

## はじめに(市民調査の結果分析について)

本資料では、令和7年度に実施した、市民に対するアンケート調査の結果を分析し、その内容を記載しています。その際、年齢や性別など回答者の属性ごとに回答を比較したり、問いと問いを横断して集計したり、他の設問との比較を行ったりする際は、正確な比較をおこなうため、無回答者を除いて割合を集計しています。複数の問いを集計する際は、特に断りがない場合は、関連する問いのすべてに回答している人のみを集計しています。

また、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査(以下「ニーズ調査」といいます。)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、層化無作為抽出による標本調査を行っています。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。これにより、市全体の傾向を把握できるようにしています。

資料中のnとは、その問いに無回答だった人を除く、有効回答数を示します。

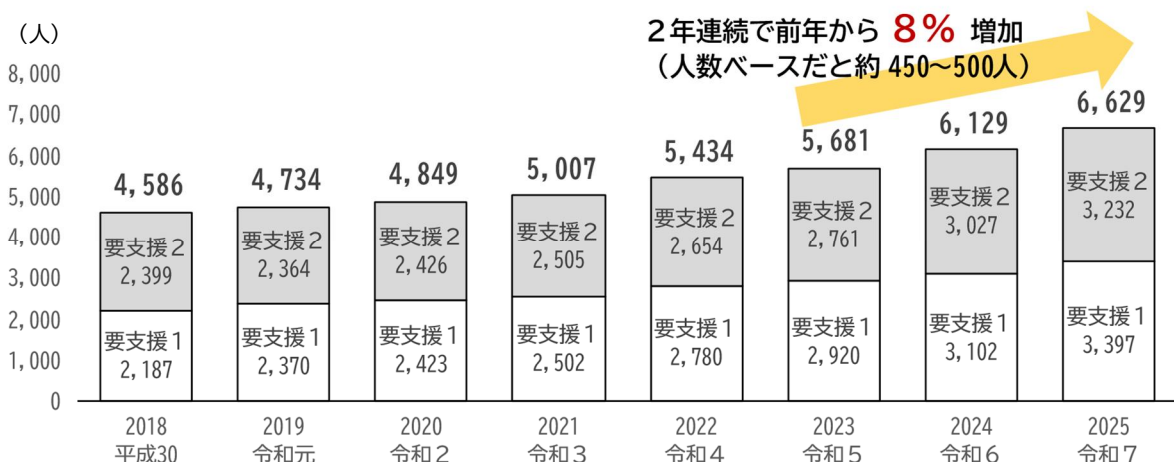
以下の資料は、上記内容を前提にご覧ください。なお、本資料で扱う市民に対するアンケート調査とは、ニーズ調査及び横須賀市 高齢者の生活状況調査(以下「生活状況調査」といいます。)のいずれかを示します。ニーズ調査は要介護1~5を除く65歳以上の人、生活状況調査は横須賀市在住の65歳以上の人を対象に、アンケート調査を実施しています。

資料内の「要介護認定者等(要介護等)」とは、要介護1~5の認定を受けている人及び新規に認定申請中の人を示します。「要支援認定者等(要支援等)」とは、要支援1~2の認定を受けている人及び事業対象者を示します。「自立」とは、上記以外の、いずれの認定等も受けていない人を示します。

## 1 それぞれの状態に応じた健康づくり

### (1) 本市の現状について

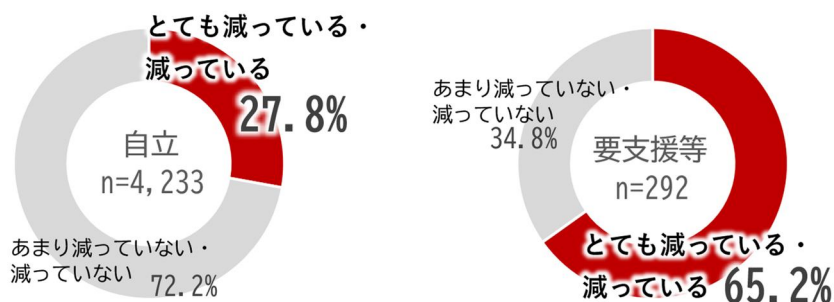
要支援1・2の認定を受けている人の数は年々増加していますが、特に直近数年は増加幅が大きく、増加ペースが加速しています。



データ元:介護保険事業状況報告(月報・各年度9月末時点)



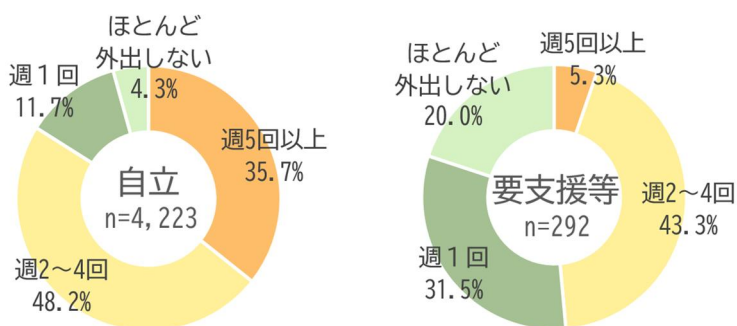
また、要支援認定者等は、外出を控えた結果、実際に外出回数の減少につながっています。



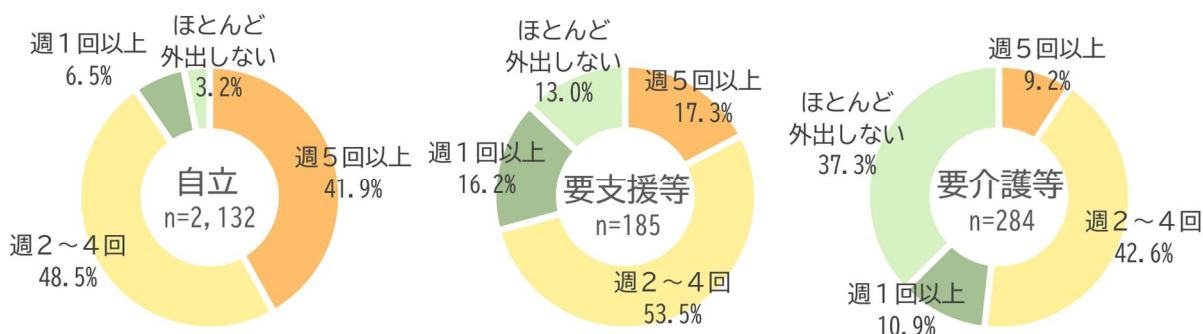
令和7年度 ニーズ調査 問2(7)昨年と比べて外出の回数が減っていますか

※「とても減っている」「減っている」を「とても減っている・減っている」、「あまり減っていない」「減っていない」を「あまり減っていない・減っていない」としてグラフ化

実際の外出頻度について、認定状況別にグループを分けて集計した結果は以下のとおりです。なお、ニーズ調査と生活状況調査で同様の質問をしているため、両方の結果を記載します。生活状況調査は、要介護認定者等にもご回答いただいているため、併せて記載しています。



令和7年度 ニーズ調査 問2(6)週に1回以上は外出していますか

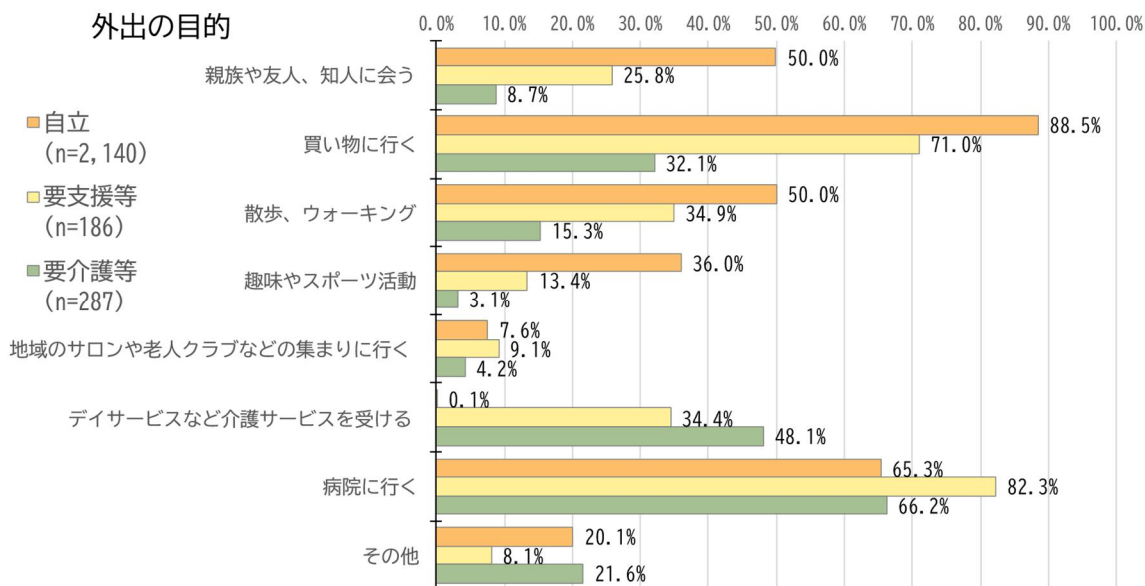


令和7年度 生活状況調査 問2(2)普段、どのくらいの頻度で外出していますか

自立の人で、ほとんど外出しない人は5%未満であるのに対し、要介護認定者等は4割近くがほとんど外出しないと回答しており、要支援認定者等も、調査によって幅がありますが、1~2割の人はほとんど外出しないと回答しています。

また、自立の状態だと、約4割の人が週5回以上外出している一方で、要支援認定者等は、週5回以上外出する割合が大きく下がっており、このことから、外出を控えている様子が読み取れます。

