

**令和 7 年度
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査
報 告 書**

令和 8 年 3 月

神石高原町

目 次

第1章 調査の概要

1 調査概要	3
2 回答者の属性	4

第2章 調査の結果

1 あなたのご家族や生活状況について	9
2 からだを動かすことについて	15
3 食べることについて	25
4 毎日の生活について	30
5 地域での活動について	42
6 就労について	45
7 たすけあいについて	46
8 健康について	50
9 認知症にかかる相談窓口の把握について	59
10 在宅サービス及び防災について	60
11 今後の暮らし方について	65

第3章 リスク判定に関する分析

1 リスク判定の結果	73
------------------	----

第4章 総括

1 あなたのご家族や生活状況について	85
2 からだを動かすことについて	85
3 食べることについて	85
4 毎日の生活について	86
5 地域での活動について	86
6 就労について	86
7 たすけあいについて	87
8 健康について	87

9	認知症にかかる相談窓口の把握について	87
10	在宅サービス及び防災について	88
11	今後の暮らし方について	88
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査票		89

第1章 調査の概要

第1章 調査の概要

1 調査概要

(1) 調査の目的

第10期高齢者プランの策定にあたり、高齢者のリスクや社会参加状況を把握することで、地域診断に活用し、地域の抱える課題を特定することを目的とします。

(2) 調査の設計

調査内容	国が示した「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査票」に独自設問を加えて作成
調査対象者	神石高原町で要介護3以上を除く、65歳以上の高齢者（一般高齢者、介護予防・日常生活支援総合事業対象者、要支援1、要支援2、要介護1、要介護2）
対象者数	1,800人（層化無作為抽出法により対象者を抽出）
配布・回収方法	郵送による配布・回収
調査の期間	令和8年1月7日～令和8年1月31日

(3) 回収結果

本調査の配布数及び有効回収数は次のとおりです。

区分	対象者数	有効回収数	有効回収率
神石高原町全体	1,800人	1,181人	65.6%
油木地区	475人	317人	66.9%
神石地区	404人	264人	65.5%
豊松地区	263人	168人	63.9%
三和地区	658人	432人	65.7%

(4) 調査集計にあたっての留意事項

○集計処理にあたっては、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の対象者（一般高齢者、事業対象者、要支援者）の回答結果から性別、年齢別等の設定条件や、運動器の機能低下、転倒リスク、閉じこもり傾向等のリスク判定結果を基に行いました。

○回答結果は各設問の有効標本数（n）を基数とした割合（％）で示しています。また、小数点第2位を四捨五入しているため、単一回答（複数の選択肢からひとつだけを選ぶ形式）の割合の合計が100％にならない場合があります。複数回答（2つ以上の回答を選ぶことのできる形式）の項目は、有効標本数全体もしくは各属性の合計に対して各々の割合を示していますので、各選択肢の回答の割合を合計しても100％とはなりません。

○設問に「（○をいくつでも）」と記載されている場合は複数回答となり、それ以外は単一回答となります。

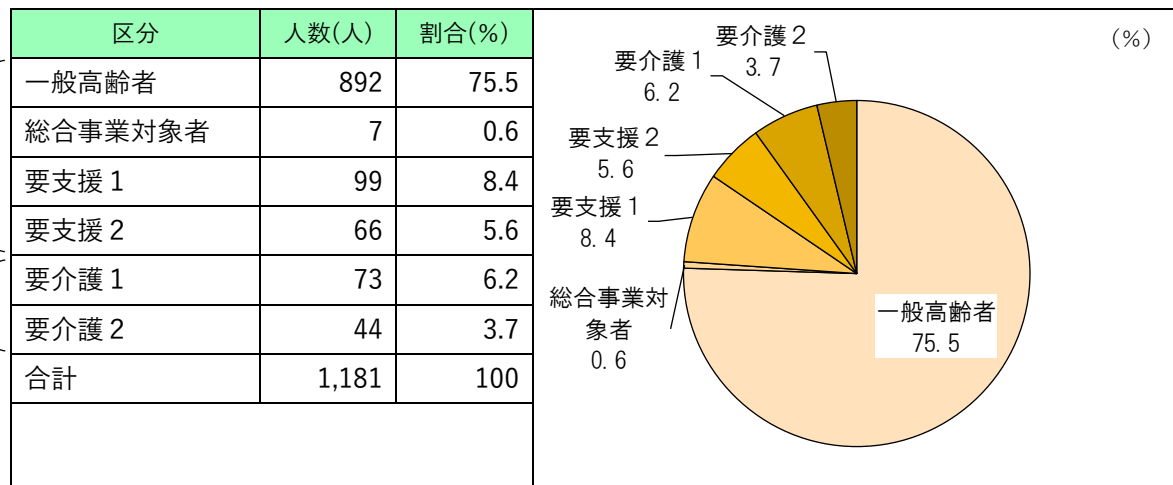
○グラフ表示において割合の極めて小さいものが並列して見にくくなる場合、数値の表示を省略している場合があります。

2 回答者の属性

(1) 回答者全体

介護予防・日常生活圏域
ニーズ調査対象者

要介護認定者

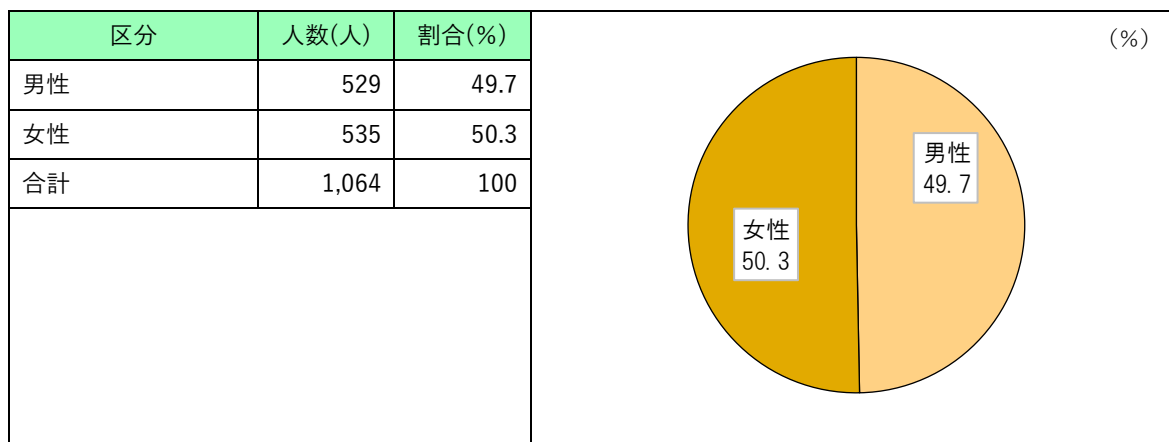


区分	人数(人)
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査対象者	1,064
要介護認定者	117

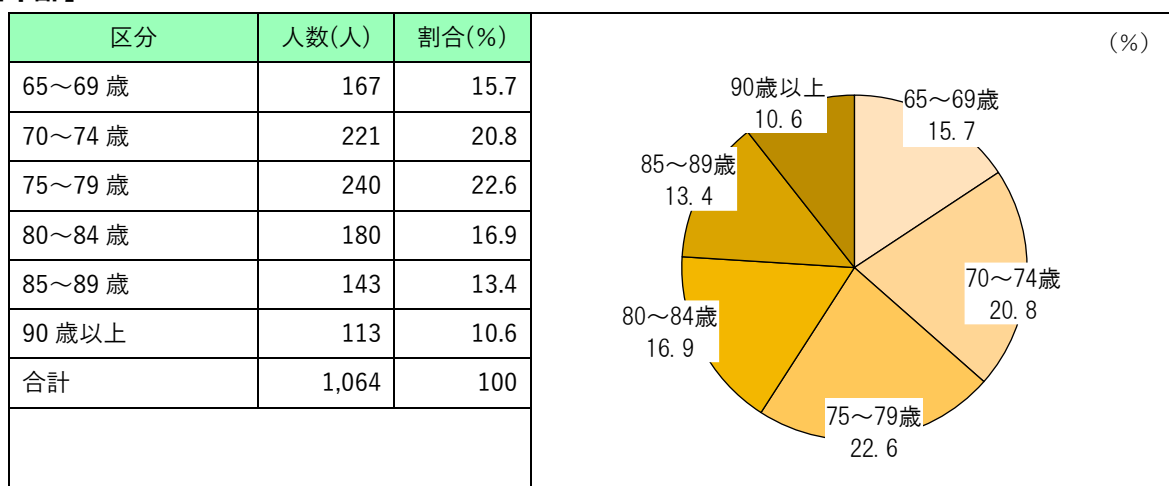
(2) 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査対象者の属性

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査対象者とは一般高齢者、事業対象者、要支援１・２の高齢者になります。

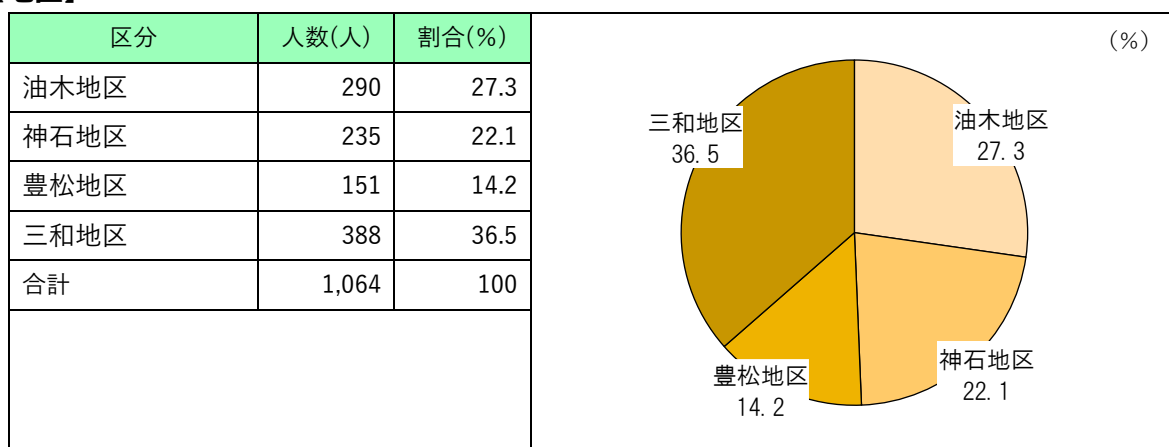
【性別】



【年齢】



【地区】



【地区・年齢別】

上段：人数 下段：割合

区分	65～69 歳	70～74 歳	75～79 歳	80～84 歳	85～89 歳	90 歳以上	合計
神石高原町全体	167	221	240	180	143	113	1,064
	15.7	20.8	22.6	16.9	13.4	10.6	100
油木地区	42	66	60	53	42	27	290
	14.5	22.8	20.7	18.3	14.5	9.3	100
神石地区	40	42	53	35	34	31	235
	17.0	17.9	22.6	14.9	14.5	13.2	100
豊松地区	20	27	33	28	25	18	151
	13.2	17.9	21.9	18.5	16.6	11.9	100
三和地区	65	86	94	64	42	37	388
	16.8	22.2	24.2	16.5	10.8	9.5	100

(3) 要介護認定者の属性

上段：人数 下段：割合

区分	65～69 歳	70～74 歳	75～79 歳	80～84 歳	85～89 歳	90 歳以上	合計
要介護認定者	1	7	13	19	27	50	117
	0.9	6.0	11.1	16.2	23.1	42.7	100
要介護 1	1	4	7	10	20	31	73
	1.4	5.5	9.6	13.7	27.4	42.5	100
要介護 2	0	3	6	9	7	19	44
	0.0	6.8	13.6	20.5	15.9	43.2	100

(4) 前回調査の基本属性

前回調査との比較に使用する令和 4（2022）年度調査、令和元（2019）年度調査の基本属性は次の通りで、要介護を除いた高齢者になります。

令和 4（2022）年度調査				令和元（2019）年度調査			
区分		人数(人)	割合(%)	区分		人数(人)	割合(%)
性別	男性	606	55.7	性別	男性	564	52.2
	女性	482	44.3		女性	516	47.8
年齢	65～69 歳	172	15.8	年齢	65～69 歳	155	14.4
	70～74 歳	246	22.6		70～74 歳	214	19.8
	75～79 歳	182	16.7		75～79 歳	196	18.1
	80～84 歳	193	17.7		80～84 歳	222	20.6
	85～89 歳	177	16.3		85～89 歳	192	17.8
	90 歳以上	118	10.8		90 歳以上	101	9.4
	合計	1,088	100		合計	1,080	100

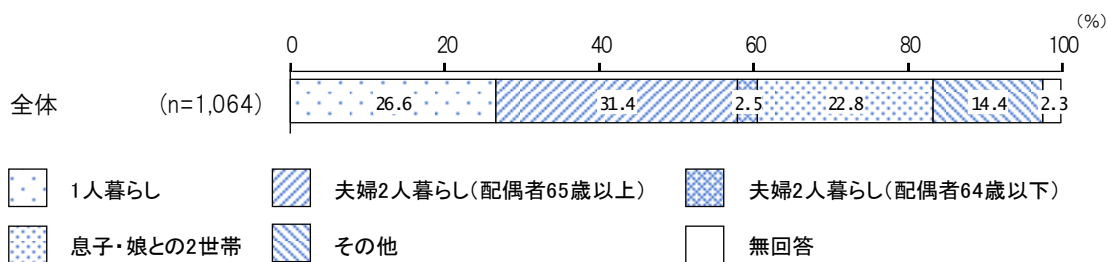
第2章 調査の結果

第2章 調査の結果

1 あなたのご家族や生活状況について

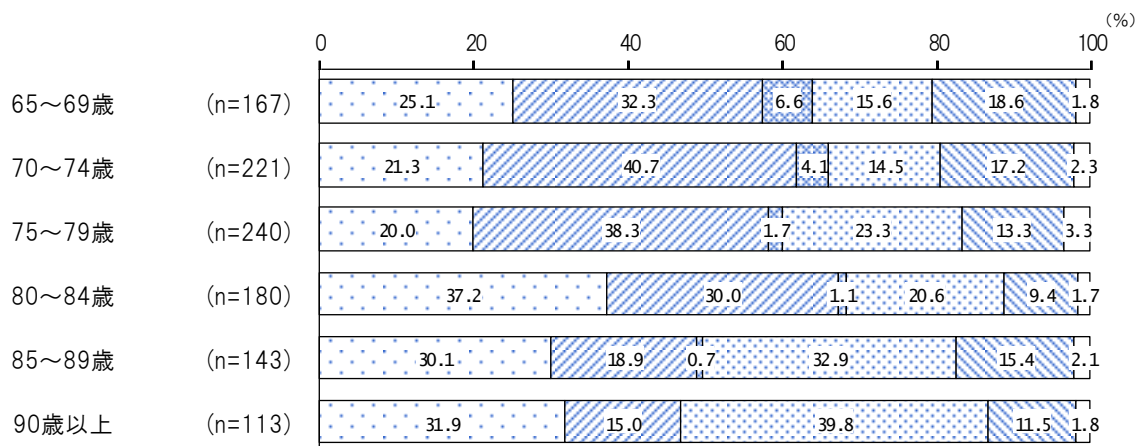
問3 家族構成をお答えください。

全体でみると、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が31.4%と最も高く、次いで「1人暮らし」(26.6%)、「息子・娘との2世帯」(22.8%)となっています。



【年齢別】

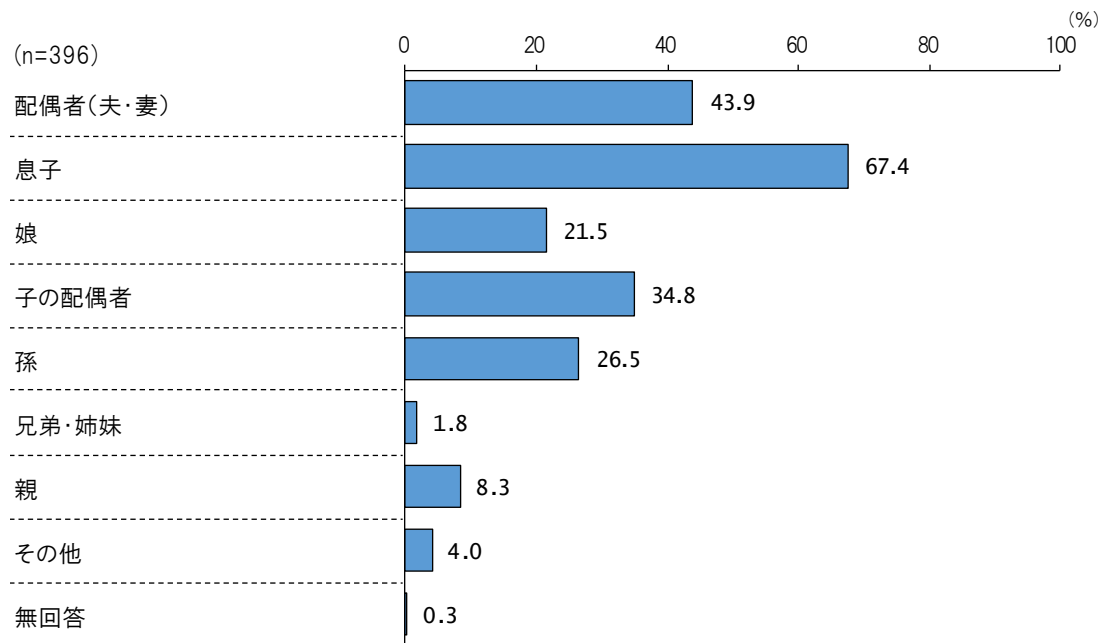
年齢が高くなるにつれ「息子・娘との2世帯」の割合も高くなる傾向にあります。



【問3で「息子・娘との2世帯」または「その他」と回答した方のみ】

問4 同居されている方はどなたですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。(○をいくつでも)

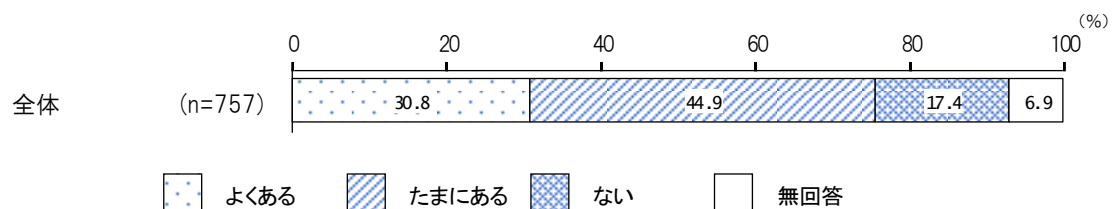
全体でみると、「息子」が67.4%と最も高く、次いで「配偶者(夫・妻)」(43.9%)、「子の配偶者」(34.8%)となっています。



【問3で「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」「夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下)」「息子・娘との2世帯」「その他」と回答した方のみ】

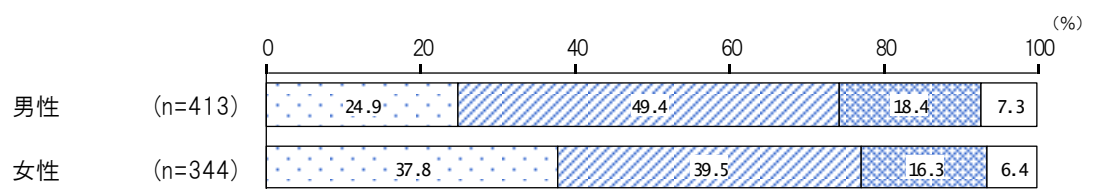
問5 日中、一人になることがありますか。

全体でみると、「たまにある」が44.9%と最も高く、次いで「よくある」(30.8%)、「ない」(17.4%)となっています。



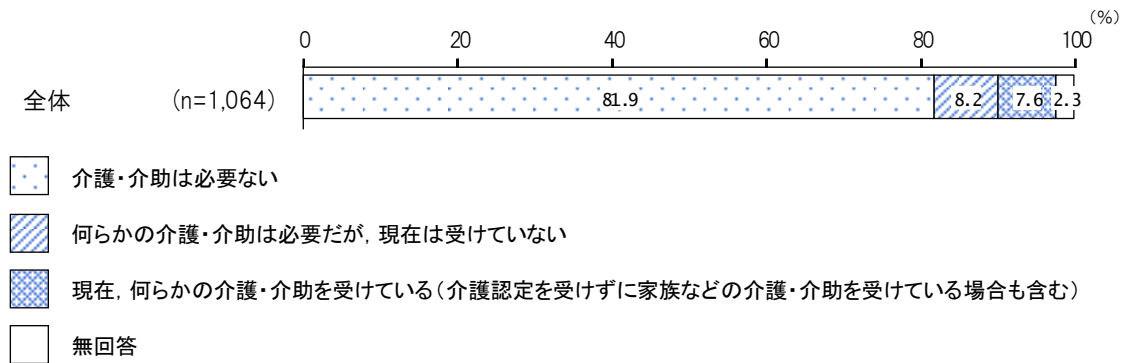
【性別】

女性で「よくある」が37.8%と男性よりも12.9ポイント高くなっています。



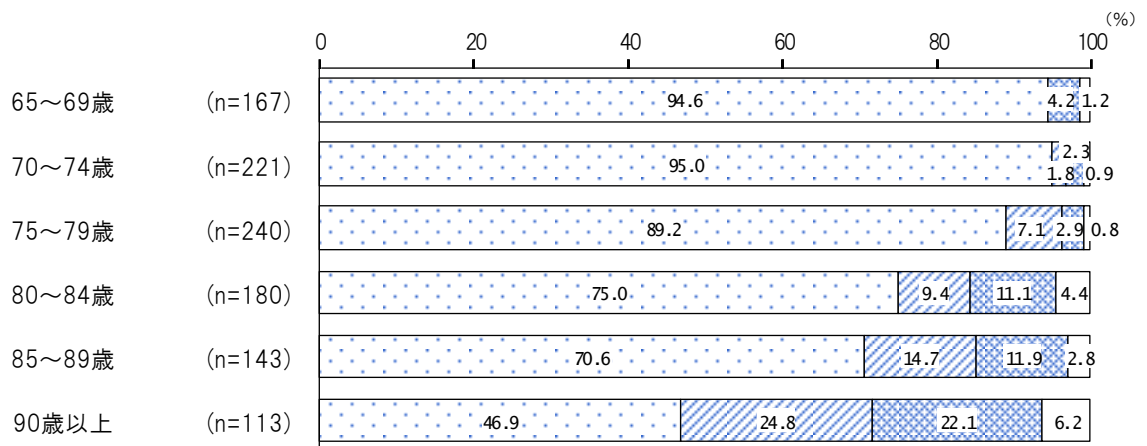
問6 あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。

全体でみると、「介護・介助は必要ない」が81.9%と最も高く、次いで「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」(8.2%)、「現在、何らかの介護・介助を受けている(介護認定を受けずに家族などの介護・介助を受けている場合も含む)」(7.6%)となっています。



【年齢別】

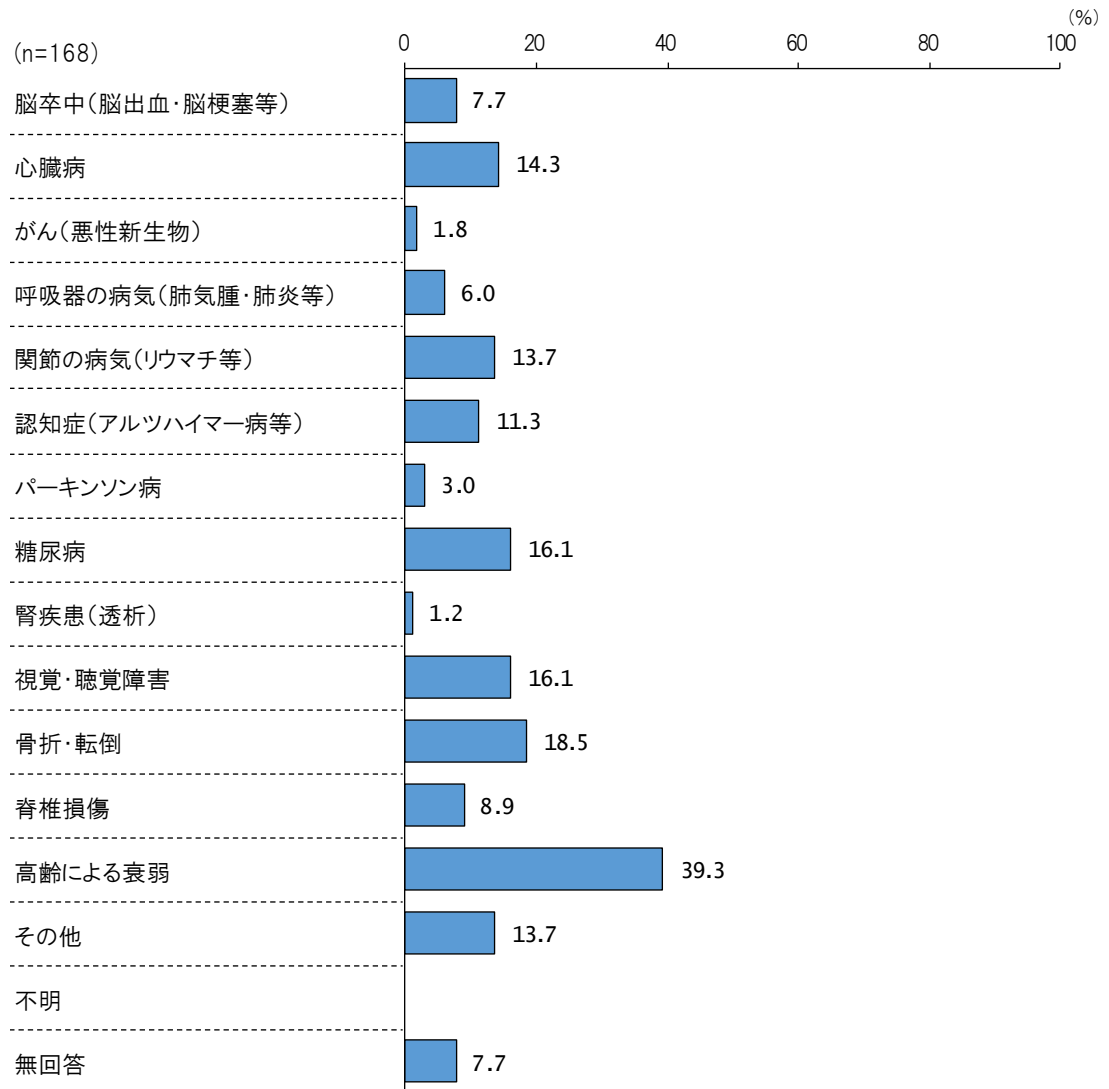
年齢が高くなるにつれ「介護・介助は必要ない」の割合は低くなる傾向にあります。



【問6で「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」または「現在、何らかの介護・介助を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護・介助を受けている場合も含む）」と回答した方のみ】

問7 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（○をいくつでも）

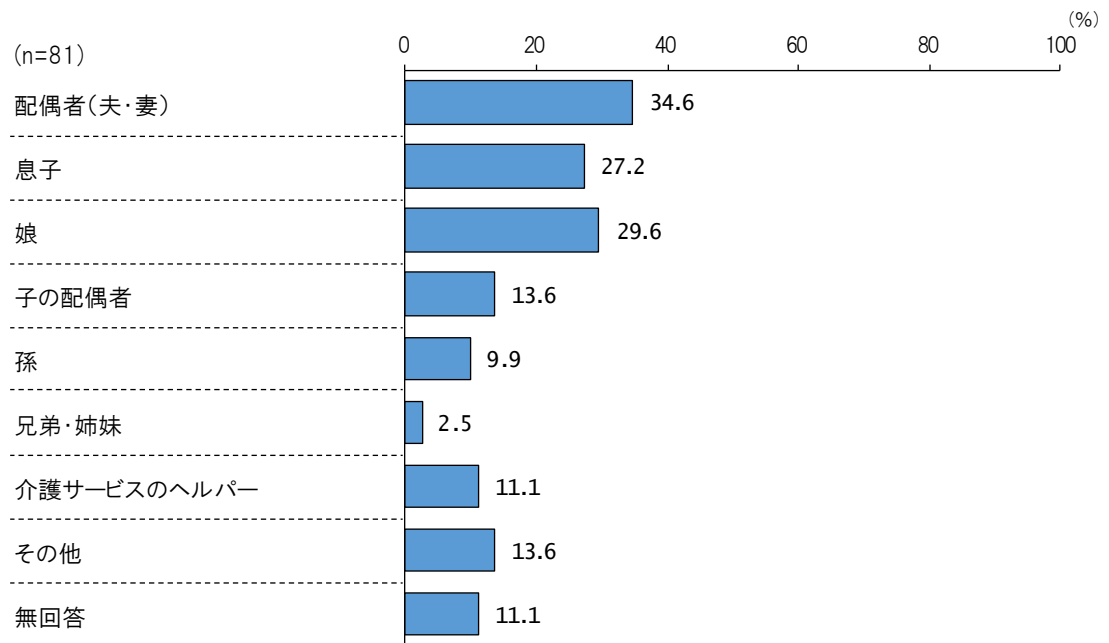
全体でみると、「高齢による衰弱」が39.3%と最も高く、次いで「骨折・転倒」（18.5%）、「糖尿病」「視覚・聴覚障害」が同率で（16.1%）となっています。



【問6で「現在、何らかの介護・介助を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護・介助を受けている場合も含む）」と回答した方のみ】

問8 主にどなたの介護・介助を受けていますか。（○をいくつでも）

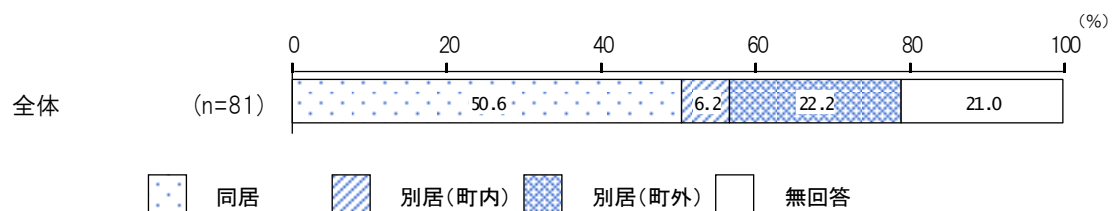
全体でみると、「配偶者（夫・妻）」が34.6%と最も高く、次いで「娘」（29.6%）、「息子」（27.2%）となっています。



【問6で「現在、何らかの介護・介助を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護・介助を受けている場合も含む）」と回答した方のみ】

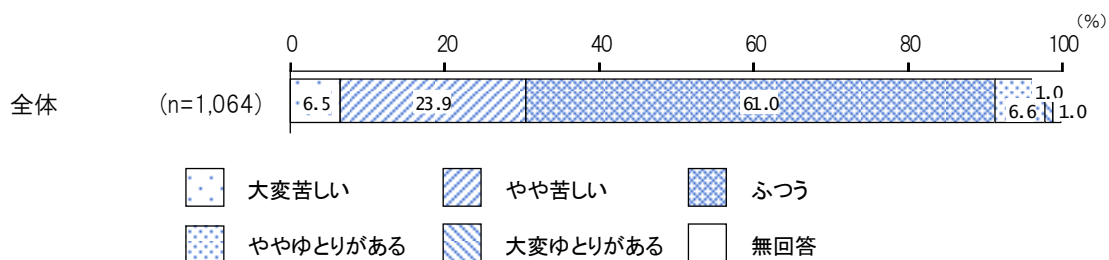
問9 主に介護・介助をしている方と同居されていますか。

全体でみると、「同居」が50.6%と最も高く、次いで「別居（町外）」（22.2%）となっています。



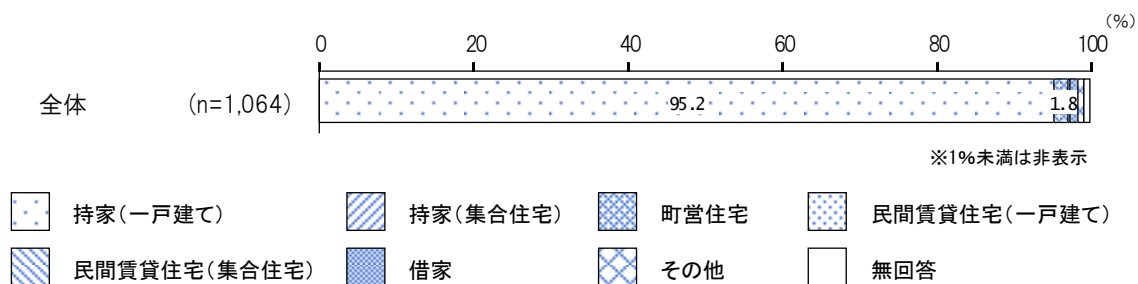
問 10 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。

全体でみると、「ふつう」が 61.0%と最も高く、次いで「やや苦しい」(23.9%)、「ややゆとりがある」(6.6%)となっています。



問 11 お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。

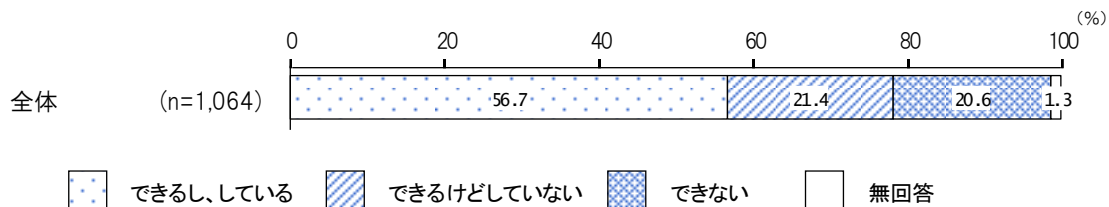
全体でみると、「持家（一戸建て）」が 95.2%と最も高く、次いで「町営住宅」(1.8%)、「借家」「その他」は同率で (0.9%) となっています。



2 からだを動かすことについて

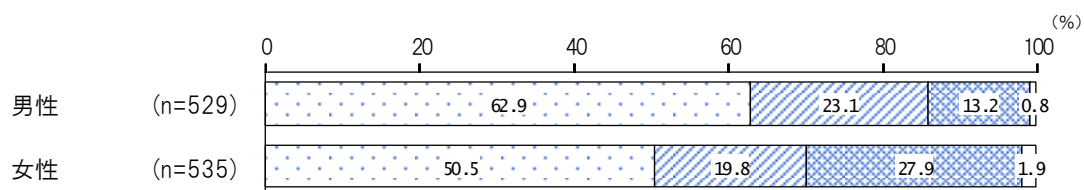
問 12 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。

全体でみると、「できるし、している」が 56.7%と最も高く、次いで「できるけどしていない」(21.4%)
「できない」(20.6%)、となっています。



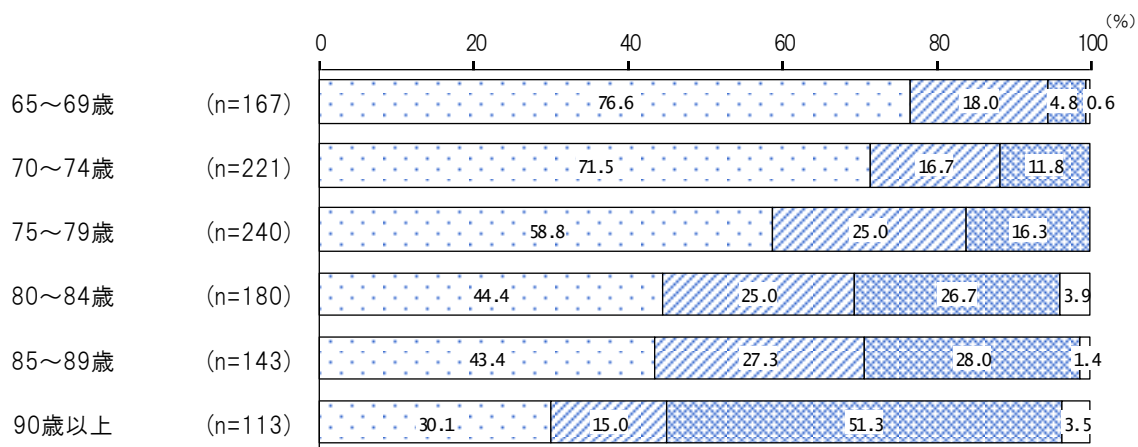
【性別】

女性で「できない」が 27.9%と男性よりも 14.7 ポイント高くなっています。



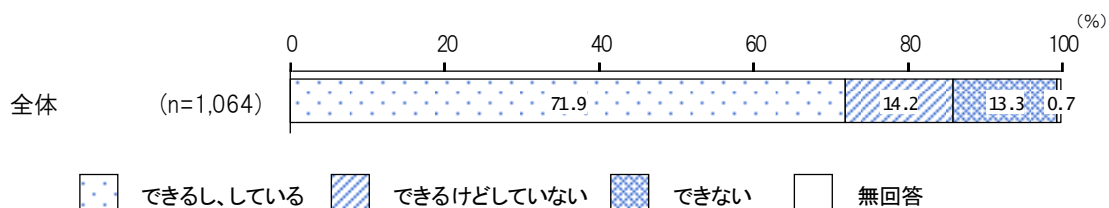
【年齢別】

年齢が高くなるにつれ「できない」の割合も高くなっています。



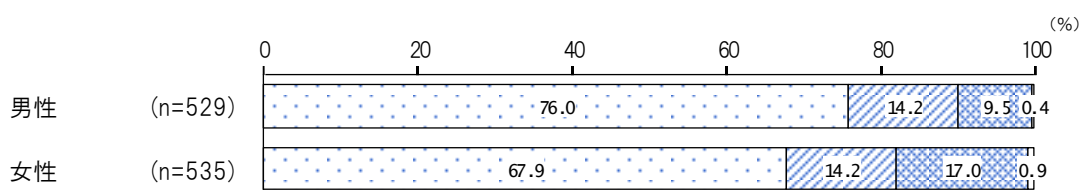
問 13 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。

