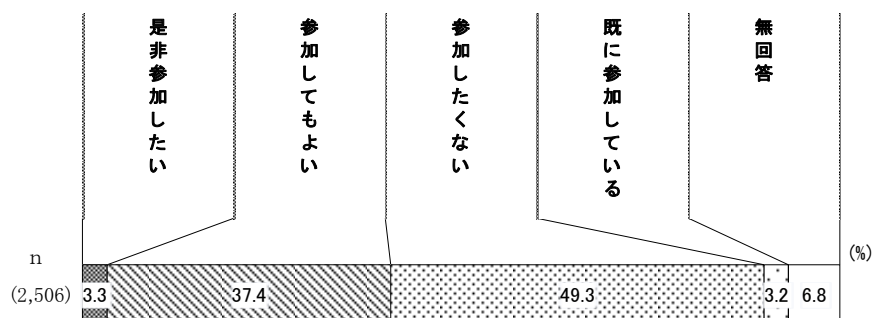
図2-61 参加者として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向



(48) 企画・運営として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向（問49）

企画・運営として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向は、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は40.7%、「参加したくない」は49.3%となっている。

図2-62 企画・運営として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向



VI. たすけあいについて

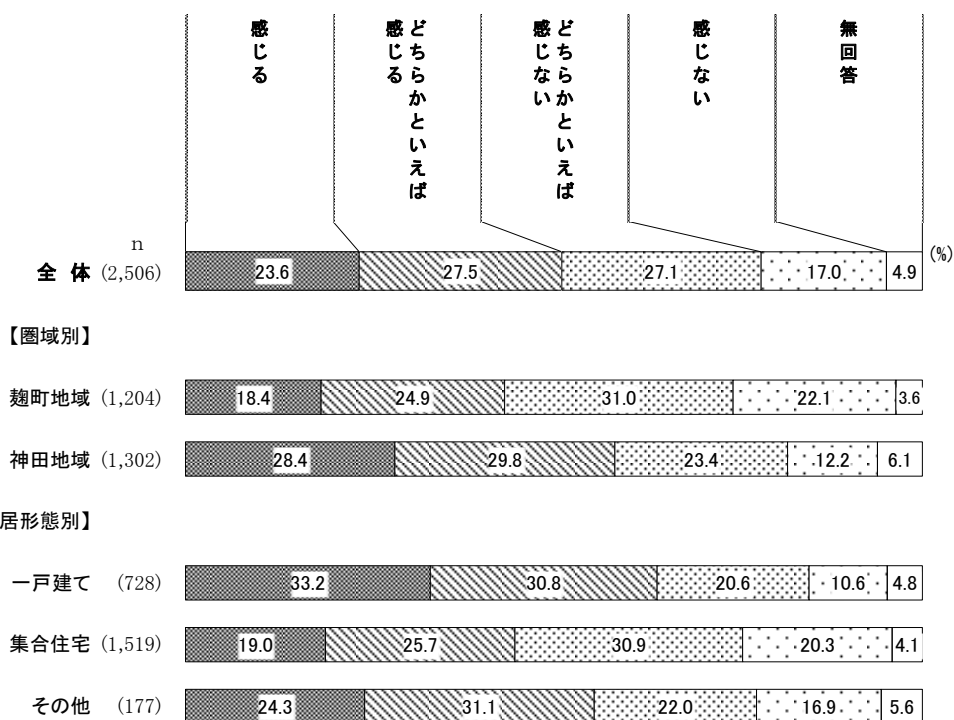
(49) 地域とのつながり (問50)

地域とのつながりは、「感じる」と「どちらかといえば感じる」を合わせた『感じる』は51.1%、「どちらかといえば感じない」と「感じない」を合わせた『感じない』は44.1%となっている。

圏域別にみると、『感じる』は神田地域の方が麴町地域より15ポイント高くなっている。

住居形態別にみると、『感じる』は一戸建ての方が集合住宅より19ポイント高くなっている。

図2-63 地域とのつながり



(50) 心配事や愚痴を聞いてくれる人(問51)

心配事や愚痴を聞いてくれる人は、「友人」が52.0%と最も高く、「配偶者」が50.4%、「別居の子ども」が29.5%と続く。

性別でみると、「友人」は女性の方が男性より20ポイント高くなっている。一方、「配偶者」は男性の方が女性より30ポイント以上高くなっている。

家族構成別にみると、「友人」は1人暮らしで約6割と高く、「配偶者」は夫婦2人暮らしで8割台半ばと大幅に高くなっている。一方、「そのような人はいない」は1人暮らしで1割近くと比較的高くなっている。

図2-64 心配事や愚痴を聞いてくれる人

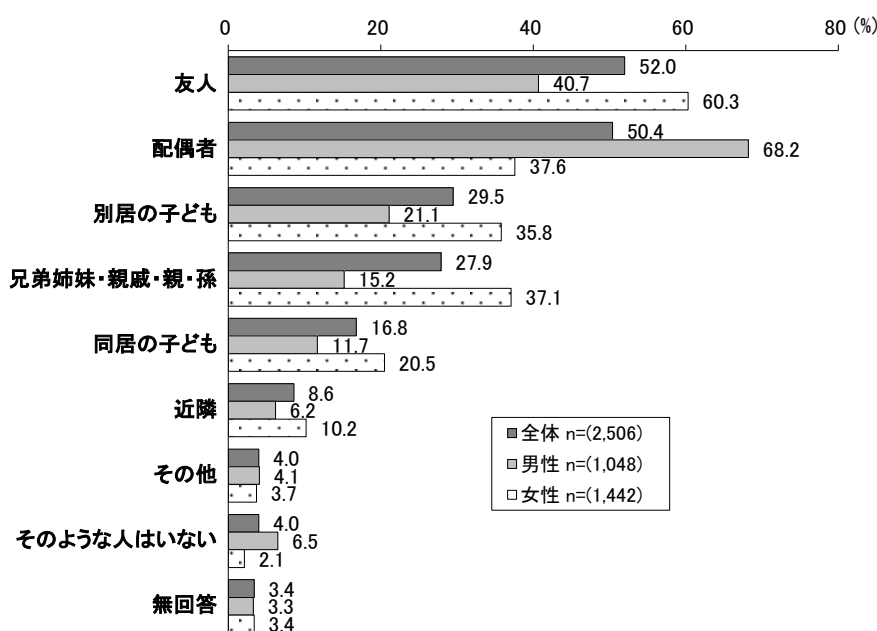


図2-65 心配事や愚痴を聞いてくれる人

		n	友人	配偶者	別居の子ども	兄弟姉妹・親戚・親・孫	同居の子ども	近隣	その他	そのような人はいない	無回答
全 体		2506	52.0	50.4	29.5	27.9	16.8	8.6	4.0	4.0	3.4
年 男 齢 性 別	65～74歳	546	49.8	67.8	16.7	15.8	11.9	6.4	3.8	6.6	2.7
	75～84歳	387	33.1	69.5	22.5	13.7	9.8	7.0	5.2	6.2	4.4
	84歳以上	115	23.5	66.1	37.4	17.4	17.4	2.6	1.7	7.0	2.6
年 女 齢 性 別	65～74歳	693	69.6	47.8	34.6	38.5	18.3	8.1	3.8	1.6	2.5
	75～84歳	561	56.1	33.7	36.4	36.5	21.6	13.2	3.9	2.0	4.3
	84歳以上	188	38.3	11.7	38.3	33.5	25.5	9.0	3.2	4.3	4.3
家 族 別 構 成	1人暮らし	595	60.3	2.5	33.1	34.5	0.7	11.3	5.0	9.4	2.7
	夫婦2人暮らし	1067	48.1	83.7	36.2	23.1	3.6	7.0	2.2	1.9	2.0
	その他	801	51.7	41.9	18.9	30.2	46.6	8.6	5.4	2.7	4.5

(51) 心配事や愚痴を聞いてあげる人 (問52)

心配事や愚痴を聞いてあげる人は、「友人」が53.2%と最も高く、「配偶者」が48.0%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が32.1%と続く。

性別でみると、「友人」は女性の方が男性より20ポイント以上高く、一方、「配偶者」は男性の方が女性より30ポイント以上高くなっている。

家族構成別にみると、「友人」は1人暮らしで6割超えと高く、「配偶者」は夫婦2人暮らしで8割近くと大幅に高くなっている。一方、「そのような人はいない」は1人暮らしで約1割と比較的高くなっている。

図2-66 心配事や愚痴を聞いてあげる人

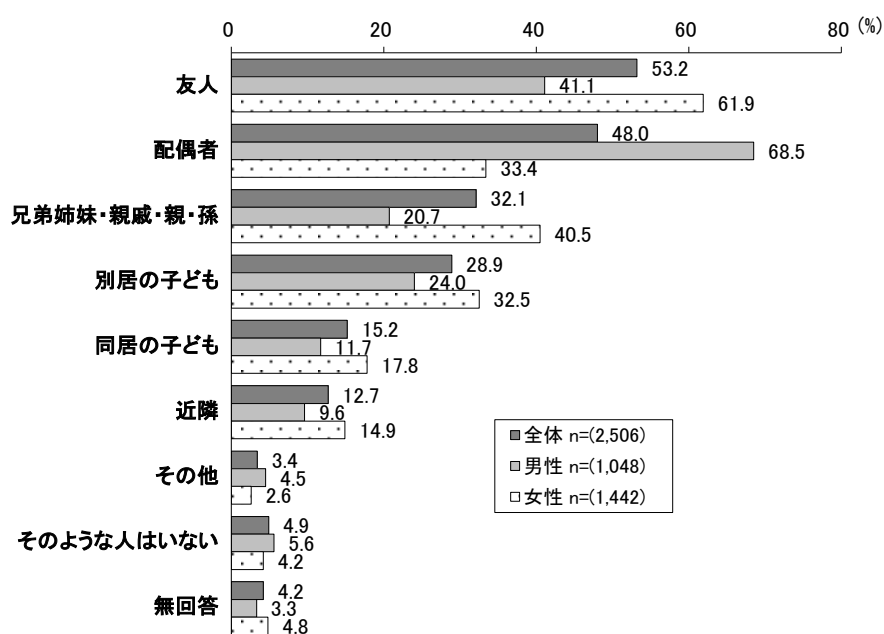


図2-67 心配事や愚痴を聞いてあげる人

		n	友人	配偶者	兄弟姉妹・親戚・親・孫	別居の子ども	同居の子ども	近隣	その他	そのような人はいない	無回答
全 体		2506	53.2	48.0	32.1	28.9	15.2	12.7	3.4	4.9	4.2
年 男 齢 性 別	65～74歳	546	49.1	69.0	23.6	22.3	13.0	10.3	4.4	3.7	2.7
	75～84歳	387	35.1	69.3	16.5	25.1	9.6	9.8	4.9	7.5	4.4
	84歳以上	115	23.5	63.5	20.9	28.7	13.0	6.1	3.5	8.7	2.6
年 女 齢 性 別	65～74歳	693	71.1	44.7	45.5	33.6	18.0	15.0	3.5	1.6	3.0
	75～84歳	561	58.1	27.1	38.1	31.9	16.8	16.2	2.3	3.9	6.6
	84歳以上	188	39.4	10.1	29.3	29.8	19.7	10.6	0.5	14.4	5.9
家 族 構 成 別	1人暮らし	595	61.8	2.4	36.1	28.9	0.5	16.0	3.7	10.4	4.0
	夫婦2人暮らし	1067	48.5	79.2	28.2	36.6	3.5	10.6	3.2	2.3	2.4
	その他	801	53.7	40.8	35.0	19.1	41.7	13.4	3.5	4.2	5.2

(52) 看病や世話をしてくれる人(問53)

看病や世話をしてくれる人は、「配偶者」が53.9%と最も高く、「別居の子ども」が29.1%、「同居の子ども」が20.5%と続く。

性別でみると、「配偶者」は男性の方が女性より30ポイント以上高くなっている。一方、「別居の子ども」や「同居の子ども」は女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

家族構成別でみると、「配偶者」は夫婦2人暮らしで9割近くと大幅に高く、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」や「友人」は1人暮らしの割合が高くなっている。一方、「そのような人はいない」は1人暮らしで2割を超える。

図2-68 看病や世話をしてくれる人

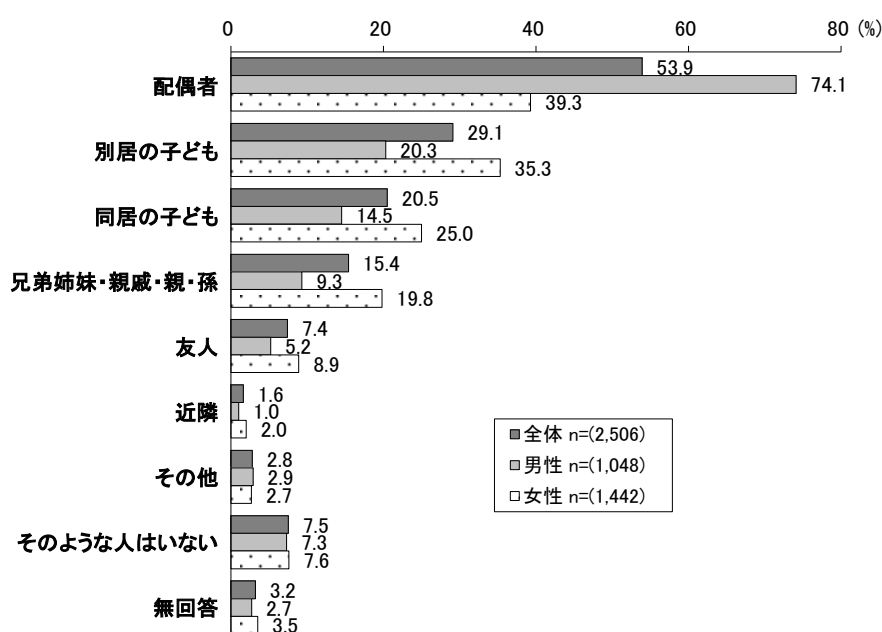


図2-69 看病や世話をしてくれる人

		n	配偶者	別居の子ども	同居の子ども	兄弟姉妹・親戚・親・孫	友人	近隣	その他	そのような人はいない	無回答
全体		2506	53.9	29.1	20.5	15.4	7.4	1.6	2.8	7.5	3.2
年男 齢性 別	65～74歳	546	74.7	15.8	12.6	10.4	6.6	0.4	1.8	7.7	2.4
	75～84歳	387	76.2	23.3	15.5	7.8	3.9	1.0	3.4	7.2	3.4
	84歳以上	115	64.3	32.2	20.0	8.7	3.5	3.5	6.1	5.2	1.7
年女 齢性 別	65～74歳	693	53.0	29.6	22.1	20.3	9.5	1.4	1.9	7.4	2.5
	75～84歳	561	32.3	39.6	26.0	18.5	9.1	2.3	3.0	7.5	4.6
	84歳以上	188	10.1	43.6	32.4	21.3	6.4	3.2	4.8	9.0	4.3
家族 構成 別	1人暮らし	595	2.5	39.3	1.2	26.9	16.6	3.0	4.0	23.4	2.5
	夫婦2人暮らし	1067	89.1	33.4	3.4	8.2	4.3	1.3	1.7	2.3	1.8
	その他	801	45.2	16.4	57.4	16.6	4.7	0.6	3.5	2.5	4.1

(53) 看病や世話をしてあげる人（問54）

看病や世話をしてあげる人は、「配偶者」が56.9%と最も高く、「別居の子ども」が23.1%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が23.1%と続く。

性別でみると、「配偶者」は男性の方が女性より20ポイント以上高くなっている。一方、「別居の子ども」や「兄弟姉妹・親戚・親・孫」は女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

家族構成別でみると、「配偶者」は夫婦2人暮らしで9割台半ばと大幅に高く、「友人」や「兄弟姉妹・親戚・親・孫」は1人暮らしの割合が高くなっている。一方、「そのような人はいない」は1人暮らしで3割台半ばとなっている。

図2-70 看病や世話をしてあげる人

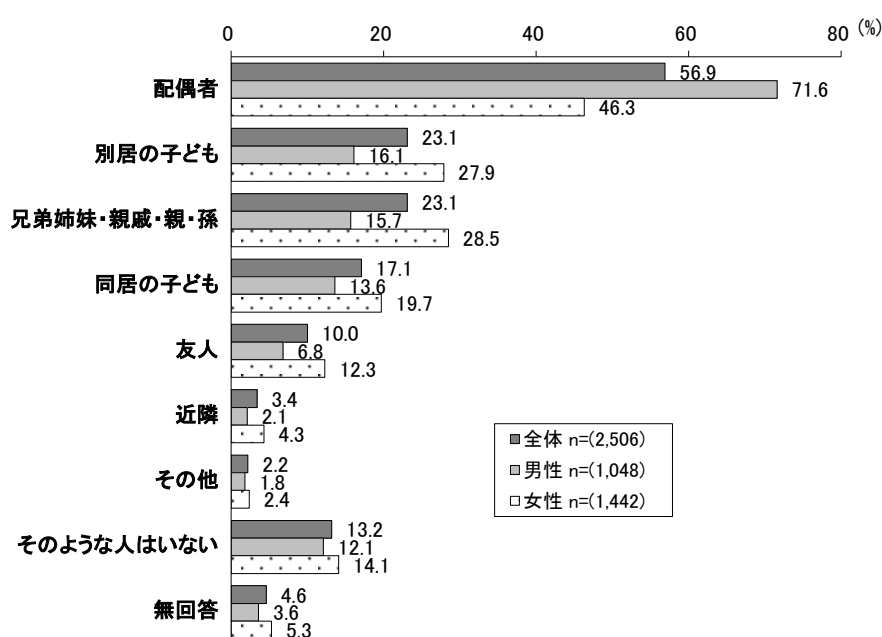


図2-71 看病や世話をしてあげる人

		n	配偶者	別居の子ども	兄弟姉妹・親戚・親・孫	同居の子ども	友人	近隣	その他	そのような人はいない	無回答
全 体		2506	56.9	23.1	23.1	17.1	10.0	3.4	2.2	13.2	4.6
年 男 齢 性 別	65～74歳	546	70.7	15.9	21.2	14.5	8.8	1.8	2.2	11.4	2.6
	75～84歳	387	73.4	14.7	10.3	12.9	4.7	2.6	1.6	13.2	4.7
	84歳以上	115	69.6	21.7	7.8	12.2	4.3	1.7	0.9	12.2	5.2
年 女 齢 性 別	65～74歳	693	58.4	31.6	36.1	19.2	13.6	3.2	2.0	7.6	3.0
	75～84歳	561	41.7	27.5	23.5	20.3	13.0	6.2	2.0	14.3	6.8
	84歳以上	188	14.9	16.0	15.4	19.7	5.9	2.7	4.8	37.2	9.0
家 族 構 成 別	1人暮らし	595	2.9	23.2	30.1	0.8	18.0	5.2	2.0	36.1	5.7
	夫婦2人暮らし	1067	93.8	28.6	18.5	2.8	6.8	2.3	0.9	2.4	2.0
	その他	801	47.9	16.0	24.2	48.2	8.5	3.2	4.0	10.6	5.9

(54) 災害時に手助けを頼める人 (問55)

災害時に手助けを頼める人は、「配偶者」が51.2%と最も高く、「別居の子ども」が44.5%、「近隣」が26.2%と続く。

性別でみると、「配偶者」は男性の方が女性より20ポイント以上高くなっている。

圏域別にみると、「近隣」は神田地域の方が麹町地域より10ポイント以上高くなっている。

家族構成別でみると、「配偶者」は夫婦2人暮らしで8割台半ばと大幅に高く、「友人」や「兄弟姉妹・親戚・親・孫」は1人暮らしの割合が比較的高くなっている。一方、「そのような人はいない」は1人暮らしで1割を超える。

図2-72 災害時に手助けを頼める人

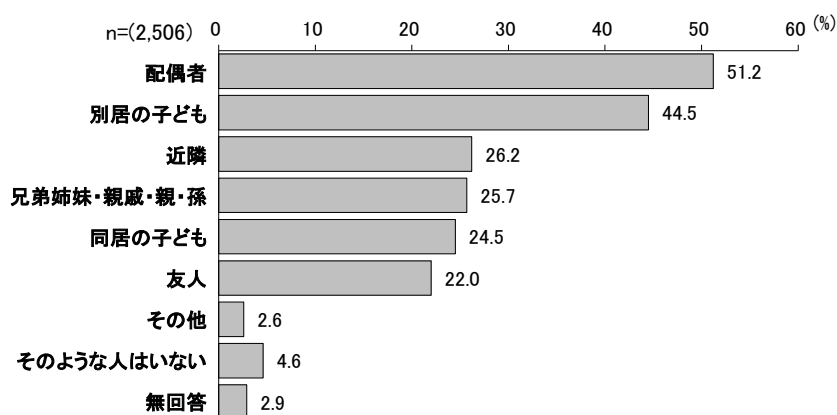


図2-73 災害時に手助けを頼める人

		n	配偶者	別居の子ども	近隣	兄弟姉妹・親戚・親・孫	同居の子ども	友人	その他	そのような人はいない	無回答
全 体		2506	51.2	44.5	26.2	25.7	24.5	22.0	2.6	4.6	2.9
性 別	男性	1048	66.6	41.7	24.9	20.9	21.2	20.6	2.7	5.3	3.1
	女性	1442	39.9	46.4	26.9	29.3	27.1	23.1	2.5	4.0	2.8
年 齢 性 別	65～74歳	546	67.8	37.2	26.2	24.7	20.9	25.1	2.9	4.8	2.4
	75～84歳	387	68.7	44.2	25.1	17.3	21.2	16.8	2.3	6.2	3.6
	84歳以上	115	53.9	54.8	18.3	14.8	22.6	12.2	2.6	5.2	4.3
年 女 性 性 別	65～74歳	693	53.4	44.7	26.7	32.3	24.0	28.4	1.3	4.0	2.5
	75～84歳	561	33.3	48.8	27.8	26.6	28.5	20.0	3.2	4.1	3.0
	84歳以上	188	10.1	45.2	25.0	26.1	34.6	12.8	4.8	3.7	3.2
別 圏 域	麹町地域	1204	53.3	44.6	20.0	24.8	20.3	21.6	3.3	5.2	2.4
	神田地域	1302	49.2	44.3	31.9	26.7	28.4	22.4	2.0	4.0	3.3
家 族 構 成 別	1人暮らし	595	1.8	40.7	26.1	30.3	1.2	28.1	4.0	12.3	3.7
	夫婦2人暮らし	1067	84.1	56.5	25.8	21.3	4.6	19.0	1.5	2.4	1.7
	その他	801	44.4	32.0	27.1	29.0	68.2	21.8	3.2	1.9	2.5

