

**高齢者の健康づくり等に関する
実態調査**

[調査結果報告書]

枚方市 長寿社会総務課

目 次

	ページ
調査の方法と回収状況、回答者の主な属性	1
調査結果：認定を受けていない高齢者	2
回答者の属性	37

※アンケート調査結果における各設問の母数N（Number of caseの略）は、設問に対する有効回答者数を意味します。

※各選択肢の構成比（%）は小数点第2位以下を四捨五入しています。このため、択一式の回答については構成比の合計が100%にならない場合があります。また、複数回答が可能な設問の場合、選択肢の構成比の合計が100%を超える場合があります。

※グラフ中の数字は、特に断り書きのないかぎりすべて構成比を意味し、単位は%です。

調査の方法と回収状況、回答者の主な属性

調査目的	ひらかた高齢者保健福祉計画21（第7期）の策定に向け、高齢者の介護予防や健康づくり、地域への関わりや社会参加の状況等について聴取を行うことにより、枚方市の各地域の高齢者にはどのような課題やニーズがあるのかを把握し、今後の介護保険制度及び高齢者保健福祉施策の適正な運営に資することを目的としています。
調査対象	市内に在住している要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の人1,300名 ※本市の日常生活圏域13圏域ごとに100名ずつ無作為抽出・無記名調査
調査方法	郵便による配布・回収
調査期間	平成29年(2017年)6月～7月
回収状況	有効回答数 803件(有効回答率 61.8%)※前回(平成26年)調査 69.5%
回答者の主な属性	性別：男性 44.5%、女性 51.4%、不明 4.1% 年齢：65～69歳 31.1%、70～74歳 28.4%、75～79歳 23.8%、80～84歳 10.5%、85～89歳 3.9%、90歳以上 1.4%、無回答 0.9%

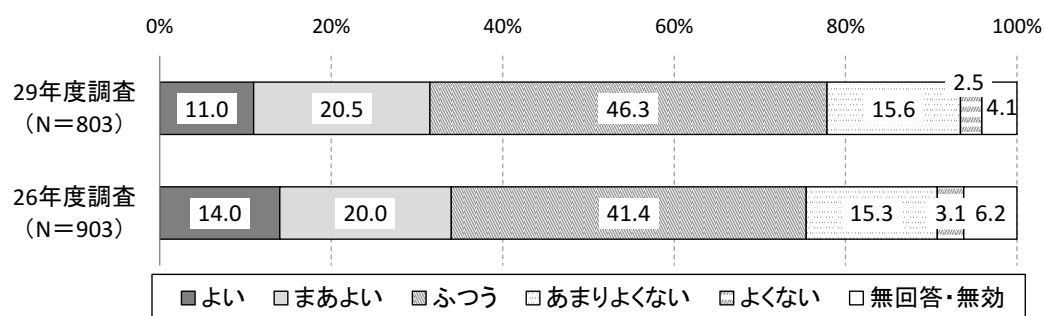
調査結果：認定を受けていない高齢者

設問番号、設問文は平成 29 年度調査に従っている

問3 あなたは、自分の健康状態をどう思いますか。(あてはまるもの1つに○)

健康状態について「よい」「まあよい」の割合の合計値は 31.5%で、26 年度調査の 34.0%と比較すると 2.5 ポイント低い。

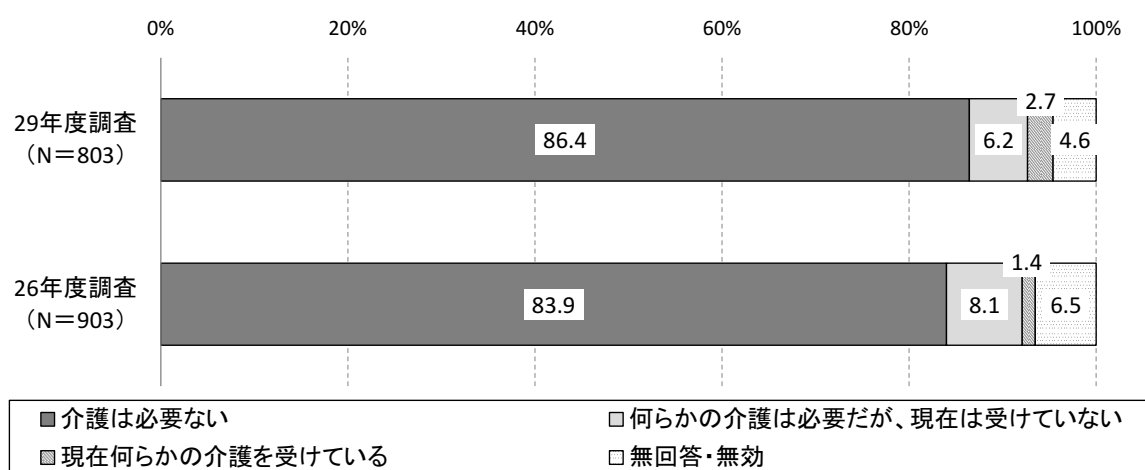
【健康状態】



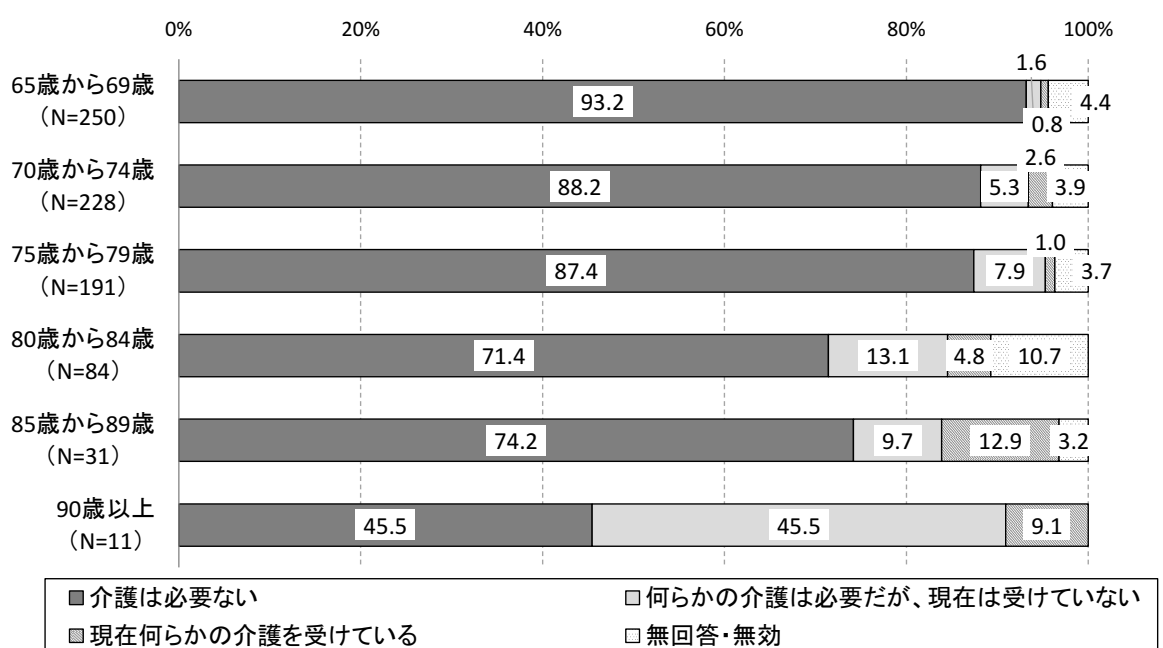
問4 あなたは、普段の生活でどなたかの介護が必要ですか。(あてはまるもの1つに○)

「何らかの介護は必要だが、現在は受けていない」は6.2%、「現在何らかの介護を受けている(介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合を含む)」は2.7%で、約1割の回答者が介護の必要な状態であるが、一方「介護は必要ない」の割合は86.4%で、26年度調査と比較すると、2.5ポイント高い。

【介護の必要性】



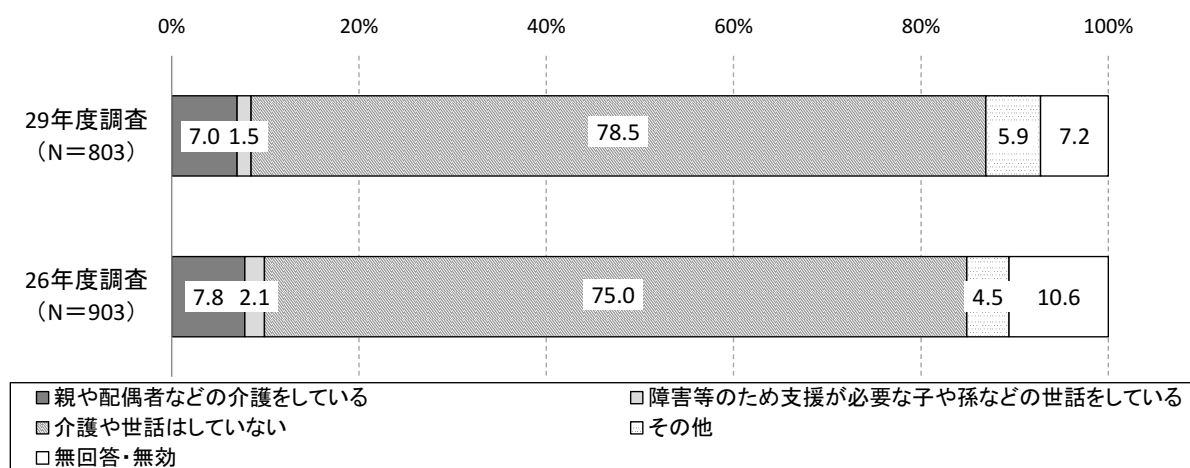
【介護の必要性】



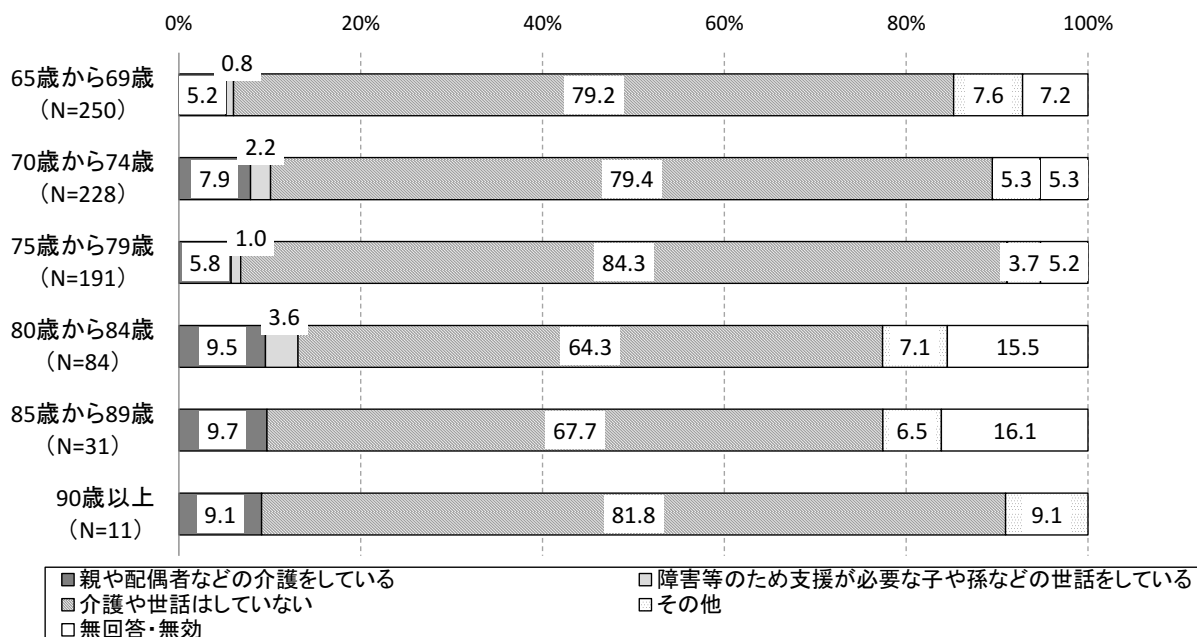
問5 あなたは、普段の生活でどなたかの介護や世話をしていますか。(あてはまるもの1つに○)

「親や配偶者などの介護をしている」「障害等のため支援が必要な子や孫などの世話をしている」の割合の合計値は8.5%で、約1割の回答者が家族などの介護や世話をしている。

【誰の介護をしているか】



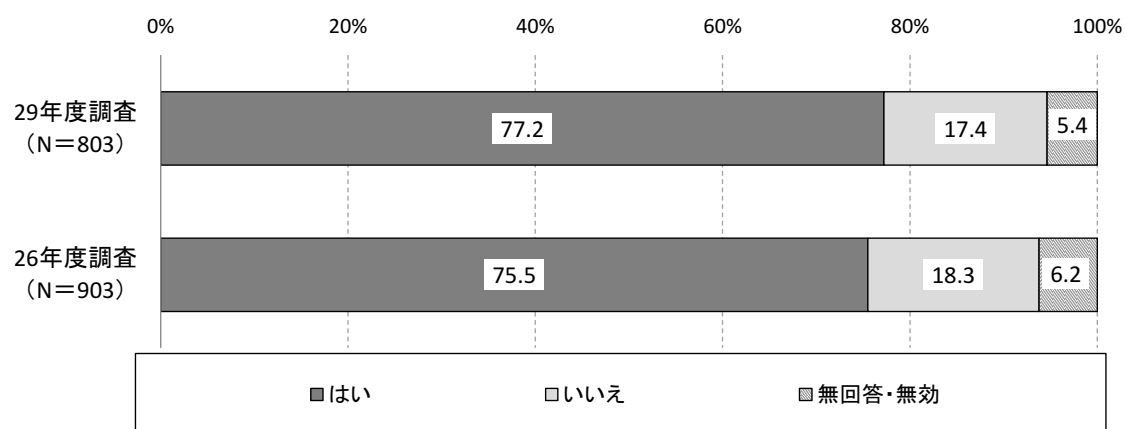
【誰の介護をしているか】



問6 医療機関の利用状況等についてお聞きします。現在、病院・医院(診療所・クリニック)に通院していますか。(いずれかに○)

何らかの通院をしている回答者は77.2%である。

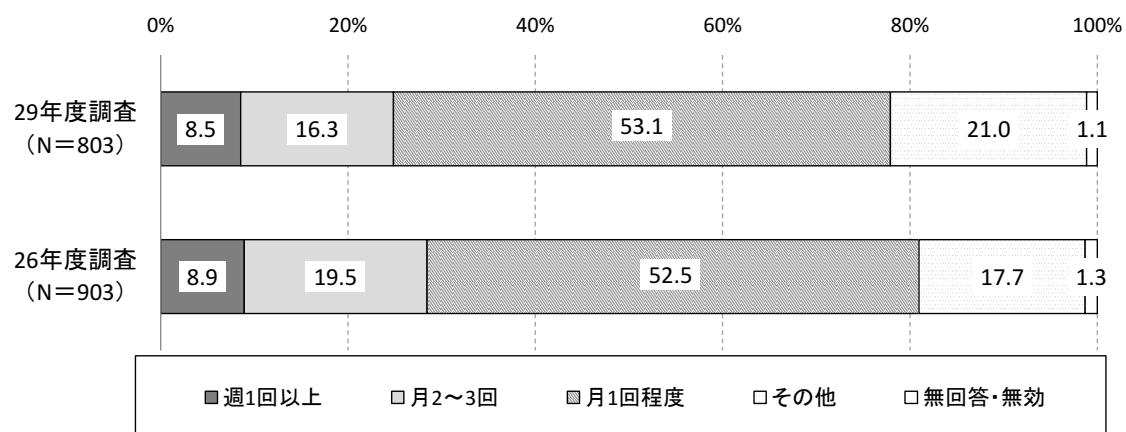
【通院しているか】



問6-1 前問で「1. はい」と回答された方におたずねします。どのくらい通院していますか。(あてはまるもの1つに○)

