

# 多摩市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 についてのお願い

多摩市の今後を考えるための基礎資料です。  
回答のご協力をお願いします。

- 調査票を記入する際は、各項目で該当する数字に○をつけてください。
- 調査票記入後は、3つ折にして同封の返信用封筒（切手は不要です）に入れ、  
**3月10日（金）**までに投函してください。

**（問合せ先） 多摩市健康福祉部高齢支援課**  
**電話 042-338-6923**

＜ご挨拶＞

平素より、多摩市の高齢者福祉施策にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

この調査票は、平成29年2月1日現在、多摩市にお住まいの65歳以上の方から無作為抽出にて4000人の皆様へお送りしています。本調査にご回答いただくことで、効果的な介護予防施策やお住まいの地域の現状等を把握し、多摩市の高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の改定や、安心して住み続けていただけるまちづくりのための基礎資料といたします。

ご回答いただきました内容はすべて統計的に処理し、調査以外の目的に使用することはありません。ただし、計画改定時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理するデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析することがあります。

設問数が多くお手数をおかけいたしますが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

平成29年2月 多摩市

■■■ここより調査を開始します■■■

記入日	平成29年 月 日
<b>調査票を記入されたのはどなたですか</b>	
1. あて名のご本人が記入	
2. ご家族が記入（あて名のご本人からみた続柄： _____ ）	
3. その他	

## あなたご自身について

### (1) あなたの性別を教えてください

(N=3248)

- |       |              |       |              |
|-------|--------------|-------|--------------|
| 1. 男性 | 43.7% (1418) | 2. 女性 | 53.5% (1739) |
| 無回答   | 2.8% (91)    |       |              |

### (2) あなたの年齢を教えてください

(N=3248)

- |           |             |           |             |           |             |
|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
| 1. 65～69歳 | 24.8% (804) | 2. 70～74歳 | 21.2% (687) | 3. 75～79歳 | 26.0% (844) |
| 4. 80～84歳 | 17.2% (560) | 5. 85～89歳 | 6.5% (212)  | 6. 90～94歳 | 1.9% (61)   |
| 7. 95～99歳 | 0.4% (14)   | 8. 100歳以上 | 0.1% (2)    | 無回答       | 2.0% (64)   |

### (3) お住まいの地域はどこですか。該当の地域番号に○をつけてください。

(N=3248)

地域番号	地域包括支援センター	お住まいの地域（包括支援センター担当地域）
1.	西部地域包括支援センター地域 20.7% (672)	落川、百草、桜ヶ丘、関戸6丁目、 和田（3丁目を除く）、東寺方（3丁目を除く） 19.0% (618)
2.		貝取（地番） 1.7% (54)
3.	東部地域包括支援センター地域 19.8% (643)	連光寺、聖ヶ丘、馬引沢、諏訪
4.	多摩センター地域 包括支援センター地域 19.7% (639)	落合、鶴牧、唐木田、中沢、山王下、南野2～3丁目
5.	中部地域包括支援センター地域 18.1% (589)	永山2～7丁目、貝取2～5丁目、豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
6.	北部地域包括支援センター地域 18.8% (611)	一ノ宮、和田3丁目、東寺方3丁目、関戸1～5丁目 11.0% (358)
7.		愛宕、乞田、貝取1丁目、豊ヶ丘1丁目、永山1丁目 7.8% (253)
	無回答 2.9% (94)	

(4) あなたのお身体の状況（要介護度）について教えてください

(N=3248)

- 1. 事業対象者（介護予防・日常生活支援総合事業対象者）である 1.2% (38)
- 2. 要支援1 2.3% (76)                      3. 要支援2 1.2% (38)                      4. 要介護1～5 0.4% (13)
- 5. 事業対象者、要支援、要介護の認定を受けていない 94.2% (3058)
- 無回答 0.8% (25)

※ 平成29年2月1日現在の要介護度でお答えください。

事業対象者、要支援、要介護の認定を受けている方は、介護保険被保険者証に記載されています。

※この欄をご確認ください。

介護保険被保険者証 (一)		要介護状態区分等 (二)
被保険者	番号	認定年月日 (事業対象者の場合は、基本チェックリスト実施日)
	住所	認定の有効期間
	フリガナ	区分支給限度基準額
	氏名	居宅サービス等 1月当たり
	生年月日	サービスの種類 種類支給限度基準額
	性別	付加型支援給付基準額
交付年月日		
保険者番号 並びに保険 者の名称及 び印	1 3 2 2 4 1 東京都多摩市 東京都多摩市関戸六丁目12番地	認定審査会 の意見及び サービスの 種類の指定

