

周南市
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査
報告書

令和8年7月

周 南 市

目 次

I	調査の概要.....	1
1	調査の目的.....	1
2	調査対象.....	1
3	調査期間.....	1
4	調査方法.....	1
5	回収状況.....	1
6	調査結果の表示方法.....	1
7	「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」結果の分析について.....	2
II	調査結果.....	5
	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査.....	5
	回答者属性.....	5
	問1 あなたのご家族や生活状況について.....	6
	問2 からだを動かすことについて.....	10
	問3 食べることについて.....	14
	問4 毎日の生活について.....	19
	問5 地域での活動について.....	27
	問6 たすけあいについて.....	35
	問7 健康について.....	39
	問8 フレイルについて.....	44
	問9 認知症について.....	46
	問10 将来・これからの生活について.....	50

I 調査の概要

1 調査の目的

本調査は、「第11次老人保健福祉計画」及び「第10期介護保険事業計画」にて、高齢者に関する福祉・介護保険ニーズを的確に把握し、高齢者福祉、老人保健、介護保険等全般にわたる課題・問題点を抽出し分析することにより、地域の実情や特性を生かした計画を作成することを目的に実施しました。

2 調査対象

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査：周南市在住の65歳以上を無作為抽出

3 調査期間

令和8年5月

4 調査方法

郵送配付・郵送回収方式

5 回収状況

調査票の種類	配布数	回収数	回収率
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	2000通	1,351通	67.6%

6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数を基数とした百分率（％）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを  で網かけをしています。（無回答を除く）
- ・回答者数が1桁の場合、回答件数による表記としています。また、クロス集計において回答者数が1桁の場合は、コメントを差し控えています。

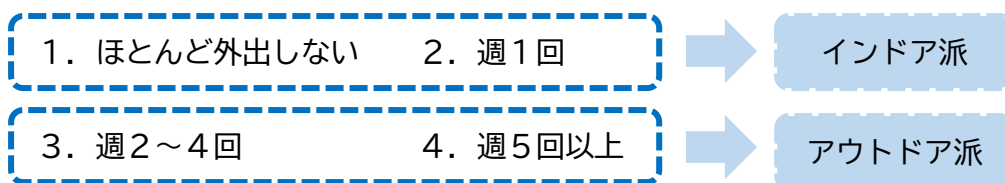
7 「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」結果の分析について

本報告書は、要介護状態になる前の高齢者のリスクや社会参加状況を把握することに主眼を置き、「介護予防・フレイル対策、認知症予防」へとつなげていくための、基礎調査として位置づけられています。

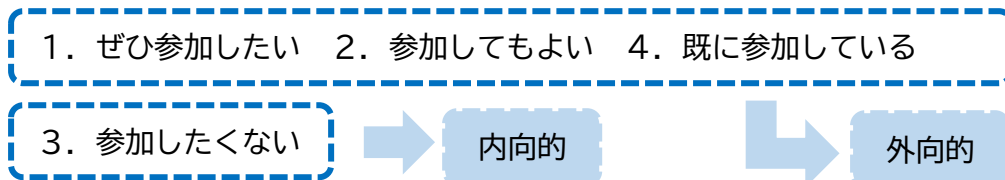
フレイルとは加齢とともに体や心の働き、社会的なつながりなどが弱くなった状態のことを指し、予防に取り組むことでその進行を緩め健康な状態に戻すことも可能であることから、高齢者をタイプ別に分類し、虚弱高齢者を把握する項目とのクロス集計・分析を行います。

なお、高齢者の「タイプ別分類」は、下記に示すように問「週に1回以上は外出していますか」及び問「健康づくり活動や趣味等のグループ活動に参加者として参加してみたいと思いますか」の設問より判定しています。

問 週に1回以上は外出していますか。



問 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。

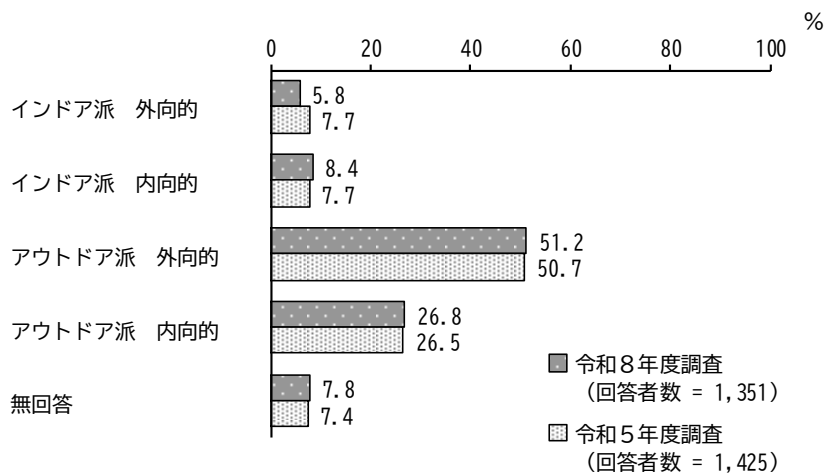


タイプ別分類	特性	想定される事業の方向性
インドア派 外向的	現在は、自宅の中で楽しむ志向が強いが、潜在的な外交的志向がある	・介護予防事業、サロンへの参加促進 ・ボランティア等への参加促進 など
インドア派 内向的	現在、今後も、自宅の中で楽しむ志向が強い	・介護予防など健康情報の提供 ・生涯学習情報の提供 ・在宅生活を支援するための情報提供 など
アウトドア派 外向的	自宅の外で楽しむ志向が強く、外交的志向もある	・介護予防事業、サロンへの参加促進 ・各種事業の運営者との育成支援 ・ボランティア等への参加促進 など
アウトドア派 内向的	自宅の外で楽しむ志向が強いが、外交的志向はあまりない	・介護予防など健康情報の提供 ・生涯学習情報の提供 ・在宅生活を支援するための情報提供 など

タイプ別

「アウトドア派外向的」の割合が51.2%と最も高く、次いで「アウトドア派内向的」の割合が26.8%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男女ともに年齢が上がるほど「アウトドア派外向的」の割合が低く、男性では「インドア派外向的」の割合が高い傾向にあり、女性では「インドア派外向的」「インドア派内向的」の割合が高くなっています。また、女性65～69歳で「アウトドア派外向的」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	インドア派 外向的	インドア派 内向的	アウトドア派 外向的	アウトドア派 内向的	無回答
全 体	1,351	5.8	8.4	51.2	26.8	7.8
男性 65～69歳	157	2.5	6.4	56.7	29.3	5.1
70～74歳	155	5.2	8.4	53.5	25.2	7.7
75～79歳	149	4.7	7.4	49.7	31.5	6.7
80～84歳	87	8.0	12.6	46.0	26.4	6.9
85歳以上	43	9.3	18.6	32.6	18.6	20.9
女性 65～69歳	168	1.8	2.4	63.7	29.8	2.4
70～74歳	190	4.7	5.8	58.9	24.2	6.3
75～79歳	192	6.8	6.3	47.9	30.7	8.3
80～84歳	113	7.1	15.0	45.1	22.1	10.6
85歳以上	66	16.7	21.2	28.8	18.2	15.2

【日常生活圏域別】

日常生活圏域別にみると、西部で「インドア派内向的」の割合が高く、東部で「アウトドア派外向的」の割合が低くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	インドア派 外向的	インドア派 内向的	アウトドア派 外向的	アウトドア派 内向的	無回答
全 体	1,351	5.8	8.4	51.2	26.8	7.8
東部	209	7.7	8.1	45.9	30.1	8.1
中央1	278	4.0	10.1	50.7	25.2	10.1
中央2	243	4.5	7.8	54.7	29.2	3.7
中央3	275	4.0	6.2	54.2	26.9	8.7
中央4	102	6.9	6.9	54.9	25.5	5.9
西部	88	8.0	13.6	48.9	25.0	4.5
北部	96	10.4	9.4	52.1	22.9	5.2

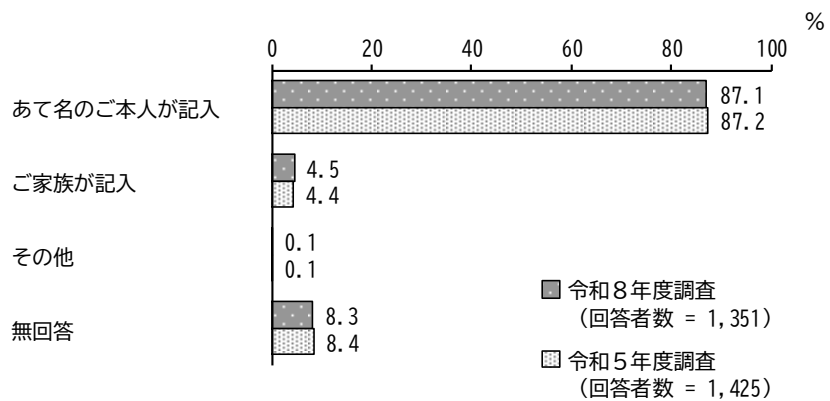
Ⅱ 調査結果

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

回答者属性

調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。

「あて名のご本人が記入」の割合が87.1%、「ご家族が記入」の割合が4.5%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

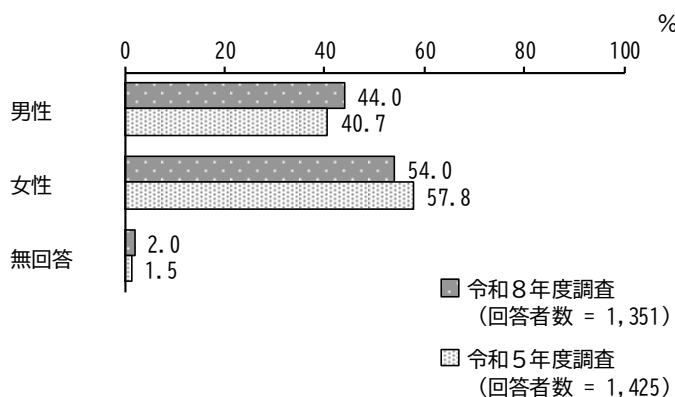


問1 あなたのご家族や生活状況について

(1) 性別

「男性」の割合が44.0%、「女性」の割合が54.0%となっています。

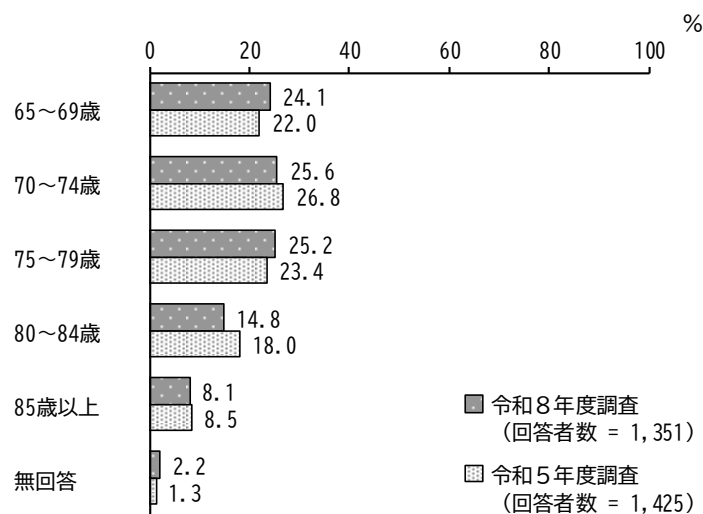
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(2) 年齢

「70～74歳」の割合が25.6%と最も高く、次いで「75～79歳」の割合が25.2%、「65～69歳」の割合が24.1%となっています。

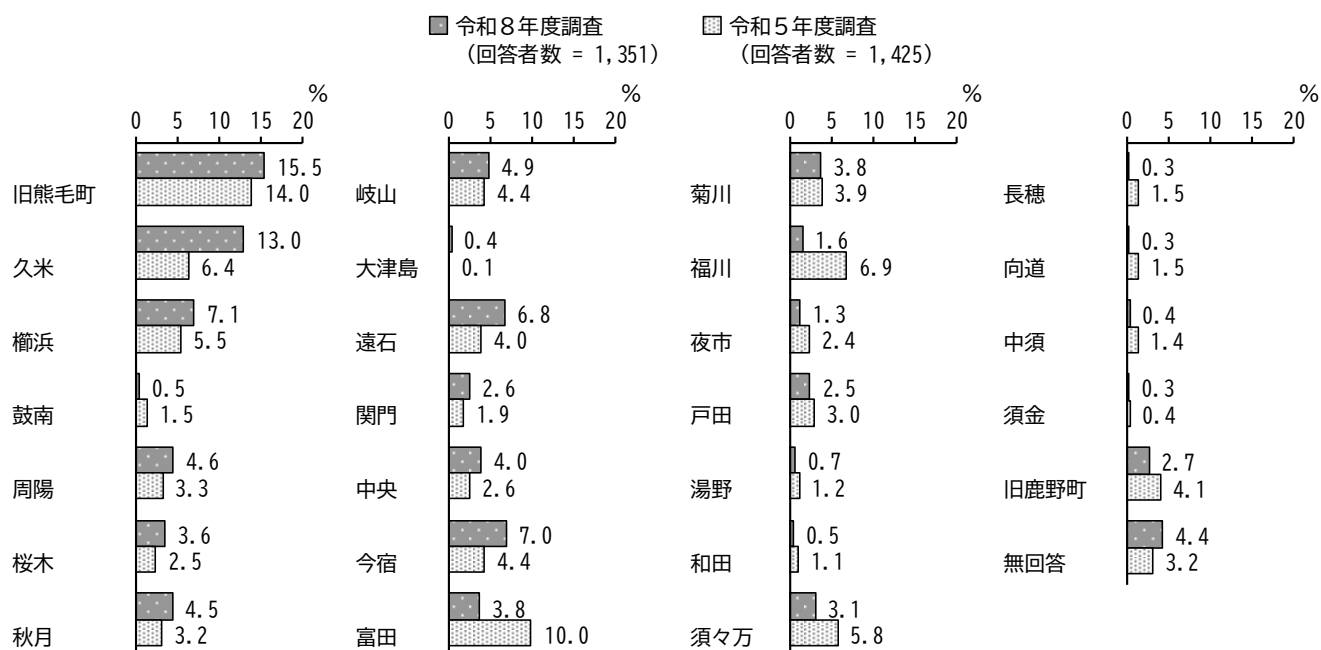
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(3) 居住地区

「旧熊毛町」の割合が15.5%と最も高く、次いで「久米」の割合が13.0%となっています。

令和5年度調査と比較すると、「久米」の割合が増加しています。一方、「富田」「福川」の割合が減少しています。



【家族構成別】

家族構成別にみると、息子・娘との2世帯で「欽浜」の割合が高くなっています。

単位：％

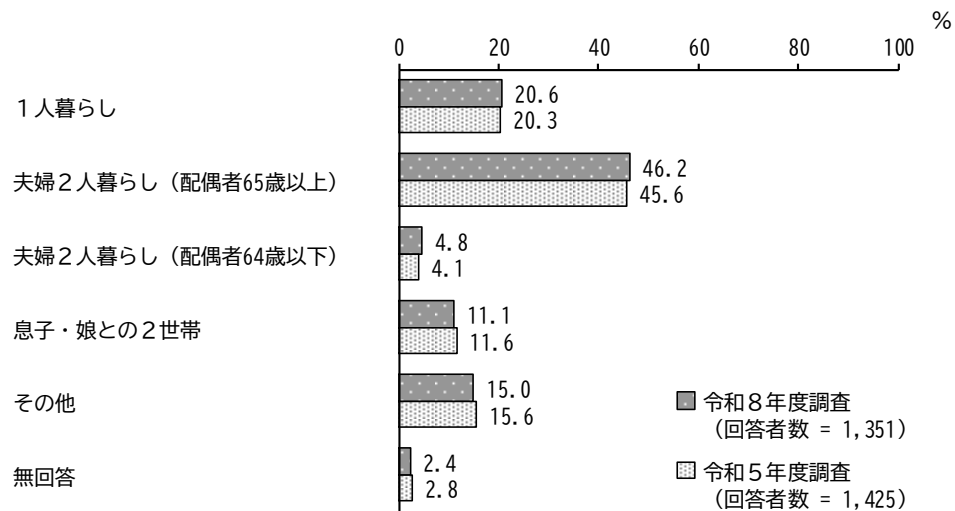
区分	回答者数 (件)	旧熊毛町	久米	欽浜	鼓南	周陽	桜木	秋月	岐山	大津島	遠石	関門	中央	今宿
全 体	1,351	15.5	13.0	7.1	0.5	4.6	3.6	4.5	4.9	0.4	6.8	2.6	4.0	7.0
1人暮らし	278	13.3	12.6	6.5	0.7	7.9	5.0	4.7	5.4	1.4	5.0	4.3	6.5	6.8
夫婦2人暮らし	689	16.0	13.1	5.1	0.4	4.1	3.0	5.1	5.1	0.3	8.1	2.5	3.3	7.4
息子・娘との2世帯	150	15.3	12.0	13.3	0.7	3.3	4.7	3.3	4.7	0.0	6.0	1.3	4.7	4.0
その他	202	16.8	12.4	9.4	0.5	3.0	2.5	4.0	4.5	0.0	5.0	1.0	3.0	6.9

区分	富田	菊川	福川	夜市	戸田	湯野	和田	須々万	長穂	向道	中須	須金	旧鹿野町	無回答
全 体	3.8	3.8	1.6	1.3	2.5	0.7	0.5	3.1	0.3	0.3	0.4	0.3	2.7	4.4
1人暮らし	2.2	1.8	0.4	0.7	1.8	0.4	0.0	2.5	0.0	0.4	0.7	0.7	1.4	6.8
夫婦2人暮らし	3.5	5.1	2.2	0.7	2.5	0.9	0.7	4.1	0.4	0.3	0.1	0.0	2.6	3.5
息子・娘との2世帯	8.0	4.0	0.7	2.7	2.0	0.7	0.0	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0	5.3	2.0
その他	4.5	2.5	2.0	3.0	4.5	0.5	1.0	2.0	0.5	0.5	1.0	1.0	3.5	5.0

(4) 家族構成をお教えてください

「夫婦2人暮らし（配偶者 65 歳以上）」の割合が 46.2%と最も高く、次いで「1人暮らし」の割合が 20.6%、「息子・娘との2世帯」の割合が 11.1%となっています。

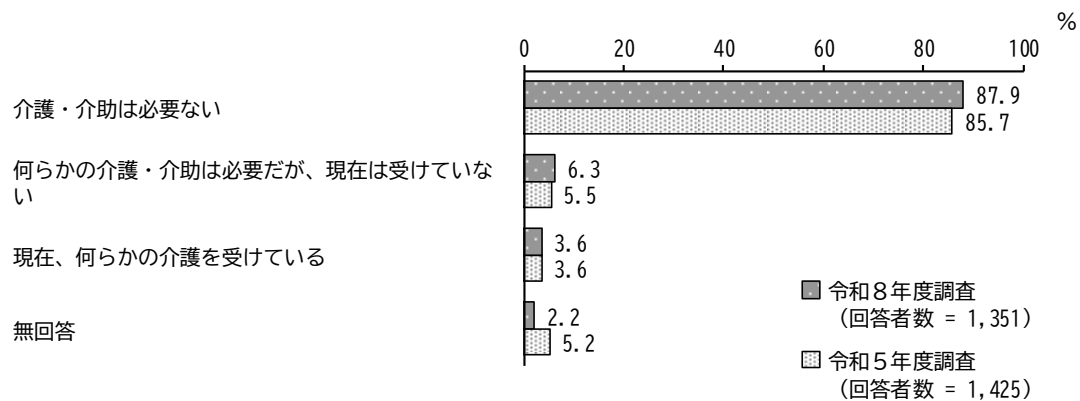
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(5) 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

「介護・介助は必要ない」の割合が 87.9%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」の割合が 6.3%、「現在、何らかの介護を受けている」の割合が 3.6%となっています。