「週1回以上」の頻度で通院している回答者は8.5%、「月2~3回」が16.3%である。これらはいずれも、26年度調査と比較すると低くなっている。

【通院の頻度】



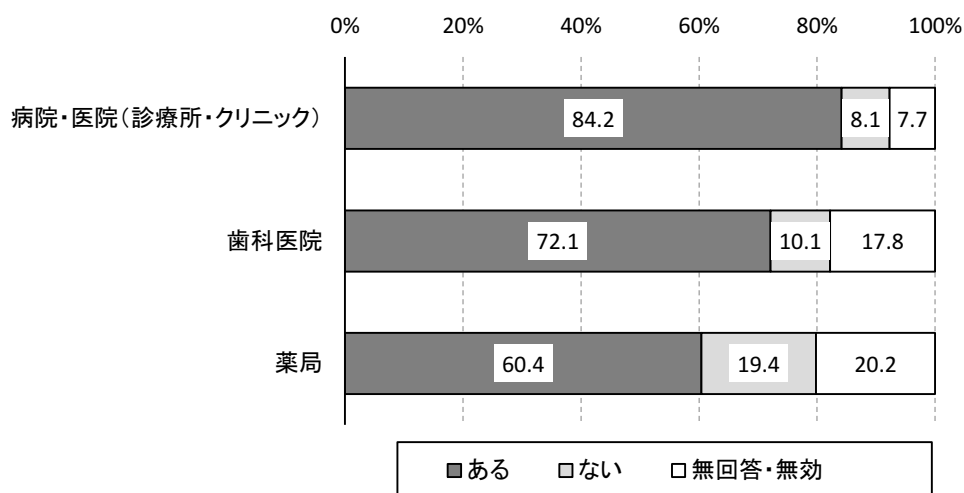
問7 あなたには、かかりつけの病院・医院(診療所・クリニック)・歯科医院・かかりつけ薬局がありますか。(それぞれいずれかに○)

かかりつけ先が「ある」とするのは、病院・医院(84.2%)、歯科医院(72.1%)、薬局(60.4%)の順で高くなる。

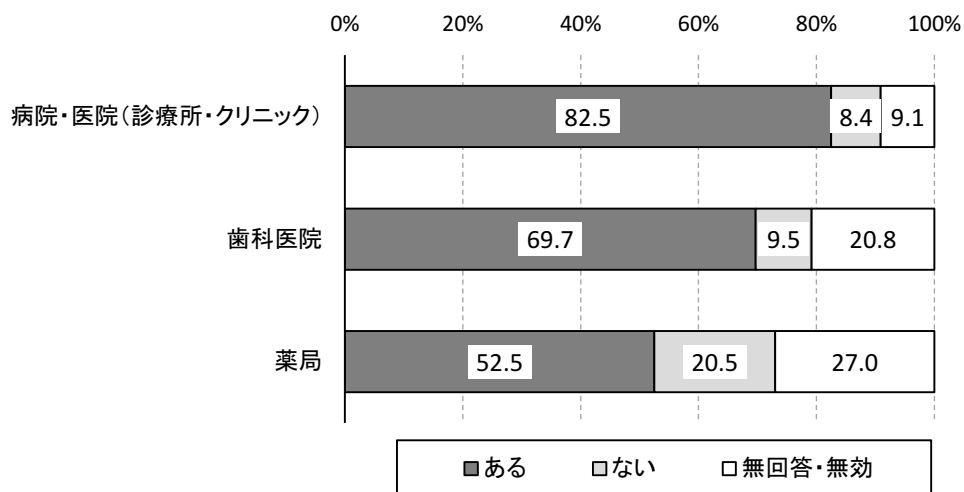
26年度調査と比較すると、薬局をかかりつけとする割合が7.9ポイント高くなっている。

【かかりつけ先の有無】

29年度調査(N=803)



26年度調査(N=903)



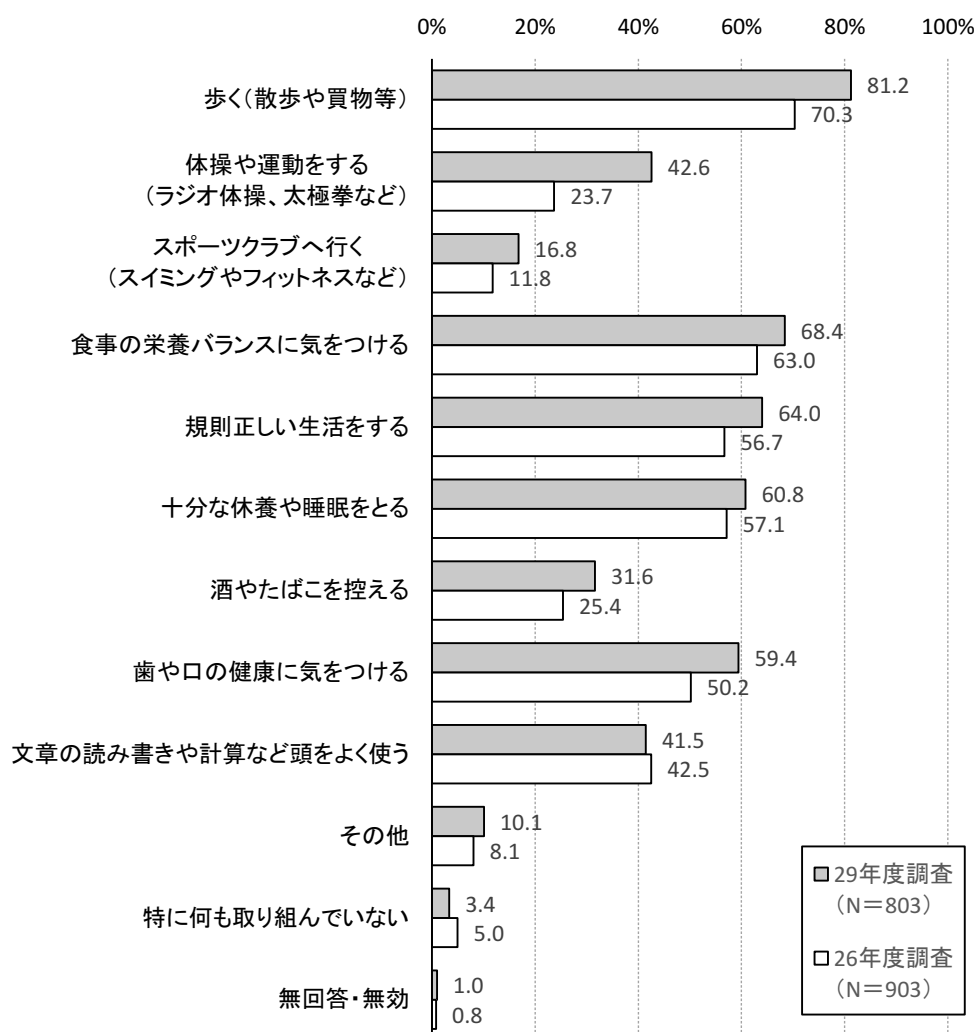
問8 健康づくりについてお聞きします。健康保持のために、日常生活の中で取り組んでいることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

過半数の回答者が取り組んでいるのは「歩く（散歩や買い物等）」(81.2%)、「食事の栄養バランスに気をつける」(68.4%)、「規則正しい生活をする」(64.0%)、「十分な休養や睡眠をとる」(60.8%)、「歯や口の健康に気をつける」(59.4%)である。

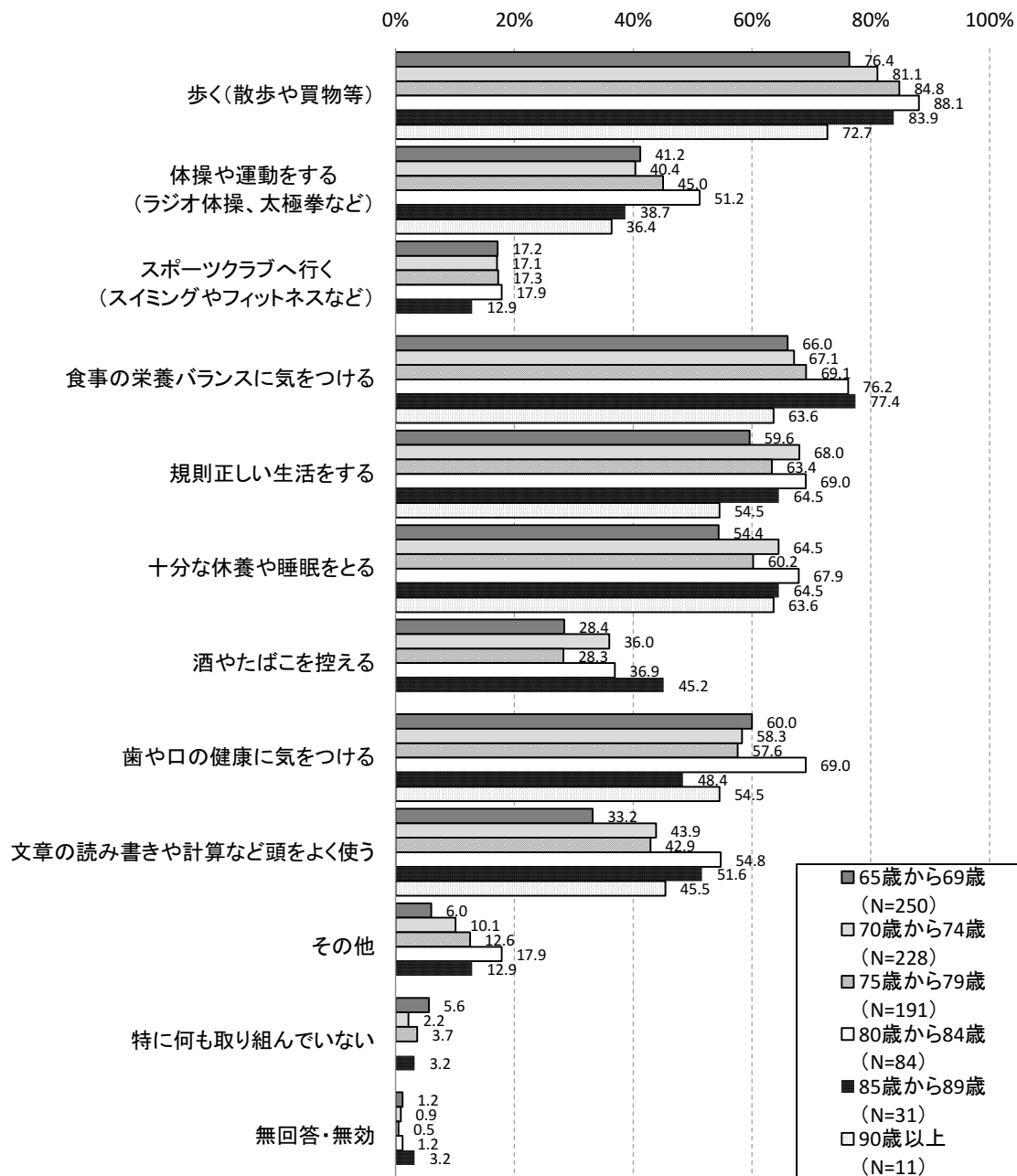
26年度調査と比較すると、ほぼすべての取組み項目で高くなっている。

80～84歳の年齢層で各取組みの割合が高い。

【健康づくりで取り組んでいること】



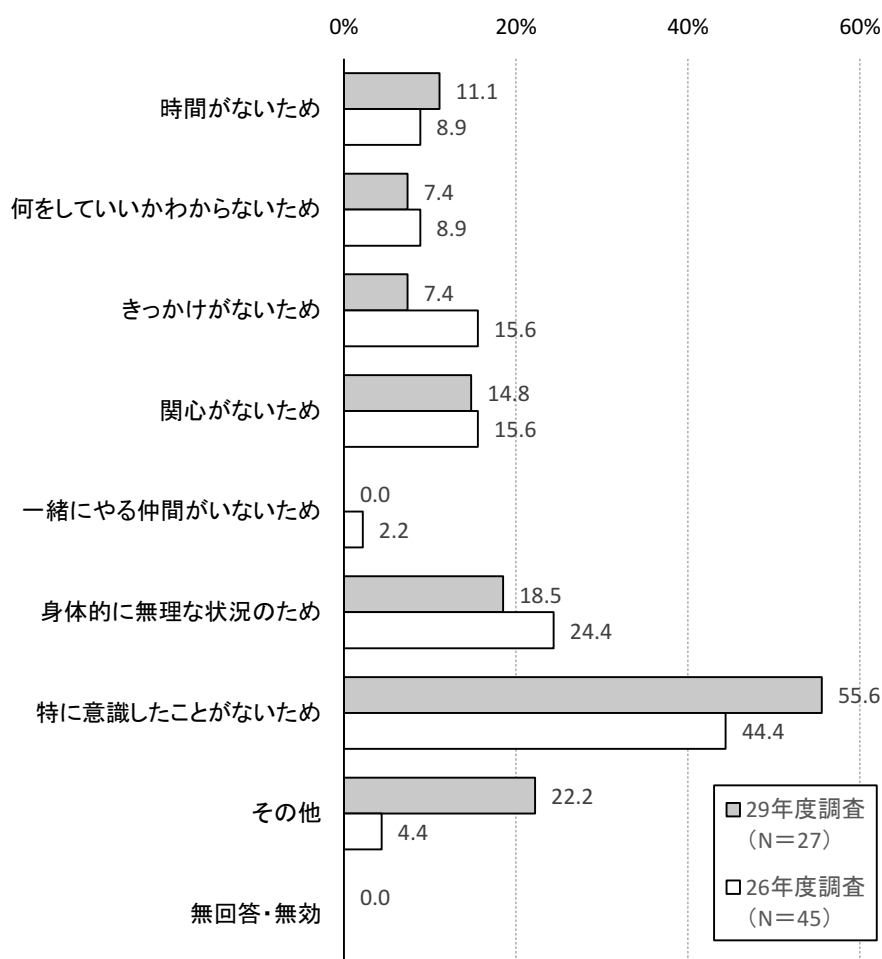
【健康づくりで取り組んでいること】



問8-1 前問で「11. 特に何も取り組んでいない」と回答された方におたずねします。その理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

健康づくりで「特に何も取り組んでいない」とした回答者があげる理由としては「特に意識したことがないため」(55.6%)が最も多く、26年度調査との比較では、11.2ポイント高い。第2位は「身体的に無理な状況のため」(18.5%)で、26年度調査と比較すると5.9ポイント低くなっている。

【健康づくりに取り組んでいない理由】

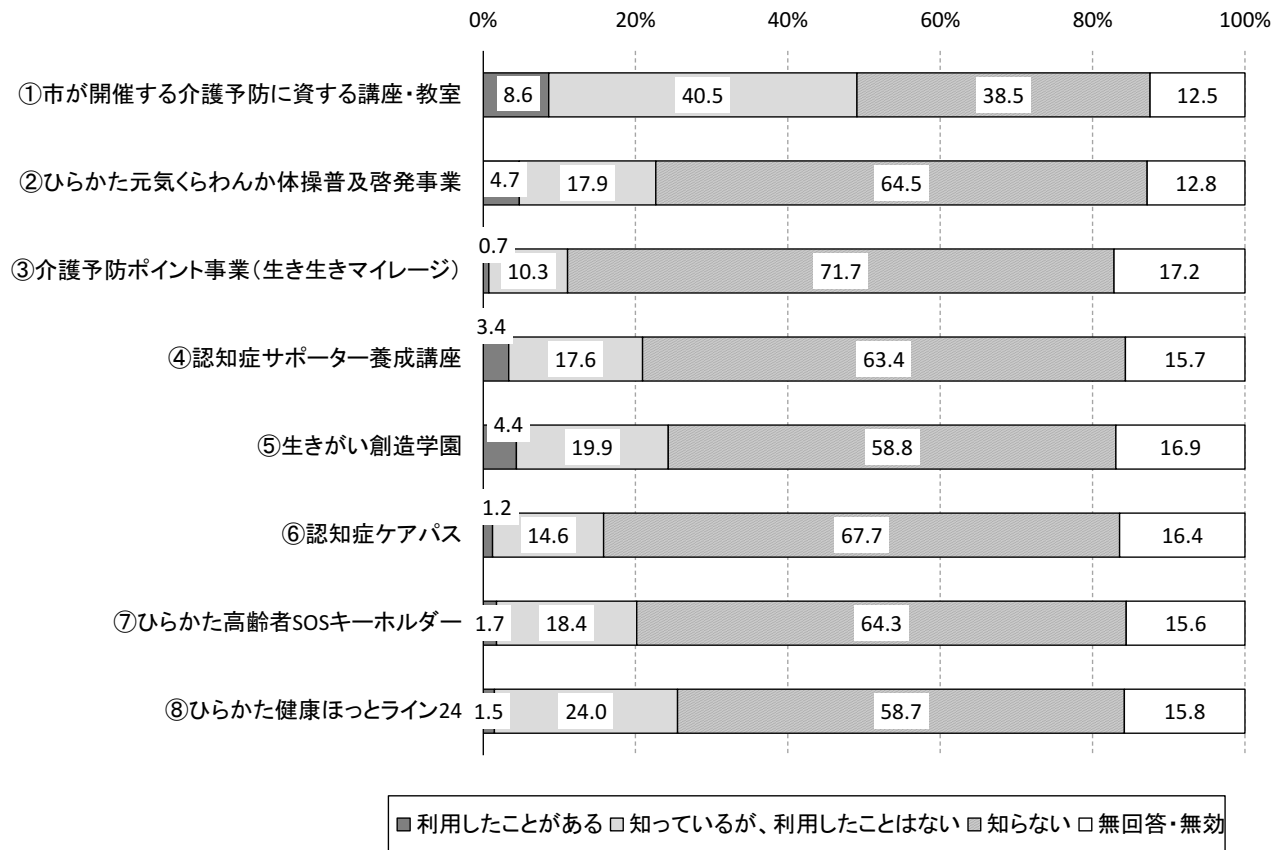


問9 市では健康づくり教室の開催等、介護予防や高齢者の地域生活を支援する様々な取り組みを行っています。あなたは、次の教室等をご存じですか。また、今後(将来)利用してみたいと思いますか。(それぞれあてはまるもの1つに○)