## 問 1 あなたのご家族や生活状況について

### (1) 家族構成をお教えてください (N=3248)

- |                       |             |                       |              |
|-----------------------|-------------|-----------------------|--------------|
| 1. 1人暮らし              | 20.3% (659) | 2. 夫婦2人暮らし(配偶者 65歳以上) | 44.1% (1433) |
| 3. 夫婦2人暮らし(配偶者 64歳以下) | 3.8% (122)  | 4. 息子・娘との2世帯          | 14.0% (455)  |
| 5. その他                | 14.6% (473) | 無回答                   | 3.3% (106)   |

### (2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか (N=3248)

- |   |              |                             |            |
|---|--------------|-----------------------------|------------|
| 1. 介護・介助は必要ない                                       | 85.1% (2763) | 2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない | 6.4% (207) |
| 3. 現在、何らかの介護を受けている<br>(介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む) | 4.3% (140)   | 無回答                         | 4.2% (138) |

#### 【(2)において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

#### ① 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか (いくつでも) (N=347)

- |                    |            |                 |            |              |            |
|--------------------|------------|-----------------|------------|--------------|------------|
| 1. 脳卒中(脳出血・脳梗塞等)   | 10.7% (37) | 2. 心臓病          | 14.1% (49) | 3. がん(悪性新生物) | 6.1% (21)  |
| 4. 呼吸器の病気(肺気腫・肺炎等) | 5.8% (20)  | 5. 関節の病気(リウマチ等) | 9.2% (32)  |              |            |
| 6. 認知症(アルツハイマー病等)  | 6.6% (23)  | 7. パーキンソン病      | 3.2% (11)  | 8. 糖尿病       | 9.5% (33)  |
| 9. 腎疾患(透析)         | 1.7% (6)   | 10. 視覚・聴覚障害     | 6.6% (23)  | 11. 骨折・転倒    | 13.8% (48) |
| 12. 脊椎損傷           | 8.1% (28)  | 13. 高齢による衰弱     | 15.9% (55) | 14. その他( )   | 16.1% (56) |
| 15. 不明             | 1.4% (5)   | 無回答             | 20.2% (70) |              |            |

#### 【(2)において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

#### ② 主にどなたの介護、介助を受けていますか (いくつでも) (N=347)

- |                |             |           |            |          |            |
|----------------|-------------|-----------|------------|----------|------------|
| 1. 配偶者(夫・妻)    | 35.2% (122) | 2. 息子     | 18.7% (65) | 3. 娘     | 21.0% (73) |
| 4. 子の配偶者       | 6.1% (21)   | 5. 孫      | 1.7% (6)   | 6. 兄弟・姉妹 | 2.6% (9)   |
| 7. 介護サービスのヘルパー | 9.2% (32)   | 8. その他( ) | 7.5% (26)  |          |            |
| 無回答            | 25.1% (87)  |           |            |          |            |

**(3) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか**

(N=3248)

- |             |            |             |             |        |              |
|-------------|------------|-------------|-------------|--------|--------------|
| 1. 大変苦しい    | 6.4% (208) | 2. やや苦しい    | 20.8% (675) | 3. ふつう | 59.3% (1925) |
| 4. ややゆとりがある | 8.2% (265) | 5. 大変ゆとりがある | 1.5% (48)   | 無回答    | 3.9% (127)   |

**(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか**

(N=3248)

- |                 |              |                 |              |
|-----------------|--------------|-----------------|--------------|
| 1. 持家（一戸建て）     | 32.9% (1067) | 2. 持家（集合住宅）     | 35.5% (1152) |
| 3. 公営賃貸住宅       | 20.7% (673)  | 4. 民間賃貸住宅（一戸建て） | 0.2% (7)     |
| 5. 民間賃貸住宅（集合住宅） | 6.1% (198)   | 6. 借家           | 0.7% (23)    |
| 7. その他          | 1.4% (44)    | 無回答             | 2.6% (84)    |

**(5) お住まい（主に生活する部屋）は、何階ですか**

(N=3248)

- |       |              |         |             |       |             |
|-------|--------------|---------|-------------|-------|-------------|
| 1. 1階 | 42.8% (1391) | 2. 2階   | 19.1% (621) | 3. 3階 | 10.8% (352) |
| 4. 4階 | 8.3% (271)   | 5. 5階以上 | 15.9% (515) | 無回答   | 3.0% (98)   |

**【(5)で「2～5」(2階以上で生活している)の方のみ】**

**① お住まいにエレベーターが設置されていますか**

(N=1759)