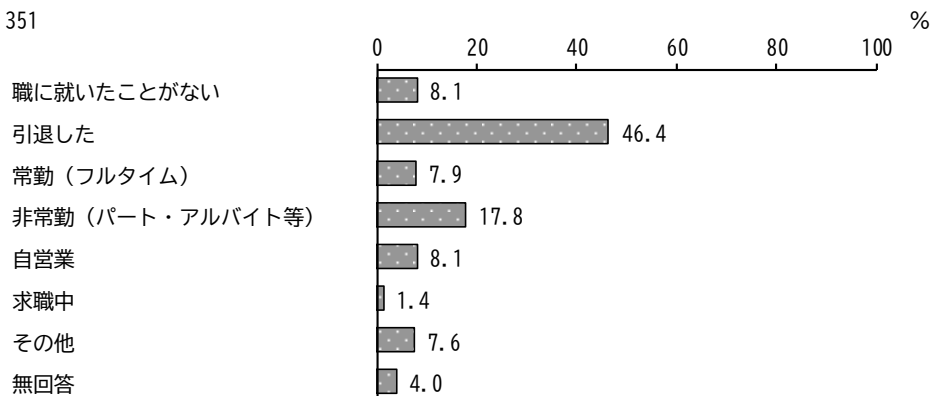
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



（６）現在のあなたの就労状態はどれですか（いくつでも）

「引退した」の割合が46.4%と最も高く、次いで「非常勤（パート・アルバイト等）」の割合が17.8%となっています。

回答者数 = 1,351

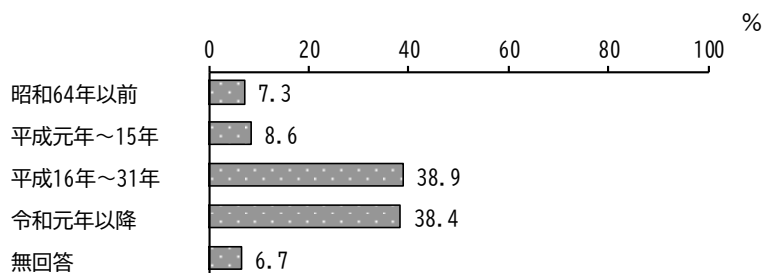


（６）で「引退した」の方のみ

①あなたはいつ引退しましたか

「平成16年～31年」の割合が38.9%と最も高く、次いで「令和元年以降」の割合が38.4%となっています。

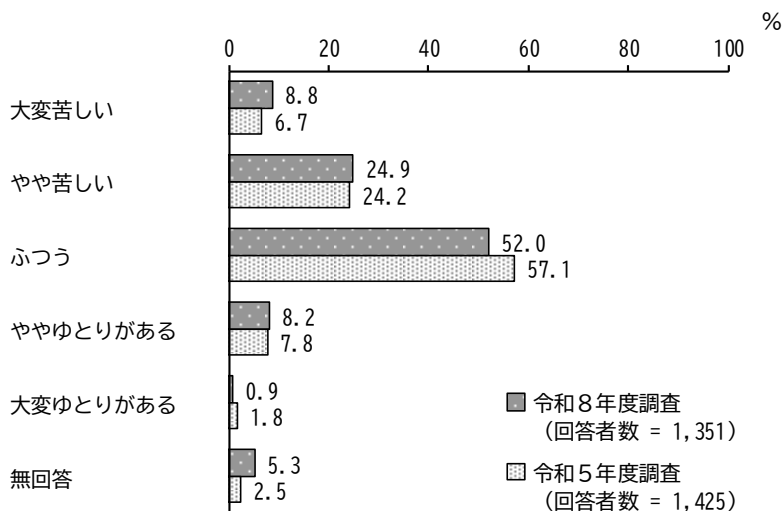
回答者数 = 627



（７）現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

「大変苦しい」「やや苦しい」を合わせた“苦しい”の割合が33.7%、「ややゆとりがある」「大変ゆとりがある」を合わせた“ゆとりがある”の割合が9.1%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

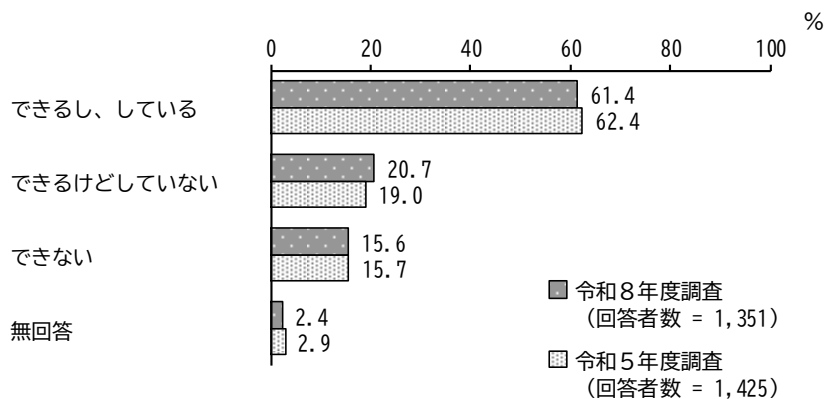


問2 からだを動かすことについて

(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

「できるし、している」の割合が 61.4%、「できるけどしていない」の割合が 20.7%、「できない」の割合が 15.6%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派内向的で「できない」の割合が高く、「できるし、している」の割合が低くなっています。

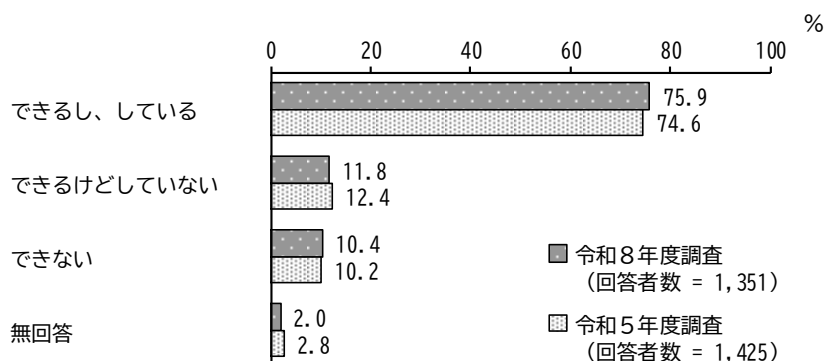
単位：％

区分	回答者数 (件)	できるし、している	できるけどしていない	できない	無回答
全 体	1,351	61.4	20.7	15.6	2.4
インドア派 外向的	78	53.8	23.1	23.1	0.0
インドア派 内向的	114	36.0	19.3	44.7	0.0
アウトドア派 外向的	692	69.1	21.0	8.8	1.2
アウトドア派 内向的	362	62.4	22.1	15.2	0.3

(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

「できるし、している」の割合が 75.9%、「できるけどしていない」の割合が 11.8%、「できない」の割合が 10.4%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派内向的で「できない」の割合が高く、「できるし、している」の割合が低くなっています。

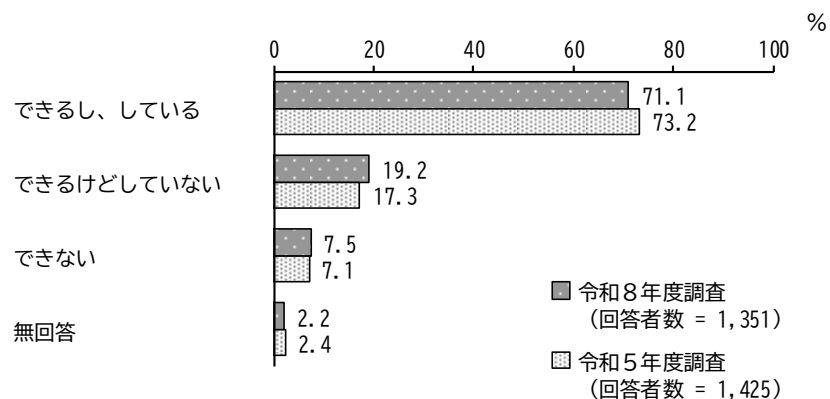
単位：％

区分	回答者数 (件)	できるし、している	できるけどしていない	できない	無回答
全 体	1,351	75.9	11.8	10.4	2.0
インドア派 外向的	78	70.5	12.8	16.7	0.0
インドア派 内向的	114	43.0	14.9	41.2	0.9
アウトドア派 外向的	692	83.4	11.3	5.2	0.1
アウトドア派 内向的	362	78.5	12.2	8.8	0.6

(3) 15分位続けて歩いていますか

「できるし、している」の割合が 71.1%、「できるけどしていない」の割合が 19.2%、「できない」の割合が 7.5%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派内向的で「できるけどしていない」「できない」の割合が高くなっています。

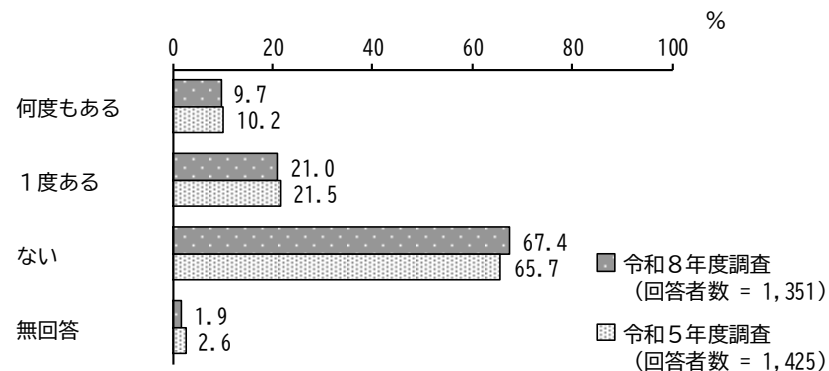
単位：％

区分	回答者数 (件)	できるし、している	できるけどしていない	できない	無回答
全 体	1,351	71.1	19.2	7.5	2.2
インドア派 外向的	78	57.7	29.5	12.8	0.0
インドア派 内向的	114	33.3	36.0	30.7	0.0
アウトドア派 外向的	692	80.9	15.0	3.3	0.7
アウトドア派 内向的	362	71.0	22.1	6.4	0.6

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

「何度もある」の割合が9.7%、「1度ある」の割合が21.0%、「ない」の割合が67.4%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派内向的で「何度もある」の割合が高くなっています。

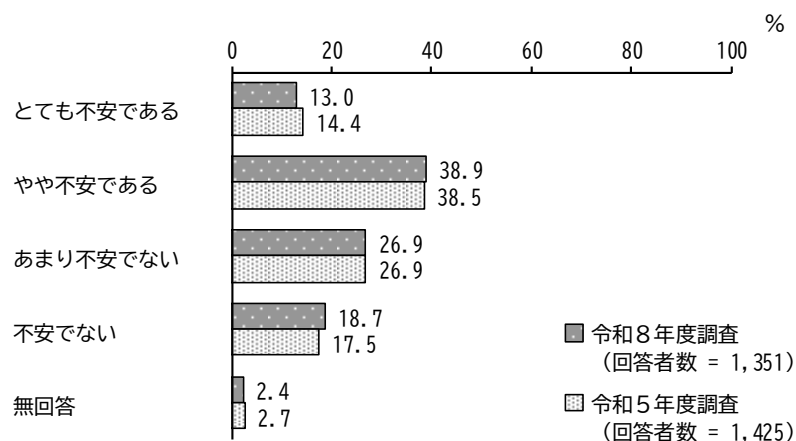
単位：%

区分	回答者数 (件)	何度もある	1度ある	ない	無回答
全 体	1,351	9.7	21.0	67.4	1.9
インドア派 外向的	78	11.5	21.8	66.7	0.0
インドア派 内向的	114	23.7	17.5	58.8	0.0
アウトドア派 外向的	692	6.4	21.7	71.7	0.3
アウトドア派 内向的	362	10.2	21.8	67.7	0.3

(5) 転倒に対する不安は大きいですか

「とても不安である」「やや不安である」を合わせた「不安である」の割合が51.9%、「あまり不安でない」「不安でない」を合わせた「不安でない」の割合が45.6%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派外向的、インドア派内向的で“不安である”の割合が高くなっています。

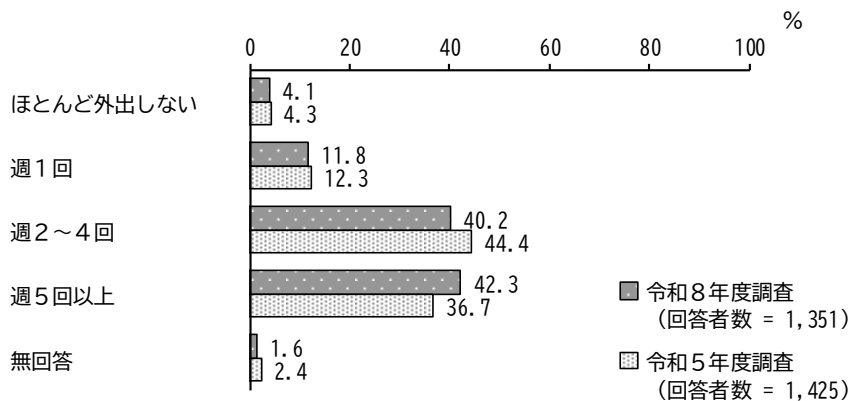
単位：％

区分	回答者数 (件)	とても不安である	やや不安である	あまり不安でない	不安でない	無回答
全 体	1,351	13.0	38.9	26.9	18.7	2.4
インドア派 外向的	78	20.5	55.1	16.7	7.7	0.0
インドア派 内向的	114	34.2	42.1	14.0	7.9	1.8
アウトドア派 外向的	692	8.5	37.1	30.6	23.0	0.7
アウトドア派 内向的	362	12.7	39.2	28.5	19.1	0.6

(6) 週に1回以上は外出していますか

「週5回以上」の割合が42.3%と最も高く、次いで「週2～4回」の割合が40.2%、「週1回」の割合が11.8%となっています。

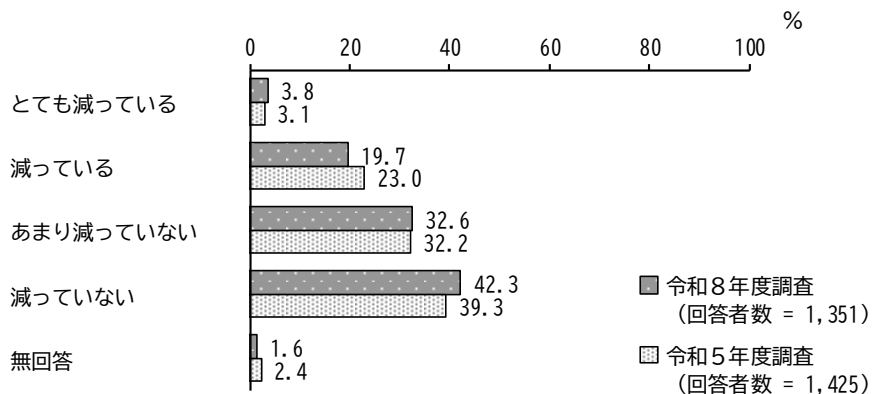
令和5年度調査と比較すると、「週5回以上」の割合が増加しています。



(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

「とても減っている」「減っている」を合わせた“減っている”の割合が23.5%、「あまり減っていない」「減っていない」を合わせた“減っていない”の割合が74.9%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



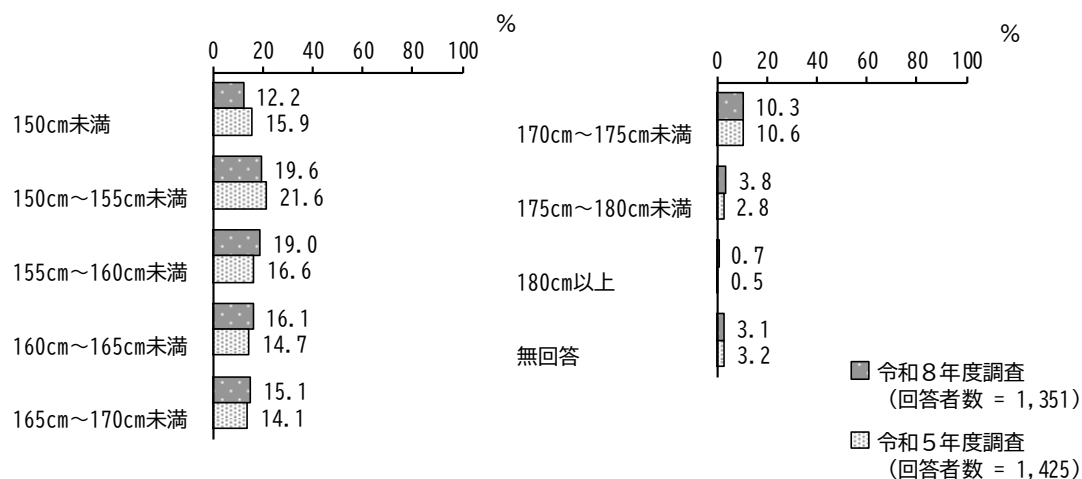
問3 食べることについて

(1) 身長・体重

身長

「150cm～155cm 未満」の割合が19.6%と最も高く、次いで「155cm～160cm 未満」の割合が19.0%、「160cm～165cm 未満」の割合が16.1%となっています。

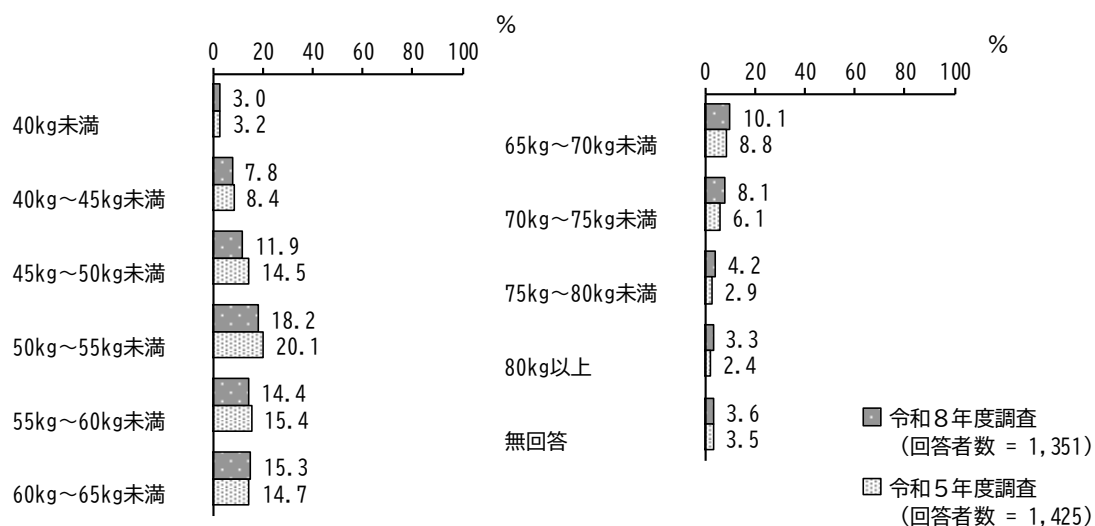
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



体重

「50kg～55kg 未満」の割合が18.2%と最も高く、次いで「60kg～65kg 未満」の割合が15.3%、「55kg～60kg 未満」の割合が14.4%となっています。

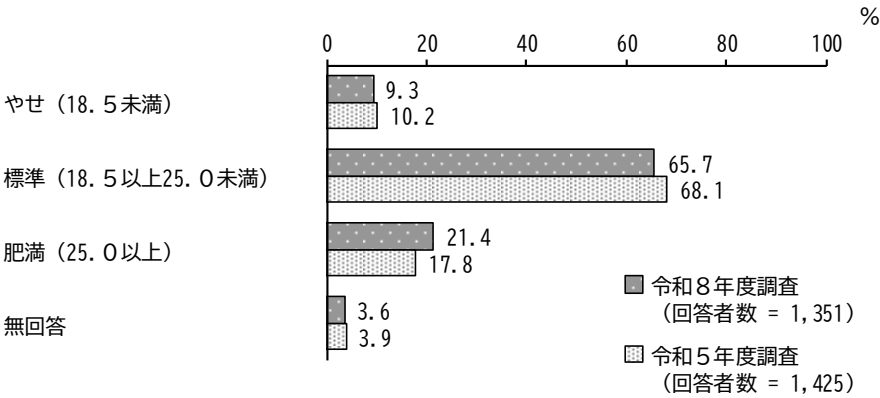
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



BMI

「やせ（18.5未満）」の割合が9.3%、「標準（18.5以上25.0未満）」の割合が65.7%、「肥満（25.0以上）」の割合が21.4%となっています。

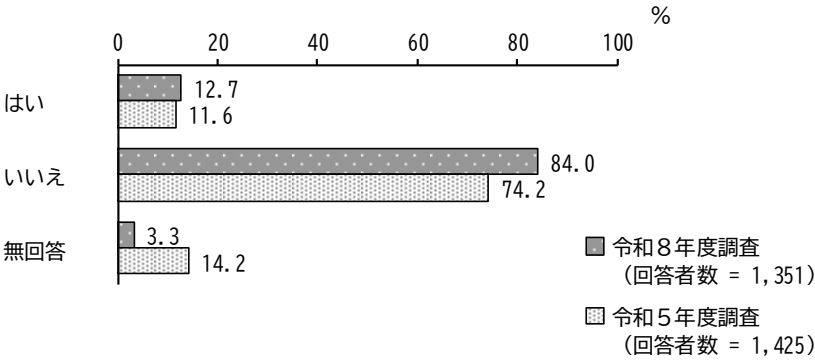
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(2) この6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

