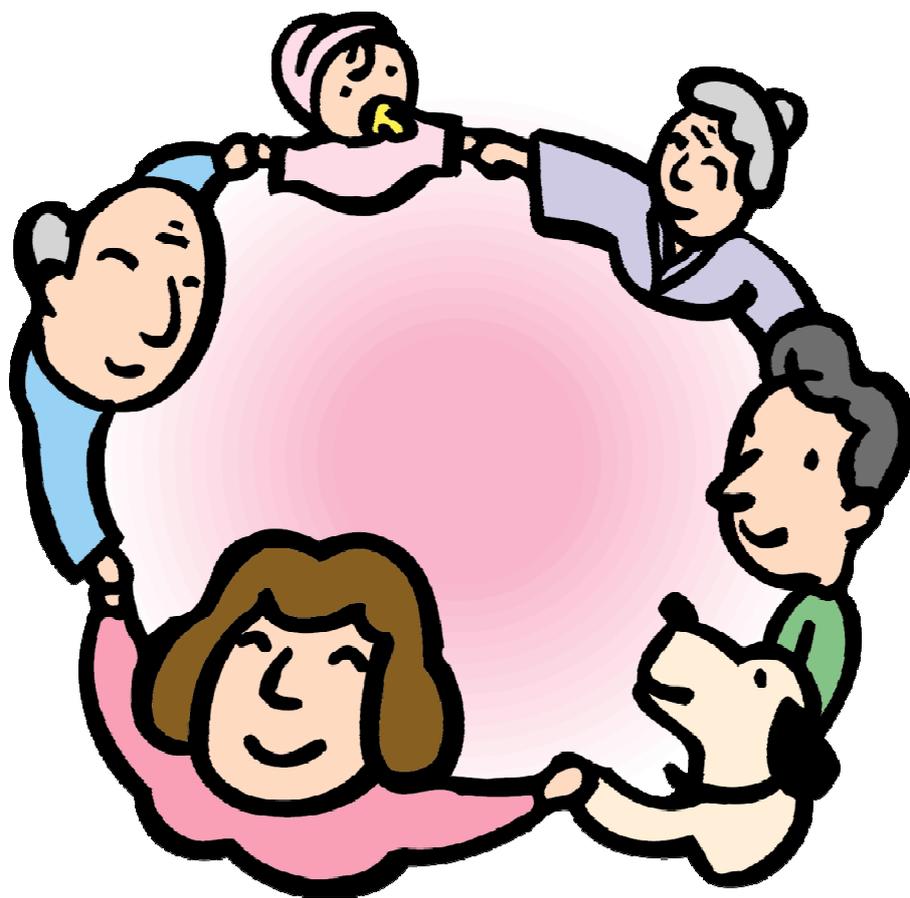
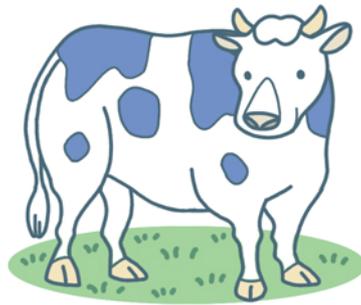


標茶町  
高齢者保健福祉計画  
第6期介護保険事業計画



北海道標茶町

標茶町  
高齢者実態調査  
結果報告書



平成 26 年 9 月

標 茶 町

# も く じ

<b>1. 調査の概要</b> .....	<b>1</b>
(1) 調査の目的 .....	1
(2) 調査対象及び調査方法等 .....	1
(3) 回収結果 .....	1
(4) 本報告書の見方について .....	2
<b>2. 調査結果</b> .....	<b>3</b>
(1) 判定結果 .....	3
(2) 一般（65歳以上で要介護認定を受けていない方） .....	19
(3) 認定者（要介護2以下） .....	44
(4) 認定者（要介護3以上） .....	68
<b>3. 自由意見</b> .....	<b>79</b>
(1) 一般 .....	79
(2) 要介護2以下 .....	80
(3) 要介護3以上 .....	81

# 1. 調査の概要

## (1) 調査の目的

この調査は、今後の高齢者保健福祉行政の推進と、第6期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定の基礎資料とするために実施しました。

また、主に生活機能の面から地域に在住する高齢者の生活状況を把握し、高齢者の生活状態に合った介護予防事業実施のための基礎資料とします。

## (2) 調査対象及び調査方法等

調査種類	① 65歳以上で認定を受けていない方 ② 認定を受けている方(要支援1～要介護2)(施設入所者を除く) ③ 認定を受けている方(要介護3以上)(施設入所者を除く) ①、②、③それぞれの調査票で調査
調査対象	① 65歳以上で認定を受けていない方 370名を無作為抽出(長期入院等は除く) ② 対象者全員(施設等入所者は除く) ③ 対象者全員(施設等入所者は除く)
調査地域	町内全域
調査基準日	平成26年4月30日
調査期間	平成26年6月2日～6月30日
実施方法	① 郵送による配付・回収 ② 郵送による配付。回収は事業所ケアマネジャー等 ③ 郵送による配付。回収は事業所ケアマネジャー等

## (3) 回収結果

区分	①65歳以上 (未認定者)	②認定者 (要介護2以下)	③認定者 (要介護3以上)	合計
配付数 A	370	295	86	751
回収数	236	219	58	513
有効回収数 B	236	219	57	512
有効回収率 $B \div A \times 100$	63.8%	74.2%	66.3%	68.2

## (4) 本報告書の見方について

本報告書を読むにあたって、以下の点に留意してください。

- (1) 比率は概ね百分率(%)で表し、小数第2位を四捨五入して算出しました。したがって、合計が100%を上下する場合があります。
- (2) 基数になるべき実数は、表中では「全体」(n=〇〇〇)と表記し、回答者数を表します。各比率は回答者数に対する割合として算出しました。
- (3) 横帯グラフのデータは、小数第1位を四捨五入して算出し、整数表示としました。したがって、n数(母数)にグラフ中の割合を掛けても文中の(〇人)とは必ずしも一致しません。
- (4) ある質問の特定の回答を選んだ人のみが答える質問は、「限定質問」といい、その場合の基数nは特定の回答数です。
- (5) 質問の終わりに「3つまでに〇」あるいは「あてはまるものすべてに〇」などとある場合は、1人の回答者が2つ以上の回答選択肢を選んでよい質問であり、したがって比率合計はほとんどが100%を超えます。
- (6) 図表の中の「不明」という表示は、無回答もしくは指示通り回答していない場合で、「非該当」という表示は、限定質問の回答資格がない場合を指しています。

## 2. 調査結果

### (1) 判定結果

#### 1) 二次予防対象者

二次予防対象者の判定基準は次の通りです。

#### 基本チェックリスト

NO.	本アンケート問NO.	質問項目	該当する選択肢
1	へ-1	バスや電車で1人で外出していますか	「2. できるだけしていない」or「3. できない」
2	へ-2	日用品の買い物をしていますか	「2. できるだけしていない」or「3. できない」
3	へ-5	預貯金の出し入れをしていますか	「2. できるだけしていない」or「3. できない」
4	ト-5	友人の家を訪ねていますか	「2. いいえ」
5	ト-6	家族や友人の相談にのっていますか	「2. いいえ」
6	ロ-1	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	「2. いいえ」
7	ロ-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	「2. いいえ」
8	ロ-3	15分位休まず歩いていますか	「2. いいえ」
9	ハ-1	この1年間に転んだことがありますか	「1. はい」
10	ハ-2	転倒に対する不安は大きいですか1	「1. はい」
11	ニ-1	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	「1. はい」
12	ニ-2	身長 体重 BMI: 18.5未満なら該当	BMI < 18.5
13	ニ-3	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」
14	ニ-4	お茶や汁物等でむせることがありますか	「1. はい」
15	ニ-5	口の渇きが気になりますか	「1. はい」
16	ロ-5	週に1回以上は外出していますか	「2. いいえ」
17	ロ-6	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	「1. はい」
18	ホ-1	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	「1. はい」
19	ホ-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	「2. いいえ」
20	ホ-3	今日が何月何日かわからない時がありますか	「1. はい」
21	チ-7	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	「1. はい」
22	チ-8	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	「1. はい」
23	チ-9	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	「1. はい」
24	チ-10	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	「1. はい」
25	チ-11	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	「1. はい」

要介護2以下の場合、チ-Q7～11→チ-Q8～12

※BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

## 評価方法

項目	評価に用いた問番号	評価方法
① 虚弱	へ-Q1・2・5、ト-Q5・6、ロ-Q6 及び以下の②～⑥までの14問(計20問)	10問以上該当した場合
② 運動器の機能向上	ロ-Q1～3、ハ-Q1・2	3問以上該当した場合
③ 栄養改善	ニ-Q1・2	すべてが該当した場合
④ 口腔機能の向上	ニ-Q3～5	2問以上該当した場合
⑤ 閉じこもり予防	ロ-Q5	該当する選択肢を選択→「注意」
⑥ 認知症予防	ホ-Q1～3	いずれか該当した場合→「注意」
⑦ うつ予防・支援	チ-Q7～11	2問以上該当した場合

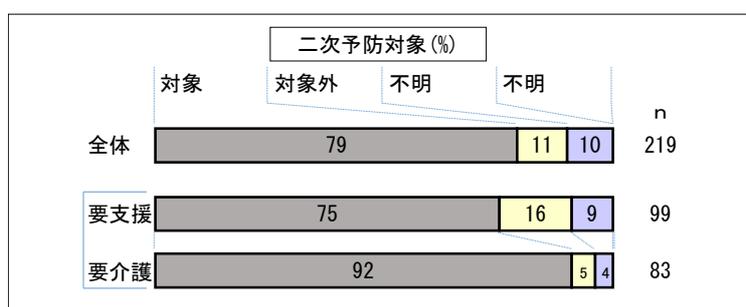
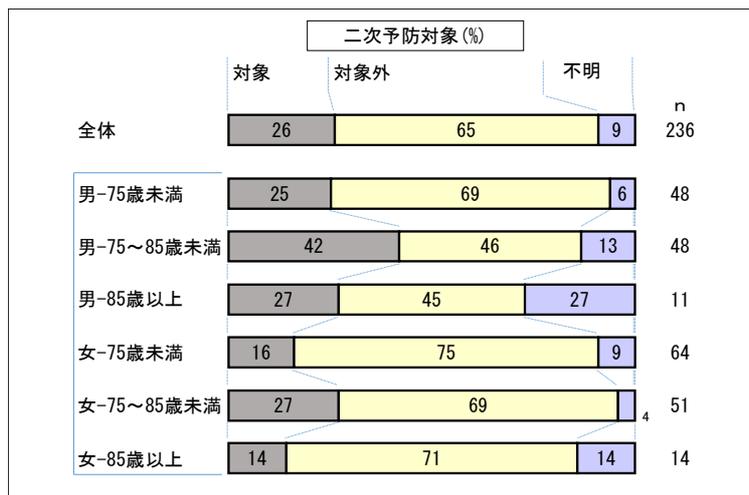
地域支援事業の一部として行われる介護予防事業には、一般の高齢者向けのサービス（一次予防事業）と要介護状態・要支援状態にはないが、そのおそれがあると考えられる65歳以上のものを対象として実施するサービス（二次予防事業）があります。

二次予防事業は、対象者が要介護状態等になることを予防することを通じて、一人ひとりのいきがいや自己実現のための取り組みを支援し、活動的で生きがいのある人生を送ることができるよう支援する事業です。（事業の説明は、国「介護予防マニュアル」を参考。以下事業についても同様です。）

日常生活の状況に関する25項目からなる「基本チェックリスト」で二次予防事業の対象者を把握します。

【二次予防事業対象者】は『一般』の場合は26%、『要支援』の場合は75%、『要介護1～2』の場合は92%が該当します。

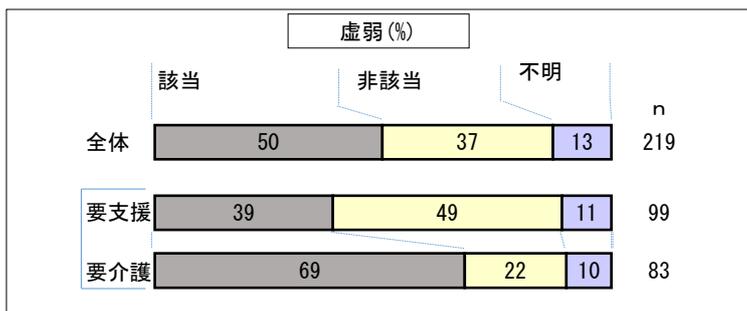
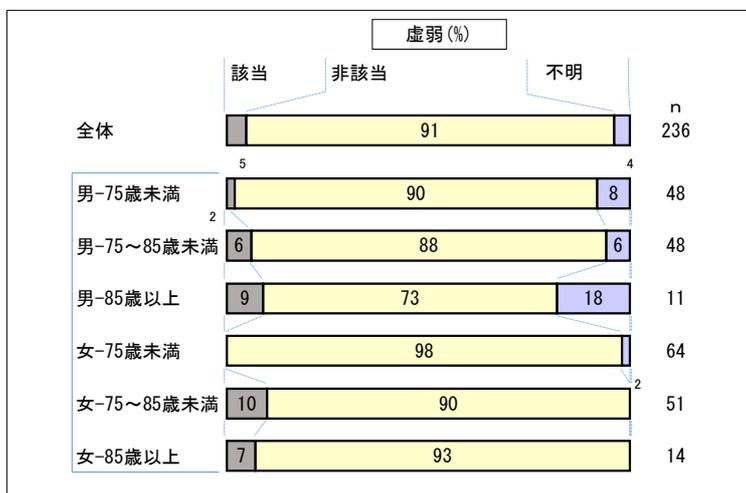
『一般』の場合でも【男-75～85歳未満】の場合は42%と高くなっています。



### ① 虚弱

チェックリストの指定項目20項目のうち10項目以上で該当となります。

『一般』の場合は5%、『要支援』の場合は39%、『要介護1～2』の場合は69%が該当します。

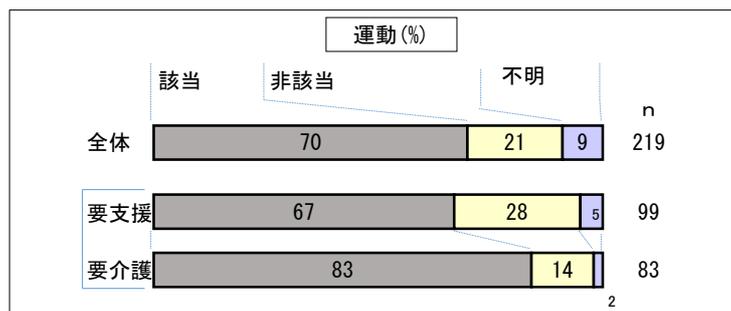
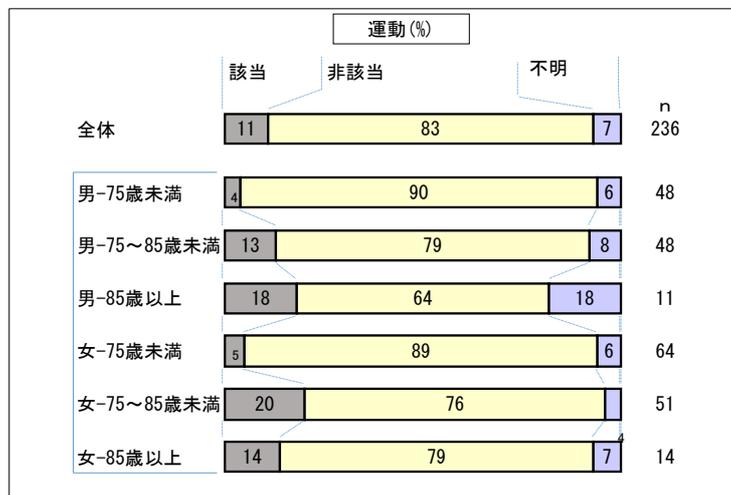


## ② 運動器の機能向上

高齢期の運動器の機能低下をもたらす要因は、加齢を転機として、身体活動が減少し、社会的・心理的加齢がもたらされ、さらに運動器の機能低下を引き起こす、悪循環モデルで説明されています。運動器の機能向上のプログラムでは、身体面・心理面・社会面へなど多様な取り組み手段のあるなかで、特に運動器の機能を向上させることにより、社会的・心理的に好ましい影響を与え、最終的には高齢者のQOL を高めることを目標としています。

『一般』の場合は11%、『要支援』の場合は67%、『要介護1～2』の場合は83%が該当します。

『一般』の場合でも【男-85歳以上】と、【女-75～85歳未満】の場合は約20%となっています。

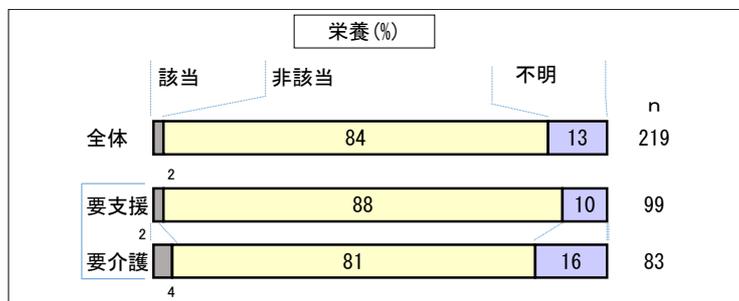
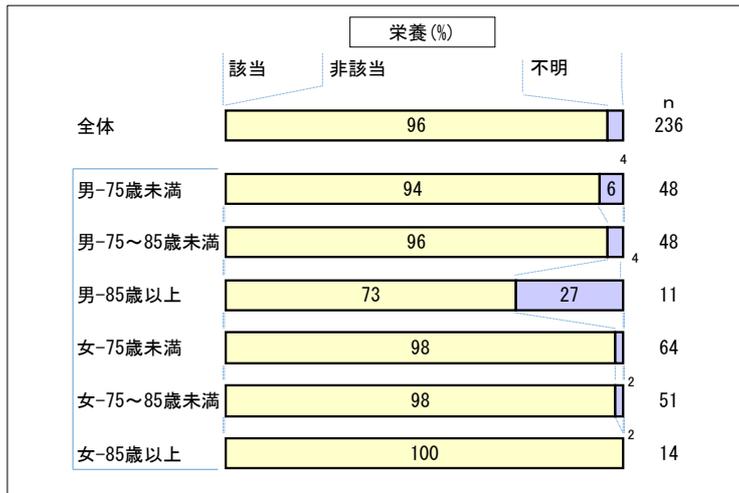


### ③ 栄養改善

栄養改善サービスは、日常生活において「食べること」を支援し、低栄養状態の予防や改善を通じて高齢者がいつまでも「食」を楽しみ、自立した生活を送って、生活の質（QOL）の高い社会の実現を目指すものです。

『一般』の場合は該当者はいません。

『要支援』の場合で2%、『要介護1～2』の場合でも4%と該当割合が低くなっています。



#### ④ 口腔機能の向上

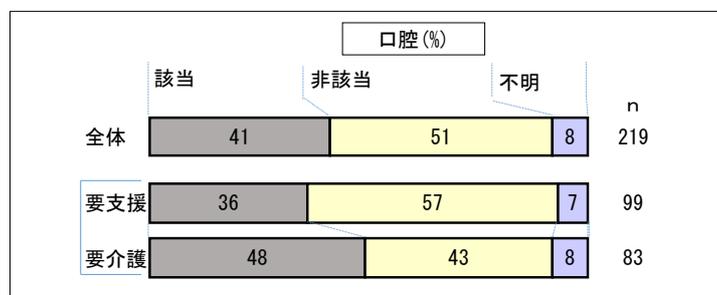
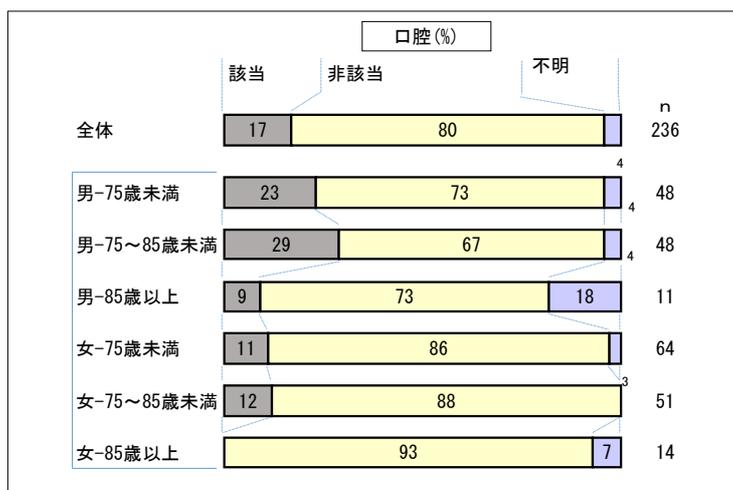
「口腔機能向上プログラム」は明るく活力ある超高齢社会を実現するために、高齢者の口腔機能向上をはかることが不可欠であると、学際的根拠のもと立証されたため、「地域支援事業」と「予防給付」に新たなメニューとして導入されました。

##### 口腔機能向上の実施による科学的論証

- ① 食べる楽しみを得ることから、生活意欲の高揚がはかれる。
- ② 会話、笑顔がはずみ、社会参加が継続する。
- ③ 自立した生活と日常生活動作の維持、向上がはかれる。
- ④ 低栄養、脱水を予防する。
- ⑤ 誤嚥、肺炎、窒息の予防をする。
- ⑥ 口腔内の崩壊（むし歯、歯周病、義歯不適合）を予防する。
- ⑦ 経口摂取の質と量が高まる。

『一般』の場合は17%、『要支援』の場合は36%、『要介護1～2』の場合は48%が該当します。

『一般』の場合でも【男-75～85歳未満】の場合は29%と高くなっています。



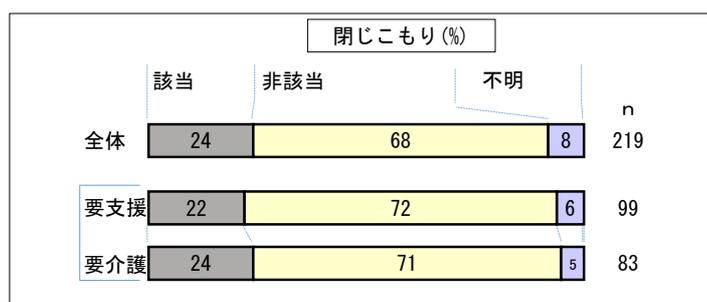
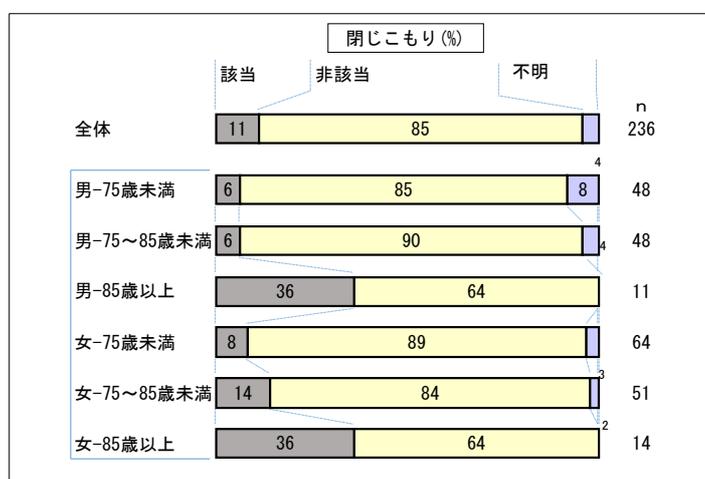
## ⑤ 閉じこもり予防

老化に伴い、様々な原因で外出頻度が少なくなり、生活空間が屋外・地域から自宅内（敷地内を含む）へと狭くなっていきます。

屋外や地域で、やるべきことがないと、どうしても生活空間は屋内になりやすく、また、家庭内の役割(買い物など)がない、あるいは地域における役割がないと、外出頻度が低くなります。閉じこもり予防は、屋外や地域における役割を担う結果として外出頻度が増え、生活全般を活性化させることが本来の目的です。

『一般』の場合は11%、『要支援』の場合は22%、『要介護1～2』の場合は24%が該当します。

『一般』の場合でも男女とも【85歳以上】では、36%が該当します。



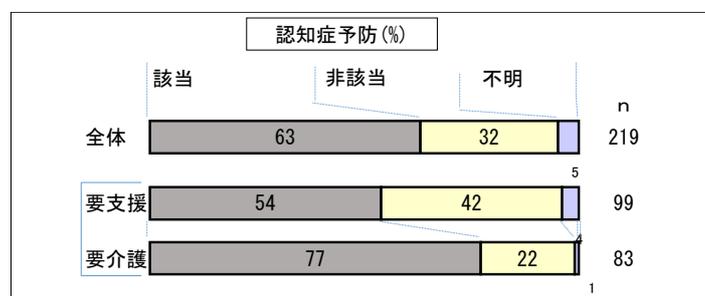
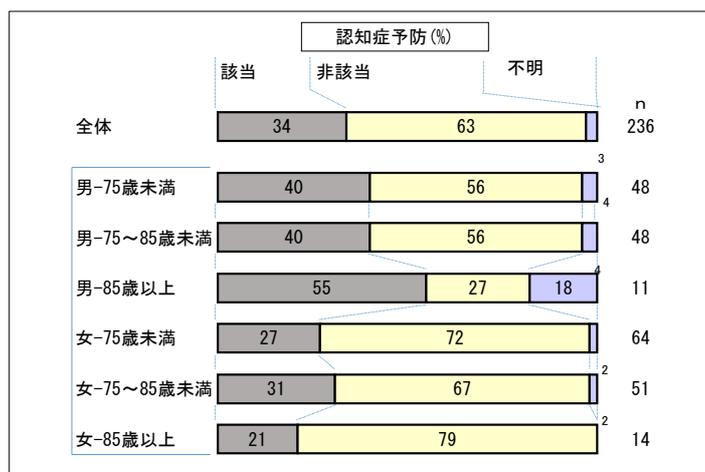
## ⑥ 認知症予防

認知症高齢者は増加の一途で、その予防が喫緊の課題となっています。認知症とは、いったん獲得した知的機能が持続的に低下し、複数の認知機能障害のために社会生活に支障をきたすようになった状態と定義されています。しかし、実際に認知症（特にアルツハイマー病）が発症する十数年前から脳内ではタンパク質の異常蓄積が既に始まっており、認知症と診断される時期には相当の神経細胞が機能不全に陥っていると考えられています。従って発症した時点では予防対策は極めて困難です。

認知症を予防するためには、その前段階とされる「軽度認知機能障害」（Mild Cognitive Impairment: MCI）の時期で認知機能低下を抑制する方法が現時点では最も効果的であると考えられています。本事業では、あくまで認知症予備群としてのMCI 高齢者における認知機能低下の予防を目指したものです。

『一般』の場合は34%、『要支援』の場合は54%、『要介護1～2』の場合は77%が該当します。

『一般』の場合でも【男-85歳以上】の場合、55%が該当します。

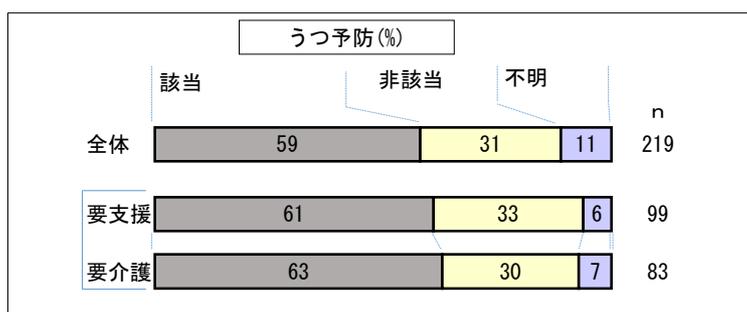
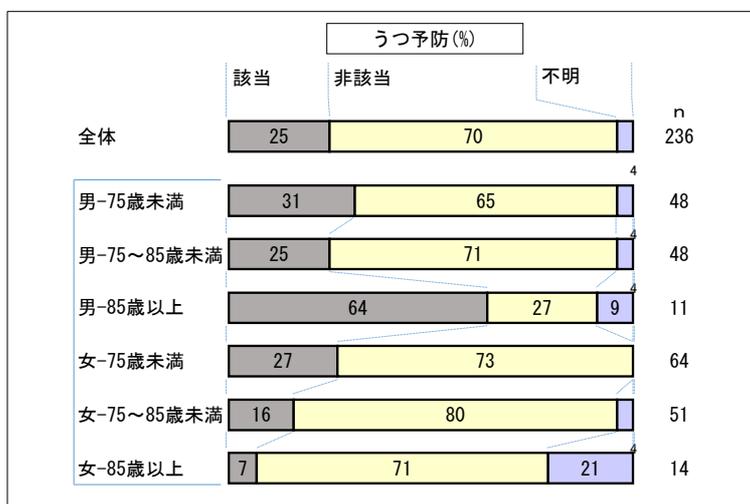


## ⑦ うつ予防・支援

うつというのは、精神的なエネルギーが低下して、気分がひどく落ち込んだり何事にも興味を持ってなくなったり、おっくうだったり、なんとなくだるかったりするという症状に対して強い苦痛を感じ、日常の生活の支障がほとんど毎日現れるまでになった状態です。高齢者は、身体的にも社会的にも喪失に関連した様々なストレスを感じる人が多いことから、うつ状態になりやすいと考えられます。うつ状態が強くなると、身体の状態にも影響することから、高齢者のうつ対策は生活習慣病予防・進展防止、ひいては要支援・要介護高齢者を少なくするためにも重要です。

『一般』の場合は25%、『要支援』の場合は61%、『要介護1～2』の場合は63%が該当します。

『一般』の場合でも【男-85歳以上】の場合、64%が該当します。

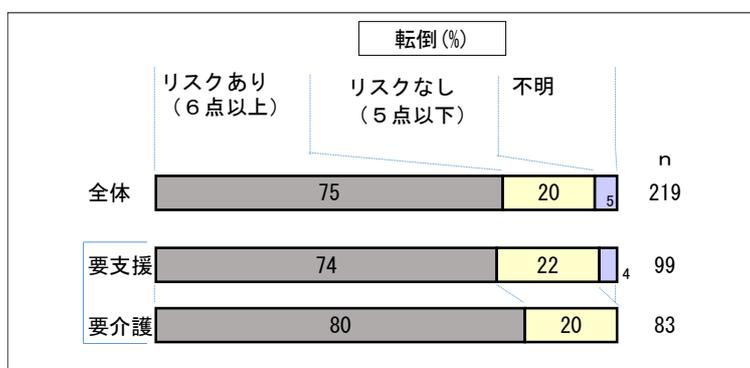
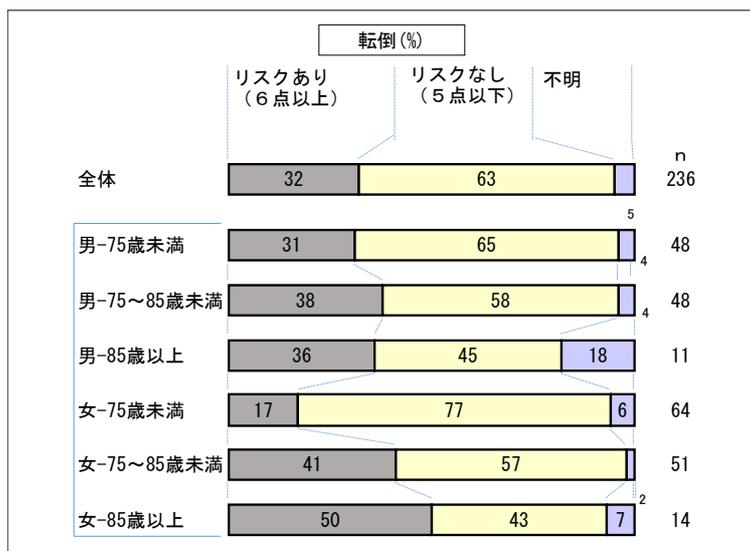