全体でみると、「できるし、している」が 71.9%と最も高く、次いで「できるけどしていない」(14.2%)、「できない」(13.3%)となっています。



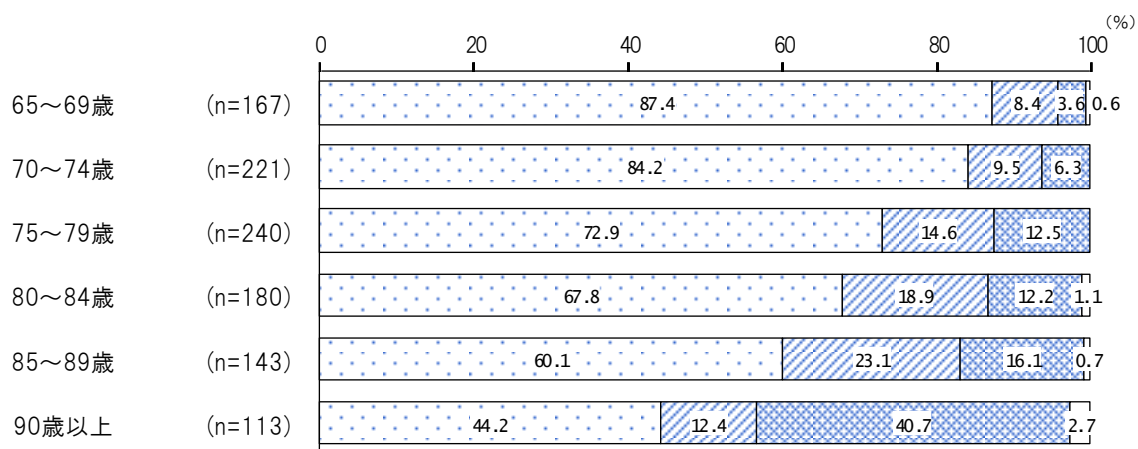
【性別】

女性で「できない」が 17.0%と男性よりも 7.5 ポイント高くなっています。



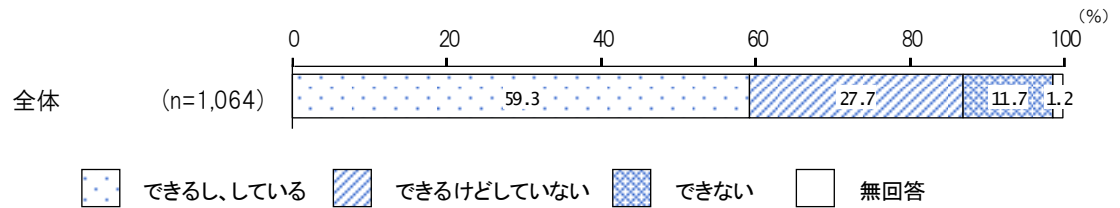
【年齢別】

年齢が高くなるにつれ「できない」の割合も高くなる傾向にあります。



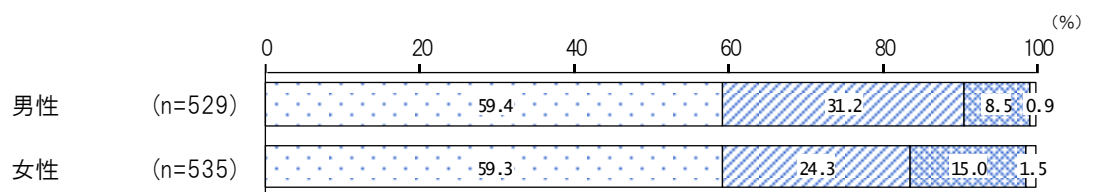
問 14 15 分位続けて歩いていますか。

全体でみると、「できるし、している」が 59.3%と最も高く、次いで「できるけどしていない」(27.7%)、「できない」(11.7%)となっています。



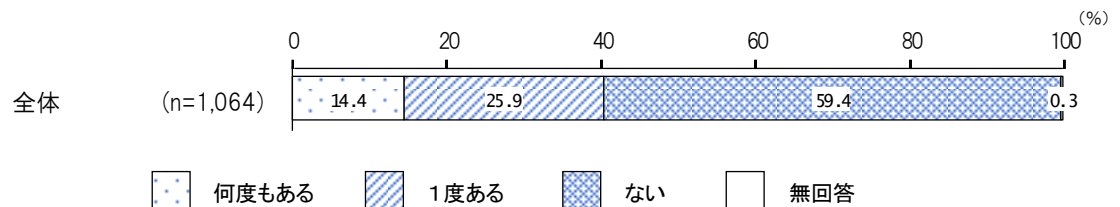
【性別】

女性で「できない」が 15.0%と男性よりも 6.5 ポイント高くなっています。



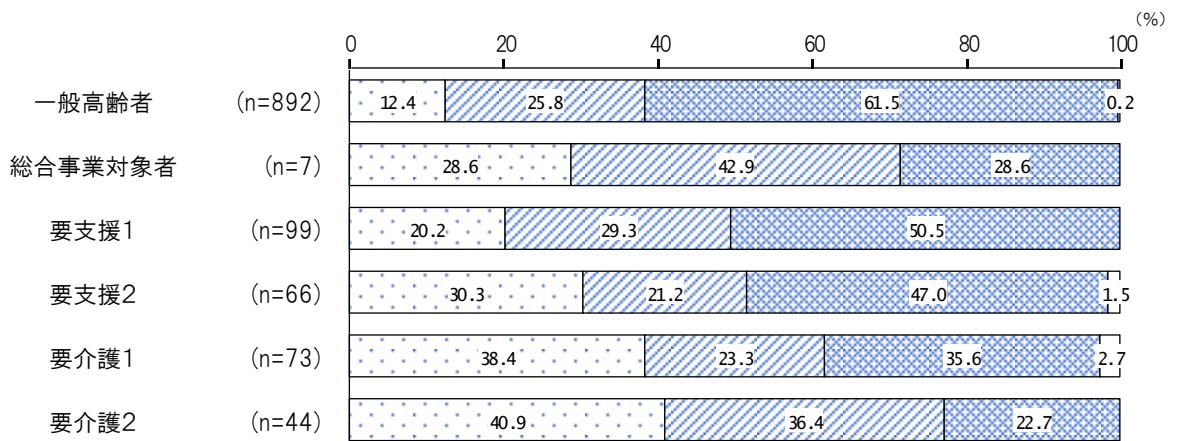
問 15 過去 1 年間に転んだ経験がありますか。

全体でみると、「ない」が 59.4%と最も高く、次いで「1度ある」(25.9%)、「何度もある」(14.4%)となっています。



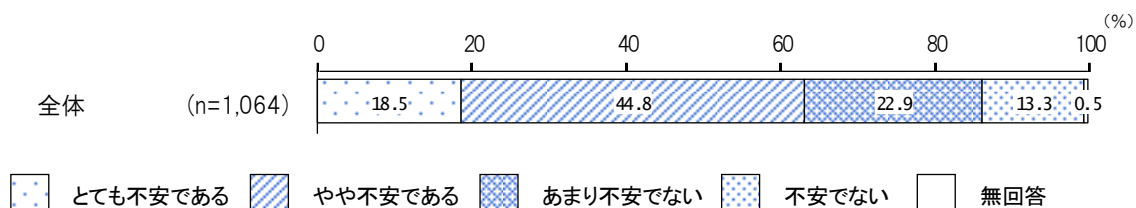
【要介護状況別】

要介護 2 で「何度もある」が 40.9%と他の介護状況よりも高くなっています。



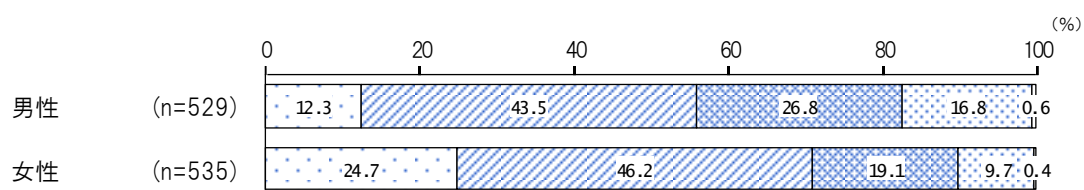
問 16 転倒に対する不安は大きいですか。

「とても不安である」と「やや不安である」を『不安あり』とすると、『不安あり』の割合は全体で 63.3% となっています。



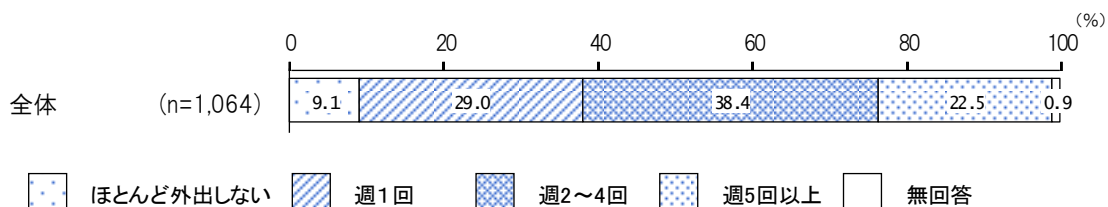
【性別】

『不安あり』では、女性が 70.9%と男性よりも 15.1 ポイント高くなっています。



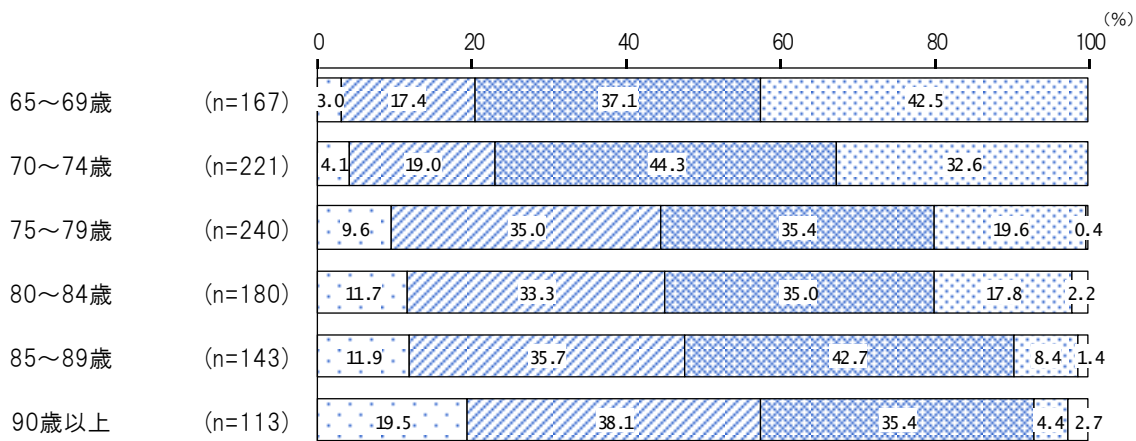
問 17 週に 1 回以上は外出していますか。

「ほとんど外出しない」と「週 1 回」を『閉じこもり傾向あり』とすると、『閉じこもり傾向あり』の割合は全体で 38.1%となっています。



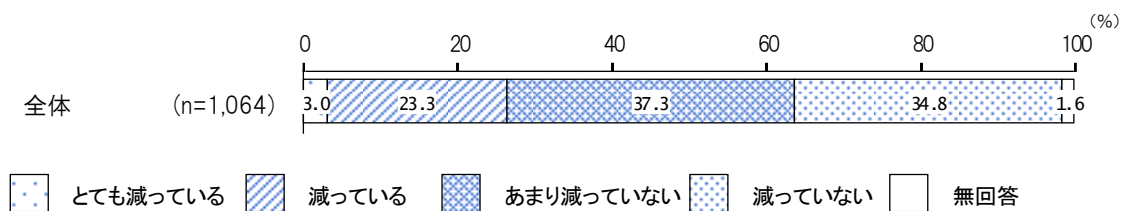
【年齢別】

年齢が高くなるにつれ『閉じこもり傾向あり』の割合も高くなっています。



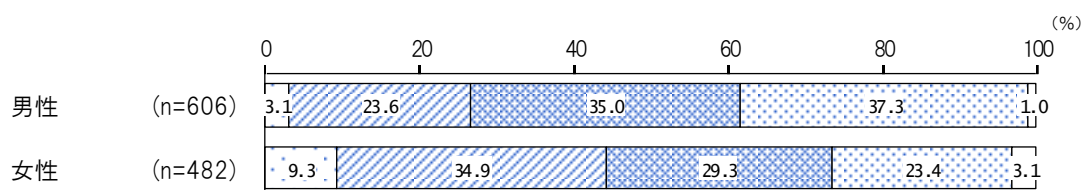
問 18 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。

「とても減っている」と「減っている」を『減っている』とすると、『減っている』の割合は全体で 26.3% となっています。



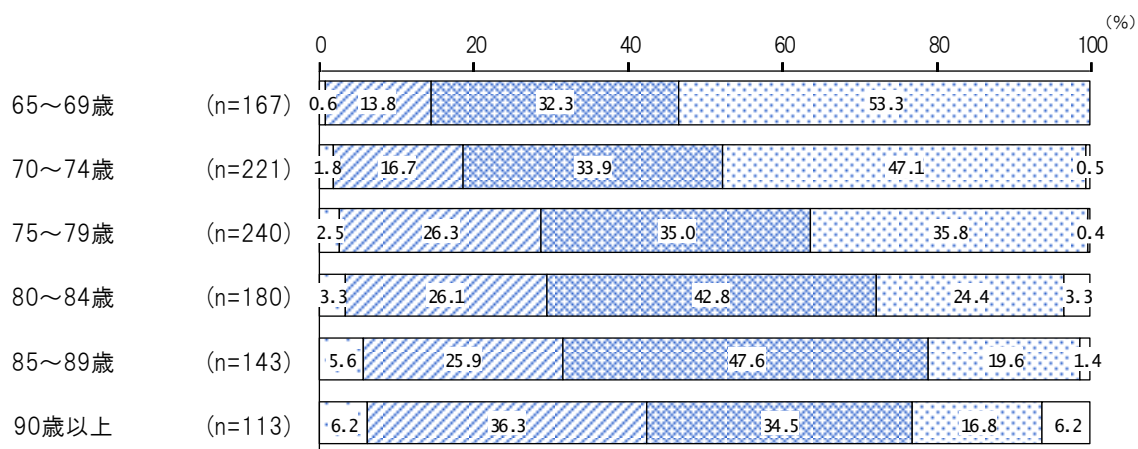
【性別】

『減っている』では、女性が 44.2%と男性よりも 17.5 ポイント高くなっています。



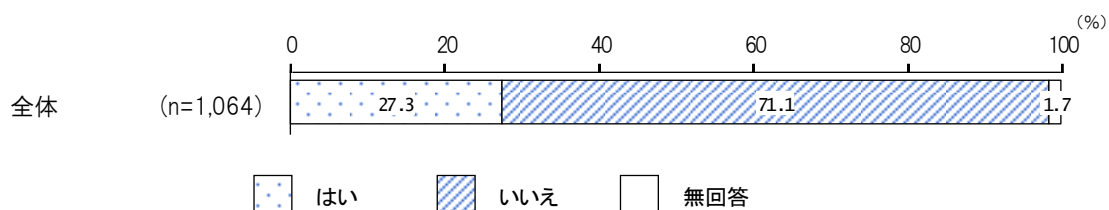
【年齢別】

年齢が高くなるにつれ『減っている』の割合も高くなっています。



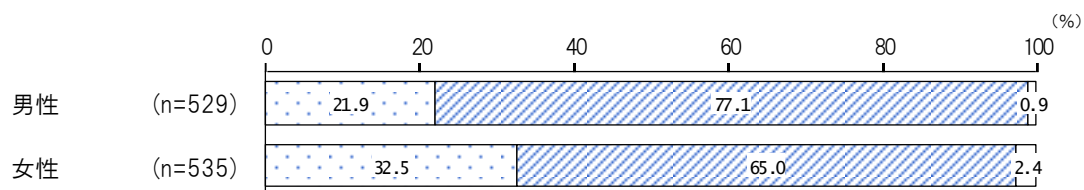
問 19 外出を控えていますか。

全体でみると、「はい」が 27.3%となっています。



【性別】

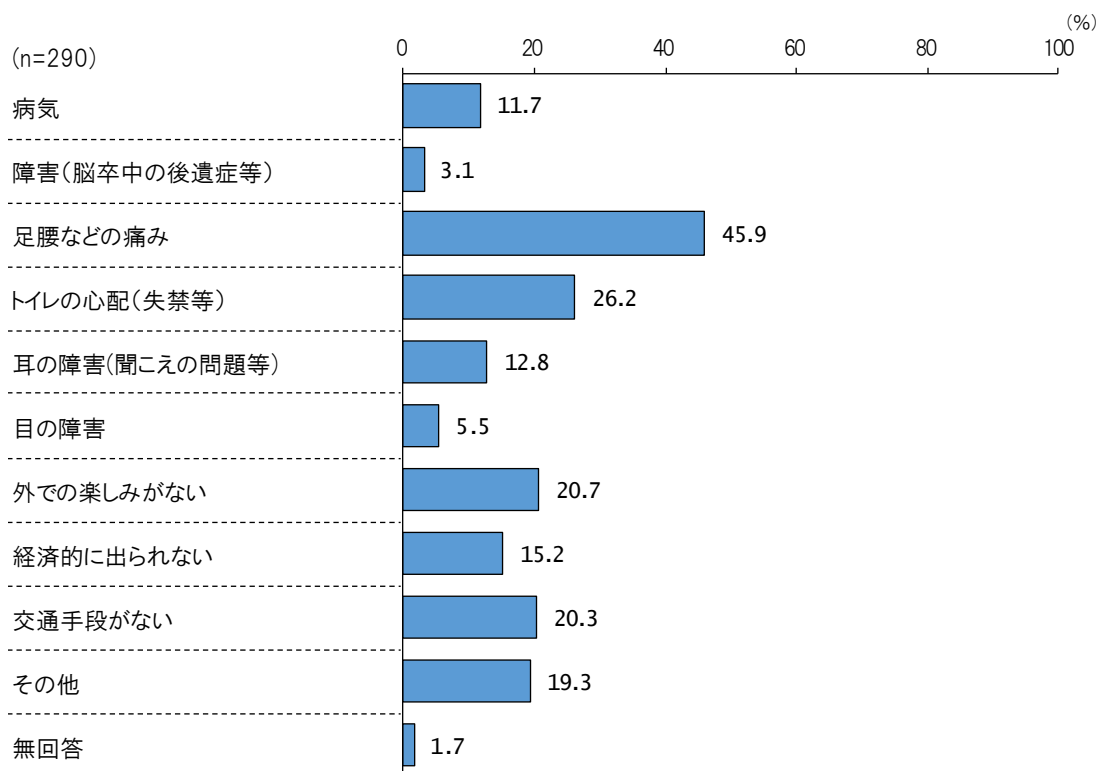
女性で「はい」が 32.5%と男性よりも 10.6 ポイント高くなっています。



【問 19 で「外出を控えている」と回答した方のみ】

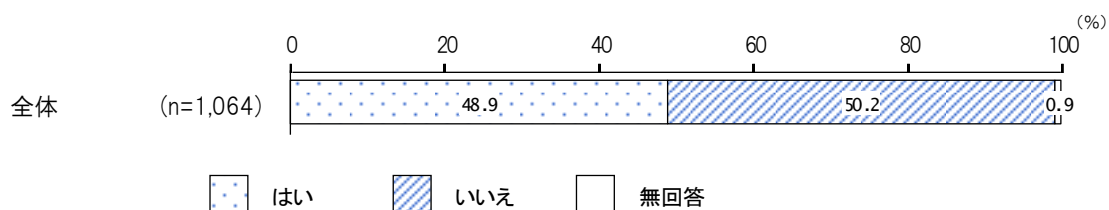
問 20 外出を控えている理由は、次のどれですか。(○をいくつでも)

全体でみると、「足腰などの痛み」が 45.9%と最も高く、次いで「トイレの心配 (失禁等)」(26.2%)、「外での楽しみがない」(20.7%)となっています。



問 21 耳の聞こえが悪いと感じることがありますか。

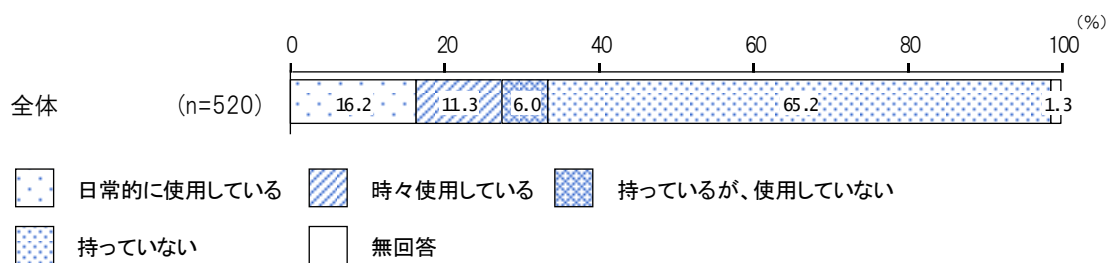
全体でみると、「はい」が 48.9%、「いいえ」が 50.2%となっています。



【問 21 で「耳の聞こえが悪いと感じることがある」と回答した方のみ】

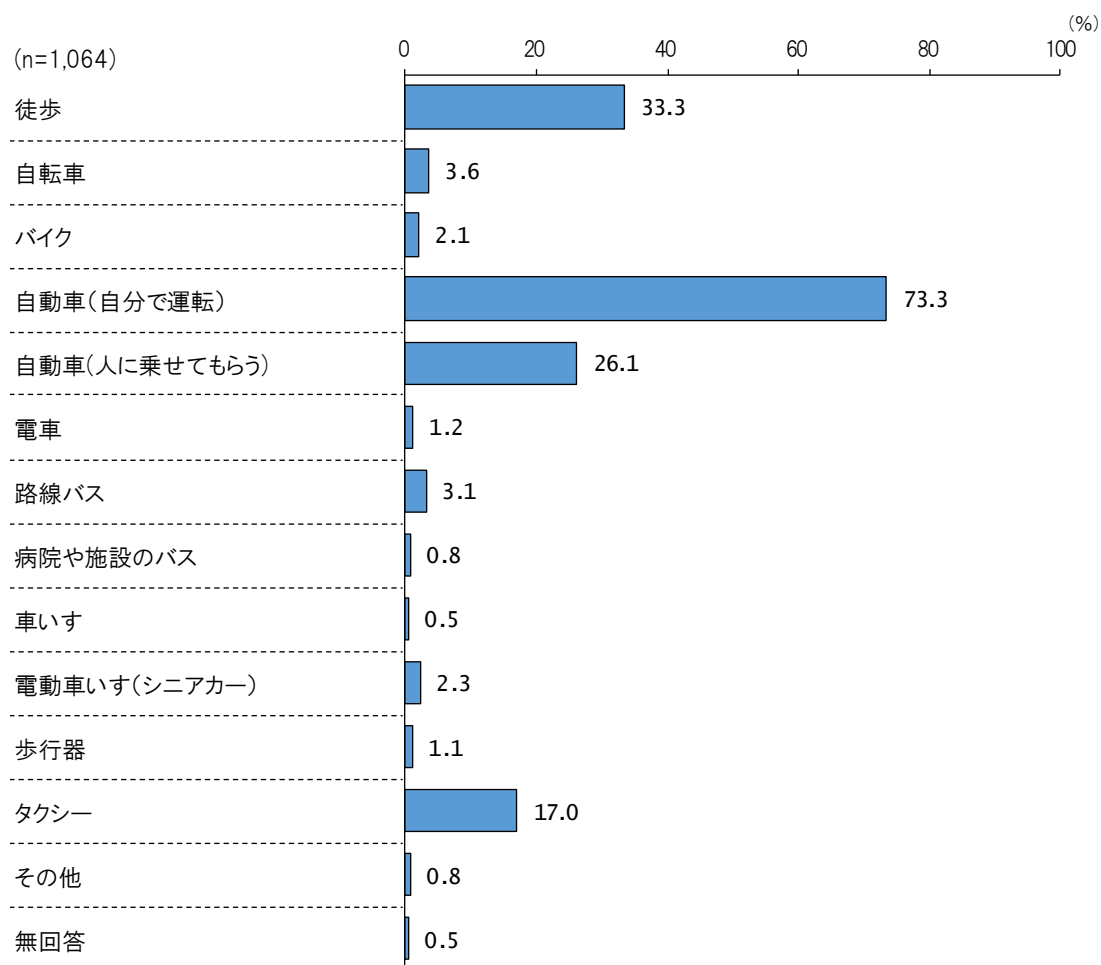
問 22 補聴器を使用していますか。

全体でみると、「持っていない」が 65.2%と最も高く、次いで「日常的に使用している」(16.2%)、「時々使用している」(11.3%)となっています。



問 23 外出する際の移動手段は何ですか。(○をいくつでも)

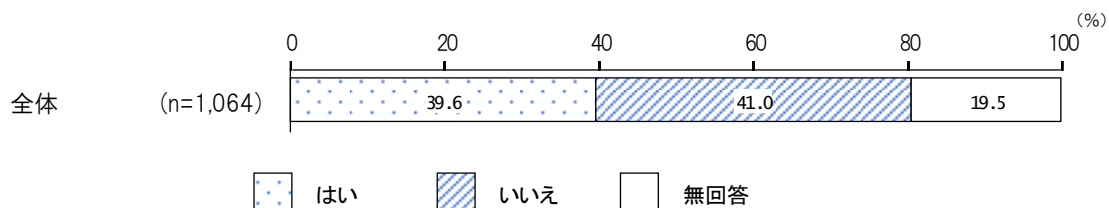
全体でみると、「自動車（自分で運転）」が73.3%と最も高く、次いで「徒歩」（33.3%）、「自動車（人に乗せてもらう）」（26.1%）となっています。



【運転免許証をお持ちの方のみ】

問 24 将来、運転免許返納を考えていますか。

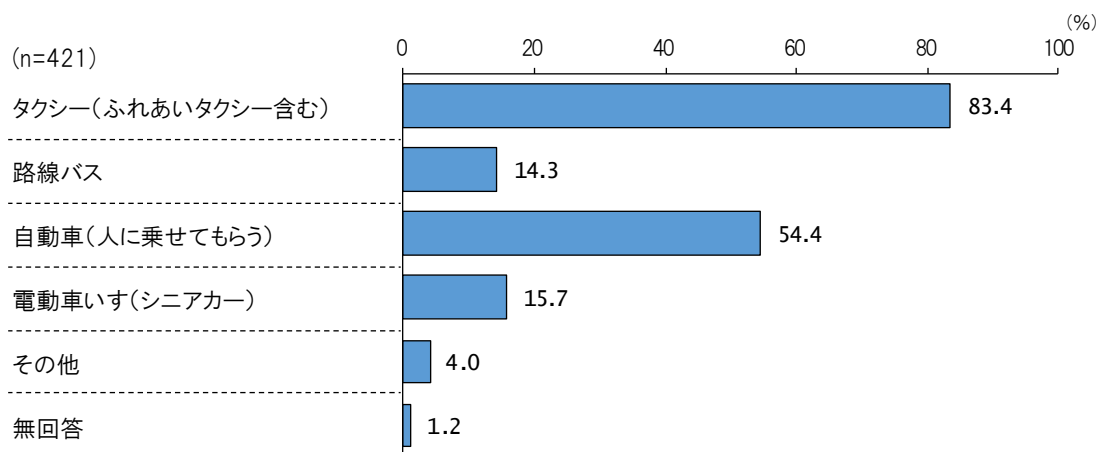
全体でみると、「はい」が 39.6%、「いいえ」が 41.0%となっています。



【問 24 で「将来、運転免許返納を考えている」と回答した方のみ】

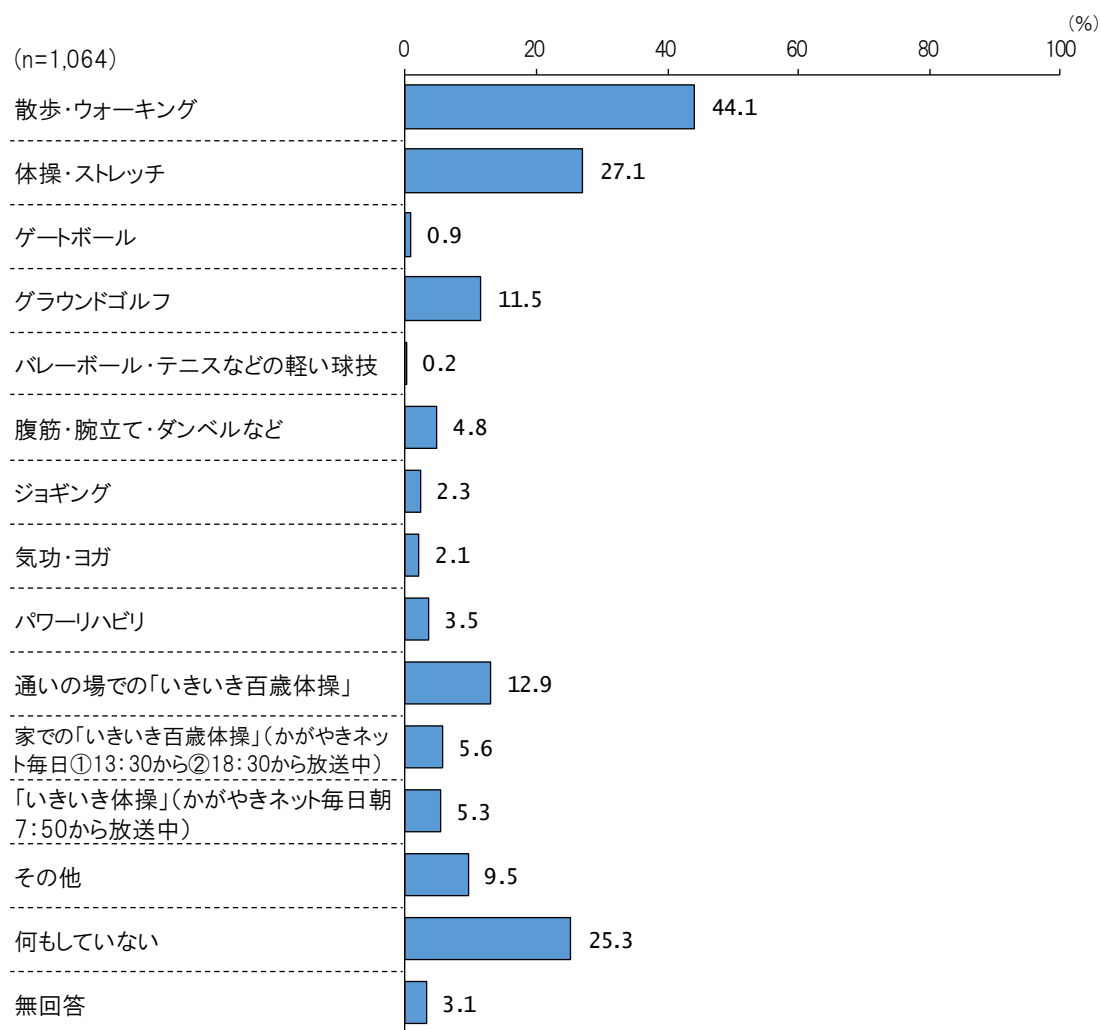
問 25 運転免許を返納した場合の移動手段は、何を考えていますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「タクシー（ふれあいタクシー含む）」が 83.4%と最も高く、次いで「自動車（人に乗せてもらう）」(54.4%)、「電動車いす（シニアカー）」(15.7%)となっています。



問 26 どのようなスポーツや運動をされていますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「散歩・ウォーキング」が 44.1%と最も高く、次いで「体操・ストレッチ」(27.1%)、「何もしていない」(25.3%)となっています。

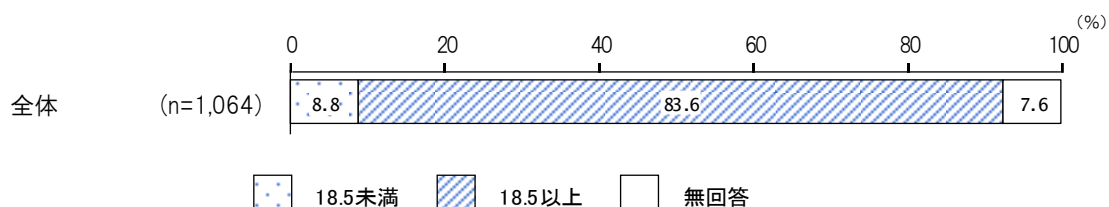


3 食べることについて

問 27 身長・体重をお答えください。

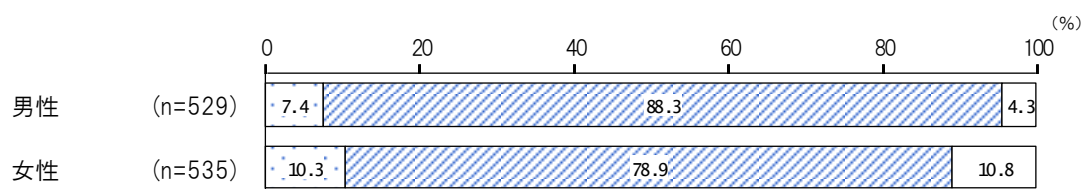
BMI（体格指数）	BMI が 18.5 未満
BMI = 体重 kg ÷ 身長 m ÷ 身長 m	低栄養が疑われる

全体でみると、BMI「18.5 未満」が 8.8%となっています。



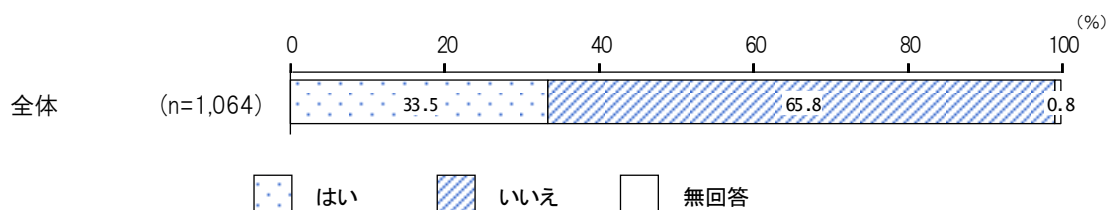
【性別】

女性で、BMI「18.5 未満」が 10.3%と男性よりも 2.9 ポイント高くなっています。



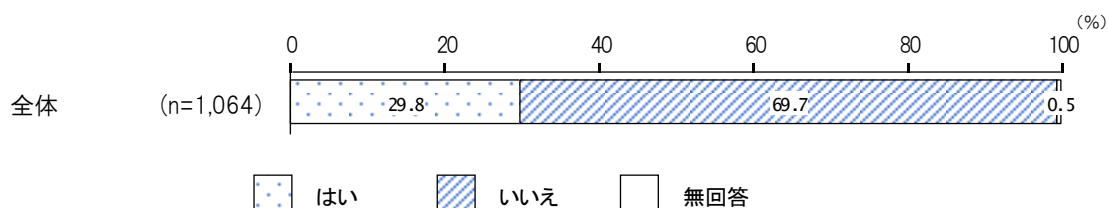
問 28 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。