「はい」の割合が12.7%、「いいえ」の割合が84.0%となっています。

令和5年度調査と比較すると、「いいえ」の割合が増加しています。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派内向的で「はい」の割合が高くなっています。

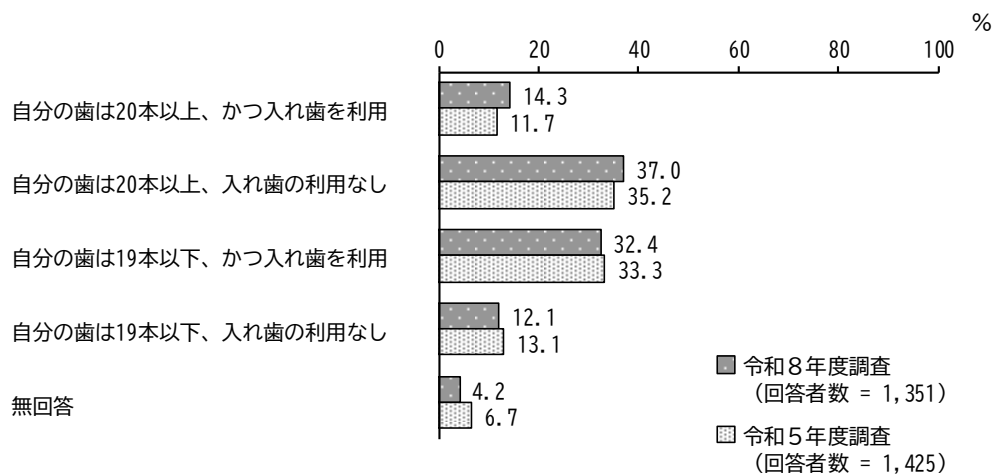
単位：％

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	12.7	84.0	3.3
インドア派 外向的	78	15.4	78.2	6.4
インドア派 内向的	114	19.3	78.9	1.8
アウトドア派 外向的	692	11.1	87.4	1.4
アウトドア派 内向的	362	14.1	80.7	5.2

(3) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください

「自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし」の割合が 37.0%と最も高く、次いで「自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用」の割合が 32.4%、「自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用」の割合が 14.3%となっています。

令和 5 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

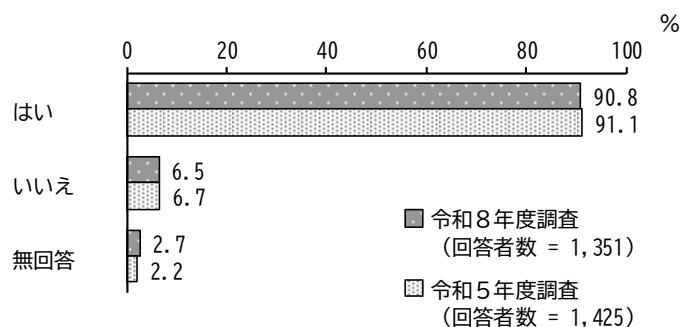
タイプ別にみると、インドア派外向的で「自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用」、インドア派内向的で「自分の歯は 19 本以下、入れ歯の利用なし」の割合が高くなっています。

単位：%

区分	回答者数 (件)	自分の歯は20本以上、 かつ入れ歯を利用	自分の歯は20本以上、 入れ歯の利用なし	自分の歯は19本以下、 かつ入れ歯を利用	自分の歯は19本以下、 入れ歯の利用なし	無回答
全 体	1,351	14.3	37.0	32.4	12.1	4.2
インドア派 外向的	78	7.7	32.1	42.3	7.7	10.3
インドア派 内向的	114	13.2	23.7	36.8	20.2	6.1
アウトドア派 外向的	692	16.2	40.5	31.2	10.0	2.2
アウトドア派 内向的	362	13.5	38.4	30.1	13.5	4.4

(4) 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）や入れ歯の手入れを毎日していますか

「はい」の割合が90.8%、「いいえ」の割合が6.5%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

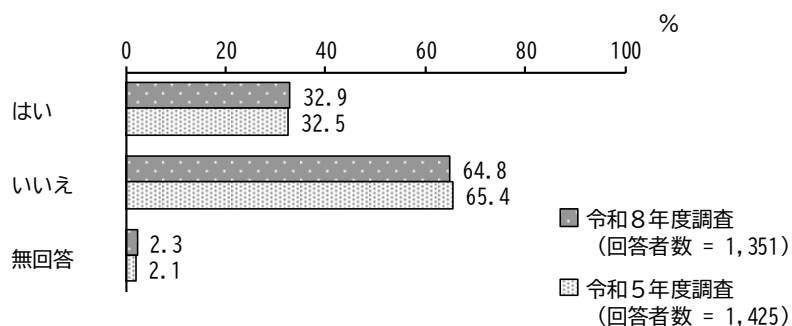
タイプ別にみると、インドア派内向的で「いいえ」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	90.8	6.5	2.7
インドア派 外向的	78	83.3	10.3	6.4
インドア派 内向的	114	83.3	16.7	0.0
アウトドア派 外向的	692	94.2	4.2	1.6
アウトドア派 内向的	362	90.6	6.4	3.0

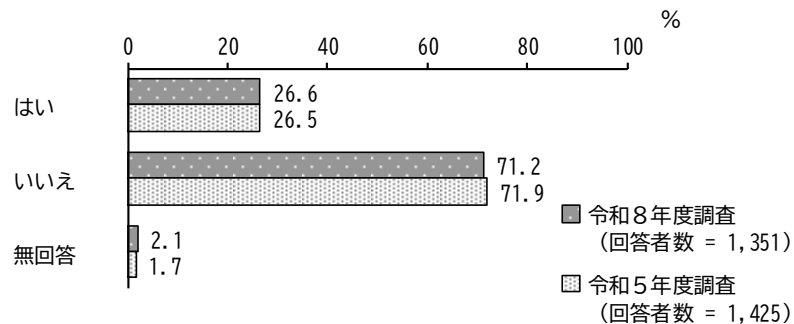
(5) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

「はい」の割合が32.9%、「いいえ」の割合が64.8%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



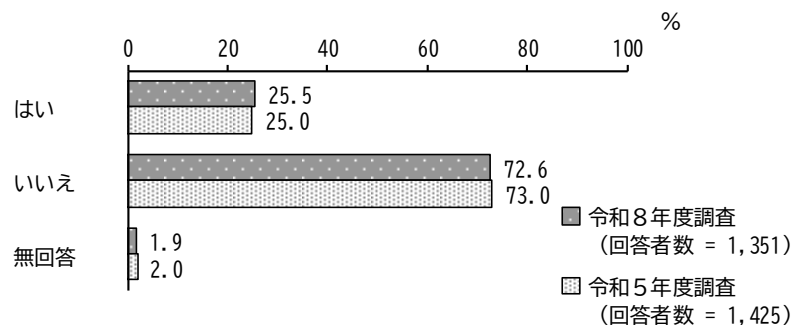
(6) お茶や汁物等でむせることがありますか

「はい」の割合が26.6%、「いいえ」の割合が71.2%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



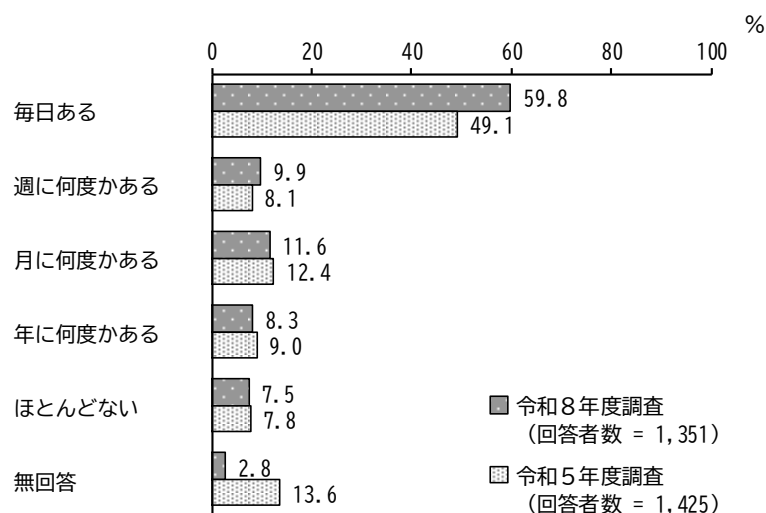
(7) 口の渇きが気になりますか

「はい」の割合が25.5%、「いいえ」の割合が72.6%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(8) どなたかと食事をとる機会がありますか

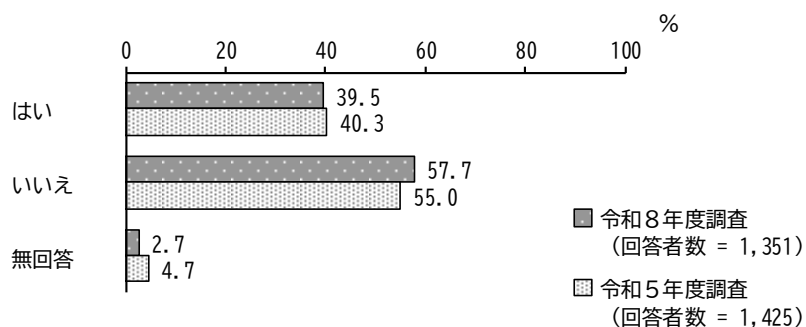
「毎日ある」の割合が59.8%と最も高く、次いで「月に何度かある」の割合が11.6%となっています。
令和5年度調査と比較すると、「毎日ある」の割合が増加しています。



問4 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか

「はい」の割合が39.5%、「いいえ」の割合が57.7%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

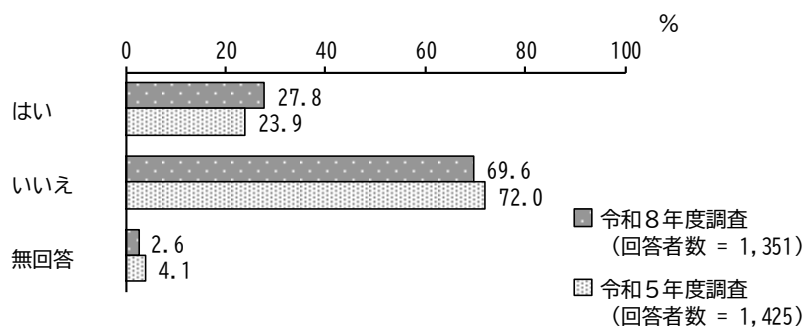
タイプ別にみると、インドア派内向的で「はい」の割合が高くなっています。

単位：%

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	39.5	57.7	2.7
インドア派 外向的	78	46.2	50.0	3.8
インドア派 内向的	114	50.9	46.5	2.6
アウトドア派 外向的	692	37.0	61.6	1.4
アウトドア派 内向的	362	38.4	57.5	4.1

(2) 今日が何月何日かわからない時がありますか

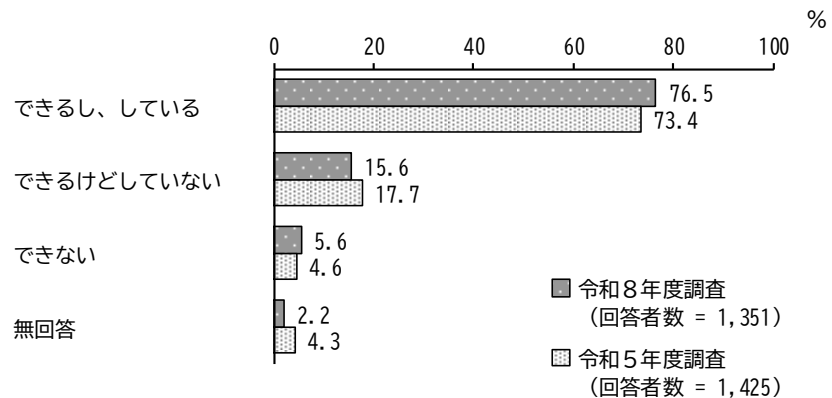
「はい」の割合が27.8%、「いいえ」の割合が69.6%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(3) バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）

「できるし、している」の割合が 76.5%、「できるけどしていない」の割合が 15.6%、「できない」の割合が 5.6%となっています。

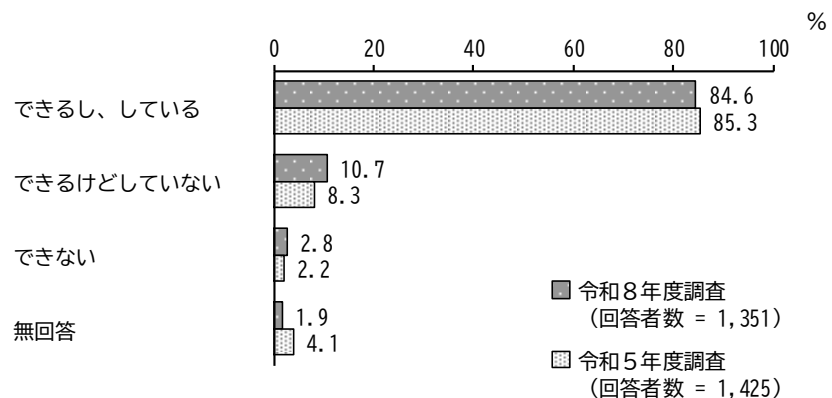
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(4) 自分で食品・日用品の買い物をしていますか

「できるし、している」の割合が 84.6%、「できるけどしていない」の割合が 10.7%、「できない」の割合が 2.8%となっています。

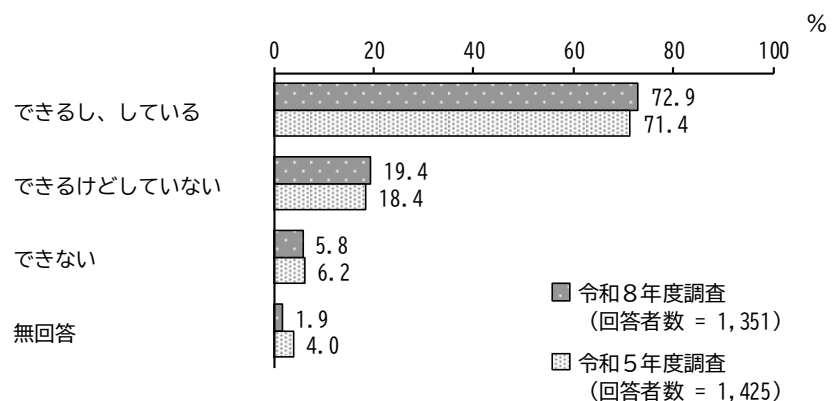
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(5) 自分で食事の用意をしていますか

「できるし、している」の割合が 72.9%、「できるけどしていない」の割合が 19.4%、「できない」の割合が 5.8%となっています。

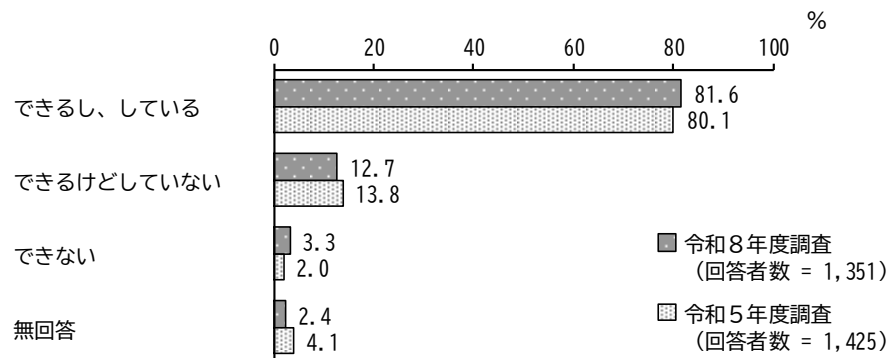
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(6) 自分で請求書の支払いをしていますか

「できるし、している」の割合が 81.6%、「できるけどしていない」の割合が 12.7%、「できない」の割合が 3.3%となっています。

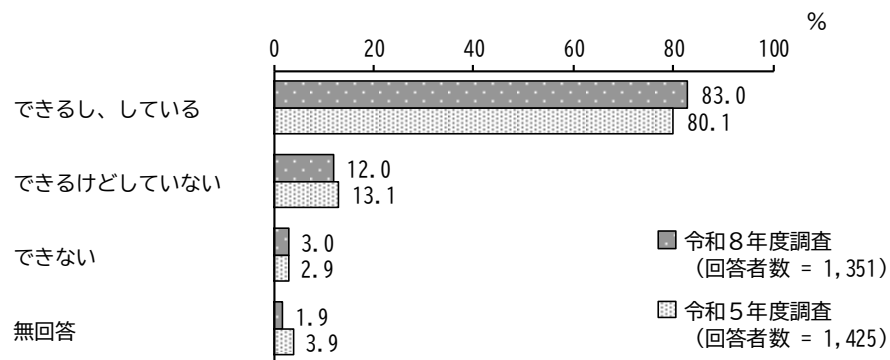
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(7) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

「できるし、している」の割合が 83.0%、「できるけどしていない」の割合が 12.0%、「できない」の割合が 3.0%となっています。

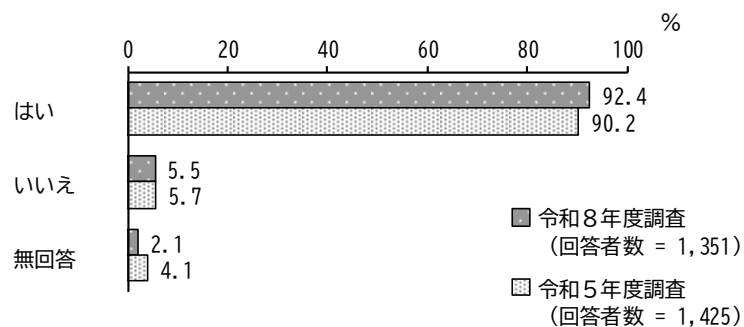
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(8) 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか

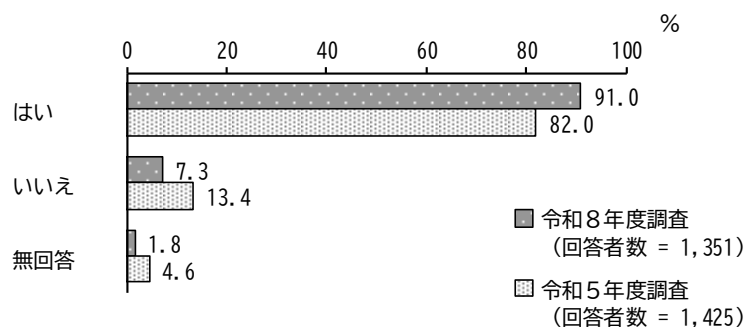
「はい」の割合が 92.4%、「いいえ」の割合が 5.5%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(9) 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

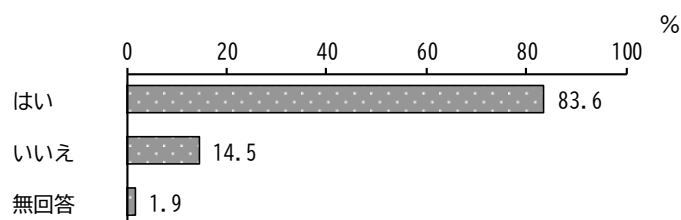
「はい」の割合が91.0%、「いいえ」の割合が7.3%となっています。
令和5年度調査と比較すると、「はい」の割合が増加しています。



(10) 新聞、本、雑誌などを読んでいますか

「はい」の割合が83.6%、「いいえ」の割合が14.5%となっています。

回答者数 = 1,351



【タイプ別】

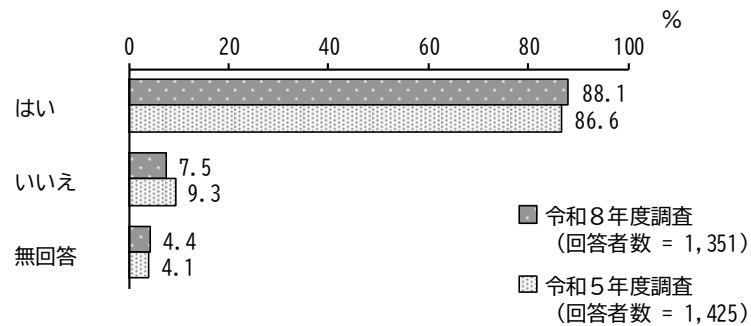
タイプ別にみると、インドア派内向的で「いいえ」の割合が高くなっています。

単位：%

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	83.6	14.5	1.9
インドア派 外向的	78	82.1	14.1	3.8
インドア派 内向的	114	71.1	28.1	0.9
アウトドア派 外向的	692	88.9	10.1	1.0
アウトドア派 内向的	362	80.4	17.1	2.5