- |       |             |        |             |     |            |
|-------|-------------|--------|-------------|-----|------------|
| 1. はい | 37.9% (667) | 2. いいえ | 53.5% (941) | 無回答 | 8.6% (151) |
|-------|-------------|--------|-------------|-----|------------|

## 問2 からだを動かすことについて

(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか  
(N=3248)

1. できるし、している 65.5% (2129)                      2. できるけどしていない 18.2% (591)  
3. できない 12.7% (413)                                      無回答 3.5% (115)

(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか  
(N=3248)

1. できるし、している 78.3% (2542)                      2. できるけどしていない 9.6% (312)  
3. できない 8.5% (276)    無回答 3.6% (118)

(3) 15分位続けて歩いていますか  
(N=3248)

1. できるし、している 83.8% (2723)                      2. できるけどしていない 7.8% (253)  
3. できない 5.3% (173)    無回答 3.0% (99)

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか  
(N=3248)

1. 何度もある 6.7% (219)                                      2. 1度ある 20.1% (654)  
3. ない 71.0% (2306)    無回答 2.1% (69)

(5) 転倒に対する不安は大きいですか  
(N=3248)

1. とても不安である 11.2% (363)    2. やや不安である 31.1% (1009)    3. あまり不安でない 29.7% (965)  
4. 不安でない 25.1% (815)                      無回答 3.0% (96)

(6) 週に1回以上は外出していますか  
(N=3248)

1. ほとんど外出しない 3.0% (96)    2. 週1回 6.5% (210)                      3. 週2~4回 42.7% (1387)  
4. 週5回以上 45.5% (1478)                      無回答 2.4% (77)

(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか  
(N=3248)

1. とても減っている 2.7% (88)    2. 減っている 18.1% (589)                      3. あまり減っていない 29.2% (949)  
4. 減っていない 47.9% (1555)                      無回答 2.1% (67)

**(8) 外出を控えていますか**

(N=3248)

1. はい 12.6% (410)                      2. いいえ 84.8% (2755)                      無回答 2.6% (83)

**【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】**

**① 外出を控えている理由は、次のどれですか (いくつでも)**

(N=410)

1. 病気 15.4% (63)                      2. 障害(脳卒中の後遺症など) 4.1% (17)  
3. 足腰などの痛み 52.7% (216)                      4. トイレの心配(失禁など) 17.3% (71)  
5. 耳の障害(聞こえの問題など) 7.8% (32)                      6. 目の障害 9.8% (40)  
7. 外での楽しみがない 18.5% (76)                      8. 経済的に出られない 12.7% (52)  
9. 交通手段がない 4.6% (19)                      10. その他( ) 16.8% (69)                      無回答 2.4% (10)

**(9) 外出する際の移動手段は何ですか (いくつでも)**

(N=3248)

1. 徒歩 78.5% (2549)                      2. 自転車 16.0% (520)                      3. バイク 2.9% (95)  
4. 自動車(自分で運転) 31.1% (1009)                      5. 自動車(人に乗せてもらう) 17.0% (552)                      6. 電車 51.3% (1667)  
7. 路線バス 65.1% (2113)                      8. 病院や施設のバス 2.0% (66)                      9. 車いす 0.4% (12)  
10. 電動車いす(カート) 0.1% (3)                      11. 歩行器・シルバーカー 0.7% (24)  
12. タクシー 14.6% (474)                      13. その他( ) 0.5% (15)                      無回答 1.1% (37)

**問3 食べることについて**

**(1) 身長・体重**

身長 平均 158 cm

体重 平均 56 kg

**(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか**

(N=3248)

1. はい 24.1% (784)                      2. いいえ 73.9% (2399)                      無回答 2.0% (65)



