

三浦市
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査
調査結果報告書

令和 8 年 3 月

三浦市

目 次

第1章 調査の概要	3
1. 調査の目的	3
2. 調査対象	3
3. 実施方法	3
4. 回収状況	3
5. その他	3
6. 調査結果の表示方法	4
第2章 リスク判定・生活機能評価	7
1. リスク判定と生活機能評価について	7
2. 運動器機能の低下	7
3. 閉じこもり傾向	9
4. 低栄養状態	10
5. 口腔機能の低下	11
6. 認知機能の低下	12
7. うつ傾向	13
8. フレイル（虚弱）	14
9. 各種リスクの該当者	16
10. I A D L（手段的自立度）の低下	18
11. 知的能動性の低下	19
12. 社会的役割の低下	20
13. 生活機能総合評価の低下	21
第3章 調査結果	25
1. 回答者の基本属性	25
2. あなたのご家族や生活状況について	27
3. からだを動かすことについて	34
4. 食べることについて	46
5. 毎日の生活について	56
6. 地域での活動について	74

7. 就労について	81
8. たすけあいについて	83
9. 健康について	93
10. 認知症について	101
11. 成年後見制度について	109
12. その他	113

第4章 資料編..... 125

1. 調査票	125
--------------	-----

第1章 調査の概要

第1章 調査の概要

1. 調査の目的

第10期三浦市高齢者保健福祉計画・三浦市介護保険事業計画を策定するにあたり、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査を実施することにより、地域の高齢者の現状から地域課題を把握（地区診断）することや、必要となるサービスを把握することを目的とし、実施しました。

2. 調査対象

三浦市の介護保険第1号被保険者のうち、要介護認定を受けていない一般高齢者及び要支援者3,000人（無作為抽出）

3. 実施方法

- 調査方法：郵送による発送・回収
- 調査期間：令和8年1月20日（火）から2月6日（金）まで

4. 回収状況

日常生活圏域	発送件数（件）			有効回収数 （件）	有効回収率 （％）
	一般高齢者	要支援者	合計		
三崎地区	1,174	181	1,355	829	61.2
南下浦地区	881	135	1,016	599	59.0
初声地区	545	84	629	404	64.2
不明				16	
合計	2,600	400	3,000	1,848	61.6

5. その他

アンケート調査に回答していただいた全員に、要介護状態になるリスク判定を行い、「個人結果票」としてアドバイスや介護予防に関するチラシを添付し、郵送しました。

6. 調査結果の表示方法

- 回答は各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- 複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- 調査結果を図表にて表示していますが、見やすさに配慮し選択肢の一部を省略している箇所があります。

第2章 リスク判定・生活機能評価

第2章 リスク判定・生活機能評価

1. リスク判定と生活機能評価について

「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」は、要介護状態になる前の高齢者について、要介護状態になるリスクの発生状況と、各種リスクに影響を与える生活機能の状況を把握し、地域の抱える課題を特定することを目的に実施しています。

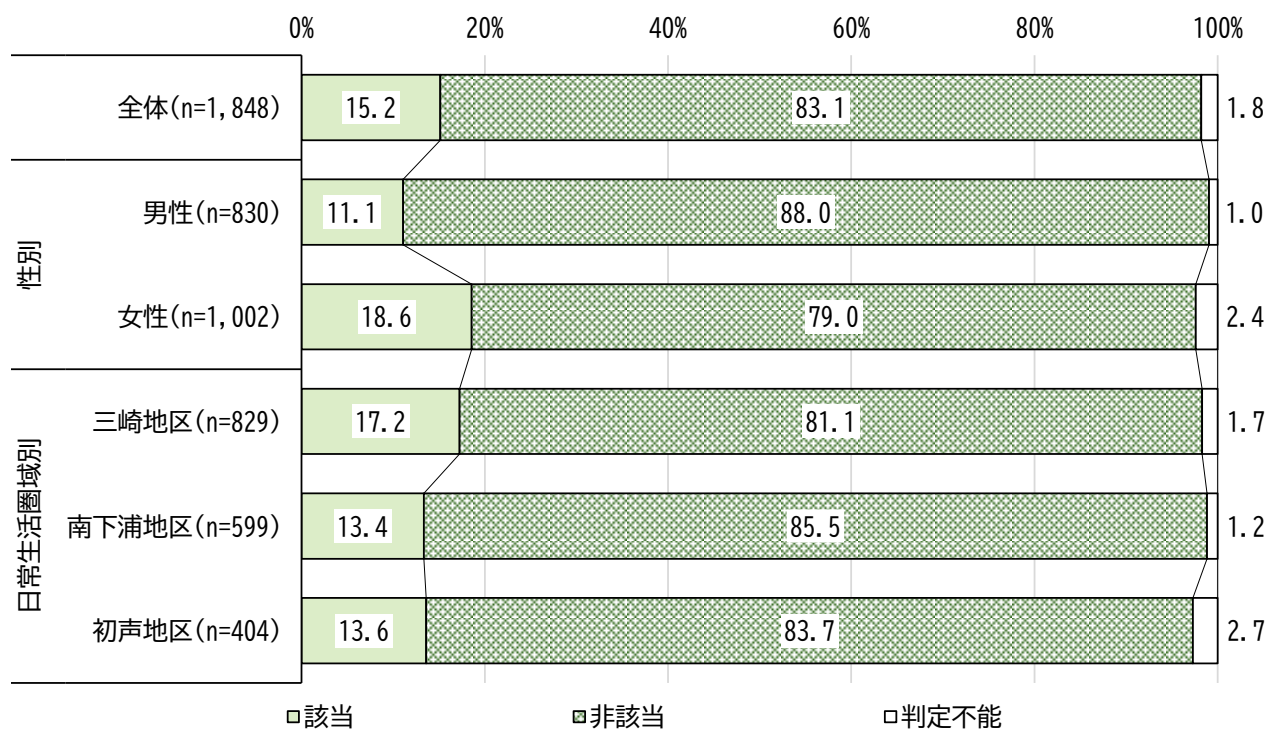
今章では、「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」の調査項目を使用し、各種リスクの判定を行っています。

2. 運動器機能の低下

運動器機能が低下している高齢者の割合は 15.2%となっています。

男女別でみると、男性が 11.1%、女性が 18.6%と女性の割合が多くなっています。

日常生活圏域別でみると、三崎地区が 17.2%で最も高く、次いで初声地区が 13.6%、南下浦地区が 13.4%となっています。



■ 評価方法

下記の5設問について、3問以上該当する選択肢が回答された場合、運動器機能の低下している高齢者として判定しました。

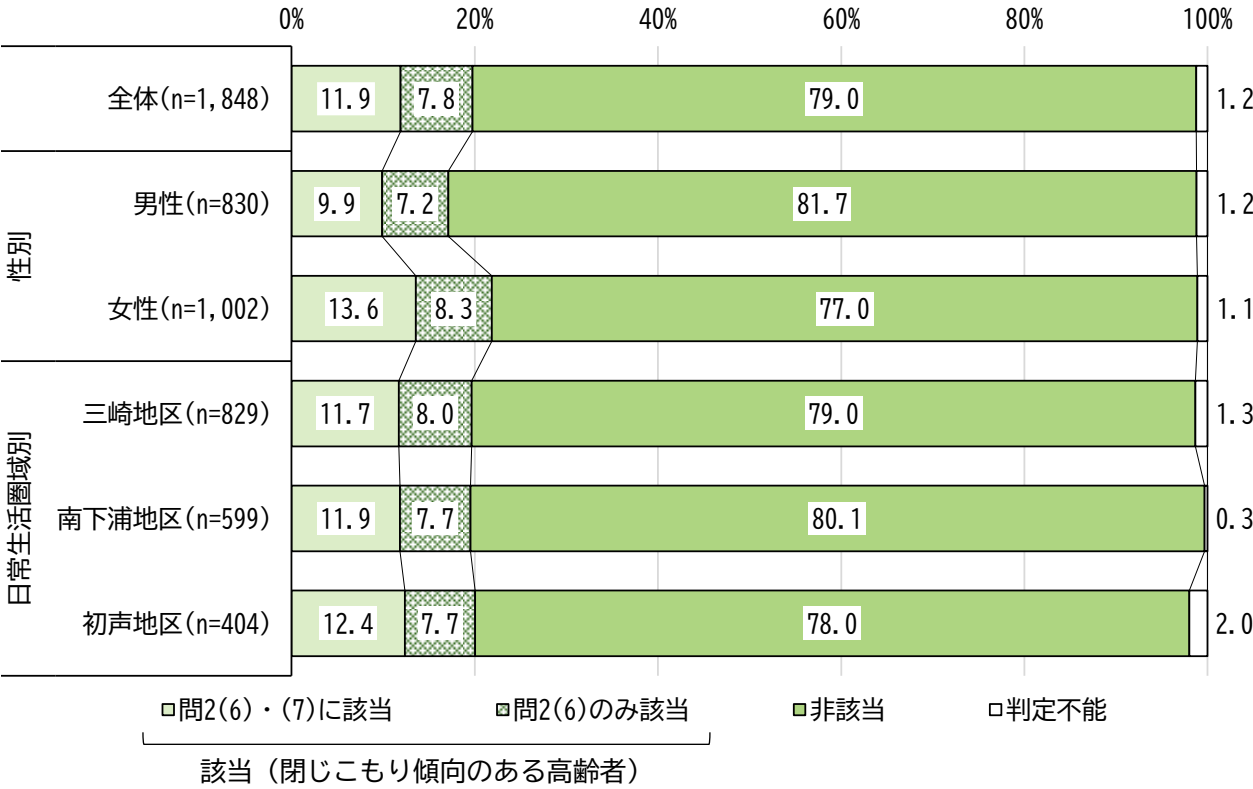
設問番号	設問	該当する選択肢
問2（1）	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	「できない」
問2（2）	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	「できない」
問2（3）	15分位続けて歩いていますか	「できない」
問2（4）	過去1年間に転んだ経験がありますか	「何度もある」 「1度ある」
問2（5）	転倒に対する不安は大きいですか	「とても不安である」 「やや不安である」

3. 閉じこもり傾向

閉じこもり傾向のある高齢者の割合は 19.7%となっています。

男女別でみると、男性が 17.1%、女性が 21.9%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、初声地区が 20.1%で最も高く、次いで三崎地区が 19.7%、南下浦地区が 19.6%となっています。



■ 評価方法

下記の2設問について、問2（6）で該当する選択肢が回答された場合、閉じこもり傾向のある高齢者として判定しました。また、問2（7）にも該当する場合は更に注意が必要です。

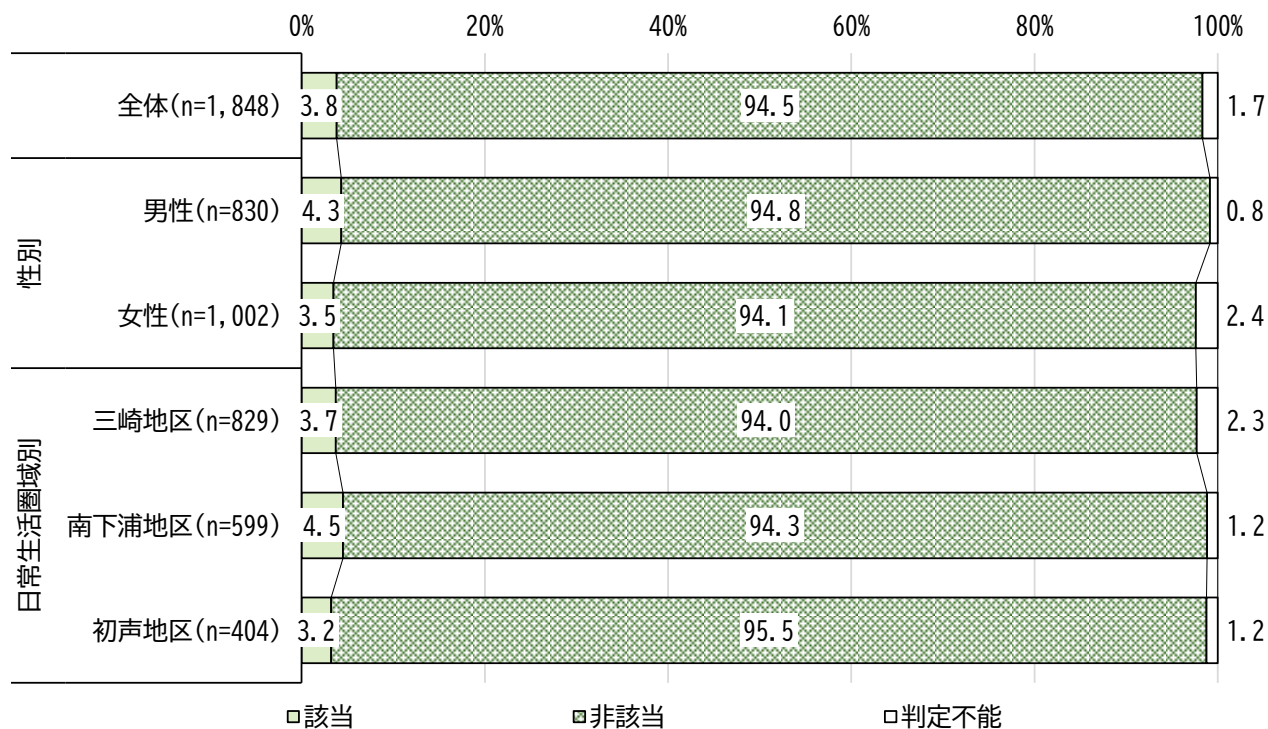
設問番号	設問	該当する選択肢
問2（6）	週に1回以上は外出していますか	「ほとんど外出しない」 「週1回」
問2（7）	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	「とても減っている」 「減っている」

4. 低栄養状態

低栄養状態にある高齢者の割合は 3.8%となっています。

男女別でみると、男性が 4.3%、女性が 3.5%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、南下浦地区が 4.5%で最も高く、次いで三崎地区が 3.7%、初声地区が 3.2%となっています。



■ 評価方法

下記の2設問について、2設問ともに該当した場合、低栄養状態にある高齢者として判定しました。

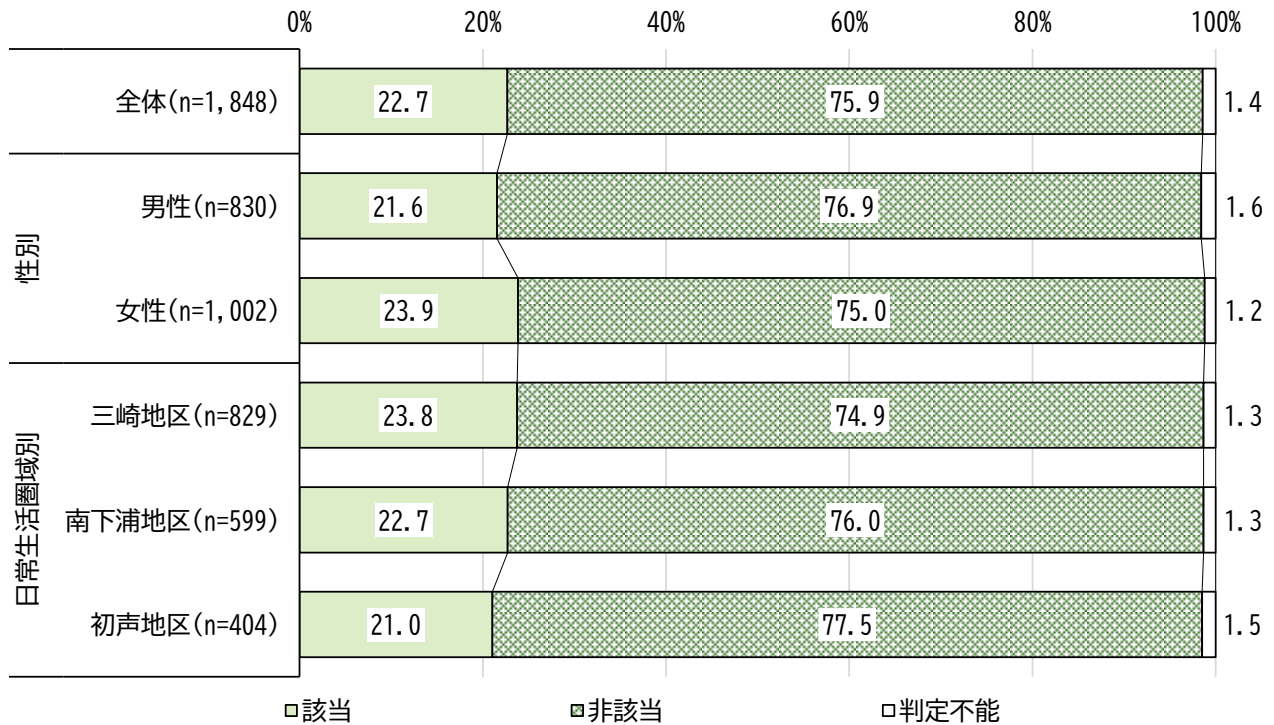
設問番号	設問	該当する選択肢
問3 (1)	身長・体重	身長・体重から算出されるBMI (体重 (kg) ÷ {身長 (m) × 身長 (m)}) が 21.5 未満
問3 (7)	6か月間で2～3 kg 以上の体重減少がありましたか	「はい」

5. 口腔機能の低下

口腔機能の低下している高齢者の割合は 22.7%となっています。

男女別でみると、男性が 21.6%、女性が 23.9%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、三崎地区が 23.8%で最も高く、次いで南下浦地区が 22.7%、初声地区が 21.0%となっています。



■ 評価方法

下記の3設問について、2問以上該当する選択肢が回答された場合、口腔機能の低下している高齢者として判定しました。

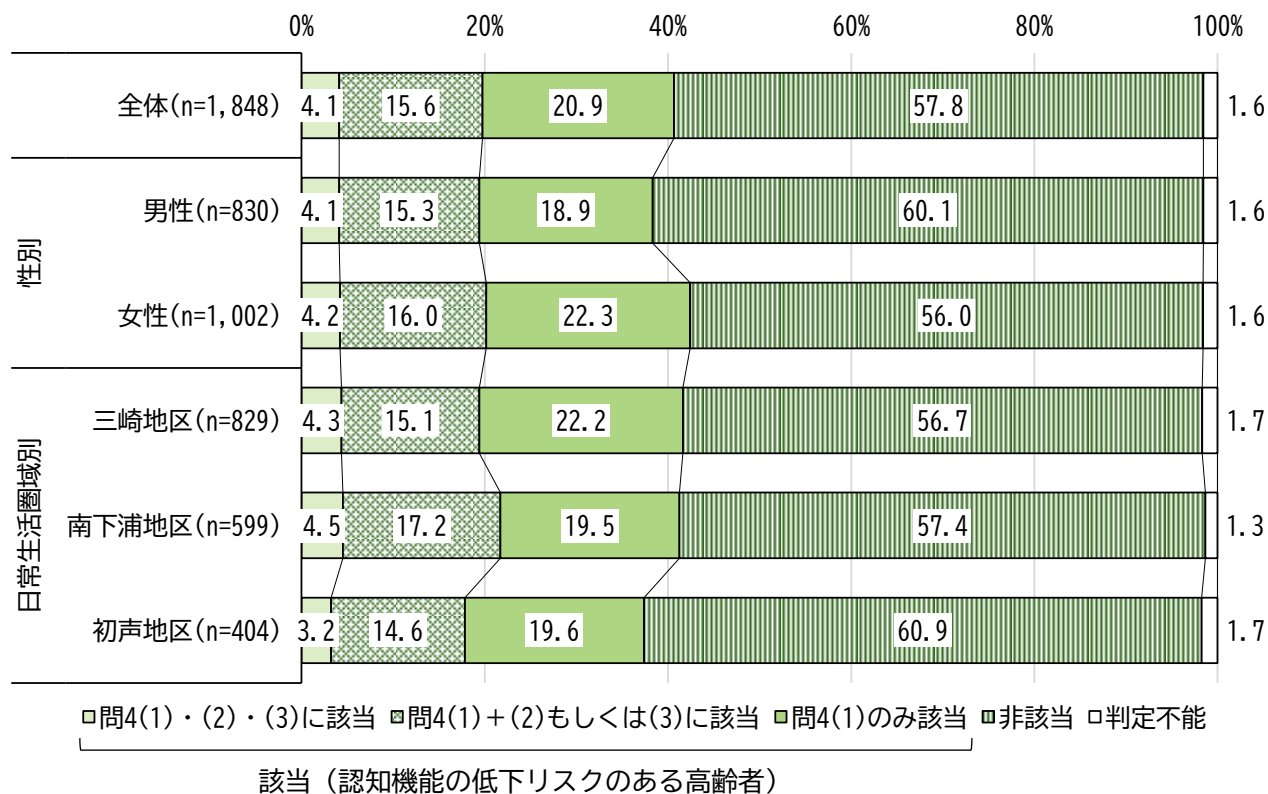
設問番号	設問	該当する選択肢
問3 (2)	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	「はい」
問3 (3)	お茶や汁物等でむせることがありますか	「はい」
問3 (4)	口の渇きが気になりますか	「はい」

6. 認知機能の低下

認知機能の低下リスクがある高齢者の割合は 40.6%となっています。

男女別でみると、男性が 38.3%、女性が 42.5%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、三崎地区が 41.6%で最も高く、次いで南下浦地区が 41.2%、初声地区が 37.4%となっています。



■ 評価方法

下記の3設問について、問4（1）で該当する選択肢が回答された場合、認知機能の低下リスクのある高齢者として判定しました。また、問4（2）・（3）にも該当する場合は更に注意が必要です。

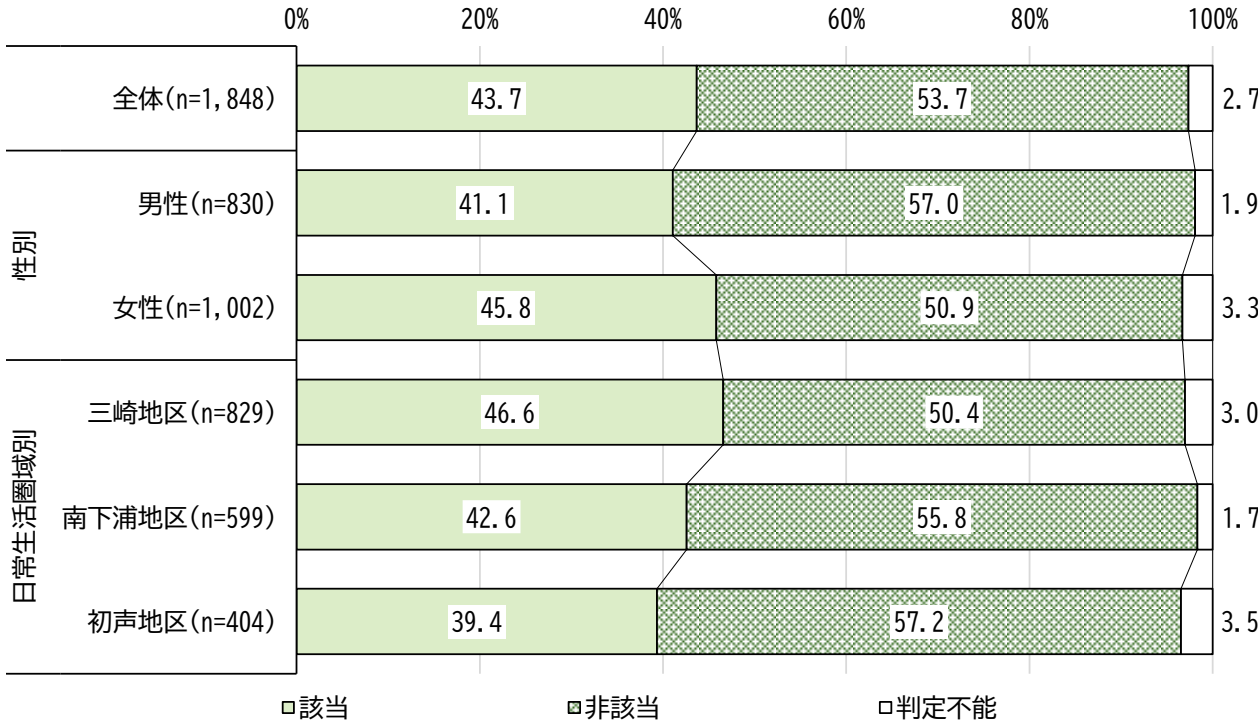
設問番号	設問	該当する選択肢
問4（1）	物忘れが多いと感じますか	「はい」
問4（2）	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	「いいえ」
問4（3）	今日が何月何日かわからない時がありますか	「はい」

7. うつ傾向

うつ傾向の高齢者の割合は 43.7%となっています。

男女別でみると、男性が 41.1%、女性が 45.8%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、三崎地区が 46.6%で最も高く、南下浦地区が 42.6%、初声地区が 39.4%となっています。



■ 評価方法

下記の2設問について、いずれか1つでも該当する選択肢が回答された場合、うつ傾向の高齢者として判定しました。

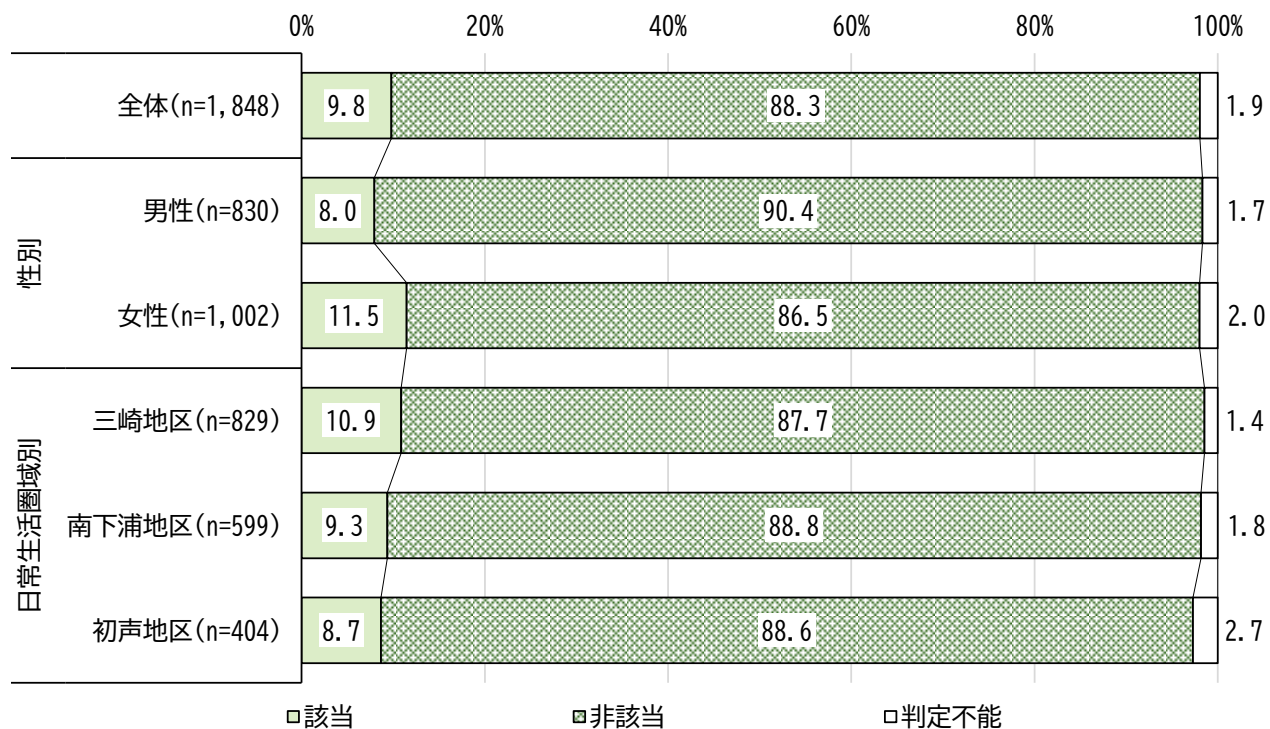
設問番号	設問	該当する選択肢
問8 (3)	この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか	「はい」
問8 (4)	この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか	「はい」

8. フレイル（虚弱）

生活機能全般が低下し、フレイル（虚弱）のリスクがある高齢者の割合は 9.8%となっています。

男女別でみると、男性が 8.0%、女性が 11.5%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、三崎地区が 10.9%で最も高く、次いで初声地区が 9.3%、南下浦地区が 8.7%となっています。



■ 評価方法

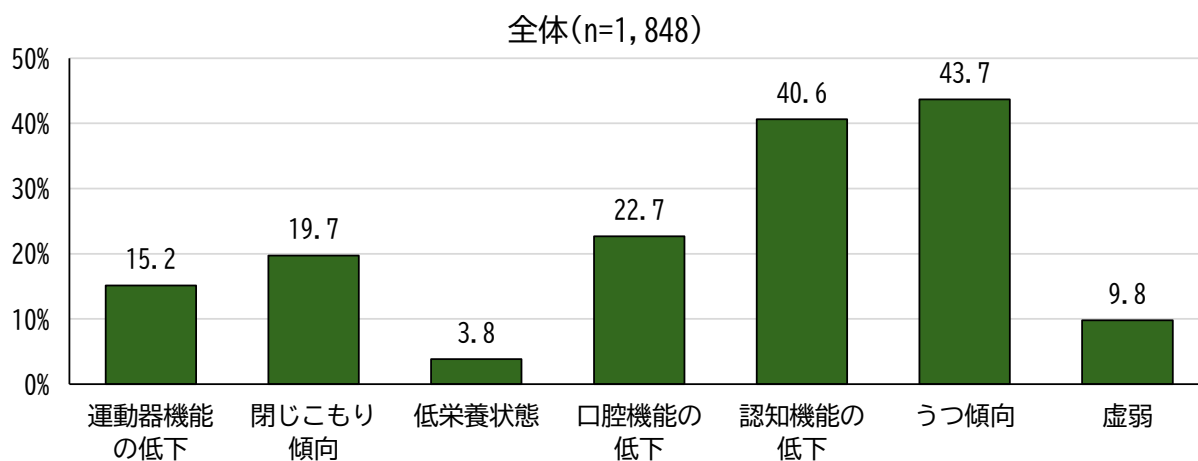
下記の 20 設問について、各設問で該当する選択肢が回答された場合を 1 点として、20 点満点で評価し、10 点以上の場合、フレイル（虚弱）リスクのある高齢者として判定しました。

設問番号	設問	該当する選択肢
問 2 (1)	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	「できない」
問 2 (2)	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	「できない」
問 2 (3)	15 分位続けて歩いていますか	「できない」
問 2 (4)	過去 1 年間に転んだ経験がありますか	「何度もある」 「1 度ある」
問 2 (5)	転倒に対する不安は大きいですか	「とても不安である」 「やや不安である」
問 2 (6)	週に 1 回以上は外出していますか	「ほとんど外出しない」 「週 1 回」
問 2 (7)	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	「とても減っている」 「減っている」
問 3 (1)	身長・体重	身長・体重から算出される BMI (体重 (kg) ÷ {身長 (m) × 身長 (m)}) が 21.5 未満
問 3 (2)	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	「はい」
問 3 (3)	お茶や汁物等でむせることがありますか	「はい」
問 3 (4)	口の渇きが気になりますか	「はい」
問 3 (7)	6 か月間で 2 ～ 3 kg 以上の体重減少がありましたか	「はい」
問 4 (1)	物忘れが多いと感じますか	「はい」
問 4 (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	「いいえ」
問 4 (3)	今日が何月何日かわからない時がありますか	「はい」
問 4 (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）	「できない」
問 4 (5)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	「できない」
問 4 (8)	自分で預貯金の出し入れをしていますか	「できない」
問 4 (13)	友人の家を訪ねていますか	「いいえ」
問 4 (14)	家族や友人の相談にのっていますか	「いいえ」

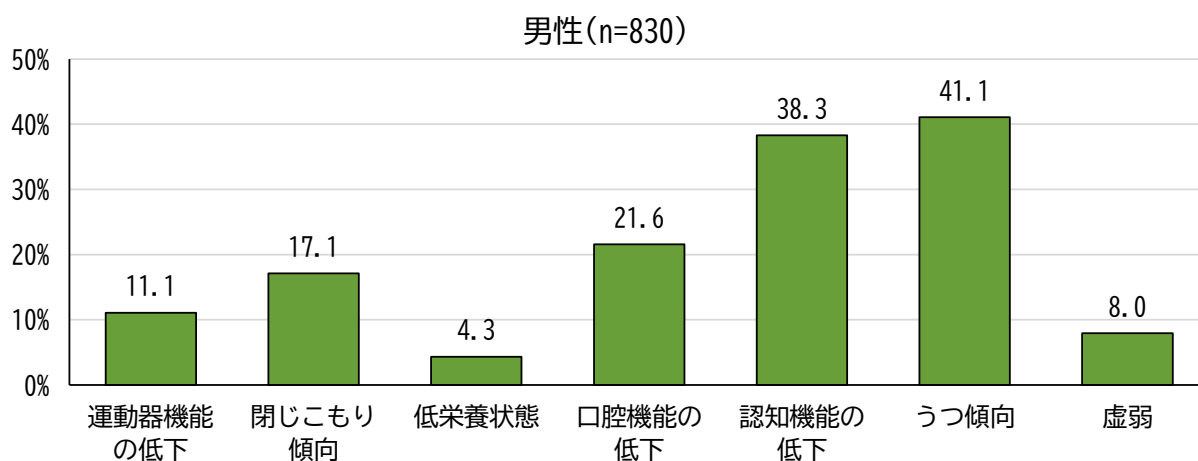
9. 各種リスクの該当者

各種リスクの該当者を三浦市全体と性別、圏域別にまとめると次のとおりです。

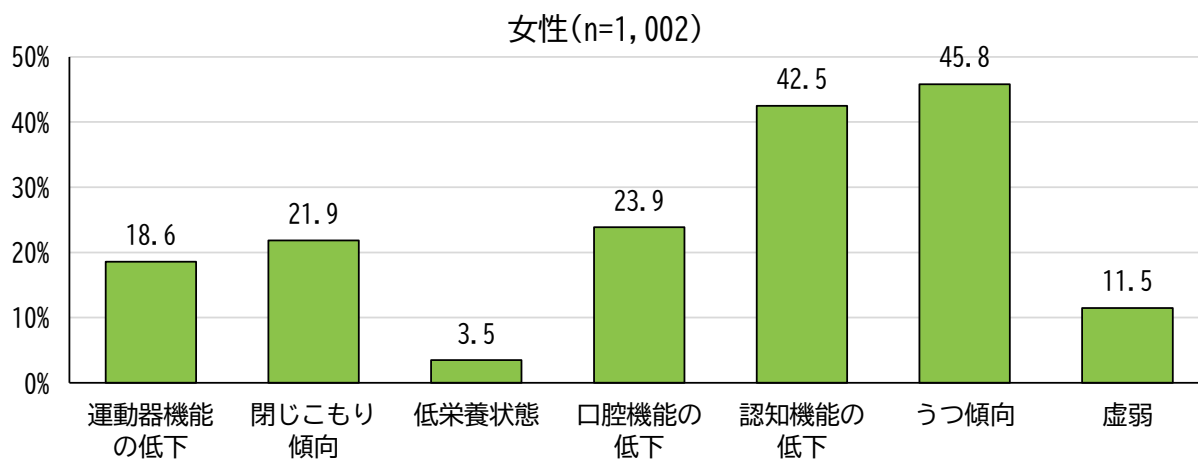
■ 全体



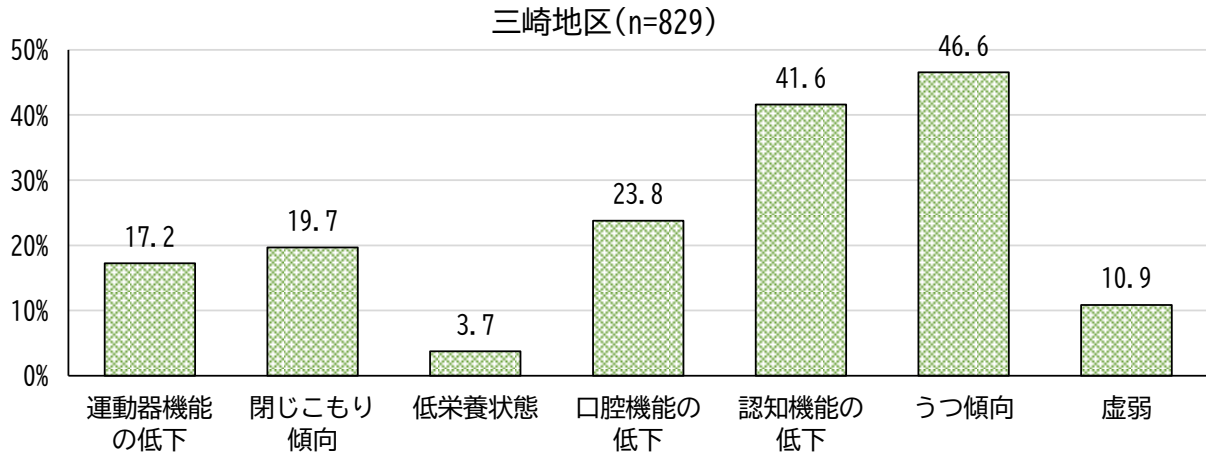
■ 男性



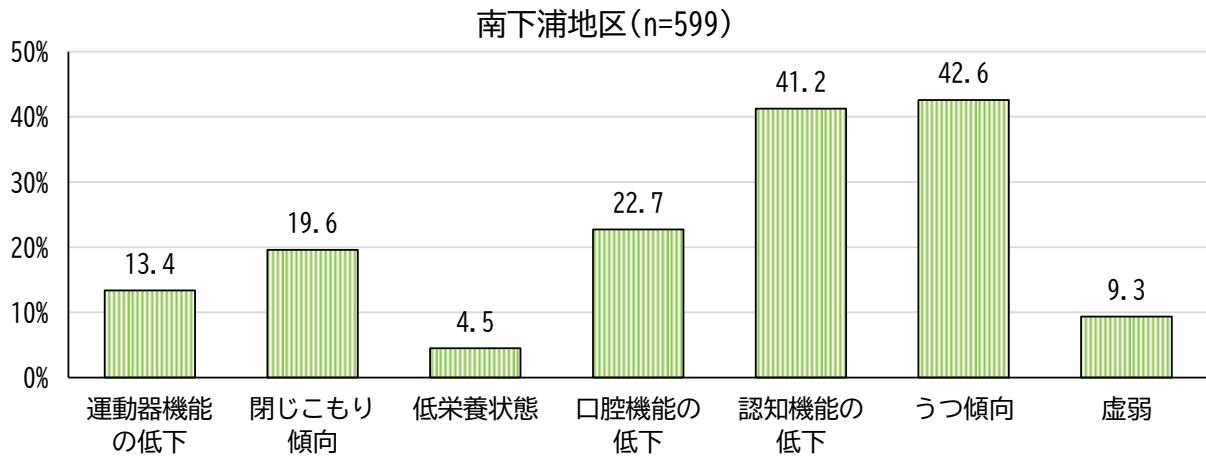
■ 女性



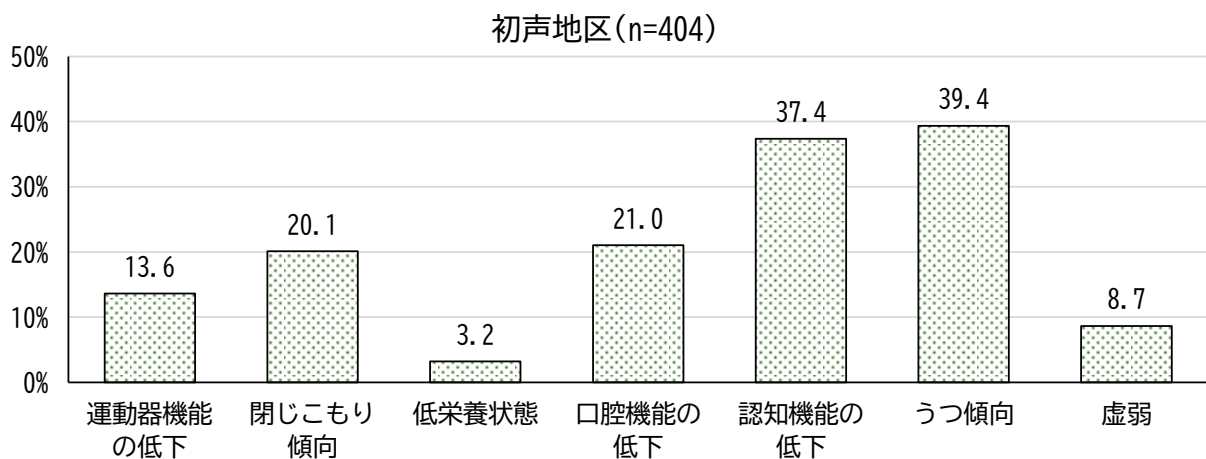
■ 三崎地区



■ 南下浦地区



■ 初声地区

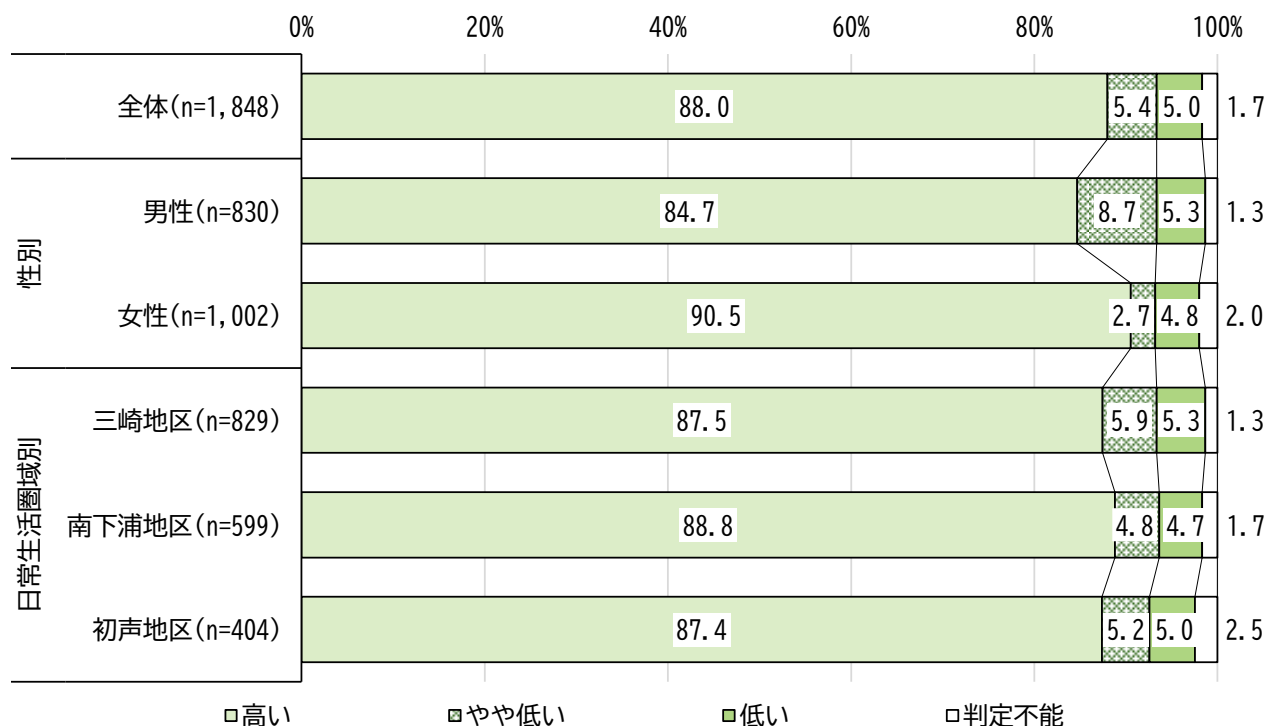


10. IADL（手段的自立度）の低下

IADLが低下している高齢者（「やや低い」と「低い」の合計）の割合は 10.4%となっています。

男女別でみると、男性が 14.0%、女性が 7.5%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、三崎地区が 11.2%で最も高く、次いで初声地区が 10.2%、南下浦地区が 9.5%となっています。



■ 評価方法

老研式活動能力指標に基づき、下記の5設問について、各設問に「できるし、している」または「できるけどしていない」と回答した場合を1点として、5点満点で評価し、5点を「高い」、4点を「やや低い」、3点以下を「低い」とし、4点以下の場合、IADLが低下している高齢者として判定しました。

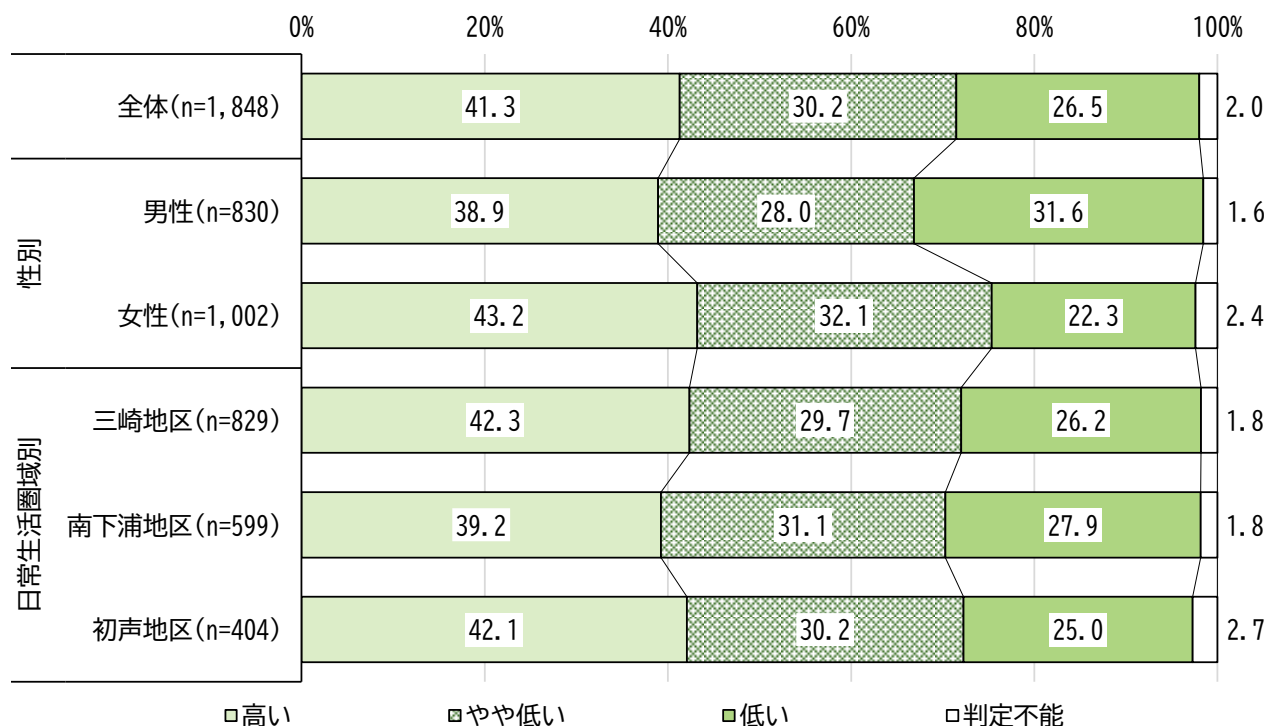
設問番号	設問	該当する選択肢
問4 (4)	バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4 (5)	自分で食品・日用品の買物をしていますか	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4 (6)	自分で食事の用意をしていますか	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4 (7)	自分で請求書の支払いをしていますか	「できるし、している」 「できるけどしていない」
問4 (8)	自分で預貯金のおし入れをしていますか	「できるし、している」 「できるけどしていない」

11. 知的能動性の低下

知的能動性の低下している高齢者（「やや低い」と「低い」の合計）の割合は56.7%となっています。

男女別でみると、男性が59.6%、女性が54.4%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、南下浦地区が59.0%で最も高く、次いで三崎地区が55.9%、初声地区が55.2%となっています。



■ 評価方法

老研式活動能力指標に基づき、下記の4設問について、該当する選択肢が回答された場合を1点として、4点満点で評価し、4点を「高い」、3点を「やや低い」、2点以下を「低い」とし、3点以下の場合、知的能動性が低下している高齢者として判定しました。

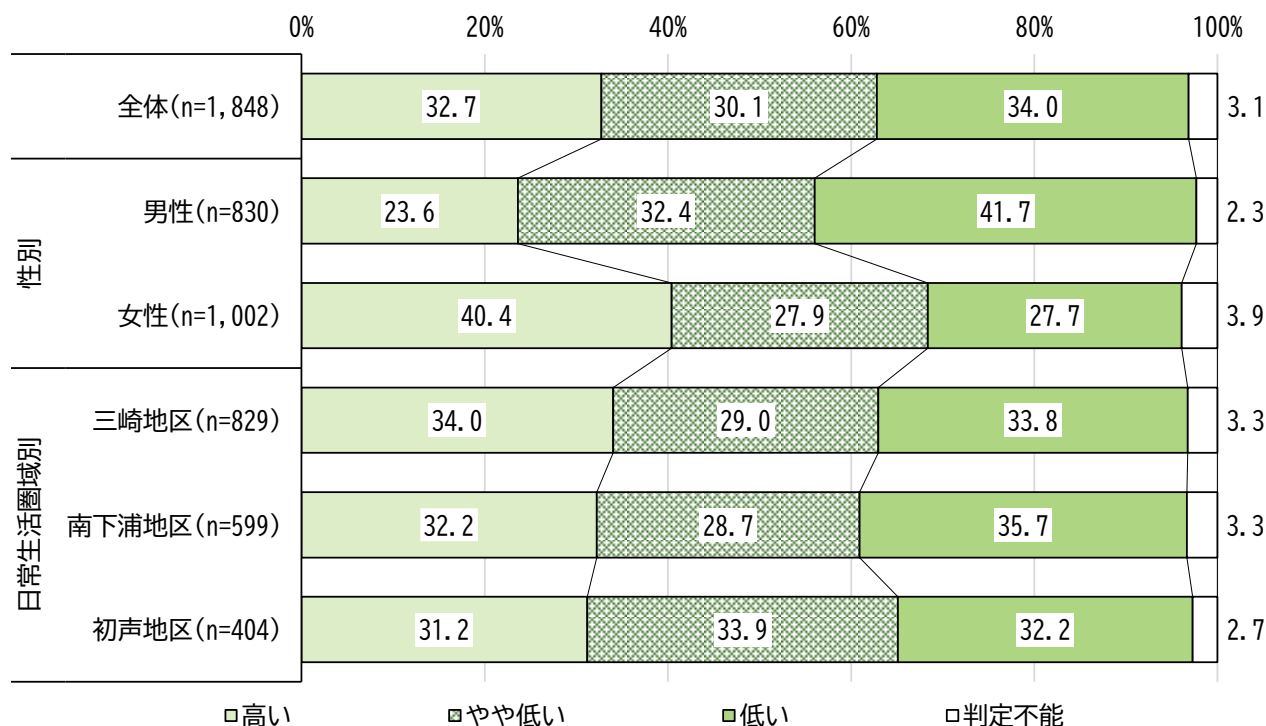
設問番号	設問	該当する選択肢
問4 (9)	年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか	「はい」
問4 (10)	新聞を読んでいますか	「はい」
問4 (11)	本や雑誌を読んでいますか	「はい」
問4 (12)	健康についての記事や番組に関心がありますか	「はい」

12. 社会的役割の低下

社会的役割の低下している高齢者（「やや低い」と「低い」の合計）の割合は64.1%となっています。

男女別でみると、男性が74.1%、女性が55.6%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、初声地区が66.1%で最も高く、次いで南下浦地区が64.4%、三崎地区が62.8%となっています。



■ 評価方法

老研式活動能力指標に基づき、下記の4設問について、該当する選択肢が回答された場合を1点として、4点満点で評価し、4点を「高い」、3点を「やや低い」、2点以下を「低い」とし、3点以下の場合、社会的役割が低下している高齢者として判定しました。

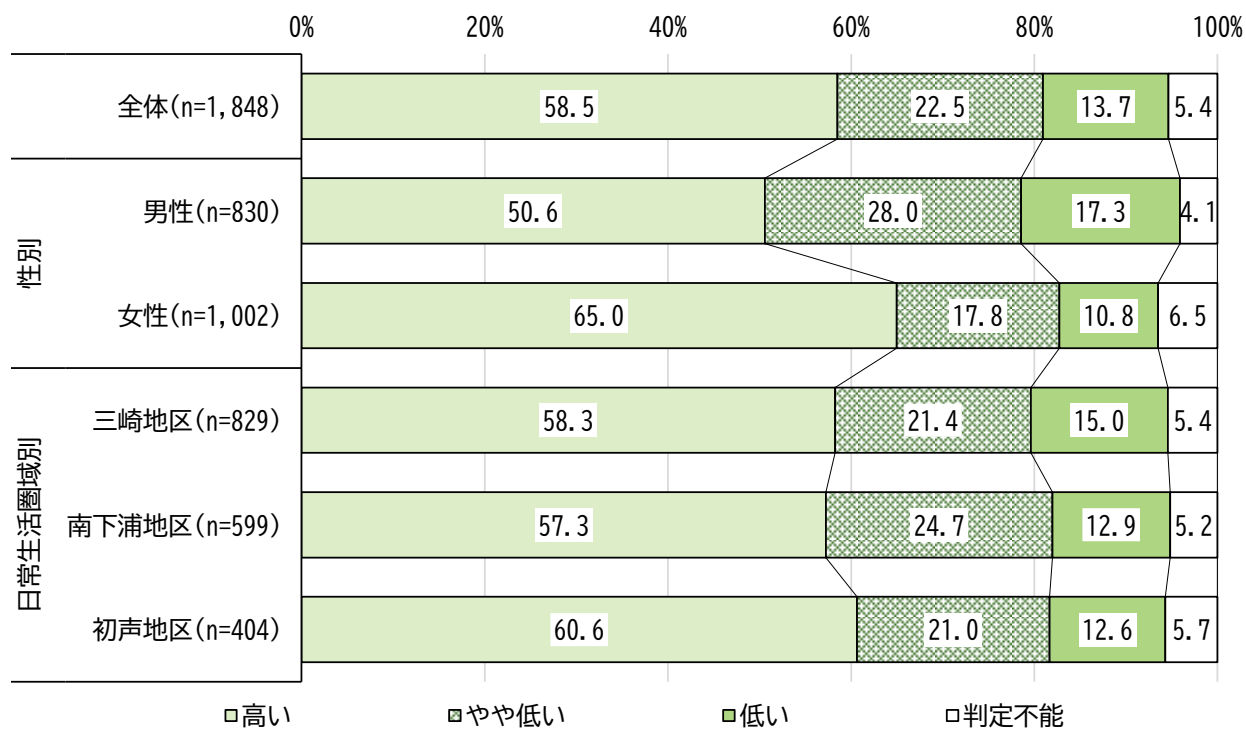
設問番号	設問	該当する選択肢
問4 (13)	友人の家を訪ねていますか	「はい」
問4 (14)	家族や友人の相談にのっていますか	「はい」
問4 (15)	病人を見舞うことができますか	「はい」
問4 (16)	若い人に自分から話しかけることがありますか	「はい」