(11) 健康についての記事や番組に関心がありますか

「はい」の割合が88.1%、「いいえ」の割合が7.5%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

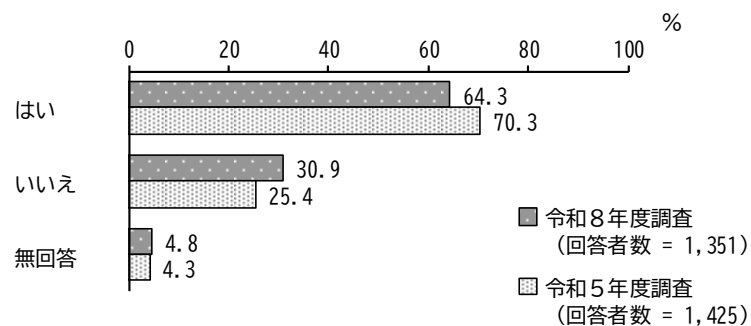
タイプ別にみると、インドア派外向的で「はい」の割合が高くなっています。

単位：％

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	88.1	7.5	4.4
インドア派 外向的	78	98.7	1.3	0.0
インドア派 内向的	114	82.5	16.7	0.9
アウトドア派 外向的	692	96.2	3.2	0.6
アウトドア派 内向的	362	85.1	14.4	0.6

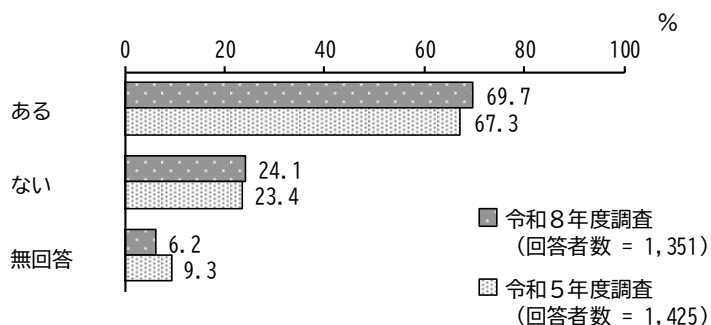
(12) 若い人に自分から話しかけることがありますか

「はい」の割合が64.3%、「いいえ」の割合が30.9%となっています。
令和5年度調査と比較すると、「はい」の割合が減少しています。



(13) 現在、趣味や楽しみはありますか（ある場合は具体的に）

「ある」の割合が69.7%、「ない」の割合が24.1%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、アウトドア派外向的で「ある」、インドア派内向的で「ない」の割合が高くなっています。

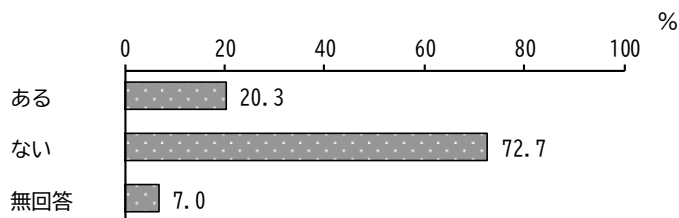
単位：％

区分	回答者数 (件)	ある	ない	無回答
全 体	1,351	69.7	24.1	6.2
インドア派 外向的	78	69.2	28.2	2.6
インドア派 内向的	114	47.4	52.6	0.0
アウトドア派 外向的	692	81.2	16.8	2.0
アウトドア派 内向的	362	66.6	31.2	2.2

(14) 過去5年以内に、あきらめた趣味、楽しみ、活動はありますか（ある場合は具体的に）

「ある」の割合が20.3%、「ない」の割合が72.7%となっています。

回答者数 = 1,351

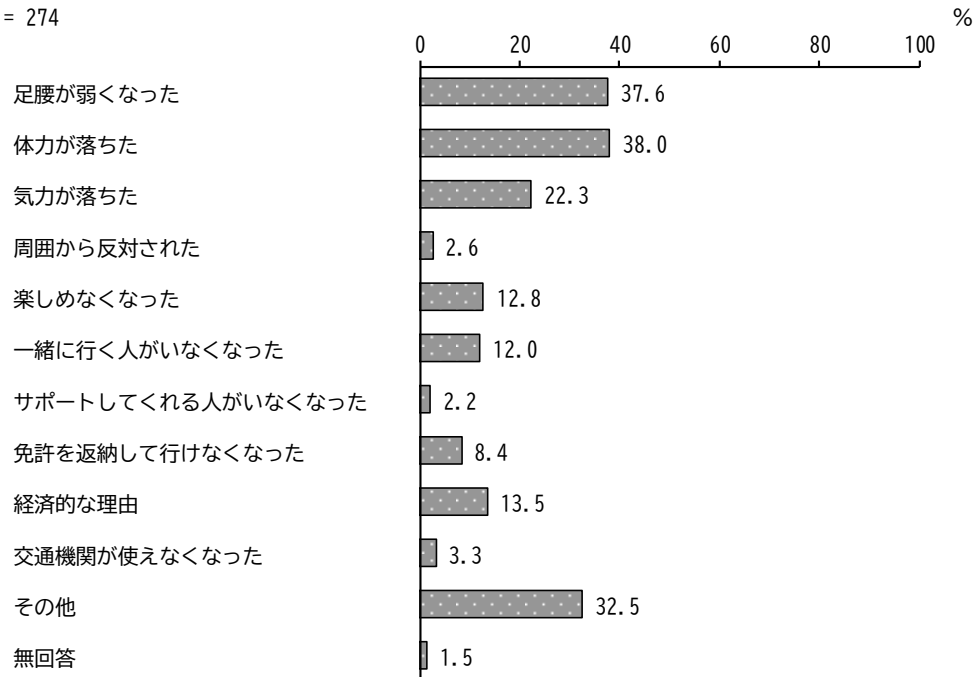


【(14) で「ある」の方のみ】

①あきらめた理由はなんですか（いくつでも）

「体力が落ちた」の割合が 38.0%と最も高く、次いで「足腰が弱くなった」の割合が 37.6%、「気力が落ちた」の割合が 22.3%となっています。

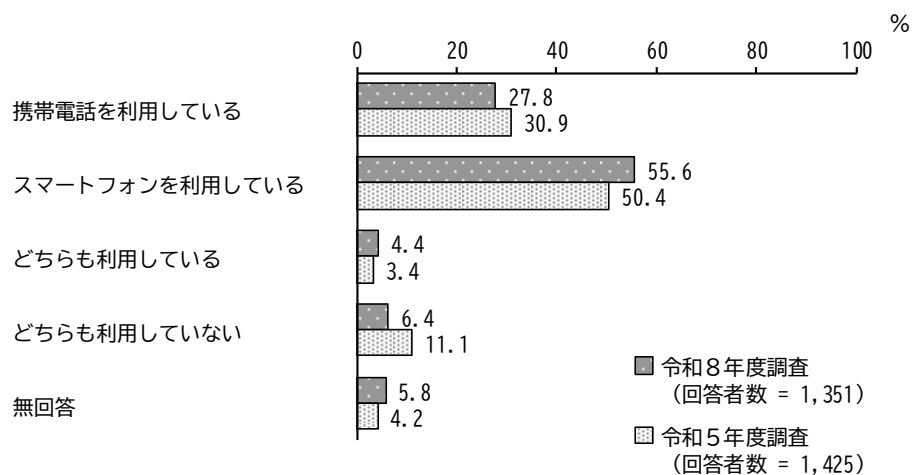
回答者数 = 274



(15) 携帯電話やスマートフォンを利用していますか

「スマートフォンを利用している」の割合が 55.6%と最も高く、次いで「携帯電話を利用している」の割合が 27.8%となっています。

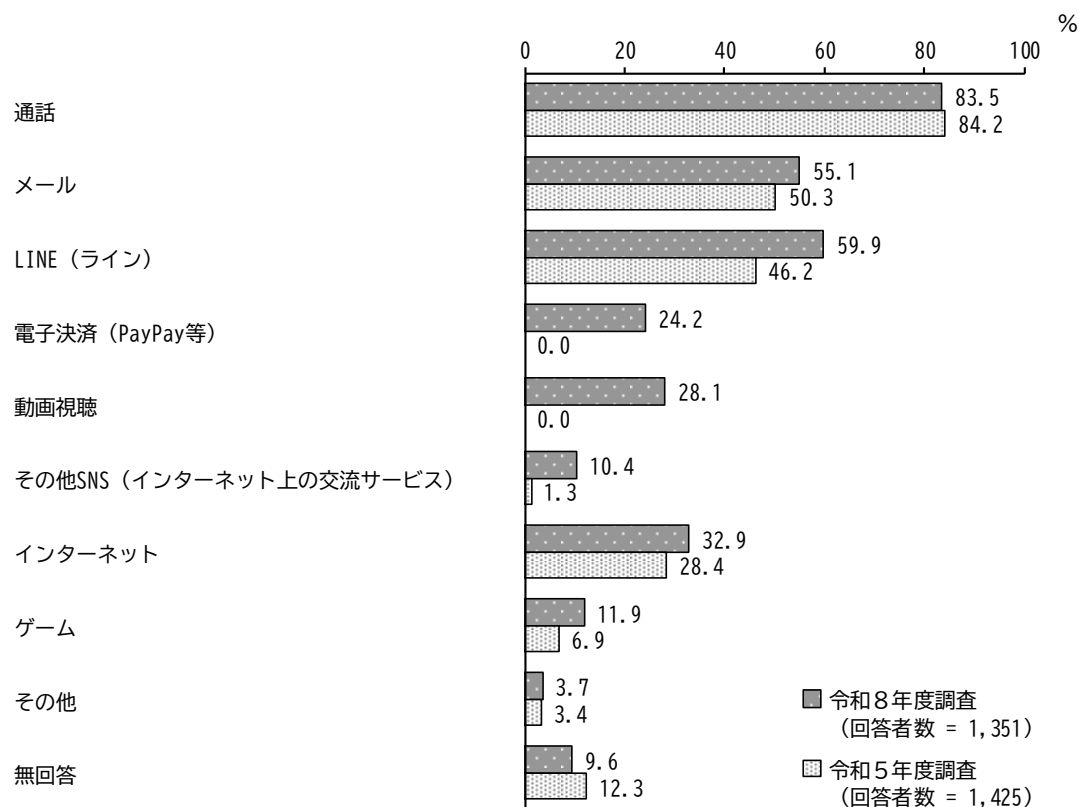
令和5年度調査と比較すると、「スマートフォンを利用している」の割合が増加しています。



(16) 携帯電話やスマートフォンをどのような目的で利用していますか（いくつでも）

「通話」の割合が83.5%と最も高く、次いで「LINE（ライン）」の割合が59.9%、「メール」の割合が55.1%となっています。

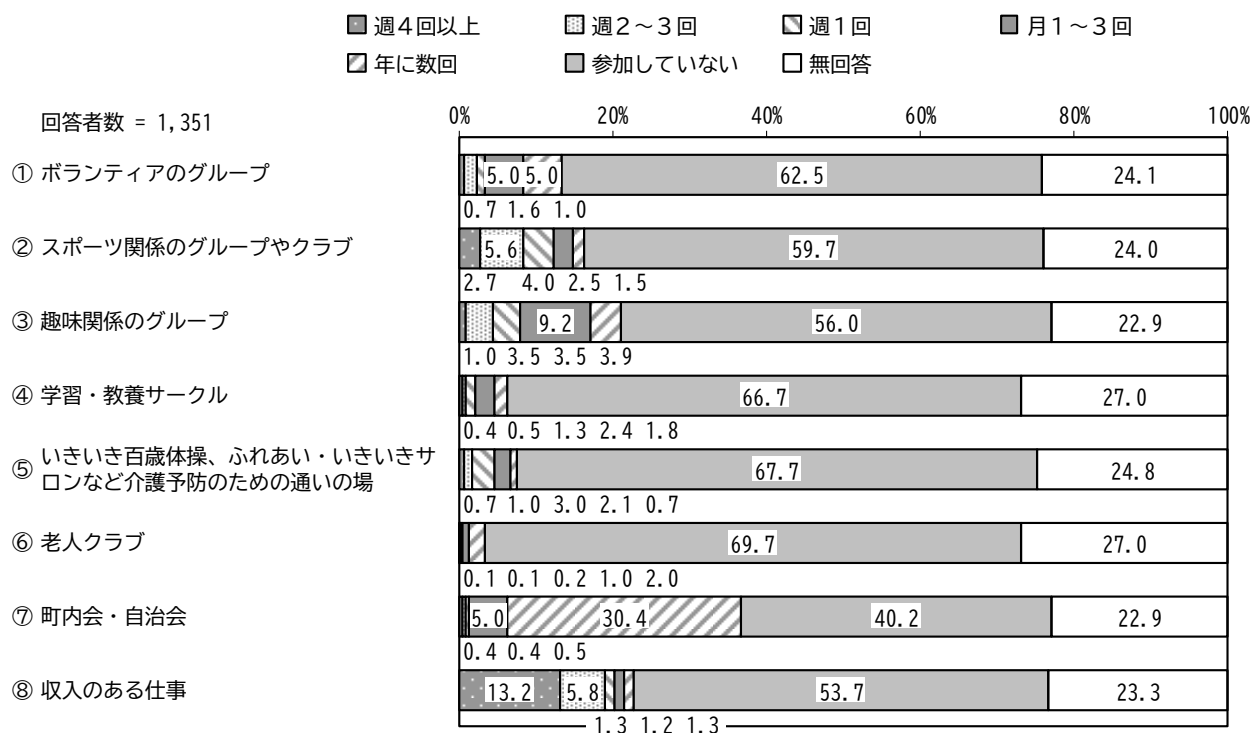
令和5年度調査と比較すると、「LINE（ライン）」「その他 SNS（インターネット上の交流サービス）」「ゲーム」の割合が増加しています。



問5 地域での活動について

(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

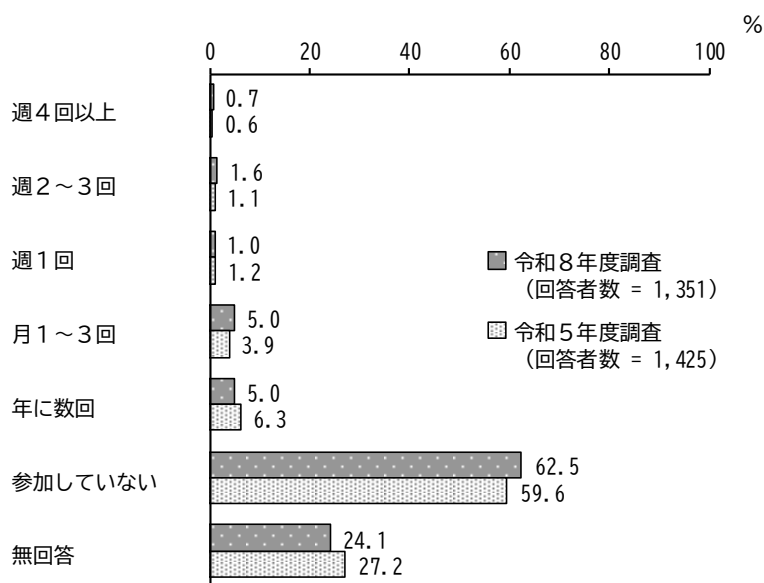
『⑧収入のある仕事』で「週4回以上」「週2～3回」が、『②スポーツ関係のグループやクラブ』で「週1回」が、『③趣味関係のグループ』で「月1～3回」が、『⑦町内会・自治会』で「年に数回」が、『⑥老人クラブ』で「参加していない」が高くなっています。



①ボランティアのグループ

【経年比較】

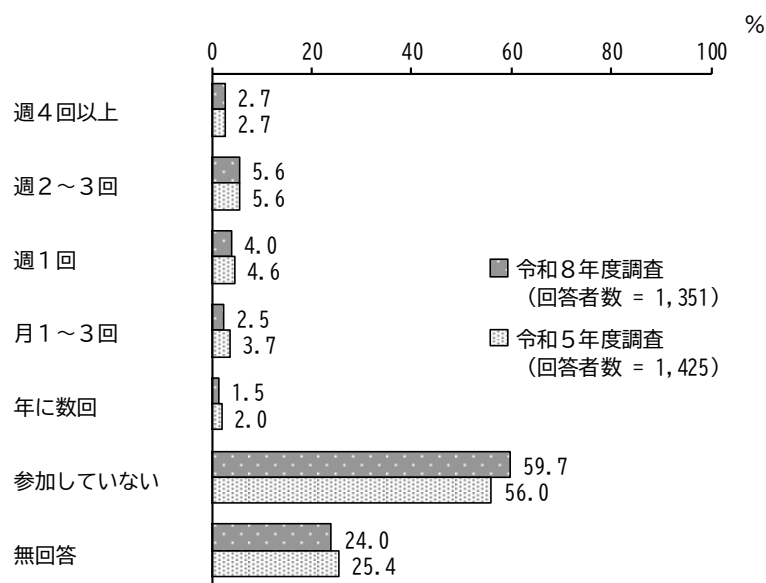
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



②スポーツ関係のグループやクラブ

【経年比較】

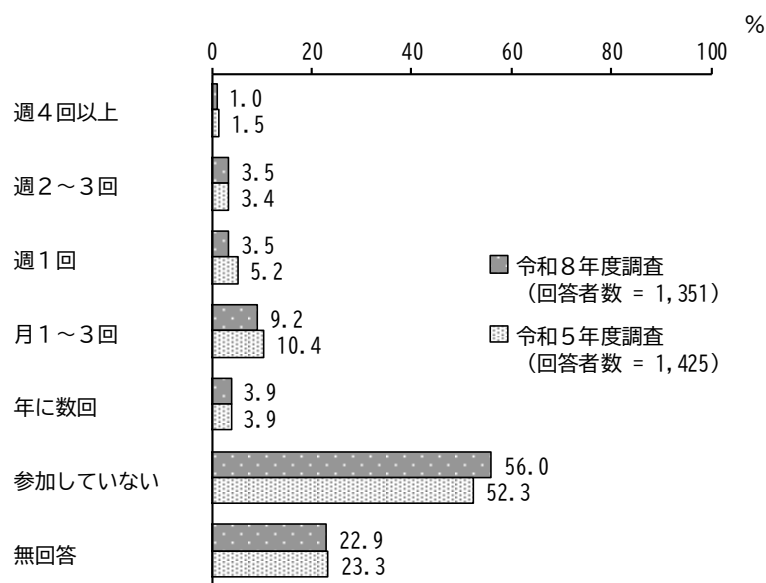
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



③趣味関係のグループ

【経年比較】

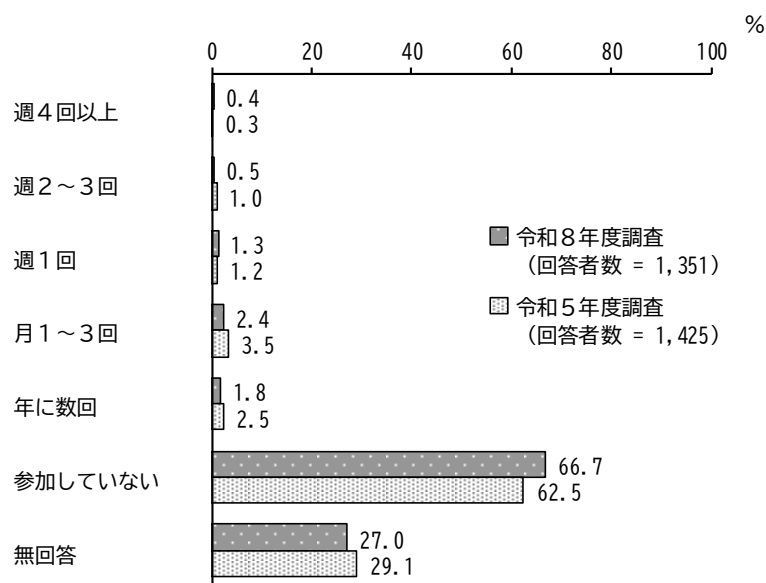
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