(5 5) 家族や友人・知人以外の相談先（問56）

家族や友人・知人以外の相談先は、「医師・歯科医師・看護師」が33.5%と最も高く、「地域包括支援センター・役所・役場」が23.9%、「自治会・町内会・老人クラブ」が14.9%と続く。一方、「そのような人はいない」が3割と高くなっている。

圏域別にみると、「そのような人はいない」は麴町地域の方が神田地域より6ポイント高くなっている。

図 2－7 4 家族や友人・知人以外の相談先

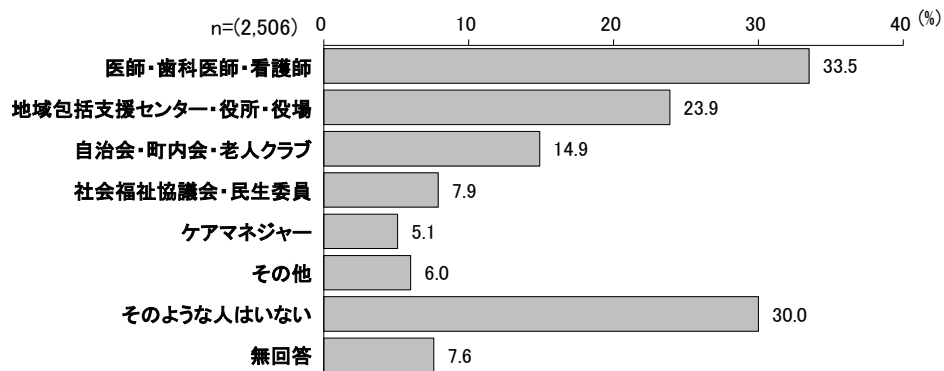


図 2－7 5 家族や友人・知人以外の相談先

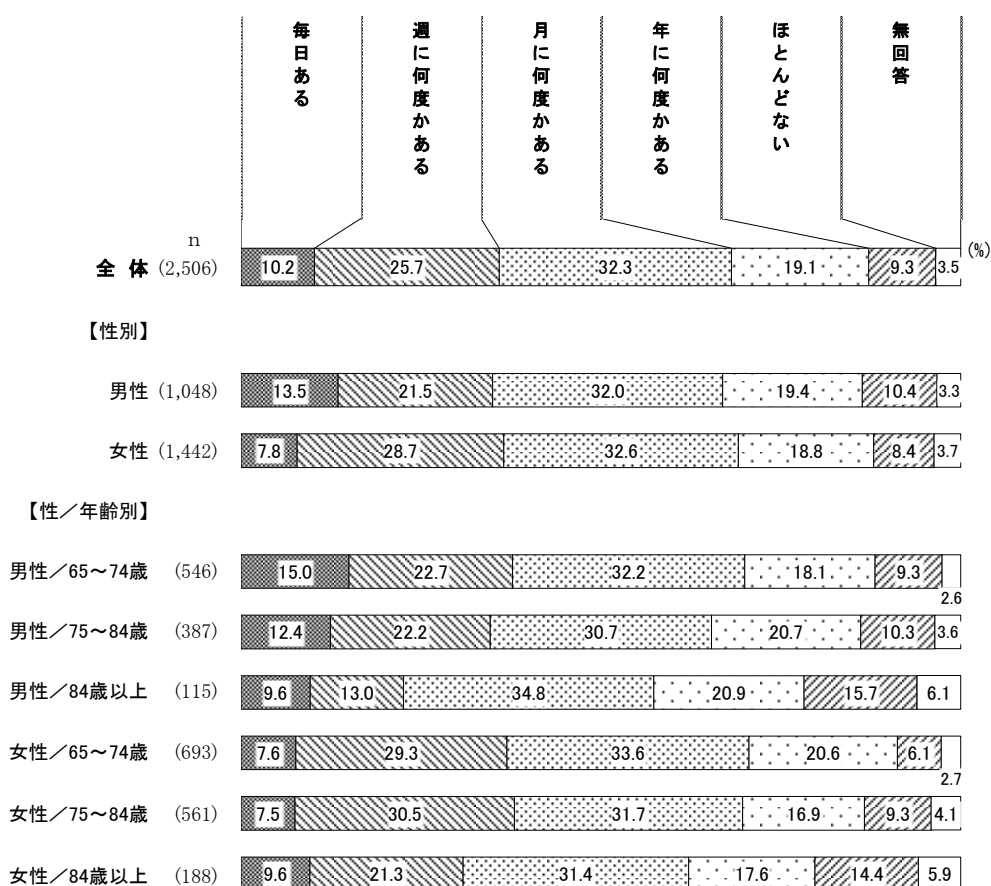
		(%)							
	n	医師・歯科医師・看護師	地域包括支援センター・役所・役場	自治会・町内会・老人クラブ	社会福祉協議会・民生委員	ケアマネジャー	その他	そのような人はいない	無回答
全 体	2506	33.5	23.9	14.9	7.9	5.1	6.0	30.0	7.6
圏域別									
麴町地域	1204	34.5	23.8	7.7	6.1	5.6	7.1	33.3	6.8
神田地域	1302	32.6	24.0	21.5	9.4	4.7	4.9	27.0	8.4

(56) 友人・知人と会う頻度 (問57)

友人・知人と会う頻度は、「毎日ある」から「年に何度かある」までを合わせた『ある』は87.3%、「ほとんどない」は9.3%となっている。

性／年齢別にみると、「ほとんどない」は男女とも年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にある。

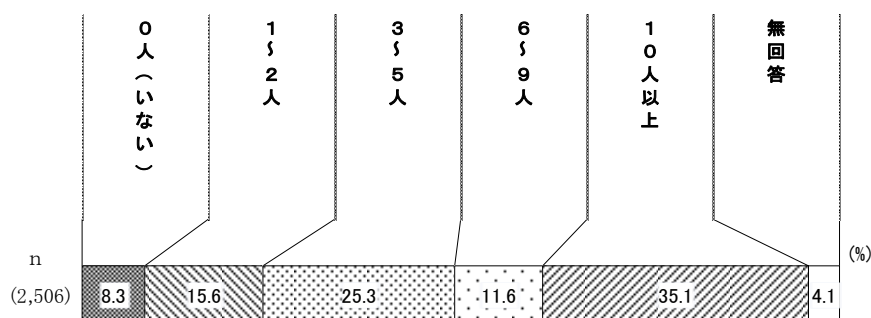
図2-76 友人・知人と会う頻度



(57) この1か月間に会った友人・知人の人数 (問58)

この1か月間に会った友人・知人の人数は、「10人以上」が35.1%で最も高く、「3～5人」は25.3%、「1～2人」が15.6%となっている。一方、「0人（いない）」は8.3%となっている。

図2-77 この1か月間に会った友人・知人の人数



(58) よく会う友人・知人との関係 (問59)

よく会う友人・知人との関係は、「趣味や関心が同じ友人」が44.9%と最も高く、「近所・同じ地域の人」が36.9%、「学生時代の友人」が32.8%、「仕事での同僚・元同僚」が30.9%と続く。

性別でみると、「趣味や関心が同じ友人」、「近所・同じ地域の人」は女性の方が男性より10ポイント以上高く、「仕事での同僚・元同僚」は男性の方が女性より20ポイント以上高くなっている。

圏域別にみると、「近所・同じ地域の人」は神田地域の方が麹町地域より約20ポイント高くなっている。

図2-78 よく会う友人・知人との関係

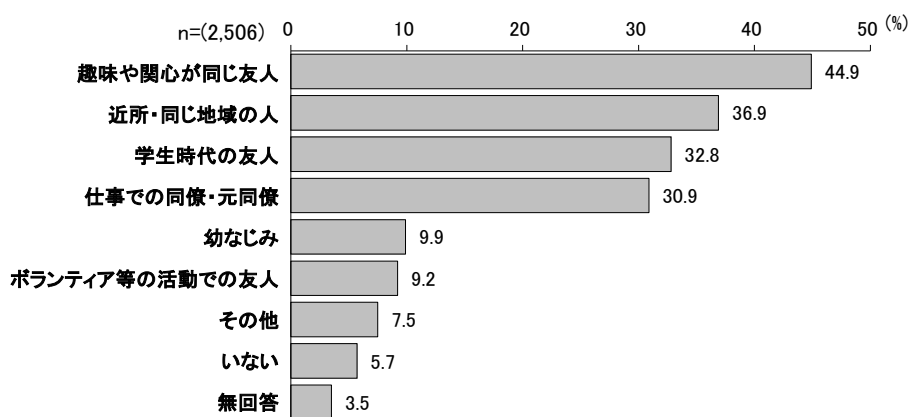


図2-79 よく会う友人・知人との関係

		n	趣味や 関心が 同じ友人	近所・同 じ地域 の人	学生時 代の友 人	仕事で の同僚・ 元同僚	幼なじみ	ボラン ティア等 の活動で の友人	その他	いない	無回答
全 体		2506	44.9	36.9	32.8	30.9	9.9	9.2	7.5	5.7	3.5
性 別	男性	1048	37.3	30.8	35.4	42.8	9.9	7.4	6.1	7.0	4.1
	女性	1442	50.3	41.2	30.9	22.4	9.8	10.4	8.5	4.8	3.1
年 男 齢 性 別	65～74歳	546	36.3	28.0	39.4	48.0	13.4	7.3	6.0	6.0	2.9
	75～84歳	387	39.3	32.6	35.1	38.8	7.5	6.5	5.9	7.2	5.4
	84歳以上	115	35.7	38.3	17.4	32.2	1.7	11.3	7.0	10.4	5.2
年 女 齢 性 別	65～74歳	693	52.2	34.6	37.5	29.4	10.7	11.5	10.1	3.9	2.2
	75～84歳	561	49.7	48.0	28.7	18.2	9.6	10.5	7.3	4.8	2.9
	84歳以上	188	45.2	45.2	12.8	9.0	6.9	5.9	5.9	8.0	7.4
圏 域 別	麹町地域	1204	47.0	26.8	36.9	34.5	9.0	9.7	9.6	6.7	2.9
	神田地域	1302	42.9	46.2	29.0	27.6	10.8	8.7	5.5	4.8	4.1

VII. 健康について

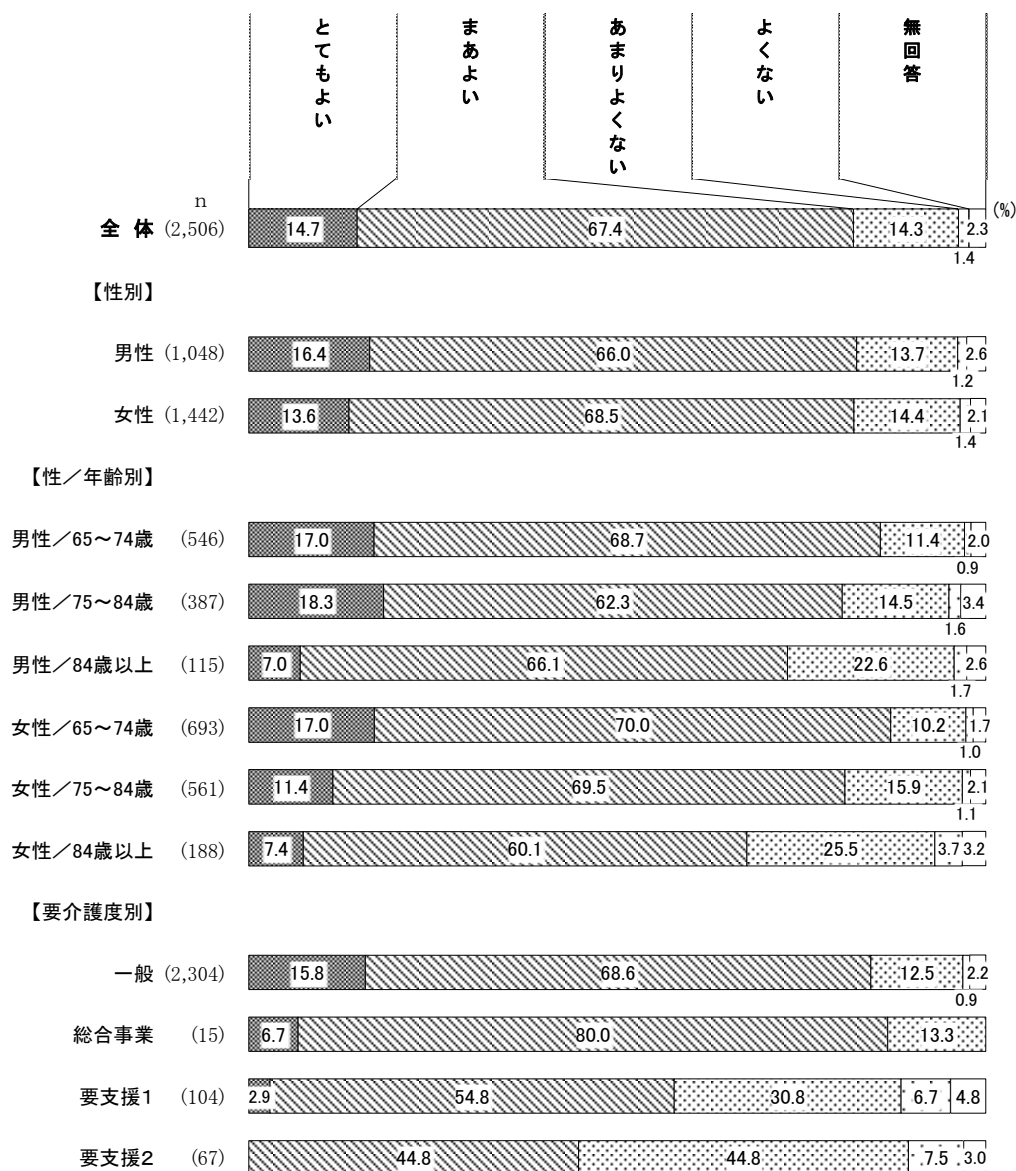
(59) 現在の健康状態 (問60)

現在の健康状態は、「とてもよい」と「まあよい」を合わせた『よい』は82.1%、「あまりよくない」と「よくない」を合わせた『よくない』は15.7%となっている。

性／年齢別にみると、『よくない』は男女とも年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にある。

要介護度別にみると、『よくない』は要支援1で4割近く、要支援2で5割超えと高くなっている。

図2-80 現在の健康状態



地域活動の参加状況別でみると、『よい』は1つでも参加している方が1つも参加していないより10ポイント以上高くなっている。

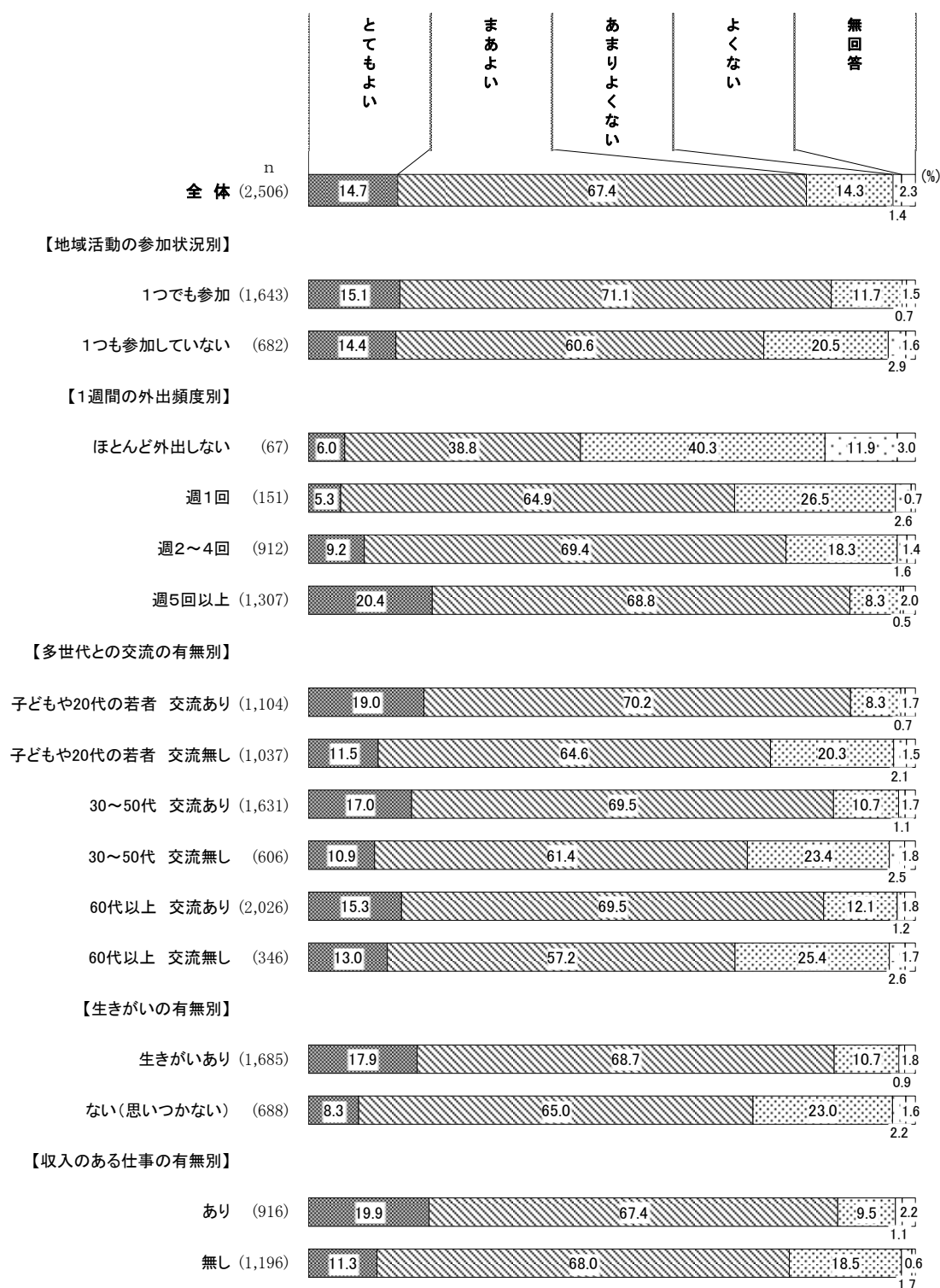
1週間の外出頻度別にみると、『よい』は外出頻度が多くなるほど割合も高くなる傾向にある。

多世代との交流の有無別にみると、『よい』は各年代とも交流ありの方が交流なしより高い割合となっており、特に子どもや20代の若者と交流ありは9割近くと高い割合となっている。

生きがいの有無別でみると、『よい』は生きがいありの方がなしより10ポイント以上高くなっている。

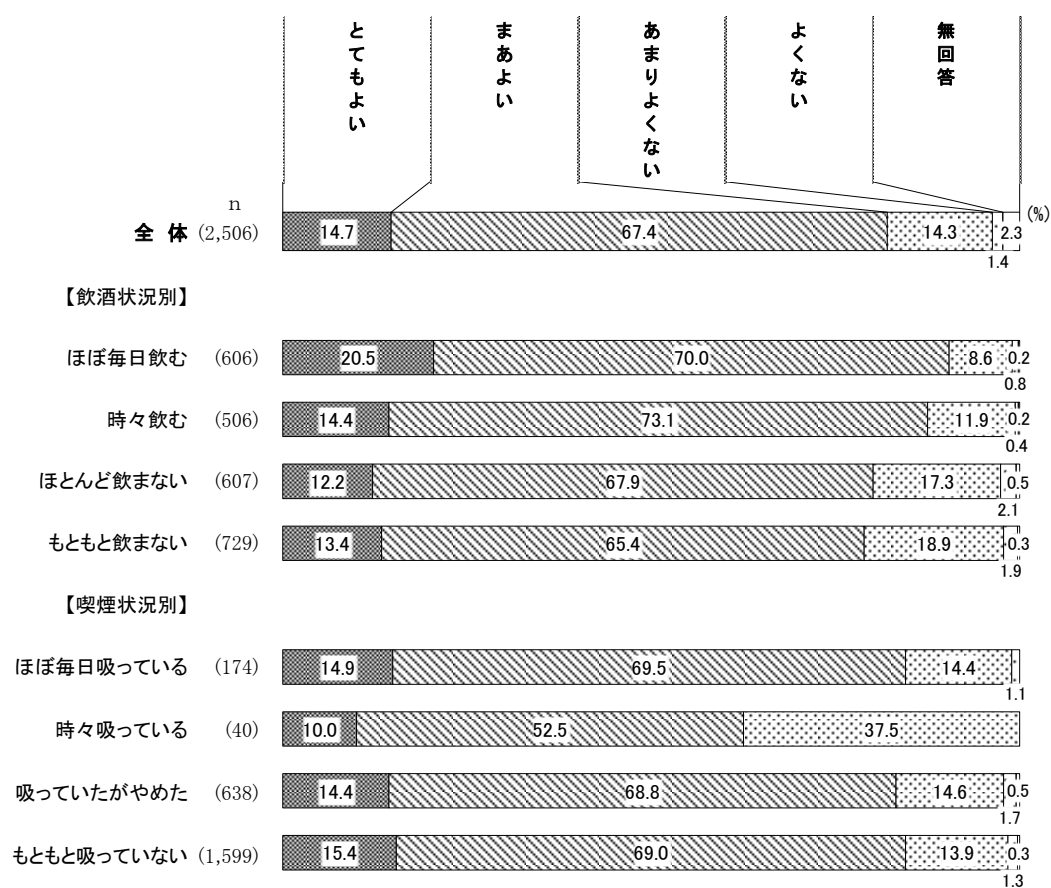
収入のある仕事の有無別でみると、『よい』はありの方がなしより8ポイント高くなっている。

図2-81 現在の健康状態



飲酒状況別でみると、『よい』は飲酒頻度が多くなるほど割合が高くなる傾向にある。
喫煙状況別にみると、『よい』は時々吸っているの割合が低くなっている。

図 2-82 現在の健康状態



(60) 幸福度 (問61)

