

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 の集計結果

～第8期介護保険事業計画の策定に向けて～

令和2年7月

＜石狩市＞

【 調査の概要 】

1. 調査の目的

この調査は、要介護認定を受けていない 65 歳以上の方の、からだを動かすこと、食べること、毎日の生活、地域での活動、たすけあい、健康などについて調査を行い、地域における、要介護状態になる前の高齢者の抱える様々なリスクや社会参加の状況を把握し、「石狩市高齢者保健福祉計画・第 8 期介護保険事業計画」の策定と介護保険行政運営の向上に資する目的で行いました。

2. 調査対象及び件数

本市在住の要介護認定を受けていない 65 歳以上の高齢者を基準日(令和元年 12 月 6 日)においてランダムに抽出し、1,500 名に発送。

3. 調査期間

令和 2 年 1 月 13 日から令和 2 年 2 月 7 日まで

4. 調査手法

郵送による調査（回収は返信用封筒による。市の直接実施。）調査票は別紙のとおり。

5. 実施結果

回収数 956 件 回収率 63.7%

～ 目 次 ～

調査の概要 [P.1]

問 1 あなたのご家族や生活状況について [P.2]

問 2 からだを動かすことについて [P.8]

問 3 食べることについて [P.15]

問 4 毎日の生活について [P.21]

問 5 地域での活動について [P.39]

問 6 たすけあいについて [P.46]

問 7 健康について [P.52]

問 8 認知症にかかる相談窓口の把握について [P.58]

問 9 地域包括支援センターについて [P.60]

●高齢者施策や介護保険に対するご意見等（自由記載） [P.61]

考察（総括） [P.66]

※ 設問に“★”ついているものは、国のオプション項目、“★市”がついているものは、石狩市の独自項目です。

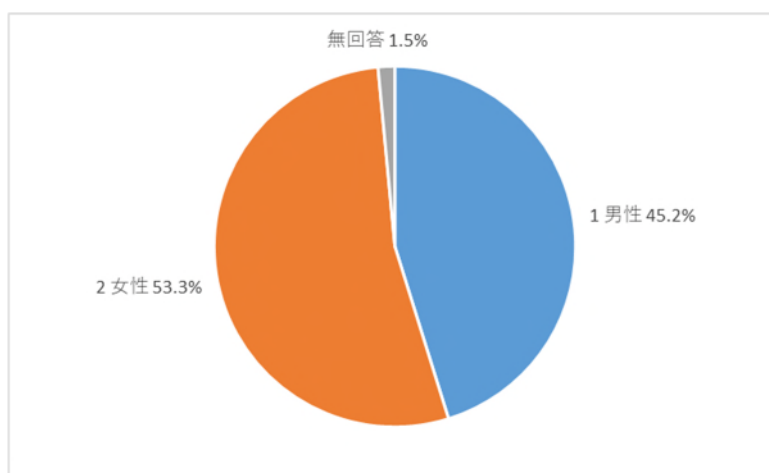
問1 あなたのご家族や生活状況について

問1 あなたのご家族や生活状況について

(1) 性別をお教えてください★市

	全体	石狩	厚田	浜益
1 男性	432	392	27	13
2 女性	510	470	21	19
無回答	14	14	0	0
計	956	876	48	32

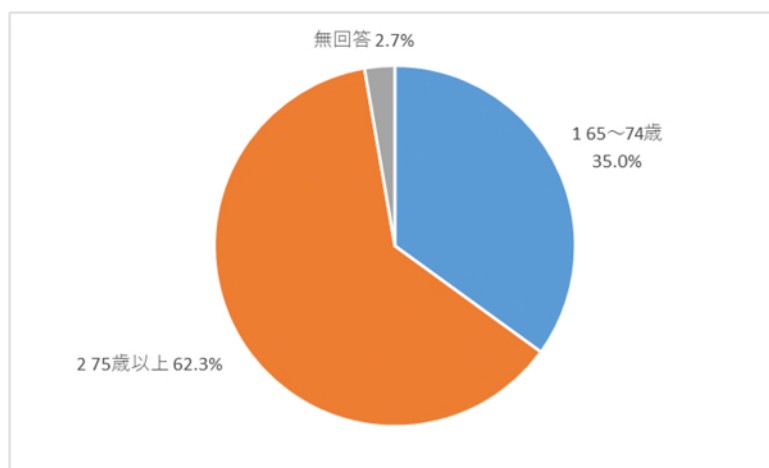
全体



(2) 年齢をお教えてください★市

	全体	石狩	厚田	浜益
1 65～74歳	335	298	26	11
2 75歳以上	596	555	21	20
無回答	25	23	1	1
計	956	876	48	32

全体

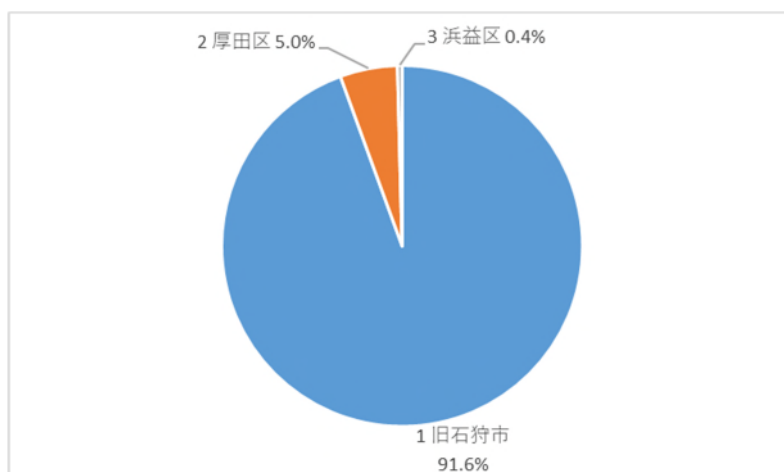


問1 あなたのご家族や生活状況について

(3) お住まいの地域をお教えてください★市

	全体
1 旧石狩市	876
2 厚田区	48
3 浜益区	32
計	956

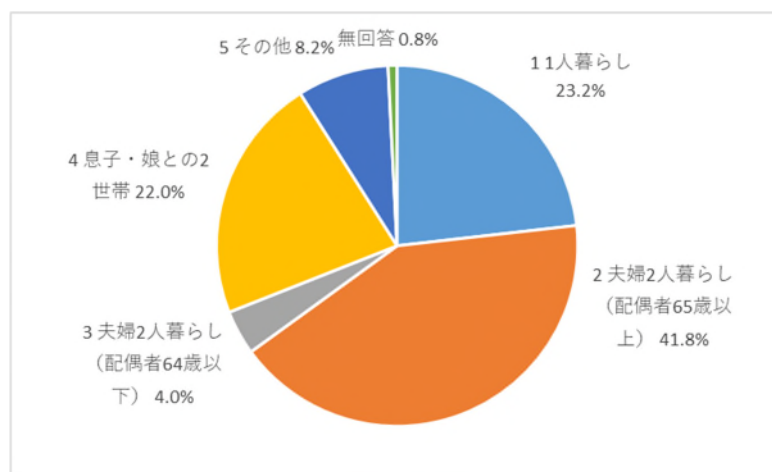
全体



(4) 家族構成をお教えてください★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 1人暮らし	222	194	20	8
2 夫婦2人暮らし (配偶者65歳以上)	400	368	15	17
3 夫婦2人暮らし (配偶者64歳以下)	38	31	4	3
4 息子・娘との2世帯	210	202	6	2
5 その他	78	73	3	2
無回答	8	8	0	0
計	956	876	48	32

全体

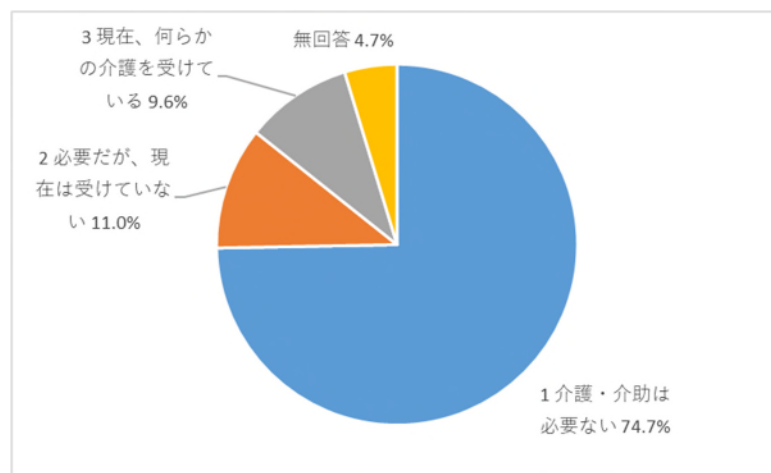


問1 あなたのご家族や生活状況について

(5) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要です★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 介護・介助は必要ない	714	659	35	20
2 必要だが、現在は受けていない	105	98	3	4
3 現在、何らかの介護を受けている	92	80	7	5
無回答	45	39	3	3
計	956	792	48	32

全体



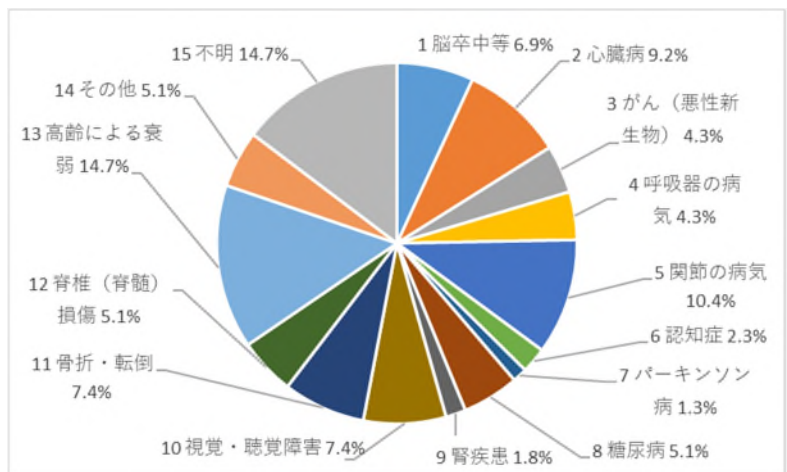
(5) ①介護・介助が必要になった主な原因はなんですか (いくつでも) ★

【(5)において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 脳卒中等	27	24	3	0
2 心臓病	36	32	3	1
3 がん (悪性新生物)	17	16	1	0
4 呼吸器の病気	17	13	3	1
5 関節の病気	41	37	2	2
6 認知症	9	9	0	0
7 パーキンソン病	5	5	0	0
8 糖尿病	20	18	1	1
9 腎疾患	7	7	0	0
10 視覚・聴覚障害	29	25	2	2
11 骨折・転倒	29	27	0	2
12 脊椎 (脊髄) 損傷	20	18	1	1
13 高齢による衰弱	58	54	3	1
14 その他	20	16	1	3
15 不明	58	57	1	0
計	393	358	21	14

問1 あなたのご家族や生活状況について

全体



～ 14 その他の自由記載欄 ～

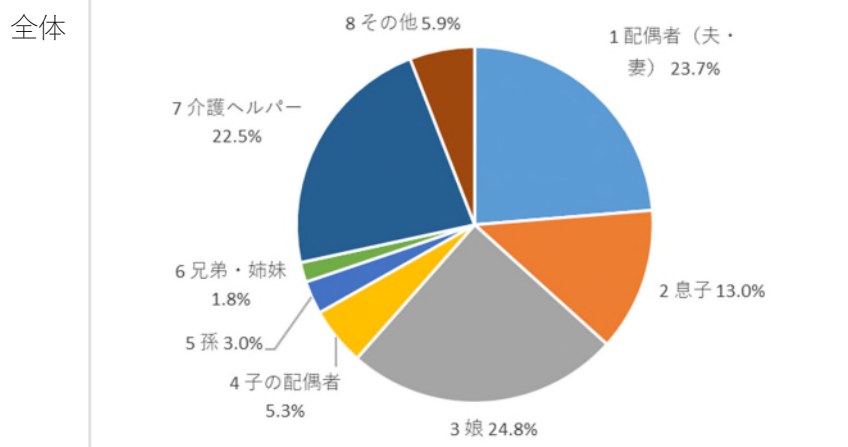
股関節/歩行が困難/背中狭窄症/じん肺/むずむず脚症候群/左股関節手術、右手術が必要/多発性筋痛症/なん治小肝疾患/うつ病/めまい、車の追突によりくびがまわせない/足底腱膜炎/膝人工関節、脊椎管狭窄症/ひざ、腰の痛み/腰部脊柱管狭窄症/腰痛/下肢浮腫

（５）②主にどなたの介護、介助を受けていますか（いくつでも）★

【（５）において「３．現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 配偶者（夫・妻）	40	36	2	2
2 息子	22	21	1	0
3 娘	42	38	2	2
4 子の配偶者	9	9	0	0
5 孫	5	5	0	0
6 兄弟・姉妹	3	2	1	0
7 介護ヘルパー	38	36	2	0
8 その他	10	8	1	1
計	169	155	9	5

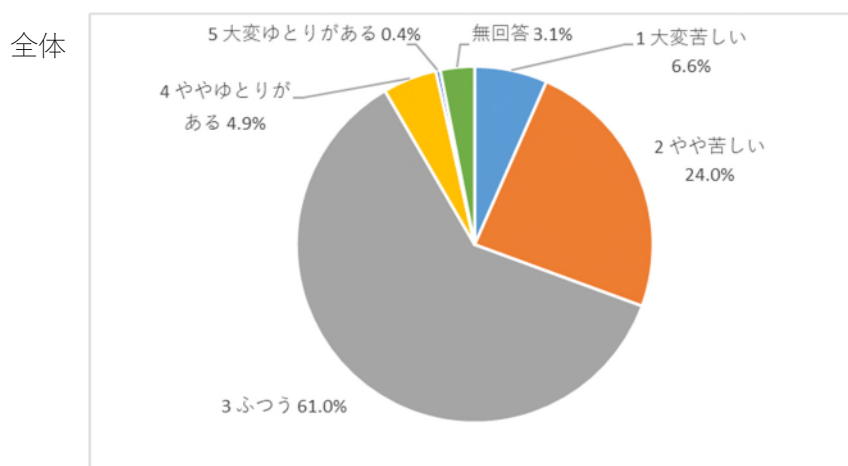
問1 あなたのご家族や生活状況について



～ 8 その他の自由記載欄 ～
 姪/デイサービス/病院/母

（6）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

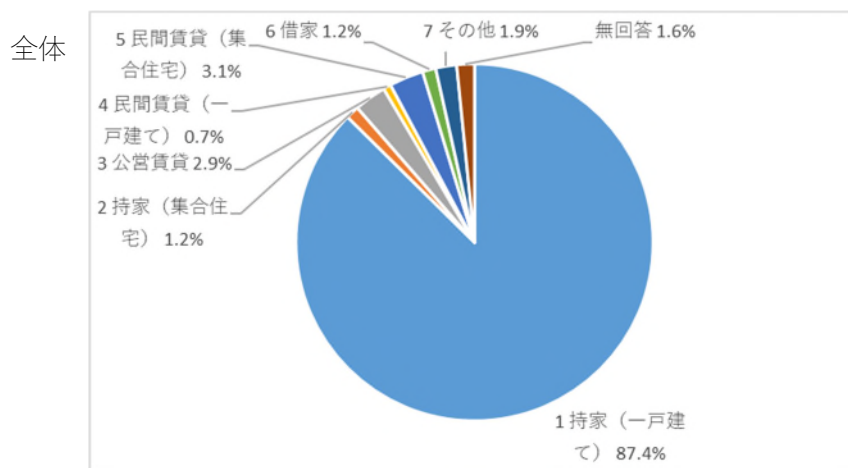
	全体	石狩	厚田	浜益
1 大変苦しい	63	58	5	0
2 やや苦しい	229	207	15	7
3 ふつう	583	532	26	25
4 ややゆとりがある	47	46	1	0
5 大変ゆとりがある	4	4	0	0
無回答	30	29	1	0
計	956	876	48	32



問1 あなたのご家族や生活状況について

(7) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 持家（一戸建て）	836	762	43	31
2 持家（集合住宅）	11	11	0	0
3 公営賃貸	28	24	3	1
4 民間賃貸（一戸建て）	7	6	1	0
5 民間賃貸（集合住宅）	30	30	0	0
6 借家	11	11	0	0
7 その他	18	17	1	0
無回答	15	15	0	0
計	956	876	48	32



【考察】

- ・世帯構成では独居が 23.2%、夫婦のみ世帯が 45.8%となっています。平成 29 年 8 月実施の同調査（以下「前回調査」という。）と比べ、独居世帯が約 6 ポイント上昇しました。
- ・普段の生活で介護・介助が必要な方が 20.6%、実際に介護を受けている方が 9.6%で、前回調査と比べ、それぞれ約 3 ポイント、約 2 ポイント上昇しました。（調査対象に要介護 1～5 の認定者は含まれていません。）
- ・介護を受けている方の主たる介護者では、配偶者が 23.7%、子が 37.8%、ヘルパーが 22.5%となり、前回調査と比べ、それぞれ約 9 ポイント減、約 1 ポイント減、約 10 ポイント増となりました。

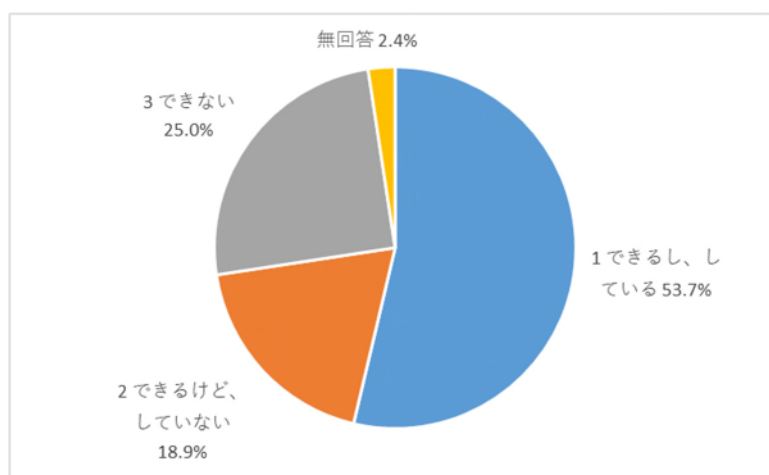
問2 からだを動かすことについて

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ますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	513	473	25	15
2 できるけど、していない	181	166	8	7
3 できない	239	216	14	9
無回答	23	21	1	1
計	956	876	48	32

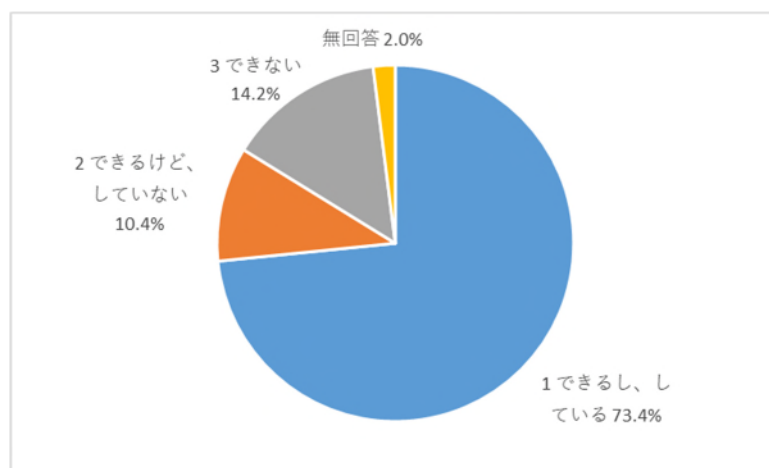
全体



(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

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	702	650	31	21
2 できるけど、していない	99	89	8	2
3 できない	136	121	7	8
無回答	19	16	2	1
計	956	876	48	32

全体

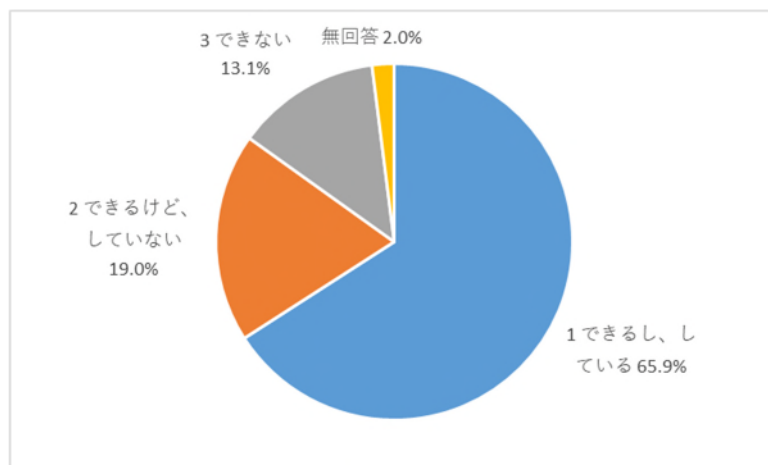


問2 からだを動かすことについて

(3) 15分位続けて歩いていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	630	582	32	16
2 できるけど、していない	182	166	7	9
3 できない	125	110	9	6
無回答	19	18	0	1
計	956	876	48	32