<b>(3) お茶や汁物等でむせることがありますか</b> (N=3248)			
1. はい	24.7% (801)	2. いいえ	73.6% (2390) 無回答 1.8% (57)
<b>(4) 口の渇きが気になりますか</b> (N=3248)			
1. はい	27.2% (884)	2. いいえ	70.8% (2301) 無回答 1.9% (63)
<b>(5) 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか</b> (N=3248)			
1. はい	91.4% (2970)	2. いいえ	6.5% (210) 無回答 2.1% (68)
<b>(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください</b> (成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です) (N=3248)			
1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用	18.2% (591)	2. 自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし	33.3% (1080)
3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用	36.3% (1178)	4. 自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし	7.7% (249)
無回答 4.6% (150)			
<b>① 噛み合わせは良いですか</b> (N=3248)			
1. はい	81.0% (2632)	2. いいえ	15.4% (499) 無回答 3.6% (117)
<b>② 【(6)で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】 毎日入れ歯の手入れをしていますか</b> (N=1769)			
1. はい	88.1% (1559)	2. いいえ	5.9% (104) 無回答 6.0% (106)
<b>(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか</b> (N=3248)			
1. はい	10.3% (336)	2. いいえ	86.4% (2805) 無回答 3.3% (107)
<b>(8) どなたかと食事をとる機会がありますか</b> (N=3248)			
1. 毎日ある	53.3% (1730)	2. 週に何度かある	10.7% (348) 3. 月に何度かある 17.1% (557)
4. 年に何度かある	10.4% (339)	5. ほとんどない	6.1% (197) 無回答 2.4% (77)

**(9) あなたはどのくらいの頻度で外食をしますか**

(N=3248)

- |            |              |            |              |
|------------|--------------|------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日  | 3.9% (128)   | 2. 週3日程度   | 8.9% (288)   |
| 3. 月1~4回程度 | 51.9% (1685) | 4. ほとんどしない | 33.5% (1089) |
|            |              | 無回答        | 1.8% (58)    |

**(10) あなたはどのくらいの頻度で調理品（弁当・惣菜・出前など）を購入し、家で食事をしますか**

(N=3248)

- |            |              |            |              |
|------------|--------------|------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日  | 16.9% (549)  | 2. 週3日程度   | 11.0% (356)  |
| 3. 月1~4回程度 | 33.1% (1076) | 4. ほとんどしない | 36.8% (1194) |
|            |              | 無回答        | 2.2% (73)    |

**問4 毎日の生活について**

**(1) 物忘れが多いと感じますか**

(N=3248)

- |       |              |        |              |     |            |
|-------|--------------|--------|--------------|-----|------------|
| 1. はい | 39.1% (1269) | 2. いいえ | 56.7% (1843) | 無回答 | 4.2% (136) |
|-------|--------------|--------|--------------|-----|------------|

**(2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか**

(N=3248)

- |       |              |        |             |     |           |
|-------|--------------|--------|-------------|-----|-----------|
| 1. はい | 86.1% (2796) | 2. いいえ | 11.1% (360) | 無回答 | 2.8% (92) |
|-------|--------------|--------|-------------|-----|-----------|

**(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか**

(N=3248)

- |       |             |        |              |     |            |
|-------|-------------|--------|--------------|-----|------------|
| 1. はい | 22.7% (737) | 2. いいえ | 74.0% (2402) | 無回答 | 3.4% (109) |
|-------|-------------|--------|--------------|-----|------------|

**(4) バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）**

(N=3248)

- |              |              |               |            |
|--------------|--------------|---------------|------------|
| 1. できるし、している | 90.7% (2945) | 2. できるけどしていない | 4.1% (132) |
| 3. できない      | 2.6% (85)    | 無回答           | 2.6% (86)  |

**(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか**

(N=3248)

- |              |              |               |            |
|--------------|--------------|---------------|------------|
| 1. できるし、している | 87.6% (2844) | 2. できるけどしていない | 7.6% (246) |
| 3. できない      | 2.1% (68)    | 無回答           | 2.8% (90)  |

<b>(6) 自分で食事の用意をしていますか</b> (N=3248)			
1. できるし、している	74.0% (2402)	2. できるけどしていない	17.9% (581)
3. できない	5.1% (166)	無回答	3.0% (99)
<b>(7) 自分で請求書の支払いをしていますか</b> (N=3248)			
1. できるし、している	84.7% (2751)	2. できるけどしていない	10.2% (330)
3. できない	2.2% (72)	無回答	2.9% (95)
<b>(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか</b> (N=3248)			
1. できるし、している	85.0% (2760)	2. できるけどしていない	9.6% (311)
3. できない	2.9% (93)	無回答	2.6% (84)
<b>(9) 年金などの書類(役所や病院などに出す書類)が書けますか</b> (N=3248)			
1. はい	91.3% (2965)	2. いいえ	5.8% (190)
		無回答	2.9% (93)
<b>(10) 新聞を読んでいますか</b> (N=3248)			
1. はい	81.3% (2639)	2. いいえ	15.9% (518)
		無回答	2.8% (91)
<b>(11) 本や雑誌を読んでいますか</b> (N=3248)			
1. はい	79.7% (2590)	2. いいえ	17.3% (563)
		無回答	2.9% (95)
<b>(12) 健康についての記事や番組に関心がありますか</b> (N=3248)			
1. はい	88.4% (2872)	2. いいえ	8.5% (275)
		無回答	3.1% (101)
<b>(13) 友人の家を訪ねていますか</b> (N=3248)			
1. はい	39.3% (1275)	2. いいえ	57.2% (1857)
		無回答	3.6% (116)

