

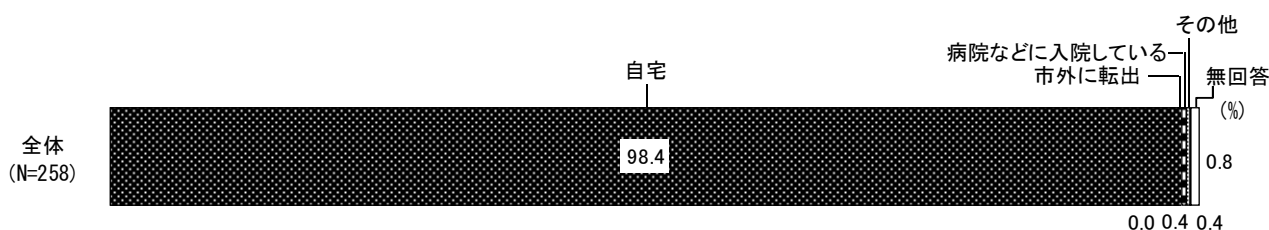
第3章 介護予防に関する調査

1 基本属性

(1) 現在の生活場所 (F 1)

現在の生活場所は、「自宅」が98.4%、「病院などに入院している」が0.4%となっている。
(図表3-1-1)

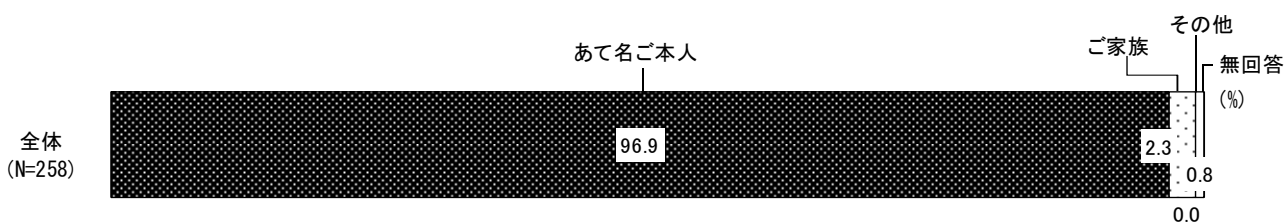
図表3-1-1 現在の生活場所 (全体)



(2) 調査票の記入者 (F 2)

調査票の記入者は、「あて名ご本人」が96.9%、「ご家族」が2.3%となっている。(図表3-1-2)

図表3-1-2 調査票の記入者 (全体)



(3) 性別 (F 3)

性別は、「男性」が34.5%、「女性」が65.1%となっている。(図表3-1-3)

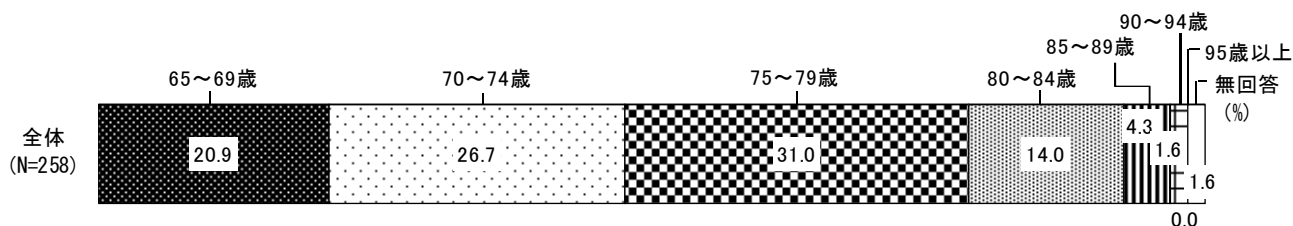
図表3-1-3 性別 (全体)



(4) 年齢 (F 4)

年齢は、「65～69歳」が20.9%、「70～74歳」が26.7%、「75～79歳」31.0%、「80～84歳」が14.0%、「85～89歳」が4.3%、「90～94歳」が1.6%となっている。(図表3-1-4)

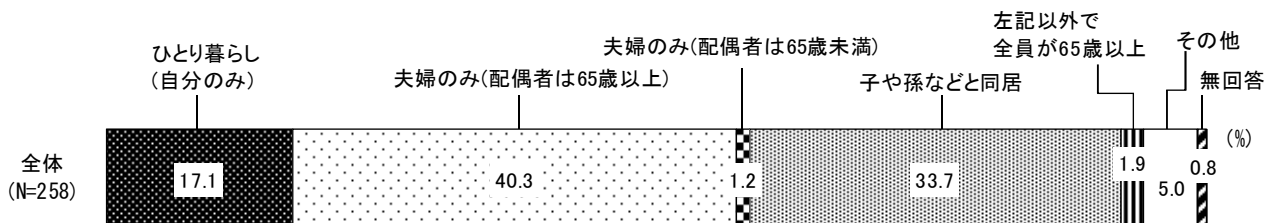
図表3-1-4 年齢 (全体)



(5) 世帯状況 (F 5)

世帯状況は、「夫婦のみ (配偶者は65歳以上) (40.3%)」が最も多く、「子や孫などと同居 (33.7%)」、「ひとり暮らし (自分のみ) (17.1%)」が続いている。(図表3-1-5)

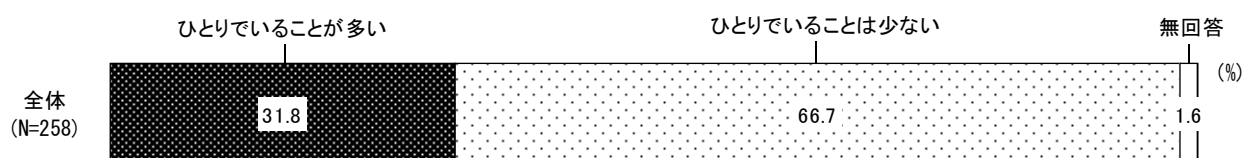
図表3-1-5 世帯状況 (全体)



(6) 日中の独居状況 (F 6)

日中、ひとりであることが多いかたずねたところ、「ひとりであることが多い」が31.8%で3分の1、「ひとりであることは少ない」が66.7%となっている。(図表3-1-6)

図表3-1-6 日中の独居状況 (全体)



(7) 助け合っている身内や友人 (F7)

① 食事や介護などを助け合っている身内や友人の有無

食事や介護などを助け合っている身内や友人の有無は、「いる」が 58.9%、「いない」が 39.1%となっている。(図表3-1-7-①)

図表3-1-7-① 助け合っている身内や友人の有無 (全体)

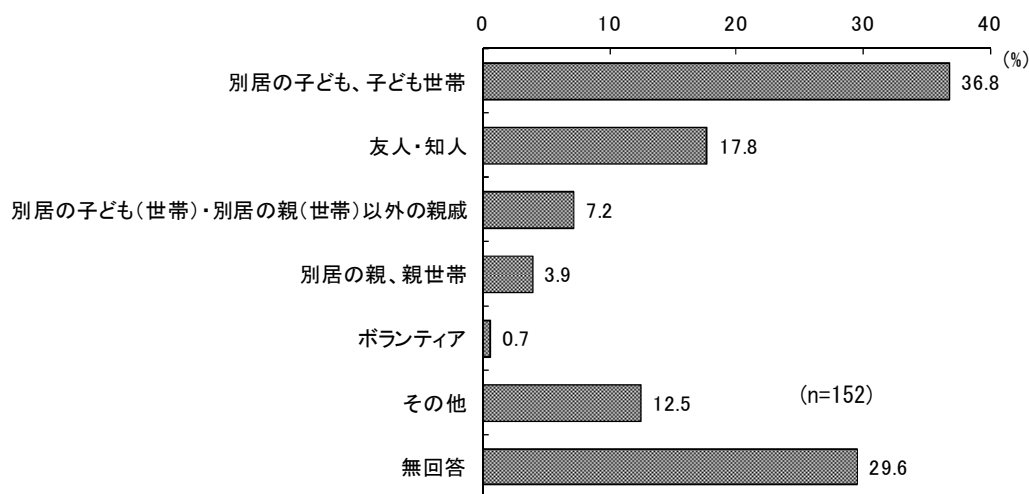


② 助け合っている人との関係 (F7-1)

助け合っている身内や友人がいる人に、助け合っている人との関係をたずねたところ「別居の子ども、子ども世帯 (36.8%)」が最も多く、「友人・知人 (17.8%)」、「別居の子ども (世帯)・別居の親 (世帯) 以外の親戚 (7.2%)」が続いている。(図表3-1-7-②)

図表3-1-7-② 助け合っている人との関係 (全体：複数回答)

<助け合っている身内や友人がいる人>



③ 一番よく行き来する人との距離 (F7-2)

助け合っている身内や友人がいる人に、一番よく行き来する人との距離をたずねたところ、「となり (25.0%)」が最も多く、「10分未満 (21.1%)」、「20~30分未満 (13.8%)」、「10~20分未満 (13.2%)」が続いている。(図表3-1-7-③)

図表3-1-7-③ 一番よく行き来する人との距離 (全体) <助け合っている身内や友人がいる人>



(8) 居住地域 (F8)

居住地域は、「第一地区」が14.7%、「第二地区」が15.1%、「第三地区」が20.9%、「第四地区」が12.4%、「第五地区」が17.1%、「第六地区」が14.3%となっている。(図表3-1-8)

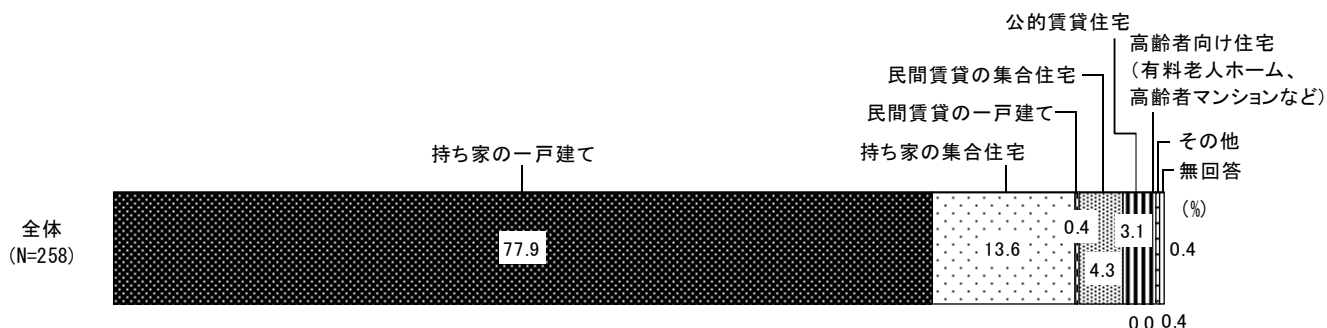
図表3-1-8 居住地域 (全体)



(9) 居住形態 (F9)

居住形態は、「持ち家の一戸建て (77.9%)」が最も多く、「持ち家の集合住宅 (13.6%)」、「民間賃貸の集合住宅 (4.3%)」が続いている。(図表3-1-9)

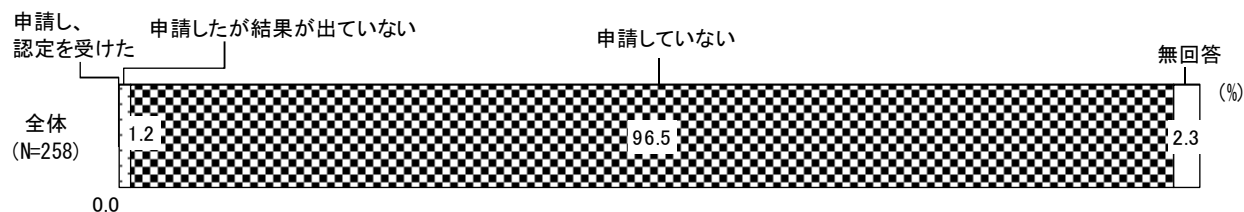
図表3-1-9 居住形態 (全体)



(10) 要介護認定申請状況 (F10)

要介護認定申請状況は、「申請していない」が96.5%、「申請し、認定を受けた」が0.0%、「申請したが結果が出ていない」が1.2%となっている。(図表3-1-10)

