

介護予防・日常生活圏域二一ズ調査 在宅介護実態調査

<調査結果報告書>

令和5年（2023年）3月

千 代 田 区

目次

第1章 調査の概要	1
Ⅰ. 調査の目的	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	4
第2章 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	5
Ⅰ. あなたとご家族の生活状況について	7
（1）性別	7
（2）年齢	7
（3）圏域	8
（4）要介護度	10
（5）調査票記入者（問1）	10
（6）千代田区での居住年数（問2）	11
（7）家族構成（問3）	13
（8）介護・介助の必要性（問4）	14
（9）介護・介助の実施の有無（問5）	15
（10）経済的にみた現在の暮らしの状況（問6）	15
（11）住居形態（問7）	16
（12）介護が必要になった場合の暮らし方の希望（問8）	18
（13）最期を迎えたい場所（問9）	20
（14）在宅生活に必要な支援・サービス（問10）	22
Ⅱ. からだを動かすことについて	24
（15）★運動器の機能低下リスク（問11～問15）	24
（16）★転倒リスク（問14）	28
（17）座位時間（問16）	28
（18）1週間の外出頻度（問17）	29
（19）昨年と比べた外出の回数（問18）	31
（20）外出を控えているか（問19）	33
（21）外出を控えている理由（問19-1）	34
（22）外出する際の移動手段（問20）	35
Ⅲ. 食べることについて	36
（23）★BMI（問21）	36
（24）★口腔機能低下リスク（問22～問24）	38
（25）歯の数と入れ歯の利用状況（問25）	41
（26）★低栄養のリスク（BMIかつ問26）	43

(2 7) 共食の機会 (問27)	43
IV. 毎日の生活について	44
(2 8) 物忘れが多いと感じるか (問28)	44
(2 9) 自分で電話をかけているか (問29)	44
(3 0) 日付がわからない時があるか (問30)	44
(3 1) ★手段的日常生活動作 (IADL) (問31～問35)	45
(3 2) 書類が書けるか (問36)	48
(3 3) 耳の聞こえの状況 (問37)	48
(3 4) 補聴器の利用状況 (問38)	48
(3 5) 詐欺等に騙された・騙されそうになった経験 (問39)	49
(3 6) 他世代との会話の機会 (問40)	49
(3 7) 生きがいの有無 (問41)	50
V. 地域での活動について	52
(3 8) ★地域活動の参加状況 (問42)	52
(3 9) 参加者として健康づくり等グループ活動への参加意向 (問43)	55
(4 0) 企画・運営として健康づくり等グループ活動への参加意向 (問44)	55
VI. たすけあいについて	56
(4 1) 地域とのつながり (問45)	56
(4 2) 地域への愛着度 (問46)	58
(4 3) 心配事や愚痴を聞いてくれる人 (問47)	59
(4 4) 心配事や愚痴を聞いてあげる人 (問48)	60
(4 5) 看病や世話をしてくれる人 (問49)	61
(4 6) 看病や世話をしてあげる人 (問50)	63
(4 7) 災害時に手助けを頼める人 (問51)	65
(4 8) 家族や友人・知人以外の相談先 (問52)	66
VII. 健康について	67
(4 9) 現在の健康状態 (問53)	67
(5 0) 幸福度 (問54)	68
(5 1) ★うつ傾向 (問55～問56)	70
(5 2) 孤独や孤立への不安 (問57)	73
(5 3) 喫煙状況 (問58)	75
(5 4) 現在治療中、または後遺症のある病気 (問59)	76
(5 5) 介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況 (問60)	78
(5 6) 取り組んでいる内容 (問60－1)	80
(5 7) 取り組んでいない理由 (問60－2)	82
(5 8) 高齢者活動センターの利用経験 (問61)	84
(5 9) 利用していない理由 (問61－1)	84
(6 0) 健康維持・増進や介護予防のために今後取り組んでみたいこと (問62)	85
(6 1) 区民歯科健診の受診意向 (問63)	87
(6 2) 希望する区民歯科健診結果の確認方法 (問64)	87

(63) 区民歯科健診に改善を希望すること有無 (問65)	87
VIII. 認知症について	88
(64) 認知症の症状がある人の有無 (問66)	88
(65) 認知症に関する相談窓口の認知度 (問67)	89
(66) 認知症について知っている内容 (問68)	90
(67) 認知症支援として必要と感じるもの (問69)	91
(68) 高齢者福祉についてのご意見・ご要望 (問70) ※自由記述	93

第3章 在宅介護実態調査 95

I. 分析の目的	97
II. 調査結果	97
(1) 世帯類型	97
(2) 家族等による介護の頻度	98
(3) 主な介護者の年齢	100
(4) 入所・入居の検討状況	100
(5) 主な介護者の勤務形態	102
(6) 介護をしながら働き続けることへの見込み	103
(7) 主な介護者が不安に感じている介護	104

第4章 調査結果のまとめ 109

I. あなたとご家族の生活状況について	111
II. からだを動かすことについて	111
III. 食べることについて	111
IV. 毎日の生活について	112
V. 地域での活動について	112
VI. たすけあいについて	112
VII. 健康について	113
VIII. 認知症について	113

第 1 章 調査の概要

I. 調査の目的

第9期千代田区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8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	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4年12月5日(月)～12月27日(火)

○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：令和4年12月～令和5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	4,000件	2,485件	62.1%
2. 在宅介護実態調査	166件	166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	1. あなたと家族の生活状況 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
2. 在宅介護実態調査	1. 世帯類型 2. 家族等による介護の頻度 3. 主な介護者の年齢 4. 入所・入居の検討状況 5. 主な介護者の勤務形態 6. 介護をしながら働き続けることの見込み 7. 主な介護者が不安に感じている介護

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

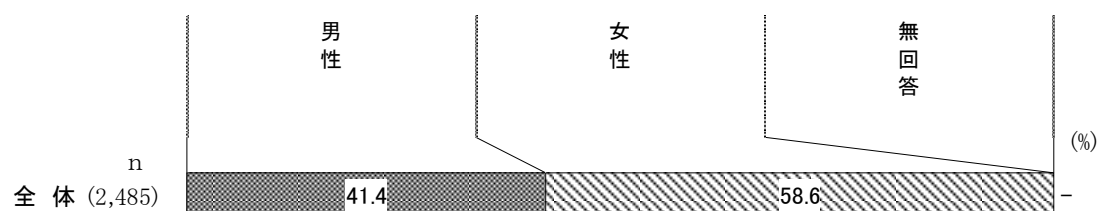
- ・本文中に「★」マークの設問がある。これは厚生労働省が示す判定基準に準じて、リスク判定を行った設問となっている。

第2章 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

I. あなたとご家族の生活状況について

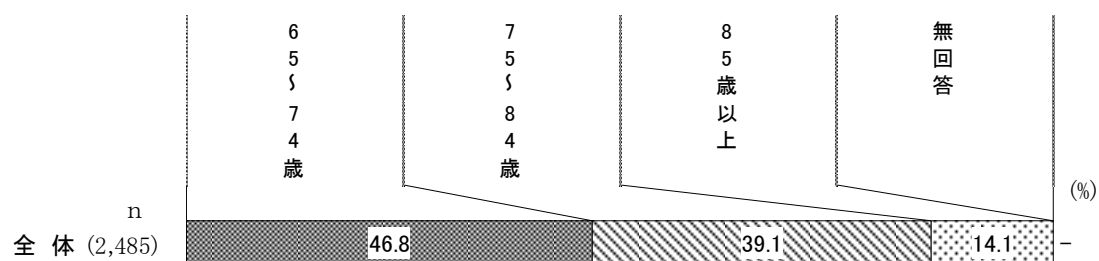
(1) 性別

性別は、「男性」が41.4%、「女性」が58.6%となっている。

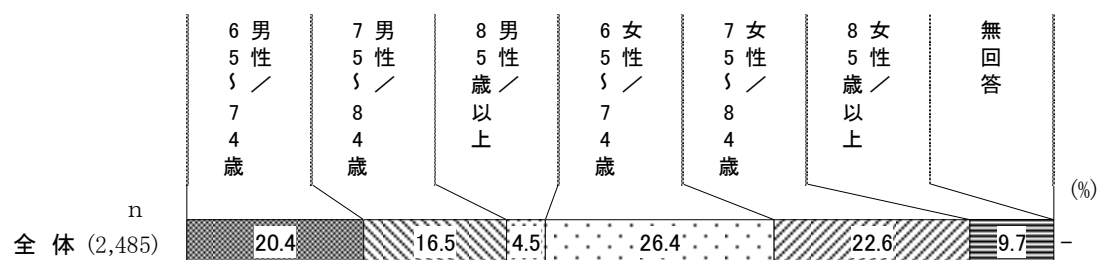


(2) 年齢

年齢は、「65～74歳」が46.8%、「75～84歳」が39.1%、「85歳以上」が14.1%となっている。

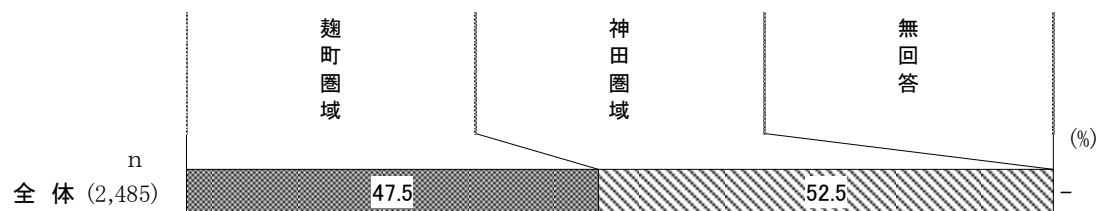


※参考 性／年齢別



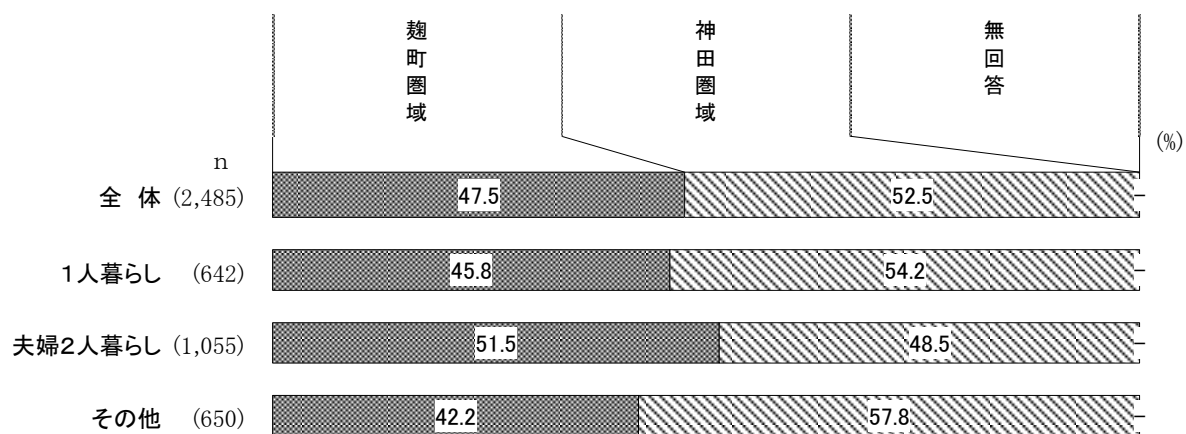
(3) 圏域

圏域は、「麴町圏域」が47.5%、「神田圏域」が52.5%となっている。



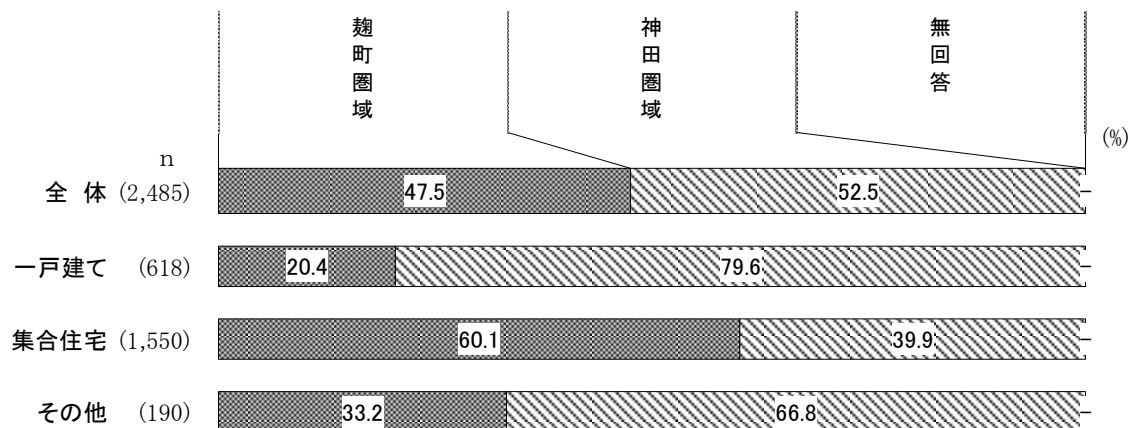
[家族構成別／圏域]

家族構成別にみると、「神田圏域」は“1人暮らし”が5割台半ばと高くなっている。



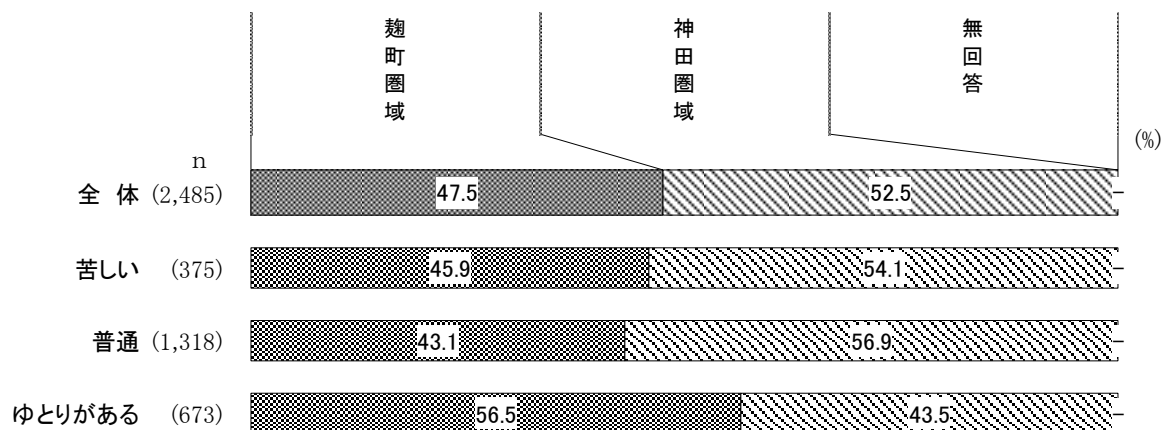
[住居形態別／圏域]

住居形態別にみると、「神田圏域」は“一戸建て”が約8割、「麹町圏域」は“集合住宅”が約6割と高くなっている。



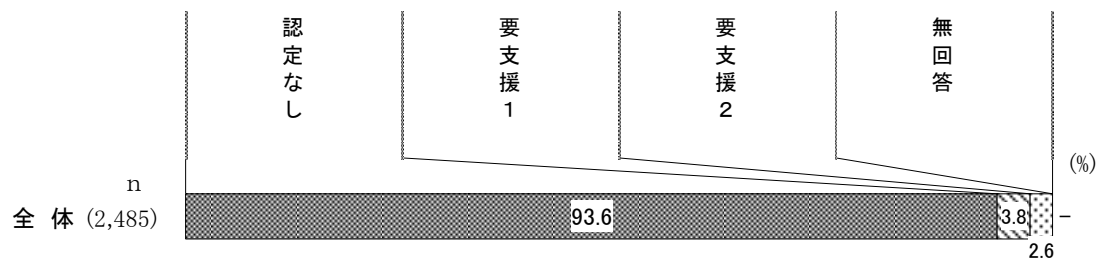
[経済状況別／圏域]

経済状況別にみると、「神田圏域」は“ゆとりがある”より“苦しい”の割合が高くなっている。



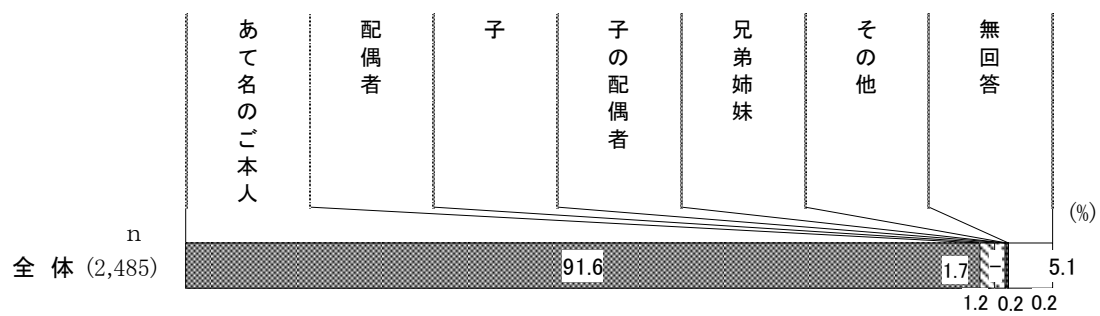
(4) 要介護度

要介護度は、「認定なし」が93.6%、「要支援1」は3.8%、「要支援2」は2.6%となっている。



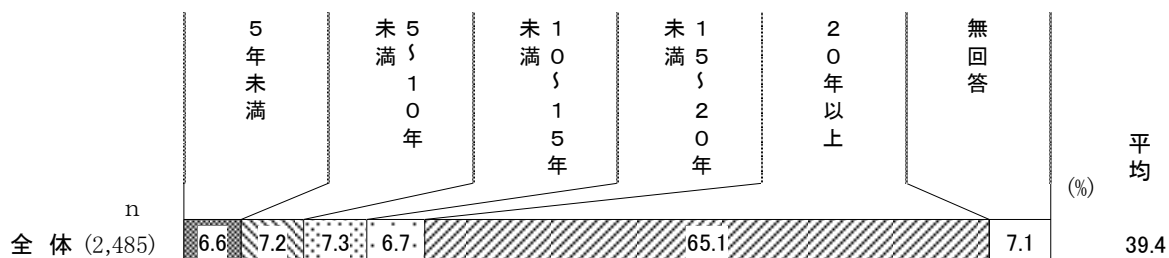
(5) 調査票記入者（問1）

調査票記入者は、「あて名のご本人」が91.6%、「配偶者」が1.7%となっている。



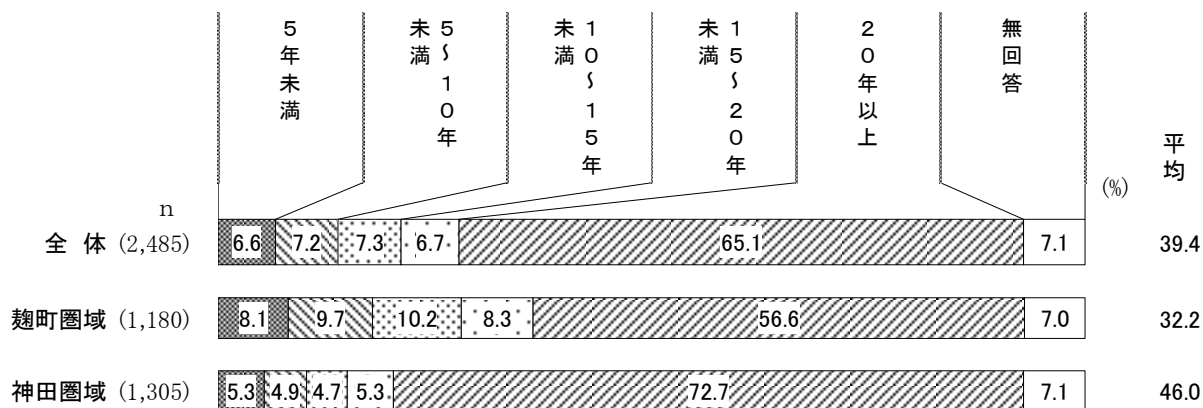
(6) 千代田区での居住年数（問2）

千代田区での居住年数は、「20年以上」が65.1%と最も高く、「10～15年」が7.3%、「5～10年」が7.2%と続く。なお、平均は39.4年となっている。



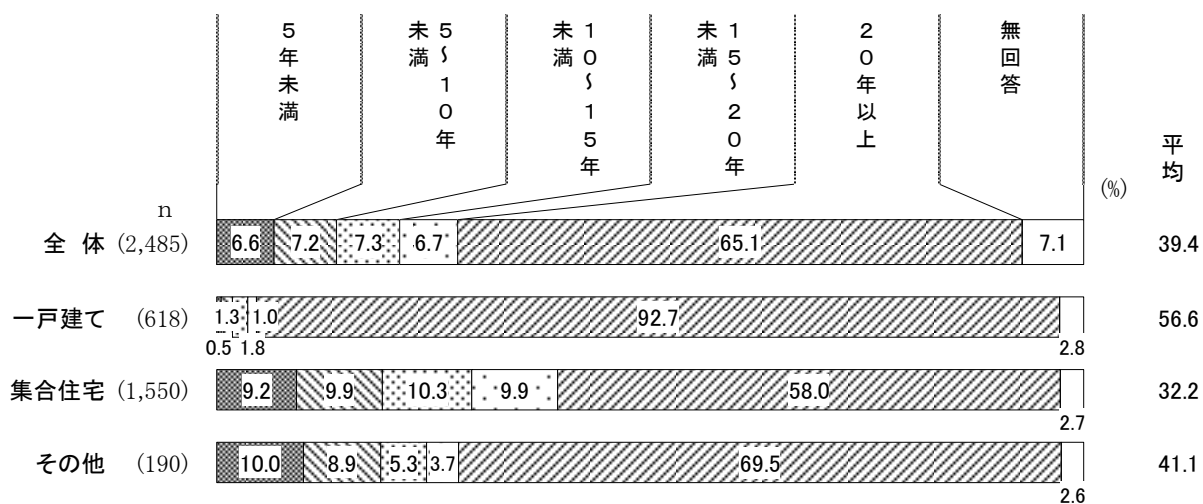
[圏域別／千代田区での居住年数]

圏域別にみると、平均年数は“神田圏域”の方が“麹町圏域”より13.8年高くなっている。



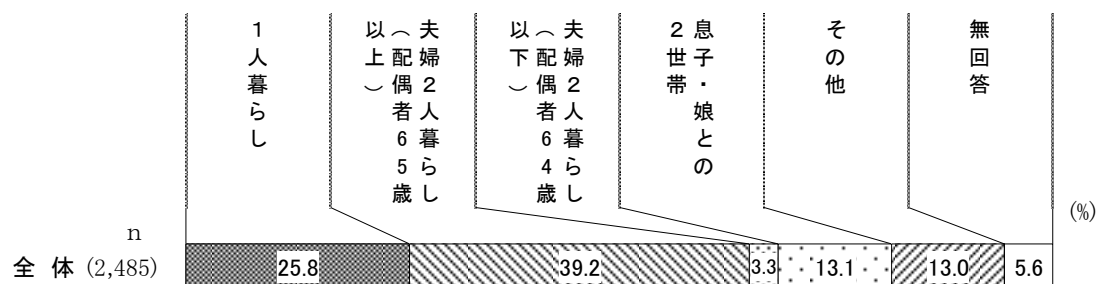
[住居形態別／千代田区での居住年数]

住居形態別にみると、平均年数は“一戸建て”の方が“集合住宅”より24.4年高くなっている。



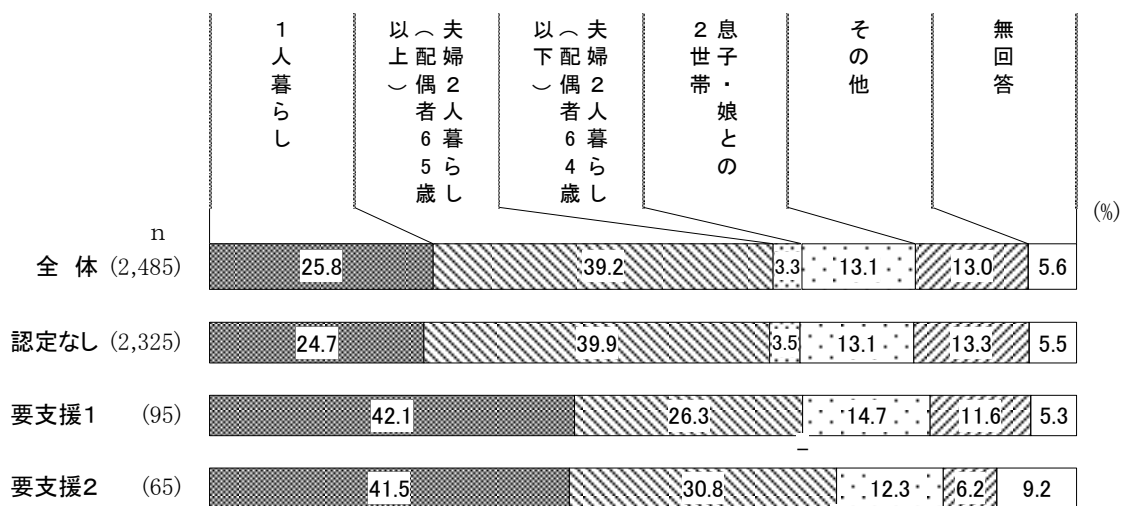
(7) 家族構成 (問3)

家族構成は、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が39.2%と最も高く、「1人暮らし」が25.8%となっている。



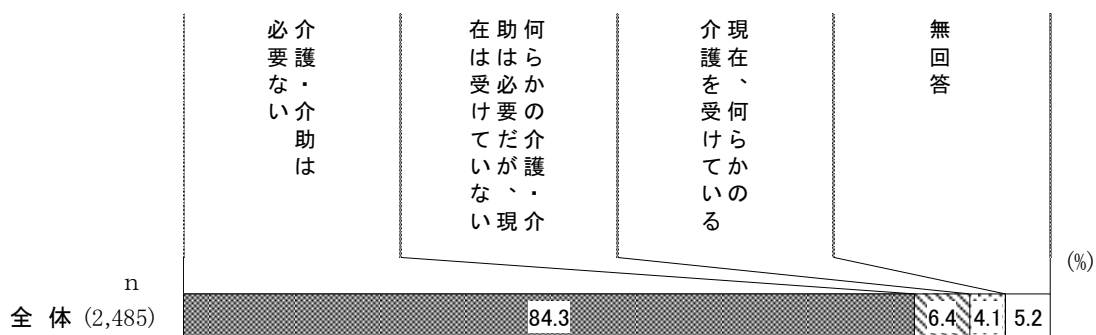
[要介護度別／家族構成]

要介護度別にみると、“要支援1”と“要支援”2で「1人暮らし」が4割超えと高くなっている。



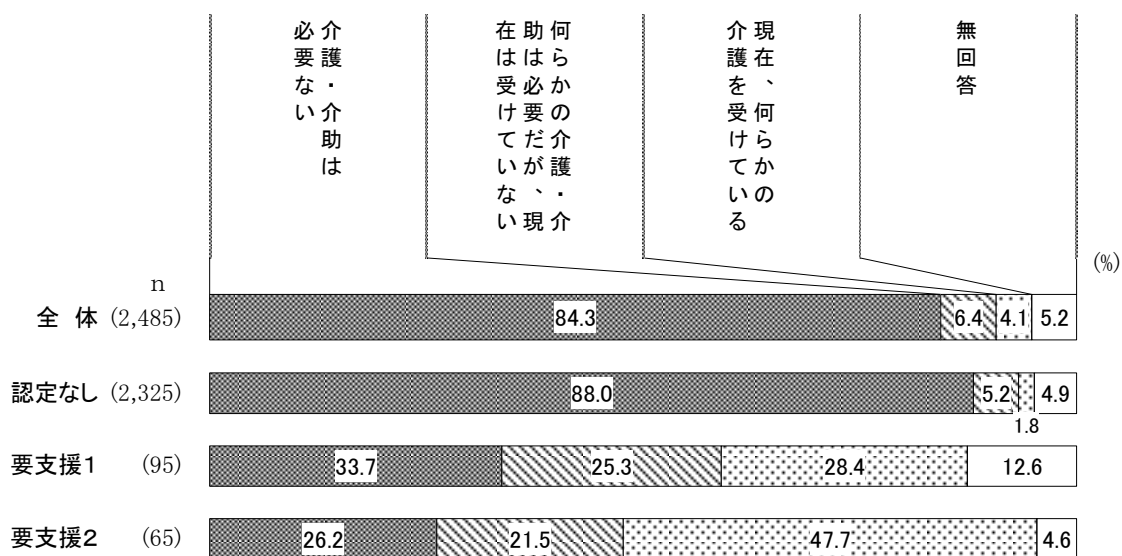
(8) 介護・介助の必要性（問4）

介護・介助の必要性は、「介護・介助は必要ない」が84.3%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が6.4%となっている。



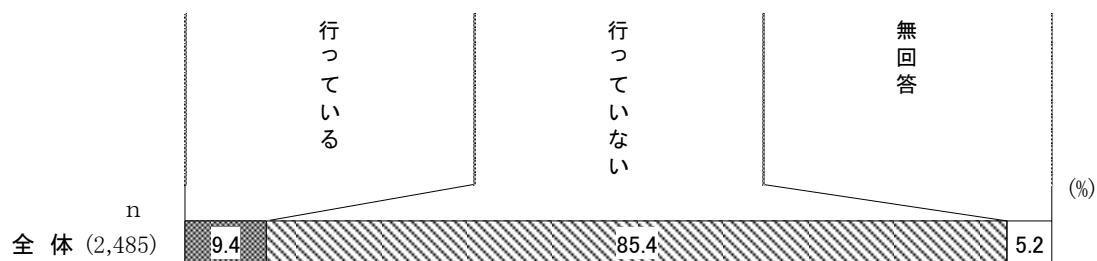
[要介護度別／家族構成]

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。



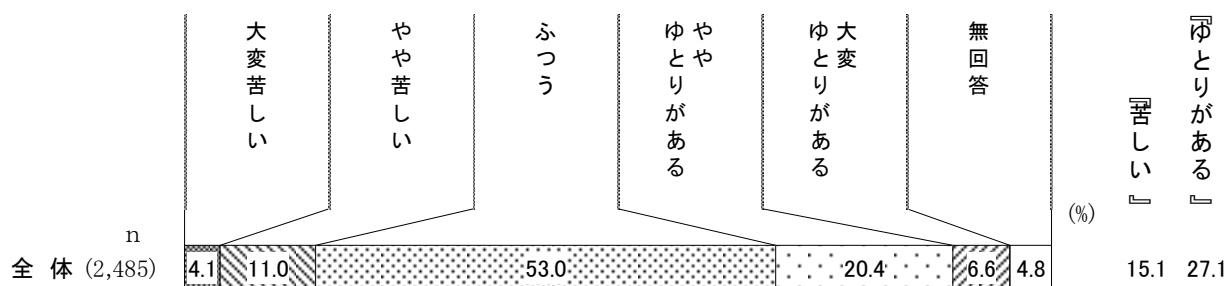
(9) 介護・介助の実施の有無（問5）

介護・介助の実施の有無は、「行っている」が9.4%、「行っていない」が85.4%となっている。



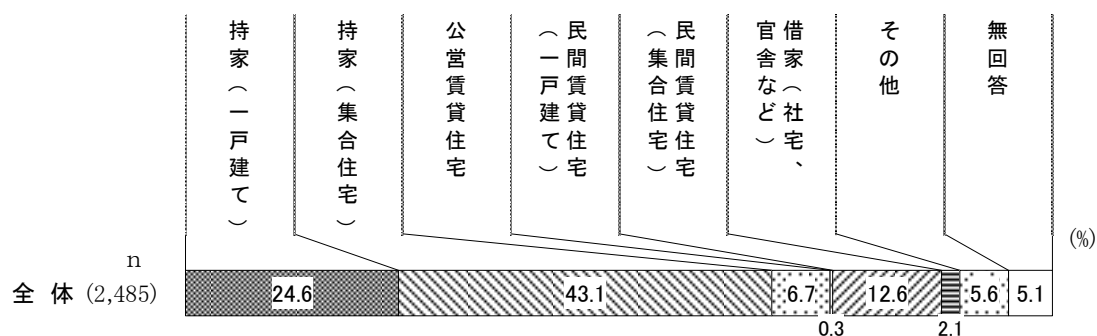
(10) 経済的にみた現在の暮らしの状況（問6）

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27.1%となっている。



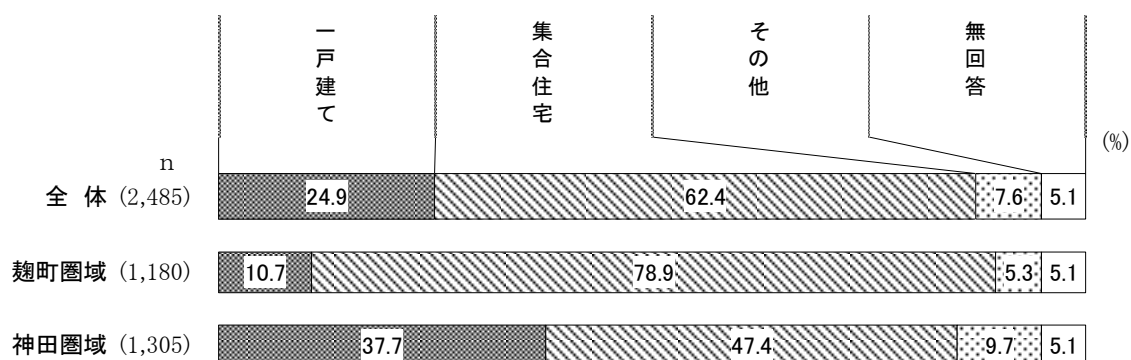
(1 1) 住居形態 (問 7)

住居形態は、「持家（集合住宅）」が43.1%と最も高く、「持家（一戸建て）」が24.6%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」が12.6%と続く。



[圏域別／住居形態]

圏域別にみると、「集合住宅」は“麴町圏域”の方が“神田圏域”より約30ポイント以上高く、一方、「一戸建て」は“神田圏域”の方が“麴町圏域”より27ポイント高くなっている。



※住居形態 3 区分の選択肢分類

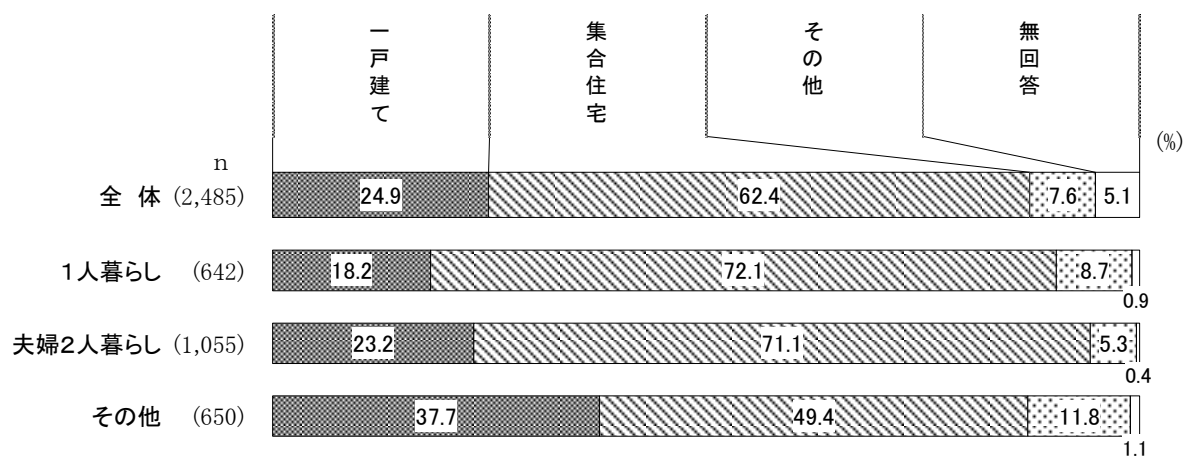
「一戸建て」…持家（一戸建て）、民間賃貸住宅（一戸建て）

「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

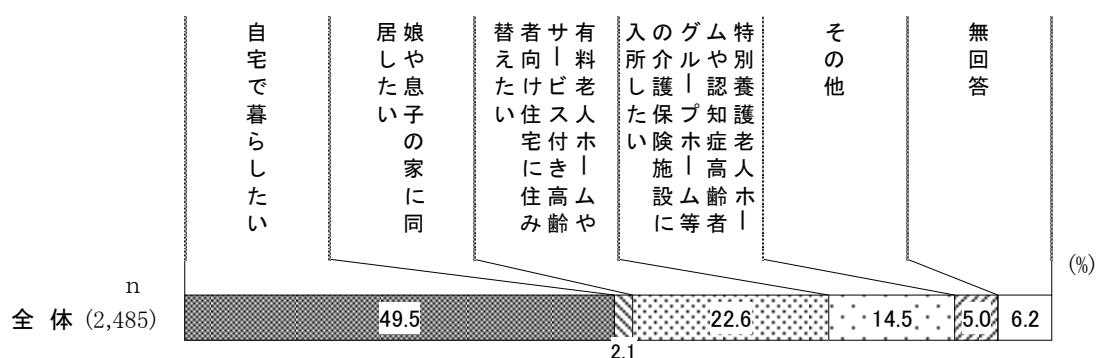
[家族構成別／住居形態]

家族構成別にみると、「集合住宅」は“１人暮らし”と“夫婦２人暮らし”で７割を超え高くなっている。



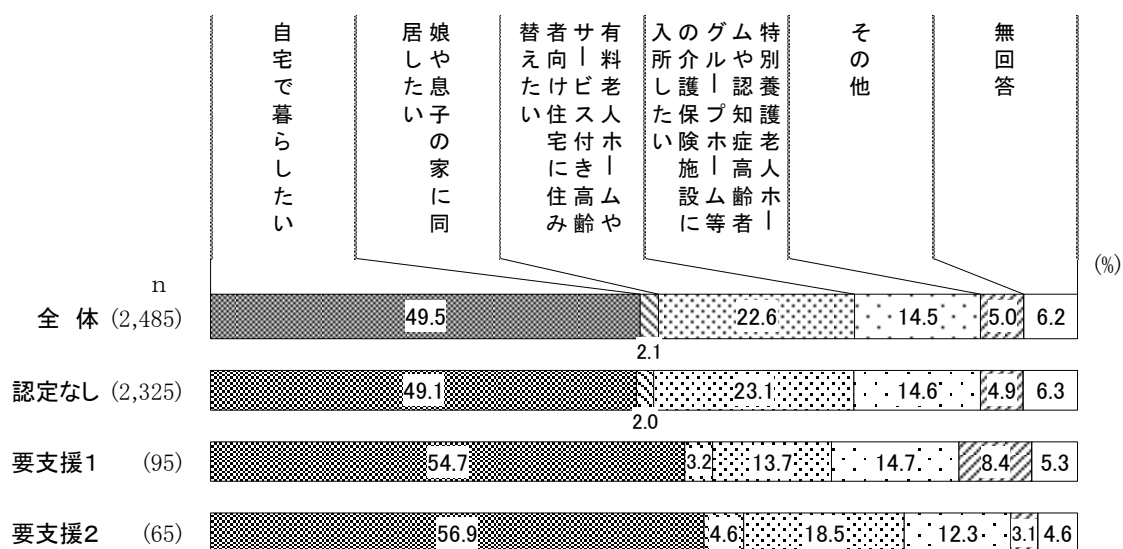
(12) 介護が必要になった場合の暮らし方の希望（問8）

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49.5%と約半数となっており、「有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅に住民み替えたい」が22.6%、「特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホーム等に介護施設に入所したい」が14.5%と続く。



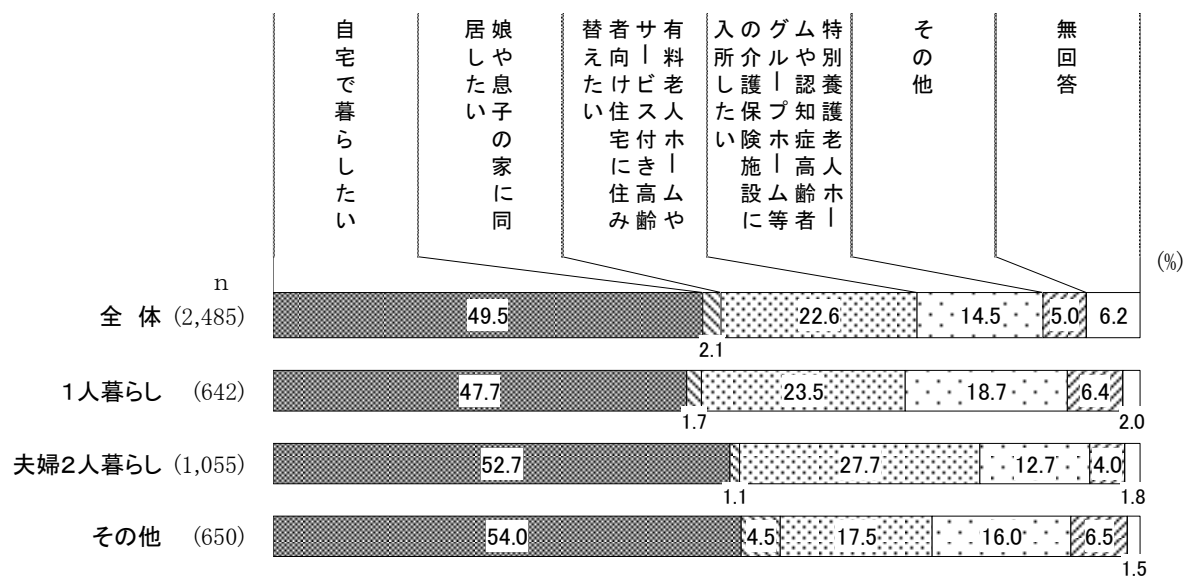
[要介護度別／介護が必要になった場合の暮らし方の希望]