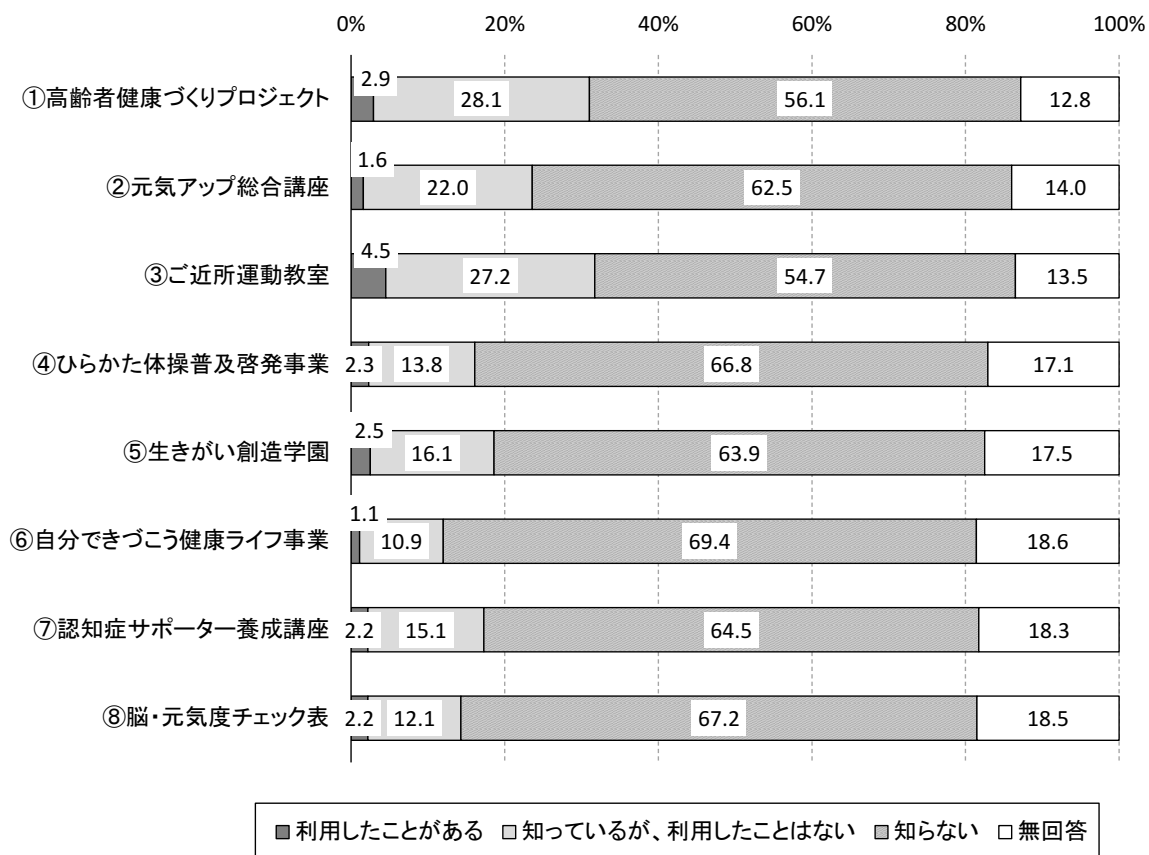
「利用したことがある」とする割合が高いのは、①市が開催する介護予防に資する講座・教室(8.6%)、②ひらかた元気くらわんか体操普及啓発事業(4.7%)などであり、26年度より増加している。

【健康づくり事業の利用状況】

29年度調査(N=803)



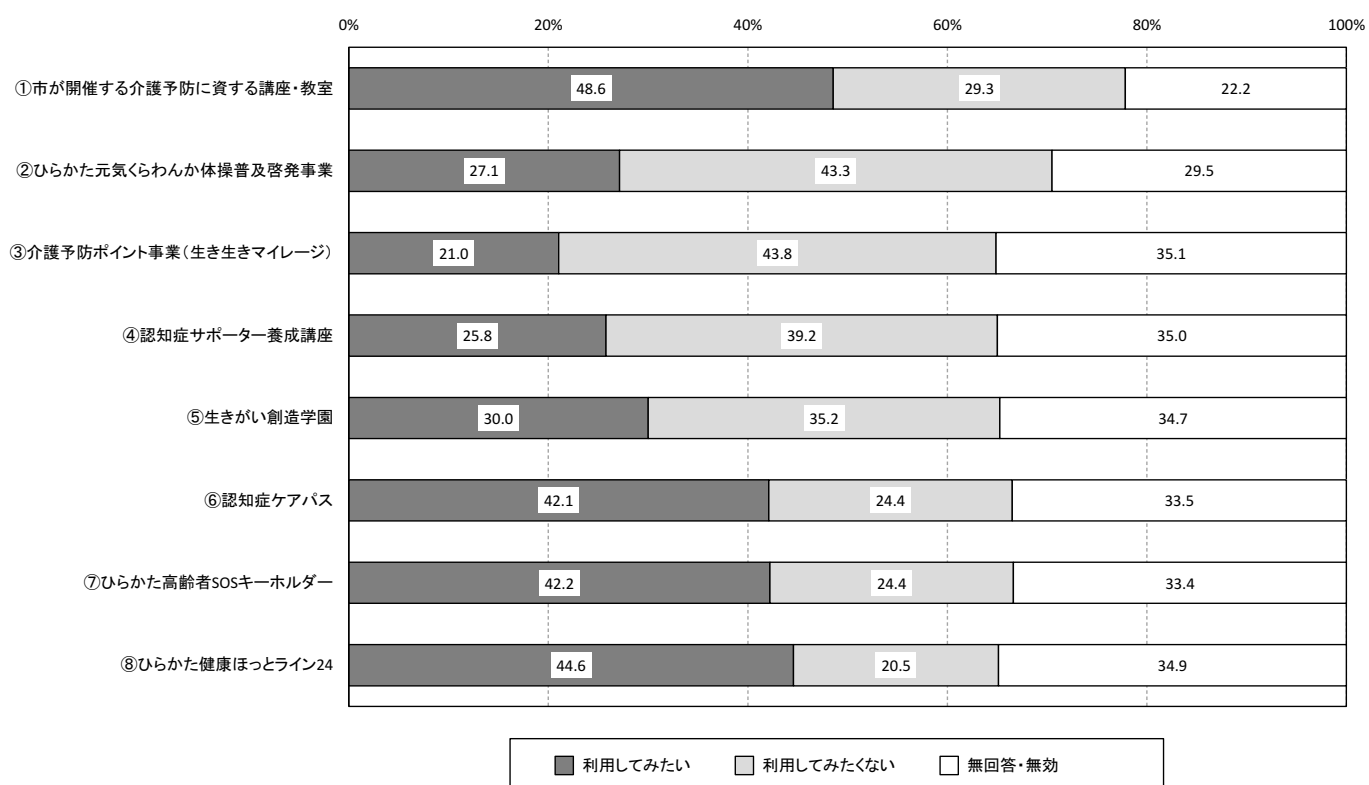
26 年度調査 (N=903)



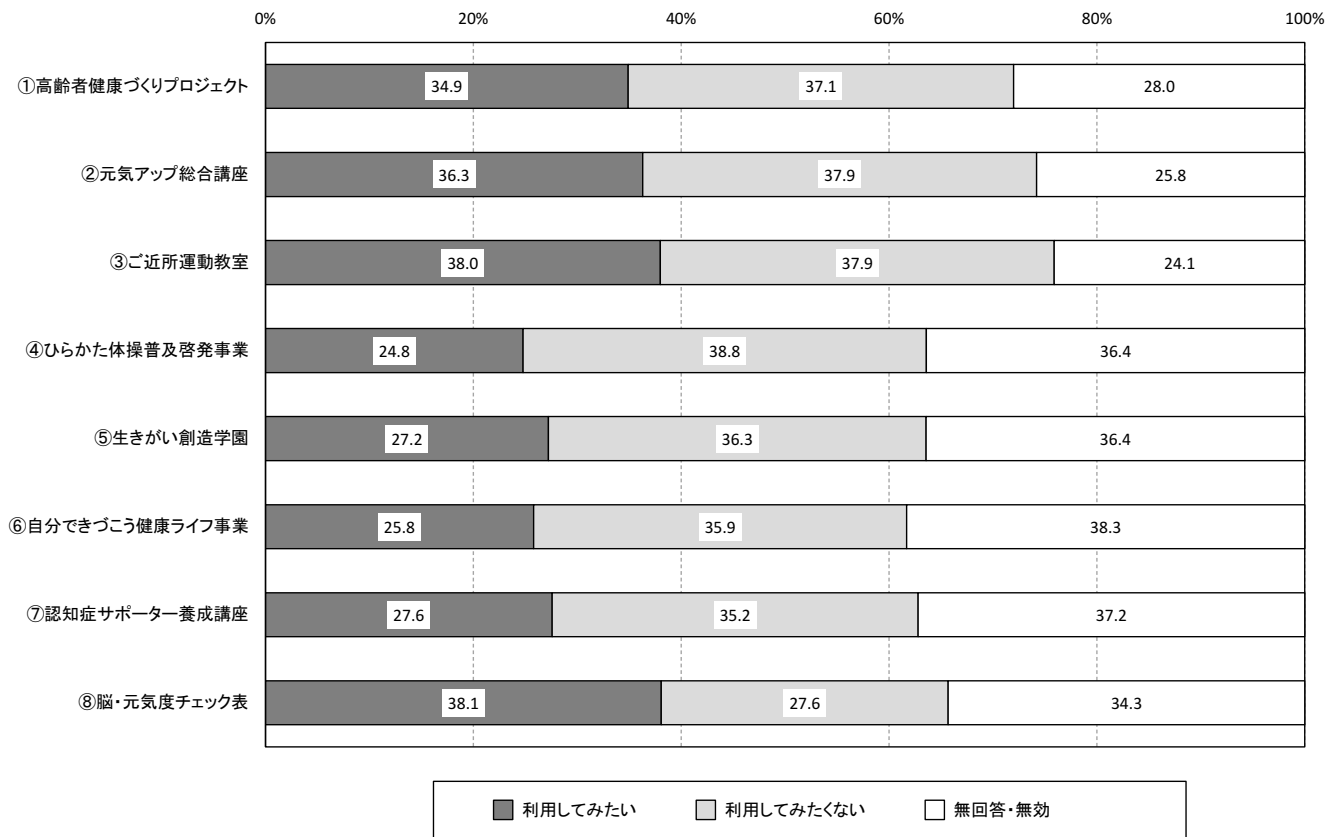
「利用してみたい」の割合の高い事業は、①市が開催する介護予防に資する講座・教室(48.6%)、⑧ひらかた健康ほっとライン 24(44.6%)、⑦ひらかた高齢者 SOS キーホルダー(42.2%)、⑥認知症ケアパス(42.1%)などで、これらはいずれも40%を超えている。

【健康づくり事業の利用状況】

29 年度調査(N=803)



26 年度調査 (N=903)



【説明】

教室等の種類
①市が開催する介護予防に資する講座・教室 介護予防に関する知識を学び、継続的な実践につながるような講座や教室などを実施。
②ひらかた元気くらわんか体操(※)普及啓発事業 講習会、同体操の普及リーダー養成講座、体験出前講座等の開催、DVD と CD 等を無料配布。
③介護予防ポイント事業(生き生きマイレージ) 研修を受講したサポーターが、自らの知識・経験を活かした高齢者の社会参加により、心豊かに暮らせる地域社会の実現と介護力を高めるための活動に対して、ポイントを付与。
④認知症サポーター養成講座 認知症に対する正しい知識と認知症の方の具体的な対応方法を学んでいただき、認知症の方とその家族を見守る応援者となる認知症サポーターを養成。
⑤生きがい創造学園 自ら「チャレンジ精神」をもって学びたいことを学び、より豊かな「生きがい」のある暮らしづくりを応援するための各種講座を開催。
⑥認知症ケアパス 認知症と疑われる症状が発生した場合に、どのような支援を受ければよいのか、認知症の状態に応じた適切な介護サービスや医療の提供の流れを示したガイドブック。
⑦ひらかた高齢者 SOS キーホルダー 緊急連絡先を記載したキーホルダーを身につけることにより、外出時に救急搬送や保護された場合、速やかに連絡がとれるようにするもの。
⑧ひらかた健康ほっとライン24 枚方市民対象の、医療や健康に関する電話相談窓口(医師・保健師・看護師等が 24 時間 365 日対応)。平成 28 年7月開設(フリーダイヤル 0120-513-080)。

※「ひらかた元気くらわんか体操」とは

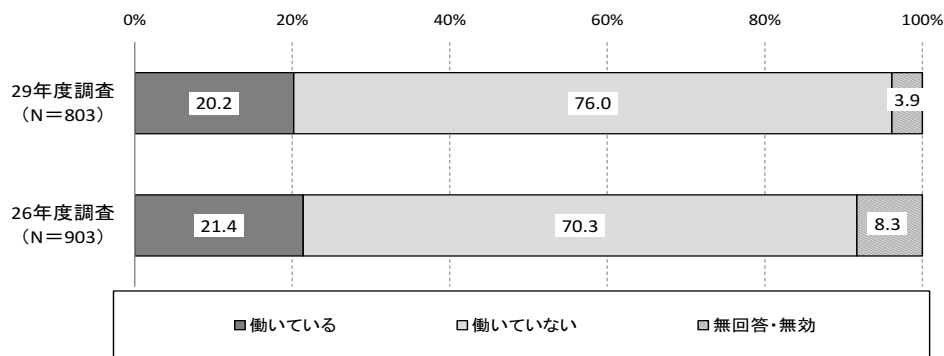
高齢者の健康増進やグループで取り組む介護予防活動を推進するツールとして製作した体操で、ラジオ体操第 1(柔軟性等の向上)、ロコモ体操(筋力やバランスの向上)と枚方市オリジナルのひらかた体操(認知症予防等)の3つを組み合わせた約10分の体操です。

問 10 仕事についてお聞きします。あなたは現在、仕事をしていますか。(いずれかに○)

