

3. 介護予防事業調査

〔介護予防についてのアンケート〕

【調査結果の見方】

- ※ 各調査票に回答結果（単純集計）を記載している。
各設問の回答構成比（％）は選択肢（設問の回答文）の前に表記している。
- ※ 選択回答の結果は、設問回答者（N＝「全回答者数」またはn＝「設問条件により絞り込まれた回答者数」で表記）に占める選択肢回答者の割合（回答構成比：％）を小数第一位まで表記している（小数第二位を四捨五入）。
また、無回答者の割合は、選択肢欄外等にNAで表記している。
なお、四捨五入表記のため、選択肢回答者割合を加算しても100.0%にならない場合がある。
- ※ 数値回答の結果は、有効回答者の平均値（小数第一位まで）を表記している。
個別設問の箇所に数値は「平均値」「平均」などを表記している。

予防

介護予防についてのアンケート

高齢者実態調査（アンケート）ご協力をお願い

平素から、横浜市の健康福祉行政にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。
 横浜市では、平成 24 年 3 月に「横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」を策定し、介護保険をはじめとした高齢者の保健福祉事業の計画的な推進に努めているところです。
 現在、平成 27 年 3 月をめどに計画の改定を予定しておりますが、これに先立ち、市民のみなさまのご意見をお伺いするアンケートを実施することといたしました。
 対象となられる方は、平成 25 年 4 月以降、介護予防の必要性が高い方の中から 1,000 人を無作為に選ばせていただきました。
 このアンケート結果につきましては、高齢者保健福祉施策を検討する際の重要な基礎資料とさせていただきますので、お手数をおかけしますが、ご回答にご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成 25 年 12 月

横浜市 健康福祉局

【ご記入にあたってのお願い】

- 1 記入の方法**
ご記入いただく筆記用具は、鉛筆またはボールペンなど、どのようなものでもかまいません。
- 2 アンケートの対象者**
封筒の**あて名の方**がアンケートの対象者となっています。
- 3 アンケート回答者（記入者）**
できる限り、アンケート対象者**（あて名の方）**ご本人がご回答（記入）ください。ただし、ご本人による回答（記入）が難しい場合は、ご家族などの方がご本人の意志を反映して、ご記入くださるようお願いいたします。
- 4 返信の方法**
同封の返信用封筒（切手不要）に、ご記入いただいた調査票を入れて、**平成 25 年 12 月 25 日（水）**までにご返送ください。
- 5 返送いただいた回答について**
回答は無記名でいただきますので、回答者が特定されることはありません。また、回答は、すべて統計的に処理し、個々の調査票を外に出すことはありません。
ご多忙のところ大変恐縮ですが、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

【アンケートの問い合わせ先】 横浜市 健康福祉局 高齢健康福祉課
 電話 045 (671) 3412

問 1 本調査票を記入するのはどなたですか。（〇はひとつ）

94.0 ご本人	2.3 ご家族	0.0 その他
----------	---------	---------

NA（無回答、以下同じ）=3.7 N（回答母数、以下同じ）=705

まず、あなた（あて名ご本人）のお住まいや年齢などについておうかがいします。

問 2 あなた（ご本人：封筒のあて名の方）は現在、どちらに住んでいますか。（〇はひとつ）

96.3 ご自宅（ショートステイ利用者含む）	問 3 へおすすみください。
2.0 市内の親族等の家	
0.4 その他（入院中、介護施設入所、市外転出、亡くなった等）	アンケートは終了です。ご協力ありがとうございました。 同封の返信用封筒に入れて、切手を貼らずに投函してください。

NA=1.3 N=705

問 3 あなた（あて名ご本人）の性別をお答えください。（〇はひとつ）

24.5 男性	75.0 女性
---------	---------

NA=0.4 n=693

問 4 あなた（あて名ご本人）の年齢（平成 25 年 12 月 1 日現在）をお答えください。（〇はひとつ）

10.2 65～69 歳	31.0 75～79 歳	8.8 85～89 歳	0.4 95 歳以上
26.7 70～74 歳	21.1 80～84 歳	1.4 90～94 歳	

NA=0.3 n=693

問 5 あなた（あて名ご本人）のお住まいの区はどちらですか。（〇はひとつ）

12.3 青葉区	5.1 神奈川区	7.2 栄区	3.5 戸塚区	4.0 緑区
5.2 旭区	15.3 金沢区	8.4 瀬谷区	3.2 中区	3.0 南区
0.4 泉区	4.8 港南区	6.8 都筑区	2.9 西区	
6.6 磯子区	4.8 港北区	4.2 鶴見区	2.5 保土ケ谷区	

NA=0.0 n=693

問 6 あなた（あて名ご本人）のお住まいの区での居住年数をお答えください。
 ※ 増改築や改修などされている場合でも通算してお答えください。（〇はひとつ）

0.6 1 年未満	4.8 5～10 年未満	6.8 5～20 年未満	63.3 30 年以上
2.7 1～5 年未満	5.3 10～15 年未満	15.3 20～30 年未満	

NA=1.2 n=693

問 7 あなた（あて名ご本人）の世帯の状況をお選びください。（〇はひとつ）

24.2 ひとり暮らし	37.4 子や孫などと同居	⇒問 7-1 へ
34.8 夫婦二人暮らしで二人とも 65 歳以上	0.7 前掲以外で全員が 65 歳以上	
1.0 夫婦二人暮らしで一人だけが 65 歳以上	1.9 その他	

