

あきる野市  
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査  
報 告 書

---

令和8年3月  
あきる野市



# あきる野市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査報告書

## 目 次

---

|      |                             |    |
|------|-----------------------------|----|
| I.   | 調査の概要 .....                 | 1  |
| 1.   | 調査の目的 .....                 | 1  |
| 2.   | 調査方法及び回収状況 .....            | 1  |
| 3.   | 報告書の見方 .....                | 1  |
| II.  | 調査結果 .....                  | 2  |
| 1.   | 回答者の基本属性 .....              | 2  |
| 2.   | 家族と生活状況について .....           | 6  |
| 3.   | からだを動かすことについて .....         | 10 |
| 4.   | 食べることについて .....             | 15 |
| 5.   | 毎日の生活について .....             | 20 |
| 6.   | 地域での活動について .....            | 27 |
| 7.   | 就労について .....                | 32 |
| 8.   | あなたとまわりの人の「たすけあい」について ..... | 33 |
| 9.   | 健康について .....                | 37 |
| 10.  | 認知症にかかる相談窓口の把握について .....    | 41 |
| 11.  | 地域包括支援センターについて .....        | 44 |
| 12.  | 歯科通院について .....              | 45 |
| 13.  | 歯科治療への関心について .....          | 47 |
| 14.  | リスク分析 .....                 | 49 |
| 15.  | 老研式活動能力指標 .....             | 53 |
| III. | 調査票 .....                   | 56 |



# I. 調査の概要

---

## 1. 調査の目的

本調査は、「第 10 期あきる野市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の策定に当たり、本市の高齢者の方々から、日頃の生活状況や市の高齢者施策に関する率直なご意見・ご要望を伺い、計画を策定する上での基礎資料とするため、アンケート調査を実施したものです。

## 2. 調査方法及び回収状況

|         |                                                      |
|---------|------------------------------------------------------|
| 対 象 者   | ・介護保険の認定を受けていない 65 歳以上の方<br>・介護保険で要支援 1・2 の認定を受けている方 |
| 調 査 方 法 | 郵送配付／郵送回収                                            |
| 抽 出 方 法 | 無作為抽出                                                |
| 回 答 方 法 | 無記名                                                  |
| 調 査 期 間 | 令和 8 年 1 月 13 日から 2 月 9 日まで                          |
| 調査対象者数  | 2,000 人                                              |
| 回 収 数   | 1,405 票                                              |
| 回 収 率   | 70.3%                                                |

## 3. 報告書の見方

- ・図中の「回答者数」は、各設問に該当する回答者の総数であり、回答率(%)の母数を表しています。
- ・百分率(%)は、すべて小数点以下第2位を四捨五入した数値であるため、合計が 100%にならない場合があります。
- ・回答者が2つ以上回答することができる設問(複数回答)の場合、その回答率の合計は 100%を超えることがあります。
- ・本文中に掲載した図表の単位は、特に断りのない限り、「%」で表しています。
- ・本調査を「今回調査」、令和4年度調査を「前回調査」とし、前回調査との比較を行う場合があります。

## II. 調査結果

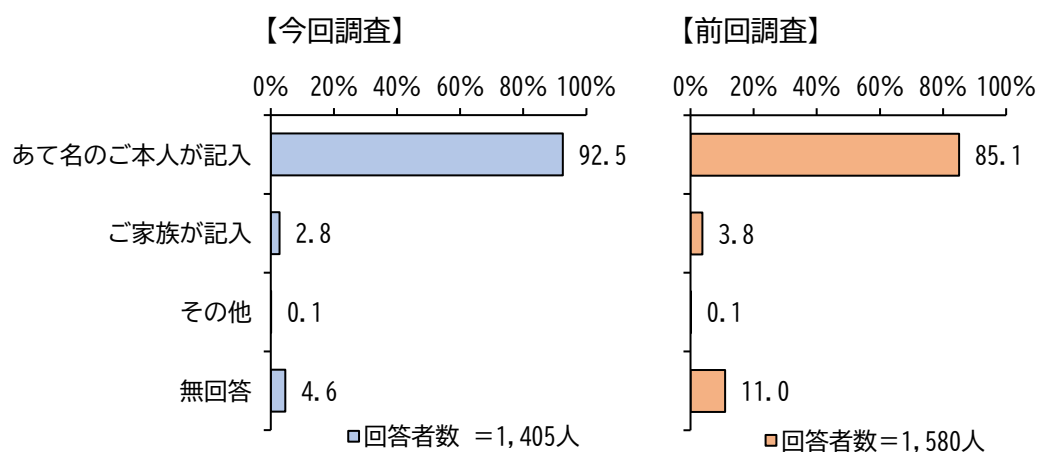
### 1. 回答者の基本属性

問1 はじめに、この調査票に記入される方はどなたですか。（1つに○）

調査票の記入者は、「あて名のご本人が記入」が 92.5%と最も多く、次いで「ご家族が記入」が 2.8%となっています。

前回調査と比較すると、「あて名のご本人が記入」が 7.4 ポイント増加しています。

図表1-1 記入者



問2 あなた（あて名のご本人）の性別と令和8年1月1日現在の年齢を  
お答えください。

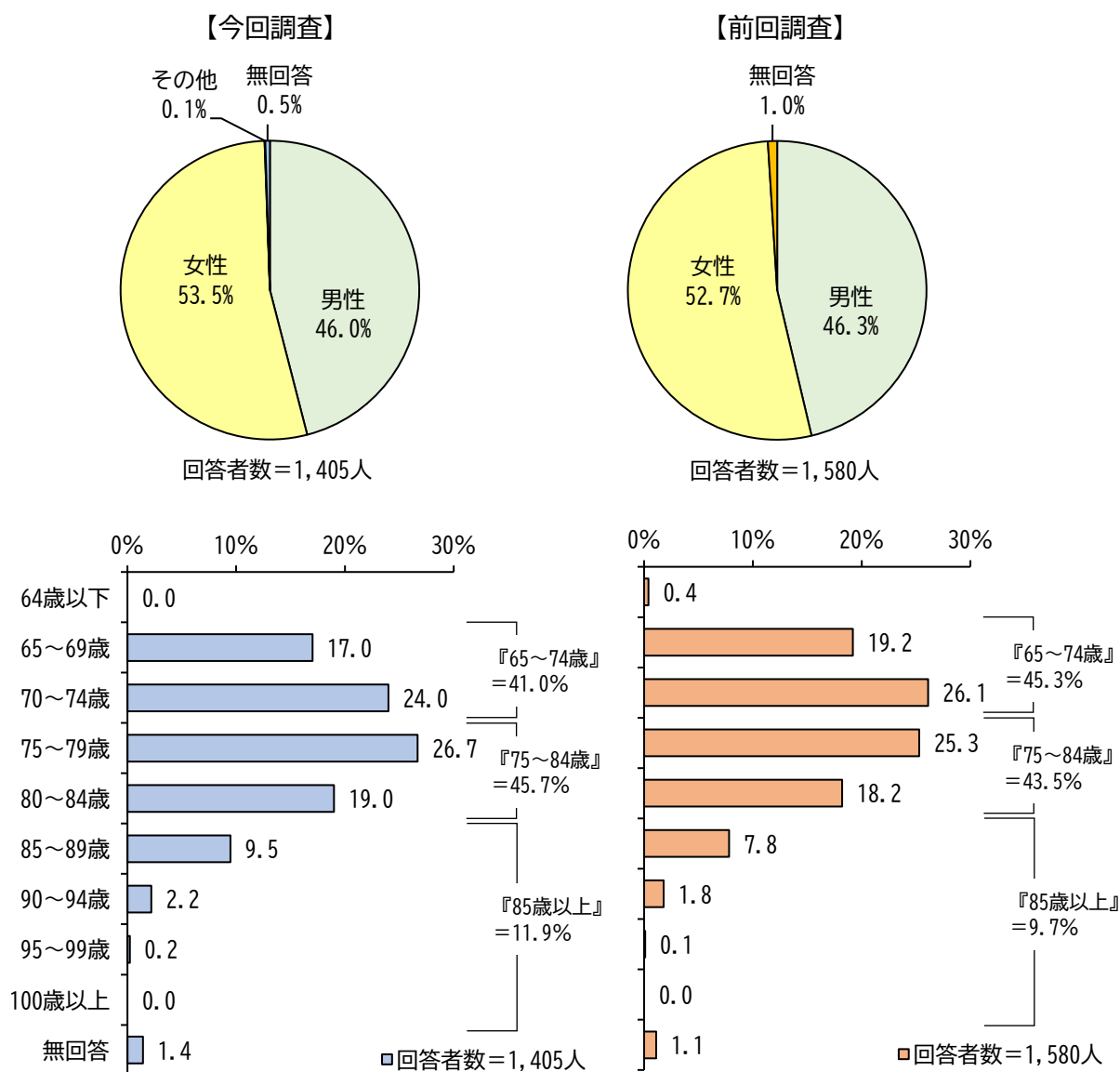
回答者の性別では、「男性」が46.0%、「女性」が53.5%となっており、「女性」が7.5ポイント多く  
なっています。

前回調査と比較すると、「女性」が0.8ポイント増加し、「男性」が0.3ポイント減少しています。

年齢では、「75～79歳」が26.7%と最も多く、次いで「70～74歳」が24.0%、「80～84歳」が  
19.0%となっており、回答者の平均年齢は76.3歳となっています。

前回調査と比較すると、前回の平均年齢75.6歳から0.7歳上がっています。

図表1-2 性別・年齢



問3 お住まいの地区に○をしてください。（1つに○）

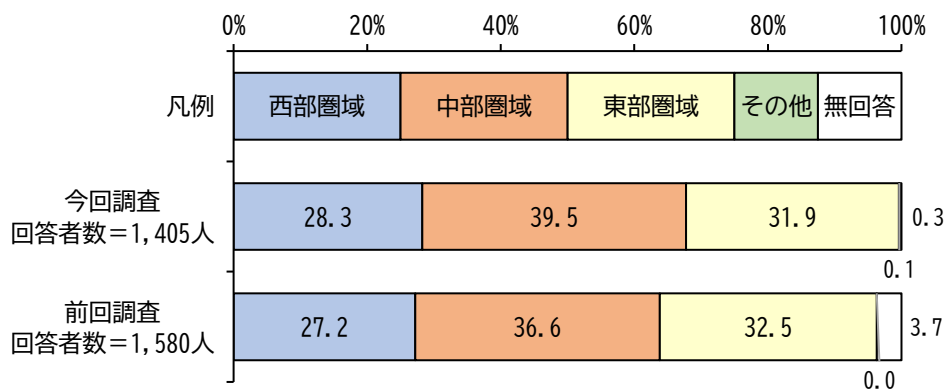
回答者の居住地区は、「草花」が12.5%と最も多く、次いで「野辺」が7.5%、「雨間」が7.3%となっています。

居住圏域でみると、「中部圏域」が39.5%、「東部圏域」が31.9%、「西部圏域」が28.3%となっています。

図表1-3 居住地区

| 西部圏域 | 割合  | 中部圏域     | 割合   | 東部圏域     | 割合  |
|------|-----|----------|------|----------|-----|
| 山田   | 3.2 | 草花       | 12.5 | 雨間       | 7.3 |
| 上ノ台  | 0.1 | 菅生       | 1.6  | 野辺       | 7.5 |
| 網代   | 0.1 | 瀬戸岡      | 3.8  | 小川       | 2.6 |
| 伊奈   | 6.7 | 原小宮      | 0.4  | 小川東1～3丁目 | 2.9 |
| 横沢   | 0.4 | 原小宮1～2丁目 | 0.8  | 二宮       | 6.1 |
| 三内   | 1.4 | 秋川1～6丁目  | 3.1  | 二宮東1～3丁目 | 1.1 |
| 五日市  | 3.3 | 引田       | 6.0  | 平沢       | 2.3 |
| 小中野  | 1.6 | 淵上       | 2.1  | 平沢東1丁目   | 0.2 |
| 小和田  | 0.9 | 上代継      | 1.6  | 平沢西1丁目   | 0.2 |
| 留原   | 2.3 | 下代継      | 2.5  | 切欠       | 0.1 |
| 舘谷   | 1.4 | 牛沼       | 2.7  | 秋留1～5丁目  | 1.6 |
| 入野   | 1.9 | 油平       | 2.3  |          |     |
| 深沢   | 0.1 |          |      |          |     |
| 戸倉   | 1.6 |          |      |          |     |
| 乙津   | 0.9 |          |      |          |     |
| 養沢   | 0.4 |          |      |          |     |
| 高尾   | 1.6 |          |      |          |     |
| 小峰台  | 0.0 |          |      |          |     |

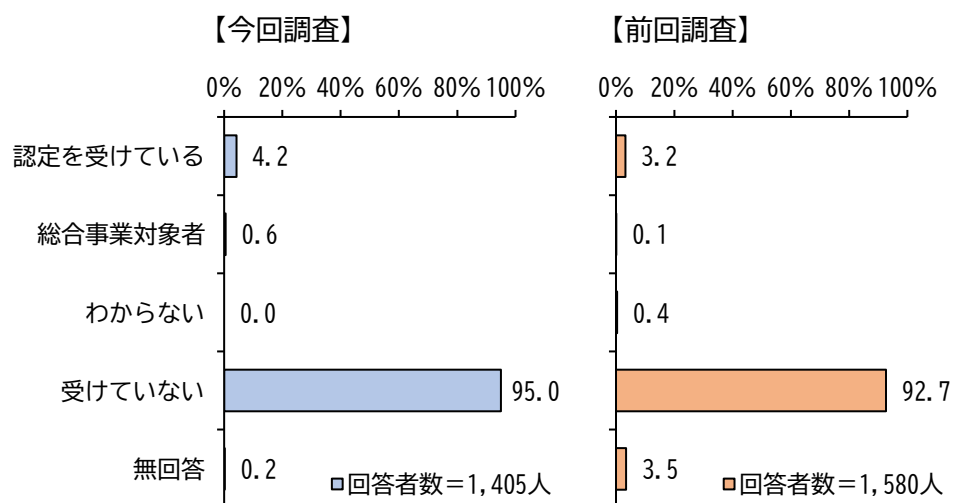
図表1-4 居住圏域



## 【認定データ】要介護認定の状況

要介護認定の状況については、「受けていない」が 95.0%、「認定を受けている」が 4.2%、「総合事業対象者」が 0.6%となっています。

図表 1-5 要介護認定の状況



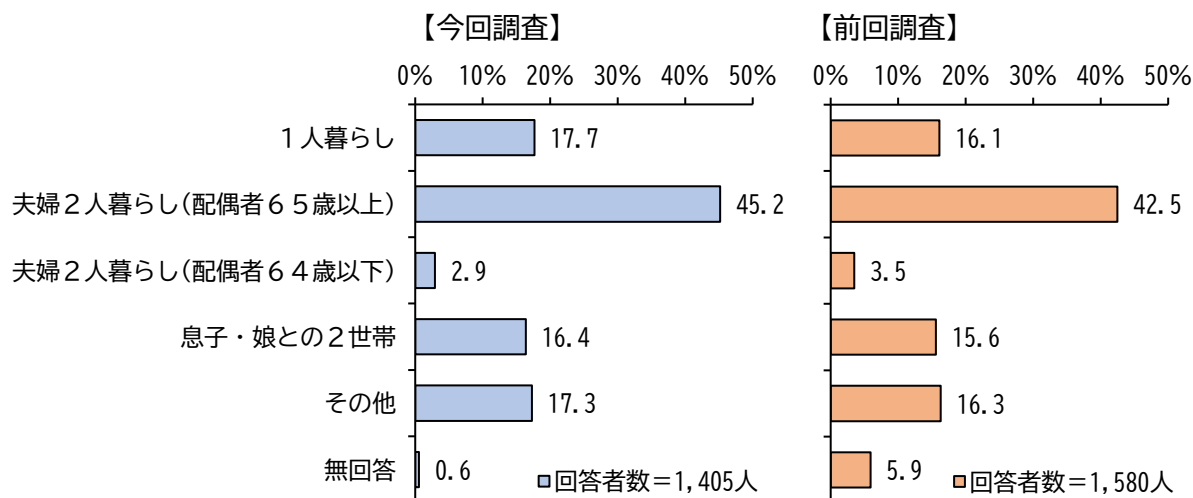
## 2. 家族と生活状況について

### 問4（1） 家族構成をお教えてください。（1つに○）

回答者の家族構成では、「夫婦2人暮らし(配偶者 65 歳以上)」が 45.2%と最も多く、次いで「1人暮らし」が 17.7%、「息子・娘との2世帯」が 16.4%となっています。

前回調査と比較すると、「夫婦2人暮らし(配偶者 64 歳以下)」を除いたすべてで増加しています。

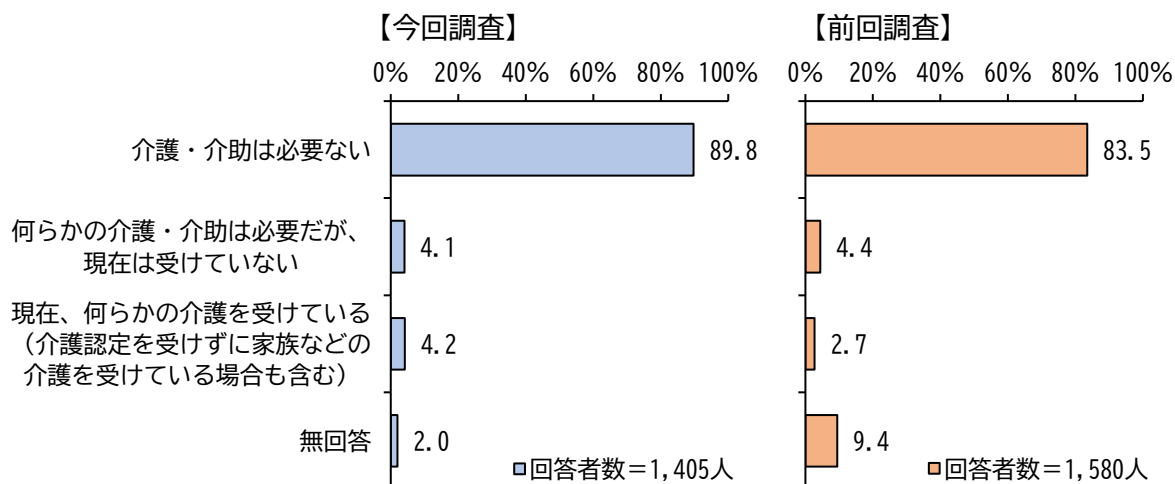
図表2-1 家族構成



### 問4（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つに○）

介護・介助の必要性については、「介護・介助は必要ない」が 89.8%と最も多くなっている一方で、「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 4.2%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が 4.1%となっています。