要介護度別にみると、「自宅で暮らしたい」は要支援度が高くなるほど割合が高くなる傾向にある。



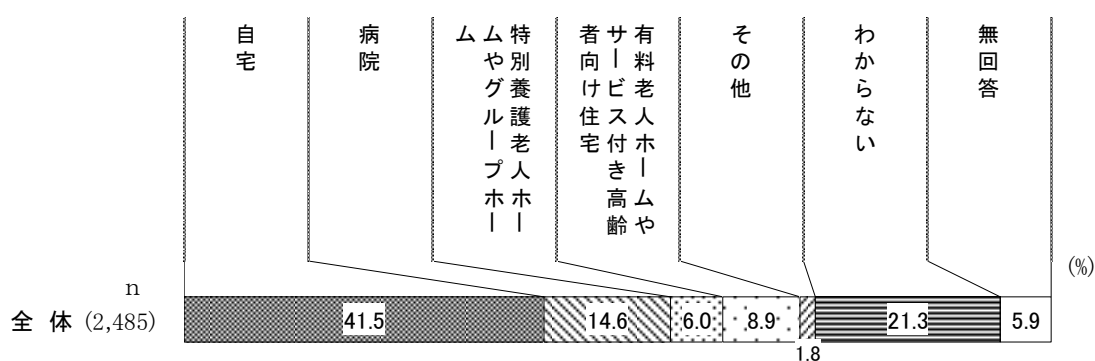
[家族構成別／介護が必要になった場合の暮らし方の希望]

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”より“夫婦2人暮らし”の方が6.0ポイント高くなっている



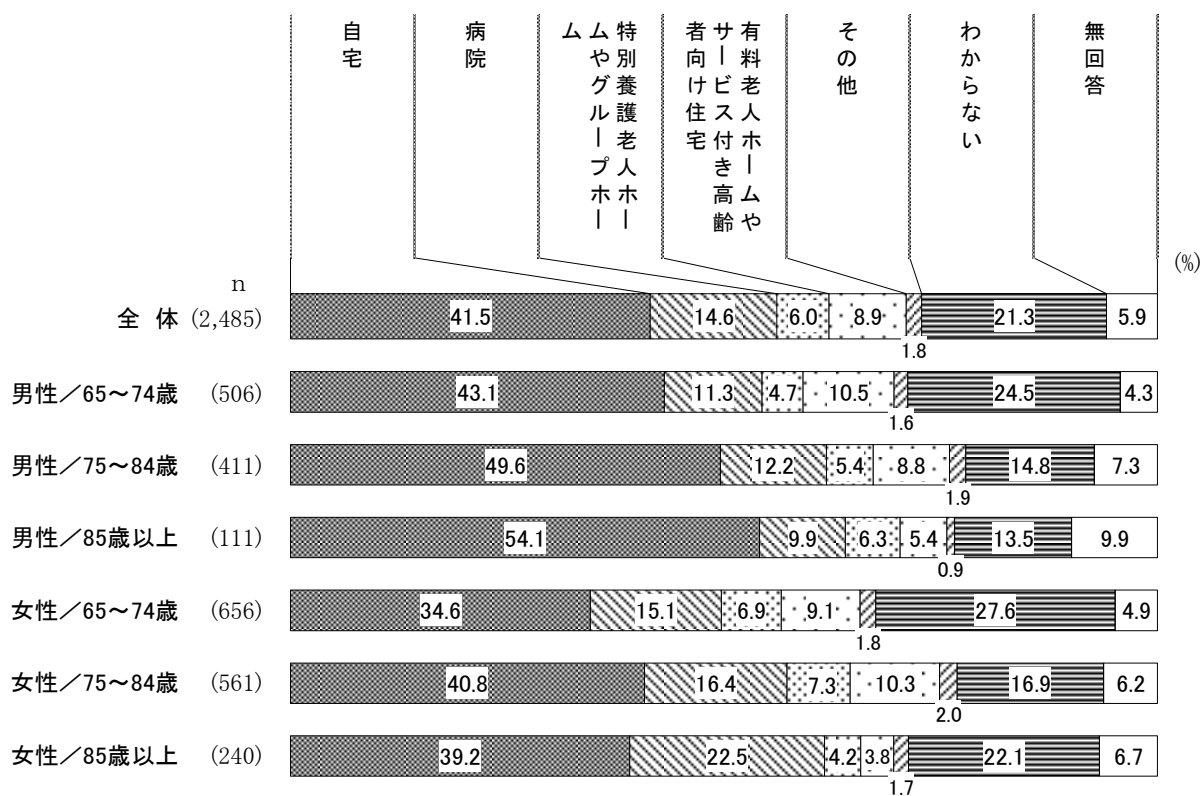
(13) 最期を迎えたい場所（問9）

最期を迎えたい場所は、「自宅」が41.5%と最も高く、「病院」が14.6%、「有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅」が8.9%と続く。一方、「わからない」は21.3%となっている。



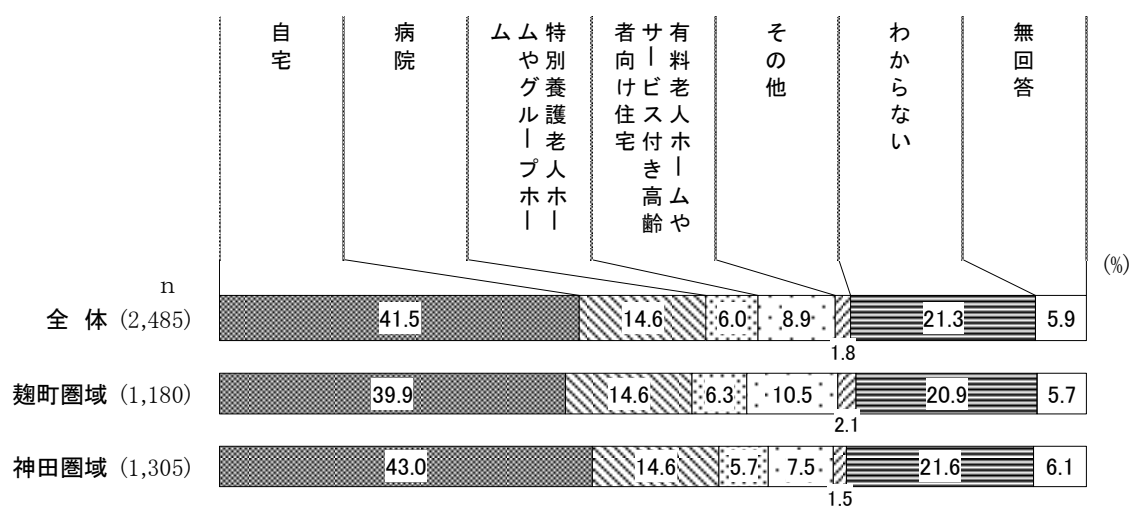
[性・年齢別／最期を迎えたい場所]

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り、どの年代でも男性の方が女性より割合が高くなっている。



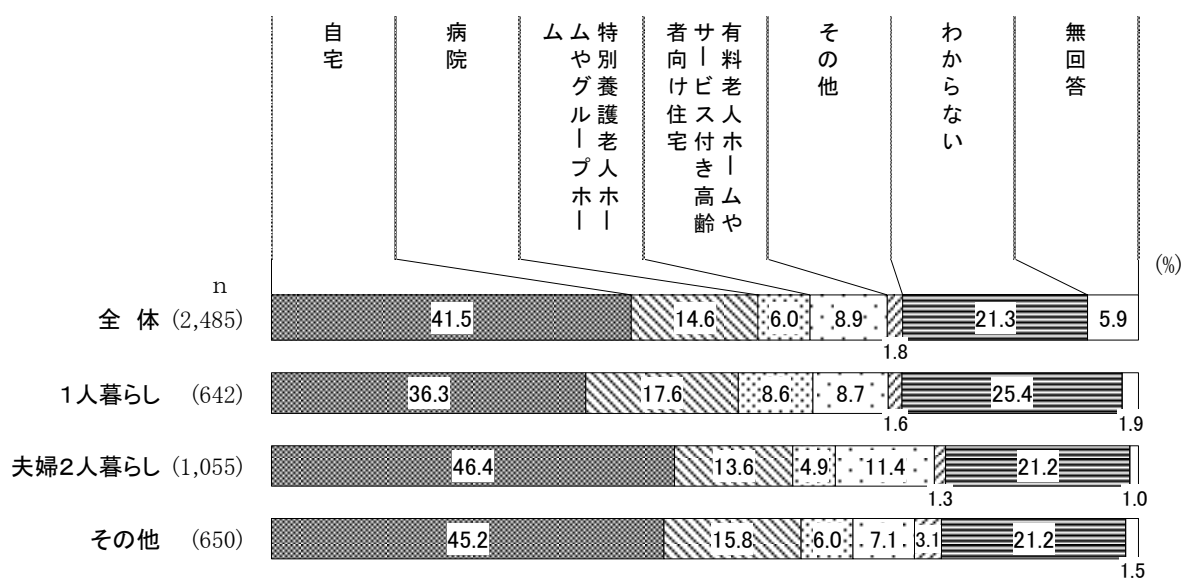
[圏域別／最期を迎えたい場所]

圏域別では、特に大きな違いはみられない。



[家族構成別／最期を迎えたい場所]

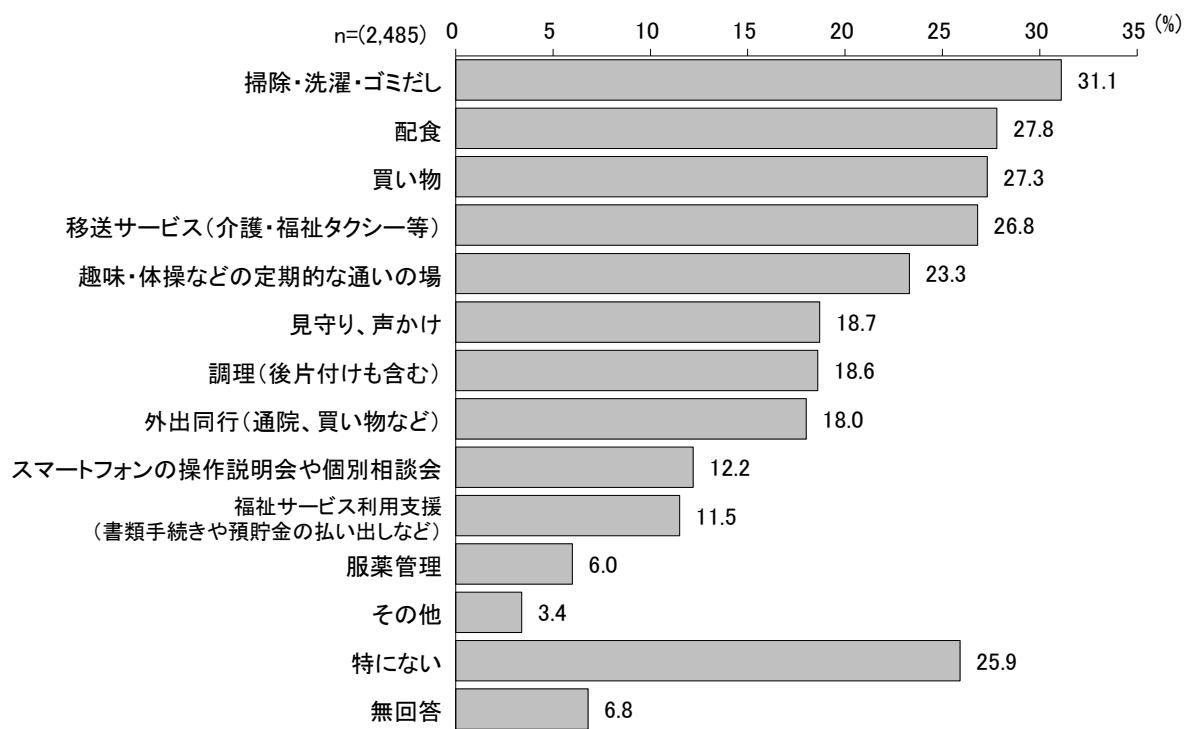
家族構成別でみると、「自宅」は“夫婦2人暮らし”の方が“1人暮らし”より10.1ポイント高くなっている。



(14) 在宅生活に必要な支援・サービス（問10）

在宅生活に必要な支援・サービスは、「掃除・洗濯・ゴミだし」が31.1%と最も高く、「配食」が27.8%、「買い物」が27.3%、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」が26.8%と続く。

（複数回答）



[年齢別／在宅生活に必要な支援・サービス]

年齢別でみると、「掃除・洗濯・ゴミだし」はどの年齢層でも最も高くなっている。「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」は“65～74歳”で3割を超える。

[圏域別／在宅生活に必要な支援・サービス]

圏域別でみると、「掃除・洗濯・ゴミだし」は“麴町圏域”の方が“神田圏域”より5.9ポイント高くなっている。一方、「趣味・体操などの定期的な通いの場」は“神田圏域”の方が“麴町圏域”より4.6ポイント高くなっている。

[要介護度別／在宅生活に必要な支援・サービス]

要介護度別でみると、「掃除・洗濯・ゴミだし」は“要支援1”で約5割、“要支援2”で約4割、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」は“要支援2”で4割台半ば、「買い物」は“要支援1”で約4割と高くなっている。

[住居形態別／在宅生活に必要な支援・サービス]

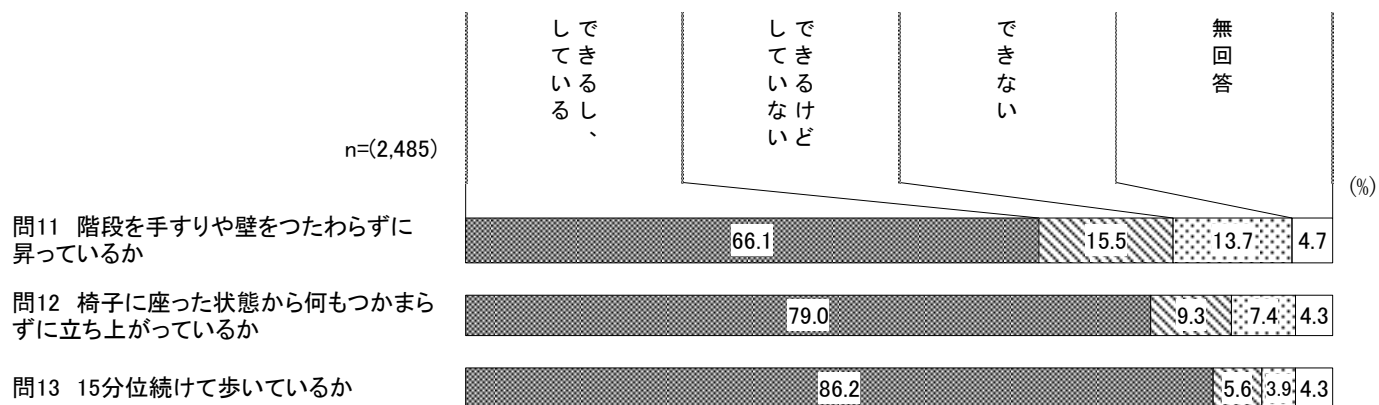
住居形態別でみると、“集合住宅”で「掃除・洗濯・ゴミだし」は、“一戸建て”と“集合住宅”で3割をこえる。また、「配食」、「買い物」は“集合住宅”で3割台となっている。

			掃除・洗濯・ゴミだし	配食	買い物	移送サービス（介護・福祉タクシー等）	趣味・体操などの定期的な通いの場	見守り、声かけ	調理（後片付けも含む）	外出同行（通院、買い物など）	個別相談会	スマートフォンでの操作説明会や	福祉サービス利用支援（書類手続きや預貯金の払い出しなど）	服薬管理	その他	特にない	無回答
		n															(%)
全 体		2,485	31.1	27.8	27.3	26.8	23.3	18.7	18.6	18.0	12.2	11.5	6.0	3.4	25.9	6.8	
年 齢 別	65～74歳	1,162	33.9	29.6	29.6	31.4	25.7	19.9	20.1	18.8	11.3	12.4	7.3	3.1	25.1	5.3	
	75～84歳	972	28.2	27.5	24.4	22.1	20.6	16.2	17.4	16.0	12.7	10.7	4.2	3.8	27.8	8.5	
	85歳以上	351	29.9	22.5	27.6	24.5	23.1	21.7	16.8	20.8	14.0	10.5	6.3	3.4	23.4	7.1	
圏 域 別	麴町圏域	1,180	34.2	28.7	28.0	26.1	20.9	18.2	19.5	17.7	13.6	11.1	5.8	3.3	26.8	6.9	
	神田圏域	1,305	28.3	26.9	26.7	27.4	25.5	19.1	17.8	18.3	10.9	11.8	6.1	3.5	25.1	6.7	
要 介 護 度 別	認定なし	2,325	30.1	27.4	26.7	26.0	23.3	18.3	18.5	17.3	12.0	11.4	5.8	3.4	27.0	6.8	
	要支援1	95	49.5	32.6	40.0	33.7	18.9	24.2	23.2	34.7	13.7	11.6	9.5	2.1	9.5	10.5	
	要支援2	65	40.0	32.3	30.8	44.6	30.8	24.6	16.9	20.0	16.9	13.8	7.7	7.7	10.8	4.6	
住 居 形 態 別	一戸建て	618	32.2	27.2	24.6	27.3	27.5	20.7	19.9	18.3	12.5	11.0	7.1	2.6	26.7	3.7	
	集合住宅	1,550	33.4	30.3	30.8	28.1	24.5	19.7	20.0	19.6	13.1	12.5	5.5	3.5	26.1	2.2	
	その他	190	26.8	24.2	24.2	30.5	14.7	14.7	13.2	15.3	10.5	10.0	8.4	5.8	37.4	1.1	

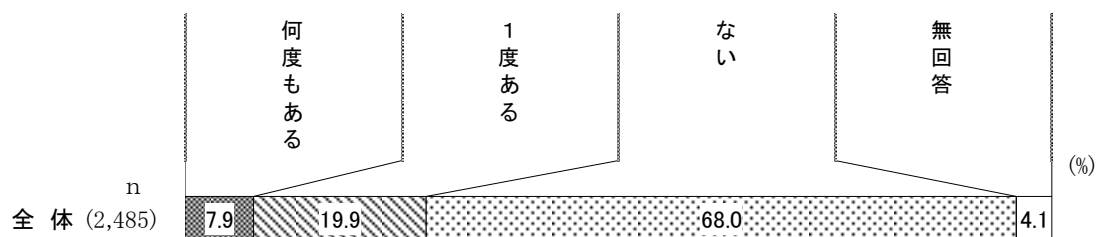
Ⅱ. からだを動かすことについて

(15) ★運動器の機能低下リスク (問11～問15)

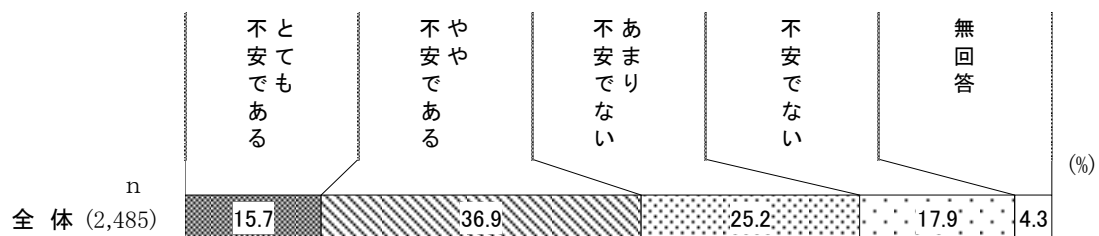
※問11～問13



※問14 過去1年間に転んだ経験



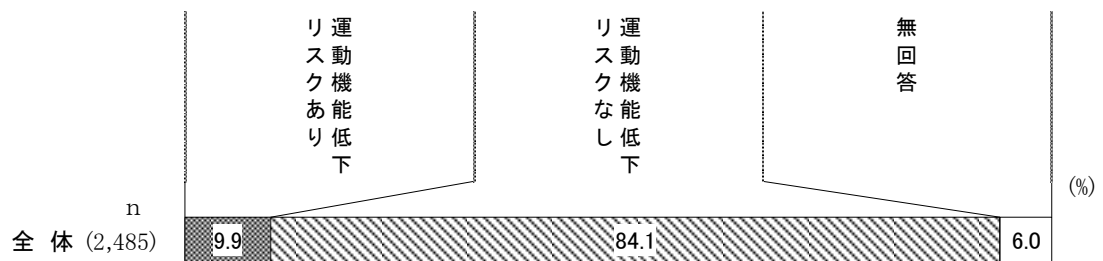
※問15 転倒に対する不安の程度



運動器の機能低下リスク該当者は、「運動機能低下リスクあり」が9.9%、「運動機能低下リスクなし」が84.1%となっている。

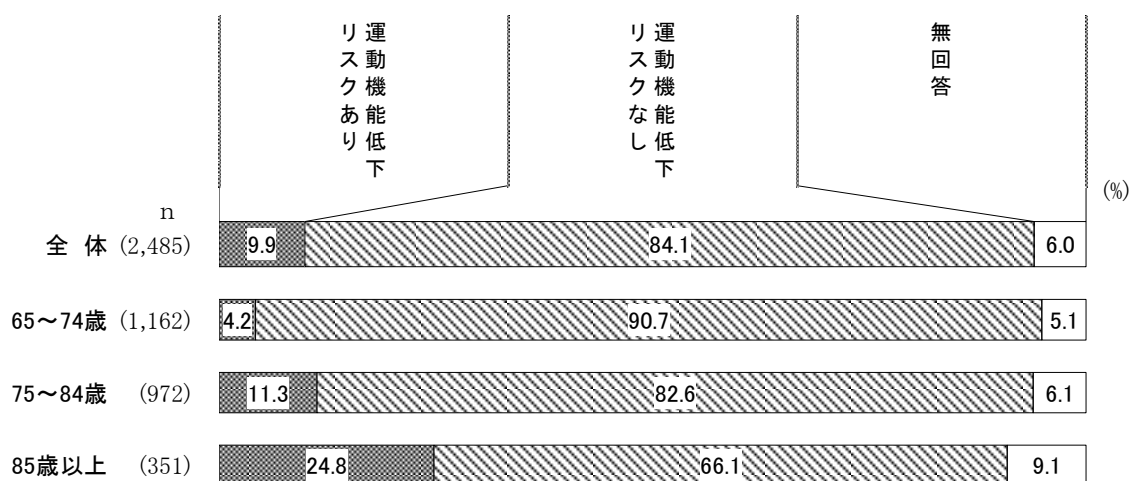
※運動器の機能低下リスク該当者：

問11～問13で「できない」、問14で「何度もある」「1度ある」、問15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



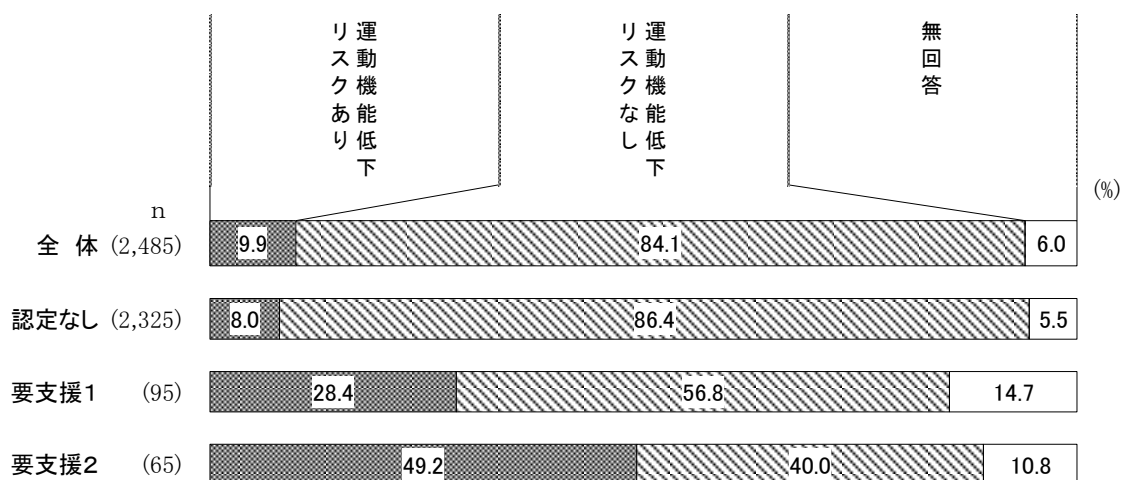
[年齢別／★運動器の機能低下リスク]

年齢別にみると、「運動機能低下リスクあり」は年齢が上がるほど割合も高くなる傾向にあり、“85歳以上”で2割台半ばとなっている。



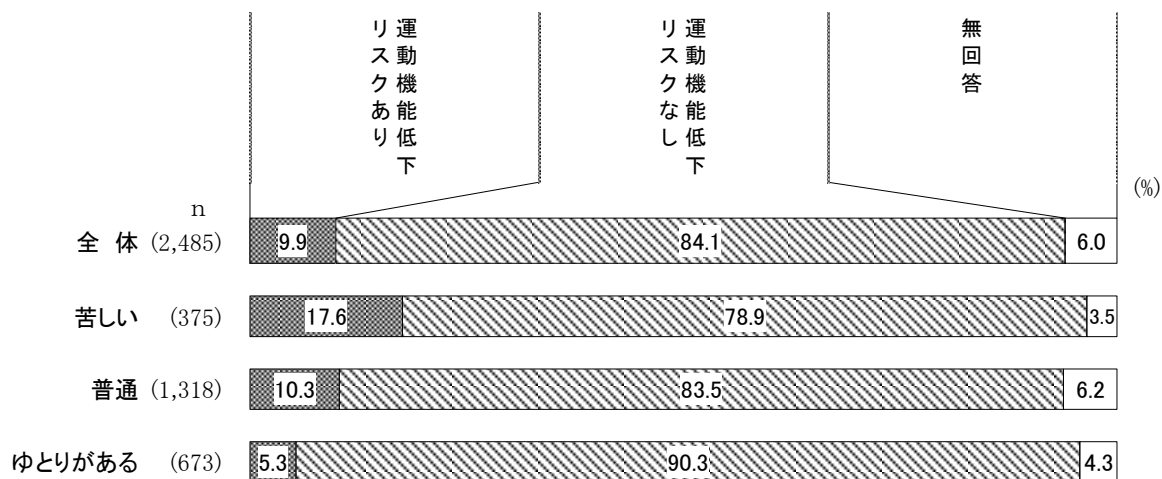
[要介護度別／★運動器の機能低下リスク]

要介護度別にみると、「運動機能低下リスクあり」は“要支援1”で3割近く、“要支援2”で5割近くとなっている。



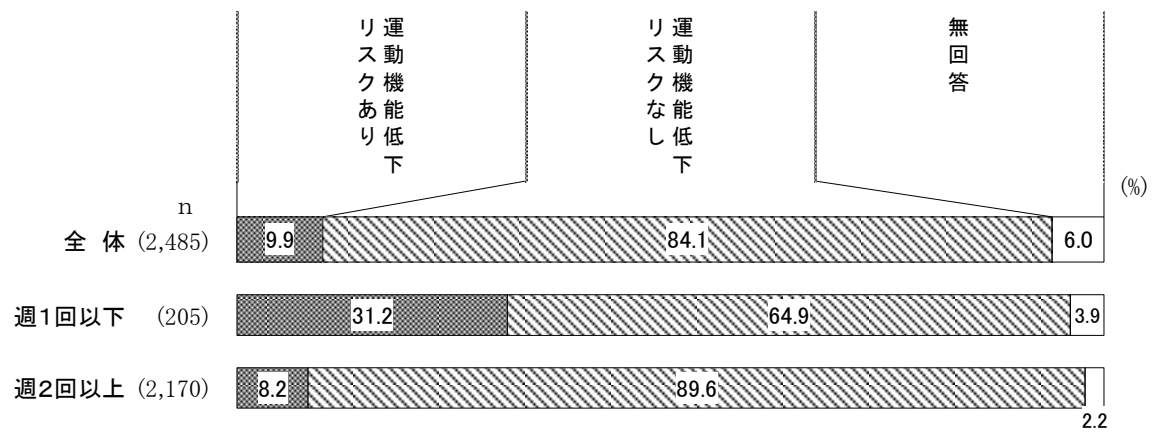
[経済状況別／★運動器の機能低下リスク]

経済状況別にみると、「運動機能低下リスクあり」は“苦しい”が“ゆとりがある”より12.3ポイント高くなっている。



[1週間の外出頻度別／★運動器の機能低下リスク]

1週間の外出頻度別にみると、「運動機能低下リスクあり」は“週1回以下”は“週2回以上”より23.0ポイント高くなっている。

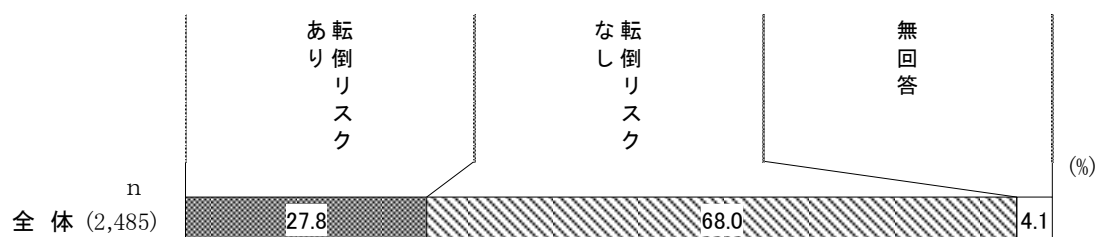


(1 6) ★転倒リスク (問14)

転倒リスク該当者は、「転倒リスクあり」が27.8%、「転倒リスクなし」が68.0%となっている。

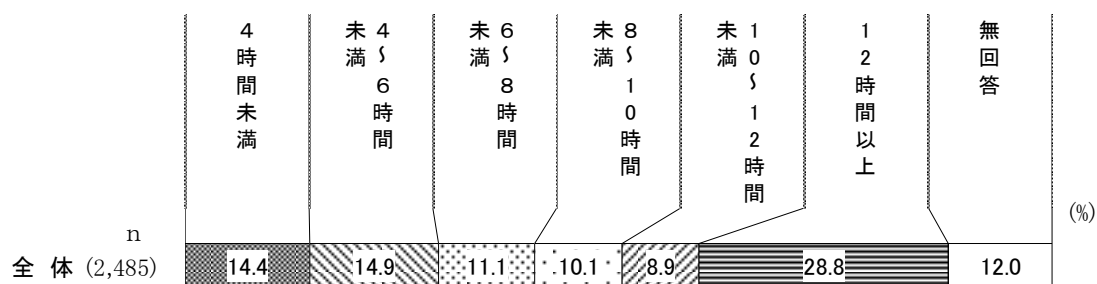
※転倒リスク該当者：

問14で「何度もある」、「1度ある」と回答した人



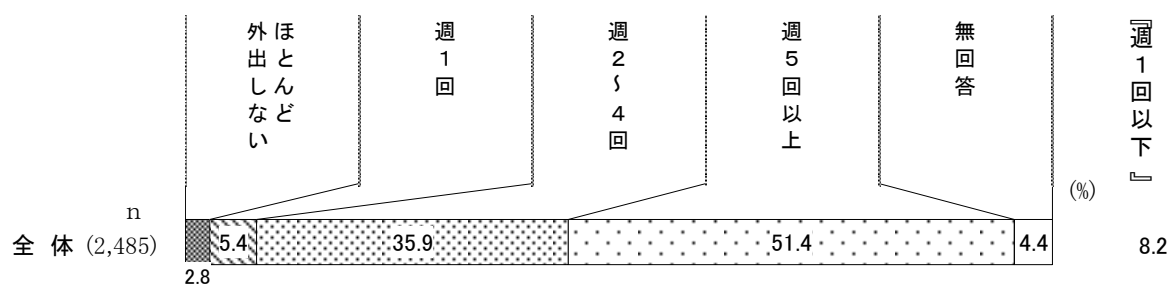
(1 7) 座位時間 (問16)

座位時間は、「12時間以上」が28.8%と最も高く、「4～6時間未満」が14.9%、「4時間未満」が14.4%と続く。なお、平均座位時間は、4時間50分（530分）となっている。



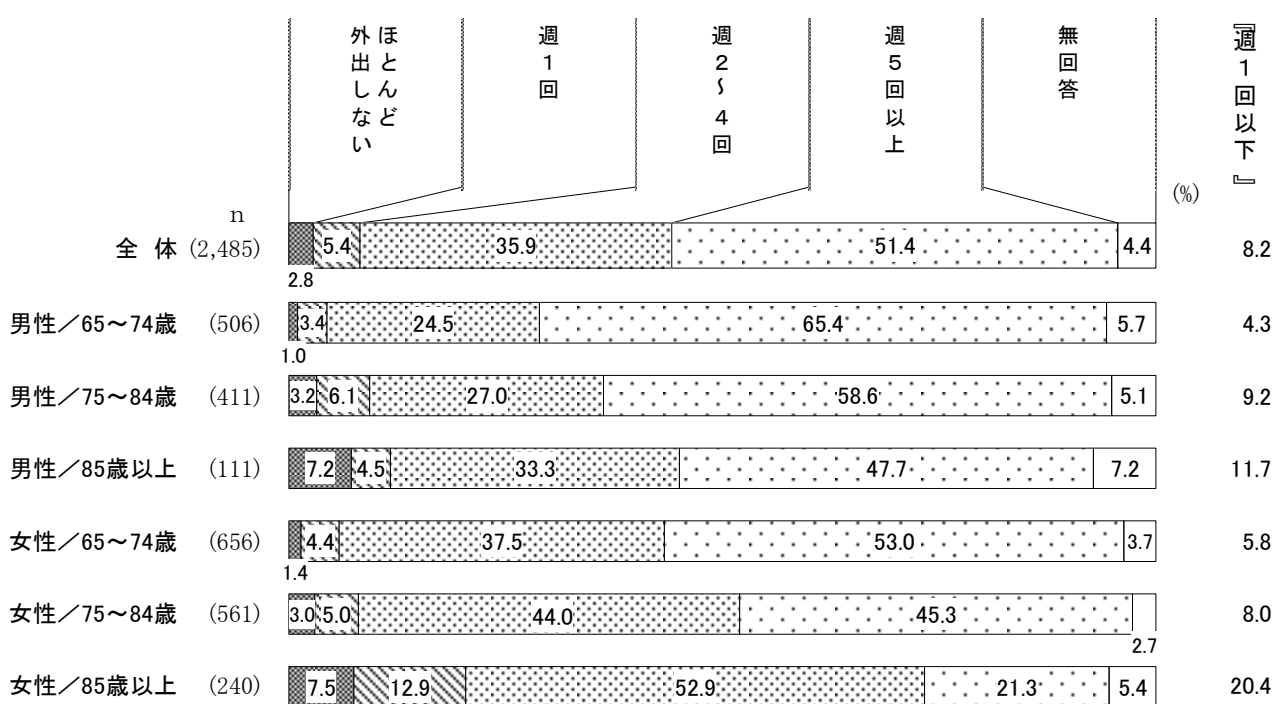
(18) 1週間の外出頻度 (問17)

1週間の外出頻度は、「週5回以上」が51.4%と高く、「週2～4回」が35.9%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』(閉じこもり傾向あり)は8.2%となっている。



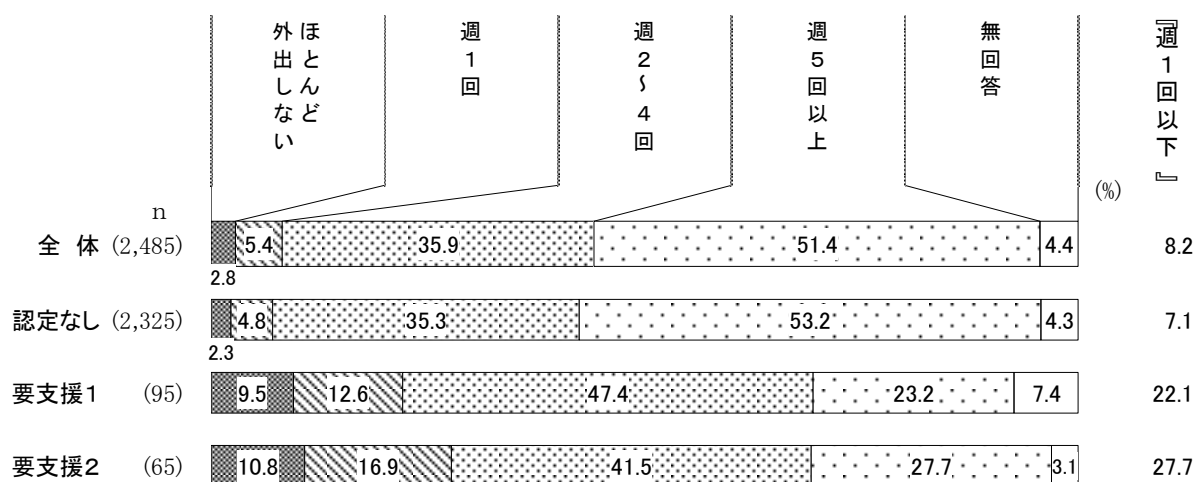
[性・年齢別／1週間の外出頻度]

性・年齢別にみると、『週1回以下』(閉じこもり傾向あり)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り、“女性の85歳以上”で約2割となっている。



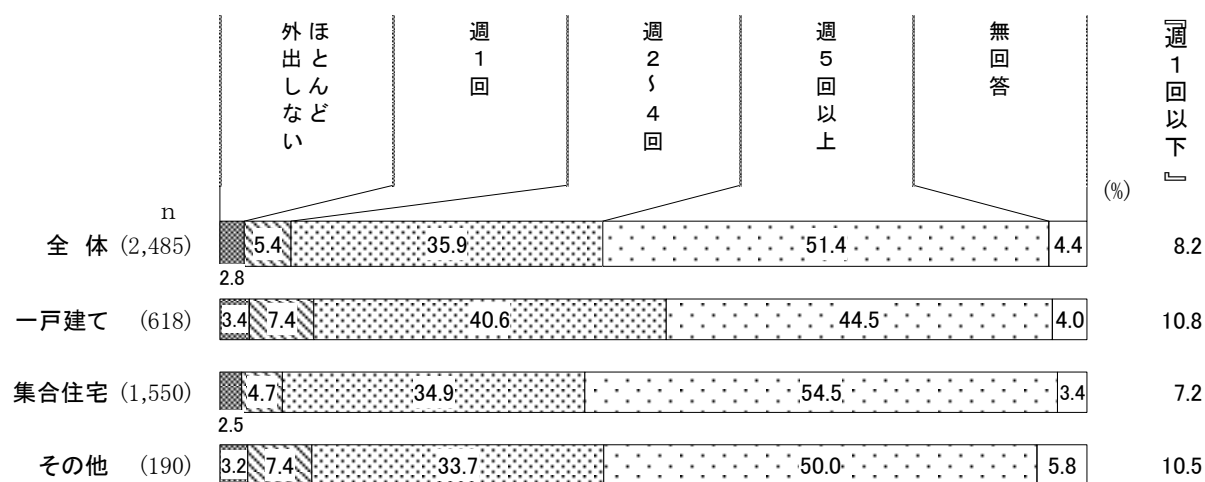
[要介護度別／1週間の外出頻度]

要介護度別にみると、『週1回以下』（閉じこもり傾向あり）は“要支援1”で2割を超え、“要支援2”で3割近くとなっている。



[住居形態別／1週間の外出頻度]

住居形態別にみると、“集合住宅”で「週5回以上」が5割台半ばと高くなっている。

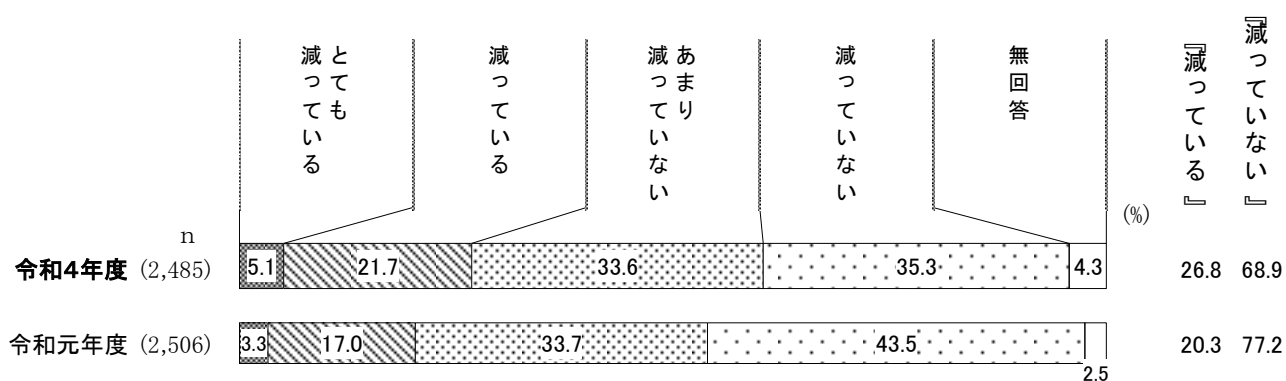


(19) 昨年と比べた外出の回数 (問18)

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26.8%、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68.9%となっている。