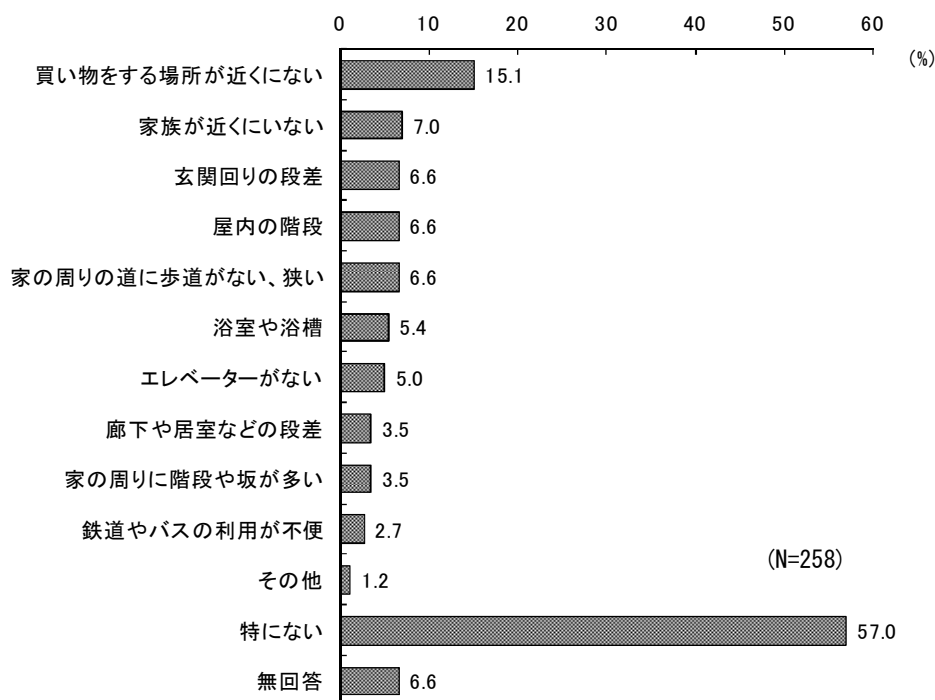
図表3-1-10 要介護認定申請状況 (全体)



(11) 住まいや住環境で困っていること (F11)

住まいや住環境で困っていることは、「特にない (57.0%)」が過半数を占めている。困っていることでは、「買い物をする場所が近くにない (15.1%)」が最も多く、「家族が近くにいない (7.0%)」、「玄関回りの段差 (6.6%)」、「屋内の段差 (6.6%)」、「家の周りの道に歩道がない、狭い (6.6%)」が続いている。[前回:「特にない」39.3%、「買い物をする場所が近くにない」21.0%、以下は10%以下] (図表3-1-11)

図表3-1-11 住まいや住環境で困っていること (全体:複数回答)



2 健康づくりの取組みについて

(1) 健康づくりのために気をつけていること（問1）

健康づくりのために気をつけていることは、「口の中を清潔にしている（歯磨き、うがいなど）（69.4%）」が最も多く、「かかりつけの医師（主治医）に定期的に見てもらっている（59.3%）」、「規則的な生活を心がけている（夜更かしをしないなど）（58.1%）」が続いており、11項目中6項目で約半数となっている。

性別にみると、男性では「定期的に健康診断を受けている（65.2%）」が3分の2を占め、高くなっている。女性では、「口の中を清潔にしている（歯磨き、うがいなど）」「栄養バランスやかむ回数に気をつけて食事をしている」が男性に比べ多いが、逆に「たばこをやめた、または本数を減らしている」、「飲酒回数や飲酒量を減らしている」は5%に満たない。

性・年代別にみると、女性75歳以上では多くの項目で高率となっているが、「ウォーキングや体操など、定期的に運動をしている」は5割に満たず低くなっている。男性75歳以上では、「定期的に健康診断を受けている」、「たばこをやめた、または本数を減らしている」が高くなっている。〔前回：ほぼ同傾向〕（図表3-2-1）

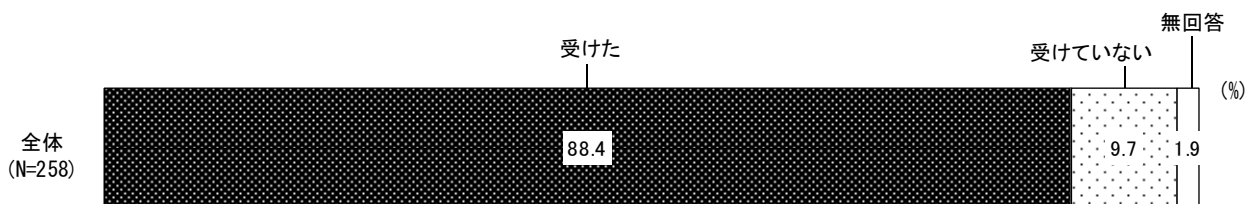
図表3-2-1 健康づくりのために気をつけていること
（全体、性別、性・年代別：複数回答）

		口の中を清潔にしている （歯磨き、うがいなど）	かかりつけの医師（主治医）に定期的に診てもらっている	規則的な生活を心がけている （夜更かしをしないなど）	定期的に健康診断を受けている	ウォーキングや体操など、定期的に運動をしている	栄養バランスやかむ回数に気をつけて食事をしている	休養や睡眠を十分にとっている	気持ちをできるかぎり明るく保つ	パズルや計算作業など、脳のトレーニングに取り組んでいる	たばこをやめた、または本数を減らしている	飲酒回数や飲酒量を減らしている	その他	特にな	無回答
全	体 (N= 258)	69.4	59.3	58.1	57.4	55.4	54.3	48.4	46.1	20.9	11.6	9.7	7.0	0.8	0.8
性別	男性 (n= 89)	56.2	56.2	52.8	65.2	57.3	42.7	50.6	29.2	14.6	29.2	20.2	6.7	2.2	1.1
	女性 (n= 168)	76.8	60.7	60.7	53.6	54.2	60.7	47.6	55.4	24.4	1.8	3.6	7.1	0.0	0.6
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	56.1	51.2	48.8	61.0	53.7	31.7	46.3	24.4	14.6	29.3	17.1	9.8	0.0	0.0
	男性-75歳以上 (n= 46)	56.5	58.7	56.5	69.6	60.9	50.0	54.3	32.6	13.0	26.1	23.9	4.3	4.3	2.2
	女性-65～74歳 (n= 82)	79.3	48.8	59.8	54.9	61.0	58.5	39.0	51.2	24.4	2.4	7.3	6.1	0.0	0.0
	女性-75歳以上 (n= 85)	75.3	71.8	61.2	52.9	48.2	62.4	56.5	60.0	23.5	1.2	0.0	8.2	0.0	1.2

(2) 健康診断の受診の有無 (問2)

この1年間の健康診断の受診の有無は、「受けた」が88.4%、「受けていない」が9.7%となっている。〔前回:「受けた」89.5%、「受けていない」6.6%〕(図表3-2-2)

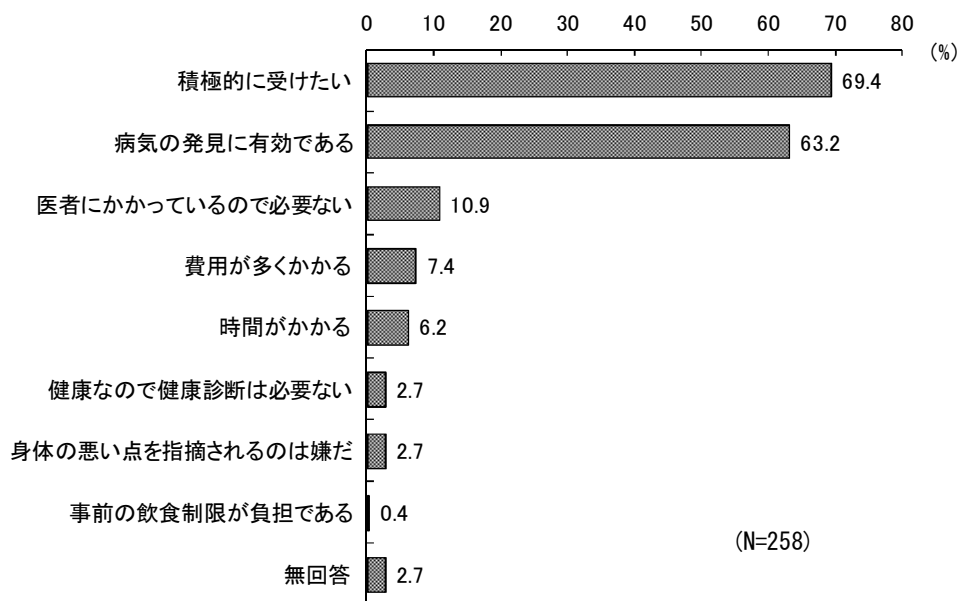
図表3-2-2 健康診断の受診の有無 (全体)



(3) 健康診断についての考え方 (問3)

健康診断受診についての考え方は、「積極的に受けたい (69.4%)」が最も多く、「病気の発見に有効である (63.2%)」が続いている。以下は、1割前後かそれ以下で低い状況である。〔前回:「積極的に受けたい」66.1%、「病気の発見に有効である」58.4%、「医者にかかっているので必要ない」13.2%、以下は7%以下〕(図表3-2-3)

図表3-2-3 健康診断受診についての考え方 (全体:複数回答)



(4) 日ごろの外出頻度 (問4)

日ごろの外出頻度は、「ほぼ毎日 (49.6%)」が半数を占め最も多くなっている。〔前回:「ほぼ毎日」41.2%、以下、ほぼ同傾向〕

性別にみると、男女ともに「ほぼ毎日」が多いが、男性では57.3%と6割近くを占め、女性 (45.8%) より高くなっている。

性・年代別にみると、男性65～74歳以上では「ほぼ毎日」が63.4%と多いが、女性75歳以上では37.6%と低くなっている。女性75歳以上では、「2～3日おき程度」や「週に1日程度」が他の性・年代に比べ若干高くなっている。(図表3-2-4)

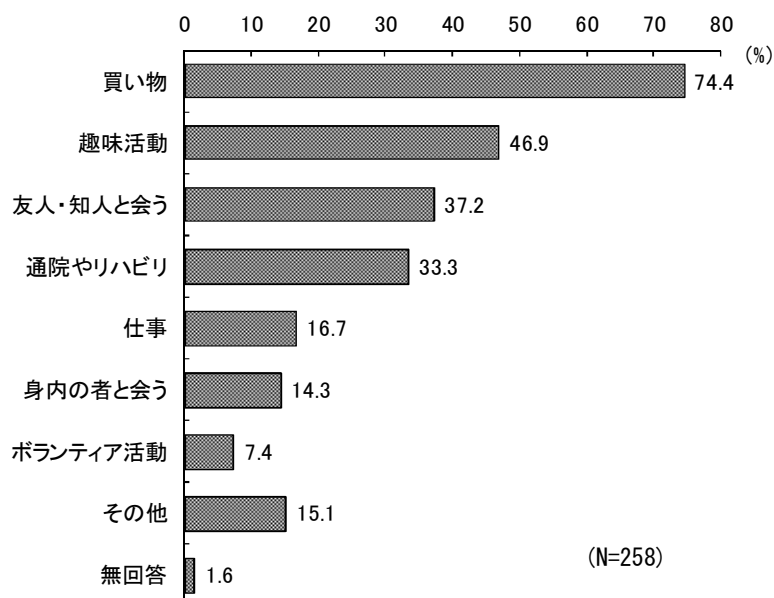
図表3-2-4 日ごろの外出頻度 (全体、性別、性・年代別)

		(%)					
		ほぼ毎日	一日おき程度	お2日おき程度	週に1日程度	も外出しない週	無回答
全	体 (N= 258)	49.6	19.0	20.2	5.4	3.1	2.7
性別	男性 (n= 89)	57.3	18.0	13.5	4.5	3.4	3.4
	女性 (n= 168)	45.8	19.6	23.8	6.0	2.4	2.4
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	63.4	17.1	12.2	2.4	2.4	2.4
	男性-75歳以上 (n= 46)	50.0	19.6	15.2	6.5	4.3	4.3
	女性-65～74歳 (n= 82)	54.9	18.3	20.7	3.7	2.4	0.0
	女性-75歳以上 (n= 85)	37.6	20.0	27.1	8.2	2.4	4.7

(5) 外出の主な目的 (問5)