図表2-2 介護・介助の必要性



【（２）において「１．介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

問４（２）① 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか。

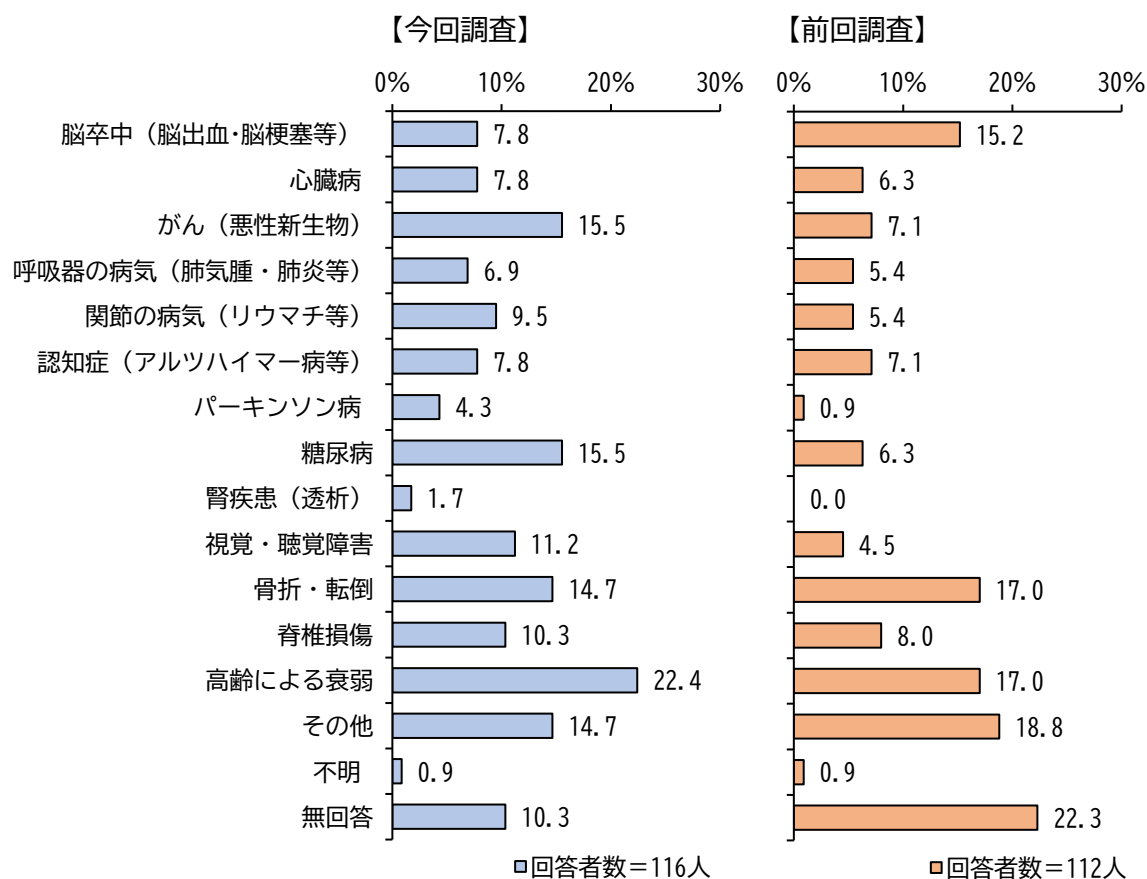
（あてはまるものすべてに○）

介護・介助が必要になった主な原因は、「高齢による衰弱」が 22.4%と最も多く、次いで「がん（悪性新生物）」及び「糖尿病」が 15.5%となっています。

前回調査と比較すると、前回最も多かった「骨折・転倒」は減少し、「糖尿病」が 9.2 ポイント、「がん（悪性新生物）」が 8.4 ポイントそれぞれ増加しています。

また、その他の意見では、腰痛・膝痛、難病などがありました。

図表２-３ 介護・介助が必要になった主な原因



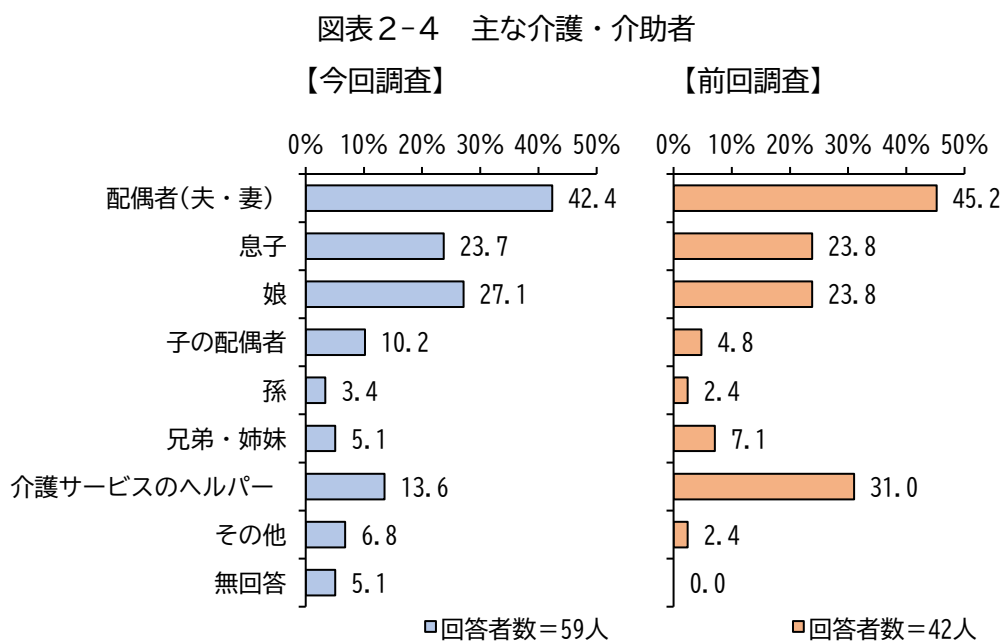
【（２）において「３．現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

問４（２）② 主にどなたの介護、介助を受けていますか。

（あてはまるものすべてに○）

主な介護・介助者では、「配偶者（夫・妻）」が 42.4％と最も多く、次いで「娘」が 27.1％、「息子」23.7％となっています。

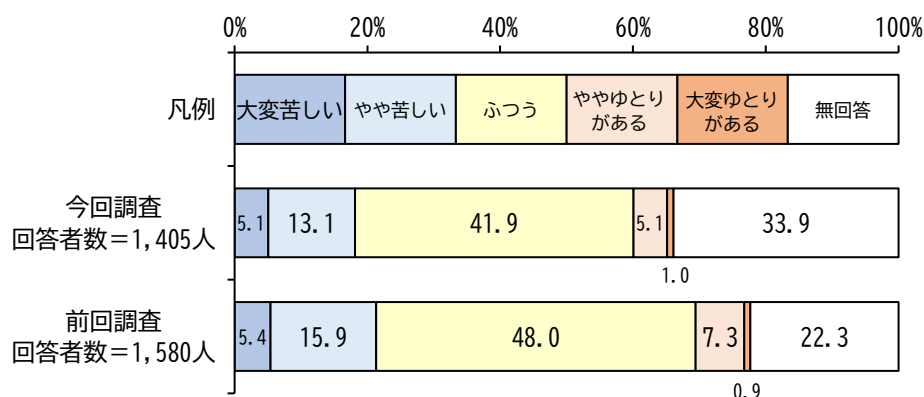
前回調査と比較すると、「介護サービスのヘルパー」が 17.4 ポイント減少した一方で、「子の配偶者」が 5.4 ポイント増加しています。



問4（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つに○）

経済的状況をみると、「ふつう」が41.9%と最も多く、次いで「やや苦しい」が13.1%、「大変苦しい」及び「ややゆとりがある」が 5.1%となっています。また、『苦しい』（「大変苦しい」+「やや苦しい」）が 18.2%、『ゆとりがある』（「ややゆとりがある」+「大変ゆとりがある」）が 6.1%となっています。

図表2-5 経済的状況

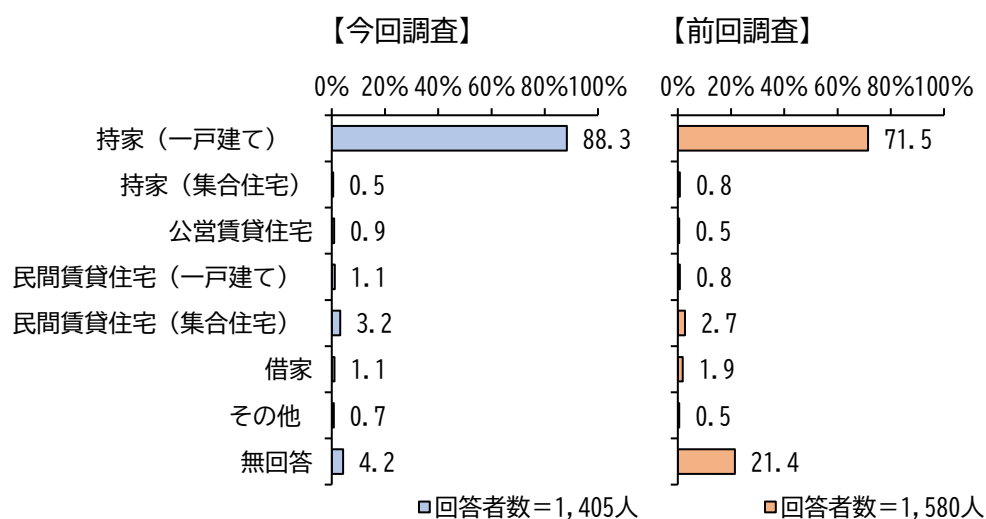


問4（4） お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。（1つに○）

住まいの種類をみると、「持家（一戸建て）」が 88.3%と最も多く、次いで「民間賃貸住宅（集合住宅）」が 3.2%となっています。

前回調査と比較すると、「持家（一戸建て）」が 16.8 ポイント増加しています。

図表2-6 住まいの種類



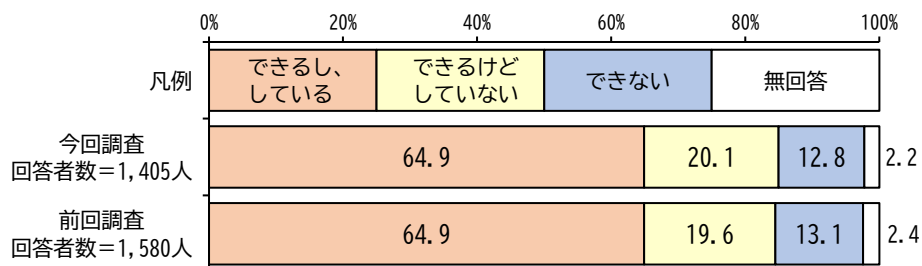
### 3. からだを動かすことについて

- 問5（1） 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。（1つに○）  
 問5（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つに○）  
 問5（3） 15分位続けて歩いていますか。（1つに○）

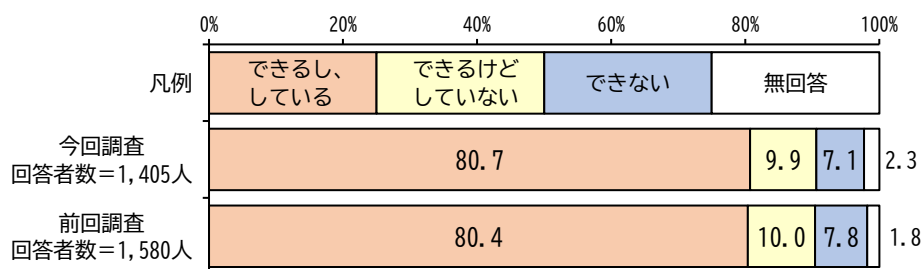
からだを動かすことについては、《階段を手すりや壁をつたわずに昇る》では、『できる』（「できるし、している」＋「できるけどしていない」）が85.0%、「できない」が12.8%、《椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がる》では、『できる』が90.6%、「できない」が7.1%、《15分位続けて歩く》では、『できる』が93.4%、「できない」が4.5%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「できない」が微減しています。

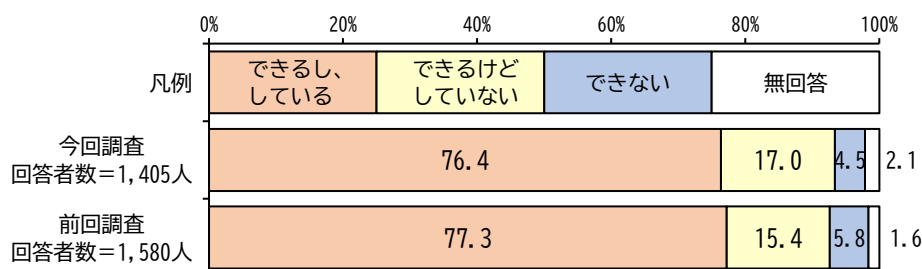
図表3-1 からだを動かすこと：階段を手すりや壁をつたわずに昇る



図表3-2 からだを動かすこと：椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がる



図表3-3 からだを動かすこと：15分位続けて歩く

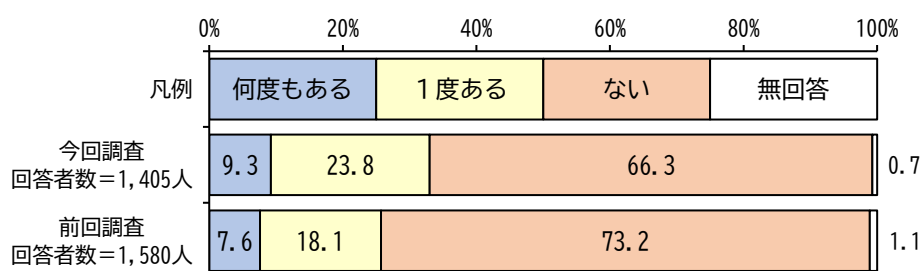


問5（4） 過去1年間に転んだ経験がありますか。（1つに○）

《過去1年間に転んだ経験》では、「ない」が66.3%と最も多く、次いで「1度ある」が23.8%、「何度もある」が9.3%となっています。

前回調査と比較すると、『転んだことがある』（「1度ある」＋「何度もある」）は7.4ポイント増加しています。

図表3-4 からだを動かすこと：過去1年間に転んだ経験

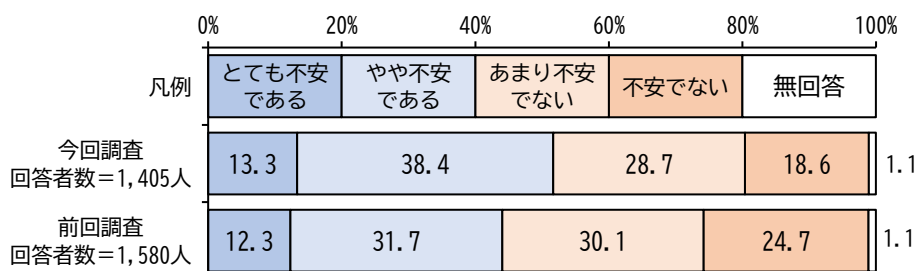


問5（5） 転倒に対する不安は大きいですか。（1つに○）

《転倒に対する不安》では、「やや不安である」が38.4%と最も多く、次いで「あまり不安でない」が28.7%となっています。また、『不安である』（「とても不安である」＋「やや不安である」）が51.7%、『不安でない』（「あまり不安でない」＋「不安でない」）が47.3%となっています。

前回調査と比較すると、『不安である』は7.7ポイント増加しています。

図表3-5 からだを動かすこと：転倒に対する不安

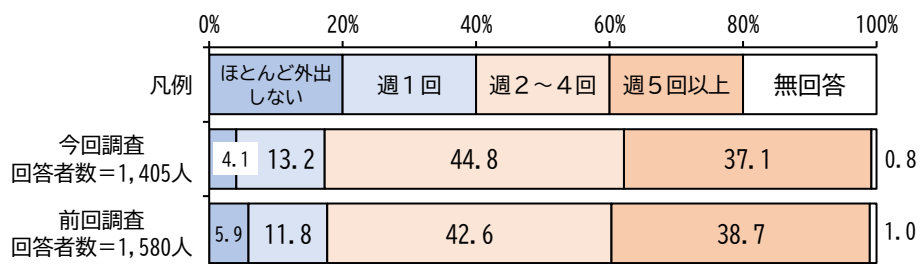


問5（6） 週に1回以上は外出していますか。（1つに○）

外出の頻度では、「週2～4回」が 44.8%と最も多く、次いで「週5回以上」が 37.1%となっています。一方、「週1回」が 13.2%、「ほとんど外出しない」が 4.1%となっています。

前回調査と比較すると、「ほとんど外出しない」が 1.8 ポイント減少しています。

図表3-6 外出の頻度

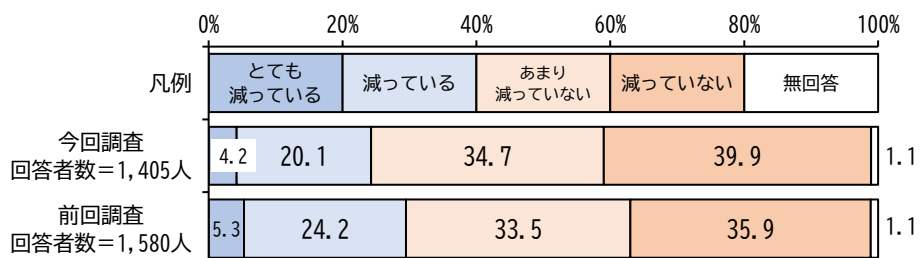


問5（7） 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。（1つに○）

外出回数の状況については、「減っていない」が 39.9%と最も多く、次いで「あまり減っていない」が 34.7%となっています。また、『減っている』（「とても減っている」+「減っている」）が 24.3%となっています。

前回調査と比較すると、『減っている』は 5.2 ポイント減少しています。

図表3-7 外出回数の状況



問5（8） 外出を控えていますか。（1つに○）

【（8）で「1. はい」（外出を控えている）の方のみ】

問5（8）① 外出を控えている理由は、次のどれですか。

（あてはまるものすべてに○）

外出を控えているかについては、「いいえ」が81.3%、「はい」が16.7%となっています。

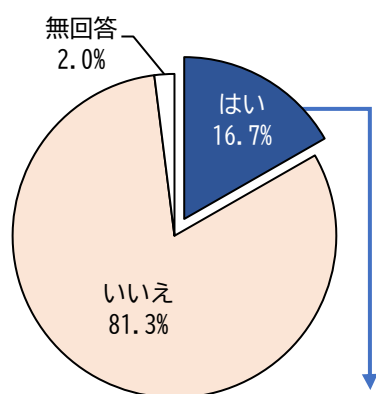
前回調査と比較すると、「はい」が10.3ポイント減少しています。

外出を控えている理由では、「足腰などの痛み」が51.1%と最も多く、次いで「トイレの心配(失禁など)」が27.2%となっています。

前回調査と比較すると、「その他」(新型コロナウイルス感染症予防が8割を占める)が34.1ポイント減少し、「足腰などの痛み」が23.7ポイント、「トイレの心配(失禁など)」が16.2ポイント、それぞれ増加しています。

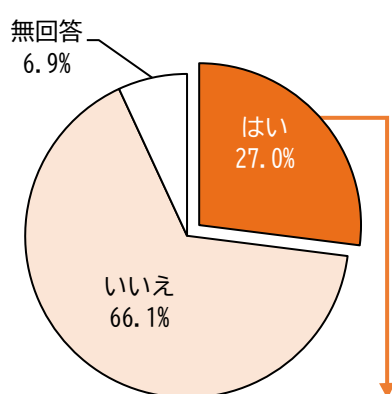
図表3-8 外出を控えているか・控えている理由

【今回調査】

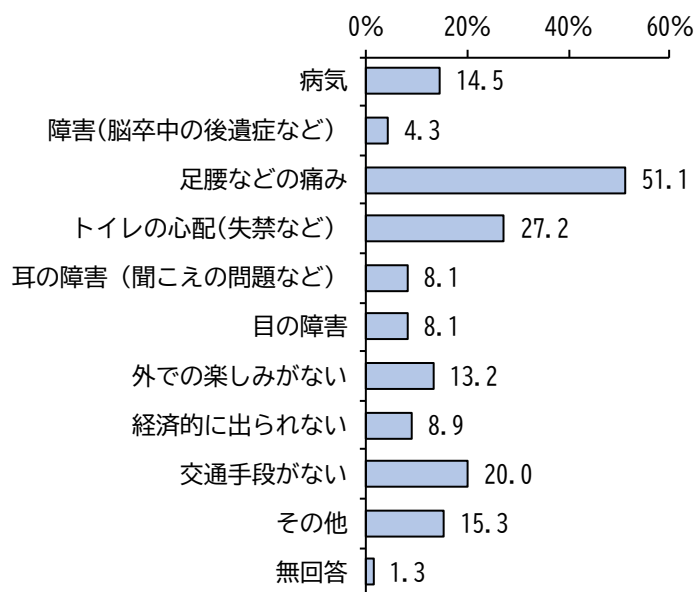


回答者数=1,405人

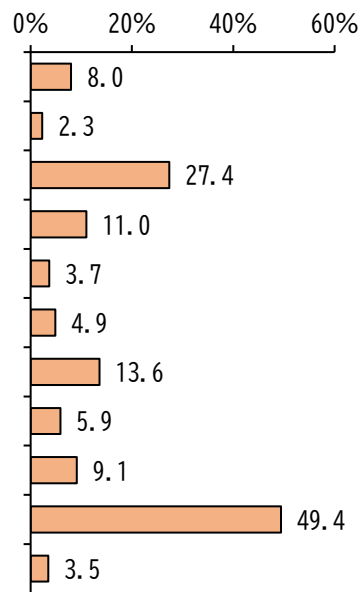
【前回調査】



回答者数=1,580人



■回答者数=235人



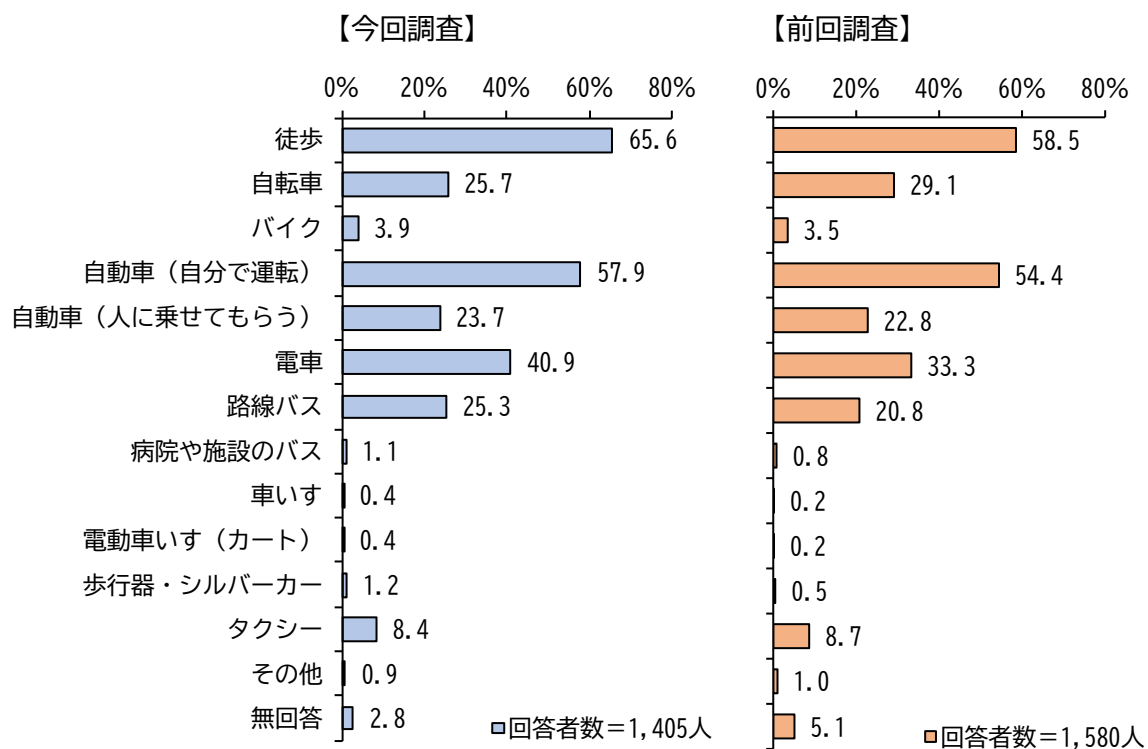
■回答者数=427人

問5（9） 外出する際の移動手段は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

外出する際の移動手段では、「徒歩」が 65.6%と最も多く、次いで「自動車（自分で運転）」が 57.9%、「電車」が 40.9%となっています。

前回調査と比較すると、「自転車」「タクシー」以外のすべての移動手段で増加しています。

図表3-9 外出する際の移動手段



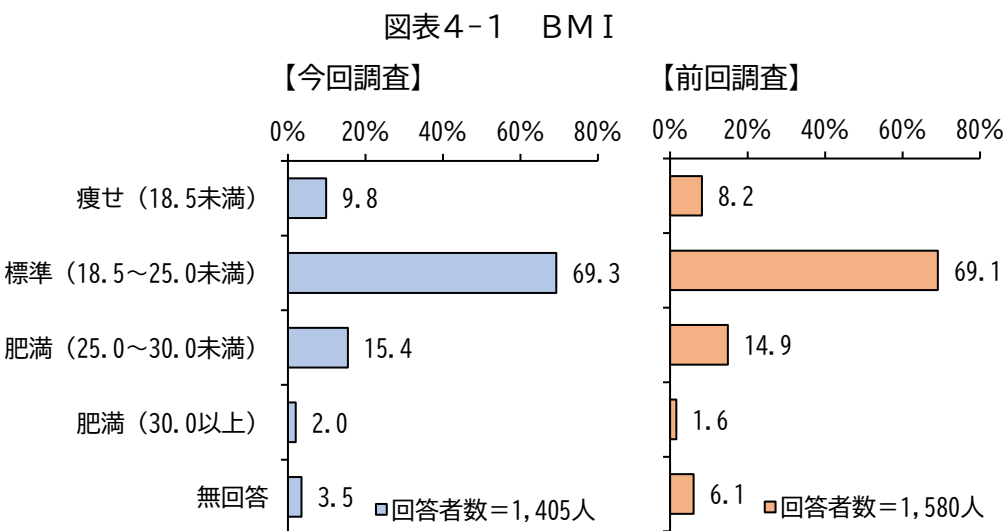
## 4. 食べることについて

問6（１） 身長・体重を教えてください。

BMI(身長からみた体重の割合を示す体格指数:体重(kg)÷{身長(m)×身長(m)})については、「標準(18.5～25.0 未満)」が 69.3%と最も多く、次いで「肥満(25.0～30.0 未満)」が 15.4%、「痩せ(18.5 未満)」が 9.8%となっています。