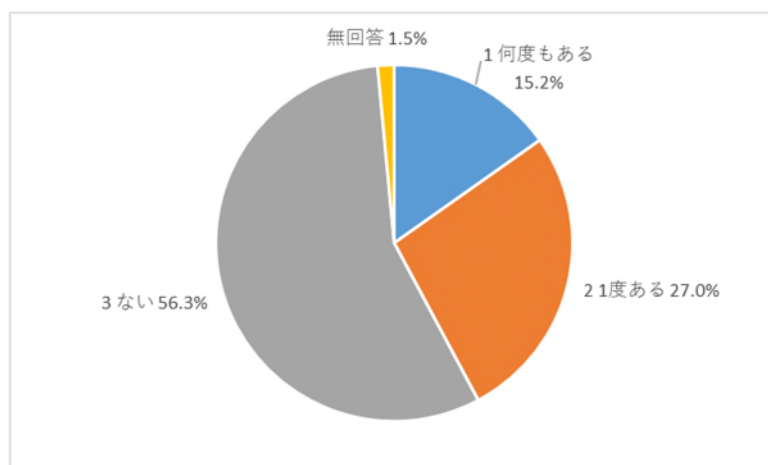
全体



(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 何度もある	145	130	10	5
2 1度ある	258	235	15	8
3 ない	539	500	21	18
無回答	14	11	2	1
計	956	876	48	32

全体

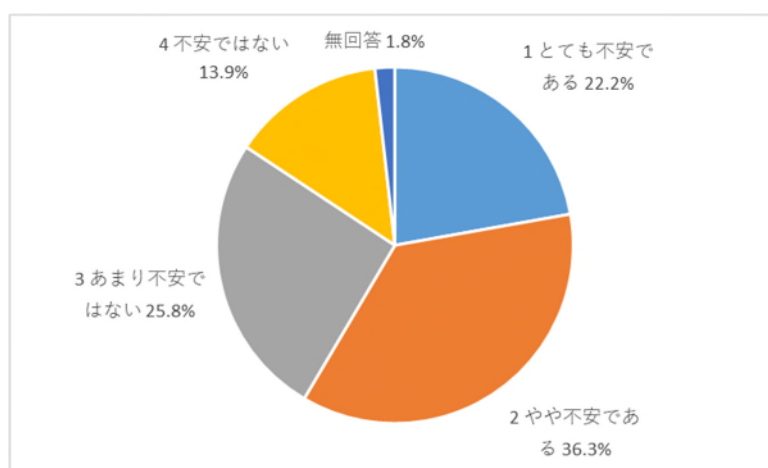


問2 からだを動かすことについて

(5) 転倒に対する不安は大きいですか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 とても不安である	212	194	10	8
2 やや不安である	347	316	20	11
3 あまり不安ではない	247	226	12	9
4 不安ではない	133	124	5	4
無回答	17	16	1	0
計	956	876	48	32

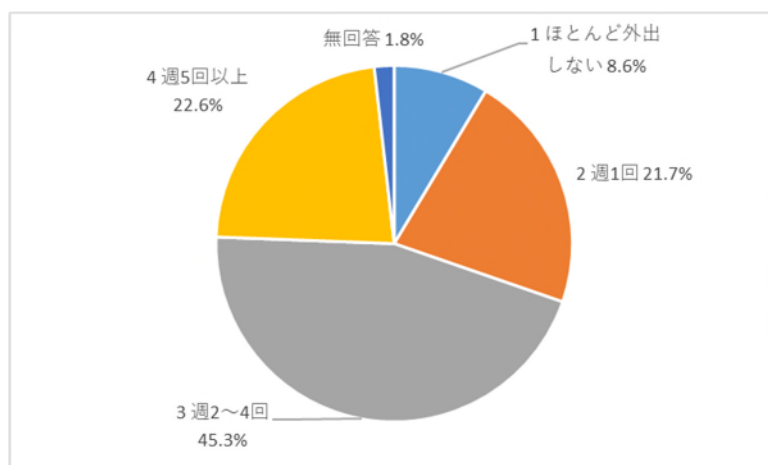
全体



(6) 週に1回以上は外出していますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 ほとんど外出しない	82	70	5	7
2 週1回	207	182	15	10
3 週2～4回	434	406	17	11
4 週5回以上	216	202	11	3
無回答	17	16	0	1
計	956	876	48	32

全体

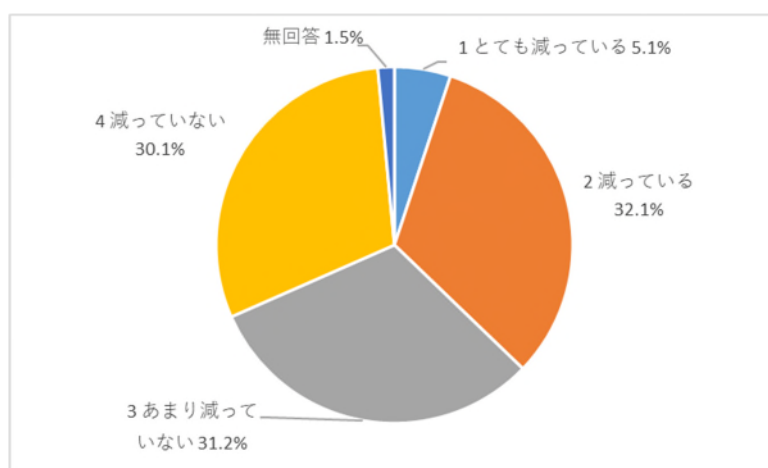


問2 からだを動かすことについて

(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 とても減っている	49	40	5	4
2 減っている	307	286	11	10
3 あまり減っていない	298	272	15	11
4 減っていない	288	264	17	7
無回答	14	14	0	0
計	956	876	48	32

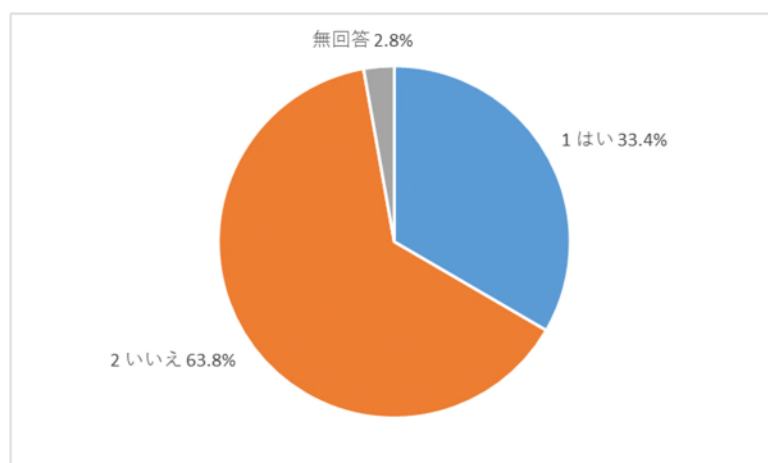
全体



(8) 外出を控えていますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	319	293	16	10
2 いいえ	610	559	30	21
無回答	27	24	2	1
計	956	876	48	32

全体

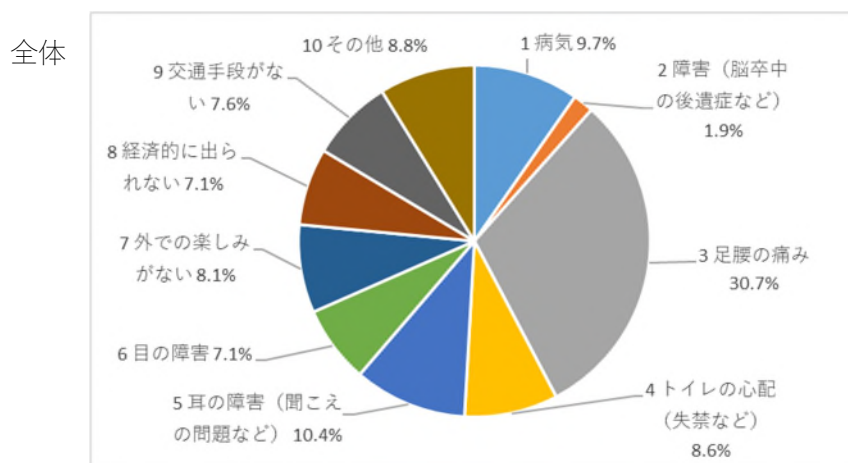


問2 からだを動かすことについて

(8) ①外出を控えている理由は、次のどれですか（いくつでも）★

【(8) で「1. はい」(外出を控えている) の方のみ】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 病気	56	50	5	1
2 障害（脳卒中の後遺症など）	11	10	1	0
3 足腰の痛み	178	165	7	6
4 トイレの心配（失禁など）	50	45	4	1
5 耳の障害（聞こえの問題など）	60	56	3	1
6 目の障害	41	40	1	0
7 外での楽しみがない	47	43	2	2
8 経済的に出られない	41	38	3	0
9 交通手段がない	44	40	0	4
10 その他	51	49	2	0
計	579	536	28	15



～ 10 その他の自由記載欄 ～

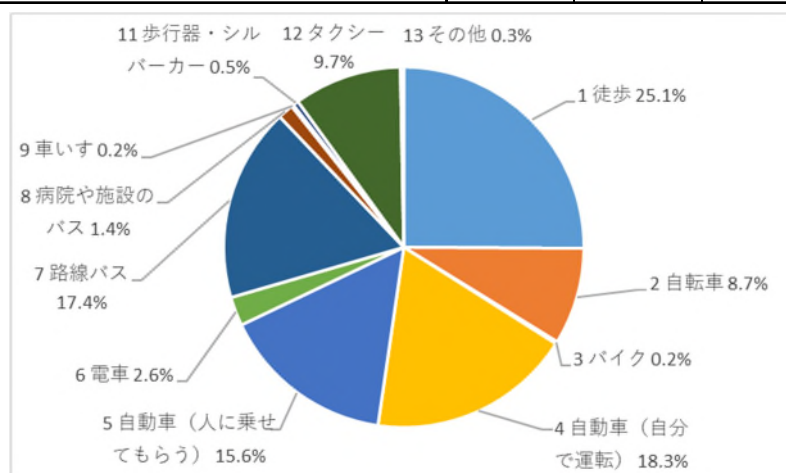
年齢/交通便が悪い/他人に迷惑をかけたくないので/用心しています/雪のため/インフルエンザ予防のため/冬はすべるので/危険だから/風邪ひきやすい/冬は寒いのでおっくうです/車を廃車にしたので/雪のため/弃膜症のため心負担がかかるため/買い物するのに少し遠い/用心のため/冬季控える/体の衰え/冬期間は控えている/路面状況による/天候による/認知症/交通手段はお金がかかる/食事がとれない/たまに出ると疲れる/冬期間冬季は控えている/天気次第/疲労/冬だから/冬季は控えている/家でくつろぎたい/夫の介護で無理/冬なので運転が怖い/用事がない限り控えている/夫の認知症のため/歩くのがこわい/雪が怖い/家事

問2 からだを動かすことについて

(9) 外出する際の移動手段は何ですか (いくつでも) ★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 徒歩	518	487	16	15
2 自転車	179	170	5	4
3 バイク	4	3	1	0
4 自動車 (自分で運転)	378	339	27	12
5 自動車 (人に乗せてもらう)	323	299	14	10
6 電車	54	52	2	0
7 路線バス	359	341	10	8
8 病院や施設のバス	29	28	0	1
9 車いす	4	3	1	0
10 電動車いす (カート)	0	0	0	0
11 歩行器・シルバーカー	11	9	0	2
12 タクシー	200	200	0	0
13 その他	7	6	0	1
計	2,066	1937	76	53

全体



～ 13 その他の自由記載欄 ～

地下鉄/マイカー

【考察】

- ・前回調査に比べ、全ての質問で、良い方向の回答項目に答えた方が減り、悪い方向の回答項目に答えた方が増えました。
- ・特に (4) 過去一年間に転んだ経験があると答えた方が約 6 ポイント、(5) 転倒に対する不安があると答えた方が約 9 ポイント、(7) 昨年と比べ外出回数が減っていると答えた方が約 7 ポイント、(8) 外出を控えていると答えた方が約 12 ポイント、それぞれ増加しました。

問2 からだを動かすことについて

- ・「外出を控えている」理由は、病気・障がい、痛みなどの「身体的な理由」が約7割を占めました。

問3 食べることにについて

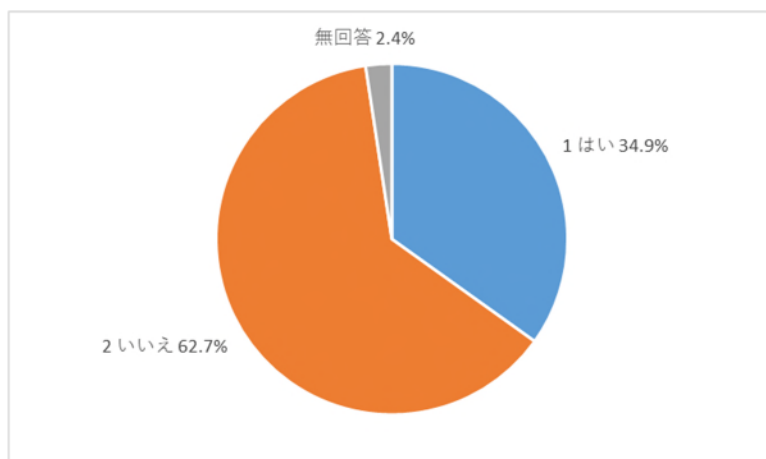
問3 食べることにについて

(1) 身長・体重(省略)

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	334	303	20	11
2 いいえ	599	551	28	20
無回答	23	22	0	1
計	956	876	48	32

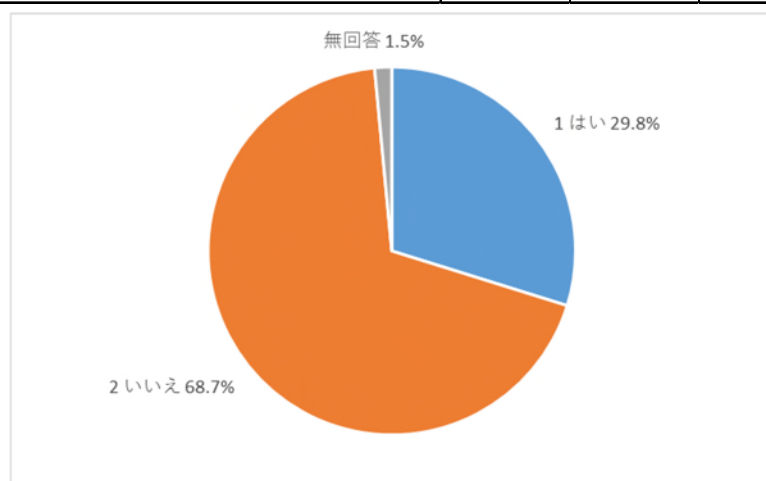
全体



(3) お茶や汁物等でむせることがありますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	285	256	22	7
2 いいえ	657	608	26	23
無回答	14	12	0	2
計	956	876	48	32

全体

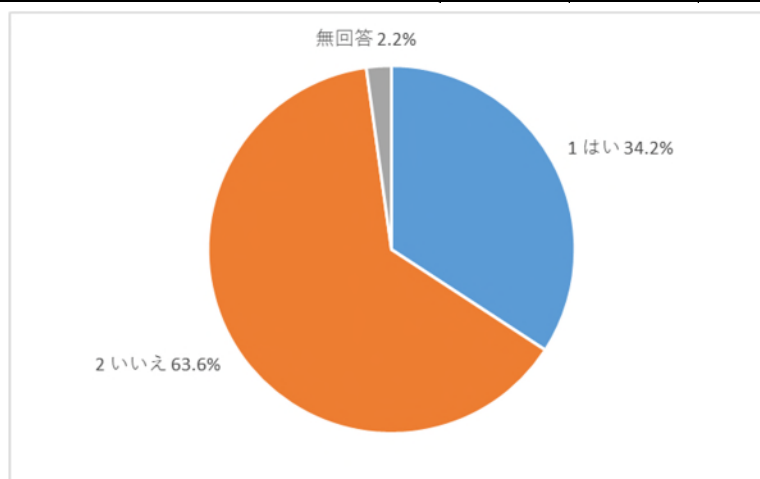


問3 食べることについて

(4) 口の渇きが気になりますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	327	298	19	10
2 いいえ	608	562	25	21
無回答	21	16	4	1
計	956	876	48	32

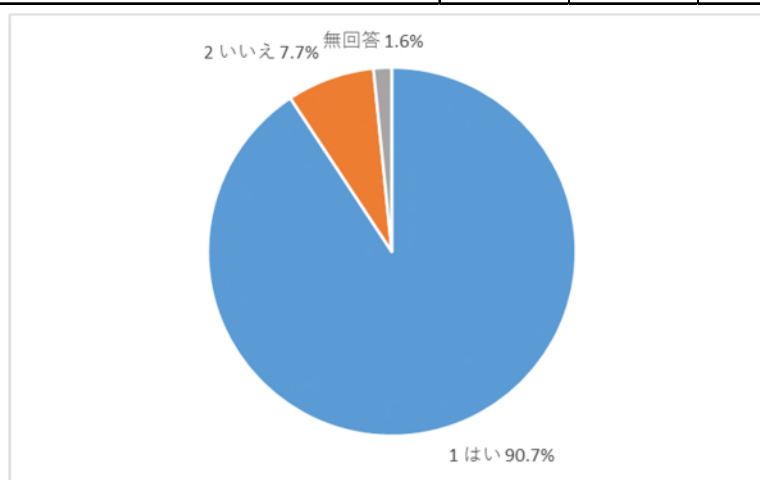
全体



(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★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	867	798	41	28
2 いいえ	74	65	6	3
無回答	15	13	1	1
計	956	876	48	32

全体



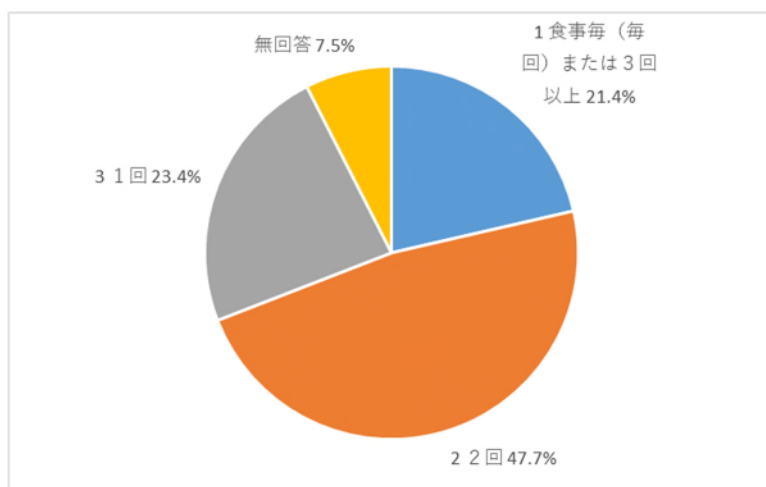
問3 食べることについて

(5) ①毎日の歯磨きの回数はどれくらいですか★市

【(5)で「1. はい」の方のみ】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 食事毎（毎回）または3回以上	205	194	6	5
2 2回	456	418	24	14
3 1回	224	204	12	8
無回答	71	60	6	5
計	956	876	48	32

全体



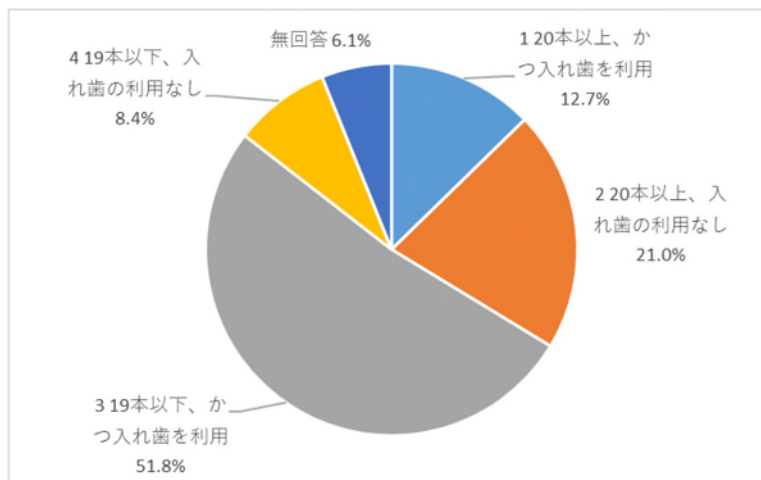
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください★

(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です)

	全体	石狩	厚田	浜益
1 20本以上、かつ入れ歯を利用	121	113	6	2
2 20本以上、入れ歯の利用なし	201	187	10	4
3 19本以下、かつ入れ歯を利用	496	452	24	20
4 19本以下、入れ歯の利用なし	80	73	3	4
無回答	58	51	5	2
計	956	876	48	32

問3 食べることについて

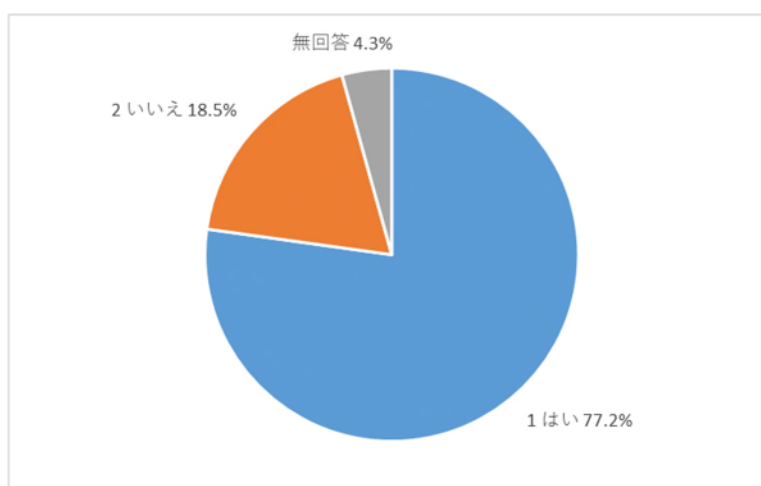
全体



(6) ①噛み合わせは良いですか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	738	677	39	22
2 いいえ	177	163	7	7
無回答	41	36	2	3
計	956	876	48	32