NA=0.0 n=693

【問 7 で「4.子や孫などと同居」とお答えの方におうかがいします。】

問 7-1 同居されている方はどなたですか。（あてはまるものすべてに〇）

86.5 息子・娘	24.3 孫	23.9 配偶者	1.5 その他
20.5 息子・娘の配偶者	0.0 兄弟・姉妹	0.0 親・配偶者の親	

NA=0.4 n=259

【問7で「4.子や孫など同居」とお答えの方以外におうかがいします。】

問7-2 一番近くに住んでいるお子さんとの距離はどのくらいですか。
 時間は、ふだん行き来する方法でお答えください。(〇はひとつ)

3.7 となり	10.6 10~20分未満	23.3 30~1時間未満	6.2 子どもはいない
8.1 10分未満	7.1 20~30分未満	25.6 1時間以上	

NA=15.4 n=434

あなた(あて名ご本人)のお住まいについておうかがいします。

問8 あなた(あて名ご本人)のお住まいは、次のどれにあてはまりますか。(〇はひとつ)

58.2 持ち家の戸建て住宅 (借地に持ち家の場合も含む)	2.0 民間賃貸アパート	0.0 有料老人ホーム
24.8 持ち家の集合住宅	2.3 民間賃貸マンション	0.6 その他
10.8 公営住宅	0.7 サービス付き高齢者向け住宅	

NA=0.4 n=693

問8-1 現在のお住まいの階数をお答えください。

※ 一戸建てにお住まいの場合、日中生活されている階でお答えください。(〇はひとつ)

48.1 1階	23.8 2階	8.7 3階	6.5 4階	3.2 5階	8.1 6階以上
---------	---------	--------	--------	--------	----------

NA=1.7 n=693

問9 現在のお住まい(またはお住まいのある建物)には、エレベーターはついていますか。
 (〇はひとつ)

23.8 ついている	73.2 ついていない
------------	-------------

NA=3.0 n=693

あなた(あて名ご本人)の収入等についておうかがいします。

問10 あなた(あて名ご本人)の年金の種類はどれですか。(あてはまるものすべてに〇)

60.0 国民年金	28.4 厚生年金(企業年金あり)	5.9 老齢福祉年金
31.2 厚生年金(企業年金なし)	9.4 共済年金	7.1 その他()

NA=2.7 n=693

問11 あなた(あて名ご本人)の年収(年金含む)をお答えください。(〇はひとつ)

7.4 50万円未満	5.8 300~350万円未満	0.0 900~1,000万円未満
14.4 50~80万円未満	1.7 350~400万円未満	0.3 1,000~1,100万円未満
10.7 80~100万円未満	2.6 400~500万円未満	0.1 1,100~1,200万円未満
16.5 100~150万円未満	1.4 500~600万円未満	0.0 1,200~1,300万円未満
14.1 150~200万円未満	0.3 600~700万円未満	0.0 1,300~1,400万円未満
12.3 200~250万円未満	0.1 700~800万円未満	0.0 1,400~1,500万円未満
8.4 250~300万円未満	0.1 800~900万円未満	0.0 1,500万円以上

NA=3.8 n=693

問11-1 あなた(あて名ご本人)を含めた、世帯全体の年収(年金含む)をお答えください。
 (〇はひとつ)

1.2 50万円未満	11.1 300~350万円未満	0.9 900~1,000万円未満
0.7 50~80万円未満	8.8 350~400万円未満	1.3 1,000~1,100万円未満
1.7 80~100万円未満	9.5 400~500万円未満	0.7 1,100~1,200万円未満
6.8 100~150万円未満	5.9 500~600万円未満	0.0 1,200~1,300万円未満
7.9 150~200万円未満	2.6 600~700万円未満	0.3 1,300~1,400万円未満
9.1 200~250万円未満	2.7 700~800万円未満	0.3 1,400~1,500万円未満
10.4 250~300万円未満	1.6 800~900万円未満	0.7 1,500万円以上

NA=15.7 n=693

問12 あなた(あて名ご本人)は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。
 (〇はひとつ)

14.3 苦しい	40.4 やや苦しい	36.1 ややゆとりがある	4.2 ゆとりがある
----------	------------	---------------	------------

NA=5.1 n=693

問13 あなた(あて名ご本人)は現在、仕事をしていますか。また、どのくらいの頻度ですか。
 (〇はひとつ)

0.9 ほぼ毎日仕事についている	2.2 月に数日仕事についている	89.9 仕事は していない
2.2 週に2~3日仕事についている	1.9 決まっていない	

NA=3.0 n=693

【すべての方におうかがいします。】

現在の身体状況、健康の維持・増進や介護予防のための取り組みについておうかがいします。

問14 あなた(あて名ご本人)はふだん、ご自分で健康だと思いますか。
 現在の状況に最も近いものをお選びください。(〇はひとつ)

4.3 とても健康	60.0 まあまあ健康	24.8 あまり健康でない	9.7 健康でない
-----------	-------------	---------------	-----------

NA=1.2 n=693

問15 あなた(あて名ご本人)の健康状態はいかがですか。現在の状況に最も近いものをお選びください。(〇はひとつ)

38.5 大した病気や障害もなく、日常生活は自分で行える
58.0 日常生活はほぼ自立しており、ひとりで外出できる
2.3 屋内での生活はおおむね自立しているが、介助がないと外出できない
0.3 屋内での生活は何らかの介助を要し、日中もベッド上での生活が主体であるが、 座位を保つことができる
0.1 1日中ベッド上で過ごし、排せつ、食事、着替えなどの介助が必要

NA=0.7 n=693

問 16 あなた（あて名ご本人）は、ふだんから健康や介護予防のために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○）

