

「豊山町 介護予防と暮らしのニーズ調査」 報告書

I. 調査概況

1. 調査の目的

第8次豊山町高齢者福祉計画・第7次介護保険事業計画を策定するための基礎調査として、一般高齢者の現状およびニーズを把握する。

2. 調査対象

平成29年6月25日現在、豊山町内に住民票を持つ65歳以上の方から600名抽出※
※年齢、性別による層化無作為抽出法。65-74歳および75-84歳の39%、85歳以上の22%を対象としました。

3. 調査期間

平成29年7月21日から7月31日

4. 調査方法

郵送による配布・回収

5. 回収状況

調査対象者数 3,013人

配布数 600通

有効回収数 422名

有効回収率 70.2%

Ⅱ. 単純集計

1. 回答者概況

(1) 性別

男性 209 名 (49.5%)、女性 213 名 (50.5%)

(2) 年齢

65—74 歳 154 名 (46.6%)

75—84 歳 180 名 (42.7%)

85 歳以上 88 名 (20.9%)

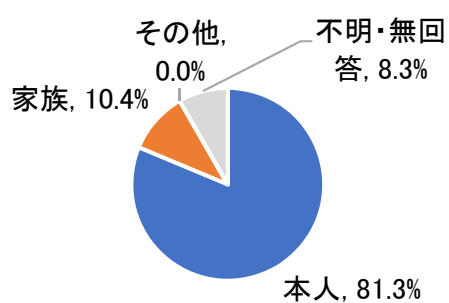
(3) 性・年齢別回収人数

(人)

	65—74 歳	75—84 歳	85 歳以上
男	76	89	44
女	78	91	44

(4) 記入者

	人数	%
本人	343	81.3%
家族	44	10.4%
その他	0	0.0%
不明・無回答	35	8.3%

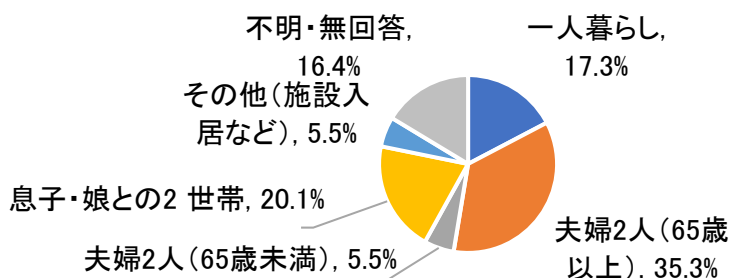


2. 家族構成・生活状況について

- 単身世帯または 65 歳以上の高齢者世帯が 53%と過半数を占めました。要介護認定を受けていない方を対象とした調査でしたが、「介護・介助を要する」人が 16%ありました。26%の人が現在、経済的に「大変」または「やや」苦しいと回答されました。

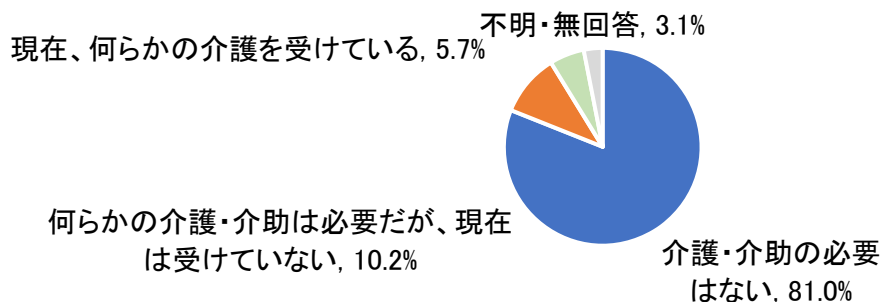
(1) 家族構成

	人数	%
一人暮らし	73	17.3%
夫婦 2 人(配偶者 65 歳以上)	149	35.3%
夫婦 2 人(配偶者 64 歳以下)	23	5.5%
息子・娘との 2 世帯	85	20.1%
その他(施設入居など)	23	5.5%
不明・無回答	69	16.4%



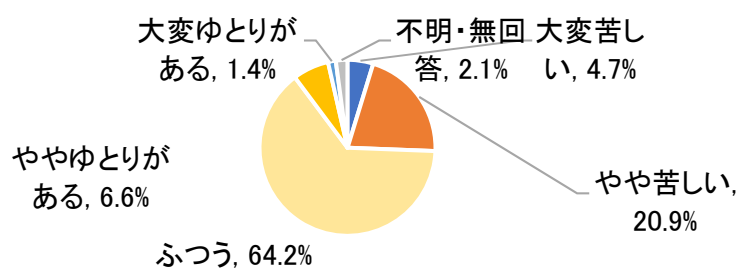
(2) あなたは、ふだんの生活でどなたかの介護・介助が必要ですか

	人数	%
介護・介助の必要はない	342	81.0%
何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない	43	10.2%
現在、何らかの介護を受けている	24	5.7%
不明・無回答	13	3.1%



(3)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

	人数	%
大変苦しい	20	4.7%
やや苦しい	88	20.9%
ふつう	271	64.2%
ややゆとりがある	28	6.6%
大変ゆとりがある	6	1.4%
不明・無回答	9	2.1%

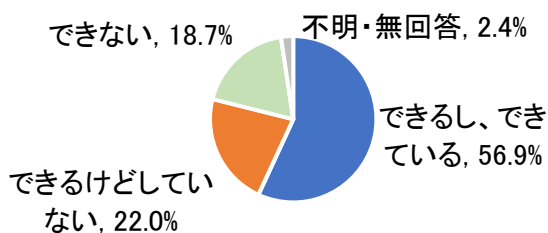


3. からだを動かすことについて

- 15分ぐらい続けて歩けない人は8%、階段を手すりや壁をつたわずに昇れない人は19%、いすから何もつかまらずに立ち上がれない人は11%ありました。
- 昨年に比べ、外出回数が「とても減った」「減った」人は28%あり、週に1回も外出しない人、いわゆる「閉じこもり」状態にある人は7%ありました。転倒に対する不安は「とても」「やや」を合わせ半数おり、実際3割の人が過去1年間に転倒を経験していました。

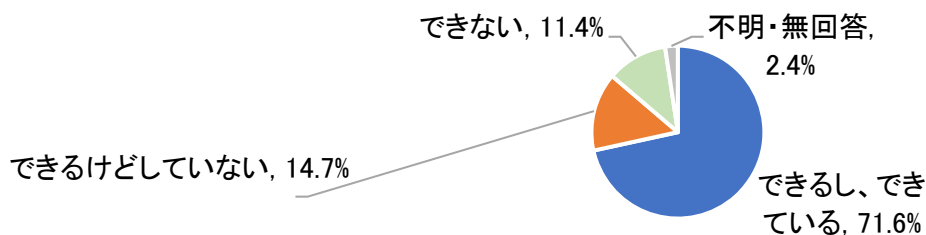
(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

	人数	%
できるし、している	240	56.9%
できるけどしていない	93	22.0%
できない	79	18.7%
不明・無回答	10	2.4%



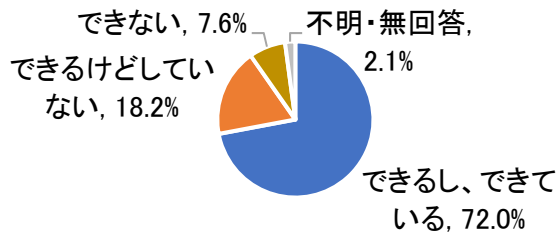
(2) いすに座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか

	人数	%
できるし、している	302	71.6%
できるけどしていない	62	14.7%
できない	48	11.4%
不明・無回答	10	2.4%



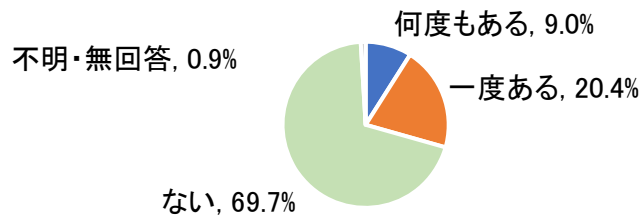
(3) 15分くらい続けて歩いていますか

	人数	%
できるし、している	304	72.0%
できるけどしていない	77	18.2%
できない	32	7.6%
不明・無回答	9	2.1%



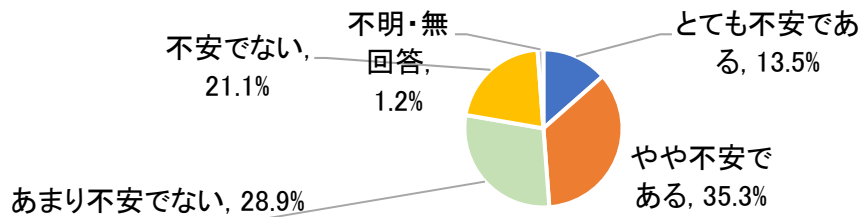
(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

	人数	%
何度もある	38	9.0%
1度ある	86	20.4%
ない	294	69.7%
不明・無回答	4	0.9%



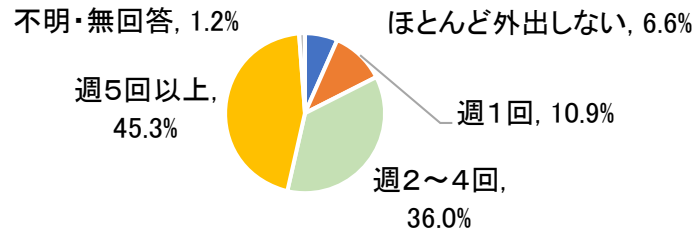
(5) 転倒に対する不安は大きいですか

	人数	%
とても不安である	57	13.5%
やや不安である	149	35.3%
あまり不安でない	122	28.9%
不安でない	89	21.1%
不明・無回答	5	1.2%



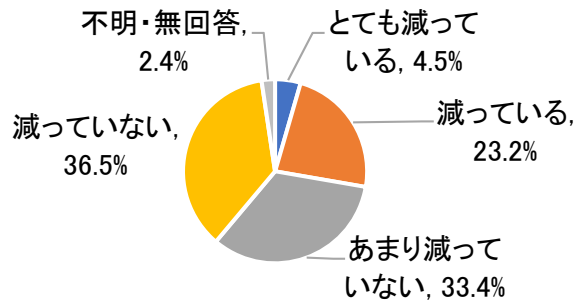
(6)週に1回以上は外出していますか

	人数	%
ほとんど外出しない	28	6.6%
週1回	46	10.9%
週2～4回	152	36.0%
週5回以上	191	45.3%
不明・無回答	5	1.2%



(7)昨年と比べて外出の回数が減っていますか

	人数	%
とても減っている	19	4.5%
減っている	98	23.2%
あまり減っていない	140	33.4%
減っていない	154	36.5%
不明・無回答	10	2.4%

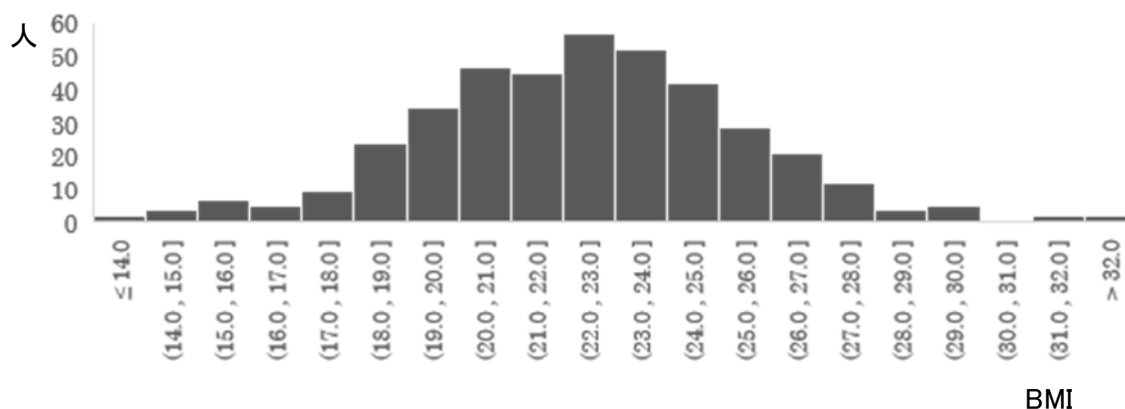


4. 食べることについて

- 歯みがきは 89% の人で毎日行われており、自分の歯が 20 本以上残る人は 42% です。噛み合わせの悪さを自覚している人は 22% ありました。この半年で 2kg 以上体重が減った人は 17% あり、お茶や汁物でむせがある人は 24% ありました。
- 食事を誰かと一緒にすることが年にほとんどない人は 8% ありました。

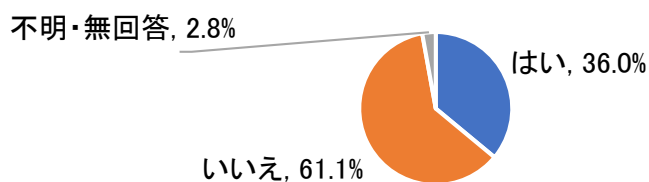
(1) BMI

平均 22.4 ± 3.1 SD



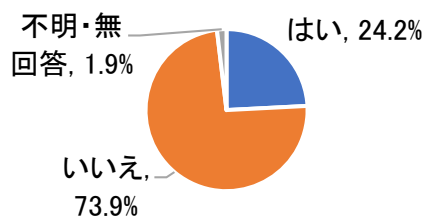
(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