④学習・教養サークル

【経年比較】

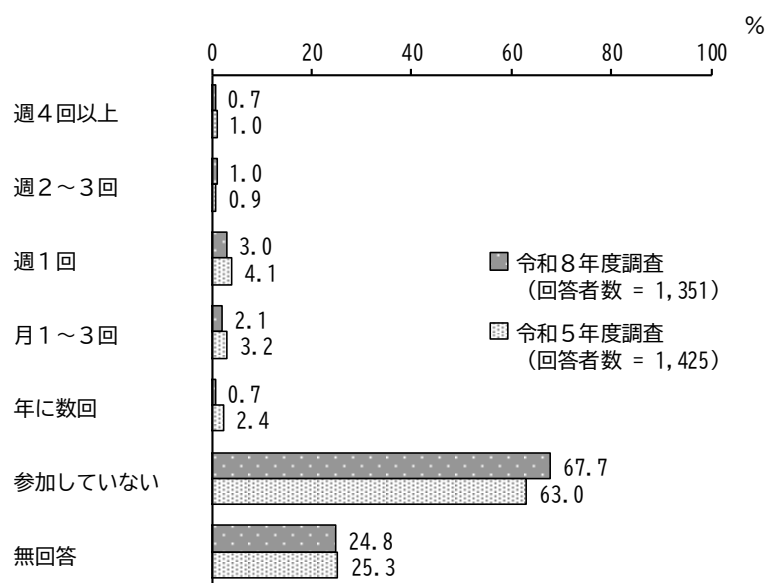
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑤いきいき百歳体操、ふれあい・いきいきサロンなど介護予防のための通いの場

【経年比較】

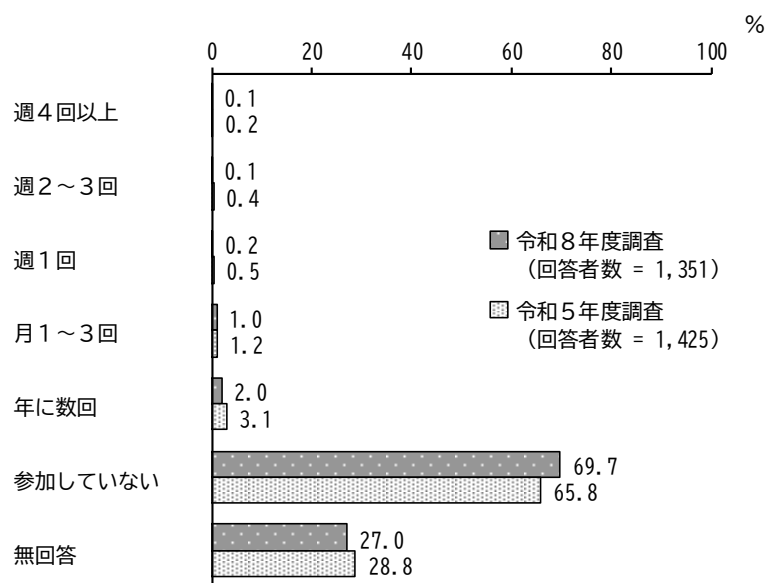
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑥老人クラブ

【経年比較】

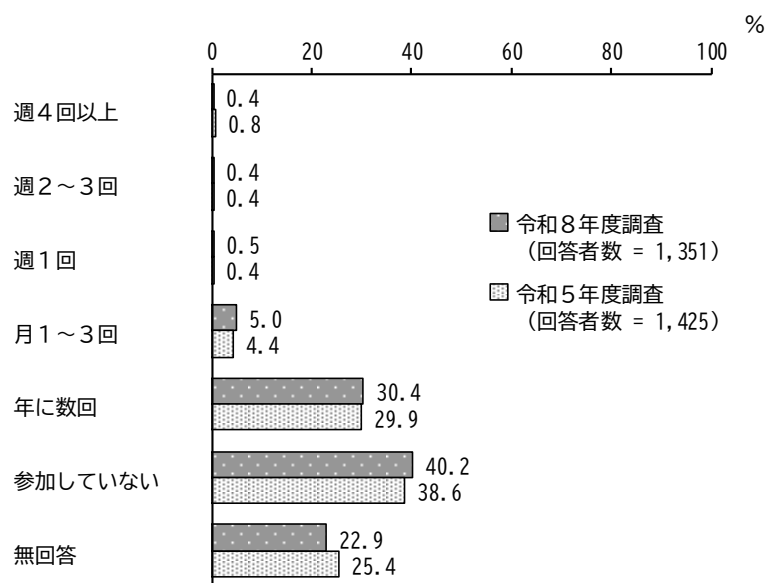
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑦町内会・自治会

【経年比較】

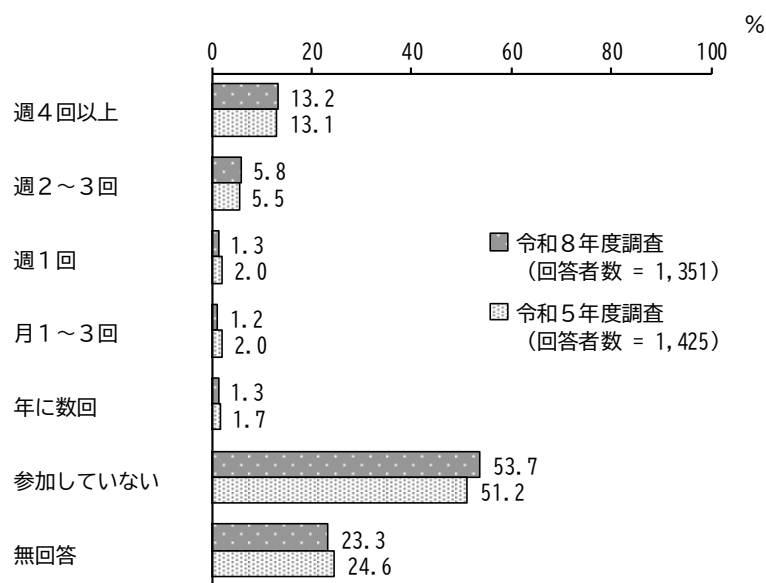
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



⑧収入のある仕事

【経年比較】

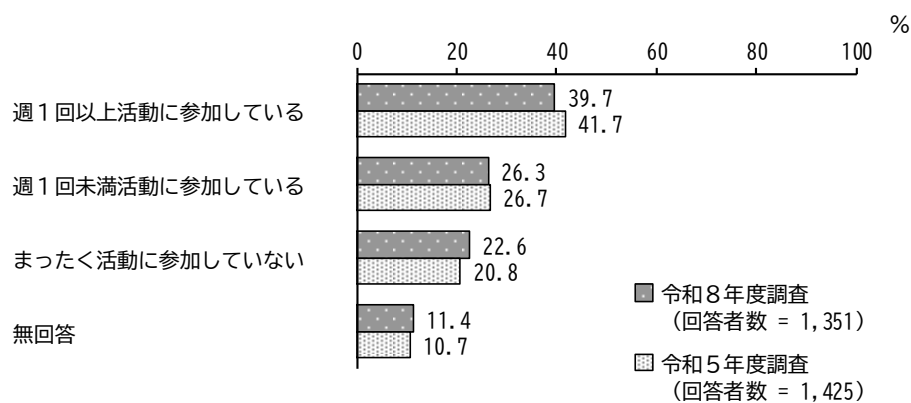
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



①～⑧の地域活動への参加状況まとめ

「週1回以上活動に参加している」の割合が39.7%、「週1回未満活動に参加している」の割合が26.3%、「まったく活動に参加していない」の割合が22.6%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、アウトドア派外向的で「週1回以上活動に参加している」、インドア派外向的で「週1回未満活動に参加している」、インドア派内向的で「まったく活動に参加していない」の割合が高くなっています。

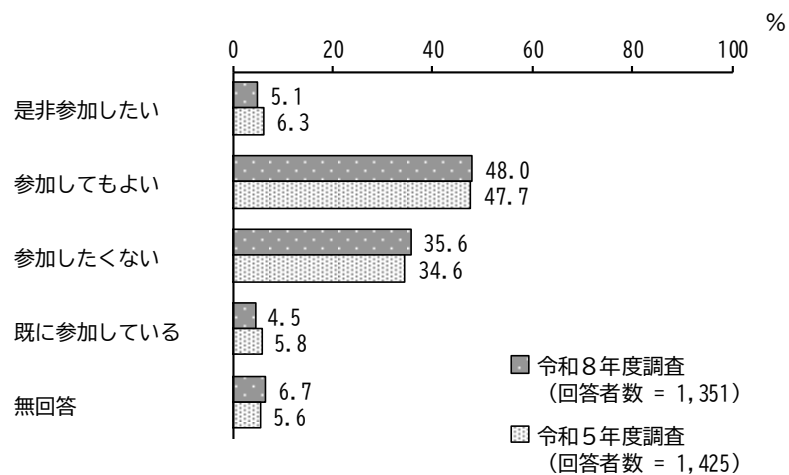
単位：％

区分	回答者数 (件)	週1回以上活動に 参加している	週1回未満活動に 参加している	まったく活動に参 加していない	無回答
全 体	1,351	39.7	26.3	22.6	11.4
インドア派 外向的	78	24.4	39.7	24.4	11.5
インドア派 内向的	114	13.2	18.4	50.9	17.5
アウトドア派 外向的	692	53.9	28.9	13.6	3.6
アウトドア派 内向的	362	33.1	26.8	33.7	6.4

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

「参加してもよい」の割合が48.0%と最も高く、次いで「参加したくない」の割合が35.6%となっています。

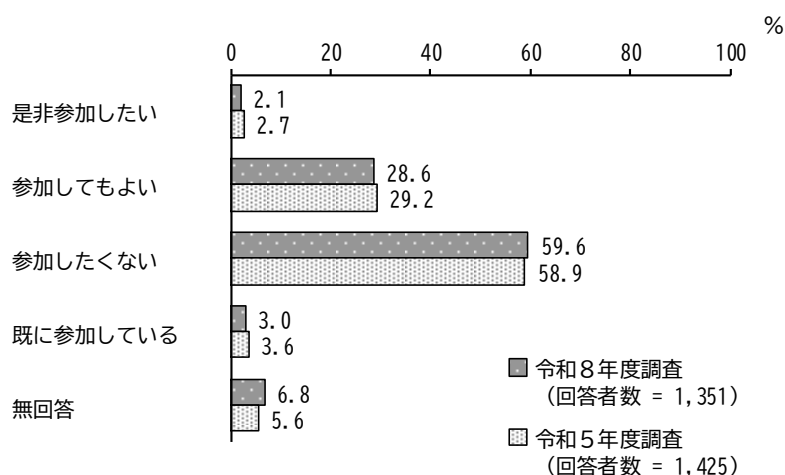
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



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

「参加したくない」の割合が 59.6%と最も高く、次いで「参加してもよい」の割合が 28.6%となっています。

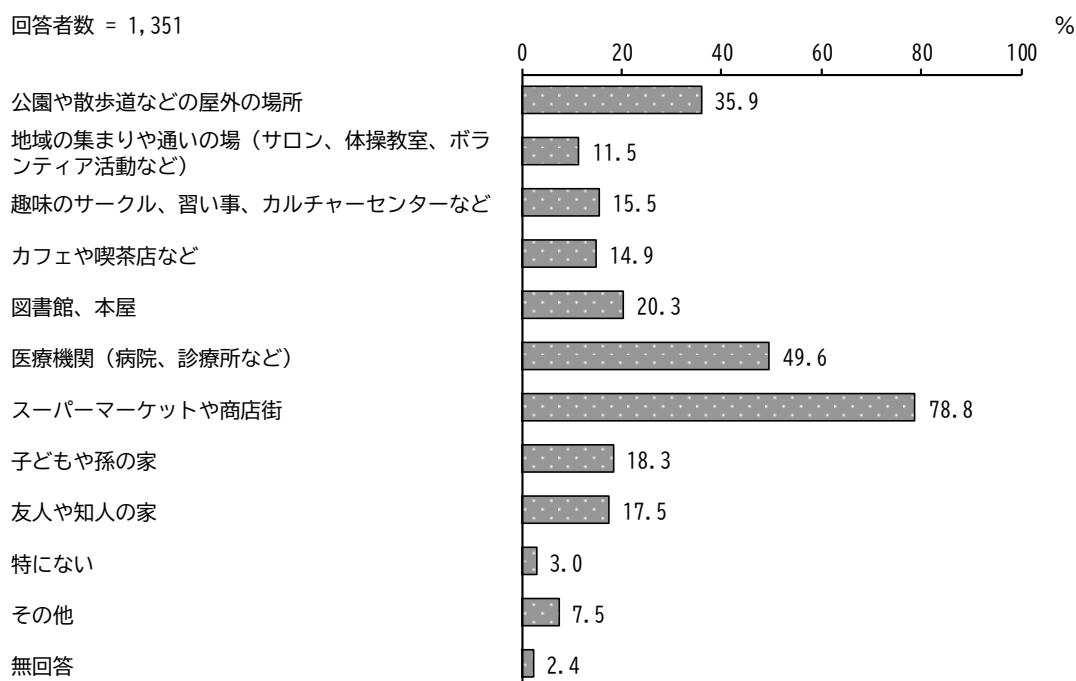
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(4) ふだんの生活の中で、自宅以外でよく行く場所はどこですか (いくつでも)

「スーパーマーケットや商店街」の割合が 78.8%と最も高く、次いで「医療機関（病院、診療所など）」の割合が 49.6%、「公園や散歩道などの屋外の場所」の割合が 35.9%となっています。

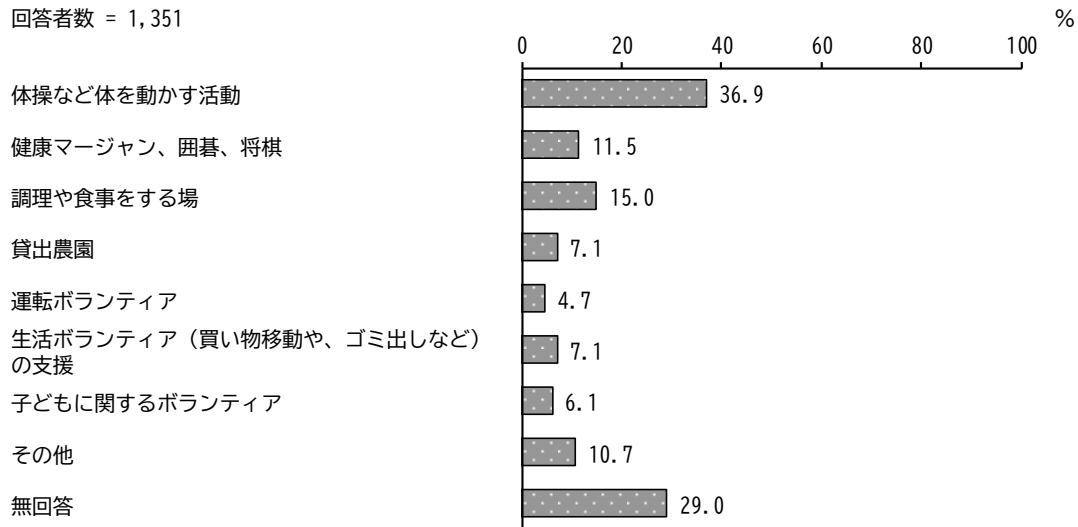
回答者数 = 1,351



(5) 今後、地域でどのような場や活動があれば、参加したいと思いますか（いくつでも）

「体操など体を動かす活動」の割合が 36.9%と最も高く、次いで「調理や食事をする場」の割合が 15.0%、「健康マージャン、囲碁、将棋」の割合が 11.5%となっています。

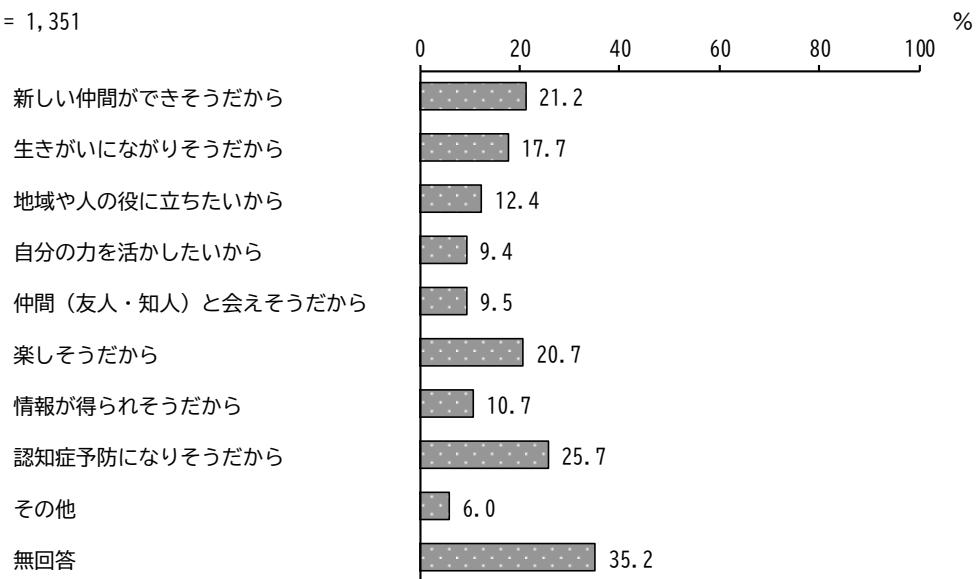
回答者数 = 1,351



(6) (5) のような場や活動に参加したいと思う理由は何ですか（いくつでも）

「認知症予防になりそうだから」の割合が 25.7%と最も高く、次いで「新しい仲間ができそうだから」の割合が 21.2%、「楽しそうだから」の割合が 20.7%となっています。

回答者数 = 1,351

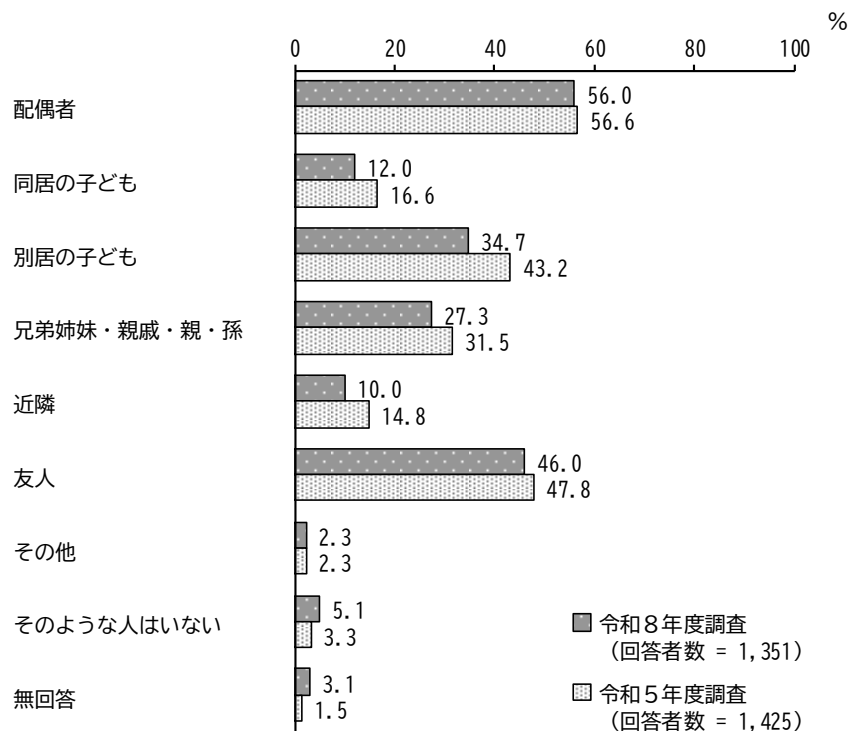


問6 たすけあいについて

(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)