## 2) 転倒リスク

ハ-問1～5とチ-問3により評価します。1年間に転んだことがある場合は5点で、他の項目該当が2点と配点されます。

転倒リスクがある方は、『一般』の場合は32%、『要支援』の場合は74%、『要介護1～2』の場合は80%が該当します。

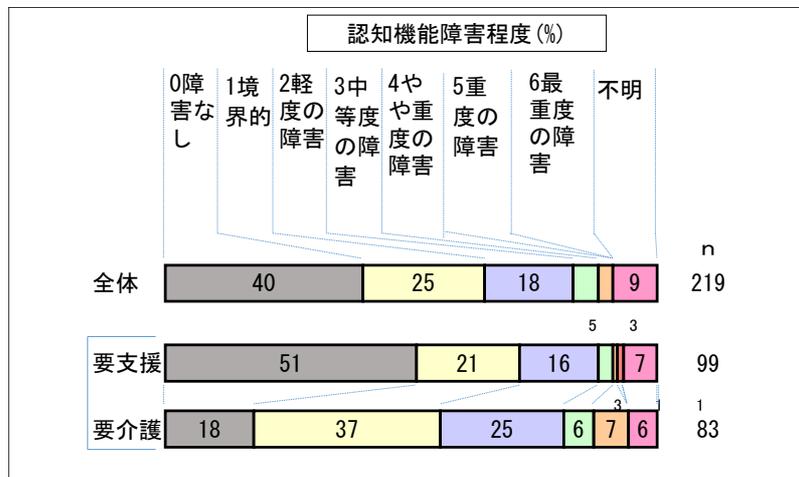
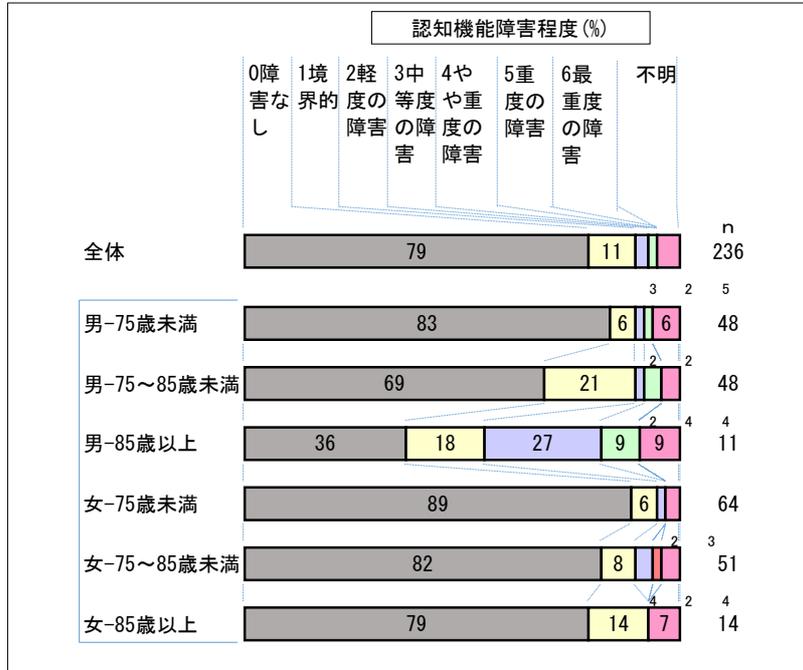
『一般』の場合でも【女-85歳以上】の場合、50%が該当します。



### 3) 認知機能障害程度区分

障害なしの「0レベル」は『一般』の場合は79%、『要支援』の場合は51%、『要介護1～2』の場合は18%です。

『一般』の場合でも【男-85歳以上】の場合、「0レベル」の割合は低くなり36%です。



#### 4) 老研指標

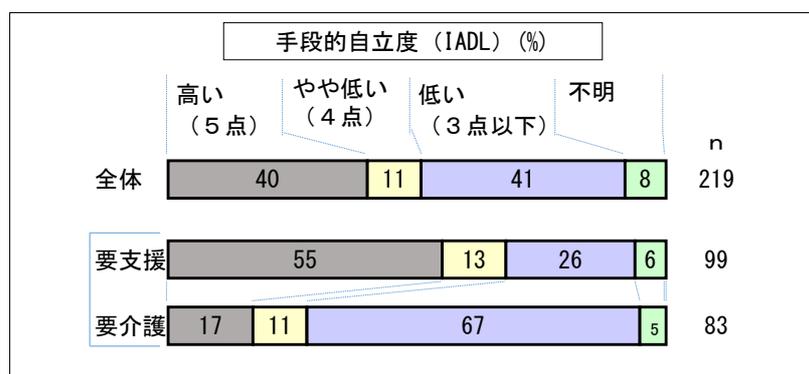
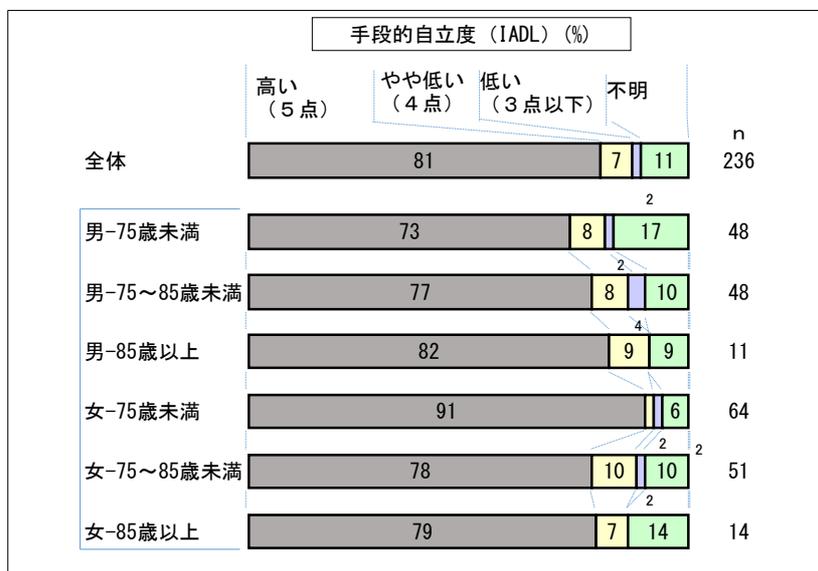
##### ① 手段的自立

IADL (Instrumental Activity of Daily Living) は『手段的日常生活動作』と訳され、日常生活を送る上で必要な動作のうち、ADLより複雑で高次の動作をさします。例えば、買い物や洗濯、掃除等の家事全般や、金銭管理や服薬管理、外出して乗り物に乗ること等で、最近、趣味のための活動も含むと考えられるようになってきています。

高齢者の生活自立度を評価する際、ADLだけではなく、IADLも考慮することが必要だと考えられています。

自立度が高い割合は、『一般』の場合は81%、『要支援』の場合は55%、『要介護1～2』の場合は17%です。

『一般』と『認定者』、認定者の中の『要支援』と『要介護』の違いが大きい項目です。

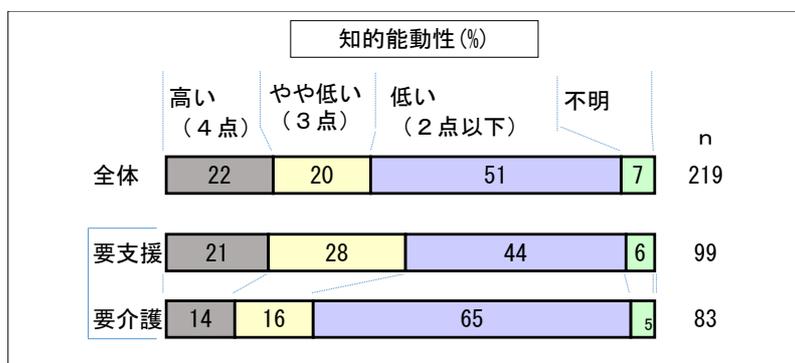
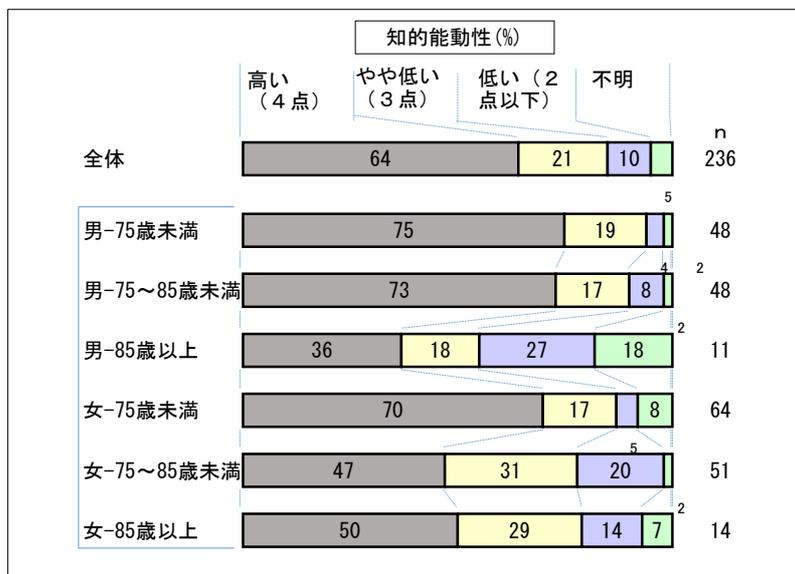


## ② 知的能動性

余暇や創作など生活を楽しむ能力（知的能動性）についての評価です。

「高い」割合は、『一般』の場合は64%、『要支援』の場合は21%、『要介護1～2』の場合は14%です。

『一般』の場合でも、【男-85歳以上】では36%と低くなっています。

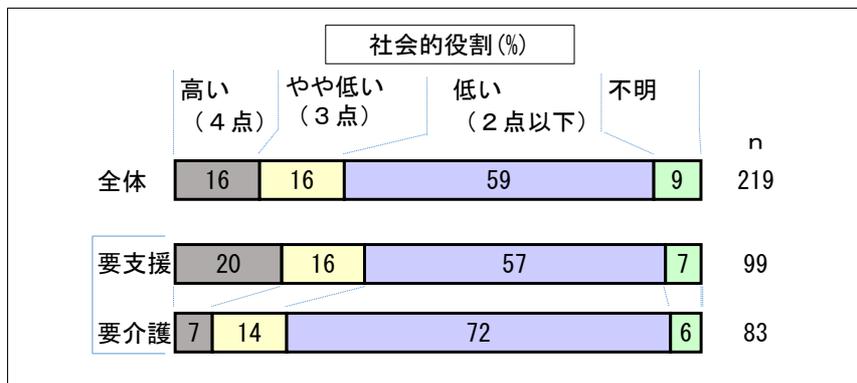
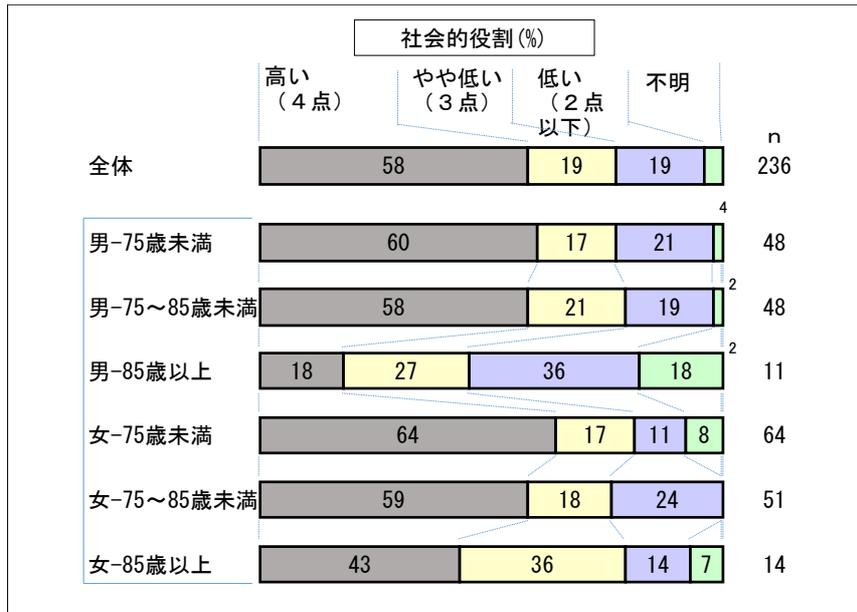


### ③ 社会的役割

地域で社会的な役割を果たす能力（社会的役割）についての評価です。

「高い」割合は、『一般』の場合は58%、『要支援』の場合は20%、『要介護1～2』の場合は7%です。

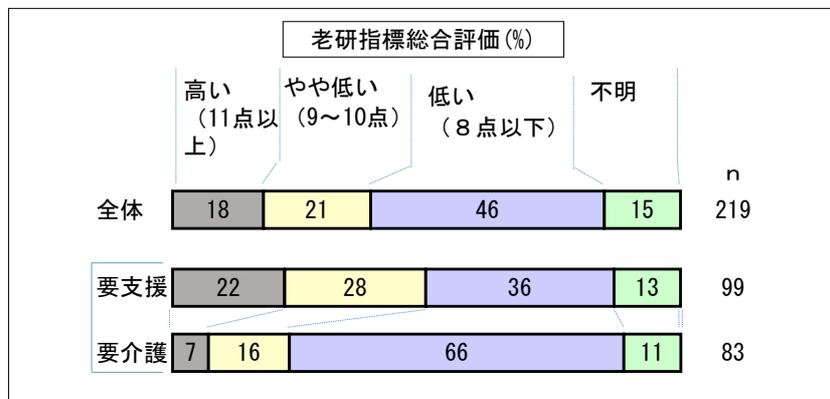
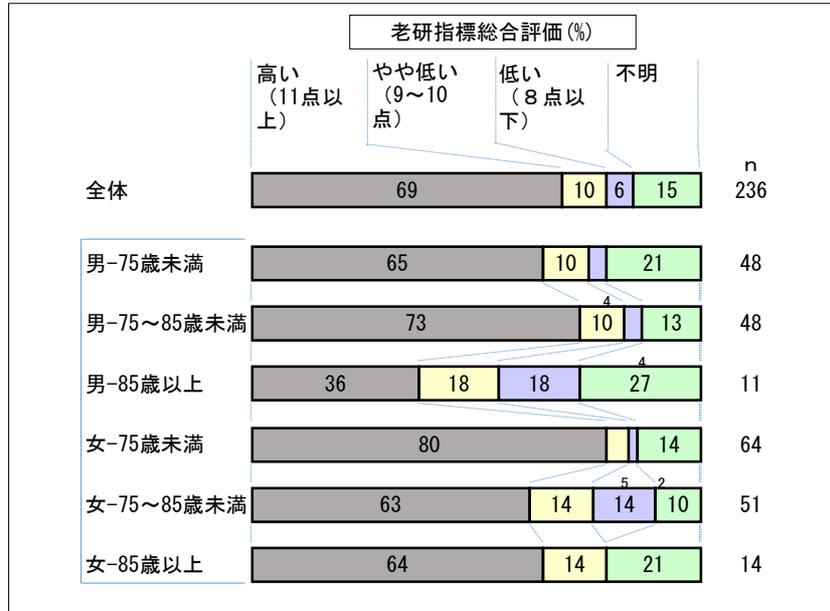
『一般』と『認定者』の違いが大きい項目ですが、『一般』の場合でも、【男-85歳以上】では18%と低くなっています。



④ 老研指標総合評価（ADL、知的能動性、社会的役割の合計点）

老研式活動能力指標は高齢者の生活機能を評価する指標です。

「高い」割合は、『一般』の場合は69%、『要支援』の場合は22%、『要介護1～2』の場合は7%です。



## 5) 日常生活動作（ADL）

ADL（Activities of Daily Living）は、一般的には『日常生活動作』と訳されます。

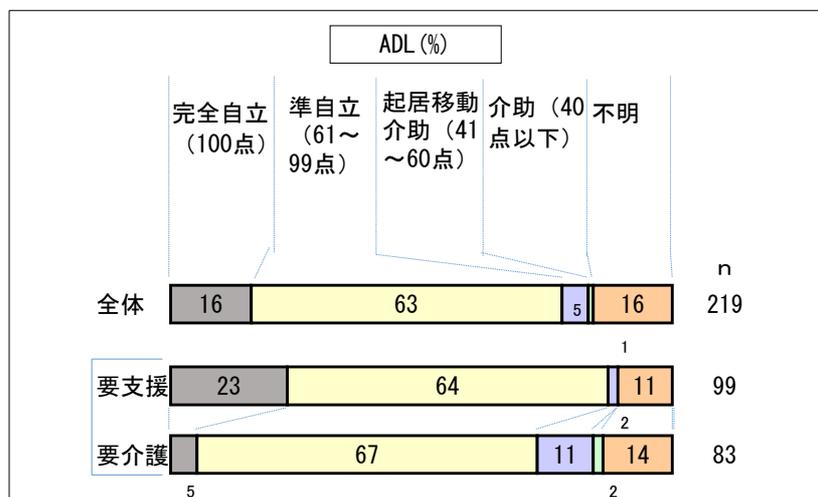
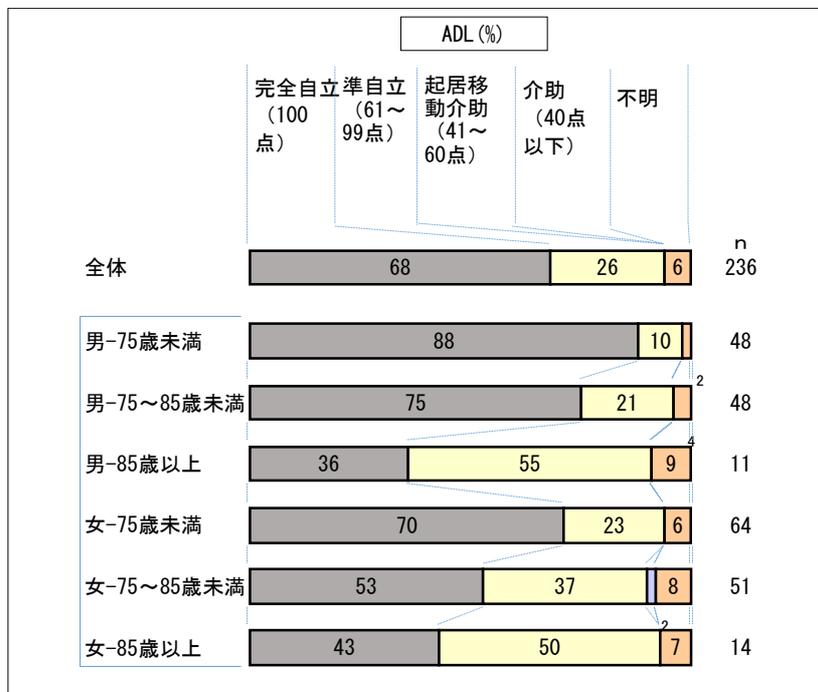
日常生活を営む上で、普通におこなっている行為、行動のことです。具体的には、食事や排泄、整容、移動、入浴等の基本的な行動をさします。

リハビリテーションや介護の世界で一般的に使われている用語の一つで、要介護高齢者や障がい者等が、どの程度自立的な生活が可能かを評価する指標としても使われます。

ADLはとても重要な概念であり、ADLが自立しているという場合、普通は介護を必要としない状態であると考えられます。

「完全自立」の割合は、『一般』の場合は68%、『要支援』の場合は23%、『要介護1～2』の場合は5%です。

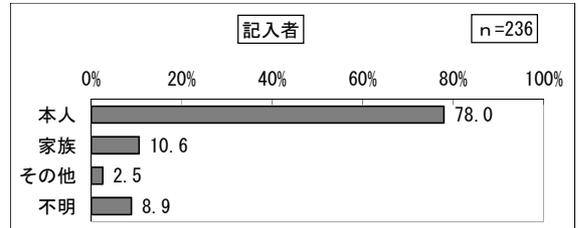
『一般』の場合でも【85歳以上】になると、「完全自立」の割合は低くなります。



## (2) 一般（65歳以上で要介護認定を受けていない方）

### 【属性】

- 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。  
78%は本人による記入です。

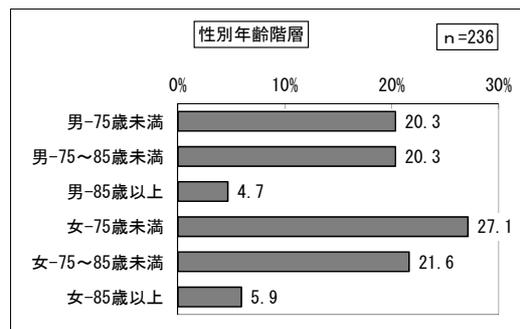
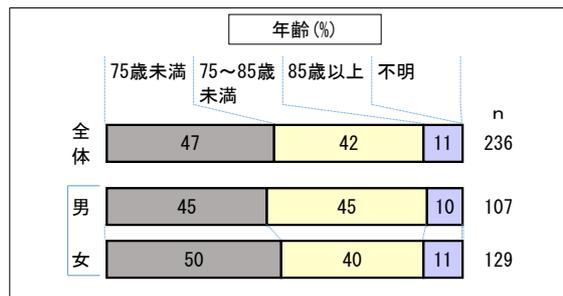
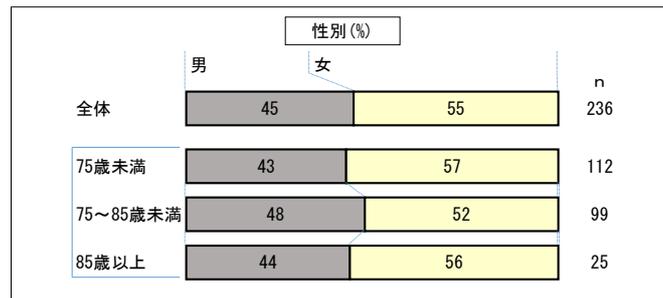


- 性別・年齢

男性と女性の割合は、「男性」45%、「女性」55%で、「女性」が「男性」より10ポイント高くなっています。

年齢構成は全体では、「75歳未満」が47%、「75～85歳未満」が42%、「85歳以上」が11%で男女別の大きな違いはありません。

性別年齢階層では、「女-75歳未満」が最も多く27.1%です。



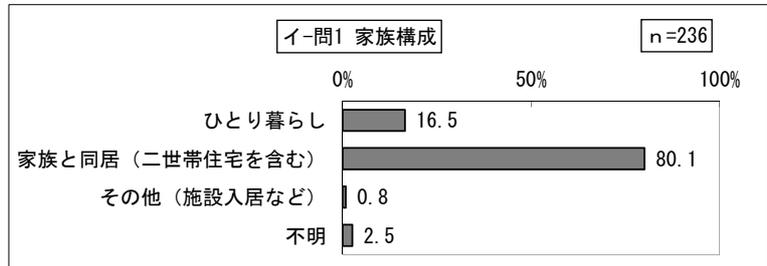
# イ

## あなたのご家族や生活状況について

### 問 1. 家族構成を教えてください。(1つに〇)

全体では「ひとり暮らし」は16.5%です。

年齢階層別では、【女-85歳以上】では「ひとり暮らし」が35.7%を占めます。

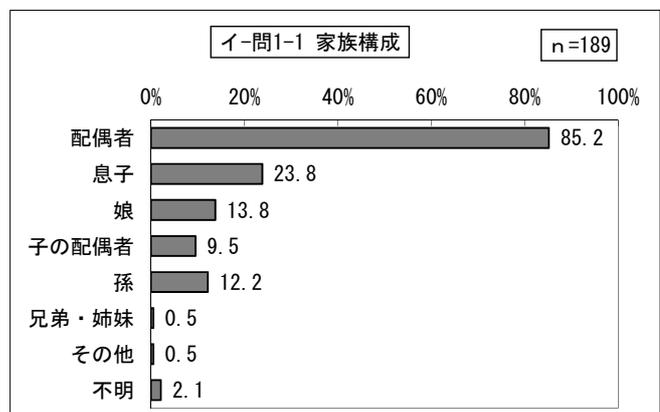


		合計	イ-問1 家族構成			
			ひとり暮らし	家族と同居 (二世帯住宅を含む)	その他(施設 入居など)	不明
全体		236	39	189	2	6
		100.0	16.5	80.1	0.8	2.5
性別年齢階層	男-75歳未満	48	3	44	0	1
		100.0	6.3	91.7	0.0	2.1
	男-75~85歳未満	48	3	45	0	0
		100.0	6.3	93.8	0.0	0.0
	男-85歳以上	11	1	10	0	0
		100.0	9.1	90.9	0.0	0.0
	女-75歳未満	64	13	49	0	2
		100.0	20.3	76.6	0.0	3.1
女-75~85歳未満	51	14	32	2	3	
	100.0	27.5	62.7	3.9	5.9	
女-85歳以上	14	5	9	0	0	
	100.0	35.7	64.3	0.0	0.0	

### 問1-1. (家族などと同居されている方のみ) ご自分を含めて何人で暮らしていますか。また、同居されている方はどなたですか。 (〇はいくつでも)

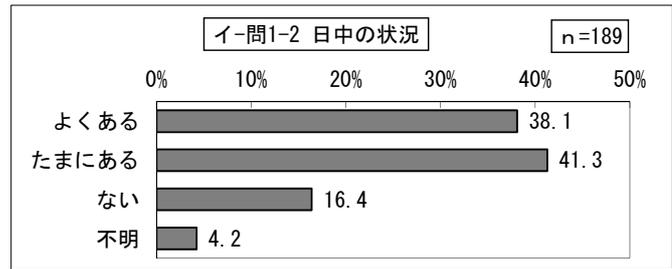
平均は2.74人で、最高は8人でした。

同居している家族は、配偶者が85.2%を占め、次いで「息子」「娘」となっています。



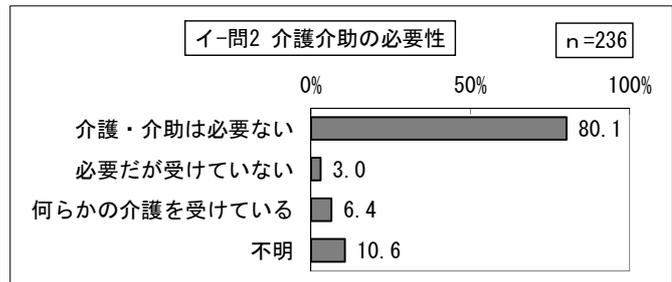
問 1-2. (ご家族と同居されている方のみ) 日中、一人になることがありますか。(1 つに○)

家族と住んでいても38.1%が、「日中、一人になることがよくある」と回答しています。時間帯によっては、多くの方が「ひとり暮らし」がかかえる不安な状況になることとなります。



問 2. あなたは普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。(1 つに○)

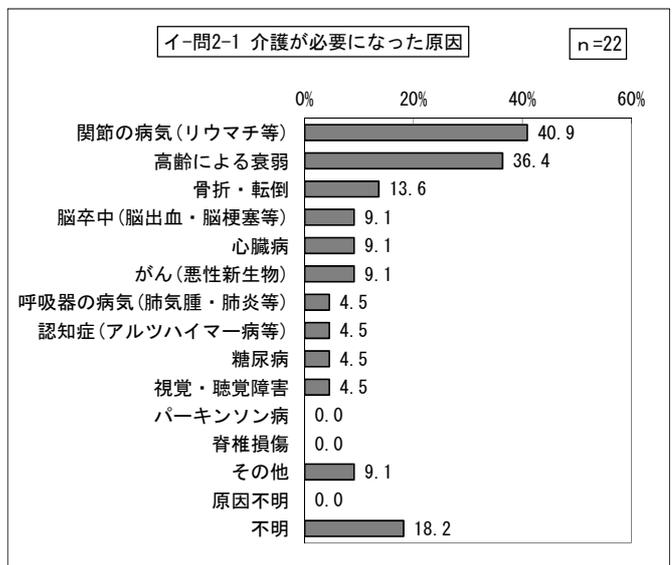
80.1%が介護・介助は必要ないとしています。必要だが受けていない人が3%(7人)います。



問 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・介助を必要としている方(22人)にうかがいました。

その主な原因は第1位が「関節の病気(リウマチ等)」で40.9%、次いで「高齢による衰弱」36.4%となっています。

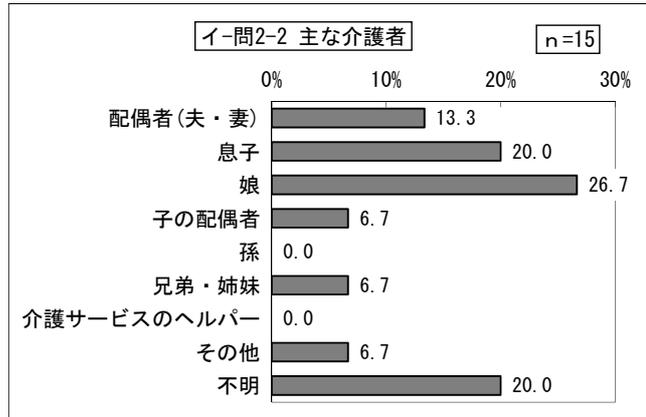


【その他】

- 手術後の手足の不自由さ病院へ行く時の運転
- 慢性腎不全、末梢循環不全(手足)

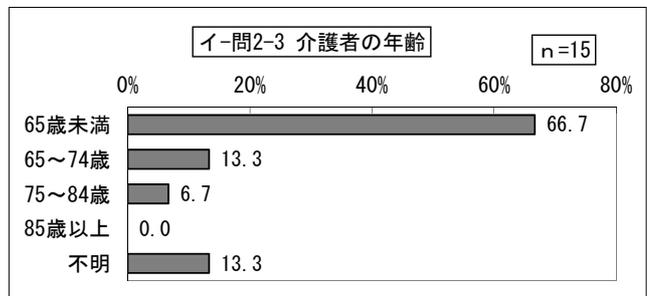
問 2-2. 主にどなたの介護・介助を受けていますか。(1つに〇)