前回調査と比較すると、「痩せ(18.5 未満)」が 1.6 ポイント、「標準(18.5～25.0 未満)」が 0.2 ポイント、「肥満(25.0～30.0 未満)」が 0.5 ポイント、「肥満(30.0 以上)」が 0.4 ポイント、それぞれ増加しています。

男女別で比較すると、男性では、「肥満(25.0～30.0 未満)」が女性より 8.8 ポイント多く、女性では、「痩せ(18.5 未満)」が男性より 8.0 ポイント多くなっています。



図表4-2 BMI／性別【今回調査】

|     | 合計             | 痩せ<br>(18.5<br>未満) | 標準<br>(18.5～<br>25.0 未満) | 肥満<br>(25.0～<br>30.0 未満) | 肥満<br>(30.0<br>以上) | 無回答       |
|-----|----------------|--------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------|-----------|
| 全体  | 1,405<br>100.0 | 138<br>9.8         | 973<br>69.3              | 217<br>15.4              | 28<br>2.0          | 49<br>3.5 |
| 男性  | 646<br>100.0   | 36<br>5.6          | 452<br>70.0              | 130<br>20.1              | 12<br>1.9          | 16<br>2.5 |
| 女性  | 751<br>100.0   | 102<br>13.6        | 516<br>68.7              | 85<br>11.3               | 15<br>2.0          | 33<br>4.4 |
| その他 | 1<br>100.0     | 0<br>0.0           | 1<br>100.0               | 0<br>0.0                 | 0<br>0.0           | 0<br>0.0  |

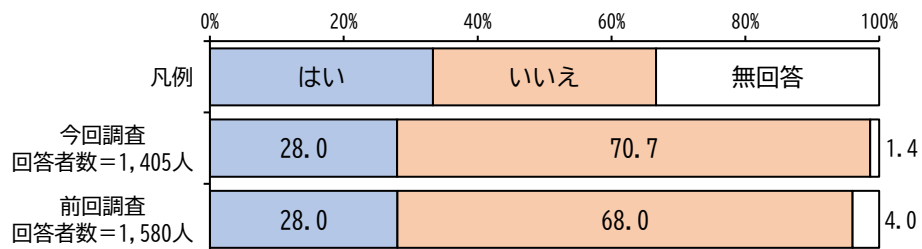
※上段:回答者数、下段:%

- 問6（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つに○）  
 問6（3） お茶や汁物等でむせることがありますか。（1つに○）  
 問6（4） 口の渇きが気になりますか。（1つに○）

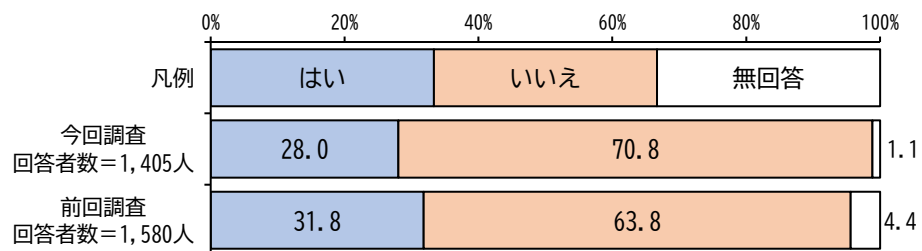
食べることについては、《半年前に比べて固いものが食べにくい》では、「はい」が28.0%、「いいえ」が70.7%、《お茶や汁物等でむせる》では、「はい」が28.0%、「いいえ」が70.8%、《口の渇きが気になる》では、「はい」が28.7%、「いいえ」が69.5%となっています。

前回調査と比較すると、《お茶や汁物等でむせる》で「はい」が3.8ポイント減少し、《口の渇きが気になる》で「はい」が3.3ポイント増加しています。

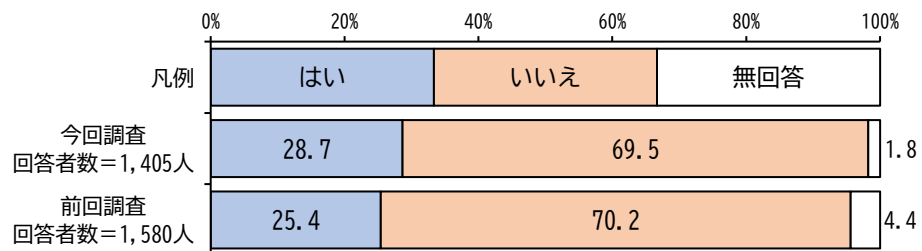
図表4-3 食べること：半年前に比べて固いものが食べにくい



図表4-4 食べること：お茶や汁物等でむせる



図表4-5 食べること：口の渇きが気になる

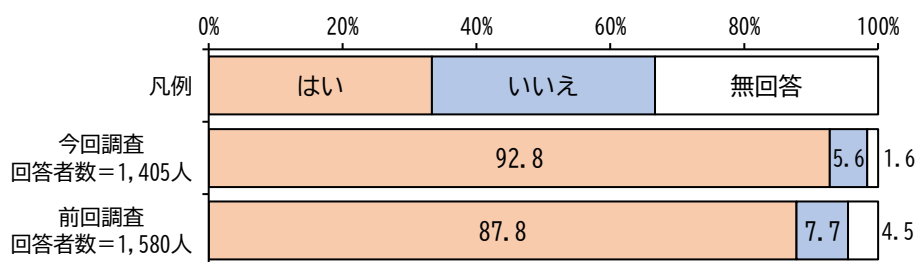


問6（5） 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。（1つに○）

歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日行っているかでは、「はい」が 92.8%、「いいえ」が 5.6%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が 5.0 ポイント増加しています。

図表4-6 歯磨きについて

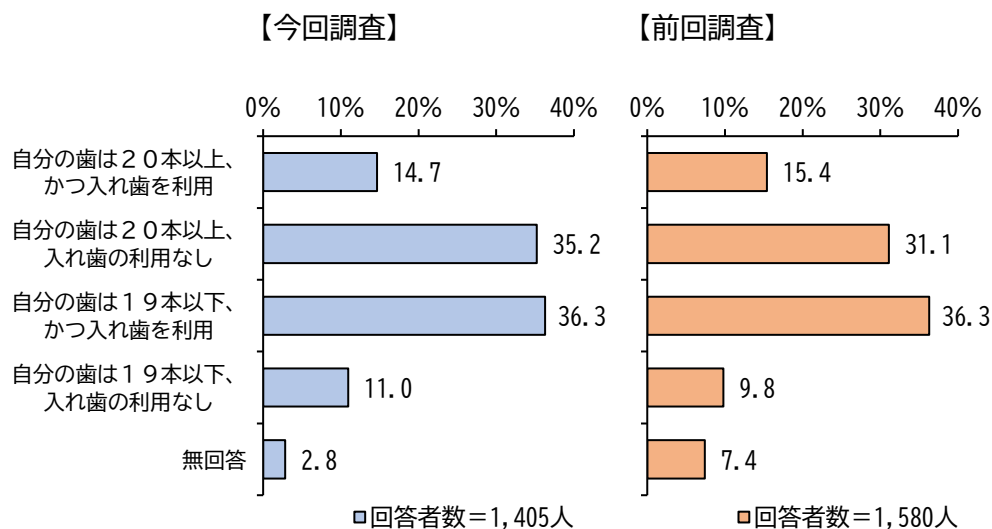


問6（6） 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。（1つに○）  
※成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。

歯の数と入れ歯の利用状況については、「自分の歯が19本以下、かつ入れ歯を利用」が 36.3%と最も多く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」が 35.2%となっています。歯の数で見ると、『20本以上』が 49.9%、『19本以下』が 47.3%となっています。

前回調査と比較すると、『20本以上』が 3.4 ポイント増加しています。

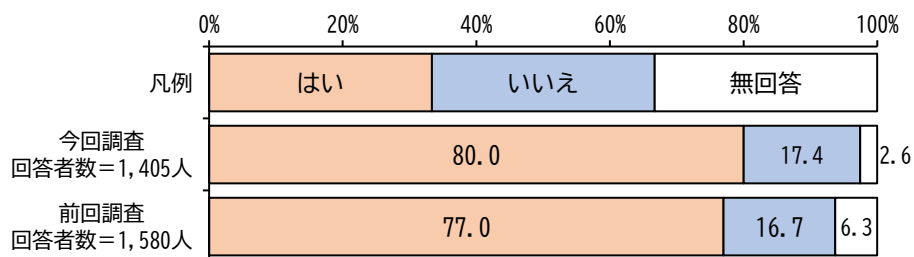
図表4-7 歯の数と入れ歯の利用状況



問6（6）① 噛み合わせは良いですか。（1つに○）

噛み合わせについては、「はい」が80.0%、「いいえ」が17.4%となっています。  
前回調査と比較すると、「はい」が3.0ポイント増加しています。

図表4-8 噛み合わせについて

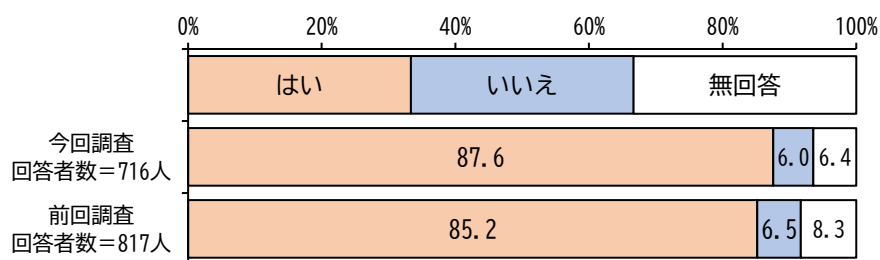


【（6）で「1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】  
問6（6）② 毎日入れ歯の手入れをしていますか。（1つに○）

毎日の入れ歯の手入れについては、「はい」(毎日手入れしている)が87.6%、「いいえ」が6.0%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が2.4ポイント増加しています。

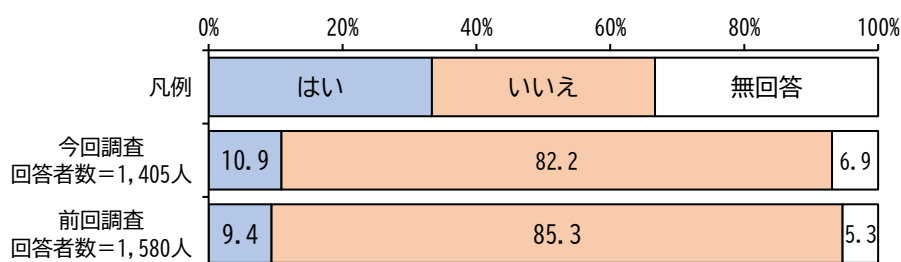
図表4-9 毎日の入れ歯の手入れについて



問6（7） 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。（1つに○）

直近6か月間における体重減少については、「はい」が10.9%、「いいえ」が82.2%となっています。  
前回調査と比較すると、「はい」が1.5ポイントの増加となっています。

図表4-10 直近6か月間における体重減少

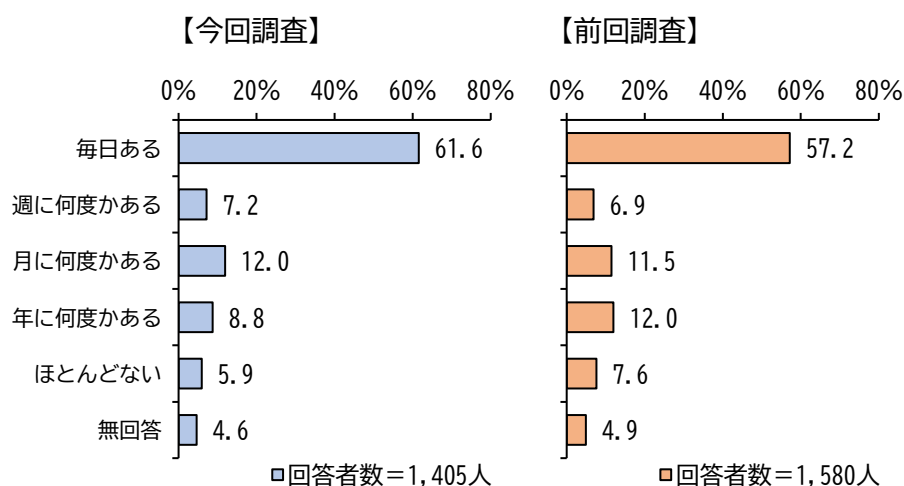


問6（8） どなたかと食事をともしめる機会がありますか。（1つに○）

どなたかと食事をともしめる機会については、「毎日ある」が61.6%と最も多く、次いで「月に何度かある」が12.0%、「年に何度かある」が8.8%、となっています。

前回調査と比較すると、「毎日ある」が4.4ポイント増加し、「年に何度かある」が3.2ポイント減少しています。

図表4-11 食事をともしめる機会



## 5. 毎日の生活について

問7（1） 物忘れが多いと感じますか。（1つに○）

問7（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。

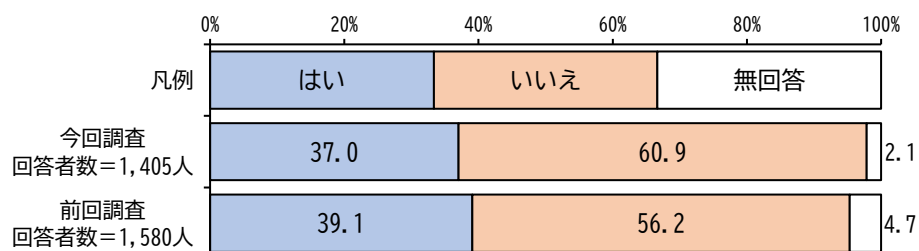
（1つに○）

問7（3） 今日が何月何日かわからない時がありますか。（1つに○）

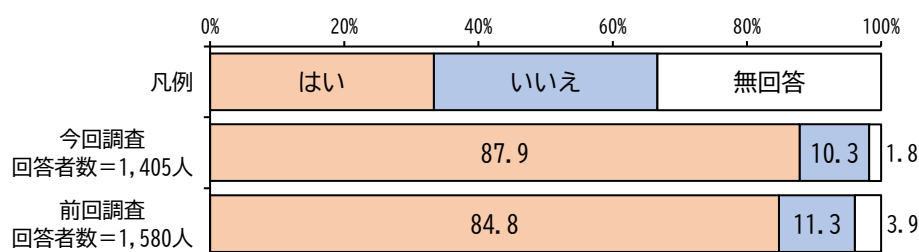
認知機能については、《物忘れが多いと感じる》では、「はい」が 37.0%、「いいえ」が 60.9%、《自分で電話番号を調べて、電話をかける》では、「はい」が 87.9%、「いいえ」が 10.3%、《今日が何月何日かわからない時がある》では、「はい」が 23.4%、「いいえ」が 74.3%となっています。

前回調査と比較すると、《物忘れが多いと感じる》で「はい」が 2.1 ポイント減少しています。

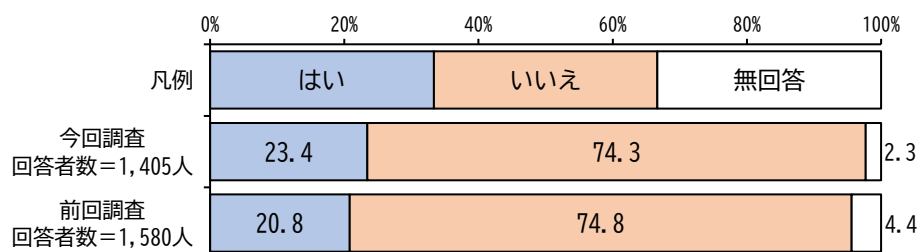
図表 5-1 認知機能：物忘れが多いと感じる



図表 5-2 認知機能：自分で電話番号を調べて、電話をかける



図表 5-3 認知機能：今日が何月何日かわからない時がある

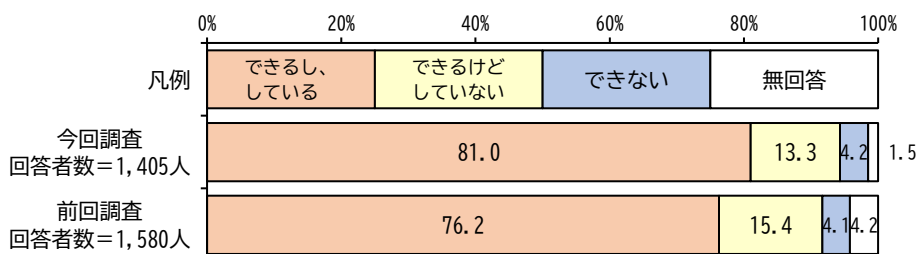


- 問7（4） バスや電車を使って1人で外出していますか。（自家用車でも可）  
（1つに○）
- 問7（5） 自分で食品・日用品の買物をしていますか。（1つに○）
- 問7（6） 自分で食事の用意をしていますか。（1つに○）

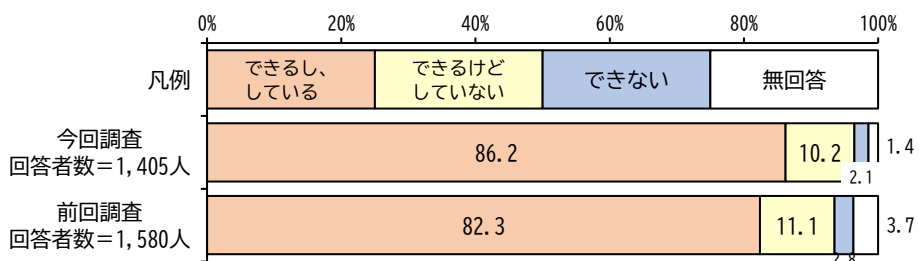
IADL(手段的日常生活動作)については、《バスや電車を使って1人で外出する》では、「できるし、している」が81.0%、「できるけどしていない」が13.3%、「できない」が4.2%となっています。《自分で食品・日用品の買物をする》では、「できるし、している」が86.2%、「できるけどしていない」が10.2%、「できない」が2.1%となっています。《自分で食事の用意をする》では、「できるし、している」が74.9%、「できるけどしていない」が19.1%、「できない」が4.6%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「できるし、している」が増加しています。

