

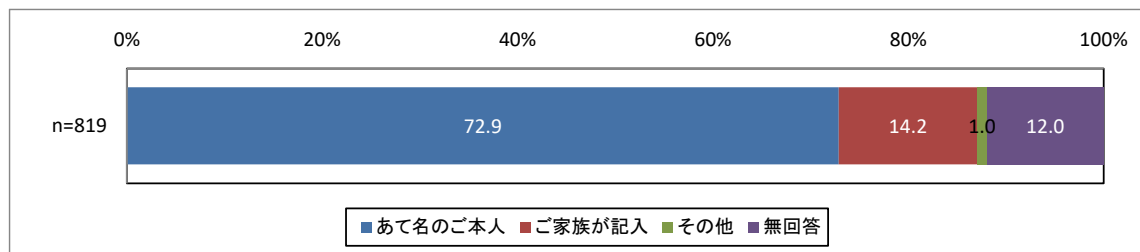
## 第2章 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査



## 回答者の状況

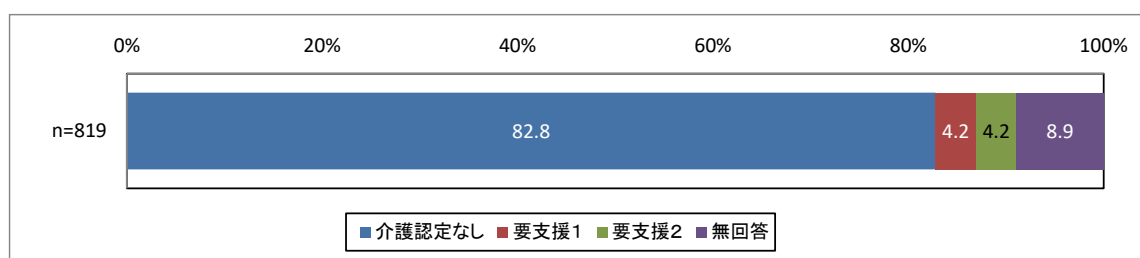
### (1) 調査票の記入者

「あて名のご本人」が72.9%で最も多く、次いで「ご家族が記入」14.2%、「その他」1.0%の順となっている。



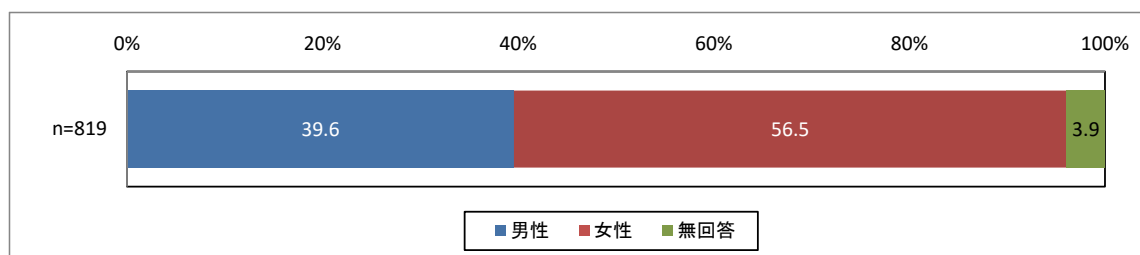
### (2) 要介護度

「介護認定なし」が82.8%で最も多く、次いで「要支援1」「要支援2」4.2%の順となっている。



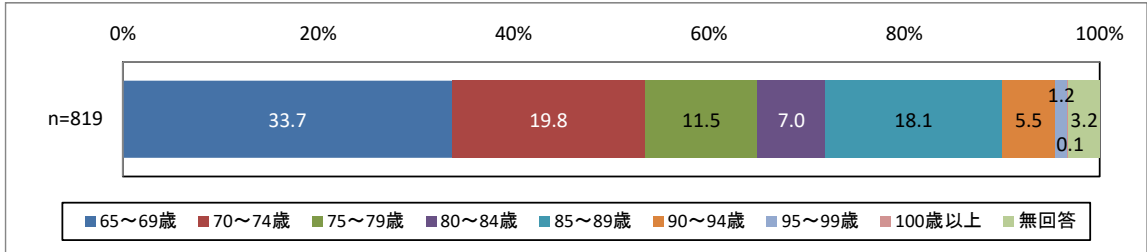
### (3) 性別

「男性」が39.6%、「女性」が56.5%となっている。



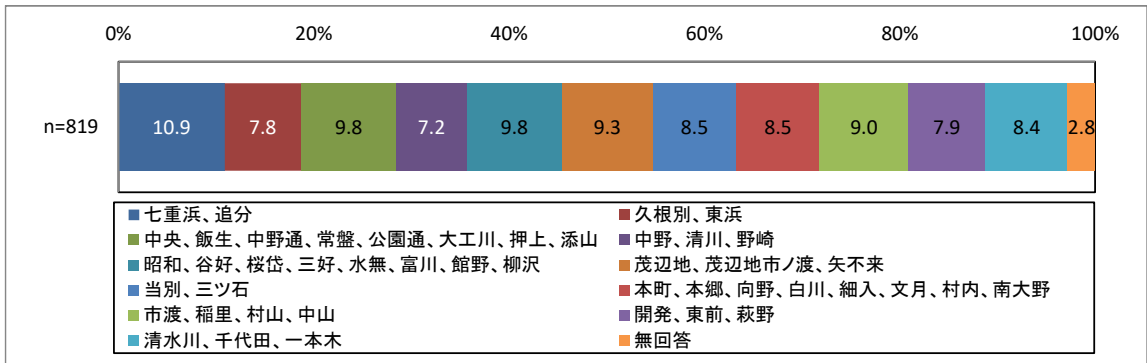
#### (4) 年齢

「65～69歳」が33.7%で最も多く、次いで「70～74歳」19.8%、「85～89歳」18.1%の順となっている。



#### (5) 居住地域

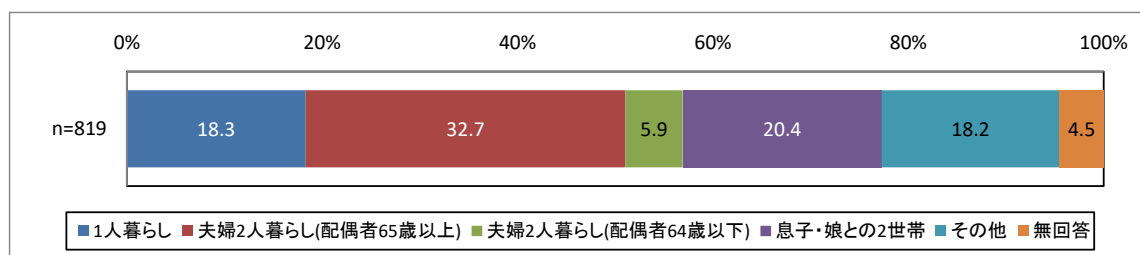
「七重浜、追分」が10.9%で最も多く、次いで「中央、飯生、中野通、常盤、公園通、大工川、押上、添山」「昭和、谷好、桜岱、三好、水無、富川、館野、柳沢」9.8%、「茂辺地、茂辺地市ノ渡、矢不来」9.3%の順となっている。



## 問1 あなたのご家族や生活状況について

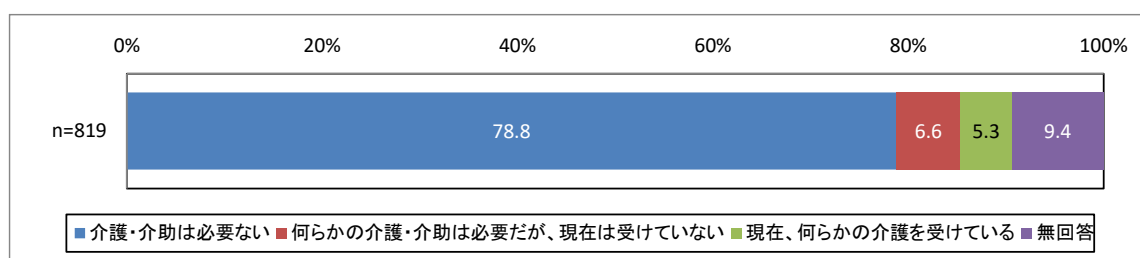
### (1) 家族構成をお教えてください

「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が32.7%で最も多く、次いで「息子・娘との2世帯」20.4%、「1人暮らし」18.3%の順となっている。



### (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

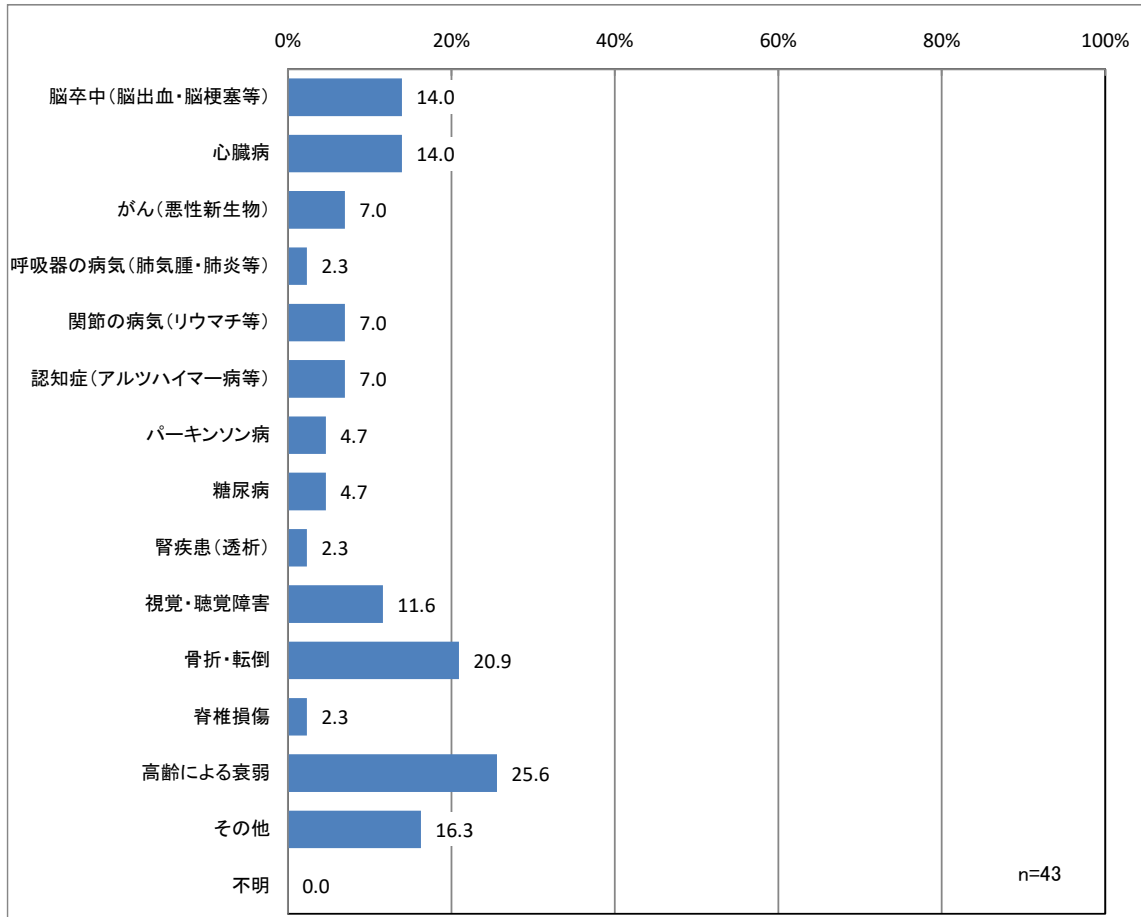
「介護・介助は必要ない」が78.8%で最も多く、次いで「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」6.6%、「現在、何らかの介護を受けている」5.3%の順となっている。



【(2) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

(3) 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか（複数回答）

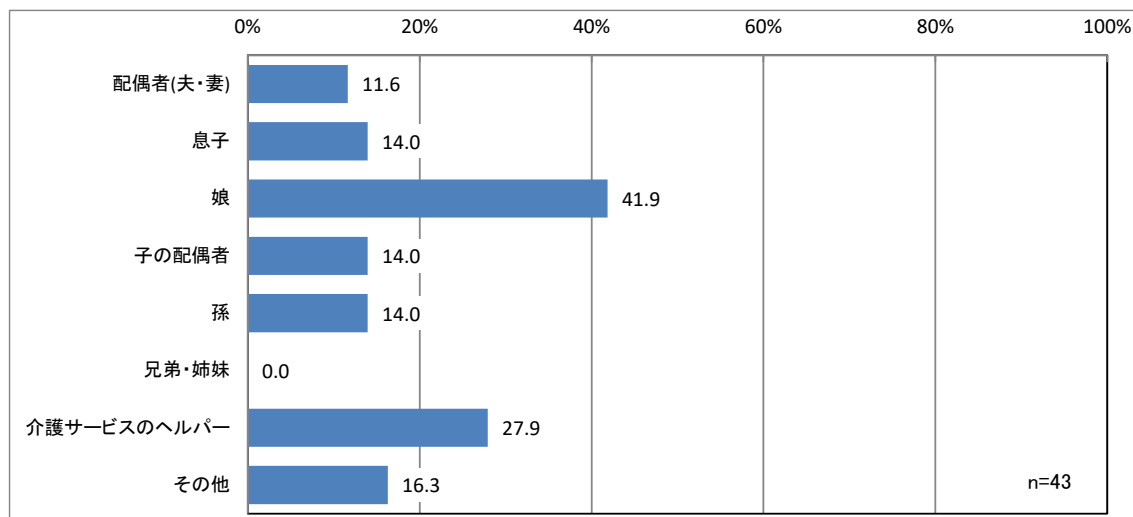
「高齢による衰弱」が 25.6% で最も多く、次いで「骨折・転倒」 20.9%、「その他」 16.3% の順となっている。