外出の主な目的は、「買い物 (74.4%)」が最も多く、「趣味活動 (46.9%)」、「友人・知人と会う (37.2%)」、「通院やリハビリ (33.3%)」が続いている。(図表3-2-5)

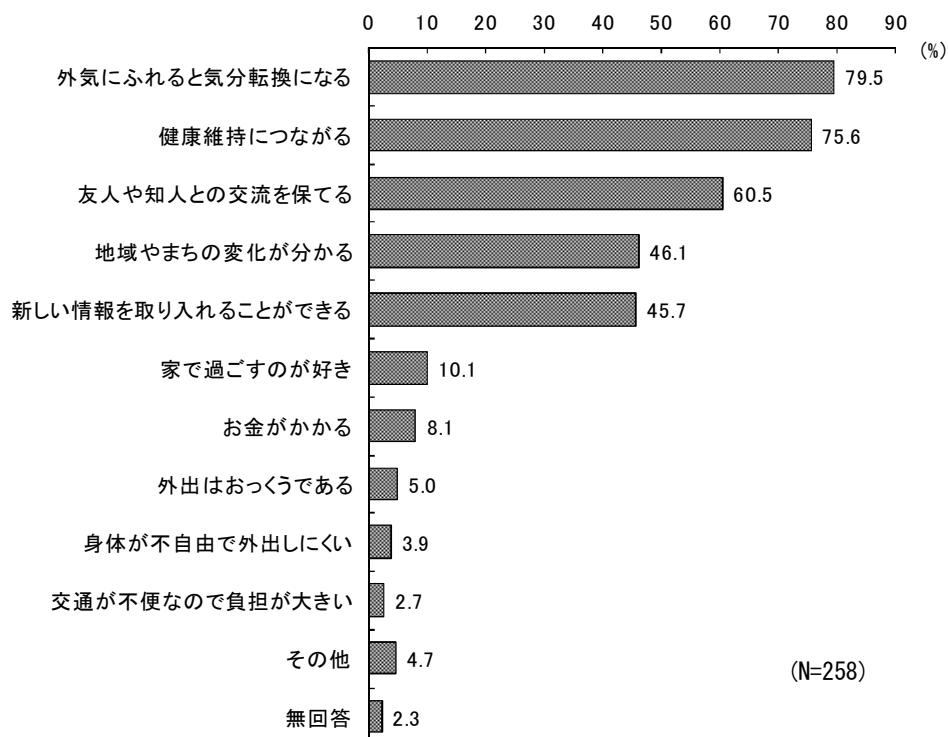
図表3-2-5 外出の主な目的 (全体:複数回答)



(6) 外出についての考え方 (問6)

外出についての考え方は、「外気にふれると気分転換になる (79.5%)」が最も多く、「健康維持につながる (75.6%)」、「友人や知人との交流を保てる (60.5%)」、「地域やまちの変化が分かる (46.1%)」、「新しい情報を取り入れることができる (45.7%)」が続き、よいと感じる項目が上位を占めている。(図表3-2-6)

図表3-2-6 外出についての考え方 (全体：複数回答)



3 介護予防について

(1) 介護予防の取組み状況（問7）

介護予防の取組み状況は、「意識して取り組んでいる（50.0%）」が最も多く、「興味はあるが、具体的な取組み方がわからない（11.2%）」、「もう少し歳をとってから取り組みたい（10.5%）」が続いている。〔前回：「意識して取り組んでいる」41.2%、「きっかけがあれば取り組みたい」15.2%〕

性・年代別にみると、男性65～74歳では、「意識して取り組んでいる」が22.0%と2割強で低いのが特徴である。一方、「興味はあるが、具体的な取組み方がわからない」、「もう少し歳をとってから取り組みたい」が他の性・年代に比べ高率になっている。女性の75歳以上では、「体力が落ちてきたら取り組みたい」が他の性・年代に比べ若干高くなっている。（図表3-3-1）

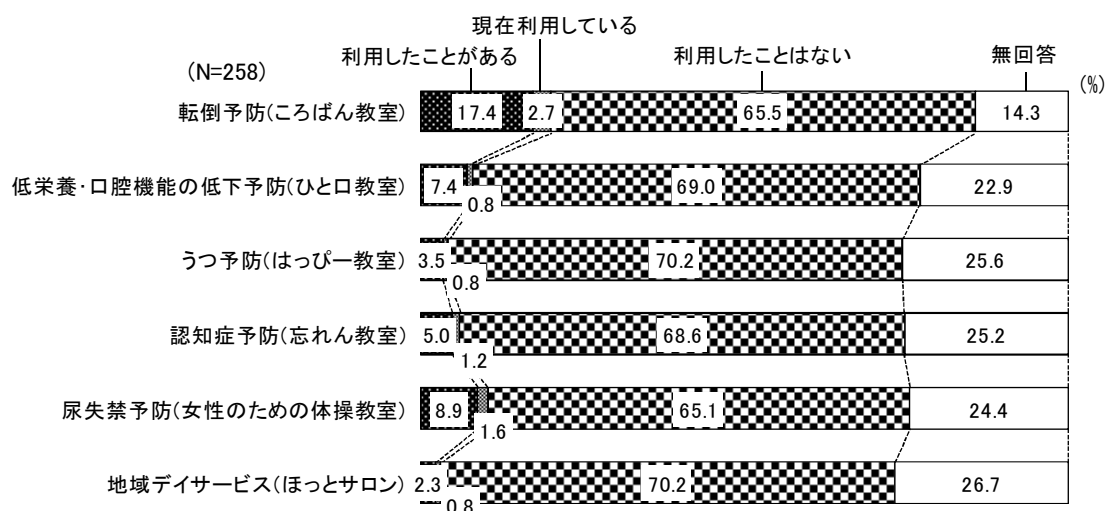
図表3-3-1 介護予防の取組み状況（全体、性・年代別）

		(%)							
		意識して取り組んでいる	体力が落ちてきたら取り組みたい	もう少し歳をとってから取り組みたい	きっかけがあれば取り組みたい	興味はあるが、具体的な取組み方がわからない	その他	興味・関心がない	無回答
全	体 (N= 258)	50.0	5.8	10.5	8.1	11.2	3.5	2.7	8.1
性・年代	男性-65～74歳 (n= 41)	22.0	4.9	31.7	7.3	19.5	0.0	2.4	12.2
	男性-75歳以上 (n= 46)	52.2	4.3	8.7	6.5	13.0	4.3	6.5	4.3
	女性-65～74歳 (n= 82)	54.9	4.9	8.5	9.8	8.5	3.7	1.2	8.5
	女性-75歳以上 (n= 85)	58.8	8.2	1.2	8.2	9.4	4.7	1.2	8.2

(2) 介護予防サービスの利用状況（問8）

介護予防サービスの利用状況は、「利用したことがある」の割合は、『転倒予防（ころばん教室）（17.4%）』が最も多く、『尿失禁予防（女性のための体操教室）（8.9%）』が続いている。「現在利用している」の割合も『転倒予防（ころばん教室）（2.7%）』が最も多く、『尿失禁予防（女性のための体操教室）（1.6%）』が続いている。（図表3-3-2）

図表3-3-2 介護予防サービスの利用状況（全体）



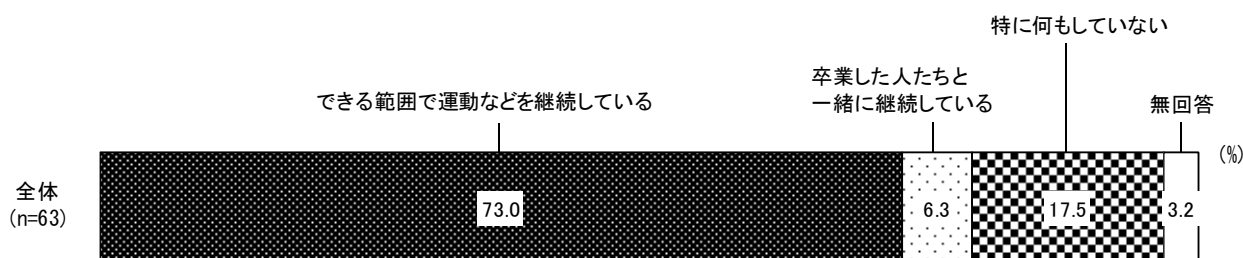
(3) 介護予防サービスを利用後の状況

①利用後の継続状況（問9）

介護予防サービスを利用したことがある人に、利用後の継続状況をたずねたところ、「できる範囲で運動などを継続している」が73.0%と7割強を占めている。「特に何もしていない」は17.5%、「卒業した人たちと一緒に継続している」は6.3%である。（図表3-3-3）

図表3-3-3 利用後の継続状況（全体）

<介護予防サービスを利用したことがある人>



②何もしていない理由（問9-1）

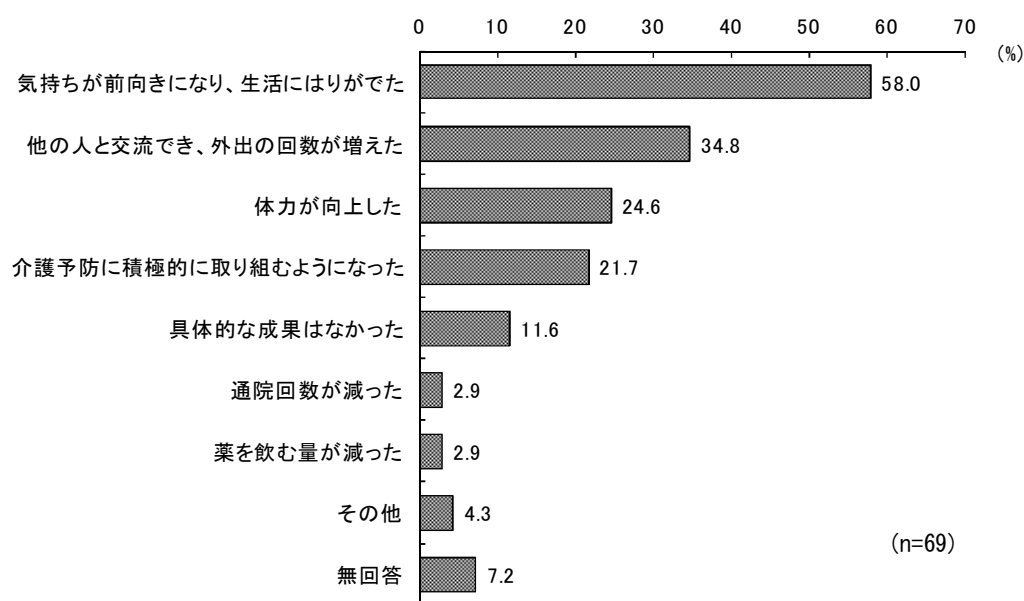
介護予防サービス利用後の介護予防の継続について、特に何もしていないと回答した人に、その理由をたずねたところ、「続けようと思ってもフォローがなかった」、「仕事や家事などで時間が取れない」、「忙しい」、「差し迫って必要を感じない」、「足がいたいため」などの理由があがっている。

(4) 介護予防サービスを利用して変わったこと（問10）

介護予防サービスの利用経験がある人に利用して変わったことをたずねたところ、「気持ちが前向きになり、生活にはりがでた（58.0%）」が最も多く、「他の人と交流でき、外出の回数が増えた（34.8%）」、「体力が向上した（24.6%）」が続いている。（図表3-3-4）

