

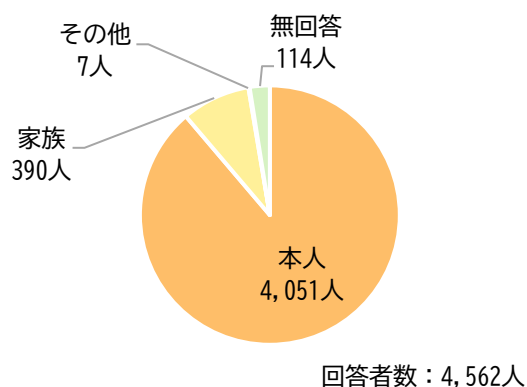
介護予防・日常生活圏域二エズ調査 結果報告書

- 調査結果の各グラフには、その設問の回答対象者の数を「回答者数」として表しています。よって、この回答者数には、無回答の人を含みます。
- 回答の比率(%)は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。
- 本調査は、日常生活圏域ごとの集計を可能にするため、圏域ごとに同数を抽出して調査の対象とする、層化無作為抽出を行っています。圏域ごとの高齢者人口には差があるため、本集計における市全体の数値は、ウェイトバック集計（拡大推計）により、各圏域の回答を人口比率に合わせて補正し、市全体の推計値を算出しています。市全体の構成比(%)は、これら補正後の推計値を基に算出しています。

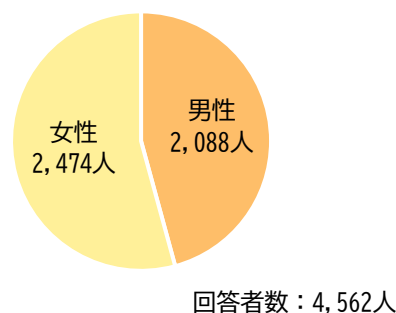
1 回答者について

対象者： 要介護1～5以外の高齢者 6,400人
抽出時点： 令和7年11月1日
実施期間： 令和7年11月21日～12月19日
回答者数： 4,562人(回収率 71.3%)

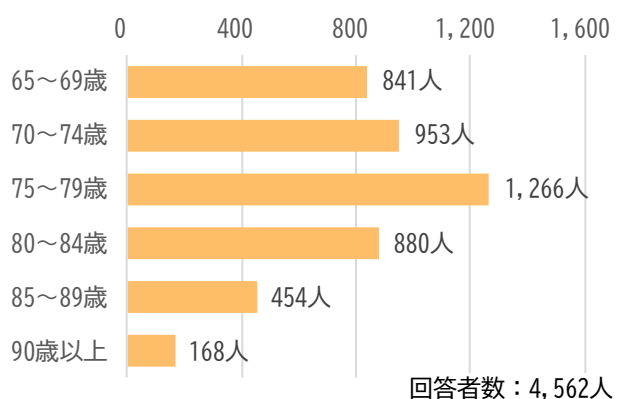
(1) 調査票回答者（記入した人）



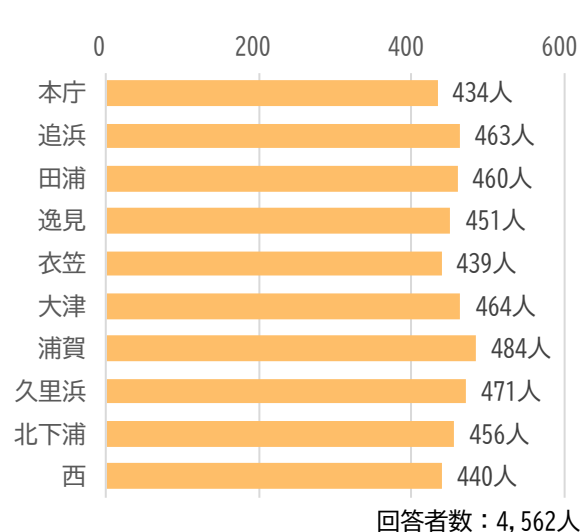
(2) 性別



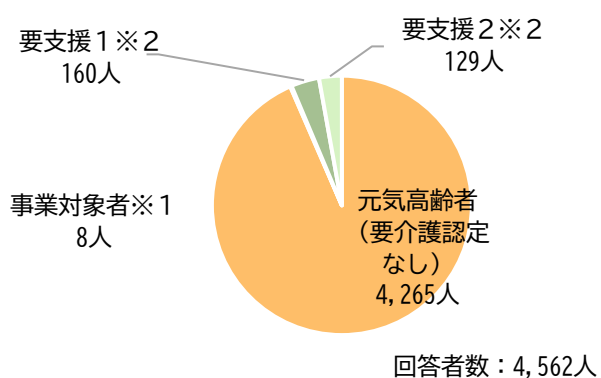
(3) 年齢



(4) 日常生活圏域



(5) 要介護認定の状況



※1 事業対象者とは、要介護認定を受けていないが、日常生活に不安や困難を抱えており、基本チェックリストを受けて生活機能の低下がみられると判断された高齢者です。

「介護予防・生活支援サービス事業」の対象者であり、ホームヘルプやデイサービスなどのサービスを受けることができます。

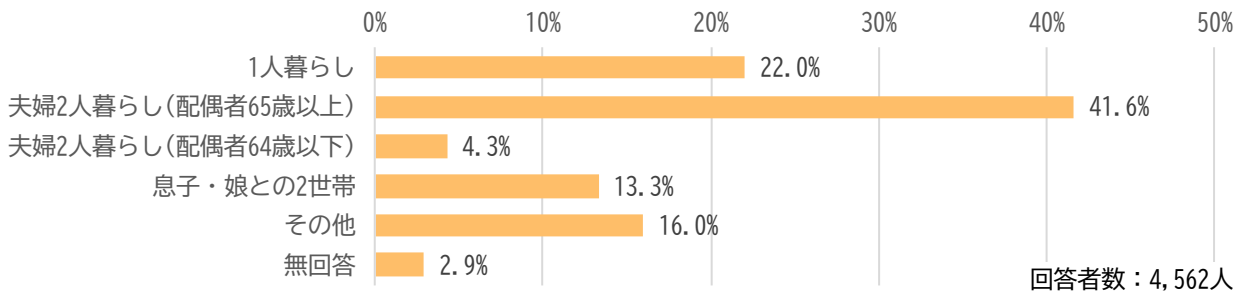
※2 要介護認定の申請をすると、介護や支援が必要な度合いが要介護度として認定されます。要介護度は要支援1～2、要介護1～5の計7段階あり、最も軽い認定が要支援1、最も重い認定が要介護5です。