13. 生活機能総合評価の低下

生活機能総合評価で低下と判断された高齢者（「やや低い」と「低い」の合計）の割合は 36.2% となっています。

男女別でみると、男性が 45.3%、女性が 28.6%と、男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、南下浦地区が 37.6%で最も高く、次いで三崎地区が 36.4%、初声地区が 33.6%となっています。



■ 評価方法

I ADL（手段的自立度）に知的能動性、社会的役割を加えた老研式活動能力指標 13 項目で、13 点満点で評価し、11 点以上を「高い」、9、10 点を「やや低い」、8 点以下を「低い」とし、10 点以下を「低下者」として判定しました。

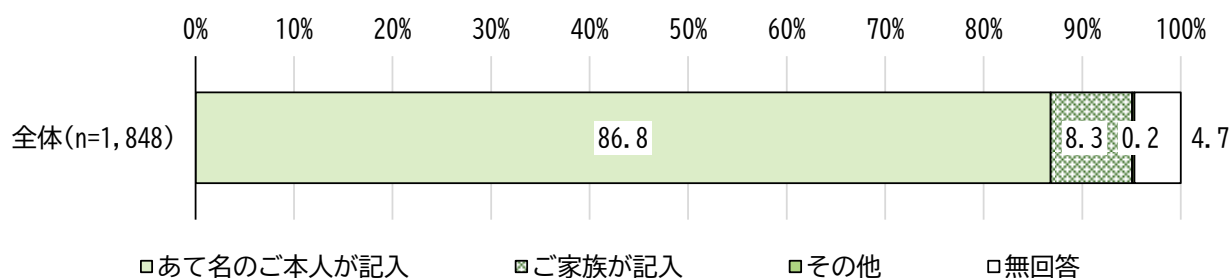
第3章 調査結果

第3章 調査結果

1. 回答者の基本属性

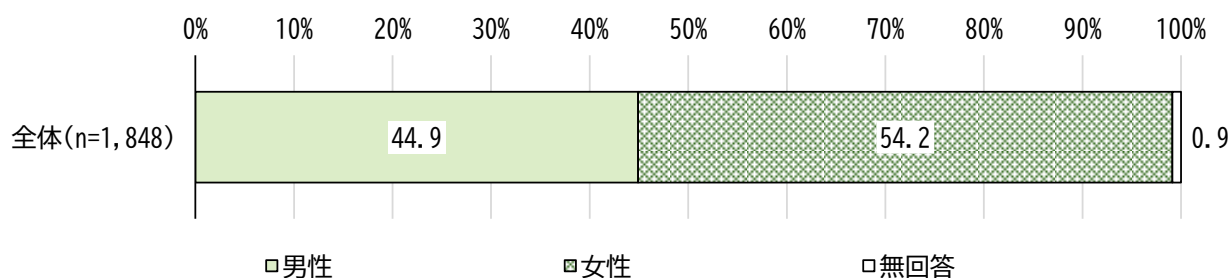
1 調査票を記入されたのはどなたですか

調査票の記入者については、「あて名のご本人が記入」が 86.8%で最も高く、次いで「ご家族が記入」が 8.3%、「その他」が 0.2%となっています。



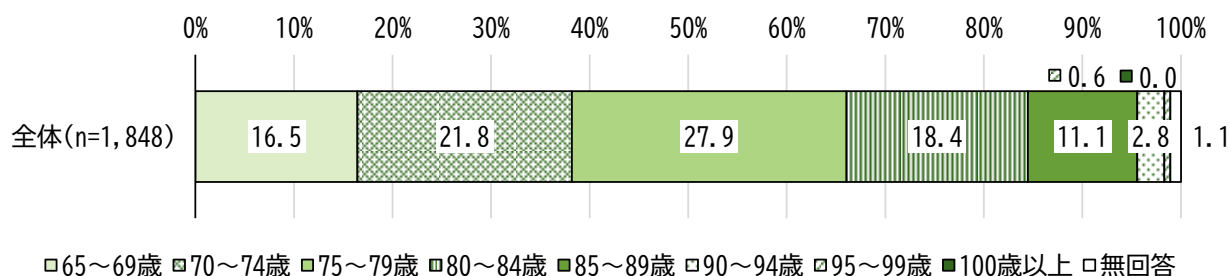
2 性別

性別については、「男性」が 44.9%、「女性」が 54.2%となっています。



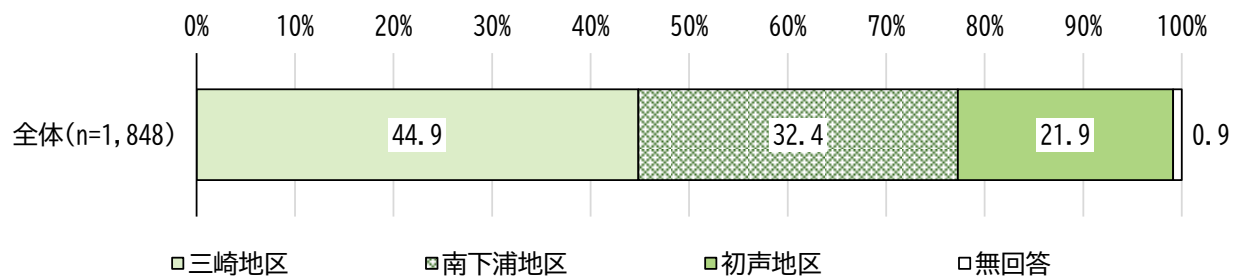
3 年齢

年齢については、「75～79 歳」が 27.9%で最も高く、次いで「70～74 歳」が 21.8%、「80～84 歳」が 18.4%と続いています。



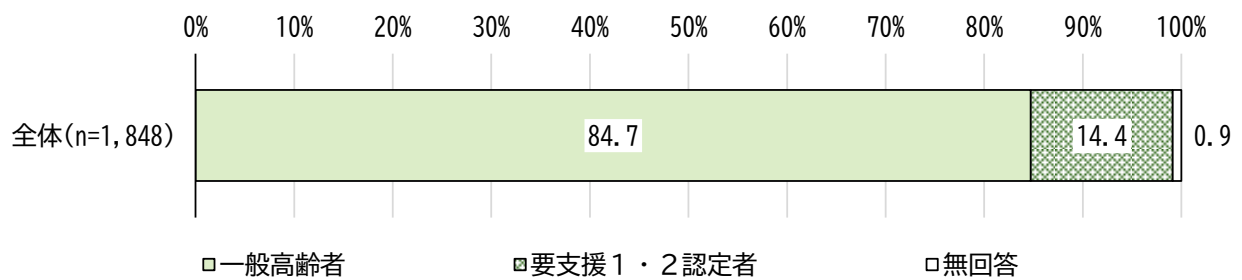
4 日常生活圏域

日常生活圏域については、「三崎地区」が44.9%、「南下浦地区」が32.4%、「初声地区」が21.9%となっています。



5 要介護の状態

要介護の状態については、「一般高齢者」が84.7%、「要支援1・2認定者」が14.4%となっています。



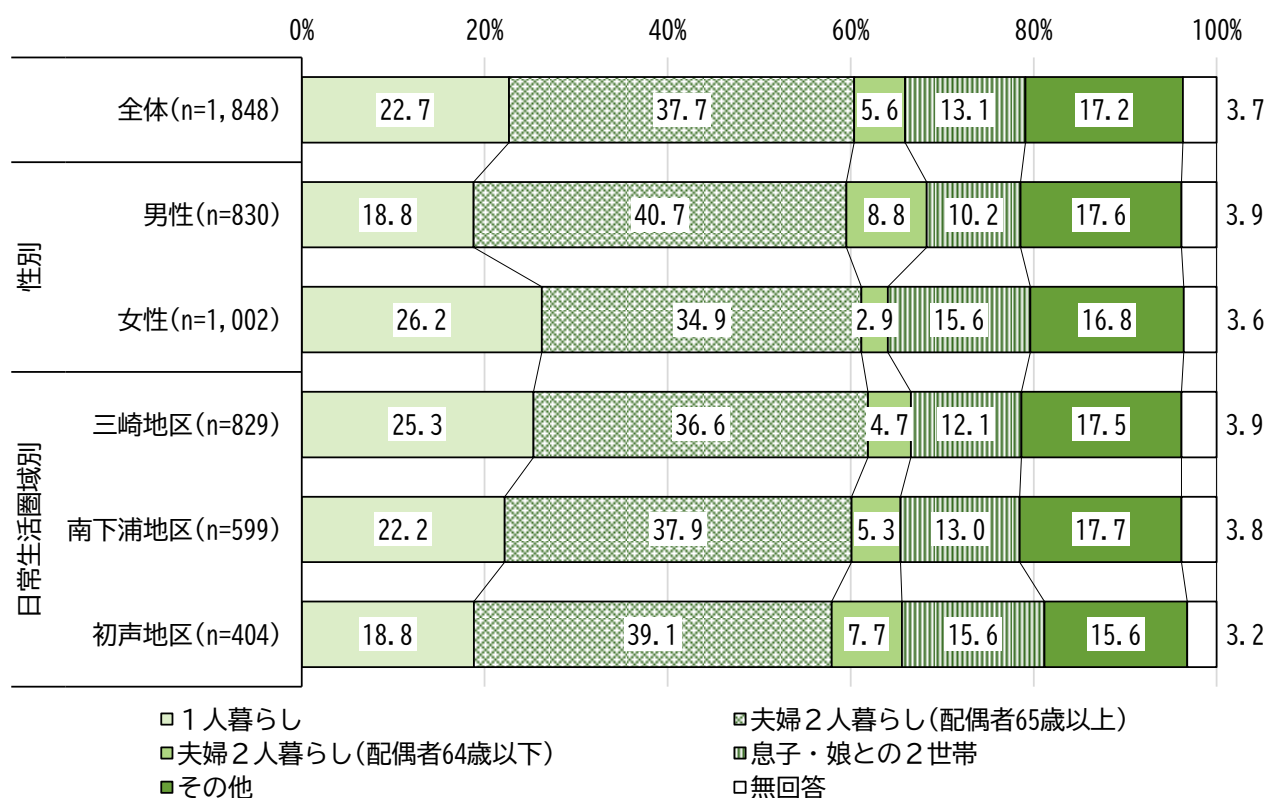
2. あなたのご家族や生活状況について

問1（1）家族構成をお教えてください

家族構成については、「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が37.7%で最も高く、次いで「1人暮らし」が22.7%、「息子・娘との2世帯」が13.1%と続いています。

男女別でみると、「1人暮らし」では、男性が18.8%、女性が26.2%と女性の割合が高くなっています。「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」では、男性が40.7%、女性が34.9%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「1人暮らし」では、三崎地区が25.3%で最も高く、次いで南下浦地区が22.2%、初声地区が18.8%となっています。

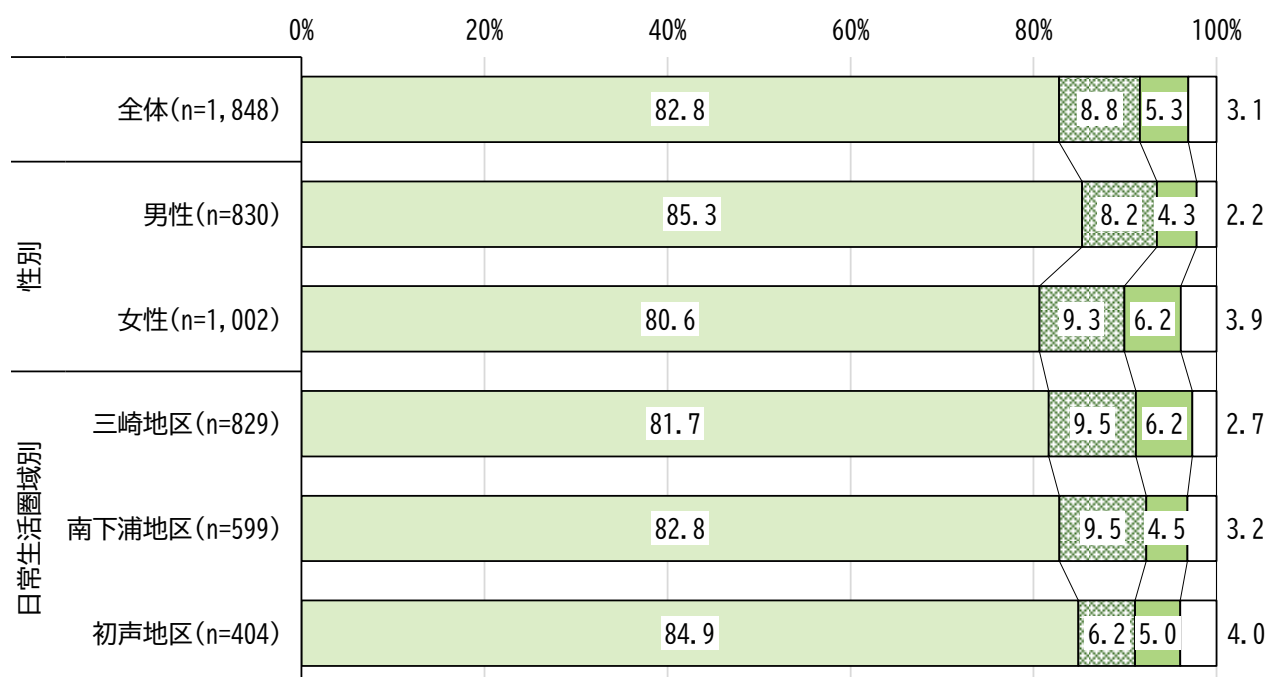


問1（2）あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか

主観的な介護の必要度については、「介護・介助は必要ない」が82.8%で最も高く、次いで「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が8.8%、「現在、何らかの介護を受けている」が5.3%となっており、介護・介助が必要との回答（「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」と「現在、何らかの介護を受けている」の合計）は14.1%となっています。

男女別でみると、介護・介助が必要との回答は、男性が12.5%、女性が15.5%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、介護・介助が必要との回答は、三崎地区が15.7%で最も高く、次いで南下浦地区が14.0%、初声地区が11.2%となっています。



- 介護・介助は必要ない
- ▨ 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない
- 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）
- 無回答

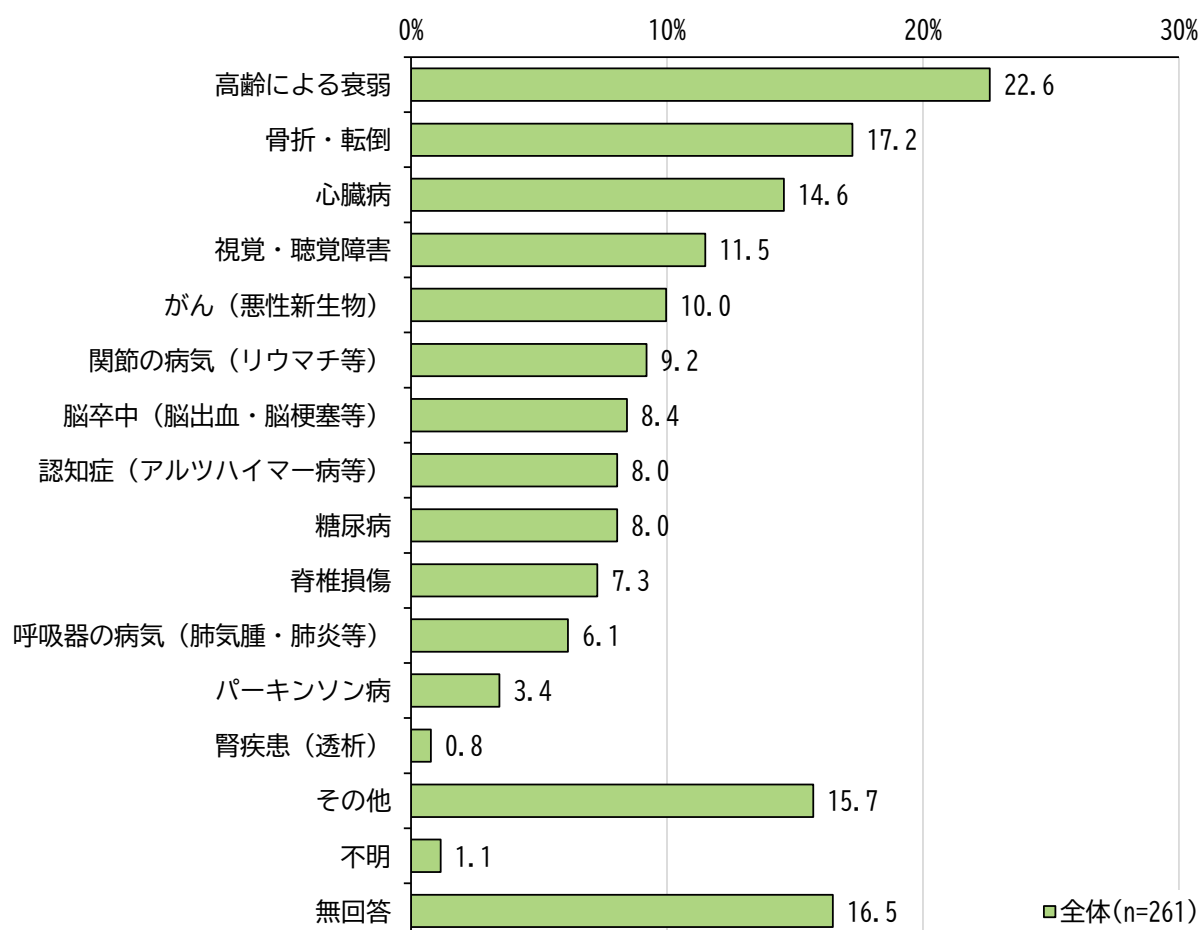
【(2) において「介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

問1 (2) 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)

介護・介助が必要になった原因については、「高齢による衰弱」が22.6%で最も高く、次いで「骨折・転倒」が17.2%、「心臓病」が14.6%と続いています。

男女別でみると、「高齢による衰弱」では、男性が21.2%、女性が23.2%と女性の割合が高くなっています。

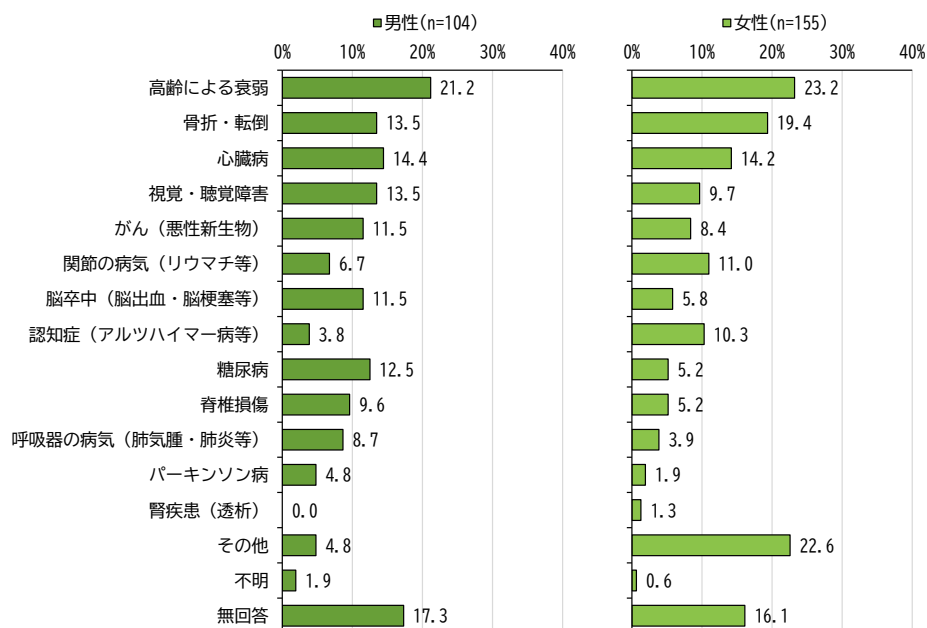
日常生活圏域別でみると、「高齢による衰弱」では、初声地区が28.9%で最も高く、次いで南下浦地区が21.4%、三崎地区が20.8%となっています。



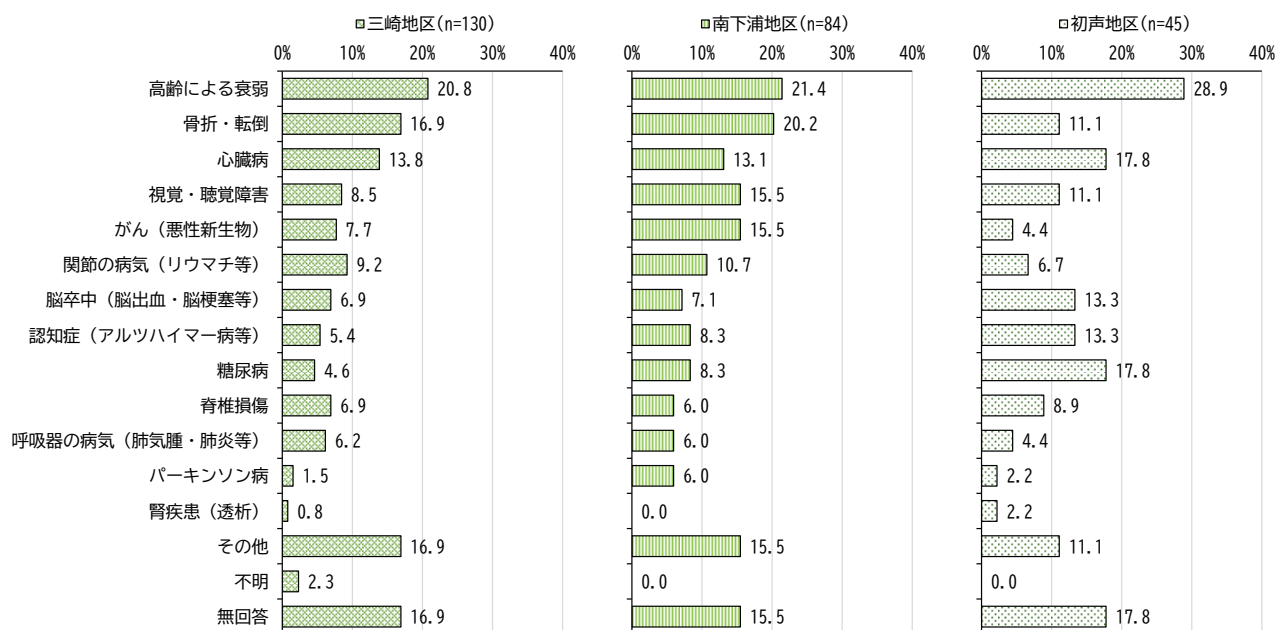
【その他の記述内容】

○関節疾患・整形外科疾患 (膝・股関節・脊柱管狭窄症・ヘルニア等)	18 件
○精神疾患	3 件
○消化器疾患	2 件 等

■ 性別



■ 日常生活圏域別



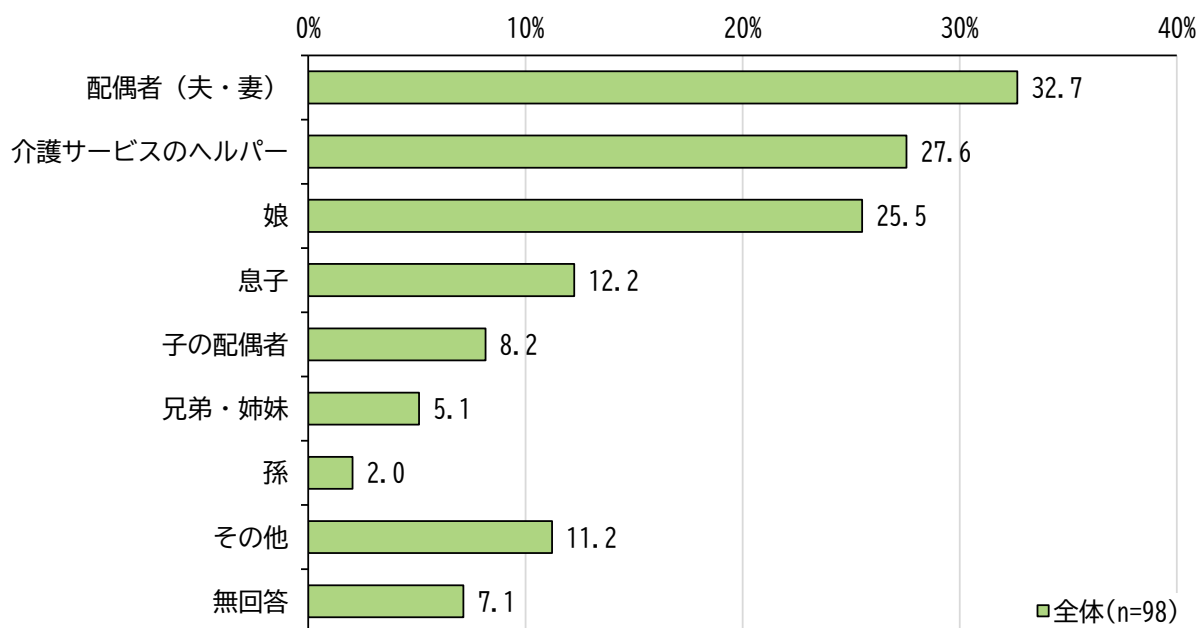
【(2) において「現在、何らかの介護を受けている」方のみ】

問1 (2) ②主にどなたの介護・介助を受けていますか (いくつでも)

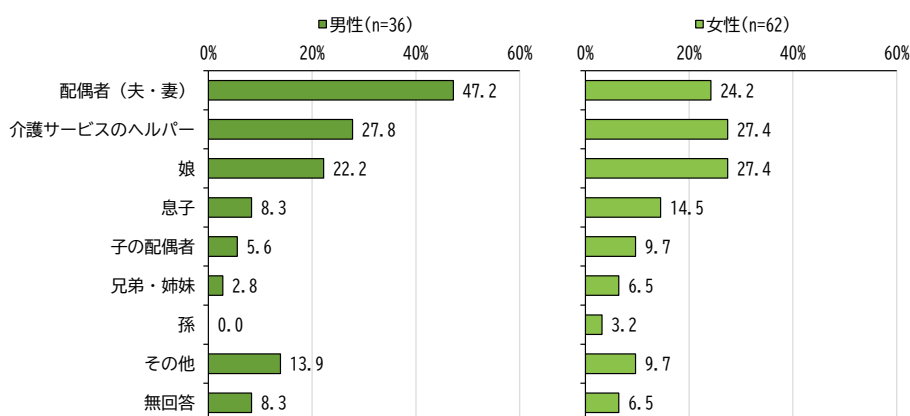
介助者の詳細については、「配偶者（夫・妻）」が32.7%で最も高く、次いで「介護サービスのヘルパー」が27.6%、「娘」が25.5%と続いています。

男女別でみると、男性では「配偶者（夫・妻）」が47.2%、女性では「娘」と「介護サービスのヘルパー」が27.4%で最も高くなっています。

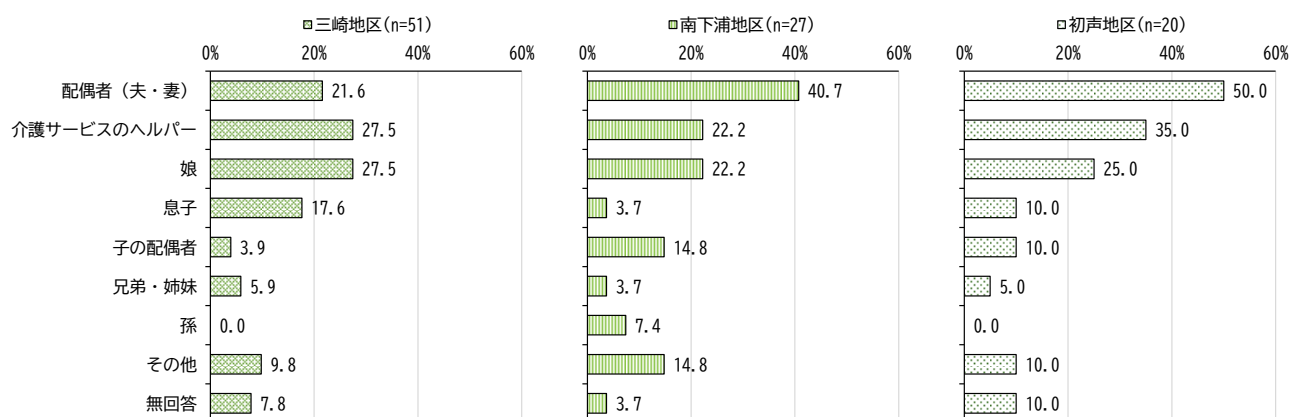
日常生活圏域別でみると、三崎地区では「娘」と「介護サービスのヘルパー」が27.5%、南下浦地区、初声地区では「配偶者（夫・妻）」がそれぞれ40.7%、50.0%で最も高くなっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

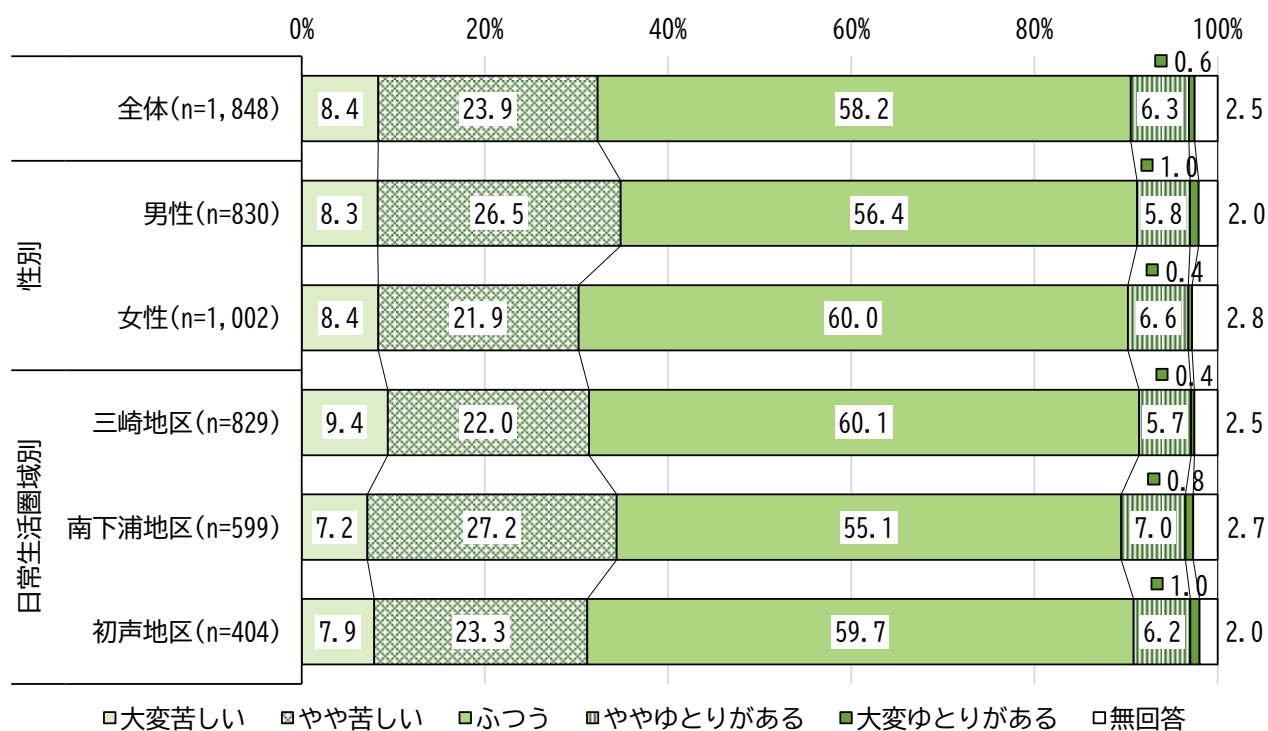


問1（3）現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

主観的な経済状態については、「ふつう」が58.2%で最も高く、次いで「やや苦しい」が23.9%、「大変苦しい」が8.4%と続いており、苦しいとの回答（「大変苦しい」と「やや苦しい」の合計）は32.3%となっています。

男女別でみると、苦しいとの回答は、男性が34.8%、女性が30.3%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、苦しいとの回答は、南下浦地区が34.4%で最も高く、次いで三崎地区が31.4%、初声地区が31.2%となっています。

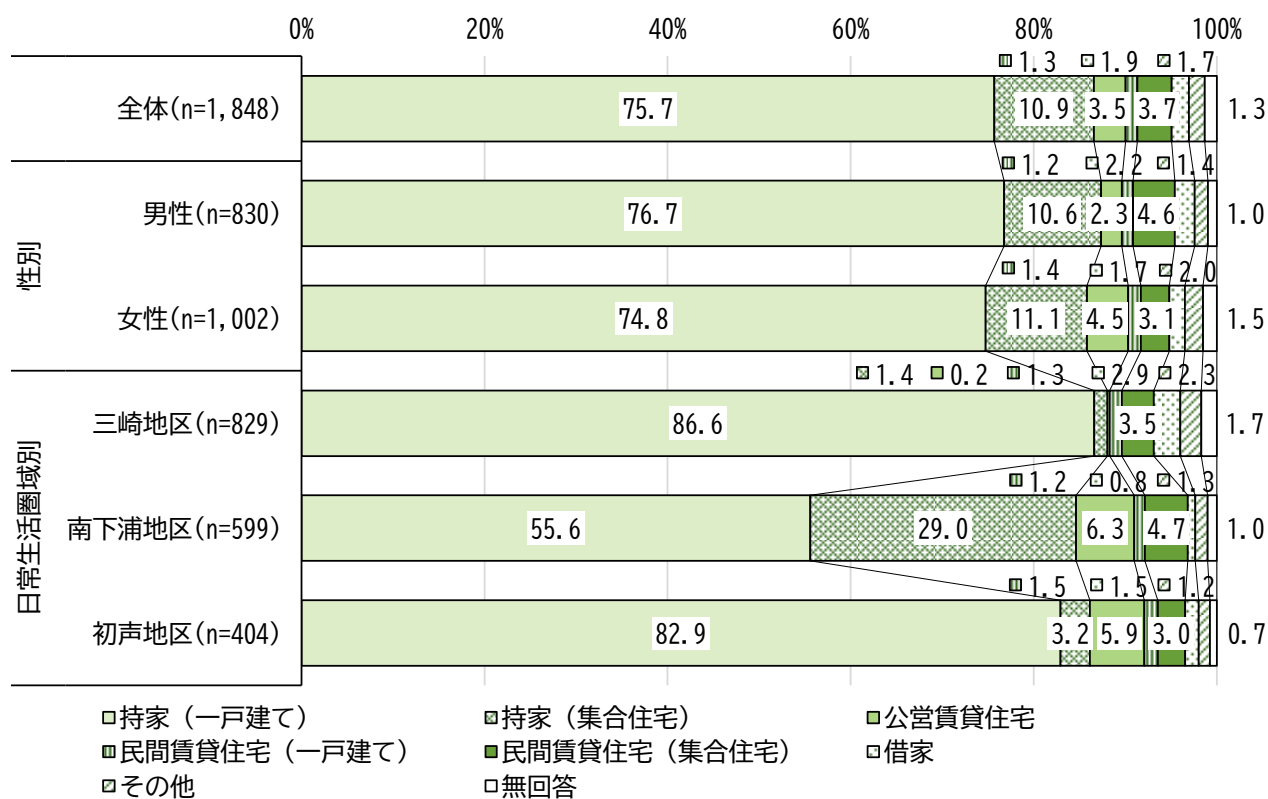


問1（4）お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか

住宅の形態については、「持家（一戸建て）」が75.7%で最も高く、次いで「持家（集合住宅）」が10.9%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」が3.7%と続いています。

男女別でみると、「持家（一戸建て）」では、男性が76.7%、女性が74.8%と、ともに7割を超えています。

日常生活圏域別でみると、南下浦地区では、「持家（一戸建て）」が55.6%で他圏域に比べ低く、「持家（集合住宅）」が29.0%と高くなっています。



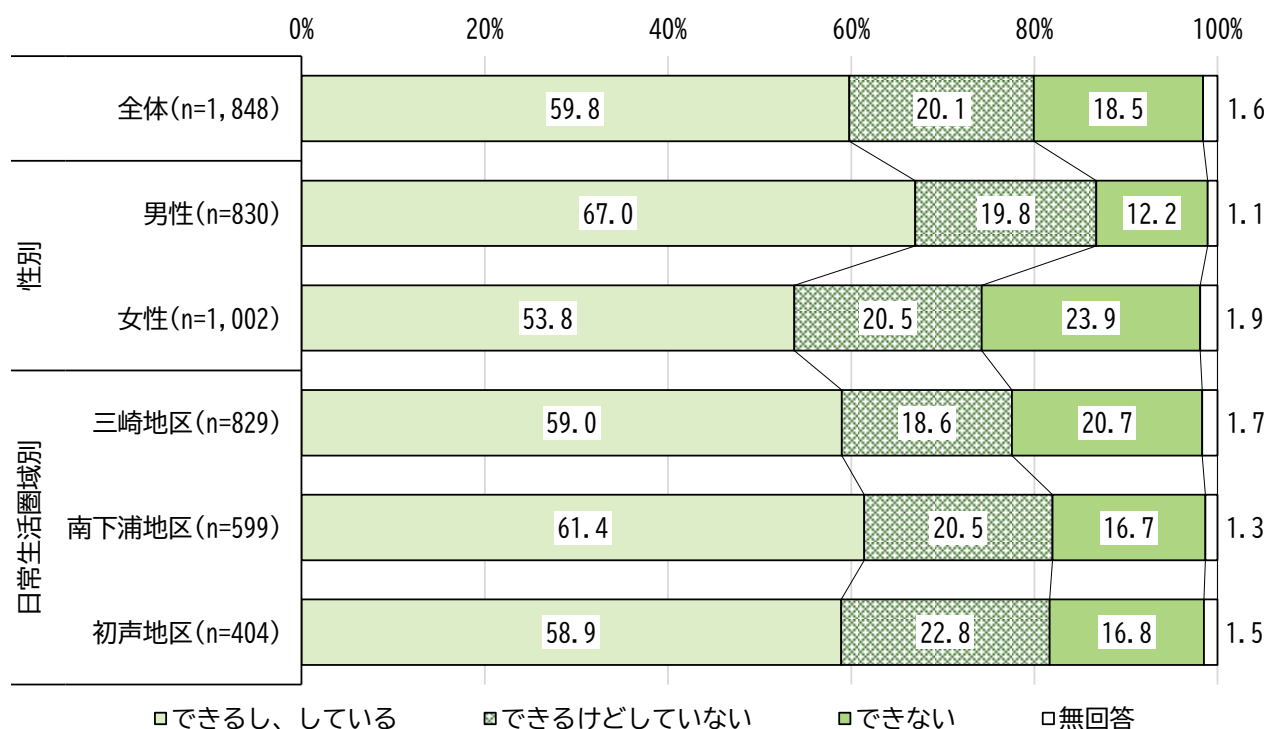
3. からだを動かすことについて

問2（1）階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかについては、「できるし、している」が 59.8%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が 20.1%、「できない」が 18.5%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が 12.2%、女性が 23.9%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、三崎地区が 20.7%で最も高くなっています。

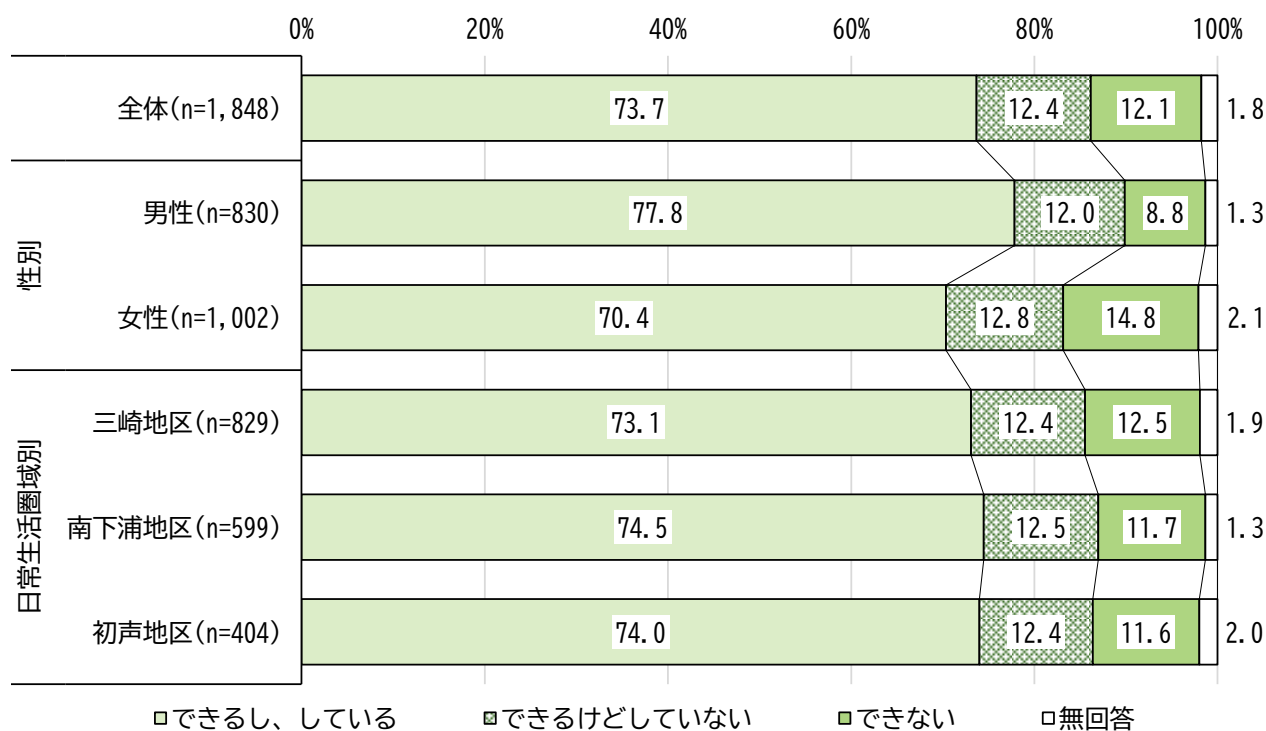


問2（2）椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか

椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているかについては、「できるし、している」が73.7%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が12.4%、「できない」が12.1%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が8.8%、女性が14.8%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、三崎地区が12.5%で最も高くなっています。

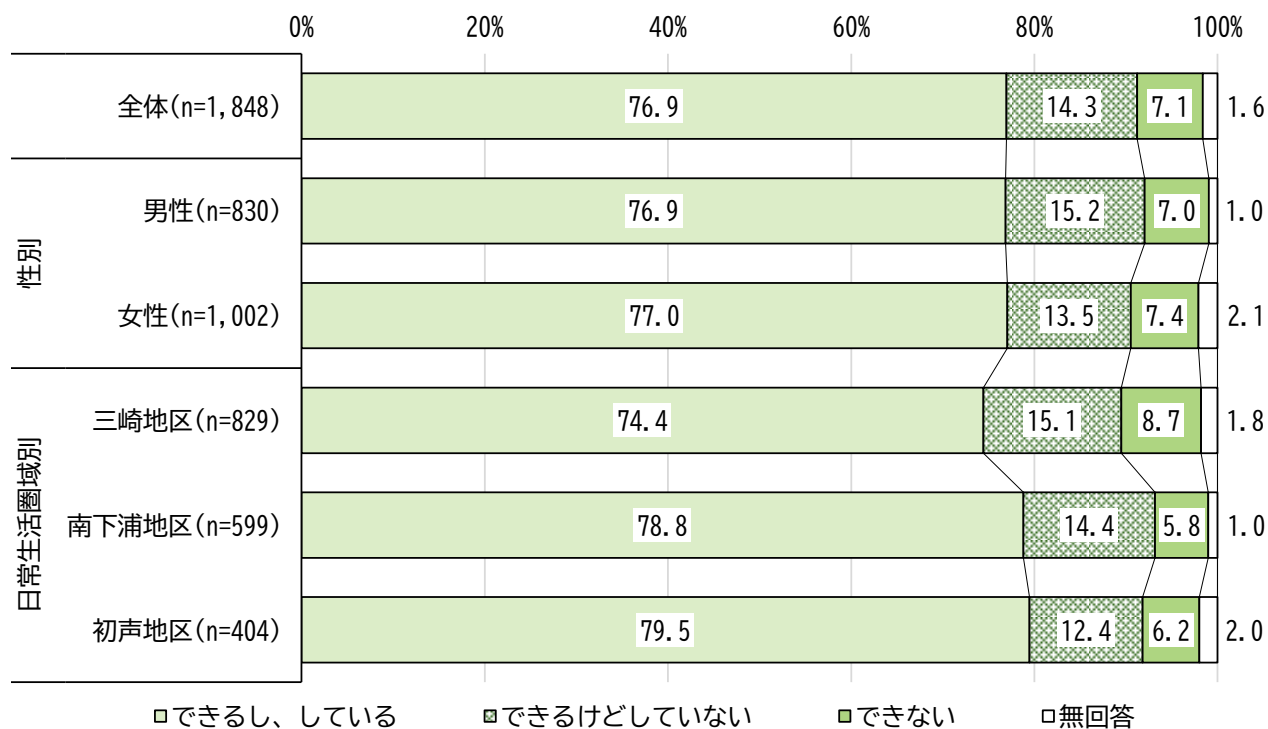


問2（3）15分位続けて歩いていますか

15分位続けて歩いているかについては、「できるし、している」が76.9%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が14.3%、「できない」が7.1%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が7.0%、女性が7.4%となっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、三崎地区が8.7%で最も高くなっています。

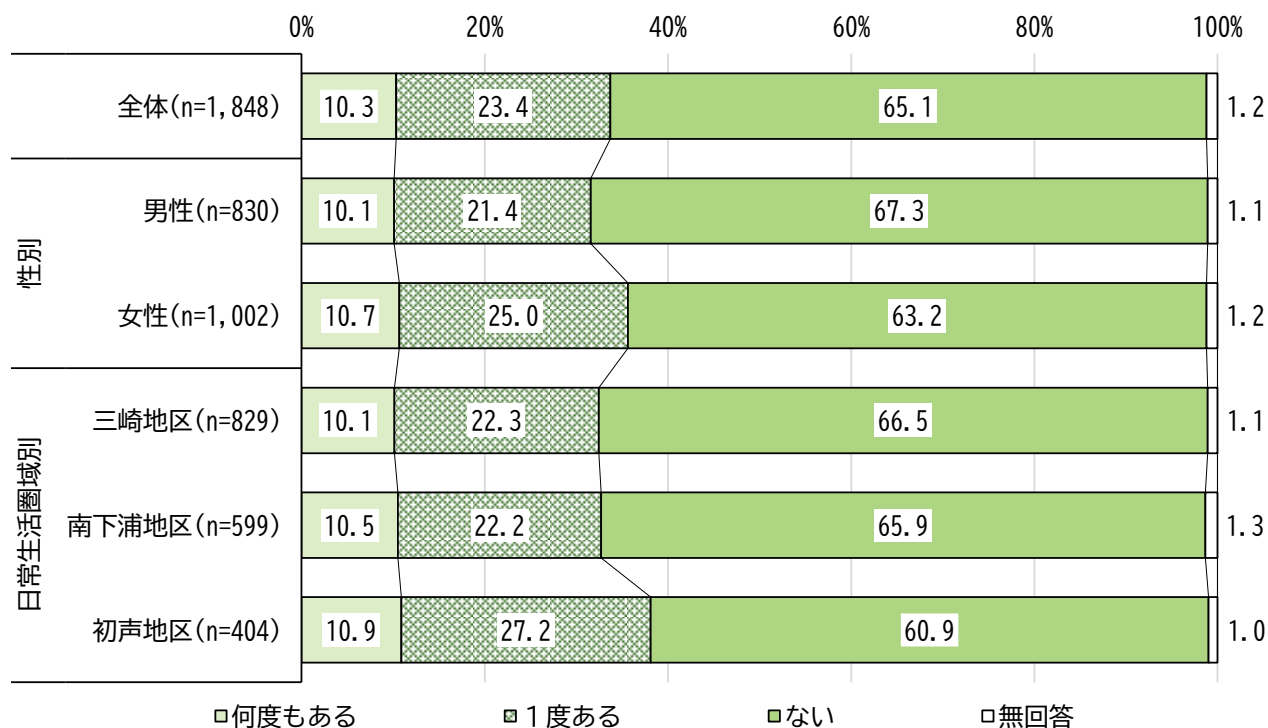


問2（4）過去1年間に転んだ経験がありますか

過去1年間に転んだ経験があるかについては、「ない」が65.1%で最も高く、次いで「1度ある」が23.4%、「何度もある」が10.3%となっており、転倒の経験があるとの回答（「何度もある」と「1度ある」の合計）は33.7%となっています。

男女別でみると、転倒の経験があるとの回答は、男性が31.5%、女性が35.7%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、転倒の経験があるとの回答は、初声地区が38.1%で最も高くなっています。

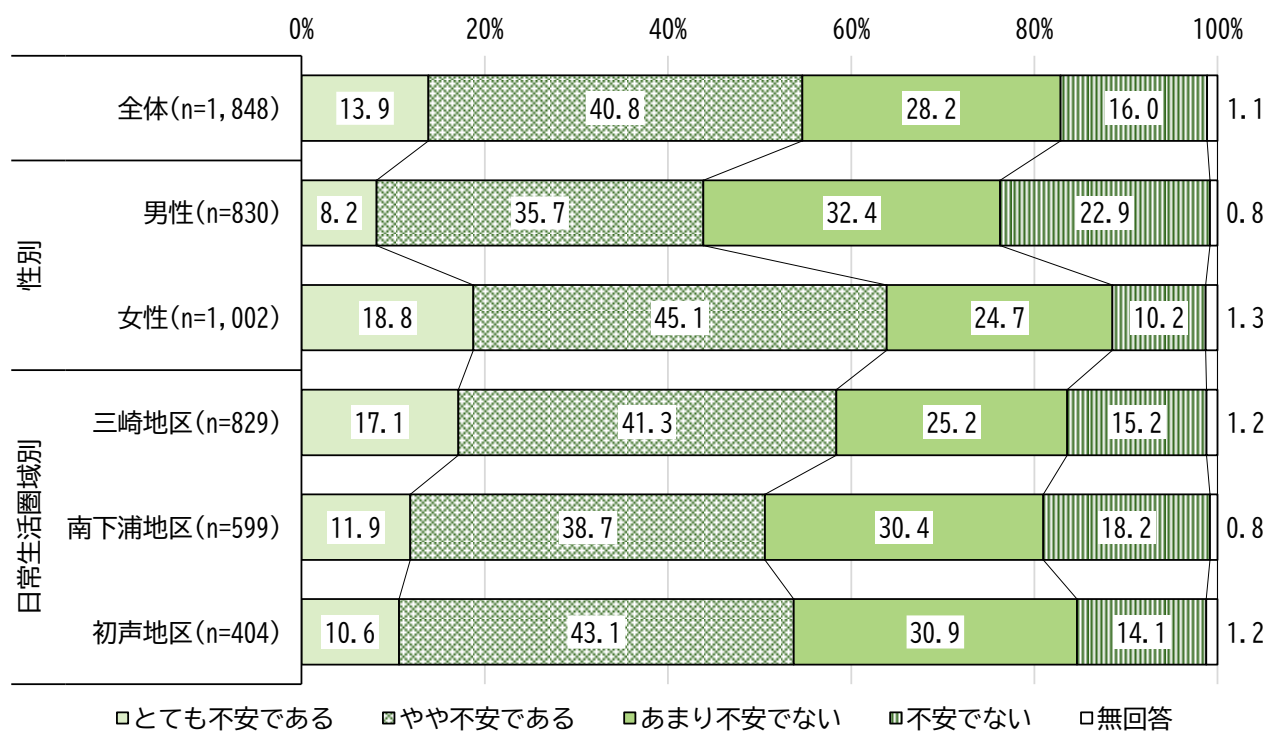


問2（5）転倒に対する不安は大きいですか

転倒に対する不安は大きいかについては、「やや不安である」が40.8%で最も高く、次いで「あまり不安でない」が28.2%、「不安でない」が16.0%と続いており、不安であるとの回答（「とても不安である」と「やや不安である」の合計）は54.7%となっています。

男女別でみると、不安であるとの回答は、男性が43.9%、女性が63.9%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、不安であるとの回答は、三崎地区が58.4%で最も高くなっています。

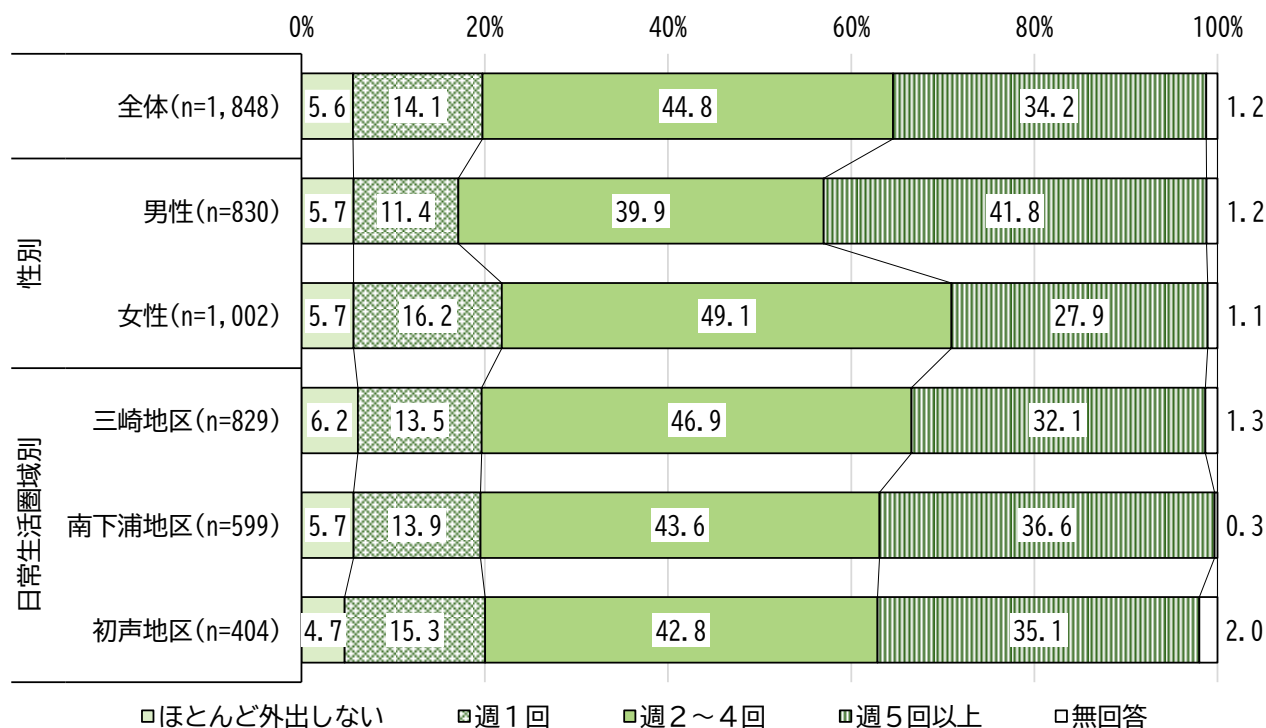


問2（6）週に1回以上は外出していますか

週に1回以上は外出しているかについては、「週2～4回」が44.8%で最も高く、次いで「週5回以上」が34.2%、「週1回」が14.1%と続いています。「ほとんど外出しない」と「週1回」の合計は19.7%となっています。