図表3-3-4 介護予防サービスを利用して変わったこと（全体：複数回答）

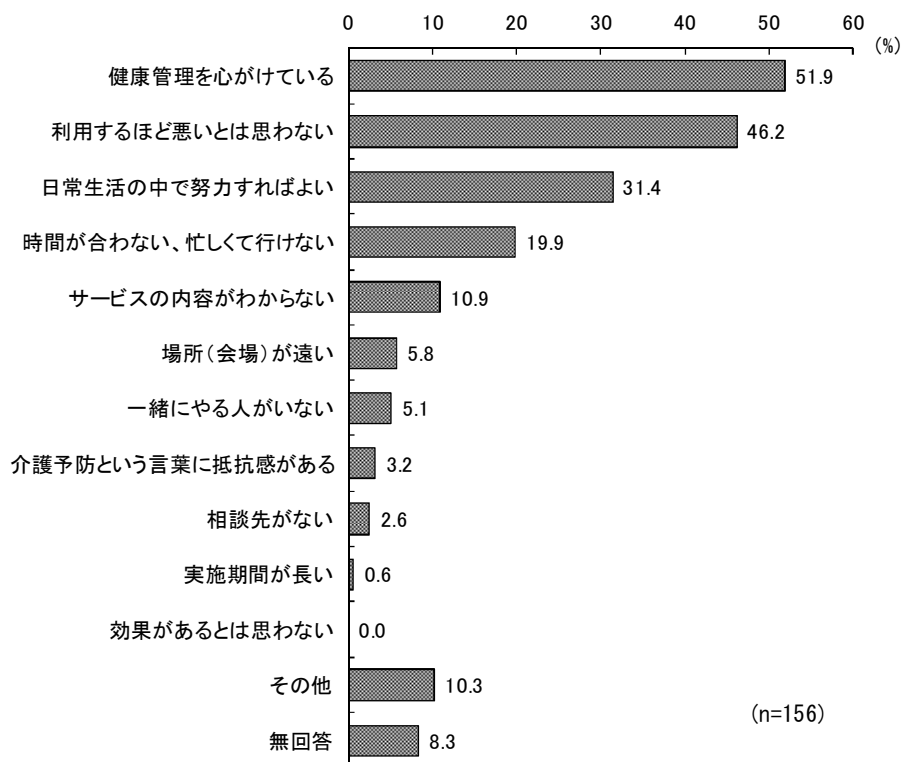
＜介護予防サービスを利用している（したことがある）人＞



(5) 介護予防サービスを利用しない理由（問11）

介護予防サービスを利用したことがない人に、利用しない理由をたずねたところ、「健康管理を心がけている（51.9%）」が最も多く、「利用するほど悪いとは思わない（46.2%）」、「日常生活の中で努力すればよい（31.4%）」が続いている。（図表3-3-5）

図表3-3-5 介護予防サービスを利用しない理由（全体：複数回答）
 <介護予防サービスを利用したことがない人>

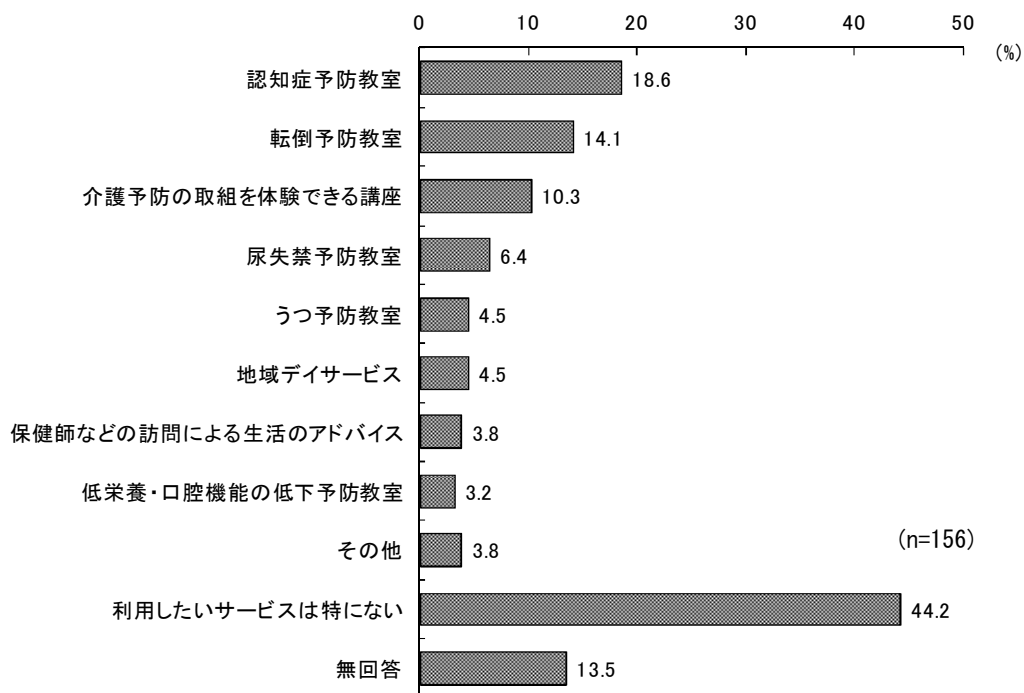


(6) 利用したい介護予防サービス（問 11-1）

介護予防サービスを利用したことがない人に、利用したいサービスをたずねたところ、「利用したいサービスは特にない（44.2%）」が4割台となっている。利用したいサービスでは、「認知症予防教室（18.6%）」が最も多く、「転倒予防教室（14.1%）」が続いている。（図表3-3-6）

図表3-3-6 利用したい介護予防サービス（全体：複数回答）

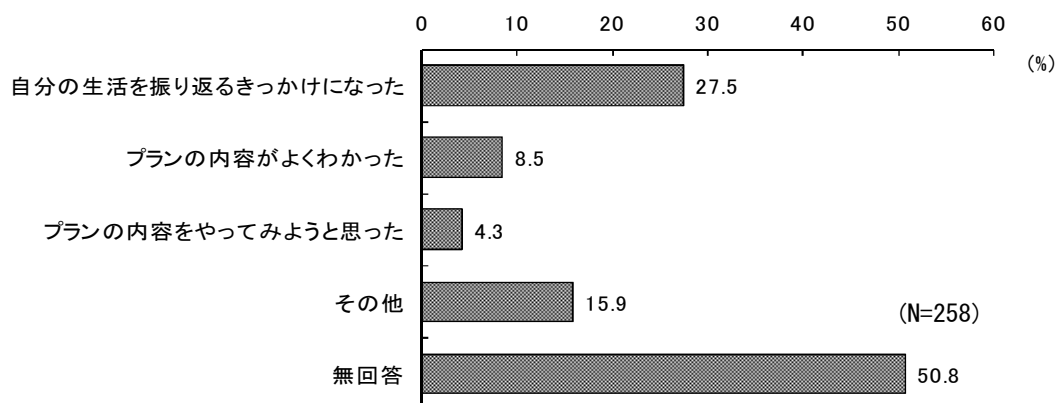
<介護予防サービスを利用したことがない人>



(7) 介護予防プラン（マイプラン）を作成した感想（問 12）

介護予防プラン（マイプラン）を作成した感想は、「自分の生活を振り返るきっかけになった（27.5%）」が最も多くなっている。（図表3-3-7）

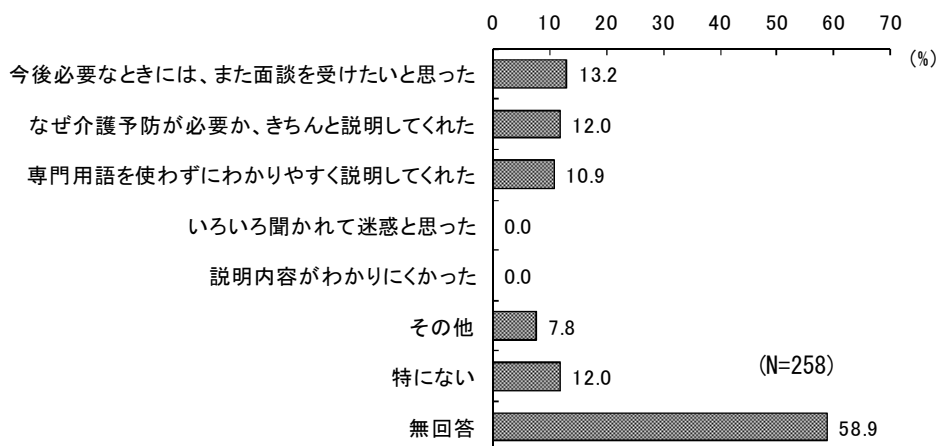
図表3-3-7 介護予防プランを作成した感想（全体：複数回答）



(8) 介護予防プラン(マイプラン)の説明への感想(問12-1)

介護予防プラン(マイプラン)の説明への感想は、「今後必要なときには、また面談を受けたいと思った(13.2%)」が最も多くなっている。(図表3-3-8)

図表3-3-8 介護予防プラン(マイプラン)の説明への感想(全体:複数回答)



(9) 府中市の介護予防に望むこと(問13)

府中市の介護予防に望むことは「誰でも気軽に参加しやすいように介護予防事業の内容を改善する(38.4%)」が最も多く、「さまざまな介護予防事業を継続的に実施する(35.3%)」、「地域住民による声かけや誘い合いを促進する(22.9%)」が続いている。

性別にみると、女性の方が総じて高率となっており、上位3項目でその傾向が顕著である。

年代別にみると、65~74歳と75歳以上ともにほぼ同傾向となっているが、65~74歳で「自分の介護予防の効果を一目で見られる情報を提供する」がわずかに高い。(図表3-3-9)

図表3-3-9 府中市の介護予防に望むこと(全体、性別、年代別:複数回答)

	介護でも気軽に参加しやすくなるように	さまざまな介護予防事業を継続的に実施する	地域住民による声かけや誘い合いを促進する	介護予防の自主的な運動に広げる	自分の介護予防の効果を一目で見られる情報を提供する	全国の最新の取り組みを知らせる	介護予防は効果がないので必要な	その他	特にない	無回答	
全体 (N= 258)	38.4	35.3	22.9	15.1	11.6	11.6	0.4	5.4	13.2	18.2	
性別	男性 (n= 89)	33.7	30.3	14.6	15.7	9.0	11.2	0.0	7.9	19.1	14.6
	女性 (n= 168)	41.1	38.1	27.4	14.9	13.1	11.9	0.6	4.2	9.5	20.2
年代別	65 ~ 74 歳 (n= 123)	39.0	37.4	24.4	15.4	16.3	13.0	0.0	4.1	12.2	15.4
	75 歳 以上 (n= 131)	38.9	33.6	21.4	15.3	7.6	9.2	0.8	6.9	13.0	21.4

4 生活習慣について

(1) 食生活改善のために必要なこと (問 14)

食生活改善のために必要なことは、「食生活改善のための知識」が48.1%、「楽しみながら取り組めること」が47.7%でともに半数近くを占めている。〔前回:「楽しみながら取り組めること」45.9%、「食生活改善のための知識」40.9%、以下は34%未満〕

性・年代別にみると、男性では「家族の協力・助け(食事を作るなど)」が高いが、男性65～74歳で「栄養に配慮した食事をつくる技術・コツ」が低率となっている。女性65～74歳では、「楽しみながら取り組めること」と「短時間で調理ができる」が高率になっている。

(図表3-4-1)

図表3-4-1 食生活を改善するために必要なこと (全体、性・年代別:複数回答)

		食生活改善のための知識	楽しみながら取り組めること	短時間で調理ができる	栄養に配慮した食事をつくる技術・コツ	家族の協力・助け (食事を作るなど)	適切な情報が得られること	栄養に配慮した食事を提供してくれる店があること	結果が出ること	管理栄養士など専門家のアドバイス	一緒に取り組む仲間	テレビ番組や広告などでの過度の刺激や誘惑が制限されること	その他	無回答
全	体 (N= 258)	48.1	47.7	32.6	27.1	26.4	23.3	19.4	15.9	15.9	9.7	6.2	3.9	8.9
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	46.3	39.0	12.2	29.3	31.7	14.6	9.8	19.5	22.0	7.3	4.9	7.3	4.9
	男性-75歳以上 (n= 46)	50.0	30.4	21.7	23.9	41.3	15.2	23.9	10.9	13.0	0.0	4.3	2.2	15.2
	女性-65～74歳 (n= 82)	51.2	61.0	42.7	26.8	17.1	25.6	20.7	22.0	20.7	14.6	6.1	3.7	8.5
	女性-75歳以上 (n= 85)	45.9	49.4	38.8	27.1	22.4	30.6	21.2	10.6	10.6	11.8	8.2	3.5	8.2

(2) 運動習慣を改善するために必要なこと (問 15)

運動習慣を改善するために必要なことは、「楽しみながら取り組めること (79.5%)」が最も多く、「簡単にできること (58.9%)」、「一緒に取り組む仲間がいる (35.3%)」が続いている。〔前回：「楽しみながら取り組めること」62.3%、「簡単にできること」54.9%、以下は30%未満〕

性・年代別にみると、女性65～74歳で総じて高率となっている。男性では、年代を問わず「結果が出ること」が女性より高くなっている。(図表3-4-2)

