

袋井市高齢者の生活と意識に関する調査結果〔概要版〕

1 調査の概要

(1) 調査の目的

「第10次高齢者保健福祉計画及び第9期介護保険事業計画（令和6年度～令和8年度）」の策定にあたり、健康や日頃の生活状態、介護保険サービスの利用状況や意向等を把握し、計画策定のための基礎資料とします。

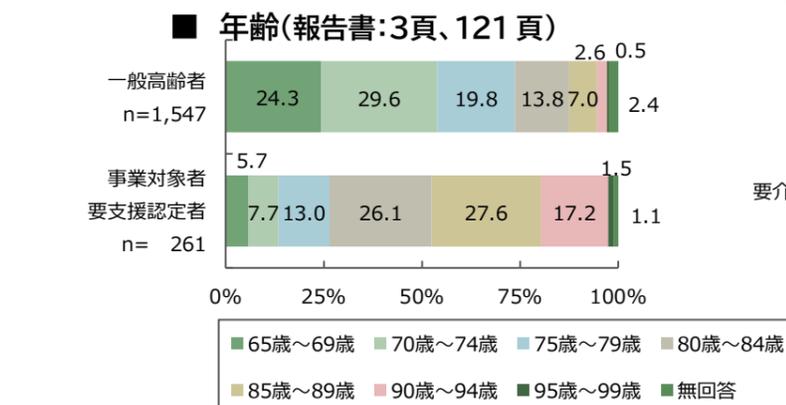
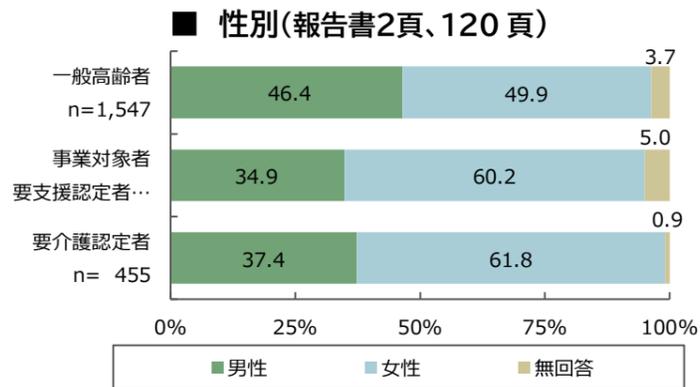
(2) 調査対象・回収等

	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	在宅介護実態調査
調査対象	袋井市在住の要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者（一般高齢者、事業対象者、要支援認定者）	袋井市在住で、在宅生活の要介護認定者
配布・回収方法	郵送による配布・回収	
調査期間	令和4年12月9日～12月26日	
配布数(A)	2,800通	800通
回収数(B)	1,808通	455通
回収率(B/A)	64.6%	56.9%

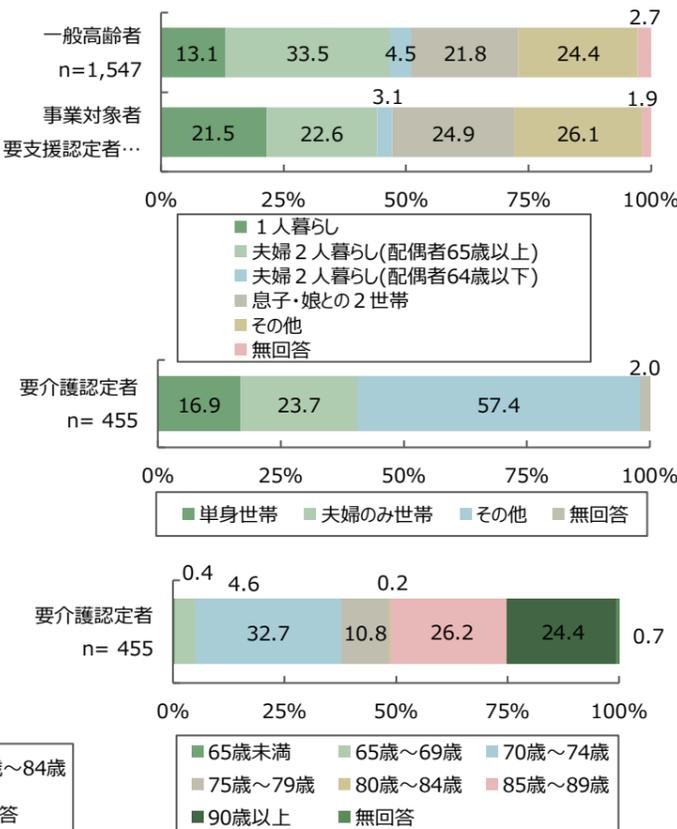
- ※事業対象者：日常生活、運動、栄養などから評価される基本チェックリストにより生活機能の低下がみられ、要支援状態となるおそれがある高齢者。介護予防・生活支援サービス事業の対象者。
- ※要支援認定者：日常生活上の基本的動作については、ほぼ自分で行うことが可能であるが、掃除などの複雑な動作あるいは、運動機能の衰えにより、部分的な支援を要する状態の方。
- ※要介護認定者：入浴や排泄、食事などの基本的動作についても、自分で行うことが困難であり、何らかの介護を要する状態、もしくは、支援を必要とする状態にある方。

2 調査結果

(1) 回答者の属性



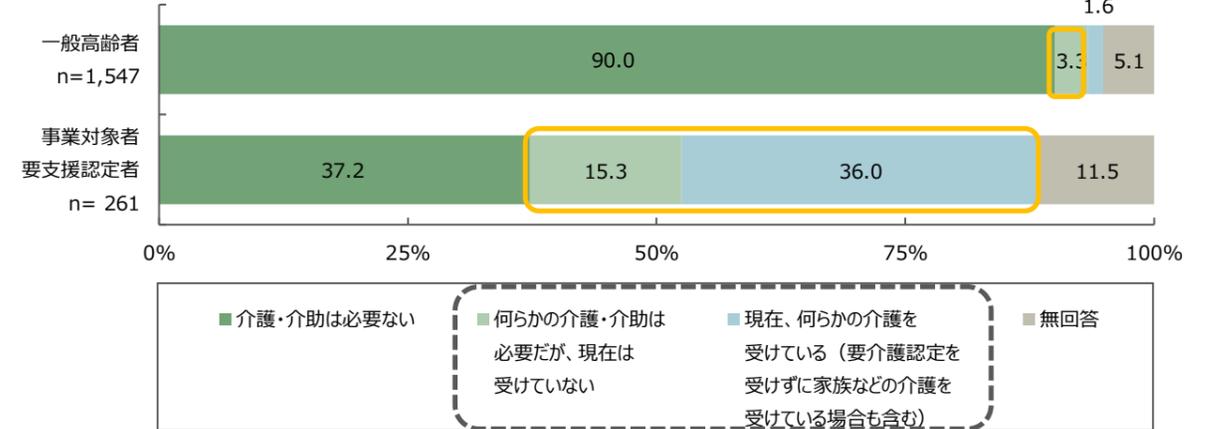
■ 家族構成(報告書4頁、120頁)



(2) 日常生活における介護（介助）について

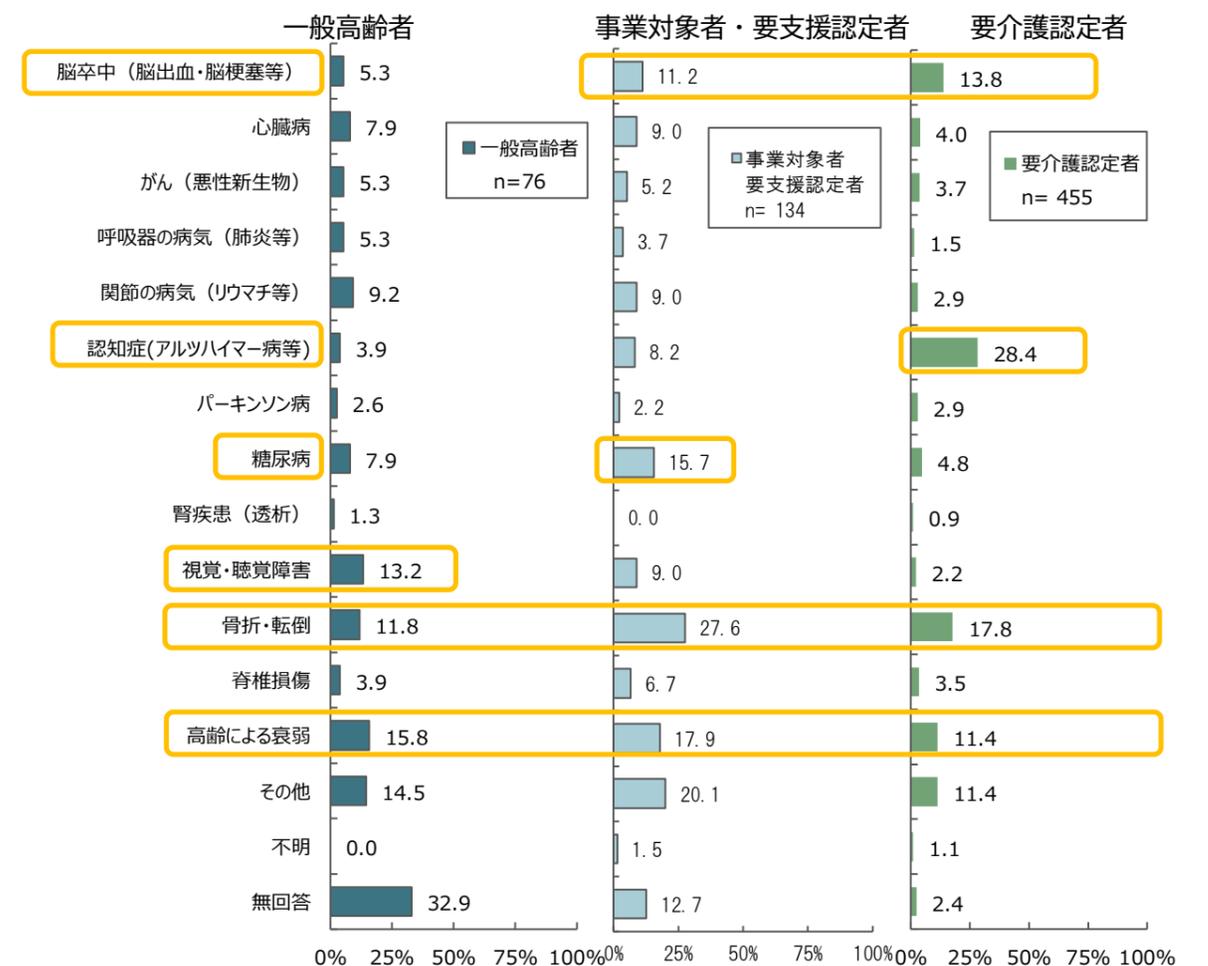
- 介護(介助)を必要とする方は、事業対象者・要支援認定者の51.3%であるが、そのうち15.3%が現在は受けていないと回答。
- 一般高齢者の中で介護(介助)を必要とする方は4.9%あるが、そのうち3.3%が現在は受けていないと回答。
- 介護(介助)が必要になった主な原因は、高齢による衰弱(フレイル)、骨折・転倒、糖尿病、脳卒中、認知症、視覚・聴覚障害となり、10%を超えている。

■ 普段の生活で介護・介助は必要か(報告書6頁)



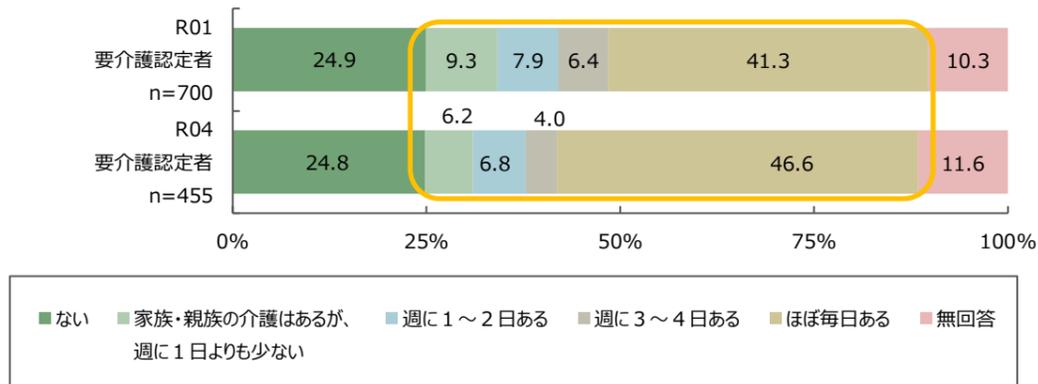
※一般高齢者、事業対象者・要支援認定者

■ 介護・介助が必要になった主な原因(報告書6頁、122頁)

