

高齢期の暮らしについての調査（アンケート）ご協力のお願い

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、令和6年3月に「横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画」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、令和9年3月をめどに計画の改定を予定しております。これに先立ち、**介護保険の第2号被保険者となる年齢の市民のみなさま**にご意見をおうかが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、本年10月1日時点で40歳～64歳の方の中から、2,000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、質問数が多く、大変お手数をおかけしますが、ご回答いただきますようお願い申し上げます。

令和7年10月

横浜市 健康福祉局

【ご記入にあたってのお願い】

1 回答の方法

次のうち、どちらかをご選択ください。

①当調査票に直接記入

（鉛筆やボールペンで記入ください）



- ・返信用封筒に入れ投函（切手不要）
- ・令和7年10月31日（金）〆切

※封筒に名前や住所などは一切書かずにご返送ください。

②WEBで回答



右の二次元コードを読み取り

令和7年10月31日（金）までに回答

ログインID： ●●●●

パスワード： ●●●●

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。

※WEB 回答いただきましたのち、

当調査票・返信用封筒は破棄ください。

3 アンケートの回答者（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思を反映して、ご記入くださるようお願いいたします。

4 返送いただいた回答・WEB 回答について

横浜市では、オープンデータ化を推進しており、ご回答いただいた内容は、個人が特定されないよう統計的に処理した上で公表します。（なお、研究・調査等を目的として、学術機関等に対し個別の協定等に基づき、不要な項目を削除した上で提供する場合があります。）

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。

【アンケートのお問合せ先】

調査受託会社：日本能率協会総合研究所（横浜市高齢者実態調査事務局）

電話：0120-550-156（月曜日～金曜日の10～17時まで（祝日・12～13時を除く））

メールアドレス：fir2@jmar.co.jp

あなた自身のことについて

問1 この調査票を記入するのはどなたですか。(〇はひとつ)

- | | | |
|--------|--------|--------|
| 1. ご本人 | 2. ご家族 | 3. その他 |
|--------|--------|--------|

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)

- | |
|--------------------------------------|
| 1. 市内のご自宅
(市内の親族等の家・ショートステイ利用者含む) |
|--------------------------------------|

問3へお進みください

- | |
|------------------------------------|
| 2. 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。

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)

※選択することに違和感のある場合は回答不要です。

- | | |
|-------|-------|
| 1. 男性 | 2. 女性 |
|-------|-------|

問4 あなた(あて名ご本人)の年齢(令和7年10月1日現在)をお答えください。(〇はひとつ)

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. 40～44歳 | 3. 50～54歳 | 5. 60～64歳 |
| 2. 45～49歳 | 4. 55～59歳 | |

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)

- | | | | | |
|--------|---------|---------|-----------|--------|
| 1. 青葉区 | 5. 神奈川区 | 9. 栄区 | 13. 戸塚区 | 17. 緑区 |
| 2. 旭区 | 6. 金沢区 | 10. 瀬谷区 | 14. 中区 | 18. 南区 |
| 3. 泉区 | 7. 港南区 | 11. 都筑区 | 15. 西区 | |
| 4. 磯子区 | 8. 港北区 | 12. 鶴見区 | 16. 保土ケ谷区 | |

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。(〇はひとつ)

※ 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。

- | | | | |
|----------|-------------|-------------|----------|
| 1. 10年未満 | 2. 10～20年未満 | 3. 20～30年未満 | 4. 30年以上 |
|----------|-------------|-------------|----------|

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。（○はひとつ）

- | | |
|---------------------------|--------------|
| 1. ひとり暮らし → 問7-2へ | 4. 親と同居 |
| 2. 夫婦二人暮らし → 問7-2へ | 5. 親及び子などと同居 |
| 3. 子や孫などと同居 | 6. その他 |

【問7で「3」～「6」と回答した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○）

- | | | | |
|----------|----------|------------|--------|
| 1. 子 | 3. 孫 | 5. 配偶者 | 7. その他 |
| 2. 子の配偶者 | 4. 兄弟・姉妹 | 6. 親・配偶者の親 | |

【問7で「1」「2」と回答した方におうかがいします。】

問7-2 一番近くに住んでいる家族・親族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。（○はひとつ）

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| 1. 10分未満 | 3. 30分～1時間未満 | 5. 2時間以上 |
| 2. 10～30分未満 | 4. 1～2時間未満 | 6. 家族・親族はいない |

住まいと暮らしについて

【すべての方におうかがいします。】

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。（○はひとつ）

- | | |
|--------------------------|------------------|
| 1. 一戸建て住宅（持ち家・借地に持ち家も含む） | 6. 一戸建て（民間賃貸） |
| 2. マンション（持ち家） | 7. 高齢者向け優良賃貸住宅 |
| 3. 公営住宅（県営・市営） | 8. サービス付き高齢者向け住宅 |
| 4. 公的賃貸住宅（UR、住宅供給公社） | 9. 有料老人ホーム |
| 5. アパート、マンション（民間賃貸） | 10. その他（ ） |

問9 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○）

- | | | |
|------------|---------------|-----------------|
| 1. 公的年金や恩給 | 4. 土地・家屋の家賃収入 | 7. 定期的な収入は得ていない |
| 2. 給与等 | 5. 親族等からの仕送り | |
| 3. 株式の配当 | 6. その他（ ） | |

問 10 あなた（あて名ご本人）の年収（年金含む）をお答えください。（○はひとつ）

- | | | |
|----------------|-----------------|-------------------|
| 1. 50万円未満 | 6. 250～300万円未満 | 11. 600～700万円未満 |
| 2. 50～100万円未満 | 7. 300～350万円未満 | 12. 700～800万円未満 |
| 3. 100～150万円未満 | 8. 350～400万円未満 | 13. 800～900万円未満 |
| 4. 150～200万円未満 | 9. 400～500万円未満 | 14. 900～1,000万円未満 |
| 5. 200～250万円未満 | 10. 500～600万円未満 | 15. 1,000万円以上 |

問 11 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。（○はひとつ）

- | | | |
|----------------|-----------------|-------------------|
| 1. 50万円未満 | 6. 250～300万円未満 | 11. 600～700万円未満 |
| 2. 50～100万円未満 | 7. 300～350万円未満 | 12. 700～800万円未満 |
| 3. 100～150万円未満 | 8. 350～400万円未満 | 13. 800～900万円未満 |
| 4. 150～200万円未満 | 9. 400～500万円未満 | 14. 900～1,000万円未満 |
| 5. 200～250万円未満 | 10. 500～600万円未満 | 15. 1,000万円以上 |

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。（○はひとつ）

- | | | |
|-------------|----------|----------|
| 1. 大変ゆとりがある | 3. 普通 | 5. 大変苦しい |
| 2. ややゆとりがある | 4. やや苦しい | |

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。（○はひとつ）

- | | |
|------------------|-----------------------|
| 1. ほぼ毎日仕事をしている | 4. 仕事をしているが頻度は決まっていない |
| 2. 週に2～3日仕事をしている | 5. 仕事はしていない |
| 3. 月に数日仕事をしている | 6. 仕事はしたいが働いていない |

