
小野市
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
調査結果報告書

令和5年3月

目次

I	調査概要	1
1.	調査目的	1
2.	調査設計	1
3.	回収状況	1
4.	報告書の見方	1
II	調査結果	2
	調査票の記入者	2
	基本属性	2
問1	家族や生活状況について	4
問2	からだを動かすことについて	7
問3	食べることについて	16
問4	毎日の生活について	23
問5	地域での活動について	32
問6	たすけあいについて	36
問7	健康・介護予防について	40
問8	認知症について	48
問9	必要となる支援や介護保険サービスについて	51
問10	人生の最終段階の過ごし方について	56
III	総括	59
(1)	回答者の属性・住まいの状況	59
(2)	運動・外出について	59
(3)	口腔・栄養について	59
(4)	社会参加について	60
(5)	健康について	60
(6)	小野市の認知症対策について	60

I 調査概要

1. 調査目的

本調査は、次期「小野市高齢者福祉計画・小野市介護保険事業計画」の策定のための基礎資料とすることを目的とし、本市にお住いの65歳以上の方の健康や生活実態等を把握するために実施しました。

2. 調査設計

- ・調査地域：小野市内全域
- ・調査対象：65歳以上の方の中から無作為に抽出した2,300人
※ただし介護保険の認定者で要介護1～5に該当される方は対象から除く
- ・調査方法：郵送配布、郵送回収
- ・調査期間：令和4年11月24日（木）～12月19日（月）

3. 回収状況

	調査対象者	有効回答数	有効回答率
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	2,300人	1,767人	76.8%

4. 報告書の見方

パーセンテージで表示している設問においては小数点以下第二位を四捨五入しているため、合計値が100.0にならない場合があります。

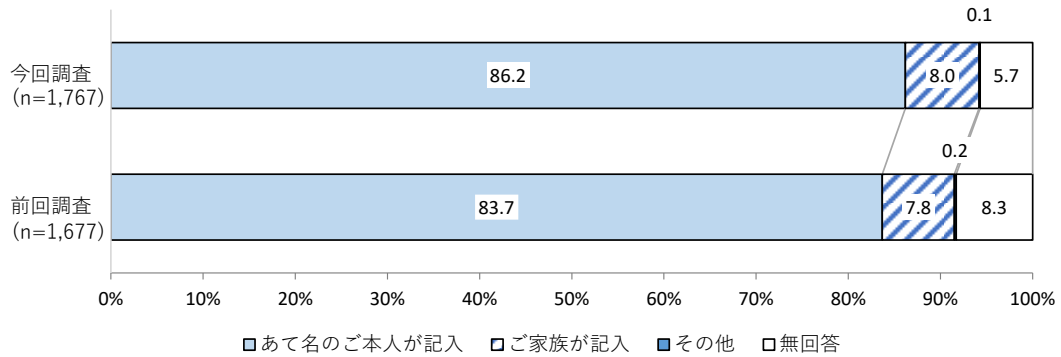
複数回答の場合、図中にMA (Multiple Answer = いくつでも) と記載しています。

Ⅱ 調査結果

調査票の記入者

【全体】

○ 調査票の記入者について、「あて名のご本人が記入」が 86.2%で最も多く、次いで「ご家族が記入」が 8.0%、「その他」が 0.1%となっています。

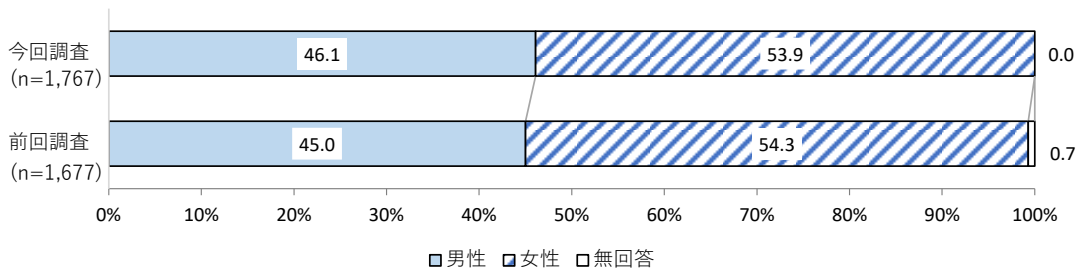


基本属性

(1) 性別

【全体】

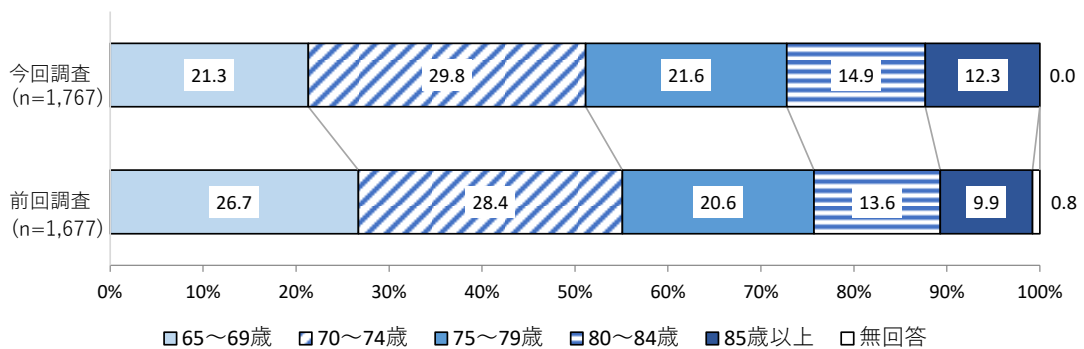
○ 性別について、「男性」が 46.1%、「女性」が 53.9%となっています。



(2) 年齢

【全体】

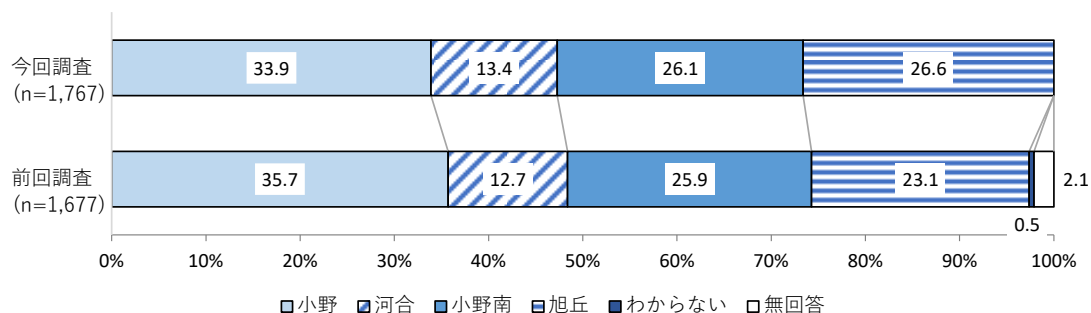
○ 年齢について、「65～69歳」が 21.3%、「70～74歳」が 29.8%、「75～79歳」が 21.6%、「80～84歳」14.9%、「85歳以上」12.3%となっています。



(3) 居住地（中学校区）

【全体】

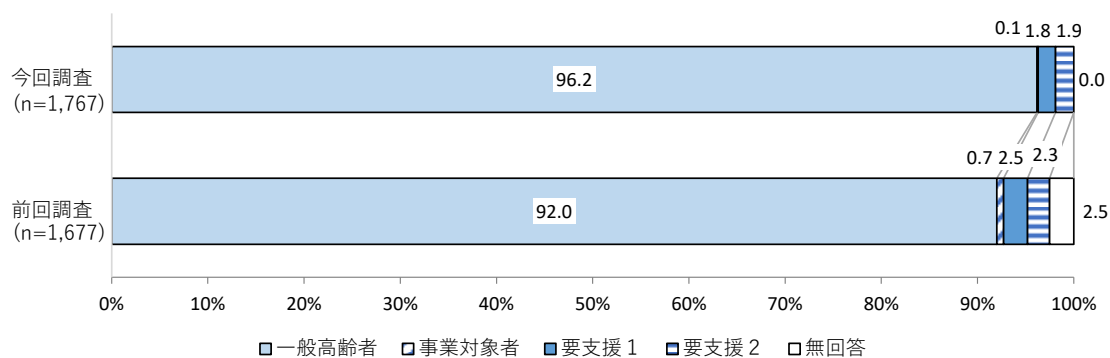
- 居住地について、「小野」が33.9%で最も多く、次いで「旭丘」が26.6%、「小野南」が26.1%となっています。



(4) 要支援認定の状況

【全体】

- 要支援認定の状況について、「一般高齢者」が96.2%、「事業対象者」が0.1%、「要支援1」が1.8%、「要支援2」が1.9%となっています。

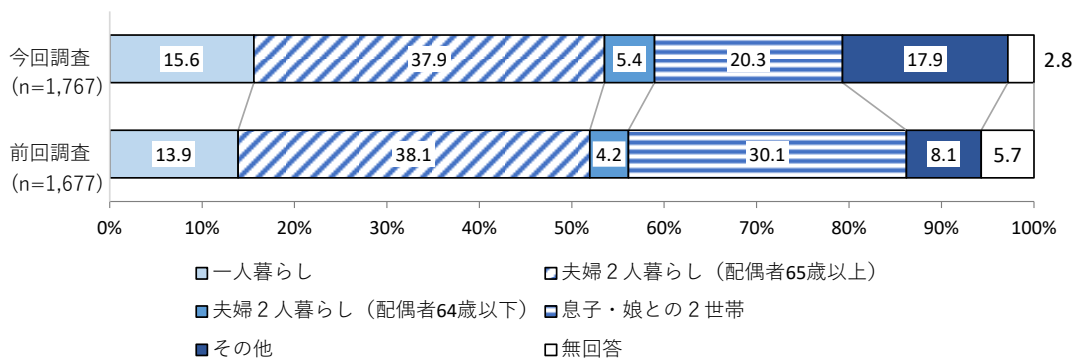


問1 家族や生活状況について

1 家族構成を教えてください。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 家族構成について、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が37.9%で最も多く、次いで「息子・娘との2世帯」が20.3%、「その他」が17.9%となっています。

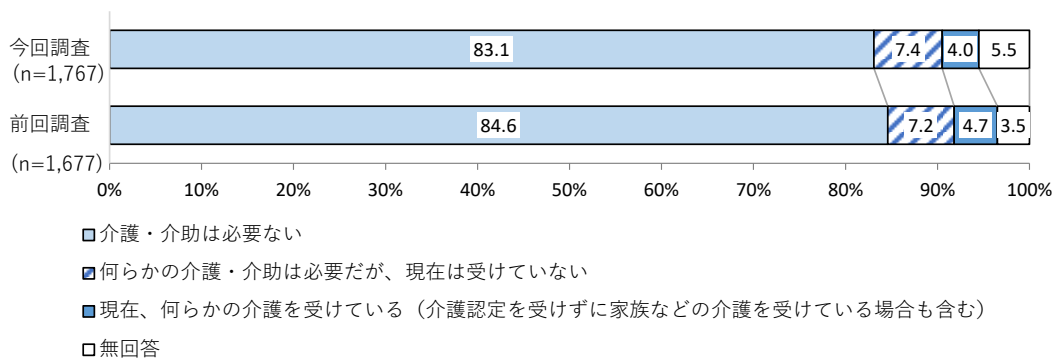
【家族構成】



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。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 介護・介助の必要性について、「介護・介助は必要ない」が83.1%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」が7.4%、「現在、何らかの介護を受けている(介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む)」が4.0%となっています。

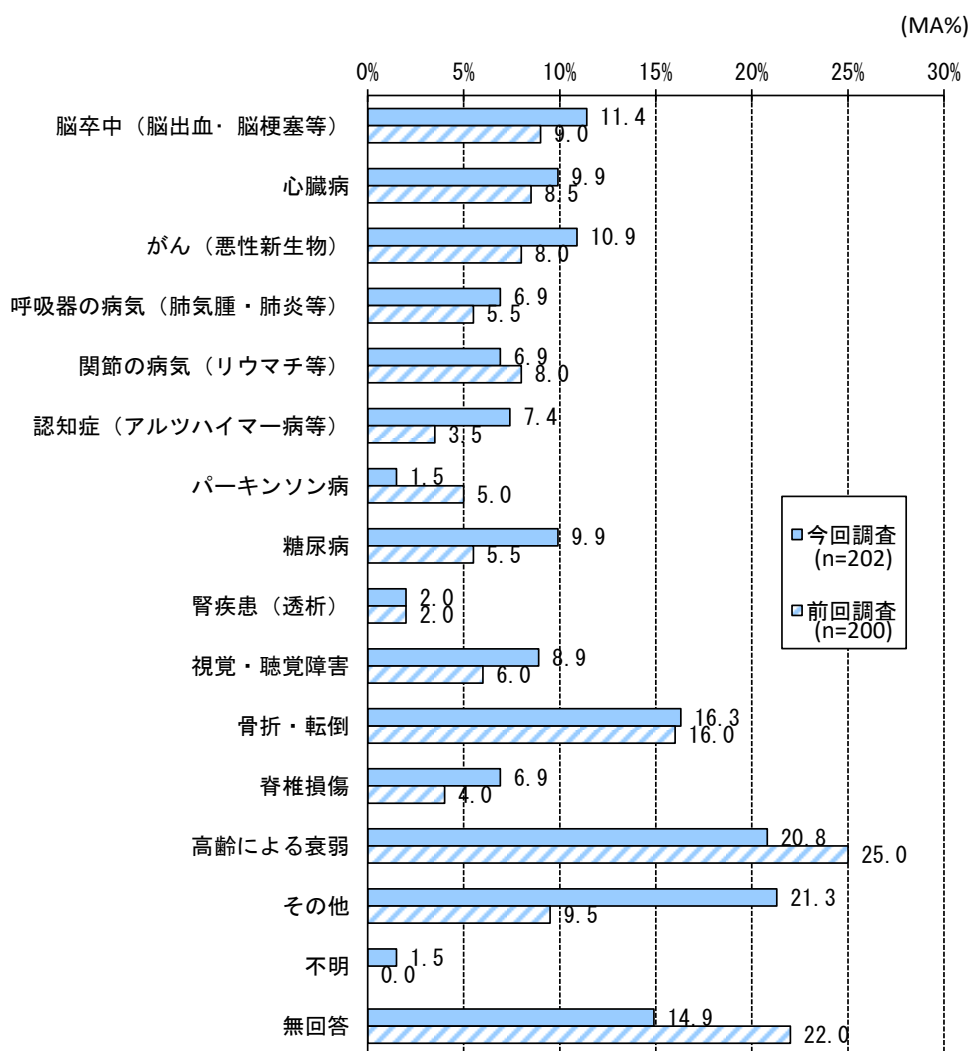
【介護・介助の必要性の有無】



2-1 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。(いくつでも○)

【全体】
 ○ 介護・介助が必要になった原因について、「その他」が21.3%で最も多く、次いで「高齢による衰弱」が20.8%、「骨折・転倒」が16.3%となっています。

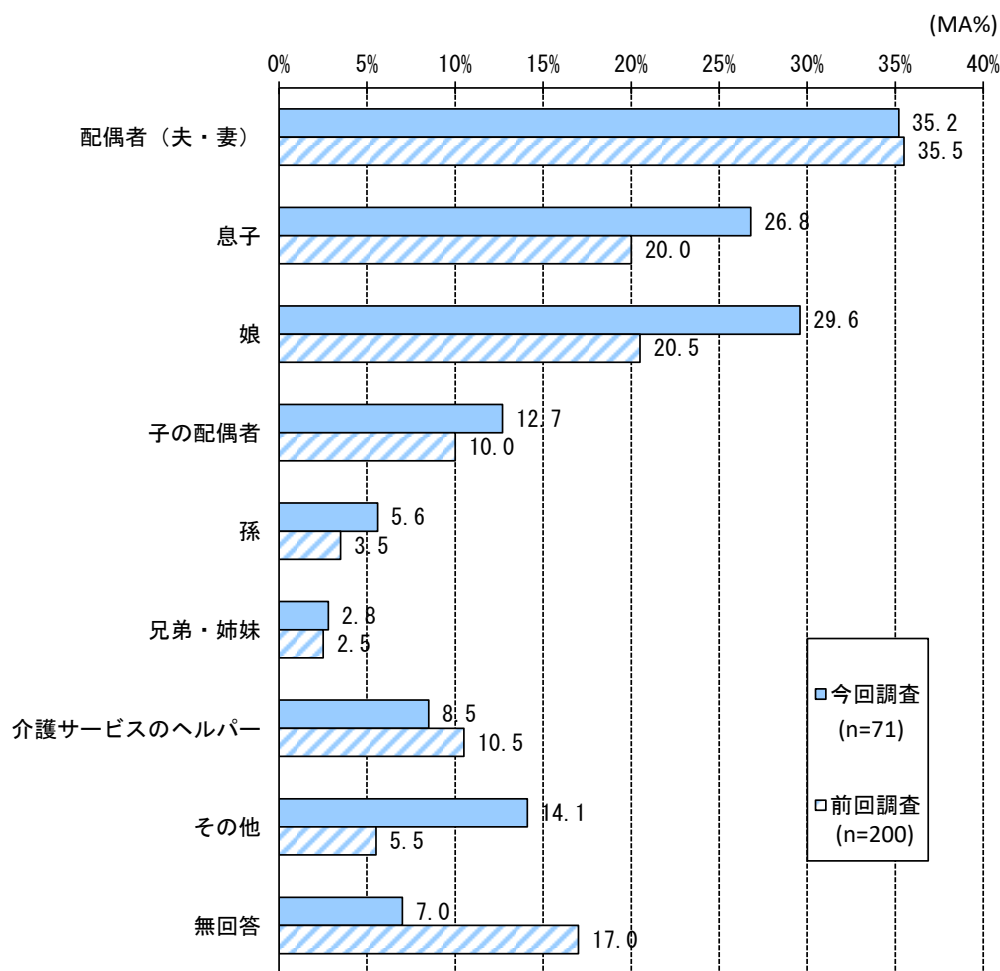
【介護・介助の必要性の有無・介助が必要になった原因】



2-2 主にどなたの介護・介助を受けていますか。(いくつでも○)

【全体】
 ○ 主な介護者について、「配偶者（夫・妻）」が 35.2%で最も多く、次いで「娘」が 29.6%、「息子」が 26.8%となっています。

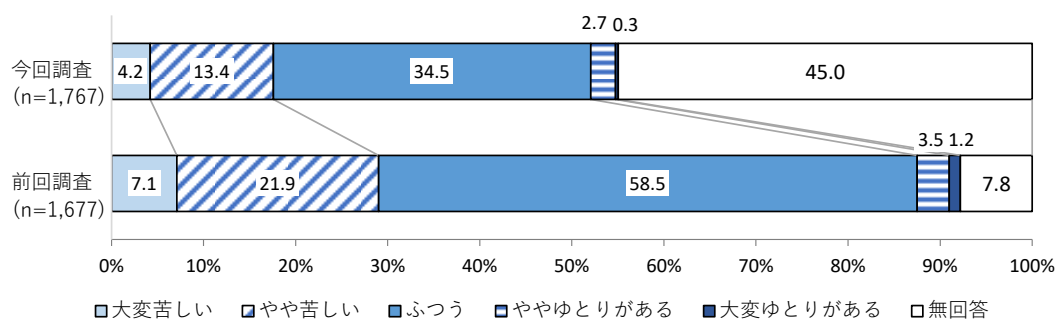
【主な介護者】



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。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 主観的経済状況について、「ふつう」が 34.5%で最も多く、次いで「やや苦しい」が 13.4%、「大変苦しい」が 4.2%となっています。「大変苦しい」「やや苦しい」を合わせた“苦しい方”は 17.6%となっています。

【主観的経済状況】



問2 からだを動かすことについて

(1) 運動機能の低下のリスク

高齢者の運動機能の低下に関しては、以下の設問5問中3問以上に該当した場合に、運動機能の低下の「リスクあり」と判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問2-1	階段を手すりや壁をつたわず昇れるか	「できない」
問2-2	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がれるか	「できない」
問2-3	15分位続けて歩けるか	「できない」
問2-4	過去1年間に転んだ経験があるか	「何度もある」「1度ある」
問2-5	転倒に対する不安は大きいか	「とても不安である」「やや不安である」

【全体】

- 運動機能の低下のリスクについて、「該当」が15.4%、「非該当」が84.6%となっています。

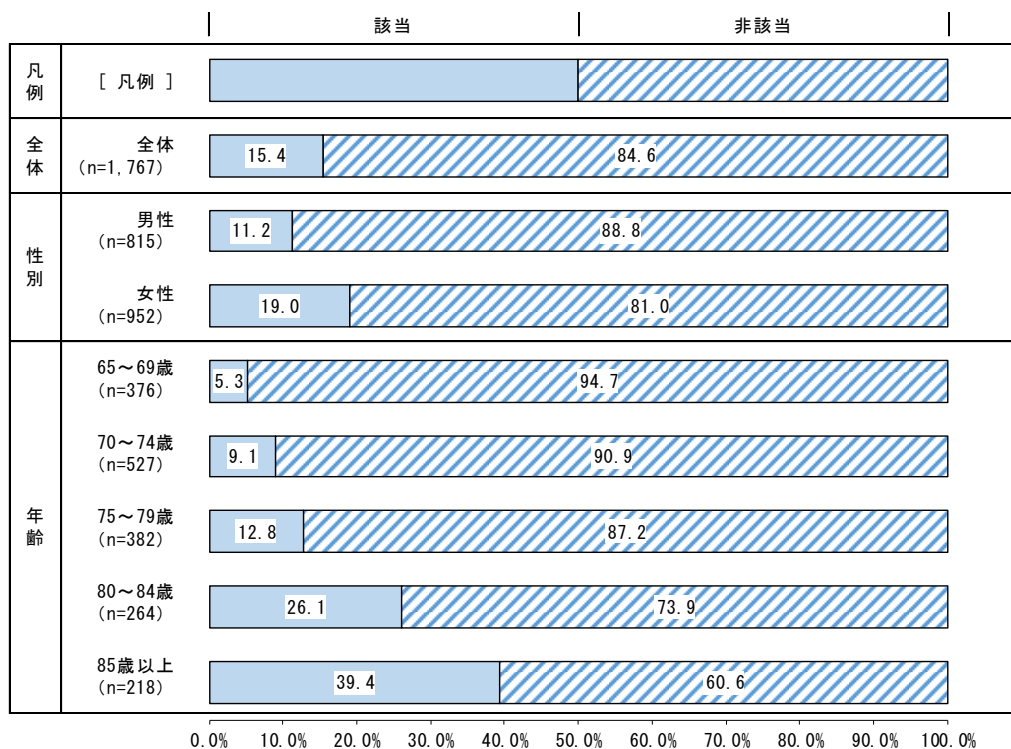
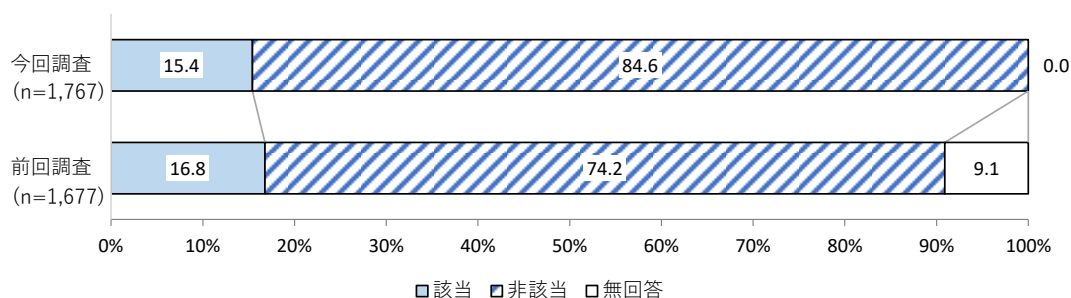
【性別】

- 「該当」は女性が19.0%と男性の11.2%に比べて多くなっています。
- 「非該当」は男性が88.8%と女性の81.0%に比べて多くなっています。

【年齢】

- 年齢が高いほど「該当」が多くなる傾向がみられます。
- 年齢が高いほど「非該当」が少なくなる傾向がみられます。

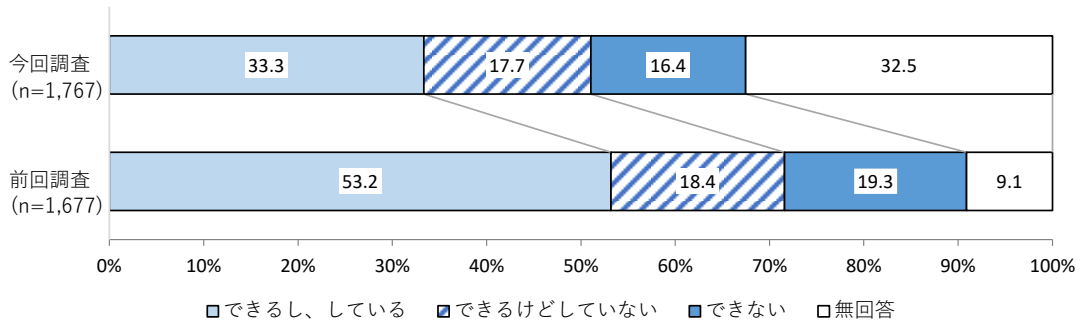
【運動機能の低下のリスク】



1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(1つだけ○)

【全体】

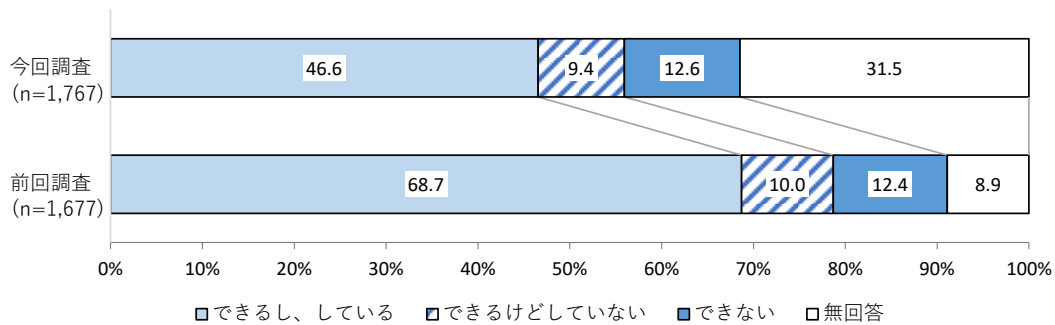
○ 階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかについて、「できるし、している」が 33.3%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が 17.7%、「できない」が 16.4%となっています。



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。(1つだけ○)

【全体】

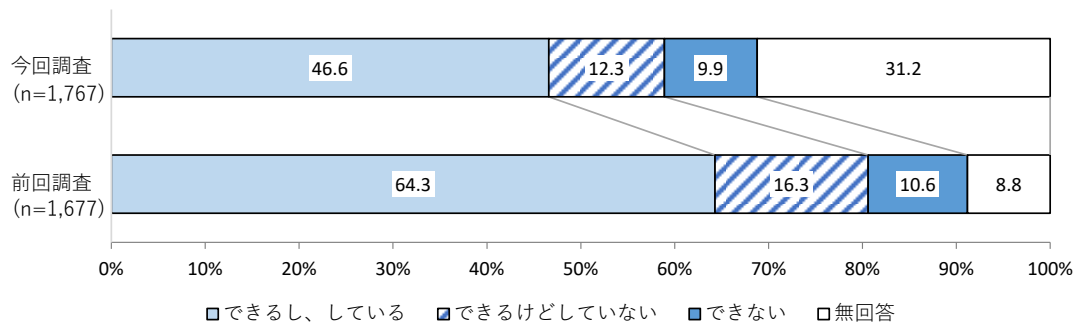
○ 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているかについて、「できるし、している」が 46.6%で最も多く、次いで「できない」が 12.6%、「できるけどしていない」が 9.4%となっています。