全体



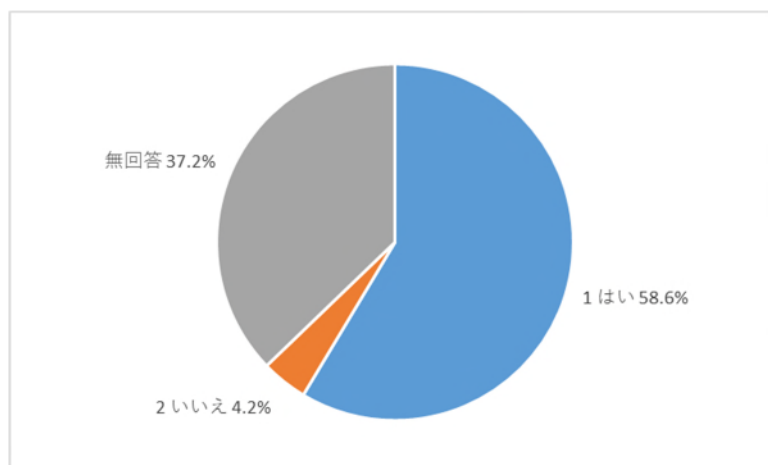
問3 食べることについて

(6) ②毎日入れ歯の手入れをしていますか★

【(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】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	560	517	24	19
2 いいえ	40	34	4	2
無回答	356	325	20	11
計	956	876	48	32

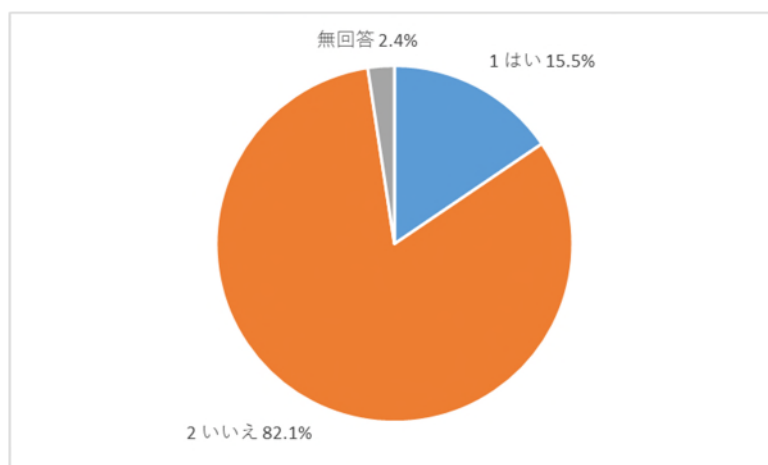
全体



(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	148	133	13	2
2 いいえ	785	724	31	30
無回答	23	19	4	0
計	956	876	48	32

全体

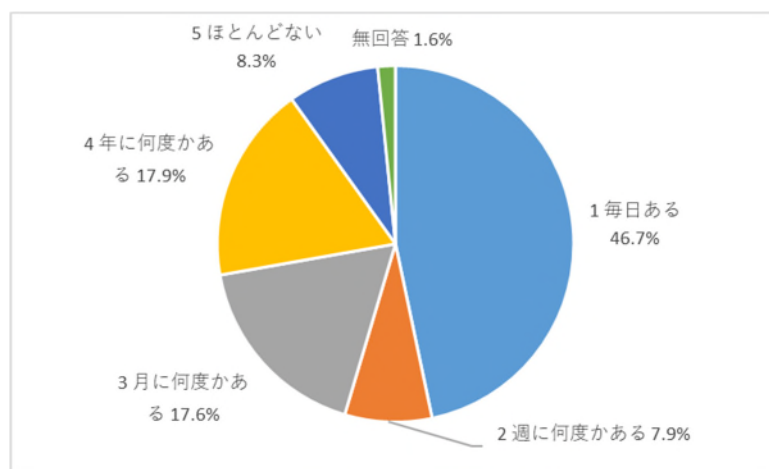


問3 食べることについて

(8) どなたかと食事をとにもする機会がありますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 毎日ある	447	416	17	14
2 週に何度かある	76	71	4	1
3 月に何度かある	168	153	13	2
4 年に何度かある	171	152	5	14
5 ほとんどない	79	70	8	1
無回答	15	14	1	0
計	956	876	48	32

全体



【考察】

- ・基本チェックリストの判定基準によると(2)(3)(4)のうち2項目以上に該当すると口腔機能の低下が疑われることとなりますが、今回の調査では28.6%の方が該当しました。
- ・食事をとにもする機会についての質問では、前回調査に比べ、毎日あると答えた方が減少し、ほとんどないと答えた方が増加しました。

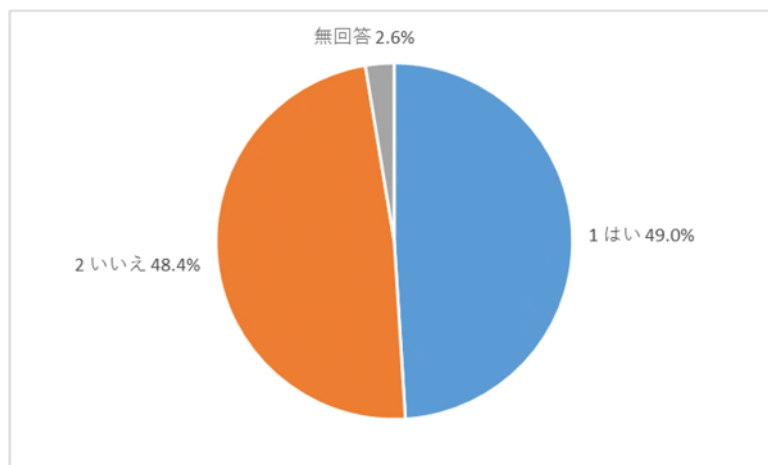
問4 毎日の生活について

問4 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	468	426	29	13
2 いいえ	463	427	18	18
無回答	25	23	1	1
計	956	876	48	32

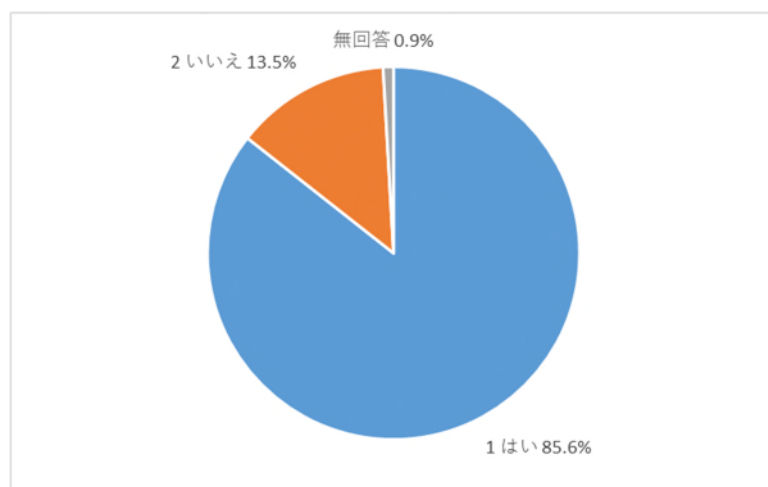
全体



(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★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	818	753	34	31
2 いいえ	129	114	14	1
無回答	9	9	0	0
計	956	876	48	32

全体

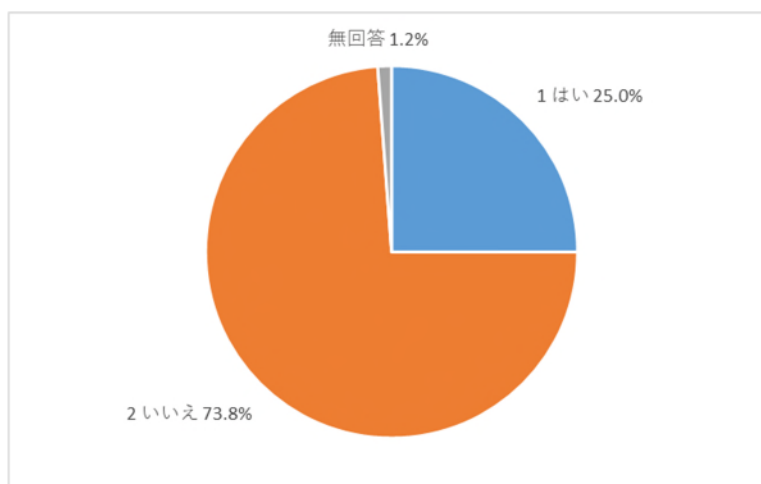


問4 毎日の生活について

(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	239	211	17	11
2 いいえ	706	654	31	21
無回答	11	11	0	0
計	956	876	48	32

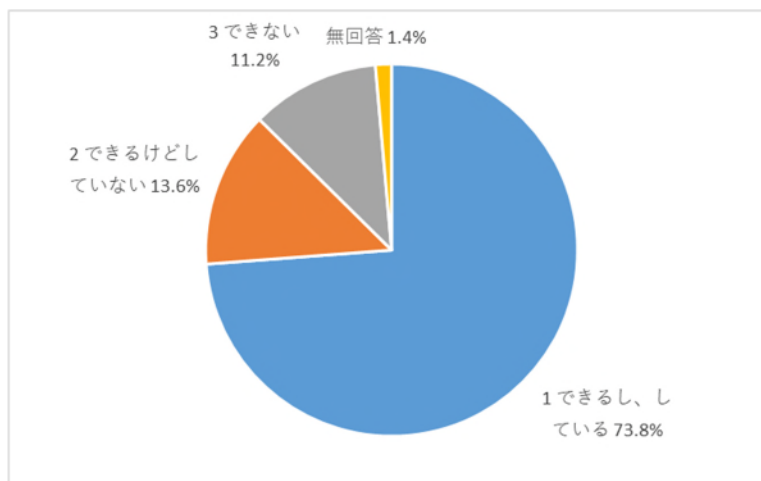
全体



(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）

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	706	646	39	21
2 できるけどしていない	130	121	1	8
3 できない	107	97	7	3
無回答	13	12	1	0
計	956	876	48	32

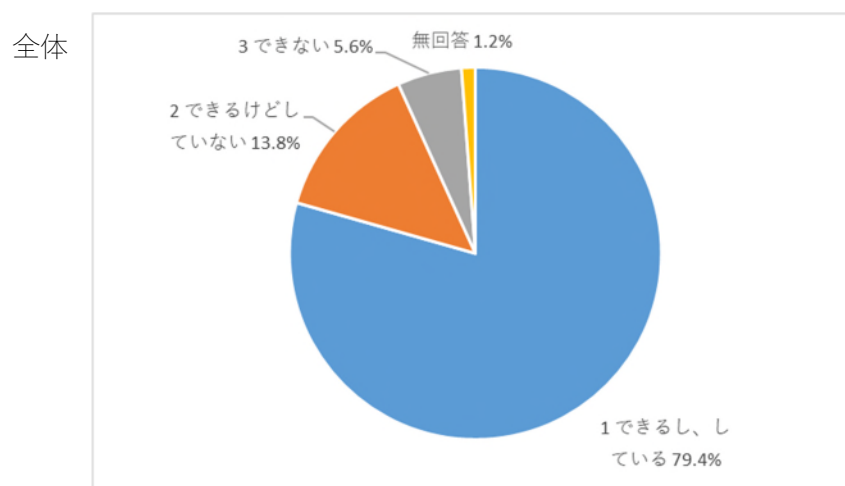
全体



問4 毎日の生活について

(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	759	698	35	26
2 できるけどしていない	132	120	8	4
3 できない	54	48	4	2
無回答	11	10	1	0
計	956	876	48	32

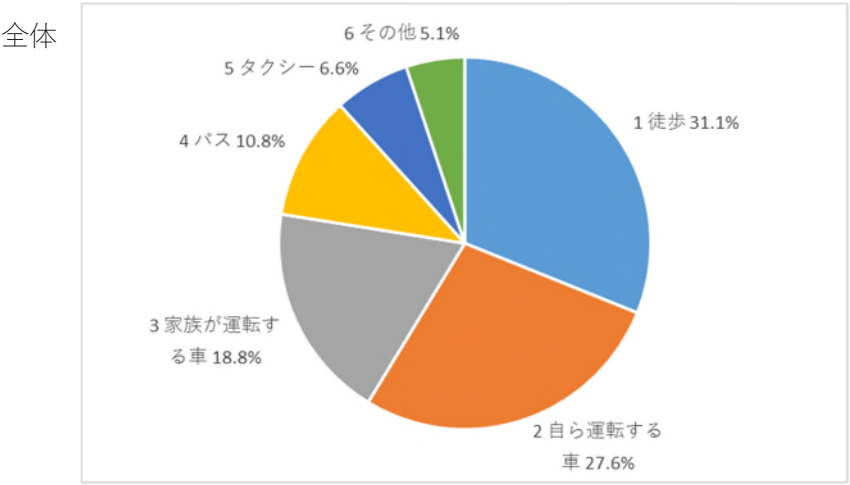


(5) ①買物へ行く際の主な移動手段は何ですか (いくつでも) ★市

【(5) において「1. できるし、している」の方のみ】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 徒歩	407	385	7	15
2 自ら運転する車	361	325	25	11
3 家族が運転する車	246	231	8	7
4 バス	141	135	3	3
5 タクシー	86	86	0	0
6 その他	67	64	2	1
計	1308	1226	45	37

問4 毎日の生活について



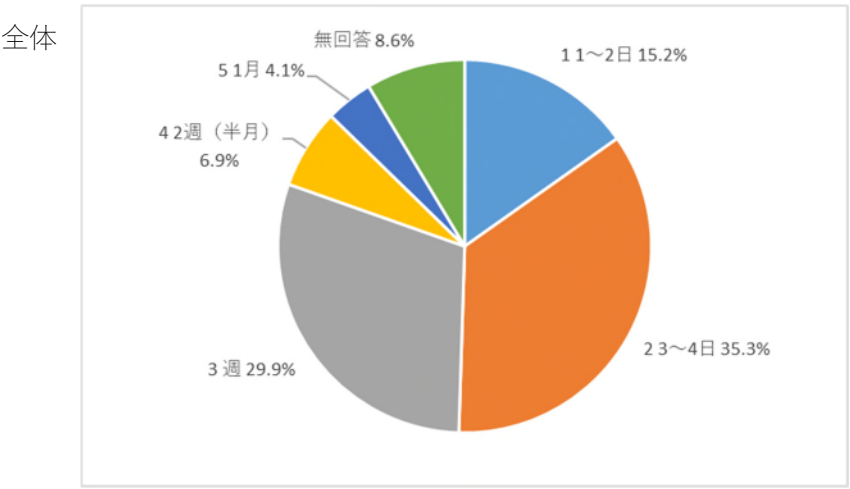
～ 6 その他の自由記載欄 ～

自転車（夏期のみ）/自転車/宅配/配達/夫婦で運転/家族以外の人が運転する車/地下鉄/移動販売車がくる/電車/冬季は控えている/原付バイク/移動販売/販売車（スーパー）/知人の車/知人の車に乗せてもらう/近所の方に車で連れていってもらう/買い物バス

（５）②買物の頻度はどれくらいですか★市

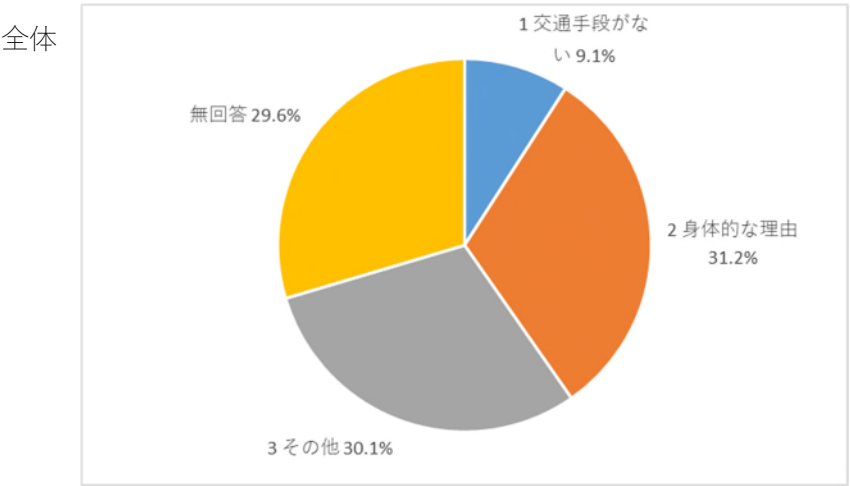
	全体	石狩	厚田	浜益
1 1～2日	145	141	3	1
2 3～4日	338	319	12	7
3 週	286	251	20	15
4 2週（半月）	66	57	5	4
5 1月	39	33	4	2
無回答	82	75	4	3
計	956	876	48	32

問4 毎日の生活について



(5) ③買物に行かない（行けない）理由は何ですか★市
 【(5) において「2. できるけどしてない」「3. できない」の方のみ】

	全体	石狩	厚田	浜益
1 交通手段がない	17	15	1	1
2 身体的な理由	58	50	5	3
3 その他	56	53	2	1
無回答	55	50	4	1
計	186	168	12	6



～ 3 その他の自由記載欄 ～

必要ないから/宅配利用/娘と一緒に買い物/家族が運転する/必要がない/食べ物妻がする、私がすると苦情となる。/娘がする/妻がやっているから/妻の車に乗って/家族に依頼/まとめ買い/家族に任せる、面倒くさい/買い物に行く必要がない/息子、妻がしている/冬季は控えている/つまのせいでじぶんは静かです/セイコーマート一軒しかないので年

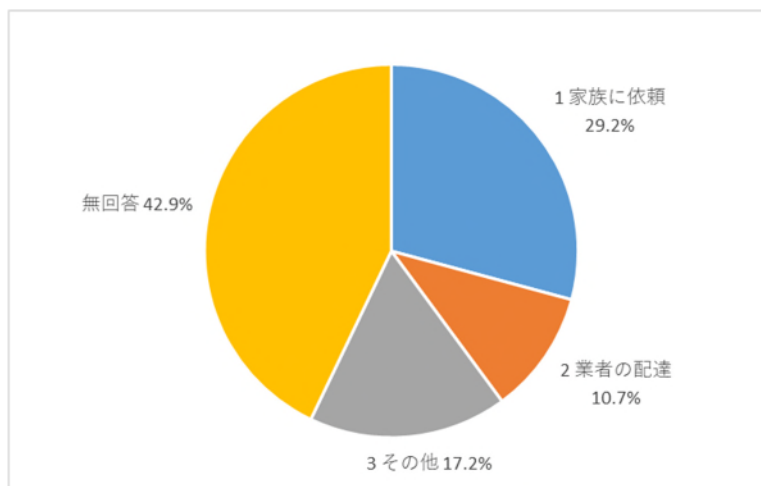
問4 毎日の生活について

寄りには向かない/重度きんむりよくしょうのため見えません/仕事をしているので/歩くのがつらい/自分のこともできない/夫の介護で無理/一人では無理、付き添いがないとダメです。/トドックで届く/体調により行く/タクシー/機会がない

(5) ④普段の買物はどうされていますか★市

	全体	石狩	厚田	浜益
1 家族に依頼	279	251	17	11
2 業者の配達	102	91	5	6
3 その他	164	151	8	5
無回答	411	383	18	10
計	956	876	48	32

全体



～ 3 その他の自由記載欄 ～

自分で/主人の車で買い物する/自分で車で行く/自家用車でスーパーで買い物/妻と一緒に/徒歩、車で/自分か妻/週一回妻とともに/コンビニ/自分と家族で/自分で、夫婦で/家族と一緒に/夫と一緒に/ヘルパーさん/生協共同購入/仕事帰りでスーパーで買い物/娘のマイカーで/移動販売/家族と一緒に買い物/施設に頼みます/知人の車/歩行かねて自分で/息子の車で行く/施設に来る移動販売/近くのコンビニ/家族任せ