【 問 13 で「1」～「4」と回答した方におうかがいします。】

問 13－1 仕事をしている最も大きな理由は何ですか。（○はひとつ）

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1. 生活費を得るため | 6. 社会の役に立てるから |
| 2. 経済的に余裕が欲しいから | 7. 友人が欲しいから |
| 3. 健康に良いから | 8. 仕事の都合でやめることができないから |
| 4. 生活に張りやリズムができるから | 9. その他（ ） |
| 5. 同居している子どもに収入がないため | |

【問13で「5」「6」に回答した方におうかがいします。】

問13-2 今後、仕事を探そうとする場合に、どのような支援があると助かりますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 仕事を探すことは考えていない | 4. 面接や履歴書の書き方の指導 |
| 2. 自分にあう仕事を紹介して欲しい | 5. 働くことのへの不安や悩みの相談 |
| 3. 働くための準備を支援して欲しい | 6. 就労を継続するための支援 |
| (生活リズム、体力づくりなどの支援) | 7. その他() |

【すべての方におうかがいします。】

問14 介護の分野で働きたい(またはボランティアをしたい)と思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|---------------------------|
| 1. 既に介護の分野で仕事やボランティアをしている |
| 2. 今後、介護の分野で仕事をしたい |
| 3. 今後、介護の分野でボランティアをしたい |
| 4. 介護の分野に関心はあるが、今は考えていない |
| 5. 介護の分野の仕事やボランティアに関心がない |
| 6. その他() |

問15 介護職に対するイメージとしてあてはまるものを選択してください。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------------------|----------------|
| 1. 社会的に意義がある | 7. 体力的・精神的にきつい |
| 2. やりがいがある | 8. 感染症等の不安がある |
| 3. 自分自身が成長できる | 9. 給与水準が低い |
| 4. 資格を活かすことができる | 10. 将来に不安がある |
| 5. 不況であっても安定している | 11. その他() |
| 6. 介護ロボットの活用や技術の進展で年齢を重ねても働き続けられる | |

心と体の健康について

問16 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。

(○はひとつ)

- | | | | |
|----------|-----------|-------------|----------|
| 1. とても健康 | 2. まあまあ健康 | 3. あまり健康でない | 4. 健康でない |
|----------|-----------|-------------|----------|

問17 3年前の2022年と比べて、あなたの生活状況におきた変化としてあてはまるものをお答えください。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. 気分が落ち込むことが多くなった | 5. 友人・知人が少なくなった |
| 2. 体力や筋力が落ちた | 6. 引越しをした |
| 3. 医療機関に通院するようになった | 7. あてはまるものはない |
| 4. ケガや病気のために入院した | |

問 18 あなた（あて名ご本人）の現在の状況に最も近いものをお選びください。（○はひとつ）

- | |
|--|
| 1. 大きな病気や障害もなく、日常生活は自分で行える |
| 2. 日常生活はほぼ自立しており、ひとりで外出できる |
| 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 |
| 4. 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 |
| 5. 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 |

問 19 あなたには、健康について気軽に相談できる「かかりつけ医」がいますか。
（○はひとつ）

- | | | |
|-------|--------|----------|
| 1. いる | 2. いない | 3. わからない |
|-------|--------|----------|

問 20 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○）

- | | |
|---------------------------------|------------------------------|
| 1. 自分の健康のこと | 7. 安心して住める場所がないこと |
| 2. 家族・親族の健康のこと | 8. 趣味や生きがいがないこと |
| 3. 病気などの時に面倒を見てくれる人がいないこと | 9. 時間的なゆとりがないこと |
| 4. ひとり暮らしや孤独になること | 10. 精神的なゆとりがないこと |
| 5. 生活費等経済的なこと | 11. その他 |
| 6. 自分が経済的に支えている家族の将来の生活が心配であること | 12. 心配ごとや悩みはない → 問21へ |

【問 20 で「1」～「10」と回答した方におうかがいします。】

問 20－1 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、誰に（どこで）話を聞いてもらったり、相談をしたりしますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|--------------|------------------------|
| 1. 配偶者 | 7. 民生委員・児童委員 |
| 2. 子ども | 8. 市や区の相談窓口 |
| 3. その他の家族・親族 | 9. 地域包括支援センター（地域ケアプラザ） |
| 4. 友人・知人 | 10. かかりつけの医師 |
| 5. となり近所の人 | 11. その他 |
| 6. 自治会や町内会の人 | 12. 相談したりする人はいない |

【 すべての方におうかがいします。】

問 21 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○）

1. 高血圧症	13. 泌尿器の病気（腎臓病、前立腺肥大など）
2. 脂質異常症（高コレステロール血症、中性脂肪など）	14. がん
3. 糖尿病	15. 呼吸器の病気（ぜん息、慢性閉塞性肺疾患（COPD）など）
4. 動脈硬化症	16. 耳の病気（難聴など）
5. 腰痛症	17. 鼻の病気
6. 関節症（膝・股関節など）	18. お口の病気（むし歯、歯周病、入れ歯など）
7. リウマチ	19. 骨折・外傷
8. 骨粗しょう症	20. 認知症
9. 脳血管疾患（脳出血、脳梗塞など）	21. 心の病気
10. 狭心症・心筋梗塞	22. その他
11. 目の病気（白内障など）	23. 特にない
12. 消化器の病気（胃炎、肝炎など）	

【 問 22 は 55 歳～64 歳の方におうかがいします。55 歳未満の方は問 23 にお進みください。】

問 22 次の各項目について、それぞれ「はい（している）」、「いいえ（していない）」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 (している)	いいえ (していない)
	↓	↓
① バスや電車で、一人で外出していますか……………	1	2
② 日用品の買い物をしていますか……………	1	2
③ 預貯金の出し入れをしていますか……………	1	2
④ 友人の家を訪ねていますか……………	1	2
⑤ 家族や友人の相談にのっていますか……………	1	2
⑥ 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか……………	1	2
⑦ 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	2
⑧ 15 分位続けて歩いていますか……………	1	2
⑨ この 1 年間に転んだことがありますか……………	1	2
⑩ 転倒に対する不安は大きいですか……………	1	2
⑪ 6 ヶ月間で 2 kg～3 kg 以上の体重減少がありましたか……………	1	2
⑫ 身長、体重を記載してください		
	身長（ _____ , _____ cm） 体重（ _____ , _____ kg）	
⑬ 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか……………	1	2

⑭ お茶や汁物等でむせることがありますか……………	1	2
⑮ 口の渇きが気になりますか……………	1	2
⑯ 週に1回以上は外出していますか……………	1	2
⑰ 昨年と比べて外出の回数が減っていますか……………	1	2
⑱ 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	2
⑲ 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	2
⑳ 今日が何月何日かわからない時がありますか……………	1	2
㉑ (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない……………	1	2
㉒ (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	2
㉓ (ここ2週間) 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	1	2
㉔ (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない……………	1	2
㉕ (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする……………	1	2
㉖ (過去1年間) 聴力検査を受けた (聞こえのチェックリスト等によりご自身で検査した場合も含む)	1	2
㉗ 耳が聞こえにくいことがありますか……………	1	2
㉘ 補聴器を持っていますか……………	1	2