57.6 栄養バランスや、かむ回数に気をつけて食事 をしている	57.1 年1回は健康診断を受けている
80.4 口の中を清潔にしている （歯みがき、うがいなど）	48.9 年1回は歯科健診を受けている
40.5 ウォーキングや体操など、1回30分、週2 回以上定期的に運動をしている	70.3 かかりつけの医師（主治医）に 定期的に診てもらっている
48.5 ウォーキングや体操など、自分に合ったペー スで定期的に運動をしている	55.4 気持ちをできる限り明るく保っている
61.2 規則的な生活を心がけている （夜更かしをしないなど）	54.3 休養や睡眠を十分にとっている
50.6 たばこをやめた、または吸っていない	4.8 その他
29.6 お酒を飲みすぎない	0.4 特にない
36.9 読み書きや計算など、頭を使う作業に取り組 んでいる	

NA=0.4 n=693

【問 16で「1」～「8」のいずれかをお答えの方におうかがいします。】

問 16-1 取り組むこととなった主なきっかけは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

18.1 家族のアドバイスや一言	20.2 具体的に症状が現れたので
22.7 友人・知人からのアドバイスや一言	23.2 検査の結果（数字など）が気になって
5.4 とおり近所の人からのアドバイスや一言	30.6 新聞やテレビなどのマスコミの情報から
31.9 市の広報紙や回覧版などの情報から	51.5 以前からの習慣で、自発的に
32.4 医師等の専門家からの指導や助言	3.2 その他

NA=3.6 n=664

【すべての方におうかがいします。】

問 17 あなた（あて名ご本人）は、健康を維持するために（または状態が悪くならないように）
アドバイス、相談、教室、活動などの利用状況と今後の利用希望についてお答えください。

※「今後利用したい」は、継続の利用、新規の利用あわせてお答えください。 (利用している、もしくは利用したいものについて、それぞれ○)	利用 している	今後 利用 したい ※
食事や栄養バランス等に関する事	25.7	25.4
運動できる場や方法等に関する事	37.7	24.5
禁煙に関する事	5.2	3.0
心の健康に関する事	13.6	26.1
認知症の予防に関する事	18.2	43.1
体を動かしたり、運動する場所について	37.4	24.2
医師や運動指導士、保健師等からのアドバイス	22.5	25.8
年1回の健康診断	48.9	18.5
がん検診（乳・子宮は2年に1回、それ以外は年に1回）	21.8	17.6
お口の健康に関する事	31.0	19.2
ストレッチ、筋力トレーニング、バランス運動	33.5	26.6
口腔清掃や口腔リハビリについて	21.6	21.8
元気づくりステーションについて (元気づくりステーションとは、地域の特性を活かした介護予防のグループ活動のことです。)	16.0	27.4
ロコモティブシンドロームの予防について (ロコモティブシンドロームとは、骨や関節、筋肉といった運動器の障害のために、 日常生活に支障をきたすような歩行機能低下やそのおそれのある状態をいいます。)	7.9	33.3
自分にあった健康で自立した高齢期を送ることについて	20.3	49.2
	利用している NA=22.7 n=693	0.6
	今後利用したい NA=25.3 n=693	0.6
		ない

問 18 あなた（あて名ご本人）は、寝たきりや認知症など、介護を必要とする状態にならない
よう、現在、介護予防に取り組んでいますか。（○はひとつ）

45.3 取り組んでいる	18.0 興味はあるが、具体的な取り組み方がわからない
4.9 体力が落ちてきたら取り組みたい	2.7 取組んだことはあるが、今は取組んでいない
3.0 もう少し歳をとってから取り組みたい	2.9 現在、取組んでおらず、取り組むつもりもない
17.5 きっかけがあれば取り組みたい	0.9 その他

NA=4.8 n=693

問 19 あなた（あて名ご本人）は、食生活を改善するために必要なことは何だと思いませんか。
（あてはまるものすべてに○）

56.6 食生活改善のための知識	13.1 調理をするための時間
27.6 家族の協力・助け（食事を作る等）	16.2 一緒に取り組む仲間
47.9 楽しみながら取り組めること	31.5 適切な情報が得られること
50.2 簡単にできること	15.3 栄養に配慮した食事を提供してくれる店があること
23.7 結果が出ること	6.2 過度の刺激や誘惑（広告、テレビ番組、 情報など）が制限されること
42.7 栄養に配慮した食事をつくる技術・コツ	2.6 その他
25.7 医師や栄養士、保健師等のアドバイス	

NA=4.9 n=693

問 20 あなた（あて名ご本人）は、口腔機能の状態を改善するために必要なことは何だと思いませんか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 61.3 口の中をきれいにするための知識 | 43.7 医師や歯科衛生士、保健師のアドバイス |
| 37.7 入れ歯の手入れのしかた | 20.3 適切な情報が得られること |
| 51.1 歯磨きのしかた | 14.6 結果が出ること |
| 42.7 口や舌の体操（発声練習等） | 55.0 定期的な健診 |
| 58.6 しっかりかんで食べる | 3.9 その他 |
| 30.7 日常的に取り組めること | (具体的に) |
| 32.0 簡単にできること | |

NA=3.5 n=693

問 21 あなた（あて名ご本人）は、現在次のような心配ごとや悩みがありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 75.2 自分の健康のこと | 2.3 安心して住める場所がないこと |
| 40.1 親族の健康のこと | 5.6 趣味や生きがいがいないこと |
| 15.9 病気などの時に面倒を見てくれる人がいないこと | 4.8 時間的なゆとりがないこと |
| 17.2 ひとり暮らしや孤独になること | 9.2 精神的なゆとりがないこと |
| 24.5 生活費等経済的なこと | 3.5 その他 |
| | 6.8 心配ごとや悩みはない ⇒問22へ |