図表3-4-2 運動習慣を改善するために必要なこと (全体、性・年代別：複数回答)

		(%)											
		楽しみながら取り組めること	簡単にできること	一緒に取り組む仲間がいる	体を動かしたり、運動する場所	結果が出ること	運動指導士など専門家のアドバイス	体づくりや運動に関する知識	家族の協力・助け	スポーツクラブに通う経済的なゆとり	運動などの技術	その他	無回答
全	体 (N= 258)	79.5	58.9	35.3	30.6	26.0	19.8	18.6	10.5	9.7	5.0	5.0	7.0
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	78.0	58.5	12.2	31.7	34.1	9.8	19.5	7.3	12.2	4.9	4.9	4.9
	男性-75歳以上 (n= 46)	78.3	52.2	30.4	26.1	30.4	8.7	19.6	13.0	6.5	6.5	4.3	8.7
	女性-65～74歳 (n= 82)	85.4	64.6	43.9	36.6	23.2	29.3	18.3	9.8	8.5	3.7	2.4	7.3
	女性-75歳以上 (n= 85)	75.3	58.8	42.4	28.2	22.4	21.2	18.8	10.6	10.6	5.9	8.2	7.1

(3) 健康を維持するために利用したいサービス (問 16)

健康を維持するために利用したいサービスは、「定期的な健康診断 (76.0%)」が最も多く、「がん検診 (50.0%)」、「歯の健康に関する相談 (34.9%)」、「運動ができる場や機会などに関する情報提供 (34.9%)」が続いている。〔前回:「定期的な健康診断」72.4%、「がん検診」38.9%、「歯の健康に関する相談」30.4%〕

性・年代別にみると、多くの項目で女性が高いが、女性75歳以上で「定期的な健康診断」と「がん検診」が低率になっている。男女ともに65～74歳以上で「運動ができる場や機会などに関する情報提供」が男女75歳以上に比べ高くなっている。(図表3-4-3)

図表3-4-3 健康を維持するために利用したいサービス (全体、性・年代別:複数回答)

		定期的な健康診断	がん検診	歯の健康に関する相談	運動ができる場や機会などに関する情報提供	健康づくりについて学ぶ場の提供	食事や栄養バランスに関する相談	地域での自主的な健康づくり活動への支援	心の健康に関する相談	禁煙に関する相談	その他	利用してみたいサービスはない	無回答
全体 (N= 258)		76.0	50.0	34.9	34.9	18.6	17.8	17.4	14.3	1.2	0.8	5.0	5.8
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	78.0	56.1	36.6	39.0	9.8	12.2	14.6	4.9	4.9	0.0	2.4	2.4
	男性-75歳以上 (n= 46)	82.6	50.0	26.1	28.3	15.2	19.6	10.9	13.0	0.0	0.0	6.5	2.2
	女性-65～74歳 (n= 82)	79.3	53.7	45.1	42.7	18.3	13.4	20.7	20.7	1.2	0.0	4.9	6.1
	女性-75歳以上 (n= 85)	68.2	44.7	30.6	29.4	23.5	23.5	20.0	14.1	0.0	2.4	5.9	9.4

5 認知症について

(1) 認知症について知っていること (問 17)

認知症について知っていることは、「認知症は、脳の病気を原因疾患とし、誰にでも起こりうるものであること (84.1%)」が最も多く、「認知症の症状には、記憶障害や時間・場所がわからなくなるなど共通の症状と、妄想、幻覚、徘徊など個人差のある症状があること (81.0%)」、「認知症は早期に発見することにより、進行を遅らせることができること (80.2%)」が続いている。

性・年代別にみると、女性 65～74 歳で総じて高率となっている。特に「認知症は早期に発見することにより、進行を遅らせることができること」は、女性 75 歳以上でも高くなっている。また、男性 75 歳以上では「認知症の抑制には、食生活や生活習慣などで改善の効果があると認められていること」が若干低くなっている。(図表 3-5-1)

図表 3-5-1 認知症について知っていること (全体、性・年代別：複数回答)

		(%)							
		起 こ り 症 は 、 も の の 病 気 を 原 因 疾 患 と し 、 誰 に で も	徘 徊 な ど の 個 人 差 の あ る 共 通 の 症 状 が あ る こ と	認 知 症 の 症 状 に は 、 記 憶 障 害 や 時 間 ・ 場 所 が わ	ら 認 知 症 は 早 期 に 発 見 す る こ と に よ り 、 進 行 を 遅	す 認 知 症 は 高 齢 期 だ け で な く 、 若 い 世 代 で も 発 症	善 の 効 果 が あ る と は 、 食 生 活 や 生 活 習 慣 な ど で 改	ど れ も 知 ら な か つ た	無 回 答
全	体 (N= 258)	84.1	81.0	80.2	78.3	41.5	1.9	3.5	
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	82.9	75.6	65.9	73.2	43.9	7.3	0.0	
	男性-75歳以上 (n= 46)	80.4	76.1	73.9	65.2	34.8	2.2	6.5	
	女性-65～74歳 (n= 82)	90.2	89.0	85.4	90.2	42.7	0.0	1.2	
	女性-75歳以上 (n= 85)	81.2	77.6	84.7	76.5	44.7	1.2	5.9	

(2) 認知症を予防するために必要なこと (問 18)

認知症を予防するために必要なことは、「認知症や認知症予防に関する知識 (67.8%)」が最も多く、「楽しみながら取り組めること (51.6%)」、「医師や保健師などのアドバイス (50.0%)」が続いている。

性・年代別にみると、女性 65～74 歳以上で総じて高率となっている。(図表 3-5-2)

図表 3-5-2 認知症を予防するために必要なこと (全体、性・年代別：複数回答)

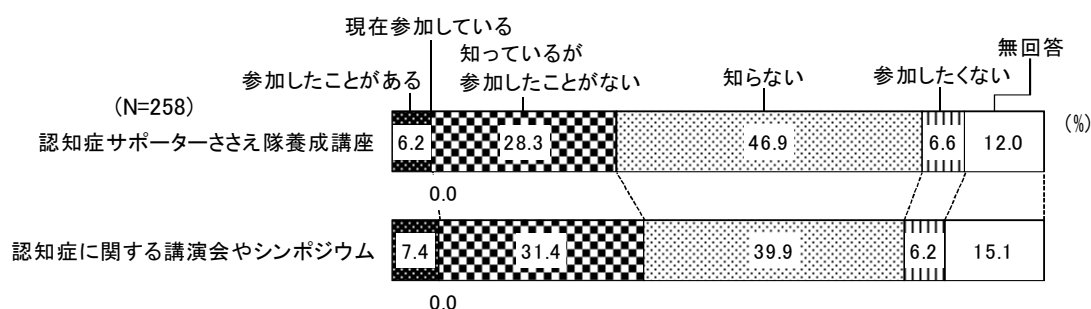
		(%)										
		に認 関知 す症 や 知 識	め楽 し こ み な が ら 取 り 組 む	ア医 ド師 バ イ ス 保 健 師 な ど の	あ家 族 の 協 力 ・ 助 け が	る適 切 な 情 報 が 得 ら れ	簡 単 に で き る こ と	が一 緒 に 取 り 組 む 仲 間	結 果 が 出 る こ と	そ の 他	わ か ら な い	無 回 答
全	体 (N= 258)	67.8	51.6	50.0	45.7	43.8	42.6	29.1	21.7	3.5	2.7	3.5
性 ・ 年 代 別	男 性 -65～74 歳 (n= 41)	63.4	41.5	43.9	34.1	34.1	43.9	12.2	22.0	0.0	7.3	4.9
	男 性 -75 歳 以上 (n= 46)	65.2	41.3	39.1	45.7	34.8	43.5	15.2	19.6	2.2	6.5	6.5
	女 性 -65～74 歳 (n= 82)	74.4	57.3	53.7	47.6	57.3	45.1	36.6	22.0	7.3	0.0	1.2
	女 性 -75 歳 以上 (n= 85)	65.9	56.5	55.3	49.4	41.2	38.8	37.6	22.4	2.4	1.2	3.5

(3) 認知症予防啓発活動参加・認知状況 (問 19)

認知症サポーターささえ隊養成講座は、「参加したことがある」が 6.2%であり、「知らない」が 46.9%で半数近くを占めている。〔前回：「参加したことがある」1.9%、〕

認知症に関する講演会やシンポジウムは、「参加したことがある」が 7.4%であり、「知らない」が 39.9%で約 4 割を占めている。(図表 3-5-3)

図表 3-5-3 認知症予防啓発活動参加・認知状況 (全体)



(4) 認知症になっても、住み慣れた家で暮らしたいか (問 20)

認知症になっても、住み慣れた家で暮らしたいかは、「できることならば住み慣れた家で暮らし続けたい (45.0%)」が最も多く、「適切な施設があれば入所したい (25.6%)」が続いている。

性・年代別にみると、男女ともに75歳以上では、「どうしても住み慣れた家で暮らし続けたい」が若干高率になっている。女性の65～74歳では、「適切な施設があれば入所したい (34.1%)」が3分の1を超え高くなっている。(図表3-5-4)

図表3-5-4 認知症になっても、住み慣れた家で暮らしたいか (全体、性・年代別)

		(%)				
		暮ら し続 けたい 住み 慣れた 家で	でき るこ とな らば 続け たい 住み 慣れ	た 適 切な 施設 があ れば 入所 し	わ か ら な い	無 回 答
全	体 (N= 258)	12.8	45.0	25.6	13.2	3.5
性・ 年代 別	男性-65～74歳 (n= 41)	7.3	46.3	26.8	19.5	0.0
	男性-75歳以上 (n= 46)	17.4	50.0	8.7	15.2	8.7
	女性-65～74歳 (n= 82)	9.8	48.8	34.1	7.3	0.0
	女性-75歳以上 (n= 85)	15.3	40.0	25.9	12.9	5.9

(5) 認知症になっても住み慣れた地域で生活するために必要なこと (問 21)

認知症になっても住み慣れた地域で生活するために必要なことは、「認知症の高齢者や家族を支援する福祉サービスの充実 (69.4%)」が最も多く、「認知症対応型通所介護 (認知症高齢者専用のデイサービス)・ショートステイ (短期入所) などの整備 (55.0%)」、「認知症の相談窓口や相談体制の整備 (49.6%)」が続いている。

性・年代別にみると、女性 65～74 歳で総じて高率になっている。男性 65～74 歳では「認知症の高齢者や家族を支援する福祉サービスの充実」が高く、逆に「認知症対応型通所介護 (認知症高齢者専用のデイサービス)・ショートステイ (短期入所) などの整備」は低い。男性 75 歳以上では「認知症の相談窓口や相談体制の整備」と「特別養護老人ホームなどの整備」は高いが、「地域による見守りや支援体制の充実」は他の年代に比べ低率となっている。(図表 3-5-5)

図表 3-5-5 認知症になっても住み慣れた地域で生活するために必要なこと
(全体、性・年代別：複数回答)

(%)

	認知症の高齢者や家族を支援する福祉サービスの充実	認知症対応型通所介護 (認知症高齢者専用のデイサービス)・ショートステイ (短期入所) などの整備	認知症の相談窓口や相談体制の整備	地域による見守りや支援体制の充実	特別養護老人ホームなどの整備	グループホーム (認知症対応型共同生活介護) などの専門的な施設の整備	認知症に関わる専門職の育成	認知症についての啓発活動の充実	その他	無回答
全体 (N= 258)	69.4	55.0	49.6	48.4	37.6	35.3	31.0	27.1	1.2	7.8
性・年代別										
男性-65～74歳 (n= 41)	73.2	41.5	43.9	51.2	31.7	31.7	22.0	19.5	0.0	9.8
男性-75歳以上 (n= 46)	63.0	50.0	54.3	39.1	45.7	30.4	19.6	26.1	0.0	10.9
女性-65～74歳 (n= 82)	74.4	62.2	57.3	52.4	42.7	40.2	41.5	31.7	1.2	1.2
女性-75歳以上 (n= 85)	67.1	57.6	44.7	48.2	31.8	35.3	32.9	27.1	2.4	10.6

6 地域のつながりについて

(1) 隣近所の人とのつきあい

①近所づきあいの程度（問22）

近所づきあいの程度は、「さしさわりのないことなら話せる人がいる（42.2%）」が最も多く、「道で会えばあいさつをする程度の人ならいる（26.0%）」、「個人的なことを相談し合える人がいる（17.1%）」が続いている。〔前回：ほぼ同傾向〕