【すべての方におうかがいします。】

問 23 あなたが複数人で、月に1回以上行っている取り組みや活動はありますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 知識や技能を活かせる活動	5. 共通の趣味嗜好を持つ人との交流
2. 楽しめる活動	6. 気分転換やストレス解消のための活動
3. 社会への貢献度の高い活動	7. 健康維持のための活動
4. 近所の住民との交流	8. あてはまるものはない → 問24へ

【問 23 で「1」～「7」と回答した方におうかがいします。】

問 23-1 あなたはどのような活動に取り組んでいますか。問 23 で回答した活動にあてはまる場を全てお答えください。(あてはまるものすべてに○)

1. 行政や地域ケアプラザ等が主催する教室やイベントなどの活動
2. NPO やボランティア団体の活動
3. 自治会などの住民組織の活動
4. 有料の民間サービス (フィットネスクラブなど)
5. 仲間同士の集まり
6. その他 ()

地域生活について

【 すべての方におうかがいします。】

問 24 あなたの暮らしの考え方としてあてはまるものをお選びください。

	まったく、あてはまらない	まあまあ、あてはまらない	やや、あてはまる	非常にあてはまる
(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。)				
① 社会や地域に貢献したい	1	2	3	4
② 食事の際の雰囲気やコミュニケーションは大切だ	1	2	3	4
③ 人付き合いより、自分の時間を優先している	1	2	3	4
④ 色々な人とのつながりを大切にしていきたい	1	2	3	4
⑤ 健康を維持するための最新の情報を、日々収集している	1	2	3	4
⑥ 1人で趣味に没頭できる時間が欲しい	1	2	3	4
⑦ 健康を維持するだけでなく、より良い状態になるため努力している	1	2	3	4
⑧ 近所付き合いや、地域の行事を大切にしている	1	2	3	4
⑨ 平凡で良いので、好きなことだけして暮らしたい	1	2	3	4
⑩ 友人が多いと幸せを感じられる	1	2	3	4
⑪ 体重や血圧、歩数などの健康情報を毎日記録・管理している	1	2	3	4
⑫ 日頃の生活で疲れた心身を癒したい	1	2	3	4
⑬ 産地や成分表示をよく確認し、できるだけ安全な食品を選ぶ	1	2	3	4
⑭ 年に1回、健康診断を受けている	1	2	3	4

問 25 あなた（あて名ご本人）は、ふだん、近所の人とどの程度の付き合いをしていますか。
(○はひとつ)

1. 親しく付き合っている	4. 付き合いはほとんどない →	問25-1へ
2. 立ち話をする程度	5. わからない	
3. あいさつをする程度		

【問25で「4」と回答した方におうかがいします。】

問25-1 付き合いがほとんどない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 1. 普段付き合う機会がないから | 5. 引っ越してきて間もないから |
| 2. あまり関わりをもちたくないから | 6. 同世代の人が近くにいないから |
| 3. 気の合う人が近くにいないから | 7. その他 |
| 4. 仕事や家事などで忙しく時間がない | 8. 特に理由はない |
| | 9. わからない |

【すべての方におうかがいします。】

問26 ふだんの日、主にどのようなことをして過ごすことが多いですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|---------------------|--------------------|------------------|
| 1. テレビ・ラジオ | 6. 軽い運動やスポーツ | 11. インターネット・メール |
| 2. 新聞、雑誌など | 7. 飲食・ショッピング | 12. 学習活動 |
| 3. 趣味・娯楽 | 8. 日帰りの行楽(ハイキングなど) | 13. 仕事 |
| 4. 家族・孫とのだんらん | 9. ドライブ | 14. 家事・育児 |
| 5. 仲間と集まって、おしゃべりをする | 10. ボランティア活動・地域活動 | 15. その他 |
| | | 16. 何もしないでのんびりする |

問27 あなた(あて名ご本人)はこの1年間に、個人・団体で次のような地域活動やボランティアに参加したことがありますか(手伝いも含む)。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------------|------------------------------|
| 1. 美術や音楽などの文化活動 | 7. サロン、会食、茶話会等の地域の集いの活動 |
| 2. ジムやランニングなどのスポーツ活動 | 8. 保育の手伝い等の子育て支援活動 |
| 3. 学習会、子ども会の活動、郷土芸能の伝承等の活動 | 9. 祭りなど地域の催し物の世話役等の地域行事 |
| 4. 環境美化、緑化推進、まちづくり等の活動 | 10. 自治会町内会の活動・行事 |
| 5. 交通安全、防犯・防災等の活動 | 11. その他() |
| 6. 家事援助、移送等の高齢者の支援活動 | 12. 全く参加していない→ 問27-2へ |

【問27で「1」～「11」のいずれかに回答した方におうかがいします。】

問27-1 地域活動やボランティアに参加した主なきっかけや理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| 1. 家族のアドバイスや一言 | 8. 内容が楽しそうだったから |
| 2. 友人・知人からのアドバイスや一言 | 9. 自分の能力を活かせると思ったから |
| 3. とより近所の人からのアドバイスや一言 | 10. 健康でいたいから |
| 4. 市の広報紙や回覧板などの情報から | 11. 地域や社会に貢献したいから |
| 5. 医師等の医療の専門家からの助言 | 12. 以前からの習慣で、自発的に |
| 6. ケアマネジャー等の福祉・介護の専門家からの助言 | 13. その他 |
| 7. 新聞やテレビ等のマスコミの情報から | |

【問27で「12」と回答した方におうかがいします。】

問27-2 その理由は何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1. 仕事をしているため | 6. ずっと続けていけるか不安に思うため |
| 2. 介護等で忙しいため | 7. 面倒だから |
| 3. 家事等で忙しいため | 8. 持病など、身体状況のため |
| 4. 情報がなく、参加の仕方が分からないから | 9. その他() |
| 5. 自分にどのような活動ができるか分からないから | 10. 特に理由はない |