NA=4.8 n=693

【問 21 で「1. 自分の健康のこと」～「10. その他」とお答えの方におうかがいます。】

問 21-1 あなた（あて名ご本人）は、心配ごとや悩みごとができた場合、だれに話を聞いてもらったり、相談したりしますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------|--------------------------|
| 43.9 配偶者 | 7.8 民生委員・児童委員 |
| 63.5 子ども | 7.5 市や区の相談窓口 |
| 17.0 その他の家族・親族 | 13.7 地域包括支援センター（地域ケアプラザ） |
| 31.8 友人・知人 | 38.8 かかりつけの医師 |
| 5.9 とり近所の人 | 1.6 その他 |
| 3.8 自治会や町内会の役員 | 2.6 相談したりする人はいない |

NA=5.7 n=613

【すべての方におうかがいします。】

問 22 あなた（あて名ご本人）は、以下の中で現在、治療中の病気やけがはありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| 40.3 高血圧症 | 11.0 泌尿器の病気（腎臓病、前立腺肥大など） |
| 22.4 脂質異常症（高コレステロール血症、中性脂肪など） | 4.5 がん |
| 14.1 糖尿病 | 6.6 呼吸器の病気 |
| 5.3 動脈硬化症 | (ぜん息、慢性閉塞性肺疾患（COPD）など) |
| 29.4 腰痛症 | 16.0 耳や鼻の病気（難聴など） |
| 10.5 関節症・リウマチ | 27.0 お口の病気（むし歯、歯周病など） |
| 13.1 肩こり症 | 3.9 骨折・外傷 |
| 20.9 骨粗しょう症 | 1.9 認知症 |
| 3.5 脳血管疾患（脳出血、脳梗塞など） | 3.6 心の病気 |
| 9.1 狭心症・心筋梗塞 | 8.1 その他 |
| 32.9 目の病気（白内障など） | 6.8 特にない |
| 12.6 胃腸の病気（胃炎、肝炎など） | |

NA=1.7 n=693

認知症についておうかがいします。

問 23 あなた（あて名ご本人）は、認知症について、どのように考えていますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---|--|
| 38.8 認知症は、ふだんの心がけて予防できる | |
| 72.9 認知症は、早期に発見することが大切だ | |
| 62.6 認知症は治療によって、症状の進行を抑えたり、改善することができる | |
| 60.5 高齢者でなくても認知症になる場合が増えていると思う | |
| 49.1 認知症になっても、家族や周囲の人の理解や支えがあれば、地域で暮らすことができると思う | |
| 37.5 認知症になって、誰よりも苦しいのは本人だと思ふ | |
| 75.5 認知症の介護は、家族だけでなく地域社会や専門機関の支援・協力も欠かせない | |
| 5.2 その他（具体的に) | |

NA=3.6 n=693

問 24 あなた（あて名ご本人）は、認知症のどんなことに関心がありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 46.9 認知症を正しく理解するための講座 | 35.8 認知症の人の介護の仕方 |
| 69.4 認知症の予防に効果的な方法 | 36.5 認知症の人や家族を支える地域の活動 |
| 74.3 認知症の兆候を早期に発見する方法 | 2.0 その他 |
| 51.5 認知症の治療に関する情報 | 3.2 特にない |

NA=5.2 n=693

問 25 あなた（あて名ご本人）は、認知症を予防するために必要なことは何だと思いませんか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---------------------------------|--|
| 41.8 心臓病、高血圧、糖尿病、脳卒中を予防、管理すること | |
| 55.8 定期健診や検診を受け、自分の検査値を知っておくこと | |
| 42.9 動物性脂肪を摂りすぎず、バランスの良い食事をとること | |
| 65.5 適度な運動（有酸素運動）を行うこと | |
| 82.4 興味や関心を持ったり、頭を使ったりすること | |
| 72.7 人との付き合いを大事にすること | |
| 62.8 転倒や骨折に注意すること | |
| 22.1 喫煙や飲酒に気をつけること | |
| 70.1 いつも前向きな生活を送ること | |
| 2.0 わからない | |

NA=3.2 n=693

成年後見制度（判断力が低下した方の後ろだて）についておうかがいします。

問 26 あなた（あて名ご本人）は、成年後見制度を知っていますか。（○はひとつ）

- | | |
|------------|------------------|
| 70.4 知っている | 22.4 知らない → 問27へ |
|------------|------------------|

NA=7.2 n=693

問 26-1 あなた（あて名ご本人）は、成年後見制度について、今後利用してみたいと思いませんか。（○はひとつ）

- | | |
|--------------|-----------------|
| 16.6 利用してみたい | 76.6 利用するつもりはない |
|--------------|-----------------|

