

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 11 次高齢者保健福祉計画及び第 10 期介護保険事業計画（令和 9 年度～令和 11 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※1、要支援認定者※2）	袋井市在住で、在宅生活の要介護認定者※3
配布・回収方法	郵送による配布・回収	
調査期間	令和 8 年 1 月 14 日～2 月 2 日	
配布数(A)	2,796 通	788 通
回収数(B)	1,785 通	371 通
回収率(B/A)	63.8%	47.1%

※1 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。

※2 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。

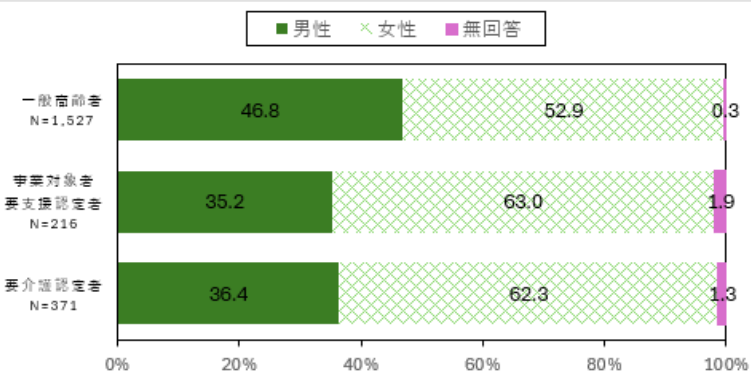
※3 要介護認定者：入浴や排泄、食事などの基本的動作についても、自分で行うことが困難であり、何らかの介護を要する状態、もしくは、支援を必要とする状態にある方。

注)回答は各質問の回答者数(n)を基数とした百分率(%)で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が 100.0%にならない場合があります。

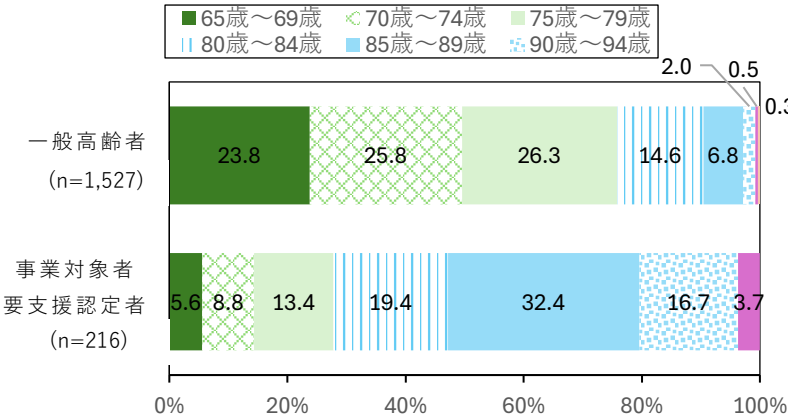
2 調査結果

(1) 回答者の属性

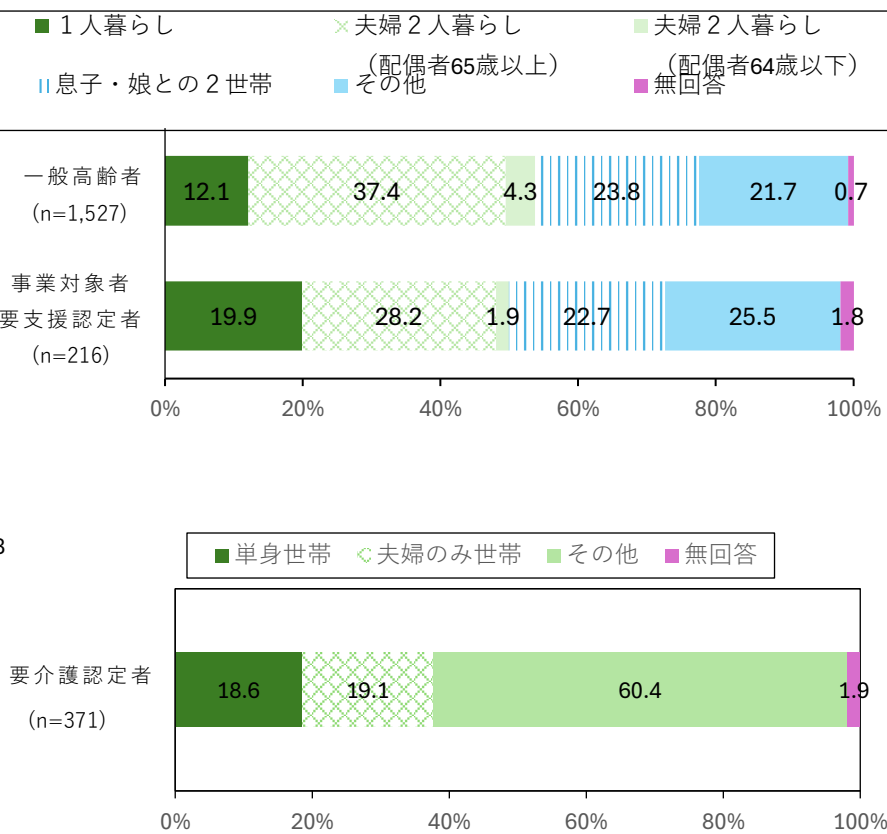
■ 性別(報告書7頁、123頁)



■ 年齢(報告書:8頁)



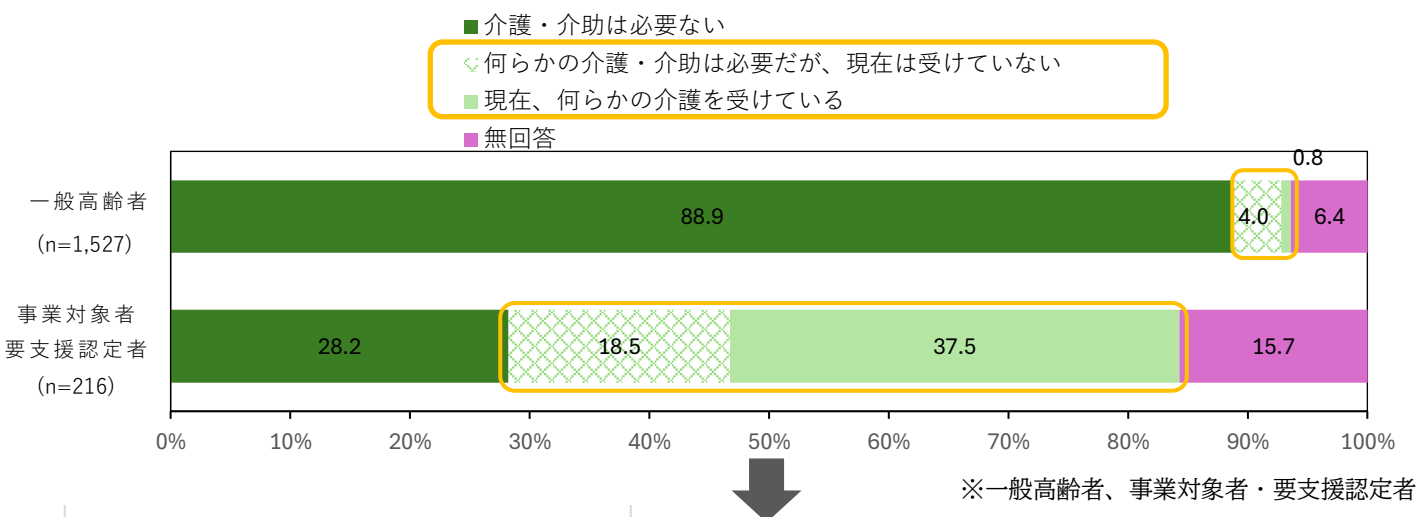
■ 家族構成(報告書9頁、123頁)



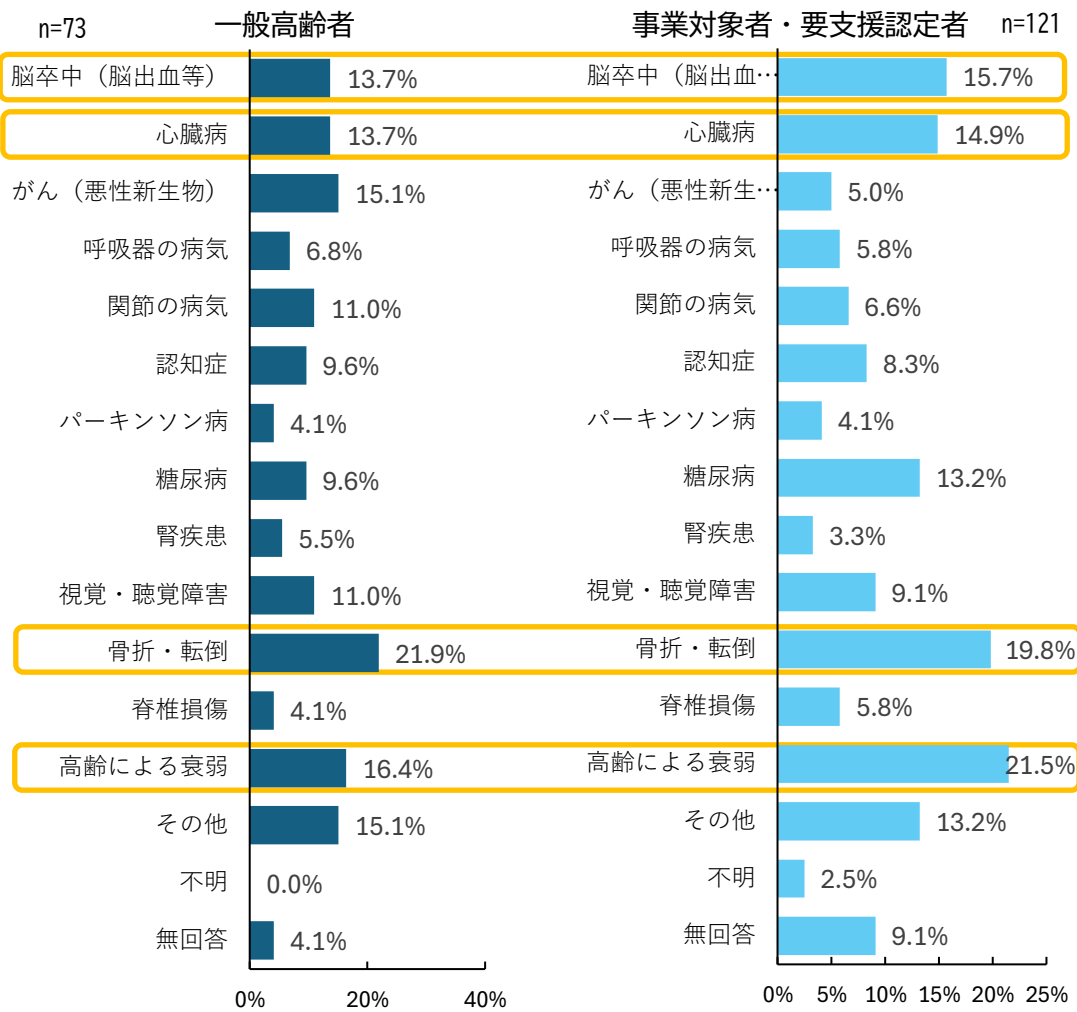
(2) 日常生活における介護（介助）について

- 介護(介助)を必要とする方は、事業対象者・要支援認定者の 56.0%であるが、そのうち 18.5%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 4.8%あるが、そのうち 4.0%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、心臓病、脳卒中となっている。

■ 普段の生活で介護・介助は必要か(報告書:12頁)