問2で「介護を受けている」との回答は15人ですが、主な介護者は「娘」が26.7%で最も多く、次いで「息子」の20.0%となっています。



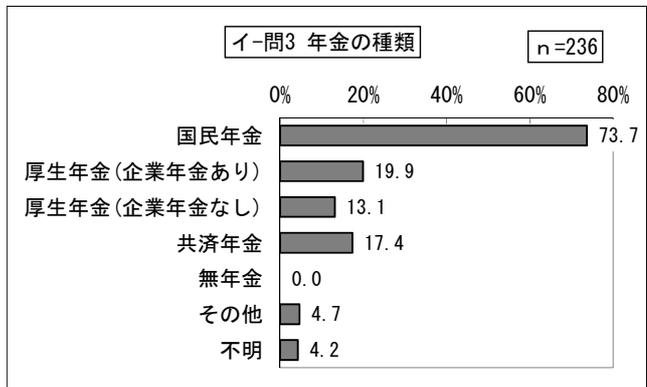
問 2-3. 主に介護・介助している方の年齢は、次のどれですか。(1つに〇)

介護者15人の年齢は、「65歳未満」が66.7%です。「85歳以上」の方はいません。



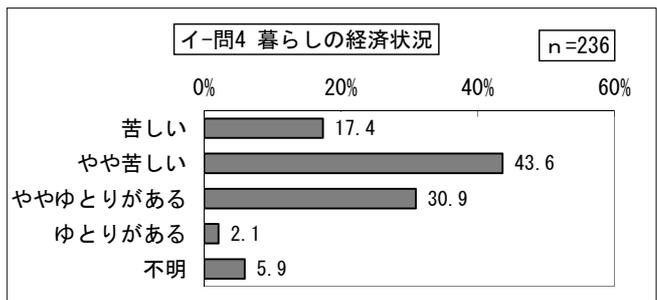
問 3. 年金の種類は次のどれですか。(いくつでも)

国民年金が最も多く73.7%です。



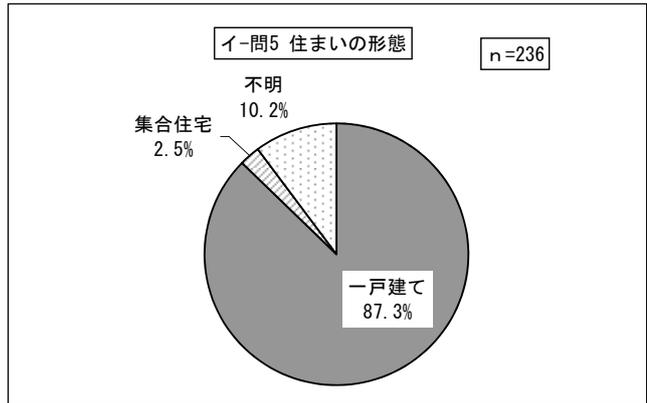
問 4. 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。

「苦しい」「やや苦しい」を合わせると、61.0%になります。



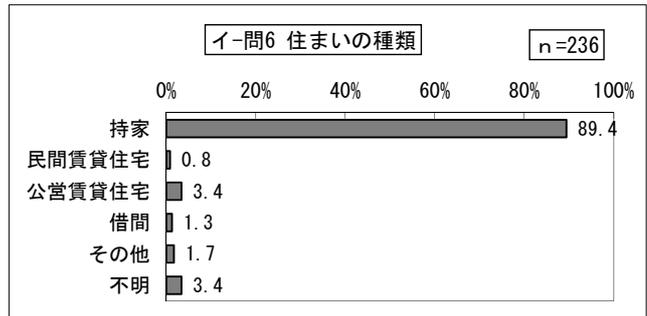
問 5. お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。

「一戸建て」が87.3%を占めます。



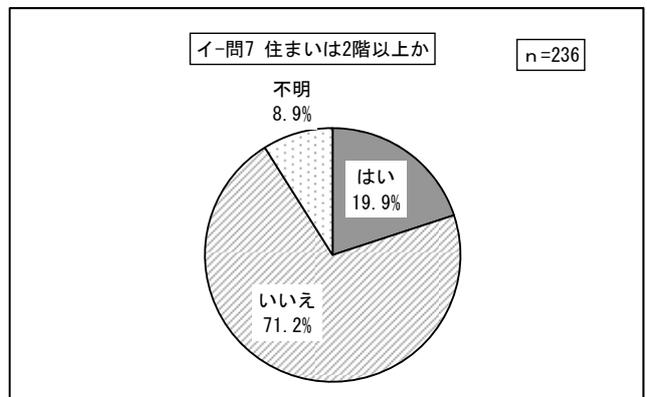
問 6. お住まいは、次のどれにあたりますか。(1つに○)

持ち家は89.4%で、賃貸は民間と公営を合わせて4.2%です。



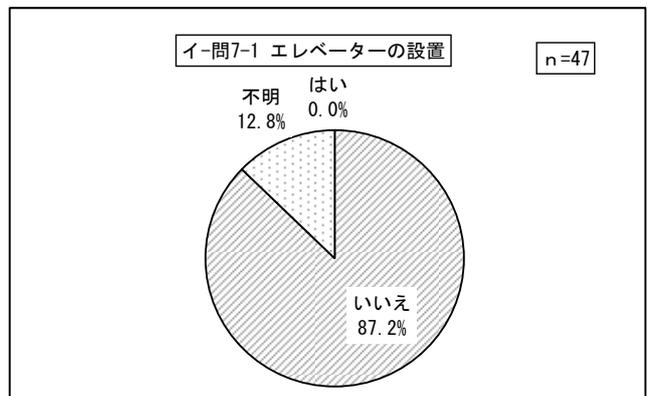
問 7. お住まい(主に生活する部屋)は2階以上にありますか。

主に生活する部屋が2階以上の場合が19.9%です。



問 7-1. (2階以上の方) お住まいにエレベーターは設置されていますか。

2階以上に居室のある47人について、エレベーターはすべて設置されていませんでした。



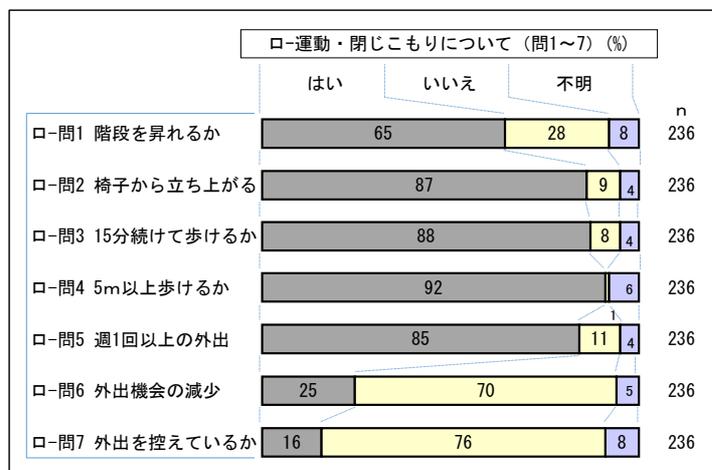


## 運動・閉じこもりについて

問1. 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	1. はい	2. いいえ
問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. はい	2. いいえ
問3. 15分位続けて歩いていますか	1. はい	2. いいえ
問4. 5m以上歩けますか	1. はい	2. いいえ
問5. 週に1回以上は外出していますか	1. はい	2. いいえ
問6. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	2. いいえ
問7. 外出を控えていますか	1. はい ⇒ 問7-1へ	2. いいえ ⇒ 問8へ

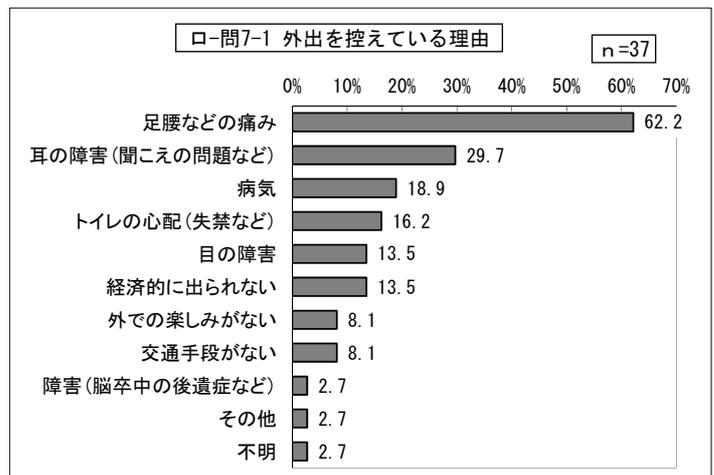
問1～3は「運動器の機能向上」の判定項目です。また、問5～6は「閉じこもり予防」の判定項目です。

「手すりや壁をつたわずに階段を昇っている」方は、他の項目に比べ少なくなっています。



問7-1. (外出を控えている方のみ) 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

問7で外出を控えていると回答した37人にその理由についてきいたところ、「足腰などの痛み」が最も多く、他を大きく引き離して第1位で62.2%でした。



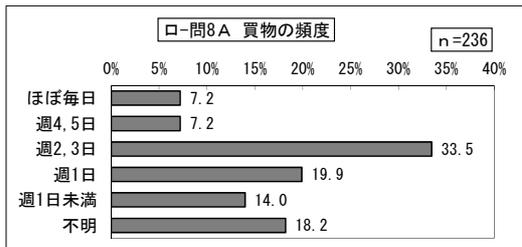
【その他】

- 車の燃料が高いので控えている

問8. 買物、散歩で外出する頻度はどのくらいですか。(それぞれ1つ)

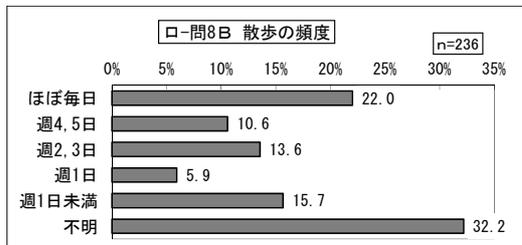
【A】買物

「週2,3回」買い物に行く方が33.5%で最も多く、「ほぼ毎日」という方は7.2%です。



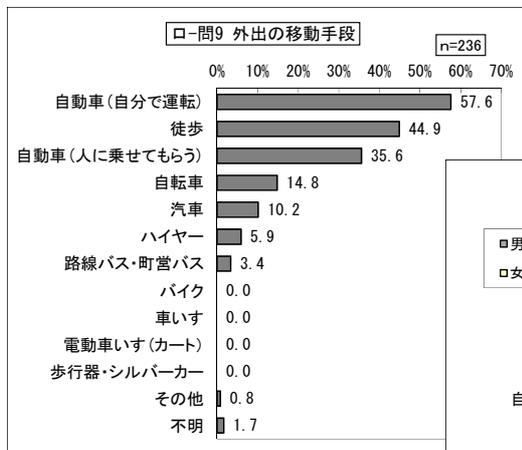
【B】散歩

買い物と異なり、「ほぼ毎日」が最も多く22.0%です。

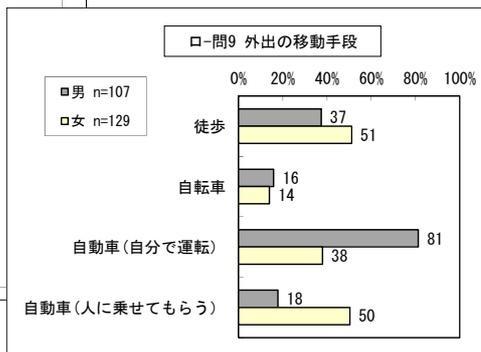


問9. 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)

全体では、自分で運転して出かける場合が最も多く57.6%となっています。



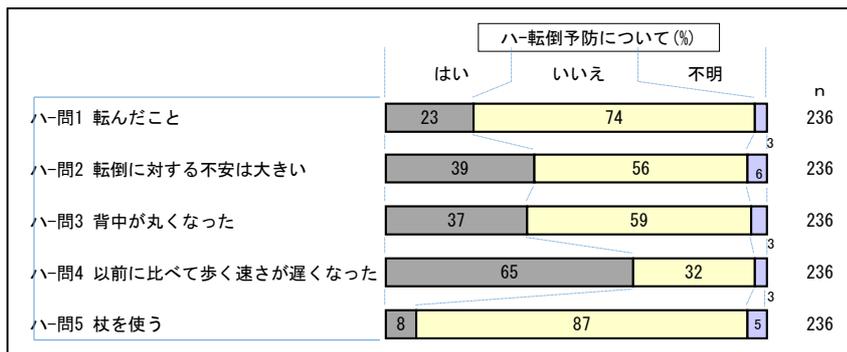
【男性】は自分で運転するのが81%で、【女性】は人に乗せてもらうことが多くなっています。



## ハ 転倒予防について

問1. この1年間に転んだことがありますか	1. はい	2. いいえ
問2. 転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	2. いいえ
問3. 背中が丸くなってきましたか	1. はい	2. いいえ
問4. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	1. はい	2. いいえ
問5. 杖を使っていますか	1. はい	2. いいえ

「ハ-問1.3.4.5」は「チ-問3」と合わせて転倒リスクの判定項目となっており、問1が高配点



になっています。したがって、転倒経験があると「転倒リスクあり」となる可能性は非常に高くなります。

## 二

## 口腔・栄養について

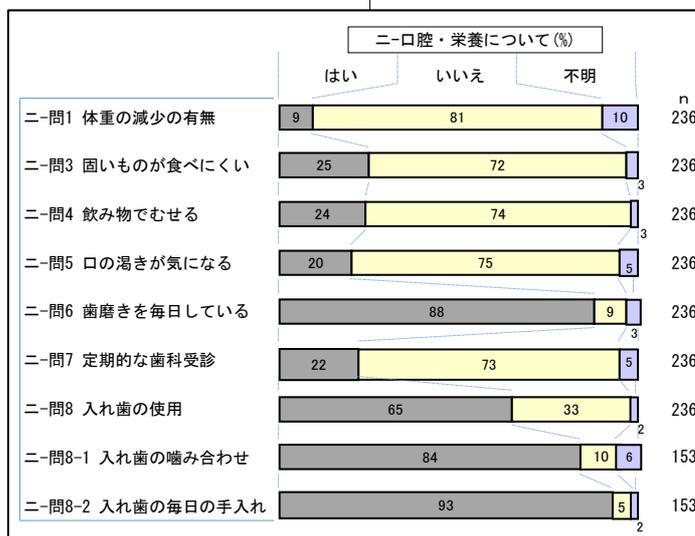
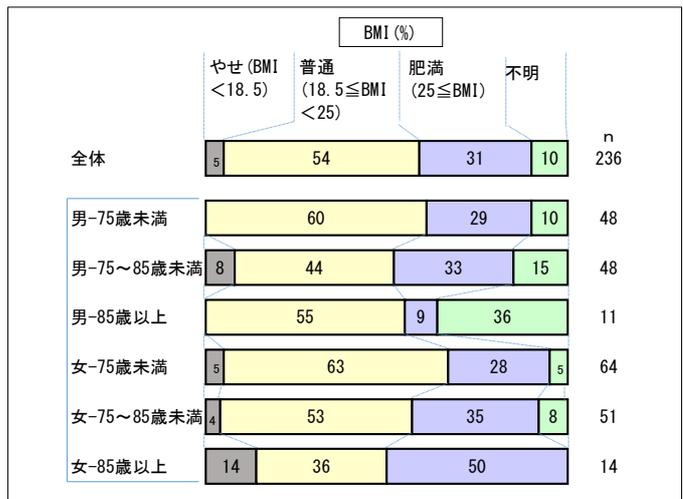
問1. 6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	2. いいえ
問2. 身長	体重 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> kg	
問3. 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	2. いいえ
問4. お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	2. いいえ
問5. 口の渇きが気になりますか	1. はい	2. いいえ
問6. 歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか	1. はい	2. いいえ
問7. 定期的に歯科受診（健診を含む）をしていますか	1. はい	2. いいえ
問8. 入れ歯を使用していますか	1. はい ⇒ 問8-1, 2へ	2. いいえ ⇒ 次ページへ
問8-1. (入れ歯のある方のみ) 噛み合わせは良いですか	1. はい	2. いいえ
問8-2. (入れ歯のある方のみ) 毎日入れ歯の手入れをしていますか	1. はい	2. いいえ

問1の体重減少と問2により求められたBMIが18.5未満の場合、「栄養改善」の該当者となります。

「18.5未満」は『全体』では5%、【女-85歳以上】では14%です。

歯については、65%が入れ歯を使用しています。

入れ歯を使用している人のうち10%が「入れ歯のかみ合わせが良くない」と回答しています。



問9. 1日の食事の回数は何回ですか

1. 朝昼晩の3食 2. 朝晩の2食 3. 朝昼の2食 4. 昼晩の2食 5. 1食 6. その他

問10. 食事を抜くことがありますか

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

問11. 自分一人でなく、どなたかと食事をと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11-1. (どなたかと食事をとる機会がある方のみ) 食事をとる人はどなたですか (いくつでも)

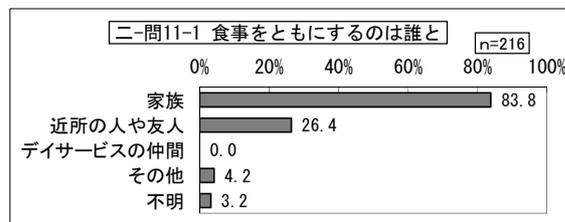
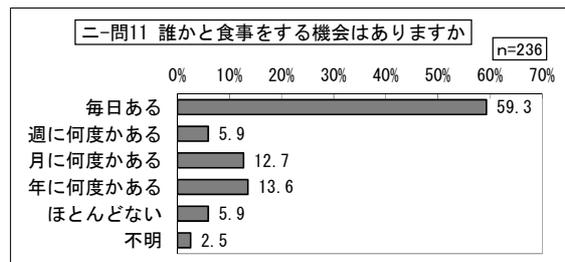
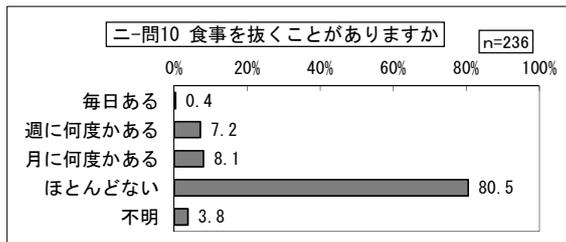
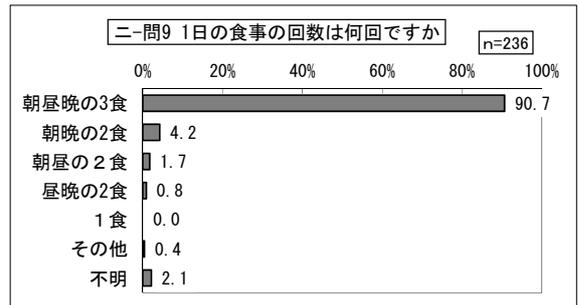
1. 家族 2. 近所の人や友人 3. デイサービスの仲間 4. その他

90.7%が朝昼晩の3食、食べています。

80.5%が食事を抜くことはありませんが、毎日抜く方が0.4%います。

誰かと食事を一緒にすることがほとんどない人が5.9%います。

食事をとる人は、83.8%が家族です。

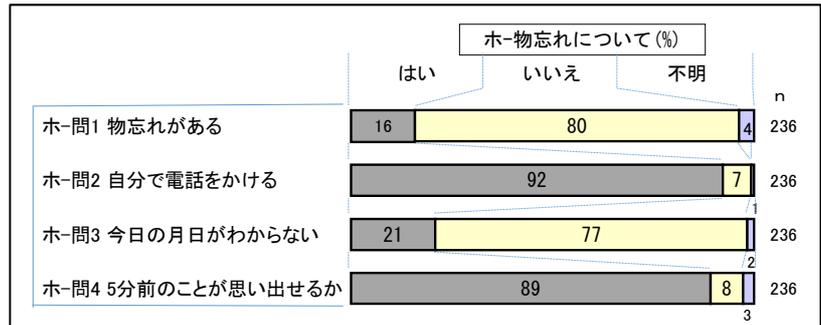


# ホ

## 物忘れについて

問1. 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると 言われますか	1. はい	2. いいえ
問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
問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
問4. 5分前のことが思い出せますか	1. はい	2. いいえ

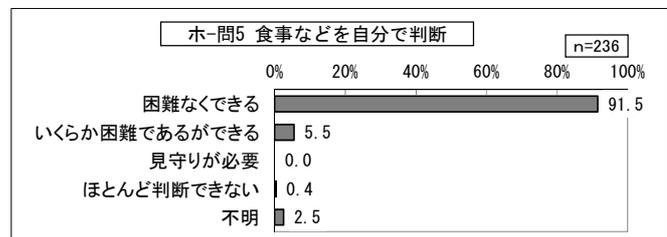
問1～3が認知症予防の判定項目です。いずれも77%以上は非該当です。



問5. その日の活動（食事をする、衣服を選ぶなど）を自分で判断できますか。（1つに○）

- |                   |                           |
|-------------------|---------------------------|
| 1. 困難なくできる        | 3. 判断するときに、他人からの合図や見守りが必要 |
| 2. いくらか困難であるが、できる | 4. ほとんど判断できない             |

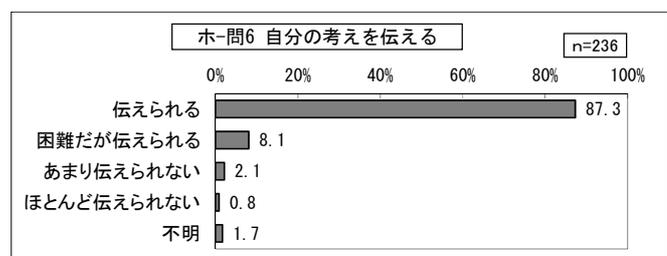
困難なくできる人が91.5%です。



問6. 人に自分の考えをうまく伝えられますか。（1つに○）

- |                     |               |
|---------------------|---------------|
| 1. 伝えられる            | 3. あまり伝えられない  |
| 2. いくらか困難であるが、伝えられる | 4. ほとんど伝えられない |

伝えられる人が87.3%です。





## 日常生活について

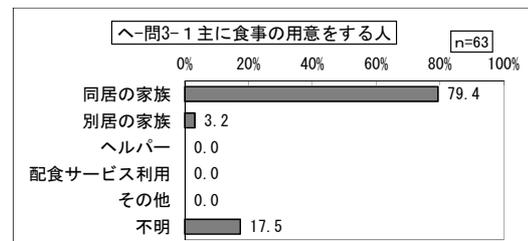
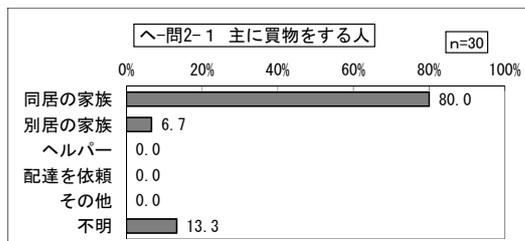
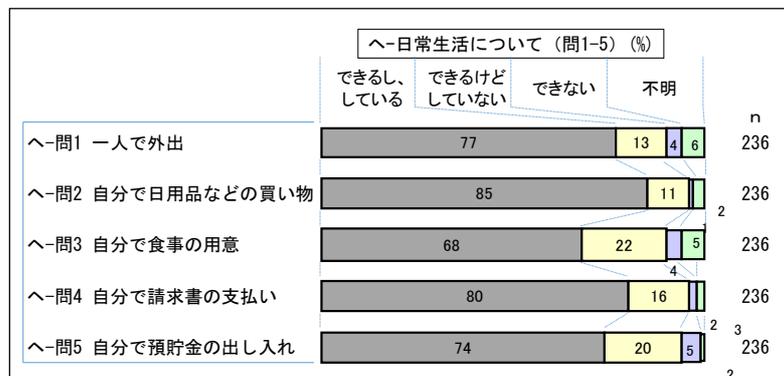
問1. バス等で一人で外出していますか（自家用車でも可）	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問2. 日用品の買物をしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問3. 自分で食事の用意をしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問4. 請求書の支払いをしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問5. 預貯金の出し入れをしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない

問1・2・5は「虚弱」の判定項目であり、問1～5はIADL（手段的自立）の判定項目です。

ADLとは、日常生活動作（Activities of Daily Living）の略で、食事、排泄、着脱衣、入浴、移動、寝起きなど、日常の生活を送るために必要な基本動作のことで、高齢者の身体活動能力や障害の程度をはかる上で重要な指標の一つとなっています。

一方IADLとは、手段的日常生活動作（Instrumental Activity of Daily Living）の略で、ADLを基本にした日常生活上の複雑な動作のことで、具体的には、日常の動作より応用的な動作が必要な活動（バスに乗って買い物に行く、食事の支度をする、電話をかけるなど）を指しています。

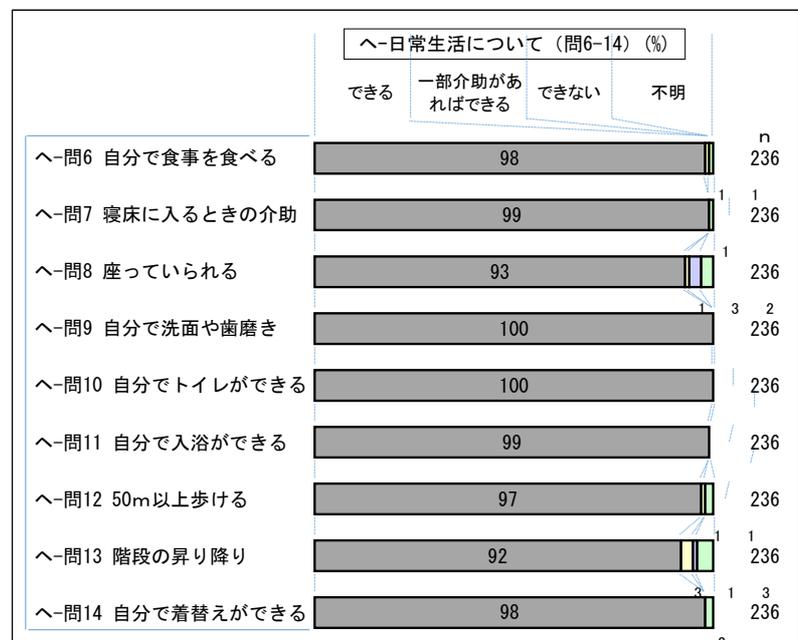
「問2買い物」や「問3食事の用意」については、「できるけど、していない」と「できない」場合、家族が買い物や食事の用意をする場合が多くなっています。



問6. 食事は自分で食べられますか 1. できる 2. 一部介助（おかずを切ってもらふなど）があればできる 3. できない
問7. 寝床に入るとき、何らかの介助を受けますか 1. 受けない 2. 一部介助があればできる 3. 全面的な介助が必要
問8. 座っていることができますか 1. できる 2. 支えが必要 3. できない
問9. 自分で洗面や歯磨きができますか 1. できる 2. 一部介助があればできる 3. できない
問10. 自分でトイレができますか 1. できる 2. 一部介助（他人に支えてもらふ）があればできる 3. できない
問11. 自分で入浴ができますか 1. できる 2. 一部介助（他人に支えてもらふ）があればできる 3. できない
問12. 50m以上歩けますか 1. できる 2. 一部介助（他人に支えてもらふ）があればできる 3. できない
問13. 階段を昇り降りできますか 1. できる 2. 介助があればできる 3. できない
問14. 自分で着替えができますか 1. できる 2. 介助があればできる 3. できない

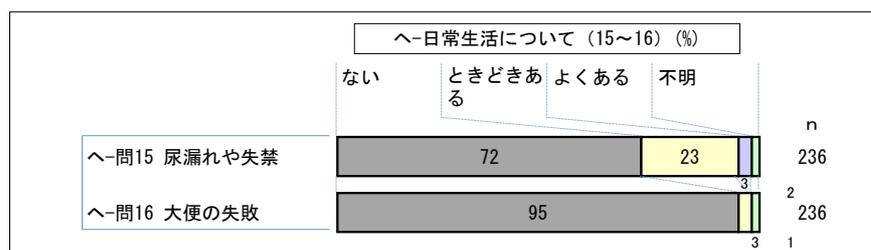
問6～14と問15～16を合わせたものが、ADL（日常生活動作）の判定項目です。

ほとんどの方が機能低下の認められない分野です。



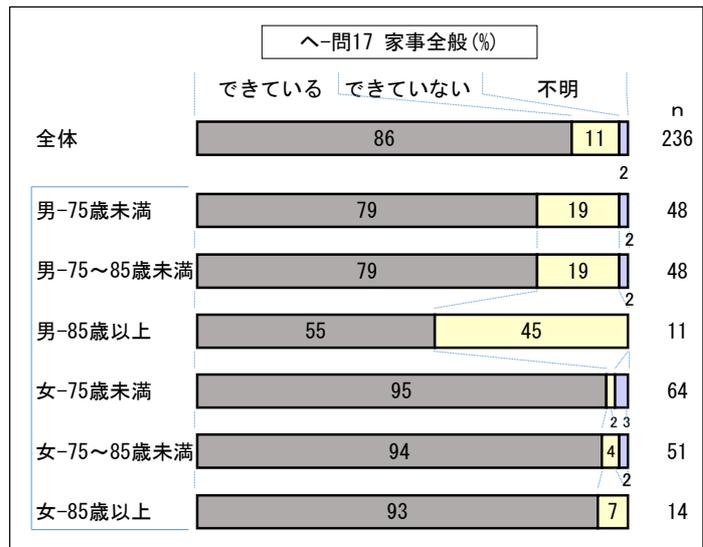
問15. 尿もれや尿失禁がありますか 1. ない 2. ときどきある 3. よくある
問16. 大便の失敗がありますか 1. ない 2. ときどきある 3. よくある

大便の失敗がある人はほとんどいませんが、尿漏れや失禁は23%が「ときどきある」と回答しています。



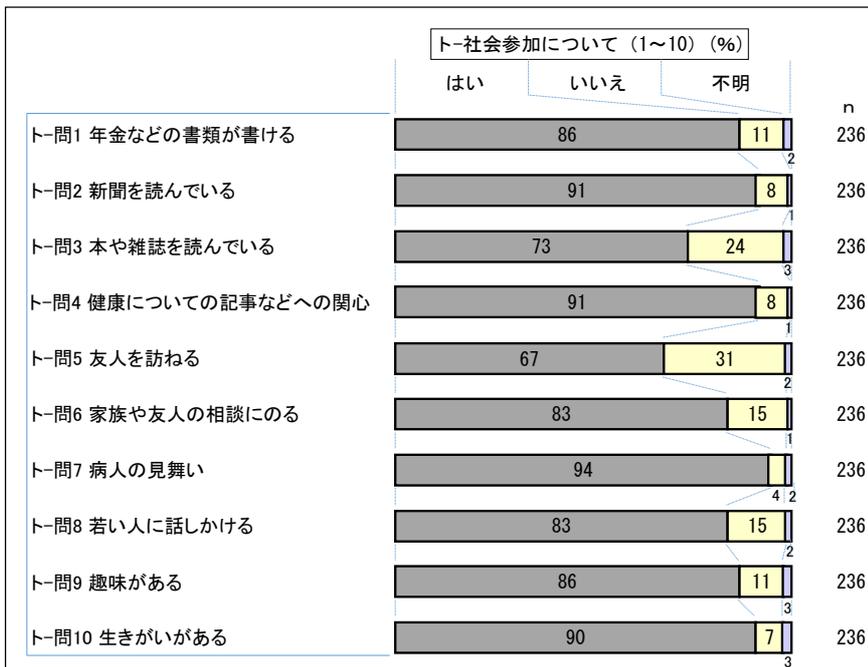
### 問 17. 家事全般ができていますか

年齢が上がるにつれ「できている」割合は低くなります。習慣的に【女性】が主に分担してきたこともあり、【男性】の「できている」割合が女性より低くなっています。



## ト 社会参加について

問1. 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか	1. はい	2. いいえ
問2. 新聞を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
問3. 本や雑誌を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
問4. 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
問5. 友人の家を訪ねていますか	1. はい	2. いいえ
問6. 家族や友人の相談にのっていますか	1. はい	2. いいえ
問7. 病人を見舞うことができますか	1. はい	2. いいえ
問8. 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
問9. 趣味はありますか	1. はい	2. いいえ
問10. 生きがいがありますか	1. はい	2. いいえ



