

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査概要  
(高齢者の生活に関するアンケート概要)

平成 29 年 8 月

赤穂市

## 1. 調査概要

### 【調査目的】

本調査は、地域の状況に適した施策を推進するにあたり、高齢者のみなさまの生活のご様子や、今後の生活についてのご希望などを把握することを目的として実施しました。

### 【調査の実施について】

調査年度	平成 28 年度	(参考) 平成 26 年度
調査名	高齢者の生活に関するアンケート	介護保険・保健福祉に関するアンケート調査
調査対象	65 歳以上の方で要介護 1 から 5 の方を除く 2,500 人（無作為抽出）	65 歳以上の方で要支援 1 から要介護 2 までの認定者 500 人（無作為抽出）
調査機関	平成 29 年 1 月 10 日～1 月 24 日	平成 26 年 7 月 18 日～7 月 31 日
調査方法	郵送配布・郵送回収	郵送配布・郵送回収
回収数	1,955 件（回収率：78.2%）	325 件（回収率：65.0%）

## 2. 回答者の属性

- ・報告書をご確認ください。

## 3. 家族や生活状況について

### (1) ご家族や生活の状況について

- ・「一人暮らし」「夫婦二人暮らし」を合わせると、62.3%を占めています。

### (2) 暮らし・住まいの状況

#### ①介護・介助の必要性

- ・「介護・介助は必要ない」が 80.8%と最も多く、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が 8.6%、「現在、何らかの介護を受けている」が 5.5%となっています。

#### ②介護・介助が必要になった主な原因

- ・「高齢による衰弱」が 25.0%、次いで、「骨折・転倒」が 18.5%、「心臓病」が 16.3%となっています。

#### ③主な介護者

- ・「配偶者（夫・妻）」が 33.6%、次いで、「娘」が 32.7%、「介護サービスのヘルパー」が 27.1%となっています。

#### ④経済状況

- ・「苦しい」、「やや苦しい」を合わせた“苦しい”が 30.9%となっています。

#### ⑤住まいの状況

- ・「持ち家（一戸建て）」が 90.7%と最も多く、次いで「公営賃貸住宅」が 2.6%となってい

ます。

・「持ち家（一戸建て）」と「持ち家（集合住宅）」を合わせると、91.4%を占めています。

#### 【 状 況 考 察 】

高齢者のみの世帯や、高齢者が高齢者を介護する「老老介護」の世帯、経済状況が苦しい世帯などが多くなっており、家族の力だけで介護を続けることが困難となっている状況がうかがえます。今後、地域での支え合いを含めた、見守りや日常生活の支援がより一層重要になると考えられます。

## 4. 運動・外出について

### （1）運動・転倒の状況

・椅子からの立ち上がりや15分程度の歩行については7割以上が“できる”と回答していますが、階段を手すりや壁をつたわずに昇ることについては、“できない”が2割を超えています。

・転倒に対しては51.9%が不安を感じています。

○運動器機能の低下リスクの該当者は19.0%で、要支援1・2では7割を超えています。

○転倒リスクの該当者は31.7%で、要支援1・2では6割を超えています。転倒リスク該当者のうち74.3%が、転倒に対する“不安”を感じています。

#### 【 状 況 考 察 】

高齢者の転倒に対する不安が高くなっています。運動器機能の低下リスクや、転倒リスクに該当する高齢者は、転倒により骨折しやすく要介護状態となりやすい状況にあると考えられます。しかし、このような高齢者でも、椅子からの立ち上がりや15分程度の歩行など、ある程度の運動能力は保たれているケースも多く、転倒予防の取組みが重要と考えられます。

### （2）外出の状況

#### ①外出の頻度

・「週1回」以上外出する人が9割を超えています。

・外出の回数が“減っている”人は、24.4%となっています。

○閉じこもりのリスクの該当者は19.7%で、要支援1・2では4割を超えています。

○閉じこもりのリスク該当者では52.8%が、外出の回数が“減っている”と回答しています。

○坂越・高雄、有年の圏域では2割を超えています。

#### ②外出を控えているか

・外出を控えている人は22.6%となっています。

・外出を控えている理由は、「足腰などの痛み」が57.8%と最も多く、次いで、「トイレの心配（失禁など）」が17.9%、「交通手段がない」が17.2%となっています。