男女別でみると、「ほとんど外出しない」と「週1回」の合計では、男性が17.1%、女性が21.9%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「ほとんど外出しない」と「週1回」の合計では、初声地区が20.0%で最も高くなっています。

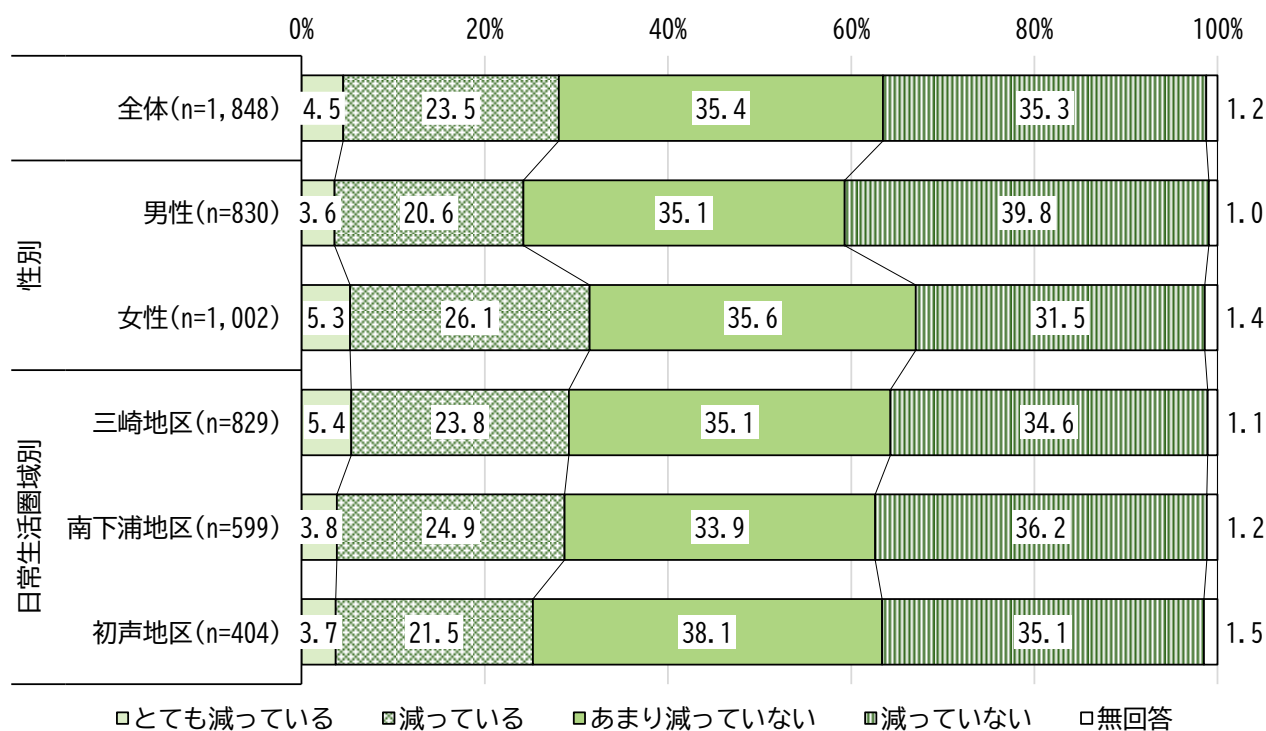


問2（7）昨年と比べて外出の回数が減っていますか

昨年と比べて外出の回数が減っているかについては、「あまり減っていない」が35.4%で最も高く、次いで「減っていない」が35.3%、「減っている」が23.5%と続いており、減っているとの回答（「とても減っている」と「減っている」の合計）は28.0%となっています。

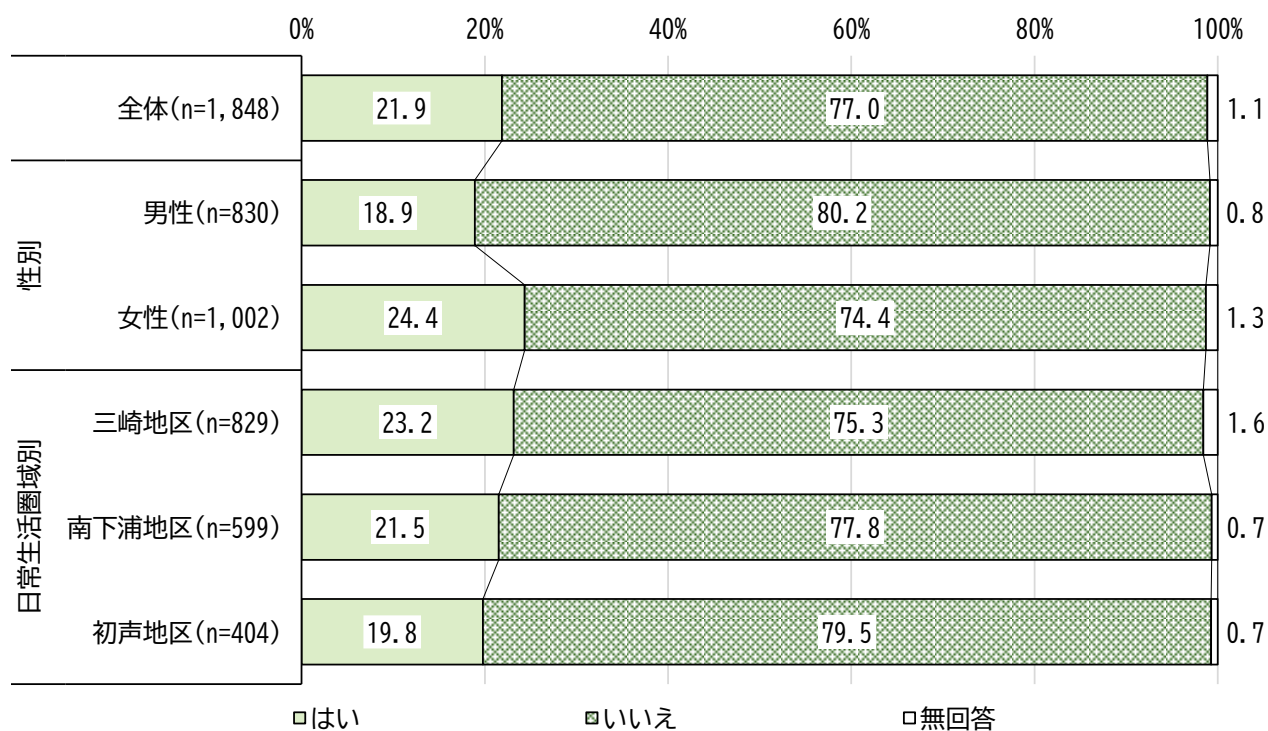
男女別でみると、減っているとの回答では、男性が24.2%、女性が31.4%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、減っているとの回答では、三崎地区が29.2%で最も高くなっています。



問2（8）外出を控えていますか

外出を控えているかについては、「いいえ」が77.0%、「はい」が21.9%となっています。
 男女別でみると、「はい」では、男性が18.9%、女性が24.4%と女性の割合が高くなっています。
 日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が23.2%で最も高くなっています。



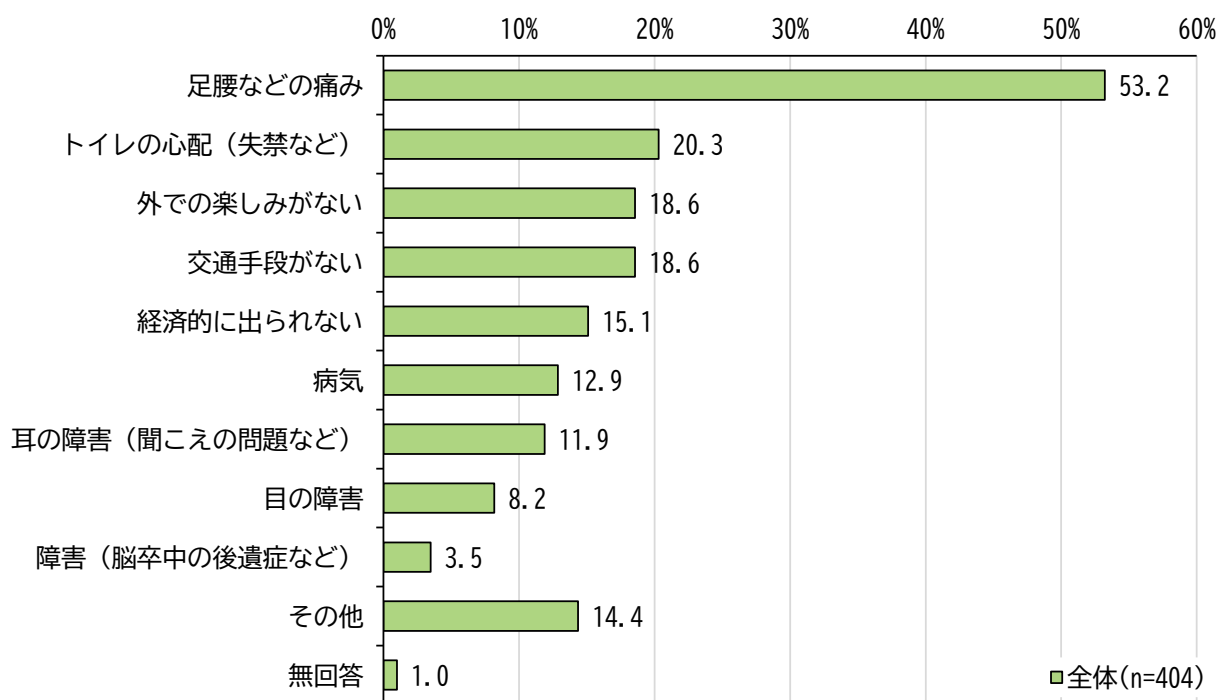
【(8)で「はい」(外出を控えている)の方のみ】

問2(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)

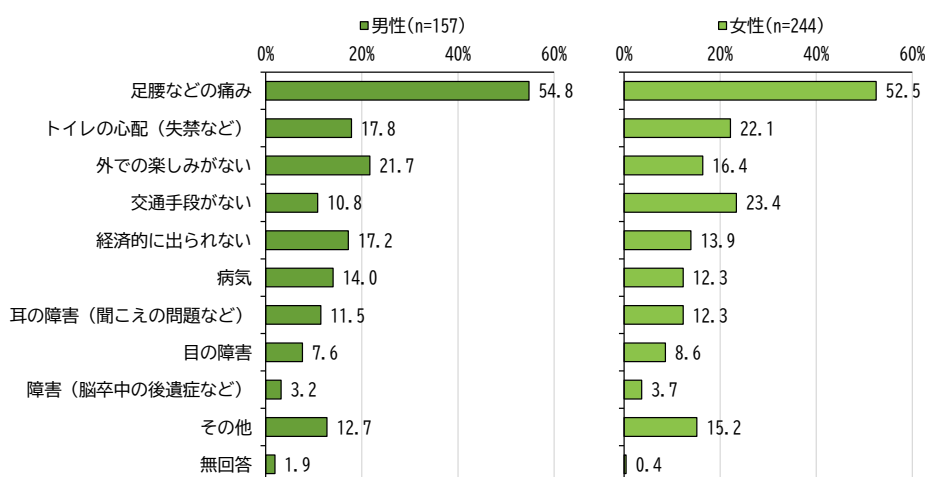
外出を控えている理由については、「足腰などの痛み」が53.2%で最も高く、次いで「トイレの心配(失禁など)」が20.3%、「外での楽しみがない」と「交通手段がない」が18.6%と続いています。

男女別でみると、「足腰などの痛み」では、男性が54.8%、女性が52.5%と男性の割合が高くなっています。

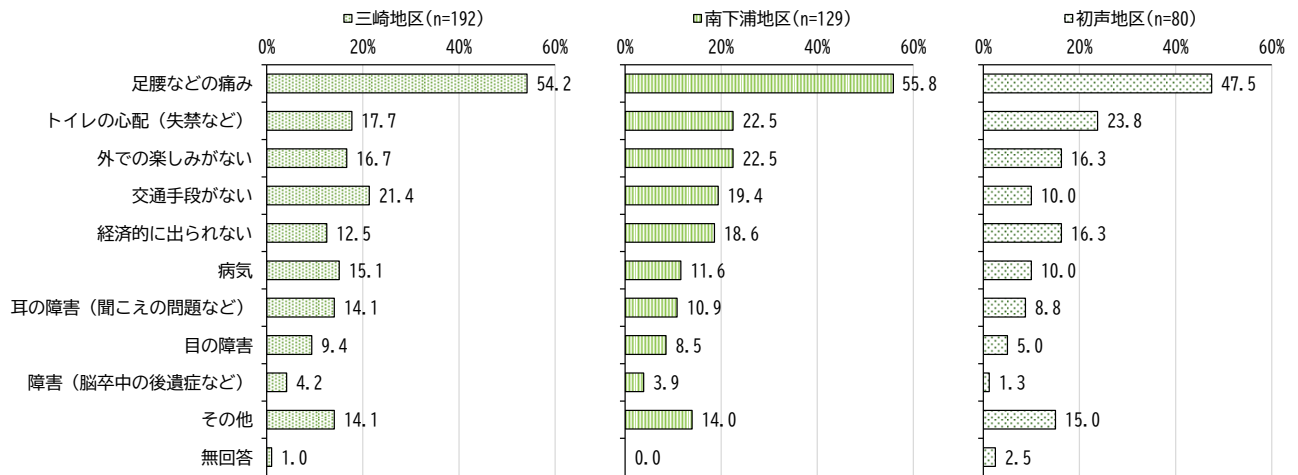
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「足腰などの痛み」が最も高くなっています。



■ 性別



日常生活圏域別

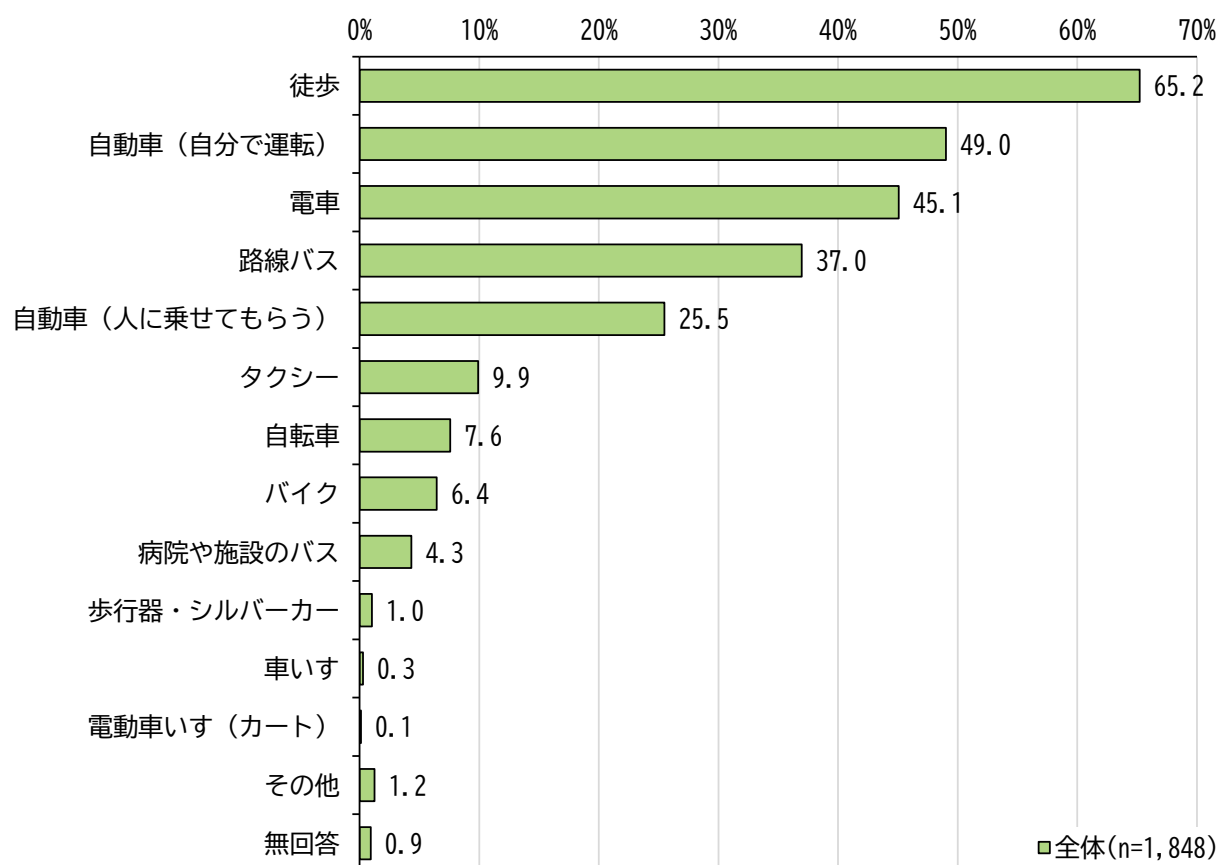


問2（9）外出する際の移動手段は何ですか（いくつでも）

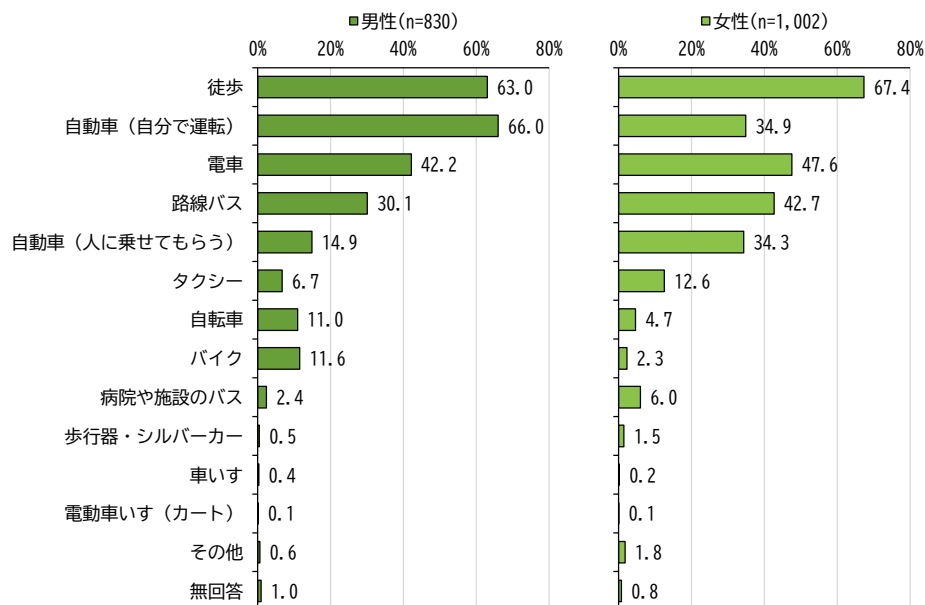
外出の際の移動手段については、「徒歩」が 65.2%で最も高く、次いで「自動車（自分で運転）」が 49.0%、「電車」が 45.1%と続いています。

男女別でみると、男性では、「自動車（自分で運転）」が 66.0%で最も高く、次いで「徒歩」が 63.0%、「電車」が 42.2%と続いています。女性では、「徒歩」が 67.4%で最も高く、次いで「電車」が 47.6%、「路線バス」が 42.7%と続いています。

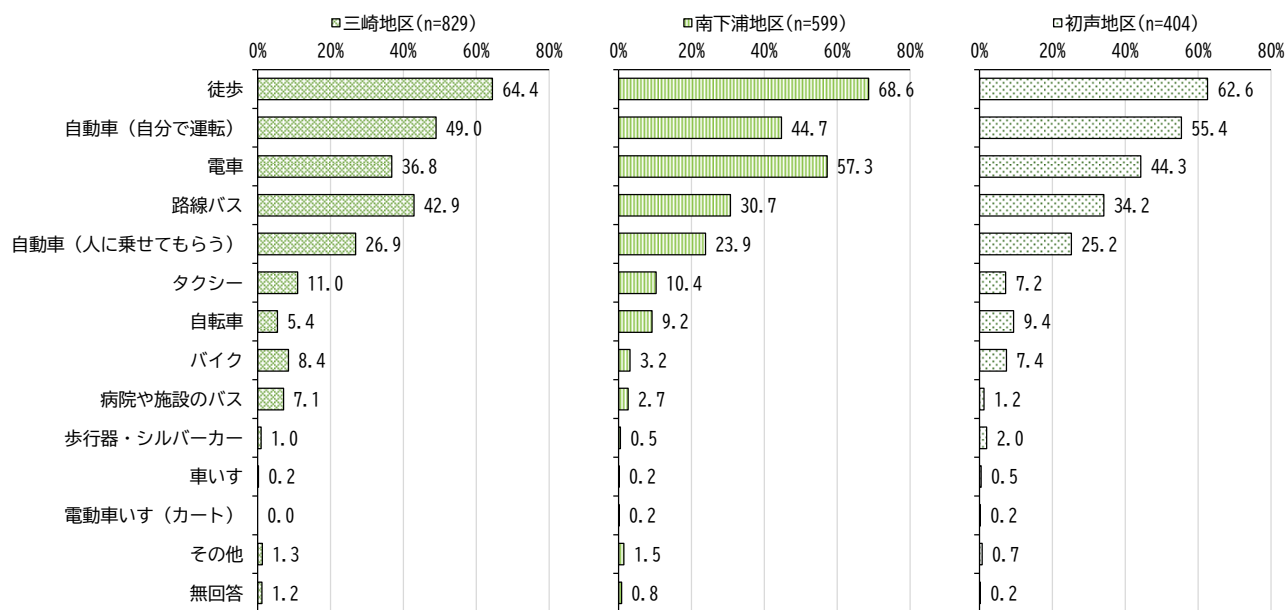
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「徒歩」が最も高く、次いで三崎地区、初声地区では「自動車（自分で運転）」がそれぞれ 49.0%、55.4%、南下浦地区では「電車」が 57.3%と続いています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別



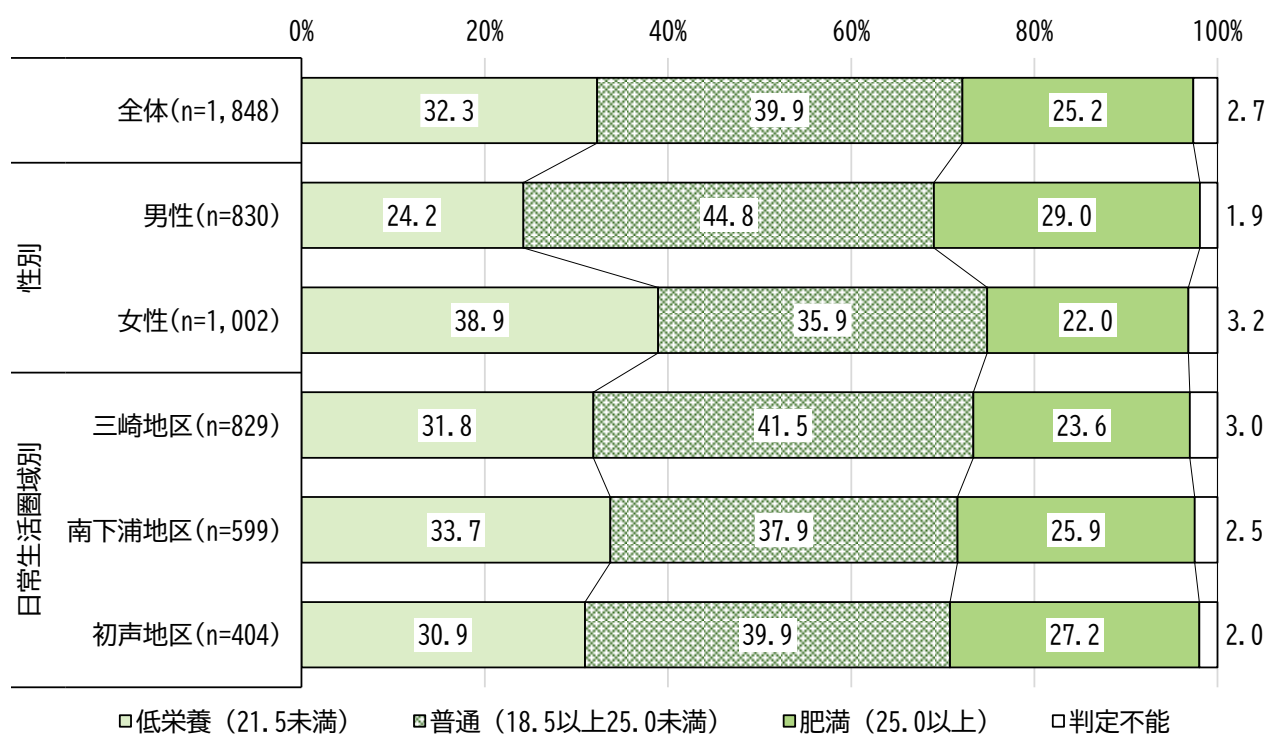
4. 食べることについて

問3（1）身長・体重

BMIについては、「普通（21.5 以上 25.0 未満）」が39.9%で最も高く、次いで「低栄養（21.5 未満）」が32.3%、「肥満（25.0 以上）」が25.2%となっています。

男女別でみると、「低栄養（21.5 未満）」では、男性が24.2%、女性が38.9%と女性の割合が高くなっています。「肥満（25.0 以上）」では、男性が29.0%、女性が22.0%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「肥満（25.0 以上）」では、初声地区が27.2%で最も高くなっています。また、「低栄養（21.5 未満）」は、南下浦地区が33.7%で最も高くなっています。

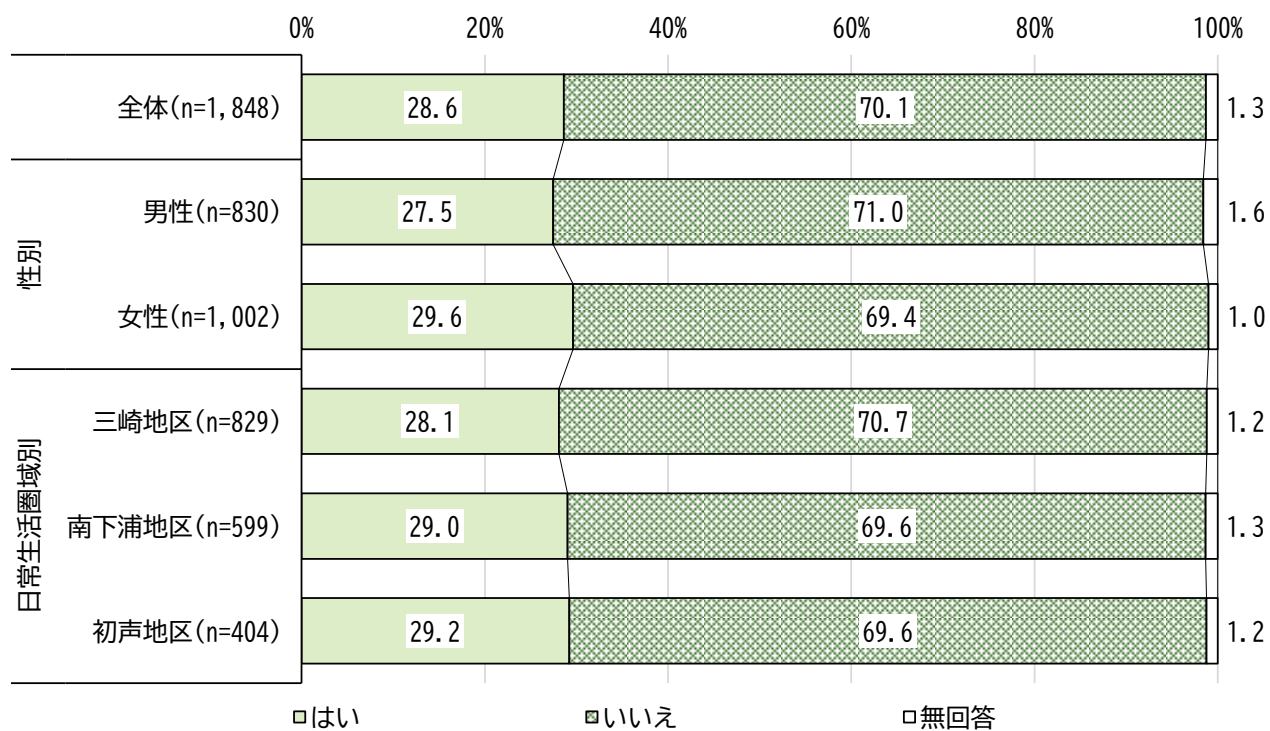


問3（2）半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

半年前に比べて固いものが食べにくくなったかについては、「いいえ」が70.1%、「はい」が28.6%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が27.5%、女性が29.6%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、初声地区が29.2%で最も高く、次いで南下浦地区が29.0%と続いています。

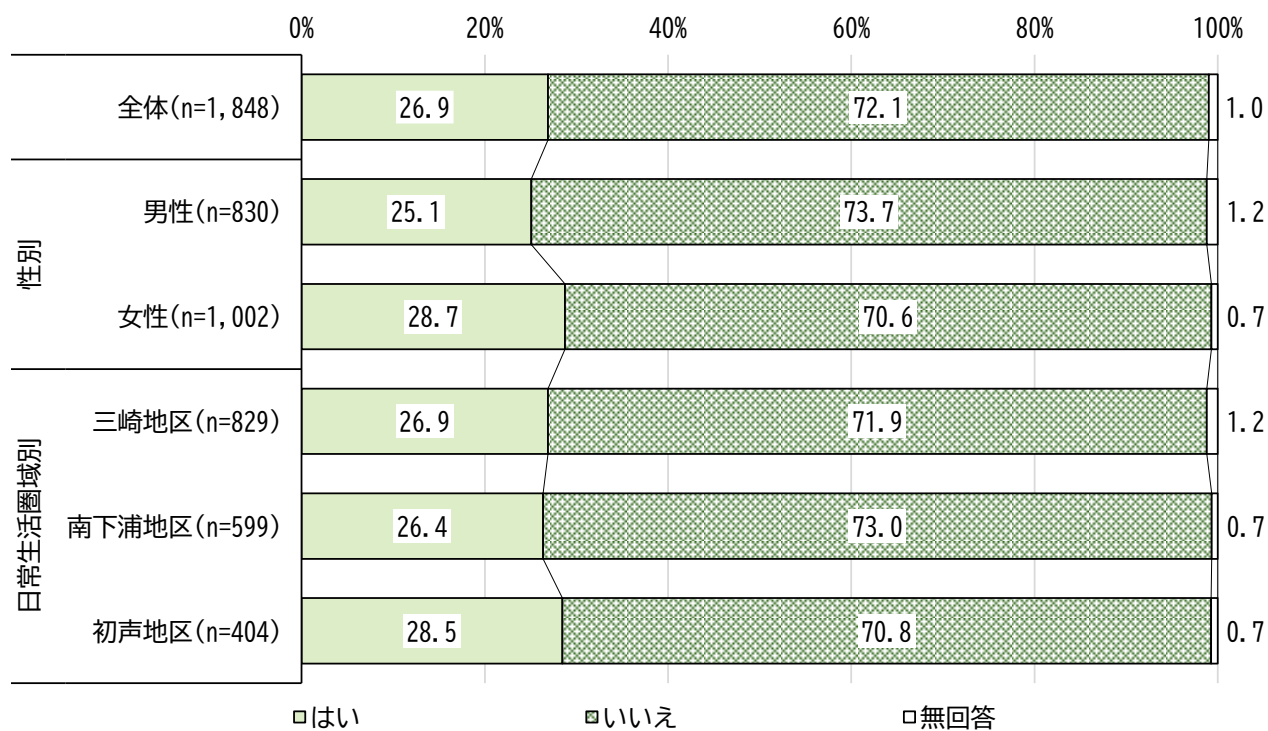


問3（3）お茶や汁物等でむせることがありますか

お茶や汁物等でむせることがあるかについては、「いいえ」が72.1%、「はい」が26.9%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が25.1%、女性が28.7%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、初声地区が28.5%で最も高く、次いで三崎地区が26.9%と続いています。

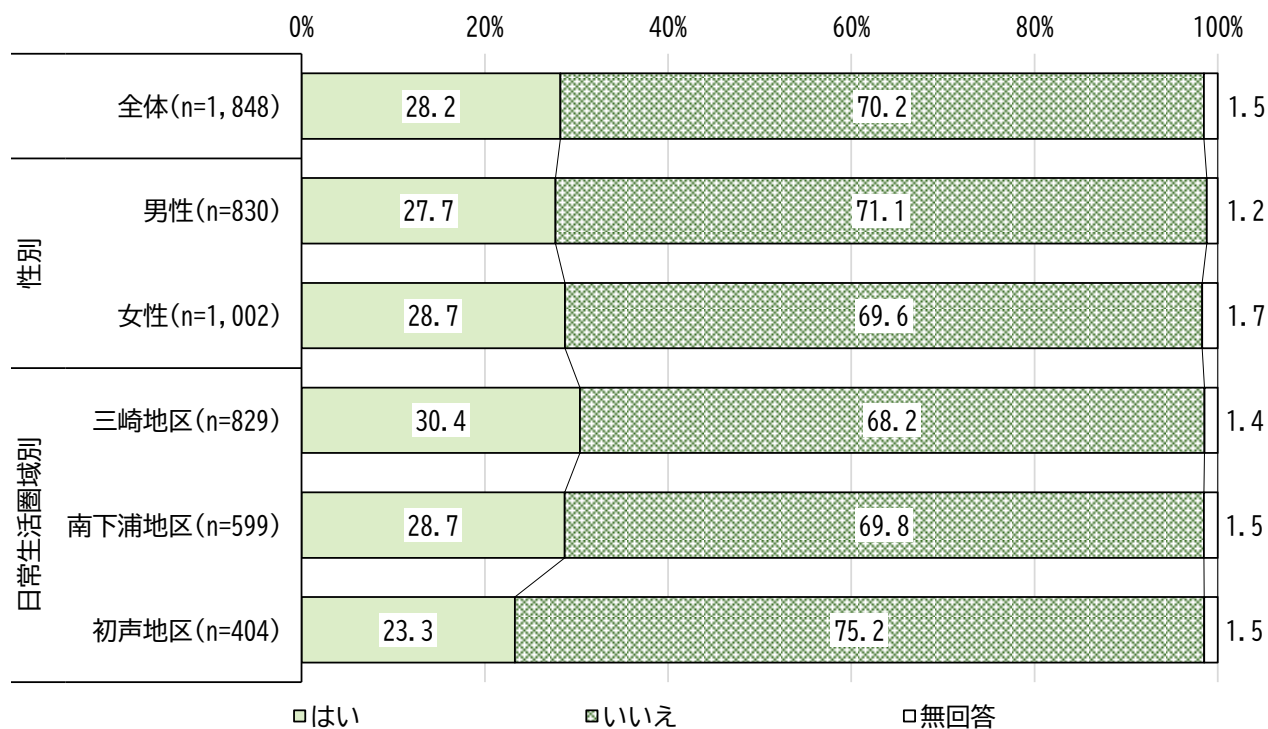


問3（4）口の渇きが気になりますか

口の渇きが気になるかについては、「いいえ」が70.2%、「はい」が28.2%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が27.7%、女性が28.7%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が30.4%で最も高く、次いで南下浦地区が28.7%と続いています。

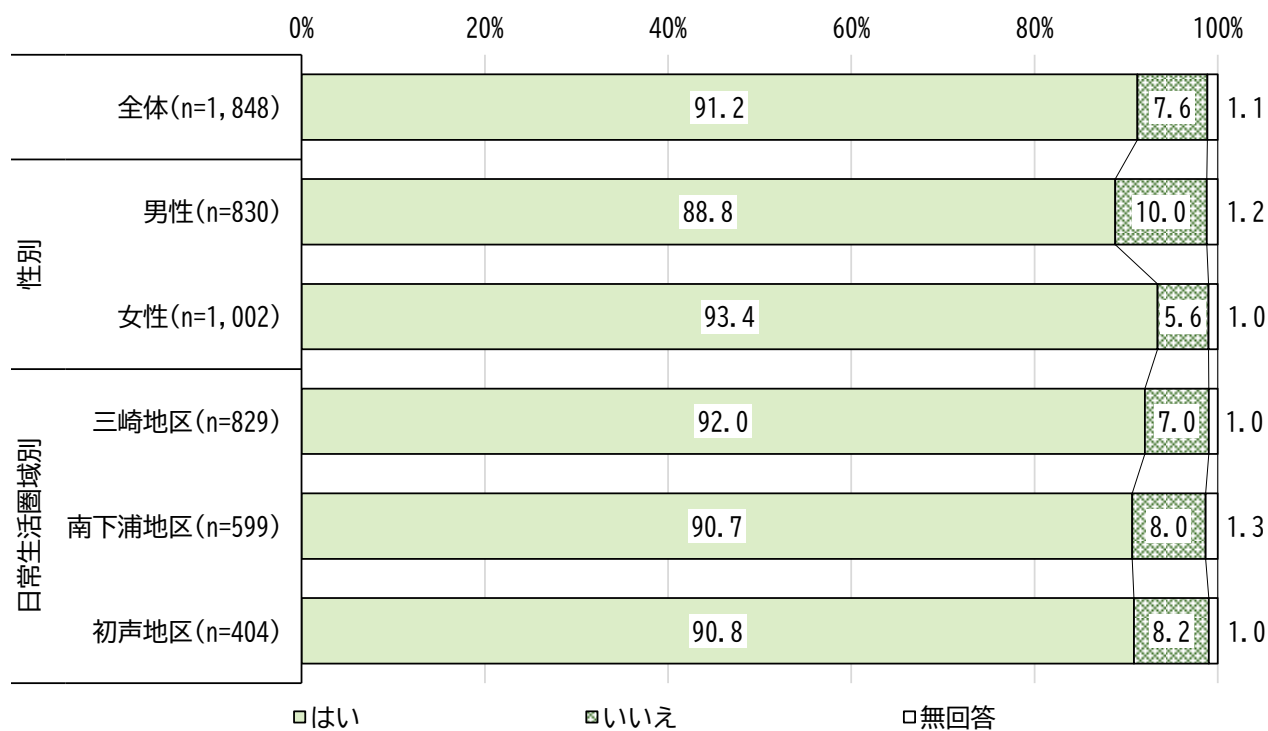


問3（5）歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか

歯磨きを毎日しているかについては、「はい」が91.2%、「いいえ」が7.6%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が10.0%、女性が5.6%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、初声地区が8.2%で最も高く、次いで南下浦地区が8.0%と続いています。

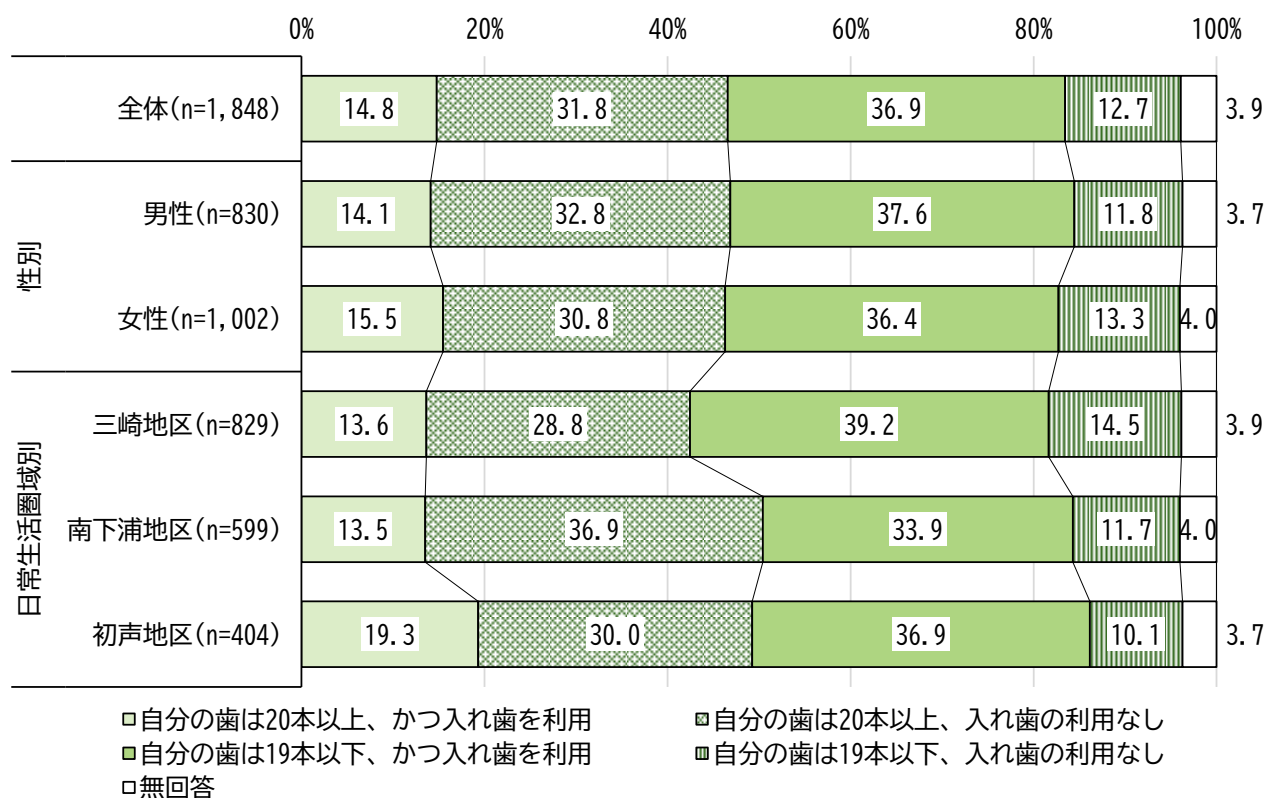


問3（6）歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください（成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です）

義歯の有無と歯数については、「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」が36.9%で最も高く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」が31.8%、「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」が14.8%と続いており、義歯の使用状況（「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」と「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の合計）は51.7%となっています。

男女別でみると、義歯の使用状況は、男性が51.7%、女性が51.9%となっています。

日常生活圏域別でみると、義歯の使用状況は、初声地区が56.2%で最も高く、次いで三崎地区が52.8%と続いています。

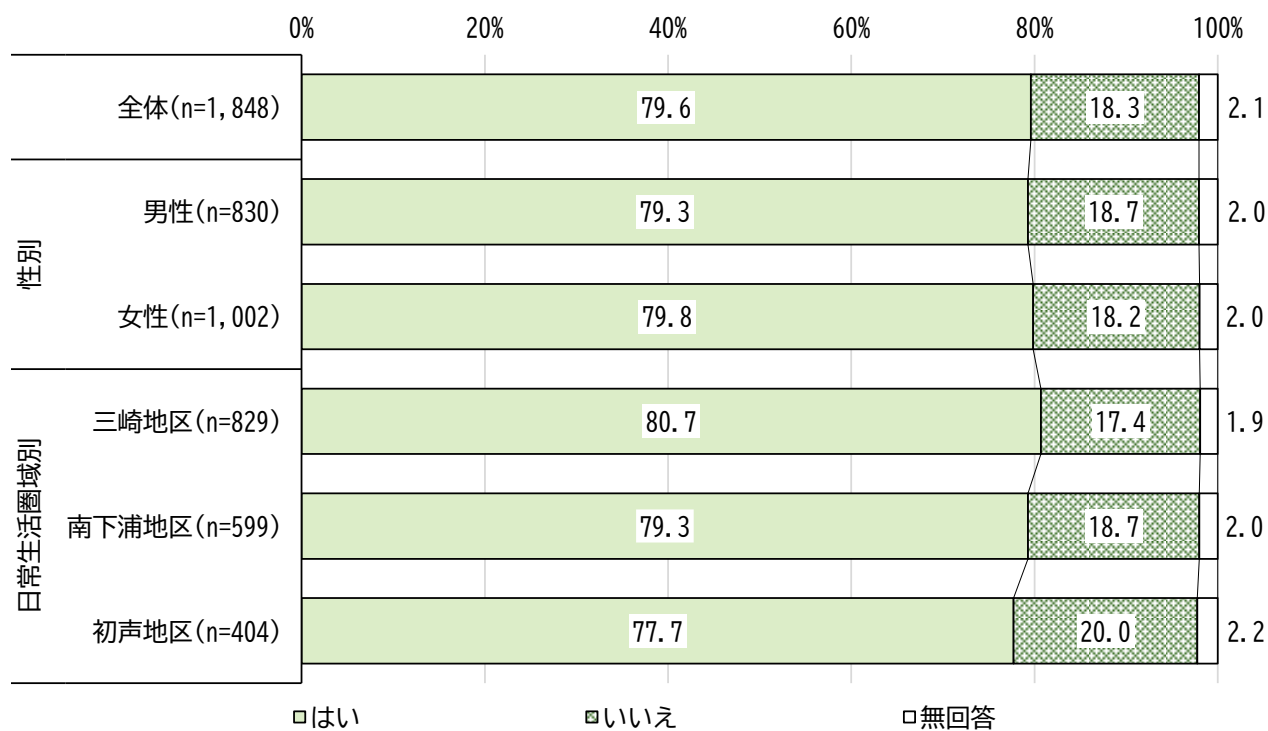


問3（6）①噛み合わせは良いですか

噛み合わせは良いかについては、「はい」が79.6%、「いいえ」が18.3%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が18.7%、女性が18.2%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、初声地区が20.0%で最も高く、次いで南下浦地区が18.7%と続いています。



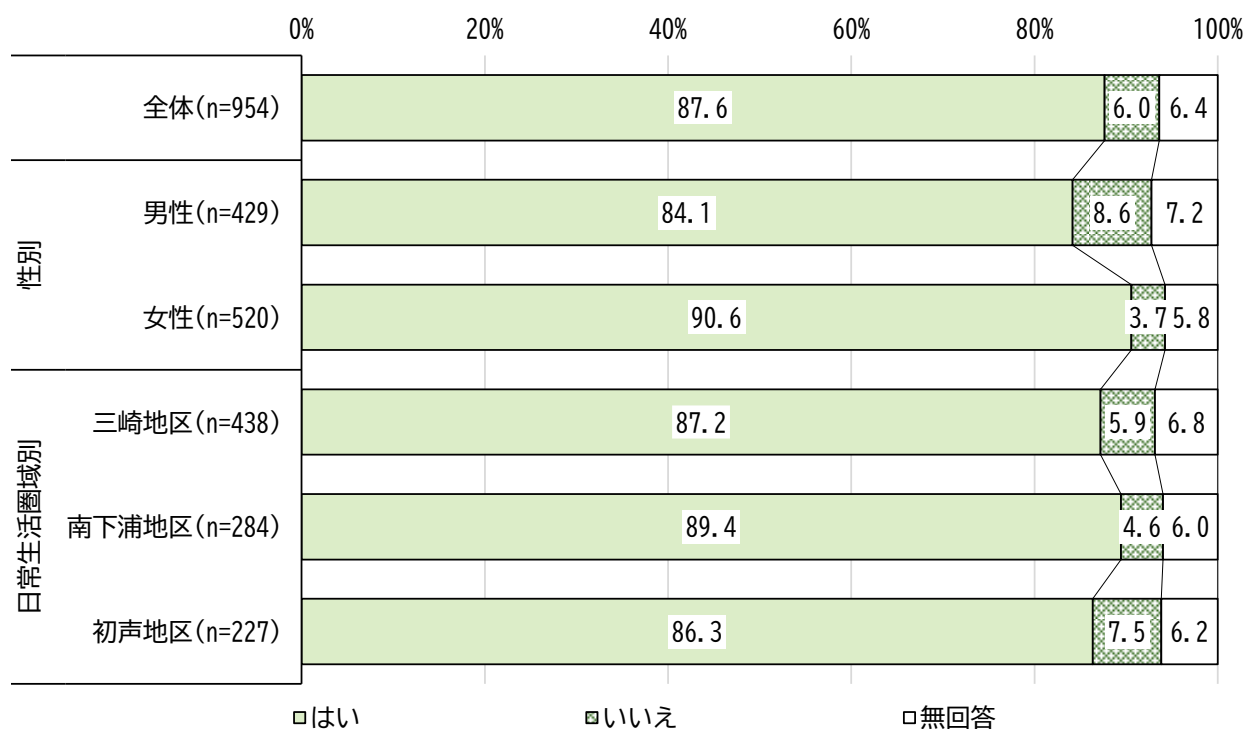
【(6)で「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」の方のみ】

問3 (6) ②毎日入れ歯の手入れをしていますか

毎日入れ歯の手入れをしているかについては、「はい」が87.6%、「いいえ」が6.0%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が8.6%、女性が3.7%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、初声地区が7.5%で最も高く、次いで三崎地区が5.9%と続いています。

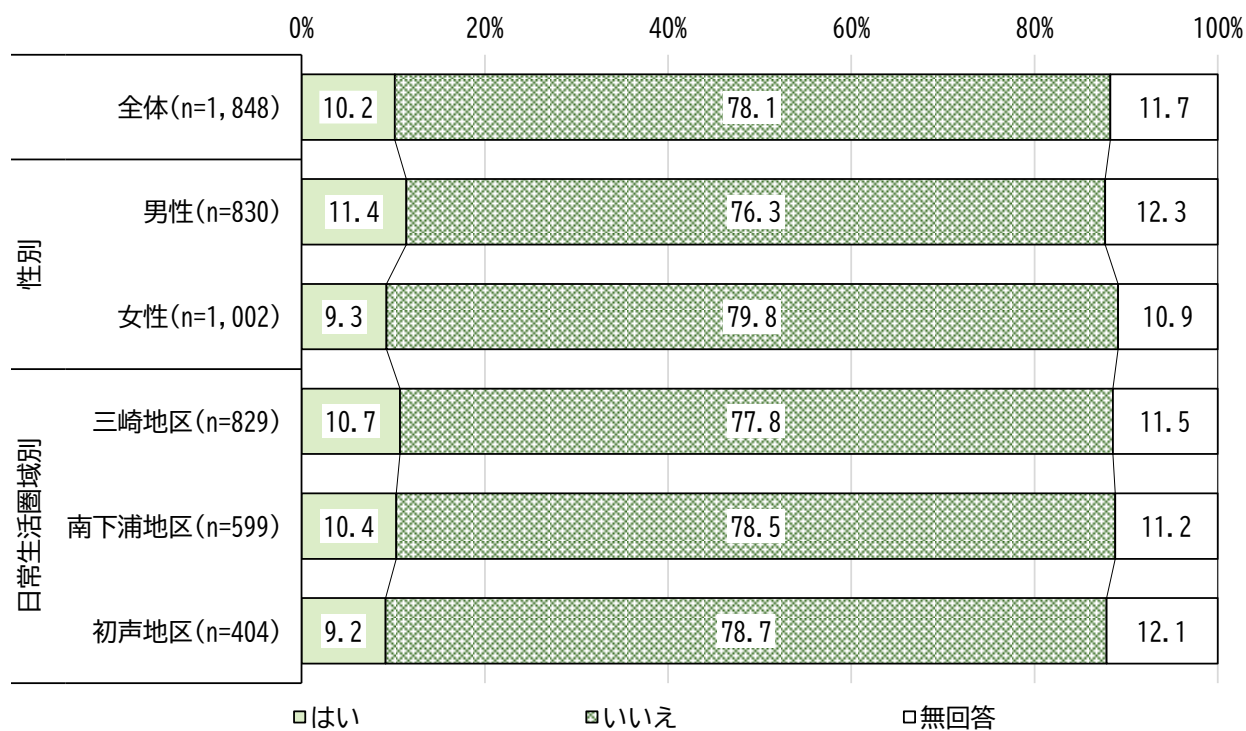


問3（7）6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

6か月間で2～3kg以上の体重減少があったかについては、「いいえ」が78.1%、「はい」が10.2%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が11.4%、女性が9.3%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が10.7%で最も高く、次いで南下浦地区が10.4%と続いています。

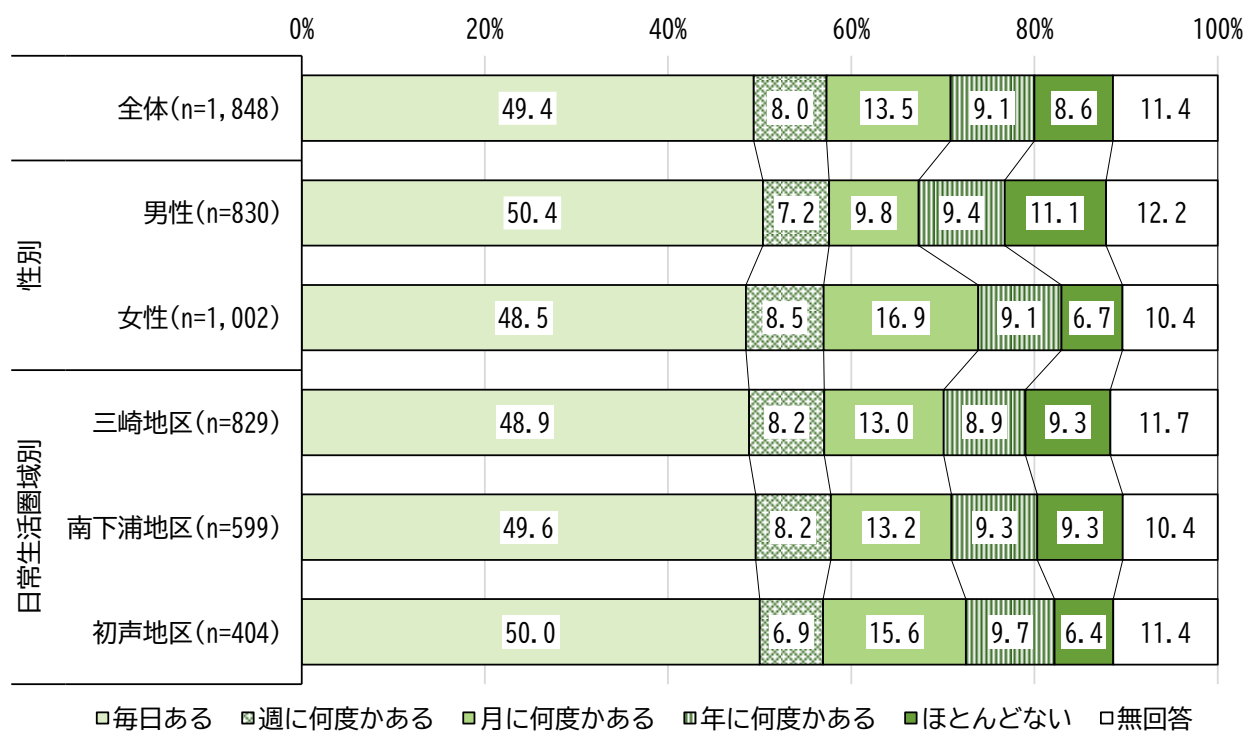


問3（8）どなたかと食事をとにもする機会がありますか

どなたかと食事をとにもする機会があったかについては、「毎日ある」が49.4%で最も高く、次いで「月に何度かある」が13.5%、「年に何度かある」が9.1%と続いています。