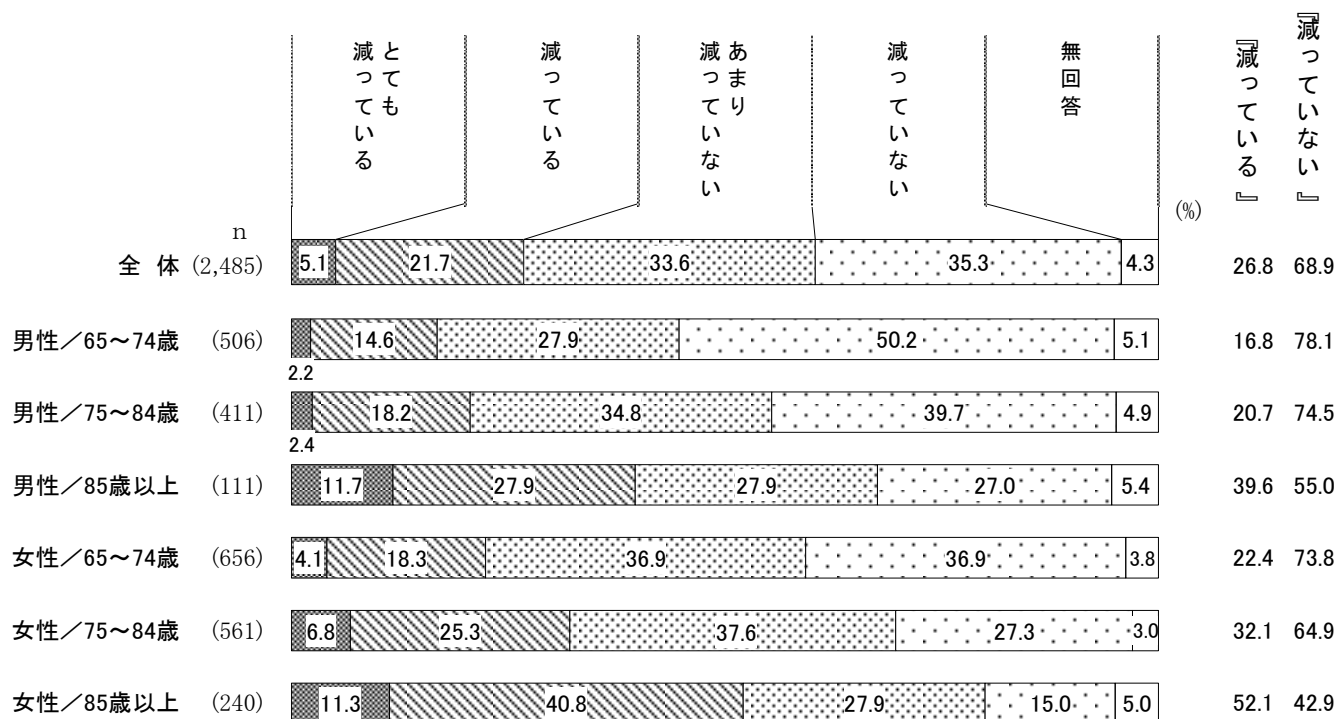
[経年比較／昨年と比べた外出の回数]

過去の調査と比較すると、『減っている』は前回 (20.3%) より6.5ポイント増加している。



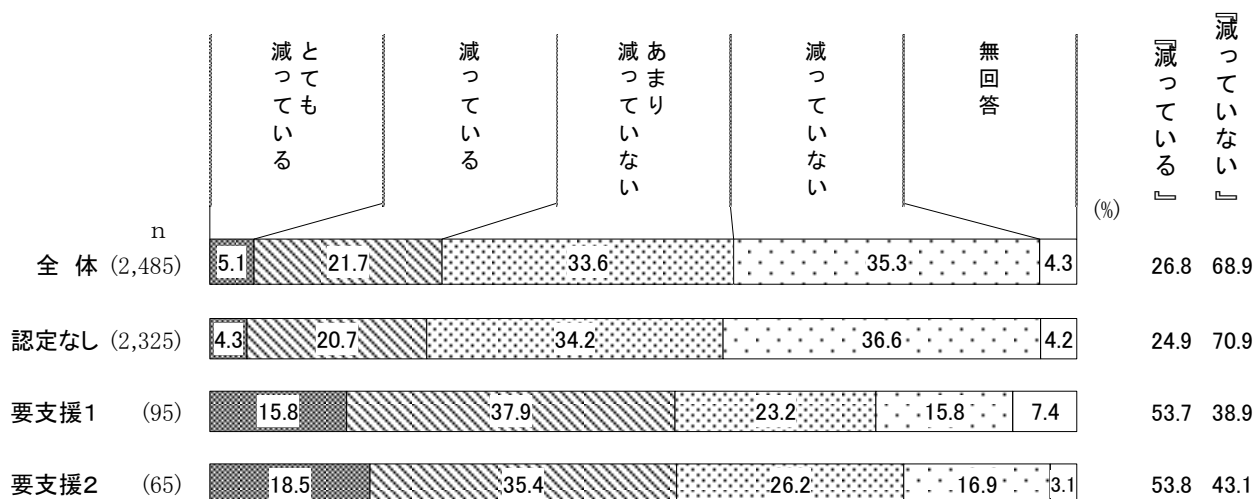
[性・年齢別／昨年と比べた外出の回数]

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“女性の85歳以上”は5割を超える。



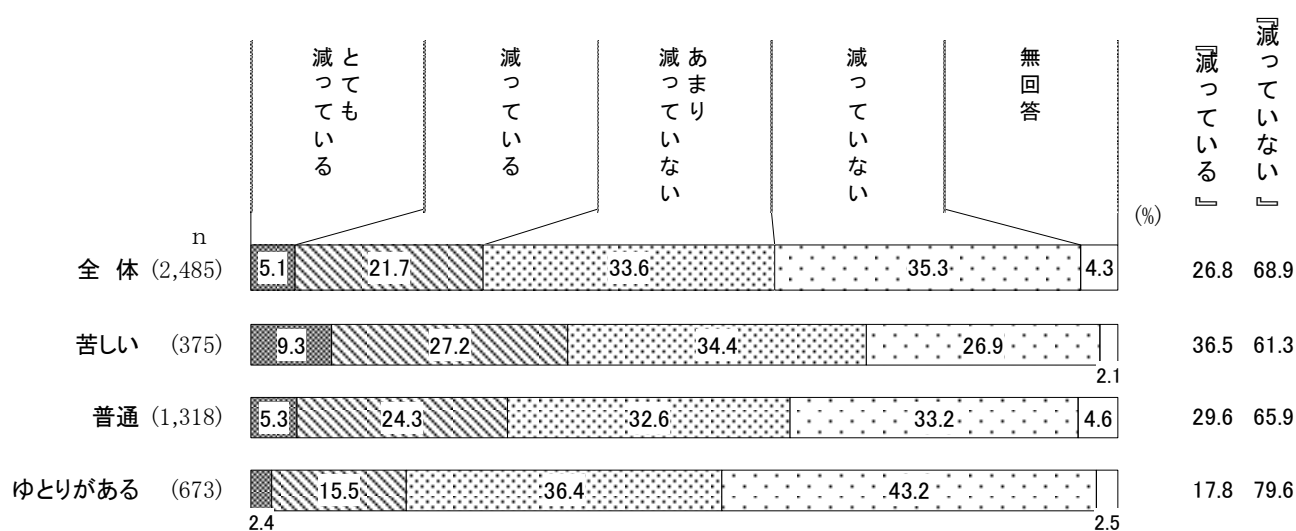
[要介護度別／昨年と比べた外出の回数]

要介護度別にみると、『減っている』は“要支援1・2”ともに5割台半ばと高くなっている。



[経済状況別／昨年と比べた外出の回数]

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。

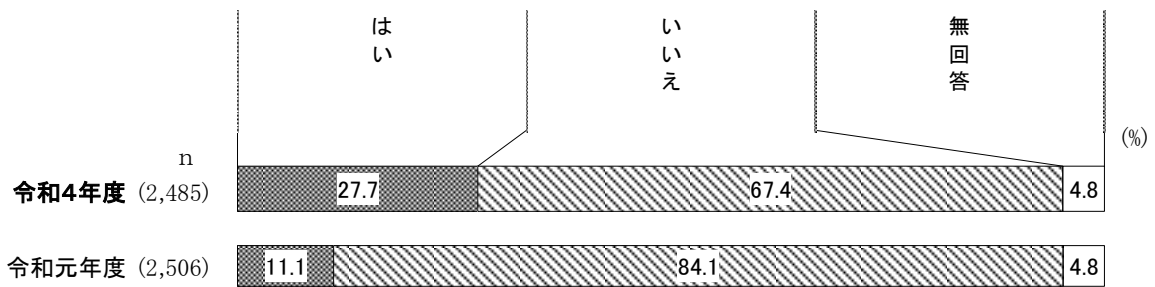


(20) 外出を控えているか (問19)

外出を控えているかは、「はい」が27.7%、「いいえ」が67.4%となっている。

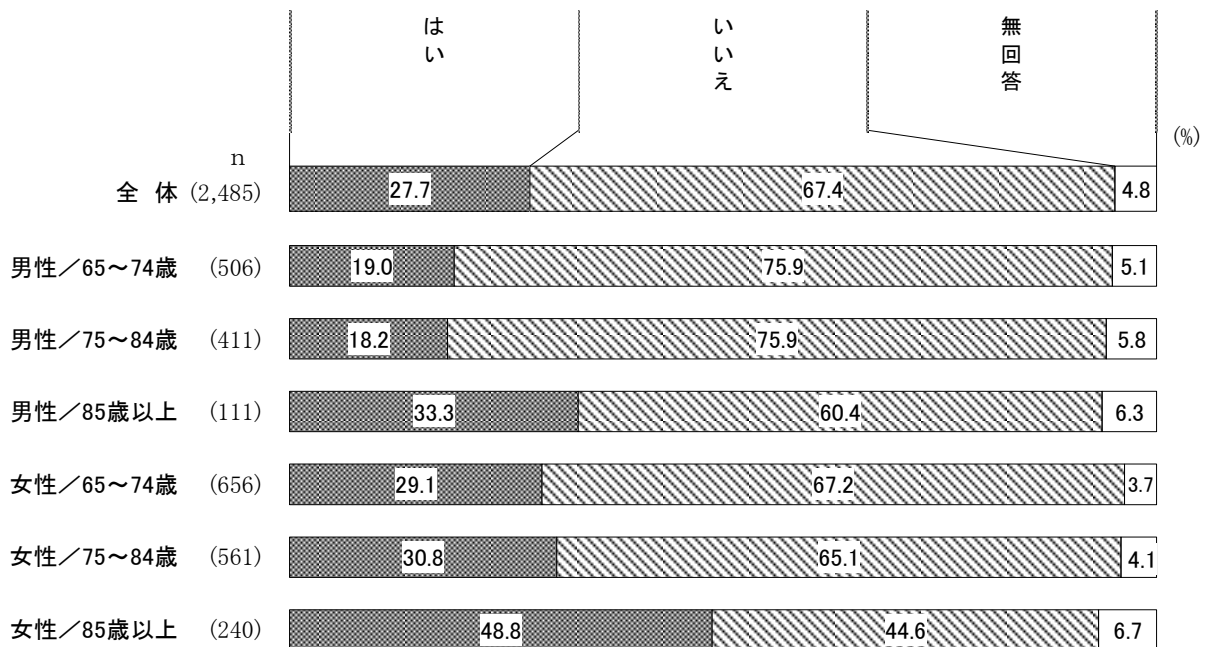
[経年比較／昨年と比べた外出の回数]

過去の調査と比較すると、「はい」は前回（11.1%）より16.6ポイント増加している。



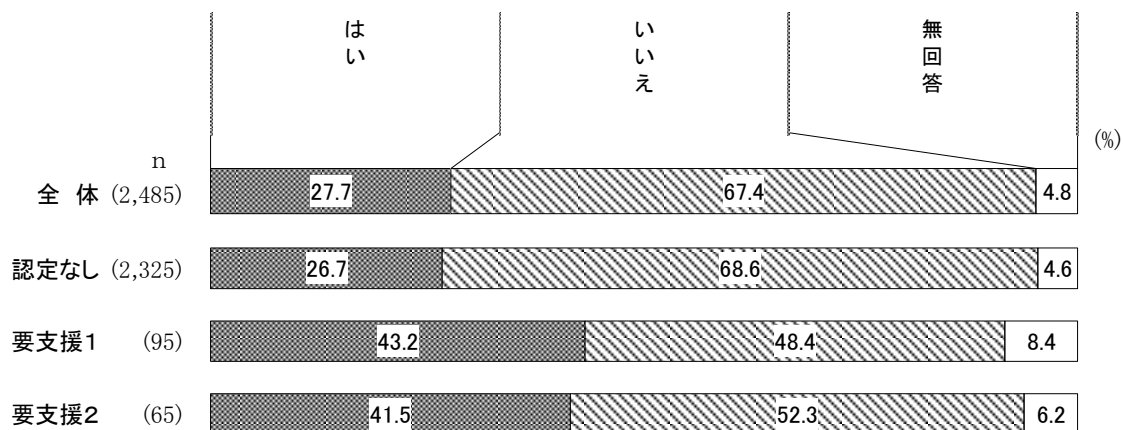
[性・年齢別／外出を控えているか]

性・年齢別にみると、「はい」は男女とも85歳以上で高く、特に“女性の85歳以上”は5割近くとなっている。



[要介護度別／外出を控えているか]

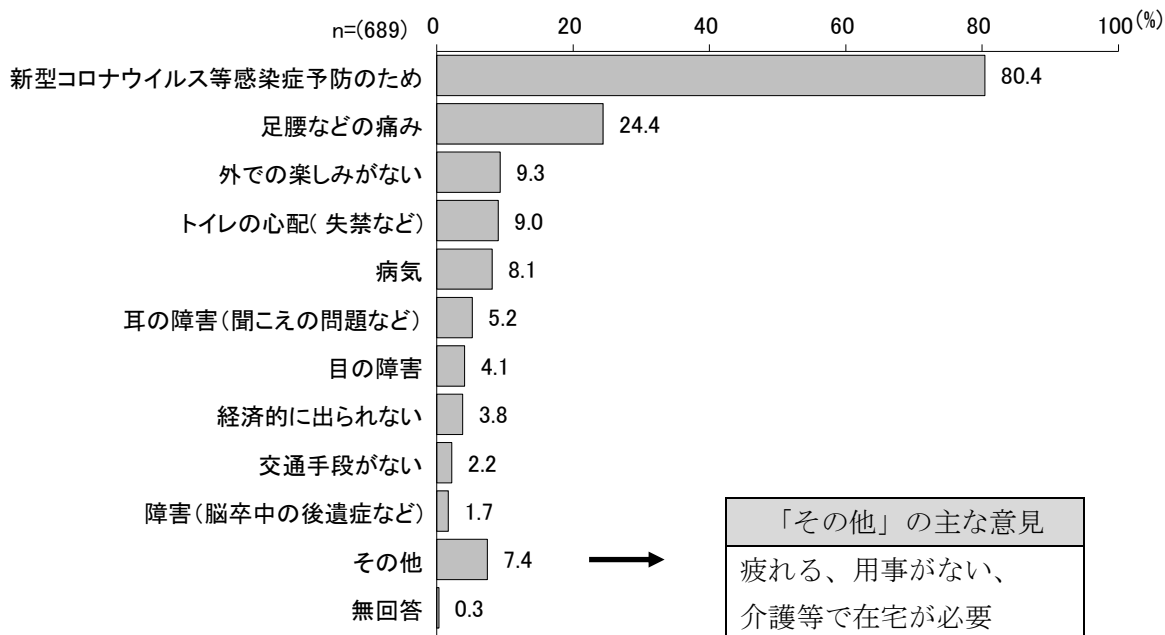
要介護度別にみると、「はい」は要支援１・２で４割を超える。



(2 1) 外出を控えている理由 (問19－ 1)

外出を控えている理由は、「新型コロナウイルス等感染症予防のため」が80.4%と最も高く、「足腰などの痛み」が24.4%、「外で楽しみがない」が9.3%、「トイレの心配(失禁など)」が9.0%と続く。

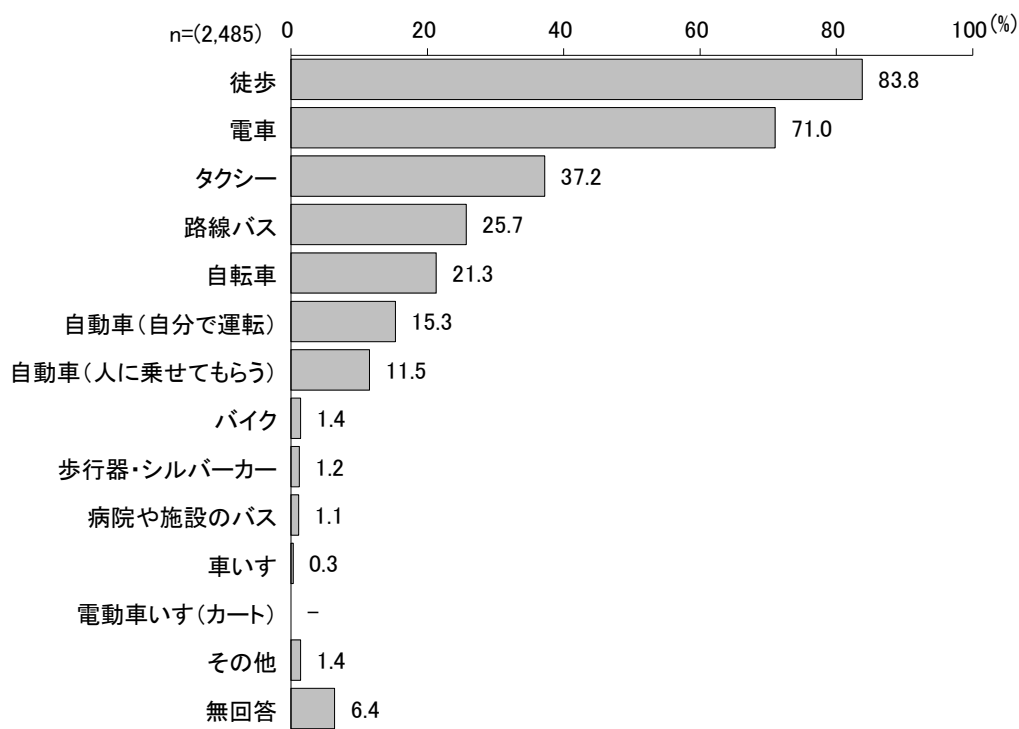
(複数回答)



(22) 外出する際の移動手段 (問20)

外出する際の移動手段は、「徒歩」が83.8%と最も高く、「電車」が71.0%、「タクシー」が37.2%と続く。

(複数回答)



[圏域別／外出する際の移動手段]

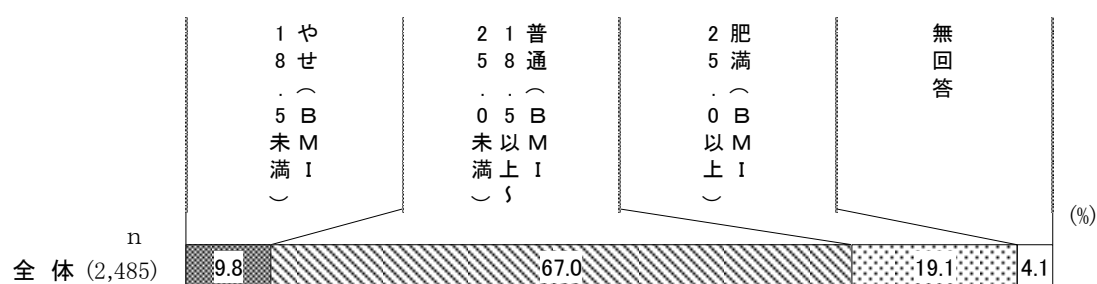
圏域別にみると、「自転車」は“神田圏域”の方が“麹町圏域”より16.0ポイント高くなっている。一方、「タクシー」は“麹町圏域”の方が“神田圏域”より7.7ポイント高くなっている。

		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)	バイク	歩行器・シルバーカー	病院や施設のバス	車いす	電動車いす(カート)	その他	無回答
全 体		2,485	83.8	71.0	37.2	25.7	21.3	15.3	11.5	1.4	1.2	1.1	0.3	-	1.4	6.4
圏域別	麹町圏域	1,180	84.2	72.3	41.3	27.8	12.9	17.9	13.1	1.0	1.2	1.4	0.3	-	1.3	5.8
	神田圏域	1,305	83.4	69.9	33.6	23.8	28.9	13.0	10.2	1.8	1.3	0.9	0.3	-	1.5	6.8

Ⅲ. 食べることについて

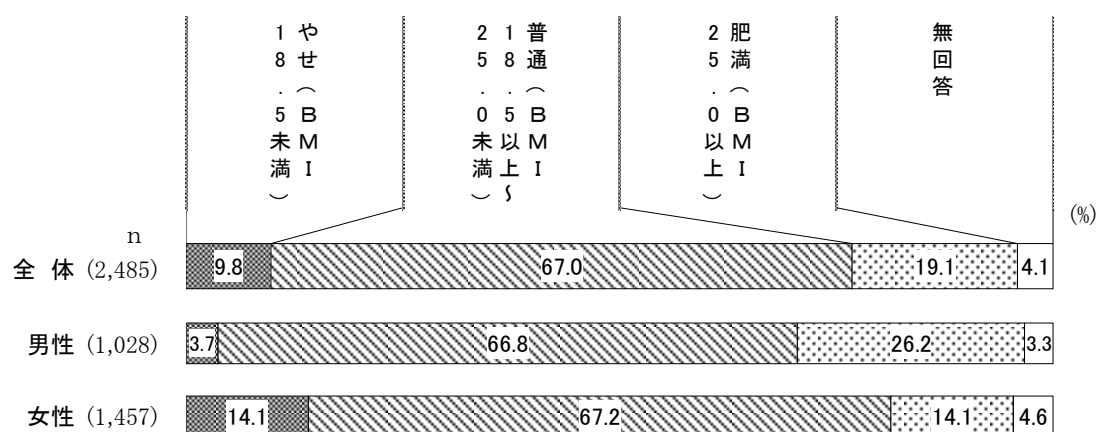
(23) ★BMI (問21)

BMIは、「普通（BMI 18.5以上～25.0未満）」が67.0%、「肥満（BMI 25.0以上）」が19.1%、「やせ（BMI 18.5未満）」が9.8%となっている。



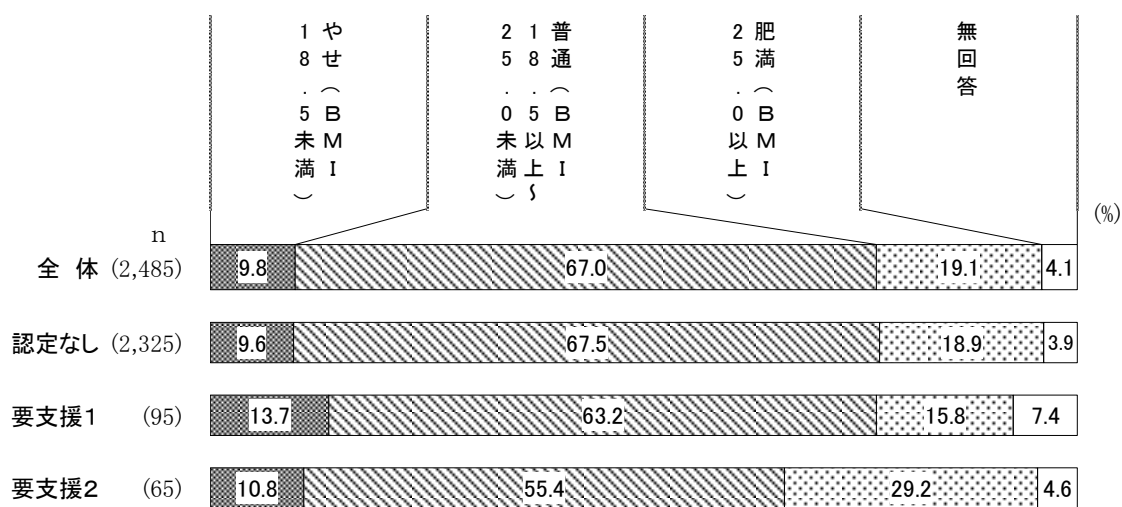
[性別／★BMI]

性別でみると、「やせ（BMI 18.5未満）」は女性の方が男性より10.4ポイント高く、「肥満（BMI 25.0以上）」は男性の方が女性より12.1ポイント高くなっている。



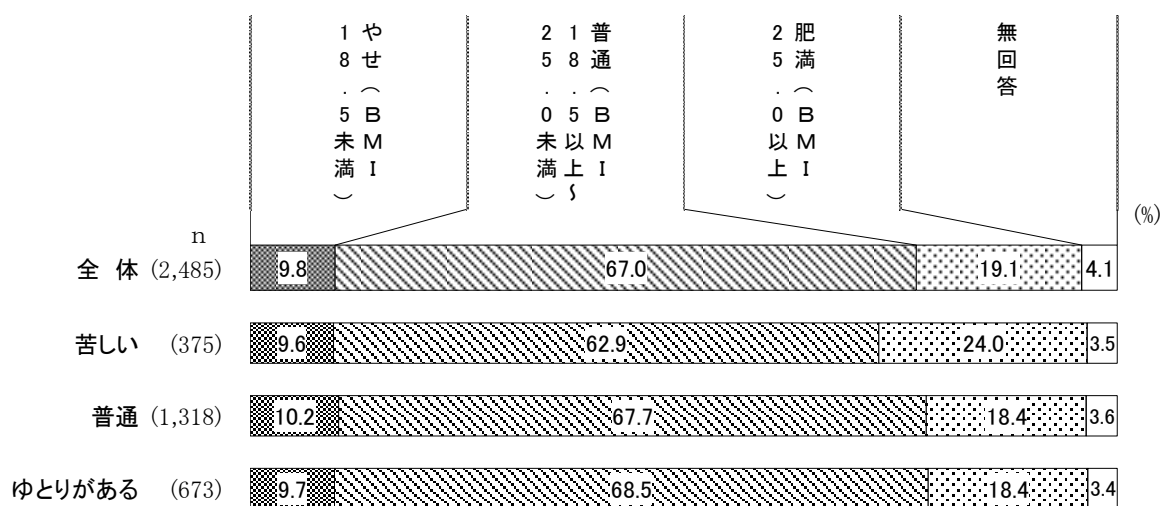
[要介護度別／★BMI]

要介護度別でみると、「肥満（BMI 25.0以上）」は“要支援2”で3割近くと高くなっている。



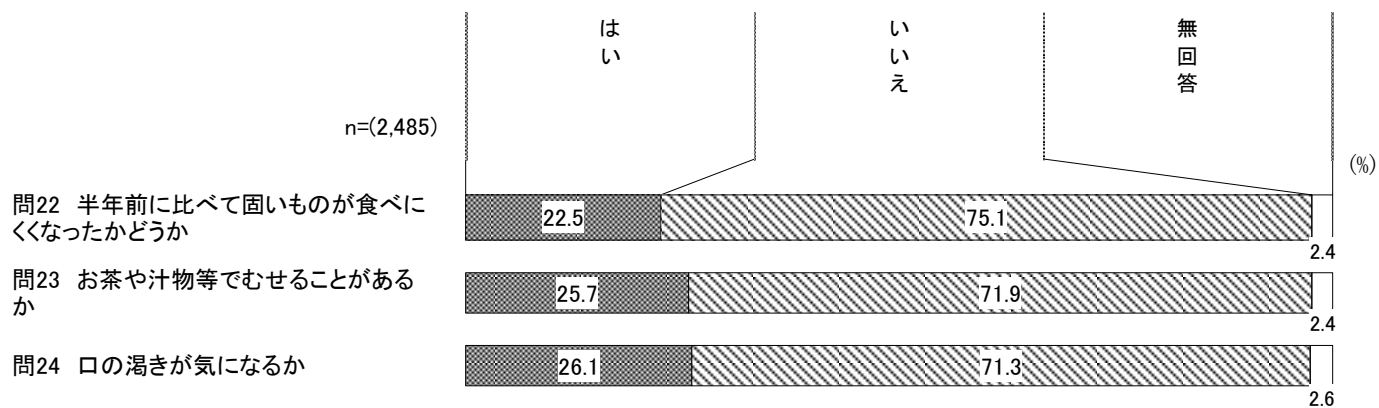
[経済状況別／★BMI]

経済状況別でみると、「肥満（BMI 25.0以上）」は“苦しい”で2割台半ばと高くなっている。



(2 4) ★口腔機能低下リスク（問22～問24）

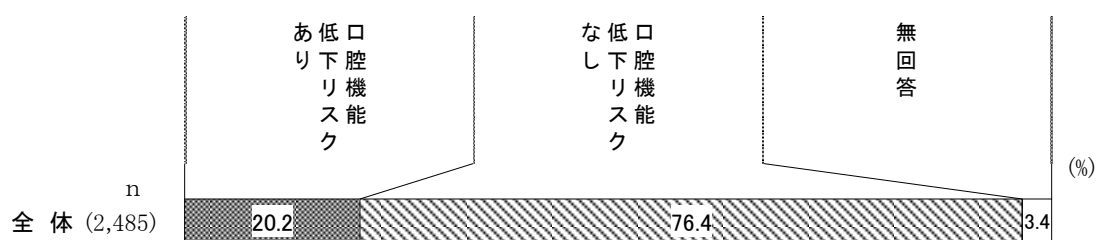
※問22～24



口腔機能は、「口腔機能低下リスクあり」が20.2%、「口腔機能低下リスクなし」が76.4%となっている。

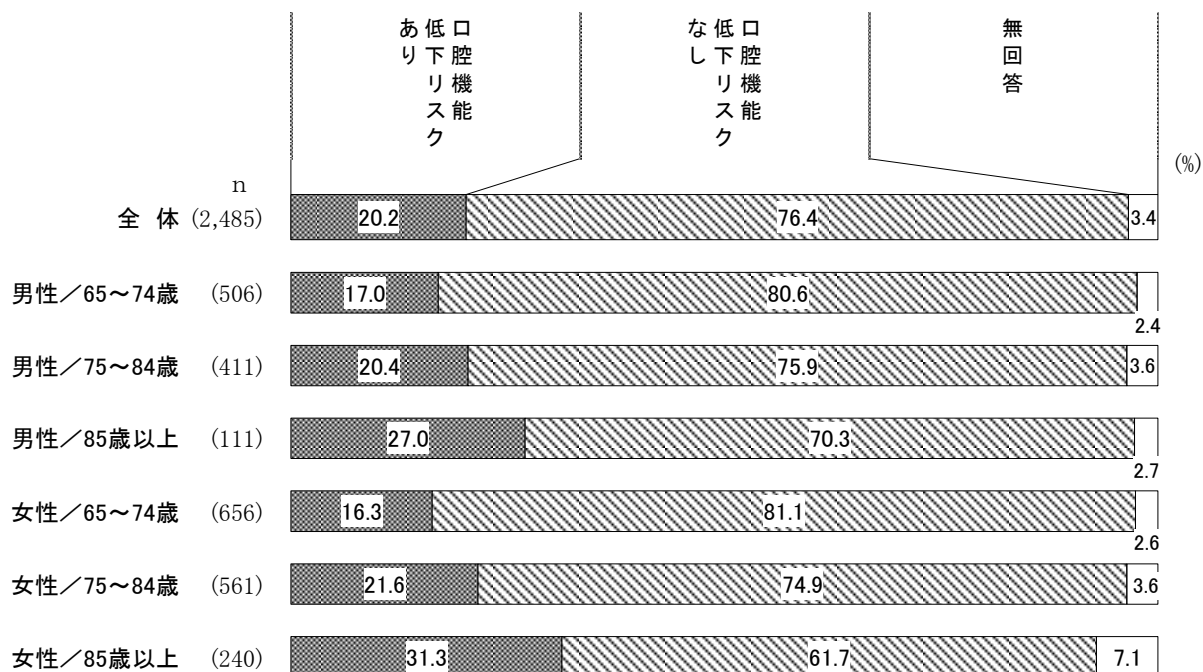
※口腔機能低下リスク該当者：

問22～問24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



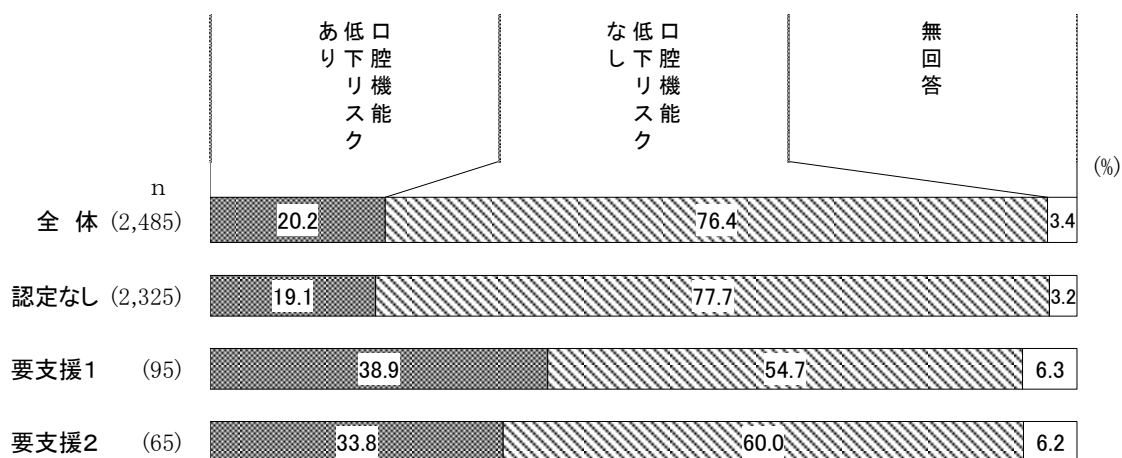
[性・年齢別／★口腔機能低下リスク]

性・年齢別にみると、「口腔機能低下リスクあり」は男女とも85歳以上で高く、“男性の85歳以上”で3割近く、“女性の85歳以上”で3割を超える。



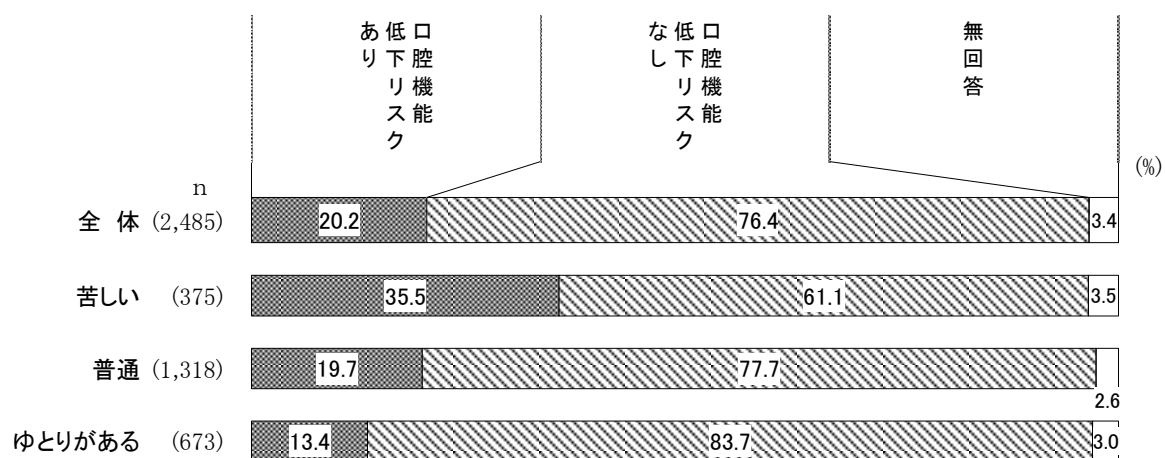
[要介護度別／★口腔機能低下リスク]

要介護度別にみると、「口腔機能低下リスクあり」は“要支援1”で4割近く、“要支援2”で3割台半ばと高くなっている。



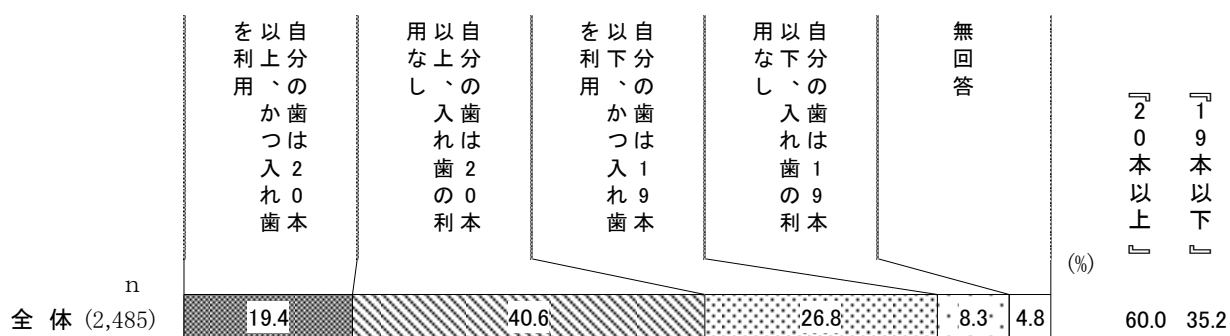
[経済状況別／★口腔機能低下リスク]

経済状況別にみると、「口腔機能低下リスクあり」は“苦しい”で3割台半ばと高くなっている。



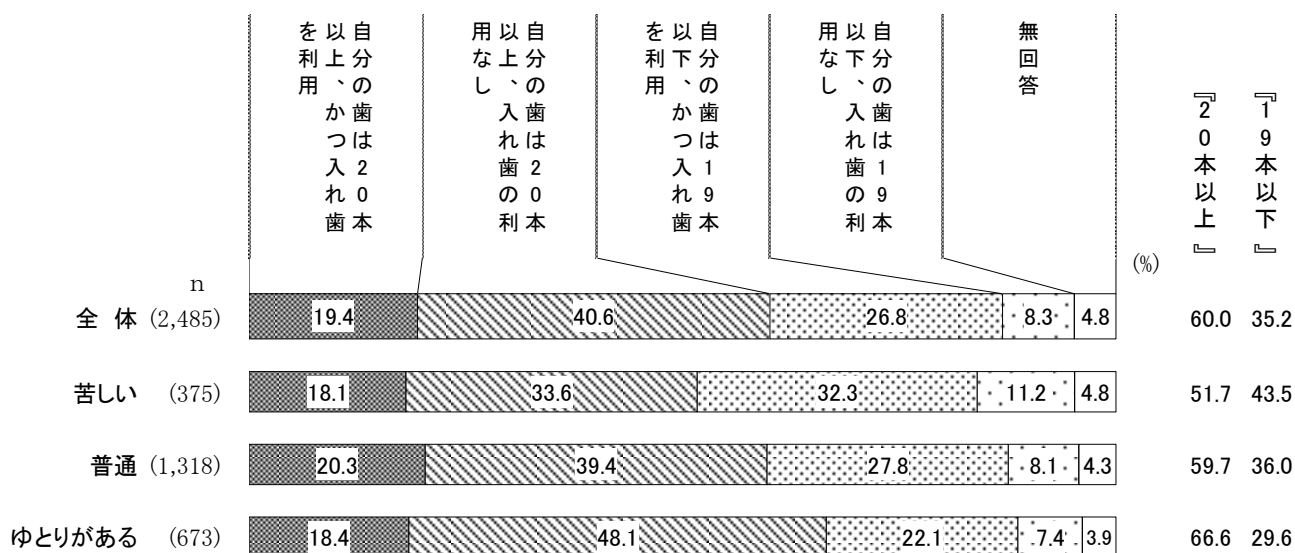
(25) 歯の数と入れ歯の利用状況（問25）

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60.0%、「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35.2%となっている。



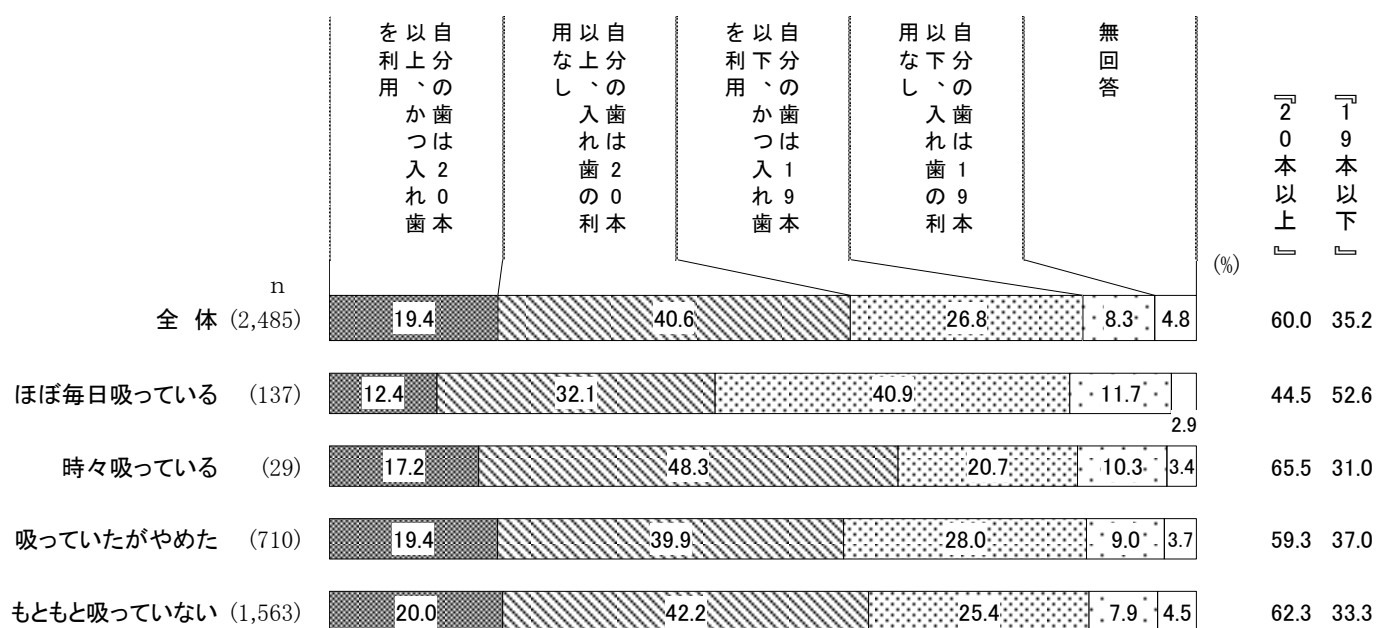
[経済状況別／歯の数と入れ歯の利用状況]