NA=6.8 n=488

【 すべての方におうかがいします。 】

あなた（あて名ご本人）のふだんの生活についておうかがいします。

問 27 次の各項目について、それぞれ「はい（している又はできる）」、「いいえ（していない又はできない）」のどちらかをお選びください。（それぞれ○はひとつ）

	いずれかに○		
	はい (できる)	いいえ (できない)	NA
階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	52.1	45.0	2.9
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	72.9	24.1	3.0
15分くらい続けて歩いていますか	86.7	7.6	5.6
何mくらい歩けますか。(○はひとつ)			20.3
0.9 5m未満	4.9 5m以上50m未満	73.9 50m以上	
週に1回以上は外出していますか	91.3	2.9	5.8
昨年と比べて外出の回数が減っていますか	29.1	64.2	6.6
この1年間に転んだことがありますか	30.3	63.6	6.1
転倒に対する不安は大きいですか	64.5	30.4	5.1
杖を使っていますか	12.6	80.5	6.9
6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	18.3	74.9	6.8
身長 (<u>154.6</u> cm) 体重 (<u>53.2</u> kg) (数値は平均値) ※小数点第1位まで記入			
半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	44.7	50.6	4.6
お茶や汁物等でむせることがありますか	46.9	48.2	4.9
口の渇きが気になりますか	53.4	42.7	3.9
自分で歯磨き（入れ歯の手入れ）を毎日していますか	90.6	5.8	3.6
年に一回以上歯科検診を受けていますか	63.1	30.7	6.2
周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると言われますか	21.2	74.3	4.5
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	89.8	6.6	3.6
今日が何月何日かわからない時がありますか	30.4	65.2	4.3
バスや電車で使って1人で外出していますか	91.6	5.9	2.5
日用品の買い物をしていますか	92.2	4.5	3.3
自分で食事の用意ができますか	90.8	6.9	2.3
自分で請求書の支払いをしていますか	90.6	6.2	3.2
自分で預貯金の出し入れをしていますか	90.9	6.5	2.6
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	89.6	7.9	2.5

(前ページに引き続き、お答えください。)

	いずれかに○		
	はい (できる)	いいえ (できない)	NA
新聞を読んでいますか	87.4	11.1	1.4
本や雑誌を読んでいますか	78.2	18.6	3.2
健康についての記事や番組に関心がありますか	95.5	2.6	1.9
友人の家を訪ねていますか	60.2	36.2	3.6
家族や友人の相談にのっていますか	74.9	19.8	5.3
病人を見舞うことができますか	86.0	9.7	4.3
若い人に自分から話しかけることがありますか	79.2	17.3	3.5
(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	17.5	76.2	6.3
(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	15.0	79.4	5.6
(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	44.0	51.8	4.2
(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	22.1	73.0	4.9
(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	38.0	57.9	4.2

n=693

問 28 あなた（あて名ご本人）は、5分前のことが思い出せますか。(○はひとつ)

90.0 思い出せる	4.3 思い出せない	NA=5.6 n=693
------------	------------	--------------

問 29 あなた（あて名ご本人）は、食事をする、衣服を選ぶなど、その日の活動を自分で判断できますか。(○はひとつ)

89.5 困難なくできる	8.8 いくらか困難であるが、できる	0.4 判断するときに、他人からの合図や見守りが必要	0.3 ほとんど判断できない	NA=1.0 n=693
--------------	--------------------	----------------------------	----------------	--------------

問 30 あなた（あて名ご本人）は、人に自分の考えをうまく伝えられますか。(○はひとつ)

82.3 伝えられる	4.2 あまり伝えられない	12.6 いくらか困難であるが、伝えられる	0.1 ほとんど伝えられない	NA=0.9 n=693
------------	---------------	-----------------------	----------------	--------------

問 31 あなた（あて名ご本人）は、食事は自分で食べられますか。(○はひとつ)

99.3 自分で食べられる	0.0 おかすを切ってもらうなど介助があればできる	0.0 自分では食べられない	NA=0.7 n=693
---------------	---------------------------	----------------	--------------

問 37 災害時のみならず、平常時から手助けする必要がある方の存在を把握していただくとともに、行政が保有する介護が必要な高齢者や障害者の個人情報（氏名や住所等）を、自治会・町内会等に対して提供することについて、どのように感じますか。（○はひとつ）

18.6 積極的に個人情報を提供すべき
55.8 災害時への備えや、ひとり暮らしなど見守りが必要な方を手助けするためであれば個人情報を提供してもよい
3.2 個人情報を提供しない方がよい
13.4 わからない

NA=8.9 n=693

- 近所（向こう三軒両隣）
- 町内会・自治会
- 地域（連合町内会（複数の町内会・自治会）レベルもしくはそれ以上の地域レベル）について、おうかがいします。

問 38 それぞれの項目について、あなた（あて名ご本人）のお考えにもっとも近いものをお選びください。（それぞれ○はひとつ）

問 38-1 地域に対する愛着や考え方について

(下記項目ごとにそれぞれあてはまる番号に○をおつけください。)	思 ま わ た く な い	思 あ ま り な い	そ や や そ う 思 う	そ と と も 思 う	N A
今、住んでいる地域に愛着のようなものを感じる	1.3	7.8	36.9	48.8	5.2
これからもこの地域に住み続けたい	0.7	6.3	32.0	56.1	4.8
地域の一人とは感じられない	27.7	26.4	21.5	7.9	16.5
町内会・自治会などに行くと役割が増えそうで気が重い	13.9	29.9	29.3	10.4	16.6
町内会・自治会などの活動をするのはやりがいを感じる	6.8	25.8	36.8	14.3	16.3
町内会・自治会では住民の互いの親睦が深まる	3.0	13.0	41.0	30.6	12.4
地域での人づきあいはわずらわしい	19.5	42.0	21.5	3.3	13.7
地域の人のことについては関心がない	18.8	36.7	24.8	4.2	15.6
地域の人々はよくあいさつをしている	1.6	7.6	36.7	44.9	9.2
地域の人々は日頃から互いに気遣ったり声をかけ合っている	2.6	17.2	39.7	31.0	9.5
地域の人たちと過ごす時間は楽しい	3.8	23.1	38.2	24.7	10.2
地域の人々は困った時は助けてくれる	4.5	20.3	45.0	20.1	10.1
暮らしの中で地域のつながりは必要だと思う	0.4	2.9	30.7	60.9	5.1

n=693

(前ページのつづき)