男女別でみると、「ほとんどない」では、男性が11.1%、女性が6.7%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「ほとんどない」では、三崎地区、南下浦地区が9.3%で最も高くなっています。

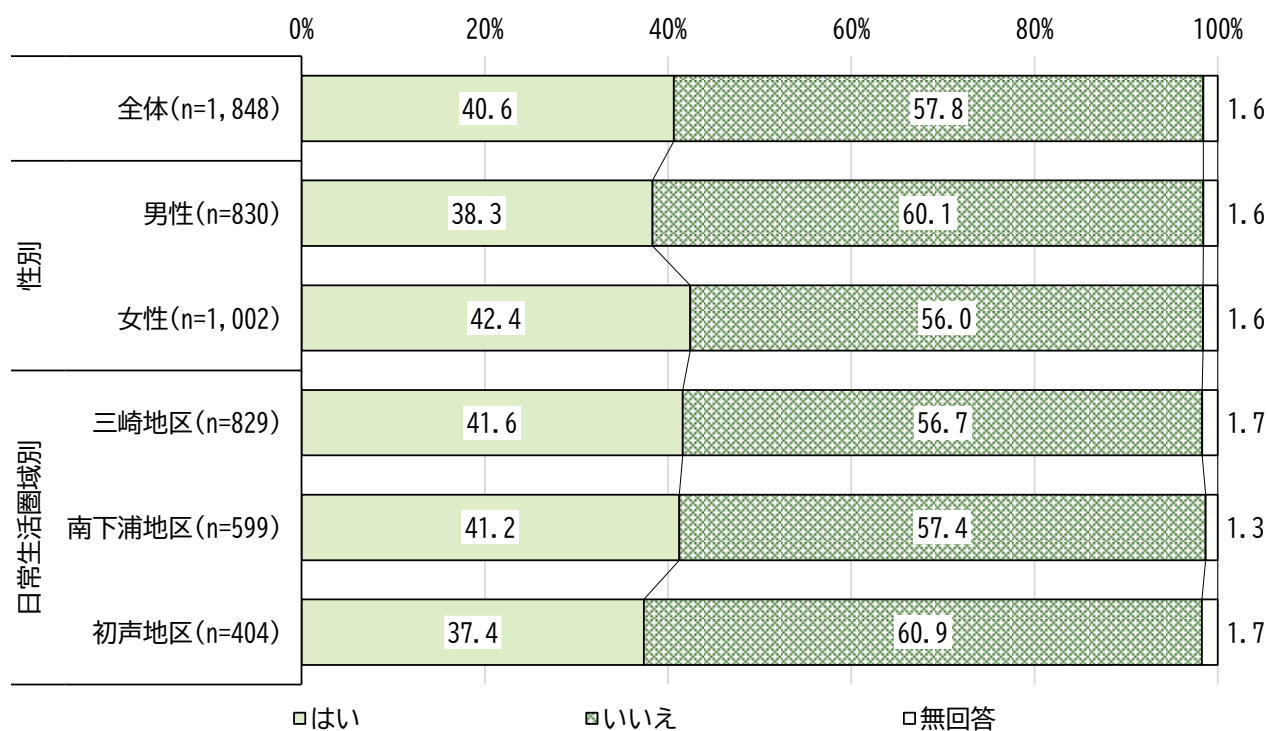


5. 毎日の生活について

問4（1）物忘れが多いと感じますか

物忘れが多いと感じるかについては、「いいえ」が57.8%、「はい」が40.6%となっています。
男女別でみると、「はい」では、男性が38.3%、女性では42.4%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が41.6%で最も高く、次いで南下浦地区が41.2%と続いています。

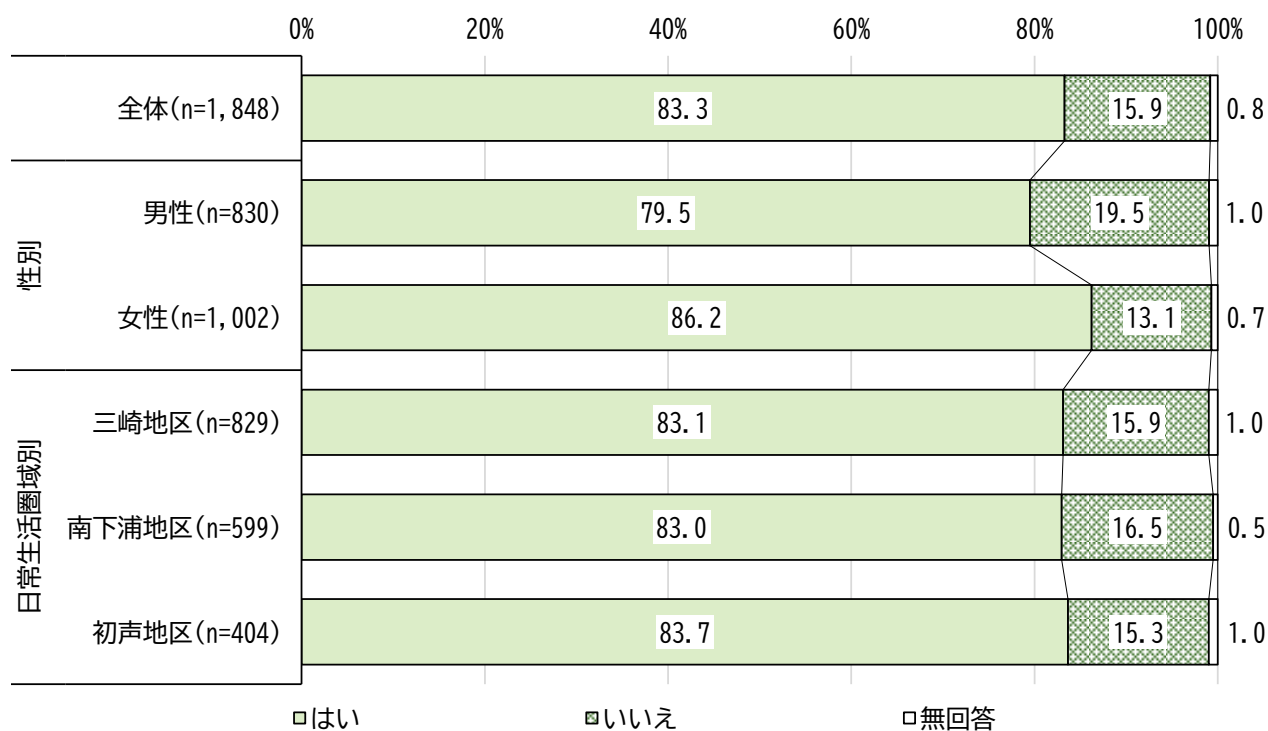


問4（2）自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか

自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしているかについては、「はい」が83.3%、「いいえ」が15.9%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が19.5%、女性が13.1%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、南下浦地区が16.5%で最も高く、次いで三崎地区が15.9%と続いています。

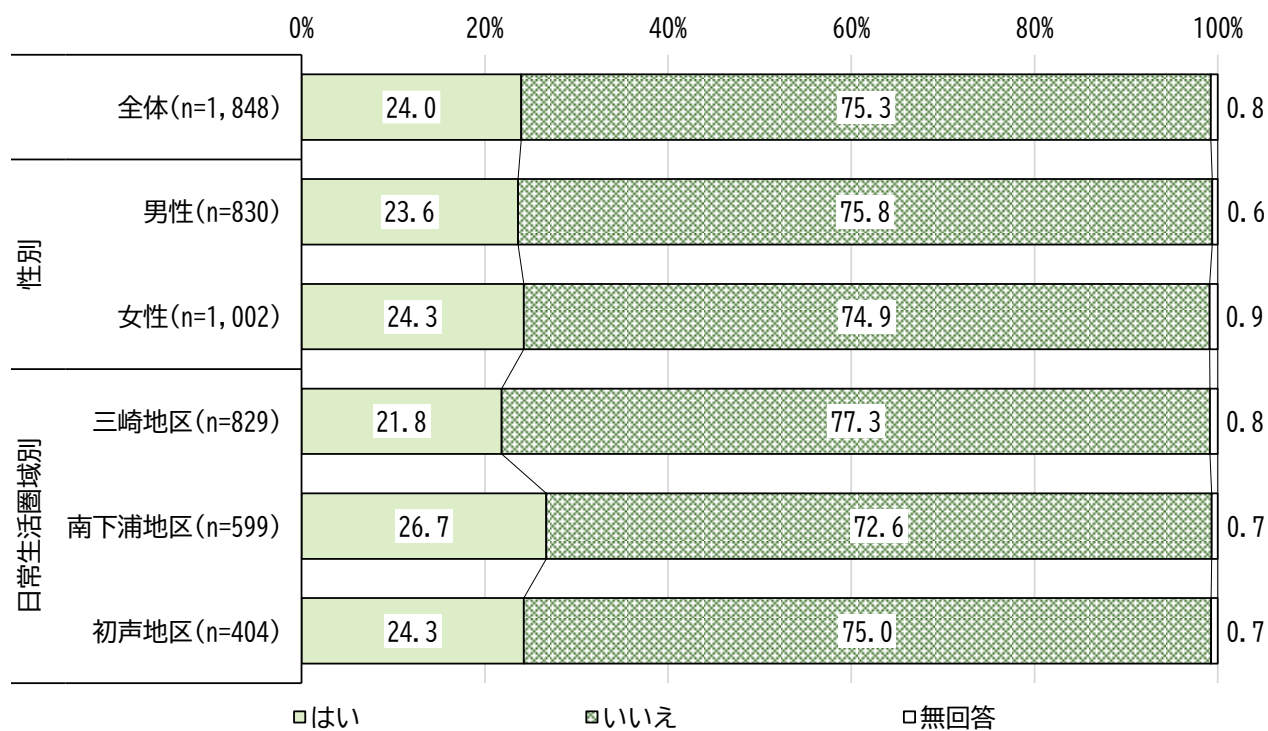


問4（3）今日が何月何日かわからない時がありますか

今日が何月何日かわからない時があるかについては、「いいえ」が75.3%、「はい」が24.0%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が23.6%、女性が24.3%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、南下浦地区が26.7%で最も高く、次いで初声地区が24.3%と続いています。

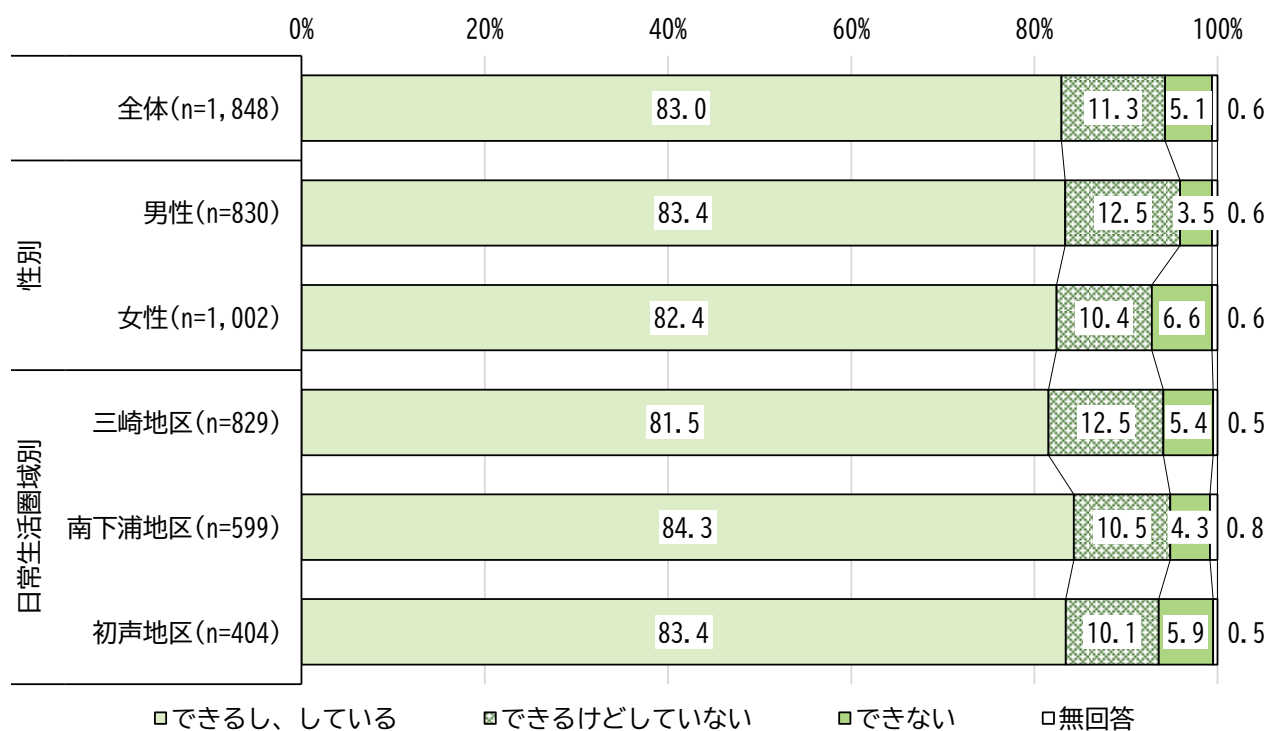


問4（4）バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）

バスや電車を使って1人で外出しているかについては、「できるし、している」が83.0%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が11.3%、「できない」が5.1%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が3.5%、女性が6.6%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、初声地区が5.9%で最も高く、次いで三崎地区が5.4%と続いています。

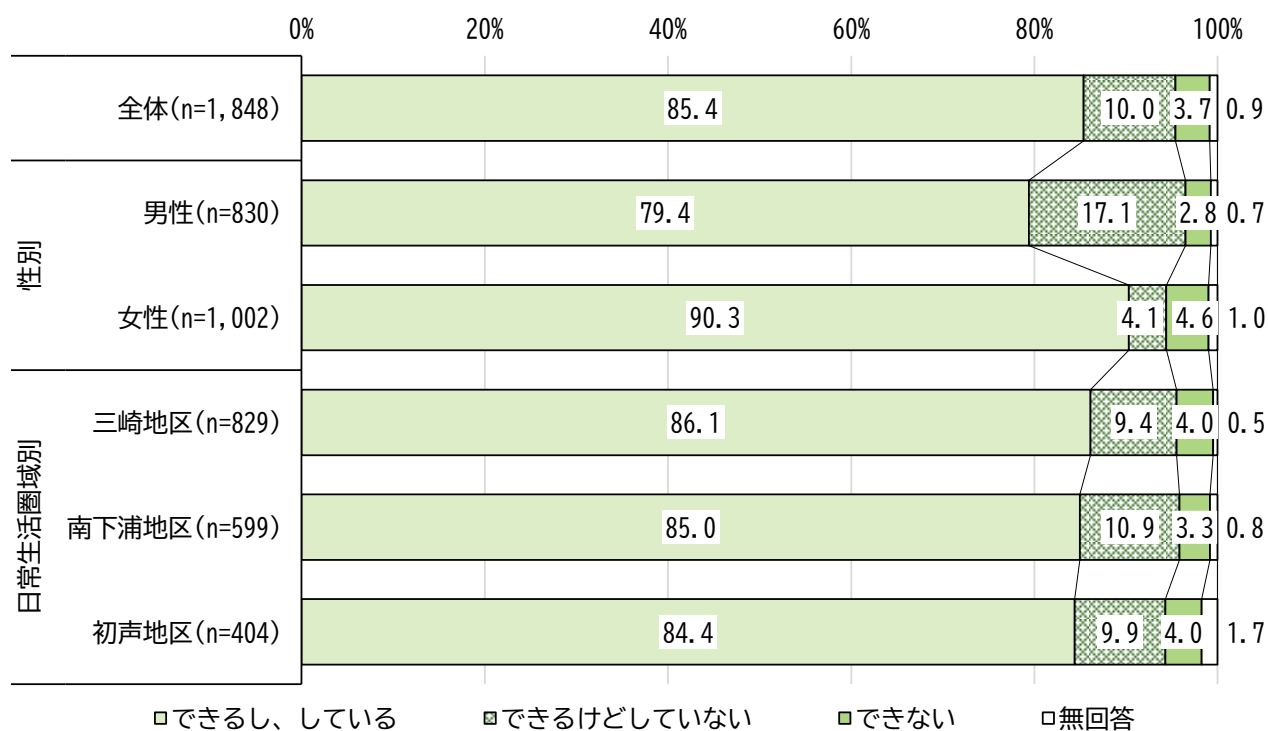


問4（5）自分で食品・日用品の買物をしていますか

自分で食品・日用品の買物をしているかについては、「できるし、している」が 85.4%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が 10.0%、「できない」が 3.7%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が 2.8%、女性が 4.6%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、三崎地区、初声地区が 4.0%で最も高くなっています。

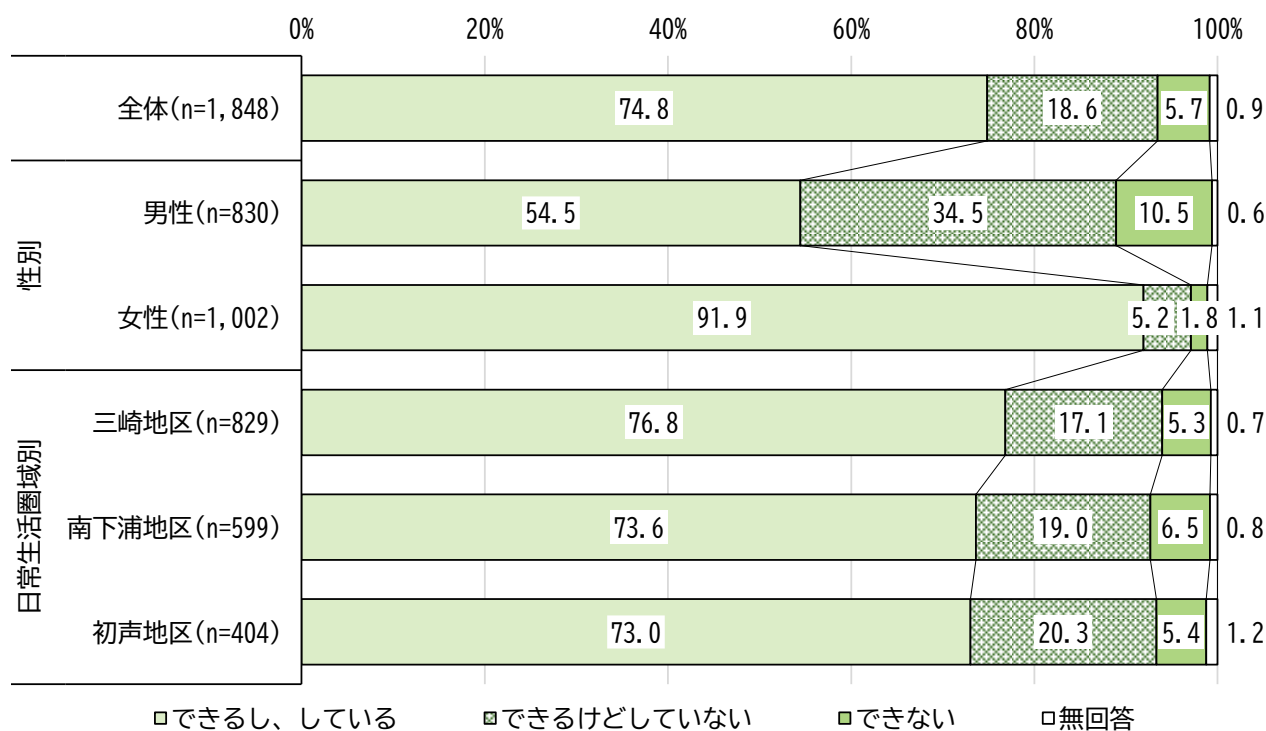


問4（6）自分で食事の用意をしていますか

自分で食事の用意をしているかについては、「できるし、している」が 74.8%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が 18.6%、「できない」が 5.7%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が 10.5%、女性が 1.8%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、南下浦地区が 6.5%で最も高く、次いで初声地区が 5.4%と続いています。

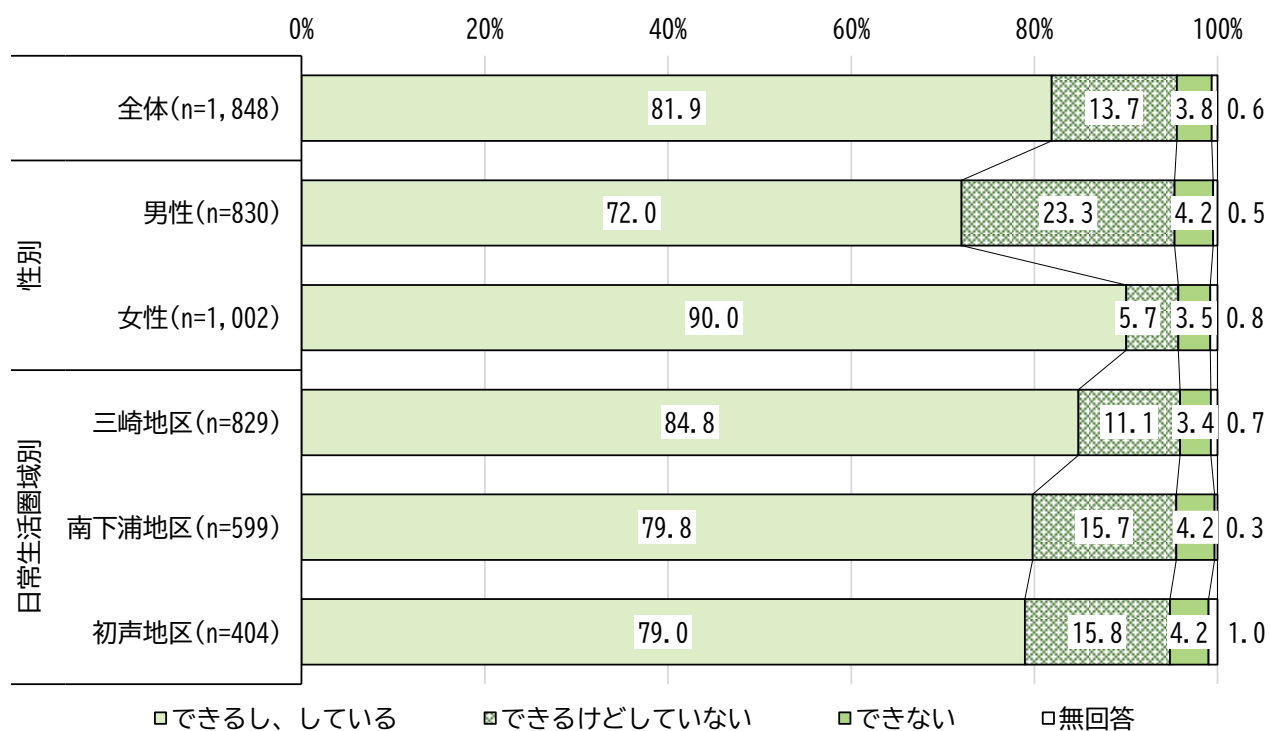


問4（7）自分で請求書の支払いをしていますか

自分で請求書の支払いをしているかについては、「できるし、している」が 81.9%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が 13.7%、「できない」が 3.8%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が 4.2%、女性が 3.5%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、南下浦地区、初声地区が 4.2%で最も高くなっています。

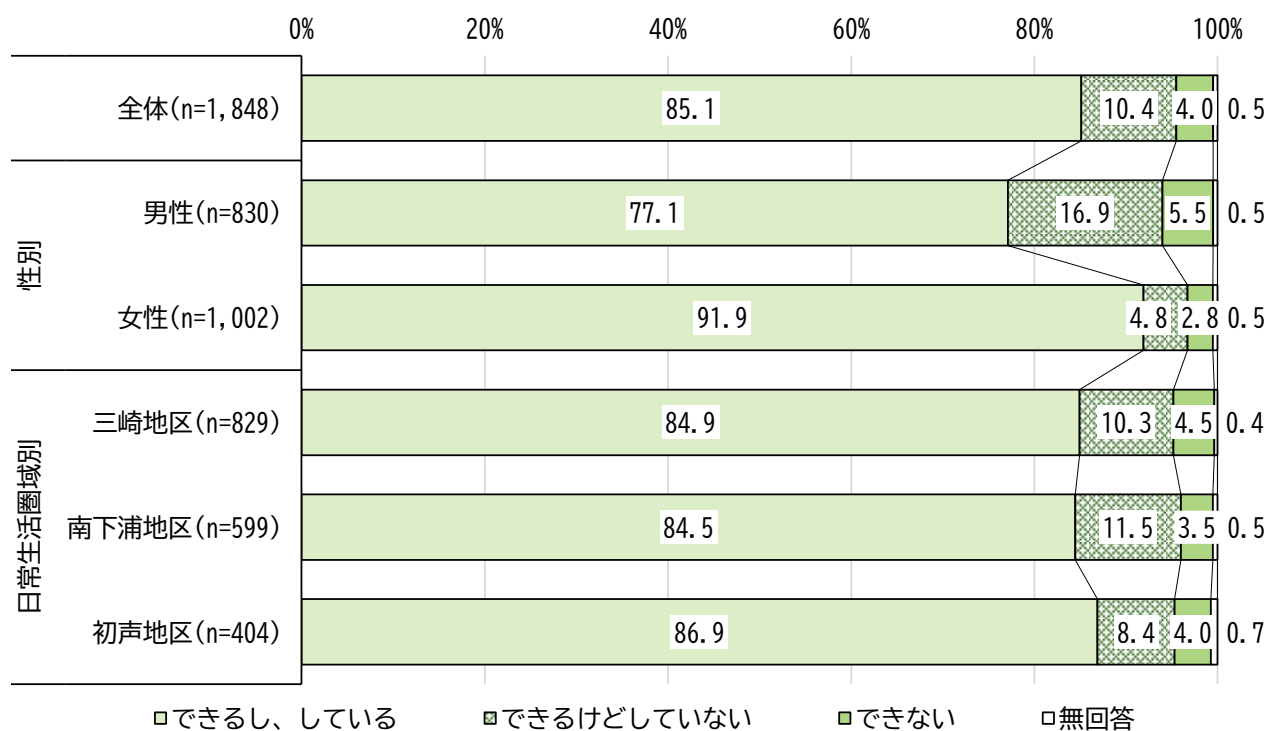


問4（8）自分で預貯金の出し入れをしていますか

自分で預貯金の出し入れをしているかについては、「できるし、している」が85.1%で最も高く、次いで「できるけどしていない」が10.4%、「できない」が4.0%となっています。

男女別でみると、「できない」では、男性が5.5%、女性が2.8%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「できない」では、三崎地区が4.5%で最も高く、次いで初声地区が4.0%と続いています。

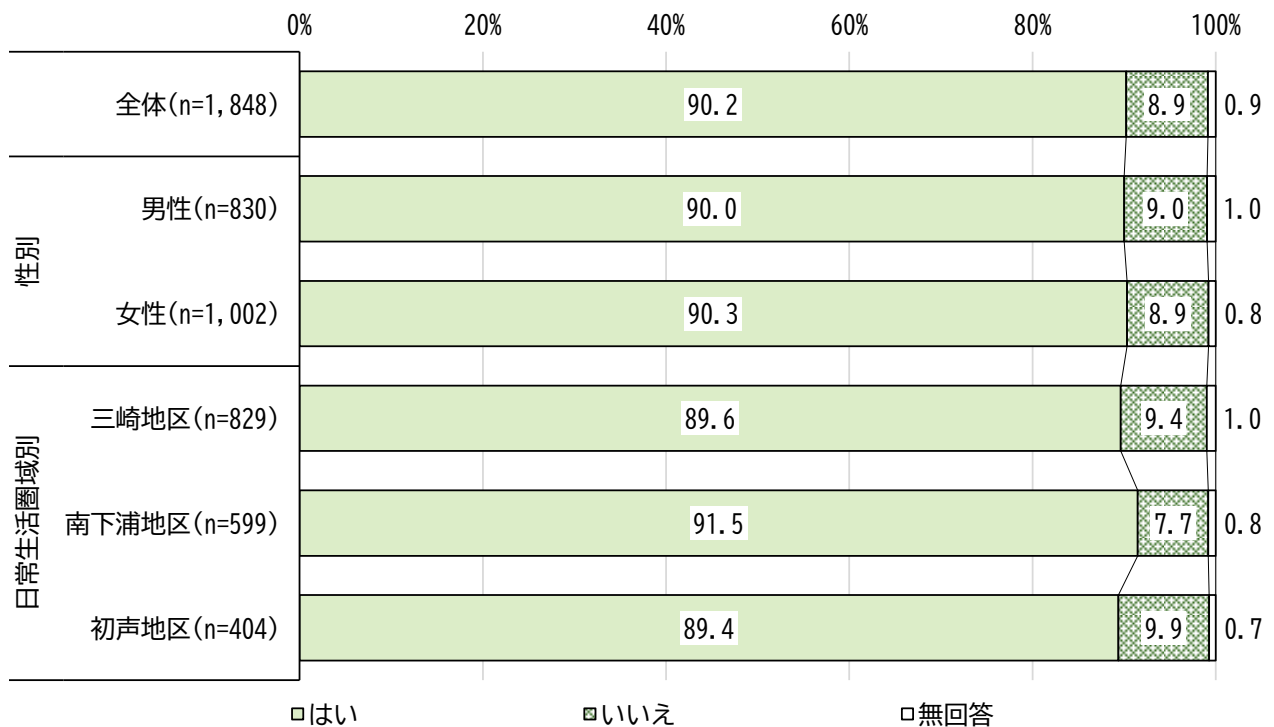


問4（9）年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか

年金などの書類が書けるかについては、「はい」が 90.2%、「いいえ」が 8.9%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が 9.0%、女性が 8.9%となっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、初声地区が 9.9%で最も高く、次いで三崎地区が 9.4%と続いています。

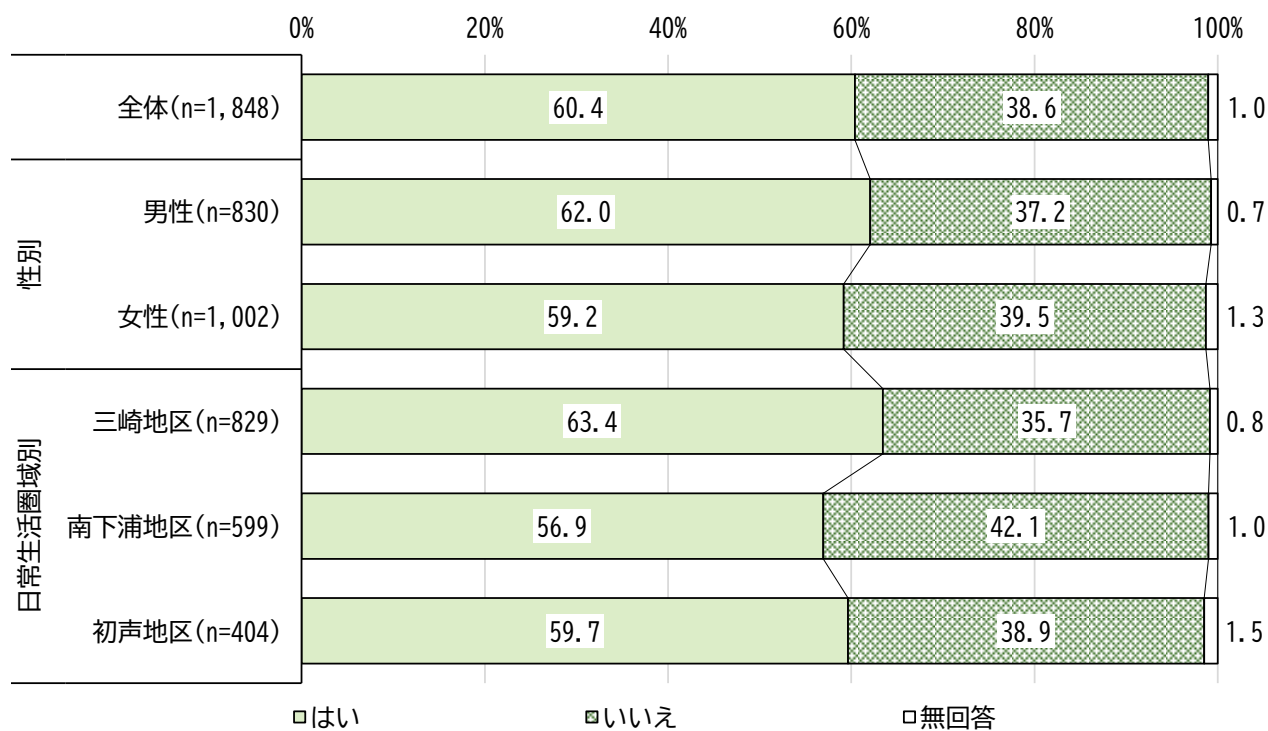


問4（10）新聞を読んでいますか

新聞を読んでいるかについては、「はい」が60.4%、「いいえ」が38.6%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が37.2%、女性が39.5%と女性の割合が高くなっています。

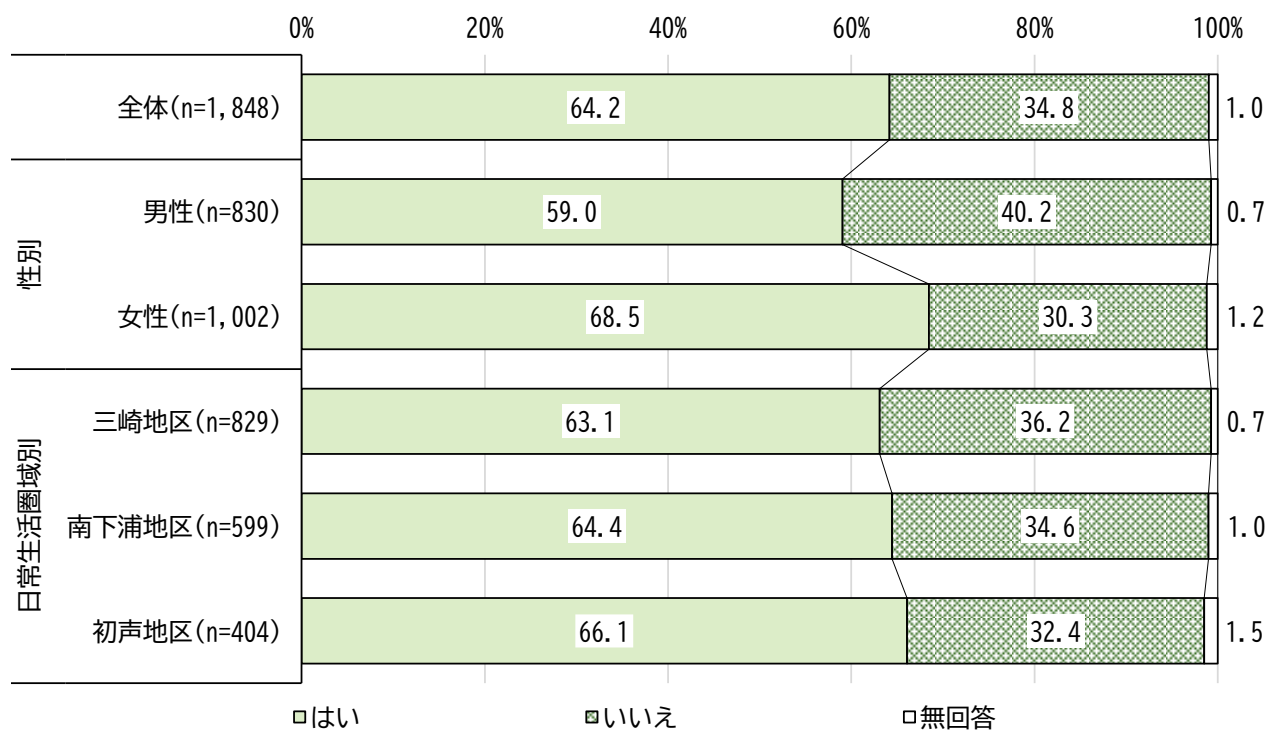
日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、南下浦地区が42.1%で最も高く、次いで初声地区が38.9%と続いています。



問4（11）本や雑誌を読んでいますか

本や雑誌を読んでいるかについては、「はい」が64.2%、「いいえ」が34.8%となっています。
男女別でみると、「いいえ」では、男性が40.2%、女性が30.3%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、三崎地区が36.2%で最も高く、次いで南下浦地区が34.6%と続いています。

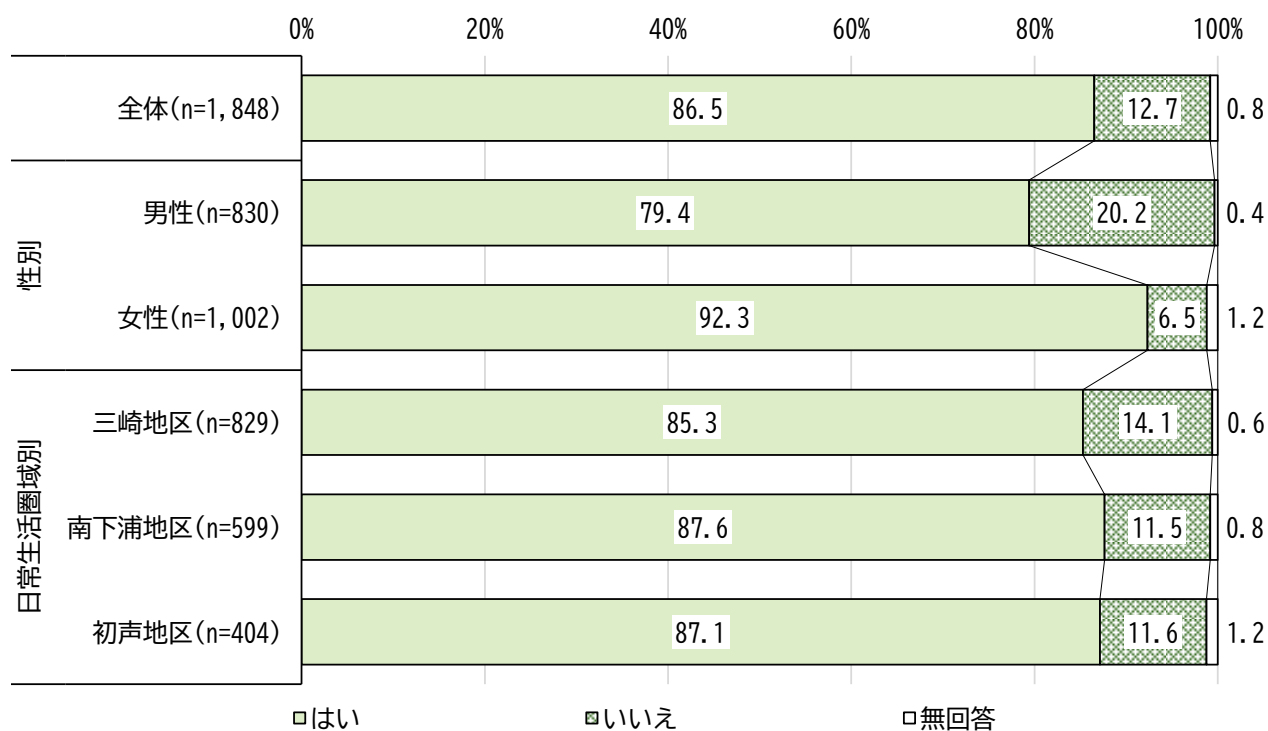


問4 (12) 健康についての記事や番組に関心がありますか

健康についての記事や番組に関心があるかについては、「はい」が86.5%、「いいえ」が12.7%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が20.2%、女性が6.5%と男性の割合が高くなっています。

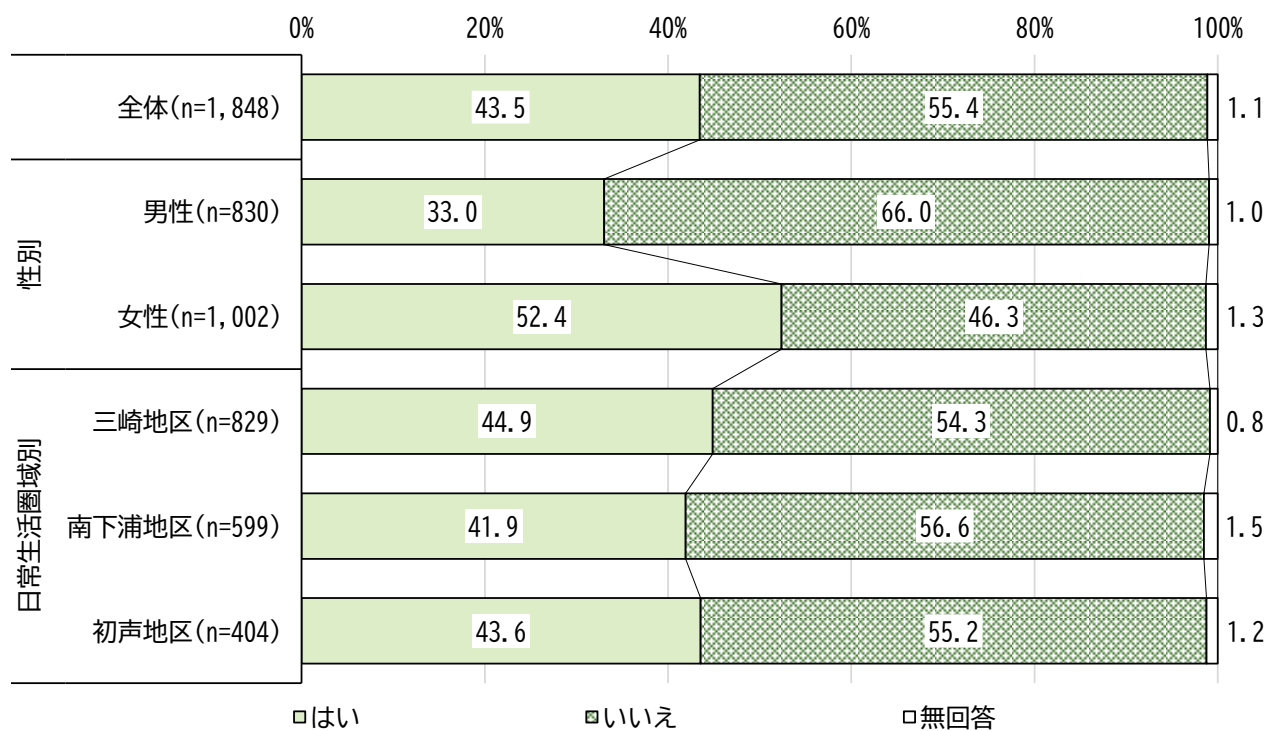
日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、三崎地区が14.1%で最も高く、次いで初声地区が11.6%と続いています。



問4（13）友人の家を訪ねていますか

友人の家を訪ねているかについては、「いいえ」が55.4%、「はい」が43.5%となっています。
男女別でみると、「いいえ」では、男性が66.0%、女性が46.3%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、南下浦地区が56.6%で最も高く、次いで初声地区が55.2%と続いています。

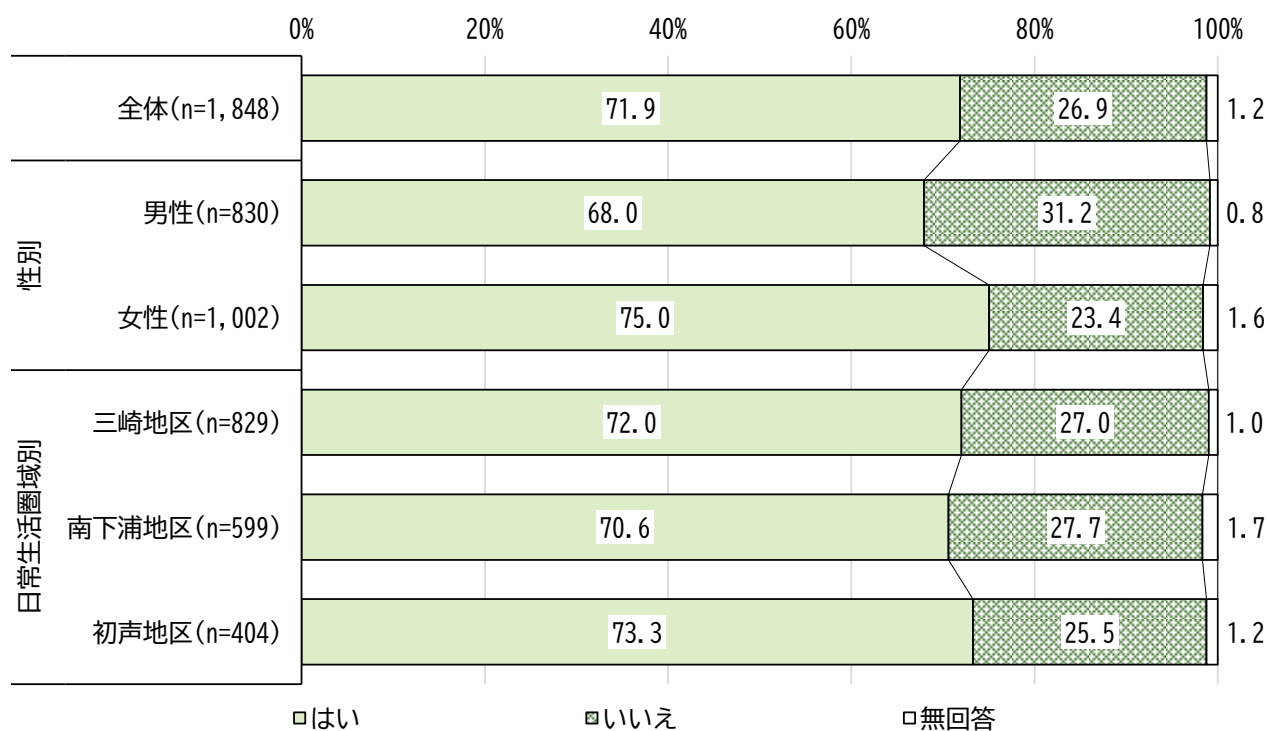


問4 (14) 家族や友人の相談にのっていますか

家族や友人の相談にのっているかについては、「はい」が71.9%、「いいえ」が26.9%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が31.2%、女性が23.4%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、南下浦地区が27.7%で最も高く、次いで三崎地区が27.0%と続いています。

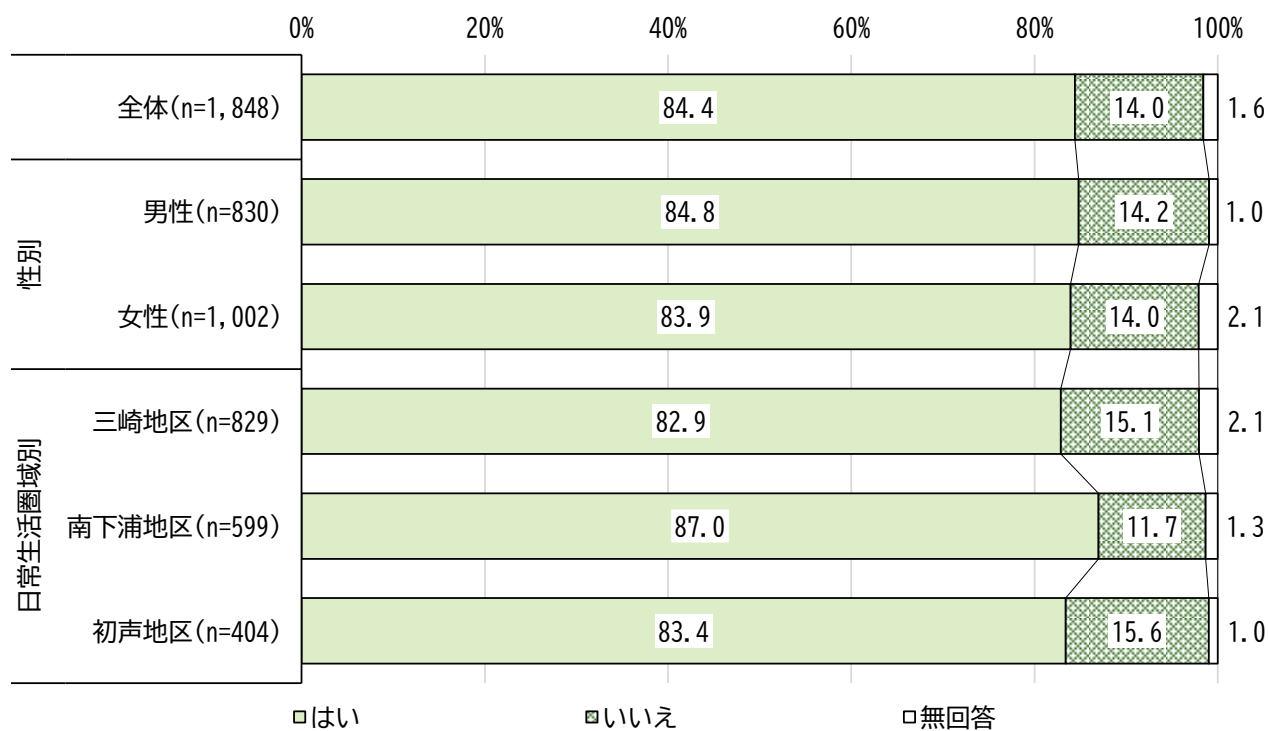


問4 (15) 病人を見舞うことができますか

病人を見舞うことができるかについては、「はい」が84.4%、「いいえ」が14.0%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が14.2%、女性が14.0%となっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、初声地区が15.6%で最も高く、次いで三崎地区が15.1%と続いています。

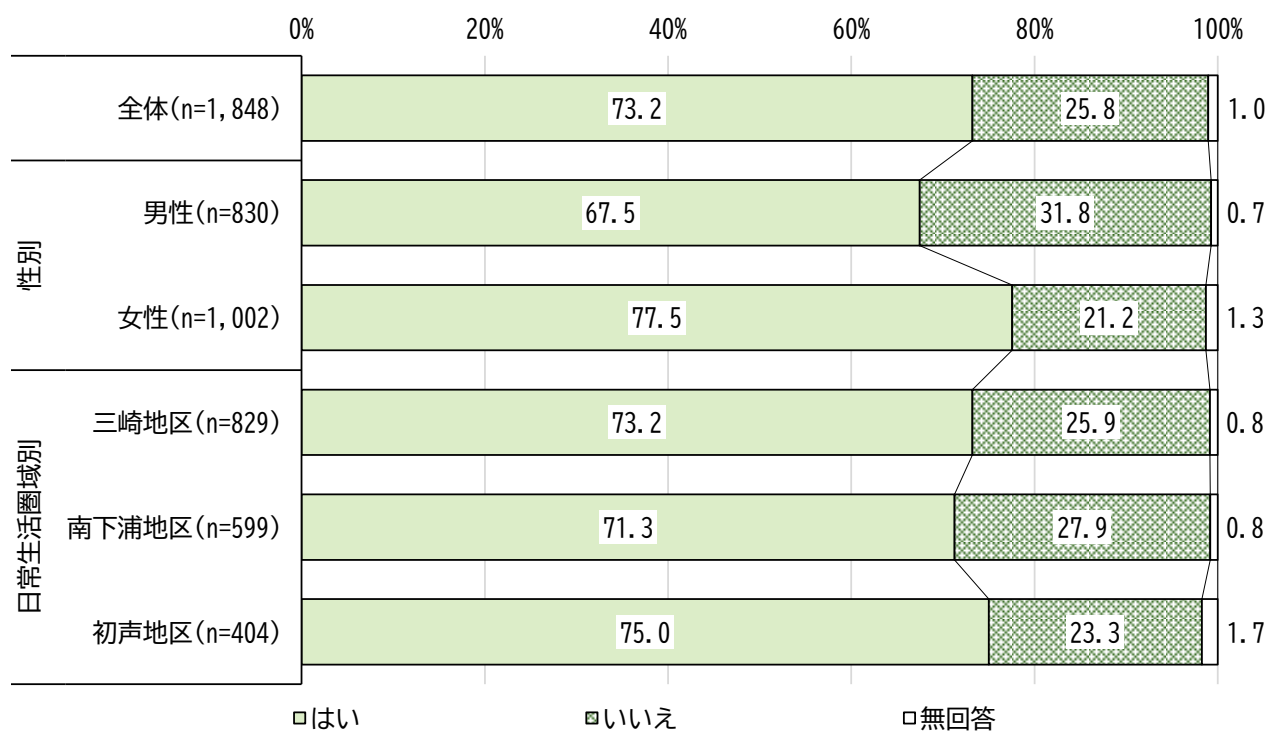


問4 (16) 若い人に自分から話しかけることがありますか

若い人に自分から話しかけることがあるかについては、「はい」が73.2%、「いいえ」が25.8%となっています。

男女別でみると、「いいえ」では、男性が31.8%、女性が21.2%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「いいえ」では、南下浦地区が27.9%で最も高く、次いで三崎地区が25.9%と続いています。

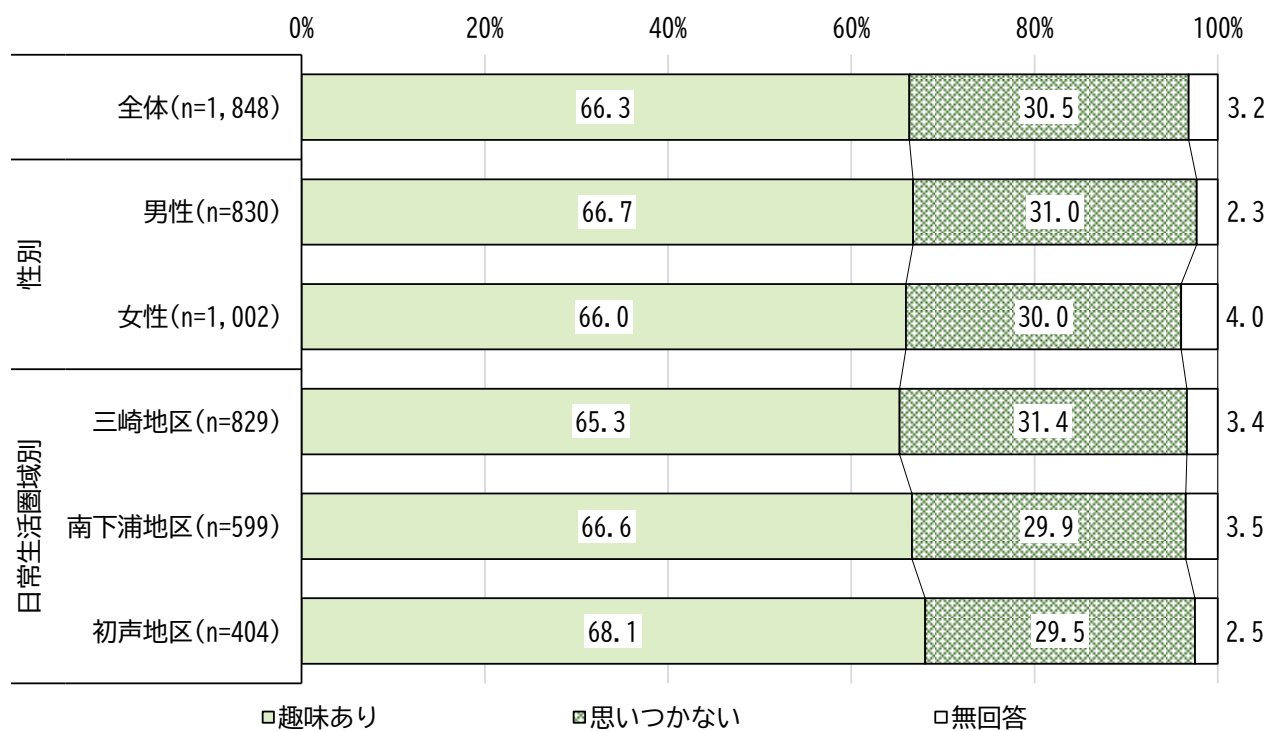


問4 (17) 趣味はありますか

趣味の有無については、「趣味あり」が66.3%、「思いつかない」が30.5%となっています。

男女別でみると、「思いつかない」では、男性が31.0%、女性が30.0%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「思いつかない」では、三崎地区が31.4%で最も高く、次いで南下浦地区が29.9%と続いています。