## 【(2) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

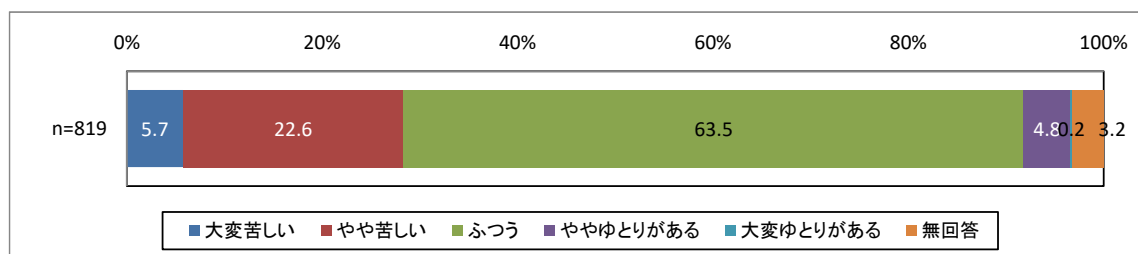
## (4) 主にどなたの介護、介助を受けていますか（複数回答）

「娘」が41.9%で最も多く、次いで「介護サービスのヘルパー」27.9%、「その他」16.3%の順となっている。



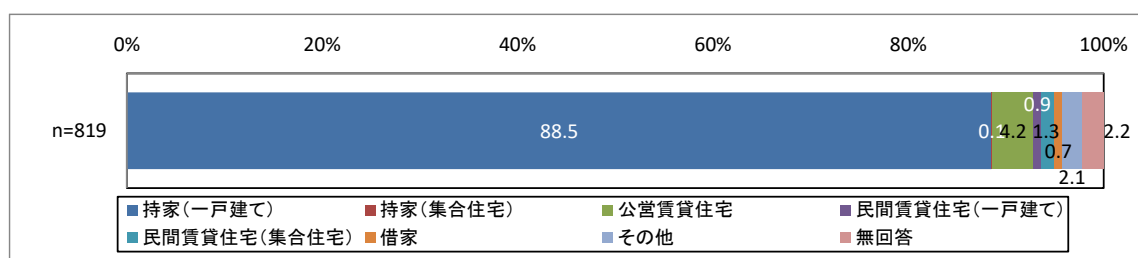
## (5) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

「ふつう」が63.5%で最も多く、次いで「やや苦しい」22.6%、「大変苦しい」5.7%の順となっている。



## (6) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか

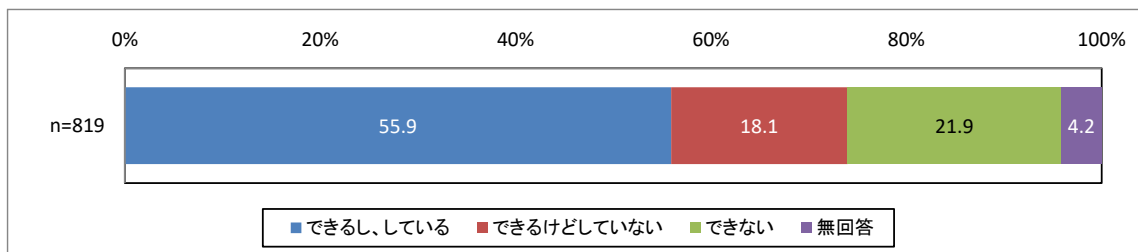
「持家（一戸建て）」が88.5%で最も多く、次いで「公営賃貸住宅」4.2%、「その他」2.1%の順となっている。



## 問2 からだを動かすことについて

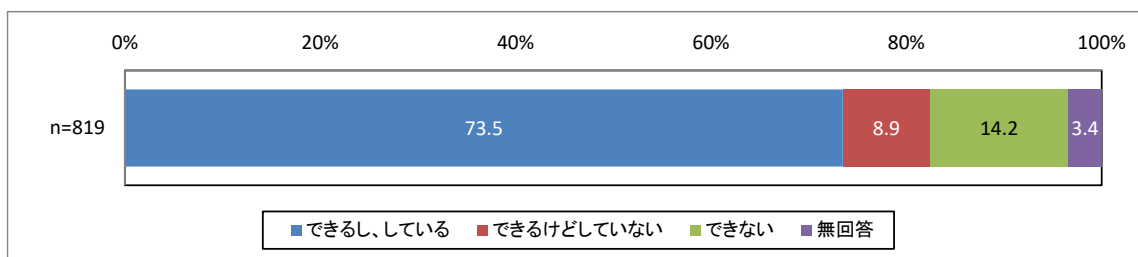
### (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

「できるし、している」が 55.9%で最も多く、次いで「できない」 21.9%、「できるけどしていない」 18.1%の順となっている。



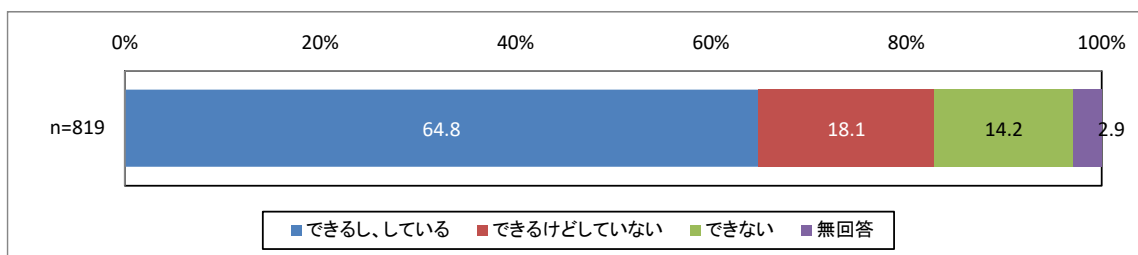
### (2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか

「できるし、している」が 73.5%で最も多く、次いで「できない」 14.2%、「できるけどしていない」 8.9%の順となっている。



### (3) 15分位続けて歩いていますか

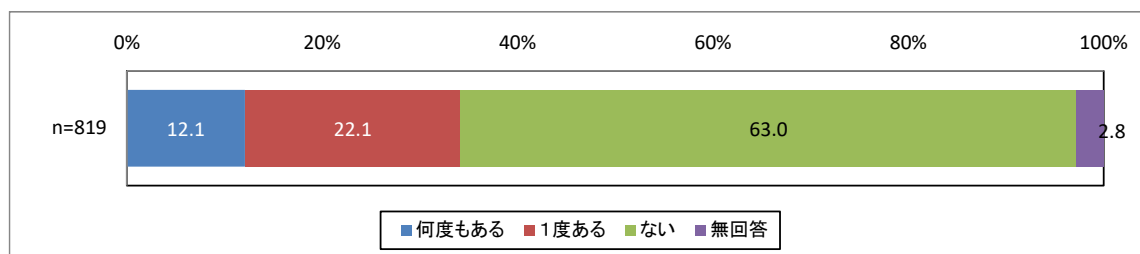
「できるし、している」が 64.8%で最も多く、次いで「できるけどしていない」 18.1%、「できない」 14.2%の順となっている。





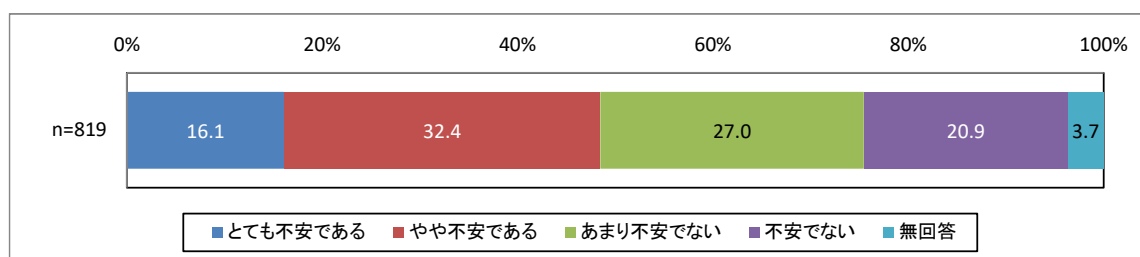
## (4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

「ない」が63.0%で最も多く、次いで「1度ある」22.1%、「何でもある」12.1%の順となっている。



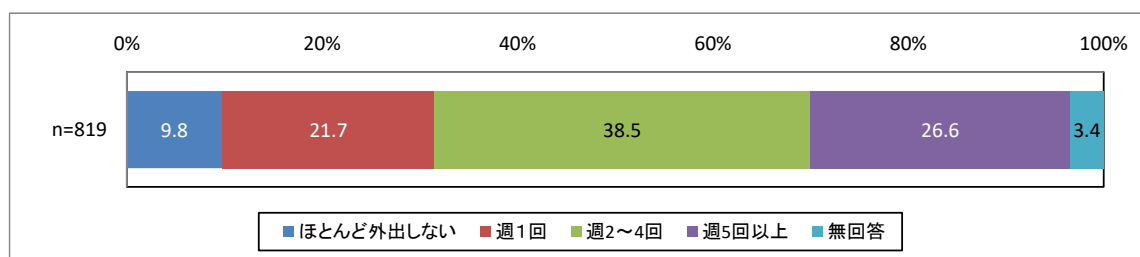
## (5) 転倒に対する不安は大きいですか

「やや不安である」が32.4%で最も多く、次いで「あまり不安でない」27.0%、「不安でない」20.9%の順となっている。



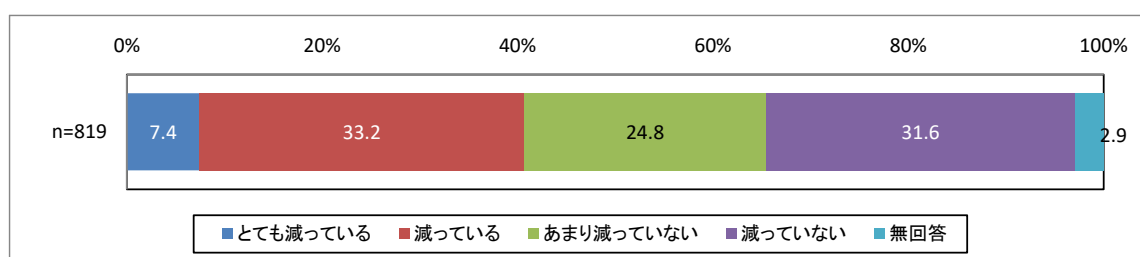
## (6) 週に1回以上は外出していますか

「週2~4回」が38.5%で最も多く、次いで「週5回以上」26.6%、「週1回」21.7%の順となっている。



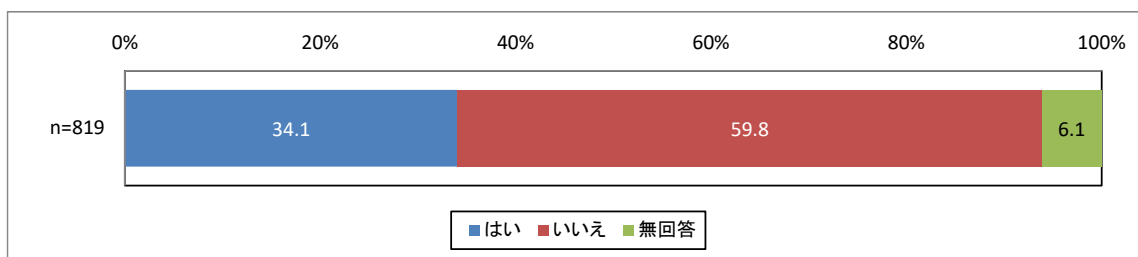
## (7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