<b>(14) 家族や友人の相談にのっていますか</b> (N=3248)			
1. はい	73.3% (2382)	2. いいえ	22.5% (732) 無回答 4.1% (134)
<b>(15) 病人を見舞うことができますか</b> (N=3248)			
1. はい	86.6% (2812)	2. いいえ	9.4% (304) 無回答 4.1% (132)
<b>(16) 若い人に自分から話しかけることがありますか</b> (N=3248)			
1. はい	70.5% (2291)	2. いいえ	25.6% (831) 無回答 3.9% (126)
<b>(17) 趣味はありますか</b> (N=3248)			
1. 趣味あり	78.3% (2542)	(	)
2. 思いつかない	16.2% (525)	無回答	5.6% (181)
<b>(18) 生きがいがありますか</b> (N=3248)			
1. 生きがいあり	62.5% (2030)	(	)
2. 思いつかない	28.8% (936)	無回答	8.7% (282)

## 問5 地域での活動について

(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

※ ① - ⑦ それぞれに回答してください

(N=3248)

	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	参加していない	無回答
① ボランティアのグループ	1.0% (32)	1.4% (45)	1.8% (57)	5.8% (188)	2.6% (86)	54.0% (1754)	33.4% (1086)
② スポーツ関係のグループやクラブ	4.5% (147)	9.1% (296)	6.7% (217)	4.3% (139)	2.0% (66)	45.4% (1473)	28.0% (910)
③ 趣味関係のグループ	2.0% (65)	5.6% (183)	7.4% (240)	14.2% (460)	5.4% (174)	40.2% (1307)	25.2% (819)
④ 学習・教養サークル	0.5% (16)	1.3% (43)	3.0% (96)	4.8% (156)	3.4% (109)	51.9% (1687)	35.1% (1141)
⑤ 老人クラブ	0.3% (11)	0.7% (23)	0.5% (15)	2.4% (79)	1.4% (45)	58.8% (1909)	35.9% (1166)
⑥ 町内会・自治会	0.3% (10)	0.6% (18)	0.8% (27)	6.0% (195)	13.4% (434)	45.7% (1483)	33.3% (1081)
⑦ 収入のある仕事	9.5% (307)	6.4% (207)	1.3% (43)	1.5% (49)	1.5% (50)	48.2% (1564)	31.7% (1028)

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

(N=3248)

1. 是非参加したい	9.2% (300)	2. 参加してもよい	53.4% (1733)
3. 参加したくない	31.4% (1019)	無回答	6.0% (196)

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

(N=3248)

1. 是非参加したい	3.2% (104)	2. 参加してもよい	34.2% (1110)
3. 参加したくない	56.5% (1836)	無回答	6.1% (198)

**問6**

**たすけあいについて**

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

**(1) あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人 (いくつでも)**

(N=3248)

1. 配偶者	54.6% (1772)	2. 同居の子ども	19.1% (620)	3. 別居の子ども	39.8% (1293)
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	33.8% (1097)	5. 近隣	11.2% (364)	6. 友人	46.4% (1508)
7. その他 ( )	2.3% (76)	8. そのような人はいない	4.9% (159)	無回答	2.4% (78)

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

(N=3248)

1. 配偶者	51.7% (1678)	2. 同居の子ども	17.2% (560)	3. 別居の子ども	39.1% (1269)
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	37.3% (1210)	5. 近隣	13.7% (446)	6. 友人	47.9% (1556)
7. その他 ( )	2.2% (70)	8. そのような人はいない	6.3% (205)	無回答	3.4% (112)

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

(N=3248)

1. 配偶者	60.2% (1955)	2. 同居の子ども	22.4% (728)	3. 別居の子ども	35.4% (1149)
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	14.2% (461)	5. 近隣	3.2% (103)	6. 友人	7.1% (229)
7. その他 ( )	1.9% (62)	8. そのような人はいない	8.3% (269)	無回答	2.2% (71)

**(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人 (いくつでも)**

(N=3248)

1. 配偶者	60.7% (1973)	2. 同居の子ども	20.8% (676)	3. 別居の子ども	30.9% (1004)
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	24.8% (807)	5. 近隣	4.5% (146)	6. 友人	10.8% (351)
7. その他 ( )	1.9% (63)	8. そのような人はいない	12.0% (391)	無回答	4.0% (131)