要介護度は、訪問調査や主治医の意見書などからコンピュータによる一次判定、医療・保健・福祉の専門家で構成された介護認定審査会による二次判定を経て認定されます。

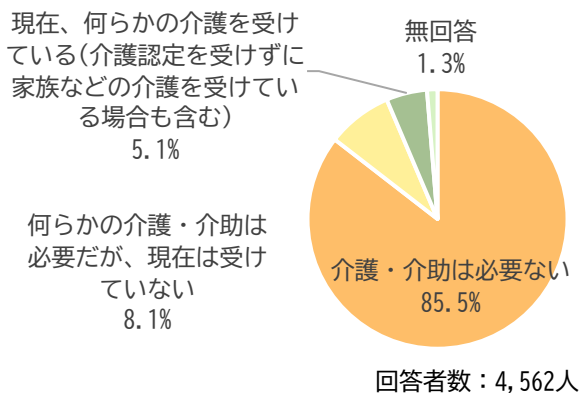
2 調査結果

【問1】家族や生活状況について

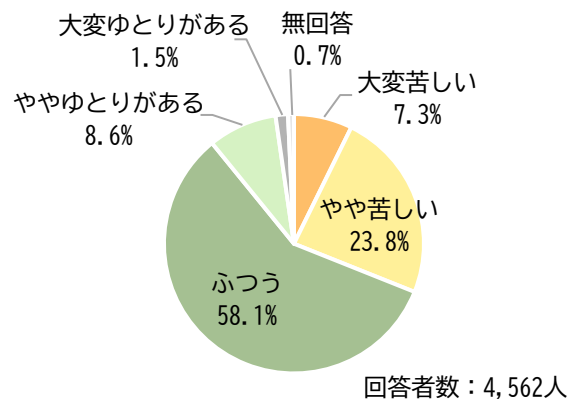
(1) 家族構成



(2) 普段の生活でどなたかの介護・介助が必要か

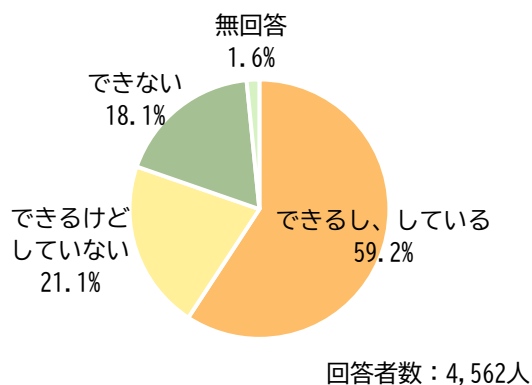


(3) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じているか

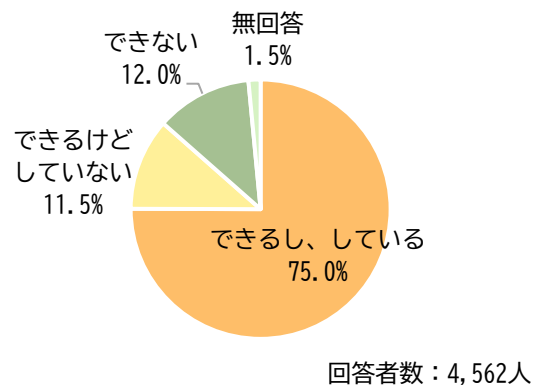


【問2】からだを動かすことについて

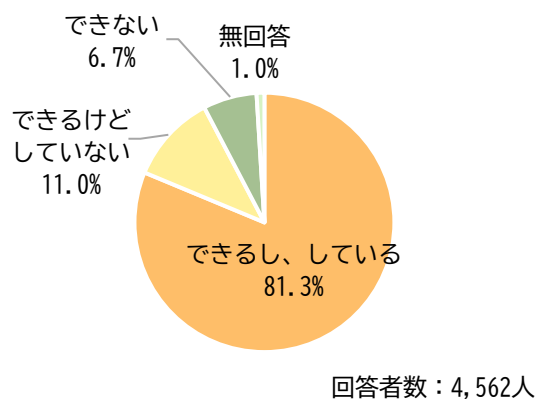
(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っているか



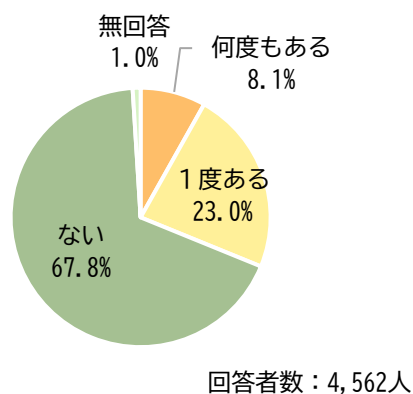
(2) 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているか



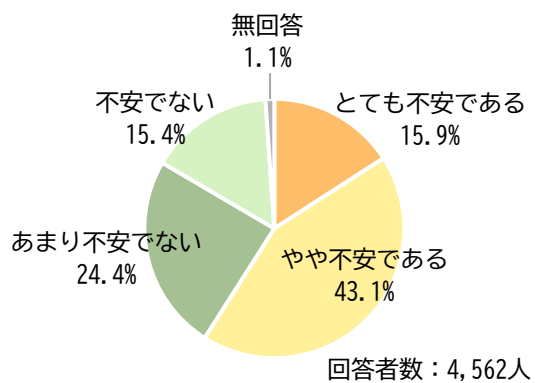
(3) 15分位続けて歩いているか



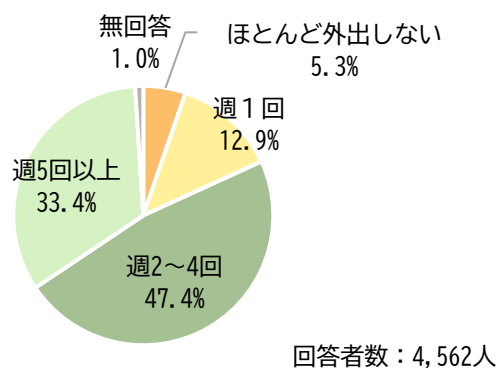
(4) 過去1年間に転んだ経験があるか



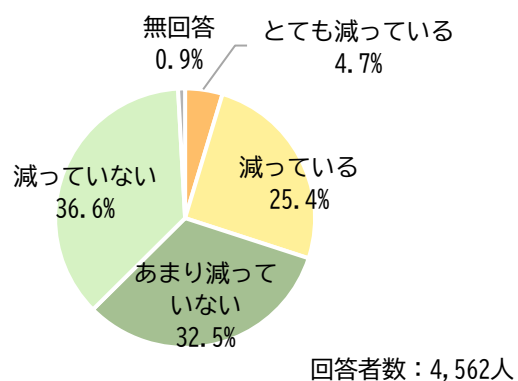
(5) 転倒に対する不安は大きい



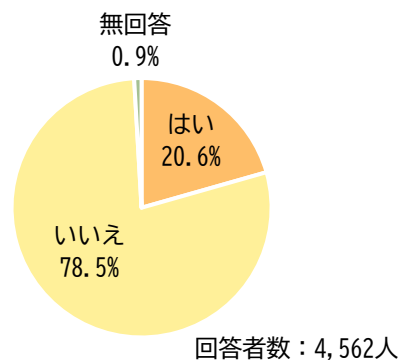
(6) 週に1回以上は外出しているか



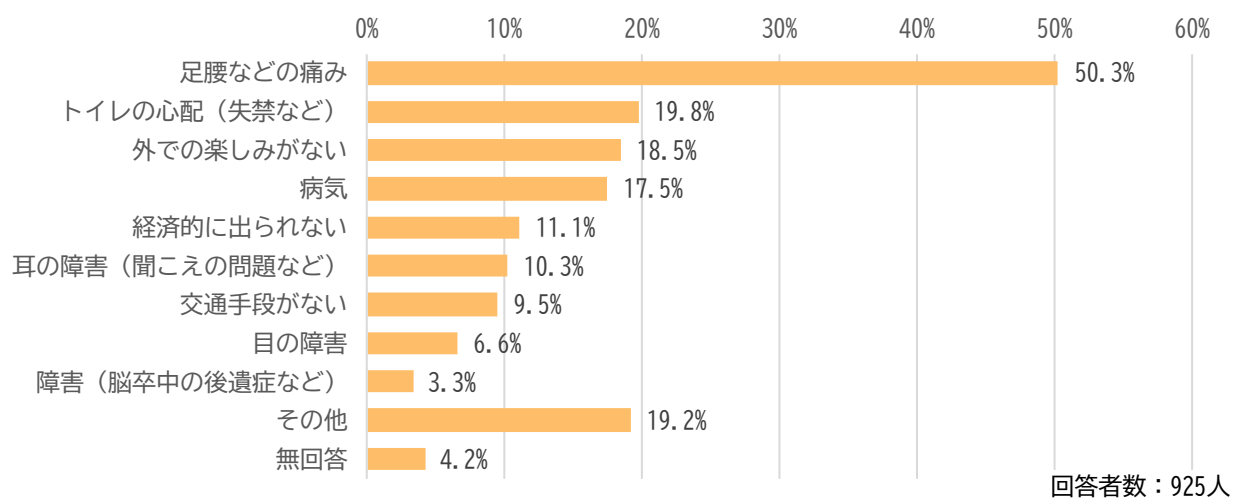
(7) 昨年と比べて外出の回数が減っているか



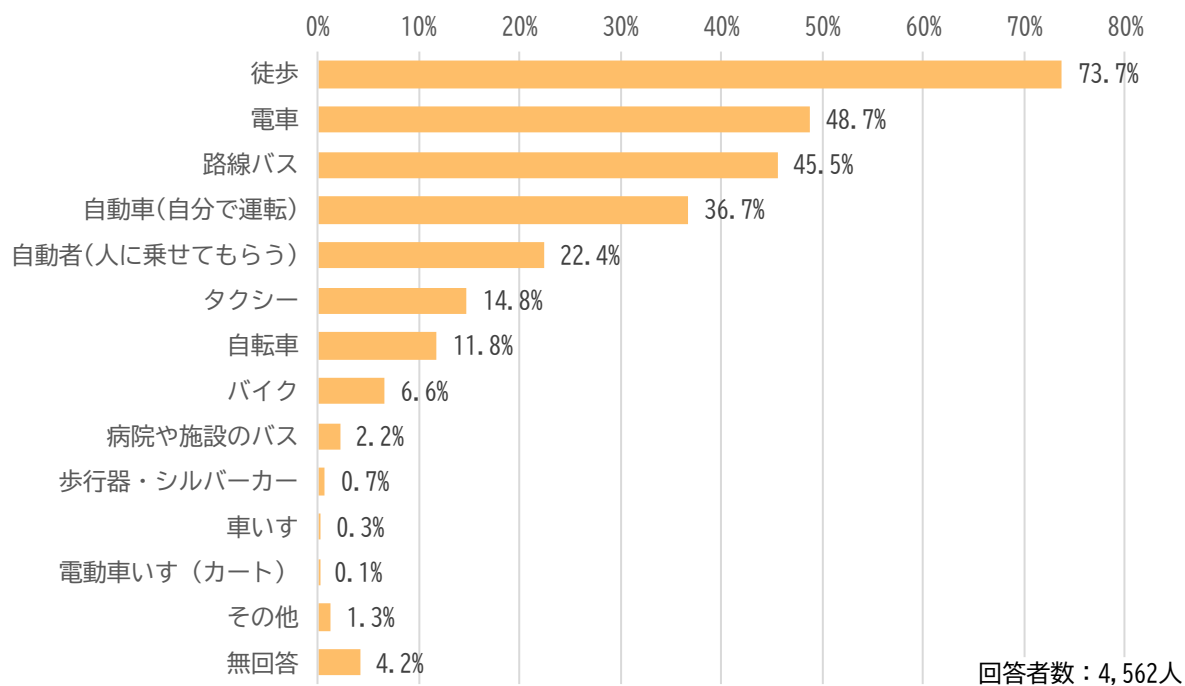
(8) 外出を控えているか



(9) 外出を控えている理由（複数回答） ※（8）で「はい」と回答した人について集計



(10) 外出する際の移動手段（複数回答）



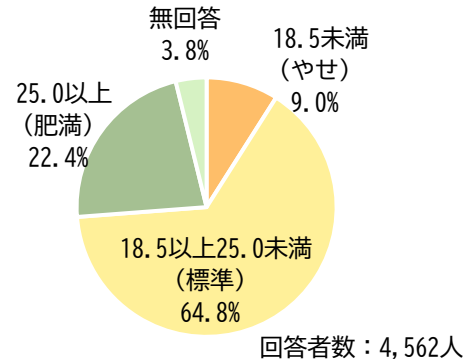
【問3】 食べることについて

(1) BMI

※ BMI とは肥満度を表す指標として
国際的に用いられている体格指数で、
[体重(kg)]÷[身長(m)の2乗]で
求められます。

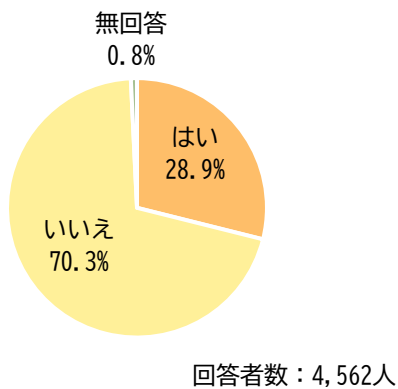
[判定基準]