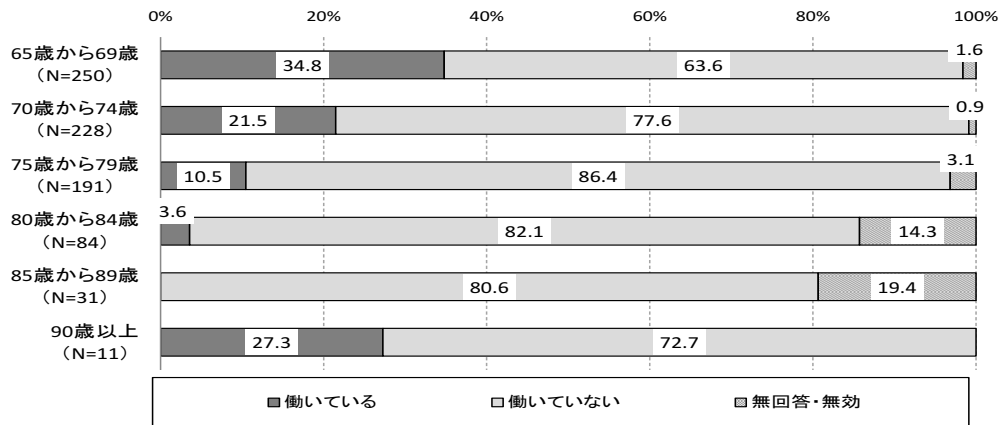
働いている回答者は 20.2% で約 5 人に 1 人の割合である。

年齢層別では、65 歳から 69 歳の層で約 1 / 3 が、70 歳から 74 歳の層で約 2 割が働いている。

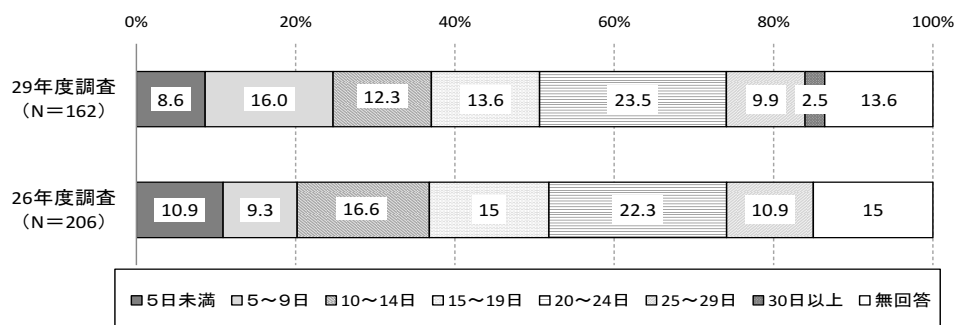
【働いているか】



【働いているか】



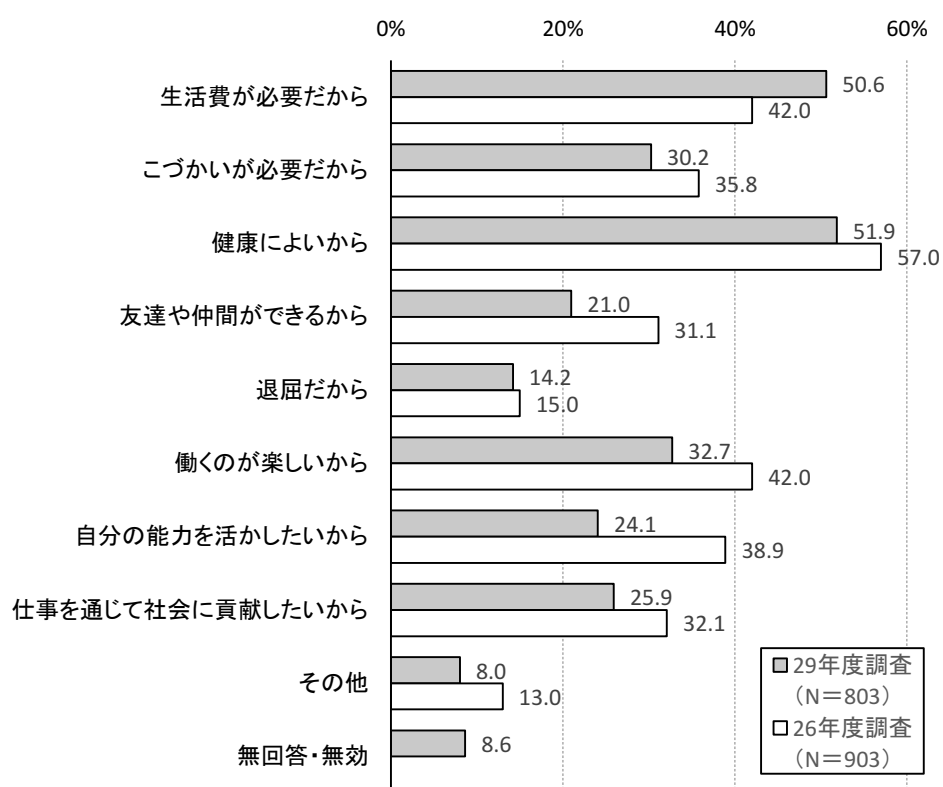
【1ヶ月あたりの勤務日数】



問 10-1 前問で「1. 働いている」と回答された方におたずねします。その理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

働いている理由として「健康によいから」(51.9%)、「生活費が必要だから」(50.6%)が過半数で、これに「働くのが楽しいから」(32.7%)などが続く。

【働いている理由】

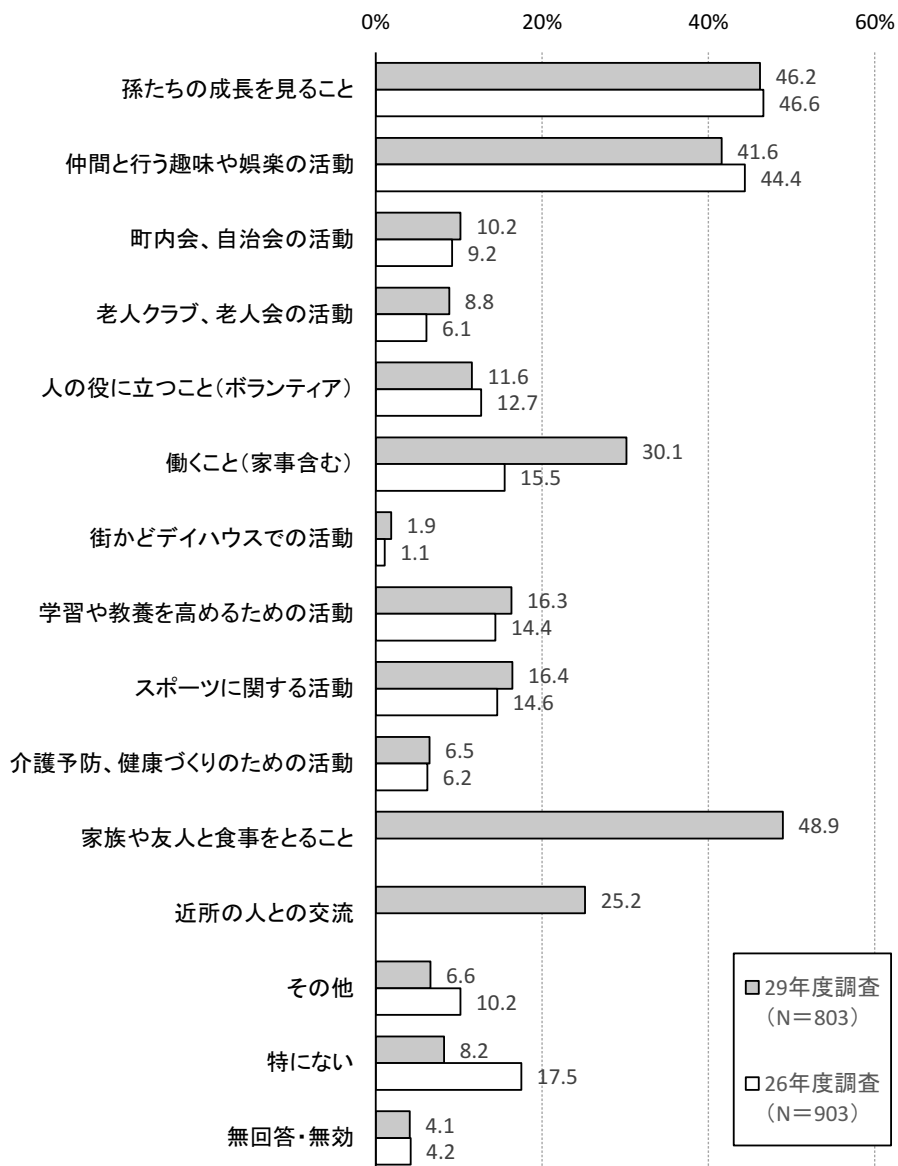


問 11 あなたが現在やっていることで、生きがいや楽しみを感じるのはどんなことですか。(あてはまるものすべてに○)

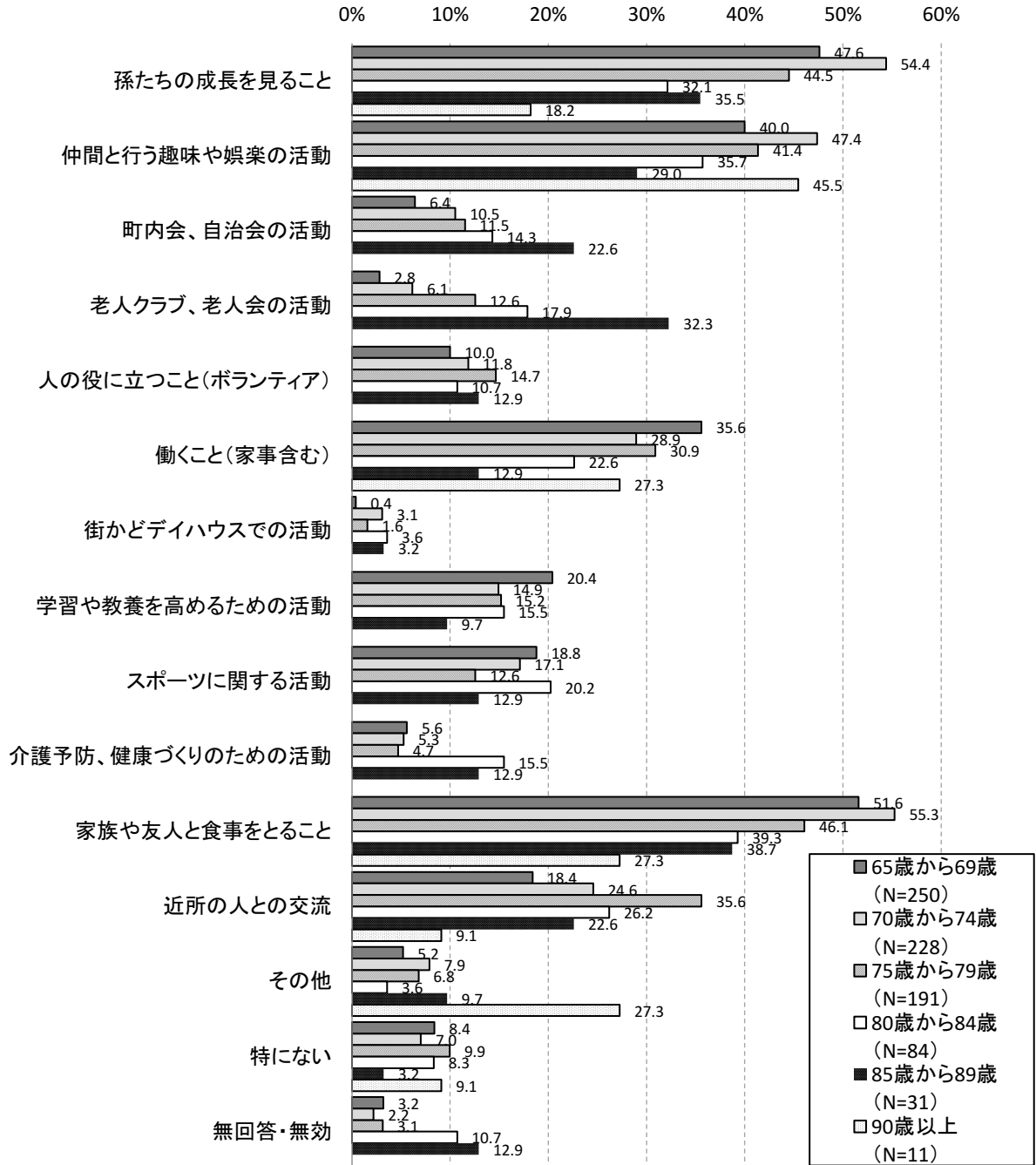
「家族や友人と食事をとること」(48.9%)、「孫たちの成長を見ること」(46.2%)、「仲間と行う趣味や娯楽の活動」(41.6%)が多く、40%を超えている。

どの年齢を通じても、「家族や友人と食事をとること」が高い。他の年齢層と比べて、65歳から69歳の層では「働くこと」「学習や教養を高めるための活動」が高い。

【生きがいや楽しみ】



【生きがいや楽しみ】

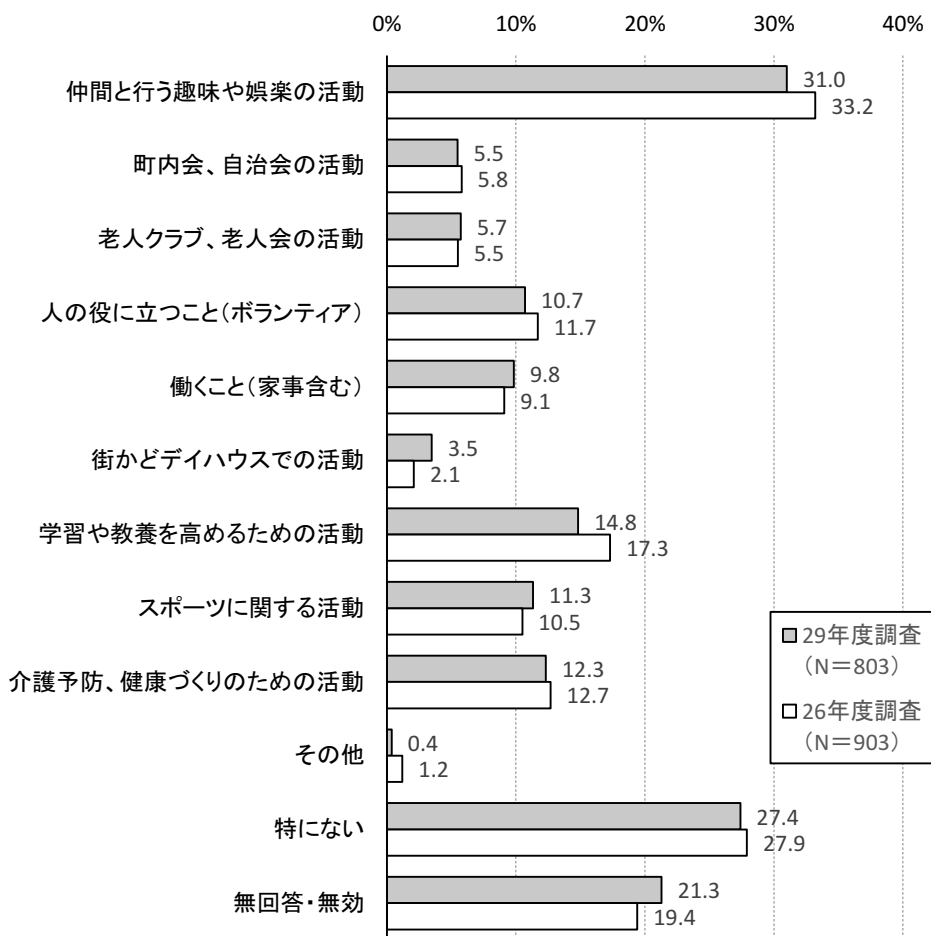


問 12 今後やってみたいと思われる活動はなんですか。(あてはまるものすべてに○)