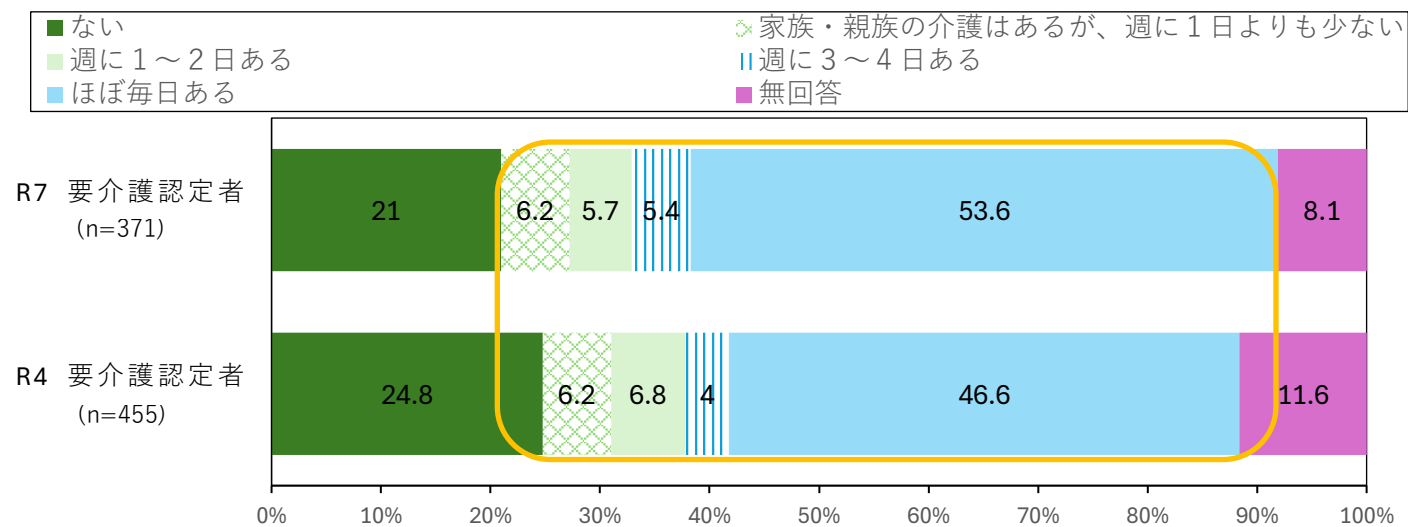
■ 介護・介助が必要になった主な原因(報告書:12頁)



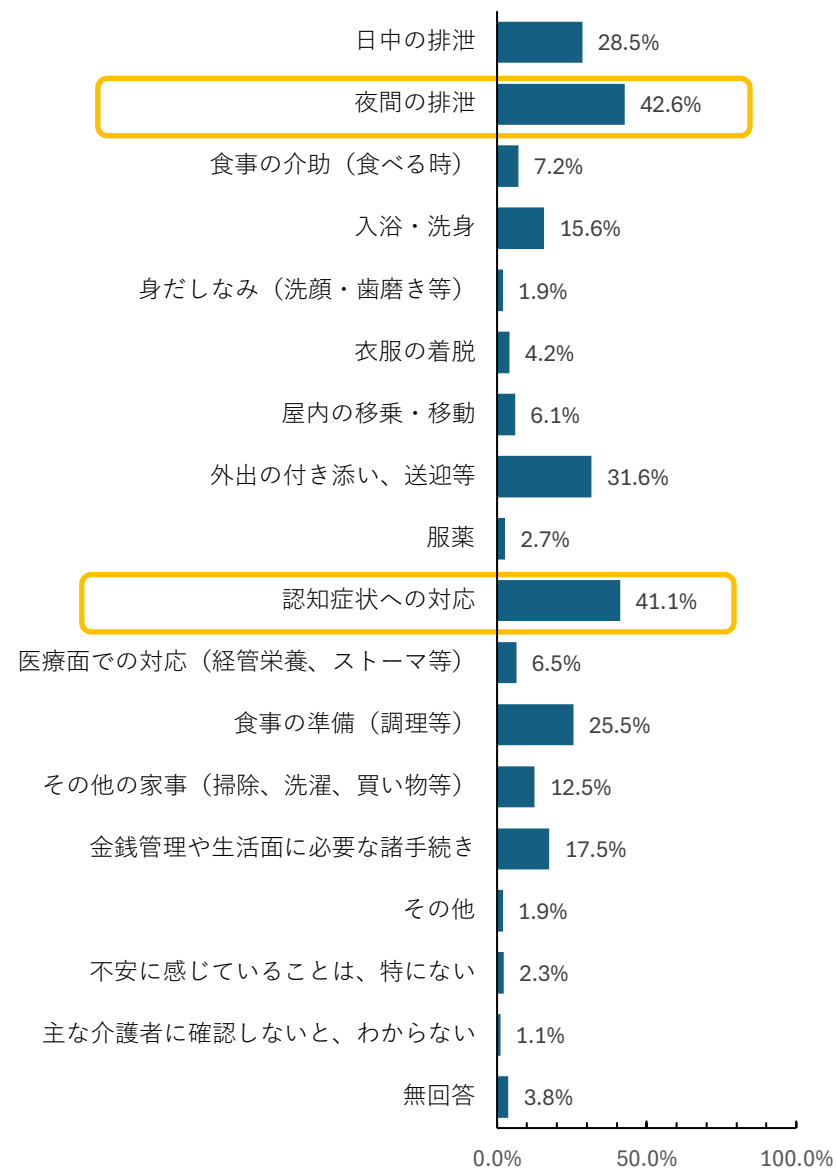
○家族や親族からの介護を受けている方は70.9%の状況であり、前回調査（63.6%）より増加しているが、特に「ほぼ毎日ある」は12.3ポイント増加している。

○主な介護者が不安に感じる介護等は、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:138頁)



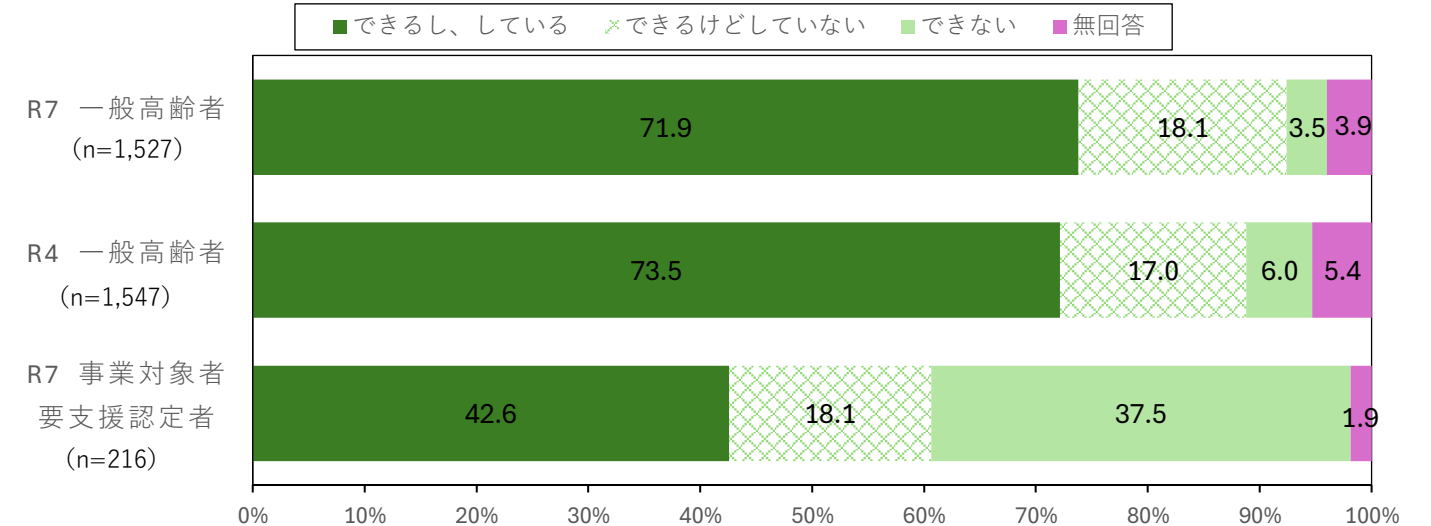
■ 主な介護者の方が不安に感じる介護等(報告書:142頁)



(3) からだを動かすことについて

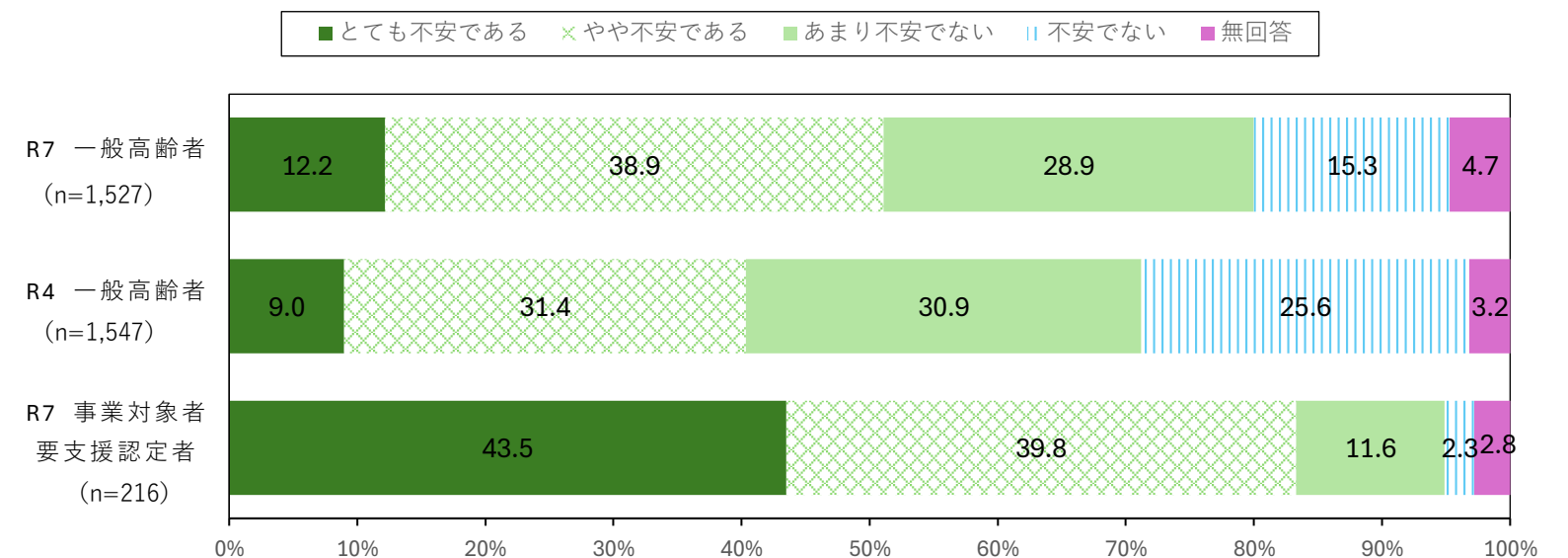
○15分位続けて歩いている方は、一般高齢者では71.9%（前回73.5%）と前回調査より少し減少している。事業対象者・要支援認定者では42.6%が歩いていると回答している。

■ 15分位続けて歩いているか(経年比較)(報告書:18頁)



○転倒に対する不安がある方は、一般高齢者では51.1%（前回40.4%）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83.3%が不安を感じている。

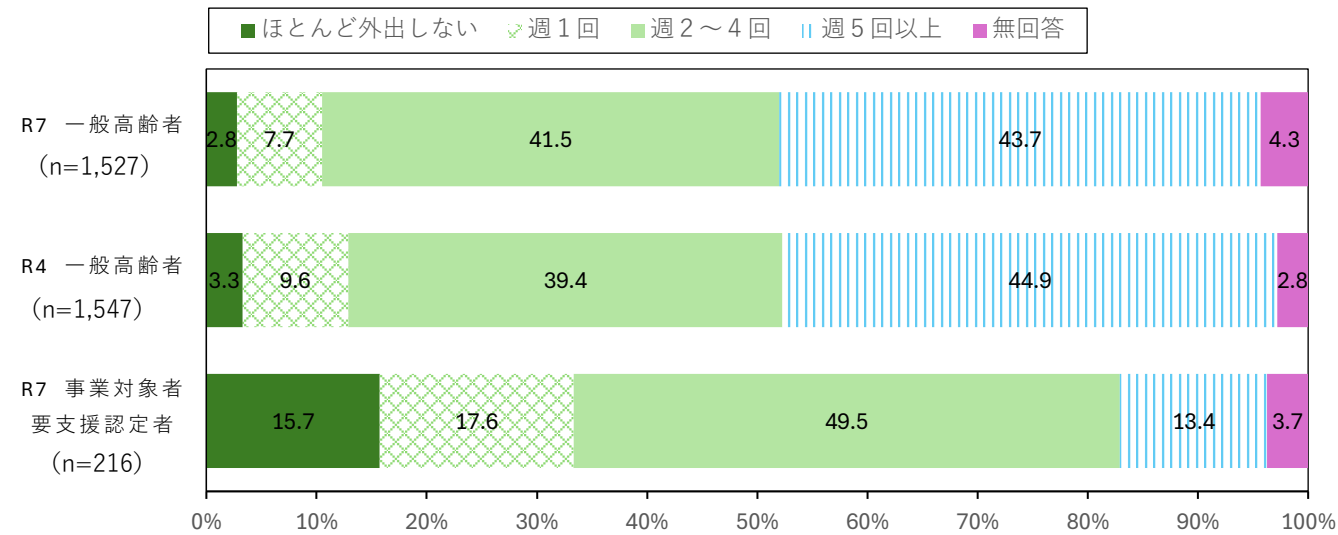
■ 転倒に対する不安は大きい(経年比較)(報告書:13頁)