問 38-2 近所や町内会における行動について、あなた（あて名ご本人）のお考えにもっとも近いものをお選びください。

(下記項目にそれぞれあてはまる番号に○をおつけください。)

	思 ま わ た く な い	思 あ ま り な い	そ や や そ う 思 う	そ と と も 思 う	N A
身体の具合が悪そうな近所の高齢者には声をかける	2.2	7.2	44.2	36.4	10.1
近所の高齢者の顔を二、三日見ないときは声をかける	4.3	22.4	39.7	18.2	15.4
近所の高齢者の買い物やごみ出しなどを手助けする	7.9	20.8	35.9	16.9	18.5
高齢者に地域だよりなどの案内をするときは、ひと声かけて渡す	7.4	16.6	34.8	24.0	17.3
物音や人の気配が全くしない近所の家は状況を確認する	7.6	21.9	35.5	15.9	19.0
近所で見知らぬ人を見かけたら声をかける	16.0	33.3	22.4	9.8	18.5
近所に新しく引っ越してきた人には声をかける	8.8	21.8	36.8	17.6	15.0
近所の人からの相談に乗ったり、アドバイスをする	6.9	19.5	40.4	16.9	16.3
町内会・自治会の活動、奉仕活動などに参加する	6.2	17.3	34.5	28.9	13.1
近所の人が気楽に集まる場をつくる	7.1	20.1	35.1	21.1	16.7
周囲の住民に近所の集まりにできるように誘う	8.4	26.3	31.0	19.2	15.2
支援の必要な住民のことを町内会・自治会や役所などの会議で話し合う	8.4	22.2	33.2	18.0	18.2

n=693

問 38-3 地域づくりに関連する創造性や他の世代への関心について

(下記項目ごとにそれぞれあてはまる番号に○をおつけください。)

	思 ま わ た く な い	思 あ ま り な い	そ や や そ う 思 う	そ と と も 思 う	N A
困っている人を見ると、つい手助けしたくなる	1.3	6.6	48.3	34.1	9.7
悲しんでいる人を見たらなぐさめる	1.7	12.3	48.1	25.4	12.6
他人の面倒をよくみる	2.7	23.7	40.8	16.9	15.9
奉仕活動に、よろこんで参加する	4.2	22.2	37.7	21.4	14.6
相手の話に耳を傾ける	1.4	6.9	48.3	33.6	9.7
子どもの世話をよくする	6.1	25.3	36.4	11.8	20.5
次世代のために、環境汚染につながることをしないように極力努めている	1.2	6.1	32.0	48.9	11.8

n=693

問 38-4 地域にもっている印象について	思 ま わ な い	ま た く 思 わ な い	思 わ な い あ ま り	そ う 思 う や や	そ う 思 う と も	N A
(下記項目ごとにそれぞれあてはまる番号に○をおつけください。)						
私に必要なものは、この地域で手に入れることができる	4.3	24.8	40.0	18.3	12.6	
地域にいることによって、私に必要なものは満たされる	4.2	25.1	40.4	17.2	13.1	
私はこの地域の人間である	1.2	6.6	41.0	40.8	10.4	
私はこの地域で起こっている事がらについて、自分の意見を伝えることができる	5.6	25.8	39.4	15.2	14.0	
地域に住んでいる人々はお互いに上手にかかわり合っている	2.9	16.2	50.8	19.8	10.4	
地域に気持ちの上でつながりを感じる	3.6	17.9	49.4	18.8	10.4	
地域の人々と良いきずなががある	4.5	18.0	44.9	22.4	10.2	

n=693

問 39 あなた(あて名ご本人)は、平日の日中には、どのくらい外出されていますか。(○はひとつ)

52.8 ほぼ毎日	2.9 週に1日程度
27.0 一日おき程度	1.0 外出しない週もある
13.0 2~3日おき程度	0.1 外出しない、できない

NA=3.2 n=693

問 39-1 平日の外出の主な目的は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

5.2 仕事	17.0 身内の者と会う
88.4 買い物	20.3 ボランティア活動
50.0 散歩	62.5 通院やリハビリ
54.3 趣味活動	5.4 その他
47.6 友人・知人と会う	

NA=0.1 n=670

問 40 1回あたりの外出時間はどのくらいですか。(○はひとつ)

6.7 1時間未満	31.3 1~2時間未満	37.5 2~3時間未満	22.4 3時間以上
-----------	--------------	--------------	------------

NA=2.1 n=670

問 41 あなた(あて名ご本人)がふだん外出する手段は、どれですか。(あてはまるものすべてに○)

85.7 徒歩	11.3 タクシー
16.9 自転車	17.9 自分で運転する自動車・バイク
44.3 市営地下鉄	20.0 家族等が運転する自動車
39.3 私鉄	0.6 送迎サービス
34.5 JR	0.7 その他
77.3 バス	

NA=0.4 n=670

問 42 あなた(あて名ご本人)は、外出することについてどのようにお考えですか。
(あてはまるものすべてに○)

60.2 特に負担には感じない
9.8 外出は、なんとなくおっくうである・好きではない
14.3 行く場所や用事もないので外出したいとは思わない
3.2 外での楽しみがない
11.7 外出するより、家にいて過ごす方が好き
3.6 交通が不便なので、外出するのが負担に感じる
8.8 自宅の周りに坂や段差が多いので、外出するのが負担に感じる
6.1 トイレの心配(失禁など)があり、外出するのが負担に感じる
3.3 身体が不自由、あるいは健康面で不安なので、外出しようと思わない・したくてもできない
5.5 その他(具体的に)