3 15分位続けて歩いていますか。(1つだけ○)

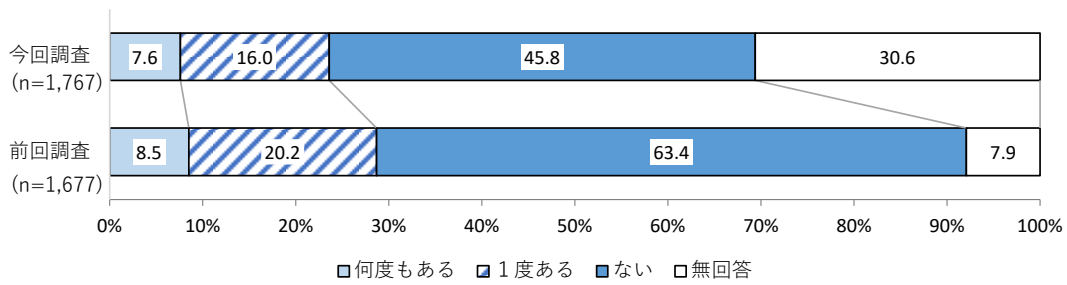
【全体】

○ 15分位続けて歩いているかについて、「できるし、している」が 46.6%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が 12.3%、「できない」が 9.9%となっています。



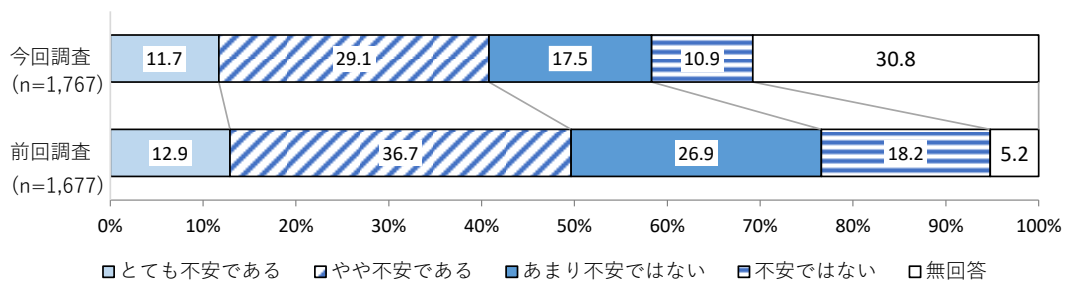
4 過去1年間に転んだ経験がありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 過去1年間の転倒経験について、「ない」が45.8%で最も多く、次いで「1度ある」が16.0%、「何度もある」が7.6%となっています。



5 転倒に対する不安は大きいですか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 転倒への不安について、「やや不安である」が29.1%で最も多く、次いで「あまり不安ではない」が17.5%、「とても不安である」が11.7%となっています。「とても不安である」「やや不安である」を合わせた“不安な方”は40.8%となっています。



(2) 転倒リスク

高齢者の転倒リスクに関しては、以下の設問の選択肢にあてはまる場合に「リスクあり」と判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問2-4	過去1年間に転んだ経験があるか	「何度もある」「1度ある」

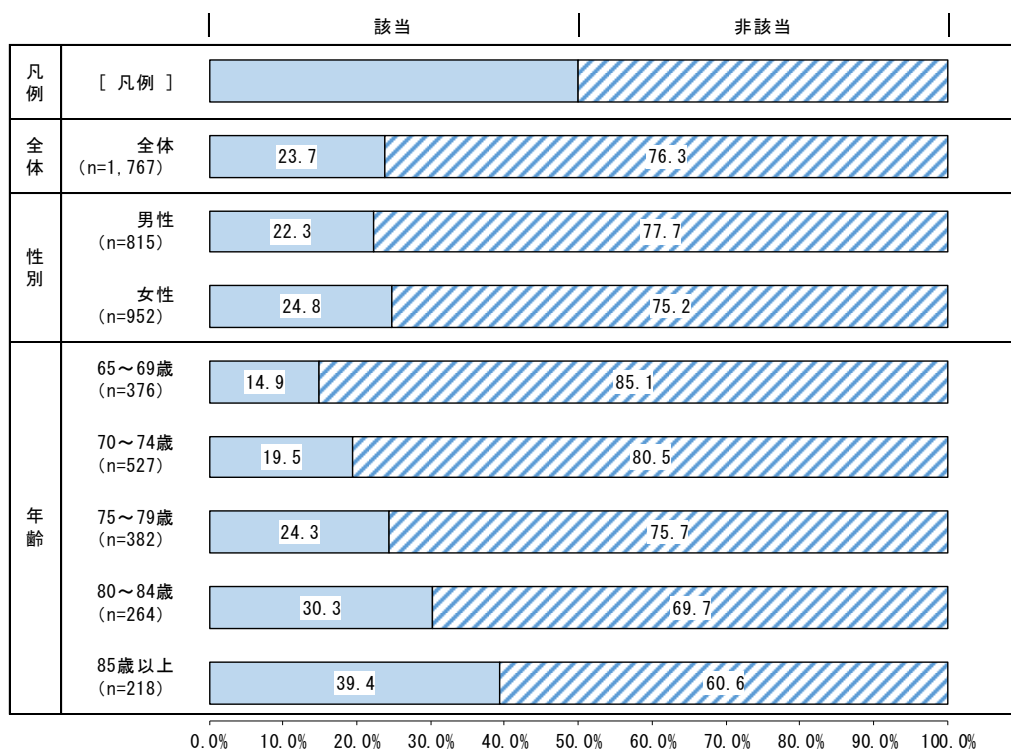
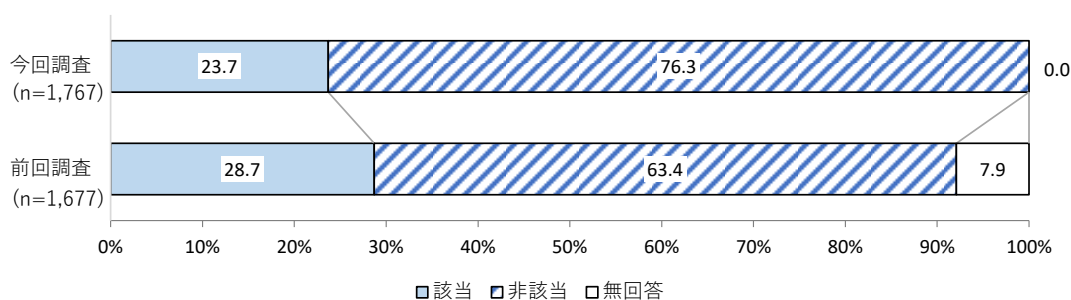
【全体】

○ 転倒リスクについて、「該当」が23.7%、「非該当」が76.3%となっています。

【年齢】

- 年齢が高いほど「該当」が多くなる傾向がみられます。
- 年齢が高いほど「非該当」が少なくなる傾向がみられます。

【転倒リスク】



(3) 閉じこもり傾向のリスク

高齢者の閉じこもり傾向に関しては、以下の設問に該当した場合に、閉じこもり傾向の「リスクあり」と判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問2-6	週に1回以上は外出しているか	「ほとんど外出しない」 「週1回」

【全体】

○ 閉じこもり傾向のリスクについて、「該当」が15.7%、「非該当」が84.3%となっています。

【性別】

○ 「該当」は女性が18.6%と男性の12.3%に比べて多くなっています。

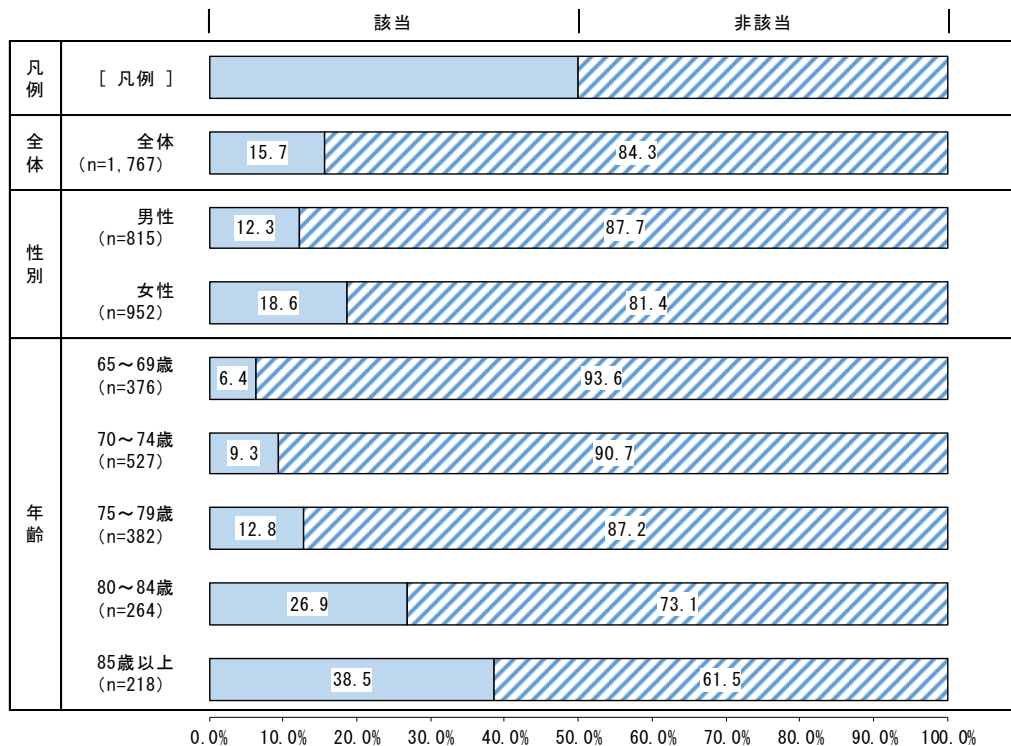
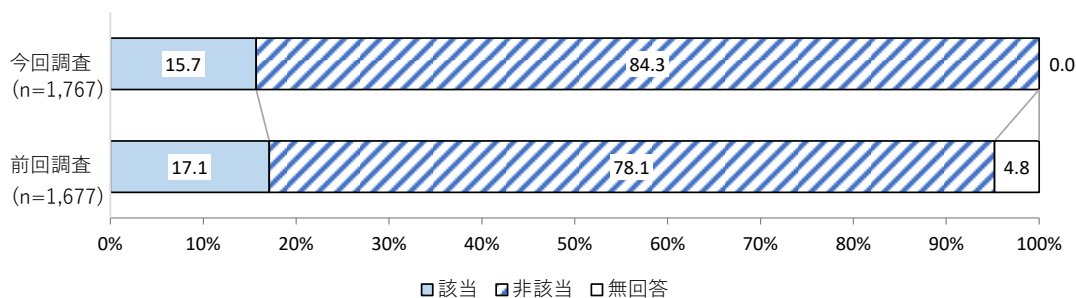
○ 「非該当」は男性が87.7%と女性の81.4%に比べて多くなっています。

【年齢】

○ 年齢が高いほど「該当」が多くなる傾向がみられます。

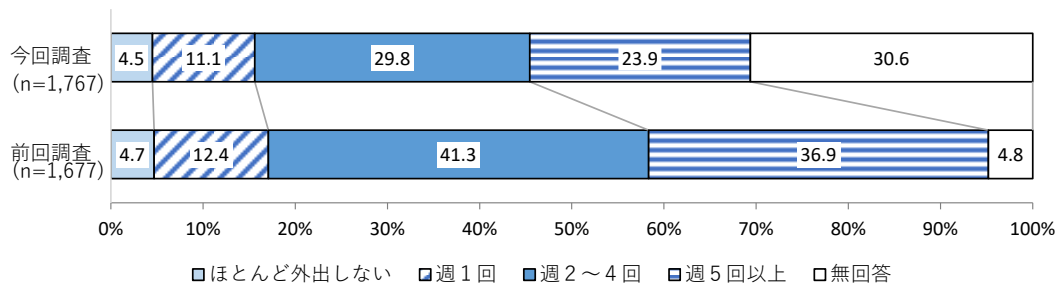
○ 年齢が高いほど「非該当」が少なくなる傾向がみられます。

【閉じこもり傾向のリスク】



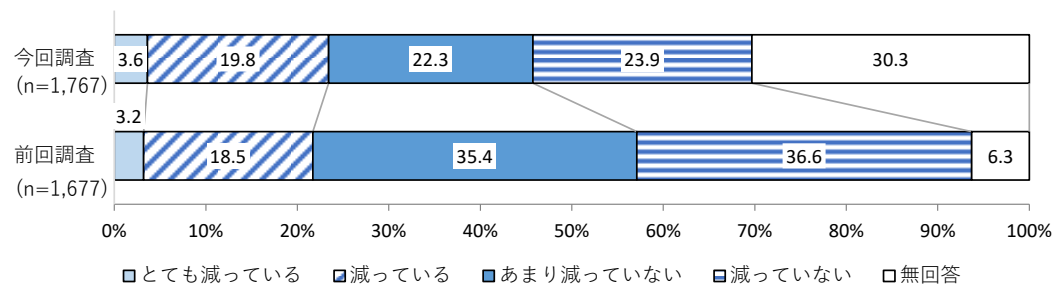
6 週に1回以上は外出していますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 外出頻度について、「週2～4回」が29.8%で最も多く、次いで「週5回以上」が23.9%、「週1回」が11.1%となっています。



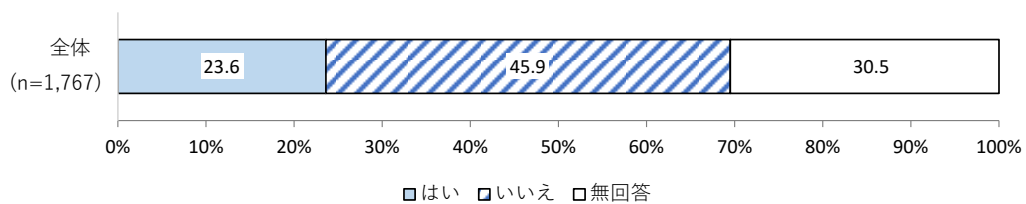
7 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 昨年と比べて外出回数の状況について、「減っていない」が23.9%で最も多く、次いで「あまり減っていない」が22.3%、「減っている」が19.8%となっています。「とても減っている」「減っている」を合わせた“減っている方”は23.4%となっています。



8 外出を控えていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 外出を控えているかについて、「はい」が23.6%、「いいえ」が45.9%となっています。

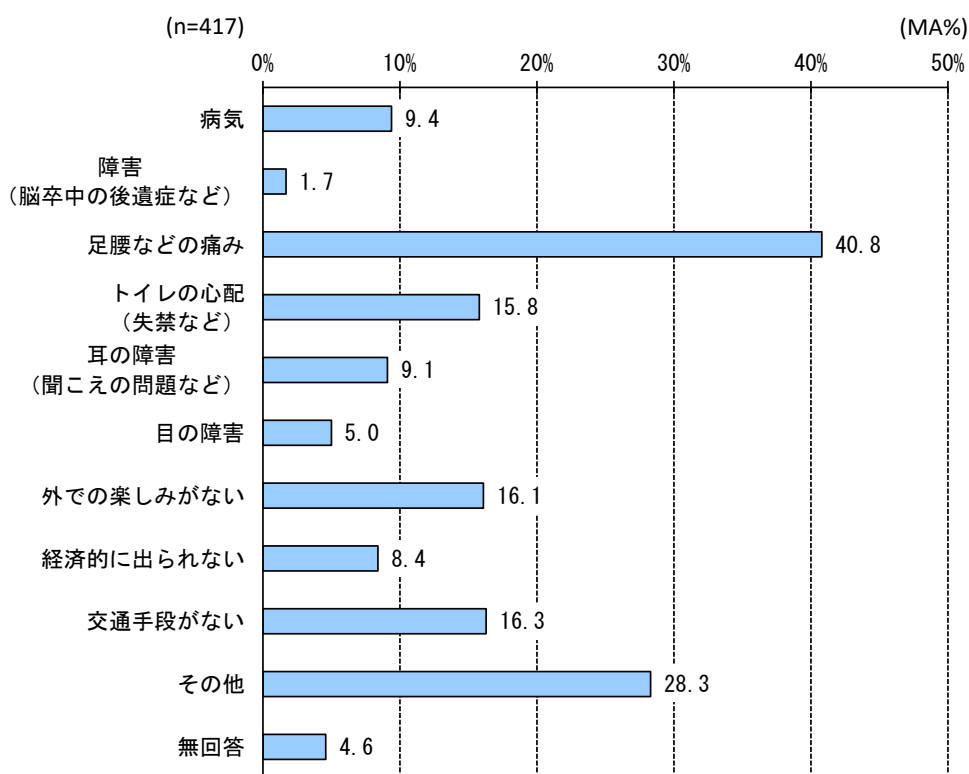


8-1 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも○)

【全体】

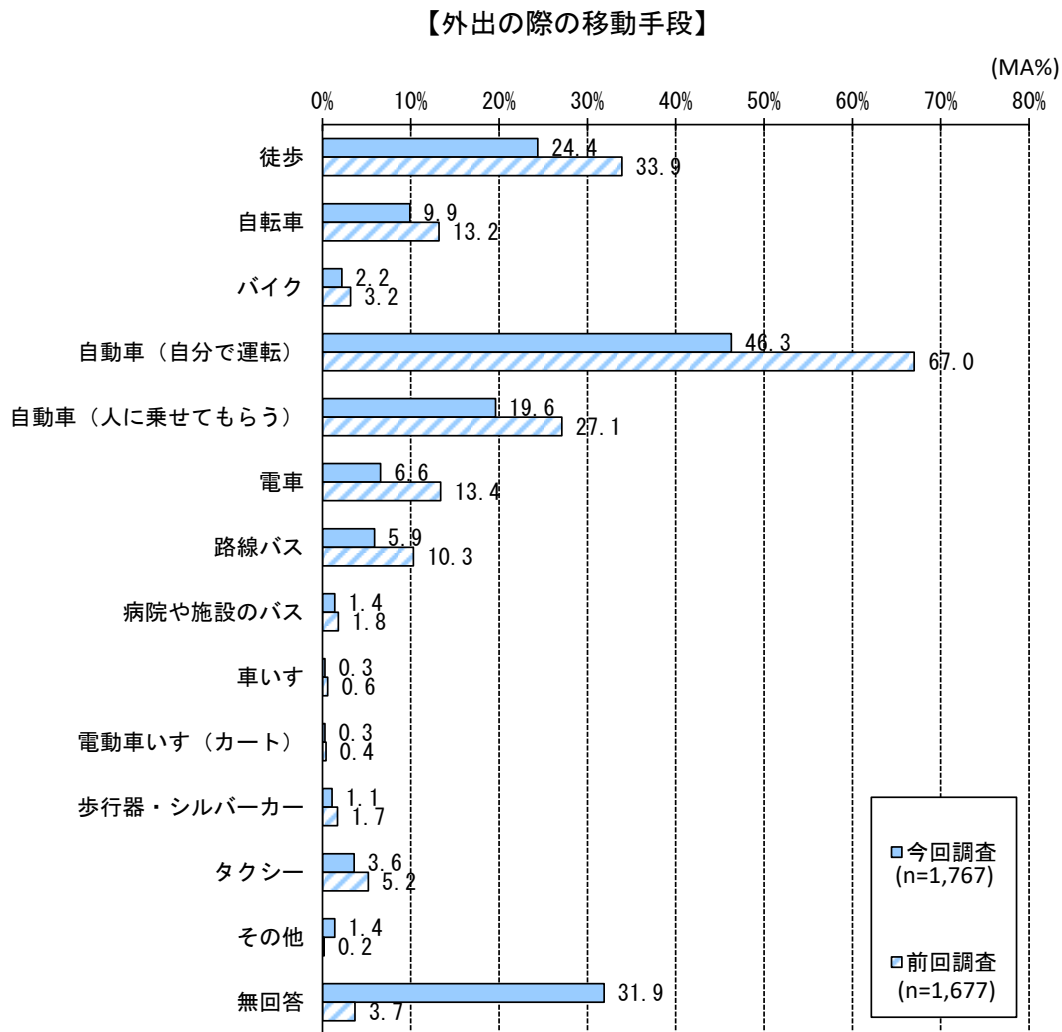
- 外出を控えている理由について、「足腰などの痛み」が 40.8%で最も多く、次いで「その他」が 28.3%、「交通手段がない」が 16.3%となっています。
- 「その他」の意見として、「新型コロナウイルス感染防止のため (92 件)」などがあげられています。

【外出を控えている理由】



9 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも○)

【全体】
 ○ 外出の際の移動手段について、「自動車（自分で運転）」が 46.3%で最も多く、次いで「徒歩」が 24.4%、「自動車（人に乗せてもらう）」が 19.6%となっています。

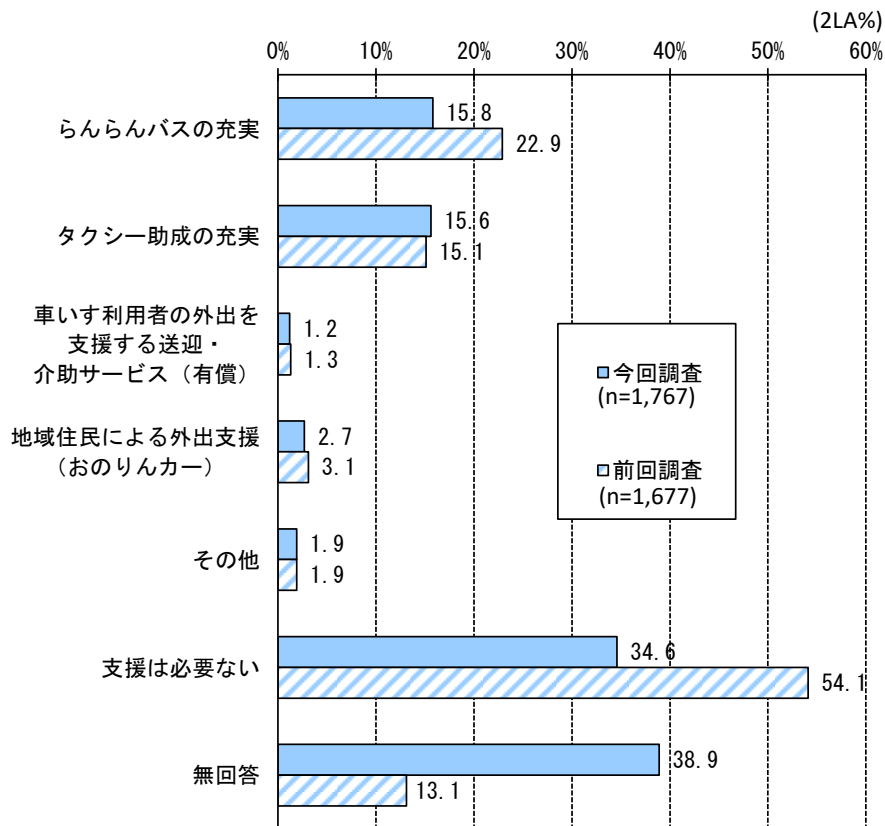


10 あなたは外出する際に、特にどのような支援が必要ですか。(2つまでに○)

【全体】

○ 外出の際に必要な支援について、「支援は必要ない」が34.6%で最も多く、次いで「らんらんバスの充実」が15.8%、「タクシー助成の充実」が15.6%となっています。

【外出の際に必要な支援】



問3 食べることについて

(1) 低栄養のリスク

高齢者の栄養状態に関するリスク判定は、以下の設問2問中2問とも該当した場合に、低栄養のリスクありと判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問3-1	身長(cm)、体重(kg) ※計算方法：BMI値＝体重(kg)÷(身長(m)) ²	BMI≤18.5 …「低体重(やせ)」
問3-9	6か月で2～3kg以上の体重減少があるか	「はい」

【全体】

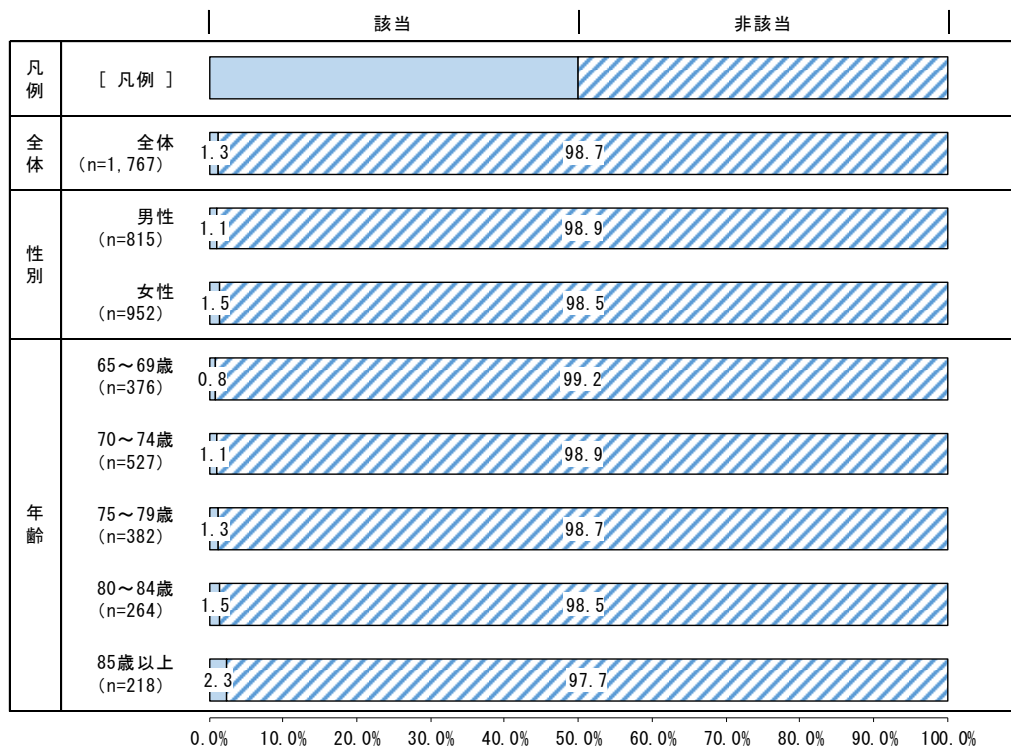
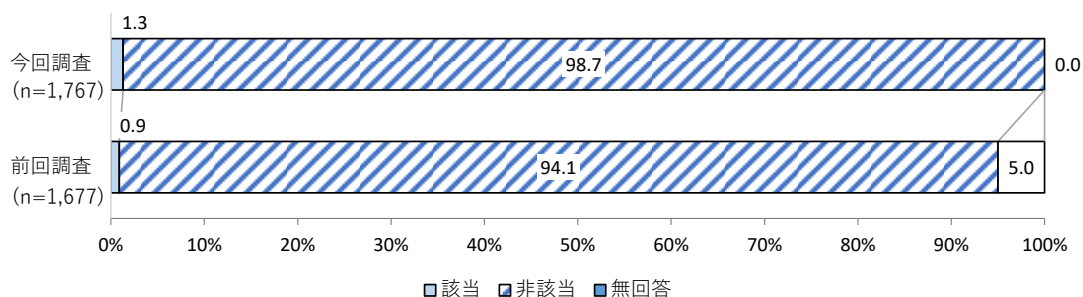
○ 低栄養のリスクについて、「該当」が1.3%、「非該当」が98.7%となっています。