	人数	%
はい	152	36.0%
いいえ	258	61.1%
不明・無回答	12	2.8%



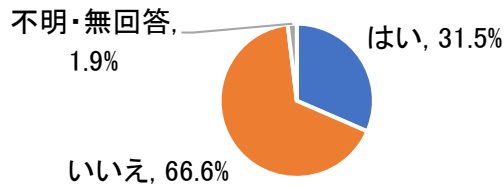
(3) お茶や汁物等でむせることがありますか

	人数	%
はい	102	24.2%
いいえ	312	73.9%
不明・無回答	8	1.9%



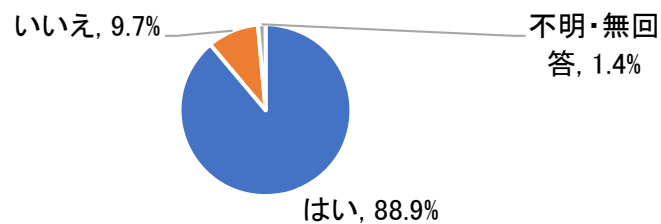
(4) 口のかわきが気になりますか

	人数	%
はい	133	31.5%
いいえ	281	66.6%
不明・無回答	8	1.9%



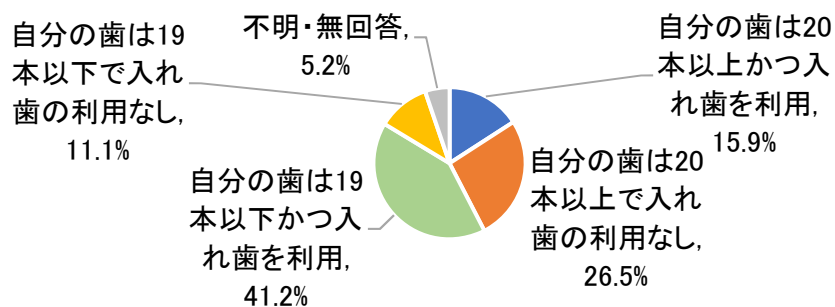
(5) 歯みがき(人にやってもらう場合も含む)を毎日していますか

	人数	%
はい	375	88.9%
いいえ	41	9.7%
不明・無回答	6	1.4%



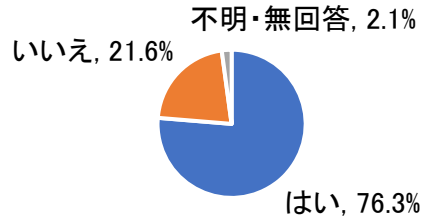
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください

	人数	%
自分の歯は20本以上かつ入れ歯を利用	67	15.9%
自分の歯は20本以上で入れ歯の利用なし	112	26.5%
自分の歯は19本以下かつ入れ歯を利用	174	41.2%
自分の歯は19本以下で入れ歯の利用なし	47	11.1%
不明・無回答	22	5.2%



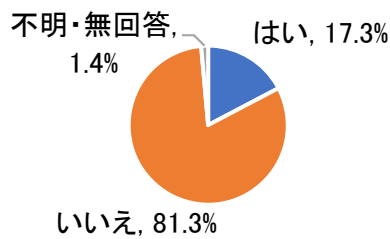
(7)かみ合わせは良いですか

	人数	%
はい	322	76.3%
いいえ	91	21.6%
不明・無回答	9	2.1%



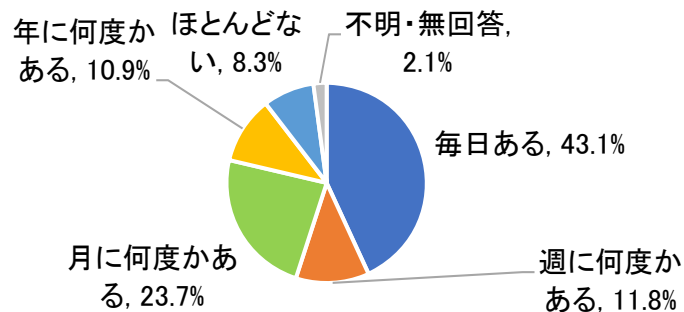
(8)6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

	人数	%
はい	73	17.3%
いいえ	343	81.3%
不明・無回答	6	1.4%



(9)どなたかと食事をとにもする機会がありますか

	人数	%
毎日ある	182	43.1%
週に何度かある	50	11.8%
月に何度かある	100	23.7%
年に何度かある	46	10.9%
ほとんどない	35	8.3%
不明・無回答	9	2.1%

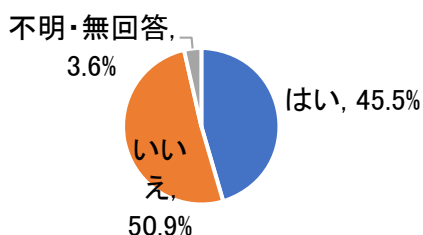


5. 毎日の生活について

- もの忘れが多いと感じる人は 46%ありました。自分で電話番号を調べて、電話をかけているのは 87%でした。

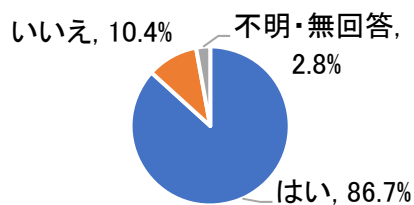
(1) もの忘れが多いと感じますか

	人数	%
はい	192	45.5%
いいえ	215	50.9%
不明・無回答	15	3.6%



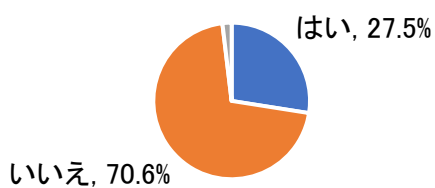
(2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけていることをしていますか

	人数	%
はい	366	86.7%
いいえ	44	10.4%
不明・無回答	12	2.8%



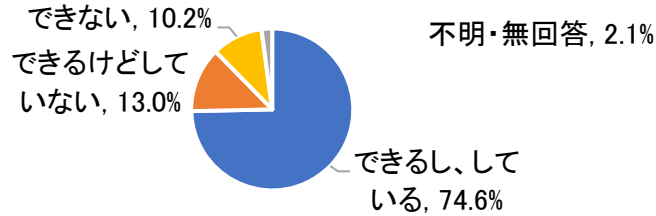
(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか

	人数	%
はい	116	27.5%
いいえ	298	70.6%
不明・無回答	8	1.9%



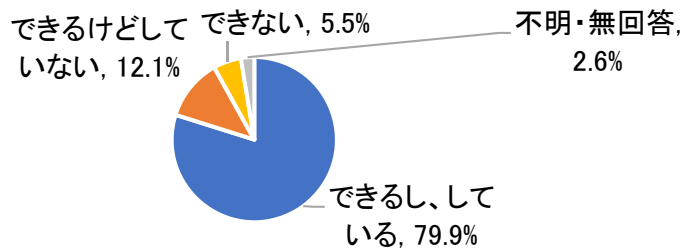
(4) バスや電車を使って1人で外出していますか

	人数	%
できるし、している	315	74.6%
できるけどしていない	55	13.0%
できない	43	10.2%
不明・無回答	9	2.1%



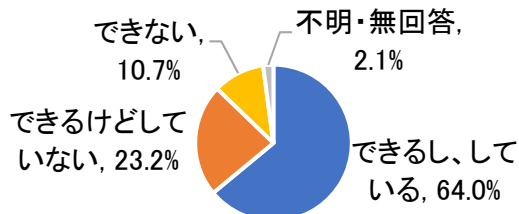
(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

	人数	%
できるし、している	337	79.9%
できるけどしていない	51	12.1%
できない	23	5.5%
不明・無回答	11	2.6%



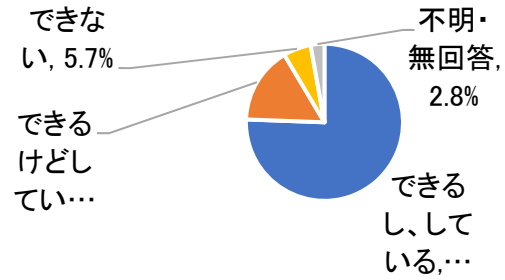
(6) 自分で食事の用意をしていますか

	人数	%
できるし、している	270	64.0%
できるけどしていない	98	23.2%
できない	45	10.7%
不明・無回答	9	2.1%



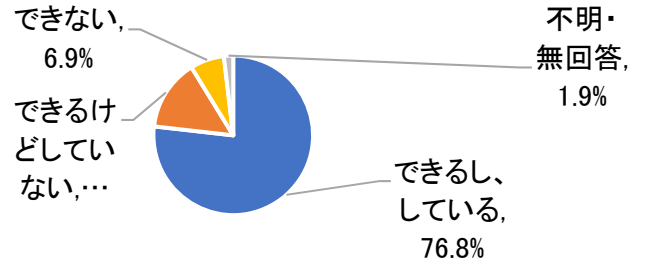
(7) 自分で請求書の支払いをしていますか

	人数	%
できるし、している	319	75.6%
できるけどしていない	67	15.9%
できない	24	5.7%
不明・無回答	12	2.8%



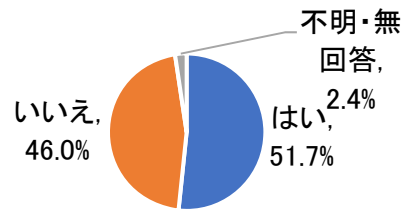
(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