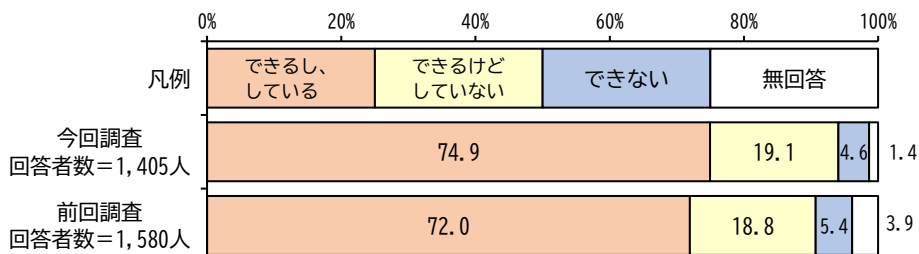
図表5-4 IADL：バスや電車を使って1人で外出する



図表5-5 IADL：自分で食品・日用品の買物をする



図表5-6 IADL：自分で食事の用意をする

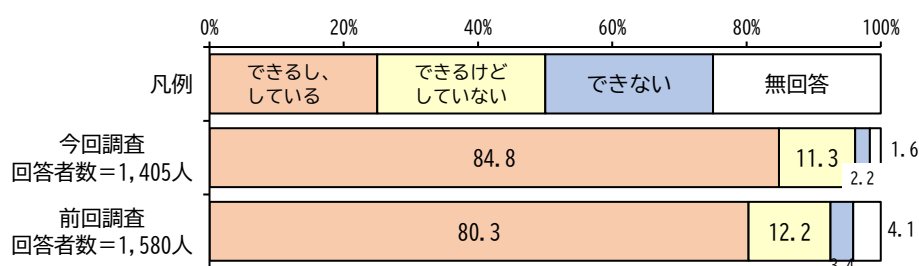


問7（7） 自分で請求書の支払いをしていますか。（1つに○）  
 問7（8） 自分で預貯金の出し入れをしていますか。（1つに○）

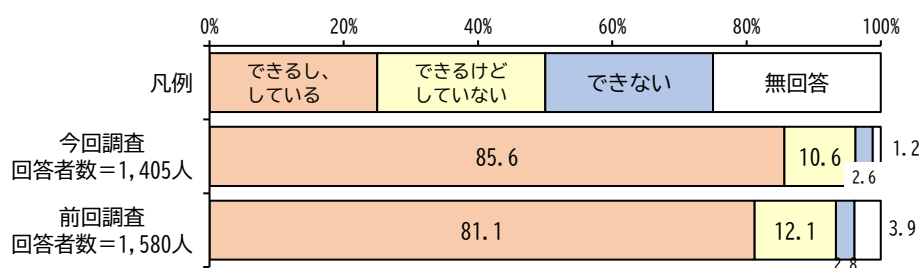
《自分で請求書の支払いをする》では、「できるし、している」が 84.8%、「できるけどしていない」が 11.3%、「できない」が 2.2%となっています。《自分で預貯金の出し入れをする》では、「できるし、している」が 85.6%、「できるけどしていない」が 10.6%、「できない」が 2.6%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「できるし、している」が増加しています。

図表5-7 IADL：自分で請求書の支払いをする



図表5-8 IADL：自分で預貯金の出し入れをする

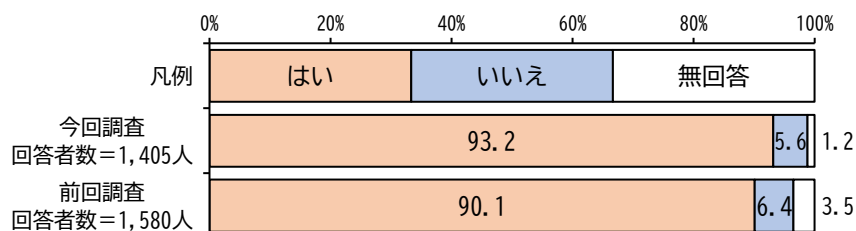


- 問7（9） 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか。（1つに○）
- 問7（10） 新聞を読んでいますか。（1つに○）
- 問7（11） 本や雑誌を読んでいますか。（1つに○）
- 問7（12） 健康についての記事や番組に関心がありますか。（1つに○）

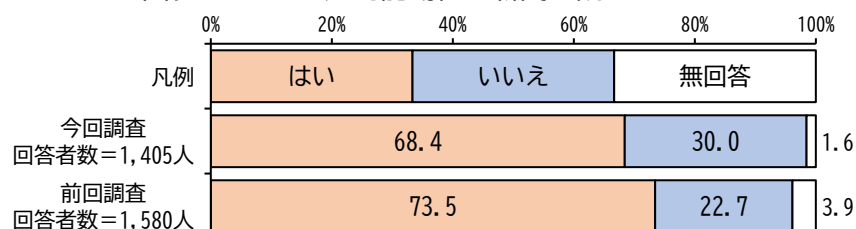
知的能動性については、《年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書ける》では、「はい」が93.2%、「いいえ」が5.6%となっています。《新聞を読んでいる》では、「はい」が68.4%、「いいえ」が30.0%、《本や雑誌を読んでいる》では、「はい」が69.4%、「いいえ」が29.5%、《健康についての記事や番組に関心がある》では、「はい」が90.3%、「いいえ」が8.8%となっています。

前回調査と比較すると、《新聞を読んでいる》で「はい」が5.1ポイント減少しています。

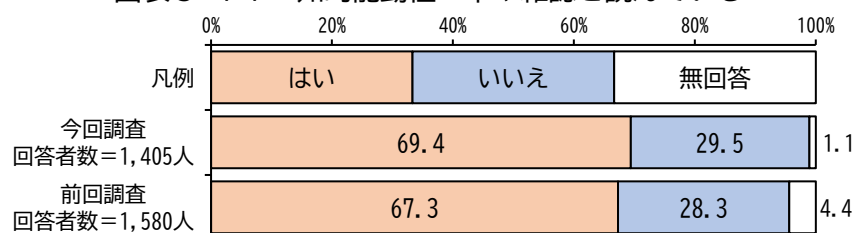
図表5-9 知的能動性：年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書ける



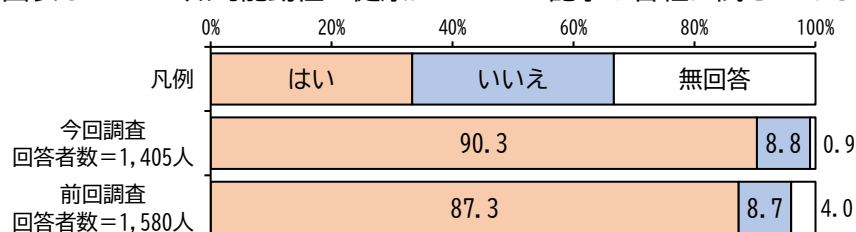
図表5-10 知的能動性：新聞を読んでいる



図表5-11 知的能動性：本や雑誌を読んでいる



図表5-12 知的能動性：健康についての記事や番組に関心がある

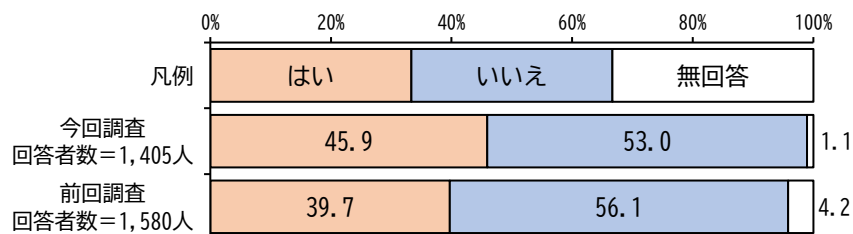


- 問7 (13) 友人の家を訪ねていますか。(1つに○)  
 問7 (14) 家族や友人の相談にのっていますか。(1つに○)  
 問7 (15) 病人を見舞うことができますか。(1つに○)  
 問7 (16) 若い人に自分から話しかけることがありますか。(1つに○)

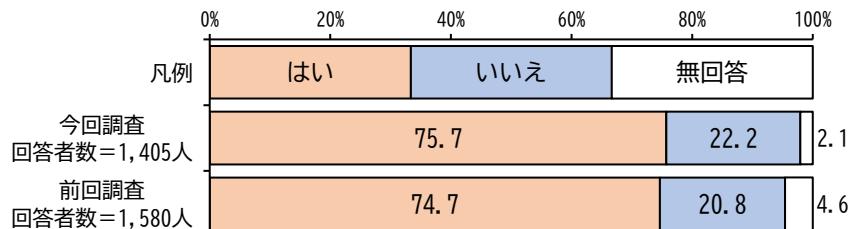
社会的役割については、《友人の家を訪ねている》では、「はい」が45.9%、「いいえ」が53.0%となっています。《家族や友人の相談にのっている》では、「はい」が75.7%、「いいえ」が22.2%、《病人を見舞うことができる》では、「はい」が89.0%、「いいえ」が9.8%、《若い人に自分から話しかけることがある》では、「はい」が75.5%、「いいえ」が23.4%となっています。

前回調査と比較すると、いずれも「はい」が増加しています。

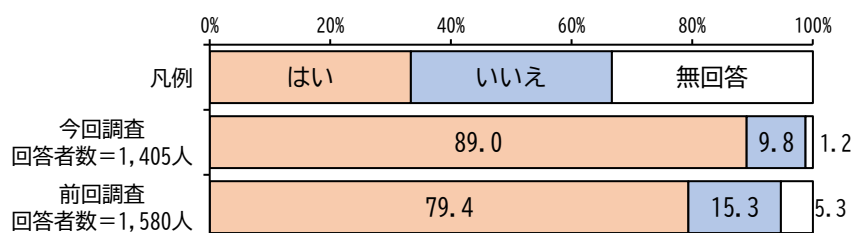
図表5-13 社会的役割：友人の家を訪ねている



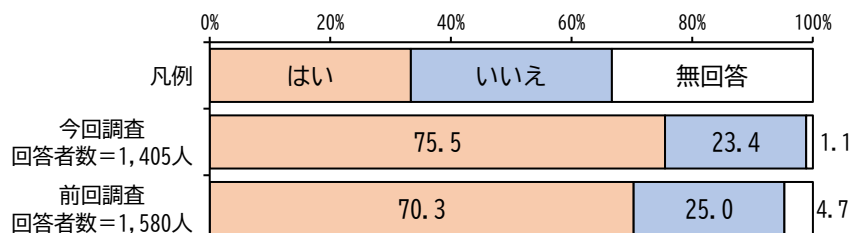
図表5-14 社会的役割：家族や友人の相談にのっている



図表5-15 社会的役割：病人を見舞うことができる



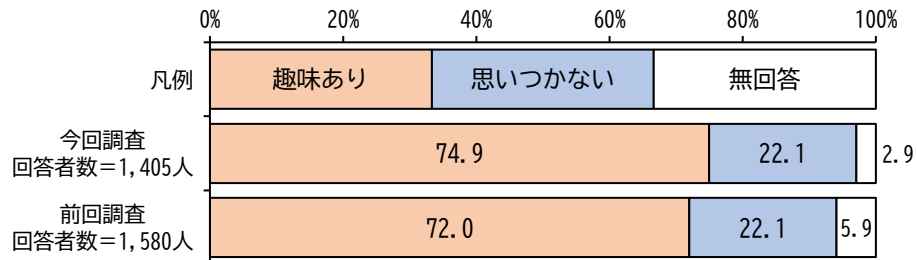
図表5-16 社会的役割：若い人に自分から話しかけることがある



問7 (17) 趣味はありますか。(1つに○)  
(「1. 趣味あり」の方は( )内に趣味を記入ください)

趣味の有無では、「趣味あり」が74.9%、「思いつかない」が22.1%となっています。  
前回調査と比較すると、「趣味あり」が2.9ポイント増加しています。

図表5-17 趣味の有無



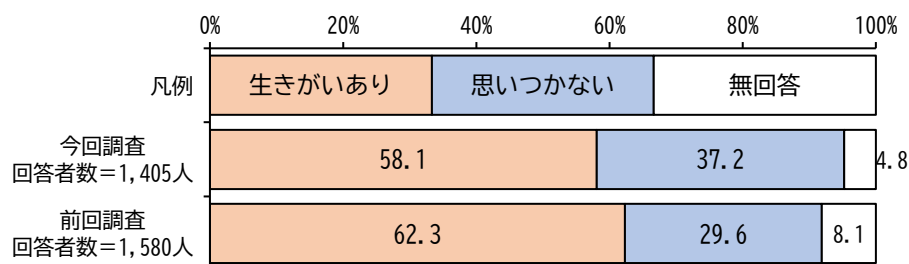
【 趣味の具体的な内容 】(複数回答)

|          |                                                                                                                                                       |         |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| スポーツ     | ゴルフ・グランドゴルフ (101 件)、散歩・ウォーキング・ジョギング (70 件)、ジム・体操・トレーニング (38 件)、ダンス (33 件)、登山・ハイキング (30 件)、テニス (30 件)、水泳・ダイビング (25 件)、卓球 (9 件)、野球 (6 件)、その他スポーツ (49 件) | 391 件   |
| 自然       | 植木、園芸、畑仕事等                                                                                                                                            | 240 件   |
| ものづくり    | 手芸、編み物、料理等                                                                                                                                            | 228 件   |
| 文学       | 読書、書道、俳句等                                                                                                                                             | 150 件   |
| 遊び       | 囲碁、将棋、パズル、ゲーム等                                                                                                                                        | 83 件    |
| 屋外の活動    | 旅行、買物等                                                                                                                                                | 80 件    |
| 音楽       | 音楽鑑賞、コーラス等                                                                                                                                            | 73 件    |
| 楽器       |                                                                                                                                                       | 65 件    |
| 乗り物      | 自動車、バイク、鉄道等                                                                                                                                           | 65 件    |
| ギャンブル    | 競馬、競輪、麻雀、パチンコ                                                                                                                                         | 56 件    |
| 釣り       |                                                                                                                                                       | 54 件    |
| パソコン、テレビ |                                                                                                                                                       | 54 件    |
| カラオケ     |                                                                                                                                                       | 45 件    |
| 映画       |                                                                                                                                                       | 38 件    |
| 写真、絵画    | 絵画、美術鑑賞、カメラ等                                                                                                                                          | 34 件    |
| スポーツ観戦   |                                                                                                                                                       | 24 件    |
| ペット      |                                                                                                                                                       | 8 件     |
| その他      | 華道、茶道、ボランティア等                                                                                                                                         | 94 件    |
| 合計       |                                                                                                                                                       | 1,782 件 |

問7 (18) 生きがいがありますか。(1つに○)  
 (「1. 生きがいあり」の方は( )内に生きがいを記入ください)

生きがいの有無では、「生きがいあり」が58.1%、「思いつかない」が37.2%となっています。  
 前回調査と比較すると、「生きがいあり」が4.2ポイント減少しています。

図表5-18 生きがいの有無



【 生きがいの具体的な内容 】(複数回答)

|                |                    |         |
|----------------|--------------------|---------|
| 孫、子ども、家族       |                    | 256 件   |
| 趣味関連           |                    | 116 件   |
| 健康、生活          | 自立生活、長生き、健康、楽しい生活等 | 114 件   |
| 屋外の活動          | 旅行、釣り、買物等          | 75 件    |
| ガーデニング、家庭菜園、畑等 |                    | 65 件    |
| 友人、知人との交流      |                    | 65 件    |
| 仕事             |                    | 62 件    |
| スポーツ           | ゴルフ、ウォーキング、ジョギング等  | 56 件    |
| 文学、芸術          | 読書、音楽、絵画等          | 54 件    |
| ペット            |                    | 30 件    |
| 食関連            | 料理、食事、お酒等          | 29 件    |
| 人のための活動        | ボランティア、地域活動、町内活動   | 21 件    |
| ものづくり          | 手芸、DIY 等           | 17 件    |
| 遊び             | ゲーム、パズル等           | 9 件     |
| その他            | 宗教、研究等             | 44 件    |
| 合計             |                    | 1,013 件 |

## 6. 地域での活動について

問8（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。  
（①～⑧それぞれ1つに○）

会・グループ等の参加状況では、いずれも「参加していない」が最も多くなっています。また、『参加している』（「週4回以上」+「週2～3回」+「週1回」+「月1～3回」+「年に数回」）をみると《⑦町内会・自治会》で29.8%と最も多く、次いで《③趣味関係のグループ》が28.2%、《⑧収入のある仕事》が23.3%、《②スポーツ関係のグループやクラブ》が22.9%となっています。一方、《⑥高齢者クラブ》が7.0%、《⑤いきいき元気づくり事業》が8.5%、《④学習・教養サークル》が9.5%と参加割合が低くなっています。

会・グループ等の参加頻度についてみると、《⑧収入のある仕事》では、「週4回以上」が11.6%、「週2～3回」が7.2%、「週1回」が1.4%と、約2割の方が週1回以上となっています。

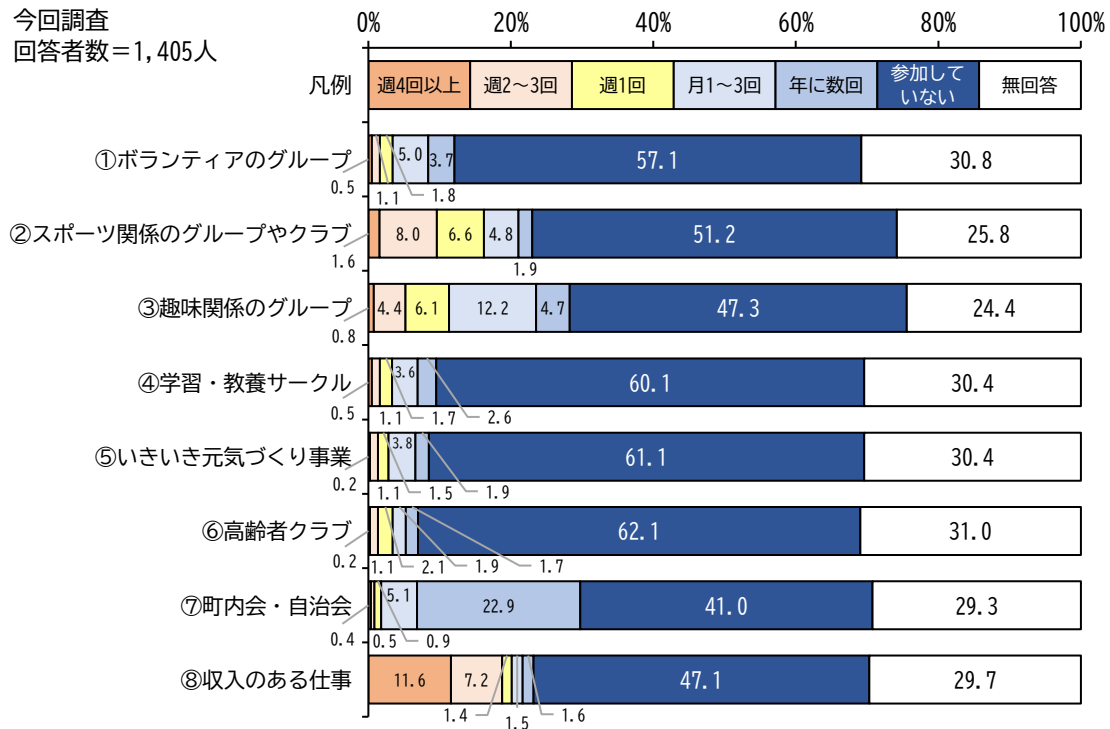
前回調査と比較すると、『参加している』は《①ボランティアのグループ》と《⑧収入のある仕事》をのぞき増加しており、特に《②スポーツ関係のグループやクラブ》では、2.6ポイント、《③趣味関係のグループ》では、2.3ポイントの増加となっています。

図表6-1 会・グループ等の参加状況・頻度

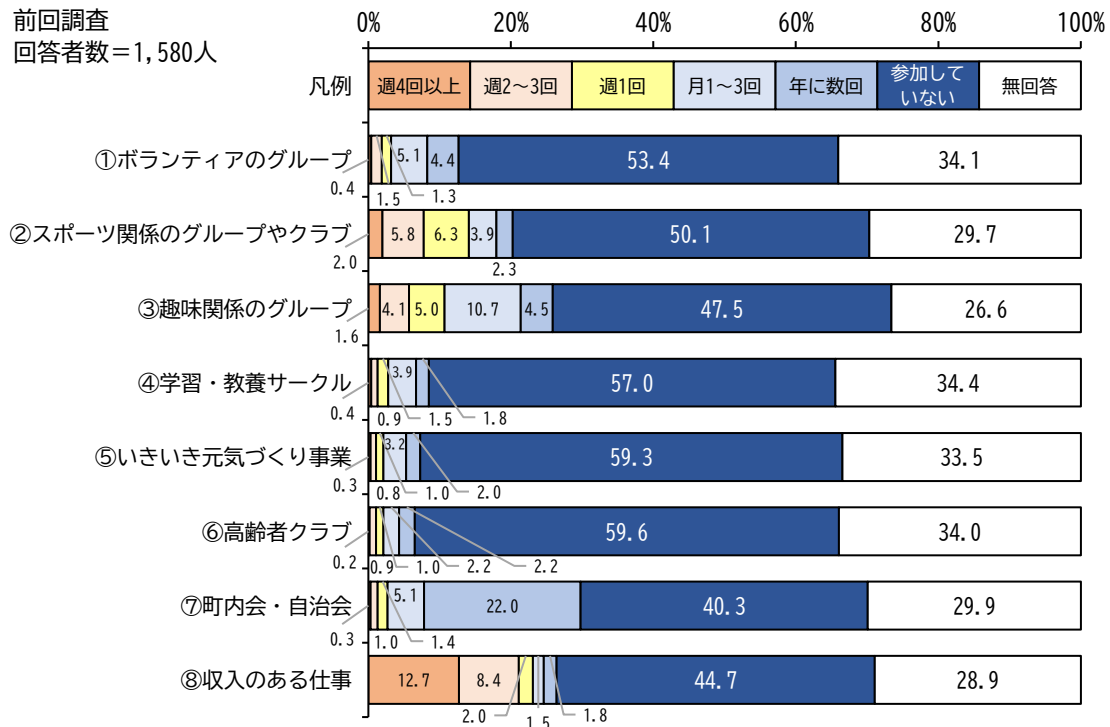
|                  | 回答者数  | 週4回以上 | 週2～3回 | 週1回 | 月1～3回 | 年に数回 | 参加していない | 無回答  | 『参加している』 |
|------------------|-------|-------|-------|-----|-------|------|---------|------|----------|
| ①ボランティアのグループ     | 1,405 | 0.5   | 1.1   | 1.8 | 5.0   | 3.7  | 57.1    | 30.8 | 12.1     |
| ②スポーツ関係のグループやクラブ | 1,405 | 1.6   | 8.0   | 6.6 | 4.8   | 1.9  | 51.2    | 25.8 | 22.9     |
| ③趣味関係のグループ       | 1,405 | 0.8   | 4.4   | 6.1 | 12.2  | 4.7  | 47.3    | 24.4 | 28.2     |
| ④学習・教養サークル       | 1,405 | 0.5   | 1.1   | 1.7 | 3.6   | 2.6  | 60.1    | 30.4 | 9.5      |
| ⑤いきいき元気づくり事業     | 1,405 | 0.2   | 1.1   | 1.5 | 3.8   | 1.9  | 61.1    | 30.4 | 8.5      |
| ⑥高齢者クラブ          | 1,405 | 0.2   | 1.1   | 2.1 | 1.9   | 1.7  | 62.1    | 31.0 | 7.0      |
| ⑦町内会・自治会         | 1,405 | 0.4   | 0.5   | 0.9 | 5.1   | 22.9 | 41.0    | 29.3 | 29.8     |
| ⑧収入のある仕事         | 1,405 | 11.6  | 7.2   | 1.4 | 1.5   | 1.6  | 47.1    | 29.7 | 23.3     |

