
**介護予防・日常生活圏域二一ズ調査
および在宅介護実態調査
結果報告書**

令和5年3月

西宮市

目次

調査の概要	1
1. 調査の目的.....	1
2. 調査の方法.....	1
3. 回収の状況.....	1
4. 報告書の見方.....	1
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査（一般高齢者対象）の結果	2
1. あなた自身及びあなたのご家族や生活状況について.....	2
2. からだを動かすことについて.....	7
3. 食べることについて.....	12
4. 毎日の生活について.....	15
5. 地域での活動について.....	20
6. たすけあい・地域での生活について.....	30
7. 健康について.....	35
8. 認知症について.....	38
9. 高齢者に対するサービスなどについて.....	42
10. 今後の生活や在宅医療、高齢者施策全般について.....	45
11. 各種リスク.....	49
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査（要支援認定者対象）の結果	51
1. あなた自身及びあなたのご家族や生活状況について.....	51
2. からだを動かすことについて.....	56
3. 食べることについて.....	61
4. 毎日の生活について.....	64
5. 地域での活動について.....	69
6. たすけあい・地域での生活について.....	79
7. 健康について.....	84
8. 認知症について.....	87
9. 高齢者に対するサービスなどについて.....	91
10. 今後の生活や在宅医療、高齢者施策全般について.....	94
11. 各種リスク.....	98
在宅介護実態調査の結果	100
1. あて名のご本人について.....	100
2. 主な介護者の方について.....	115

調査の概要

1. 調査の目的

西宮市では、65歳以上の住民の皆様が、住み慣れた家庭や地域でいきいきと安心して過ごしていただけるように、高齢者福祉施策や介護保険事業の運営を進めており、令和5年度から「西宮市第10次高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画」の策定を予定しております。

この調査は、市内にお住まいの65歳以上の方の健康状態や生活の状況、介護保険に対するご意見やご要望等をお聞きするとともに、介護保険事業計画の策定と効果評価を目的に実施しました。

2. 調査の方法

調査名	対象	調査方法	調査期間
介護予防・日常生活圏域 ニーズ調査（一般高齢者対象）	市内在住の65歳以上で要支援・要介護認定を受けていない人 7,000人（無作為抽出）	郵送による 配布・回収	令和5年 1月20日～ 2月10日
介護予防・日常生活圏域 ニーズ調査（要支援認定者対象）	市内在住の65歳以上で要支援認定を受けている人 3,000人（無作為抽出）	郵送による 配布・回収	令和5年 1月20日～ 2月10日
在宅介護実態調査	要介護認定を受けて在宅で生活をしている人 1,000人（無作為抽出）	郵送による 配布・回収	令和5年 1月20日～ 2月10日

3. 回収の状況

調査名	配布数	回収数	回収率	有効回収数	有効回収率
介護予防・日常生活圏域 ニーズ調査（一般高齢者対象）	7,000部	4,275部	61.1%	4,224部	60.3%
介護予防・日常生活圏域 ニーズ調査（要支援認定者対象）	3,000部	1,915部	63.8%	1,884部	62.8%
在宅介護実態調査	1,200部	674部	56.2%	605部	50.4%

4. 報告書の見方

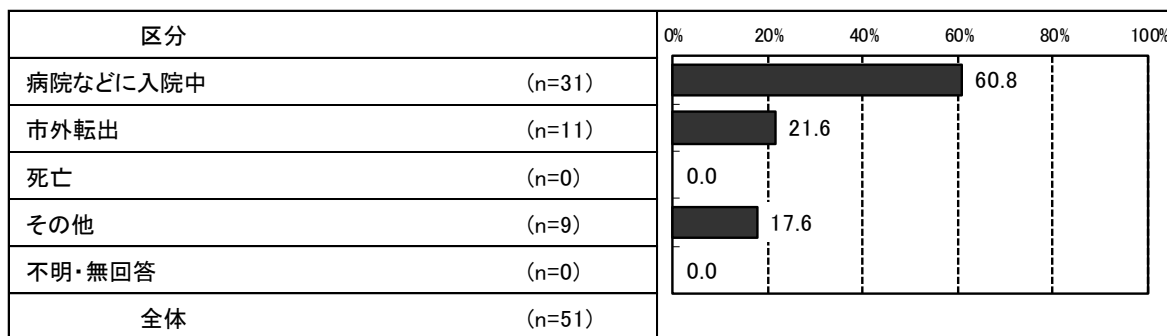
- 図表内に付加されている「n」は質問に対する回答者数です。
- 結果数値は、少数点第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100%にならないことがあります。
- 複数回答の場合、回答者数に対する割合を表示しているため、構成比の合計が100%を超えます。

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査(一般高齢者対象)の結果

1. あなた自身及びあなたのご家族や生活状況について

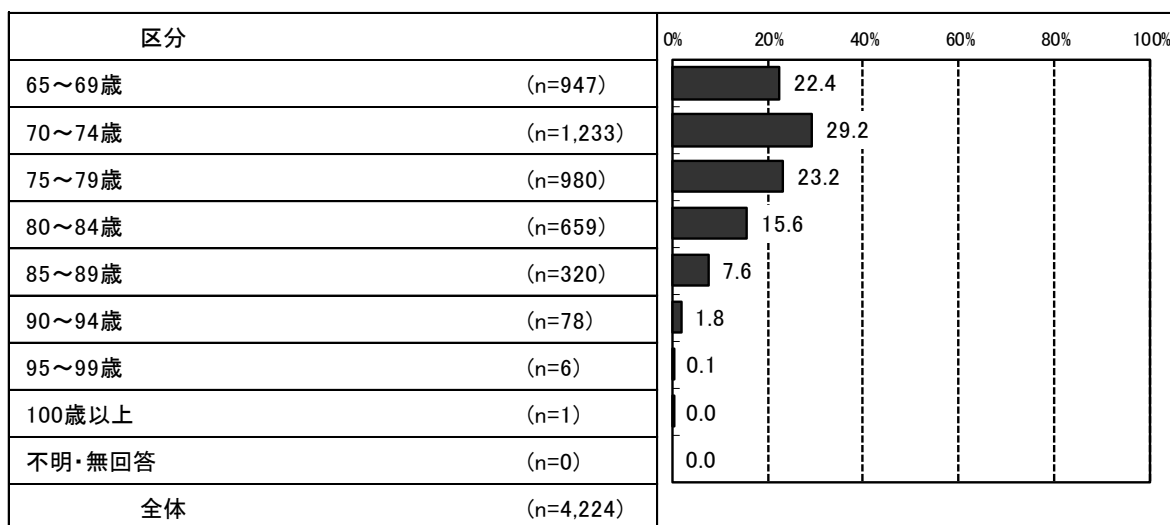
◇ 調査対象の高齢者の方が何らかの事情により回答できない理由

- 回答できない理由については、「病院などに入院中」が60.8%で最も多く、「市外転出」(21.6%)、「その他」(17.6%)がつづいています。



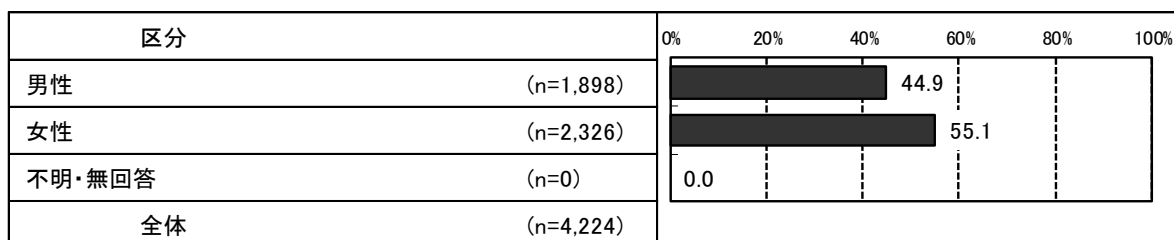
◇ 年齢

- 年齢については、「70～74歳」が29.2%で最も多く、「75～79歳」(23.2%)、「65～69歳」(22.4%)がつづいています。平均は75.1歳となっています。



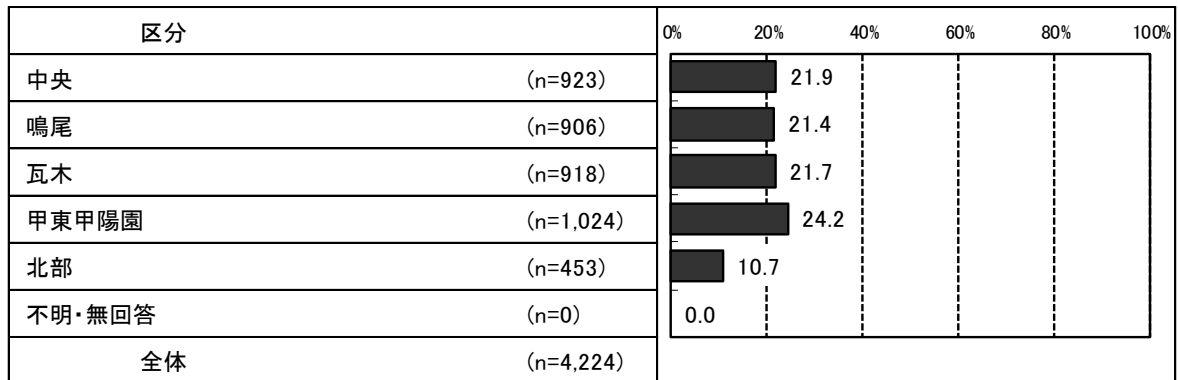
◇ 性別

- 性別については、「女性」が55.1%、「男性」が44.9%となっています。



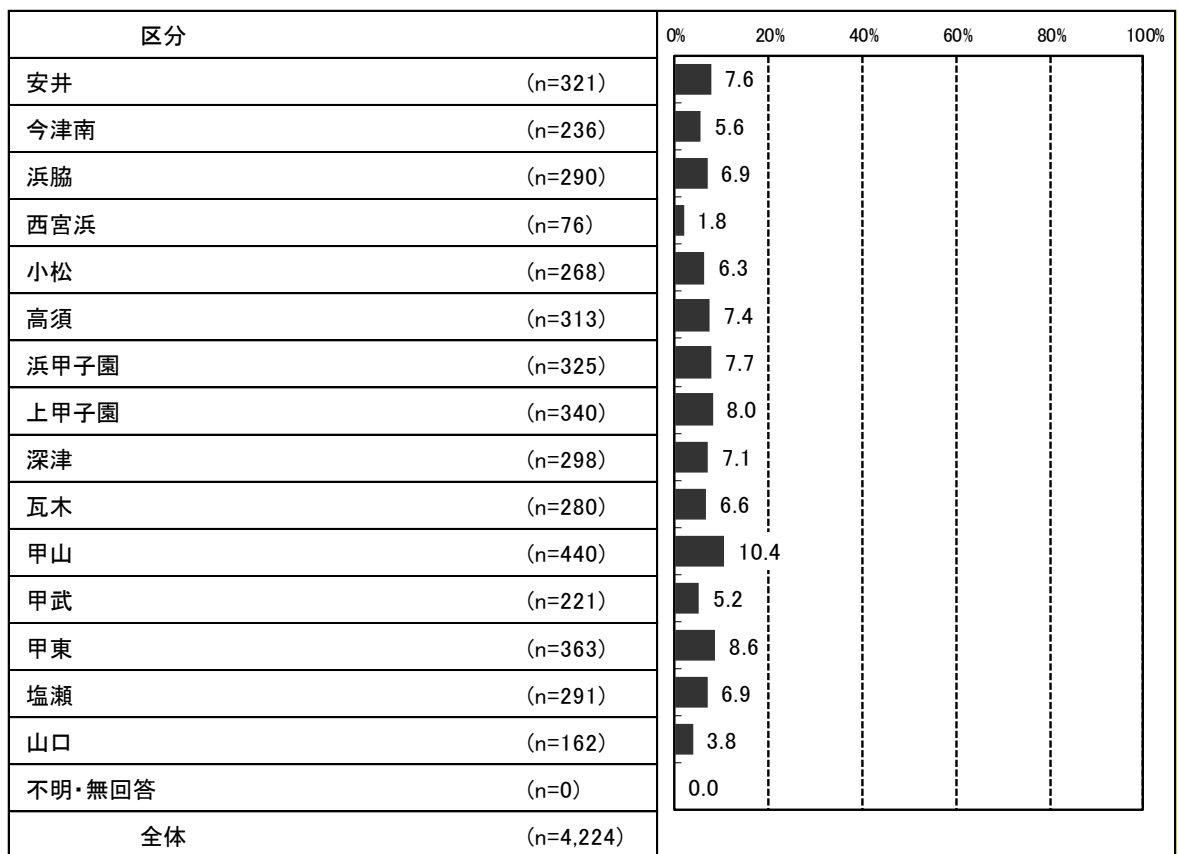
◇ 地域包括圏域

- 地域包括圏域については、「甲東甲陽園」が24.2%で最も多く、「中央」(21.9%)、「瓦木」(21.7%)がつづいています。



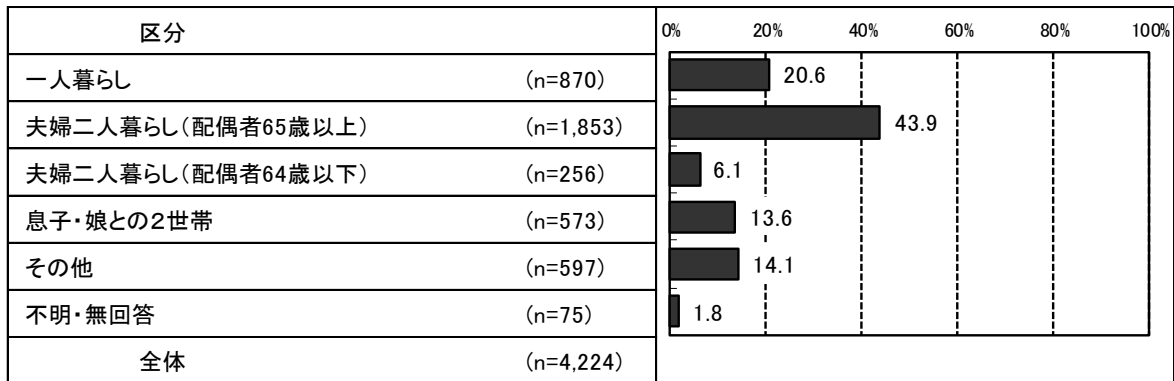
◇ 日常生活圏域

- 日常生活圏域については、「甲山」が10.4%で最も多く、「甲東」(8.6%)、「上甲子園」(8.0%)がつづいています。



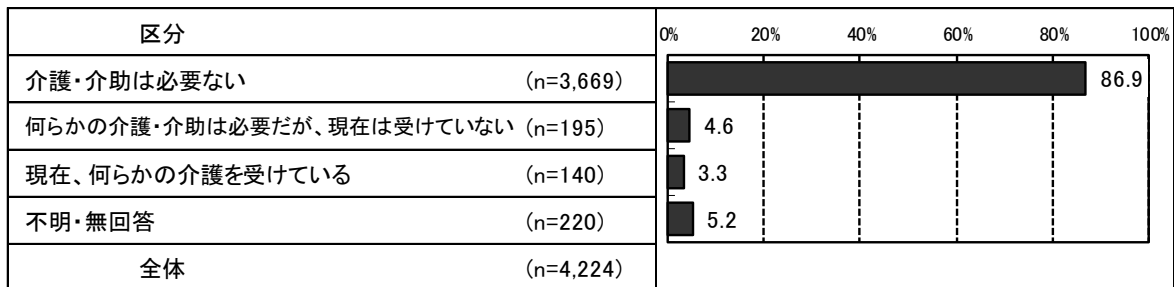
問 1 - 1 家族構成を教えてください。(〇は1つ)

- 家族構成については、「夫婦二人暮らし(配偶者65歳以上)」が43.9%で最も多く、「一人暮らし」(20.6%)、「その他」(14.1%)がつついています。



問 1 - 2 あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。(〇は1つ)

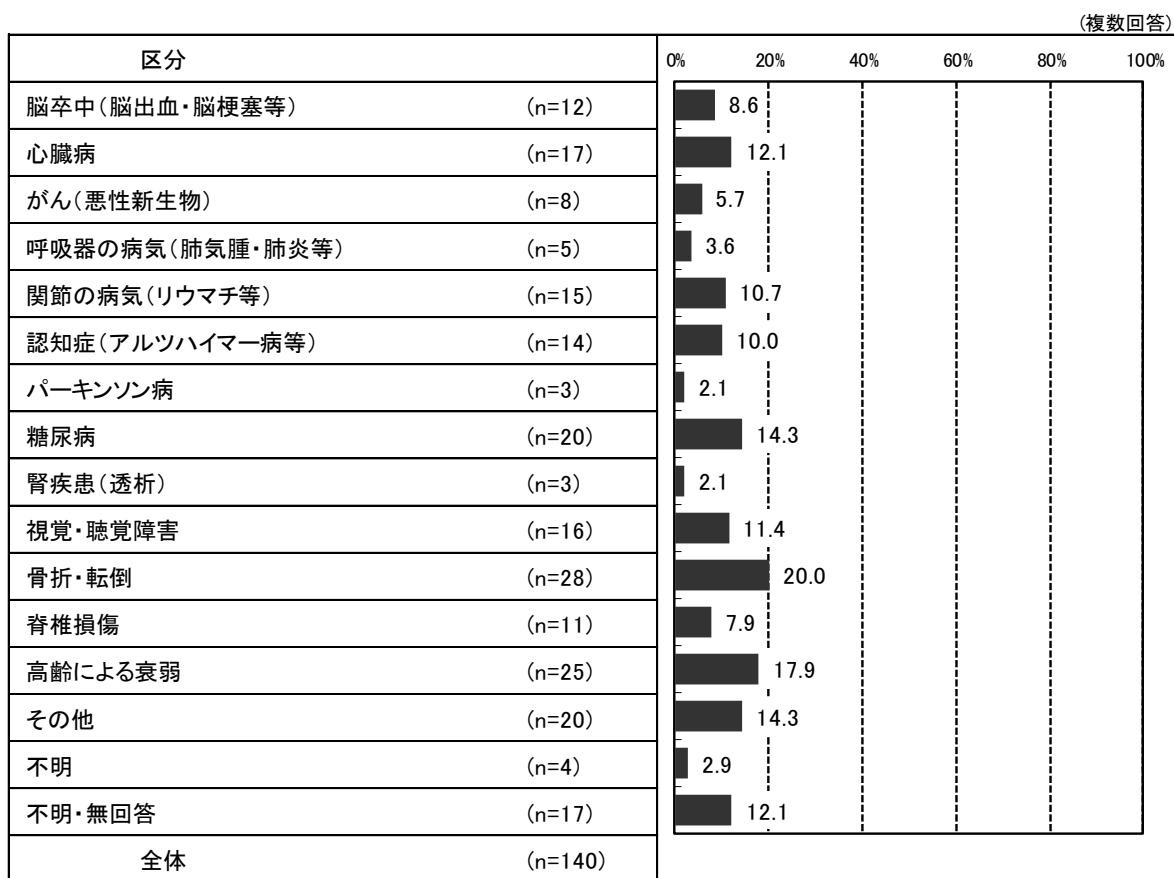
- 介護・介助の必要性については、「介護・介助は必要ない」が86.9%で最も多く、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」(4.6%)、「現在、何らかの介護を受けている」(3.3%)がつついています。



問1-2-1 問1-2において「3. 現在、何らかの介護を受けている」方のみ

介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（いくつでも）

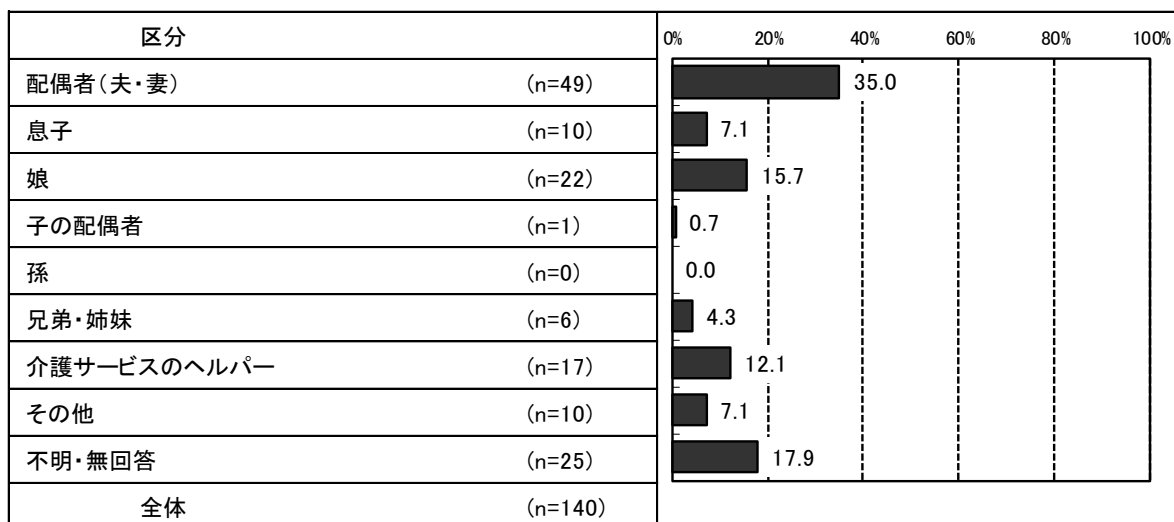
- 介護・介助が必要になった主な原因は何ですかについては、「骨折・転倒」が20.0%で最も多く、「高齢による衰弱」(17.9%)、「糖尿病」と「その他」が、ともに14.3%でつづいています。



問1-2-2 問1-2において「3. 現在、何らかの介護を受けている」方のみ

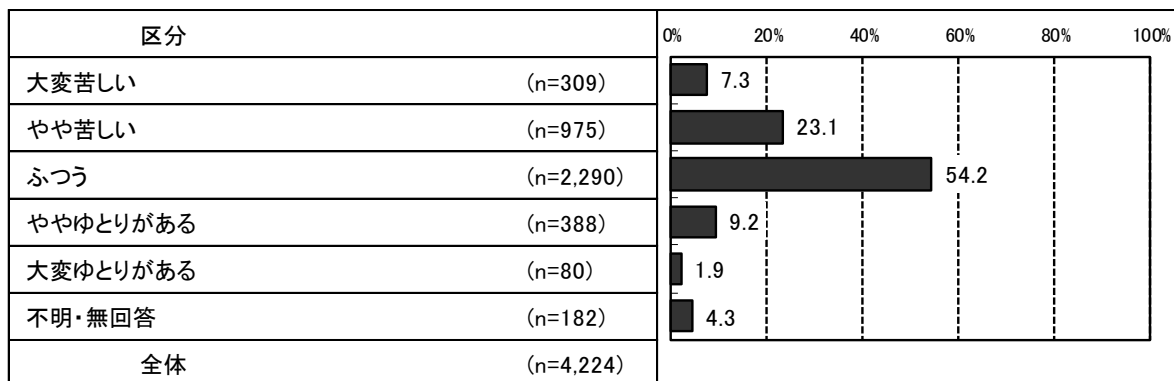
主にどなたの介護・介助を受けていますか。（○は1つ）

- 主な介護・介助者については、「配偶者(夫・妻)」が35.0%で最も多く、「娘」(15.7%)、「介護サービスのヘルパー」(12.1%)がつづいています。



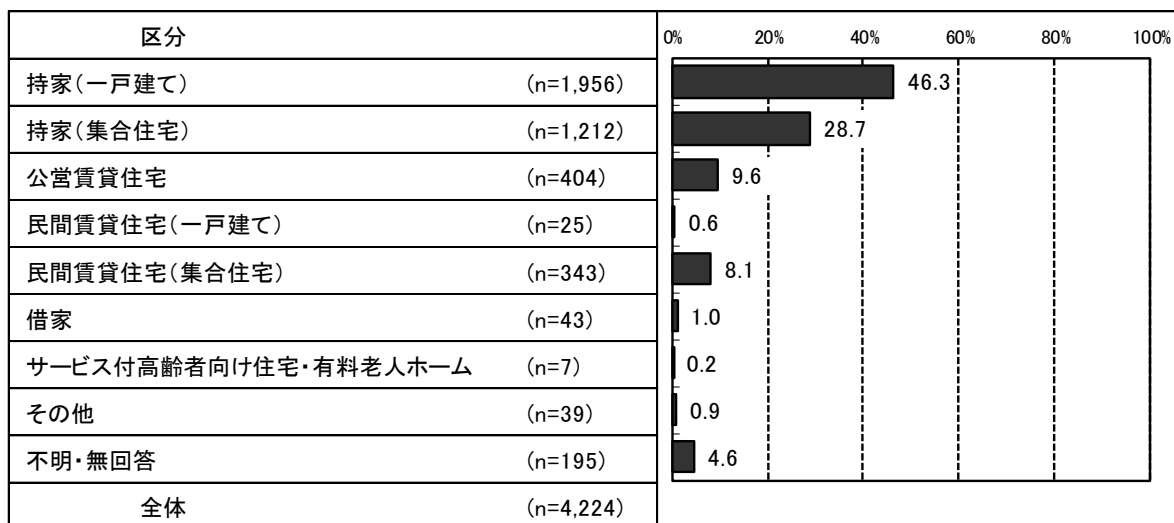
問1-3 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じますか。(〇は1つ)

- 現在の暮らしの状況の経済的な状況については、「ふつう」が 54.2%で最も多く、「やや苦しい」(23.1%)、「ややゆとりがある」(9.2%)がつづいています。



問1-4 お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(〇は1つ)

- 住居の種類については、「持家(一戸建て)」が 46.3%で最も多く、「持家(集合住宅)」(28.7%)、「公営賃貸住宅」(9.6%)がつづいています。

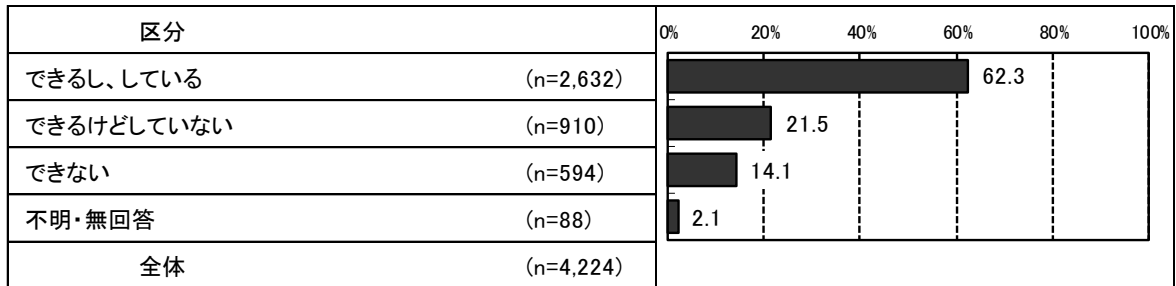


2. からだを動かすことについて

問2-1 からだを動かすことについて、以下のそれぞれの設問にお答えください。

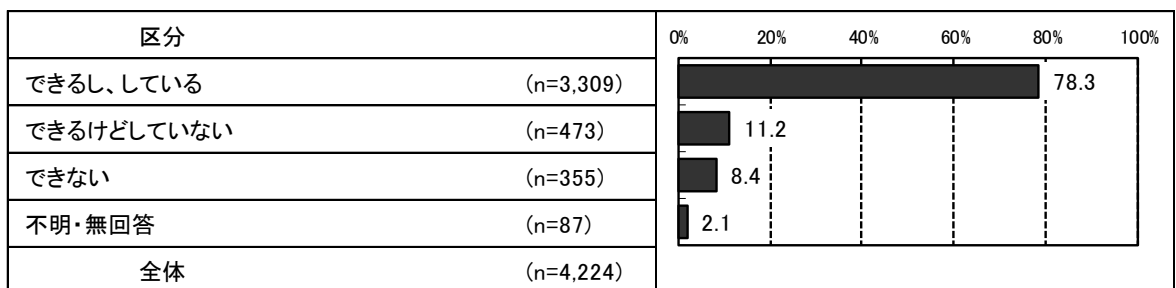
(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(○は1つ)

- 階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかについては、「できるし、している」が62.3%で最も多く、「できるけどしていない」(21.5%)、「できない」(14.1%)がつづいています。



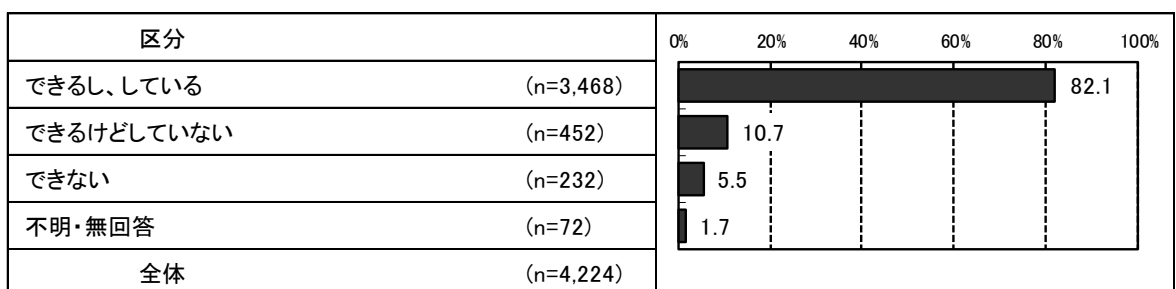
(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。(○は1つ)

- 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るかについては、「できるし、している」が78.3%で最も多く、「できるけどしていない」(11.2%)、「できない」(8.4%)がつづいています。



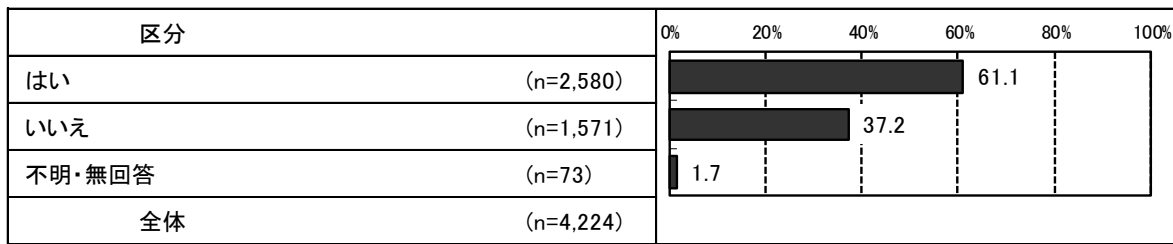
(3) 15分位続けて歩いていますか。(○は1つ)

- 15分位続けて歩いているかについては、「できるし、している」が82.1%で最も多く、「できるけどしていない」(10.7%)、「できない」(5.5%)がつづいています。



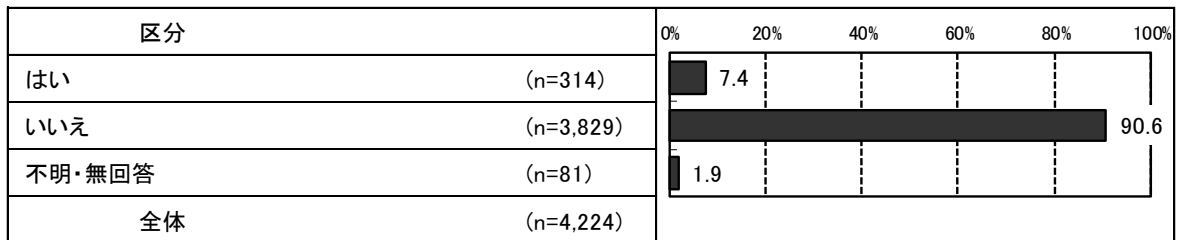
(4) 歩く速度が遅くなったと思いますか。(○は1つ)

■ 歩く速度が遅くなったと思うかについては、「はい」が61.1%、「いいえ」が37.2%となっています。



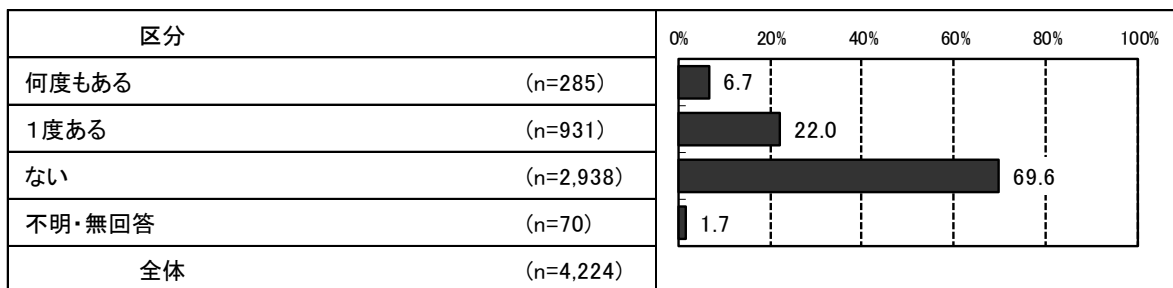
(5) 杖を使っていますか。(○は1つ)

■ 杖を使っているかについては、「いいえ」が90.6%、「はい」が7.4%となっています。



(6) 過去1年に転んだ経験がありますか。(○は1つ)

■ 過去1年に転んだ経験については、「ない」が69.6%で最も多く、「1度ある」(22.0%)、「何度もある」(6.7%)がつづいています。



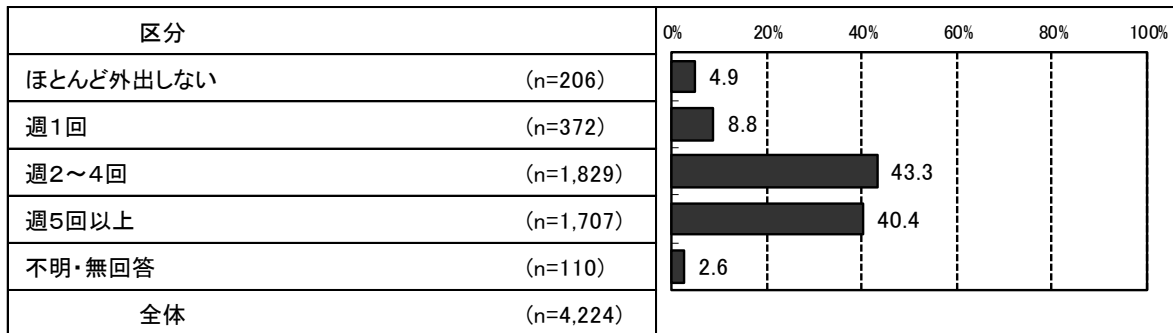
(7) 転倒に対する不安は大きいですか。(○は1つ)

■ 転倒に対する不安については、「やや不安である」が41.9%で最も多く、「あまり不安でない」(25.4%)、「不安でない」(18.8%)がつづいています。



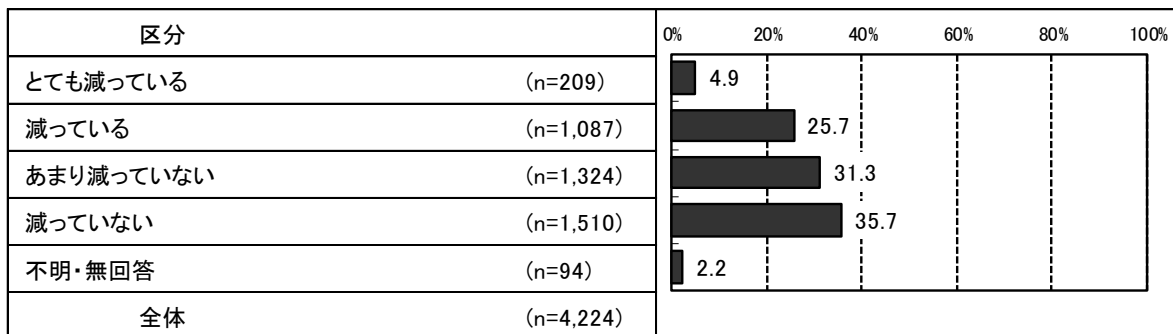
(8) 週に1回以上は外出していますか。(〇は1つ)

■ 週に1回以上は外出しているかについては、「週2~4回」が43.3%で最も多く、「週5回以上」(40.4%)、「週1回」(8.8%)がつづいています。



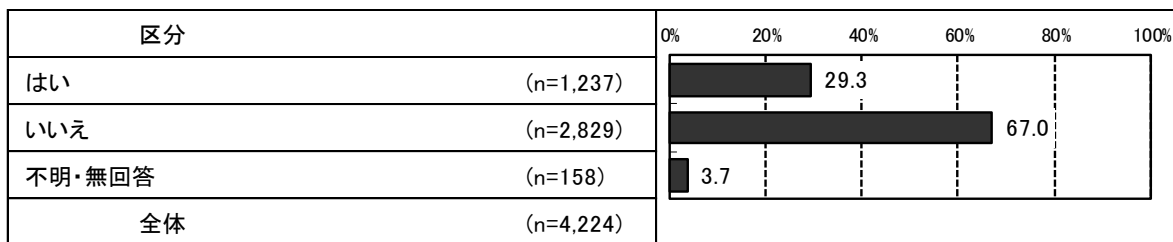
(9) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(〇は1つ)

■ 昨年と比べて外出の回数が減っていますかについては、「減っていない」が35.7%で最も多く、「あまり減っていない」(31.3%)、「減っている」(25.7%)がつづいています。



(10) 外出を控えていますか。(〇は1つ)

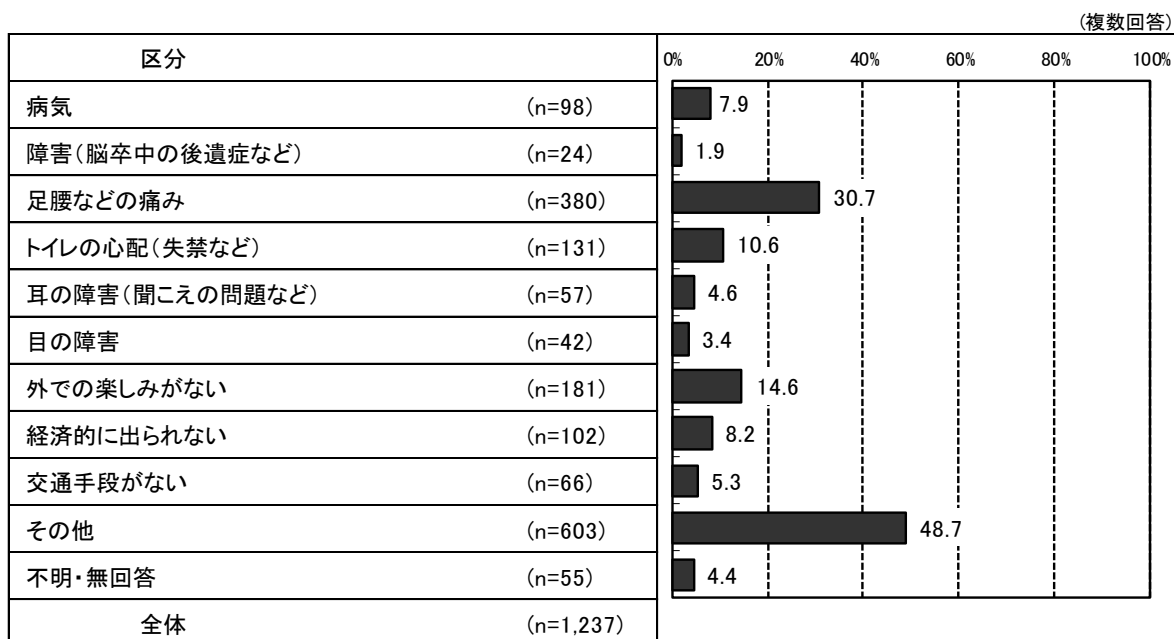
■ 外出を控えているかについては、「いいえ」が67.0%、「はい」が29.3%となっています。



(11) (10) で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ

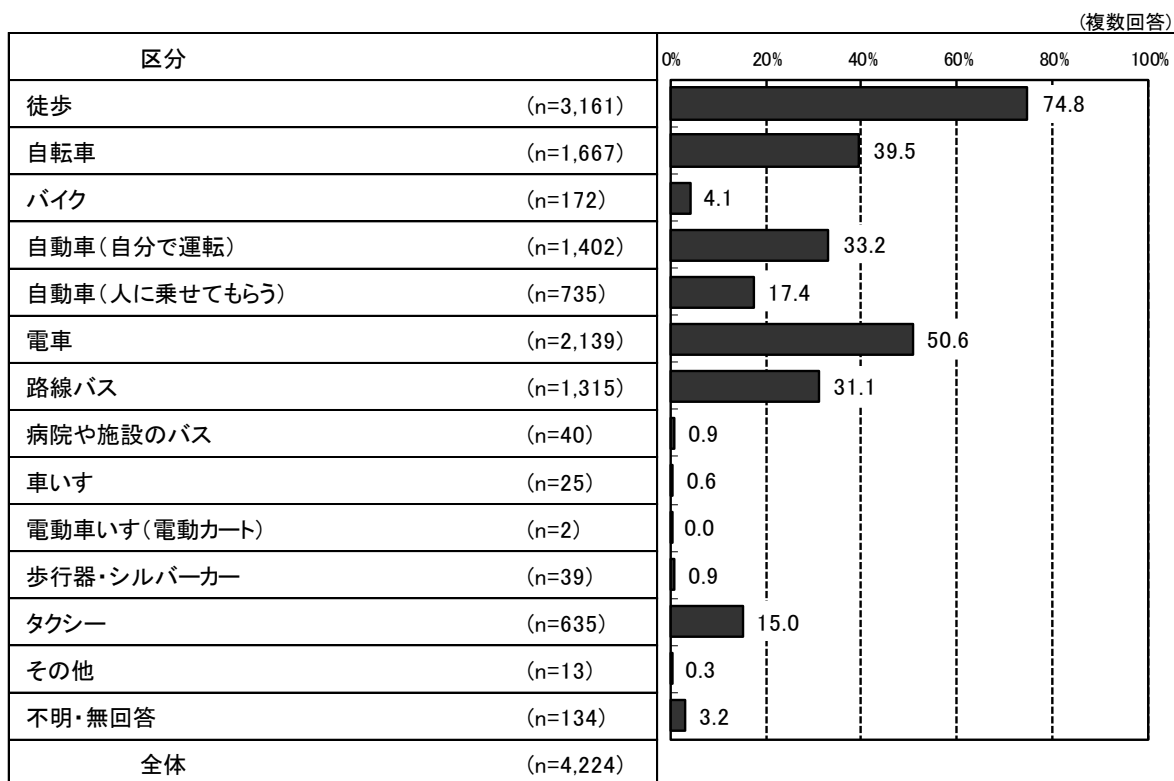
外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

- 外出を控えている理由については、「その他」が 48.7%で最も多く、「足腰などの痛み」(30.7%)、「外での楽しみがない」(14.6%)がつづいています。



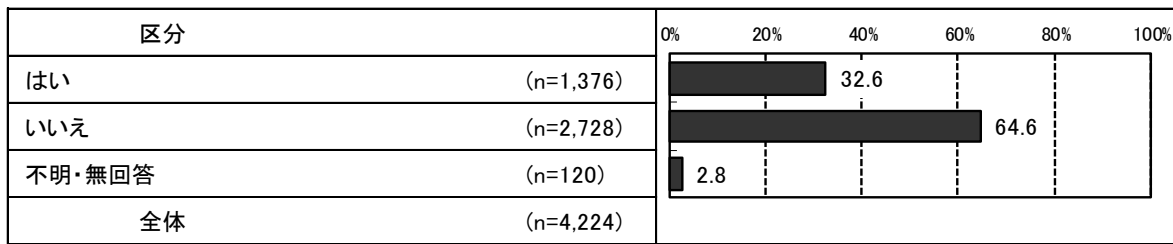
(12) 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)

- 外出する際の移動手段については、「徒歩」が 74.8%で最も多く、「電車」(50.6%)、「自転車」(39.5%)がつづいています。



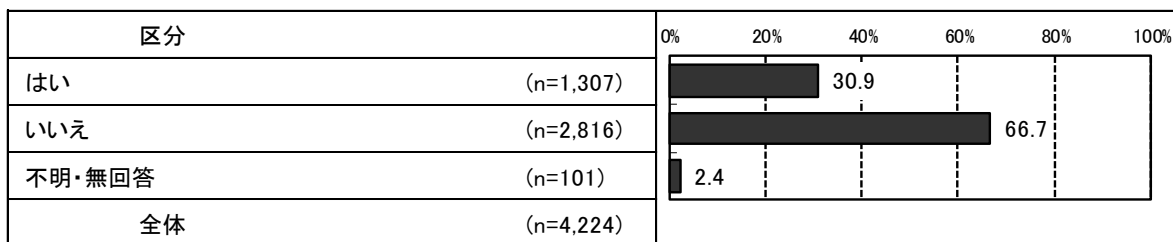
(13) 背中が丸くなってきましたか。(○は1つ)

■ 背中が丸くなってきましたかについては、「いいえ」が64.6%、「はい」が32.6%となっています。



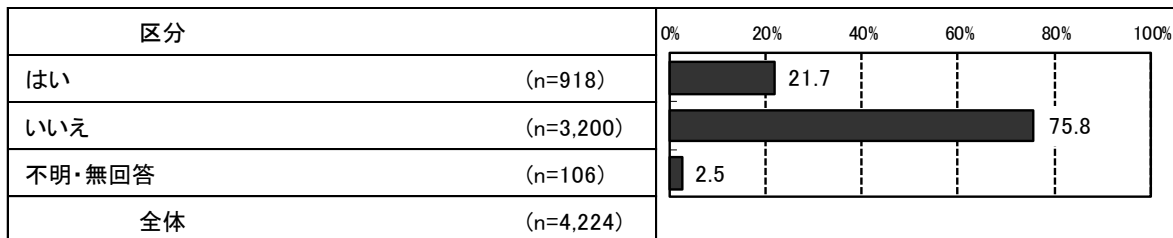
(14) 毎日、お薬を5種類以上飲んでいきますか。(○は1つ)

■ 毎日、お薬を5種類以上飲んでいるかについては、「いいえ」が66.7%、「はい」が30.9%となっています。



(15) ペットボトルのふたを開けるのが大変ですか。(○は1つ)

■ ペットボトルのふたを開けるのが大変かについては、「いいえ」が75.8%、「はい」が21.7%となっています。

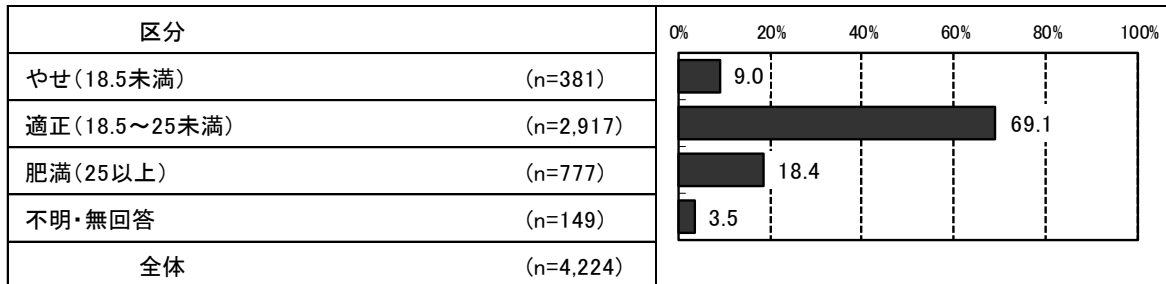


3. 食べることについて

問3-1 食べることについて、以下のそれぞれの設問にお答えください。

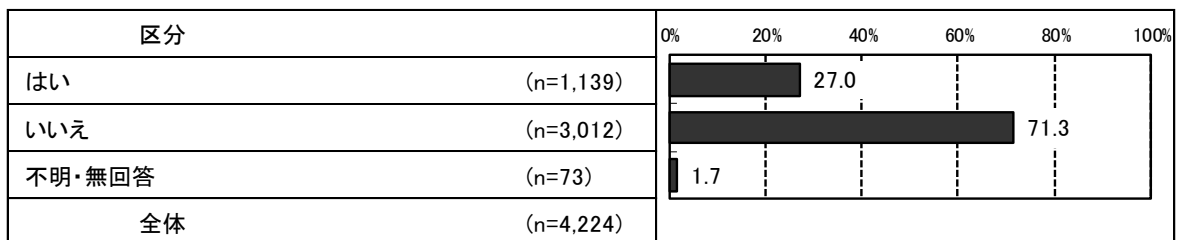
(1) 身長と体重をお教えてください。

- 適正体重 (BMI) については、「適正 (18.5~25未満)」が 69.1%で最も多く、「肥満 (25以上)」(18.4%)、「やせ (18.5未満)」(9.0%)がつづいています。平均は 22.5 となっています。



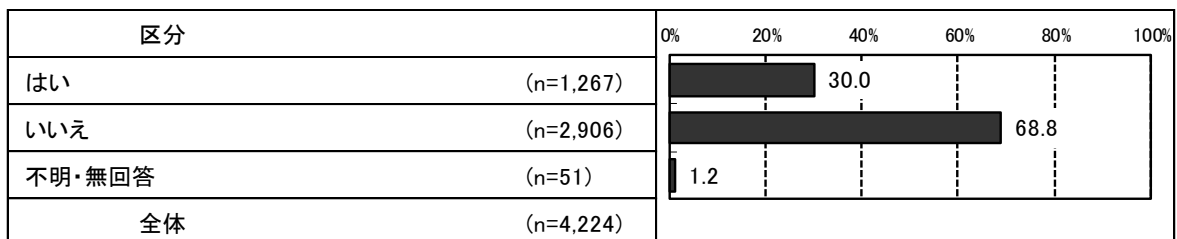
(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(○は1つ)

- 半年前に比べて固いものが食べにくくなったかについては、「いいえ」が 71.3%、「はい」が 27.0% となっています。



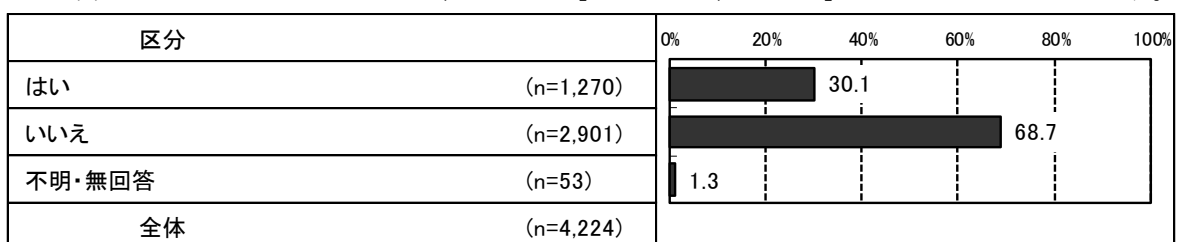
(3) お茶や汁物等でむせることがありますか。(○は1つ)

- お茶や汁物等でむせることがあるかについては、「いいえ」が 68.8%、「はい」が 30.0% となっています。



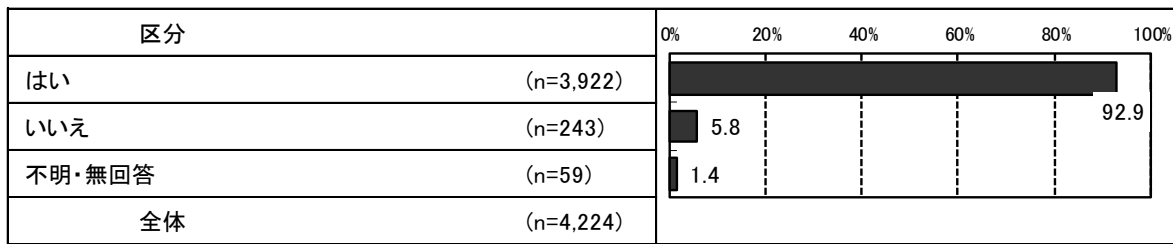
(4) 口の渇きが気になりますか。(○は1つ)

- 口の渇きが気になるかについては、「いいえ」が 68.7%、「はい」が 30.1% となっています。



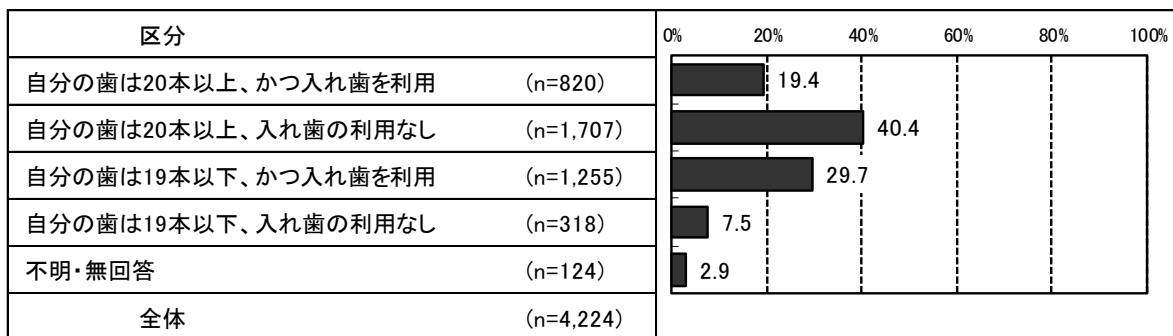
(5) 歯みがき（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。（○は1つ）

■ 歯みがきを毎日しているかについては、「はい」が92.9%、「いいえ」が5.8%となっています。



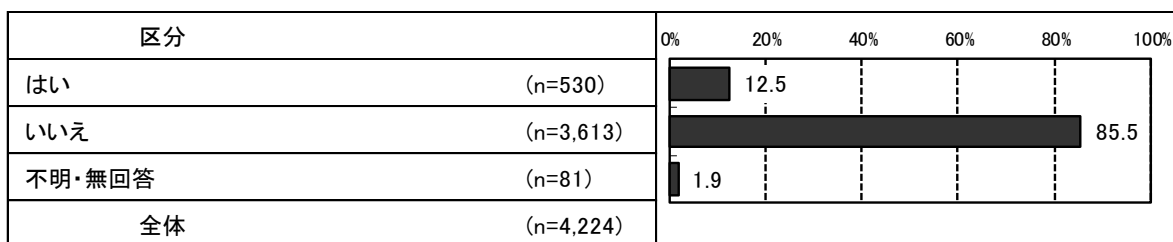
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。（成人の歯の総数は、親知らずを含めて32本です。）（○は1つ）

■ 歯の数と入れ歯の利用状況については、「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」が40.4%で最も多く、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」(29.7%)、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」(19.4%)がみつづいています。



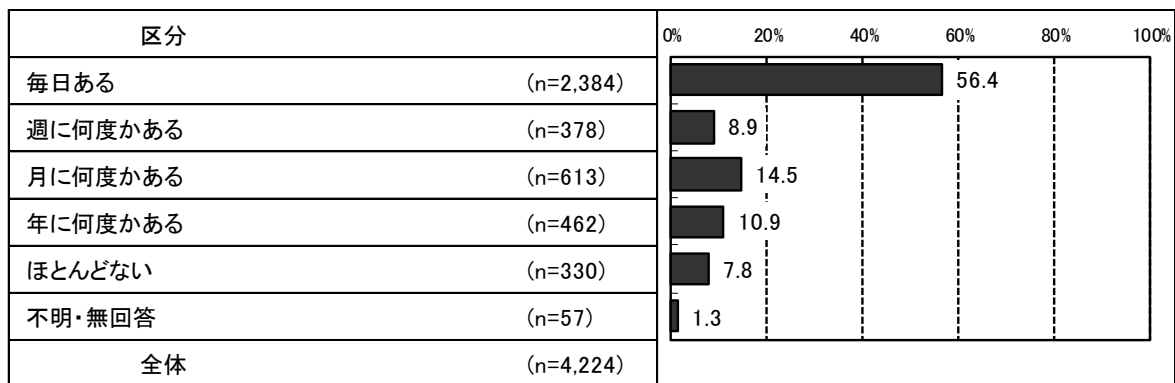
(7) 6カ月間で2～3Kg以上の体重減少がありましたか。（○は1つ）

■ 6カ月間で2～3Kg以上の体重減少があったかについては、「いいえ」が85.5%、「はい」が12.5%となっています。



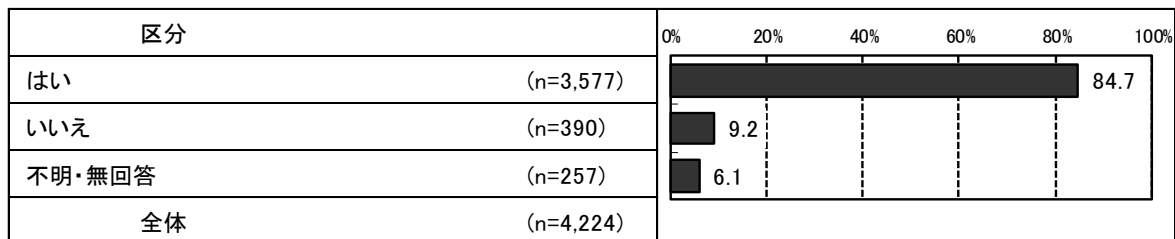
(8) どなたかと食事をとる機会がありますか。(○は1つ)

- 誰かと食事をとる機会については、「毎日ある」が56.4%で最も多く、「月に何度かある」(14.5%)、「年に何度かある」(10.9%)がつづいています。



(9) 1日3食きちんと食べていますか。(○は1つ)

- 1日3食きちんと食べているかについては、「はい」が84.7%、「いいえ」が9.2%となっています。

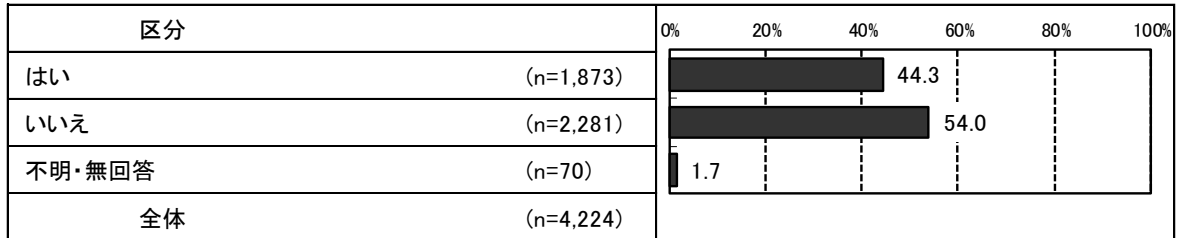


4. 毎日の生活について

問4-1 毎日の生活について、以下のそれぞれの設問にお答えください。

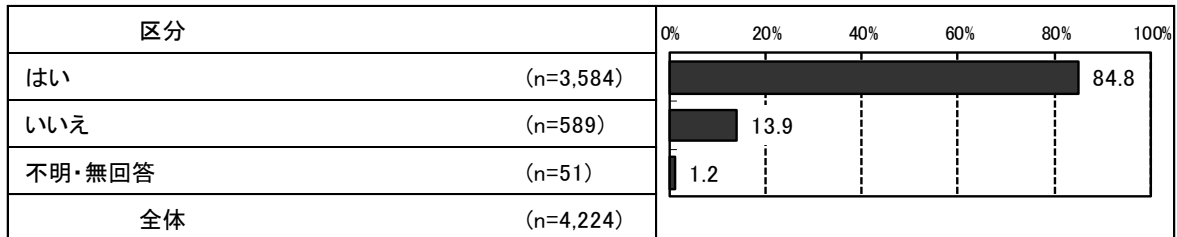
(1) 物忘れが多いと感じますか。(○は1つ)

■ 物忘れが多いと感じるかについては、「いいえ」が54.0%、「はい」が44.3%となっています。



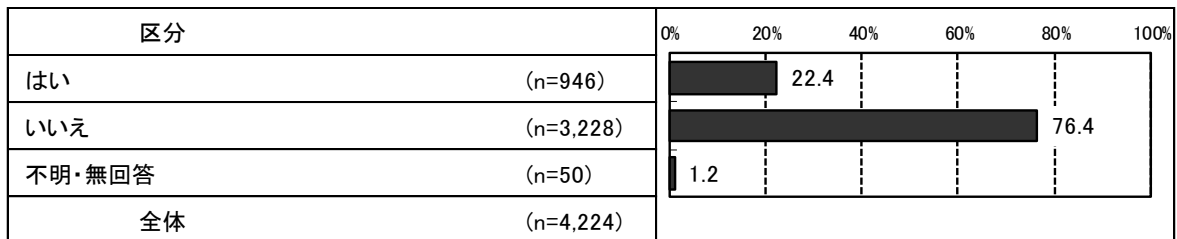
(2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。(○は1つ)

■ 自分で電話番号を調べて、電話をかけているかについては、「はい」が84.8%、「いいえ」が13.9%となっています。



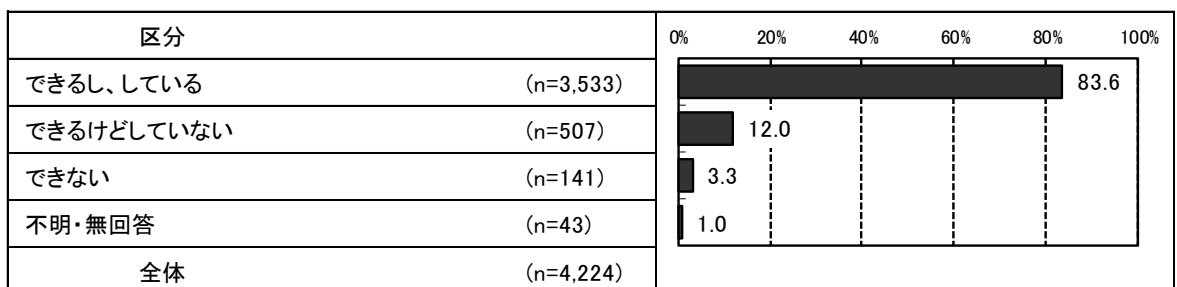
(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか。(○は1つ)