認定等を受けるようになると、外出頻度だけでなく、目的にも変化があります。

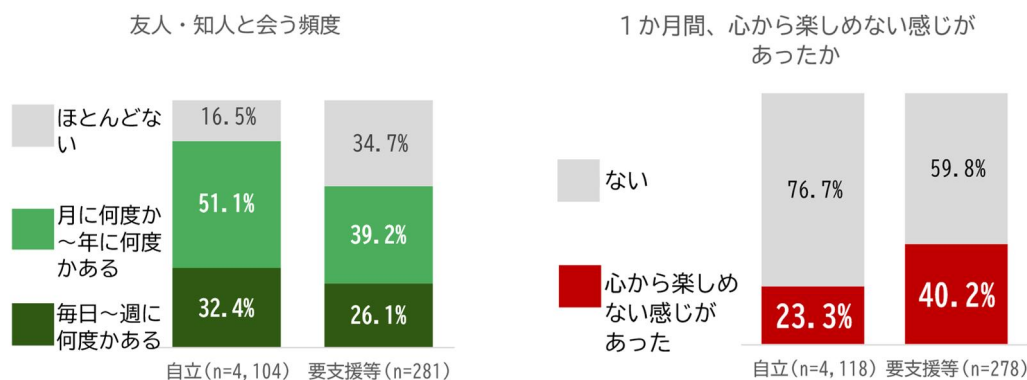


令和7年度 生活状況調査 問2(1)普段、どのような目的で外出することが多いですか(複数回答)

要支援認定者等は自立の人と比べて、「親族や友人、知人に会う」や「趣味やスポーツ活動」などの外出が大きく減っています。要介護認定者等になると、それがさらに顕著になります。一方で、「病院に行く」はどの層でも割合が高くなっています。また、「介護サービスを受ける」は要支援、要介護の人ほど多くなっています。つまり身体状況が変化するにつれ、楽しみや交流を目的とした外出の割合が減少し、生活維持に直結する目的の割合が増加する傾向にあります。

さきほどの頻度のグラフでは、すべてのグループで週2～3回外出する人の割合が一番高くなっており、外出頻度が下がらない層もいる可能性はありますが、それらの人も、外出内容については、変化している可能性があります。

外出頻度の低下及び目的の変化は、友人・知人と会う頻度や、気力の低下とも関連すると考えられます。



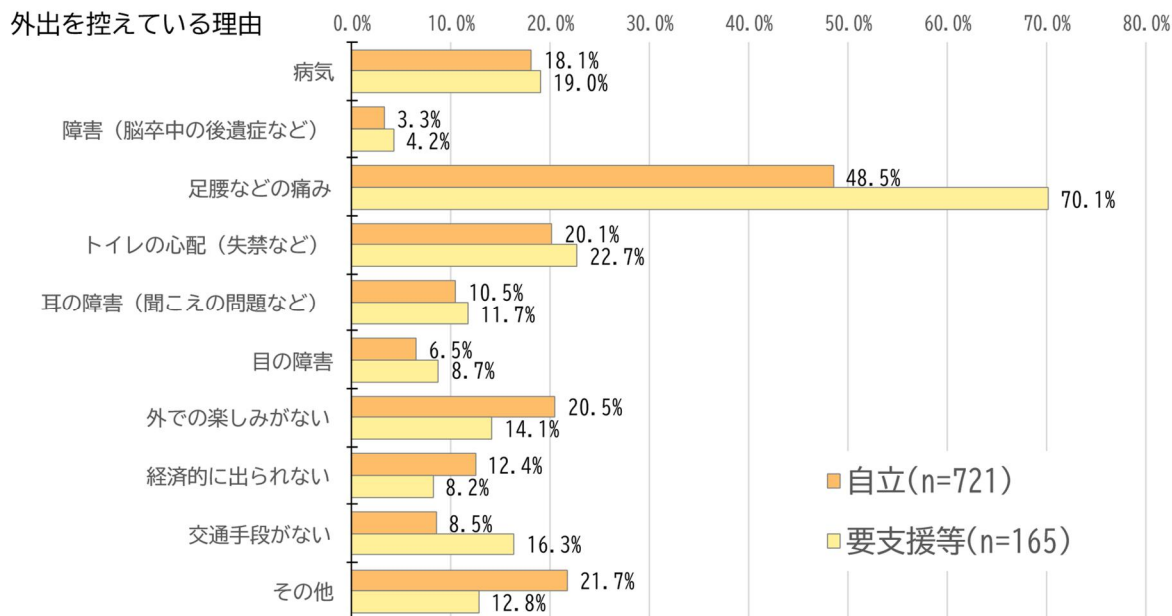
左 令和7年度 ニーズ調査 問6(6)友人・知人と会う頻度はどれくらいですか(「毎日ある」と「週に何度かある」を「毎日～週に何度かある」、「月に何度かある」と「年に何度かある」を「月に何度か～年に何度かある」としてグラフ化)

右 令和7年度 ニーズ調査 問7(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」を「心から楽しめない感じがあった」、「いいえ」を「ない」としてグラフ化)

要支援認定者等は、親しい人に会う目的での外出が減った結果、実際に友人や知人と会う頻度が減っています。また、心から楽しめない感じがあった人の割合も自立の人と比べると多く、身体状況やそれに伴う生活の変化が、気持ちの面にも影響している可能性があります。

外出状況の変化の背景には、足腰の痛みや体力の衰えなど身体面の課題に加え、転倒の不安、それに伴う外出意欲の低下など、心理面の課題があると考えられます。

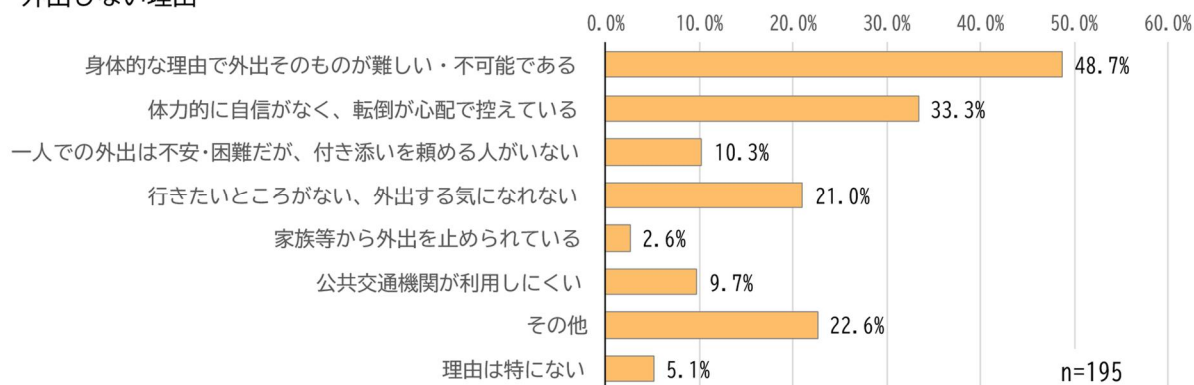
身体面の課題については、外出を控えている人に対する質問で、自立・要支援認定者の両方が、外出を控えている理由について「足腰などの痛み」を一番に挙げています。



令和7年度 ニーズ調査 問2(9)外出を控えている理由は、次のどれですか(複数回答)  
 ※問2(8)で「はい(外出を控えている)」と回答した人のみ答える設問

身体面及び心理面の課題が読み取れる設問として、外出頻度について「ほとんど外出しない」と回答した人の理由として、「身体的な理由で外出そのものが難しい・不可能である」の次に多い理由が「体力的に自信がなく、転倒が心配で控えている」「行きたいところがない、外出する気になれない」となっています。

#### 外出しない理由



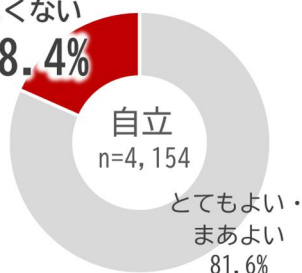
令和7年度 生活状況調査 問2(3)外出しない理由は次のどれですか(複数回答)  
 ※問2(2)で「ほとんど外出しない」と回答した人のみ答える設問。回答者数が少ないためグループ分けをせず、回答者全体の集計結果を記載

この結果から、自立の状態では定期的に出出している人でも、身体機能が衰えると痛みや不安から外出を控えるようになり、外出頻度が減少した結果、活動量が減ってしまい、それによりさらに体力が衰え、気力も低下し、外に出る機会がますます減ってしまう……という悪循環に陥っている可能性が考えられます。

心理面の課題としては、要支援認定者等は、自立の人と比べて、主観的健康観が低い傾向もみられます。

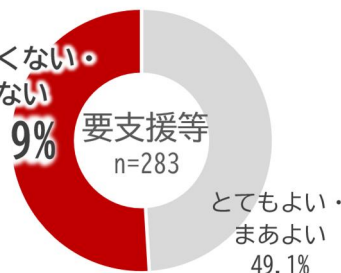
あまりよくない・

よくない  
18.4%



あまりよくない・

よくない  
50.9%



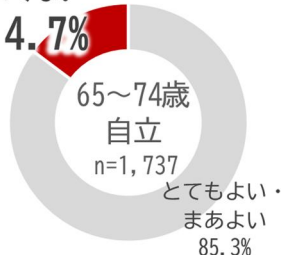
令和7年度 ニーズ調査 問7(1)現在のあなたの健康状態はいかがですか

※「とてもよい」「まあよい」を「とてもよい・まあよい」、「あまりよくない」「よくない」を「あまりよくない・よくない」としてグラフ化

ただし、自立の人であっても、年齢が高くなるにつれて健康不安が増加する傾向がみられません。先ほどの結果について、自立の人をさらに年齢別に分けた結果が以下のとおりです。