【年齢】

○ 「該当」は85歳以上が2.3%と他の区分に比べて多くなっています。

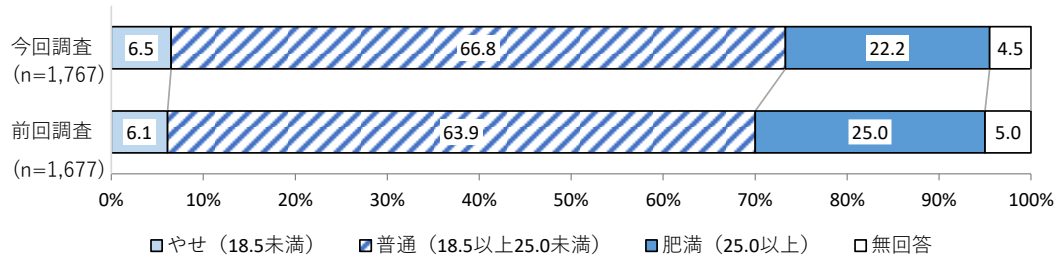
○ 「非該当」は85歳以上が97.7%と他の区分に比べて少なくなっています。

【低栄養のリスク】



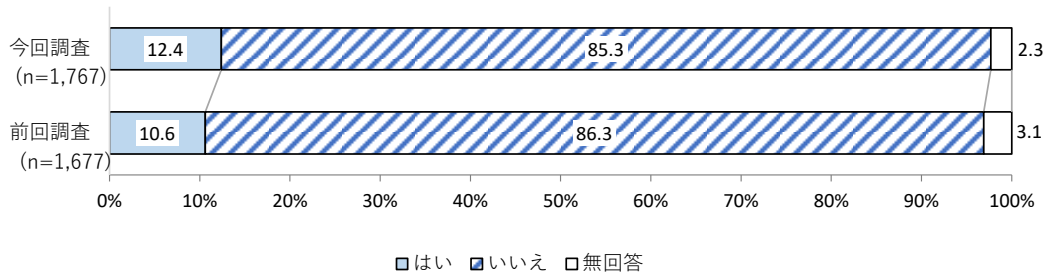
1 身長・体重から算出したBMI

【全体】
 ○ 身長・体重から算出した BMI について、「普通 (18.5 以上 25.0 未満)」が 66.8%で最も多く、次いで「肥満 (25.0 以上)」が 22.2%、「やせ (18.5 未満)」が 6.5%となっています。
 ※計算方法：BMI 値＝体重 (kg) ÷ (身長 (m))²



9 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 6か月間で2～3kg以上の体重減少があったかについて、「はい」が 12.4%、「いいえ」が 85.3%となっています。



(2) 咀嚼機能の低下のリスク

高齢者の咀嚼機能の低下に関するリスク判定は、以下の設問の選択肢に該当した場合に、咀嚼機能の低下のリスクありと判定されます。

2 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(1つだけ○)

【全体】

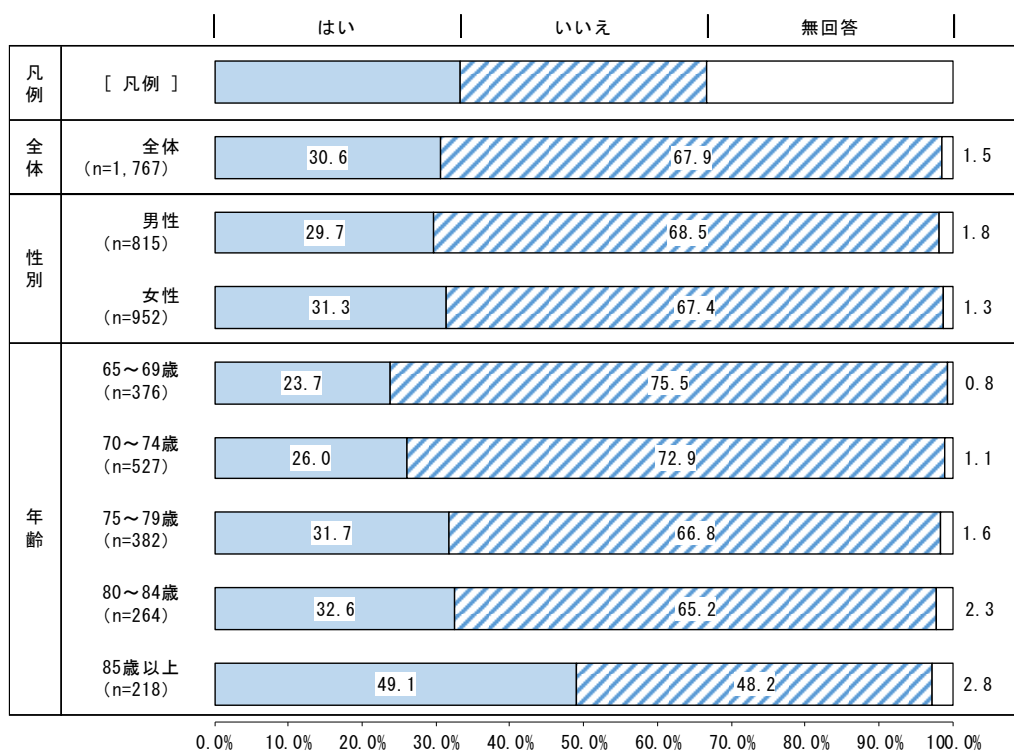
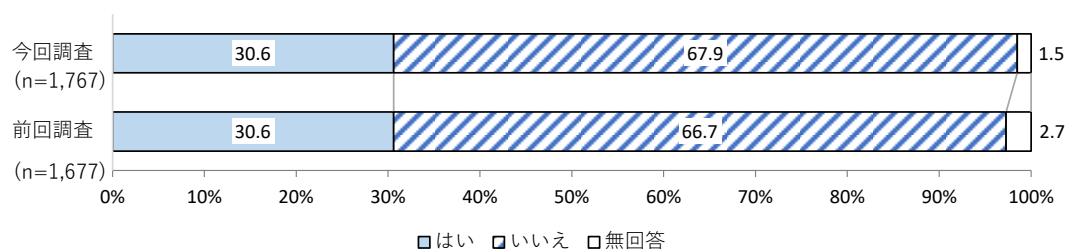
○ 半年前に比べて固いものが食べにくくなったかについて、「はい」が 30.6%、「いいえ」が 67.9%となっています。

【年齢】

○ 年齢が高いほど「はい」が多くなる傾向がみられます。

○ 年齢が高いほど「いいえ」が少なくなる傾向がみられます。

【咀嚼機能の低下に関する回答】



(3) 口腔機能の低下のリスク

高齢者の口腔機能に関するリスク判定は、以下の設問3問中2問以上に該当した場合に、口腔機能の低下のリスクありと判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問3-2	半年前に比べて固いものが食べにくくなったか	「はい」
問3-3	お茶や汁物等でむせることがあるか	「はい」
問3-4	口の渇きが気になるか	「はい」

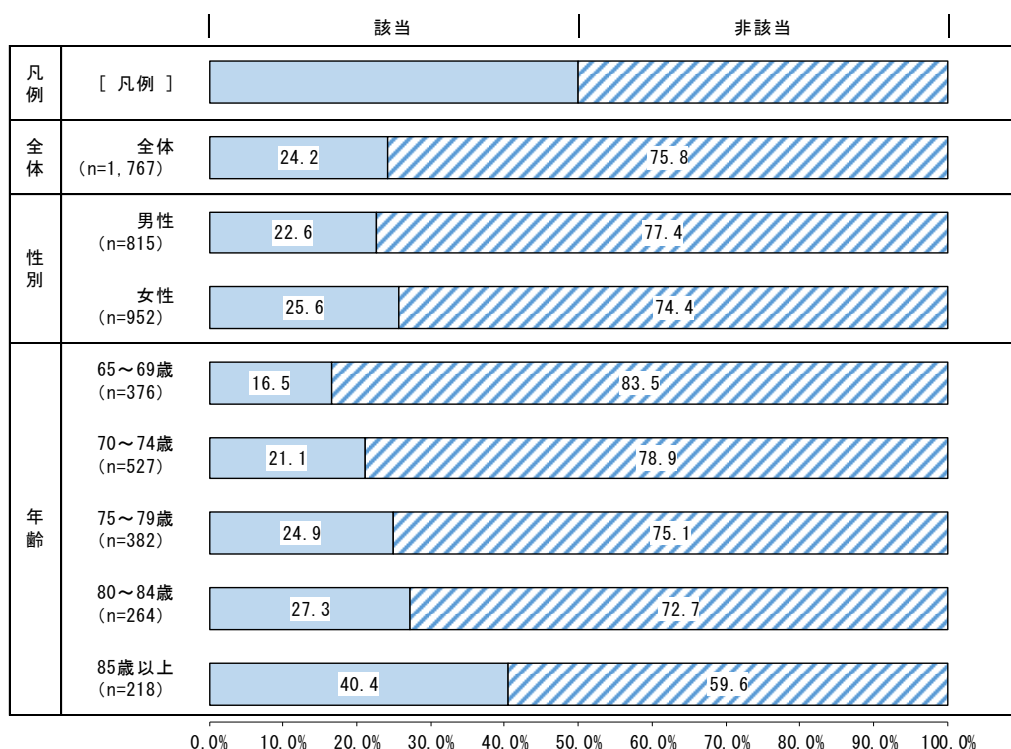
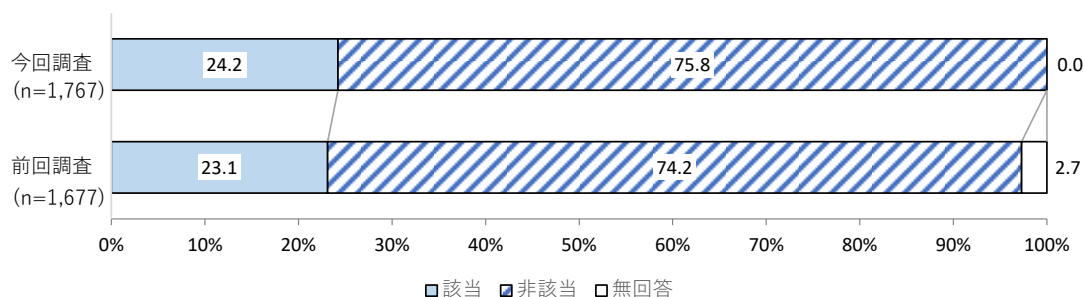
【全体】

○ 口腔機能の低下のリスクについて、「該当」が24.2%、「非該当」が75.8%となっています。

【年齢】

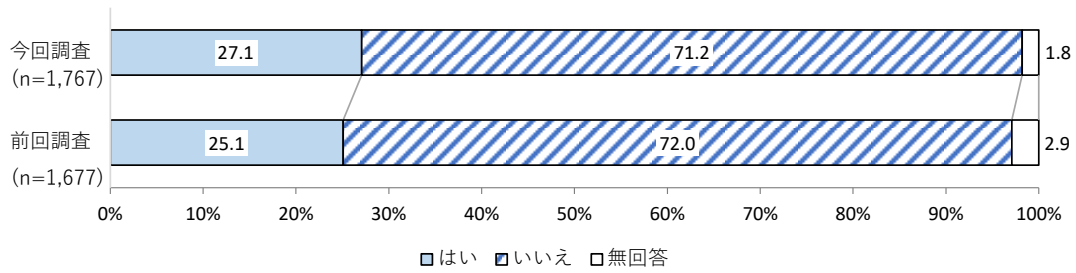
- 年齢が高いほど「該当」が多くなる傾向がみられます。
- 年齢が高いほど「非該当」が少なくなる傾向がみられます。

【口腔機能の低下のリスク】



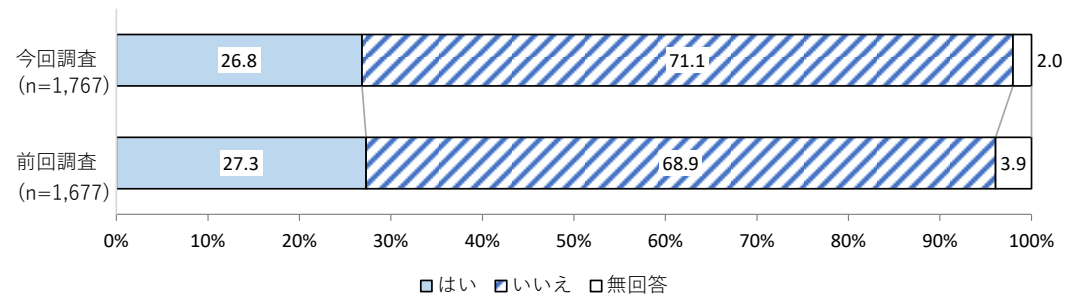
3 お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ お茶や汁物等でむせることがあるかについて、「はい」が27.1%、「いいえ」が71.2%となっています。



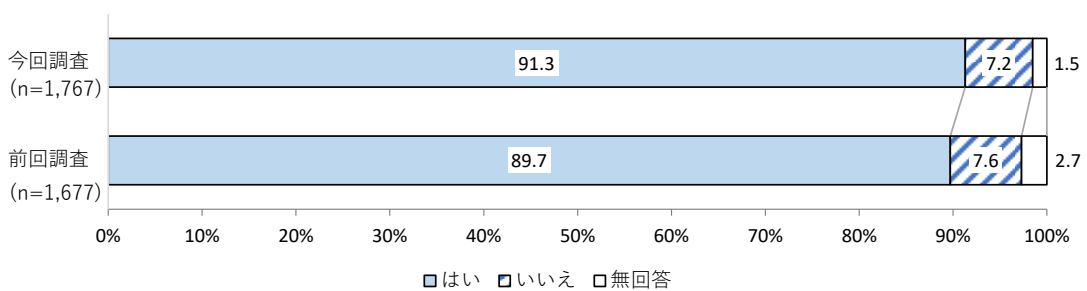
4 口の渇きが気になりますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 口の渇きが気になるかについて、「はい」が26.8%、「いいえ」が71.1%となっています。



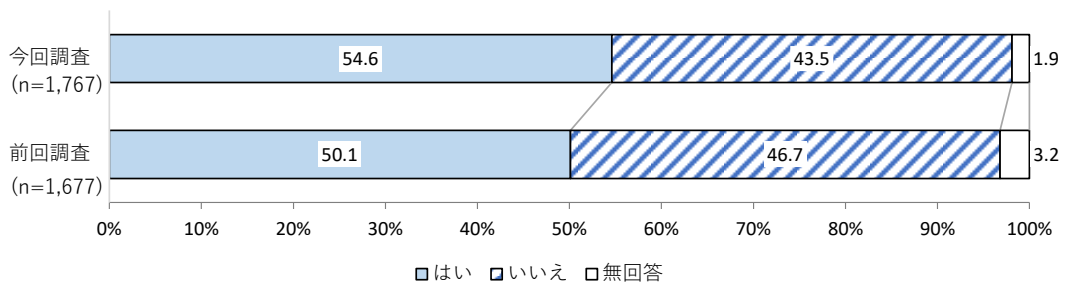
5 歯磨き (人にやってもらう場合も含む) を毎日していますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 歯磨きを毎日しているかについて、「はい」が91.3%、「いいえ」が7.2%となっています。



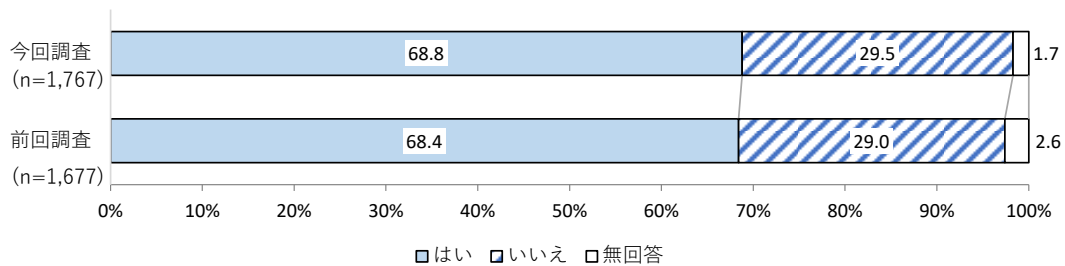
6 定期的（半年に1回以上）に歯科医を受診していますか。（1つだけ○）

【全体】
 ○ 定期的な歯科医の受診有無について、「はい」が54.6%、「いいえ」が43.5%となっています。



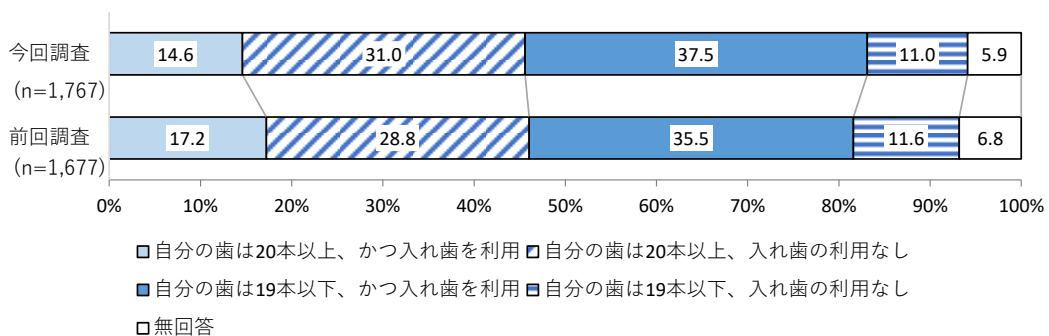
7 野菜料理と主菜（肉または魚）を両方とも、毎日2回以上は食べていますか。（1つだけ○）

【全体】
 ○ 野菜と主菜の摂取状況について、「はい」が68.8%、「いいえ」が29.5%となっています。



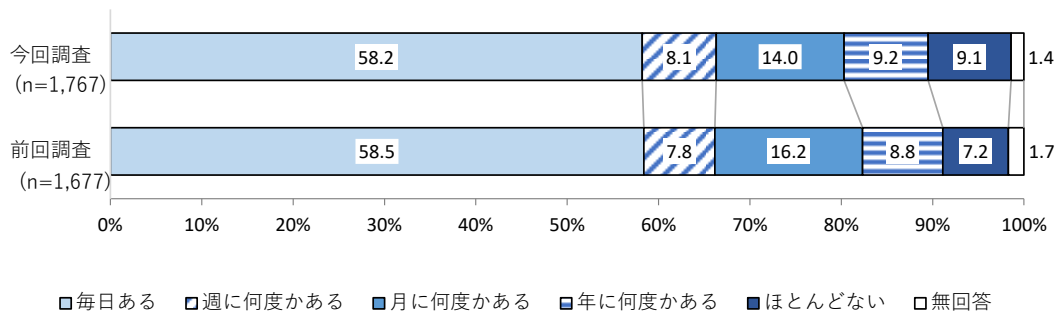
8 歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください。（1つだけ○）

【全体】
 ○ 歯と入れ歯の利用状況について、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が37.5%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」が31.0%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」が14.6%となっています。



10 どなたかと食事をとにもする機会がありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 共食頻度について、「毎日ある」が 58.2%で最も多く、次いで「月に何度かある」が 14.0%、「年に何度かある」が 9.2%となっています。「年に何度かある」「ほとんどない」を合わせた“孤食傾向の方”は 18.3%となっています。



問4 毎日の生活について

(1) 認知機能の低下のリスク

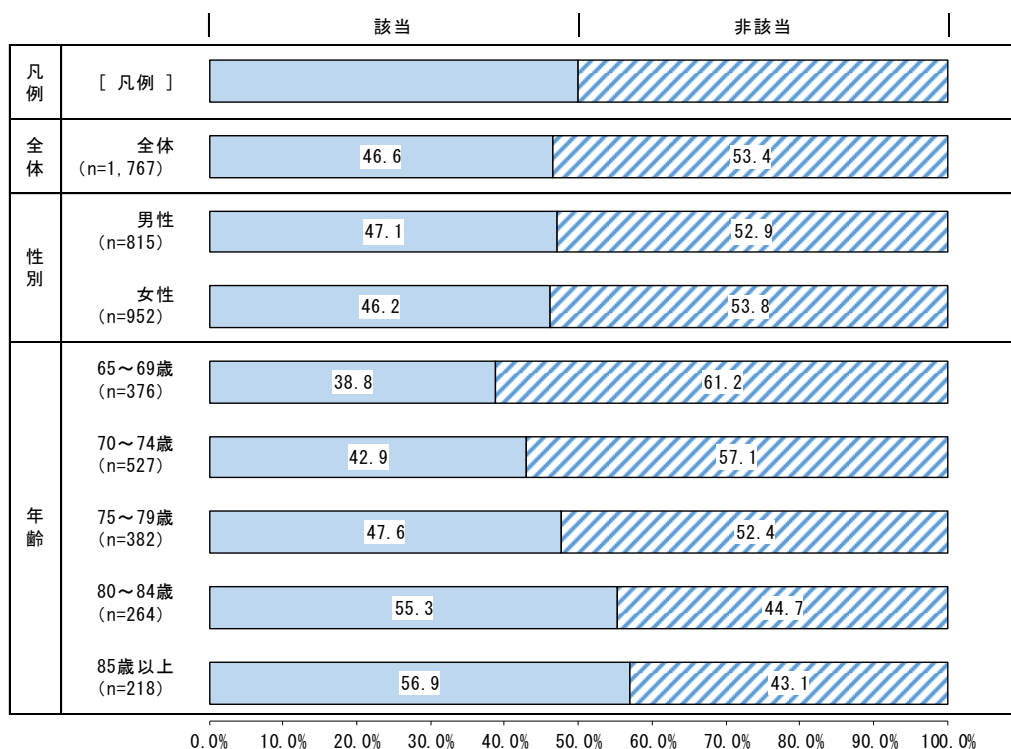
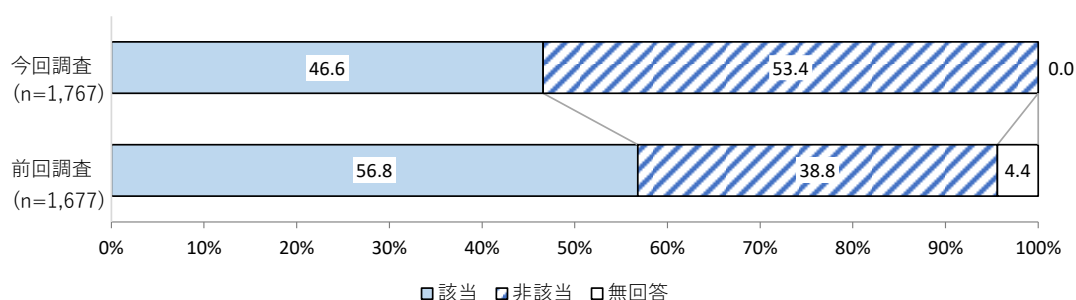
高齢者の認知機能に関するリスク判定は、以下の設問3問中1問以上に該当した場合に、認知機能の低下のリスクありと判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問4-1	物忘れが多いと感じるか	「はい」
問4-2	自分で電話番号を調べて、電話をかけているか	「いいえ」
問4-3	今日が何月何日かわからない時があるか	「はい」

【全体】

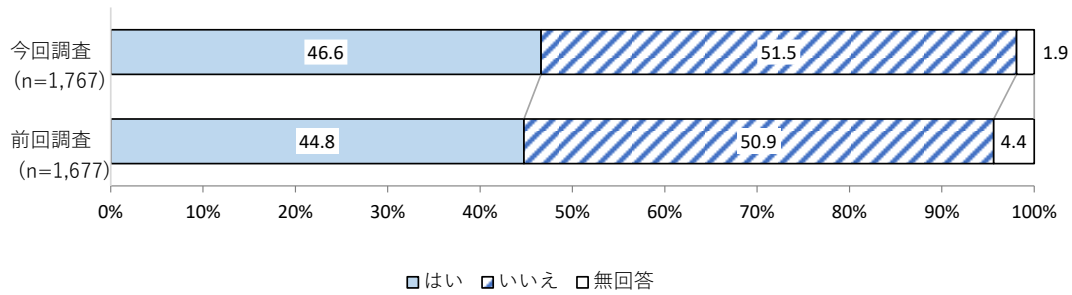
○ 認知機能の低下のリスクについて、「該当」が46.6%、「非該当」が53.4%となっています。

【認知機能の低下のリスク】



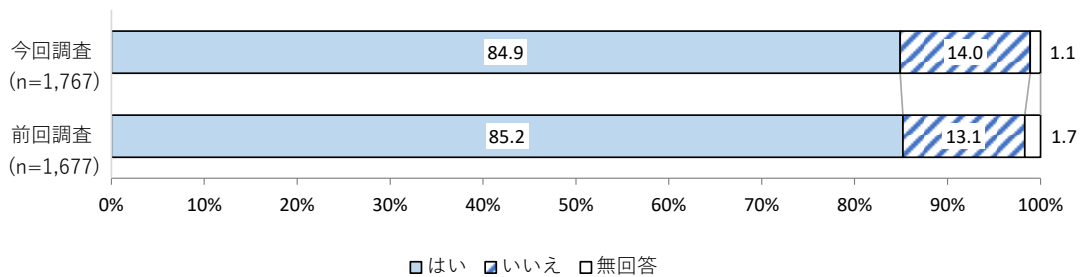
1 物忘れが多いと感じますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 物忘れが多いと感じるかについて、「はい」が46.6%、「いいえ」が51.5%となっています。



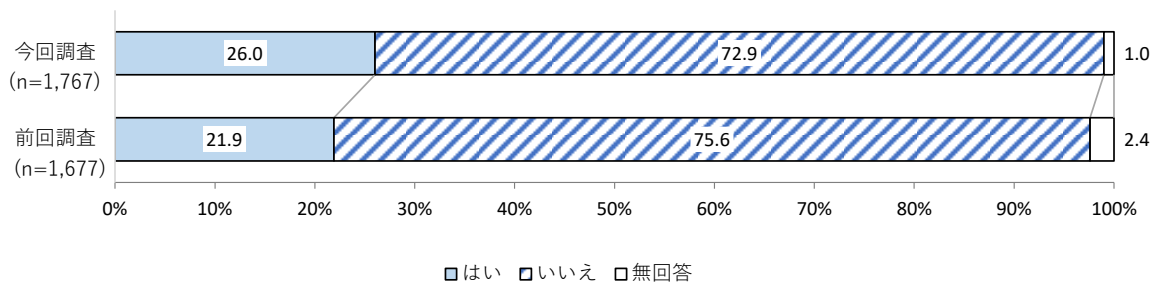
2 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしているかについて、「はい」が84.9%、「いいえ」が14.0%となっています。