幸福度は、「8点」が25.3%と最も高く、「10点」が17.4%、「7点」が14.9%、「9点」が12.8%と続く。なお、平均点は7.5点であった。

要介護度別に平均点をみると、要支援1で6.8点と多層より低くなっている。

経済状況別に平均点みると、経済状況に余裕があるほど平均点も高くなる傾向にあり、大変ゆとりがあるでは8.8点となっている。

図2-83 幸福度

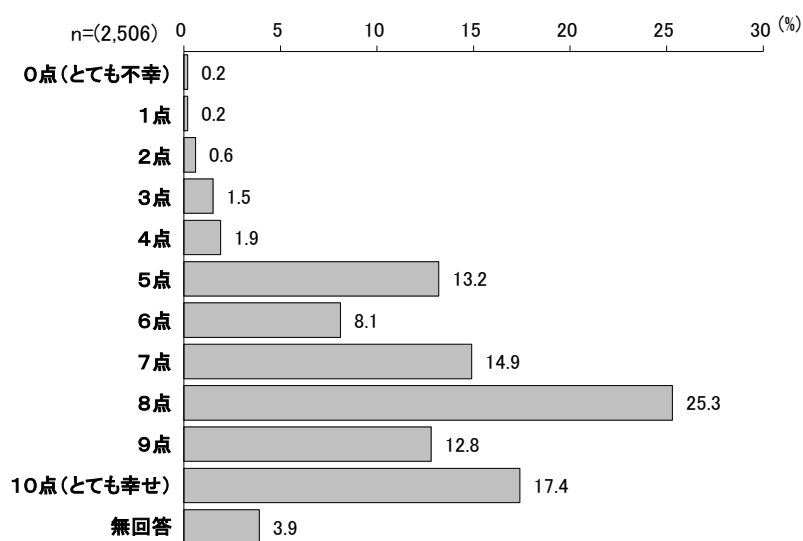


図2-84 幸福度

		n	0点(とても不幸)	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点(とても幸せ)	無回答	※平均点
全 体		2506	0.2	0.2	0.6	1.5	1.9	13.2	8.1	14.9	25.3	12.8	17.4	3.9	7.5
性 別	男性	1048	0.2	0.4	1.1	1.4	2.1	13.6	8.8	15.1	25.2	12.3	15.6	4.2	7.4
	女性	1442	0.1	0.1	0.3	1.5	1.7	13.0	7.6	14.6	25.6	13.1	18.9	3.5	7.6
年 齢 別	65～74歳	546	0.4	0.5	0.9	1.5	2.4	13.2	9.3	17.9	24.5	13.0	13.2	3.1	7.3
	75～84歳	387	-	0.3	1.8	1.0	1.8	14.0	8.5	11.9	25.8	11.4	18.1	5.4	7.5
	84歳以上	115	-	-	-	2.6	1.7	14.8	7.0	12.2	26.1	12.2	18.3	5.2	7.6
年 女 性 別	65～74歳	693	0.3	0.3	0.1	1.6	1.7	12.0	7.4	14.4	28.9	13.3	17.6	2.5	7.6
	75～84歳	561	-	-	0.2	1.4	1.6	13.5	7.8	14.1	25.7	13.7	18.7	3.2	7.7
	84歳以上	188	-	-	1.1	1.1	1.6	14.9	8.0	17.0	13.3	10.6	23.9	8.5	7.6
要 介 護 度 別	一般	2304	0.2	0.3	0.6	1.2	1.8	12.8	8.1	14.7	25.9	13.0	17.9	3.6	7.6
	総合事業	15	-	-	-	-	6.7	6.7	13.3	6.7	40.0	13.3	6.7	6.7	7.4
	要支援1	104	-	-	2.9	3.8	1.9	22.1	8.7	16.3	17.3	9.6	11.5	5.8	6.8
	要支援2	67	-	-	-	6.0	3.0	16.4	6.0	17.9	17.9	9.0	14.9	9.0	7.1
経 済 状 況 別	大変苦しい	94	-	3.2	5.3	10.6	11.7	27.7	10.6	14.9	6.4	3.2	6.4	-	5.4
	やや苦しい	283	-	0.4	1.8	3.2	4.9	21.9	11.0	17.7	19.4	6.4	9.5	3.9	6.7
	ふつう	1403	0.1	0.1	0.3	1.0	1.4	14.9	9.6	16.2	25.7	11.2	16.1	3.6	7.5
	ややゆとりがある	486	0.2	0.2	0.4	0.8	0.4	4.7	3.9	11.9	32.7	21.2	20.2	3.3	8.2
	大変ゆとりがある	151	0.7	-	-	-	-	2.0	0.7	9.3	23.8	22.5	39.1	2.0	8.8

地域活動の参加状況別に平均点をみると、1つでも参加している方が1つも参加していない層より0.6点高くなっている。

多世代との交流の有無別に平均点をみると、各年代とも交流ありの方が交流なしより高い点数となっており、特に子どもや20代の若者と交流ありは7.8点と全体平均点より0.3点高くなっている。

1週間の外出頻度別に平均点をみると、外出頻度が多くなるほど平均点も高くなる傾向にある。

生きがいの有無別に平均点をみると、生きがいありは8.0点と、なしより1.4点高くなっている。

収入のある仕事の有無別に平均点をみると、ありは7.7点と無しより0.3点高くなっている。

図2-85 幸福度

		n	0点(とても不幸)	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点(とても幸せ)	無回答	※平均点
全 体		2506	0.2	0.2	0.6	1.5	1.9	13.2	8.1	14.9	25.3	12.8	17.4	3.9	7.5
加 動 地 別 状 の 域 況 参 活	1つでも参加	1643	0.2	0.2	0.4	0.9	1.5	10.9	7.8	15.3	28.2	14.0	17.9	2.8	7.7
	1つも参加していない	682	0.1	0.4	1.2	2.6	2.8	17.6	10.0	15.8	20.7	10.1	15.4	3.2	7.1
多 世 代 と の 交 流 の 有 無 別	子どもや20代の若者 交流あり	1104	0.3	0.4	0.5	1.3	0.9	9.5	7.2	13.9	27.2	14.6	21.6	2.7	7.8
	子どもや20代の若者 交流無し	1037	0.1	0.2	0.8	1.8	2.6	16.2	9.9	17.4	25.1	10.7	12.3	2.9	7.2
	30～50代 交流あり	1631	0.2	0.2	0.4	1.3	1.4	10.6	7.4	14.4	27.7	14.5	19.3	2.8	7.7
	30～50代 交流無し	606	0.2	0.5	1.2	2.0	2.3	18.2	10.9	18.0	21.6	9.6	12.4	3.3	7.1
	60代以上 交流あり	2026	0.1	0.1	0.5	1.3	1.7	12.3	8.2	14.5	26.5	13.7	18.1	3.0	7.6
	60代以上 交流無し	346	0.3	0.6	1.2	1.7	2.3	20.8	8.1	18.5	22.0	8.7	11.8	4.0	7.0
1 週 間 の 外 出 頻 度 別	ほとんど外出しない	67	-	1.5	1.5	6.0	4.5	19.4	7.5	10.4	16.4	4.5	17.9	10.4	6.8
	週1回	151	-	-	0.7	2.0	3.3	22.5	9.3	17.9	15.9	10.6	13.2	4.6	7.0
	週2～4回	912	0.3	0.2	0.8	1.4	2.3	14.3	7.9	16.0	24.9	13.0	16.2	2.6	7.4
	週5回以上	1307	0.1	0.2	0.5	1.1	1.3	11.3	8.4	14.2	27.2	13.2	19.1	3.2	7.7
い 生 き が の 有 無 別	生きがいあり	1685	0.1	0.1	0.2	0.8	0.7	9.0	6.0	14.1	28.8	15.8	21.3	3.0	8.0
	なし(思いつかない)	688	0.3	0.6	1.5	2.9	4.2	23.1	13.2	17.4	18.5	6.8	8.4	3.1	6.6
あ る 入 収 の 有 無 別	あり	916	0.1	0.4	1.0	1.3	1.5	9.6	7.2	17.1	26.9	14.0	17.6	3.3	7.7
	無し	1196	0.3	0.2	0.4	1.8	2.3	15.9	9.5	15.4	25.6	11.1	15.8	1.8	7.4

(6 1) ★うつ傾向（問62～問63）

※うつ傾向該当者：

問62～問63で一つでも「はい」と回答した人

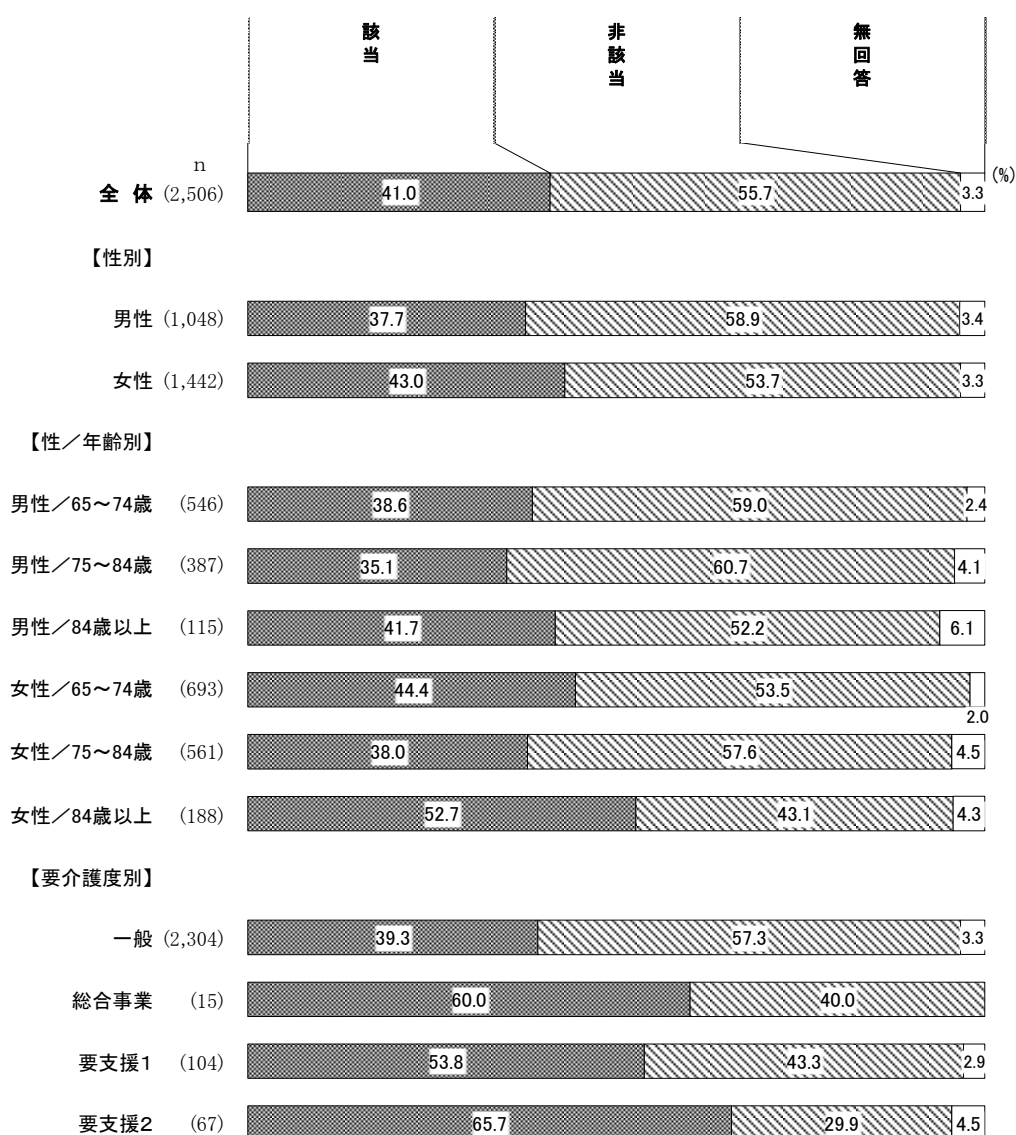
うつ傾向にある高齢者は、「該当」が41.0%、「非該当」が55.7%となっている。

性別でみると、「該当」は女性の方が男性より5ポイント高くなっている。

性／年齢別にみると、「該当」は女性／84歳以上で5割を超える。

要介護度別にみると、「該当」は要支援2で6割台半ばと高くなっている。

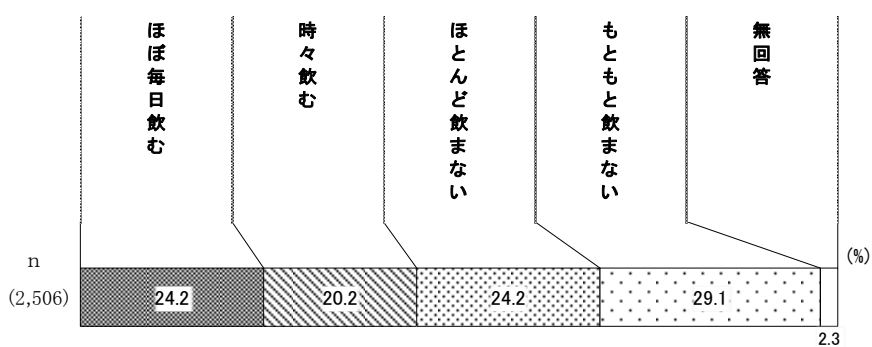
図 2－8 6 うつ傾向



(6 2) 飲酒状況 (問64)

飲酒状況は、「もともと飲まない」が29.1%と最も高く、「ほぼ毎日飲む」と「ほとんど飲まない」が24.2%、「時々飲む」が20.2%となっている。

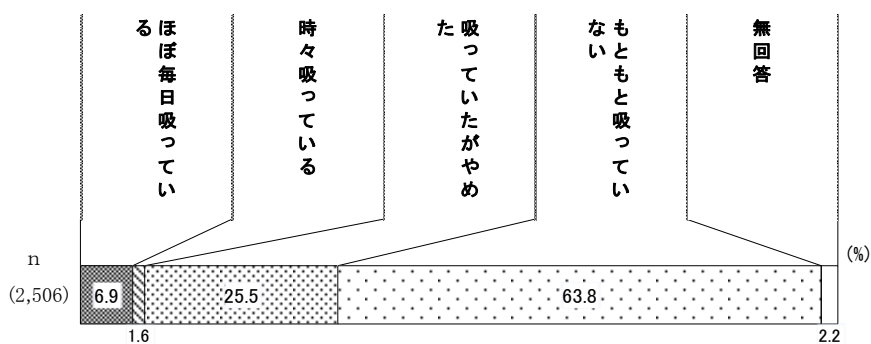
図 2 - 8 7 飲酒状況



(6 3) 喫煙状況 (問65)

喫煙状況は、「もともと吸っていない」が63.8%と最も高く、「吸っていたがやめた」が25.5%、「ほぼ毎日吸っている」が6.9%、「時々吸っている」が1.6%となっている。

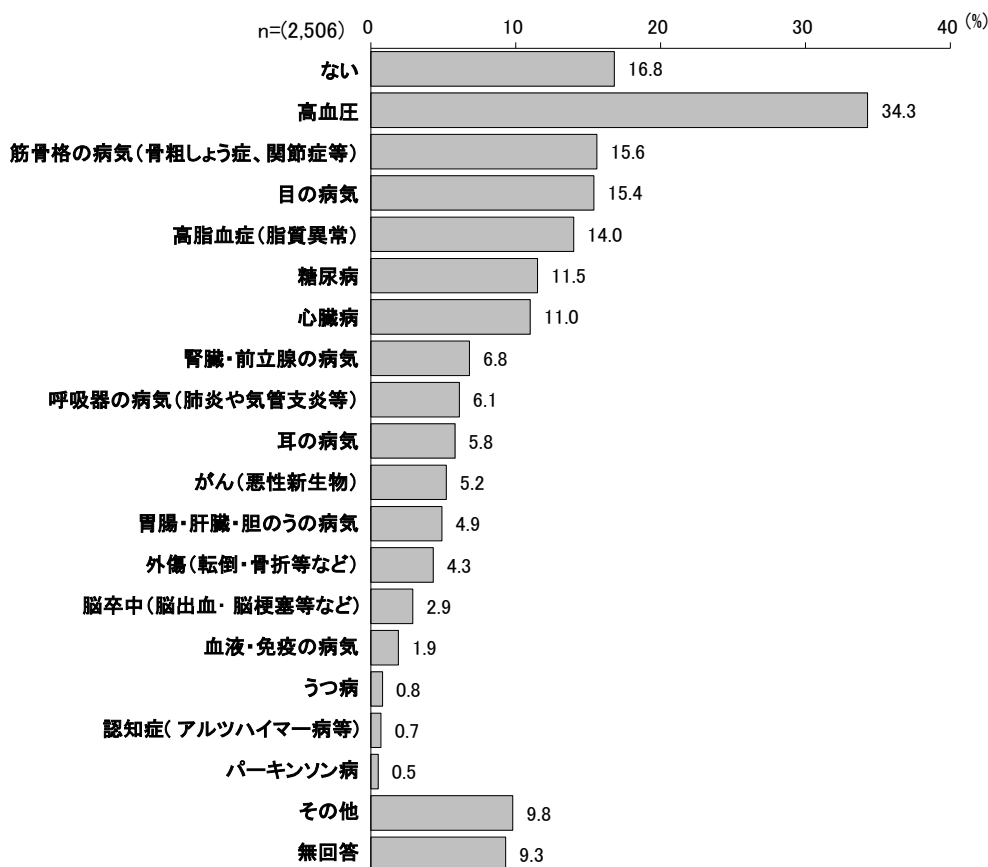
図 2 - 8 8 喫煙状況



(64) 現在治療中、または後遺症のある病気（問66）

現在治療中、または後遺症のある病気は、「高血圧」が34.3%と最も高く、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」が15.6%、「目の病気」が15.4%と続く。一方、「ない」は16.8%となっている。

図2-89 現在治療中、または後遺症のある病気



性別でみると、「高血圧」や「糖尿病」は男性の方が女性より高く、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」は女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

図 2－90 現在治療中、または後遺症のある病気

(%)

	n	ない	高血圧	筋骨格の病気 (骨粗しょう症、 関節症等)	目の病 気	高脂血 症(脂質 異常)	糖尿病	心臓病	腎臓・前 立腺の 病気	呼吸器 の病気 (肺炎や 気管支 炎等)	耳の病 気
全 体	2506	16.8	34.3	15.6	15.4	14.0	11.5	11.0	6.8	6.1	5.8
性 別											
男性	1048	15.5	39.0	5.8	14.5	11.7	16.9	14.7	14.0	6.6	6.0
女性	1442	17.9	31.1	22.4	16.0	15.5	7.6	8.3	1.5	5.8	5.5
年 男											
65～74歳	546	18.3	36.6	4.2	11.5	13.9	16.3	13.6	8.8	4.2	4.2
75～84歳	387	12.9	40.1	7.0	16.0	9.6	17.1	14.7	16.0	8.0	7.8
84歳以上	115	10.4	47.0	9.6	23.5	8.7	19.1	20.0	32.2	13.0	8.7
年 女											
65～74歳	693	24.7	24.7	18.3	14.7	15.7	6.5	5.1	1.0	5.3	4.0
75～84歳	561	12.7	34.6	24.8	16.4	17.5	9.3	9.1	1.1	6.1	4.8
84歳以上	188	8.5	44.1	30.3	19.1	9.0	6.4	17.6	4.8	6.9	13.3

	n	がん(悪 性新生 物)	胃腸・肝 臓・胆の うの病気	外傷(転 倒・骨折 等など)	脳卒中 (脳出 血・脳梗 塞等な ど)	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	その他	無回答
全 体	2506	5.2	4.9	4.3	2.9	1.9	0.8	0.7	0.5	9.8	9.3
性 別											
男性	1048	5.6	4.7	3.1	4.7	1.2	0.5	0.9	0.4	8.9	9.1
女性	1442	4.9	5.1	5.1	1.7	2.4	1.1	0.6	0.6	10.5	9.4
年 男											
65～74歳	546	6.0	4.8	1.8	4.2	1.1	0.5	0.2	－	9.3	9.0
75～84歳	387	5.4	4.1	4.4	5.2	1.3	0.5	1.0	1.0	7.8	10.3
84歳以上	115	4.3	6.1	5.2	5.2	1.7	－	3.5	－	10.4	5.2
年 女											
65～74歳	693	4.3	3.9	3.9	1.0	2.6	1.4	－	0.4	10.8	9.4
75～84歳	561	5.2	5.9	6.4	2.5	2.3	0.7	0.2	0.4	10.5	10.3
84歳以上	188	6.4	6.9	5.9	1.6	1.6	1.1	3.7	1.6	9.6	6.9

（６５）介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況（問67）

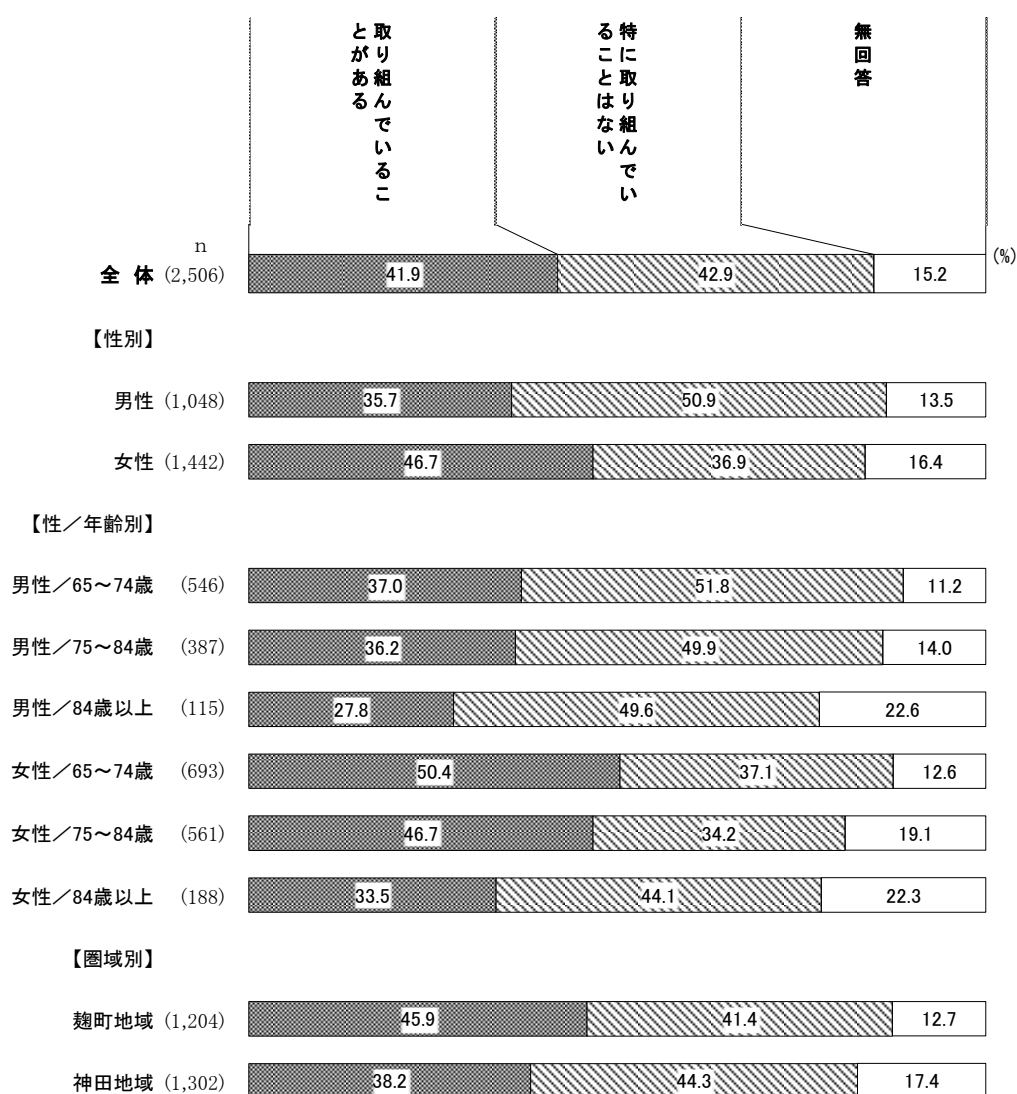
介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況は、「取り組んでいることがある」が41.9%、「特に取り組んでいることはない」が42.9%となっている。