【すべての方におうかがいします。】

問28 次のうち、参加・利用してみたいと思うものは何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|---|
| 1. ウォーキングや体操教室など健康維持のための活動を行う場 |
| 2. 仲間と話をしたり趣味の活動を行うサロン等の場 |
| 3. 文化(書道、俳句等)、芸術(絵画、美術鑑賞等)を中心とした仲間と集まる場 |
| 4. パソコンやインターネットなどの学習ができる場 |
| 5. 農作業を中心とした仲間との活動の場 |
| 6. 仕事等の知識や経験を活かしたボランティア
(ア～カの中からあてはまるものすべて選択)
ア ニーズ把握や課題整理、事業計画の策定
イ 業務の棚卸(洗い出し、整理する)、マニュアルの作成
ウ チラシの作成など広報の支援
エ 各種報告書の作成や会計・経理などの事務補助
オ オンラインツール等の活用支援
カ 地域活動団体の運営基盤の強化につながるような支援活動 |
| 7. 地域貢献となるボランティア
(ア～コの中からあてはまるものすべて選択)
ア 学校で子ども達の活動をサポートする機会
イ 子育て中の母親と交流を持ち、子育てのサポートをするサロン等の場
ウ 子ども達に勉強や自分の趣味・特技を教える機会
エ 障害者との交流の場
オ 高齢、障害者施設などでのボランティア活動
カ 買い物支援や、庭木の手入れなどのちょっとしたボランティア活動
キ 地域に住んでいる外国人の方の支援活動
ク 送迎・配達などの運転
ケ 話し相手
コ その他 |
| 8. 社会参加など、セカンドライフの充実に向けた高齢者のための相談窓口 |
| 9. その他() |
| 10. 特にない |

問 29 地域に対する愛着や考え方について、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）

	まったく思わない	あまり思わない	ややそう思う	とてもそう思う
（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。）				
① 地域の一員とは感じられない	1	2	3	4
② 町内会・自治会などに行くと役割が増えそうで気が重い	1	2	3	4
③ 地域での人づきあいはわずらわしい	1	2	3	4
④ 地域の人のことについては関心がない	1	2	3	4
⑤ 地域の人々同士でよくあいさつをしている	1	2	3	4
⑥ 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	1	2	3	4
⑦ 地域の人たちと過ごす時間は楽しい	1	2	3	4
⑧ 地域の人々は困った時は助けてくれる	1	2	3	4

問 30 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）

1. 毎日	5. 週に 1 日程度
2. ほぼ毎日	6. 外出しない週もある
3. 一日おき程度	7. 外出しない、できない → 問 31 へ
4. 2～3 日おき程度	

【問 30 で「1」～「6」のいずれかに回答した方におうかがいします。】

問 30－1 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○）

1. 仕事	6. 友人・知人と会う
2. 買い物	7. 身内の者と会う
3. 散歩	8. ボランティア活動
4. 趣味活動	9. 通院やリハビリ
5. 地域活動 （地域のイベントや行事への参加・協力）	10. その他

問 30－2 平日の外出時間はどのくらいのことが多いですか。（○はひとつ）

1. 1 時間未満	2. 1～2 時間未満	3. 2～3 時間未満	4. 3 時間以上
-----------	-------------	-------------	-----------

【問30で「1」～「6」のいずれかに回答した方におうかがいします。】

問30-3 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○）

- | | |
|----------|-------------------|
| 1. 徒歩 | 7. 金沢シーサイドライン |
| 2. 自転車 | 8. タクシー |
| 3. 市営地下鉄 | 9. 自分で運転する自動車・バイク |
| 4. 私鉄 | 10. 家族等が運転する自動車 |
| 5. JR | 11. 送迎サービス |
| 6. バス | 12. その他 |

【すべての方におうかがいします。】

問31 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○）

- | |
|--|
| 1. 特に負担には感じない |
| 2. 外出は、なんとなくおっくうである・好きではない |
| 3. 行く場所や用事もないので外出したいとは思わない |
| 4. 外での楽しみがない |
| 5. 外出するより、家にいて過ごす方が好き |
| 6. 交通が不便なので、外出するのが負担に感じる |
| 7. 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 |
| 8. 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 |
| 9. 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 |
| 10. その他（ ） |

問32 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○）

- | | |
|--|----------------------|
| 1. スーパーやコンビニなどの買い物場所が近くにない | 8. 家族が近くにいない |
| 2. 家のまわりに階段や坂が多い | 9. 友人が近くにいない |
| 3. 家のまわりの道に歩道がない、狭い | 10. 参加したい地域活動グループがない |
| 4. 電車の駅やバス停が遠い | 11. 住民相互の助け合いが乏しい |
| 5. バスの本数が少ない | 12. 公園や緑地が少ない |
| 6. 医療機関が近くにない | 13. その他（ ） |
| 7. 暮らしや健康・福祉のことで利用できる施設や事業所（地域ケアプラザなど）が近くにない | 14. 困っていることはない |

問33 あなたが日常生活における買い物（食品・日用品等）で、利用する手段はどれですか。

（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---|--------------------|
| 1. 店舗に行く | 4. その他のオンラインショッピング |
| 2. 移動販売を利用する | 5. その他（ ） |
| 3. 宅配サービス（地域のスーパーマーケットや生活協同組合などから商品を配送するサービス） | |

問 34 あなたが日常生活における買い物（食品・日用品等）をする場合は、どの方法が多いですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 自分で行く（手配する） | 5. 介護ヘルパーなどに頼む |
| 2. 家族に頼む | 6. 家事代行サービスを利用する |
| 3. 友人・知人に頼む | 7. その他（ ） |
| 4. 地域のボランティアに頼む | |

問 35 あなた（あて名ご本人）は、老人福祉センターを利用したことがありますか。利用したことがある場合はこの1年間の利用頻度を教えてください。（○は1つ）

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. これまで利用したことが1度もない | 6. 月に1回程度、利用している |
| 2. この1年間は利用していない | 7. 月に2回程度、利用している |
| 3. 年に1回程度、利用している | 8. 週に1回程度、利用している |
| 4. 半年に1回程度、利用している | 9. 週に2～4回程度、利用している |
| 5. 2～3カ月に1回程度、利用している | 10. 週に5～7回程度、利用している |

【問35で「1」もしくは「2」（利用していない）と回答した方におうかがいします。】

問 35-1 老人福祉センターを利用したことがない理由を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------------------|-----------------|
| 1. 施設のことを知らない | 5. 他の施設で用が足りる |
| 2. 忙しくて利用する時間がない | 6. 自分が行く場所と思わない |
| 3. 利用したいサービス（趣味の教室、講座、イベント等）や設備がない | 7. その他 |
| 4. 立地が悪く不便 | 8. 関心がない |

【問35で「3」から「10」のいずれか（利用している）と回答した方におうかがいします。】

問 35-2 老人福祉センターの利用目的を教えてください。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1. 健康づくり・介護予防のプログラム | 6. 浴場・シャワー室 |
| 2. 教養講座 | 7. 談話室などのフリースペース |
| 3. 趣味活動や娯楽 | 8. 健康相談などの各種相談 |
| 4. サークル活動 | 9. その他 |
| 5. 図書コーナー | |

【すべての方におうかがいします。】

問 36 あなた（あて名ご本人）は、老人福祉センターにどのような機能・設備が必要だと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------|-------------------|
| 1. 健康づくり・介護予防のプログラムの提供 | 8. 食事の場の提供 |
| 2. トレーニング・フィットネスマシン設備 | 9. 買い物の場の提供 |
| 3. eスポーツの場の提供 | 10. 図書コーナー |
| 4. 教養講座の提供 | 11. 浴場・シャワー室 |
| 5. 趣味活動や娯楽の場の提供 | 12. 談話室などのフリースペース |
| 6. サークル活動の場の提供 | 13. わからない |
| 7. 多世代交流の場の提供 | 14. 特にない |