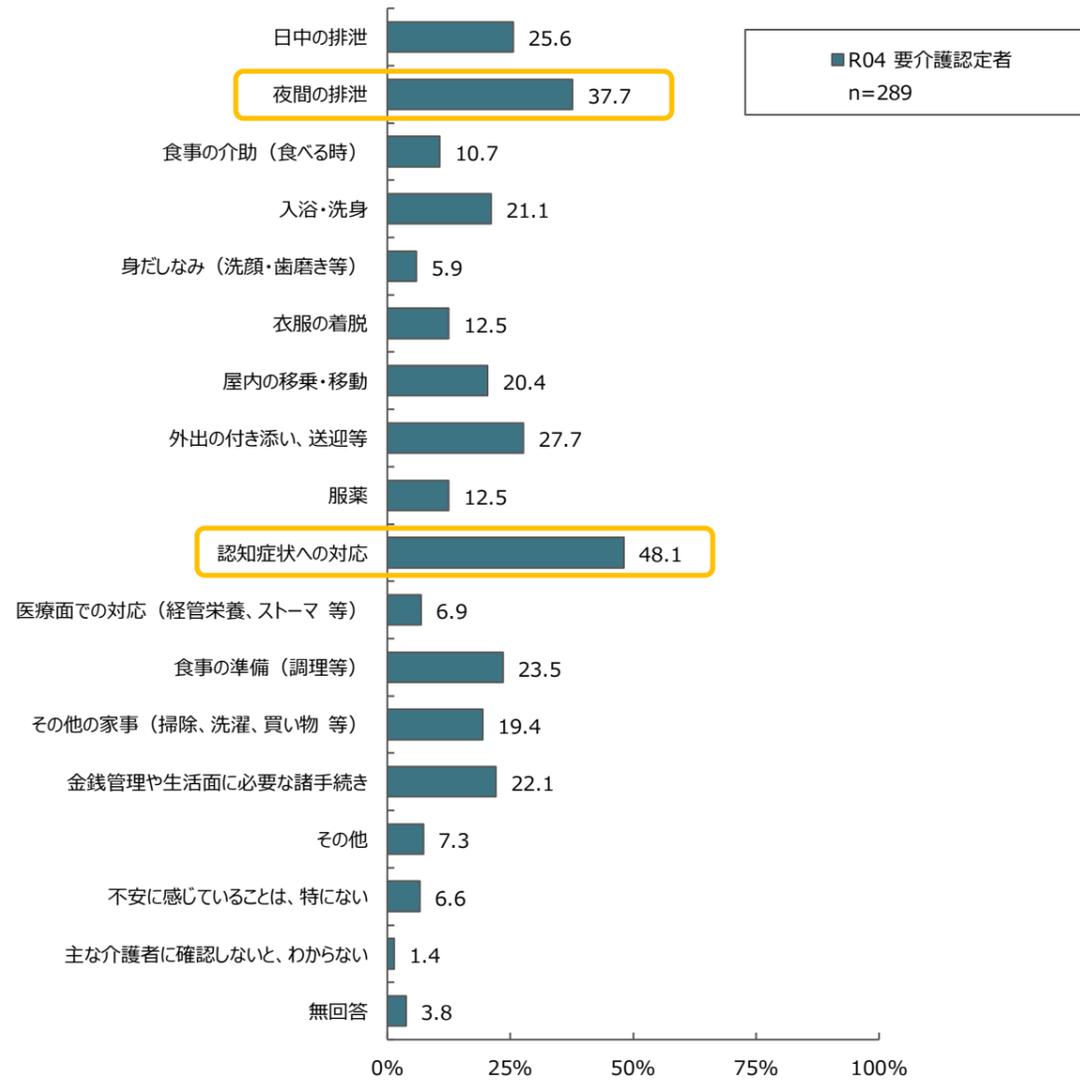


○家族や親族からの介護を受けている方は63.6%の状況であり、前回調査(64.9%)より減少しているが、「ほぼ毎日ある」は5.3ポイント増加している。
 ○主な介護者が不安を感じる介護等は、認知症状への対応、夜間の排泄が高くなっている。

■ 家族や親族からの介護の頻度(経年比較)(報告書:136頁)



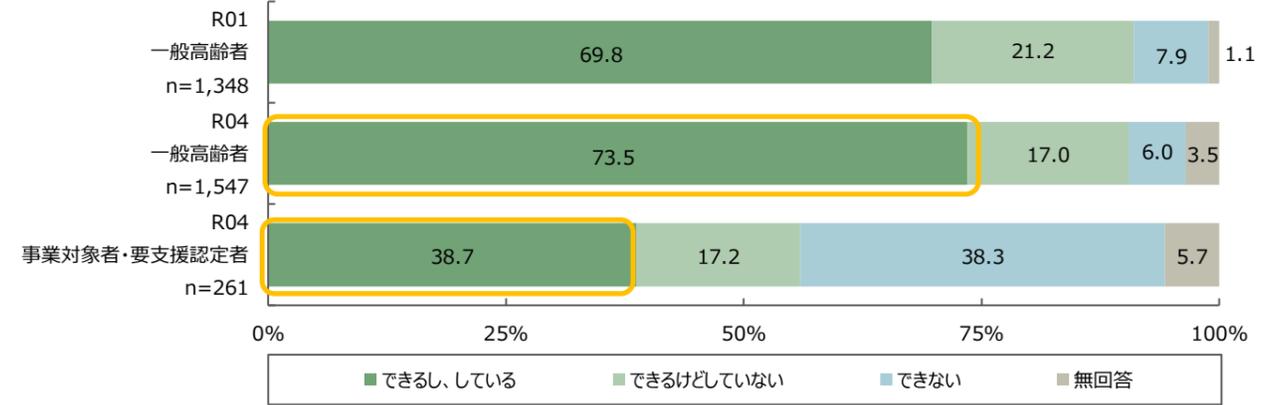
■ 主な介護者の方が不安を感じる介護等(報告書:140頁)



(3) からだを動かすことについて

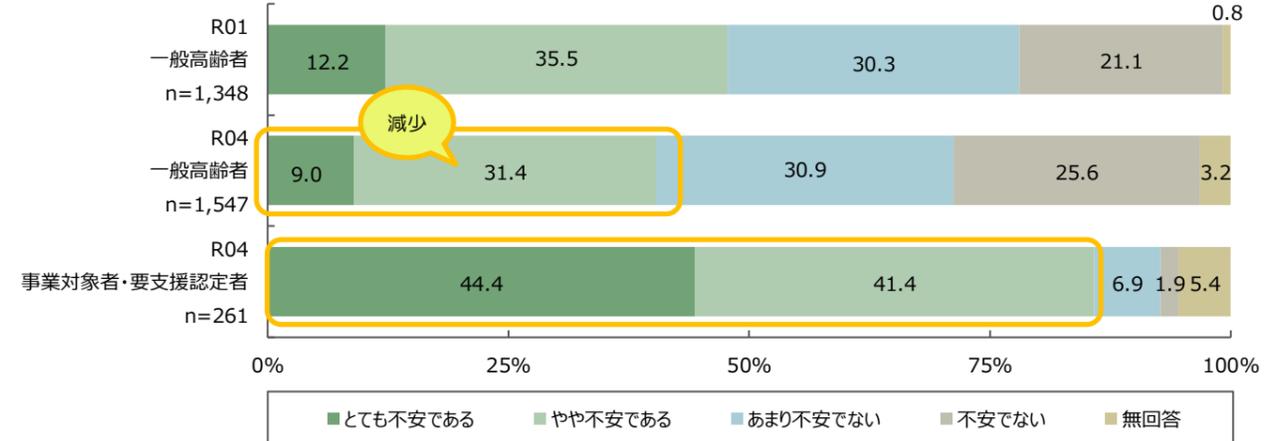
○15分位続けて歩いている方は、一般高齢者では73.5%(前回69.8%)と前回調査より増加している。事業対象者・要支援認定者では38.7%が歩いていると回答している。

■ 15分位続けて歩いているか(経年比較)(報告書:12頁)



○転倒に対する不安がある方は、一般高齢者では40.4%(前回47.7%)と前回調査より減少している。事業対象者・要支援認定者では85.8%が不安を感じている。

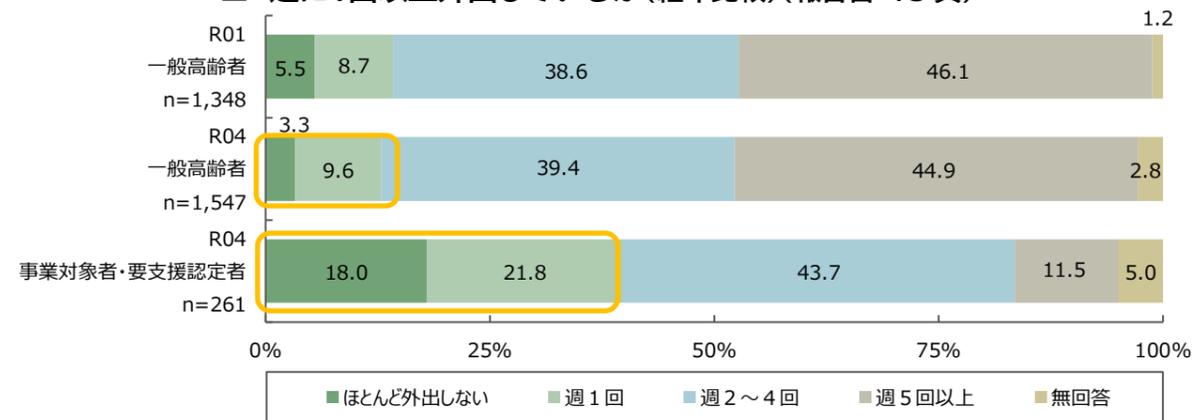
■ 転倒に対する不安は大きい(経年比較)(報告書:13頁)



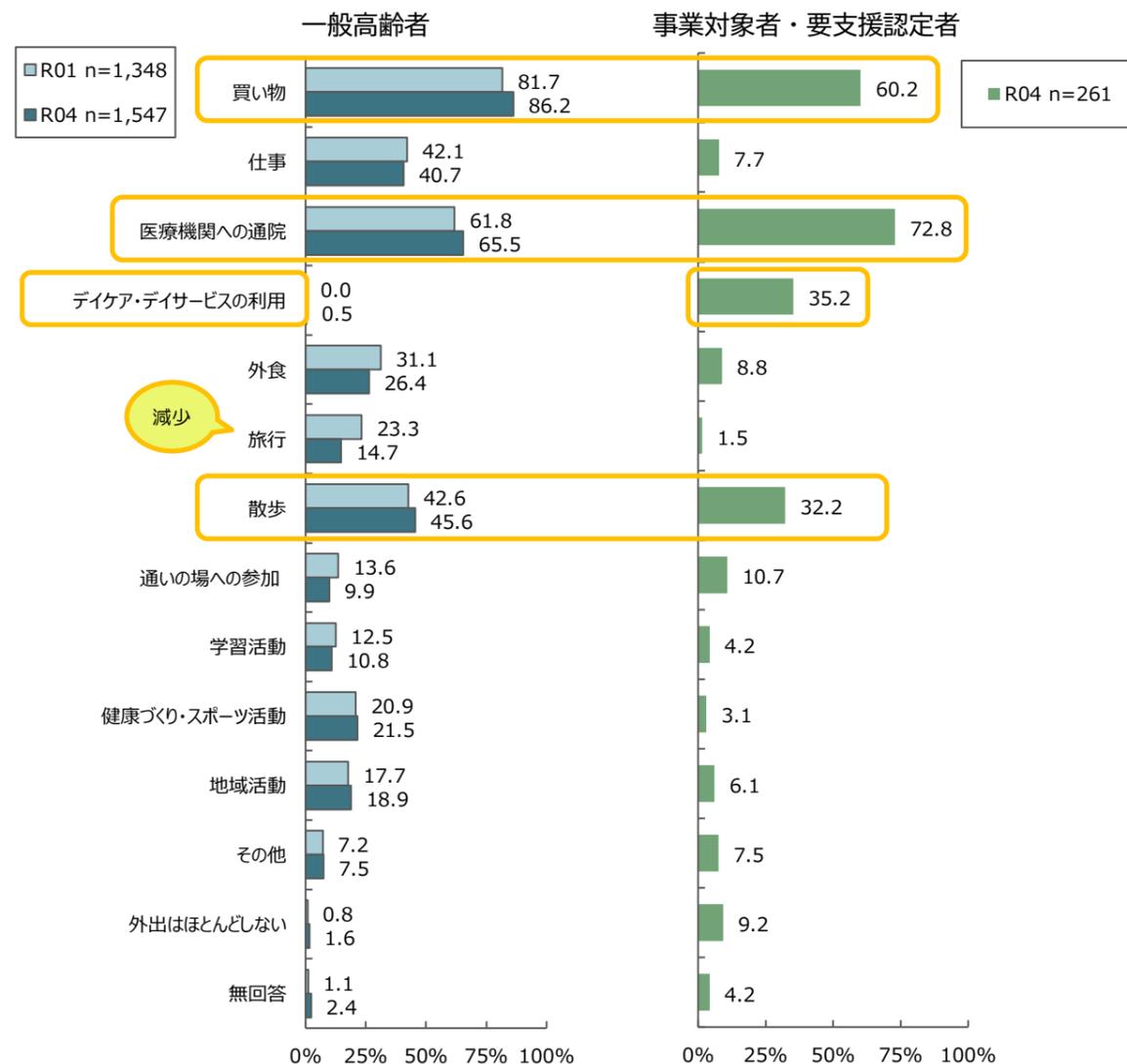
○週1回以上外出している方は12.9%で、一般高齢者では前回調査(14.2%)より若干減少している。