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



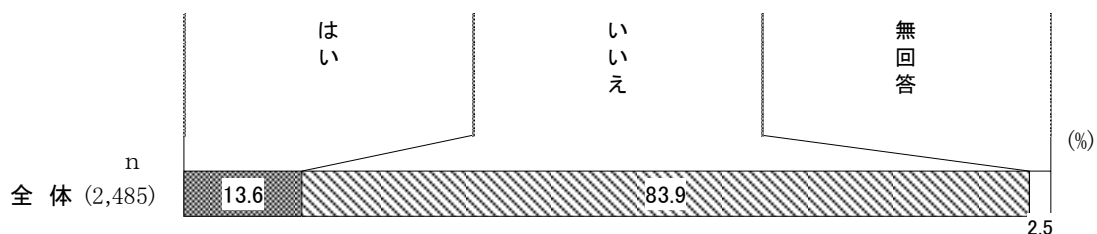
〔喫煙状況別／歯の数と入れ歯の利用状況〕

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。



(26) ★低栄養のリスク (BMIかつ問26)

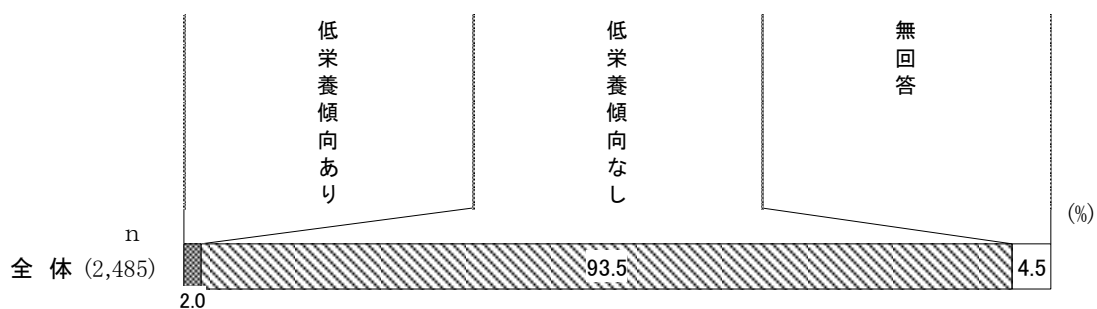
※問26 6か月間で2～3kg以上の体重減少



低栄養のリスクは、「低栄養傾向あり」が2.0%、「低栄養傾向なし」が93.5%となっている。

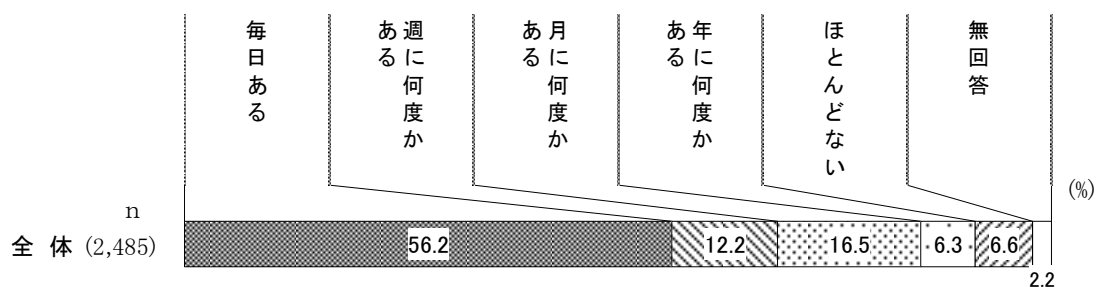
※低栄養のリスク該当者：

BMI 18.5以下で、かつ、問26で「はい」と回答した人



(27) 共食の機会 (問27)

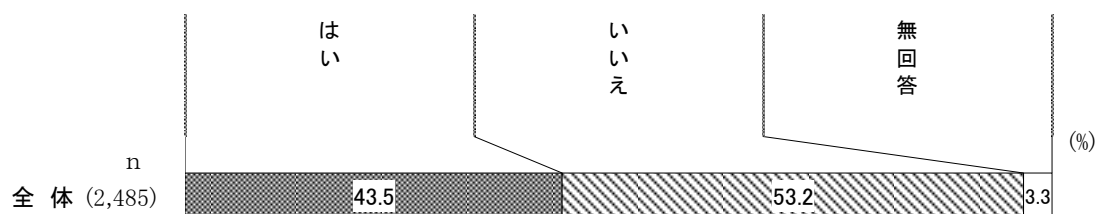
共食の機会は、「毎日ある」が56.2%と高く、「月に何度かある」が16.5%、「週に何度かある」が12.2%となっている。



Ⅳ. 毎日の生活について

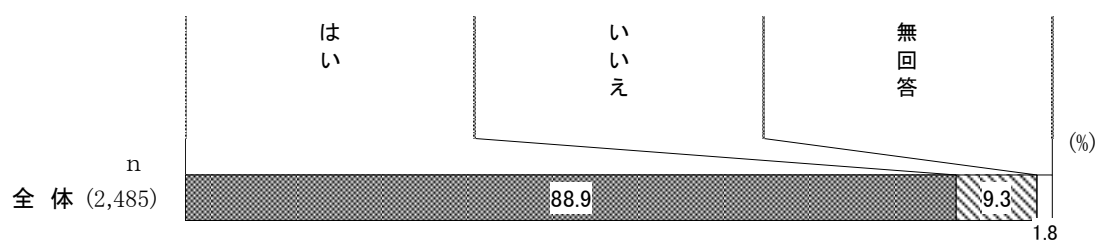
(28) 物忘れが多いと感じるか (問28)

物忘れが多いと感じるかは、「はい」が43.5%、「いいえ」が53.2%となっている。



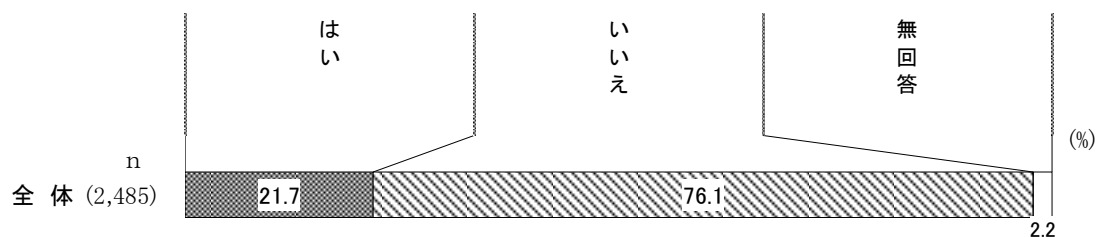
(29) 自分で電話をかけているか (問29)

自分で電話をかけているかは、「はい」が88.9%、「いいえ」が9.3%となっている。



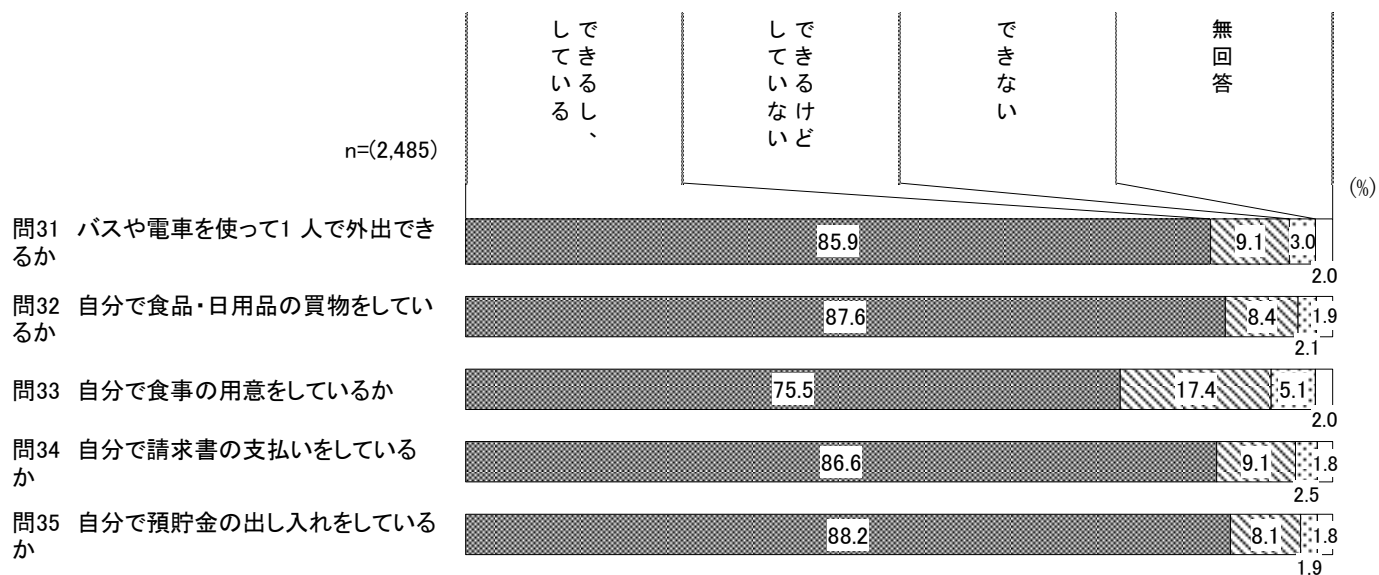
(30) 日付がわからない時があるか (問30)

日付がわからない時があるかは、「はい」が21.7%、「いいえ」が76.1%となっている。



(31) ★手段的日常生活動作 (IADL) (問31～問35)

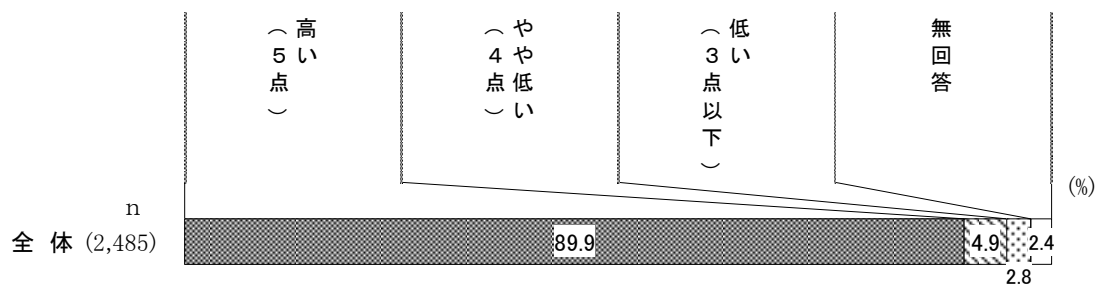
※問31～問35



手段的日常生活動作 (IADL) は、「高い (5点)」が89.9%、「やや低い (4点)」が4.9%、「低い (3点以下)」が2.8%となっている。

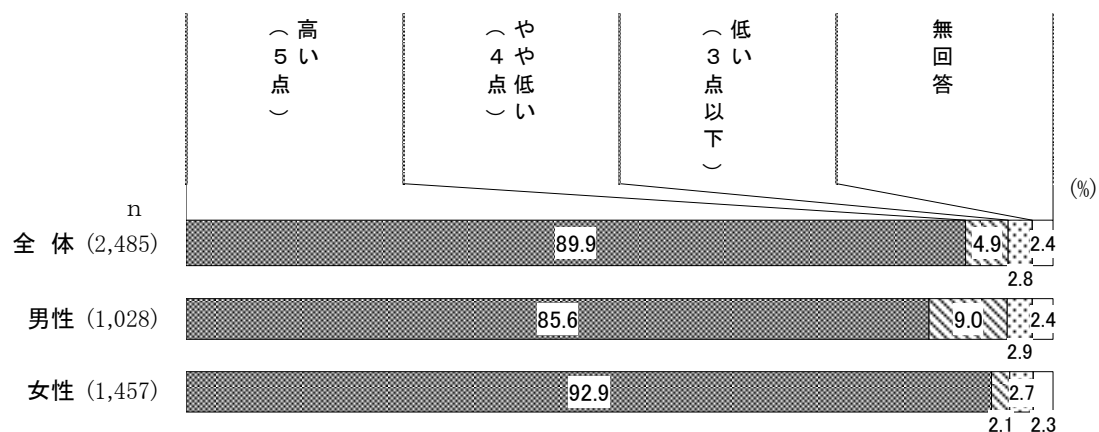
※手段的日常生活動作 (IADL) 計算方法：

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



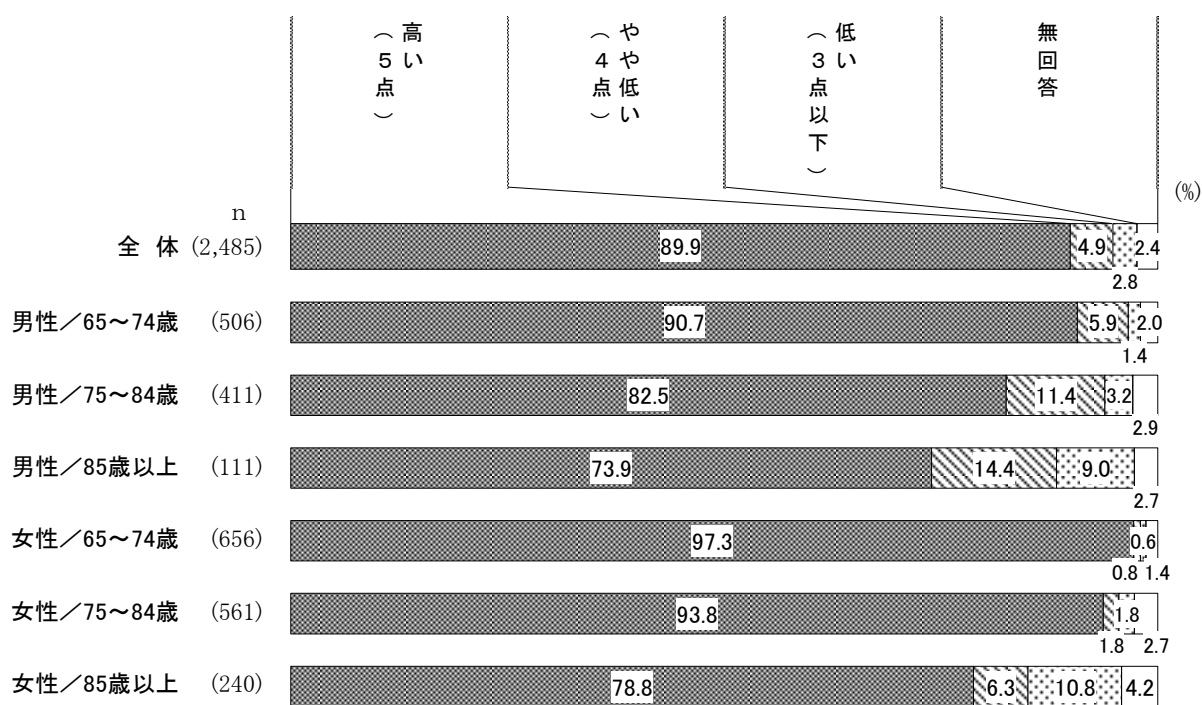
[性別／★手段的日常生活動作(IADL)]

性別にみると、「やや低い（4点）」は男性の方が女性より6.9ポイント高くなっている。



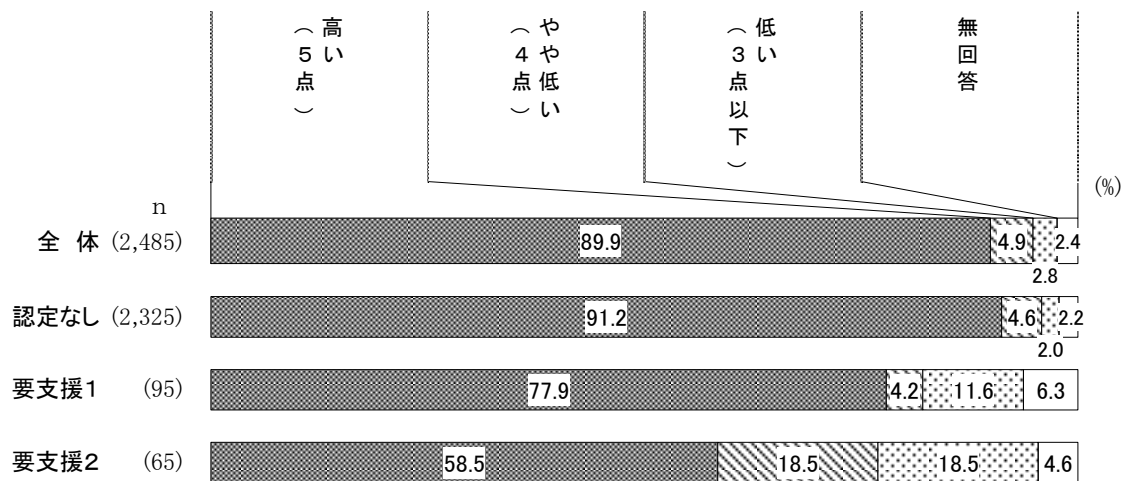
[性・年齢別／★手段的日常生活動作(IADL)]

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。



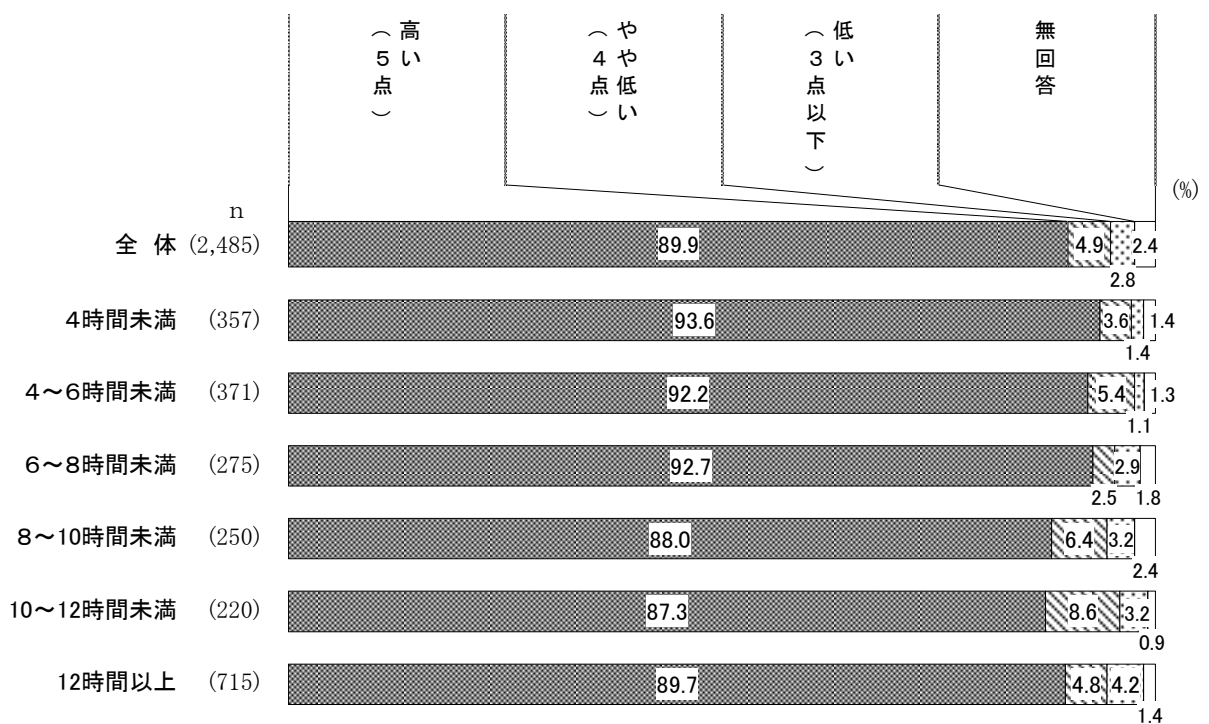
[要介護度別／★手段的日常生活動作(IADL)]

要介護度別にみると、「低い（3点以下）」は“要支援2”で2割近くと高くなっている。



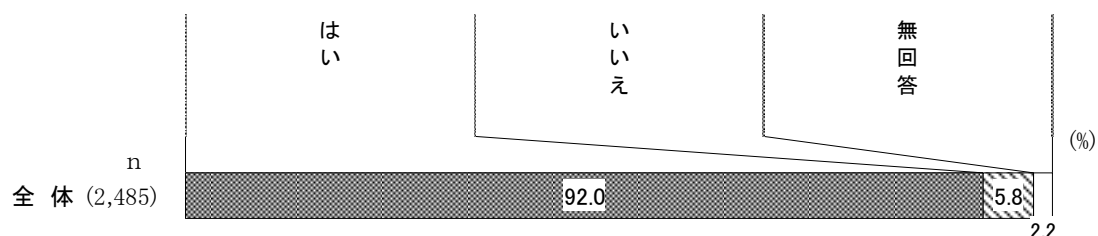
[座位時間別／★手段的日常生活動作(IADL)]

座位時間別にみると、「低い（3点以下）」はおおむね座位時間が長いほど高くなる傾向にある。



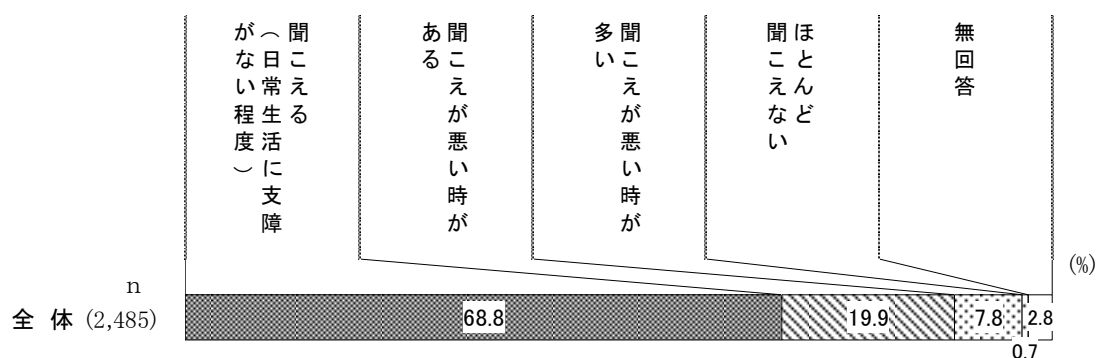
(32) 書類が書けるか (問36)

書類が書けるかは、「はい」が92.0%、「いいえ」が5.8%となっている。



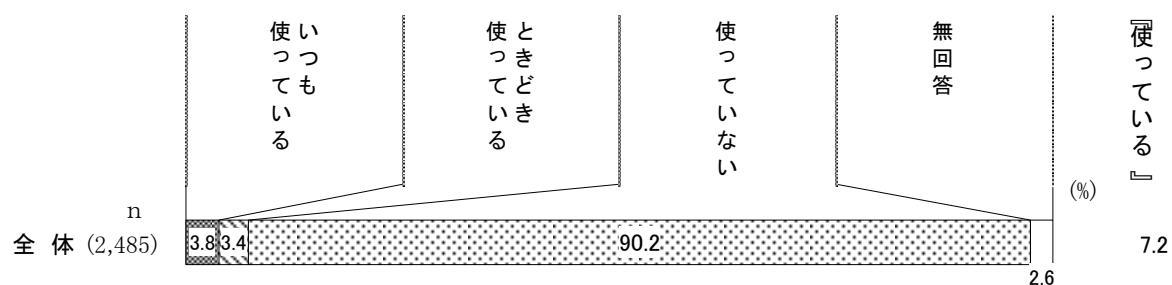
(33) 耳の聞こえの状況 (問37)

耳の聞こえの状況は、「聞こえる（日常生活に支障がない程度）」が68.8%、「聞こえが悪い時がある」が19.9%、「聞こえが悪い時が多い」が7.8%となっている。



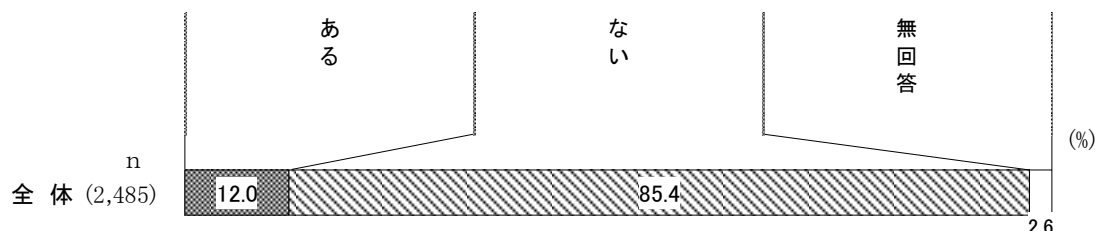
(34) 補聴器の利用状況 (問38)

補聴器の利用状況は、「いつも使っている」と「ときどき使っている」を合わせた『使っている』が7.2%となっている。



(35) 詐欺等に騙された・騙されそうになった経験 (問39)

詐欺等に騙された・騙されそうになった経験は、「ある」が12.0%、「ない」が85.4%となっている。



(36) 他世代との会話の機会 (問40)

■子どもや20代の若者

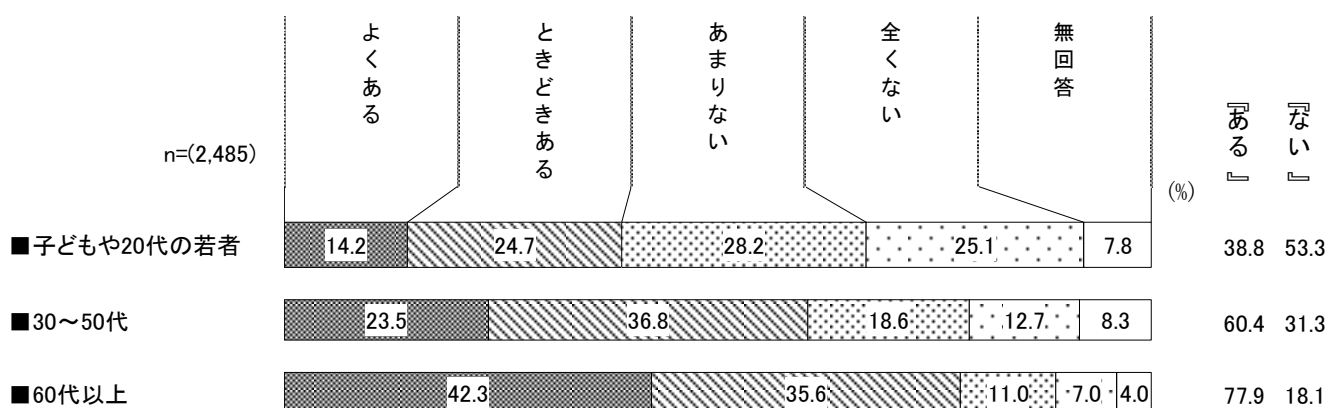
子どもや20代の若者との会話の機会は、「よくある」と「ときどきある」を合わせた『ある』は38.8%、「あまりない」と「全くない」を合わせた『ない』は53.3%となっている。

■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60.4%、「あまりない」と「全くない」を合わせた『ない』は31.3%となっている。

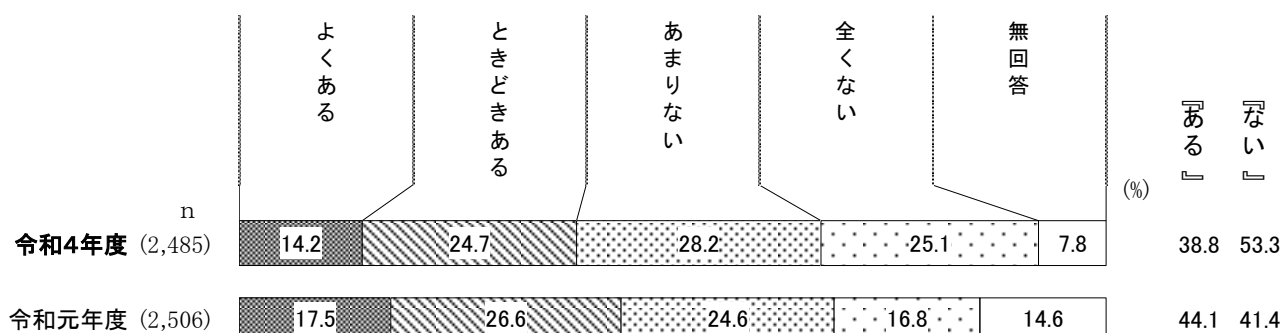
■60代以上

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77.9%、「あまりない」と「全くない」を合わせた『ない』は18.1%となっている。



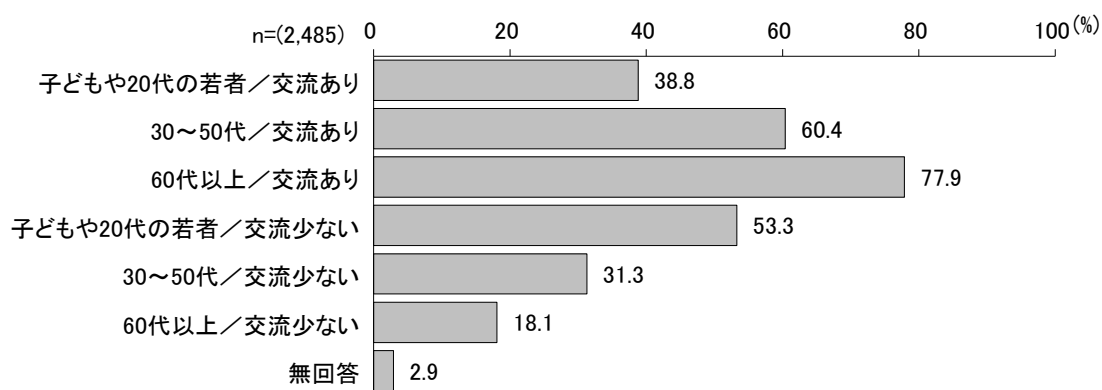
[経年比較／他世代との会話の機会 ■子どもや20代の若者]

過去の調査と比較すると、『ある』は前回 (44.1%) より5.3ポイント減少している。



■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。

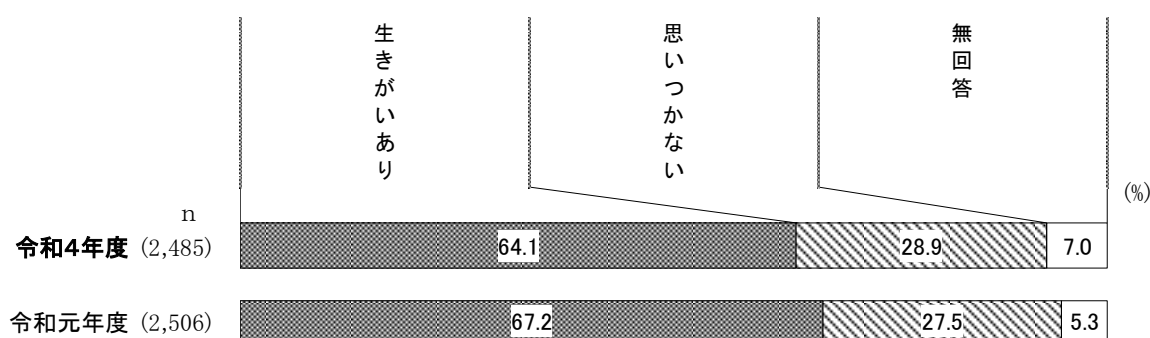


（３７）生きがいの有無（問41）

生きがいの有無は、「生きがいあり」が64.1%、「思いつかない」が28.9%となっている。

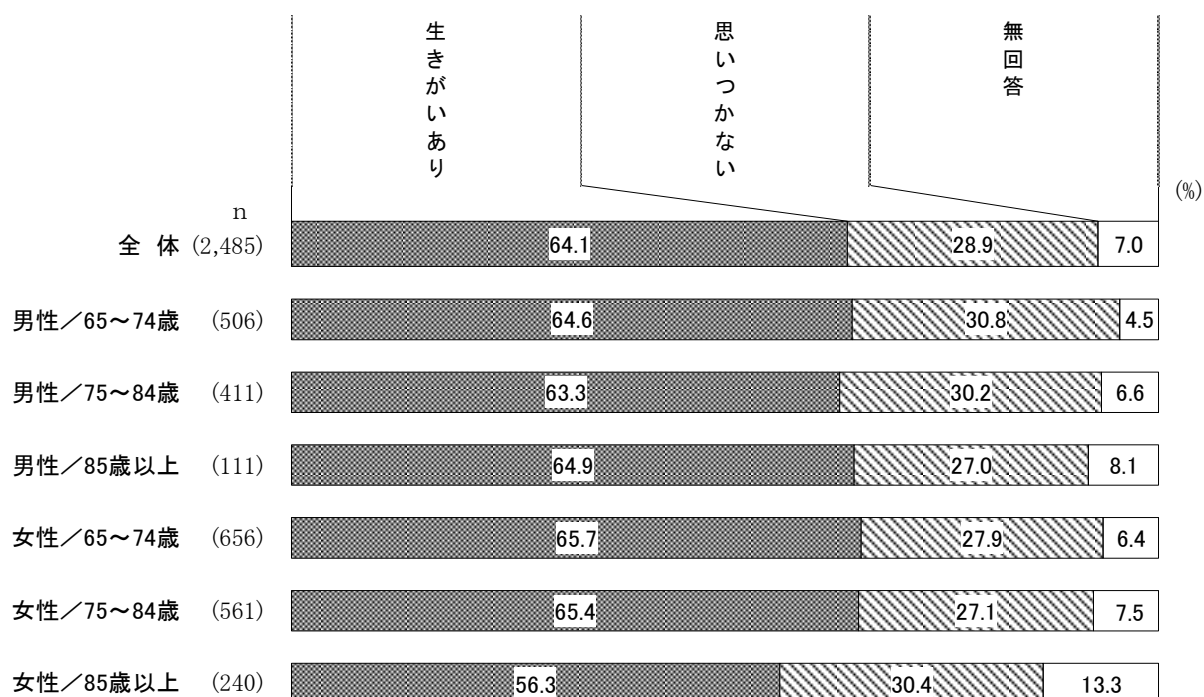
〔経年比較／生きがいの有無〕

過去の調査と比較すると、「生きがいあり」は前回（67.2%）より3.1ポイント減少している。



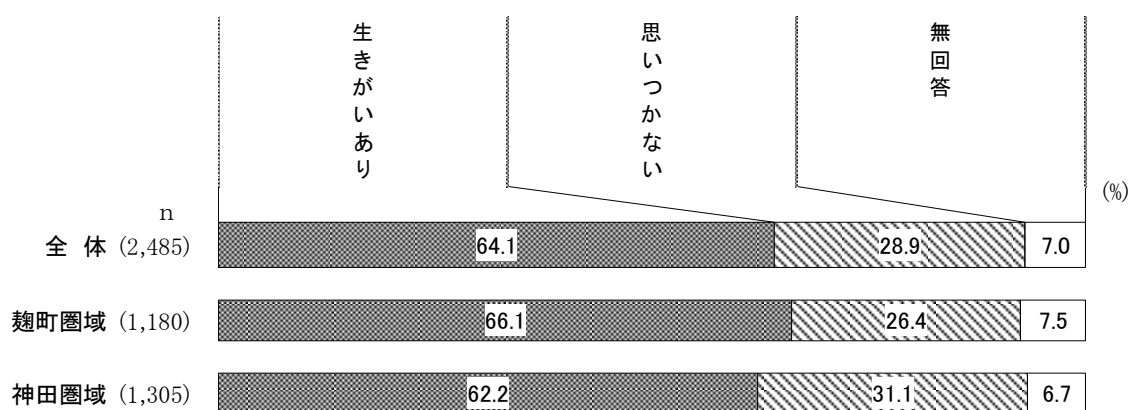
[性・年齢別／生きがいの有無]

性・年齢別にみると、「生きがいあり」は“女性の85歳以上”で5割台半ばと多層より低くなっている。



[圏域別／生きがいの有無]

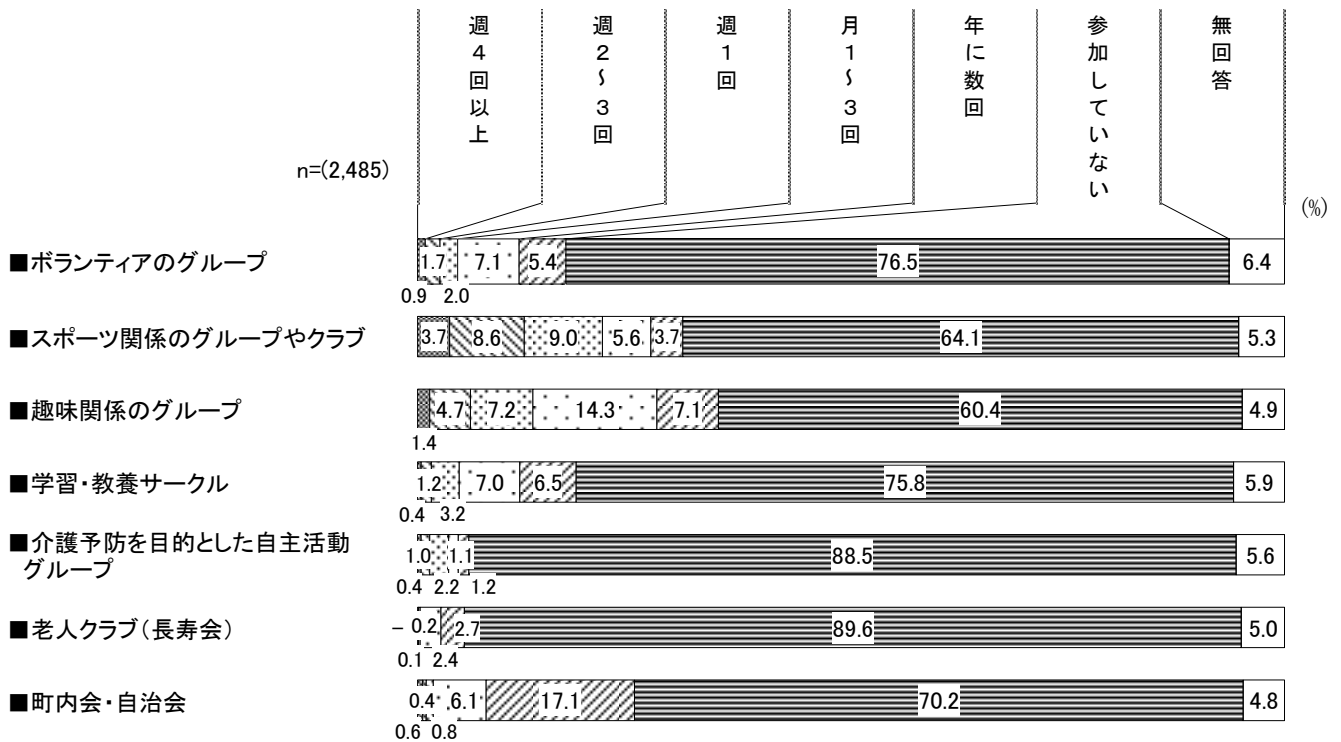
圏域別では、特に大きな違いはみられない。



V. 地域での活動について

(38) ★地域活動の参加状況 (問42)

※問42



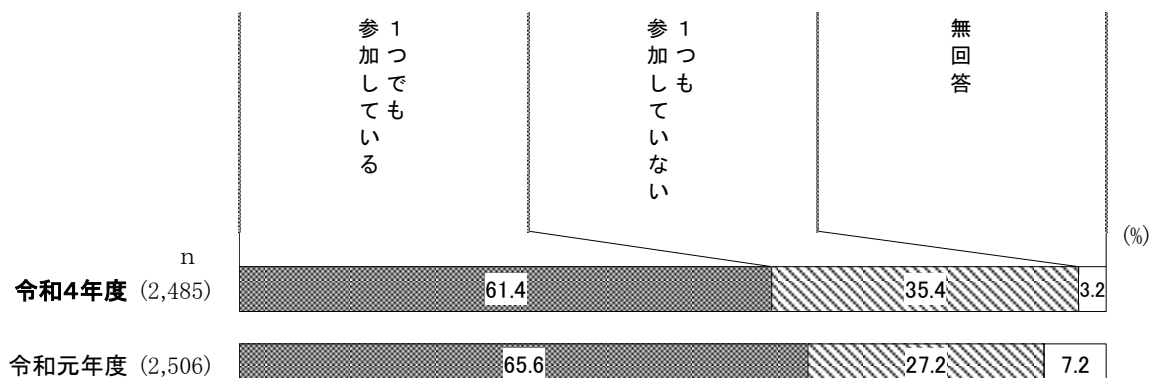
地域活動の参加状況は、「1つでも参加している」は61.4%、「1つも参加していない」は35.4%となっている。