問 37 あなた（あて名ご本人）は、老人福祉センターをより活性化するために何が必要だと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------|------------------|
| 1. 設備の充実 | 5. 施設や実施内容の周知・広報 |
| 2. 講座やプログラムの充実 | 6. 今のままで良い |
| 3. 他の施設との複合化 | 7. その他（ ） |
| 4. 利便性の確保 | 8. わからない |

介護予防について

問 38 あなた（あて名ご本人）は、普段から介護予防のためにご自分の健康の維持・増進を意識していますか。 (○はひとつ)

1. 強く意識している 2. 意識している 3. あまり意識していない 4. ほとんど意識していない

問 39 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○）

1. 栄養バランスや、かむ回数に気をつけて食事をしている
2. 口の中を清潔にしている（歯みがき、うがいなど）
3. 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
4. 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
5. 定期的な運動をするために、よこはまウォーキングポイントの歩数計やスマホアプリで歩数を確認している
6. 規則的な生活を心がけている（夜更かしをしないなど）
7. たばこをやめた、または吸っていない
8. お酒を飲みすぎない
9. 読み書きや計算など、頭を使う作業に取り組んでいる
10. 地域活動やボランティア活動に参加する
11. 趣味や学習を楽しむ
12. 掃除や洗濯、調理など、自分でできることは自分でする
-
13. 年1回は健康診断を受けている
14. 年1回は歯科健診を受けている
15. かかりつけの医師（主治医）に定期的に診てもらっている
16. かかりつけの歯科医師に定期的に診てもらっている
17. 気持ちをできる限り明るく保っている
18. 休養や睡眠を十分にとっている
19. その他
20. 特にない →

問 39-2 へ

→【問39で「1」～「12」のいずれかに回答した方におうかがいします。】

問 39-1 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○)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 家族のアドバイスや一言 | 6. 具体的に症状が現れたので |
| 2. 友人・知人からのアドバイスや一言 | 7. 検査の結果（数字など）が気になって |
| 3. となり近所の人からのアドバイスや一言 | 8. 新聞やテレビなどのマスコミの情報から |
| 4. 市の広報紙や回覧板などの情報から | 9. 以前からの習慣で、自発的に |
| 5. 医師等の専門家からの指導や助言 | 10. その他 |

【問39で「20」と回答した方におうかがいします。】

問 39－2 今後、健康や介護予防に取り組みたいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------|---------------|
| 1. もう少し歳をとったら取り組みたい | 3. その他 () |
| 2. きっかけがあれば取り組みたい | 4. 取り組むつもりはない |

【すべての方におうかがいします。】

問 40 あなた(あて名ご本人)は、以下の言葉の意味を知っていますか。

(それぞれ○はひとつ)

	言葉も意味・内容も知っている	言葉は聞いたことがあるが意味・内容は知らない	知らない
(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。)			
① ロコモティブシンドローム	1	2	3
② 元気づくりステーション	1	2	3
③ フレイル	1	2	3
④ オーラルフレイル	1	2	3

認知症について

問 41 あなた(あて名ご本人)は、認知症について、どの程度関心がありますか。

(○はひとつ)

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. とても関心がある → 問 41-1 へ | 3. あまり関心がない → 問 41-2 へ |
| 2. まあまあ関心がある → 問 41-1 へ | 4. まったく関心がない → 問 41-2 へ |
| | 5. 初めて聞いた → 問 42 へ |

【問41で「1」、「2」と回答した方におうかがいします。】

問 41－1 それはどのような理由からですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| 1. 自分や自分の家族が認知症になるかもしれないから | 4. 身近な地域、職場などで認知症になった人がいるから |
| 2. 自分の家族に認知症になった人がいるから | 5. 福祉や介護に関連した仕事をしているから |
| 3. 知人や知人の家族で認知症になった人を知っているから | 6. その他 |

【問41で「3」、「4」と回答した方におうかがいします。】

問 41－2 それはどのような理由からですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|---------------------------|
| 1. 自分や自分の家族は認知症にならないと思うから |
| 2. 認知症についての情報を得る機会が普段ないから |
| 3. 認知症のことなどはできれば考えたくないから |
| 4. その他 |

問 42 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○）

- 問 43 あなた（あて名ご本人）が認知症について、気になる項目は何ですか。
（あてはまるものすべてに○）

- 問 44 あなた（あて名ご本人）は 65 歳未満で発症する「若年性認知症」のことを知っていますか。（○はひとつ）

- 問 45 あなた（あて名ご本人）は、認知症に関する情報を何から入手していますか。
（あてはまるものすべてに○）

- 問 46 あなた（あて名ご本人）は、あなたやご家族が認知症になった時の相談先を知っていますか。 （○はひとつ）

- 市民一般

【問46で「1. 知っている」と回答した方におうかがいします。】

問46-1 相談先として知っているものをお選びください。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1. 区役所（福祉保健センター） | 6. 認知症コールセンター |
| 2. 地域包括支援センター（地域ケアプラザ） | 7. 若年性認知症支援コーディネーター |
| 3. 市・区社会福祉協議会 | 8. 民生委員・児童委員 |
| 4. かかりつけ医（病院・診療所） | 9. ケアマネジャー（介護支援専門員） |
| 5. 認知症疾患医療センター | 10. 家族会 |
| | 11. その他（ ） |

【すべての方におうかがいします。】

問47 認知症に関する取組について知っているものをお選びください。

（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|--------------------------------|-----------------------|
| 1. 認知症サポーター養成講座（認知症サポーターキャラバン） | 5. 認知症高齢者等 SOS ネットワーク |
| 2. 認知症カフェ | 6. 認知症高齢者等見守りシール |
| 3. 介護者のつどい | 7. もの忘れ検診 |
| 4. 認知症疾患医療センター | 8. 知っているものはない |

介護について

問48 あなた（あて名ご本人）は、ご家族などの介護をしていますか。（○はひとつ）

- | | |
|---------------------------------------|----------|
| 1. 現在、在宅で家族の介護をしている | → 問48-1へ |
| 2. 現在、介護施設に入所している家族がいる | → 問48-8へ |
| 3. 現在は介護していないが、今後介護する立場になる可能性が高い | → 問49へ |
| 4. 現在介護をしていないし、今後も介護する立場になる可能性はほとんどない | → 問49へ |

【問48-1～48-7は、問48で「1」と回答した方におうかがいします。】

問48-1 どなたの介護をしていますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | | | | |
|----------|--------|------|----------|--------|
| 1. 兄弟・姉妹 | 2. 配偶者 | 3. 親 | 4. 配偶者の親 | 5. その他 |
|----------|--------|------|----------|--------|

問48-2 介護がご自身の仕事に影響していますか。（○はひとつ）

- | |
|------------------------|
| 1. 介護が理由で仕事を辞めた（転職は除く） |
| 2. 介護が理由で仕事の時間を調整している |
| 3. 介護が理由で転職した |
| 4. その他（ ） |
| 5. 特に影響はない |
| 6. 仕事はしていない |