「配偶者」の割合が56.0%と最も高く、次いで「友人」の割合が46.0%、「別居の子ども」の割合が34.7%となっています。

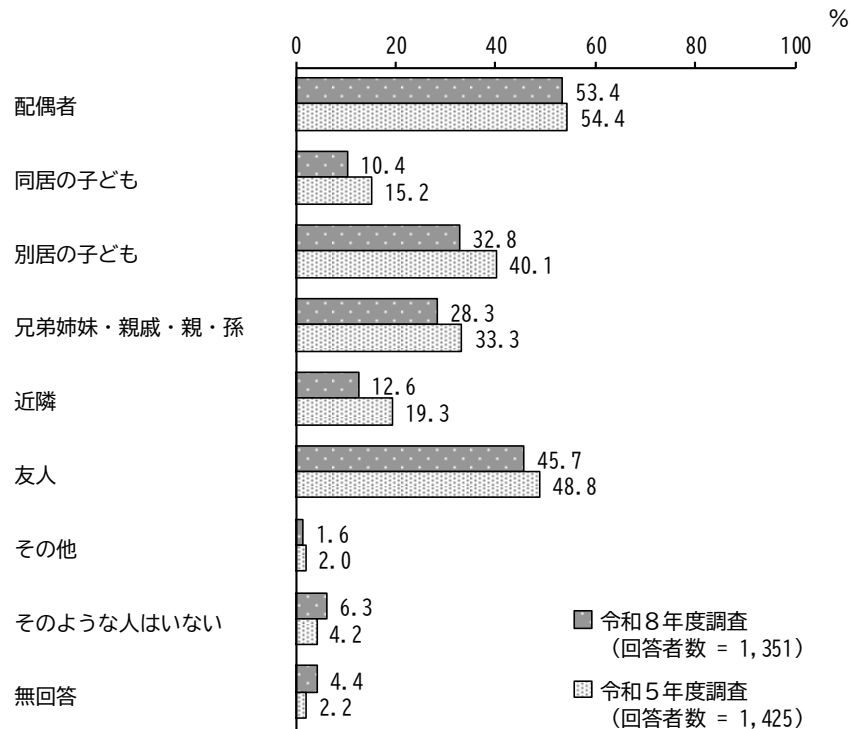
令和5年度調査と比較すると、「別居の子ども」の割合が減少しています。



(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）

「配偶者」の割合が53.4%と最も高く、次いで「友人」の割合が45.7%、「別居の子ども」の割合が32.8%となっています。

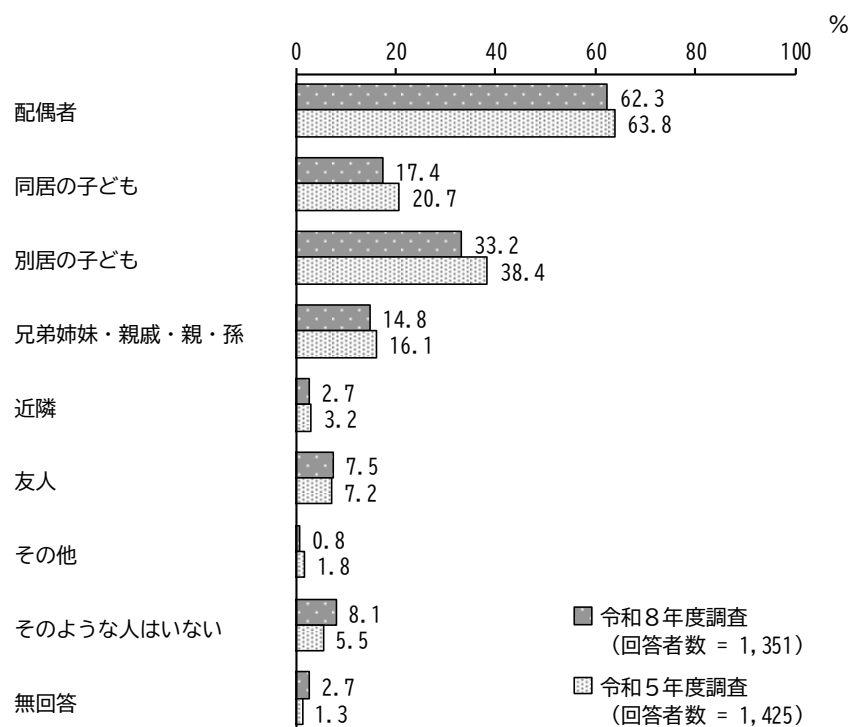
令和5年度調査と比較すると、「別居の子ども」「兄弟姉妹・親戚・親・孫」「近隣」の割合が減少しています。



(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）

「配偶者」の割合が62.3%と最も高く、次いで「別居の子ども」の割合が33.2%、「同居の子ども」の割合が17.4%となっています。

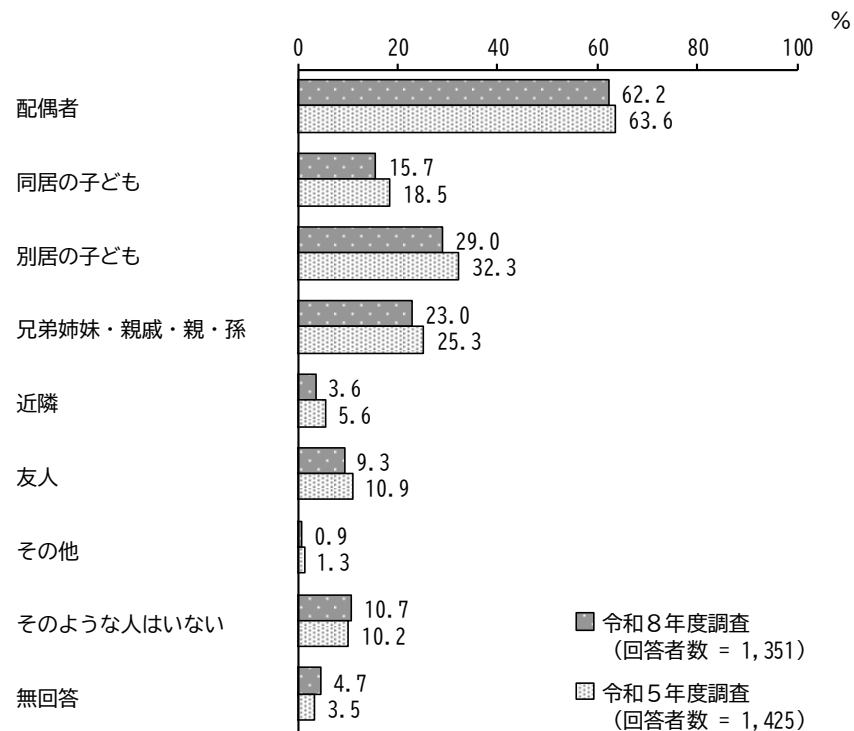
令和5年度調査と比較すると、「別居の子ども」の割合が減少しています。



(4) 反対に、看病や世話をしあげる人（いくつでも）

「配偶者」の割合が 62.2%と最も高く、次いで「別居の子ども」の割合が 29.0%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」の割合が 23.0%となっています。

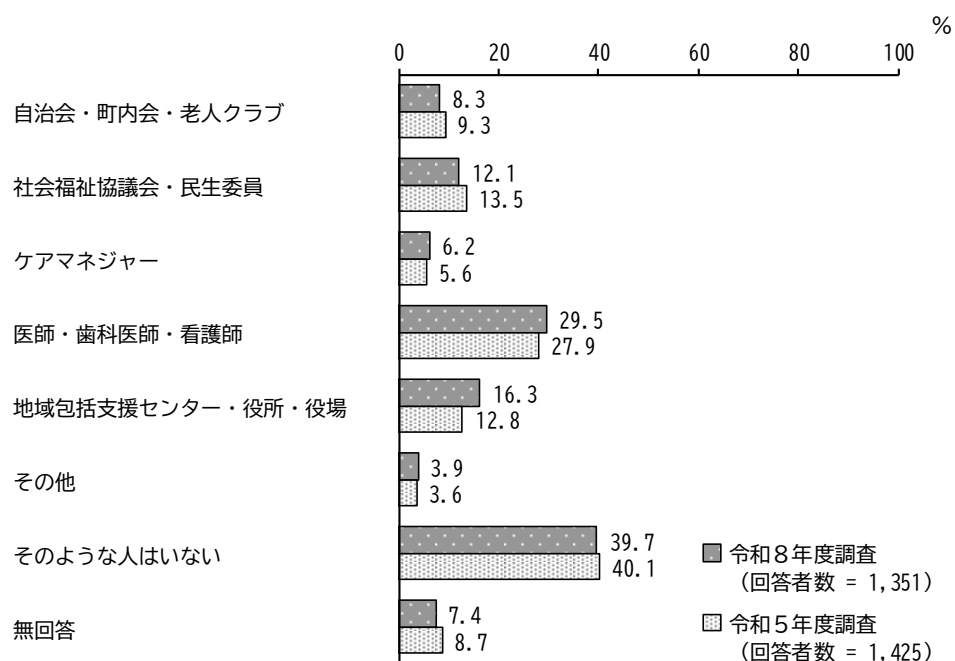
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



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

「医師・歯科医師・看護師」の割合が 29.5%と最も高く、次いで「地域包括支援センター・役所・役場」の割合が 16.3%、「社会福祉協議会・民生委員」の割合が 12.1%となっています。

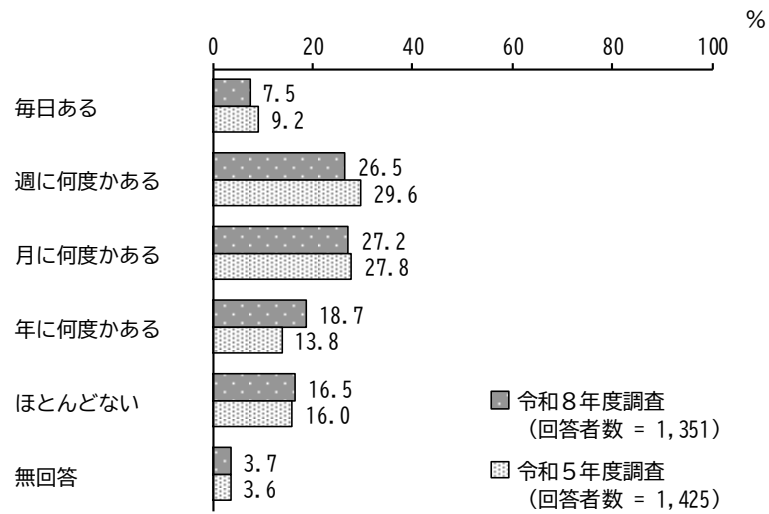
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

「月に何度かある」の割合が27.2%と最も高く、次いで「週に何度かある」の割合が26.5%、「年に何度かある」の割合が18.7%となっています。

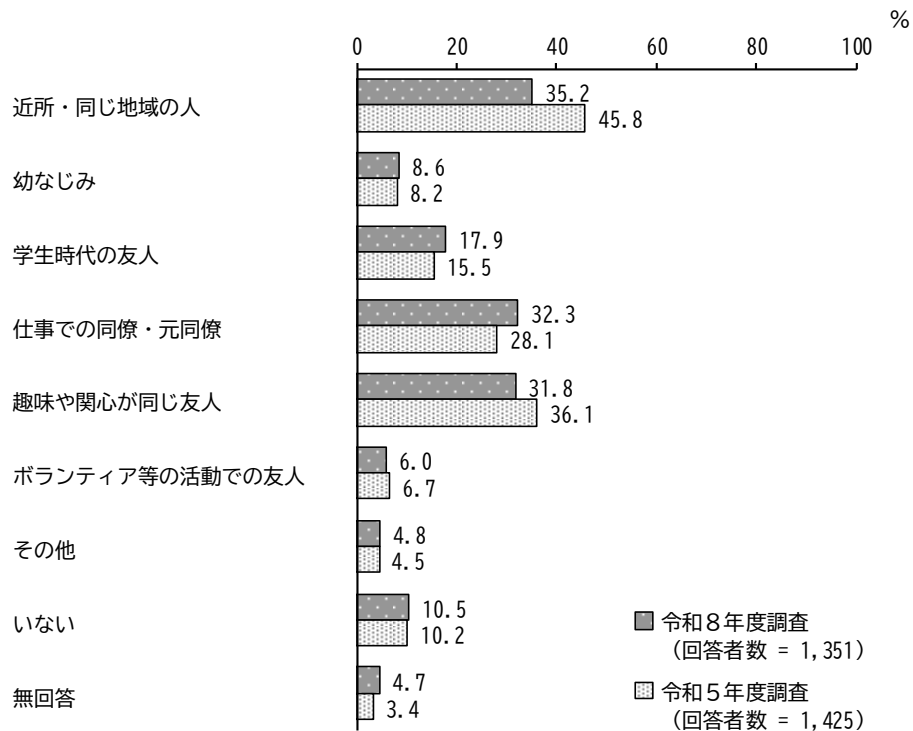
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(7) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(いくつでも)

「近所・同じ地域の人」の割合が35.2%と最も高く、次いで「仕事での同僚・元同僚」の割合が32.3%、「趣味や関心が同じ友人」の割合が31.8%となっています。

令和5年度調査と比較すると、「近所・同じ地域の人」の割合が減少しています。

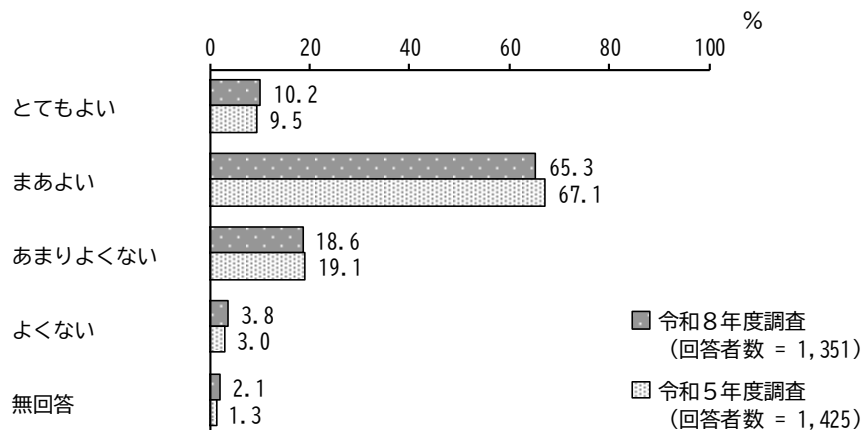


問7 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

「まあよい」の割合が 65.3%と最も高く、次いで「あまりよくない」の割合が 18.6%、「とてもよい」の割合が 10.2%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

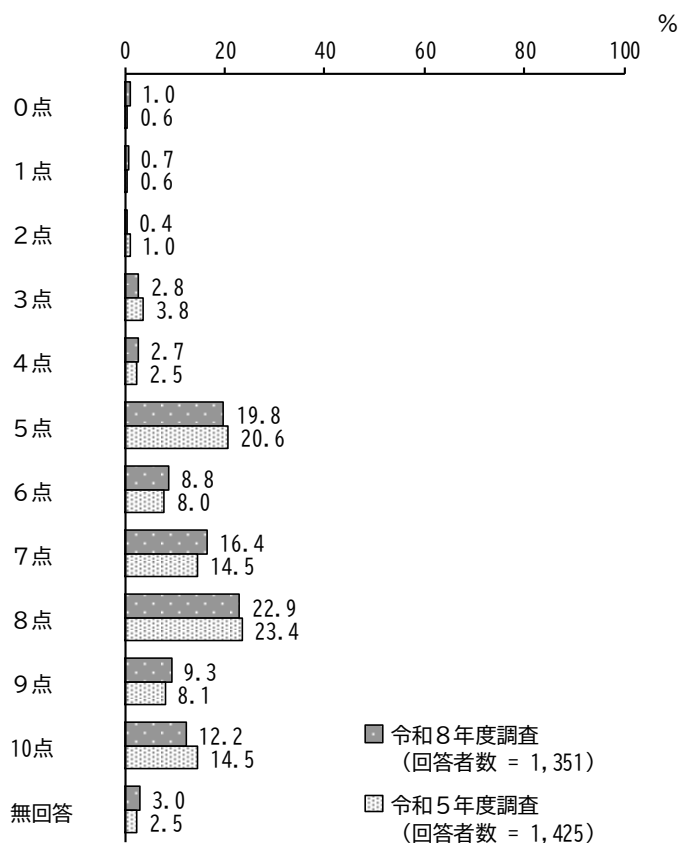


(2) あなたは、現在どの程度幸せですか

(「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)

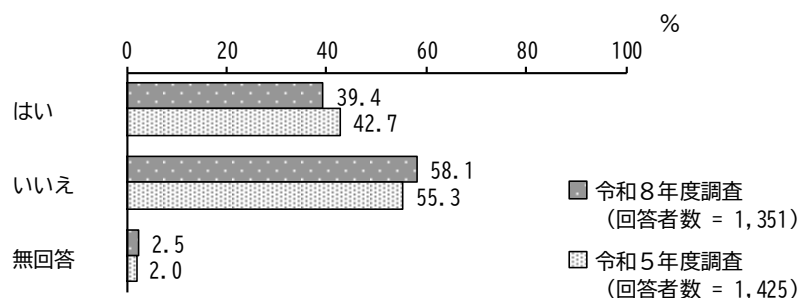
「8点」の割合が 22.9%と最も高く、次いで「5点」の割合が 19.8%、「7点」の割合が 16.4%となっています。

令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



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

「はい」の割合が39.4%、「いいえ」の割合が58.1%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

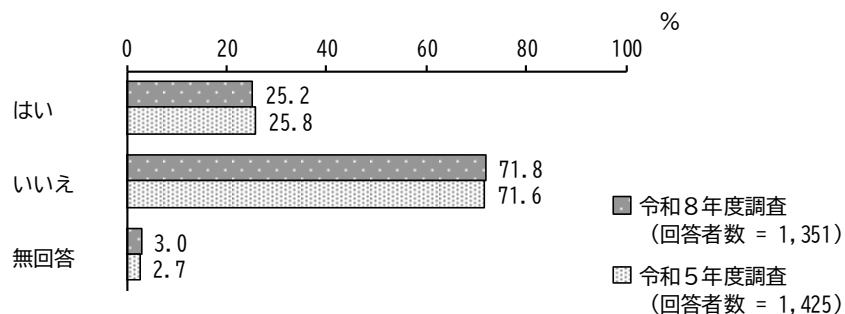
タイプ別にみると、インドア派外向的、インドア派内向的で「はい」の割合が高くなっています。

単位：%

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	39.4	58.1	2.5
インドア派 外向的	78	53.8	44.9	1.3
インドア派 内向的	114	52.6	42.1	5.3
アウトドア派 外向的	692	37.4	61.4	1.2
アウトドア派 内向的	362	35.9	61.9	2.2

(4) 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

「はい」の割合が25.2%、「いいえ」の割合が71.8%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【タイプ別】

タイプ別にみると、インドア派内向的で「はい」の割合が高くなっています。

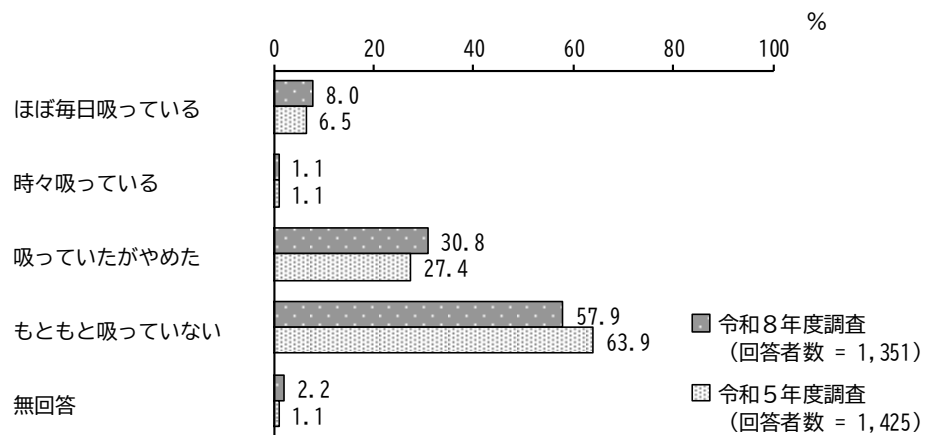
単位：％

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	25.2	71.8	3.0
インドア派 外向的	78	35.9	62.8	1.3
インドア派 内向的	114	48.2	46.5	5.3
アウトドア派 外向的	692	20.1	78.0	1.9
アウトドア派 内向的	362	25.7	72.1	2.2