※「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

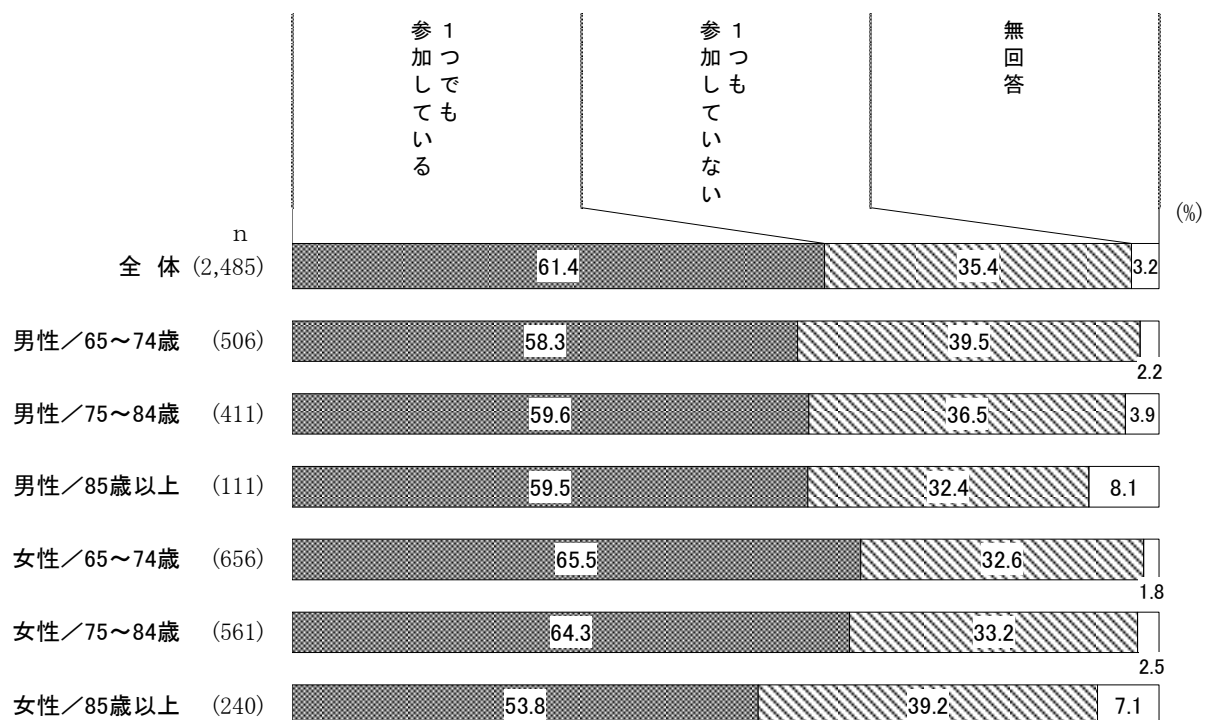
[経年比較／★地域活動の参加状況]

過去の調査と比較すると、「1つも参加していない」は前回（27.2%）より8.2ポイント増加している。



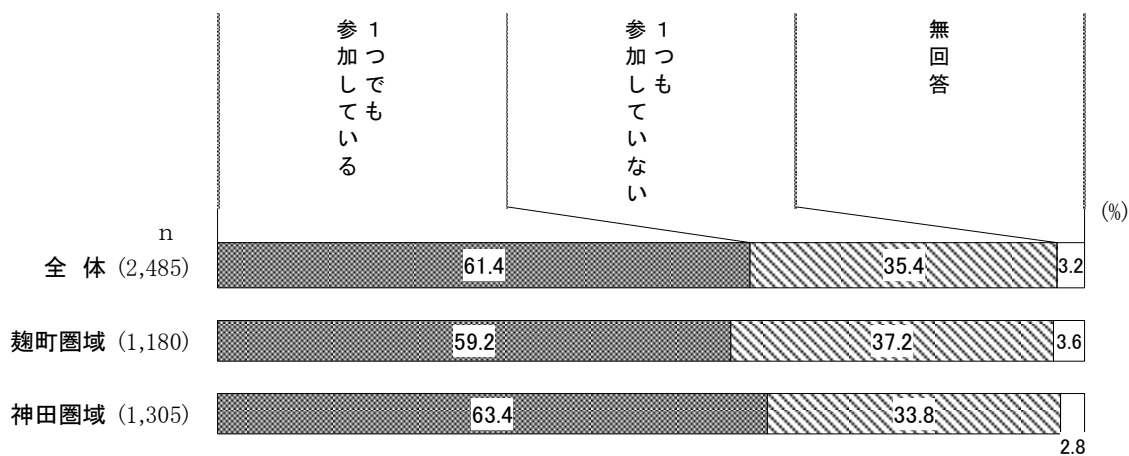
[性・年齢別／★地域活動の参加状況]

性・年齢別にみると、「1つも参加していない」は“男性の65～74歳”と“女性の85歳以上”で4割前後と高くなっている。



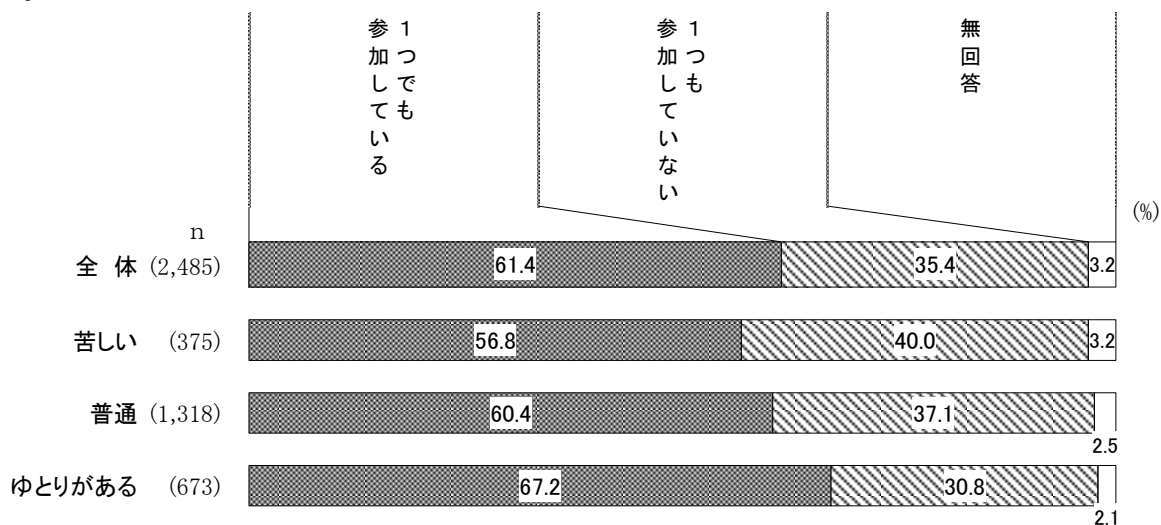
[圏域別／★地域活動の参加状況]

圏域別にみると、「1つも参加していない」は“麴町圏域”の方が“神田圏域”より3.4ポイントとやや高くなっている。



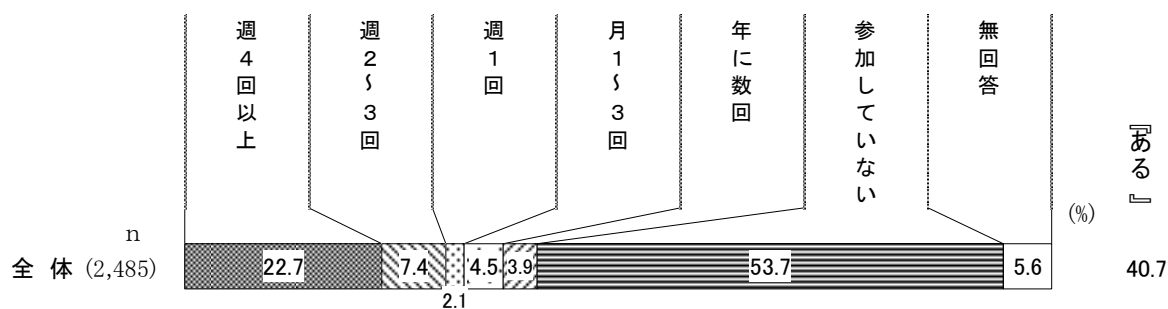
[経済状況別／★地域活動の参加状況]

経済状況別にみると、「1つでも参加している」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。



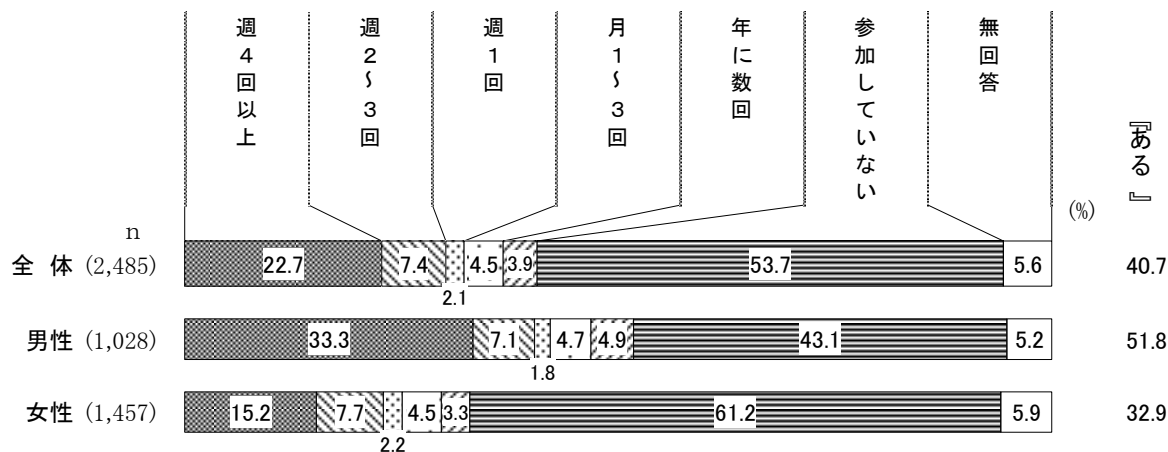
■収入のある仕事

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40.7%、「ない」は53.7%となっている。



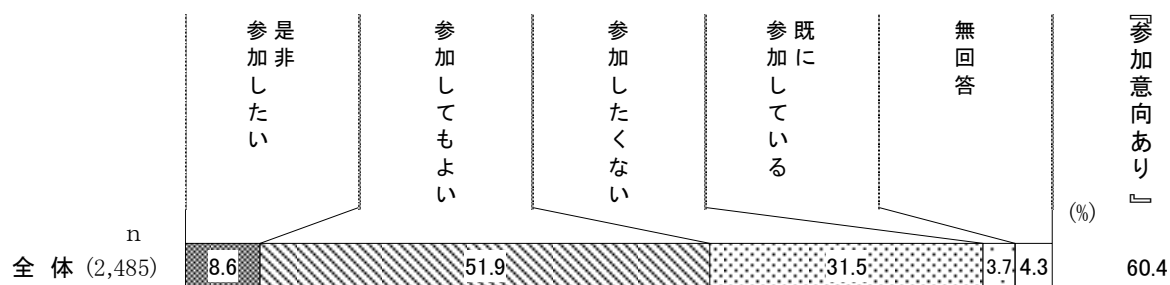
[性別／■収入のある仕事]

性別にみると、『ある』は男性の方が女性より18.9ポイント以上高くなっている。



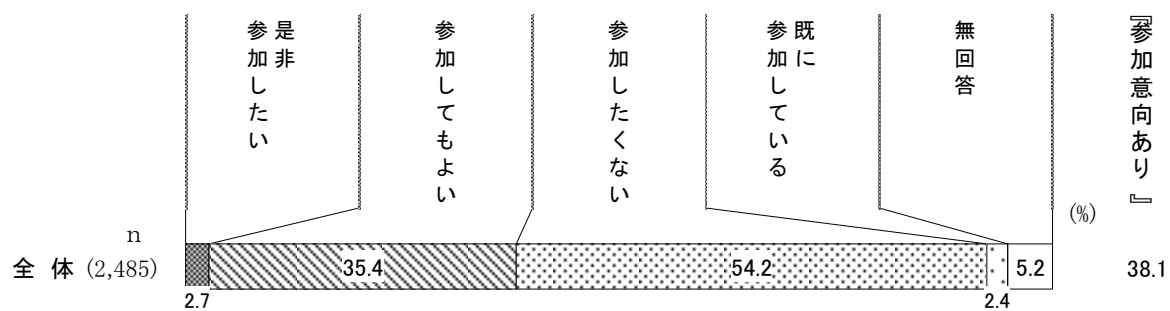
(39) 参加者として健康づくり等グループ活動への参加意向（問43）

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60.4%、「参加したくない」は31.5%となっている。



(40) 企画・運営として健康づくり等グループ活動への参加意向（問44）

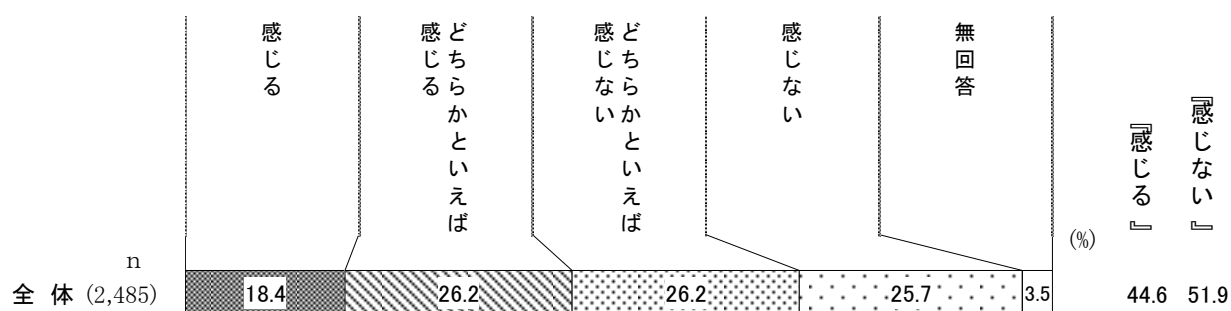
企画・運営として健康づくり活動や趣味等のグループ活動の参加意向は、「是非参加したい」と「参加してもよい」を合わせた『参加意向あり』は38.1%、「参加したくない」は54.2%となっている。



VI. たすけあいについて

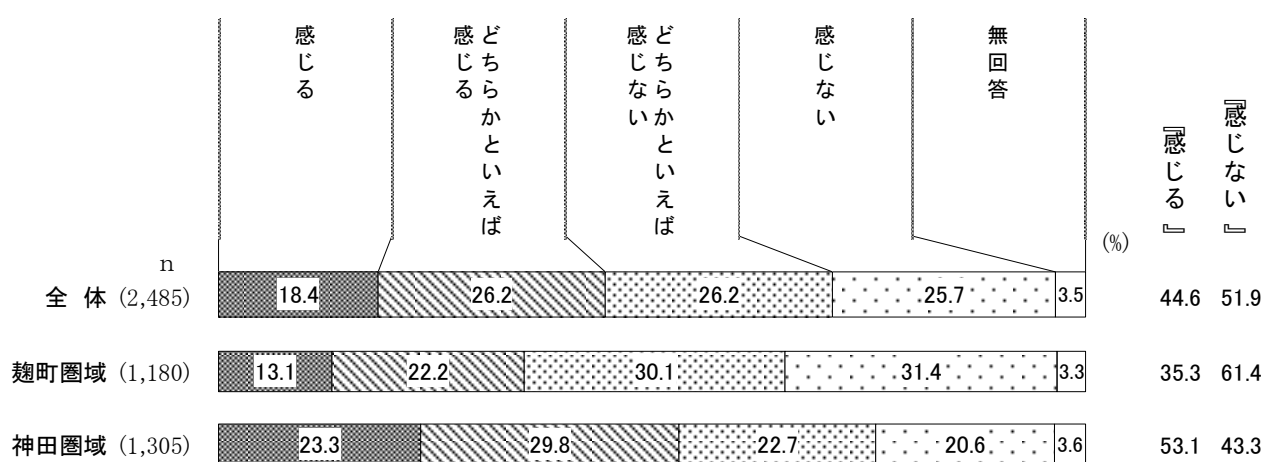
(41) 地域とのつながり (問45)

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44.6%、「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51.9%となっている。



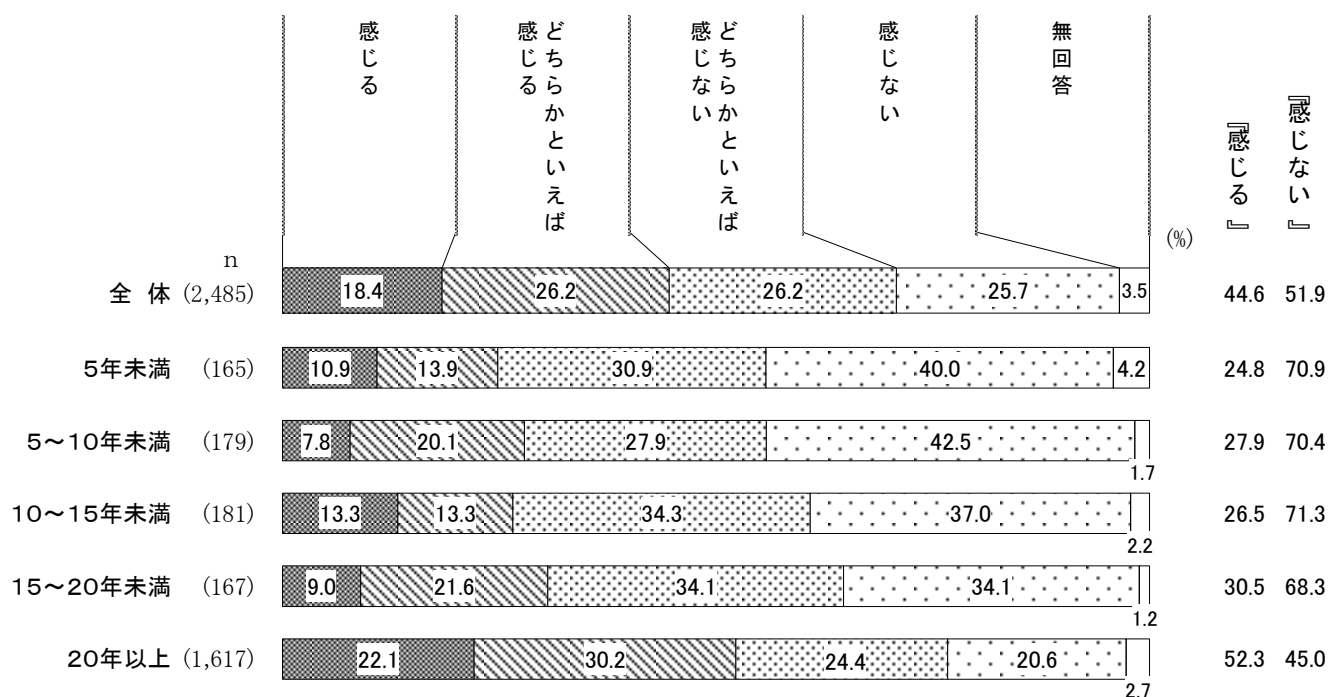
[圏域別／地域とのつながり]

圏域別にみると、『感じる』は“神田圏域”の方が“麹町圏域”より17.8ポイント高くなっている。



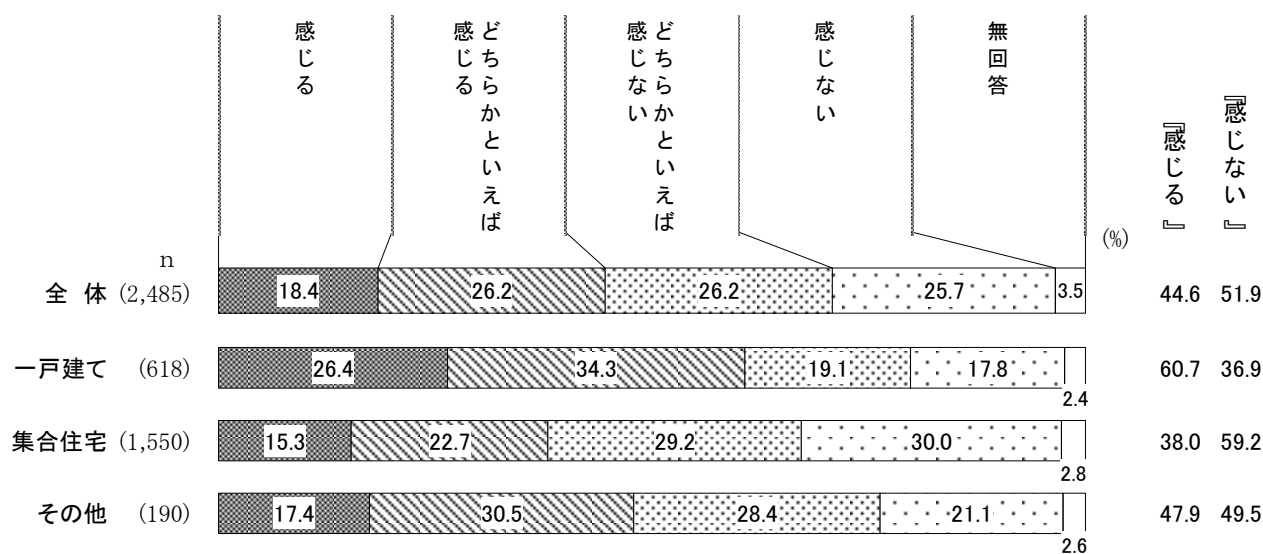
[千代田区での居住年数別／地域とのつながり]

千代田区での居住年数別にみると、『感じる』はおおむね居住年数が長いほど高くなる傾向にある。



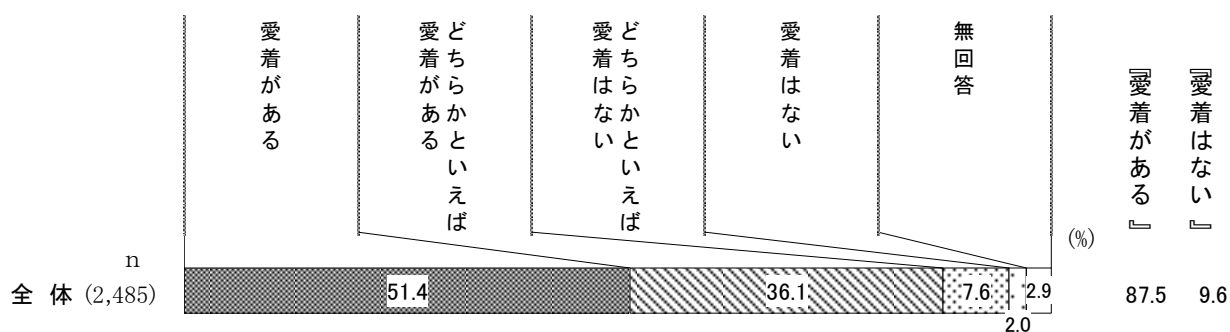
[住居形態別／地域とのつながり]

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22.7ポイント高くなっている。



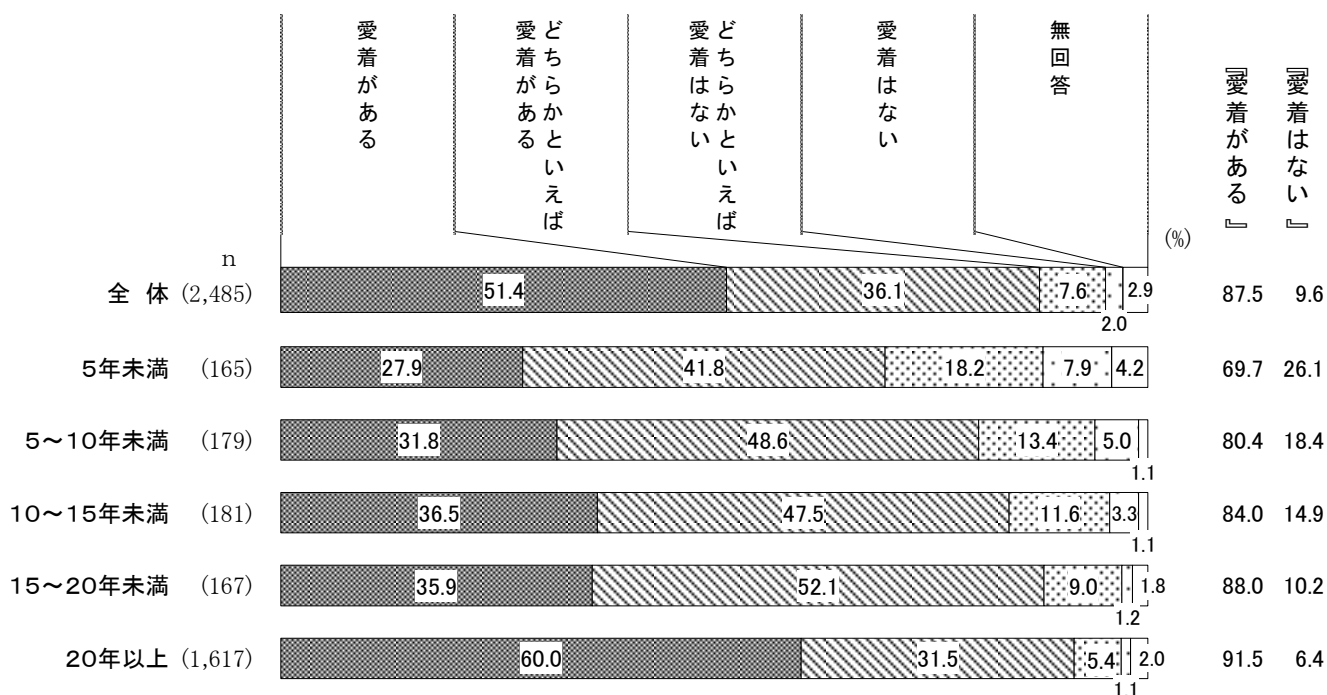
(42) 地域への愛着度 (問46)

地域への愛着度は、「愛着がある」と「どちらかといえば愛着がある」を合わせた『愛着がある』は87.5%、「どちらかといえば愛着はない」と「愛着はない」を合わせた『愛着はない』は9.6%となっている。



[千代田区での居住年数別／地域への愛着度]

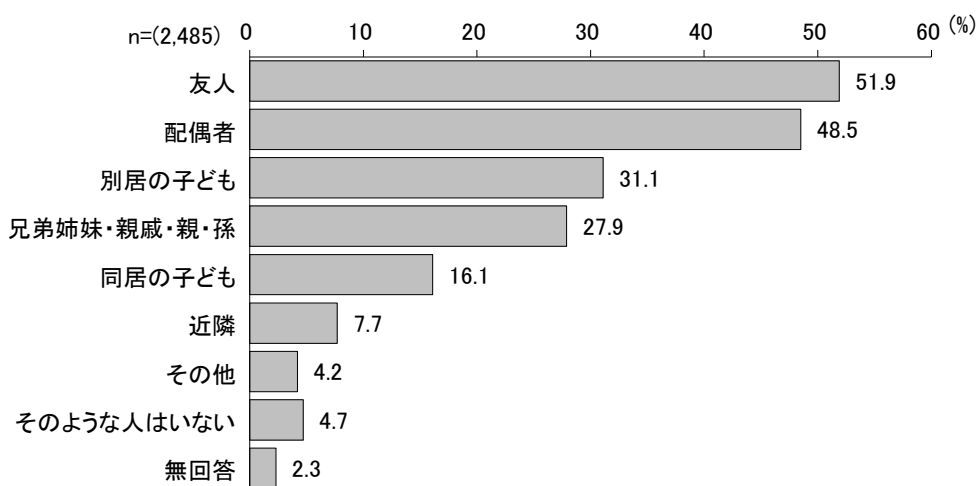
千代田区での居住年数別にみると、『愛着がある』はおおむね居住年数が高いほど高くなる傾向にある。



(43) 心配事や愚痴を聞いてくれる人(問47)

心配事や愚痴を聞いてくれる人は、「友人」が51.9%と最も高く、「配偶者」が48.5%、「別居の子ども」が31.1%と続く。

(複数回答)



[性別／心配事や愚痴を聞いてくれる人]

性別にみると、「友人」は女性の方が男性より21.9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29.2ポイント以上高くなっている。

[家族構成別／心配事や愚痴を聞いてくれる人]

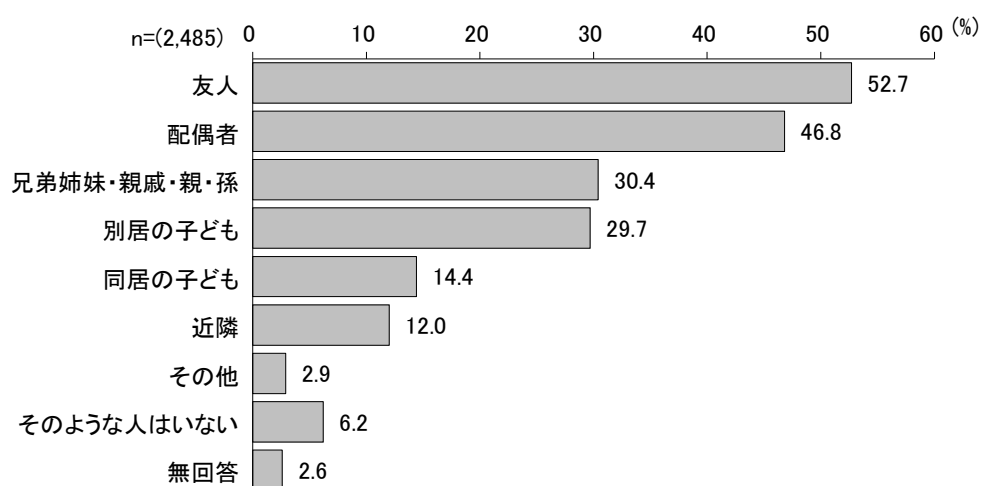
家族構成別にみると、「友人」は“1人暮らし”で6割近くと高く、「配偶者」は“夫婦2人暮らし”で8割を超え高くなっている。一方、「そのような人はいない」は“1人暮らし”で1割を超え比較的高くなっている。

			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		2,485	51.9	48.5	31.1	27.9	16.1	7.7	4.2	4.7	2.3
性 別	男性	1,028	39.0	65.6	21.4	14.1	11.1	5.7	4.9	7.9	2.8
	女性	1,457	60.9	36.4	37.9	37.6	19.6	9.1	3.8	2.4	1.9
家 族 構 成 別	1人暮らし	642	58.1	3.1	30.5	36.4	0.8	9.7	7.3	10.7	1.9
	夫婦2人暮らし	1,055	49.0	82.7	38.8	21.2	3.1	6.5	1.6	3.0	1.4
	その他	650	52.5	39.2	19.1	29.8	50.2	7.8	6.0	1.8	1.7

(44) 心配事や愚痴を聞いてあげる人(問48)

心配事や愚痴を聞いてあげる人は、「友人」が52.7%と最も高く、「配偶者」が46.8%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が30.4%と続く。

(複数回答)



[性別／心配事や愚痴を聞いてあげる人]

性別でみると、「友人」は女性の方が男性より23.1ポイント高く、一方、「配偶者」は男性の方が女性より29.7ポイント高くなっている。

[家族構成別／心配事や愚痴を聞いてあげる人]

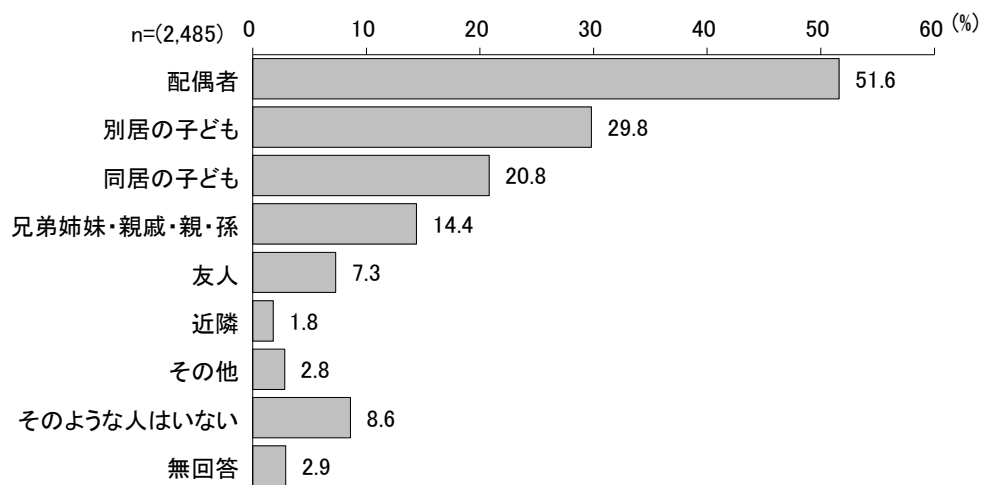
家族構成別にみると、「友人」は“1人暮らし”で6割超えと高く、「配偶者」は“夫婦2人暮らし”で約8割と高くなっている。一方、「そのような人はいない」は“1人暮らし”で1割を超え比較的高くなっている。

			友人	配偶者	親・兄弟姉妹・親戚・孫	別居の子ども	同居の子ども	近隣	その他	ない	そのような人はい	無回答	(%)
		n											
全 体		2,485	52.7	46.8	30.4	29.7	14.4	12.0	2.9	6.2	2.6		
性 別	男性	1,028	39.2	64.2	18.4	22.7	11.5	9.7	3.8	9.0	3.1		
	女性	1,457	62.3	34.5	38.8	34.7	16.4	13.5	2.2	4.1	2.3		
家 族 構 成 別	1人暮らし	642	61.7	3.1	35.8	26.6	0.8	13.7	3.9	13.1	2.3		
	夫婦2人暮らし	1,055	48.2	79.9	25.0	39.5	3.1	10.3	1.3	3.4	1.8		
	その他	650	53.5	37.5	33.7	17.7	44.2	13.4	4.5	4.0	1.8		

(45) 看病や世話をしてくれる人(問49)

看病や世話をしてくれる人は、「配偶者」が51.6%と最も高く、「別居の子ども」が29.8%、「同居の子ども」が20.8%と続く。

(複数回答)



[性別／看病や世話をしてくれる人]

性別でみると、「配偶者」は男性の方が女性より33.2ポイント高くなっている。一方、「別居の子ども」は女性の方が男性より15.9ポイント高くなっている。

[年齢別／看病や世話をしてくれる人]

年齢別でみると、「配偶者」は“65～74歳”で6割を超える。“85歳以上”では、「別居の子ども」と「同居の子ども」が3割台となっている。

[家族構成別／看病や世話をしてくれる人]

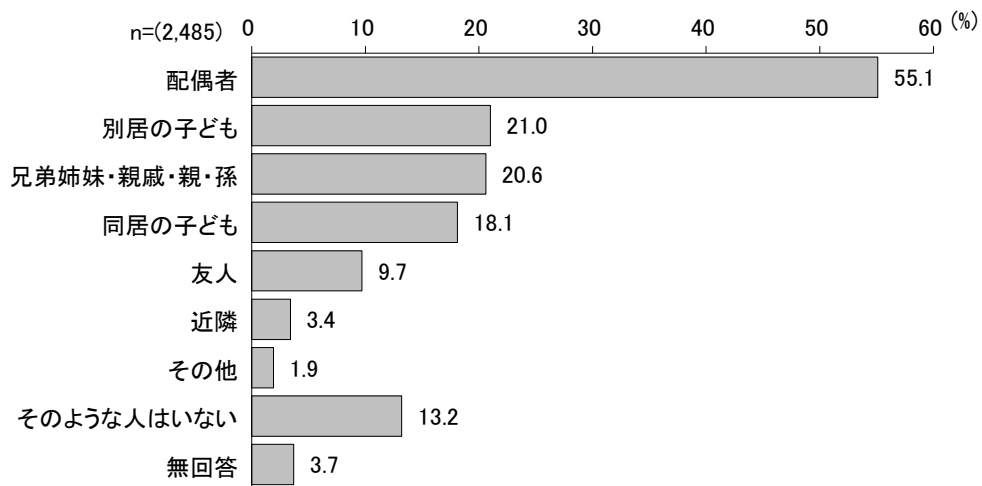
家族構成別でみると、「配偶者」は“夫婦2人暮らし”で9割近くと大幅に高く、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」や「友人」は“1人暮らし”の割合が高くなっている。一方、「そのような人はいない」は“1人暮らし”で2割台半ばと高くなっている。

		(%)									
		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		2,485	51.6	29.8	20.8	14.4	7.3	1.8	2.8	8.6	2.9
性別	男性	1,028	71.1	20.5	15.3	8.2	6.0	1.3	2.4	8.3	3.1
	女性	1,457	37.9	36.4	24.7	18.8	8.2	2.1	3.0	8.8	2.7
年齢別	65～74歳	1,162	61.8	23.2	16.7	14.6	8.3	1.6	2.8	10.2	2.5
	75～84歳	972	48.0	34.5	21.6	15.1	6.8	1.9	2.7	7.3	2.9
	85歳以上	351	27.9	38.7	32.2	11.7	5.4	2.0	2.8	6.6	4.3
家族構成別	1人暮らし	642	3.9	37.4	1.1	24.5	15.6	2.5	5.6	24.0	3.0
	夫婦2人暮らし	1,055	88.0	34.1	4.0	7.6	3.7	1.4	0.9	3.5	2.1
	その他	650	41.5	15.7	66.2	16.0	5.2	1.5	3.7	2.2	1.8

(46) 看病や世話をしている人(問50)

看病や世話をしている人は、「配偶者」が55.1%と最も高く、「別居の子ども」が21.0%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が20.6%と続く。

(複数回答)



[性別／看病や世話をしあける人]

性別でみると、「配偶者」は男性の方が女性より25.1ポイント高くなっている。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。

[年齢別／看病や世話をしあける人]

年齢別でみると、「配偶者」は“65～74歳”で6割台半ばとなっている。“85歳以上”では、「そのような人はいない」が2割台半ばとなっている。

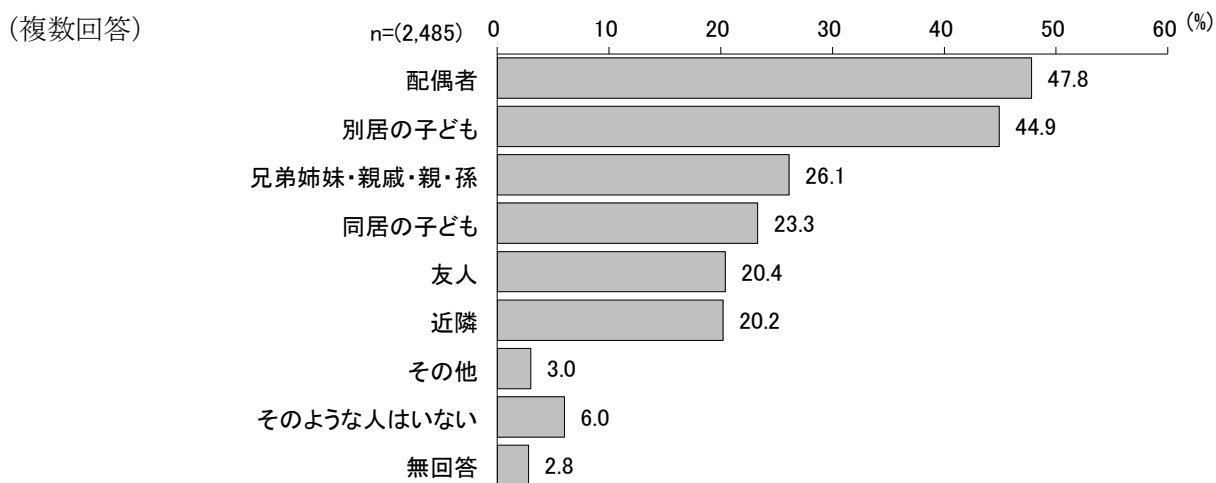
[家族構成別／看病や世話をしあける人]

家族構成別でみると、「配偶者」は“夫婦2人暮らし”で9割を超え大幅に高く、「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。

		(%)									
		n	配偶者	別居の子ども	親・兄弟姉妹・親戚・孫	同居の子ども	友人	近隣	その他	ない そのような人はいない	無回答
全 体		2,485	55.1	21.0	20.6	18.1	9.7	3.4	1.9	13.2	3.7
性別	男性	1,028	69.8	13.1	11.8	14.6	6.5	2.1	1.8	13.8	3.4
	女性	1,457	44.7	26.6	26.9	20.5	12.0	4.3	1.9	12.8	3.8
年齢別	65～74歳	1,162	64.1	21.9	23.6	18.4	10.9	3.0	2.0	9.9	2.5
	75～84歳	972	52.9	21.5	19.7	16.7	9.1	3.9	1.5	13.3	4.0
	85歳以上	351	31.6	16.5	13.7	20.8	7.7	3.1	2.3	23.9	6.6
家族構成別	1人暮らし	642	4.7	22.1	29.9	0.8	17.6	4.8	2.3	36.0	4.2
	夫婦2人暮らし	1,055	93.0	24.7	13.8	3.5	5.9	2.5	0.6	3.2	2.0
	その他	650	45.5	13.7	23.1	57.1	8.8	3.5	3.8	8.0	3.2

(47) 災害時に手助けを頼める人（問51）

災害時に手助けを頼める人は、「配偶者」が47.8%と最も高く、「別居の子ども」が44.9%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が26.1%と続く。



[性別／災害時に手助けを頼める人]

性別でみると、「配偶者」は男性の方が女性より24.9ポイント高くなっている。

[圏域別／災害時に手助けを頼める人]