全体でみると、「はい」が 33.5%となっています。



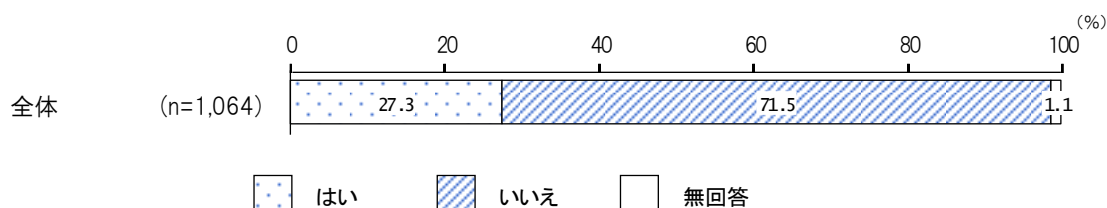
問 29 お茶や汁物等でむせることがありますか。

全体でみると、「はい」が 29.8%となっています。



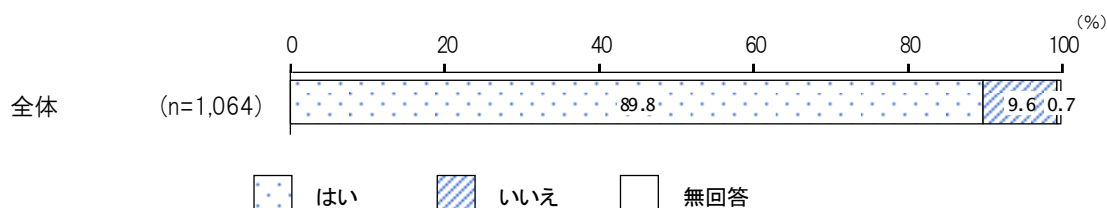
問 30 口の渇きが気になりますか。

全体でみると、「はい」が 27.3%となっています。



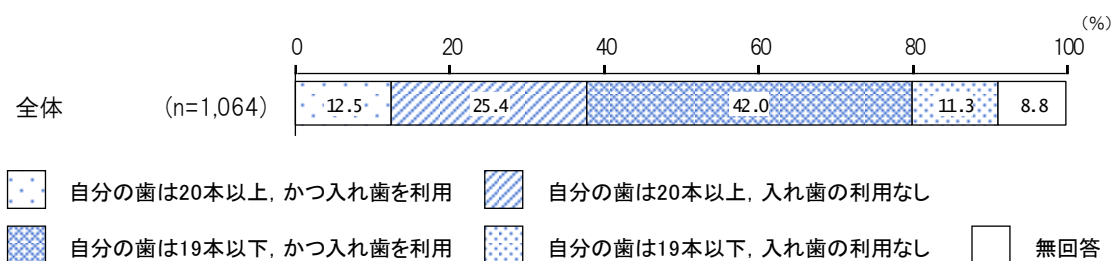
問 31 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。

全体でみると、「はい」が 89.8%となっています。



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

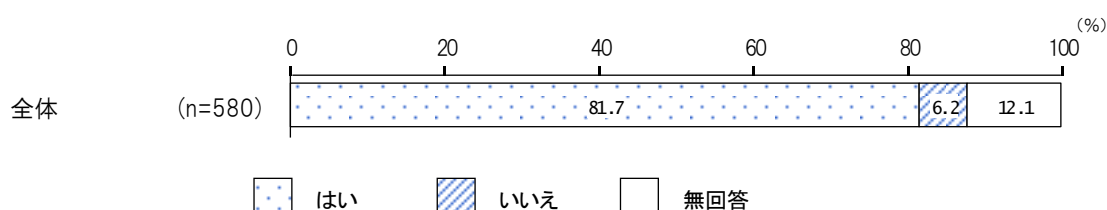
全体でみると、「自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用」が 42.0%と最も高く、次いで「自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし」（25.4%）、「自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用」（12.5%）となっています。



【問 32 で「自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用」または「自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用」と回答した方のみ】

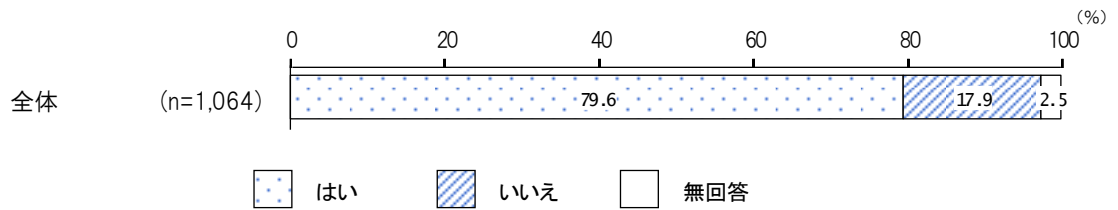
問 33 毎日入れ歯の手入れをしていますか。

全体でみると、「はい」が 81.7%となっています。



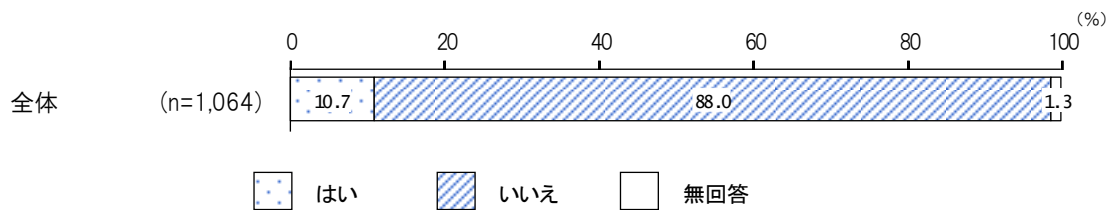
問 34 噛み合わせは良いですか。

全体でみると、「はい」が 79.6%となっています。



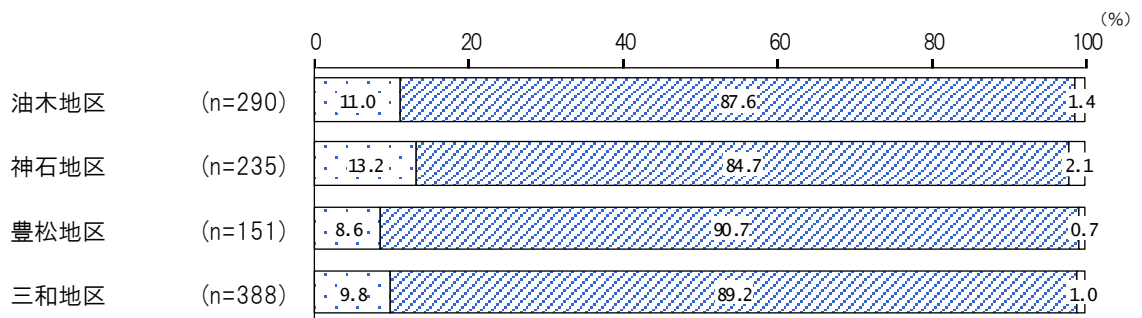
問 35 6 か月間で 2 ～ 3 kg 以上の体重減少がありましたか。

全体でみると、「はい」が 10.7%となっています。



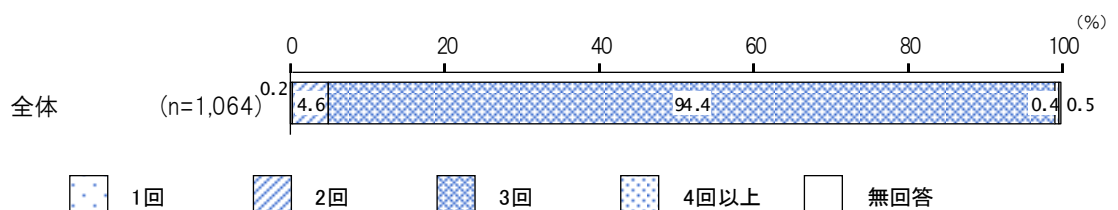
【地区別】

神石地区で「はい」が 13.2%と他の地区よりも 2.2 ポイント以上高くなっています。



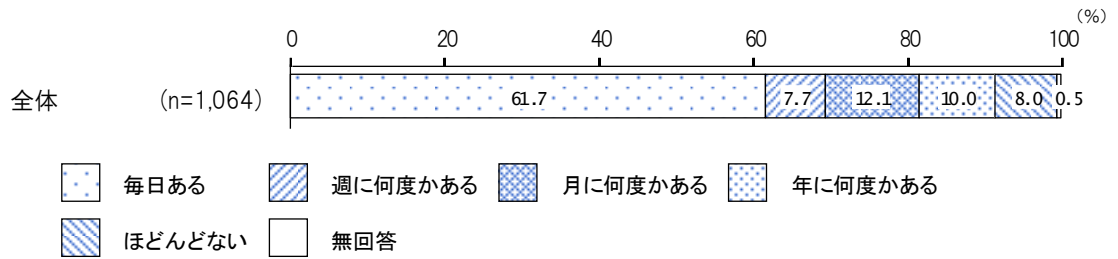
問 36 1 日の食事の回数は何回ですか。

全体でみると、「3 回」が 94.4%と最も高く、次いで「2 回」(4.6%)となっています。



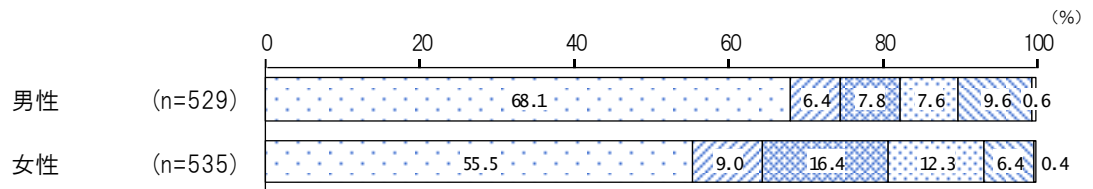
問 37 自分一人でなく、どなたかと食事をとにもする機会がありますか。

全体でみると、「毎日ある」が 61.7%と最も高く、次いで「月に何度かある」(12.1%)、「年に何度かある」(10.0%) となっています。



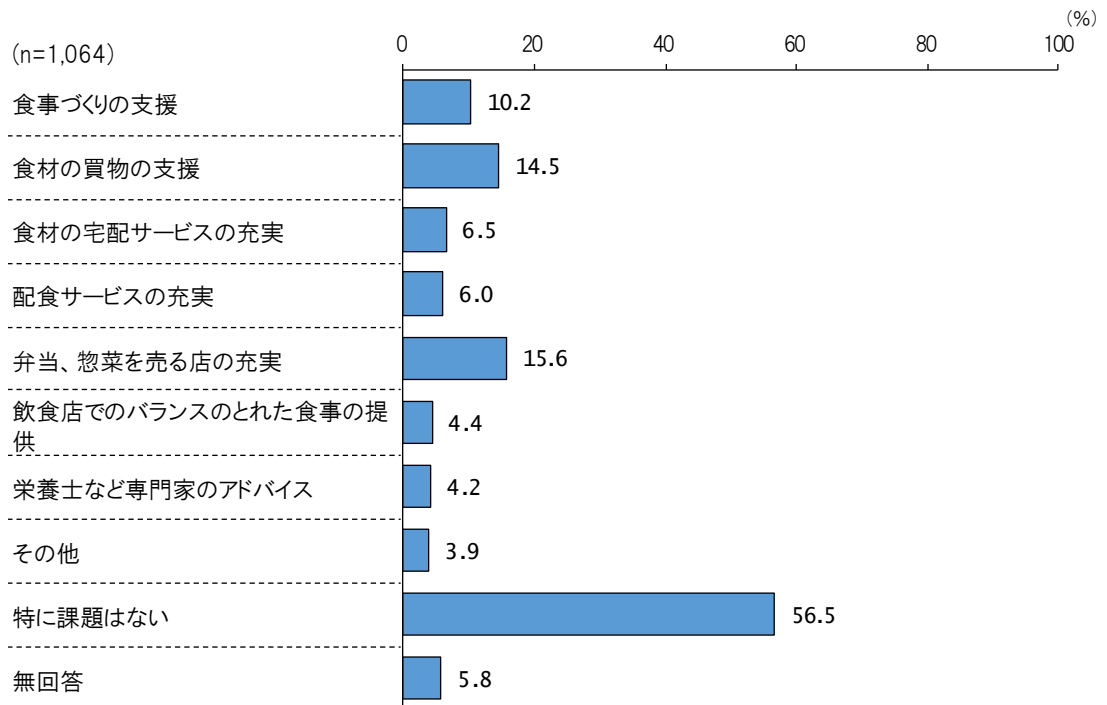
【性別】

女性で「毎日ある」が 55.5%と男性よりも 12.6 ポイント低くなっています。



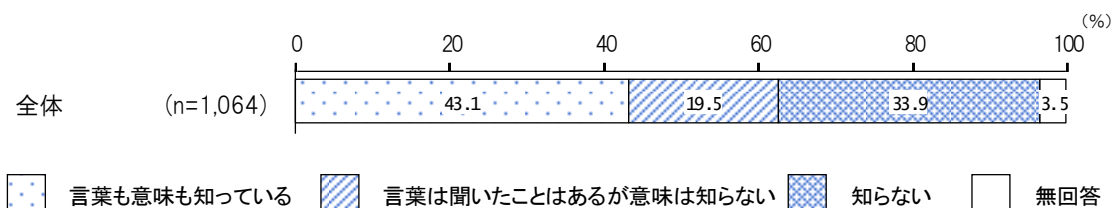
問 38 自分の食生活を改善するために、何が課題ですか。(○をいくつでも)

全体でみると、「弁当、惣菜を売る店の充実」が 15.6%と最も高く、次いで「食材の買物の支援」(14.5%)、「食事づくりの支援」(10.2%) となっています。「特に課題はない」は 56.5%となっています。



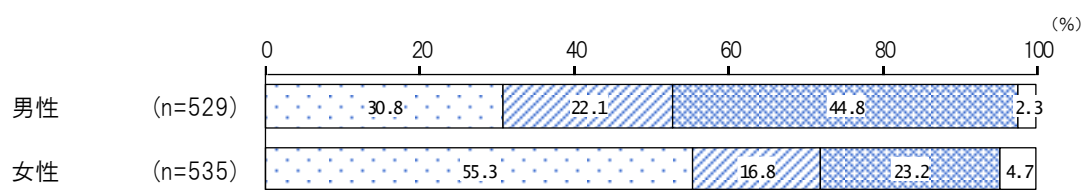
問 39 『フレイル』という言葉や意味を知っていますか。

全体でみると、「言葉も意味も知っている」が 43.1%と最も高く、次いで「知らない」(33.9%)、「言葉は聞いたことはあるが意味は知らない」(19.5%)となっています。



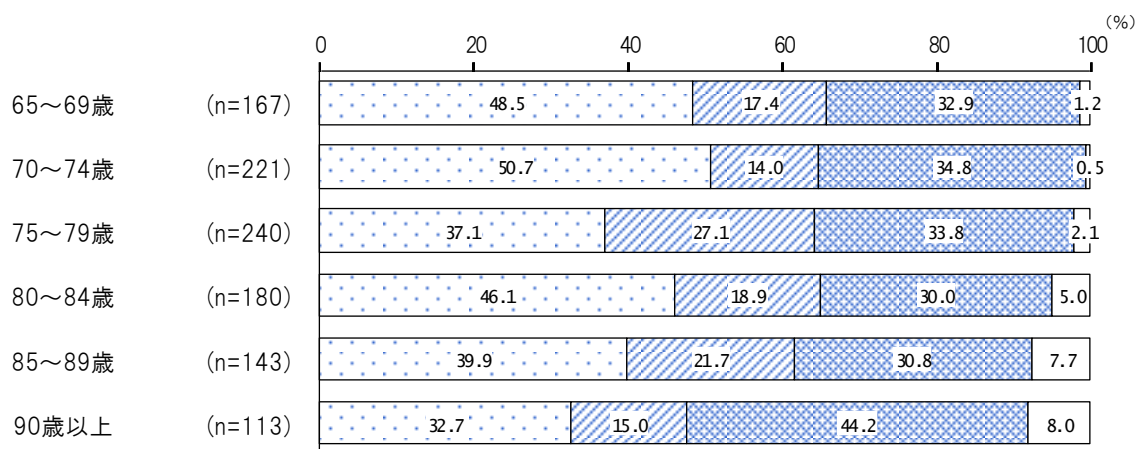
【性別】

男性で「知らない」が 44.8%と女性よりも 21.6 ポイント高くなっています。



【年齢別】

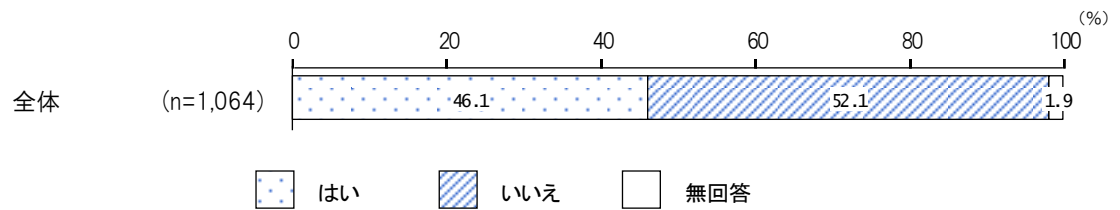
すべての年齢区分において「知らない」が 3 割を超えています。



4 毎日の生活について

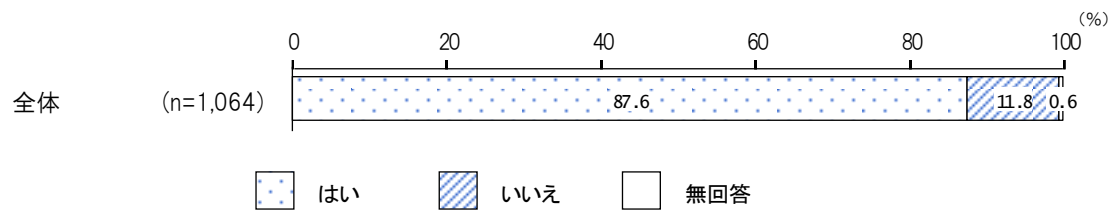
問 40 物忘れが多いと感じますか。

全体でみると、「はい」が46.1%となっています。



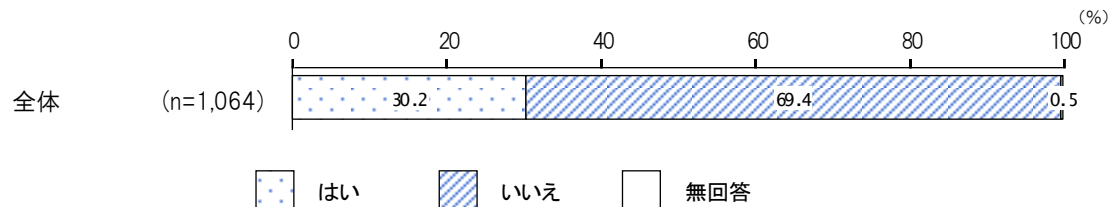
問 41 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。

全体でみると、「はい」が87.6%となっています。



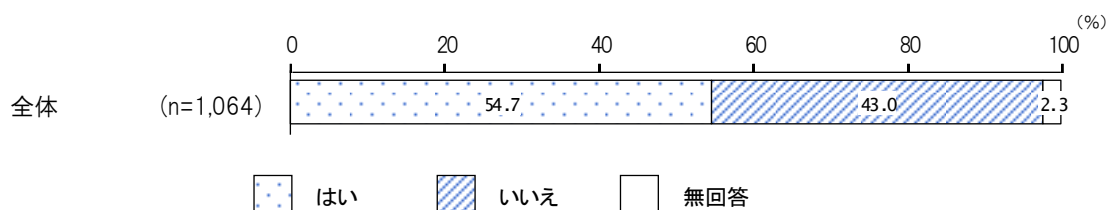
問 42 今日が何月何日かわからない時がありますか。

全体でみると、「はい」が30.2%となっています。



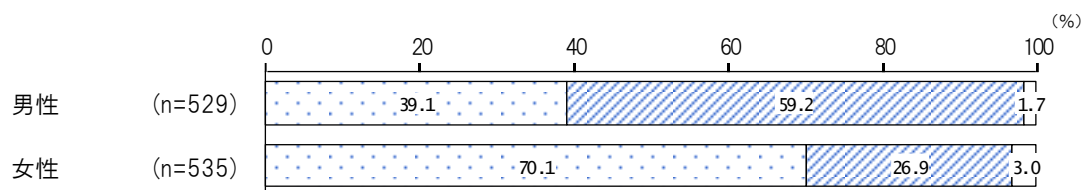
問 43 認知症予防のために何か気をつけていることがありますか。

全体でみると、「はい」が 54.7%となっています。



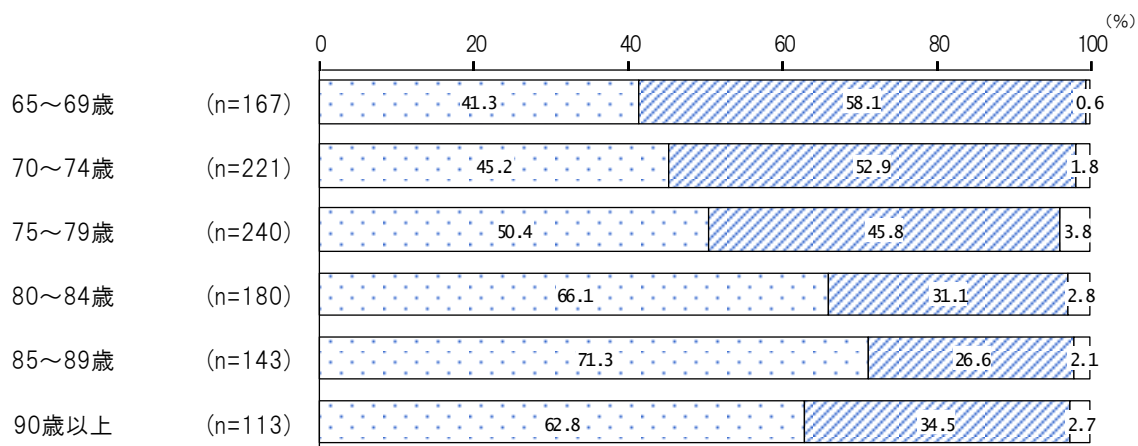
【性別】

女性で「はい」が 70.1%と男性よりも 31.0 ポイント高くなっています。



【年齢別】

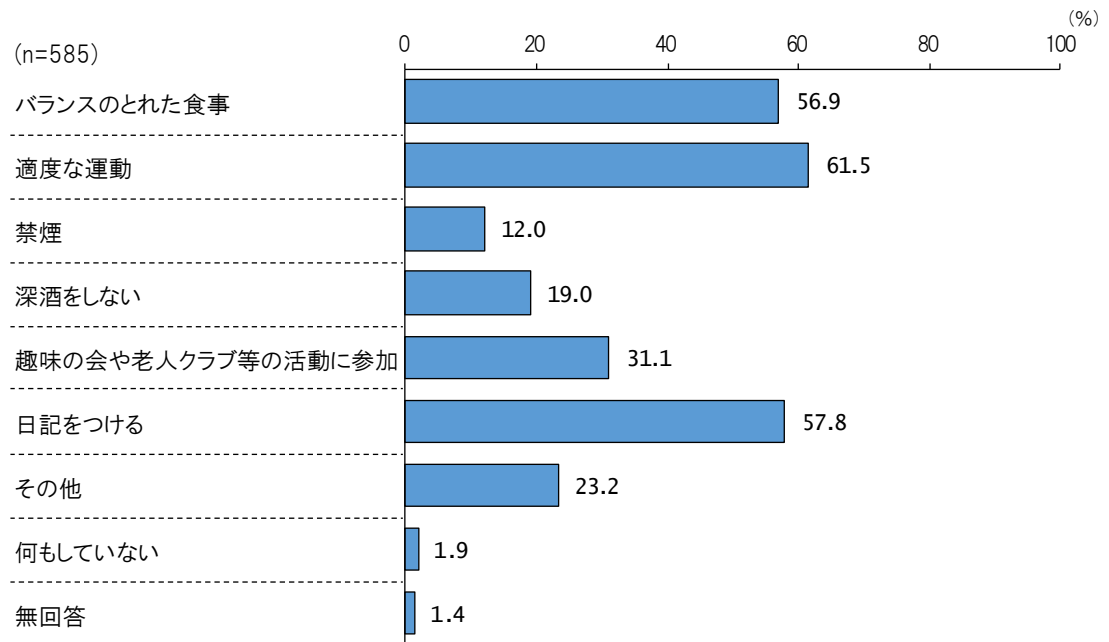
85～89 歳で「はい」が 71.3%と他の年齢よりも 5.2 ポイント以上高くなっています。



【問 43 で「気をつけていることがある」と回答した方のみ】

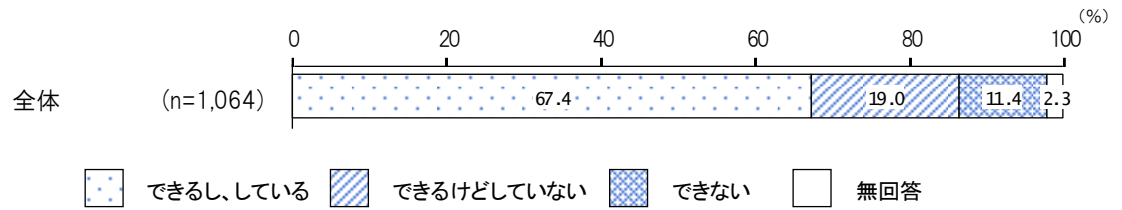
問 44 気をつけていることは次のどれですか。(○をいくつでも)

全体でみると、「適度な運動」が 61.5%と最も高く、次いで「日記をつける」(57.8%)、「バランスのとれた食事」(56.9%)となっています。



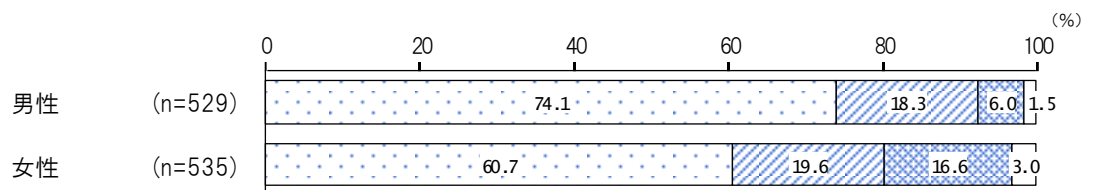
問 45 バスや電車を使って1人で外出していますか。(自家用車でも可)

「できるし、している」と「できるけどしていない」を『できる』とすると、『できる』の割合は全体で 86.4% となっています。



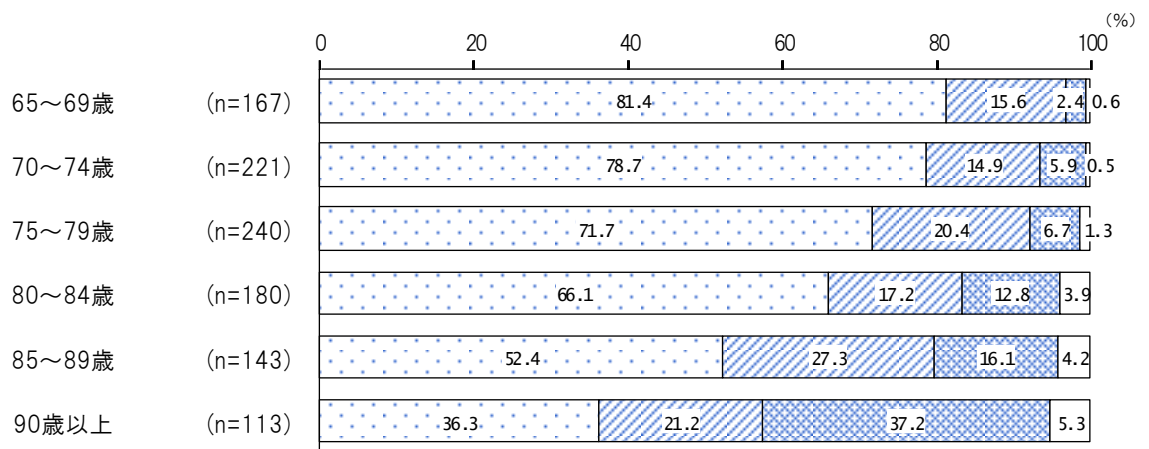
【性別】

『できる』では、男性が 92.4% と女性よりも 12.1 ポイント高くなっています。



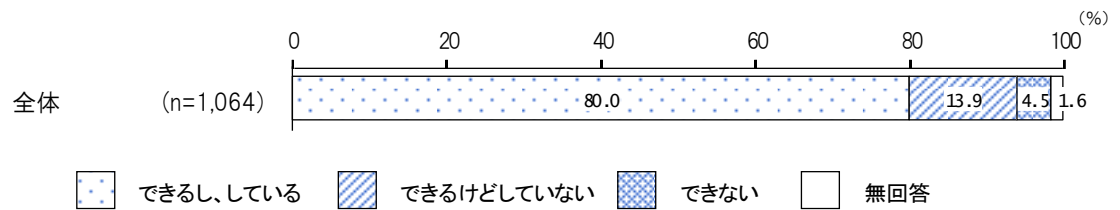
【年齢別】

年齢が高くなるにつれ『できる』の割合は低くなっています。



問 46 自分で食品・日用品の買物をしていますか。

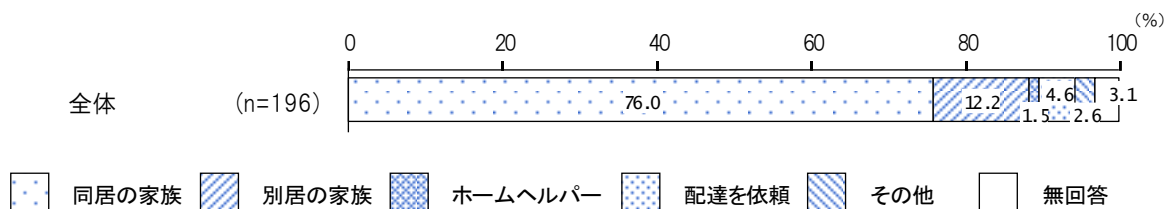
「できるし、している」と「できるけどしていない」を『できる』とすると、『できる』の割合は全体で 93.9% となっています。



【問 46 で「自分で食品・日用品の買物ができるけどしていない」または「自分で食品・日用品の買物ができない」と回答した方のみ】

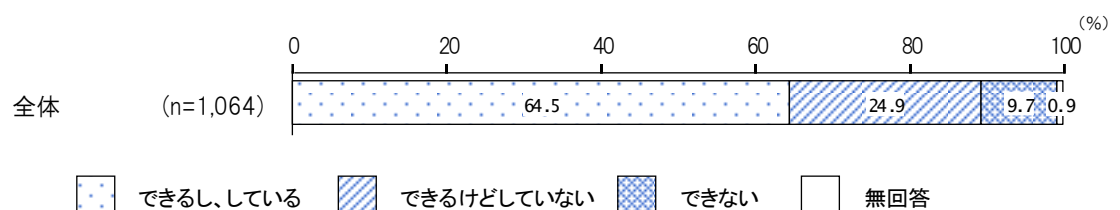
問 47 日用品や食料品の買物をする人は主にどなたですか。

全体でみると、「同居の家族」が 76.0% と最も高く、次いで「別居の家族」(12.2%)、「配達を依頼」(4.6%) となっています。



問 48 自分で食事の用意をしていますか。

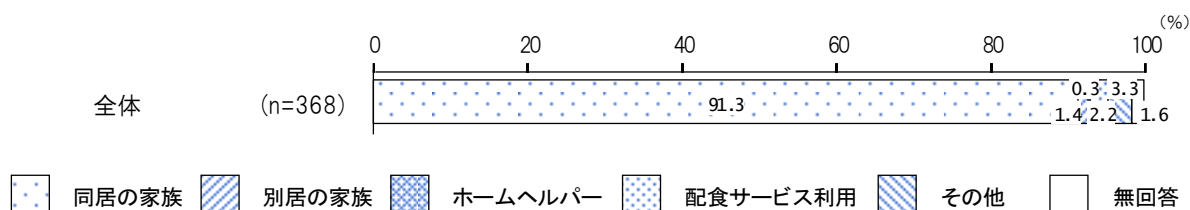
「できるし、している」と「できるけどしていない」を『できる』とすると、『できる』の割合は全体で 89.4% となっています。



【問 48 で「自分で食事の用意ができるけどしていない」または「自分で食事の用意ができない」と回答した方のみ】

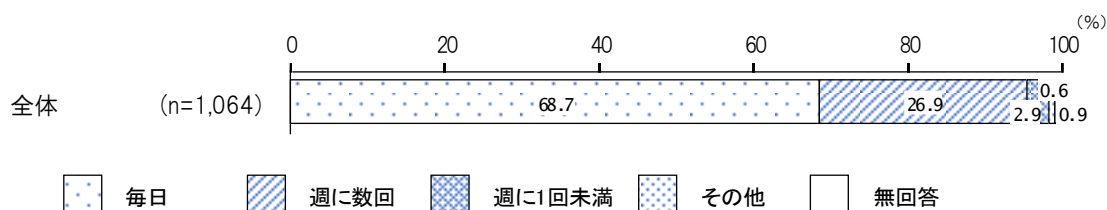
問 49 食事の用意をする人は主にどなたですか。

全体でみると、「同居の家族」が 91.3%と最も高く、次いで「その他」(3.3%)となっています。



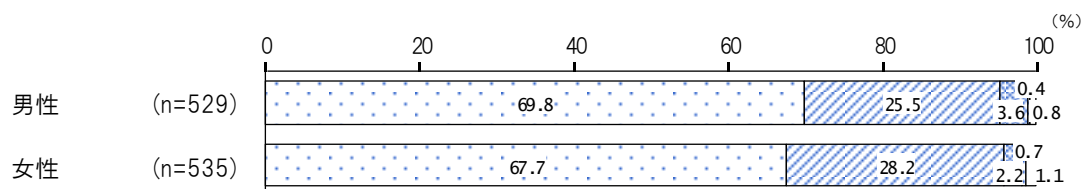
問 50 入浴の頻度は何回ですか。

全体でみると、「毎日」が 68.7%と最も高く、次いで「週に数回」(26.9%)、「週に 1 回未満」(2.9%)となっています。



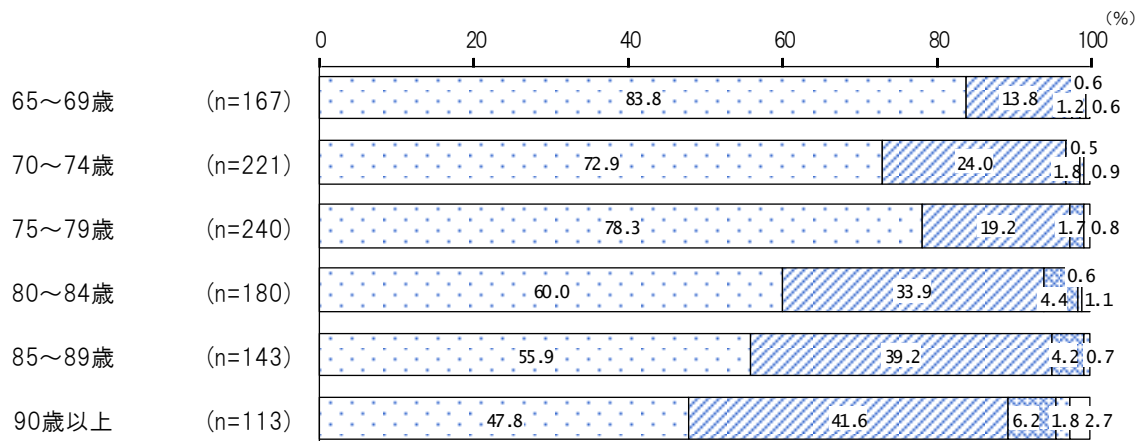
【性別】

女性で「毎日」が 67.7%、男性では 69.8%と性別による大きな差はみられません。



【年齢別】

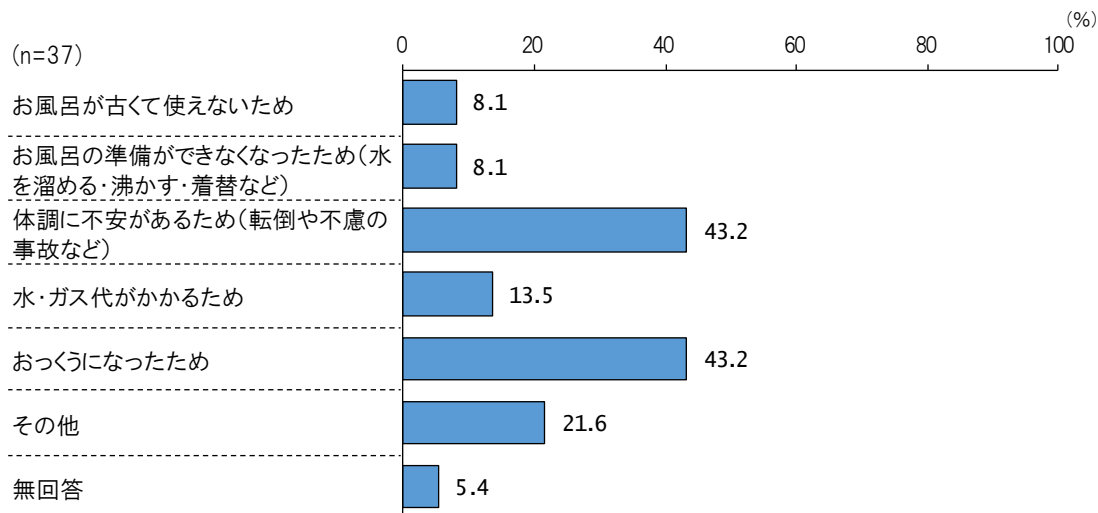
年齢が高くなるにつれ「毎日」の割合は低くなる傾向にあります。



【問 50 で「週に 1 回未満」または「その他」と回答した方のみ】

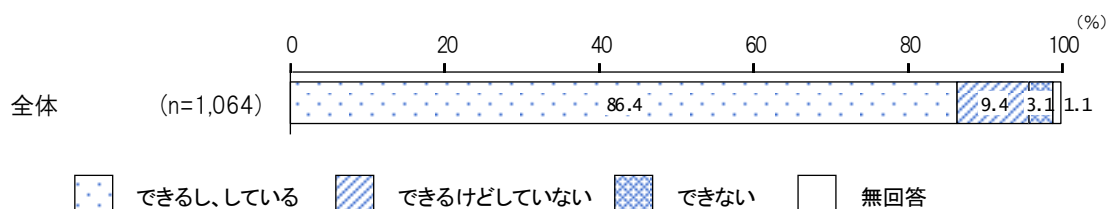
問 51 入浴の頻度が少ない理由は何ですか。(○をいくつでも)