■ 今日が何月何日かわからない時があるかについては、「いいえ」が76.4%、「はい」が22.4%となっています。



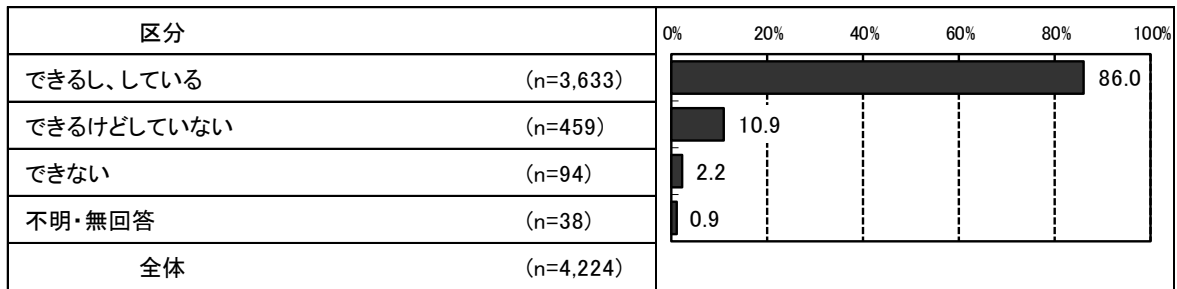
(4) バスや電車を使って1人で外出していますか。(自家用車でも可) (○は1つ)

■ バスや電車を使って1人で外出しているかについては、「できるし、している」が83.6%で最も多く、「できるけどしていない」(12.0%)、「できない」(3.3%)がつづいています。



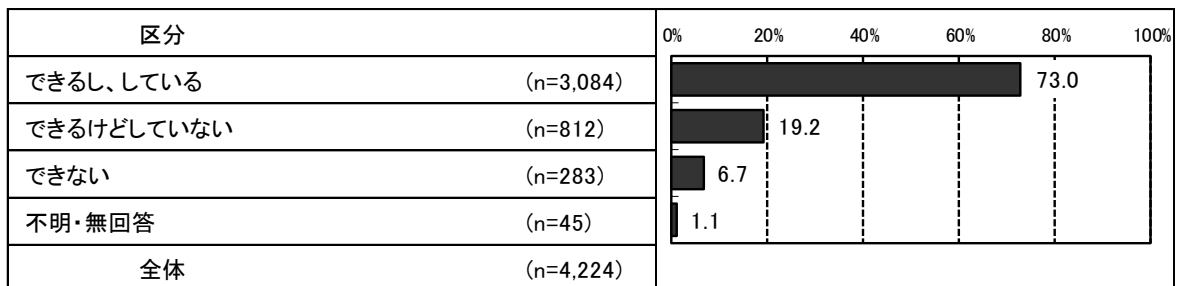
(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(〇は1つ)

- 自分で食品・日用品の買物をしているかについては、「できるし、している」が86.0%で最も多く、「できるけどしていない」(10.9%)、「できない」(2.2%)がつづいています。



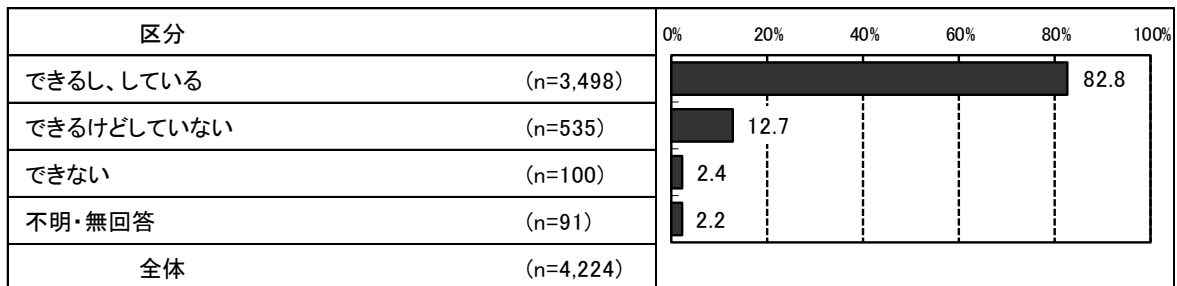
(6) 自分で食事の用意をしていますか。(〇は1つ)

- 自分で食事の用意をしているかについては、「できるし、している」が73.0%で最も多く、「できるけどしていない」(19.2%)、「できない」(6.7%)がつづいています。



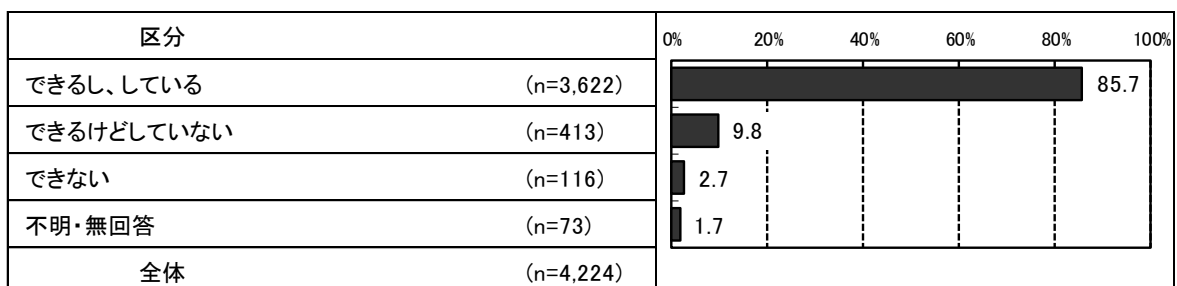
(7) 自分で請求書の支払いをしていますか。(〇は1つ)

- 自分で請求書の支払いをしているかについては、「できるし、している」が82.8%で最も多く、「できるけどしていない」(12.7%)、「できない」(2.4%)がつづいています。



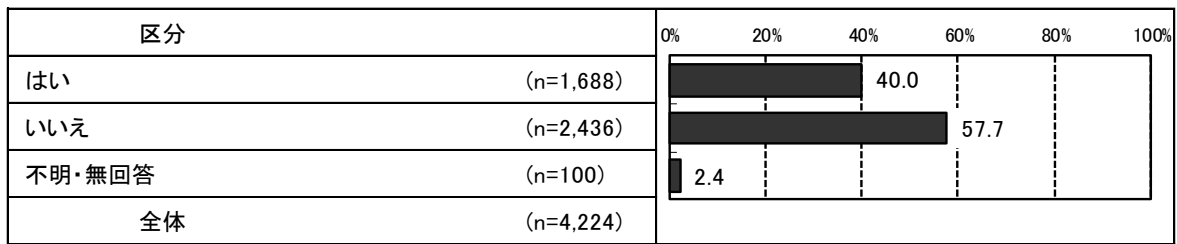
(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(〇は1つ)

- 自分で預貯金の出し入れをしているかについては、「できるし、している」が85.7%で最も多く、「できるけどしていない」(9.8%)、「できない」(2.7%)がつづいています。



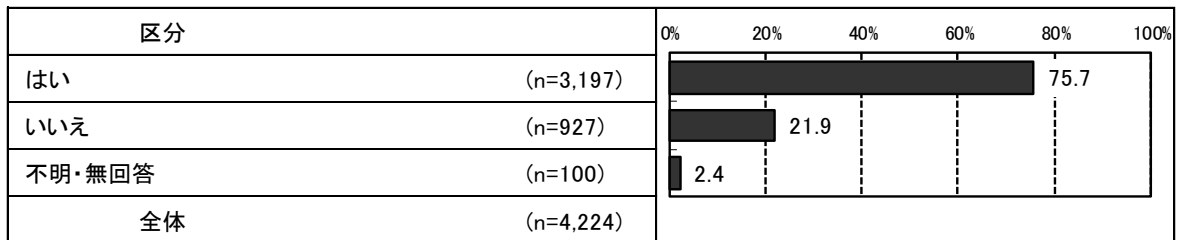
(9) 友人の家を訪ねていますか。(○は1つ)

■ 友人の家を訪ねているかについては、「いいえ」が57.7%、「はい」が40.0%となっています。



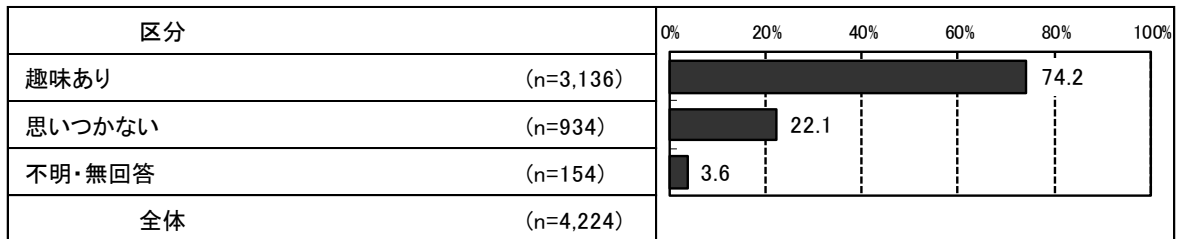
(10) 家族や友人の相談にのっていますか。(○は1つ)

■ 家族や友人の相談にのっているかについては、「はい」が75.7%、「いいえ」が21.9%となっています。



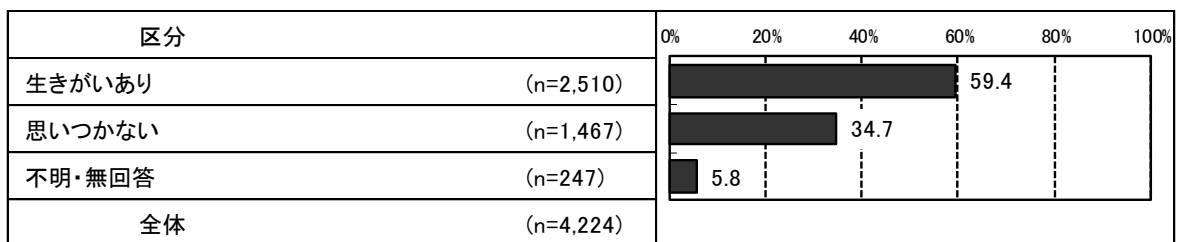
(11) 趣味はありますか。(○は1つ)

■ 趣味の有無については、「趣味あり」が74.2%、「思いつかない」が22.1%となっています。



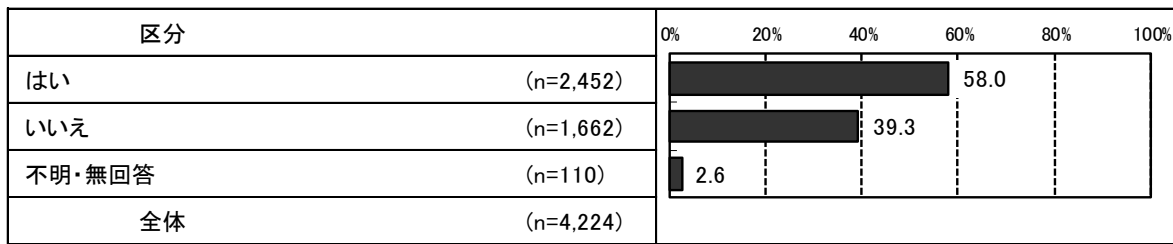
(12) 生きがいがありますか。(○は1つ)

■ 生きがいの有無については、「生きがいあり」が59.4%、「思いつかない」が34.7%となっています。



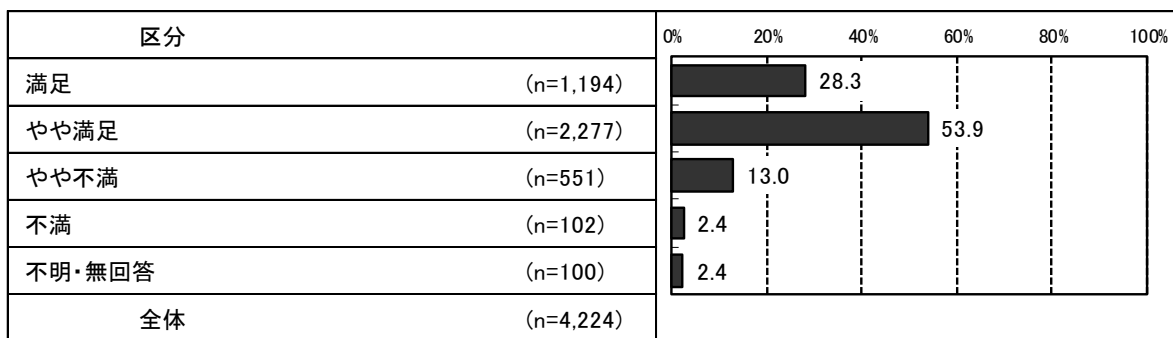
(13) 最近、疲れやすいと感じますか。(○は1つ)

■ 最近、疲れやすいと感じるかについては、「はい」が58.0%、「いいえ」が39.3%となっています。



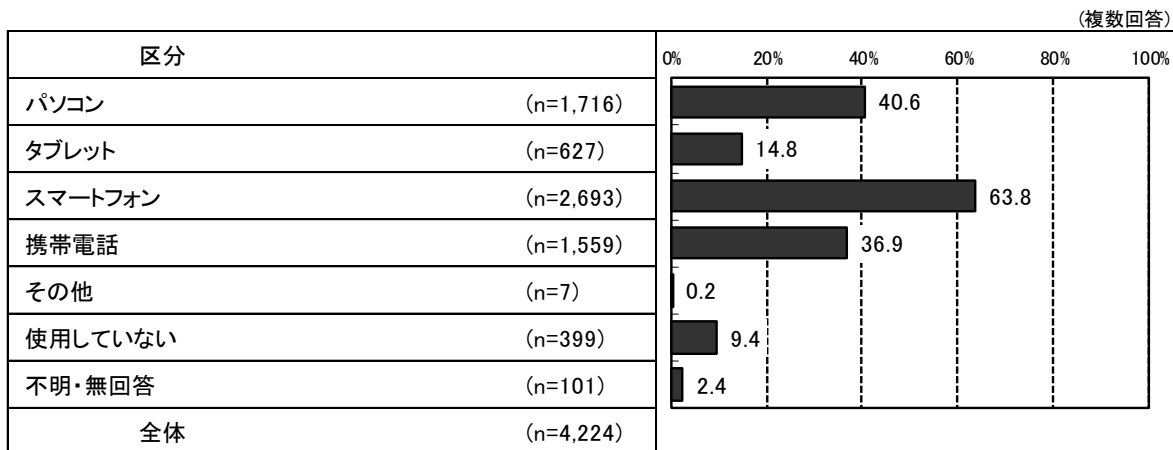
(14) 毎日の生活に満足していますか。(○は1つ)

■ 毎日の生活に満足しているかについては、「やや満足」が53.9%で最も多く、「満足」(28.3%)、「やや不満」(13.0%)がつづいています。



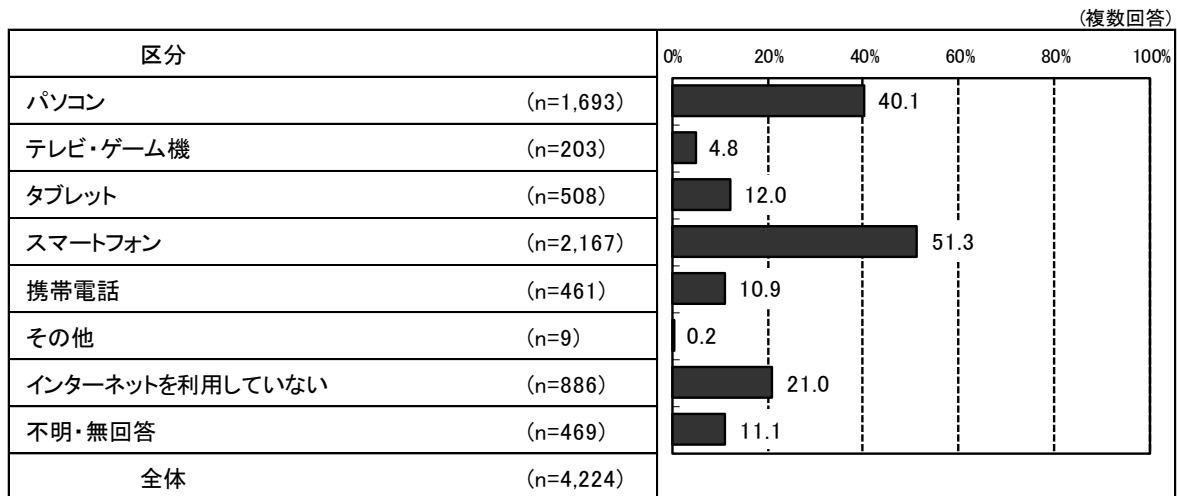
問4-2 あなたは、パソコンやスマートフォンを使用していますか。普段から使用しているものを全て選択してください。(○はいくつでも)

■ パソコンやスマートフォンを使用しているかについては、「スマートフォン」が63.8%で最も多く、「パソコン」(40.6%)、「携帯電話」(36.9%)がつづいています。



問4-3 インターネットに接続する際に使用する機器は何ですか。(〇はいくつでも)

- インターネットに接続する際に使用する機器は何かについては、「スマートフォン」が 51.3%で最も多く、「パソコン」(40.1%)、「インターネットを利用していない」(21.0%)がつづいています。

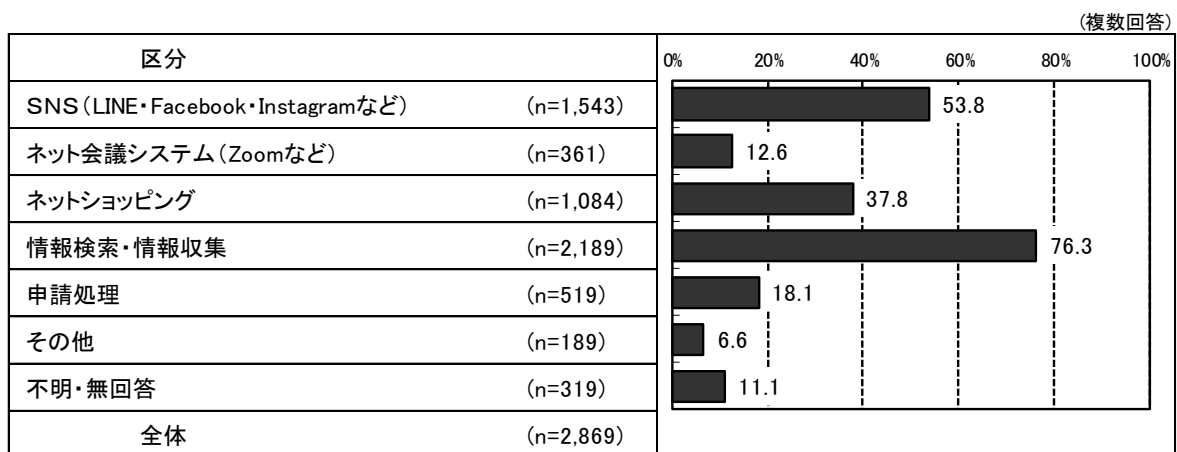


問4-3-1 問4-3で「1.」～「6.」と回答した方のみ

普段からインターネットで使用しているサービスを全て選択してください。

(〇はいくつでも)

- 普段からインターネットで使用しているサービスについては、「情報検索・情報収集」が 76.3%で最も多く、「SNS (LINE・Facebook・Instagram など)」(53.8%)、「ネットショッピング」(37.8%)がつづいています。



5. 地域での活動について

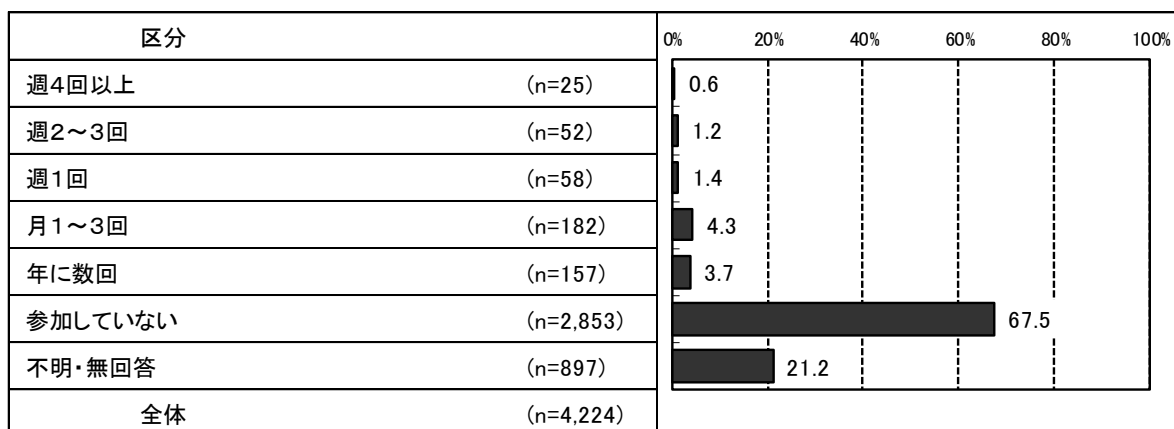
問5-1 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。また、以前（2、3年前）と比べて、参加頻度は変化しましたか。

※(1)～(8)それぞれに回答してください。（それぞれAとBで1つずつに○）

(1) ボランティアのグループ

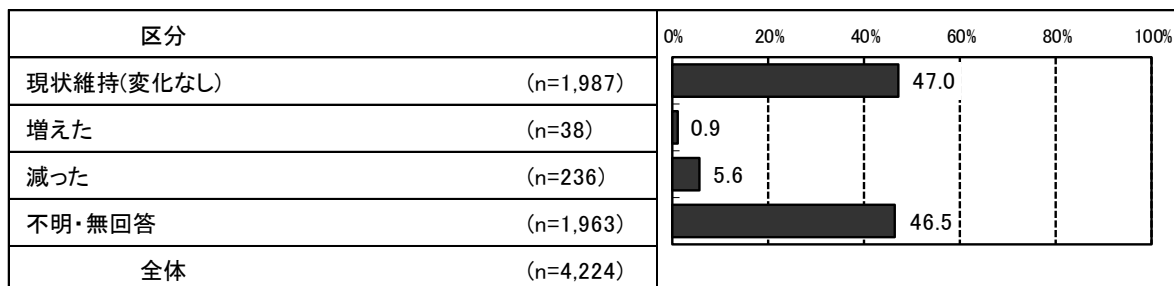
A：参加頻度

- ボランティアのグループの参加頻度については、「参加していない」が67.5%で最も多く、「月1～3回」(4.3%)、「年に数回」(3.7%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

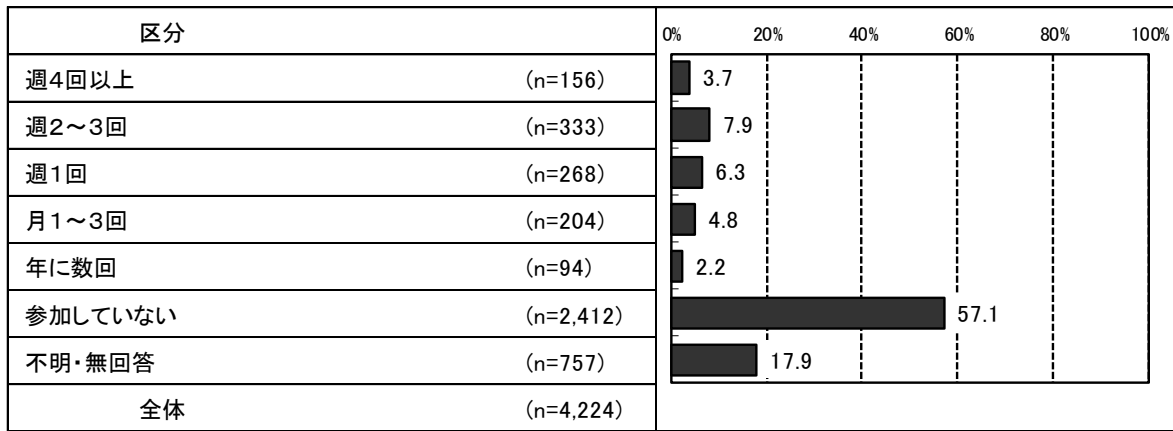
- ボランティアのグループの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が47.0%で最も多く、「減った」(5.6%)、「増えた」(0.9%)がつづいています。



(2) スポーツ関係のグループやクラブ

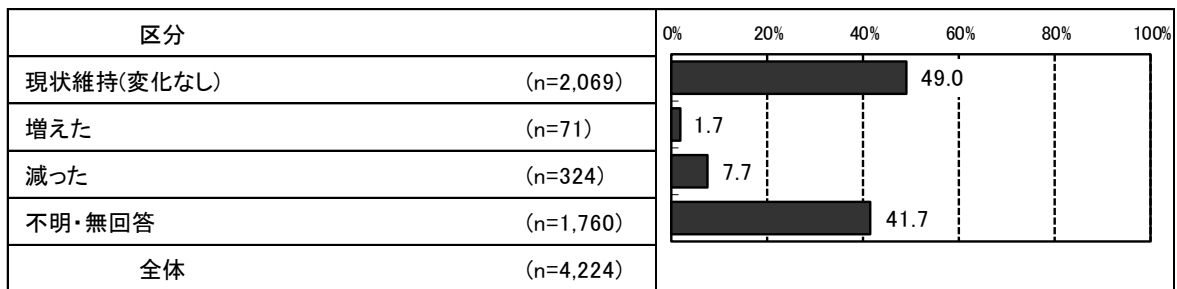
A：参加頻度

- スポーツ関係のグループやクラブの参加頻度については、「参加していない」が57.1%で最も多く、「週2～3回」(7.9%)、「週1回」(6.3%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

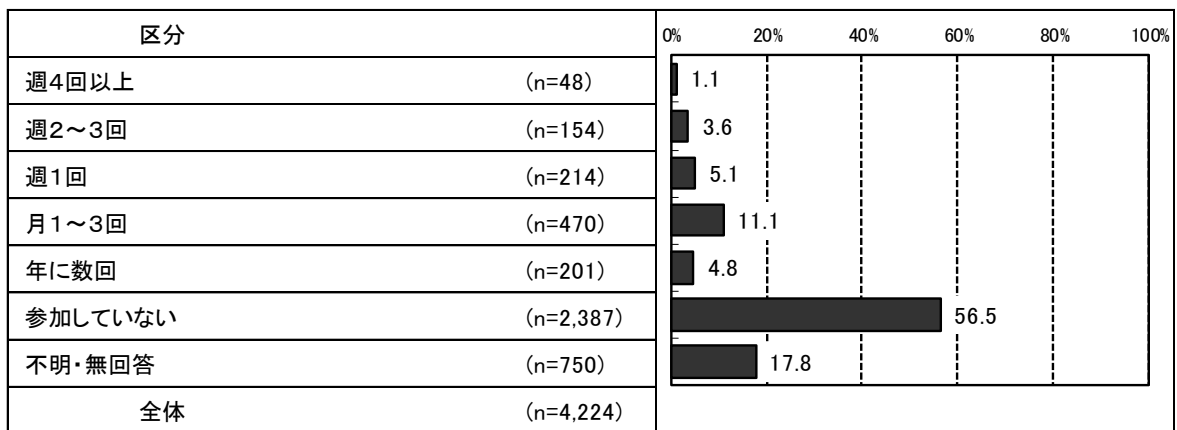
- スポーツ関係のグループやクラブの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持（変化なし）」が49.0%で最も多く、「減った」(7.7%)、「増えた」(1.7%)がつづいています。



(3) 趣味関係のグループ

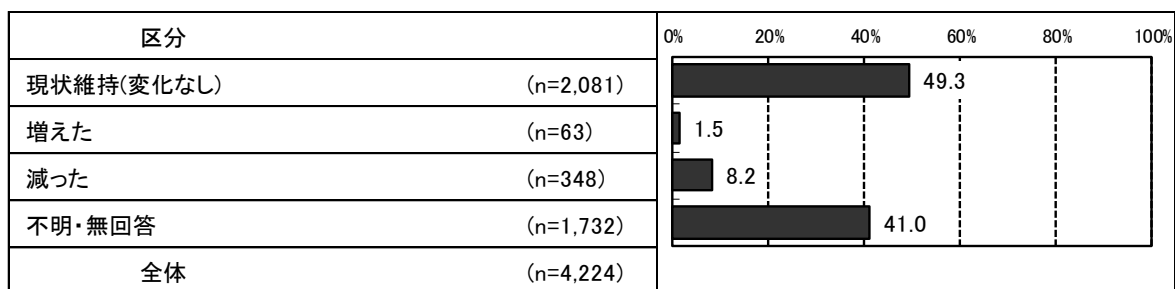
A：参加頻度

- 趣味関係のグループの参加頻度については、「参加していない」が56.5%で最も多く、「月1～3回」(11.1%)、「週1回」(5.1%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

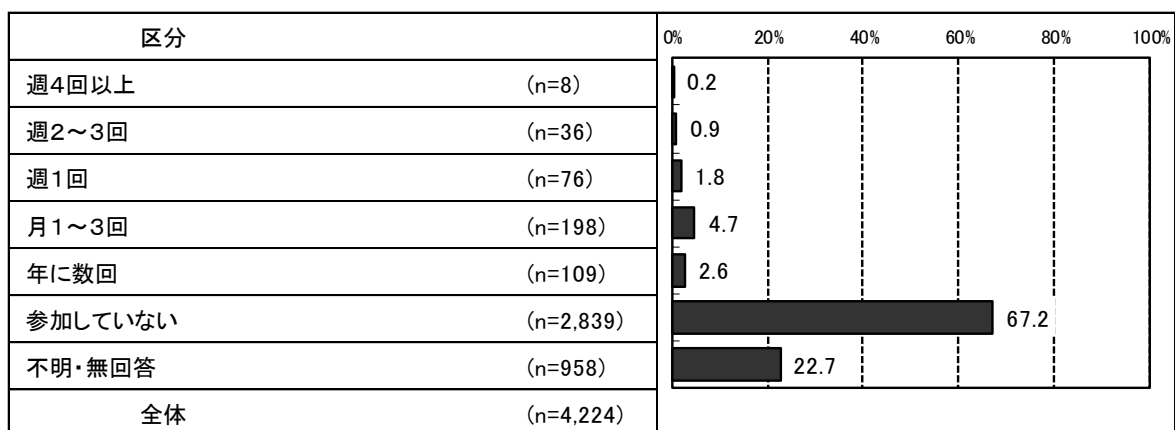
- 趣味関係のグループの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が49.3%で最も多く、「減った」(8.2%)、「増えた」(1.5%)がつづいています。



(4) 学習・教養サークル

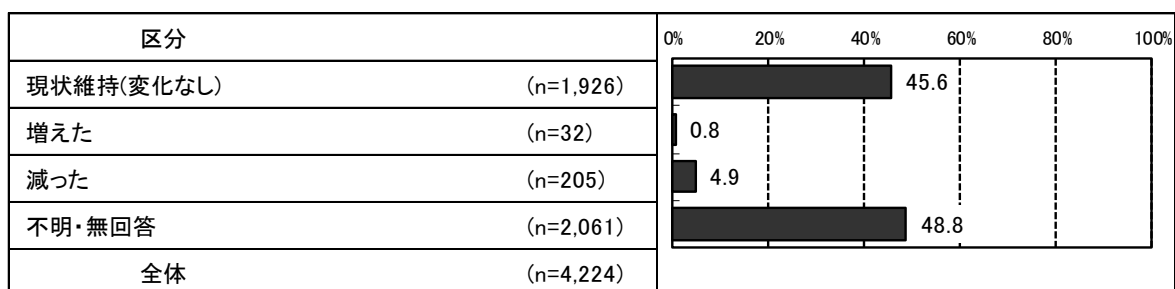
A：参加頻度

- 学習・教養サークルの参加頻度については、「参加していない」が67.2%で最も多く、「月1～3回」(4.7%)、「年に数回」(2.6%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

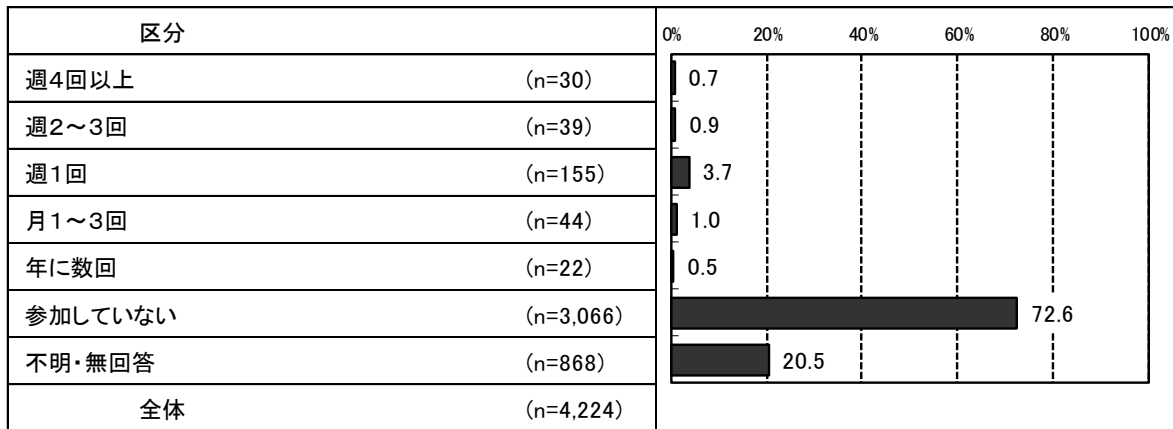
- 学習・教養サークルの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が45.6%で最も多く、「減った」(4.9%)、「増えた」(0.8%)がつづいています。



(5) 「西宮いきいき体操」などの介護予防のための通いの場

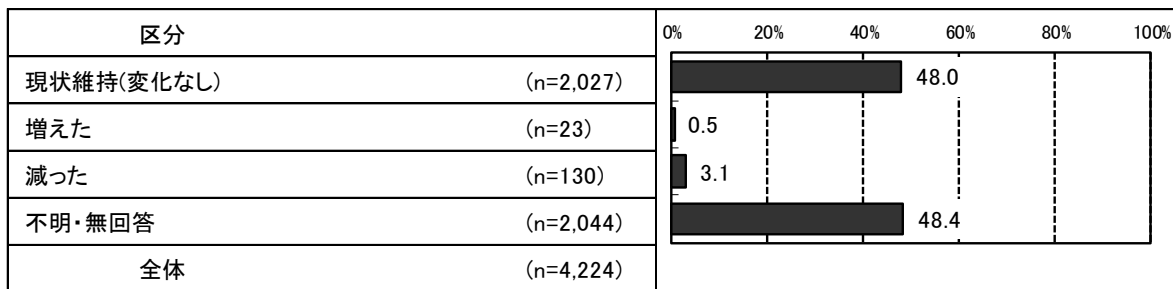
A：参加頻度

- 介護予防のための通いの場の参加頻度については、「参加していない」が72.6%で最も多く、「週1回」(3.7%)、「月1～3回」(1.0%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

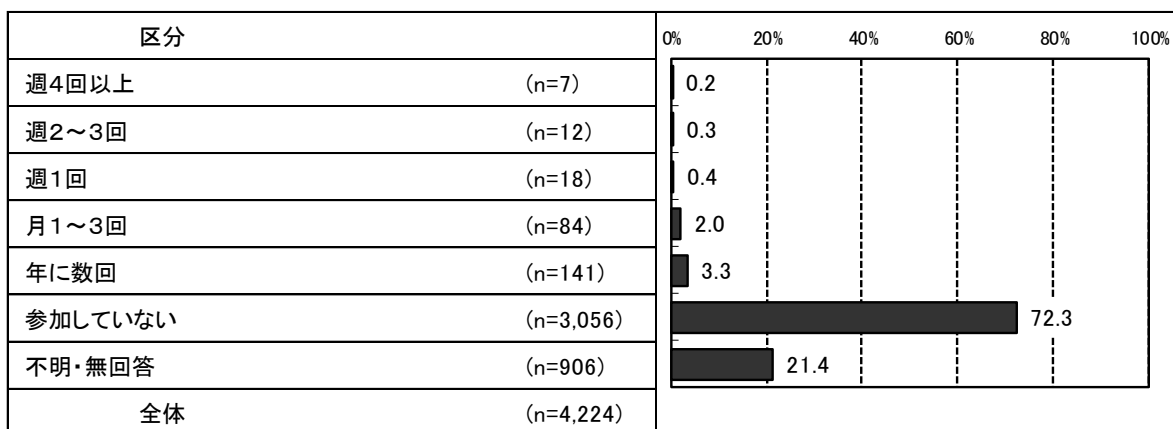
- 介護予防のための通いの場の以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が48.0%で最も多く、「減った」(3.1%)、「増えた」(0.5%)がつづいています。



(6) 老人クラブ

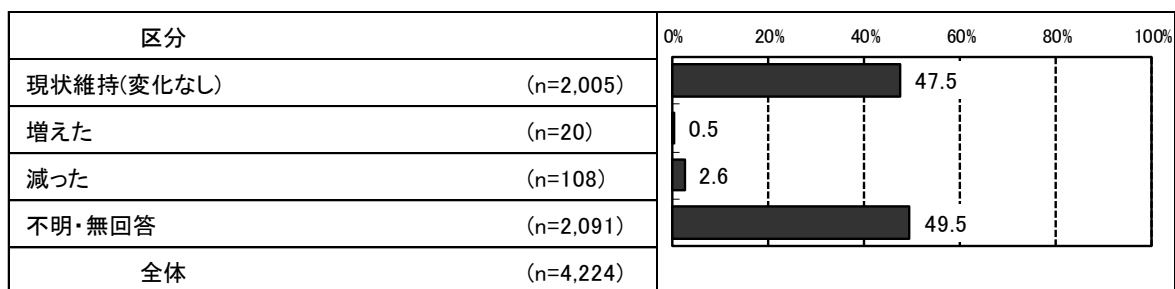
A：参加頻度

- 老人クラブの参加頻度については、「参加していない」が72.3%で最も多く、「年に数回」(3.3%)、「月1～3回」(2.0%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

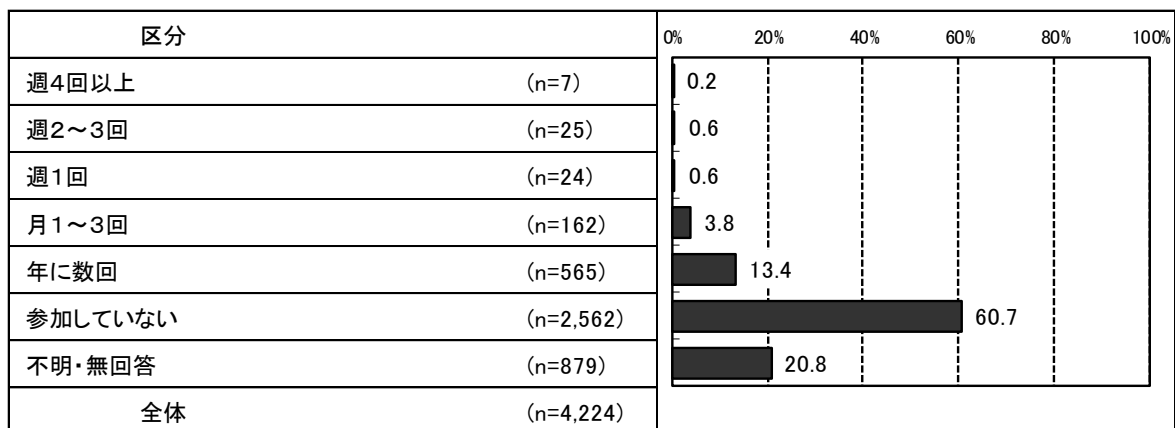
- 老人クラブの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が47.5%で最も多く、「減った」(2.6%)、「増えた」(0.5%)がつづいています。



(7) 町内会・自治会

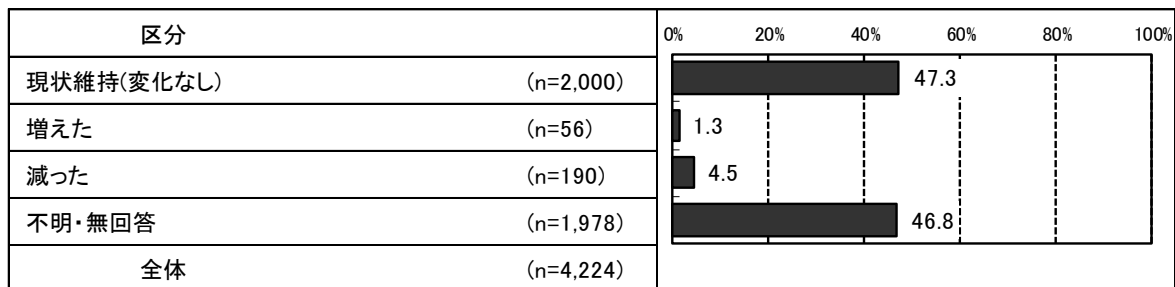
A：参加頻度

- 町内会・自治会の参加頻度については、「参加していない」が60.7%で最も多く、「年に数回」(13.4%)、「月1～3回」(3.8%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

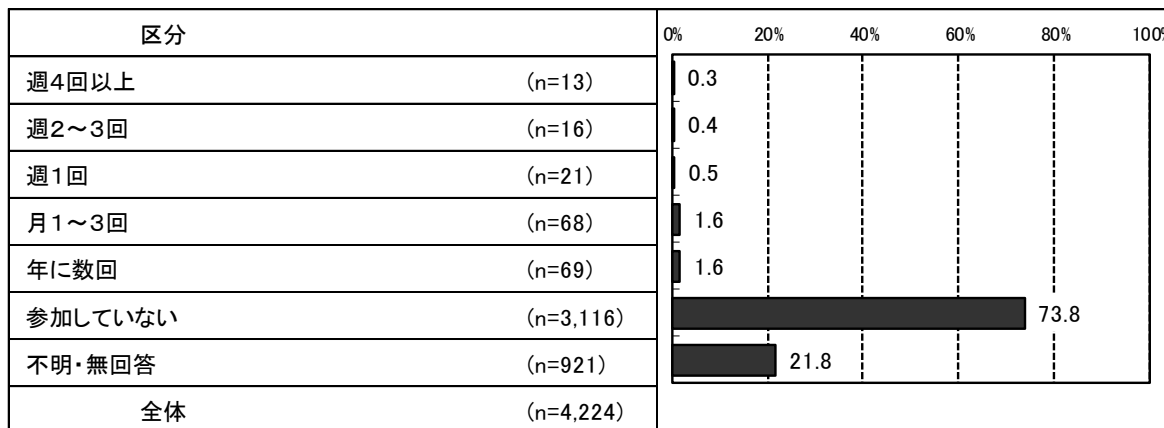
- 町内会・自治会の以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が47.3%で最も多く、「減った」(4.5%)、「増えた」(1.3%)がつづいています。



(8) つどい場やサロン、老人いこいの家など気軽に集える場

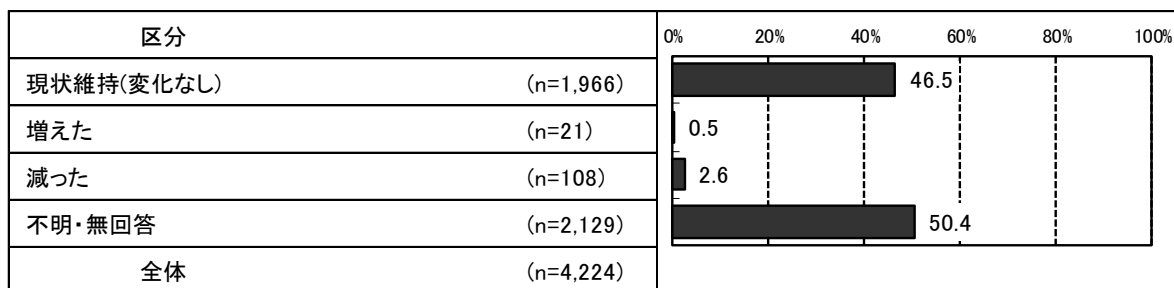
A：参加頻度

- つどい場やサロン、老人いこいの家などの参加頻度については、「参加していない」が73.8%で最も多く、「年に数回」(1.6%)、「月1～3回」(1.6%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

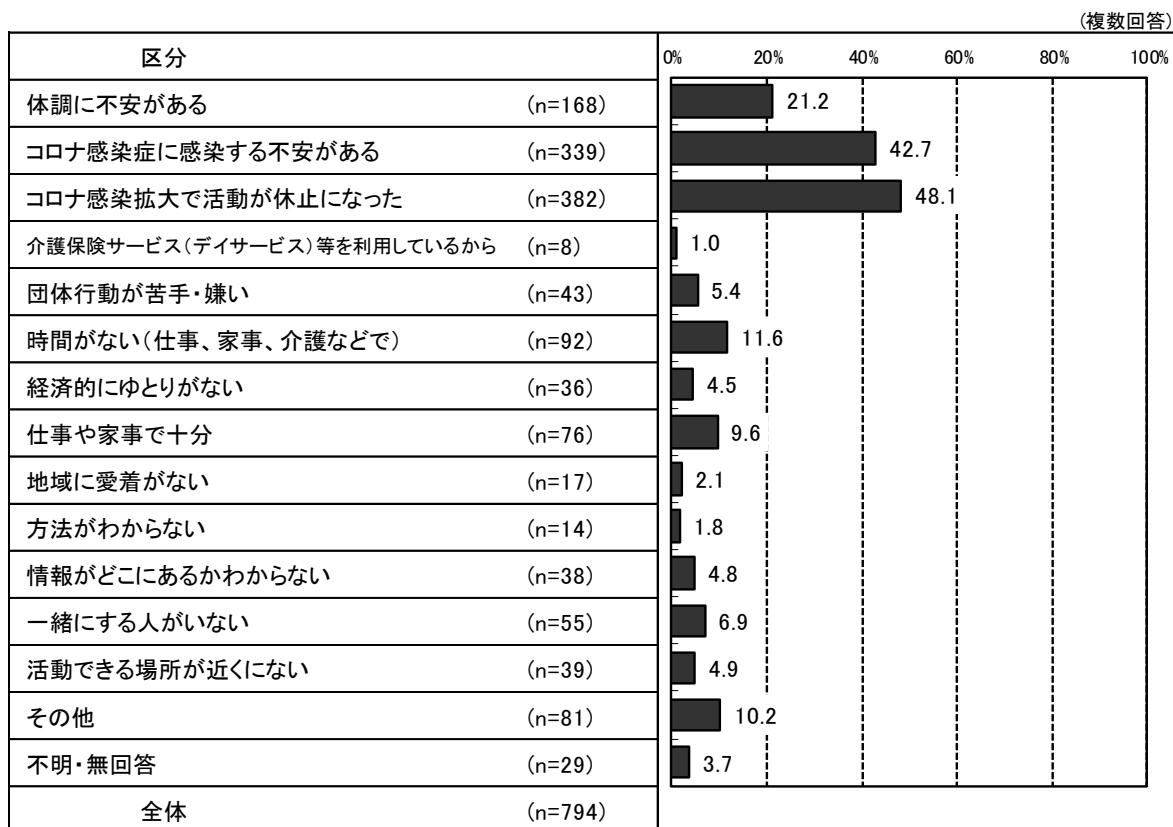
- つどい場やサロン、老人いこいの家などの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が46.5%で最も多く、「減った」(2.6%)、「増えた」(0.5%)がつづいています。



問5-1-1 **問5-1-B（参加頻度の変化）でいずれかの活動について「3. 減った」と回答した方のみ**

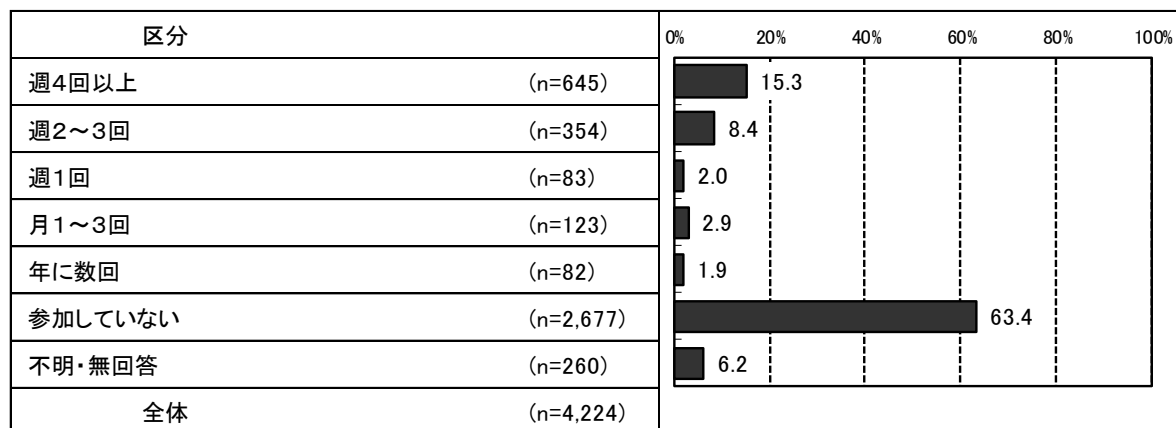
地域での活動の頻度が減った理由は何ですか。（いくつでも）

- 地域での活動の頻度が減った理由については、「コロナ感染拡大で活動が休止になった」が48.1%で最も多く、「コロナ感染症に感染する不安がある」(42.7%)、「体調に不安がある」(21.2%)がつづいています。



問5-2 あなたは、どのくらいの頻度で収入のある仕事をしていますか。（○は1つ）

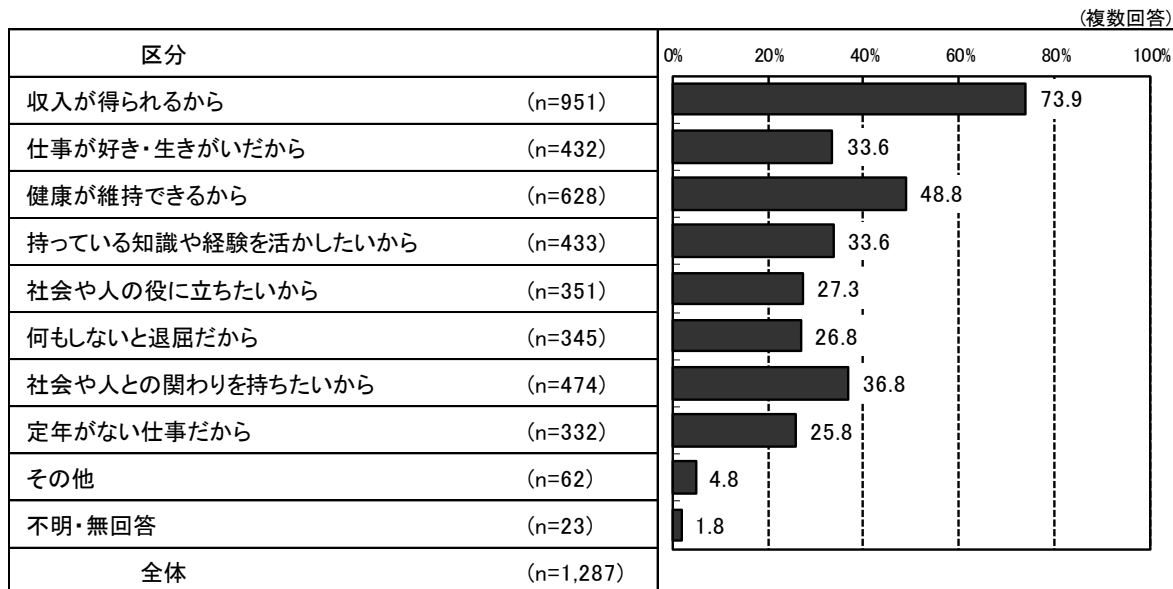
- どのくらいの頻度で収入のある仕事をしているかについては、「参加していない」が63.4%で最も多く、「週4回以上」(15.3%)、「週2～3回」(8.4%)がつづいています。



問5-2-1 問5-2で「1.」～「5.」と回答した方（年数回以上収入のある仕事をしている方）のみ

現在、仕事をしている理由は何ですか。（いくつでも）

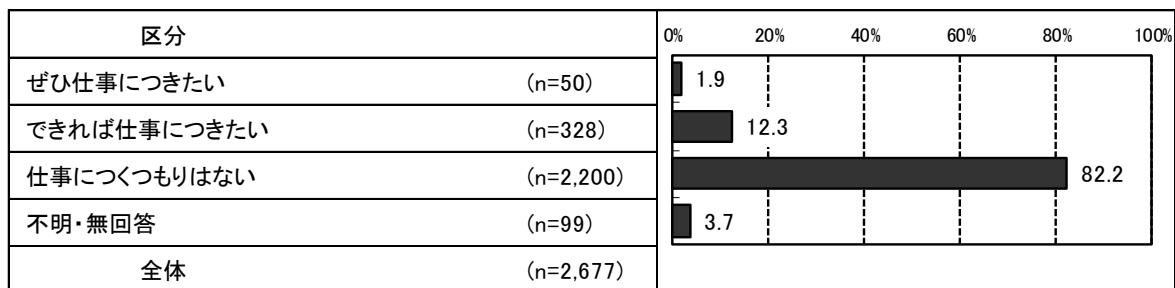
- 現在、仕事をしている理由については、「収入が得られるから」が73.9%で最も多く、「健康が維持できるから」（48.8%）、「社会や人との関わりを持ちたいから」（36.8%）がつづいています。



問5-2-2 問5-2で「6. 参加していない」と回答した方（収入のある仕事をしていない方）のみ

あなたは、今後収入を得られる仕事につきたいとお考えですか。（○は1つ）

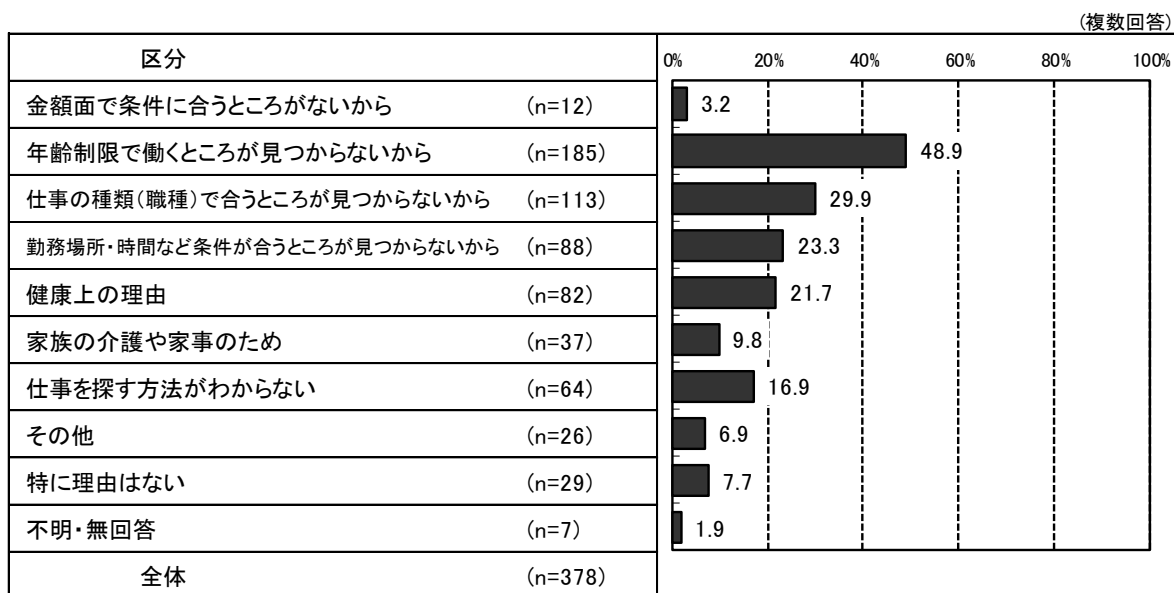
- 今後収入を得られる仕事につきたいかについては、「仕事につくつもりはない」が82.2%で最も多く、「できれば仕事につきたい」（12.3%）、「ぜひ仕事につきたい」（1.9%）がつづいています。



問5-2-2-1 問5-2-2で「1. ぜひ仕事につきたい」「2. できれば仕事につきたい」と回答した方のみ

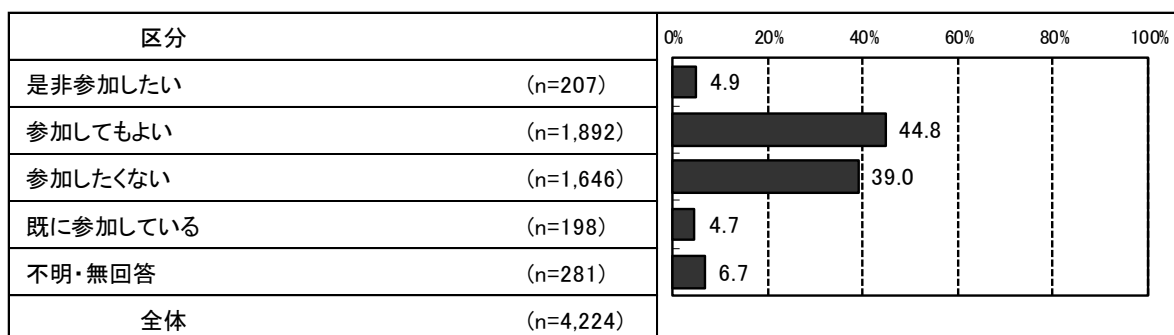
あなたが収入のある仕事につきたいと考えているにもかかわらず、現在仕事をしていない理由は何ですか。（いくつでも）

- 現在仕事をしていない理由については、「年齢制限で働くところが見つからないから」が48.9%で最も多く、「仕事の種類（職種）で合うところが見つからないから」（29.9%）、「勤務場所・時間など条件が合うところが見つからないから」（23.3%）がつづいています。



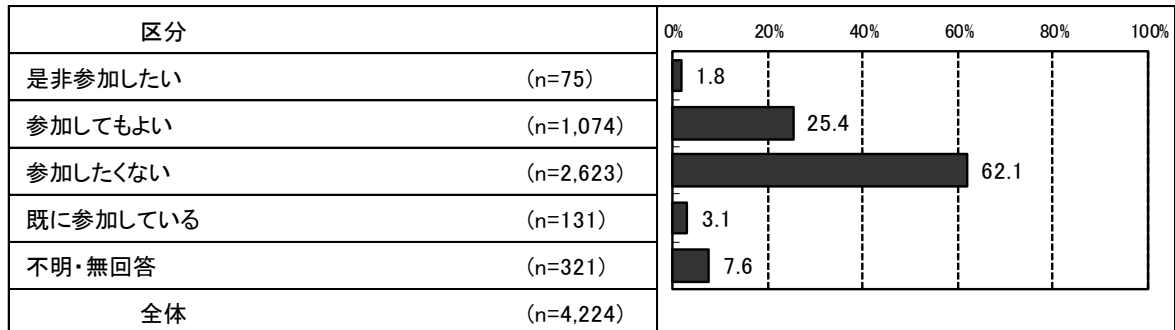
問5-3 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。（○は1つ）

- 地域活動への参加については、「参加してもよい」が44.8%で最も多く、「参加したくない」（39.0%）、「是非参加したい」（4.9%）がつづいています。



問5-4 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。（○は1つ）

■ 地域活動の企画・運営への参加については、「参加したくない」が62.1%で最も多く、「参加してもよい」(25.4%)、「既に参加している」(3.1%)がつづいています。