**(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください (いくつでも)**  
(N=3248)

- |                                 |                            |
|---------------------------------|----------------------------|
| 1. 自治会・町内会・老人クラブ 7.1% (229)     | 2. 社会福祉協議会・民生委員 6.0% (196) |
| 3. ケアマネジャー 4.4% (144)           | 4. 医師・歯科医師・看護師 30.4% (987) |
| 5. 地域包括支援センター・役所・役場 17.9% (582) | 6. その他 8.0% (260)          |
| 7. そのような人はいない 38.3% (1245)      | 無回答 10.3% (333)            |

**(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか**  
(N=3248)

- |                        |                        |                        |
|------------------------|------------------------|------------------------|
| 1. 毎日ある 6.5% (212)     | 2. 週に何度かある 26.8% (869) | 3. 月に何度かある 28.8% (934) |
| 4. 年に何度かある 19.3% (628) | 5. ほとんどない 13.1% (425)  | 無回答 5.5% (180)         |

**(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。**  
同じ人には何度会っても1人と数えることとします。  
(N=3248)

- |                         |                      |                     |
|-------------------------|----------------------|---------------------|
| 1. 0人 (いない) 13.0% (421) | 2. 1人~2人 19.5% (633) | 3. 3~5人 22.8% (740) |
| 4. 6~9人 11.1% (359)     | 5. 10人以上 28.3% (918) | 無回答 5.4% (177)      |

**(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (いくつでも)**  
(N=3248)

- |                              |                            |                        |
|------------------------------|----------------------------|------------------------|
| 1. 近所・同じ地域の人 39.1% (1270)    | 2. 幼なじみ 4.7% (154)         | 3. 学生時代の友人 17.1% (556) |
| 4. 仕事での同僚・元同僚 31.1% (1010)   | 5. 趣味や関心が同じ友人 45.0% (1462) |                        |
| 6. ボランティア等の活動での友人 8.1% (262) | 7. その他 9.6% (313)          |                        |
| 8. いない 8.2% (266)            | 無回答 5.3% (173)             |                        |

## 問7 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

(N=3248)

- |          |             |         |              |            |             |
|----------|-------------|---------|--------------|------------|-------------|
| 1. とてもよい | 11.6% (376) | 2. まあよい | 65.0% (2110) | 3. あまりよくない | 17.0% (551) |
| 4. よくない  | 2.0% (65)   | 無回答     | 4.5% (146)   |            |             |

(2) あなたは、現在どの程度幸せですか

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、ご記入ください)

(N=3248)

- |    |            |     |             |     |             |
|----|------------|-----|-------------|-----|-------------|
| 0点 | 0.4% (14)  | 1点  | 0.3% (10)   | 2点  | 0.6% (18)   |
| 3点 | 2.4% (79)  | 4点  | 2.8% (92)   | 5点  | 18.9% (613) |
| 6点 | 8.6% (279) | 7点  | 16.5% (535) | 8点  | 21.0% (683) |
| 9点 | 8.1% (262) | 10点 | 13.7% (446) | 無回答 | 6.7% (217)  |

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

(N=3248)

- |       |              |        |              |     |            |
|-------|--------------|--------|--------------|-----|------------|
| 1. はい | 37.3% (1213) | 2. いいえ | 57.5% (1866) | 無回答 | 5.2% (169) |
|-------|--------------|--------|--------------|-----|------------|

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

(N=3248)

- |       |             |        |              |     |            |
|-------|-------------|--------|--------------|-----|------------|
| 1. はい | 22.3% (723) | 2. いいえ | 72.6% (2358) | 無回答 | 5.1% (167) |
|-------|-------------|--------|--------------|-----|------------|

(5) お酒は飲みますか

(N=3248)

- |             |             |         |             |             |             |
|-------------|-------------|---------|-------------|-------------|-------------|
| 1. ほぼ毎日飲む   | 21.7% (704) | 2. 時々飲む | 20.8% (675) | 3. ほとんど飲まない | 25.8% (839) |
| 4. もともと飲まない | 27.7% (900) | 無回答     | 4.0% (130)  |             |             |

(6) タバコは吸っていますか

(N=3248)

- |               |              |            |            |              |             |
|---------------|--------------|------------|------------|--------------|-------------|
| 1. ほぼ毎日吸っている  | 8.1% (264)   | 2. 時々吸っている | 1.7% (54)  | 3. 吸っていたがやめた | 28.6% (928) |
| 4. もともと吸っていない | 58.3% (1892) | 無回答        | 3.4% (110) |              |             |