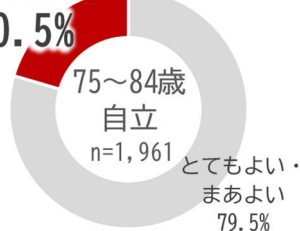
あまりよくない・  
よくない

14.7%



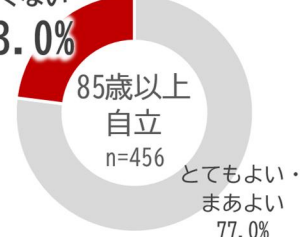
あまりよくない・  
よくない

20.5%



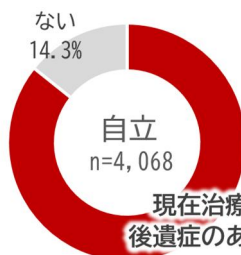
あまりよくない・  
よくない

23.0%

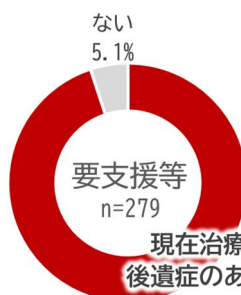


令和7年度 ニーズ調査 問7(1)現在のあなたの健康状態はいかがですか

また、高齢者になると、何らかの治療中または後遺症のある病気がある人が増えます。認定があってもなくても、85%以上の人何らかの病気があると回答しています。



85.7%



94.9%

令和7年度 ニーズ調査 問7(7)現在治療中、または後遺症のある病気はありますか(複数回答)

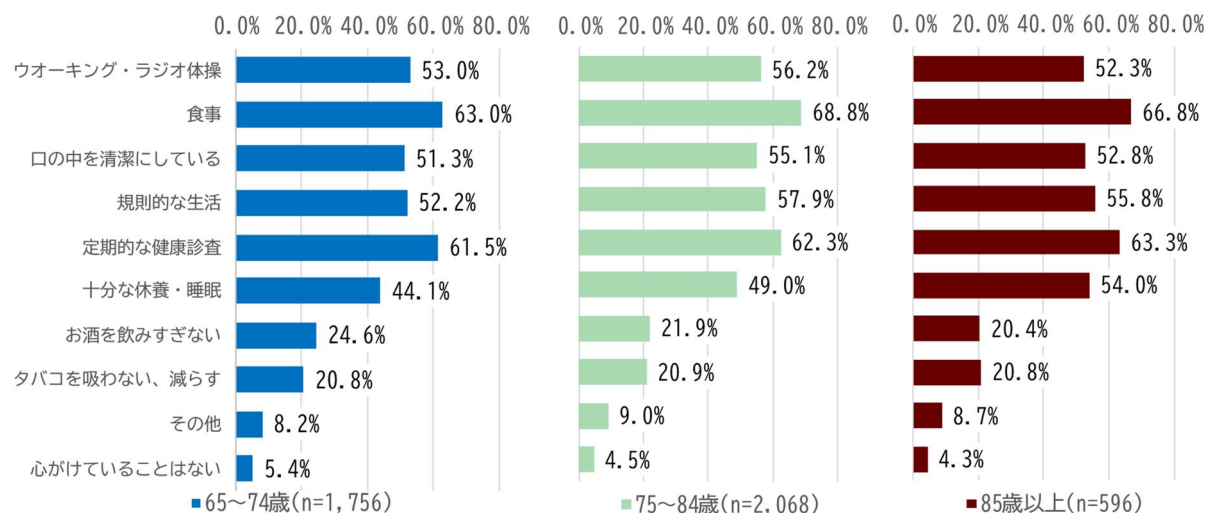
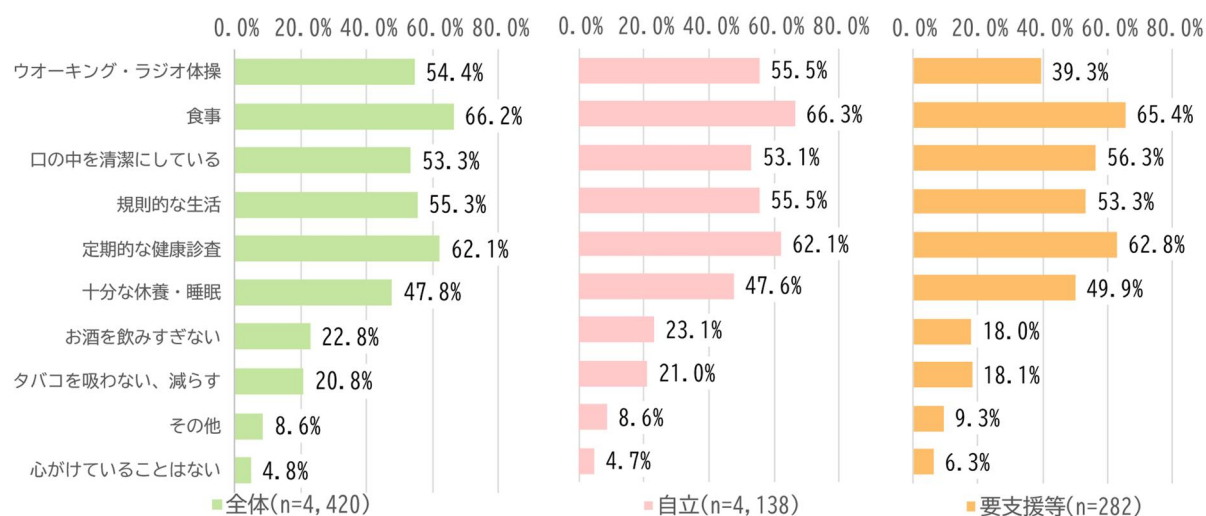
※「ない」を選択した方を「ない」、「ない」以外の何らかの項目(その他含む)を1つ以上選択した方を「現在治療中、または後遺症のある病気がある」として集計

このことから、高齢者は複数の慢性疾患に加えて、年齢と共に様々な機能が衰え、フレイル状態になりやすくなることが分かります。

しかし、加齢により身体状況が変わったり、要支援認定を受けたりして、生活や健康観が変わっていく一方で、健康を維持しようという意識については、年齢や認定による差があまり見られませんでした。

以下のグラフは、上の段は、左が全体の割合で、真ん中が自立の人、右が要支援認定者等について集計したグラフです。健康を維持するために心がけていることについて、「ウォーキング・ラジオ体操」は、身体的に難しい人が出てくるためか、要支援認定者等は自立に比べて割合が下がりますが、そのほかの項目については、認定の有無による差があまりありません。

下の段は、年齢を3区分に分けて集計したグラフです。「食事」や「十分な休養・睡眠」については年齢が高い人の方が気を付けている傾向にありますが、その他の項目については、こちらも大きな差はありません。



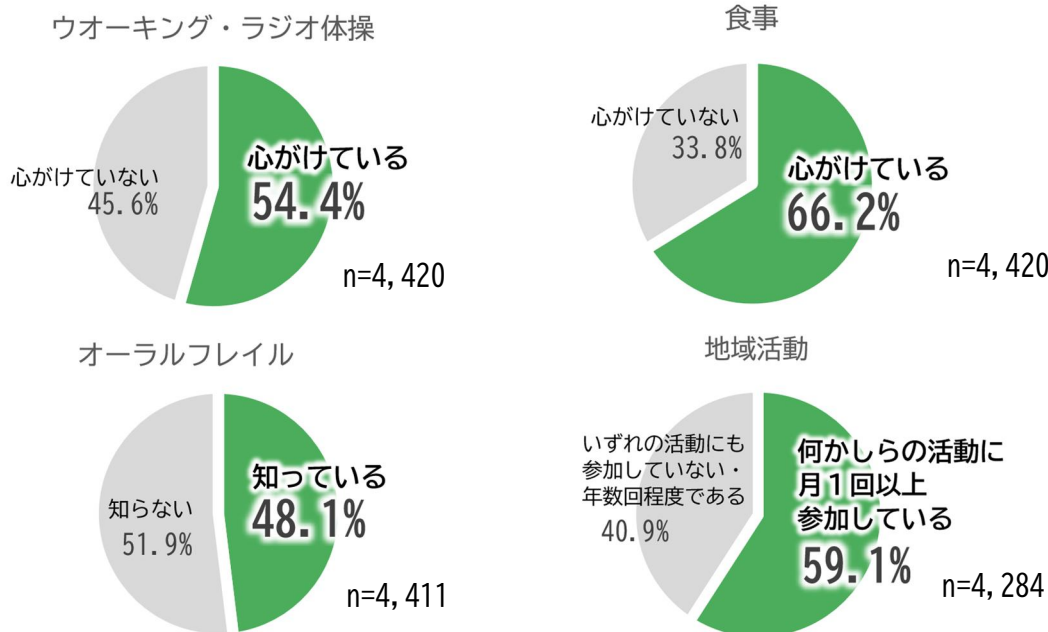
令和7年度 ニーズ調査 問7(8)健康を維持するためにどのようなことを心がけていますか(複数回答)

このことから、自分の健康を維持するために心がけている様々な習慣は、加齢や身体状況の変化に関わらず、維持・継続されているのではないかと考えられます。

## (2) フレイル予防について

フレイル予防は、「身体活動」「栄養」「社会参加」の「3本柱」を意識することが重要とされています。「栄養」には、食事以外に、口腔機能も含まれます。

ニーズ調査によると、フレイル予防のそれぞれの柱については、半数程度の人が意識している、あるいは実際に取り組んでいる状態です。

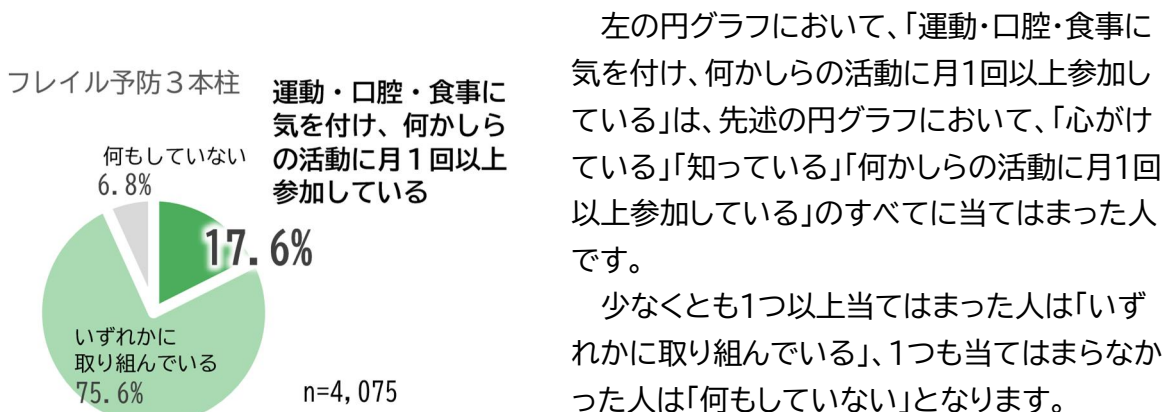


上段 令和7年度 ニーズ調査 問7(8)健康を維持するためにどのようなことを心がけていますか(複数回答)  
 ※左のグラフは「ウォーキング・ラジオ体操」、右のグラフは「食事」の選択肢を選んだ人を「心がけている」、選ばなかった人を「心がけていない」として集計