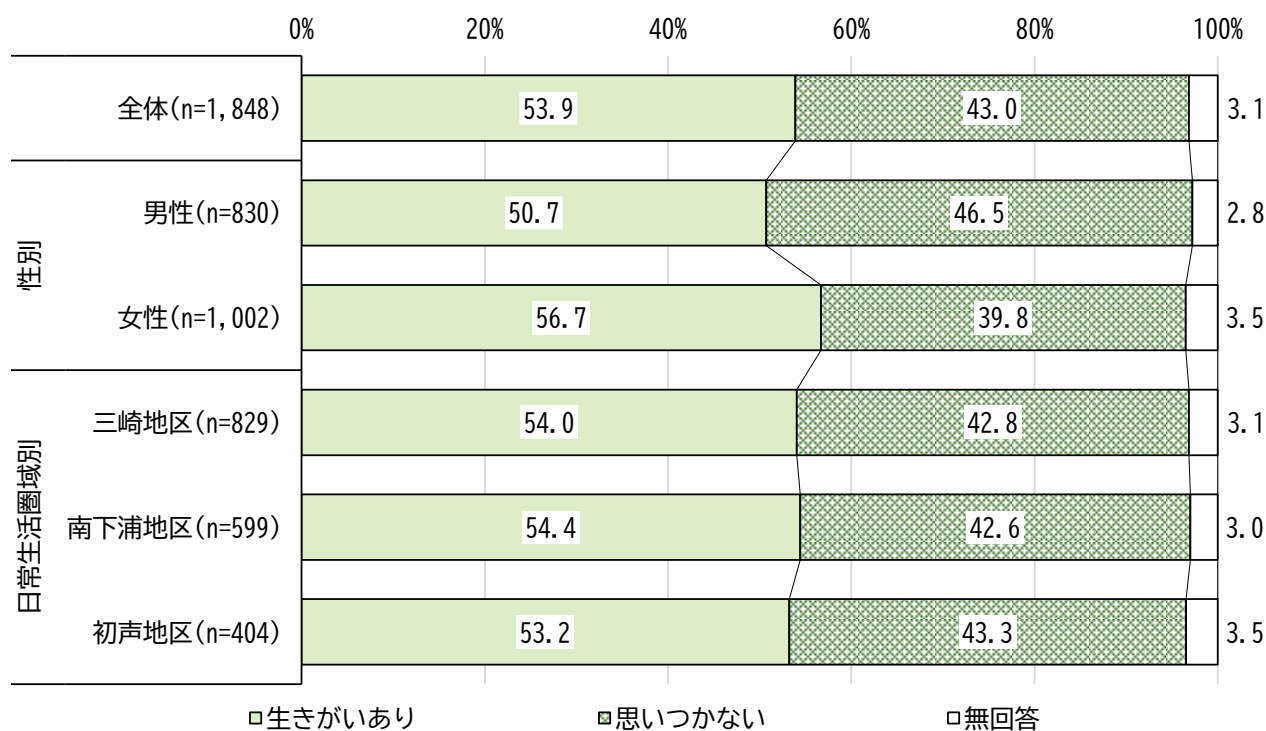


問4 (18) 生きがいがありますか（ある方は具体的な生きがいをご記入ください）

生きがいの有無については、「生きがいあり」が 53.9%、「思いつかない」が 43.0%となっています。

男女別でみると、「思いつかない」では、男性が 46.5%、女性が 39.8%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「思いつかない」では、初声地区が 43.3%で最も高く、次いで三崎地区が 42.8%と続いています。



6. 地域での活動について

問5（1）以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

※① - ⑧それぞれに回答してください

- ①ボランティアのグループ
- ②スポーツ関係のグループやクラブ
- ③趣味関係のグループ
- ④学習・教養サークル
- ⑤元気アップ教室・脳の健康教室、ふれあいサロン等の介護予防のための通いの場
- ⑥老人クラブ
- ⑦町内会・自治会
- ⑧収入のある仕事

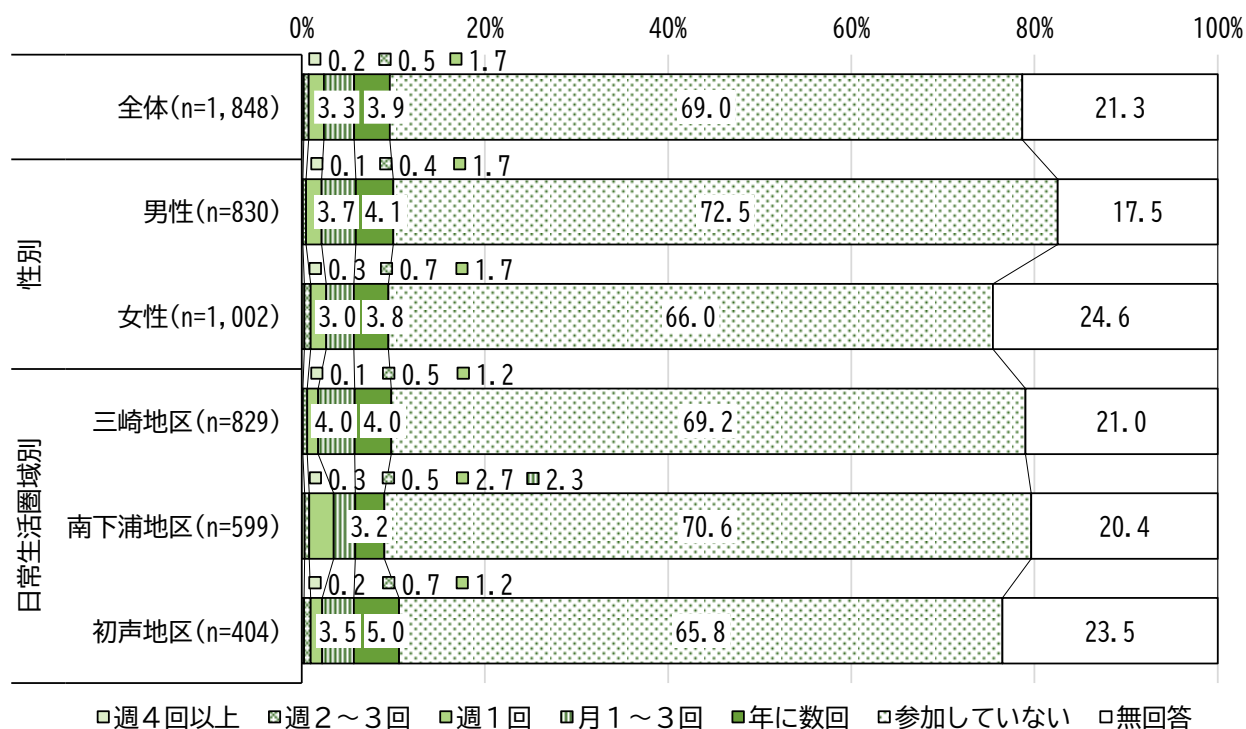
社会参加の状況について、参加している割合は、⑧収入のある仕事（27.8%）、③趣味関係のグループ（22.6%）、⑦町内会・自治会（19.7%）、②スポーツ関係のグループやクラブ（17.2%）、①ボランティアのグループ（9.6%）、⑤元気アップ教室・脳の健康教室、ふれあいサロン等の介護予防のための通いの場（8.5%）、④学習・教養サークル（5.6%）、⑥老人クラブ（3.5%）の順となっています。

週1回以上の割合でみると、⑧収入のある仕事が24.7%で最も高く、次いで②スポーツ関係のグループやクラブが11.2%、③趣味関係のグループが6.9%と続いています。

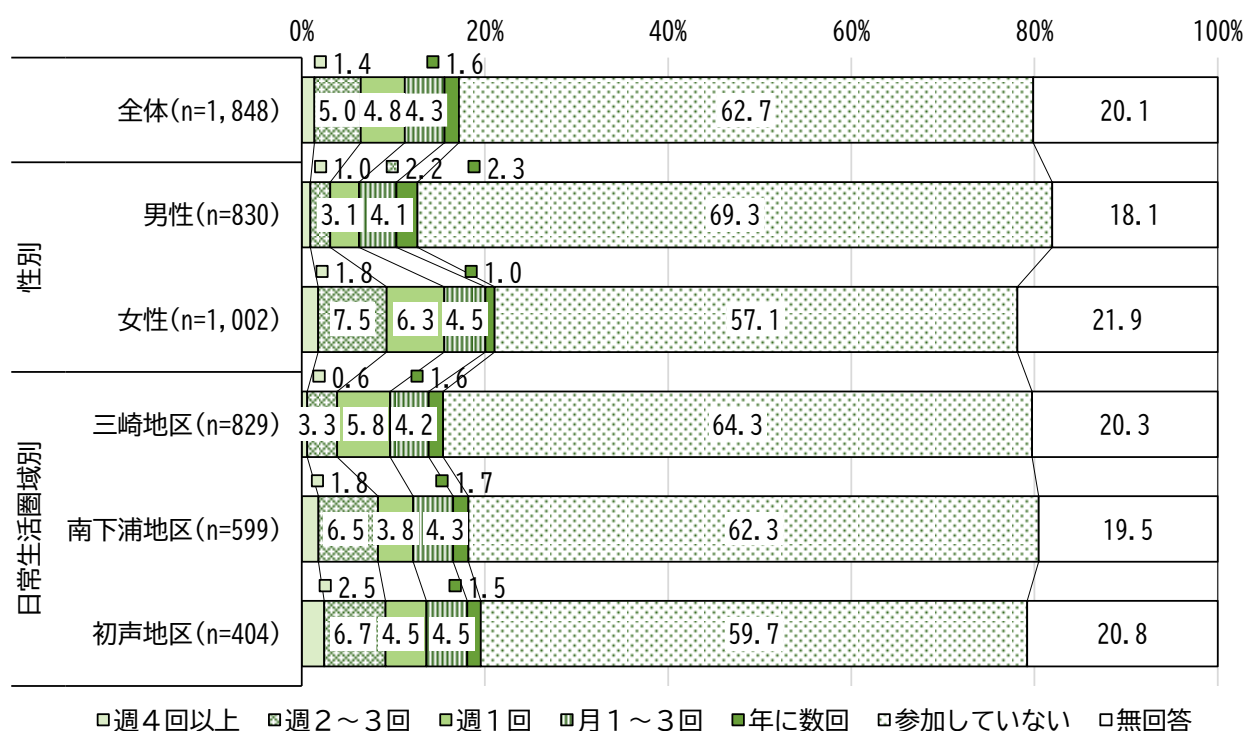
単位：%

n=1,848	参加頻度					参加している	参加していない	無回答
	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回			
①ボランティアのグループ	0.2	0.5	1.7	3.3	3.9	9.6	69.0	21.3
②スポーツ関係のグループやクラブ	1.4	5.0	4.8	4.3	1.6	17.2	62.7	20.1
③趣味関係のグループ	0.9	2.5	3.5	11.3	4.3	22.6	58.9	18.6
④学習・教養サークル	0.1	0.2	0.8	2.3	2.2	5.6	70.8	23.6
⑤元気アップ教室・脳の健康教室、ふれあいサロン等の介護予防のための通いの場	0.4	1.2	3.2	2.3	1.3	8.5	70.5	21.0
⑥老人クラブ	0.1	0.2	0.2	2.1	0.9	3.5	73.7	22.8
⑦町内会・自治会	0.2	0.2	0.3	6.1	12.9	19.7	59.5	20.8
⑧収入のある仕事	14.8	8.6	1.3	1.5	1.6	27.8	52.9	19.4

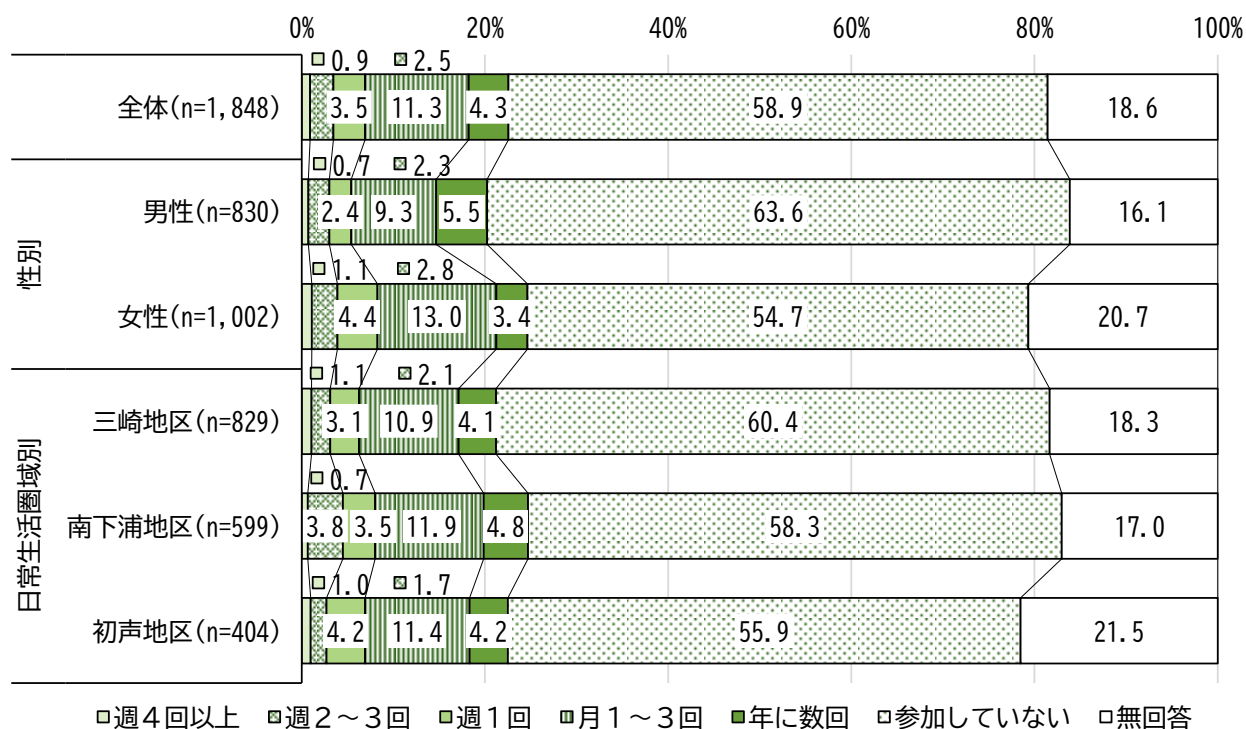
①ボランティアのグループの参加状況



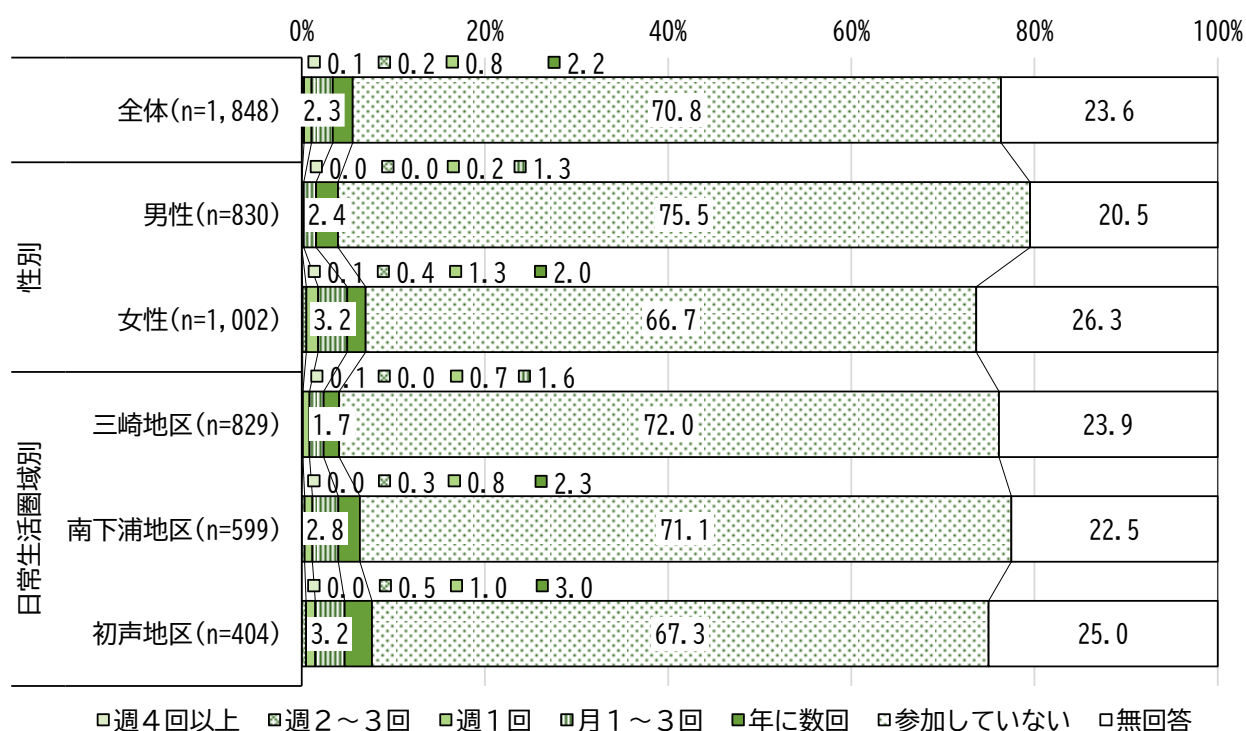
②スポーツ関係のグループやクラブの参加状況



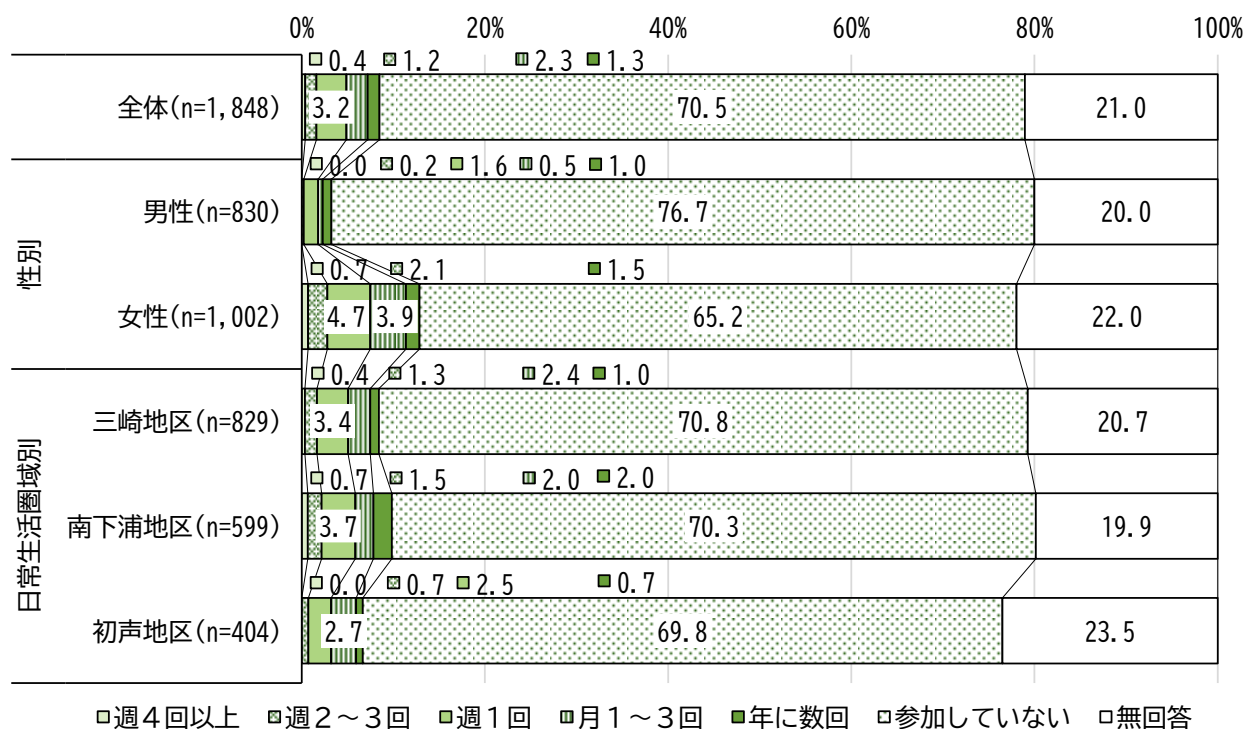
③趣味関係のグループの参加状況



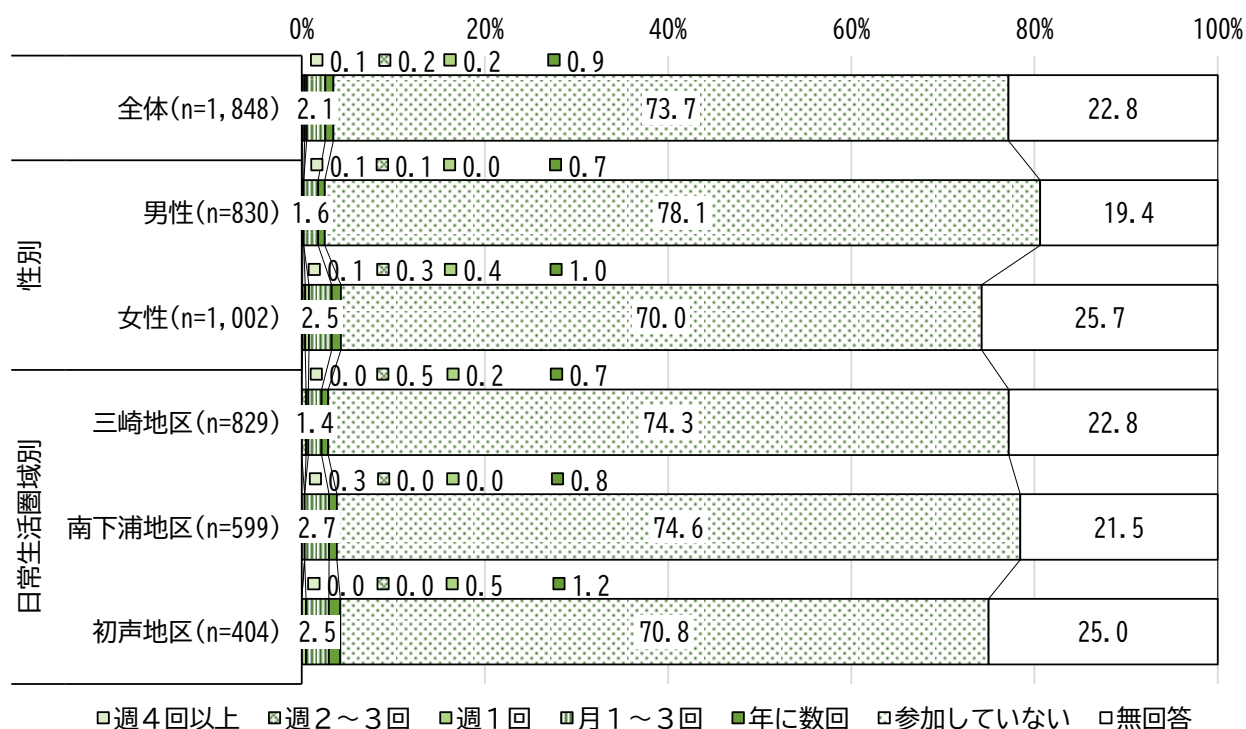
④学習・教養サークルの参加状況



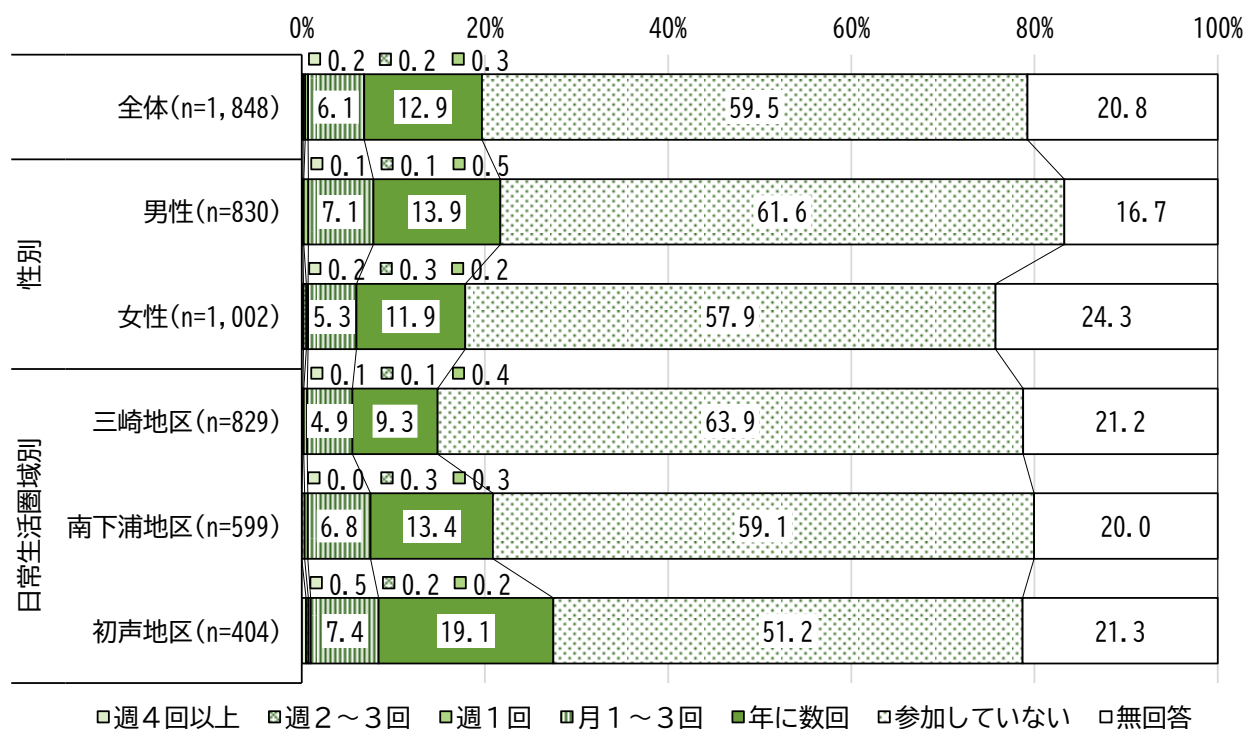
⑤元気アップ教室・脳の健康教室、ふれあいサロン等の介護予防のための通いの場の参加状況



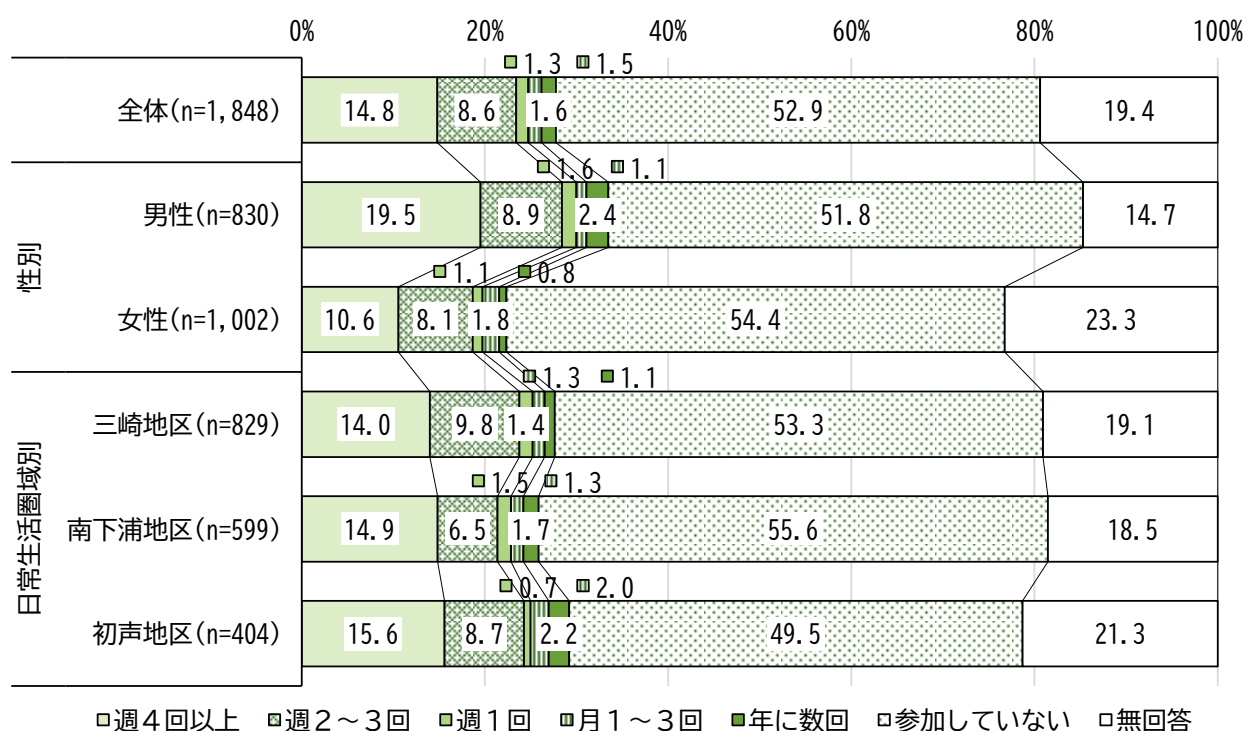
⑥老人クラブの参加状況



⑦町内会・自治会の参加状況



⑧収入のある仕事の参加状況

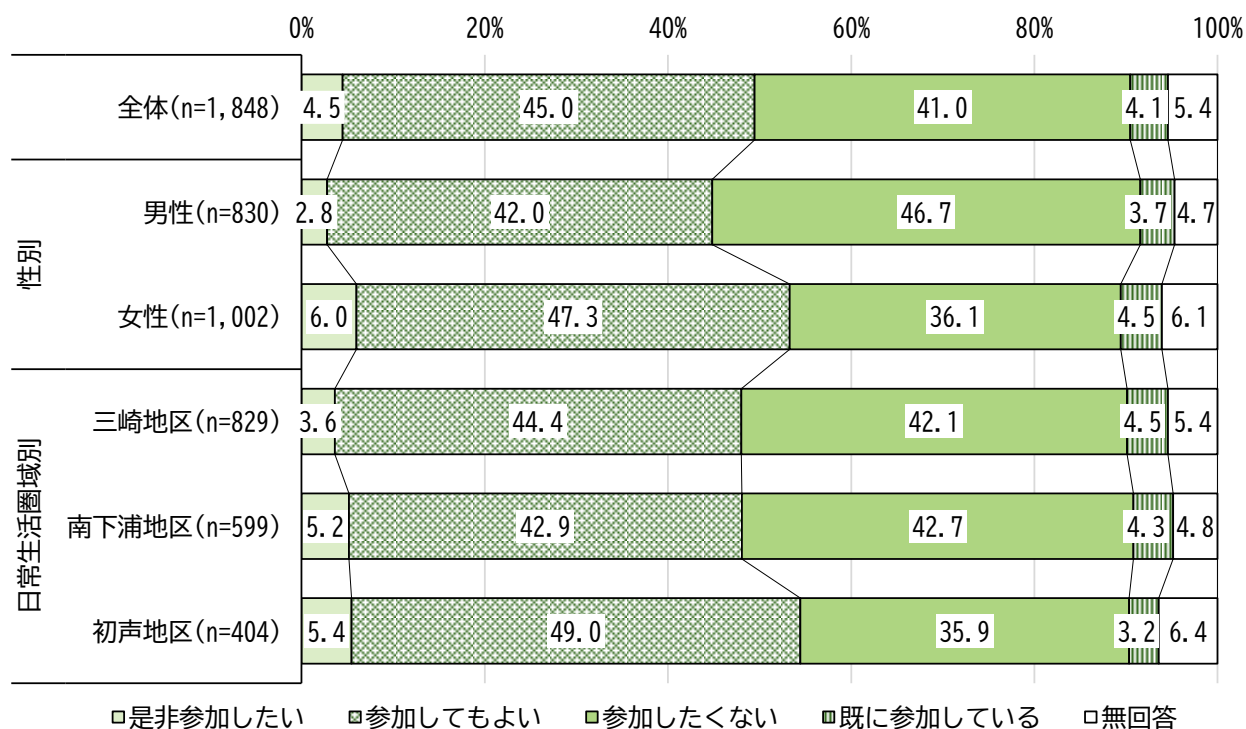


問5（2）地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか

地域づくりへ参加者として参加する意向があるかについては、「参加してもよい」が45.0%で最も高く、次いで「参加したくない」が41.0%、「是非参加したい」が4.5%、「既に参加している」が4.1%となっており、参加者として参加意向がある回答者（「是非参加したい」と「参加してもよい」、「既に参加している」の合計）は53.6%となっています。

男女別でみると、参加者として参加意向がある回答者は、男性が48.5%、女性が57.8%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、参加者として参加意向がある回答者は、初声地区が57.6%で最も高く、「参加したくない」では、南下浦地区が42.7%で最も高くなっています。

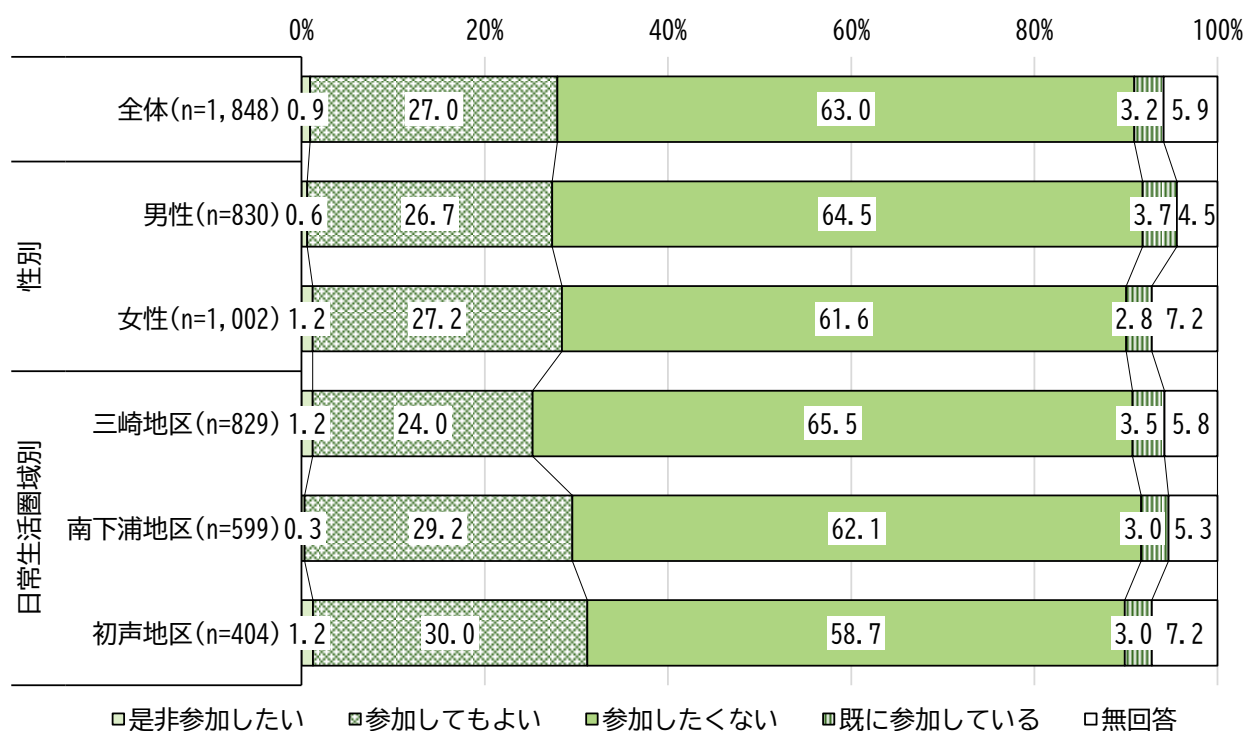


問5（3）地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか

地域づくりへ企画・運営（お世話役）として参加する意向があるかについては、「参加したくない」が63.0%で最も高く、次いで「参加してもよい」が27.0%、「既に参加している」が3.2%、「是非参加したい」が0.9%となっており、企画・運営（お世話役）として参加意向がある回答者（「是非参加したい」と「参加してもよい」、「既に参加している」の合計）は31.1%となっています。

男女別でみると、企画・運営（お世話役）として参加意向がある回答者では、男性が31.0%、女性が31.2%となっています。

日常生活圏域別でみると、企画・運営（お世話役）として参加意向がある回答者は、初声地区が34.2%で最も高く、「参加したくない」では、三崎地区が65.5%で最も高くなっています。



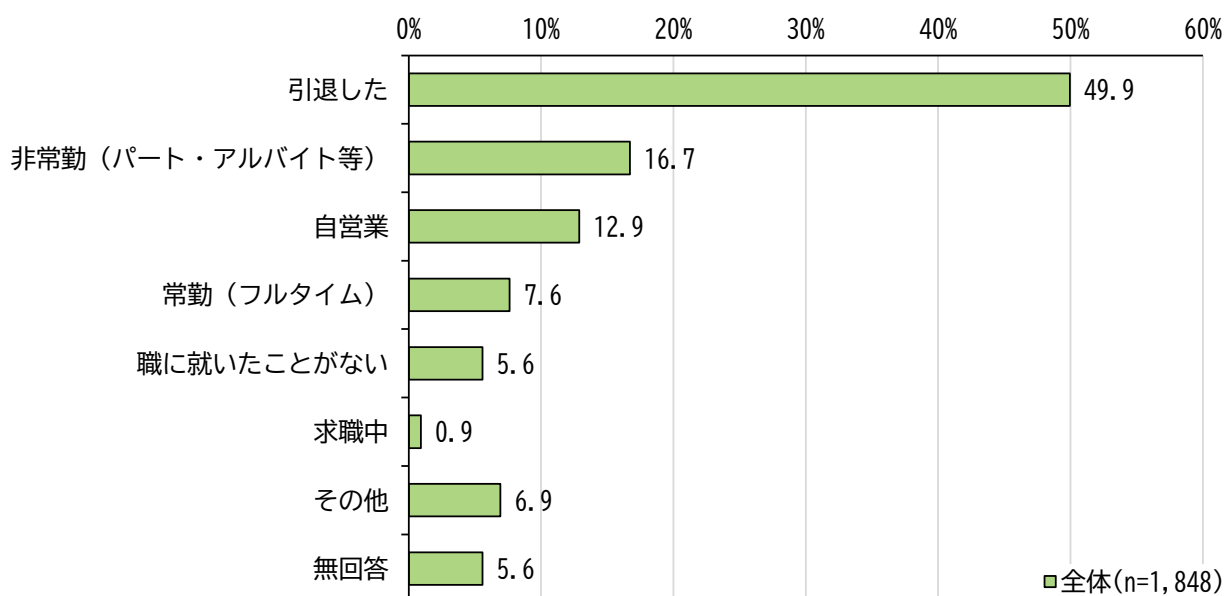
7. 就労について

問6（1）現在のあなたの就労状態はどれですか（いくつでも）

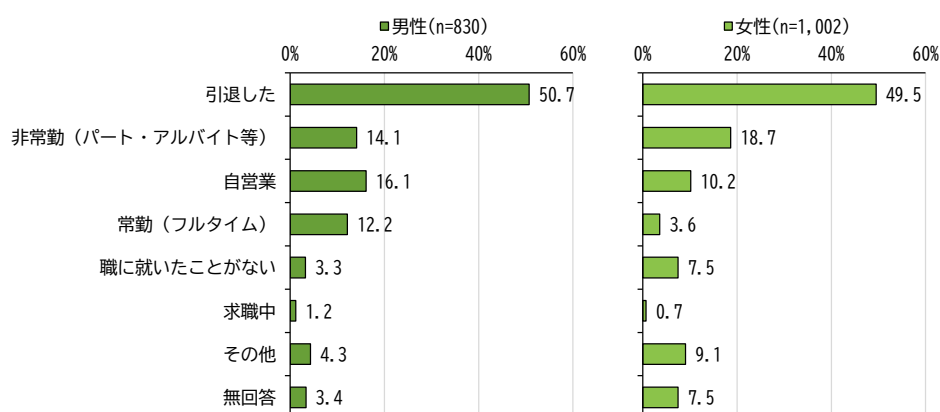
現在の就労状態については、「引退した」が49.9%で最も高く、次いで「非常勤（パート・アルバイト等）」が16.7%、「自営業」が12.9%と続いています。

男女別でみると、「引退した」では、男性が50.7%、女性が49.5%と、ともに約5割を占めています。

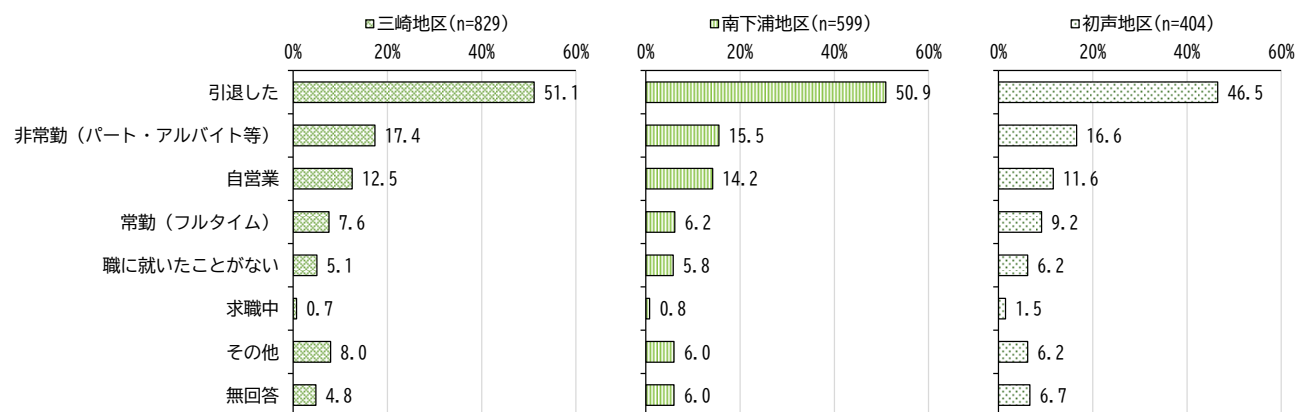
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「引退した」が最も高くなっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別



【（１）で「引退した」の方のみ】

問６（１）①あなたはいつ引退しましたか（該当する選択肢１つに☑、年数は数字で記入）

引退した時の年齢については、「65～69歳」が20.7%で最も高く、次いで「60歳未満」が19.1%、「60～64歳」が18.3%と続いています。

男女別でみると、男性では「65～69歳」が25.2%、女性では「60歳未満」が26.6%で最も高くなっています。

日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「65～69歳」が最も高くなっています。



8. たすけあいについて

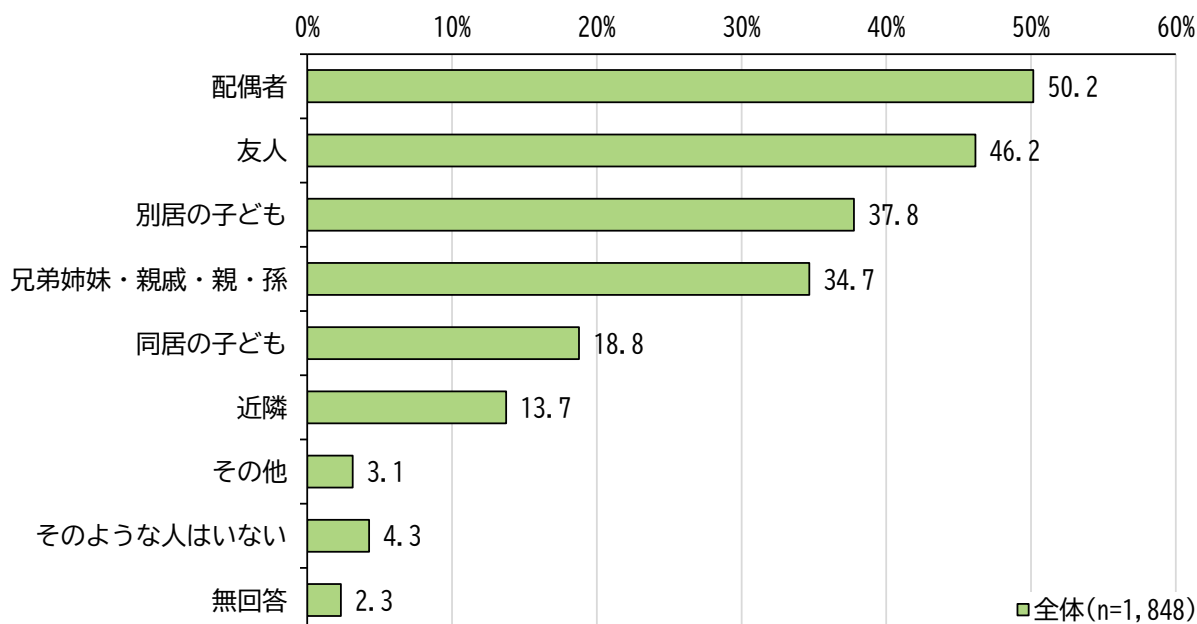
問7（1）あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（いくつでも）
 問7（2）反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（いくつでも）
 問7（3）あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（いくつでも）
 問7（4）反対に、看病や世話をしてあげる人（いくつでも）

たすけあいの状況については、助け合う人がいる割合がどの設問でも高く、「配偶者」が最も高くなっています。

単位：％

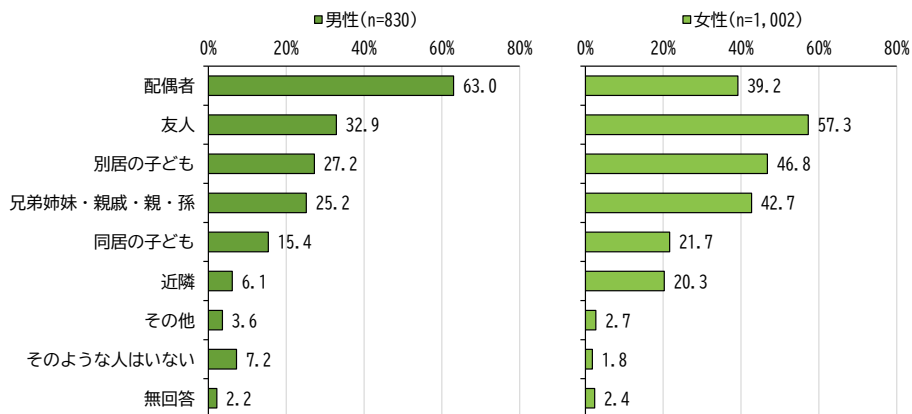
n=1,848	対象者							たすけあう 人がいる	人そ はい ない	無回答
	配 偶 者	子 同 居 の も	子 別 居 の も	親 兄 威 弟 孫 ・ 姉 妹 ・ ・	近 隣	友 人	そ の 他			
あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人	50.2	18.8	37.8	34.7	13.7	46.2	3.1	93.4	4.3	2.3
あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人	48.6	16.4	33.8	33.8	16.6	47.1	2.6	90.3	6.2	3.5
あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人	55.6	23.2	34.8	17.4	4.1	7.3	3.2	90.0	7.6	2.4
あなたが看病や世話をしてあげる人	54.3	17.7	23.6	23.8	5.2	9.3	2.7	77.9	16.6	5.5

問7（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）

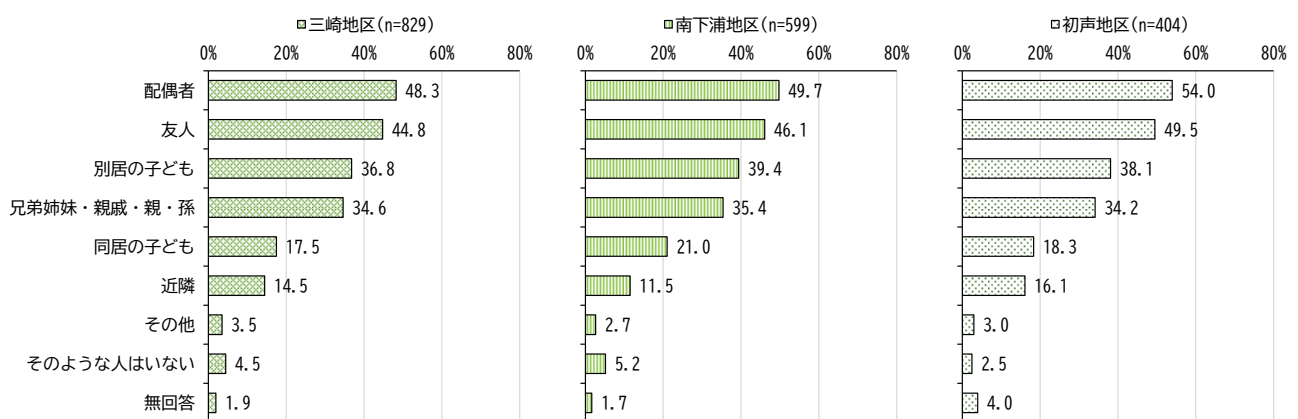


第3章 調査結果

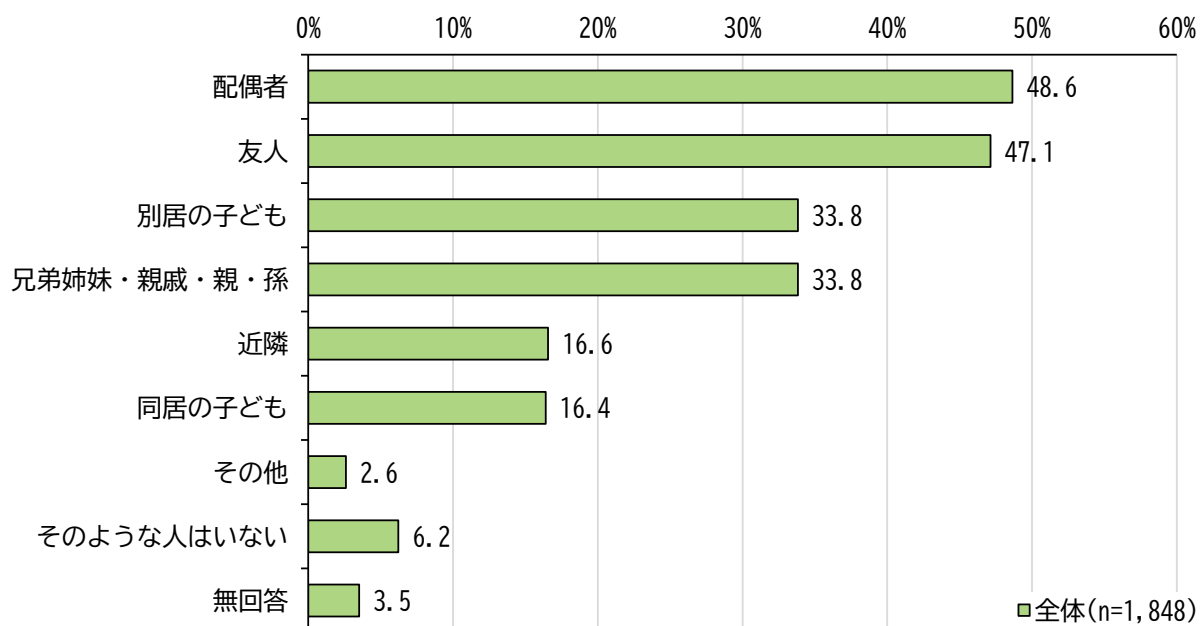
■ 性別



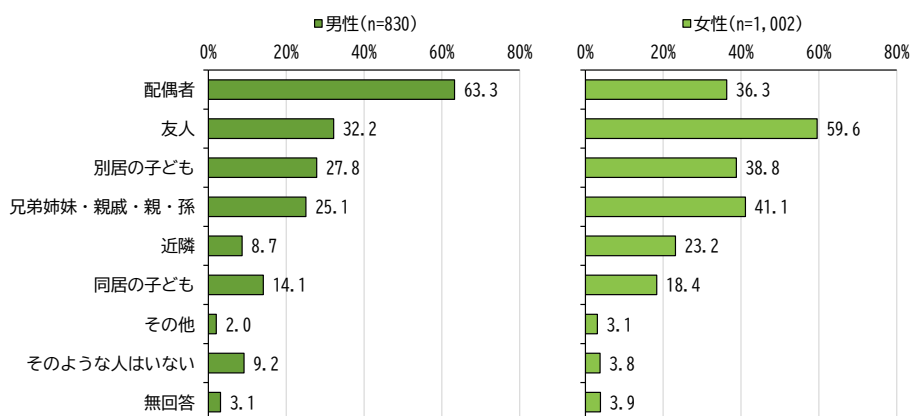
■ 日常生活圏域別



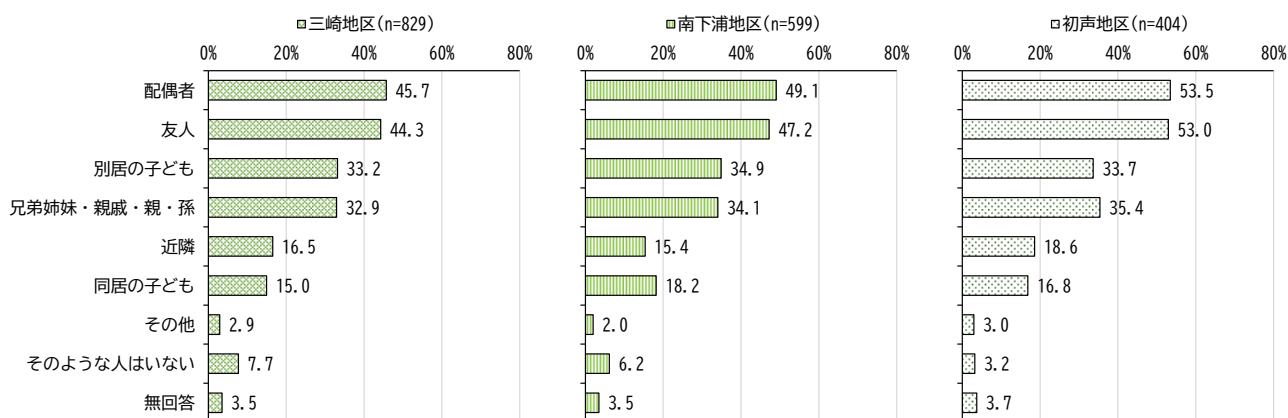
問7(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人(いくつでも)