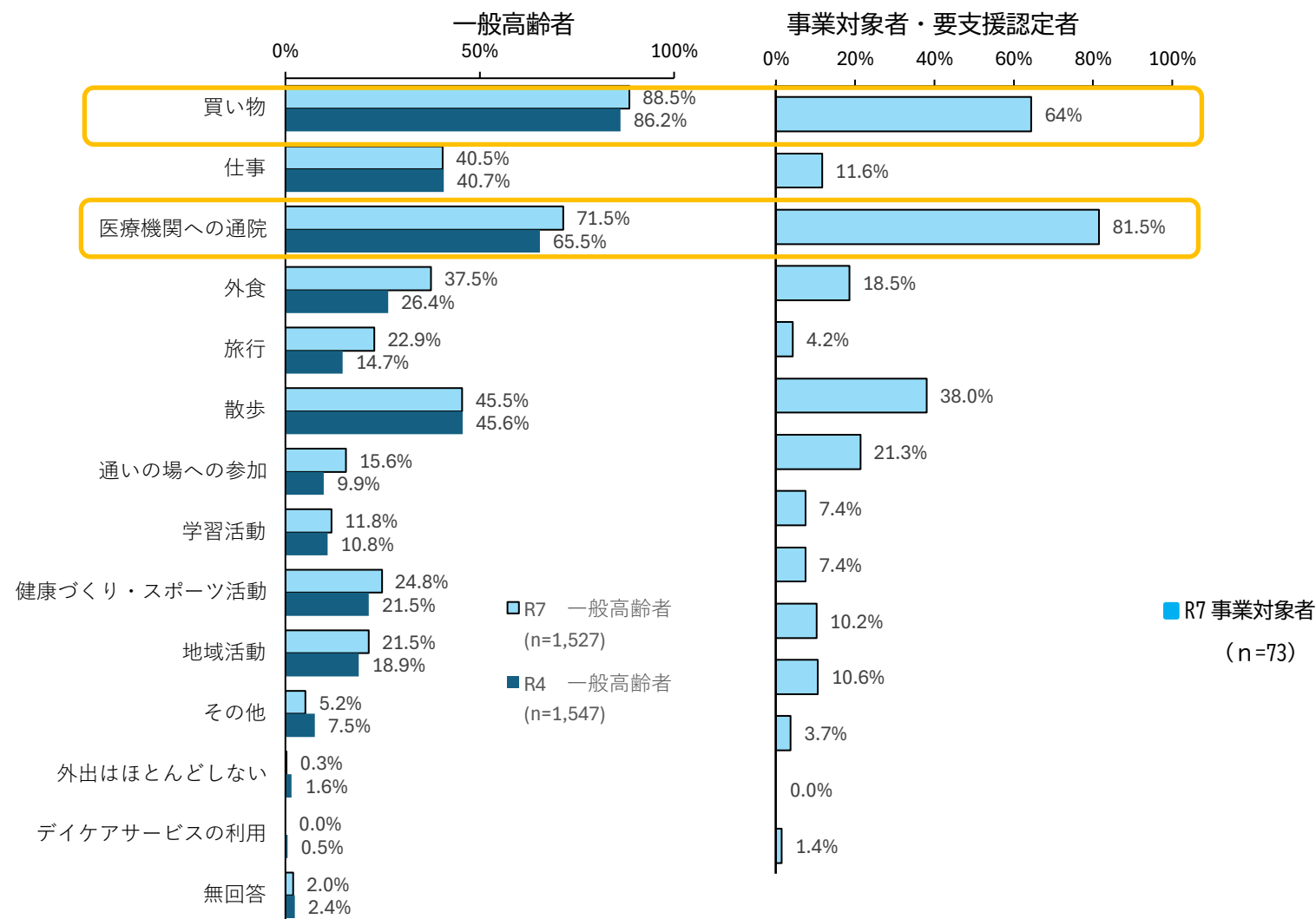
○週1回以上外出している方は92.9%で、一般高齢者では前回調査（93.9%）より若干減少している。

○外出の理由は、買い物、通院が一般高齢者、事業対象者・要支援認定共に多い。

■ 週に1回以上外出しているか(経年比較)(報告書:19頁)



■ 外出理由(経年比較)(報告書:23頁)

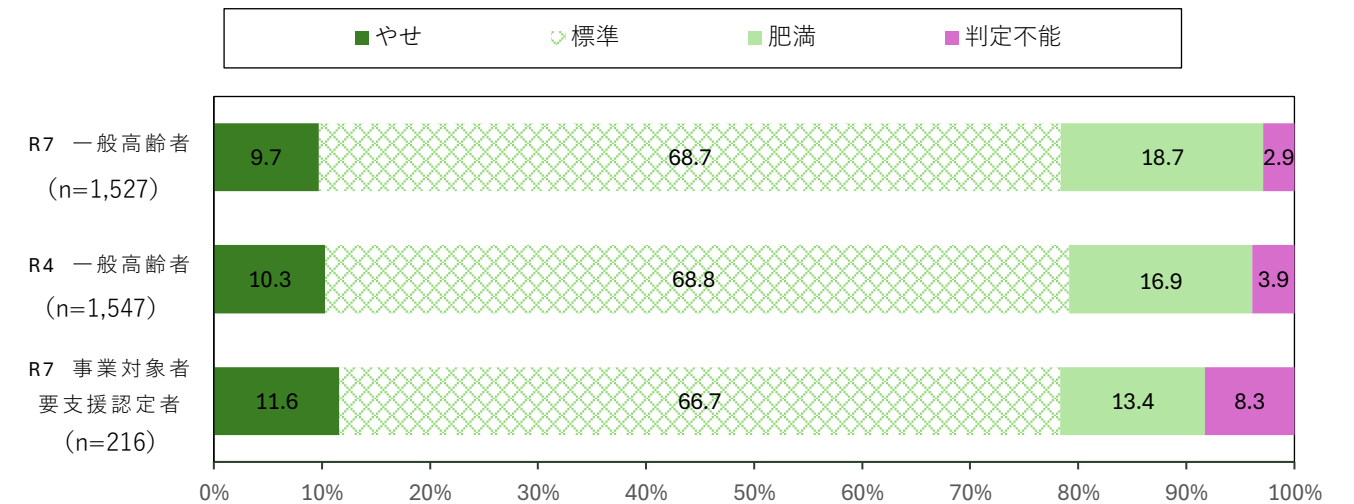


(4) 食べることにについて

○BMIでやせに該当する方は一般高齢者で9.7%となり、前回調査（10.3%）より微減。肥満については18.7%となり、前回調査（16.9%）より増加。

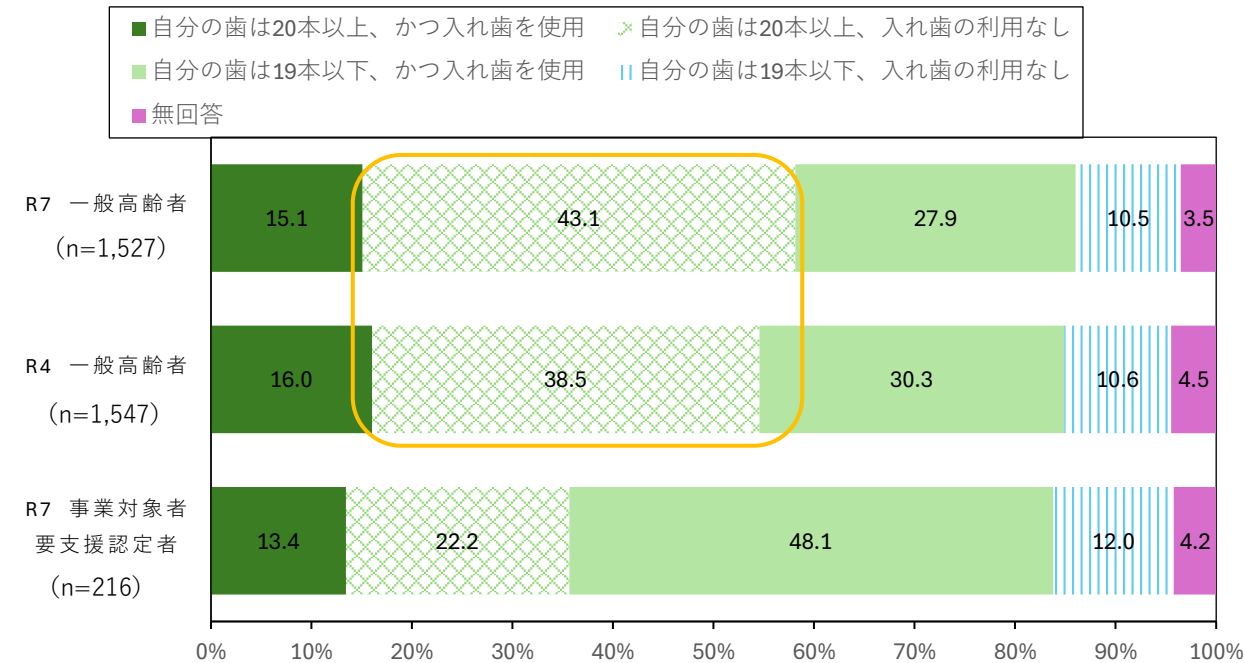
■ BMI(経年比較)(報告書:27頁)

※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 43.1%と最も高く、次いで「自分の歯は 19 本以下、入れ歯利用」が 27.9%、「自分の歯は 20 本以上、入れ歯利用」が 15.1%、「自分の歯は 19 本以下、入れ歯なし」が 10.5%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 48.1%と最も高く、次いで「自分の歯は 20 本以上、入れ歯なし」が 22.2%、「自分の歯は 20 本以上、入れ歯利用」が 13.4%、「自分の歯は 19 本以下、入れ歯なし」が 12.0%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。

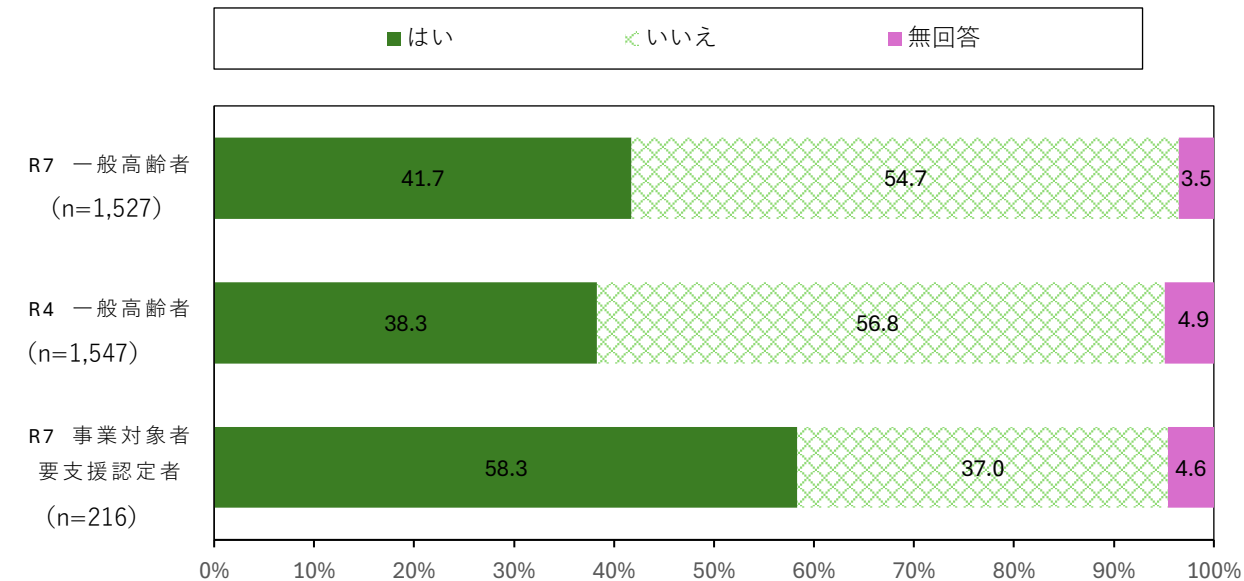
■ 歯の数と入れ歯の利用状況(報告書:29頁)