下段左 令和7年度 ニーズ調査 問3(5)オーラルフレイルを知っていますか  
 ※「言葉を知っているし、意味も分かる」、「言葉だけ知っているが、意味は分からない」を「知っている」として集計  
 下段右 令和7年度 ニーズ調査 問5(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  
 ※「①ボランティアのグループ」「②スポーツ関係のグループやクラブ」「③趣味関係のグループ」「④学習・教養サークル」「⑤介護予防のための通いの場」「⑥老人クラブ」「⑦町内会・自治会」「⑧収入のある仕事」という8項目において、①～⑧のすべてに無回答だった人を除き、「週4回以上」を「4」、「週2～3回」を「2.5」、週1回を「1」、月1～3回を「0.5」、年に数回を「0.1」、「参加していない」及び無回答を「0」と、週1回を基準に数値化したのち①～⑧を合計し、その合計値が0.5未満だった人を、先ほどの基準に戻し「いずれの活動にも参加していない・年数回程度である」とし、それ以外の人を「何かしらの活動に月1回以上参加している」として集計

上段左のグラフは「身体活動」、上段右及び下段左のグラフは「栄養」について意識している人、下段右のグラフは「社会参加」をしている人の割合を示しています。

フレイル3本柱についての取り組みを、総合的に集計すると次のようになります。



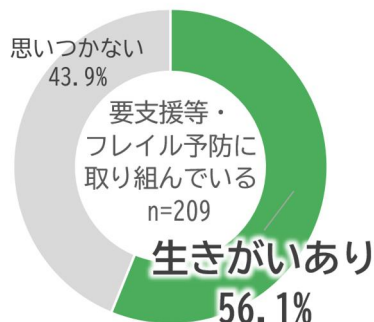
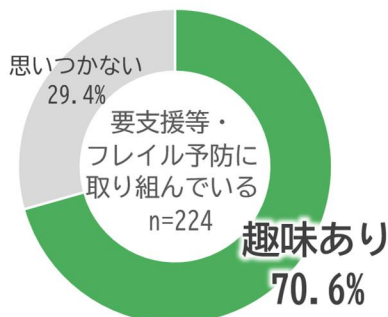
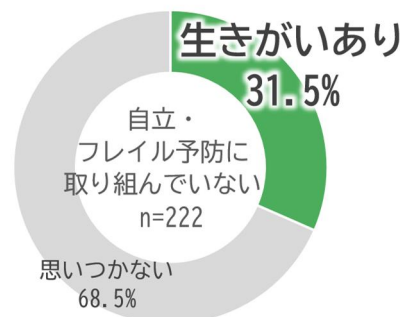
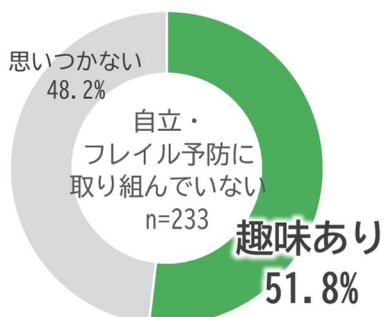
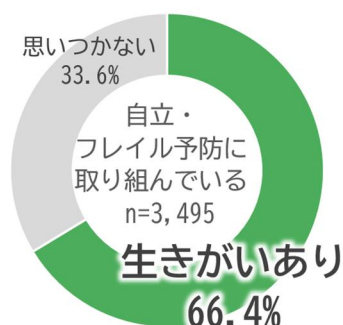
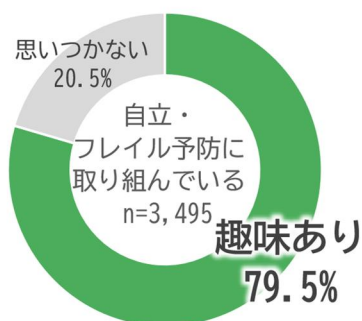
左の円グラフにおいて、「運動・口腔・食事に気を付け、何かしらの活動に月1回以上参加している」は、先述の円グラフにおいて、「心がけている」「知っている」「何かしらの活動に月1回以上参加している」のすべてに当てはまった人です。

少なくとも1つ以上当てはまった人は「いずれかに取り組んでいる」、1つも当てはまらなかった人は「何もしていない」となります。

このように全体的に見てみると、横須賀市においては、9割以上の人々が、すでに自らのフレイル予防に資する何かしらの活動に取り組むことができている状況です。また、全体の20%弱の人は、フレイル3本柱のすべてに気を付けて生活していることが分かります。

フレイル予防に取り組んでいる人は、趣味や生きがいを持っている割合が、取り組んでいない人と比べて高い傾向にあります。

自立の段階からフレイル予防に取り組んでいる人の約8割は趣味があり、7割弱の人は生きがいを持っています。また、要支援状態になってもフレイル予防に取り組み続けている人も、約7割は趣味を持ち続けており、6割弱は生きがいを持っています。これは、フレイル予防に全く取り組んでいない自立の人と比較しても高い割合であり、特に社会参加の影響が大きいと考えられます。



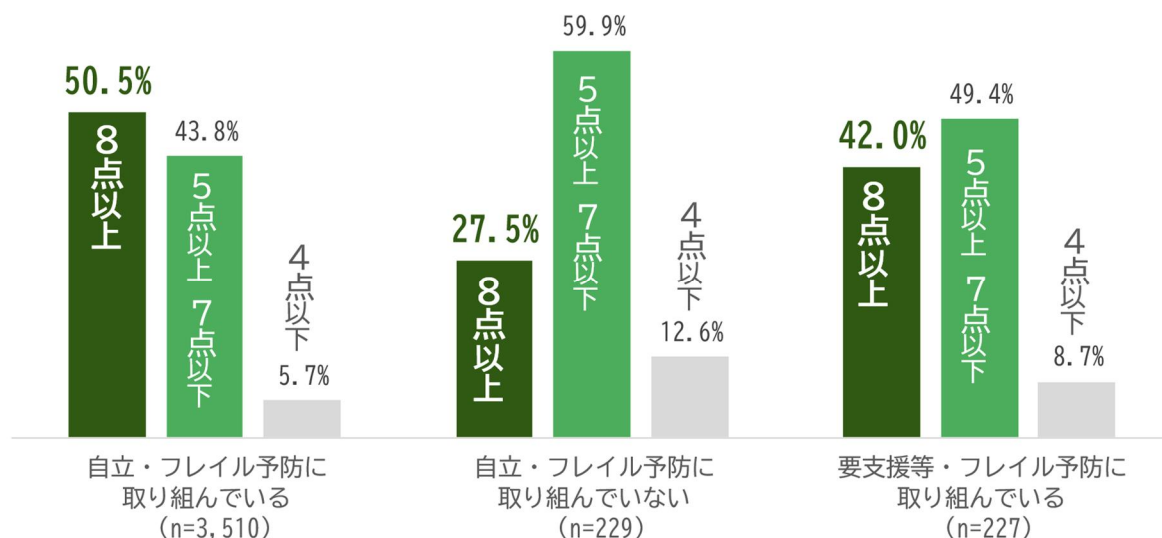
左 令和7年度 ニーズ調査 問4(7)趣味はありますか

右 令和7年度 ニーズ調査 問4(8)生きがいはありますか

※先ほどの円グラフで「運動・口腔・食事に気を付け、社会参加をしている」の人及び「いずれかに取り組んでいる」の人を「フレイル予防に取り組んでいる」、「何もしていない」の人を「フレイル予防に取り組んでいない」とし、自立・要支援等の状況に分けてグループ化し、主観的幸福度とクロス集計

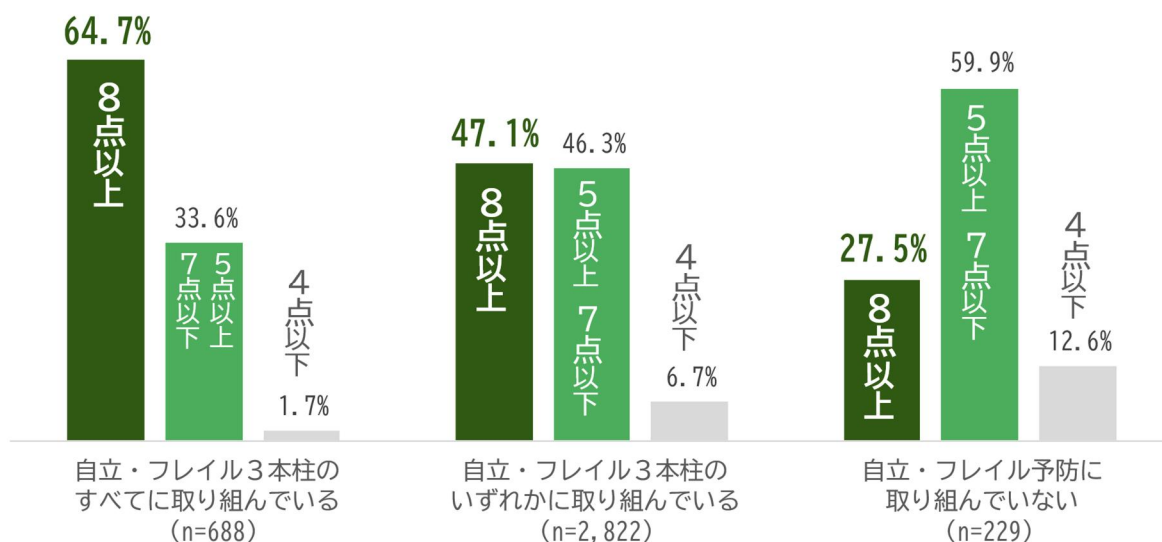
※なお、「要支援等・フレイル予防に取り組んでいない」のグループはサンプル数が非常に小さいため、統計的な分析が不可能であることから、グラフ化していない