「減っている」が33.2%で最も多く、次いで「減っていない」31.6%、「あまり減っていない」24.8%の順となっている。



### (8) 外出を控えていますか

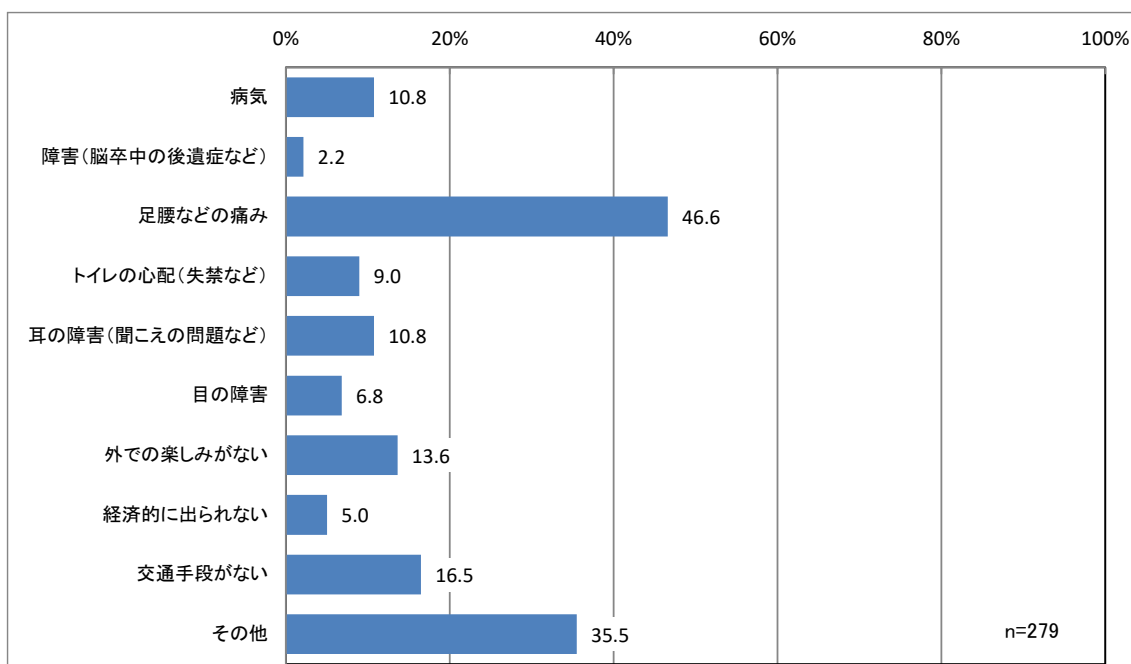
「はい」が34.1%、「いいえ」が59.8%となっている。



### 【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】

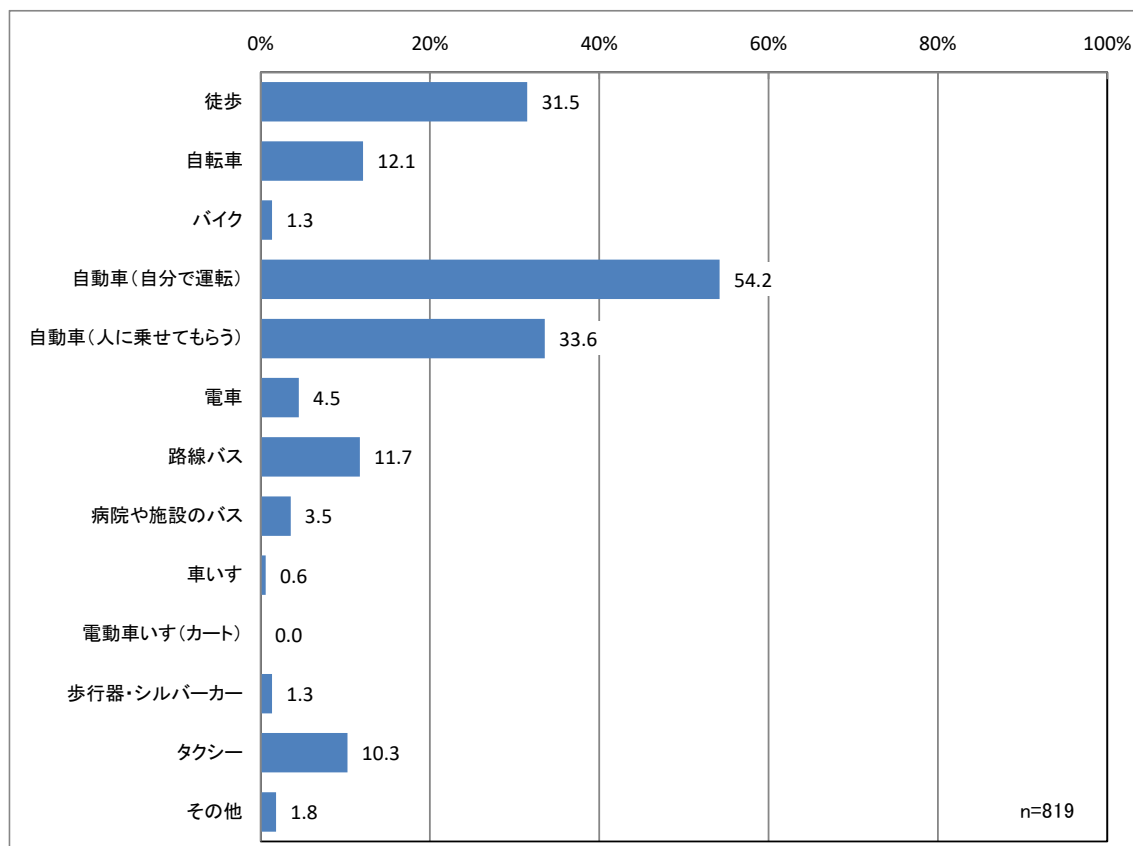
### (9) 外出を控えている理由は、次のどれですか (複数回答)

「足腰などの痛み」が46.6%で最も多く、次いで「その他」35.5%、「交通手段がない」16.5%の順となっている。



## (10) 外出する際の移動手段は何ですか（いくつでも）

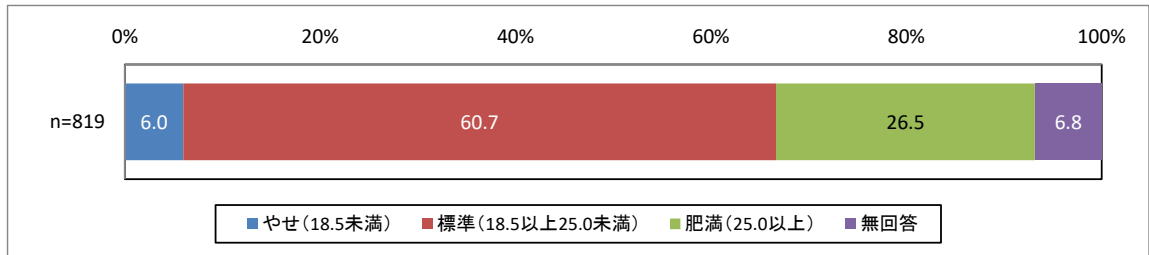
「自動車（自分で運転）」が 54.2%で最も多く、次いで「自動車（人に乗せてもらう）」33.6%、「徒歩」31.5%の順となっている。



### 問3 食べることについて

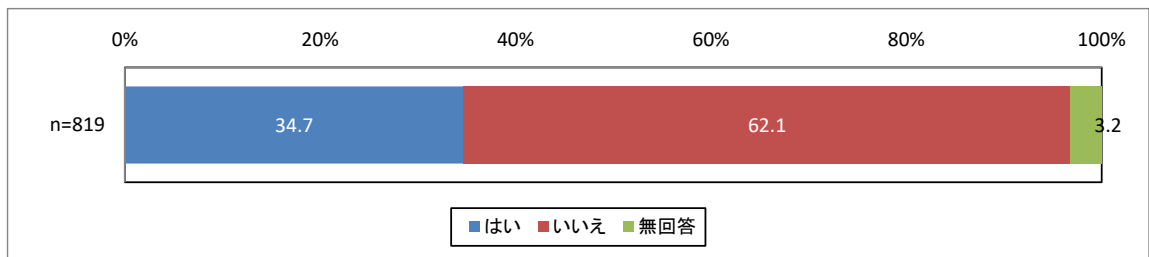
#### (1) BMI

「標準 (18.5 以上 25.0 未満)」が 60.7%で最も多く、次いで「肥満 (25.0 以上)」26.5%、「やせ (18.5 未満)」6.0%の順となっている。



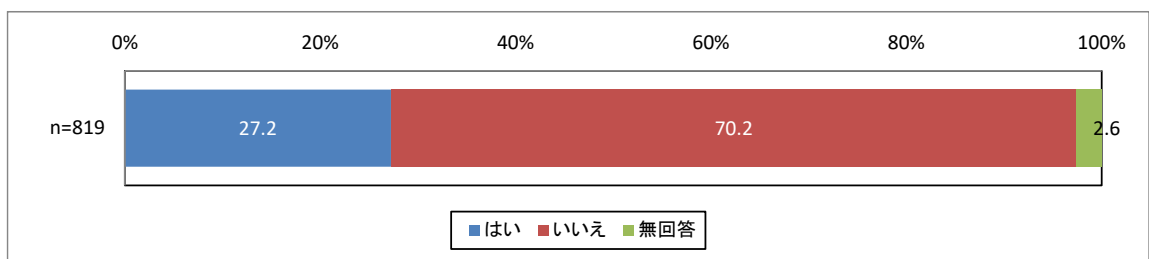
#### (2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

「はい」が 34.7%、「いいえ」が 62.1%となっている。



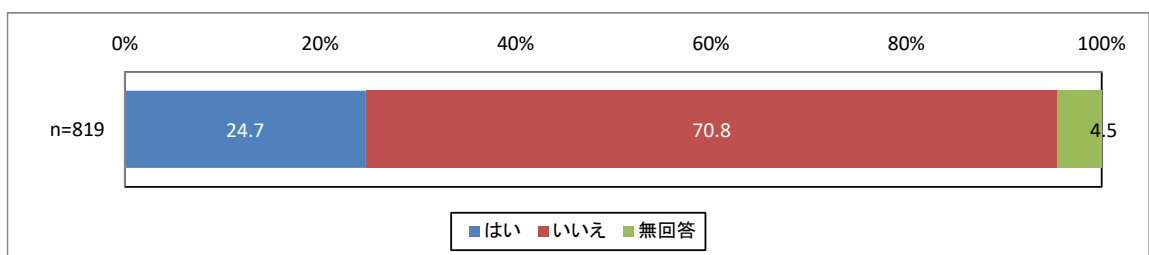
#### (3) お茶や汁物等でむせることがありますか

「はい」が 27.2%、「いいえ」が 70.2%となっている。



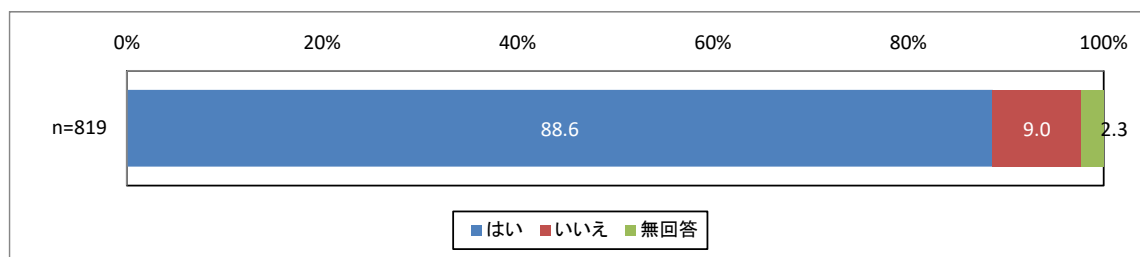
#### (4) 口の渇きが気になりますか

「はい」が 24.7%、「いいえ」が 70.8%となっている。



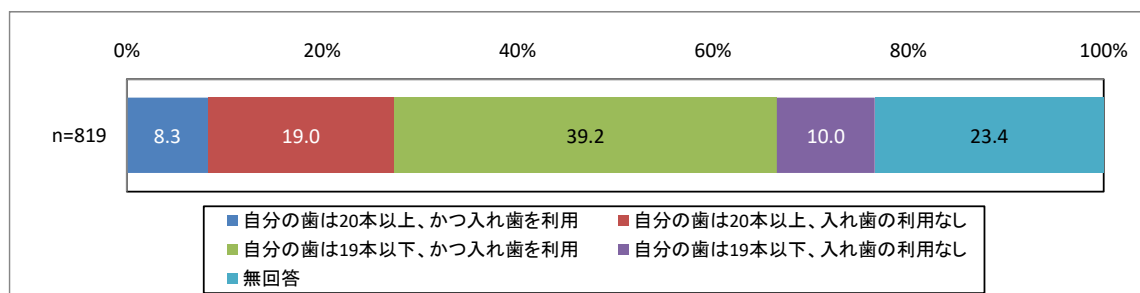
## (5) 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか

「はい」が88.6%、「いいえ」が9.0%となっている。



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

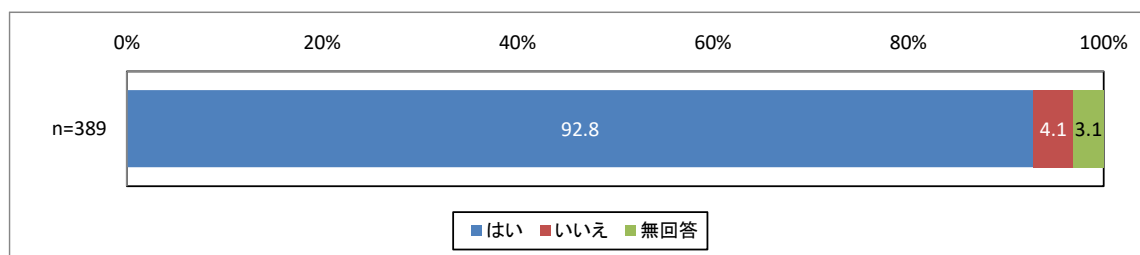
「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が39.2%で最も多く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」19.0%、「自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし」10.0%の順となっている。



## 【(6)で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】

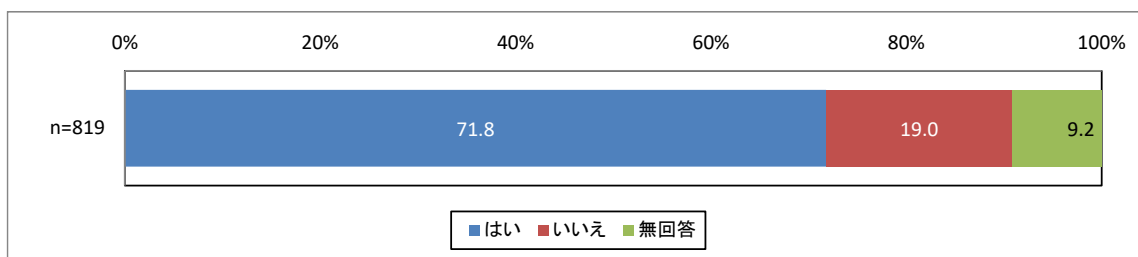
## (7) 毎日入れ歯の手入れをしていますか

「はい」が92.8%、「いいえ」が4.1%となっている。



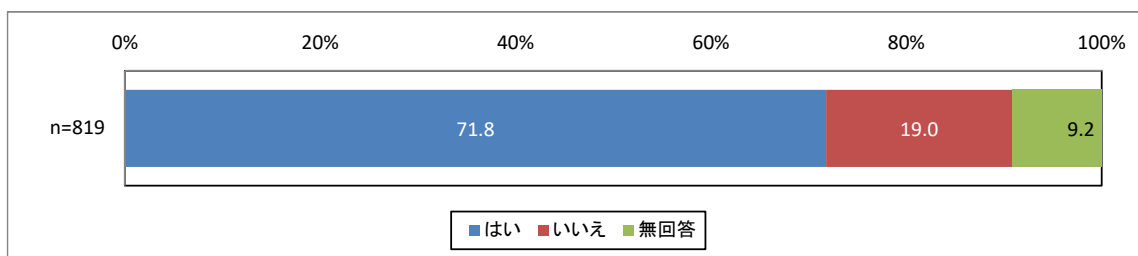
(8) 噛み合わせは良いですか。

「はい」が71.8%、「いいえ」が19.0%となっている。



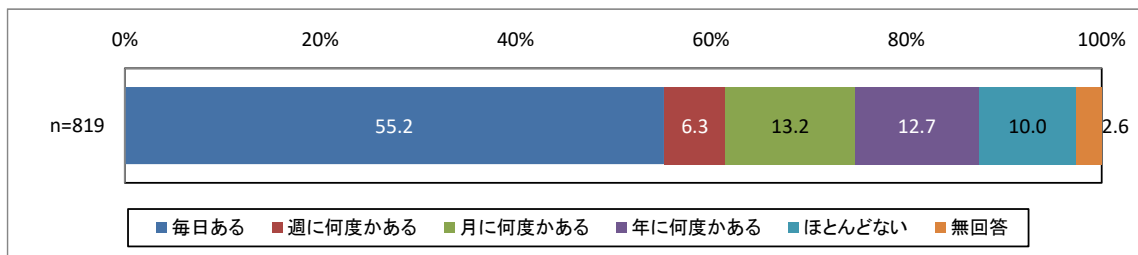
(9) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