圏域別にみると、「近隣」は“神田圏域”の方が“麹町圏域”より9.2ポイント高くなっている。

[家族構成別／災害時に手助けを頼める人]

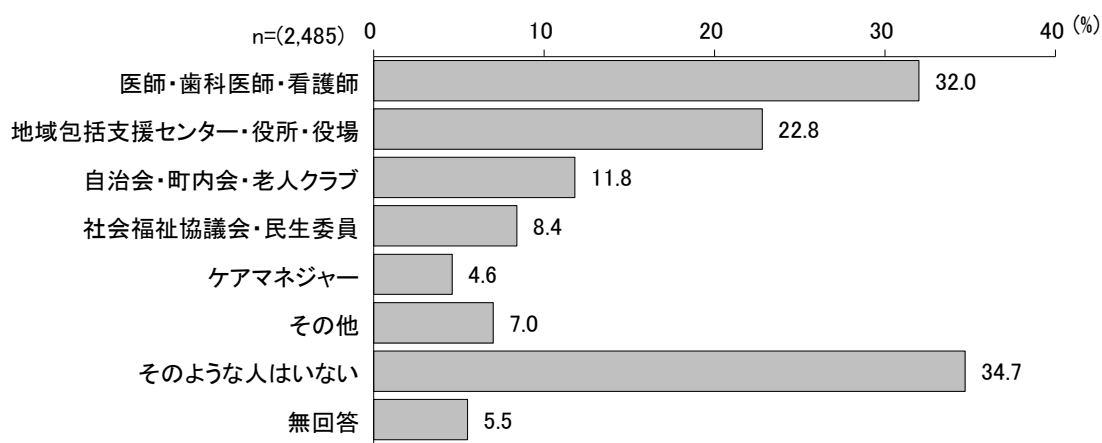
家族構成別でみると、「配偶者」は“夫婦2人暮らし”で約8割と大幅に高く、「友人」や「兄弟姉妹・親戚・親・孫」は“1人暮らし”の割合が比較的高くなっている。一方、「そのような人はいない」は“1人暮らし”で1割台半ばとなっている。

		n	配偶者	別居の子ども	親・兄弟姉妹・親戚・孫	同居の子ども	友人	近隣	その他	ない そのような人はい	無回答
全 体		2,485	47.8	44.9	26.1	23.3	20.4	20.2	3.0	6.0	2.8
性 別	男性	1,028	62.4	40.4	21.0	20.0	20.6	19.6	3.0	7.9	3.1
	女性	1,457	37.5	48.1	29.6	25.7	20.2	20.5	3.0	4.6	2.5
圏 域 別	麹町圏域	1,180	50.0	45.8	26.6	19.2	21.4	15.3	3.1	6.4	2.6
	神田圏域	1,305	45.8	44.1	25.6	27.0	19.5	24.5	3.0	5.5	2.9
家 族 構 成 別	1人暮らし	642	2.8	40.2	29.6	1.2	25.4	20.1	5.0	16.0	2.2
	夫婦2人暮らし	1,055	80.3	58.1	20.5	5.6	18.2	20.1	1.5	2.7	1.9
	その他	650	40.9	29.8	32.2	72.5	19.7	21.5	4.0	1.7	2.0

(48) 家族や友人・知人以外の相談先（問52）

家族や友人・知人以外の相談先は、「医師・歯科医師・看護師」が32.0%と最も高く、「地域包括支援センター・役所・役場」が22.8%、「自治会・町内会・老人クラブ」が11.8%と続く。一方、「そのような人はいない」が34.7%と高くなっている。

（複数回答）



「その他」の主な意見
弁護士、ヘルパー、職場関係

[圏域別／家族や友人・知人以外の相談先]

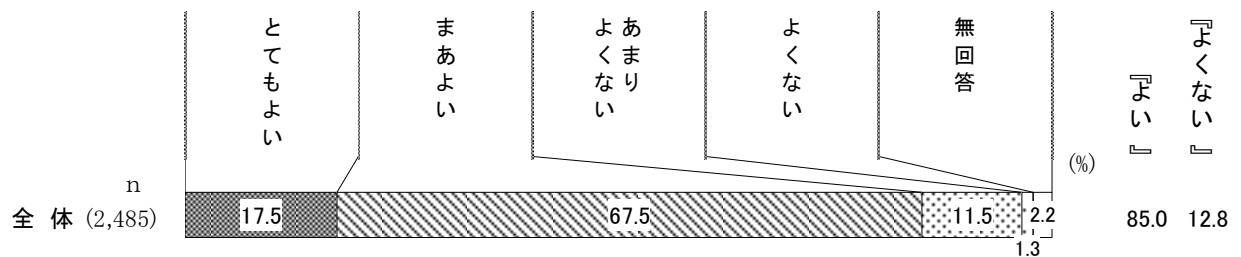
圏域別にみると、「自治会・町内会・老人クラブ」は“神田圏域”の方が“麹町圏域”より11.4ポイント高くなっている。一方、「そのような人はいない」は“麹町圏域”の方が“神田圏域”より6.5ポイント高くなっている。

		(%)								
		n	医師・歯科医師・看護師	・地域包括支援センター・役所	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		2,485	32.0	22.8	11.8	8.4	4.6	7.0	34.7	5.5
圏域別	麹町圏域	1,180	33.6	22.3	5.8	6.7	4.6	6.9	38.1	4.7
	神田圏域	1,305	30.5	23.2	17.2	10.0	4.7	7.2	31.6	6.3

VII. 健康について

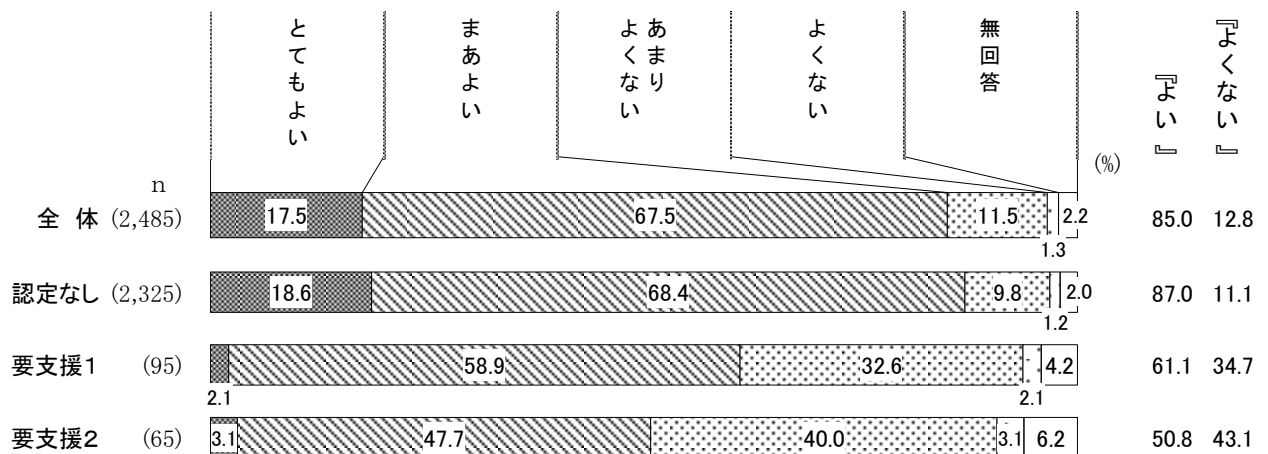
(49) 現在の健康状態 (問53)

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85.0%、「あまりよくない」と「よくない」を合わせた『よくない』は12.8%となっている。



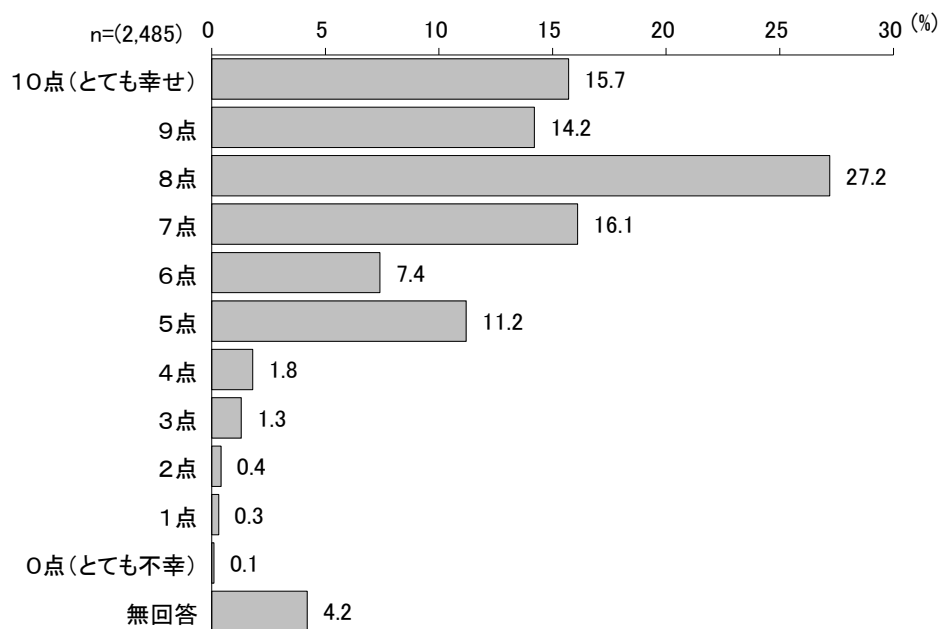
[要介護度別／現在の健康状態]

要介護度別にみると、『よくない』は“要支援1”で3割台半ば、“要支援2”で4割を超える。



(50) 幸福度 (問54)

幸福度は、「8点」が27.2%と最も高く、「7点」が16.1%、「10点」が15.7%、「9点」が14.2%と続く。なお、平均点は7.6点であった。



[性別／幸福度]

性別に平均点をみると、女性（7.7点）の方が男性（7.5点）より0.2点高くなっている。

[要介護度別／幸福度]

要介護度別に平均点をみると、“要支援1”で7.1点、“要支援2”で7.0点と“認定なし”（7.6点）より低くなっている。

[経済状況別／幸福度]

経済状況別に平均点をみると、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、“ゆとりがある”では8.3点と高くなっている。

		n	10点 (とても 幸せ)	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点	0点 (とても 不幸)	無 回 答	平 均
全 体		2,485	15.7	14.2	27.2	16.1	7.4	11.2	1.8	1.3	0.4	0.3	0.1	4.2	7.6
性 別	男性	1,028	14.2	14.0	25.8	16.6	8.2	12.3	2.2	1.4	0.7	0.6	-	4.1	7.5
	女性	1,457	16.8	14.3	28.3	15.8	6.9	10.4	1.4	1.2	0.2	0.1	0.1	4.3	7.7
要 介 護 度 別	認定なし	2,325	16.0	14.5	27.5	16.2	7.4	10.6	1.8	1.2	0.3	0.3	0.1	4.2	7.6
	要支援1	95	11.6	10.5	23.2	20.0	8.4	18.9	-	2.1	2.1	-	-	3.2	7.1
	要支援2	65	13.8	7.7	24.6	9.2	9.2	20.0	4.6	4.6	-	-	-	6.2	7.0
経 済 状 況 別	苦しい	375	4.8	8.8	13.9	19.2	12.5	24.3	5.6	3.5	1.6	1.9	0.3	3.7	6.3
	普通	1,318	14.7	12.9	28.1	17.9	8.2	11.1	1.4	1.1	0.2	0.1	-	4.3	7.6
	ゆとりがある	673	23.3	19.8	32.8	12.3	3.7	4.0	0.6	0.7	0.1	-	-	2.5	8.3

[1週間の外出頻度別／幸福度]

1週間の外出頻度別に平均点をみると、“週1回以下”では6.9点と“週2回以上”(7.7点)より低くなっている。

[多世代との交流の有無別／幸福度]

多世代との交流の有無別に平均点をみると、若年層との交流があるほど平均点も高くなっており、“子どもや20代の若者／交流あり”で7.9点と高くなっている。

[生きがいの有無別／幸福度]

生きがいの有無別に平均点をみると、“思いつかない”では6.7点と“生きがいあり”(8.0点)より低くなっている。

[地域活動の参加状況別／幸福度]

地域活動の参加状況別に平均点をみると、“1つも参加していない”では7.3点と“1つでも参加”(7.8点)より低くなっている。

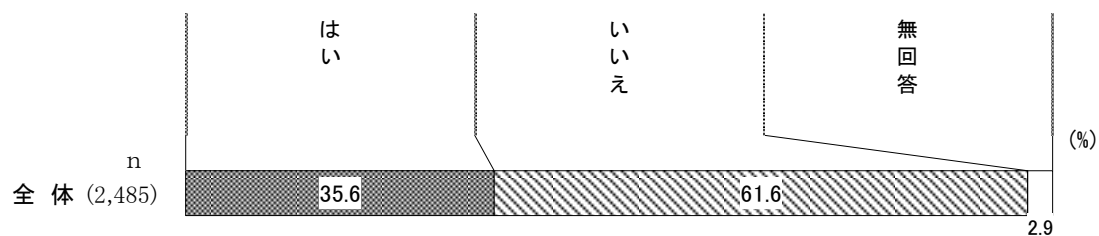
[現在の健康状態別／幸福度]

現在の健康状態別に平均点をみると、健康状態がよいほど平均点も高くなる傾向にあり、“とてもよい”では8.8点と高くなっている。

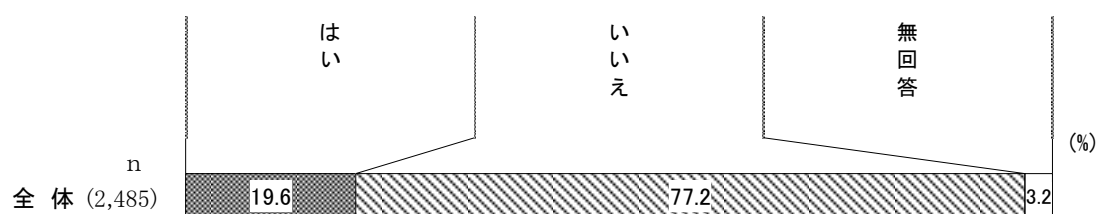
															(%)	
		n	10点 (とても 幸せ)	9 点	8 点	7 点	6 点	5 点	4 点	3 点	2 点	1 点	0点 (とても 不幸)	無 回 答	平 均	
全 体		2,485	15.7	14.2	27.2	16.1	7.4	11.2	1.8	1.3	0.4	0.3	0.1	4.2	7.6	
外 出 頻 度 の 別	週1回以下	205	12.2	9.8	20.5	15.6	9.8	19.0	2.9	3.4	1.5	1.5	0.5	3.4	6.9	
	週2回以上	2,170	16.4	14.7	28.4	15.8	7.1	10.7	1.8	1.1	0.3	0.2	-	3.5	7.7	
多 世 代 と の 交 流 の 有 無 別	子どもや20代の若者 ／交流あり	965	21.3	16.6	26.8	14.2	5.2	10.4	1.0	0.9	-	0.2	0.1	3.2	7.9	
	30～50代 ／交流あり	1,500	18.1	15.8	28.8	16.3	6.7	9.3	1.1	1.1	0.1	0.1	0.1	2.7	7.8	
	60代以上 ／交流あり	1,937	16.9	14.9	28.4	16.4	6.9	10.2	1.5	1.2	0.2	0.2	0.1	3.3	7.7	
	子どもや20代の若者 ／交流少ない	1,325	11.9	12.5	28.2	18.0	9.0	11.3	2.4	1.6	0.8	0.5	0.1	3.7	7.4	
	30～50代 ／交流少ない	778	11.1	11.1	26.3	16.7	8.9	14.3	3.2	1.9	1.2	0.9	0.1	4.4	7.2	
	60代以上 ／交流少ない	449	11.1	12.0	24.3	15.4	10.0	15.6	2.9	2.0	1.6	0.9	0.2	4.0	7.1	
無 い 生 き が い 有 無 別	生きがいあり	1,592	20.4	18.4	29.2	14.8	5.7	7.3	0.9	0.5	0.1	0.1	0.1	2.6	8.0	
	思いつかない	718	7.0	6.0	24.0	20.2	11.3	18.4	3.9	3.3	1.3	0.8	0.1	3.8	6.7	
地 域 参 加 活 動 の 別	1つでも参加	1,526	16.7	15.9	29.2	16.4	6.7	9.2	1.2	1.2	0.1	0.2	-	3.1	7.8	
	1つも参加していない	880	14.7	11.6	24.8	16.0	8.6	14.2	2.8	1.5	1.0	0.6	0.2	4.0	7.3	
健 康 現 在 の 別	とてもよい	436	-	0.2	-	0.2	0.5	2.8	2.5	7.3	23.6	19.3	40.1	3.4	8.8	
	まあよい	1,677	0.1	0.2	0.2	0.8	1.4	10.7	8.3	18.2	30.5	14.8	11.7	3.1	7.6	
	あまりよくない	286	0.3	0.7	1.0	5.6	5.2	25.2	9.4	19.6	16.8	4.9	4.9	6.3	6.3	
	よくない	32	-	6.3	9.4	3.1	6.3	21.9	9.4	6.3	9.4	3.1	12.5	12.5	5.7	

(5 1) ★うつ傾向（問55～問56）

※問55 気分が沈んだり、ゆううつな状態の有無



※問56 物事に対する無関心な感情の有無



うつ傾向にある高齢者は、「うつ傾向あり」が38.2%、「うつ傾向なし」が58.6%となっている。

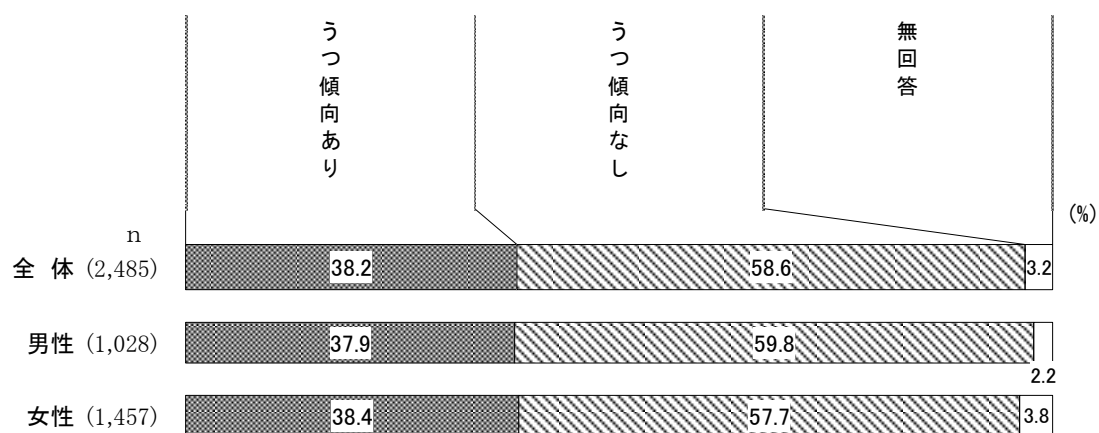
※うつ傾向該当者：

問55～問56で一つでも「はい」と回答した人



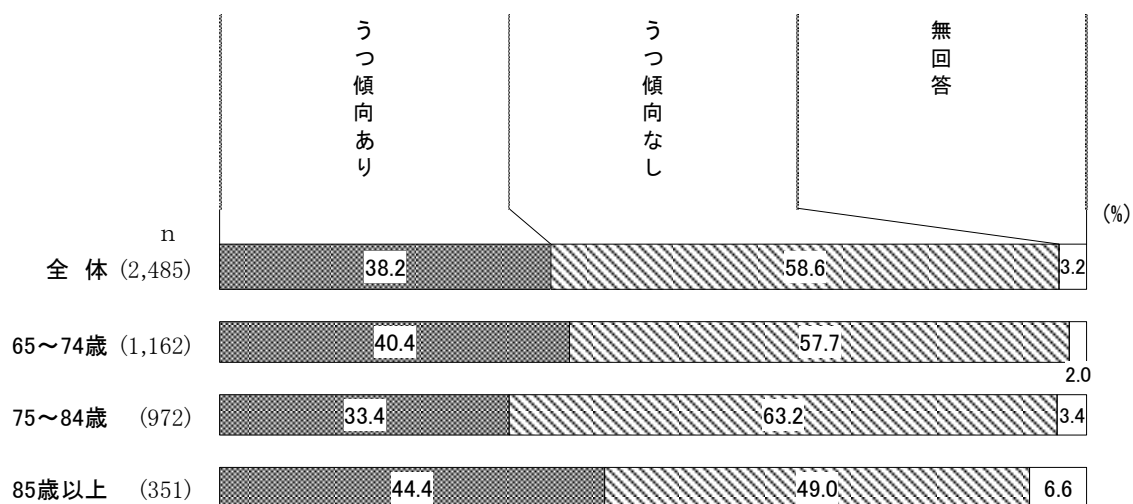
[性別／★うつ傾向]

性別では、特に大きな差異は見られない。



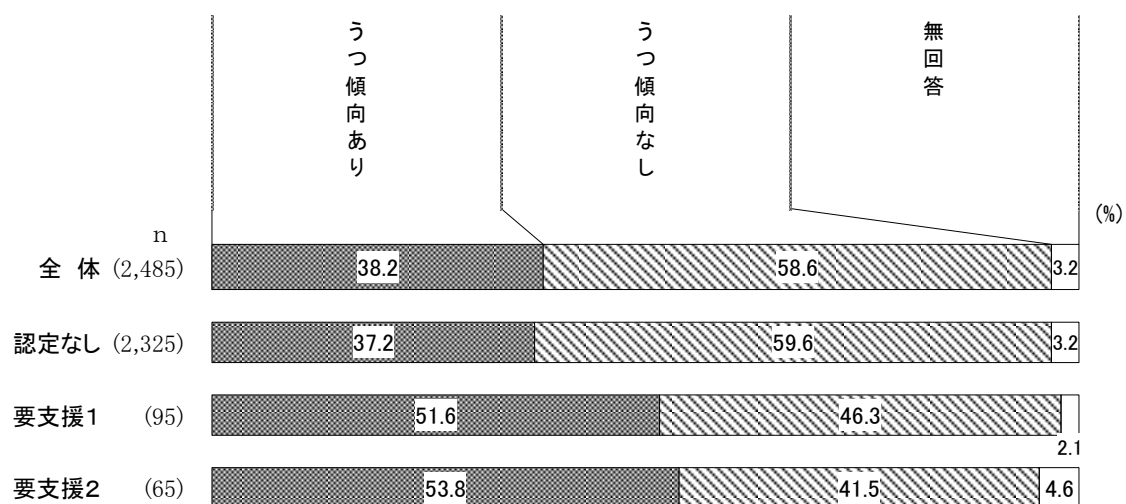
[年齢別／★うつ傾向]

年齢別にみると、「うつ傾向あり」は“85歳以上”で44.4%、“65～74歳”で40.4%となっている。



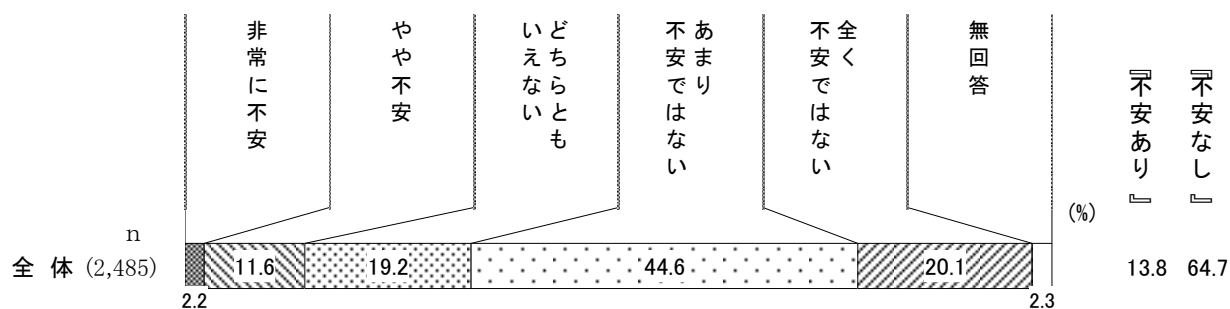
[要介護度別／★うつ傾向]

要介護度別にみると、「うつ傾向あり」は“要支援1”（51.6%）、“要支援2”（53.8%）とも5割以上となっている。



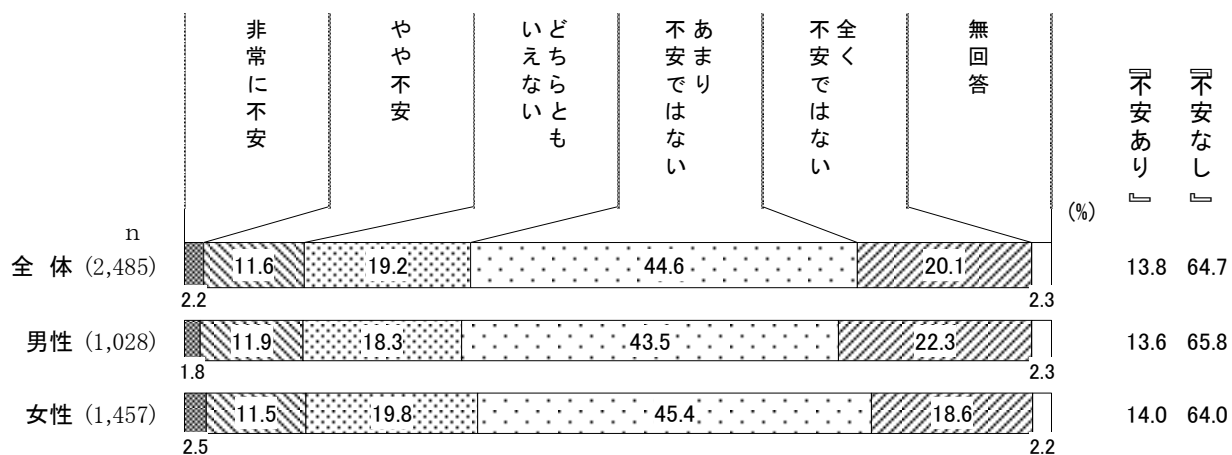
(52) 孤独や孤立への不安(問57)

孤独や孤立への不安は、「非常に不安」と「やや不安」を合わせた『不安あり』が13.8%、「あまり不安ではない」と「全く不安ではない」を合わせた『不安なし』が64.7%となっている。



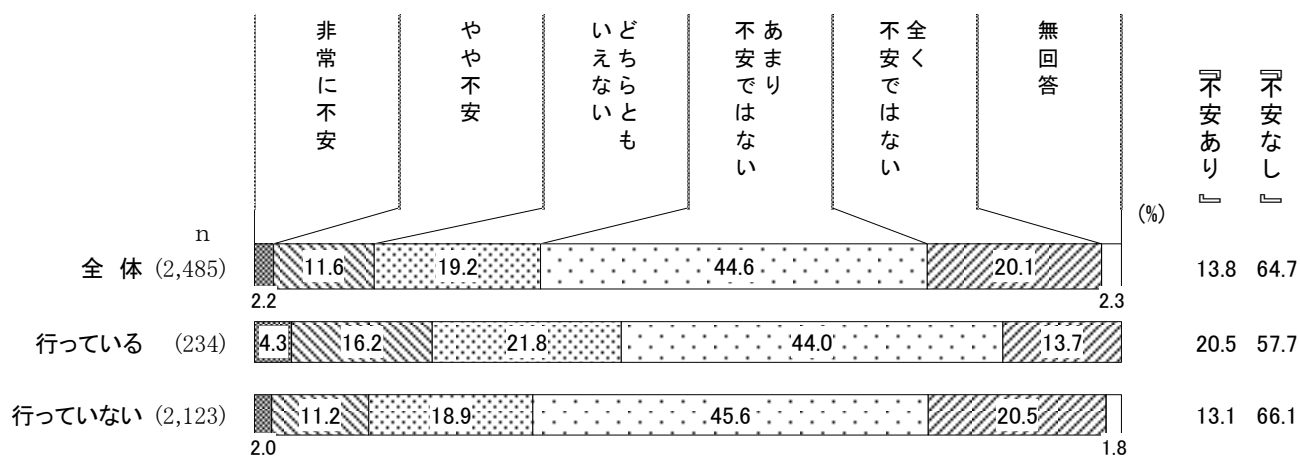
[性別／孤独や孤立への不安]

性別では、特に大きな差異は見られない。



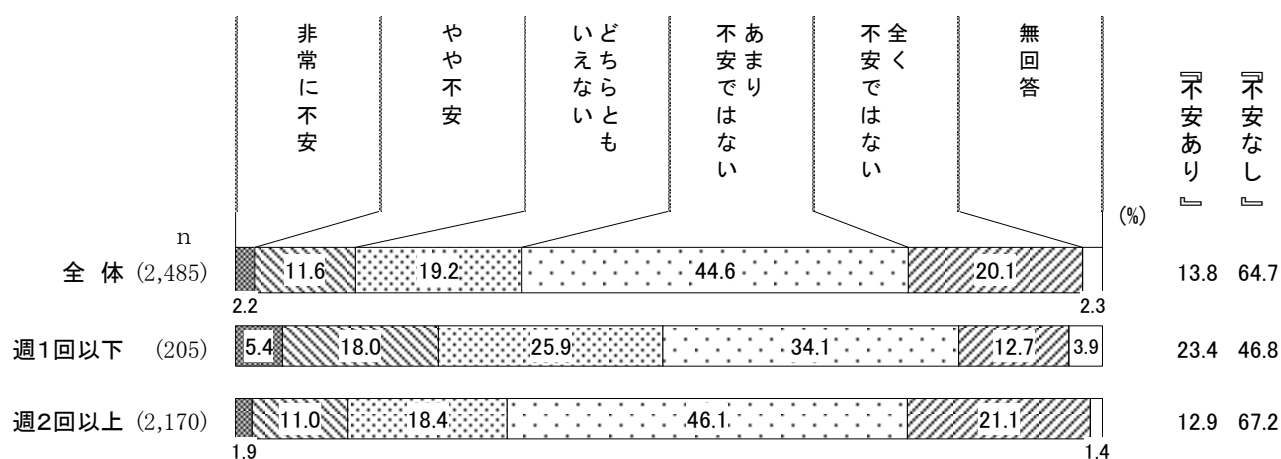
[介護・介助の実施の有無別／孤独や孤立への不安]

介護・介助の実施の有無別にみると、『不安あり』は“行っている”で2割を超える。



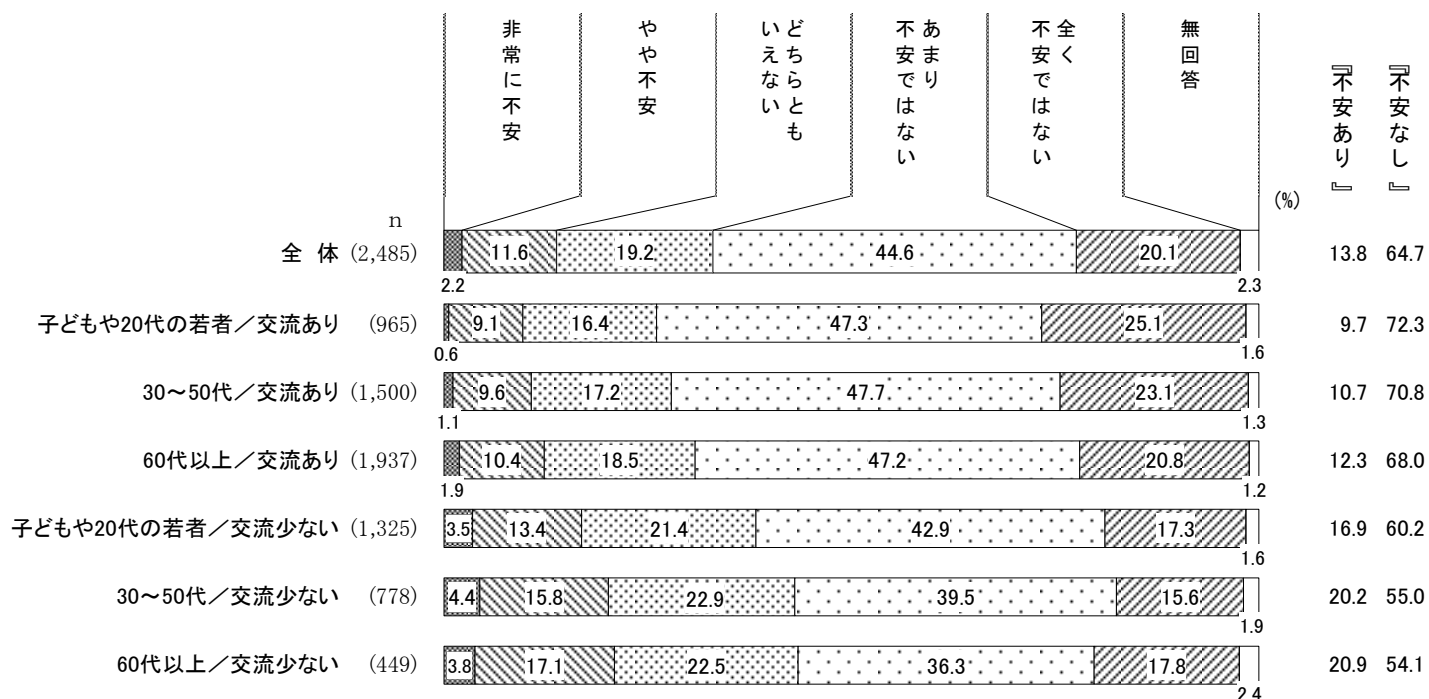
[1週間の外出頻度別／孤独や孤立への不安]

1週間の外出頻度別にみると、『不安あり』は“週1回以下”で2割台半ばとなっている。



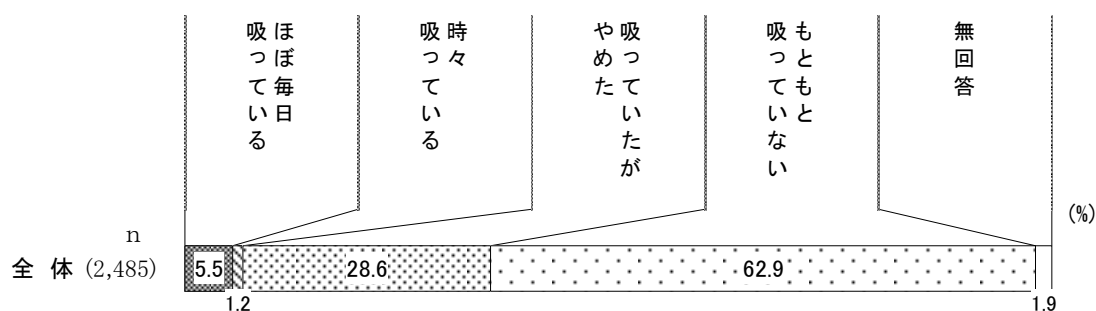
[多世代との交流の有無別／孤独や孤立への不安]

多世代との交流の有無別にみると、『不安あり』は“30～50代／交流少ない”と“60代以上／交流少ない”層で2割を超える。



(53) 喫煙状況 (問58)

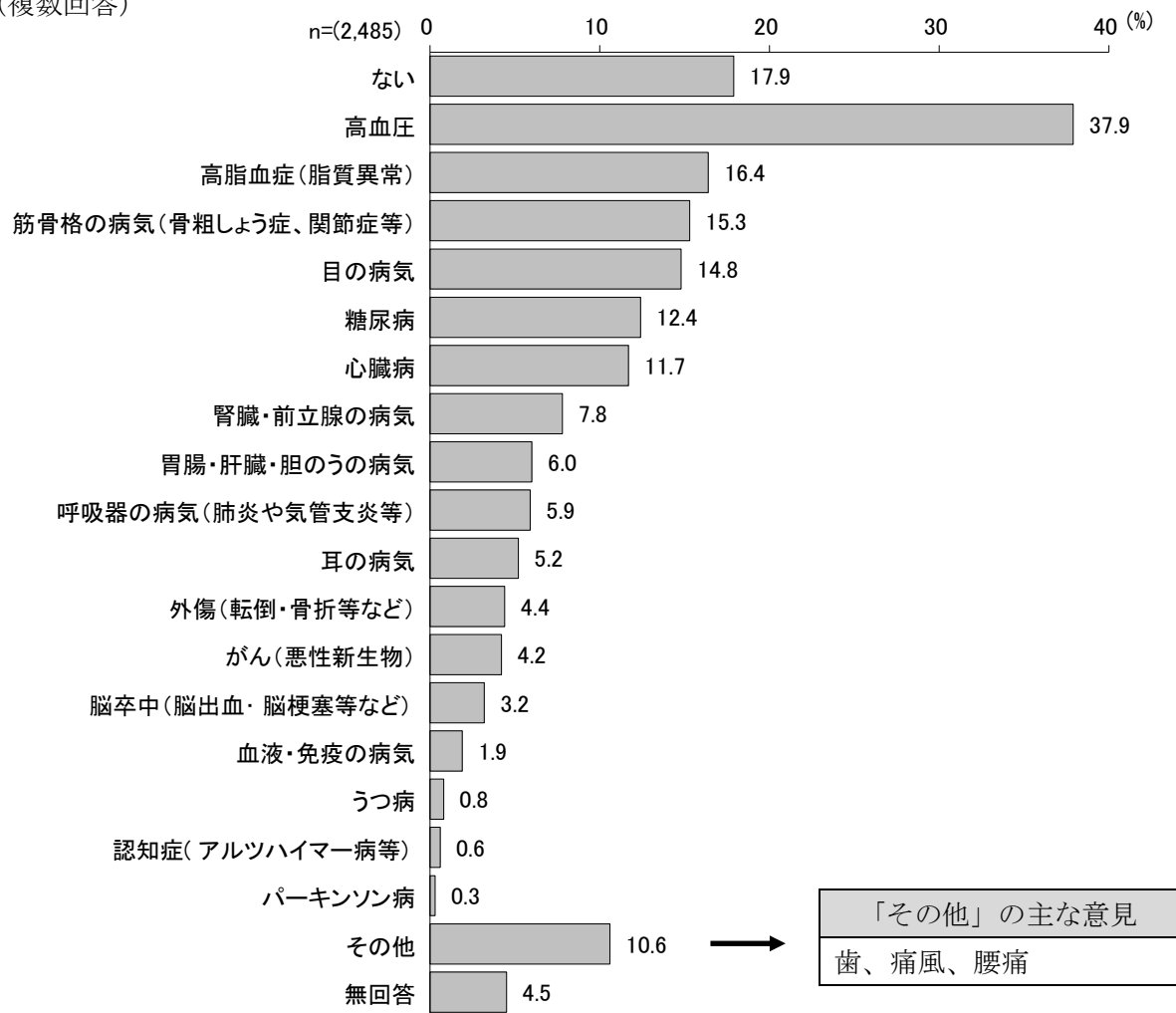
喫煙状況は、「もともと吸っていない」が62.9%と最も高く、「吸っていたがやめた」が28.6%、「ほぼ毎日吸っている」が5.5%、「時々吸っている」が1.2%となっている。



(54) 現在治療中、または後遺症のある病気 (問59)

現在治療中、または後遺症のある病気は、「高血圧」が37.9%と最も高く、「高脂血症（脂質異常）」が16.4%、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」が15.3%、「目の病気」が14.8%と続く。一方、「ない」は17.9%となっている。

(複数回答)



[性別／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15.4ポイント高くなっている。

[年齢別／現在治療中、または後遺症のある病気]

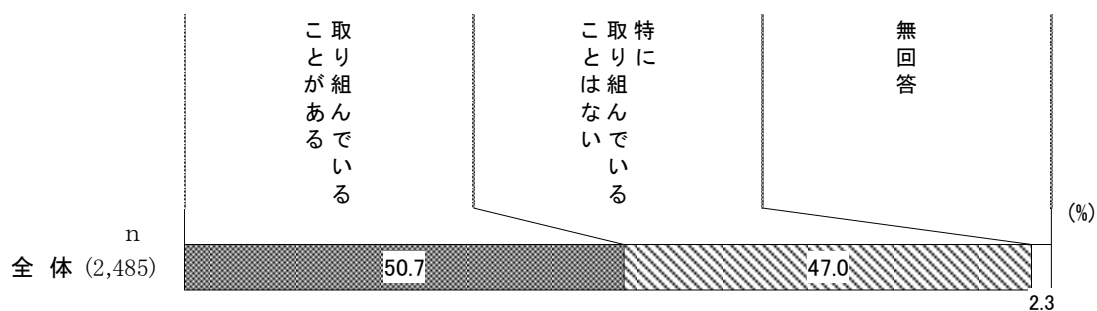
年齢別にみると、「高血圧」は“65～74歳”で3割台半ば、“75～84歳”で4割近く、“85歳以上”で4割台半ばとどの年齢でも高くなっている。また、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」や「心臓病」は“85歳以上”で2割以上となっている。