性・年代別にみると、女性65～74歳では「さしさわりのないことなら話せる人がいる」が過半数を占め、男性65～74歳では「道で会えばあいさつをする程度の人ならいる」が過半数を占め高くなっている。女性では「個人的なことを相談し合える人がいる」が2割を超え男性より高くなっている。（図表3-6-1-①）

図表3-6-1-① 近所づきあいの程度（全体、性・年代別）

(%)

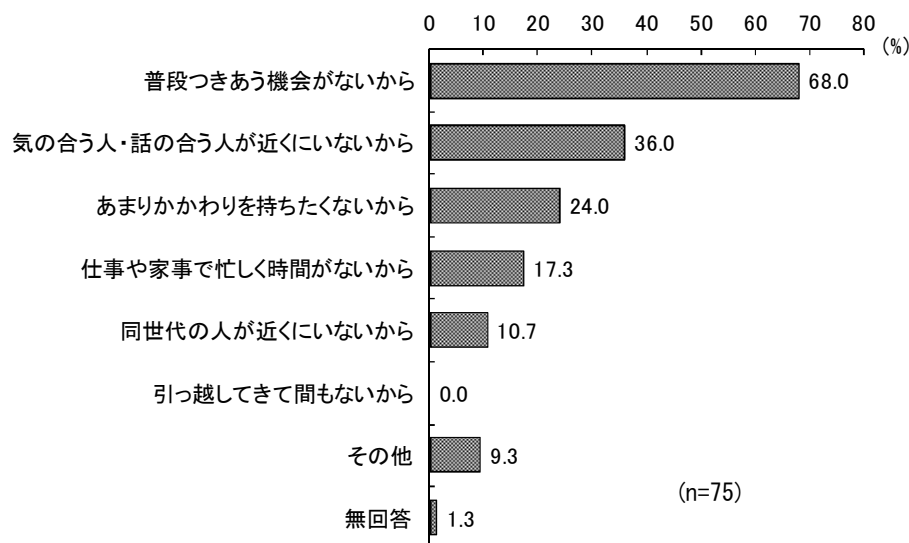
		い個人的なことを相談し合える人が	さしさわりのないことなら話せる人がいる	道で会えばあいさつをする程度の人ならいる	ほとんど近所づきあいをしない	無回答
全	体 (N= 258)	17.1	42.2	26.0	3.1	11.6
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	9.8	34.1	51.2	4.9	0.0
	男性-75歳以上 (n= 46)	10.9	32.6	39.1	6.5	10.9
	女性-65～74歳 (n= 82)	22.0	51.2	14.6	1.2	11.0
	女性-75歳以上 (n= 85)	20.0	44.7	16.5	2.4	16.5

②近所づきあいをしていない理由（問 22-1）

近所づきあいの程度で「道で会えばあいさつをする程度の人ならいる」または「ほとんど近所づきあいをしない」と回答した人に、近所づきあいをしていない理由をたずねた。「普段つきあう機会がないから（68.0%）」が最も多く、「気の合う人・話の合う人が近くにいないから（36.0%）」、「あまりかかわりを持ちたくないから（24.0%）」が続いている。（図表 3-6-1-②）

図表 3-6-1-② 近所づきあいをしていない理由（全体：複数回答）

＜あまり近所づきあいをしていないと回答した人＞



(2) 生きがいを感じている程度（問 23）

現在、生きがいを感じている程度は、「十分感じている（50.4%）」が半数であり、「多少感じている（36.8%）」を合計すると、生きがいを感じている人が8割を大きく超えている。

性・年代別にみると、女性 65～74 歳では「十分感じている（62.2%）」が6割を超え、他の年代に比べ高くなっている。その割合は男性 65～74 歳では 39.0%と 4割程度である。（図表 3-6-2）

図表 3-6-2 現在、生きがいを感じている程度（全体、性・年代別）

		（%）					
		十分感じている	多少感じている	なあまり感じている	いまったく感じて	わからない	無回答
全	体 (N= 258)	50.4	36.8	6.2	0.4	2.3	3.9
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	39.0	39.0	19.5	0.0	0.0	2.4
	男性-75歳以上 (n= 46)	50.0	32.6	6.5	2.2	4.3	4.3
	女性-65～74歳 (n= 82)	62.2	31.7	2.4	0.0	1.2	2.4
	女性-75歳以上 (n= 85)	45.9	42.4	3.5	0.0	2.4	5.9

(3) 地域の人たちにしてほしい手助け (問 24)

日常生活が不自由になったときに地域の人たちにしてほしい手助けは、「安否確認など (42.6%)」が最も多く、「災害時の手助け (32.6%)」、「炊事・洗濯・掃除などの家事 (29.8%)」、「ちょっとした買い物 (29.8%)」が続いている。

性・年代別にみると、男性 65～74 歳では、「安否確認など (51.2%)」が半数を超え高いが、その割合は女性 65～74 歳では 35.4%と 3 分の 1 程度で低くなっている。(図表 3-6-3)

図表 3-6-3 地域の人たちにしてほしい手助け
(全体、性・年代別：複数回答 (3つまで))

		安否確認など	災害時の手助け	の炊事・洗濯・掃除など	ちょっとした買い物	介護などの相談相手	外出の付添い	仕事	電球交換や簡単な大工	趣味など世間話の相手	閉め	ゴミ出し・雨戸の開け	子どもなど支援が必要	その他	特にない	無回答
全	体 (N= 258)	42.6	32.6	29.8	29.8	22.1	12.4	11.6	10.5	7.0	1.6	2.7	10.9	5.4		
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	51.2	29.3	36.6	24.4	19.5	12.2	9.8	12.2	7.3	4.9	2.4	9.8	0.0		
	男性-75歳以上 (n= 46)	43.5	37.0	23.9	21.7	17.4	4.3	17.4	13.0	6.5	0.0	8.7	8.7	8.7		
	女性-65～74歳 (n= 82)	35.4	34.1	30.5	30.5	24.4	13.4	13.4	9.8	6.1	1.2	1.2	13.4	6.1		
	女性-75歳以上 (n= 85)	45.9	30.6	29.4	37.6	22.4	15.3	8.2	9.4	7.1	1.2	1.2	9.4	5.9		

(4) 地域の支え合いとしてできること (問 25)

地域の支え合いとしてできることは、「安否確認など (60.9%)」が最も多くなっている。次いで、「ちょっとした買い物 (45.3%)」、「災害時の手助け (25.2%)」となっている。[前回:「安否確認など」57.2%、「ちょっとした買い物」33.5%、「趣味など世間話の相手」23.3%、以下は 2 割未満]

性・年代別にみると、各性・年代で「安否確認など」が 6 割前後を占め高いが、他の項目では、分散傾向がみられる。(図表 3-6-4)

図表 3-6-4 地域の支え合いとしてできること (全体、性・年代別：複数回答 (3つまで))

		安否確認など	ちょっとした買い物	災害時の手助け	趣味など世間話の相手	外出の付添い	閉め	ゴミ出し・雨戸の開け	の炊事・洗濯・掃除など	介護などの相談相手	仕事	電球交換や簡単な大工	その他	子どもなど支援が必要	特にない	無回答
全	体 (N= 258)	60.9	45.3	25.2	22.9	17.4	17.1	15.1	11.6	7.4	3.5	2.7	4.7	5.8		
性・年代別	男性-65～74歳 (n= 41)	63.4	39.0	41.5	14.6	22.0	26.8	7.3	2.4	29.3	2.4	4.9	4.9	0.0		
	男性-75歳以上 (n= 46)	63.0	34.8	28.3	19.6	8.7	15.2	2.2	10.9	13.0	6.5	0.0	2.2	6.5		
	女性-65～74歳 (n= 82)	61.0	59.8	23.2	26.8	25.6	19.5	25.6	17.1	1.2	1.2	4.9	4.9	4.9		
	女性-75歳以上 (n= 85)	57.6	42.4	16.5	25.9	12.9	9.4	16.5	11.8	0.0	4.7	1.2	4.7	9.4		

7 介護保険制度、高齢者保健福祉サービスについて

(1) 介護が必要になった時の生活場所（問26）

介護が必要になった時の生活場所は、「家族などの介護を受けながら自宅で生活したい（30.6%）」が最も多く、「介護保険居宅サービスを受けながら自宅で生活したい（26.4%）」、「特別養護老人ホームや老人保健施設などの施設に入所したい（11.6%）」が続いている。

性・年代別にみると、男性は年代問わず「家族などの介護を受けながら自宅で生活したい」が4割台を占め高くなっている。女性は年代問わず「介護保険居宅サービスを受けながら自宅で生活したい」が最も多い。また、男性では年代問わず「特別養護老人ホームや老人保健施設などの施設に入所したい」が15%前後で女性より高くなっている。（図表3-7-1）