(5) タバコは吸っていますか

「もともと吸っていない」の割合が57.9%と最も高く、次いで「吸っていたがやめた」の割合が30.8%となっています。

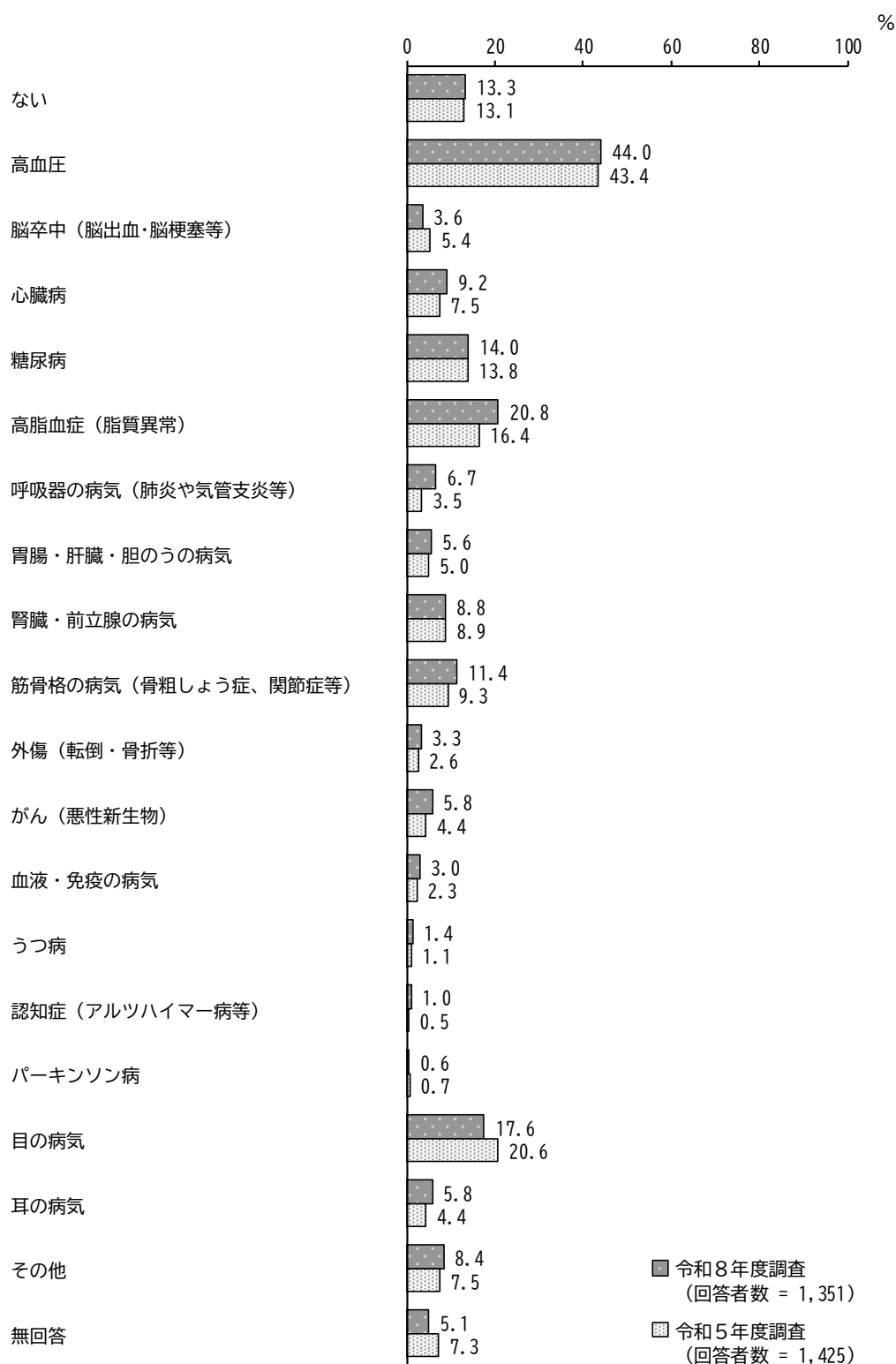
令和5年度調査と比較すると、「もともと吸っていない」の割合が減少しています。



（６）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）

「高血圧」の割合が 44.0%と最も高く、次いで「高脂血症（脂質異常）」の割合が 20.8%、「目の病気」の割合が 17.6%となっています。

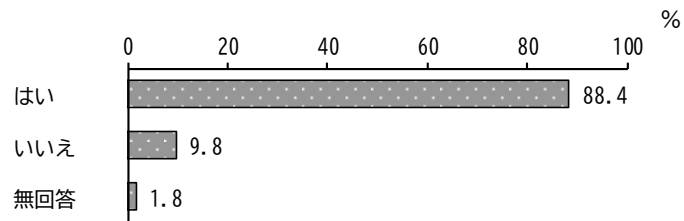
令和５年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



（７）定期的に、かかりつけ医にかかっていますか（健康診断やがん検診を含む）

「はい」の割合が88.4%、「いいえ」の割合が9.8%となっています。

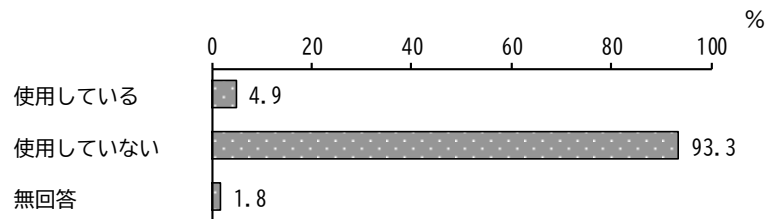
回答者数 = 1,351



（８）補聴器を使用していますか

「使用している」の割合が4.9%、「使用していない」の割合が93.3%となっています。

回答者数 = 1,351

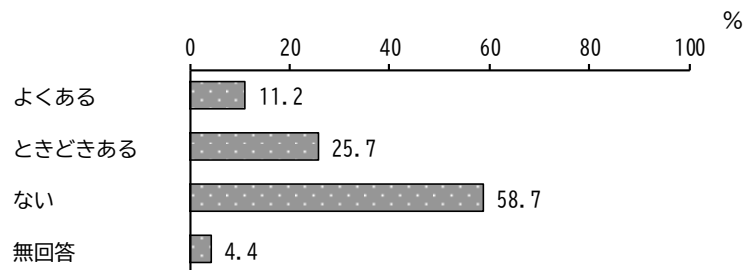


【（８）で「使用していない」の方のみ】

①最近耳が聞こえにくくなったと感じることはありますか

「よくある」の割合が11.2%、「ときどきある」の割合が25.7%、「ない」の割合が58.7%となっています。

回答者数 = 1,261

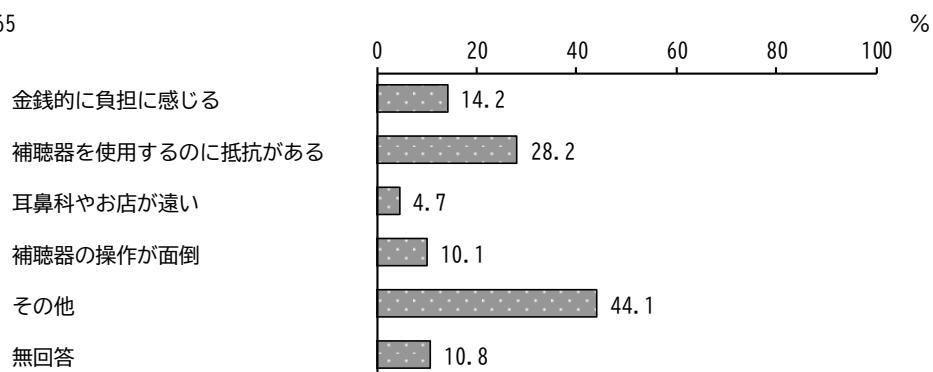


【（８）で「よくある」「ときどきある」の方のみ】

②補聴器を使用していない理由はなんですか（いくつでも）

「補聴器を使用するのに抵抗がある」の割合が28.2%と最も高く、次いで「金銭的に負担に感じる」の割合が14.2%、「補聴器の操作が面倒」の割合が10.1%となっています。

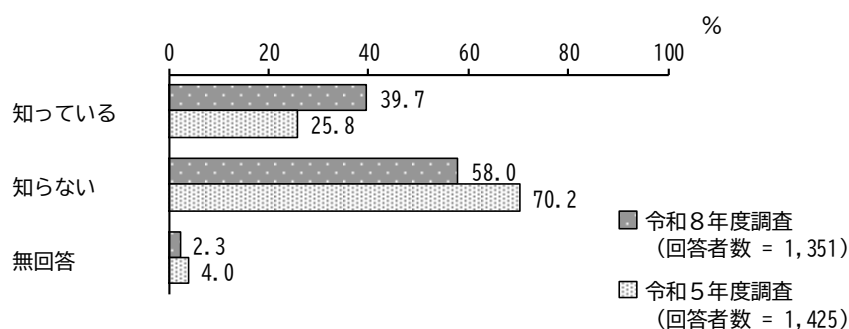
回答者数 = 465



問8 フレイルについて

(1) フレイル（加齢による虚弱）という言葉を知っていますか

「知っている」の割合が 39.7%、「知らない」の割合が 58.0%となっています。
令和5年度調査と比較すると、「知っている」の割合が増加しています。

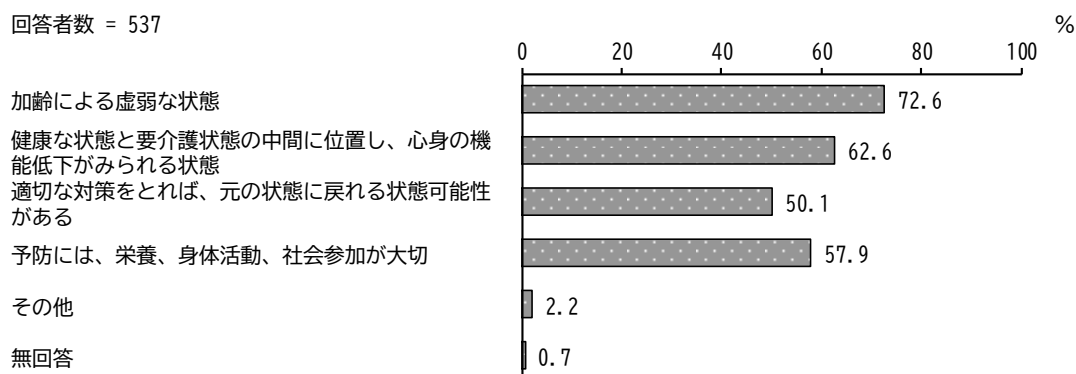


【(1) で「知っている」の方のみ】

①フレイルについて、どのようなことを知っていますか（いくつでも）

「加齢による虚弱な状態」の割合が 72.6%と最も高く、次いで「健康な状態と要介護状態の中間に位置し、心身の機能低下がみられる状態」の割合が 62.6%、「予防には、栄養、身体活動、社会参加が大切」の割合が 57.9%となっています。

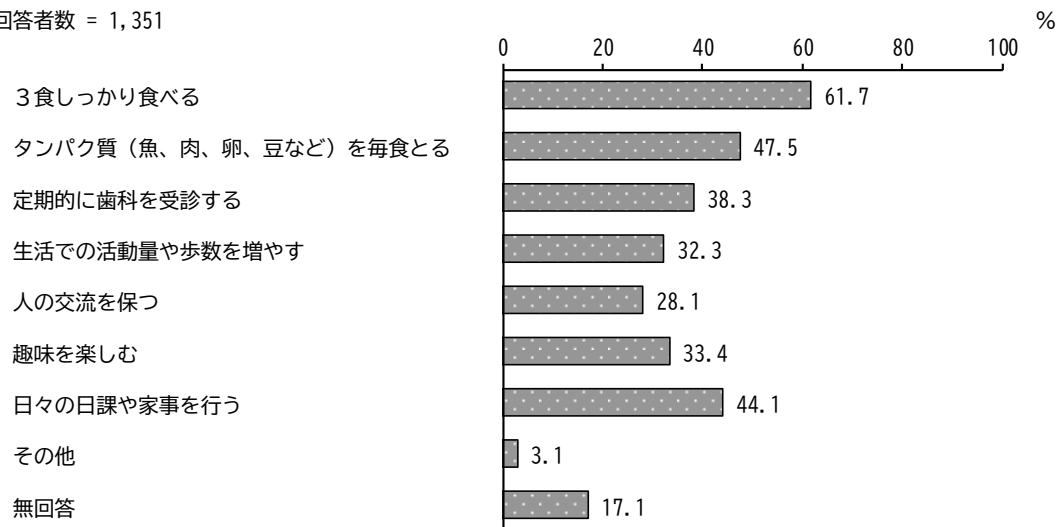
回答者数 = 537



(2) フレイルや介護予防のために、現在取り組んでいることはありますか（いくつでも）

「3食しっかり食べる」の割合が61.7%と最も高く、次いで「タンパク質（魚、肉、卵、豆など）を毎食とる」の割合が47.5%、「日々の日課や家事を行う」の割合が44.1%となっています。

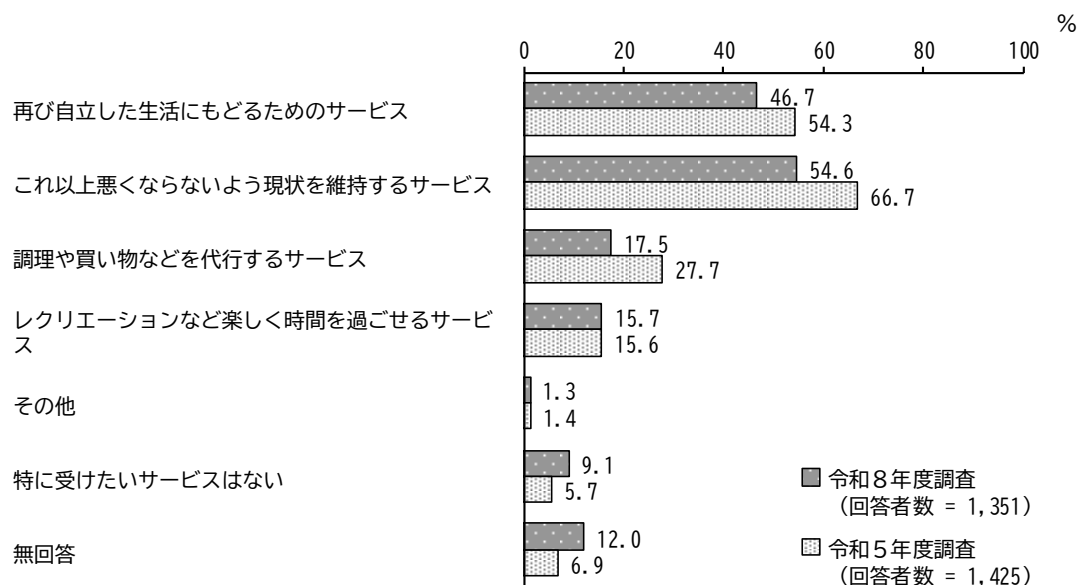
回答者数 = 1,351



(3) もしも、フレイル（加齢による虚弱）や要支援状態になったら、あなたはどのようなサポートやサービスを受けたいですか（いくつでも）

「これ以上悪くならないよう現状を維持するサービス」の割合が54.6%と最も高く、次いで「再び自立した生活にもどるためのサービス」の割合が46.7%、「調理や買い物などを代行するサービス」の割合が17.5%となっています。

令和5年度調査と比較すると、「再び自立した生活にもどるためのサービス」「これ以上悪くならないよう現状を維持するサービス」「調理や買い物などを代行するサービス」の割合が減少しています。

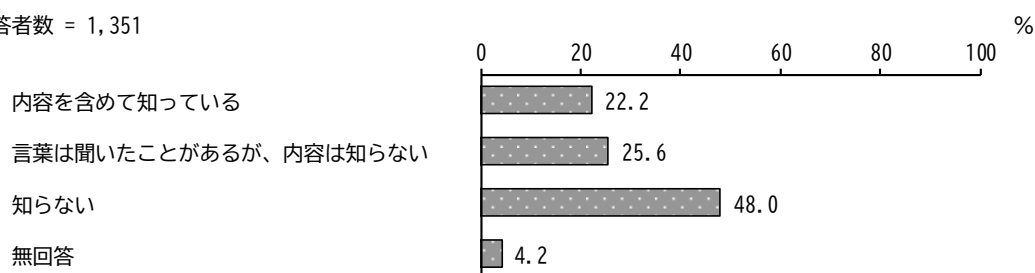


問9 認知症について

(1) 「新しい認知症観」という言葉を知っていますか

「内容を含めて知っている」の割合が22.2%、「言葉は聞いたことがあるが、内容は知らない」の割合が25.6%、「知らない」の割合が48.0%となっています。

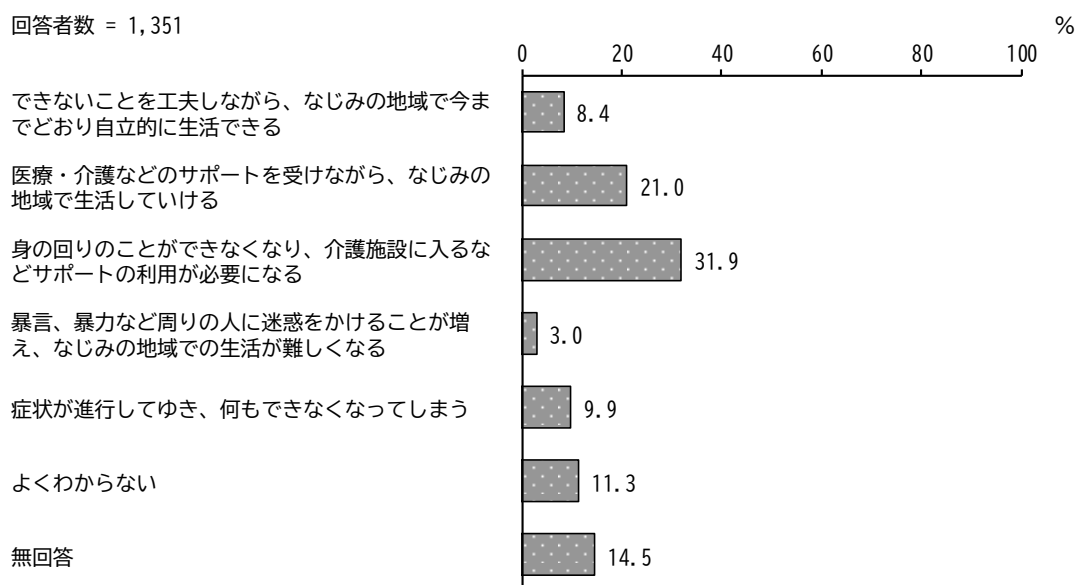
回答者数 = 1,351



(2) あなたは認知症に対して、どのようなイメージをもっていますか (最も近いものをひとつ)

「身の回りのことができなくなり、介護施設に入るなどサポートの利用が必要になる」の割合が31.9%と最も高く、次いで「医療・介護などのサポートを受けながら、なじみの地域で生活していける」の割合が21.0%、「よくわからない」の割合が11.3%となっています。

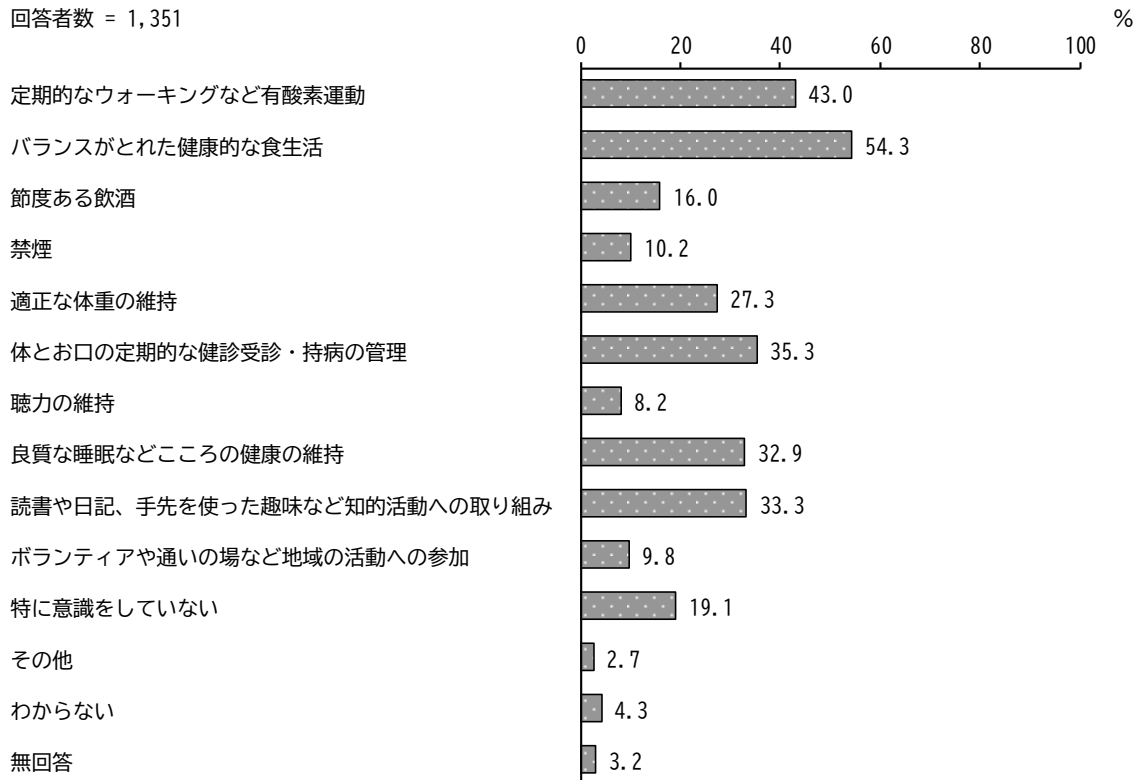
回答者数 = 1,351



(3) あなたが現在取り組んでいる「認知症予防につながる行動」を選んでください
(いくつでも)