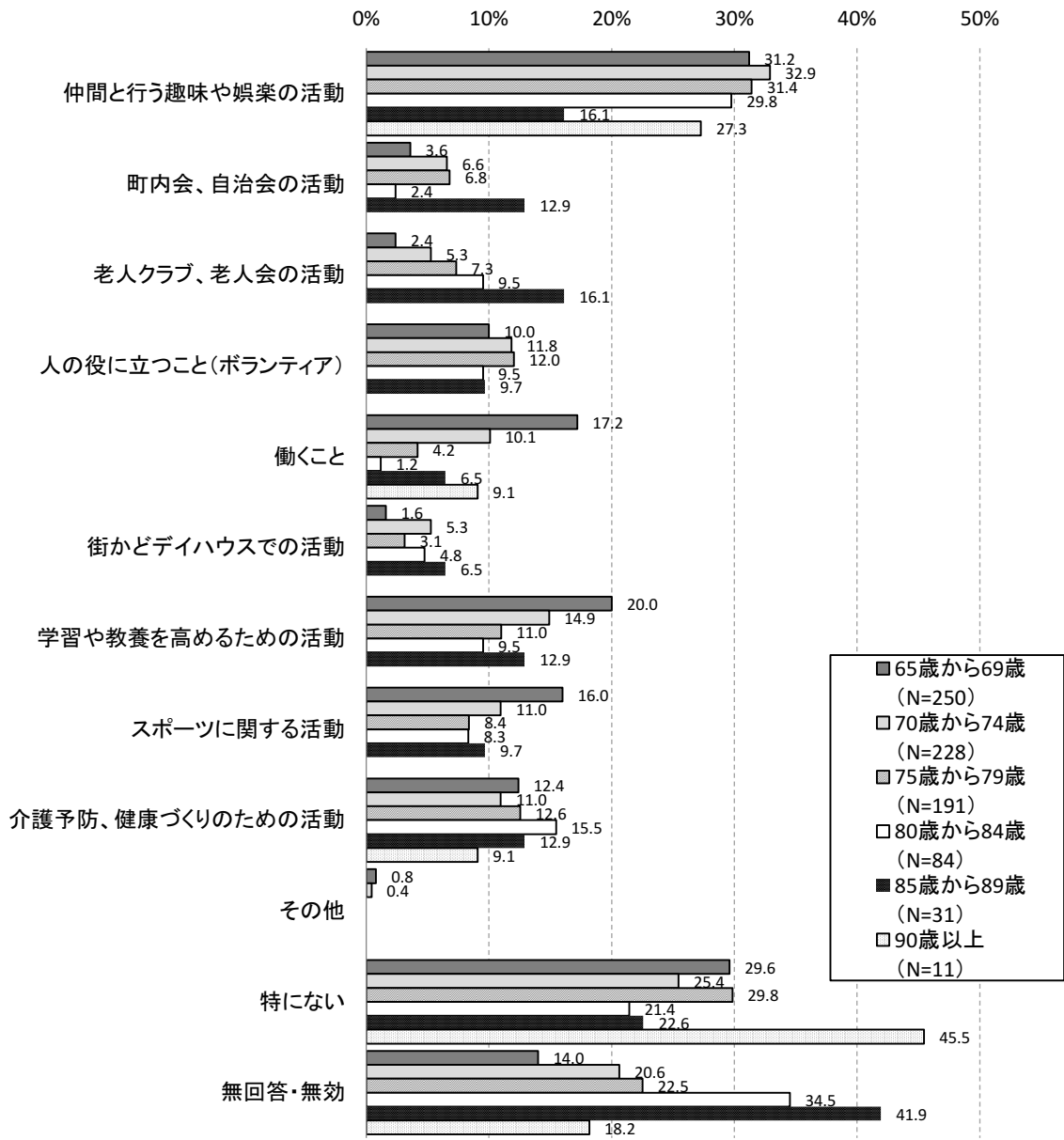
「仲間と行う趣味や娯楽の活動」が31.0%で高く、これに「特にない」の27.4%が続く。
26年度調査もほぼ同じ傾向である。

「老人クラブ、老人会活動」は、年齢層が高いほど高い傾向がある。

【今後やってみたい活動】



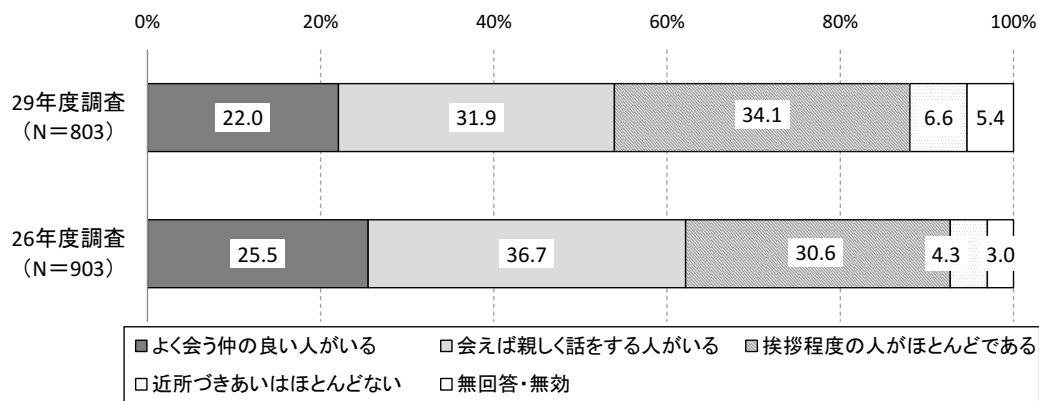
【今後やってみたい活動】



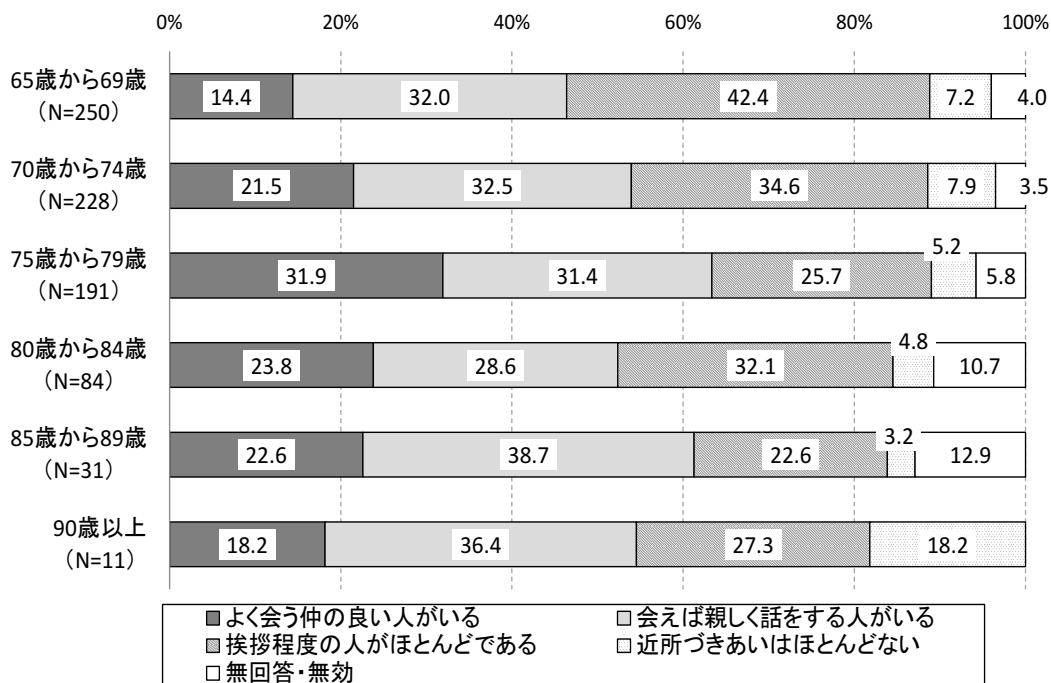
問 13 近所づきあいをどの程度していますか。(あてはまるもの1つに○)

「よく会う仲の良い人がいる」とする回答者が 22.0%、「会えば親しく話をする人がいる」が 31.9%である。

【近所づきあいの程度】



【近所づきあいの程度】



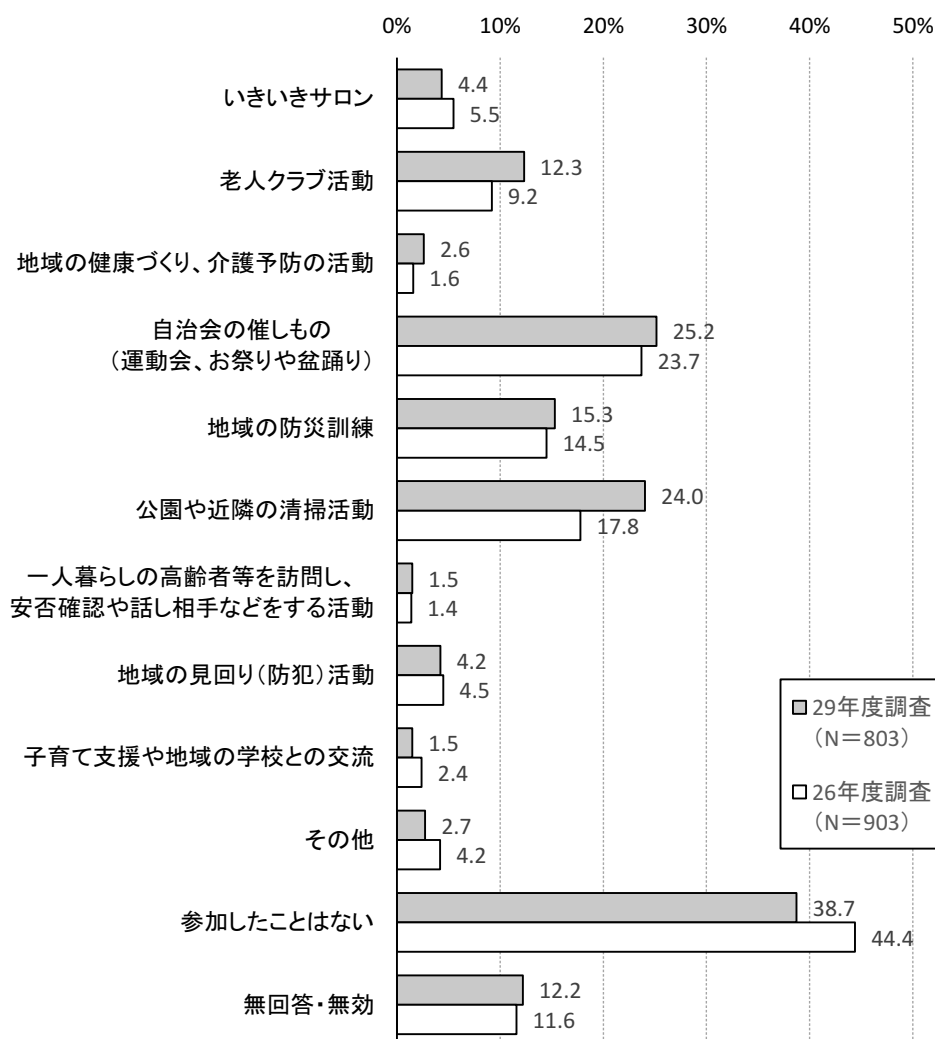
問 14 地域の活動や行事についてお聞きします。あなたが参加している地域の行事や活動について教えてください。(あてはまるものすべてに○)

「参加したことはない」が最も多く 38.7%である。この項目と無回答の割合を加えると 50.9%で、残る 49.1%の回答者が何らかの行事や活動に参加している。

参加している活動や行事で最も多いのが「自治会の催しもの（運動会、お祭りや盆踊り）」(25.2%)で、これに「公園や近隣の清掃活動」(24.0%)が続く。

26年度調査と比較すると、ほぼ同じ傾向である。

【地域活動への参加状況】

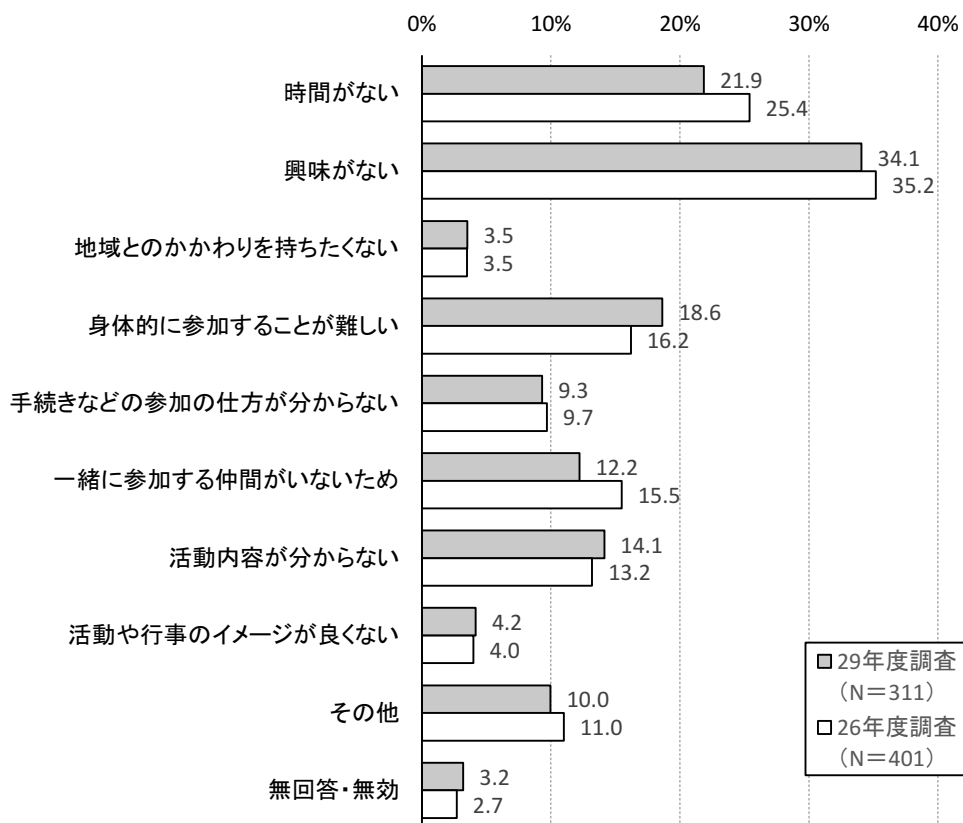


問 14-1 前問で「11. 参加したことはない」と回答された方におたずねします。その理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

地域活動に参加したことの無い理由として「興味がない」(34.1%)、「時間がない」(21.9%)が多い。

26年度調査と比較すると、ほぼ同じ傾向である。

【地域活動に参加したことはない理由】

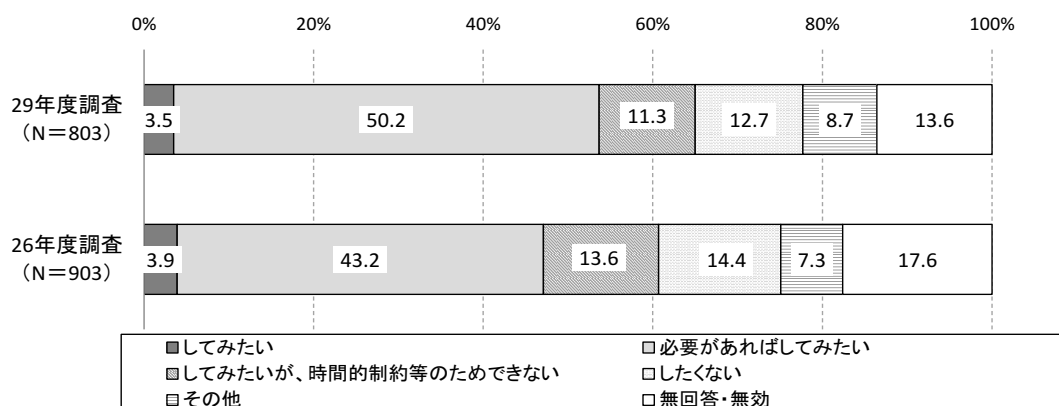


問 15 住み慣れた地域で生活をするために、今後高齢者どうしの支え合いによる生活支援活動(掃除・洗濯・ゴミ出し等)が重要になってくると考えられます。あなたは、この活動についてどのように思いますか。(いずれかに○)