18.5 未満 : やせ
18.5 以上 25.0 未満: 標準
25.0 以上 : 肥満

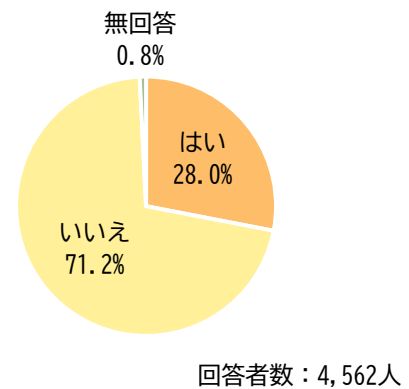


※ 身長・体重両方の回答のあった人について集計

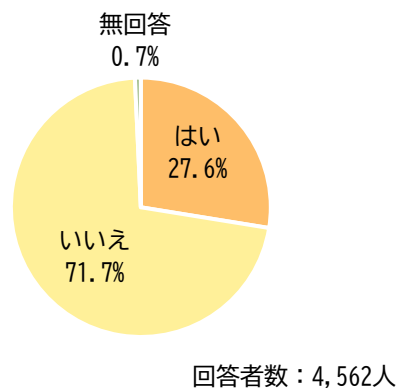
(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなったか



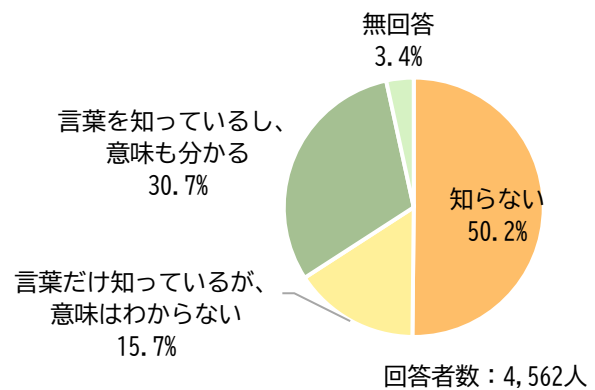
(3) お茶や汁物等でむせることがあるか



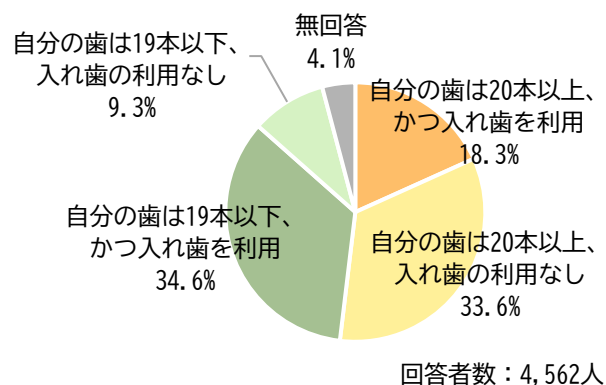
(4) 口の渇きが気になるか



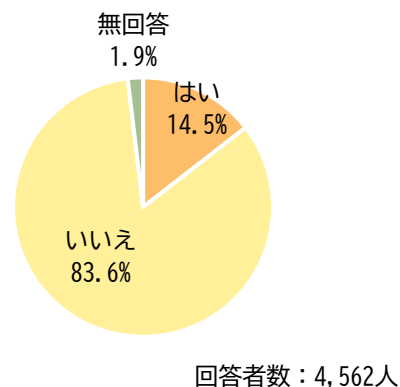
(5) オーラルフレイルを知っているか



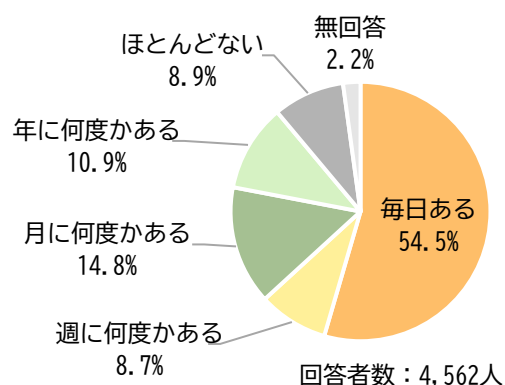
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて 32 本）