「バランスがとれた健康的な食生活」の割合が 54.3%と最も高く、次いで「定期的なウォーキングなど有酸素運動」の割合が 43.0%、「体とお口の定期的な健診受診・持病の管理」の割合が 35.3%となっています。

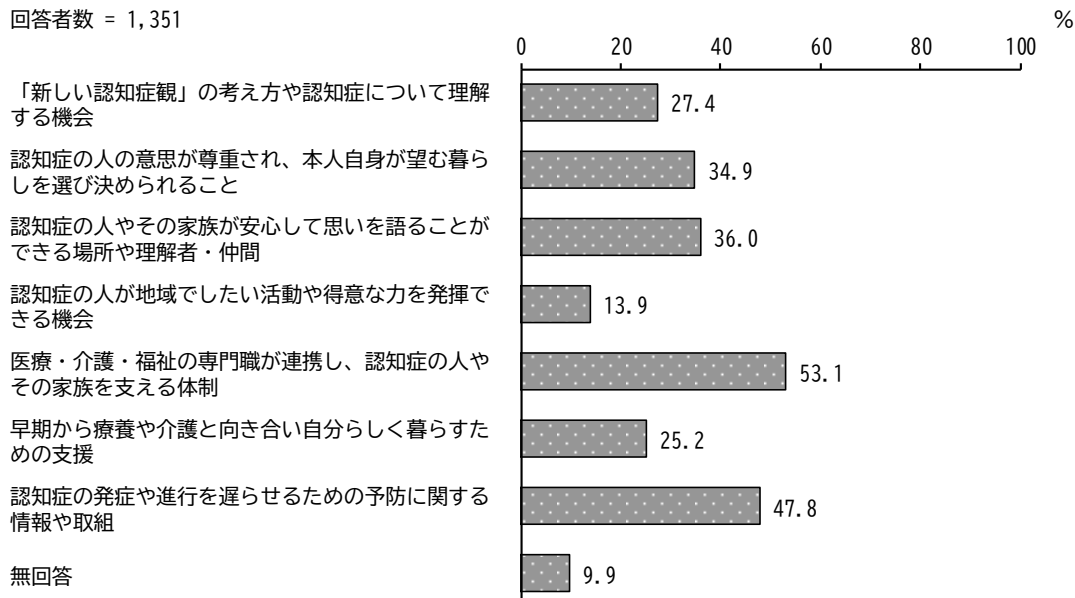
回答者数 = 1,351



(4) 認知症になっても、自分らしく地域で暮らすために、必要だと思うことは何ですか
(いくつでも)

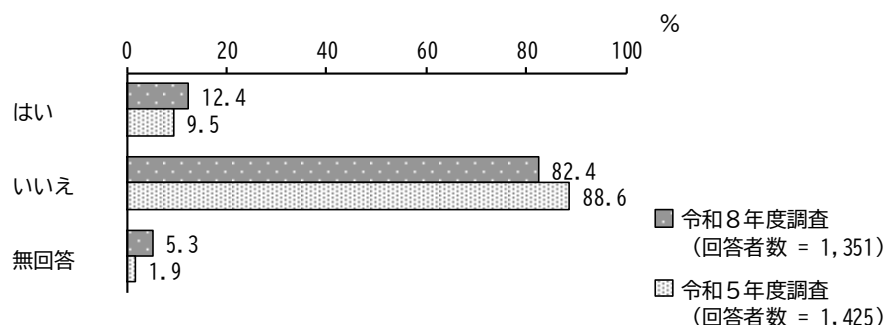
「医療・介護・福祉の専門職が連携し、認知症の人やその家族を支える体制」の割合が 53.1%と最も高く、次いで「認知症の発症や進行を遅らせるための予防に関する情報や取組」の割合が 47.8%、「認知症の人やその家族が安心して思いを語ることができる場所や理解者・仲間」の割合が 36.0%となっています。

回答者数 = 1,351



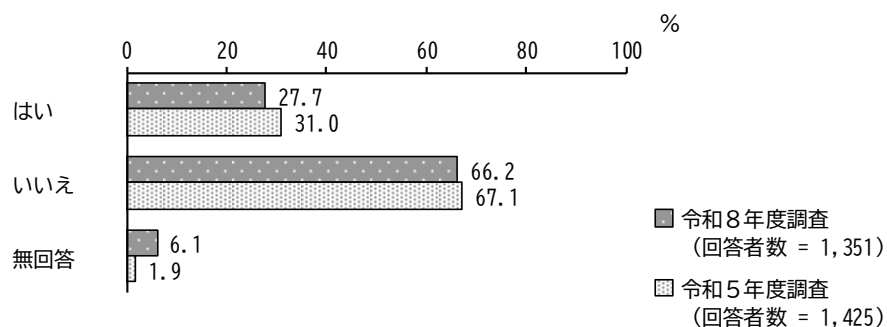
(5) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がありますか

「はい」の割合が12.4%、「いいえ」の割合が82.4%となっています。
令和5年度調査と比較すると、「いいえ」の割合が減少しています。



(6) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

「はい」の割合が27.7%、「いいえ」の割合が66.2%となっています。
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【認知症の症状がある家族の有無別】

認知症の症状がある家族の有無別にみると、『認知症の症状がある家族がいない』で「いいえ」の割合が高くなっています。

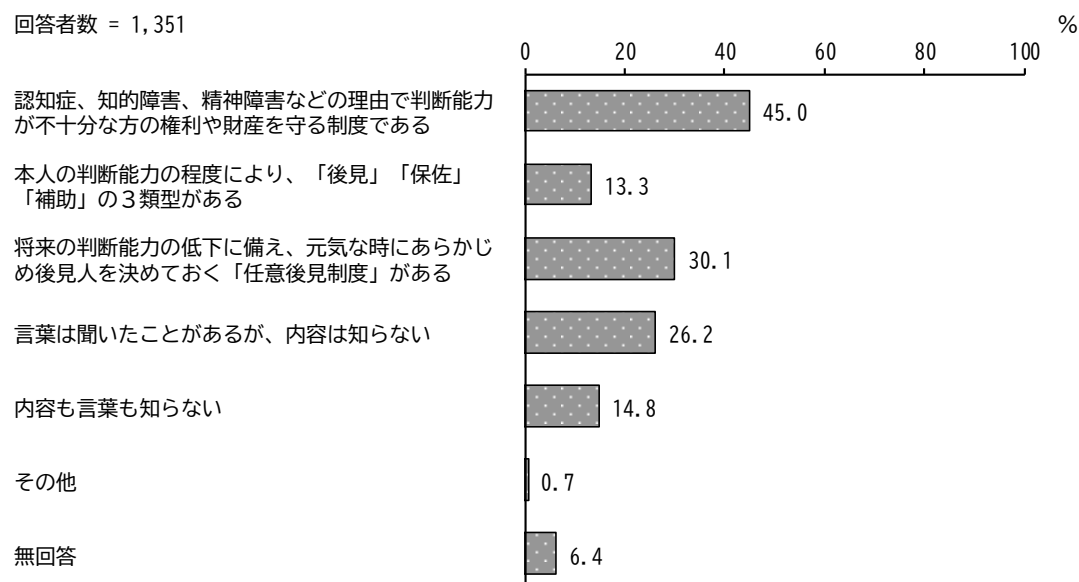
単位：％

区分	回答者数 (件)	はい	いいえ	無回答
全 体	1,351	27.7	66.2	6.1
認知症の症状がある家族がいる	167	56.9	38.3	4.8
認知症の症状がある家族がいない	1,113	24.9	73.7	1.4

(7) 認知症等の方のための「成年後見制度」についてどのようなことを知っていますか
(いくつでも)

「認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力が不十分な方の権利や財産を守る制度である」の割合が 45.0%と最も高く、次いで「将来の判断能力の低下に備え、元気な時にあらかじめ後見人を決めておく「任意後見制度」がある」の割合が 30.1%、「言葉は聞いたことがあるが、内容は知らない」の割合が 26.2%となっています。

回答者数 = 1,351

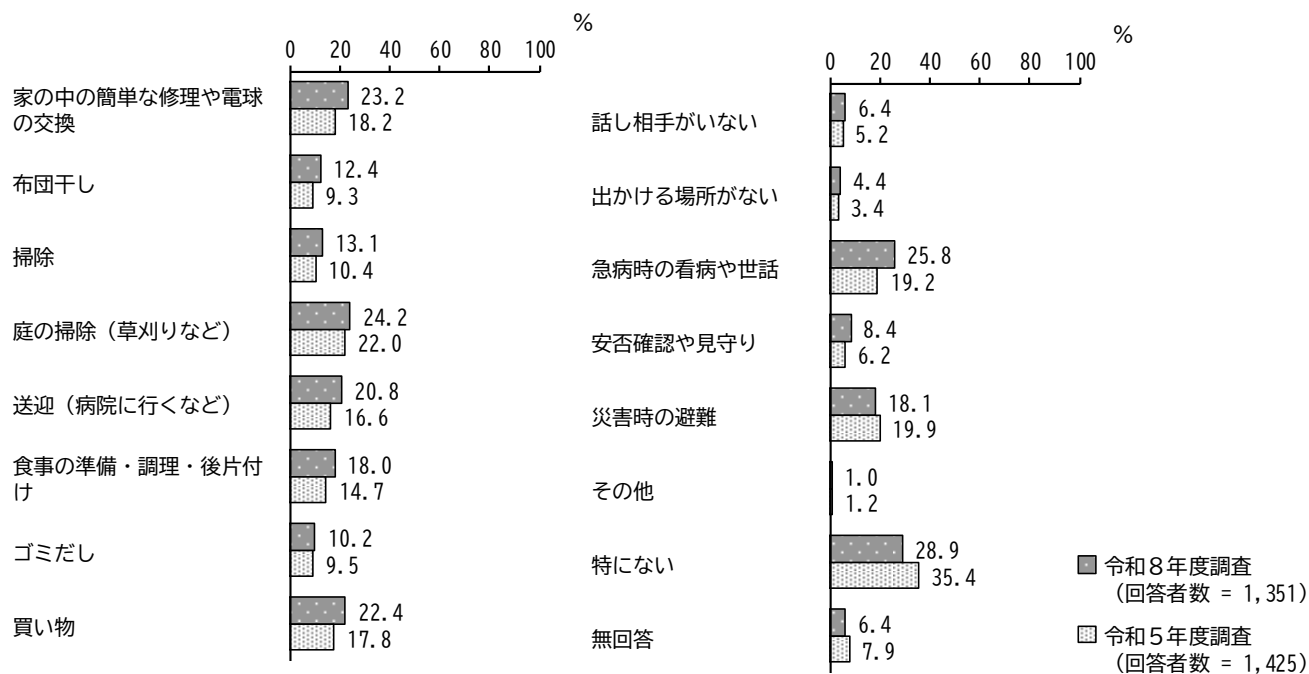


問 10 将来・これからの生活について

(1) あなたの今後の日常生活で、困りそうなことや心配なことがありますか（いくつでも）

「急病時の看病や世話」の割合が 25.8%と最も高く、次いで「庭の掃除（草刈りなど）」の割合が 24.2%、「家の中の簡単な修理や電球の交換」の割合が 23.2%となっています。

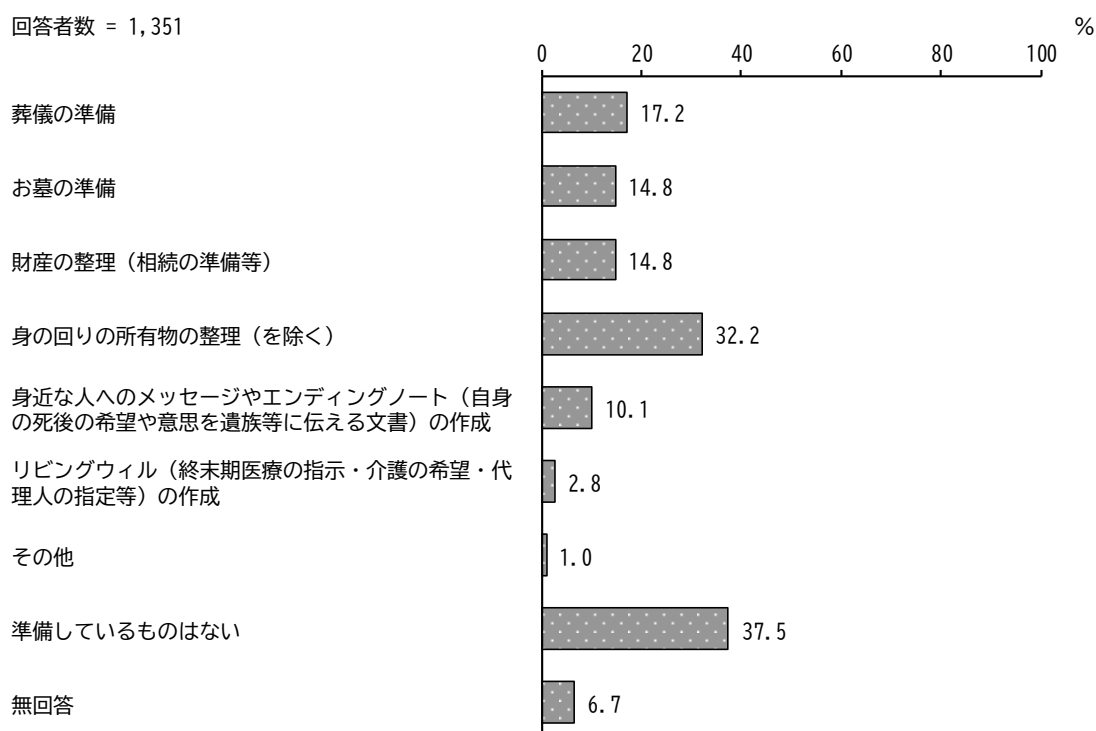
令和5年度調査と比較すると、「家の中の簡単な修理や電球の交換」「急病時の看病や世話」の割合が増加しています。



(2) 今後の暮らしのために、準備をしているものはありますか（いくつでも）

「準備しているものはない」の割合が 37.5%と最も高く、次いで「身の回りの所有物の整理（を除く）」の割合が 32.2%、「葬儀の準備」の割合が 17.2%となっています。

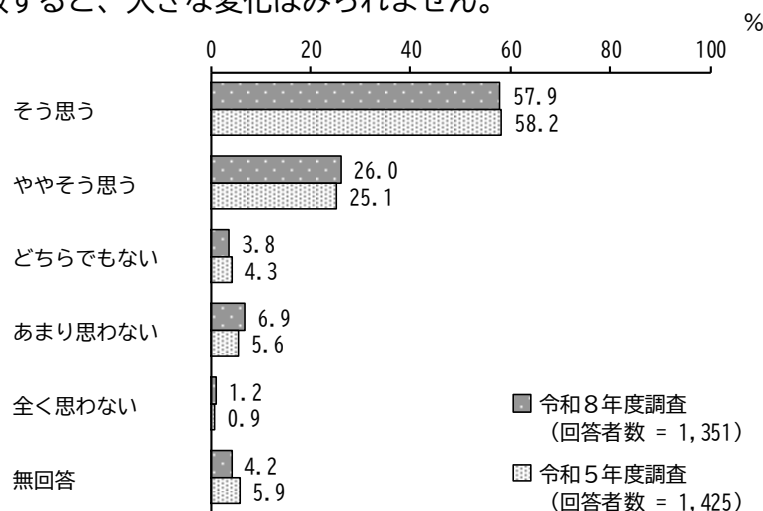
回答者数 = 1,351



(3) 人生の最終段階に向けて、元気な時・意思表示ができる時から、望む暮らしや、受けた い医療・介護について考えることが必要だと思いますか

「そう思う」「ややそう思う」を合わせた“思う”の割合が83.9%、「あまり思わない」「全く思わない」を合わせた“思わない”の割合が8.1%となっています。

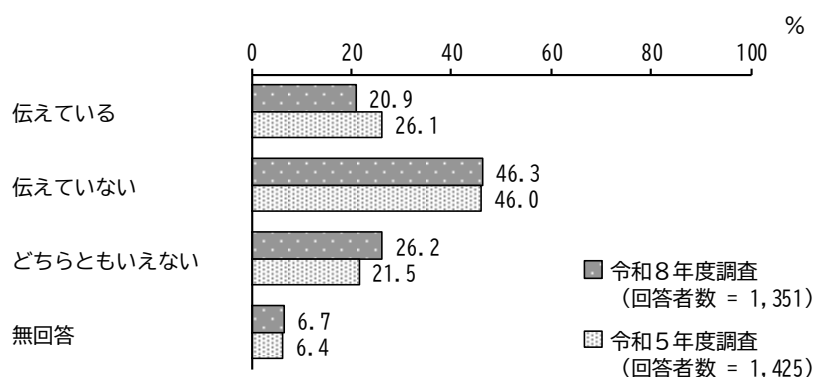
令和5年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(4) 人生の最終段階の医療や介護の希望を家族（必要に応じて医療・介護関係者）に伝えたり、話し合ったりしていますか

「伝えている」の割合が20.9%、「伝えていない」の割合が46.3%、「どちらともいえない」の割合が26.2%となっています。

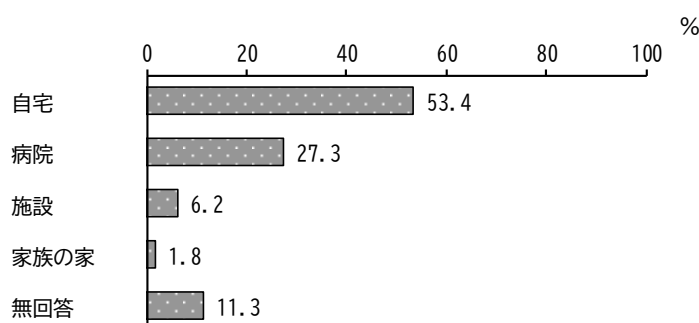
令和5年度調査と比較すると、「伝えている」の割合が減少しています。



(5) あなたはどこで最期のときを迎えたいですか（あくまで希望）

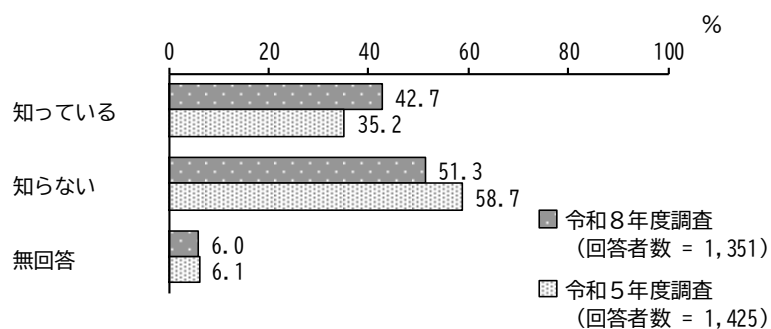
「自宅」の割合が53.4%と最も高く、次いで「病院」の割合が27.3%となっています。

回答者数 = 1,351



(6) 最寄りの地域包括支援センター（いきいきさぽーと）で、介護や認知症など、高齢者の
困りごと全般について相談できることを知っていますか

「知っている」の割合が42.7%、「知らない」の割合が51.3%となっています。
令和5年度調査と比較すると、「知っている」の割合が増加しています。



(7) あなたは自分や家族がどのような状態になったら、地域包括支援センターなどへ相談し
ますか（最も近いものをひとつ）

「生活に具体的な困りごとが出てきたら」の割合が36.9%と最も高く、次いで「自分や家族ではどうにもできなくなったら」の割合が33.1%、「心身や暮らしの変化が出はじめたら」の割合が11.3%となっています。

回答者数 = 1,351