(5) 毎日の生活について

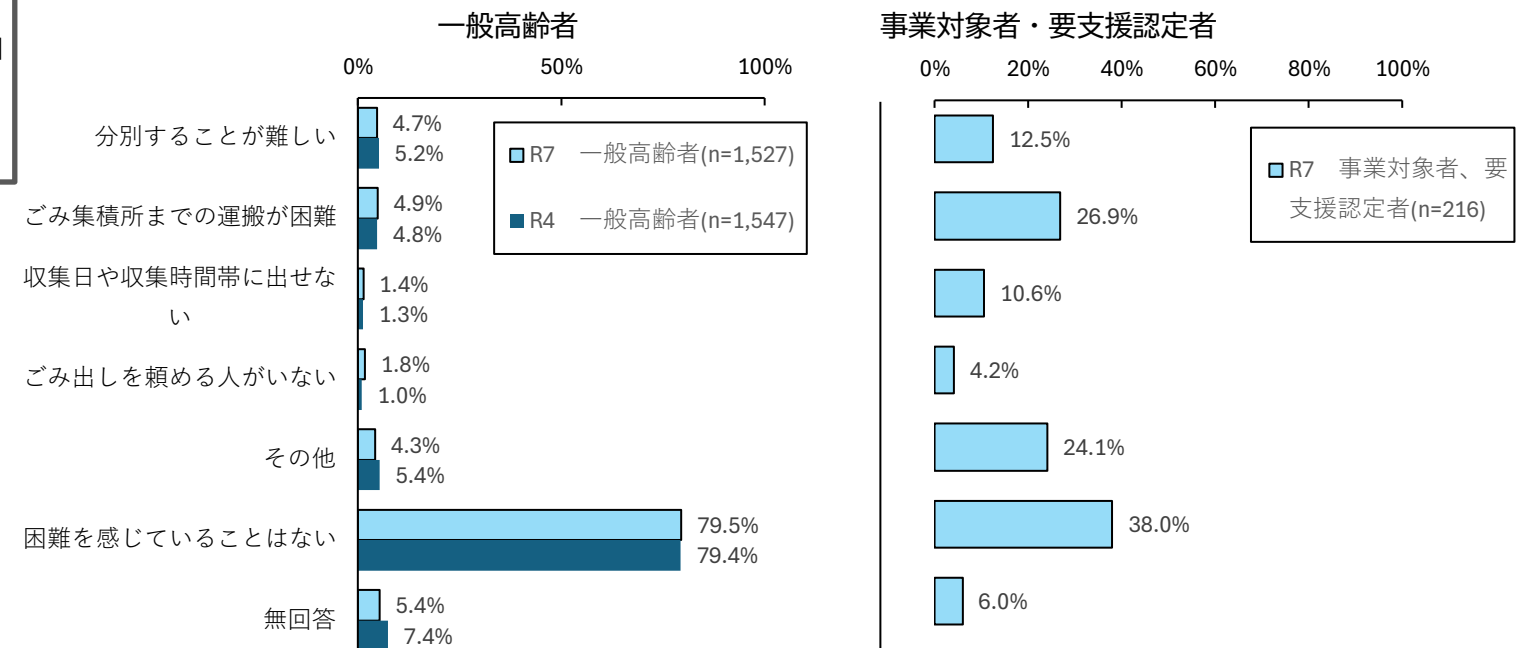
- 物忘れが多いと感じる方は、一般高齢者で 41.7%となり、前回調査（38.3%）より増加。事業対象者・要支援認定者は 58.3%である。

■ 物忘れが多いと感じるか(経年比較)(報告書:32頁)



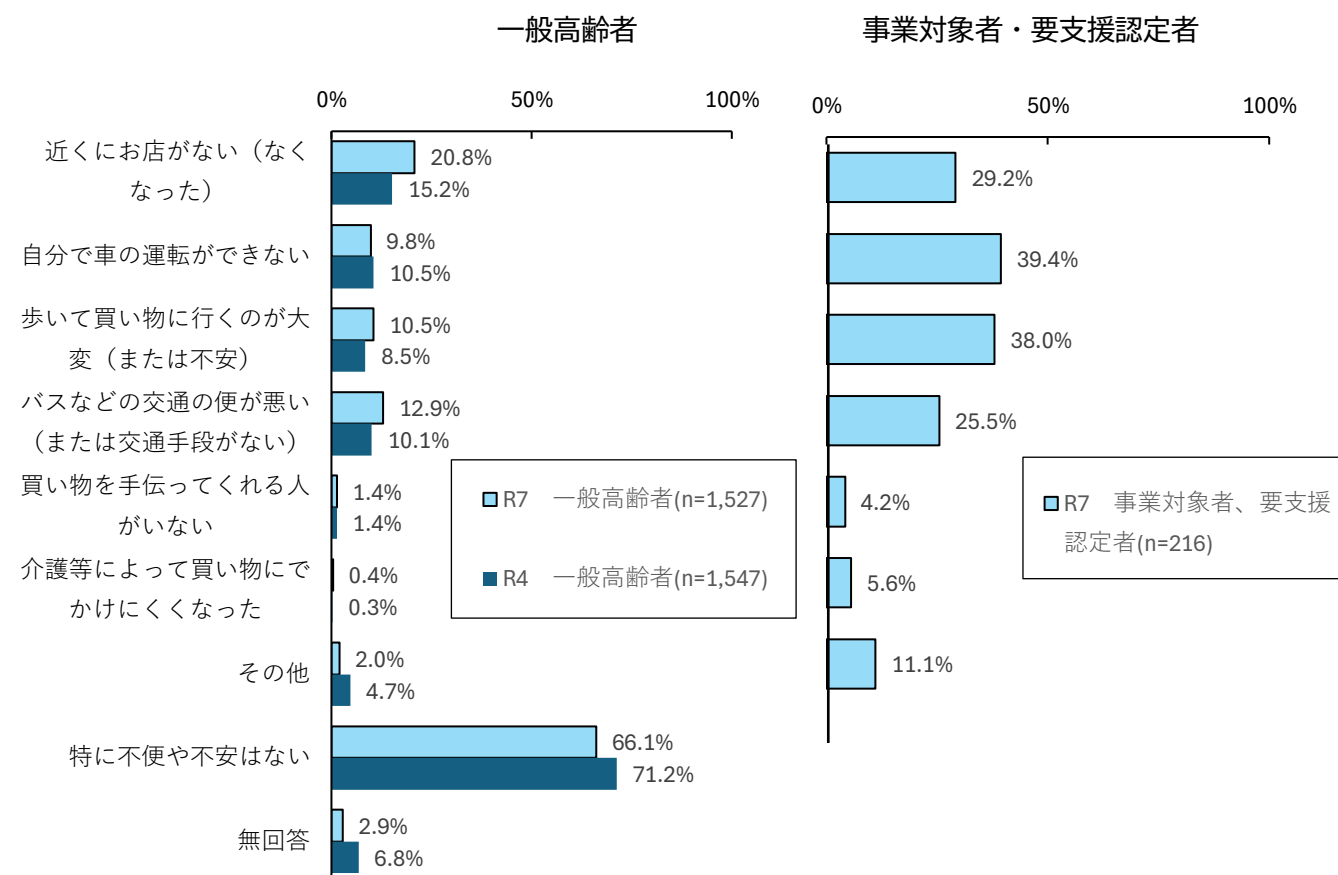
- ごみ出しの際に、事業対象者・要支援認定者ではごみの分別やごみ集積所までの運搬で困難に感じている方が多い。一般高齢者は困難に感じていることはないが最も多く、前回調査（79.4%）よりも微増している。

■ ごみ出しで困難を感じていること(経年比較)(報告書:43頁)



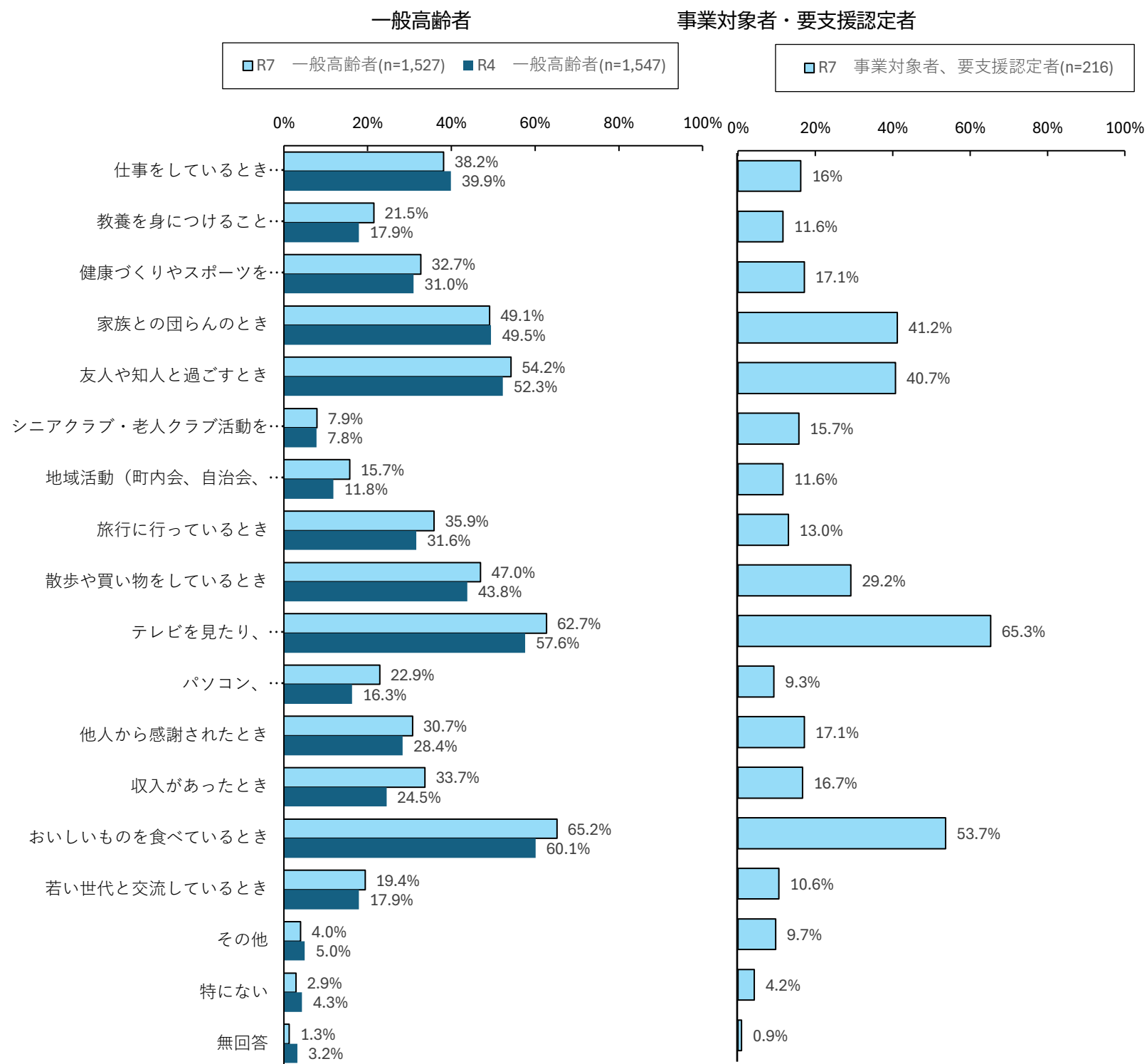
- 買い物で不安を感じていることは、事業対象者・要支援認定者では、歩いて買い物に行くのが大変、自分で車の運転ができないといった意見が多い。一般高齢者では、特に不便や不安はないが最も多いが、前回調査（71.2%）よりも減少し、「近くにお店がない」や「バスなどの交通の便が悪い」が増加した。

■ 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:47頁)



○おいしいものを食べているとき、テレビを見たりラジオを聞いているとき、友人や知人と過ごすときなど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。