全体でみると、「体調に不安があるため（転倒や不慮の事故など）」と「おっくうになったため」が同率で 43.2% と最も高くなっています。



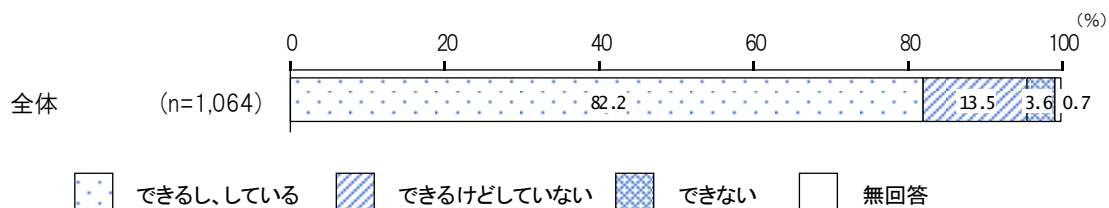
問 52 自分で請求書の支払いをしていますか。

「できるし、している」と「できるけどしていない」を『できる』とすると、『できる』の割合は全体で 95.8% となっています。



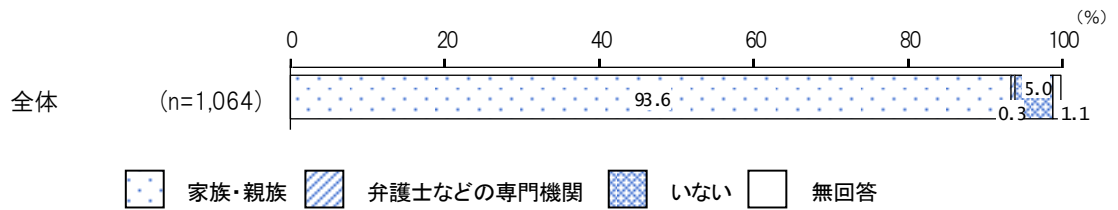
問 53 自分で預貯金の出し入れをしていますか。

「できるし、している」と「できるけどしていない」を『できる』とすると、『できる』の割合は全体で 95.7% となっています。



問 54 通帳や金銭の管理が難しくなった時、誰に頼もうと思いますか。

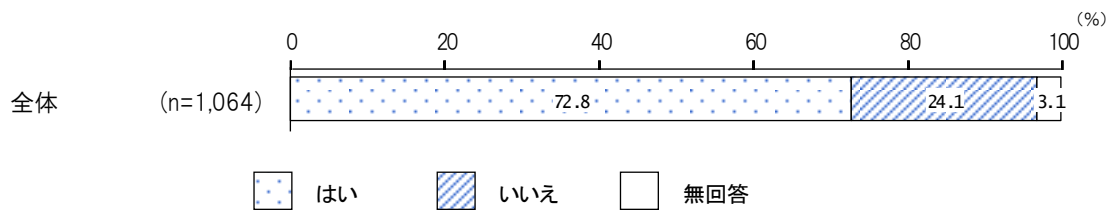
全体でみると、「家族・親族」が93.6%と最も高く、次いで「いない」(5.0%)となっています。



問 55 成年後見制度※を知っていますか。

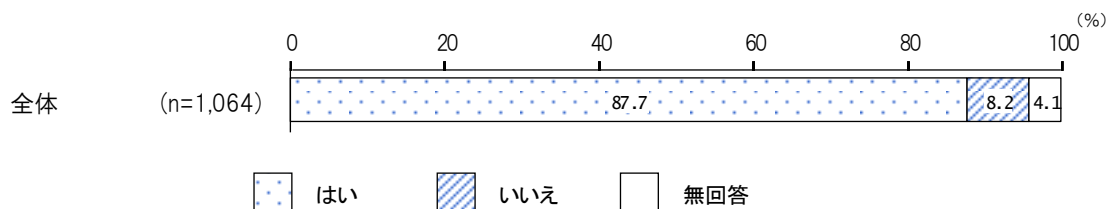
※成年後見制度: 認知症, 知的障害, 精神障害, 発達障害などによって物事を判断する能力が十分ではない方について, 本人の権利を守る援助者を選ぶことで, 本人を法的に支援する制度です。

全体でみると、「はい」が72.8%、「いいえ」が24.1%となっています。



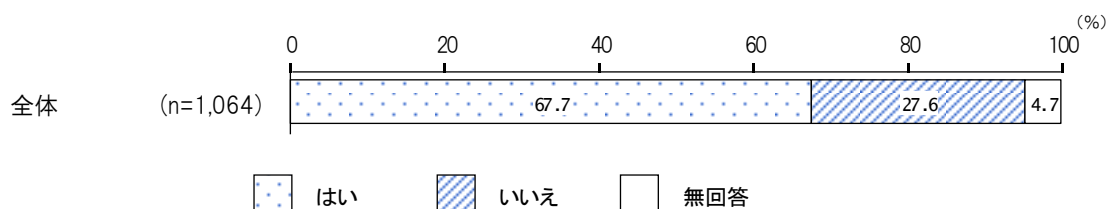
問 56 ① 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか。

全体でみると、「はい」が87.7%となっています。



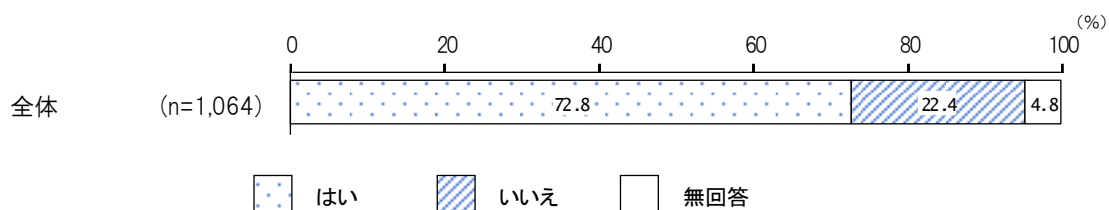
問 56 ② 新聞を読んでいますか。

全体でみると、「はい」が67.7%となっています。



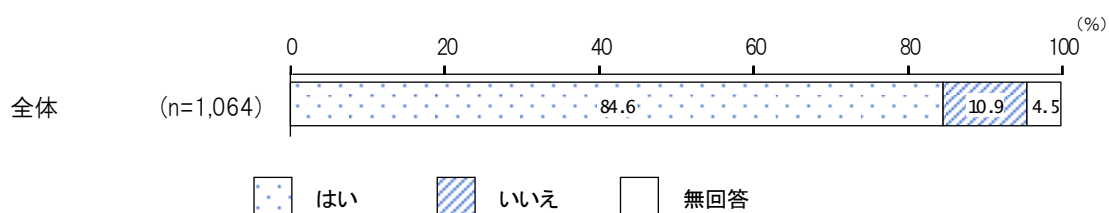
問 56 ③ 本や雑誌を読んでいますか。

全体でみると、「はい」が72.8%となっています。



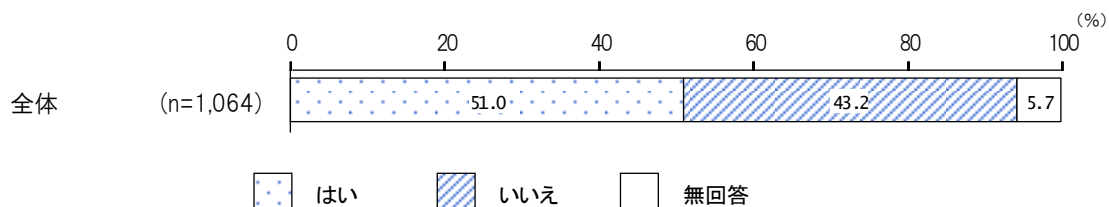
問 56 ④ 健康についての記事や番組に関心がありますか。

全体でみると、「はい」が84.6%となっています。



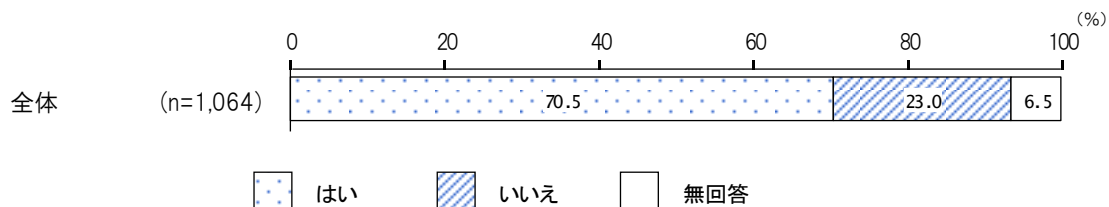
問 56 ⑤ 友人の家を訪ねていますか。

全体でみると、「はい」が51.0%となっています。



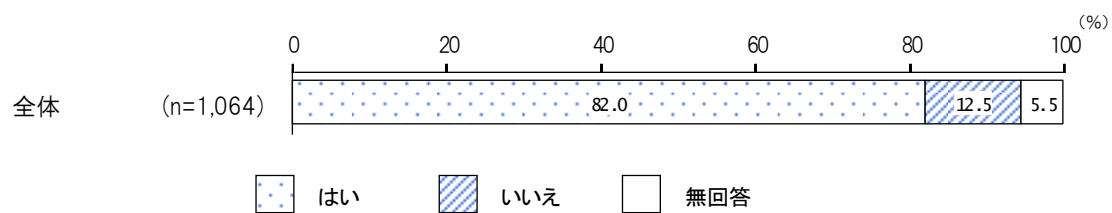
問 56 ⑥ 家族や友人の相談にのっていますか。

全体でみると、「はい」が70.5%となっています。



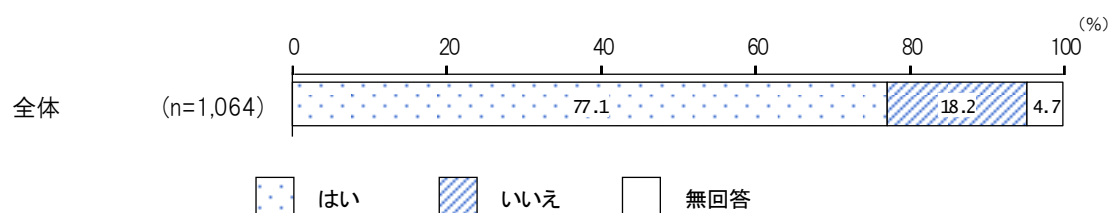
問 56 ⑦ 病人を見舞うことができますか。

全体でみると、「はい」が 82.0%となっています。



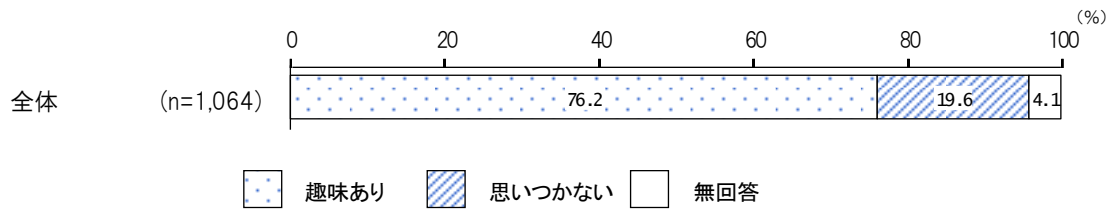
問 56 ⑧ 若い人に自分から話しかけることがありますか。

全体でみると、「はい」が 77.1%となっています。



問 57 趣味はありますか。

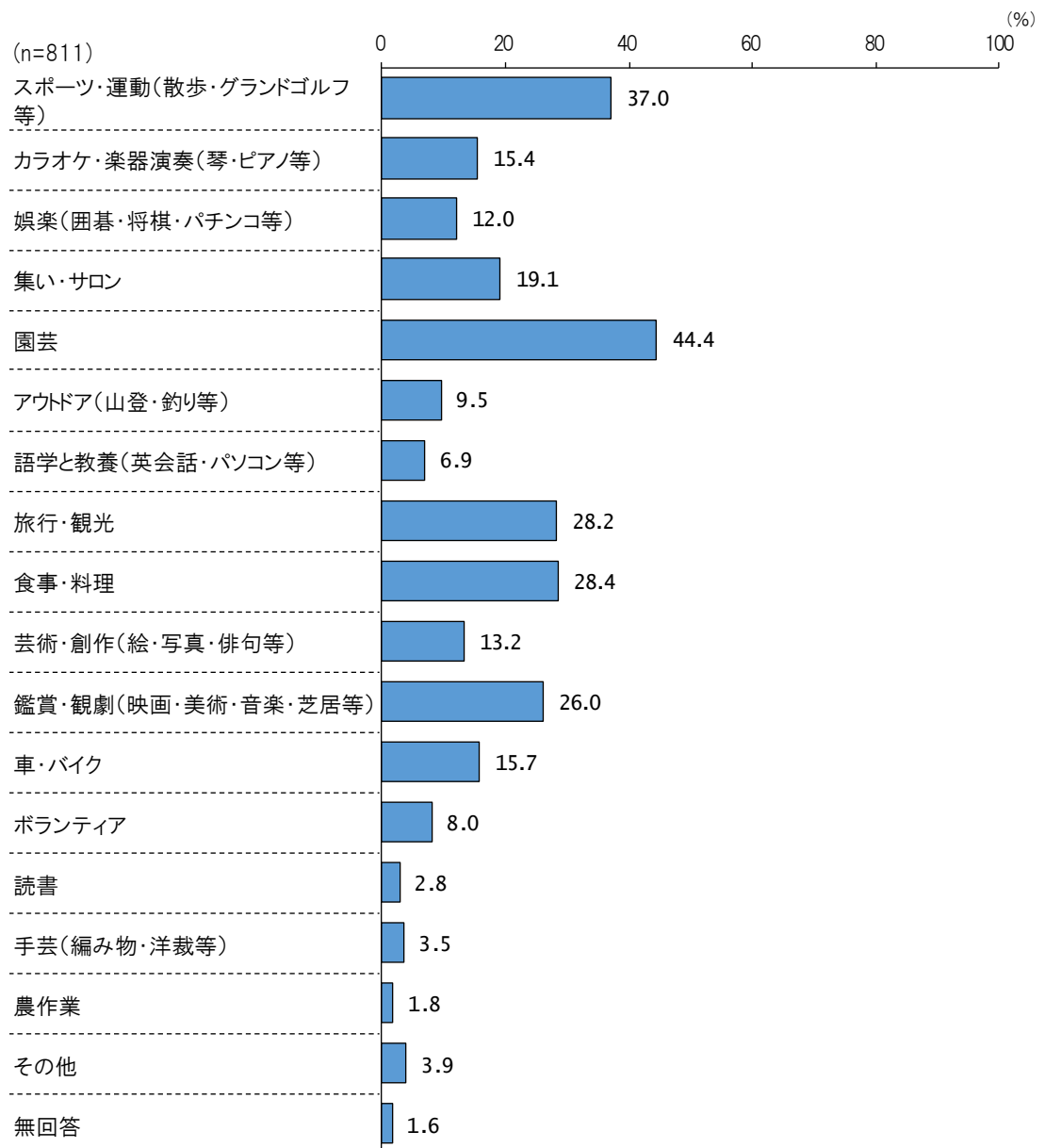
全体でみると、「趣味あり」が76.2%、「思いつかない」が19.6%となっています。



【問 57 で「趣味あり」と回答した方のみ】

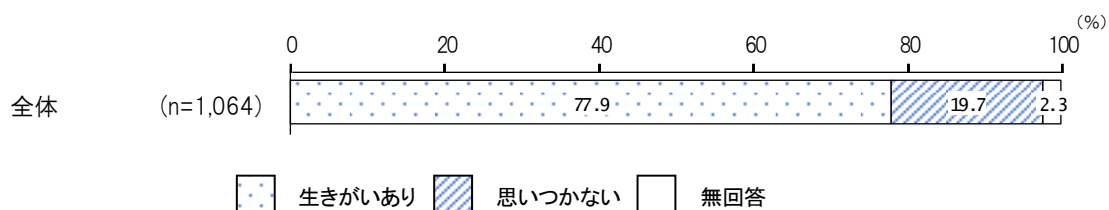
問 58 趣味は、次のどれですか。

全体でみると、「園芸」が44.4%と最も高く、次いで「スポーツ・運動（散歩・グランドゴルフ等）」(37.0%)、「食事・料理」(28.4%)となっています。



問 59 生きがいがありますか。

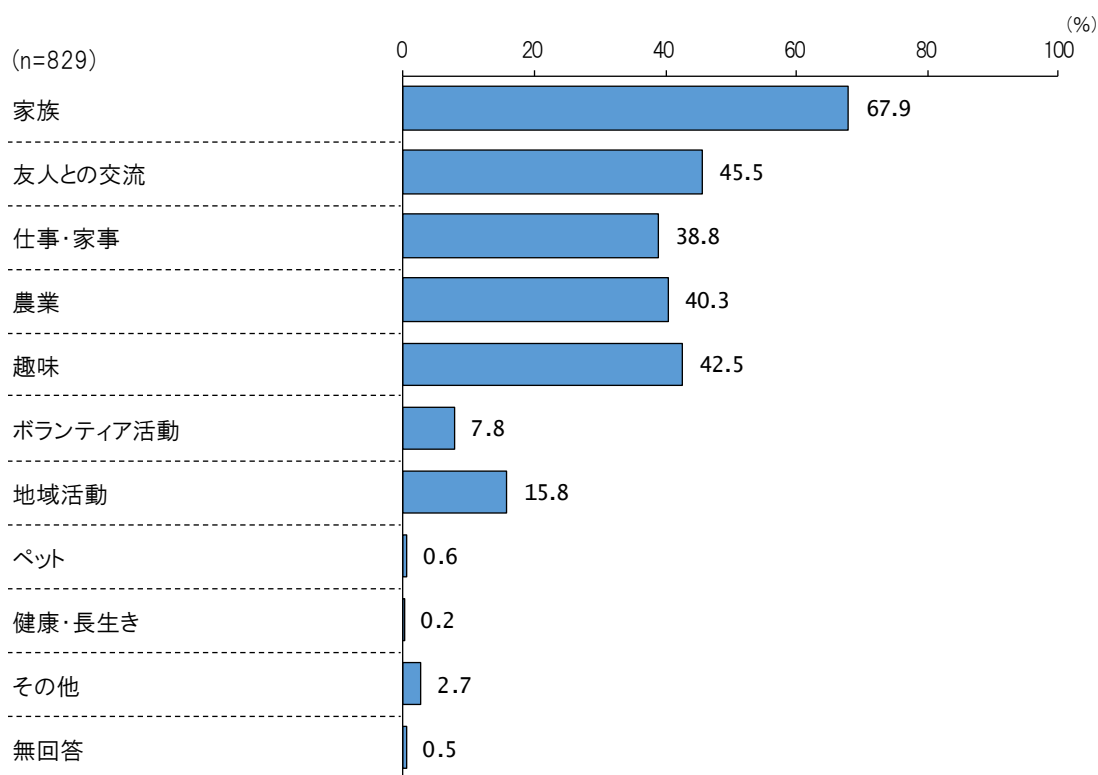
全体でみると、「生きがいあり」が 77.9%、「思いつかない」が 19.7%となっています。



【問 59 で「生きがいあり」と回答した方のみ】

問 60 生きがいは、次のどれですか。

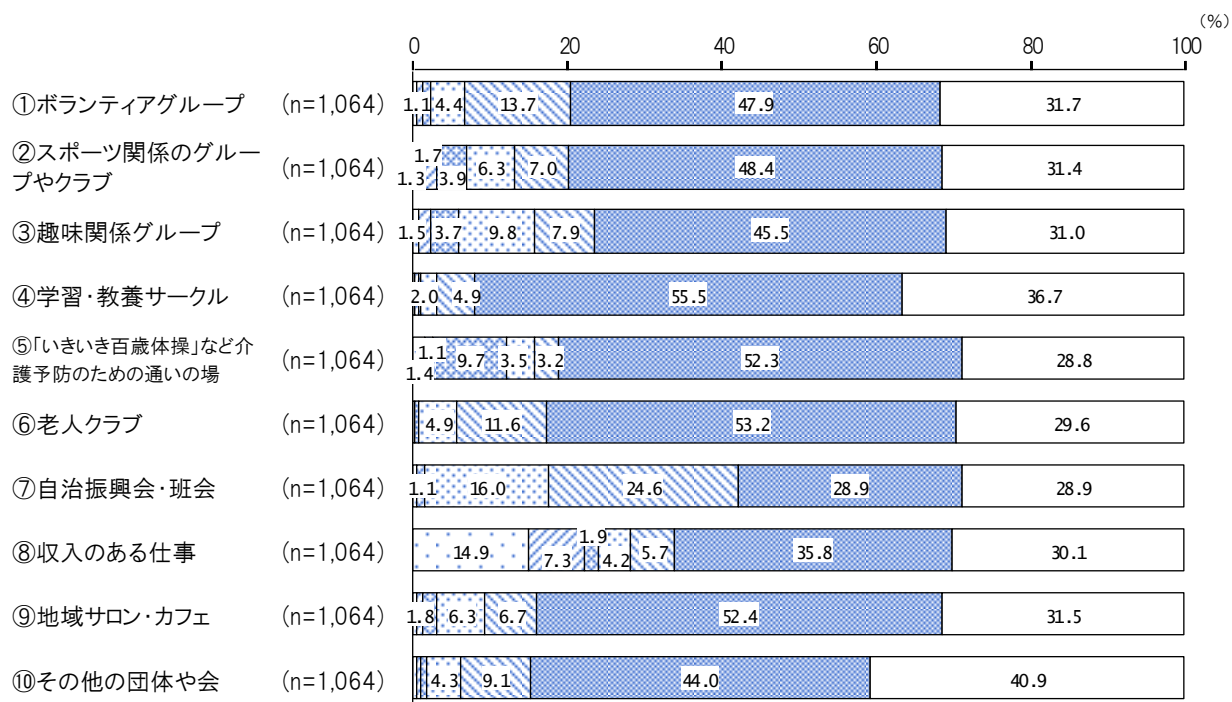
全体でみると、「家族」が 67.9%と最も高く、次いで「友人との交流」(45.5%)、「趣味」(42.5%)となっています。



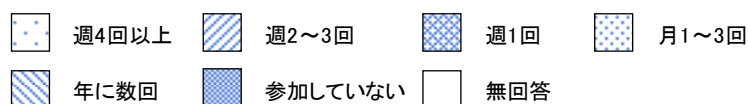
5 地域での活動について

問 61 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。①～⑩それぞれ1つに○をつけてください。

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」を『定期的参加』とすると、『定期的参加』の割合は「⑧収入のある仕事」が28.3%と最も高く、次いで「⑦自治振興会・班会」(17.6%)、「③趣味関係のグループ」と「⑤「いきいき百歳体操」など介護予防のための通いの場」が同率で15.7%となっています。

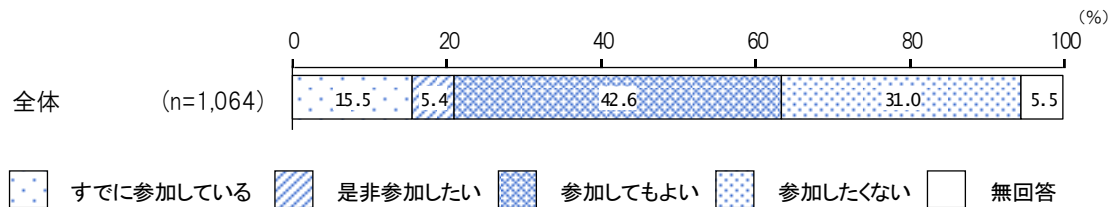


※1%未満は非表示



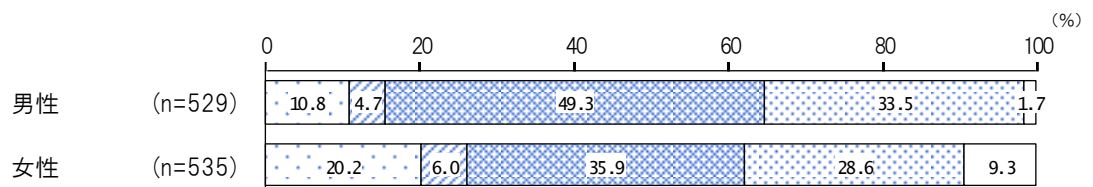
問 62 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。

「すでに参加している」と「是非参加したい」と「参加してもよい」を『参加意向あり』とすると、『参加意向あり』の割合は全体で 63.5%となっています。



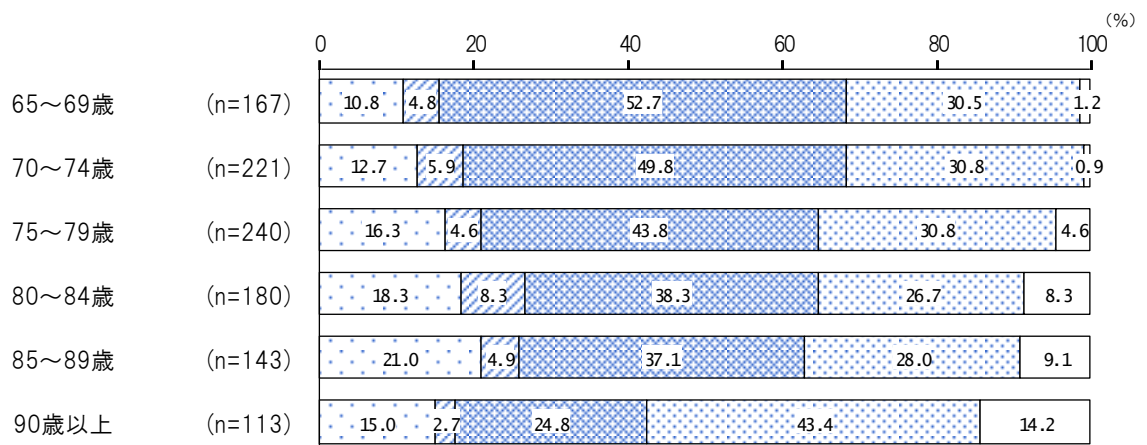
【性別】

『参加意向あり』では、男性が 64.8%、女性が 62.1%と性別による大きな差はみられません。



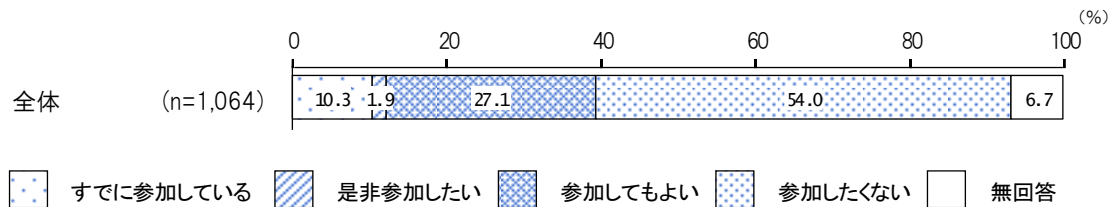
【年齢別】

年齢が高くなるにつれ『参加意向あり』の割合は低くなる傾向にあります。



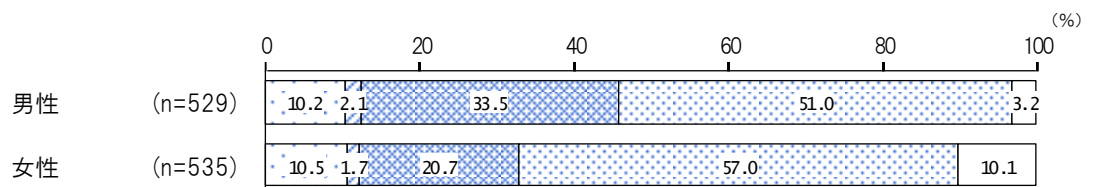
問 63 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか。

「すでに参加している」と「是非参加したい」と「参加してもよい」を『参加意向あり』とすると、『参加意向あり』の割合は全体で 39.3%となっています。



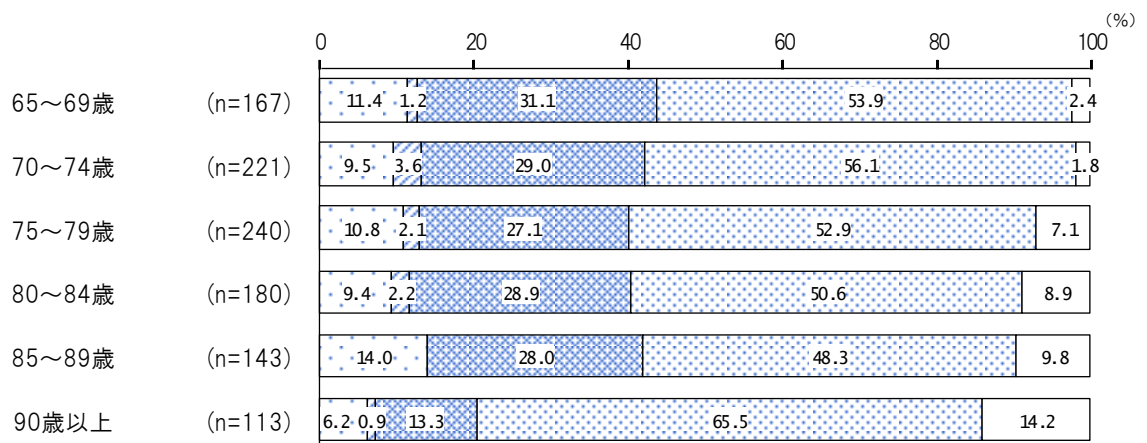
【性別】

『参加意向あり』では、男性が 45.8%と女性よりも 12.9 ポイント高くなっています。



【年齢別】

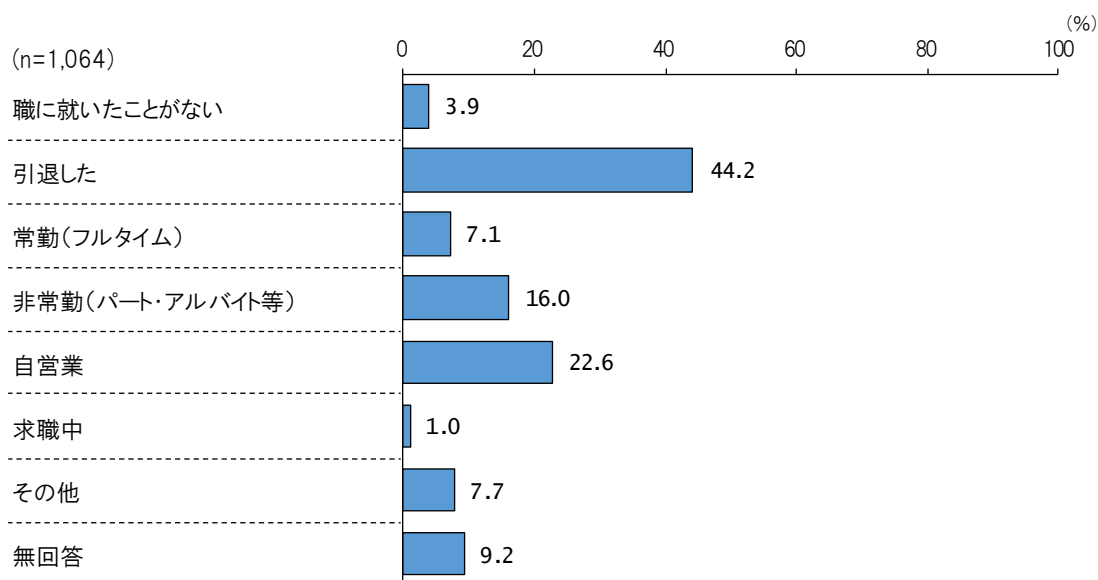
『参加意向あり』では、65～69 歳が 43.7%と最も高くなっています。



6 就労について

問 64 現在のあなたの就労状態はどれですか。(○をいくつでも)

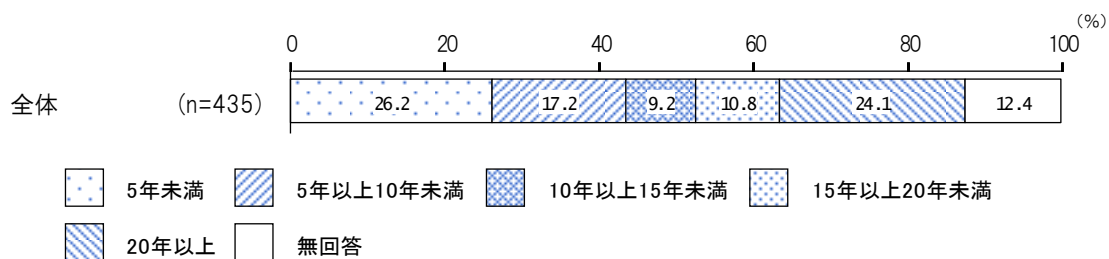
全体でみると、「引退した」が 44.2%と最も高く、次いで「自営業」(22.6%)、「非常勤(パート・アルバイト等)」(16.0%)となっています。



【問 64 で「引退した」と回答した方のみ】

問 65 あなたはいつ引退しましたか。

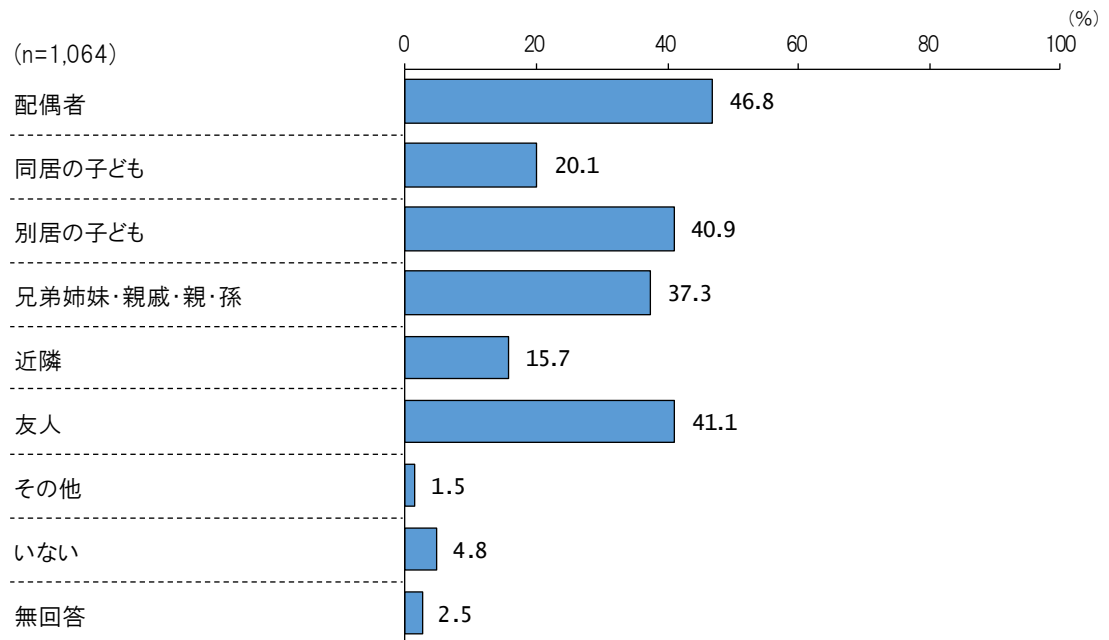
引退してからの期間をみると、「5 年未満」が 26.2%と最も高く、次いで「20 年以上」(24.1%)、「5 年以上 10 年未満」(17.2%)となっています。