性別でみると、「取り組んでいることがある」は女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

性／年齢別にみると、「取り組んでいることがある」は男女とも年齢が上がるほど割合が低くなる傾向にある。

圏域別でみると、「取り組んでいることがある」は麴町地域の方が神田地域より8ポイント高くなっている。

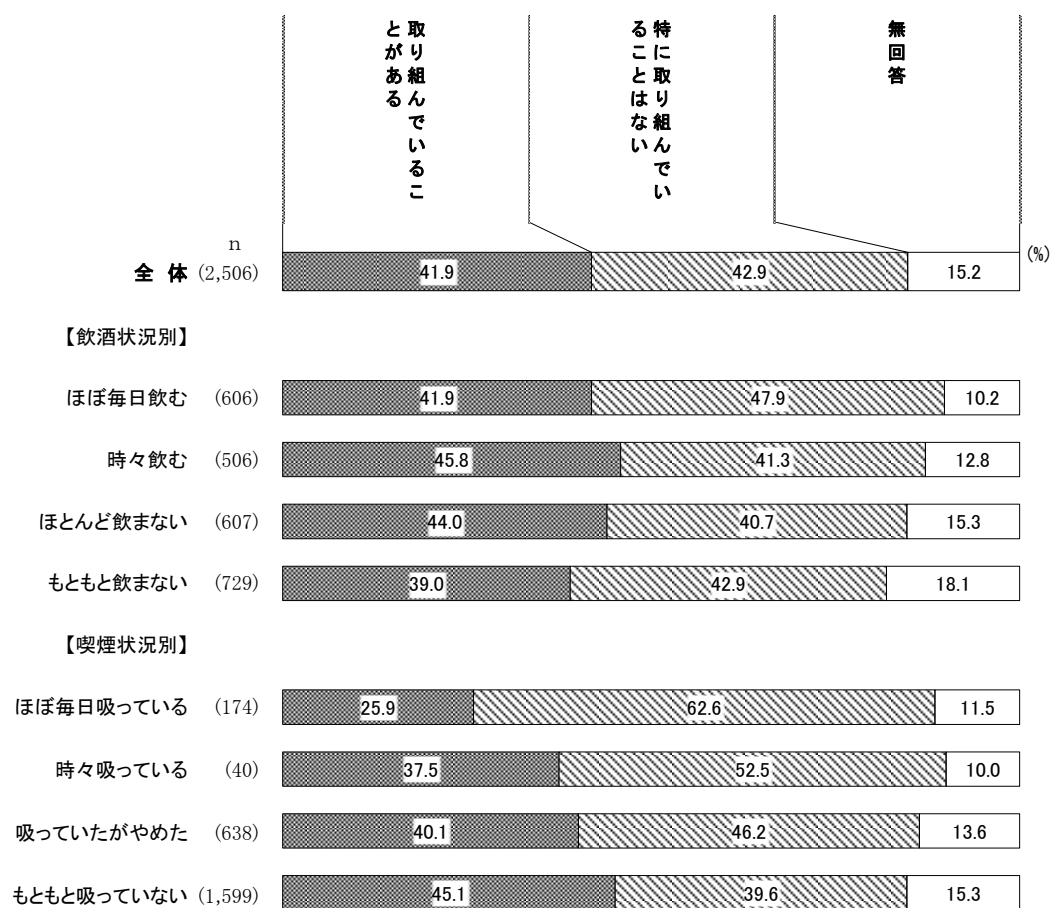
図２－９１ 介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況



飲酒状況別にみると、特に大きな違いはみられない。

喫煙状況別にみると、「特に取り組んでいることはない」はほぼ毎日吸っているで6割を超える。

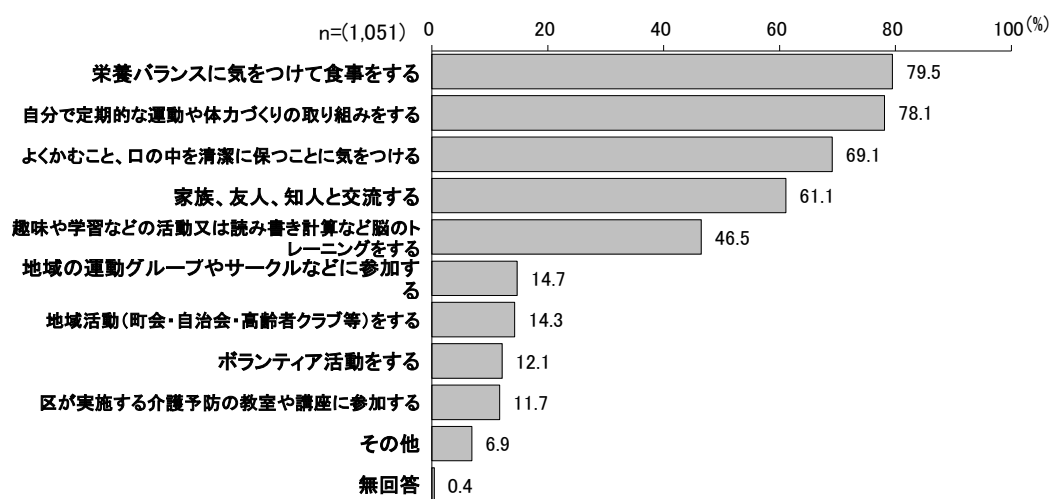
図 2-92 介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況



(6 6) 取り組んでいる内容（問67－ 1 ）

取り組んでいる内容は、「栄養バランスに気をつけて食事をする」が79.5%と最も高く、「自分で定期的な運動や体力づくりの取り組みをする」は78.1%、「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」は69.1%と続く。

図 2－ 9 3 取り組んでいる内容



性別でみると、「栄養バランスに気をつけて食事をする」や「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」などは女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

圏域別にみると、「地域活動（町会・自治会・高齢者クラブ等）をする」は神田地域の方が麴町地域より10ポイント以上高くなっている。

飲酒状況別にみると、特に大きな違いはみられない。

喫煙状況別にみると、「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」はほぼ毎日吸っているで5割台前半と低くなっている。

図2-94 取り組んでいる内容

(%)

		n	栄養バ ランスに 気をつ けて食 事をす る	自分で 定期的 な運動 や体力 づくり の取り 組みを する	よくか むこと 、口の 中を清 潔に保 つこと に気をつ ける	家族、 友人、 知人と 交流す る	趣味や 学習な どの活 動又は 読書計 算など 脳のト レーニ ングを する	地域の 運動グ ループ やサー クルな どに参 加する	地域活 動(町 会・自 治会・ 高齢 者クラ ブ等)を する	ボラン ティア 活動を する	区が実 施する 介護予 防の教 室や講 座に参 加する	その他	無回答
全 体		1051	79.5	78.1	69.1	61.1	46.5	14.7	14.3	12.1	11.7	6.9	0.4
性 別	男性	374	72.5	82.1	59.6	50.5	37.2	9.4	12.8	7.2	5.3	6.7	0.8
	女性	674	83.4	76.0	74.2	66.9	51.9	17.7	15.1	14.8	15.1	7.1	0.1
年 齢 性 別	65～74歳	202	72.3	82.2	56.9	55.0	37.6	7.9	14.9	7.4	3.0	6.9	-
	75～84歳	140	72.9	85.7	60.7	47.1	38.6	10.7	10.0	8.6	7.1	7.1	0.7
	84歳以上	32	71.9	65.6	71.9	37.5	28.1	12.5	12.5	-	12.5	3.1	6.3
年 女 性 別	65～74歳	349	85.4	77.9	71.9	67.6	51.6	16.3	13.5	15.8	11.7	6.9	0.3
	75～84歳	262	82.1	74.8	77.9	69.5	52.3	21.8	18.3	16.4	17.6	7.6	-
	84歳以上	63	77.8	69.8	71.4	52.4	52.4	7.9	11.1	3.2	23.8	6.3	-
別 圏 域	麴町地域	553	81.9	80.1	68.0	59.0	49.4	12.3	6.9	12.5	10.3	6.3	0.4
	神田地域	498	76.9	75.9	70.3	63.5	43.4	17.3	22.5	11.6	13.3	7.6	0.4
飲 酒 状 況 別	ほぼ毎日飲む	254	73.2	84.6	66.1	58.3	47.2	10.6	14.6	11.8	7.9	5.9	0.4
	時々飲む	232	86.6	78.0	69.0	69.4	49.6	15.9	15.9	11.6	11.2	4.7	-
	ほとんど飲まない	267	81.6	76.0	68.5	59.9	45.3	19.1	13.5	13.5	15.4	8.2	-
	もともと飲まない	284	77.8	73.9	72.2	58.8	45.1	13.4	13.4	12.0	12.3	8.1	1.1
喫 煙 状 況 別	ほぼ毎日吸っている	45	73.3	82.2	51.1	62.2	31.1	2.2	13.3	6.7	6.7	4.4	-
	時々吸っている	15	73.3	53.3	60.0	66.7	33.3	13.3	13.3	-	-	-	-
	吸っていたがやめた	256	76.6	80.5	66.4	59.0	44.5	12.5	13.3	8.6	9.0	8.2	-
	もともと吸っていない	721	81.1	77.3	71.4	62.0	48.7	16.5	14.7	14.1	13.5	6.7	0.6

(67) 取り組んでいない理由 (問67-2)

取り組んでいない理由は、「もう少し体の状態に自信がなくなってからでも遅くないから」が31.8%と最も高く、「仕事をしていて時間がとれないから」は21.2%、「自分は健康なので必要がないから」は19.3%と続く。また、「特に理由はない」は16.9%となっている。

性別でみると、「自分は健康なので必要がないから」は男性の方が女性より10ポイント以上高くなっている。

飲酒状況別にみると、「自分は健康なので必要がないから」はほぼ毎日飲むで約3割と高くなっている。

喫煙状況別にみると、「自分は健康なので必要がないから」はほぼ毎日飲むで2割台半ばと高くなっている。

図2-95 取り組んでいない理由

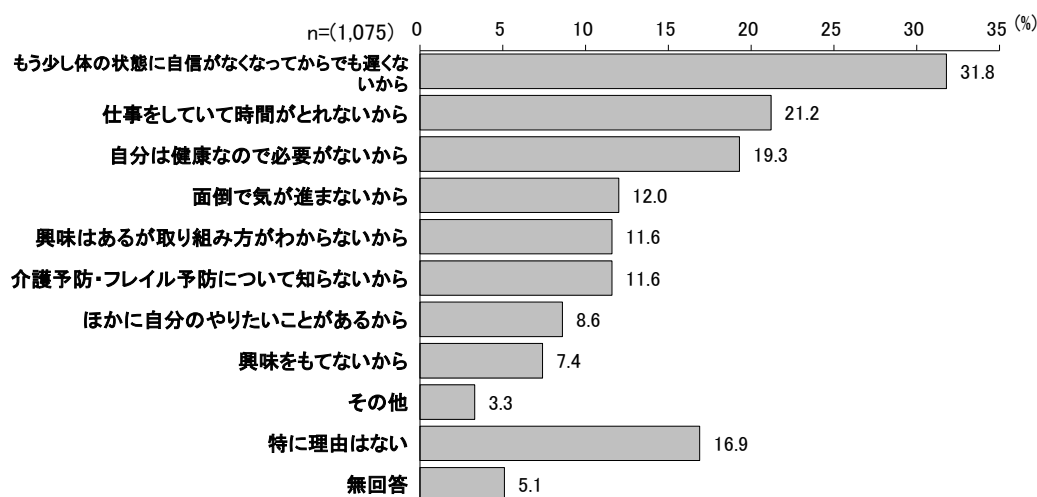


図2-96 取り組んでいない理由

		n	もう少し体の状態に自信がなくなってからでも遅くないから	仕事をしていて時間がとれないから	自分は健康なので必要がないから	面倒で気が進まないから	興味はあるが取り組み方がわからないから	介護予防・フレイル予防について知らないから	ほかに自分のやりたいことがあるから	興味をもてないから	その他	特に理由はない	無回答
全 体		1075	31.8	21.2	19.3	12.0	11.6	11.6	8.6	7.4	3.3	16.9	5.1
性 別	男性	533	34.1	23.6	24.8	12.9	12.0	12.9	9.0	8.8	0.9	14.3	3.6
	女性	532	29.3	19.2	13.9	11.1	11.1	10.2	8.1	6.0	5.6	19.9	6.6
年 齢 性 別	65～74歳	283	37.5	29.0	25.1	12.0	10.2	14.8	10.2	11.0	1.4	12.7	1.1
	75～84歳	193	31.6	20.2	24.9	15.0	14.0	11.4	8.8	6.2	0.5	15.0	5.2
	84歳以上	57	26.3	8.8	22.8	10.5	14.0	8.8	3.5	7.0	-	19.3	10.5
年 女 性 別	65～74歳	257	32.3	25.3	17.1	10.9	14.8	9.7	10.5	8.9	5.4	16.7	2.7
	75～84歳	192	31.3	16.7	13.5	8.3	7.8	8.9	6.3	2.6	6.3	18.2	8.9
	84歳以上	83	15.7	6.0	4.8	18.1	7.2	14.5	4.8	4.8	4.8	33.7	13.3
飲 酒 状 況 別	ほぼ毎日飲む	290	36.2	23.1	29.7	12.4	11.4	9.3	10.0	5.9	2.1	12.8	3.8
	時々飲む	209	32.1	23.0	14.8	11.5	12.0	9.6	7.7	8.1	3.3	16.7	5.3
	ほとんど飲まない	247	31.2	19.0	14.6	10.1	13.0	15.8	5.7	9.3	4.5	17.8	5.7
	もともと飲まない	313	27.8	18.2	16.3	13.4	11.2	12.1	9.3	7.3	3.2	20.8	6.1
喫 煙 状 況 別	ほぼ毎日吸っている	109	33.0	25.7	25.7	17.4	5.5	10.1	5.5	12.8	2.8	14.7	3.7
	時々吸っている	21	23.8	14.3	19.0	14.3	14.3	9.5	-	4.8	-	33.3	-
	吸っていたがやめた	295	35.9	19.7	21.4	12.9	15.6	14.2	9.5	8.8	1.4	14.6	4.4
	もともと吸っていない	634	29.8	20.5	17.2	10.7	10.9	10.9	8.5	6.2	4.3	18.1	6.0

(6 8) 介護予防のために今後取り組んでみたいこと (問68)

介護予防のために今後取り組んでみたいことは、「栄養バランスに気をつけて食事をする」が56.7%と最も高く、「自分で定期的な運動や体力づくりの取り組みをする」は54.8%、「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」は45.8%と続く。

性別でみると、多くの項目で女性の方が男性より高い割合となっており、特に「家族、友人、知人と交流する」や「趣味や学習などの活動又は読み書き計算など脳のトレーニングをする」では10ポイント以上の差がある。

図 2 - 9 7 介護予防のために今後取り組んでみたいこと

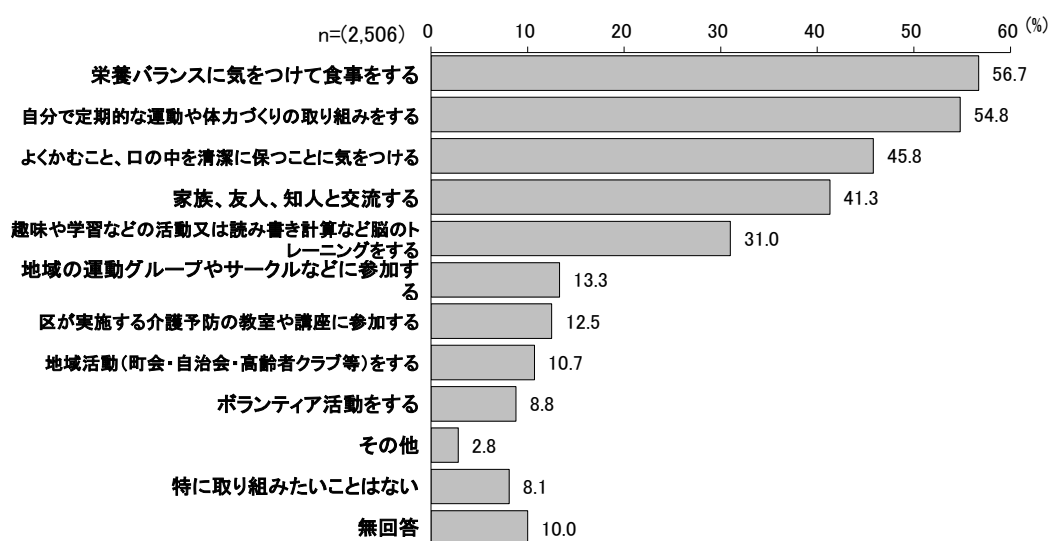


図 2 - 9 8 介護予防のために今後取り組んでみたいこと

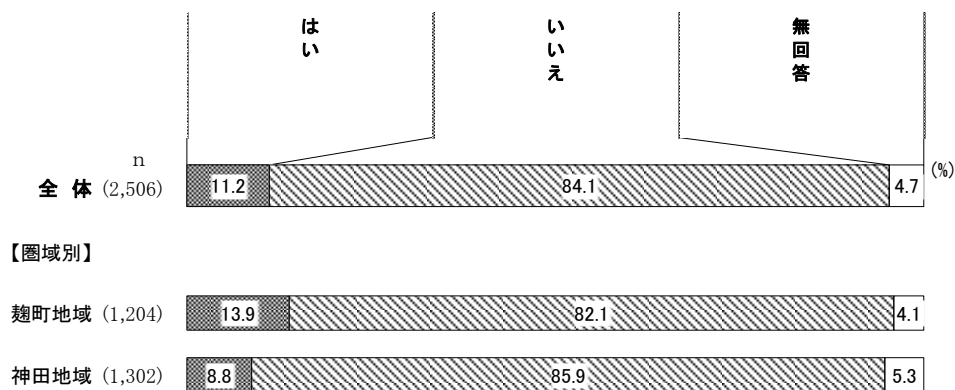
		n	栄養バ ランスに気 をつけて 食事をする	自分で定 期的な運 動や体 力づく りの取 組みを する	よくか むこと、 口の中 を清潔 に保つ ことに 気を つける	家族、友 人、知 人と交 流する	趣味や 学習な どの活 動又は 読み書 き計算 など脳 のトレ ーニング をする	地域の 運動グ ループ やサー クルな どに参 加する	区が実 施する 介護予 防の教 室や講 座に参 加する	地域活 動(町 会・自 治会・ 高齢 者クラ ブ等)を する	ボラン ティア 活動を する	その他	特に取 組みた いこと はない	無回答
全 体		2506	56.7	54.8	45.8	41.3	31.0	13.3	12.5	10.7	8.8	2.8	8.1	10.0
性 別	男性	1048	52.4	56.0	40.2	35.1	23.3	9.9	5.3	11.4	7.0	3.2	10.5	9.9
	女性	1442	59.9	54.0	50.1	45.9	36.7	15.9	17.6	10.3	10.3	2.5	6.4	9.7
年 齢 性 別	65～74歳	546	52.4	58.1	36.3	38.6	24.0	10.4	4.4	11.4	8.2	3.5	11.2	8.2
	75～84歳	387	52.2	55.0	42.6	30.2	24.5	9.6	5.4	12.4	6.2	2.3	9.6	12.1
	84歳以上	115	53.0	49.6	50.4	34.8	15.7	8.7	9.6	7.8	3.5	5.2	10.4	10.4
年 女 性 別	65～74歳	693	60.6	62.3	49.4	45.9	40.5	15.7	16.6	8.7	13.4	3.2	5.8	7.1
	75～84歳	561	59.7	50.3	51.3	48.7	34.0	18.5	19.8	13.5	8.9	1.1	5.5	12.7
	84歳以上	188	58.0	34.0	49.5	37.8	30.3	8.5	14.9	6.4	2.7	4.3	11.7	10.6

VIII. 認知症について

(6 9) 認知症の症状がある人の有無（問69）

認知症の症状がある人の有無は、「はい」が11.2%、「いいえ」が84.1%となっている。
圏域別にみると、「はい」は麴町地域の方が神田地域より5ポイント高くなっている。

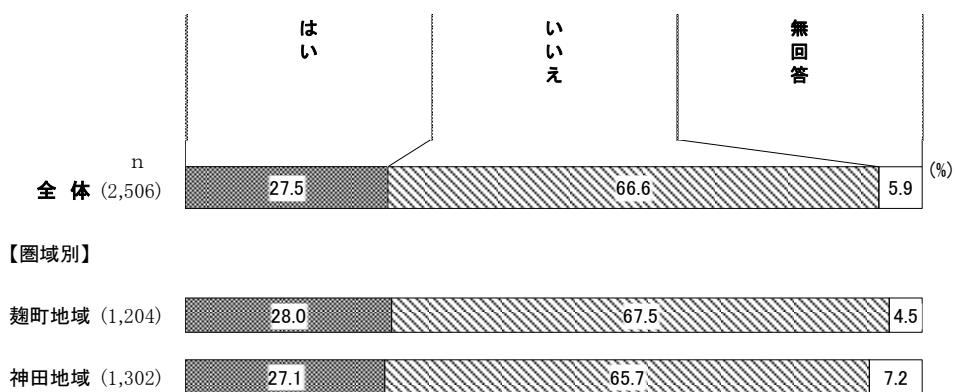
図 2－9 9 認知症の症状がある人の有無



(7 0) 認知症に関する相談窓口の認知度（問70）

認知症に関する相談窓口の認知度は、「はい」が27.5%、「いいえ」が66.6%となっている。
圏域別では、特に大きな違いはみられない。

図 2－1 0 0 認知症に関する相談窓口の認知度



(7 1) 認知症について知っている内容（問71）

認知症について知っている内容は、「認知症の診断を受け治療することで、進行を遅らせることができる」が72.1%と最も高く、「日頃の運動習慣が認知症のリスクを低くすることにつながる」は59.0%、「認知症の症状は、対応の仕方で改善することがある」は57.1%と続く。