	人数	%
できるし、している	323	76.8%
できるけどしていない	61	14.5%
できない	29	6.9%
不明・無回答	8	1.9%



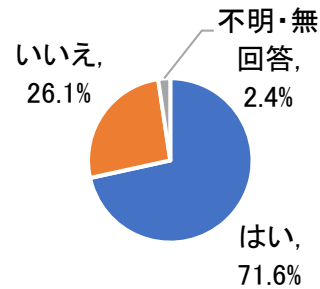
(9) 友人の家を訪ねていますか

	人数	%
はい	218	51.7%
いいえ	194	46.0%
不明・無回答	10	2.4%



(10) 家族や友人の相談にのっていますか

	人数	%
はい	302	71.5%
いいえ	110	26.1%
不明・無回答	10	2.4%

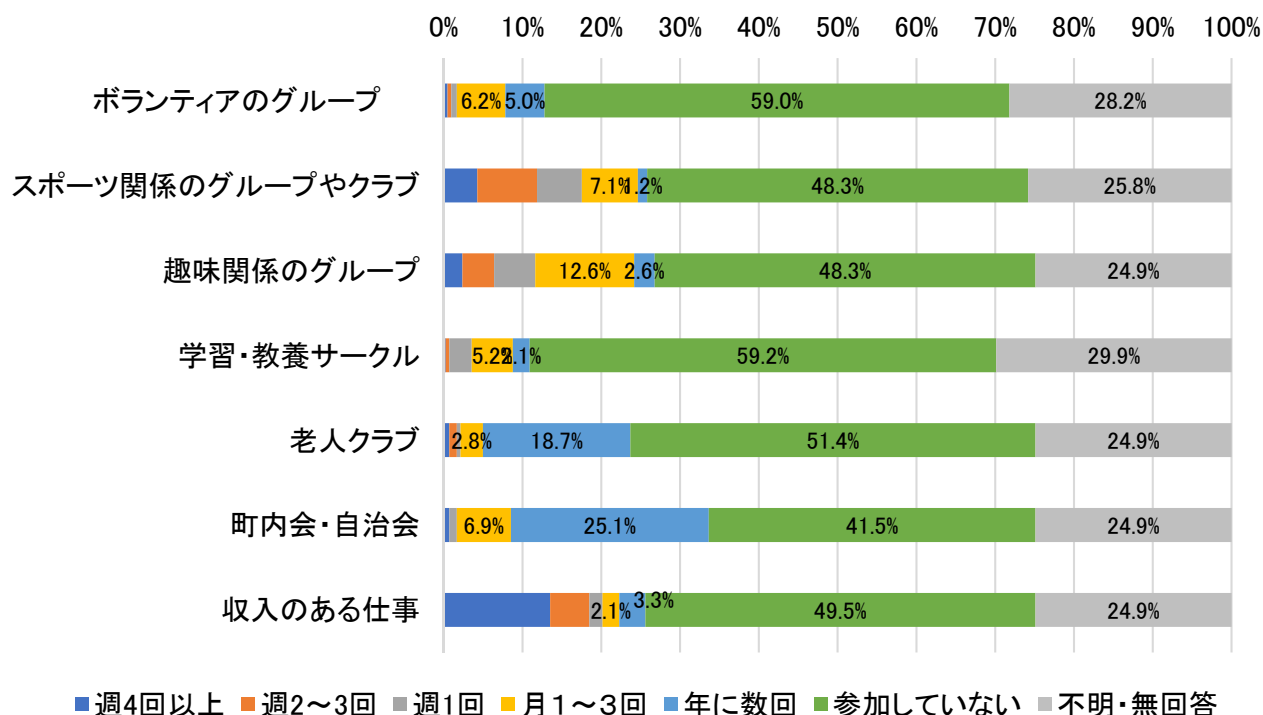


6. 地域での活動について

- 町内会・自治会が最も多く、スポーツ関係のグループやクラブ、趣味関係のグループ住民主体の地域づくり活動に対しては、参加者としてなら55%が参加意向を示し(「ぜひ参加したい」または「参加してもよい」、運営者の立場としても、33%が参加意向を示しました。

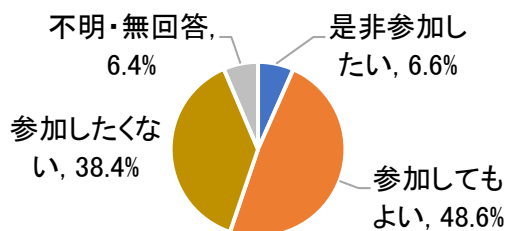
(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

	週4回以上	週2~3回	週1回	月1~3回	年に数回	参加していない	不明・無回答
ボランティアのグループ	0.5%	0.5%	0.7%	6.2%	5.0%	59.0%	28.2%
スポーツ関係のグループやクラブ	4.3%	7.6%	5.7%	7.1%	1.2%	48.3%	25.8%
趣味関係のグループ	2.4%	4.0%	5.2%	12.6%	2.6%	48.3%	24.9%
学習・教養サークル	0.2%	0.5%	2.8%	5.2%	2.1%	59.2%	29.9%
老人クラブ	0.7%	0.9%	0.5%	2.8%	18.7%	51.4%	24.9%
町内会・自治会	0.7%	0.0%	0.9%	6.9%	25.1%	41.5%	24.9%
収入のある仕事	13.5%	5.0%	1.7%	2.1%	3.3%	49.5%	24.9%



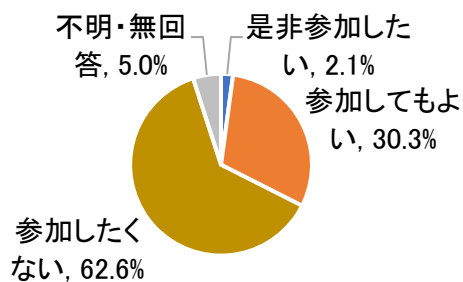
(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか