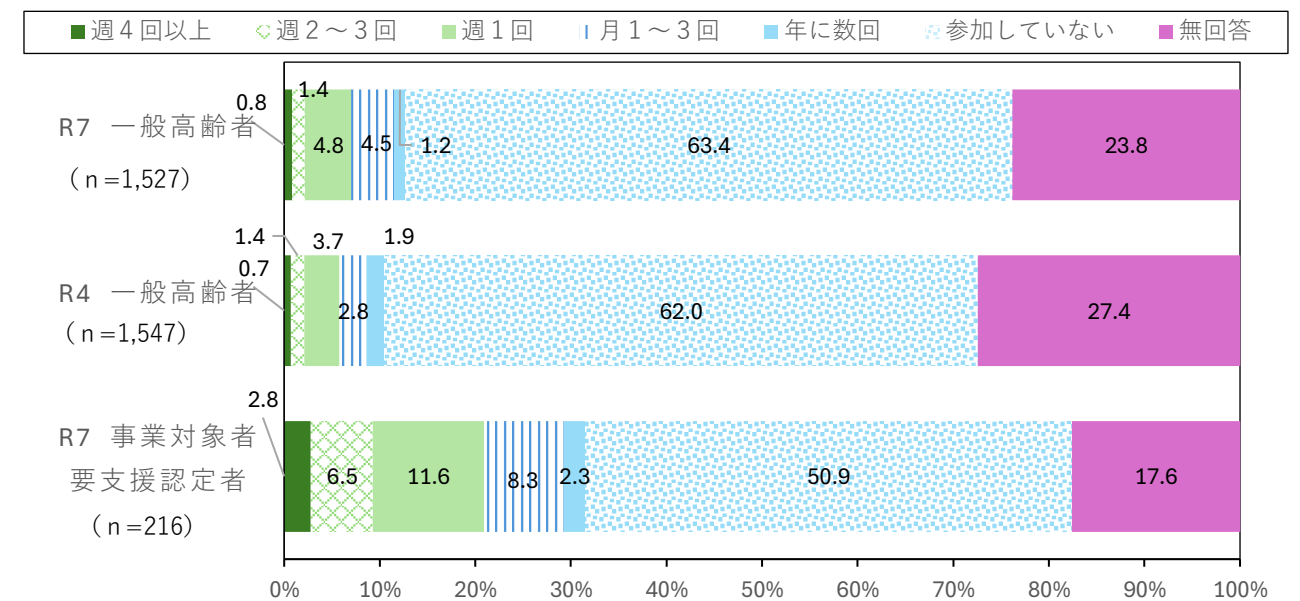
■ 生きがい(喜び楽しみ)を感じるのはどのようなときか(経年比較)(報告書:49頁)



(6) 地域での活動について

○地域の介護予防のための通いの場の参加については、一般高齢者では、「参加していない」が63.4%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50.9%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」が増加している。

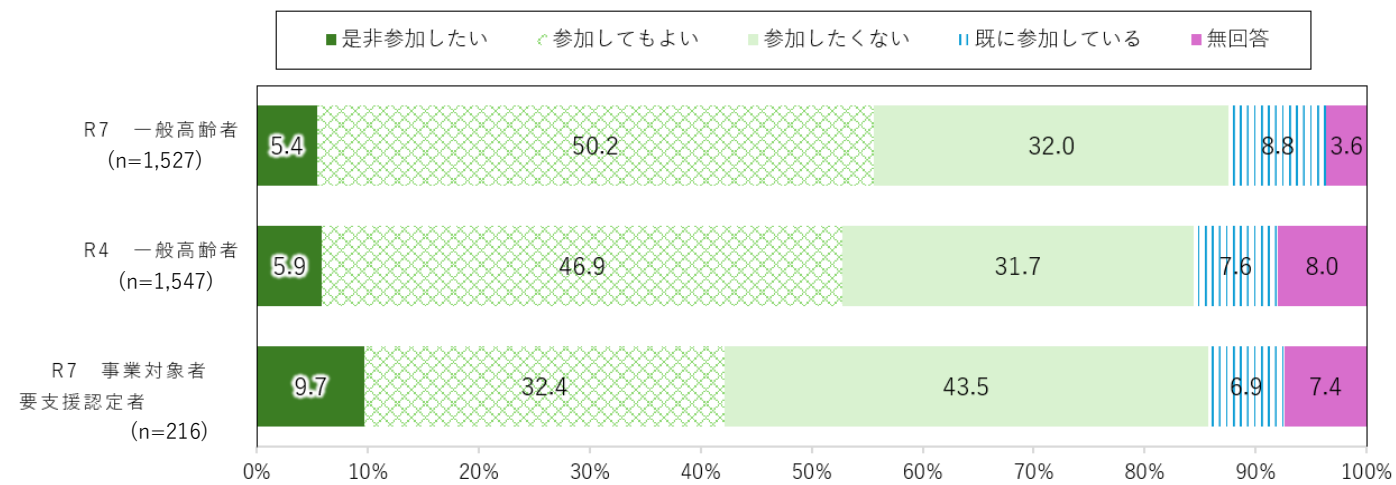
■ 介護予防のための通いの場(サロン・居場所・しぞ〜かでん伝体操など) (経年比較)(報告書:61頁)



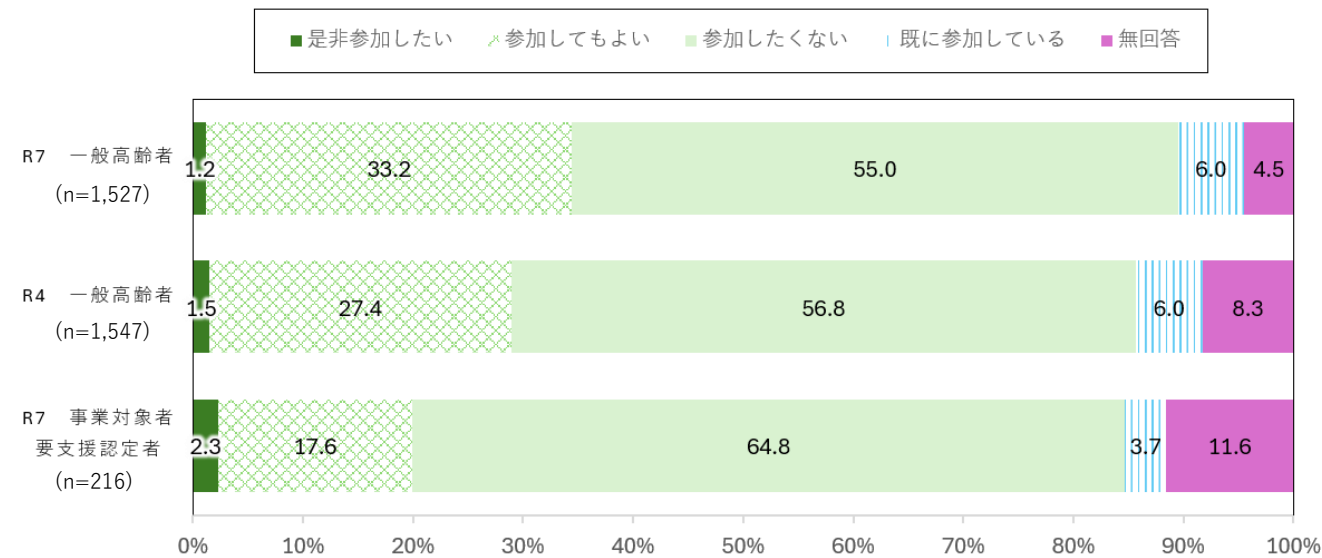
○地域活動に参加者として参加意向のある方と既に参加している方は、一般高齢者では 64.4% (前回 60.4%)、事業対象者・要支援認定者では 49.0%である。

○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 40.4% (前回 34.9%)、事業対象者・要支援認定者では 23.6%である。

■ 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:69頁)



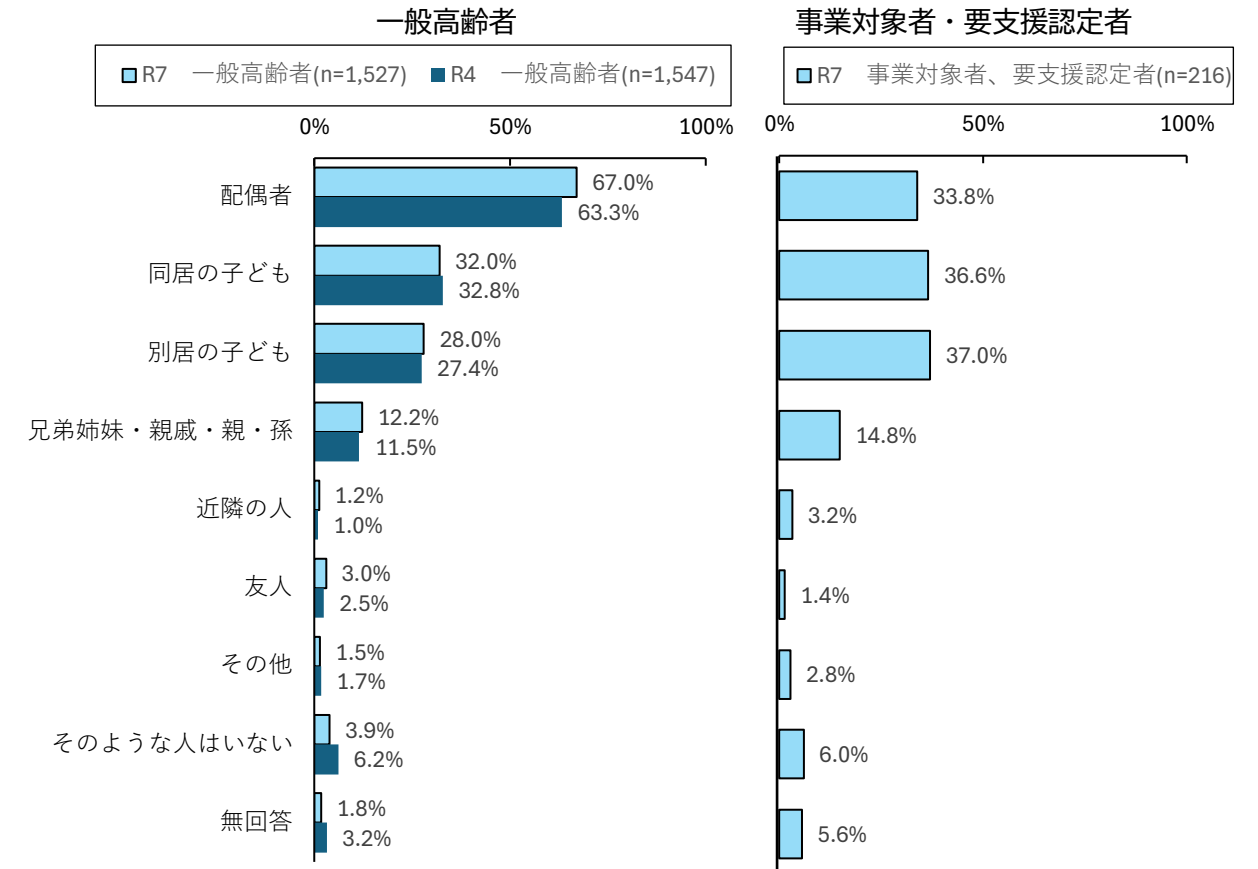
■ 企画・運営としてグループに参加活動等に参加してみたいか(報告書:69頁)



(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 3.9%となり、前回調査 (6.2%) よりも減少している。