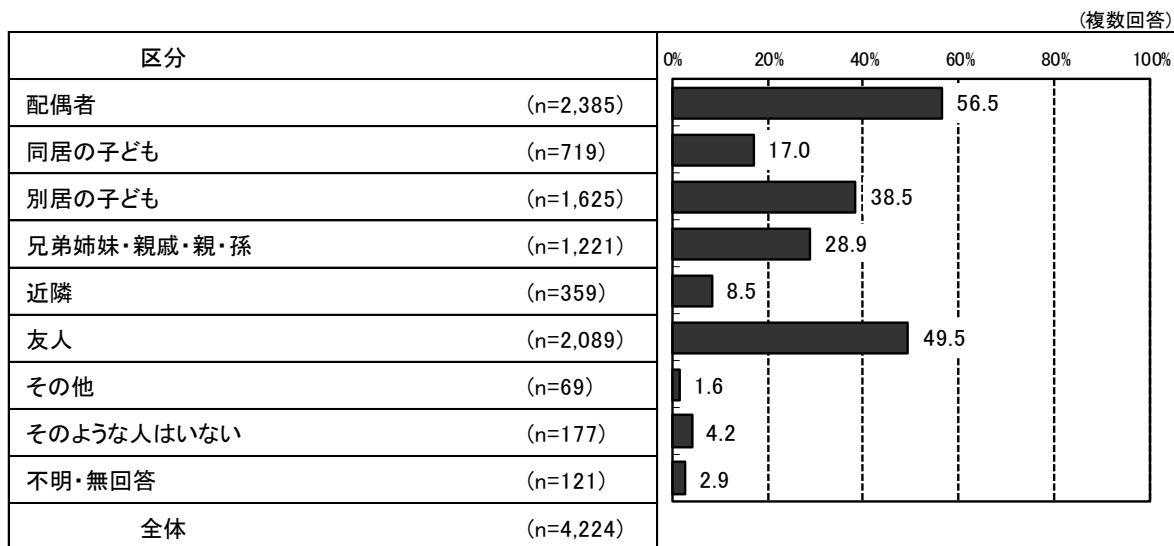


6. たすけあい・地域での生活について

問6-1 あなたとまわりの人の「たすけあい」についてお聞きします。

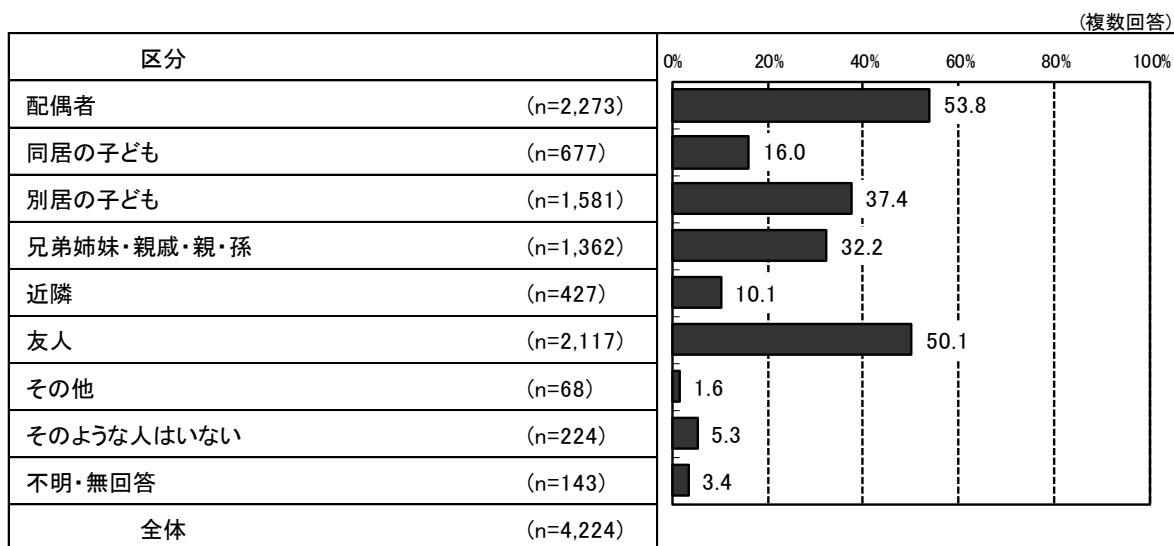
(1) あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人(いくつでも○)

- 心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人については、「配偶者」が56.5%で最も多く、「友人」(49.5%)、「別居の子ども」(38.5%)がつづいています。



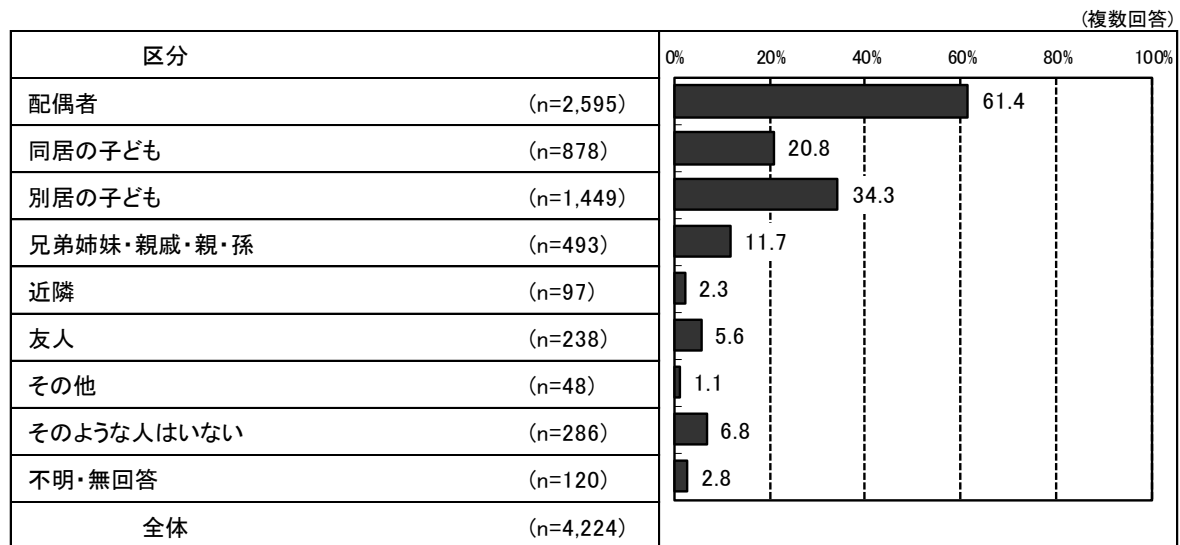
(2) 反対にあなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人(いくつでも○)

- 心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人については、「配偶者」が53.8%で最も多く、「友人」(50.1%)、「別居の子ども」(37.4%)がつづいています。



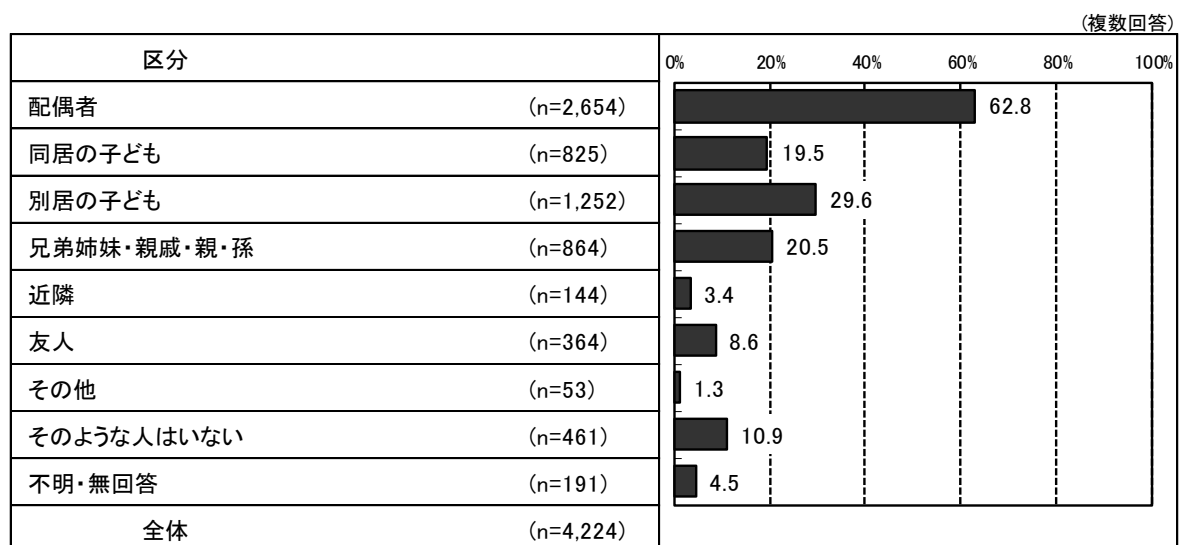
(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（いくつでも○）

- 看病や世話をしてくれる人については、「配偶者」が61.4%で最も多く、「別居の子ども」(34.3%)、「同居の子ども」(20.8%)がつづいています。



(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも○）

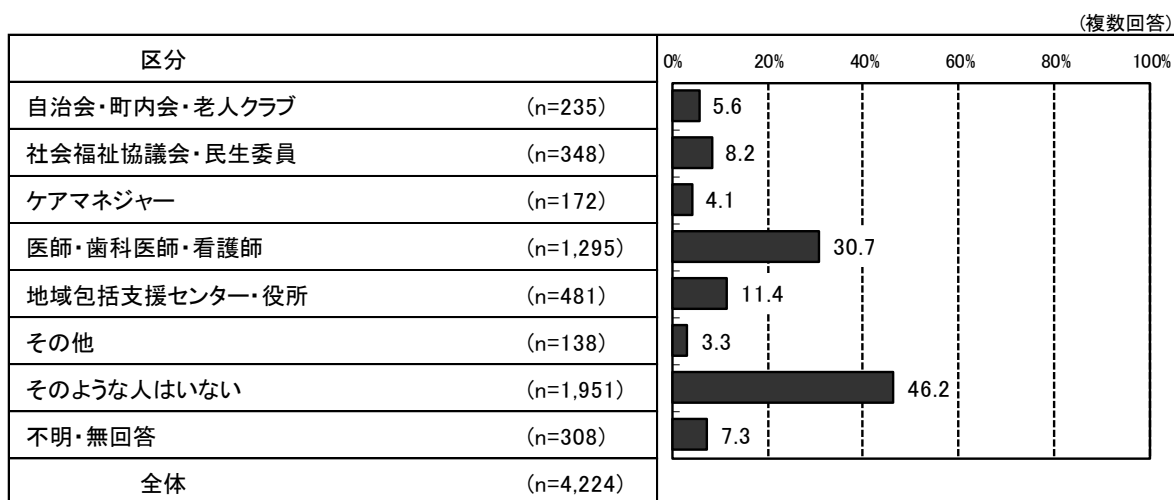
- 看病や世話をしてあげる人については、「配偶者」が62.8%で最も多く、「別居の子ども」(29.6%)、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」(20.5%)がつづいています。



問6-2 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。

(いくつでも)

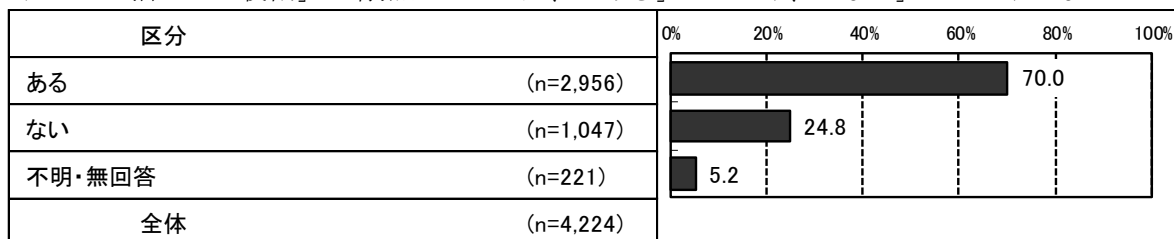
- 家族や友人・知人以外での相談相手については、「そのような人はいない」が46.2%で最も多く、「医師・歯科医師・看護師」(30.7%)、「地域包括支援センター・役所」(11.4%)がつづいています。



※西宮市では地域包括支援センターを「高齢者あんしん窓口」とよんでいます。

問6-3 あなたは、日々の生活で「役割」がありますか。(○は1つ) (○は1つ)

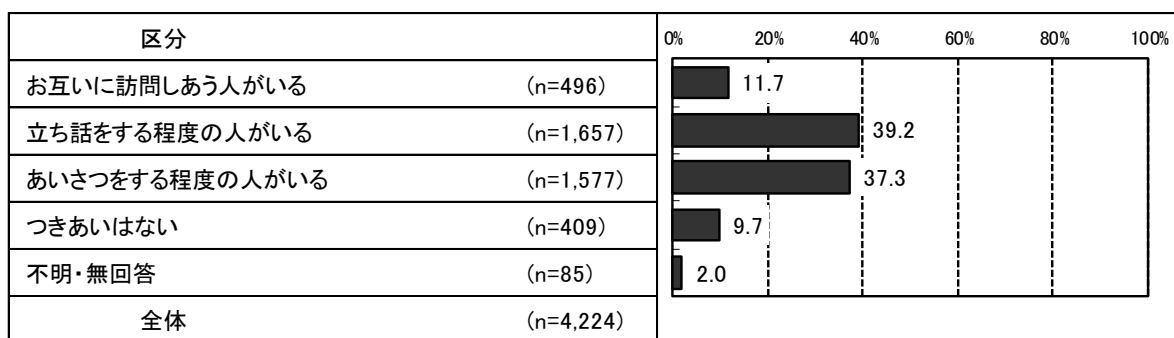
- 日々の生活での「役割」の有無については、「ある」が70.0%、「ない」が24.8%となっています。



※「役割」については、その内容や場所は問いません。

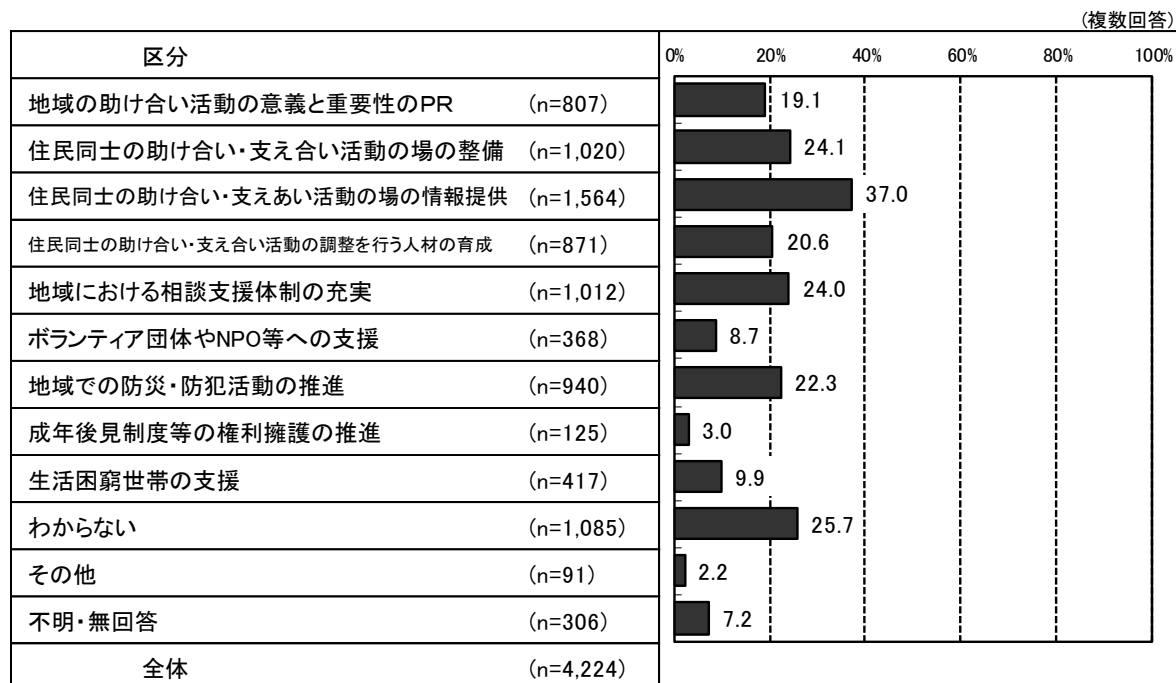
問6-4 あなたは、ご近所の人たちと、どの程度のおつきあいがありますか。(○は1つ)

- 近所付き合いの程度については、「立ち話をする程度の人がいる」が39.2%で最も多く、「あいさつをする程度の人がいる」(37.3%)、「お互いに訪問しあう人がある」(11.7%)がつづいています。



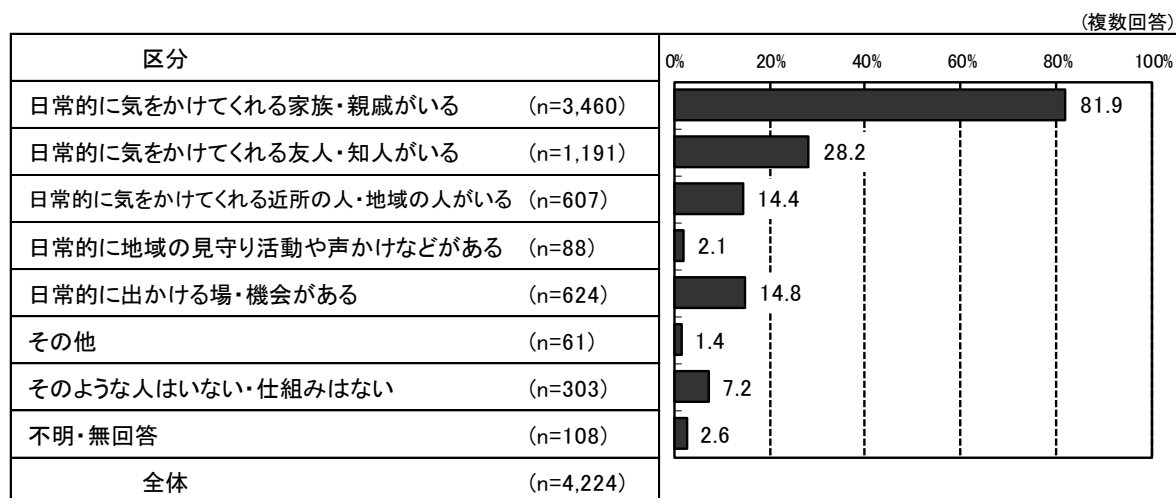
問6-5 あなたは、身近な地域における住民同士の助け合い、支え合いを推進していくためには、どのようなことに力を入れたらよいと思いますか。（〇はいくつでも）

■ 地域の住民同士の助け合い、支え合いを推進していくために力を入れたらよいと思うことについては、「住民同士の助け合い・支えあい活動の場の情報提供」が37.0%で最も多く、「わからない」(25.7%)、「住民同士の助け合い・支えあい活動の場の整備」(24.1%)がつづいています。



問6-6 日常的に（例えば3日に1回程度の頻度で）、あなたのことを気にかけてくれる人はいますか。また、あなたに何か起きたとき、気づいてくれるような仕組みがありますか。（〇はいくつでも）

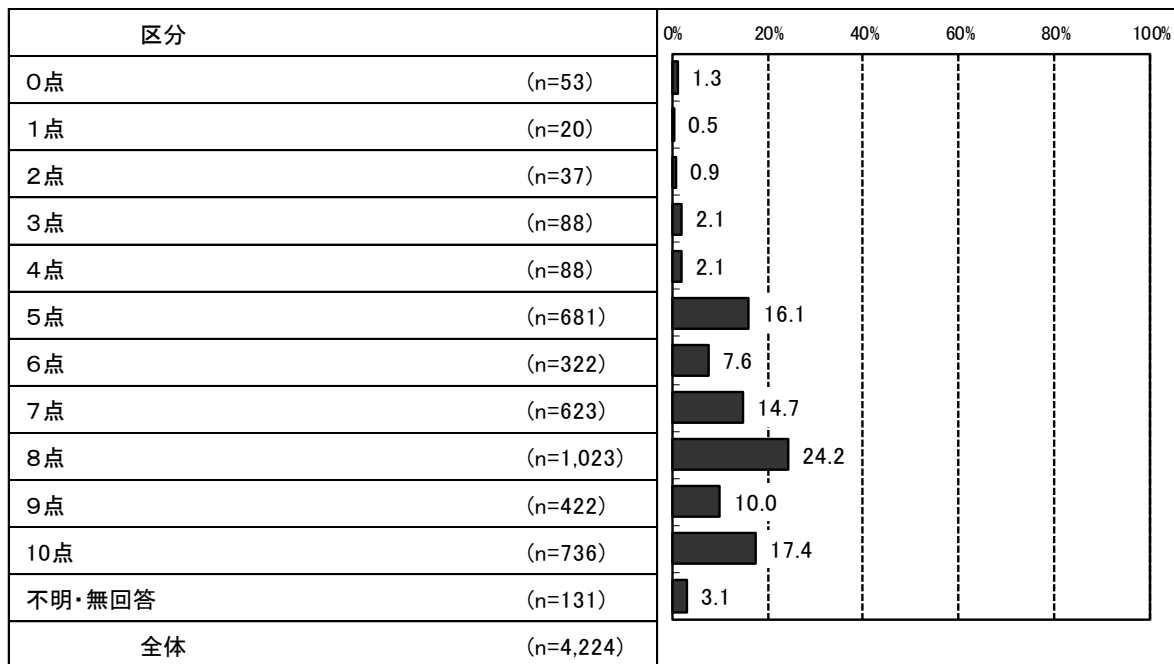
■ 何か起きたとき、気づいてくれる仕組みの有無については、「日常的に気にかけてくれる家族・親戚がいる」が81.9%で最も多く、「日常的に気にかけてくれる友人・知人がいる」(28.2%)、「日常的に出かける場・機会がある」(14.8%)がつづいています。



問6-7 あなたは、お住まいの地域で安心して暮らすことができますか。

(「とても不安」を0点、「とても安心」を10点としてご記入ください。)(○は1つ)

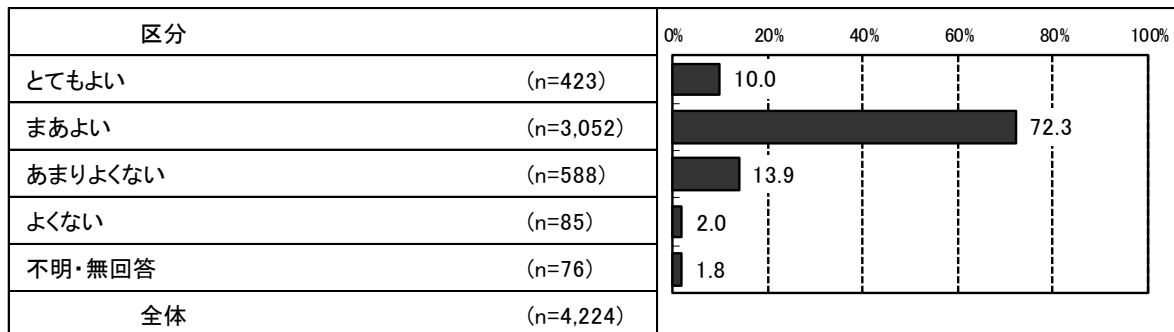
- 地域で安心して暮らすことができているかについて10満点でみると、「8点」が24.2%で最も多く、「10点」(17.4%)、「5点」(16.1%)がつづいています。平均は7.3点となっています。



7. 健康について

問7-1 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(〇は1つ)

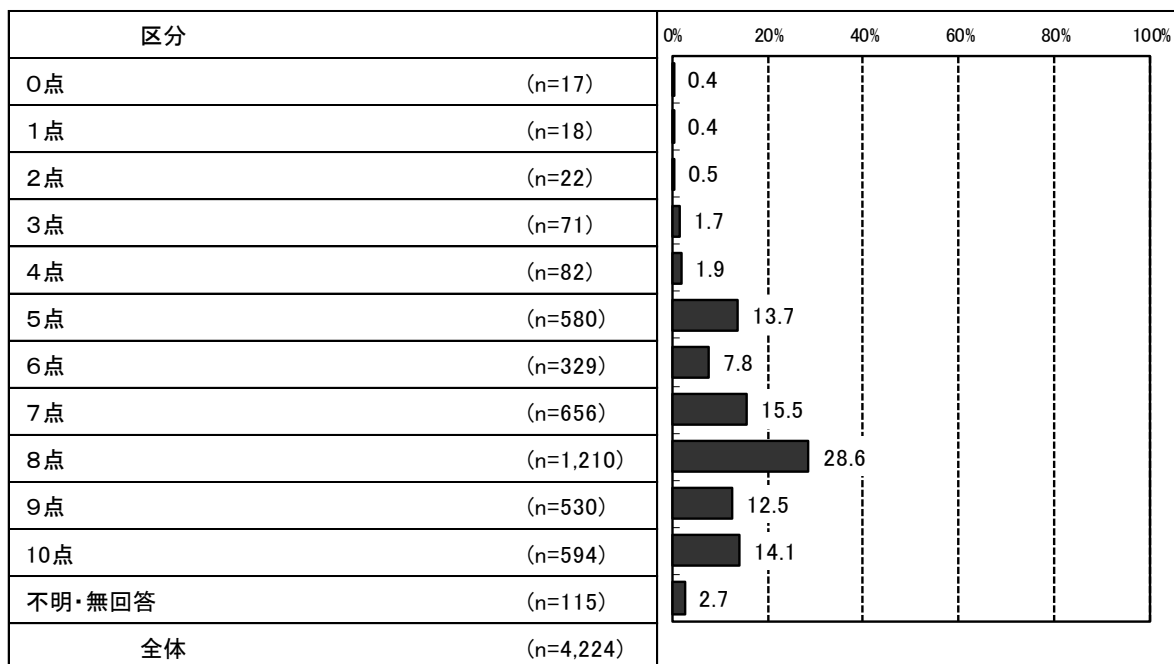
- 現在の健康状態については、「まあよい」が72.3%で最も多く、「あまりよくない」(13.9%)、「とてもよい」(10.0%)がつづいています。



問7-2 あなたは、現在どの程度幸せですか。

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点としてご記入ください。)(〇は1つ)

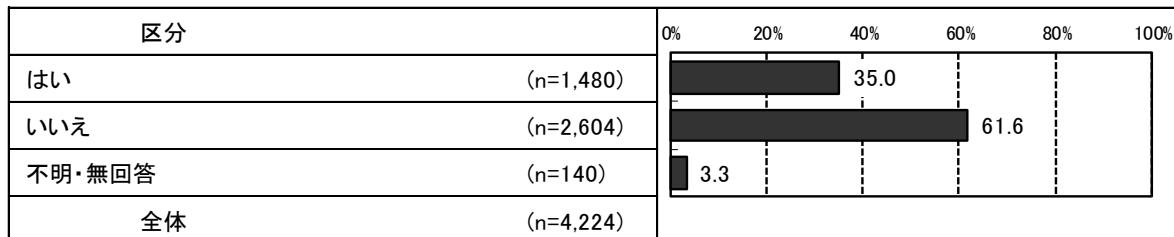
- 現在どの程度幸せかについて10点満点でみると、「8点」が28.6%で最も多く、「7点」(15.5%)、「10点」(14.1%)がつづいています。平均は7.4点となっています。



問7-3 健康について、以下のそれぞれの設問にお答えください。

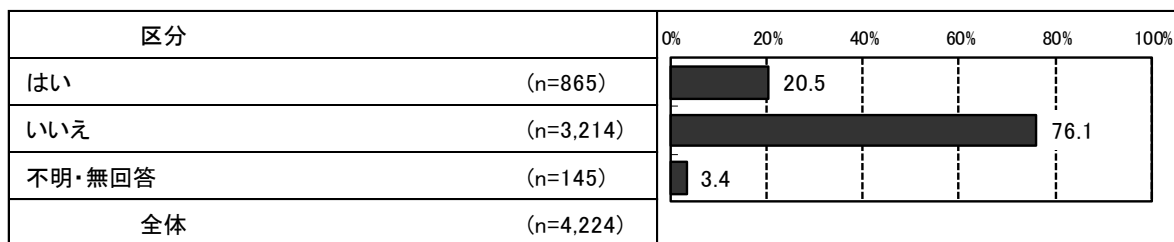
(1) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。
(○は1つ)

■ 気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりしたかについては、「いいえ」が61.6%、「はい」が35.0%となっています。



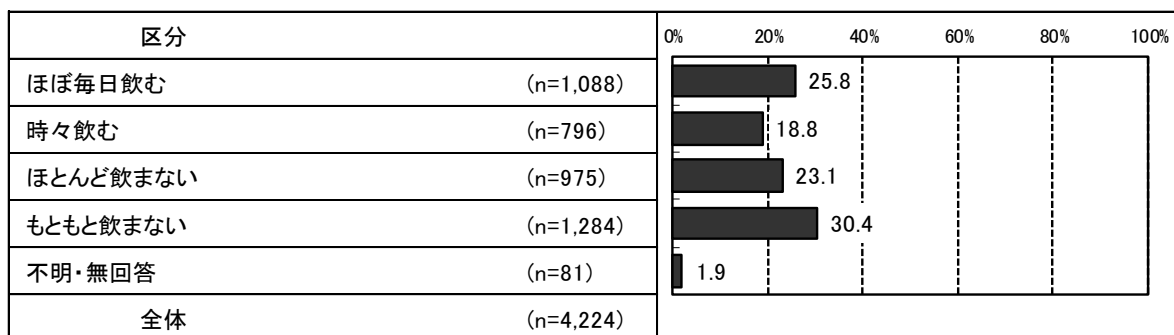
(2) この1か月間、どうしても物事に対して興味がわからない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。(○は1つ)

■ 物事に対して興味がわからない、楽しめない感じがよくあったかについては、「いいえ」が76.1%、「はい」が20.5%となっています。



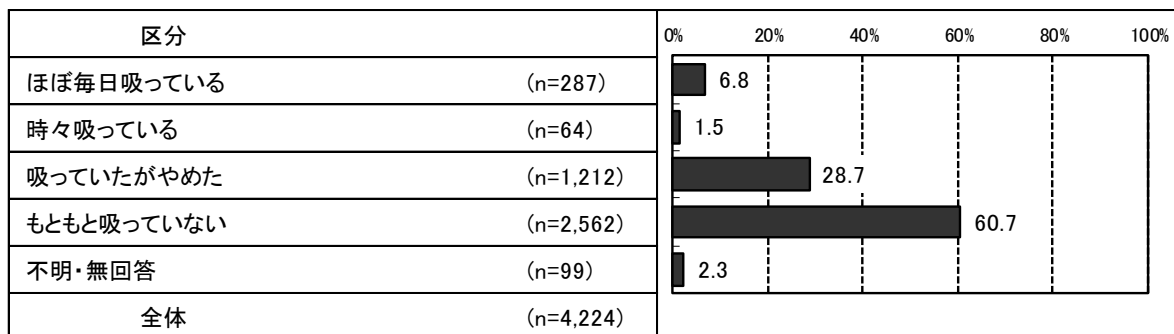
(3) お酒を飲みますか。(○は1つ)

■ 飲酒については、「もともと飲まない」が30.4%で最も多く、「ほぼ毎日飲む」(25.8%)、「ほとんど飲まない」(23.1%)がつづいています。



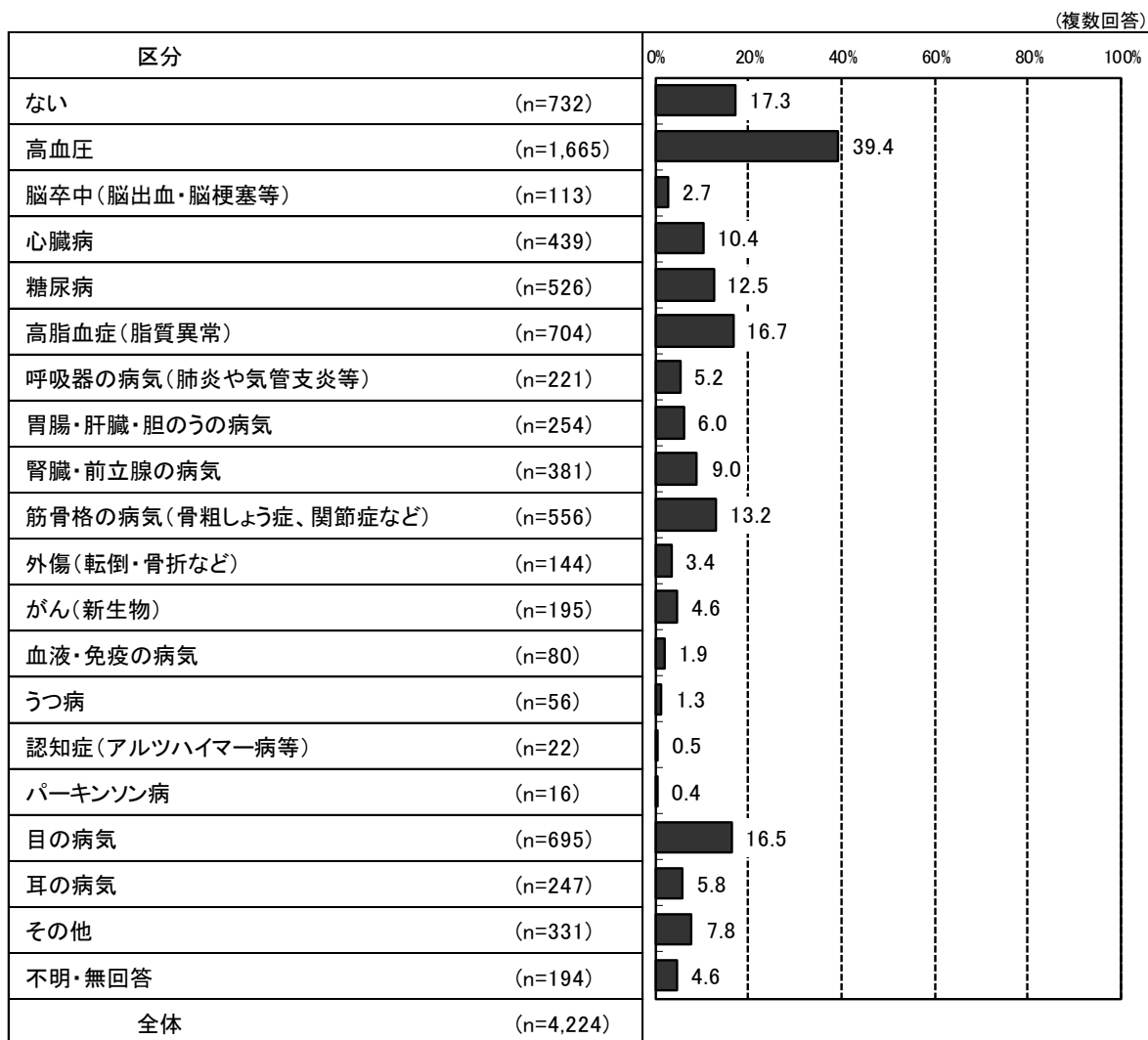
(4) タバコを吸っていますか。(○は1つ)

- 喫煙については、「もともと吸っていない」が60.7%で最も多く、「吸っていたがやめた」(28.7%)、「ほぼ毎日吸っている」(6.8%)がつづいています。



問7-4 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(いくつでも○)

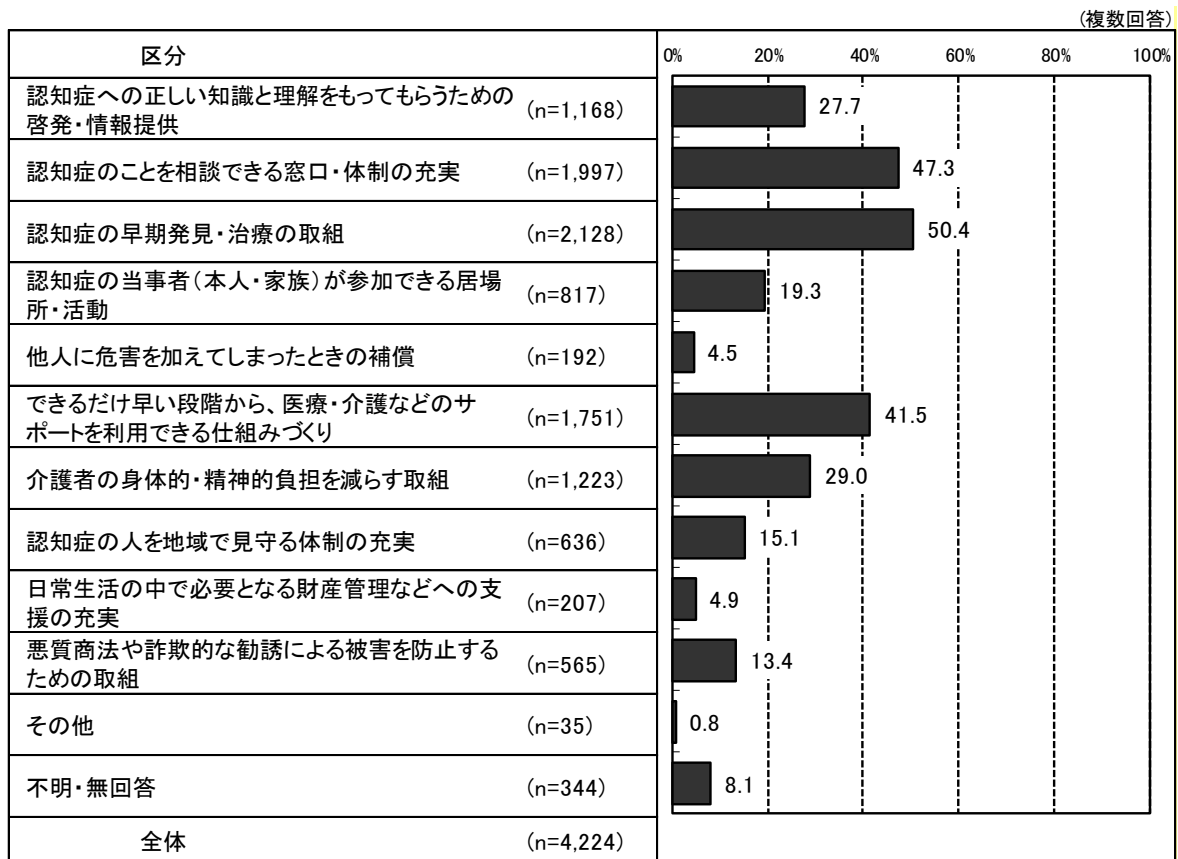
- 現在治療中、または後遺症のある病気については、「高血圧」が39.4%で最も多く、「ない」(17.3%)、「高脂血症(脂質異常)」(16.7%)がつづいています。



8. 認知症について

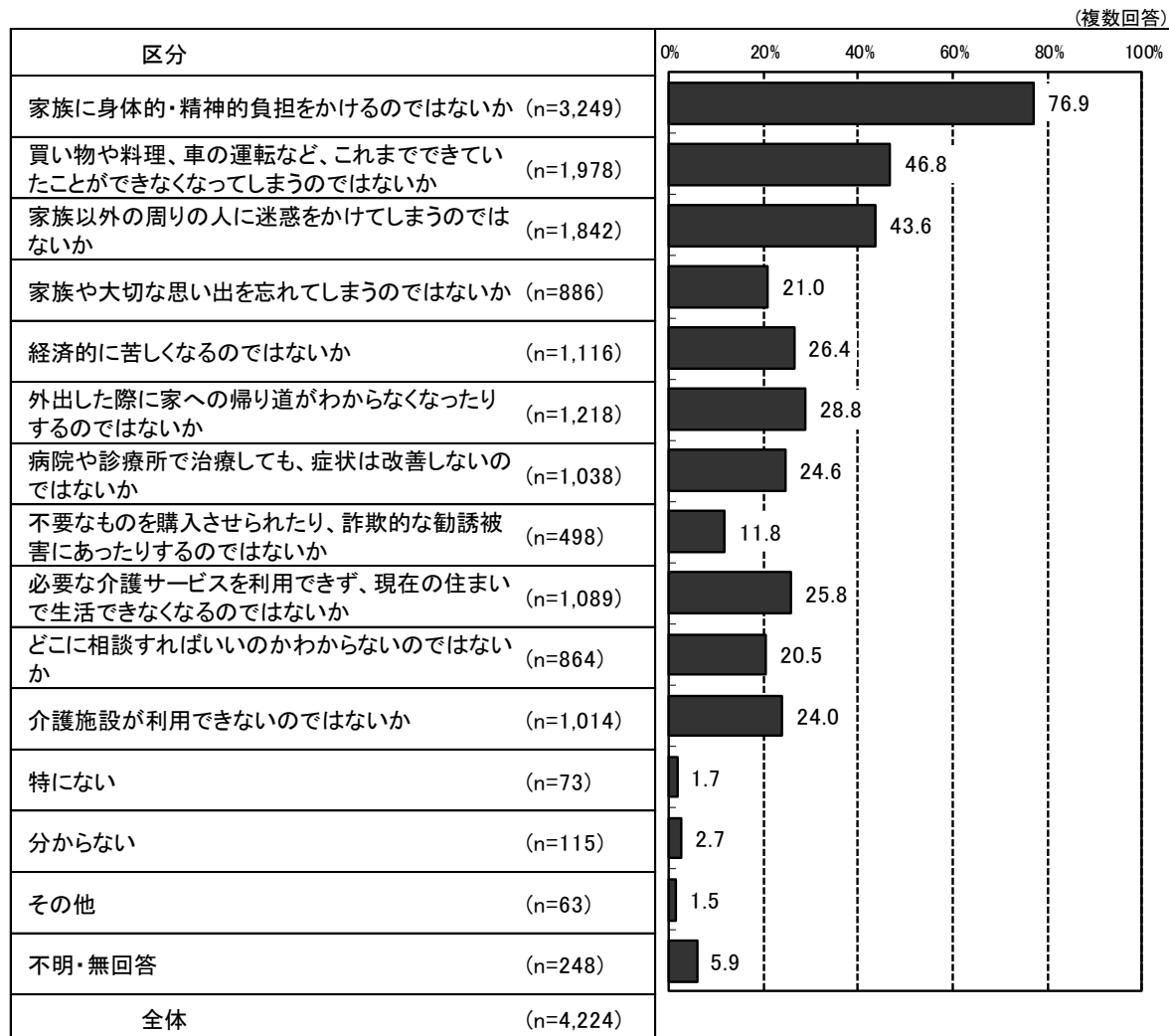
問8-1 高齢化の進展に伴い、認知症の方は今後さらに増加していくと予測されています。
あなたは認知症の方への支援として、どのような取組みが必要であると思いますか。
(3つまでに○)

- 認知症の方への支援として必要だと思う取組みについては、「認知症の早期発見・治療の取組」が50.4%で最も多く、「認知症のことを相談できる窓口・体制の充実」(47.3%)、「できるだけ早い段階から、医療・介護などのサポートを利用できる仕組みづくり」(41.5%)がつづいています。



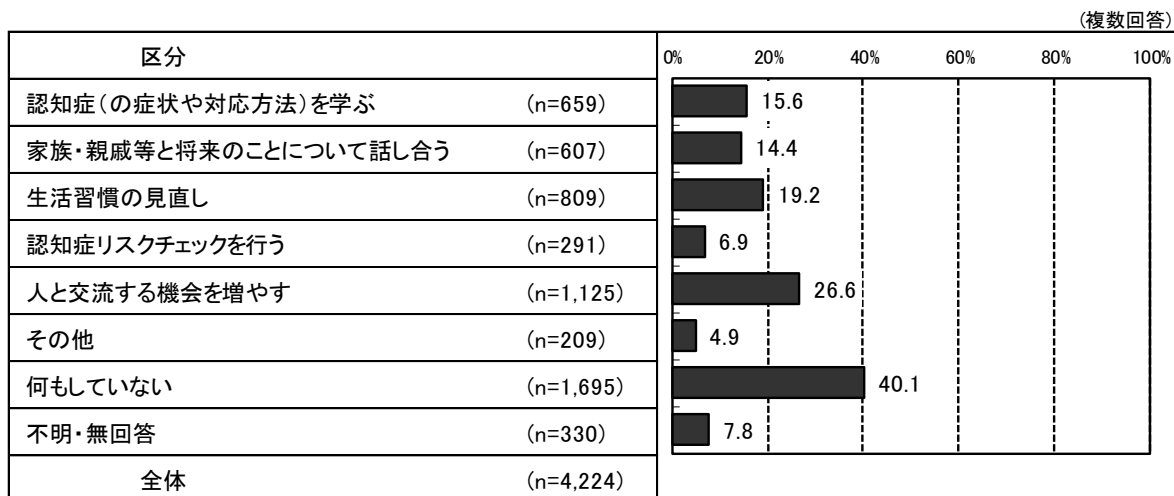
問8-2 あなたが認知症になった場合（または、認知症が進行した場合）、どのようなことに不安を感じますか。（いくつでも）

■ 認知症になった場合どのようなことに不安を感じるかについては、「家族に身体的・精神的負担をかけるのではないか」が76.9%で最も多く、「買い物や料理、車の運転など、これまでできていたことができなくなってしまうのではないか」(46.8%)、「家族以外の周りの人に迷惑をかけてしまうのではないか」(43.6%)がつついています。



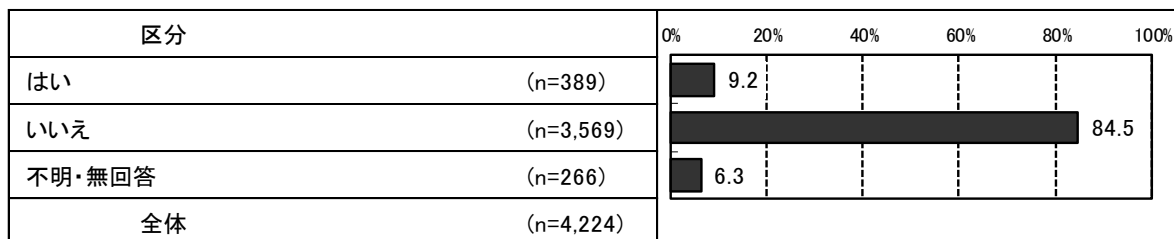
問8-3 認知症に対する備えとして何か取組んでいることはありますか。(いくつでも)

- 認知症に対する備えとして取組んでいることについては、「何もしていない」が40.1%で最も多く、「人と交流する機会を増やす」(26.6%)、「生活習慣の見直し」(19.2%)がつづいています。



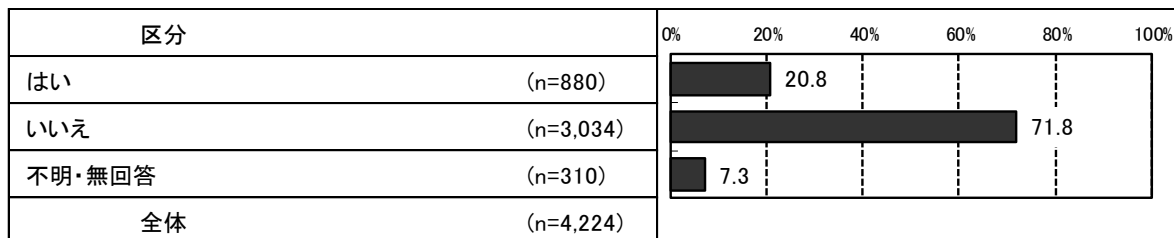
問8-4 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。(○は1つ)

- 認知症の症状がある人の有無については、「いいえ」が84.5%、「はい」が9.2%となっています。



問8-5 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(○は1つ)

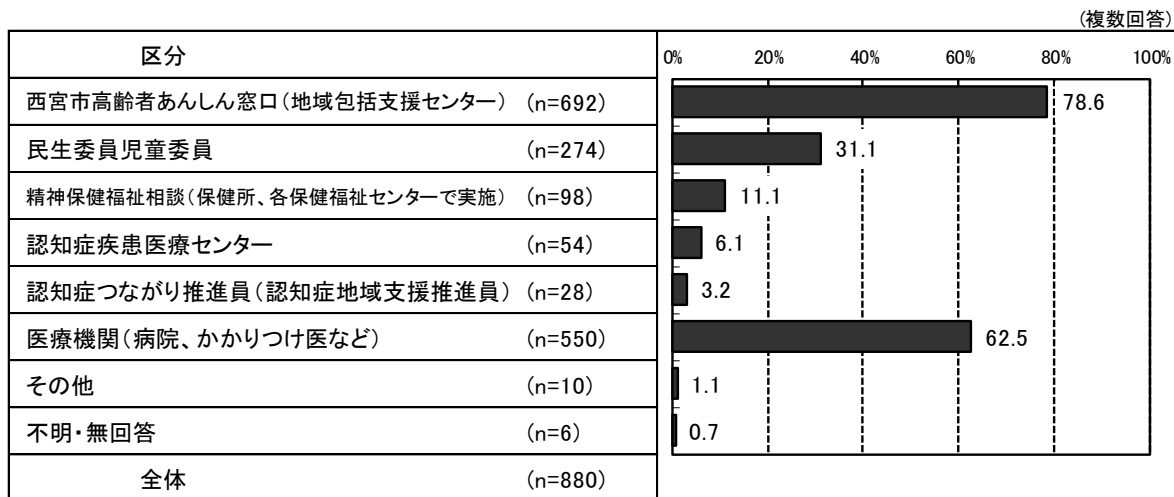
- 認知症に関する相談窓口を知っているかについては、「いいえ」が71.8%、「はい」が20.8%となっています。



問8-5-1 問8-5において「1. はい」の方のみ

認知症についての相談先としてどんなところをご存知ですか。（いくつでも）

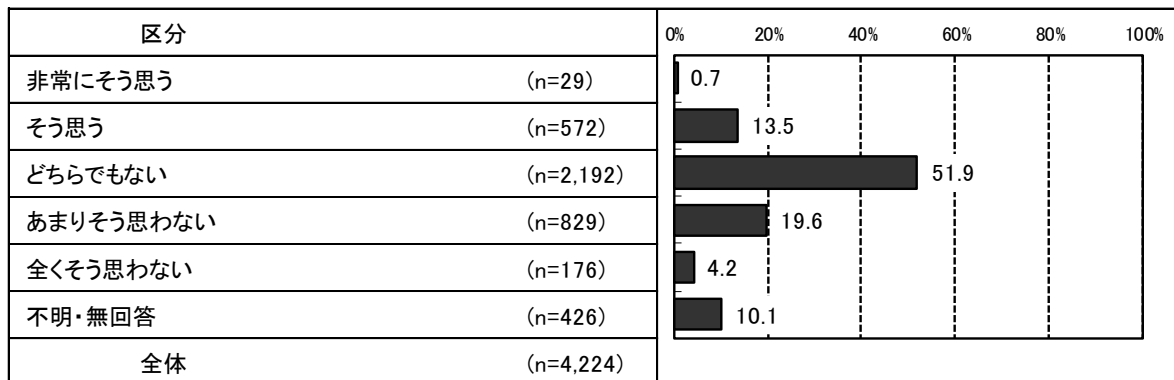
- 認知症の相談先として知っているところについては、「西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）」が78.6%で最も多く、「医療機関（病院、かかりつけ医など）」（62.5%）、「民生委員児童委員」（31.1%）がつづいています。



問8-6 西宮市は「認知症の方にとって安心して暮すことができるまち」だと思いますか。

(○は1つ)

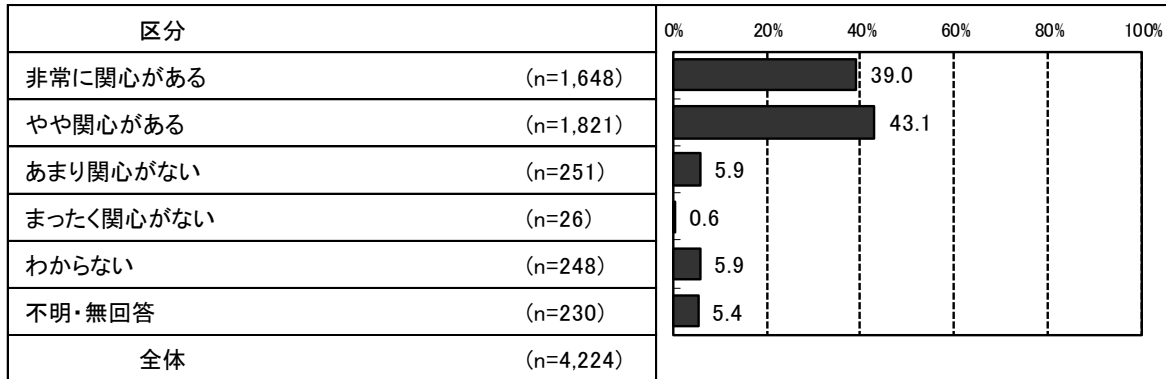
- 西宮市は「認知症の方にとって安心して暮すことができるまち」だと思うかについては、「どちらでもない」が51.9%で最も多く、「あまりそう思わない」（19.6%）、「そう思う」（13.5%）がつづいています。



9. 高齢者に対するサービスなどについて

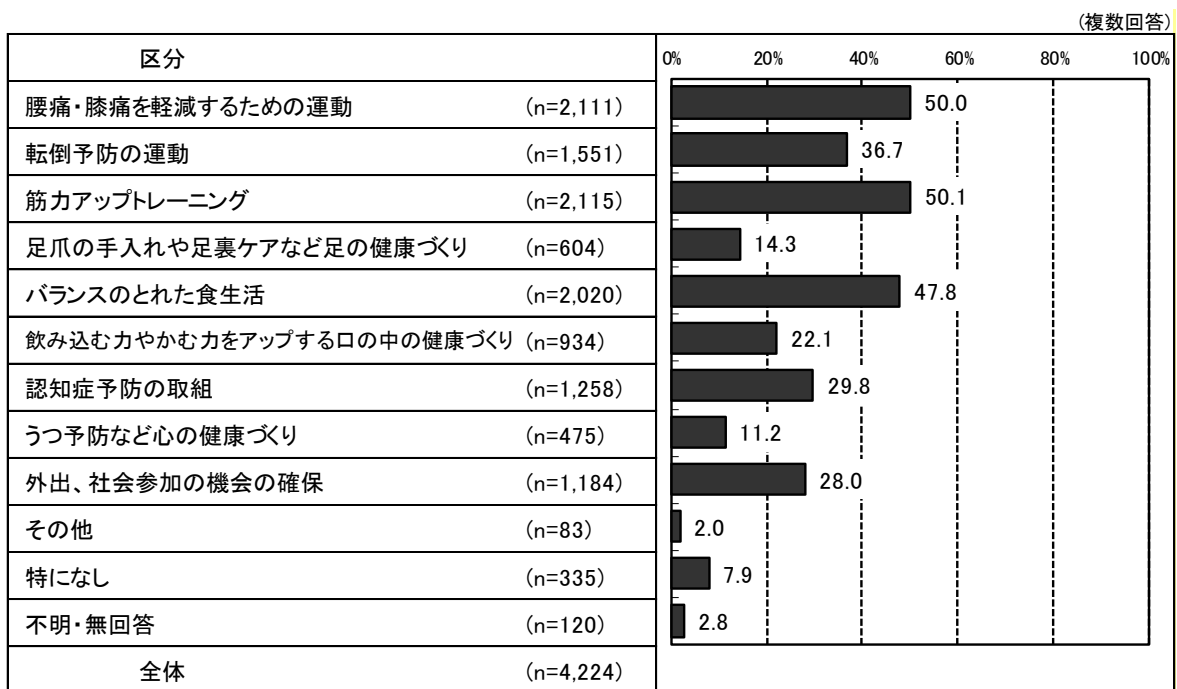
問9-1 あなたは介護予防（介護が必要な状態にならないように予防すること、もしくは要介護度が重くならないように予防すること）に関心がありますか。（○は1つ）

- 介護予防への関心については、「やや関心がある」が43.1%で最も多く、「非常に関心がある」(39.0%)、「あまり関心がない」(5.9%)がつづいています。



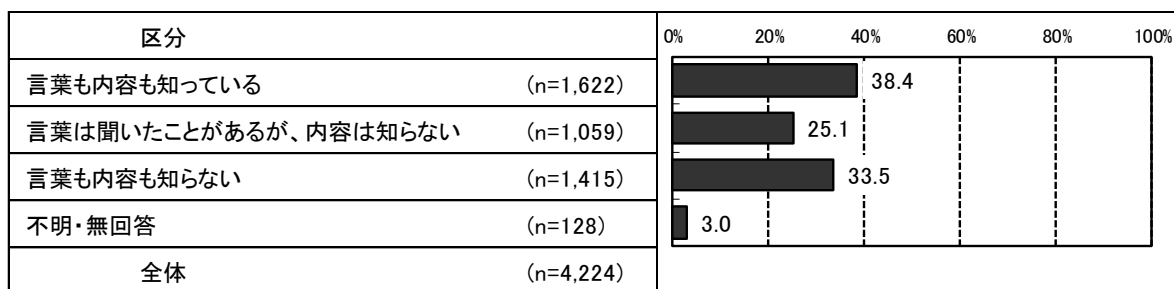
問9-2 あなたが介護予防（介護が必要な状態にならないように予防すること、もしくは要介護度が重くならないように予防すること）で取り組んでみたい内容は何か。（いくつでも）

- 介護予防で取り組んでみたい内容については、「筋力アップトレーニング」が50.1%で最も多く、「腰痛・膝痛を軽減するための運動」(50.0%)、「バランスのとれた食生活」(47.8%)がつづいています。



問9-3 あなたは、「フレイル」について知っていますか。(〇は1つ)

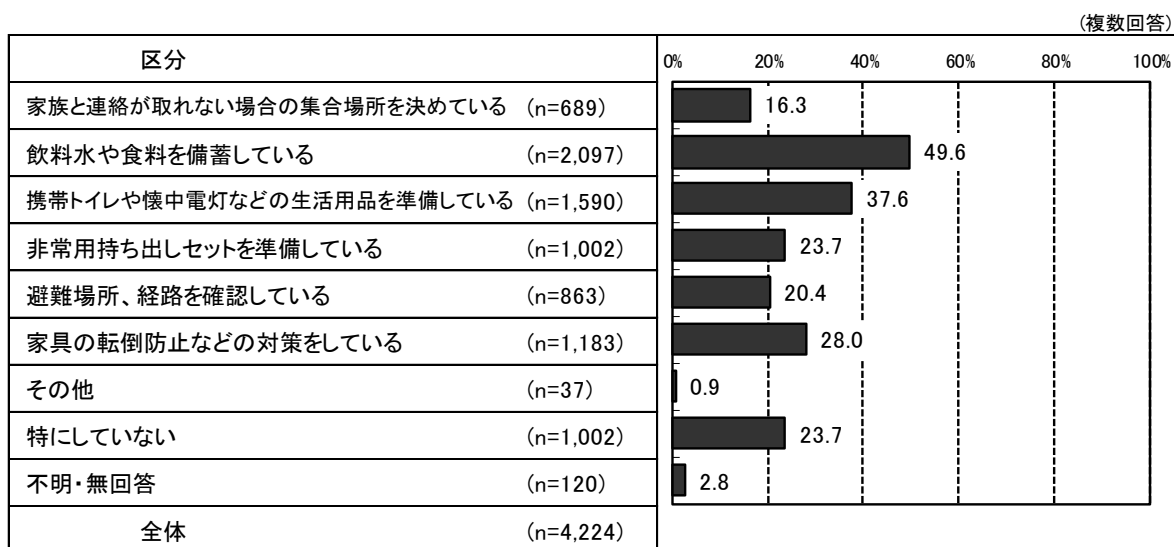
- 「フレイル」の認知状況については、「言葉も内容も知っている」が38.4%で最も多く、「言葉も内容も知らない」(33.5%)、「言葉は聞いたことがあるが、内容は知らない」(25.1%)がつついています。



※「フレイル」とは年をとって筋力や認知機能、社会とのつながりなどが低下した状態のことです。介護が必要となる危険性が高い状態ですが、早期に発見し、対応することで健康を維持して、自立した生活を送ることもできます。

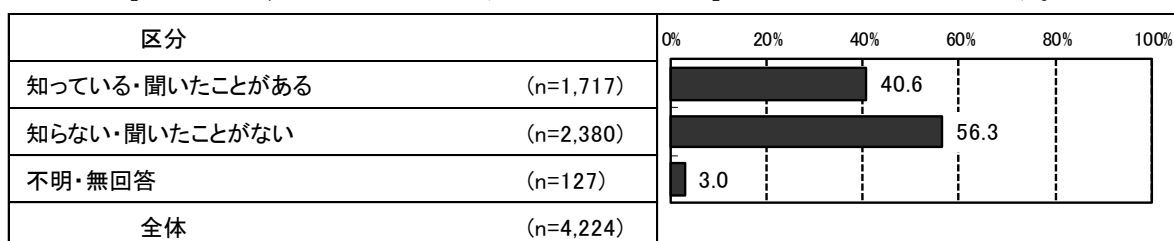
問9-4 あなたは、災害に対して何か準備をしていますか。(いくつでも)

- 災害に対して準備していることについては、「飲料水や食料を備蓄している」が49.6%で最も多く、「携帯トイレや懐中電灯などの生活用品を準備している」(37.6%)、「家具の転倒防止などの対策をしている」(28.0%)がつついています。



問9-5 あなたは、西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）を知っていますか。(〇は1つ)

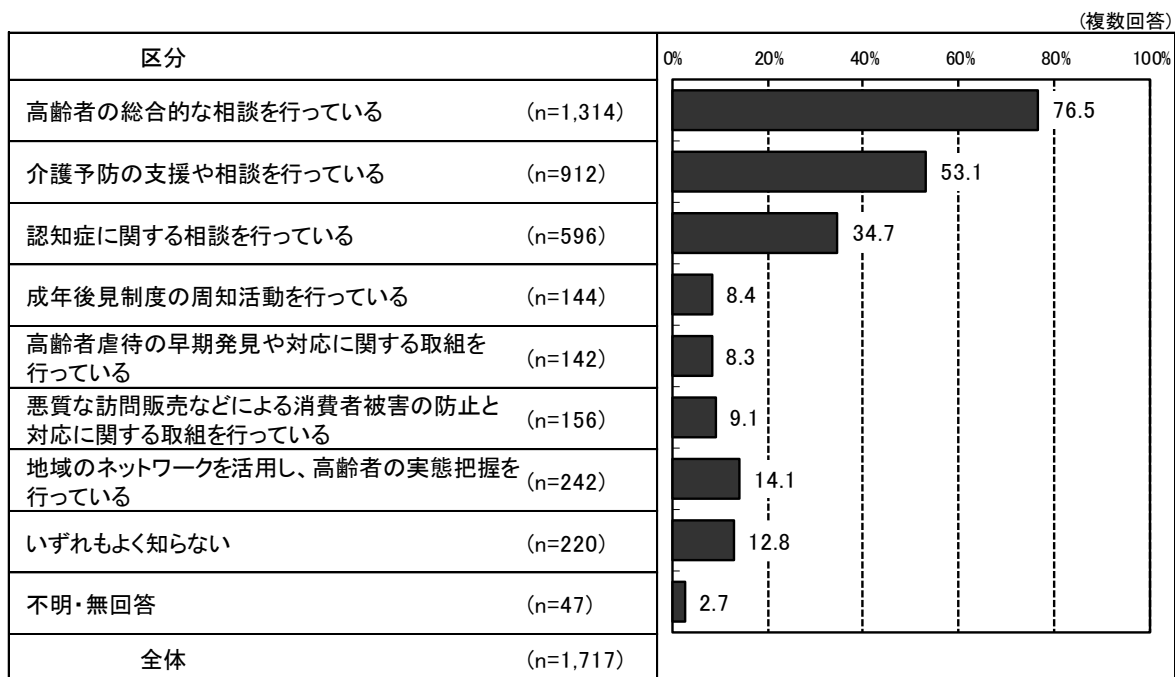
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の認知状況については、「知らない・聞いたことがない」が56.3%、「知っている・聞いたことがある」が40.6%となっています。