「はい」が19.0%、「いいえ」が77.9%となっている。



(10) どなたかと食事をとにもする機会がありますか

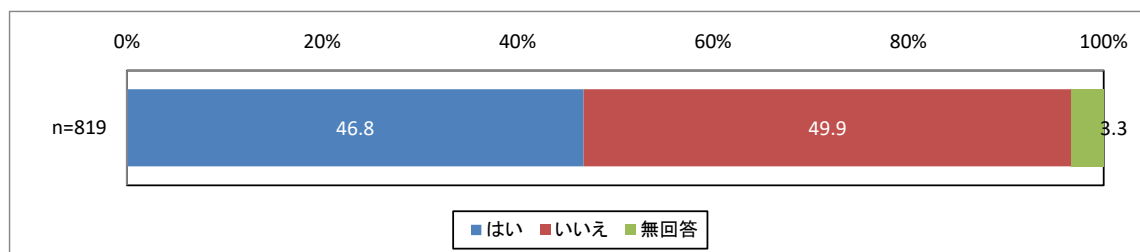
「毎日ある」が55.2%で最も多く、次いで「月に何度かある」13.2%、「年に何度かある」12.7%の順となっている。



## 問4 毎日の生活について

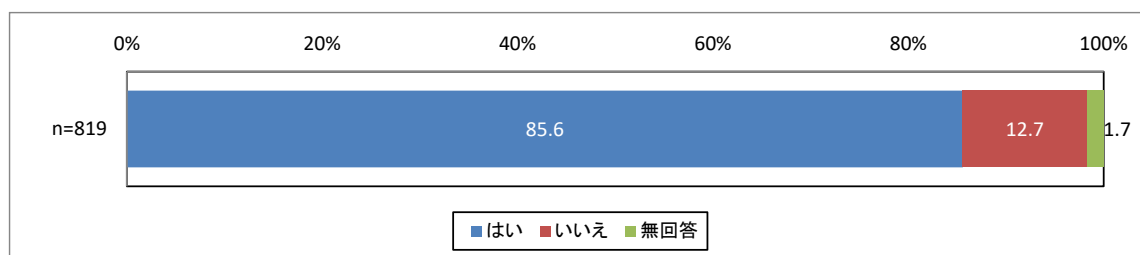
## (1) 物忘れが多いと感じますか

「はい」が46.8%、「いいえ」が49.9%となっている。



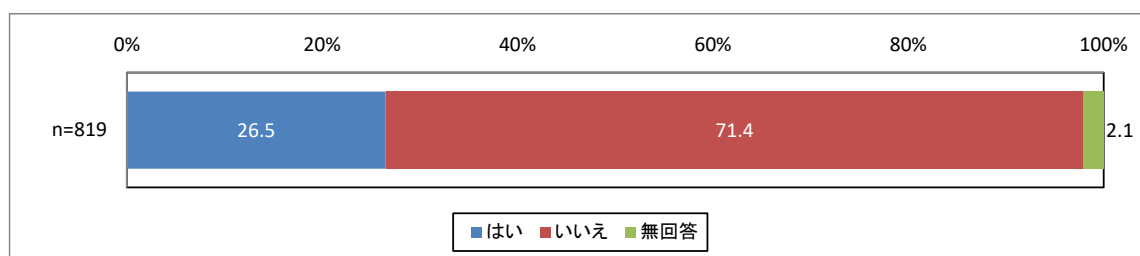
## (2) 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか

「はい」が85.6%、「いいえ」が12.7%となっている。



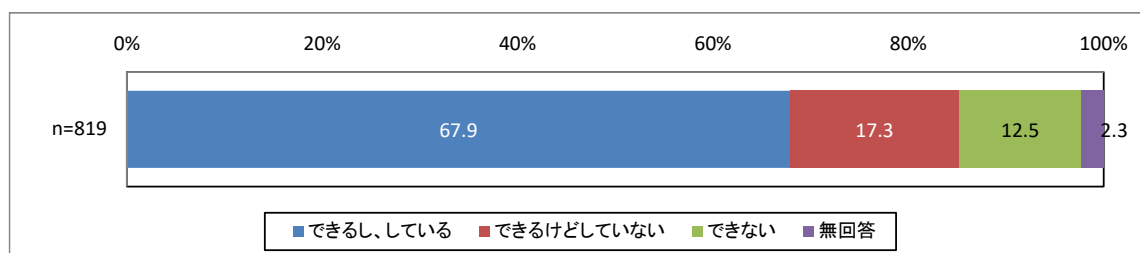
## (3) 今日が何月何日かわからない時がありますか

「はい」が26.5%、「いいえ」が71.4%となっている。



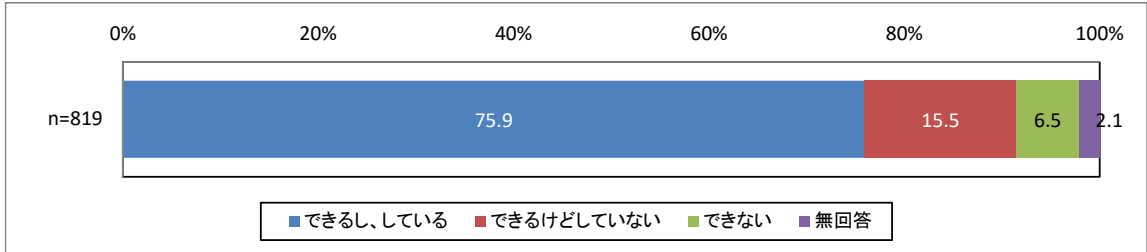
## (4) バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）

「できるし、している」が67.9%で最も多く、次いで「できるけどしていない」17.3%、「できない」12.5%の順となっている。



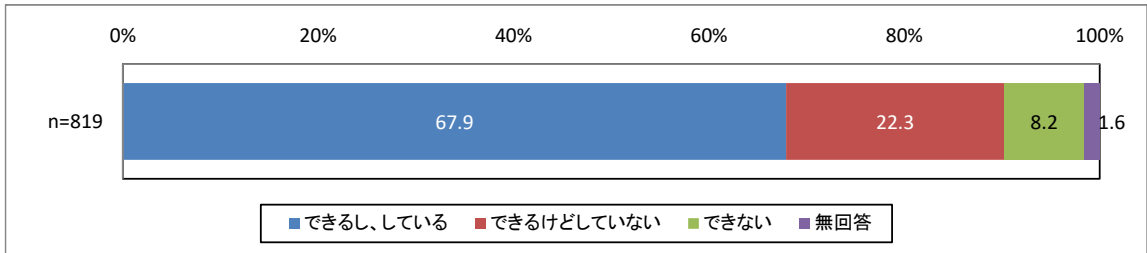
(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

「できるし、している」が 75.9%で最も多く、次いで「できるけどしていない」15.5%、「できない」6.5%の順となっている。



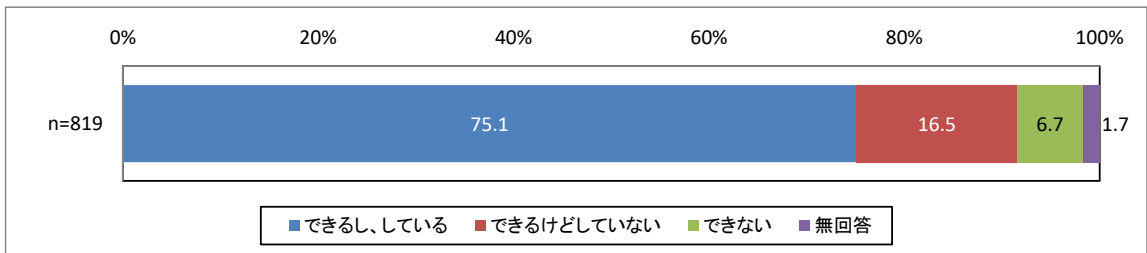
(6) 自分で食事の用意をしていますか

「できるし、している」が 67.9%で最も多く、次いで「できるけどしていない」22.3%、「できない」8.2%の順となっている。



(7) 自分で請求書の支払いをしていますか

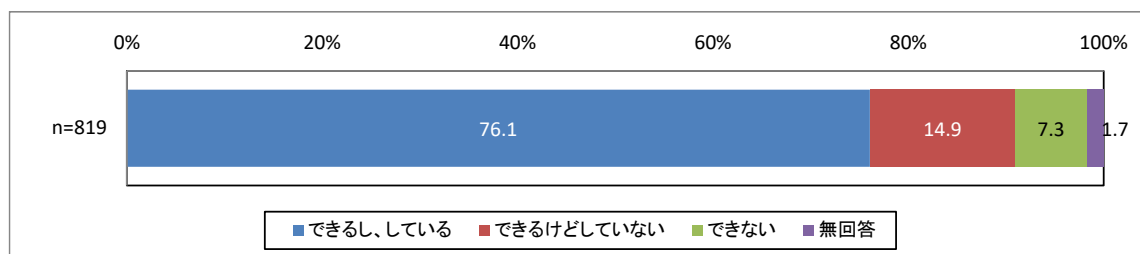
「できるし、している」が 75.1%で最も多く、次いで「できるけどしていない」16.5%、「できない」6.7%の順となっている。



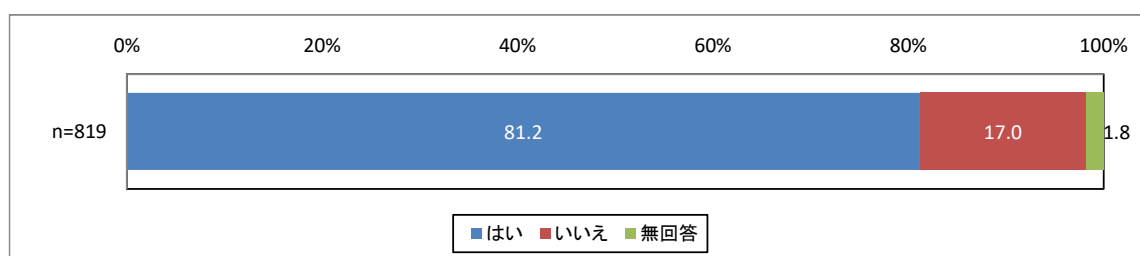


**(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか**

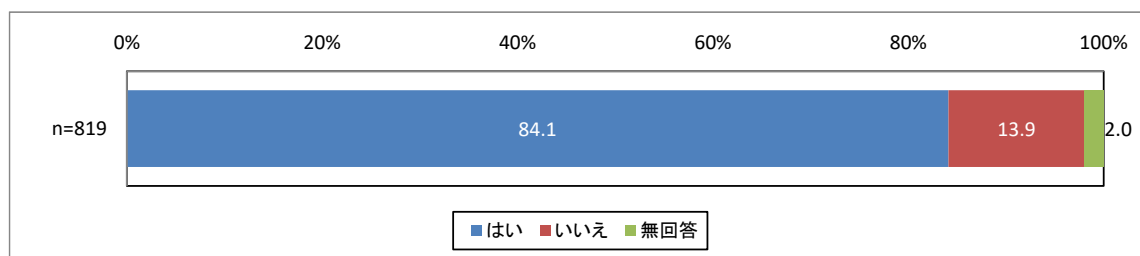
「できるし、している」が76.1%で最も多く、次いで「できるけどしていない」14.9%、「できない」7.3%の順となっている。