			ない	高血圧	高脂血症（脂質異常）	筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）	目の病気	糖尿病	心臓病	腎臓・前立腺の病気	気管支炎等	胃腸・肝臓・胆のうの病気	呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）	耳の病気	外傷（転倒・骨折等）
		n													(%)
全 体		2,485	17.9	37.9	16.4	15.3	14.8	12.4	11.7	7.8	6.0	5.9	5.2	4.4	
性別	男性	1,028	16.1	45.1	15.9	6.3	14.1	17.3	15.7	15.9	6.5	5.3	5.0	2.8	
	女性	1,457	19.1	32.8	16.7	21.7	15.3	8.9	8.9	2.2	5.7	6.3	5.3	5.6	
年齢別	65～74歳	1,162	22.7	34.8	17.2	12.5	12.7	10.2	8.2	5.5	4.6	5.8	3.6	3.4	
	75～84歳	972	14.9	39.3	17.2	16.6	16.0	14.7	12.9	9.2	6.8	5.0	5.6	4.8	
	85歳以上	351	10.0	44.4	11.4	21.4	18.2	12.8	20.2	12.0	8.5	8.5	9.1	6.8	

		n	がん（悪性新生物）	脳卒中（脳出血・脳梗塞等）	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		2,485	4.2	3.2	1.9	0.8	0.6	0.3	10.6	4.5
性別	男性	1,028	5.5	5.1	1.3	1.0	0.8	0.7	8.3	4.0
	女性	1,457	3.2	1.9	2.3	0.7	0.5	0.1	12.3	4.9
年齢別	65～74歳	1,162	3.5	2.2	1.9	1.3	0.1	0.4	10.8	4.4
	75～84歳	972	4.7	3.3	1.6	0.2	0.8	0.3	11.3	4.0
	85歳以上	351	4.8	6.3	2.6	0.9	1.7	-	8.0	6.3

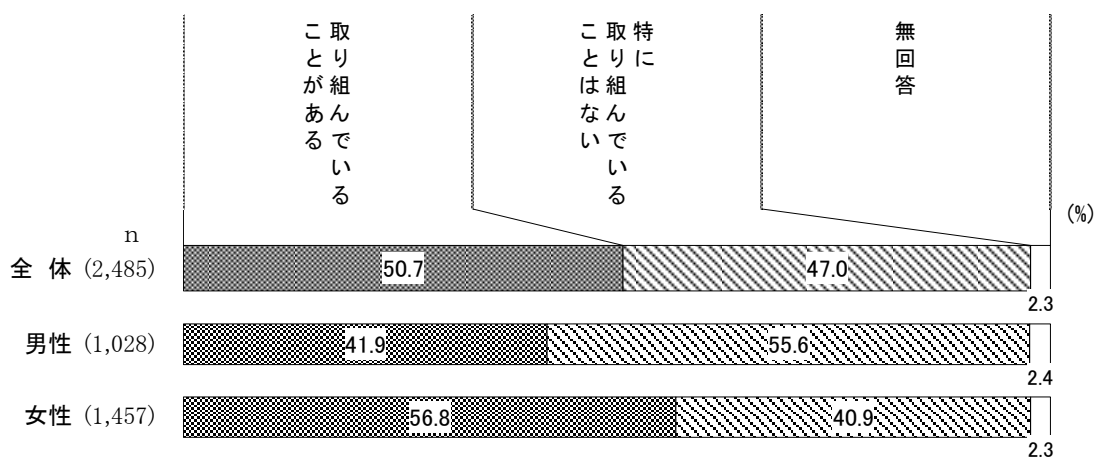
(55) 介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況（問60）

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50.7%、「特に取り組んでいることはない」が47.0%となっている。



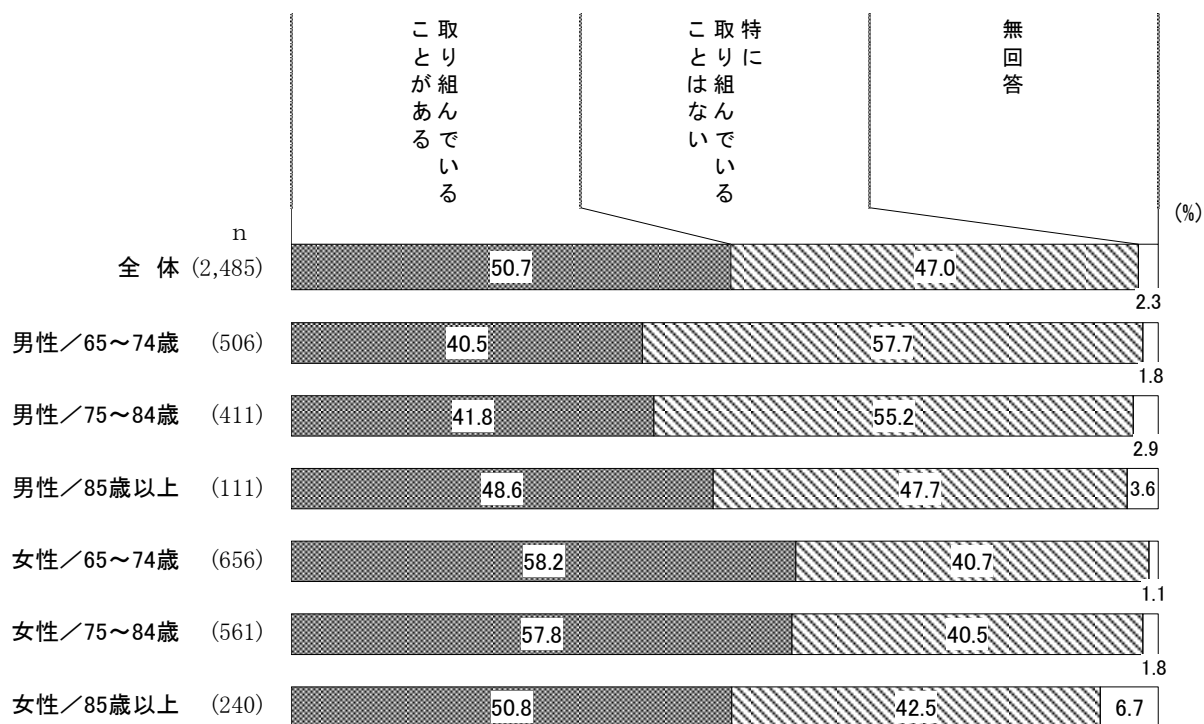
[性別／介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況]

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14.9ポイント高くなっている。



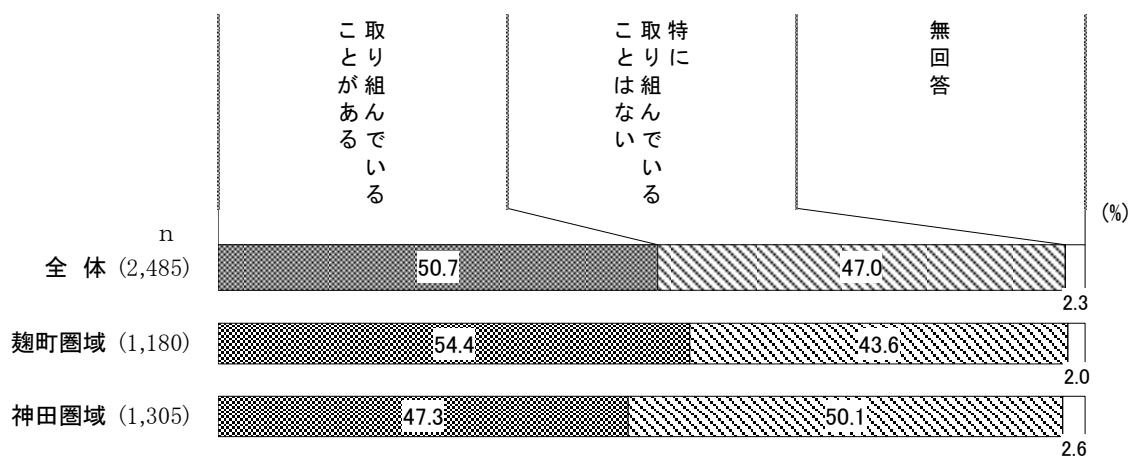
[性・年齢別／介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況]

性・年齢別にみると、「取り組んでいることがある」は、男性は年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にあり、一方女性は、年齢が上がるほど取り組んでいる割合が低くなる傾向にある。



[圏域別／介護予防やフレイル予防に関する取組の実施状況]

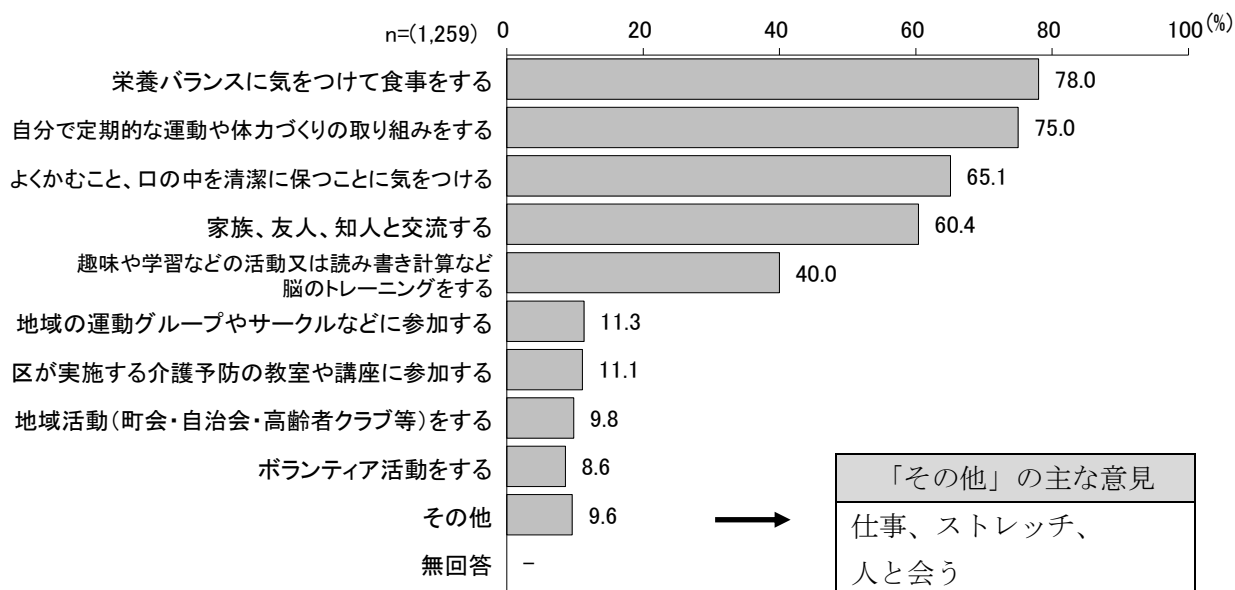
圏域別にみると、「取り組んでいることがある」は“麴町圏域”の方が“神田圏域”より7.1ポイント高くなっている。



(56) 取り組んでいる内容（問60－1）

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78.0%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75.0%、「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」は65.1%と続く。

（複数回答）



[性別／取り組んでいる内容]

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「栄養バランスに気をつけて食事をする」や「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」では10ポイント以上の差がある。

[性・年齢別／取り組んでいる内容]

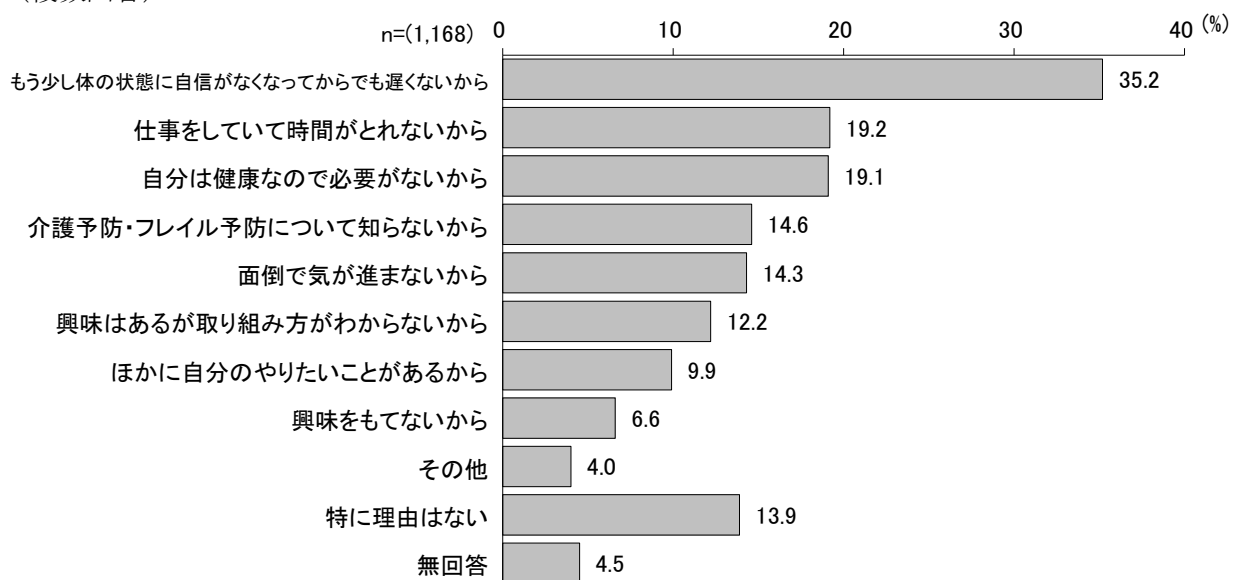
性・年齢別にみると、「栄養バランスに気をつけて食事をする」は“女性の65～74歳”“女性の75～84歳”で8割以上、「自分で定期的な運動や体力づくりの取り組みをする」は“男性の75～84歳”で約8割と高くなっている。

			(%)										
		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	無 回 答
全 体		1,259	78.0	75.0	65.1	60.4	40.0	11.3	11.1	9.8	8.6	9.6	—
性別	男性	431	69.4	79.6	59.2	49.2	32.5	7.2	5.3	12.5	8.6	10.7	—
	女性	828	82.5	72.6	68.2	66.2	44.0	13.4	14.1	8.3	8.6	9.1	—
性／ 年 齢 別	男性／65～74歳	205	66.3	79.0	54.1	45.9	34.1	4.4	2.9	8.8	9.8	8.8	—
	男性／75～84歳	172	74.4	80.2	61.0	54.7	33.1	9.3	5.8	15.7	7.0	14.0	—
	男性／85歳以上	54	64.8	79.6	72.2	44.4	24.1	11.1	13.0	16.7	9.3	7.4	—
	女性／65～74歳	382	81.9	73.6	65.2	65.7	45.0	10.2	12.0	7.1	8.1	6.0	—
	女性／75～84歳	324	84.6	75.0	71.3	68.8	42.3	17.9	15.1	9.3	9.9	10.5	—
	女性／85歳以上	122	78.7	63.1	69.7	60.7	45.1	11.5	18.0	9.8	6.6	14.8	—

(57) 取り組んでいない理由（問60－2）

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35.2%と最も高く、「仕事をしていて時間がとれないから」は19.2%、「自分は健康なので必要がないから」は19.1%と続く。また、「特に理由はない」は13.9%となっている。

（複数回答）



[性別／取り組んでいない理由]

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11.6ポイント高くなっている。

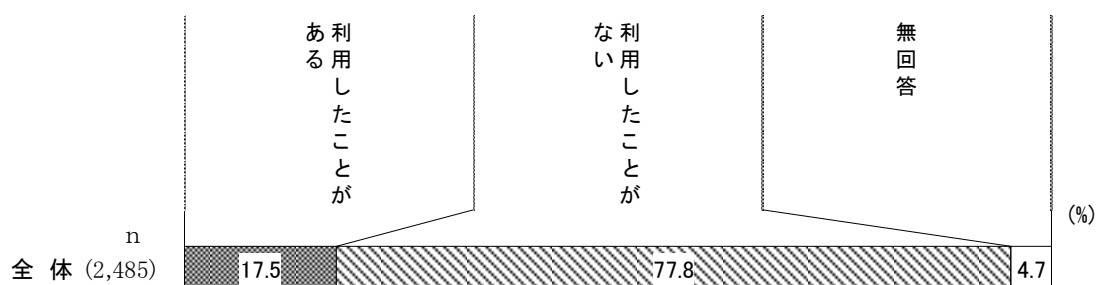
[性・年齢別／取り組んでいない理由]

性・年齢別にみると、「特に理由はない」は“女性の85歳以上”で2割を超え高くなっている。

				もう少し体の状態に自信がなく なっているからでも遅くないから	仕事をしたい時間がないから	自分は健康なので必要がないから	介護予防・フレイル予防について知らないから	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	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		1,168	35.2	19.2	19.1	14.6	14.3	12.2	9.9	6.6	4.0	13.9	4.5		
性別	男性	572	38.6	22.4	25.0	15.7	15.4	12.4	9.4	7.9	3.3	10.0	2.6		
	女性	596	31.9	16.1	13.4	13.6	13.3	12.1	10.4	5.4	4.7	17.6	6.4		
性／年齢別	男性／65～74歳	292	39.4	30.1	25.3	16.4	13.0	14.7	10.3	8.6	2.4	9.2	0.3		
	男性／75～84歳	227	39.2	16.7	25.6	12.8	15.4	10.1	8.4	5.3	3.5	10.6	5.3		
	男性／85歳以上	53	32.1	3.8	20.8	24.5	28.3	9.4	9.4	15.1	7.5	11.3	3.8		
	女性／65～74歳	267	35.2	21.3	14.2	11.2	13.1	14.6	10.1	4.9	4.1	15.7	1.1		
	女性／75～84歳	227	33.5	14.5	14.1	17.2	11.0	11.0	11.5	5.3	5.7	18.5	8.8		
	女性／85歳以上	102	19.6	5.9	9.8	11.8	18.6	7.8	8.8	6.9	3.9	20.6	14.7		

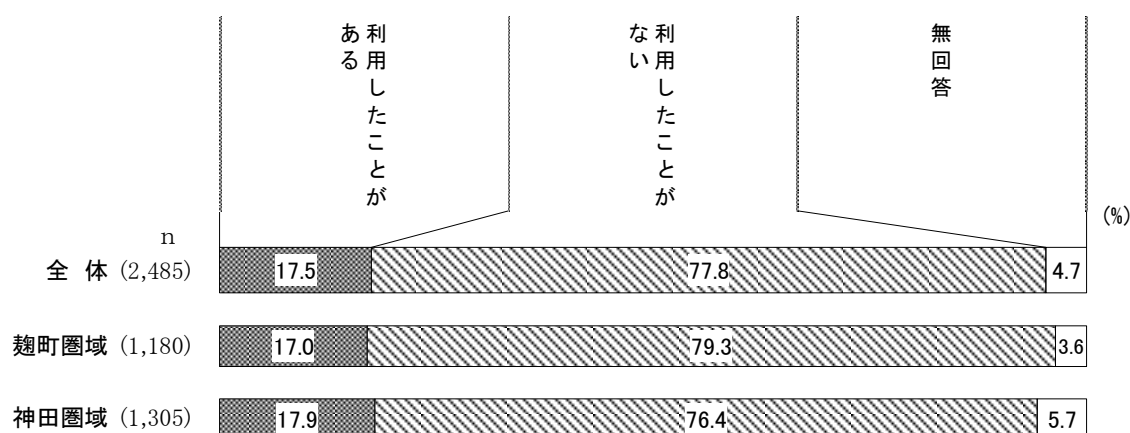
(5 8) 高齢者活動センターの利用経験 (問61)

高齢者活動センターの利用経験は、「利用したことがある」が17.5%、「利用したことがない」が77.8%となっている。



[圏域別／高齢者活動センターの利用経験]

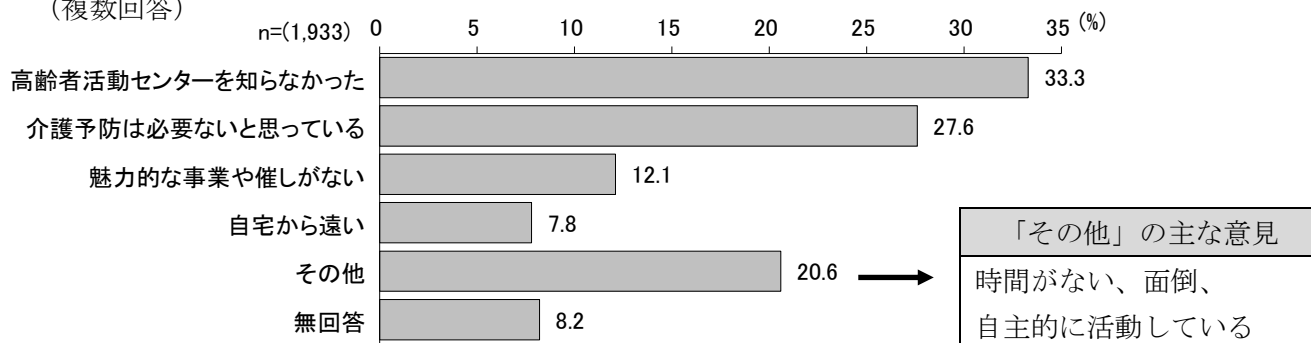
圏域別では、特に大きな差異はみられない。



(5 9) 利用していない理由 (問61- 1)

利用していない理由は、「高齢者活動センターを知らなかった」が33.3%と最も高く、「介護予防は必要ないと思っている」は27.6%、「魅力的な事業や催しがない」は12.1%と続く。

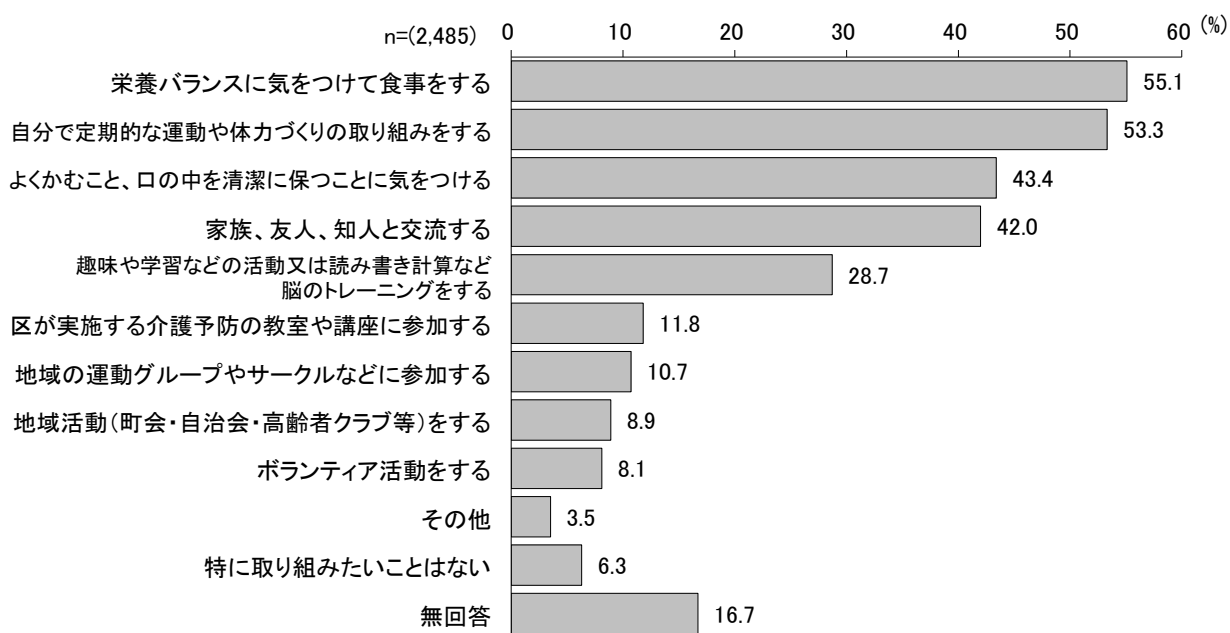
(複数回答)



(60) 健康維持・増進や介護予防のために今後取り組んでみたいこと (問62)

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55.1%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53.3%、「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」は43.4%と続く。

(複数回答)



[性別／健康維持・増進や介護予防のために今後取り組んでみたいこと]

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「よくかむこと、口の中を清潔に保つことに気をつける」や「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」では10ポイント以上の差がある。

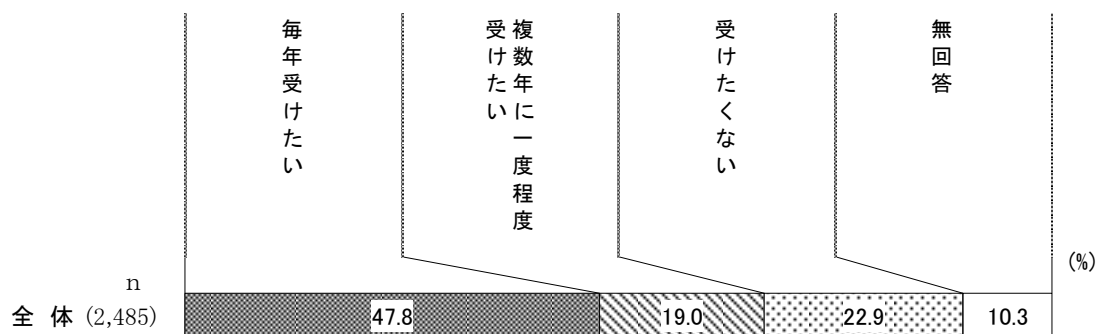
[年齢別／健康維持・増進や介護予防のために今後取り組んでみたいこと]

年齢別でみると、「自分で定期的な運動や体力づくりの取り組みをする」はおおむね年齢が下がるほど割合が高くなる傾向にあり、一方、「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」、「区が実施する介護予防の教室や講座に参加する」はおおむね年齢が上がるほど割合が高くなる傾向にある。

														(%)
		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み書き 計算など脳のトレーニングをする	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	その他	特に 取り組みたいことはない	無回 答
全 体		2,485	55.1	53.3	43.4	42.0	28.7	11.8	10.7	8.9	8.1	3.5	6.3	16.7
性別	男性	1,028	49.6	54.0	37.3	33.4	22.0	7.0	7.3	9.6	6.8	3.5	7.3	17.9
	女性	1,457	58.9	52.8	47.7	48.0	33.4	15.2	13.0	8.4	9.1	3.5	5.6	15.8
年 齢 別	65～74歳	1,162	53.9	55.2	40.5	39.9	29.2	10.0	9.3	7.7	9.1	3.4	6.9	15.7
	75～84歳	972	57.0	52.7	45.1	43.6	28.1	12.7	11.5	10.6	7.6	3.3	6.0	17.9
	85歳以上	351	53.6	49.0	48.1	44.2	28.8	15.4	12.8	8.0	6.3	4.3	5.4	16.5

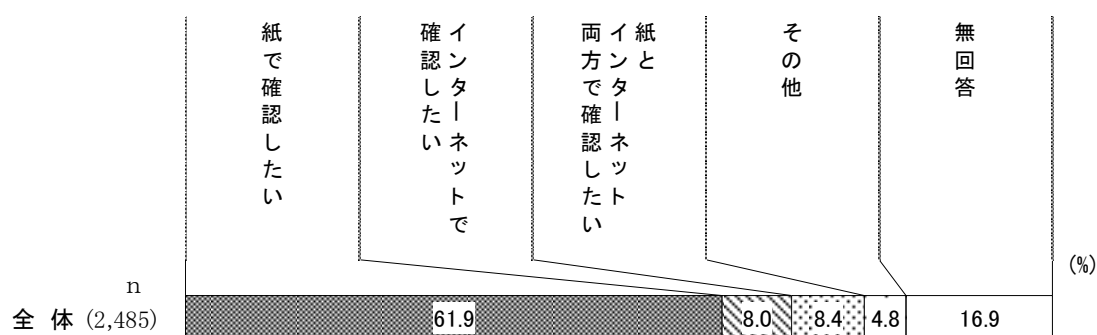
(6 1) 区民歯科健診の受診意向 (問63)

区民歯科健診の受診意向は、「毎年受けたい」は47.8%、「複数年に一度程度受けたい」が19.0%、「受けたくない」が22.9%となっている。



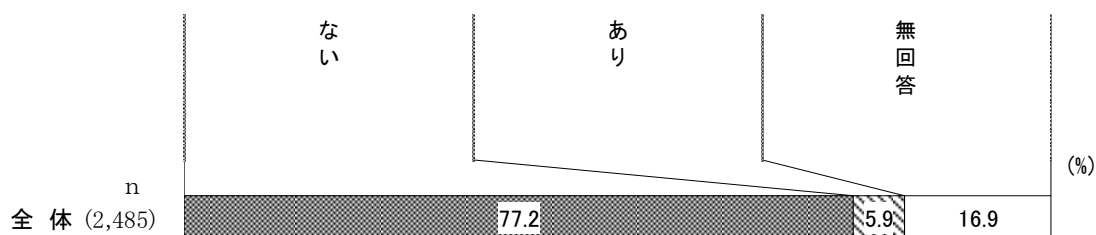
(6 2) 希望する区民歯科健診結果の確認方法 (問64)

希望する区民歯科健診結果の確認方法は、「紙で確認したい」は61.9%、「インターネットで確認したい」は8.0%、「紙とインターネット両方で確認したい」は8.4%となっている。



(6 3) 区民歯科健診に改善を希望すること有無 (問65)

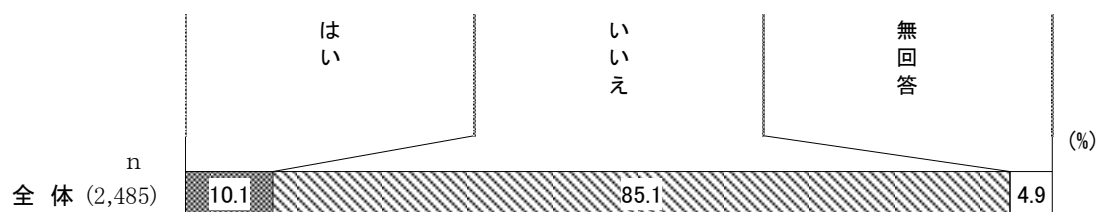
区民歯科健診に改善を希望すること有無は、「ない」が77.2%、「あり」が5.9%となっている。



VIII. 認知症について

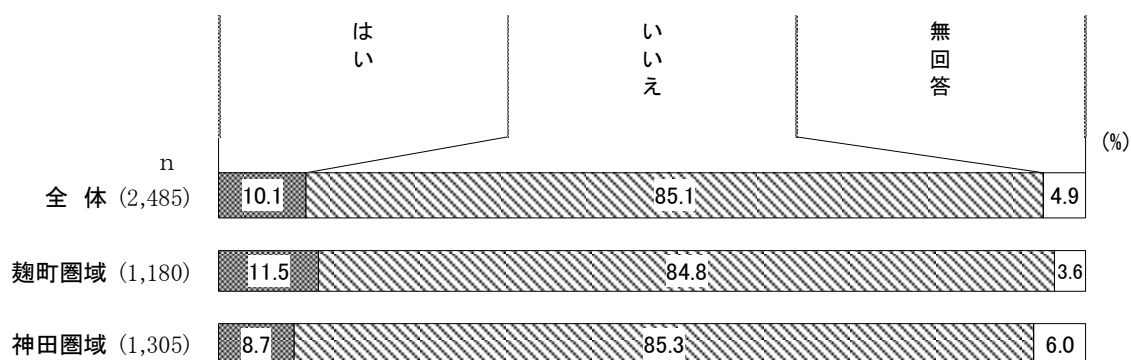
(64) 認知症の症状がある人の有無（問66）

認知症の症状がある人の有無は、「はい」が10.1%、「いいえ」が85.1%となっている。



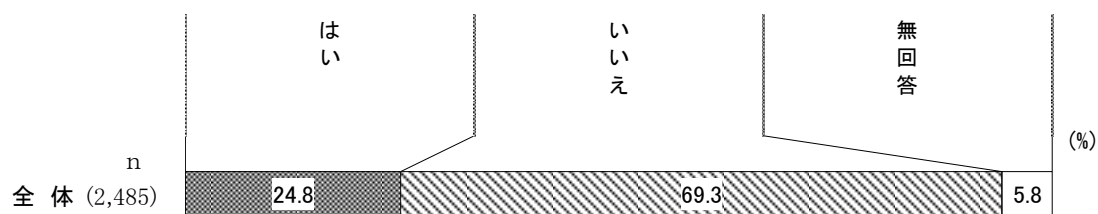
[圏域別／認知症の症状がある人の有無]

圏域別では、特に大きな差異はみられない。



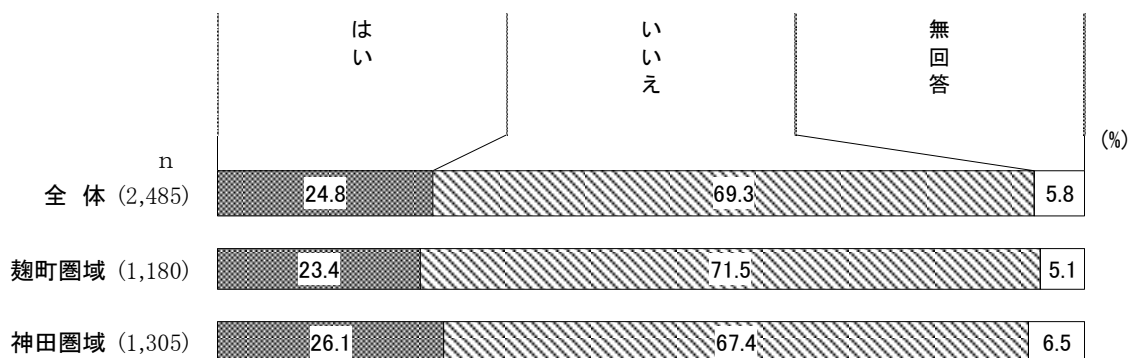
(6 5) 認知症に関する相談窓口の認知度 (問67)

認知症に関する相談窓口の認知度は、「はい」が24.8%、「いいえ」が69.3%となっている。



[圏域別／認知症の症状がある人の有無]

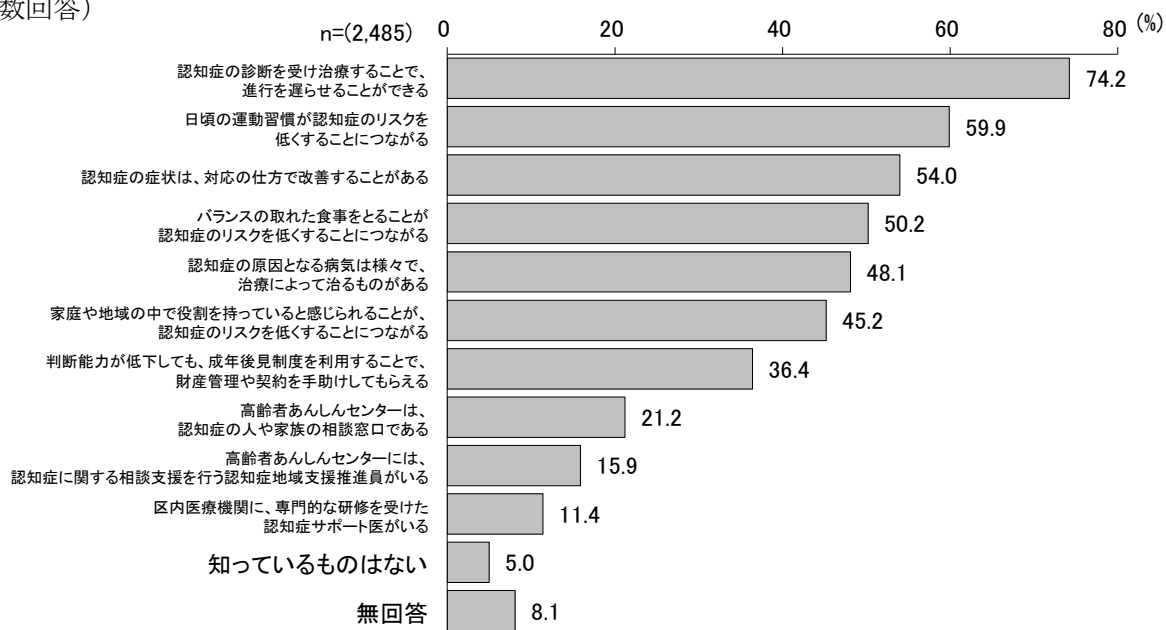
圏域別では、特に大きな差異はみられない。



(6 6) 認知症について知っている内容（問68）

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74.2%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59.9%、「認知症の症状は、対応の仕方で改善することがある」は54.0%と続く。

（複数回答）



[性別／認知症について知っている内容]

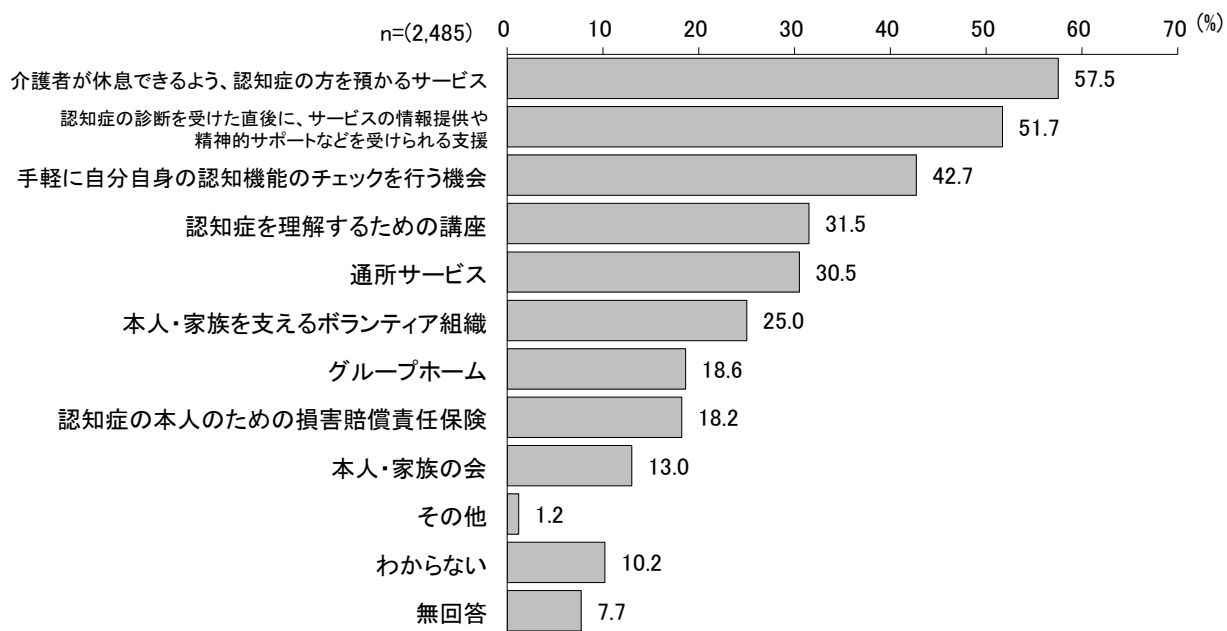
性別でみると、多くの項目で女性の方が男性より高い割合となっており、特に「家庭や地域の中で役割を持っていると感じられることが、認知症のリスクを低くすることにつながる」や「判断能力が低下しても、成年後見制度を利用することで、財産管理や契約を手助けしてもらえる」、「高齢者あんしんセンターは、認知症の人や家族の相談窓口である」などは10ポイント以上の差がある。

			(%)											
		n	認知症の診断を受け治療することができる	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、対応の仕方です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してもらう	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		2,485	74.2	59.9	54.0	50.2	48.1	45.2	36.4	21.2	15.9	11.4	5.0	8.1
性 別	男性	1,028	69.1	60.1	50.4	46.8	46.6	38.9	29.5	14.6	9.9	8.7	7.2	8.5
	女性	1,457	77.8	59.7	56.6	52.6	49.1	49.6	41.2	25.9	20.0	13.4	3.4	7.9

(6 7) 認知症支援として必要と感じるもの（問69）

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57.5%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51.7%、「手軽に自分自身の認知機能のチェックを行う機会」は42.7%と続く。一方、「わからない」は10.2%となっている。

（複数回答）



〔性別／認知症支援として必要と感じるもの〕

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。

〔年齢別／認知症支援として必要と感じるもの〕

年齢別でみると、「介護者が休息できるよう、認知症の方を預かるサービス」は“65～74歳”で6割台半ばと高くなっている。

														(%)
		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支援	手軽に自分自身の認知機能の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	グループホーム	認知症の本人のための損害賠償責任保険	本人・家族の会	その他	わからない	無回答
全 体		2,485	57.5	51.7	42.7	31.5	30.5	25.0	18.6	18.2	13.0	1.2	10.2	7.7
性別	男性	1,028	49.2	44.4	40.7	29.7	25.1	21.9	14.3	20.0	12.2	1.2	13.8	6.7
	女性	1,457	63.4	56.8	44.1	32.8	34.4	27.2	21.6	17.0	13.5	1.2	7.7	8.4
年齢別	65～74歳	1,162	66.1	56.7	43.1	33.0	37.6	27.6	21.6	20.6	14.6	1.0	9.3	2.6
	75～84歳	972	54.1	50.1	44.8	31.1	26.5	24.8	16.9	17.0	11.9	1.1	10.3	9.4
	85歳以上	351	38.7	39.3	35.6	27.9	18.2	16.8	13.4	14.0	10.3	1.7	13.1	20.2

(68) 高齢者福祉についてのご意見・ご要望（問70）※自由記述

アンケートの最後に、高齢者福祉についてのご意見・ご要望を自由記入形式で求めたところ、555人の方から693件の貴重なご意見・ご要望をいただいた。その内訳は以下のようになっている。

※一人の意見が複数の内容にわたる場合は、それぞれを1つの意見として分類し算出している。

項目	件数
ご自身の近況について	107
区政への感謝について	87
区政や施策について	67
将来の不安について	51
サービスの充実について	51
福祉施設の充実について	43
情報提供・広報について	41
イベント・講座について	39
アンケートについて	35
保険料等について	22
相談体制について	21
その他	129
計	693

【主な意見概要】 ※紙面の関係で内容を抜粋して掲載

◆ご自身の近況について

- ・自分が高齢者であるのに、本当は自覚しなくてはいけない年齢ですが、今現在あまり高齢と感ぜなく生活しています。
- ・現在、フルタイムで働いております。それはやりがいでもあり、生きがいでもあり、生活の糧でもあります。