○外出の理由は、買い物、通院が一般高齢者、事業対象者・要支援認定者に多い。事業対象者、要支援認定者では、デイケア・デイサービスの利用や散歩も多い。

■ 週に1回以上外出しているか(経年比較)(報告書:13頁)

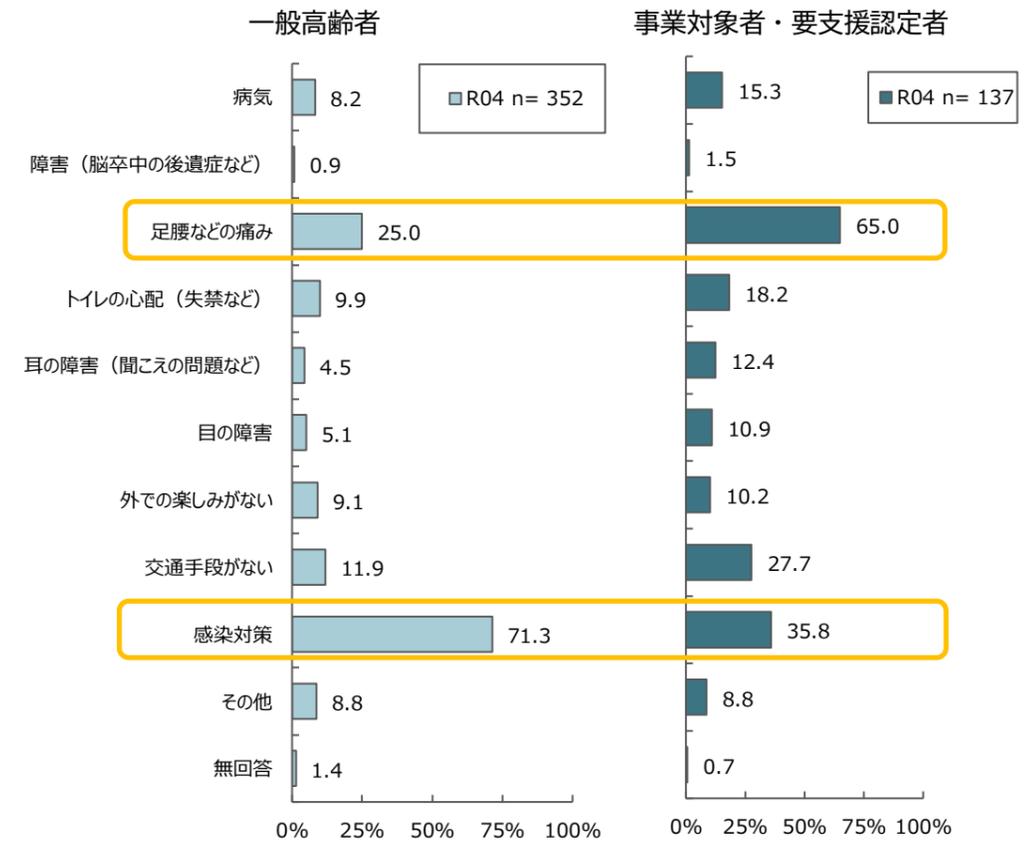


■ 外出理由(経年比較)(報告書:16頁)



○外出を控えている理由は足腰の痛みや感染対策となっている。

■ 外出を控えている理由(経年比較)(報告書:20頁)

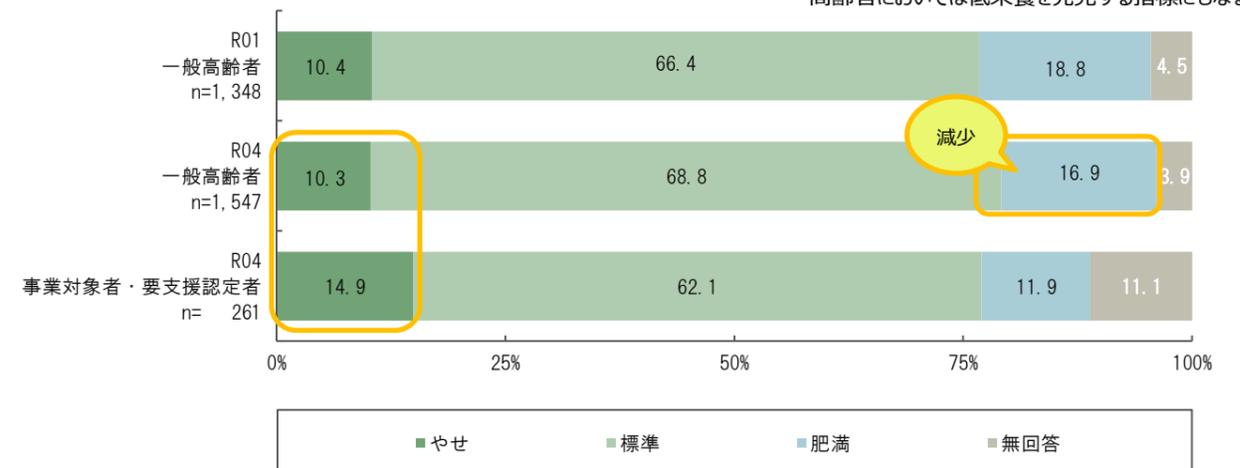


(4) 食べることについて

○BMIでやせに該当する方は一般高齢者で10.3%となり、前回調査(10.4%)より微減。事業対象者・要支援認定者は14.9%である。肥満についても前回調査(18.8%)より減少。

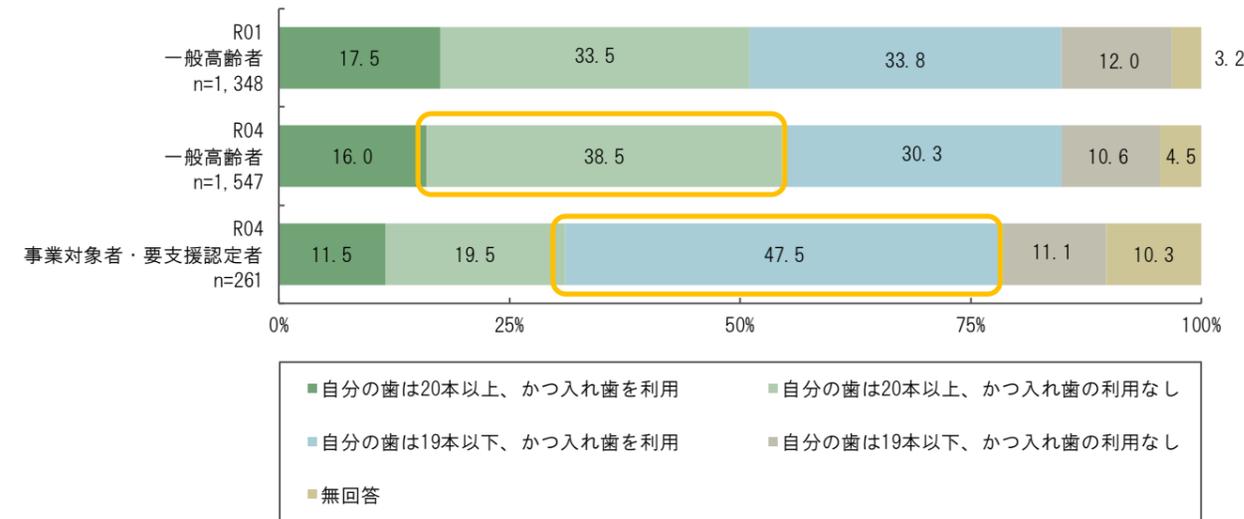
■ BMI(経年比較)(報告書:24頁)

※身長と体重から「やせ」や「肥満」を判定する指標。高齢者においては低栄養を発見する指標にもなる。



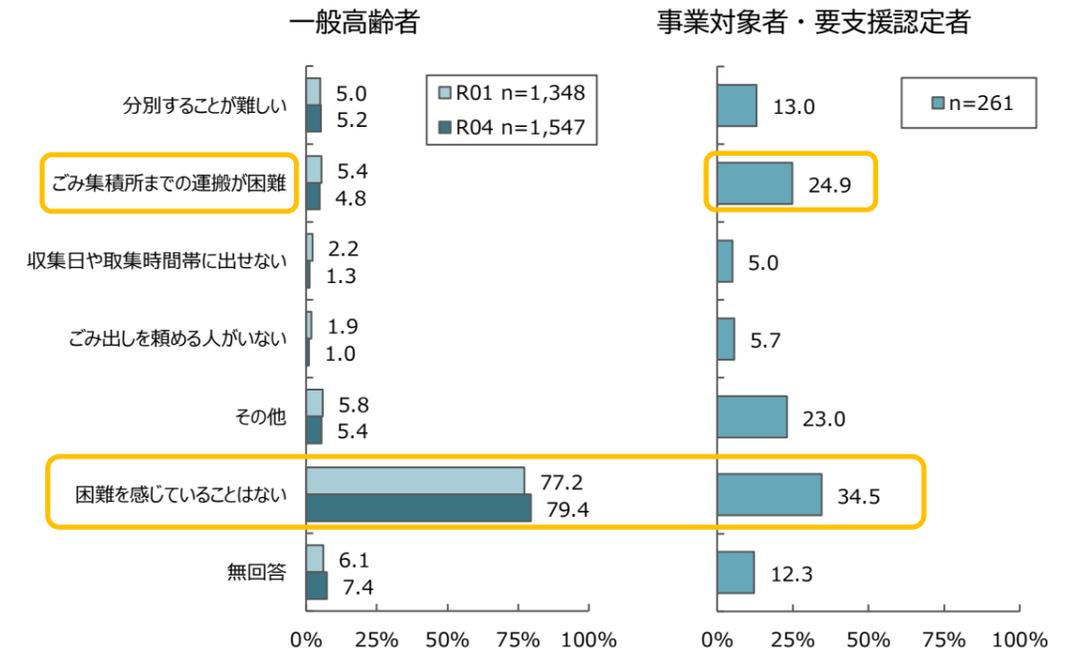
- 一般高齢者では、「自分の歯は20本以上、入れ歯なし」が38.5%と最も高く、次いで「自分の歯は19本以下、入れ歯利用」が30.3%、「自分の歯は20本以上、入れ歯利用」が16.0%、「自分の歯は19本以下、入れ歯なし」が10.6%となっている。
- 事業対象者、要支援認定者では、「自分の歯は19本以下、入れ歯利用」が47.5%と最も高く、次いで「自分の歯は20本以上、入れ歯なし」が19.5%、「自分の歯は20本以上、入れ歯利用」が11.5%、「自分の歯は19本以下、入れ歯なし」が11.1%となっている。
- 前回調査と比較すると、一般高齢者では「自分の歯は20本以上、入れ歯なし」が増加している。

■ 歯の数と入れ歯の利用状況(報告書:27頁)