問 48－3 在宅での介護について、困ったり、負担に感じていることはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

<p>【意思疎通について】</p> <p>1. 本人に正確な症状を伝えるのが難しい</p> <p>2. 本人に現在の状況を理解してもらうのが難しい</p> <p>3. 来客にも気を遣う</p> <p>4. 本人の言動が理解できないことがある</p> <p>5. 本人に医療機関の受診を勧めても同意してもらえない</p> <p>【介護の仕方について】</p> <p>6. 適切な介護方法がわからない</p> <p>7. 外出中に道に迷うため目が離せない</p> <p>8. 他の家族等に介護を協力してもらえない</p> <p>9. 誰に、何を、どのように相談すればよいか、わからない</p> <p>10. 日中、家を空けるのを不安に感じる</p> <p>11. 介護を家族等他の人に任せてよいか、悩むことがある</p> <p>12. 介護の方針などについて、家族・親戚との意見が合わない</p> <p>13. 介護することに対して、周囲の理解が得られない</p>	<p>【サービス利用について】</p> <p>14. サービスを思うように利用できない、サービスが足りない</p> <p>15. サービスを利用したら本人の状態が悪化した(ことがある)</p> <p>16. サービス事業者やケアマネジャーとの関係がうまくいかない</p> <p>【介護者ご自身のことについて】</p> <p>17. 自分の用事・都合をすませることができない</p> <p>18. 身体的につらい(腰痛や肩こりなど)</p> <p>19. 精神的なストレスがたまっている</p> <p>20. 睡眠時間が不規則になり、健康状態がおもわしくない</p> <p>21. 先々のことを考える余裕がない</p> <p>22. 経済的につらいと感じるときがある</p> <p>23. 仕事と介護の両立が困難</p> <p>24. 育児・家事と介護の両立が困難</p> <p>【その他】</p> <p>25. その他()</p> <p>26. 特に困っていることはない</p>
--	---

問 48－4 現在の生活を継続していくにあたって、不安に感じる介護等について、ご回答ください(現状で行っているか否かは問いません)。(○は3つまで)

<p>【身体介護】</p> <p>1. 日中の排泄</p> <p>2. 夜間の排泄</p> <p>3. 食事の介助(食べる時)</p> <p>4. 入浴・洗身</p> <p>5. 身だしなみ(洗顔・歯磨き等)</p> <p>6. 衣服の着脱</p> <p>7. 屋内の移乗・移動</p> <p>8. 外出の付き添い、送迎等</p> <p>9. 服薬</p> <p>10. 認知症状への対応</p> <p>11. 医療面での対応(経管栄養、ストーマ等)</p>	<p>【生活援助】</p> <p>12. 食事の準備(調理等)</p> <p>13. その他の家事(掃除、洗濯、買い物等)</p> <p>14. 金銭管理や生活面に必要な諸手続き</p> <p>【その他】</p> <p>15. その他</p> <p>16. 不安に感じていることは、特にない</p>
--	---

【フルタイムまたはパートタイムで働いている方におうかがいします。】

問 48-5 介護をするにあたって、何か働き方についての調整等をしていますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|--|
| 1. 特に行っていない |
| 2. 介護のために、「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら、働いている |
| 3. 介護のために、「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている |
| 4. 介護のために、「在宅勤務」を利用しながら、働いている |
| 5. 介護のために、前掲（2～4）以外の調整をしながら、働いている |

問 48-6 あなたは、勤め先からどのような支援があれば、仕事と介護の両立に効果があると思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------------|------------------------|
| 1. 自営業・フリーランス等のため、勤め先はない | 6. 仕事と介護の両立に関する情報の提供 |
| 2. 介護休業・介護休暇等の制度の充実 | 7. 介護に関する相談窓口・相談担当者の設置 |
| 3. 制度を利用しやすい職場づくり | 8. 介護をしている従業員への経済的な支援 |
| 4. 労働時間の柔軟な選択（フレックスタイム制など） | 9. その他（ ） |
| 5. 働く場所の多様化（在宅勤務・テレワークなど） | 10. 特になし |

問 48-7 今後も働きながら介護を続けていけそうですか。

(○はひとつ)

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 1. 問題なく、続けていける | 3. 続けていくのは、やや難しい |
| 2. 問題はあるが、何とか続けていける | 4. 続けていくのは、かなり難しい |

【問 48 で「2」と回答した方におうかがいします。】

問 48-8 家族が入所している介護施設は、次のどれにあてはまりますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 1. 特別養護老人ホーム → 問 48-9・10 へ | 5. サービス付き高齢者向け住宅 |
| 2. 介護老人保健施設 | 6. 認知症高齢者グループホーム |
| 3. 介護医療院 | 7. その他（ ） |
| 4. 有料老人ホーム | |

【問 48-8 で「1」と回答した方におうかがいします。】

問 48-9 家族が入所している特別養護老人ホームのサービスで満足している点がありますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 1. 丁寧・適切な介護 | 5. 家族が対応できないことに対応してもらえる |
| 2. 費用面 | 6. こまめな連絡・報告 |
| 3. 栄養バランスの取れた食事 | 7. 自宅での生活と変わらず過ごせる |
| 4. 医療的ケアを受けられる | 8. その他（ ） |

問 48-10 家族が入所している特別養護老人ホームに改善してほしい点がありますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1. 介護が適切でない | 4. 丁寧な説明がないことがある |
| 2. 費用が高い | 5. 必要な処置が受けられていない |
| 3. 連絡・報告がないことがある | 6. その他（ ） |

住まいと情報について

【 すべての方におうかがいします。 】

問 49 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）

1. 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
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
3. 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
4. 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」で暮らしたい
5. 健康なうちから有料老人ホームやグループホームなどの介護付の住宅で暮らしたい
6. できる限り自宅で暮らしたいが、介護が必要になったら、認知症グループホームで暮らしたい
7. 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で暮らしたい
8. すでに介護施設等に入所・入居申込みをしている
9. その他（ ）
10. わからない

【 問 49 で、「1」「2」のいずれかに回答した方におうかがいします。】

問 49-1 介護が必要になっても、現在の住まいでの生活を継続する際に、将来的に困ることは何だと思いませんか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| 1. 経済的な負担（家賃・税金など） | 6. 余暇・娯楽・趣味の利便性 |
| 2. 家族や親族の家との距離 | 7. 公的サービスの利便性（銀行・郵便・医療・福祉など） |
| 3. 現在の住まいの老朽化 | 8. 生活環境（災害・防犯・気候など） |
| 4. 外出時（通院・買い物など）の利便性 | 9. その他 |
| 5. 心身の老化や病気への不安 | （ ） |
| | 10. 特にない |

【 問 49-1 で、「1」から「9」のいずれか（将来的に困ることがある）に回答した方におうかがいします。】

問 49-2 現在の住まいがある地域で「困ること」が解決できない場合、「住まい」を変えたいと思いませんか。（あてはまるものすべてに○）

1. 現在の住まいにそのまま住み続ける（住まいは変えない）
2. 住所は今のままで、リフォームや建て替えを考えている
3. 市内での転居（引っ越し）を考えている
4. 市外への転居（引っ越し）を考えている
5. わからない