問4 毎日の生活について

(5) ⑤買物にかかる支援の方法、希望やご意見などあれば、ご自由にお書きください★市
～ 自由記載欄 ～

なし/特に後期高齢者の運転免許返納者に対する公共交通機関及びタクシー料金に対する割引などの補助が必要/バスの回数券又は老人用定期券(身体障害1級のため)/次回運転免許返納(令和3年)/家から近くの乗り物が欲しい/プレミアム商品券を無条件で願いたい。(納税者に対し)/福祉利用割引券の増額を願いたい(納税者に対して)/特になし/自宅に配達してほしい/現在自分でも行けるが免許返納の時と車を考えるとちょっと不便ですね/デマンドバス、地域での共同配達検討してほしい/食物は妻、大きな買い物は私がする。/花川北地区における生活食品等の販売店舗は生協のみの状態で非常に不便です。/住民が益々高齢化する今後を考え・食品店の増設・販売者による巡回販売等を考える必要がある。/将来、屋根の雪など有料安価に頼めるとか、相談するところがあるといいです。/リックを背負う/私がお金を出しています/スーパーなどへの乗り合いのバス、タクシーなどがあると便利です。/コープの配送による/麻生や手稲までの巡回バスが運行されると助かります/右ひざ痛にて控えています/妻が必要なものを買ってくる/コープのトドック利用している。便利です。/現在は問題ないが将来はわからない/足が痛いときなど(要介護の人)にいつでももらいたい/週一回でも無料配達券を出してほしい/花川方面で買い物をしたいが、バスの乗り継ぎや回数が少ないのでなかなか出ていけない/重いものがあるときは大変/自分の好きなものが買えないこと/業者に配達を依頼しているが余り車の運転が厳しくなったらネットを利用する予定/南花畔通りで麻生行きバスしかなく、手稲駅方面や、3丁目に出るバスがない。人手不足はわかるが今後バス便や経路を増やしてほしい。現在の状態では行動範囲が狭くなると心配です。/循環バスみたいなものがあれば助かります/家族と同居で特に不自由を感じていない/公共の交通手段が必要/かけるくんが町内に来ているが、高齢者になると足をあげて車の中に入ることも難しくなるので、何か必要な物はないかと、聞きに歩いてきてくれて、ものを配達してくれるとよいと思う。(自分で見に行けない人に対してです)。声掛けをしてくれるなど(御用聞きのように)/トドック/生協などに行くのにバス停が店近くにあるとずっと買い物に行ける。/循環バスがあればよい、3丁目と5丁目間/車が利用できなくなったらどうしたらいいか不安/出来る事は自分でやる。/花川はバスしか公共のものがなく、三丁目線と五丁目線で大変不便です。週に一度でも、地域を廻ってくれる移動販売車があれば…と思います。是非一度、御一考ください。/定期的に乗り物を出して欲しい。/冬は業者の配達があるとうれしい/年々老人が増えるのにバスの本数は少ないし、買い物に行く車がない。行く手段として市からの小型バスなどあってもよいかなと思います。/販売者が来てくれるとうれしい/自家用車の使用ができなくなったときは自治体などの支援を要望します。/長男が車で買い物に行くこともおおい/幌には1件も店がありません。販売車を頼るか市街に出て買い物になりますが、夫も高齢になったのでこれから心配です。そろそろ返納も/家族に頼っている/車の運転ができなければほかの方法を考えなければと思う/自家用車がなく

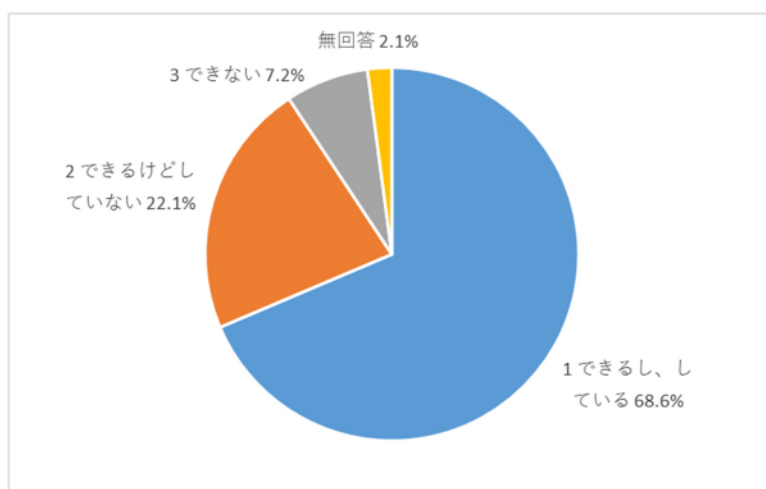
問4 毎日の生活について

なれば買い物が不自由になるので、市内循環バスなどができると助かると思いますが（低料金で）/重いものは業者/病院、スーパー等利用するときの循環バスがあれば便利です/お店に行く手段が徒歩しかなく不便。移動販売車などの買い物がしやすい状況を作ってほしい/車がないので一番困る/地域にコンビニ以外店もなくバスの便も悪いので花川方面に行く循環バスがあればよいと思う/高齢のため買い物はトドック・移動販売車を利用。/もう少し交通の便が良ければ(循環バス)免許返納も考えたいが現状では無理と感じる。/今は配偶者が元気ですが、車が乗れなくなったら安く買い物の代行があったらいいと思います。/今は支援はいらないが、宅配とか利用することになるとと思います/タクシー券が午前1回、午後1回利用できれば助かる/何月何日と決められても無理、急に行ける時ができればいいかしらと思うのですが/今のところ支援の心配ない/将来的には送迎車バスあったらと思う/配達は無料でお願いしたいです。/友達に頼んだりする/いっても無駄/食材、日用品は不自由なく、コープお任せ便で助かっている。家族にも世話になっている。/近くに店があると良いバスの便が悪い/近くの商店等の配達を/自分で自由に買い物に行きます/週に1日買い物バスがあると助かります。買い物に行きたいのですがハイヤーなのでトドックを使っています。/お店配達希望/バスがあると助かります/毎週コープのトドックを利用しているのであまり不便はない。/割引等タクシーチケットがあれば助かります。

(6) 自分で食事の用意をしていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	656	600	31	25
2 できるけどしていない	211	190	14	7
3 できない	69	66	3	0
無回答	20	20	0	0
計	956	876	48	32

全体

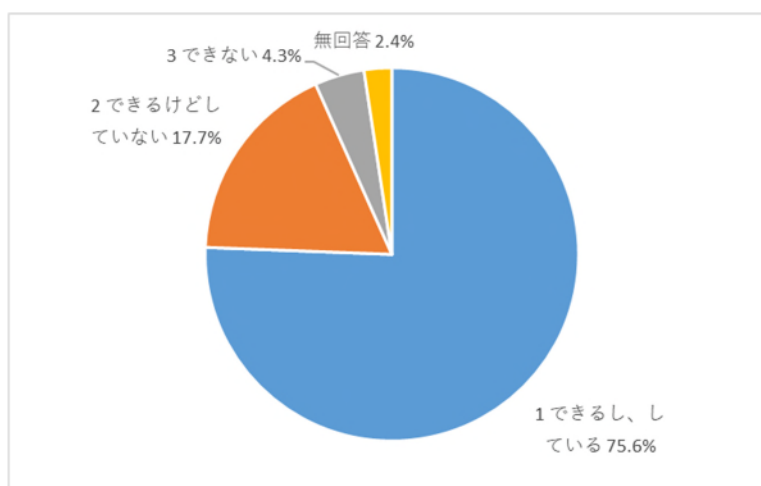


問4 毎日の生活について

(7) 自分で請求書の支払いをしていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	723	659	37	27
2 できるけどしていない	169	160	6	3
3 できない	41	36	4	1
無回答	23	21	1	1
計	956	876	48	32

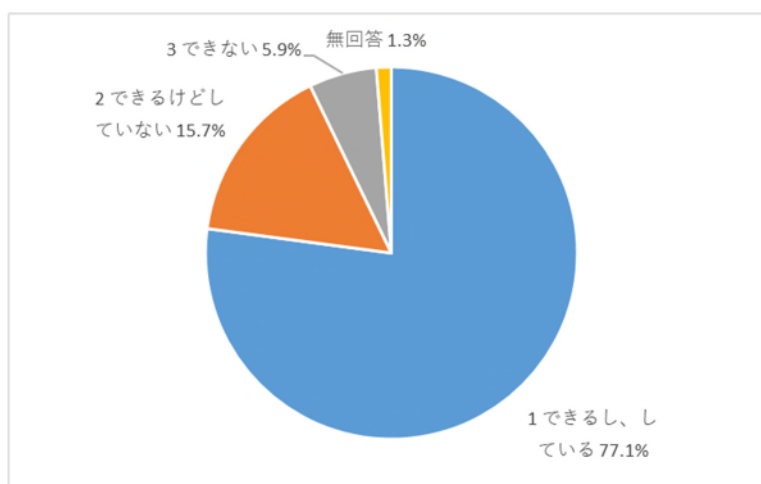
全体



(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 できるし、している	738	674	39	25
2 できるけどしていない	150	139	5	6
3 できない	56	51	4	1
無回答	12	12	0	0
計	956	876	48	32

全体

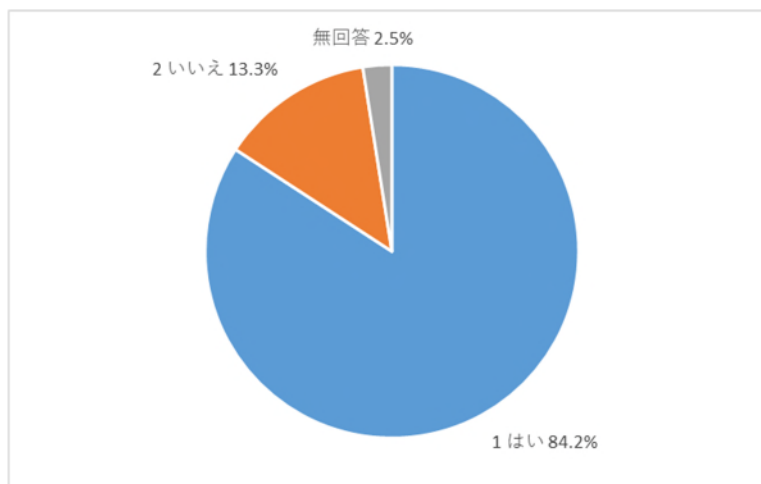


問4 毎日の生活について

(9) 役所や病院などに出す書類（年金など）が書けますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	805	739	40	26
2 いいえ	127	114	7	6
無回答	24	23	1	0
計	956	876	48	32

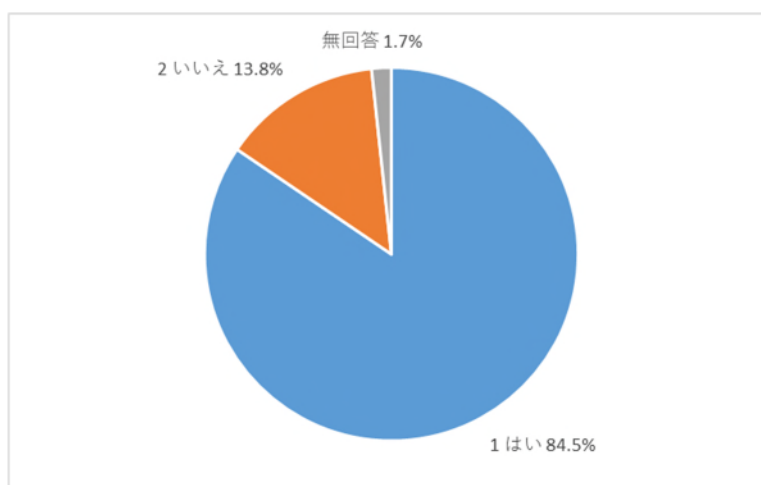
全体



(10) 新聞を読んでいますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	808	745	38	25
2 いいえ	132	117	8	7
無回答	16	14	2	0
計	956	876	48	32

全体

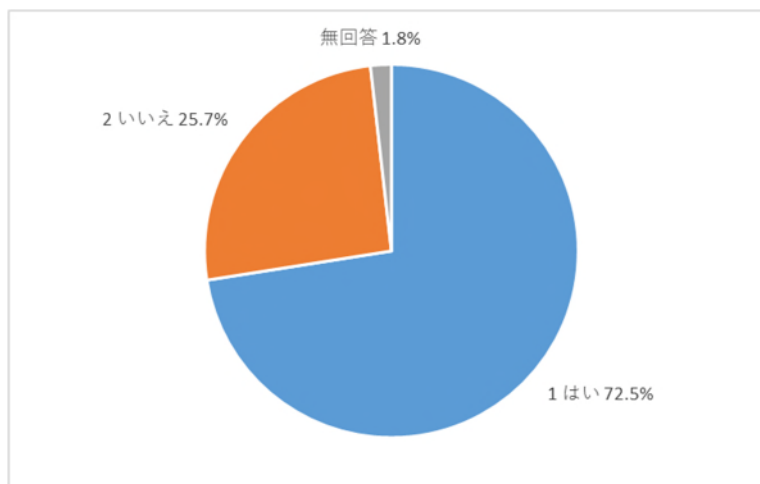


問4 毎日の生活について

(1 1) 本や雑誌を読んでいますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	693	635	32	26
2 いいえ	246	224	16	6
無回答	17	17	0	0
計	956	876	48	32

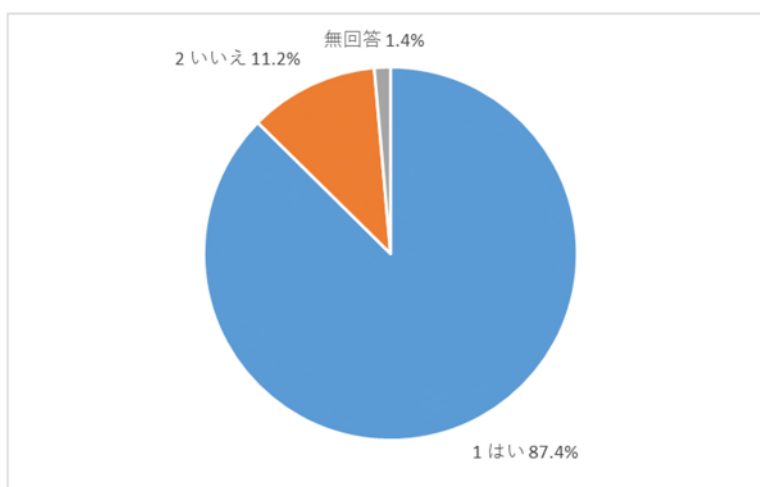
全体



(1 2) 健康についての記事や番組に関心がありますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	836	764	43	29
2 いいえ	107	99	5	3
無回答	13	13	0	0
計	956	876	48	32

全体

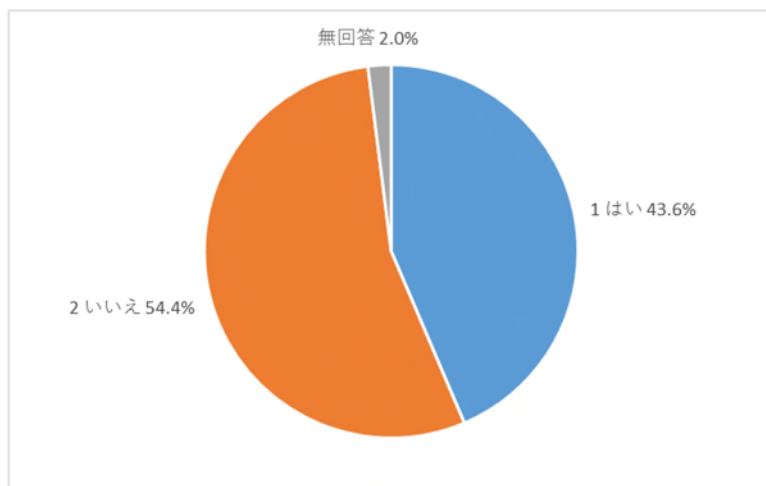


問4 毎日の生活について

(13) 友人の家を訪ねていますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	417	373	26	18
2 いいえ	520	484	22	14
無回答	19	19	0	0
計	956	876	48	32

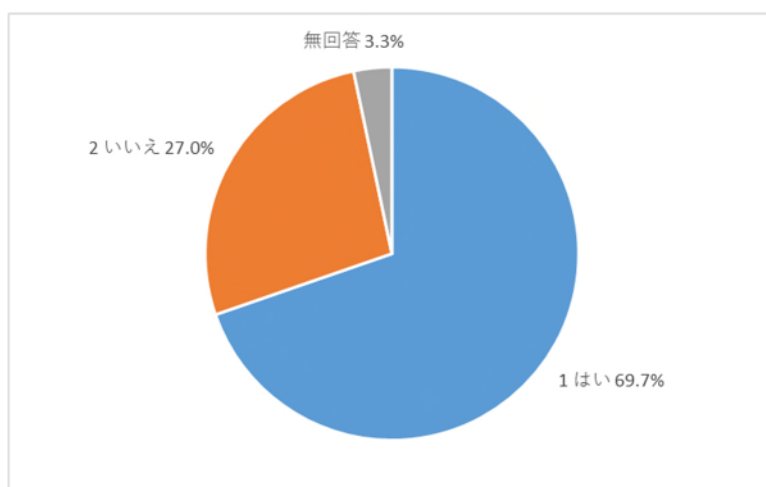
全体



(14) 家族や友人の相談にのっていますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	666	610	31	25
2 いいえ	258	235	16	7
無回答	32	31	1	0
計	956	876	48	32

全体

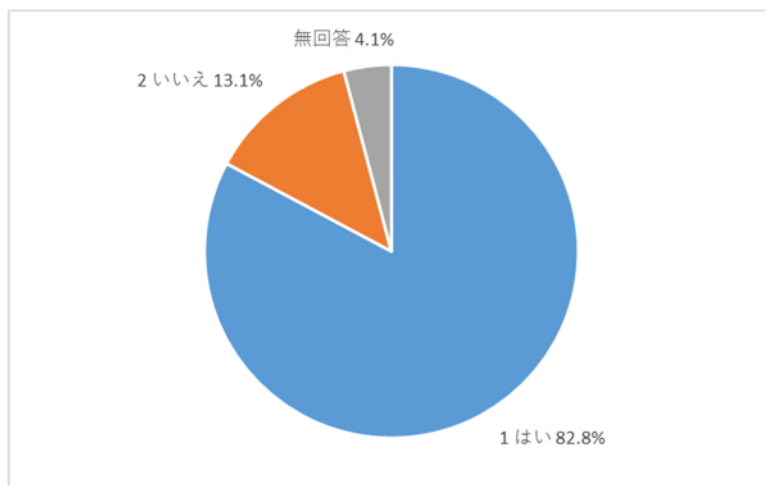


問4 毎日の生活について

(15) 病人を見舞うことができますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	792	729	37	26
2 いいえ	125	112	8	5
無回答	39	35	3	1
計	956	876	48	32

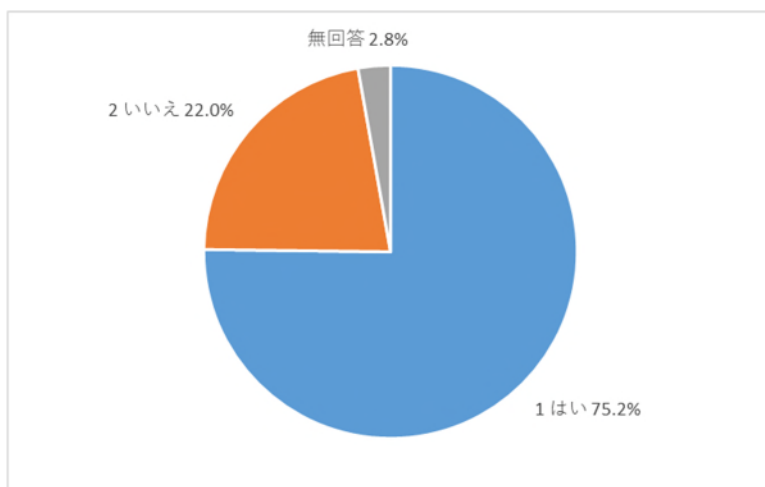
全体



(16) 若い人に自分から話しかけることがありますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	719	655	37	27
2 いいえ	210	195	11	4
無回答	27	26	0	1
計	956	876	48	32

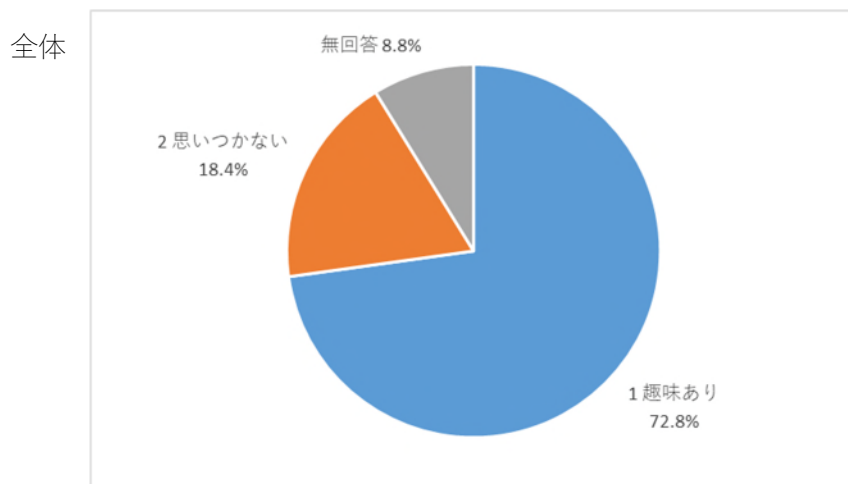
全体



問4 毎日の生活について

(17) 趣味はありますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 趣味あり	696	651	27	18
2 思いつかない	176	154	15	7
無回答	84	71	6	7
計	956	876	48	32



～ 1 趣味ありの自由記載欄 ～

手芸、短歌/パークゴルフ、詩吟、カラオケ/読書、パチンコ/畑で野菜作り/陶芸、絵画/ゴルフ、マージャン/囲碁/合唱、カラオケ/息子とのゴルフ/大工、バイク、映画/音楽、医療関係の専門書/陶芸、パッチワーク/ゴルフ、囲碁、庭いじり/読書、ピアノ/機械いじり/パッチワーク/借りている畑での作業/写真/花生け、はち花/釣り、ゴルフ/音楽鑑賞、編物/ワンちゃんの運動 1回40分～90分を1日2、3回/PC操作(主に表計算)/家庭菜園/ペット/スポーツを観戦すること/旅行/花、テレビ/魚釣り/社交ダンス/ドライブ/歩くスキー、ジョギング/体を動かす/アクアリウム/ロードバイク、囲碁、麻雀/社交ダンス/ガーデニング、ヨガ/囲碁、カラオケ、三味線/読書(南コミセン利用)/お茶、コーラス、洋裁/ウォーキング/ゴルフ、ゲーム/手仕事/音楽(合唱)オケを聞く/ガーデニング、サッカー応援/写真・将棋・麻雀・短歌/スマホ、友達、絵手紙/本を買って読むこと/英会話/野鳥観察/本、パズル/書道、読書、着付け/ゲートボール、麻雀/卓球、麻雀、読書、座禅/ゴルフ、エアロビ/将棋/映画、ステーキ、ギョーザ、ヤキトリ、TV、VTR、PC、スマホ、サウナ、回転ずし、自転車/多趣味/軽体操/お菓子作り/主人の看病でできない/生活等、一般的なこと/テレビ、DVDを見る/歌/手織り/テニス/太極拳/昨年より控えている/釣り、山菜取り/水泳、温泉巡り/読書、旅行/コーラス/女性コーラス/スキー、園芸、スポーツ観戦/歌を聴くこと、テレビ/聖書を学んでいる/キャンプ/音楽、健康、音楽について/花と野菜作り/詩吟、陶芸、絵手紙/料理、読書、整体/歌声、新聞ちぎり絵/競馬/家庭菜園、裁縫、ウォーキング/短歌、碁、科学実験/読書、畑作り、雪かき、美術鑑賞/ジム、卓球、ゴルフ/縫物、家庭菜園、読