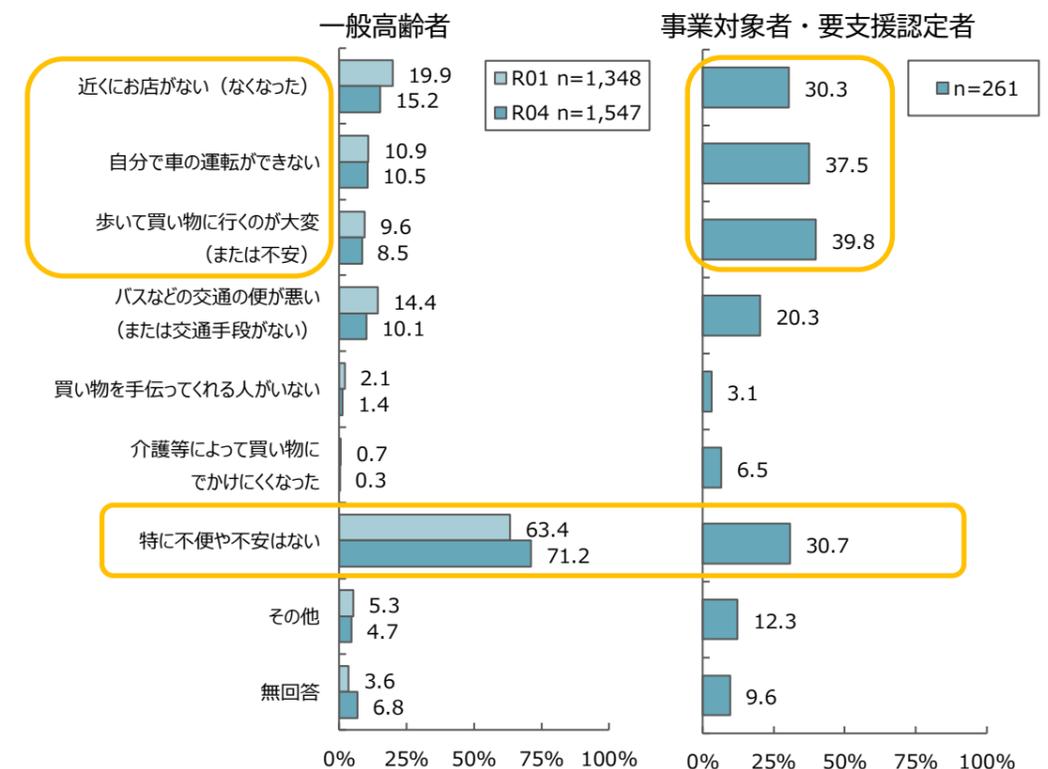
- ごみ出しの際に、事業対象者・要支援認定者ではごみの分別やごみ集積所までの運搬で困難に感じている方が多い。一般高齢者は困難に感じていることはないが最も多く、前回調査(77.2%)よりも微増している。

■ ごみ出しで困難を感じていること(経年比較)(報告書:44頁)



- 買い物で不安を感じていることは、事業対象者・要支援認定者では近くにお店がない、買い物に行く足がないといった意見が多い。一般高齢者では特に不便や不安はないが最も多く、前調査(63.4%)よりも増加している。

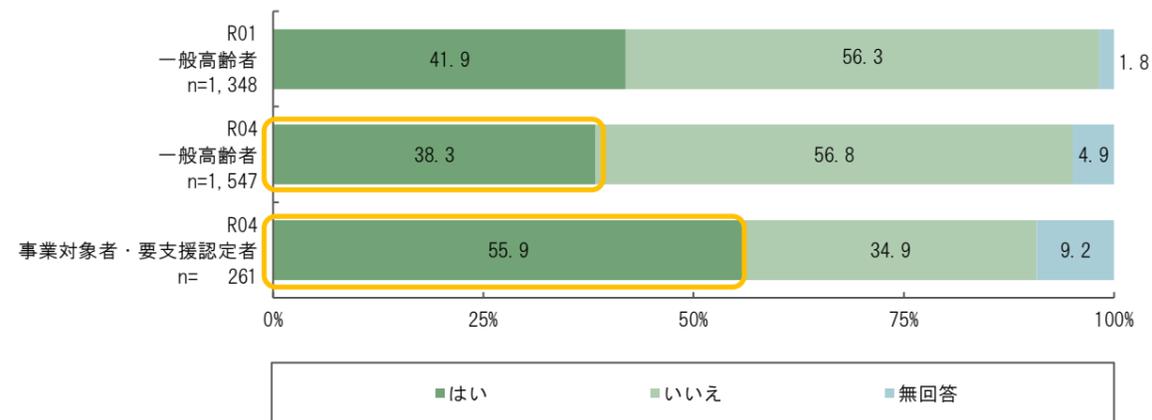
■ 食料品や日用品の買い物で不安を感じていること(経年比較)(報告書:48頁)



(5) 毎日の生活について

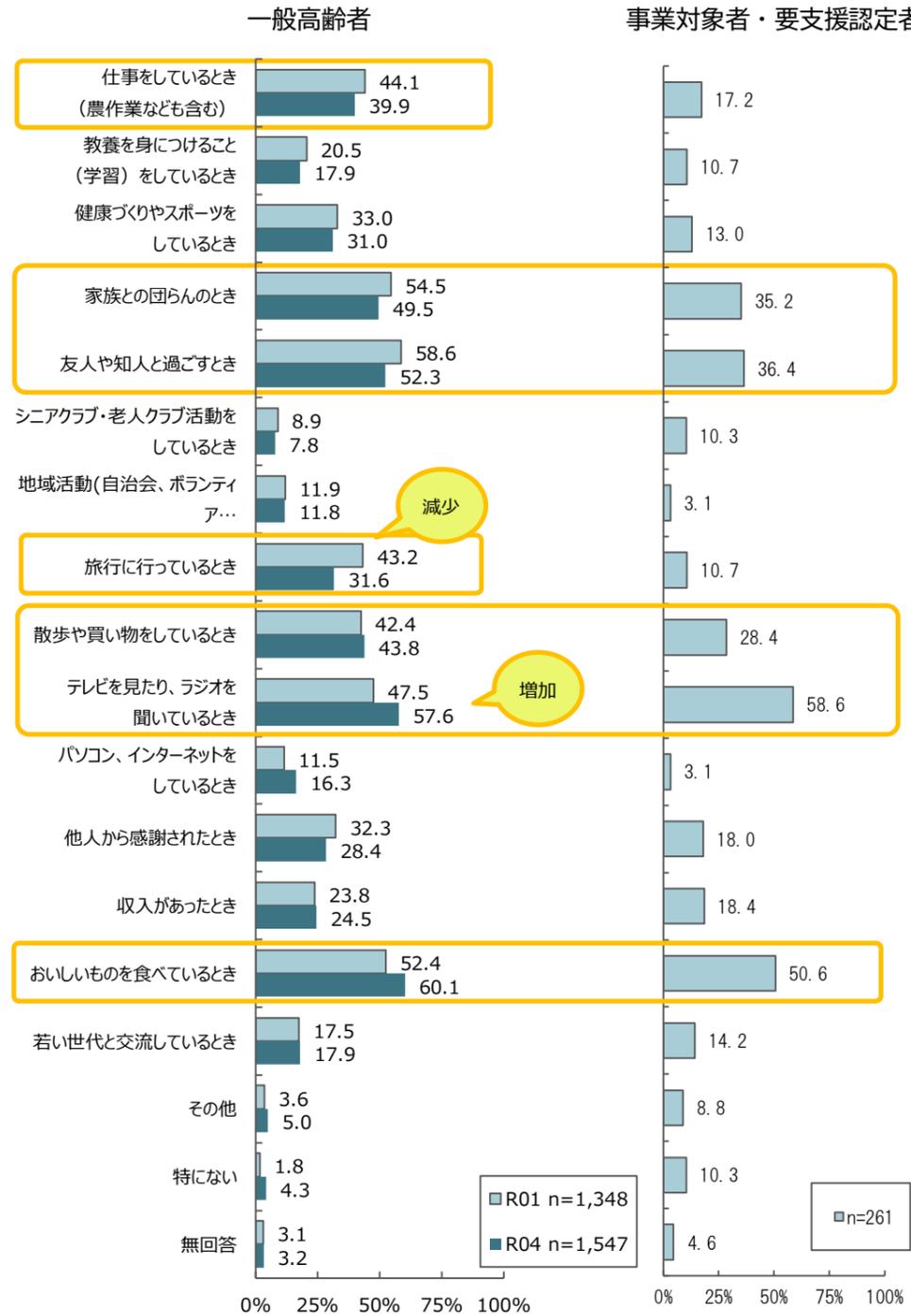
- 物忘れが多いと感じる方は、一般高齢者で38.3%となり、前回調査(41.9%)より減少。事業対象者・要支援認定者は55.9%である。

■ 物忘れが多いと感じるか(経年比較)(報告書:29頁)



○家族や友人と過ごすときや、おいしいものを食べているときや散歩や買い物、テレビを見たりラジオを聞いているときに生きがいを感じる方が多い。
一般高齢者では仕事をしているときも多い。

■ 生きがい(喜び楽しみ)を感じるのはどのようなときか(経年比較)(報告書:50頁)

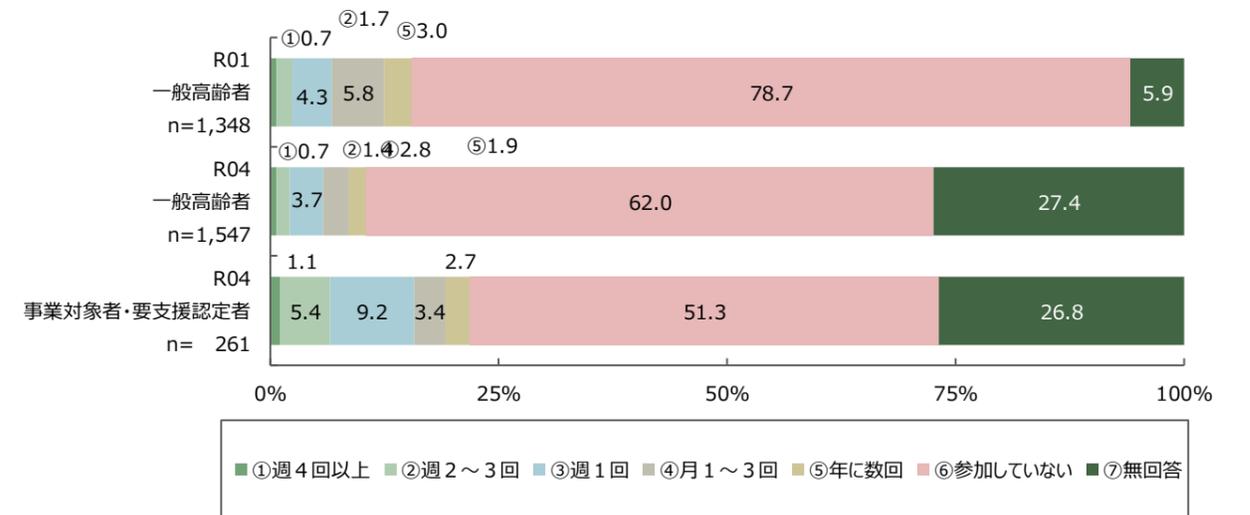


(6) 地域での活動について

○一般高齢者では、「参加していない」が62.0%と最も高くなっている。
○事業対象者、要支援認定者では、「参加していない」が51.3%と最も高くなっている。
○前回調査と比較すると、一般高齢者では、「参加していない」が減少している。

■ 介護予防のための通いの場(サロン・居場所・しぞ〜かでん伝体操など)

(経年比較)(報告書:60頁)



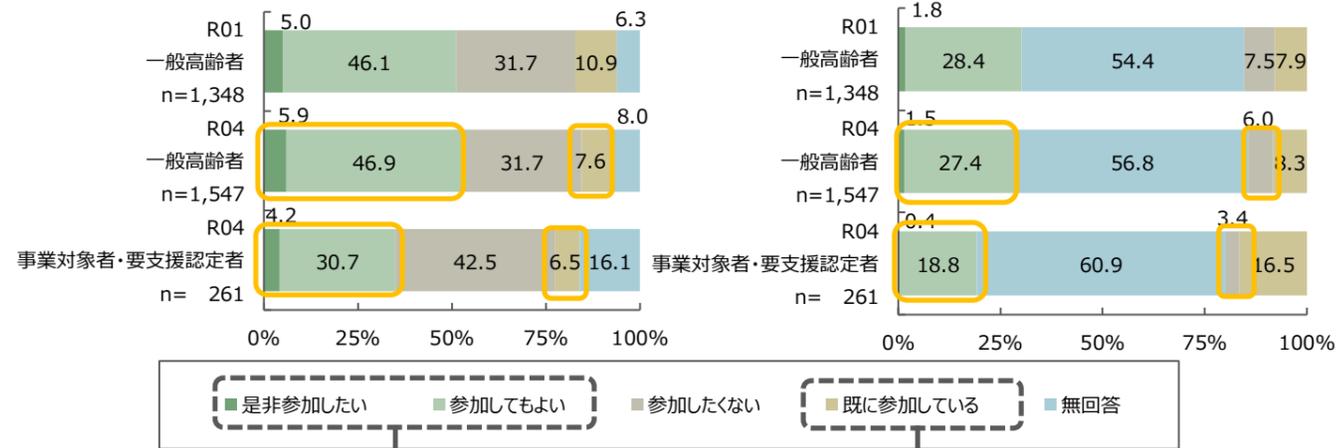
○地域活動に参加者として参加意向のある方と既に参加している方は、一般高齢者では60.4% (前回62.0%)、事業対象者・要支援認定者では41.4%である。