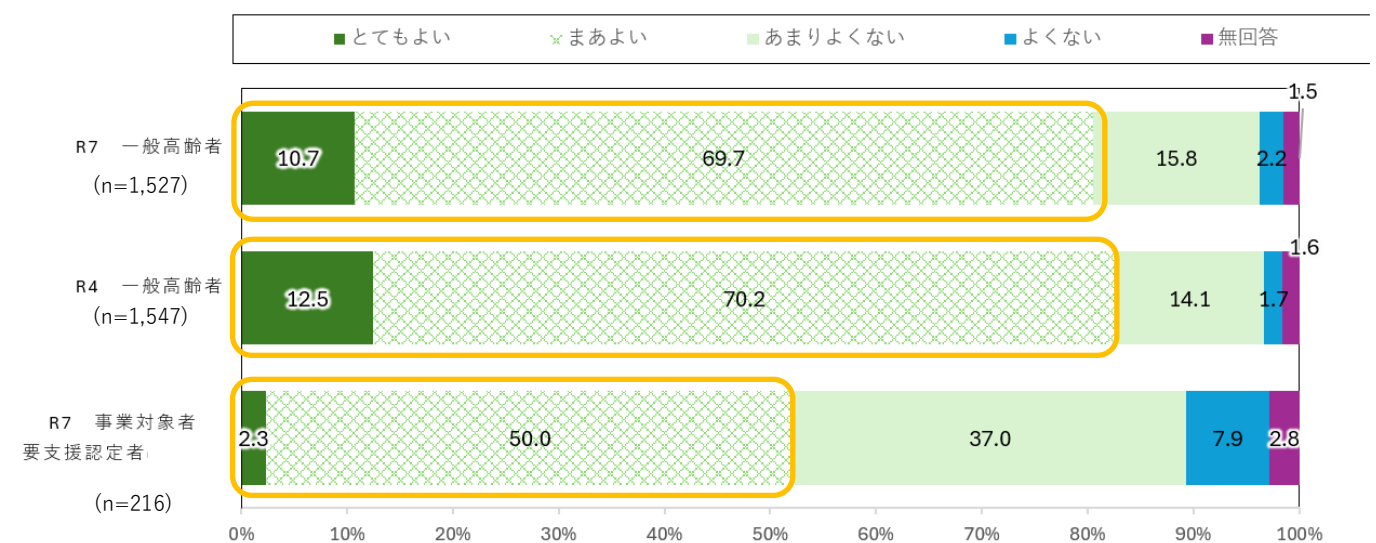
■ 病気で寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人(経年比較)(報告書:71頁)



(8) 健康について

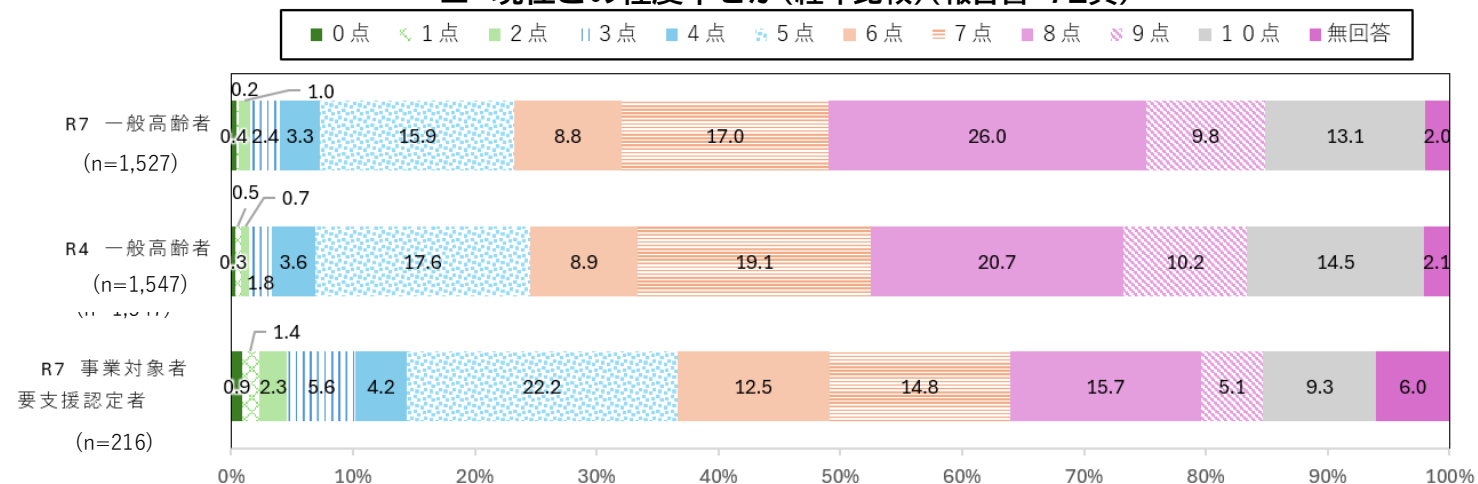
○健康状態は一般高齢者でよい (とてもよい、まあよい) が 80.4%、前回調査 (82.7%) よりも微減。事業対象者・要支援認定者ではよくない (あまりよくない、よくない) が 44.9%となっている。

■ 健康状態(経年比較)(報告書:72頁)



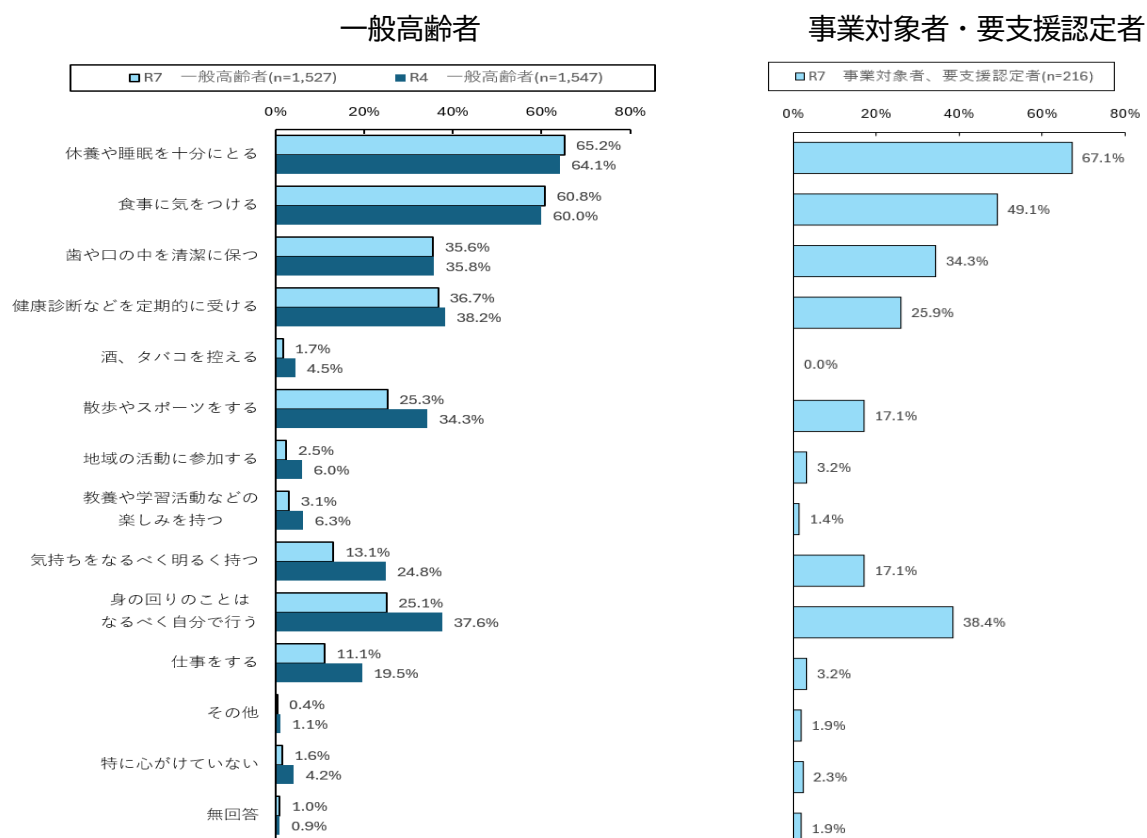
○現在の幸福感では事業対象者・要支援認定者より一般高齢者の幸福感が高い傾向にある。

■ 現在どの程度幸せか(経年比較)(報告書:72頁)



- 一般高齢者では、「休養や睡眠を十分にとる」が65.2%と最も高く、次いで「食事に気をつける」が60.8%となっている。
- 事業対象者、要支援認定者でも同じく、「休養や睡眠を十分にとる」が67.1%と最も高く、次いで「食事に気をつける」が49.1%となっている。
- 前回調査と比較すると、一般高齢者では、「散歩やスポーツをする」「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」が減少している。

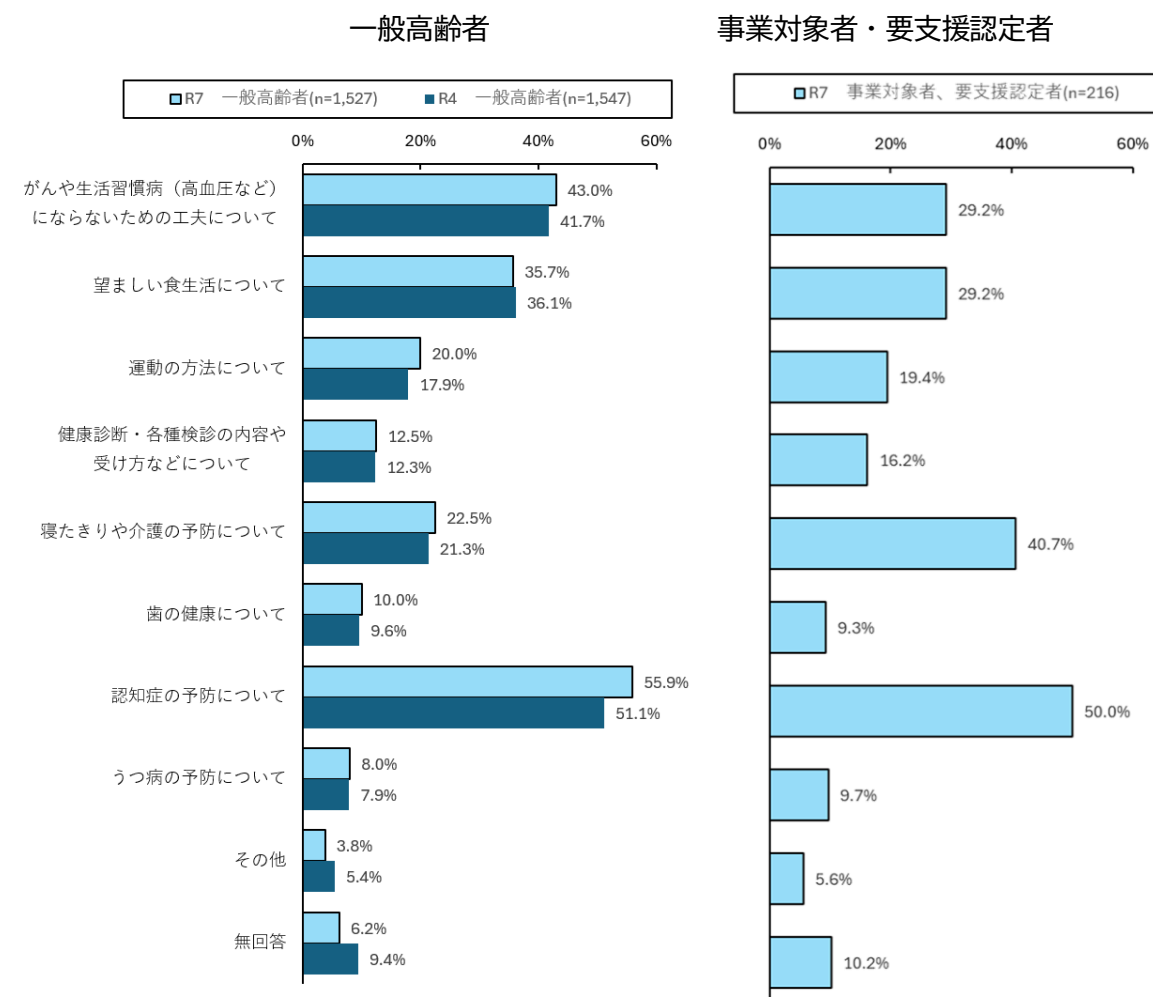
■ 自分の健康のためにどんなことを心にかけているか(報告書:76頁)



- 健康について、一般高齢者では「認知症の予防について知りたい」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」が多い。