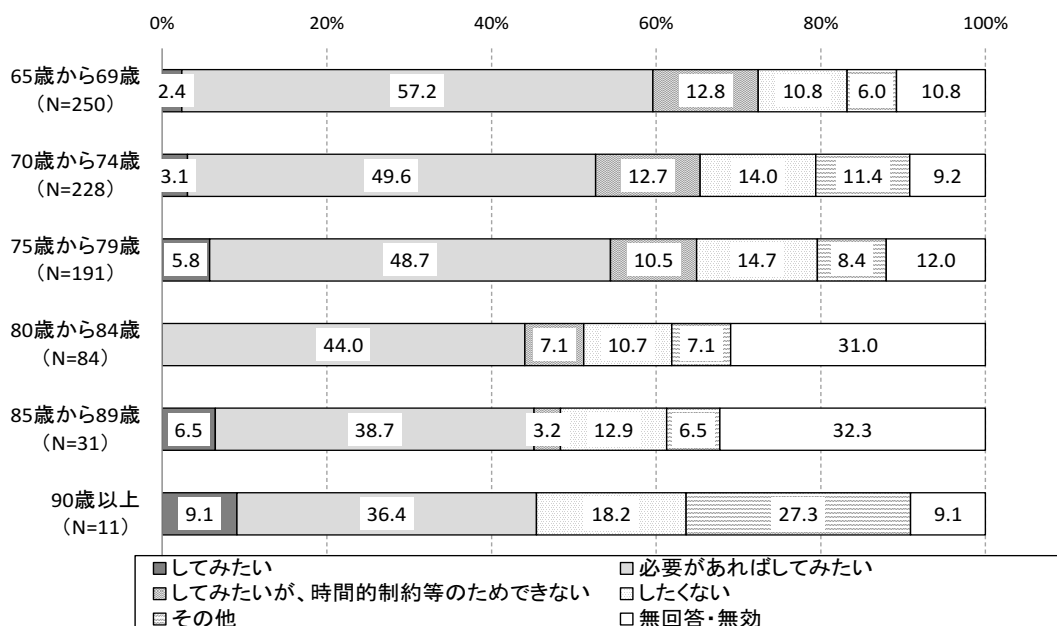
「してみたい」(3.5%)、「必要があればしてみたい」(50.2%)、「してみたいが、時間的制約等のためできない」(11.3%)で、これらの合計値 65.0%が生活支援活動に対して前向きな意識を持っているといえる。

65歳から69歳の層では「してみたい」「必要があればしてみたい」「してみたいが、時間的制約等のためできない」の合計値が72.4%と高い。

【生活支援活動への参加意向】



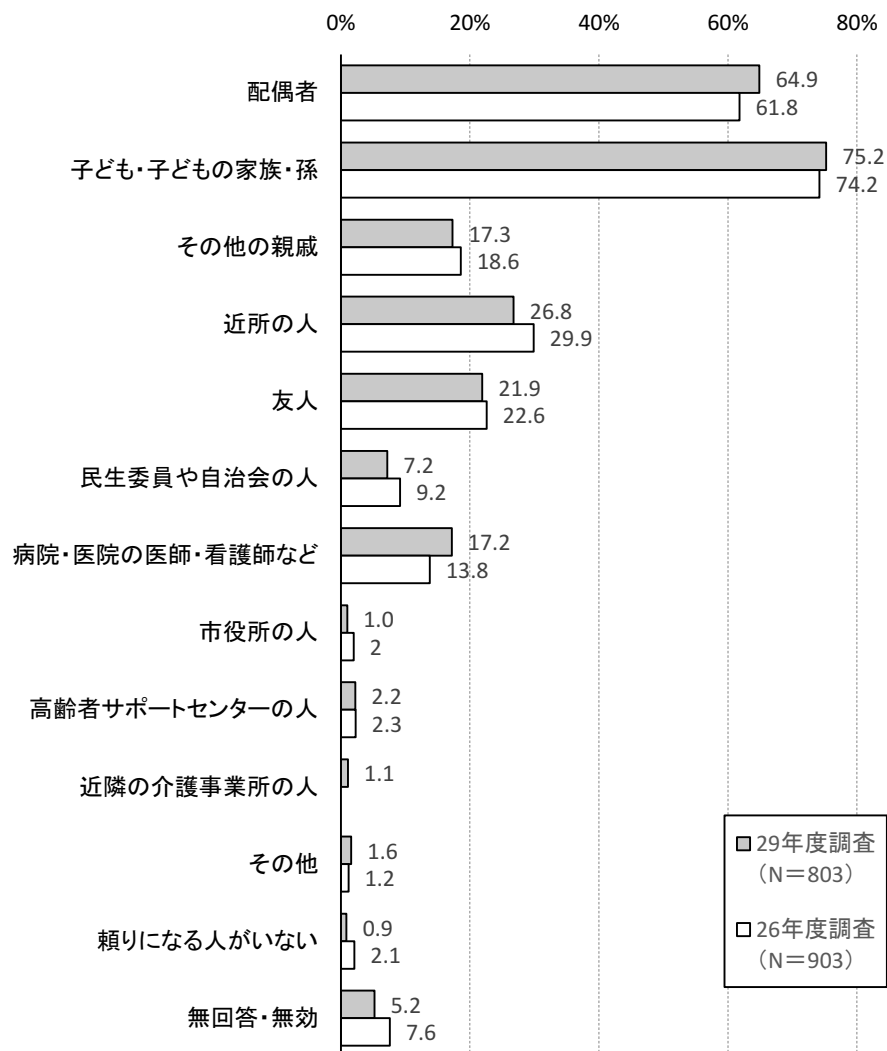
【生活支援活動への参加意向】



問 16 緊急時など、何かあったときに頼りになる人はいますか。(あてはまるものすべてに○)

緊急時に頼りになる人としては「子ども・子どもの家族・孫」(75.2%)、「配偶者」(64.9%)が多い。

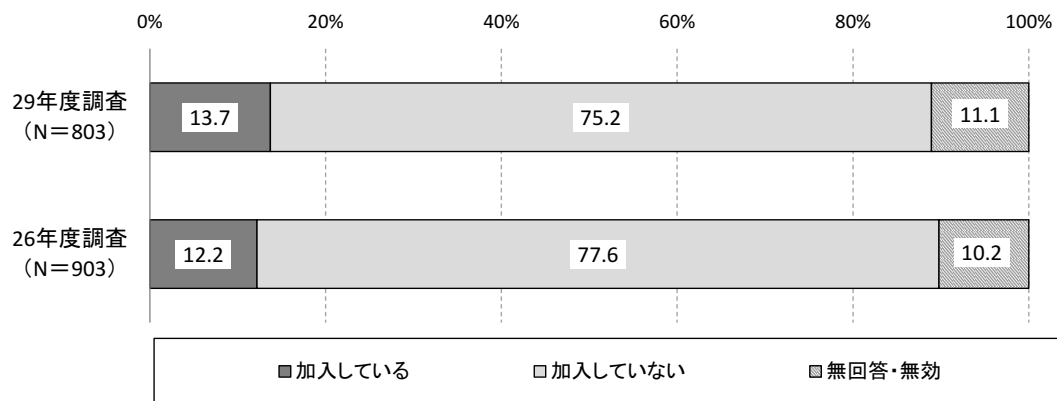
【緊急時に頼りになる人】



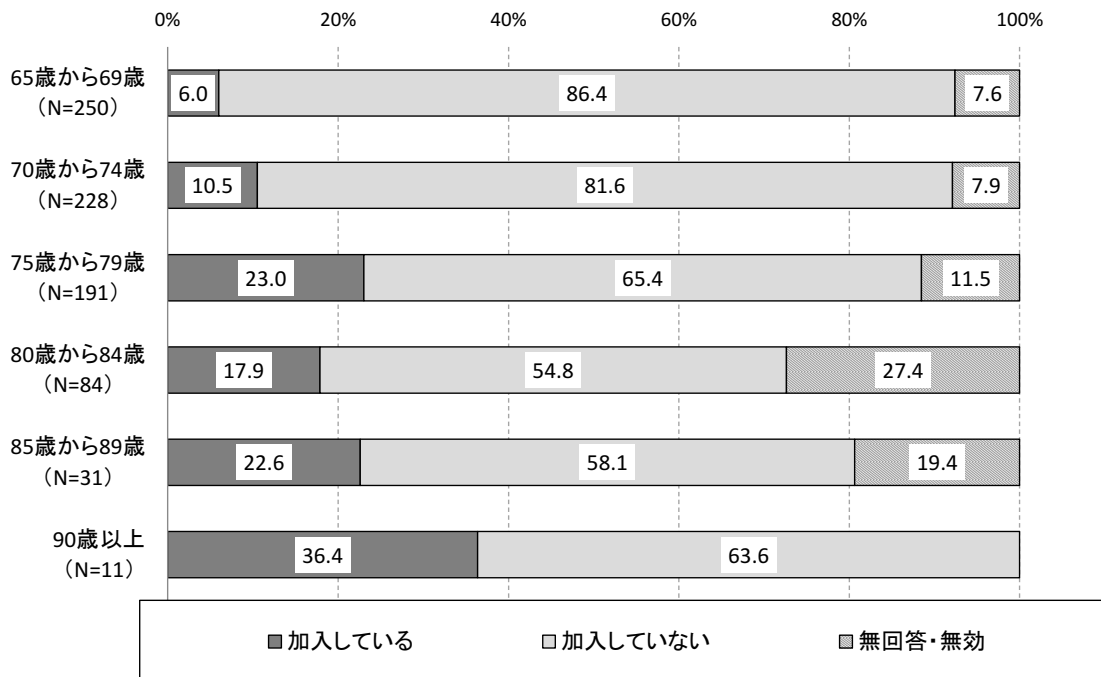
問 17 老人クラブに加入されていますか。(いずれかに○)

老人クラブに加入している割合は 13.7%であるが、65歳から69歳（6.0%）と70歳から74歳（10.5%）では、全体平均より低い割合となっている。

【老人クラブに加入しているか】



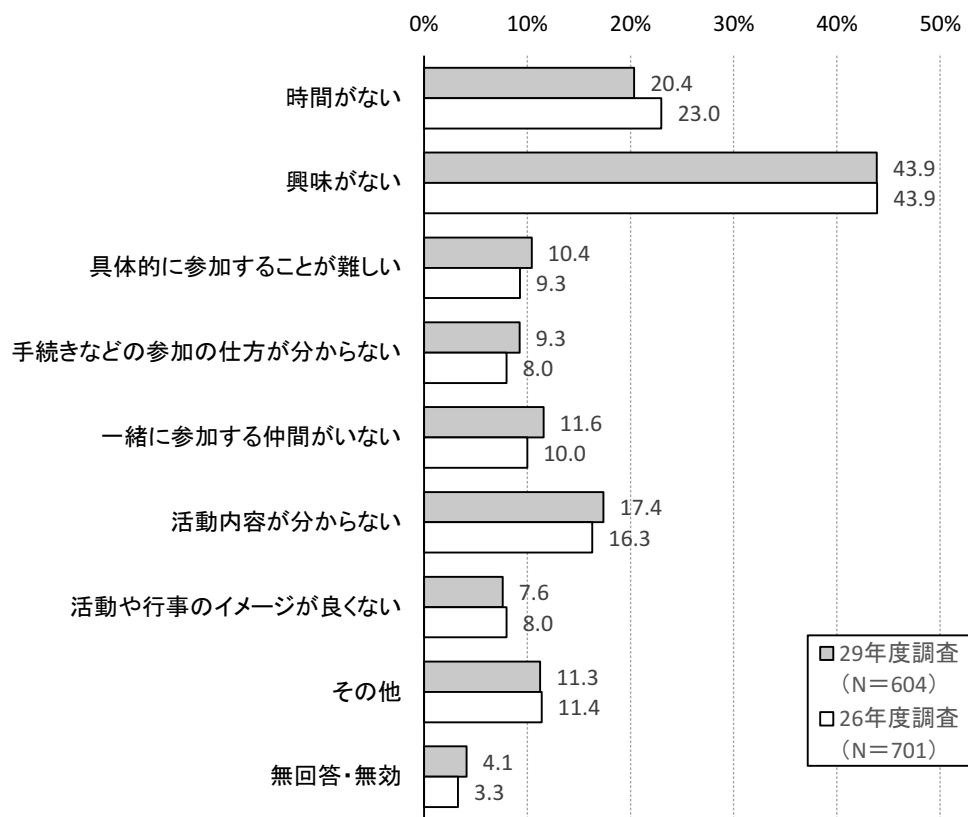
【老人クラブに加入しているか】



問 17-1 前問で「2. 加入していない」と回答された方におたずねします。その理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

老人クラブに加入していない理由として、43.9%の回答者が「興味がない」としている。これに「時間がない」(20.4%)が続く。

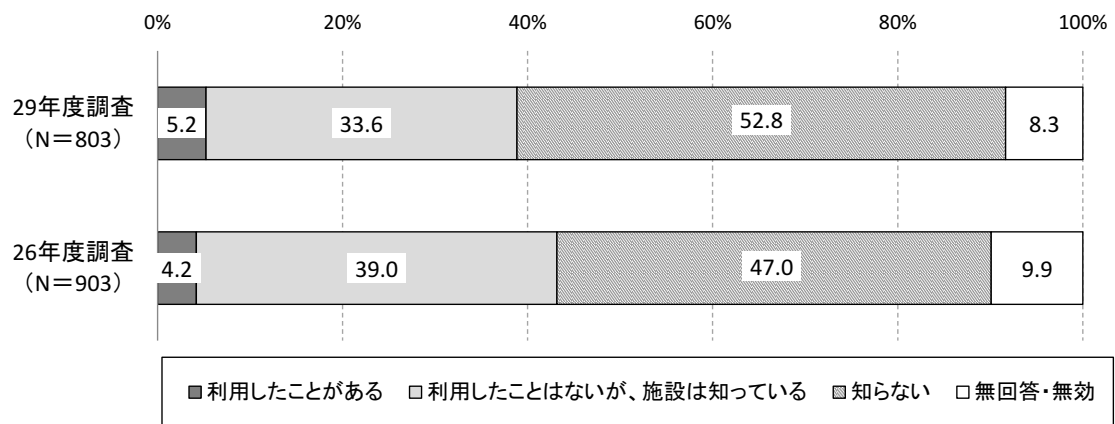
【老人クラブに加入していない理由】



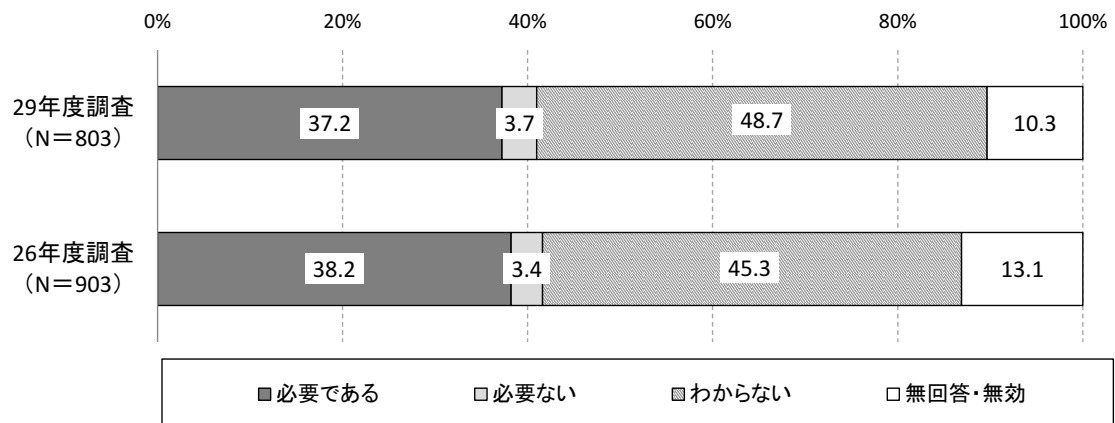
問 18 街かどデイハウス(レクリエーションや健康チェック、食事などを提供する日帰りの施設)について ①利用したことがありますか。(いずれかに○) ②今後充実させていく必要があると思いますか。(いずれかに○)

「利用したことがある」(5.2%)、「利用したことはないが、施設は知っている」(33.6%)で、この合計値である38.8%の回答者が、街かどデイハウスの存在を知っている。今後の充実の必要性については、37.2%が「必要である」としている。