問1~4は社会参加（知的能動性）の判定項目です。

また、問5.6.7.8は社会参加（社会的役割）の判定項目です。

問 11. 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 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない
(2) スポーツ関係のグループやクラブ 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない
(3) 趣味関係のグループ 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない
(4) 老人クラブ 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない
(5) 町内会・地域会 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない
(6) 学習・教養サークル 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない
(7) その他の団体や会 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 参加していない

いずれの活動も参加している人は多くはありませんが、「(5) 町内会」では半数%以上の方が参加しています。

(%)	全体	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	不明
ト問 11(1)ボランティアのグループ	100	0.0	1.7	0.8	4.7	13.6	68.2	11.0
ト問 11(2)スポーツ関係のグループやクラブ	100	6.4	5.9	4.2	6.4	7.6	59.7	9.7
ト問 11(3)趣味関係のグループ	100	3.8	5.1	8.5	12.3	8.9	50.8	10.6
ト問 11(4)老人クラブ	100	0.0	0.8	0.8	8.1	5.5	77.5	7.2
ト問 11(5)町内会・地域会	100	0.4	0.0	0.4	10.2	45.8	34.3	8.9
ト問 11(6)学習・教養サークル	100	0.4	0.4	1.7	4.7	9.3	72.9	10.6
ト問 11(7)その他の団体や会	100	0.8	3.0	2.1	6.4	22.5	55.9	9.3

問 12. 以下のような活動（社会参加活動や仕事）をどのくらいの頻度でしていますか
(1) 見守りが必要な高齢者を支援する活動 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない
(2) 介護が必要な高齢者を支援する活動 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない
(3) 子どもを育てている親を支援する活動 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない
(4) 地域の生活環境の改善（美化）活動 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない
(5) 収入のある仕事 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない

「高齢者」や「子育て中の保護者」を支援する活動へ参加している人は多くはありませんが、生活環境の改善活動への参加率は30%を超えています。

また、収入のある仕事については、75歳未満の【男性】の25.5%、【女性】の15.7%が週4回以上働いています。

(%)	全体	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	していない	不明
ト-問 12(1)見守りが必要な高齢者を支援する活動	100	0.8	0.0	0.0	2.5	7.2	79.7	9.7
ト-問 12(2)介護が必要な高齢者を支援する活動	100	0.8	0.0	0.0	0.8	2.5	85.6	10.2
ト-問 12(3)子どもを育てている親を支援する活動	100	0.8	0.0	0.0	0.4	3.8	85.2	9.7
ト-問 12(4)地域の生活環境の改善(美化)活動	100	0.0	1.3	0.4	3.8	30.5	53.8	10.2
ト-問 12(5)収入のある仕事	100	12.7	3.8	0.4	1.3	2.1	69.1	10.6

		合計	ト-問 12(5)収入のある仕事						不明
			週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	していない	
全体		167	22	3	1	6	14	112	9
		100.0	13.2	1.8	0.6	3.6	8.4	67.1	5.4
性別 年齢階層	男性-75歳未満	51	13	2	0	5	8	20	3
		100.0	25.5	3.9	0.0	9.8	15.7	39.2	5.9
	男性-75～85歳未満	25	1	0	0	0	0	22	2
		100.0	4.0	0.0	0.0	0.0	0.0	88.0	8.0
	男性-85歳以上	7	0	1	0	0	0	6	0
		100.0	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	85.7	0.0
	女性-75歳未満	51	8	0	1	0	6	36	0
		100.0	15.7	0.0	2.0	0.0	11.8	70.6	0.0
女性-75～85歳未満	26	0	0	0	1	0	23	2	
	100.0	0.0	0.0	0.0	3.8	0.0	88.5	7.7	
女性-85歳以上	7	0	0	0	0	0	5	2	
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	71.4	28.6	

問 13. 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。

あてはまるすべてに○をしてください。あてはまる人がいない場合は「8. そのような人はいない」に○をつけてください。

(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)

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 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)

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 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)

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 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)

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 7. その他( ) 8. そのような人はいない

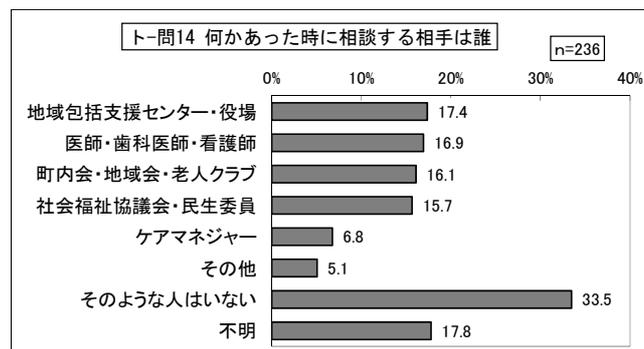
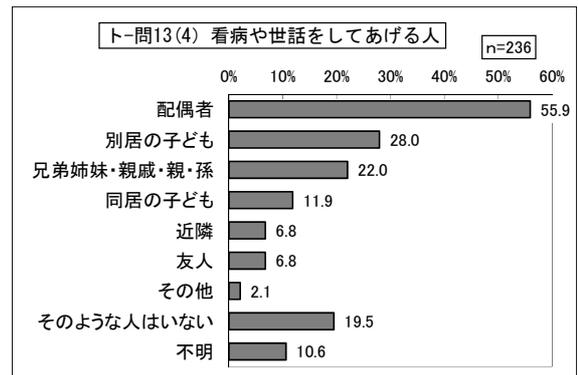
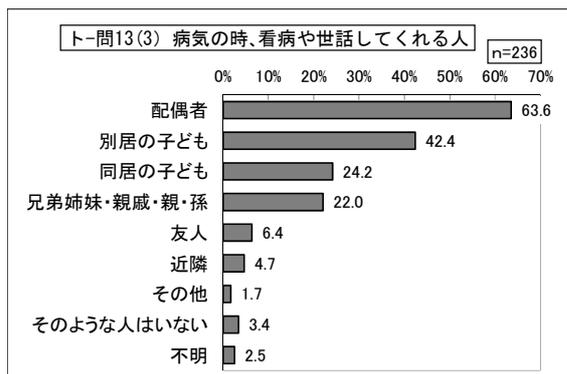
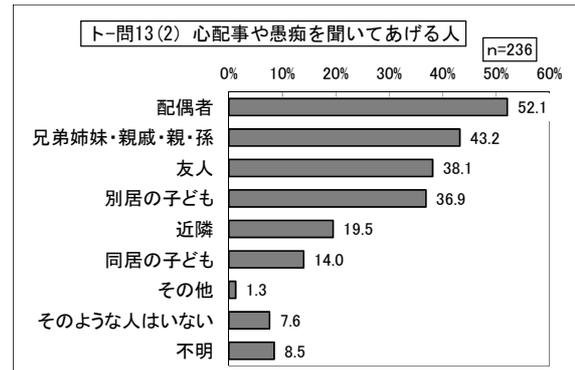
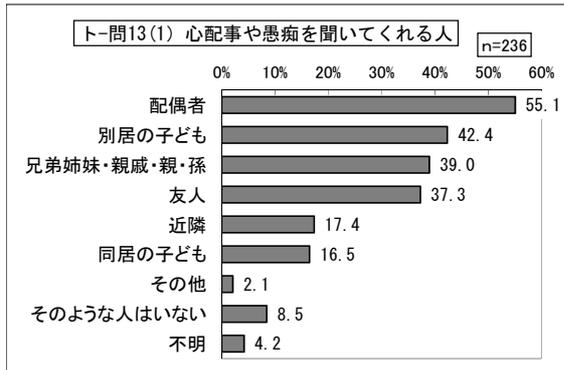
**問 14. 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください（いくつでも）**

1. 町内会・地域会・老人クラブ 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・役場  
 6. その他 7. そのような人はいない

愚痴を聞いてあげたり、聞いてもらったりする相手は、配偶者が半数「以上を占めます。

また、看病してくれる人、看病してあげる人も、配偶者が60%前後を占めます。

家族や知人等以外で何かあったときに相談する相手は、「地域包括支援センター・役場」が最も多く17.4%です。しかし、33.5%は「そのような人はいない」と回答しています。



問 15. 友人関係についておうかがいします

(1) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 会っていない

(2) この1ヶ月間、何人の友人・知人と会いましたか。

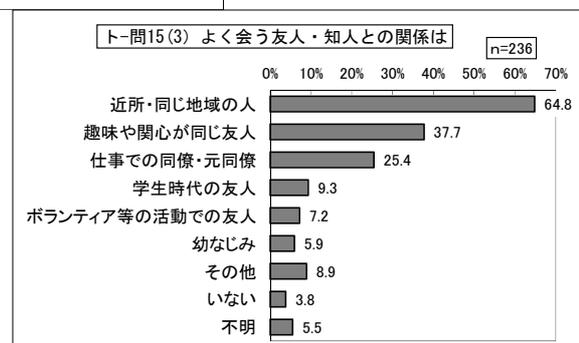
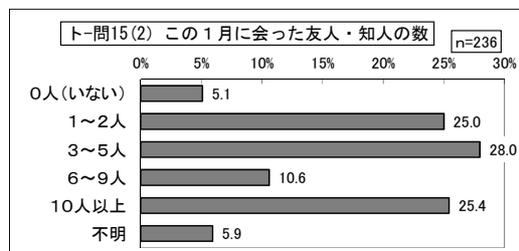
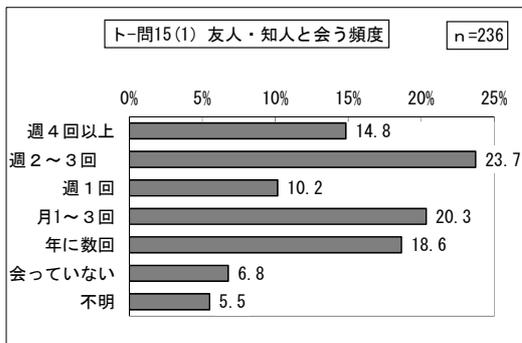
同じ人には何度会っても1人と数えることとします。

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

(3) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(いくつでも)

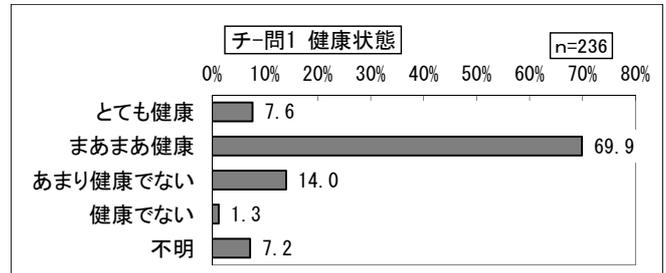
1. 近所・同じ地域の人 2. 幼なじみ 3. 学生時代の友人 4. 仕事での同僚・元同僚  
5. 趣味や関心が同じ友人 6. ボランティア等の活動での友人 7. その他 8. いない

友人に会うのは「週2～3回」、「3～5人」、「近所・同じ地域の人」が最も多くなっています。しかし、「10人以上」も25.4%となっています。



問 1. 普段、ご自分で健康だと思いますか。(1つに○)

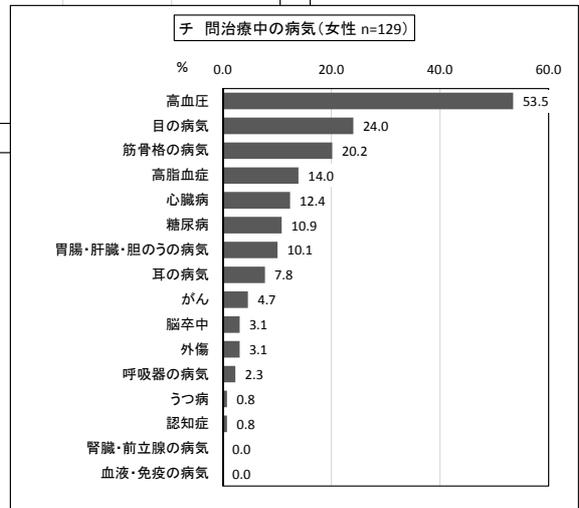
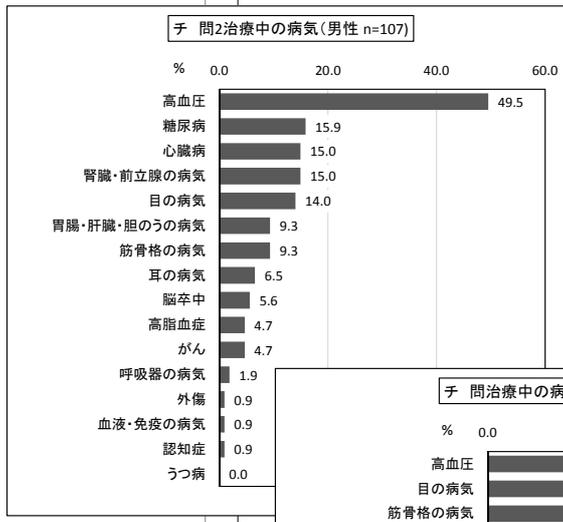
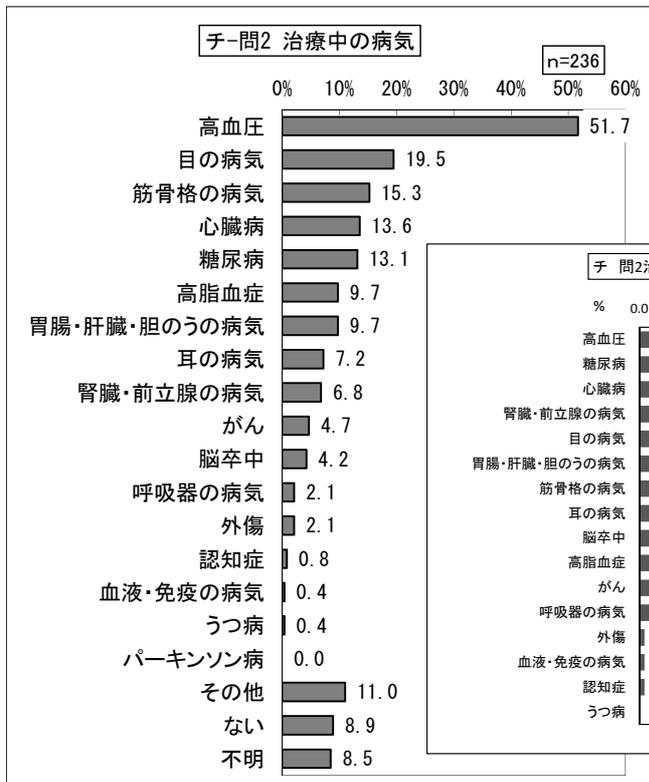
「とても健康」「まあまあ健康」を合わせると77.5%になります。



問 2. 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)

第1位は「高血圧」、第2位は「目の病気」、第3位は「筋骨格の病気」となっています。

男女別でも第1位は「高血圧」ですが、【男性】は「糖尿病」「心臓病」、【女性】は「目の病気」「筋骨格の病気」と続きます。



【その他】

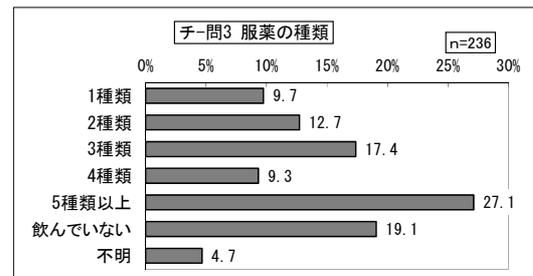
- 脊柱
- 腰痛・膝 (5)
- 神経痛 (2)
- 胆石があるので年一回検査に行く
- 足の痛みや痺れ (2)
- リウマチ
- 甲状腺 (2)
- 神経痛 (坐骨)
- アレルギー皮膚炎
- 皮膚病
- 神経性アレルギー

- 歯茎、目、顔、骨移植
- 脊柱管狭窄症、大動脈閉鎖不全症
- 不眠症、頸椎靱帯硬化症
- ヘルニア
- 低カリウム症
- バセドウ氏病
- 脊髄小脳変性症
- 痛風
- 鼻
- 末梢循環不全（手足）

問 3. 現在、医師の処方した薬を何種類飲んでいますか。（1つに○）

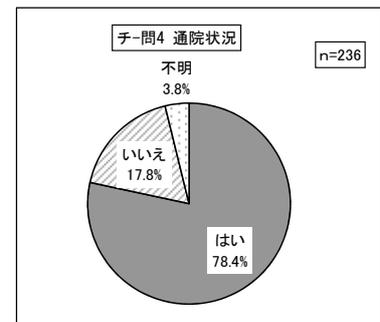
転倒リスクの判定項目の1つで「5種類以上飲んでいる方」が対象になります。

「5種類以上」が27.1%です。



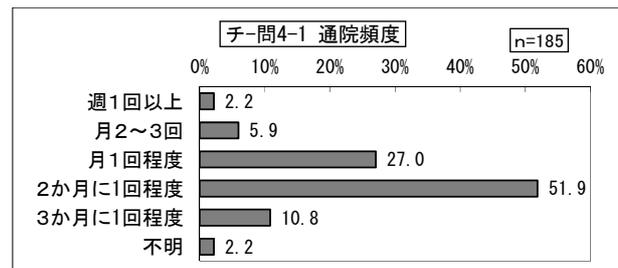
問 4. 現在、病院・医院（診療所、クリニック）に通院していますか。

78.4%が通院しています。



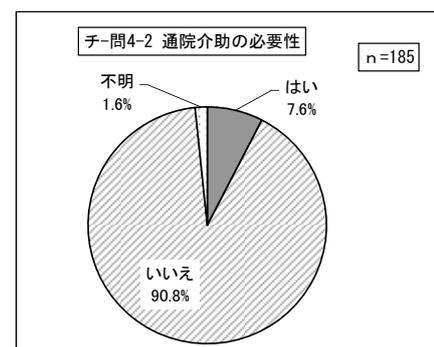
問 4-1. （通院している方のみ）その頻度は次のどれですか。（1つに○）

通院頻度は「2か月に1回程度」が最も多く51.9%です。



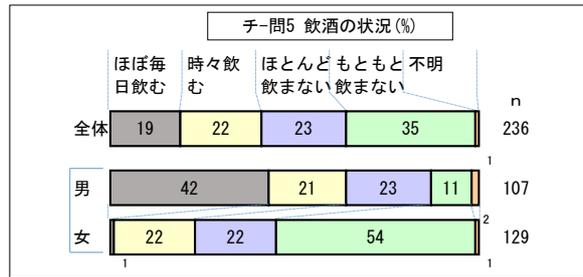
問 4-2. （通院している方のみ）通院に介助が必要ですか。

通院に介助が必要な人は、通院している方のうち7.6%です。



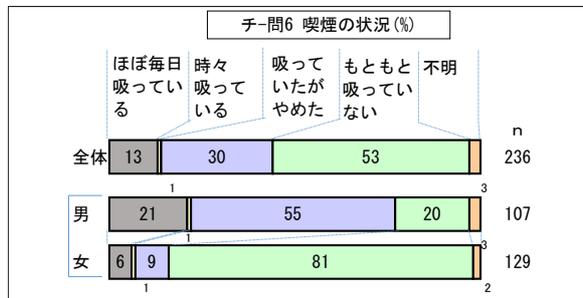
問 5. お酒は飲みますか。(1 つに〇)

「ほとんど飲まない」と「もともと飲まない」をあわせると58%です。【女性】の場合、その割合は76%になります。



問 6. タバコは吸っていますか。(1 つに〇)

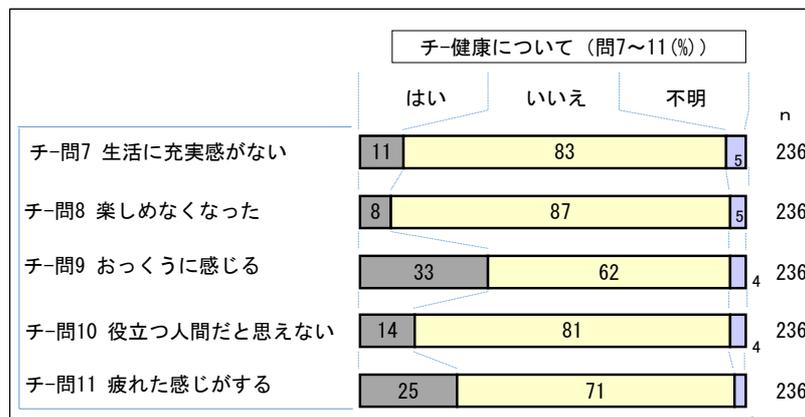
喫煙している人は少なく「吸っていたがやめた」と「もともと吸っていない」をあわせると83%です。【女性】の場合、その割合は90%になります。



問 7. (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	2. いいえ
問 8. (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	2. いいえ
問 9. (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる	1. はい	2. いいえ
問 10. (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	2. いいえ
問 11. (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	2. いいえ

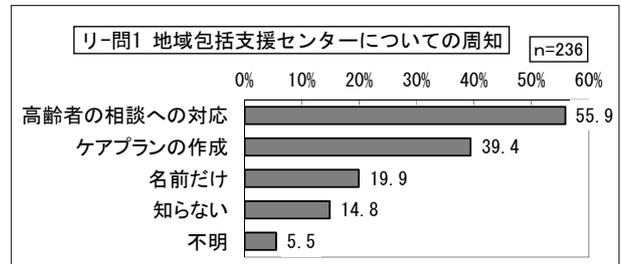
問7～11は「うつ予防」の判定項目です。

33%は「以前は楽にできていたことが、今はおっくうに感じられる」と回答しています。



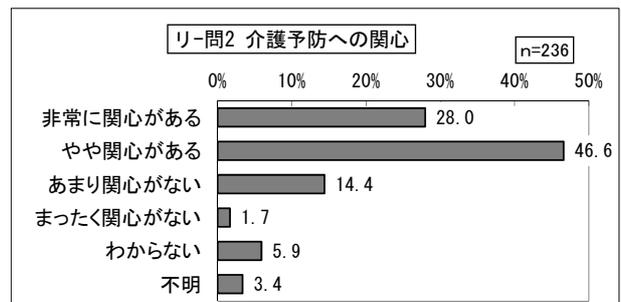
問1. 介護が必要な状態を予防したり、介護が必要な状態を進行させない「介護予防」や介護・保健福祉に関する相談に取り組む「地域包括支援センター」をふれあい交流センター内に設置していますが、ご存知ですか。（いくつでも）

『一般』の調査は認定を受けていない方が対象ですが、55.9%が地域包括支援センターの相談機能について理解しています。



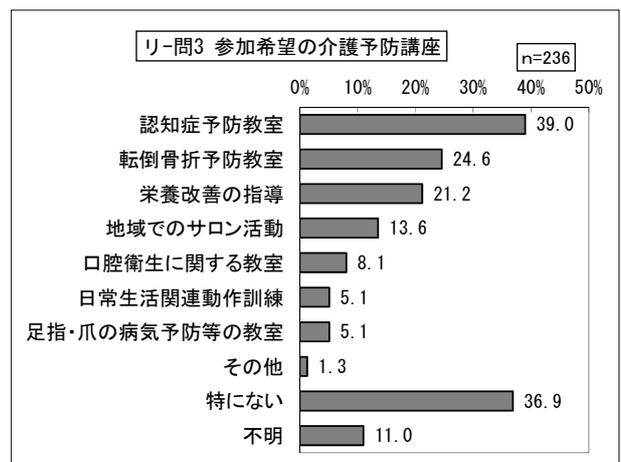
問2. あなた（宛名のご本人）は介護予防について関心がありますか。（1つに〇）

「非常に関心がある」と「やや関心がある」を合わせると74.6%で、「あまり関心がない」と「まったく関心がない」を合わせると16.1%です。関心がある方がない方の5倍近くとなっています。



問3. あなた（宛名のご本人）が介護予防のために参加したいと思う講座は、どのようなものですか。（いくつでも）

問2では74.6%が関心を持っていましたが、具体的に参加したい講座をうかがうと、「特にない」が36.9%です。関心を持っているもので最も参加希望の高いものは「認知症予防教室」で39.0%です。



【その他】

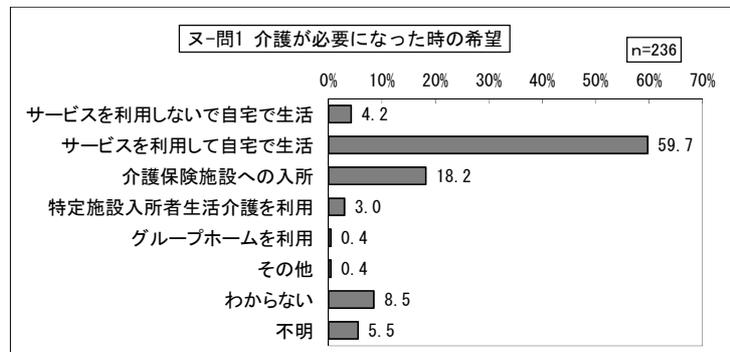
- 今はないがすでに関心を持っている
- 仕事をしているため参加したいが時間がない
- 仮称「〇〇の皆さんに」と題しての知らせたい文章、書物等を頂ければそれを読み充分理解出来る？ものと思っております

問1. あなたは、もし自分に介護が必要な状態になったらどのような介護を希望しますか。(1つに○)

59.7%が「サービスを利用しながら自宅での生活」を希望しています。

自宅での生活を望んでいるのは、サービスを利用しない場合とあわせて63.9%になります。

18.2%が「介護保険施設」への入所を希望しています。

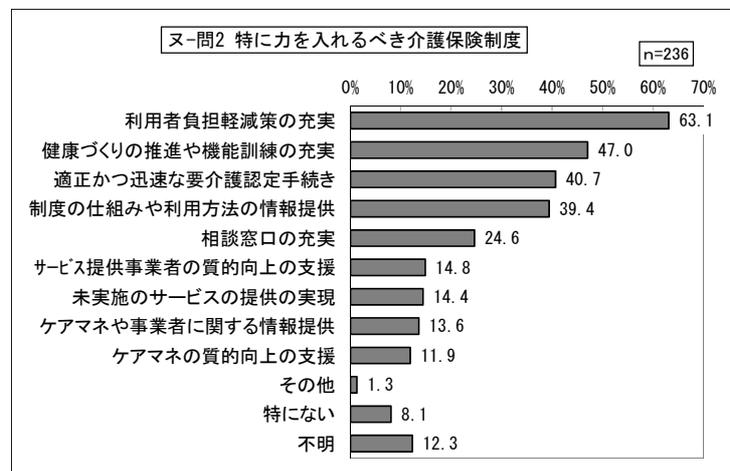


【その他】

- その時にふらふらと答えは出ません
- 介護度が上がれば「3. 介護保険施設」へ移行したい
- 現時点ではどのような状況での介護が必要になるか想定できない為

問2. 介護保険制度として、特に力を入れるべきことは何だと思えますか。(5つまでに○)

「利用者負担軽減の充実」が第1位で63.1%、次いで「健康づくりの推進や機能訓練の充実」の47.0%となっています。

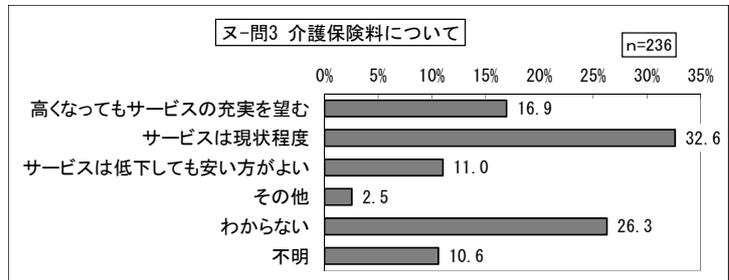


【その他】

- 本人はこの様な事にはまったく興味を示さない。自分には関係ないと考えている様です
- 保険料金を小さくする
- 近くにいつでも参加できる所がほしい

問3. 介護保険は、国・道・町の負担と介護保険料、サービス利用された方の利用料でまかなわれています。サービスを利用すると、サービス利用量が増えると介護保険料は上昇します。標茶町の今後の介護保険料についてどのように思いますか。(1つに○)

「サービスは現状程度」が32.6%で、「保険料が高くなってもサービスの充実」が16.9%、「サービス量は少なくとも保険料が安い方が良い」が11.0%です。



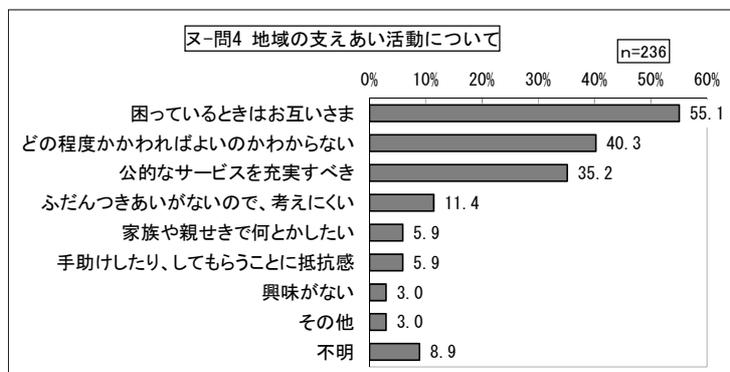
【その他】

- 保険料は現状のままで介護サービスの質と量を充実して欲しい (3)
- 利用して初めてわかることだと思う
- 質と量のバランス
- 希望としてはサービス量は多く少ない保険料が希み

問4. あなたは、地域の人同士の助け合いや支え合いの活動について、どのように思われますか。

(いくつでも)

問1で介護が必要になっても63.9%が自宅での生活を希望していることが分かりましたが、身近な地域での助け合いや支えあいの活動について、第1位が「困っているときはお互いさま」で55.1%、次いで「どの程度までかかわればよいのかわからない」が40.3%です。第3位は「公的なサービスを充実すべき」で35.2%です。