NA=4.2 n=693

お住まいと環境についておうかがいします。

問 43 あなた(あて名ご本人)は、現在住んでいる環境で困っていることや不満な点はありませんか。(あてはまるものすべてに○)

15.0 スーパーやコンビニなどの買い物場所が近くにない	10.2 家族が近くにいない
27.6 家のまわりに階段や坂が多い	9.1 友人が近くにいない
6.5 家のまわりの道に歩道がない、狭い	6.5 参加したい地域活動グループがない
8.4 電車の駅やバス停が遠い	8.5 住民相互の助け合いが乏しい
16.9 バスの本数が少ない	4.8 公園や緑地が少ない
5.9 医療機関が近くにない	4.3 その他
9.8 暮らしや健康・福祉のことで利用できる(具体的に)	
施設や事業所(地域ケアプラザなど)が近くにない	30.7 困っていることはない

NA=10.0 n=693

問 44 あなた(あて名ご本人)は、介護サービスの利用と住まいについて、どのようにお考えですか。最も近いものをお選びください。(○はひとつ)

7.4 介護が必要になっても、介護サービスを利用せずに、家族などに介護してもらいながら、自宅で暮らしたい
52.2 介護が必要になったら、介護サービスを利用しながら、できるだけ自宅で暮らしたい
2.6 バリアフリー化された高齢者向け住宅などに住み替えて、在宅介護サービスを受けながら暮らしたい
3.0 日中、ケアの専門家が建物に常駐し、安否確認サービスと生活相談サービスを提供する、「サービス付き高齢者向け住宅」に入居したい
1.9 健康なうちから将来介護を受けられる老人ホームなどに入所したい
21.8 できる限り自宅で暮らしたいが、介護が必要になったら特別養護老人ホームなどの介護施設に入りたい
1.6 その他(具体的に)
4.3 わからない

NA=5.2 n=693

問 45 あなた（あて名ご本人）は、健康づくり、医療、介護などについて、どのようにして知識や情報を得ていますか。（あてはまるものすべてに○）

74.7 新聞・雑誌・書籍	10.7 認知症サポーター養成講座への参加
79.2 テレビ・ラジオ	19.9 自治会・町内会
9.2 インターネット	8.9 民生委員・児童委員
63.3 市や区の広報紙、パンフレット等	5.8 保健活動推進員
6.3 市（区）役所の相談窓口	28.6 家族・親族
40.8 かかりつけ医などの医療機関	36.5 友人・知人
6.8 市（区）社会福祉協議会	0.7 その他
32.6 地域包括支援センター（地域ケアプラザ）	0.7 知識や情報は得ていない
2.7 NPO（非営利）団体やボランティア団体	

NA=4.3 n=693

問 46 あなた（あて名ご本人）はどんな情報を必要としていますか。（あてはまるものすべてに○）

69.3 健康づくり	41.4 趣味・娯楽・生涯学習
35.9 介護保険	2.0 仕事
40.0 福祉サービス	19.9 年金
40.5 医療	14.9 税金・資産運用・相続
7.1 住まい	1.6 その他
15.7 ボランティア・地域活動	

NA=9.5 n=693

問 47 あなた（あて名ご本人）がふだんよく利用される公共的な施設はどれですか。（あてはまるものすべてに○）

22.1 区役所・福祉保健センター	19.3 公会堂・区民文化センター
6.9 行政サービスコーナー	24.5 図書館・美術館・博物館
44.9 地区センター・集会所	58.0 郵便局
41.0 地域ケアプラザ・地域包括支援センター	52.2 銀行・信用金庫などの金融機関
17.2 コミュニティハウス	1.7 その他
4.8 老人福祉センター	5.1 特に利用していない
11.7 スポーツセンター・プール	

NA=4.6 n=693

問 48 あなた（あて名ご本人）は、病院や診療所にどの程度通っていますか。（○はひとつ）

1.7 ほぼ毎日（週5日以上）	55.8 月1～2日くらい
8.8 週2～4日くらい	11.8 年に数日
13.7 週1日くらい	4.2 ほとんどあるいは全く通っていない

NA=3.9 n=693

介護保険制度についておうかがいします。

問 49 あなた（あて名ご本人）は介護保険制度についてどのようにお考えですか。（○はひとつ）

34.9 良いと思う	40.5 まあ良いと思う	9.7 あまり良くないと思う	2.6 良くないと思う
------------	--------------	----------------	-------------

NA=12.3 n=693

問 50 介護保険制度の良いところは、どのような点ですか。（あてはまるものすべてに○）

74.0 介護をする家族の負担が軽くなる	
30.9 自分でサービスや事業者を選べる	
4.2 サービスの質が良い	
7.2 在宅サービスの事業者が多い	
9.1 在宅サービスの種類が多い	
16.9 特別養護老人ホームや有料老人ホームなどの介護施設が増加している	
33.3 利用料の一部を負担すれば、受けたいサービスを受けられる	
7.6 その他（具体的に	）
6.5 特にない	

NA=9.1 n=693

問 51 介護保険制度の良くないところは、どのような点ですか。（あてはまるものすべてに○）

44.0 サービスの利用の仕方がよく分からない	
23.5 手続きが煩雑	
25.7 サービスのしくみが複雑	
3.6 サービスの質が良くない	
4.0 本来介護は家族が行うべきものと思う	
16.7 保険料を払っているのに利用したいサービスを利用できない	
24.7 保険料を徴収され経済的に負担	
10.1 利用料（一部負担）が高く経済的に負担	
26.3 サービスの利用が急速に増えて、制度が維持できるか不安	
10.8 その他（具体的に	）
7.1 特にない	