3 今日が何月何日かわからない時がありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 今日が何月何日かわからない時があるかについて、「はい」が26.0%、「いいえ」が72.9%となっています。



(2) 手段的自立度 (IADL)

高齢者の比較的高次の生活機能を評価することができる老研式活動能力指標から、手段的自立度 (IADL) を判定します。以下の各設問の「できるし、している」または「できるけどしていない」を回答した場合を1点として、5満点で評価し、5点を「高い」、4点を「やや低い」、3点以下を「低い」として、4点以下の「やや低い」と「低い」に該当する場合に、手段的自立度 (IADL) の低下のリスクありと判定されます。

問番号	設問	1点となる選択肢
問4-4	バスや電車を使って1人で外出しているか(自家用車でも可)	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4-5	自分で食品・日用品の買物をしているか	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4-6	自分で食事の用意をしているか	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4-7	自分で請求書の支払いをしているか	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4-8	自分で預貯金の出し入れをしているか	「できるし、している」 「できるけどしていない」

【全体】

- 手段的自立度 (IADL) について、「5点 (高い)」が 81.8%で最も多く、次いで「4点 (やや低い)」が 8.5%、「3点以下 (低い)」が 6.8%となっています。

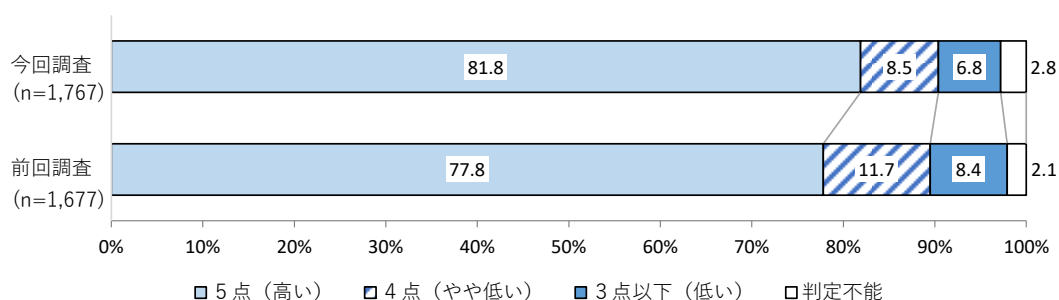
【性別】

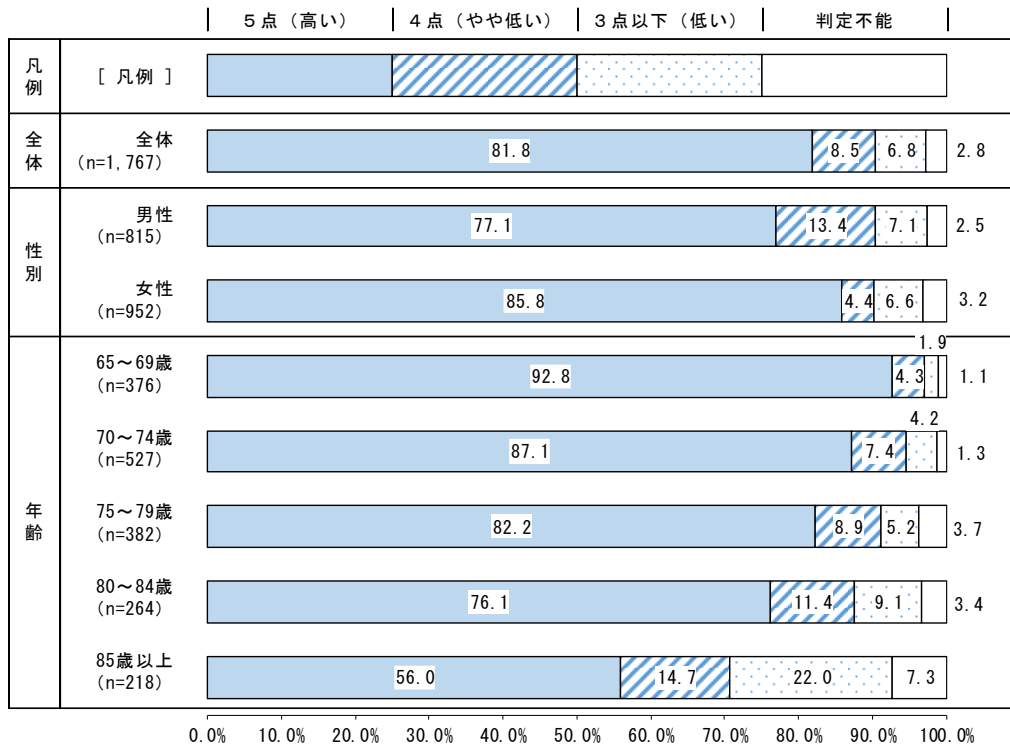
- 「5点 (高い)」は女性が 85.8%と男性の 77.1%に比べて多くなっています。
- 「4点 (やや低い)」は男性が 13.4%と女性の 4.4%に比べて多くなっています。

【年齢】

- 年齢が高いほど「5点 (高い)」が少なくなる傾向がみられます。
- 年齢が高いほど「4点 (やや低い)」が多くなる傾向がみられます。
- 年齢が高いほど「3点以下 (低い)」が多くなる傾向がみられます。

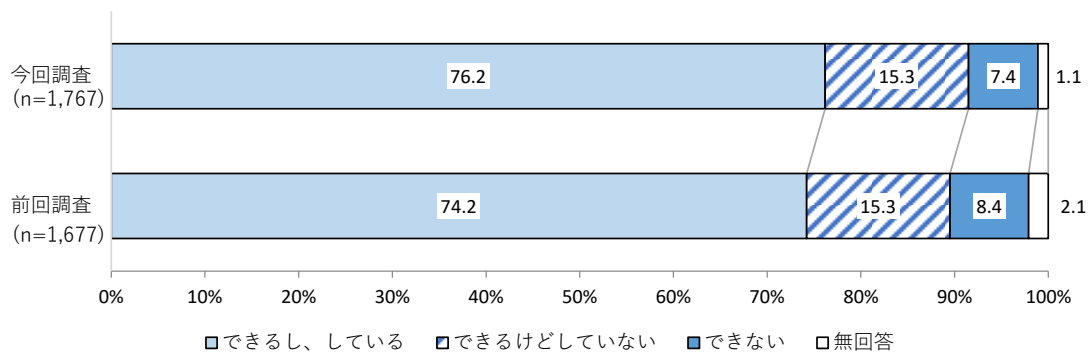
【手段的自立度 (IADL)】





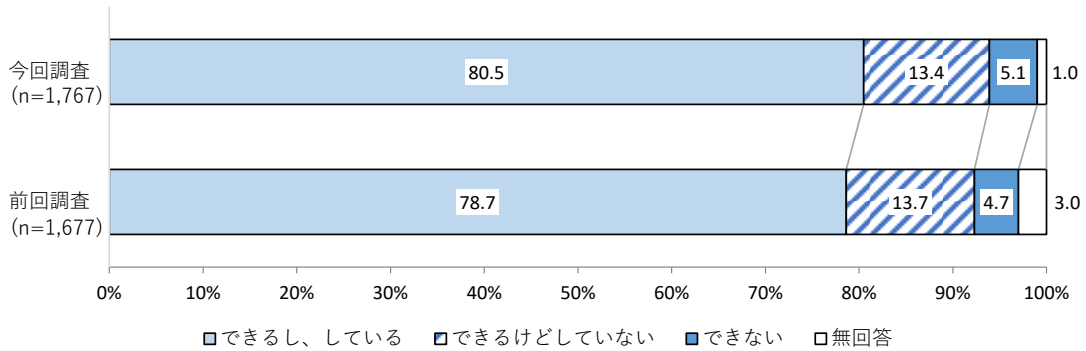
4 バスや電車を使って一人で外出していますか（自家用車でも可）。（1つだけ○）

【全体】
 ○ バスや電車を使って一人で外出しているかについて、「できるし、している」が 76.2%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が 15.3%、「できない」が 7.4%となっています。



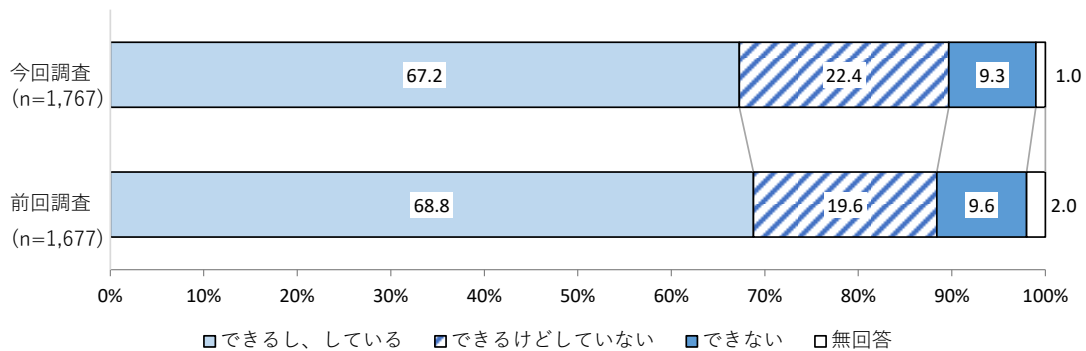
5 自分で食品・日用品の買い物をしていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 自分で食品・日用品の買い物をしているかについて、「できるし、している」が 80.5%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が 13.4%、「できない」が 5.1%となっています。



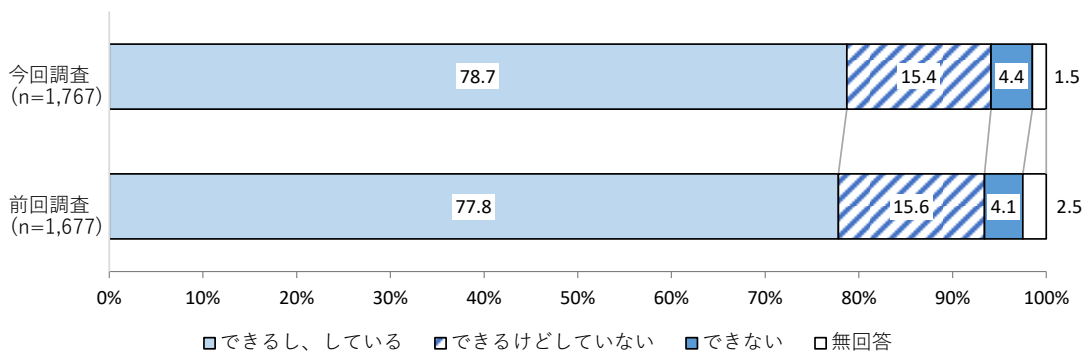
6 自分で食事の用意をしていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 自分で食事の用意をしているかについて、「できるし、している」が 67.2%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が 22.4%、「できない」が 9.3%となっています。



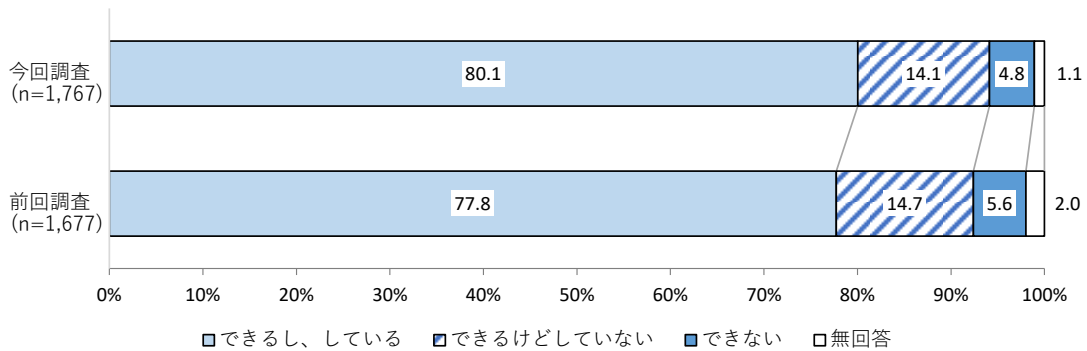
7 自分で請求書の支払いをしていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 自分で請求書の支払いをしているかについて、「できるし、している」が 78.7%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が 15.4%、「できない」が 4.4%となっています。



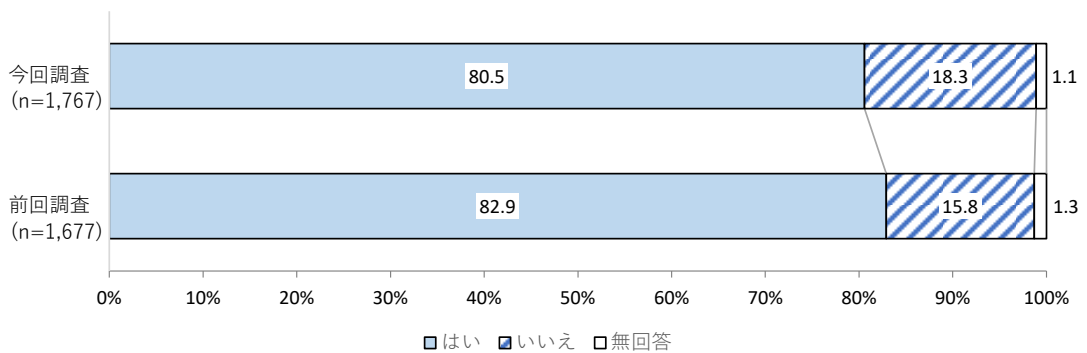
8 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 自分で預貯金の出し入れをしているかについて、「できるし、している」が80.1%で最も多く、次いで「できるけどしていない」が14.1%、「できない」が4.8%となっています。



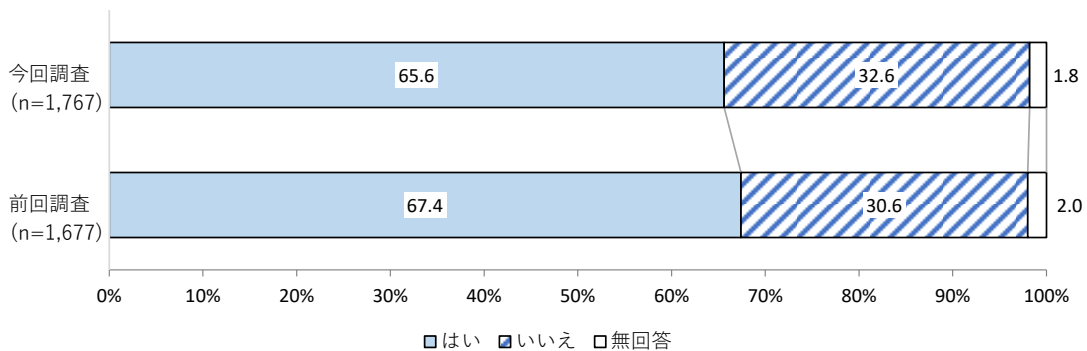
9 新聞を読んでいますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 新聞を読んでいるかについて、「はい」が80.5%、「いいえ」が18.3%となっています。



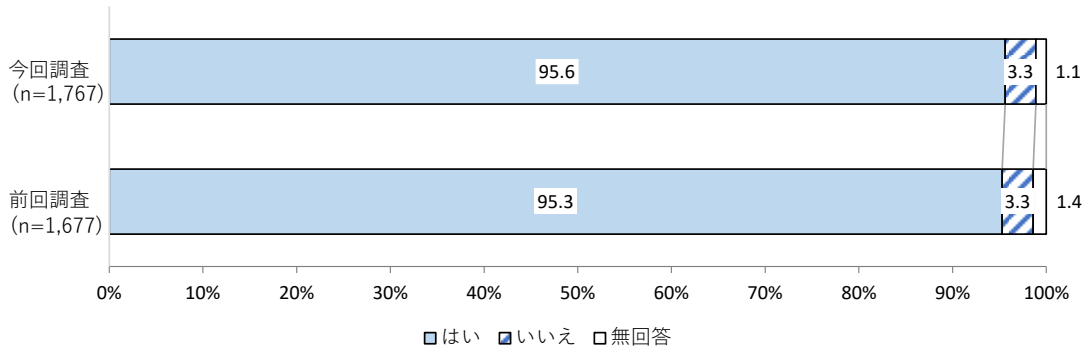
10 本や雑誌を読んでいますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 本や雑誌を読んでいるかについて、「はい」が65.6%、「いいえ」が32.6%となっています。



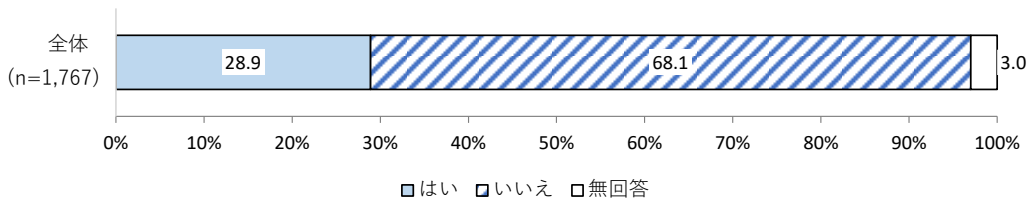
11 テレビ・インターネットでニュースを見ていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ テレビ・インターネットでニュースを見ているかについて、「はい」が95.6%、「いいえ」が3.3%となっています。



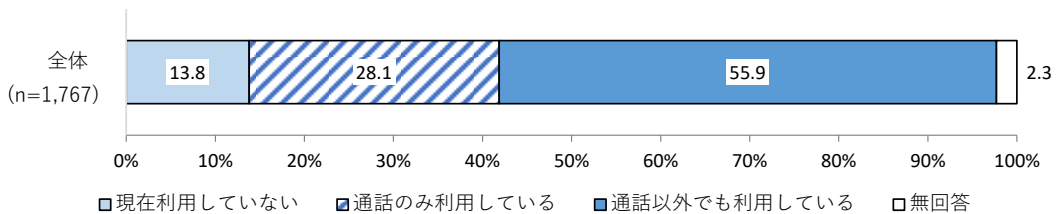
12 ひょうご防災ネットや小野市安全安心メールに登録していますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ ひょうご防災ネットや小野市安全安心メールに登録しているかについて、「はい」が28.9%、「いいえ」が68.1%となっています。



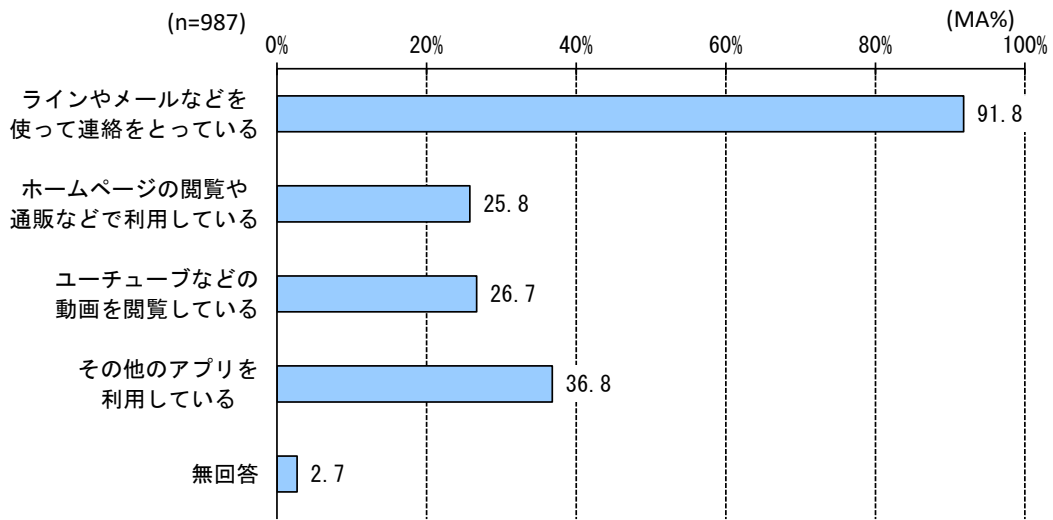
13 スマートフォン・携帯電話等の利用状況についてお聞きします。(1つだけ○)

【全体】
 ○ スマートフォン・携帯電話等の利用状況について、「通話以外でも利用している」が55.9%で最も多く、次いで「通話のみ利用している」が28.1%、「現在利用していない」が13.8%となっています。



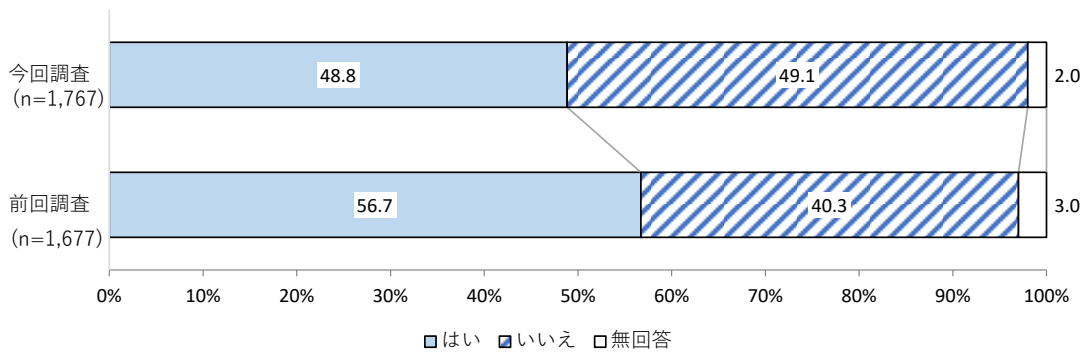
13-1 利用状況の詳細

【全体】
 ○ スマートフォン・携帯電話等の利用状況の詳細について、「ラインやメールなどを使って連絡をとっている」が 91.8%で最も多く、次いで「その他のアプリを利用している」が 36.8%、「ユーチューブなどの動画を閲覧している」が 26.7%となっています。



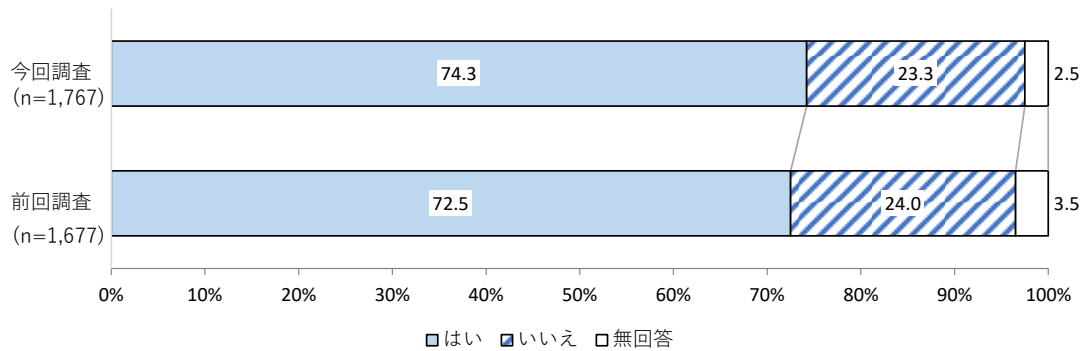
14 友人の家を訪ねていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 友人の家を訪ねているかについて、「はい」が 48.8%、「いいえ」が 49.1%となっています。



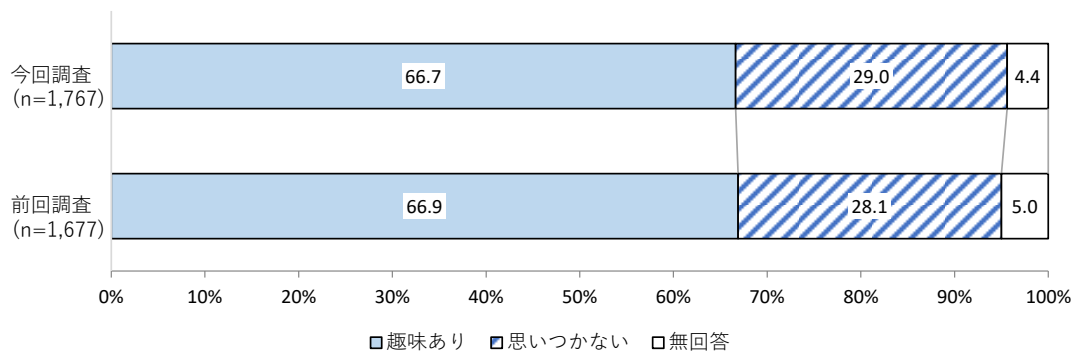
15 家族や友人の相談にのっていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 家族や友人の相談にのっているかについて、「はい」が74.3%、「いいえ」が23.3%となっています。



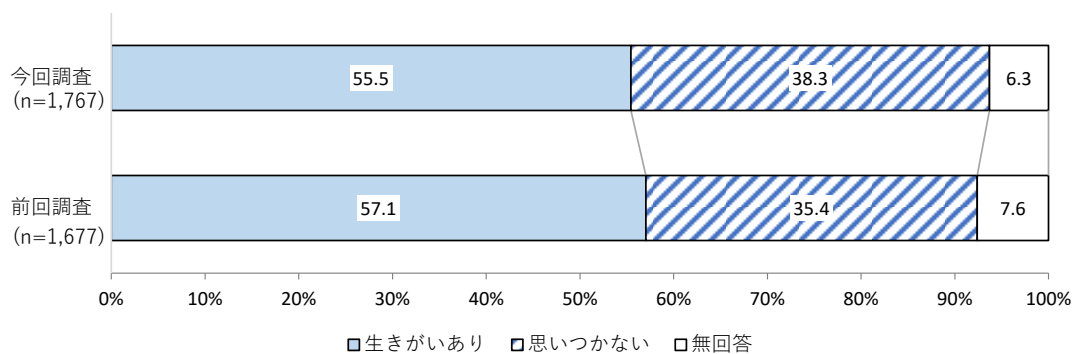
16 趣味はありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 趣味の有無について、「趣味あり」が66.7%、「思いつかない」が29.0%となっています。



17 生きがいがありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 生きがいの有無について、「生きがいあり」が55.5%、「思いつかない」が38.3%となっています。