フレイル予防に取り組んでいる人は、要支援認定等の有無にかかわらず、主観的幸福度が高い傾向にあります。まずは高齢者が目的意識を持って、取り組みやすいものから介護予防に取り組めるよう支援することが、「いくつになってもだれもが自分らしく幸せに生きられる」ことにつながると考えられます。



令和7年度 ニーズ調査 問7(2)あなたは、現在どの程度幸せですか(「とても不幸」は0点、「とても幸せ」は10点)  
 ※グループ分けは趣味・生きがいのグラフと同様

また、フレイル予防は3本柱が相互に影響していますから、すでに何らかの取り組みを始めている人は、3本柱のすべてに取り組めるのがより効果的です。より積極的にフレイル予防に取り組んでいる人は、より幸福度が高い傾向にあります。



令和7年度 ニーズ調査 問7(2)あなたは、現在どの程度幸せですか(「とても不幸」は0点、「とても幸せ」は10点)  
 ※先ほどの円グラフで「運動・口腔・食事に気を付け、社会参加をしている」の人を「フレイル3本柱のすべてに取り組んでいる」、「いずれかに取り組んでいる」の人を「フレイル3本柱のいずれかに取り組んでいる」、「何もしていない」の人を「フレイル予防に取り組んでいない」とし、自立の人のみを主観的幸福度とクロス集計  
 要支援認定者等は、このグループ分けではサンプル数が小さすぎるため、グラフ化していない

### (3) オーラルフレイルについて

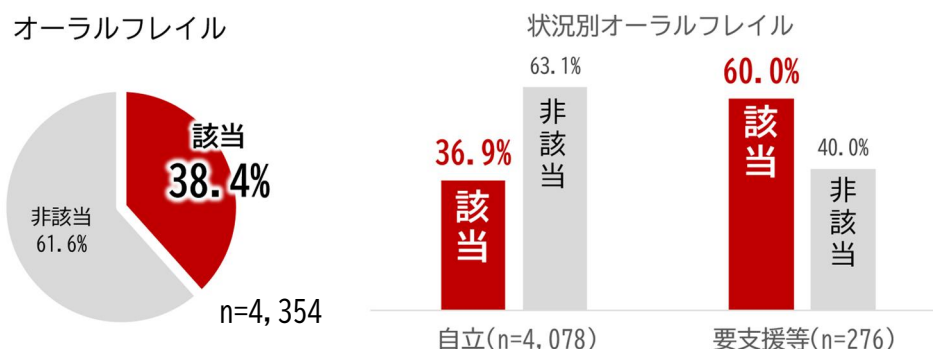
オーラルフレイルとは、お口のフレイルのことです。歯の喪失や食べること・話すことに代表されるさまざまな機能の『軽微な衰え』が重なり、口の機能低下の危険性が増している状態ですが、早期に気づいて対応をすれば改善も可能な状態です。オーラルフレイルを見過ごしていると、やがて食欲低下、心身の機能低下にまでつながり、要介護状態になる可能性もあると考えられています。

「オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント」(令和6年(2024年)4月1日発出、一般社団法人日本老年医学会、一般社団法人日本老年歯科医学会、一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会)によると、「固い食べ物が噛めない」「むせる」「口が乾く」「歯が少ない」「滑舌が悪い」のうち、2つ以上当てはまる場合、オーラルフレイルとするとされています。そこで、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果を当該項目に照らし合わせて、市内にオーラルフレイルの該当者がどのくらいいるか分析しました。

以下の4つの項目で2つ以上当てはまる人を「オーラルフレイル該当」と整理しています。

- ・問3(2)「半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか」に「はい」と回答
- ・問3(3)「お茶や汁物等でむせることがありますか」に「はい」と回答
- ・問3(4)「口の渇きが気になりますか」に「はい」と回答
- ・問3(6)「歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください」で自分の歯が19本以下と回答

なお、滑舌についてはアンケート項目に存在しないため、この4項目で集計します。すべての問いに回答している人のみを集計対象とした結果、次のようになりました。

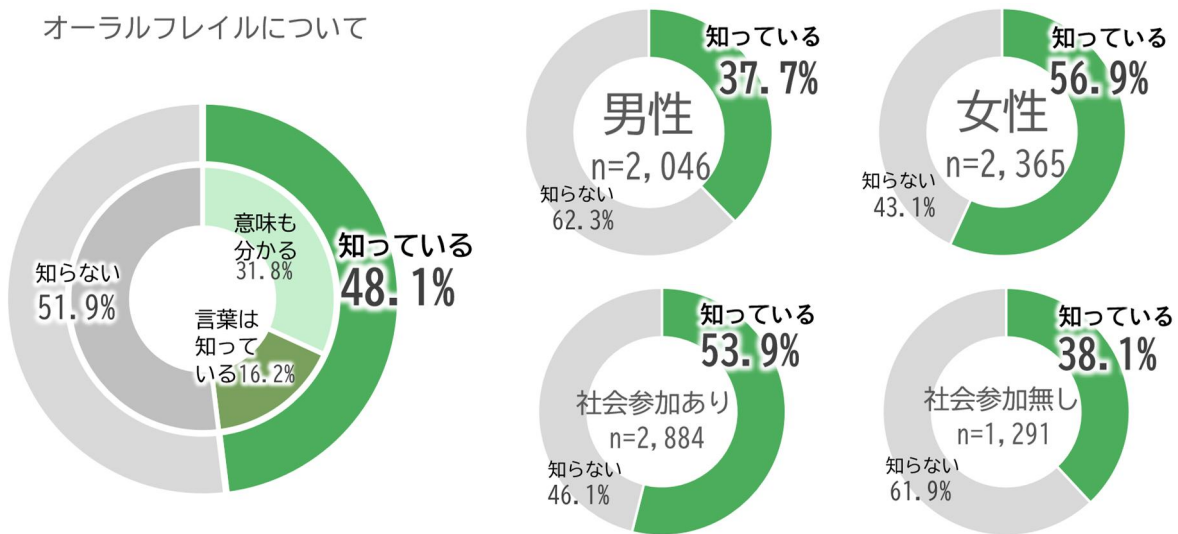


左の円グラフから分かるように、オーラルフレイルに該当した人は全体の約4割です。なお、設問に「滑舌」についての項目(例:「言葉をはっきりと発音できないことがあるか」)が加われば該当者となった人が、「非該当」の中に含まれる可能性があります。したがって、実際のオーラルフレイル該当者は、もう少し多い可能性があります。

右の棒グラフは、オーラルフレイルの該当状況について、要支援認定者等と自立の人の結果を比較した結果です。状態の違いによって、オーラルフレイルの該当率に大きな差があります。このことから、お口の状況と身体全体の状況には、関連があることが分かります。

オーラルフレイルの予防のためには、まずオーラルフレイルの認知度を上げることが重要です。現在の横須賀市におけるオーラルフレイルの認知度は、以下のようになっています。

オーラルフレイルについて

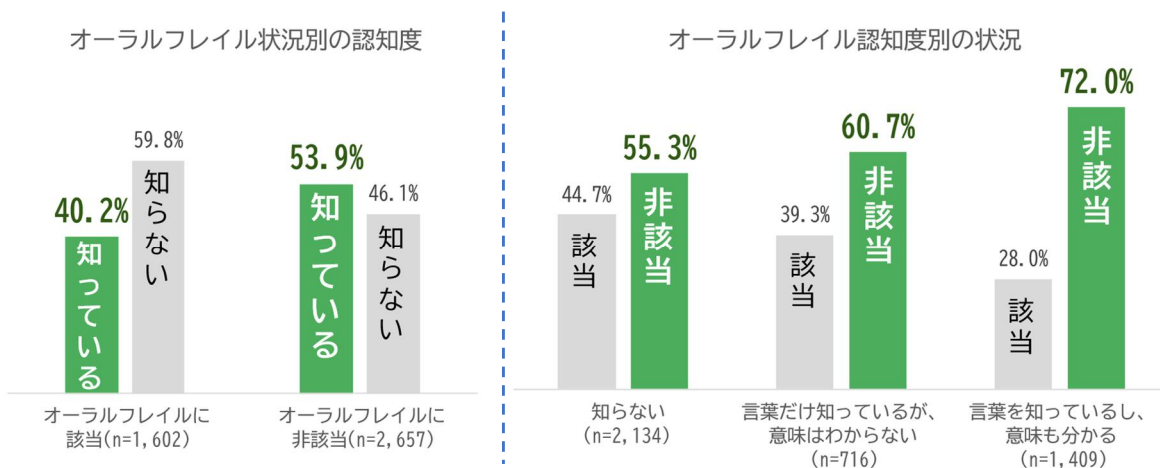


令和7年度 ニーズ調査 問3(5)オーラルフレイルを知っていますか

オーラルフレイルという言葉自体は、知っている人と知らない人が半々でした。

回答者の属性でさらに分析すると、「男性」や「社会参加をしていない人」は、オーラルフレイルの認知度が低いことが分かりました。「社会参加をしていない人」とは、フレイル予防の項目で出てきた「地域活動」(ニーズ調査問5(1))について、いずれの活動にも全く参加していない人を表します。

次に、オーラルフレイルの認知度と、オーラルフレイルに該当するかを合わせて見ました。



左のグラフは、先ほどのオーラルフレイル該当者と非該当者のグループ別に、オーラルフレイルの認知度を集計したものです。該当者は4割程度しか知らないのに対し、非該当者は半数以上がオーラルフレイルを知っています。