(7) 6か月間で2～3 kg 以上の体重減少があったか

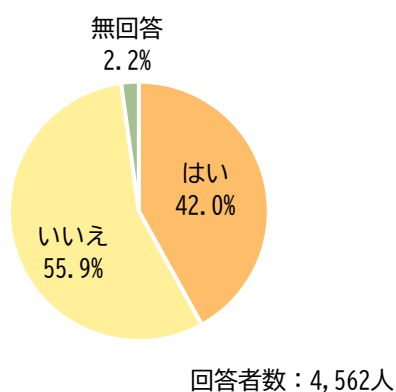


(8) 人と食事をとにもする機会はあるか

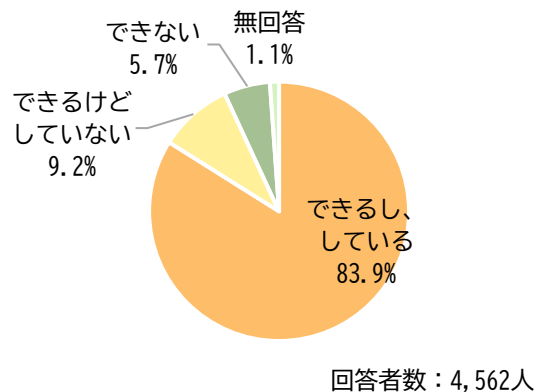


【問4】 毎日の生活について

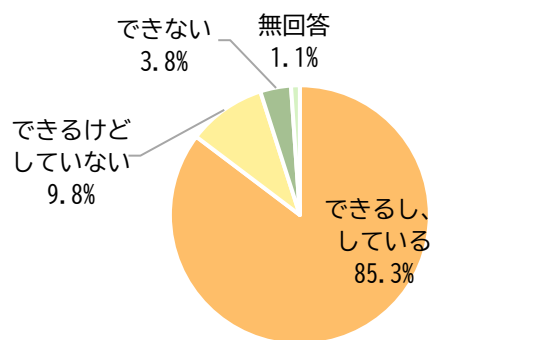
(1) 物忘れが多いと感じるか



(2) 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）

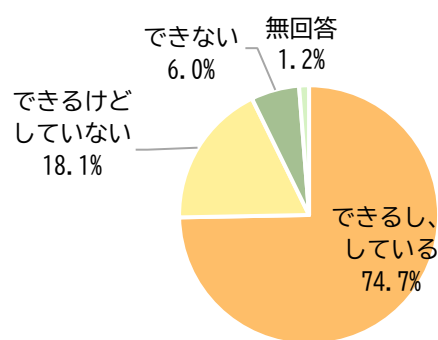


(3) 自分で食品・日用品の買物をしているか



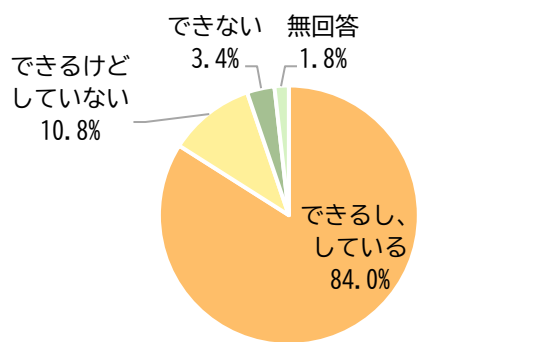
回答者数：4,562人

(4) 自分で食事の用意をしているか



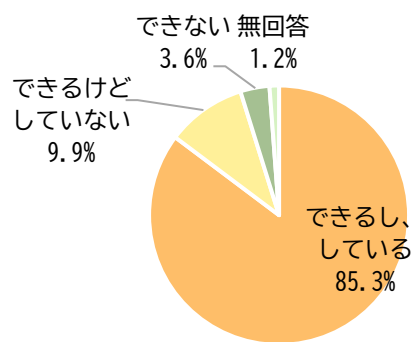
回答者数：4,562人

(5) 自分で請求書の支払いをしているか



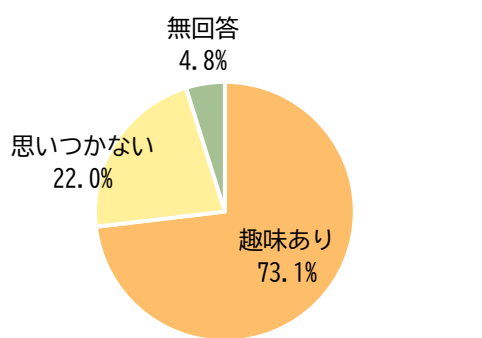
回答者数：4,562人

(6) 自分で預貯金の出し入れをしているか



回答者数：4,562人

(7) 趣味はあるか



回答者数：4,562人

【趣味の例】(1人が複数回答あり)

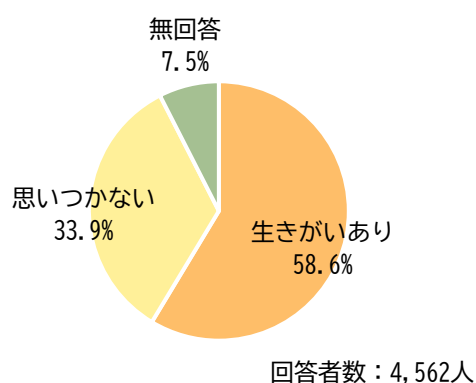
系列	人数	系列	人数
スポーツ	1,288	文化	164
頭脳	868	人との交流	55
ものづくり	830	食	44
音楽	604	自然	37
園芸	487	動物・生き物	33
外出	414	家族	2
娯楽	412	その他	91

趣味詳細 (多いもののみ抜粋)

スポーツ・・・球技(ゴルフなど)、ウォーキング(散歩含む)、釣り、ダンス・踊りなど
 頭脳・・・読書、ゲーム(麻雀、囲碁など)、クイズ・パズルなど
 ものづくり・・・手芸(編み物、洋裁など)、絵など
 音楽・・・歌唱(カラオケなど)、楽器、音楽鑑賞など
 園芸・・・ガーデニング、家庭菜園など
 外出・・・旅行など
 娯楽・・・テレビ、映画など
 文化・・・書、詩歌、美術鑑賞など
 その他・・・サウナなど

(8) 生きがいはあるか

【生きがいの例】



系列	人数	系列	人数
家族	909	ものづくり	105
人との交流	293	園芸	99
外出	224	音楽	78
頭脳	218	動物・生き物	70
スポーツ	172	自然	24
娯楽	161	文化	19
健康	121	その他	243
食	106		

生きがい詳細（多いもののみ抜粋）

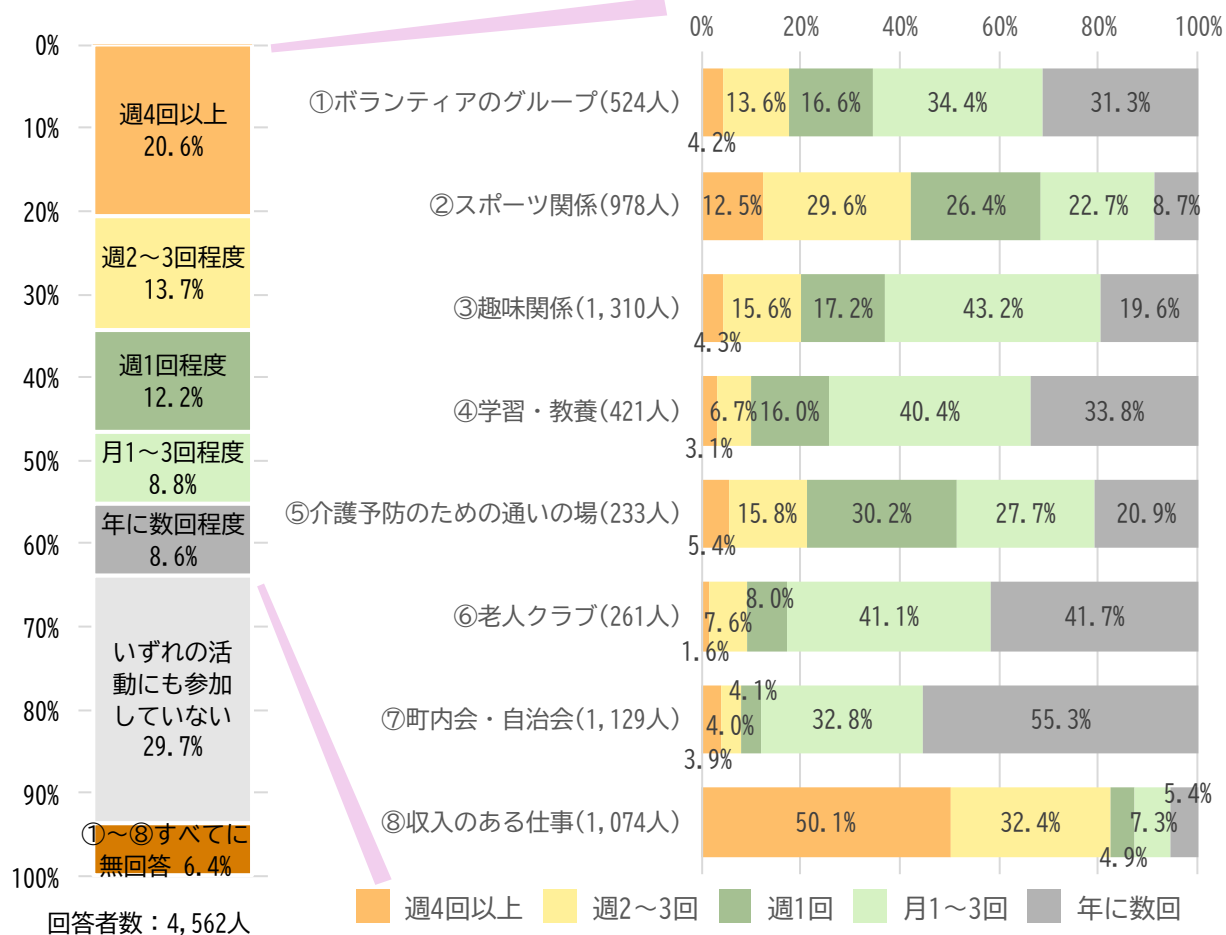
家族・・・孫、子ども、家族全般、配偶者など
 人との交流・・・友人、ボランティアなど
 外出・・・旅行など
 頭脳・・・仕事など
 スポーツ・・・球技（ゴルフ）など
 その他・・・日々を楽しむこと