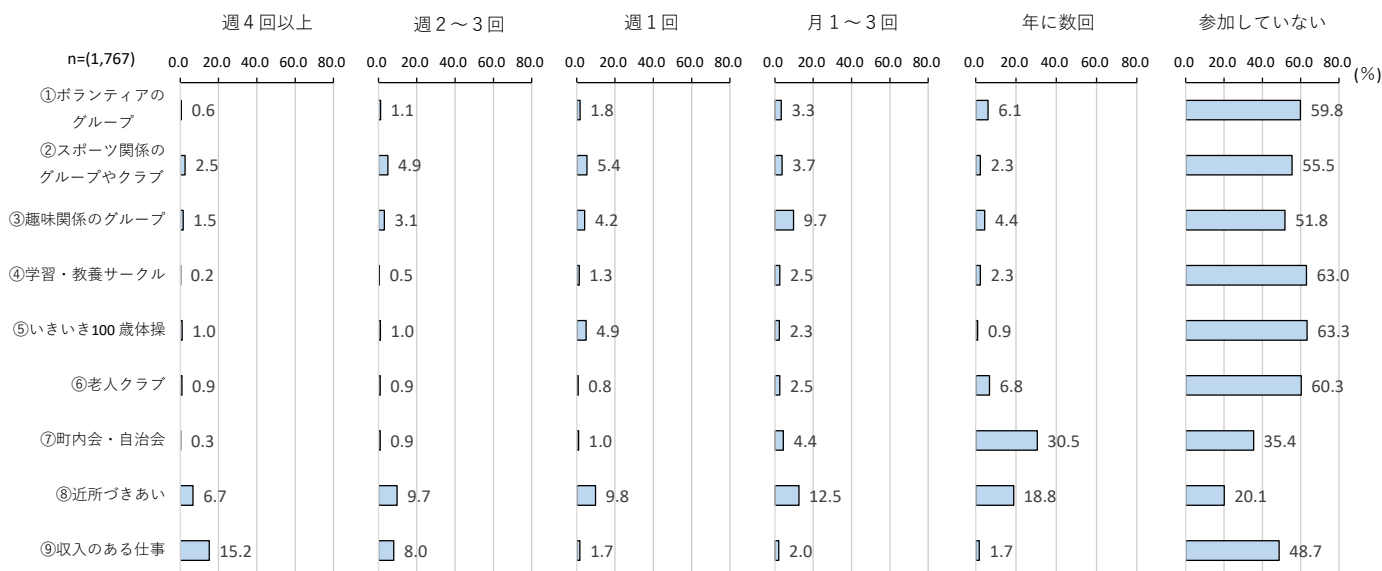
問5 地域での活動について

(1) 会・グループへの参加頻度

【全体】

○ 参加頻度で見ると、①ボランティアのグループ、⑥老人クラブ、⑦町内会・自治会、⑧近所づきあいでは「年に数回」が最も多くなっています。②スポーツ関係のグループやクラブ、④学習・教養サークル、⑤いきいき100歳体操は「週1回」、③趣味関係のグループは「月1～3回」、⑨収入のある仕事は「週4回以上」がそれぞれ最も多くなっています。

【会・グループへの参加頻度】

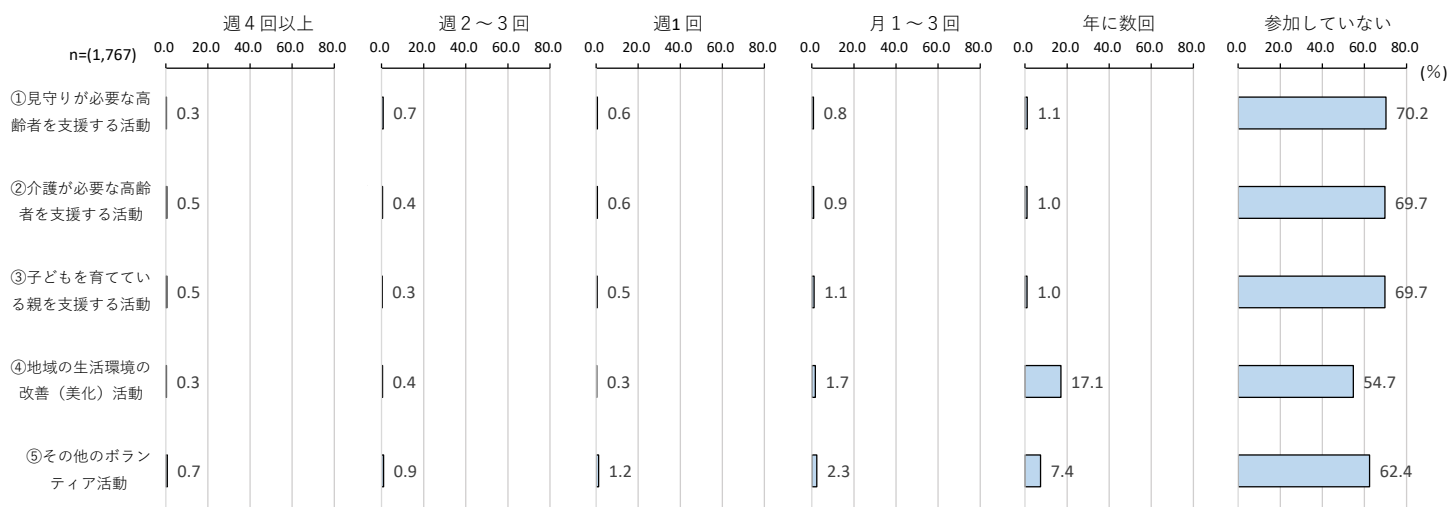


(2) 社会参加活動への参加頻度

【全体】

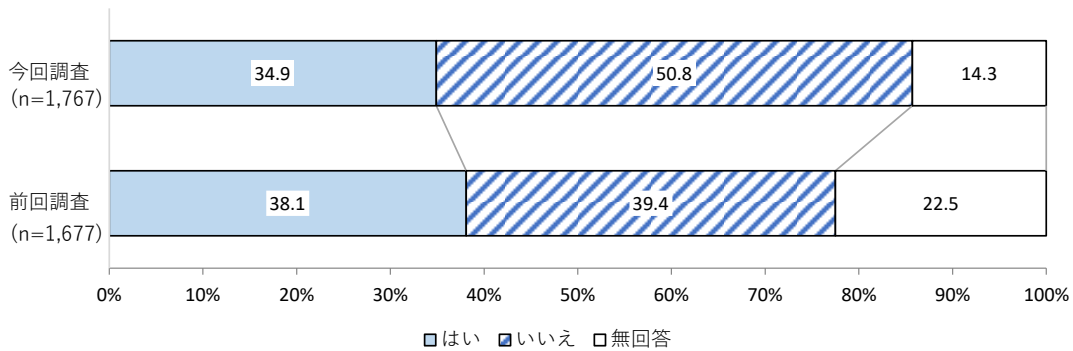
○ “年に数回以上参加している人”は④地域の生活環境の改善（美化）活動が19.8%、⑤その他のボランティア活動が12.5%と他の活動に比べて多くなっています。

【社会参加活動への参加頻度】



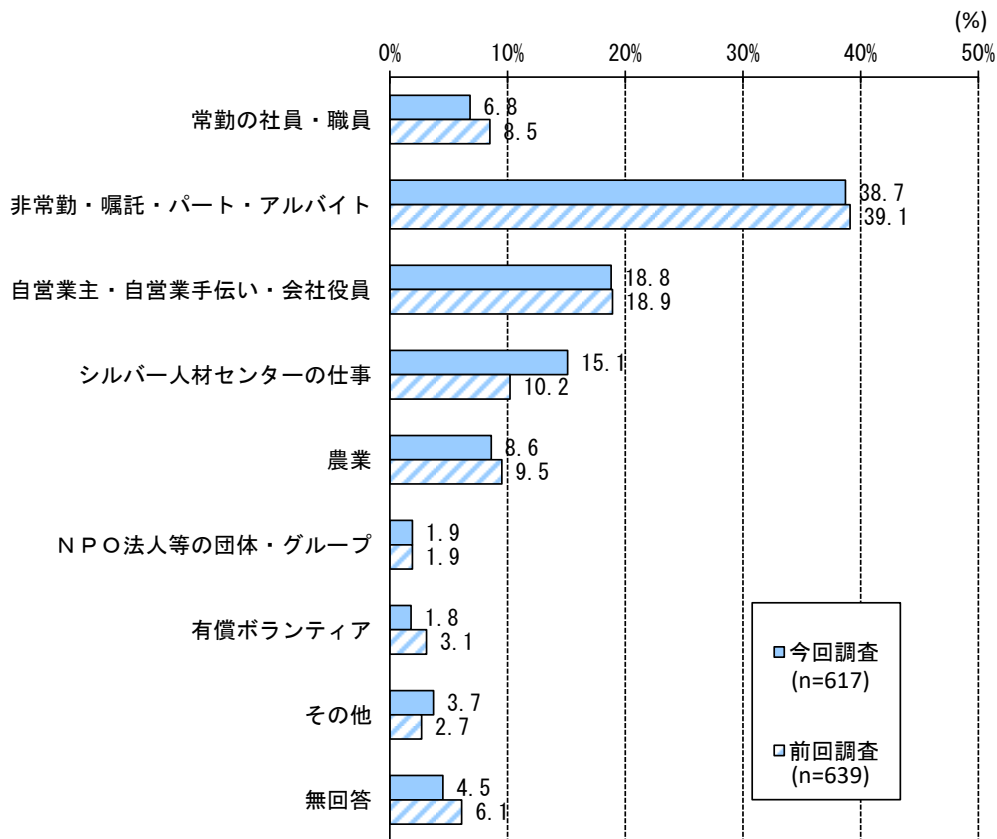
3 今後（すでに働いている方は今後も）、働きたいと思いませんか。（1つだけ○）

【全体】
 ○ 今後の就労意向について、「はい」が34.9%、「いいえ」が50.8%となっています。



3-1 どのような勤務形態で働きたいですか。（1つだけ○）

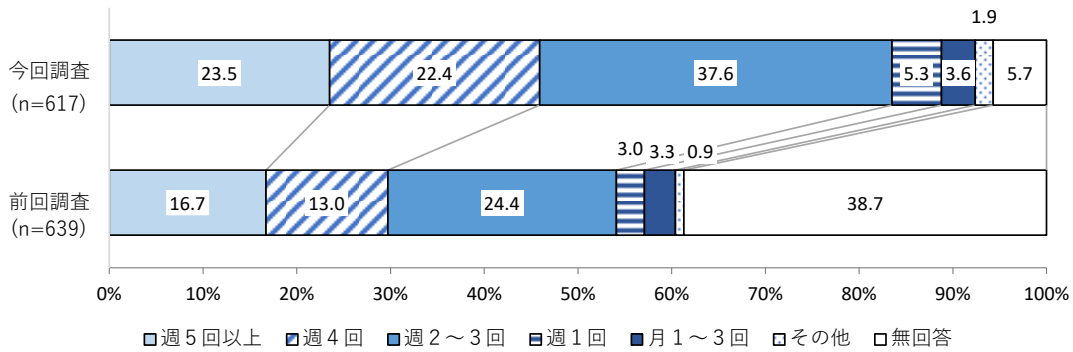
【全体】
 ○ 希望する勤務形態について、「非常勤・嘱託・パート・アルバイト」が38.7%で最も多く、次いで「自営業主・自営業手伝い・会社役員」が18.8%、「シルバー人材センターの仕事」が15.1%となっています。



3-2 どれくらいの頻度・時間で働きたいですか。(ア、イそれぞれ1つだけ○)

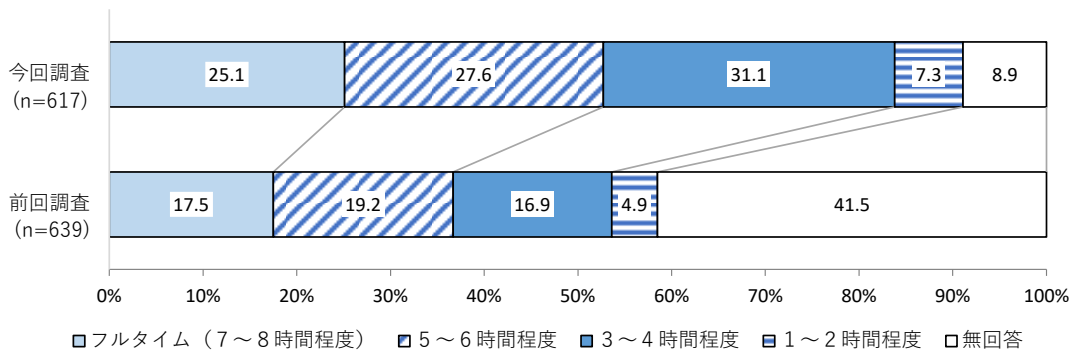
ア) 頻度

【全体】
 ○ 希望する勤務日数について、「週2～3回」が37.6%で最も多く、次いで「週5回以上」が23.5%、「週4回」が22.4%となっています。



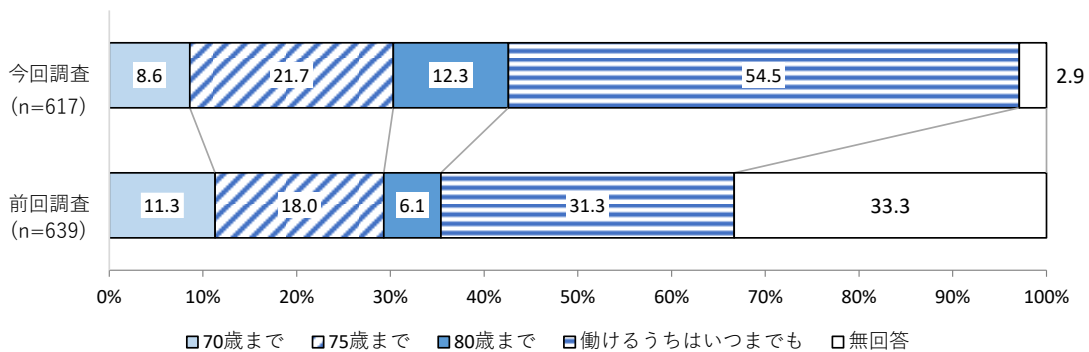
イ) 1回の就労時間

【全体】
 ○ 希望する勤務時間について、「3～4時間程度」が31.1%で最も多く、次いで「5～6時間程度」が27.6%、「フルタイム(7～8時間程度)」が25.1%となっています。



3-3 何歳くらいまで働きたいですか。(1つだけ○)

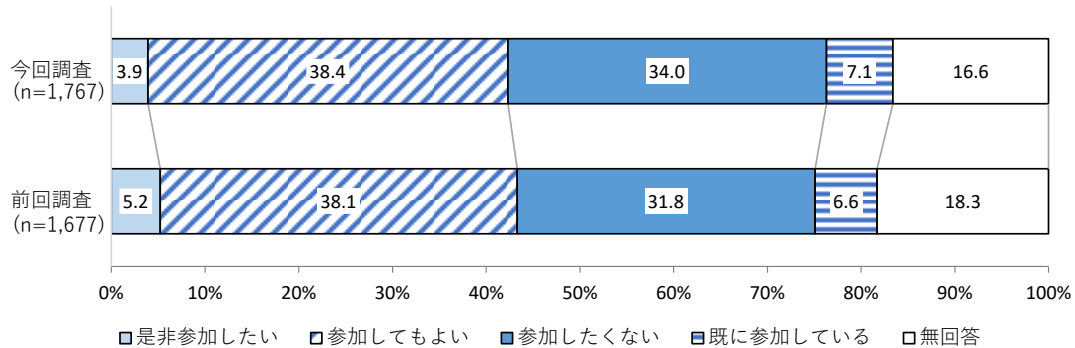
【全体】
 ○ 何歳まで働きたいかについて、「働けるうちはいつまでも」が54.5%で最も多く、次いで「75歳まで」が21.7%、「80歳まで」が12.3%となっています。



地域づくり活動の参加者としての参加意向

【全体】

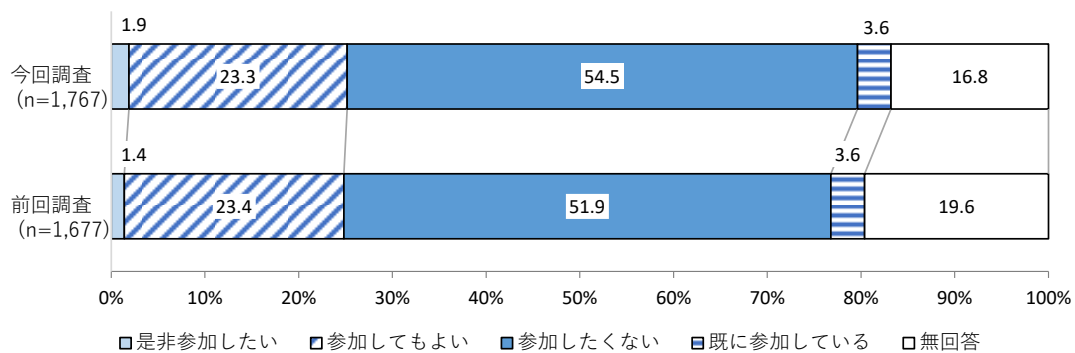
○ 地域づくり活動の参加者としての参加意向について、「参加してもよい」が38.4%で最も多く、次いで「参加したくない」が34.0%、「既に参加している」が7.1%となっています。「是非参加したい」「参加してもよい」を合わせた“参加意向がある方”は42.3%となっています。



地域づくり活動の企画・運営としての参加意向

【全体】

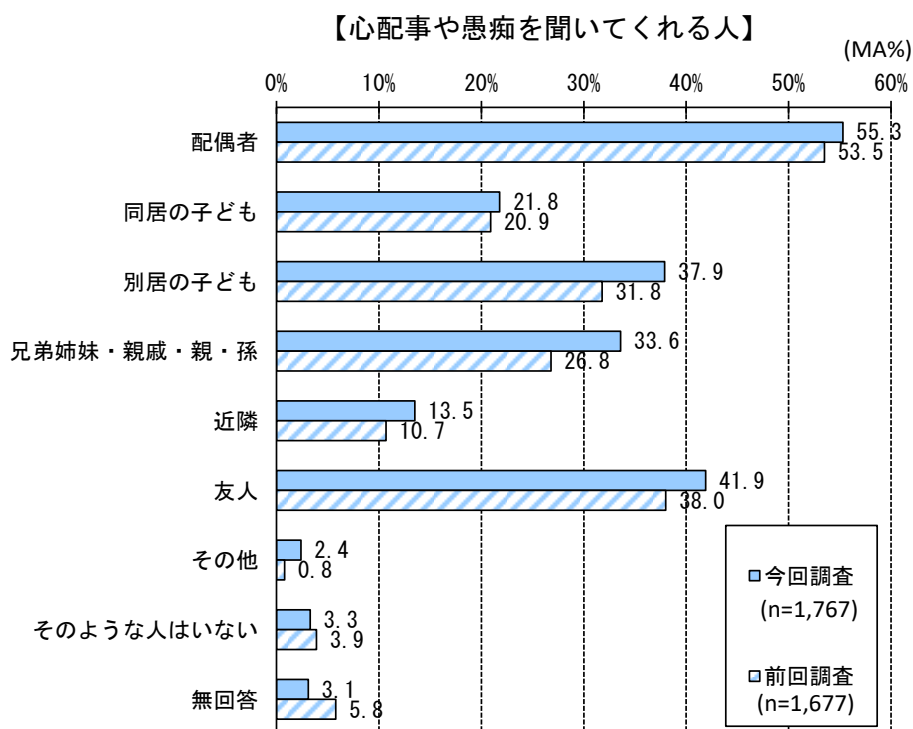
○ 地域づくり活動の企画・運営としての参加意向について、「参加したくない」が54.5%で最も多く、次いで「参加してもよい」が23.3%、「既に参加している」が3.6%となっています。「是非参加したい」「参加してもよい」を合わせた“参加意向がある方”は25.2%となっています。



問6 たすけあいについて

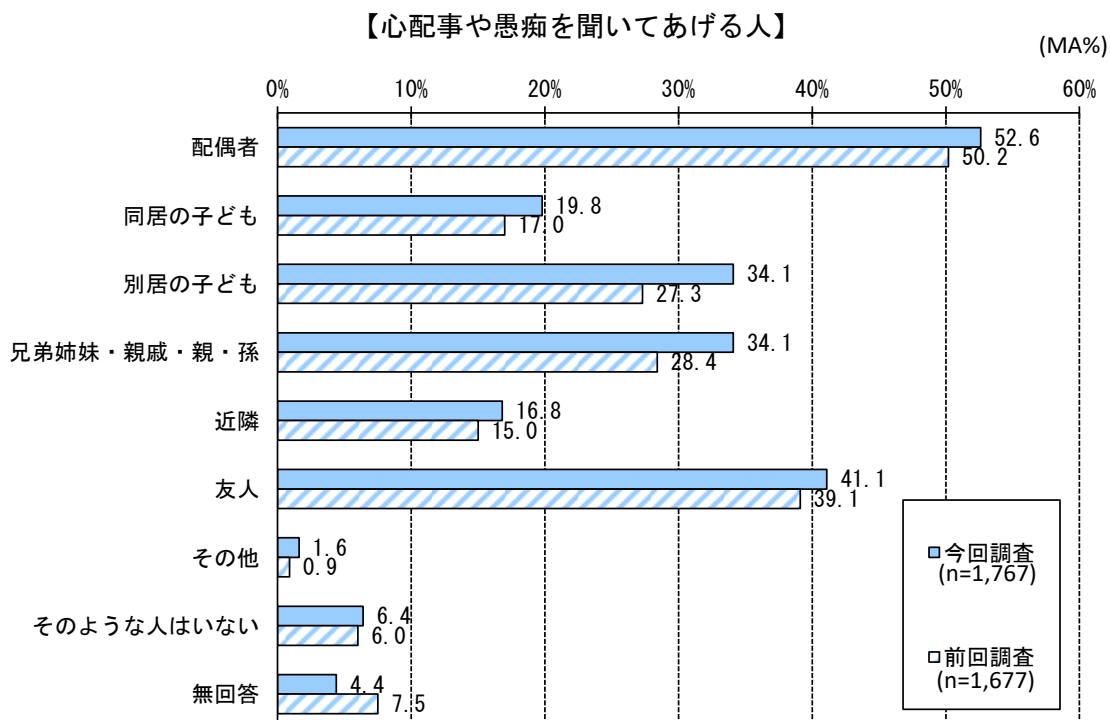
1 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人。（いくつでも○）

【全体】
 ○ 心配事や愚痴を聞いてくれる人について、「配偶者」が55.3%で最も多く、次いで「友人」が41.9%、「別居の子ども」が37.9%となっています。



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○）

【全体】
 ○ 心配事や愚痴を聞いてあげる人について、「配偶者」が52.6%で最も多く、次いで「友人」が41.1%、「別居の子ども」「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が34.1%となっています。

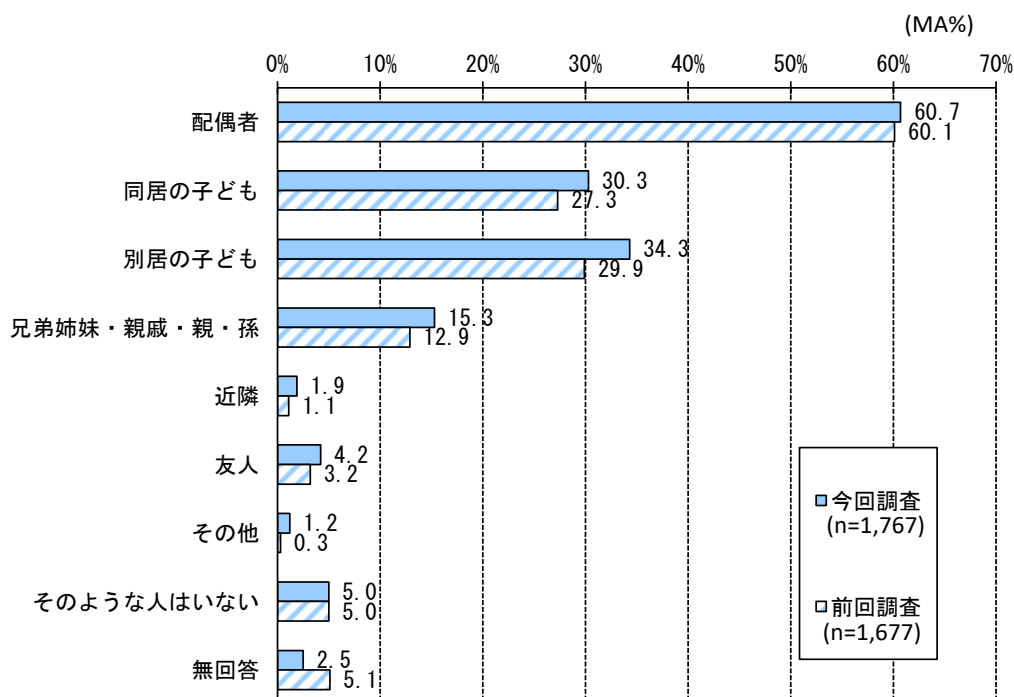


3 あなたが病気で数日間寝込んだ時に、看病や世話をしてくれる人。(いくつでも○)

【全体】

○ 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について、「配偶者」が60.7%で最も多く、次いで「別居の子ども」が34.3%、「同居の子ども」が30.3%となっています。

【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】

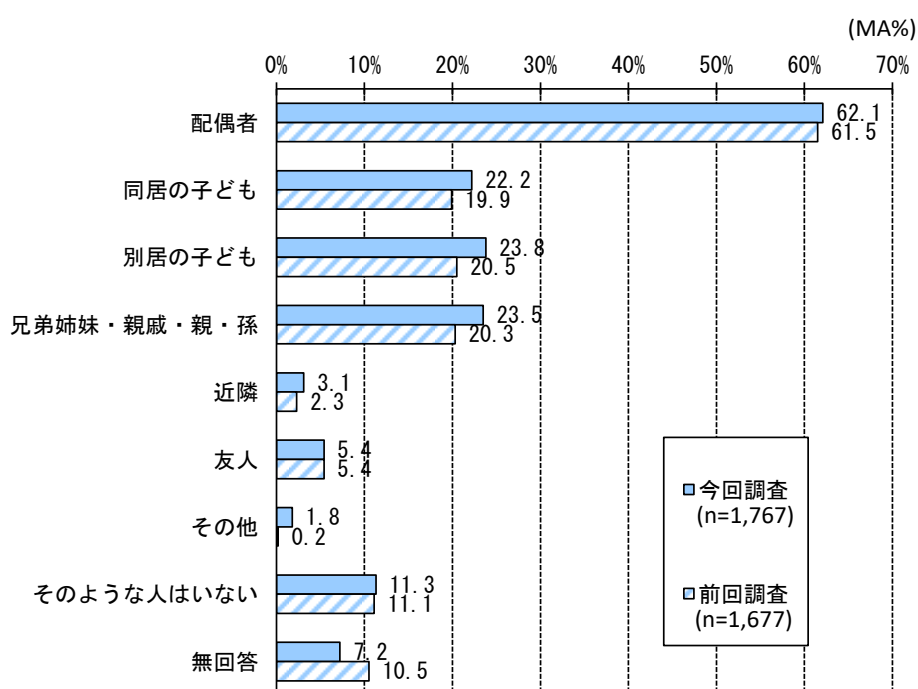


4 反対に、看病や世話をしてあげる人。(いくつでも○)

【全体】

○ 看病や世話をしてあげる人について、「配偶者」が62.1%で最も多く、次いで「別居の子ども」が23.8%、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が23.5%となっています。