右のグラフは、オーラルフレイルの認知度別のグループで、オーラルフレイルの該当状況を見たものです。オーラルフレイルについてよく知っている人ほど、オーラルフレイルの非該当者が多いことが分かります。

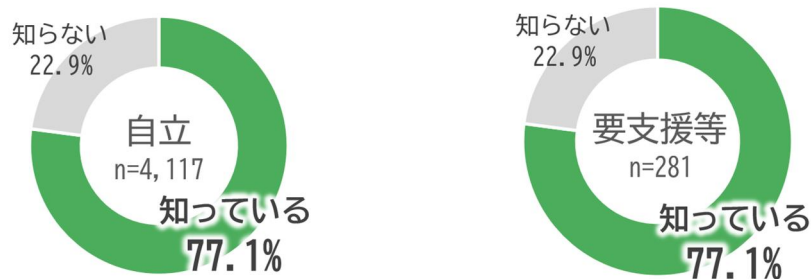
これらのことから、オーラルフレイルの認知度と該当状況には関連があると言えます。

## 2 地域における支え合いの基盤づくり

### (1) 本市の現状について

社会参加が健康増進や介護予防につながることは広く知られています。横須賀市においても、約8割の人が社会参加は介護予防に有用であると知っており、自立であっても要支援認定者等であっても、その割合は同じです。つまり、高齢になり自身の状態像が変わったとしても、できる範囲で社会参加を続けることが大切だと、多くの人が認識している状況だと言えます。

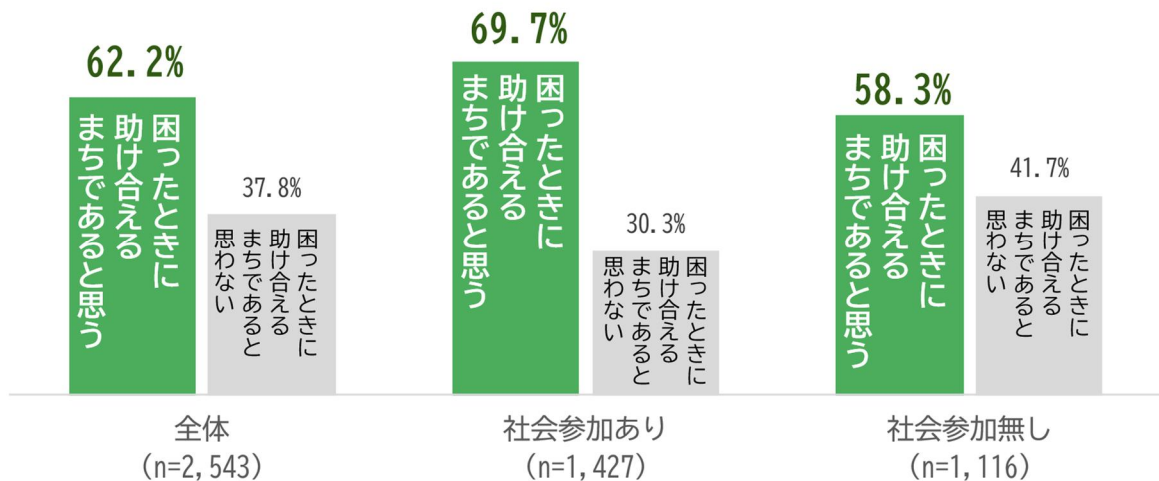
#### 社会参加が介護予防に有用と知っているか



令和7年度 ニーズ調査 問5(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ますか ※「はい」を「知っている」、「いいえ」を「知らない」としてグラフ化

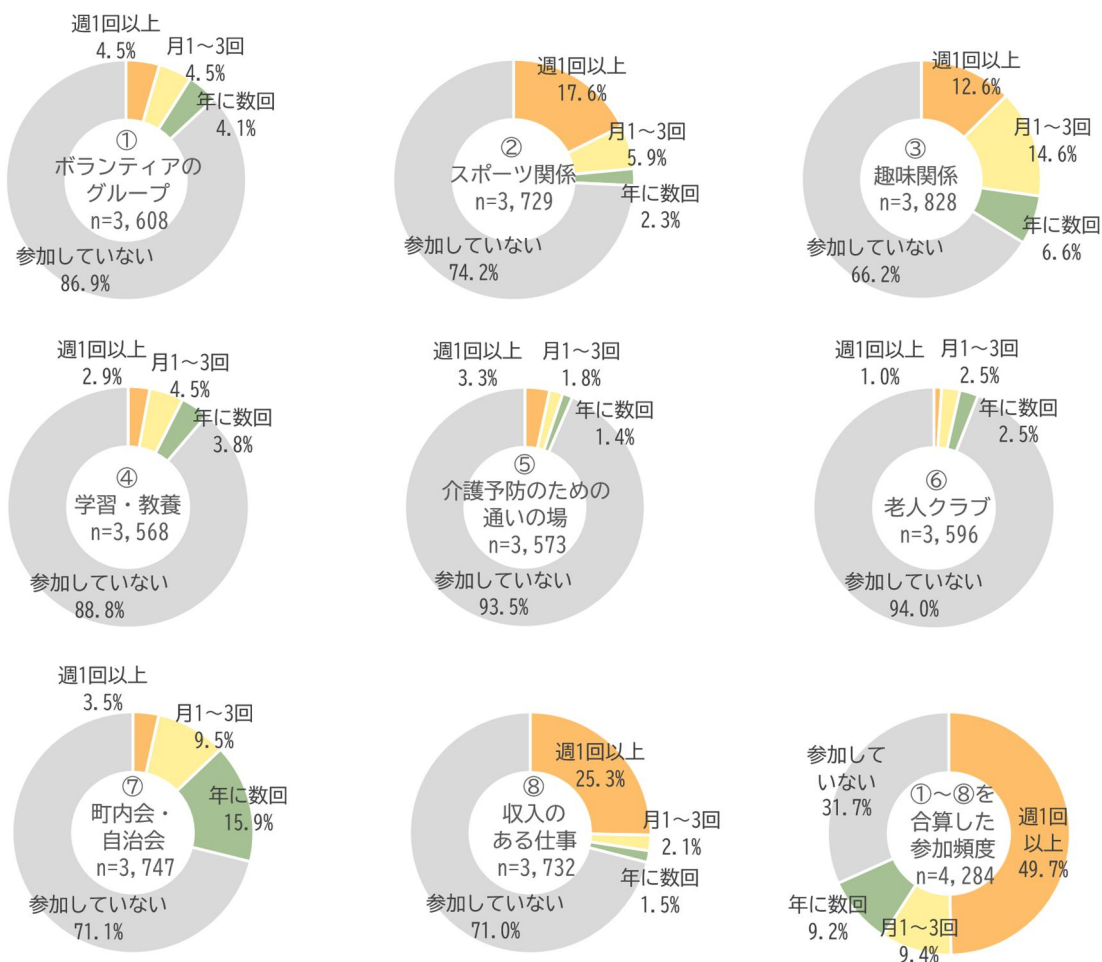
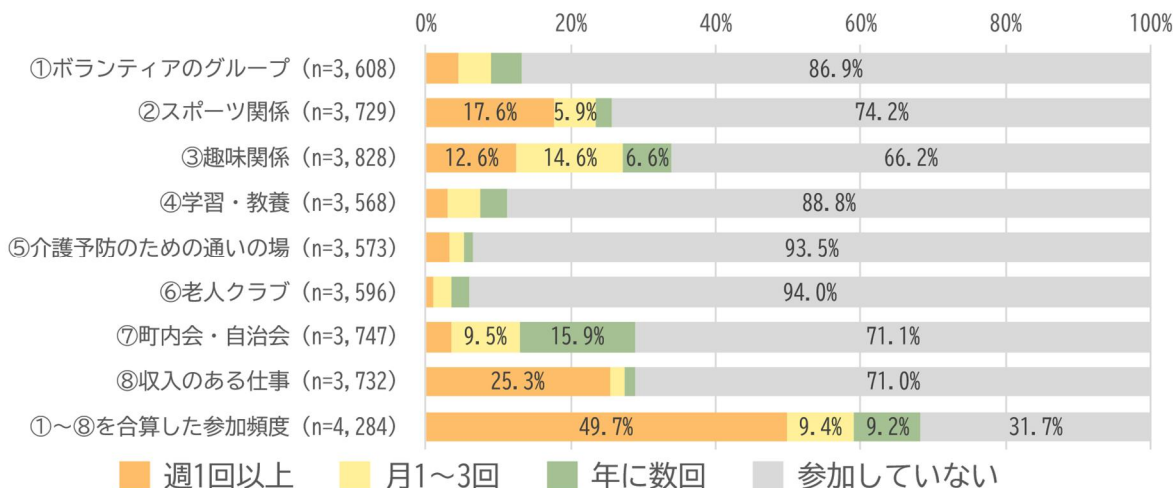
社会参加といっても様々な活動がありますが、地域で行われている様々な活動が、地域に住む人々をつなげます。そして多くの人々がつながることで、強固な地域コミュニティが形成され、やがては「困ったときに助け合えるまち」の醸成につながることを期待されます。

実際に、地域活動に参加している人と参加していない人では、「困ったときに助け合えるまち」であるかどうかの感じ方に差があります。



令和7年度 生活状況調査 問4(1)あなたの住むまちは、困ったときに助け合えるまちであると思いますか ※「そう思う」「どちらかといえばそう思う」を「困ったときに助け合えるまちであると思う」、「どちらかといえばそう思わない」「そう思わない」を「困ったときに助け合えるまちであると思わない」としてグラフ化  
 ※問2(1)普段、どのような目的で外出することが多いですか(複数回答) の問いについて、「趣味やスポーツ活動」「地域のサロンや老人クラブなどの集まりに行く」と回答した人を「社会参加あり」、有効回答のうちこの2つの選択肢のどちらも選ばなかった人を「社会参加なし」としてグループに分けている