7 たすけあいについて

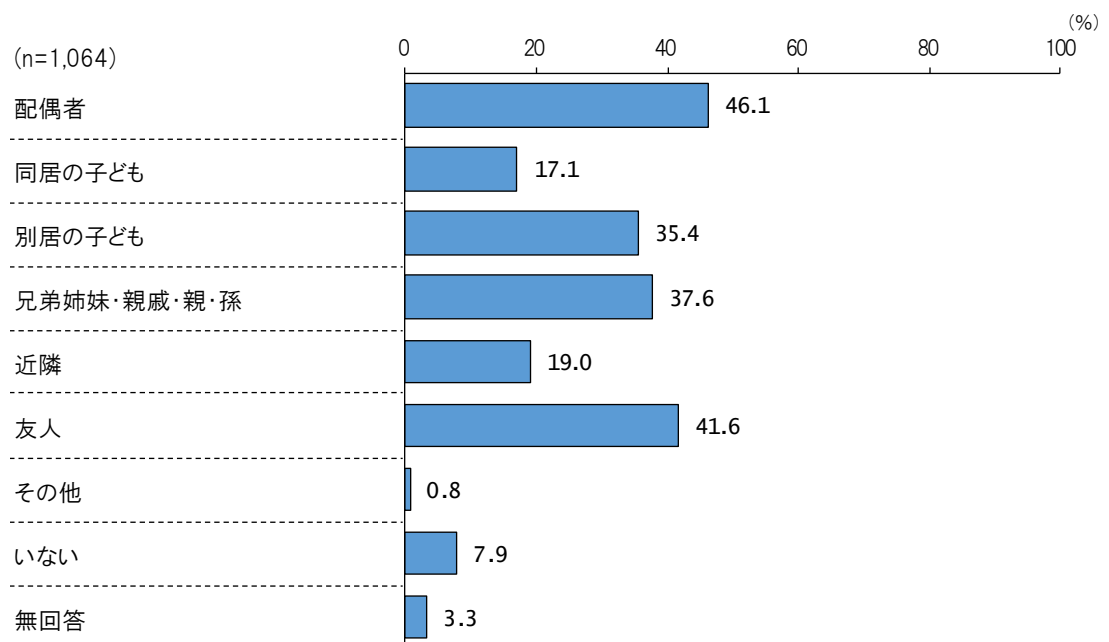
問 66 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人はいますか。（○をいくつでも）

全体でみると、「配偶者」が46.8%と最も高く、次いで「友人」（41.1%）、「別居の子ども」（40.9%）となっています。



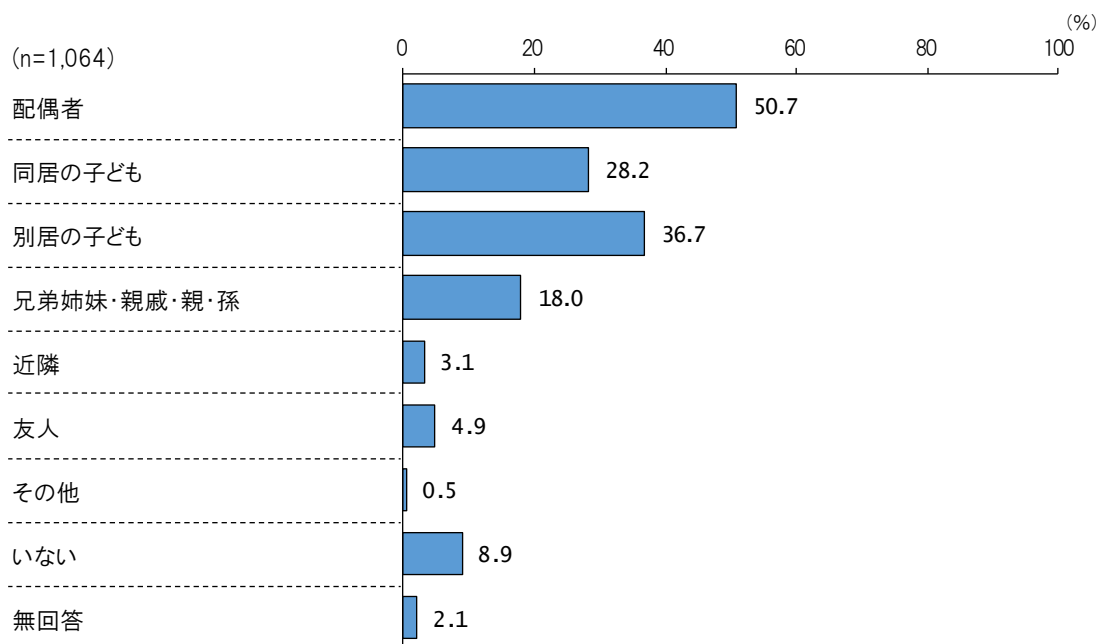
問 67 あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人はいますか。（○をいくつでも）

全体でみると、「配偶者」が46.1%と最も高く、次いで「友人」（41.6%）、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」（37.6%）となっています。



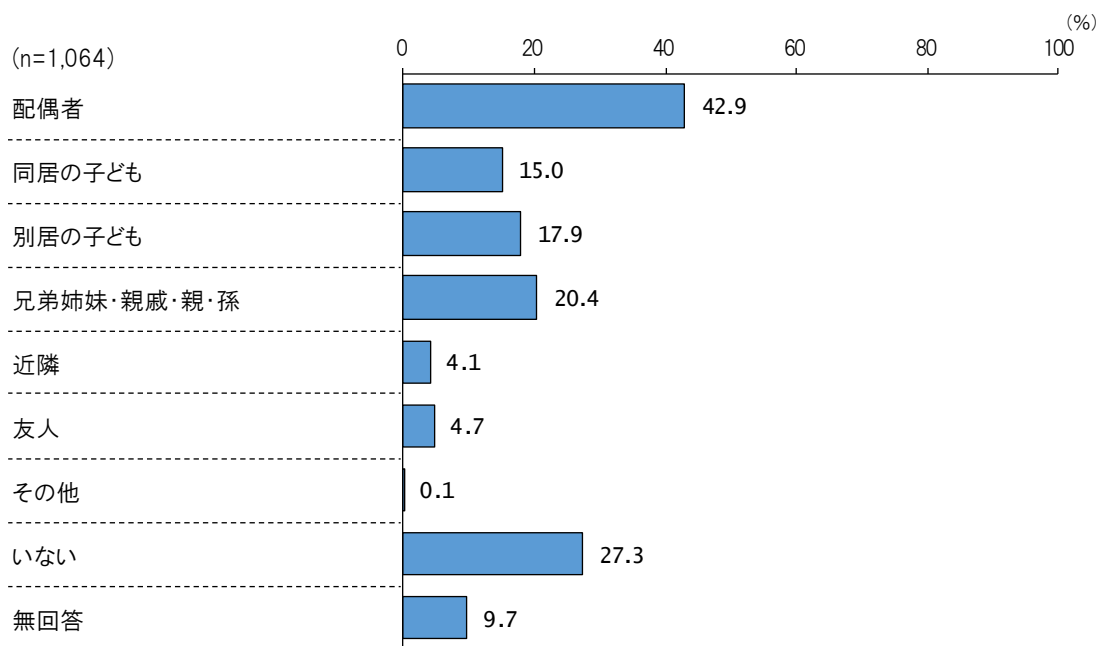
問 68 あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人はいますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「配偶者」が 50.7%と最も高く、次いで「別居の子ども」(36.7%)、「同居の子ども」(28.2%)となっています。



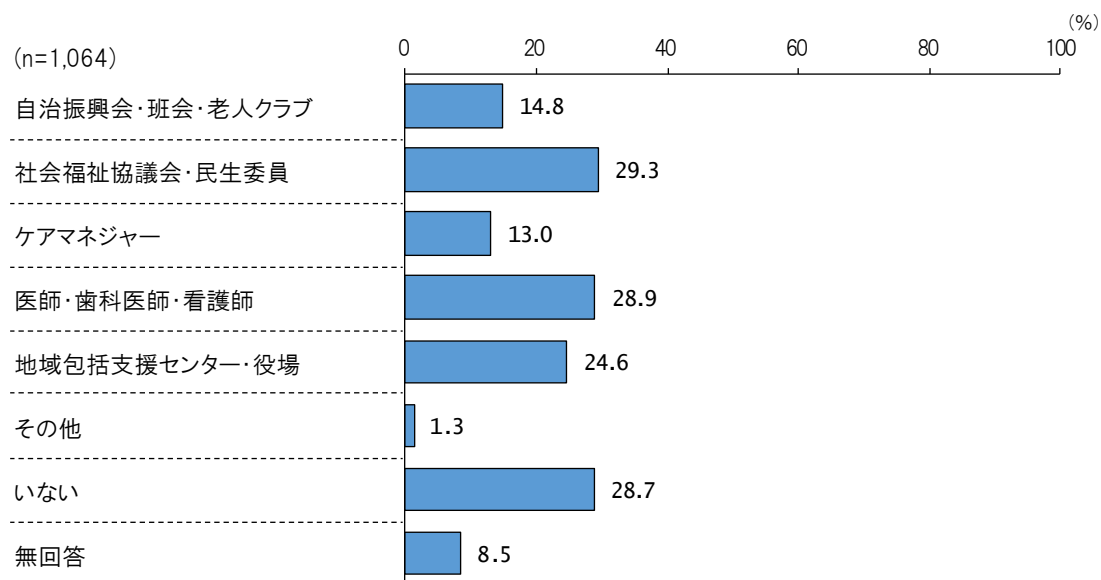
問 69 看病や世話をしてあげる人はいますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「配偶者」が 42.9%と最も高く、次いで「いない」(27.3%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(20.4%)となっています。



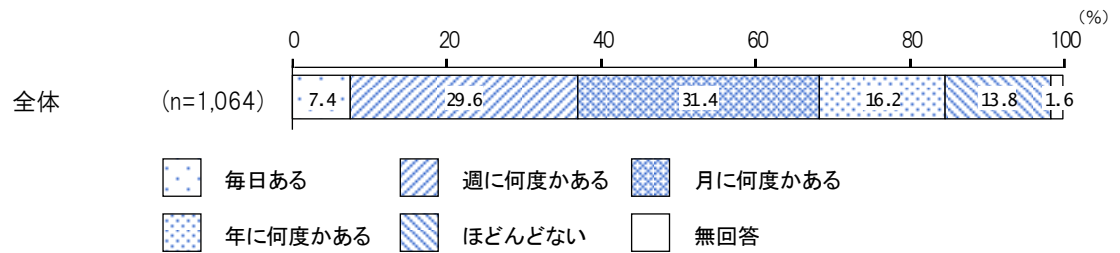
問 70 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。(○をいくでも)

全体でみると、「社会福祉協議会・民生委員」が 29.3%と最も高く、次いで「医師・歯科医師・看護師」(28.9%)、「いない」(28.7%)となっています。



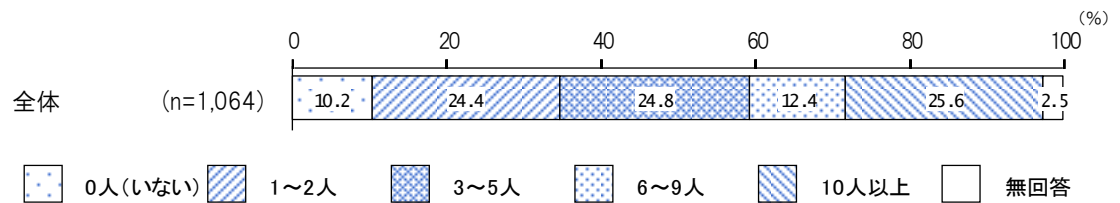
問 71 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

「毎日ある」と「週に何度かある」と「月に何度かある」を『定期的にある』とすると、『定期的にある』の割合は全体で 68.4%となっています。



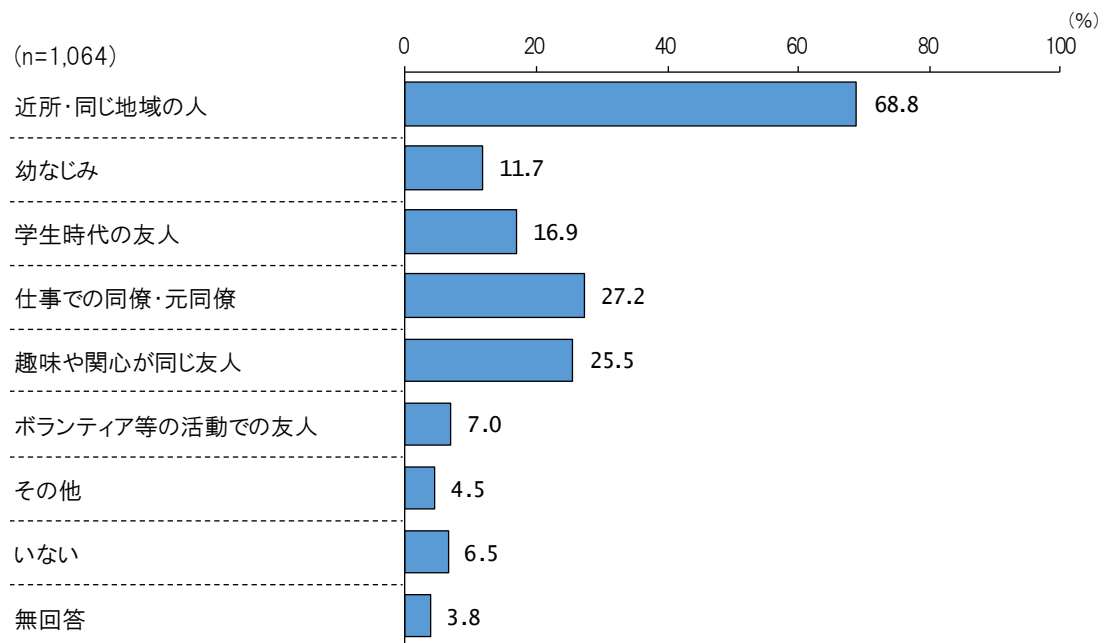
問 72 この 1 か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても 1 人と数えることとします。

全体でみると、「10 人以上」が 25.6%と最も高く、次いで「3～5 人」(24.8%)、「1～2 人」(24.4%)となっています。



問 73 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(○をいくつでも)

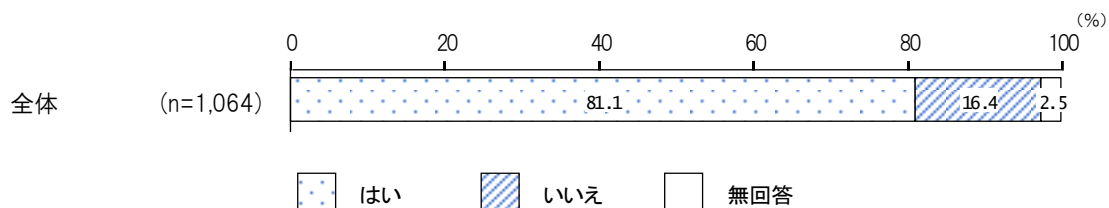
全体でみると、「近所・同じ地域の人」が 68.8%と最も高く、次いで「仕事での同僚・元同僚」(27.2%)、「趣味や関心が同じ友人」(25.5%)となっています。



8 健康について

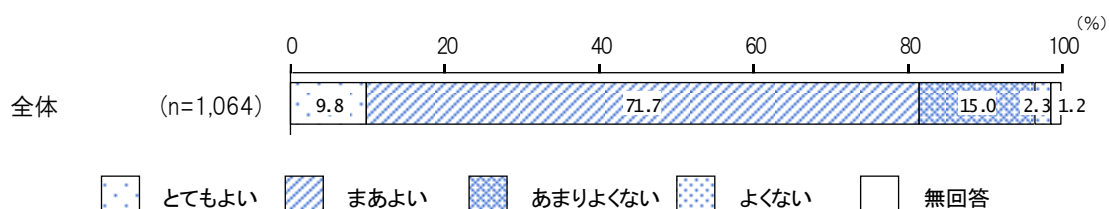
問 74 あなたは、年に 1 回以上、健康診断を受けていますか。

全体でみると、「はい」が 81.1%となっています。



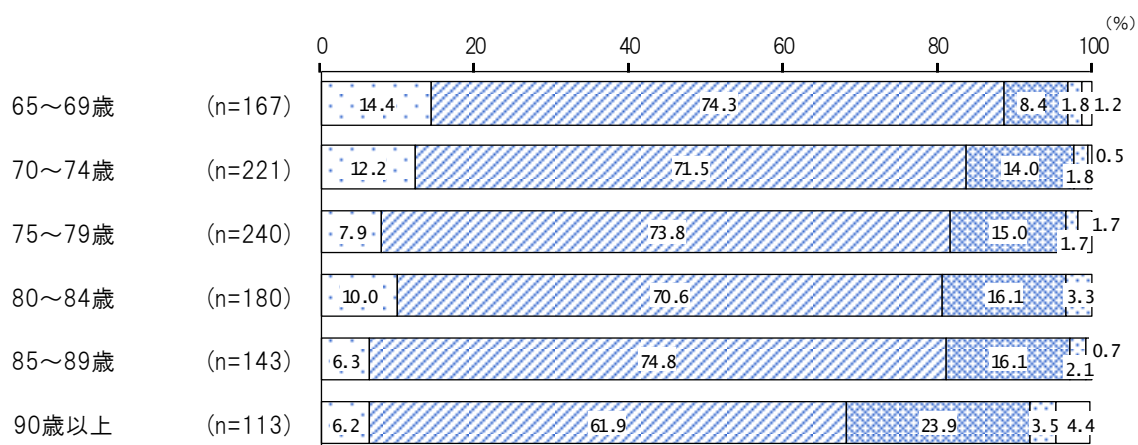
問 75 現在のあなたの健康状態はいかがですか。

「とてもよい」と「まあよい」を『よい』とすると、『よい』の割合は全体で 81.5%となっています。



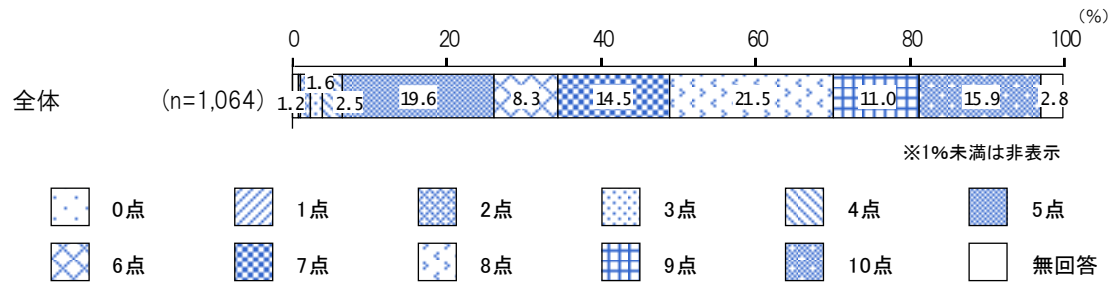
【年齢別】

『よい』では、65～69 歳が 88.7%と他の年齢よりも 5.0 ポイント以上高くなっています。



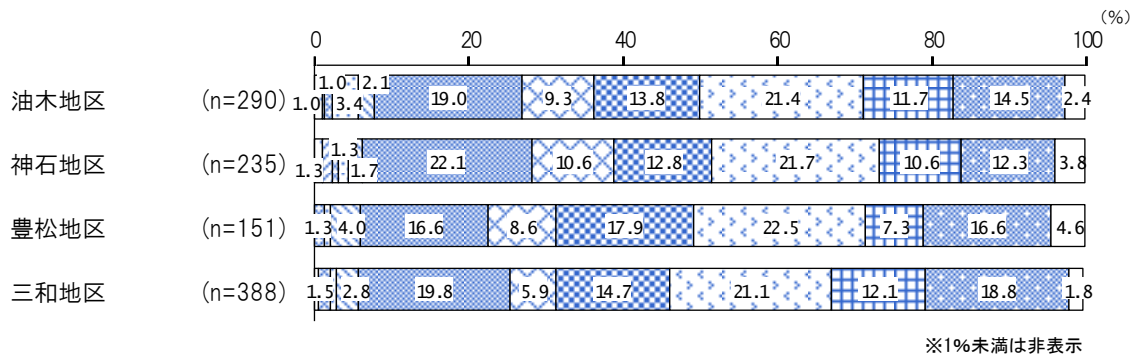
問 76 あなたは、現在どの程度幸せですか。（「とても不幸」を 0 点、「とても幸せ」を 10 点として、ご記入ください。）

全体でみると、「8 点」が 21.5%と最も高く、次いで「5 点」（19.6%）、「10 点」（15.9%）となっています。
『8 点以上』の割合は全体で 48.4%となっています。



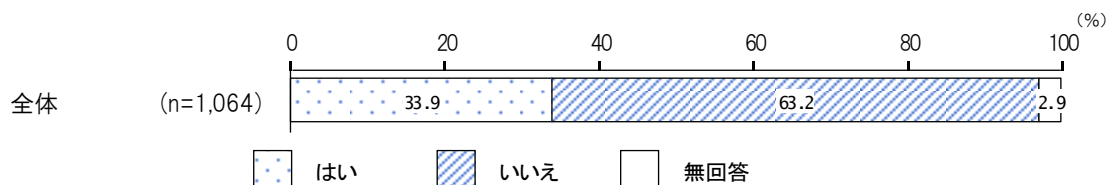
【地区別】

『8 点以上』の割合でみると、「三和地区」が 52.0%と最も高く、次いで「油木地区」（47.6%）、「豊松地区」（46.4%）、「神石地区」（44.6%）となっています。



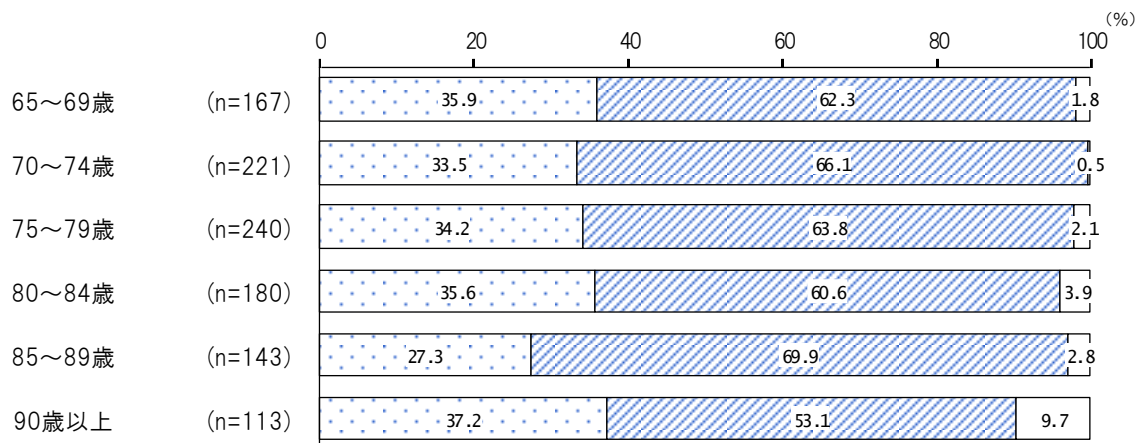
問 77 この 1 か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。

全体でみると、「はい」が 33.9%となっています。



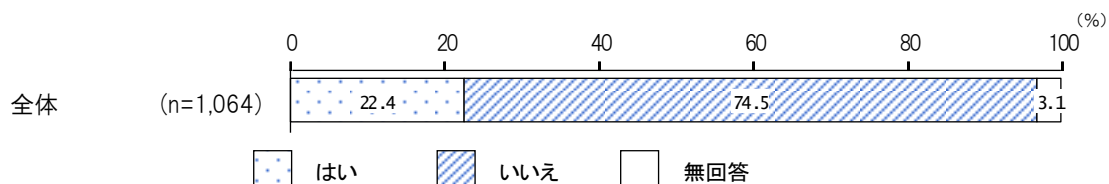
【年齢別】

90 歳以上で「はい」が 37.2%と最も高くなっています。



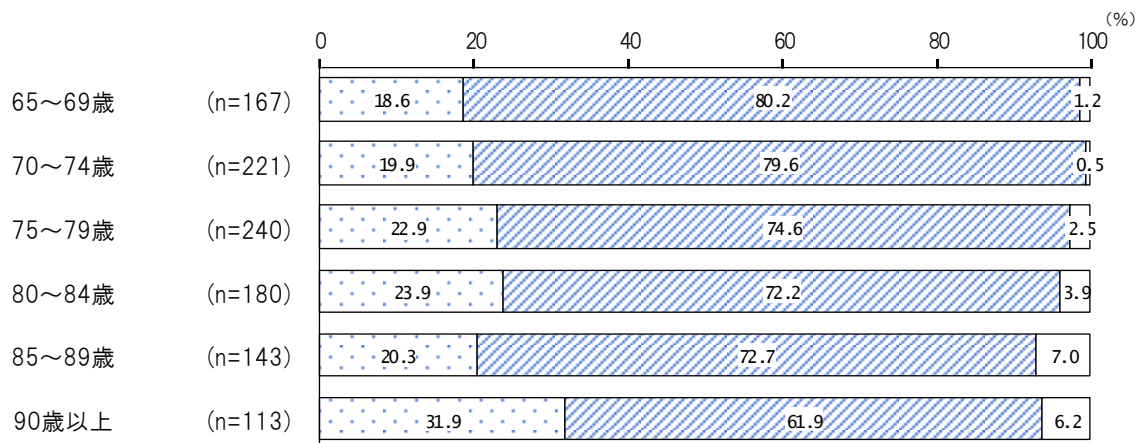
問 78 この 1 か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。

全体でみると、「はい」が 22.4%となっています。



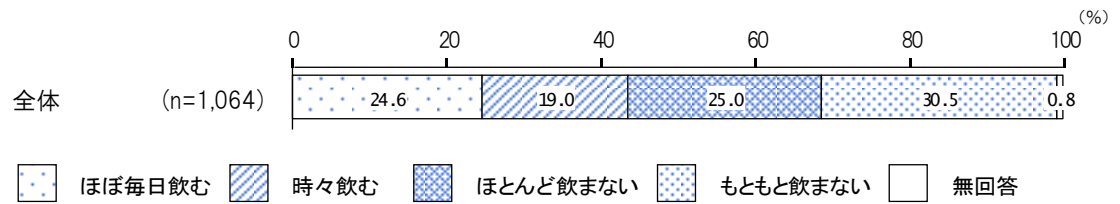
【年齢別】

90 歳以上で「はい」が 31.9%と他の年齢よりも 8.0 ポイント以上高くなっています。



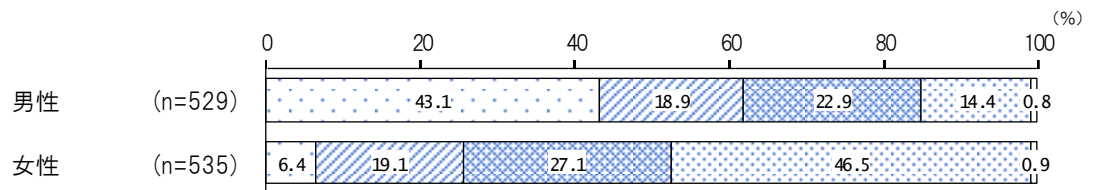
問 79 お酒は飲みますか。

全体でみると、「もともと飲まない」が 30.5%と最も高く、次いで「ほとんど飲まない」(25.0%)、「ほぼ毎日飲む」(24.6%)となっています。



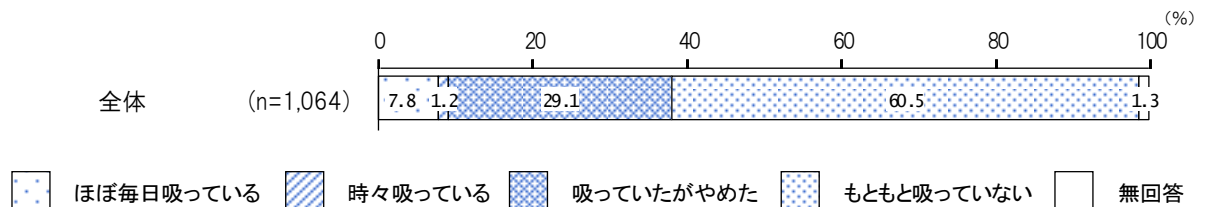
【性別】

男性で「ほぼ毎日飲む」が 43.1%と女性よりも 36.7 ポイント高くなっています。



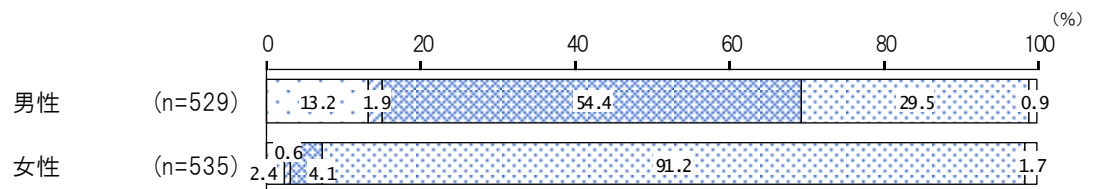
問 80 タバコは吸っていますか。

全体でみると、「もともと吸っていない」が 60.5%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」(29.1%)、「ほぼ毎日吸っている」(7.8%)となっています。



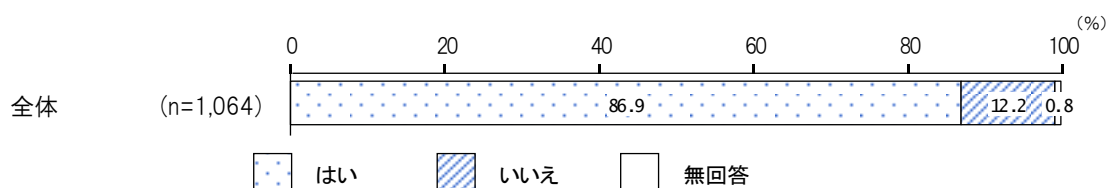
【性別】

男性で「ほぼ毎日吸っている」が 13.2%と女性よりも 10.8 ポイント高くなっています。



問 81 定期的に、病院および診療所（医院、クリニック）に通院していますか。

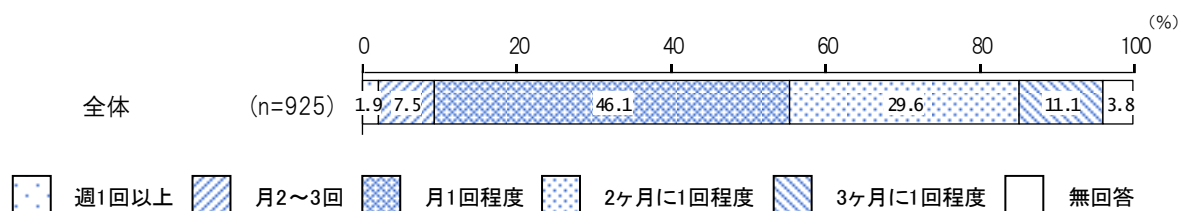
全体でみると、「はい」が 86.9%となっています。



【問 81 で「通院している」と回答した方のみ】

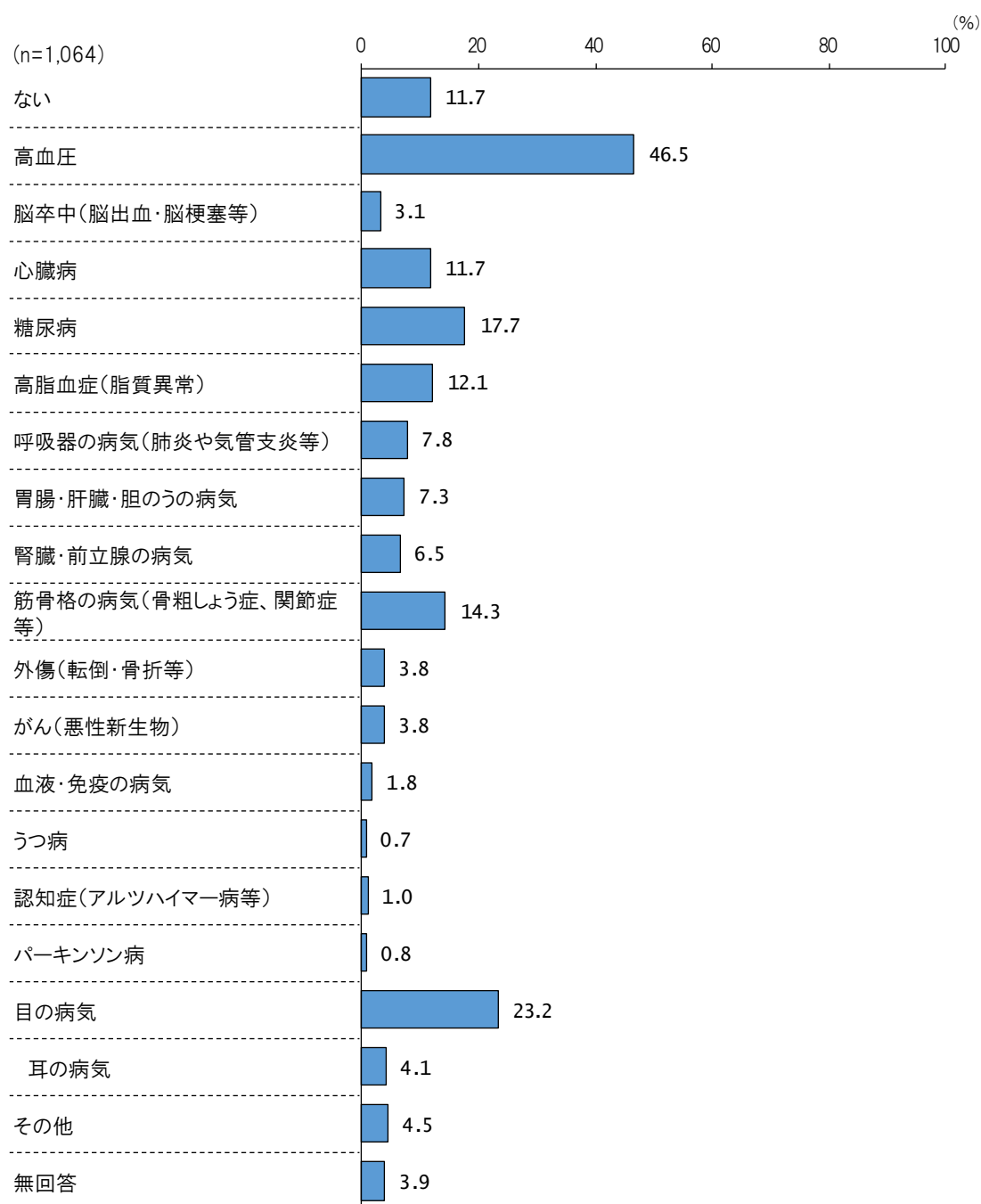
問 82 どの程度通院していますか。

全体でみると、「月 1 回程度」が 46.1%と最も高く、次いで「2 ヶ月に 1 回程度」(29.6%)、「3 ヶ月に 1 回程度」(11.1%)となっています。



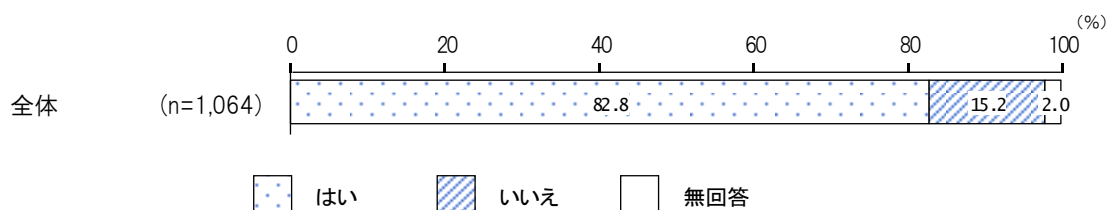
問 83 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「高血圧」が46.5%と最も高く、次いで「目の病気」(23.2%)、「糖尿病」(17.7%)となっています。