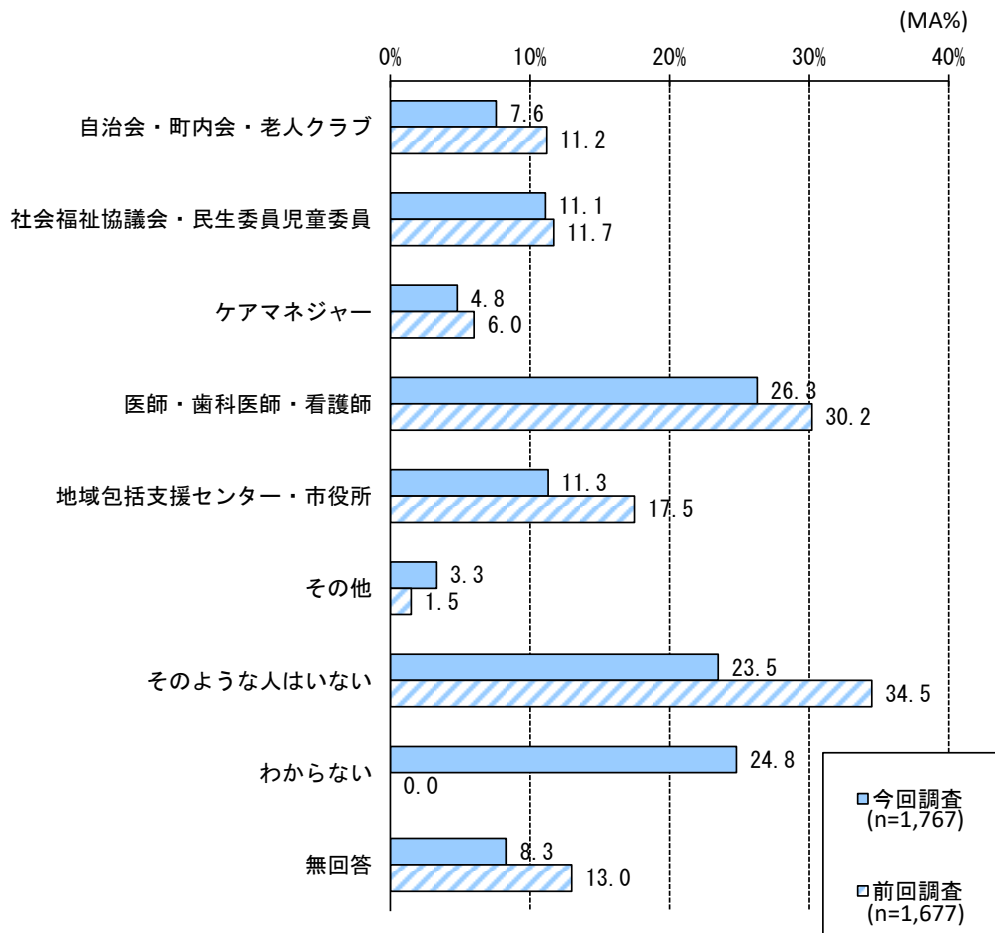
【看病や世話をしてあげる人】



- 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○)

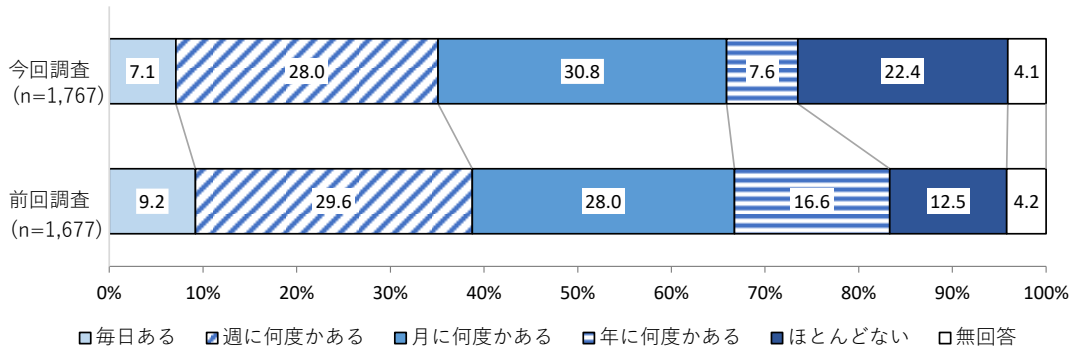
【全体】
 ○ 家族や友人・知人以外で相談する相手について、「医師・歯科医師・看護師」が 26.3%で最も多く、次いで「わからない」が 24.8%、「そのような人はいない」が 23.5%となっています。

【家族や友人・知人以外で相談する相手】



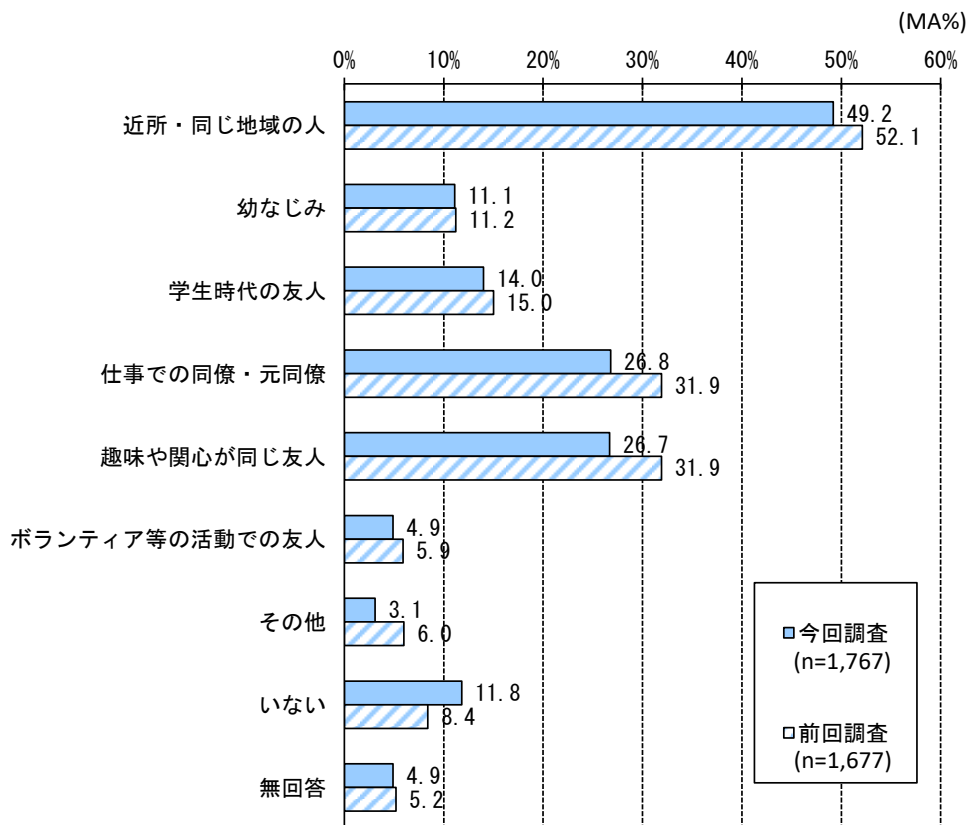
6 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 友人・知人と会う頻度について、「月に何度かある」が30.8%で最も多く、次いで「週に何度かある」が28.0%、「ほとんどない」が22.4%となっています。



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○)

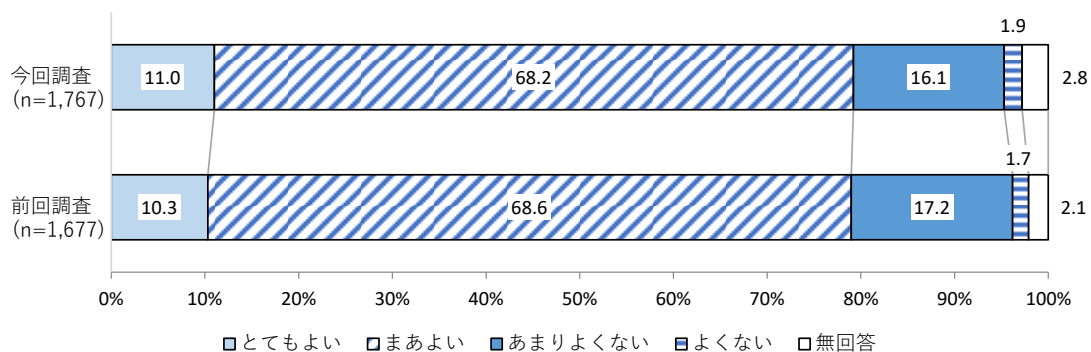
【全体】
 ○ よく会う友人・知人との関係について、「近所・同じ地域の人」が49.2%で最も多く、次いで「仕事での同僚・元同僚」が26.8%、「趣味や関心が同じ友人」が26.7%となっています。



問7 健康・介護予防について

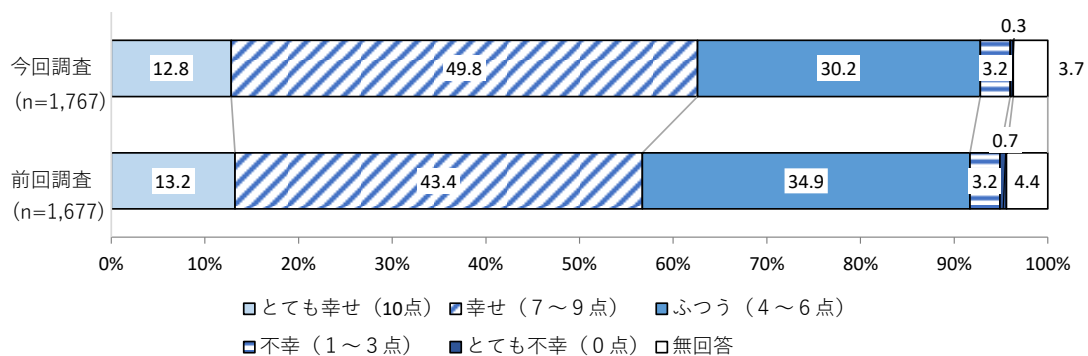
1 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 主観的健康観について、「まあよい」が 68.2%で最も多く、次いで「あまりよくない」が 16.1%、「とてもよい」が 11.0%となっています。「とてもよい」「まあよい」を合わせた“よい方”は 79.2%となっています。「あまりよくない」「よくない」を合わせた“よくない方”は 18.0%となっています。



2 あなたは、現在どの程度幸せですか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 主観的幸福感について、「幸せ (7～9 点)」が 49.8%で最も多く、次いで「ふつう (4～6 点)」が 30.2%、「とても幸せ (10 点)」が 12.8%となっています。「とても幸せ (10 点)」「幸せ (7～9 点)」を合わせた“幸せと感じている方”は 62.6%となっています。「不幸 (1～3 点)」「とても不幸 (0 点)」を合わせた“不幸と感じている方”は 3.5%となっています。



(1) うつ傾向のリスク

高齢者のうつに関するリスク判定は、以下の設問2問中1問以上に該当した場合に、うつ傾向のリスクありと判定されます。

問番号	設問	リスク該当となる選択肢
問7-3	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したか	「はい」
問7-4	この1か月間、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ったか	「はい」

【全体】

○ うつ傾向のリスクについて、「該当」が42.3%、「非該当」が57.7%となっています。

【性別】

○ 「該当」は女性が44.7%と男性の39.5%に比べて多くなっています。

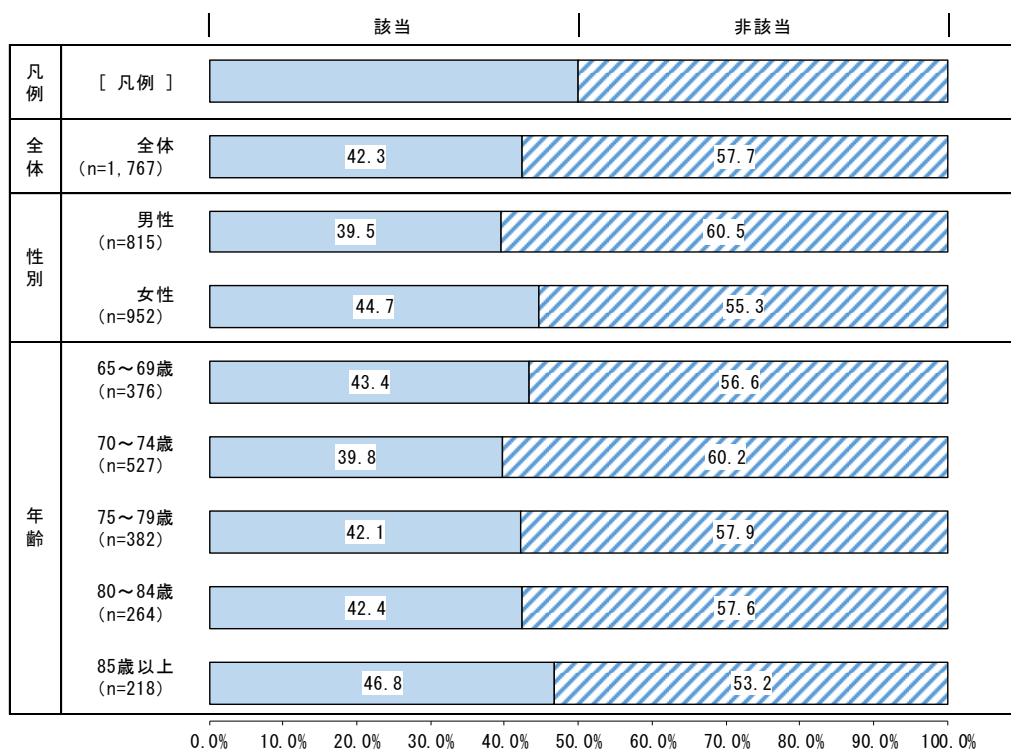
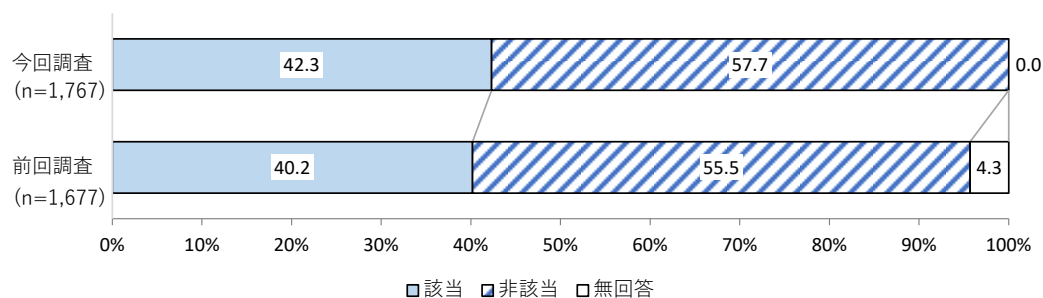
○ 「非該当」は男性が60.5%と女性の55.3%に比べて多くなっています。

【年齢】

○ 「該当」は85歳以上が46.8%と他の区分に比べて多くなっています。

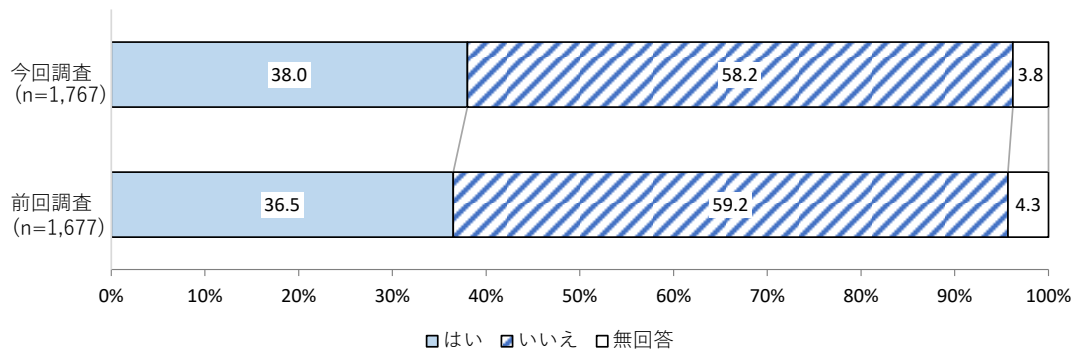
○ 「非該当」は85歳以上が53.2%と他の区分に比べて少なくなっています。

【うつ傾向のリスク】



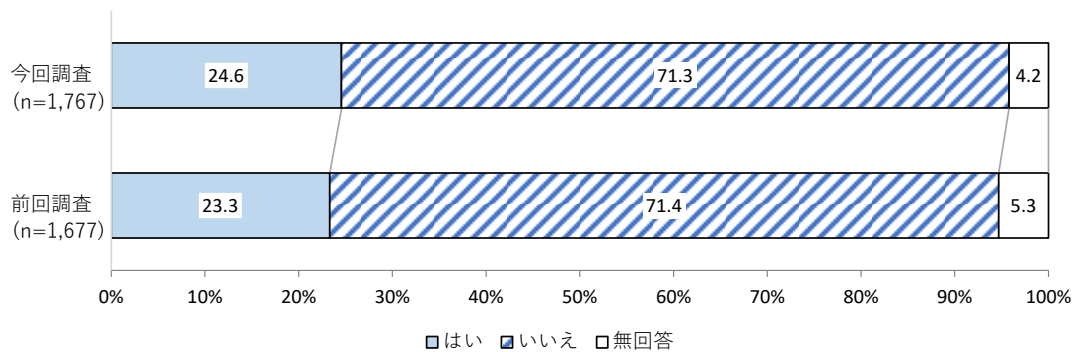
- 3 この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。
(1つだけ○)

【全体】
○ 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ったかについて、「はい」が38.0%、「いいえ」が58.2%となっています。



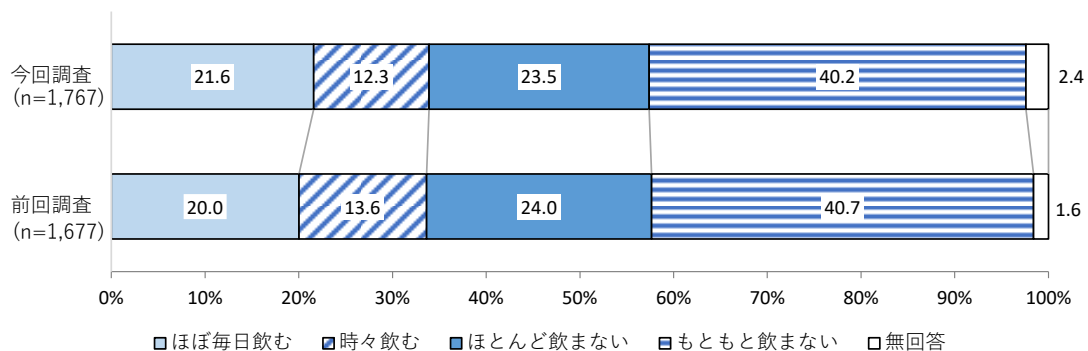
- 4 この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。(1つだけ○)

【全体】
○ 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あったかについて、「はい」が24.6%、「いいえ」が71.3%となっています。



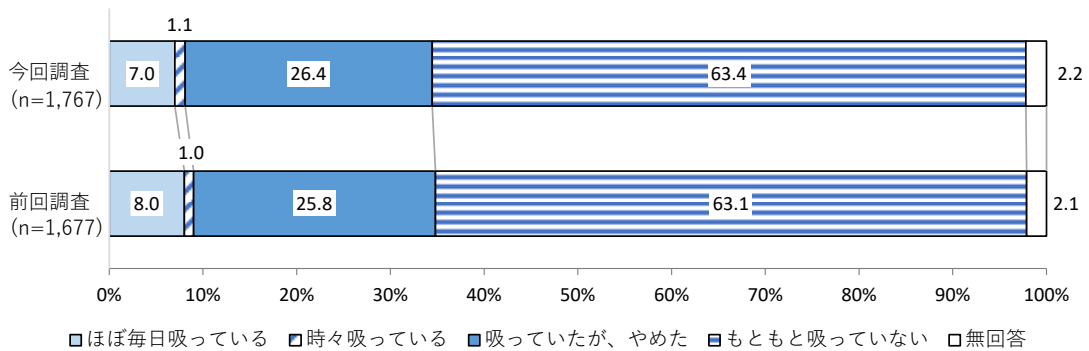
- 5 お酒は飲みますか。(1つだけ○)

【全体】
○ 飲酒習慣について、「もともと飲まない」が40.2%で最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が23.5%、「ほぼ毎日飲む」が21.6%となっています。



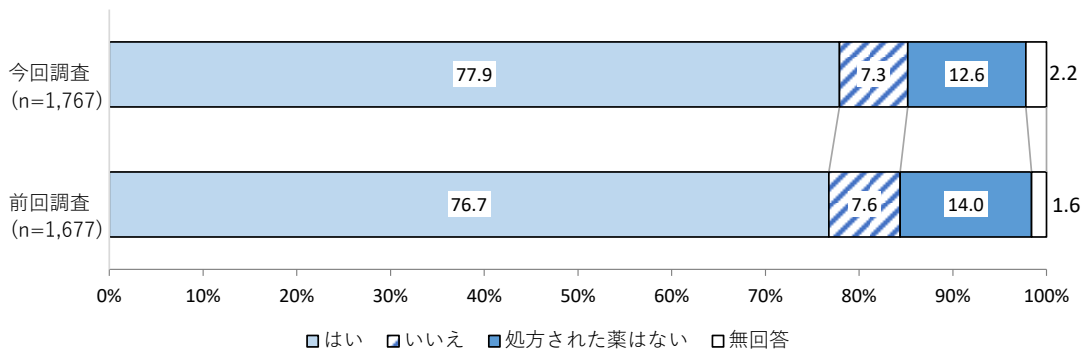
6 タバコは吸っていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 喫煙習慣について、「もともと吸っていない」が63.4%で最も多く、次いで「吸っていたが、やめた」が26.4%、「ほぼ毎日吸っている」が7.0%となっています。



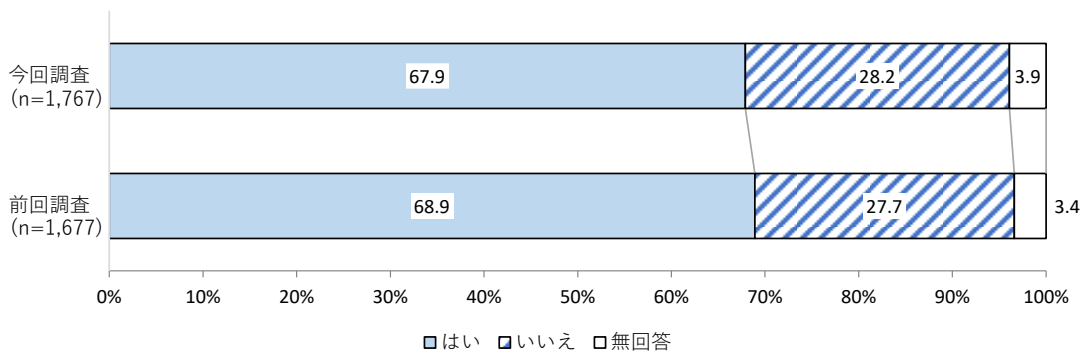
7 処方された薬は残さず飲めていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 服薬できているかについて、「はい」が77.9%で最も多く、次いで「処方された薬はない」が12.6%、「いいえ」が7.3%となっています。



8 薬について相談できる薬局はありますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 薬について相談できる薬局の有無について、「はい」が67.9%、「いいえ」が28.2%となっています。

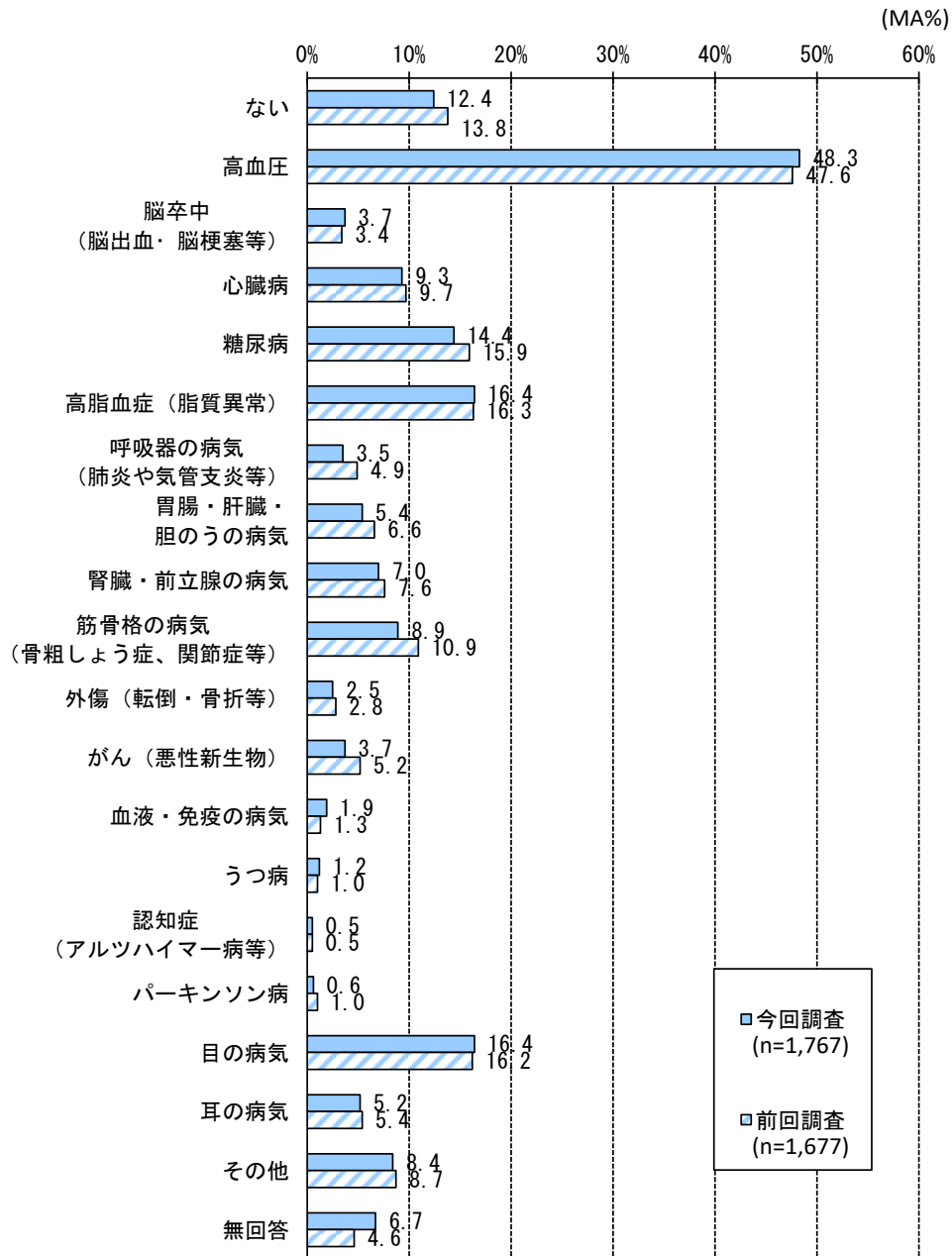


9 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(いくつでも○)

【全体】

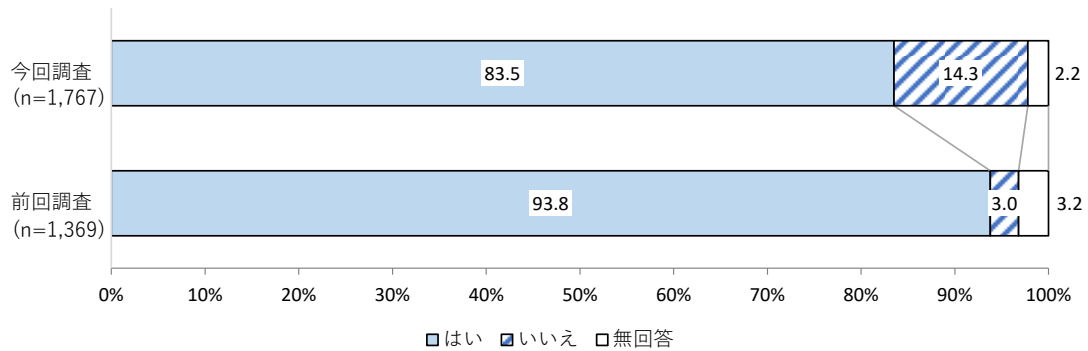
○ 現在治療中、または後遺症のある病気について、「高血圧」が 48.3%で最も多く、次いで「高脂血症(脂質異常)」「目の病気」が 16.4%、「糖尿病」が 14.4%となっています。