問9-5-1 問9-5で「1. 知っている・聞いたことがある」と回答した方のみ

西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能について、どのような内容を知っていますか。（いくつでも）

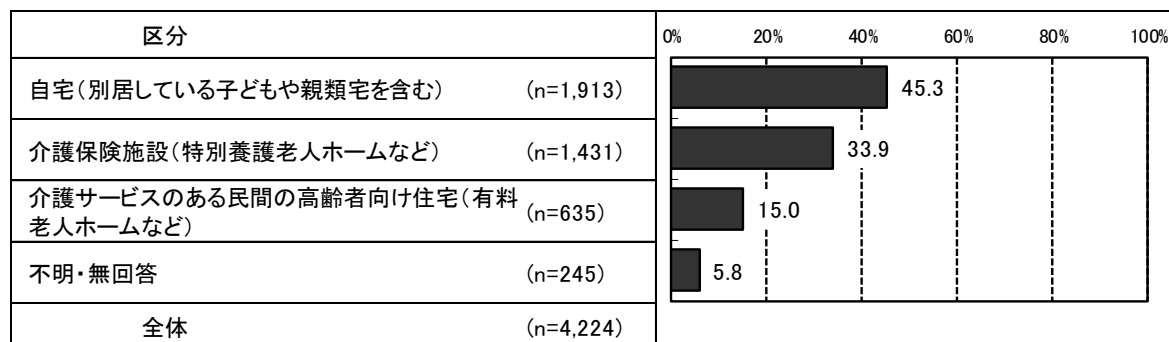
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能の認知状況については、「高齢者の総合的な相談を行っている」が76.5%で最も多く、「介護予防の支援や相談を行っている」（53.1%）、「認知症に関する相談を行っている」（34.7%）がつづいています。



10. 今後の生活や在宅医療、高齢者施策全般について

問 10-1 あなたは将来介護が必要となった場合、どこで暮らしたいですか。(〇は1つ)

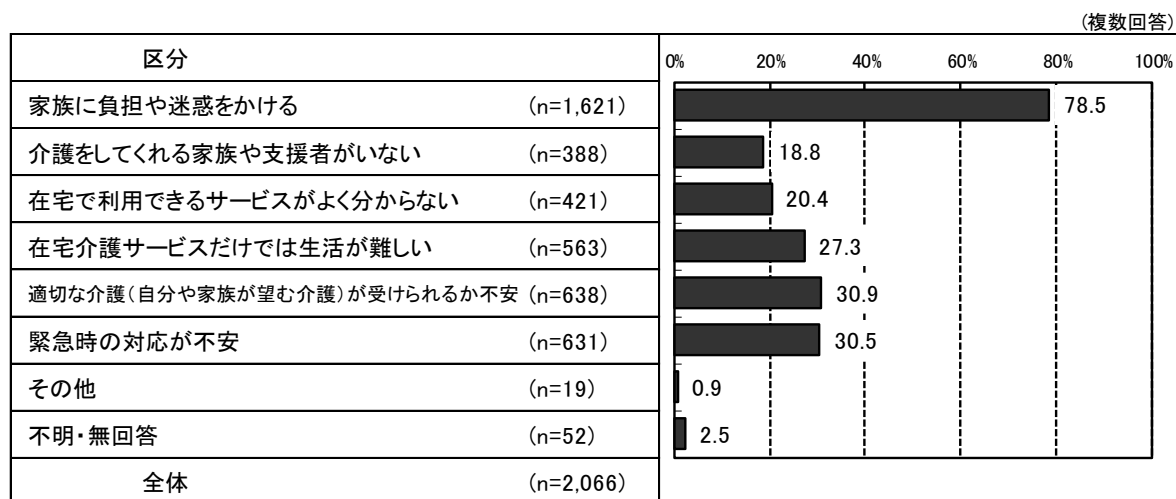
- 将来、介護が必要となった場合に暮らしたい場所については、「自宅(別居している子どもや親類宅を含む)」が45.3%で最も多く、「介護保険施設(特別養護老人ホームなど)」(33.9%)、「介護サービスのある民間の高齢者向け住宅(有料老人ホームなど)」(15.0%)がつづいています。



問 10-1-1 問 10-1 で「2. 介護保険施設」「3. 介護サービスのある民間の高齢者向け住宅」と回答した方のみ

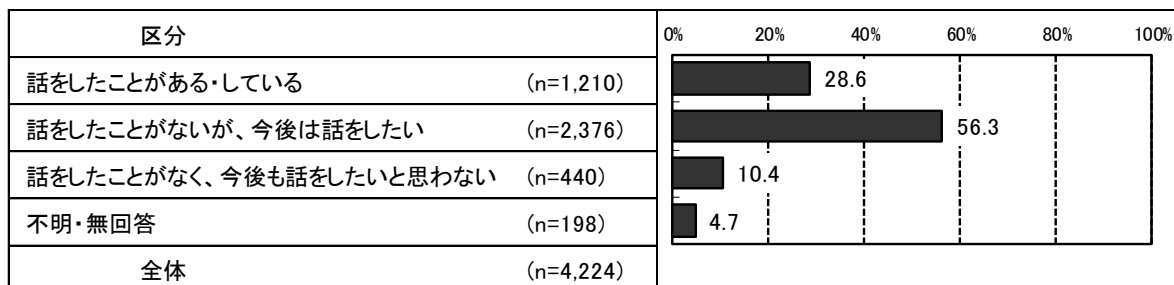
自宅以外を選択された理由は何ですか。(いくつでも)

- 暮らしたい場所について自宅以外を選択した理由については、「家族に負担や迷惑をかける」が78.5%で最も多く、「適切な介護(自分や家族が望む介護)が受けられるか不安」(30.9%)、「緊急時の対応が不安」(30.5%)がつづいています。



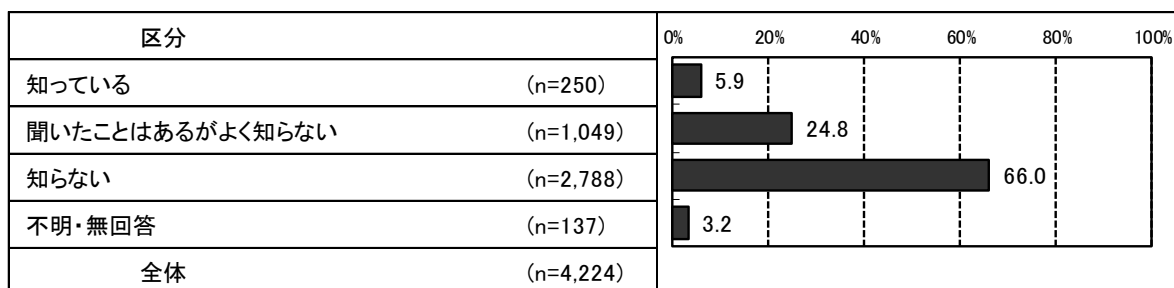
問 10-2 あなたは、介護や療養が必要となった場合に暮らしたい場所について、ご家族などと話をされたことがありますか。（○は1つ）

■ 暮らしたい場所について家族などと話したことがあるかについては、「話をしたことがないが、今後は話をしたい」が56.3%で最も多く、「話をしたことがある・している」(28.6%)、「話をしたことがなく、今後も話をしたいと思わない」(10.4%)がつづいています。



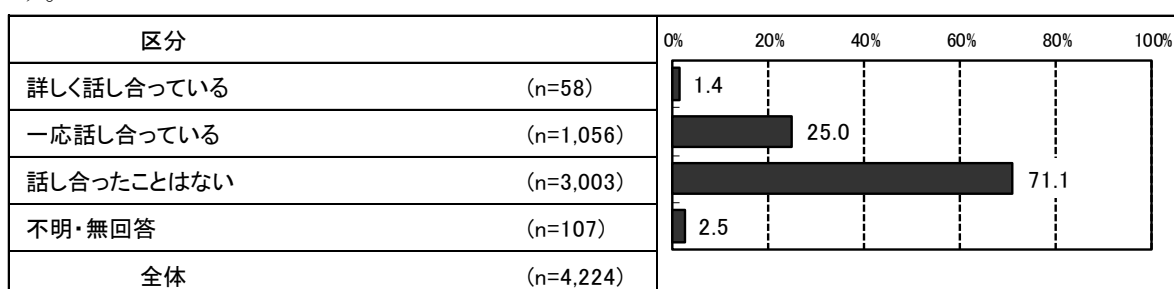
問 10-3 人生の最終段階の医療や介護について、あなたの意思に沿った医療や介護を受けるためには、ご家族等や医療介護関係者とあらかじめ話し合い、また繰り返し話し合うことが重要だと言われています（アドバンス・ケア・プランニング（人生会議））。あなたはアドバンス・ケア・プランニングについて知っていますか。（○は1つ）

■ アドバンス・ケア・プランニングの認知状況については、「知らない」が66.0%で最も多く、「聞いたことはあるがよく知らない」(24.8%)、「知っている」(5.9%)がつづいています。



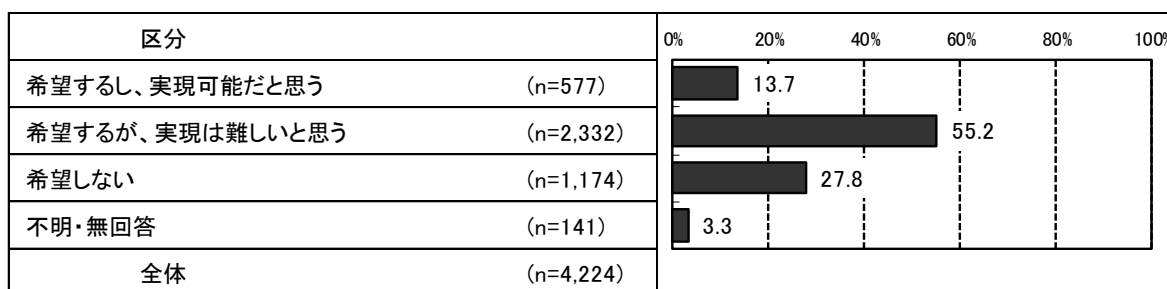
問 10-4 あなたの死が近い場合に受けたい医療や介護について、ご家族等や医療介護関係者とのくらい話し合ったことがありますか。（○は1つ）

■ 死が近い場合に受けたい医療や介護についての話し合いについては、「話し合ったことはない」が71.1%で最も多く、「一応話し合っている」(25.0%)、「詳しく話し合っている」(1.4%)がつづいています。



問 10-5 あなたは将来、病気などで長期の療養が必要となった場合、病院に入院せずに在宅で医療を受けながら療養することを希望しますか。(〇は1つ)

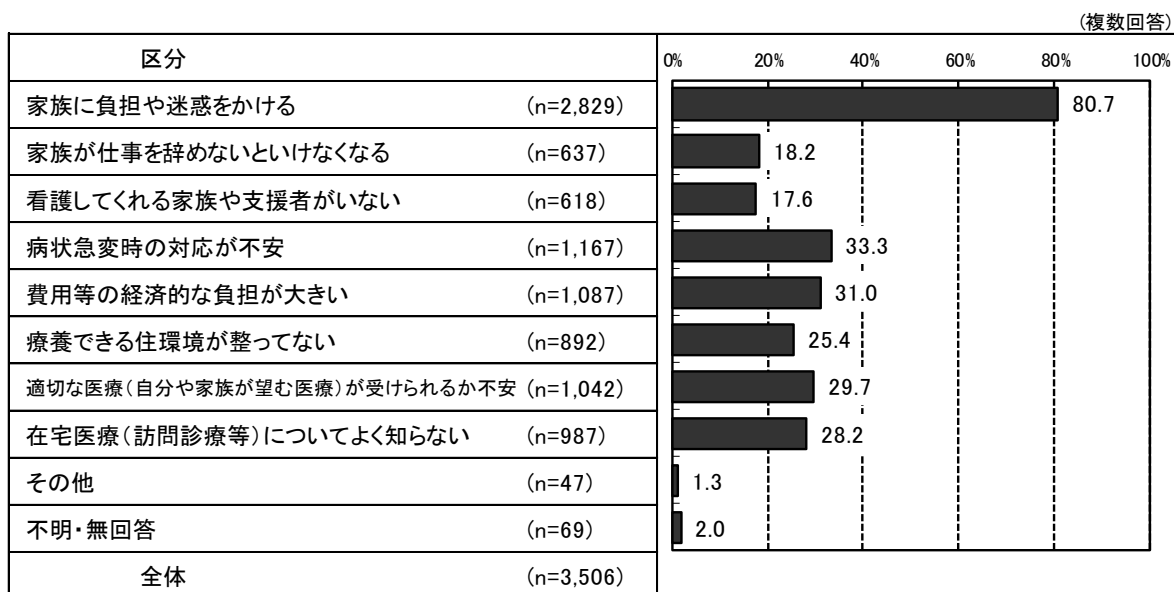
■ 在宅で医療を受けながら療養することについては、「希望するが、実現は難しいと思う」が 55.2%で最も多く、「希望しない」(27.8%)、「希望するし、実現可能だと思う」(13.7%)がつづいています。



問 10-5-1 問 10-5 で「2. 希望するが、実現は難しいと思う」「3. 希望しない」と回答した方のみ

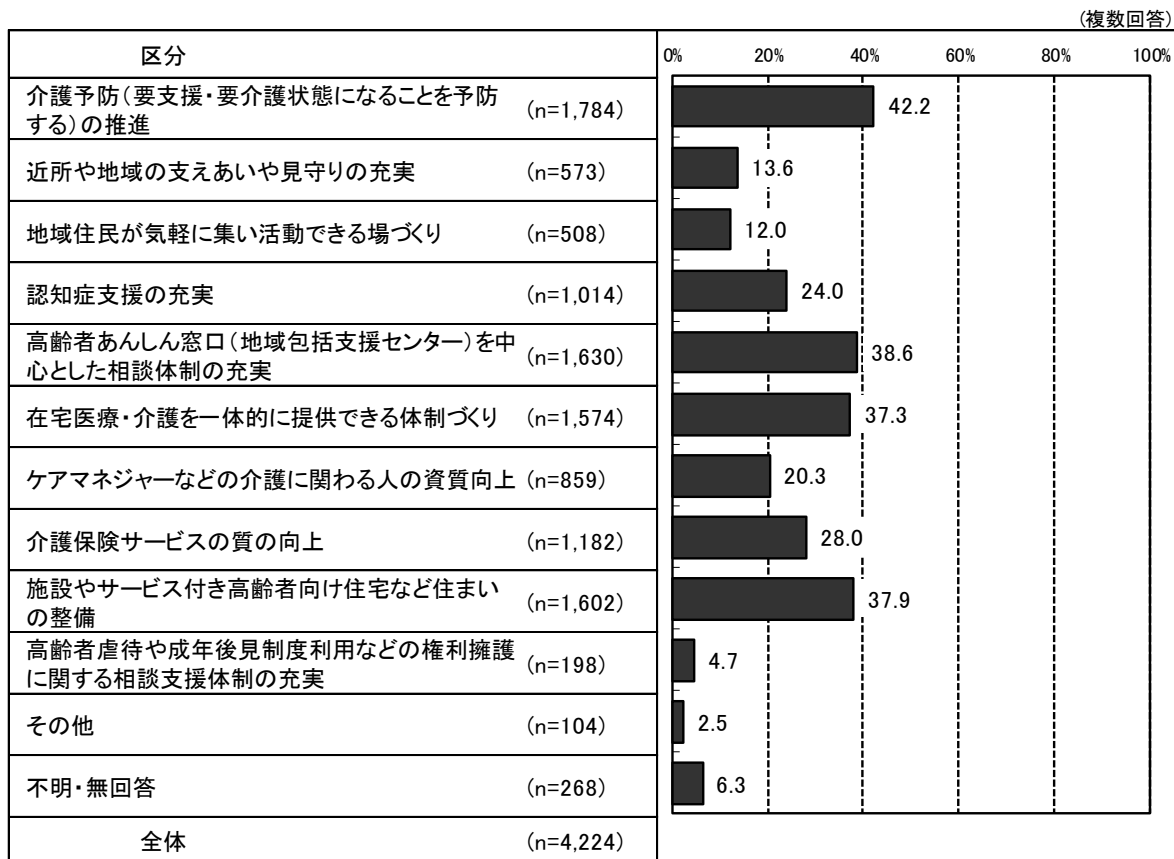
在宅での医療の実現が難しいと思う理由、希望されない理由は何ですか。
(いくつでも)

■ 在宅での医療を難しいと思う、希望しない理由については、「家族に負担や迷惑をかける」が 80.7%で最も多く、「病状急変時の対応が不安」(33.3%)、「費用等の経済的な負担が大きい」(31.0%)がつづいています。



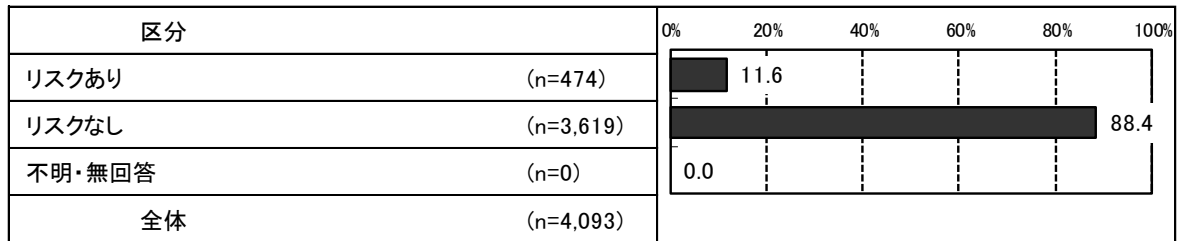
問 10-6 あなたは、これからの本格的な高齢社会に対応していくため、西宮市は何に力を入れていくべきだと思いますか。（3つまで○）

- 高齢社会に対応するため西宮市が力を入れるべきことについては、「介護予防（要支援・要介護状態になることを予防する）の推進」が42.2%で最も多く、「高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）を中心とした相談体制の充実」(38.6%)、「施設やサービス付き高齢者向け住宅など住まいの整備」(37.9%)がつついています。

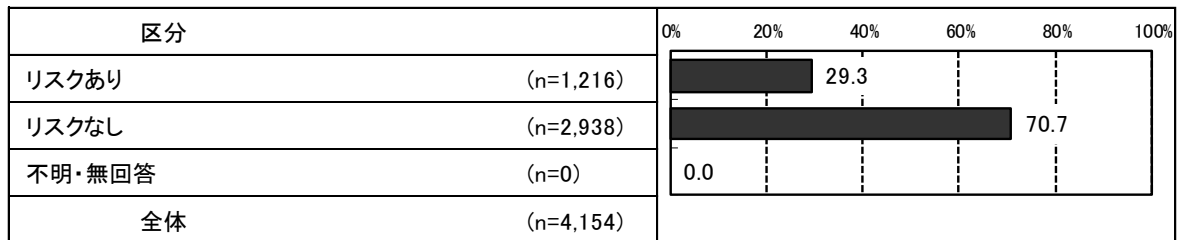


11. 各種リスク

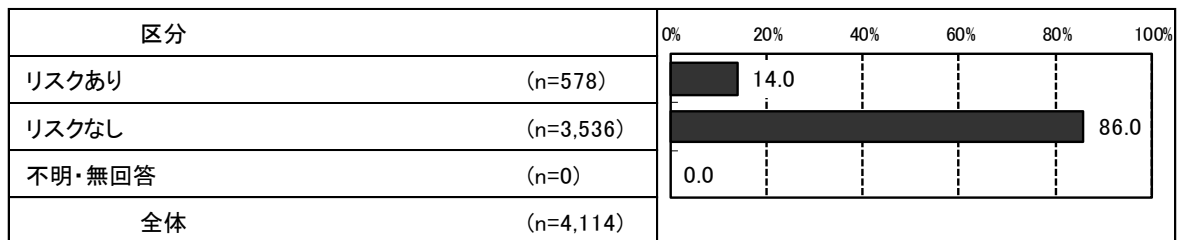
(1) 運動器の機能低下リスク



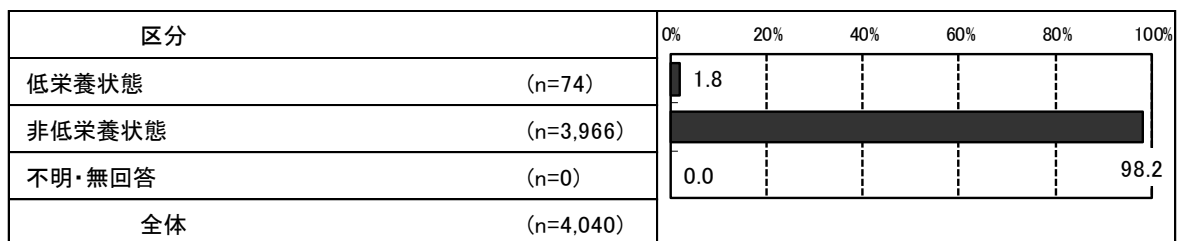
(2) 転倒リスク



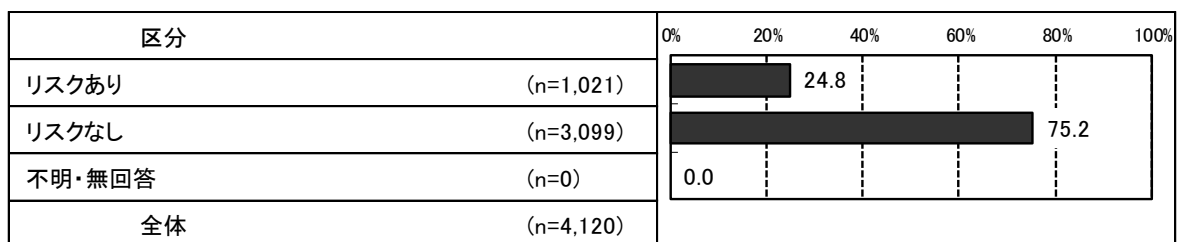
(3) 閉じこもり傾向



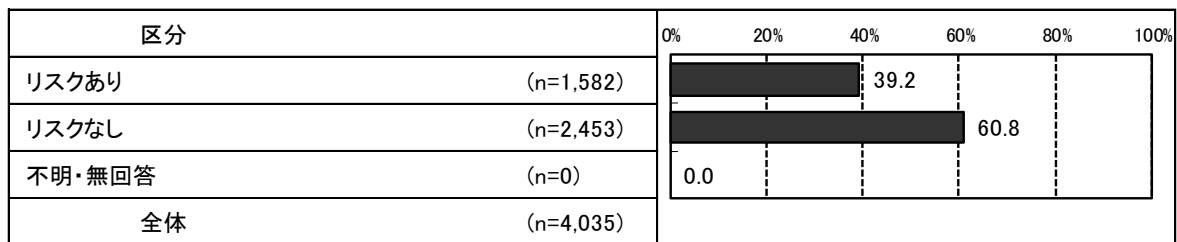
(4) 低栄養状態



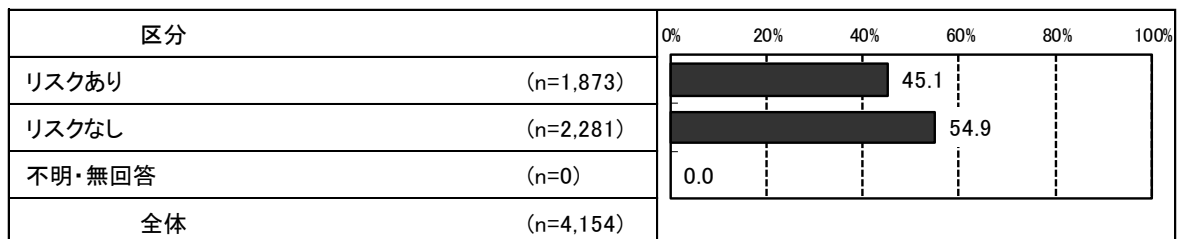
(5) 口腔機能の低下リスク



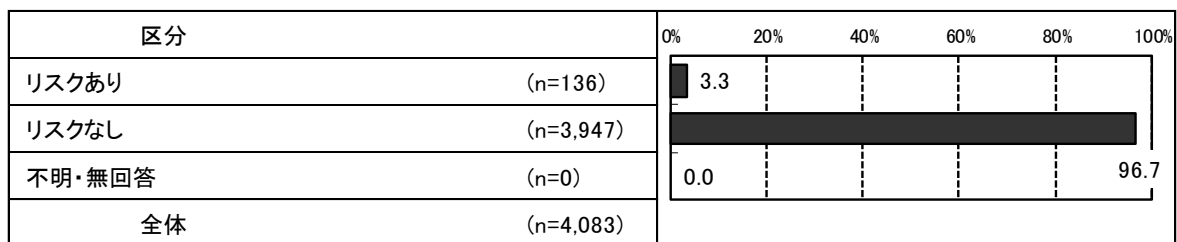
(6) うつ傾向リスク



(7) 認知機能の低下リスク



(8) IADLの低下リスク

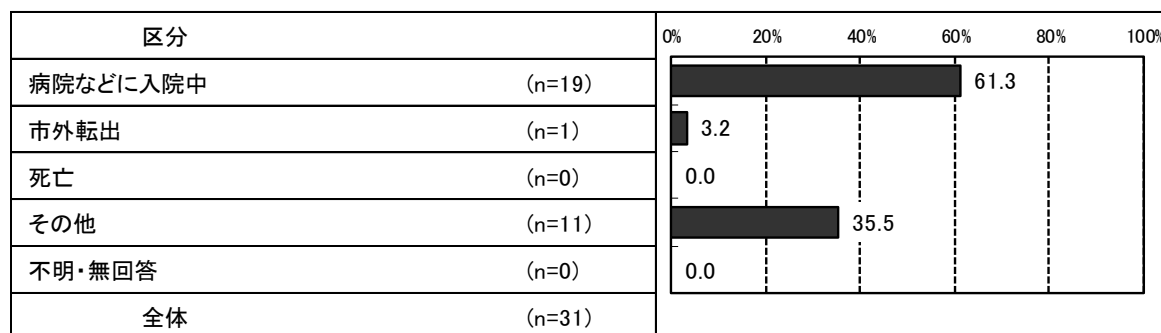


介護予防・日常生活圏域ニーズ調査(要支援認定者対象)の結果

1. あなた自身及びあなたのご家族や生活状況について

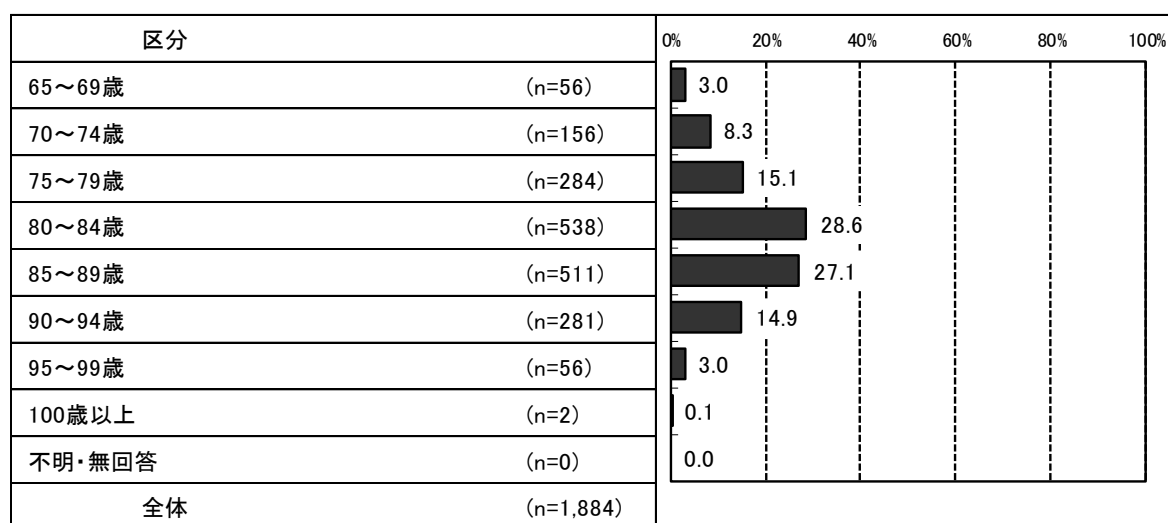
◇ 調査対象の高齢者の方が何らかの事情により回答できない理由

- 回答できない理由については、「病院などに入院中」が61.3%で最も多く、「その他」(35.5%)、「市外転出」(3.2%)がつづいています。



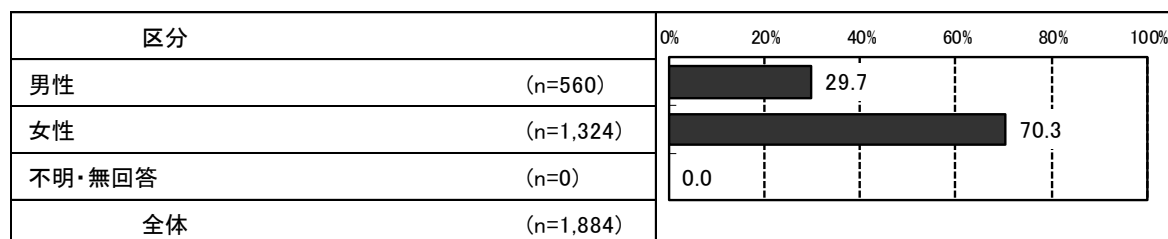
◇ 年齢

- 年齢については、「80～84歳」が28.6%で最も多く、「85～89歳」(27.1%)、「75～79歳」(15.1%)がつづいています。平均は83.3歳となっています。



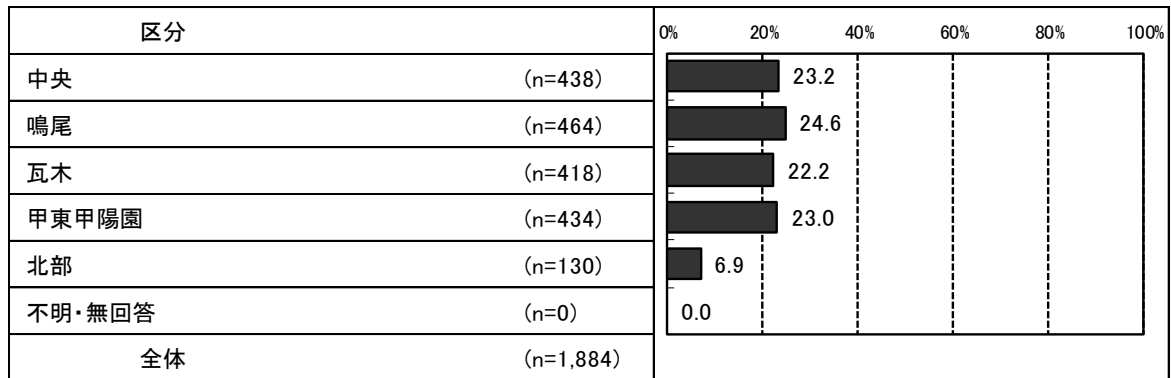
◇ 性別

- 性別については、「女性」が70.3%、「男性」が29.7%となっています。



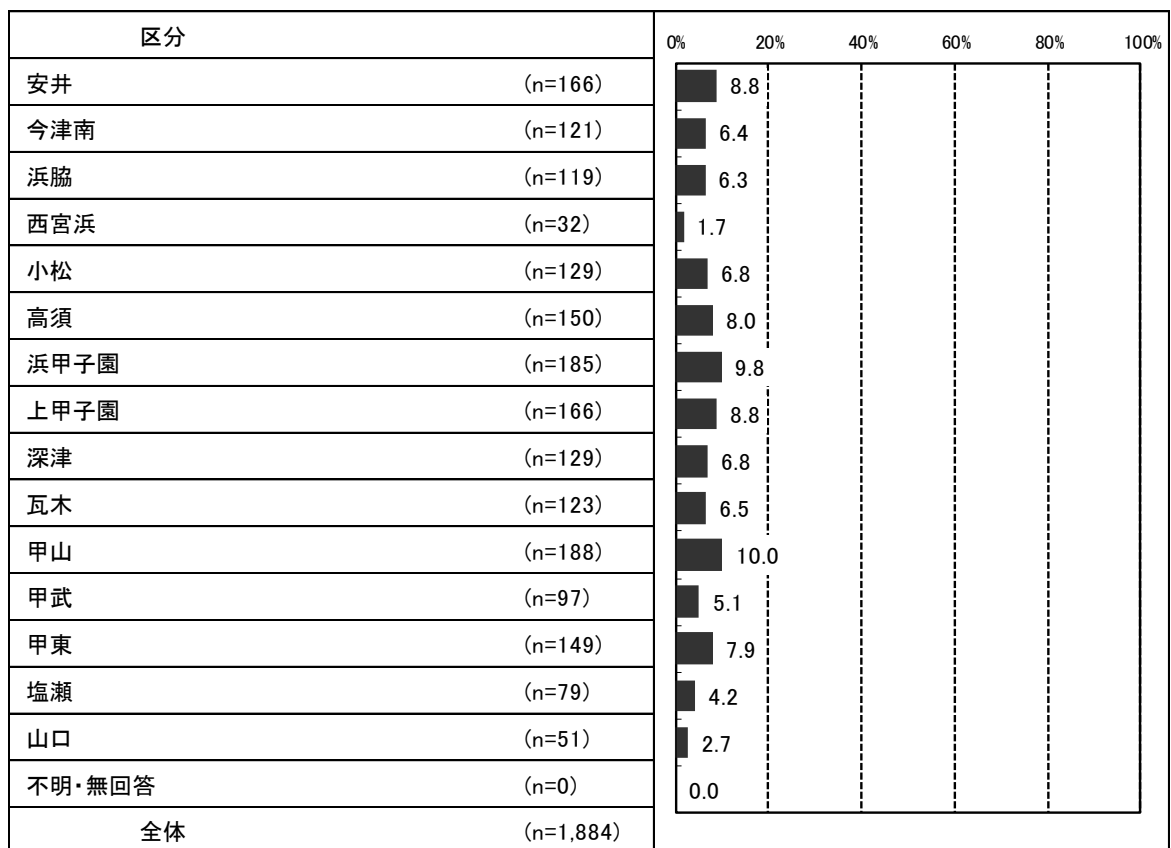
◇ 地域包括圏域

- 地域包括圏域については、「鳴尾」が24.6%で最も多く、「中央」(23.2%)、「甲東甲陽園」(23.0%)がつづいています。



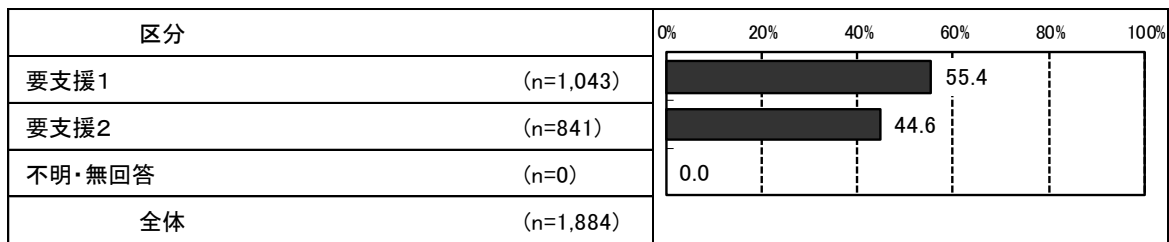
◇ 日常生活圏域

- 日常生活圏域については、「甲山」が10.0%で最も多く、「浜甲子園」(9.8%)、「安井」と「上甲子園」が、ともに8.8%がつづいています。



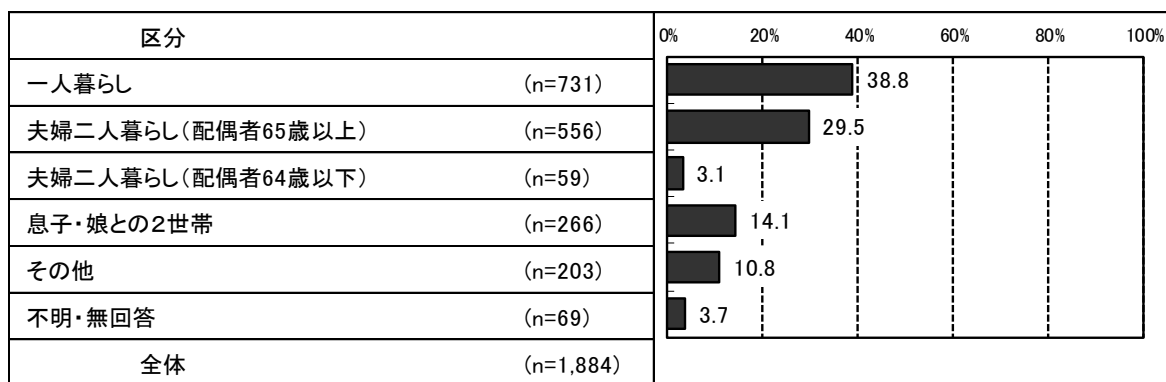
◇ 要介護状態

- 要介護状態については、「要支援1」が55.4%、「要支援2」が44.6%となっています。



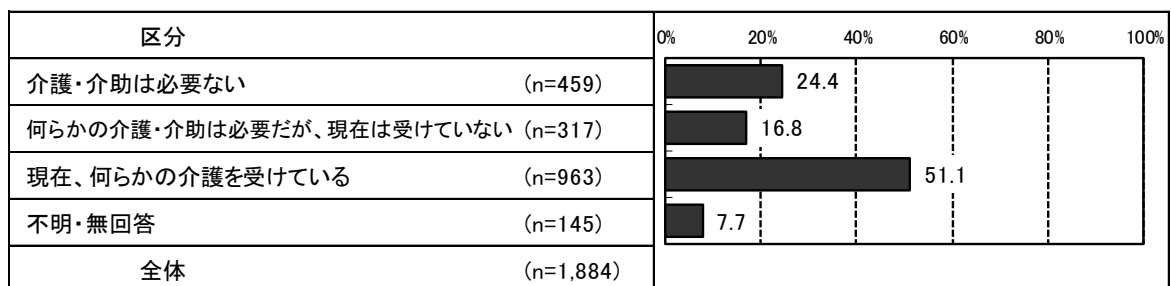
問1-1 家族構成を教えてください。(○は1つ)

- 家族構成については、「一人暮らし」が38.8%で最も多く、「夫婦二人暮らし(配偶者65歳以上)」(29.5%)、「息子・娘との2世帯」(14.1%)がつづいています。



問1-2 あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。(○は1つ)

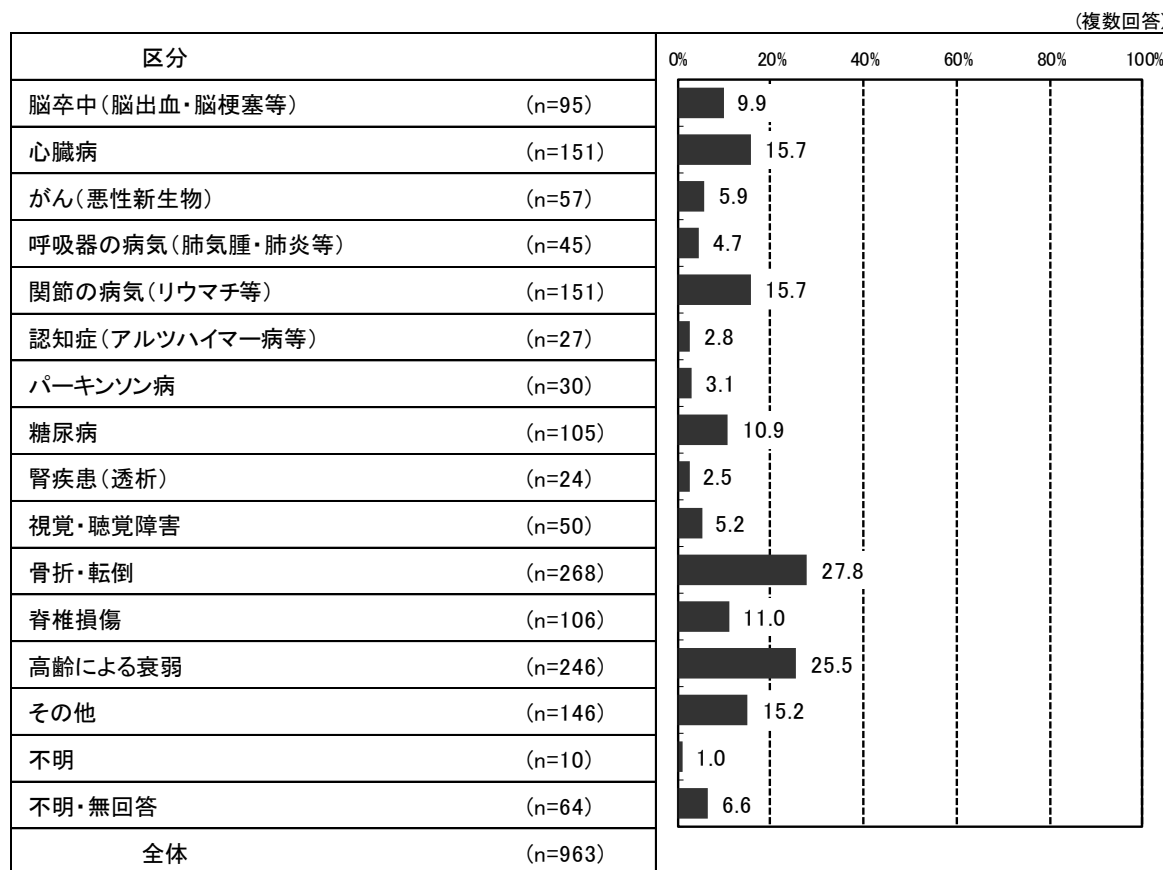
- 介護・介助の必要性については、「現在、何らかの介護を受けている」が51.1%で最も多く、「介護・介助は必要ない」(24.4%)、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」(16.8%)がつづいています。



問1-2-1 問1-2において「3. 現在、何らかの介護を受けている」方のみ

介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（いくつでも）

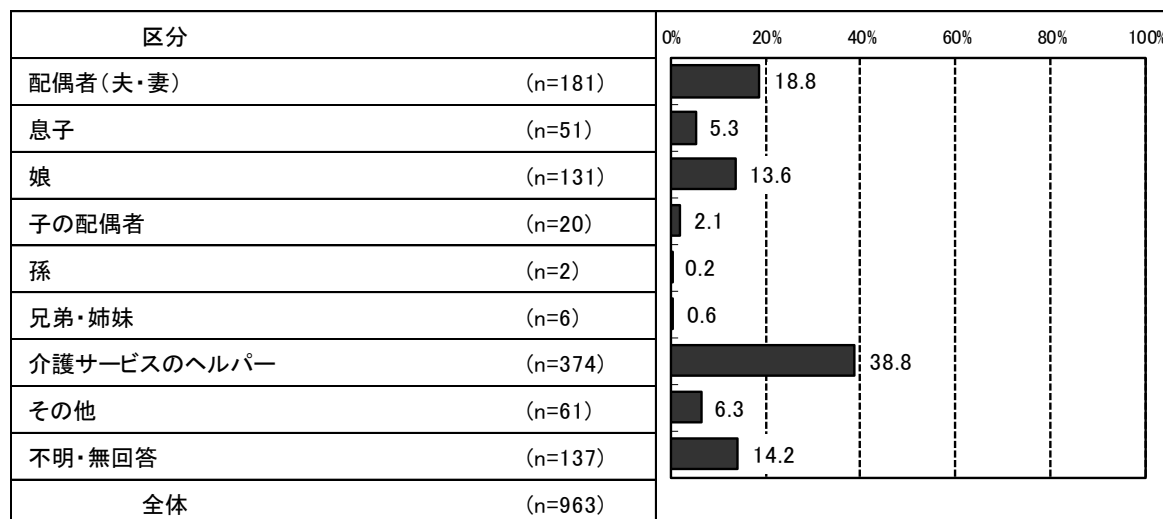
- 介護・介助が必要になった主な原因は何ですかについては、「骨折・転倒」が27.8%で最も多く、「高齢による衰弱」(25.5%)、「心臓病」と「関節の病気(リウマチ等)」が、ともに15.7%でつづいています。



問1-2-2 問1-2において「3. 現在、何らかの介護を受けている」方のみ

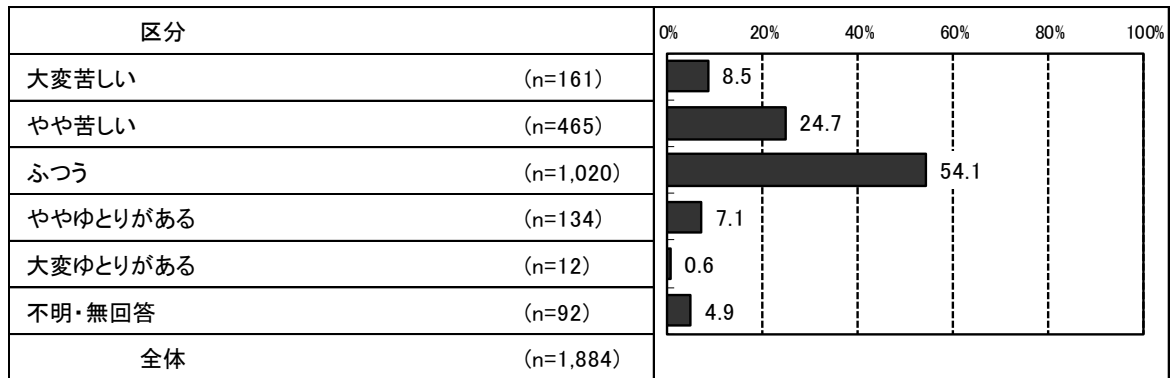
主にどなたの介護・介助を受けていますか。（○は1つ）

- 主な介護・介助者については、「介護サービスのヘルパー」が38.8%で最も多く、「配偶者(夫・妻)」(18.8%)、「娘」(13.6%)がつづいています。



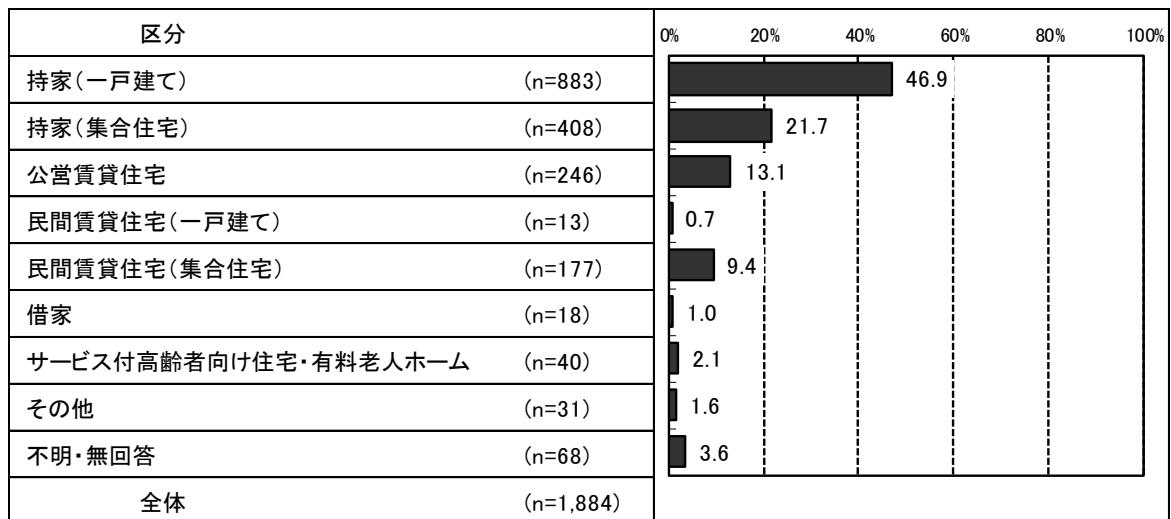
問1-3 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じますか。(〇は1つ)

- 現在の暮らしの状況の経済的な状況については、「ふつう」が54.1%で最も多く、「やや苦しい」(24.7%)、「大変苦しい」(8.5%)がつづいています。



問1-4 お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(〇は1つ)

- 住居の種類については、「持家(一戸建て)」が46.9%で最も多く、「持家(集合住宅)」(21.7%)、「公営賃貸住宅」(13.1%)がつづいています。

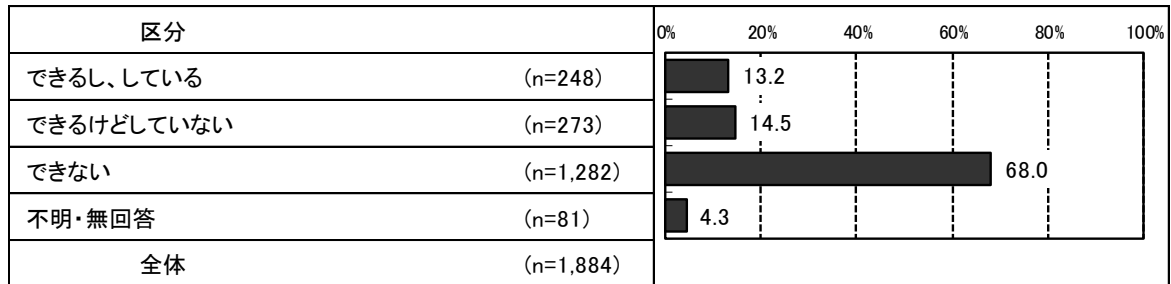


2. からだを動かすことについて

問2-1 からだを動かすことについて、以下のそれぞれの設問にお答えください。

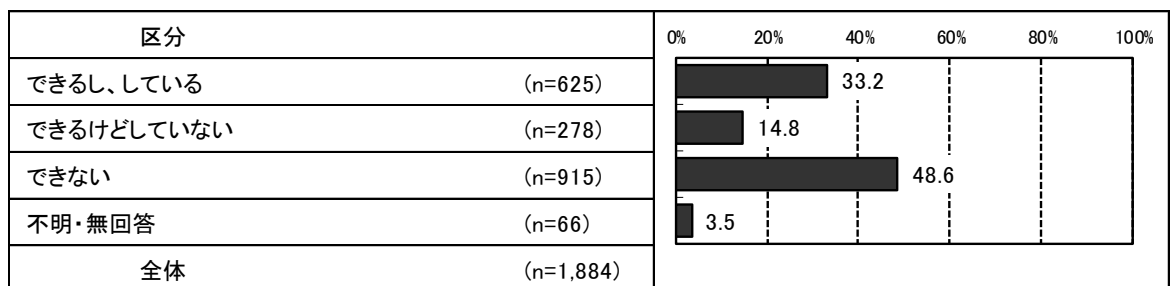
(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(○は1つ)

- 階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかについては、「できない」が68.0%で最も多く、「できるけどしていない」(14.5%)、「できるし、している」(13.2%)がつづいています。



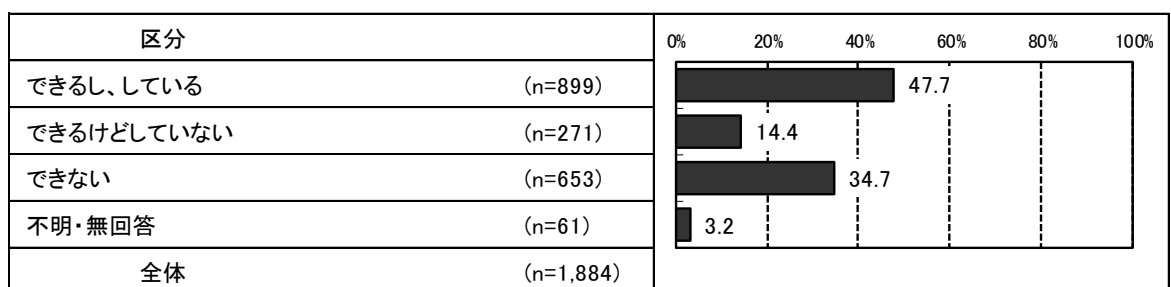
(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。(○は1つ)

- 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るかについては、「できない」が48.6%で最も多く、「できるし、している」(33.2%)、「できるけどしていない」(14.8%)がつづいています。



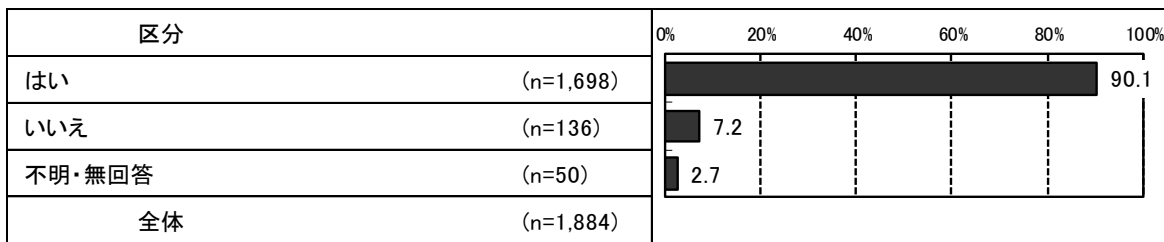
(3) 15分位続けて歩いていますか。(○は1つ)

- 15分位続けて歩いているかについては、「できるし、している」が47.7%で最も多く、「できない」(34.7%)、「できるけどしていない」(14.4%)がつづいています。



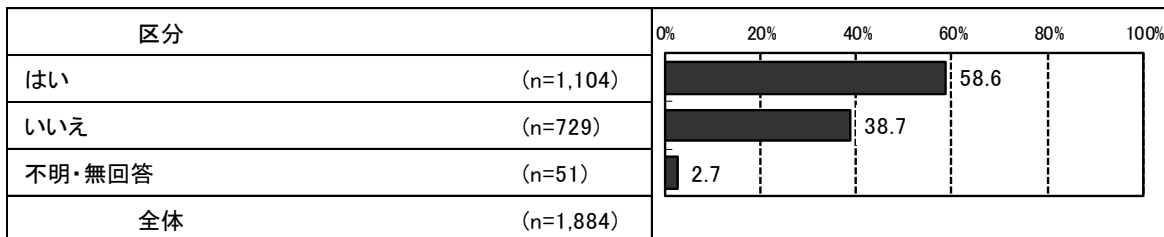
(4) 歩く速度が遅くなったと思いますか。(○は1つ)

■ 歩く速度が遅くなったと思うかについては、「はい」が90.1%、「いいえ」が7.2%となっています。



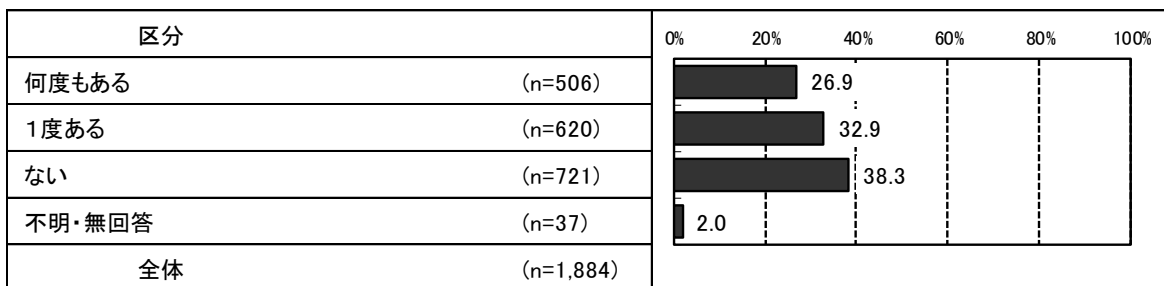
(5) 杖を使っていますか。(○は1つ)

■ 杖を使っているかについては、「はい」が58.6%、「いいえ」が38.7%となっています。



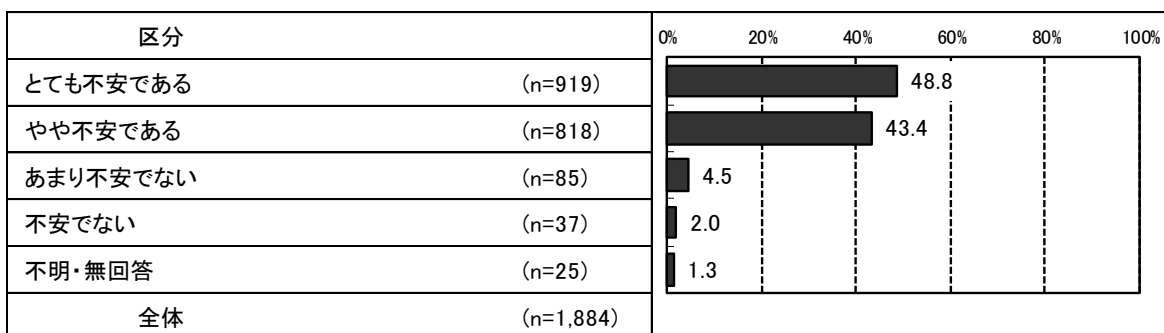
(6) 過去1年に転んだ経験がありますか。(○は1つ)

■ 過去1年に転んだ経験については、「ない」が38.3%で最も多く、「1度ある」(32.9%)、「何度もある」(26.9%)がつづいています。



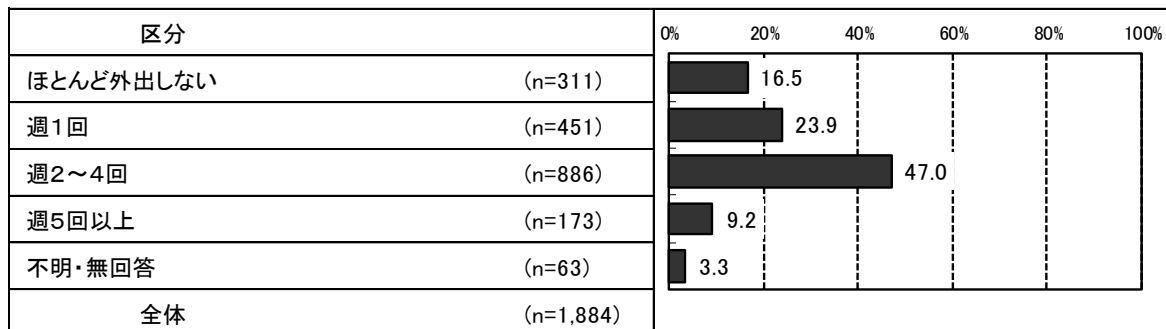
(7) 転倒に対する不安は大きいですか。(○は1つ)

■ 転倒に対する不安については、「とても不安である」が48.8%で最も多く、「やや不安である」(43.4%)、「あまり不安でない」(4.5%)がつづいています。



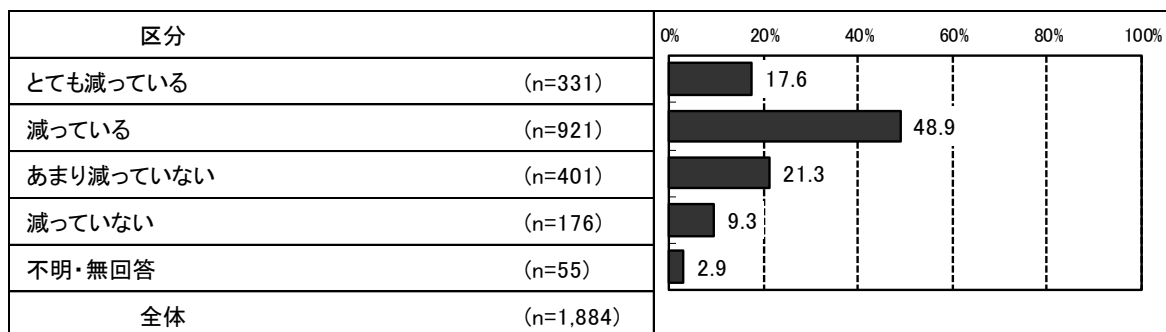
(8) 週に1回以上は外出していますか。(○は1つ)

- 週に1回以上は外出しているかについては、「週2～4回」が47.0%で最も多く、「週1回」(23.9%)、「ほとんど外出しない」(16.5%)が続いています。



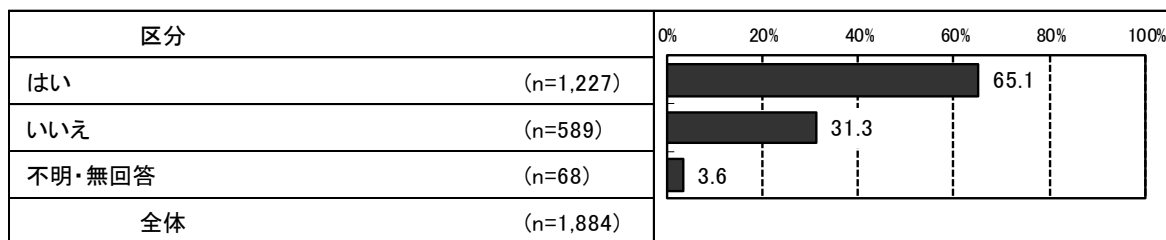
(9) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(○は1つ)