問 84 何か薬を飲んでいますか。

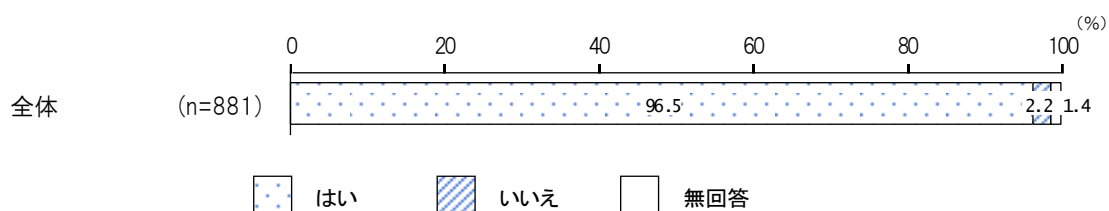
全体でみると、「はい」が82.8%となっています。



【問 84 で「何か薬を飲んでいる」と回答した方のみ】

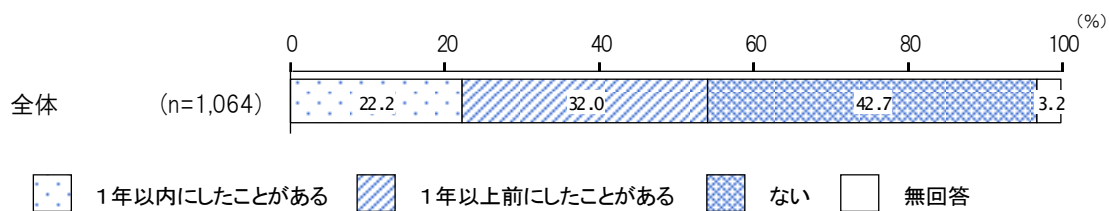
問 85 薬を飲んでいる場合、処方されたとおりに飲めていますか。

全体でみると、「はい」が96.5%となっています。



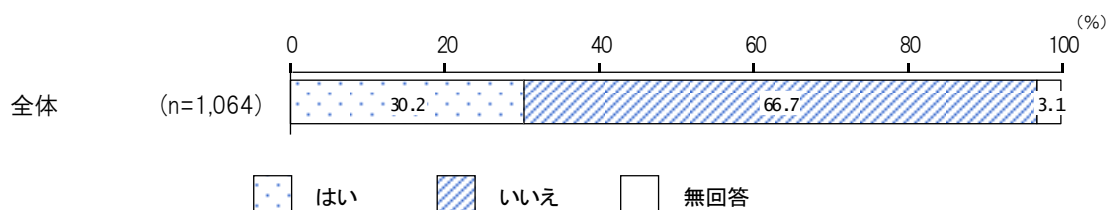
問 86 これまでに骨粗しょう症検査（骨密度測定）をしたことがありますか。

全体でみると、「1年以内にしたことがある」が22.2%となっています。



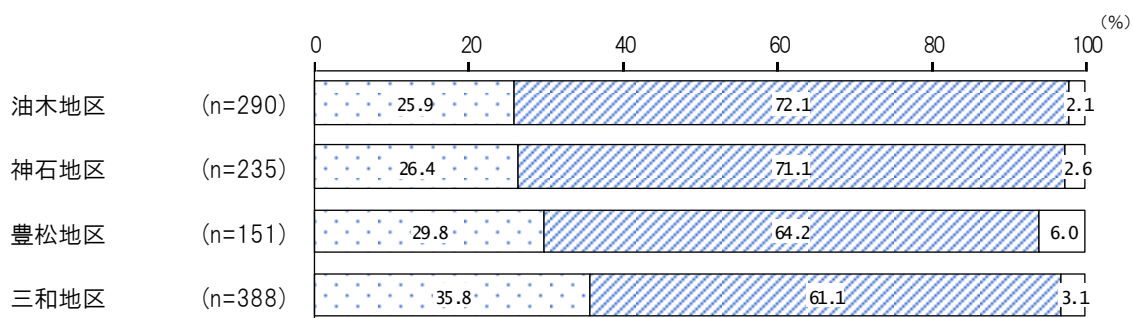
問 87 定期的に、歯科医院に通院していますか。

全体でみると、「はい」が 30.2%となっています。



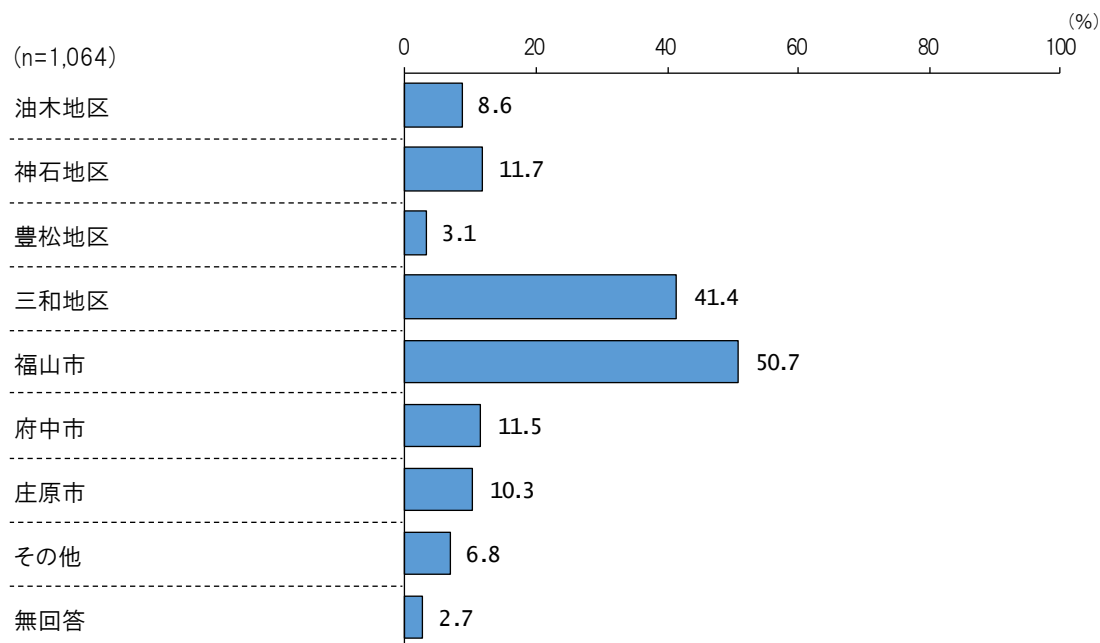
【地区別】

三和地区で「はい」が 35.8%と他の地区よりも 6.0 ポイント以上高くなっています。



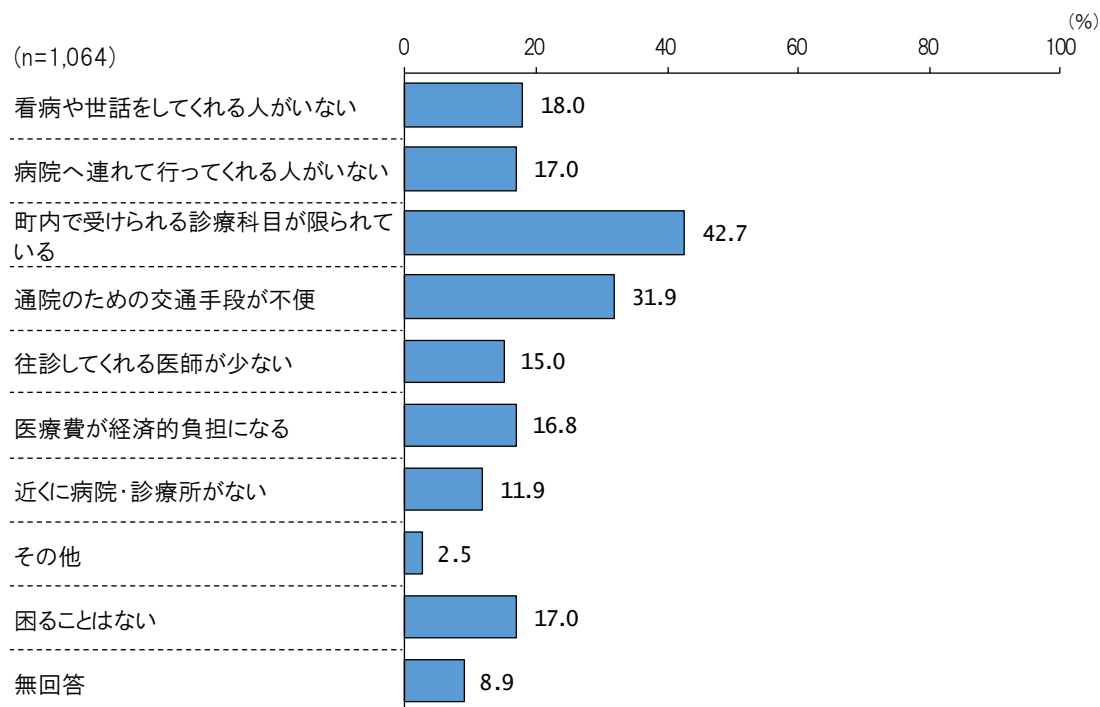
問 88 あなたが主に通院している病院・診療所（歯科を含む）はどこにありますか。（○をいくつでも）

全体でみると、「福山市」が50.7%と最も高く、次いで「三和地区」（41.4%）、「神石地区」（11.7%）となっています。



問 89 現在やこれから先、病気や体調不良の時、どんなことに困りますか。（○をいくつでも）

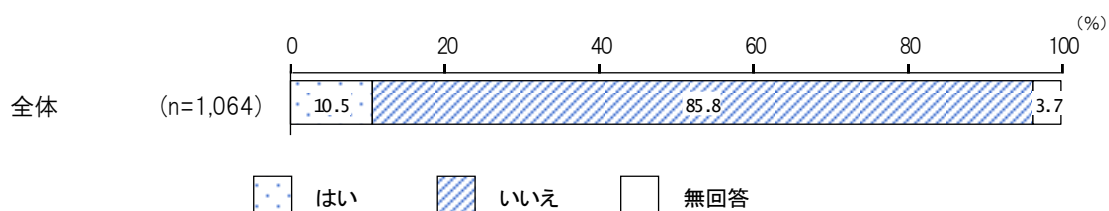
全体でみると、「町内で受けられる診療科目が限られている」が42.7%と最も高く、次いで「通院のための交通手段が不便」（31.9%）、「看病や世話をしてくれる人がいない」（18.0%）となっています。



9 認知症にかかる相談窓口の把握について

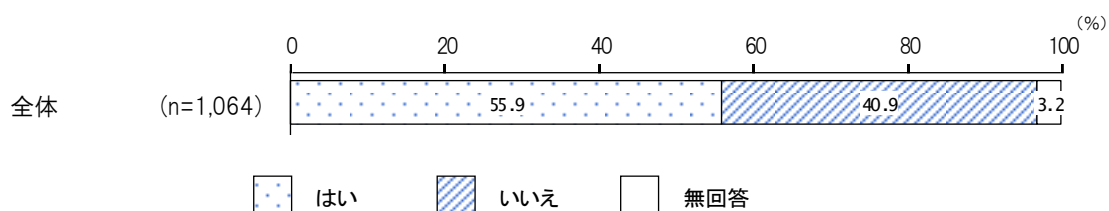
問 90 認知症の症状があるまたは家族に認知症の症状がある方がいますか。

全体でみると、「はい」が10.5%となっています。



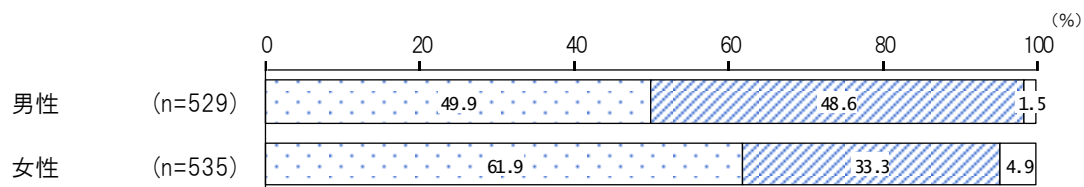
問 91 認知症に関する相談窓口を知っていますか。

全体でみると、「はい」が55.9%となっています。



【性別】

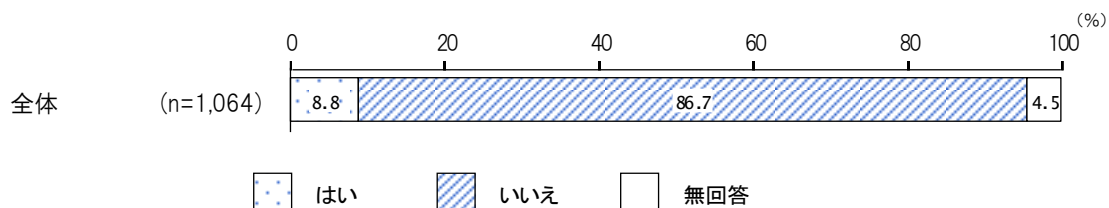
女性で「はい」が61.9%と男性よりも12.0ポイント高くなっています。



10 在宅サービス及び防災について

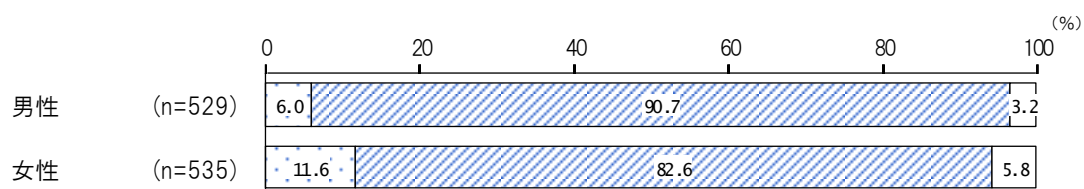
問 92 あなたは、介護サービスを利用していますか。

全体でみると、「利用している」が8.8%となっています。



【性別】

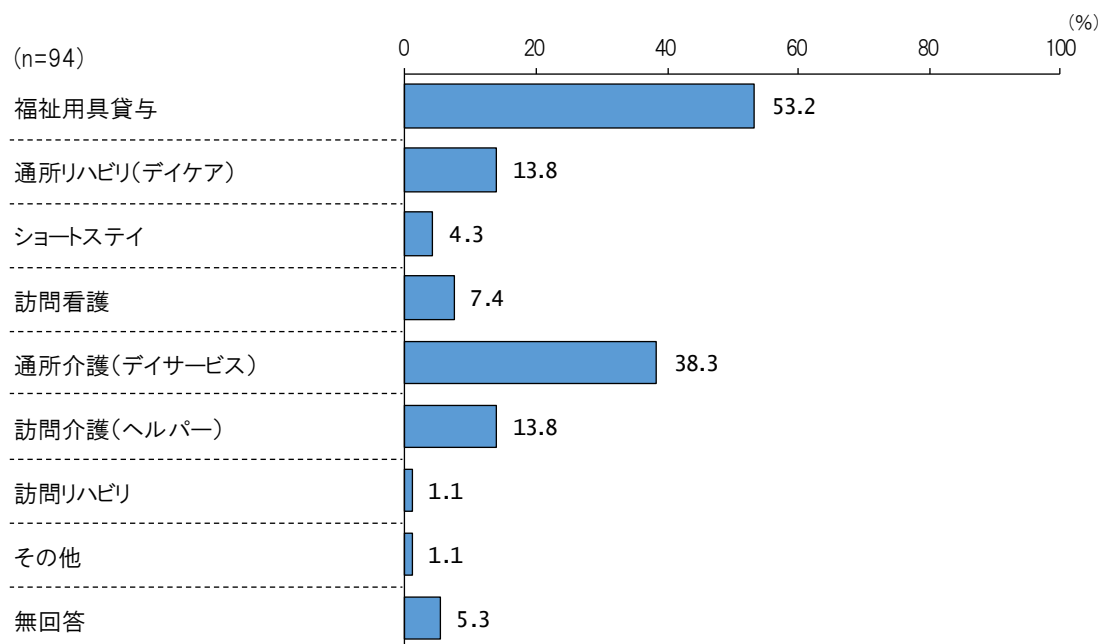
女性で「利用している」が11.6%と男性よりも5.6ポイント高くなっています。



【問 92 で「利用している」と回答した方のみ】

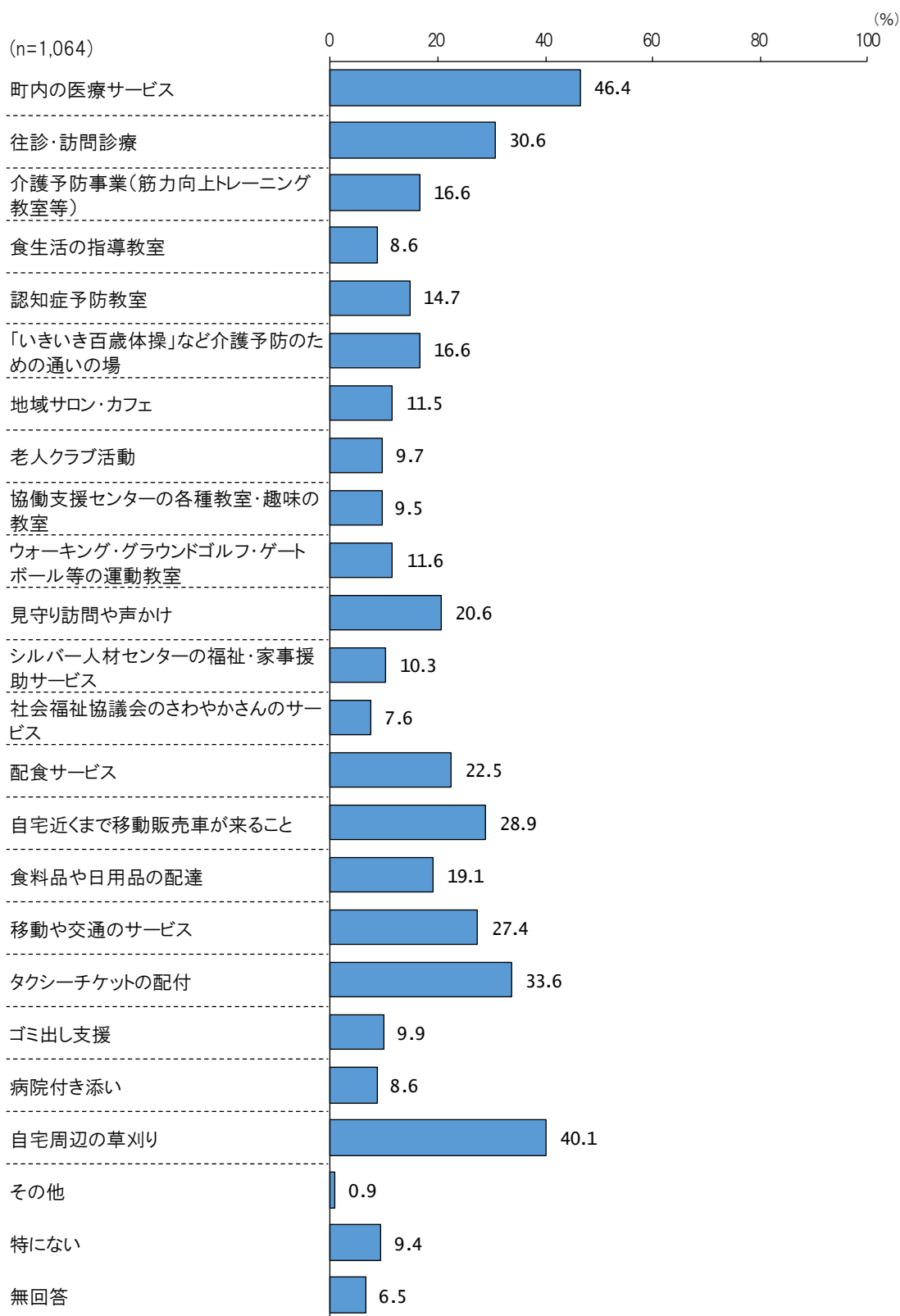
問 93 次の介護サービスを利用していますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「福祉用具貸与」が53.2%と最も高く、次いで「通所介護（デイサービス）」(38.3%)、「通所リハビリ（デイケア）」と「訪問介護（ヘルパー）」が同率で（13.8%）となっています。



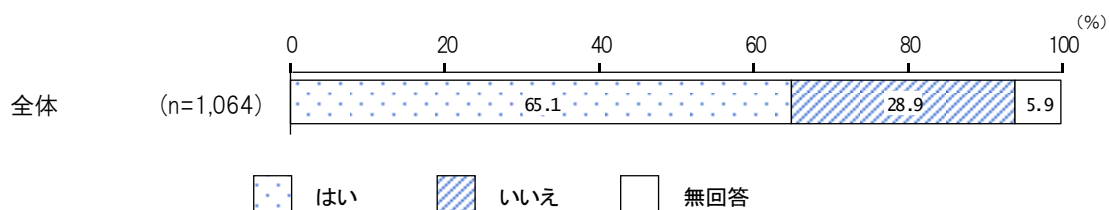
問 94 今後、自宅で暮らし続けるために、どんなサービスや事業（介護保険サービス以外）を利用したいとお考えですか。（○をいくつでも）

全体でみると、「町内の医療サービス」が 46.4%と最も高く、次いで「自宅周辺の草刈り」（40.1%）、「タクシーチケットの配付」（33.6%）となっています。



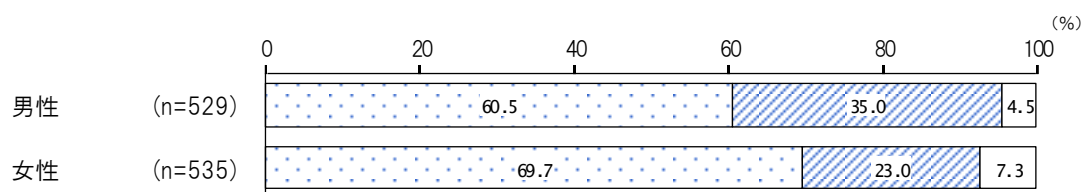
問 95 地震や風水害などの災害時に対し、不安に思うことはありますか。

全体でみると、「はい」が 65.1%となっています。



【性別】

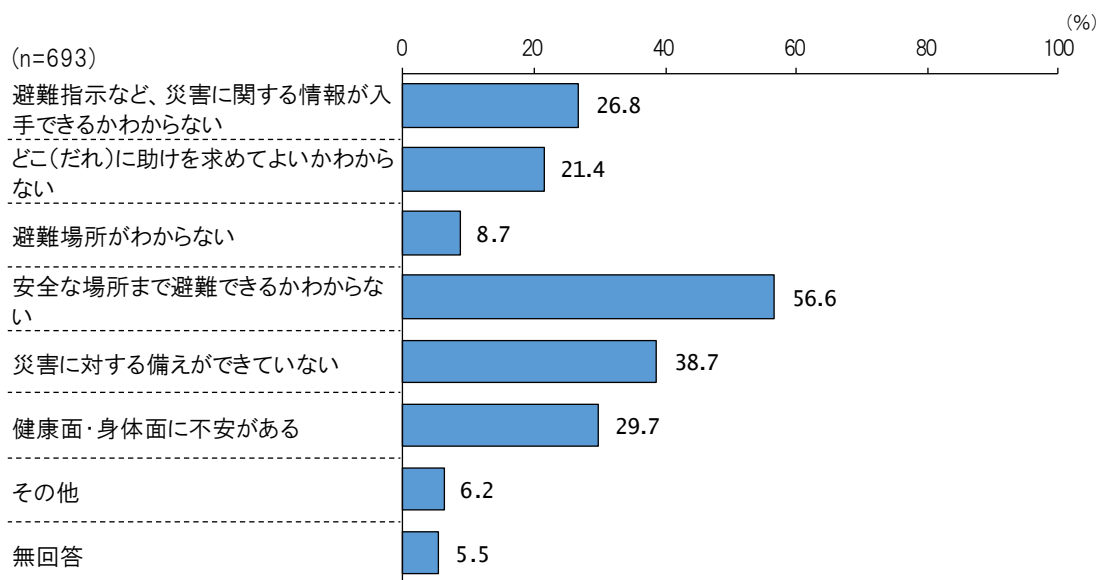
女性で「はい」が 69.7%と男性よりも 9.2 ポイント高くなっています。



【問 95 で「不安に思うことがある」と回答した方のみ】

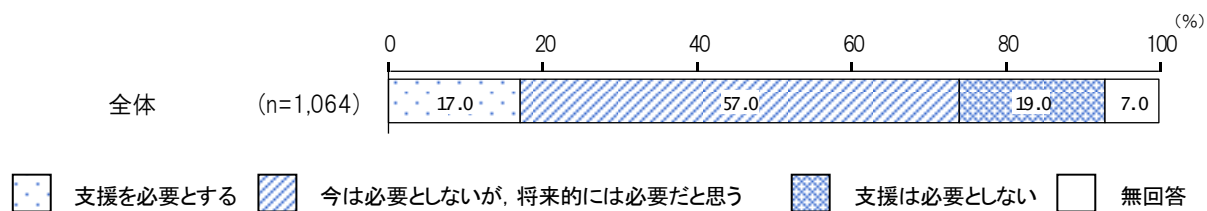
問 96 不安に思うことはどんなことですか。(いくつでも)

全体でみると、「安全な場所まで避難できるかわからない」が 56.6%と最も高く、次いで「災害に対する備えができていない」(38.7%)、「健康面・身体面に不安がある」(29.7%)となっています。



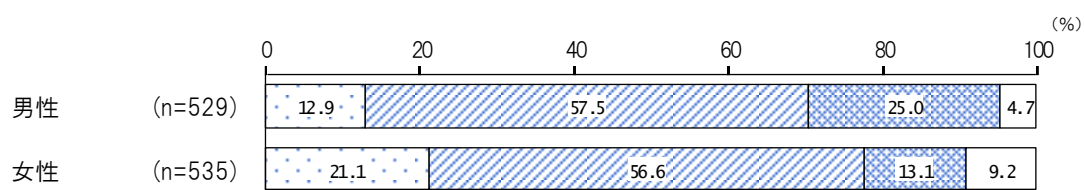
問 97 地震や風水害などの災害時に避難する際、どなたかの支援を必要としますか。

全体でみると、「今は必要としないが、将来的には必要だと思う」が57.0%と最も高く、次いで「支援を必要とする」(17.0%)、「支援は必要としない」(19.0%)となっています。



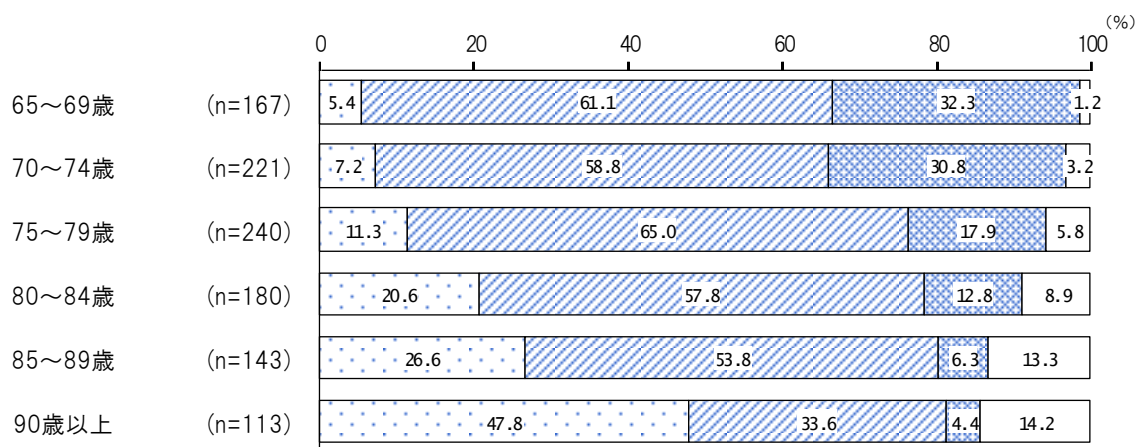
【性別】

女性で「支援を必要とする」が21.1%と男性よりも8.2ポイント高くなっています。



【年齢別】

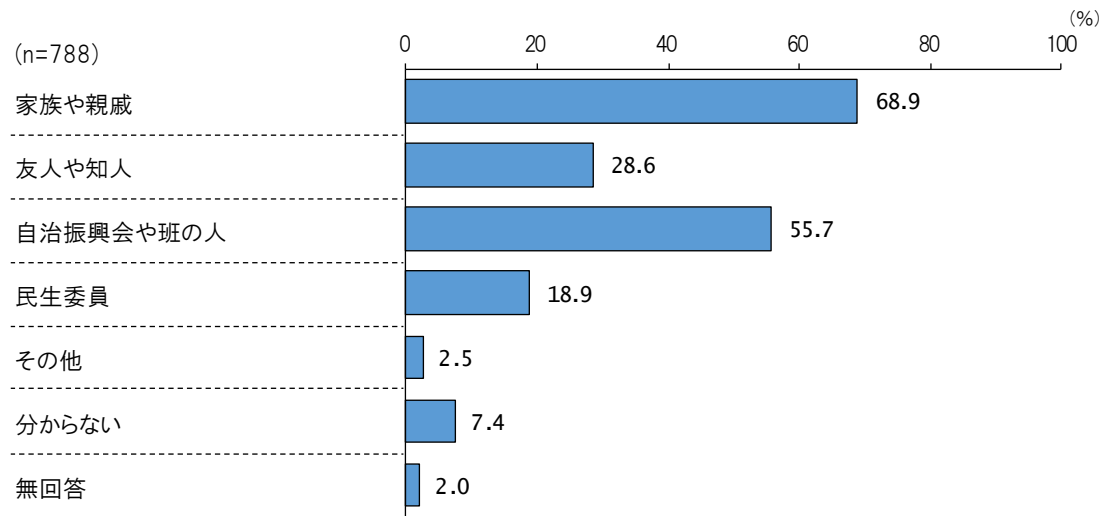
年齢が高くなるにつれ「支援を必要とする」の割合も高くなっています。



【問 97 で「支援を必要とする」または「今は必要としないが、将来的には必要だと思う」と回答した方のみ】

問 98 避難する際に支援を頼める相手はどなたですか。(○をいくつでも)

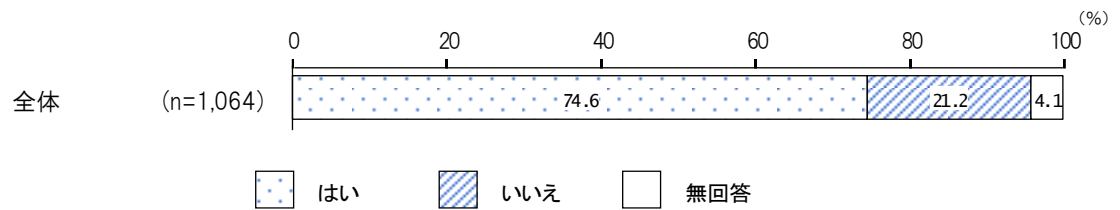
全体でみると、「家族や親戚」が 68.9%と最も高く、次いで「自治振興会や班の人」(55.7%)、「友人や知人」(28.6%)となっています。



11 今後の暮らし方について

問 99 あなたは、現在お住まいの住宅に満足していますか。

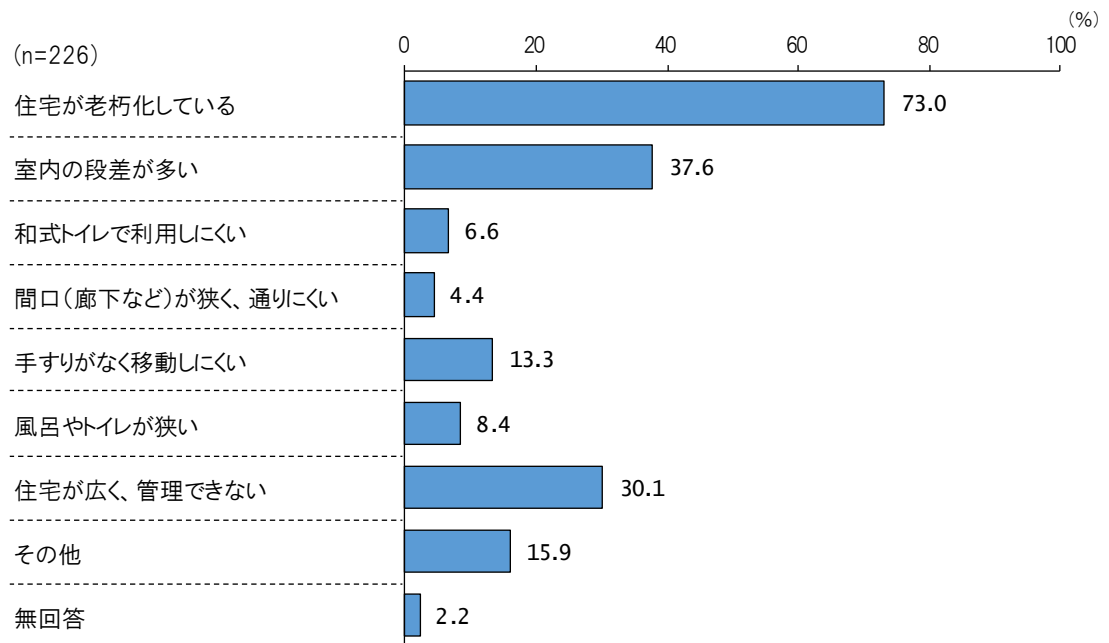
全体でみると、「はい」が74.6%、「いいえ」が21.2%となっています。



【問 99 で「満足していない」と回答した方のみ】

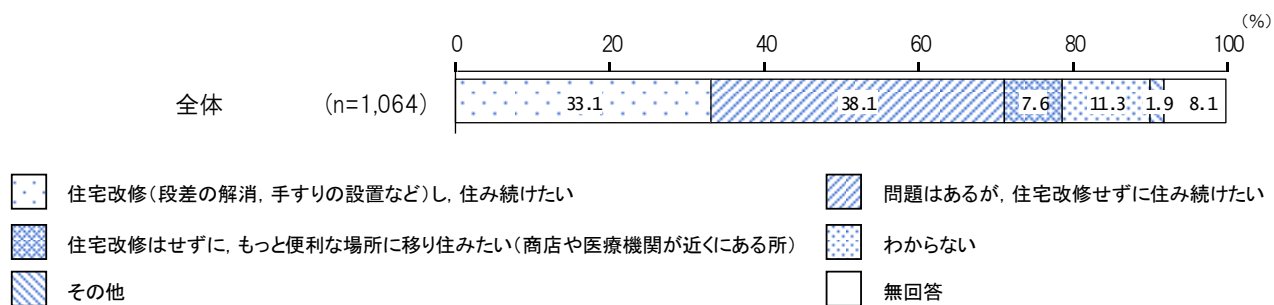
問 100 現在お住まいの住宅にどのような不満がありますか。(○をいくつでも)

全体でみると、「住宅が老朽化している」が73.0%と最も高く、次いで「室内の段差が多い」(37.6%)、「住宅が広く、管理できない」(30.1%)となっています。



問 101 あなたは、今後どのように住みたいとお考えですか。

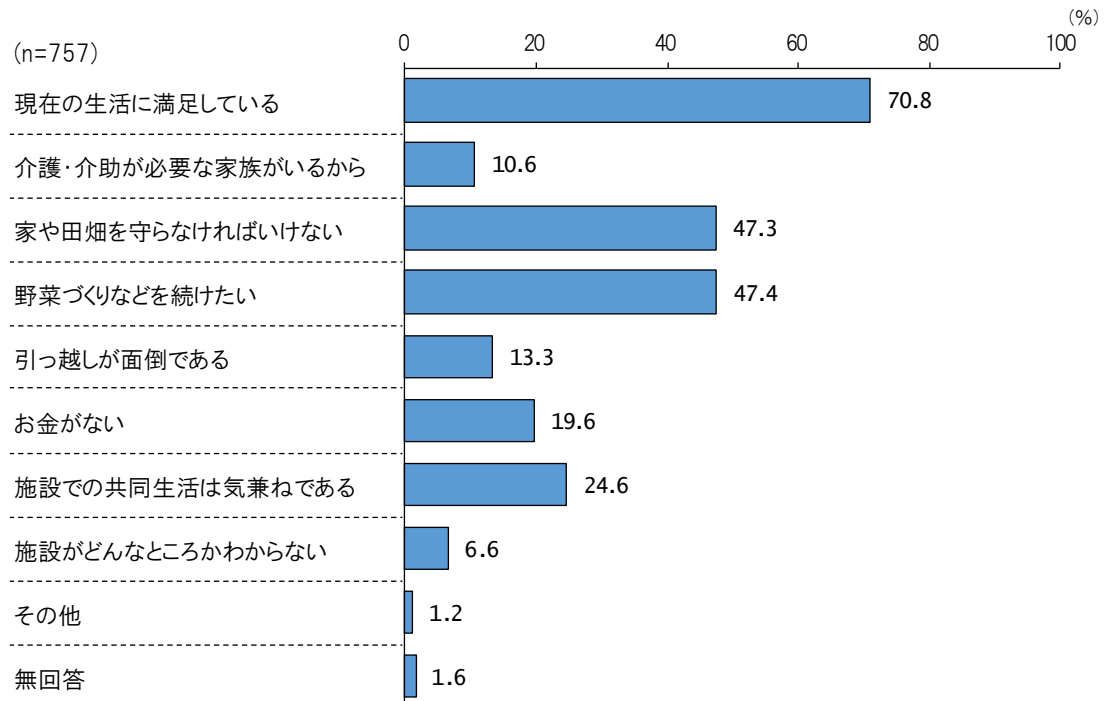
全体でみると、「問題はあるが、住宅改修せずに住みたい」が 38.1%と最も高く、次いで「住宅改修（段差の解消，手すりの設置など）し，住みたい」（33.1%）、「わからない」（11.3%）となっています。



【問 101 で「住宅改修(段差の解消, 手すりの設置など)し, 住み続けたい」または「問題はあるが, 住宅改修せずに住み続けたい」と回答した方のみ】

問 102 自宅に住み続けたい理由は何ですか。(○をいくつでも)