問4 毎日の生活について

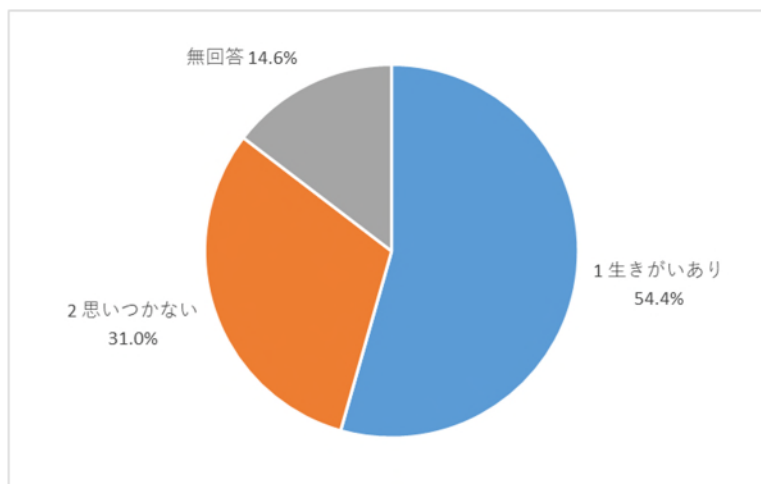
書、手芸/ピアノ、エレクトーン、歩くスキー、グルメツアー/切手・DVDの収集/リズムダンス/洋裁/人前で着用できないセーターを編む/散歩、パソコン/友人・知人との会合、食事、山登り/今はできなくなった/オカリナ/クッキング、クロスワード、カラオケ/社交ダンス、リズムダンス、ディスコダンス/ジャム作り、山菜取り/ボーリング/ものづくりや修理/回想/街路樹の剪定/ソフトテニス/水彩画、木工細工/パソコンで動画を見る/ストレッチ/高山庭園、パークゴルフ/パチンコ/写真撮影、郷土の歴史学習/ペン字、コーラス、フラワーデザイン、ちぎり絵/インターネット、スマホ/歴史を調べること/毎日絵を描くこと/サロンなどへの参加/クラシック音楽/趣味とまでは言えないが余暇を楽しむものがある/録画した洋画を編集/パークゴルフ、野菜作り、日曜大工、寿司を作る/ギター、ソフトボール/ギター、バイク整備/競馬/山登り/編物、クロスワード/熱帯魚・小鳥飼育/短歌/針仕事が好きです。/散歩・スーパー銭湯・スポーツ観戦・競馬/物づくり/読書、映画、ピラティス/パソコンゲーム/野球、審判員、麻雀/書道、ラージボール/字・絵を描く、三味線/サイクリング/聖書、クリスチャンの奉仕/石狩写真クラブ/ナンプレ/盆栽/卓球/大人のぬりえ、読書、編物/大正琴、体操、プール/茶道、ボイトレ、ピアノ/イラスト/小屋作り・山菜取り/ガーデニング・歌を聴くのが大切です。BS 毎日聞いてます。/読書・講演会を聞く・パークゴルフ・映画/パークゴルフ、パソコン、木彫/詩吟、カラオケ、スポーツ観戦/クラシックギター/俳句、川柳/ロッククライミング/カラオケ・往年の名画をDVDで楽しむこと/囲碁、そば打ち、手品/写真、野の花の会、山草会/ペン習字/日曜大工、庭いじり/溪流釣り、ガーデニング

問4 毎日の生活について

(18) 生きがいがありますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 生きがいあり	520	482	21	17
2 思いつかない	296	269	20	7
無回答	140	125	7	8
計	956	876	48	32

全体



～ 1 生きがいありの自由記載欄 ～

ドライブ/夫婦での話/趣味/キリスト教会に礼拝に行っている/中国語学習/ホームパーティ、カラオケ/家族の健康と孫の成長/孫と遊ぶ/友人との付き合いが多いため/手作り物/友人とのゴルフ、囲碁/ピアノの練習上達/花の育成/友達と風呂、碁/個展/夏 食品作ること/歌、友人に逢うこと/息子、娘の幸福への思い/好きなことをすること/野菜作り/息子の成長や事業拡大/ペット/孫の成長/孫との相手/仕方ないと思いながら毎日過ごしています/趣味を長く続けていくこと/読書/週2～3日、デイサービスにボランティアをしています。/毎日英会話のラジオを聞いている/パークゴルフでオールインワンを出すこと/神社に係り神輿をかつぐ/神道/孫の成長、友と会話、水泳/ボランティア、元職場の仲間との語らい/孫の成長、好きなサッカーチーム/農業をやっており毎日直売に出荷すること/毎日元氣でいる/することがたくさんある/子供、孫、ひ孫/一日を大切にと心がけている/釣り、山菜取り/旅行/健康に気を付けて色々なところ歩いてみたい/カラオケで大きい声を出すこと/女性コーラス/仕事/家族の健康/将来病気や苦しみが無い世の中になるという聖書の言葉が生きがいです。/読書、運転/ゴルフ/農業と健康/囲碁/温泉旅行、孫の成長/平和を守る活動/コンサート、ウォーキング/あまりくよくよしない/酒と歌、孫、ひ孫/好奇心と感動の毎日の出来事/80才以上になってもスポーツができる様/二人で元気に出かけること、孫の成長、コンサート/子供たちと食事すること/長生きは希望しない/日々目的があってそれぞれにこなすこと/趣味を活かして生活している/趣味と旅行、映画/みんな優しい/元気で楽しく/庭、花壇の手入れ/信仰、自分の存在をつかむこと/元氣、勇氣、

問4 毎日の生活について

気力/自立した老人/孫と剣道/一日一生/90歳まで生きればと思っている/食事、料理/町内会の役員39年。現在事務局長/ものをつくる喜び/雪がなくなったら外でスポーツ/会社の経営/女房とともに生きていこうと思う/楽器演奏/札幌市内への通勤、仕事をして人とつながっている、社会に貢献できる/自営業なので脳が動かなくなるまで/長生きしたい/友人とのお話を聞くこと勉強になります。/市販のものを改造して利用すること、それを考えること/図書館にて図書修理、俳句の作句/冬季はない/ダンス/荘内藩陣屋関係の歴史を知りたい/子供たちへの剣道の指導/息あるうちはイキイキ生きる夢と希望をもって前進ときには一休み、自由にのんびり歩みたいわたしです。/テニス/一日を大切に生きる/サロンなどへの参加/趣味と見合うことはないが毎日気分よく過ごしている。/脚光租様へのありがとう/長く働くこと。役に立っていること/野菜作り、パークゴルフ、日曜大工/入院している方の帽子作り/たまに買う宝くじの当選/さけ釣り/生きる意欲/妻の介護/子供、孫の役に立ちたい/韓国ドラマ見ながら朝食/学習塾の経営/自分でできることは自分です。/手作り仕事に自分ができると思ったら、挑戦しています。/運動(パークゴルフ)仲間の喜びに感動、そのための手助け/自分に天から授かった命を子や孫に見てもらうこと/週1回デイサービスで友達と話す/趣味のレベルアップ/町内会の皆さんとの食事会/自分の好きな食事をし、趣味ができること。電話で友人と話し見聞を広めること/家族を愛し愛されている、仕事/食べること、酒/水彩画、エヌピーオー/ゆっくり湯に入り、湯の友とおしゃべり/音楽、パソコン/家庭菜園、魚の燻製作、果樹作り/写真展/夫婦仲良くして楽しむ/演歌歌手のおっかけ/編物、野菜作り、花/100歳まで生きようと、料理を考えること/町内活動/福祉ボランティア/隣のインコとお気に入りのぬいぐるみ/元気で長生きして世の中のためになることをしたい/グループでの楽しみ会/猫をかわいがる/最後に残った私が仏壇をまもる/人の役に立ちたい/テニス・毎日ウォーキング・リズム/ペットの世話/小屋作り・山菜取り/健康でお友達とお話しして、美味しいものを食べることです。/世の中の変化を見ること・自分の健康保持/毎日が感謝/スポーツクライミング/今年は手と足が悪くくるしい気持ちです。/一日一日を悔いのないように生きること/孫の成長、毎日のお弁当作り/少量のお酒/歩けないのでだめです/知識を高めること/ボランティア/娘宅の食事したく、孫の世話/宗教/何歳まで生きられるか/断捨離/バス停区間内でも杖なしで歩きたい/実母と愛犬と楽しく暮らし続けること/家族の健康、清く美しく片付け

【考察】

- ・約半数の方が物忘れが多いと感じています。
- ・約3/4の方がバスや電車（自家用車）を利用し一人で外出しています。また、約8割の方がご自身で食品や日用品の買物をしています。両者とも前回調査とほぼ同様の値となっています。

問4 毎日の生活について

- ・（５）自分で食品・日用品の買物をしているかの質問で「できるけどしていない」、「できない」と答えた方の買物に行かない（いけない）理由としては、身体的な理由と答える方が多く、その他の理由としては、「必要がない」場合も少なくありませんでした。
- ・普段の買物をどうしているかについて、（５）で「できるけどしていない」、「できない」と答えた方を抽出したところ、「家族に依頼」が 78.0%、「業者の配達」が 11.9%、「その他」が 10.1%となりました（無回答は除く）。

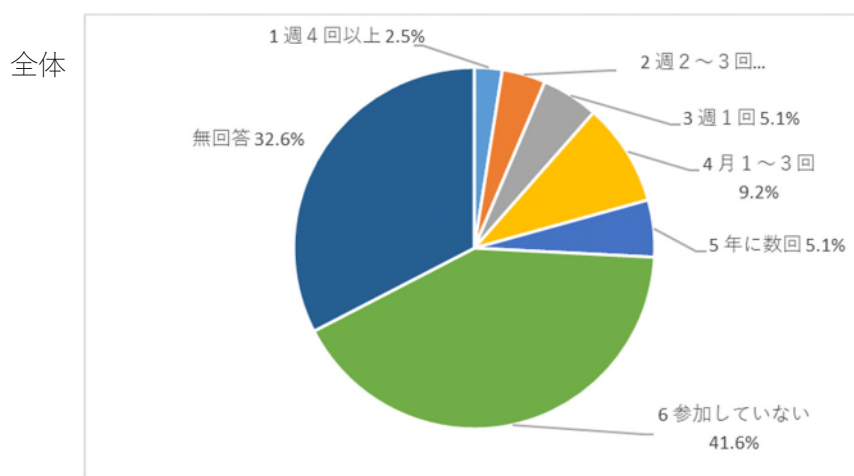
問5 地域での活動について

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ますか

① ボランティアのグループ

	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	5	5	0	0
2週2～3回	8	7	1	0
3週1回	11	10	1	0
4月1～3回	37	36	1	0
5年に数回	39	30	5	4
6参加していない	470	434	20	16
無回答	386	354	20	12
計	956	876	48	32

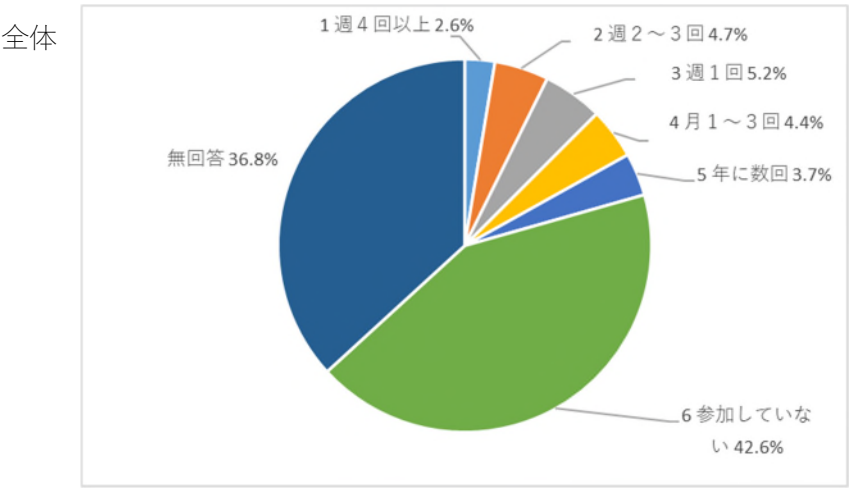


(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

② スポーツ関係のグループやクラブ

	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	25	24	1	0
2週2～3回	45	44	1	0
3週1回	50	46	3	1
4月1～3回	42	40	1	1
5年に数回	35	29	3	3
6参加していない	407	370	21	16
無回答	352	323	18	11
計	956	876	48	32

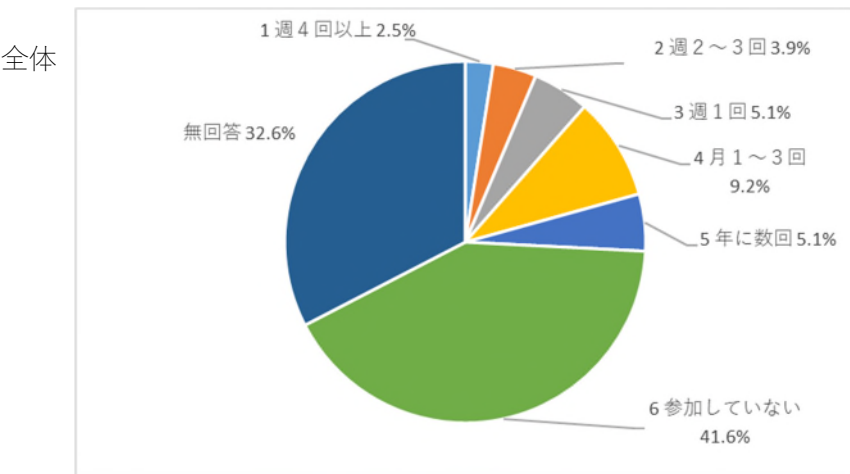
問5 地域での活動について



(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ますか

③ 趣味関係のグループ

	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	23	23	0	0
2週2～3回	37	37	0	0
3週1回	49	47	2	0
4月1～3回	88	81	4	3
5年に数回	49	41	4	4
6参加していない	398	365	18	15
無回答	312	282	20	10
計	956	876	48	32

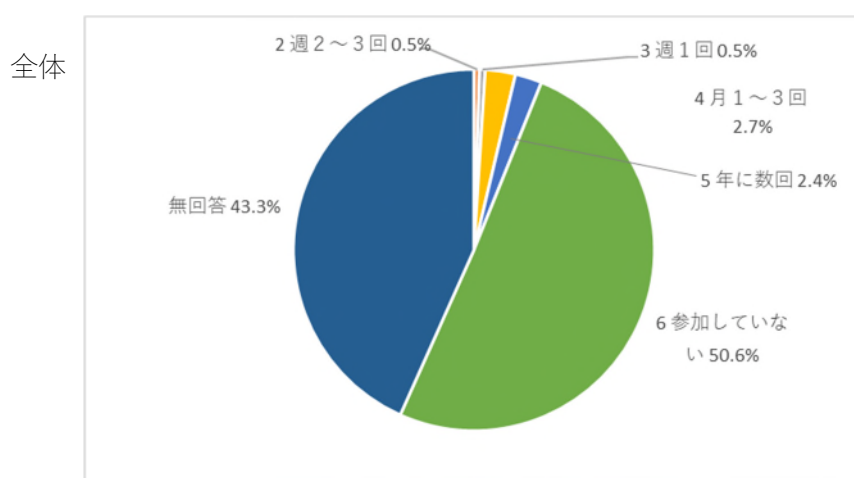


(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

問5 地域での活動について

④ 学習・教養サークル

	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	0	0	0	0
2週2～3回	5	5	0	0
3週1回	4	4	0	0
4月1～3回	26	26	0	0
5年に数回	23	18	4	1
6参加していない	484	445	21	18
無回答	414	378	23	13
計	956	876	48	32

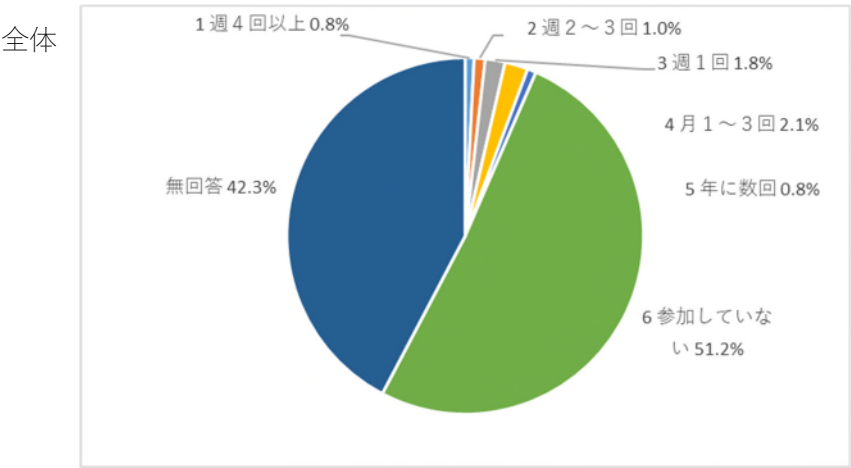


(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

⑤ ふれあいサロンなどの介護予防のための通いの場

	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	8	8	0	0
2週2～3回	10	10	0	0
3週1回	17	17	0	0
4月1～3回	20	16	3	1
5年に数回	8	6	1	1
6参加していない	489	447	24	18
無回答	404	372	20	12
計	956	876	48	32

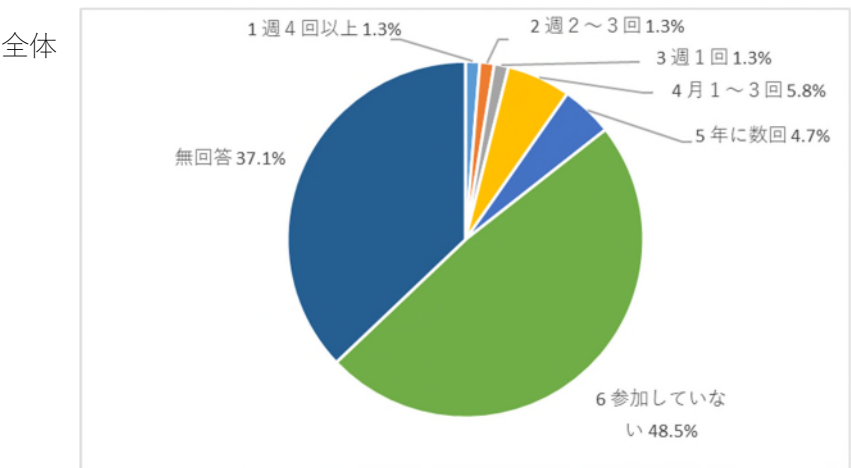
問5 地域での活動について



(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ますか

⑥ 高齢者クラブ

	全体	石狩	厚田	浜益
1 週 4 回以上	12	12	0	0
2 週 2～3 回	12	12	0	0
3 週 1 回	12	11	1	0
4 月 1～3 回	55	49	4	2
5 年に数回	45	38	4	3
6 参加していない	465	427	21	17
無回答	355	327	18	10
計	956	876	48	32

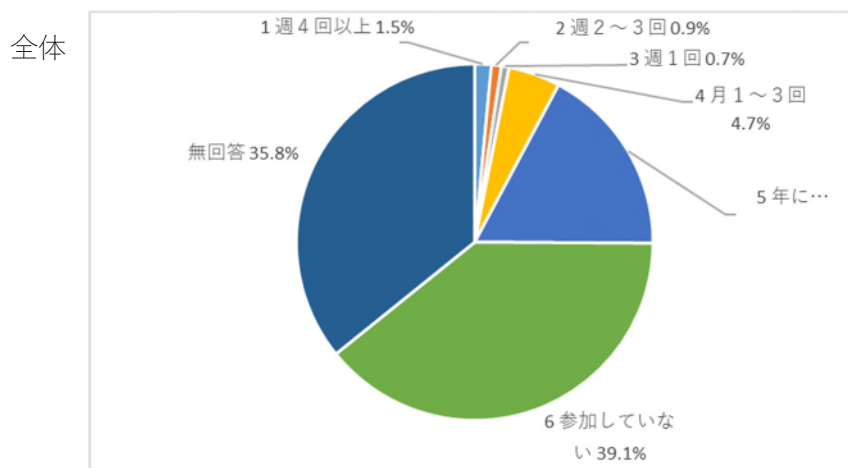


問5 地域での活動について

(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ますか

⑦ 町内会・自治会

	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	14	14	0	0
2週2～3回	9	9	0	0
3週1回	7	7	0	0
4月1～3回	45	41	2	2
5年に数回	165	143	11	11
6参加していない	374	347	16	11
無回答	342	315	19	8
計	956	876	48	32