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

**(N=3248)**

1. ない	17.4% (566)	2. 高血圧	37.0% (1201)	3. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)	3.3% (108)
4. 心臓病	10.7% (347)	5. 糖尿病	10.9% (355)	6. 高脂血症 (脂質異常)	13.1% (427)
7. 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)	5.3% (172)	8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気	7.9% (256)		
9. 腎臓・前立腺の病気	7.7% (251)	10. 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等)	15.2% (493)		
11. 外傷 (転倒・骨折等)	3.2% (105)	12. がん (悪性新生物)	4.6% (150)		
13. 血液・免疫の病気	1.4% (46)	14. うつ病	1.5% (48)		
15. 認知症 (アルツハイマー病等)	0.6% (20)	16. パーキンソン病	0.7% (23)		
17. 目の病気	17.0% (552)	18. 耳の病気	5.5% (180)		
19. その他 ( )	11.9% (386)	無回答	4.8% (155)		

## 問 8 その他の福祉サービスについて

(1) 次の高齢者向け福祉サービス等（介護保険サービス以外）をご存知ですか  
 (いくつでも)  
 (N=3248)

### 【利用費助成】

- |                              |                               |
|------------------------------|-------------------------------|
| 1. おむつ支給とおむつ代の助成 25.1% (814) | 2. 出張理髪 15.6% (506)           |
| 3. 日常生活用具給付 17.8% (578)      | 4. 住宅改造費の助成 29.4% (955)       |
| 5. 緊急通報システム 13.8% (447)      | 6. 認知症高齢者の位置情報サービス 7.9% (255) |

### 【講習等】

- |   |                            |
|---|----------------------------|
| 7. 家族介護者教室事業 5.3% (173)                               | 8. 認知症サポーター養成講座 8.2% (266) |
| 9. 見守りサポーター養成研修 4.4% (142)                            | 10. 見守り協力員養成講座 3.6% (118)  |
| 11. 介護予防リーダーによる地域介護予防教室 4.4% (142)                    | 12. うんどう教室 10.6% (343)     |
| 13. にゃんとも TAMA るボランティアポイント（介護予防ボランティアポイント） 3.3% (107) |                            |
| 14. 老人福祉センター事業（寿大学等） 23.5% (763)                      |                            |

### 【制度・活動等】

- |                          |                             |
|--------------------------|-----------------------------|
| 15. 成年後見制度 32.1% (1043)  | 16. 老人クラブ 31.0% (1008)      |
| 17. 長寿を共に祝う会 18.6% (605) | 18. シルバー人材センター 54.8% (1779) |

無回答 29.2% (947)

高齢者向け福祉サービスの概要は、次のとおりです。

### 【利用費助成】

1	おむつ支給とおむつ代の助成 （介護予防推進係）	おむつが必要な高齢者におむつの支給・貸与・費用の一部助成を行っています。要介護3～5であることや常時失禁状態であることなどの要件があります。
---	----------------------------	--

2	出張理髪 (介護予防推進係)	理容師・美容師がご自宅を訪問し、調髪を行っています。在宅の高齢者でねたきりなどの状態が1か月以上継続している等の要件があります。費用1回2000円です。
3	日常生活用具給付 (介護予防推進係)	居宅での生活を容易にするための用具（入浴補助用具、歩行支援用具、自助具等）を給付しています。虚弱等のため用具の給付が必要と認められた高齢者の方が対象となります。費用の1割は自己負担です。
4	住宅改造費の助成 (介護予防推進係)	居宅で生活するために必要な住宅改修のための費用の一部を助成しています。虚弱等で住宅の改修が必要と認められた高齢者の方が対象となります。工事着工前に申請手続きが必要です。
5	緊急通報システム (介護予防推進係)	緊急時（緊急通報発信時）に、警備会社等の緊急対応要員が駆けつけるための機器（家庭内受信機、ペンダント型発信機）を貸し出ししています。高齢者のみの世帯の方で、身体上慢性疾患があるため日ごろから常時注意を要する等の要件があります。費用負担月額500円です。
6	認知症高齢者の位置情報サービス (介護予防推進係)	認知症高齢者の方の居場所を把握するための小型端末機を貸し出ししています。サービス利用が必要であると認められた方が対象となります。費用負担月額500円です。
<b>【講習等】</b>		
7	家族介護者教室事業 (地域ケア推進係)	ご家族を介護されている方のために、介護方法や介護予防、介護者の健康づくり等に関する知識及び技術の習得や、介護者同士の交流を目的に介護者教室などを実施しています。
8	認知症サポーター養成講座 (介護予防推進係)	認知症について理解し、認知症高齢者やその家族のよき理解者になっていただくための研修です。ご希望があれば、地域の集まり等に出張して研修を行うこともしています。
9	見守りサポーター養成研修 (介護予防推進係)	地域の高齢者をゆるやかに見守り、異変に気づいた時には専門機関へ相談することができる市民を養成する研修です。地域の集まり等に出張して研修を行うこともしています。
10	見守り協力員養成講座 (介護予防推進係)	日常の生活に不安がある高齢者に対して、定期的な訪問等による見守りを行う市民を養成するための講座です。高齢者見守り相談窓口で行っています。