【問5】地域での活動について

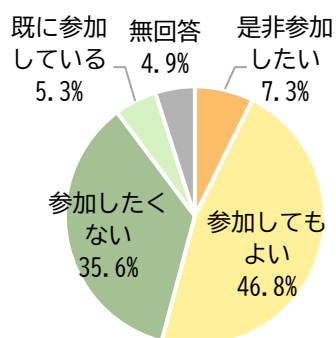
(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加しているか

※ 左のグラフは①～⑧を合算した回数で集計

右のグラフは①～⑧に参加している人について、頻度を集計

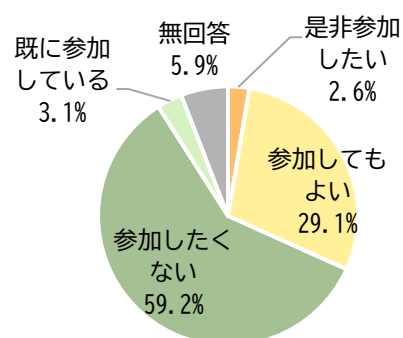


(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、その活動に参加者として参加してみたいと思うか



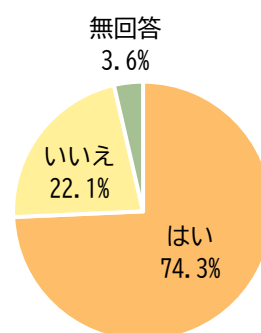
回答者数：4,562人

(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、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うか



回答者数：4,562人

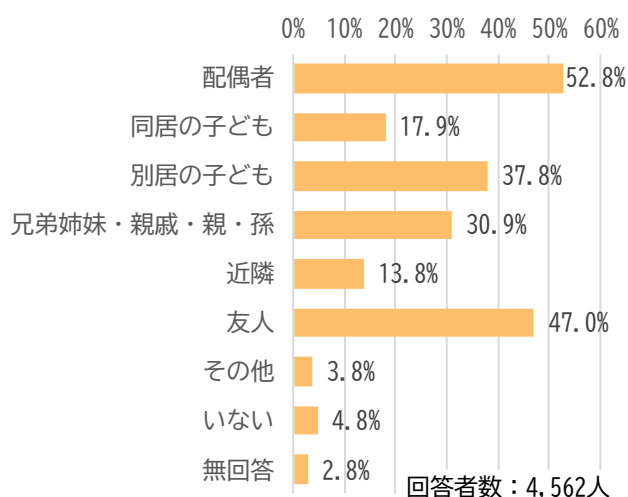
(4) 社会参加（就労、ボランティア、町内会の活動、趣味等）が介護予防に有用なことを知っているか



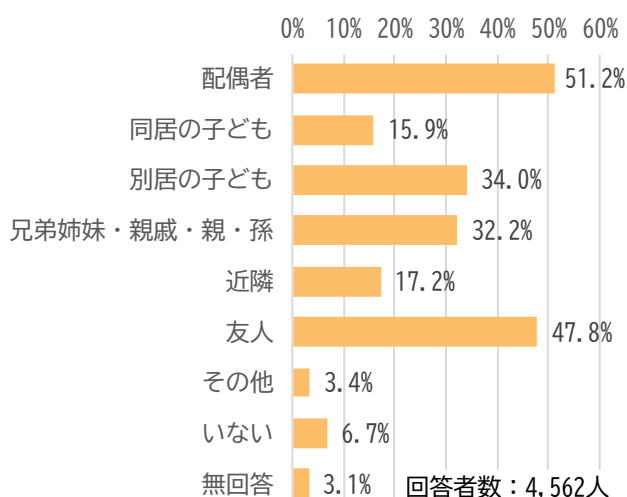
回答者数：4,562人

【問6】 たすけあいについて

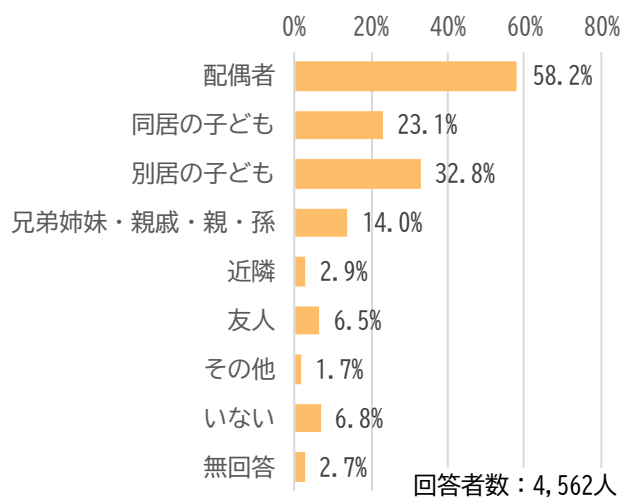
(1) 自分の心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（複数回答）



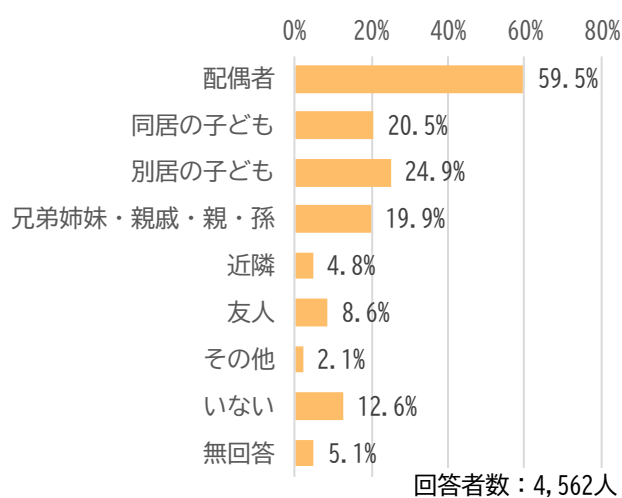
(2) 反対に、自分が心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（複数回答）