○地域活動に企画・運営として参加意向のある方と既に参加している方は、一般高齢者34.9% (前回37.7%)、事業対象者・要支援認定者では22.6%である。

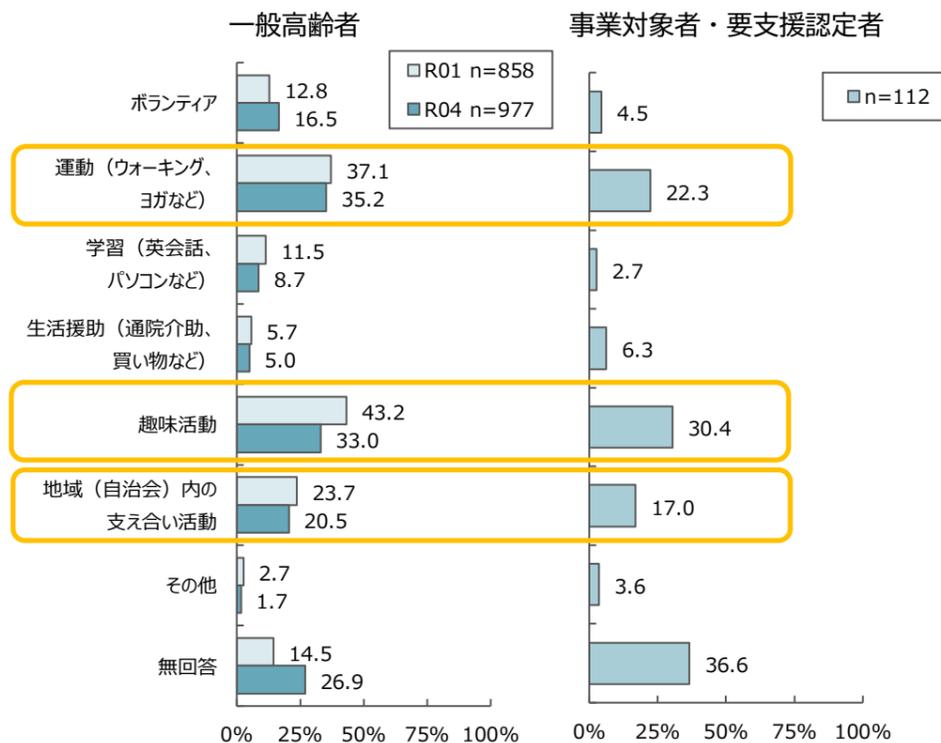
○参加意向のある方と既に参加している方が参加したい活動は、趣味の活動と運動が多い。また、2割程度の方が、地域内の支え合い活動への参加意欲を持っている。また、一般高齢者では、ボランティアが前回調査(12.8%)より増加している。

■ 参加者としてグループ活動等に参加してみたいか(報告書:66頁)

■ 企画・運営としてグループに参加活動等に参加してみたいか(報告書:66頁)



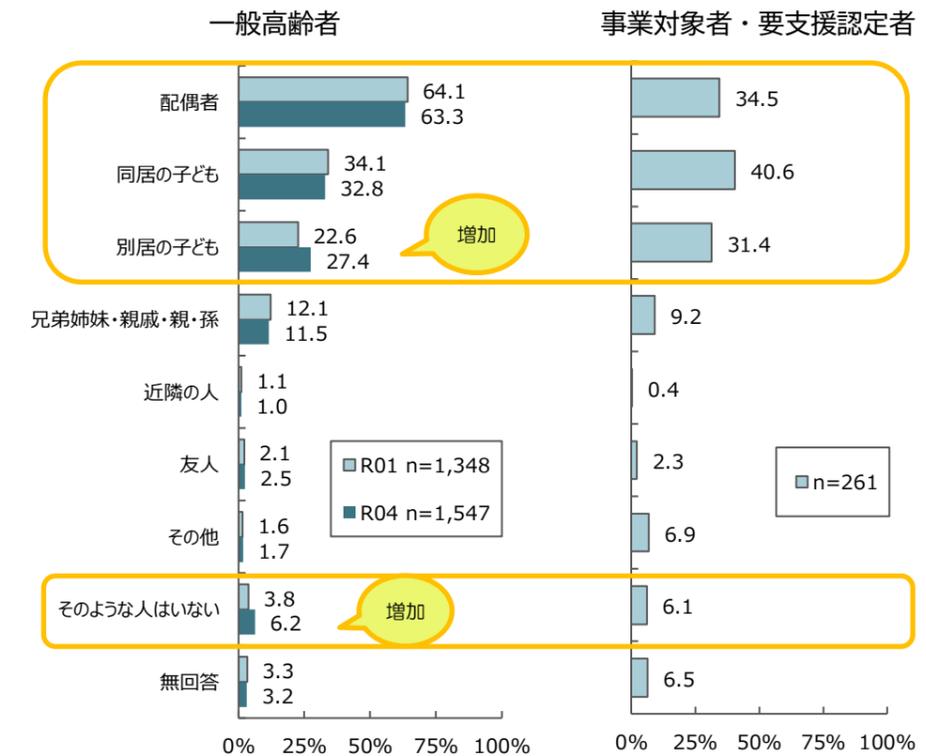
■ どのような活動に参加したいか (地域活動に参加意向・既に参加していると回答した方のみ)(報告書:67頁)



(7) 看病や世話をしてくれる人について

○病気で寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人は家族が多い。一方で、そのような人はいないが6.2%となり、前回調査(3.8%)よりも増加している。

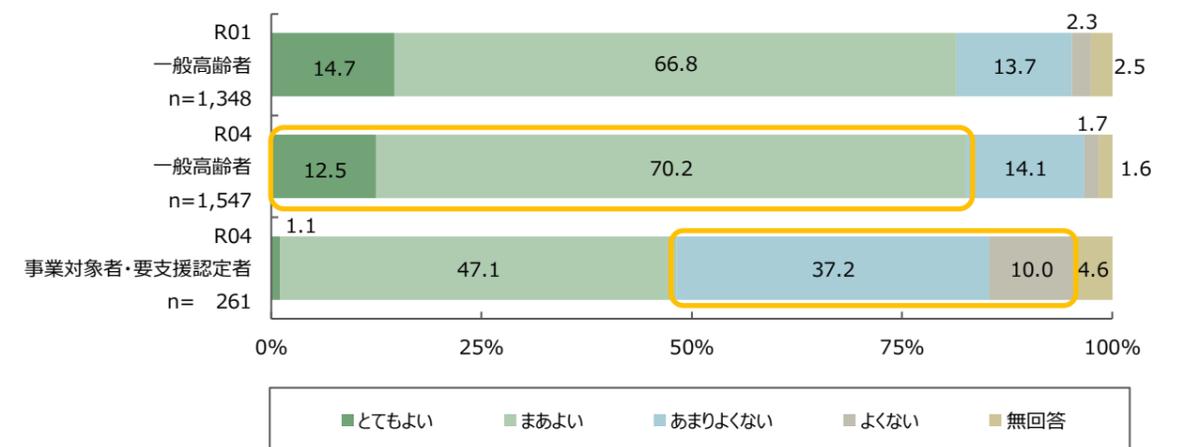
■ 病気で寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人(経年比較)(報告書:69頁)



(8) 健康について

○健康状態は一般高齢者でよい(とてもよい、よい)が82.7%、前回調査(81.5%)よりも微増。事業対象者・要支援認定者ではよくない(あまりよくない、よくない)が47.2%となっている。

■ 健康状態(経年比較)(報告書:70頁)



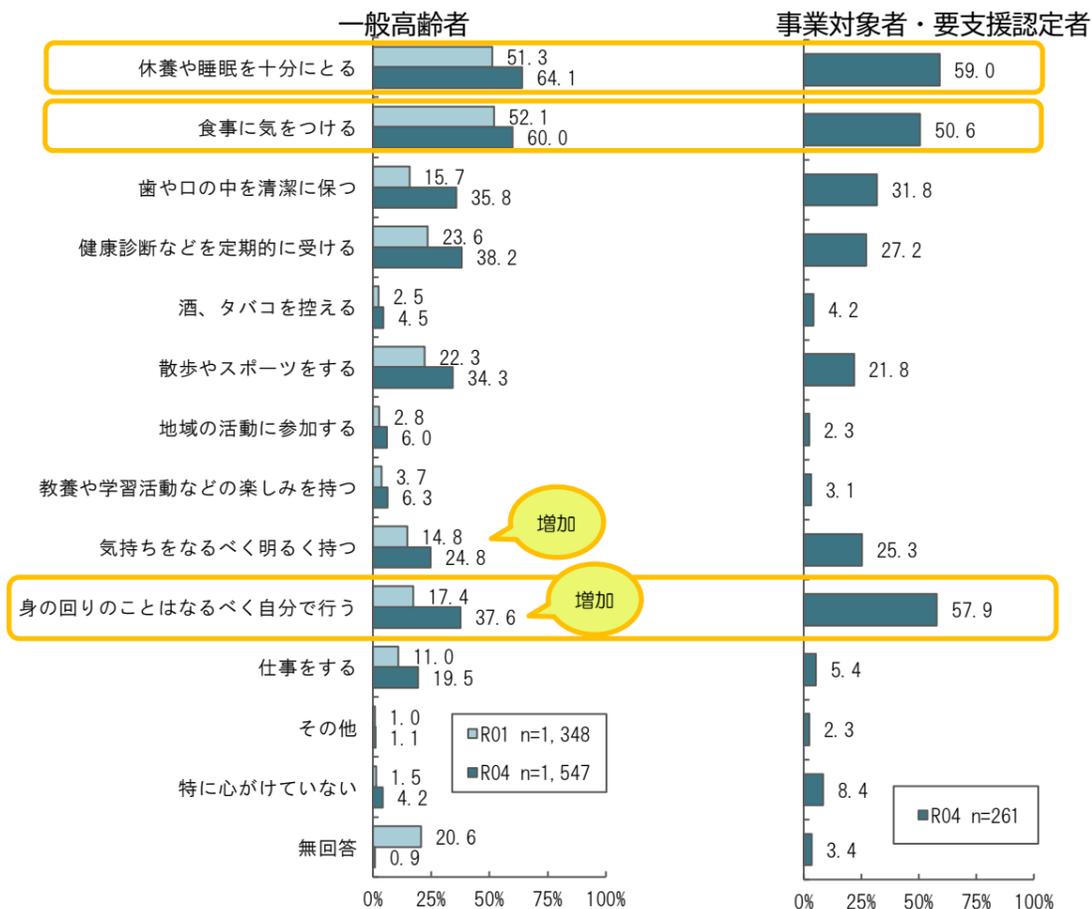
○現在の幸福感では事業対象者・要支援認定者より一般高齢者が幸福感が高い傾向にある。

■ 現在どの程度幸せか(経年比較)(報告書:70頁)