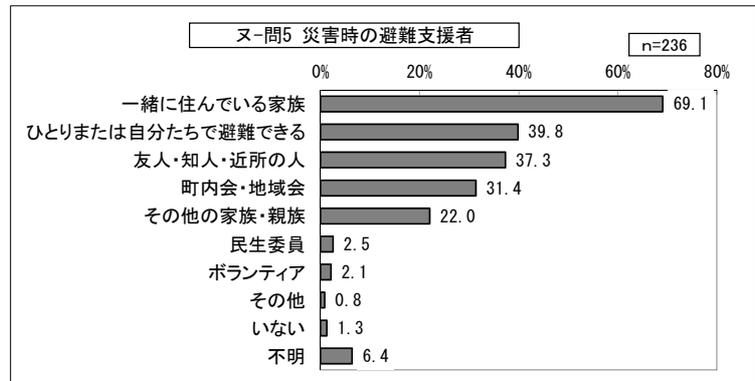
【その他】

- 住めば都
- まだ実感が湧かない
- したくてもできない (2)

問5. あなたは、火事や地震・風水害などの災害が発生して避難する場合、頼りにできる人がいますか。  
(いくつでも)

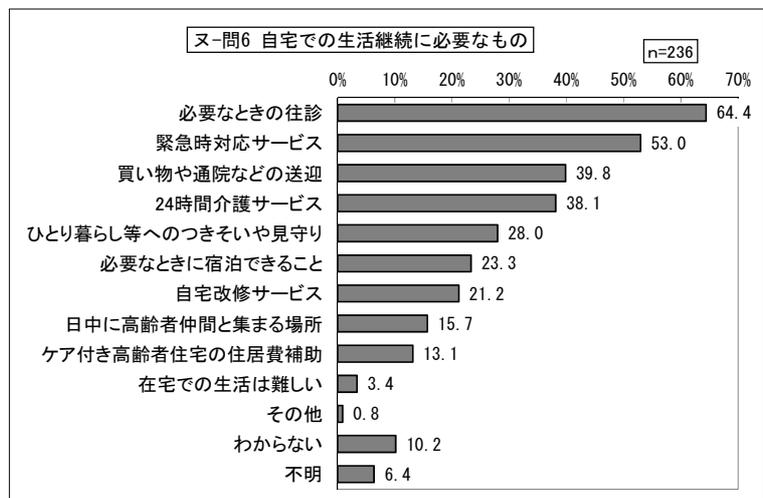
69.1%と一緒に住んでいる家族が頼りです。

31.4%が「町内会・地域会」を頼りにしています。



問6. 高齢者が身近な地域や自宅での生活を続けていくために、特に必要なのは何だと思われますか。  
(5つまでに〇)

問1で介護が必要になっても63.9%が自宅での生活を希望していることが分かりましたが、身近な地域や自宅での生活を続けるために必要なこととして、第1位が「必要なときの往診」で64.4%、次いで「(病気や転倒等の) 緊急時対応サービス」が53.0%です。第3位は「買い物や通院などの送迎」で39.8%です。

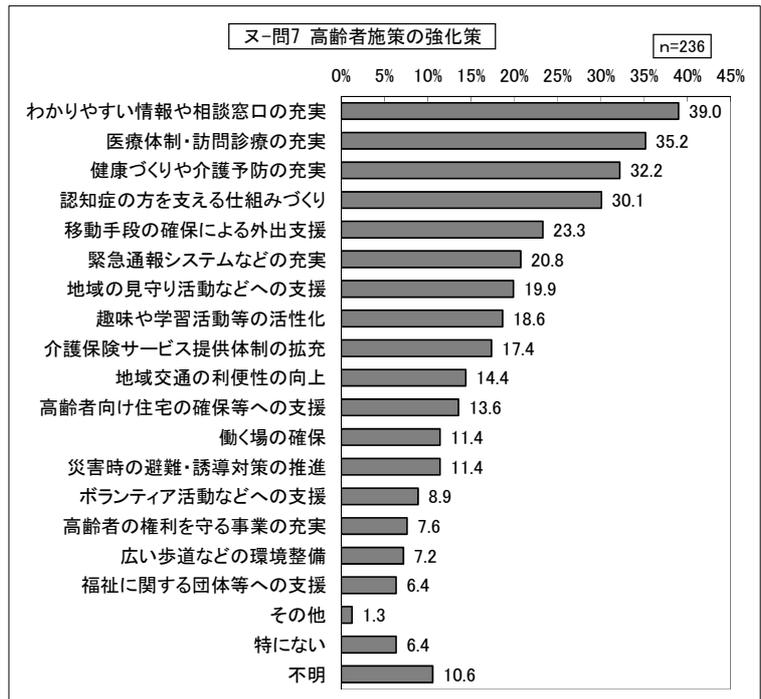


【その他】

- まだ受けた事がないのでわからないが大事だと思う

問7. 高齢者施策として、今後、特に力を入れてほしい施策は何ですか。(5つまでに〇)

高齢者対策として最も求められているのは、「わかりやすい情報提供や相談窓口の充実」で39.0%です。次いで、「医療体制・訪問診療の充実」で35.2%です。



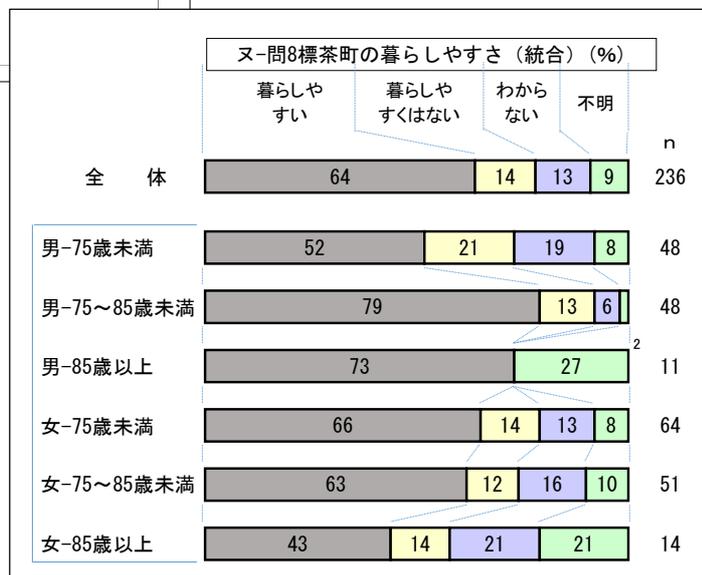
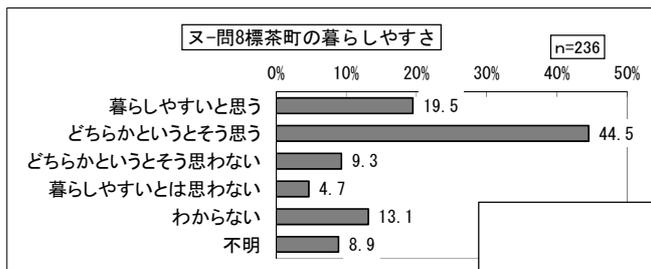
【その他】

- 医療体制現状のままでよし
- 現状良しとする。どの事業も負担のかかるもの。甘え過ぎてはならないと思っている
- 金銭的支援

問8. あなたは、標茶町が高齢者にとって暮らしやすいまちだと思いますか。(1つに〇)

全体では、「暮らしやすいと思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせると64.0%になります。

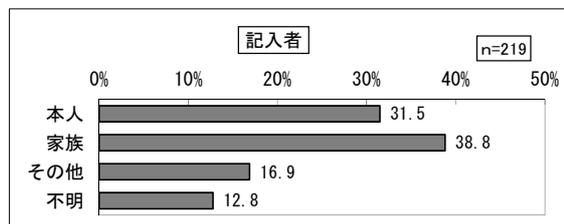
年齢階層別にみると、【男性】では「75歳未満」の若い世代が、【女性】では85歳以上の高年齢層が町に対する評価が厳しくなっています。



### (3) 認定者（要介護2以下）

- 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。

『一般』の調査とは異なり、『要介護2以下』の場合は本人による回答は低く31.5%でした。



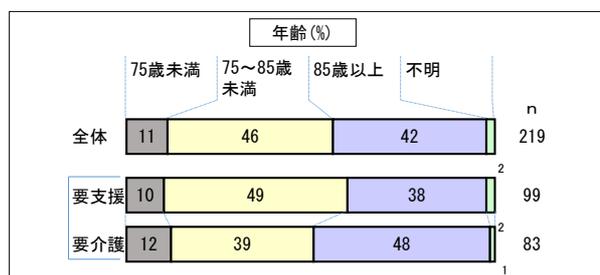
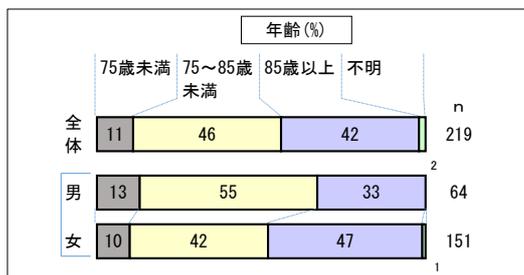
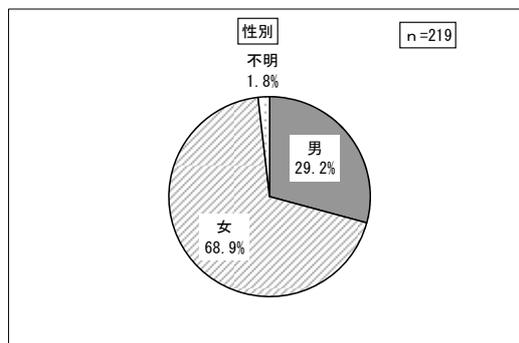
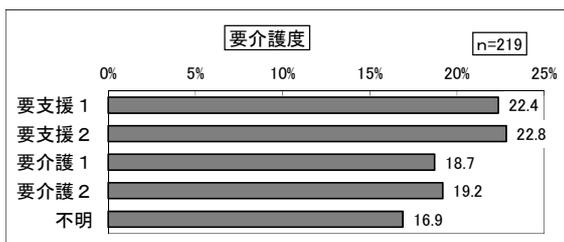
- 要介護度・性別

要介護度の割合は、「要支援」が45.2%、「要介護」が37.9%です。

男女の割合は、【男性】29.2%（64人）、【女性】68.9%（151人）で、【女性】が男性の約2.4倍となっています。

年齢は「75歳未満」が11%、「75～85歳未満」が46%、「85歳以上」が42%です。

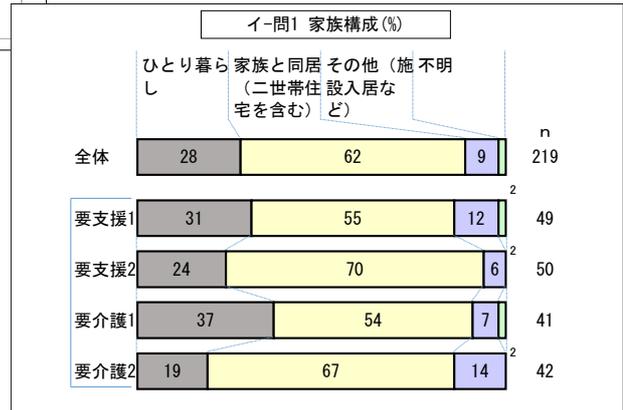
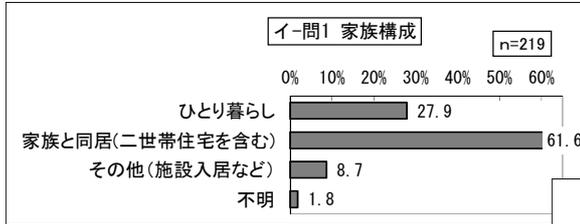
男女別、要介護度別に年齢構成をみると、【女性】と【要介護】の「85歳以上」割合が高くなっています。



問 1. 家族構成を教えてください。(1つに○)

全体では「ひとり暮らし」は27.9% (61人) です。

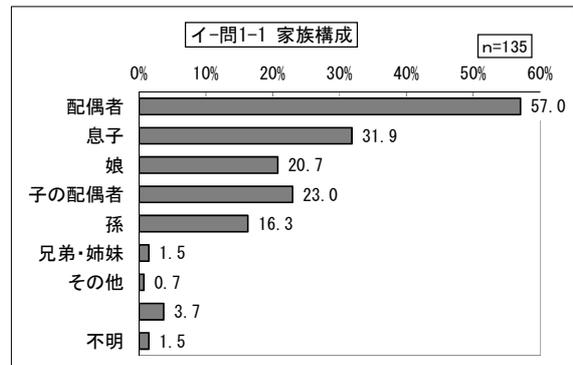
【要介護2】の場合、ひとり暮らしは低くなりますが、それでも19%です。



問 1-1. (家族などと同居されている方のみ) ご自分を含めて何人で暮らしていますか。また、同居されている方はどなたですか。 (○はいくつでも)

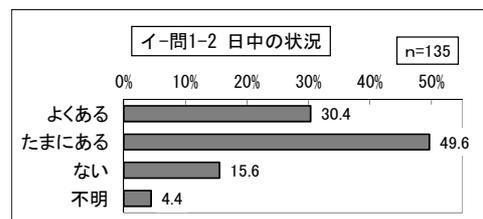
平均は2.9人で、最高は7人でした。

同居している家族は、配偶者が57%、次いで「息子」「子の配偶者」となっています。



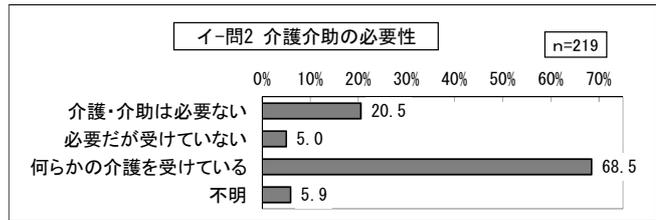
問 1-2. (ご家族と同居されている方のみ) 日中、一人になることがありますか。(1つに○)

家族と住んでいても30.4%が、「日中、一人になることがよくある」と回答しています。



問2. あなたは普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。(1つに〇)

現在、なんらかの介護を受けている人が68.5%です。

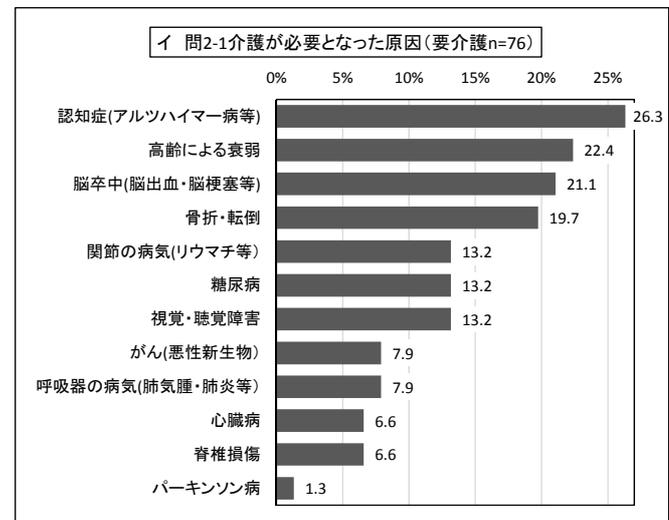
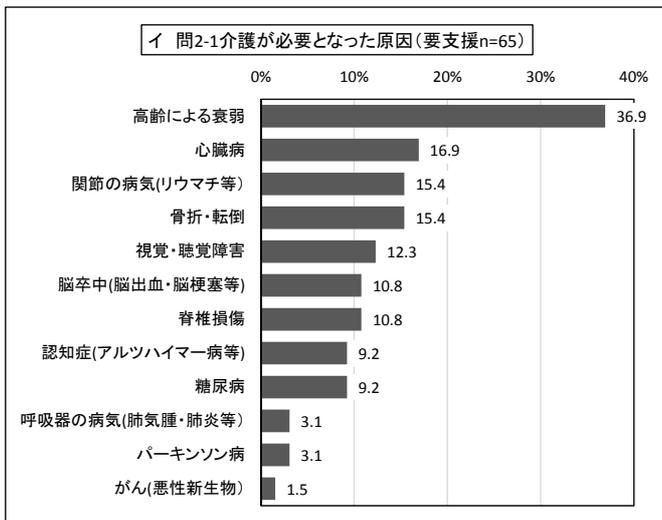
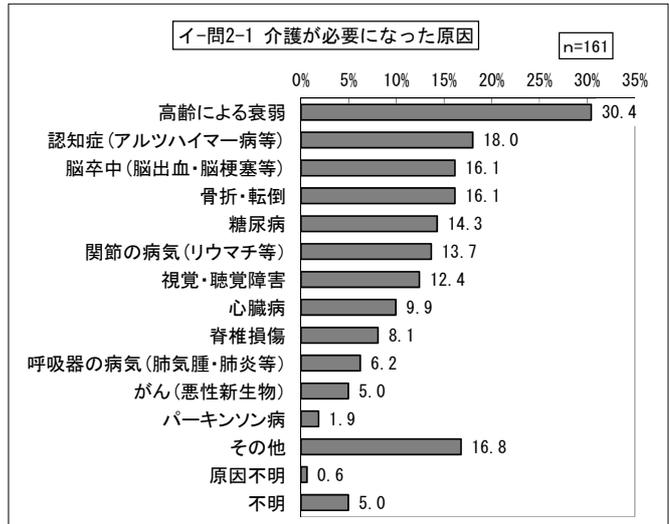


問2-1. 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか。(いくつでも)

全体では、介護が必要となった主な原因の第1位は「高齢による衰弱」で30.4%、次いで「認知症」18.0%、「脳卒中」16.1%、の順です。

要介護度別に見ると、【要支援】の第1位は「高齢による衰弱」ですが、【要介護】の第1位は「認知症」で26.3%です。

【要介護】では、4人に1人以上は「認知症」が認定原因となっています。

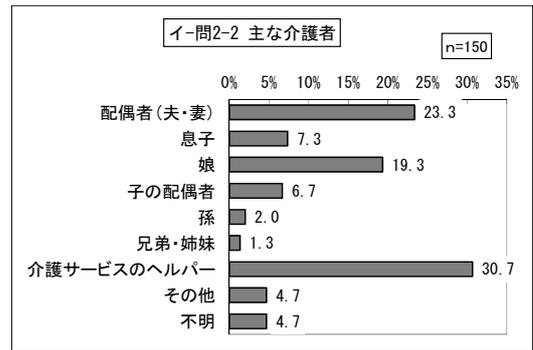


【その他】

- 腰部腰椎すべり症
- あまりよく歩けない
- 膝関節症で人工関節 (2)
- 股関節脱臼
- 人工透析
- やけど
- 下肢の痛み
- うつ (2)
- 腰部脊柱管狭窄症
- 肝硬変、C型肝炎
- 腰痛・膝痛 (3)
- 左半身麻痺
- カエリス
- メニエル
- 足の痛み
- B型肝炎、肝臓病
- 物忘れ方過多
- 食事の支度が困難
- 持病(腰痛、脳神経)のため
- 高齢になったから

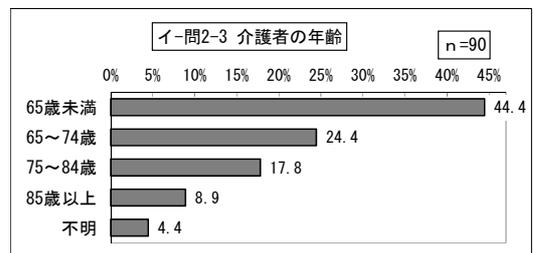
問 2-2. 主にどなたの介護・介助を受けていますか。(1つに〇)

介護者は家族・親戚関係では配偶者が第1位で23.3%です。  
ヘルパーは30.7%です。



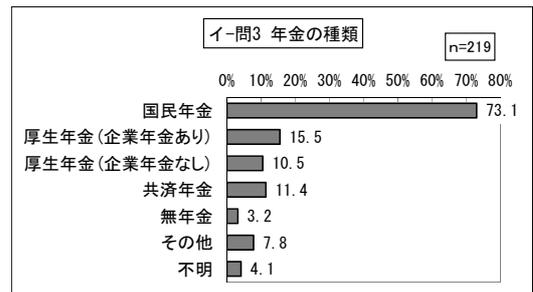
問 2-3. 主に介護・介助している方の年齢は、次のどれですか(1つに〇)

ヘルパー等を除く介護者の年齢は、「65歳未満」が44.4%ですが、「85歳以上」も8.9%います。



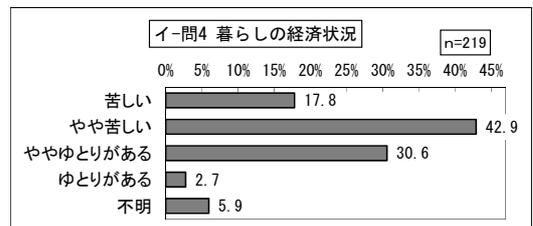
問 3. 年金の種類は次のどれですか。(いくつでも)

国民年金が最も多く73.1%です。



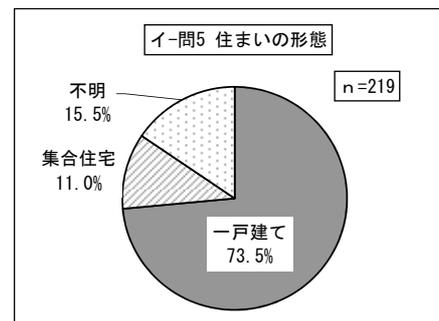
問 4. 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。

「苦しい」「やや苦しい」を合わせると、60.7%になります。



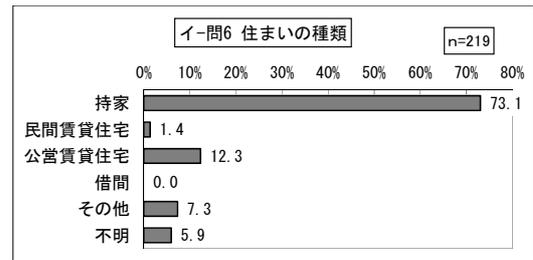
問 5. お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。

「一戸建て」が73.5%を占めます。



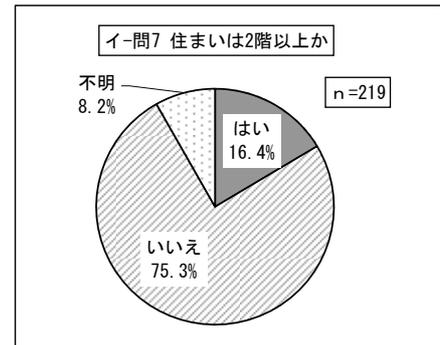
問 6. お住まいは、次のどれにあたりますか。(1つに○)

持ち家は73.1%です。



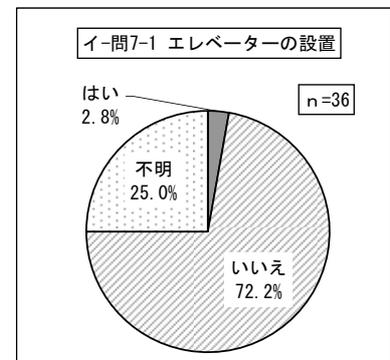
問 7. お住まい(主に生活する部屋)は2階以上にありますか。

主に生活する部屋が2階以上の場合は16.4%です。



問 7-1. (2階以上の方) お住まいにエレベーターは設置されていますか。

2階以上に居室のある36人について、エレベーターが設置されているのは2.8%です。

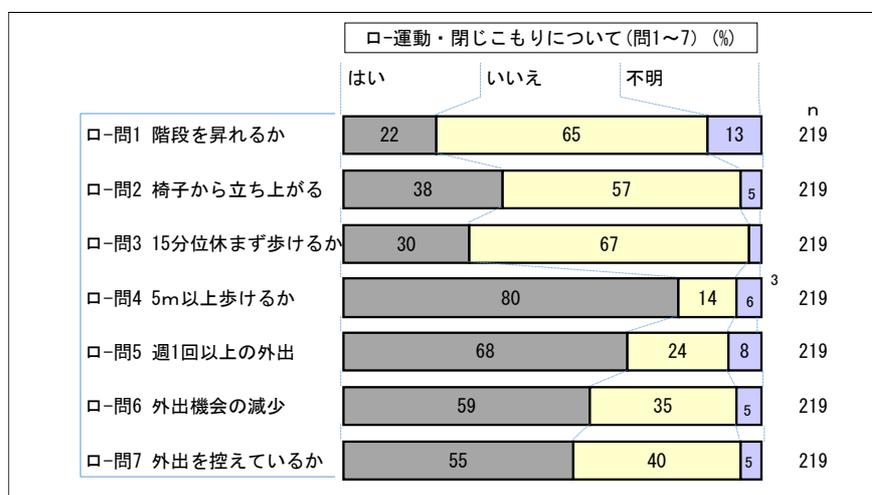


## □ 運動・閉じこもりについて

問1. 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	1. はい	2. いいえ
問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. はい	2. いいえ
問3. 15分位休まずに歩けますか	1. はい	2. いいえ
問4. 5m以上歩けますか	1. はい	2. いいえ
問5. 週に1回以上は外出していますか	1. はい	2. いいえ
問6. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	2. いいえ
問7. 外出を控えていますか	1. はい ⇒ 問7-1へ	2. いいえ ⇒ 問8へ

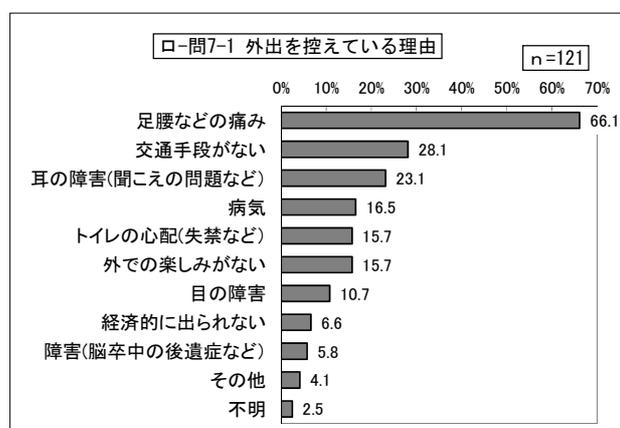
問1～3は「運動器の機能向上」の判定項目です。また、問5～6は「閉じこもり予防」の判定項目です。

「階段を手すりや壁をつたわずに昇る」「15分位休まずに歩く」ことについては、大きく低下傾向が見られます。



問7-1. (外出を控えている方のみ) 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

問7で外出を控えていると回答した121人にその理由についてきいたところ、「足腰などの痛み」が最も多く、他を大きく引き離して第1位で66.1%でした。



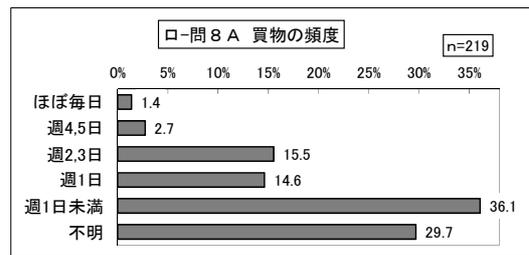
【その他】

- 足、腰弱り
- 高齢衰弱
- 歩行が不都合
- おっくうだ

問8. 買物、散歩で外出する頻度はどのくらいですか。(それぞれ1つ)

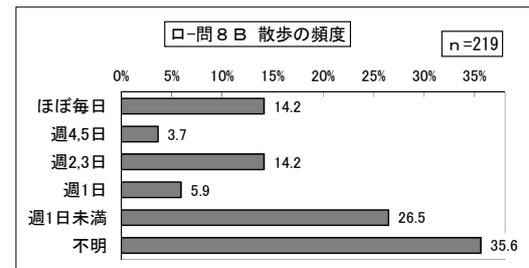
【A】買物

買い物に行くのは「週1日未満」が36.1%で最も多く、「ほぼ毎日」は1.4%（3人）です。



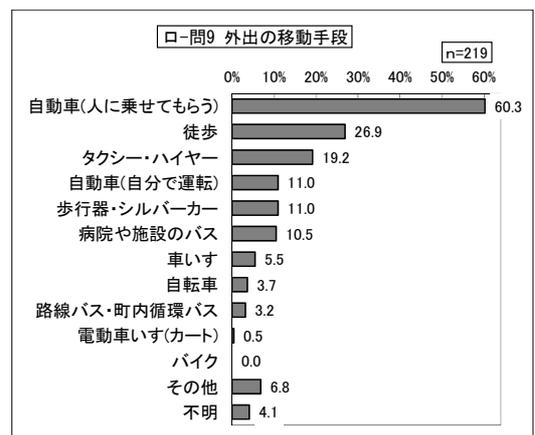
【B】散歩

買い物と同様「週1日未満」が26.5%で最も多くなっていますが、異なる点は「ほぼ毎日」が14.2%（31人）と多くなっています。



問9. 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)

全体では、人の車に乗せてもらって出かける場合が最も多く60.3%となっています。

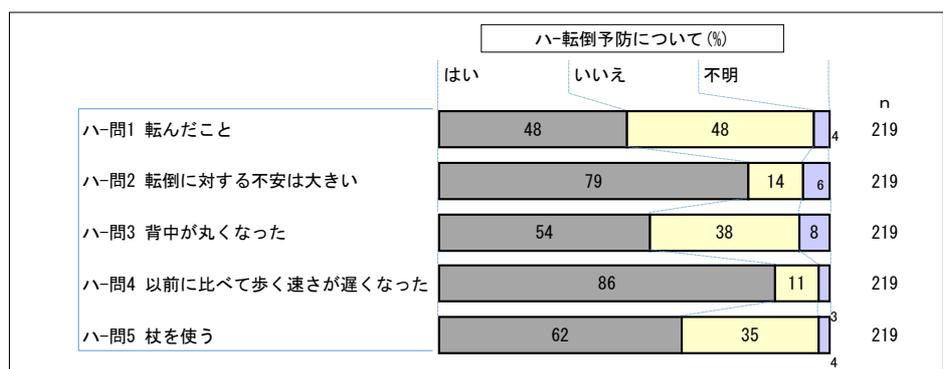


## ハ 転倒予防について

問1. この1年間に転んだことがありますか	1. はい	2. いいえ
問2. 転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	2. いいえ
問3. 背中が丸くなってきましたか	1. はい	2. いいえ
問4. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	1. はい	2. いいえ
問5. 杖を使っていますか	1. はい	2. いいえ