様々な活動について、全体の参加率は以下のようになっています。

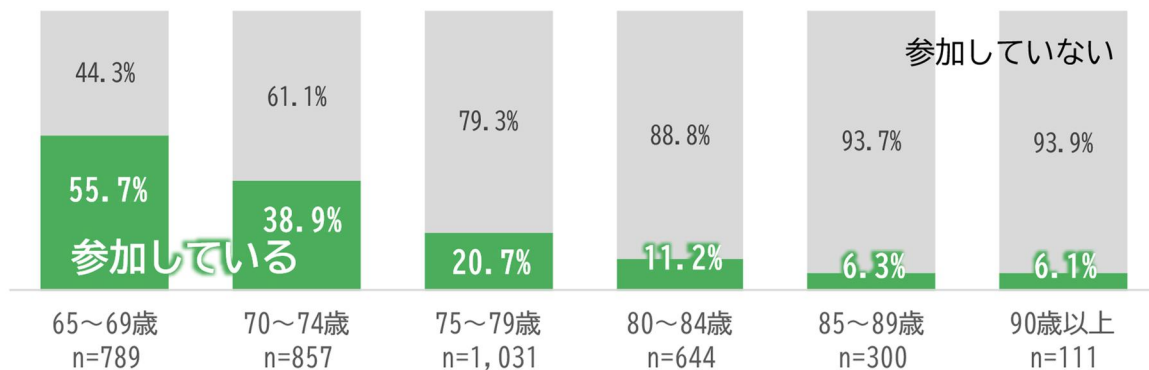


令和7年度 ニーズ調査 問5(1)以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか  
 ※「週4回以上」「週2~3回」「週1回」を「週1回以上」にまとめて集計  
 ※「①~⑧を合算した参加頻度」は、各活動において「週4回以上」を「4」、「週2~3回」を「2.5」、週1回を「1」、月1~3回を「0.5」、年に数回を「0.1」、「参加していない」及び無回答を「0」と、週1回を基準に数値化したのち①~⑧を合計し、先ほどの基準に戻して頻度を算出し、①~⑧のすべてに無回答だった人を除いて割合を算出している

約7割の人が、①~⑧のいずれかの活動に、少なくとも年数回以上参加しています。また、粗い推計ではありますが、約5割の人が、いずれかの活動に、あるいは複数の活動を組み合わせ、週1回以上の参加をしています。

ここでは特に「⑧収入のある仕事」に着目します。社会が変化するにつれて、年齢を重ねても仕事を続ける人が多くなりました。60代、70代での就労は珍しいものではなく、80歳以上でも就労し続けている人も一定数います。

### ⑧収入のある仕事への参加



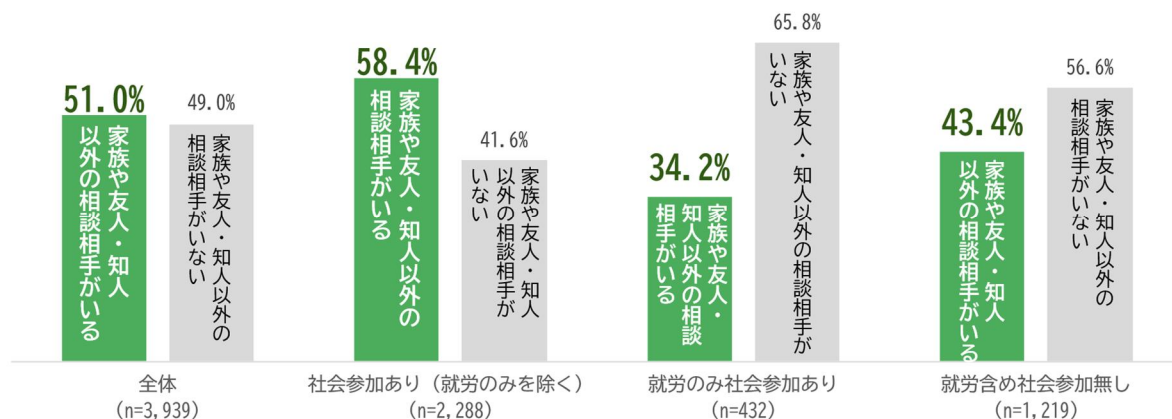
令和7年度 ニーズ調査 問5(1)以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

### ⑧収入のある仕事への参加

※「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」を「参加している」にまとめ、年齢5歳区分ごとに集計し、グラフ化

高齢になっても仕事を続けることは、自己実現や生きがいの獲得における重要な手段の一つであり、元気な高齢者(アクティブシニア)の活躍はどんどん広がっています。

その一方で、先ほどの様々な社会参加において、「収入のある仕事」にのみ参加をしている人は、社会参加がない人よりも地域の相談資源の認知度が低い傾向にあります。



令和7年度 ニーズ調査 問6(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

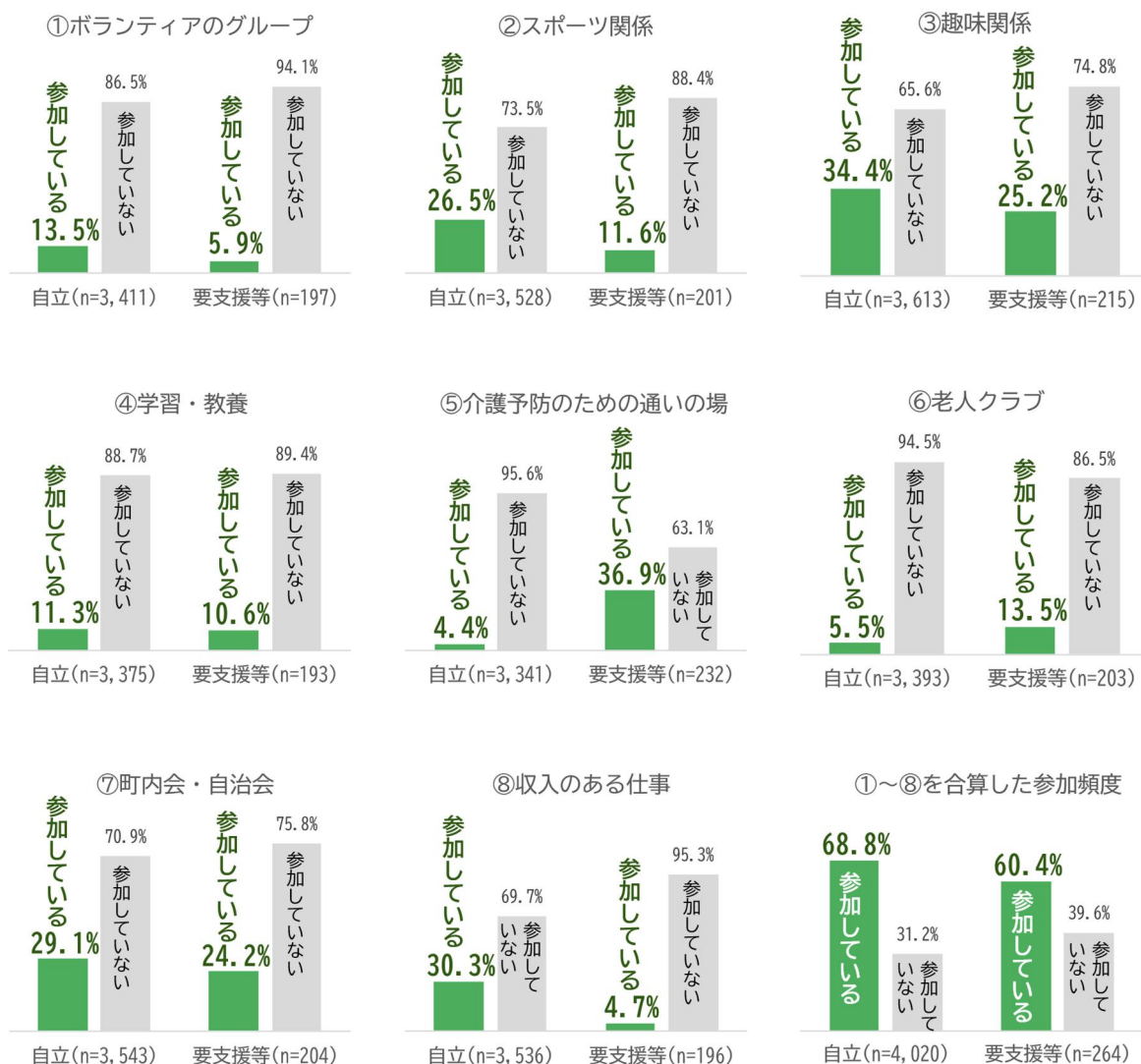
※「そのような人はいない」を「家族や友人・知人以外の相談相手がいない」、それ以外の選択肢を1つ以上選択した人を「家族や友人・知人以外の相談相手がいる」として集計

※問5(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 の問いについて、すべての活動において「参加していない」と回答した人を「就労含め社会参加無し」、「収入のある仕事」のみ参加していると回答した人を「就労のみ社会参加あり」、収入のある仕事以外の何らかの活動に参加している人(収入のある仕事にも参加している人を含む)を「社会参加あり(就労のみを除く)」としてグループに分けている  
なお、①～⑧のすべての活動の参加頻度について無回答の人を「無回答」として扱っている

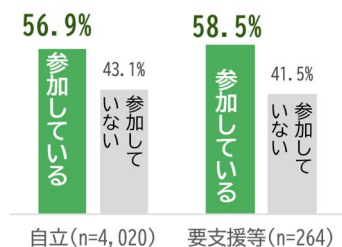
このことから、特にフルタイムで働いていた人が仕事を辞めたときに、急に社会とのつながりを失ってしまうことで、社会的フレイルの入り口になってしまう可能性が示唆されます。

いずれ仕事を終える時を見据えて、仕事をしているうちからその他の地域活動を併せて行うことが、社会とのつながりを持ち続けるために有用です。

また、自身の状態像が変わっても、社会参加を続けることは大切です。要支援認定等の有無が社会参加に影響を及ぼすのかについて、自立と要支援認定者等のグループに分けて、様々な活動への参加の有無を比較しました。