	人数	%
是非参加したい	28	6.6%
参加してもよい	205	48.6%
参加したくない	162	38.4%
不明・無回答	27	6.4%



(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(お世話役)として参加してみたいと思いますか

	人数	%
是非参加したい	9	2.1%
参加してもよい	128	30.3%
参加したくない	264	62.6%
不明・無回答	21	5.0%

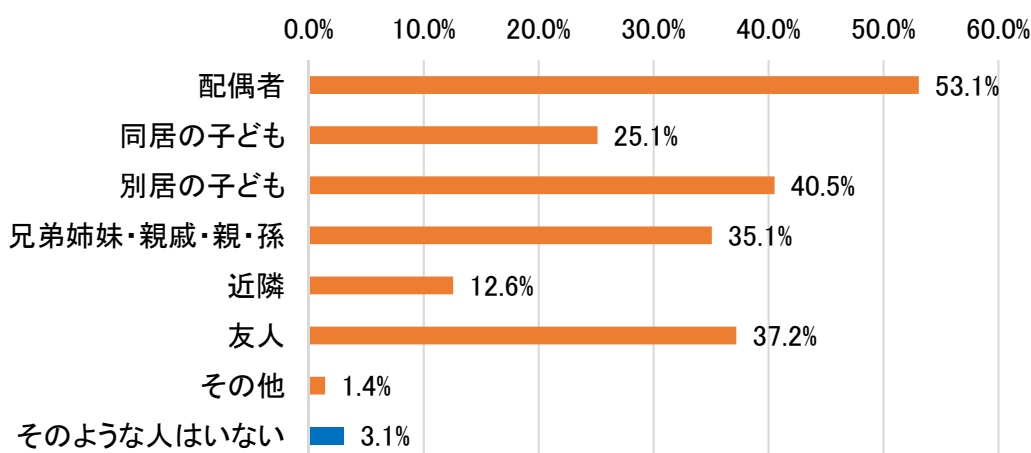


7. たすけあい・社会的交流について

- ソーシャルサポート(社会的紐帯)には受領と提供がありますが、心配事やぐちを言ったり聞いたりするのは配偶者と友人が多く、看病や世話を頼むのは配偶者と子どもが多く選ばれています。心配事やぐちを聞いてくれる人がいないと答えた人は3%でした。
- 最近1カ月で、親族や友人・知人らと電話やメール、手紙などのやりとりをしたことがない人は15%あり、友人・知人と会わなかった人は10%ありました。

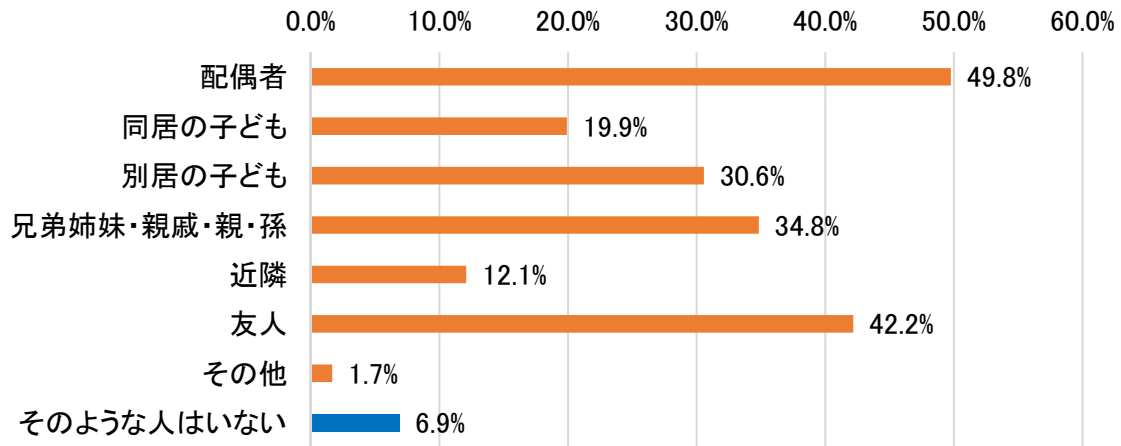
(1) あなたの心配事やぐちを聞いてくれる人

	人数	%
配偶者	224	53.1%
同居の子ども	106	25.1%
別居の子ども	171	40.5%
兄弟姉妹・親戚・親・孫	148	35.1%
近隣	53	12.6%
友人	157	37.2%
その他	6	1.4%
そのような人はいない	13	3.1%



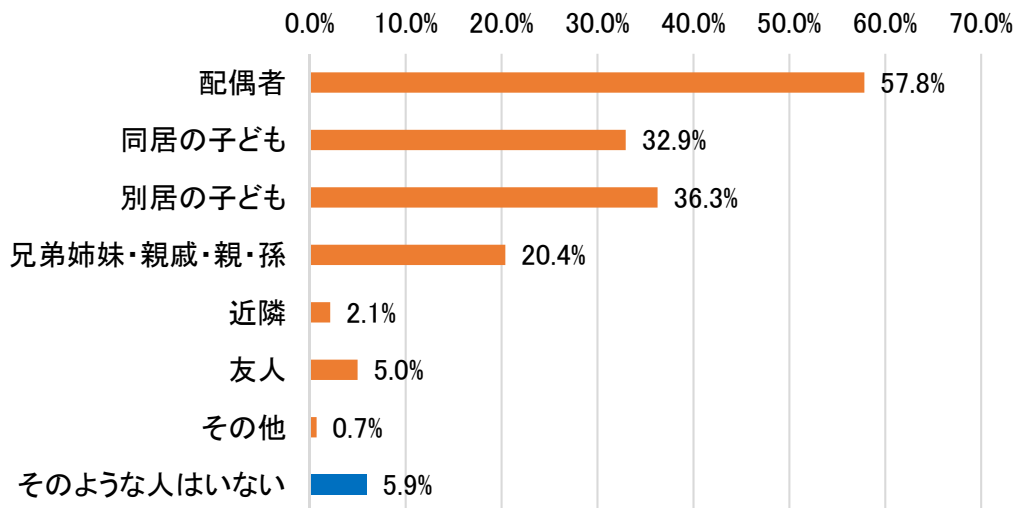
(2) 反対に、あなたが心配事やぐちを聞いてあげる人

	人数	%
配偶者	210	49.8%
同居の子ども	84	19.9%
別居の子ども	129	30.6%
兄弟姉妹・親戚・親・孫	147	34.8%
近隣	51	12.1%
友人	178	42.2%
その他	7	1.7%
そのような人はいない	29	6.9%



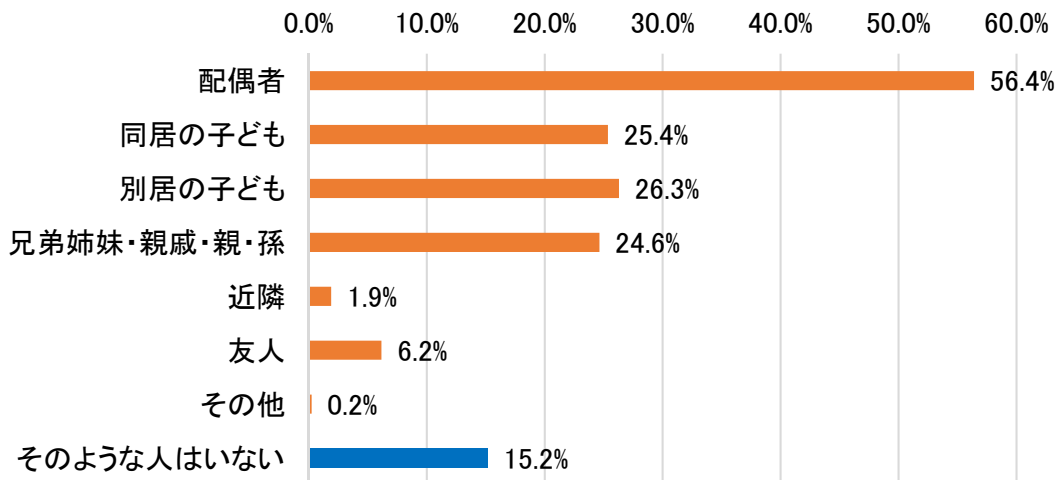
(3)あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人

	人数	%
配偶者	244	57.8%
同居の子ども	139	32.9%
別居の子ども	153	36.3%
兄弟姉妹・親戚・親・孫	86	20.4%
近隣	9	2.1%
友人	21	5.0%
その他	3	0.7%
そのような人はいない	25	5.9%