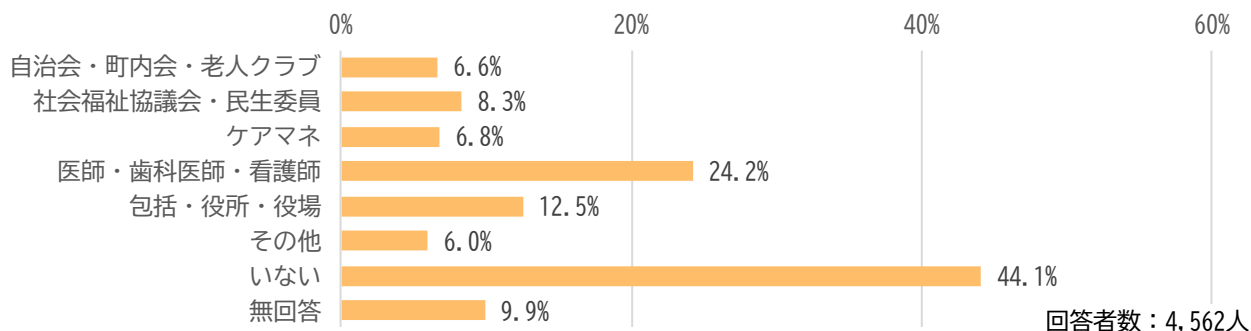
(3) 自分が病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（複数回答）



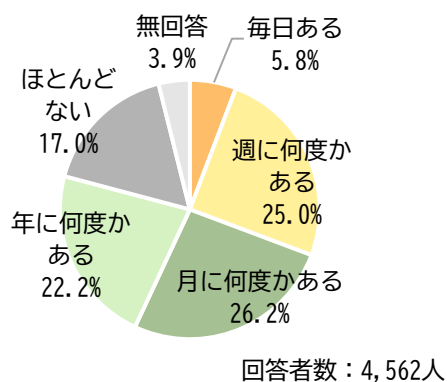
(4) 反対に、看病や世話をしてくれる人（複数回答）



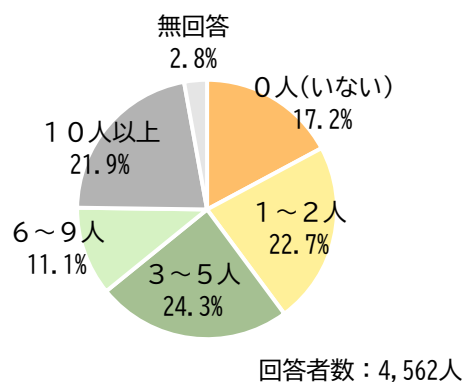
(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手（複数回答）



(6) 友人・知人と会う頻度

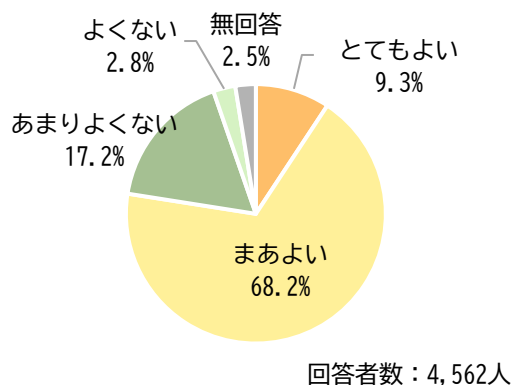


(7) この1か月間に会った友人・知人の人数（同じ人には何度会っても1人と数える）

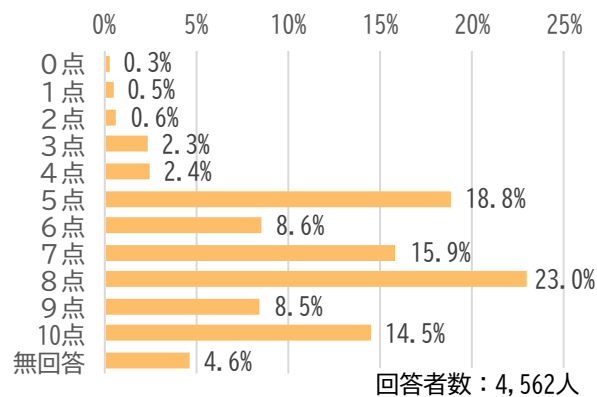


【問7】健康について

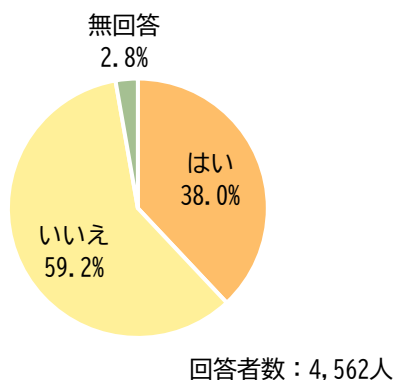
(1) 現在の健康状態



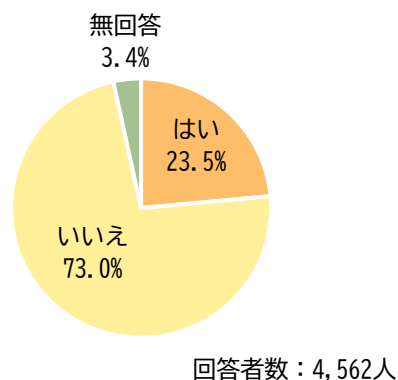
(2) 現在の幸福度（「とても不幸」は0点、「とても幸せ」は10点）



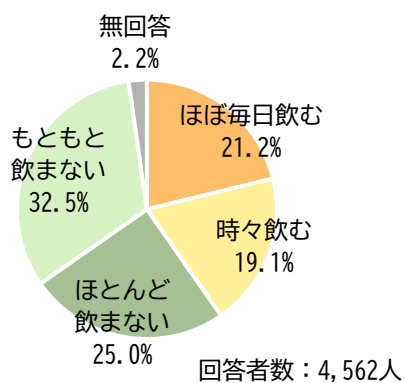
(3) この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがあったか



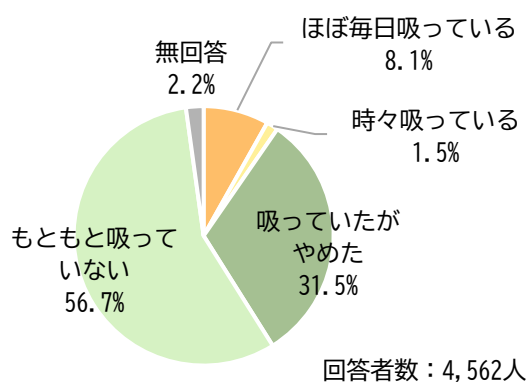
(4) この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくあったか



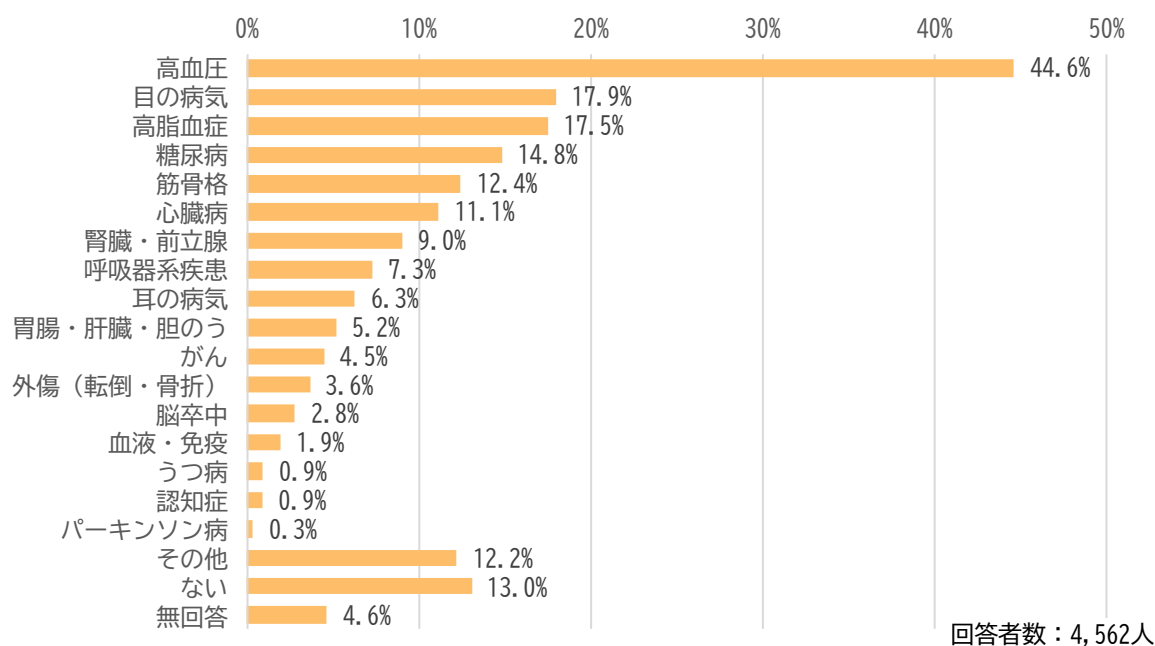
(5) お酒は飲むか



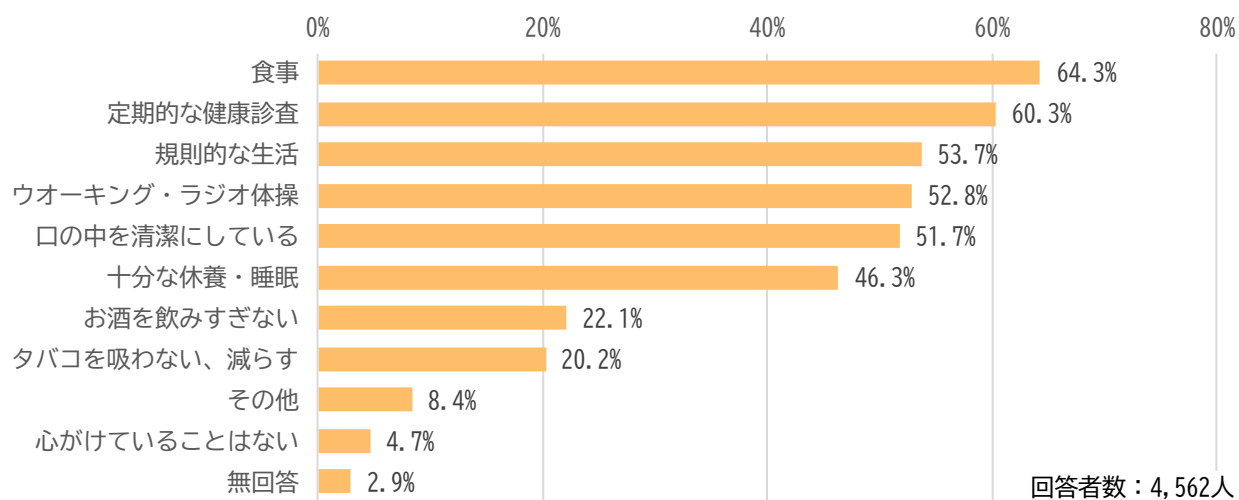
(6) タバコは吸っているか



(7) 現在治療中、または後遺症のある病気（複数回答）

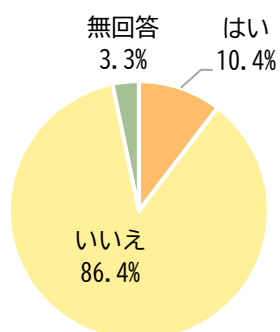


(8) 健康を維持するために心がけていること（複数回答）

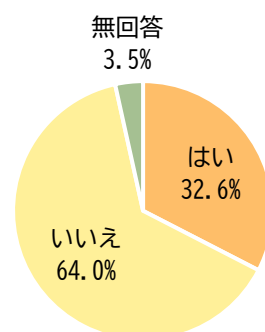


【問8】認知症にかかる相談窓口の把握について

- (1) 認知症の症状がある、または家族に認知症の症状がある人があるか
- (2) 認知症に関する相談窓口を知っているか

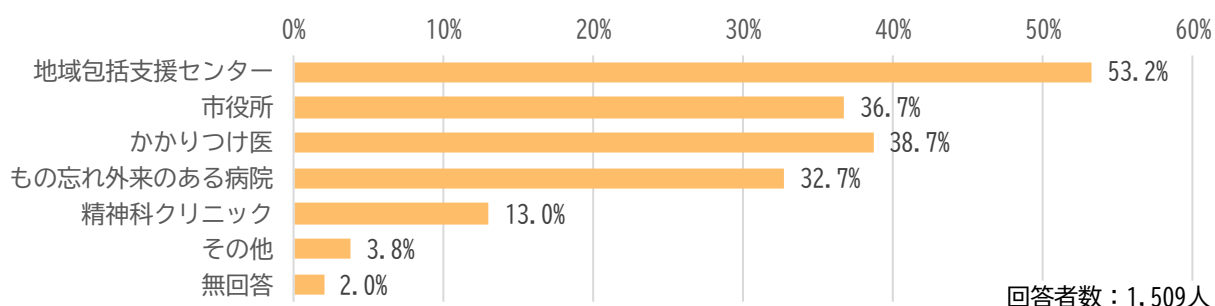


回答者数：4,562人



回答者数：4,562人

- (3) 知っている認知症の相談窓口（複数回答）※（2）で「はい」と回答した人について集計



回答者数：1,509人