【街かどデイハウスの利用経験】



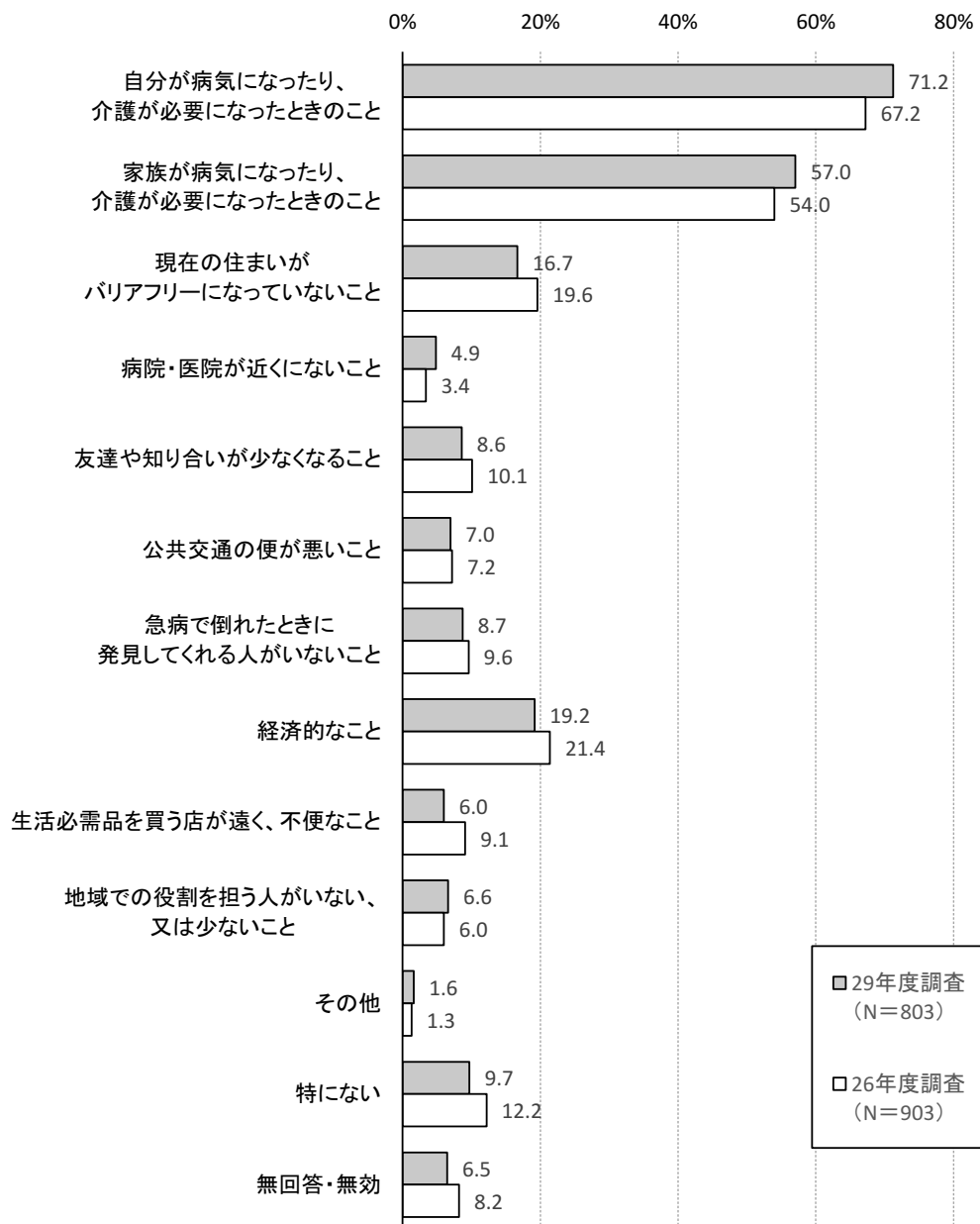
【街かどデイハウスの充実の必要性】



問 19 今後の生活の中で不安に思うことは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

生活の不安では「自分が病気になったり、介護が必要になったときのこと」(71.2%)、「家族が病気になったり、介護が必要になったときのこと」(57.0%)がともに過半数である。これに「経済的なこと」(19.2%)が続く。

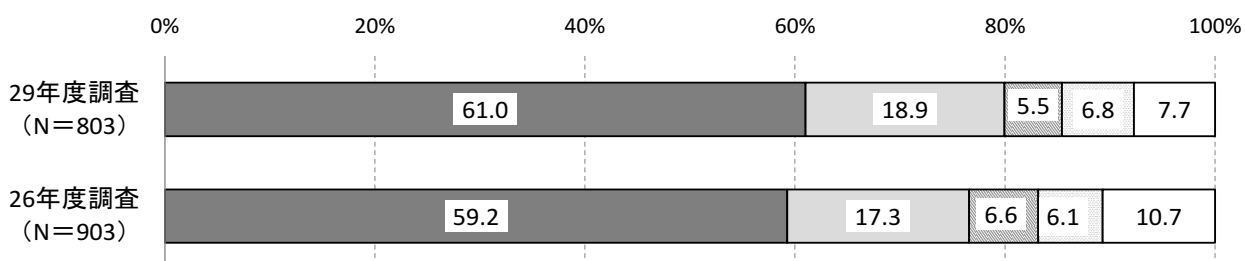
【今後の生活で不安に思うこと】



問 20 あなたは、介護が必要となった場合、どこで生活したいと考えますか。(いずれかに○)

在宅介護を望む「自宅でホームヘルプ等の在宅介護サービスを受けながら生活したい」という意見が 61.0%で最も多い。施設介護を望むのは 24.4%である（「できるだけ自宅に近い特別養護老人ホーム等の施設で生活したい」と「自宅から遠くてもいいので特別養護老人ホーム等の施設で生活したい」の割合の合計）。

【介護が必要になったときに生活したいところ】



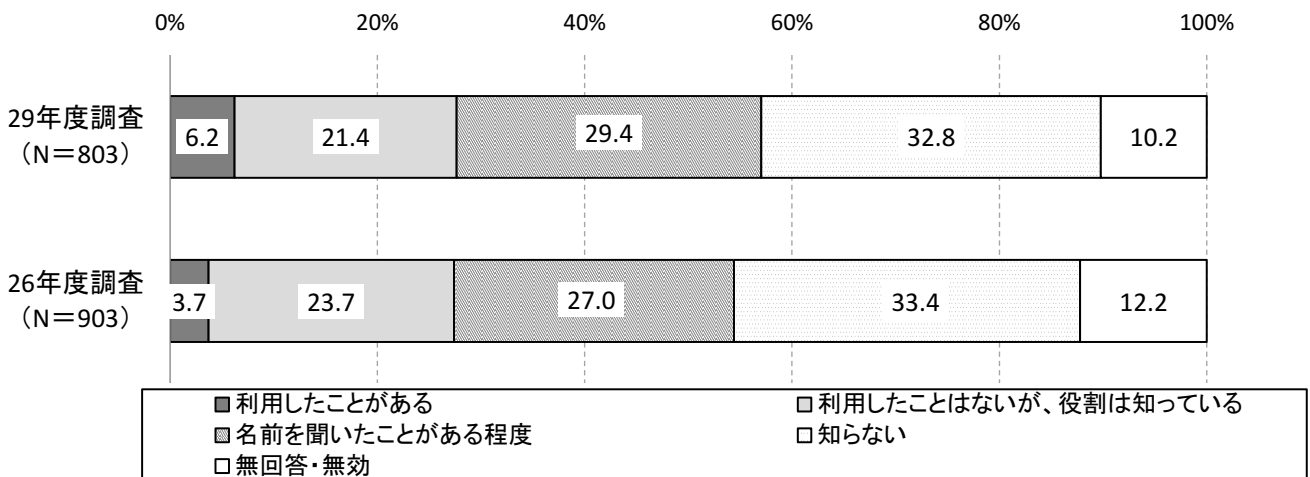
- 自宅でホームヘルプ等の在宅介護サービスを受けながら生活したい
- できるだけ自宅に近い特別養護老人ホーム等の施設で生活したい
- 自宅から遠くてもいいので特別養護老人ホーム等の施設で生活したい
- その他
- 無回答・無効

問 21 高齢者サポートセンター(地域包括支援センター)を知っていますか。(あてはまるもの1つに○)

高齢者サポートセンター(地域包括支援センター)を「利用したことがある」は6.2%、「利用したことはないが、役割は知っている」は21.4%で、周知・理解している割合は27.6%である。これに「名前を聞いたことがある程度」(29.4%)を加えると57.0%となる。

26年度調査と比較すると同様の傾向になっている。

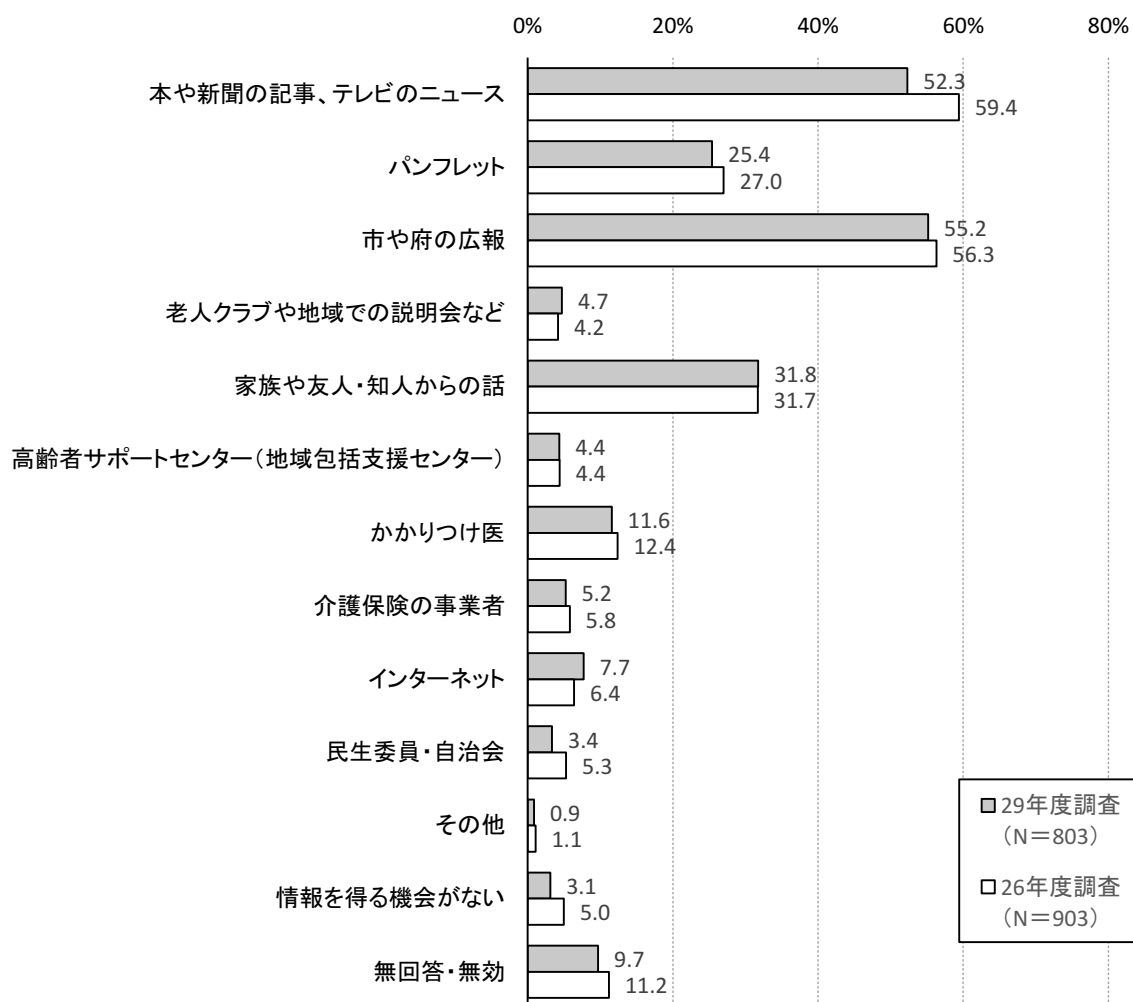
【高齢者サポートセンターを知っているか】



問 22 あなたは、介護や保健、医療等に関する情報を、どのような手段で得ていますか。(あてはまるものすべてに○)

介護や保健、医療に関する情報源としては「市や府の広報」(55.2%)「本や新聞の記事、テレビのニュース」(52.3%)とつづき、第3位は「家族や友人・知人からの話」(31.8%)となる。

【介護や保健などの情報源】

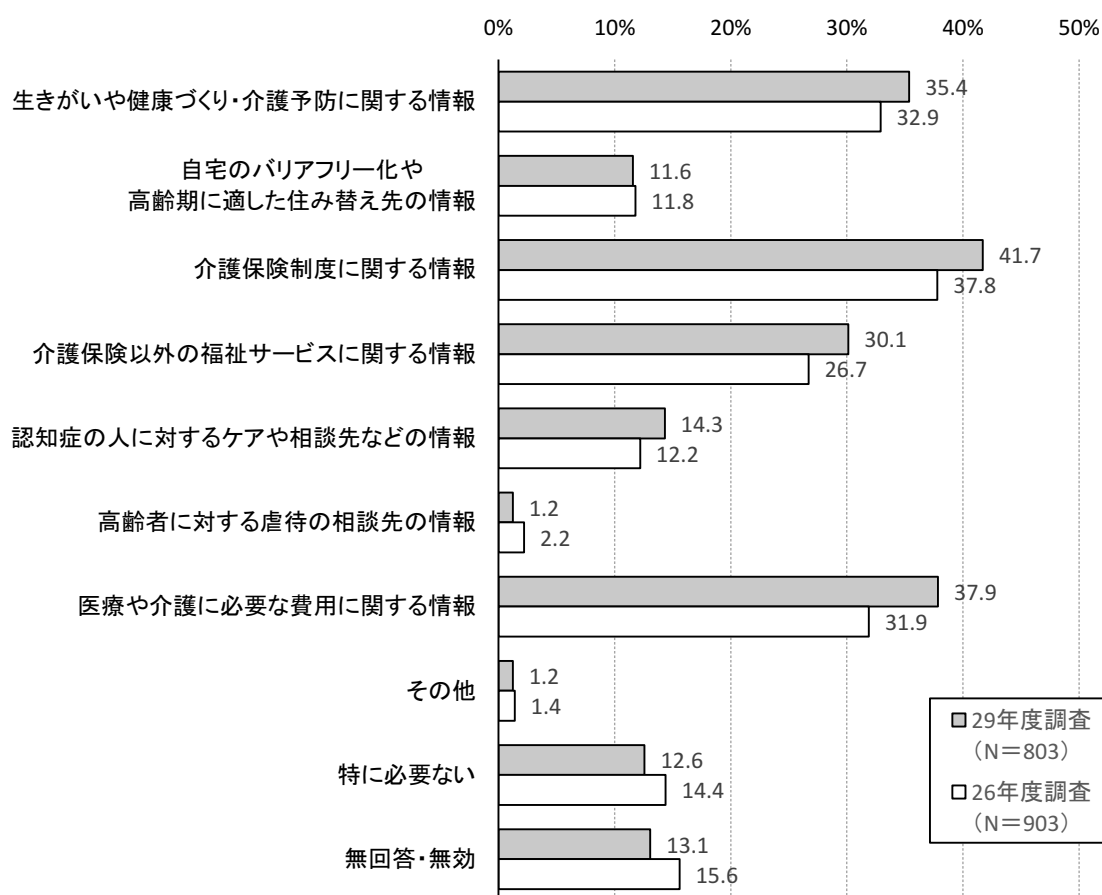


問 23 あなたは、介護や保健、医療等に関する事で、どのような情報がほしいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

介護や保健、医療に関する情報として求められているのは「介護保険制度に関する情報」(41.7%)、「医療や介護に必要な費用に関する情報」(37.9%)、「生きがいや健康づくり・介護予防に関する情報」(35.4%)が高く、30%を超えている。

年齢層別にみると、65歳から69歳の層では「介護保険制度に関する情報」「医療や介護に必要な費用に関する情報」「生きがいや健康づくり・介護予防に関する情報」など多くの項目で最も高くなっており、さまざまな情報を求めている。