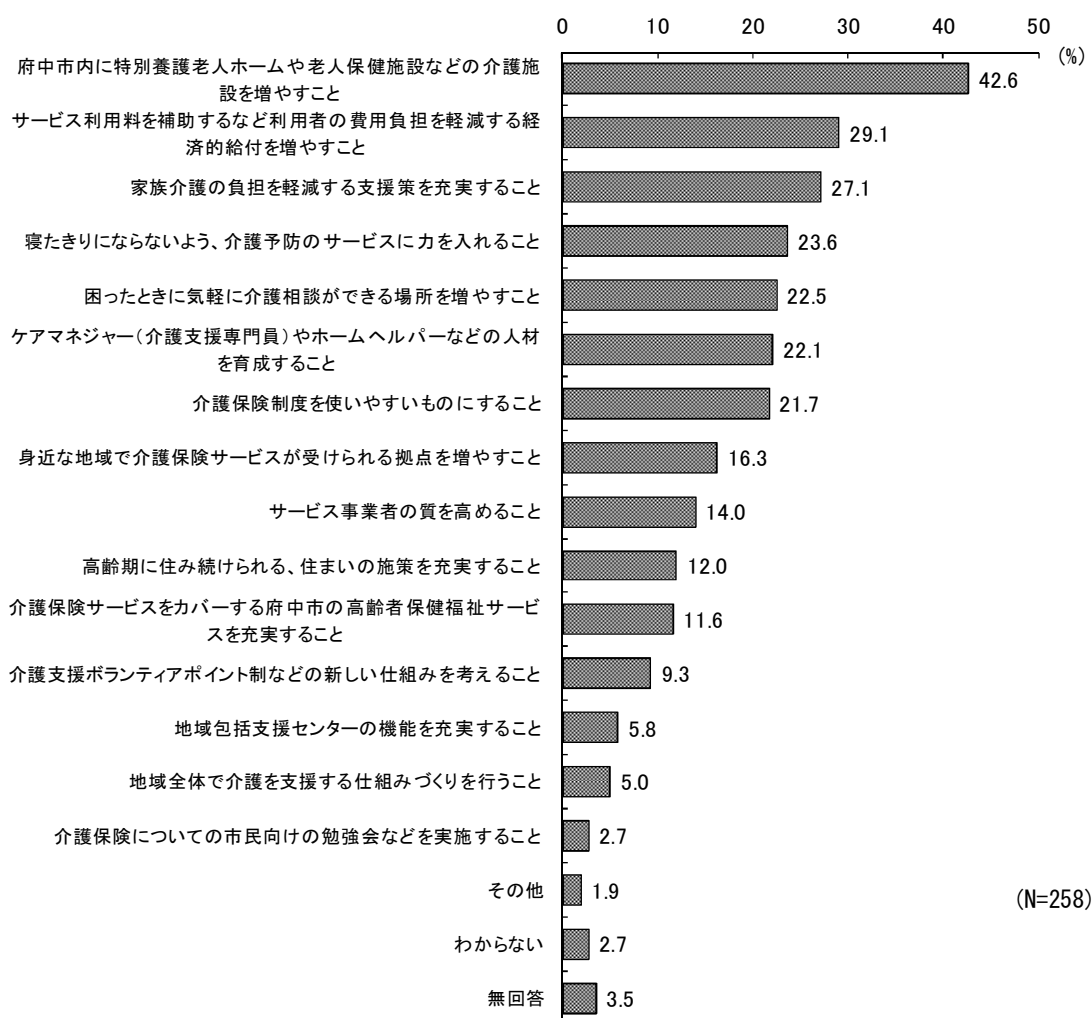
図表3-7-1 介護が必要になった時の生活場所（全体、性・年代別）

		た 家 族 な ど の 介 護 を 受 け な が ら 自 宅 で 生 活 し たい	生 介 護 保 険 居 宅 サ ー ビ ス を 受 け な が ら 自 宅 で 生 活 し たい	施 特 別 養 護 老 人 ホ ー ム や 老 人 保 健 施 設 な ど の 施 設 に 入 所 し たい	有 料 老 人 ホ ー ム に 入 居 し たい	グ ル ー プ ホ ー ム （ 認 知 症 対 応 型 共 同 生 活 介 護 ） に 入 居 し たい	見 守 り や 住 宅 に 支 援 サ ー ビ ス な ど の つ い た 高 齢 者 向 け の 住 宅 に 入 居 し たい	自 宅 近 く で 様 々 な サ ー ビ ス が 受 け ら れ る 小 さ な 施 設 （ 小 規 模 多 機 能 型 居 宅 介 護 ） な ど を 利 用 し な が ら 生 活 し たい	そ の 他	わ か ら な い	無 回 答
全	体 (N= 258)	30.6	26.4	11.6	4.3	1.2	5.4	8.1	0.8	4.3	7.4
性 ・ 年 代 別	男性-65～74歳 (n= 41)	48.8	24.4	14.6	2.4	0.0	2.4	4.9	0.0	2.4	0.0
	男性-75歳以上 (n= 46)	41.3	19.6	19.6	2.2	0.0	2.2	6.5	0.0	2.2	6.5
	女性-65～74歳 (n= 82)	22.0	32.9	8.5	7.3	2.4	6.1	7.3	1.2	4.9	7.3
	女性-75歳以上 (n= 85)	23.5	25.9	8.2	3.5	1.2	8.2	10.6	1.2	5.9	11.8

(2) 介護保険制度をよりよくするために府中市が力を入れるべきこと (問 27)

介護保険制度をよりよくするために府中市が力を入れるべきことは、「府中市内に特別養護老人ホームや老人保健施設などの介護施設を増やすこと (42.6%)」が最も多く、「サービス利用料を補助するなど利用者の費用負担を軽減する経済的給付を増やすこと (29.1%)」、「家族介護の負担を軽減する支援策を充実すること (27.1%)」が続いている。(図表 3-7-2)

図表 3-7-2 介護保険制度をよりよくするために府中市が力を入れるべきこと
(全体：複数回答 (3つまで))

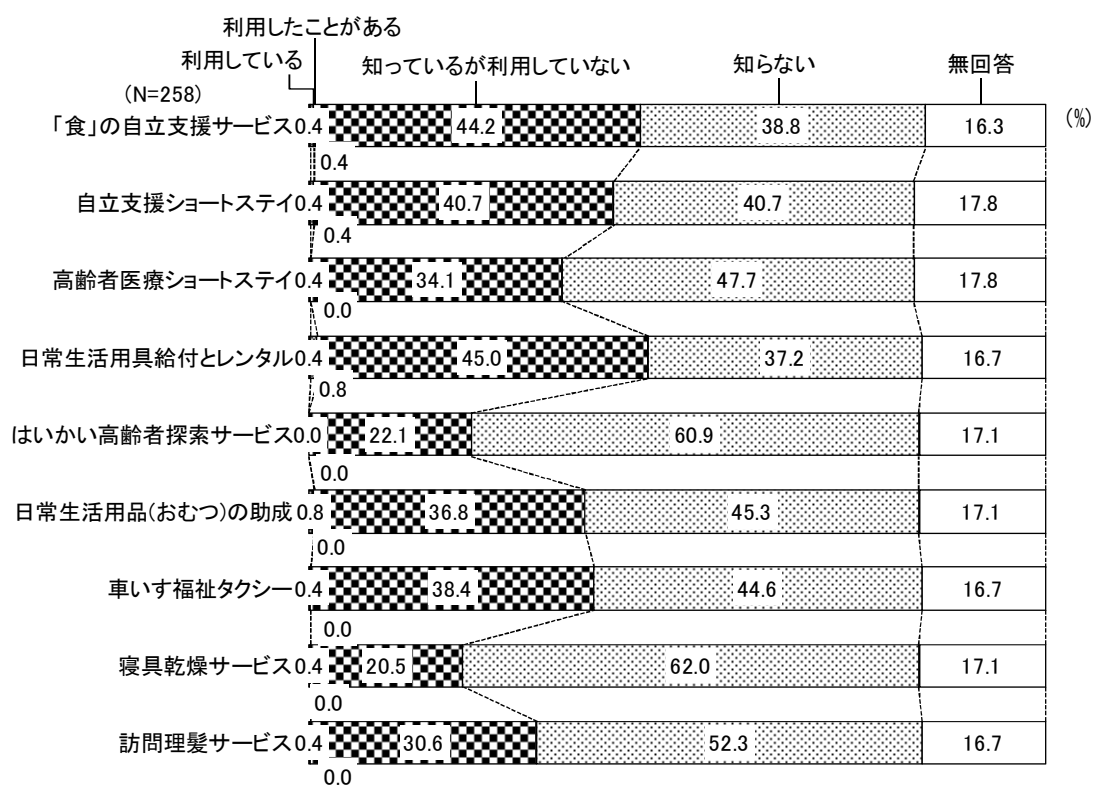


(3) 高齢者保健福祉サービスの利用 (問 28)

① 高齢者保健福祉サービスの利用状況

高齢者保健福祉サービスの利用状況は、《利用経験がある》(「利用している」と「利用したことがある」の合計)の割合は、『日常生活用具給付とレンタル』が1.2%で最も高くなっている。「知らない」の割合は、『寝具乾燥サービス (62.0%)』、『はいかい高齢者探索サービス (60.9%)』が高く、他の項目も4割前後を占めている。〔前回：《利用経験がある》割合は、「車いす福祉タクシー」2.0%、「日常生活用具給付とレンタル」1.6%〕(図表3-7-3-①)

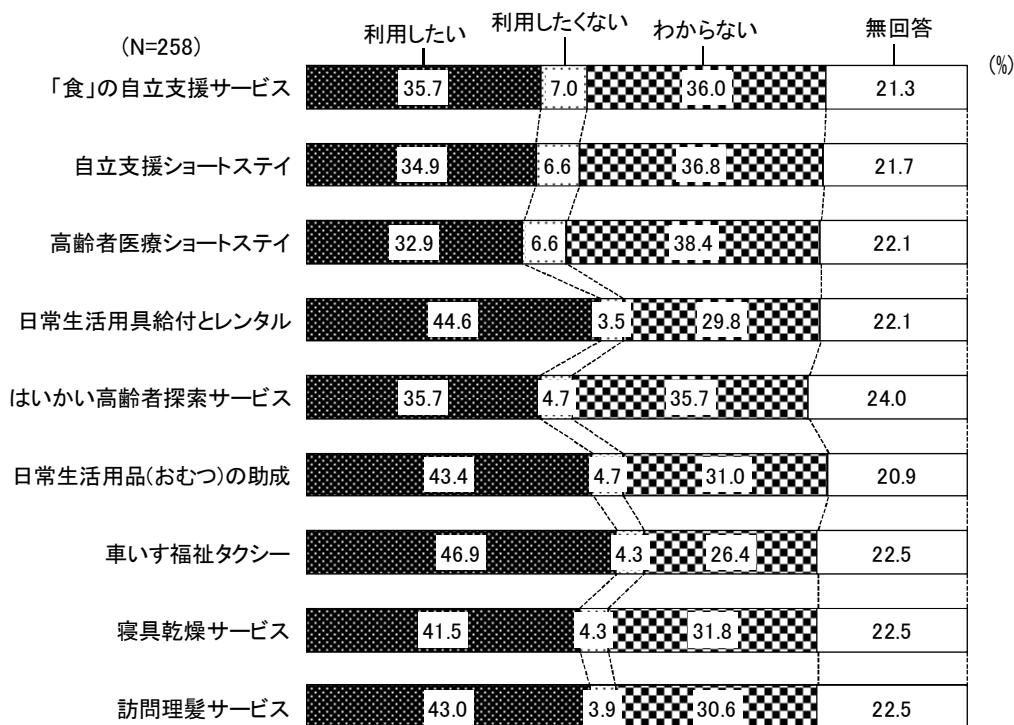
図表3-7-3-① 高齢者保健福祉サービスの利用状況 (全体)



②高齢者保健福祉サービスの利用意向

高齢者保健福祉サービスの利用意向は、「利用したい」の割合は、『車いす福祉タクシー (46.9%)』が最も多く、『日常生活用具給付とレンタル (44.6%)』、『日常生活用品 (おむつ) の助成 (43.4)』が続いている。〔前回：「車いす福祉タクシー」37.4%、「訪問理容サービス」35.4%、「寝具乾燥サービス」33.9%が上位3項目〕(図表3-7-3-②)

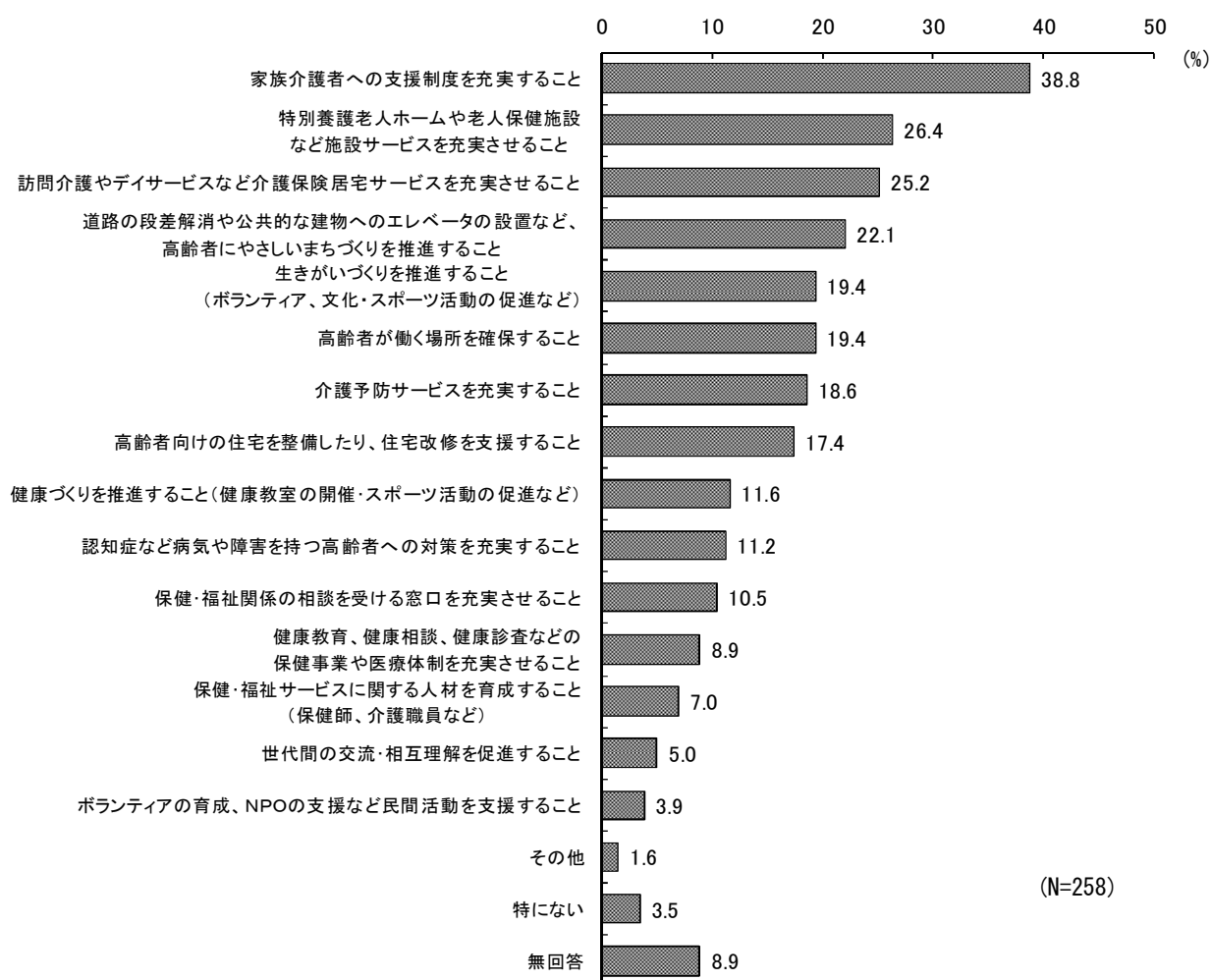
図表3-7-3-② 高齢者保健福祉サービスの利用意向 (全体)