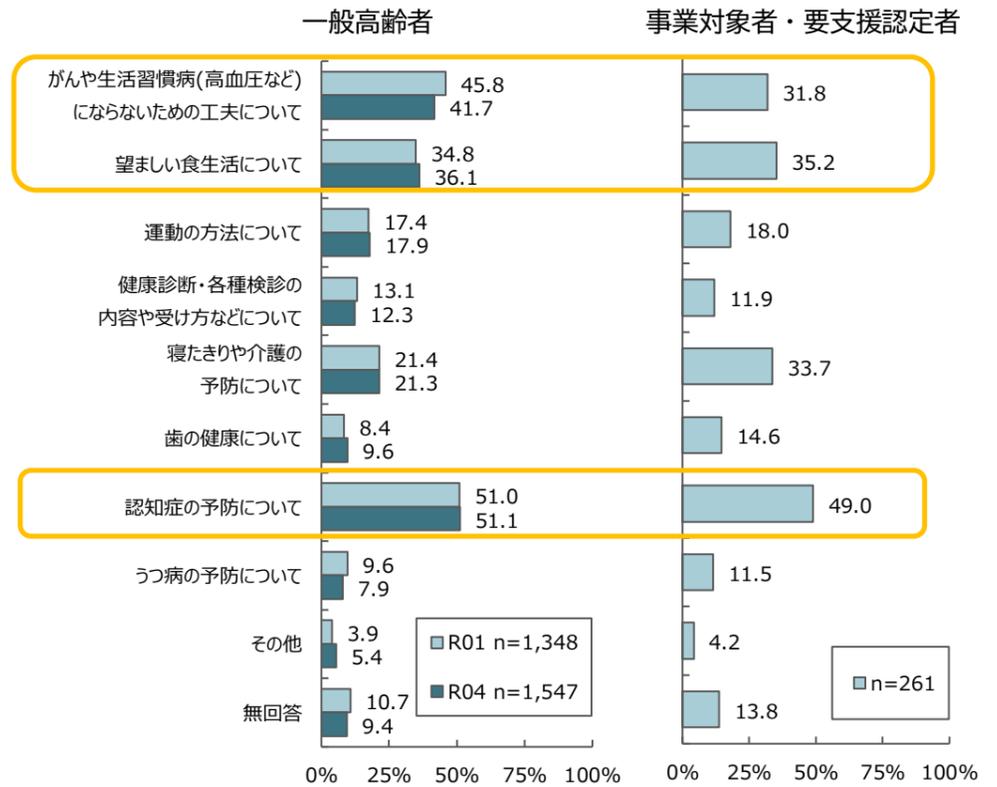
- 一般高齢者では、「休養や睡眠を十分にとる」が64.1%と最も高く、次いで「食事に気をつける」が60.0%となっている。
- 事業対象者、要支援認定者では、「休養や睡眠を十分にとる」が59.0%と最も高く、次いで「身の回りのことはなるべく自分で行う」が57.9%となっている。
- 前回調査と比較すると、一般高齢者では、「気持ちをなるべく明るく持つ」、「身の回りのことはなるべく自分で行う」が増加している。

■ 自分の健康のためにどんなことを心がけているか(報告書:74頁)



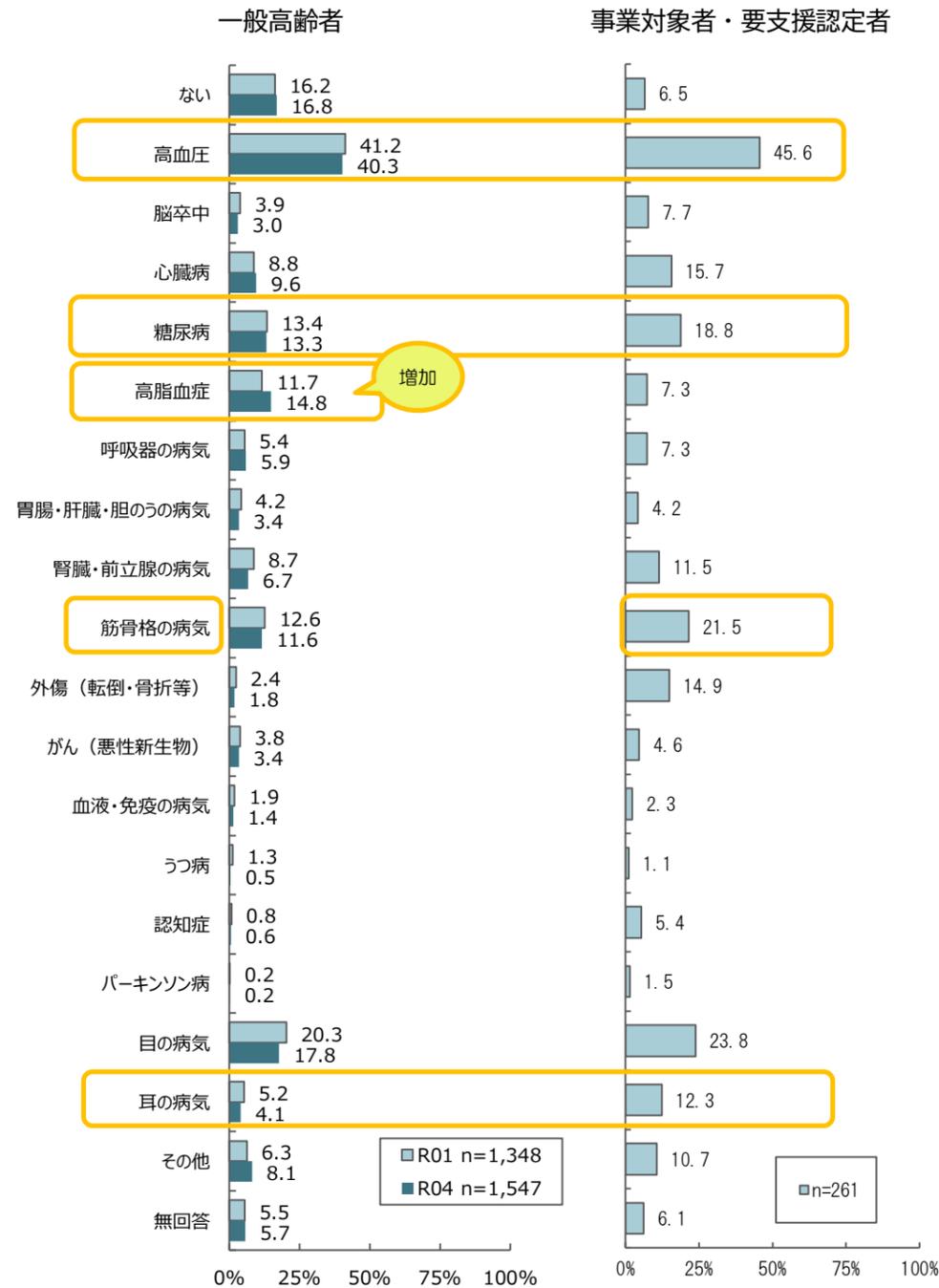
○健康について、認知症の予防について知りたい方が最も多く、次いでがんや生活習慣病（高血圧など）にならないための工夫についてや、認知症予防について知りたい方が多い。

■ 健康について知りたいこと(経年比較)(報告書:76頁)



- 一般高齢者では、「高血圧」が40.3%と最も高く、次いで「目の病気」が17.8%、「ない」が16.8%、「高脂血症（脂質異常）」が14.8%、「糖尿病」が13.3%となっている。
- 事業対象者、要支援認定者では、「高血圧」が45.6%と最も高く、次いで「目の病気」が23.8%、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」が21.5%、「糖尿病」が18.8%となっている。
- 令和元年度調査と比較すると、一般高齢者では、「高脂血症（脂質異常）」が増加している。

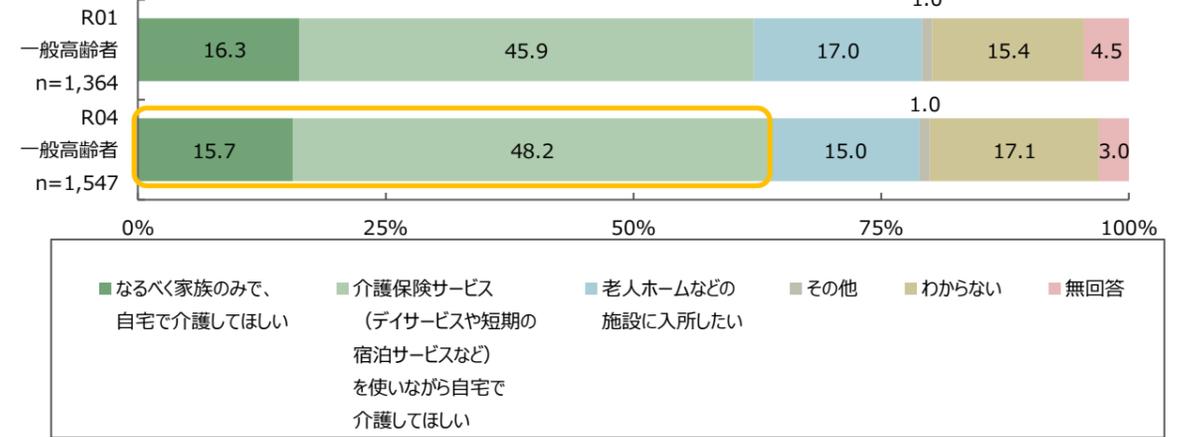
■ 現在治療中、または後遺症のある病気はあるか(経年比較)(報告書:78頁)



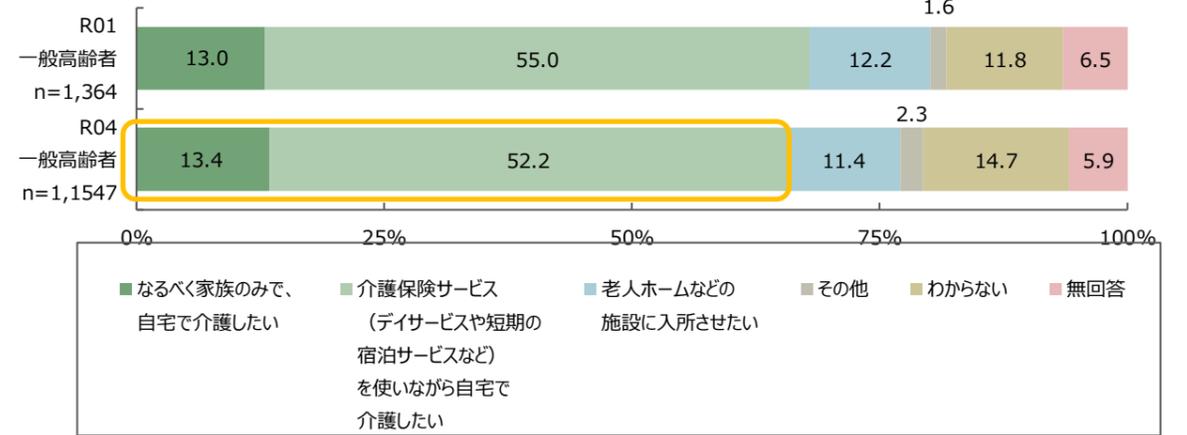
(9) 介護保険サービスなどについて

- 自身に介護が必要になった場合、自宅での介護を望む方は63.9%、そのうち介護サービスを利用しながら介護してほしい方は48.2%で、前回調査(45.9%)より微増している。
- 家族に介護が必要になった場合、自宅で介護したい方は65.6%、そのうち介護サービスを利用しながら介護したい方は52.2%で、いずれも前回調査(68.0%・55.0%)より微減している。
- 介護保険の負担増については、負担増はできる限り抑えて欲しいが最も多く、要介護認定者ではサービス充実のために、保険料の負担が増えてもやむを得ないが他に比べて多くなっている。

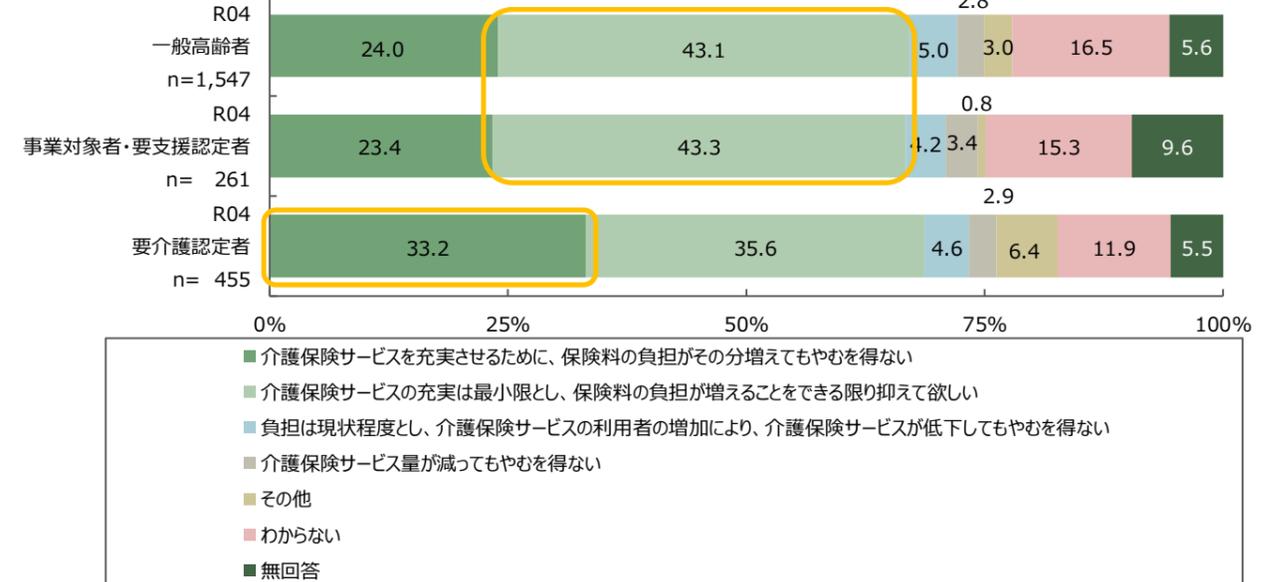
■ あなたに介護が必要になった場合、どこで介護を受けたいか(経年比較)(報告書 80頁)