11	介護予防リーダーによる 地域介護予防教室 (介護予防推進係)	介護予防に必要な知識や方法を学んだ市民の方による、筋力維持・向上や認知症予防を目的とした体操教室です。週 1 回実施しています。
12	うんどう教室 (介護予防推進係)	介護予防のための運動について学んだ市民の方による、高齢者のためのうんどう教室です。月に 1 度、豊ヶ丘南公園、乞田・貝取ふれあい広場公園にて行っています。公園に設置されたうんどう遊具を使った運動を行っています。
13	にゃんとも TAMA るボランティアポイント【介護予防ボランティアポイント】 (介護予防推進係)	ポイント対象となる活動先でボランティアに参加するとポイントがもらえ、集めたポイント数に応じて交付金がもらえる事業です。社会福祉協議会で事前登録等の手続きが必要です。
14	老人福祉センター事業 (高齢支援係)	老人福祉センター（総合福祉センター6階）にて、文化・教養の向上や健康増進を目指した各種講座（寿大学等）を行っています。
<b>【制度・活動等】</b>		
15	成年後見制度 (地域ケア推進係)	認知症などで判断能力が不十分な高齢者の方が、不利益を被ることがないように、後見人（家族や弁護士等）等を選任して権利を保護する制度です。
16	老人クラブ (高齢支援係)	老人クラブは地域ごとに結成されており、自らの生きがいを高める活動や、ボランティア、健康づくり等を行っています。
17	長寿を共に祝う会 (高齢支援係)	75歳以上の方を対象に、長寿をお祝いし楽しい1日をすごしていただくために、市民協働指定委託事業「長寿を共に祝う会」を9月に開催しています。
18	シルバー人材センター (高齢支援係)	60歳以上の方を対象に、高齢者の方のキャリアやライフスタイルに合わせた就業の提供を行っています。まずは、説明会にご参加ください。（臨時的かつ短期的な仕事や、軽易な仕事をご紹介します）

健康福祉部高齢支援課

高齢支援係

電話 338-6923

介護予防推進係

電話 338-6924

地域ケア推進係

電話 338-6846

(2) 地域包括支援センターをご存知ですか  
(N=3248)

1. 利用したことがある	11.3% (367)	2. 知っているが利用したことはない	44.3% (1439)
3. 知らない	34.5% (1122)	無回答	9.9% (320)

地域包括支援センターとは

高齢者の方のための総合的な生活支援の窓口が「地域包括支援センター」です。介護に関する不安や困りごと、介護方法のほか、高齢者の皆さんご自身のお身体のことなど、お気軽にご相談ください。医療・福祉の専門スタッフが相談に応じています。

《地域包括支援センターと担当地区一覧》

名 称	上段：電話 下段：FAX	所在地	担当地区
西部地域包括支援センター	389-8850 339-1898	和田 1532	東寺方（3丁目を除く）・落川・百草・和田（3丁目を除く）・桜ヶ丘・関戸6丁目・貝取（地番）
東部地域包括支援センター	373-7850 375-3600	連光寺 1-1-1	連光寺・聖ヶ丘・馬引沢・諏訪
多摩センター地域包括支援センター	376-2941 376-1815	山王下 1-18-2	落合・鶴牧・南野2～3丁目・唐木田・中沢・山王下
中部地域包括支援センター	375-0017 357-9551	永山 4-2-5-105	永山2～7丁目・貝取2～5丁目・豊ヶ丘2～6丁目・南野1丁目
北部地域包括支援センター	357-3711 357-9200	一ノ宮 4-40-3	関戸1～5丁目・一ノ宮・愛宕・東寺方3丁目・和田3丁目・乞田・永山1丁目・貝取1丁目・豊ヶ丘1丁目

■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました。■■■