図表6-2 会・グループ等の参加状況・頻度

今回調査  
回答者数=1,405人



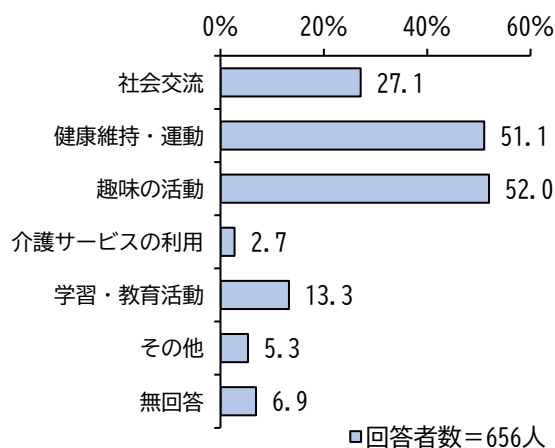
前回調査  
回答者数=1,580人



【（１）①～⑥の通いの場に対して、１つでも「１」～「５」に○をした方】  
 問８（２）通いの場についてお伺いします。  
 ① 通いの場の利用目的は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

通いの場の利用目的については、「趣味の活動」が最も多く 52.0%、次いで「健康維持・運動」が 51.1%、「社会交流」が 27.1%となっています。

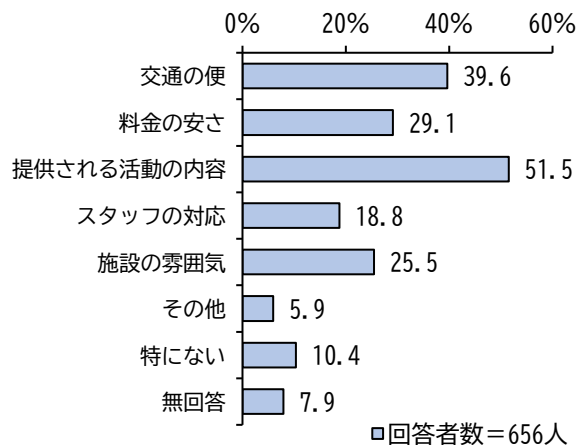
図表６－３ 通いの場の利用目的



問８（２）② 通いの場を選ぶ際の重要な要素は何ですか。  
 （あてはまるものすべてに○）

通いの場を選ぶ際の重要な要素については、「提供される活動の内容」が最も多く 51.5%、次いで「交通の便」が 39.6%、「料金の安さ」が 29.1%となっています。

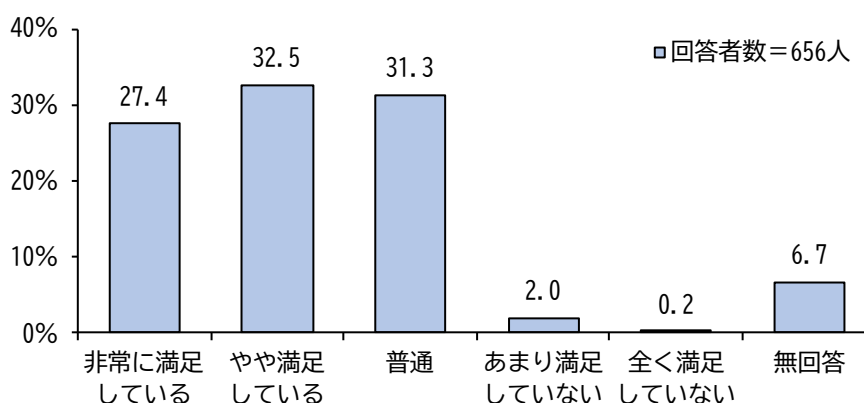
図表６－４ 通いの場を選ぶ際の重要な要素



問8（2）③ 通いの場【（1）①～⑥】の総合的な満足度を教えてください。  
（1つに○）

通いの場の総合的な満足度については、「やや満足している」が最も多く 32.5%、次いで「普通」が 31.3%、「非常に満足している」が 27.4%となっています。一方、「あまり満足していない」「全く満足していない」を合わせた『不満足』は 2.2%とごくわずかとなっています。

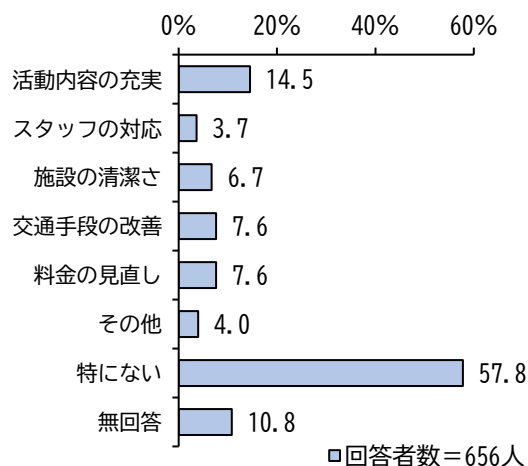
図表6-5 通いの場の総合的な満足度



問8（2）④ 通いの場で改善してほしい点がありますか。  
（あてはまるものすべてに○）

通いの場で改善してほしい点については、「活動内容の充実」が最も多く 14.5%、次いで「交通手段」及び「料金の見直し」が 7.6%となっています。一方、「特にない」は 57.8%と半数を超えています。

図表6-6 通いの場で改善してほしい点



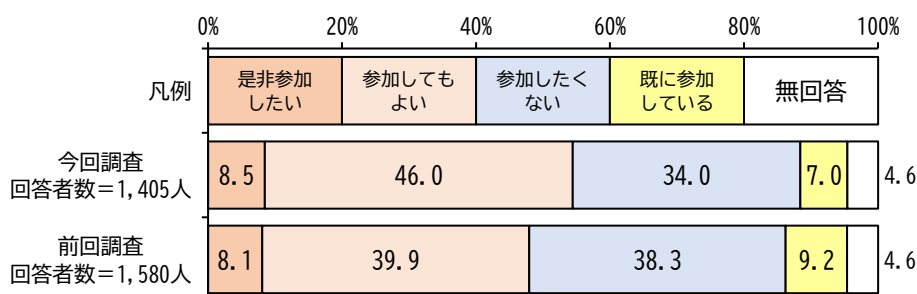
- 問8（3） 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。（1つに○）
- 問8（4） 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか。（1つに○）

社会参加活動の意向については、いきいきとした地域づくりへ《参加者として参加》では、「参加してもよい」が46.0%と最も多く、「是非参加したい」の8.5%と「既に参加している」の7.0%を合わせた61.5%が『参加意向がある』となっています。一方、「参加したくない」が34.0%となっています。

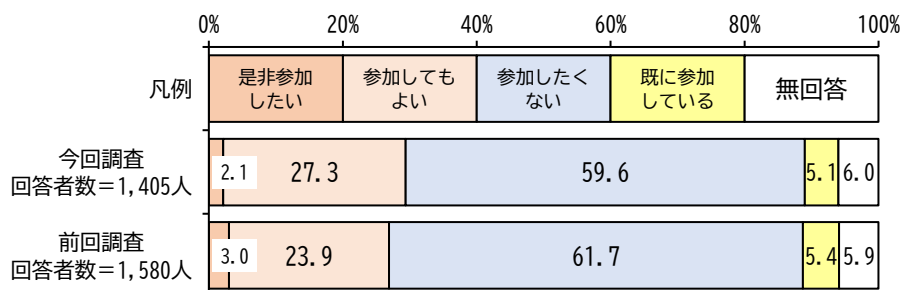
いきいきとした地域づくりへ《企画・運営（お世話役）として参加》では、「参加したくない」が59.6%となっており、「是非参加したい」の2.1%、「参加してもよい」の27.3%、「既に参加している」の5.1%を合わせた34.5%が『参加意向がある』となっています。

前回調査と比較すると、《参加者として参加》の『参加意向がある』で57.2%から4.3ポイントの増加、《企画・運営（お世話役）として参加》の『参加意向がある』で32.3%からは2.2ポイントの増加となっています。

図表6-7 社会参加活動の意向：参加者として参加



図表6-8 社会参加活動の意向：企画・運営（お世話役）として参加

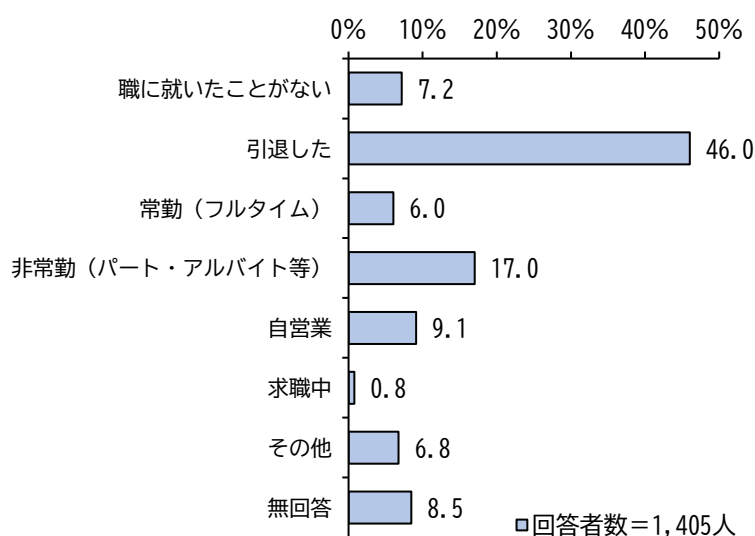


## 7. 就労について

問9（1） 現在のあなたの就労状態はどれですか。（あてはまるものすべてに○）

現在の就労状態については、「引退した」が 46.0%と最も多く、次いで「非常勤（パート・アルバイト等）」17.0%、「自営業」9.1%となっています。

図表 7-1 現在の就労状態



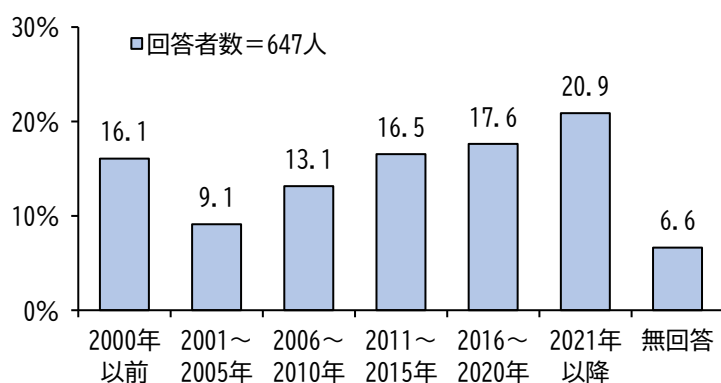
【（1）において「2. 引退した」の方のみ】

問9（1）① あなたはいつ引退しましたか。

（1つを選び、引退年を記入してください）

引退した時期については、「2021 年以降」が 20.9%と最も多く、次いで「2016～2020 年」が 17.6%、「2011～2015 年」が 16.5%となっています。

図表 7-2 引退した時期



## 8. あなたとまわりの人の「たすけあい」について

問 10（１） あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人

（あてはまるものすべてに○）

問 10（２） 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人

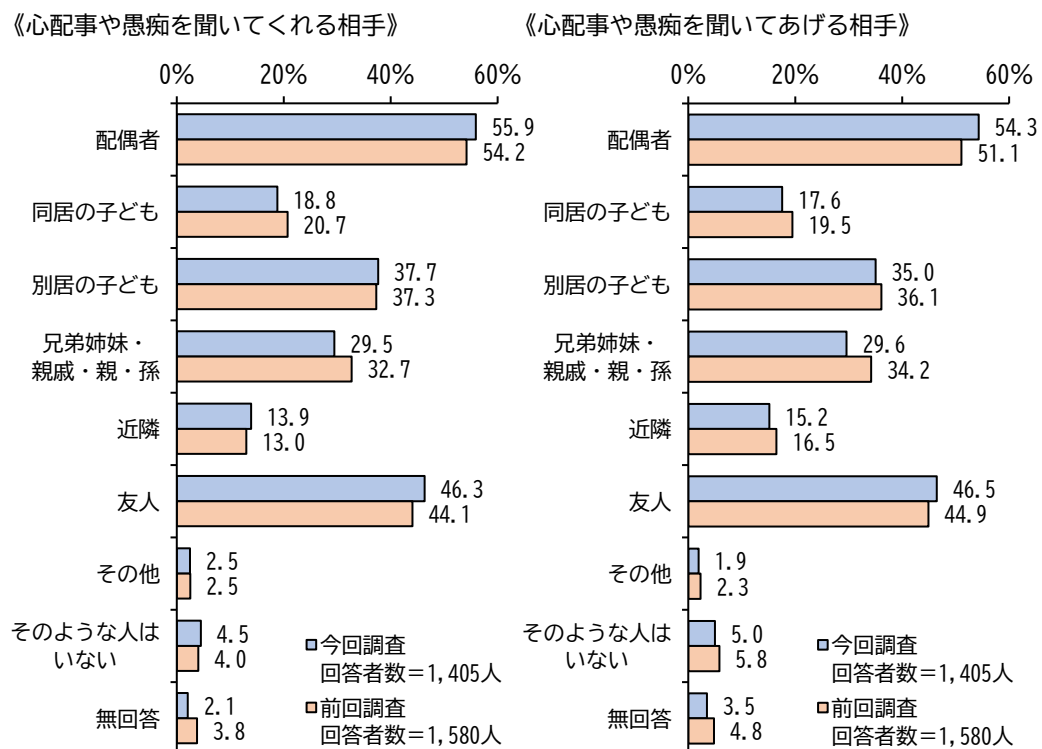
（あてはまるものすべてに○）

《心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる相手》では、「配偶者」が 55.9%と最も多く、次いで「友人」が 46.3%、「別居の子ども」が 37.7%となっており、「そのような人はいない」は 4.5%となっています。

《心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる相手》では、「配偶者」が 54.3%と最も多く、次いで「友人」が 46.5%、「別居の子ども」が 35.0%となっており、「そのような人はいない」は 5.0%となっています。

前回調査と比較すると、《心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる相手》《心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる相手》ともに「配偶者」「友人」が増加し、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」が減少しています。

図表8-1 心配事や愚痴（ぐち）について



問 10（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  
(あてはまるものすべてに○)

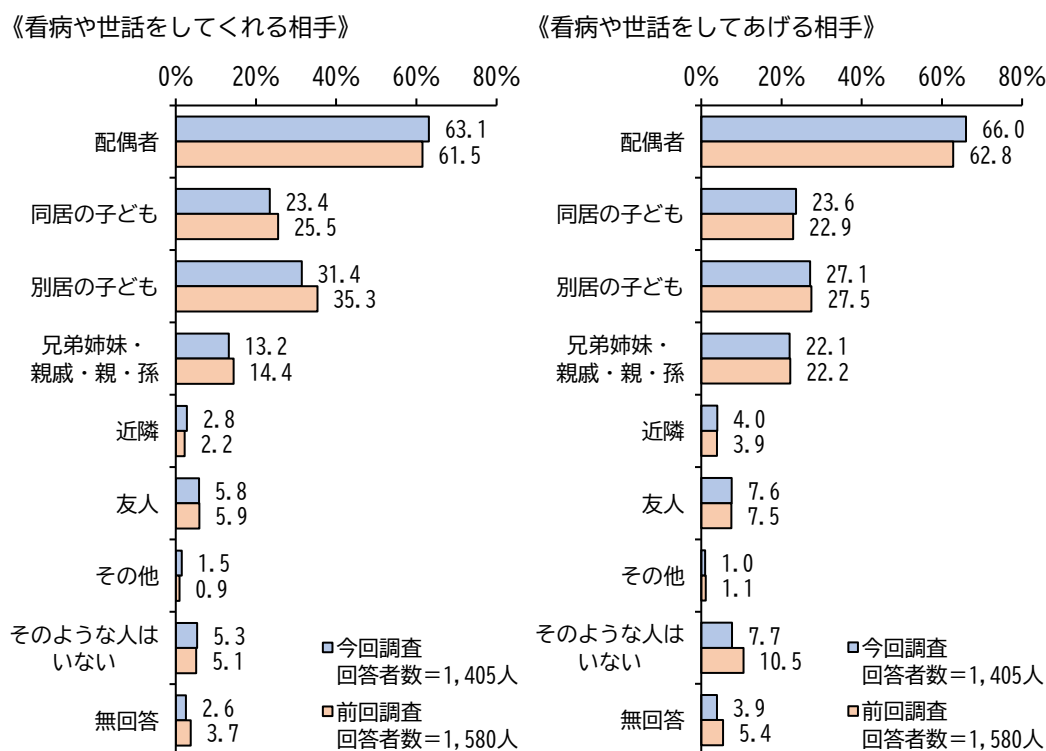
問 10（4） 反対に、あなたが看病や世話をしてあげる人  
(あてはまるものすべてに○)

《看病や世話をしてくれる相手》では、「配偶者」が 63.1%と最も多く、次いで「別居の子ども」が 31.4%、「同居の子ども」が 23.4%となっており、「そのような人はいない」は 5.3%となっています。

《看病や世話をしてあげる相手》では、「配偶者」が 66.0%と最も多く、次いで「別居の子ども」が 27.1%、「同居の子ども」が 23.6%となっており、「そのような人はいない」は 7.7%となっています。

前回調査と比較すると、《看病や世話をしてくれる相手》《看病や世話をしてあげる相手》ともに「配偶者」が増加しています。

図表 8-2 看病や世話について

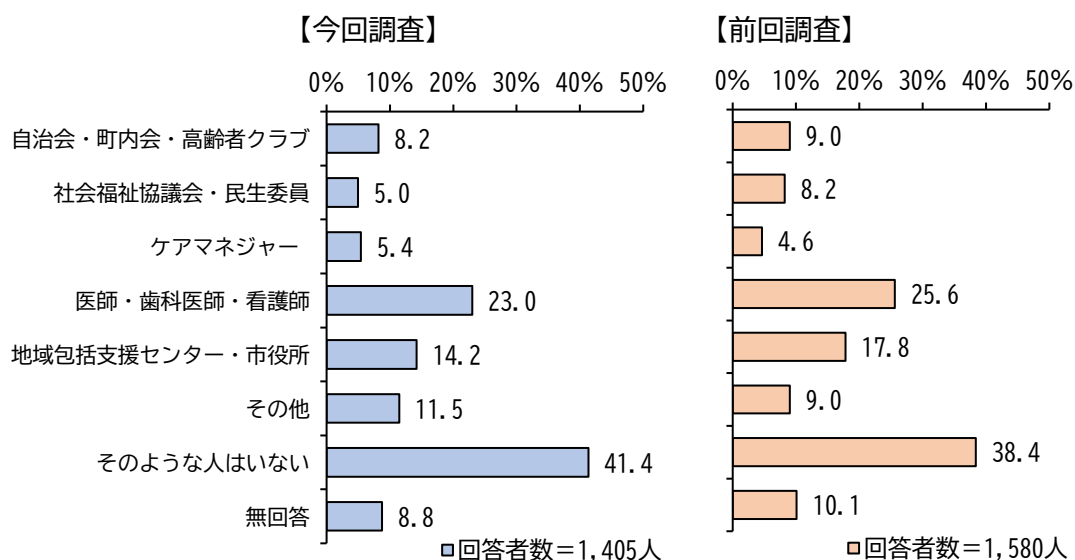


問 10（5） 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手では、「そのような人はいない」が 41.4%と最も多く、次いで「医師・歯科医師・看護師」が 23.0%、「地域包括支援センター・市役所」が 14.2%となっています。