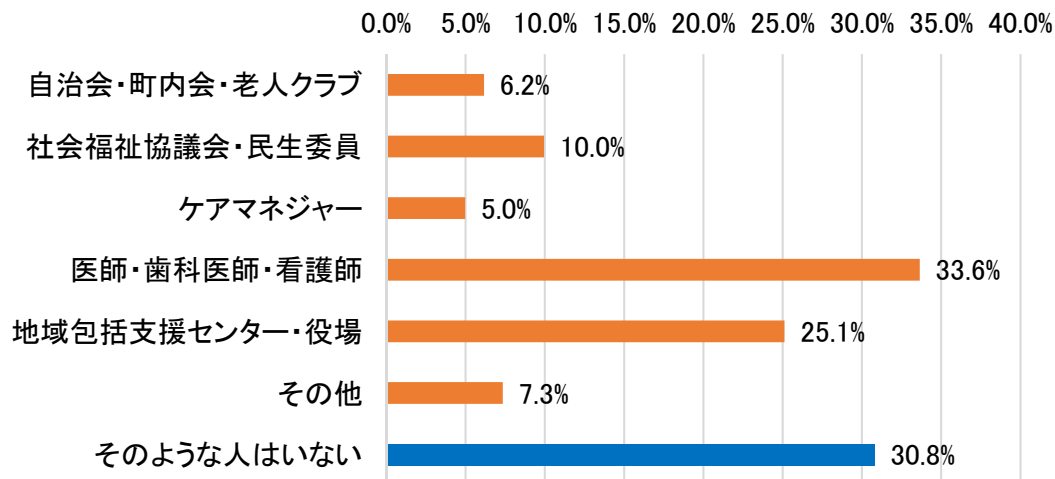
(4) 反対に、看病や世話をしてくれる人

	人数	%
配偶者	238	56.4%
同居の子ども	107	25.4%
別居の子ども	111	26.3%
兄弟姉妹・親戚・親・孫	104	24.6%
近隣	8	1.9%
友人	26	6.2%
その他	1	0.2%
そのような人はいない	64	15.2%



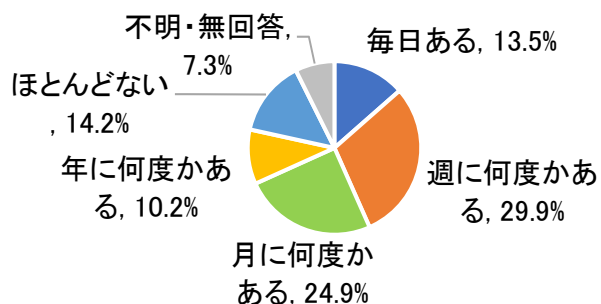
(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する人は誰ですか

	人数	%
自治会・町内会・老人クラブ	26	6.2%
社会福祉協議会・民生委員	42	10.0%
ケアマネジャー	21	5.0%
医師・歯科医師・看護師	142	33.6%
地域包括支援センター・役場	106	25.1%
その他	31	7.3%
そのような人はいない	130	30.8%



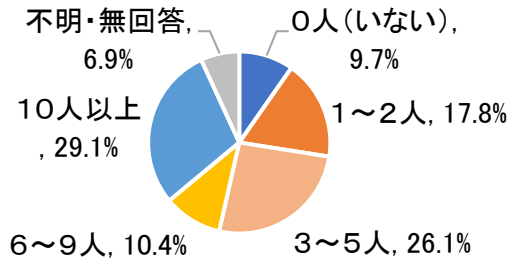
(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

	人数	%
毎日ある	57	13.5%
週に何度かある	126	29.9%
月に何度かある	105	24.9%
年に何度かある	43	10.2%
ほとんどない	60	14.2%
不明・無回答	31	7.3%



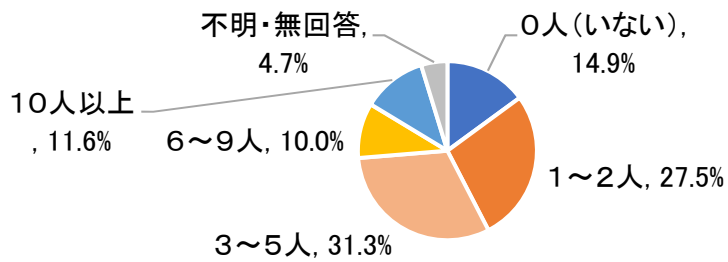
(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか

	人数	%
0人(いない)	41	9.7%
1~2人	75	17.8%
3~5人	110	26.1%
6~9人	44	10.4%
10人以上	123	29.1%
不明・無回答	29	6.9%



(8)この1か月間、何人の親族(同居を除く)、友人・知人らと電話やメール、手紙などのやりとりをしましたか

	人数	%
0人(いない)	63	14.9%
1~2人	116	27.5%
3~5人	132	31.3%
6~9人	42	10.0%
10人以上	49	11.6%
不明・無回答	20	4.7%

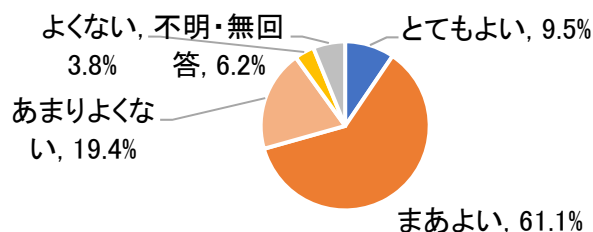


8. 健康・幸福感について

- お酒をほぼ毎日飲む人は 21%、喫煙者は 11%でした。
- 健康状態が「よくない」または「あまりよくない」と答えた人は 23%ありました。
- 幸せ感が 3 点以下の人は 3%でした。
- 「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」または「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」のいずれかに「はい」と答えた人は、38%ありました。

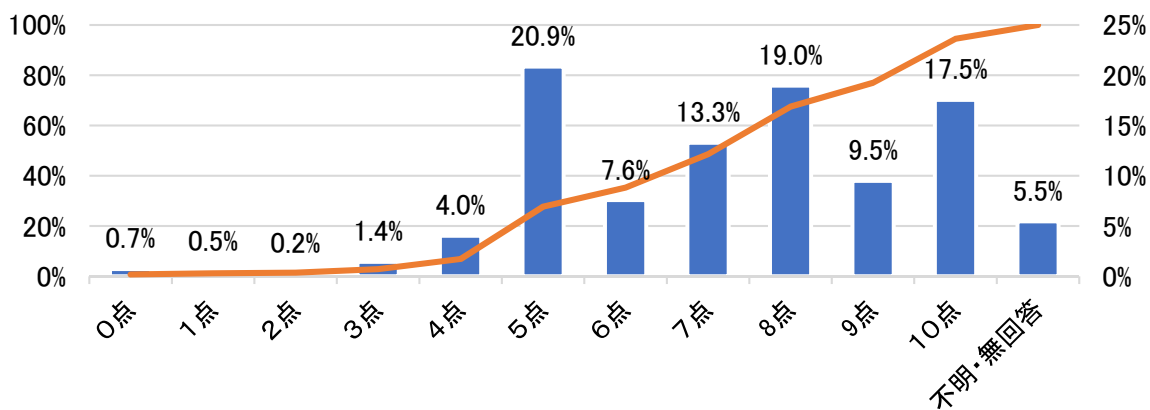
(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