**(9) 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**

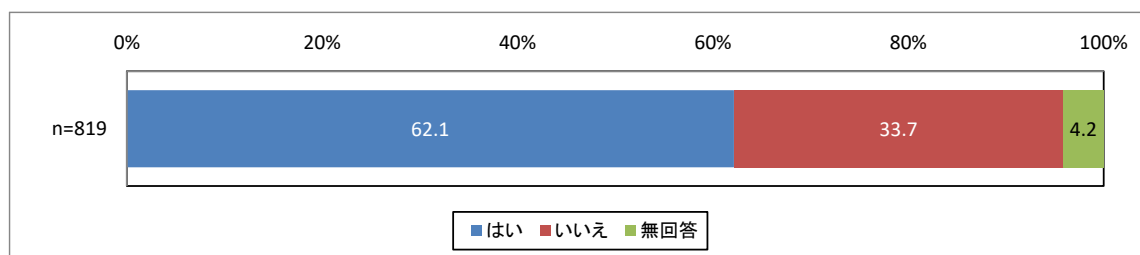
「はい」が81.2%、「いいえ」が17.0%となっている。

**(10) 新聞を読んでいますか**

「はい」が84.1%、「いいえ」が13.9%となっている。

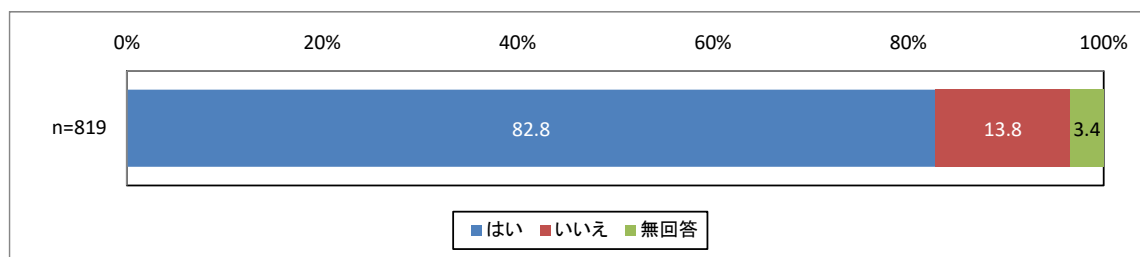
**(11) 本や雑誌を読んでいますか**

「はい」が62.1%、「いいえ」が33.7%となっている。



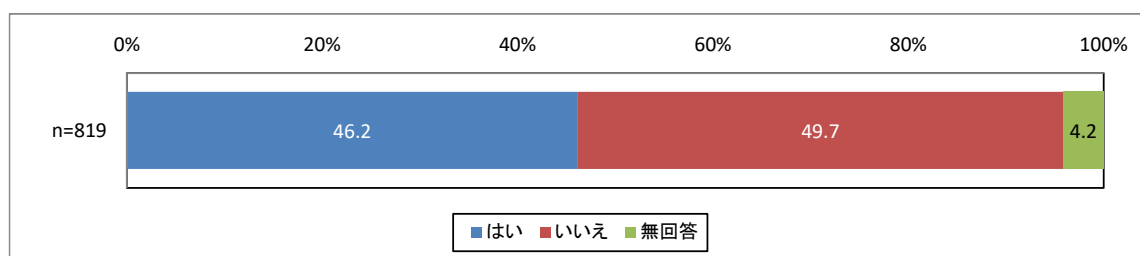
(12) 健康についての記事や番組に関心がありますか

「はい」が82.8%、「いいえ」が13.8%となっている。



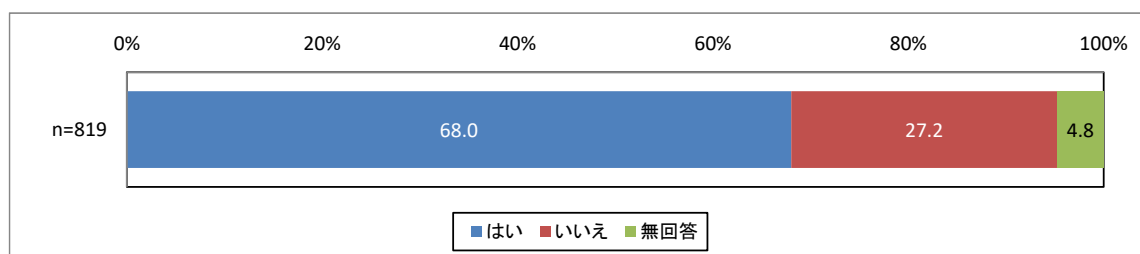
(13) 友人の家を訪ねていますか

「はい」が46.2%、「いいえ」が49.7%となっている。



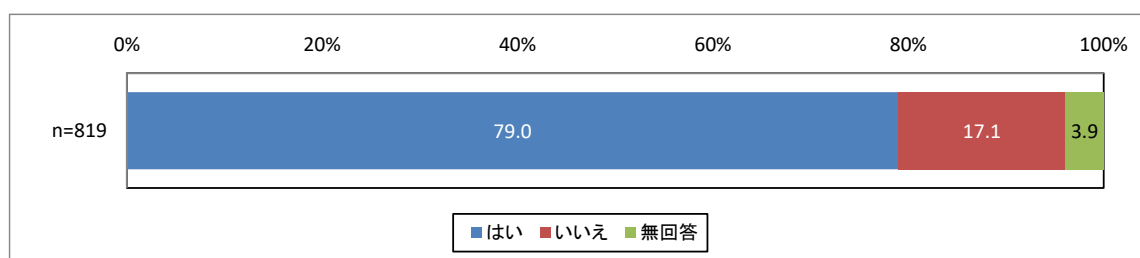
(14) 家族や友人の相談にのっていますか

「はい」が68.0%、「いいえ」が27.2%となっている。



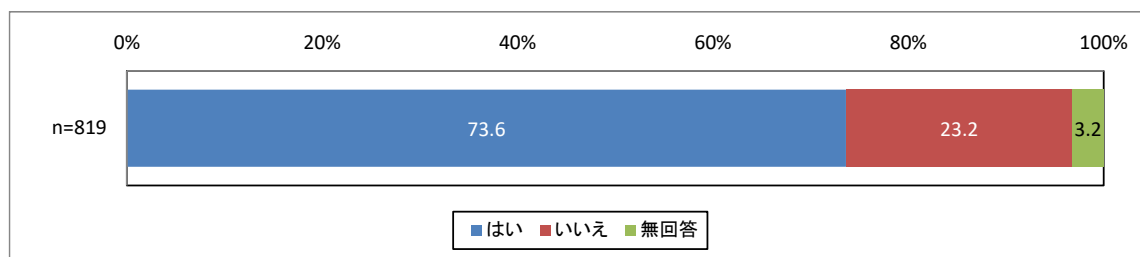
(15) 病人を見舞うことができますか

「はい」が79.0%、「いいえ」が17.1%となっている。



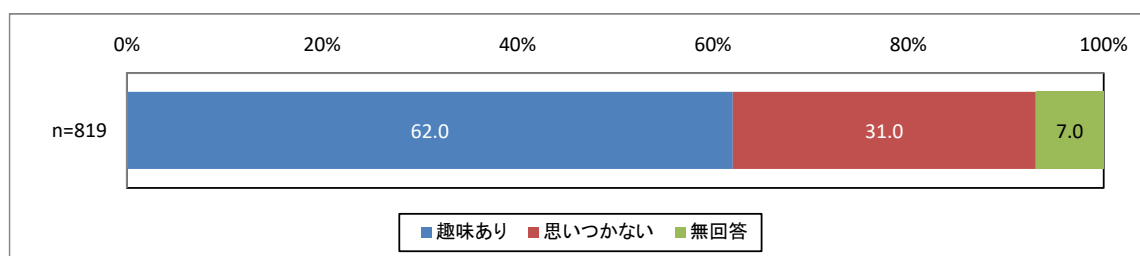
## (16) 若い人に自分から話しかけることがありますか

「はい」が73.6%、「いいえ」が23.2%となっている。



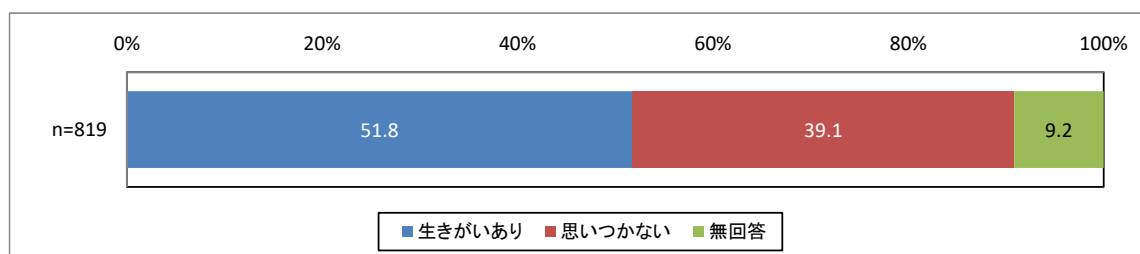
## (17) 趣味はありますか

「趣味あり」が62.0%、「思いつかない」が31.0%となっている。



## (18) 生きがいがありますか

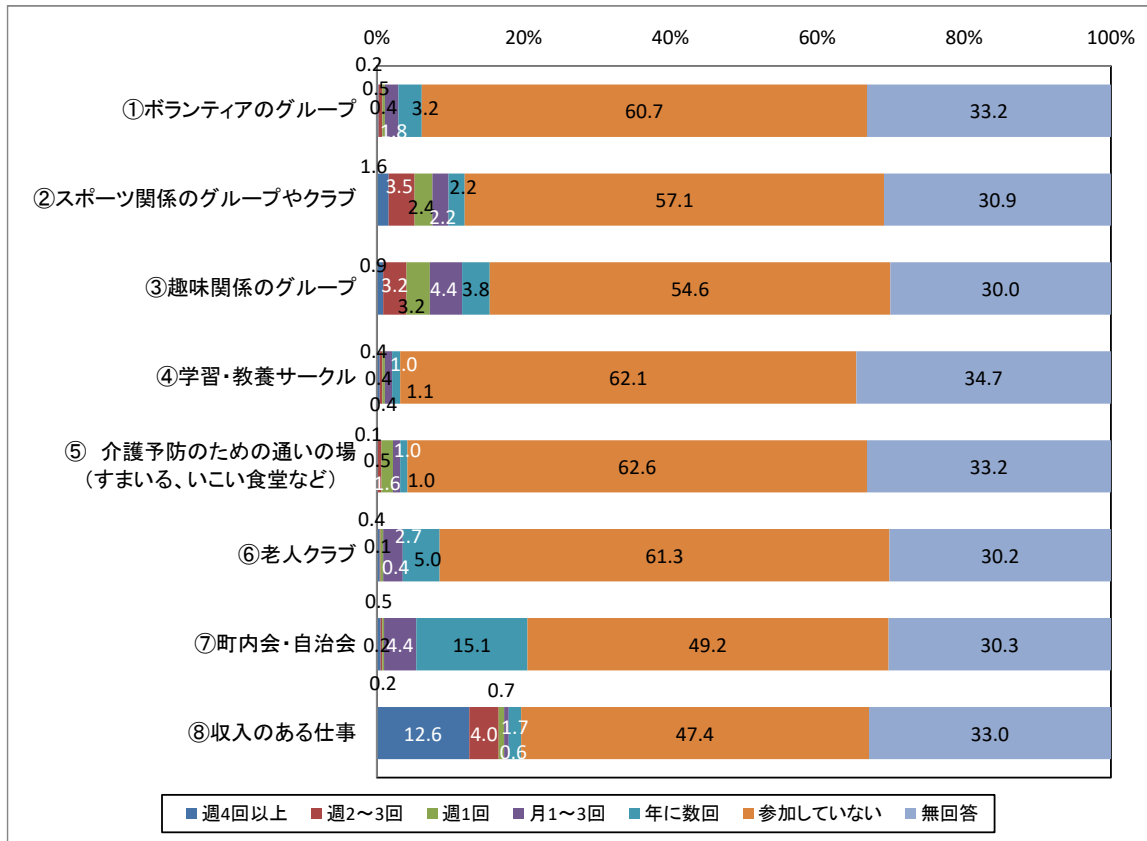
「生きがいあり」が51.8%、「思いつかない」が39.1%となっている。



## 問5 地域での活動について

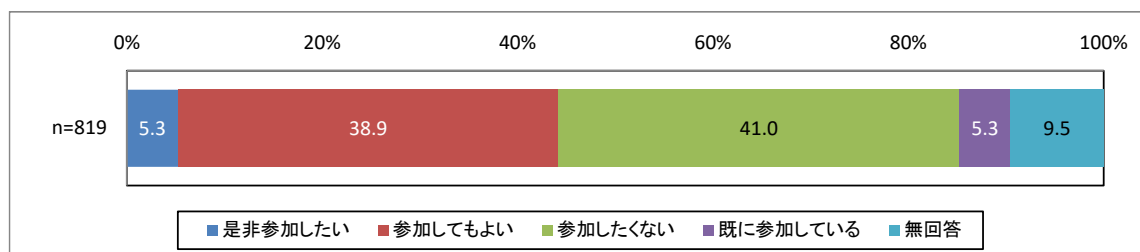
### (1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

月に1回以上参加している会・グループとしては、「⑧収入のある仕事」、「③趣味関係のグループ」、「②スポーツ関係のグループやクラブ」などが多くなっている。



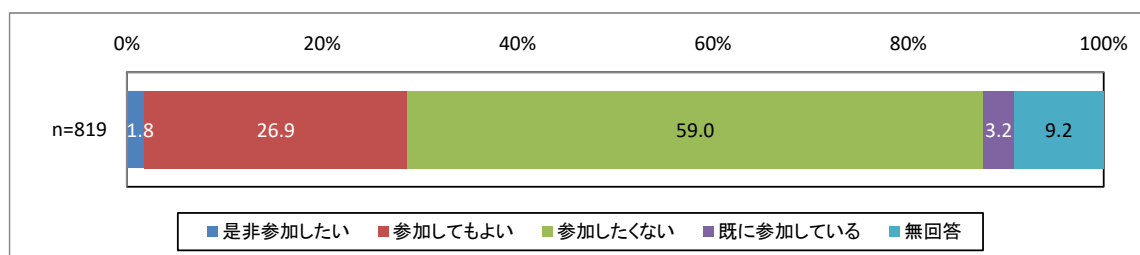
(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか

「参加したくない」が 41.0%で最も多く、次いで「参加してもよい」38.9%、「是非参加したい」「既に参加している」5.3%の順となっている。



(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

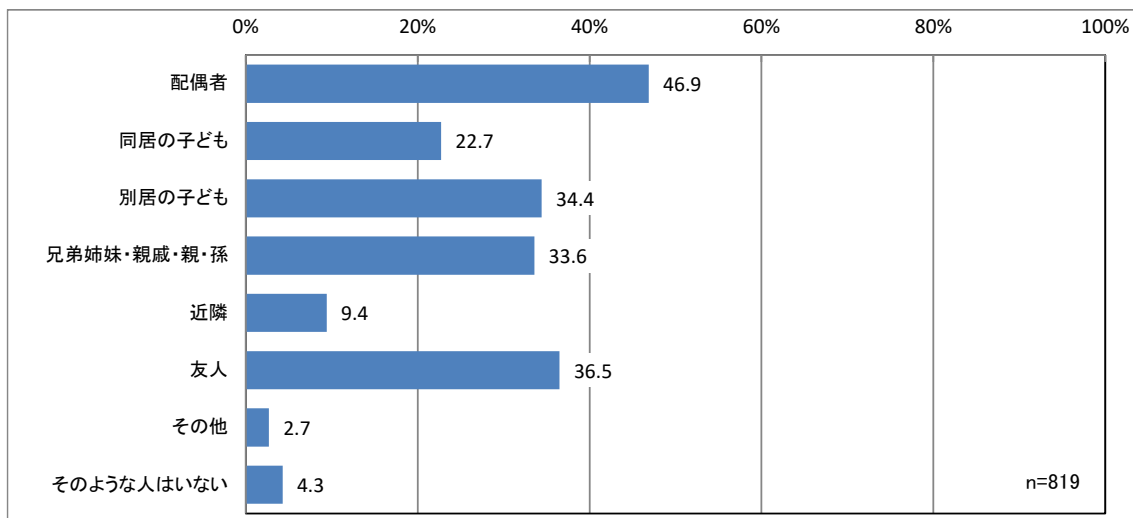
「参加したくない」が 59.0%で最も多く、次いで「参加してもよい」26.9%、「既に参加している」3.2%の順となっている。



## 問6 たすけあいについて

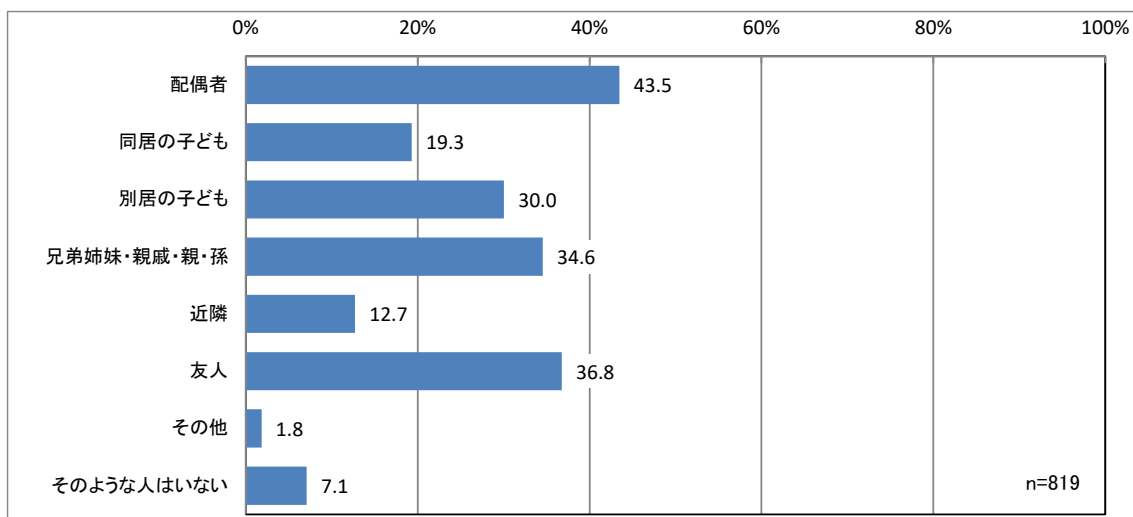
### (1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（複数回答）

「配偶者」が46.9%で最も多く、次いで「友人」36.5%、「別居の子ども」34.4%の順となっている。



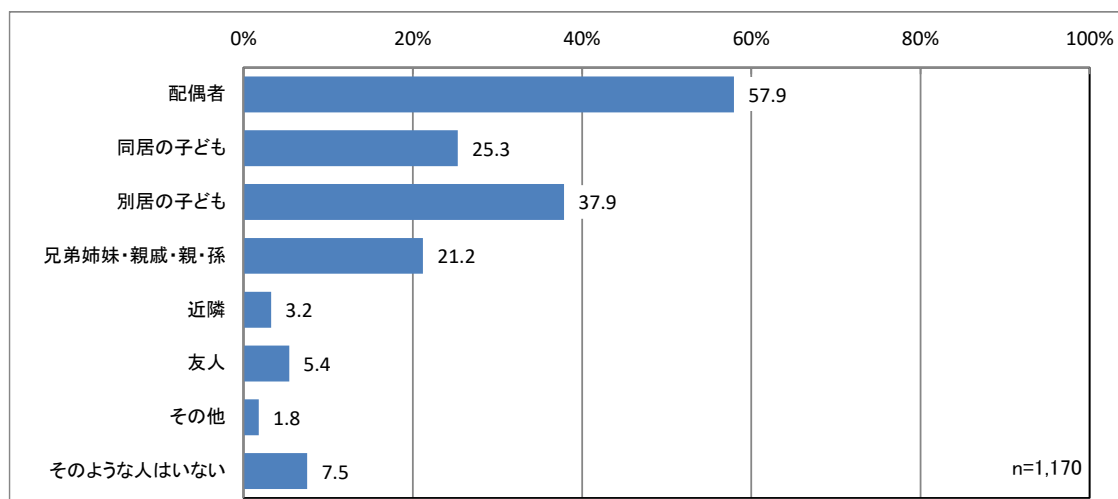
### (2) 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（複数回答）

「配偶者」が43.5%で最も多く、次いで「友人」36.8%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」34.6%の順となっている。



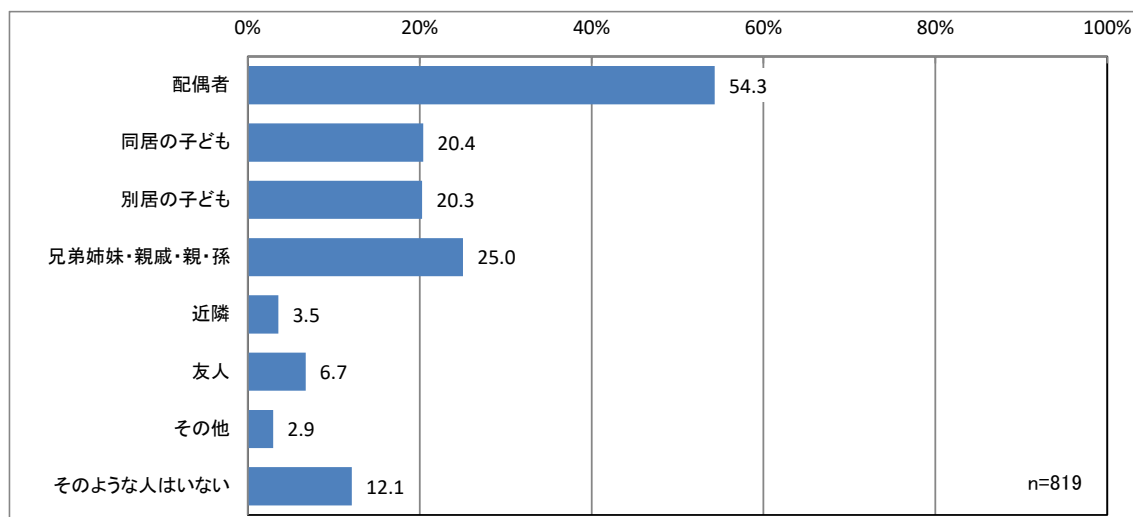
### (3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（複数回答）

「配偶者」が 54.3%で最も多く、次いで「兄弟姉妹・親戚・親・孫」25.0%、「同居の子ども」20.4%の順となっている。



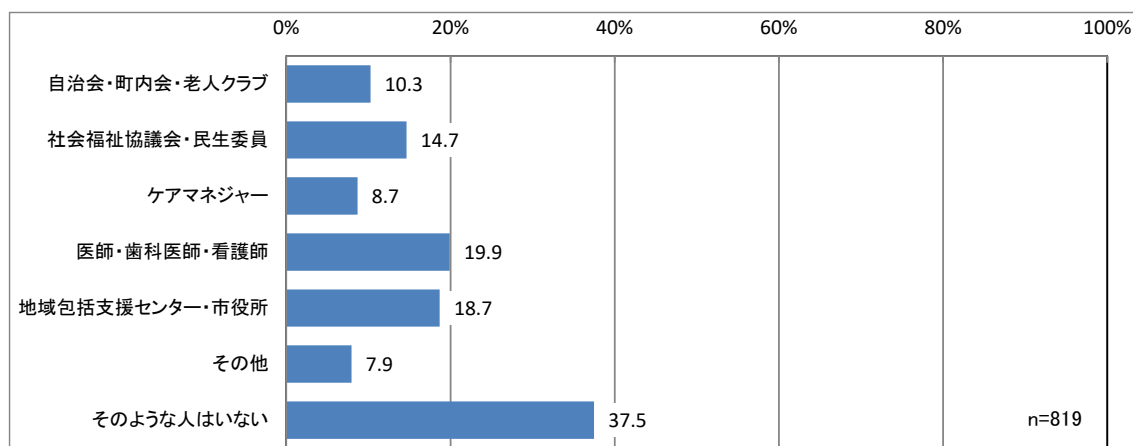
### (4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも）

「配偶者」が 57.7%で最も多く、次いで「別居の子ども」28.5%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」28.4%の順となっている。



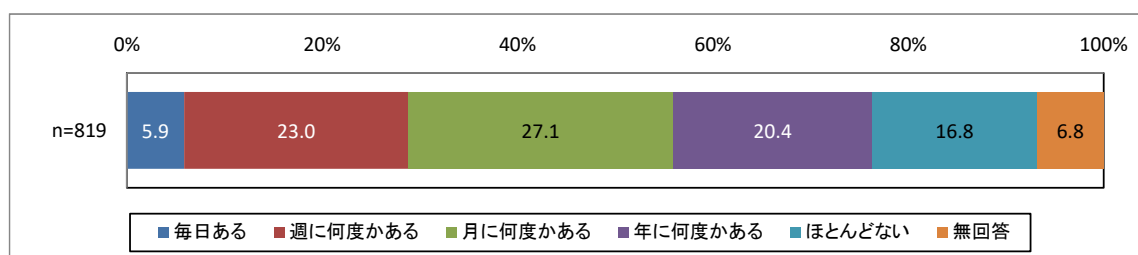
(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください  
 (いくつでも)

「そのような人はいない」が 37.5%で最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師」19.9%、「地域包括支援センター・市役所」18.7%の順となっている。



(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

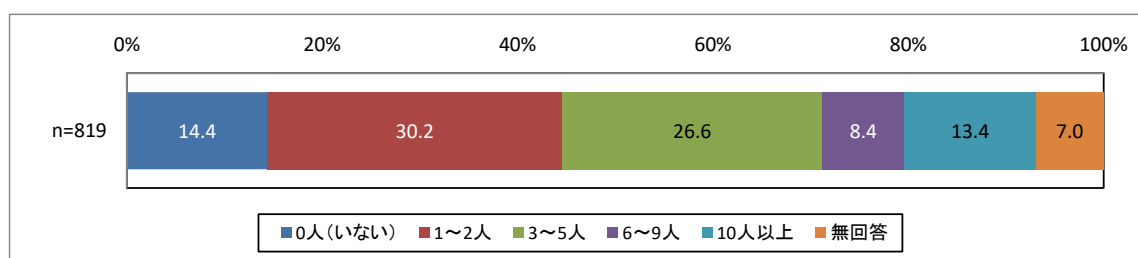
「月に何度かある」が 27.1%で最も多く、次いで「週に何度かある」23.0%、「年に何度かある」20.4%の順となっている。



(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか

同じ人には何度会っても1人と数えることとします

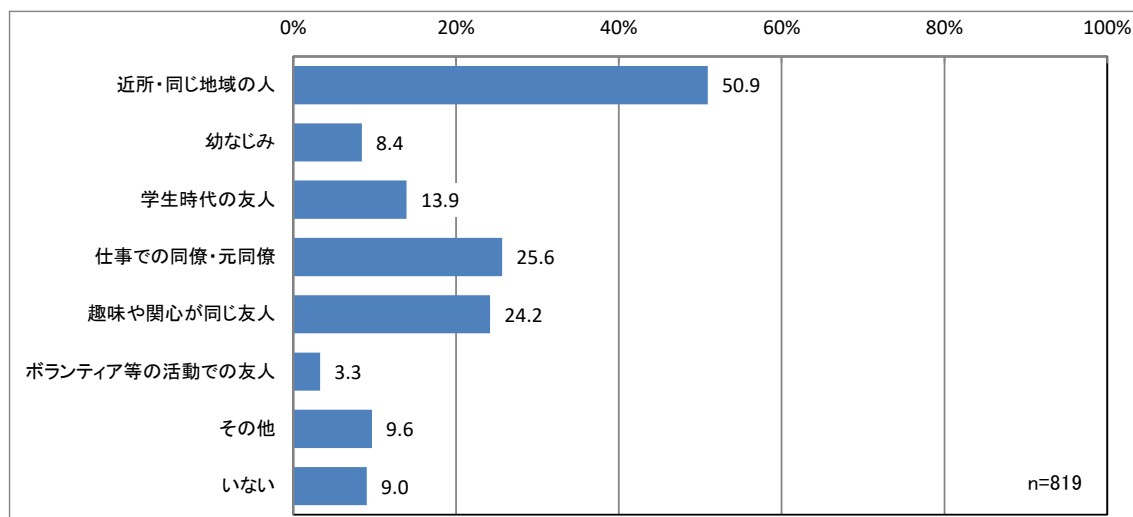
「1~2人」が 30.2%で最も多く、次いで「3~5人」26.6%、「0人(いない)」14.4%の順となっている。