「ハ-問1,3,4,5」は「チ-問3」と合わせて転倒リスクの判定項目となっており、問1が高配点になっています。

したがって、転倒経験があると「転倒リスクあり」となる可能性は非常に高くなります。

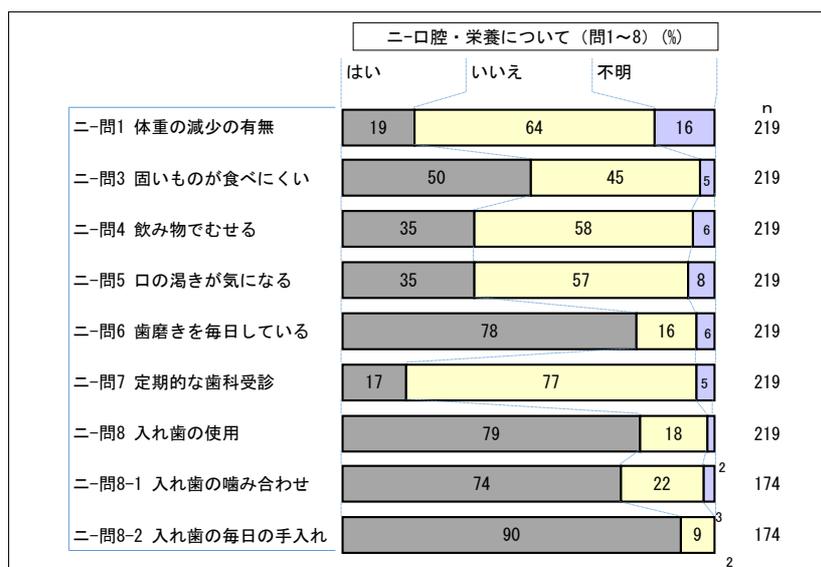
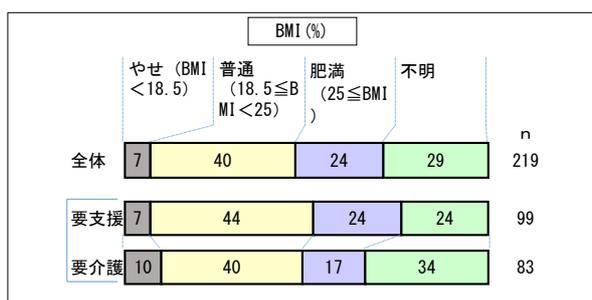


## 二 口腔・栄養について

問1. 6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	2. いいえ
問2. 身長 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm 体重 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> kg		
問3. 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
問4. 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
問5. 口の渇きが気になりますか	1. はい	2. いいえ
問6. 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
問7. 定期的に歯科受診（健診を含む）をしていますか	1. はい	2. いいえ
問8. 入れ歯を使用していますか	1. はい ⇒ 問8-1, 2へ	2. いいえ ⇒ 次ページへ
問8-1. （入れ歯のある方のみ）噛み合わせは良いですか	1. はい	2. いいえ
問8-2. （入れ歯のある方のみ）毎日入れ歯の手入れをしていますか	1. はい	2. いいえ

問1の体重減少と問2により求められたBMIが18.5未満の場合、「栄養改善」の該当者となります。

全体では7%が18.5未満で、【要介護】の場合その割合は10%です。



問9. 1日の食事の回数は何回ですか

1. 朝昼晩の3食 2. 朝晩の2食 3. 朝昼の2食 4. 昼晩の2食 5. 1食 6. その他

問10. 食事を抜くことがありますか

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

問11. 自分一人でなく、どなたかと食事をともにする機会はありますか

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11-1. (どなたかと食事をともにする機会がある方のみ) 食事をともにする人はどなたですか

(いくつでも)

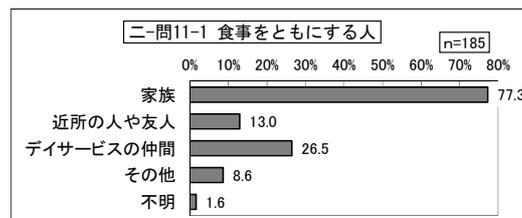
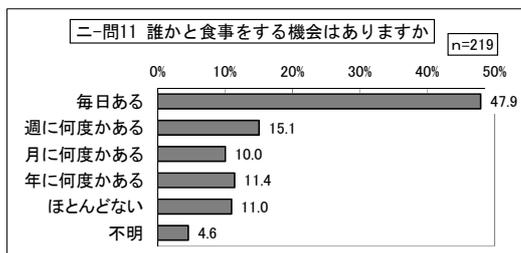
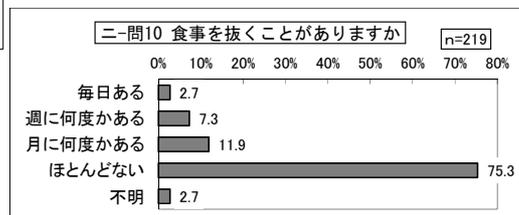
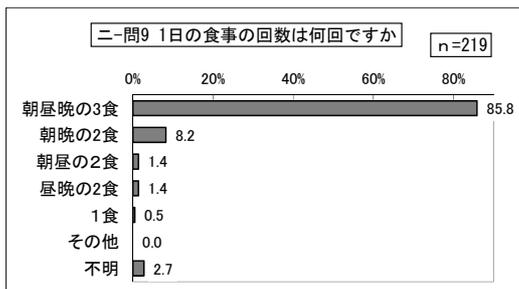
1. 家族 2. 近所の人や友人 3. デイサービスの仲間 4. その他

85.8%が朝昼晩の3食、食べています。

75.3%は食事を抜くことはありませんが、毎日抜く方が2.7% (6人) います。

誰かと食事を一緒にすることがほとんどない人が11% (24人) います。

食事をともにする人は、77.3%が家族です。『一般』と大きく異なることは、「デイサービスの仲間」との食事の機会がある方が26.5%います。

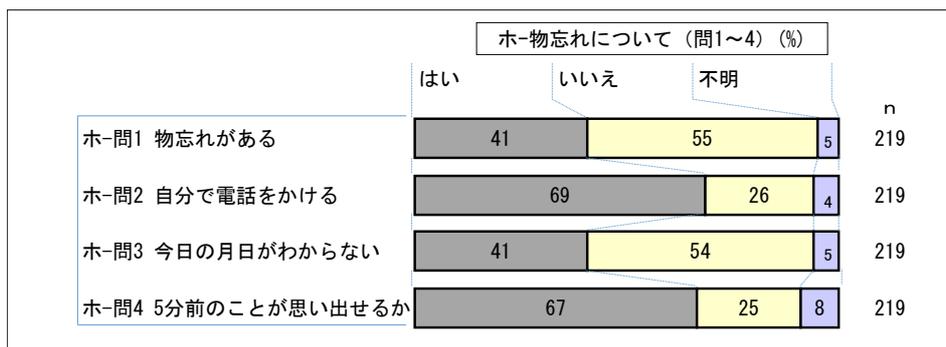


## ホ 物忘れについて

問1. 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると 言われますか	1. はい	2. いいえ
問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
問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
問4. 5分前のことが思い出せますか	1. はい	2. いいえ

問1～3が認知症予防の判定項目です。

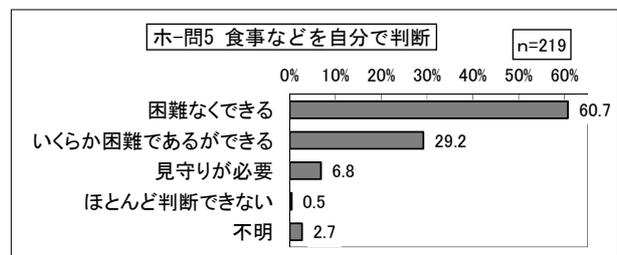
41%が「物忘れ」があったり、「今日の月日がわからないときがある」と回答しています。



### 問5. その日の活動（食事をする、衣服を選ぶなど）を自分で判断できますか（1つに〇）

- |                   |                           |
|-------------------|---------------------------|
| 1. 困難なくできる        | 3. 判断するときに、他人からの合図や見守りが必要 |
| 2. いくらか困難であるが、できる | 4. ほとんど判断できない             |

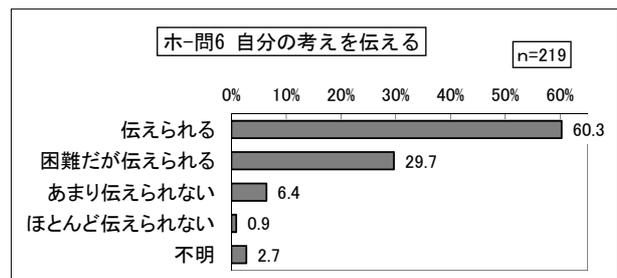
困難なくできる人は60.7%です。



### 問6. 人に自分の考えをうまく伝えられますか（1つに〇）

- |                     |               |
|---------------------|---------------|
| 1. 伝えられる            | 3. あまり伝えられない  |
| 2. いくらか困難であるが、伝えられる | 4. ほとんど伝えられない |

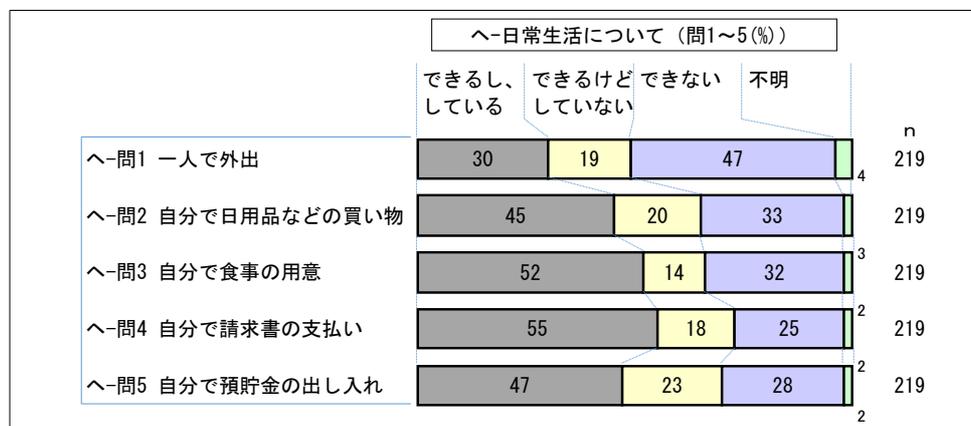
伝えられる人は60.3%です。



## 日常生活について

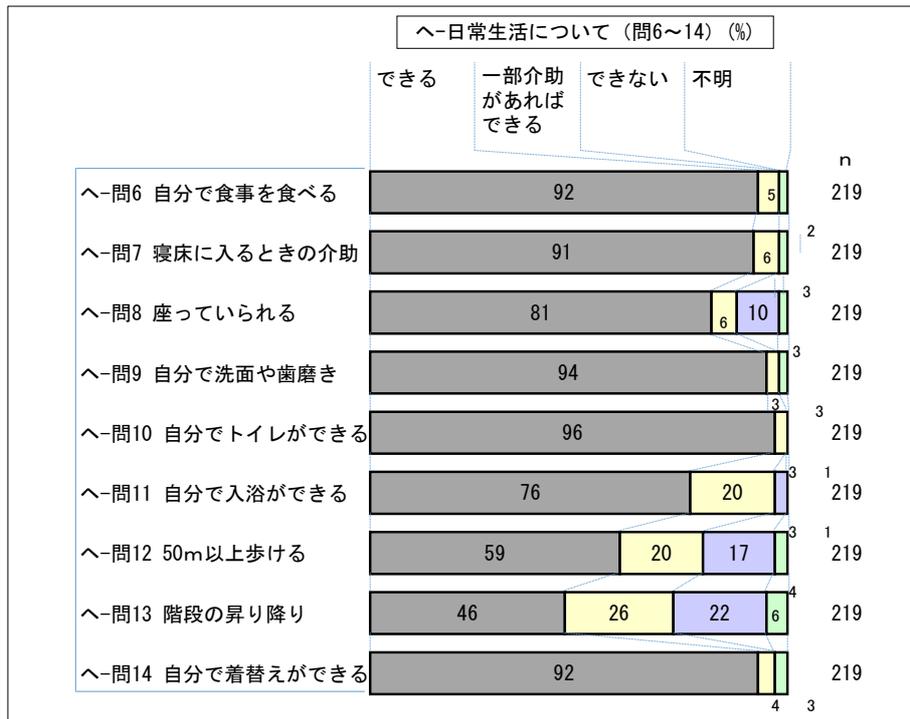
問1. バス等で一人で外出していますか（自家用車でも可）	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問2. 日用品の買物をしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問3. 自分で食事の用意をしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問4. 請求書の支払いをしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
問5. 預貯金の出し入れをしていますか	1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない

問1～2は「虚弱」の判定項目であり、問1～5はIADL（手段的自立）の判定項目です。  
一人でしているのは、「外出」が30%、「買い物」は45%、「食事の用意」は52%です。



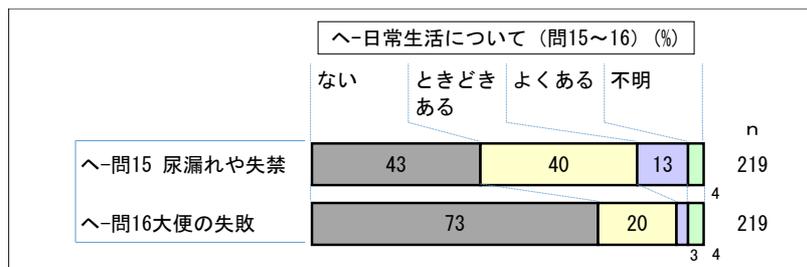
問6. 食事は自分で食べられますか	1. できる	2. 一部介助（おかずを切ってもらなど）があればできる	3. できない
問7. 寝床に入るとき、何らかの介助を受けますか	1. 受けない	2. 一部介助があればできる	3. 全面的な介助が必要
問8. 座っていることができますか	1. できる	2. 支えが必要	3. できない
問9. 自分で洗面や歯磨きができますか	1. できる	2. 一部介助があればできる	3. できない
問10. 自分でトイレができますか	1. できる	2. 一部介助（他人に支えてもらう）があればできる	3. できない
問11. 自分で入浴ができますか	1. できる	2. 一部介助（他人に支えてもらう）があればできる	3. できない
問12. 50m以上歩けますか	1. できる	2. 一部介助（他人に支えてもらう）があればできる	3. できない
問13. 階段を昇り降りできますか	1. できる	2. 介助があればできる	3. できない
問14. 自分で着替えができますか	1. できる	2. 介助があればできる	3. できない

問6～14と問15～16を合わせたものが、ADL（日常生活動作）の判定項目です。  
ほとんどの項目でできる割合が高いのですが、「入浴」や「50m以上歩く」「階段昇り降り」でできる割合が低くなっています。



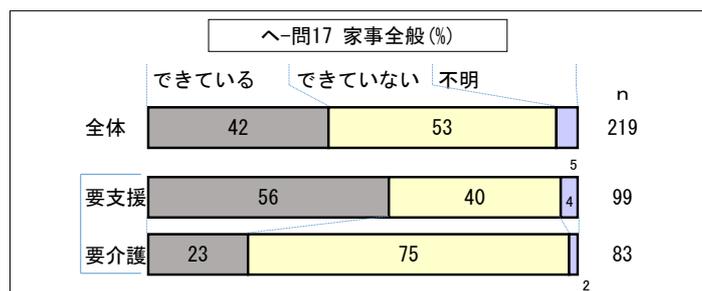
問 15. 尿もれや尿失禁がありますか	1. ない	2. ときどきある	3. よくある
問 16. 大便の失敗がありますか	1. ない	2. ときどきある	3. よくある

大便の失敗がある人は約20%ですが、尿漏れや失禁は半数以上が「ときどきある」あるいは「よくある」と回答しています。



### 問 17. 家事全般ができていますか

【要支援】は56%が「できている」のに対して、【要介護】では23%に低下しています。



## ト 社会参加について

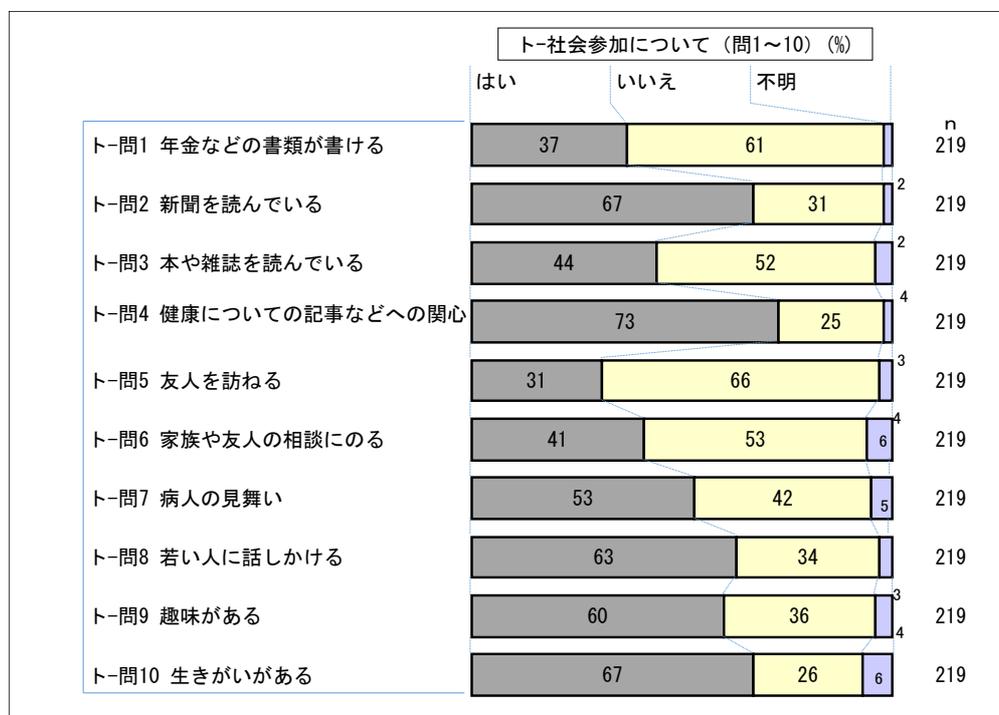
問1. 年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか	1. はい	2. いいえ
問2. 新聞を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
問3. 本や雑誌を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
問4. 健康についての記事や番組に関心がありますか	1. はい	2. いいえ
問5. 友人の家を訪ねていますか	1. はい	2. いいえ
問6. 家族や友人の相談にのっていますか	1. はい	2. いいえ
問7. 何かあったときに、家族や友人・知人などに相談をしていますか 1. はい ⇒ 問7-1へ      2. いいえ ⇒ 問8へ		
問8. 病人を見舞うことができますか	1. はい	2. いいえ
問9. 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
問10. 趣味はありますか	1. はい	2. いいえ
問11. 生きがいがありますか	1. はい	2. いいえ

問1～4は社会参加（知的能動性）の判定項目です。

また、問5.6.8.9は社会参加（社会的役割）の判定項目です。

知的能動性に関する「書類が書ける」、「本や雑誌を読む」割合が低くなっています。

社会的役割に関する「友人を訪ねる」「家族や友人の相談にのる」割合は低くなっています。



問 11. 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. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 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) 老人クラブ
(5) 町内会
(6) 学習・教養サークル
(7) その他の団体や会

『一般』でもこの様な活動に参加している人は少なく、『認定者』では、ほとんど参加していません。

ト-問 11 (%)	全体	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	不明
(1)ボランティアのグループ	100	0.0	2.7	0.5	1.8	2.3	78.5	14.2
(2)スポーツ関係のグループやクラブ	100	0.5	1.8	0.5	1.8	1.4	79.5	14.6
(3)趣味関係のグループ	100	0.5	2.7	0.9	5.9	3.2	73.1	13.7
(4)老人クラブ	100	0.0	1.4	0.9	5.9	5.5	73.5	12.8
(5)町内会	100	0.0	0.5	0.5	2.7	13.7	68.0	14.6
(6)学習・教養サークル	100	0.0	0.0	0.0	0.9	2.7	80.4	16.0
(7)その他の団体や会	100	0.5	1.8	1.4	5.0	6.8	69.4	15.1

問 12. 以下のような活動（社会参加活動や仕事）をどのくらいの頻度でしていますか (1) 見守りが必要な高齢者を支援する活動 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. していない
(2) 介護が必要な高齢者を支援する活動
(3) 子どもを育てている親を支援する活動
(4) 地域の生活環境の改善（美化）活動
(5) 収入のある仕事

問11の活動より参加している人は少なくなります。

ト-問 12 (%)	全体	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	不明
(1)見守りが必要な高齢者を支援する活動	100	0.0	0.5	0.0	0.5	0.5	81.7	16.9
(2)介護が必要な高齢者を支援する活動	100	0.0	0.0	0.5	0.5	0.0	81.7	17.4
(3)子どもを育てている親を支援する活動	100	0.0	0.5	0.0	0.0	0.5	81.7	17.4
(4)地域の生活環境の改善(美化)活動	100	0.0	0.0	0.0	0.5	6.4	76.7	16.4
(5)収入のある仕事	100	0.5	0.0	0.0	0.5	1.8	81.7	15.5

問 13. 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。

あてはまるすべてに○をしてください。あてはまる人がいない場合は「8. そのような人はいない」に○をつけてください。

(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）

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 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）

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 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）

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 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）

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 7. その他（ ） 8. そのような人はいない

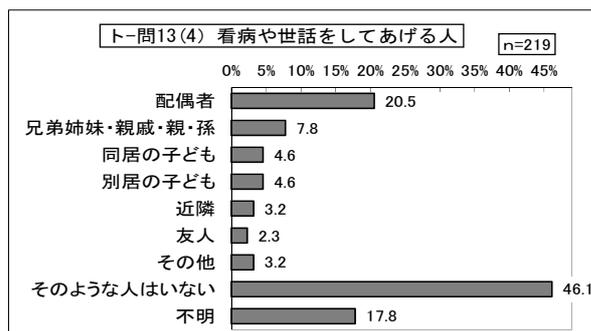
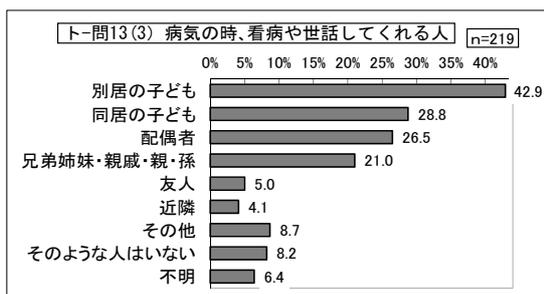
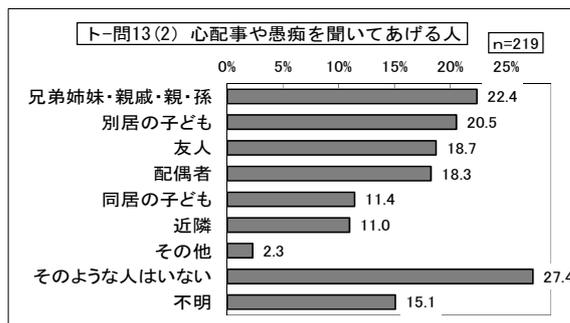
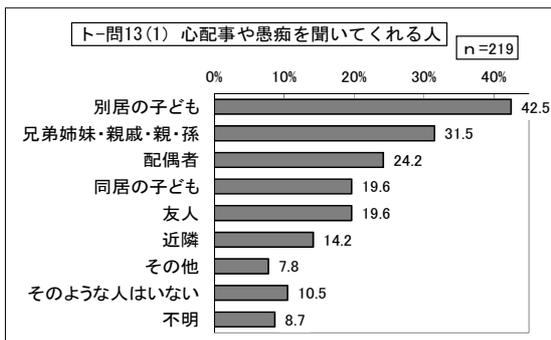
問 14. 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください（いくつでも）

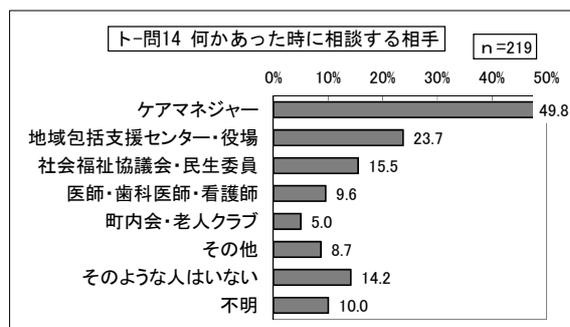
1. 町内会・老人クラブ 2. 社会福祉協議会・民生委員 3. ケアマネジャー  
4. 医師・歯科医師・看護師 5. 地域包括支援センター・役場  
6. その他 7. そのような人はいない

愚痴を聞いてもらったりする相手は「子ども」が多く、聞いてあげる人は「兄弟姉妹等」が多くなっています。

また、看病してくれる人は子どもで、看病してあげる人は配偶者が多くなっています。

家族や知人等以外で何かあったときに相談する相手は、「ケアマネジャー」が最も多く49.8%です。しかし、14.2%は「そのような人はいない」と回答しています。





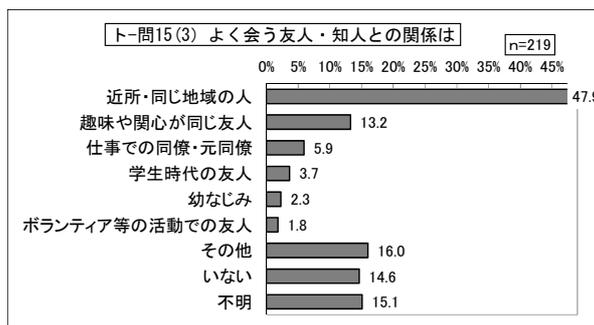
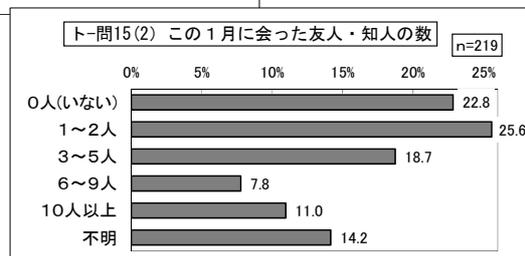
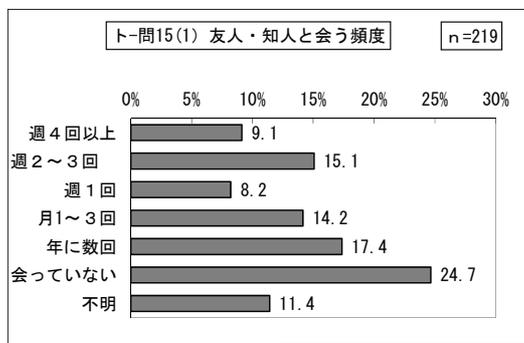
**問 15. 友人関係についておうかがいします**

(1) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。  
 1. 週4回以上 2. 週2～3回 3. 週1回 4. 月1～3回 5. 年に数回 6. 会っていない

(2) この1ヶ月間、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

(3) 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

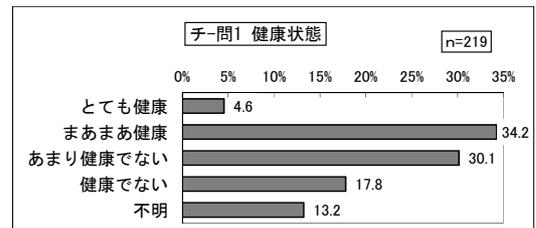
友人関係については、「会っていない」、「1～2人」、「近所・同じ地域の人」が多くなっています。しかし、11%が「10人以上」と回答しており、デイサービスに出かけることなどによるものと思われます。



# チ 健康について

問 1. 普段、ご自分で健康だと思えますか。(1つに○)

「とても健康」「まあまあ健康」を合わせると  
38.8%です。

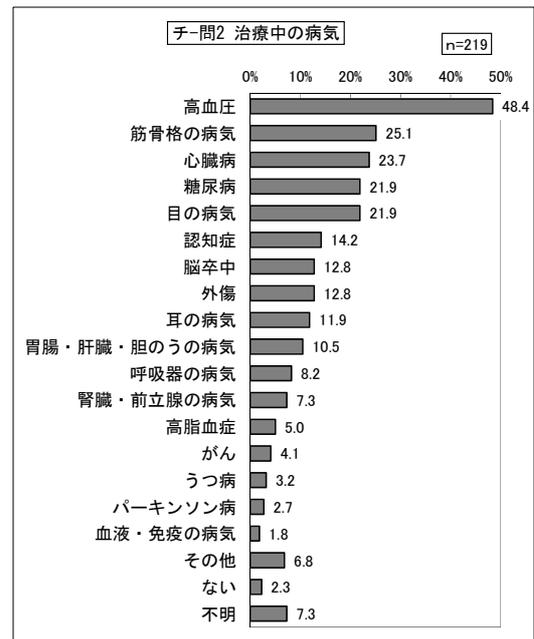


問 2. 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(いくつでも)

全体では第1位は「高血圧」です。次いで、「筋骨格の病気」で25.1%となって入ります。

【その他】

- アレルギー性鼻炎
- 痛風
- 膠原病
- 甲状腺、腰部脊柱管狭窄症
- 股関節カリエス
- リューマチ
- 膀胱炎
- 便秘
- 足の血の痛み
- 血栓症
- 味覚障害、鼻炎
- 腰、うで
- 神経痛

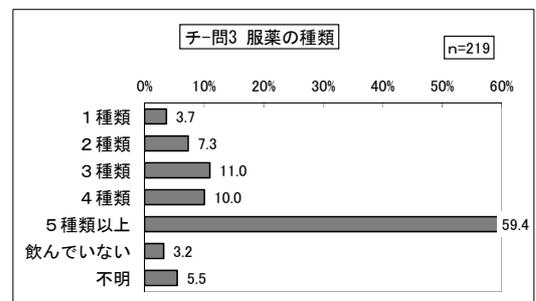


問 3. 現在、医師の処方した薬を何種類飲んでいますか。

(1つに○)

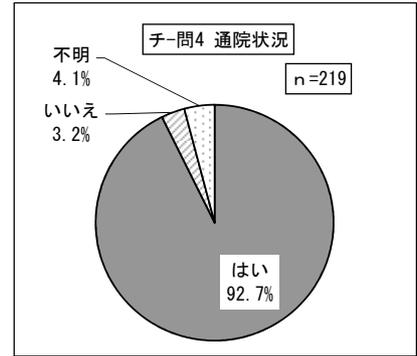
転倒リスクの判定項目の1つで「5種類以上のんでいる人」が対象になります。

「5種類以上」が約60%です。



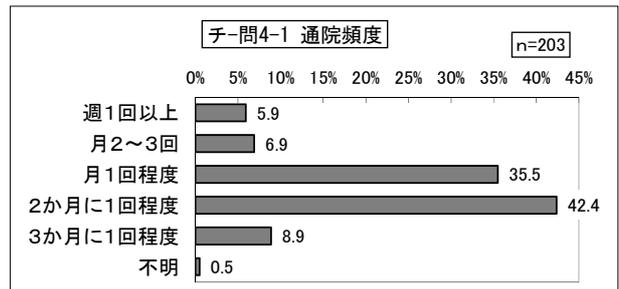
問 4. 現在、病院・医院（診療所、クリニック）に通院していますか。

92.7%が通院しています。  
通院していないのは7人だけです。



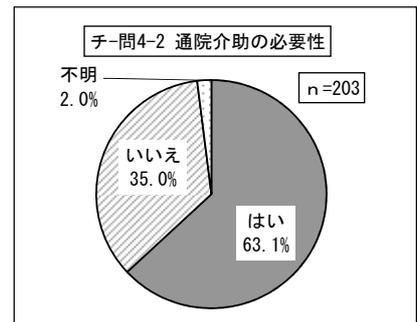
問 4-1. (通院している方のみ) その頻度は次のどれですか。(1つに〇)

通院頻度は「2か月に1回程度」が最も多く42.4%で(86人)です。  
「週1回以上」通院している人は少なく5.9%で、多くの方が「月1回程度」から「3か月に1回程度」です。