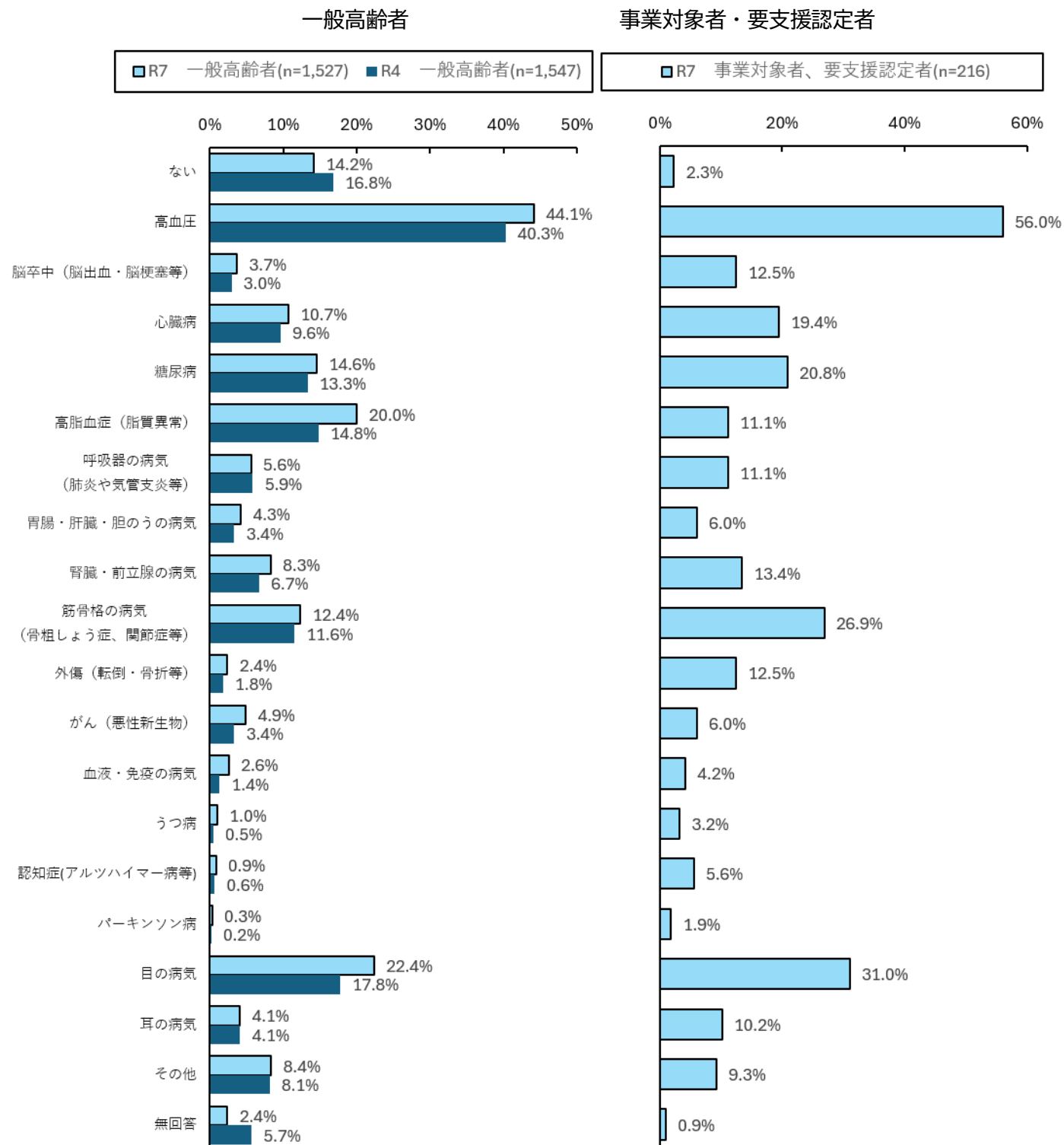
- 事業対象者、要支援認定者では「認知症の予防について知りたい」が最も多く、次いで「寝たきりや介護の予防について」が多い。

■ 健康について知りたいこと(経年比較)(報告書:78頁)



- 一般高齢者では、「高血圧」が44.1%と最も高く、次いで「目の病気」が22.4%、「高脂血症」が20.0%、「糖尿病」が14.6%、「ない」が14.2%となっている。
- 事業対象者、要支援認定者では、「高血圧」が56.0%と最も高く、次いで「目の病気」が31.0%、「筋骨格の病気」が26.9%、「糖尿病」が20.8%となっている。
- 令和4年度調査と比較すると、一般高齢者では、「高脂血症」と「高血圧」が増加している。

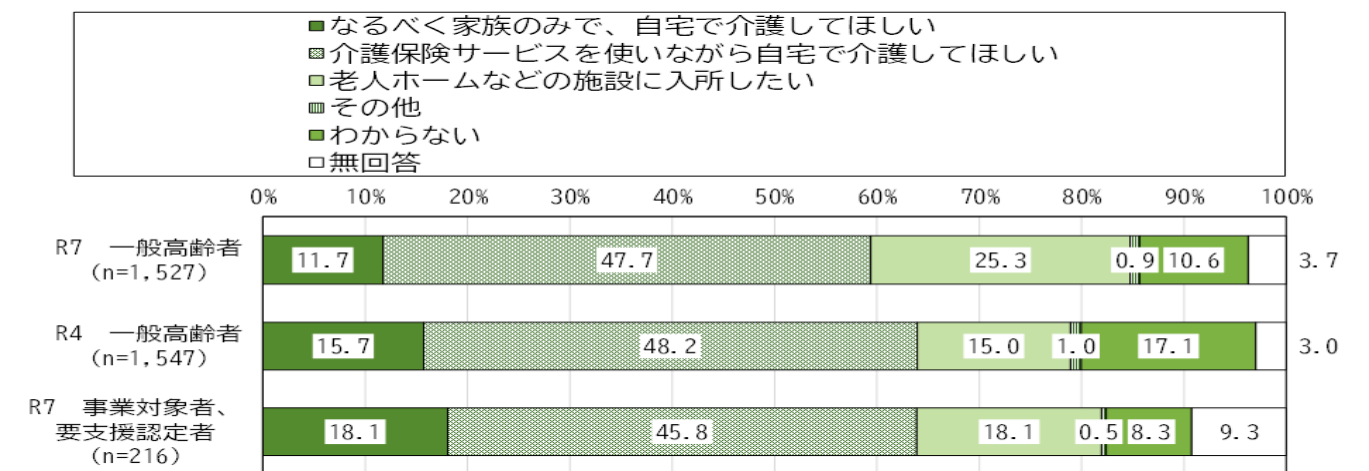
■ 現在治療中、または後遺症のある病気はあるか(経年比較)(報告書:80頁)



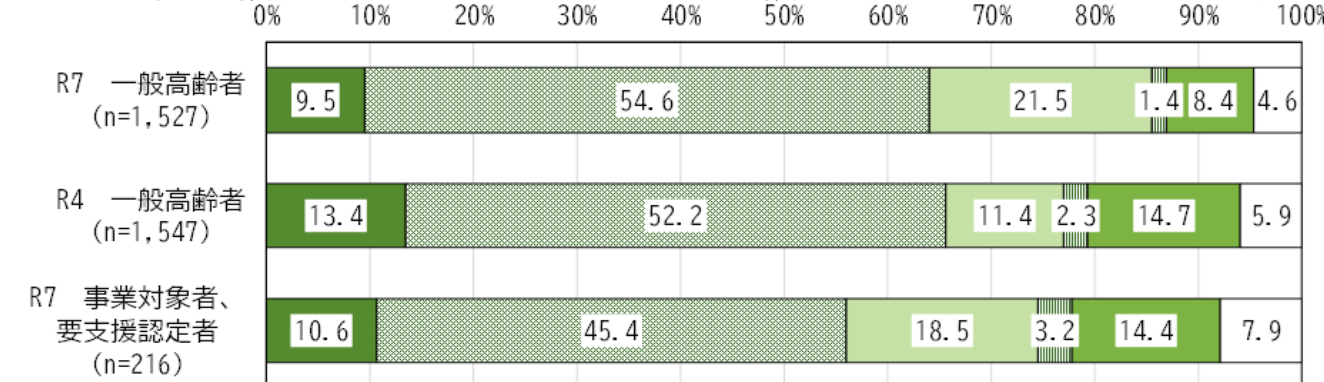
(9) 介護保険サービスなどについて

- 自身に介護が必要となった場合、家族に介護が必要となった場合の両方とも自宅での介護を望む方は一般高齢者及び事業対象者・要支援認定それぞれ6割前後となった。施設での介護を望む方は2割前後であるが、令和4年に比べ増加している。
- 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」の割合が最も大きく、要介護認定者では、「利用者の増加により保険料の負担が増えてもやむを得ない」の割合が一般高齢者などに比べて大きくなっている。

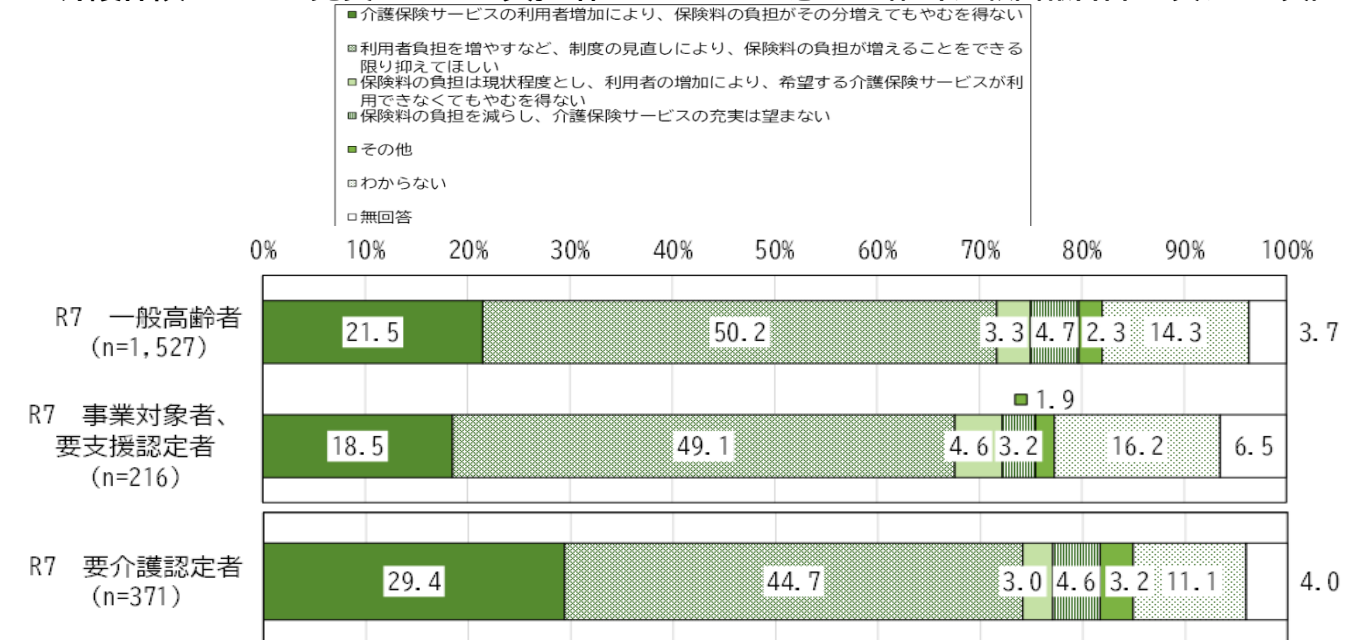
■ あなたに介護が必要になった場合、どこで介護を受けたいか(経年比較)(報告書86頁)



■ 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 88頁)