前回調査と比較すると、「ケアマネジャー」が 0.8 ポイント、「そのような人はいない」が 3.0 ポイントそれぞれ増加しています。

図表 8-3 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手

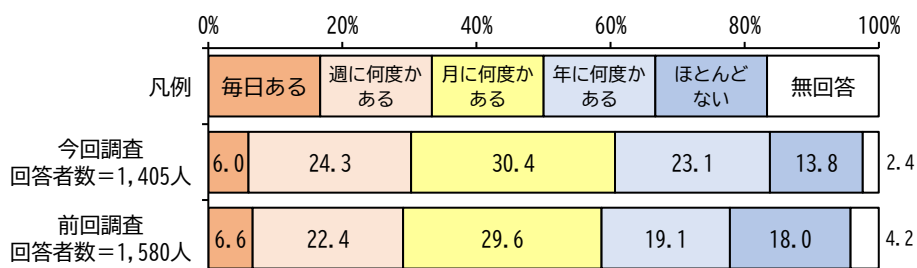


問 10（6） 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。（1つに○）

友人・知人と会う頻度では、「月に何度かある」が 30.4%と最も多く、次いで「週に何度かある」が 24.3%、「年に何度かある」が 23.1%となっています。

前回調査と比較すると、「ほとんどない」が減少し、『ある』が増加しています。

図表 8-4 友人・知人と会う頻度

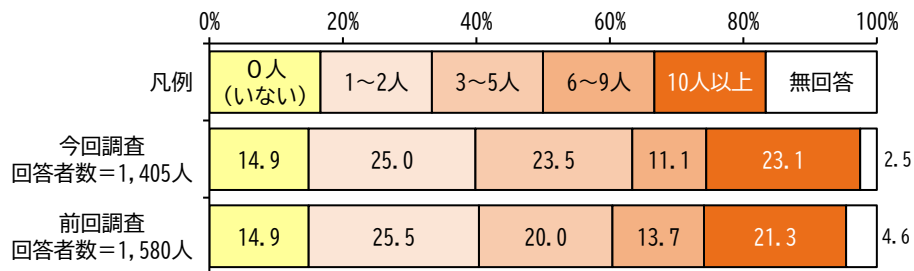


問 10（7） この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。  
（同じ人には何度会っても1人と数えることとします）（1つに○）

この1か月間に会った友人・知人の数については、「1～2人」が 25.0%と最も多く、次いで「3～5人」が 23.5%、「10 人以上」が 23.1%、となっています。

前回調査と比較すると、「3～5人」が 3.5 ポイント、「10 人以上」が 1.8 ポイントそれぞれ増加しています。

図表8-5 この1か月間に会った友人・知人の数について

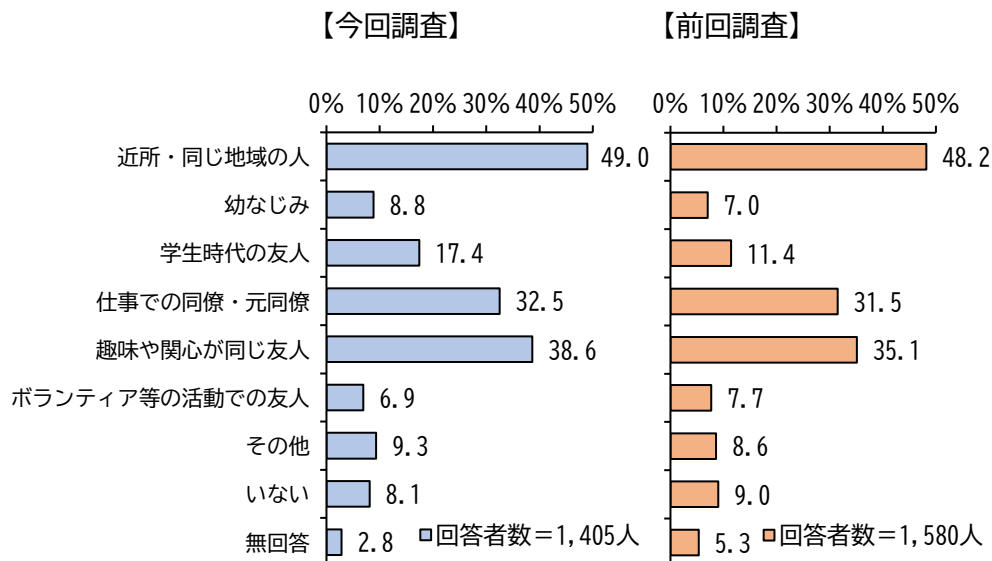


問 10（8） よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。  
（あてはまるものすべてに○）

よく会う友人・知人の関係性では、「近所・同じ地域の人」が 49.0%と最も多く、次いで「趣味や関心と同じ友人」が 38.6%、「仕事での同僚・元同僚」が 32.5%となっています。

前回調査と比較すると、「ボランティア等の活動での友人」及び「いない」を除いて増加しており、特に「学生時代の友人」では、6.0 ポイントの増加となっています。

図表8-6 よく会う友人・知人の関係性

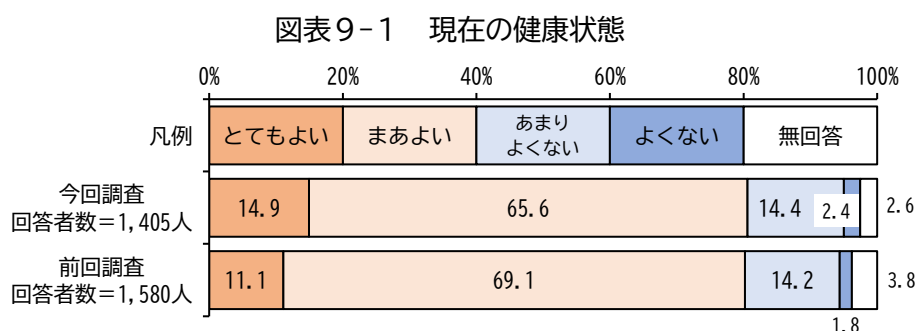


## 9. 健康について

問 11（１） 現在のあなたの健康状態はいかがですか。（１つに○）

健康状態については、「まあよい」が 65.6%と最も多く、次いで「とてもよい」が 14.9%、「あまりよくない」が 14.4%、となっています。

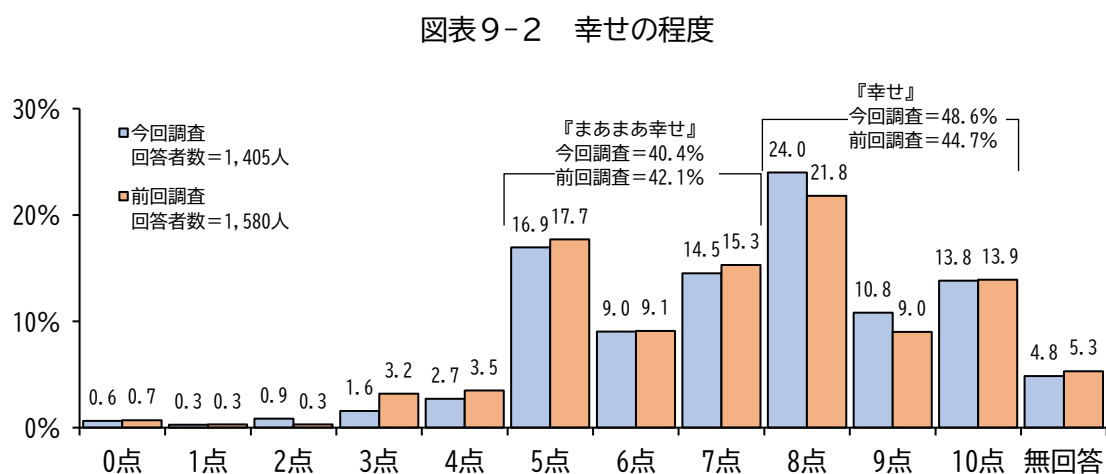
前回調査と比較すると、「とてもよい」が 3.8 ポイントの増加となっています。



問 11（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。

幸せの程度については、「8点」が 24.0%と最も多く、次いで「5点」が 16.9%となっています。

前回調査と比較すると、「8点」～「10点」を合わせた『幸せ』が 44.7%から 48.6%へと 3.9 ポイント増加し、「5点」～「7点」を合わせた『まあまあ幸せ』が 42.1%から 40.4%へと 1.7 ポイント減少しています。

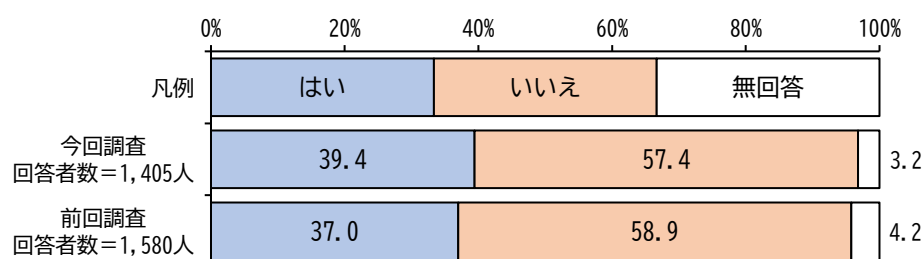


問 11（3） この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。（1つに○）

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については、「はい」が 39.4%、「いいえ」が 57.4%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が 2.4 ポイント増加しています。

図表9-3 気分の沈み、ゆううつな気持ち

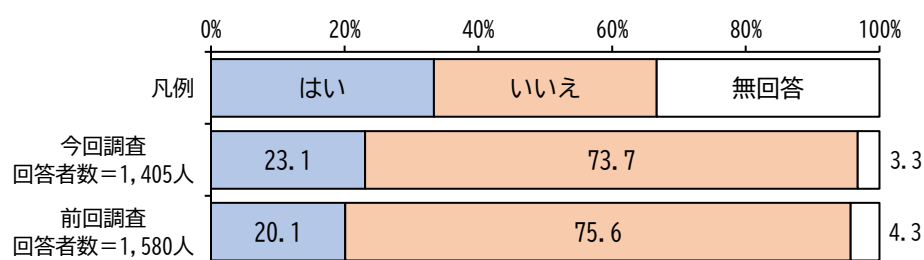


問 11（4） この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。（1つに○）

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については、「はい」が 23.1%、「いいえ」73.7%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が 3.0 ポイント増加しています。

図表9-4 興味がわかない、楽しめない

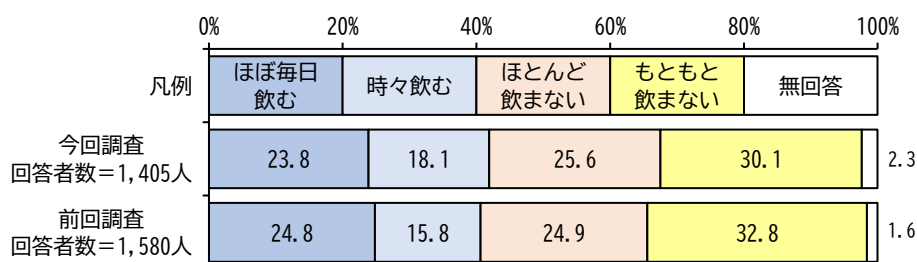


問 11（5） お酒は飲みますか。（1 つに○）

飲酒の状況については、「もともと飲まない」が 30.1%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が 25.6%、「ほぼ毎日飲む」が 23.8%、「時々飲む」が 18.1%となっています。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日飲む」と「時々飲む」を合わせた『飲酒の習慣がある』は、40.6%から 41.9%へと 1.3 ポイント増加しています。

図表 9-5 飲酒の状況

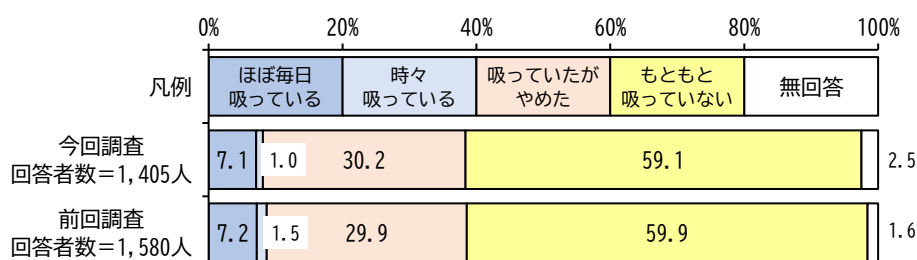


問 11（6） タバコは吸っていますか。（1 つに○）

喫煙の状況については、「もともと吸っていない」が 59.1%と最も多く、次いで「吸っていたがやめた」が 30.2%、「ほぼ毎日吸っている」が 7.1%となっています。

前回調査と比較すると、「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」を合わせた『喫煙習慣がある』は、8.7%から 8.1%へと 0.6 ポイント減少しています。

図表 9-6 喫煙の状況

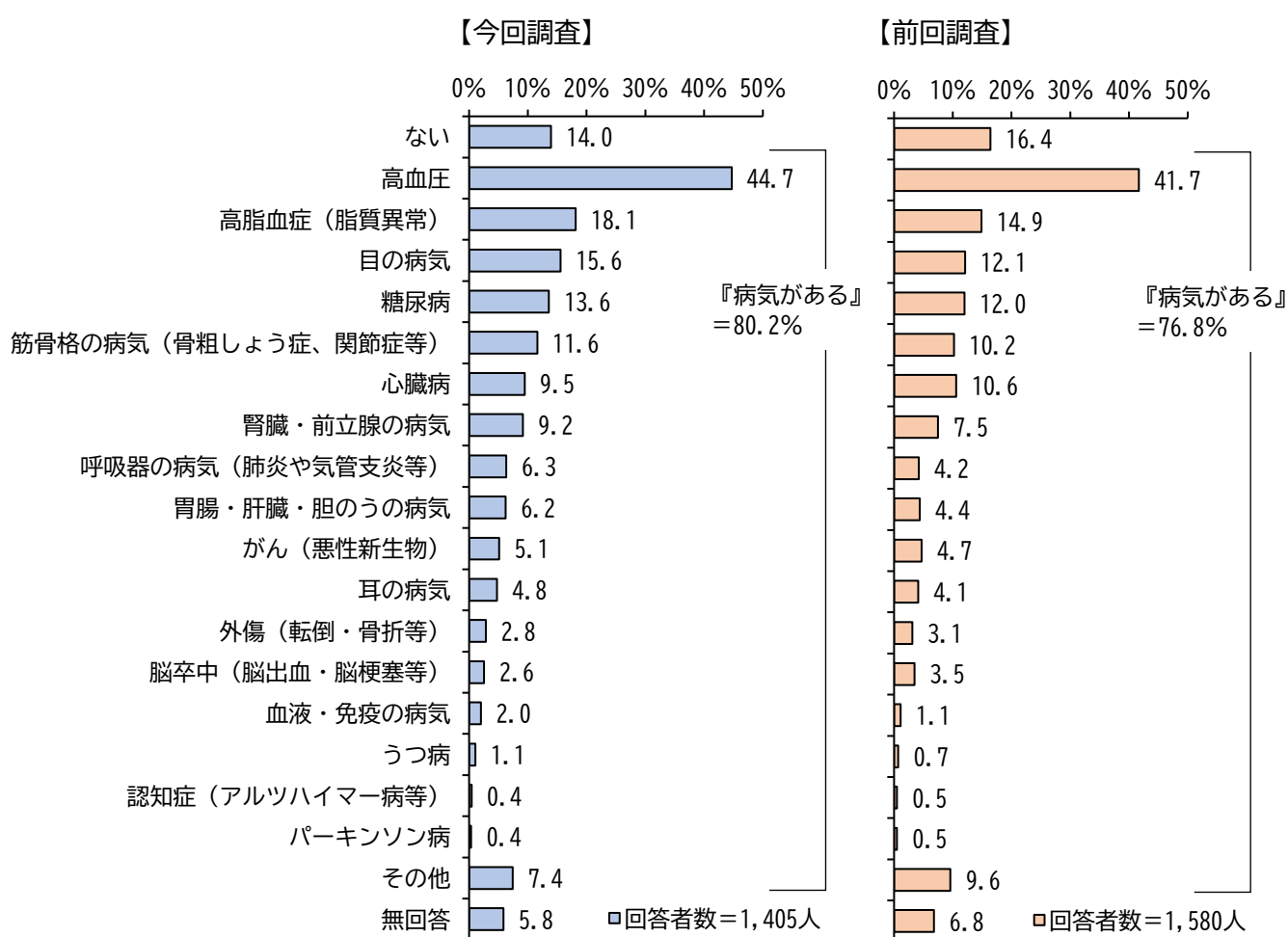


問 11（7） 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。  
（あてはまるものすべてに○）

治療中、または後遺症のある病気については、「高血圧」が 44.7%と最も多く、次いで「高脂血症（脂質異常）」が 18.1%、「目の病気」が 15.6%、「糖尿病」が 13.6%となっています。一方、「ない」は 14.0%となっています。

前回調査と比較すると、「目の病気」が 3.5 ポイント、「高脂血症（脂質異常）」が 3.2 ポイント、「高血圧」が 3.0 ポイントの増加となっています。また、『病気がある』は 3.4 ポイント増加しています。

図表 9-7 治療中、または後遺症のある病気



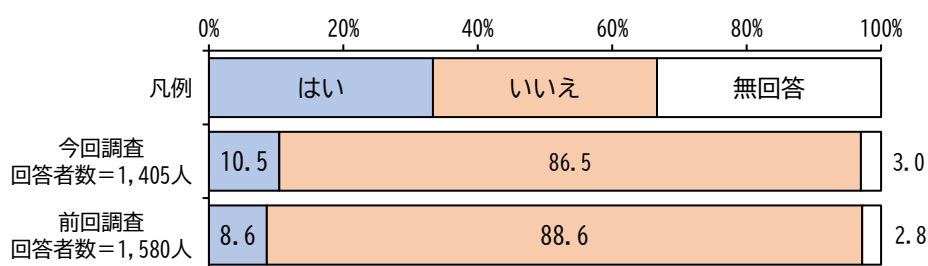
## 10. 認知症にかかる相談窓口の把握について

問 12（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つに○）

認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある状況については、「はい」が 10.5%、「いいえ」が 86.5%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が 1.9 ポイント増加しています。

図表 10-1 認知症の症状の有無

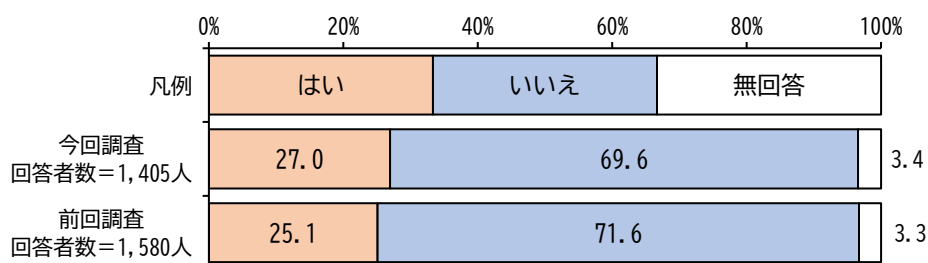


問 12（２） 認知症に関する相談窓口を知っていますか。（１つに○）

認知症に関する相談窓口の認知については、「はい」が 27.0%、「いいえ」が 69.6%となっています。

前回調査と比較すると、「はい」が 1.9 ポイント増加しています。

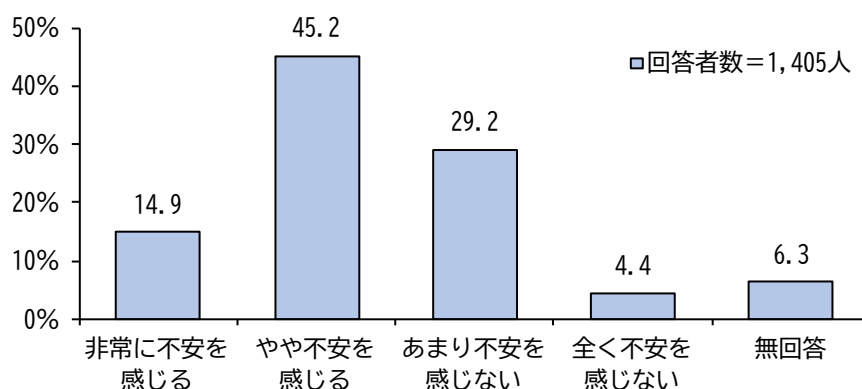
図表 10-2 認知症相談窓口の認知



問 12（3） あなたは、認知症に対してどの程度不安を感じていますか。（1 つに○）

認知症に対しての不安については、「やや不安を感じる」が 45.2%と最も多く、次いで「あまり不安を感じない」が 29.2%、「非常に不安を感じる」が 14.9%となっています。「非常に不安を感じる」と「やや不安を感じる」を合わせた『不安を感じる』は 60.1%となっています。

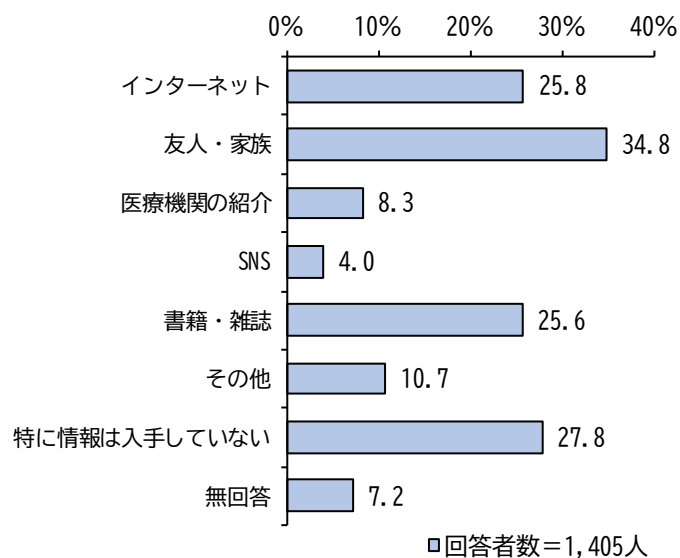
図表 10-3 認知症に対しての不安



問 12（4） 認知症に関する情報をどのように入手していますか。  
(あてはまるものすべてに○)

認知症に関する情報の入手先については、「友人・家族」が 34.8%と最も多く、次いで「インターネット」が 25.8%、「書籍・雑誌」が 25.6%となっています。一方、「特に情報は入手していない」は 27.8%となっています。