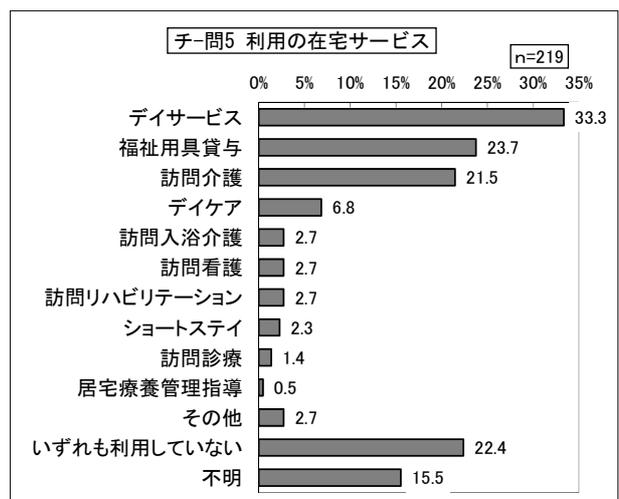
問 4-2. (通院している方のみ) 通院に介助が必要ですか。

通院している人のうち63.1%が通院に介助を必要とします。



問5. 以下の在宅サービスを利用していますか(いくつでも)

いずれも利用していない人は22.4%です。  
利用しているサービスで最も多いのが「デイサービス」で33.3%です。

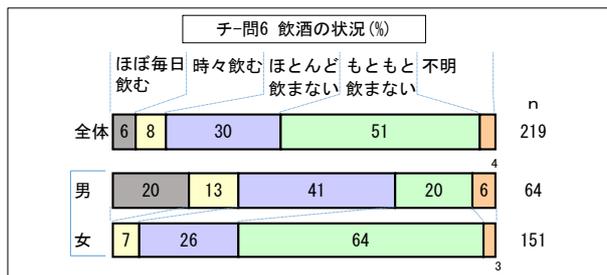


【その他】

- 福祉用具購入
- リハビリ
- 掃除
- ふれあいセンターのお風呂はいい
- 病院の送迎

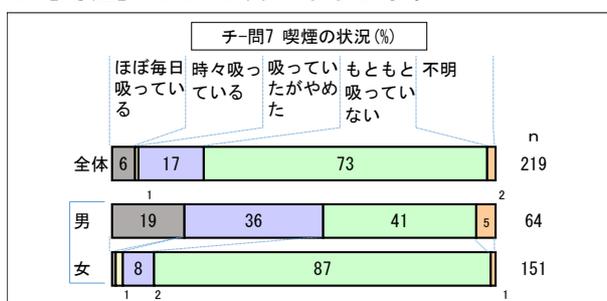
問 6. お酒は飲みますか。(1 つに〇)

「ほぼ毎日飲む」と「時々飲む」を合わせて飲む人は14.6% (32人) です。  
 しかし、その割合は【男性】では33%、【女性】では7%です。



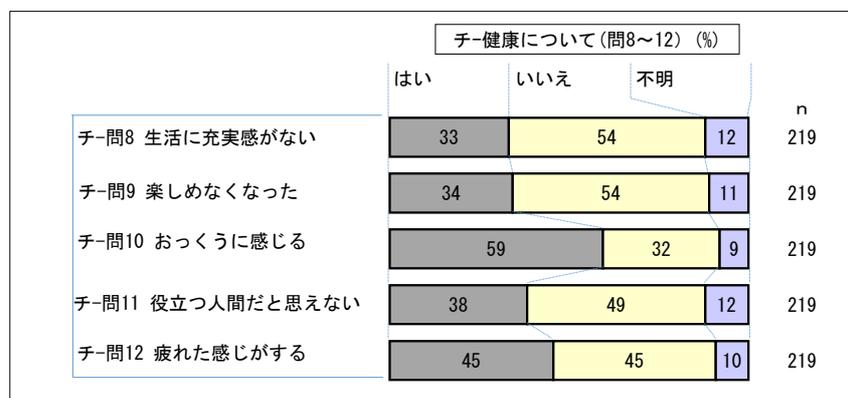
問 7. タバコは吸っていますか。(1 つに〇)

「ほぼ毎日吸っている」と「時々吸っている」を合わせて喫煙している人は少なく7.8% (17人) だけです。  
 しかし、その割合は【男性】では19%になります。



問 8. (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	2. いいえ
問 9. (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	2. いいえ
問 10. (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる	1. はい	2. いいえ
問 11. (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	2. いいえ
問 12. (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	2. いいえ

問8~12は「うつ予防」の判定項目です。  
 59%は「以前は楽にできていたことが、今はおっくうに感じられる」と回答しています。

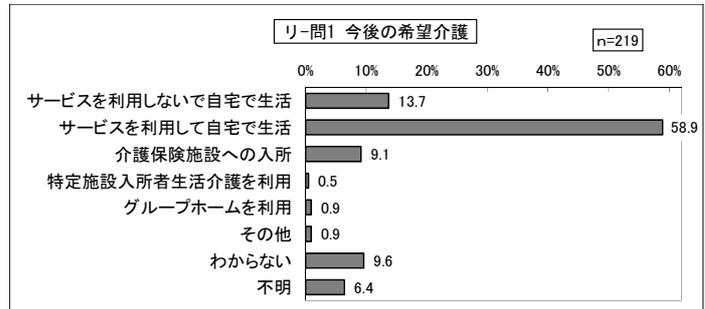


# リ 介護保険について

問1. あなたは、今後どのような場所での介護を希望しますか。(1つに〇)

58.9%が、サービスを利用しながら自宅で生活したいと考えています。

70%以上は自宅での生活を望んでいます。

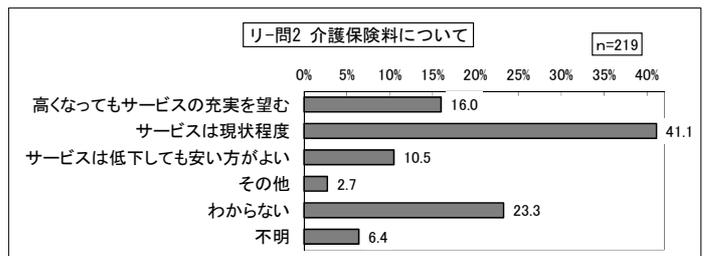


【その他】

- 自活が出来なくなれば施設しか選択できない
- 軽費老人ホーム
- 今は大丈夫だが、いずれは施設も検討する日がくるかもしれない

問2. 介護保険は、国・道・町の負担と介護保険料、サービス利用された方の利用料でまかなわれています。サービスを利用すると、サービス利用量が増えると介護保険料は上昇します。標茶町の今後の介護保険料についてどのように思いますか。(1つに〇)

「サービスは現状程度」が41.1%で、「保険料が高くなってもサービスの充実」が16.0%、「サービス量は少なくても保険料が安い方がよい」が10.5%です。

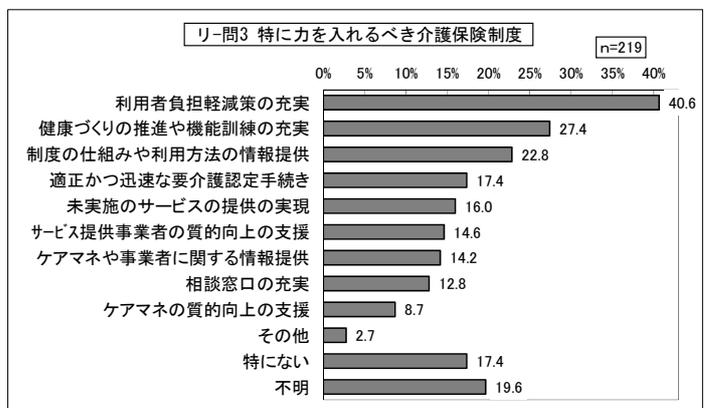


【その他】

- 経験がないのでこの設問は選択出来ない
- 人の調子に合わせて介護してほしい
- 保険料が高くなるとサービスが受けられなくなる
- 保険料はやすく介護サービスの質と量は充実して欲しい
- 今までサービス受けた事ないのでよくわかりません

問3. 介護保険制度として、特に力を入れるべきことは何だと思えますか。(5つまでに〇)

「利用者負担軽減の充実」が第1位で40.6%、次いで「健康づくりの推進や機能訓練の充実」の27.4%となっています。



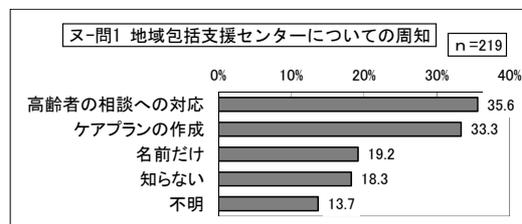
【その他】

- わからない (4)
- 今のままで良いかと思う
- 世話をやきすぎず実態にあわせ年に一、二回訪問することで確かな対象者の実態を把握する係があったら良いと思う

## 又 保健福祉施策等について

問1. 介護が必要な状態を予防したり、介護が必要な状態を進行させない「介護予防」や介護・保健福祉に関する相談に取り組む「地域包括支援センター」をふれあい交流センター内に設置していますが、ご存知ですか。(いくつでも)

「ケアプランの作成」をしているところと認識しているのが、33.3%です。

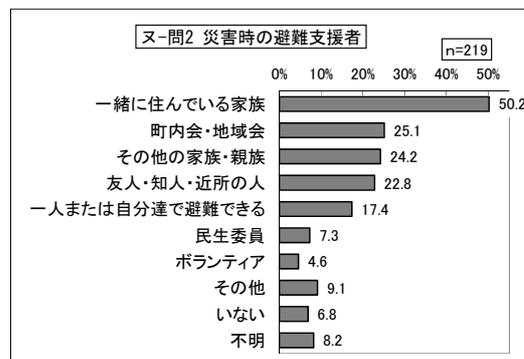


問2. あなたは、火事や地震・風水害などの災害が発生して避難する場合、頼りにできる人がいますか。(いくつでも)

災害時の避難には50.2%が「一緒に住んでいる家族」を頼りにしています。25.1%が「町内会・地域会」を、24.2%が「その他の家族・親族」を、頼りにしています。

【その他】

- 役場 (2)
- 役場、地域包括支援センター
- グループホームの職員
- 介護施設の介護員
- 下宿
- ヘルパー (3)
- CM
- 施設の仲間 (4)
- 自分達で考えている

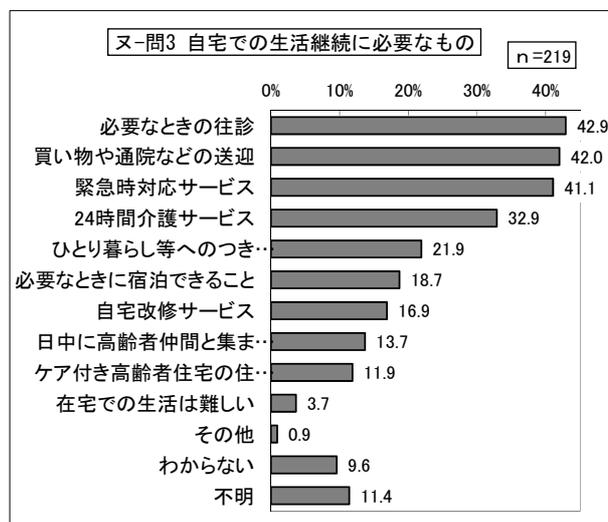


問3. 高齢者が身近な地域や自宅での生活を続けていくために、特に必要なのは何だと思われますか。(5つまでに○)

「必要な時の往診」を42.9%が必要だと考えています。次いで「買い物や通院などの送迎」の42.0%です。

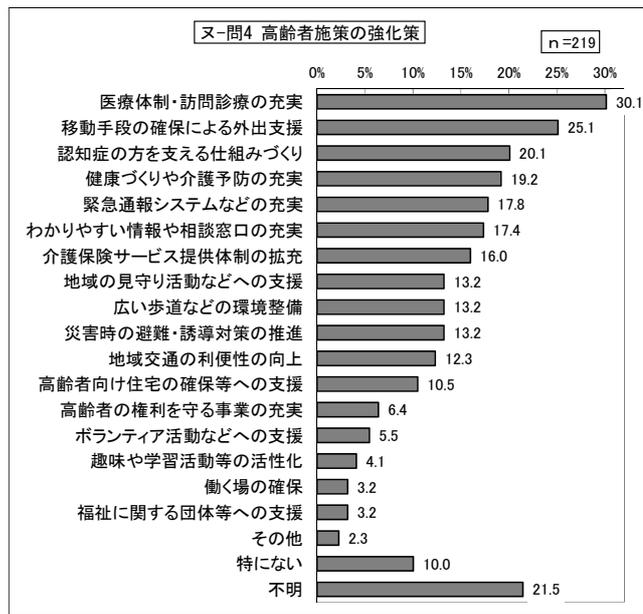
【その他】

- ヘルパー
- 簡易ストレッチの指導



問4. 高齢者施策として、今後、特に力を入れてほしい施策は何ですか。（5つまでに〇）

「医療体制・訪問診療の充実」が第1位で、次いで「移動手段の確保による外出支援」となっています。



【その他】

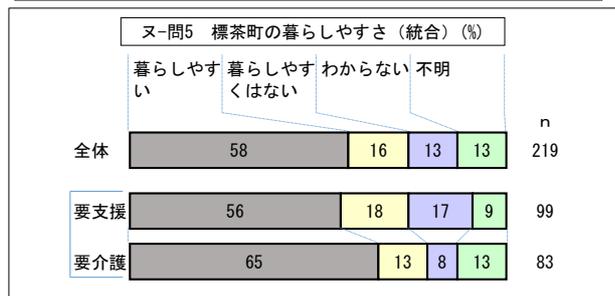
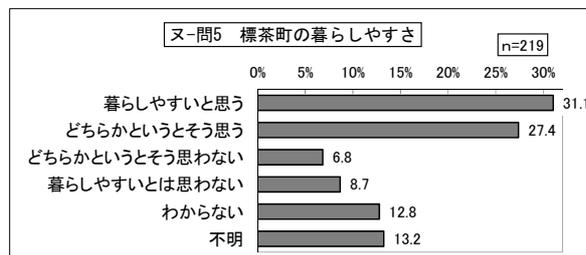
- 病気の時に本人の納得しない書類つくって印鑑を押してほしくない
- バスが釧路の病院まで行ってけるとよい
- わからない (2)

問5. あなたは、標茶町は高齢者にとって暮らしやすいまちだと思いますか。（1つに〇）

全体では、「暮らしやすいと思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせると58.5%になります。

『一般』では、この割合は64.0%でした。

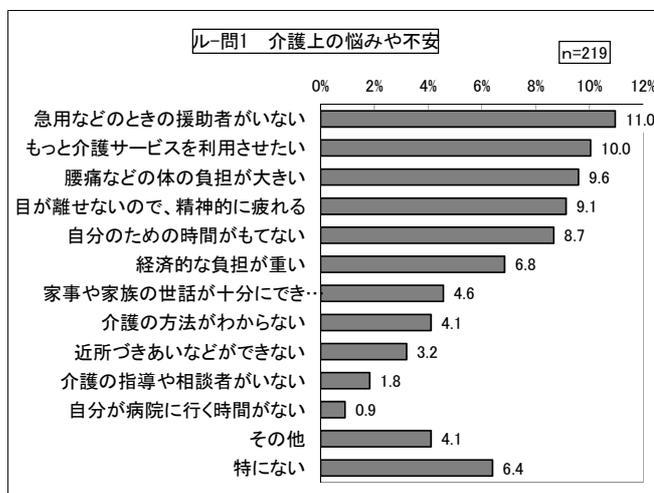
要介護度別にみると、【要介護】のほうが「暮らしやすい」と感じている割合が高くなっています。



# ル 介護をしている方にうかがいます。

## 問1. 介護をする上で、どのようなことに悩んだり、不安に思われますか。 (いくつでも)

「特にない」との回答は6.4%で、ほとんどの方が「緊急時の助け」「もっとサービスを利用させたい」「腰痛など、からだの負担が大きい」「目が離せないので、精神的に疲れる」「自分のための時間確保」などの悩みを抱えています。



### 【その他】

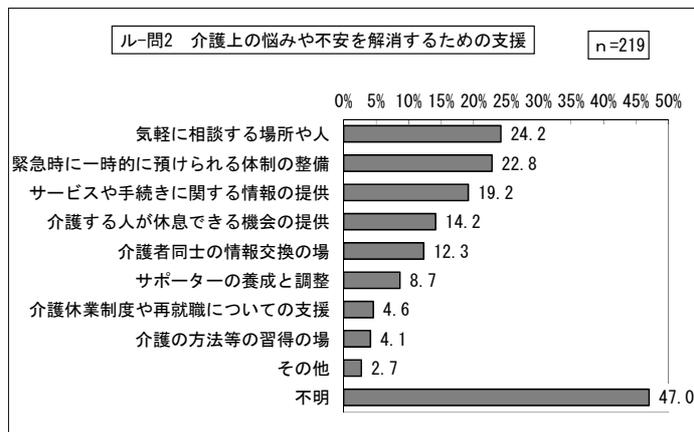
- 今は特に介護の必要なし
- 認知症、周辺症状が強くなる時があるので、精神的に自分とのおりあいをつけることに悩んだりします
- 停電時
- 一人で風呂に入れなくなった時
- 今後介護度が上がった時の対応について不安がある
- 一人になる時間が少し欲しい
- 今はお風呂以外の事は自分でできているが、この先、できなくなった時の不安が大きい
- 夜中の介助あり

## 問2. 介護をする上での悩みや不安を解消するため、どのような支援があればよいと思われますか。 (5つまでに〇)

悩み解消のために一番に望まれているのは、「気軽に相談する場所や人」で24.2%、次いで「一時的に預けられる体制の整備」で22.8%です。レスパイトケアの充実が望まれています。

### レスパイトケア

乳幼児や障害児・者、高齢者などを在宅でケアしている家族を癒やすため、一時的にケアを代替し、リフレッシュを図ってもらう家族支援サービス。施設への短期入所や自宅への介護人派遣などがある



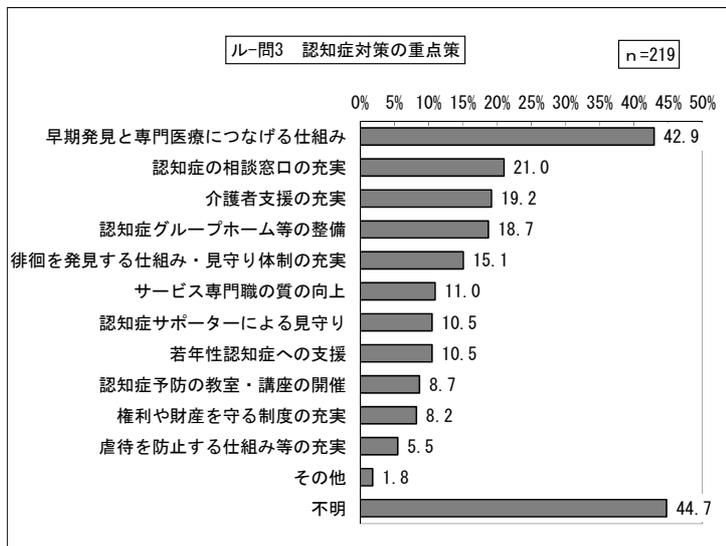
### 【その他】

- 自分の知識向上
- わからない (2)

問3. 認知症対策を進めていく上で、どのようなことに重点を置くべきだと思いますか。

(5つまでに○)

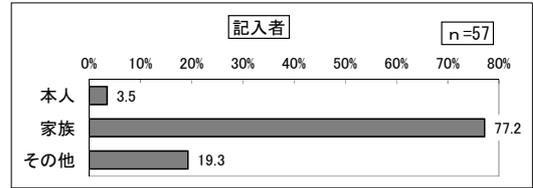
認知症対策で最も求められているのは、「早期発見と専門医につなぐ仕組みづくり」で42.9%です。



#### (4) 認定者（要介護3以上）

- 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。

『一般』『要介護2以下』の調査とは異なり、『要介護3以上』の場合は本人による回答は少なく、「家族」による記入が77.2%です。



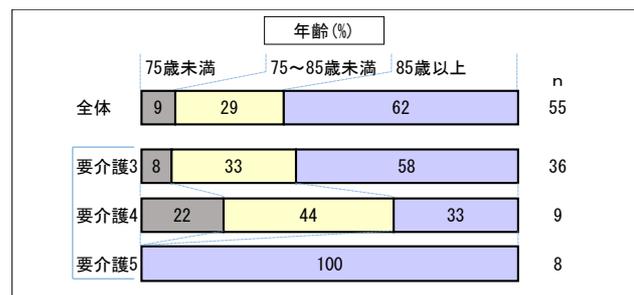
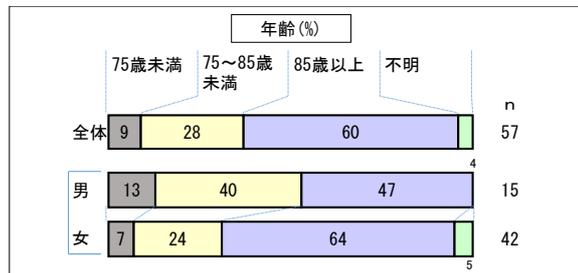
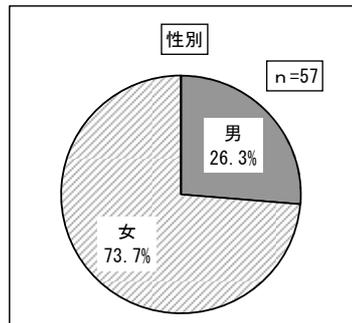
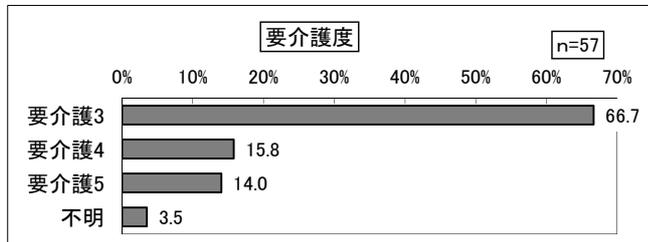
- 要介護度・年齢・性別

要介護3以上の対象者の4分の3は「女性」です。

また、対象者の半分以上は「85歳以上」の方です。

要介護度の割合は、「要介護3」が66.7%、「要介護4」が15.8%、「要介護5」が14.0%です。

「要介護5」の8人全員が「85歳以上」です。

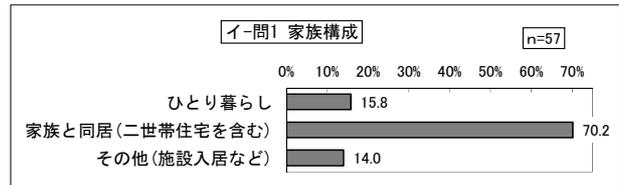


# イ

## あなたのご家族や生活状況について

### 問1. 家族構成を教えてください (1つに〇)

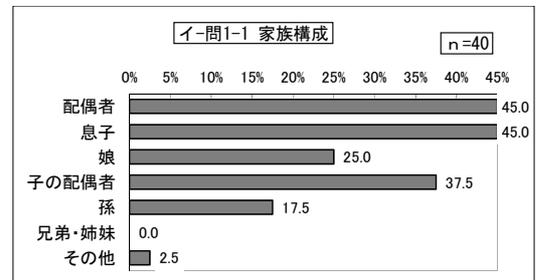
全体では「ひとり暮らし」は15.8% (9人) です。



### 問1-1. (家族などと同居されている方のみ) ご自分を含めて何人で暮らしていますか。また、同居されている方はどなたですか (いくつでも)

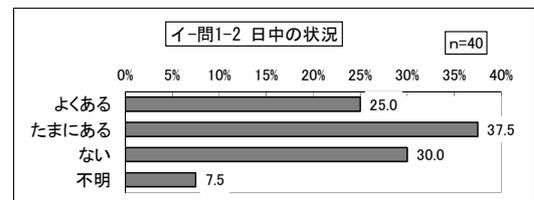
平均は2.97人で、最高は7人でした。

同居している家族は、「配偶者」と「息子」が45.0%、次いで「子の配偶者」の37.5%です。



### 問1-2. (ご家族と同居されている方のみ) 日中、一人になることがありますか。 (1つに〇)

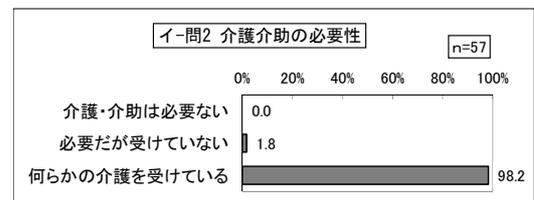
家族と住んでいても25.0% (10人) が、「日中、一人になることがよくある」と回答しています。



### 問2. あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか (1つに〇)

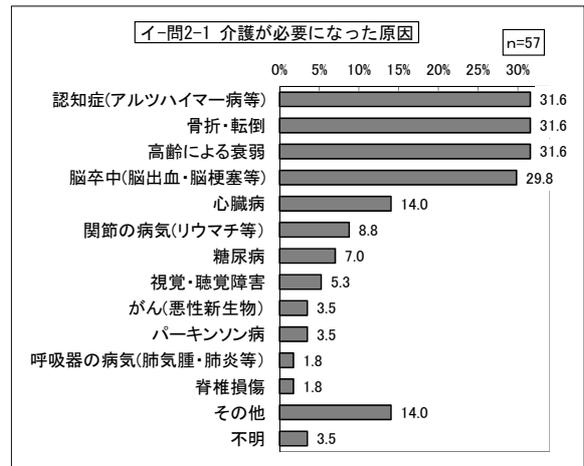
98.2%が、現在何らかの介護を受けています。

「必要だが受けていない」のは1.8% (1人) だけです。



問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）

主な原因は第1位が「認知症」、「骨折・転倒」、「高齢による衰弱」が同率で並び、次いで「脳卒中」となっています。

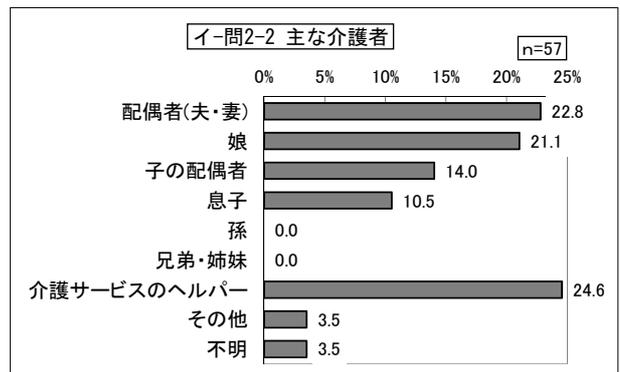


【その他】

- 特発性直腸穿孔のため入院中（上記以外の複数の疾患による入退院の繰り返し）
- 膝関節痛
- うつ病
- 慢性腎不全

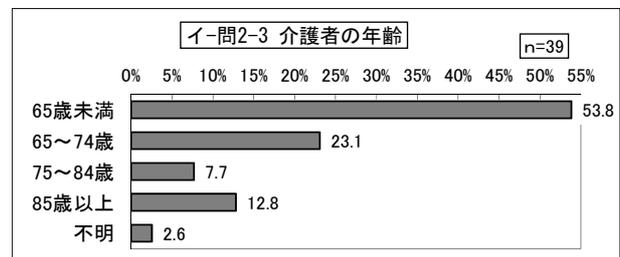
問2-2. 主にどなたの介護・介助を受けていますか（1つに〇）

介護者は「配偶者」が第1位で22.8%、次いで、「娘」の21.1%です。



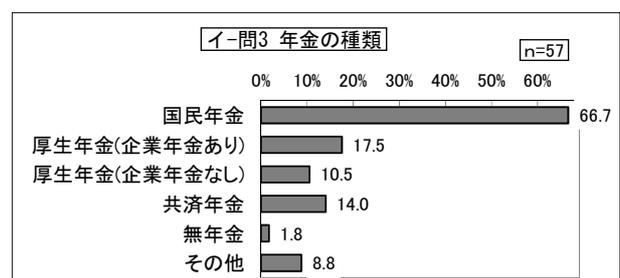
問2-3. 主に介護・介助している方の年齢は、次のどれですか（1つに〇）

介護者の年齢は、「65歳未満」が53.8%で、「85歳以上」は12.8%です。



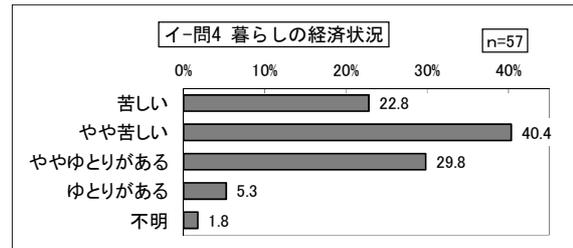
問3. 年金の種類は次のどれですか（いくつでも）

国民年金が最も多くなっています。



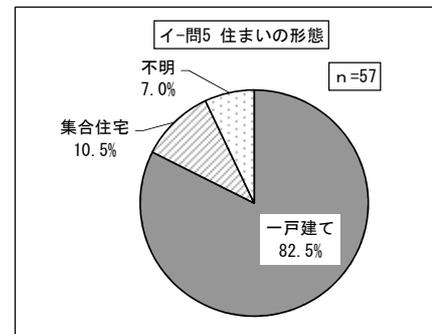
問4. 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

「苦しい」「やや苦しい」を合わせると、63.2%になります。



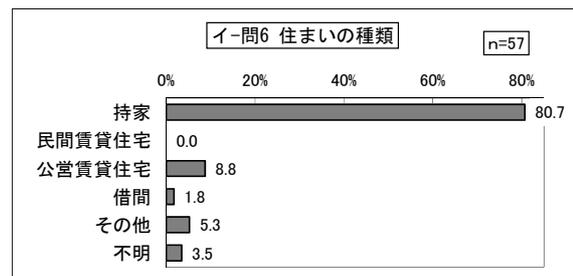
問5. お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか

「一戸建て」が82.5%を占めます。



問6. お住まいは、次のどれにあたりますか (1つに〇)