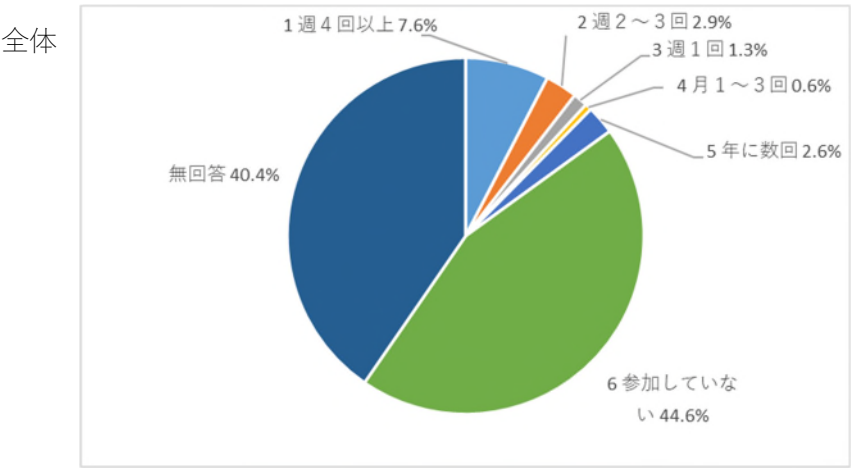


(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

⑧ 収入のある仕事

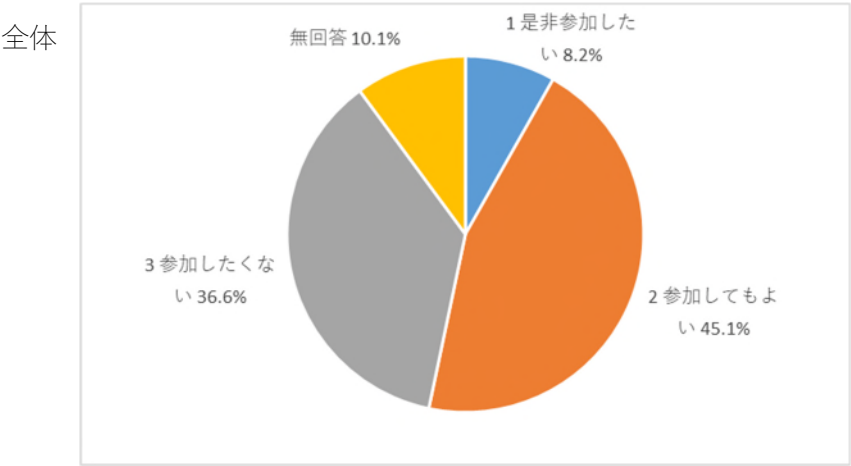
	全体	石狩	厚田	浜益
1週4回以上	73	66	5	2
2週2～3回	28	23	3	2
3週1回	12	11	1	0
4月1～3回	6	6	0	0
5年に数回	25	17	7	1
6参加していない	426	396	13	17
無回答	386	357	19	10
計	956	876	48	32

問5 地域での活動について



(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、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

	全体	石狩	厚田	浜益
1 是非参加したい	77	71	5	1
2 参加してもよい	431	389	24	18
3 参加したくない	350	327	15	8
無回答	97	88	4	5
計	956	876	48	32

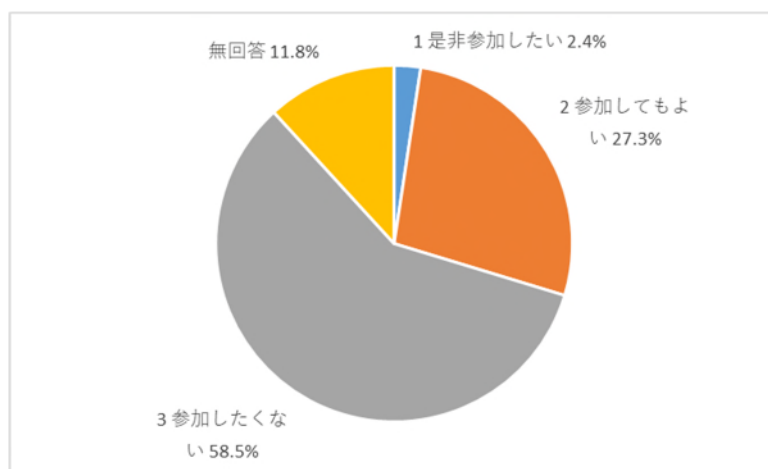


問5 地域での活動について

- (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企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 是非参加したい	23	20	1	2
2 参加してもよい	261	236	15	10
3 参加したくない	559	518	27	14
無回答	113	102	5	6
計	956	876	48	32

全体



【考察】

- ・地域グループ等への参加状況は、前回調査と比べると、参加回数にかかわらず「参加している」と答えた人が、「ボランティアのグループ」以外は低下しています（無回答を除く）。それぞれの項目では「参加していない」と答えた人が一番多いですが、回答した人の中で8項目のいずれか一つ以上に参加している人の割合は約7割でした。

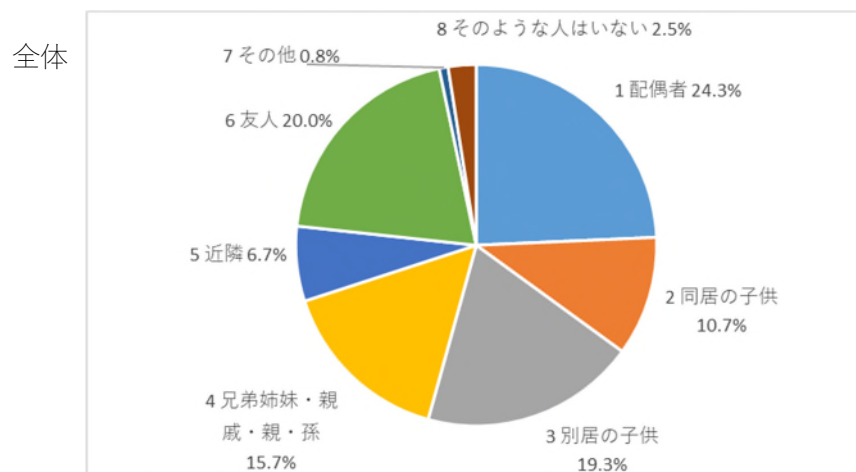
問6 たすけあいについて

問6 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（いくつでも）

	全体	石狩	厚田	浜益
1 配偶者	460	426	21	13
2 同居の子供	202	193	5	4
3 別居の子供	364	331	18	15
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	297	274	12	11
5 近隣	127	111	6	10
6 友人	377	349	17	11
7 その他	15	15	0	0
8 そのような人はいない	47	40	5	2
計	1889	1739	84	66



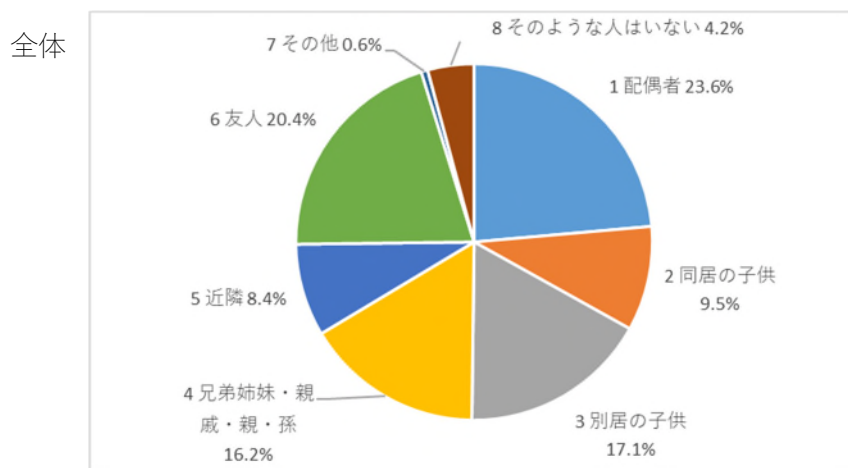
～ 7 その他の自由記載欄 ～

職場の同僚/親友/お店の人/手話通訳者/障害者同士の話し合い/学友

問6 たすけあいについて

(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（いくつでも）

	全体	石狩	厚田	浜益
1 配偶者	440	407	19	14
2 同居の子供	178	170	6	2
3 別居の子供	320	299	10	11
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	302	286	5	11
5 近隣	156	136	6	14
6 友人	381	352	16	13
7 その他	11	11	0	0
8 そのような人はいない	78	66	9	3
計	1866	1727	71	68



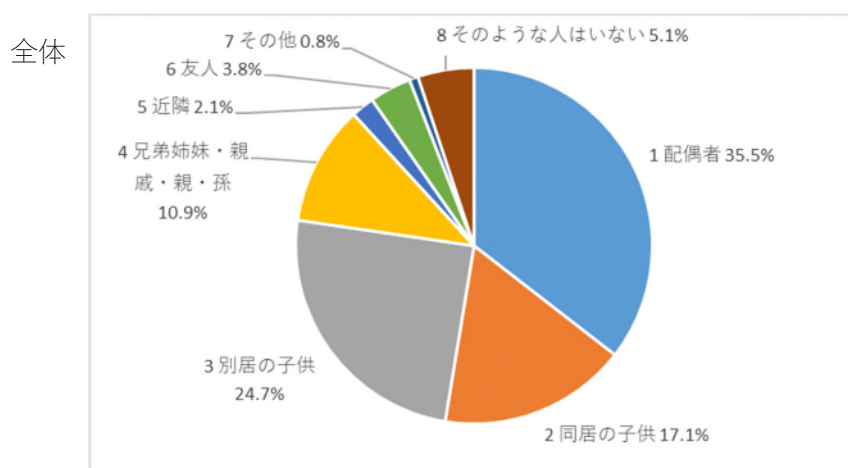
～ 7 その他の自由記載欄 ～

職場の同僚/親友/どなたでもよいです/先輩/会社の人

(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（いくつでも）

	全体	石狩	厚田	浜益
1 配偶者	508	469	24	15
2 同居の子供	245	232	9	4
3 別居の子供	354	323	14	17
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	156	142	3	11
5 近隣	30	25	3	2
6 友人	55	50	3	2
7 その他	11	11	0	0
8 そのような人はいない	73	68	5	0
計	1432	1320	61	51

問6 たすけあいについて

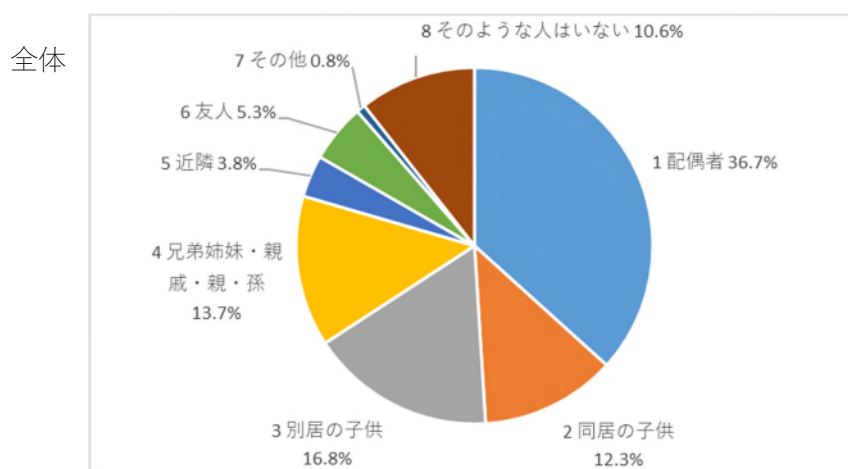


～ 7 その他の自由記載欄 ～

遠くにいる/寝込んだことない/ホームのスタッフ/自分/ヘルパーさん

(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも）

	全体	石狩	厚田	浜益
1 配偶者	517	478	22	17
2 同居の子供	173	163	8	2
3 別居の子供	237	218	10	9
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	192	177	4	11
5 近隣	53	45	4	4
6 友人	74	70	2	2
7 その他	11	11	0	0
8 そのような人はいない	149	138	8	3
計	1406	1300	58	48



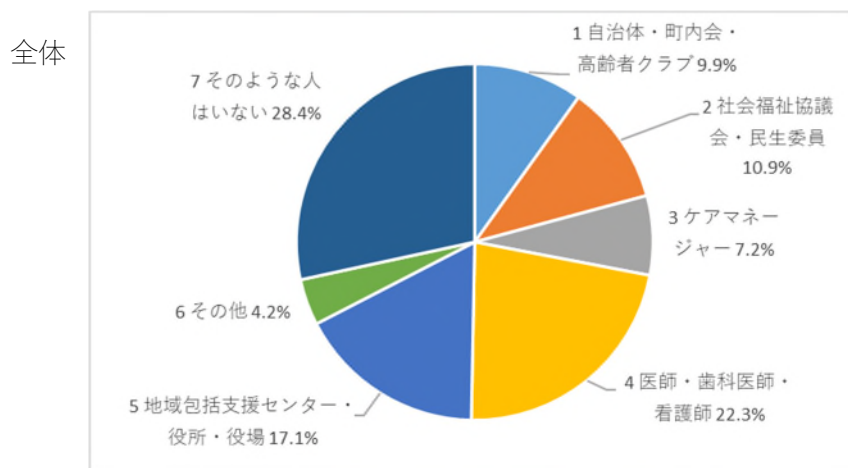
～ 7 その他の自由記載欄 ～

遠くにいる/弟/できない

問6 たすけあいについて

(5) 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください
(いくつでも) ★

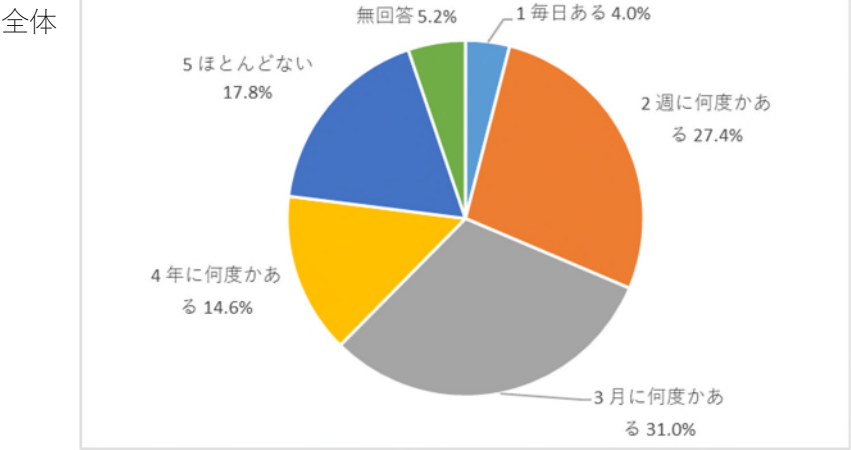
	全体	石狩	厚田	浜益
1 自治体・町内会・高齢者クラブ	114	101	8	5
2 社会福祉協議会・民生委員	125	113	7	5
3 ケアマネージャー	83	77	3	3
4 医師・歯科医師・看護師	256	243	10	3
5 地域包括支援センター・役所・役場	196	172	10	14
6 その他	47	39	5	3
7 そのような人はいない	326	304	18	4
計	1147	1049	61	37



(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。★

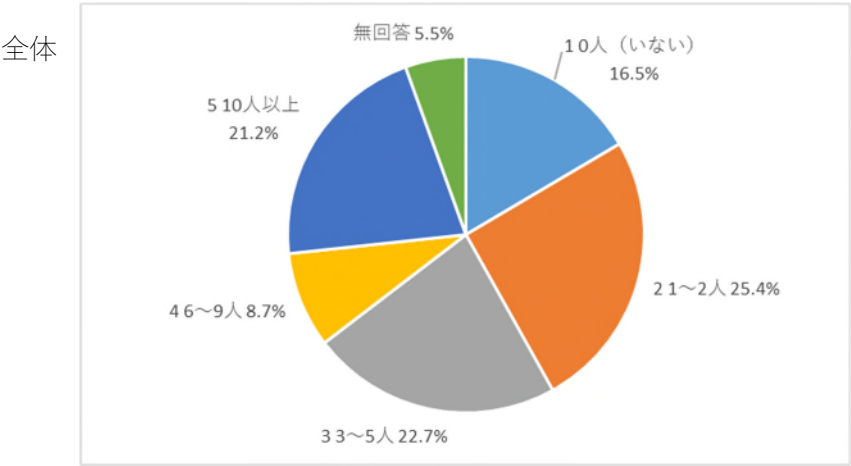
	全体	石狩	厚田	浜益
1 毎日ある	38	36	0	2
2 週に何度かある	262	234	18	10
3 月に何度かある	296	264	20	12
4 年に何度かある	140	131	4	5
5 ほとんどない	170	162	6	2
無回答	50	49	0	1
計	956	876	48	32

問6 たすけあいについて



(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。★

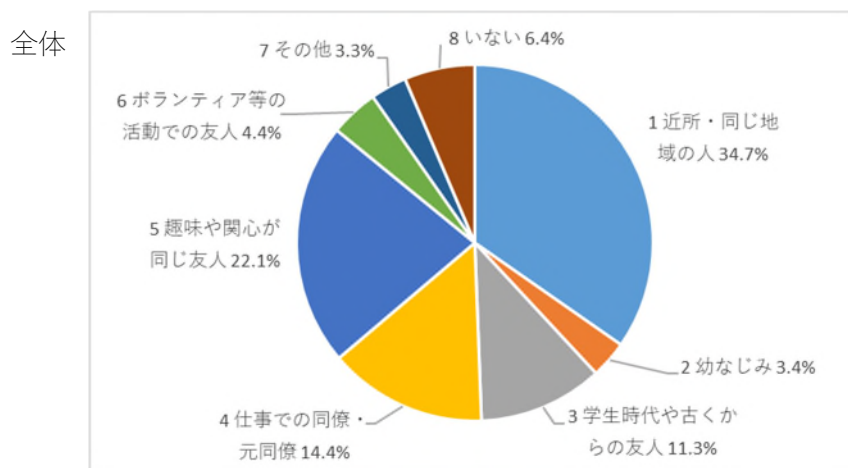
	全体	石狩	厚田	浜益
1 0人 (いない)	158	153	4	1
2 1～2人	243	220	13	10
3 3～5人	217	197	12	8
4 6～9人	83	73	6	4
5 10人以上	203	182	13	8
無回答	52	51	0	1
計	956	876	48	32



問6 たすけあいについて

(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(いくつでも) ★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 近所・同じ地域の人	487	427	33	27
2 幼なじみ	48	40	3	5
3 学生時代や古くからの友人	158	142	6	10
4 仕事での同僚・元同僚	202	187	8	7
5 趣味や関心が同じ友人	310	292	11	7
6 ボランティア等の活動での友人	62	59	2	1
7 その他	47	44	3	0
8 いない	90	86	3	1
計	1404	1277	69	58



【考察】

- ・「たすけあい」については、やはり多くは配偶者、子、親戚などの近親者に頼る傾向がみられました。また、「家族や友人・知人以外で何かあったときに相談する相手」で一番多かった回答は、「そのような人はいない」でした。
- ・友人・知人と会う頻度がほとんどないと答えた方が2割弱いました。また、ここ一月で友人・知人に会っていないと答えた方が16.5%で、前回調査より上昇しました。

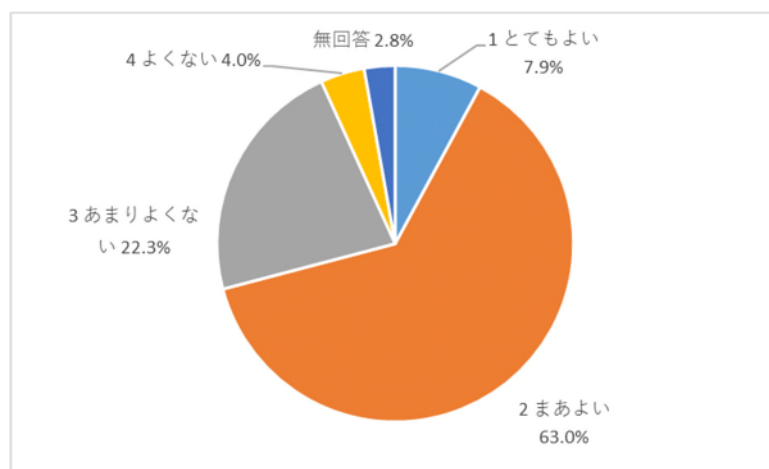
問7 健康について

問7 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

	全体	石狩	厚田	浜益
1 とてもよい	76	70	3	3
2 まあよい	602	554	25	23
3 あまりよくない	213	193	14	6
4 よくない	38	35	3	0
無回答	27	24	3	0
計	956	876	48	32