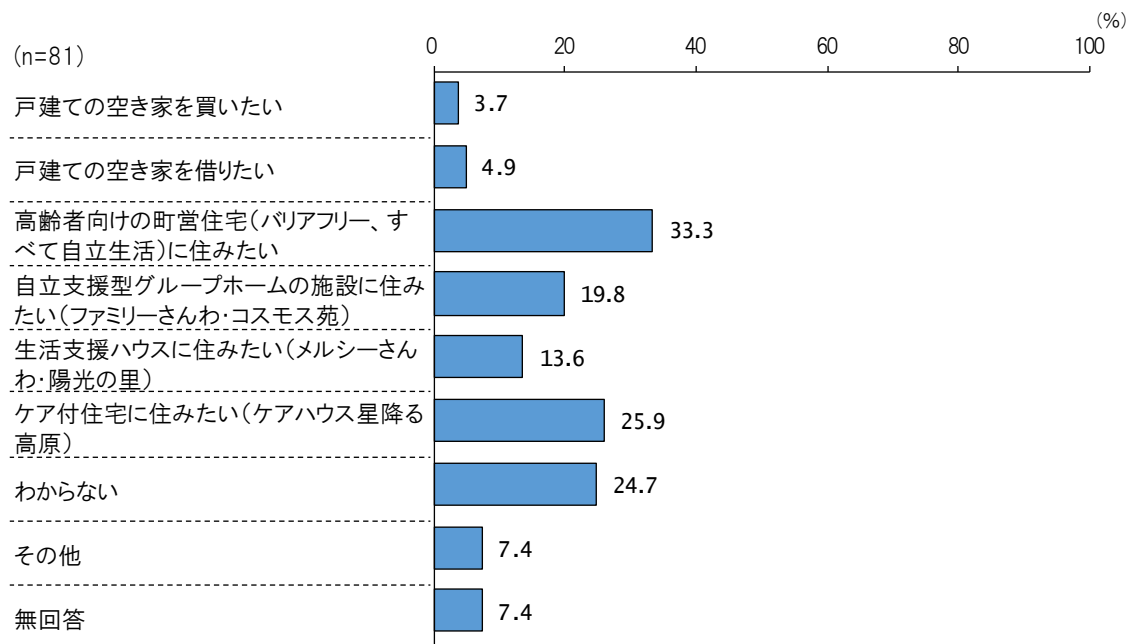
全体でみると、「現在の生活に満足している」が70.8%と最も高く、次いで「野菜づくりなどを続けたい」(47.4%)、「家や田畑を守らなければいけない」(47.3%)となっています。



【問 101 で「住宅改修はせずに、もっと便利な場所に移り住みたい(商店や医療機関が近くにある所)」と回答した方のみ】

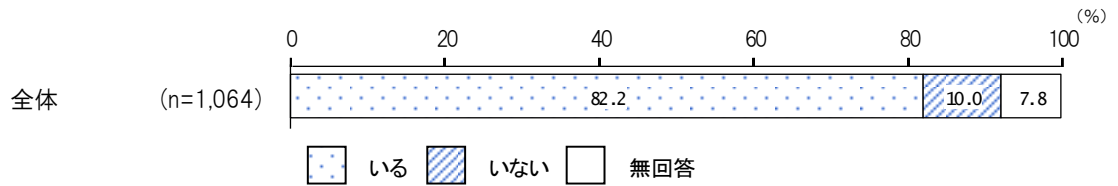
問 103 町内の商店や医療機関が近くにある所で、どのような住宅に住みたいとお考えですか。(○をいくつでも)

全体でみると、「高齢者向けの町営住宅(バリアフリー、すべて自立生活)に住みたい」が33.3%と最も高く、次いで「ケア付住宅に住みたい(ケアハウス星降る高原)」(25.9%)、「わからない」(24.7%)となっています。



問 104 施設や公営住宅などへの入所・入居が必要になった時、連帯保証人になってくれる人がいますか。

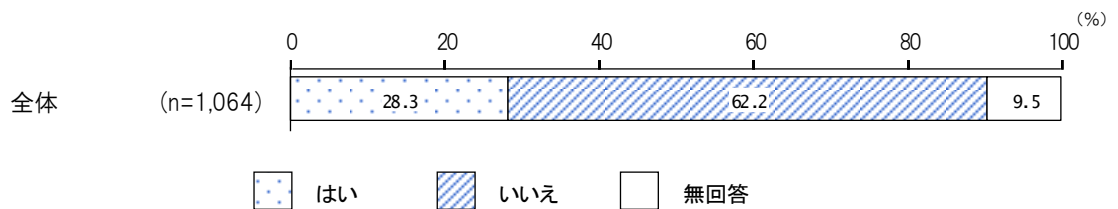
全体でみると、「いる」が 82.2%、「いない」が 10.0%となっています。



問 105 ACP※を知っていますか。

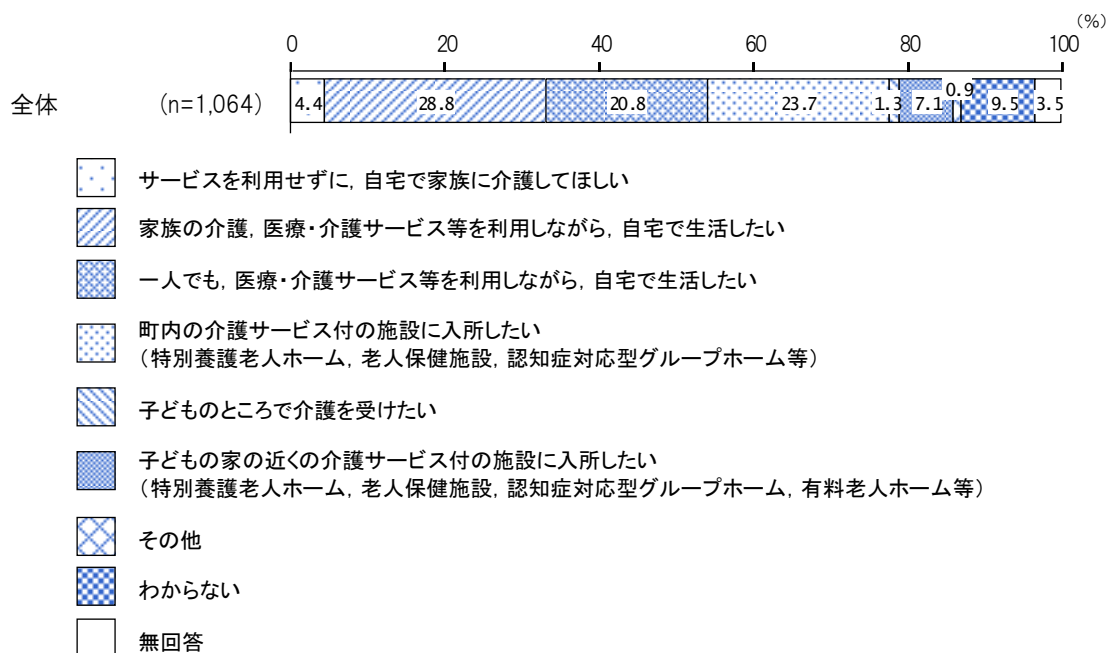
※ACP(アドバンス・ケア・プランニング＝人生会議)：もしもの時のために、自らが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・介護の関係者などと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

全体でみると、「はい」が 28.3%、「いいえ」が 62.2%となっています。



問 106 今後、身体が弱り、介護が必要になった時に、どのような暮らし方を希望されますか。また、既に介護されている方も、希望される暮らし方をお答えください。

全体でみると、「家族の介護、医療・介護サービス等を利用しながら、自宅で生活したい」が 28.8%と最も高く、次いで「町内の介護サービス付の施設に入所したい（特別養護老人ホーム、老人保健施設、認知症対応型グループホーム等）」(23.7%)、「一人でも、医療・介護サービス等を利用しながら、自宅で生活したい」(20.8%)となっています。



第3章 リスク判定に関する分析

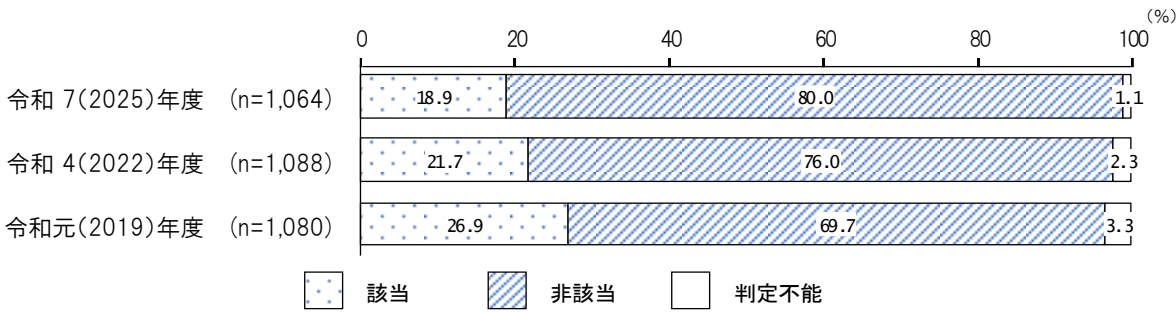
第3章 リスク判定に関する分析

1 リスク判定の結果

(1) 運動器の機能低下

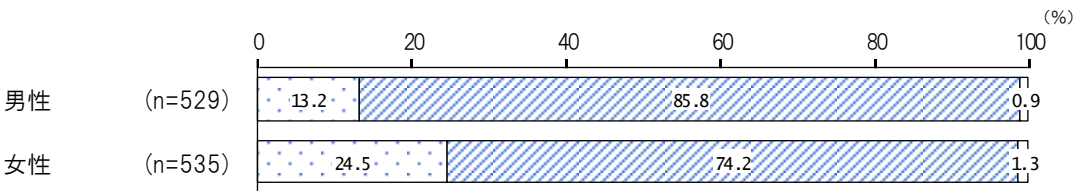
【運動器の機能低下判定】		
下記の5つの設問のうち、3問以上該当する場合、「運動器の機能低下の該当者」として判定。		
設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 12	階段を手すりや壁をつたわずに昇ることができますか。	3. できない
問 13	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がることができますか。	3. できない
問 14	15分位続けて歩くことができますか。	3. できない
問 15	過去1年間に転んだことがありますか。	1. 何度もある 2. 一度ある
問 16	転倒に対する不安は大きいですか。	1. とても不安である 2. やや不安である

全体でみると、「該当」が18.9%となり、前回調査と比較すると2.8ポイント低くなっています。



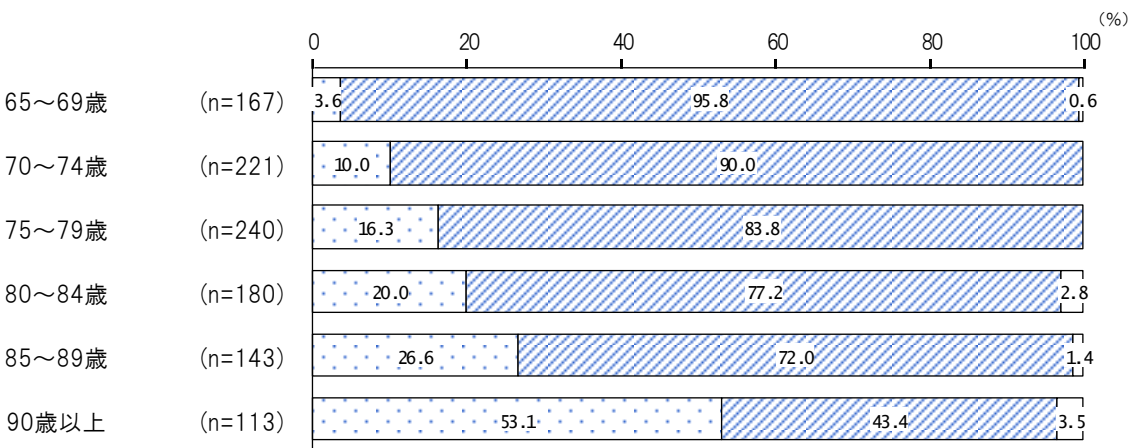
【性別】

女性で「該当」が24.5%と男性よりも11.3ポイント高くなっています。



【年齢別】

90歳以上で「該当」が53.1%と他の年齢よりも26.5ポイント以上高くなっています。年齢が高くなるにつれ「該当」の割合も高くなっています。



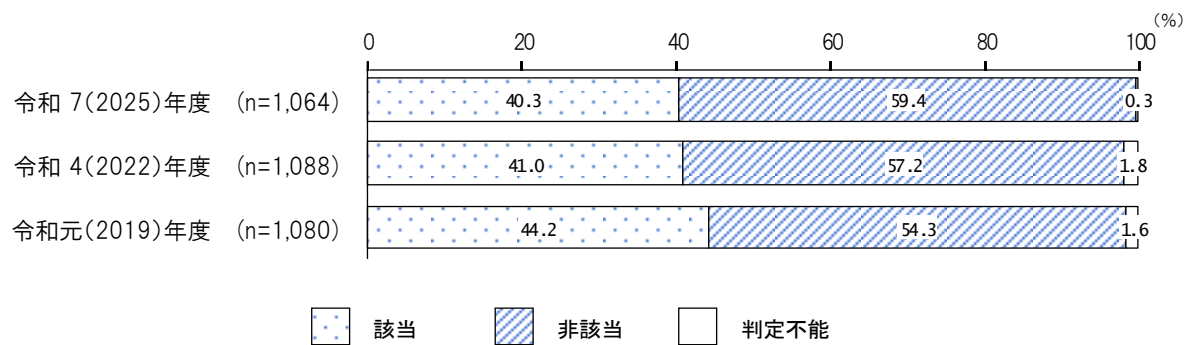
(2) 転倒リスク

【転倒リスク判定】

下記の設問について該当する場合、「転倒リスクの該当者」として判定。

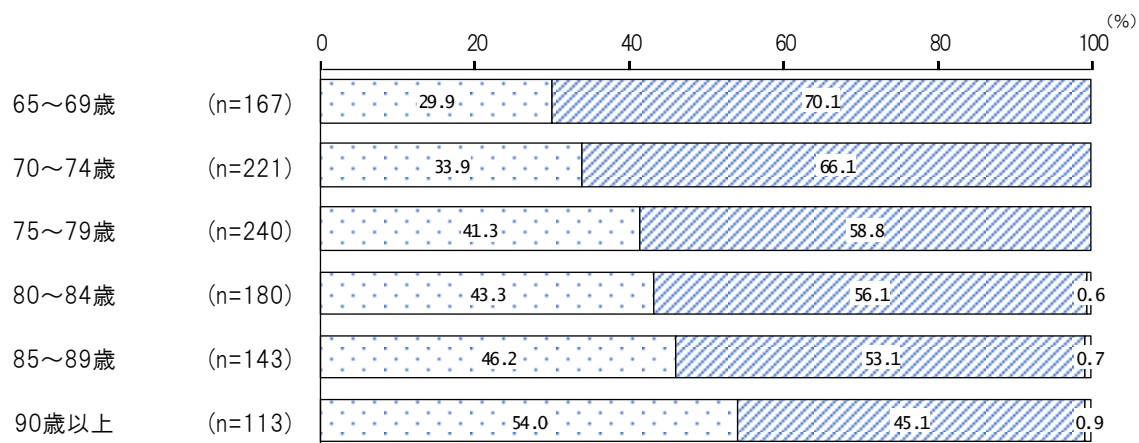
設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 15	過去1年間に転んだことがありますか。	1. 何度もある 2. 一度ある

全体でみると、「該当」が 40.3%となっています。



【年齢別】

90歳以上で「該当」が5割を超えています。



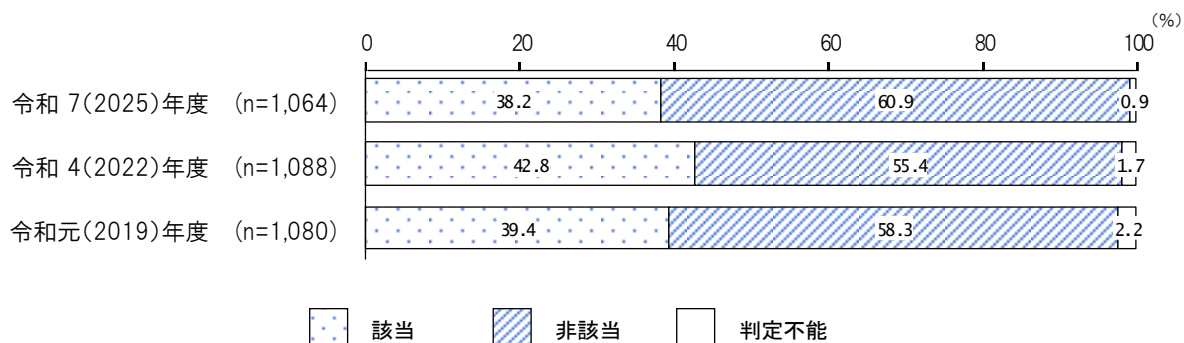
(3) 閉じこもり傾向

【閉じこもり傾向の判定】

下記の設問について該当する場合、「閉じこもり傾向の該当者」として判定。

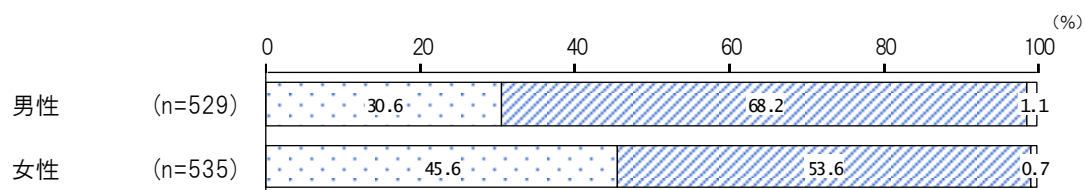
設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 17	週に1回以上は外出していますか。	1. ほとんど外出しない 2. 週1回

全体でみると、「該当」が38.2%%となっています。



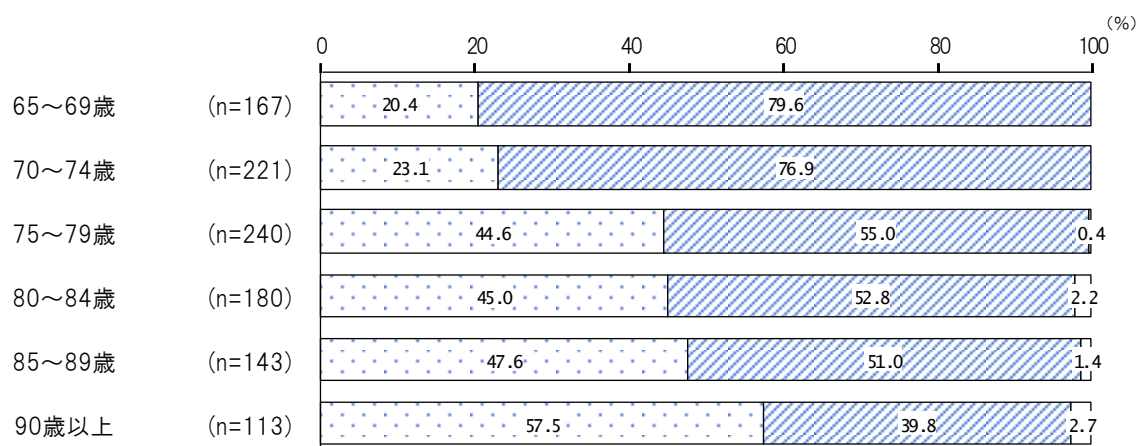
【性別】

女性で「該当」が45.6%と男性よりも15.0ポイント高くなっています。



【年齢別】

年齢が高くなるにつれ「該当」の割合も高くなっています。



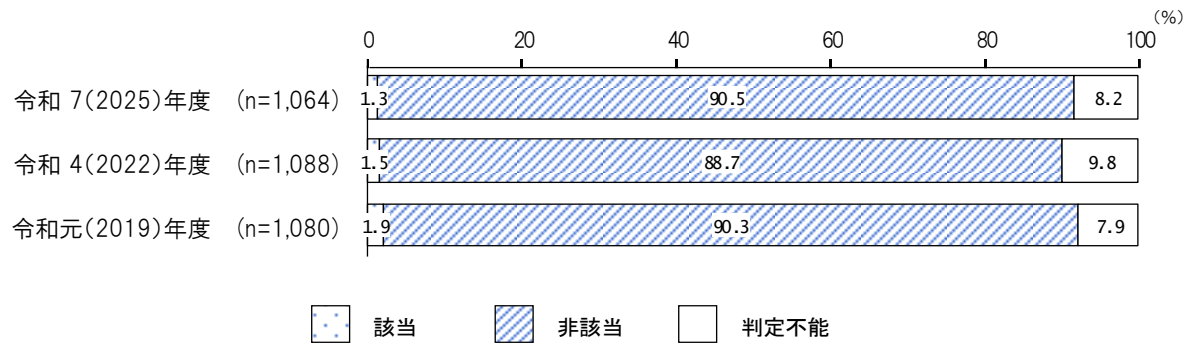
(4) 低栄養状態

【低栄養状態の判定】

下記の設問について該当する場合、「低栄養状態の該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 27	BMI=体重 kg÷身長 m÷身長 m	BMI<18.5
問 35	最近6か月間で2～3kg 以上の体重減少がありましたか。	1. はい

全体でみると、「該当」が 1.3%となっています。



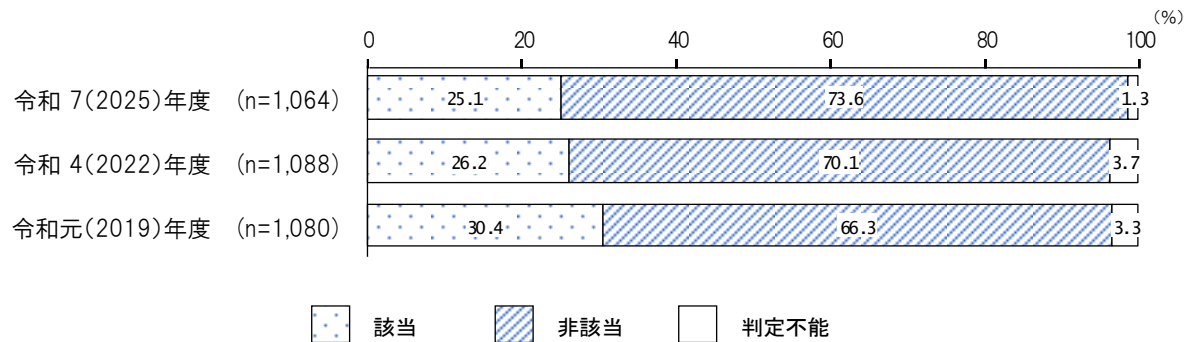
(5) 口腔機能の低下

【口腔機能の低下判定】

下記の3つの設問のうち、2問以上該当する場合、「口腔機能の低下該当者」として判定。

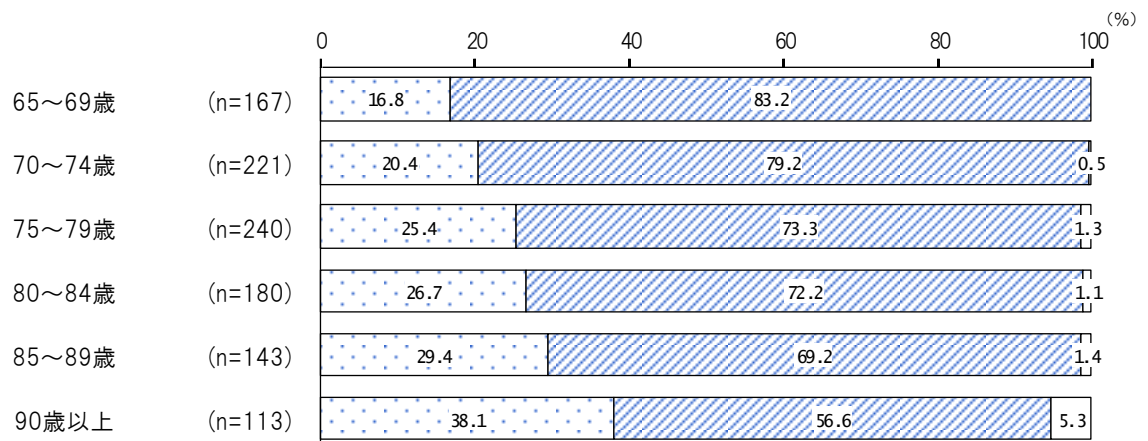
設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 28	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	1. はい
問 29	お茶や汁物等でむせることがありますか。	
問 30	口の渇きが気になりますか。	

全体でみると、「該当」が 25.1%となっています。



【年齢別】

90 歳以上で「該当」が 38.1%と他の年齢よりも 8.7 ポイント以上高くなっています。



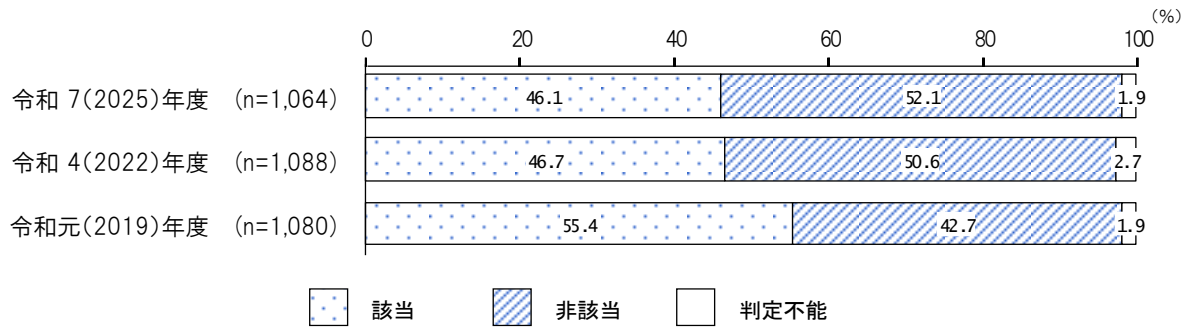
(6) 認知機能の低下

【認知機能の低下判定】

下記の設問について該当する場合、「認知機能の低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 40	物忘れが多いと感じますか。	1. はい

全体でみると、「該当」が 46.1%となっています。



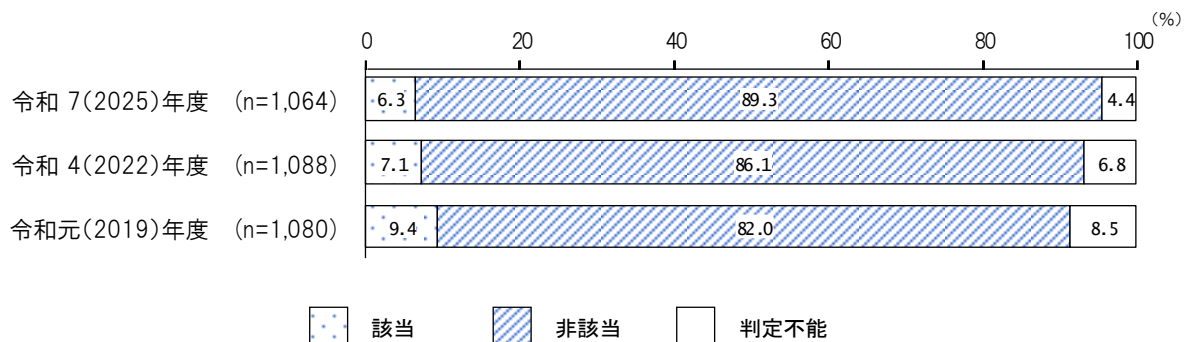
(7) IADL（手段的日常生活動作）の低下

【IADLの低下判定】

下記の各設問に該当した場合を1点とし、5項目の総得点において3点以下を「IADLの低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 45	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)。	1. できるし、している または 2. できるけどしていない
問 46	自分で食品・日用品の買物をしていますか。	
問 48	自分で食事の用意をしていますか。	
問 52	自分で請求書の支払いをしていますか。	
問 53	自分で預貯金のおし入れをしていますか。	

全体でみると、「該当」が 6.3%となっています。



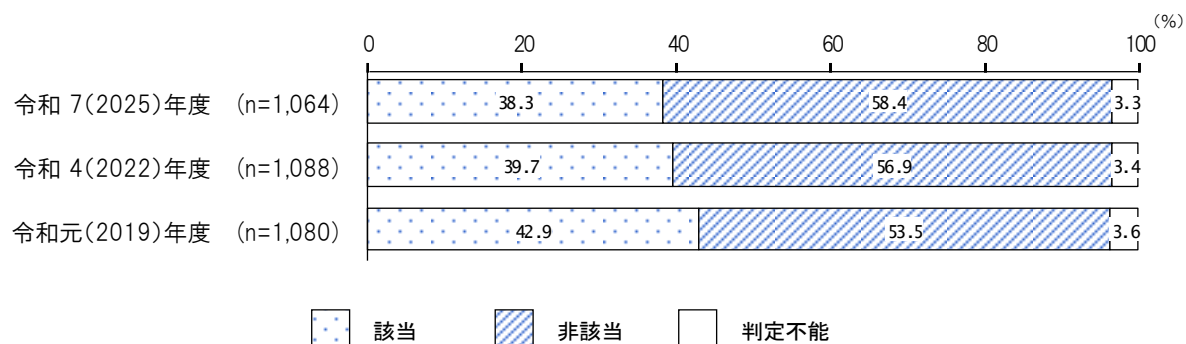
(8) うつ傾向

【うつ傾向の判定】

下記の2つの設問のうち、1問以上該当する場合、「うつ傾向の該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 77	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。	1. はい
問 78	この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。	

全体でみると、「該当」が 38.3%となっています。



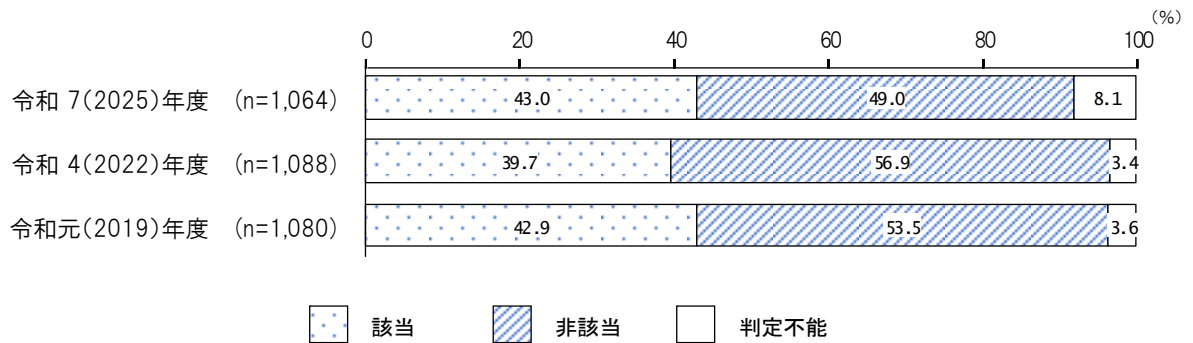
(9) 知的能動性の低下

【知的能動性の低下判定】

下記の各設問に該当した場合を1点とし、4項目の総得点において3点以下を「知的能動性の低下該当者」として判定。

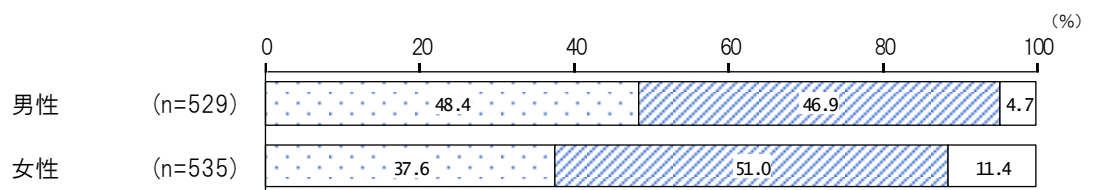
設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 56①	年金などの書類(役所や病院などに出す書類)が書けますか。	1. はい
問 56②	新聞を読んでいますか。	
問 56③	本や雑誌を読んでいますか。	
問 56④	健康についての記事や番組に関心がありますか。	

全体でみると、「該当」が 43.0% となっています。



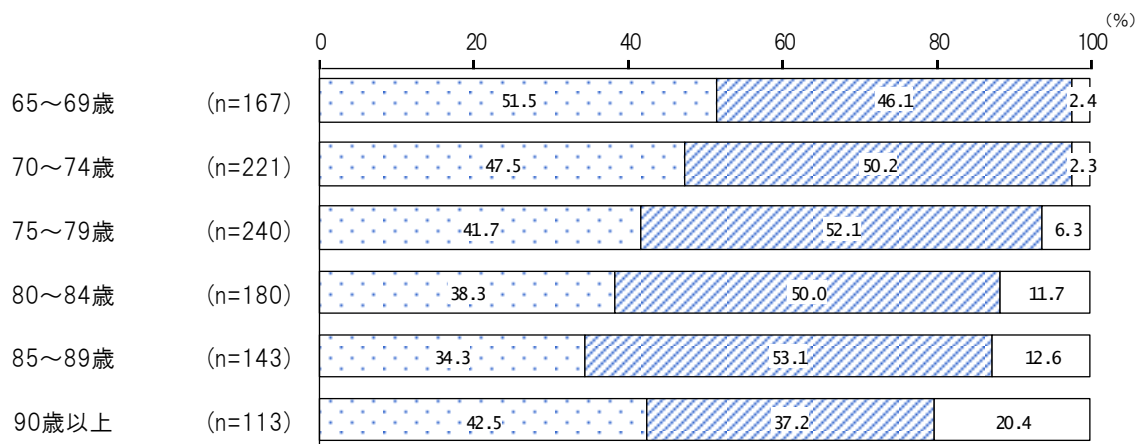
【性別】

男性で「該当」が 48.4% と女性よりも 10.8 ポイント高くなっています。



【年齢別】

65～69 歳で「該当」が 51.5% と最も高くなっています。



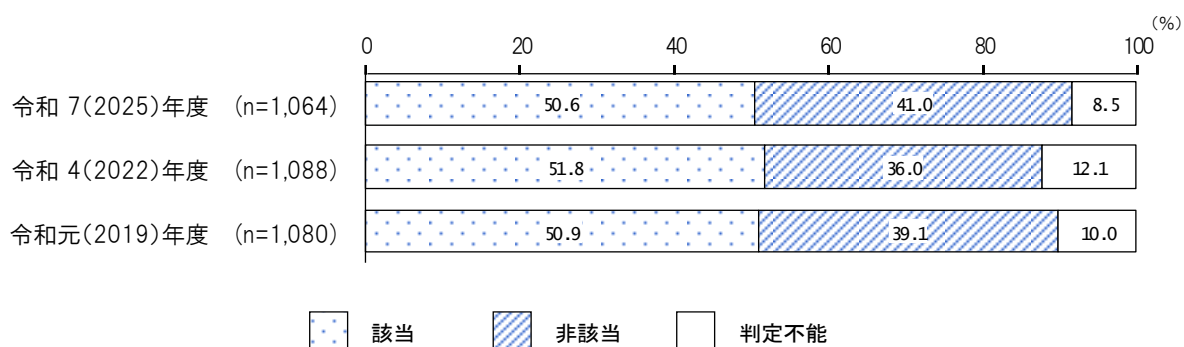
(10) 社会的役割の低下

【社会的役割の低下判定】

下記の各設問に該当した場合を1点とし、4項目の総得点において3点以下を「社会的役割の低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問 56⑤	友人の家を訪ねていますか。	1. はい
問 56⑥	家族や友人の相談にのっていますか。	
問 56⑦	病人を見舞うことができますか。	
問 56⑧	若い人に自分から話しかけることがありますか。	

全体でみると、「該当」が50.6%となっています。



第4章 総括

第4章 総括

1 あなたのご家族や生活状況について

家族構成では「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が31.4%と最も多く、次いで「1人暮らし」が26.6%となっており、高齢者のみの世帯が全体の約6割を占めています。特に80歳代以上では1人暮らしの割合が3割を超えており、急病時や緊急時の対応、孤立防止が大きな課題です。また、日中に一人になる時間が「よくある」「たまにある」を合わせると7割を超え、生活のなかでの見守り機能の重要性が示唆されています。経済状況については、「大変苦しい」と「やや苦しい」を『経済的に苦しい』とすると、約3割の世帯が『経済的に苦しい』と感じており、物価高騰等の影響も含め、安定した生活基盤の維持に向けた支援が求められます。居住形態は持家（一戸建て）が95.2%と圧倒的に多い反面、今後の維持管理や修繕といった負担が、将来的な在宅生活継続における潜在的な不安要素となっていることが推察されます。

2 からだを動かすことについて

身体機能については、年齢とともに階段の昇降や椅子からの立ち上がりには支障をきたす割合が増加しており、特に90歳以上では半数以上が階段昇降に困難を感じています。転倒経験者は約4割にのぼり、転倒に対する不安を抱える人は6割を超えています。この不安が外出を控える一因となっており、その理由は「足腰の痛み」が最多です。外出機会の減少は、筋力低下を招く「負の循環」を生む恐れがあります。また、移動手段として自動車の運転（自分で運転）が73.3%と高く、免許返納を考えている層も約4割存在するなか、返納後の移動手段の確保（タクシー利用の支援等）が、外出頻度を維持するための喫緊の課題です。日頃の運動習慣として「何もしていない」層が25.3%存在することから、痛みのケアと並行して、無理なく継続できる運動機会の提供や、外出の動機付けとなる場づくりが重要です。