性別でみると、多くの項目で女性の方が男性より高い割合となっており、特に「認知症の診断を受け治療することで、進行を遅らせることができる」や「認知症の症状は、対応の仕方で改善することがある」などは10ポイント以上の差がある。

図 2 - 1 0 1 認知症について知っている内容

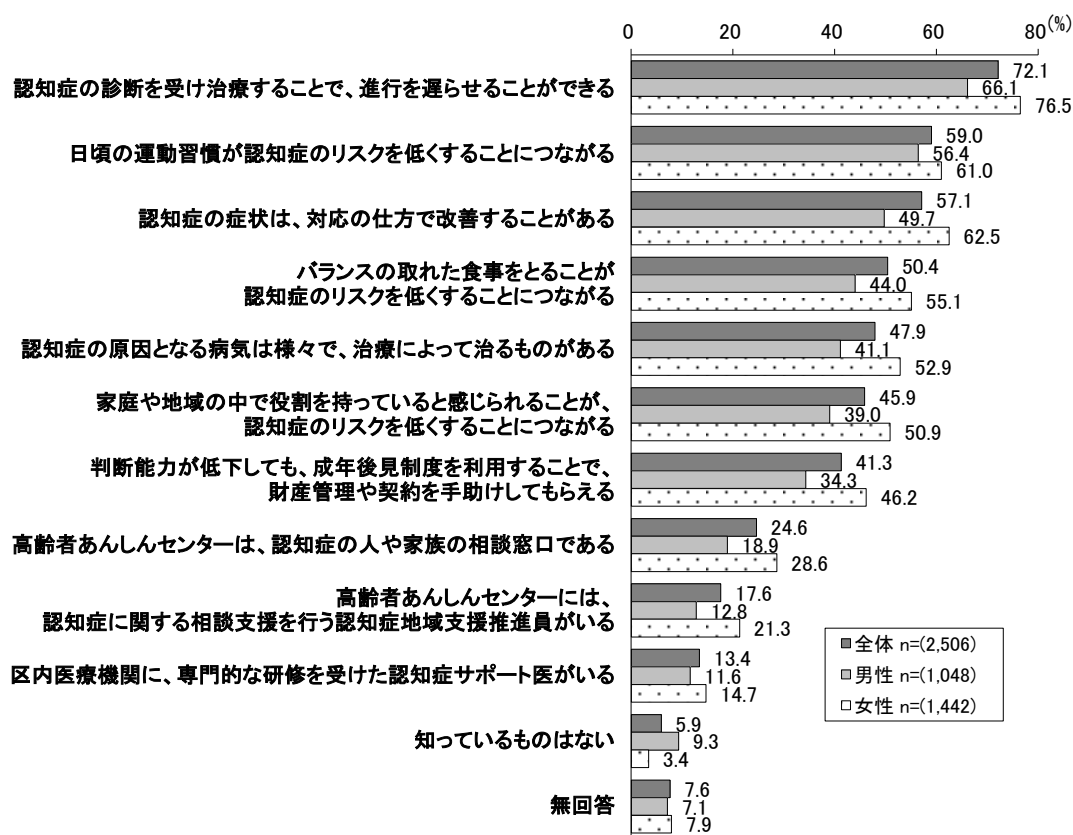


図 2-102 認知症について知っている内容

(%)

		n	認知症の診断を受け治療することで、進行を遅らせることができる	日頃の運動習慣が認知症のリスクを低くすることにつながる	認知症の症状は、対応の仕方によって改善することがある	バランスの取れた食事をとることが認知症のリスクを低くすることにつながる	認知症の原因となる病気は様々で、治療によって治るものがある	家庭や地域の中で役割を持っていると感じられることが、認知症のリスクを低くすることにつながる	判断能力が低下しても、成年後見制度を利用することで、財産管理や契約を手助けしてもらえる	高齢者あんしんセンターは、認知症の人や家族の相談窓口である	高齢者あんしんセンターには、認知症に関する相談支援を行う認知症地域支援推進員がいる	区内医療機関に、専門的な研修を受けた認知症サポート医がいる	知っているものはない	無回答
	全 体	2506	72.1	59.0	57.1	50.4	47.9	45.9	41.3	24.6	17.6	13.4	5.9	7.6
性別	男性	1048	66.1	56.4	49.7	44.0	41.1	39.0	34.3	18.9	12.8	11.6	9.3	7.1
	女性	1442	76.5	61.0	62.5	55.1	52.9	50.9	46.2	28.6	21.3	14.7	3.4	7.9
年齢性別	65～74歳	546	71.2	59.5	53.7	44.5	44.7	43.6	39.4	17.6	11.4	11.2	8.4	4.9
	75～84歳	387	63.0	55.0	47.5	44.2	39.3	36.2	30.0	18.6	14.0	11.6	10.9	7.8
	84歳以上	115	52.2	46.1	38.3	40.9	30.4	27.0	24.3	26.1	15.7	13.9	7.8	14.8
年齢性別	65～74歳	693	83.8	68.3	68.7	61.2	57.6	54.5	53.2	27.1	20.5	14.1	1.6	3.9
	75～84歳	561	74.2	57.8	59.0	52.8	51.7	51.0	42.4	31.2	23.9	16.2	4.5	9.6
	84歳以上	188	56.4	43.6	50.0	39.4	39.4	37.2	31.4	26.1	16.5	12.2	6.9	17.6

（７２）認知症支援として必要とを感じるもの（問72）

認知症支援として必要とを感じるものは、「介護者が休息できるよう、認知症の方を預かるサービス」が55.6%と最も高く、「認知症の診断を受けた直後に、サービスの情報提供や精神的サポートなどを受けられる支援」は47.5%、「認知症健診などにより、自分自身の健康チェックを行う機会」は36.5%と続く。一方、「わからない」は10.3%となっている。

性別でみると、多くの項目で女性の方が男性より高い割合となっており、特に「介護者が休息できるよう、認知症の方を預かるサービス」や「認知症の診断を受けた直後に、サービスの情報提供や精神的サポートなどを受けられる支援」などは10ポイント以上の差がある。

図２－１０３ 認知症支援として必要とを感じるもの

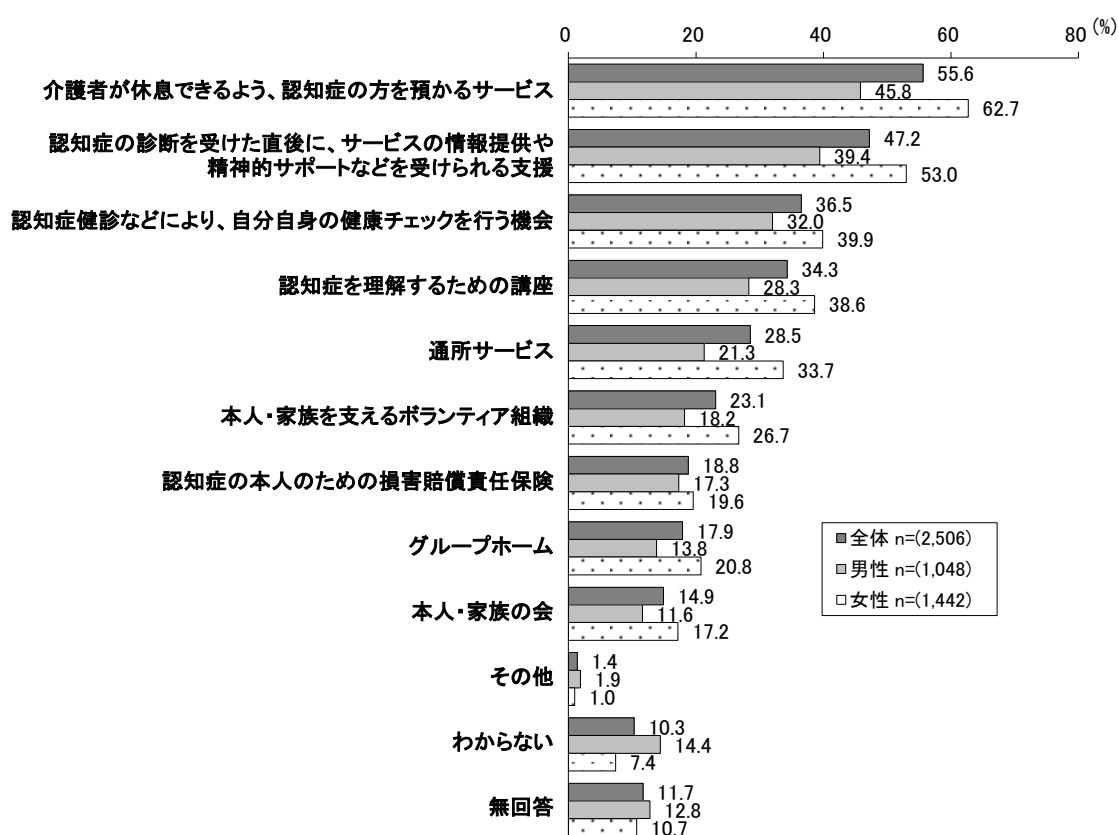


図 2-104 認知症支援として必要と感じるもの

(%)

		n	介護者が休息できるよう、認知症の方を預かるサービス	認知症の診断を受けた直後に、サービスの情報提供や精神的サポートなどを受けられる	認知症健診などにより、自分自身の健康チェックを行う機会	認知症を理解するための講座	通所サービス	本人・家族を支えるボランティア組織	認知症の本人のための損害賠償責任保険	グループホーム	本人・家族の会	その他	わからない	無回答
全 体		2506	55.6	47.2	36.5	34.3	28.5	23.1	18.8	17.9	14.9	1.4	10.3	11.7
性別	男性	1048	45.8	39.4	32.0	28.3	21.3	18.2	17.3	13.8	11.6	1.9	14.4	12.8
	女性	1442	62.7	53.0	39.9	38.6	33.7	26.7	19.6	20.8	17.2	1.0	7.4	10.7
年齢性別	65～74歳	546	52.7	41.4	33.9	29.5	24.9	20.1	19.0	15.0	10.1	1.6	14.5	7.1
	75～84歳	387	43.2	39.8	32.3	27.9	18.6	17.8	17.1	14.7	13.4	2.3	14.2	15.2
	84歳以上	115	21.7	28.7	21.7	24.3	13.0	10.4	9.6	5.2	13.0	1.7	14.8	31.3
年齢性別	65～74歳	693	71.4	58.7	40.4	39.2	40.1	28.9	22.4	27.0	18.6	1.3	7.4	5.1
	75～84歳	561	57.8	51.9	41.5	40.8	30.3	26.9	16.9	15.9	16.6	0.5	7.5	12.7
	84歳以上	188	45.2	35.1	33.0	29.3	20.2	18.1	17.6	12.8	13.8	1.1	7.4	25.5

第3章 在宅介護実態調査

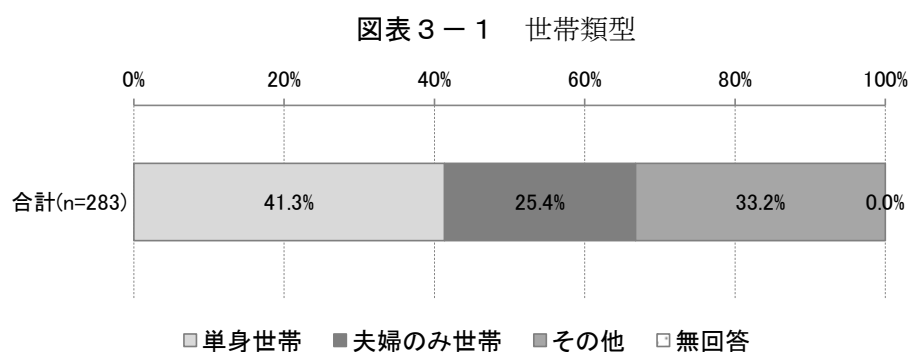
I. 分析の目的

『在宅介護実態調査』は、これまでの「地域包括ケアシステムの構築」という観点に加え、「介護離職をなくしていくためにはどのようなサービスが必要か」といった観点を盛り込むため、「高齢者等の適切な在宅生活の継続」と「家族等介護者の就労継続」の実現に向けた介護サービスのあり方を検討することを目的とします。本調査は、主に要介護認定者を対象とし、施設等へ入居・入所している方は対象としていません。

II. 調査結果

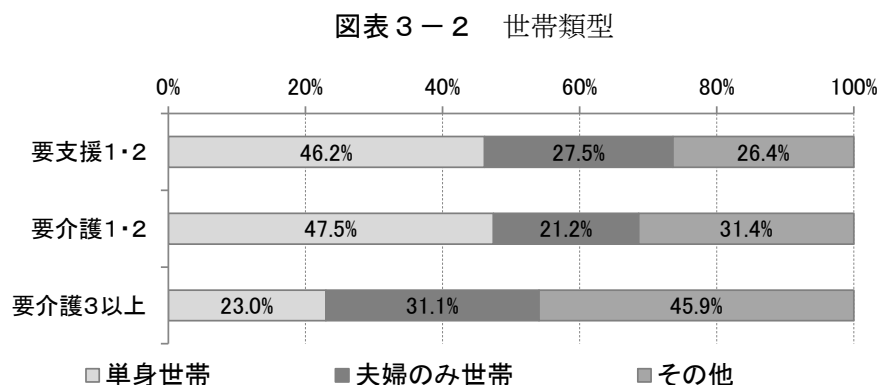
(1) 世帯類型 (A問1)

世帯類型は、「単身世帯」が41.3%、「夫婦のみ世帯」が25.4%となっている。



【要介護度別】

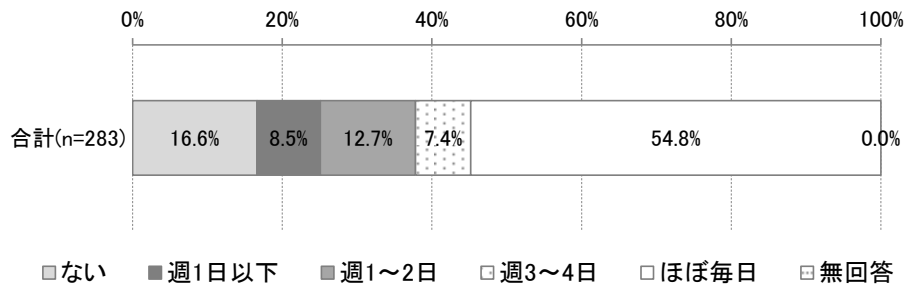
要介護度別にみると、「単身世帯」は要介護1・2で5割近く、要支援1・2で4割台半ばとなっている。「夫婦のみ世帯」は要介護3以上で3割超えと高くなっている。



（２）家族等による介護の頻度（Ａ問２）

家族等による介護の頻度は、「ほぼ毎日」が54.8%と最も高く、「週１～２日」が12.7%、「週１日以下」が8.5%と続く。一方、「ない」は16.6%となっている。

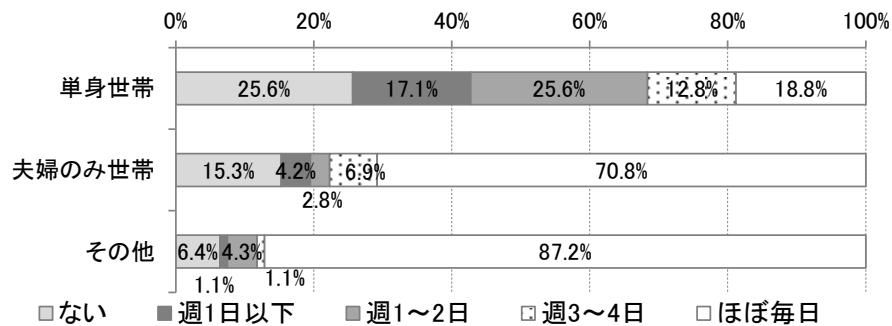
図表３－３ 家族等による介護の頻度



【世帯類型別】

世帯類型別にみると、「ほぼ毎日」はその他で87.2%と最も高く、夫婦のみ世帯で70.8%、単身世帯で18.8%となっている。

図表３－４ 家族等による介護の頻度



【世帯類型別／要介護度別】

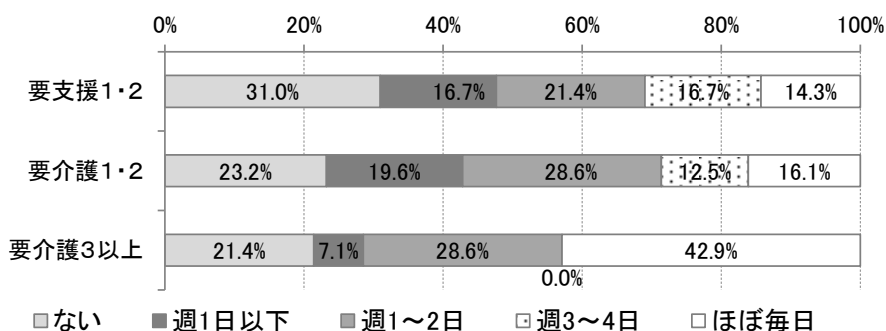
各世帯類型で要介護度別にみると、単身世帯では、「ほぼ毎日」は要介護３以上で４割超えと高くなっており、「週１～２日」は要介護１・２、要介護３以上で３割近くとなっている。