◆区政への感謝について

- ・千代田区は日本一住みよい場所で、医療福祉の充実と評価されている。住んでいて、手厚いサービスを実感しています。
- ・千代田区は、高齢者サービスが充実していると思え、助かっています。将来の介護生活に安心感を持てます。

◆区政や施策について

- ・健康寿命をいかに長くするか、充分に対応する事が、今、一番の課題であると思料します。
- ・「高齢者」と一括りにしてしまうことのない対応をお願いします。高齢者も多様で、色んな生活ぶりがあることを理解していただければ幸いです。

◆将来の不安について

- ・今は自分の事は出来るのですが、もしもの事を考えるととても不安です。
- ・現状不安は無いが、この先自分が認知症になったら不安。

◆サービスの充実について

- ・訪問介護の人材が少ないと聞くので、安心して在宅生活ができるようサービス等の支援が必要だと思います。
- ・部屋のそうじ、週数回の食事配達など、「そうじ券」「食事券」を配っていただき、困った時にその券を気づかいなく使いたい。

◆福祉施設の充実について

- ・年金生活者が入居できる特別養護老人ホームやグループホーム的な施設を増やして欲しい。
- ・要介護1になったら誰でも入れる区立の施設を作ってほしい。普通の年金に少しプラスして安心して過ごせる施設だとありがたい。

◆情報提供・広報について

- ・身内に介護を受けている者がいないので、いざという時の為の情報を発信していただけるとうれしい。
- ・どのような福祉サービスがあるかについて、こまめに広報活動を行なっていただきたいです。

◆イベント・講座について

- ・気兼ねなく話せる場がほしい。
- ・高齢者だけの集まりではなく、年齢に関係のないサークルがあるといい。

◆アンケートについて

- ・自分はまだ60代なので、今時、高齢者アンケート対象としては少し早い気がする。
- ・アンケート項目が多すぎる。

◆保険料等について

- ・高齢者の介護保険料をもう少し下げて頂きたい。
- ・医療保険、家賃、光熱費等の支援を考えてもらいたいです。

◆相談体制について

- ・困った事があった時に何でも相談出来る窓口があったら安心して心身共に過ごせる。
- ・自宅に最後までいるか有料老人ホームに入るか悩んでいる。1人になった時に相談できる所があるとありがたい。

第3章 在宅介護実態調査

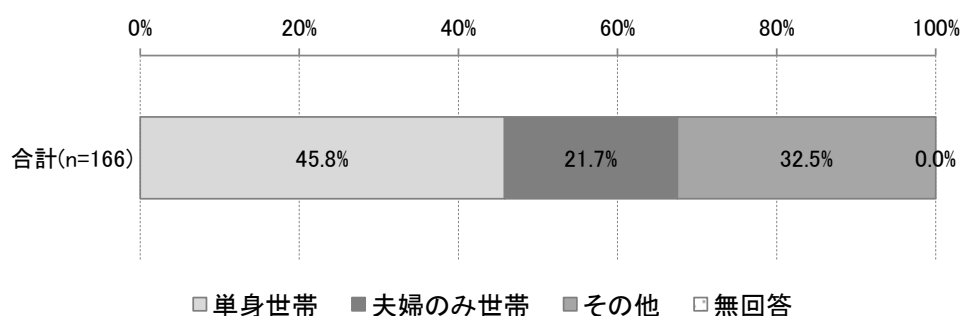
I. 分析の目的

『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

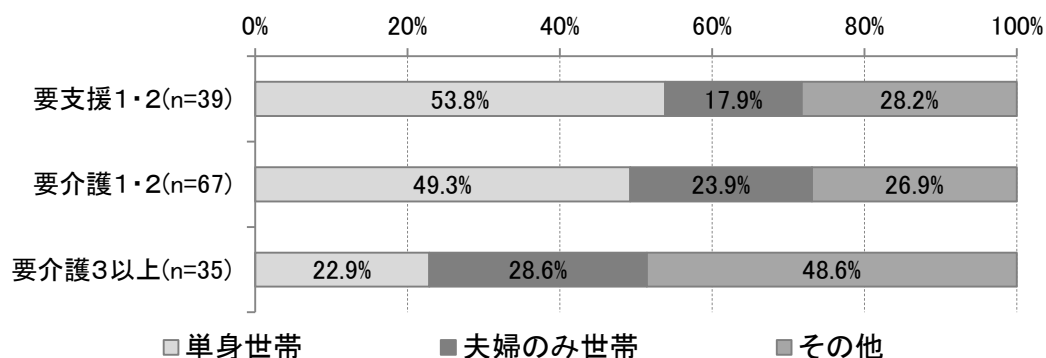
(1) 世帯類型

世帯類型は、「単身世帯」が45.8%、「夫婦のみ世帯」が21.7%となっている。



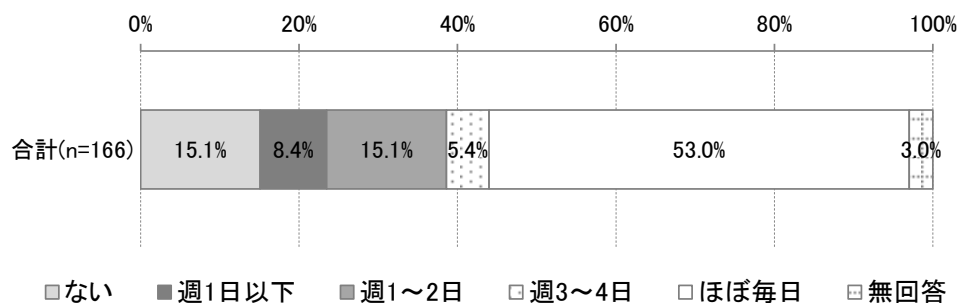
[要介護度別／世帯類型]

要介護度別にみると、「単身世帯」は“要支援1・2”で5割台半ば、“要介護1・2”で5割近くと高くなっている。「夫婦のみ世帯」は“要介護3以上”で3割近くとなっている。



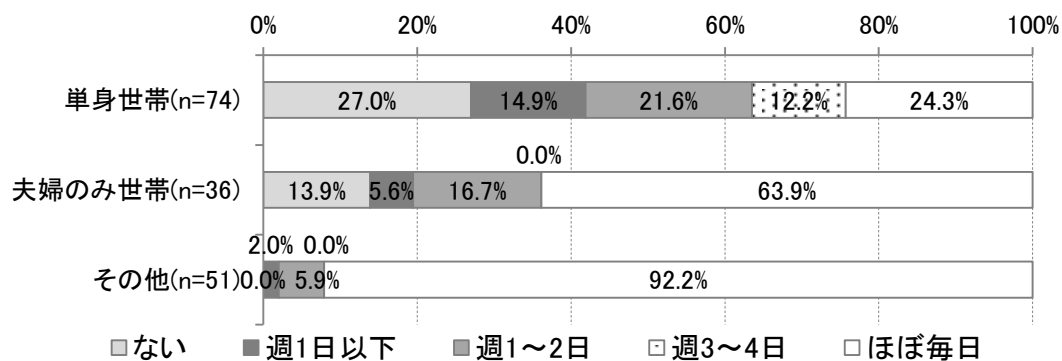
(2) 家族等による介護の頻度

家族等による介護の頻度は、「ほぼ毎日」が53.0%と最も高く、「週1～2日」が15.1%、「週1日以下」が8.4%と続く。一方、「ない」は15.1%となっている。



[世帯類型別／家族等による介護の頻度]

世帯類型別にみると、「ほぼ毎日」は“その他”で92.2%と最も高く、“夫婦のみ世帯”で63.9%、“単身世帯”で24.3%となっている。



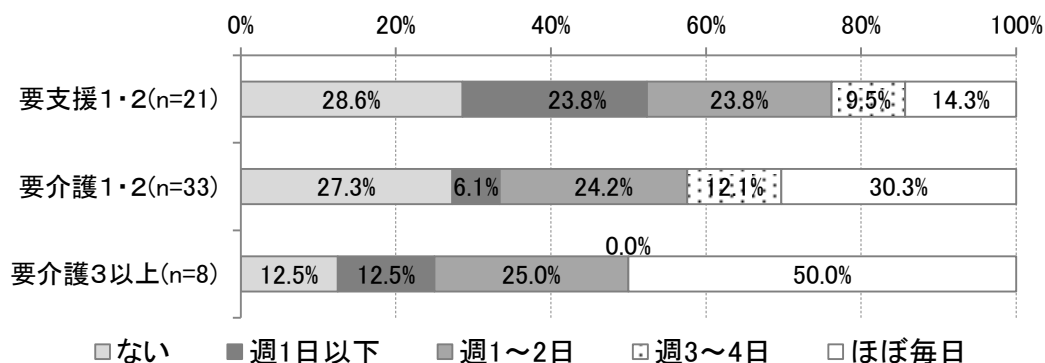
[世帯類型別かつ要介護度別／家族等による介護の頻度]

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５割と高くなっており、「ない」は“要支援１・２”、“要介護１・２”で３割近くとなっている。

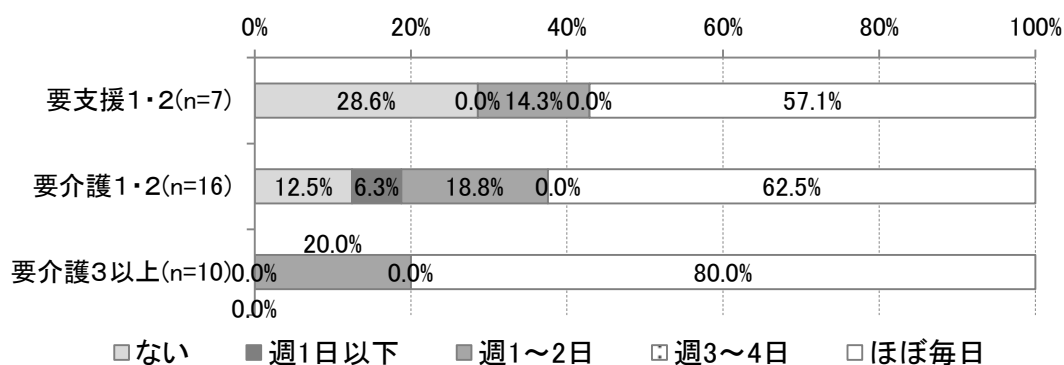
＜夫婦のみ世帯＞では、「ほぼ毎日」は、要介護度に関わらず高く、“要介護３以上”で８割と高くなっている。

＜その他世帯＞でも、「ほぼ毎日」が要介護度に関わらず最も高くなっている。

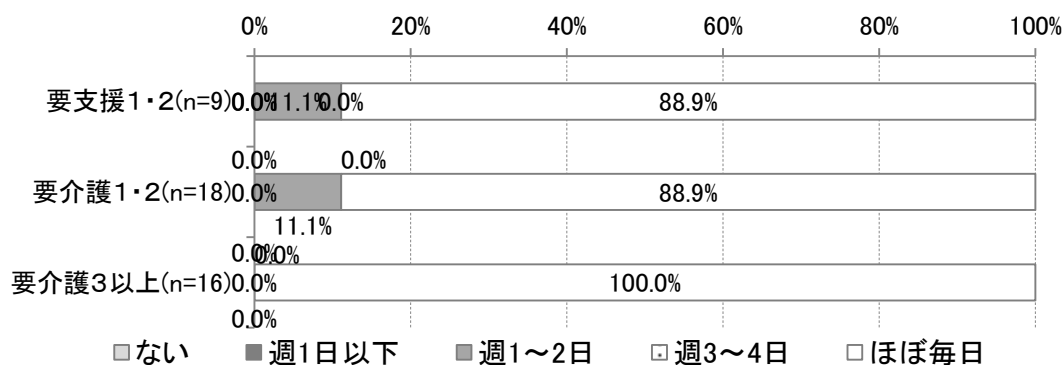
＜単身世帯＞



＜夫婦のみ世帯＞

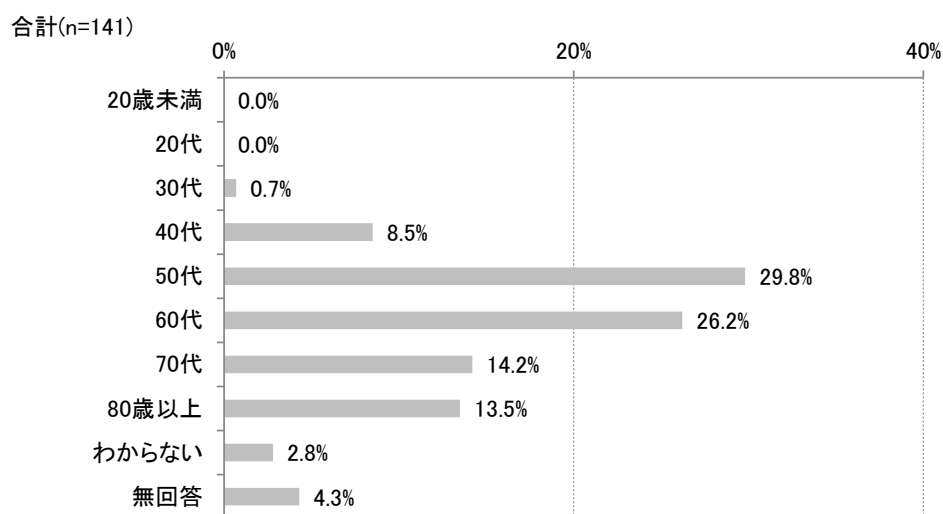


＜その他世帯＞



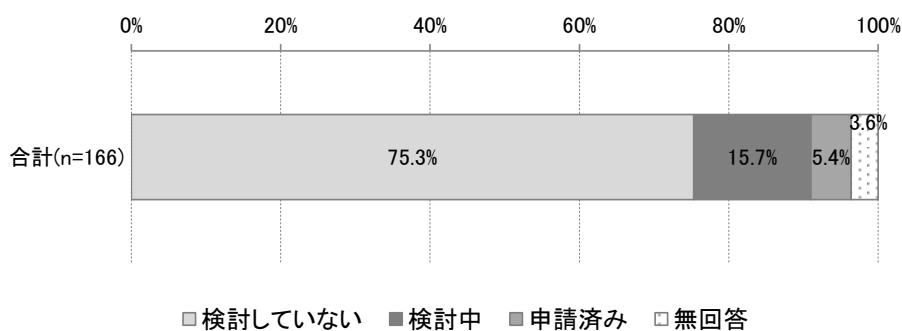
(3) 主な介護者の年齢

主な介護者の年齢は、「50代」が29.8%と最も高く、「60代」が26.2%、「70代」が14.2%と続く。



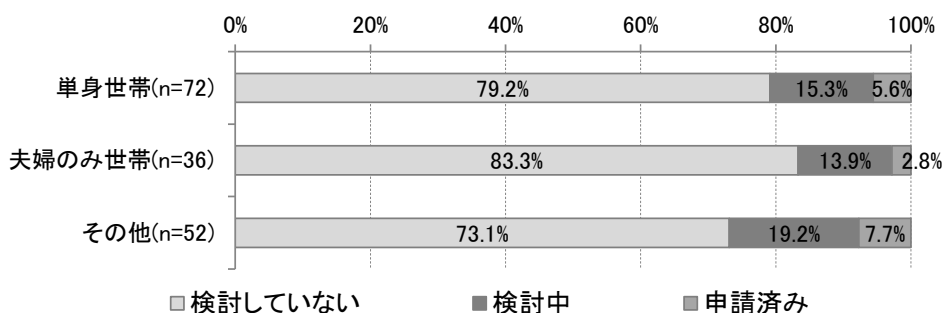
(4) 入所・入居の検討状況

入所・入居の検討状況は、「検討していない」が75.3%、「検討中」が15.7%となっている。



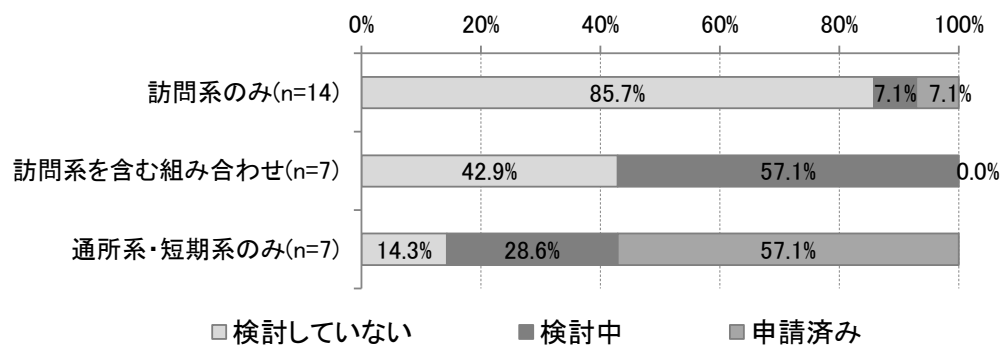
[世帯類型別／入所・入居の検討状況]

世帯類型別にみると、「検討中」は“単身世帯”と“夫婦のみ世帯”は1割台半ばとなっている。



[サービス利用の組み合わせ別(要介護3以上)／入所・入居の検討状況]

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6割近くとなっている。



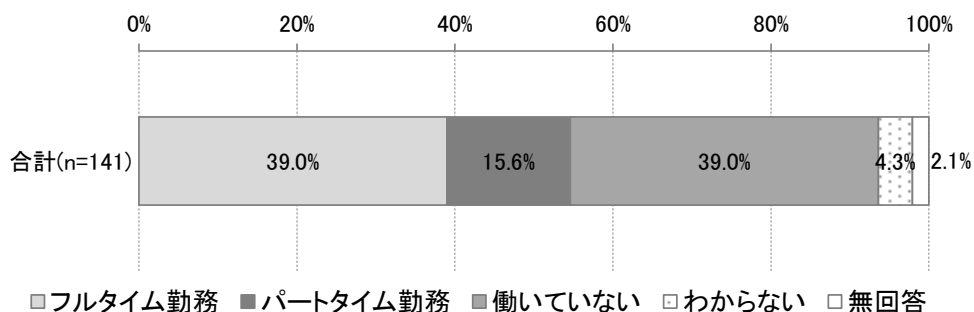
※「訪問系」：訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、夜間対応型訪問介護(予防サービスを含む)

「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)

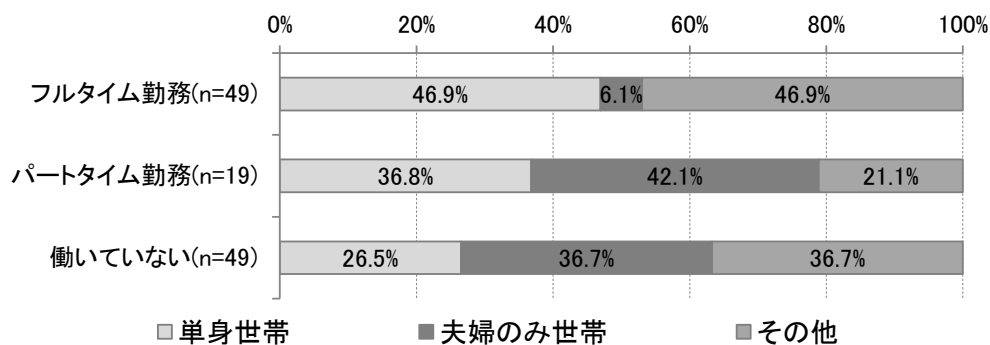
(5) 主な介護者の勤務形態

主な介護者の勤務形態は、「フルタイム勤務」が39.0%、「パートタイム勤務」が15.6%、「働いていない」が39.0%となっている。



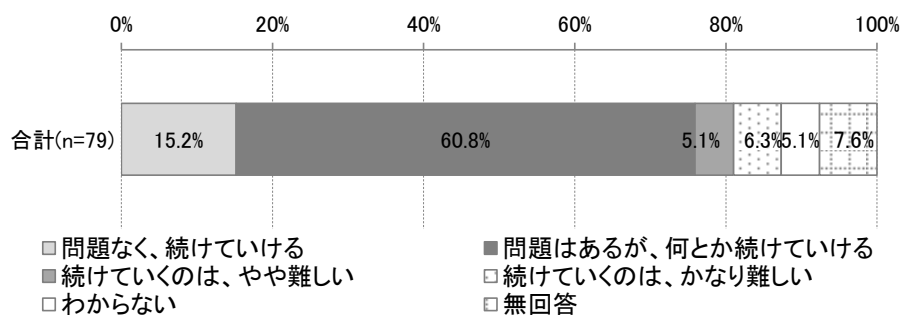
[就労状況別／主な介護者の勤務形態]

就労状況別にみると、「単身世帯」、「その他」は“フルタイム勤務”が5割近くと高くなっている。「夫婦のみ世帯」は“パートタイム勤務”が4割を超えている。



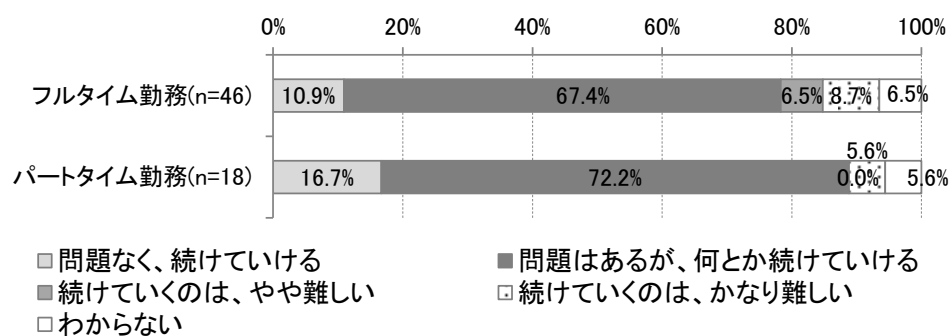
（６）介護をしながら働き続けることへの見込み

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」（15.2％）と「問題はあるが、何とか続けていける」（60.8％）を合わせた『続けていける』は76.0％となっている。一方、「続けていくのは、やや難しい」（5.1％）と「続けていくのは、かなり難しい」（6.3％）を合わせた『困難』は11.4％となっている。



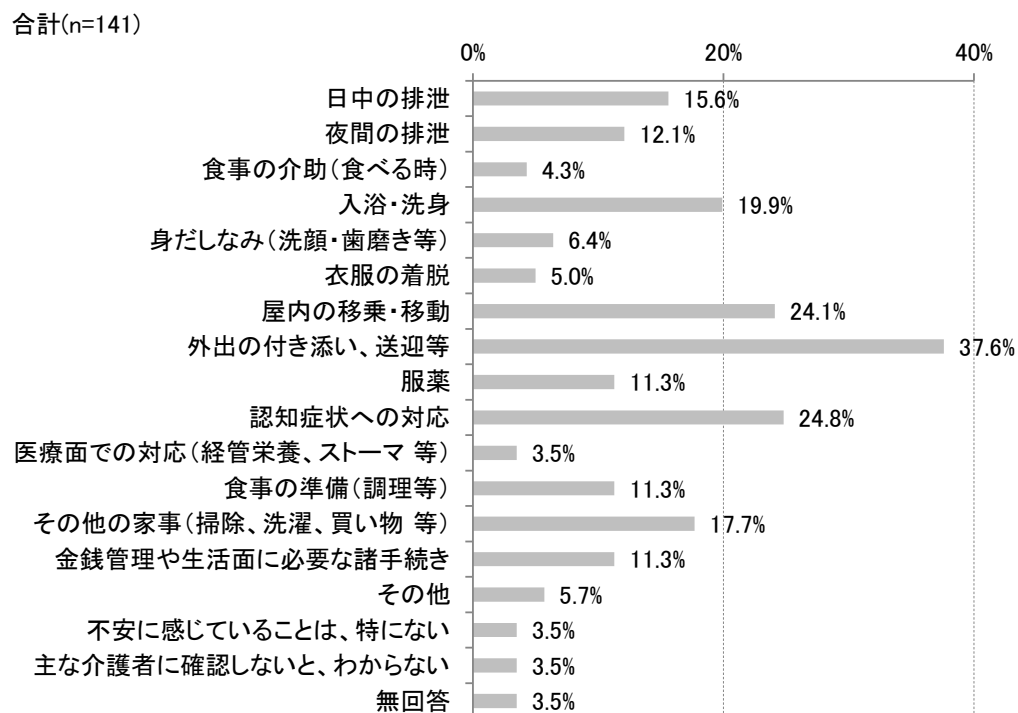
[就労状況別／介護をしながら働き続けることへの見込み]

就労状況別でみると、『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10.6ポイント高くなっている。



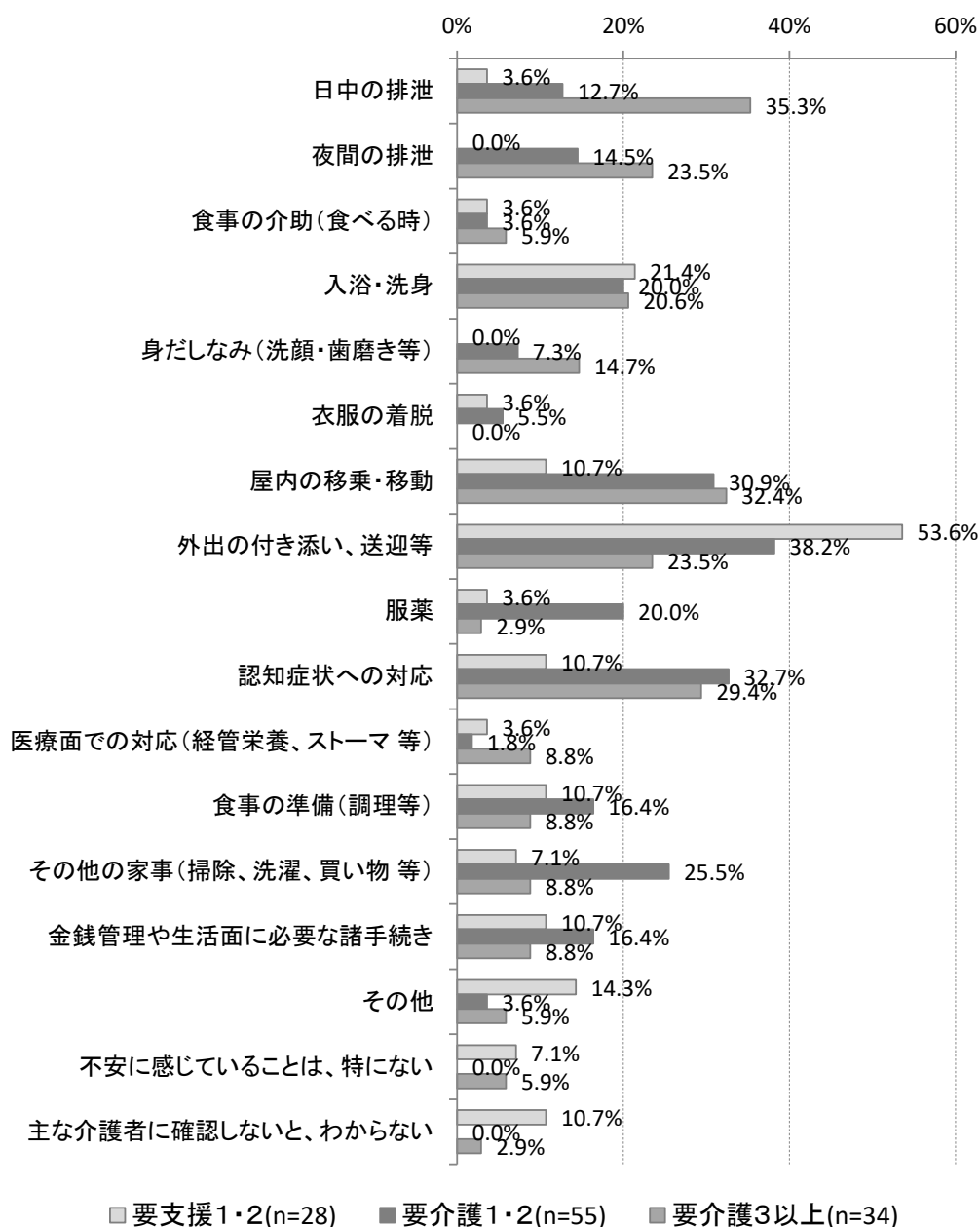
(7) 主な介護者が不安に感じている介護

主な介護者が不安に感じている介護は、「外出の付き添い、送迎等」が37.6%と最も高く、「認知症状への対応」が24.8%、「屋内の移乗・移動」が24.1%と続く。



[要介護度別／主な介護者が不安に感じている介護]

要介護度別にみると、“要支援1・2”と“要介護1・2”で「外出の付き添い、送迎等」がそれぞれ5割台半ば、4割近くと高くなっている。また、「認知症状への対応」は“要介護1・2”で3割を超え、“要介護3以上”で約3割となっている。“要介護3以上”では「日中の排泄」が3割台半ばと高くなっている。

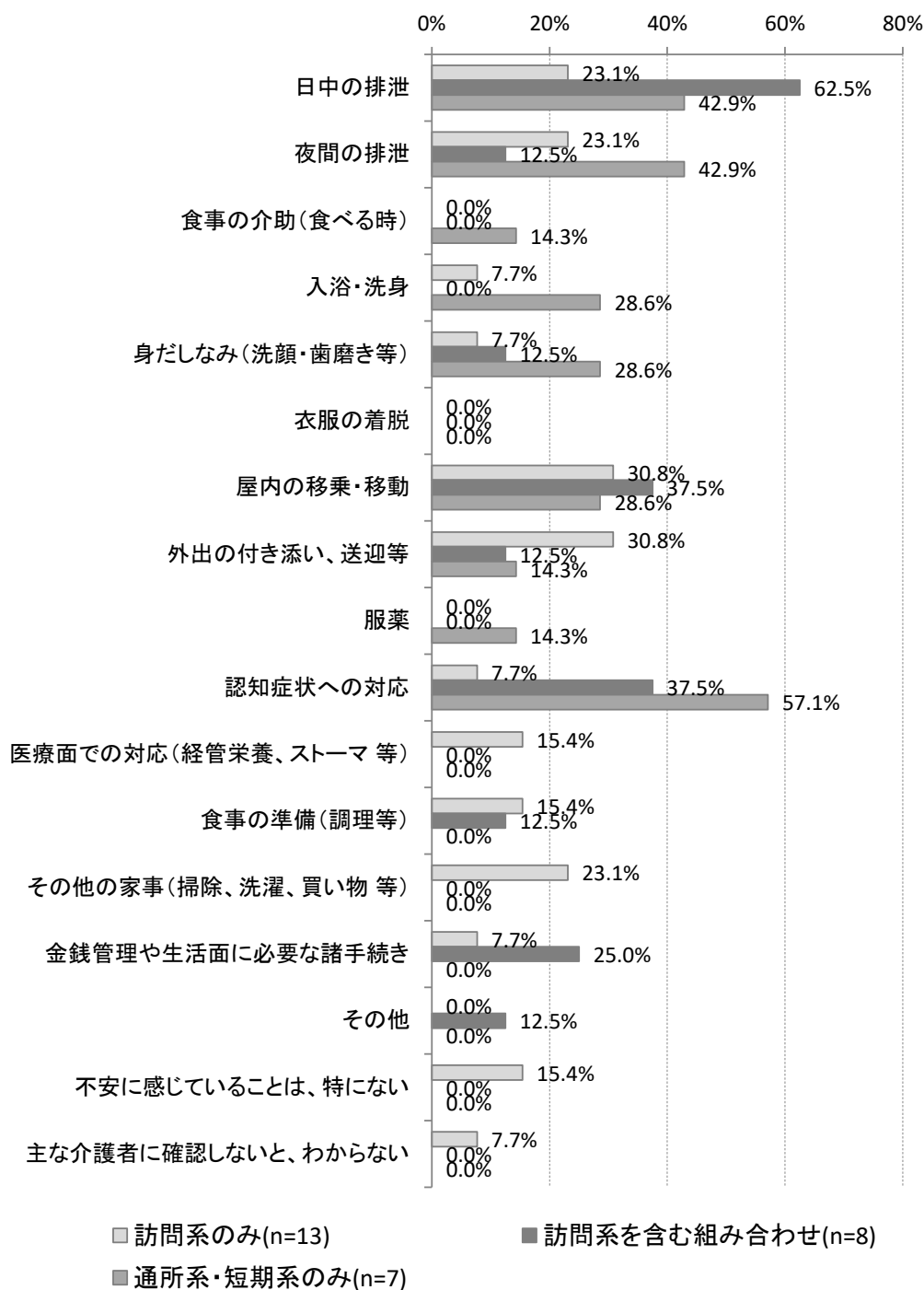


[サービス利用の組み合わせ別(要介護3以上)／主な介護者が不安に感じている介護]

サービス利用の組み合わせ別でみると、“訪問系のみ”では、「屋内の移乗・移動」、「外出の付き添い、送迎等」が3割を超え高くなっている。

“訪問系を含む組み合わせ”では、「日中の排泄」が6割を超える。また、「屋内の移乗・移動」、「認知症状への対応」も4割割近くとなっている。

“通所系・短期系のみ”では、「認知症状への対応」が6割近く、「日中の排泄」、「夜間の排泄」が4割を超え高くなっている。

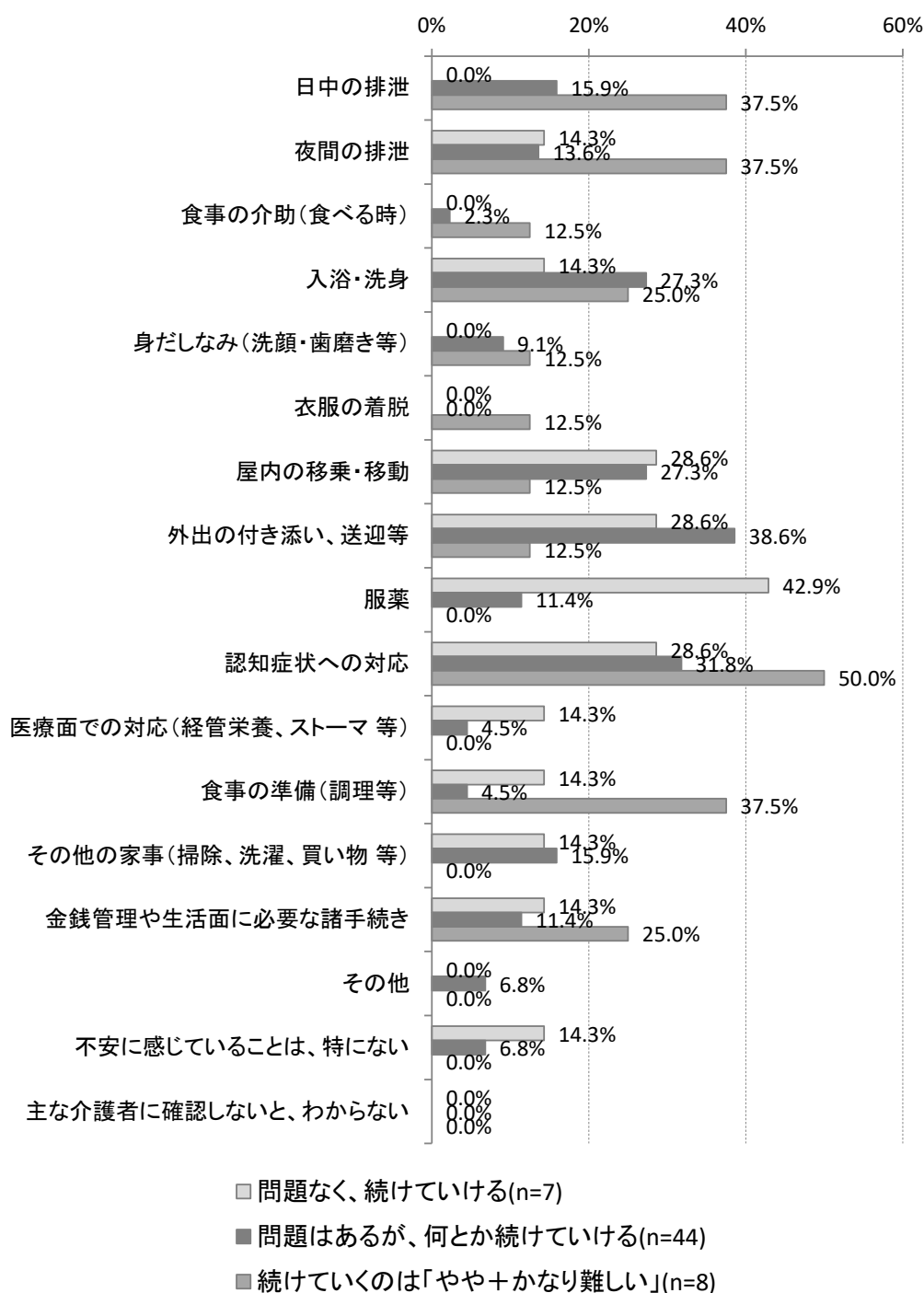


[就労継続見込み別(フルタイム勤務+パートタイム勤務)／主な介護者が不安に感じている介護]

就労継続見込み別にみると、“問題なく、続けていける”では「服薬」が4割を超える。

“問題はあるが、何とか続けていける”では「外出の付き添い、送迎等」が4割近く、「認知症状への対応」が3割を超える。

“続けていくのは「やや+かなり難しい」”では「認知症状への対応」が5割、「日中の排泄」、「夜間の排泄」、「食事の準備(調理等)」が4割近くとなっている。



第4章 調査結果のまとめ

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。
- 住居形態は、「集合住宅」が6割を超えと高くなっている。圏域別で見ると、「集合住宅」は“麹町圏域”が8割近くと高くなっている。
- 最期を迎えたい場所は、「自宅」が4割を超える。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り、どの年代でも男性の方が女性より割合が高くなっている。
- 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割を超えと最も高く、「配食」、「買い物」、「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、主な介護者が不安に感じている介護をきいたところ、「外出の付き添い、送迎等」が4割近くと最も高く、「認知症状への対応」、「屋内の移乗・移動」、「入浴・洗身」と続く。
- 【在宅介護実態調査】で、介護をしながら働き続けることへの見込みをきいたところ、『続けていける』は7割台半ばとなっている。一方、『困難』も1割を超える。

II. からだを動かすことについて

- 運動器の機能低下リスク該当者は、「運動機能低下リスクあり」が約1割となっている。要介護度別にみると、「運動機能低下リスクあり」は“要支援1”で3割近く、“要支援2”で5割近くとなっている。
- 昨年と比べた外出の回数は、『減っている』が3割近くとなっている。過去の調査と比較すると、『減っている』は前回（20.3%）より6.5ポイント増加している。
- 外出を控えている理由は、「新型コロナウイルス等感染症予防のため」が約8割となっている。

III. 食えることについて

- BMIをみると、「やせ（BMI 18.5未満）」は女性の方が男性より10.4ポイント高く、「肥満（BMI 25.0以上）」は男性の方が女性より12.1ポイント高くなっている。
- 口腔機能低下リスクをみると、「口腔機能低下リスクあり」は男女とも85歳以上で高く、“男性の85歳以上”で3割近く、“女性の85歳以上”で3割を超える。

IV. 毎日の生活について

- 生きがいを持つ人は6割台半ばとなっており、性・年齢別でみると、男女とも年齢が上がるほど割合が低くなる傾向にある。
- 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。一方、子どもや20代の若者との会話の機会を過去の調査と比較すると、『ある』は前回(44.1%)より5.3ポイント減少している。

V. 地域での活動について

- 地域活動の参加状況で「1つでも参加している」は6割を超え、「1つも参加していない」は3割台半ばとなっている。経済状況別にみると、「1つでも参加している」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。
- 収入のある仕事が『ある』は4割を超え、「ない」は5割台半ばとなっている。性別でみると、『ある』は男性の方が女性より18.9ポイント高くなっている。
- 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』は約6割となっている。
- 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割近くとなっている。

VI. たすけあいについて

- 地域とのつながりは、『感じる』は4割台半ばとなっている。一方、つながりを『感じない』は5割を超える。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22.7ポイント高くなっている。また、“神田圏域”の方が“麹町圏域”より17.8ポイント高くなっている。
- 地域への愛着度は、「愛着がある」と「どちらかといえば愛着がある」を合わせた『愛着がある』は9割近くとなっている。千代田区での居住年数別にみると、『愛着がある』はおおむね居住年数が長いほど高くなる傾向にある。
- 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割を超え、看病や世話をしてくれる人がいない割合は2割台半ばとなっている。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割近くとなる。
- 家族や友人・知人以外の相談先で「そのような人はいない」は3割台半ばと高くなっている。圏域別にみると、「そのような人はいない」は“麹町圏域”の方が“神田圏域”より6.5ポイント高くなっている。

VII. 健康について

- 主観的健康観は、『よい』が8割台半ば、『よくない』は1割超えとなっている。
- 幸福度を生きがいの有無別にみると、“生きがいあり”(8.0点)は“思いつかない”(6.7点)より平均点が高くなっている。また、現在の健康状態別にみると、健康状態がよいほど平均点も高くなる傾向にあり、“とてもよい”では8.8点と高くなっている。
- 孤独や孤立への不安は、「非常に不安」と「やや不安」を合わせた『不安あり』が1割台半ばとなっている。1週間の外出頻度別にみると、『不安あり』は“週1回以下”で2割台半ばと高くなっている。
- 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5割を超え、性別でみると、女性の方が男性より14.9ポイント高くなっている。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。
- 介護予防やフレイル予防に関する取組について「特に取り組んでいることはない」も5割近くとなっている。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からでも遅くないから」が3割台半ばと最も高く、「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。

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6割近くと最も高く、「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。
- 認知症に関する相談窓口の認知度は、「はい」が2割台半ばにとどまる。

千代田区
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
在宅介護実態調査
＜調査結果報告書＞
2023（令和5）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