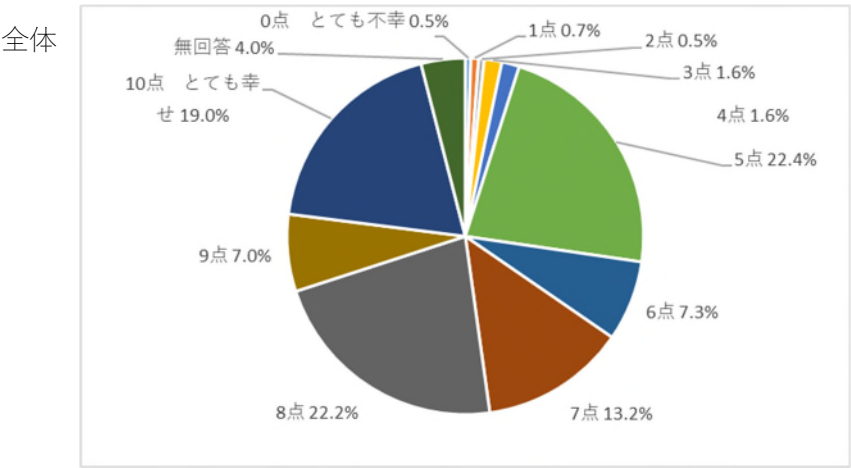
全体



(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）

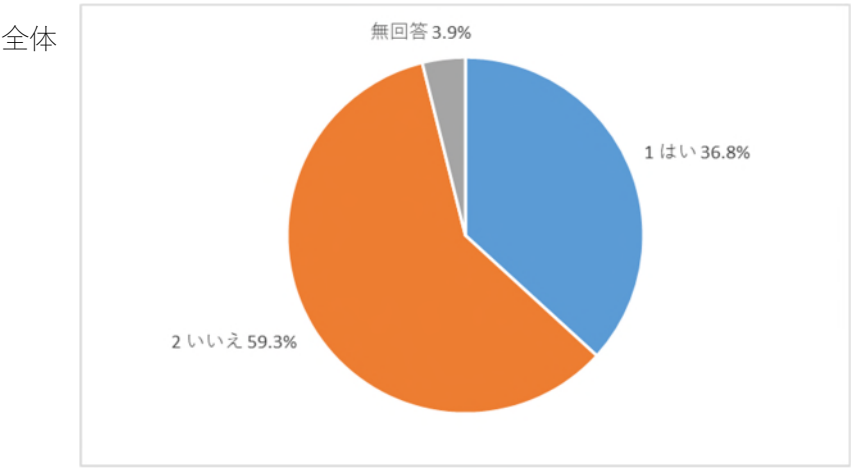
	全体	石狩	厚田	浜益
0点 とても不幸	5	5	0	0
1点	7	5	2	0
2点	5	4	1	0
3点	15	13	1	1
4点	15	14	1	0
5点	214	193	15	6
6点	70	67	1	2
7点	126	117	3	6
8点	212	198	9	5
9点	67	62	2	3
10点 とても幸せ	182	164	12	6
無回答	38	34	1	3
計	956	876	48	32

問7 健康について



(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

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	352	315	22	15
2 いいえ	567	525	25	17
無回答	37	36	1	0
計	956	876	48	32

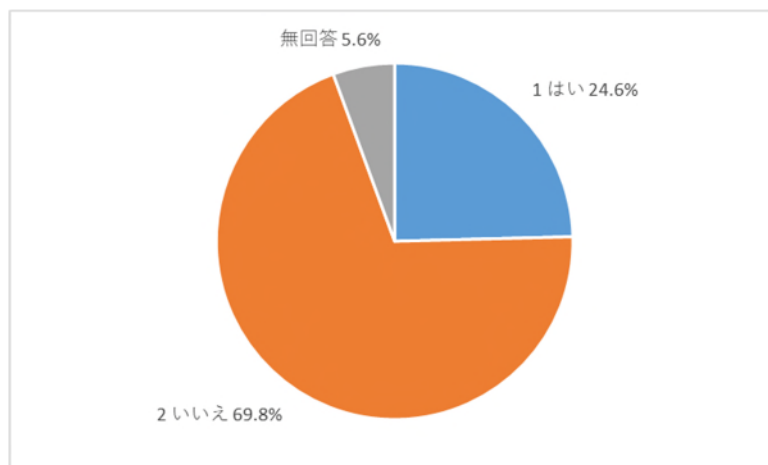


問7 健康について

(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

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	235	212	16	7
2 いいえ	667	612	31	24
無回答	54	52	1	1
計	956	876	48	32

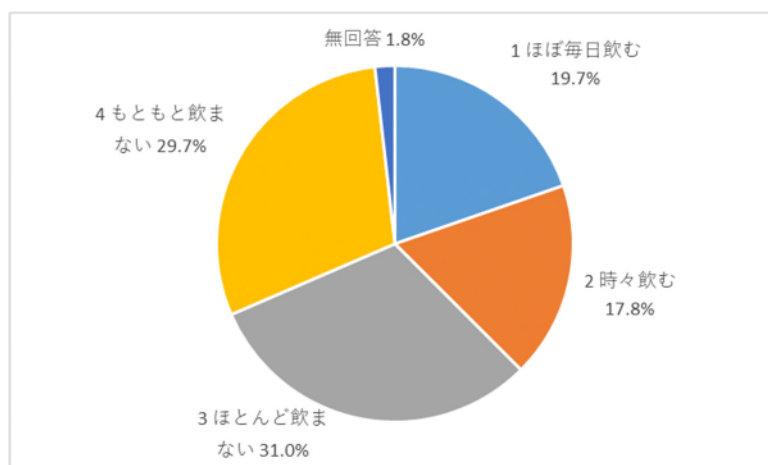
全体



(5) お酒は飲みますか★

	全体	石狩	厚田	浜益
1 ほぼ毎日飲む	188	172	13	3
2 時々飲む	170	157	7	6
3 ほとんど飲まない	297	273	15	9
4 もともと飲まない	284	258	12	14
無回答	17	16	1	0
計	956	876	48	32

全体

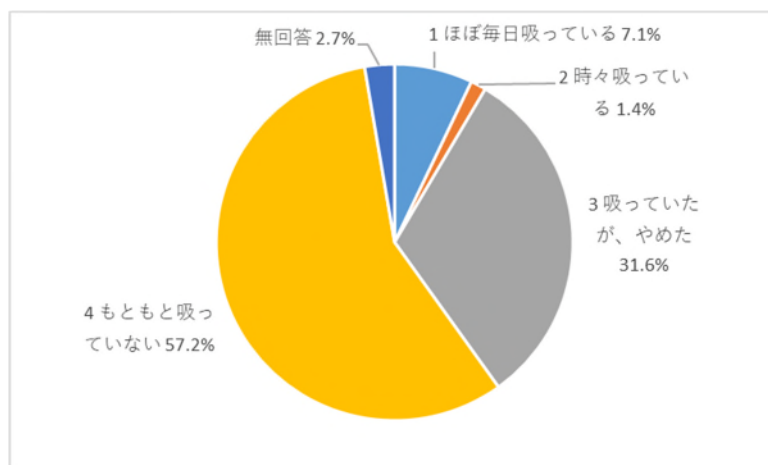


問7 健康について

(6) タバコは吸っていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 ほぼ毎日吸っている	68	61	6	1
2 時々吸っている	13	11	2	0
3 吸っていたが、やめた	302	274	17	11
4 もともと吸っていない	547	505	22	20
無回答	26	25	1	0
計	956	876	48	32

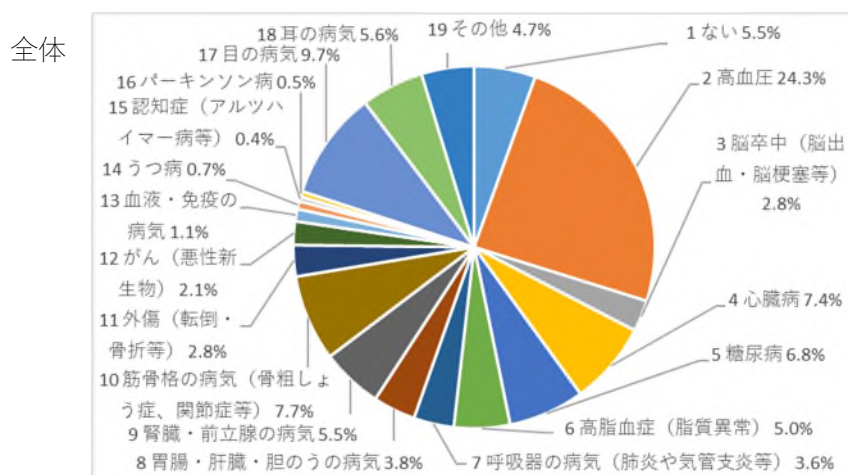
全体



問7 健康について

(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (いくつでも)

	全体	石狩	厚田	浜益
1 ない	105	100	3	2
2 高血圧	462	428	19	15
3 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)	53	44	8	1
4 心臓病	140	128	7	5
5 糖尿病	130	121	7	2
6 高脂血症 (脂質異常)	95	84	6	5
7 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)	68	63	3	2
8 胃腸・肝臓・胆のうの病気	72	69	1	2
9 腎臓・前立腺の病気	105	97	5	3
10 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等)	146	135	6	5
11 外傷 (転倒・骨折等)	53	48	4	1
12 がん (悪性新生物)	40	38	1	1
13 血液・免疫の病気	20	17	3	0
14 うつ病	14	14	0	0
15 認知症 (アルツハイマー病等)	7	7	0	0
16 パーキンソン病	8	8	0	0
17 目の病気	184	170	9	5
18 耳の病気	107	94	7	6
19 その他	90	80	5	5
計	1899	1745	94	60



～ 7 その他の自由記載欄 ～

喘息、左肺気胸/皮膚、乾癬症/甲状腺/おしっこの漏れ/不眠症/带状疱疹/右足首痛、両肩痛/膀胱全摘、すい臓前頭部摘出、そのため尿パックをつけている/歯医者/アレルギー/歯医者/腰、リウマチ/脳動脈瘤/骨粗しょう症/アレルギー性鼻炎/リウマチ/コレステロール/喘息、高コレステロール/低血糖、貧血/腰の手術によるあしのしびれ/皮膚病/難病

問7 健康について

指定/带状疱疹後神経痛/脊椎管狭窄症/めまい/腰痛/多発性筋痛症/メニエール病/内科、感染症/橋本病/ホルモン異常分泌/くも膜下出血/痛風/歯、甲状腺/脳動脈瘤/無呼吸症候群/甲状腺//入れ歯の治療/ビタミン12欠乏症/リウマチ/腰とひざの痛み/腰、肩/脊椎損傷/甲状腺/鬱っぽい、不眠/不眠症/リュウマチ/関節リウマチ/膝が痛いです。/キンムロクショウ/不整脈/皮膚疾患/鼻炎、虫歯/甲状腺腫/股関節左人工/左足股関節症・ヘバーデン結節・腰すべり症/下肢浮腫/アレルギー性鼻炎/リウマチ性多発性筋痛症

【考察】

- ・現在の健康状態について、「よくない」、「あまりよくない」と答えた方が 26.3%となり、前回調査より約8ポイント上昇しました。主観的健康観が良くないほど介護を必要とする確率が上昇することが報告されています。

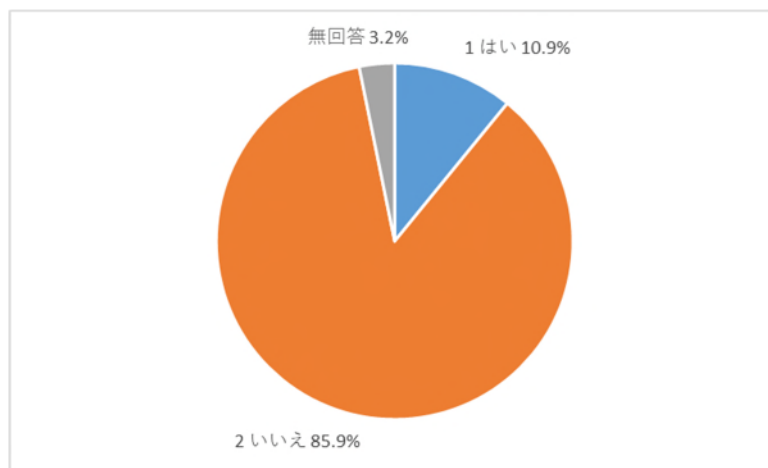
問8 認知症にかかる相談窓口の把握について

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又は家族に認知症の症状がある人がいますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	104	94	7	3
2 いいえ	821	755	38	28
無回答	31	27	3	1
計	956	876	48	32

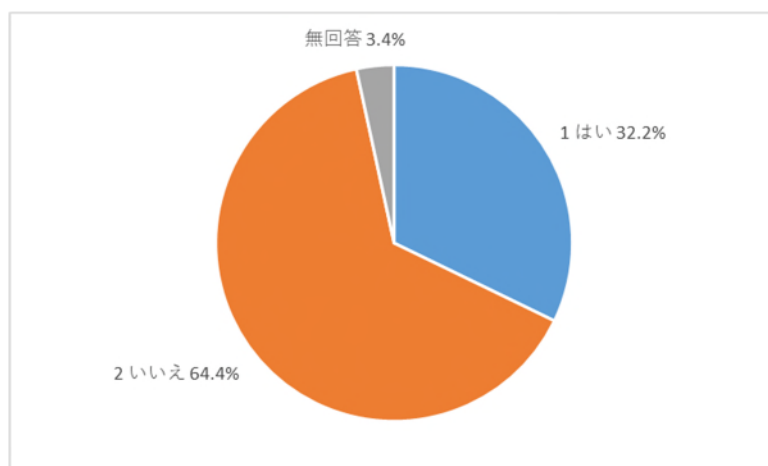
全体



(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 はい	308	280	13	15
2 いいえ	616	567	34	15
無回答	32	29	1	2
計	956	876	48	32

全体



問8 認知症にかかる相談窓口の把握について

【考察】

- ・ 認知症の相談窓口を知っている方の割合は約3割と少なく、「認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある」と答えた方のうち、相談窓口を知っていると答えた方は約半数でした。

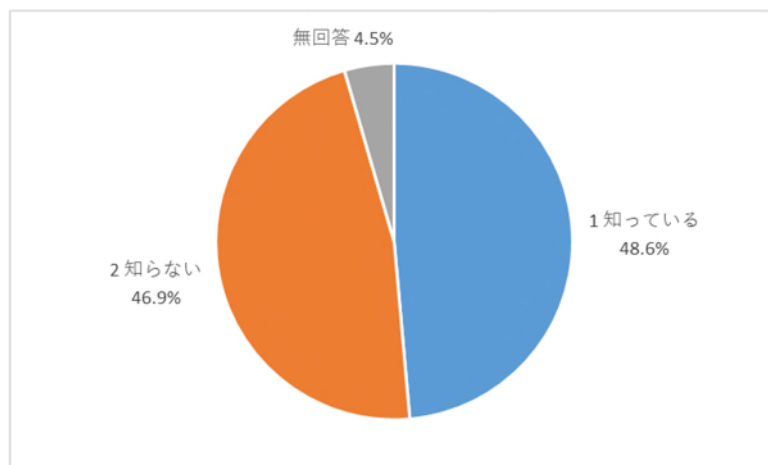
問9 地域包括支援センターについて

問9 地域包括支援センターについて★市

地域包括支援センターは総合的な相談や支援の窓口です。ご存じですか

	全体	石狩	厚田	浜益
1 知っている	465	423	21	21
2 知らない	448	414	24	10
無回答	43	39	3	1
計	956	876	48	32

全体



●高齢者施策や介護保険について、ご意見等があればご自由にお書きください。★市

どこに相談したり、聞いたりするのかわからないので、何かわかる書類があれば大変有難いと思います。/現在は健康で生活しているため、特にありません/高齢者に対する支援として、自治体の具体的な考え方、進め方などの施策、方策が知りたい(長期、短期)あと中央バスを多く利用する(札幌の医療機関受信のため)ので回数券を多く出してほしい(できれば5000円分/年)個人的には、私は北大病院へ月に1~2回は最低行くので、支援してほしいです。/町内に定期的に走るバスがあれば老人は外出しやすいと思います。/軽症者の介護について、自律性を促がす、依存度を増さぬ介護支援が必要。反面重症者介護の充実が必要。/保険料(納付)が高い割にはメリットがない。/民間ではなく公的高齢者高齢者施設を増やしてほしい/詳しい資料が欲しい。認知症の症状が出てきた場合、まずどちらに相談し、手続きをとったらいいいのか/今は元気でおりますが今後のことはわかりません。お世話になることもあると思います。その時にはどうぞよろしくお願いいたします。/介護保険料が高い。年齢的には近い将来保険のお世話になるだろうとは思いますが。病気やけがでうごけなくなった時、助けてもらうということはわかりますが現在(73才)の体調から考えると支払いが無駄かと思うことがある/こんなこと調べて無駄/保健師と話したい/近い将来に自分自身も高齢者、介護を受ける立場になることは自覚しているので、気軽に相談したりできる窓口が必要だと思います。「地域包括センター」という名称はわかり難く堅苦しいのでは/一人暮らしのところにもう少し支援の人とか話相手の人が顔を出してくれると近所で枯らしているほかの老人は安心すると思います。/・災害時の助け合い町内会とは別々に。声掛けや指導の必要な方がいたら、誰が誰にと具体的な方法が必要。・普段の近所の助け合いが減っているので、親睦を深めつつ、個人の生活を大事にしていきたい。/今迄は健康に不安がなかったが、これからは医者ではなくて高齢支援課介護高齢担当に相談しながらあまり長生きはほぞまない。子供は自分の生活があるのであまり頼りたくない。/男二人/屋根の雪などの時安価に頼めるとか、、相談できることが知りたいです。/意見はありますが、今回はやめておきます/私自身、主人もお世話になっており感謝しています/広いお風呂にはいりたい/介護保険料が高い。朝の散歩等気軽に利用できるような喫茶店、コンビニがあれば(座ってゆっくりできる場)外出多くなるのでは。(石狩には楽しいから出かけようと思うところがない)。バス代高く4月のバス無料券考慮してほしい。/年金に対して介護保険の額が高すぎますので下げていただきたい/高齢者施設などに頼らず自分なりに日々考えながらの生活ですが、同年代の方でも利用しないで我慢することない、多いのに矛盾を感じる、あまり利用しないようにしている。/1月30日で後期高齢者の75歳になります。この3月いっぱい仕事を辞めますので色々と勉強していきたいと思います。/今介護保険でお世話になっているので感謝しているので特にない/週一回デイサービスに行っています。笑ったり、しゃべったり楽しいです。/介護保険が自分の収入に比べて高いこと/夫が介護2から1に上がった年以内に。その間に転倒して頭を売ったり、塩分低下になったり病院へ行くことになるときに民間に

頼った。すぐ入院したが感染症の後の治りが悪い。役所でもう少し相談すぐ来てできる人が必要だと思います。/外出をしたいが交通手段が悪く、免許証返納したため、最近行動範囲が狭くなった。タクシー券を増してほしい。行き先が北大病院となると不足します。/85 才と高齢になったが今の社会は当方が恐縮するほど年寄りにやさしくしてくださるようになってきたので、現代に生まれて幸せだと感謝しています。/高齢化率に見合った施設の充実を希望。介護保険料が高すぎる/施設がもう少し安く年金では入れるような施設があるといい。介護保険が高すぎるので年金が残らないので生活が大変です。/年金収入での介護保険料が高く、負担が重い。介護の必要がない高齢者への保険料の低減を図る/年金が少なくて施設に入居することが難しい。一人だと食事の用意もおっくうになってきているので、シェアして住める住居（月払い）があると良いです/生保受給者より少額の生活費で保険料などを負担している高齢者（特に一人暮らし）が多い。/国の方針が問題。病気になって症状が落ち着かなくても自宅へというのはいかがなものか。いくら本人の希望があっても、自宅での事情受け入れ態勢がなく手も。また入院も数か月毎に変わらなくてはならないのも。保険、病院の事情・内情・医師の偏り等の様々な問題があるのでしょうが病人、弱者を第一に考え、地方も地方も取り組んでいただければありがたい。地域包括センターの皆様にはどんなことも解決していただけたらどんなに心強いことでしょう。/冬期間はほとんど外出しません。交通手段がないので思うように外出できません。現在は健康に問題ありませんが施設に入所したいと思っております。/そのうちお世話になるときがあると思うが金銭的なことが不安/耳がとても聞こえにくくなっている。忘れることが多くなっているので支援センターに相談を考えている。/年収は300万少々ですが介護保険料が高すぎる/・介護保険料が高すぎる・保険料の活用について・現在の市内においての介護施設の設置数と市民の利用者数が知りたい・市民外の利用者がいるとしたらどの程度か・全国の保険料が一律ではない理由について/施設や保険にあたる人に問題があると聞きます・施設の食事がまずいと聞いているので入りたいとは思わない・しかし入らなければならないような場合は困ってしまう/71歳で自営業を営んでおります。生存している間は一日も長く健康で、また自分で収入を得ることで社会貢献との責任のあるつながりを持ちたいと考えております。冬の通勤は困難であること、2階の昇降は難しいこと、独居のため死亡してから何日も発見されないで他人に迷惑をかけることなどいろいろ考え平屋の自宅兼事務所を新築しました。業者に宅配を頼んだり、職員が毎日通勤してくる等少しはそれらのことは緩和されると思うのですが、何しろ南花畔通りに住んでいるため、バスが麻生行きしかないことがとても不満です。住宅しか建てられない環境ならせめて手稲方面までのバスの便を考えてほしい。また高齢者が増えるのですから南花畔にもせめてコンビニが何件かできる等で条件はどうにかならないものでしょうか/平成30年度に特定健康事後教室「血液さらさら教室」を受講し大変参考になりました。内臓脂肪の悪い理由やメタボのことなど自分の体について見直す良い機会を与えられとても感謝しています。このような機会をほかの人にも、と思います。バランスの良い食事