夫婦のみ世帯では、「ほぼ毎日」は、要介護度に関わらず高く、特に要介護１・２では９割近く、要介護３以上で８割近くと高くなっている。

その他では、「ほぼ毎日」が要介護度に関わらず最も高くなっており、特に要支援１・２で９割台半ばと高くなっている。

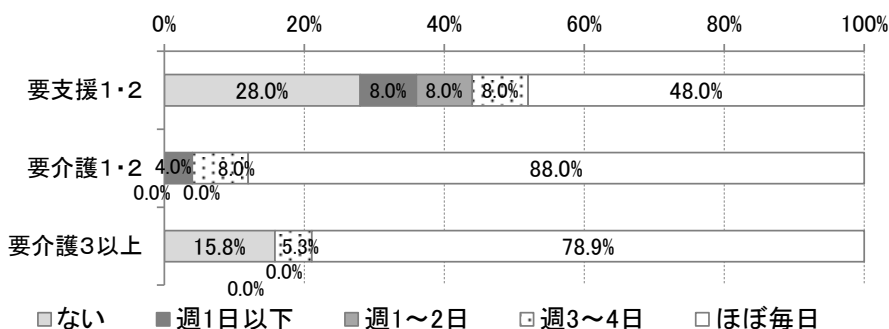
<単身世帯>

図表３－５ 家族等による介護の頻度／単身世帯



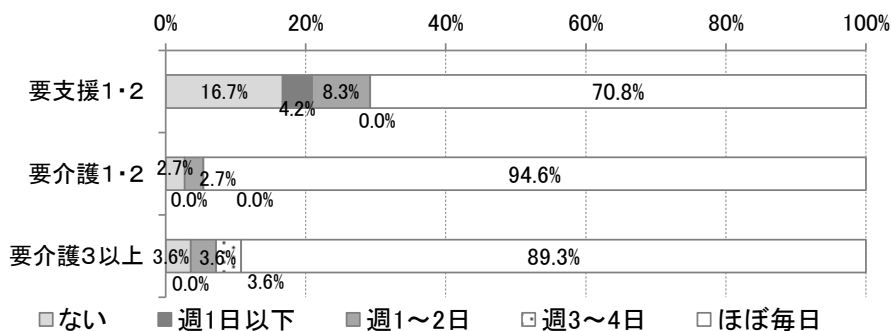
<夫婦のみ世帯>

図表３－６ 家族等による介護の頻度／夫婦のみ世帯



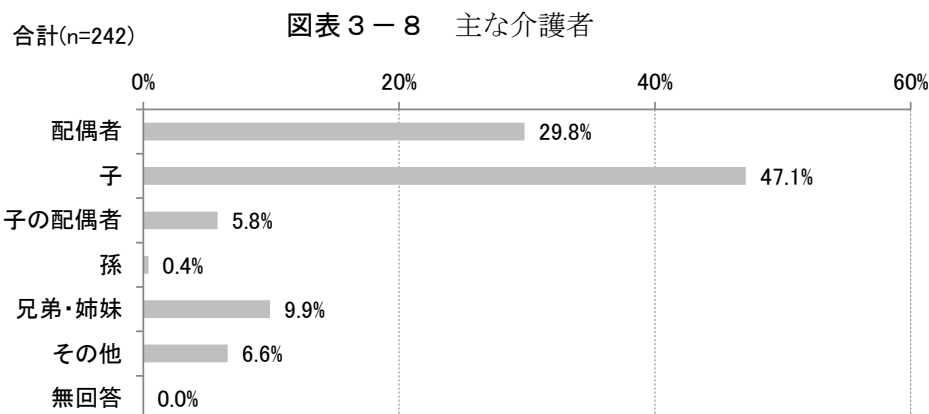
<その他>

図表３－７ 家族等による介護の頻度／その他



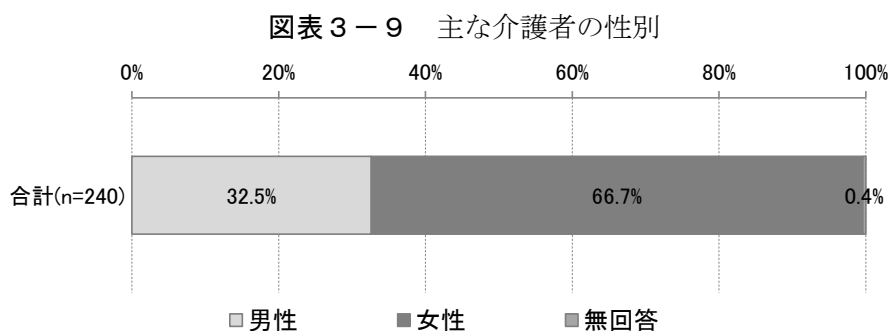
(3) 主な介護者（A問3）

主な介護者は、「子」が47.1%と最も高く、「配偶者」が29.8%、「兄弟・姉妹」が9.9%と続く。



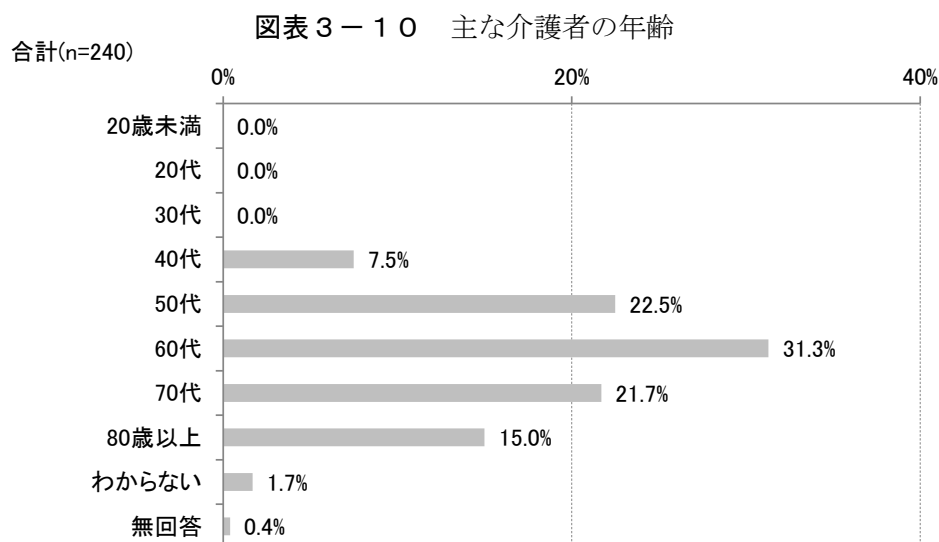
(4) 主な介護者の性別（A問4）

主な介護者の性別は、「男性」が32.5%、「女性」が66.7%となっている



(5) 主な介護者の年齢（A問5）

主な介護者の年齢は、「60代」が31.3%と最も高く、「50代」が22.5%、「70代」が21.7%と続く。

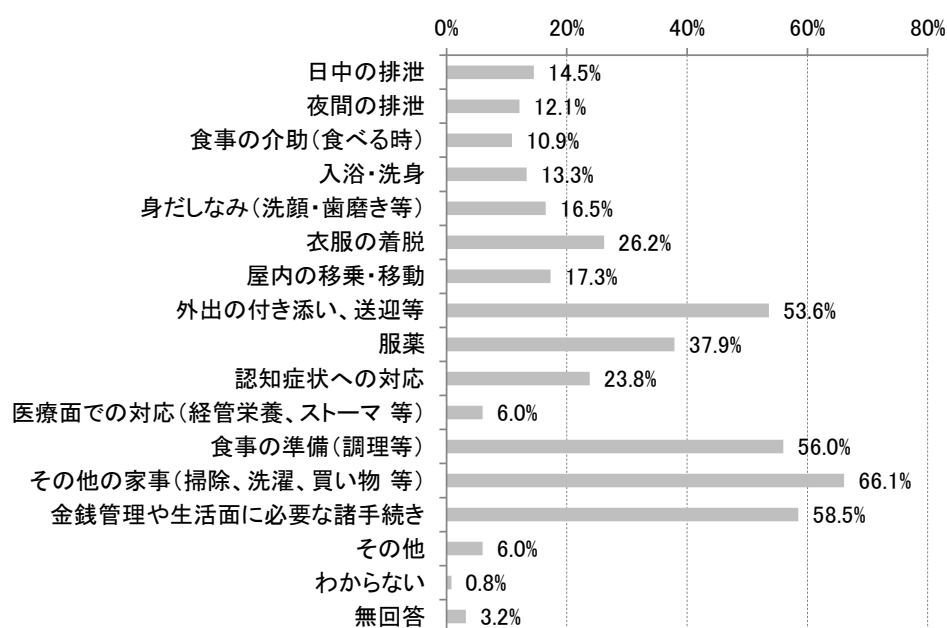


(6) 主な介護者が行なっている介護内容（A問6）

主な介護者が行なっている介護内容は、「その他の家事（掃除、洗濯、買い物 等）」が66.1%と最も高く、「金銭管理や生活面に必要な諸手続き」が58.5%、「食事の準備（調理等）」が56.0%、「外出の付き添い、送迎等」が53.6%と続く。

図表3－11 主な介護者が行なっている介護内容

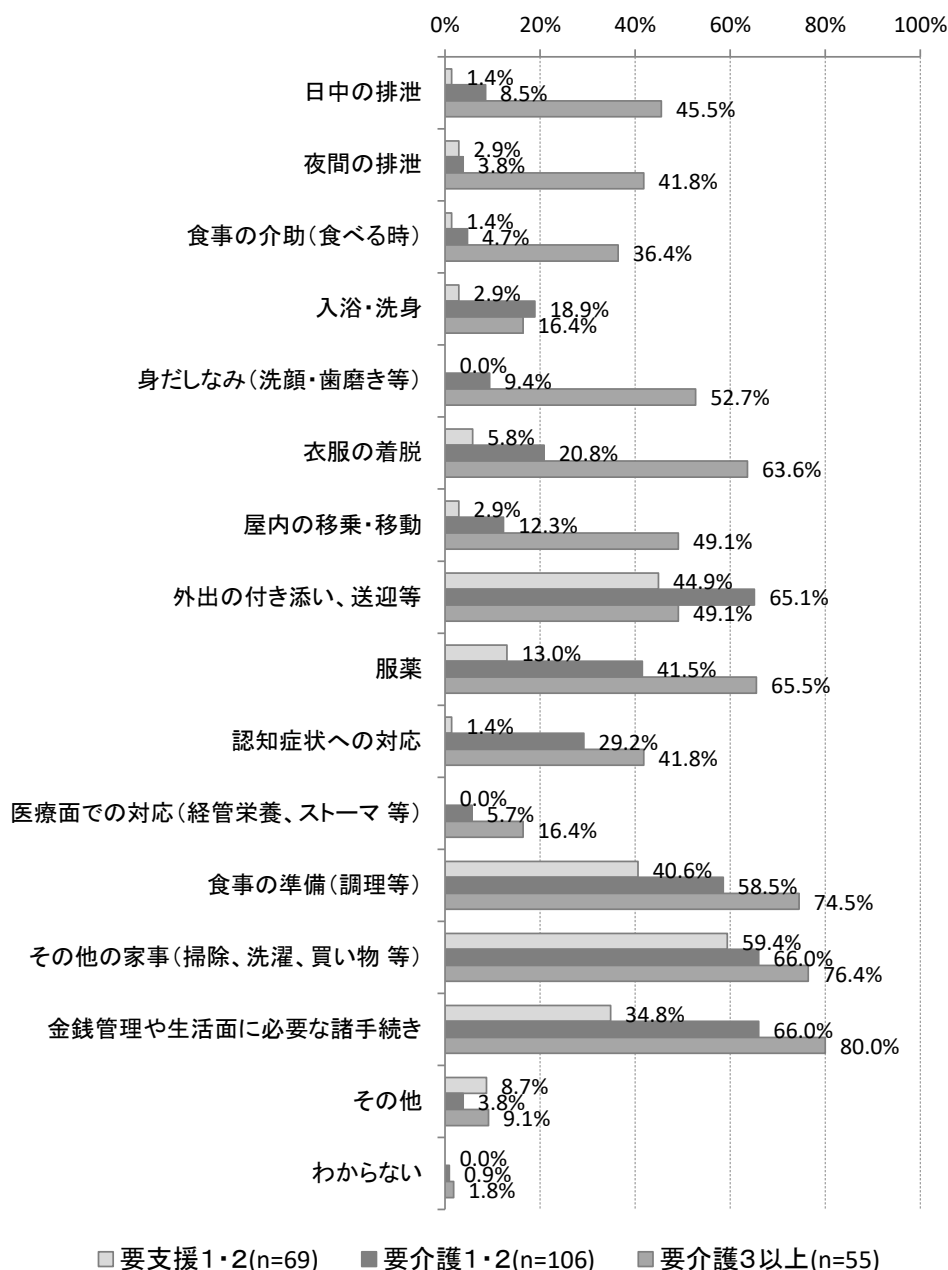
合計(n=248)



【要介護度別】

要介護度別にみると、どの項目でも要介護3以上の割合が高く、特に、「食事の準備（調理等）」「その他の家事（掃除、洗濯、買い物等）」「金銭管理や生活面に必要な諸手続き」は7割以上と高くなっている。一方、「外出の付き添い、送迎等」は要介護1・2の方が要介護3以上より高い割合となっている。

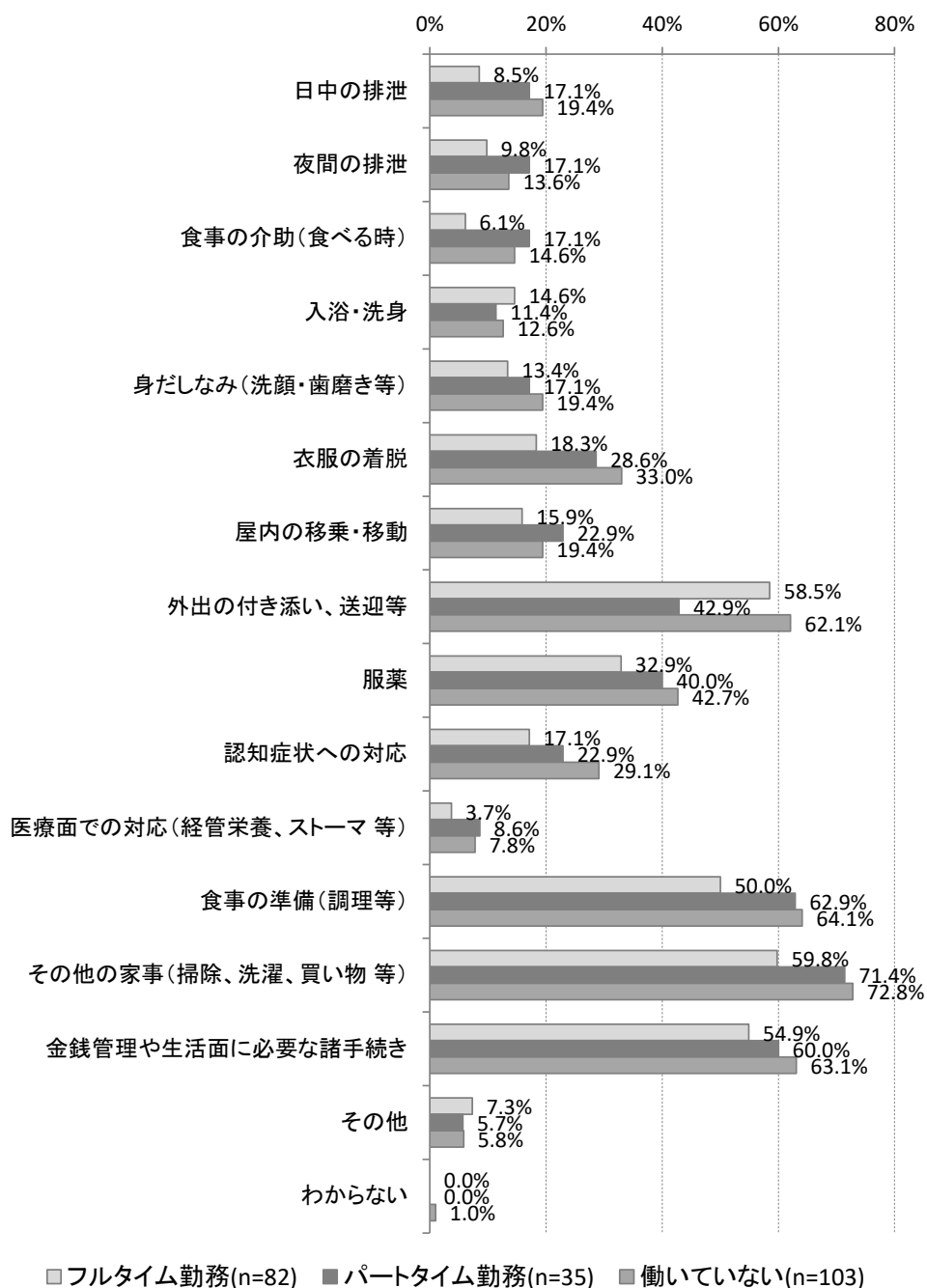
図表3－12 主な介護者が行なっている介護内容



【就労状況別】

就労状況別にみると、どの項目でもフルタイム勤務の割合が低い傾向にあり、特に、「食事の準備（調理等）」「その他の家事（掃除、洗濯、買い物等）」は多層より 10 ポイント以上の差がある。

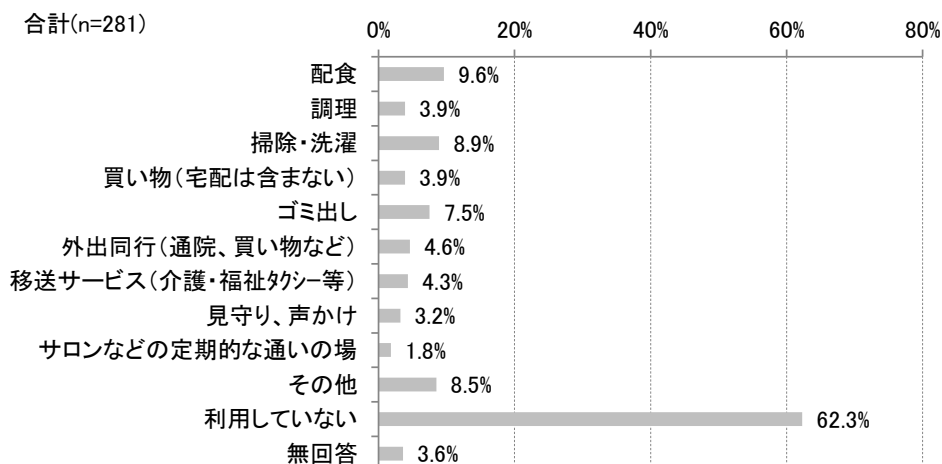
図表 3－13 主な介護者が行なっている介護内容



(7) 介護保険サービス以外の利用状況（A問8）

介護保険サービス以外の利用状況は、「配食」が9.6%と最も高く、「掃除・洗濯」が8.9%、「その他」が8.5%と続く。一方、「利用していない」は62.3%となっている。

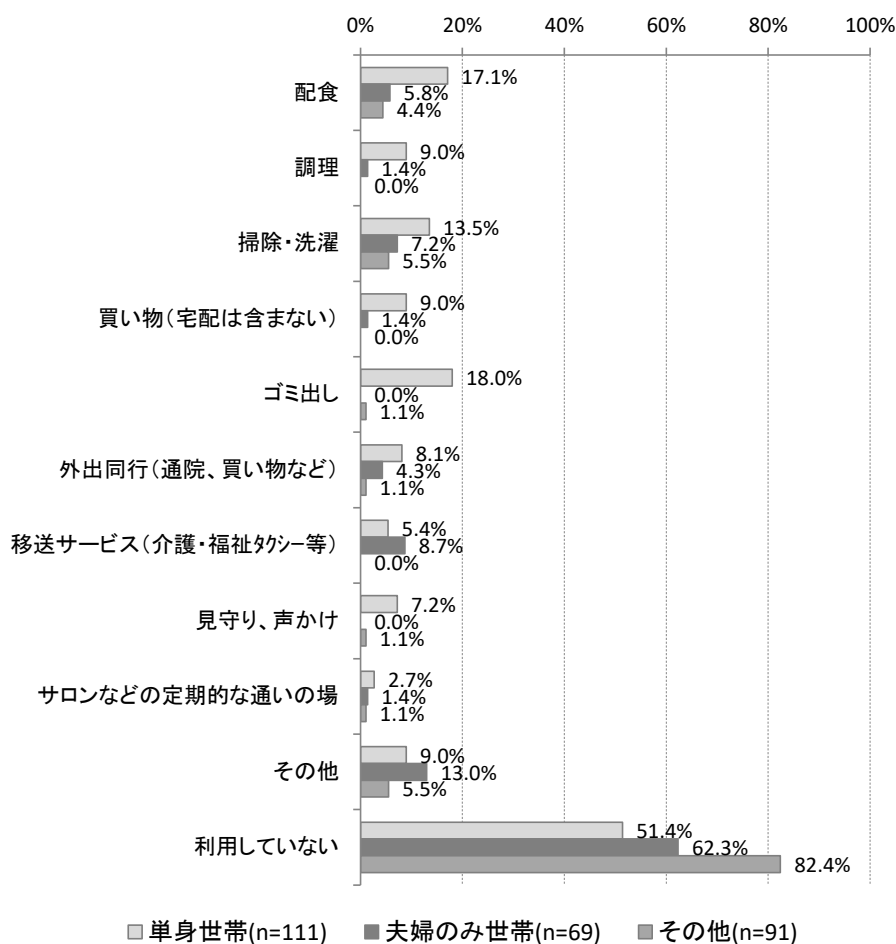
図表3-14 介護保険サービス以外の利用状況



【世帯類型別】

世帯類型別にみると、どの項目でも単身世帯の割合が高い傾向にあり、特に、「配食」「掃除・洗濯」「ゴミ出し」は1割以上となっている。

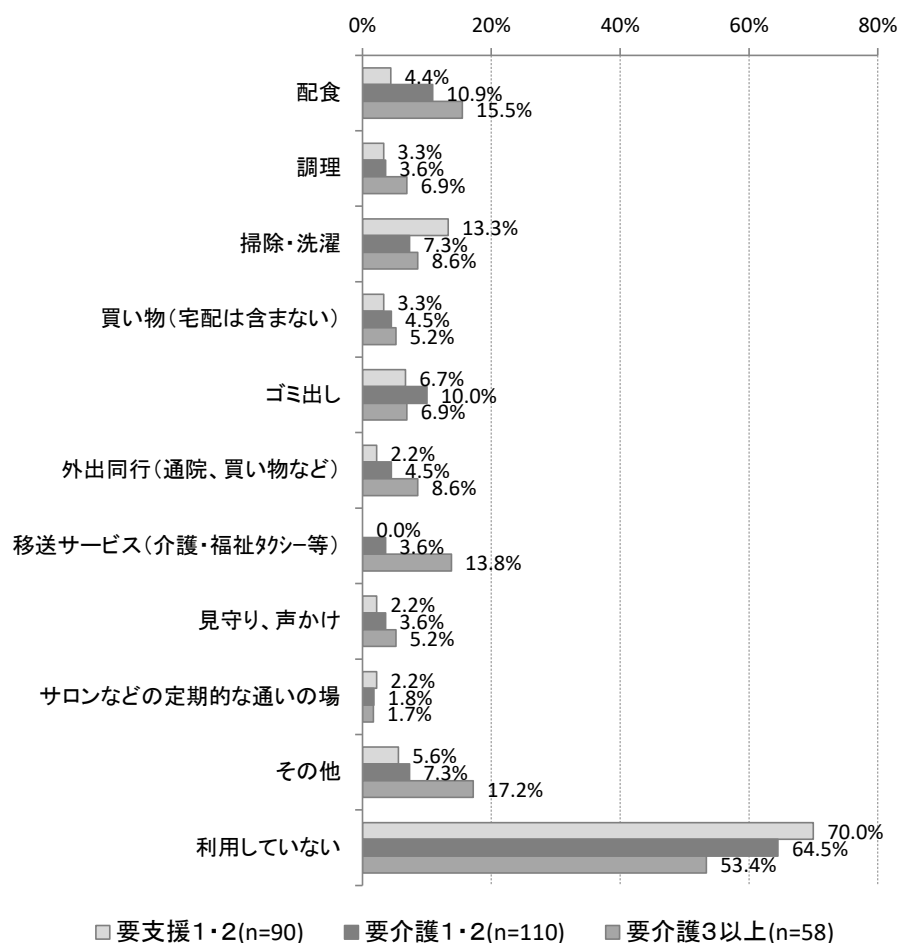
図表3-15 介護保険サービス以外の利用状況



【要介護度別】

要介護度別にみると、要介護3以上では「配食」「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」「その他」、要介護1・2では「配食」「ゴミ出し」、要支援1・2では「掃除・洗濯」が1割を超える。

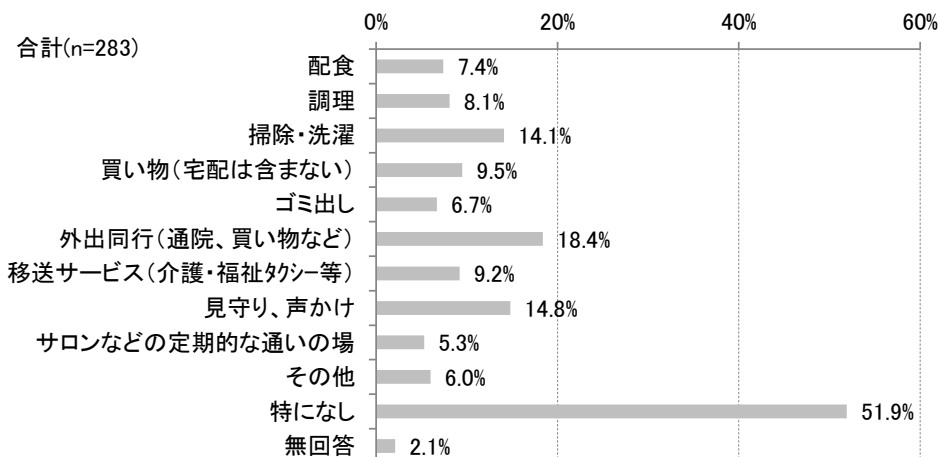
図表3-16 介護保険サービス以外の利用状況



（８）在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス（Ａ問９）

在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスは、「外出同行（通院、買い物など）」が18.4%と最も高く、「見守り、声かけ」が14.8%、「掃除・洗濯」が14.1%と続く。一方、「特になし」は51.9%と半数を超える。