■ 家族に介護が必要になった場合、どのように介護をしたいか(経年比較)(報告書 82頁)

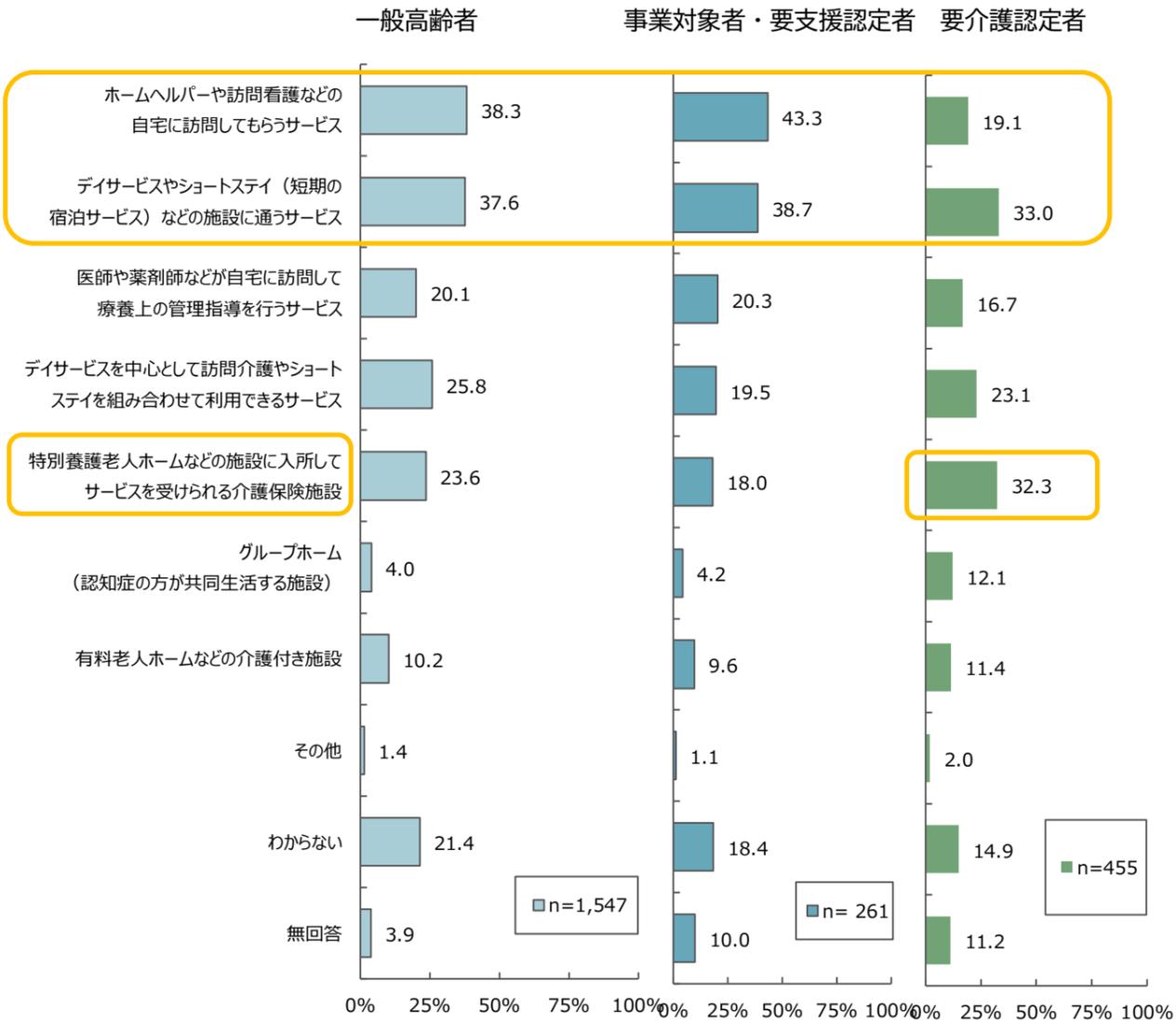


■ 介護保険サービス充実のための負担増についてどう思うか(経年比較)(報告書 84頁、130頁)



○介護保険サービスは、一般高齢者、事業対象者・要支援認定者では、在宅で訪問型または通所型サービスの充実を望む傾向がある。
要介護認定者では、施設サービスの充実を望む割合が多い。

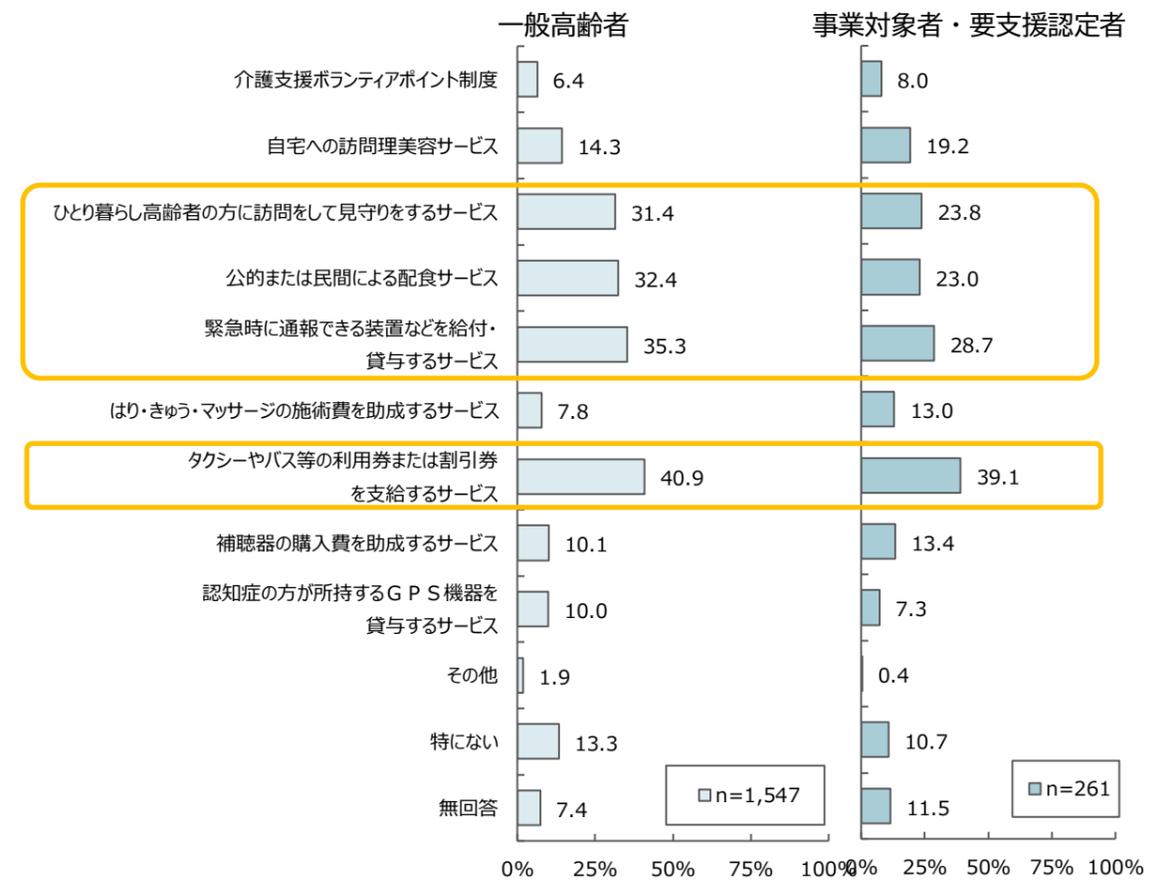
■ どのような介護保険サービスの充実を望むか(報告書:85頁、131)



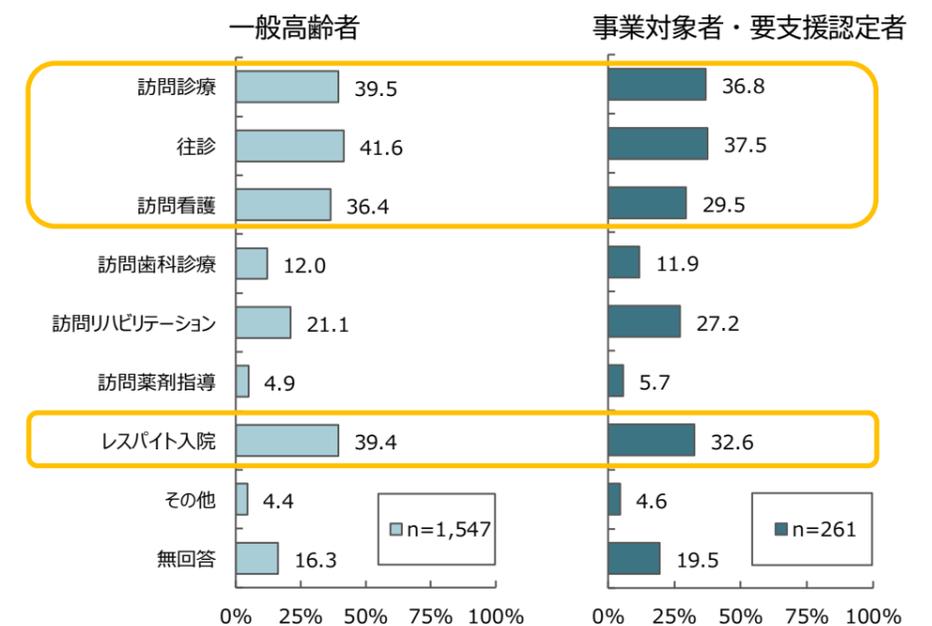
○介護保険サービス以外では、タクシーやバス等の利用券または割引券を支給するサービス、緊急通報サービス、配食や見守りサービスを望む方が多い。
○訪問型の医療サービスのうち、訪問診療や看護、往診やレスパイト入院(介護者の事情により一時的に介護が困難となった場合に短期入院できる)を望む方が多い。

■ 介護保険制度における介護サービス以外の保健福祉サービスなどについて

どのようなサービスの充実を望むか(報告書:91頁)



■ どのような医療サービスの充実を望むか(報告書:93頁)



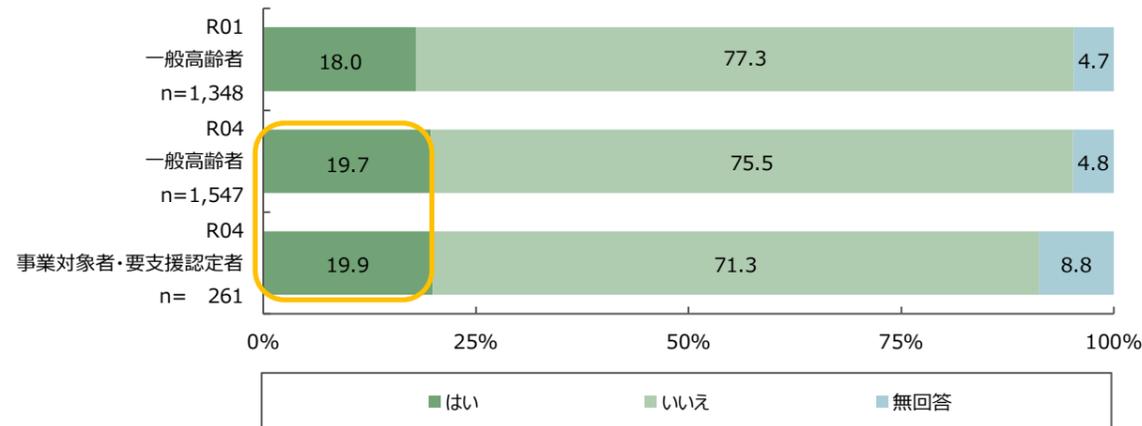
○どのような世話や治療を受けたいか考えたことがない方が、一般高齢者、事業対象者・要支援認定者ともに多い。

■ ご自身の死期が迫ったときにどのような世話や治療を受けたいか
考えたことがあるか(報告書:95頁)