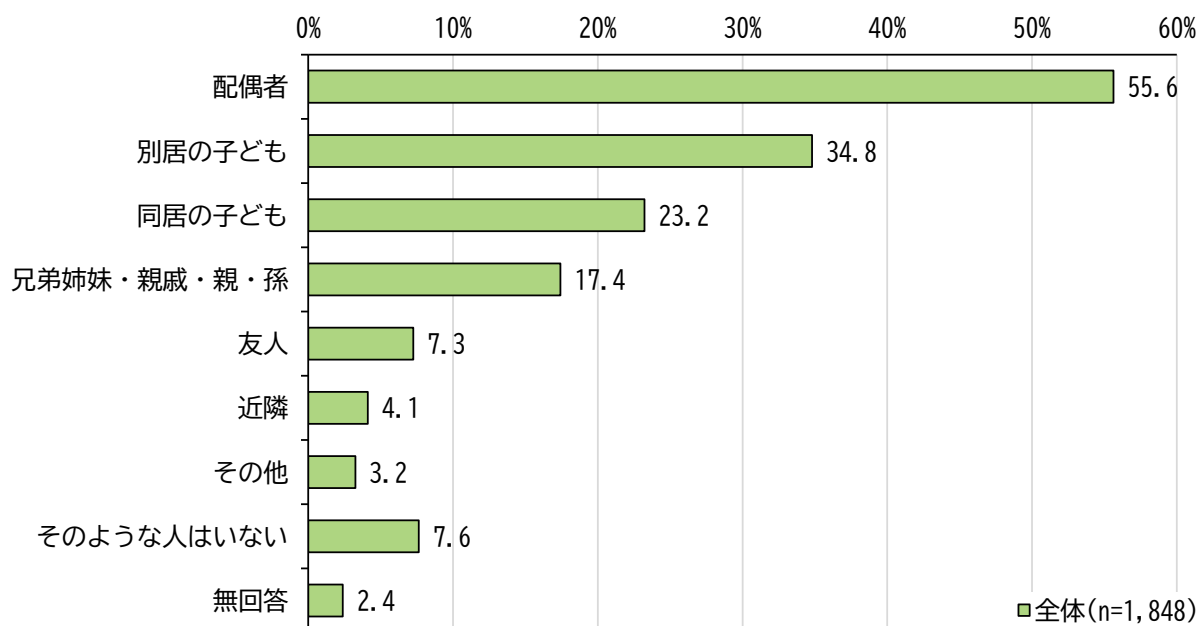
■ 性別



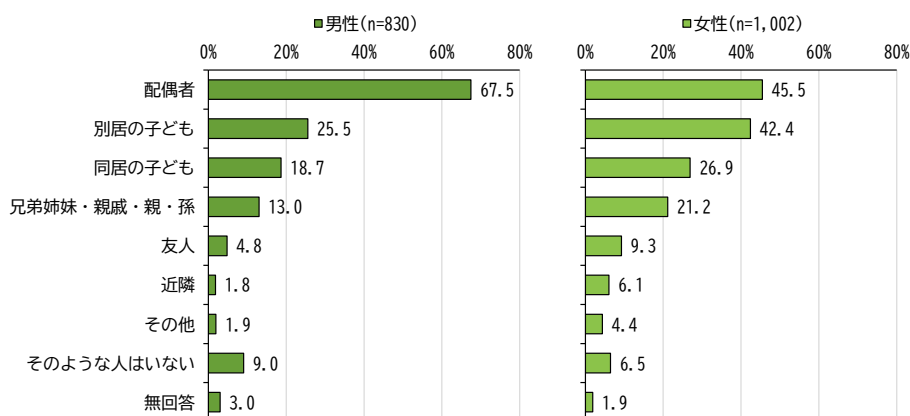
■ 日常生活圏域別



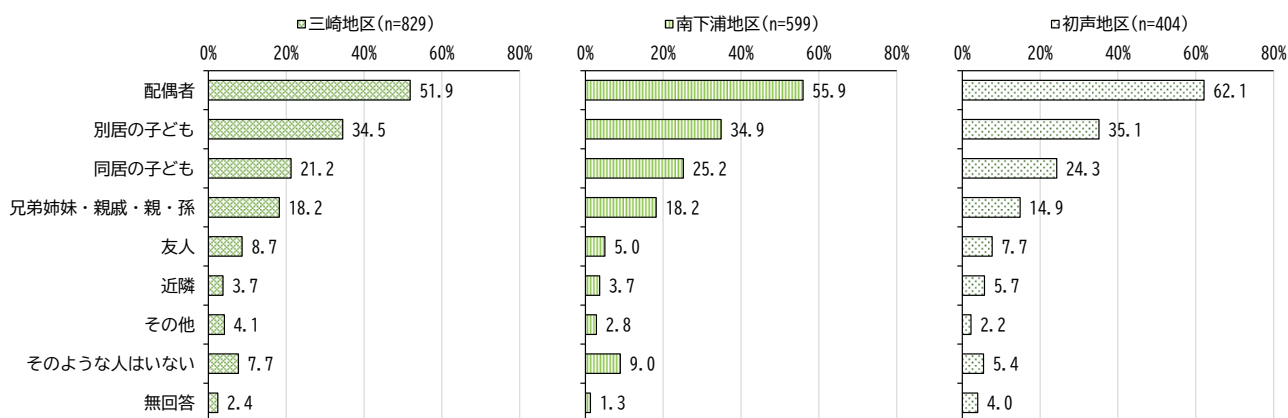
問7（3）あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（いくつでも）



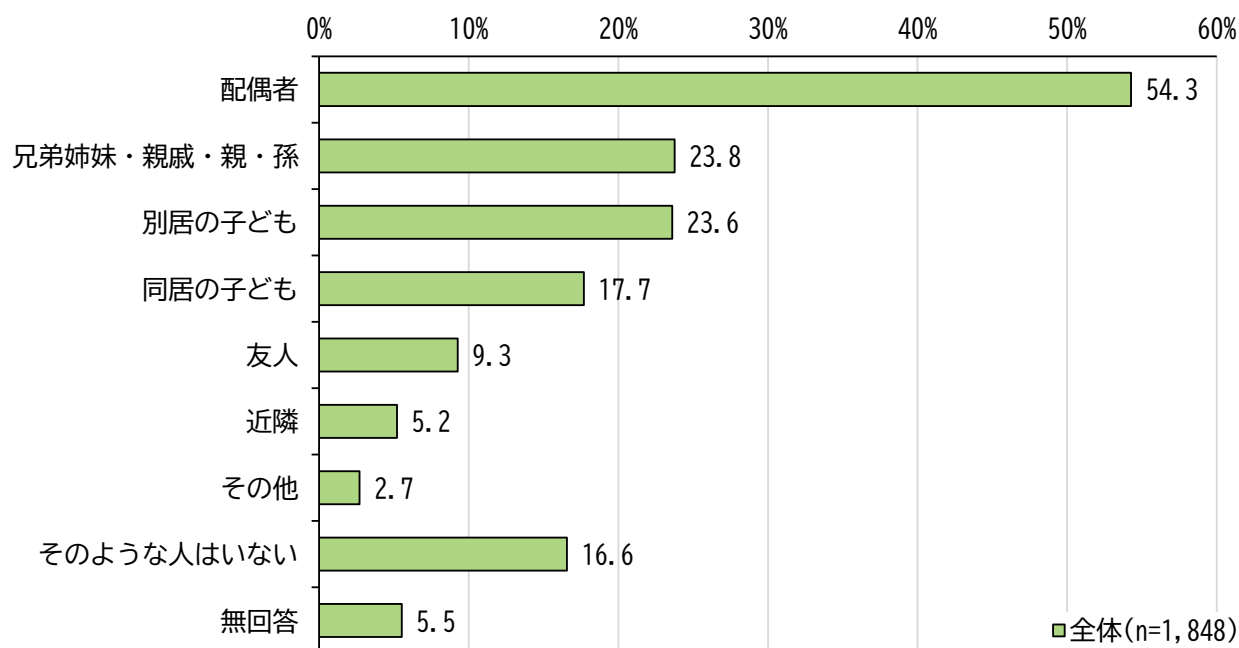
■ 性別



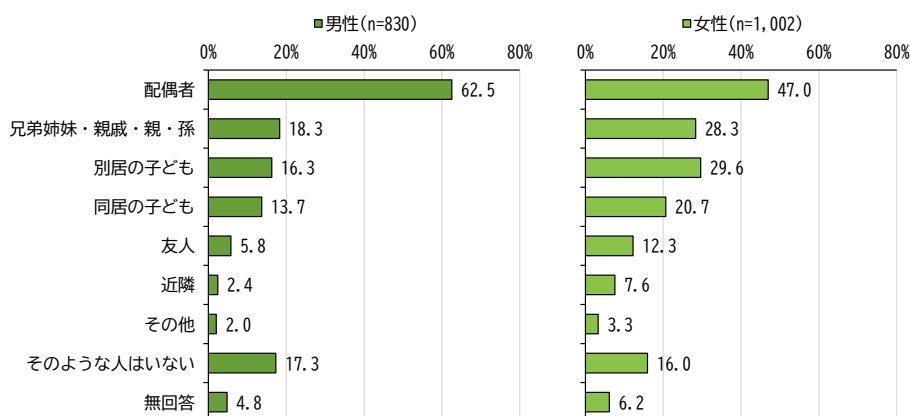
■ 日常生活圏域別



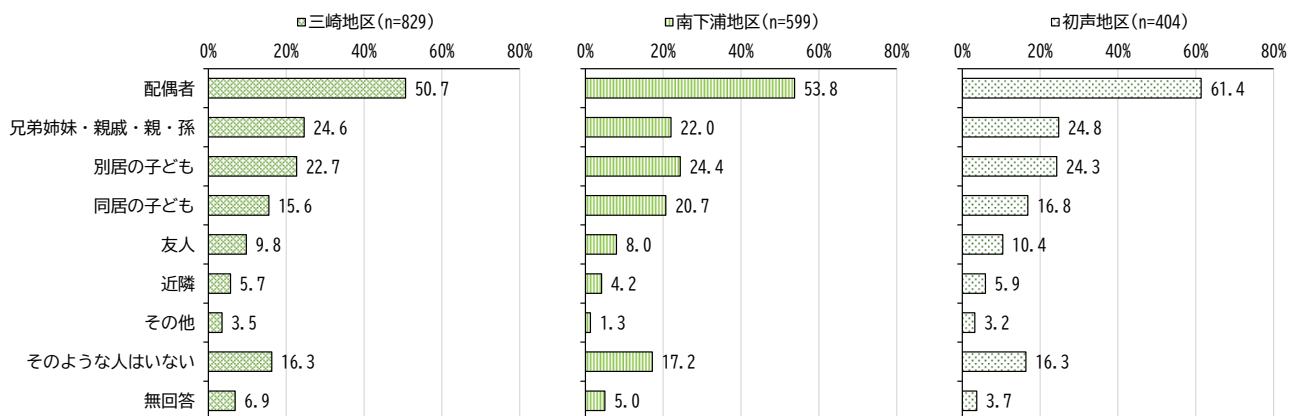
問7(4) 反対に、看病や世話をしあける人(いくつでも)



■ 性別



■ 日常生活圏域別

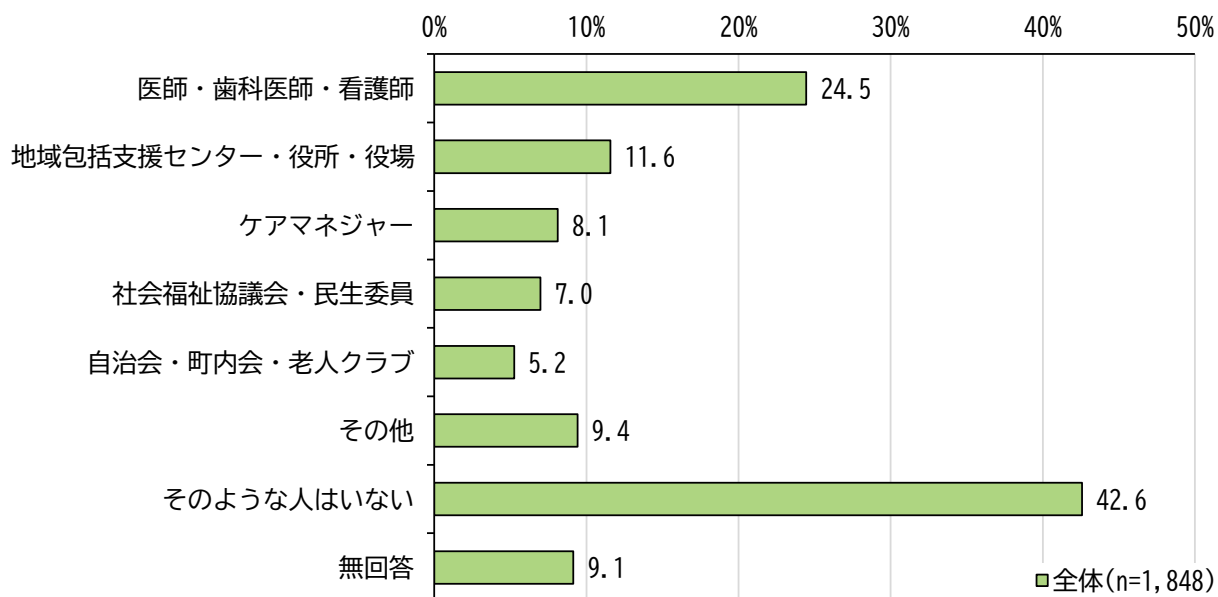


問7（5）家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください（いくつでも）

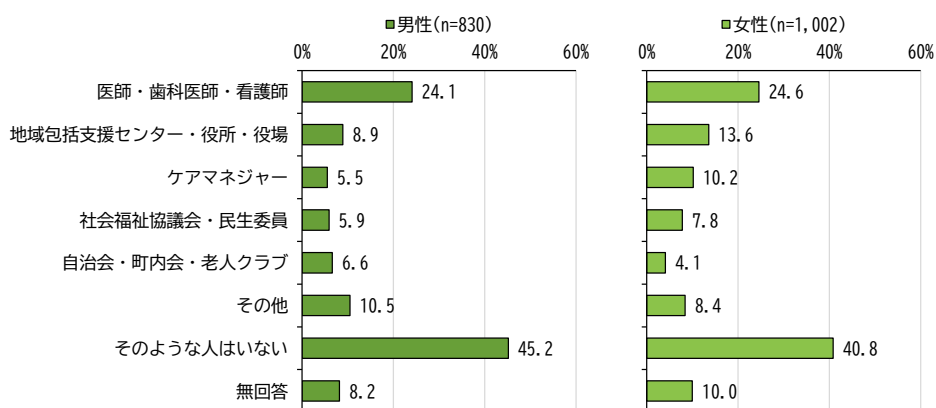
家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手については、「そのような人はいない」が42.6%で最も高く、次いで「医師・歯科医師・看護師」が24.5%、「地域包括支援センター・役所・役場」が11.6%と続いています。

男女別でみると、「そのような人はいない」では、男性が45.2%、女性が40.8%と男性の割合が高くなっています。

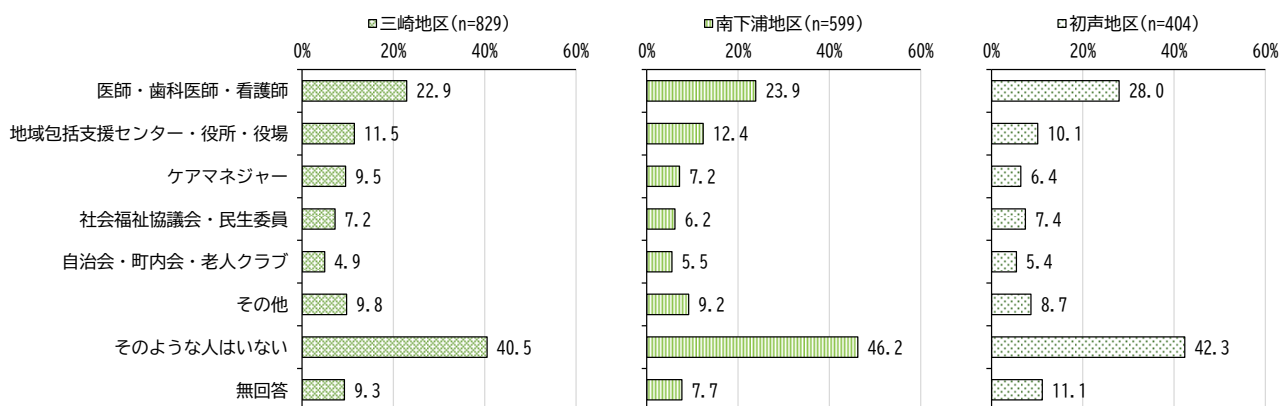
日常生活圏域別でみると、「そのような人はいない」では、南下浦地区が46.2%で最も高く、次いで初声地区が42.3%と続いています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

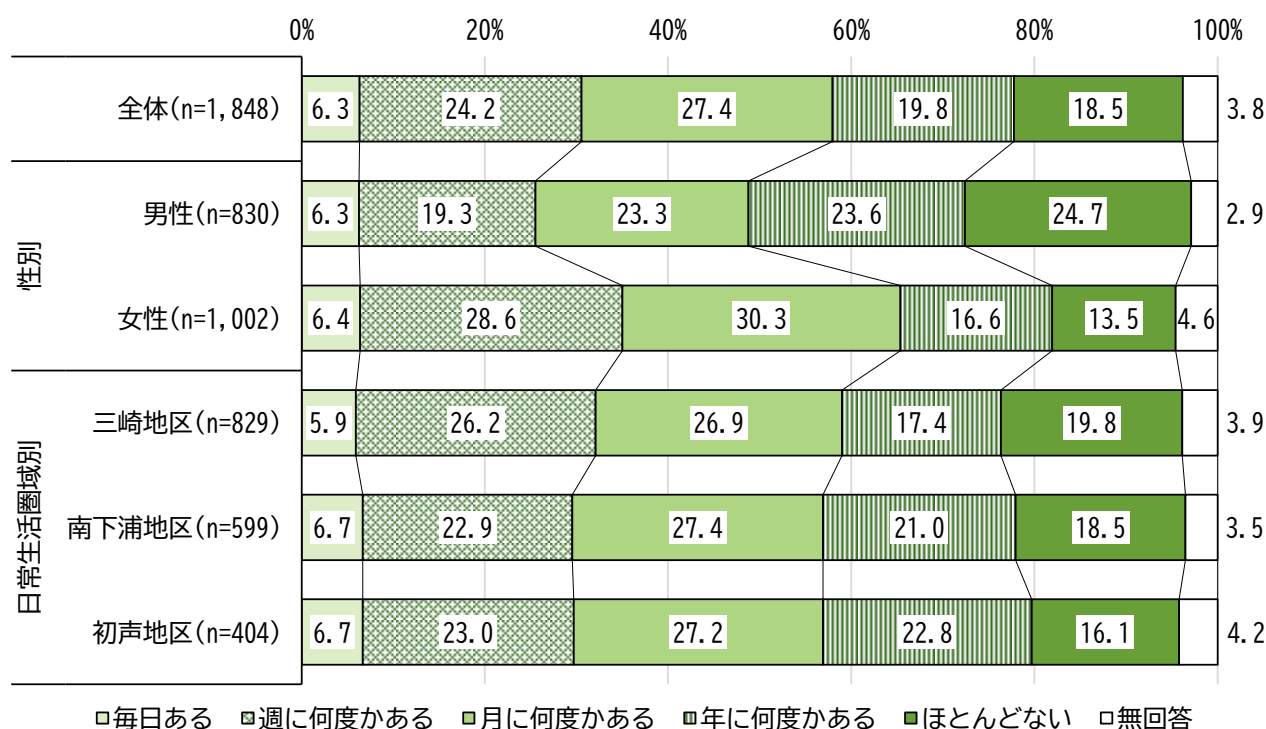


問7（6）友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

友人・知人と会う頻度については、「月に何度かある」が27.4%で最も高く、次いで「週に何度かある」が24.2%、「年に何度かある」が19.8%と続いています。

男女別でみると、「ほとんどない」では、男性が24.7%、女性が13.5%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「ほとんどない」では、三崎地区が19.8%で最も高く、次いで南下浦地区が18.5%と続いています。

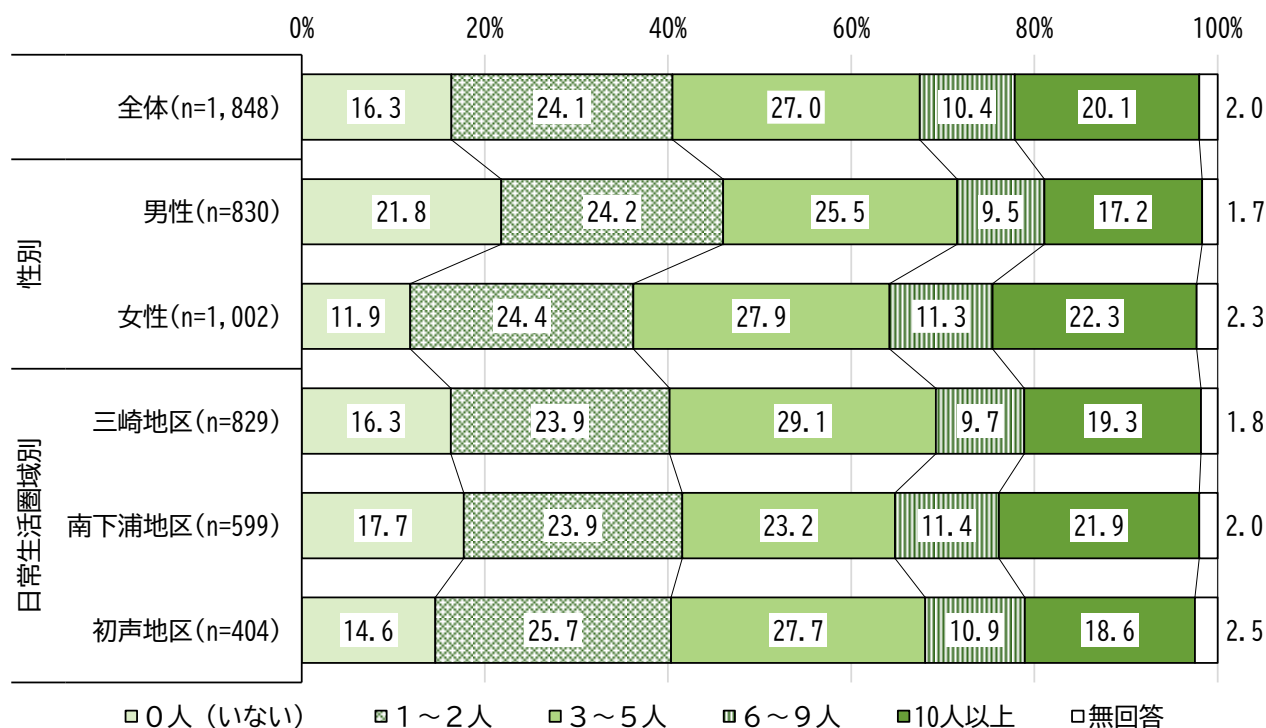


**問7（7）この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか
（同じ人には何度会っても1人と数えることとします）**

この1か月間、何人の友人・知人と会ったかについては、「3～5人」が27.0%で最も高く、次いで「1～2人」が24.1%、「10人以上」が20.1%と続いています。

男女別でみると、「0人（いない）」では、男性が21.8%、女性が11.9%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「0人（いない）」では、南下浦地区が17.7%で最も高く、次いで三崎地区が16.3%と続いています。

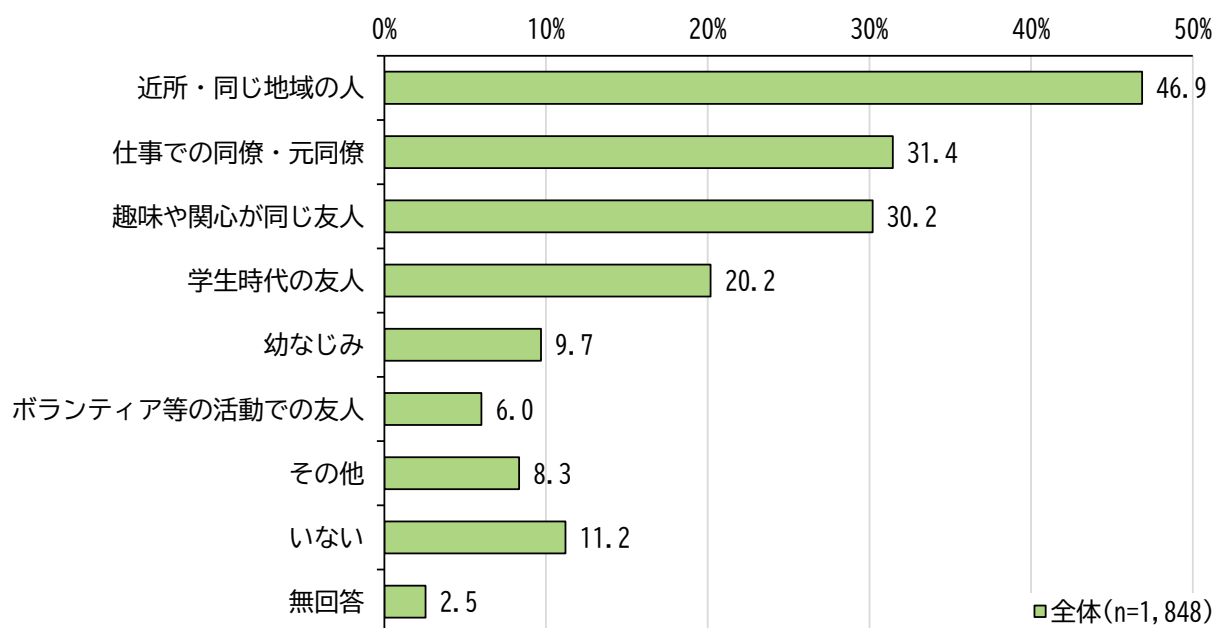


問7（8）よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか（いくつでも）

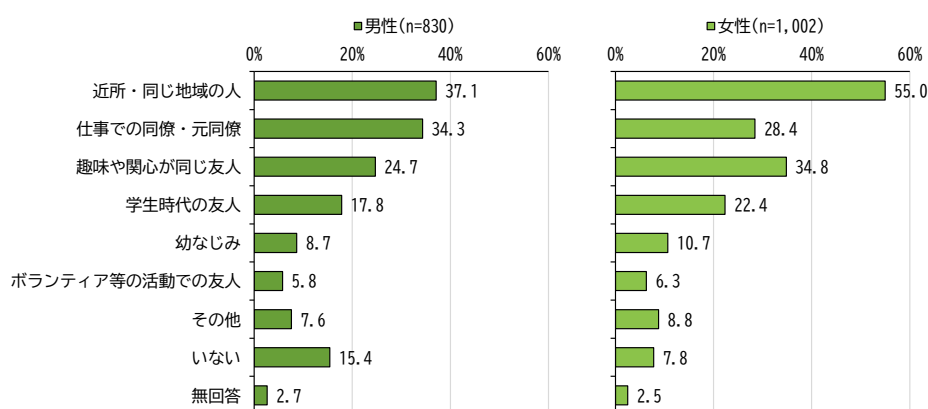
よく会う友人・知人との関係については、「近所・同じ地域の人」が46.9%で最も高く、次いで「仕事での同僚・元同僚」が31.4%、「趣味や関心が同じ友人」が30.2%と続いています。

男女別でみると、「いない」では、男性が15.4%、女性が7.8%と男性の割合が高くなっています。

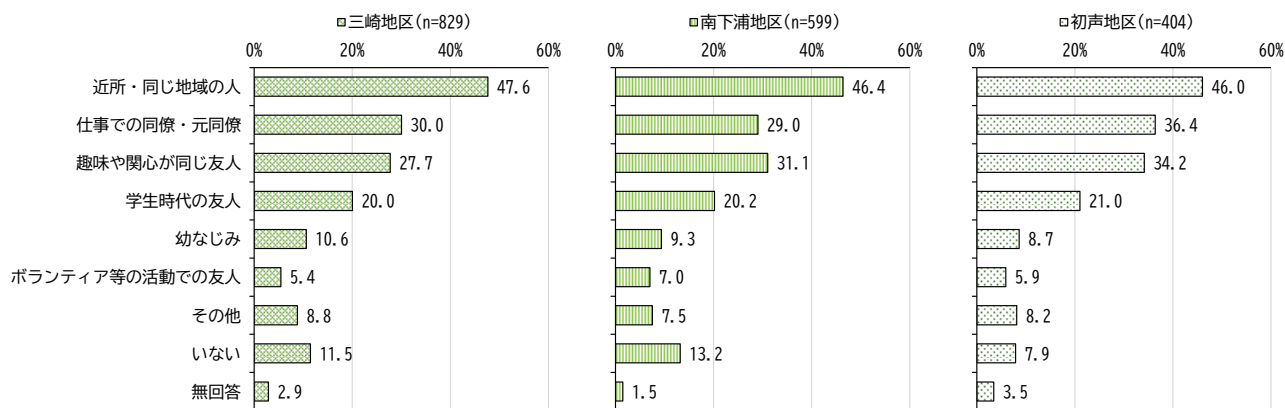
日常生活圏域別でみると、「いない」では、南下浦地区が13.2%で最も高く、次いで三崎地区が11.5%と続いています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別



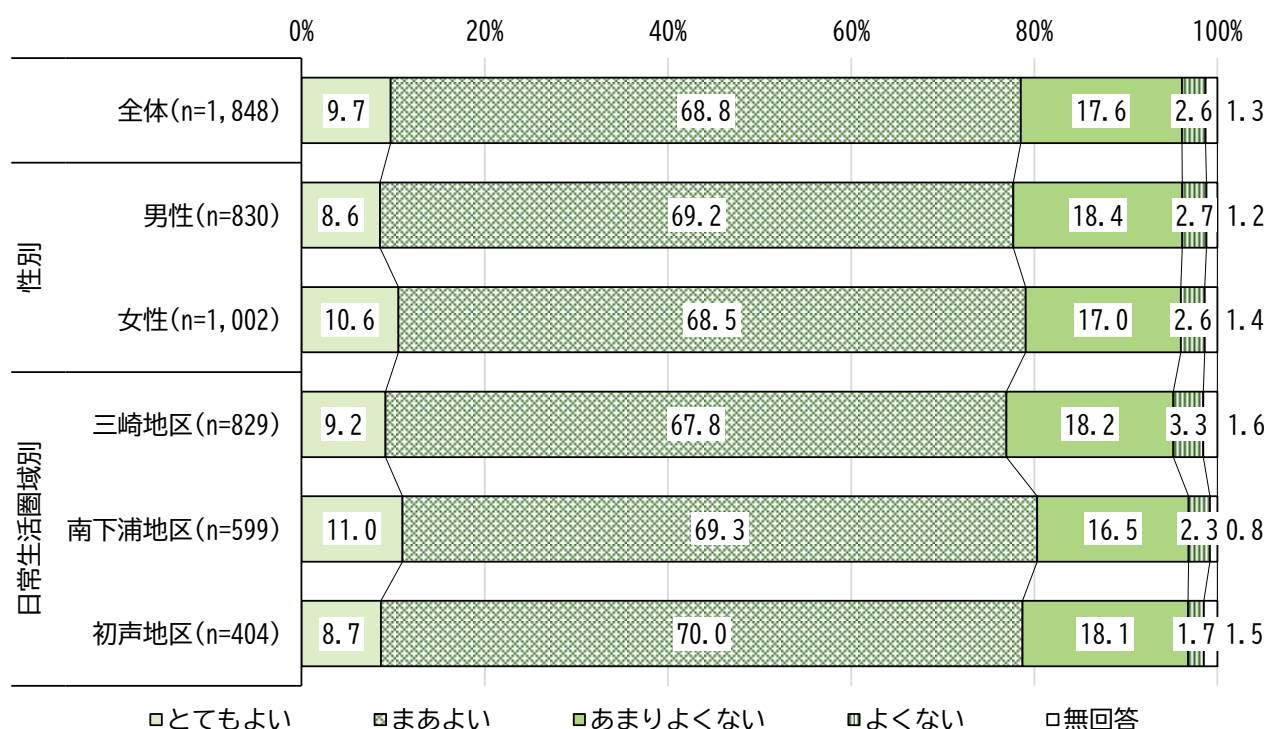
9. 健康について

問8（1）現在のあなたの健康状態はいかがですか

主観的健康感については、「まあよい」が68.8%で最も高く、次いで「あまりよくない」が17.6%、「とてもよい」が9.7%と続いており、よくないとの回答（「あまりよくない」と「よくない」の合計）は20.2%となっています。

男女別でみると、よくないとの回答では、男性が21.1%、女性が19.6%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、よくないとの回答は、三崎地区が21.5%で最も高く、次いで初声地区が19.8%と続いています。



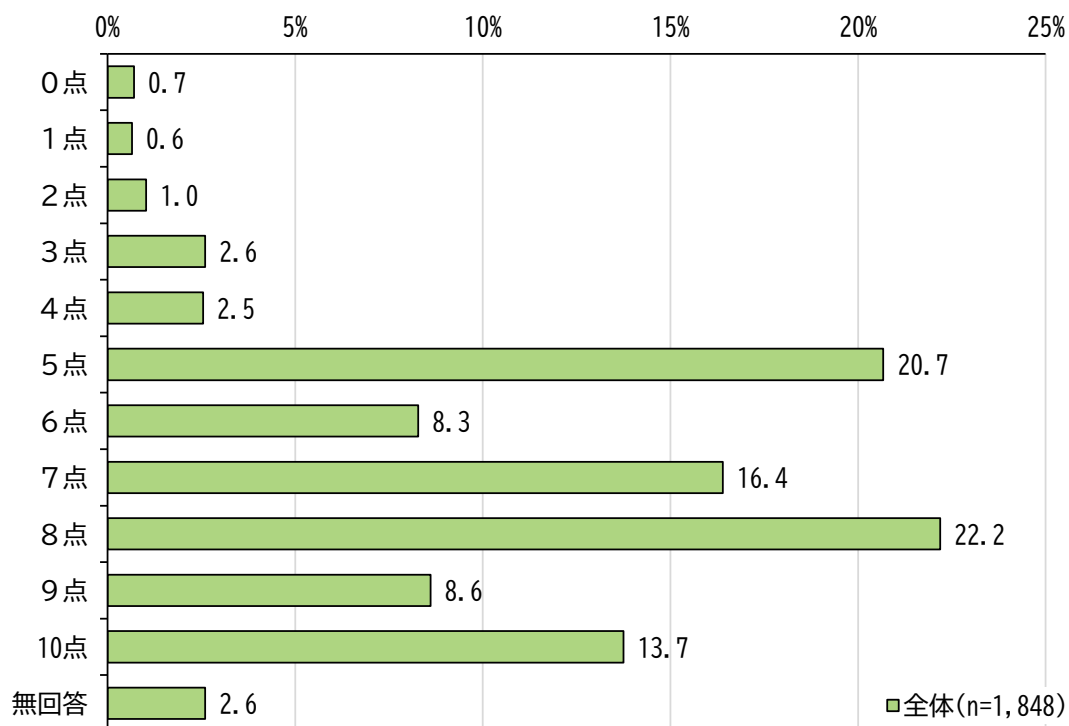
問8（2）あなたは、現在どの程度幸せですか

（「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）

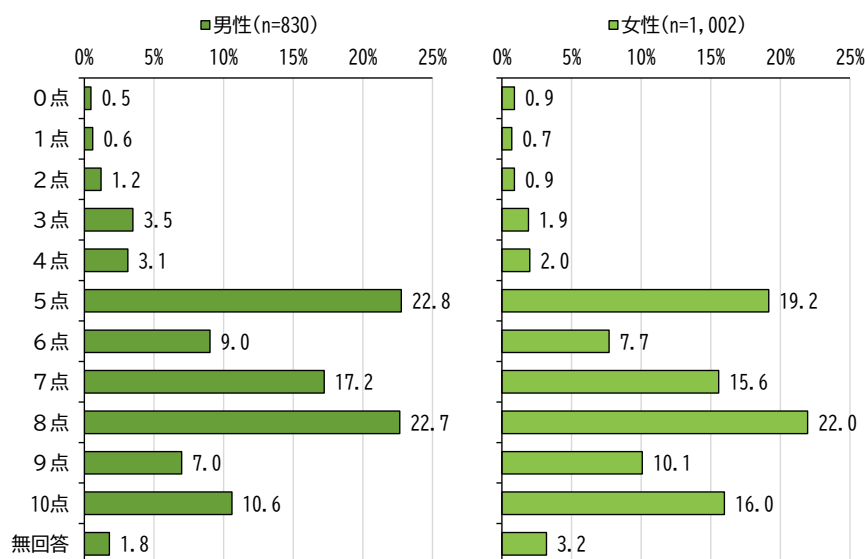
主観的幸福感については、「8点」が22.2%で最も高く、次いで「5点」が20.7%、「7点」が16.4%、「10点」が13.7%と続いており、平均点は6.99点となっています。

男女別でみると、「8点」以上は、男性が40.3%、女性が48.1%と女性の割合が高くなっています。

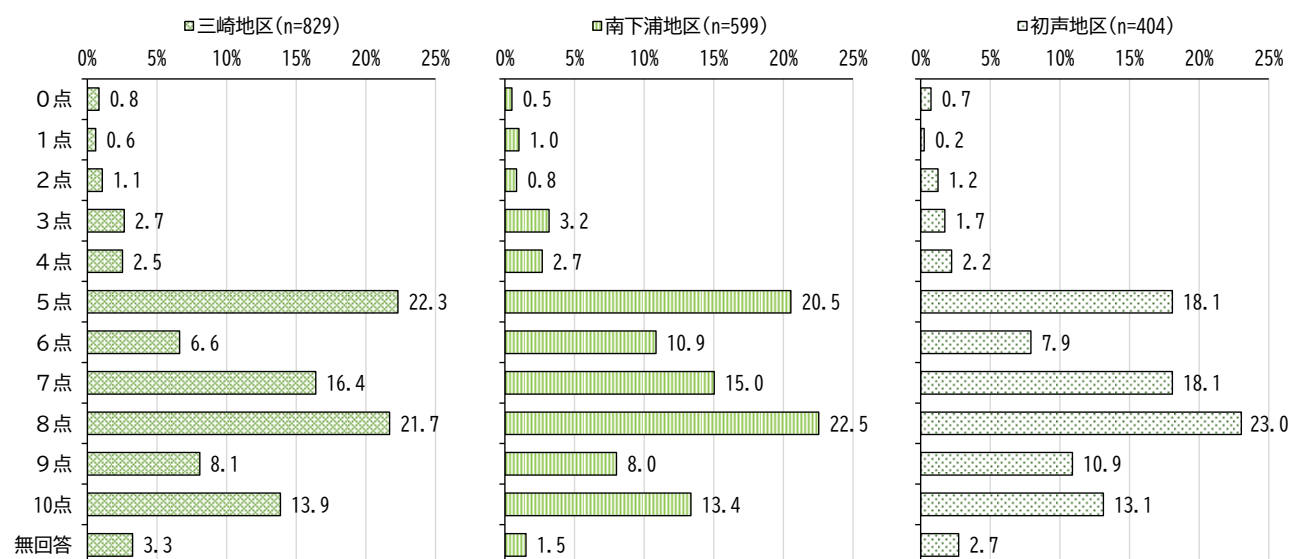
日常生活圏域別でみると、「8点」以上は、初声地区が47.0%で最も高く、次いで南下浦地区が43.9%と続いています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

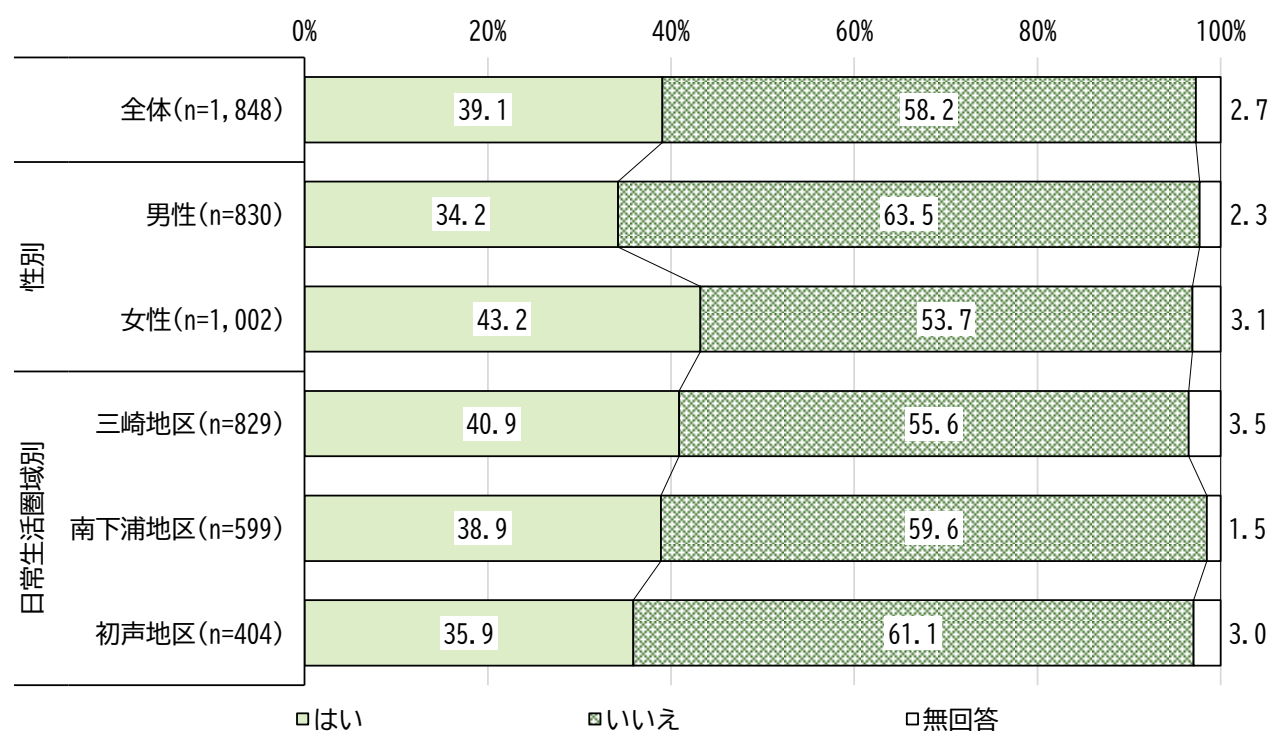


問8（3）この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか

この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがあったかについては、「いいえ」が58.2%、「はい」が39.1%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が34.2%、女性が43.2%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が40.9%で最も高く、次いで南下浦地区が38.9%と続いています。

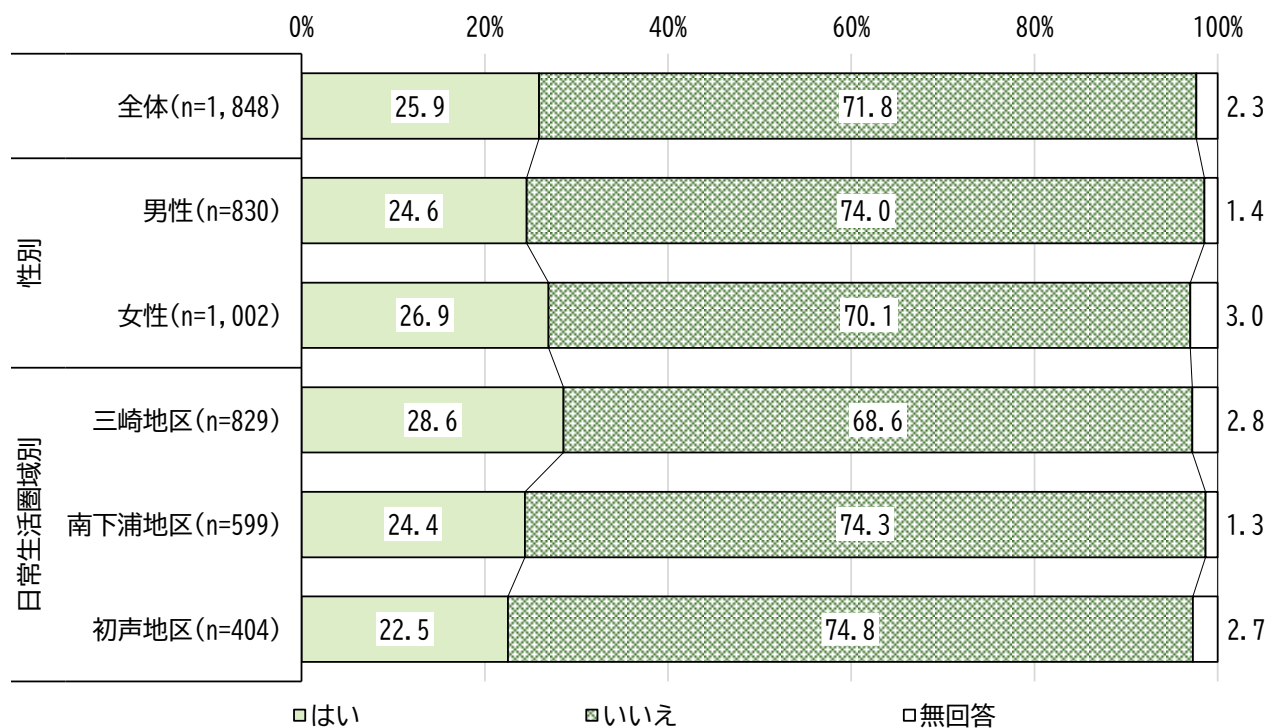


問8（4）この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか

この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくあったかについては、「いいえ」が71.8%、「はい」が25.9%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が24.6%、女性が26.9%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が28.6%で最も高く、次いで南下浦地区が24.4%と続いています。

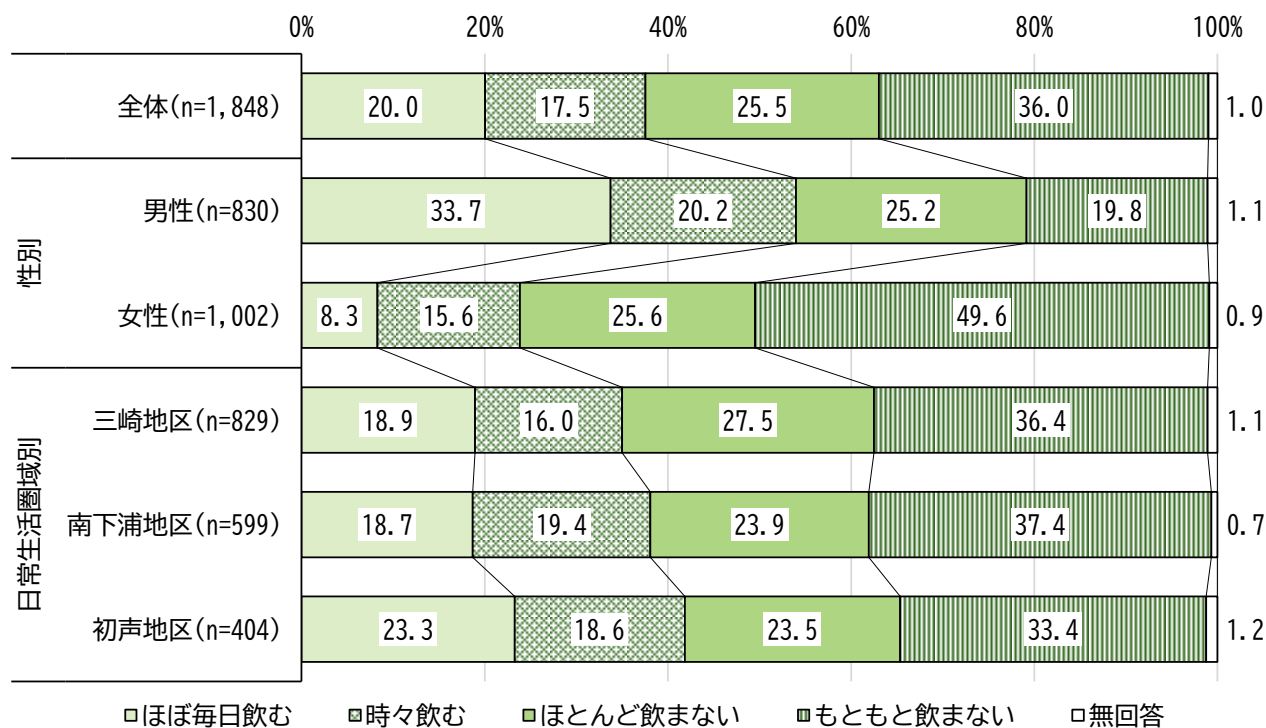


問8（5）お酒は飲みますか

飲酒の習慣については、「もともと飲まない」が36.0%で最も高く、次いで「ほとんど飲まない」が25.5%、「ほぼ毎日飲む」が20.0%と続いており、お酒を飲む人の割合（「ほぼ毎日飲む」と「時々飲む」の合計）は37.5%となっています。

男女別でみると、お酒を飲む人の割合では、男性が53.9%、女性が23.9%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、お酒を飲む人の割合では、初声地区が41.9%で最も高く、次いで南下浦地区が38.1%と続いています。

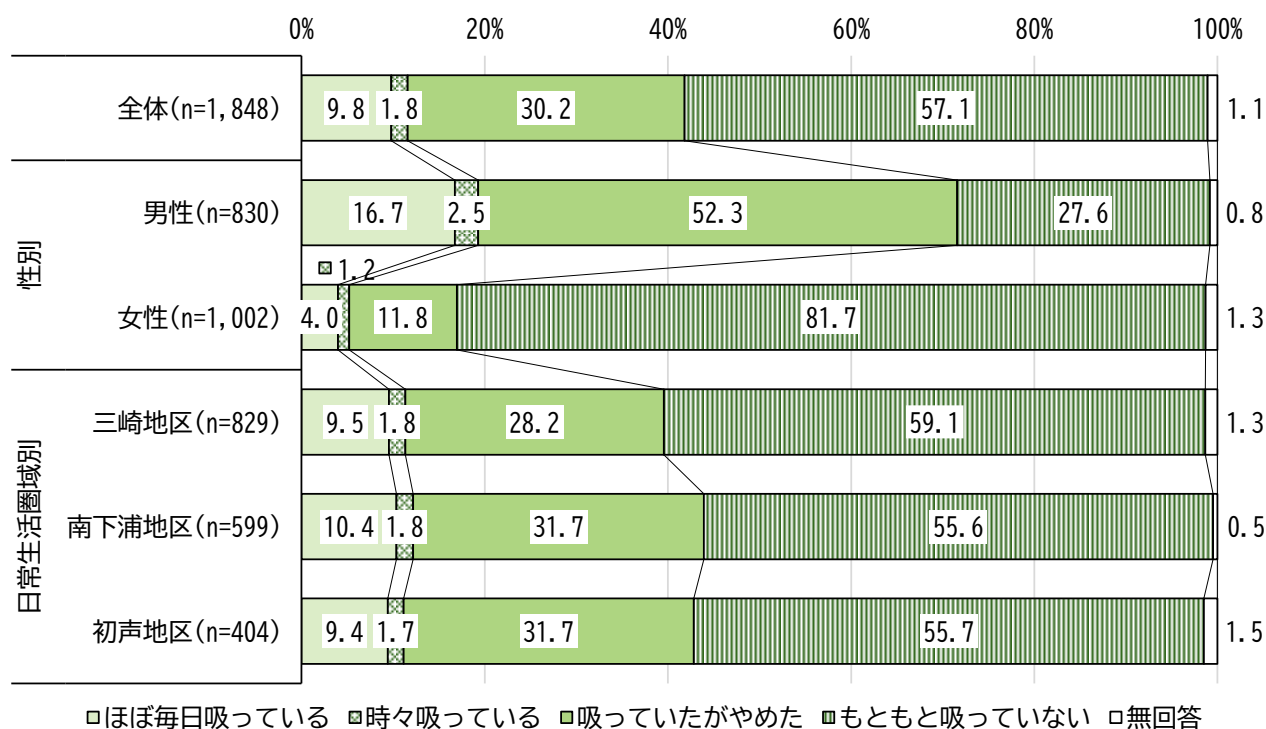


問8（6）タバコは吸っていますか

タバコの習慣については、「もともと吸っていない」が57.1%で最も高く、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9.8%と続いており、喫煙率（「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」の合計）は11.6%となっています。

男女別でみると、喫煙率は、男性が19.2%、女性が5.2%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、喫煙率は、南下浦地区が12.2%で最も高く、次いで三崎地区が11.3%と続いています。