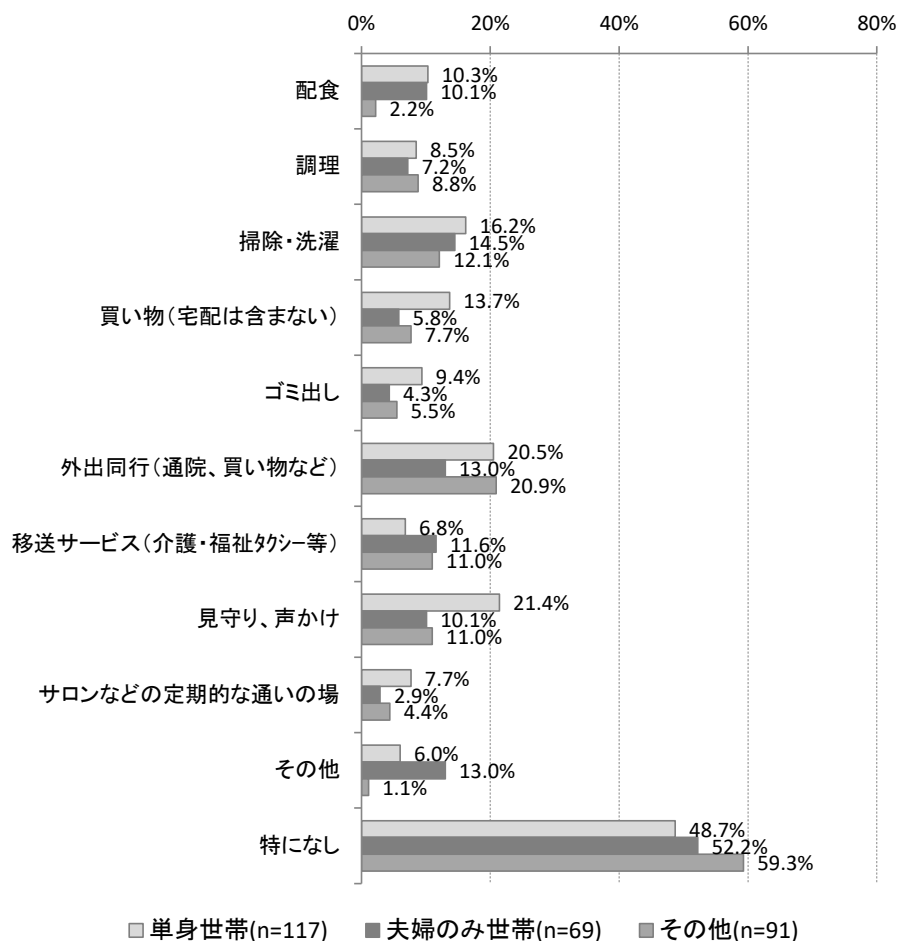
図表３－１７ 在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス



【世帯類型別】

世帯類型別にみると、単身世帯では「外出同行（通院、買い物など）」「見守り、声かけ」が２割以上と高くなっている。

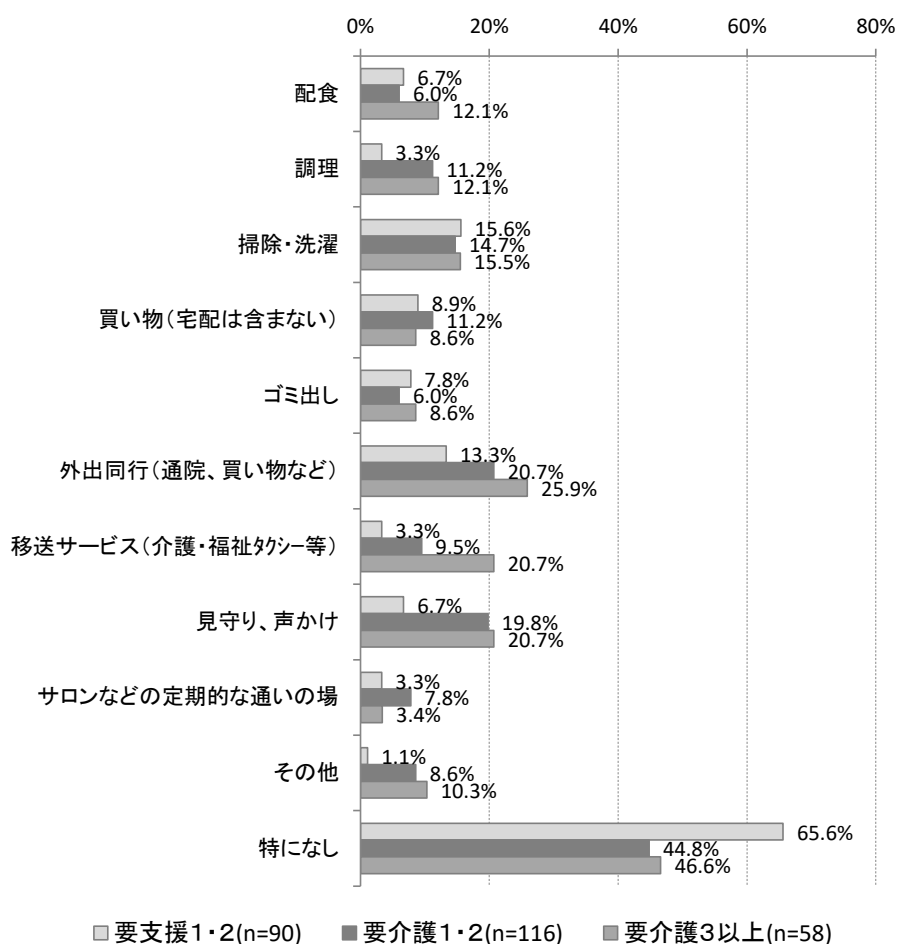
図表３－１８ 在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス



【要介護度別】

要介護度別にみると、「外出同行（通院、買い物など）」「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」「見守り、声かけ」は要介護１・２または要介護３以上で高い割合となっている。一方、「特になし」は要支援１・２で６割台半ばとなっている。

図表３－１９ 在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス



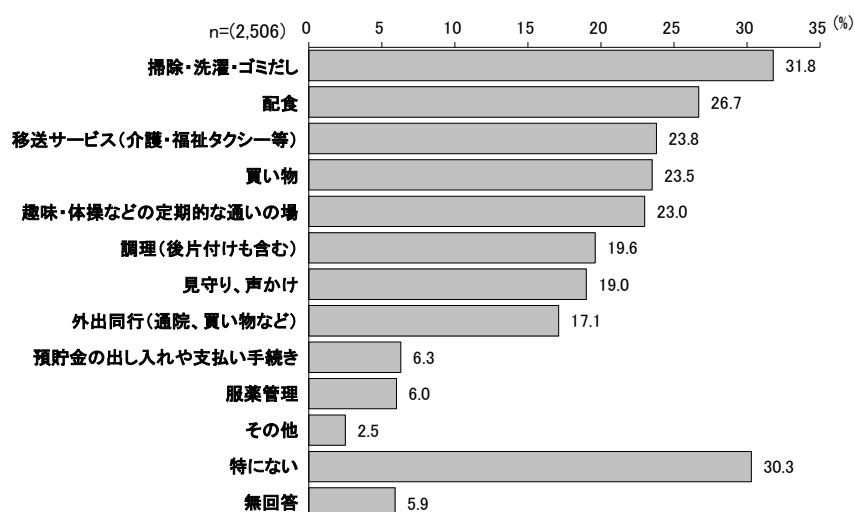
※日常生活圏域ニーズ調査との比較※（選択肢が違うため参考掲載）

第2章 日常生活圏域ニーズ調査（15）でも、「在宅生活に必要な支援・サービス」を伺った。それぞれの調査における上位3項目は以下のとおりとなった。

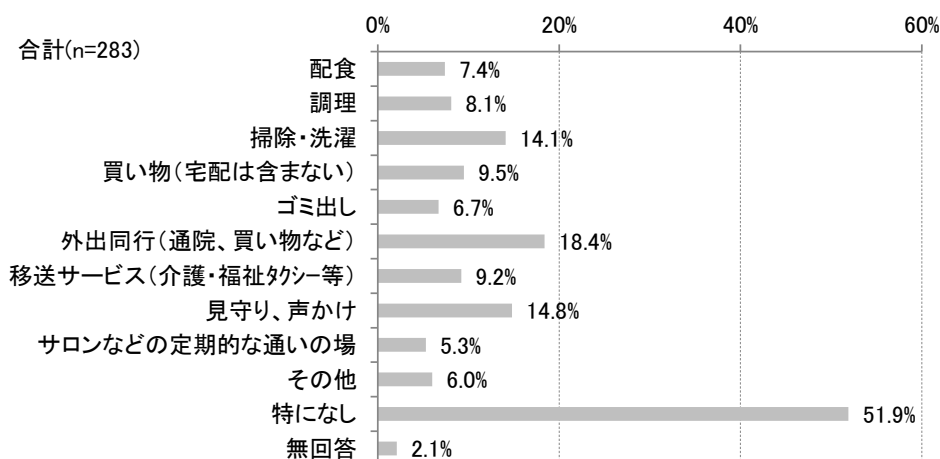
	日常生活圏域ニーズ調査	在宅介護実態調査
1位	掃除・洗濯・ゴミだし	外出同行 (通院、買い物など)
2位	配食	見守り、声かけ
3位	移送サービス (介護・福祉タクシー等)	掃除・洗濯

掃除・洗濯支援や外出支援は両調査とも上位となっているが、「見守り、声かけ」は実際に介護している層（在宅介護実態調査の対象者）からのニーズが高く、一方、「配食」の順位は、実際に介護している層の中では比較的低くなっている。

図表3-20 【日常生活圏域ニーズ調査】在宅生活に必要な支援・サービス



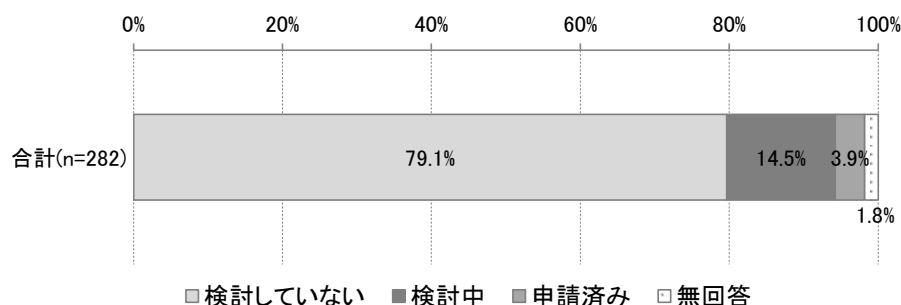
図表3-21 【在宅介護実態調査】在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス



(9) 入所・入居の検討状況（A問10）

入所・入居の検討状況は、「検討していない」が79.1%、「検討中」が14.5%となっている。

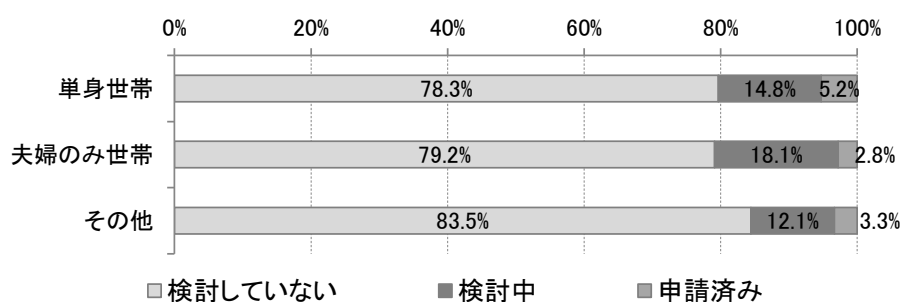
図表3-22 入所・入居の検討状況



【世帯類型別】

世帯類型別にみると、「検討中」は夫婦のみ世帯で2割近くと高くなっている。

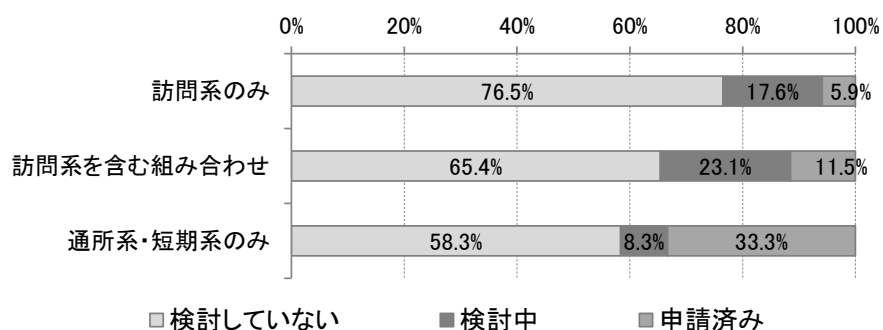
図表3-23 入所・入居の検討状況



【サービス利用の組み合わせ別／施設の検討状況(要介護3以上)】

サービス利用の組み合わせ別にみると、「検討中」は訪問系を含む組み合わせで2割を超えと高くなっている。

図表3-24 入所・入居の検討状況



※「訪問系」：訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、夜間対応型訪問介護(予防サービスを含む)

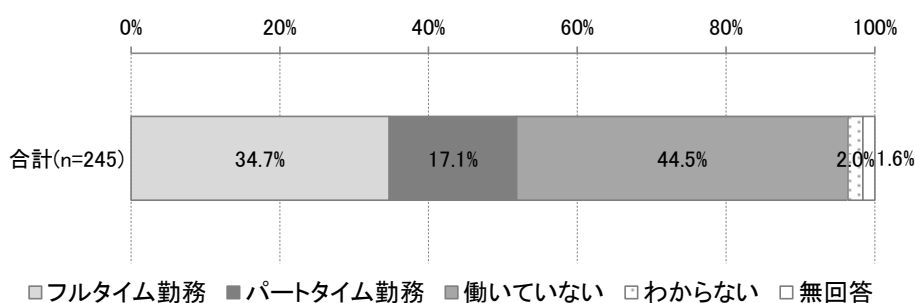
「通所系」：通所介護、通所リハビリテーション、認知症対応型通所介護(予防サービスを含む)

「短期系」：短期入所生活介護、短期入所療養介護(予防サービスを含む)

(10) 主な介護者の勤務形態（B問1）

主な介護者の勤務形態は、「フルタイム勤務」が34.7%、「パートタイム勤務」が17.1%、「働いていない」が44.5%となっている。

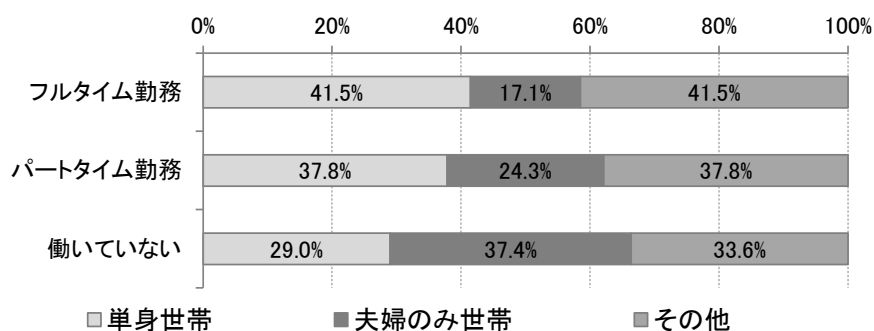
図表3-25 主な介護者の勤務形態



【世帯類型／勤務形態別】

世帯類型を就労形態別にみると、「単身世帯」「その他」はフルタイム勤務が4割超えと高くなっている。「夫婦のみ世帯」は働いていないが4割近くとなっている。

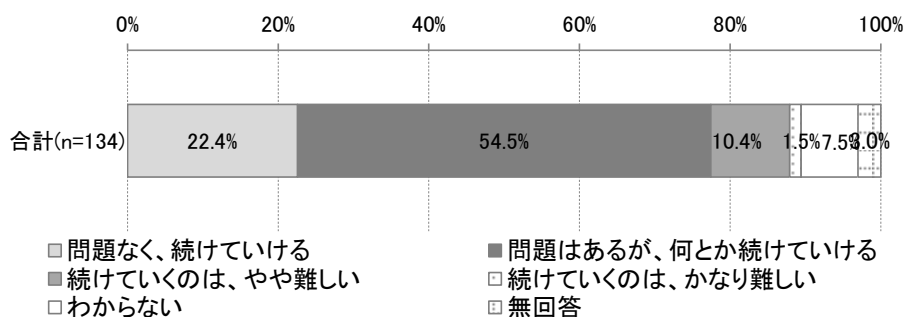
図表3-26 主な介護者の勤務形態



（１１）介護をしながら働き続けることへの見込み（Ｂ問４）

介護をしながら働き続けることへの見込みは、「問題なく、続けていける」（22.4％）と「問題はあるが、何とか続けていける」（54.5％）を合わせた『続けていける』は76.9％となっている。一方、「続けていくのは、やや難しい」（10.4％）と「続けていくのは、かなり難しい」（1.5％）を合わせた『困難』は11.9％となっている。