【問49-2で、「2」から「4」のいずれか（建て替えや転居を考えている）に回答した方におうかがいします。】

問49-3 建て替えや転居を考える上で困ることはありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1. 希望に合う物件や地域が見つからない | 8. 今の地域とのつながりが薄まる |
| 2. 老後資金が減ることへの懸念 | 9. 医療や福祉を継続して受けられない |
| 3. 費用が足りない・ない | 10. 配偶者や家族の理解が得られない |
| 4. ローンが組めない（お金を借りられない） | 11. 相談できる人や場所がわからない |
| 5. 保証人がいない・頼めない | 12. 何をすればいいかわからない |
| 6. 緊急連絡先がない・頼めない | 13. その他 |
| 7. 対応してくれる不動産屋がない | （ ） |

問49-4 建て替えや転居をするとしたら、どのような住まいを希望しますか。（○はひとつ）

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. 一戸建て住宅（持ち家） | 5. アパート、マンション（民間賃貸） |
| 2. マンション（持ち家） | 6. 一戸建て住宅（民間賃貸） |
| 3. 公営住宅（県営・市営） | 7. 高齢者向け優良賃貸住宅 |
| 4. 公的賃貸住宅（UR、住宅供給公社） | 8. その他（ ） |

【すべての方におうかがいします。】

問50 あなた（あて名ご本人）が使っているデジタル機器はどれですか。

（あてはまるものすべてに○）

- | | | |
|---------|------------------|-----------|
| 1. パソコン | 2. スマートフォン・タブレット | 3. 使っていない |
|---------|------------------|-----------|

問51 あなた（あて名ご本人）は、ふだん暮らしていくうえで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○）

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 健康づくり | 7. 趣味・娯楽・生涯学習 |
| 2. 介護保険 | 8. 仕事 |
| 3. 福祉サービス | 9. 年金 |
| 4. 医療 | 10. 税金・資産運用・相続 |
| 5. 住まい | 11. その他 |
| 6. ボランティア・地域活動 | 12. 必要ない |

問52 あなた（あて名ご本人）は、健康づくり、医療、介護について、どのようにして知識や情報を得ていますか。知識や情報の入手先をお答えください。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------|-------------------------------|
| 1. 新聞・雑誌・書籍 | 10. 認知症サポーター養成講座への参加 |
| 2. テレビ・ラジオ | 11. 自治会・町内会 |
| 3. スマートフォン・タブレット・パソコン | 12. 民生委員・児童委員 |
| 4. 市や区の広報紙、パンフレット等 | 13. 保健活動推進員・食生活等改善推進員（ヘルスメイト） |
| 5. 市（区）役所の相談窓口 | 14. 家族・親族 |
| 6. かかりつけ医などの医療機関 | 15. 友人・知人 |
| 7. 市・区社会福祉協議会 | 16. その他 |
| 8. 地域包括支援センター（地域ケアプラザ） | 17. 知識や情報は得ていない |
| 9. NPO（非営利）団体やボランティア団体 | |

問 53 あなた（あて名ご本人）は、普段どのようなインターネットサイト、SNS 等を利用して、生活に関連する情報を得ていますか。（あてはまるものすべてに○）

1. LINE	5. TikTok
2. X（旧ツイッター）	6. Yahoo!等のニュースサイト
3. Instagram	7. その他（ ）
4. YouTube	8. 普段インターネットサイト、SNS 等は使用しない

地域ケアプラザについて

問 54 あなたは、地域ケアプラザを知っていますか。（○はひとつ）

1. 知っている（利用したことがある）	4. 施設名は知っているが、どのような施設かはよく知らない
2. 知っている（利用したことはない）	5. 知らない
3. どのような施設か、ある程度知っている	

【問 54 で「1」、「2」と回答した方におうかがいします。】

問 54-1 知っている内容をお答えください。（あてはまるものすべてに○）

1. ボランティア活動などに部屋を貸している	4. 福祉保健の相談を無料で受けている
2. 講座や催しを行っている	5. デイサービスを行っている
3. 地域の活動を支援するコーディネーターがいる	

【すべての方におうかがいします。】

問 55 あなた（あて名ご本人）は、以下の地域密着型サービスで利用できるサービスの内容を知っていますか。（それぞれ○はひとつ）

	知 っ て い る	知 ら な い
（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。）		
① 小規模多機能型居宅介護	1	2
② 看護小規模多機能型居宅介護	1	2
③ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護	1	2
④ 夜間対応型訪問介護	1	2
⑤ 地域密着型通所介護（小規模なデイサービス）※定員 18 人以下	1	2
⑥ 療養通所介護（看護師の観察が必要な方向けのデイサービス）	1	2
⑦ 認知症対応型通所介護（認知症対応型デイサービス）	1	2
⑧ 認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）	1	2

ご自身が高齢になったときの備えについて

【すべての方におうかがいします。】

問 56 ご自身の今後（老後）の暮らしについて考えたり、誰かと話をしたことがあるものはどれですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 老後の生活資金	7. 家族に医療や介護が必要になった時のこと
2. 医療や介護が必要になった時の費用	8. 自身で意思を表示できなくなった時のこと
3. 認知症などになった時の資産管理	9. 自分の死後の配偶者の生活
4. 配偶者との生活	10. 自分の死後の配偶者以外の同居家族の生活
5. 配偶者以外の同居家族との生活	11. その他（ ）
6. 自身に医療や介護が必要になった時のこと	12. 特にない → 問 57 へ

【問 56 で、「1」～「11」と回答した方におうかがいします。】

問 56-1 話をした相手は誰ですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 配偶者	7. ケアマネジャーなどの福祉・介護の専門家
2. 子ども・孫	8. 銀行や保険などのお金の専門家
3. その他の家族・親族	9. 弁護士や司法書士などの法律の専門家
4. 友人・知人	10. 市役所・区役所の相談窓口
5. 同じ悩みがある他人	11. その他（ ）
6. 医師などの医療の専門家	

問 56-2 考えた結果や話をした結果を何かに書いて残したものはありますか。

（あてはまるものすべてに○）

1. もしも手帳を書いた	6. 遺言書を作成した
2. エンディングノートを書いた	7. 葬儀社と生前契約した
3. あんしんノートを書いた	8. その他（ ）
4. 任意後見を契約した	9. 特に書き残したものはなし
5. 高齢者等終身サポート事業者と契約した	

※もしも手帳

：「人生の最終段階」での医療やケアについて考えるきっかけとし、自分の考えを家族など大切な人に伝えるための横浜市オリジナルの手帳。

※エンディングノート

：これまでの人生を振り返り、これからの人生をどう歩んでいきたいか自分の思いを記すノート。

※あんしんノート

：障害のあるこどもや高齢者の方が、親や親族が亡くなった後を見据え、財産のことだけではなく、その子の特性や希望すること、関係機関のこと等についても書き残すことにより、日常生活を過ごしていく上で困らないようするためのノート。