【現在治療中、または後遺症のある病気】



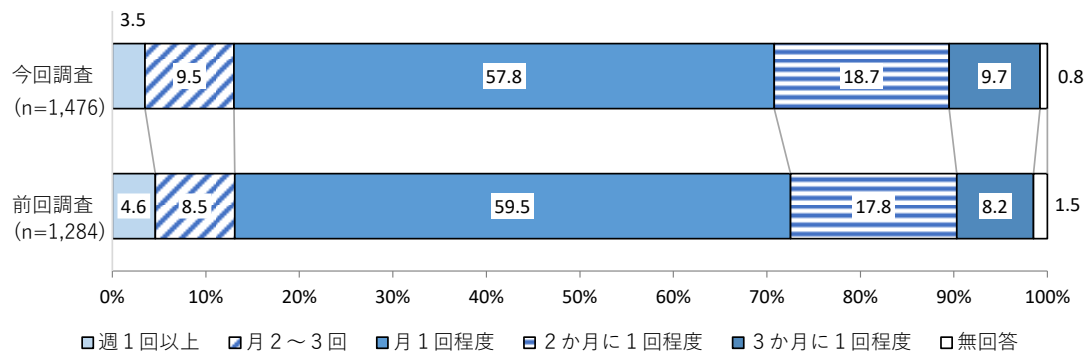
10 現在、病院・医院（診療所、クリニック等）に通院していますか。（1つだけ○）

【全体】
 ○ 病院への通院の有無について、「はい」が83.5%、「いいえ」が14.3%となっています。



10-1 その頻度は次のどれですか。（1つだけ○）

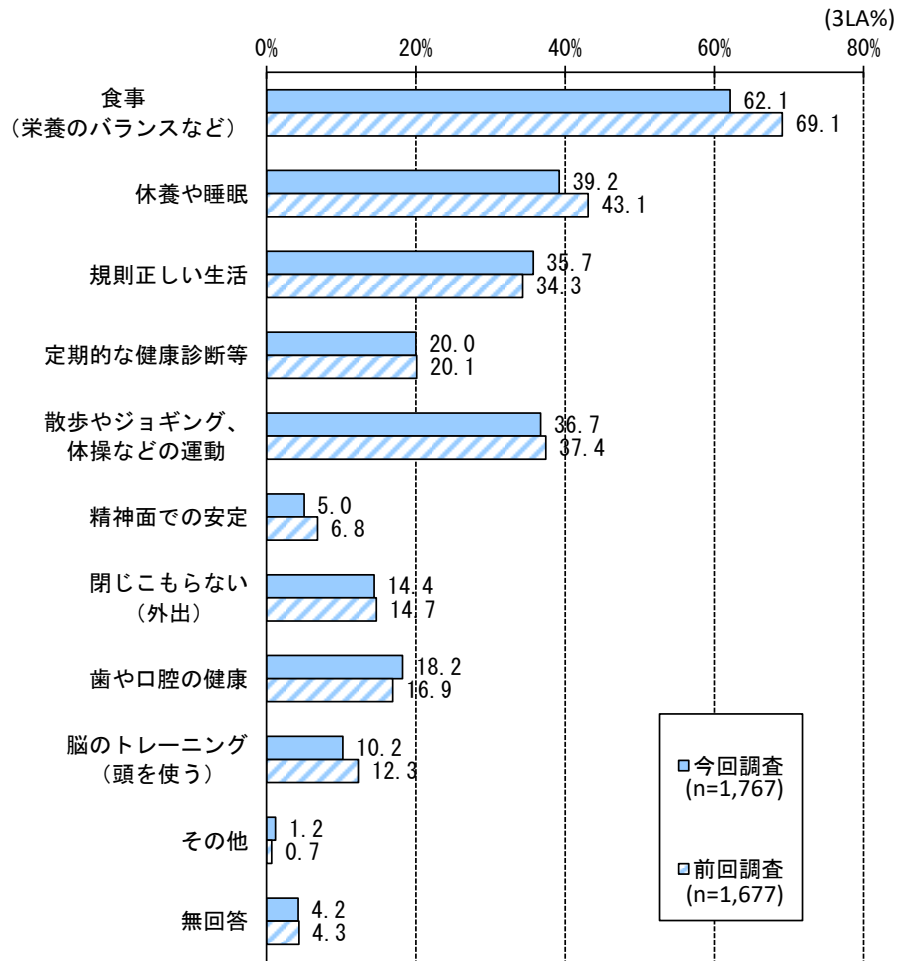
【全体】
 ○ 通院の頻度について、「月1回程度」が57.8%で最も多く、次いで「2か月に1回程度」が18.7%、「3か月に1回程度」が9.7%となっています。



11 普段、健康のために気をつけていることは何ですか。(3つまでに○)

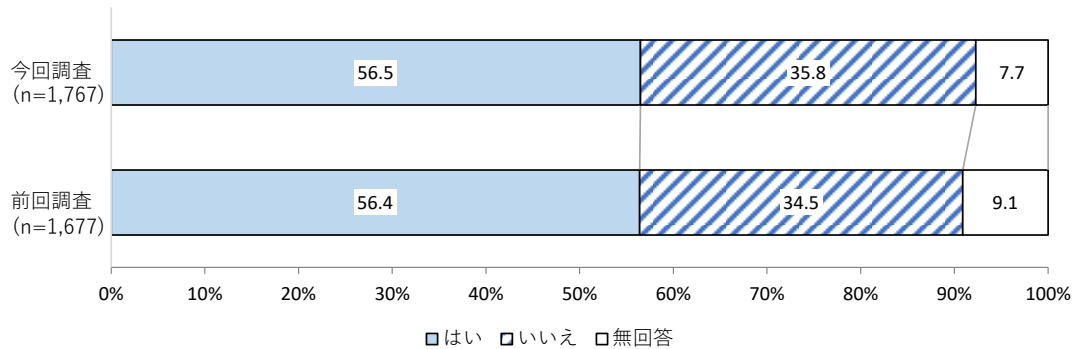
【全体】
 ○ 健康のために気をつけていることについて、「食事（栄養のバランスなど）」が62.1%で最も多く、次いで「休養や睡眠」が39.2%、「散歩やジョギング、体操などの運動」が36.7%となっています。

【健康のために気をつけていること】



12 介護を必要とする状態（寝たきりや認知症）にならないよう、介護予防に取り組んでいますか。(1つだけ○)

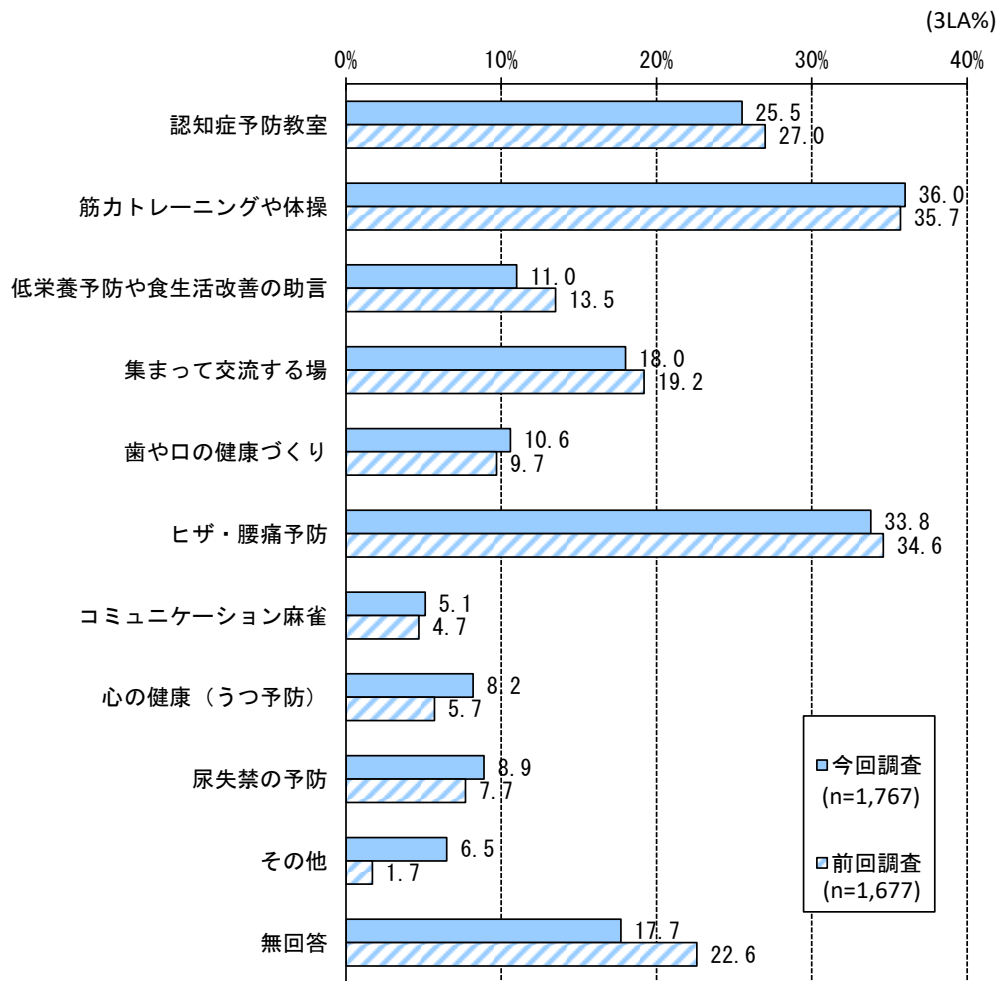
【全体】
 ○ 介護予防の取組状況について、「はい」が56.5%、「いいえ」が35.8%となっています。



13 次にあげる介護予防事業のうち、参加したいと思うものは何ですか。(3つまでに○)

【全体】
 ○ 参加したい介護予防事業について、「筋力トレーニングや体操」が36.0%で最も多く、次いで「ヒザ・腰痛予防」が33.8%、「認知症予防教室」が25.5%となっています。

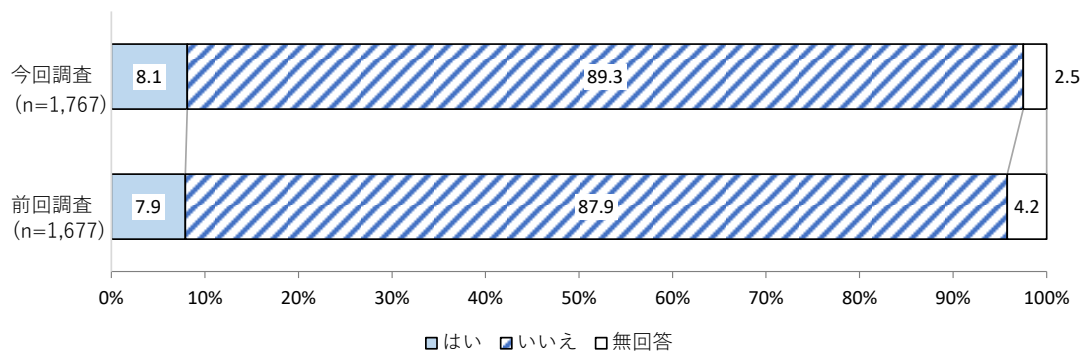
【参加したい介護予防事業】



問8 認知症について

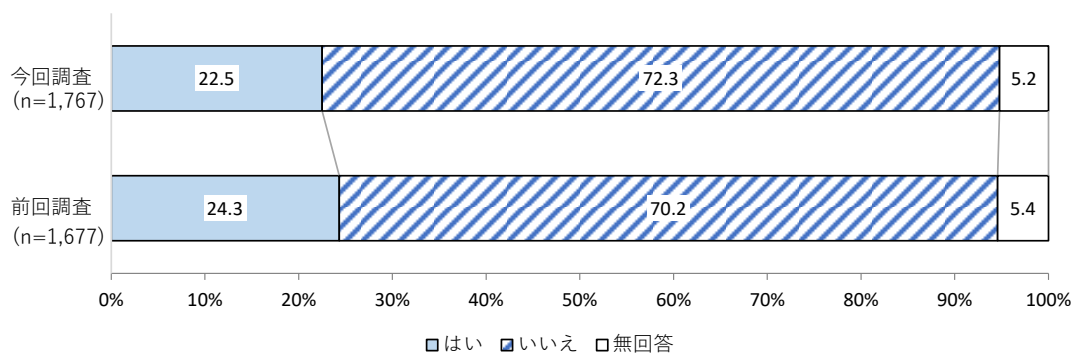
- 1 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 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るかについて、「はい」が8.1%、「いいえ」が89.3%となっています。



- 2 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 認知症に関する相談窓口を知っているかについて、「はい」が22.5%、「いいえ」が72.3%となっています。



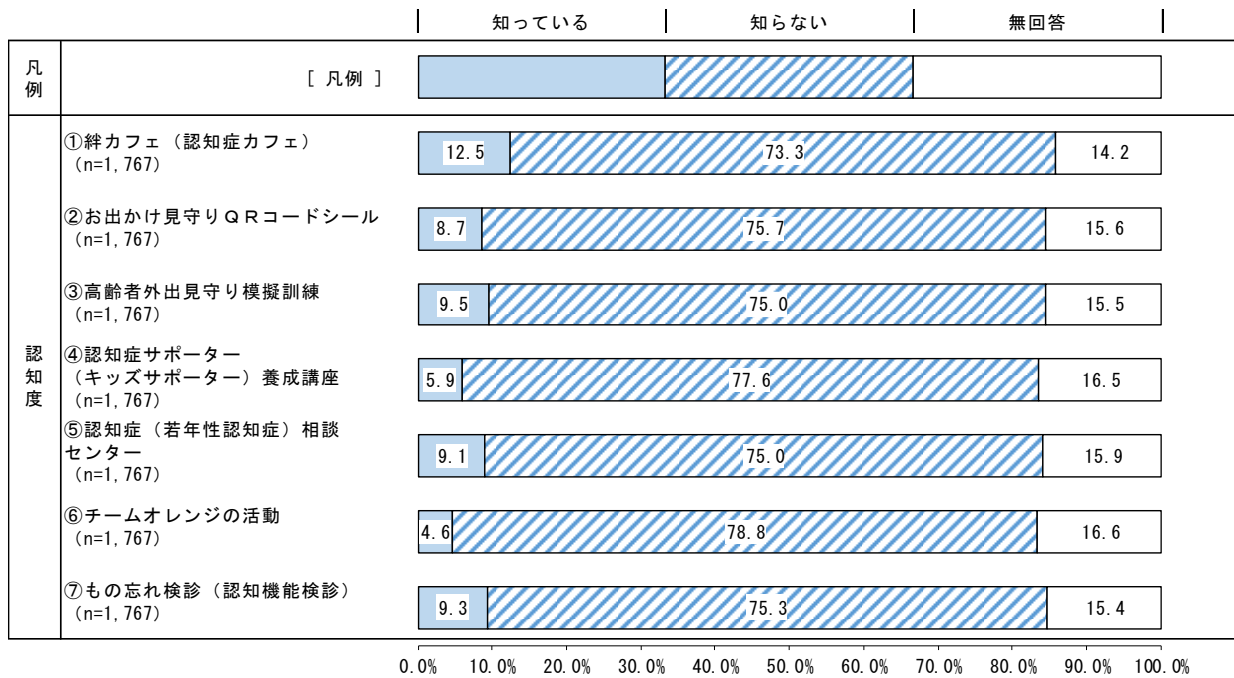
3 認知症対策で、小野市が取り組んでいる下記の施策を知っていますか。(①～⑦それぞれ1つに○)

【全体】

○ 認知症対策で小野市が行っている施策について、「知っている」と回答した方の割合は①絆カフェ（認知症カフェ）が12.5%で最も多く、次いで③高齢者外出見守り模擬訓練が9.5%、⑦もの忘れ検診（認知機能検診）が9.3%となっています。

○ ④認知症サポーター（キッズサポーター）養成講座、⑥チームオレンジの活動は、「知っている」と回答した方の割合がそれぞれ5.9%、4.6%と少なくなっています。

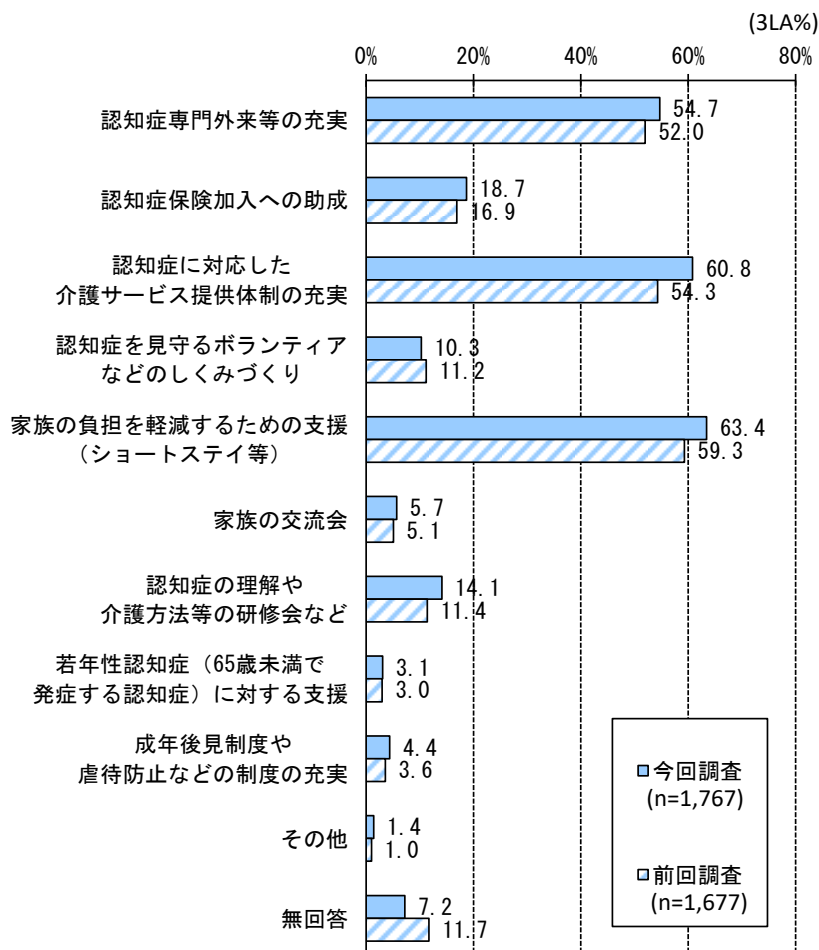
【認知症対策の認知状況】



4 あなたご自身や家族が認知症になった場合、どのような施策が必要だと思いますか。(3つまでに○)

【全体】
 ○ 自身や家族が認知症になったときに必要な施策について、「家族の負担を軽減するための支援（ショートステイ等）」が63.4%で最も多く、次いで「認知症に対応した介護サービス提供体制の充実」が60.8%、「認知症専門外来等の充実」が54.7%となっています。

【自身や家族が認知症になったときに必要な施策】

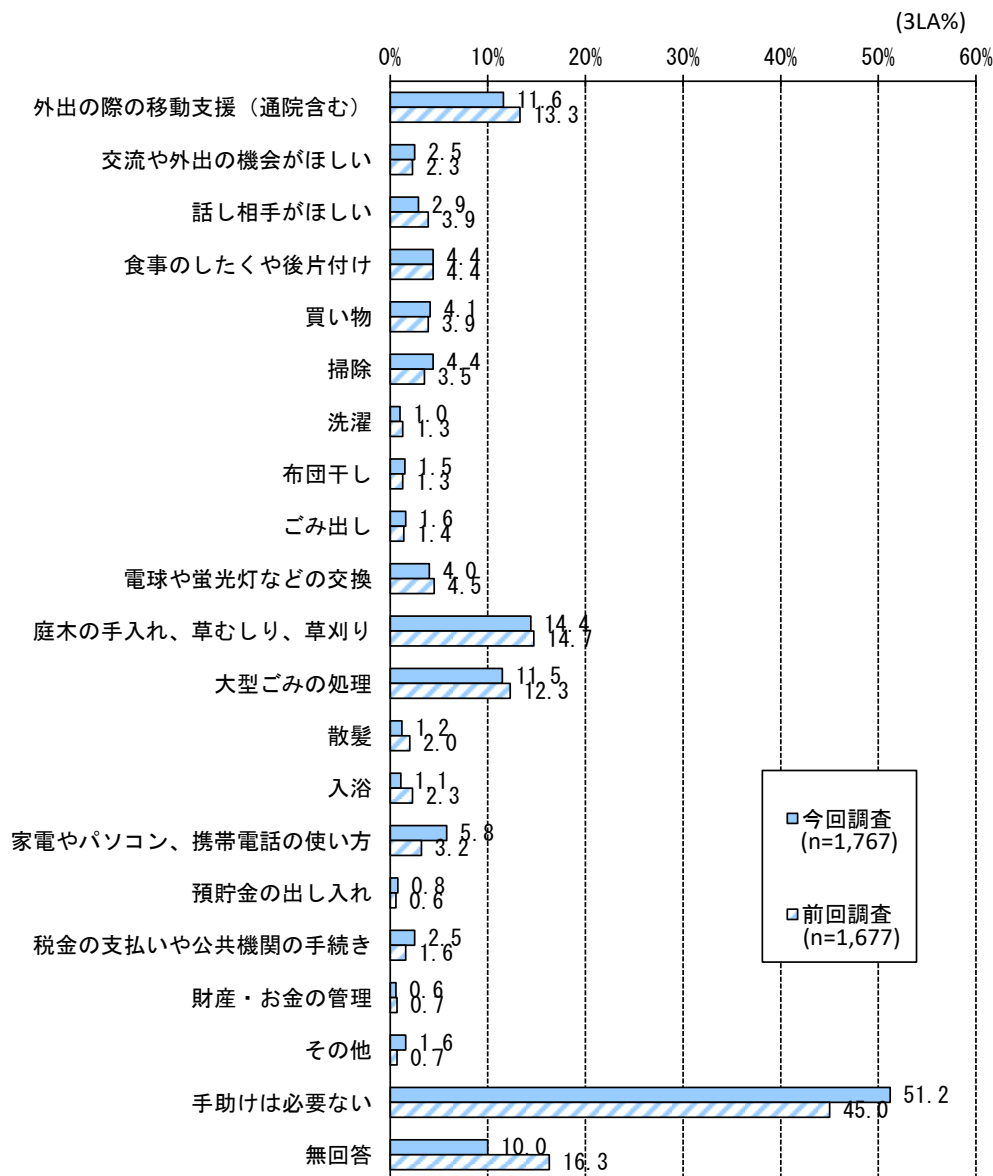


問9 必要となる支援や介護保険サービスについて

1 現在、日常生活の中で、手助けしてほしいと思うことがありますか。(3つまでに○)

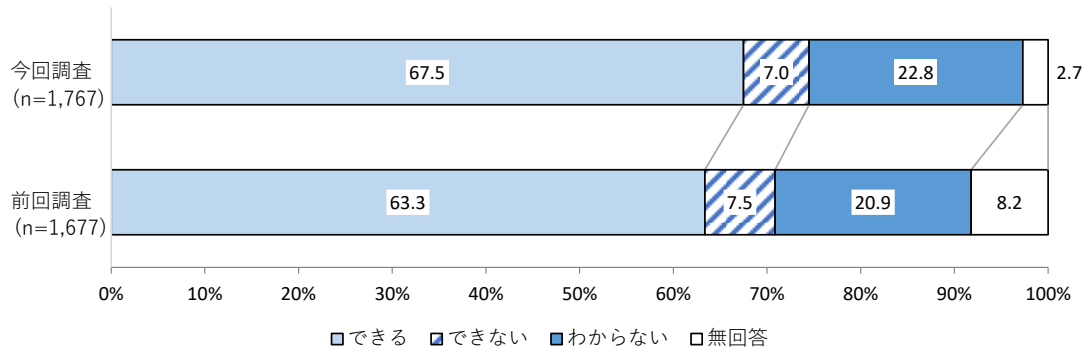
【全体】
 ○ 日常生活の中で手助けしてほしいことについて、「手助けは必要ない」が 51.2%で最も多く、次いで「庭木の手入れ、草むしり、草刈り」が 14.4%、「外出の際の移動支援（通院含む）」が 11.6%となっています。

【日常生活の中で手助けしてほしいこと】



2 地震や洪水などの災害発生時に、自力で避難することができますか。(1つだけ○)

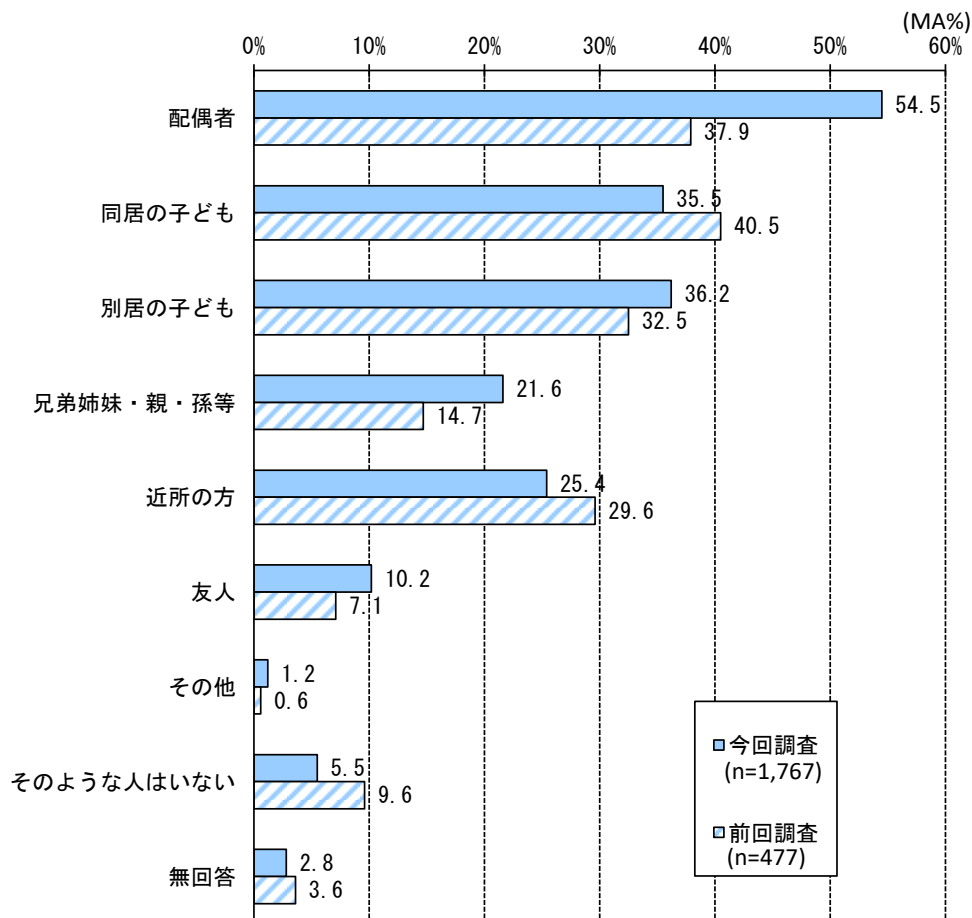
【全体】
 ○ 災害発生時に自力で避難できるかについて、「できる」が67.5%で最も多く、次いで「わからない」が22.8%、「できない」が7.0%となっています。