- 昨年と比べて外出の回数が減っていますかについては、「減っている」が48.9%で最も多く、「あまり減っていない」(21.3%)、「とても減っている」(17.6%)が続いています。



(10) 外出を控えていますか。(○は1つ)

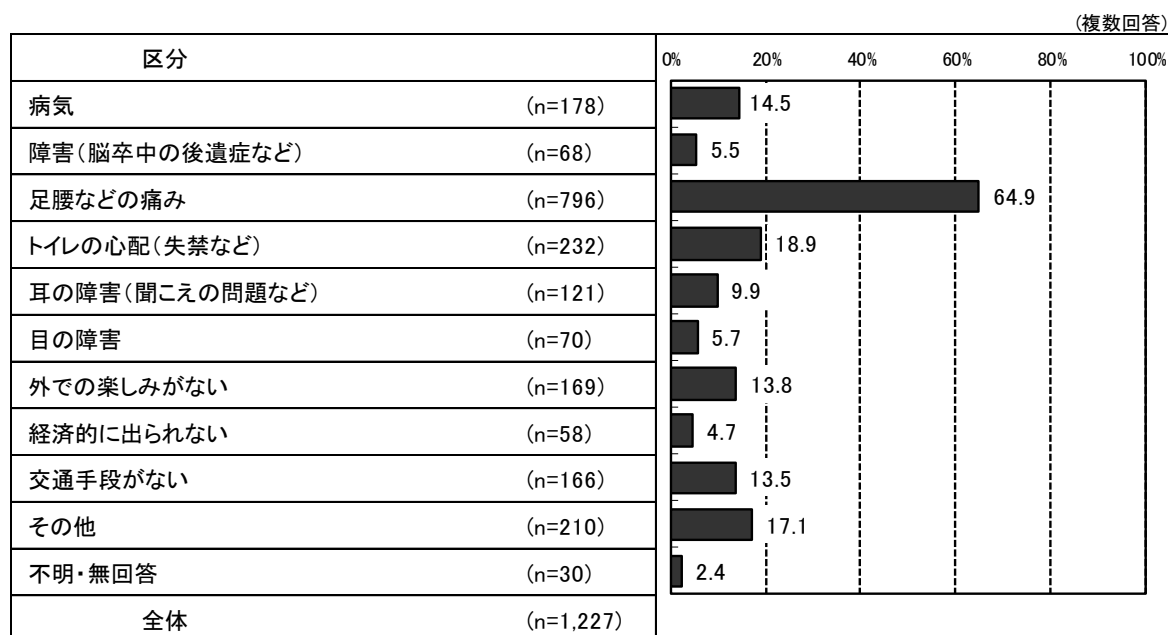
- 外出を控えているかについては、「はい」が65.1%、「いいえ」が31.3%となっています。



(11) (10) で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ

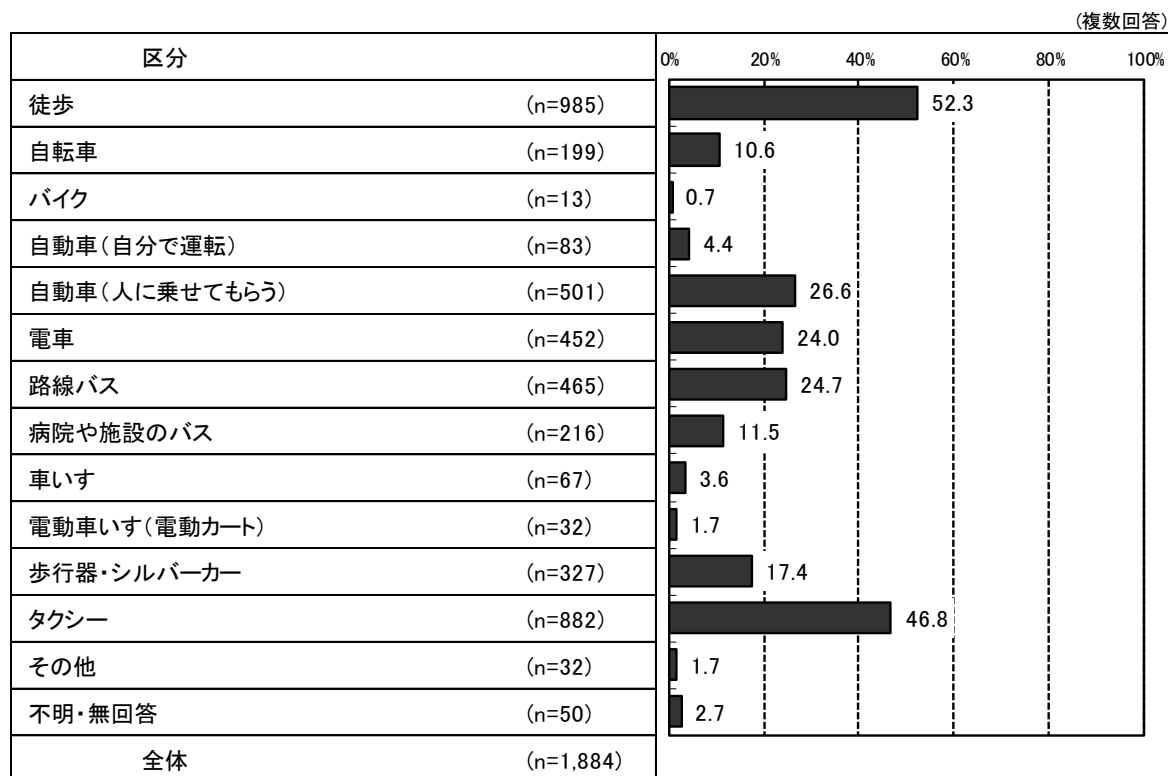
外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

- 外出を控えている理由については、「足腰などの痛み」が64.9%で最も多く、「トイレの心配(失禁など)」(18.9%)、「その他」(17.1%)がつづいています。



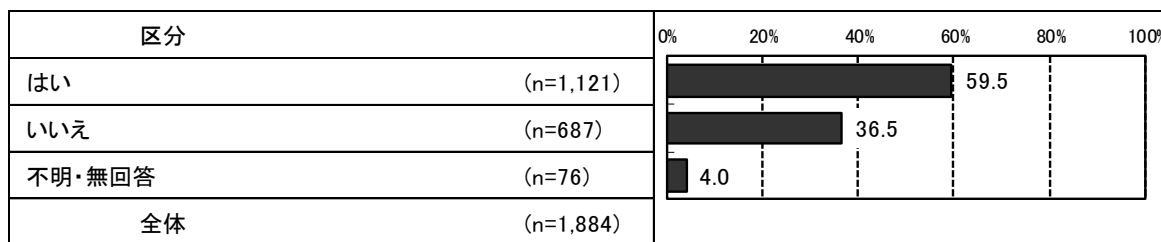
(12) 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)

- 外出する際の移動手段については、「徒歩」が52.3%で最も多く、「タクシー」(46.8%)、「自動車(人に乗せてもらう)」(26.6%)がつづいています。



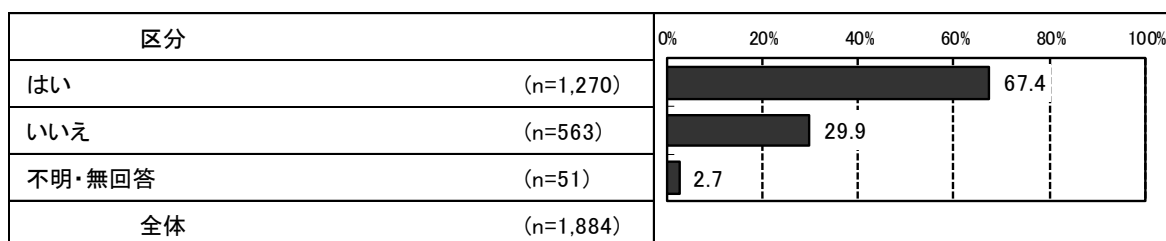
(13) 背中が丸くなってきましたか。(○は1つ)

■ 背中が丸くなってきましたかについては、「はい」が59.5%、「いいえ」が36.5%となっています。



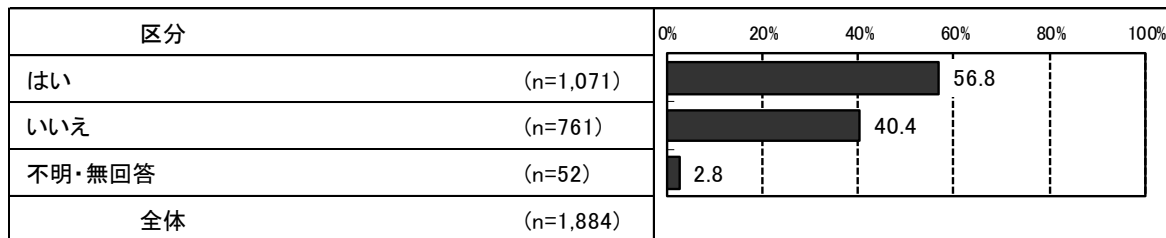
(14) 毎日、お薬を5種類以上飲んでいきますか。(○は1つ)

■ 毎日、お薬を5種類以上飲んでいるかについては、「はい」が67.4%、「いいえ」が29.9%となっています。



(15) ペットボトルのふたを開けるのが大変ですか。(○は1つ)

■ ペットボトルのふたを開けるのが大変かについては、「はい」が56.8%、「いいえ」が40.4%となっています。

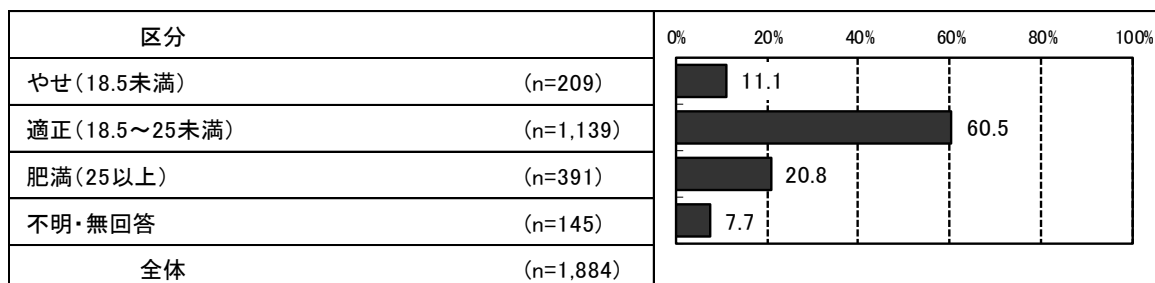


3. 食べることについて

問6 食べることについて、以下のそれぞれの設問にお答えください。

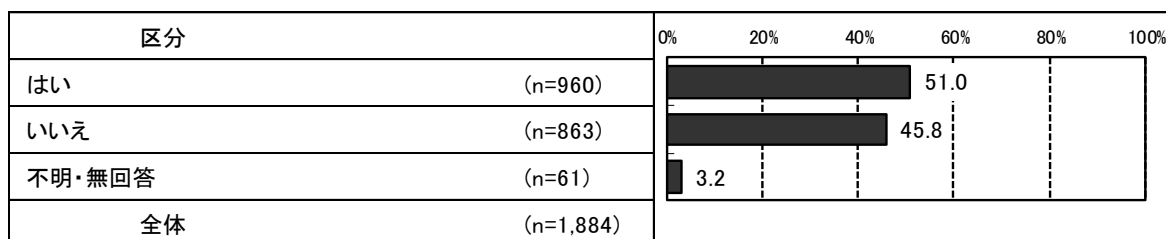
(1) 身長と体重をお教えてください。

- 適正体重 (BMI) については、「適正 (18.5~25未満)」が 60.5%で最も多く、「肥満 (25以上)」(20.8%)、「やせ (18.5未満)」(11.1%)がつづいています。平均は 22.8 となっています。



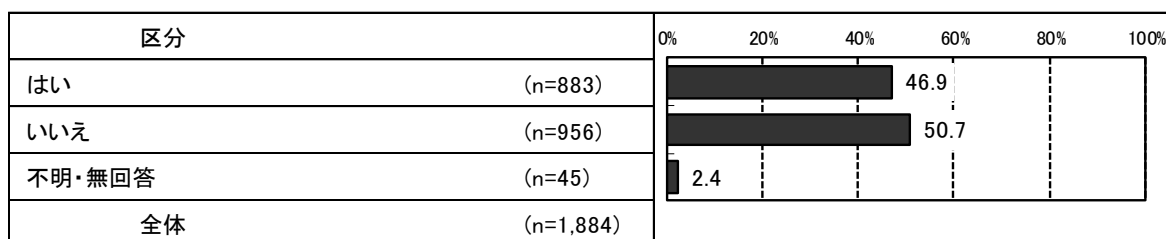
(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(○は1つ)

- 半年前に比べて固いものが食べにくくなったかについては、「はい」が 51.0%、「いいえ」が 45.8% となっています。



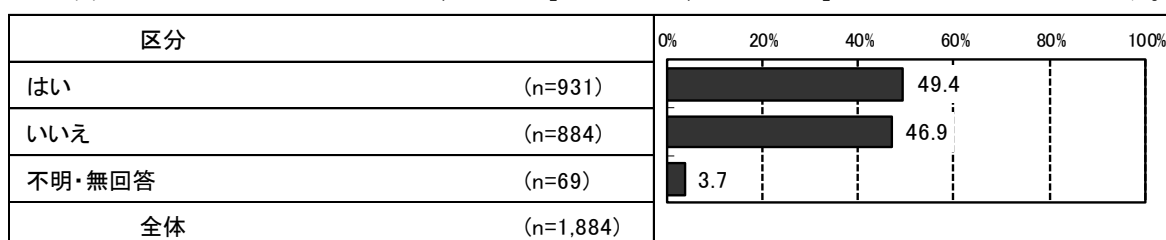
(3) お茶や汁物等でむせることがありますか。(○は1つ)

- お茶や汁物等でむせることがあるかについては、「いいえ」が 50.7%、「はい」が 46.9% となっています。



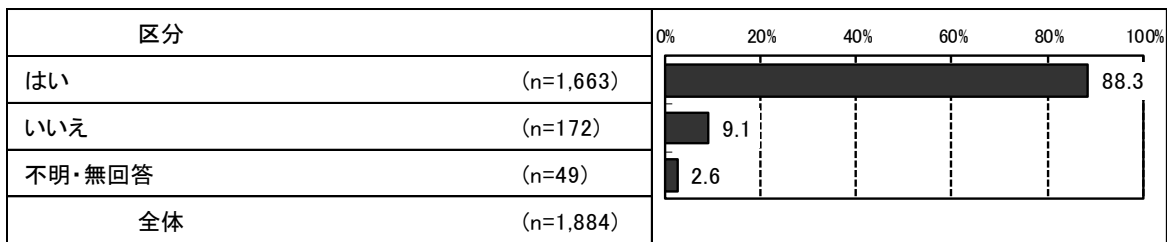
(4) 口の渇きが気になりますか。(○は1つ)

- 口の渇きが気になるかについては、「はい」が 49.4%、「いいえ」が 46.9% となっています。



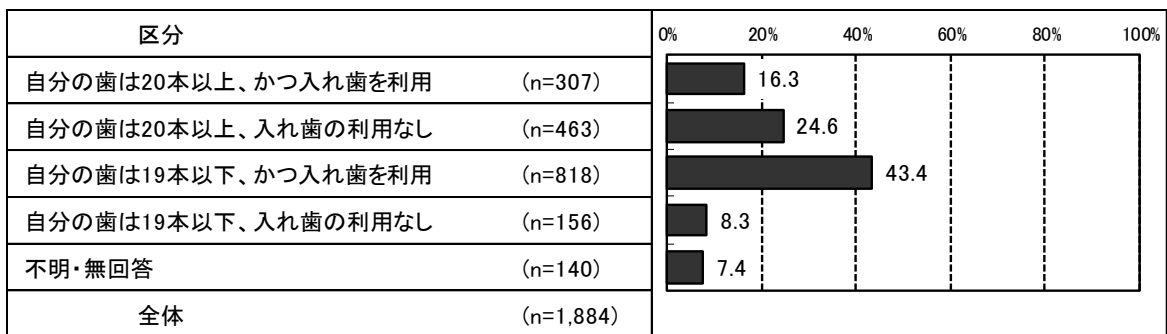
(5) 歯みがき（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。（○は1つ）

■ 歯みがきを毎日しているかについては、「はい」が88.3%、「いいえ」が9.1%となっています。



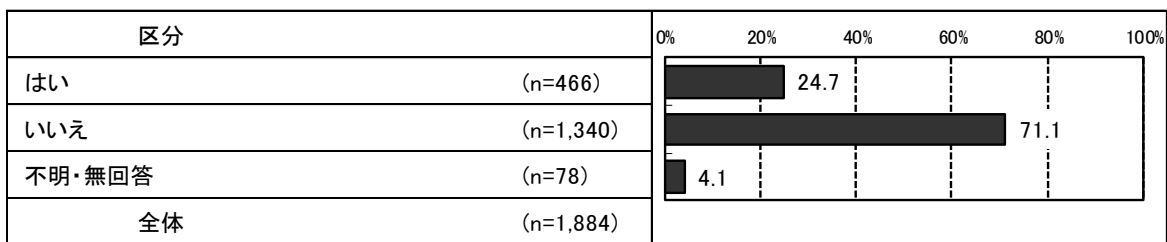
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。（成人の歯の総数は、親知らずを含めて32本です。）（○は1つ）

■ 歯の数と入れ歯の利用状況については、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が43.4%で最も多く、「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」(24.6%)、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」(16.3%)がづついています。



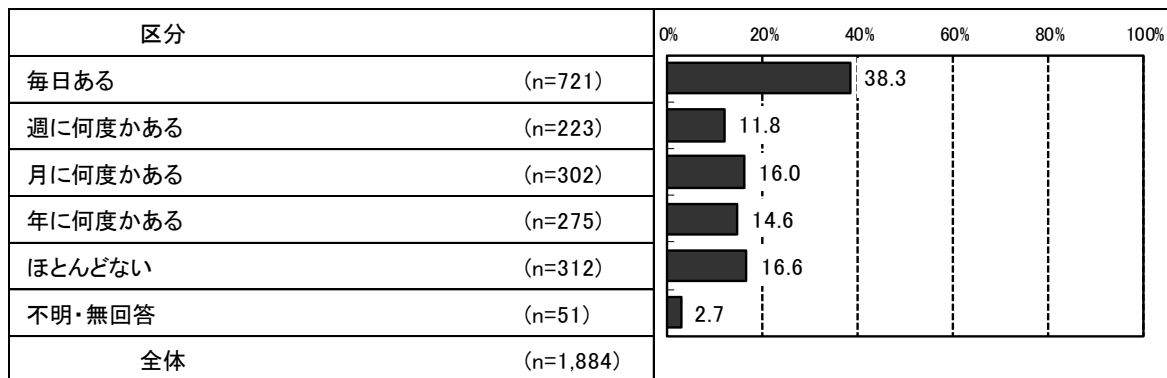
(7) 6カ月間で2～3Kg以上の体重減少がありましたか。（○は1つ）

■ 6カ月間で2～3Kg以上の体重減少があったかについては、「いいえ」が71.1%、「はい」が24.7%となっています。



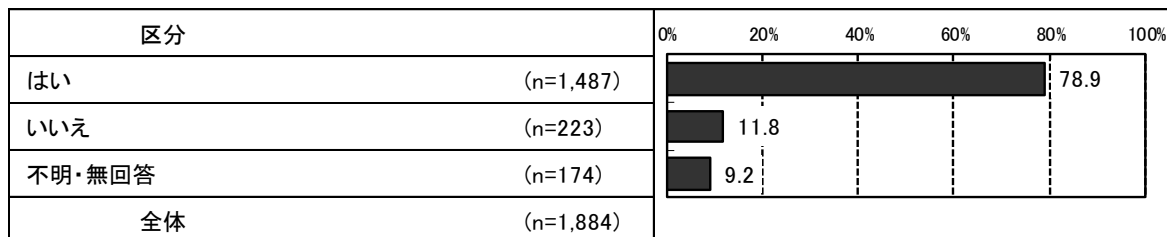
(8) どなたかと食事をとる機会がありますか。(○は1つ)

- 誰かと食事をとる機会については、「毎日ある」が38.3%で最も多く、「ほとんどない」(16.6%)、「月に何度かある」(16.0%)がつづいています。



(9) 1日3食きちんと食べていますか。(○は1つ)

- 1日3食きちんと食べているかについては、「はい」が78.9%、「いいえ」が11.8%となっています。

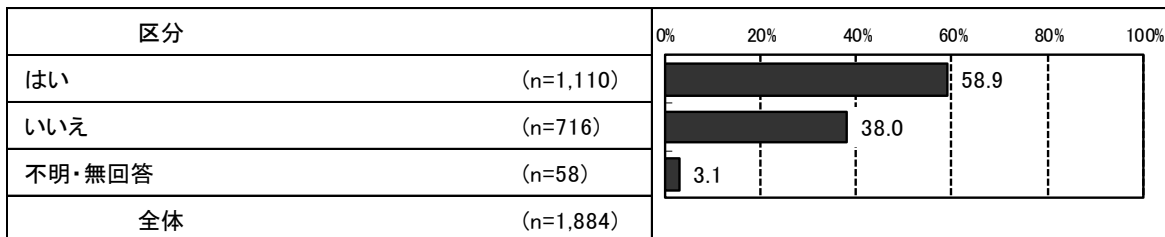


4. 毎日の生活について

問4-1 毎日の生活について、以下のそれぞれの設問にお答えください。

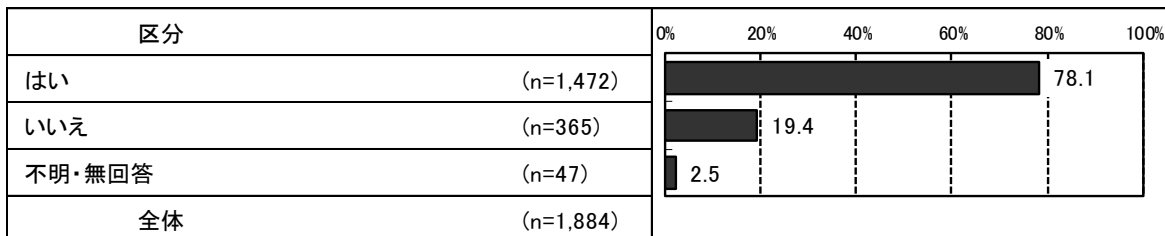
(1) 物忘れが多いと感じますか。(〇は1つ)

■ 物忘れが多いと感じるかについては、「はい」が58.9%、「いいえ」が38.0%となっています。



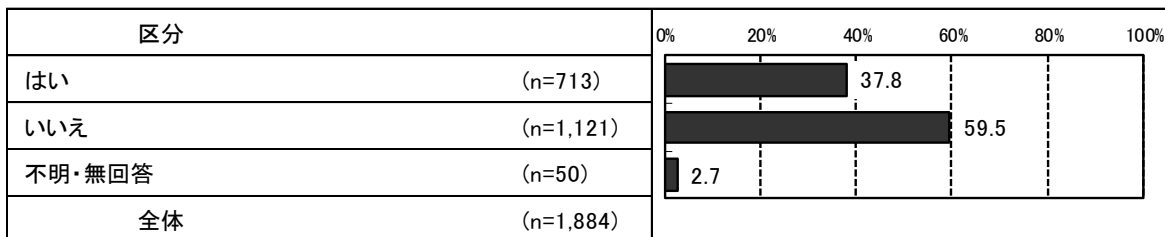
(2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。(〇は1つ)

■ 自分で電話番号を調べて、電話をかけているかについては、「はい」が78.1%、「いいえ」が19.4%となっています。



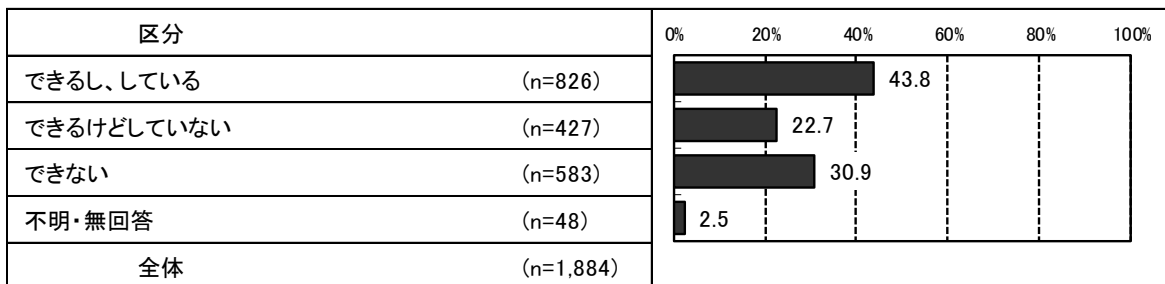
(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか。(〇は1つ)

■ 今日が何月何日かわからない時があるかについては、「いいえ」が59.5%、「はい」が37.8%となっています。



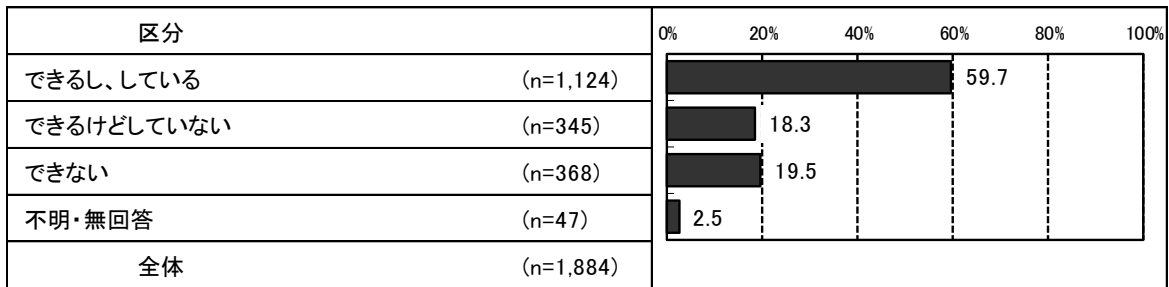
(4) バスや電車を使って1人で外出していますか。(自家用車でも可) (〇は1つ)

■ バスや電車を使って1人で外出しているかについては、「できるし、している」が43.8%で最も多く、「できない」(30.9%)、「できるけどしていない」(22.7%)がつづいています。



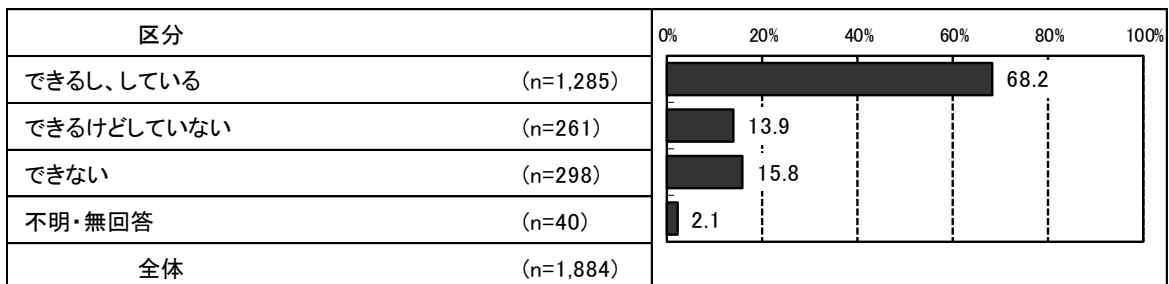
(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(○は1つ)

- 自分で食品・日用品の買物をしているかについては、「できるし、している」が59.7%で最も多く、「できない」(19.5%)、「できるけどしていない」(18.3%)がつづいています。



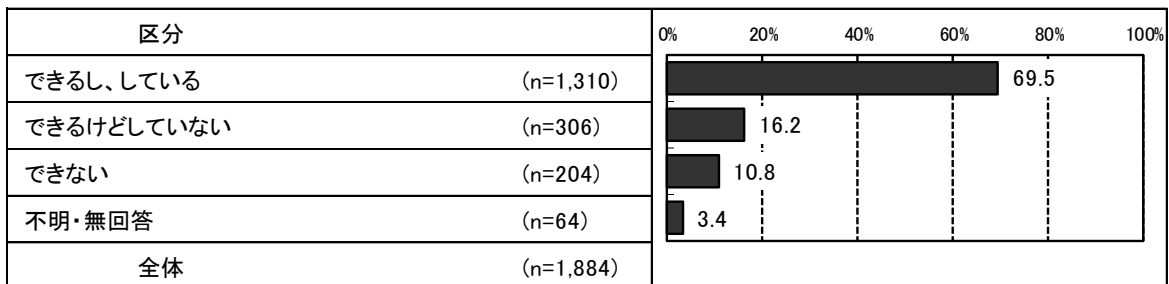
(6) 自分で食事の用意をしていますか。(○は1つ)

- 自分で食事の用意をしているかについては、「できるし、している」が68.2%で最も多く、「できない」(15.8%)、「できるけどしていない」(13.9%)がつづいています。



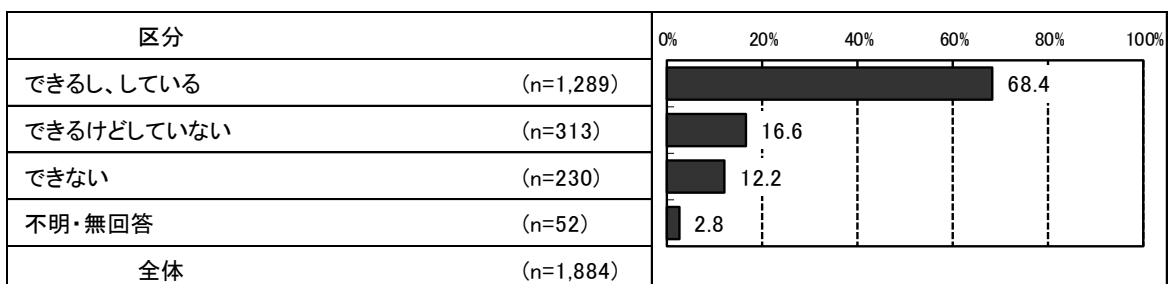
(7) 自分で請求書の支払いをしていますか。(○は1つ)

- 自分で請求書の支払いをしているかについては、「できるし、している」が69.5%で最も多く、「できるけどしていない」(16.2%)、「できない」(10.8%)がつづいています。



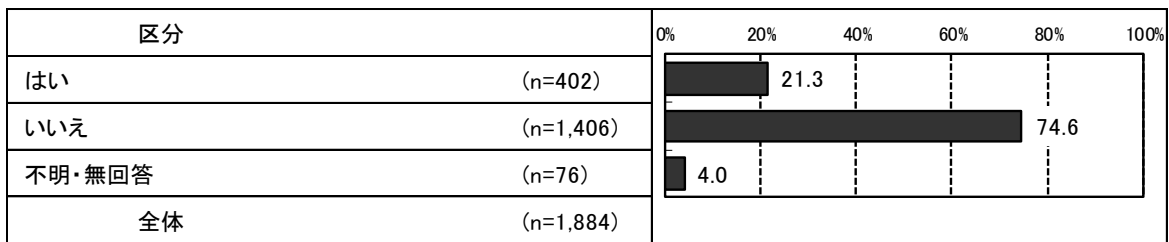
(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(○は1つ)

- 自分で預貯金の出し入れをしているかについては、「できるし、している」が68.4%で最も多く、「できるけどしていない」(16.6%)、「できない」(12.2%)がつづいています。



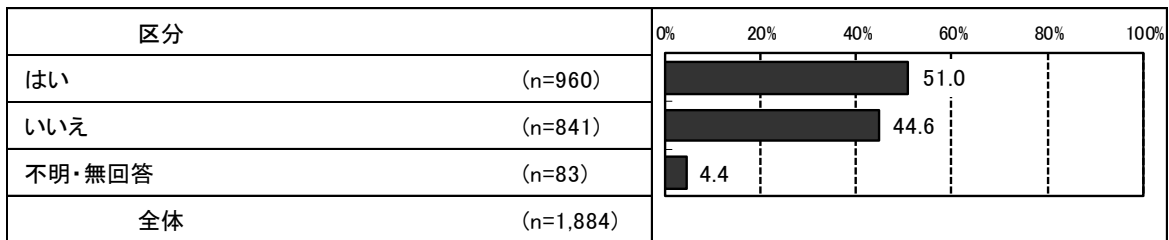
(9) 友人の家を訪ねていますか。(○は1つ)

- 友人の家を訪ねているかについては、「いいえ」が74.6%、「はい」が21.3%となっています。



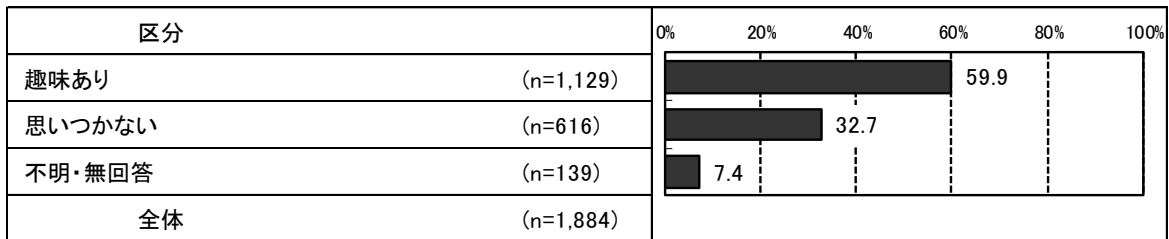
(10) 家族や友人の相談にのっていますか。(○は1つ)

- 家族や友人の相談にのっているかについては、「はい」が51.0%、「いいえ」が44.6%となっています。



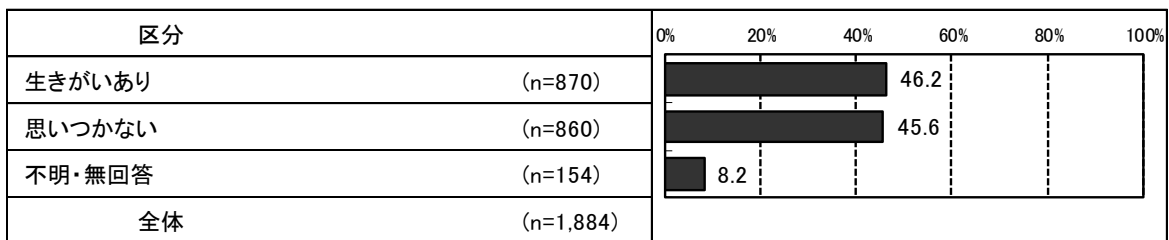
(11) 趣味はありますか。(○は1つ)

- 趣味の有無については、「趣味あり」が59.9%、「思いつかない」が32.7%となっています。



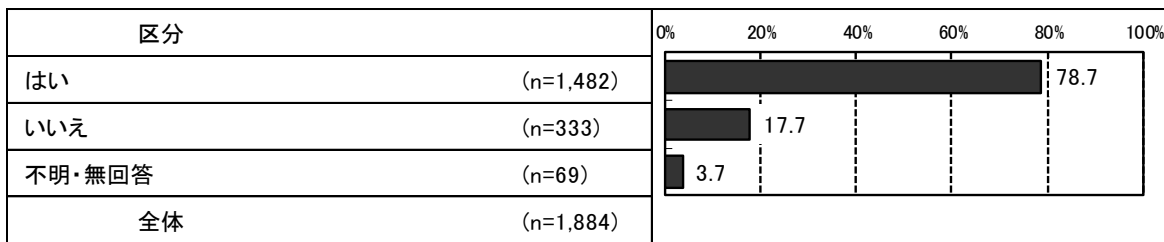
(12) 生きがいがありますか。(○は1つ)

- 生きがいの有無については、「生きがいあり」が46.2%、「思いつかない」が45.6%となっています。



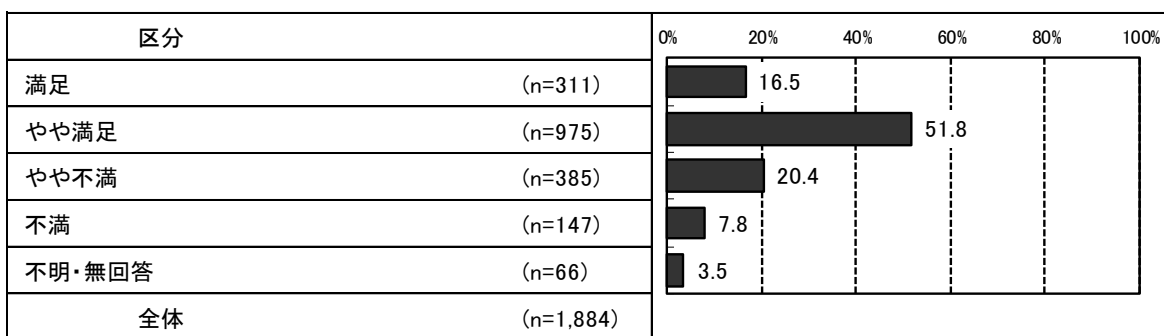
(13) 最近、疲れやすいと感じますか。(○は1つ)

■ 最近、疲れやすいと感じるかについては、「はい」が78.7%、「いいえ」が17.7%となっています。



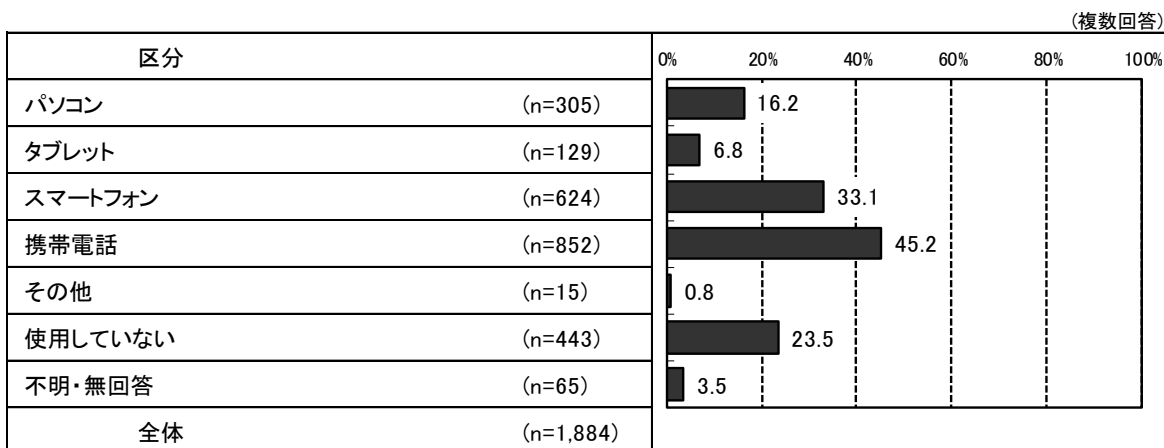
(14) 毎日の生活に満足していますか。(○は1つ)

■ 毎日の生活に満足しているかについては、「やや満足」が51.8%で最も多く、「やや不満」(20.4%)、「満足」(16.5%)がつづいています。



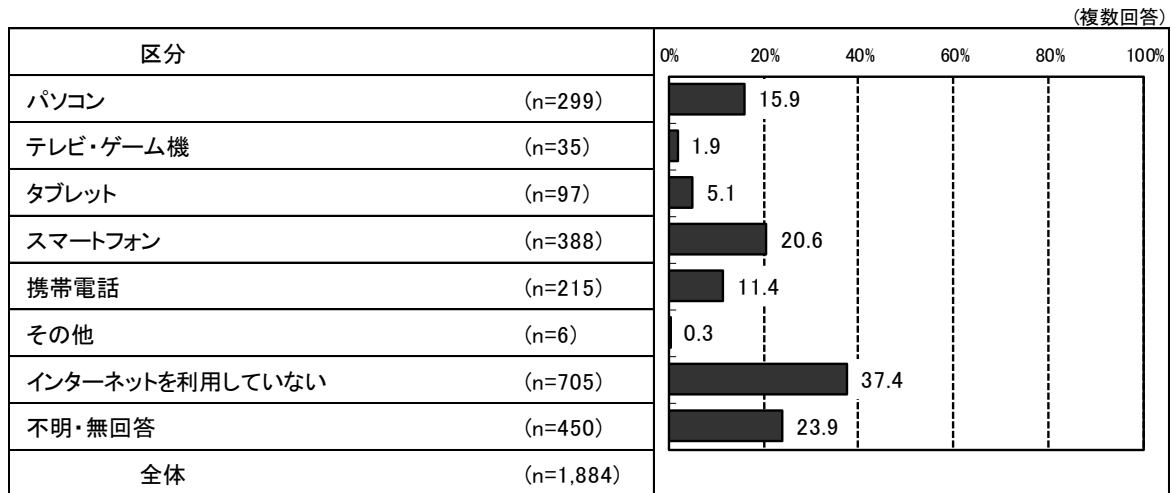
問4-2 あなたは、パソコンやスマートフォンを使用していますか。普段から使用しているものを全て選択してください。(○はいくつでも)

■ パソコンやスマートフォンを使用しているかについては、「携帯電話」が45.2%で最も多く、「スマートフォン」(33.1%)、「使用していない」(23.5%)がつづいています。



問4-3 インターネットに接続する際に使用する機器は何ですか。(〇はいくつでも)

- インターネットに接続する際に使用する機器は何かについては、「インターネットを利用していない」が37.4%で最も多く、「スマートフォン」(20.6%)、「パソコン」(15.9%)がつついています。

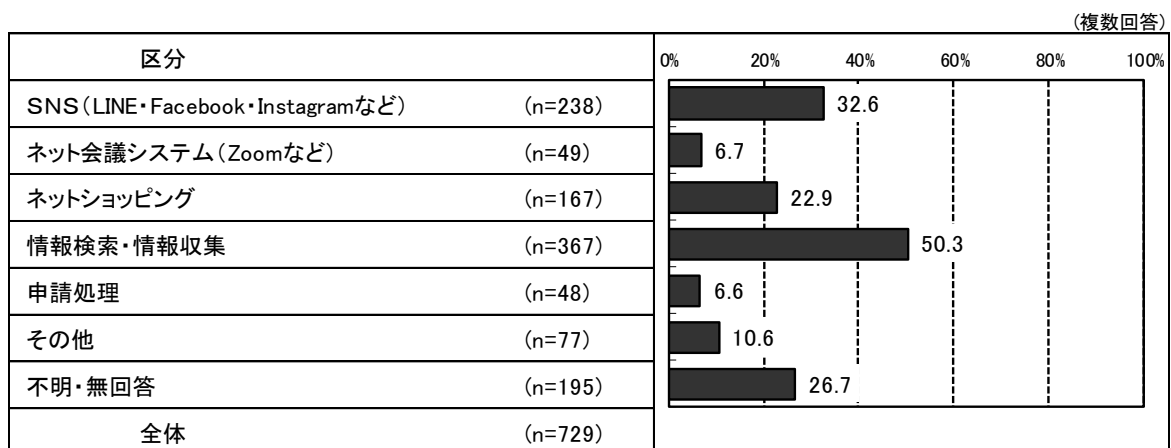


問4-3-1 問4-3で「1.」～「6.」と回答した方のみ

普段からインターネットで使用しているサービスを全て選択してください。

(〇はいくつでも)

- 普段からインターネットで使用しているサービスについては、「情報検索・情報収集」が50.3%で最も多く、「SNS (LINE・Facebook・Instagramなど)」(32.6%)、「ネットショッピング」(22.9%)がつついています。



5. 地域での活動について

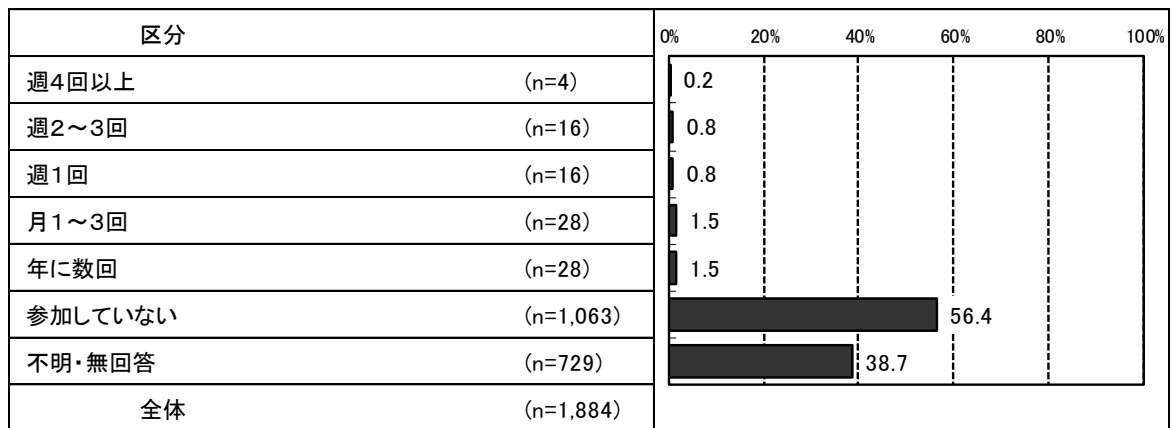
問5-1 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。また、以前（2、3年前）と比べて、参加頻度は変化しましたか。

※(1)～(8)それぞれに回答してください。（それぞれAとBで1つずつに○）

(1) ボランティアのグループ

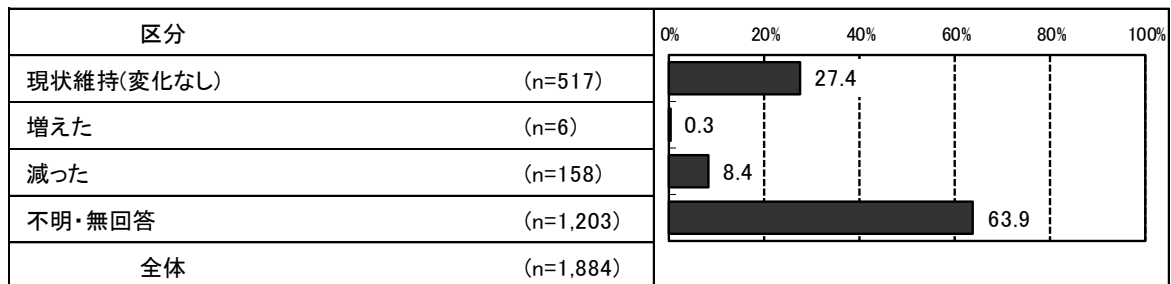
A：参加頻度

- ボランティアのグループの参加頻度については、「参加していない」が56.4%で最も多く、「月1～3回」と「年に数回」が、ともに1.5%、「週2～3回」と「週1回」が、ともに0.8%ずつつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

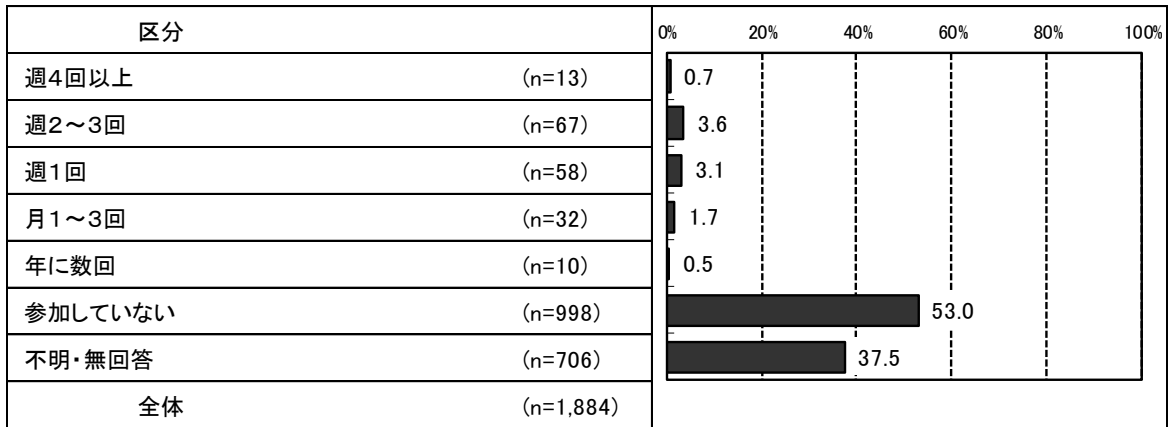
- ボランティアのグループの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が27.4%で最も多く、「減った」(8.4%)、「増えた」(0.3%)がつづいています。



(2) スポーツ関係のグループやクラブ

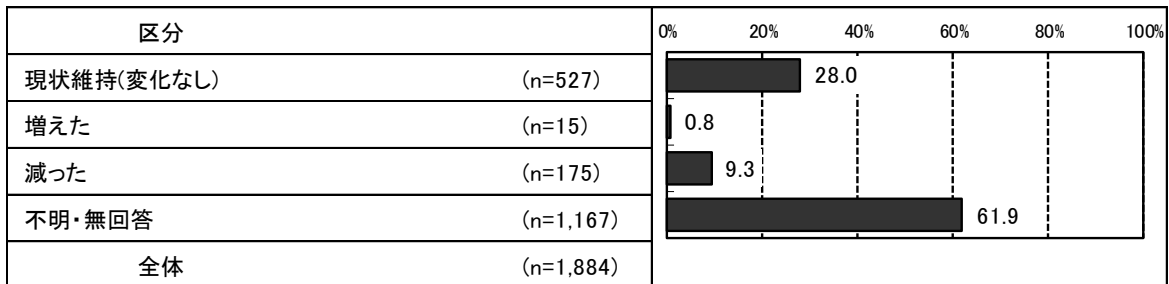
A：参加頻度

- スポーツ関係のグループやクラブの参加頻度については、「参加していない」が53.0%で最も多く、「週2～3回」(3.6%)、「週1回」(3.1%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

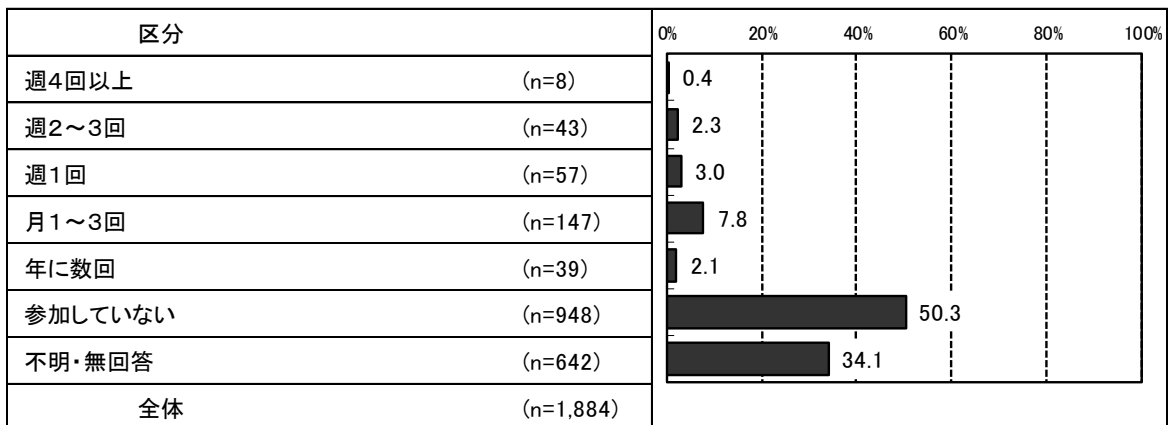
- スポーツ関係のグループやクラブの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持（変化なし）」が28.0%で最も多く、「減った」(9.3%)、「増えた」(0.8%)がつづいています。



(3) 趣味関係のグループ

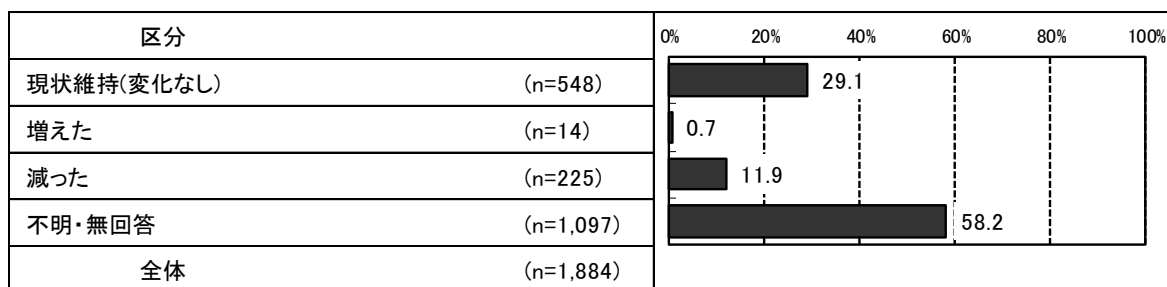
A：参加頻度

- 趣味関係のグループの参加頻度については、「参加していない」が50.3%で最も多く、「月1～3回」(7.8%)、「週1回」(3.0%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

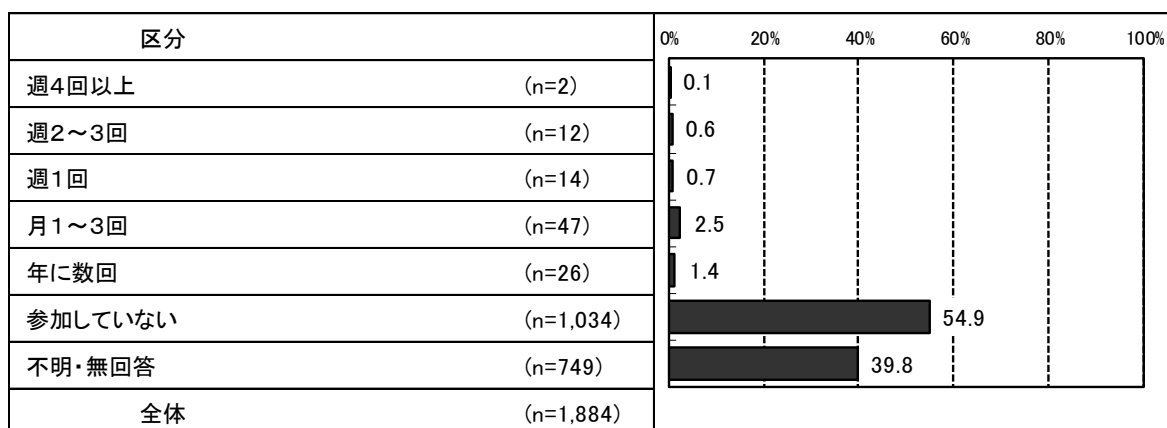
- 趣味関係のグループの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が29.1%で最も多く、「減った」(11.9%)、「増えた」(0.7%)がつづいています。



(4) 学習・教養サークル

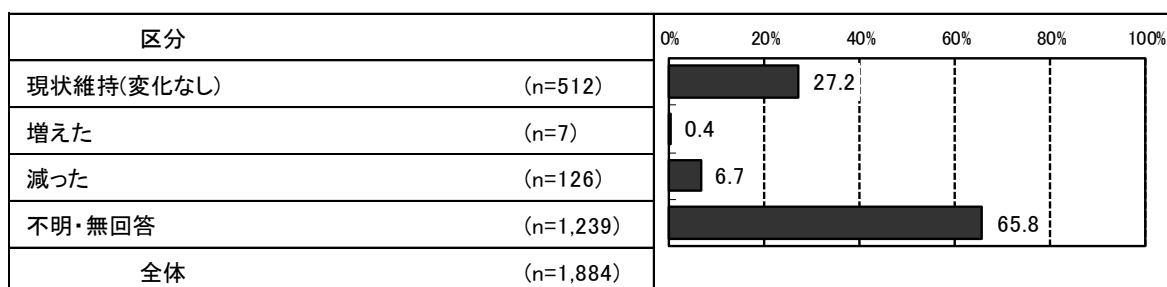
A：参加頻度

- 学習・教養サークルの参加頻度については、「参加していない」が54.9%で最も多く、「月1～3回」(2.5%)、「年に数回」(1.4%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

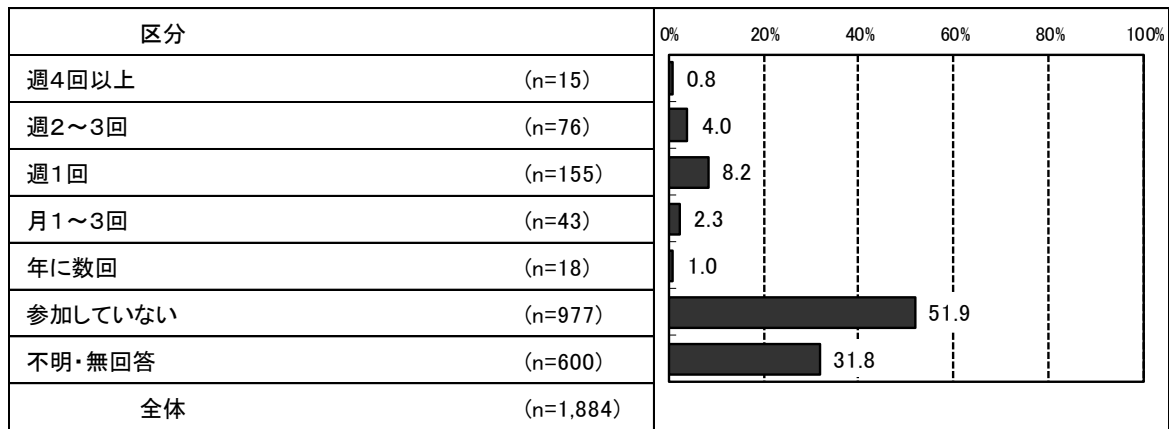
- 学習・教養サークルの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が27.2%で最も多く、「減った」(6.7%)、「増えた」(0.4%)がつづいています。



(5) 「西宮いきいき体操」などの介護予防のための通いの場

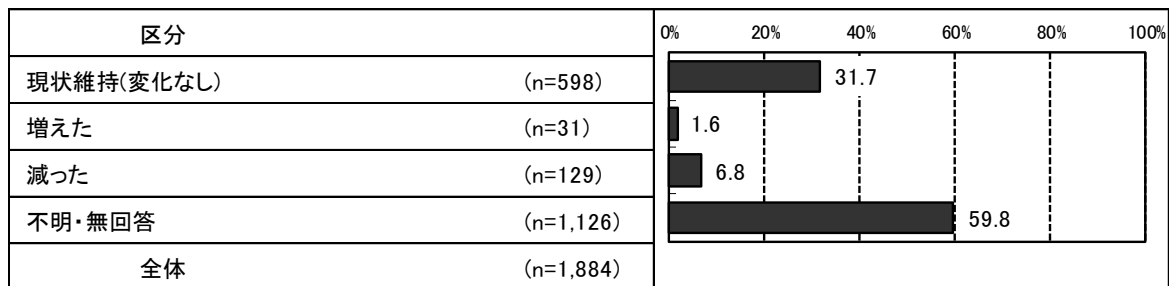
A：参加頻度

- 介護予防のための通いの場の参加頻度については、「参加していない」が51.9%で最も多く、「週1回」(8.2%)、「週2～3回」(4.0%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

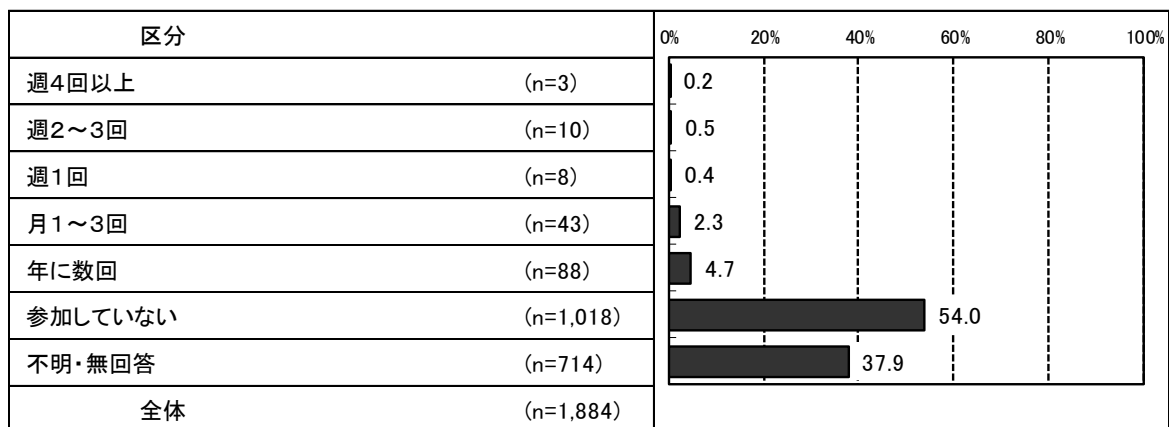
- 介護予防のための通いの場の以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が31.7%で最も多く、「減った」(6.8%)、「増えた」(1.6%)がつづいています。