NA=12.7 n=693

問 52 あなた（あて名ご本人）の平成 25 年度の介護保険料の段階は次のうちどれですか。
横浜市からお送りしている、「保険料額決定通知」に記載されている段階に○をつけてください。
(○はひとつ)

番号に○	月額保険料		
2.2 第1段階	2,250円	・生活保護受給者または中国残留邦人等支援給付受給者 ・市民税非課税世帯かつ高齢福祉年金受給者	
6.2 第2段階	2,250円	本人が 市民税非 課税	同じ世帯に いる方全員 が市民税非 課税 本人の「公的年金等収入額」と「合計所得 金額」の合計が年間80万円以下の方 本人の「公的年金等収入額」と「合計所得 金額」の合計が年間120万円以下で、かつ 第2段階に属さない方 上記以外の方
6.2 第3段階	3,000円		
6.2 第4段階	3,250円		
6.2 第5段階	4,750円	本人が 市民税 課税	同じ世帯に 市民税課税 者がいる方 本人の「公的年金等収入額」と「合計所得 金額」の合計が年間80万円以下の方 上記以外の方
11.0 第6段階 (基準額)	5,000円		
7.6 第7段階	5,500円		
10.0 第8段階	6,250円	本人が 市民税 課税	本人の 合計所得 金額 150万円未満の方 150万円以上 250万円未満の方 250万円以上 350万円未満の方 350万円以上 500万円未満の方 500万円以上 700万円未満の方 700万円以上1,000万円未満の方 1,000万円以上の方
8.4 第9段階	7,500円		
3.2 第10段階	8,000円		
2.7 第11段階	9,250円		
1.9 第12段階	10,750円		
1.4 第13段階	12,250円		
4.5 わからない			

NA=13.4 n=693

問 52-1 現在支払っている介護保険料について、どのように感じていますか。(○はひとつ)

9.8 特に負担とは思わない	10.7 負担であり、支払うことが困難
67.1 負担であるが、支払うことが可能	5.3 わからない

NA=7.1 n=693

問 53 介護保険料は、市全体の介護サービスの利用状況や過去の実績などから、3年ごとに横浜市が決定しています。保険料の額は、介護サービスを充実させるほど高く、逆に保険料を抑えれば介護サービスの水準が下がるという関係にあります。介護保険のサービスと保険料の関係について、あなた（あて名ご本人）のお考えに最も近いものはどれですか。(○はひとつ)

14.1 保険料が今より高くなっても、施設や在宅サービスの量を増やす方がよい	→ 問 53-2へ
42.7 施設や在宅サービスの量は現状程度とし、保険料も現状程度とするのがよい	
8.7 サービスの量が低下しても、保険料は安い方がよい	
23.1 わからない	

NA=11.4 n=693

【問 53 で「1」とお答えの方におうかがいします。】

問 53-1 施設や在宅サービスの量が増えるのであれば、保険料の基準額（現在月 5,000 円）は、いくらが適当だと思いますか。(○はひとつ)

37.8 月 5,000円台	13.3 月 7,000円台	20.4 わからない
22.4 月 6,000円台	1.0 月 8,000円以上	

NA=5.1 n=98

【すべての方におうかがいします。】

問 53-2 現在の介護保険料は、世帯の課税状況及びご本人の所得額に応じて13段階（段階制）が設定されていますが、あなた（あて名ご本人）は保険料の段階についてどのようにお考えですか。(○はひとつ)

19.2 現在の13段階制のままが良い
12.8 現在よりも段階を増やし、きめ細やかな段階とする
26.7 国民健康保険や税金のように、所得額に応じて一定の割合（料率制）とする
31.2 わからない

NA=10.1 n=693

生活の経済面などについておうかがいします。

問 54 あなた（あて名ご本人）は、定期的な収入をどこから得ていますか。

(あてはまるものすべてに○)

92.4 公的年金や恩給	6.2 株式の配当	1.9 親族等からの仕送り
2.5 給与等	4.9 土地・家屋の家賃収入	2.6 その他()

NA=4.6 n=693

問 55 あなた（あて名ご本人）の貯蓄はおよそいくらですか。(○はひとつ)

10.1 50万円未満	6.5 400～500万円未満	3.9 1,500～2,000万円未満
5.5 50～100万円未満	3.8 500～600万円未満	4.5 2,000～3,000万円未満
6.2 100～200万円未満	3.0 600～700万円未満	5.3 3,000万円以上
6.9 200～300万円未満	10.7 700～1,000万円未満	6.3 わからない
5.8 300～400万円未満	11.5 1,000～1,500万円未満	

NA=10.0 n=693

問 56 あなた（あて名ご本人）の世帯全員の貯蓄の合計額はおよそいくらですか。(○はひとつ)

5.1 50万円未満	2.3 400～500万円未満	7.2 1,500～2,000万円未満
2.2 50～100万円未満	2.6 500～600万円未満	5.3 2,000～3,000万円未満
2.7 100～200万円未満	3.2 600～700万円未満	9.5 3,000万円以上
4.0 200～300万円未満	8.4 700～1,000万円未満	21.8 わからない
2.9 300～400万円未満	9.1 1,000～1,500万円未満	

NA=13.7 n=693

ご協力ありがとうございました

お名前、ご住所等は記入不要です。

同封の返信用封筒に入れて、切手を貼らずに投函してください。

※ 返信用封筒の郵便番号「231-8790」及びその下の番号「017」は、このアンケートを横浜市役所1か所に集めるための番号であり、個人を特定するためのものではありません。