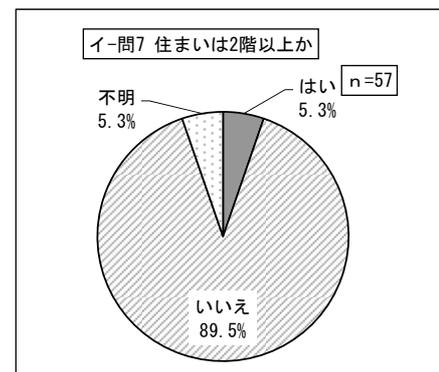
持ち家は80.7%です。



問7. お住まい(主に生活する部屋)は2階以上にありますか

主に生活する部屋が2階以上の場合が5.3% (3人) です。

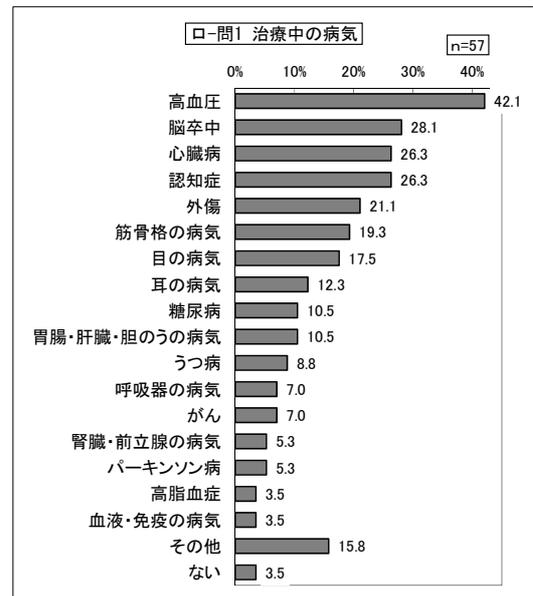
エレベーターの設置はありません。



## 日常生活について

問1. 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）

第1位は高血圧で42.1%です。

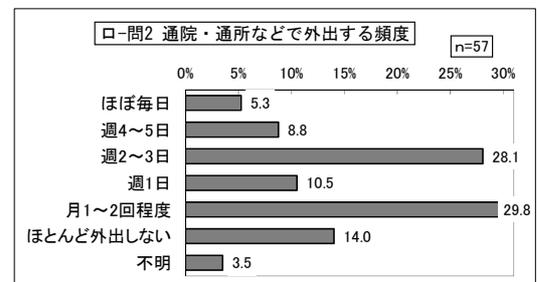


【その他】

- 特発性直腸穿孔
- 帯状疱疹後の神経痛
- 腰痛
- 皮膚の病気
- シェーンブレイン症候群
- 交通事故による後遺症
- 膝関節痛

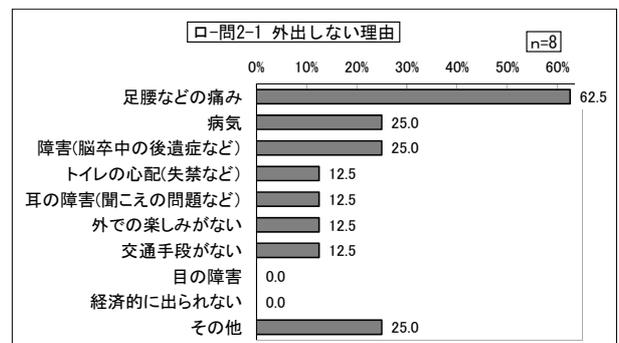
問2. 通院・通所などで外出する頻度はどのくらいですか（1つに〇）

14.0%（8人）が「ほとんど外出しない」と回答していますが、28.1%が「週2～3日」外出しています。半数以上が「デイサービス」を利用していることによるものと思われます。



問2-1. (外出されない方のみ) 外出をされない理由は、次のどれですか（いくつでも）

60%以上が「足腰などの痛み」です。

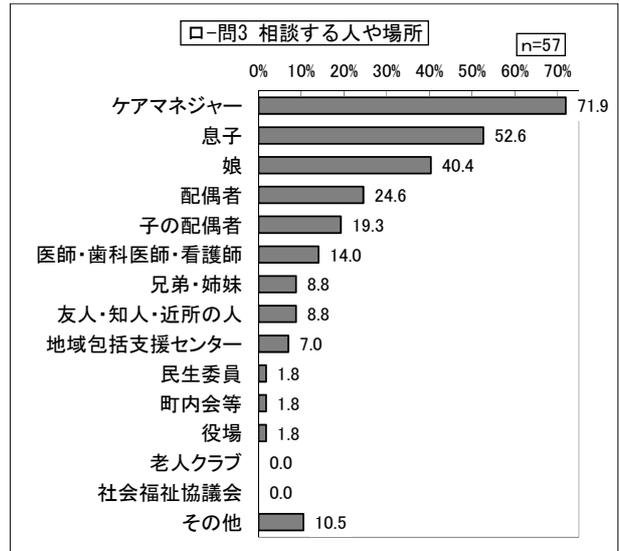


問3. 何かあったときに、どんな人（場所）に相談をしていますか（いくつでも）

「ケアマネジャー」が最も多く71.9%で、第2位は「息子」の52.6%、第3位は「娘」の40.4%です。

【その他】

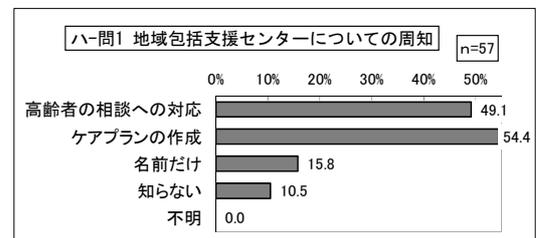
- ヘルパーやデイサービスの職員（2）
- コスモス



## ハ 介護保険制度及び保健福祉施策について

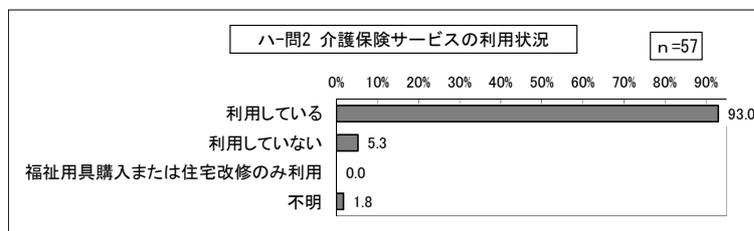
問1. 介護が必要な状態を予防したり、介護が必要な状態を進行させない「介護予防」や介護・保健福祉に関する相談に取り組む「地域包括支援センター」をふれあい交流センター内に設置していますが、ご存知ですか。（いくつでも）

半数以上が「ケアプランの作成」をしていることを認識しています。



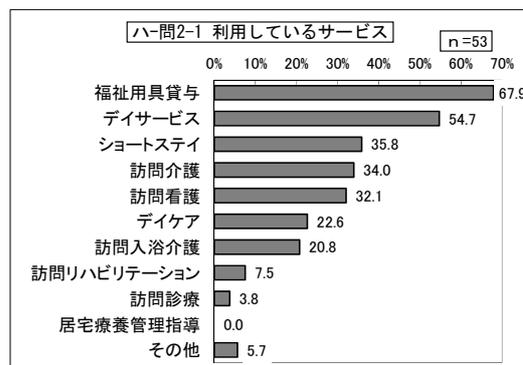
問2. 現在、介護保険サービスを利用していますか。（1つに〇）

93%がサービスを利用していますが、5.3%（3人）は利用していません。



問 2-1. 問 2 で「1. 利用している」と回答された方にうかがいます。次のどの在宅サービスを利用していますか（いくつでも）

利用しているサービスの第1位は「福祉用具貸与」で67.9%、第2位は「デイサービス」の54.7%です。



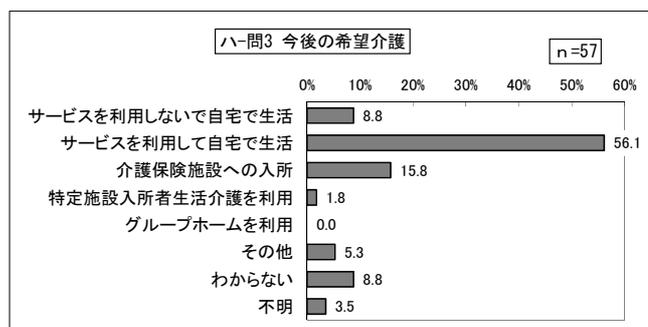
問 3. あなたは、今後どのような介護を希望しますか。（1つに〇）

「サービスを利用しながら自宅で生活」を望んでいる人が多く56.1%です。

「介護保険施設への入所」は15.8%（9人）です。

【その他】

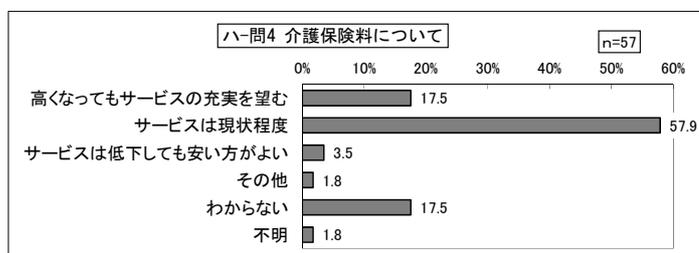
- 現在の下宿の生活を続けたい（2）



問 4. 介護保険は、国・道・町の負担と介護保険料、サービス利用された方の利用料でまかなわれています。サービスを利用すると、サービス利用量が増えると介護保険料は上昇します。標茶町の今後の介護保険料についてどのように思いますか。（1つに〇）

「介護サービスの質と量は現状程度で良い」が57.9%で半数以上を占めています。

「保険料が高くなっても、介護サービスの質と量を充実してほしい」は17.5%、「介護サービス量は少なくなってもいいから、保険料が安い方がよい」は3.5%です。

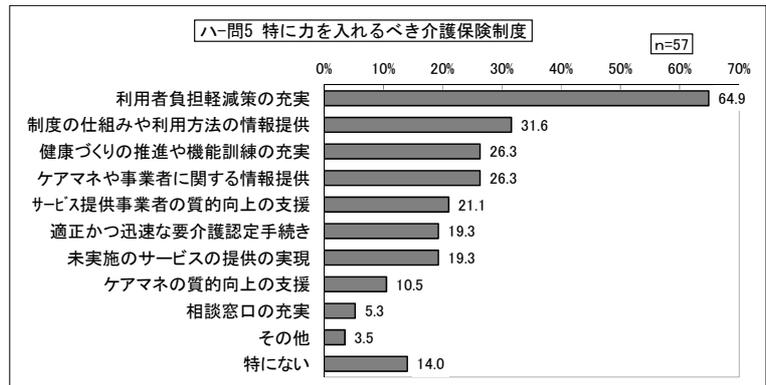


【その他】

- 保険料はそのまま、介護サービスの質と量を充実してほしい

問4. 介護保険制度として、特に力を入れるべきことは何だと思いますか。(5つまでに〇)

「利用者負担軽減策の充実」が他を大きく引き離して第1位で64.9%です。



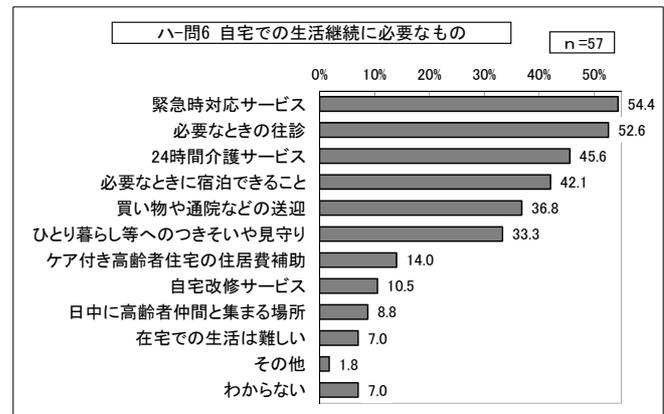
【その他】

- 「介護予防の必要性の周知」「介護サービスを受けることによるADLの充実」これから得られるQoLの向上による前向きな生活を予感させるよう、想像させるパンフレット等の作成
- 窓口を1つにまとめて欲しい

問6. 高齢者が身近な地域や自宅での生活を続けていくために、特に必要なのは何だと思いますか。

(5つまでに〇)

「緊急時対応サービス」を54.4%が必要だと考えています。



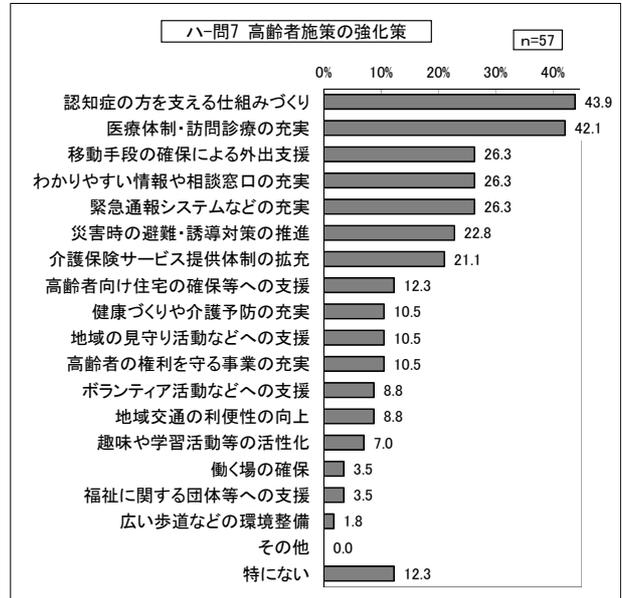
【その他】

- 介護をする人へのサービス・支援

問7. 高齢者施策として、今後、特に力を入れてほしい施策は何ですか。(5つまでに〇)

「認知症の方を支える仕組みづくり」が第1位で、次いで「医療体制・訪問診療の充実」となっています。

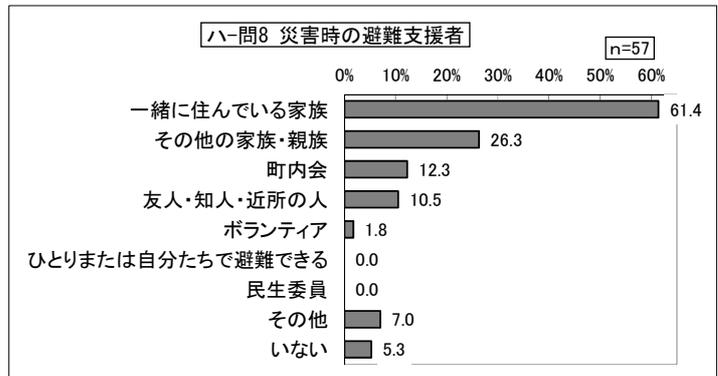
介護を必要とするようになった原因の第1位が「認知症」であることを考えると、「認知症」について家族の方が悩みを抱え苦労していることがうかがえます。



問8. あなたは、火事や地震・風水害などの災害が発生して避難する場合、頼りにできる人がいますか。

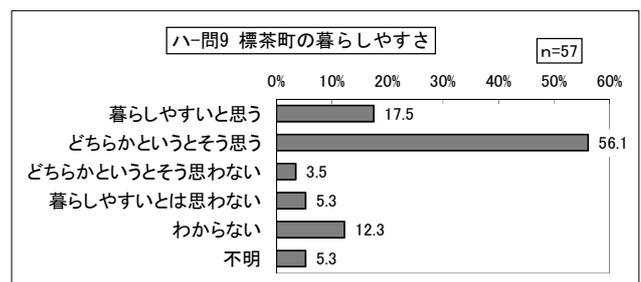
(いくつでも)

「一緒に住んでいる家族」が61.4%、「その他の家族・親族」が26.3%、「町内会」は12.3%です。



問9. あなたは、標茶町が高齢者にとって暮らしやすいまちだと思いますか。(1つに〇)

全体では、「暮らしやすいと思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせると73.6%になります。『一般』ではその割合は64.0%、『要介護2以下』は58.5%であり、『要介護3以上』のほうが、町に対する評価は高くなっています。

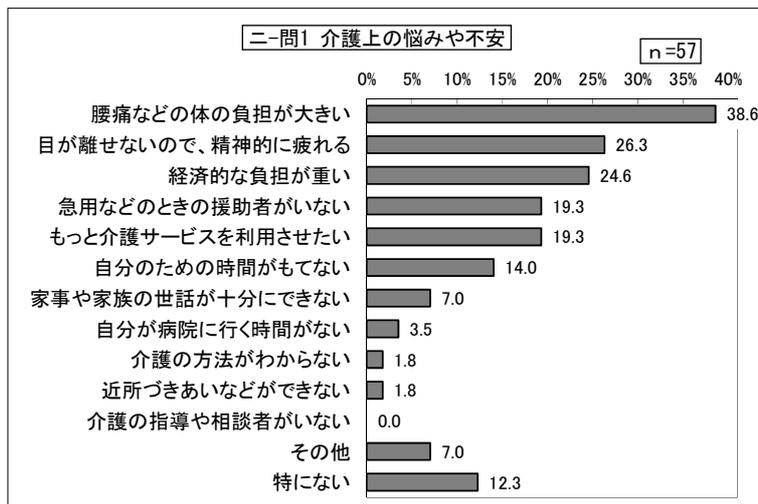


## 二 介護をしている方にうかがいます。

問1. 介護をする上で、どのようなことに悩んだり、不安に思われますか。(いくつでも)

4割近くが「腰痛など、からだの負担が大きい」と回答しています。

「目が離せず疲れる」が第2位ですが、介護が必要になった主な原因の第1位が「認知症」であり、認知症の方への介護で対応に苦慮されて疲れているものと思われます。

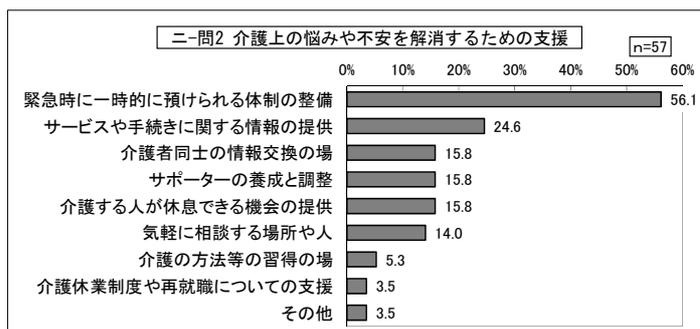


【その他】

- 先の見えない不安
- 肉体的にもそうだが、精神的にしんどい
- 毎日が同じような介護の繰り返し、精神的な維持が大変である
- 一緒にいる時間が短い

問2. 介護をする上で、特に支援して欲しいことはどのようなことですか。(3つまで)

「介護者が急な用事や病気のとときに、一時的に預けられる体制の整備」という希望が最も多く、56.1%となっています。

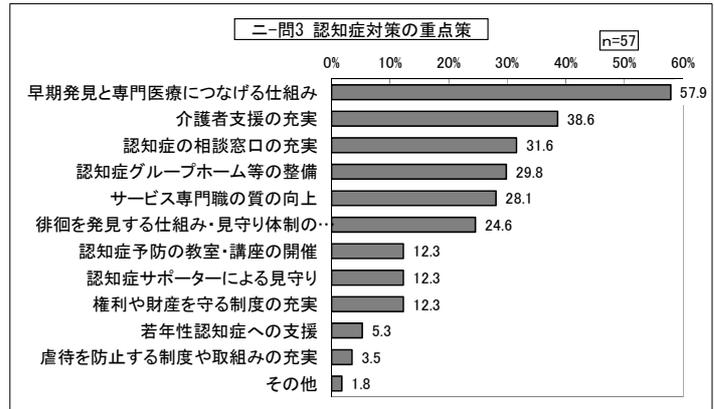


【その他】

- 介護する人、受ける人が同時に楽しめる機会があると嬉しい
- 介護をしている人へ、国や町から支給をして欲しい。 介護をしている人に何か事がある場合は無料、負担0で面倒を見てくれる制度が欲しい

問3. 認知症対策を進めていく上で、どのようなことに重点を置くべきだと思いますか。(5つまでに〇)

60%近くが「早期発見と専門医につなぐ仕組みづくり」をあげています。



【その他】

- 家族の意見や考え方にまず接して欲しい

### 3. 自由意見

#### (1) 一般

- ありがたいことに現在は健康で夫と生活しています。今後サービスを受ける場面も出てくると思いますが、その節は相談にのって下さい。介護保険料は高くすると支払えない人も出てくると思います。
- 25年の6月までヘルパーの仕事をしていましたが、自分もこのようになってしまうのか少し不安ある。年金は下り介護保険も上がっている。これもしかたがない事と思うのでできるかぎり自分事はもちろん友人たちとも支えあって行きたい。
- 実の娘なのですが母の部屋に入るとどろぼうと言われるので部屋の掃除ができなくなった。等々こまかくありますが近々相談に行こうとは思っているのですが勤めているのでなかなか行けなくて困っております。風呂に何か月も入らないなど。
- 高齢者にとってこのようなアンケートは多過ぎ。内容がわかりづらくとても疲れました。
- 介護保険制度、保健福祉施策については保険料負担増力との問題があって難しく結論が得られない。
- 高い保険料を負担（それもいや応なく年金から天引き）しているのに介護サービスを受けると更に自己負担がかかるのは納得できない。
- 高齢者保健福祉サービス、介護保険等に関心はありますが良くわかりません。勉強会があれば出席したいと思います。年齢を重ねることに漠然とした不安があります。
- 今現在、私は仕事をしていますのでちょっと？でもOだけはつけました。
- 標茶町は住みやすい町と誇りをもって生活している。介護保険等現状のままが良いとは思っているが、今後社会保障（高齢者医療等）が低下し自分が介護を受けざるを得なくなった時、どの様になっているのか心配が絶えない。特別養護施設の充実を希む。
- 今現在の立場と5、6年先に何が有るかを考えると余り正しい考えは出ません。すみません。
- 今回のアンケートは自分か1人暮らしあるいは介護が必要になった場合の設問になっておりましたが、私は、現在夫が要介護1で在宅で軽度ではありますが、自分の行動が制約される状態です。申し訳ないと思いつつながらこの状態がいつまで続くのか、もし私が病気になったらどうするのかなど精神的に苦痛を感じる事があります。その意味では介護者のメンタルケアの必要性を感じます。昨年、私が入院致しましたが、主人の生活のケアをヘルパーさんをお願いしました。本当に介護保険制度の有り難さを実感いたしました。私が認知症になったときもこの制度が継続していることを願っています。
- 自分はまだ元気で仕事もして心配はないができるだけこの状態を続けたい。その為に健康でいられるような環境が必要（健康管理、仕事、趣味、仲間作りなど）。健康を害したとき家族の介護で生活することになると思うが、家族の介護負担が過剰になったとき、公的サービスに移行できる相談先、受け入れてもらえるところ、利用料金のことなどスムーズな流れが可能な体制を願っています。
- ご苦労様です。こうやって各町民の方々のご意見や考え方を聞きながらそれぞれの制度をすすめ計画されることは本当に大切であり、重視しなければならぬ行政的行為だと思います。より多くの回答数があることを希望し、この調査が明確に活かされることを期待いたします。
- 介護保険に関係なく高齢者や障害者のある人が集まっておしゃべりし食事できる場、少しお元氣な高齢者がお世話する形のインフォーマルでありながら少しリードする人のいる場が欲しいです。そこでは高齢者がサービスされるだけでなく自主的にも何等かの生産活動（手芸、調理など）にかかわり、生きがいをもてる場になり有用感を味わえる場になると思います。
- 高齢者の生活実態に即した施策を希望します。この調査はそのためのものと理解しますので期待しています。高齢者の占める割合を常に明らかにして住民の理解と関心を深める事が必要だと思います。高齢者自らの活動を強めることも必要だと思います。健康管理を自らできるよう貴課の指導を期待します。頼りすぎかな？頼りにしています。
- 介護制度が雇用の拡大を期待する本末転倒の気運を危惧します。本来家族の仕事であり老後は本人の覚悟でもあります。保険料の納付で自身の終末を保障できるはずもなく年金制度と同様若者世代に負担を押し付ける事になり制度崩壊が予測されます。家族を作り家庭を守る大切さを教育の基本とし、将来を予測できる若者が育つ様あってほしいです。少子化、シングルマザー、安易な離婚（熟年）等々。社会問題の根本に関わる考え方として対処して下さい。
- 今の所あまり考えられない（考えたくない）問題ばかりなので答えもいまいかげんになりました。口問4とへ問12で何が違う？
- ご親切にありがとうございました。月1回民生委員が来て下さいます。

- 高齢者に対しまして大変ご心配下さり有難うございます。90才になった私と致しましては明日は我が身だと思いますと大変心配になります。健康に気をつけて過ごしたいと思います。
- 現在、困ってないですので実感として良くわかりません。
- 2012年9月に怪我のため9カ月休み2013年7月より仕事に復帰しました。左の関節に人口骨を入れました。お医者さんによると20年はもつそうです。85才になるのでそれまで車イスの生活にならなければいいな—と考えています。
- 私自身、現在は血圧が少々高いので月に1度程度の診察を受けておりますが、定期的に(3~4ヶ月に1度)の血液検査、レントゲンその他を受診しておりますがまず異常はなく現在に至っております。寒冷時期をのぞき毎日早朝に家内と二人で40分~1時間の散歩を心掛けておりますが、年齢と共に先行きが不安に思う時があります。出来れば年に何回かは家庭を訪問し、健康・その他の事についてご指導をいただければありがたいです。
- 今年度中に70歳になり健康診断料が無料になりちょっとショックをうけました。また町のスポーツの施設料が安くなりこれはちょっと嬉しくなりました。健康で過ごせる様にしたいと思っています。不勉強で保健福祉サービス、介護保険等について意見が書けません。これから勉強していきたいと思っています。
- 今後はわからないが、現在は健康なので上記の内容がわからず特に書く事もありません。
- 整形外科、眼科、皮膚科、脳外科等の専門病院が標茶にはないので、自動車運転が出来る内は通院が出来ますが、運転できない高齢者が多く成った場合は介護保険料を使ってどの様に対策して下さるのでしょうか？
- 町内で1週間に1度だけでも買い物バスが出てほしいと思います。
- 現在、私は77歳ですが今の所不自由は感じませんが健康保険や介護保険料が少し高すぎます。介護保険を支払っていても実際に介護が必要に成っても中々介護を受けられない実態です。それを速やかに介護を受けられる様にしてもらいたい。
- 今まで福祉サービスや介護など身近に感じていませんでしたが、このアンケートに記入しながら少し勉強しなくてはいけないと思いました。
- 標茶町は社会福祉事業の先進の町と思います。高齢者は本当に幸せです。今後とも町民のため頑張ってください。
- 介護保険料が上がるたび年金暮らしが大変になり、自分が利用する時の事を考えるとなにも言えずにいます。介護保険料が少しでも安くなる方法はないのでしょうか？
- いろいろありがとうございます。

## (2) 要介護2以下

- 一人で食事外生活が不可能になった時の事心配です。そのような時にかんたんに入れる事が出来る事を望みます。
- 高齢者や福祉受給者等の外出支援に移動手段として町内循環バス運行の実施。ヘルパー等の訪問巡回の実施。町実施の福祉サービス等の全般についての公開提供。
- 病気で入院している時に(回診に)来て、顔見るたび、1ボケだとか、認知症になったとか本人にむかって言う事やめてほしい。つづけて3日も言われたら誰でも心にきずがつく。ほんとうにやめてほしい。
- ふれあい交流センターの入浴を時間、男女の入れ替えのスタイルのため、夫婦で一緒に利用することができないので、テレーノに通っています。自分たちとしては、ふれあいの入浴以外に、民間のおフロを助成出来る券があったら嬉しいです。
- やすらぎ園の様な「特別養護老人ホーム」など、町内の老人が優先的に気軽に入所できる施設を町内に充実させてほしい。
- より良い介護サービスを受けられるのもケアマネ、介護職の方々の専門的な知識と努力のおかげだと思っています。専門職の環境整備も大切だと思います。
- 腰の病気やその他の病気はあるが、手すりや段差の対策など色々配慮して下さるので、大変力になり助かっています。そして心配して下さってありがとうございます。主人が高齢の為、自分の為に車を出す回数を少なくしてあげたいので、月1回でも2回でもハイヤーの半額でも負担があればと思いますが無理ですよね。
- 経済的な面で暮らしにくい。

- 福祉ハイヤー的に利用（いつでもやすい金額で）出来たらたすかると思います。
- 介護医療年金の充実をはかる事。憲法を守り平和を大事にする事。
- この様なアンケートもそうですが、色々な書類を高齢者だけの所帯に送っても、理解不能だと思います。町の方とケアマネジャーなどの連携で書類をどこに送ったらスムーズにいかを考えてほしいです。
- 通病院。散歩9時半～10時30分。ヘルパーさんにお世話になって安心して散歩を楽しんでいます。幸せです。有難うございます。週1回買い物、車で介護士さんに世話になっています。食品を福原店で外にニコット。サッポロドラック、必需品1～2品。その車で10分位利用して買い物が出来たら。それは出来ないでしょうか。200円使用料加算で。1回400円で。
- 標茶町も老人世帯が多いので、もっとやすらぎ園のような一時的に入れるような所があれば良い。
- 標茶に生まれ、ここで年をとって、良かったと思う。
- 私は一人暮らしなので、体が悪くなったら一番に不安です。夜中でも頼む事の出来るデンワつけてほしいです。
- 標茶町は老人にやさしい町だと思います。対応がスピーディーです。私の場合、白糖町にいる義妹や、厚岸の従兄弟とくらべてしまっていますが。
- 問題が多すぎる。
- 超高齢化時代を迎えて、町立病院内のリハビリテーション室の拡大と充実（狭すぎる）を希望します。
- 孤独化がいけないとするなら個人差を見ながら訪問して気軽な話をまじえながら確実な実態を把握出来れば対策は自然に生まれる。窓口は無休であいていても気持ちの病める人には。
- 被介護者と介護者が共に老齡の為、同時に買い物等行動出来る制度があれば良い。
- 介護する人が病気などでみられなくなった時一時的にでも病人をみてる施設を作ってほしいです。やすらぎ園の様な施設を作ってほしいです。
- 週3回病院の外来で介護を受けていますが、保険の適用ならないとのこと。できればその人の障害に合わせて保険の適用してほしい。

### (3) 要介護3以上

- 本調査票の内容の説明を求めたが、作成担当者が十分な説明ができなかった。非常に残念なことだと思う。部署内に置いて十分検討されたのだろうか？
- 今後も高齢者が増加することは確実なので介護の内容も含め、もっと充実することを望む。
- 介護保険には町民の負担や税金が投入されているのでしっかり対応して欲しい。
- 各町内会での敬老会等で、周知等、できると効率的かもしれない。
- 他の町の話聞くにつけ、標茶町は恵まれていると感じている。
- 自宅で介護できるには、各種の介護サービスは欠かせないので一層の充実を願っている。
- 急用などでショートを利用したくてもできないことが多い。施設の拡充などいかなものか。
- 順番待ちをしなくても済むような介護保険施設の拡充。
- 老人を大切にす医療制度（3か月で病院を追い出すような）はだめ。
- 老人の病気を最後まで治すような医療制。
- 安心して暮らせる街づくり。
- 欲を言えば、利用時間が一時間延びれば助かる。
- 介護をする人が病気やけがなどで介護ができなくなった時の支援があればよいと思う。
- 町と民間の両方の介護サービスを利用すると、職員の質がわかる。町の施設の職員の質の向上を願う。
- デイサービスを使用させてもらっているが、その場でショートステイができるようにして欲しい。他では本人が行くと言わない。冬の間だけでも考えて欲しい。
- 認知症を発症して専門医にたどり着くまでに3か月以上、さらに予約は2か月待ち、症状が悪化するのを手をこまねいてみていることしかできなかった。
- 標茶町在住の高齢者にとって、町立病院の診療科が限られ、釧路まで出向かなければならないこと。車の運転や汽車・バスを乗りづぐことも苦痛を伴う際には、無理がある。釧路までの通院のためのタクシー代を介護保険から出して欲しい。
- 年を取ってくると物分りも悪くなるので、窓口を1つにして欲しい