



第5章 調査総括

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査総括

(1) 回答者の属性・住まいの状況

回答者の属性について、男性が43.3%、女性が56.7%と女性のほうが多く、年齢では、75～79歳が最も多く、次いで70～74歳、65～69歳の順となっています。

家族構成について、1人暮らしが約2割、夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）が約4割となっており、合わせると6割以上が高齢者のみの世帯となっており、地域における見守りが必要となっています。

現在の暮らしについて、2割以上（「大変苦しい」が5.6%、「やや苦しい」が18.2%）が経済的に苦しいと回答しています。

(2) 介護の状況

介護・介助が必要になった原因について、全体では高齢による衰弱が25.6%となっています。そのほか、心臓病や脳卒中など生活習慣病に起因する疾患により介護・介助が必要になっているケースも一定数しられます。要介護状態になる原因には、高齢による身体機能の悪化だけでなく、生活習慣病に起因する疾病が多くみられるため、外出のきっかけであり身体機能・認知症予防等の効果が期待される通いの場等において、あわせて保健分野の取り組みを進めることが重要です。

主な介護者について、最も多いのは娘となっており、息子、子の配偶者等の親族の割合が多くなっていることから家族介護者へのフォローも重要です。

(3) 運動・外出について

運動器機能の低下をみると、リスク該当者の割合は全体で20.0%となっていますが、男性と比較して女性の方が25.1%と多くなっています。補助なしで階段を昇ることや椅子から立ち上がること、15分程度歩くことについて、できるにもかかわらずしていない人が1割から2割程度みられます。日常生活におけるこうした取り組みの積み重ねによって、身体機能が維持され、介護予防につながる意識付けが必要です。

外出の状況については、週1回以上外出する人が86.8%となっており、ほとんどの人が週に1回以上外出していますが、昨年と比べて外出の回数が減った人が4割以上となっています。外出を控えている理由について、「足腰などの痛み」が46.6%となっており、身体的な理由で外出が億劫になっている人が多いことがわかります。

閉じこもりリスクをみると、女性及び年齢が高くなるほど該当者の割合が多くなっています。外出を控えている理由として「交通手段がない」も16.5%と多くなっており、足腰などの痛みにより外出が億劫になることに加え、交通手段がないため閉じこもり傾向になっている可能性があります。外出の際の移動手段では、他人が運転する自動車やタクシーといった運転手付きの移動手段を利用している人が多いことから、転倒や足腰の痛み等に配慮した安全な移動手段の確保が求められます。

(4) 口腔・栄養について

咀嚼機能、嚥下機能等の口腔機能低下のリスクに該当している人は24.4%となっています。また、歯磨きの状況をみると、毎日行えていない人は1割程度となっています。口内を清潔に保つことで、口腔機能の維持・栄養状態の改善のほか、肺炎や認知症の予防にもつながるとされていることから、口腔清掃方法の周知と習慣付けを行うことが必要です。

(5) 日常生活について

バスや電車を使った1人での外出や食品・日用品の買物、食事の用意などを基に算出されるIADL（手段的日常生活動作能力）では、高齢になるほど低いとした判定が増加していることから、高齢者ほど行動範囲がやや限定され、日常的な作業を行う能力も低くなっていることが分かります。

趣味について、62.0%があると回答しており、また、生きがいについては、51.8%があると回答しています。高齢者の自立した生活を支えるため、生きがい・趣味活動の支援も重要です。

(6) 社会参加について

地域活動について、町内会・自治会、趣味関係のグループ、スポーツ関係のグループやクラブに参加している人が比較的多くなっています。「すまいる」「ふれあい食堂いこい」など介護予防のための通いの場については、参加している人が全体で1割以下となっています。

地域づくり活動について、参加者として参加可能である人は44.2%、お世話役として参加可能である人は28.7%となっています。

町内会・自治会、老人クラブや趣味・スポーツ関係のグループ、収入のある仕事などへの参加を通じて地域の人との関わりの場を持ち、これを地域づくり活動に展開していくよう取り組む必要があります。また、地域づくり活動の担い手となる人材育成を支援し、住民主体の地域づくり活動に繋げていく必要があります。

(7) 健康について

自身の健康状態をよいと感じている人は74.5%となっていますが、よくないと感じている人も20.1%となっています。

既往歴に関しては、高血圧、糖尿病、心臓病等の生活習慣病に起因する疾病が多みられるため、健診などによる生活習慣病対策が重要でであると考えられます。

(8) 認知症について

認知症について、自身や家族に症状がある人は1割程度となっています。また、認知症に関する相談窓口を知っている人は3割程度となっています。認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる「共生」をめざし、認知症バリアフリーの地域づくりを進めるにあたり、認知症の症状の有無にかかわらず、まずは地域で認知症の相談窓口が周知されることが重要であると考えられます。

在宅介護実態調査総括

(1) 在宅生活の継続を考えている人

施設等への入所・入居の検討状況について、7割近くの人が「検討していない」と回答していることから、在宅生活の継続を考えている人が多くなっています。

(2) 介護者が不安に感じる介護と訪問系サービスの関係

介護者が不安に感じる介護について、「夜間の排泄」、「外出の付き添い、送迎等」、「日中の排泄」が多くなっています。介護者不安の側面からみた場合、在宅生活の継続に影響を与える要素といえるため、これらに係る介護不安をいかに軽減していくかが、在宅生活の継続を維持するポイントになると考えられます。

(3) 主な介護者の就労状況

主な介護者の就労状況については、フルタイム勤務の人が25.5%、パートタイム勤務の人が17.6%と働いている方は4割以上なっています。

(4) 今後の就労継続見込

現在介護のために行っている働き方の調整について、「労働時間の調整」など何らかの調整を行っている人が一定数みられます。

職場での労働時間の調整・柔軟な選択や介護休業・介護休暇等の制度の充実、またそれらの制度等を気兼ねなく行うことのできる職場づくりにより、在宅生活継続の可能性が高めていく必要があります。

(5) 在宅生活の継続に必要な支援・サービス

在宅生活の継続に必要な支援・サービスについて、「通院や外出時などの介助や送迎」、「外出同行（通院、買い物など）」、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」などのニーズが高くなっています。このような外出に係る支援・サービスは、「買い物」や「サロンへの参加」など、他の支援・サービスとの関係も深いことから、「外出に係る支援・サービスの充実」は大きな課題であるといえます。また「見守り・声かけ」、「定期的な安否の確認」のニーズも高くなっており、孤独死などが社会問題となっている中、独居高齢者が安心して生活できるよう、地域で見守りや声かけを行うことができる仕組みづくりが必要です。