①～⑦を合算した参加頻度



すべての活動について総合的に見ると、要支援認定者等は、自立の人と比較して活動への参加率が低くなっています。ただし「②スポーツ関係」や「⑧収入のある仕事」など、体力が落ちると参加が難しくなるものは特に要支援認定者等の参加率低下がみられるものの、「⑤介護予防のための通いの場」や「⑥老人クラブ」の参加率は要支援認定者等のほうが高くなっています。

また、「⑧収入のある仕事」以外の①～⑦の活動を合算して集計したところ、自立の人と要支援認定者等には参加の有無について差が見られませんでした。

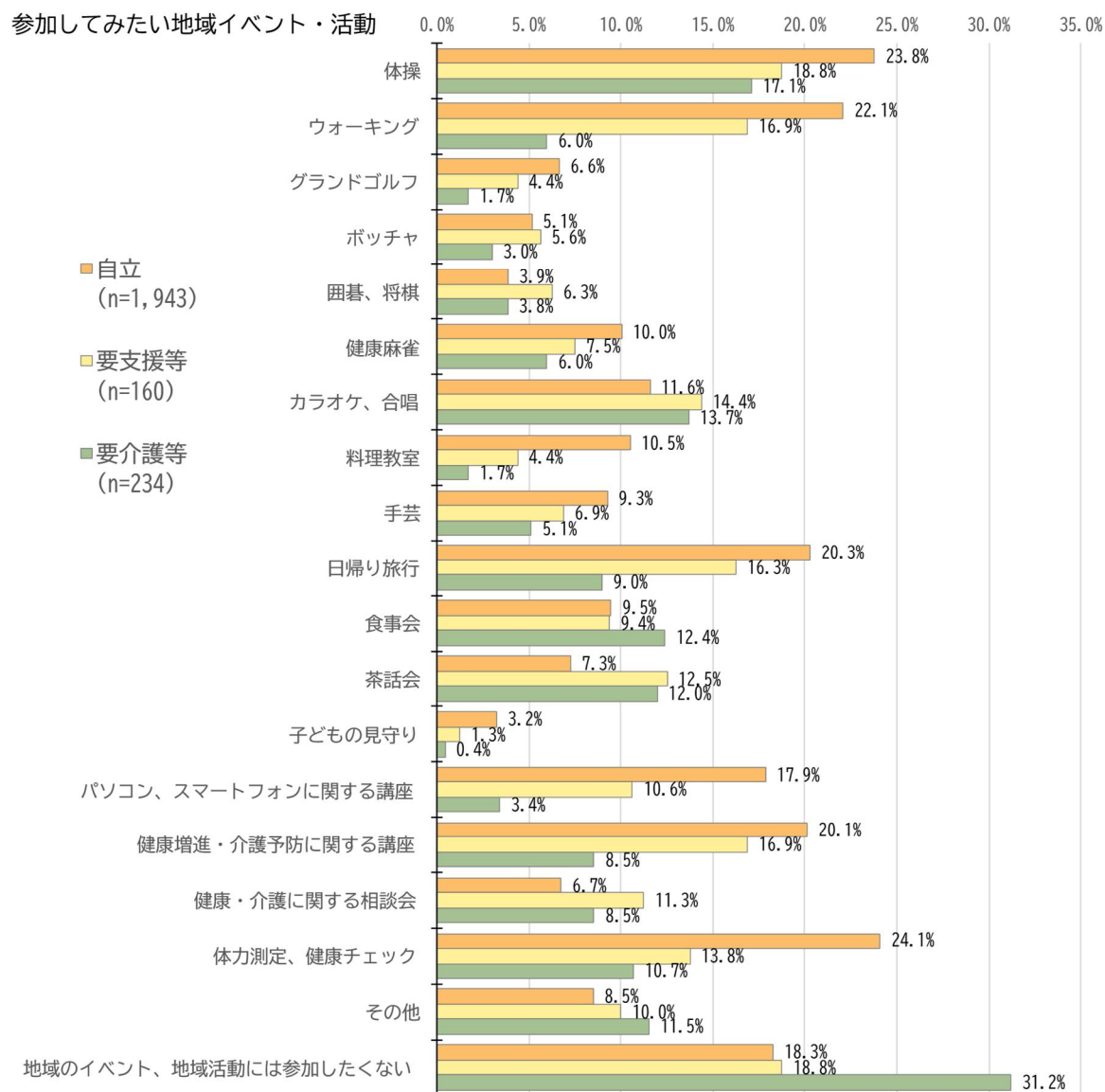
令和7年度 ニーズ調査 問5(1)以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

※「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」を「参加している」にまとめて集計

※「①～⑧を合算した参加頻度」「①～⑦を合算した参加頻度」については、どちらにおいても①～⑧のすべてに無回答だった人を除いて割合を算出している

自身の状態像が変わっても社会に参加し続けるためには、地域住民の有志による健康づくり活動や趣味等のグループ活動が、地域のあちこちに存在している必要があります。

人によって興味や関心は様々であり、希望する活動頻度も違います。また、状態別のアンケート調査の結果からもわかるように、自立の人と要支援認定者等、要介護認定者等では参加してみたい地域活動の内容も異なります。



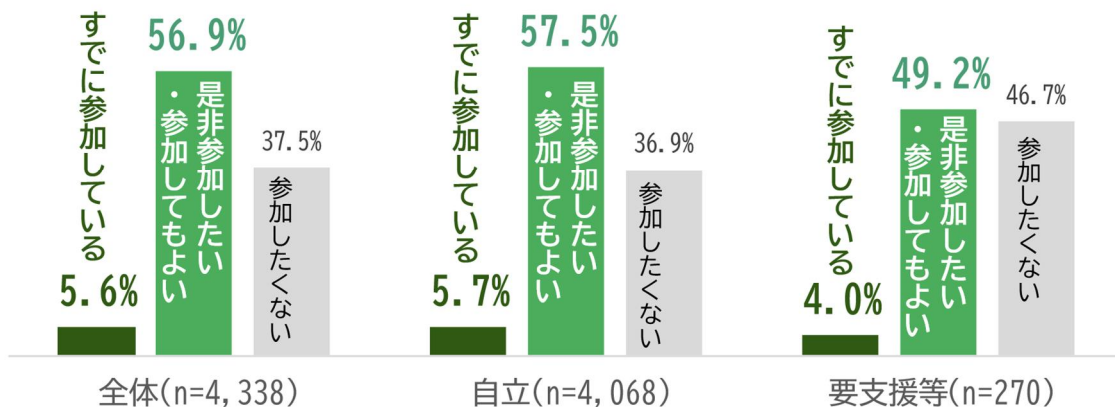
令和7年度 生活状況調査 問2(5)お住まいの地域で開催されるイベント、地域活動で、参加してみたいと思う内容をお選びください(複数回答)

例えば同じ運動関係の活動でも、「ウォーキング」は自立の人と要支援等認定者は参加意欲が高いものの、要介護認定者等になると参加意欲が大幅に下がるのに対して、「体操」は認定の度合いが変わっても、参加意欲が維持されています。このことから、地域に「ウォーキング」と「体操」の両方の活動があれば、身体の変化に合わせて参加する活動内容や頻度を変えつつ、活動で得た人間関係を保ちながら、地域活動自体は続けられる可能性が高まります。

このように、地域で行われている活動が多ければ多いほど、自分に合うグループを見つけやすくなり、活動の継続もしやすくなります。ひいては地域全体の健康度を上げ、いきいきした地域づくりにもつながることが期待されます。

いきいきとした地域づくりを進めるためのグループへの参加については、自立の人も要支援認定者等も、半数以上の人々が前向きな姿勢を持っています。

健康づくり・趣味などの活動への参加（参加者として）

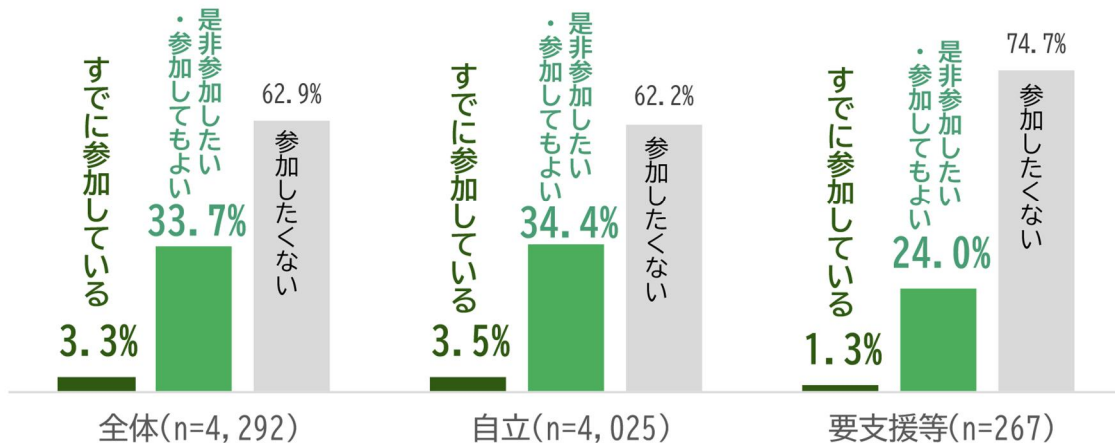


令和7年度 ニーズ調査 問5(2)地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきとした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか

※「是非参加したい」「参加してもよい」を「是非参加したい・参加してもよい」としてグラフ化

また、企画・運営としての参加についても、参加者としての参加と比べると若干割合が減るものの、自立の人の約35%、要支援認定者等でも約25%の人が前向きな回答をしています。

健康づくり・趣味などの活動への参加（企画・運営として）



令和7年度 ニーズ調査 問5(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、いきいきと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

※「是非参加したい」「参加してもよい」を「是非参加したい・参加してもよい」としてグラフ化

その一方で、「すでに参加している」と回答した人はどちらの割合も低くなっています。

これらのことから、地域コミュニティへの参加や運営に興味や関心を持っている方は決して少なくないものの、実際の活動に至っていない現状が見えてきます。