	人数	%
とてもよい	40	9.5%
まあよい	258	61.1%
あまりよくない	82	19.4%
よくない	16	3.8%
不明・無回答	26	6.2%



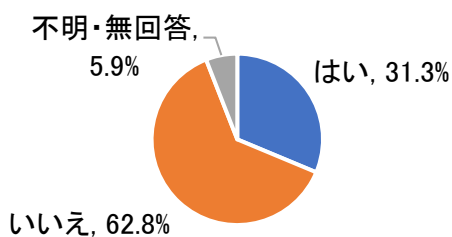
(2) あなたは、現在どの程度幸せですか

	人数	%
0点	3	0.7%
1点	2	0.5%
2点	1	0.2%
3点	6	1.4%
4点	17	4.0%
5点	88	20.9%
6点	32	7.6%
7点	56	13.3%
8点	80	19.0%
9点	40	9.5%
10点	74	17.5%
不明・無回答	23	5.5%



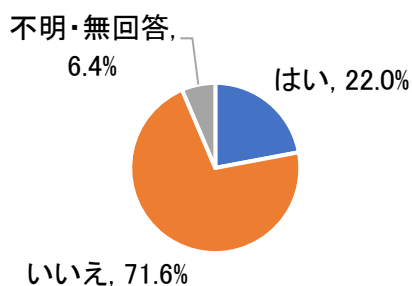
(3)この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか

	人数	%
はい	132	31.3%
いいえ	265	62.8%
不明・無回答	25	5.9%



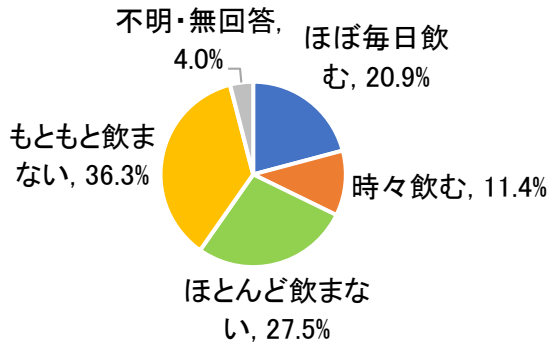
(4)この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか

	人数	%
はい	93	22.0%
いいえ	302	71.7%
不明・無回答	27	6.4%



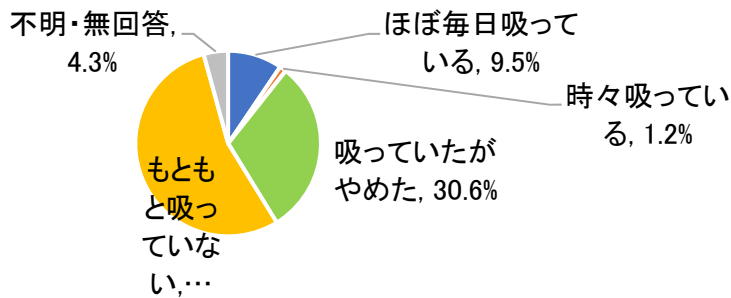
(5) お酒は飲みますか

	人数	%
ほぼ毎日飲む	88	20.9%
時々飲む	48	11.4%
ほとんど飲まない	116	27.5%
もともと飲まない	153	36.3%
不明・無回答	17	4.0%



(6) タバコは吸っていますか

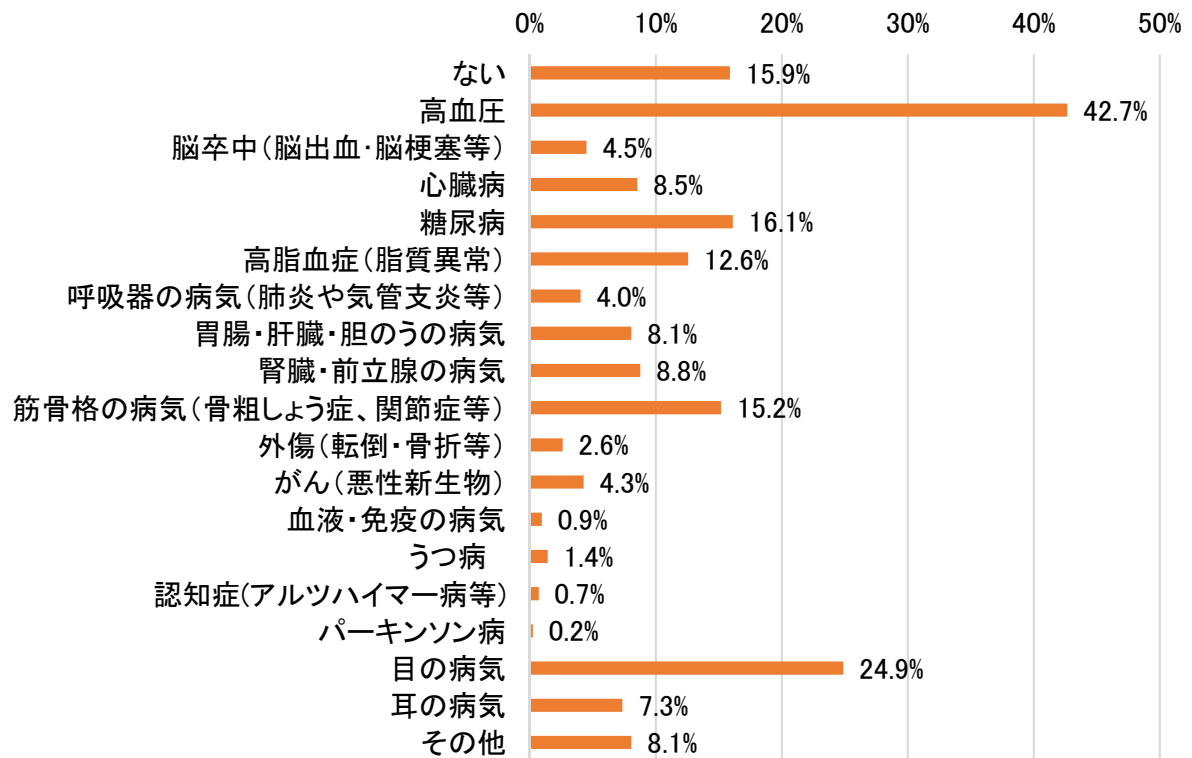
	人数	%
ほぼ毎日吸っている	40	9.5%
時々吸っている	5	1.2%
吸っていたがやめた	129	30.6%
もともと吸っていない	230	54.5%
不明・無回答	18	4.3%



(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか

	人数	%
ない	67	15.9%
高血圧	180	42.7%
脳卒中(脳出血・脳梗塞等)	19	4.5%
心臓病	36	8.5%
糖尿病	68	16.1%
高脂血症(脂質異常)	53	12.6%
呼吸器の病気(肺炎や気管支炎等)	17	4.0%

胃腸・肝臓・胆のうの病気	34	8.1%
腎臓・前立腺の病気	37	8.8%
筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症等)	64	15.2%
外傷(転倒・骨折等)	11	2.6%
がん(悪性新生物)	18	4.3%
血液・免疫の病気	4	0.9%
うつ病	6	1.4%
認知症(アルツハイマー病等)	3	0.7%
パーキンソン病	1	0.2%
目の病気	105	24.9%
耳の病気	31	7.3%
その他	34	8.1%