## (8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (いくつでも)

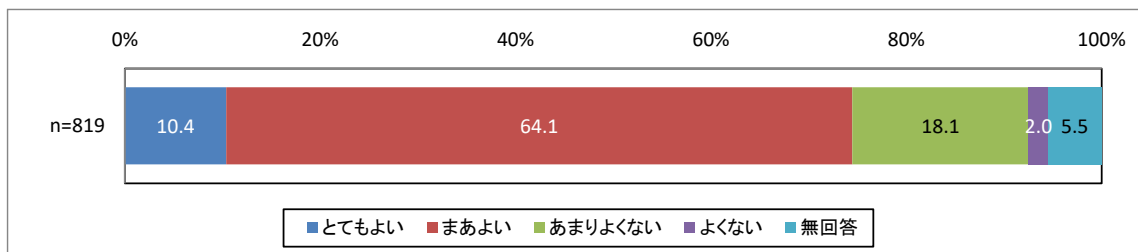
「近所・同じ地域の人」が 50.9%で最も多く、次いで「仕事での同僚・元同僚」25.6%、「趣味や関心が同じ友人」24.2%の順となっている。



## 問7 健康について

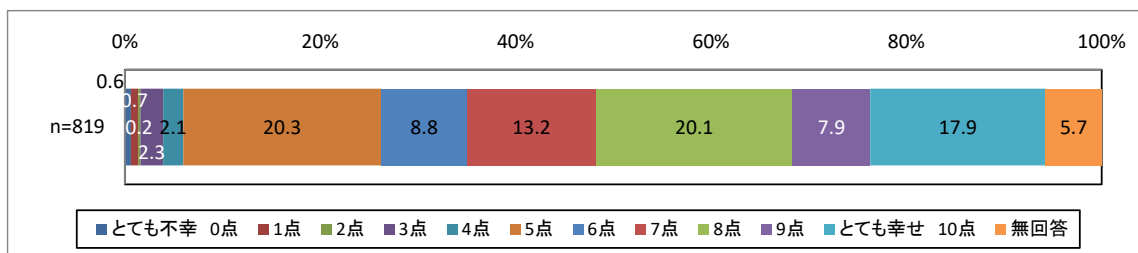
### (1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

「まあよい」が64.1%で最も多く、次いで「あまりよくない」18.1%、「とてもよい」10.4%の順となっている。



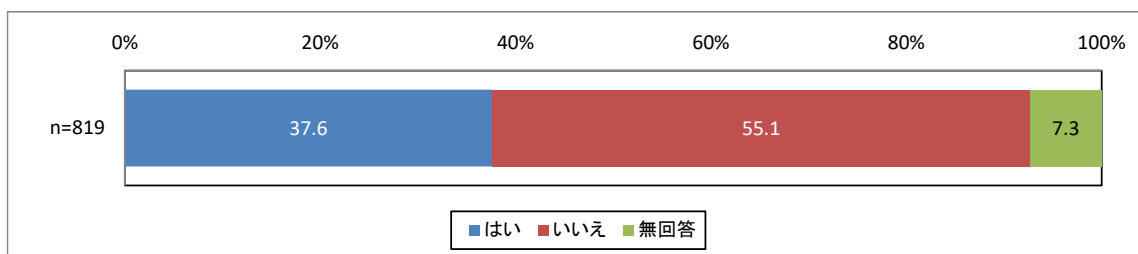
### (2) あなたは、現在どの程度幸せですか（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、ご記入ください）

「5点」が20.3%で最も多く、次いで「8点」20.1%、「とても幸せ 10点」17.9%の順となっている。



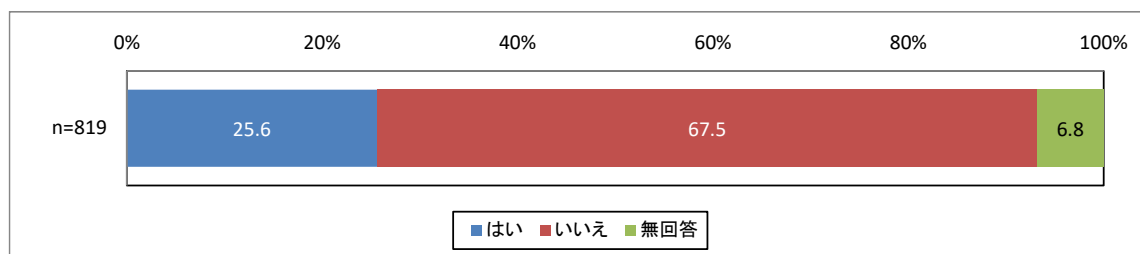
### (3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか

「はい」が37.6%、「いいえ」が55.1%となっている。



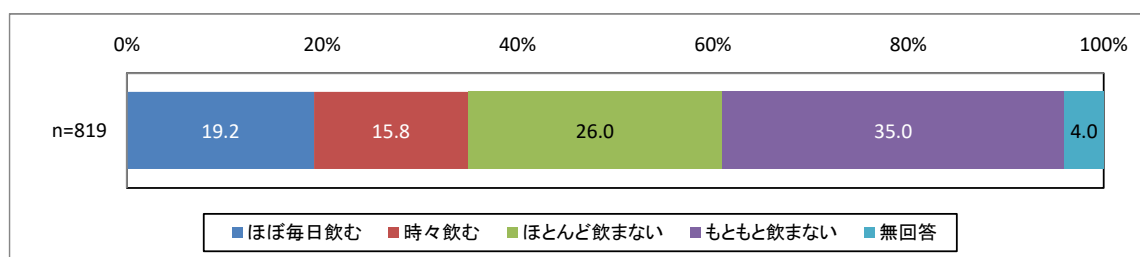
(4) この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか

「はい」が25.6%、「いいえ」が67.5%となっている。



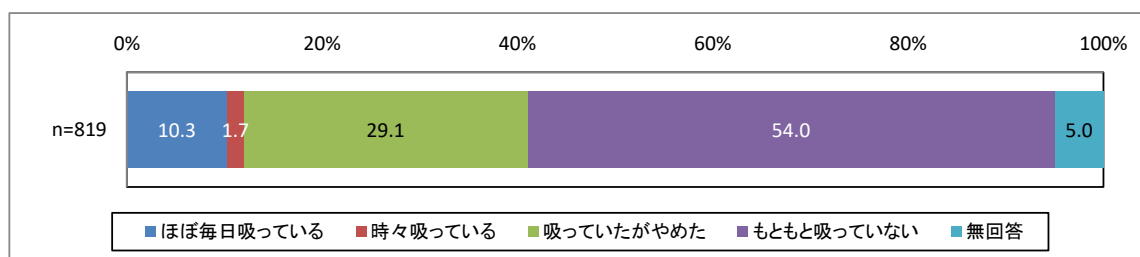
(5) お酒は飲みますか

「もともと飲まない」が35.0%で最も多く、次いで「ほとんど飲まない」26.0%、「ほぼ毎日飲む」19.2%の順となっている。



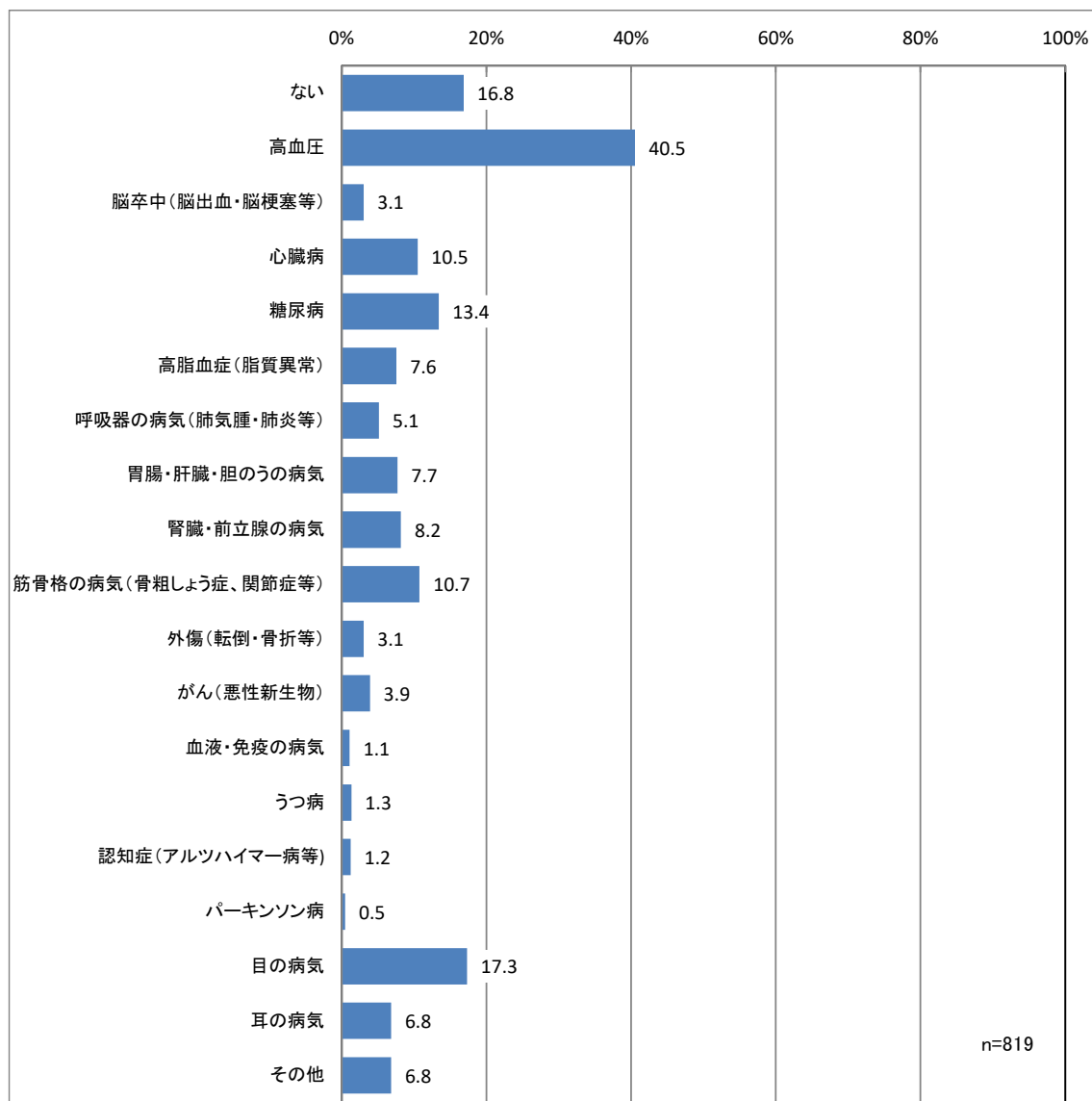
(6) タバコは吸っていますか

「もともと吸っていない」が54.0%で最も多く、次いで「吸っていたがやめた」29.1%、「ほぼ毎日吸っている」10.3%の順となっている。



(7) 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)

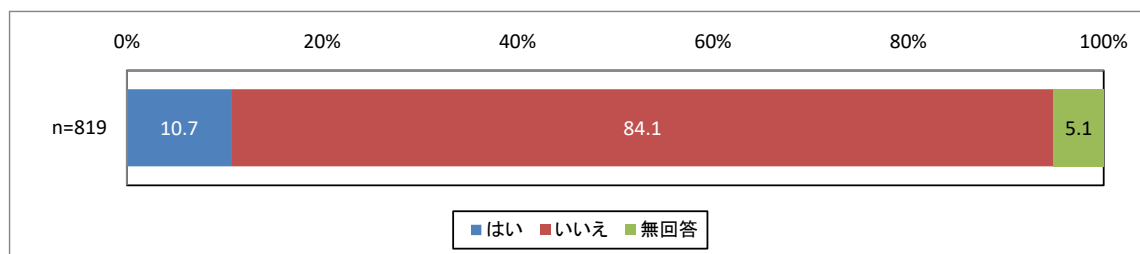
「高血圧」が 40.5%で最も多く、次いで「目の病気」17.3%、「ない」16.8%の順となっている。



## 問8 認知症について

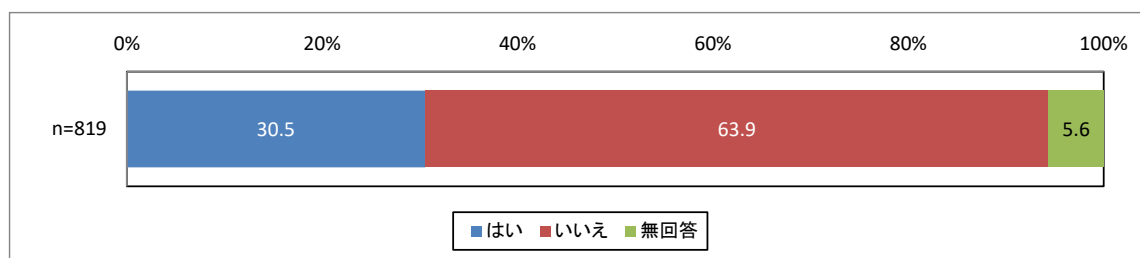
(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか

「はい」が10.7%、「いいえ」が84.1%となっている。



(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

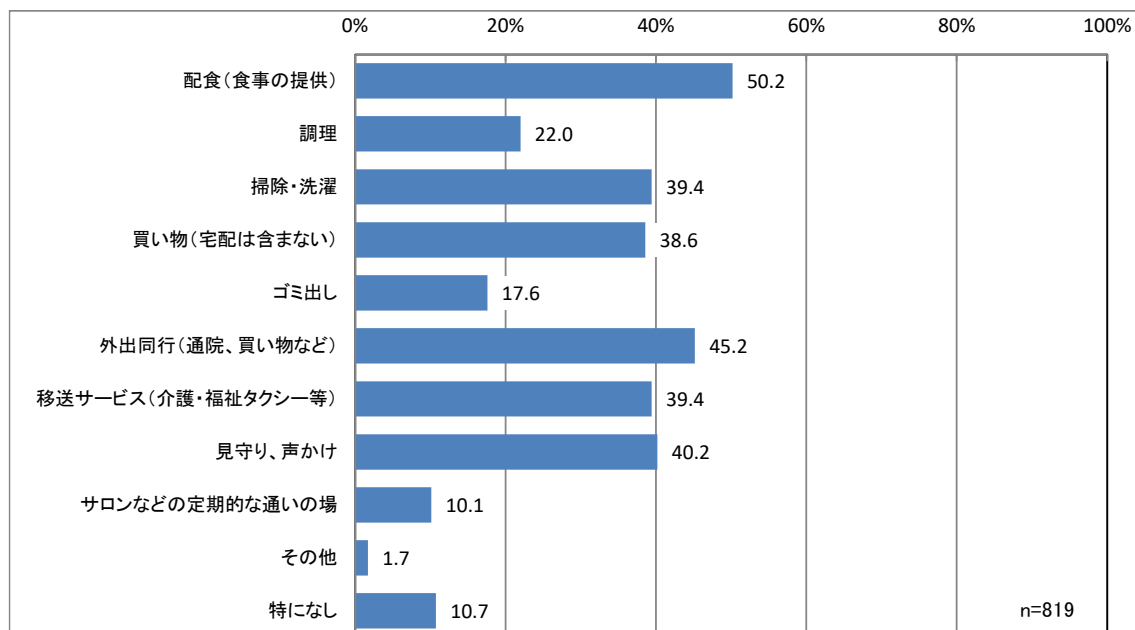
「はい」が30.5%、「いいえ」が63.9%となっている。



## 問9 地域での生活について

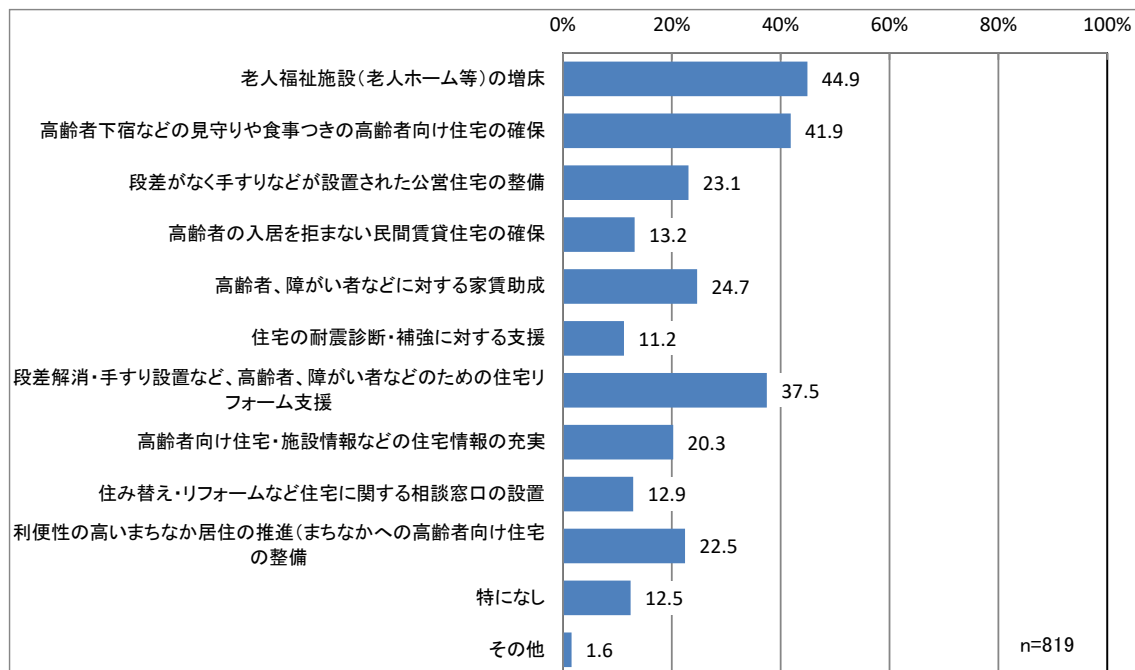
(1) 高齢者が身近な地域や自宅での生活を続けていくために、特に必要な支援・サービスは何だと思われますか。(5つまでに○)

「配食(食事の提供)」が50.2%で最も多く、次いで「外出同行(通院、買い物など)」45.2%、「見守り、声かけ」40.2%の順となっている。



(2) 高齢者の住みやすい住環境づくりとして、特に必要なのは何だと思われますか。  
(5つまでに○)

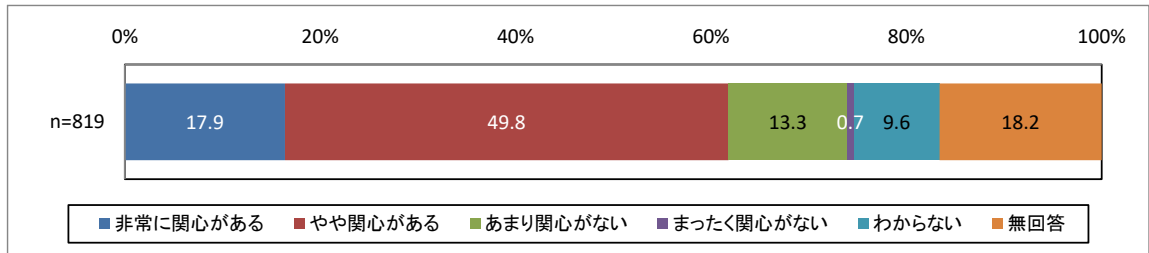
「老人福祉施設(老人ホーム等)の増床」が44.9%で最も多く、次いで「高齢者下宿などの見守りや食事つきの高齢者向け住宅の確保」41.9%、「段差解消・手すり設置など、高齢者、障がい者などのための住宅リフォーム支援」37.5%の順となっている。



## 問 10 介護予防について

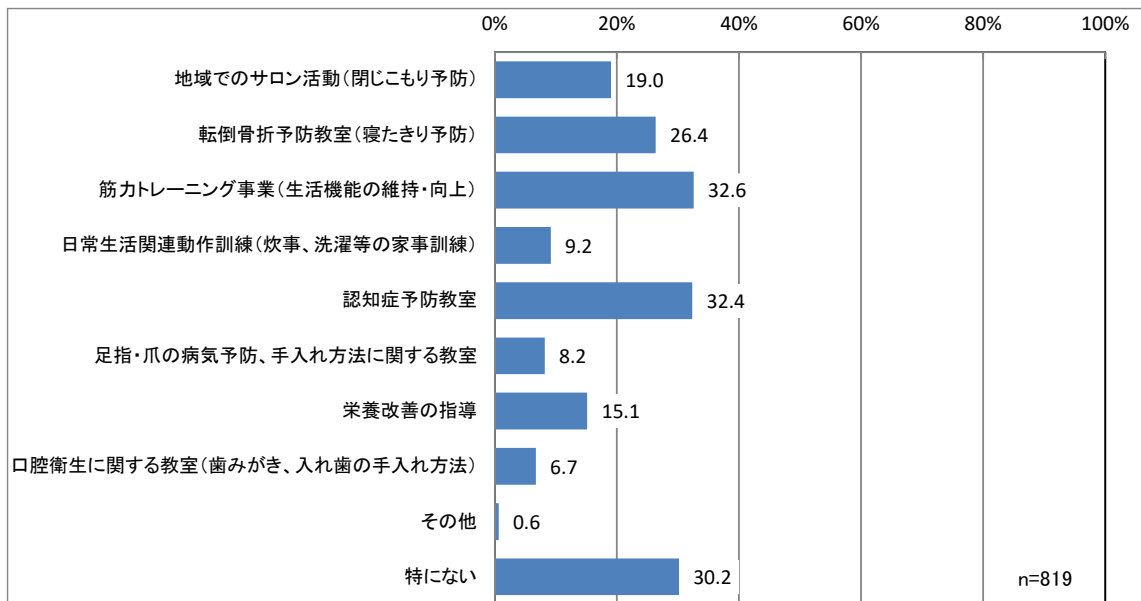
### (1) あなたは介護予防について関心がありますか。

「やや関心がある」が 49.8%で最も多く、次いで「非常に関心がある」17.9%、「あまり関心がない」13.3%の順となっている。



### (2) あなたが介護予防のために参加したいと思う講座は、どのようなものですか。(複数回答)

「筋力トレーニング事業（生活機能の維持・向上）」が 32.6%で最も多く、次いで「認知症予防教室」32.4%、「特にない」30.2%の順となっている。

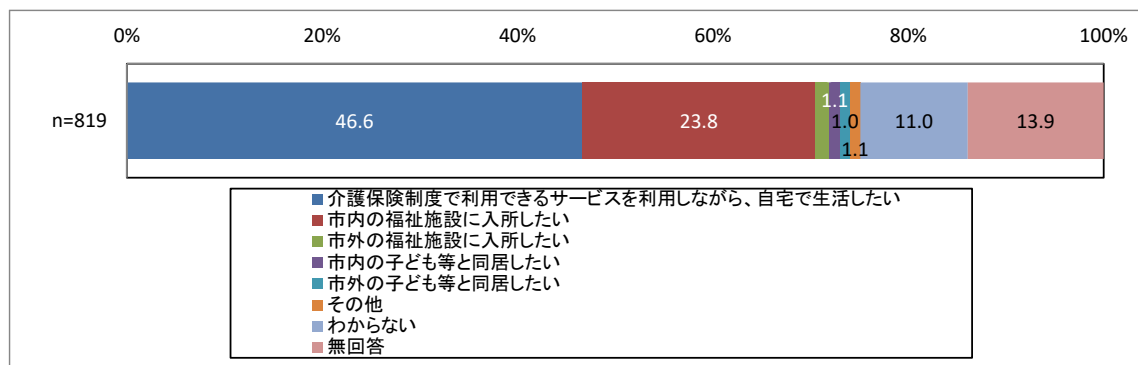




## 問11 今後のことについて

(1) もし自分に介護が必要な状態になったらどのような介護を希望しますか。

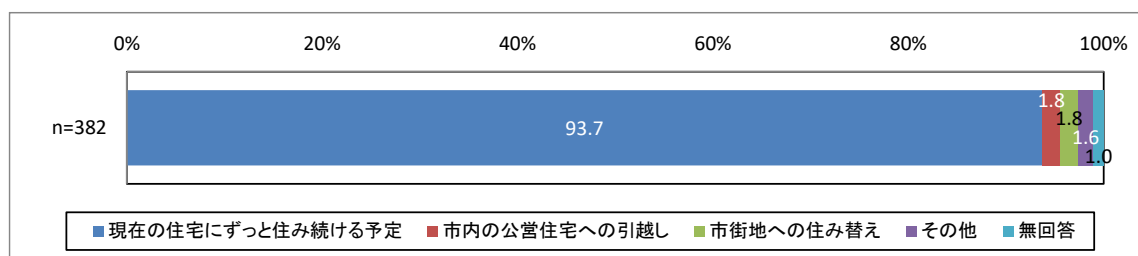
「介護保険制度で利用できるサービスを利用しながら、自宅で生活したい」が46.6%で最も多く、次いで「市内の福祉施設に入所したい」23.8%、「わからない」11.0%の順となっている。



### 【(1)で「1. 自宅で生活したい」の方のみ】

(2) お住まいについての今後の予定をお聞かせください。

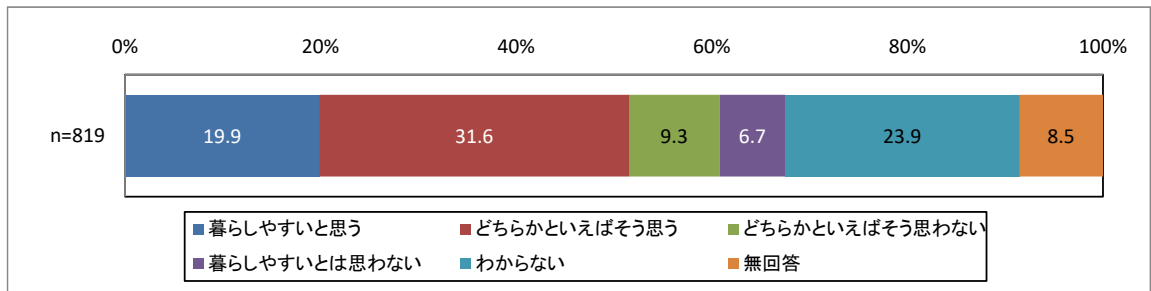
「現在の住宅にずっと住み続ける予定」が93.7%で最も多く、次いで「市内の公営住宅への引越し」「市街地への住み替え」1.8%、「その他」1.6%の順となっている。



## 問 12 高齢社会対策への取組について

(1) あなたは、北斗市が高齢者にとって暮らしやすいまちだと思えるか。

「どちらかといえばそう思う」が 31.6%で最も多く、次いで「わからない」23.9%、「暮らしやすいと思う」19.9%の順となっている。



## (2) 高齢者施策として、今後、特に力を入れてほしい施策は何ですか。

(5つまでに○)

「医療体制・訪問診療の充実」が65.0%で最も多く、次いで「高齢者の外出を支援する移動手段の確保」60.9%、「わかりやすい情報提供や相談窓口の充実」55.9%の順となっている。