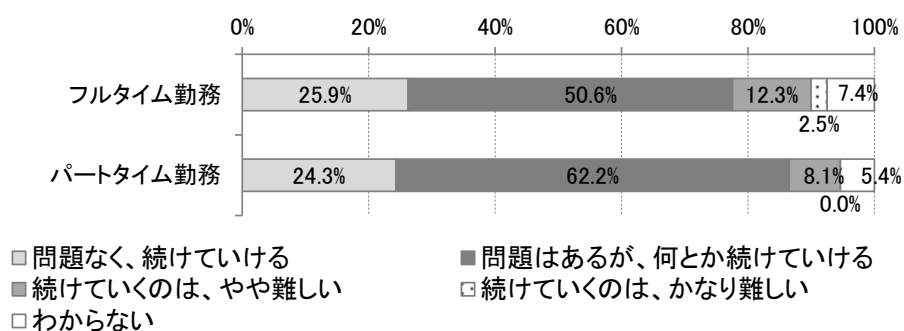
図表３－２７ 介護をしながら働き続けることへの見込み



【勤務形態別】

勤務形態別でみると、『続けていける』はパートタイム勤務の方がフルタイム勤務より10ポイント高くなっている。

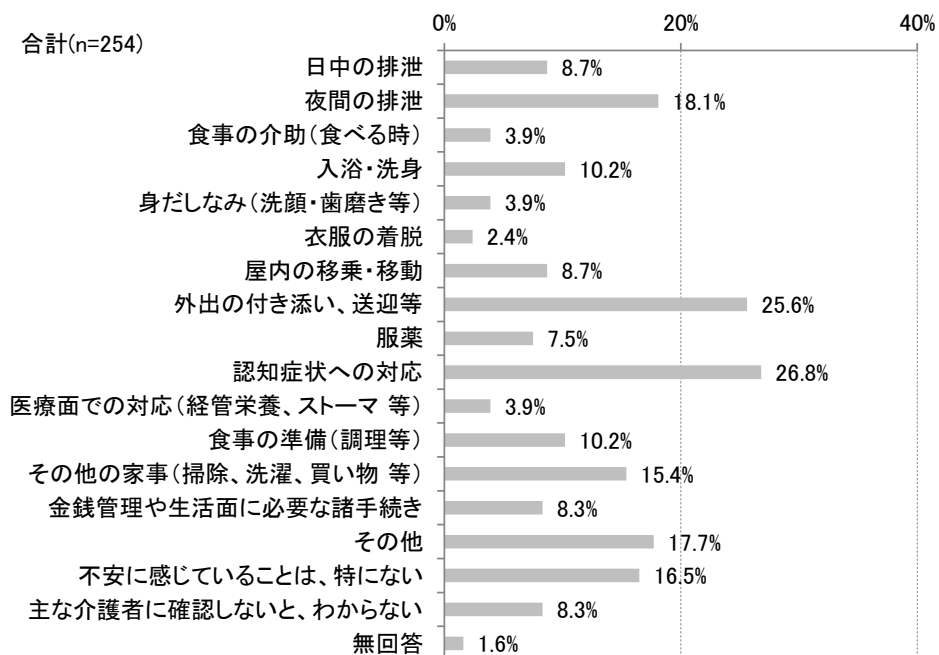
図表３－２８ 介護をしながら働き続けることへの見込み



(12) 主な介護者が不安に感じている介護（B問5）

主な介護者が不安に感じている介護は、「認知症状への対応」が26.8%と最も高く、「外出の付き添い、送迎等」が25.6%、「夜間の排泄」が18.1%と続く。

図表3-29 主な介護者が不安に感じている介護

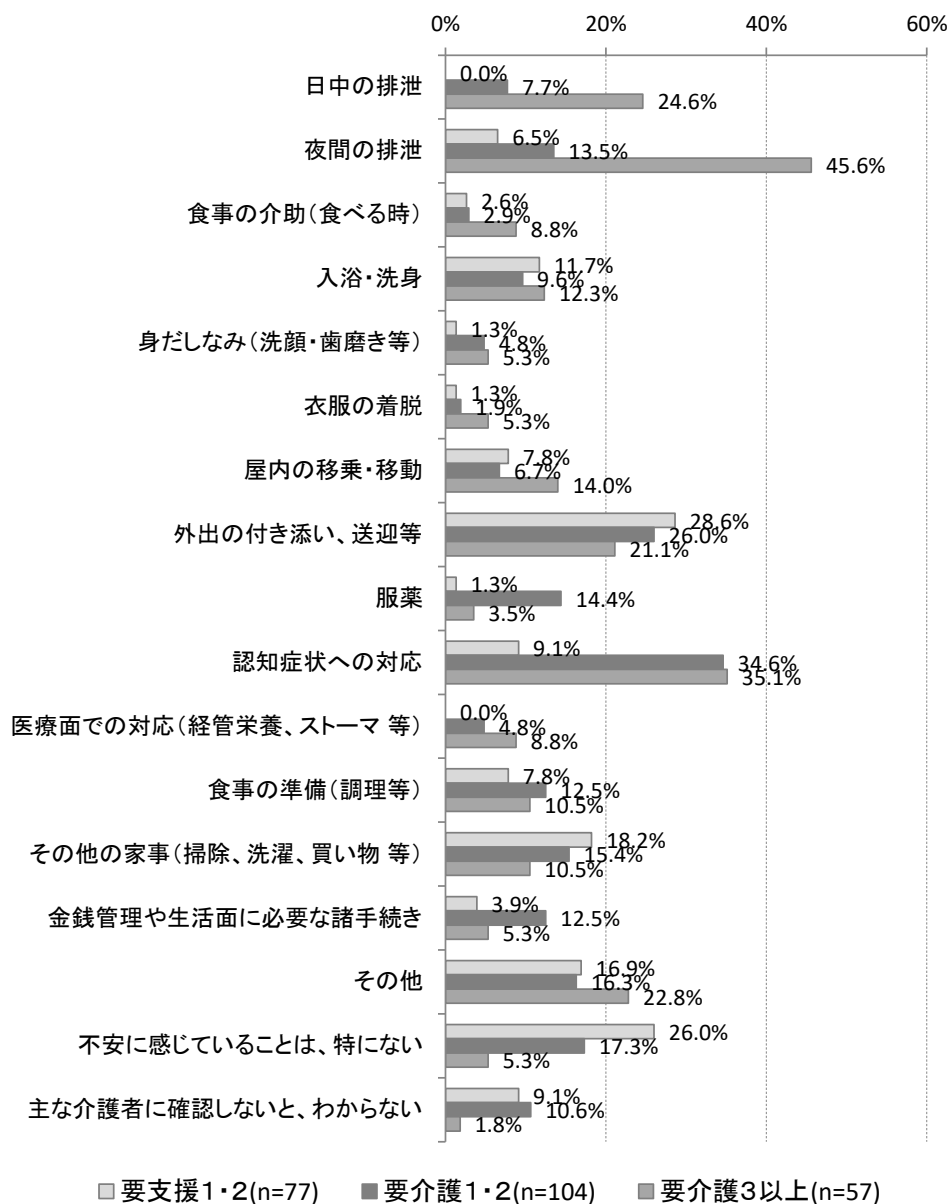


【要介護度別】

要介護度別にみると、要介護3以上では「夜間の排泄」が4割台半ば、要介護1・2、要介護3以上で「認知症状への対応」が3割台半ばと高くなっている。

要支援1・2では「外出の付き添い、送迎等」は3割近くと高くなっている。

図表3-30 主な介護者が不安に感じている介護



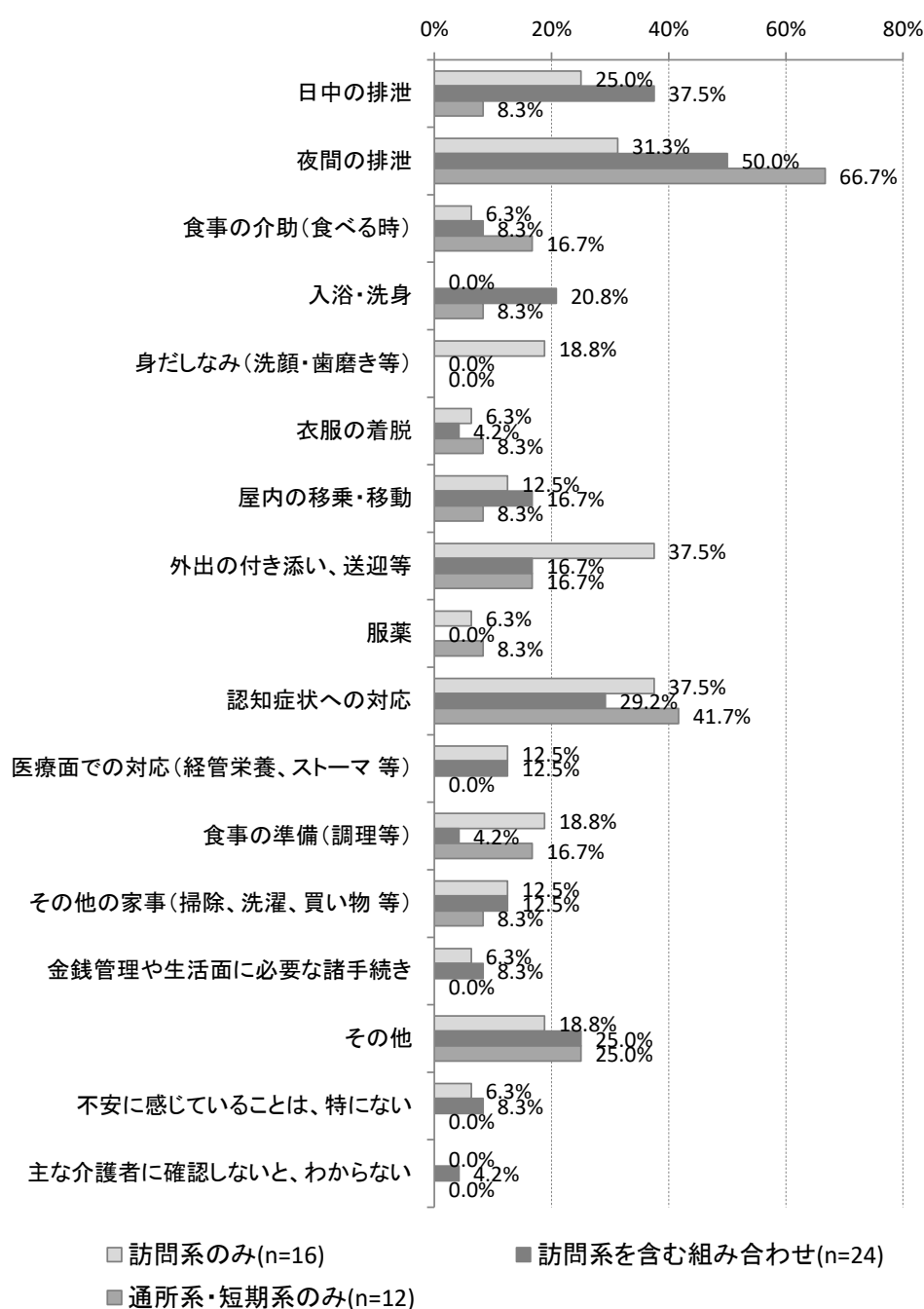
【サービス利用の組み合わせ別(要介護3以上)】

サービス利用の組み合わせ別でみると、訪問系のみでは、「外出の付き添い、送迎等」「認知症状への対応」が4割近く、「夜間の排泄」が3割超えとなっている

訪問系を含む組み合わせでは、「夜間の排泄」が5割、「日中の排泄」が4割近くとなっている。

通所系・短期系のみでは「夜間の排泄」が7割近く、「認知症状への対応」が4割超えと高くなっている。

図表3-31 主な介護者が不安に感じている介護



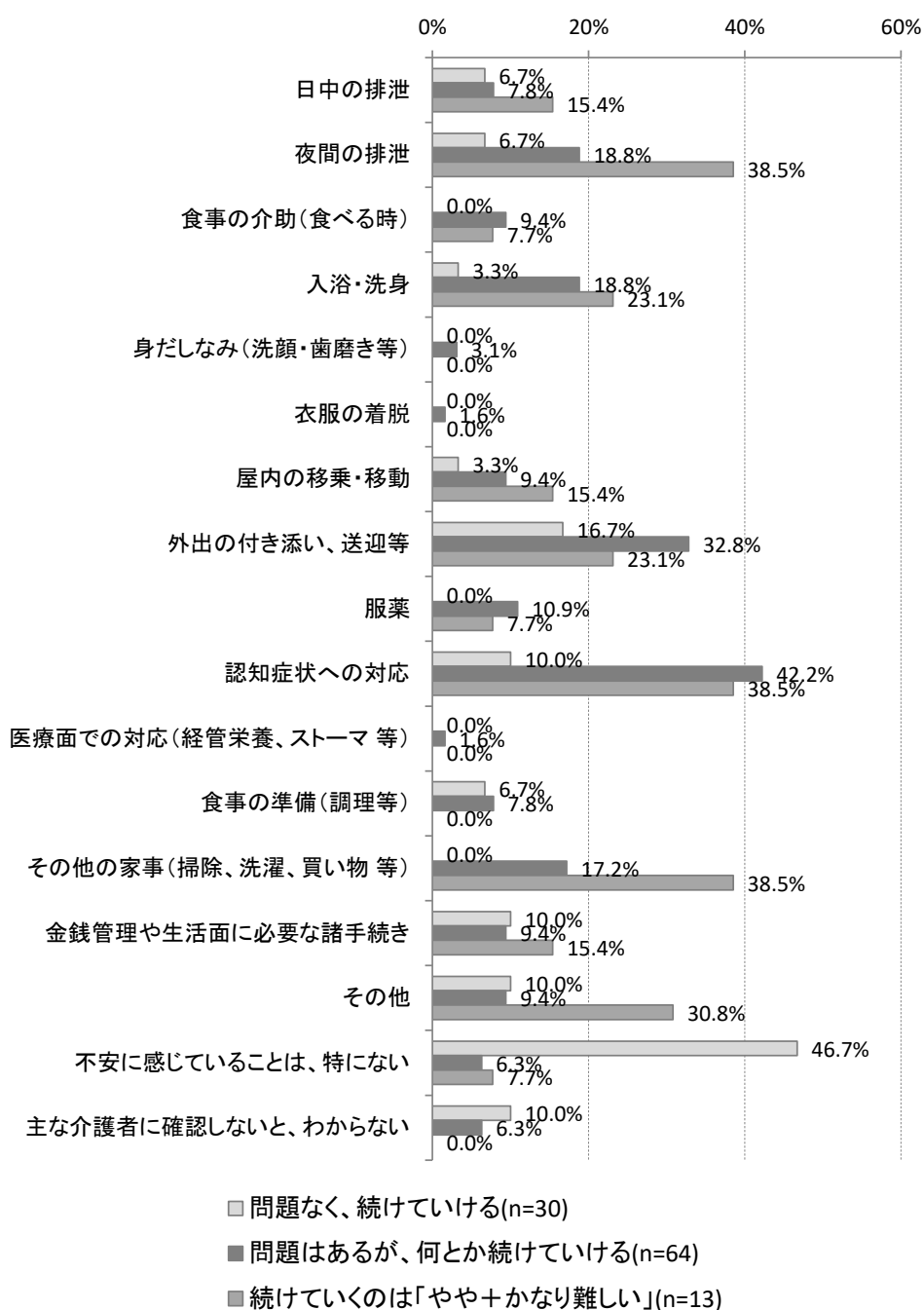
【就労継続見込み別(フルタイム勤務+パートタイム勤務)】

就労継続見込み別にみると、問題なく、続けていけるでは「不安に感じていることは、特にない」が5割近くと高くなっている。

問題はあるが、何とか続けていけるでは「認知症状への対応」が4割超え、「外出の付き添い、送迎等」が3割超えとなっている。

続けていくのは「やや+かなり難しい」では「その他の家事(掃除、洗濯、買い物等)」「夜間の排泄」「認知症状への対応」で4割近くとなっている。

図表3-32 主な介護者が不安に感じている介護

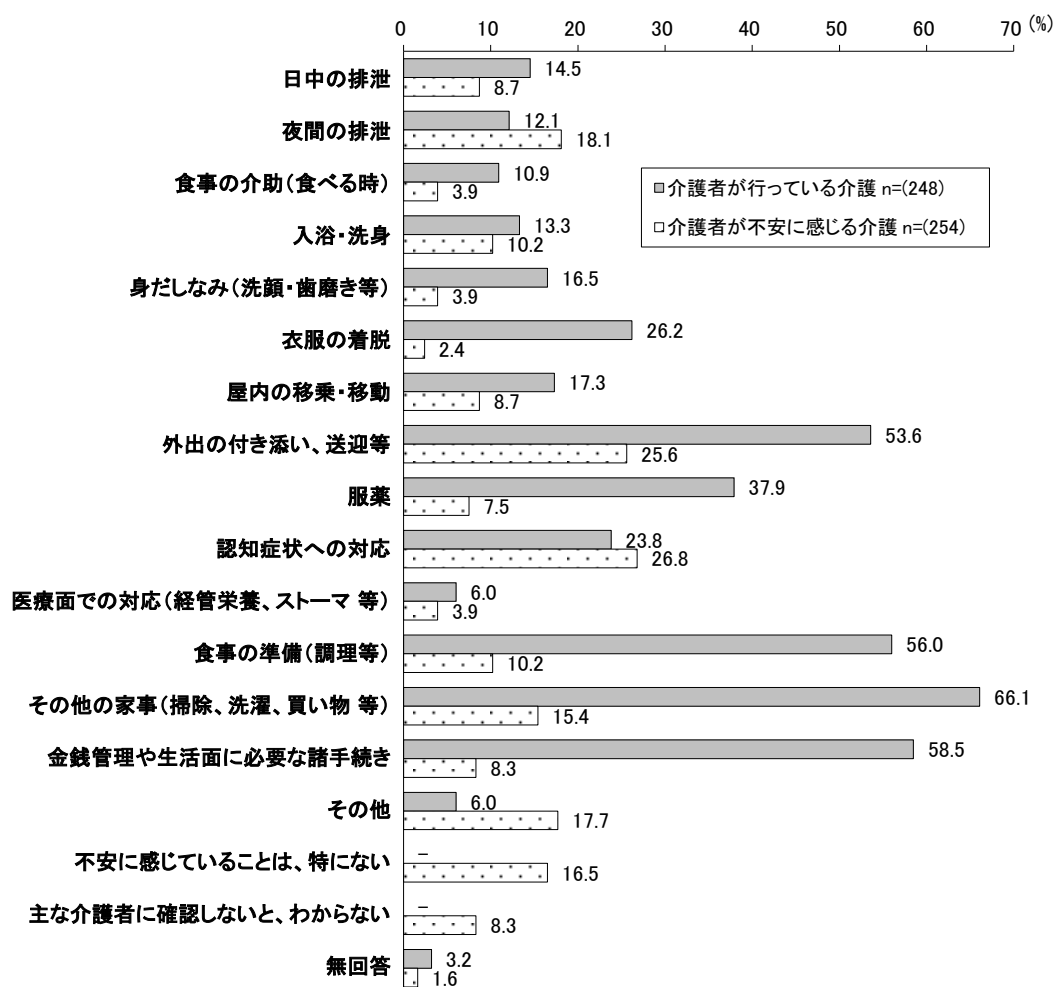


※主な介護者が行なっている介護内容との比較※

(6) 主な介護者が行なっている介護内容と比較を行った。

その結果、多くの項目で実際に行っている介護の方が、不安に感じる介護よりも割合が高い傾向であったが、「夜間の排泄」「認知症状への対応」は実態に行っている介護より介護者が不安に感じる介護の割合が高かった。

図表 3-3-3 主な介護者が不安に感じている介護



第4章 調査結果からみえる課題

I. あなたとご家族の生活状況について

- 千代田区の特徴として、「1人暮らし」が2割台半ば、「夫婦2人暮らし」が4割近くと高い割合となっている。また、住居形態として「集合住宅（持ち家・賃貸）」が6割超えと高くなっている。
- 介護・介助が必要になった主な原因として、「高齢による衰弱」が2割超えと最も高く、「骨折・転倒」「脊椎損傷」と続く。
- 介護が必要になった場合の暮らし方の希望として、「自宅で暮らしたい」が半数を超え、最後を迎えたい場所でも、「自宅」が4割を超える。性別でみると、男性の方が女性より「自宅」の割合が高い傾向があり、また、性／年齢別にみると、男女ともおおむね年齢が上がるほど「自宅」の割合が高くなる傾向がある。
- 在宅生活に必要な支援・サービスは、「掃除・洗濯・ゴミだし」が3割超えと最も高く、「配食」、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」と続く。
- 【在宅介護実態調査】でも、在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスをきいたところ、「外出同行（通院、買い物など）」が最も高く、「見守り、声かけ」、「掃除・洗濯」と続く。
- 在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスを、【在宅介護実態調査】と【日常生活圏域ニーズ調査】で比較すると、実際に介護している層（在宅介護実態調査の対象者）のニーズは「外出同行（通院、買い物など）」「掃除・洗濯」のほかに、「見守り、声かけ」のニーズが高いことが分かった。



区民が健康的な生活を維持するために、フレイル予防等の対策が重要となる。

また、充実した在宅生活を送るために、外出同行や掃除などの日常生活支援だけでなく、医療・介護の連携による「在宅生活の限界点を上げる」取り組みや、地域での見守りサービスなど、関係機関や地域を巻き込んだ支援も重要となる。

- 【在宅介護実態調査】で、主な介護者が行なっている介護内容をきいたところ、「その他の家事（掃除、洗濯、買い物等）」が6割台半ばと最も高く、「金銭管理や生活面に必要な諸手続き」、「食事の準備（調理等）」、「外出の付き添い、送迎等」と続く。
- 【在宅介護実態調査】で、主な介護者が不安に感じている介護をきいたところ、「認知症状への対応」が最も高く、「外出の付き添い、送迎等」、「夜間の排泄」と続く。
- “主な介護者が行なっている介護内容”と“不安に感じている介護”の比較を行った結果、「夜間の排泄」「認知症状への対応」は実際に行っている介護以上に、不安に感じる割合が高かった。
- 介護をしながら働き続けることへの見込みは、『続けていける』は8割近くとなっている。一方、『困難』も1割を超える。



介護者にとって「認知症状への対応」に関する不安が大きいため、家族支援を含めた認知症施策を進める必要性がある。

また、介護者が就労継続できるよう介護者のレスパイト対策を進める必要がある。

Ⅱ. からだを動かすことについて

- 昨年と比べた外出の回数は、『減っている』が2割を超える。
- 外出を控えている理由は、「足腰などの痛み」が5割台半ばと最も高く、「病気」、「トイレの心配（失禁など）」、「外での楽しみがない」と続く。
- 外出する際の移動手段は、「徒歩」が8割台半ばと最も高く、「電車」、「タクシー」と続く。
- 平成29年度と比較して「タクシー」、「路線バス」の利用が増加傾向にある。「タクシー」は男女とも年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にあり、84歳以上で6割を超える。また、「路線バス」は男性／84歳以上で4割近くと多層より高くなっている。
- 圏域別にみると、「自転車」は神田地域の方が麴町地域より高くなっている。



介護予防事業の充実とともに、経済的余裕がないことで外出頻度が低下することがないように、外出支援や生活支援等の総合的な取り組みが求められる

Ⅲ. 食えることについて

- BMIをみると、「やせ（BMI 18.5未満）」は女性／84歳以上で2割近くと高い。
- 口腔機能低下リスクをみると、「該当」する割合は男女とも84歳以上で3割を超える。
- また、歯の数と入れ歯の利用状況をみると、自分の歯が『19本以下（入歯含む）』の割合は3割台半ばとなっており、喫煙状況別でみると、『19本以下』はほぼ毎日吸っているで5割超えと高くなっている。



年齢を重ねても健康でいられるよう、食や口腔、喫煙など、生活習慣の改善が必要である。

Ⅳ. 毎日の生活について

- 平成29年と比較して、趣味や生きがいを持つ人が減少している。趣味や生きがいを持つ人は男女とも年齢が上がるほど割合が低くなる傾向にあり、また、家族構成別でみると、1人暮らしよりも夫婦2人暮らしの方が趣味や生きがいを持つ割合が高い傾向にある。
- 他世代との会話の機会は、交流相手の年代が上がるほど「交流あり」の割合が高くなる傾向にある。なお、子どもや20代の若者との交流の有無では、「交流あり」と「交流なし」の割合が同程度となっている。



趣味・生きがいや人との交流は、主観的健康観の向上において重要な要素となるため、1人暮らしや高齢の方でも趣味や生きがい、他者との交流を気軽に持てるよう、機会の提供を行う必要がある。

V. 地域での活動について

- 地域活動の参加状況で何かしらの活動に参加しているは6割台半ば、「1つも参加していない」は3割近くとなっている。経済状況別にみると、「1つでも参加」は経済状況に余裕があるほど割合が高くなる傾向にある。
- 収入のある仕事は、『ある』は4割近く、「ない」は5割近くとなっている。性別でみると、『ある』は男性の方が女性より20ポイント以上高くなっている。
- 参加者として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向は、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は6割を超える。
- 企画・運営として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向は、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は4割を超える。



経済状況に影響されることなく、地域活動に前向きな高齢者が活動に参加しやすい仕組みを作る必要がある。

また、「仕事」が趣味や生きがいと答える方もおり、仕事により社会とのつながりを保てるという観点から、就労支援の充実も必要となる。

VI. たすけあいについて

- 地域とのつながりは、『感じる』は5割を超える一方、つながりを『感じない』も4割台半ばと高くなっている。住居形態別にみると、『感じない』は集合住宅の方が一戸建てより20ポイント高くなっている。
- 圏域別にみると、地域とのつながりを『感じる』は神田地域の方が麹町地域より15ポイント高くなっている。
- 1人暮らしの場合、心配事や愚痴を聞いてくれる人がいない割合は1割近く、看病や世話をしてくれる人がいない割合は2割を超える。
- また、夫婦2人暮らしの場合、看病や世話をしてくれる人は「配偶者」と答える割合は9割近くになり、配偶者への依存度が高い傾向にある。



集合住宅では住民同士のつながりが希薄という結果がみられることから、各関係機関で連携し、助け合いの輪を広げていく必要がある。また、1人暮らしはもちろん、どのような状況の方でも気軽に相談できるよう地域包括ケアシステムを推進する必要がある。

VII. 健康について

- 主観的健康観は、『よい』が8割超え、「よくない」は1割台半ばとなる。IV. 毎日の生活についてでも述べたが、生きがいや人との交流、仕事を持つ人は、主観的健康観が良い傾向にある。
- 介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況は、「取り組んでいることがある」が4割を超え、取り組んでいる内容としては、「食」や「運動」、「口をきれいに保つ」ことなどが上位に挙がる。また、介護予防のために今後取り組んでみたいことでも、同様の結果となっている。
- 「特に取り組んでいることはない」も4割超えとなっている。取り組んでいない理由として、「もう少し体の状態に自信がなくなっても遅くないから」が3割超えと最も高く、「仕事をしていて時間がとれないから」、「自分は健康なので必要がないから」と続く。また、「特に理由はない」は2割近くとなっており、性別でみると、「自分は健康なので必要がないから」は男性の方が女性より10ポイント以上高くなっている。



生きがいや人との交流を創出する機会の提供や、就労支援の必要性がある。介護予防については、女性の方が前向きに取り組む傾向があるため、男性でも参加しやすい介護予防事業の推進が必要となる。

VIII. 認知症について

- 認知症支援として必要と感じるものは、「介護者が休息できるよう、認知症の方を預かるサービス」が5割台半ばと最も高く、「認知症の診断を受けた直後に、サービスの情報提供や精神的サポートなどを受けられる支援」、「認知症健診などにより、自分自身の健康チェックを行う機会」と続く。
- 【在宅介護実態調査】で、主な介護者が不安に感じている介護をきいたところ、「認知症状への対応」が3割近くと最も高い
- しかし、認知症に関する相談窓口の認知度は、「はい」が3割超えにとどまる。



介護者のレスパイト対策はもちろん、介護者が一人で悩み抱え込まず気軽に相談できる環境が必要ことから、認知症に関する相談窓口の認知度向上に努める必要がある。

千代田区
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査及び在宅介護実態調査
調査結果報告書
2020（令和2）年3月

発行：千代田区保健福祉部高齢介護課
東京都千代田区九段南1-2-1
TEL 03-3264-2111

調査：株式会社サーベイリサーチセンター
東京都中央区日本橋3-13-5