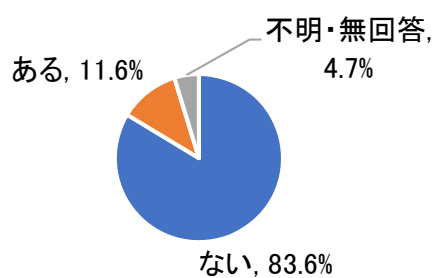


9. 医療について

■ 28%が5種類以上の薬を内服しており、12%が過去1年間に入院歴がありました。

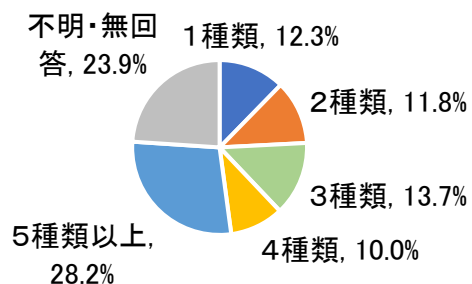
(1) あなたはこの1年間で、入院したことはありますか

	人数	%
ない	352	83.6%
ある	49	11.6%
不明・無回答	20	4.8%



(2) 現在、医師の処方した薬を何種類飲んでいきますか

	人数	%
1種類	52	12.4%
2種類	50	11.9%
3種類	58	13.8%
4種類	42	10.0%
5種類以上	119	28.3%
不明・無回答	101	23.9%

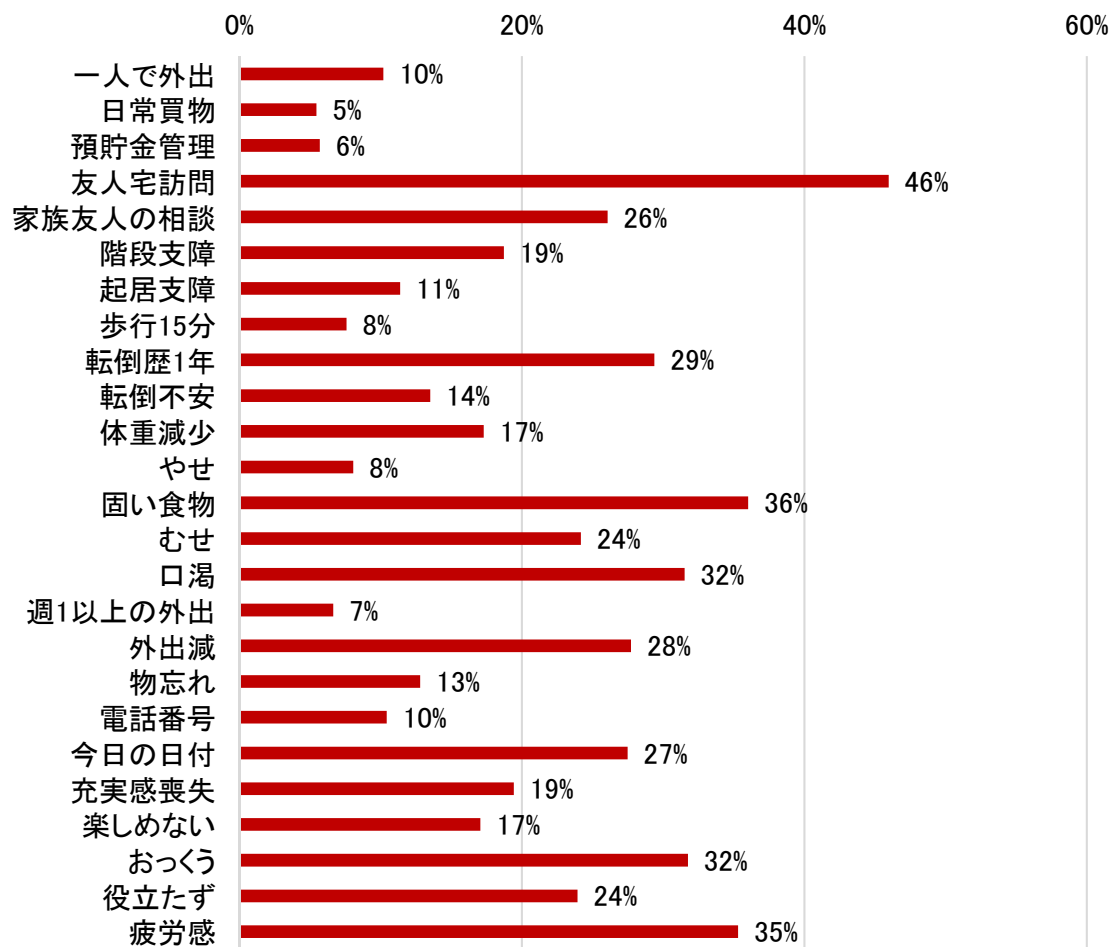


10. 要介護リスク評価

- 全体の12%が運動、2%が栄養の二次予防対象に該当し、35%がいずれかの二次予防対象に該当しました。

(1) 基本チェックリスト

項目	非該当	該当	無回答・不明	該当率
一人で外出	370	43	9	10%
日常買物	388	23	11	5%
預貯金管理	385	24	12	6%
友人宅訪問	218	194	10	46%
家族友人の相談	302	110	10	26%
階段支障	333	79	10	19%
起居支障	364	48	10	11%
歩行15分	381	32	9	8%
転倒歴1年	294	124	4	29%
転倒不安	360	57	5	14%
体重減少	343	73	6	17%
やせ	372	34	16	8%
固い食物	258	152	12	36%
むせ	312	102	8	24%
口渇	281	133	8	32%
週1以上の外出	389	28	5	7%
外出減	295	117	10	28%
物忘れ	357	54	11	13%
電話番号	366	44	12	10%
今日の日付	298	116	8	27%
充実感喪失	324	82	16	19%
楽しめない	333	72	17	17%
おっくう	273	134	15	32%
役立たず	306	101	15	24%
疲労感	260	149	13	35%



項目	非該当	該当	不明	該当率
二次予防対象(全体)	400	22	0	5%
二次予防対象(運動)	371	51	0	12%
二次予防対象(栄養)	409	7	6	2%
二次予防対象(口腔)	301	116	5	27%
うつ高リスク	275	136	11	32%

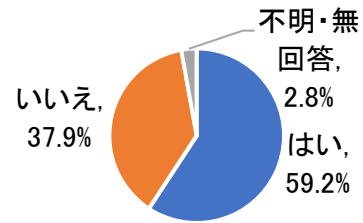
	非該当	該当	不明	該当率
二次予防対象者	275	147	0	35%

(2)簡易フレイル(虚弱)指標

「フレイル」と考えられる簡易フレイル合計 3 点以上の方は、48%ありました。

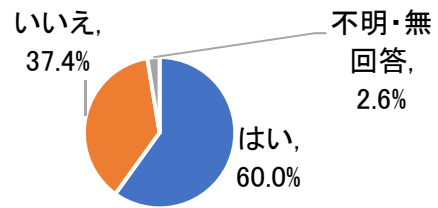
①以前に比べて歩く速度が遅くなったと思いますか

	人数	%
はい	250	59.2%
いいえ	160	37.9%
不明・無回答	12	2.8%



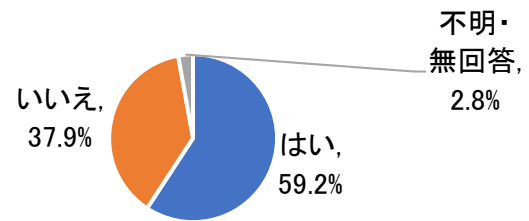
(2)ウォーキング(歩き)等の運動を週に 1 回以上していますか

	人数	%
はい	253	60.0%
いいえ	158	37.4%
不明・無回答	11	2.6%



(3) 5 分前のことが思い出せますか

	人数	%
はい	250	59.2%
いいえ	160	37.9%
不明・無回答	12	2.9%



簡易フレイル指標合計