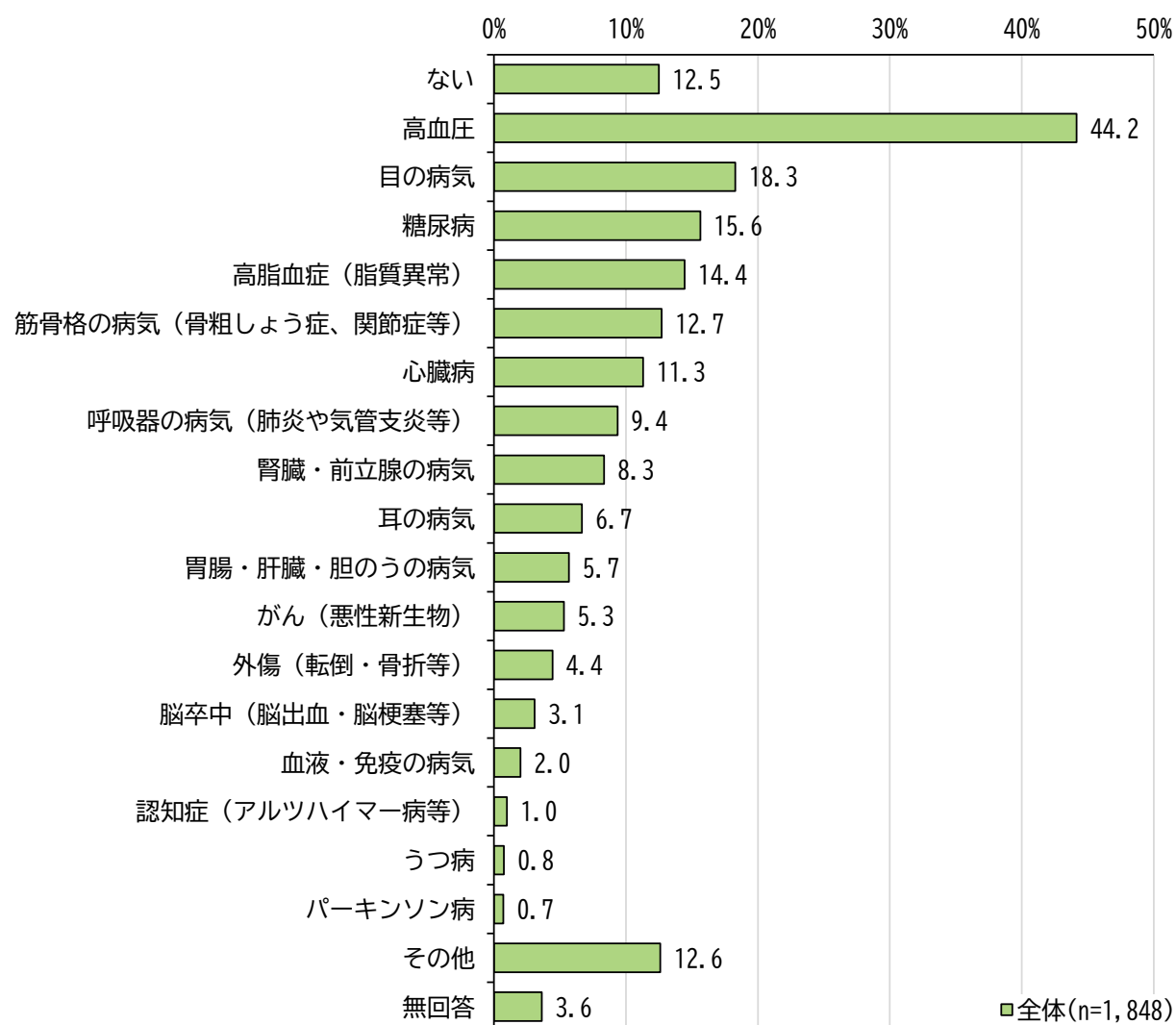


問8（7）現在治療中、または後遺症のある病気はありますか（いくつでも）

現在治療中の病気等については、「高血圧」が44.2%で最も高く、次いで「目の病気」が18.3%、「糖尿病」が15.6%と続いています。

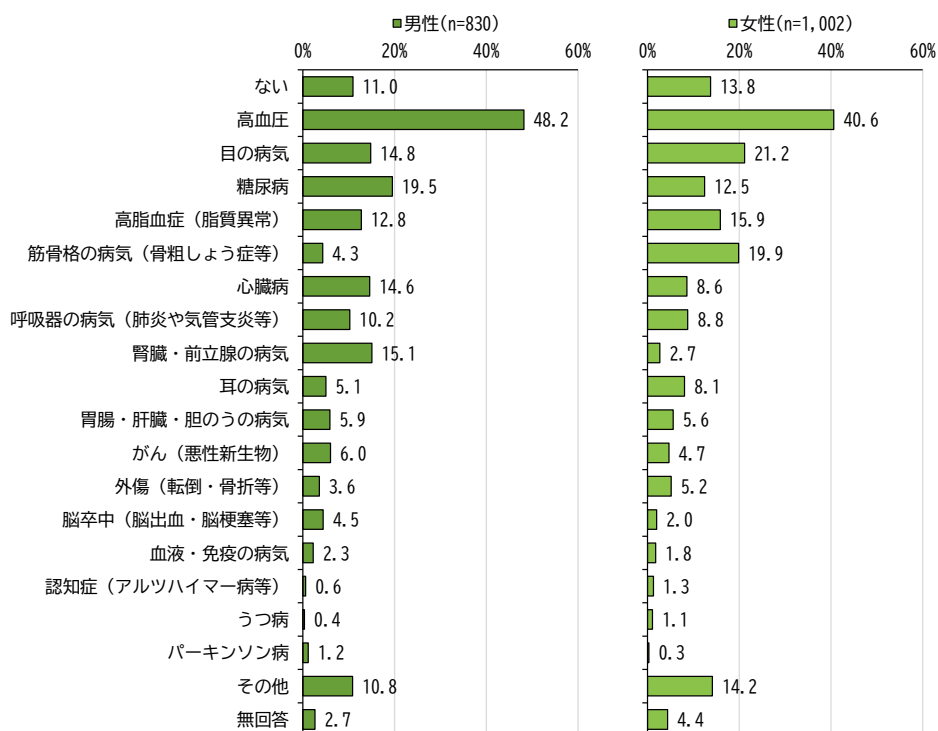
男女別でみると、男性では、「高血圧」が48.2%で最も高く、次いで「糖尿病」が19.5%、「腎臓・前立腺の病気」が15.1%と続いています。女性では、「高血圧」が40.6%で最も高く、次いで「目の病気」が21.2%、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」が19.9%と続いています。

日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「高血圧」が最も高く、次いで「目の病気」、「糖尿病」と、全体と同様の傾向になっています。

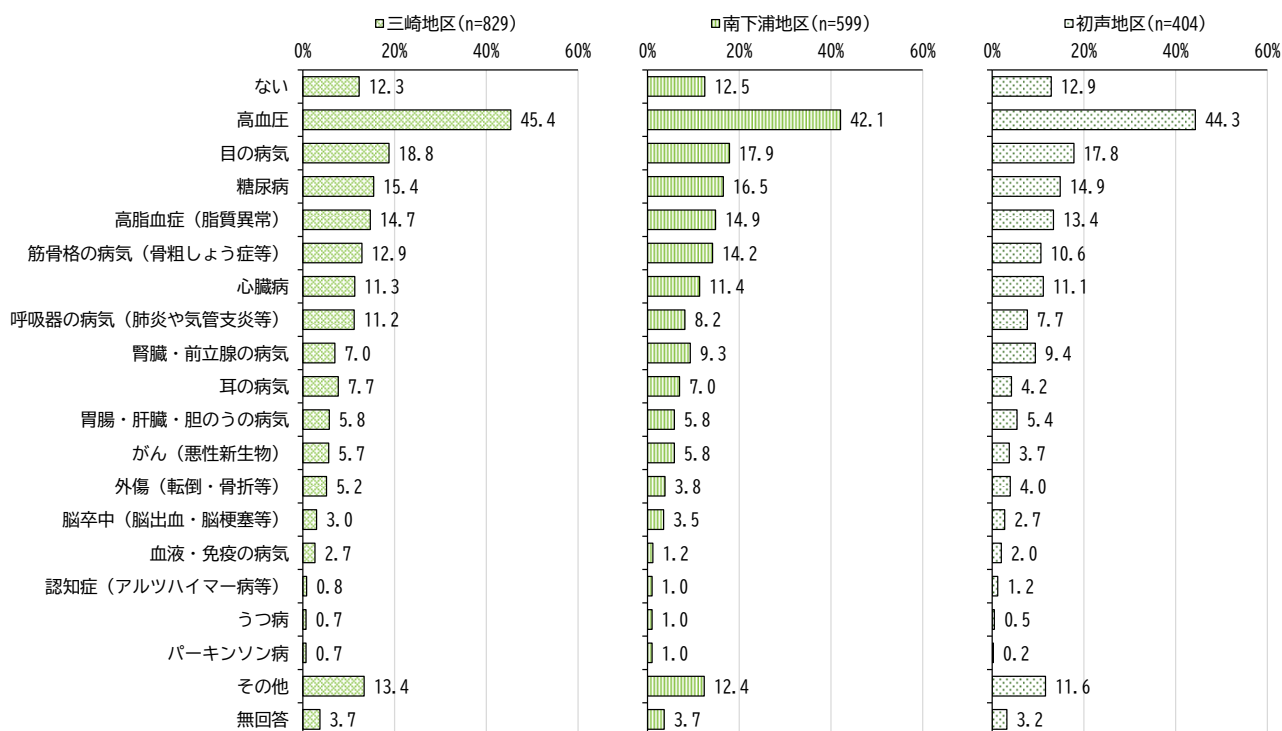


第3章 調査結果

■ 性別



■ 日常生活圏域別



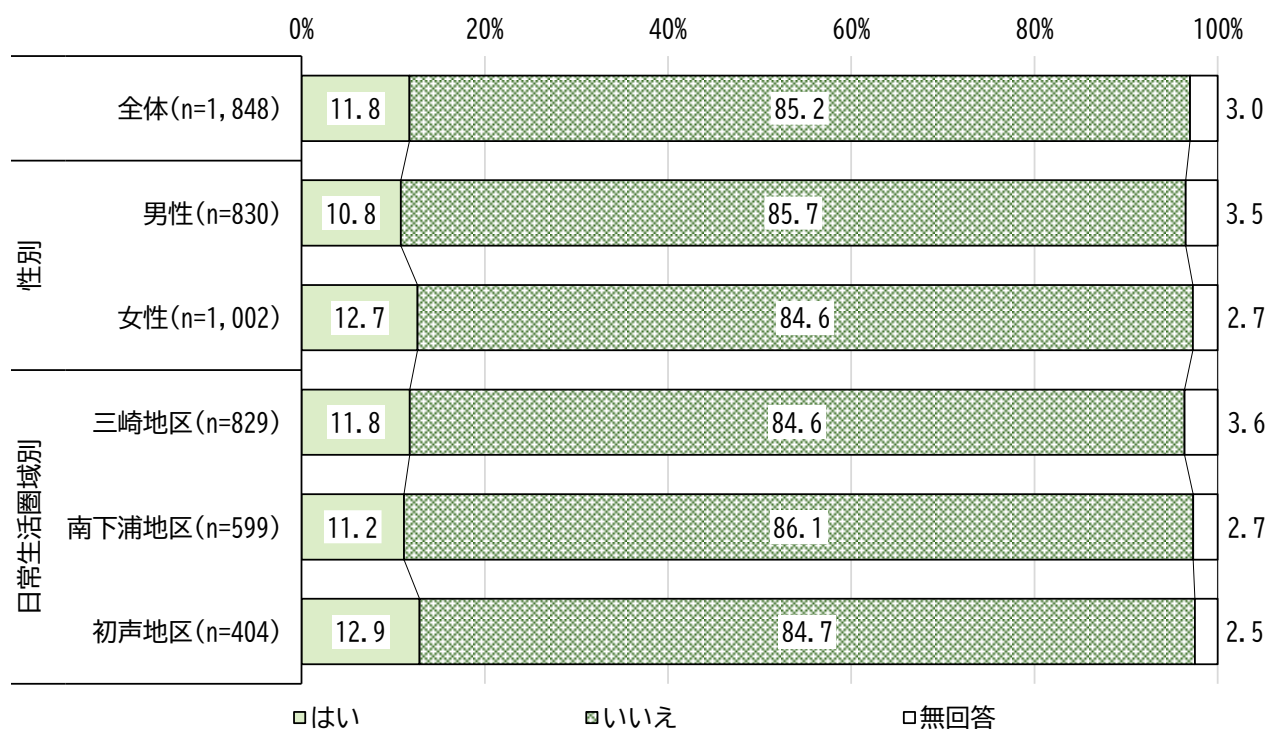
10. 認知症について

問9（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

認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人については、「いいえ」が 85.2%、「はい」が 11.8%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が 10.8%、女性が 12.7%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、初声地区が 12.9%で最も高く、次いで三崎地区が 11.8%と続いています。

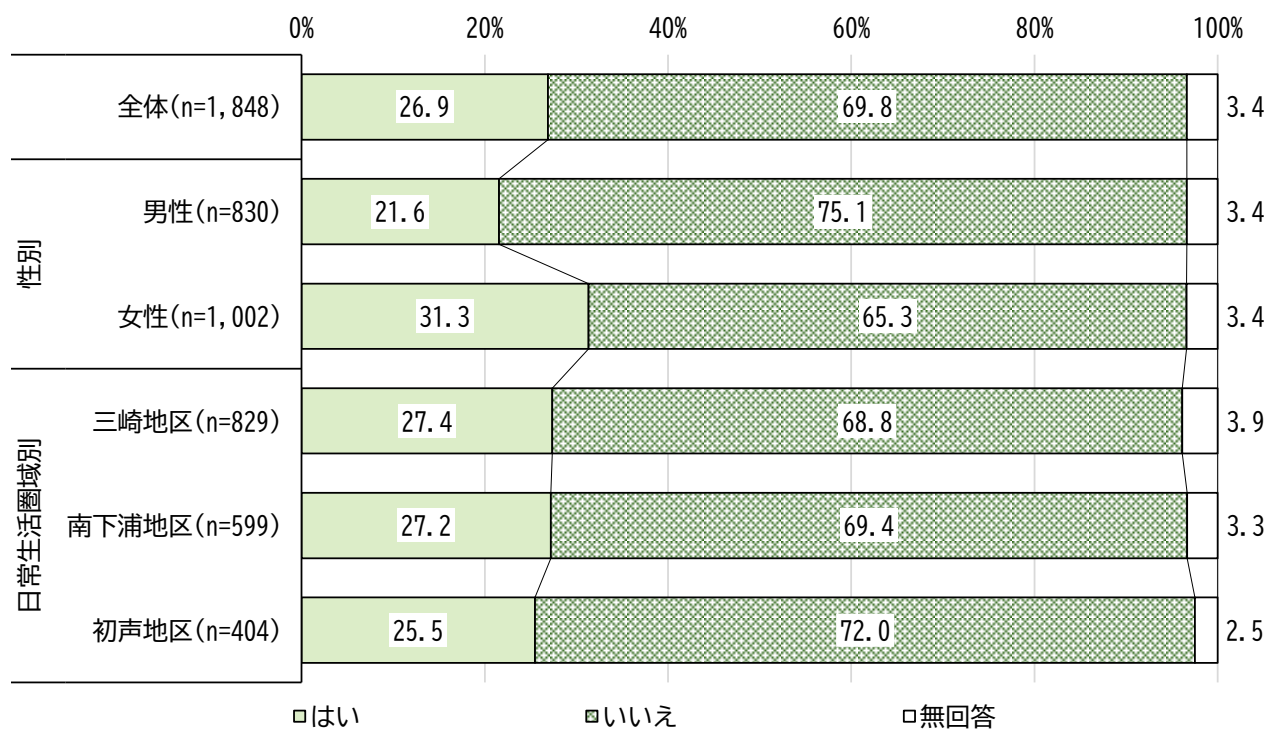


問9（2）認知症に関する相談窓口を知っていますか

認知症に関する相談窓口の認知状況については、「いいえ」が69.8%、「はい」が26.9%となっています。

男女別でみると、「はい」では、男性が21.6%、女性が31.3%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「はい」では、三崎地区が27.4%で最も高く、次いで南下浦地区が27.2%と続いています。

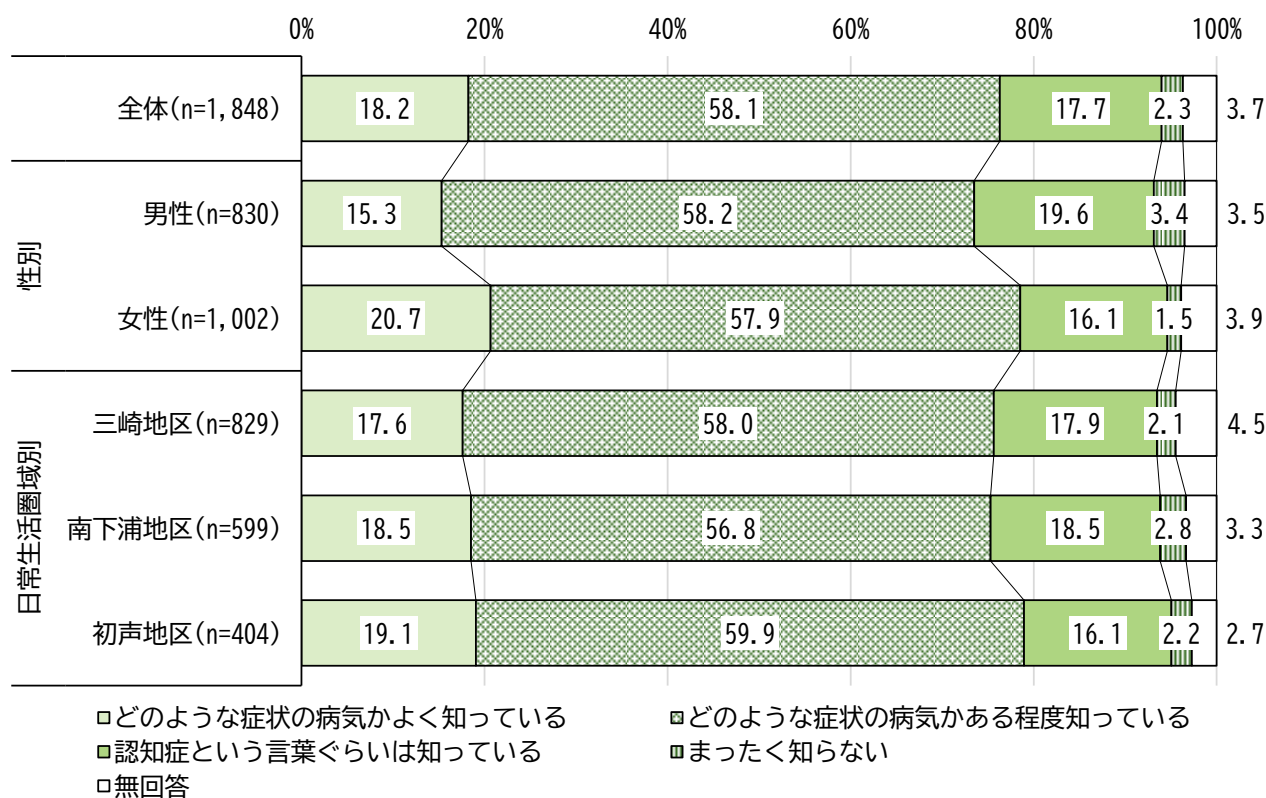


問9（3）認知症という病気について、どの程度知っていますか

認知症という病気の認知状況については、「どのような症状の病気かある程度知っている」が58.1%で最も高く、次いで「どのような症状の病気かよく知っている」が18.2%、「認知症という言葉ぐらいいは知っている」が17.7%と続いています。

男女別でみると、「まったく知らない」では、男性が3.4%、女性が1.5%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「まったく知らない」では、南下浦地区が2.8%で最も高く、次いで初声地区が2.2%と続いています。

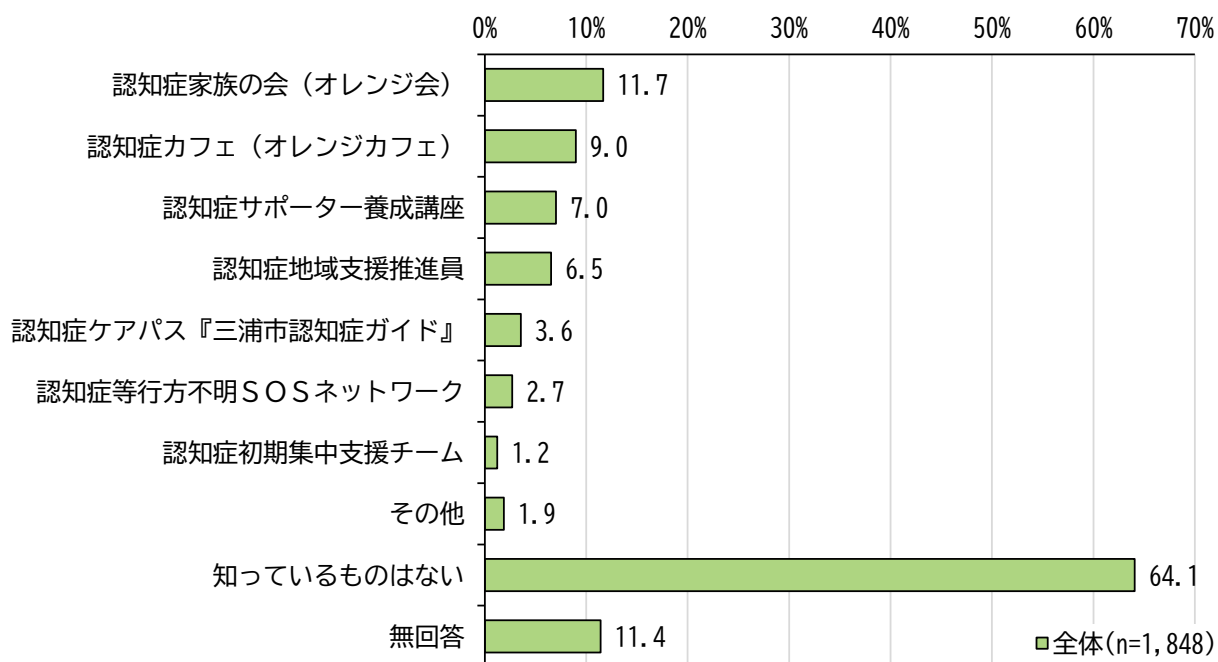


問9（４）市で実施している認知症支援で知っているものはどれですか（いくつでも）

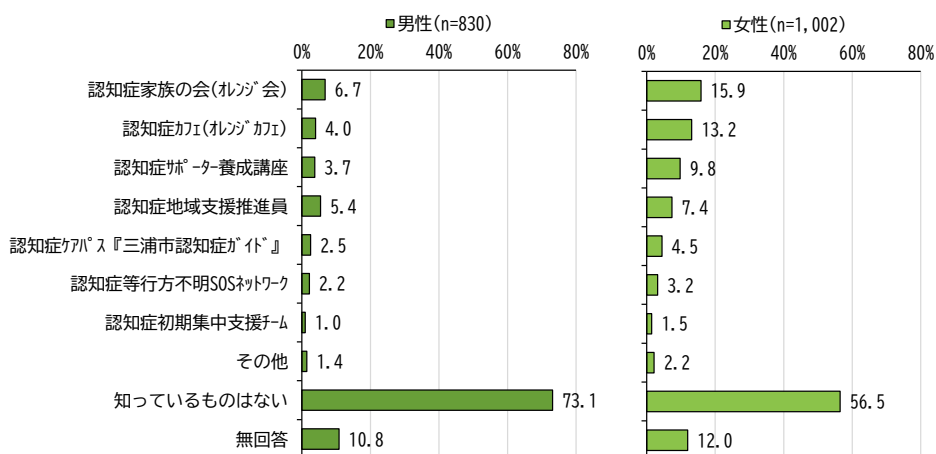
市で実施している認知症支援で知っているものについては、「知っているものはない」が 64.1%で最も高く、次いで「認知症家族の会（オレンジ会）」が 11.7%、「認知症カフェ（オレンジカフェ）」が 9.0%と続いています。

男女別でみると、「知っているものはない」では、男性が 73.1%、女性が 56.5%と男性の割合が高くなっています。

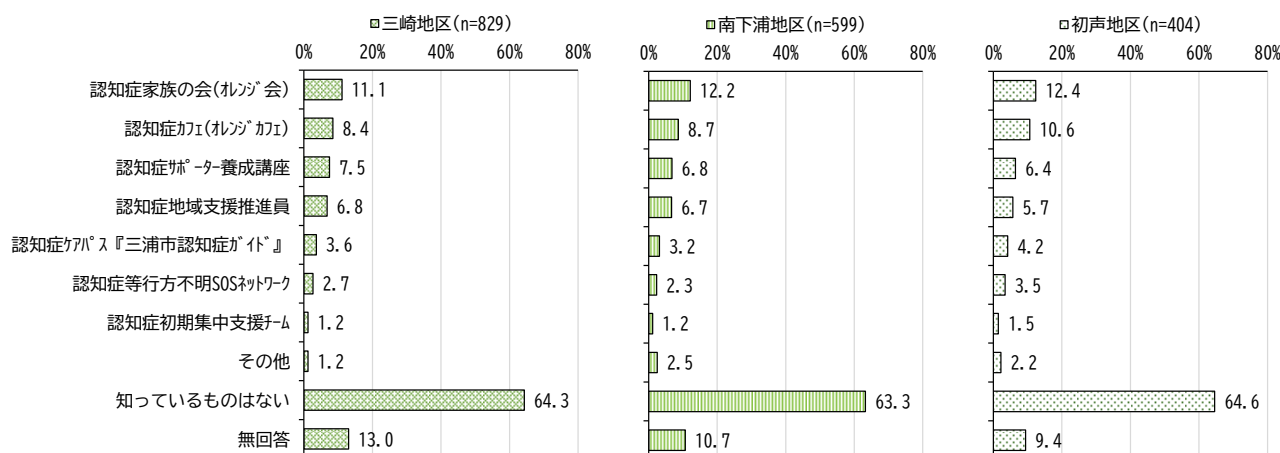
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「知っているものはない」が6割を超えています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

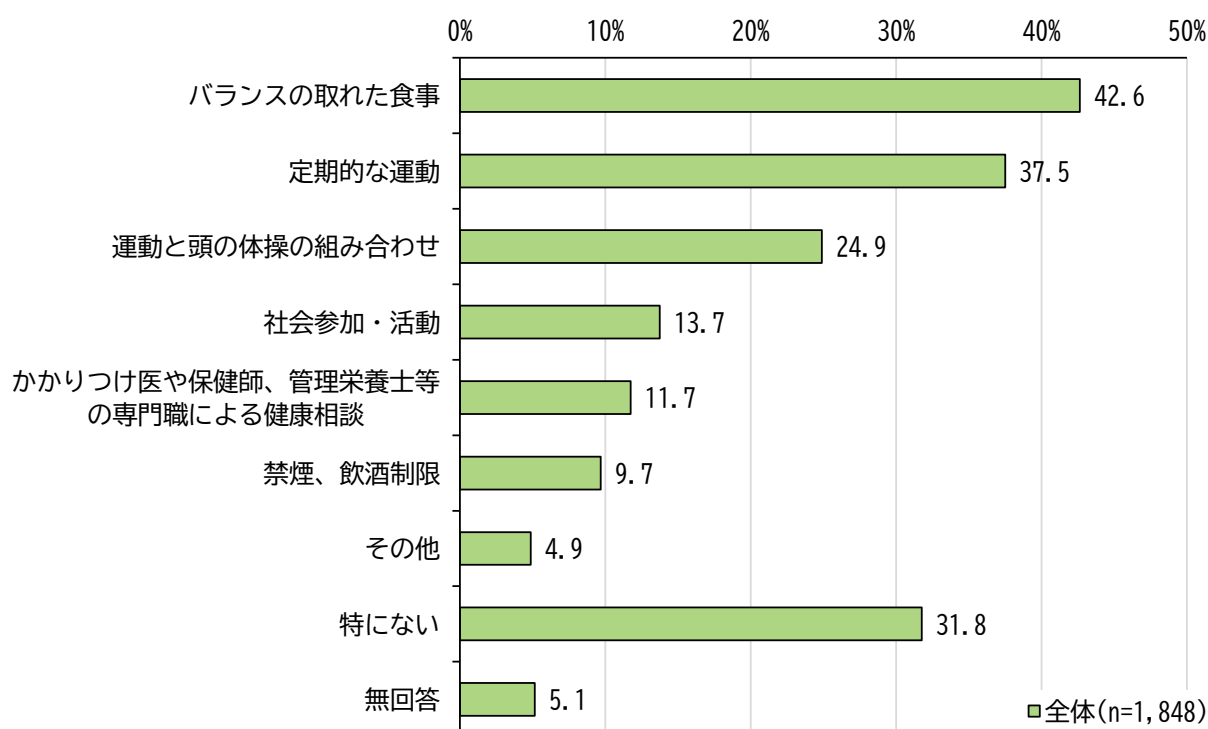


問9（５）認知症予防（認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を穏やかにする）に効果があると考えられるものの中で、ご自身で現在取り組んでいるものはありますか（いくつでも）

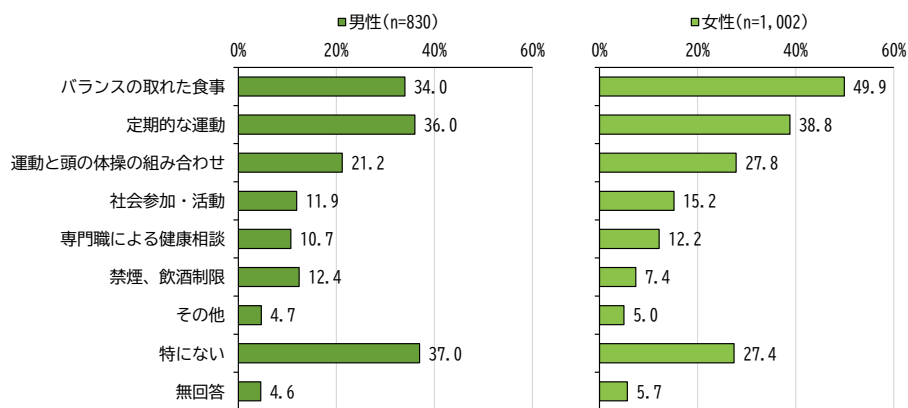
認知症予防として取り組んでいるものについては、「バランスの取れた食事」が42.6%で最も高く、次いで「定期的な運動」が37.5%、「特にない」が31.8%と続いています。

男女別でみると、男性では「特にない」が37.0%で最も高く、次いで「定期的な運動」が36.0%、「バランスの取れた食事」が34.0%と続いています。女性では「バランスの取れた食事」が49.9%で最も高く、次いで「定期的な運動」が38.8%、「運動と頭の体操の組み合わせ」が27.8%と続いています。

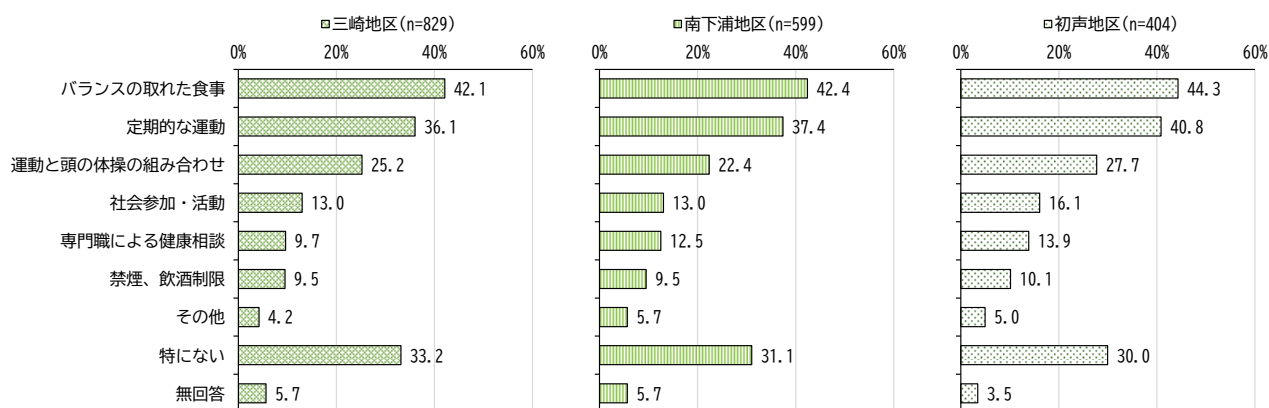
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「バランスの取れた食事」が最も高く、次いで「定期的な運動」、「特にない」と、全体と同様の傾向になっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

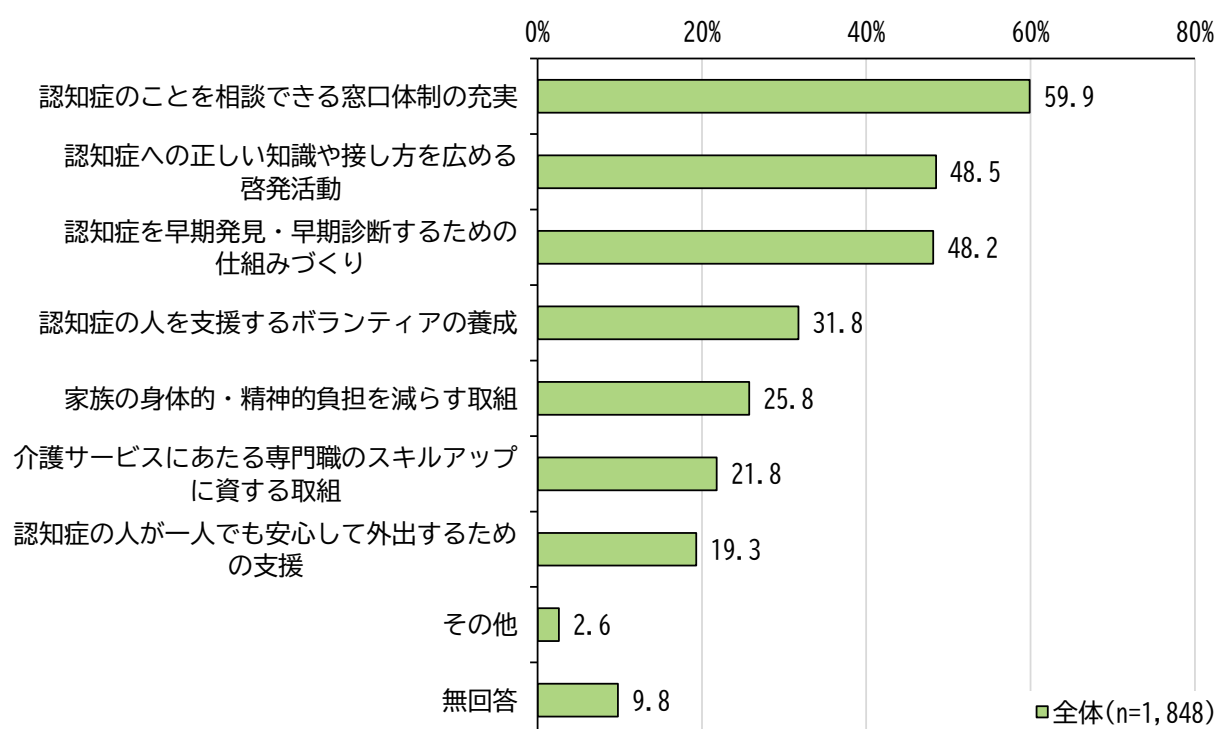


問9（6）認知症になったときに地域で安心して暮らすために、どのような施策があれば安心ですか（いくつでも）

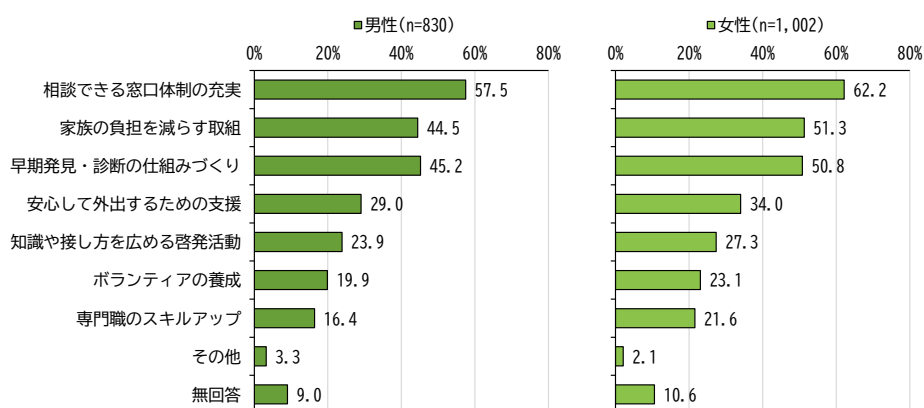
認知症になったときに地域で安心して暮らすための施策については、「認知症のことを相談できる窓口体制の充実」が59.9%で最も高く、次いで「家族の身体的・精神的負担を減らす取組」が48.5%、「認知症を早期発見・早期診断するための仕組みづくり」が48.2%と続いています。

男女別でみると、「認知症のことを相談できる窓口体制の充実」、「認知症を早期発見・早期診断するための仕組みづくり」、「家族の身体的・精神的負担を減らす取組」の割合が男女ともに4割～6割と他に比べて割合が高くなっています。

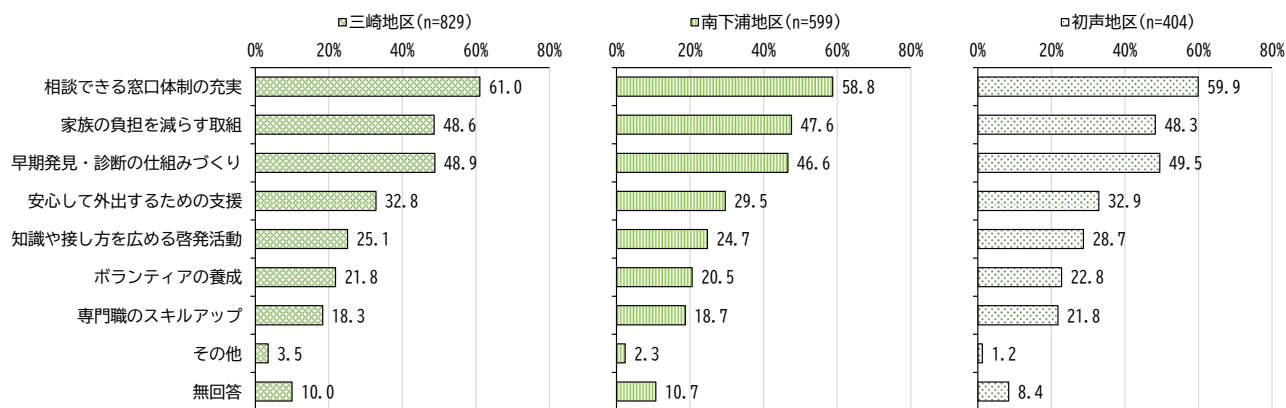
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「認知症のことを相談できる窓口体制の充実」が最も高くなっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別



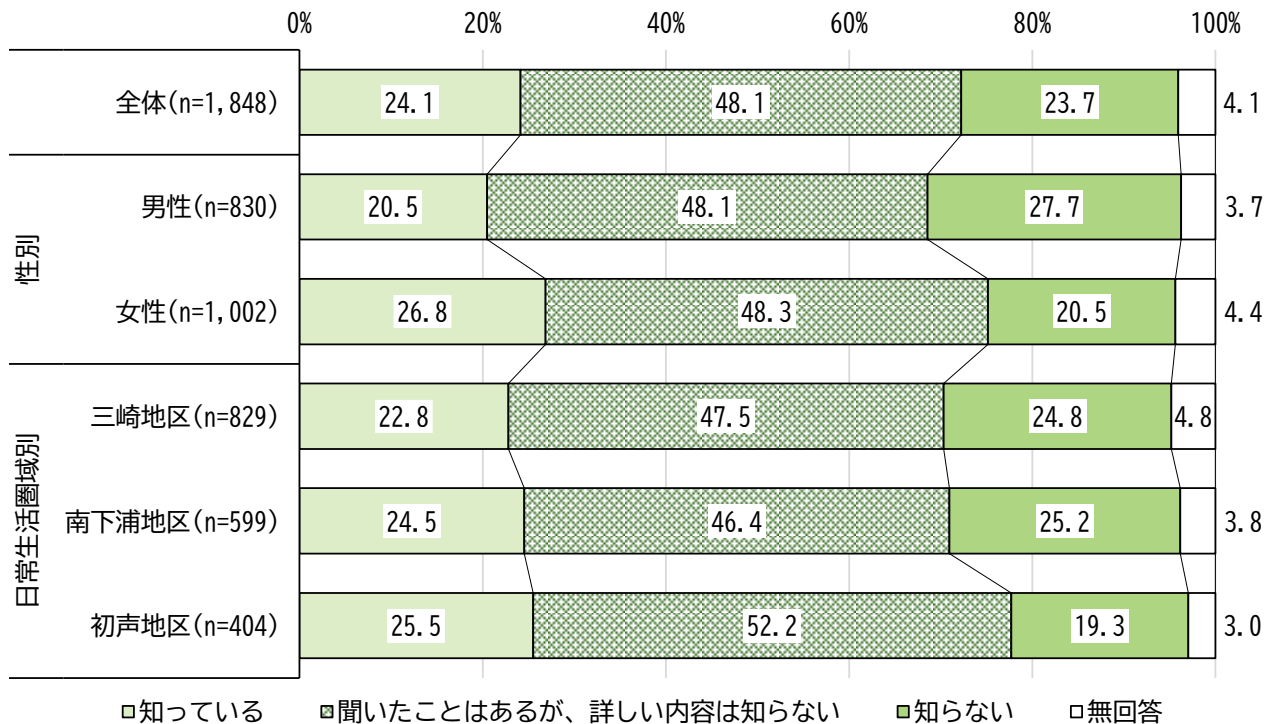
11. 成年後見制度について

問 10（1）「成年後見制度」をどの程度知っていますか

成年後見制度の認知状況については、「聞いたことはあるが、詳しい内容は知らない」が 48.1% で最も高く、次いで「知っている」が 24.1%、「知らない」が 23.7%と続いています。

男女別でみると、「知らない」では、男性が 27.7%、女性が 20.5%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「知らない」では、南下浦地区が 25.2%で最も高く、次いで三崎地区が 24.8%と続いています。

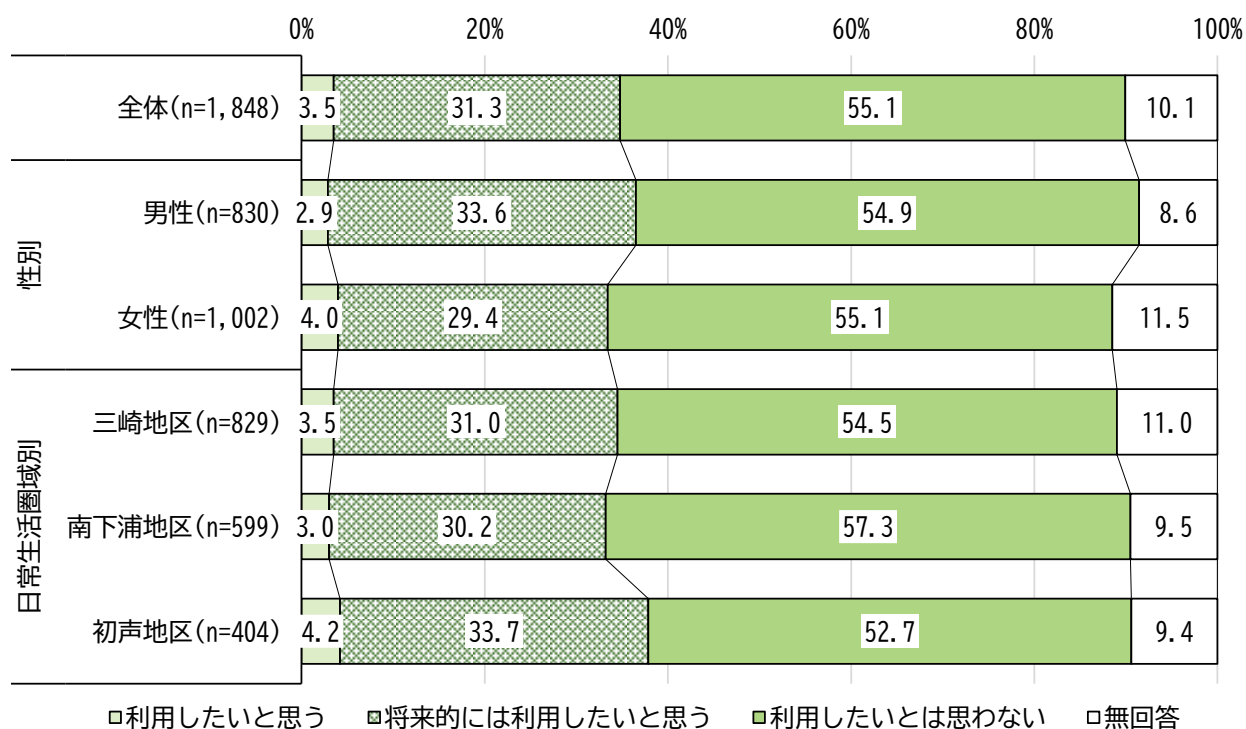


問 10（2）「成年後見制度」のような制度を利用したいと思うことがありますか

成年後見制度の利用意向については、「利用したいとは思わない」が 55.1%で最も高く、次いで「将来的には利用したいと思う」が 31.3%、「利用したいと思う」が 3.5%と続いています。

男女別でみると、「利用したいと思う」では、男性が 2.9%、女性が 4.0%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「利用したいと思う」では、初声地区が 4.2%で最も高く、次いで三崎地区が 3.5%と続いています。



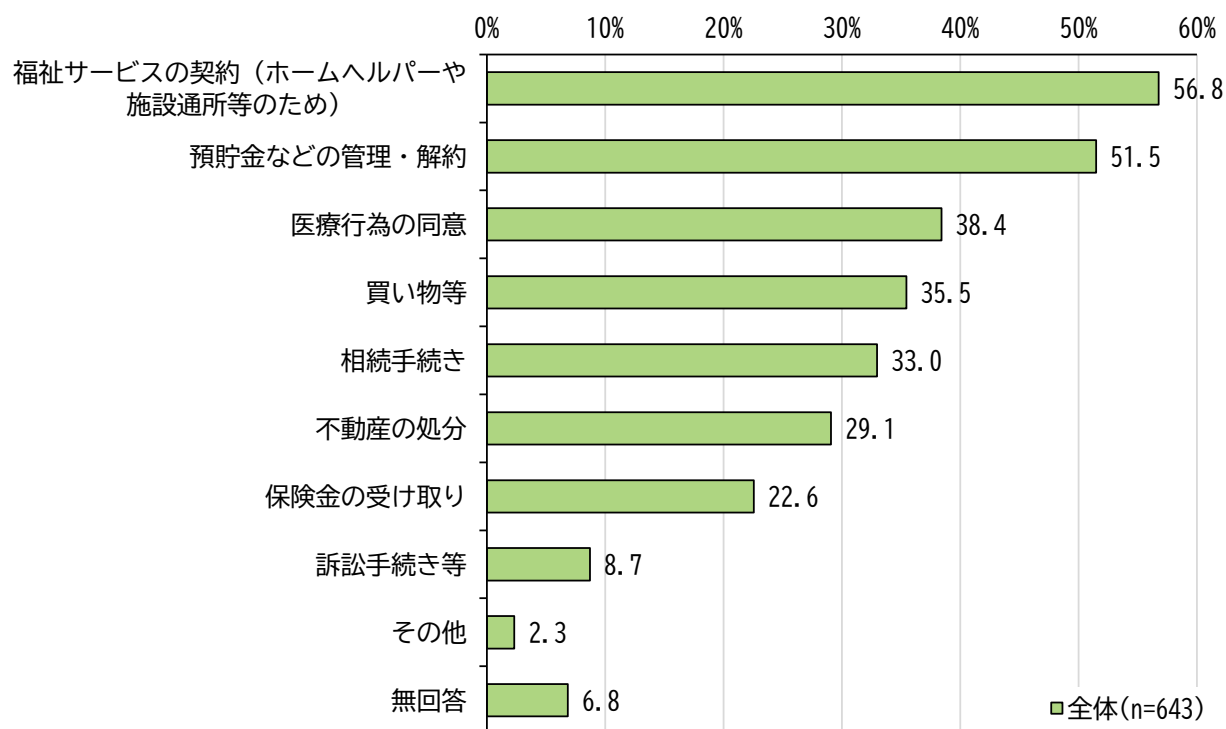
【(2)で「利用したいと思う」「将来的には利用したいと思う」の方のみ】

問10(2)①「成年後見制度」は、どのようなことで必要だと思いますか(いくつでも)

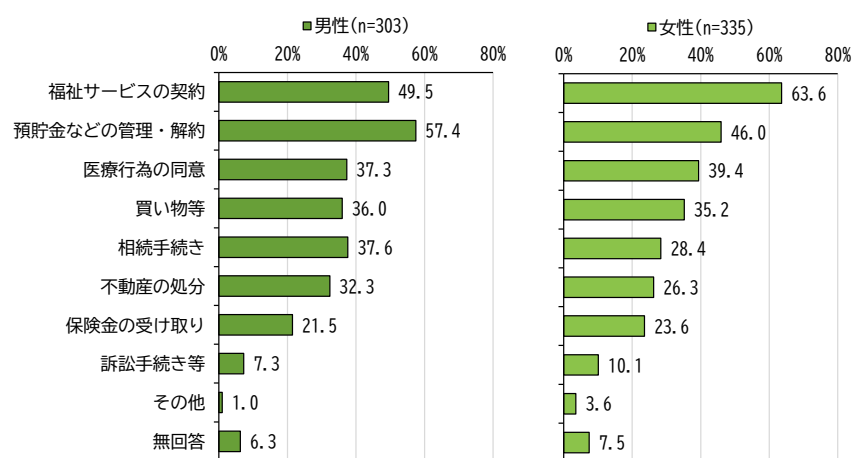
成年後見制度が必要と考えられる状況については、「福祉サービスの契約（ホームヘルパーや施設通所等のため）」が56.8%で最も高く、次いで「預貯金などの管理・解約」が51.5%、「医療行為の同意」が38.4%と続いています。

男女別でみると、男性では「預貯金などの管理・解約」が57.4%、女性では「福祉サービスの契約（ホームヘルパーや施設通所等のため）」が63.6%で最も高くなっています。

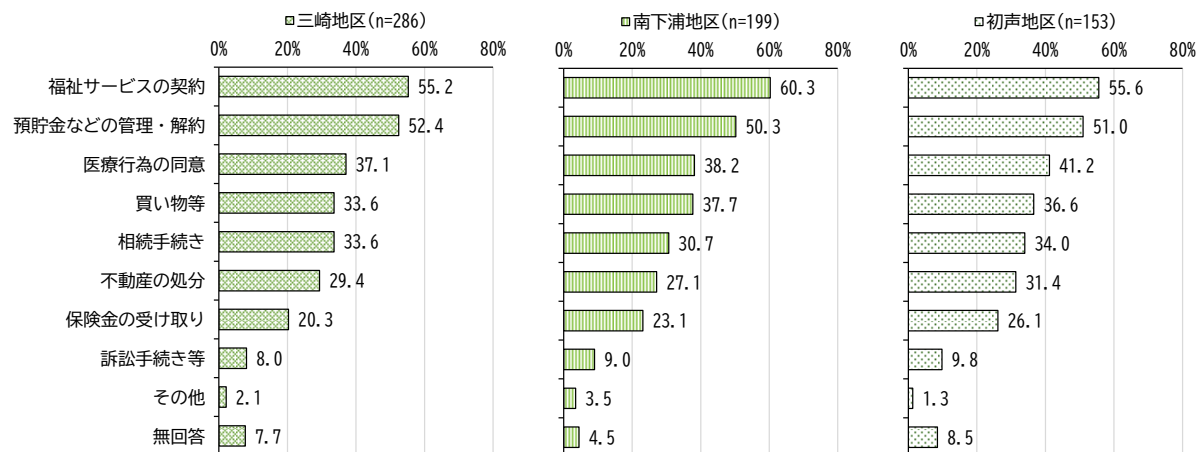
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「福祉サービスの契約（ホームヘルパーや施設通所等のため）」が最も高くなっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別



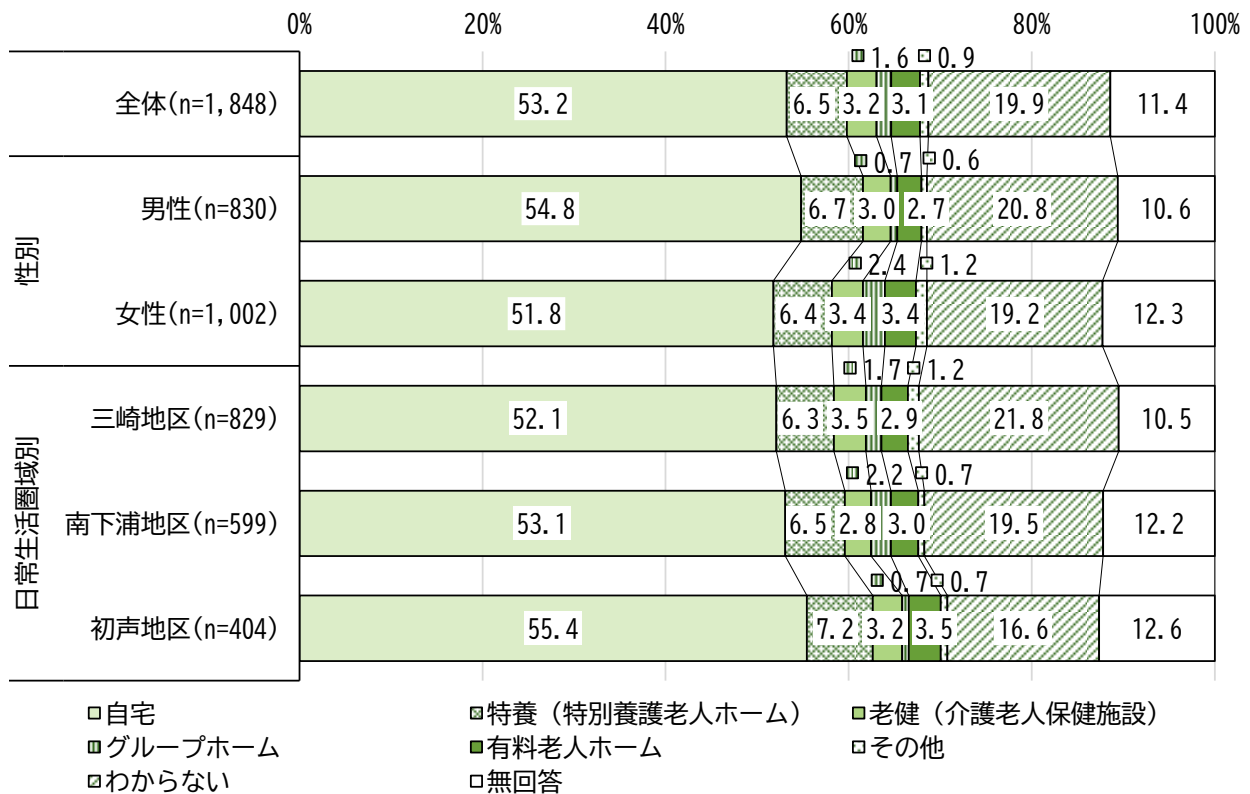
12. その他

問 11（1）あなたは、介護保険サービスを受けて生活する場合、どこでの生活を望んでいますか

介護保険サービスを受けて生活する場合の望む生活場所については、「自宅」が 53.2%で最も高く、次いで「わからない」が 19.9%、「特養（特別養護老人ホーム）」が 6.5%と続いています。

男女別でみると、「自宅」では、男性が 54.8%、女性が 51.8%と男性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「自宅」では、初声地区が 55.4%で最も高く、次いで南下浦地区が 53.1%と続いています。