#### ③外出の際の移動手段

・「自動車（自分で運転）」が51.4%と最も多く、次いで、「徒歩」が45.9%、「自転車」が

42.2%となっています。

- ・閉じこもりのリスクの該当者は、「自動車（人に乗せてもらう）」が多くなっています。

#### 【 状 況 考 察 】

加齢とともに外出の回数が減り、閉じこもりがちとなる高齢者が多くなっています。外出の際の移動手段としては「自動車（自分で運転）」が5割以上と多く、また、外出を控えている方の理由としては「交通手段がない」が比較的多いことから、加齢にともない、自分で運転をしなくなった（できなくなった）高齢者が、外出しにくくなっている状況がうかがえます。

## 5. 口腔・栄養について

### （1）口腔

#### ①口内の健康状態

- ・半年前に比べて固いものが食べにくくなった人は3割を超えています。
- 口腔機能の低下リスクの該当者は23.7%で、要支援1・2では4割を超えています。

#### ②歯の状況

- ・歯の噛み合わせがよくない人は16.4%となっています。
- ・「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」の人は23.6%となっています。

#### 【 状 況 考 察 】

口腔機能の低下リスクの該当者が加齢とともに増加しており、その理由の一つとして、噛み合わせの問題や、入れ歯の利用が背景にあると推察されます。

### （2）栄養

#### ①体重の状況

- ・BMIで「痩せ（18.5未満）」と判定された人は6.9%、反対に「肥満（25.0以上）」と判定された人は22.2%となっています。
- 低栄養のリスクの該当者は0.9%となっています。

#### ②孤食の状況

- ・42.1%の人が孤食の時があると回答しています。
- 閉じこもりのリスクの該当者では、半数を超える人が孤食の時があると回答しています。

#### 【 状 況 考 察 】

体重が適切な範囲に無い高齢者が3割近くとなっています。一部の高齢者において、健康的な食生活への意識が低くなっている可能性があります。とくに、一人暮らしの高齢者は、孤食となりがちで、食事の回数や内容などへの関心が低くなるのではないかと懸念されます。

## 6. 日常生活について

### （1）物忘れ

- ・自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしている人は89.6%となっています。
- 認知機能の低下リスクの該当者は46.4%で、要支援1・2では6割となっています。

### 【 状 況 考 察 】

認知機能の低下リスクに、約半数の高齢者が該当しています。今後は、一人暮らし高齢者や後期高齢者の増加が見込まれることから、認知機能の低下した高齢者が地域で安心して暮らせるよう、サポート体制を充実するなどの取組みが重要と考えられます。

### (2) IADL の状況

- ・自分で食事の用意をするの項目で、「できるけどしていない」の割合が他の項目より高くなっています。

○IADLが“低い”人は15.0%で、要支援1・2では約5割となっています。

### 【 状 況 考 察 】

より高次の日常生活動作について、「できるけどしていない」と回答している高齢者が多くみられます。食事の準備など、自分でやろうと思えばできる能力があっても、配偶者や同居の家族に任せた状態となっている高齢者が多くいる可能性があります。

### (3) 社会との関わり

#### ①知的能動性

- ・本や雑誌を読んでいる人は他の項目と比べて少なくなっていますが、健康についての記事や番組に関心がある人は89.5%と割合が高くなっています。

○知的能動性が“低い”人は38.9%で、要支援1・2では約6割となっています。

#### ②社会的役割

- ・友人の家を訪ねている人は他の項目と比べて割合が低くなっています。

○社会的役割が“低い”人は51.3%で、要支援1・2では6割を超えています。

### 【 状 況 考 察 】

知的な好奇心全般については加齢とともに低下しがちですが、健康に関する関心は比較的高く保たれています。健康を維持したいという高齢者の意識が高いためと考えられます。また、他人と関わることへの関心も低下している様子がうかがえます。

### (4) 生活機能全般について

○生活機能が“低い”人は26.7%で、要支援1・2では4割を超えています。

○虚弱のリスクの該当者は7.9%となっており、要支援1・2では約4割となっています。

### 【 状 況 考 察 】

要支援1・2では、虚弱のリスクに該当する高齢者が多くなっており、要介護状態とならないよう介護予防の取組みが重要と考えられます。

### (5) 趣味・生きがいについて

- ・趣味のある人は72.1%となっています。
- ・生きがいのある人は64.2%となっています。
- ・趣味のある人は生きがいがあると答えている割合が78.2%と高くなっています。

### 【 状 況 考 察 】

多くの高齢者が趣味や生きがいをもっています。趣味と生きがいとは関連性がみられ、高齢者が趣味の活動に参加したり、生きがいをもって生活することができるよう支援することが重要です。