○相談窓口を知っている方は一般高齢者、事業対象者・要支援認定者ともに2割程度となっている。

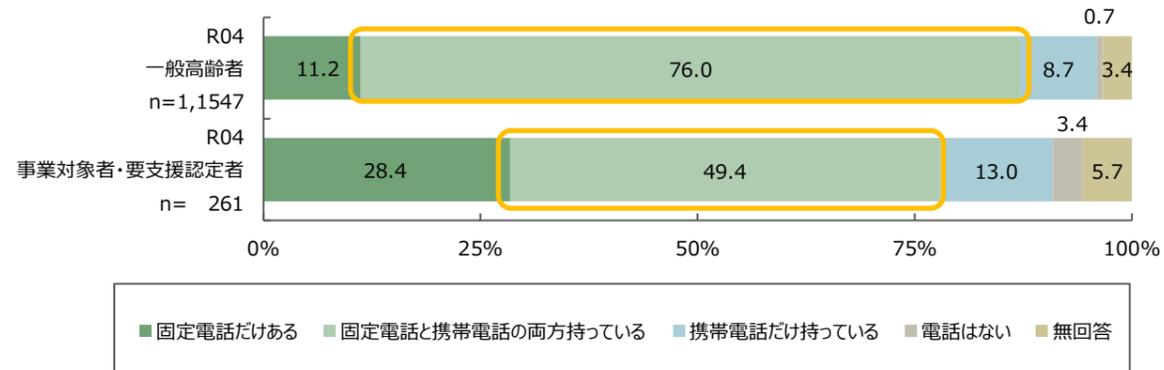
■ 認知症に関する相談窓口を知っているか(報告書:97頁)



(10) その他について

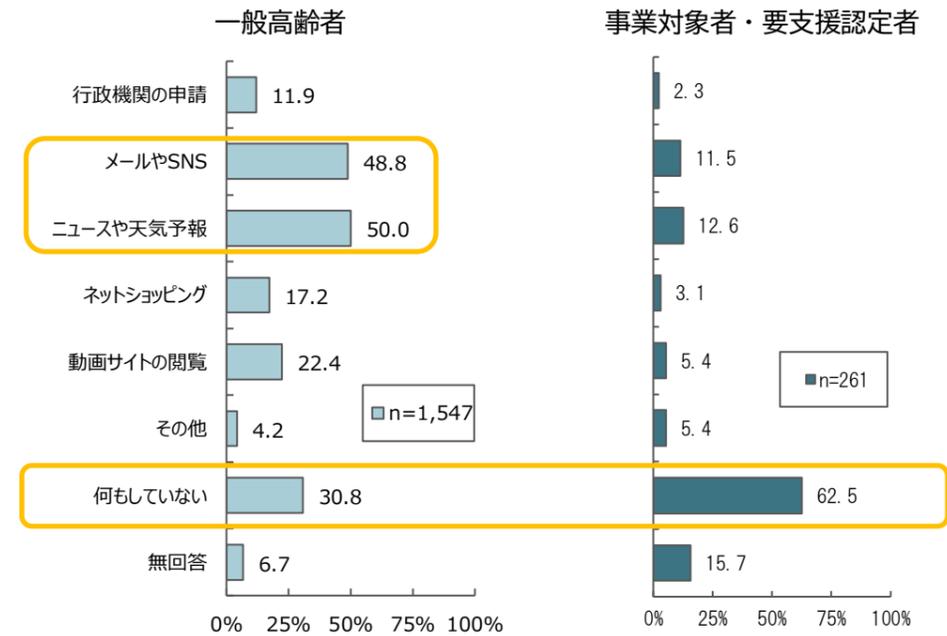
○固定電話や携帯電話の両方持っている方は、一般高齢者で76.0%、事業対象者・要支援認定者で49.8%となっている。

■ 固定電話や携帯電話を持っているか(報告書 98 頁)



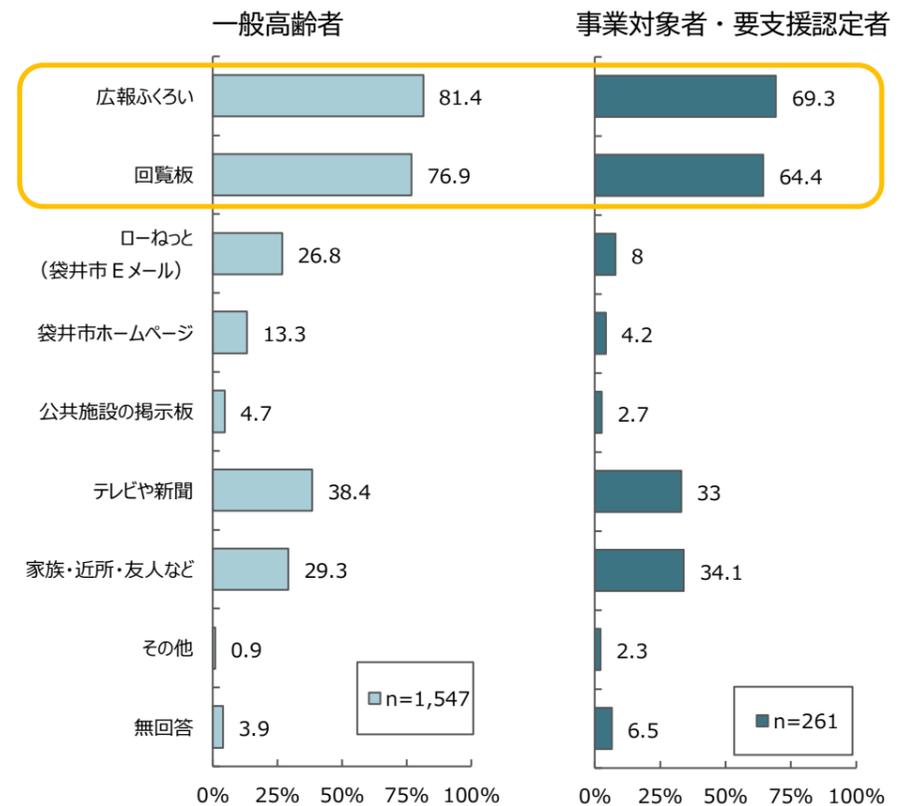
○一般高齢者ではメールやSNS、ニュースや天気予報を利用している方が多い。事業対象者・要支援認定者は何もしていない方が多い。

■ どのようなインターネットを利用しているか(報告書:99頁)



○情報の入手方法については、一般高齢者・事業対象者・要支援認定者ともに、「広報ふくろい」(81.4%・69.3%)が最も高く、次いで「回覧板」(76.9%・64.4%)となっている。

■ 市のお知らせやイベントなどの情報はどこから入手しているか(報告書 101 頁)



3 今後に向けての課題

(1) 家族構成とライフスタイルの課題

ア 高齢者のみ世帯の増加と将来的な介護について

一般高齢者の家族構成について、「1人暮らし」と「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」を合わせた高齢者のみの世帯が増加し、将来的に老々介護となる可能性が高いと考えられます。

また、自身に介護が必要になった場合、自身の家族に介護が必要になった場合ともに、在宅での介護の意向が強いことがうかがえます。

高齢者のみの世帯が増加傾向にある中で、在宅での介護の意向が強いことから、介護保険サービスや高齢者福祉サービスの充実、気軽に相談できる場の提供等を通じ、老々介護となった場合でもできるだけ介護者の負担が軽減できるようにすることが必要です。

イ 外出支援について

昨年と比べ、一般高齢者の2割程度は外出回数が「減っている」と回答し、その理由は「感染対策」が最も多くなっています。そのため、教室や講座といった人が集まる場所における感染予防対策を考慮しつつ、高齢者のフレイル*対策の取り組みを進めていくことが必要です。

また、介護サービス以外の保健福祉サービスについては、「タクシーやバス等の利用券または割引券を支給するサービス」が最も多く回答されています。公共交通の不足や一層の充実を望む声も多くなっており、高齢者が気軽に外出できるような「足」の充実や、利用負担の軽減を図る必要です。

※高齢者の健康な状態から介護が必要になる状態の間にある「虚弱状態」のことで、年齢とともに生じる心身の衰えのこと

ウ 介護予防、健康づくりについて

介護・介助が必要となった主な原因として、生活習慣病をみると「脳卒中（脳内出血・脳梗塞等）」が一般高齢者で3.0%、事業対象者、要支援認定者で7.7%、「心臓病」が一般高齢者で9.6%、事業対象者、要支援認定者で15.7%、「糖尿病」が一般高齢者で13.3%、事業対象者、要支援認定者で18.8%となっています。

現在治療中または後遺症のある病気については、「高血圧」が最も高くなっており、この他に一般高齢者では「糖尿病」、「高脂血症」、事業対象者、要支援認定者では「心臓病」、「糖尿病」が高くなっています。

生活習慣病予防が介護予防への影響も大きく、また、生活習慣病の原因となる「高血圧」の高齢者も多くなっていることから、保険と健康づくりの担当課と連携を図り、生活習慣病予防から介護予防へとアプローチする仕組みづくりを進め、保健事業と介護予防を一体的に推進していくことが必要です。

エ 介護者への支援について

介護者が不安に感じる介護は「認知症状への対応」、「夜間の排泄」、「外出の付き添い、送迎等」が多く回答されています。認知症高齢者の介護は介護者にとっても大きな負担となりうるため、認知症施策の推進強化に加え、介護保険以外の生活支援サービスの一層の充実も必要です。

(2) 高齢者の生きがいの課題

地域のグループ活動への参加者としての参加意向に比べ、企画・運営としての参加意向は低くなっています。高齢者の社会参加促進、閉じこもり防止、介護予防等のために、様々な地域活動の紹介や参加促進を

図ることも重要ですが、こうした地域活動の担い手としても元気な高齢者の活躍が求められていることから、地域活動の企画・運営支援を通じた生きがいの方法を検討していく必要があります。

(3) 介護保険サービスの課題

介護保険サービスを充実と保険料の負担について、「介護保険サービスの充実は最小限とし、保険料の負担が増えることをできる限り抑えて欲しい」が最も高く、介護保険料が高齢者にとって経済的な負担となっており、できる限り介護保険料の上昇は抑えて欲しいという意向がうかがえます。また、介護保険サービスの充実については、「ホームヘルパーや訪問看護などの自宅に訪問してもらうサービス」や「デイサービスやショートステイ（短期の宿泊サービス）などの施設に通うサービス」「特別養護老人ホームなどの入所サービスを受けられる介護保険施設」が高くなっています。

主に通所系サービスの充実が求められている一方、介護保険料の負担を抑えてほしいという意向も強いことから、これまでの利用実績を精査し、今後の利用を適切に見込んでいくことが必要です。

介護保険以外のサービスでは、日常生活における見守りや移動支援に関するサービスが求められていることがうかがえ、高齢者福祉分野だけでなく、様々な分野の関係者、事業所や住民ボランティア、企業等との連携・協力を図り、サービスの量・質の充実に向けて取り組んでいくことが重要です。

(4) 情報提供の課題

「固定電話と携帯電話の両方持っている」が最も高くなっており、携帯電話が多くの高齢者にも普及していることがうかがえます。また、市のお知らせやイベントなどの情報について、一般高齢者では「メローねっと（袋井市Eメール）」や「袋井市ホームページ」の割合も高くなっており、インターネット通信等を通じて情報収集されていることがうかがえます。

広報紙や回覧板、テレビ・新聞といった従来の情報媒体の利用が多い中で、主に一般高齢者ではメールやホームページといったインターネットも利用されていることから、今後はより効果的な情報発信・提供手段を検討していくことが必要です。

(5) 生活機能評価からみる課題

ア 後期高齢者における生活機能低下の課題

生活機能評価について、運動器、閉じこもり、転倒、口腔、認知機能については、75歳～80歳以上となるとリスク該当者の全体平均を概ね上回る傾向にあります。70歳代前半でフレイル状態となる高齢者も増えてくることから、介護予防については、70歳代で積極的に介入することが重要です。

健康について知りたいこととして、「認知症の予防について」が高くなっています。認知症予防の取り組みについては、周知啓発、広報を進めていくほか、介護予防教室との連携や、高齢者に直接介護予防教室への案内をするなど、早期介入ができる仕組みが必要で

イ 日常生活での機能低下の課題

手段的自立度（IADL）において、男性では75歳以降、女性では80歳以降でIADL低下者の割合が全体平均より割合が高くなっており、女性に比べ男性の方が早期にIADL低下が進んでいることがうかがえます。しかし、女性に比べ男性は介護予防のための通いの場に「参加していない」割合が高くなっており、男性が参加しやすい介護予防教室など、男性に特化した取り組みが必要で