(4) 優先して充実すべき高齢者保健福祉サービス（問 29）

優先して充実すべき高齢者保健福祉サービスは、「家族介護者への支援制度を充実すること（38.8%）」が最も多く、「特別養護老人ホームや老人保健施設など施設サービスを充実させること（26.4%）」、「訪問介護やデイサービスなど介護保険居宅サービスを充実させること（25.2%）」が続いている。（図表 3-7-4）

図表 3-7-4 優先して充実すべき高齢者保健福祉サービス
（全体：複数回答（3つまで））

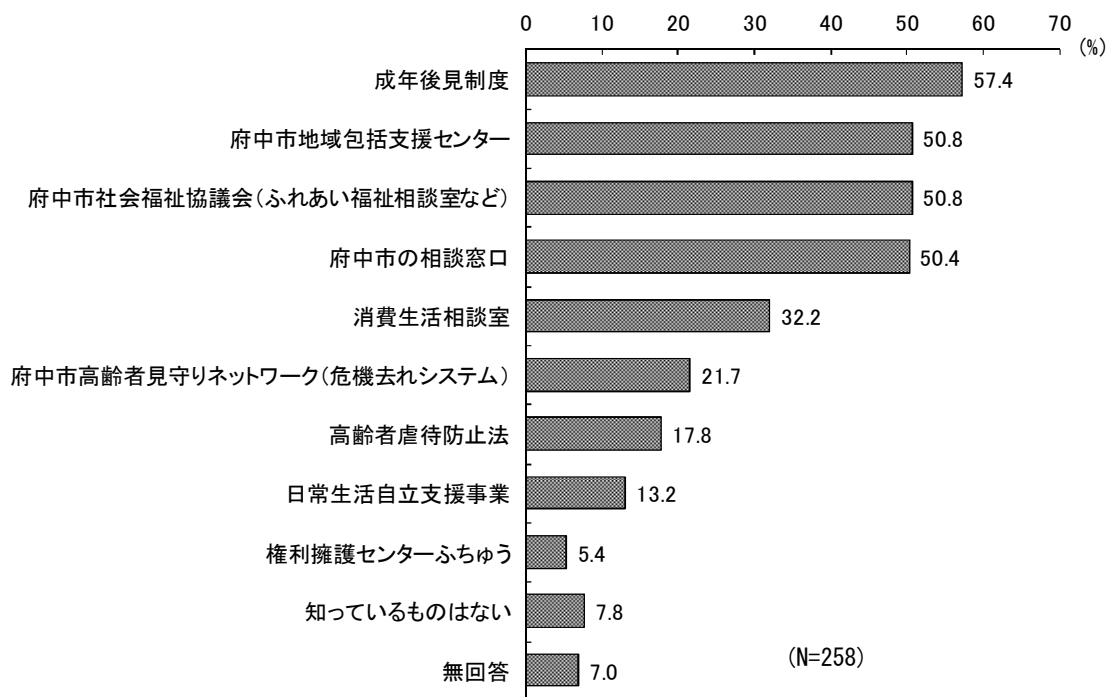


8 高齢者の権利擁護などについて

(1) 高齢者の権利や生活を守るための制度や相談窓口の認知度（問30）

高齢者の権利や生活を守るための制度や相談窓口の認知度は、「成年後見制度（57.4%）」が最も多く、「府中市地域包括支援センター（50.8%）」、「府中市社会協議会（ふれあい福祉相談室など）（50.8%）」が続いている。〔前回：「市の相談窓口」58.0%、「地域包括支援センター・在宅介護支援センター」38.5%、「社会福祉協議会（ふれあい福祉相談室など）」37.4%、以下34%未満〕（図表3-8-1）

図表3-8-1 高齢者の権利や生活を守るための制度や相談窓口の認知度
（全体：複数回答）

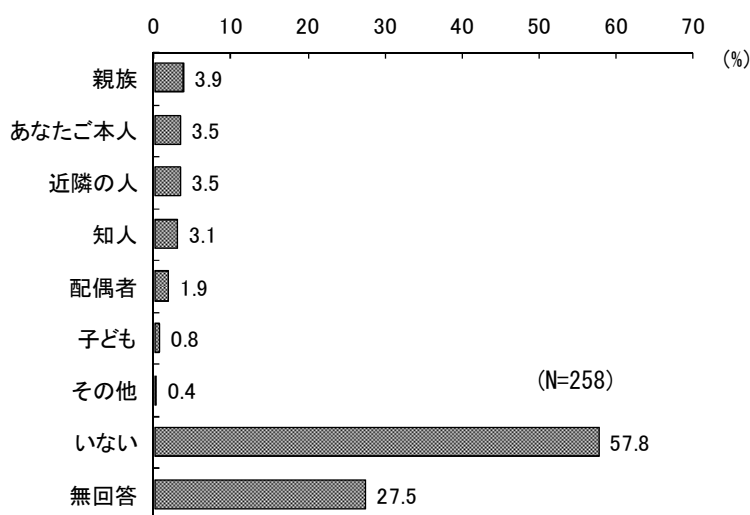


(2) 周囲で困っている人（本人を含む）

①周囲で困っている人（本人を含む）（問31）

周囲で困っている人（本人を含む）は、「いない」が57.8%で6割近くを占めている。周囲で困っているのは「親族」（3.9%）が最も多くなっている。〔前回：「いない」44.0%、「配偶者」5.8%、「本人」5.4%〕（図表3-8-2-①）

図表3-8-2-① 周囲で困っている人（本人を含む）（全体：複数回答）

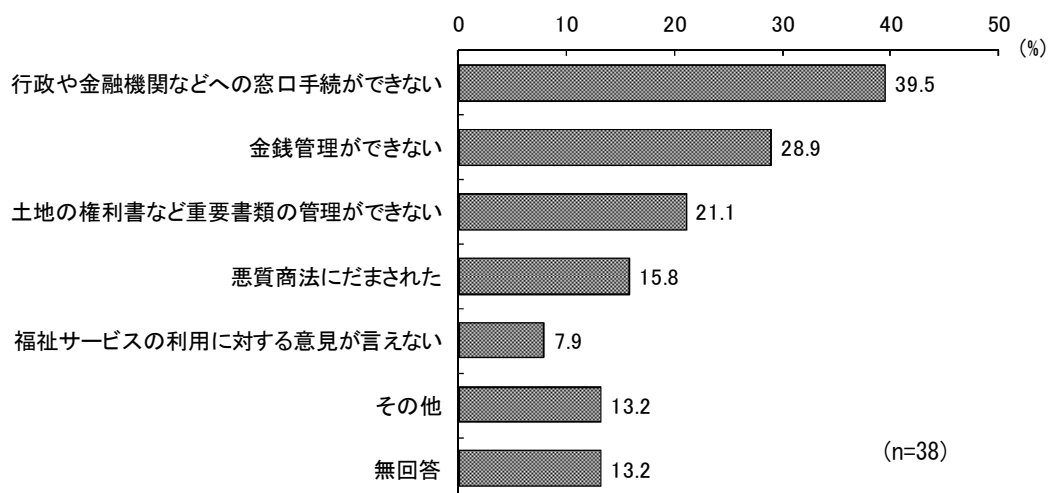


②困っていること（問31-1）

困っている人がいると回答した人に、困っていることをたずねたところ、「行政や金融機関などへの窓口手続きができない（39.5%）」が最も多く、「金銭管理ができない（28.9%）」、「土地の権利書など重要書類の管理ができない（21.1%）」が続いている。〔前回：「行政や金融機関などへの窓口手続きができない」29.8%、「金銭管理ができない」23.4%〕（図表3-8-2-②）

図表3-8-2-② 困っていること（全体：複数回答）

<困っている人がいると回答した人>



9 自由回答（問 32）

高齢者保健福祉や介護保険について、意見・要望を自由記述形式でたずねたところ、全体で36件の回答があった。以下、主なものを掲載する。

施設や住まいの整備等について：18件

- ・ 集合住宅の5階に住んでいますが1階に福祉住宅を確保してほしい。（男性、75～79歳）
- ・ 地域包括支援センターや運動のできる介護センター、色々な情報を得られる場所が身近にあるといいと思う。（女性、75～79歳）
- ・ ひとり暮らしの高齢者のための住居整備、増設。（女性、65～69歳）
- ・ ひとり暮らしで自宅での介護を受けながら生活を希望しますが、それも不可能になった時には特別養護老人ホーム等、自分の年金での支払い可能な施設への入所を希望したいです。今、府中市内には、公営の特別養護老人ホーム等の施設が不足しています。希望者がすべて入所できる数の特別養護老人ホームの増設を希望します。（女性、70～74歳）
- ・ 生涯学習センターに歩いて行くことが多いのですが、一休みするところが少ない。気軽に入れる休憩所、休めるベンチがもっとあればよいと思う。（女性、70～74歳）
- ・ 近くにふつうの人が介護予防を兼ねて集まれるスペースがほしいです。「介護」を感じさせない普通の人用の設備があれば、それが介護予防につながると考えます。（女性、65～69歳）
- ・ 介護を受けるようにならないために、フラ、カラオケ、3B体操、詩吟と出かけています。場所がないので四谷から白糸台の文化センターと空いている所を使用させていただいていますが、地域にある集会場がいつも空いているのに、他の地域の人には使用させてもらえないようでもったいないと思います。自分の町会に集会場がある人達はそこを使えば文化センターを取り合うことが少なくなるのではと思います。私の町会はそういう所がないので。（女性、70～74歳）

情報提供：10件

- ・ 今回の調査の「問 28」で、府中市のさまざまな高齢者保健福祉サービスが行われていることを知りました。お願いできれば、例えば、府中市民で65才になった方には「問 28」のようなサービス内容等について、情報提供をしていただけたら、より安心できるのではないかと思います。（男性、65～69歳）
- ・ 家でひとりで生活できなくなった場合、安心して（精神的にも金銭的にも）入居できる施設の種類や内容を一覧表（府中市内または近郊）にして、各自が検討しやすいようにしていただくと、先のことが計画できて安心して過ごせる。（女性、75～79歳）
- ・ 介護保険制度の利用にあたり、段階やら何やらあるように聞いておりますが、みんなにもっとわかりやすいように説明なり受けたいと思います。いただく市からの文面は、どうしてあのように、理解しにくい文章になっているのでしょうか。誰にも理解できる文章にするべきだと思います。（女性、70～74歳）

- ・ 今後、私のようなパソコンを持たない高齢者がいつでも市の相談窓口で電話をかけ、必要な情報を得られる「高齢者何でも相談」といった専用の番号を作り、知りたい内容に対応していただければ安心かと思います。(女性、70～74歳)
- ・ 高齢者向けの月報の様な誌を1回ずつでも出してくださったら励ましになると思います。詩、短歌、俳句等、考えていることの投書欄があると、いろいろ人のようすもわかります。(女性、75～79歳)

保険料が負担：5件

- ・ 相互扶助の精神から、介護保険料が年金から差し引かれることは承知していますが、年々、保険料が高くなって、今後の生活に不安があります。年金支給額の高・低額者をもっと見極めて介護保険料を設定してほしい。(女性、75～79歳)
- ・ 保険料を安くすることも考えてください。体がきつくても、働かざるをえない。あと、何年貯金もつか心配なのです。(男性、70～74歳)

その他：3件

- ・ 介護予防の教室に通って、ひとりで考えていたのと違ってとても役に立ちました。近くに通える教室を希望します。(女性、70～74歳)
- ・ 緊急に介護サービスを受けたい時、速やかな手続きをお願いしたい。(女性、75～79歳)
- ・ 公園、道路の一寸のデコボコを修理してほしい。散歩中、舗道のマンホール、コンクリートとレンガの境目の1～2cmくらいのくぼみにつまずいて転倒することがあります。大きな段差は注意するからよいのですが、目に見えない穴は油断してしまいます。(男性、80～84歳)