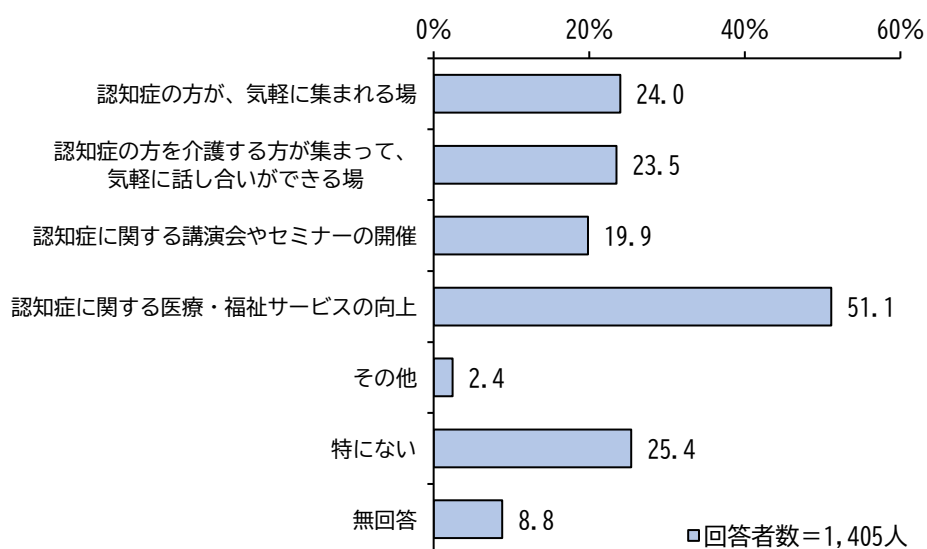
図表 10-4 認知症に関する情報の入手先



問 12（５） あきる野市に対して、認知症関連での施策の充実を望む内容がありますか。（あてはまるものすべてに○）

充実を望む認知症関連施策については、「認知症に関する医療・福祉サービスの向上」が 51.5%と最も多く、次いで「認知症の方が、気軽に集まれる場」が 24.0%、「認知症の方を介護する方が集まって、気軽に話し合いができる場」が 23.5%となっています。一方、「特にない」は 25.4%となっています。

図表 10-5 充実を望む認知症関連施策

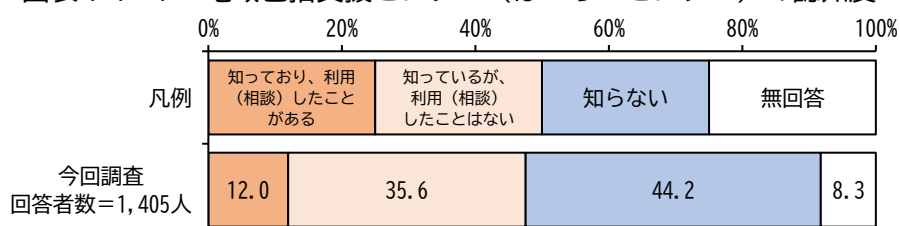


## 1 1. 地域包括支援センターについて

問 13（１） 地域包括支援センター（はつらつセンター）を知っていますか。

地域包括支援センター（はつらつセンター）の認知度については、「知らない」が 44.2%と最も多く、次いで「知っているが、利用（相談）したことはない」が 35.6%、「知っており、利用（相談）したことがある」が 12.0%となっています。「知っており、利用（相談）したことがある」と「知っているが、利用（相談）したことはない」を合わせた『知っている』は 47.6%となっています。

図表 1 1-1 地域包括支援センター（はつらつセンター）の認知度

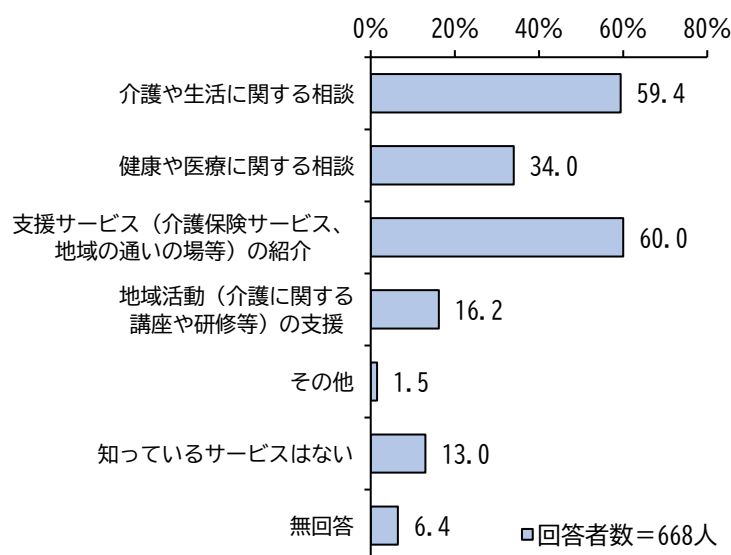


【（１）で「１」又は「２」を回答した方のみ】

問 13（２） 地域包括支援センターが提供しているサービスについて知っているものがありますか。（あてはまるものすべてに○）

地域包括支援センターを『知っている』方に知っているサービスを聞いたところ、「支援サービス（介護保険サービス、地域の通いの場等）の紹介」が 60.0%と最も多く、次いで「介護や生活に関する相談」が 59.4%、「健康や医療に関する相談」が 34.0%となっています。

図表 1 1-2 知っているサービス

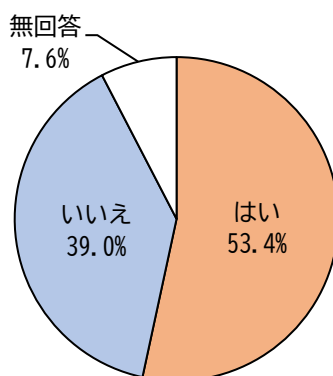


## 1 2. 歯科通院について

問 14（１） 現在、歯科医院に通院していますか。（１つに○）

歯科通院の有無については、「はい」が 53.4%、「いいえ」が 39.0%となっています。「はい」が「いいえ」を 14.4 ポイント上回っています。

図表 1 2-1 歯科通院の有無

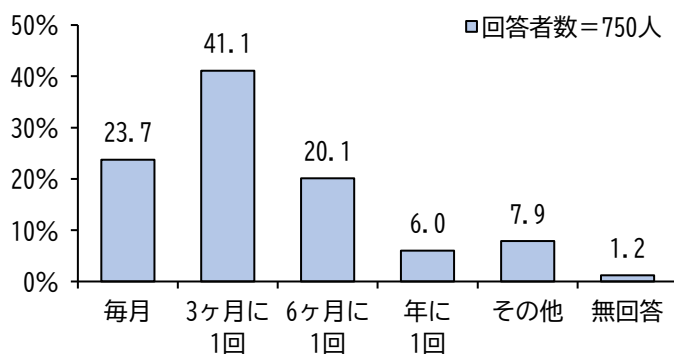


回答者数=1,405人

【（１）で「1. はい」（通院している）の方のみ】  
問 14（２） 通院している場合、通院頻度はどれくらいですか。（１つに○）

通院している場合の通院頻度については、「3 ヶ月に 1 回」が 41.1%と最も多く、次いで「毎月」が 23.7%、「6 ヶ月に1回」が 20.1%となっています。

図表 1 2-2 通院頻度

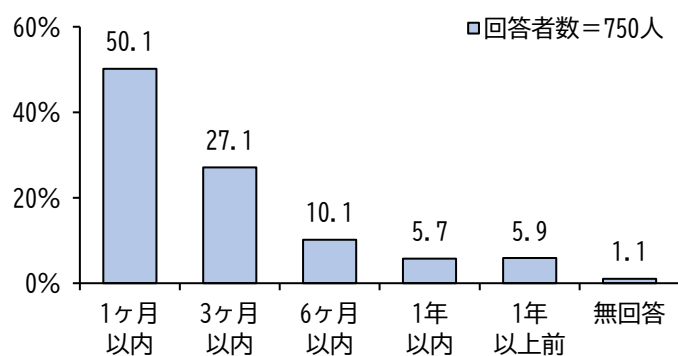


□回答者数=750人

【（１）で「１．はい」（通院している）の方のみ】  
問 14（３）最後に歯科医院に通院したのはいつですか。（１つに○）

通院している場合の最後に通勤した時期については、「１ヶ月以内」が 50.1%と最も多く、次いで「３ヶ月以内」27.1%、「６ヶ月以内」10.1%となっています。

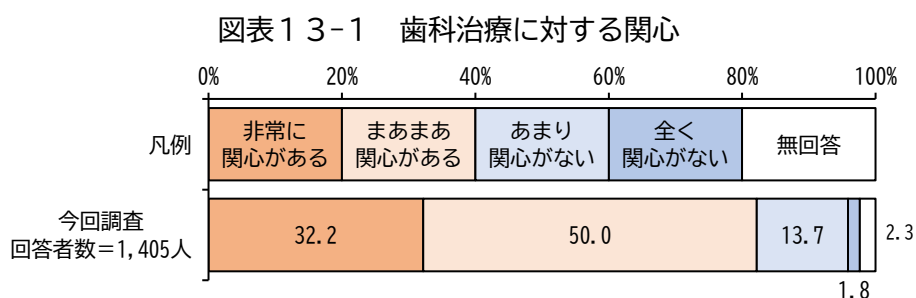
図表 1 2-3 最後に通院した時期



### 1 3. 歯科治療への関心について

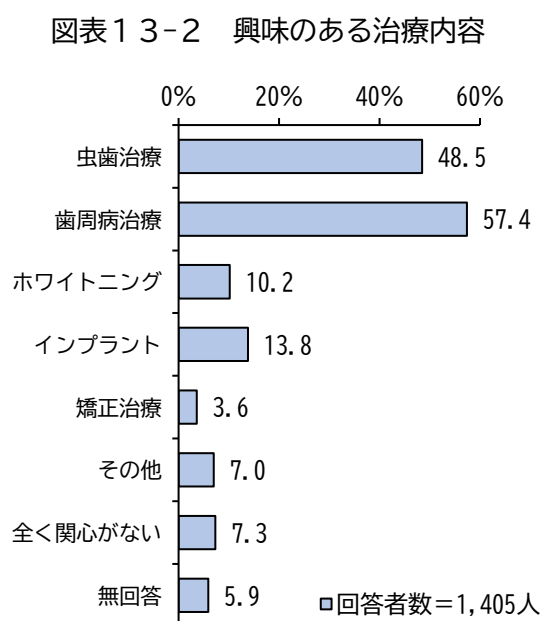
問 15（１） 歯科治療に対する関心はどの程度ありますか。（１つに○）

歯科治療に対する関心については、「まあまあ関心がある」が50.0%と最も多く、次いで「非常に関心がある」32.2%、「あまり関心がない」が 13.7%となっています。「非常に関心がある」と「まあまあ関心がある」を合わせた『関心がある』は82.2%となっています。



問 15（２） 歯科治療について、興味のある内容はありますか。  
（あてはまるものすべてに○）

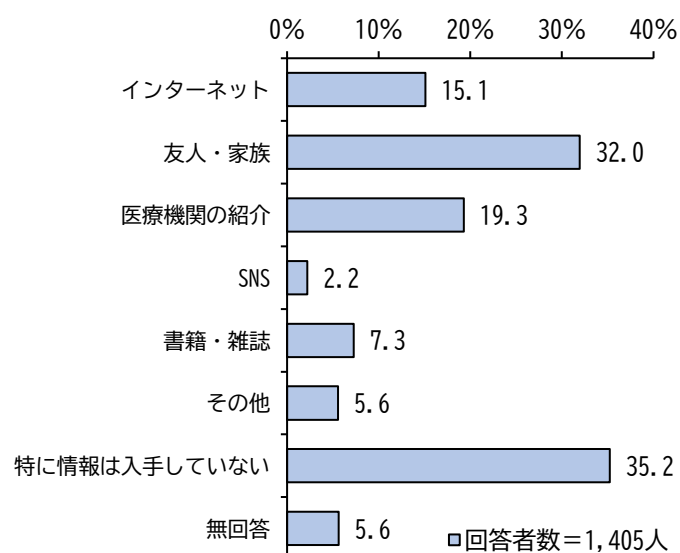
興味のある治療内容については、「歯周病治療」が 57.4%と最も多く、次いで「虫歯治療」48.5%、「インプラント」13.8%となっています。



問 15（3） 歯科治療に関する情報をどこで得ていますか。  
（あてはまるものすべてに○）

歯科治療に関する情報の入手先については、「友人・家族」が 32.0%と最も多く、次いで「医療機関の紹介」が 19.3%、「インターネット」が 15.1%となっています。

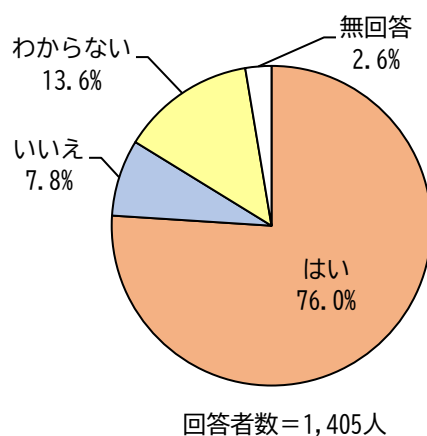
図表 1 3-3 歯科治療に関する情報の入手先



問 15（4） 今後、歯科治療を受ける意向はありますか。（1つに○）

今後、歯科治療を受ける意向については、「はい」が 76.0%、「いいえ」が 7.8%、「わからない」が 13.6%となっています。

図表 1 3-4 歯科治療を受ける意向



## 1 4. リスク分析

要支援・要介護状態にならないように、早期に介護予防事業に取り組むことが必要となります。介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果から、要支援状態となる手前の状態(リスク)を把握します。

### 運動器の機能低下リスクの判定

#### 【リスク判定方法】

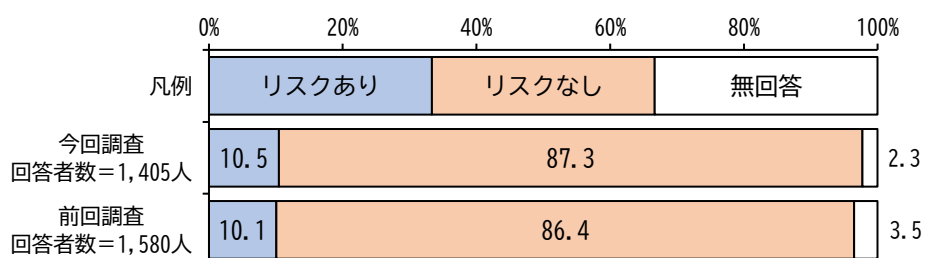
・以下の5問中3問に該当した人を、運動器機能の低下リスクがある、と判定します。

| 設問番号  | 設問 運動器機能の低下                  | 該当条件                      |
|-------|------------------------------|---------------------------|
| 問5（1） | 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか        | 3. できない                   |
| 問5（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 | 3. できない                   |
| 問5（3） | 15分位続けて歩いていますか               | 3. できない                   |
| 問5（4） | 過去1年間に転んだ経験がありますか            | 1. 何度もある<br>2. 1度ある       |
| 問5（5） | 転倒に対する不安は大きいですか              | 1. とても不安である<br>2. やや不安である |

運動器の機能低下リスクの状況では、「リスクあり」が10.5%、「リスクなし」が87.3%となっています。

前回調査と比較すると、「リスクあり」が0.4ポイント増加しています。

図表1 4-1 運動器の機能低下リスク



## 低栄養状態の判定

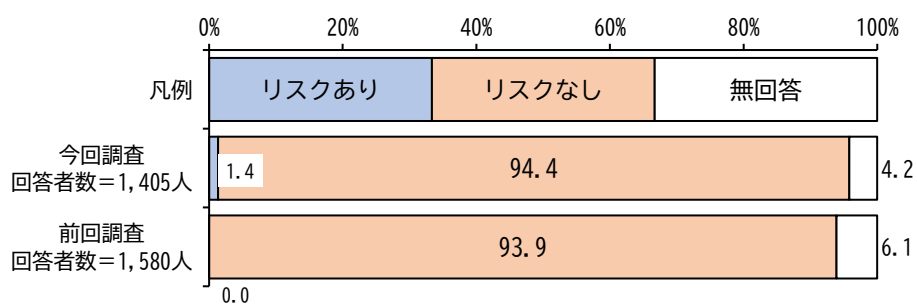
### 【リスク判定方法】

・以下の2問に該当した人を、低栄養状態にある高齢者、と判定します。

| 設問番号  | 設問 低栄養                     | 該当条件          |
|-------|----------------------------|---------------|
| 問6（1） | 身長・体重を教えてください              | BMI が 18.5 以下 |
| 問6（7） | 直近6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか | 1. はい         |

低栄養状態の状況では、「リスクあり」が1.4%、「リスクなし」が94.4%となっています。  
 前回調査と比較すると、「リスクあり」が1.4ポイント増加しています。

図表14-2 低栄養状態の判定



## 口腔機能の低下リスクの判定

### 【リスク判定方法】

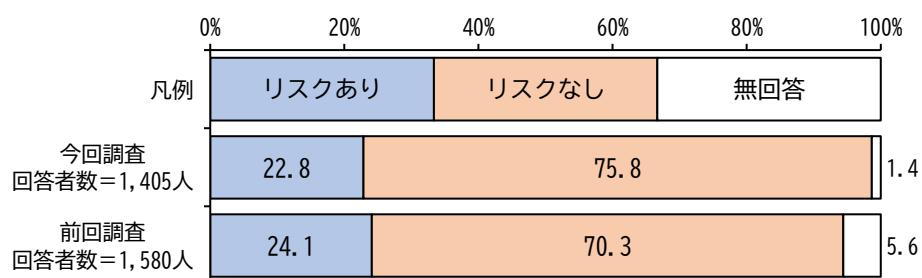
・以下の3問中2問に該当した人を、口腔機能が低下している高齢者、と判定します。

| 設問番号  | 設問 口腔機能                 | 該当条件  |
|-------|-------------------------|-------|
| 問6（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. はい |
| 問6（3） | お茶や汁物等でむせることがありますか      | 1. はい |
| 問6（4） | 口の渇きが気になりますか            | 1. はい |

口腔機能が低下している割合では、「リスクあり」が 22.8%、「リスクなし」が 75.8%となっています。

前回調査と比較すると、「リスクあり」が 1.3 ポイント減少しています。

図表 1 4-3 口腔機能の低下リスクの判定



## うつ傾向の判定

### 【リスク判定方法】

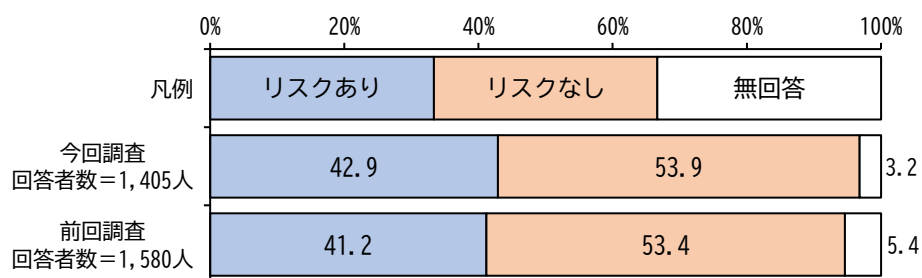
・以下の2問中、いずれか1問に該当した人を、うつ傾向のある高齢者、と判定します。

| 設問番号     | 設問 うつ傾向                                           | 該当条件  |
|----------|---------------------------------------------------|-------|
| 問 11 (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すか            | 1. はい |
| 問 11 (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. はい |

うつ傾向のある高齢者の割合では、「リスクあり」が 42.9%、「リスクなし」が 53.9%となっています。

前回調査と比較すると、「リスクあり」が 1.7 ポイント増加しています。

図表 1 4-4 うつ傾向の判定



## 1 5. 老研式活動能力指標

フレイル状態にあるのかを判断する指標として、「老研式活動能力指標」があります。老研式活動能力指標は、3つの下位尺度(手段的自立・知的能動性・社会的役割)を評価するための指標です。

### 手段的自立度（IADL）

#### 【判定方法】

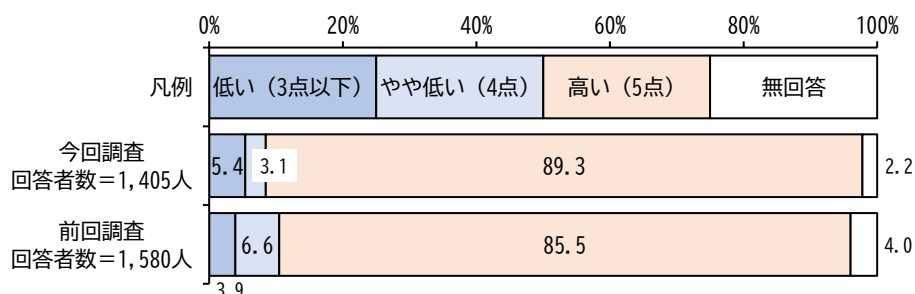
・以下の5問中、3点以下を「低い」、4点を「やや低い」、5点を「高い」と判定します。

| 設問番号  | 設問 IADL              | 評価尺度                          |
|-------|----------------------|-------------------------------|
| 問7（4） | バスや電車を使って1人で外出していますか | 1. できるし、している<br>2. できるけどしていない |
| 問7（5） | 自分で食品・日用品の買物をしていますか  | 1. できるし、している<br>2. できるけどしていない |
| 問7（6） | 自分で食事の用意をしていますか      | 1. できるし、している<br>2. できるけどしていない |
| 問7（7） | 自分で請求書の支払いをしていますか    | 1. できるし、している<br>2. できるけどしていない |
| 問7（8） | 自分で預貯金の出し入れをしていますか   | 1. できるし、している<br>2. できるけどしていない |