## 7. 社会参加について

### (1) 地域との関わり

#### ①地域活動への参加の状況

・「町内会・自治会」が 41.7%と最も多く、次いで、「趣味関係のグループ」が 33.4%、「スポーツ関係のグループやクラブ」が 24.2%となっています。

#### ②地域活動への参加者としての参加意向

・地域活動に参加者として“参加できる”人は 59.8%となっています。

#### ③地域活動へのお世話役としての参加意向

・地域活動にお世話役として“参加できる”人は 33.5%となっています。

### 【 状 況 考 察 】

町内会や自治会など、身近な地域での活動は、多くの人々が共通して参加しやすい活動といえます。また、趣味やスポーツ関係などより広域での活動に参加している高齢者も多く、高齢者が多様な地域活動に参加している様子がうかがえます。啓発活動などにより、このような活動への参加率をアップさせるための取組みが重要と考えられます。

### (2) たすけあい

#### ①周囲との相互の関係

・いずれの関係も配偶者と築いている人が 5～6割となっており、心配事や愚痴については友人、看病や世話については親族と相互の関係を築いている人が多くなっています。

○たすけあいの関係が最も多くある人は 76.6%となっています。反対に 8%の人はたすけあいの関係が少なくなっています。

#### ②家族や友人・知人以外の相談相手

・「そのような人はいない」が 33.2%と最も多く、次いで、「医師・歯科医師・看護師」が 29.7%、「社会福祉協議会・民生委員」が 16.6%となっています。

・要支援 1・2の方については、「ケアマネジャー」の比率が高くなっています。

#### ③友人・知人との関係性

・友人・知人と会う頻度が「週に何度かある」が 35.7%と最も多く、次いで、「月に何度かある」が 27.4%、「年に何度かある」が 12.6%となっています。

・「ほとんどない」人が 10.8%となっています。

・よく会う友人・知人との関係は、「近所・同じ地域の人」が 60.9%と最も多く、「趣味や関心が同じ友人」が 38.0%、「仕事での同僚・元同僚」が 29.4%となっています。

### 【 状 況 考 察 】

配偶者や友人などとたすけあいの関係を築いている高齢者が多くなっています。一方で、たすけあいの関係の希薄な高齢者も少なからずいます。つながりや助け合うことの重要性を啓発したり、地域での助け合いを促すなどの取組みが重要と考えられます。

## 8. 健康・介護予防について

### (1) 健康状態

#### ①主観的な健康観

・健康状態が“よい”人は75.3%となっています。

#### ②精神面での健康

・“幸せ”と感じている人は57.4%となっています。

・この1か月で憂鬱な気持ちになることがあった人は38.5%となっています。

○うつリスクの該当者は41.9%で、要支援1・2では5割を超えています。

○たすけあいの点数が低い人ほどうつリスクの該当者の割合が高くなる傾向がみられます。

#### ③病気の状況

・「高血圧」が41.6%と最も多く、次いで、「目の病気」が19.1%、「糖尿病」が15.5%となっています。

### 【 状 況 考 察 】

健康状態がよい人が約4人に3人であるのと比較して、“幸せ”と感じている人はやや少なくなっています。身体面での健康だけでなく、精神面での健康についても、“幸せ”と感じている高齢者が増えることが課題と考えられます。

### (2) 飲酒・喫煙

・飲酒について、「もともと飲まない」が38.2%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が24.3%、「ほぼ毎日飲む」が20.2%となっています。

・喫煙について、「もともと吸っていない」が62.0%と最も多く、次いで、「吸っていたが、やめた」が26.9%、「ほぼ毎日吸っている」が6.6%となっています。

### 【 状 況 考 察 】

喫煙は、健康全般への悪影響が懸念されることから、「吸っていたが、やめた」という人も多く、たばこを毎日吸っている人は比較的少なくなっています。

## 9. その他

### (1) 在宅生活の継続に必要なサービス

・「安否確認」が24.9%と最も多く、「災害時の避難の手助け」が23.0%、「買い物の支援」が21.7%となっています。

## (2) 介護を受ける場合の希望

- ・「自宅」で介護を受けたいという人が 50.6%と最も多くなっています。

## (3) 高齢者が暮らしやすいまちづくり

- ・「身近で受けることができる福祉や介護サービスを充実する」が 65.8%と最も多く、次いで、「地域の助け合い活動や見守り活動を充実する」が 38.0%、「福祉や介護サービスなどの相談窓口や情報提供を充実する」が 32.0%となっています。

### 【 状 況 考 察 】

半数の高齢者が自宅での介護を希望しています。在宅生活の継続に必要なサービスが充実し、高齢者が暮らしやすいまちづくりが進めば、このような在宅での介護を希望する高齢者が更に増える可能性もあります。買い物などの日常生活支援や、災害時の対応、地域での助け合い活動の推進などが、今後の課題と考えられます。