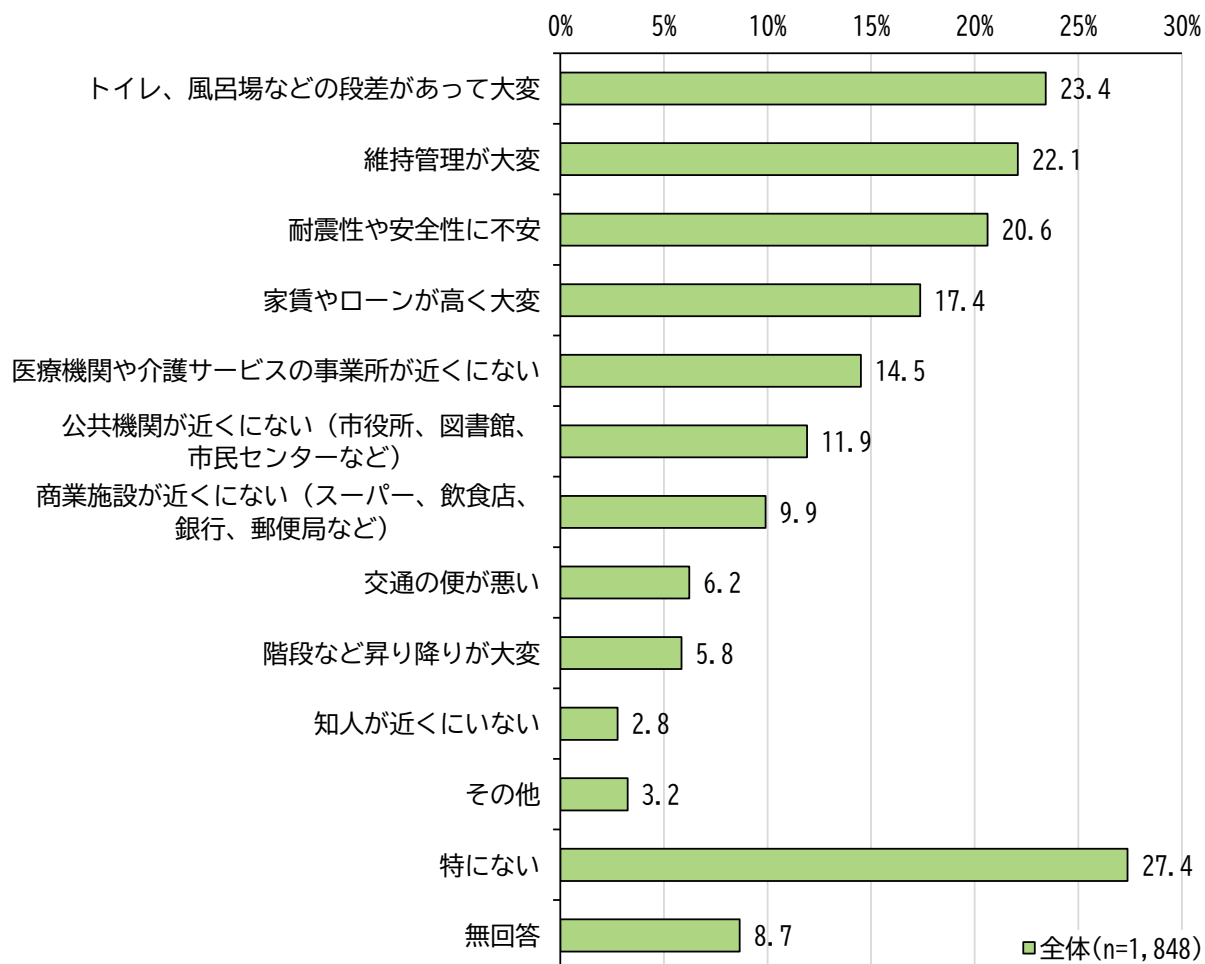


問 11（２）お住まいやその周りの環境で、不便なことや困っていることがありますか（いくつでも）

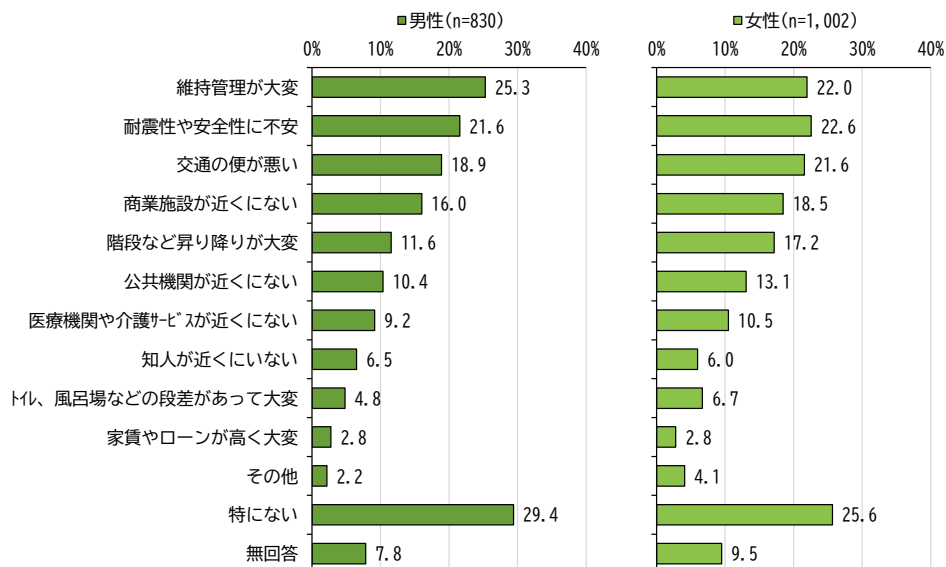
住まいや環境で困っていることについては、「特にない」が 27.4%で最も高く、次いで「維持管理が大変」が 23.4%、「耐震性や安全性に不安」が 22.1%と続いています。

男女別でみると、「特にない」では、男性が 29.4%、女性では 25.6%と男性の割合が高くなっています。

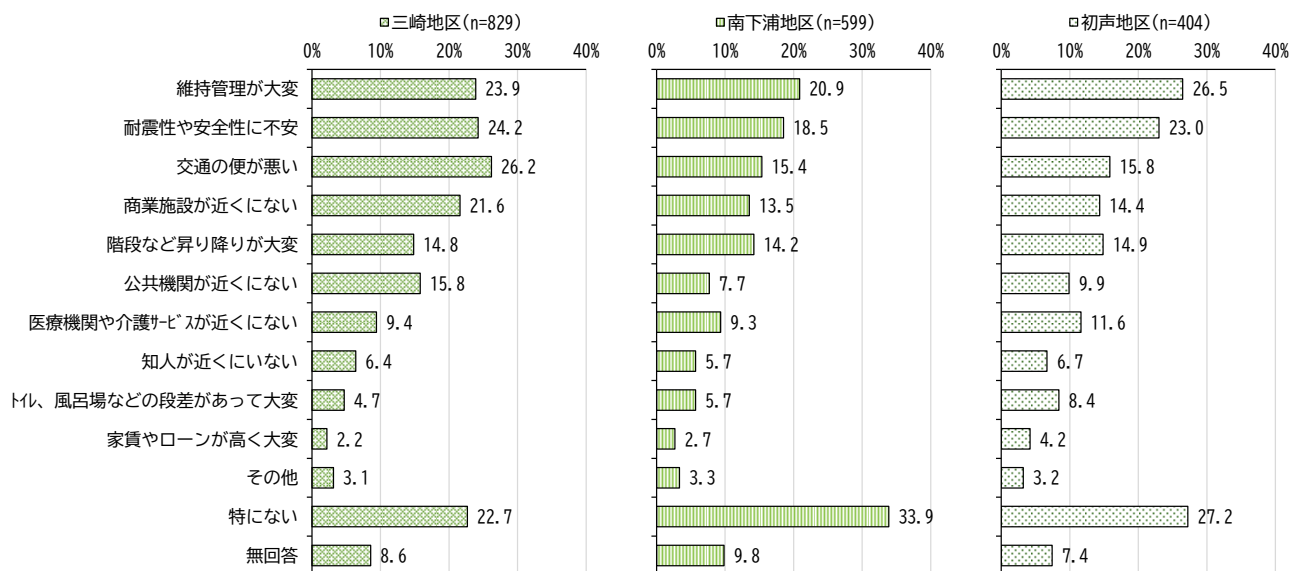
日常生活圏域別でみると、「交通の便が悪い」では、三崎地区が 26.2%で最も高く、初声地区、南下浦地区と比べ、大きく上回っています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

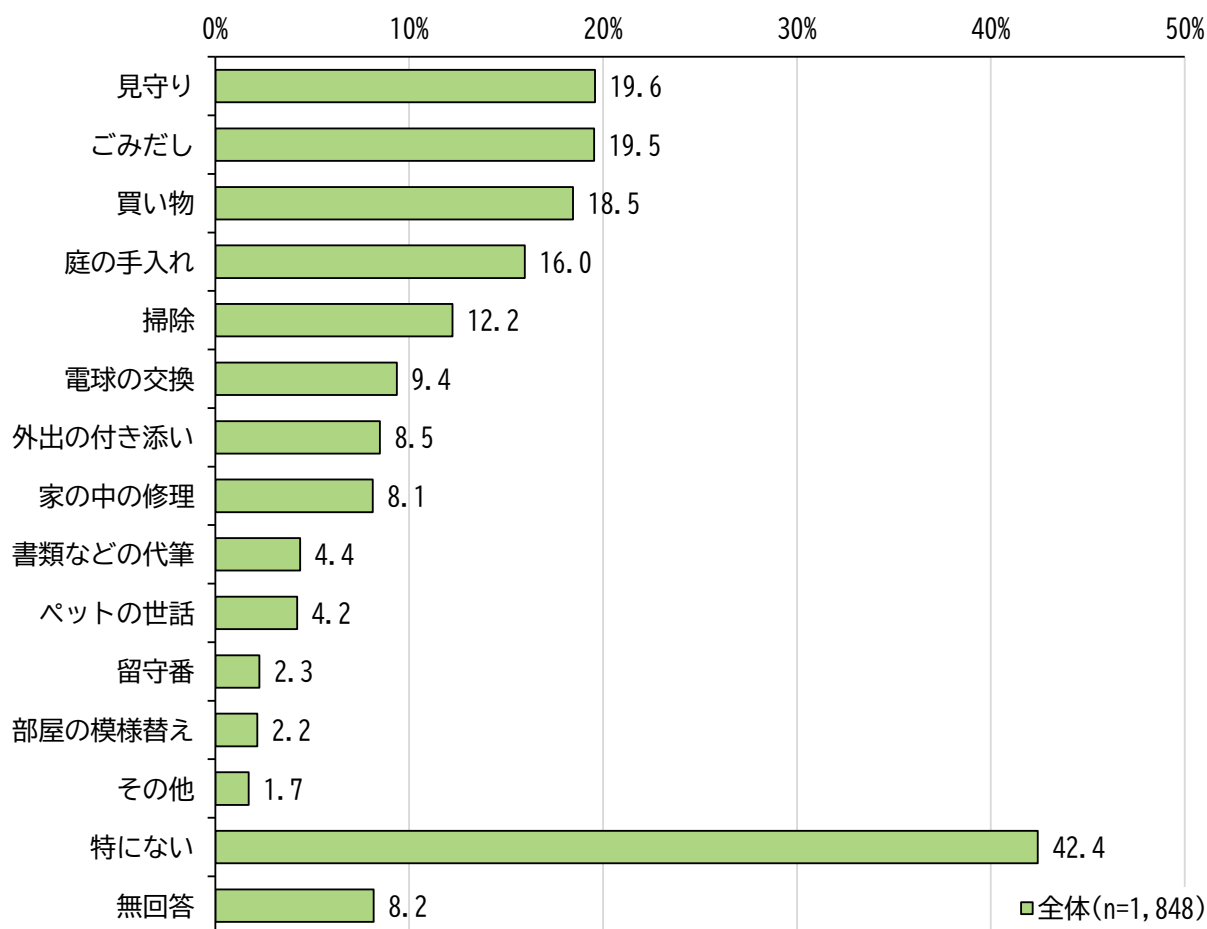


問 11（3）地域で高齢者を支え合う支援として、地域の方にしてもらいたい（地域のためにしてみたい）と思う支援は何ですか（いくつでも）

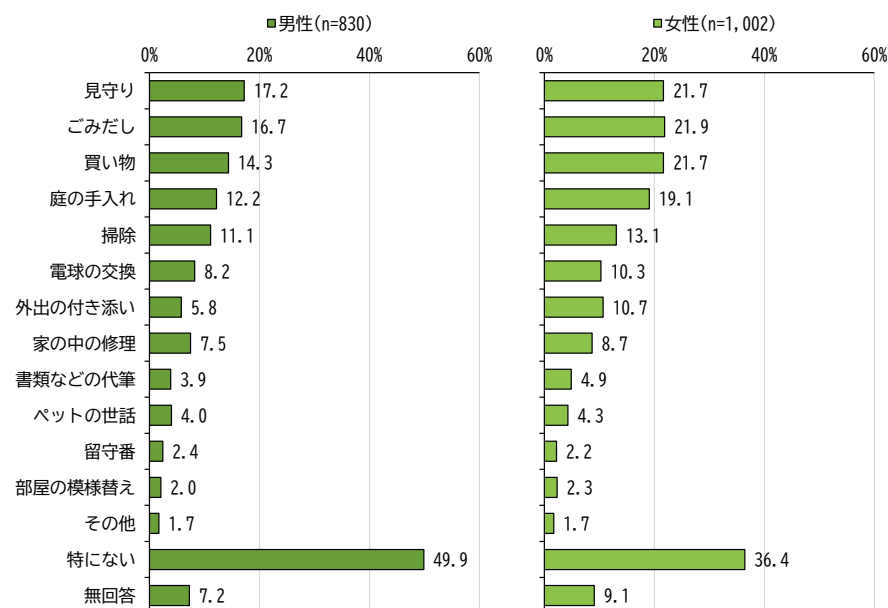
必要だと思う地域支援については、「特にない」が42.4%で最も高く、次いで「見守り」が19.6%、「ごみだし」が19.5%と続いています。

男女別でみると、「特にない」を除くと、男性では「見守り」が17.2%、女性では「ごみだし」が21.9%で高くなっています。

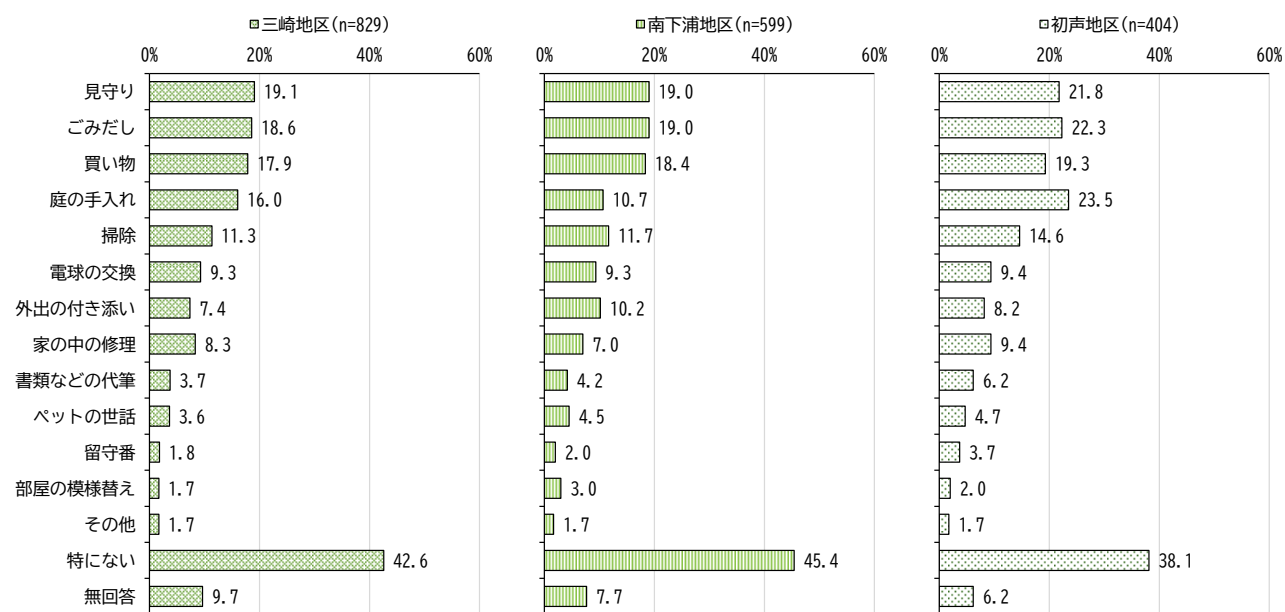
日常生活圏域別でみると、「特にない」を除くと、三崎地区では「見守り」が19.1%、南下浦地区では「ごみだし」と「見守り」が19.0%、初声地区では「庭の手入れ」が23.5%で高くなっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

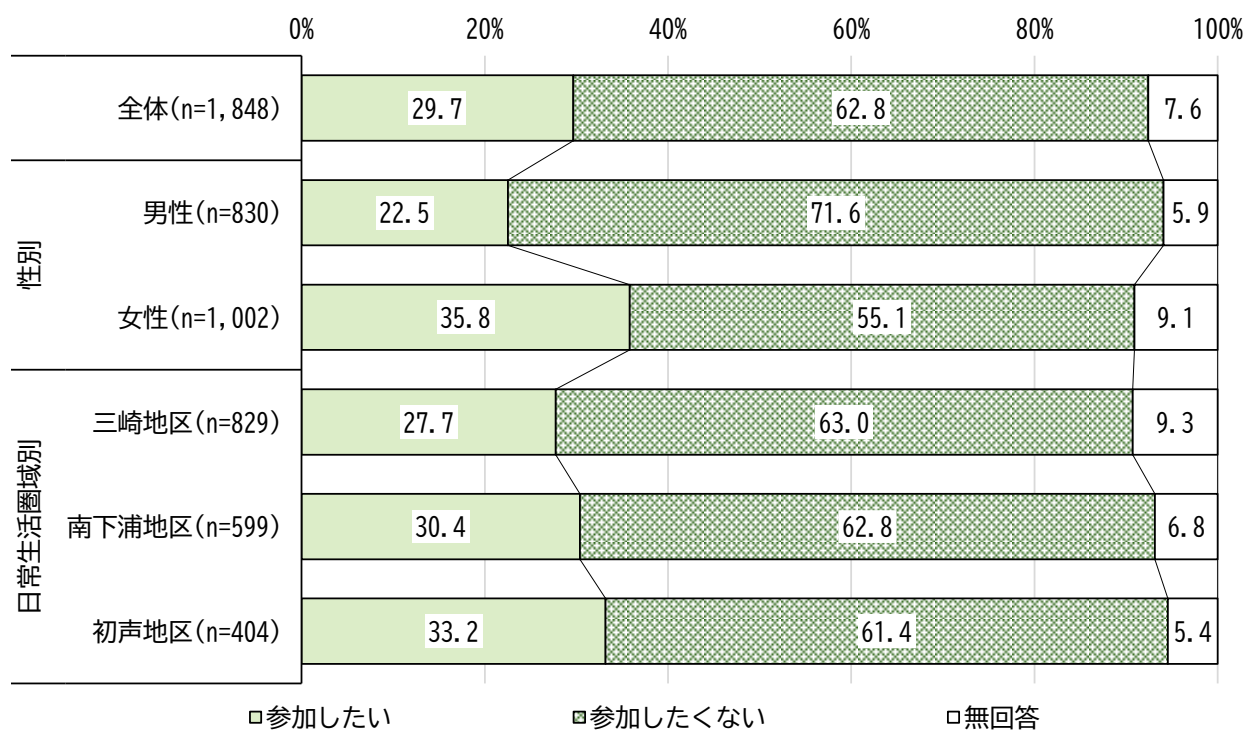


問 11（４）市が実施する介護予防のための教室に参加してみたいと思いますか

介護予防教室の参加意向については、「参加したくない」が62.8%、「参加したい」が29.7%となっています。

男女別でみると、「参加したい」では、男性が22.5%、女性が35.8%と女性の割合が高くなっています。

日常生活圏域別でみると、「参加したい」では、初声地区が33.2%で最も高く、次いで南下浦地区が30.4%と続いています。



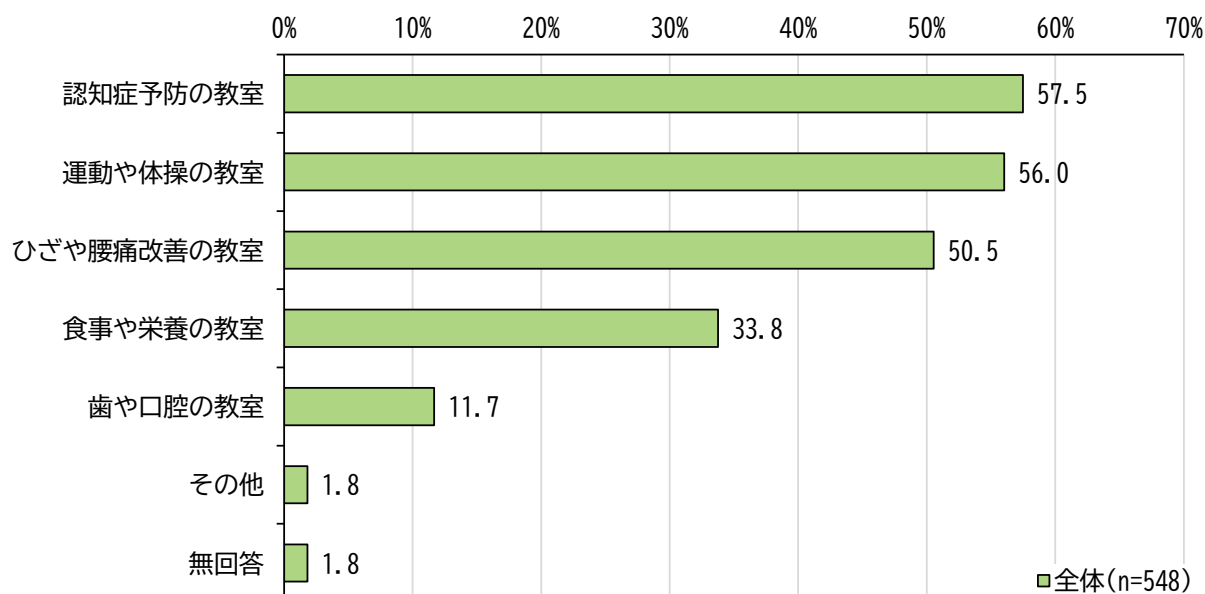
【(4)で「参加したい」の方のみ】

問11(4) ①どのような教室に参加したいと思いますか(いくつでも)

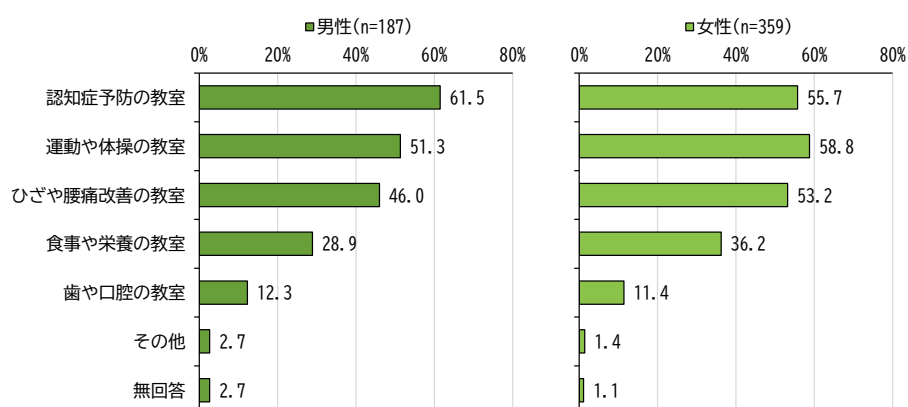
参加したい介護予防教室については、「認知症予防の教室」が57.5%で最も高く、次いで「運動や体操の教室」が56.0%、「ひざや腰痛改善の教室」が50.5%と続いています。

男女別でみると、「運動や体操の教室」、「認知症予防の教室」「ひざや腰痛改善の教室」の参加希望が男女ともに4割～6割と他に比べて割合が高くなっています。

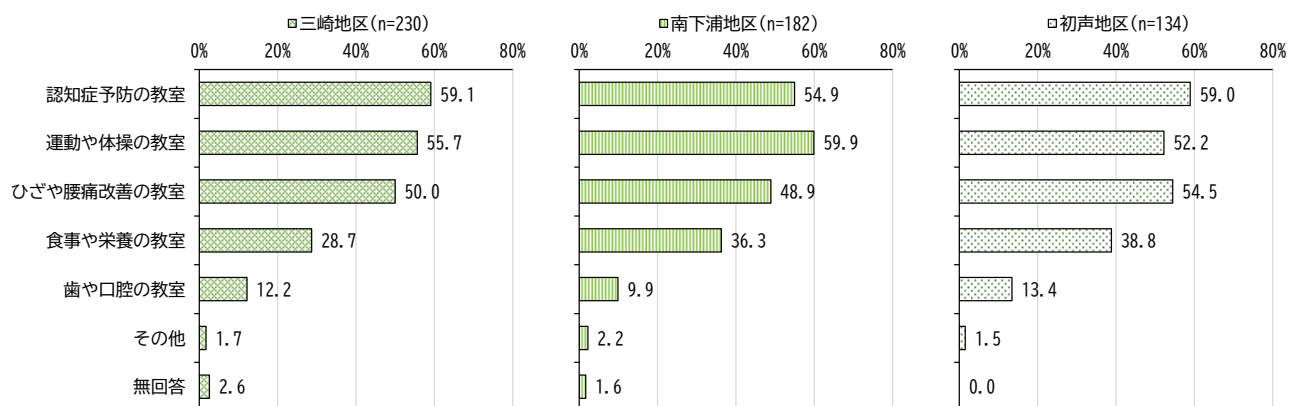
日常生活圏域別でみると、三崎地区、初声地区では「認知症予防の教室」がそれぞれ59.1%、59.0%、南下浦地区では「運動や体操の教室」が59.9%で最も高くなっています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別



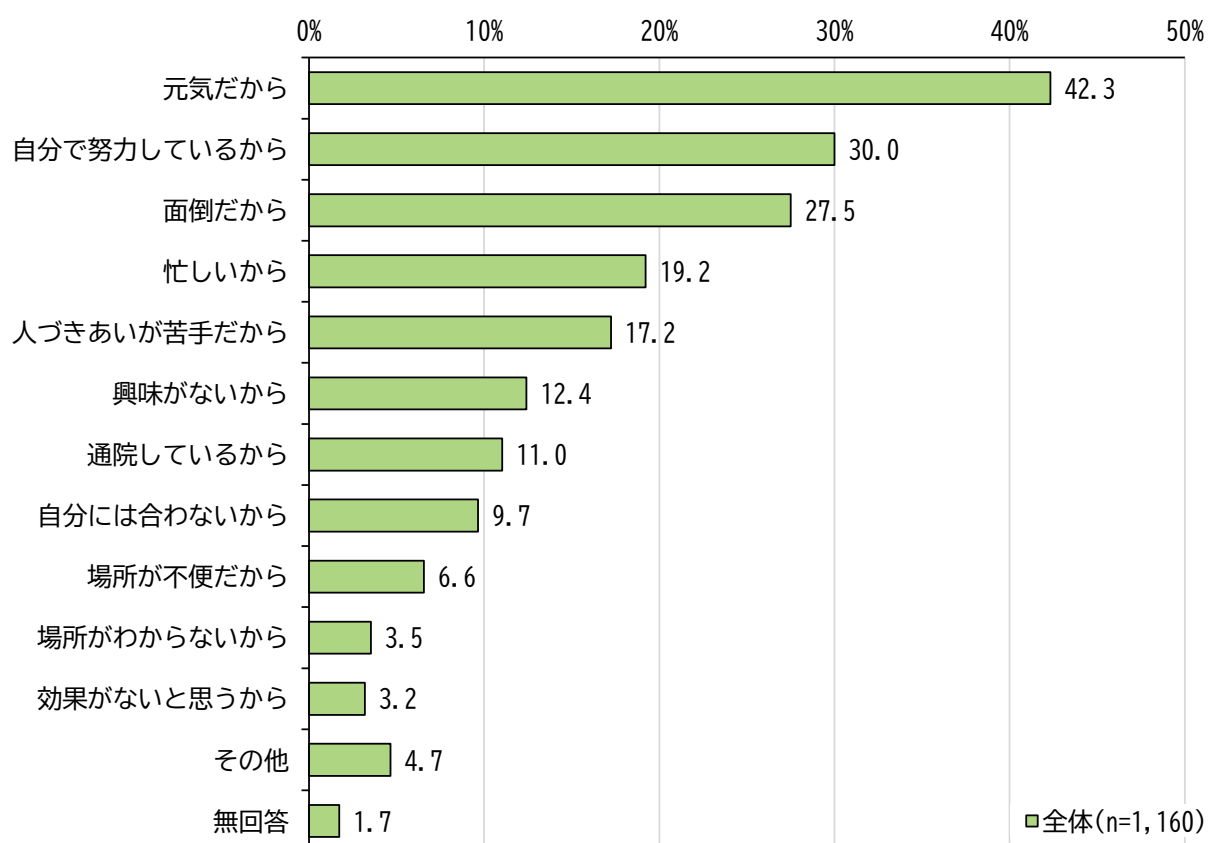
【(4) で「参加したくない」の方のみ】

問 11 (4) ②参加したくない理由は何ですか (いくつでも)

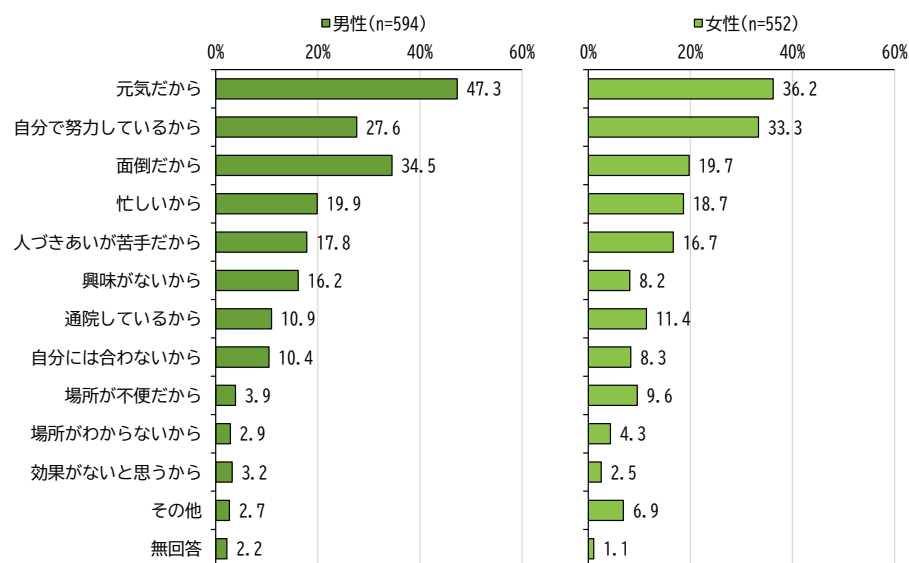
介護予防教室に参加したくない理由については、「元気だから」が 42.3%で最も高く、次いで「自分で努力しているから」が 30.0%、「面倒だから」が 27.5%と続いています。

男女別でみると、男性では、「元気だから」が 47.3%で最も高く、次いで「面倒だから」が 34.5%、「自分で努力しているから」が 27.6%と続いています。女性では、「元気だから」が 36.2%で最も高く、次いで「自分で努力しているから」が 33.3%、「面倒だから」が 19.7%と続いています。

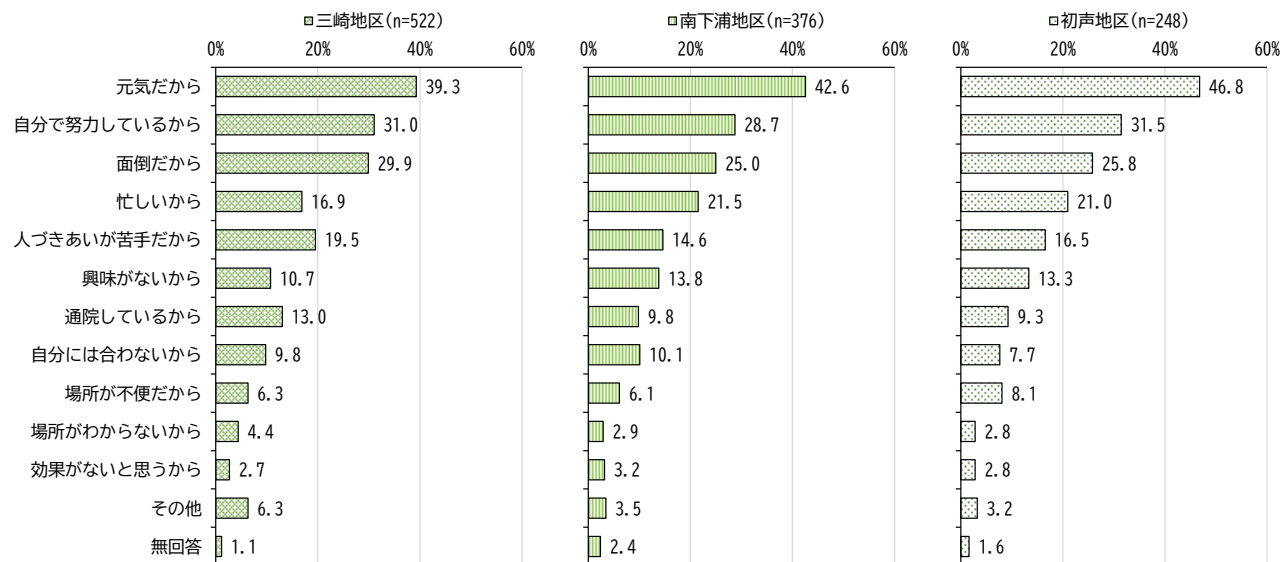
日常生活圏域別でみると、すべての圏域で「元気だから」が最も高く、次いで「自分で努力しているから」、「面倒だから」と続いています。



■ 性別



■ 日常生活圏域別

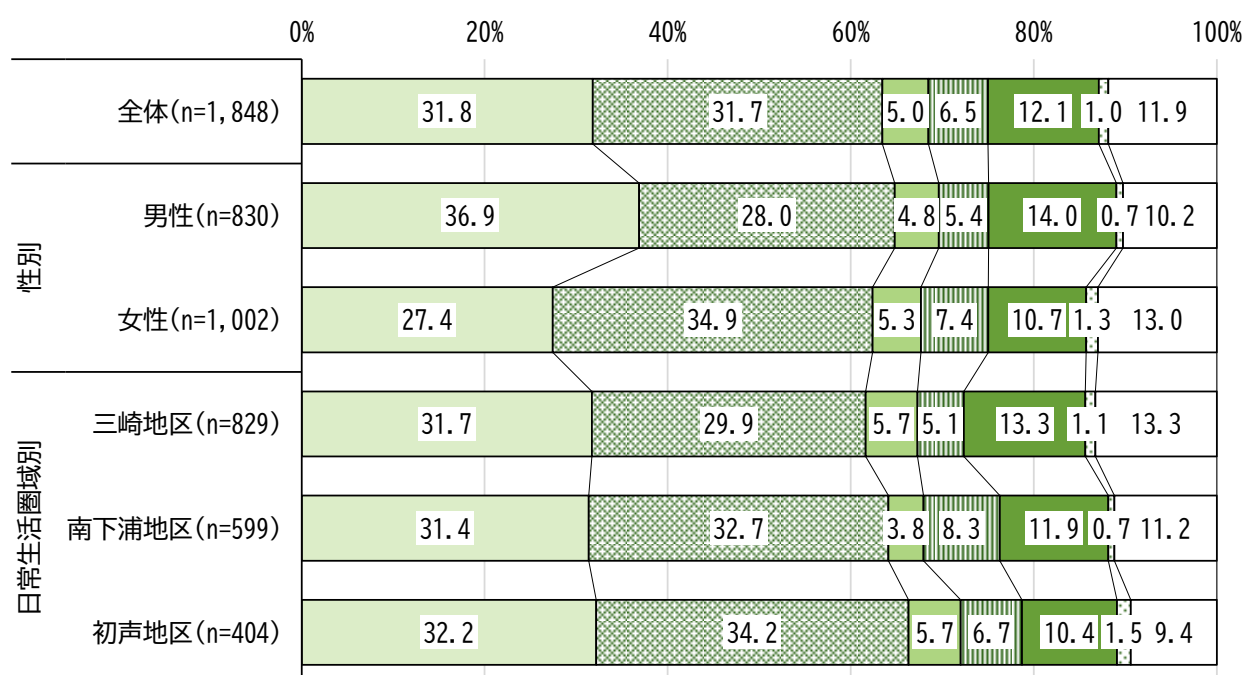


問 11（５）あなたが人生の最期を迎えるときが来た場合、どこで過ごしたいですか

人生の最期で過ごしたい場所については、「自宅で過ごしたい」が31.8%、次いで、「自宅で療養して、必要になれば医療機関に入院したい」が31.7%、「わからない」が12.1%と続いています。

男女別でみると、男性では、「自宅で過ごしたい」が36.9%で最も高く、次いで「自宅で療養して、必要になれば医療機関に入院したい」が28.0%と続いています。女性では、「自宅で療養して、必要になれば医療機関に入院したい」が34.9%で最も高く、次いで「自宅で過ごしたい」が27.4%と続いています。

日常生活圏域別でみると、「自宅で過ごしたい」では、初声地区が32.2%で最も高く、「自宅で療養して、必要になれば医療機関に入院したい」でも、初声地区が34.2%で最も高くなっています。



- 自宅でものしたい
- 自宅でもの養して、必要になれば医療機関に入院したい
- 医療機関に入院したい
- 老人ホームなどの施設に入所したい
- わからない
- その他
- 無回答

第4章 資料編

第4章 資料編

1. 調査票

三浦市
市民ニーズ調査
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
【調査票】

調査ご協力をお願い

日頃から、三浦市介護保険事業に対しまして、ご理解、ご協力を賜り心から感謝申し上げます。

さて、このたび三浦市では、市内在住の65歳以上の介護認定を受けていない方、及び要支援1・要支援2の認定を受けた方から無作為に抽出し、市民ニーズ調査（介護予防・日常生活圏域ニーズ調査）を実施することといたしました。

この調査は、皆様の生活状況や保健福祉、介護保険に関してのご意見、ご要望などをお伺いして、今後の高齢者保健福祉行政のより一層の計画的かつ効果的な推進と新しい介護保険事業計画策定のために役立てさせていただくものです。

ご回答いただきました内容は、全て統計的に処理いたします。調査結果からは、ご回答いただきました方を特定することはできません。

また、令和8年2月6日（金）までにご回答いただいた場合、後日、健康アドバイスを記した個人結果票をお送りいたします。

ご多忙の折、誠に恐縮でございますが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和8年1月

三浦市長 出口 嘉一

記入に際してのお願い

- 回答は該当する選択肢にレ点チェック☑をする等、各設問の指示にしたがってください。
- 調査票記入後は、3つ折りにし同封の返信用封筒に入れて、

令和8年2月6日（金）までに投函してください。

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、以下にご同意いただいたものとみなさせていただきます。

【個人情報の保護および活用目的について】

- 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、三浦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データベース「地域包括ケア『見える化』システム」内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が認識されない形で利用することがあります。

記入日	令和8年 月 日
調査票を記入されたのはどなたですか	
☐ あて名のご本人が記入 ☐ ご家族が記入（あて名のご本人からみた続柄： ） ☐ その他	
ご連絡先	- -

問1 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人暮らし | ☐ 夫婦2人暮らし(配偶者 65歳以上) |
| ☐ 夫婦2人暮らし(配偶者 64歳以下) | ☐ 息子・娘との2世帯 |
| ☐ その他 | |

(2) あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか

- ☐ 介護・介助は必要ない
- ☐ 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない
- ☐ 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)

【(2) において「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)

- | | |
|---|---|
| ☐ 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等) | ☐ 心臓病 |
| ☐ がん (悪性新生物) | ☐ 呼吸器の病気 (肺炎腫・肺炎等) |
| ☐ 関節の病気 (リウマチ等) | ☐ 認知症 (アルツハイマー病等) |
| ☐ パーキンソン病 | ☐ 糖尿病 |
| ☐ 腎疾患 (透析) | ☐ 視覚・聴覚障害 |
| ☐ 骨折・転倒 | ☐ 脊椎損傷 |
| ☐ 高齢による衰弱 | ☐ その他 () |
| ☐ 不明 | |

【(2) において「現在、何らかの介護を受けている」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)

- | | | |
|--------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 配偶者 (夫・妻) | ☐ 息子 | ☐ 娘 |
| ☐ 子の配偶者 | ☐ 孫 | ☐ 兄弟・姉妹 |
| ☐ 介護サービスのヘルパー | ☐ 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

- | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|
| ☐ 大変苦しい | ☐ やや苦しい | ☐ ふつう |
| ☐ ややゆとりがある | ☐ 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

- | | |
|--|--|
| ☐ 持家 (一戸建て) | ☐ 持家 (集合住宅) |
| ☐ 公営賃貸住宅 | ☐ 民間賃貸住宅 (一戸建て) |
| ☐ 民間賃貸住宅 (集合住宅) | ☐ 借家 |
| ☐ 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

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ 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

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ できない

(3) 15分位続けて歩いていますか

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ できない

(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

☐ 何度もある ☐ 1度ある ☐ ない

(5) 転倒に対する不安は大きいですか

☐ とても不安である ☐ やや不安である ☐ あまり不安でない ☐ 不安でない

(6) 週に1回以上は外出していますか

☐ ほとんど外出しない ☐ 週1回 ☐ 週2～4回 ☐ 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

☐ とても減っている ☐ 減っている ☐ あまり減っていない ☐ 減っていない

(8) 外出を控えていますか

☐ はい ☐ いいえ

【(8)で「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)

- | | |
|---|--|
| ☐ 病気 | ☐ 障害(脳卒中の後遺症など) |
| ☐ 足腰などの痛み | ☐ トイレの心配(失禁など) |
| ☐ 耳の障害(聞こえの問題など) | ☐ 目の障害 |
| ☐ 外での楽しみがない | ☐ 経済的に出られない |
| ☐ 交通手段がない | ☐ その他() |

(9) 外出する際の移動手段は何ですか (いくつでも)

- | | |
|---|--------------------------------------|
| ☐ 徒歩 | ☐ 自転車 |
| ☐ バイク | ☐ 自動車 (自分で運転) |
| ☐ 自動車 (人に乗せてもらう) | ☐ 電車 |
| ☐ 路線バス | ☐ 病院や施設のバス |
| ☐ 車いす | ☐ 電動車いす (カート) |
| ☐ 歩行器・シルバーカー | ☐ タクシー |
| ☐ 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

- ☐
- はい
- ☐
- いいえ

(3) お茶や汁物等でむせることがありますか

- ☐
- はい
- ☐
- いいえ

(4) 口の渇きが気になりますか

- ☐
- はい
- ☐
- 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

- ☐
- はい
- ☐
- 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

(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて 32 本です)

- | | |
|--|--|
| ☐ 自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用 | ☐ 自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし |
| ☐ 自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用 | ☐ 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

- ☐
- はい
- ☐
- いいえ

【(6)で「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」「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

☐ はい ☐ 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

☐ はい ☐ いいえ

(8) どなたかと食事をともにする機会がありますか

☐ 毎日ある ☐ 週に何度かある ☐ 月に何度かある
☐ 年に何度かある ☐ 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

☐ はい ☐ 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

☐ はい ☐ いいえ

(3) 今日が何月何日かわからない時がありますか

☐ はい ☐ 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）

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ できない

(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ できない

(6) 自分で食事の用意をしていますか

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ できない

(7) 自分で請求書の支払いをしていますか

☐ できるし、している ☐ できるけどしていない ☐ できない

(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか		
☐ できるし、している	☐ できるけどしていない	☐ 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		
☐ はい	☐ いいえ	
(10) 新聞を読んでいますか		
☐ はい	☐ いいえ	
(11) 本や雑誌を読んでいますか		
☐ はい	☐ 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		
☐ はい	☐ いいえ	
(13) 友人の家を訪ねていますか		
☐ はい	☐ いいえ	
(14) 家族や友人の相談にのっていますか		
☐ はい	☐ いいえ	
(15) 病人を見舞うことができますか		
☐ はい	☐ 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		
☐ はい	☐ いいえ	
(17) 趣味はありますか（ある方は具体的な趣味をご記入ください）		
☐ 趣味あり 【具体的に】（ ）		
☐ 思いつかない		
(18) 生きがいがありますか（ある方は具体的な生きがいをご記入ください）		
☐ 生きがいあり 【具体的に】（ ）		
☐ 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 - ⑧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	☐	☐	☐	☐	☐	☐
② スポーツ関係のグループや クラブ	☐	☐	☐	☐	☐	☐
③ 趣味関係のグループ	☐	☐	☐	☐	☐	☐
④ 学習・教養サークル	☐	☐	☐	☐	☐	☐
⑤ 元気アップ教室・脳の健康 教室、ふれあいサロン等の 介護予防のための通いの場	☐	☐	☐	☐	☐	☐
⑥ 老人クラブ	☐	☐	☐	☐	☐	☐
⑦ 町内会・自治会	☐	☐	☐	☐	☐	☐
⑧ 収入のある仕事	☐	☐	☐	☐	☐	☐

(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

☐ 是非参加したい ☐ 参加してもよい ☐ 参加したくない ☐ 既に参加している

(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

☐ 是非参加したい ☐ 参加してもよい ☐ 参加したくない ☐ 既に参加している

(1) 現在のあなたの就労状態はどれですか (いくつでも)

- ☐ 職に就いたことがない ☐ 引退した ☐ 常勤（フルタイム）
☐ 非常勤（パート・アルバイト等） ☐ 自営業 ☐ 求職中
☐ その他

【(1)で「引退した」の方のみ】

①あなたはいつ引退しましたか（該当する選択肢1つに☑、年数は数字で記入）

- ☐ 昭和 年
 ☐ 平成 年
 ☐ 令和 年

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

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)

- ☐ 配偶者
 ☐ 同居の子ども
 ☐ 別居の子ども
☐ 兄弟姉妹・親戚・親・孫
 ☐ 近隣
 ☐ 友人
☐ その他（ ）
 ☐ 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)

- ☐ 配偶者 ☐ 同居の子ども ☐ 別居の子ども
- ☐ 兄弟姉妹・親戚・親・孫 ☐ 近隣 ☐ 友人
- ☐ その他（ ） ☐ 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）

- ☐ 配偶者 ☐ 同居の子ども ☐ 別居の子ども
- ☐ 兄弟姉妹・親戚・親・孫 ☐ 近隣 ☐ 友人
- ☐ その他（ ） ☐ そのような人はいない

(4) 反対に、看病や世話をしあける人 (いくつでも)		
☐ 配偶者	☐ 同居の子ども	☐ 別居の子ども
☐ 兄弟姉妹・親戚・親・孫	☐ 近隣	☐ 友人
☐ その他 ()		☐ 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)		
☐ 自治会・町内会・老人クラブ	☐ 社会福祉協議会・民生委員	
☐ ケアマネジャー	☐ 医師・歯科医師・看護師	
☐ 地域包括支援センター・役所・役場	☐ その他	
☐ 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		
☐ 毎日ある	☐ 週に何度かある	☐ 月に何度かある
☐ 年に何度かある	☐ 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)		
☐ 0人 (いない)	☐ 1～2人	☐ 3～5人
☐ 6～9人	☐ 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)		
☐ 近所・同じ地域の人	☐ 幼なじみ	
☐ 学生時代の友人	☐ 仕事での同僚・元同僚	
☐ 趣味や関心が同じ友人	☐ ボランティア等の活動での友人	
☐ その他	☐ いない	

問8 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

☐ とてもよい ☐ まあよい ☐ あまりよくない ☐ 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

☐ はい ☐ 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

☐ はい ☐ いいえ

(5) お酒は飲みますか

☐ ほぼ毎日飲む ☐ 時々飲む ☐ ほとんど飲まない ☐ もともと飲まない

(6) タバコは吸っていますか

☐ ほぼ毎日吸っている ☐ 時々吸っている
☐ 吸っていたがやめた ☐ 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)

☐ ない	☐ 高血圧	☐ 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
☐ 心臓病	☐ 糖尿病	☐ 高脂血症 (脂質異常)
☐ 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)	☐ 胃腸・肝臓・胆のうの病気	
☐ 腎臓・前立腺の病気	☐ 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等)	
☐ 外傷 (転倒・骨折等)	☐ がん (悪性新生物)	
☐ 血液・免疫の病気	☐ うつ病	
☐ 認知症 (アルツハイマー病等)	☐ パーキンソン病	
☐ 目の病気	☐ 耳の病気	
☐ その他 (		)

問9 認知症について

(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか

- ☐ はい ☐ いいえ

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

- ☐ はい ☐ いいえ

(3) 認知症という病気について、どの程度知っていますか

- ☐ どのような症状の病気かよく知っている ☐ どのような症状の病気かある程度知っている
☐ 認知症という言葉ぐらいは知っている ☐ まったく知らない

(4) 市で実施している認知症支援で知っているものはどれですか（いくつでも）

- ☐ 認知症地域支援推進員 ☐ 認知症ケアパス『三浦市認知症ガイド』
☐ 認知症初期集中支援チーム ☐ 認知症サポーター養成講座
☐ 認知症家族の会（オレンジ会） ☐ 認知症カフェ（オレンジカフェ）
☐ 認知症等行方不明SOSネットワーク ☐ その他（ ）
☐ 知っているものはない

(5) 認知症予防（認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を穏やかにする）に効果があると考えられるものの中で、ご自身で現在取り組んでいるものはありますか（いくつでも）

- ☐ 定期的な運動 ☐ 運動と頭の体操の組み合わせ
☐ バランスの取れた食事 ☐ 禁煙、飲酒制限
☐ 社会参加・活動
☐ かかりつけ医や保健師、管理栄養士等の専門職による健康相談
☐ その他（ ）
☐ 特にない

(6) 認知症になったときに地域で安心して暮らすために、どのような施策があれば安心ですか (いくつでも)

- ☐ 認知症のことを相談できる窓口体制の充実
- ☐ 認知症への正しい知識や接し方を広める啓発活動
- ☐ 認知症を早期発見・早期診断するための仕組みづくり
- ☐ 認知症の人を支援するボランティアの養成
- ☐ 家族の身体的・精神的負担を減らす取組
- ☐ 介護サービスにあたる専門職のスキルアップに資する取組
- ☐ 認知症の人が一人でも安心して外出するための支援
- ☐ その他 ()

問 10 成年後見制度について

(1) 「成年後見制度」をどの程度知っていますか

- ☐ 知っている
- ☐ 聞いたことはあるが、詳しい内容は知らない
- ☐ 知らない

※成年後見制度とは、認知症等により判断能力が十分でない方に代わって、法的に権限が与えられた代理人（成年後見人等）が、財産管理や身上監護を行い、本人が安心して生活できるよう保護・支援する民法に基づく制度です。

(2) 「成年後見制度」のような制度を利用したいと思うことがありますか

- ☐ 利用したいと思う
- ☐ 将来的には利用したいと思う
- ☐ 利用したいとは思わない

【(2) で「利用したいと思う」「将来的には利用したいと思う」の方のみ】

① 「成年後見制度」は、どのようなことで必要だと思いますか (いくつでも)

- ☐ 預貯金などの管理・解約
- ☐ 福祉サービスの契約（ホームヘルパーや施設通所等のため）
- ☐ 医療行為の同意
- ☐ 買い物等
- ☐ 不動産の処分
- ☐ 相続手続き
- ☐ 保険金の受け取り
- ☐ 訴訟手続き等
- ☐ その他 ()

問11 その他

(1) あなたは、介護保険サービスを受けて生活する場合、どこでの生活を望んでいますか

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ☐ 自宅 | ☐ 特養（特別養護老人ホーム） |
| ☐ 老健（介護老人保健施設） | ☐ グループホーム |
| ☐ 有料老人ホーム | ☐ その他（ ） |
| ☐ わからない | |

(2) お住まいやその周りの環境で、不便なことや困っていることがありますか（いくつでも）

〈住居について〉

- | | |
|---|--------------------------------------|
| ☐ トイレ、風呂場などの段差があつて大変 | ☐ 維持管理が大変 |
| ☐ 耐震性や安全性に不安 | ☐ 家賃やローンが高く大変 |

〈環境について〉

- | | |
|--|--------------------------------------|
| ☐ 医療機関や介護サービスの事業所が近くにない | |
| ☐ 公共機関が近くにない（市役所、図書館、市民センターなど） | |
| ☐ 商業施設が近くにない（スーパー、飲食店、銀行、郵便局など） | |
| ☐ 交通の便が悪い | ☐ 階段など昇り降りが大変 |
| ☐ 知人が近くにいない | ☐ その他（ ） |
| ☐ 特にない | |

(3) 地域で高齢者を支え合う支援として、地域の方にしてもらいたい（地域のためにしてみたい）と思う支援は何ですか（いくつでも）

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ ごみだし | ☐ 買い物 |
| ☐ 見守り | ☐ 留守番 |
| ☐ 書類などの代筆 | ☐ 外出の付き添い |
| ☐ 掃除 | ☐ 庭の手入れ |
| ☐ 家の中の修理 | ☐ 電球の交換 |
| ☐ 部屋の模様替え | ☐ ベットの世話 |
| ☐ その他（ ） | ☐ 特にない |

(4) 市が実施する介護予防のための教室に参加してみたいと思いますか

- ☐ 参加したい ☐ 参加したくない

【(4) で「参加したい」の方のみ】

①どのような教室に参加したいと思いますか (いくつでも)

- ☐ 食事や栄養の教室 ☐ 運動や体操の教室
☐ 認知症予防の教室 ☐ 歯や口腔の教室
☐ ひざや腰痛改善の教室 ☐ その他 ()

【(4) で「参加したくない」の方のみ】

②参加したくない理由は何ですか (いくつでも)

- ☐ 元気だから ☐ 忙しいから
☐ 面倒だから ☐ 通院しているから
☐ 自分で努力しているから ☐ 興味がないから
☐ 人づきあいが苦手だから ☐ 効果がないと思うから
☐ 自分には合わないから ☐ 場所がわからないから
☐ 場所が不便だから ☐ その他 ()

(5) あなたが人生の最期を迎えるときが来た場合、どこで過ごしたいですか

- ☐ 自宅で過ごしたい
☐ 自宅で療養して、必要になれば医療機関に入院したい
☐ 医療機関に入院したい
☐ 老人ホームなどの施設に入所したい
☐ わからない
☐ その他 ()

(6) その他、ご自由に意見をお書きください

以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました。記入もれがないか、今一度お確かめください。

記入した調査票を切り離すことなく、送付されたもの全て（表紙を含みます）を3つ折りにして同封した返信用封筒に入れ、令和8年2月6日（金）までに切手を貼らずに投函してください。

■この調査についての問合せ先

三浦市 保健福祉部 高齢介護課

電話：046 - 882 - 1111（内線：352・348）

三浦市
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査
調査結果報告書

発行日 令和8年3月

発行者 三浦市高齢介護課

住 所 〒238-0298 三浦市城山町 1-1

T E L 046-882-1111（内線 352・348）