手段的自立度(IADL)の割合では、「低い(3点以下)」が 5.4%、「やや低い(4点)」が 3.1%、「高い(5点)」が 89.3%となっています。

前回調査と比較すると、「低い(3点以下)」が 1.5 ポイント増加しています。

図表1 5-1 手段的自立度（IADL）



## 知的能動性の判定

### 【リスク判定方法】

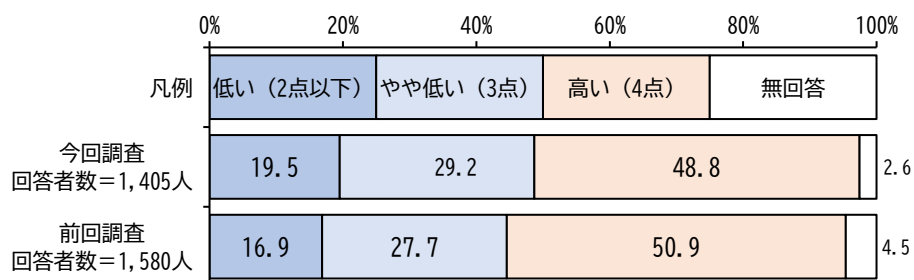
・以下の4問中、2点以下を「低い」、3点を「やや低い」、4点を「高い」と判定します。

| 設問番号   | 設問 知的能動性                    | 該当条件  |
|--------|-----------------------------|-------|
| 問7（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 | 1. はい |
| 問7（10） | 新聞を読んでいますか                  | 1. はい |
| 問7（11） | 本や雑誌を読んでいますか                | 1. はい |
| 問7（12） | 健康についての記事や番組に関心がありますか       | 1. はい |

知的能動性の割合では、「低い(2点以下)」が19.5%、「やや低い(3点)」が29.2%、「高い(4点)」が48.8%となっています。

前回調査と比較すると、「低い(2点以下)」が2.6ポイント増加しています。

図表15-2 知的能動性の判定



## 社会的役割の判定

### 【リスク判定方法】

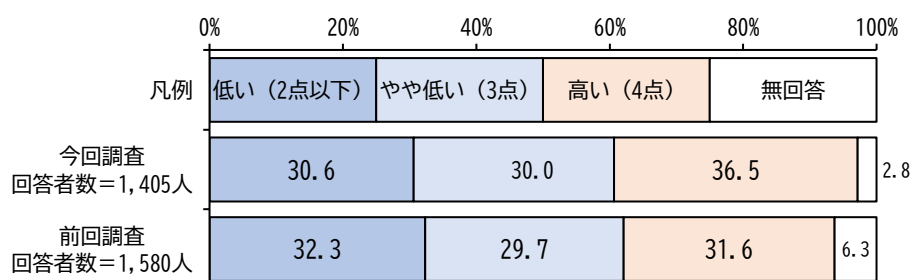
・以下の4問中、2点以下を「低い」、3点を「やや低い」、4点を「高い」と判定します。

| 設問番号    | 設問 社会的役割              | 該当条件  |
|---------|-----------------------|-------|
| 問7 (13) | 友人を訪ねていますか            | 1. はい |
| 問7 (14) | 家族や友人の相談にのっていますか      | 1. はい |
| 問7 (15) | 病人を見舞うことができますか        | 1. はい |
| 問7 (16) | 若い人に自分から話しかけることがありますか | 1. はい |

社会的役割の割合では、「低い(2点以下)」が 30.6%、「やや低い(3点)」が 30.0%、「高い(4点)」が 36.5%となっています。

前回調査と比較すると、「低い(2点以下)」が 1.7 ポイント減少しています。

図表 15-3 社会的役割の判定



### III. 調査票

#### あきる野市 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

##### －ご記入にあたってのお願い－

- この調査は、封筒のあて名の方ご本人について回答をお願いするものです。できるだけあて名のご本人が回答してください。
- あて名のご本人がご病気等でお答えになれない場合、ご家族の方などがお手伝いするか、ご本人の代わりに回答していただきますようお願いいたします。
- 質問の指示にしたがって、番号を○で囲むなどしてください。

##### ◆お問合せ先

あきる野市 高齢者支援課 介護保険係

電話：０４２－５５８－１１１１【内線２６３３】

##### ◆回答の締切

同封の返信用封筒に入れて、

**令和８年２月９日（月）**までにポストに投かんしてください

##### 個人情報の取り扱いについて

個人情報の保護及び活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものと見させていただきます。

- この調査は、効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。本調査で得られた情報につきましては、市による介護保険事業計画策定の目的以外には利用いたしません。また当該情報については、市で適切に管理いたします。
- ただし、介護保険事業計画策定時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理する市外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。

右にある番号は、市役所の中でのみ、介護保険の認定・利用状況とデータを連結させるためのものです。

## ●ここから質問がはじまります●

問1 はじめに、この調査票に記入される方はどなたですか。(1つに○)

- |                            |
|----------------------------|
| 1. あて名のご本人が記入              |
| 2. ご家族が記入(あて名のご本人からみた続柄: ) |
| 3. その他                     |

問2 あなた(あて名のご本人)の性別と令和8年1月1日現在の年齢をお答えください。

|       |       |        |
|-------|-------|--------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. その他 |
| 年齢    | 満( )歳 |        |

問3 お住まいの地区に○をしてください。(1つに○)

- |        |              |              |
|--------|--------------|--------------|
| 1. 山田  | 15. 乙津       | 29. 牛沼       |
| 2. 上ノ台 | 16. 養沢       | 30. 油平       |
| 3. 網代  | 17. 高尾       | 31. 雨間       |
| 4. 伊奈  | 18. 小峰台      | 32. 野辺       |
| 5. 横沢  | 19. 草花       | 33. 小川       |
| 6. 三内  | 20. 菅生       | 34. 小川東1~3丁目 |
| 7. 五日市 | 21. 瀬戸岡      | 35. 二宮       |
| 8. 小中野 | 22. 原小宮      | 36. 二宮東1~3丁目 |
| 9. 小和田 | 23. 原小宮1~2丁目 | 37. 平沢       |
| 10. 留原 | 24. 秋川1~6丁目  | 38. 平沢東1丁目   |
| 11. 館谷 | 25. 引田       | 39. 平沢西1丁目   |
| 12. 入野 | 26. 洲上       | 40. 切欠       |
| 13. 深沢 | 27. 上代継      | 41. 秋留1~5丁目  |
| 14. 戸倉 | 28. 下代継      | 42. その他      |

問4 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。(1つに○)

1. 1人暮らし
2. 夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)
3. 夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下)
4. 息子・娘との2世帯
5. その他

(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。(1つに○)

1. 介護・介助は必要ない → 次ページ(4)へ
2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない → 下の①へ
3. 現在、何らかの介護を受けている → 下の①②へ  
(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)

【(2)において「1.介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

①介護・介助が必要になった主な原因はなんですか。(あてはまるものすべてに○)

- |                                                           |                                              |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 1. 脳卒中(脳出血・脳梗塞等)<br><small>のうそっちゅう のうしゅつけつ のうこうそく</small> | 9. 腎疾患(透析)<br><small>じんしっかん</small>          |
| 2. 心臓病<br><small>しんざうびょう</small>                          | 10. 視覚・聴覚障害<br><small>しかく ちょうかくしょうがい</small> |
| 3. がん(悪性新生物)<br><small>がん</small>                         | 11. 骨折・転倒<br><small>こっせつ てんとう</small>        |
| 4. 呼吸器の病気(肺気腫・肺炎等)<br><small>はいきしゅ</small>                | 12. 脊椎損傷<br><small>せきついそんしょう</small>         |
| 5. 関節の病気(リウマチ等)<br><small>くわんせつ</small>                   | 13. 高齢による衰弱<br><small>すいじゃく</small>          |
| 6. 認知症(アルツハイマー病等)<br><small>にんちしょう</small>                | 14. その他( )                                   |
| 7. パーキンソン病<br><small>ぱーきんそんびょう</small>                    | 15. 不明                                       |
| 8. 糖尿病<br><small>とうにょうびょう</small>                         |                                              |

【(2)において「3.現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

②主にどなたの介護、介助を受けていますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 配偶者（夫・妻）
2. 息子
3. 娘
4. 子の配偶者
5. 孫
6. 兄弟・姉妹
7. 介護サービスのヘルパー
8. その他（ ）

(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つに○)

1. 大変苦しい                      3. ふつう                      4. ややゆとりがある  
2. やや苦しい                      5. 大変ゆとりがある

(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(1つに○)

1. 持家（一戸建て）
2. 持家（集合住宅）
3. 公営賃貸住宅
4. 民間賃貸住宅（一戸建て）
5. 民間賃貸住宅（集合住宅）
6. 借家
7. その他

問5 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。(1つに○)

1. できるし、している
2. できるけどしていない
3. できない

(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つに○)

1. できるし、している
2. できるけどしていない
3. できない

(3) 15分位続けて歩いていますか。(1つに○)

1. できるし、している
2. できるけどしていない
3. できない

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか。(1つに○)

1. 何度もある
2. 1度ある
3. ない

(5) 転倒に対する不安は大きいですか。(1つに○)

1. とても不安である
2. やや不安である
3. あまり不安でない
4. 不安でない

(6) 週に1回以上は外出していますか。(1つに○)

1. ほとんど外出しない
2. 週1回
3. 週2～4回
4. 週5回以上

(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(1つに○)

1. とても減っている
2. 減っている
3. あまり減っていない
4. 減っていない

(8) 外出を控えていますか。(1つに○)

1. はい → 次の①へ

2. いいえ → 下の(9)へ

【(8)で「1.はい」(外出を控えている)の方のみ】

①外出を控えている理由は、次のどれですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 病気

2. 障 害 (脳卒中の後遺症など)

3. 足腰などの痛み

4. トイレの心配(失禁など)

5. 耳の障害(聞こえの問題など)

6. 目の障害

7. 外での楽しみがない

8. 経済的に出られない

9. 交通手段がない

10. その他 ( )

(9) 外出する際の移動手段は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 徒歩

2. 自転車

3. バイク

4. 自動車(自分で運転)

5. 自動車(人に乗せてもらう)

6. 電車

7. 路線バス

8. 病院や施設のバス

9. 車いす

10. 電動車いす(カート)

11. 歩行器・シルバーカー

12. タクシー

13. その他 ( )

**問6 食べることについて**

(1) 身長・体重を教えてください。

|    |                      |                      |                      |    |    |                      |                      |                      |    |
|----|----------------------|----------------------|----------------------|----|----|----------------------|----------------------|----------------------|----|
| 身長 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | cm | 体重 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | kg |
|----|----------------------|----------------------|----------------------|----|----|----------------------|----------------------|----------------------|----|

(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つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(3) お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(4) 口の渇きが気になりますか。(1つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(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つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。(1つに○)

※成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。

- |                        |
|------------------------|
| 1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用 |
| 2. 自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし |
| 3. 自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用 |
| 4. 自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし |

①噛み合わせは良いですか。(1つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

【(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】

②毎日入れ歯の手入れをしていますか。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

(8) どなたかと食事をとる機会がありますか。(1つに○)

1. 毎日ある  
2. 週に何度かある  
3. 月に何度かある  
4. 年に何度かある  
5. ほとんどない

#### 問7 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

(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つに○)

1. はい                      2. いいえ

(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

(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)(1つに○)

1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない

(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(1つに○)

1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない

(6) 自分で食事の用意をしていますか。(1つに○)

1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない

(7) 自分で請求書の支払いをしていますか。(1つに○)

1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない

(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1つに○)

1. できるし、している    2. できるけどしていない    3. できない

(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。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

(10) 新聞を読んでいますか。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

(11) 本や雑誌を読んでいますか。(1つに○)

1. はい                      2. いいえ

|       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

1. はい                      2. いいえ

1. はい                      2. いいえ

1. はい                      2. いいえ

1. はい                      2. いいえ

1. 趣味あり → ( )

2. 思いつかない

1. 生きがいあり → ( )

2. 思いつかない

**問8 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。

(①～⑧それぞれ1つに○)

|                                     | 週4回<br>以上 | 週<br>2～3回 | 週<br>1回 | 月<br>1～3回 | 年に<br>数回 | 参加して<br>いない |
|-------------------------------------|-----------|-----------|---------|-----------|----------|-------------|
| 【記入例】<br>①ボランティアのグループ               | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ①ボランティアの<br>グループ                    | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ②スポーツ関係の<br>グループやクラブ                | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ③趣味関係のグループ                          | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ④学習・教養サークル                          | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ⑤いきいき元気づくり<br>事業（はつらつ元気<br>アップ教室など） | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ⑥高齢者クラブ                             | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ⑦町内会・自治会                            | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |
| ⑧収入のある仕事                            | 1         | 2         | 3       | 4         | 5        | 6           |

①～⑥の通いの場に対して、1つでも「1」～「5」に○をした方は、  
次ページの(2) ①～④に回答してください。

【(1) ①～⑥の通いの場に対して、1つでも「1」～「5」に○をした方】

(2) 通いの場についてお伺いします。

①通いの場の利用目的は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- |            |              |
|------------|--------------|
| 1. 社会交流    | 4. 介護サービスの利用 |
| 2. 健康維持・運動 | 5. 学習・教育活動   |
| 3. 趣味の活動   | 6. その他 ( )   |

②通いの場を選ぶ際の重要な要素は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- |               |            |
|---------------|------------|
| 1. 交通の便       | 5. 施設の雰囲気  |
| 2. 料金の安さ      | 6. その他 ( ) |
| 3. 提供される活動の内容 | 7. 特にない    |
| 4. スタッフの対応    |            |

③通いの場【(1) ①～⑥】の総合的な満足度を教えてください。(1つに○)

- |               |
|---------------|
| 1. 非常に満足している  |
| 2. やや満足している   |
| 3. 普通         |
| 4. あまり満足していない |
| 5. 全く満足していない  |

④通いの場で改善してほしい点がありますか。(あてはまるものすべてに○)

- |            |
|------------|
| 1. 活動内容の充実 |
| 2. スタッフの対応 |
| 3. 施設の清潔さ  |
| 4. 交通手段の改善 |
| 5. 料金の見直し  |
| 6. その他 ( ) |
| 7. 特にない    |

★ここから、すべての方にお伺いします。

(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参加者として参加してみたいと思いますか。(1つに○)

1. 是非参加したい
2. 参加してもよい
3. 参加したくない
4. 既に参加している

(4) 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。(1つに○)

1. 是非参加したい
2. 参加してもよい
3. 参加したくない
4. 既に参加している

## 問9 就労について

(1) 現在のあなたの就労状態はどれですか。(あてはまるものすべてに○)

- |                       |        |
|-----------------------|--------|
| 1. 職に就いたことがない         | 5. 自営業 |
| 2. 引退した → <u>下の①へ</u> | 6. 求職中 |
| 3. 常勤(フルタイム)          | 7. その他 |
| 4. 非常勤(パート・アルバイト等)    |        |

【(1)において「2. 引退した」の方のみ】

①あなたはいつ引退しましたか。(1つを選び、引退年を記入してください)

- |                                                   |                                                   |                                                   |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1. 昭和 <input type="text"/> <input type="text"/> 年 | 2. 平成 <input type="text"/> <input type="text"/> 年 | 3. 令和 <input type="text"/> <input type="text"/> 年 |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|

問 10 たすけあいについて

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします。

- (1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人  
（あてはまるものすべてに○）

- |                |                                |
|----------------|--------------------------------|
| 1. 配偶者         | 5. 近隣                          |
| 2. 同居の子ども      | 6. 友人                          |
| 3. 別居の子ども      | 7. その他（                      ） |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 8. そのような人はいない                  |

- (2) 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人  
（あてはまるものすべてに○）

- |                |                                |
|----------------|--------------------------------|
| 1. 配偶者         | 5. 近隣                          |
| 2. 同居の子ども      | 6. 友人                          |
| 3. 別居の子ども      | 7. その他（                      ） |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 8. そのような人はいない                  |

- (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  
（あてはまるものすべてに○）

- |                |                                |
|----------------|--------------------------------|
| 1. 配偶者         | 5. 近隣                          |
| 2. 同居の子ども      | 6. 友人                          |
| 3. 別居の子ども      | 7. その他（                      ） |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 8. そのような人はいない                  |

- (4) 反対に、あなたが看病や世話をあげる人  
（あてはまるものすべてに○）

- |                |                                |
|----------------|--------------------------------|
| 1. 配偶者         | 5. 近隣                          |
| 2. 同居の子ども      | 6. 友人                          |
| 3. 別居の子ども      | 7. その他（                      ） |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 8. そのような人はいない                  |

(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。(あてはまるものすべてに○)

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| 1. 自治会・町内会・高齢者クラブ | 6. その他        |
| 2. 社会福祉協議会・民生委員   | 7. そのような人はいない |
| 3. ケアマネジャー        |               |
| 4. 医師・歯科医師・看護師    |               |
| 5. 地域包括支援センター・市役所 |               |

(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つに○)

1. 毎日ある
2. 週に何度かある
3. 月に何度かある
4. 年に何度かある
5. ほとんどない

(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つに○)

- |            |          |
|------------|----------|
| 1. 0人(いない) | 2. 1～2人  |
|            | 3. 3～5人  |
|            | 4. 6～9人  |
|            | 5. 10人以上 |

(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(あてはまるものすべてに○)

- |                   |        |
|-------------------|--------|
| 1. 近所・同じ地域の人      | 7. その他 |
| 2. 幼なじみ           | 8. いない |
| 3. 学生時代の友人        |        |
| 4. 仕事での同僚・元同僚     |        |
| 5. 趣味や関心が同じ友人     |        |
| 6. ボランティア等の活動での友人 |        |

問 11 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。(1つに○)

- |          |            |
|----------|------------|
| 1. とてもよい | 3. あまりよくない |
| 2. まあよい  | 4. よくない    |

(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。



(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つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(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つに○)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(5) お酒は飲みますか。(1つに○)

- |           |             |
|-----------|-------------|
| 1. ほぼ毎日飲む | 3. ほとんど飲まない |
| 2. 時々飲む   | 4. もともと飲まない |

(6) タバコは吸っていますか。(1つに○)

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. ほぼ毎日吸っている | 3. 吸っていたがやめた  |
| 2. 時々吸っている   | 4. もともと吸っていない |

(あてはまるものすべてに○)

1. ない
2. 高血圧  
のうそっちゅう    のうしゅつけつ    のうこうそくなど
3. 脳卒中（脳出血・脳梗塞等）
4. 心臓病  
どうにょうびょう
5. 糖尿病  
こうしけっしょう    ししついいじょう
6. 高脂血症（脂質異常）
7. 呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）
8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気  
じんぞう    ぜんりつせん
9. 腎臓・前立腺の病気  
きんこつかく    こつそ    しょう
10. 筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）  
がいしょう    てんどう    こっせつなど
11. 外傷（転倒・骨折等）
12. がん（悪性新生物）
13. 血液・免疫の病気  
めんえき
14. うつ病  
にんちしょう
15. 認知症（アルツハイマー病等）
16. パーキンソン病
17. 目の病気
18. 耳の病気
19. その他（

(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つに○)

1. はい                      2. いいえ

1. はい                      2. いいえ

(3) あなたは、認知症に対してどの程度不安を感じていますか。(1つに○)

- 1. 非常に不安を感じる
- 2. やや不安を感じる
- 3. あまり不安を感じない
- 4. 全く不安を感じない

(4) 認知症に関する情報をどのように入手していますか。  
(あてはまるものすべてに○)

- 1. インターネット
- 2. 友人・家族
- 3. 医療機関の紹介
- 4. SNS
- 5. 書籍・雑誌
- 6. その他 ( )
- 7. 特に情報は入手していない

(5) あきる野市に対して、認知症関連での施策の充実を望む内容がありますか。  
(あてはまるものすべてに○)

- 1. 認知症の方が、気軽に集まれる場
- 2. 認知症の方を介護する方が集まって、気軽に話し合いができる場
- 3. 認知症に関する講演会やセミナーの開催
- 4. 認知症に関する医療・福祉サービスの向上
- 5. その他 ( )
- 6. 特にない



**問 15 歯科治療への関心について**

(1) 歯科治療に対する関心はどの程度ありますか。(1 つに○)

- 1. 非常に関心がある
- 2. まあまあ関心がある
- 3. あまり関心がない
- 4. 全く関心がない

(2) 歯科治療について、興味のある内容はありますか。  
(あてはまるものすべてに○)

- 1. 虫歯治療
- 2. 歯周病治療
- 3. ホワイトニング
- 4. インプラント
- 5. 矯正治療
- 6. その他 ( )
- 7. 全く関心がない

(3) 歯科治療に関する情報をどこで得ていますか。(あてはまるものすべてに○)

- 1. インターネット
- 2. 友人・家族
- 3. 医療機関の紹介
- 4. SNS
- 5. 書籍・雑誌
- 6. その他 ( )
- 7. 特に情報は入手していない

(4) 今後、歯科治療を受ける意向はありますか。(1 つに○)

- 1. はい
- 2. いいえ
- 3. わからない

■■■ 以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました。■■■

---

あきる野市介護予防・日常生活圏域二一ズ調査  
報 告 書

令和 8 年 3 月

発 行 あきる野市 高齢者支援課  
〒197-0814 東京都あきる野市二宮 350  
TEL : 042-558-1111 (代)  
FAX : 042-558-1172