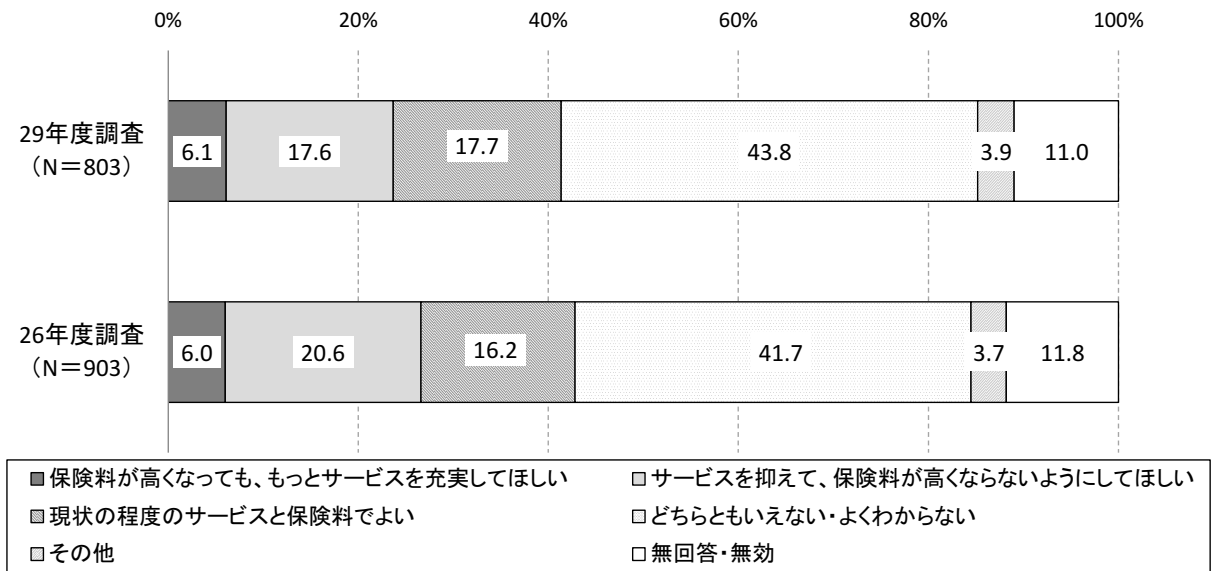
【介護保険などで欲しい情報】



問 24 介護保険は、入所施設を増やしたり、サービスの利用が多くなるなど、サービスが充実すると、介護保険料も高くなることとなります。あなたは、今後の介護サービスと介護保険料についてどのように考えますか。(あてはまるもの1つに○)

介護のサービス水準と負担との関係は「どちらともいえない・よくわからない」が43.8%と最も多い。「保険料が高くなっても、もっとサービスを充実してほしい」は6.1%、「サービスを抑えて、保険料が高くないようにしてほしい」は17.6%である。

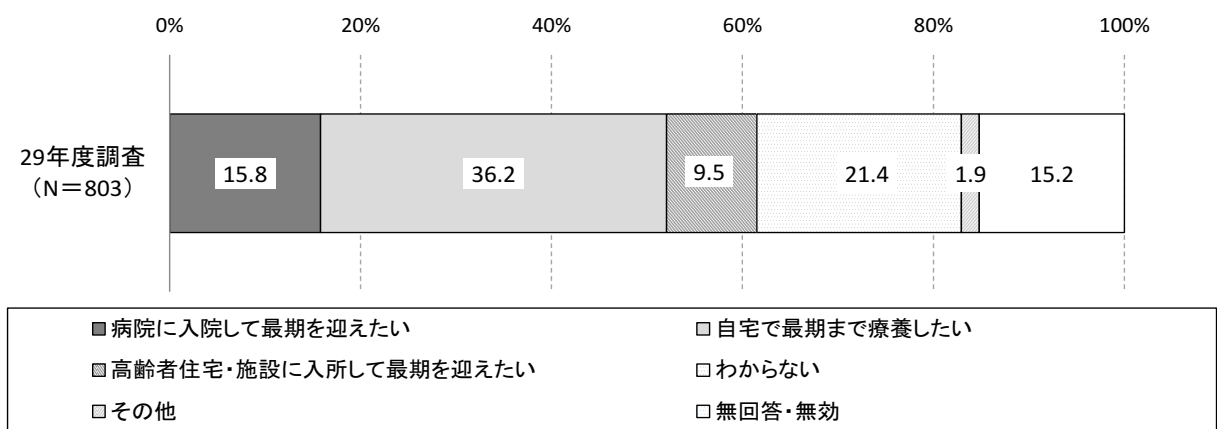
【今後の介護保険サービスと介護保険料についての考え】



問 25 あなたは最期まで自分らしく過ごすために、人生の最期をどこで迎えたいと思いますか。(あてはまるもの1つに○)

人生の最期の場所については「自宅で最期まで療養したい」(36.2%)が最も多く、「わからない」(21.4%)と続く。

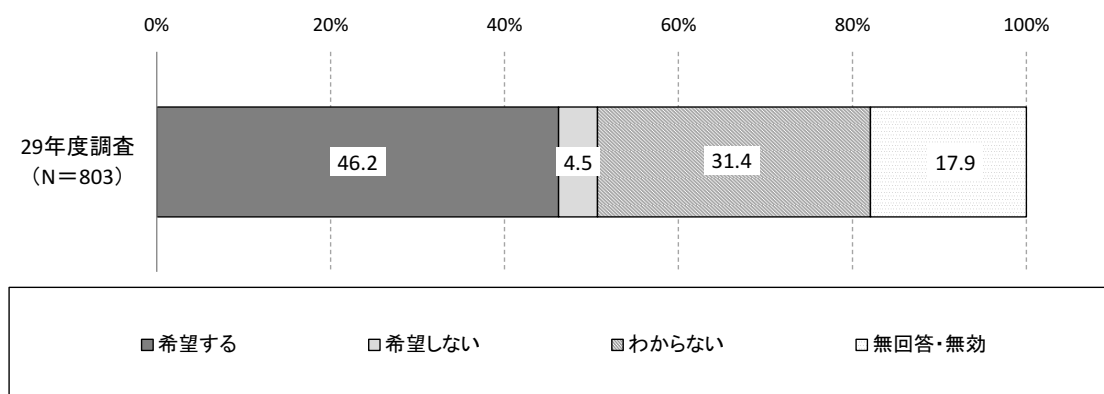
【人生の最期の場所】



問 26 最期を迎えることができる環境(訪問診療、訪問看護、緊急時の対応など)が整っていれば、病院以外の生活の場で最期を迎えたいと希望しますか。(あてはまるもの1つに○)

病院以外での生活の希望については「希望する」(46.2%)が最も多く、「わからない」(31.4%)と続く。

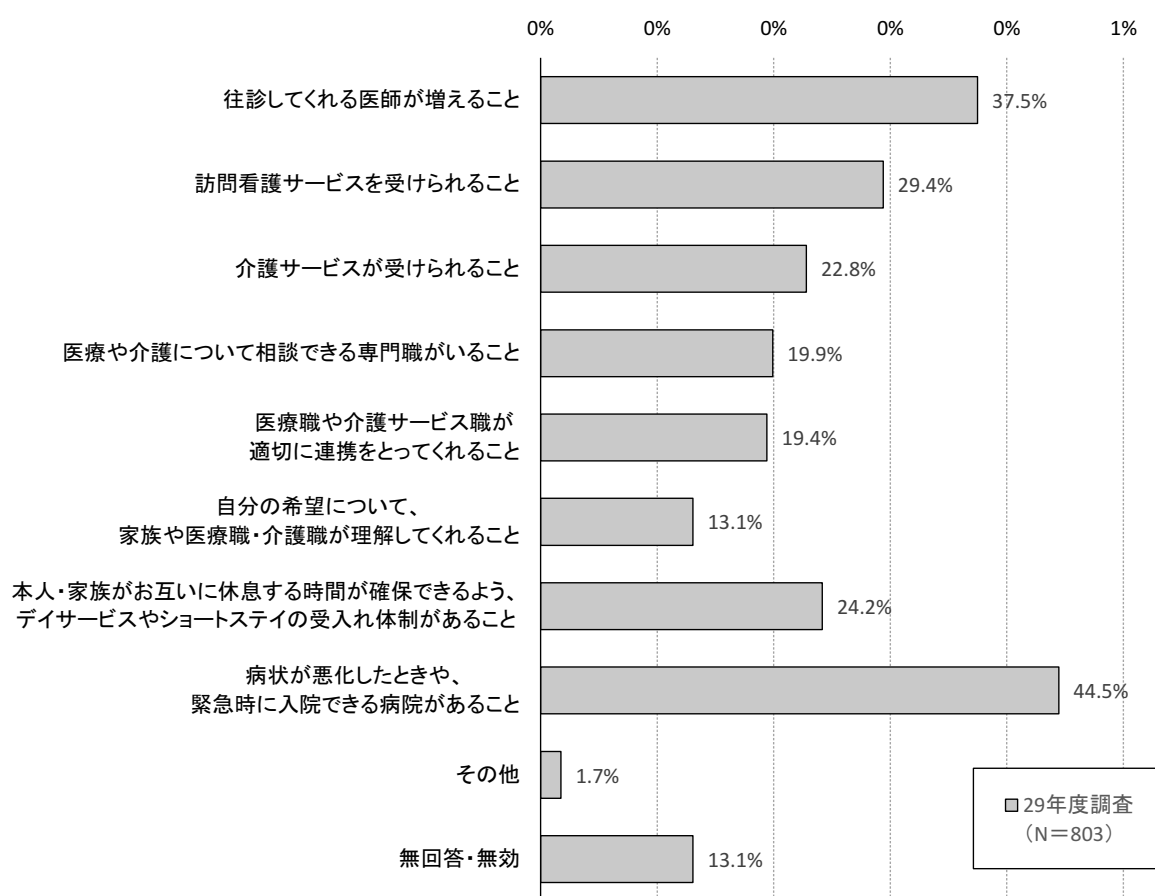
【病院以外での生活の希望】



問 27 今後、病院以外での最期を迎えるためには、ということが整っていれば可能になるとお考えですか。(複数回答 3つ以内)

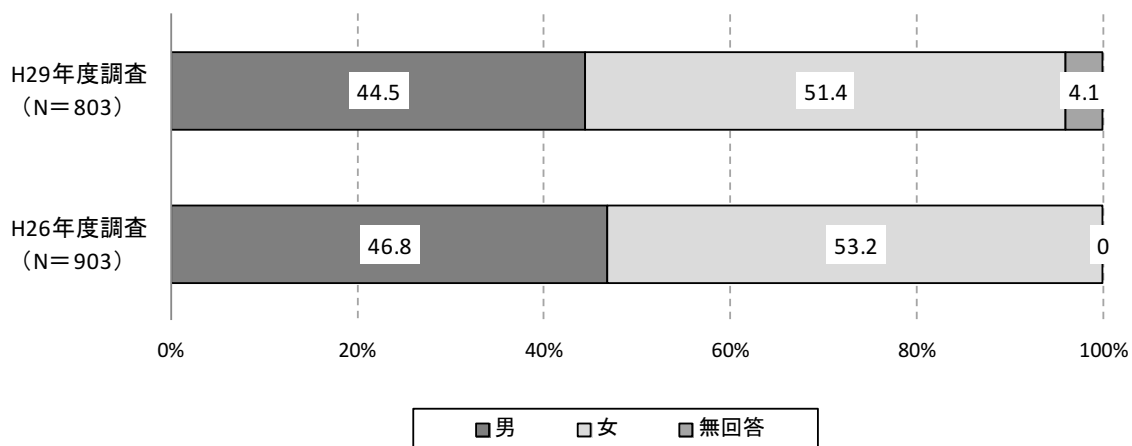
最期を迎える環境については、「病状が悪化したときや、緊急時に入院できる病院があること」(44.5%) が最も多く、「往診してくれる医師が増えること」(37.5%) と続く。

【最期を迎えるため環境】

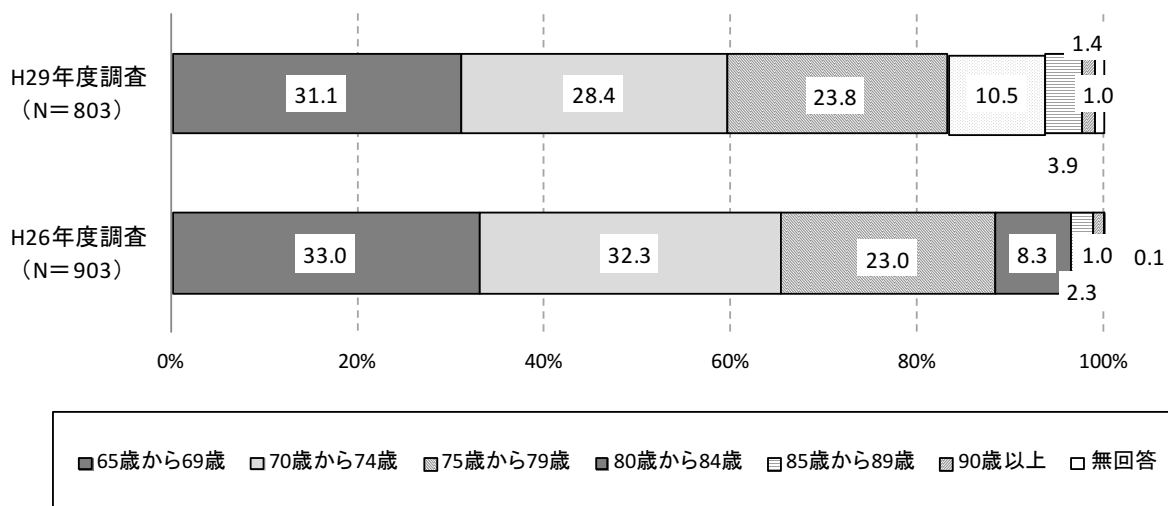


回答者の属性

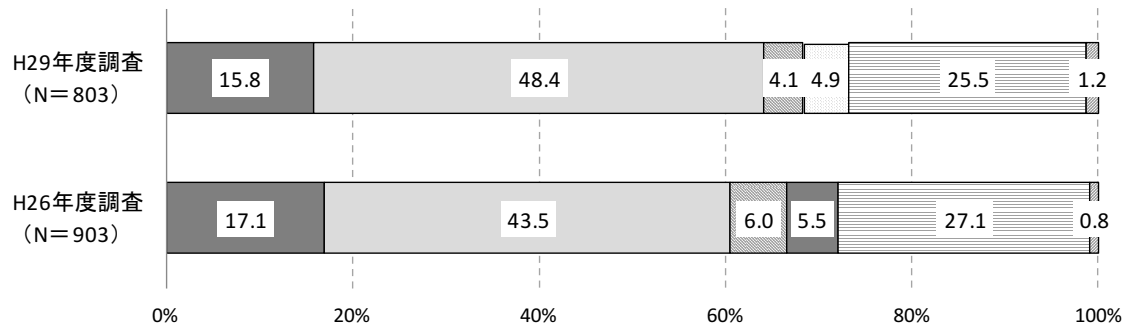
【性別】



【年齢】

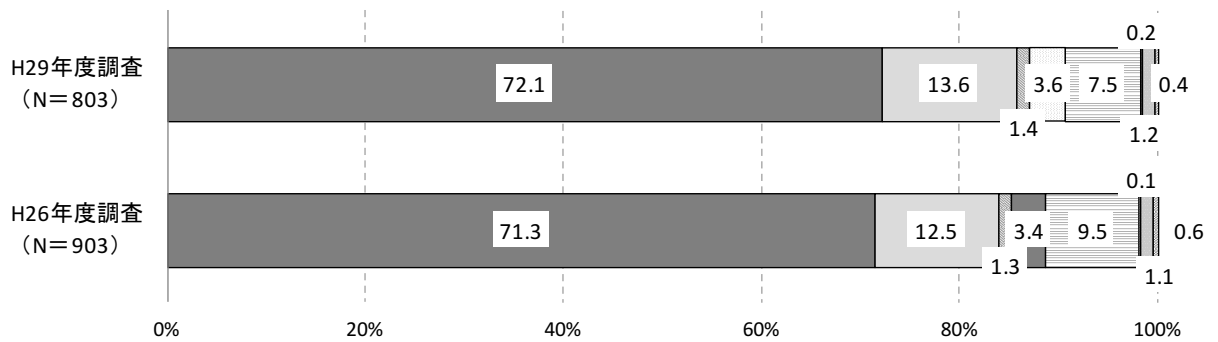


【家族構成】



- | | |
|--------------------------|------------------------|
| ■ 1. ひとり暮らし | □ 2. 夫婦ふたり暮らしでともに65歳以上 |
| ■ 3. 夫婦ふたり暮らしで一人だけが65歳以上 | ■ 4. 1~3以外で、全員65歳以上 |
| □ 5. 1~4以外での世帯 | □ 6. 無回答 |

【住まいの状況】



- | | |
|---------------------------------|--------------------|
| ■ 持ち家(一戸建て) | □ 持ち家(分譲マンション) |
| □ 借家(一戸建て) | ■ 借家(マンション、アパートなど) |
| □ 公営住宅(府営・市営・URなど) | ■ 社宅・寮・官舎など |
| ■ 有料老人ホーム、ケアハウス、サービス付き高齢者向け住宅など | □ その他 |
| □ 無回答 | |