3 食べることについて

食生活と口腔機能については、約3割の人が「半年前に比べて固いものが食べにくくなった」「お茶や汁物でむせることがある」と回答しており、口腔機能低下（オーラルフレイル）の兆候が見られます。「フレイル」という言葉の意味まで知っている人は43.1%に留まり、特に男性では「知らない」人が4割を超えています。低栄養や身体機能低下の入り口となる口腔機能への関心を高める啓発が不可欠です。また、食生活改善の課題として「弁当・惣菜店の充実」や「食材の買物支援」を挙げる声が多く、独居世帯の増加に伴い、買い物困難者への対策が求められます。共食の機会については「毎日ある」人が約6割である一方、女性においてその割合が低い傾向にあります。今後は、栄養バランスの確保だけでなく、共食による社会的交流を促進する仕組みづくりが、心身の健康維持に向けた課題です。

4 毎日の生活について

認知機能や日常生活の意欲については、46.1%が物忘れを自覚しており、30.2%が日付の感覚に不安を抱いています。一方で、半数以上の人々が認知症予防のために「適度な運動」や「日記をつける」などの対策を実践しており、予防に対する意識の高さがうかがえます。生活の意欲面では、趣味や生きがいを持つ人が多い反面、「思いつかない」とする人も一定数みられます。また、成年後見制度の認知度は7割を超えていますが、内容までの理解や具体的な準備には至っていない層が存在することが推察されます。金銭管理や書類作成に不安を感じた際の相談先として「家族・親族」が9割を超えていることから、身近に頼れる親族がいない世帯に対し、権利擁護や地域での公的な見守り・支援体制をいかに構築していくかが、今後の重要な課題となります。

5 地域での活動について

地域活動への参加状況は、「収入のある仕事」への定期的な参加が最も多く、次いで「自治振興会・班会」となっています。一方で、ボランティアや老人クラブ、趣味のサークル等の活動に参加していない層は4~5割にのびります。地域づくりの活動に対し、参加意向を持つ人は6割を超えており、潜在的な活動ニーズは高いと言えます。特に「参加してみたい」という層と実際の参加率との乖離を埋めるための、きっかけ作りや情報提供が課題です。また、企画・運営などの担い手側としての参加意向も約4割あります。今後は、現役引退後の層が持つスキルや経験を地域活動につなげる仕組みづくりや、多様な活動メニューの開発が求められます。住民が主体的に関われる場を増やすことで、生きがいの創出と地域コミュニティの活性化を同時に図っていくことが重要な課題です。

6 就労について

就労状況については、すでに仕事を「引退した」人が44.2%である一方、「常勤」が7.1%、「非常勤（パート・アルバイト）」が16.0%、「自営業」が22.6%存在し、約4割半の人が何らかの形で就業を継続しています。これは地域経済や担い手としての大きな活力となっている反面、高齢期における就労は健康状態に左右されやすいという側面もあります。引退後の期間が5年未満の層が最も多いことから、引退直後の層をいかに地域活動やボランティア等の新たな「役割」につなげていくかが、閉じこもり防止や社会参画の観点から重要です。また、働く理由として、生きがいや社会貢献だけでなく、経済的な維持を目的とする層も一定数存在すると推察されます。高齢者が健康を維持しながら、その経験やスキルを地域内で活かし続けられる多様な就労・活動機会の確保と、それを支える健康管理支援が継続的な課題となります。

7 たすけあいについて

相談相手や互助の状況については、悩み事の相談先として「配偶者」や「別居の子ども」といった家族を挙げる人が多く、家族中心の支え合いが機能しています。しかし、家族や友人以外で相談できる相手が「いない」と回答した人が 28.7% 存在することは、地域からの孤立リスクを示唆しており、大きな課題です。近隣とのたすけあいに関しても、心配事を聞いてくれる相手として「近隣」を挙げる人は 15.7% に留まっています。また、病気で寝込んだ際の看病を「配偶者」に頼る人が 5 割を超える一方で、配偶者自身も高齢である「老老介護」の状態が多く含まれると考えられます。今後は、公的な相談窓口である地域包括支援センターや民生委員の認知・活用をさらに広めるとともに、家族だけに過度な負担がかからないよう、地域住民や専門機関が連携して高齢者を支える「地域共生社会」の実現に向けた基盤整備が強く求められます。

8 健康について

健康状態については、約 8 割が定期的に健診を受診し、自身の健康状態を「よい」と感じていますが、高血圧をはじめ、目の病気や糖尿病など、何らかの持病を抱えながら生活しているのが実態です。通院先として「福山市」が半数を超えており、町外の医療機関への依存度が高いことが浮き彫りになりました。町内で受けられる診療科目の限定や、通院のための交通手段の不便さが主な不安要因となっており、医療資源の確保と移動支援の連動が不可欠です。精神面では、約 3 割が気分の沈みやゆううつさを感じており、特に 90 歳以上でその傾向が顕著です。身体的な疾患への対応だけでなく、加齢に伴う喪失感や孤独感に寄り添うメンタルヘルスケア、並びに趣味や社会参加を通じた心理的な充足感を高めるアプローチが、健康長寿を実現するための課題です。

9 認知症にかかる相談窓口の把握について

認知症に関する状況については、本人や家族に認知症の症状がある割合は約 1 割となっています。相談窓口の認知度は 55.9% であり、依然として 4 割以上の人が「知らない」と回答している点は大きな課題です。特に男性や、実際に症状に直面していない層において認知度が低い傾向にあります。認知症は早期発見・早期対応がその後の生活の質を大きく左右するため、症状が現れてから探すのではなく、日頃から「どこに相談すればよいか」を周知徹底する継続的な広報活動が必要です。また、相談窓口を知っている人であっても、実際に足を運ぶ心理的ハードルは高いと推察されます。今後は、地域住民が日常的に利用するサロンや交流の場において、専門職がアウトリーチ（出向く支援）を行うなど、相談しやすい環境整備とともに、異変に気づいた際に速やかに専門機関へつなぐことができるネットワークの構築が求められます。

10 在宅サービス及び防災について

介護サービスの利用率は8.8%であり、福祉用具貸与や通所介護（デイサービス）が主な利用内容となっています。今後の在宅生活継続のために必要なサービスとして、医療サービスの充実に加え、「自宅周辺の草刈り」や「移動販売」、「配食サービス」といった、日常生活の細かな困りごとへの支援を求める声も挙がっています。これらは公的な介護保険サービスだけでは対応しきれない領域であり、住民組織やシルバー人材センター等による生活支援体制の拡充が課題です。防災面では、6割以上の人が災害時に不安を感じており、特に「安全な場所まで避難できるか」が最大の懸念事項となっています。避難時に支援を必要とする人は潜在的に多く、避難行動要支援者名簿の活用や、近隣住民による具体的な安否確認・避難誘導体制を、地区ごとに平時から構築しておくことが重要です。

11 今後の暮らし方について

今後の居住意向については、約7割が現在の住宅に満足している一方で、不満を持つ層の7割以上が「住宅の老朽化」を挙げています。また、「室内の段差」や「管理のしにくさ」も課題となっており、在宅生活を続ける上での住環境整備（住宅改修）の必要性が高いことが示されています。身体機能が低下した際も「自宅で生活したい」と願う人が約半数にのぼる一方で、町内の施設入所を希望する層も約4分の1存在します。自宅継続を希望する理由として「現在の生活への満足」に加え、「家や田畑を守る」という責任感が挙げられている点が本町の特徴です。人生の最終段階における医療・ケアについて話し合う「ACP（人生会議）」の認知度は28.3%と低く、本人の望む暮らしを最期まで支えるためには、住宅改修支援、多様な住まいの選択肢の提示、そして意思決定を支援する普及啓発活動を一体的に進めていく必要があります。

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査票

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

調査のお願い

町では、高齢者の生活を支援するために保健福祉サービスの実施、介護サービス基盤の充実と介護保険制度を円滑に実施するため、高齢者福祉と介護保険の計画を策定し事業を進めていますが、令和8年度は、この計画の見直しを行うこととしております。

この計画がみなさま方のご意見をふまえたものとなるよう、在宅の65歳以上の方（令和7年12月1日現在で町内約1,800人の方を抽出）等を対象として、アンケート調査を実施させていただくこととしました。

なお、施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設等）入所または入院されている方の家にこの調査票が届いた場合は、提出の必要はありません。

お忙しい中、お手数をおかけしますが調査にご協力いただきますよう、よろしくお願い致します。

令和8年1月7日

神石高原町長

<記入にあたってのお願い>

- 1 この調査は、現在の状況でお答えください。なお、ご本人にお答えいただけない場合は、ご本人の意向をふまえ、主な介護者の方などがお答えください。
- 2 該当項目（該当番号）に○をつけてください。○の数は、質問によって異なりますので、質問をよく読んでお答えください。また、（ ）内には具体的に記入してください。
- 3 質問は問1から順番に答えていただきますが、→ で質問番号が示してある回答に○をつけた場合は、その質問番号に進んでください。
- 4 この調査で使う用語の意味は次のとおりです。
介護…介護保険のサービスを受けている場合のほか、認定を受けていない場合でも、
常時ご家族などの援助を受けている状態
介助…ご自分の意思により、一時的に他人に援助を頼んでいる状態

<調査票の回収について>

ご記入いただきました調査票は、返信用封筒に入れて令和8年1月31日（土）までにご投函ください。

<調査のお問い合わせ先>

この調査に関して分からないことがありましたら、何でもお気軽におたずねください。

神石高原町 福祉課 介護保険係（電 話 89-3535）
（FAX 85-3541）

個人情報の保護および活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。

なお、この調査票のご返送をもちまして、次にご同意いただいたものと見させていただきます。

【個人情報の保護および活用目的について】

- この調査で得られた情報につきましては、町による介護保険事業計画策定及び効果評価、高齢者施策実施の目的以外には利用いたしません。また当該情報については、神石高原町役場内で適切に管理いたします。
- ただし、介護保険事業計画策定時及び効果評価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・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。

問1 記入される方は、どなたですか。

<○を1つ>

1 本人

2 本人以外

1 あなたのご家族や生活状況について

問2 ①については、現在の年齢をお書きください。また、②～④の各質問について、それぞれ1つに○をつけてください。

① 年 齢	歳
② 性 別	1 男性 2 女性
③ 住まい	1 油木地区 2 神石地区 3 豊松地区 4 三和地区
④ 要支援・要介護度	1 介護認定を受けていない 2 事業対象者 3 要支援1 4 要支援2 5 要介護1 6 要介護2 7 要介護3以上

問3 家族構成をお答えください。

<○を1つ>

- | | |
|---------------------|--------------|
| 1 1人暮らし | → 問6へお進みください |
| 2 夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上） | → 問5へお進みください |
| 3 夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下） | |
| 4 息子・娘との2世帯 | → 問4へお進みください |
| 5 その他 | |

問4 問3で「4」「5」に○をつけた方におたずねします。

同居されている方はどなたですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも>

- | | | | |
|-------------|---------|-----|---------|
| 1 配偶者（夫・妻） | 2 息子 | 3 娘 | 4 子の配偶者 |
| 5 孫 | 6 兄弟・姉妹 | 7 親 | |
| 8 その他（具体的に： | | | ） |

問5 問3で「2」「3」「4」「5」に○をつけた方におたずねします。

日中、一人になることがありますか。

<○を1つ>

- | | | |
|--------|---------|------|
| 1 よくある | 2 たまにある | 3 ない |
|--------|---------|------|

問6 全員の方におたずねします。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。

<○を1つ>

- | | |
|--|---------------|
| 1 介護・介助は必要ない | → 問10へお進みください |
| 2 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない | → 問7へお進みください |
| 3 現在、何らかの介護・介助を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護・介助を受けている場合も含む） | |

問7 問6で「2」または「3」に○をつけた方におたずねします。

介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも>

- | | | |
|-------------------|----------------|-------------|
| 1 脳卒中（脳出血・脳梗塞等） | 2 心臓病 | 3 がん（悪性新生物） |
| 4 呼吸器の病気（肺気腫・肺炎等） | 5 関節の病気（リウマチ等） | |
| 6 認知症（アルツハイマー病等） | 7 パーキンソン病 | 8 糖尿病 |
| 9 腎疾患（透析） | 10 視覚・聴覚障害 | 11 骨折・転倒 |
| 12 脊椎損傷 | 13 高齢による衰弱 | |
| 14 その他（具体的に： | | ） 15 不明 |

問8 問6で「3」に○をつけた方におたずねします。

主にどなたの介護・介助を受けていますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | | |
|-------------|---------|---------------|---------|
| 1 配偶者（夫・妻） | 2 息子 | 3 娘 | 4 子の配偶者 |
| 5 孫 | 6 兄弟・姉妹 | 7 介護サービスのヘルパー | |
| 8 その他（具体的に： | | | ） |

問9 問6で「3」に○をつけた方におたずねします。

主に介護・介助をしている方と同居されていますか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|------|----------|----------|
| 1 同居 | 2 別居（町内） | 3 別居（町外） |
|------|----------|----------|

問10 全員の方におたずねします。

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。

<○を1つ> _____

- | | | |
|------------|------------|-------|
| 1 大変苦しい | 2 やや苦しい | 3 ふつう |
| 4 ややゆとりがある | 5 大変ゆとりがある | |

問11 お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|----------------|----------------|--------|
| 1 持家（一戸建て） | 2 持家（集合住宅） | 3 町営住宅 |
| 4 民間賃貸住宅（一戸建て） | 5 民間賃貸住宅（集合住宅） | 6 借家 |
| 7 その他（具体的に： | | ） |

2 からだを動かすことについて

問12 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問13 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。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問14 15分位続けて歩いていますか。

<○を1つ> _____

- 1 できるし、している 2 できるけどしていない 3 できない

問15 過去1年間に転んだ経験がありますか。

<○を1つ> _____

- 1 何度もある 2 1度ある 3 ない

問16 転倒に対する不安は大きいですか。

<○を1つ> _____

- 1 とても不安である 2 やや不安である
3 あまり不安でない 4 不安でない

問17 週に1回以上は外出していますか。

<○を1つ> _____

- 1 ほとんど外出しない 2 週1回
3 週2～4回 4 週5回以上

問18 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。

<○を1つ> _____

- 1 とても減っている 2 減っている
3 あまり減っていない 4 減っていない

問19 外出を控えていますか。

<○を1つ> _____

- 1 はい → 問20へお進みください
2 いいえ → 問21へお進みください

問20 問19で「1」に○をつけた方におたずねします。

外出を控えている理由は、次のどれですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- 1 病気 2 障害（脳卒中の後遺症等） 3 足腰などの痛み
4 トイレの心配（失禁等） 5 耳の障害（聞こえの問題等） 6 目の障害
7 外での楽しみがない 8 経済的に出られない 9 交通手段がない
10 その他（具体的に： _____)

問26 全員の方におたずねします。

どのようなスポーツや運動をされていますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|--|---------------------|
| 1 散歩・ウォーキング | 2 体操・ストレッチ |
| 3 ゲートボール | 4 グラウンドゴルフ |
| 5 バレーボール・テニスなどの軽い球技 | 6 腹筋・腕立て・ダンベルなど |
| 7 ジョギング | 8 気功・ヨガ |
| 9 パワーリハビリ | 10 通いの場での「いきいき百歳体操」 |
| 11 家での「いきいき百歳体操」（かがやきネット毎日①13：30から②18：30から放送中） | |
| 12 「いきいき体操」（かがやきネット毎日朝7：50から放送中） | |
| 13 その他（具体的に： _____） | 14 何もしていない |

3 食べることについて

問27 身長、体重をお答えください。 身長 cm 体重 kg

問28 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問29 お茶や汁物等でむせることがありますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問30 口の渇きが気になりますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問31 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。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

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

<○を1つ> _____

- | | |
|-----------------------|---------------|
| 1 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用 | → 問33へお進みください |
| 2 自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし | |
| 3 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用 | → 問34へお進みください |
| 4 自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし | |

問33 問32で「1」または「3」に○をつけた方におたずねします。
毎日入れ歯の手入れをしていますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問34 全員の方におたずねします。噛み合わせは良いですか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問35 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問36 1日の食事の回数は何回ですか。

<○を1つ> _____

- | | | | |
|------|------|------|--------|
| 1 1回 | 2 2回 | 3 3回 | 4 4回以上 |
|------|------|------|--------|

問37 自分一人でなく、どなたかと食事をともにする機会はありますか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1 毎日ある | 2 週に何度かある | 3 月に何度かある |
| 4 年に何度かある | 5 ほとんどない | |

問38 自分の食生活を改善するために、何が課題ですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|------------------|---------------------|
| 1 食事づくりの支援 | 2 食材の買物の支援 |
| 3 食材の宅配サービスの充実 | 4 配食サービスの充実 |
| 5 弁当、惣菜を売る店の充実 | 6 飲食店でバランスのとれた食事の提供 |
| 7 栄養士など専門家のアドバイス | 8 その他（具体的に： _____） |
| 9 特に課題はない | |

問39 『フレイル』という言葉や意味を知っていますか？

<○を1つ> _____

- | | |
|---------------|-----------------------|
| 1 言葉も意味も知っている | 2 言葉は聞いたことはあるが意味は知らない |
| 3 知らない | |

※「フレイル」について、同封の「地域包括支援センターだより」に掲載しておりますので
ご覧ください。

4 毎日の生活について

問40 物忘れが多いと感じますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問41 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。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問42 今日が何月何日かわからない時がありますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問43 認知症予防のために何か気をつけている
ことがありますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|-------|-----------------|
| 1 はい | ——→ 問44へお進みください |
| 2 いいえ | ——→ 問45へお進みください |

問44 問43で「1」に○をつけた方におたずねします。

気をつけていることは次のどれですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|---------------------|-----------|
| 1 バランスのとれた食事 | 2 適度な運動 |
| 3 禁煙 | 4 深酒をしない |
| 5 趣味の会や老人クラブ等の活動に参加 | 6 日記をつける |
| 7 その他（具体的に： _____） | 8 何もしていない |

問45 全員の方におたずねします。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）

<○を1つ> _____

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問46 自分で食品・日用品の買物をしていますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 できるし、している | → 問48へお進みください |
| 2 できるけどしていない | → 問47へお進みください |
| 3 できない | _____ |

問47 問46で「2」または「3」に○をつけた方におたずねします。

日用品や食料品の買物をする人は主にどなたですか。

<○を1つ> _____

- | | | | |
|--------------------|---------|-----------|---------|
| 1 同居の家族 | 2 別居の家族 | 3 ホームヘルパー | 4 配達を依頼 |
| 5 その他（具体的に： _____） | | | |

問48 全員の方におたずねします。

自分で食事の用意をしていますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 できるし、している | → 問50へお進みください |
| 2 できるけどしていない | → 問49へお進みください |
| 3 できない | _____ |

問49 問48で「2」または「3」に○をつけた方におたずねします。

食事の用意をする人は主にどなたですか。

<○を1つ> _____

- | | | | |
|--------------------|---------|-----------|------------|
| 1 同居の家族 | 2 別居の家族 | 3 ホームヘルパー | 4 配食サービス利用 |
| 5 その他（具体的に： _____） | | | |

問50 全員の方におたずねします。
入浴の頻度は何回ですか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-----------------|-------|---------------|
| 1 毎日 | _____ | → 問52へお進みください |
| 2 週に数回 | _____ | |
| 3 週に1回未満 | _____ | → 問51へお進みください |
| 4 その他 (_____) | _____ | |

問51 問50で「3」または「4」に○をつけた方におたずねします。
入浴の頻度が少ない理由で、あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|------------------------------|--|
| 1 お風呂が古くて使えないため | 2 お風呂の準備ができなくなったため
(水を溜める・沸かす・着替など) |
| 3 体調に不安があるため
(転倒や不慮の事故など) | 4 水・ガス代がかかるため |
| 5 おっくうになったため | |
| 6 その他(具体的に: _____) | |

問52 全員の方におたずねします。自分で請求書の支払いをしていますか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問53 自分で預貯金のおし入れをしていますか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問54 通帳や金銭の管理が難しくなった時、誰に頼もうと思いますか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|---------|--------------|-------|
| 1 家族・親族 | 2 弁護士などの専門機関 | 3 いない |
|---------|--------------|-------|

問55 成年後見制度*を知っていますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

※成年後見制度：認知症、知的障害、精神障害、発達障害などによって物事を判断する能力が十分ではない方について、本人の権利を守る援助者を選ぶことで、本人を法的に支援する制度です。

問56 毎日の生活についておたずねします。①～⑧それぞれ1つに○をつけてください。

<それぞれ1つに○>		
	はい	いいえ
① 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。	1	2
② 新聞を読んでいますか。	1	2
③ 本や雑誌を読んでいますか。	1	2
④ 健康についての記事や番組に関心がありますか。	1	2
⑤ 友人の家を訪ねていますか。	1	2
⑥ 家族や友人の相談にのっていますか。	1	2
⑦ 病人を見舞うことができますか。	1	2
⑧ 若い人に自分から話しかけることがありますか。	1	2

問57 趣味はありますか。

<○を1つ> _____	
1 趣味あり _____	→ 問58へお進みください
2 思いつかない _____	→ 問59へお進みください

問58 問57で「1」に○をつけた方におたずねします。趣味は、次のどれですか。

<○をいくつでも> _____	
1 スポーツ・運動（散歩・グランドゴルフ等）	2 カラオケ・楽器演奏（琴・ピアノ等）
3 娯楽（囲碁・将棋・パチンコ等）	4 集い・サロン
5 園芸	6 アウトドア（山登・釣り等）
7 語学と教養（英会話・パソコン等）	8 旅行・観光
9 食事・料理	10 芸術・創作（絵・写真・俳句等）
11 鑑賞・観劇（映画・美術・音楽・芝居等）	12 車・バイク
13 ボランティア	14 その他（ ）

問59 全員の方におたずねします。生きがいがありますか。

<○を1つ> _____	
1 生きがいあり _____	→ 問60へお進みください
2 思いつかない _____	→ 問61へお進みください

問60 問59で「1」に○をつけた方におたずねします。
生きがいは、次のどれですか。

<○をいくつでも>

- | | | |
|--------|-------------------------------|------------|
| 1 家族 | 2 友人との交流 | 3 仕事・家事 |
| 4 農業 | 5 趣味 | 6 ボランティア活動 |
| 7 地域活動 | 8 その他（ ） | |

5 地域での活動について

問61 全員の方におたずねします。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。①～⑩それぞれ1つに○をつけてください。

<それぞれ1つに○>

	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
① ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ 趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④ 学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑤ 「いきいき百歳体操」など介護予防のための通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦ 自治振興会・班会	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6
⑨ 地域サロン・カフェ	1	2	3	4	5	6
⑩ その他の団体や会（ ）	1	2	3	4	5	6

問62 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。

<○を1つ>

- | | | | |
|-------------|-----------|-----------|-----------|
| 1 すでに参加している | 2 是非参加したい | 3 参加してもよい | 4 参加したくない |
|-------------|-----------|-----------|-----------|

問63 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。

<○を1つ>

- 1 すでに参加している 2 是非参加したい 3 参加してもよい 4 参加したくない

※参加ご希望の方は、地域包括支援センター（役場福祉課内）までご連絡ください。
内容、連絡先など詳細を同封の「地域包括支援センターだより」に掲載しておりますので
ご覧ください。

6 就労について

問64 現在のあなたの就労状態はどれですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも>

- 1 職に就いたことがない 2 引退した 3 常勤（フルタイム）
4 非常勤（パート・アルバイト等） 5 自営業 6 求職中
7 その他（ ）

問65 問64で「2」に○をつけた方におたずねします。あなたはいつ引退しましたか。

- | | | | | | |
|------|---|------|---|------|---|
| 1 昭和 | 年 | 2 平成 | 年 | 3 令和 | 年 |
|------|---|------|---|------|---|

7 たすけあいについて

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておたずねします。

問66 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人はいますか。あてはまるものを全てに〇をつけてください。

<○をいくつでも>

- | | | | | | |
|---|---------------------|---|--------|---|--------|
| 1 | 配偶者 | 2 | 同居の子ども | 3 | 別居の子ども |
| 4 | 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5 | 近隣 | 6 | 友人 |
| 7 | その他（具体的に：　　　　　　　　　） | 8 | いない | | |

問67 あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人はいますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | |
|--------------------|----------|----------|
| 1 配偶者 | 2 同居の子ども | 3 別居の子ども |
| 4 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5 近隣 | 6 友人 |
| 7 その他（具体的に： _____） | 8 いない | |

問68 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はいますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | |
|--------------------|----------|----------|
| 1 配偶者 | 2 同居の子ども | 3 別居の子ども |
| 4 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5 近隣 | 6 友人 |
| 7 その他（具体的に： _____） | 8 いない | |

問69 看病や世話をしてあげる人はいますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | |
|--------------------|----------|----------|
| 1 配偶者 | 2 同居の子ども | 3 別居の子ども |
| 4 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5 近隣 | 6 友人 |
| 7 その他（具体的に： _____） | 8 いない | |

問70 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。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1 自治振興会・班会・老人クラブ | 2 社会福祉協議会・民生委員 |
| 3 ケアマネジャー | 4 医師・歯科医師・看護師 |
| 5 地域包括支援センター・役場 | |
| 6 その他（具体的に： _____） | |
| 7 いない | |

問71 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1 毎日ある | 2 週に何度かある | 3 月に何度かある |
| 4 年に何度かある | 5 ほとんどない | |

問72 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。

<○を1つ> _____

- | | | |
|-----------|---------|--------|
| 1 0人（いない） | 2 1～2人 | 3 3～5人 |
| 4 6～9人 | 5 10人以上 | |

問73 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | |
|--------------------|--------------|------------------|
| 1 近所・同じ地域の人 | 2 幼なじみ | 3 学生時代の友人 |
| 4 仕事での同僚・元同僚 | 5 趣味や関心が同じ友人 | 6 ボランティア等の活動での友人 |
| 7 その他（具体的に： _____） | | |
| 8 いない | | |

8 健康について

問74 全員の方におたずねします。あなたは、年に1回以上、健康診断を受けていますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問75 現在のあなたの健康状態はいかがですか。

<○を1つ> _____

- | | | | |
|---------|--------|-----------|--------|
| 1 とてもよい | 2 まあよい | 3 あまりよくない | 4 よくない |
|---------|--------|-----------|--------|

問76 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。）

<○を1つ> _____

- | | | | | | | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----------|
| とても
不幸 | | | | | | | | | | | とても
幸せ |
| 0点 | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点 | |

問77 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。

<○を1つ> _____

1 はい

2 いいえ

問78 この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。

<○を1つ> _____

1 はい

2 いいえ

問79 お酒は飲みますか。

<○を1つ> _____

1 ほぼ毎日飲む

2 時々飲む

3 ほとんど飲まない

4 もともと飲まない

問80 タバコは吸っていますか。

<○を1つ> _____

1 ほぼ毎日吸っている

2 時々吸っている

3 吸っていたがやめた

4 もともと吸っていない

問81 定期的に、病院および診療所（医院、クリニック）に通院していますか。

<○を1つ> _____

1 はい → 問82へお進みください

2 いいえ → 問83へお進みください

問82 問81で「1」に○をつけた方におたずねします。
どの程度通院していますか。

<○を1つ> _____

1 週1回以上

2 月2～3回

3 月1回程度

4 2か月に1回程度

5 3か月に1回程度

問83 全員の方におたずねします。現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも>

- | | |
|--------------------|------------------------|
| 1 ない | 2 高血圧 |
| 3 脳卒中（脳出血・脳梗塞等） | 4 心臓病 |
| 5 糖尿病 | 6 高脂血症（脂質異常） |
| 7 呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等） | 8 胃腸・肝臓・胆のうの病気 |
| 9 腎臓・前立腺の病気 | 10 筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等） |
| 11 外傷（転倒・骨折等） | 12 がん（悪性新生物） |
| 13 血液・免疫の病気 | 14 うつ病 |
| 15 認知症（アルツハイマー病等） | 16 パーキンソン病 |
| 17 目の病気 | 18 耳の病気 |
| 19 その他（具体的に： | ） |

問84 何か薬を飲んでいますか。

<○を1つ>

- | | |
|-------|---------------|
| 1 はい | → 問85へお進みください |
| 2 いいえ | → 問86へお進みください |

問85 問84で「1」に○をつけた方におたずねします。

薬を飲んでいる場合、処方されたとおりに飲めていますか。

<○を1つ>

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問86 全員の方におたずねします。

これまでに骨粗しょう症検査（骨密度測定）をしたことがありますか。

<○を1つ>

- | | | |
|----------------|-----------------|------|
| 1 1年以内にしたことがある | 2 1年以上前にしたことがある | 3 ない |
|----------------|-----------------|------|

※骨粗しょう症検査（骨密度測定）は、町の総合健診でも受けることができます（自己負担額：400円～2,200円）。

問87 定期的に、歯科医院に通院していますか。

<○を1つ>

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問88 あなたが主に通院している病院・診療所（歯科を含む）はどこにありますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | | |
|--------------------|--------|--------|--------|
| 1 油木地区 | 2 神石地区 | 3 豊松地区 | 4 三和地区 |
| 5 福山市 | 6 府中市 | 7 庄原市 | |
| 8 その他（具体的に： _____） | | | |

問89 現在やこれから先、病気や体調不良の時、どんなことに困りますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 1 看病や世話をしてくれる人がいない | 2 病院へ連れて行ってくれる人がいない |
| 3 町内で受けられる診療科目が限られている | 4 通院のための交通手段が不便 |
| 5 往診してくれる医師が少ない | 6 医療費が経済的負担になる |
| 7 近くに病院・診療所がない | |
| 8 その他（具体的に： _____） | |
| 9 困ることはない | |

9 認知症にかかる相談窓口の把握について

問90 認知症の症状があるまたは家族に認知症の症状がある方がいますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問91 認知症に関する相談窓口を知っていますか。

<○を1つ> _____

- | | |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

※認知症のご相談は地域包括支援センター（役場福祉課内）までお願いします。

内容、連絡先など詳細を同封の「地域包括支援センターだより」に掲載しておりますので
ご覧ください。

10 在宅サービス及び防災について

問92 あなたは、介護サービスを利用していますか。

<○を1つ> _____

- 1 利用している → 問93へお進みください
- 2 利用していない → 問94へお進みください

問93 問92で「1」に○をつけた方におたずねします。次の介護サービスを利用していますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | | |
|----------|----------------|--------------|
| 1 福祉用具貸与 | 2 通所リハビリ（デイケア） | 3 ショートステイ |
| 4 訪問看護 | 5 通所介護（デイサービス） | 6 訪問介護（ヘルパー） |
| 7 訪問リハビリ | 8 その他（ | ） |

問94 全員の方におたずねします。今後、自宅で暮らし続けるために、どんなサービスや事業（介護保険サービス以外）を利用したいとお考えですか。次のうちから、あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| 1 町内の医療サービス | 2 往診・訪問診療 |
| 3 介護予防事業（筋力向上トレーニング教室等） | |
| 4 食生活の指導教室 | 5 認知症予防教室 |
| 6 「いきいき百歳体操」など介護予防のための通いの場 | 7 地域サロン・カフェ |
| 8 老人クラブ活動 | 9 協働支援センターの各種教室・趣味の教室 |
| 10 ウォーキング・グラウンドゴルフ・ゲートボール等の運動教室 | |
| 11 見守り訪問や声かけ | 12 シルバー人材センターの福祉・家事援助サービス |
| 13 社会福祉協議会のさわやかさんのサービス | 14 配食サービス |
| 15 自宅近くまで移動販売車が来ること | 16 食料品や日用品の配達 |
| 17 移動や交通のサービス | 18 タクシーチケットの配付 |
| 19 ゴミ出し支援 | 20 病院付き添い |
| 21 自宅周辺の草刈り | 22 その他（具体的に： _____） |
| 23 特にない | |

問95 地震や風水害などの災害時に対し、
不安に思うことはありますか。

<○を1つ> _____

1 はい → 問96へお進みください

2 いいえ → 問97へお進みください

問96 問95で「1」に○をつけた方におたずねします。

不安に思うことはどんなことですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| 1 避難指示など、災害に関する情報が入手
できるかわからない | 2 どこ（だれ）に助けを求めてよいかわから
ない |
| 3 避難場所がわからない | 4 安全な場所まで避難できるかわからない |
| 5 災害に対する備えができていない | 6 健康面・身体面に不安がある |
| 7 その他（具体的に： _____） | |

問97 全員の方におたずねします。

地震や風水害などの災害時に避難する際、どなたかの支援を必要としますか。

<○を1つ> _____

1 支援を必要とする → 問98へお進みください

2 今は必要としないが、将来的には必要だと思う

3 支援は必要としない → 問99へお進みください

問98 問97で「1」または「2」に○をつけた方におたずねします。

避難する際に支援を頼める相手はどなたですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- | | |
|---------------|---------|
| 1 家族や親戚 | 2 友人や知人 |
| 3 自治振興会や班の人 | 4 民生委員 |
| 5 その他（ _____） | 6 分からない |

11 今後の暮らし方について

問99 全員の方におたずねします。

あなたは、現在お住まいの住宅に満足していますか。

<○を1つ>

- 1 はい → 問101へお進みください
2 いいえ → 問100へお進みください

問100 問99で「2」に○をつけた方におたずねします。現在お住まいの住宅にどのような不満がありますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも>

- | | |
|----------------|---------------------|
| 1 住宅が老朽化している | 2 室内の段差が多い |
| 3 和式トイレで利用しにくい | 4 間口（廊下など）が狭く、通りにくい |
| 5 手すりがなく移動しにくい | 6 風呂やトイレが狭い |
| 7 住宅が広く、管理できない | |
| 8 その他（具体的に： | ） |

問101 全員の方におたずねします。あなたは、今後どのように住みたいとお考えですか。

<○を1つ>

- | | |
|--|----------------|
| 1 住宅改修（段差の解消、手すりの設置など）し、住み続けたい | → 問102へお進みください |
| 2 問題はあるが、住宅改修せずに住み続けたい | → 問102へお進みください |
| 3 住宅改修はせずに、もっと便利な場所に移り住みたい（商店や医療機関が近くにある所） | → 問103へお進みください |
| 4 わからない | → 問104へお進みください |
| 5 その他（具体的に： | ） |

問102 問101で「1」または「2」に○をつけた方におたずねします。自宅に住み続けたい理由は何ですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも>

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1 現在の生活に満足している | 2 介護・介助が必要な家族がいるから |
| 3 家や田畑を守らなければいけない | 4 野菜づくりなどを続けたい |
| 5 引っ越しが面倒である | 6 お金がない |
| 7 施設での共同生活は気兼ねである | 8 施設がどんなところかわからない |
| 9 その他（具体的に： | ） |

問103 問101で「3」に○をつけた方におたずねします。町内の商店や医療機関が近くにある所で、どのような住宅に住みたいとお考えですか。あてはまるもの全てに○をつけてください。

<○をいくつでも> _____

- 1 戸建ての空き家を買いたい
- 2 戸建ての空き家を借りたい
- 3 高齢者向けの町営住宅（バリアフリー、すべて自立生活）に住みたい
- 4 自立支援型グループホームの施設（原則、日中は生活援助員駐在、風呂共同、食事サービスあり）に住みたい（ファミリーさんわ・コスモス苑）
- 5 生活支援ハウス（原則、日中は生活援助員駐在、風呂共同、食事自炊）に住みたい（メルシーさんわ・陽光の里）
- 6 ケア付住宅（緊急時の通報システム、風呂共同・食事サービスなどあり）に住みたい（ケアハウス星降る高原）
- 7 わからない
- 8 その他（具体的に： _____）

問104 全員の方におたずねします。施設や公営住宅などへの入所・入居が必要になった時、連帯保証人になってくれる人がいますか。

<○を1つ> _____

- 1 いる
- 2 いない

問105 ACP*を知っていますか。

<○を1つ> _____

- 1 はい
- 2 いいえ

※ACP（アドバンス・ケア・プランニング＝人生会議）

もしもの時のために、自らが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・介護の関係者などと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

問106 今後、身体が弱り、介護が必要になった時に、どのような暮らし方を希望されますか。また、既に介護されている方も、希望される暮らし方をお答えください。

<○を1つ>

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none">1 サービスを利用せずに、自宅で家族に介護してほしい2 家族の介護、医療・介護サービス等を利用しながら、自宅で生活したい3 一人でも、医療・介護サービス等を利用しながら、自宅で生活したい4 町内の介護サービス付の施設に入所したい（特別養護老人ホーム、老人保健施設、認知症対応型グループホーム等）5 子どものところで介護を受けたい6 子どもの家の近くの介護サービス付の施設に入所したい（特別養護老人ホーム、老人保健施設、認知症対応型グループホーム、有料老人ホーム等）7 その他（具体的に： 上記以外であったらよいと思う場所、施設 等8 わからない | } |
|---|---|

12 自由意見

神石高原町の介護保険サービスやその他の保健福祉サービス等について、ご意見・ご要望がありましたら、ご自由にご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

アンケート調査票を返信用封筒に入れ、切手を貼らずにご投函ください。

令和 7 年度 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査報告書

発行日 令和 8 年 3 月

発行者 神石高原町

住 所 〒720-1522

広島県神石郡神石高原町小畠 1 7 0 1 番地