や運動の必要性を繰り返し伝えるのも大切かと思います。/要支援にてリハビリに週1回
 通い継続。/他人様の手を煩わすことがないようにと心がけている。/夫婦で16,000円く
 らいですが高いと感じます。/地域の町内会で後期高齢者が450人以上います。町内会の
 役員会は老人に対する考えが薄く、何の対処もしていない。シニアクラブはあるが町内会
 とは別物で、会館の使用にも問題あり。会館にあるコピー機の使用も悲しい状態です。役
 員の中には行政の運転者も数人いるのにね。/見学会を開いてほしい/意見が書けるほど詳
 しくない/高齢者施設・介護保険の内容の周知が不十分。また複雑。これでは困ったとき
 に利用できない。/介護保険料もう少し安ければよいと思います。無理でしょうね/高齢者
 の住宅に将来入所する可能性があっても高すぎる。年金との関係で少々高すぎるのでも
 う少し安くなるような政策が必要を感じます。介護保険を収めても元気な人の利用する
 場所が少なすぎるので考えてほしい/配偶者が認知症で施設入所の身です。要件ありの時
 は出向いて相談いたします。/まだ現役で働いているので実感がない/高齢者増加方向にあ
 り、少子化の方向が改善ならずこのままでの我が国の将来に不安を禁じえません/介護保
 険に入っているが、使用すれば金がかかるので使用できないと思う。/樽川地区には何の
 施設もバス、郵便局、ポスト、コンビニなど何もない。コンビニくらいはあってほしい。
 /努力を願っています。/現在困っていることは除雪と買い物です。同居の娘も21:30以
 降の帰宅後に残りの除雪をし、娘の体が心配。私は腰部脊柱狭窄症、リウマチ性の多発脇
 痛症のため歩行も悪く体の動きがスムーズにできずにいます。/わたしのとなりのおばあ
 ちゃんがあります。心臓、臓器を悪くし要支援。息子夫婦は2階に住んでいるが気づかいな
 し。不憫です。/最寄りの商店街バスがあるとよい。交通費など札幌市のようにバス券が
 あると（支援）外出も多くなると思う。低所得者支援もあると助かる。難聴者なので、補
 聴器（高いので）。安い補聴器は役に立たない。補助金を出してほしい。/保険料が上がる
 一方で困る/介護保険料が高い主旨はわかりますが、私どもの年金では非常に厳しいこと
 であります。/福祉利用割引券や福祉タクシー券がもう少し多ければよいと思う。例えば
 南コミセンの利用回数券は一枚につき500円を出して交換しているが、そのまま利用で
 きればうれしい。/当市では高齢者への支援活動はきめ細かく、積極的に行っていただい
 て感謝しております。/現在病院にかかっていますが（85歳）介護認定を受けると良い
 という人がいますが必要ですか？その方が良いのであれば、市の広報に載せてください。
 /高齢者社会に於いては、重要な保険制度と理解しております、参加する事は義務とおも
 っています。半面この保険制度に世話にならずに人生を終えたいと日々思い、健康に気を使
 っております。高齢者の方々、いつまでもお元気で/道路の除雪の際家の出口に雪を寄せ
 ないでほしい。重い雪をのけるのは困難。寄せないように指導してほしい。自分は健康
 でも相手が（配偶者）健康とは限らないことを知ってほしい。毎日明日が不安で過ごして
 います。/高齢ではあるけれど目の障害のため日々の生活に支障をきたしている/役所関係
 から書類が来ると理解力が乏しいので一番困る。民生委員の方が近くでの方で必ず「月初
 めに1度来てくれるか電話」をくれたのだが12月が変わって女の方になりそのようなこ

とはなくなった。/介護保険料が高い交通料金が高すぎる。/どんな相談がしてもらえるのかわからない/P P Kで彼岸に渡りたい/7 年前から買物掃除お世話になっています。/地域包括センターの内容を知らなかったので今後は利用を考えています。車の免許は返納し年々老化していくでしょう。何事につけても相談する窓口があることは安心できることです。/介護保険のおかげで医療費があまりかからないので本当にお世話になっています。生活習慣を維持して健康を維持していきたい。/週1回デイサービスに通っていますが、軽い運動器具などあればよいと思います。/料金を下げる/介護保険料が高い、年金生活者はもう少し安いとよいと思います。/私自身病気になり外出することができなく訪問看護師と掃除のお世話になっています。週1子供が買い物に連れて行ってもらってます。後期高齢者の保健にはありがたいと思っています。体調がよくなったらデイサービスやサロンに行きたいと思います。/年金内で施設に入所できる施設がたくさんできると助かります。/将来は不安/認知症の夫がいて、デイサービスを利用しているが気の休まるときがない。月に何回か夜預かってもらえるところがあればいいな。自身の通院とデイサービスの帰りの時間に逢わないときは本当に困る。一人で入れないので。/地方に住んでいるので何かと不便です。近所に支援センターの支署があればと思います。/自分と妻の葬儀が心配。/これからの高齢者施設や介護保険について勉強したい。配偶者の急逝の場合の対応も知りたい/ホームに入所希望、石狩中央区で探すことを考えています。良い情報を知りたい/高齢となり車は廃車し、買い物難民交通難民である。タクシーチケットの配布を望む。冬季の積雪除排雪は現業者依頼しているが改善を望む/老いは何人も避けられない。一人で行き死ぬことをかんがえる/交通費の札幌市民との同額を希望。札幌との合併を願ったがかなわず/負担あって介護なしです。悪くなっています。おかしいのではないですか。安心して書かれる介護にしてください/老人ホームを市に沢山作ってほしいバスの数が少ない市に行くにしても、生協・病院・コミセン…/高齢者政策や介護保険ではないが、冬の除雪について10 cm以上降雪があっても除雪車が来ない又は降雪がないのに除雪していく等で除雪が大変だ。/特養ホームの充実（ゴージャスなものは不要） 介護従事者の労働条件の改善 年金生活での介護保険料は高すぎる 防衛より福祉の充実/母は93才までに何も介護認定をうけてなくて、骨折で入院した時に介護認定は1か2と言われたのに要支援でした。本人は良いところを見せようと何でもできるとか言ってましたが、全然できませんでした。薬の管理もだめですし、お風呂も一人では無理です。今はサ高住にいたのでしてくれています。部屋で転んだりとか大変です。今は歩行器使ってます。介護度をあげてほしいです。/私は平成30年に（椎間板ヘルニア）を手術しまして、平成30年5月から（週1回午後1時～4時ころ）いってます。平成32年2月29日に要支援1になりまして、リハビリの先生方がやさしくしていただいて毎週楽しくかよっています。かんしゃしています、ありがとうございます。/高齢者の運転免許証返納促進のため、他自治体の対策などを参考にして何らかの政策を行ってはどうか。/福祉協議員、その他毎日のようにボランティアに参加させていただいています。2年前に転倒し救急

車の世話になり福祉関係の世話で手すりをつけていただき大変助かっています。/この調査はランダムに発送されたと思いますが、何のための調査かまた、それをどう生かせるか疑問ばかりで提出も躊躇しきりでした。/車の免許はありますが、敬遠されるのは理解できますが不便とさみしさを感じます。でき利用不要なのは健康でいられることの幸せとちょっぴり不便さを感じます。/いつも心にかけてくれて感謝、石狩市に住んでよかった。/私は年金しかないので介護保険料など払うのお大変です。なんとかならないかな/買い物に連れて行ってもらいますが、車から降りるときに狭いのでドア大きく開けないと降りられません。/令和元年2月に左手くじき後間接リュウマチで左の指が握力が6.2ぐらいで右の手にはかんじこんがあるので字は自分でもはずかしいなと思います。ゆるしてください。/いろいろご配慮いただき有難うございます。私自身の考え方としては益々超高齢化社会になり介護保険の先行きはどうなるか懸念しています。出来る限り介護保険をりようせずに生き抜きたいという願望を持っております。/包括センターについて、もっと知りたい。自分のことばかりでなく、近くの方々のようすも知りたい。(何かお手伝いできることがないだろうか〜あまり役に立てないことを承知のうえで) /現在において介護保険受けたことないですが介護保険料非常に高いですね。何とか考えるべきではありませんか。/若いころは気にならなかったが、ご近所の触れ合いがあまりにもなさすぎ。/介護保険でもっと高齢者の負担家族の支えになる何か…を作ってもらいたい、割引券や買い物券タクシー券…お風呂のサービスなどもっと身近に色々取り入れ…介護している方は、いっぱいいっぱい自分ひとりかかえて面倒見ている日々。相談する時間さえなく介護に疲れ果てています。本当にどうしてよいかわからない、金銭面、支えてくれる人いなく…悩んでいます。/80代老夫婦には毎年の雪はねにはやんでいます。家の前をきれいにはねたのに多量のブルのおき雪には腹が立ちます。何とかしてください。/ちょっと出たくても乗り物がありません。バスなどがあると助かります。/介護保険はどんなものなのか全くわかりません。/年金生活者には介護保険料は高すぎ。もっと安くしてほしい。/施設の一覧表だけではなく、各施設のカatalogなども閲覧できるようにあると嬉しい。/ブルが入った後の塊など多量の雪を置かれて行ったら大変。年寄りには力がないので大変な目にあいました。こんなことのないようお願いです。/近隣同士意思の疎通を図る。風通しの良い日常生活が送れるような雰囲気作り/病人に介護保険を使っても役に立たない。一月に4回では役に立たない。/地域包括センターも知っているが、そこに勤務する人も知っているため相談しづらいこともあります。/介護保険料をたくさんとっておいで、サービスの数が少なすぎる。一生懸命働いてこれではあんまり。長生きするのはつらい。お金のないものは生きるなってことだ。悲しい。/腰の手術をしたときに入浴用のいすを欲しくてお世話になりました。要支援になっていると思います。少ない年金の中から家族に少し生活費を入れています。その残りを自分の生活費に使っていますが苦しいです。/今後介護施設や介護保険について関心を持ち勉強したい。

考察

考察(総括)

前回調査時の石狩市の高齢化率は31.32%（平成29年4月1日現在）、今回は33.18%（令和元年10月1日現在）と上昇しています。前回調査と同一の対象者ではないため単純な比較はできないことに加え、今回は後期高齢者からの回答が、前回調査と比較し大幅に増えています。前期高齢者に比べ後期高齢者は、疾病や要介護リスクが上昇する傾向があり、各質問項目において、若干のバイアスがかかっていることを考慮する必要があります。

世帯の状況では独居世帯が増加し、独居と高齢夫婦のみの世帯を合わせると65%を占めました。普段の生活で介護・介助が必要な方の主たる介護者は家族に頼る傾向がみられますが、前回調査に比べ、ヘルパーの利用が増えています。介護保険制度が周知され活用されてきていることに加え、独居世帯の上昇により、家族等に頼れない場合の利用が増加しているものと思われます。

からだを動かすことについての質問項目では、前回調査に比べ、悪化している結果となりました。後期高齢者からの回答が多かったことを考慮しても、特に外出回数の減少・外出を控える傾向については、介護予防の観点からも留意すべきと考えます。

食べることについての質問項目では、約1/4の方に口腔機能の低下が疑われる結果となりました。口腔衛生は全身の疾病に影響を与えていることから、介護予防事業で「健口教室」を実施及び石狩市健康づくり計画において取組が推進されています。

毎日の生活についての質問項目では、多くの方が外出や買物をご自身で行っていることが分かりますが、自身での買物についての質問で、「できるがしていない」、「できない」と答えた割合が前回調査と比べ若干上昇しています。また、その理由として、「身体的理由」と答えた割合が上昇しています。この方々の普段の買物についての回答は、家族に依頼する割合が高く、その他、宅配や移動販売、通信販売等の活用など、何らかの方法で食品や日用品を調達できていることが分かります。自分で買物ができる機会は介護予防にも繋がるため、買物支援の在り方については、令和元年度から試行している買物支援型介護予防サロン事業にて検証を継続します。

地域グループ等への参加状況をみると、それぞれの項目では「参加していない」と答えた方が一番多いですが、約7割の方（無回答者を除く）は8項目のいずれか一つ以上に参加していることが分かりました。このことは、身近な地縁組織やサークルなどが社会との繋がりを保つのに重要な役割を担っていると思われます。

考察

何かあったときに相談する相手は、家族・知人以外では「そのような人はいない」と答えた方が多く、認知症の相談窓口の認知度は約3割、地域包括支援センターの認知度は約5割となっています。高齢者人口の増加、特に後期高齢者人口の増加に伴い、疾病や介護リスクを抱えながら地域で暮らす方が増えていくことは明らかなです。また、独居や高齢者夫婦のみ世帯が増え、家庭内での介護力が低下したり、相談相手がいない方も増えていくことが予想されます。このようなことから、地域包括支援センターの役割はますます大きくなります。市民に地域包括支援センターを一層認知していただくよう周知に努めることに加え、地域包括支援センターの機能強化が必要と考えます。

【 調 査 票 】

記 入 日	令和 年 月 日
調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。	
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 ()	
※ 本調査では、あて名のご本人を「あなた」として いますので、ご留意願います。	

問 1 あなたのご家族や生活状況について

(1) 性別をお教えてください 1. 男性 2. 女性

(2) 年齢をお教えてください 1. 65～74歳 2. 75歳以上

(3) お住まいの地域をお教えてください

1. 樽川 2. 花川、花川南 (条) 3. 花川北 (条)
 4. 花畔 5. 花川東、緑苑台 6. 親船、本町地区 7. 新港・志美
 8. 生振・北生振・美登位 9. 八幡 10. 緑ヶ原、虹が原
 10. 厚田区 () ※虹が原を除く。
 11. 浜益区 ()

※ () 内には、何条または地区名を記載ください。例：厚田区（望来）など

(4) 家族構成をお教えてください

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

(5) 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. 介護・介助は必要ない 2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない
 3. 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)

【(5)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 (いくつでも)

1. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等) 2. 心臓病 3. がん (悪性新生物)
 4. 呼吸器の病気 (肺気腫・肺炎等) 5. 関節の病気 (リウマチ等含む)
 6. 認知症 (アルツハイマー病等) 7. パーキンソン病 8. 糖尿病
 9. 腎疾患 (透析) 10. 視覚・聴覚障害 11. 骨折・転倒
 12. 脊椎 (脊髄) 損傷 13. 高齢による衰弱 14. その他 ()
 15. 不明

【(5) 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（いくつでも）		
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（ ）	
(6) 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. 大変苦しい	2. やや苦しい	3. ふつう
4. ややゆとりがある	5. 大変ゆとりがある	
(7) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか		
1. 持家（一戸建て）	2. 持家（集合住宅）	
3. こうえいちんたいじゅうたく 公営賃貸住宅	4. みんかんちんたいじゅうたく 民間賃貸住宅（一戸建て）	
5. みんかんちんたいじゅうたく 民間賃貸住宅（集合住宅）	6. 借家	
7. その他		

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ますか	
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. 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. 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. 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. 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. 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. 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. はい（外出を控えている） 2. いいえ（外出を控えていない）	
【(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（いくつでも）	
1. 病気 2. 障害 しょうがい のうそっちゅう こういしょう (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（いくつでも）	
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3 食べることについて

(1) 身長・体重

身長 cm

体重 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. 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. はい 2. いいえ

(4) 口の渇きが気になりますか

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. はい 2. いいえ

【(5) で「1. はい」の方のみ】

① 毎日の歯磨きの回数はどれくらいですか

1. 食事毎（毎回）または3回以上 2. 2回 3. 1回

(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください (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. はい 2. いいえ

② 【(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】 毎日入れ歯の手入れをしていますか

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. はい 2. いいえ

(8) どなたかと食事をとにもする機会がありますか		
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4	毎日の生活について		
(1) 物忘れが多いと感じますか			
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. 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. 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. 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. 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)において「1. できるし、している」の方のみ】			
①買物へ行く際の主な移動手段は何ですか(いくつでも)			
1. 徒歩	2. 自ら運転する車	3. 家族が運転する車	4. バス
5. タクシー	6. その他()		
②買物の頻度はどれくらいですか			
1. 1～2日に1回程度	2. 3～4日に1回程度	3. 1週間に1回程度	
4. 2週間(半月)に1回程度	5. 1月に1回程度		
【(5)において「2. できるけどしてない」「3. できない」の方のみ】			
③買物に行かない(行けない)理由は何ですか			
1. 交通手段がない	2. 身体的な理由	3. その他()	

④普段の買物はどうされていますか		
1. 家族に依頼 2. 業者の配達 3. その他 ()		
⑤買物にかかる支援の方法、希望やご意見などあれば、ご自由にお書きください		
(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 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. 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. 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) 役所や病院などに出す書類（年金など）が書けますか		
1. はい 2. いいえ		
(10) 新聞を読んでいますか		
1. はい 2. いいえ		
(11) 本や雑誌を読んでいますか		
1. はい 2. いいえ		
(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 2. いいえ		
(13) 友人の家を訪ねていますか		
1. はい 2. いいえ		
(14) 家族や友人の相談にのっていますか		
1. はい 2. いいえ		

(15) 病人を見舞うことができますか	
1. はい	2. いいえ
(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	2. いいえ
(17) 趣味はありますか	
1. 趣味あり	—————→ ()
2. 思いつかない	
(18) 生きがいがありますか	
1. 生きがいあり	—————→ ()
2. 思いつかない	

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ますか ※① - ⑦それぞれに回答してください						
	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
① ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係のグループや 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 ふれあいサロンなどの介護 予防のための通いの場	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

(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、あなたはその活動に<u>参加者として</u>参加してみたいと思いますか		
1. 是非参加したい	2. 参加してもよい	3. 参加したくない
(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<u>企画・運営（お世話役）として</u>参加してみたいと思いますか		
1. 是非参加したい	2. 参加してもよい	3. 参加したくない

問6	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（いくつでも）											
<table border="0"> <tr> <td>1. 配偶者</td> <td>2. 同居の子ども</td> <td>3. 別居の子ども</td> </tr> <tr> <td>4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫</td> <td>5. 近隣</td> <td>6. 友人・知人</td> </tr> <tr> <td>7. その他（ ）</td> <td colspan="2">8. そのような人はいない</td> </tr> </table>				1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども	4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人	7. その他（ ）	8. そのような人はいない	
1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども										
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人										
7. その他（ ）	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（いくつでも）												
<table border="0"> <tr> <td>1. 配偶者</td> <td>2. 同居の子ども</td> <td>3. 別居の子ども</td> </tr> <tr> <td>4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫</td> <td>5. 近隣</td> <td>6. 友人・知人</td> </tr> <tr> <td>7. その他（ ）</td> <td colspan="2">8. そのような人はいない</td> </tr> </table>				1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども	4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人	7. その他（ ）	8. そのような人はいない	
1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども										
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人										
7. その他（ ）	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（いくつでも）												
<table border="0"> <tr> <td>1. 配偶者</td> <td>2. 同居の子ども</td> <td>3. 別居の子ども</td> </tr> <tr> <td>4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫</td> <td>5. 近隣</td> <td>6. 友人・知人</td> </tr> <tr> <td>7. その他（ ）</td> <td colspan="2">8. そのような人はいない</td> </tr> </table>				1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども	4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人	7. その他（ ）	8. そのような人はいない	
1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども										
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人										
7. その他（ ）	8. そのような人はいない											
(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも）												
<table border="0"> <tr> <td>1. 配偶者</td> <td>2. 同居の子ども</td> <td>3. 別居の子ども</td> </tr> <tr> <td>4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫</td> <td>5. 近隣</td> <td>6. 友人・知人</td> </tr> <tr> <td>7. その他（ ）</td> <td colspan="2">8. そのような人はいない</td> </tr> </table>				1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども	4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人	7. その他（ ）	8. そのような人はいない	
1. 配偶者	2. 同居の子ども	3. 別居の子ども										
4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫	5. 近隣	6. 友人・知人										
7. その他（ ）	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 (いくつでも)		
1. 自治会・町内会・高齢者クラブ	2. 社会福祉協議会・民生委員	
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・役所・役場	6. その他	
7. そのような人はいない		
(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。		
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. 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。(いくつでも)		
1. 近所・同じ地域の人	2. 幼なじみ	3. 学生時代や古くからの友人
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		
7. その他	8. いない	

問7 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. とてもよい		2. まあよい		3. あまりよくない		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)										
とても不幸									とても幸せ	
0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	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りましたか		
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. はい	2. いいえ	
(5) お酒は飲みますか		
1. ほぼ毎日飲む	2. 時々飲む	3. ほとんど飲まない
4. もともと飲まない		
(6) タバコは吸っていますか		
1. ほぼ毎日吸っている	2. 時々吸っている	3. 吸っていたがやめた
4. もともと吸っていない		
(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (いくつでも)		
1. ない	2. 高血圧	3. のうそっちゅう 脳卒中 (のうしゅつけつ・のうこうそくなど 脳出血・脳梗塞等)
4. 心臓病	5. とうにょうびょう 糖尿病	6. こうしけっしょう 高脂血症 (しじついじょう 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
9. じんぞう 腎臓・ ぜんりつせん 前立腺の病気	10. きんこつかく 筋骨格の病気 (こつそ 骨粗しょう症、 しょう 関節症等)	
11. がいしょう 外傷 (てんとう 転倒・ こっせつなど 骨折等)	12. がん (悪性新生物)	13. めんえき 血液・免疫の病気
14. うつ病	15. にんちしょう 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 ()

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又は家族に認知症の症状がある人がいますか

1. はい

2. いいえ

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

1. はい

2. いいえ

問 9 地域包括支援センターについて

地域包括支援センターは総合的な相談や支援の窓口です。ご存じですか

1. 知っている

2. 知らない

●高齢者施策や介護保険について、ご意見等があればご自由にお書きください。

■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■

※ 記入漏れがないか今一度お確かめください。

※ 調査票を切り離さず3つ折りにし、同封の返信用封筒に入れて、切手を貼らずに2月7日(金)までに投函してください。

石狩市保健福祉部 高齢者支援課 介護・高齢担当

TEL (0133)72-6121 FAX (0133)72-1165

E-mail : koureisyas@city.ishikari.hokkaido.jp