(6) 老人クラブ

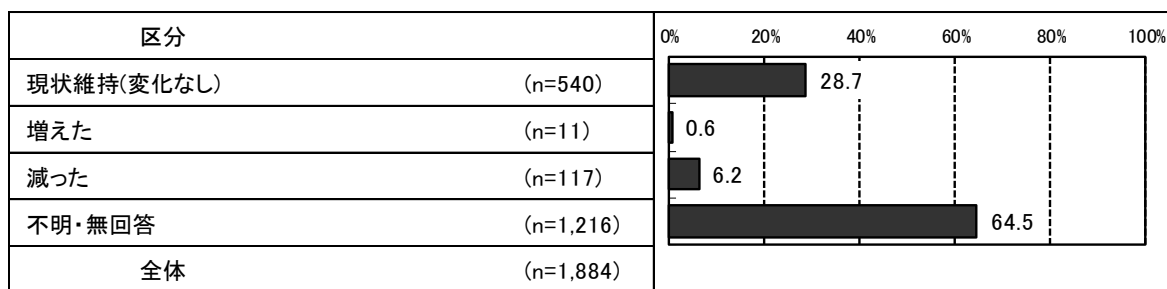
A：参加頻度

- 老人クラブの参加頻度については、「参加していない」が54.0%で最も多く、「年に数回」(4.7%)、「月1～3回」(2.3%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

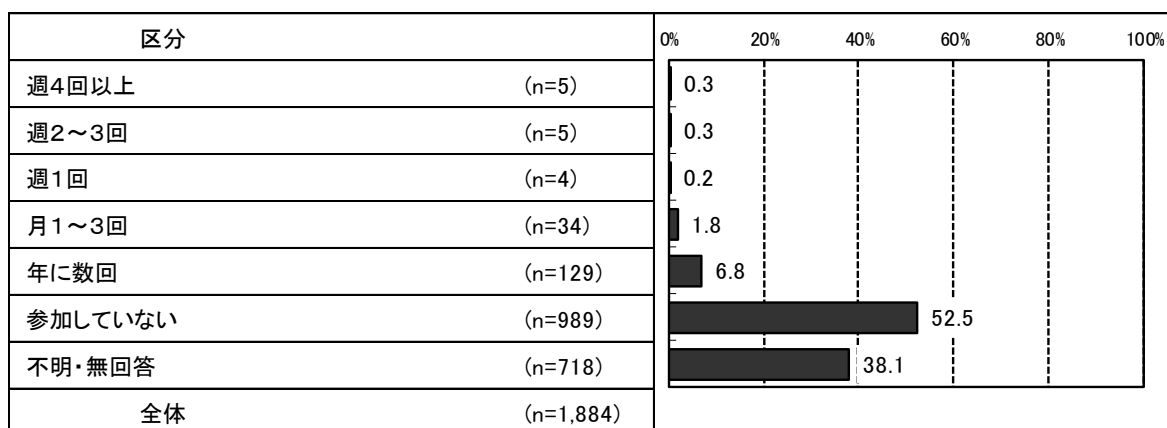
- 老人クラブの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が28.7%で最も多く、「減った」(6.2%)、「増えた」(0.6%)がつづいています。



(7) 町内会・自治会

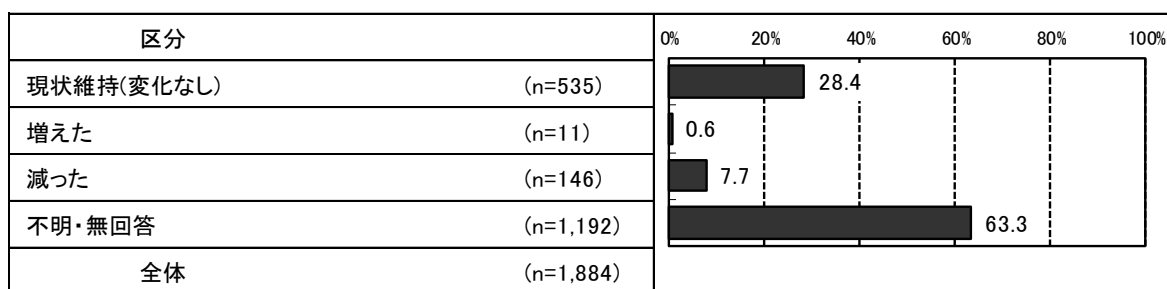
A：参加頻度

- 町内会・自治会の参加頻度については、「参加していない」が52.5%で最も多く、「年に数回」(6.8%)、「月1～3回」(1.8%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

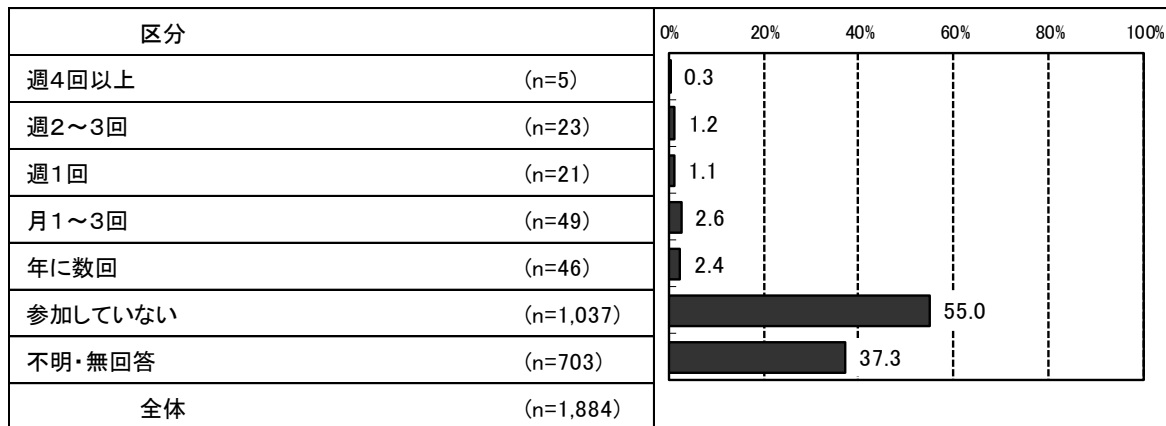
- 町内会・自治会の以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が28.4%で最も多く、「減った」(7.7%)、「増えた」(0.6%)がつづいています。



(8) つどい場やサロン、老人いこいの家など気軽に集える場

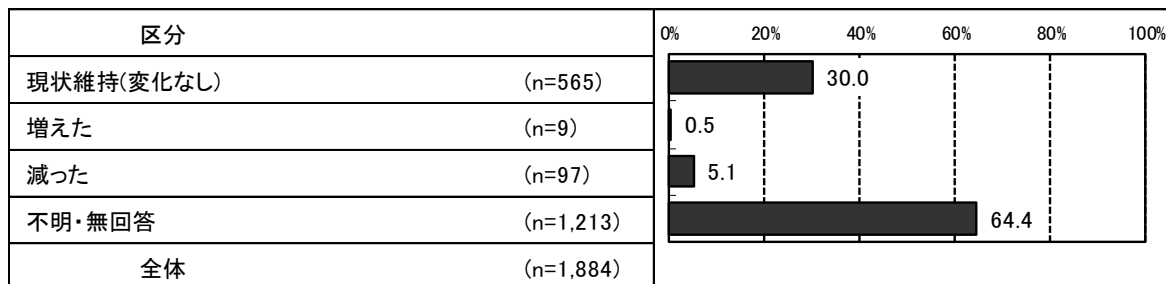
A：参加頻度

- つどい場やサロン、老人いこいの家などの参加頻度については、「参加していない」が55.0%で最も多く、「月1～3回」(2.6%)、「年に数回」(2.4%)がつづいています。



B：以前（2、3年前）との参加頻度の変化

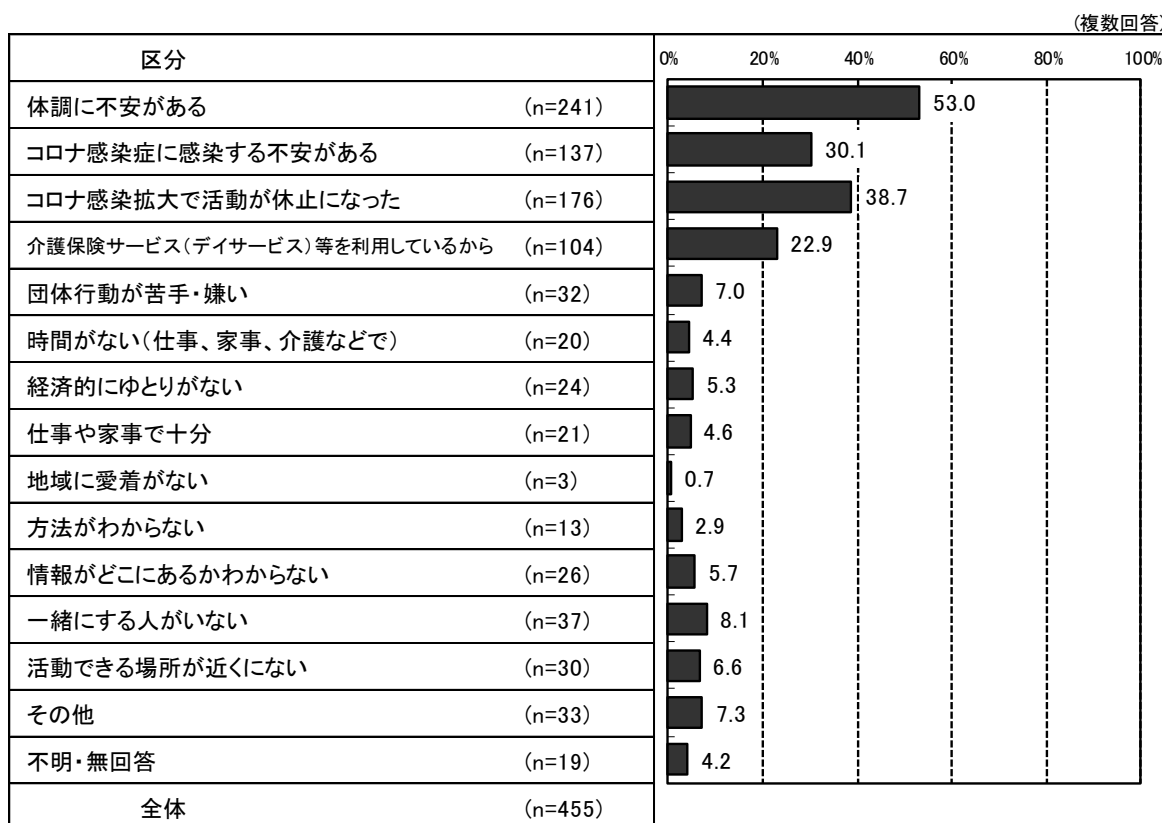
- つどい場やサロン、老人いこいの家などの以前（2、3年前）との参加頻度の変化については、「現状維持(変化なし)」が30.0%で最も多く、「減った」(5.1%)、「増えた」(0.5%)がつづいています。



問5-1-1 **問5-1-B (参加頻度の変化) でいずれかの活動について「3. 減った」と回答した方のみ**

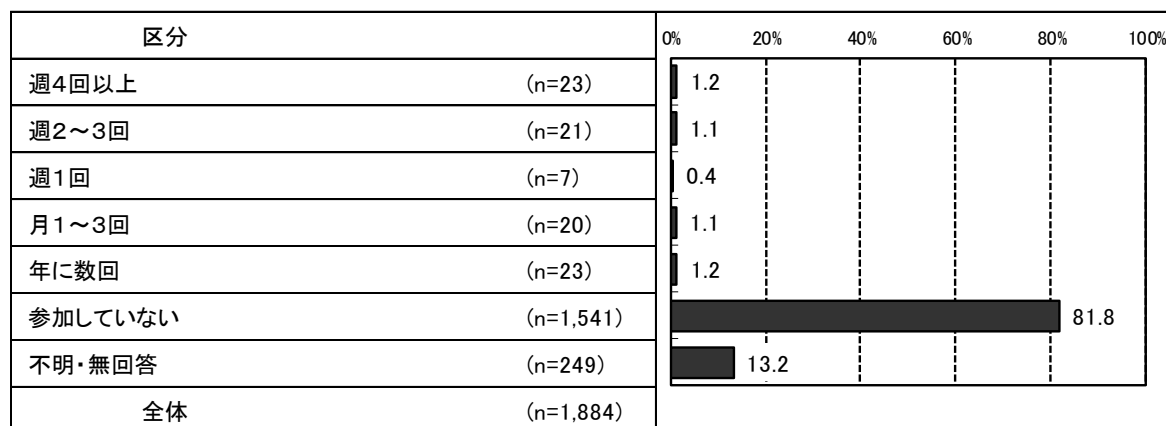
地域での活動の頻度が減った理由は何ですか。(いくつでも)

- 地域での活動の頻度が減った理由については、「体調に不安がある」が53.0%で最も多く、「コロナ感染拡大で活動が休止になった」(38.7%)、「コロナ感染症に感染する不安がある」(30.1%)がつづいています。



問5-2 あなたは、どのくらいの頻度で収入のある仕事をしていますか。(○は1つ)

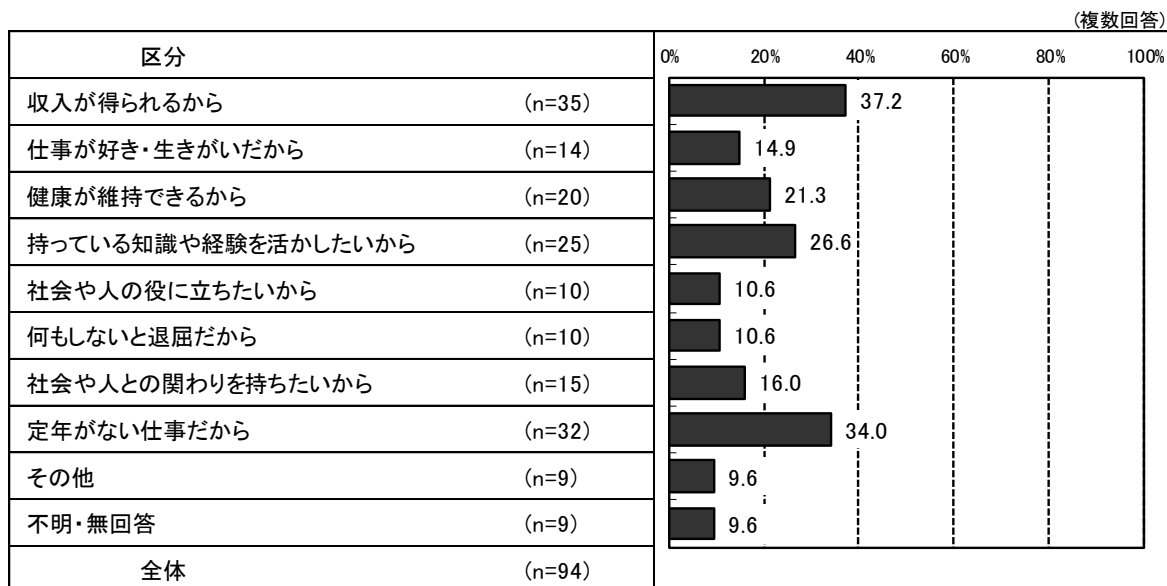
- どのくらいの頻度で収入のある仕事をしているかについては、「参加していない」が81.8%で最も多く、「週4回以上」と「年に数回」が、ともに1.2%、「週2~3回」(1.1%)がつづいています。



問5-2-1 問5-2で「1.」～「5.」と回答した方（年数回以上収入のある仕事をしている方）のみ

現在、仕事をしている理由は何ですか。（いくつでも）

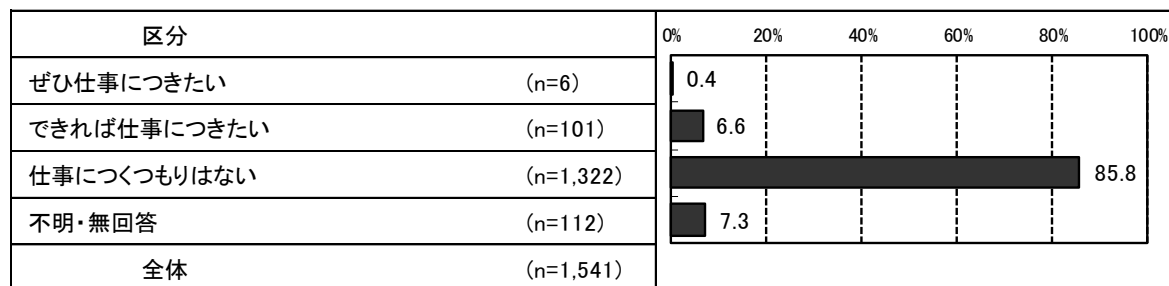
- 現在、仕事をしている理由については、「収入が得られるから」が37.2%で最も多く、「定年がない仕事だから」(34.0%)、「持っている知識や経験を活かしたいから」(26.6%)がつづいています。



問5-2-2 問5-2で「6. 参加していない」と回答した方（収入のある仕事をしていない方）のみ

あなたは、今後収入を得られる仕事につきたいとお考えですか。（○は1つ）

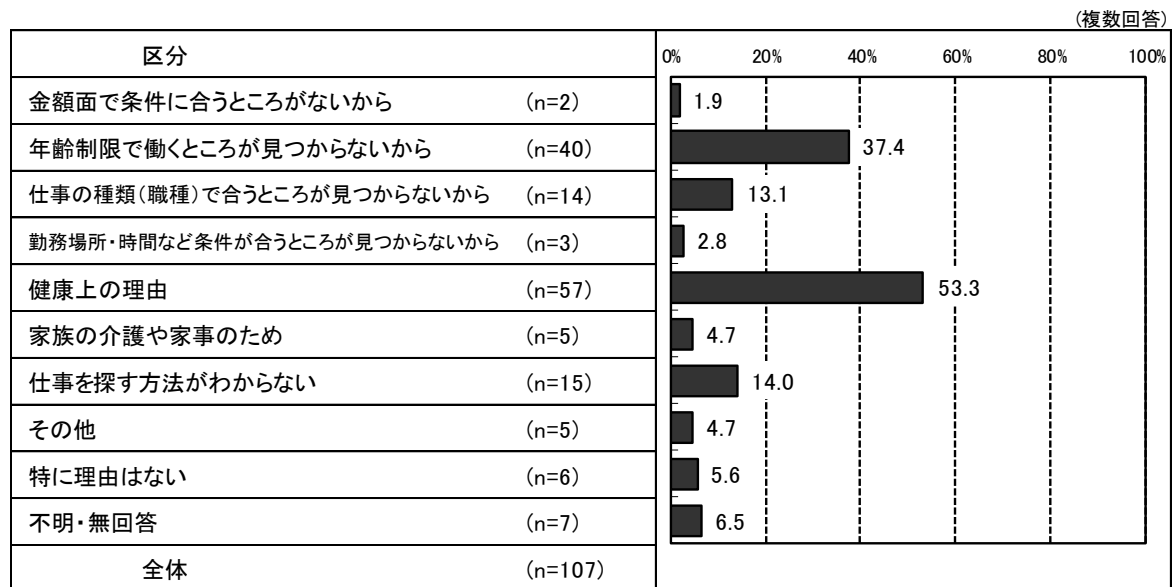
- 今後収入を得られる仕事につきたいかについては、「仕事につくつもりはない」が85.8%で最も多く、「できれば仕事につきたい」(6.6%)、「ぜひ仕事につきたい」(0.4%)がつづいています。



問5-2-2-1 問5-2-2で「1. ぜひ仕事につきたい」「2. できれば仕事につきたい」と回答した方のみ

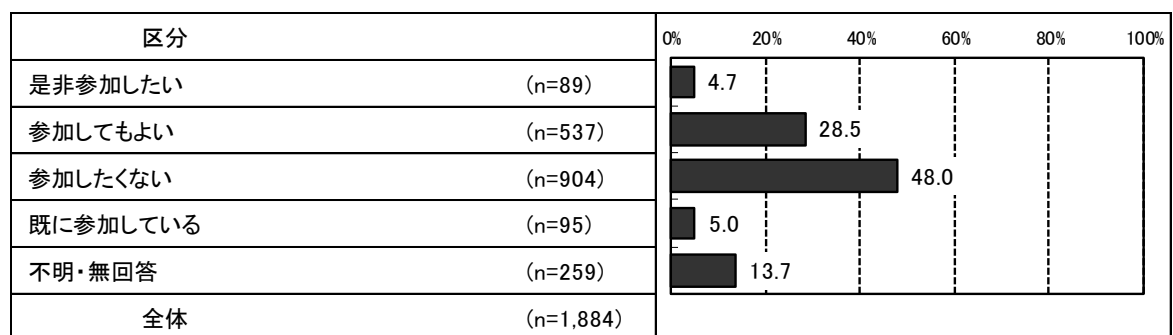
あなたが収入のある仕事につきたいと考えているにもかかわらず、現在仕事をしていない理由は何ですか。（いくつでも）

- 現在仕事をしていない理由については、「健康上の理由」が53.3%で最も多く、「年齢制限で働くところが見つからないから」(37.4%)、「仕事を探す方法がわからない」(14.0%)がつづいています。



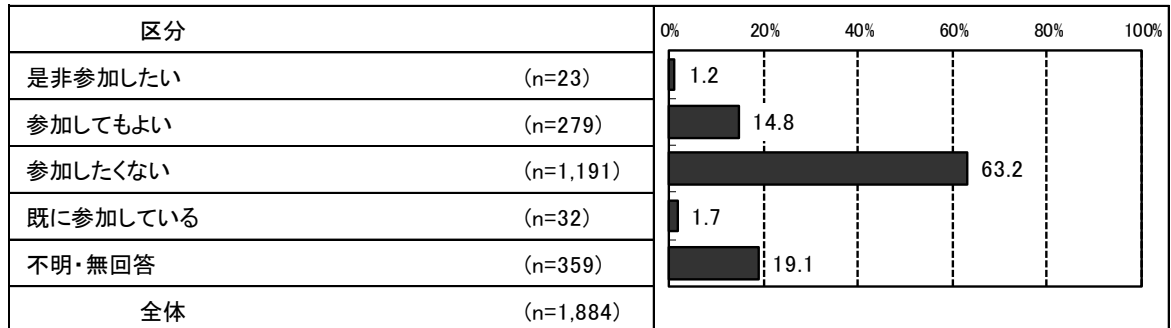
問5-3 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。（○は1つ）

- 地域活動への参加については、「参加したくない」が48.0%で最も多く、「参加してもよい」(28.5%)、「既に参加している」(5.0%)がつづいています。



問5-4 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。（○は1つ）

■ 地域活動の企画・運営への参加については、「参加したくない」が63.2%で最も多く、「参加してもよい」(14.8%)、「既に参加している」(1.7%)がつづいています。

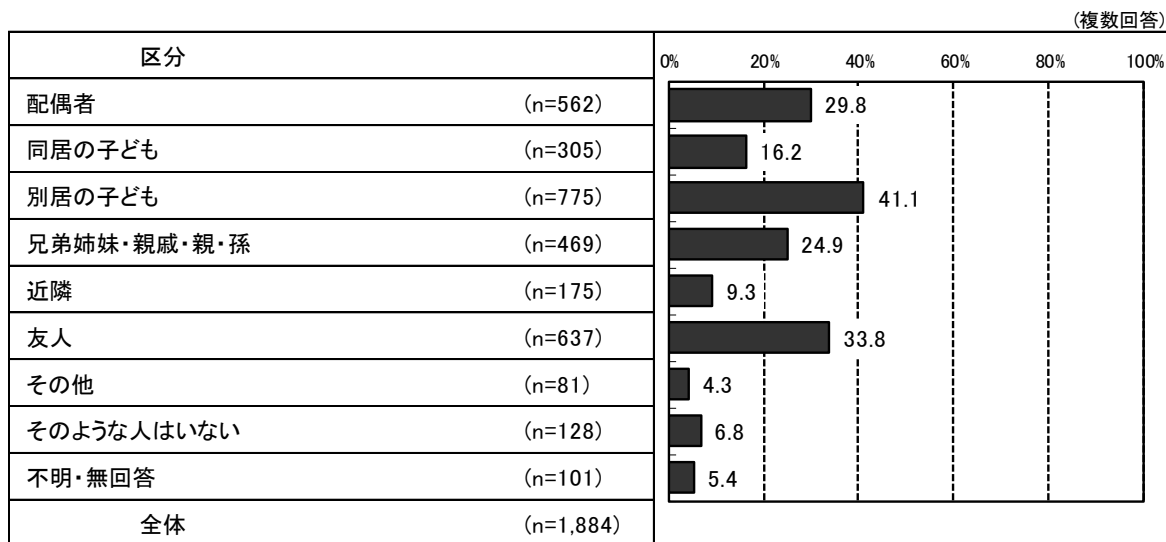


6. たすけあい・地域での生活について

問6-1 あなたとまわりの人の「たすけあい」についてお聞きします。

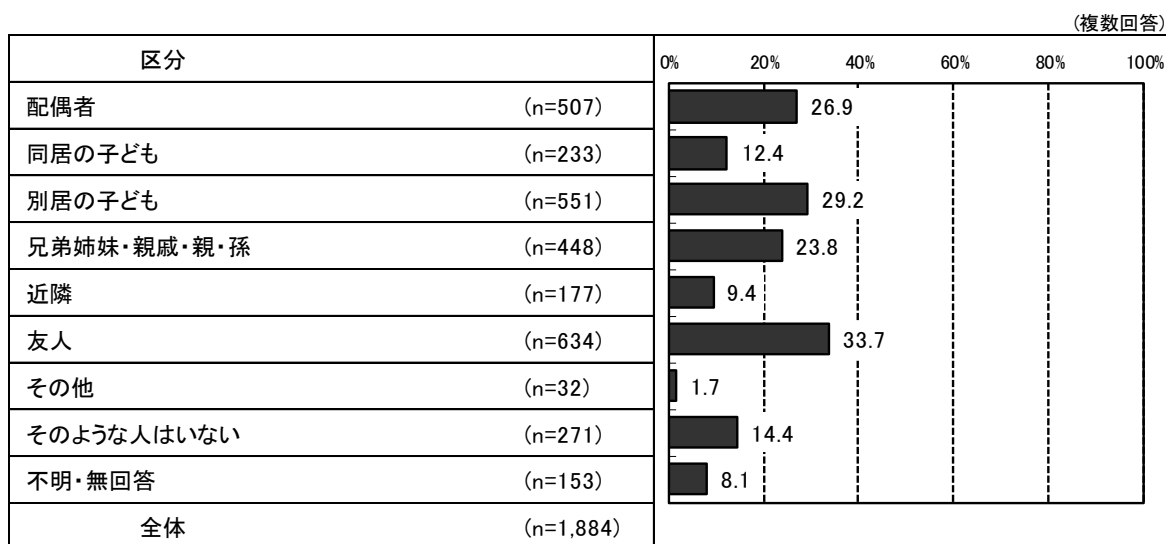
(1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（いくつでも○）

- 心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人については、「別居の子ども」が41.1%で最も多く、「友人」(33.8%)、「配偶者」(29.8%)がつづいています。



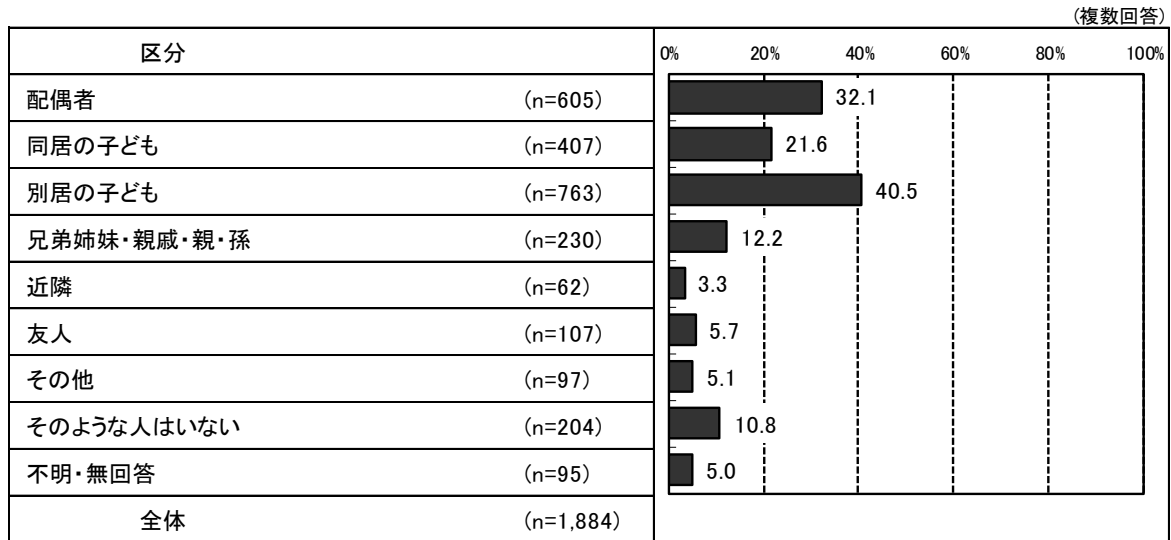
(2) 反対にあなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（いくつでも○）

- 心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人については、「友人」が33.7%で最も多く、「別居の子ども」(29.2%)、「配偶者」(26.9%)がつづいています。



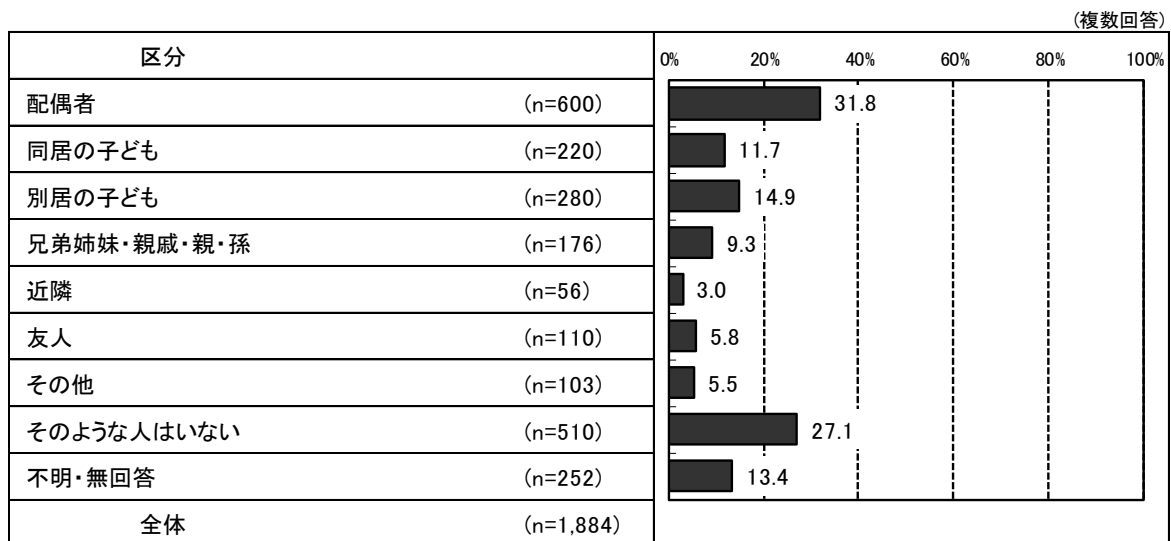
(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（いくつでも○）

- 看病や世話をしてくれる人については、「別居の子ども」が40.5%で最も多く、「配偶者」(32.1%)、「同居の子ども」(21.6%)がつづいています。



(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも○）

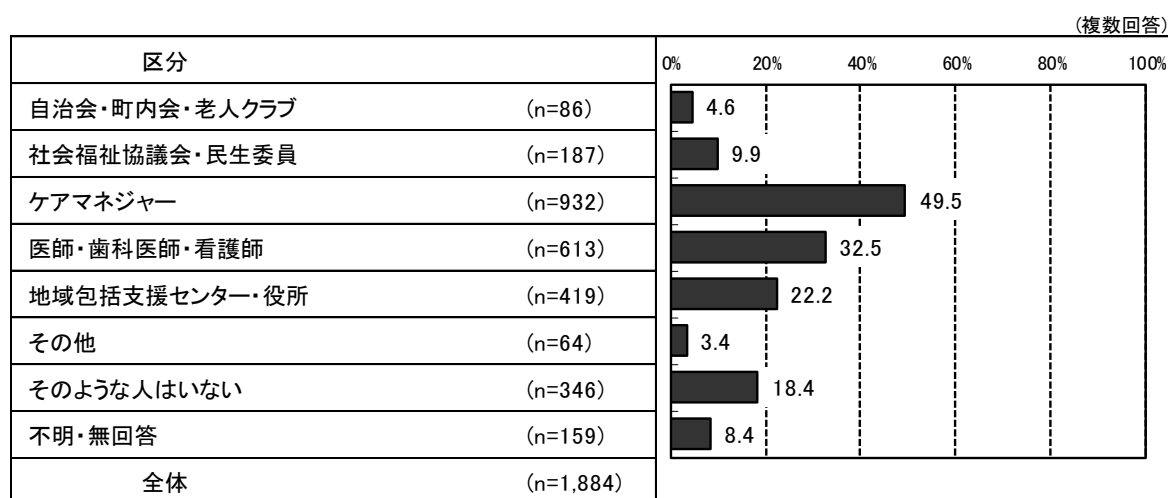
- 看病や世話をしてあげる人については、「配偶者」が31.8%で最も多く、「そのような人はいない」(27.1%)、「別居の子ども」(14.9%)がつづいています。



問6-2 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。

(いくつでも)

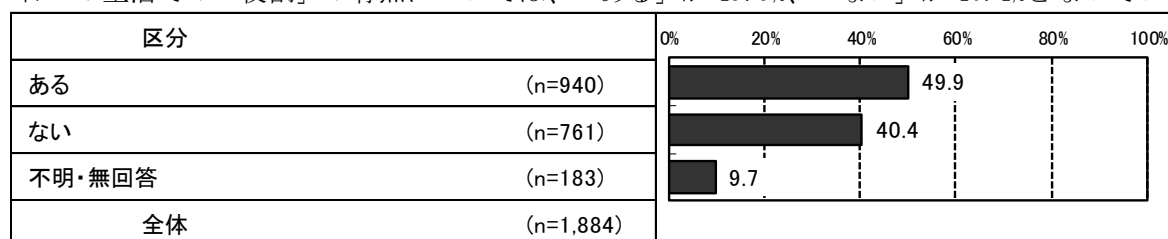
- 家族や友人・知人以外での相談相手については、「ケアマネジャー」が49.5%で最も多く、「医師・歯科医師・看護師」(32.5%)、「地域包括支援センター・役所」(22.2%)がつづいています。



※西宮市では地域包括支援センターを「高齢者あんしん窓口」とよんでいます。

問6-3 あなたは、日々の生活で「役割」がありますか。(○は1つ) (○は1つ)

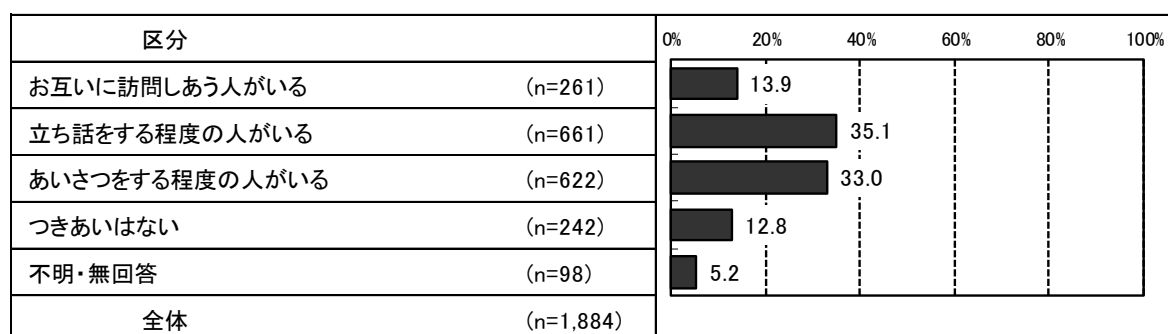
- 日々の生活での「役割」の有無については、「ある」が49.9%、「ない」が40.4%となっています。



※「役割」については、その内容や場所は問いません。

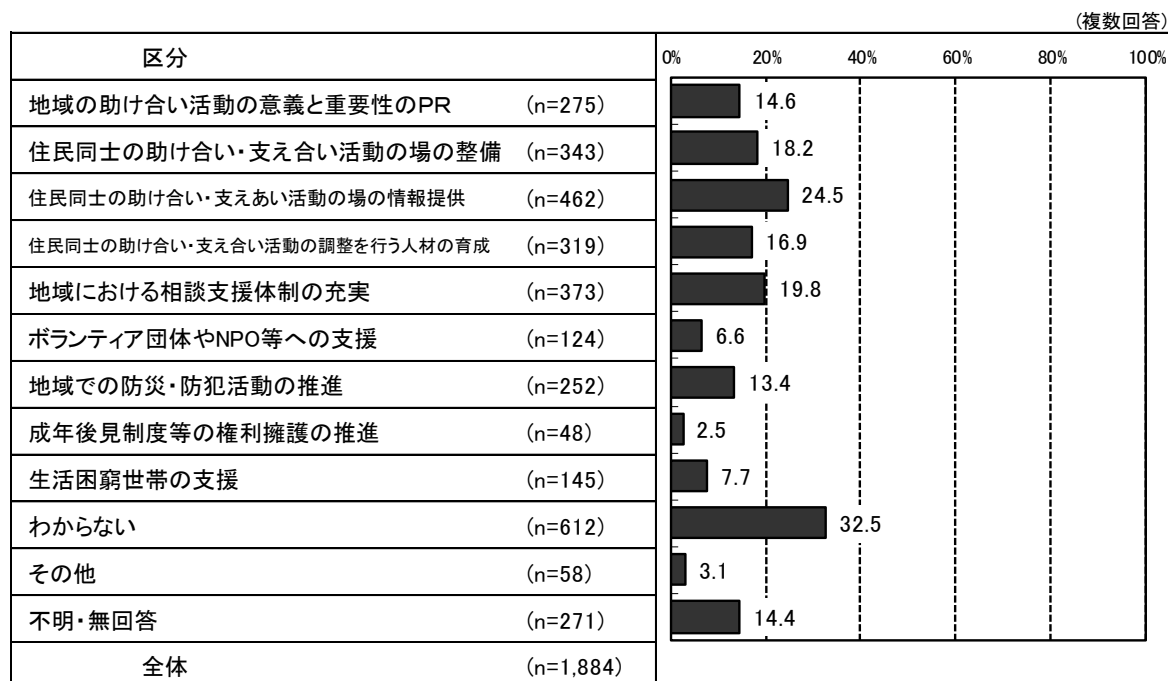
問6-4 あなたは、ご近所の人たちと、どの程度のおつきあいがありますか。(○は1つ)

- 近所付き合いの程度については、「立ち話をする程度の人がいる」が35.1%で最も多く、「あいさつをする程度の人がいる」(33.0%)、「お互いに訪問しあう人がある」(13.9%)がつづいています。



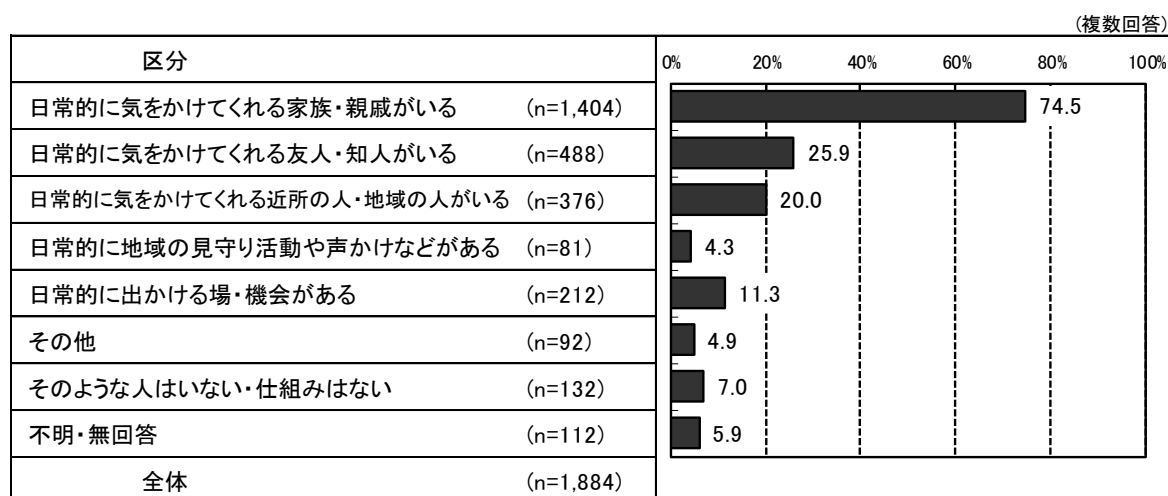
問6-5 あなたは、身近な地域における住民同士の助け合い、支え合いを推進していくためには、どのようなことに力を入れたらよいと思いますか。（〇はいくつでも）

■ 地域の住民同士の助け合い、支え合いを推進していくために力を入れたらよいと思うことについては、「わからない」が32.5%で最も多く、「住民同士の助け合い・支えあい活動の場の情報提供」(24.5%)、「地域における相談支援体制の充実」(19.8%)がつづいています。



問6-6 日常的に（例えば3日に1回程度の頻度で）、あなたのことを気にかけてくれる人はいますか。また、あなたに何か起きたとき、気づいてくれるような仕組みがありますか。（〇はいくつでも）

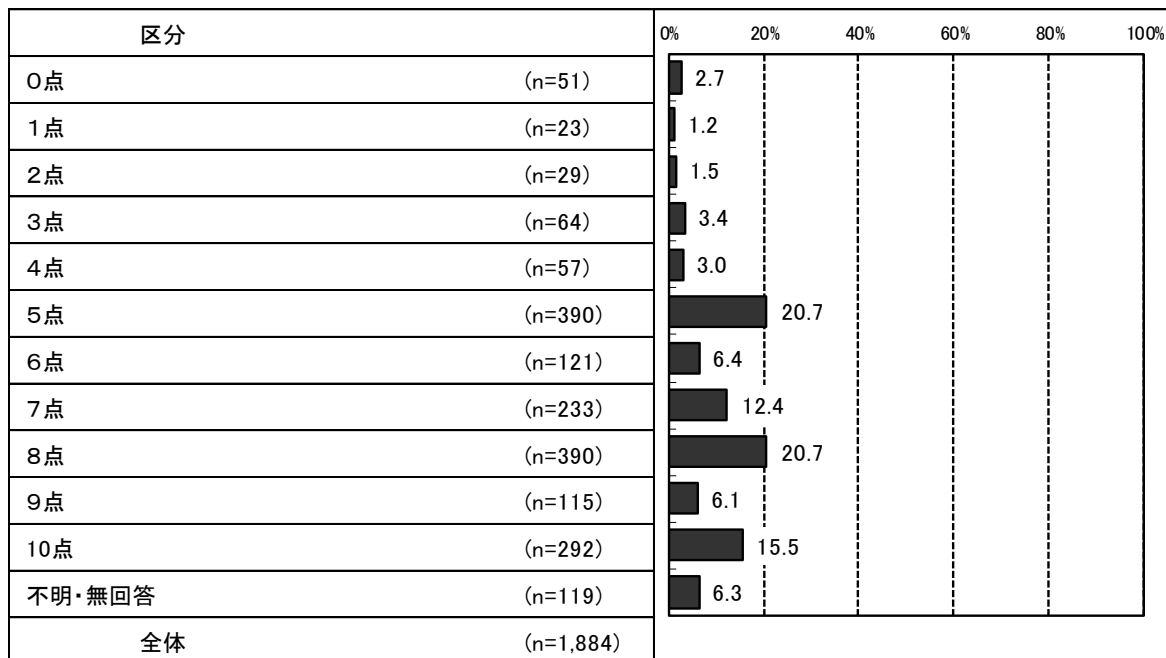
■ 何か起きたとき、気づいてくれる仕組みの有無については、「日常的に気にかけてくれる家族・親戚がいる」が74.5%で最も多く、「日常的に気にかけてくれる友人・知人がいる」(25.9%)、「日常的に気にかけてくれる近所の人・地域の人がいる」(20.0%)がつづいています。



問6-7 あなたは、お住まいの地域で安心して暮らすことができますか。

(「とても不安」を0点、「とても安心」を10点としてご記入ください。)(〇は1つ)

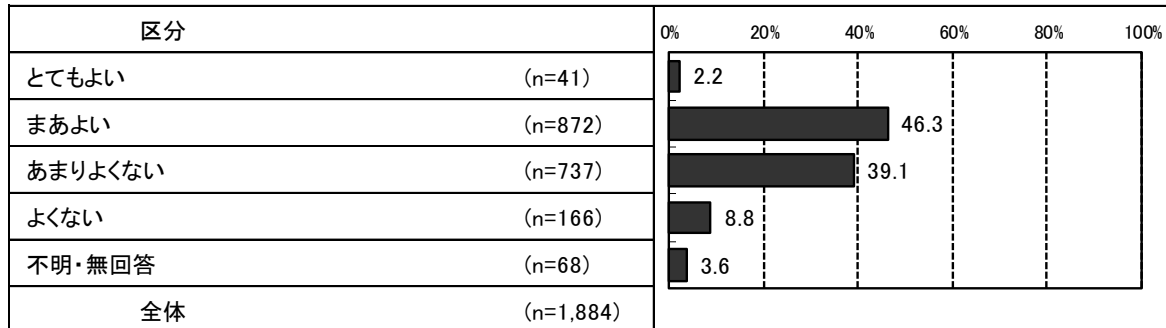
■ 地域で安心して暮らすことができているかについて10満点でみると、「5点」と「8点」が、ともに20.7%で最も多く、「10点」(15.5%)、「7点」(12.4%)がつづいています。平均は6.7点となっています。



7. 健康について

問7-1 現在のあなたの健康状態はいかがですか。（〇は1つ）

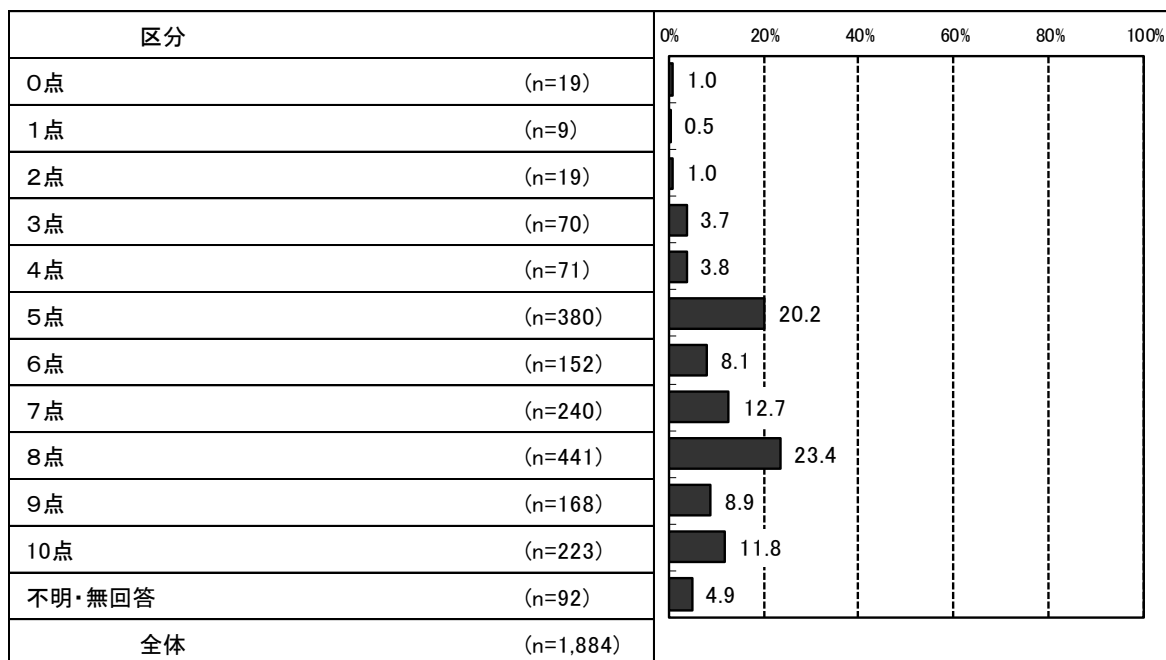
- 現在の健康状態については、「まあよい」が46.3%で最も多く、「あまりよくない」(39.1%)、「よくない」(8.8%)がつづいています。



問7-2 あなたは、現在どの程度幸せですか。

（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点としてご記入ください。）（〇は1つ）

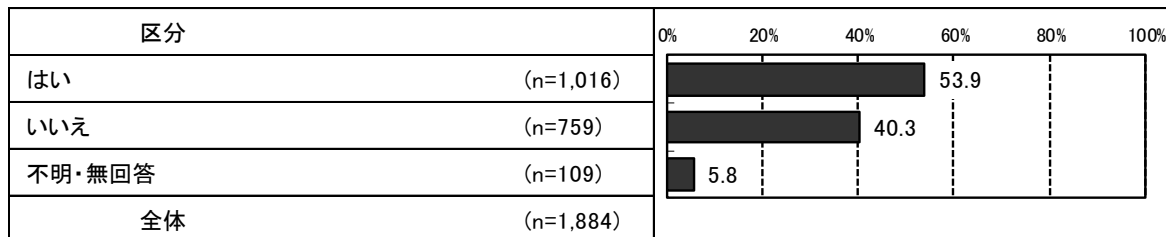
- 現在どの程度幸せかについて10点満点でみると、「8点」が23.4%で最も多く、「5点」(20.2%)、「7点」(12.7%)がつづいています。平均は6.9点となっています。



問7-3 健康について、以下のそれぞれの設問にお答えください。

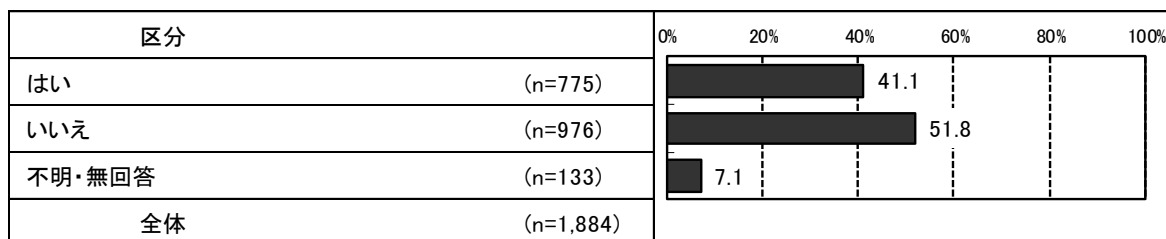
(1) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。(〇は1つ)

■ 気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりしたかについては、「はい」が53.9%、「いいえ」が40.3%となっています。



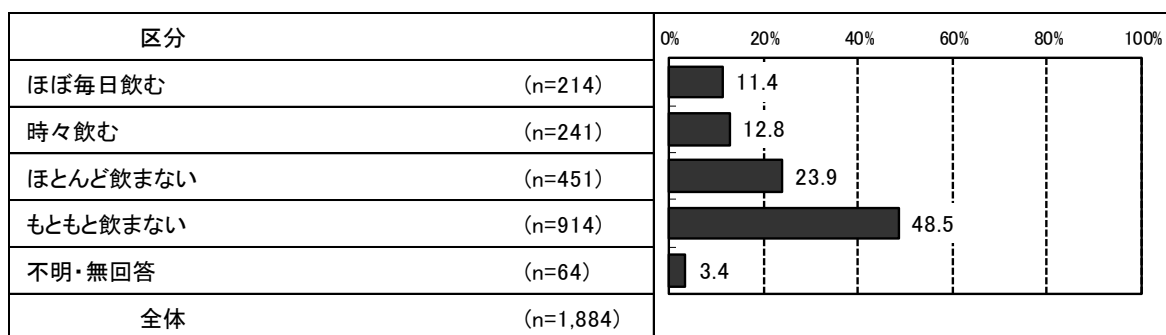
(2) この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。(〇は1つ)

■ 物事に対して興味がわかない、楽しめない感じがよくあったかについては、「いいえ」が51.8%、「はい」が41.1%となっています。



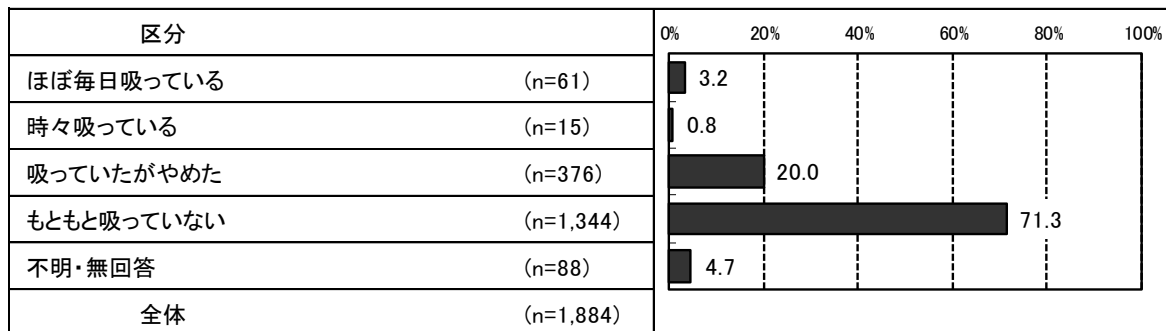
(3) お酒を飲みますか。(〇は1つ)

■ 飲酒については、「もともと飲まない」が48.5%で最も多く、「ほとんど飲まない」(23.9%)、「時々飲む」(12.8%)がつづいています。



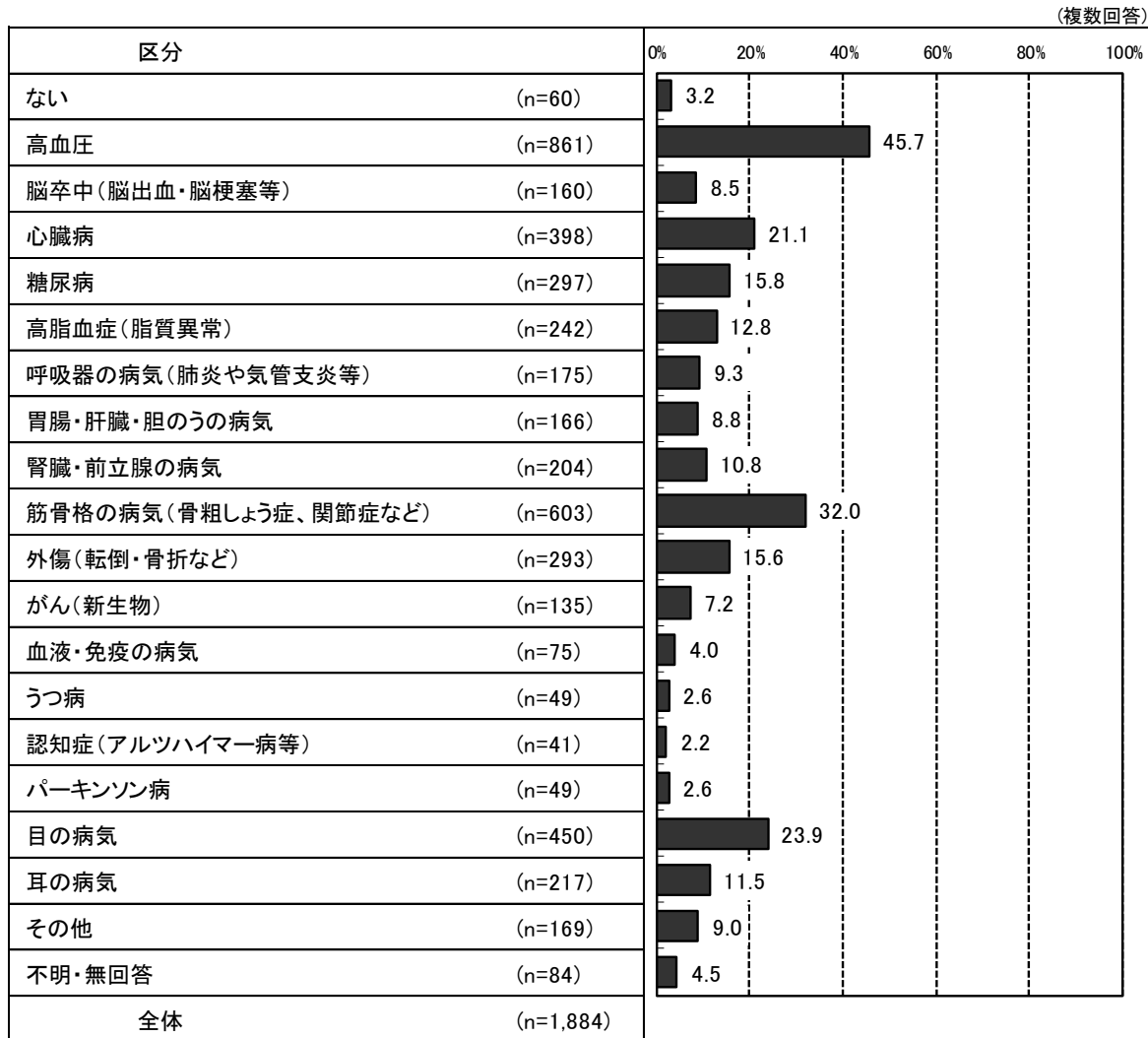
(4) タバコを吸っていますか。(〇は1つ)

- 喫煙については、「もともと吸っていない」が71.3%で最も多く、「吸っていたがやめた」(20.0%)、「ほぼ毎日吸っている」(3.2%)がつづいています。



問7-4 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(いくつでも〇)

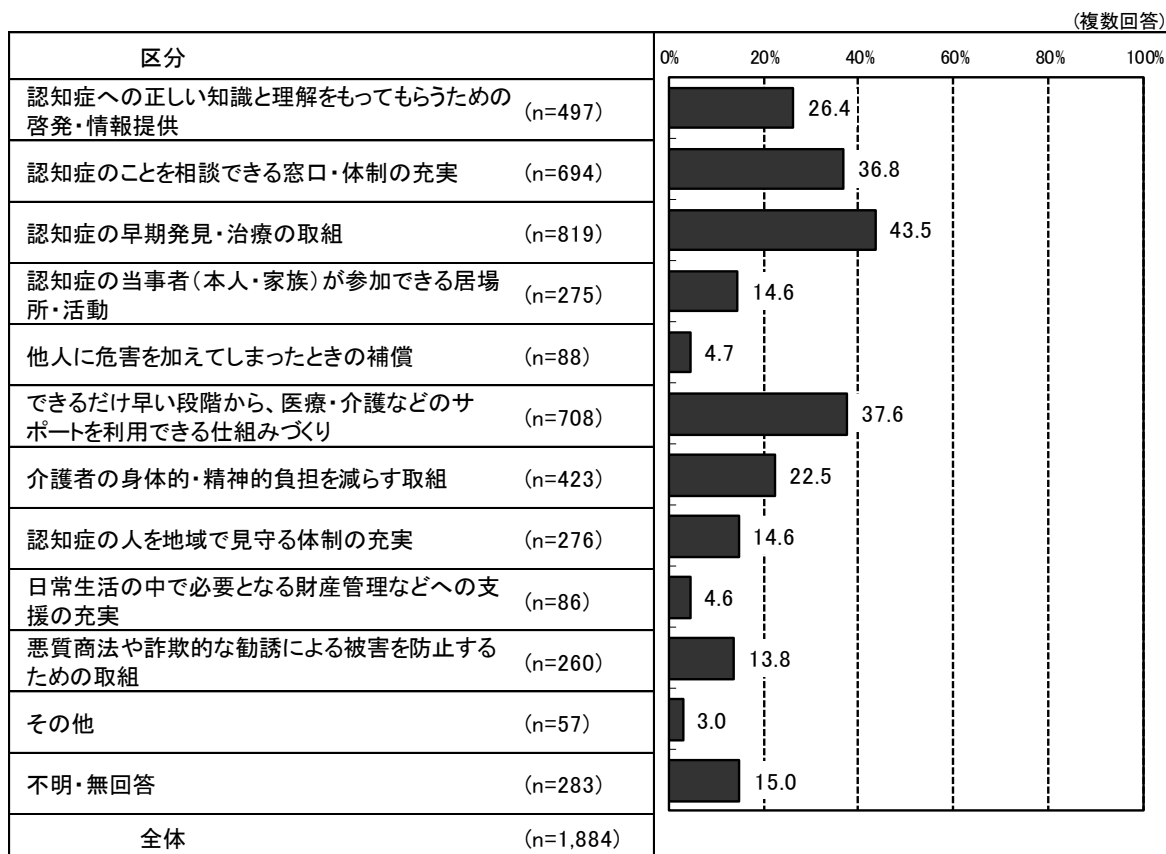
- 現在治療中、または後遺症のある病気については、「高血圧」が45.7%で最も多く、「筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症など)」(32.0%)、「目の病気」(23.9%)がつづいています。