※任意後見

：将来、認知症などで判断能力が不十分になった場合に備えて、任意後見人を選定し、財産管理や生活支援などをしてもらう契約を締結しておく制度。

※高齢者等終身サポート事業者

：入院や介護施設等への入所の際の手續支援、買い物などの日常生活の支援、葬儀や死後の財産処分などの死後事務等について、家族・親族に代わってサービスを提供する事業者。

問 56-3 あなたが考えたり、話をしようと思った主なきっかけは何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1. 家族や親族からのアドバイスや一言 | 9. 必要だと自分で感じたから |
| 2. 友人・知人からのアドバイスや一言 | 10. もしも手帳をもらったから |
| 3. となり近所の人からのアドバイスや一言 | 11. エンディングノートをもらったから |
| 4. 市の広報紙や回覧板などの情報から | 12. あんしんノートをもらったから |
| 5. 新聞やテレビ等のマスコミの情報から | 13. セミナーや講演会への参加 |
| 6. 医師等の医療の専門家からの指導や助言 | 14. その他 |
| 7. ケアマネジャー等の福祉・介護の専門家からの指導や助言 | 15. わからない・特にない |
| 8. 身近な人が亡くなったから | |

【すべての方におうかがいします。】

問 57 あなた(あて名ご本人)は、「いざという時(病気・事故・亡くなった時など)」に頼ることができる親族はいますか。
(あてはまるものすべてに○)

- | |
|-----------------------------------|
| 1. 経済的に頼れる親族がいる |
| 2. 様々な手続きや署名をお願いできる親族がいる |
| 3. 家事などの日常生活のサポートをお願いできる親族がいる |
| 4. 通院の付き添いなどの外出時のサポートをお願いできる親族がいる |
| 5. 選択肢1～4にあてはまる「頼れる親族」はいない |
| 6. わからない |

【問57で、「5. 選択肢1～4にあてはまる、頼れる親族はいない」と回答した方におうかがいします。】

問 57-1 頼れる親族がいらない理由としてあてはまるものは何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|---------------------------|
| 1. そもそも親族がいらない(亡くなっているなど) |
| 2. 疎遠にしているため頼ることが難しい |
| 3. 親族の健康や家庭の状況などで頼ることが難しい |
| 4. 遠方にいるなどの理由ですぐの対応が難しい |
| 5. その他() |

【すべての方におうかがいします。】

問 58 あなた(あて名ご本人)が「高齢期」と聞いて思い浮かべることは何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| 1. 経験や知恵が豊かである | 6. 就労や地域のボランティア活動で社会に貢献している |
| 2. 時間にしばられず、好きなことに取り組める | 7. 心身が衰え、健康面での不安がある |
| 3. 経済的なゆとりがある | 8. 収入が少なく、経済的な不安がある |
| 4. 友人等と過ごす時間が増え、日々を楽しんでいる | 9. 周りの人とのふれあいが少なく、孤独である |
| 5. 健康的な生活習慣を実践している | 10. その他() |

問 59 あなた（あて名ご本人）は、「よこはまポジティブエイジング計画（第9期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画）」を知っていますか。

（○はひとつ）

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| 1. 言葉も意味・内容も知っている | 3. 知らない ⇒ 問 60 へ |
| 2. 言葉は聞いたことがあるが意味・内容は知らない | |

【問 59 で「1」か「2」と回答した方におうかがいします。】

問 59－1 あなた（あて名ご本人）が「よこはまポジティブエイジング計画（第9期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画）」について知ったのは、何がきっかけですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------------------|--------------------|
| 1. パンフレット等の冊子
（区役所や地域ケアプラザ等に配架） | 6. 横浜市ホームページ |
| 2. 市・区役所で放映された動画広告 | 7. 老人福祉センターなどでの講演会 |
| 3. 横浜駅で放映された動画広告 | 8. 計画に関する市民説明会 |
| 4. バス、電車内で放映された動画広告 | 9. 家族・親族から聞いた |
| 5. 横浜市公式 YouTube | 10. その他 |

【すべての方におうかがいします。】

問 60 孤立死（誰にも看取られることなく、亡くなったあとに発見される死）について、身近な問題だと感じますか。（○はひとつ）

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| 1. とても感じる → 問 60-1 へ | 3. あまり感じない → 問 61 へ |
| 2. まあまあ感じる → 問 60-1 へ | 4. まったく感じない → 問 61 へ |
| | 5. わからない → 問 61 へ |

【問 60 で「1」、「2」と回答した方におうかがいします。】

問 60－1 孤立死を身近な問題と感じる理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. 一人暮らし・高齢夫婦のみ世帯だから | 5. 身近にあったから |
| 2. ご近所との付き合いが少ないから | 6. 新聞・テレビで報道されているから |
| 3. 家族・親族との付き合いがないから | 7. その他 |
| 4. あまり外出しないから | 8. 特に理由はない |

【 すべての方におうかがいします。】

問 61 あなたは、病気で意思疎通ができなくなった場合や死に近い場合に備えて、延命措置や看取りなどに関するご自身の希望について、どのように意思表示をしていますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 家族など信頼できる人と話し合っている
2. かかりつけ医等の医療職と話し合っている
3. ケアマネジャー等の福祉・介護職と話し合っている
4. エンディングノートを作成している
5. もしも手帳を作成している
6. リビングウィルを作成している
7. 遺言状を作成している
8. その他
9. 考えたことはあるが意思表示まではしていない → 問 62 へ
10. 特にしていない → 問 62 へ

※リビングウィル……自分で意思を決定・表明できない状態になったときに受ける医療について、あらかじめ要望を明記しておく文書。

【 問 61 で、「1」～「8」のいずれかに回答した方におうかがいします。】

問 61-1 意思表示をしようと思った主なきっかけは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------|-------------------------------|
| 1. 家族や親族からのアドバイスや一言 | 7. ケアマネジャー等の福祉・介護の専門家からの指導や助言 |
| 2. 友人・知人からのアドバイスや一言 | 8. 身近な人が亡くなったから |
| 3. とより近所の人からのアドバイスや一言 | 9. 必要だと自分で感じたから |
| 4. 市の広報紙や回覧板などの情報から | 10. もしも手帳をもらったから |
| 5. 新聞やテレビ等のマスコミの情報から | 11. エンディングノートをもらったから |
| 6. 医師等の医療の専門家からの指導や助言 | 12. その他 |

【 すべての方におうかがいします。 】

問 62 あなた（あて名ご本人）は、成年後見制度（判断能力が低下した方に対して、法律的に支援する制度）を知っていますか。 (○はひとつ)

1. 制度の内容について知っている	2. 名前は聞いたことがある
	3. 知らない

【 問 62 で「1」と回答した方におうかがいします。】

問 62－1 あなた（あて名ご本人）は、成年後見制度について、関心がありますか。 (○はひとつ)

1. 関心がある	2. 関心がない
----------	----------

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「005」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。