2-1 地震や洪水などの災害発生時に助けてもらえる人はいますか。(いくつでも○)

【全体】
 ○ 災害発生時に助けてもらえる人の有無について、「配偶者」が54.5%で最も多く、次いで「別居の子ども」が36.2%、「同居の子ども」が35.5%となっています。

【災害発生時に助けてもらえる人の有無】

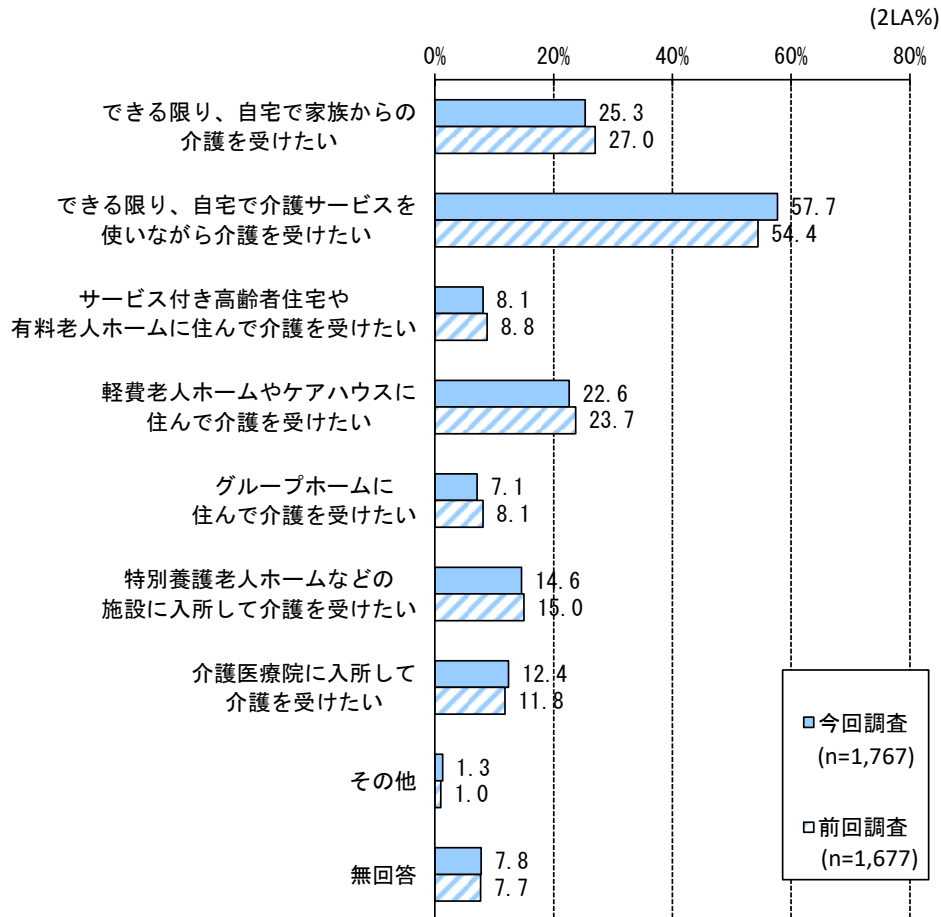


3 今後、介護が必要になった場合、どのようにしたいと思いますか。(2つまでに○)

【全体】

○ 介護が必要になった場合に希望する生活について、「できる限り、自宅で介護サービスを使いながら介護を受けたい」が 57.7%で最も多く、次いで「できる限り、自宅で家族からの介護を受けたい」が 25.3%、「軽費老人ホーム（年齢制限・所得制限があるが比較的安価に入居できる老人ホーム）やケアハウス（近親者からのサポートを受けられないなどの条件を満たした高齢者が入居できる老人ホーム）に住んで介護を受けたい」が 22.6%となっています。

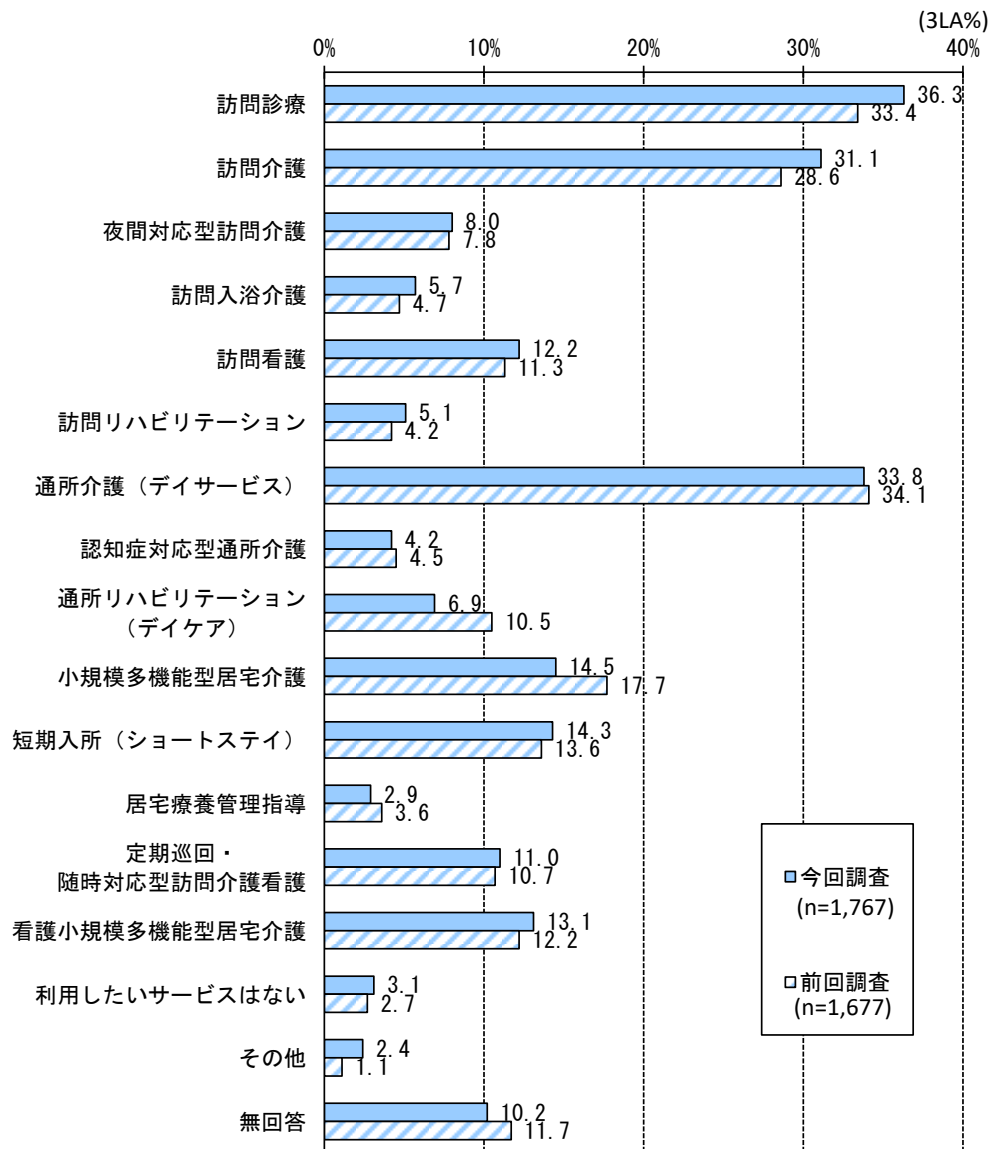
【介護が必要になった場合に希望する生活】



- 4 今後、介護が必要になった場合、どのような在宅サービスを利用したいですか。（3つまでに○）

【全体】
 ○ 介護が必要になった場合に利用したい在宅サービスについて、「医師が自宅を訪問することによる診療（訪問診療）」が36.3%で最も多く、次いで「デイサービスセンターに通って受ける入浴や食事の支援、機能訓練（通所介護（デイサービス）」が33.8%、「ホームヘルパーが自宅を訪問して行う日常生活上の世話（訪問介護）」が31.1%となっています。

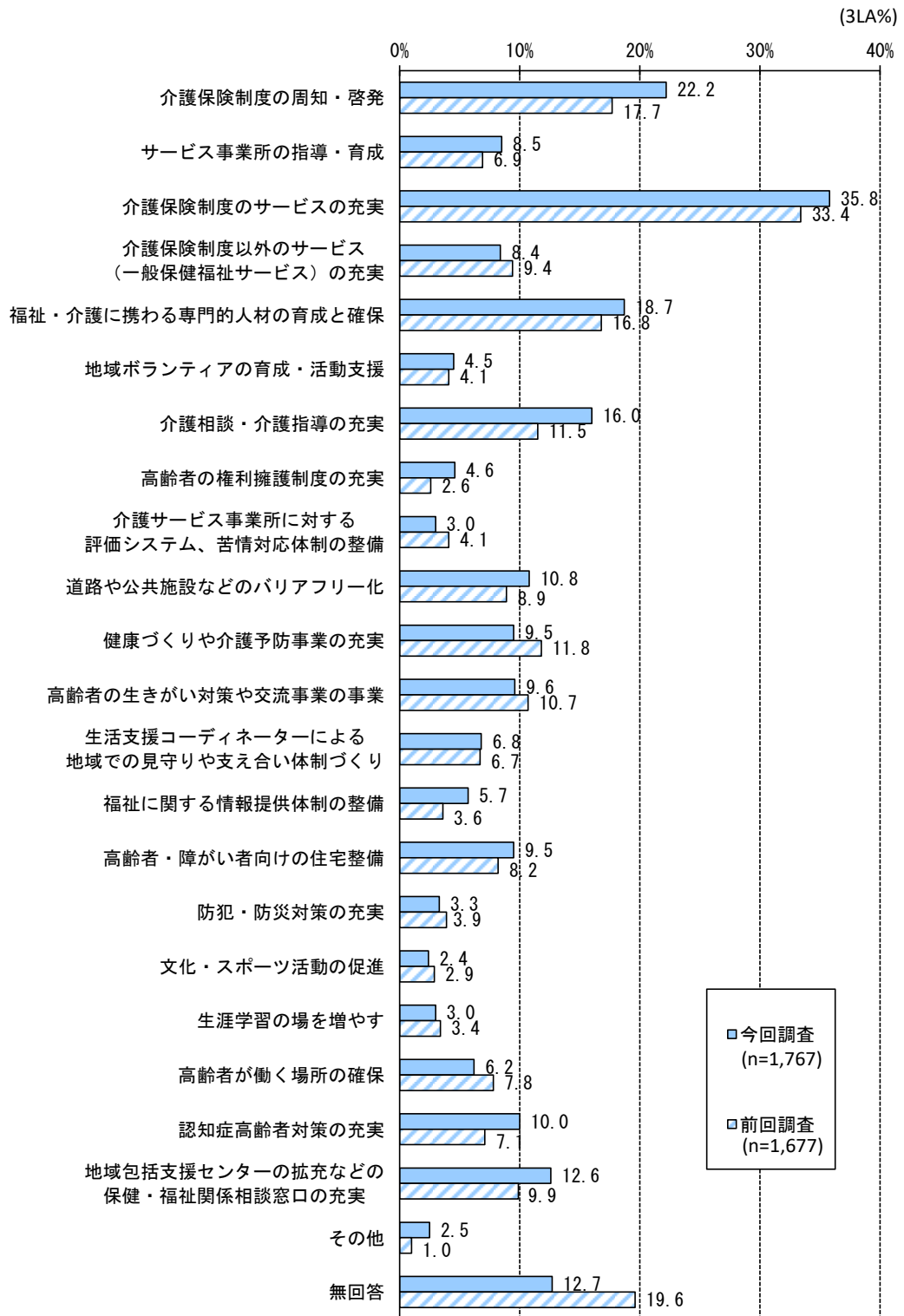
【介護が必要になった場合に利用したい在宅サービス】



- 5 あなたは、国や兵庫県、小野市が行う高齢者福祉施策について、今後、どのような施策の充実が重要とお考えですか。（3つまでに○）

【全体】
 ○ 充実が必要だと思う高齢者保健福祉施策について、「介護保険制度のサービス（24時間の在宅サービスや施設サービス）の充実」が35.8%で最も多く、次いで「介護保険制度の周知・啓発」が22.2%、「福祉・介護に携わる専門的人材の育成と確保」が18.7%となっています。

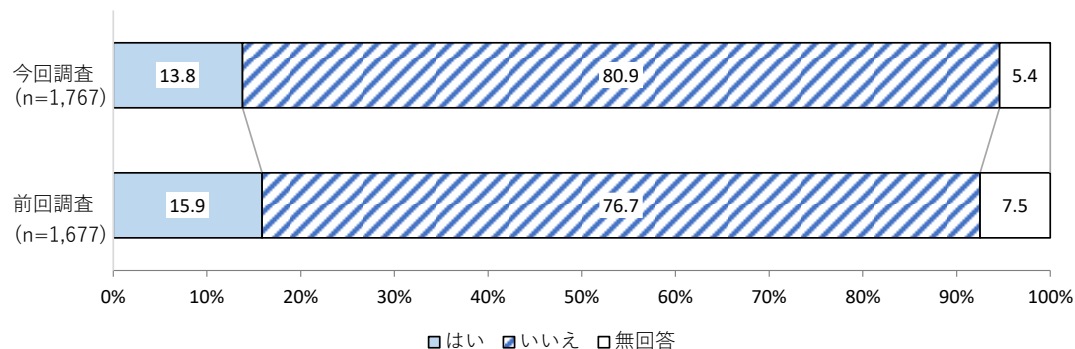
【充実が必要だと思う高齢者保健福祉施策】



問10 人生の最終段階の過ごし方について

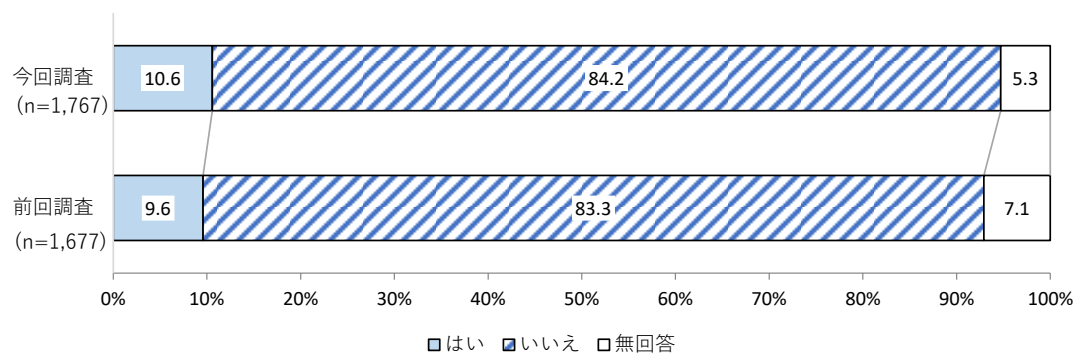
- 1 人生会議（もしものときのために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組み）はされていますか。（1つだけ○）

【全体】
○ 人生会議の実施有無について、「はい」が13.8%、「いいえ」が80.9%となっています。



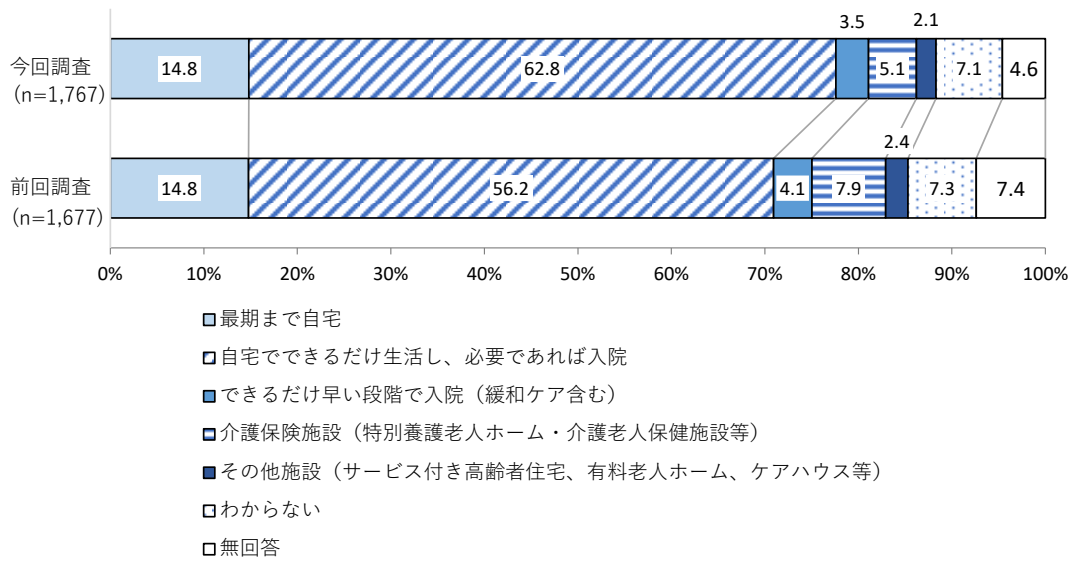
- 2 終活（自分が亡くなった際の葬儀、お墓、遺言の準備や、相続、身の回りの生前整理などを行うこと）や、人生手帳・エンディングノート（自分が亡くなった際の希望や意思を書面で示したもの）の記入はされていますか。（1つだけ○）

【全体】
○ 終活やエンディングノート記入の有無について、「はい」が10.6%、「いいえ」が84.2%となっています。



3 人生の最終段階はどこで過ごしたいですか。(1つだけ○)

【全体】
 ○ 人生の最終段階に過ごしたい場所について、「自宅でできるだけ生活し、必要であれば入院」が62.8%で最も多く、次いで「最期まで自宅」が14.8%、「わからない」が7.1%となっています。

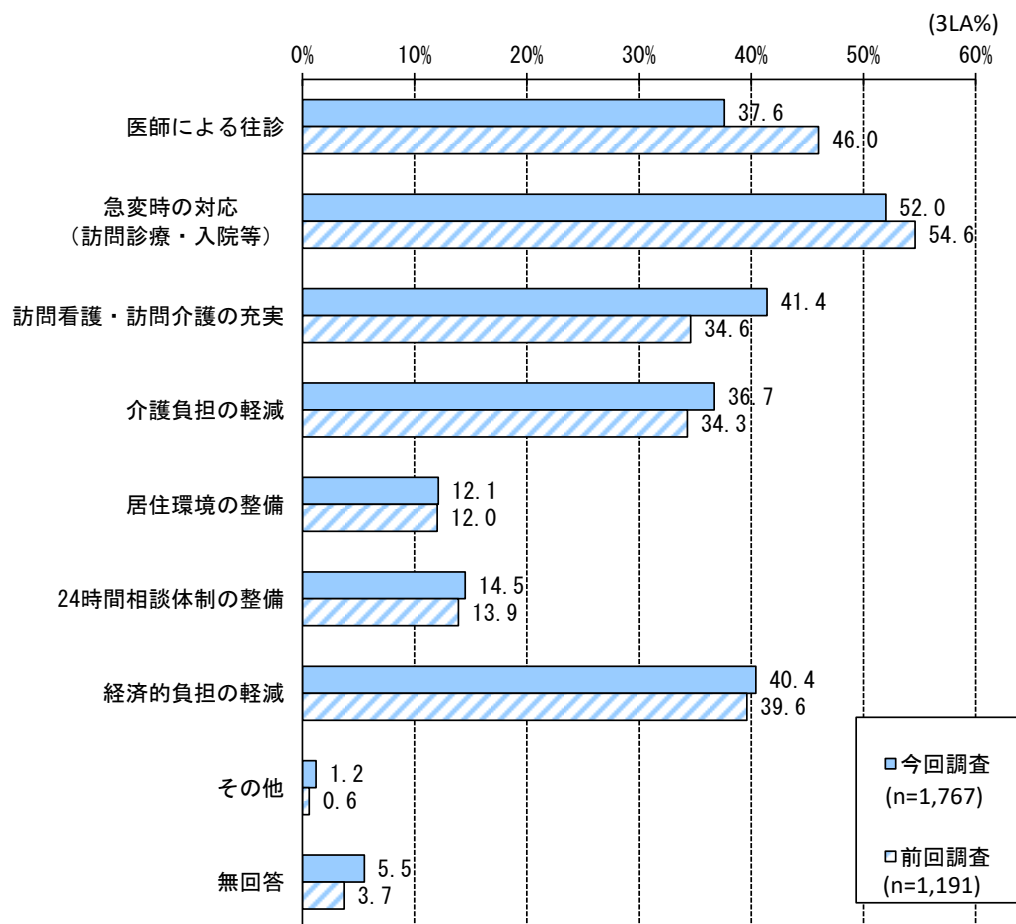


4 できるだけ自宅で生活するために何が必要だと考えますか。(3つまでに○)

【全体】

○ 自宅で生活するために必要なことについて、「急変時の対応（訪問診療・入院等）」が52.0%で最も多く、次いで「訪問看護・訪問介護の充実」が41.4%、「経済的負担の軽減」が40.4%となっています。

【自宅で生活するために必要なこと】



Ⅲ 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815人、女性が952人と女性の方がやや多く、前期高齢者が903人、後期高齢者が864人となっています。回答者に占める認定者（要支援1・2）の割合は3.7%です。また、小野圏域は599人、河合圏域は236人、小野南圏域は462人、旭丘圏域は470人となっています。
- 家族構成について、1人暮らしが15.6%、夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）が37.9%となっており、合わせると53.5%が高齢者のみの世帯となっています。前回調査と比較すると、1人暮らしの割合が13.9%から1.7ポイント増加しています。また、女性の後期高齢者、要支援1・2で1人暮らしの割合が多く、今後も1人暮らしの方が増加することが見込まれるため、地域における見守りが必要となっています。

(2) 運動・外出について

- 運動器の機能低下のリスクをみると、後期高齢者でリスク該当者の割合が多く、特に女性の後期高齢者では28.8%となっています。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割みられます。日常生活におけるこうした取組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づけが必要です。
- 閉じこもりのリスクをみると、後期高齢者でリスク該当者の割合が多く、特に女性の後期高齢者では29.2%となっています。閉じこもりのリスク該当者では、外出を控えている理由として足腰などの痛みや交通手段がないこと、新型コロナウイルス感染防止などが多く挙げられています。また、外出の際に自動車（人に乗せてもらう）やバス、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くなっています。このことから、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に閉じこもり傾向になっている可能性が考えられます。閉じこもりの状態が続くことで、運動器機能や認知機能の低下リスクを合わせて抱えることも考えられるため、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。

(3) 口腔・栄養について

- 体重・身長から算出するBMIが18.5以下かつ6か月で2～3kg以上の体重減少がある（低栄養のリスク）に該当した方は全体で1.3%ですが、年齢が高くなるにつれて割合が多くなる傾向がみられます。
- 咀嚼機能の低下のリスク該当者は全体では30.6%、口腔機能の低下のリスク該当者（「咀嚼」「嚥下」「口の渇き（肺炎リスク）」のうち複数に該当）は24.2%となっています。また、自分の歯が20本以上ある人は、80～84歳で35.3%であるのに対し、85歳以上では25.2%にとどまっています。歯みがきの状況を見ると、毎日行えていない人が7.2%であり、85歳以上では11.0%となっています。定期的（半年に1回以上）な歯科受診の有無について、後期高齢者と要支援1・2で受けていない人の割合が多くなっています。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づけを行うことが必要です。

(4) 社会参加について

- 地域活動について、町内会・自治会に参加している人が 37.1%、近所づきあいに参加している人が 57.5%となっています。町内会・自治会は特に男性の前期高齢者の割合が多く、近所づきあいは女性の前期高齢者の割合が多くなっています。一方で、いきいき 100 歳体操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 10.1%となっています。
- 収入のある仕事については、前期高齢者と後期高齢者の差が大きく、特に男性では、前期高齢者では 47.3%が参加しているのに対し、後期高齢者では 21.3%となっています。また、今後の就労意向について、働きたいと考えている人は全体で 34.9%となっており、特に男性は前期高齢者が 55.6%、後期高齢者が 30.9%となっています。男性の地域での居場所を作るという観点でも、高齢者の雇用機会を増やしていくことは有効であると考えられます。
- 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 42.3%、お世話役として参加可能である人は 25.2%となっています。男性では、前期・後期高齢者ともにお世話役として参加可能である人の割合が多くなっており、そういった層に地域づくり活動に参加してもらうためのアプローチが必要だと考えられます。
- 高齢者の情報ネットワークへの参加について、テレビ・インターネットでニュースを見ている人は全体で 95.6%、スマートフォン・携帯電話等を利用している人は全体で 84.0%となっています。スマートフォン・携帯電話等を通話以外でも利用している人は 55.9%であるのに対し、ひょうご防災ネットや小野市安全安心メールに登録している人は 28.9%にとどまっています。情報の周知を行い、より多くの高齢者が緊急時に情報を得られる環境を作っていくことが重要だと考えられます。

(5) 健康について

- 自身の健康状態をよいと感じている人は 79.2%となっていますが、男女ともに前期高齢者に比べ後期高齢者では健康感が下がる傾向がみられます。また、一般高齢者では 80.4%がよいと感じているのに対し、総合事業者、要支援 1・2 では 50.8%と約半数にとどまっています。
- こころの健康について、前回調査と比べると全体として幸福感は高まっていますが、一般高齢者では 63.3%が幸せと感じているのに対し、要支援 1・2 では 46.1%となっています。また、外出の頻度や趣味、生きがいによって幸福感に差がみられることから、幸福感は身体の状態とそれによる多角的な活動の頻度などに影響を受ける可能性が示唆されています。
- 健康のために気を付けていることについて、食事、休養など日常生活での心がけに加え、運動の割合も多くなっています。また、参加したい介護予防事業について、前期・後期高齢者ともに筋力トレーニングや体操、ヒザ・腰痛予防の割合が多く、身体を動かすことによる介護予防事業の需要が高いことがわかります。他にも、認知症予防教室は女性の前期高齢者の割合が高く、集まって交流する場は女性の後期高齢者の割合が高くなっています。年齢や性別、身体の状態等に合わせた内容を、地域住民どうしの交流の場で実施する等、より効果的な介護予防の取組が求められています。

(6) 小野市の認知症対策について

- 小野市が取り組んでいる認知症対策の認知度は、絆カフェ（認知症カフェ）を除いて 10%を下回っています。参加したい介護予防事業では認知症予防教室が全体の 25.5%であったことから、認知症予防・対策への興味関心は高いことがわかり、これらの活動を周知することで参加者の増加が期待できます。