8. 認知症について

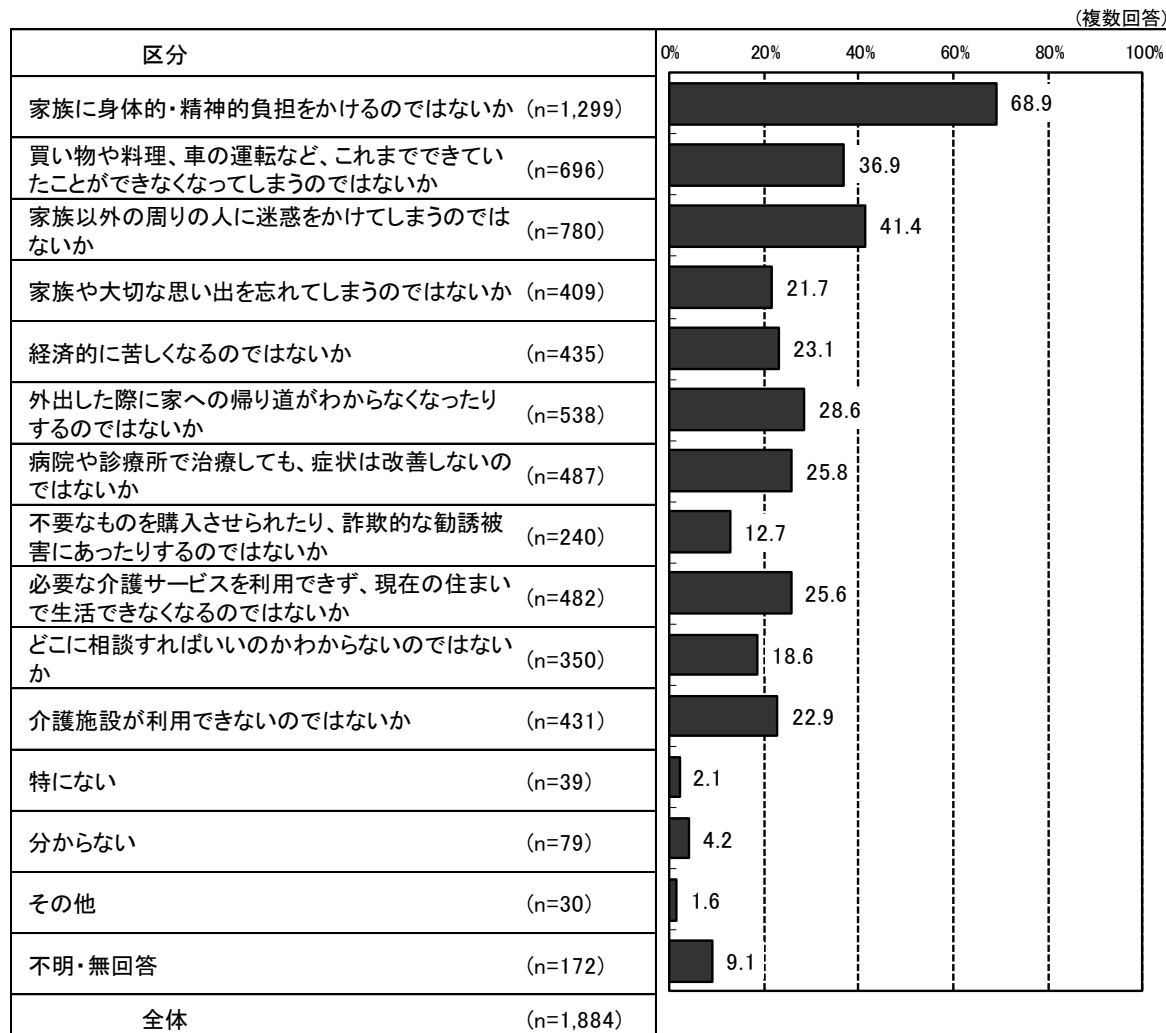
問8-1 高齢化の進展に伴い、認知症の方は今後さらに増加していくと予測されています。
あなたは認知症の方への支援として、どのような取組みが必要であると思いますか。
(3つまでに○)

- 認知症の方への支援として必要だと思う取組みについては、「認知症の早期発見・治療の取組」が43.5%で最も多く、「できるだけ早い段階から、医療・介護などのサポートを利用できる仕組みづくり」(37.6%)、「認知症のことを相談できる窓口・体制の充実」(36.8%)がつついています。



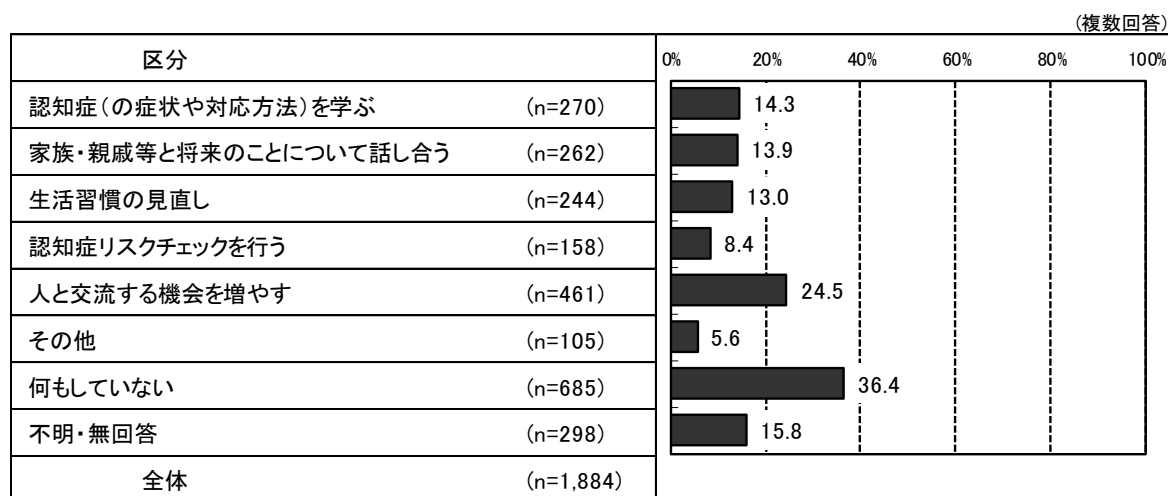
問8-2 あなたが認知症になった場合（または、認知症が進行した場合）、どのようなことに不安を感じますか。（いくつでも）

■ 認知症になった場合どのようなことに不安を感じるかについては、「家族に身体的・精神的負担をかけるのではないか」が68.9%で最も多く、「家族以外の周りの人に迷惑をかけてしまうのではないか」(41.4%)、「買い物や料理、車の運転など、これまでできていたことができなくなってしまうのではないか」(36.9%)がつづいています。



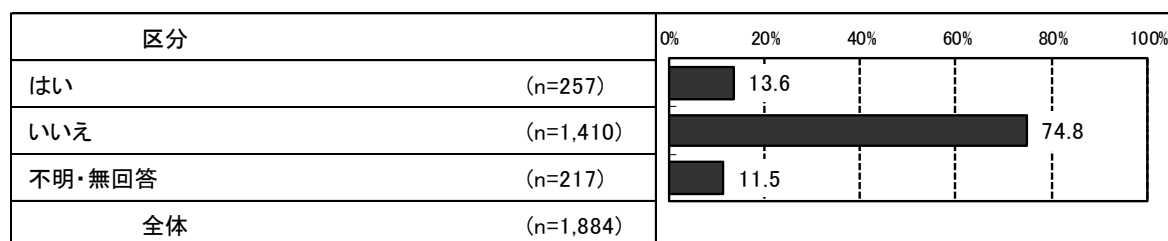
問8-3 認知症に対する備えとして何か取組んでいることはありますか。(いくつでも)

- 認知症に対する備えとして取組んでいることについては、「何もしていない」が36.4%で最も多く、「人と交流する機会を増やす」(24.5%)、「認知症(の症状や対応方法)を学ぶ」(14.3%)がつづいていきます。



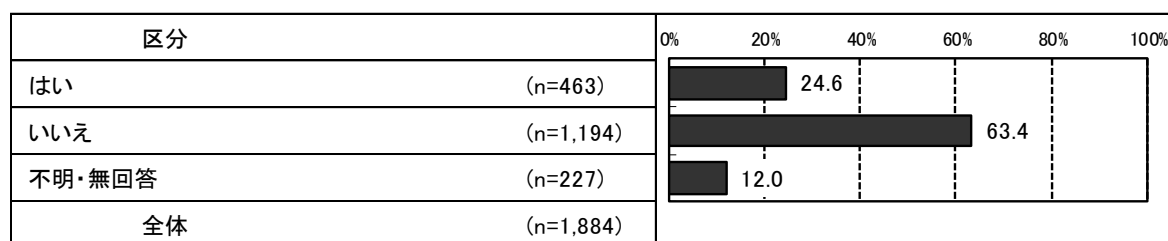
問8-4 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。(○は1つ)

- 認知症の症状がある人の有無については、「いいえ」が74.8%、「はい」が13.6%となっています。



問8-5 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(○は1つ)

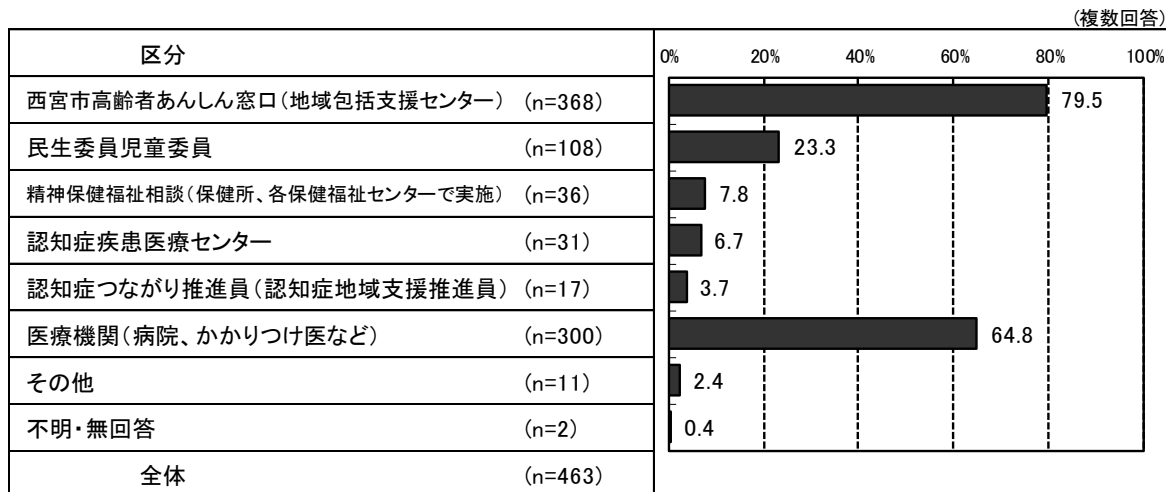
- 認知症に関する相談窓口を知っているかについては、「いいえ」が63.4%、「はい」が24.6%となっています。



問8-5-1 問8-5において「1. はい」の方のみ

認知症についての相談先としてどんなところをご存知ですか。（いくつでも）

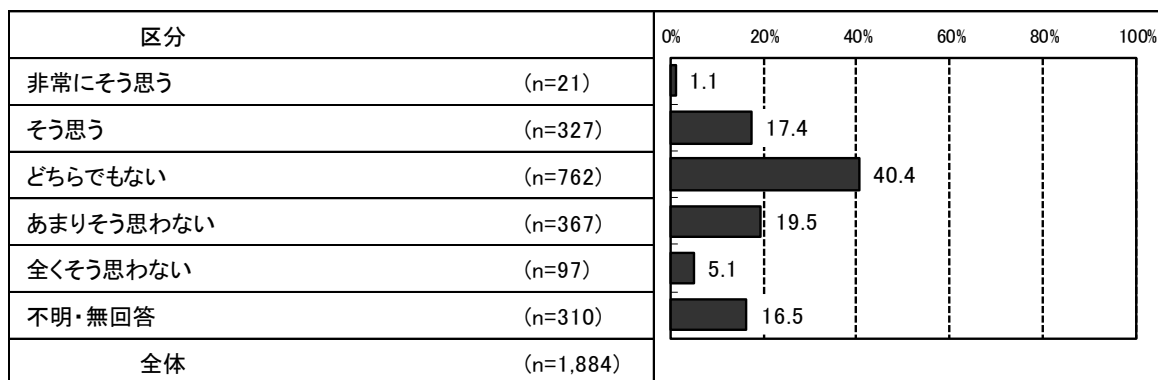
- 認知症の相談先として知っているところについては、「西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）」が79.5%で最も多く、「医療機関（病院、かかりつけ医など）」（64.8%）、「民生委員児童委員」（23.3%）がつづいています。



問8-6 西宮市は「認知症の方にとって安心して暮すことができるまち」だと思いますか。

(○は1つ)

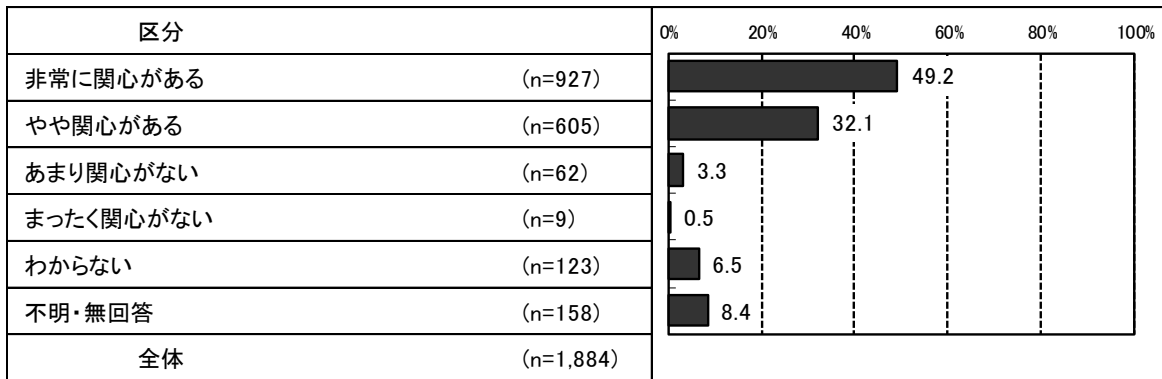
- 西宮市は「認知症の方にとって安心して暮すことができるまち」だと思うかについては、「どちらでもない」が40.4%で最も多く、「あまりそう思わない」(19.5%)、「そう思う」(17.4%)がつづいています。



9. 高齢者に対するサービスなどについて

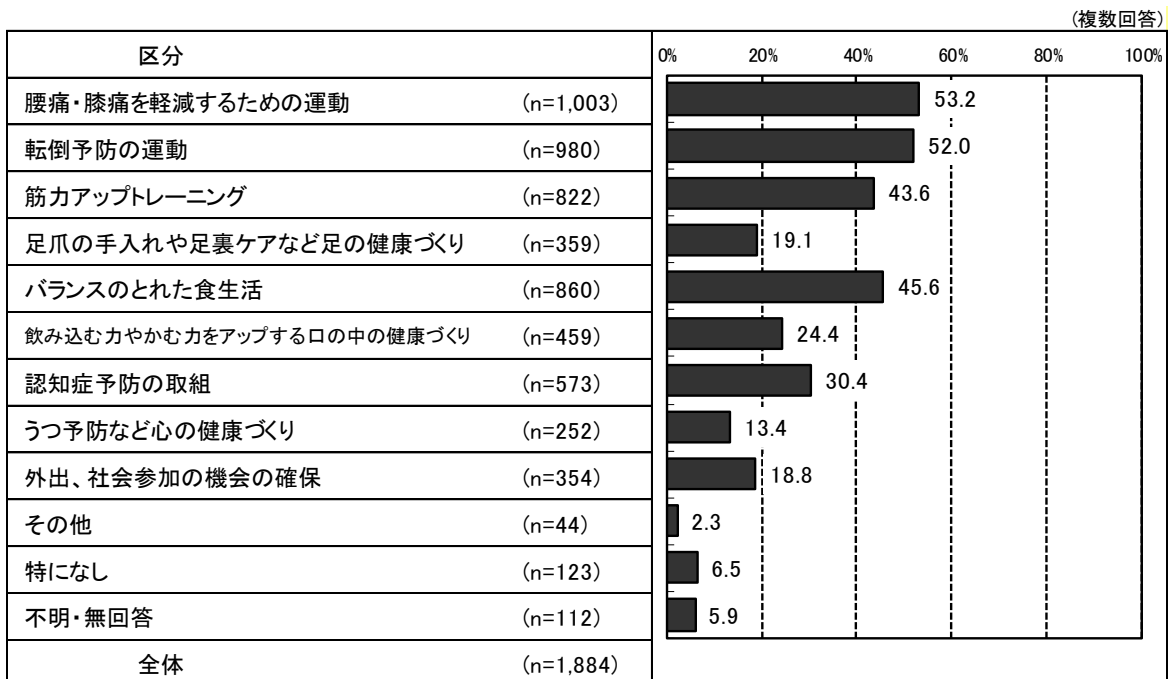
問9-1 あなたは介護予防（介護が必要な状態にならないように予防すること、もしくは要介護度が重くならないように予防すること）に関心がありますか。（○は1つ）

- 介護予防への関心については、「非常に関心がある」が49.2%で最も多く、「やや関心がある」(32.1%)、「わからない」(6.5%)がつづいています。



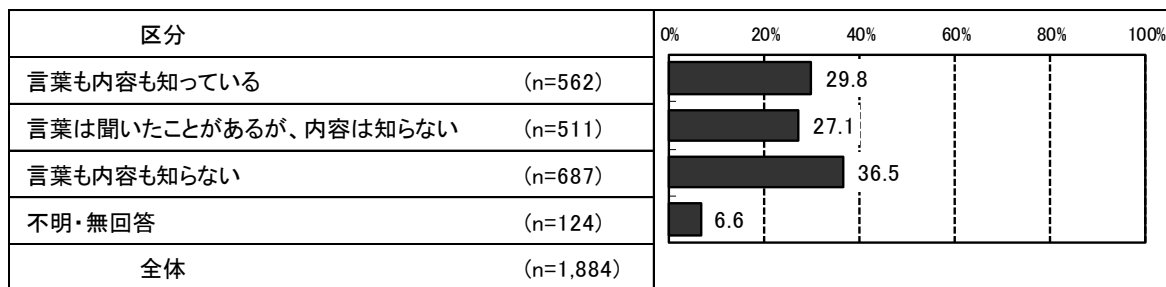
問9-2 あなたが介護予防（介護が必要な状態にならないように予防すること、もしくは要介護度が重くならないように予防すること）で取り組んでみたい内容は何か。（いくつでも）

- 介護予防で取り組んでみたい内容については「腰痛・膝痛を軽減するための運動」が53.2%で最も多く、「転倒予防の運動」(52.0%)、「バランスのとれた食生活」(45.6%)がつづいています。



問9-3 あなたは、「フレイル」について知っていますか。(〇は1つ)

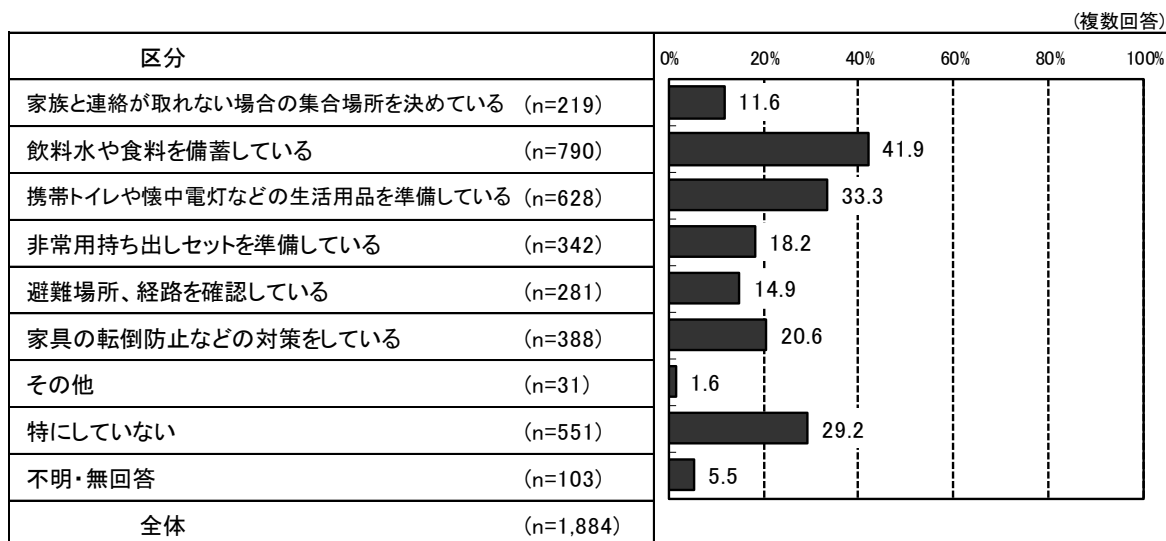
- 「フレイル」の認知状況については、「言葉も内容も知らない」が36.5%で最も多く、「言葉も内容も知っている」(29.8%)、「言葉は聞いたことがあるが、内容は知らない」(27.1%)がつついています。



※「フレイル」とは年をとって筋力や認知機能、社会とのつながりなどが低下した状態のことです。介護が必要となる危険性が高い状態ですが、早期に発見し、対応することで健康を維持して、自立した生活を送ることもできます。

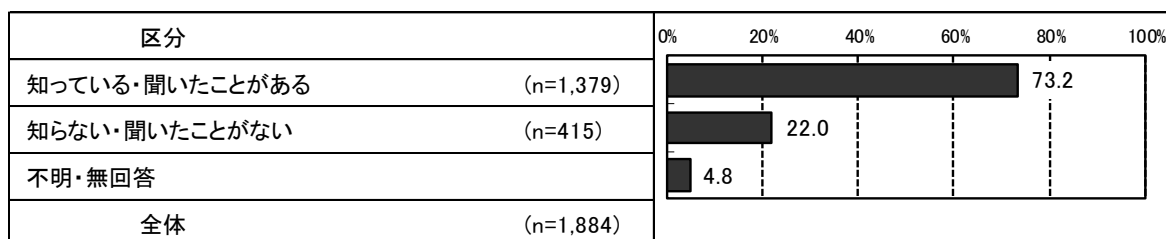
問9-4 あなたは、災害に対して何か準備をしていますか。(いくつでも)

- 災害に対して準備していることについては、「飲料水や食料を備蓄している」が41.9%で最も多く、「携帯トイレや懐中電灯などの生活用品を準備している」(33.3%)、「特にしていない」(29.2%)がつついています。



問9-5 あなたは、西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）を知っていますか。(〇は1つ)

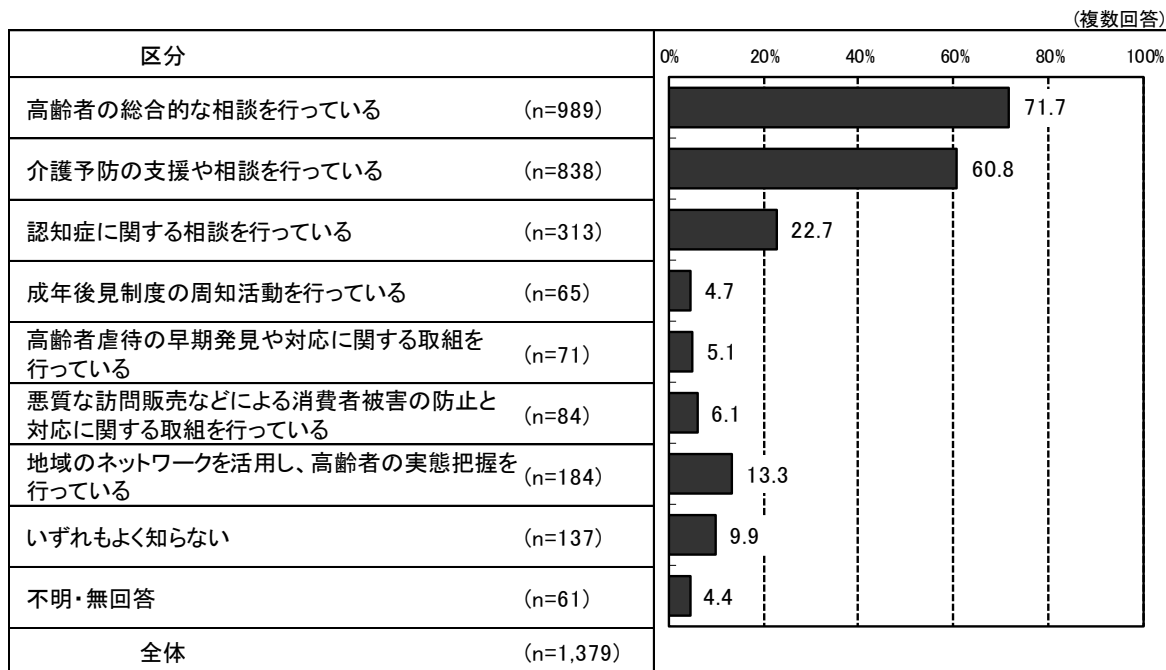
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の認知状況については、「知っている・聞いたことがある」が73.2%、「知らない・聞いたことがない」が22.0%となっています。



問9-5-1 問9-5で「1. 知っている・聞いたことがある」と回答した方のみ

西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能について、どのような内容を知っていますか。（いくつでも）

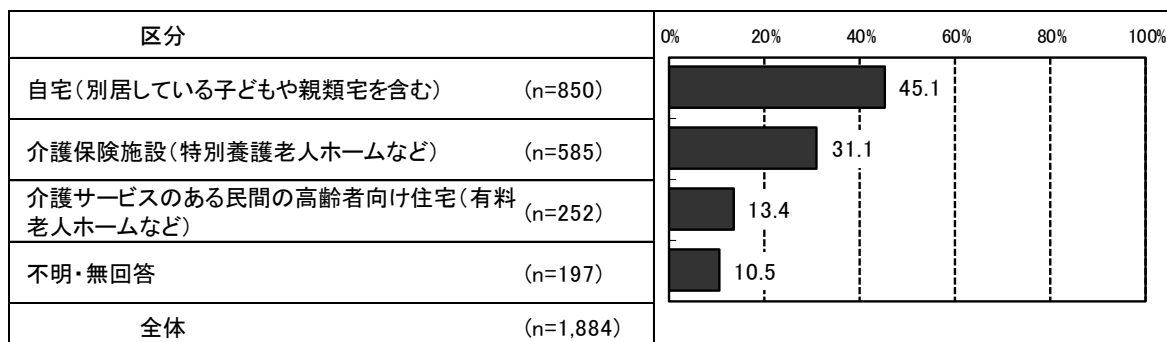
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能の認知状況については、「高齢者の総合的な相談を行っている」が71.7%で最も多く、「介護予防の支援や相談を行っている」（60.8%）、「認知症に関する相談を行っている」（22.7%）がつづいています。



10. 今後の生活や在宅医療、高齢者施策全般について

問 10-1 あなたは将来介護が必要となった場合、どこで暮らしたいですか。（○は1つ）

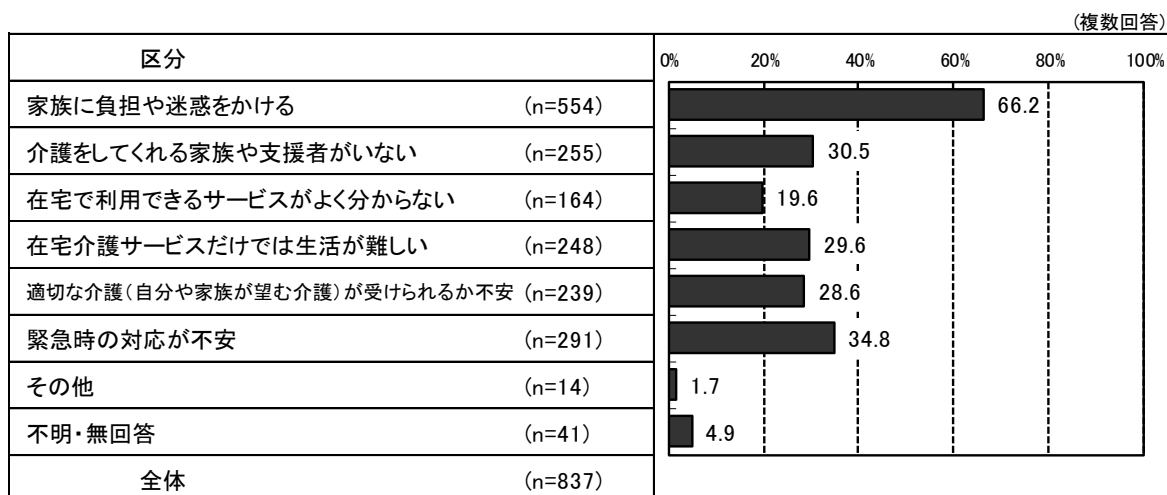
- 将来、介護が必要となった場合に暮らしたい場所については、「自宅（別居している子どもや親類宅を含む）」が45.1%で最も多く、「介護保険施設（特別養護老人ホームなど）」（31.1%）、「介護サービスのある民間の高齢者向け住宅（有料老人ホームなど）」（13.4%）がつづいています。



問 10-1-1 問 10-1 で「2. 介護保険施設」「3. 介護サービスのある民間の高齢者向け住宅」と回答した方のみ

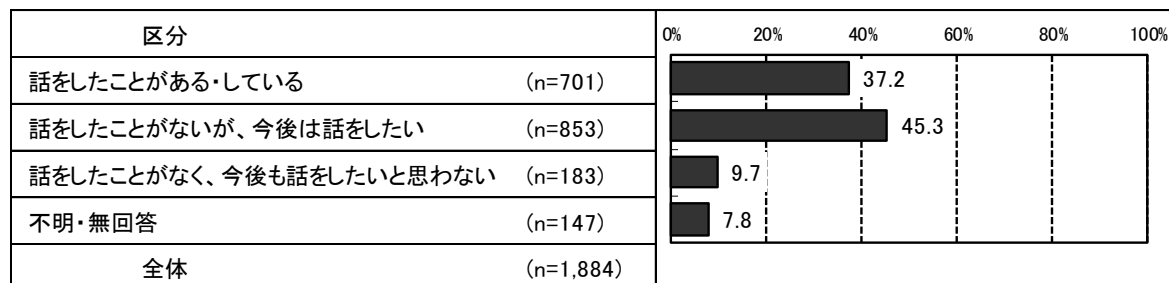
自宅以外を選択された理由は何ですか。（いくつでも）

- 暮らしたい場所について自宅以外を選択した理由については、「家族に負担や迷惑をかける」が66.2%で最も多く、「緊急時の対応が不安」（34.8%）、「介護をしてくれる家族や支援者がいない」（30.5%）がつづいています。



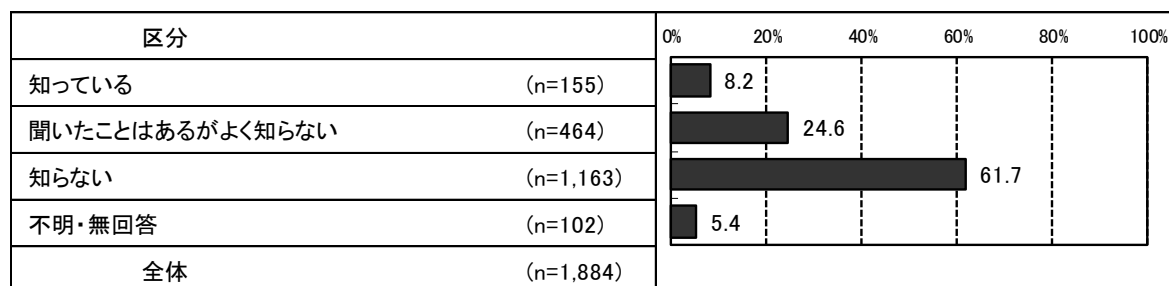
問 10-2 あなたは、介護や療養が必要となった場合に暮らしたい場所について、ご家族などと話をされたことがありますか。（○は1つ）

■ 暮らしたい場所について家族などと話したことがあるかについては、「話をしたことがないが、今後は話をしたい」が45.3%で最も多く、「話をしたことがある・している」(37.2%)、「話をしたことがなく、今後も話をしたいと思わない」(9.7%)がつついています。



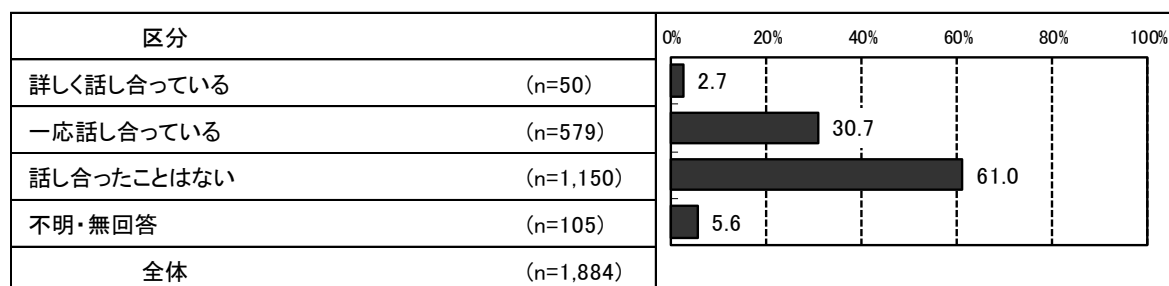
問 10-3 人生の最終段階の医療や介護について、あなたの意思に沿った医療や介護を受けるためには、ご家族等や医療介護関係者とあらかじめ話し合い、また繰り返し話し合うことが重要だと言われています（アドバンス・ケア・プランニング（人生会議））。あなたはアドバンス・ケア・プランニングについて知っていますか。（○は1つ）

■ アドバンス・ケア・プランニングの認知状況については、「知らない」が61.7%で最も多く、「聞いたことはあるがよく知らない」(24.6%)、「知っている」(8.2%)がつついています。



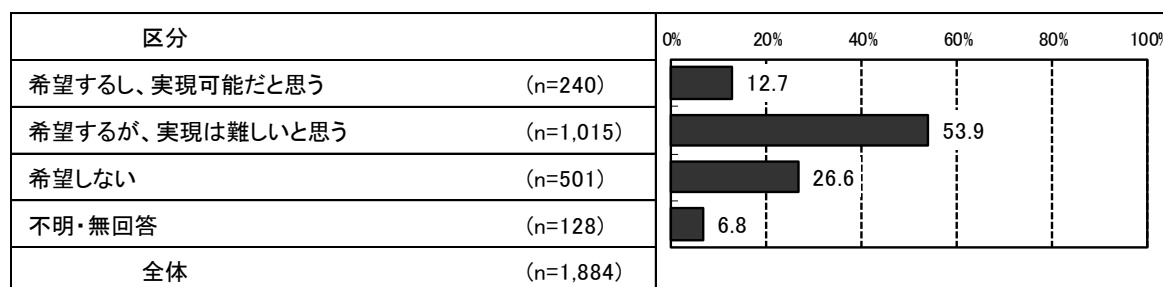
問 10-4 あなたの死が近い場合に受けたい医療や介護について、ご家族等や医療介護関係者とのくらい話し合ったことがありますか。（○は1つ）

■ 死が近い場合に受けたい医療や介護についての話し合いについては、「話し合ったことはない」が61.0%で最も多く、「一応話し合っている」(30.7%)、「詳しく話し合っている」(2.7%)がつついています。



問 10-5 あなたは将来、病気などで長期の療養が必要となった場合、病院に入院せずに在宅で医療を受けながら療養することを希望しますか。(〇は1つ)

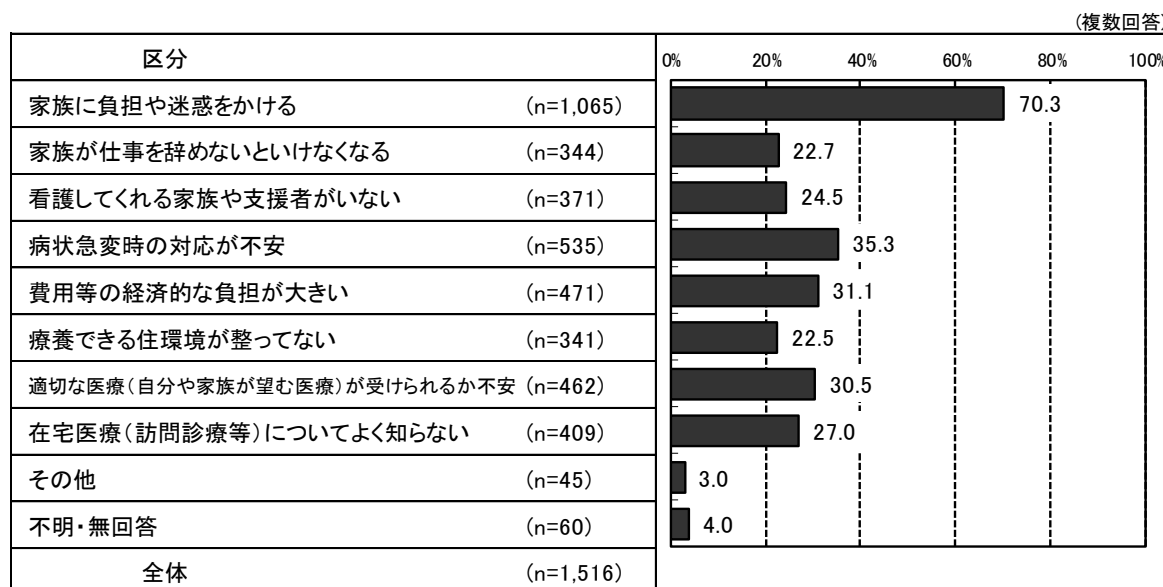
■ 在宅で医療を受けながら療養することについては、「希望するが、実現は難しいと思う」が 53.9%で最も多く、「希望しない」(26.6%)、「希望するし、実現可能だと思う」(12.7%)がつづいています。



問 10-5-1 問 10-5 で「2. 希望するが、実現は難しいと思う」「3. 希望しない」と回答した方のみ

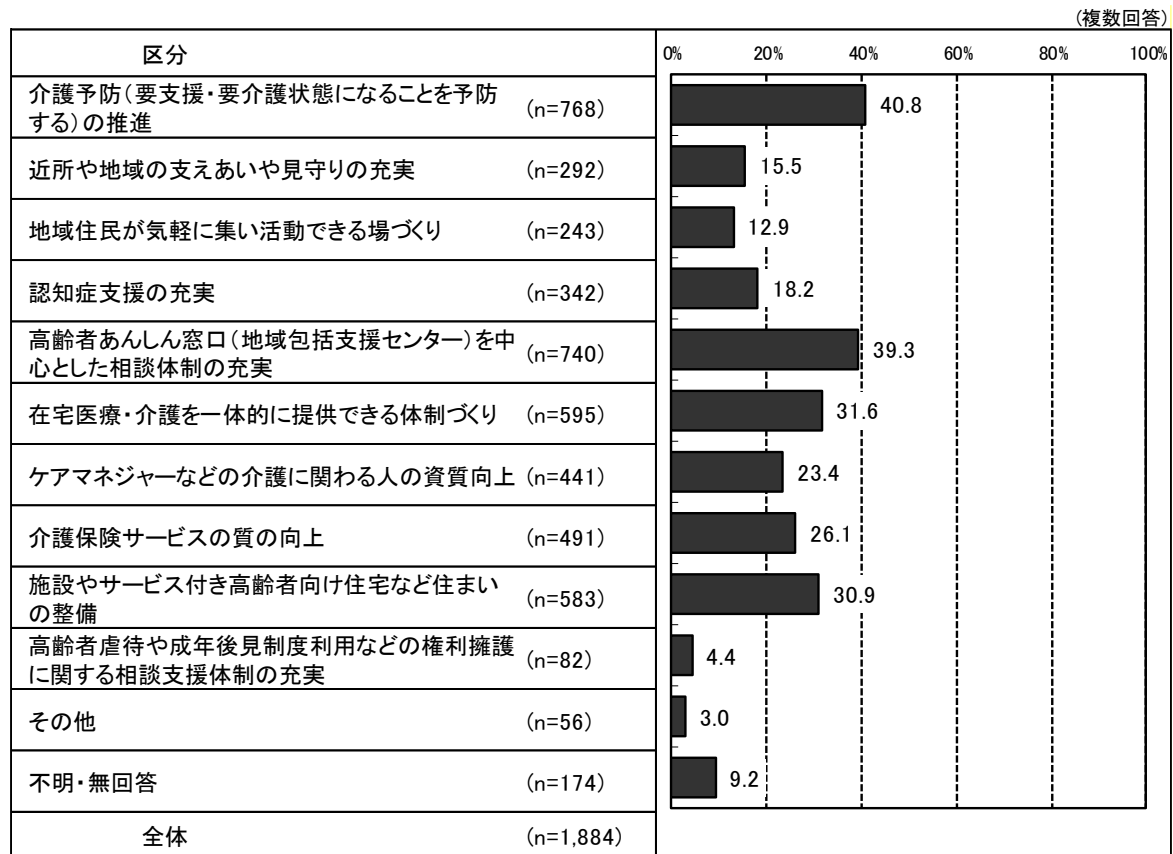
在宅での医療の実現が難しいと思う理由、希望されない理由は何ですか。(いくつでも)

■ 在宅での医療を難しいと思う、希望しない理由については、「家族に負担や迷惑をかける」が 70.3%で最も多く、「病状急変時の対応が不安」(35.3%)、「費用等の経済的な負担が大きい」(31.1%)がつづいています。



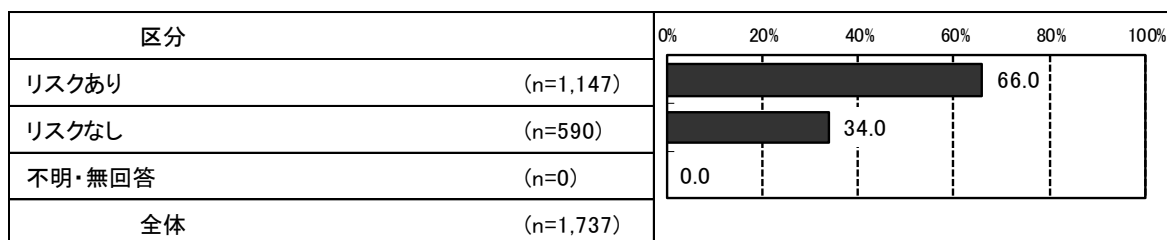
問 10-6 あなたは、これからの本格的な高齢社会に対応していくため、西宮市は何に力を入れていくべきだと思いますか。（3つまで〇）

- 高齢社会に対応するため西宮市が力を入れるべきことについては、「介護予防（要支援・要介護状態になることを予防する）の推進」が40.8%で最も多く、「高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）を中心とした相談体制の充実」（39.3%）、「在宅医療・介護を一体的に提供できる体制づくり」（31.6%）がつついています。

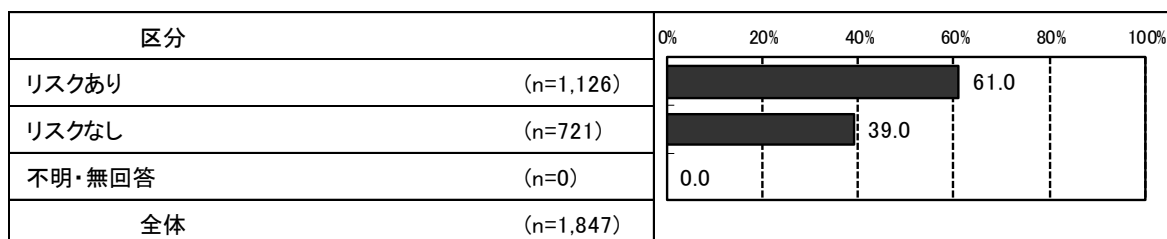


11. 各種リスク

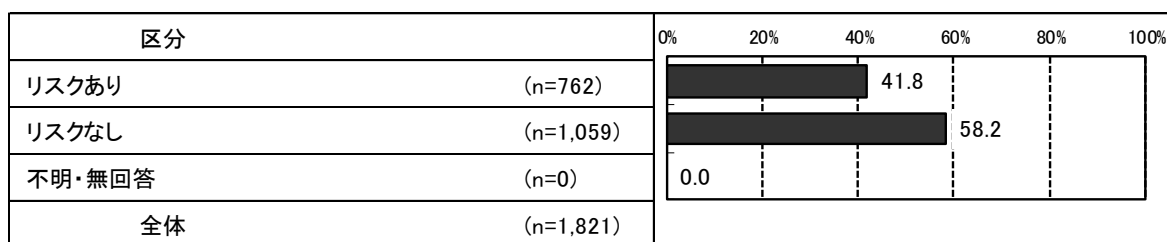
(1) 運動器の機能低下リスク



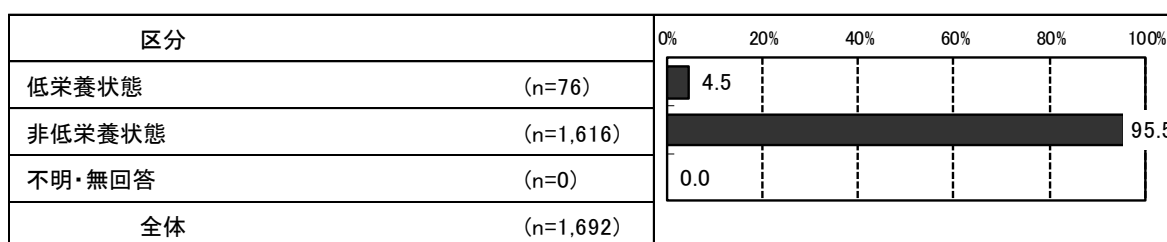
(2) 転倒リスク



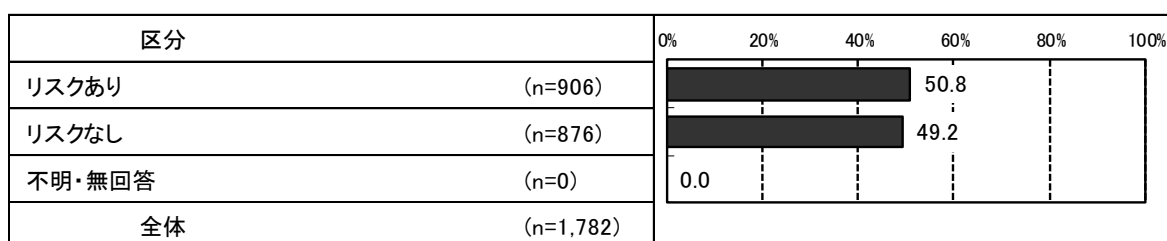
(3) 閉じこもり傾向



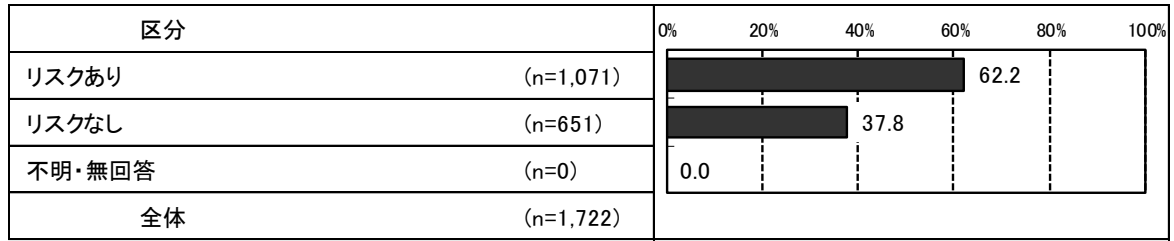
(4) 低栄養状態



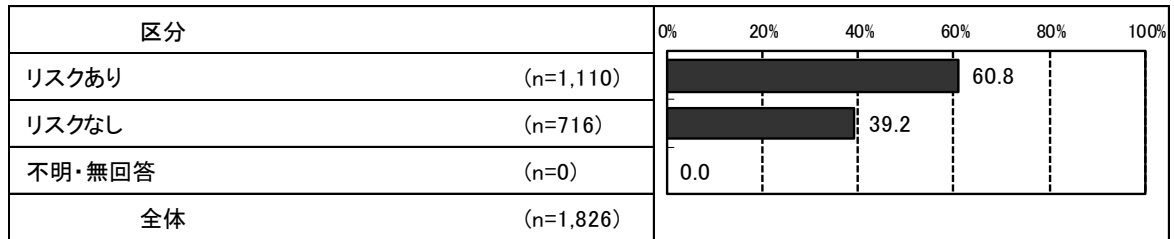
(5) 口腔機能の低下リスク



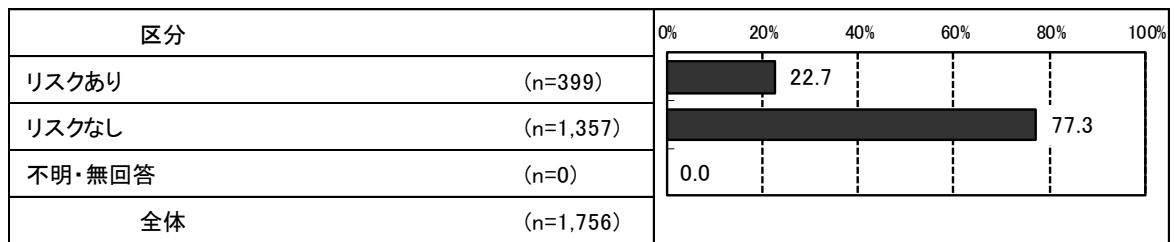
(6) うつ傾向リスク



(7) 認知機能の低下リスク



(8) IADLの低下リスク

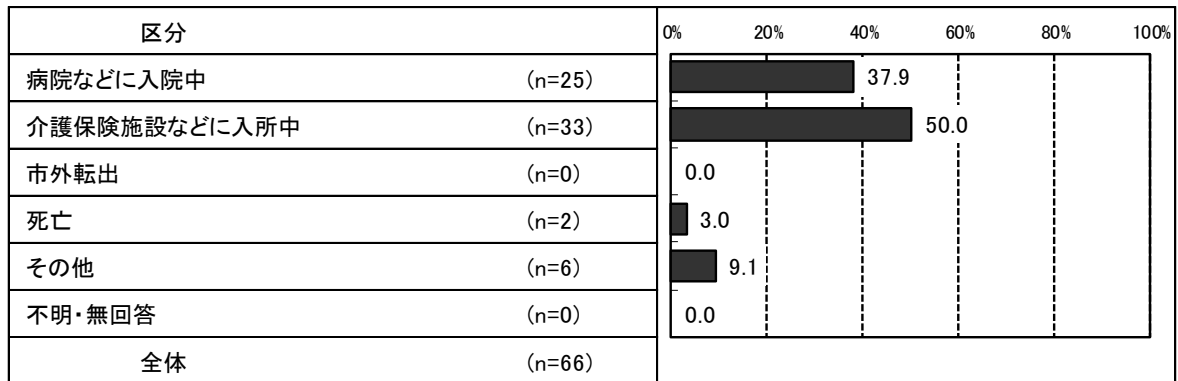


在宅介護実態調査の結果

1. あて名のご本人について

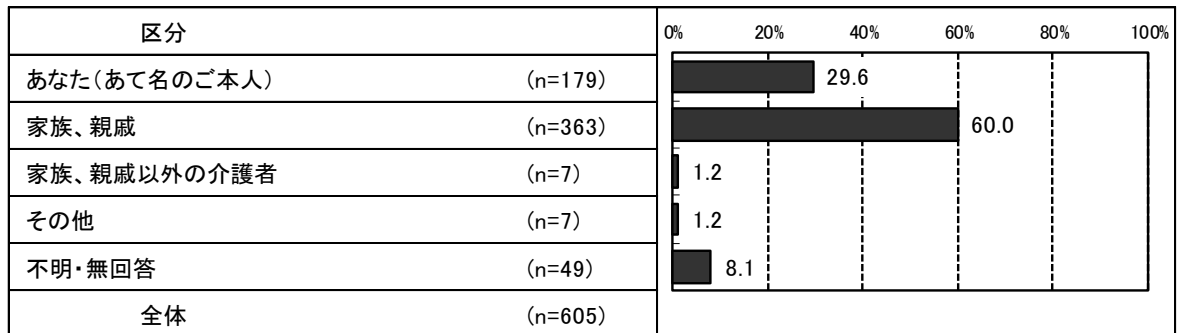
◇ 調査対象の高齢者の方が何らかの事情により回答できない理由

- 回答できない理由については、「介護保険施設などに入所中」が50.0%で最も多く、「病院などに入院中」(37.9%)、「その他」(9.1%)がつづいています。



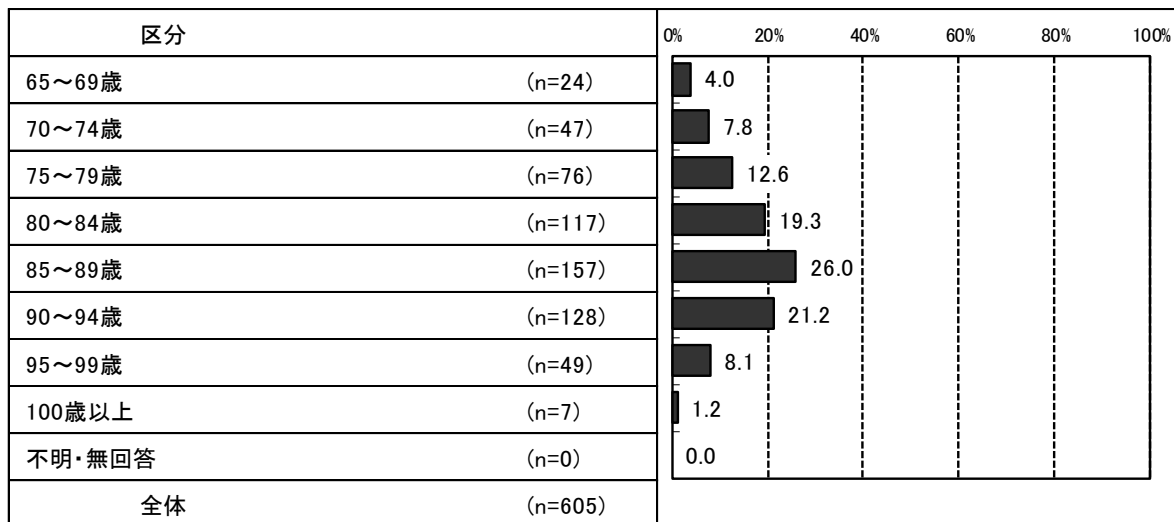
◇ この調査票に回答しておられる方はどなたですか。（1つを選択）

- 調査票の回答者については、「家族、親戚」が60.0%で最も多く、「あなた（あて名のご本人）」(29.6%)、「家族、親戚以外の介護者」と「その他」が、ともに1.2%がつづいています。



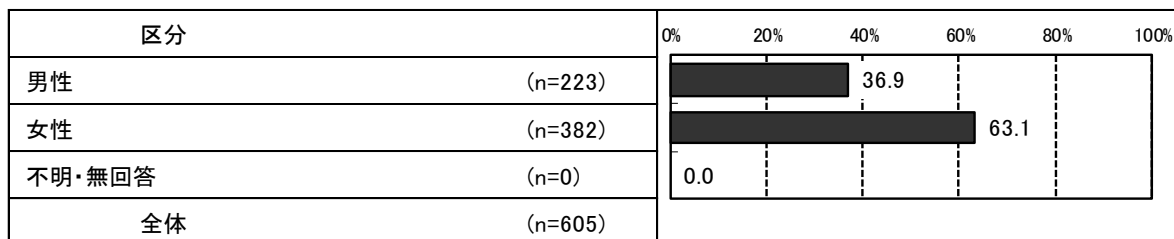
◇ 年齢

■ 年齢については、「85～89歳」が26.0%で最も多く、「90～94歳」(21.2%)、「80～84歳」(19.3%)が
つづいています。平均は84.9歳となっています。



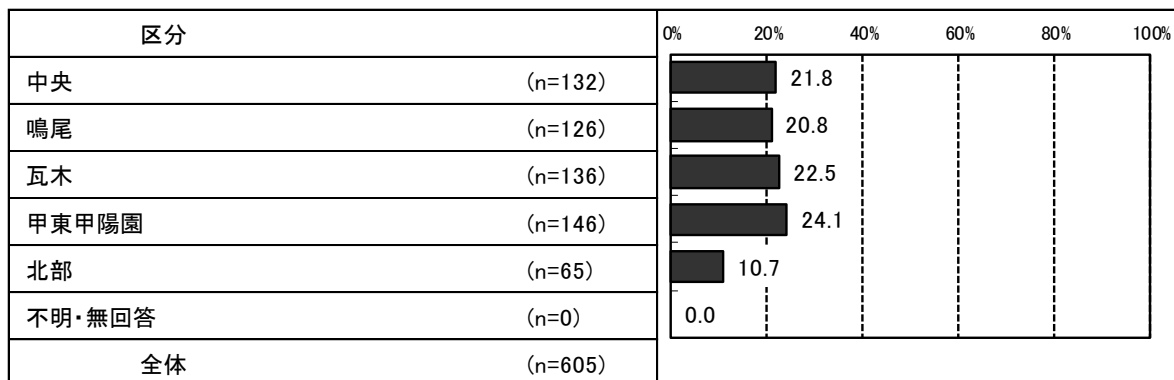
◇ 性別

■ 性別については、「女性」が63.1%、「男性」が36.9%となっています。平均は84.9性となっていま
す。



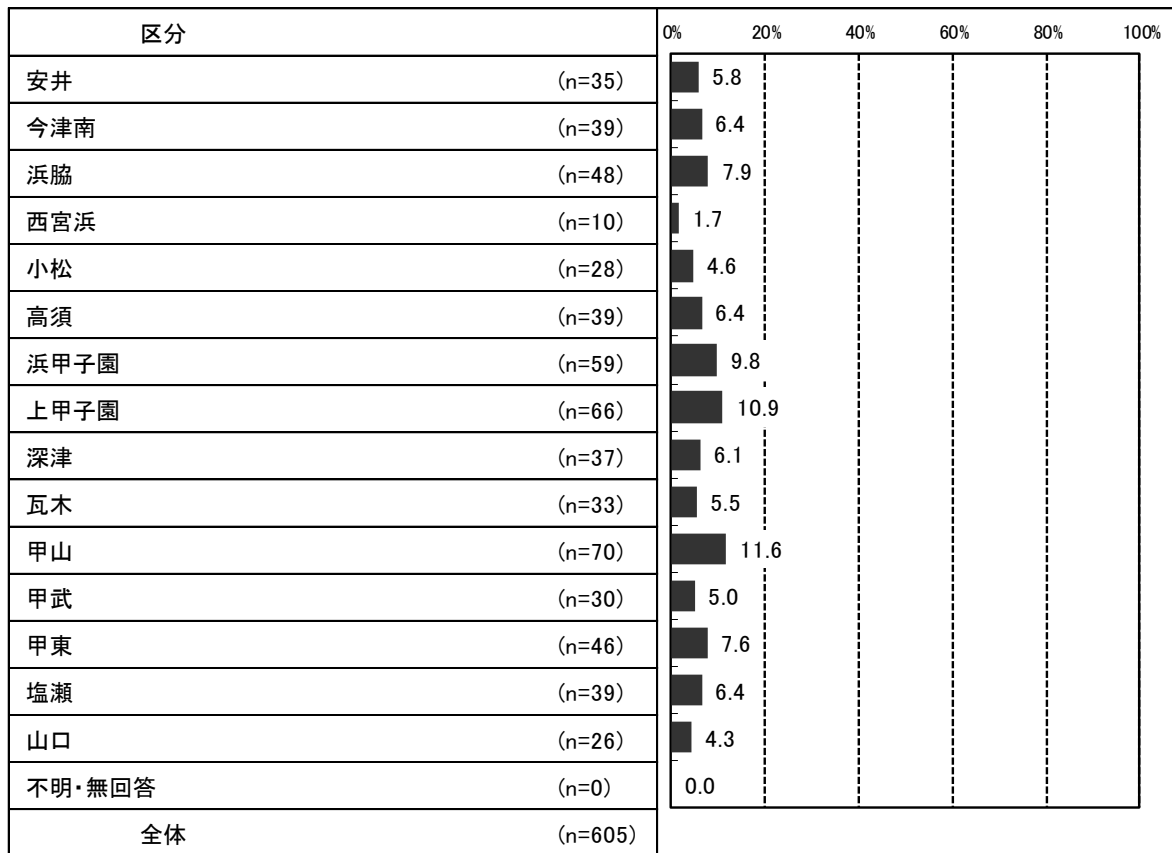
◇ 地域包括圏域

■ 日常生活圏域については、「甲東甲陽園」が24.1%で最も多く、「瓦木」(22.5%)、「中央」(21.8%)が
つづいています。



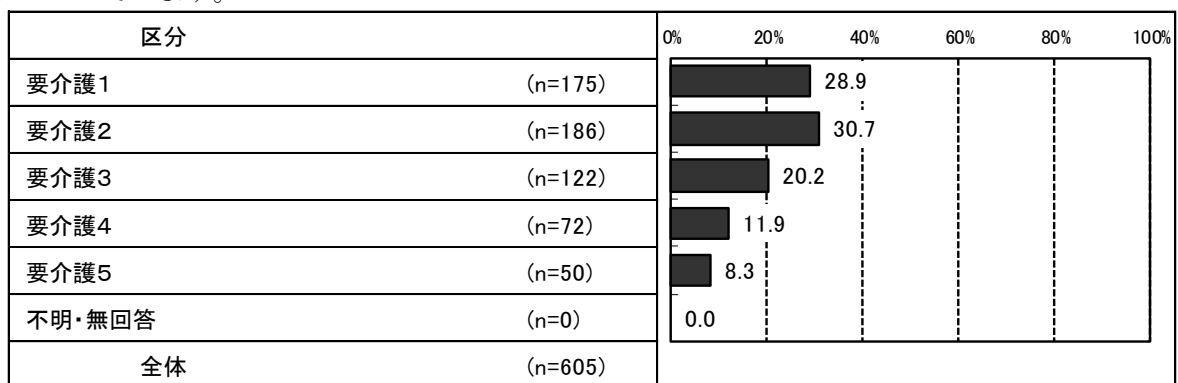
◇ 日常生活圏域

- 日常生活圏域については、「甲山」が11.6%で最も多く、「上甲子園」(10.9%)、「浜甲子園」(9.8%)がつづいています。



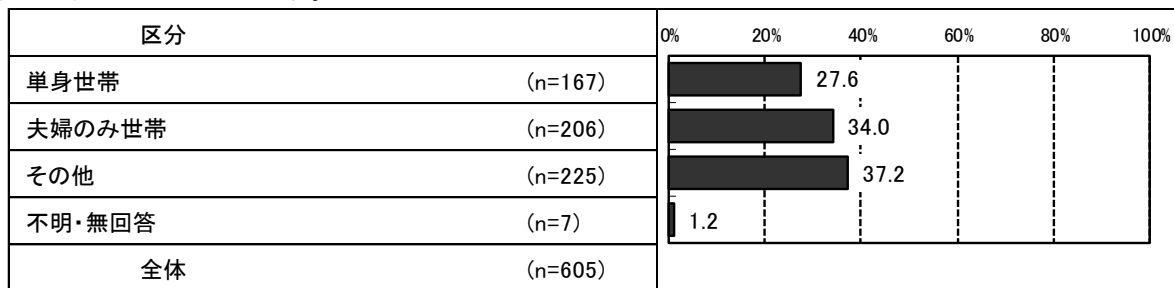
◇ 要介護区分

- 要介護状態については、「要介護2」が30.7%で最も多く、「要介護1」(28.9%)、「要介護3」(20.2%)がつづいています。



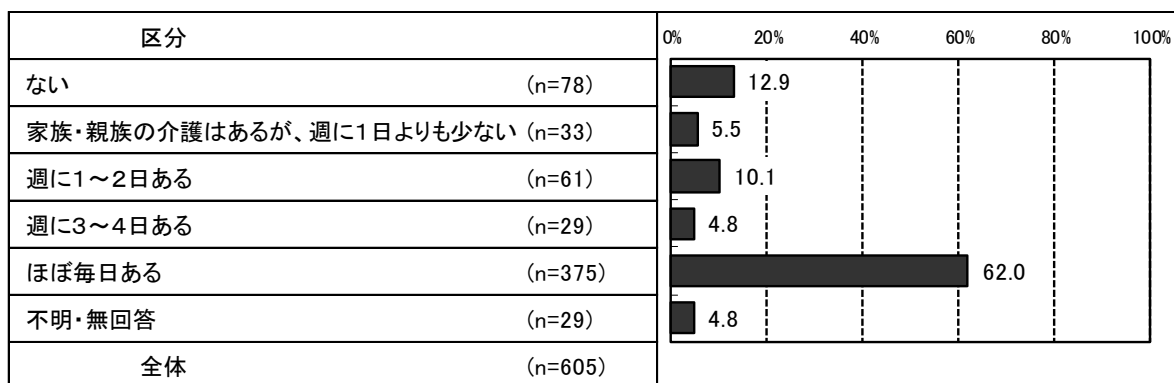
問1 世帯類型について、ご回答ください。（1つを選択）

- 世帯類型については、「その他」が37.2%で最も多く、「夫婦のみ世帯」(34.0%)、「単身世帯」(27.6%)がづづいています。



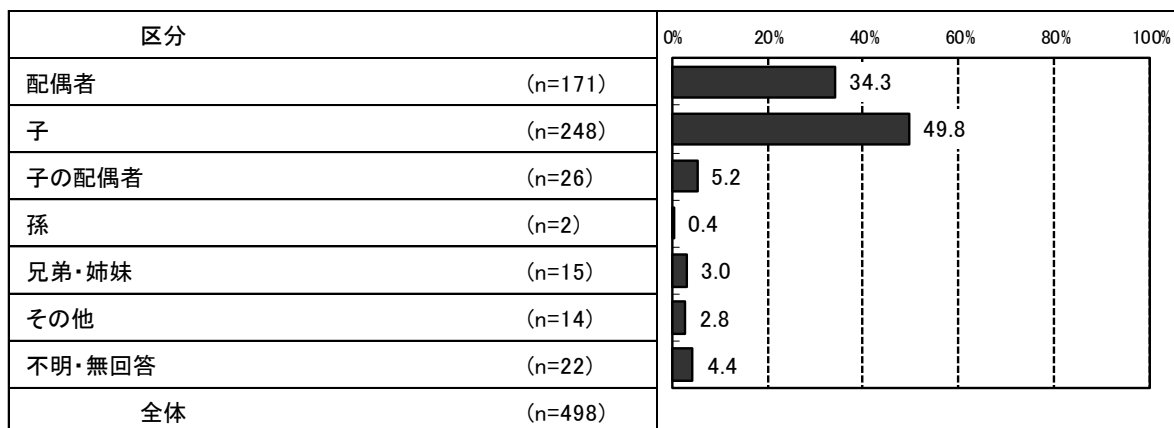
問2 ご家族やご親族の方からの介護は、週にどのくらいありますか（同居していない子どもや親族等からの介護を含む）。（1つを選択）

- 家族や親族からの介護の頻度については、「ほぼ毎日ある」が62.0%で最も多く、「ない」(12.9%)、「週に1～2日ある」(10.1%)がづづいています。



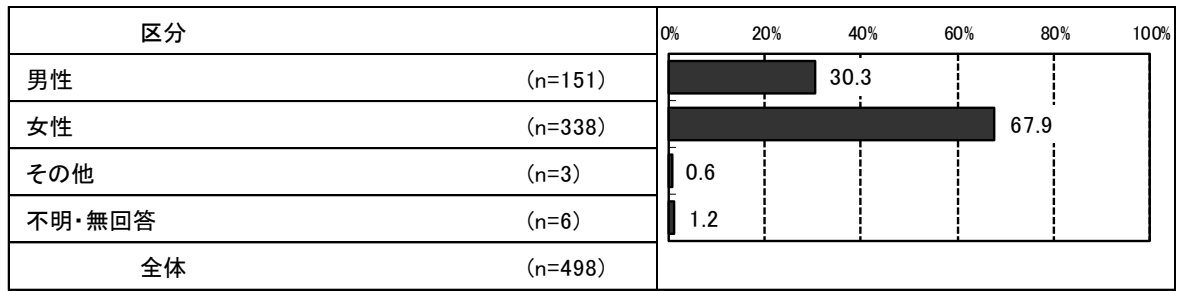
問3 主な介護者の方は、どなたですか。（1つを選択）

- 主な介護者については、「子」が49.8%で最も多く、「配偶者」(34.3%)、「子の配偶者」(5.2%)がづづいています。



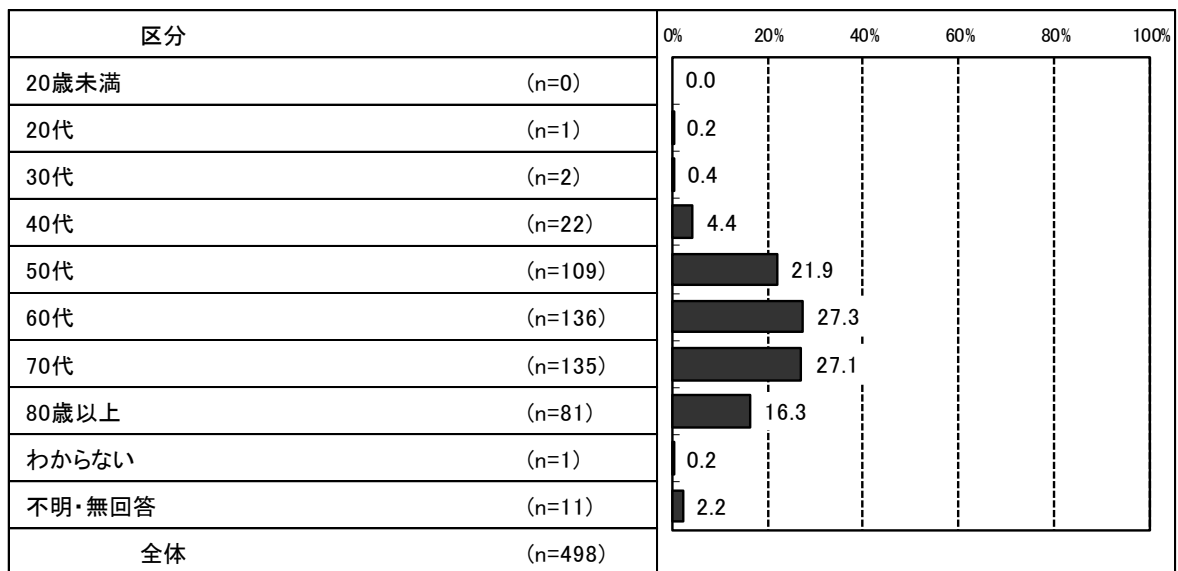
問4 主な介護者の方の性別について、ご回答ください。（1つを選択）

- 主な介護者の性別については、「女性」が67.9%で最も多く、「男性」(30.3%)、「その他」(0.6%)がつづいています。



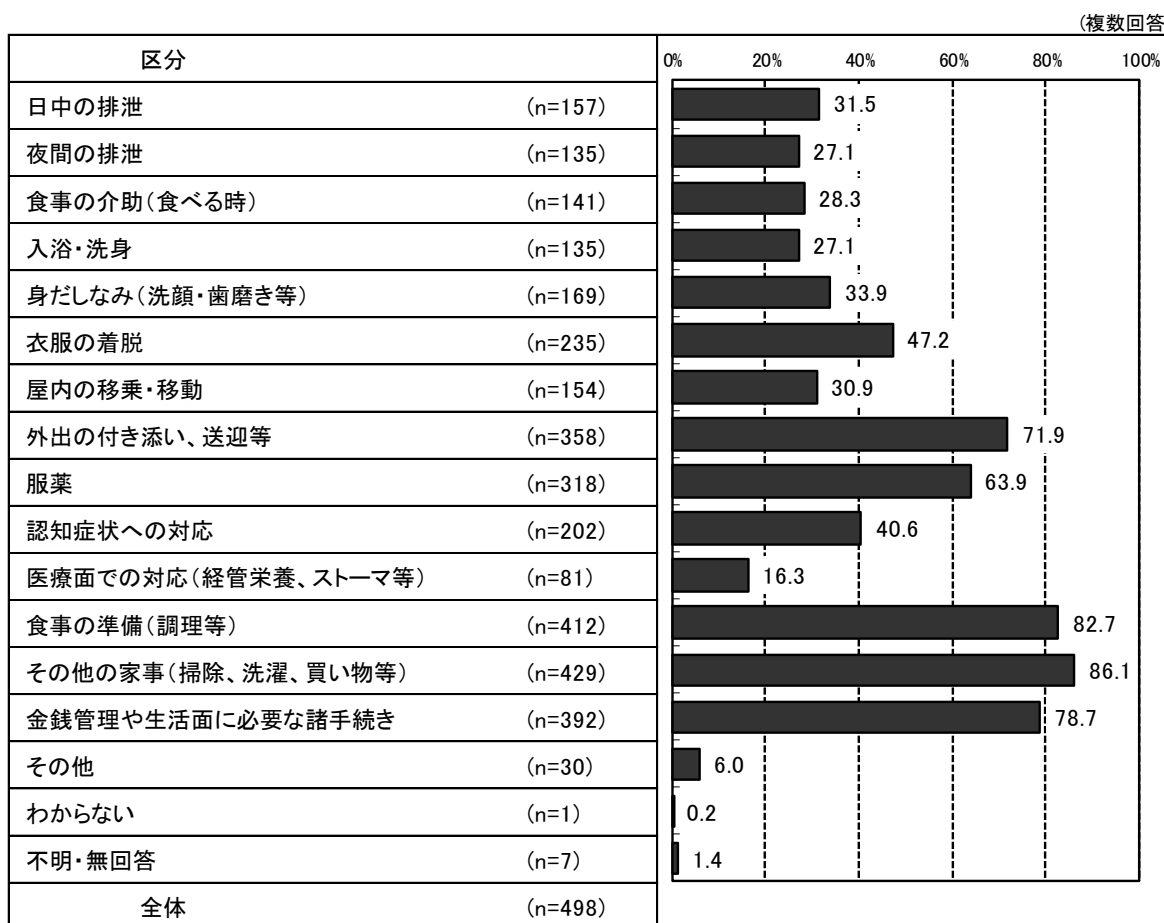
問5 主な介護者の方の年齢について、ご回答ください。（1つを選択）

- 主な介護者の年齢については、「60代」が27.3%で最も多く、「70代」(27.1%)、「50代」(21.9%)がつづいています。



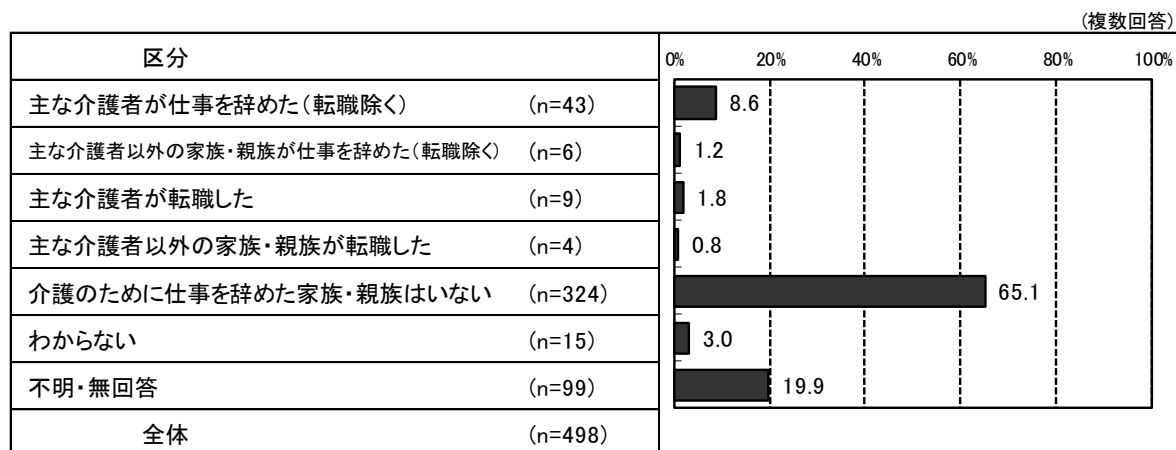
問6 現在、主な介護者の方が行っている介護等について、ご回答ください。（複数選択可）

■ 主な介護者が行っている介護等については、「その他の家事（掃除、洗濯、買い物等）」が86.1%で最も多く、「食事の準備（調理等）」（82.7%）、「金銭管理や生活面に必要な諸手続き」（78.7%）がつづいています。



問7 ご家族やご親族の中で、ご本人の介護を主な理由として、過去1年の間に仕事を辞めた方はいますか（現在働いているかどうかや、現在の勤務形態は問いません）。（複数選択可）

■ 過去1年間の介護離職については、「介護のために仕事を辞めた家族・親族はいない」が65.1%で最も多く、「主な介護者が仕事を辞めた（転職除く）」(8.6%)、「わからない」(3.0%)がつづいていきます。

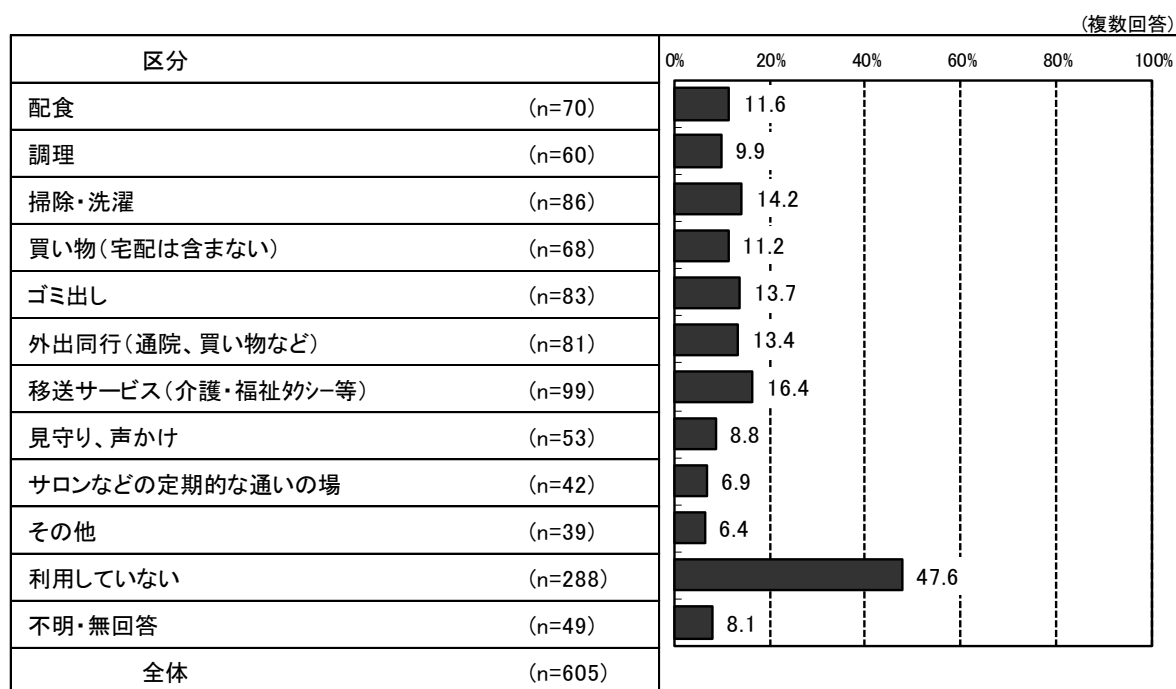


※自営業や農林水産業のお仕事を辞めた方を含みます。

●ここからは、全ての方がお答えください。

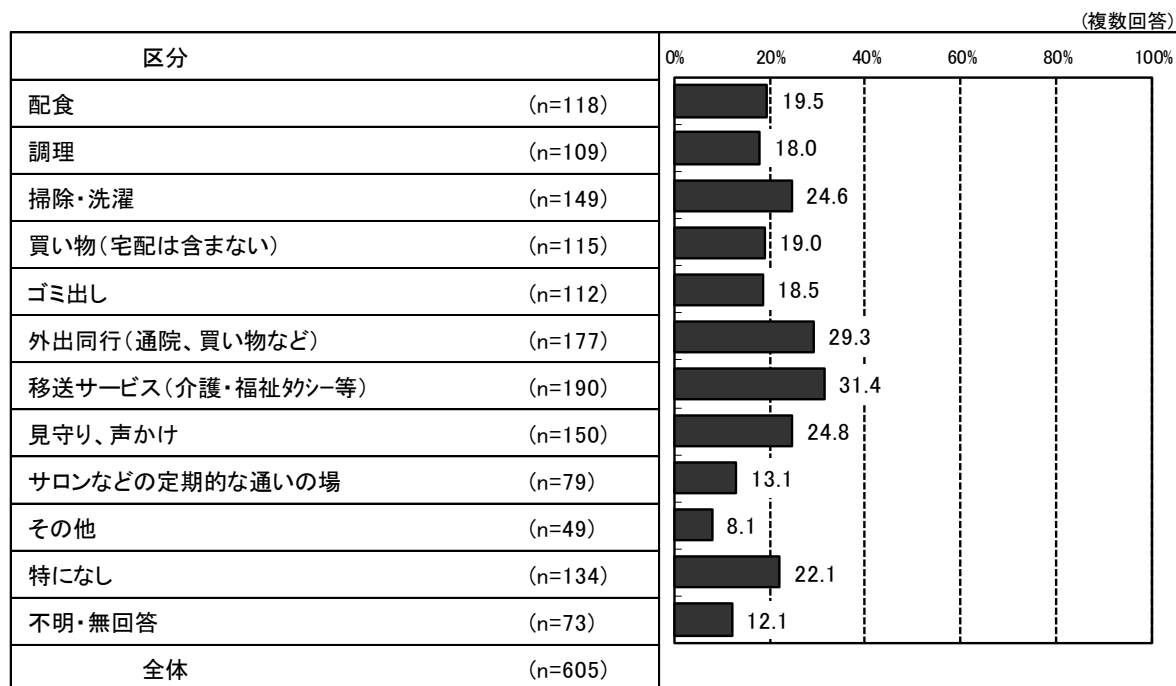
問8 現在、利用している、「介護保険サービス以外」の支援・サービスについて、ご回答ください。（複数選択可）

■ 「介護保険サービス以外」の支援・サービスの利用状況については、「利用していない」が47.6%で最も多く、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」(16.4%)、「掃除・洗濯」(14.2%)がつづいていきます。



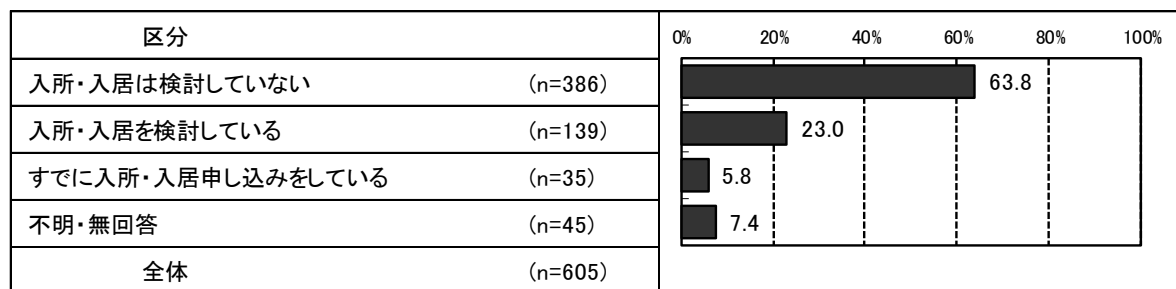
問9 今後の在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス（現在利用しているが、さらなる充実が必要と感じる支援・サービスを含む）について、ご回答ください。（複数選択可）

■ 今後の在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスについては、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」が 31.4%で最も多く、「外出同行（通院、買い物など）」（29.3%）、「見守り、声かけ」（24.8%）がつづいています。



問10 現時点での、施設等への入所・入居の検討状況について、ご回答ください。（1つを選択）

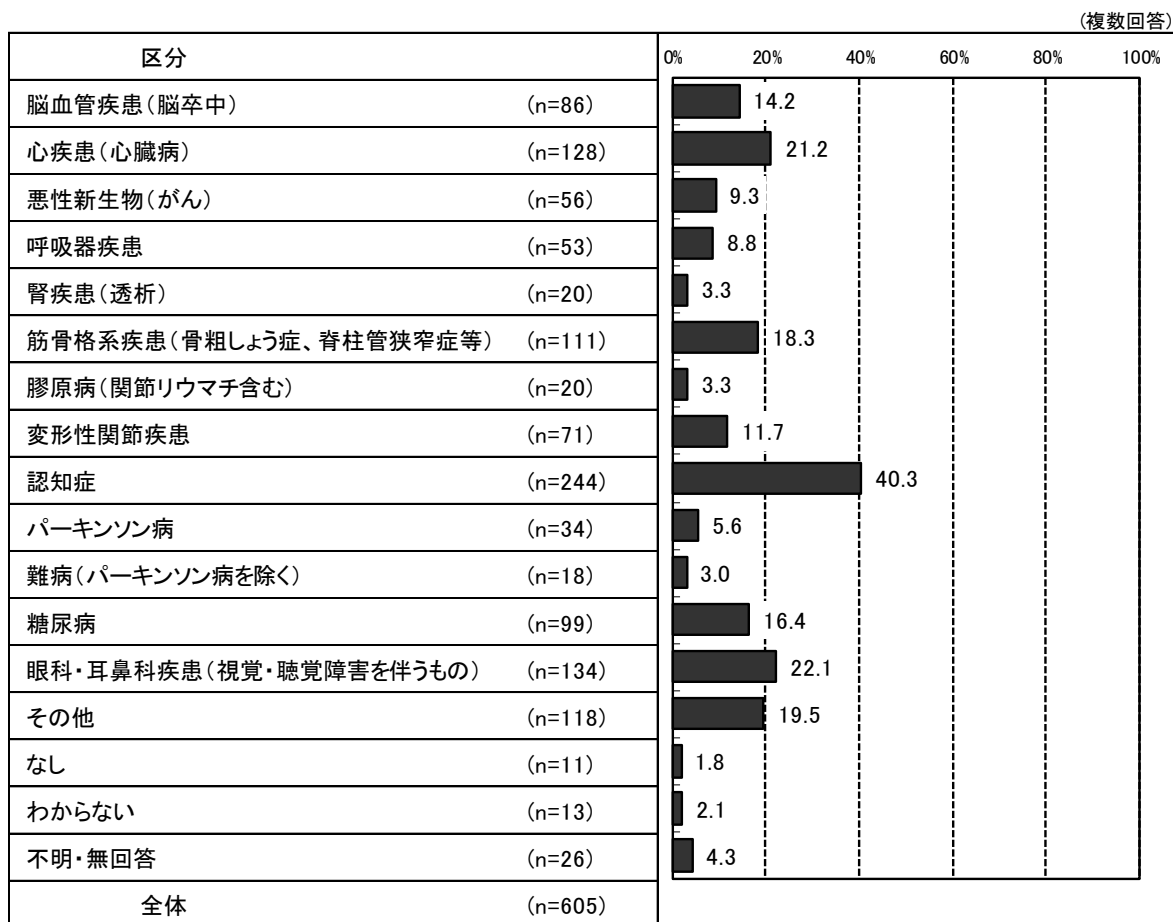
■ 施設等への入所・入居の検討状況について、「入所・入居は検討していない」が 63.8%で最も多く、「入所・入居を検討している」（23.0%）、「すでに入所・入居申し込みをしている」（5.8%）がつづいています。



※「施設等」とは、特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護療養型医療施設、特定施設（有料老人ホーム等）、グループホーム、地域密着型特定施設、地域密着型特別養護老人ホーム、介護医療院をさします。

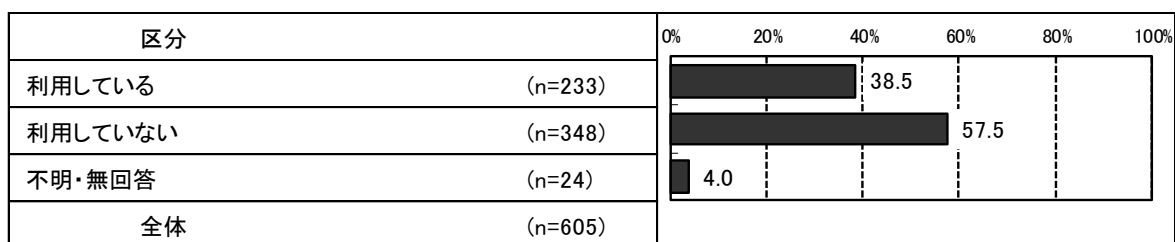
問 11 ご本人が、現在抱えている傷病について、ご回答ください。（複数選択可）

- 現在、抱えている傷病について、「認知症」が 40.3%で最も多く、「眼科・耳鼻科疾患（視覚・聴覚障害を伴うもの）」(22.1%)、「心疾患（心臓病）」(21.2%)がつづいています。



問 12 ご本人は、現在、訪問診療を利用していますか。（1つを選択）

- 訪問診療の利用状況については、「利用していない」が 57.5%、「利用している」が 38.5%となっています。

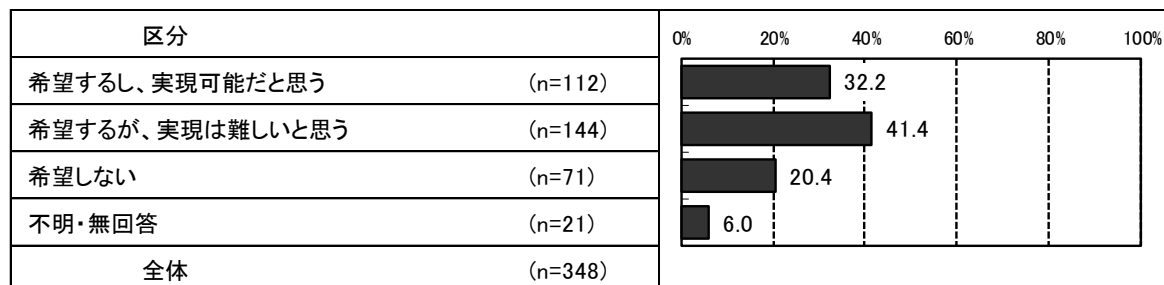


※訪問歯科診療や居宅療養管理指導等は含みません。

問 12-1 問 12 で「2. 利用していない」と回答した方にお伺いします。

あなたは、病気などで長期の療養が必要となった場合、訪問診療を含め、在宅で医療を受けながら療養することを希望しますか。（1つを選択）

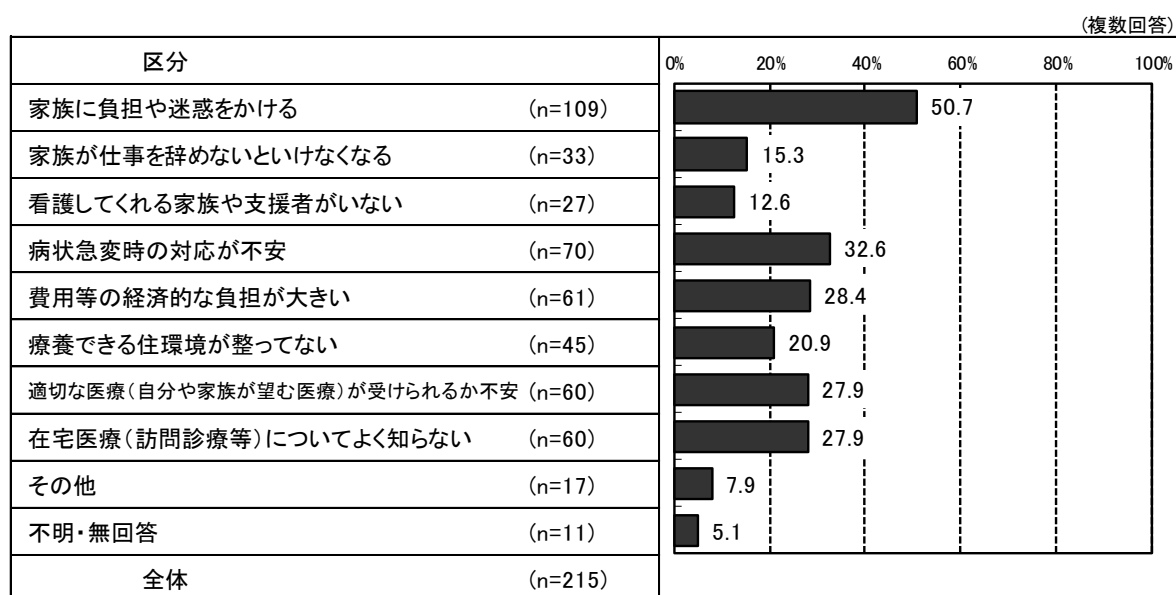
- 在宅で医療を受けながら療養することについては、「希望するが、実現は難しいと思う」が 41.4%で最も多く、「希望するし、実現可能だと思う」（32.2%）、「希望しない」（20.4%）がつづいています。



問 12-2 問 12-1 で「2. 希望するが、実現は難しいと思う」「3. 希望しない」と回答した方にお伺いします。

在宅での医療の実現が難しいと思う理由、希望されない理由は何ですか。（複数選択可）

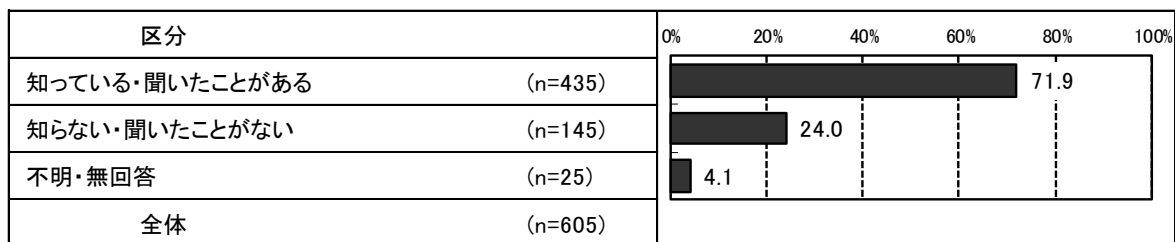
- 在宅での医療の実現が難しい、希望しない理由については、「家族に負担や迷惑をかける」が 50.7%で最も多く、「病状急変時の対応が不安」（32.6%）、「費用等の経済的な負担が大きい」（28.4%）がつづいています。



問 13 あなたは、西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）を知っていますか。

（1つを選択）

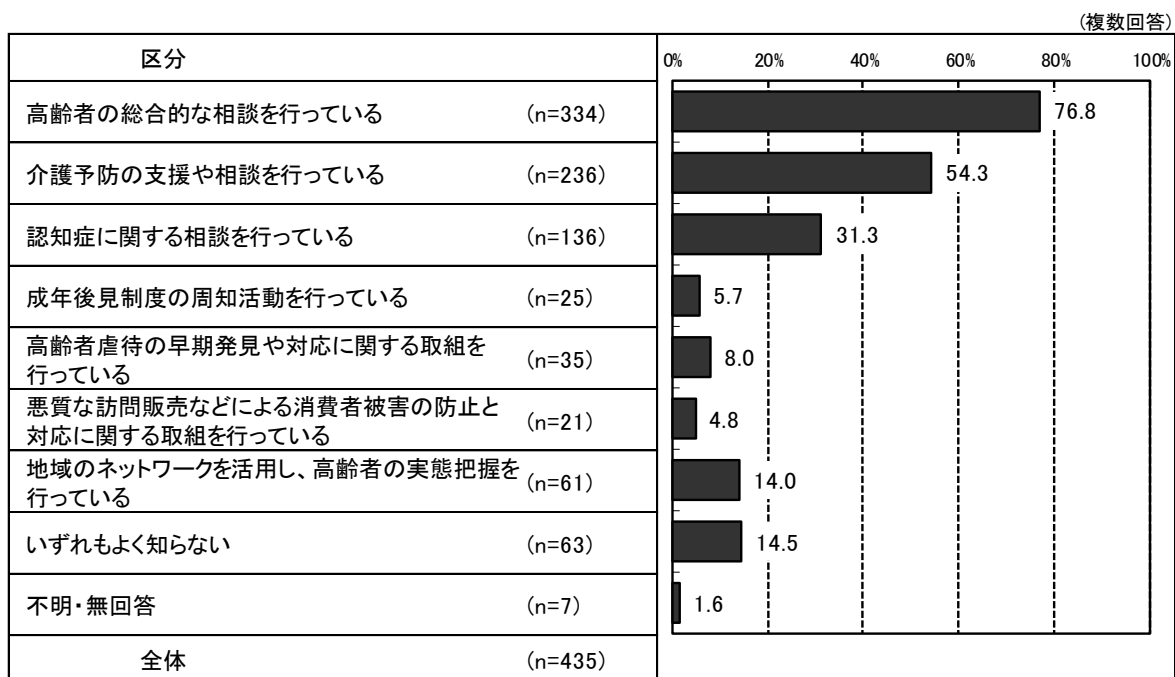
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の認知状況については、「知っている・聞いたことがある」が71.9%、「知らない・聞いたことがない」が24.0%となっています。



問 13-1 問 13 で「1. 知っている・聞いたことがある」と回答した方にお伺いします。

西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能について、どのような内容を知っていますか。（複数選択可）

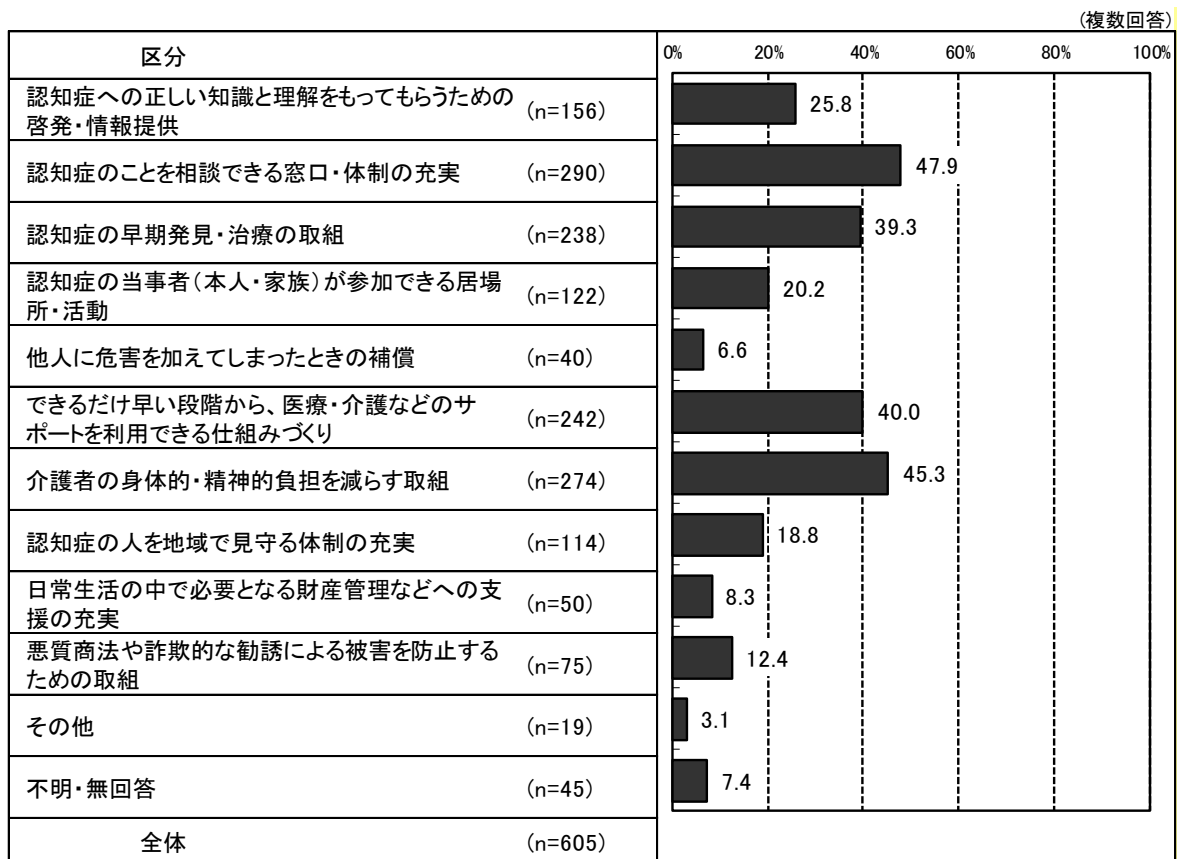
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能の認知状況については、「高齢者の総合的な相談を行っている」が76.8%で最も多く、「介護予防の支援や相談を行っている」(54.3%)、「認知症に関する相談を行っている」(31.3%)がつづいています。



問 14 高齢化の進展に伴い、認知症の方は今後さらに増加していくと予測されています。あなたは認知症の方への支援として、どのような取組みが必要であると思いますか。

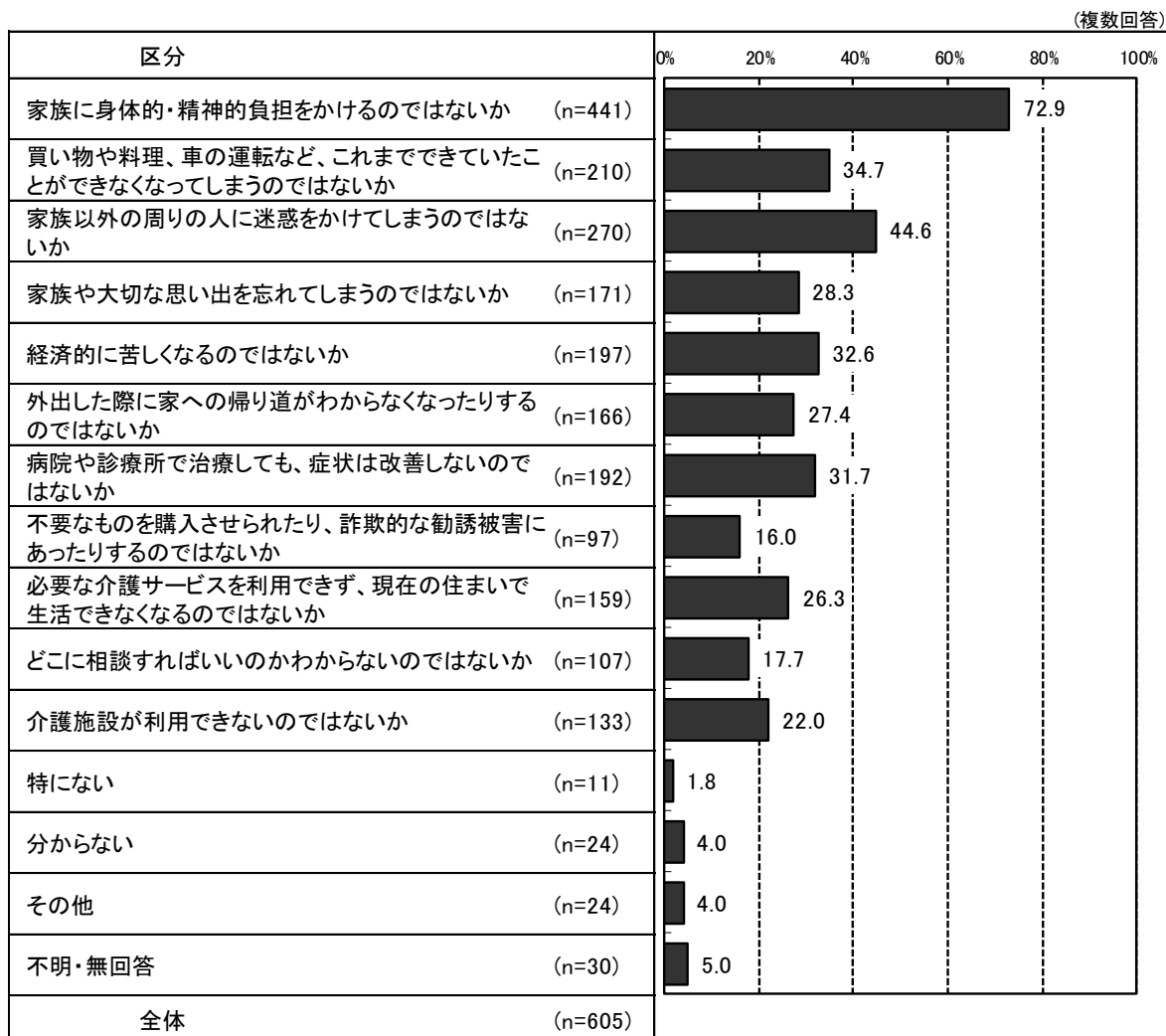
(3つまで選択可)

- 認知症の方への支援として、どのような取組みが必要かについては、「認知症のことを相談できる窓口・体制の充実」が47.9%で最も多く、「介護者の身体的・精神的負担を減らす取組」(45.3%)、「できるだけ早い段階から、医療・介護などのサポートを利用できる仕組みづくり」(40.0%)がつついでいます。



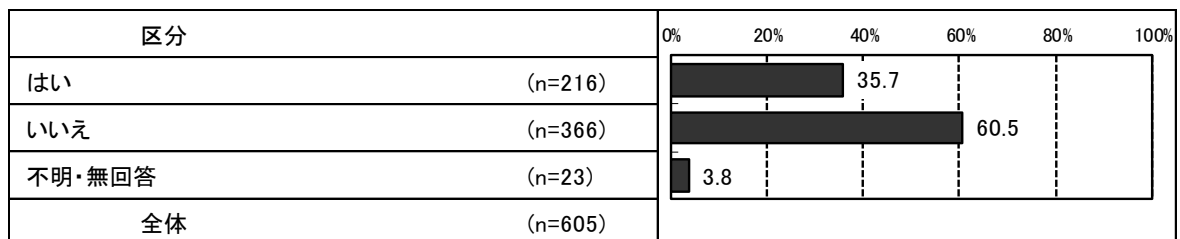
問 15 あなたが認知症になった場合（または、認知症が進行した場合）、どのようなことに不安を感じますか。（複数選択可）

■ 認知症になった場合どのようなことに不安を感じるかについては、「家族に身体的・精神的負担をかけるのではないか」が 72.9%で最も多く、「家族以外の周りの人に迷惑をかけてしまうのではないか」(44.6%)、「買い物や料理、車の運転など、これまでできていたことができなくなってしまうのではないか」(34.7%)がつづいています。



問 16 認知症に関する相談窓口を知っていますか。（1つを選択）

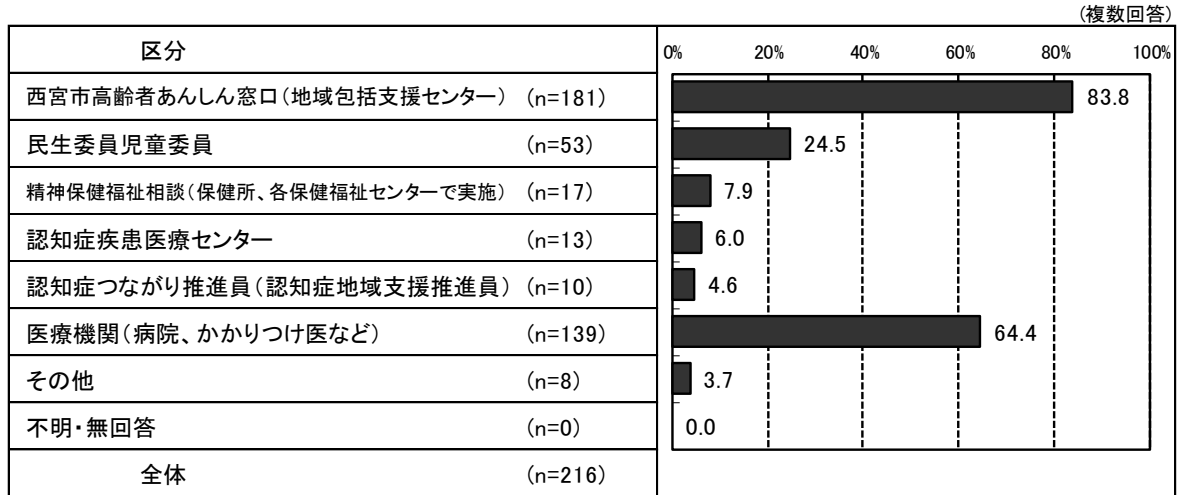
■ 認知症に関する相談窓口の認知状況については、「いいえ」が 60.5%、「はい」が 35.7%となっています。



問 16-1 問 16 において「1. はい」と回答した方にお伺いします。

認知症についての相談先としてどんなところをご存知ですか。（複数選択可）

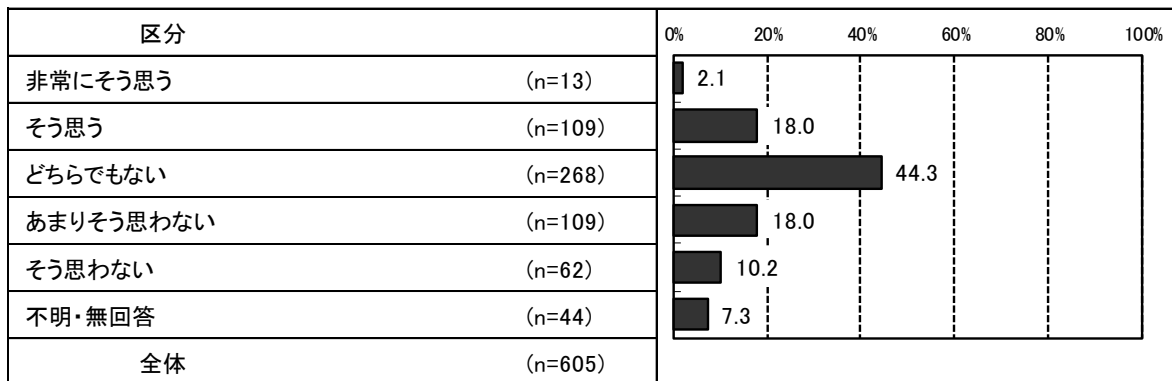
- 西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）の役割・機能の認知状況については、「西宮市高齢者あんしん窓口（地域包括支援センター）」が 83.8%で最も多く、「医療機関（病院、かかりつけ医など）」（64.4%）、「民生委員児童委員」（24.5%）がつづいています。



問 17 西宮市は「認知症の方にとって安心して暮らすことができるまち」だと思いますか。

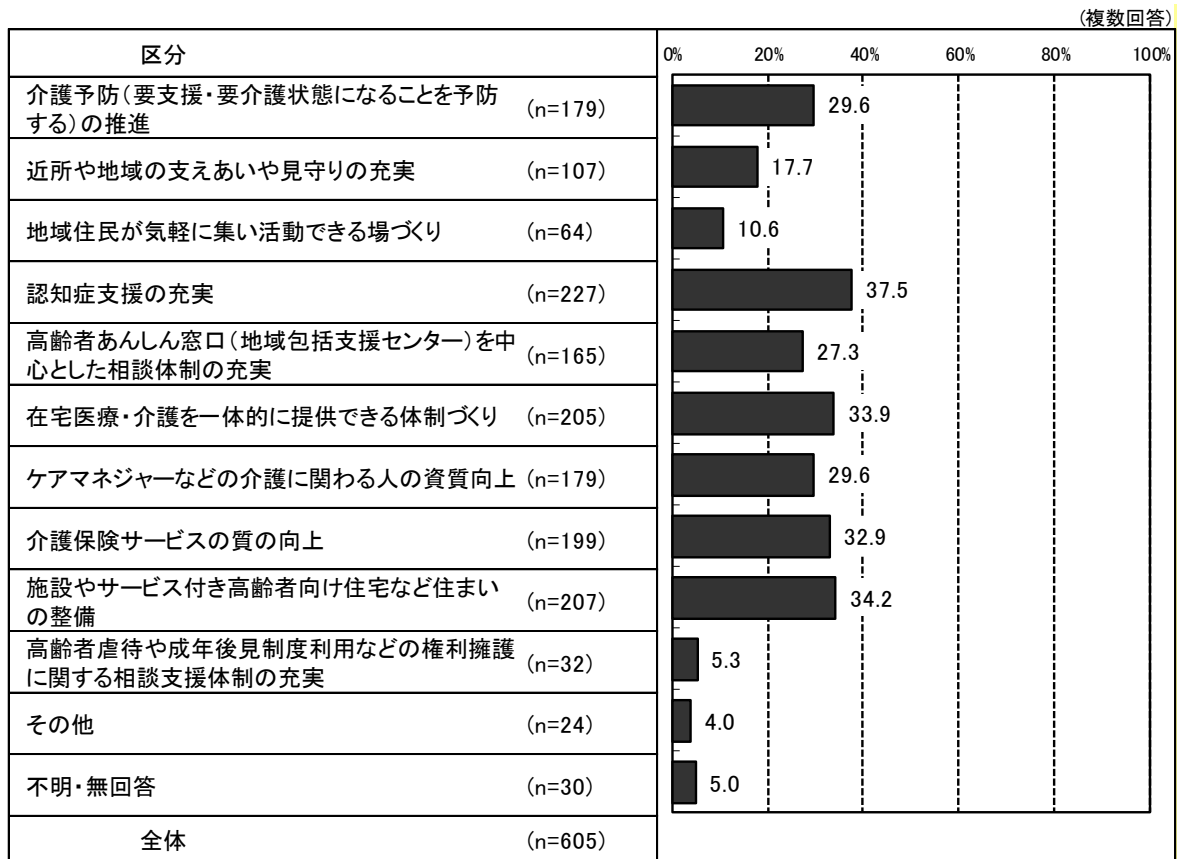
(1つを選択)

- 西宮市は「認知症の方にとって安心して暮らすことができるまち」だと思うかについては、「どちらでもない」が 44.3%で最も多く、「そう思う」と「あまりそう思わない」が、ともに 18.0%、「そう思わない」(10.2%)がつづいています。



問 18 あなたは、これからの本格的な高齢社会に対応していくため、西宮市は何に力を入れていくべきだと思いますか。（3つまでに○）

- 高齢社会に対応するため、西宮市が力を入れるべきことについては、「認知症支援の充実」が 37.5%で最も多く、「施設やサービス付き高齢者向け住宅など住まいの整備」(34.2%)、「在宅医療・介護を一体的に提供できる体制づくり」(33.9%)がつづいています。



- 問2で「2.」～「5.」を選択された場合（あて名のご本人がご家族・ご親族の方からの介護を受けている場合）は、以下の「主な介護者の方」に関する設問へのご回答・ご記入をお願いします。
- 「主な介護者の方」のご回答・ご記入が難しい場合は、ご本人様（あて名のご本人様）にご回答・ご記入をお願いします。（ご本人様のご回答・ご記入が難しい場合は、無回答で結構です。）

2. 主な介護者の方について

問19 主な介護者の方の現在の勤務形態について、ご回答ください。（1つを選択）

- 主な介護者の勤務形態については、「働いていない」が53.8%で最も多く、「フルタイムで働いている」(22.9%)、「パートタイムで働いている」(17.1%)がつづいています。

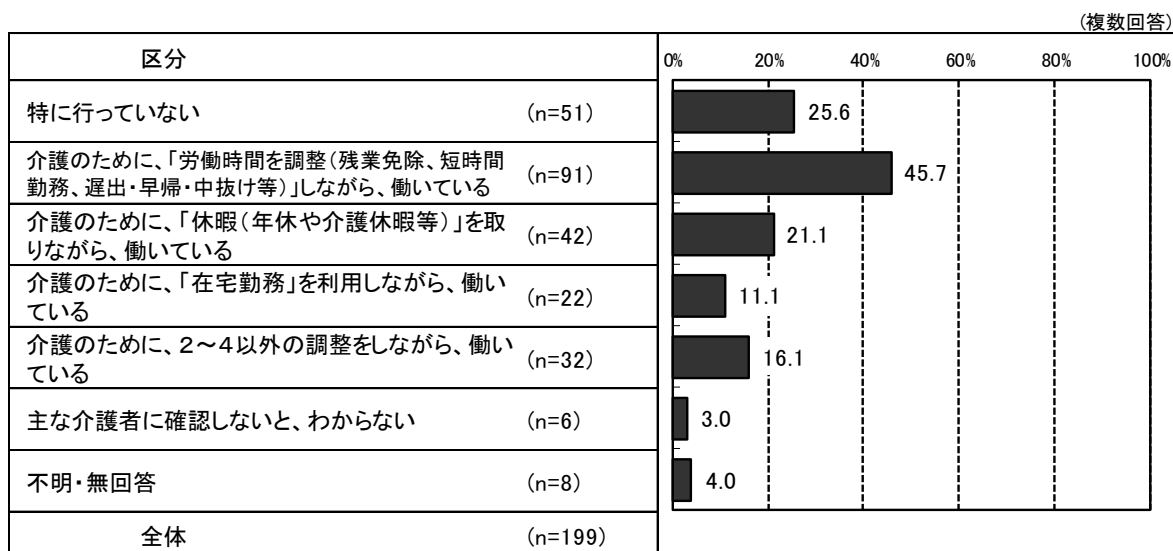


※「パートタイム」とは、「1週間の所定労働時間が、同一の事業所に雇用される通常の労働者に比べて短い方」が該当します。いわゆる「アルバイト」、「嘱託」、「契約社員」等の方を含みます。自営業・フリーランス等の場合も、就労時間・日数等から「フルタイム」・「パートタイム」のいずれかを選択してください。

問20 問19で「1.」「2.」と回答した方にお伺いします。

主な介護者の方は、介護をするにあたって、何か働き方についての調整等をしていますか。（複数選択可）

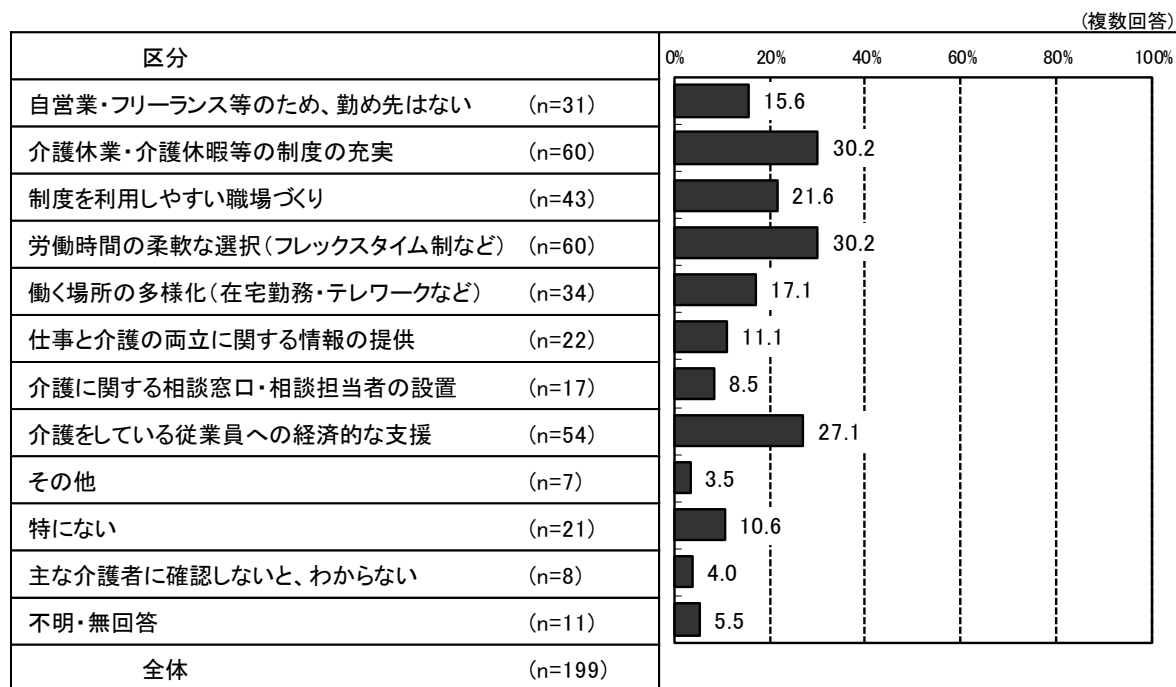
- 介護をするにあたって、働き方の調整等をしているかについては、「介護のために、「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら、働いている」が45.7%で最も多く、「特に行っていない」(25.6%)、「介護のために、「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている」(21.1%)がつづいています。



問 21 問 19 で「1.」「2.」と回答した方にお伺いします。

主な介護者の方は、勤め先からどのような支援があれば、仕事と介護の両立に効果があると思いますか。（3つまで選択可）

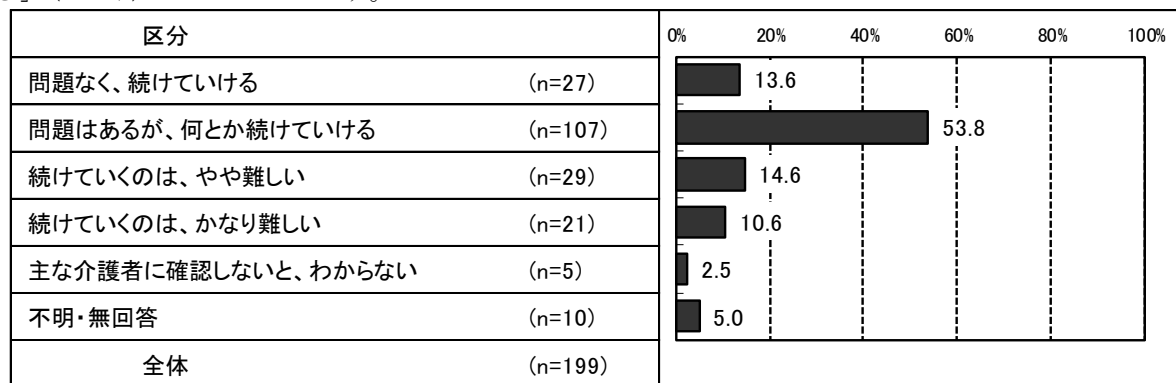
- 仕事と介護の両立のために効果があると思う勤め先からの支援については、「介護休業・介護休暇等の制度の充実」と「労働時間の柔軟な選択（フレックスタイム制など）」が、ともに 30.2%で最も多く、「介護をしている従業員への経済的な支援」（27.1%）、「制度を利用しやすい職場づくり」（21.6%）がつづいています。



問 22 問 19 で「1.」「2.」と回答した方にお伺いします。

主な介護者の方は、今後も働きながら介護を続けていけそうですか。（1つを選択）

- 主な介護者は今後も働きながら介護を続けていけそうかについては、「問題はあるが、何とか続けていける」が 53.8%で最も多く、「続けていくのは、やや難しい」（14.6%）、「問題なく、続けていける」（13.6%）がつづいています。



問 23 現在の生活を継続していくにあたって、主な介護者の方が不安に感じる介護等について、ご回答ください（現状で行っているか否かは問いません）。（3つまで選択可）

■ 主な介護者が不安に感じる介護等については、「認知症状への対応」が39.4%で最も多く、「夜間の排泄」(33.9%)、「入浴・洗身」(31.7%)がつづいています。