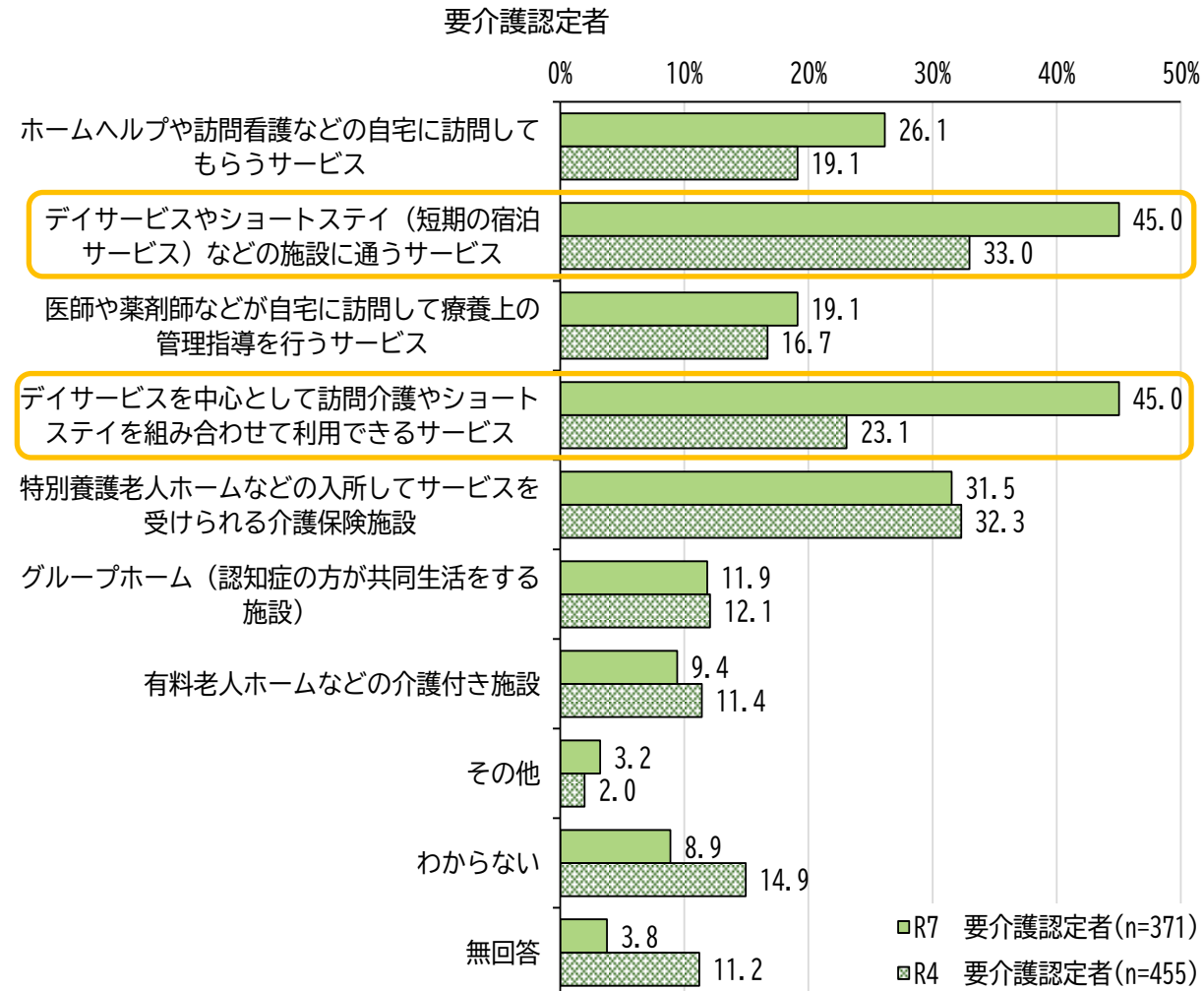


■ 介護保険サービス充実のための負担増についてどう思うか(経年比較)(報告書91頁、132頁)



○介護保険サービスは、「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」、「デイサービスを中心として訪問介護やショートステイを組み合わせ利用できるサービス」が最も多く令和4年に比べ増加しています。

■ どのような介護保険サービスの充実を望むか(報告書:133頁)

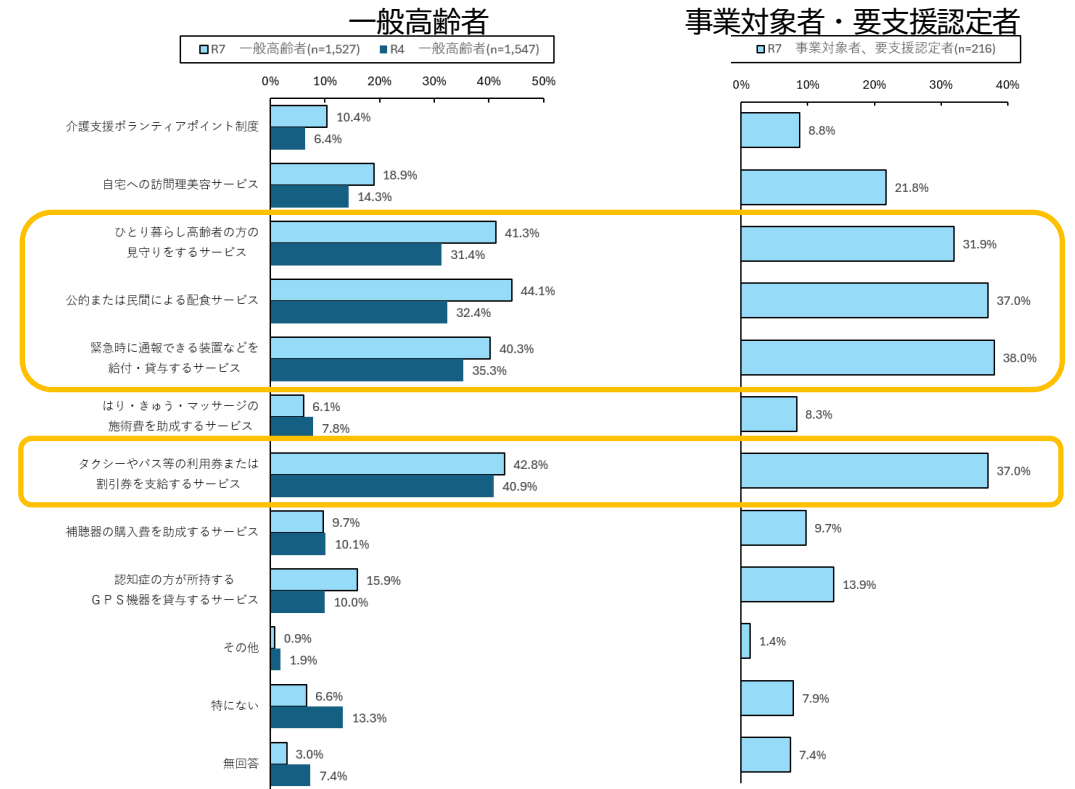


○介護保険サービス以外では、配食サービスやタクシー・バス等の利用券または割引券を支給するサービス、見守りサービス、緊急通報サービスを望む方が多い。

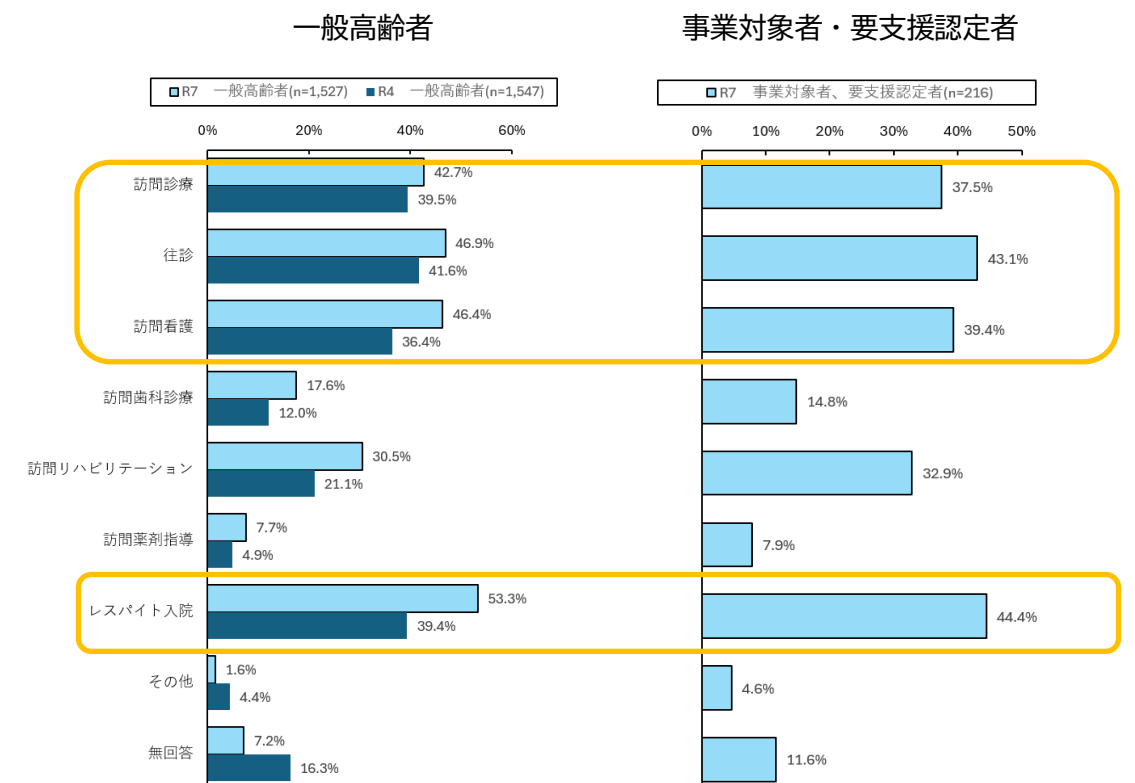
○訪問型の医療サービスのうち、レスパイト入院(介護者の事情により一時的に介護が困難となった場合に短期入院できる)や往診、訪問看護や診療を望む方が多い。

■ 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:93頁)

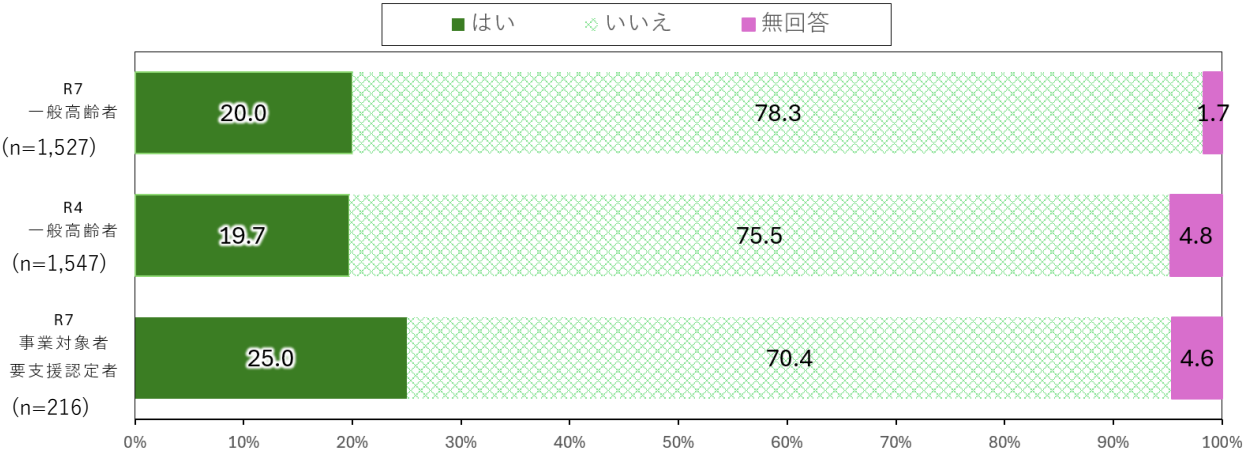


■ どのような医療サービスの充実を望むか(報告書:95頁)



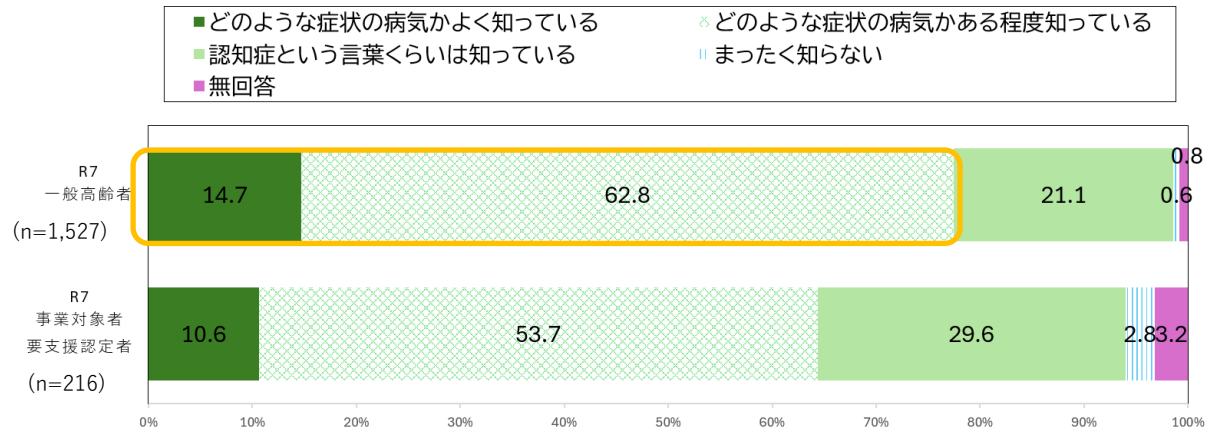
○相談窓口を知っている方は一般高齢者は 20.0%、事業対象者・要支援認定者は 25.0%となっている。

■ 認知症に関する相談窓口を知っているか(報告書:82頁)



○認知症の症状についてある程度知っている一般高齢者は、77.5%となっている。

■ 認知症という病気について知っているか(報告書:83頁)



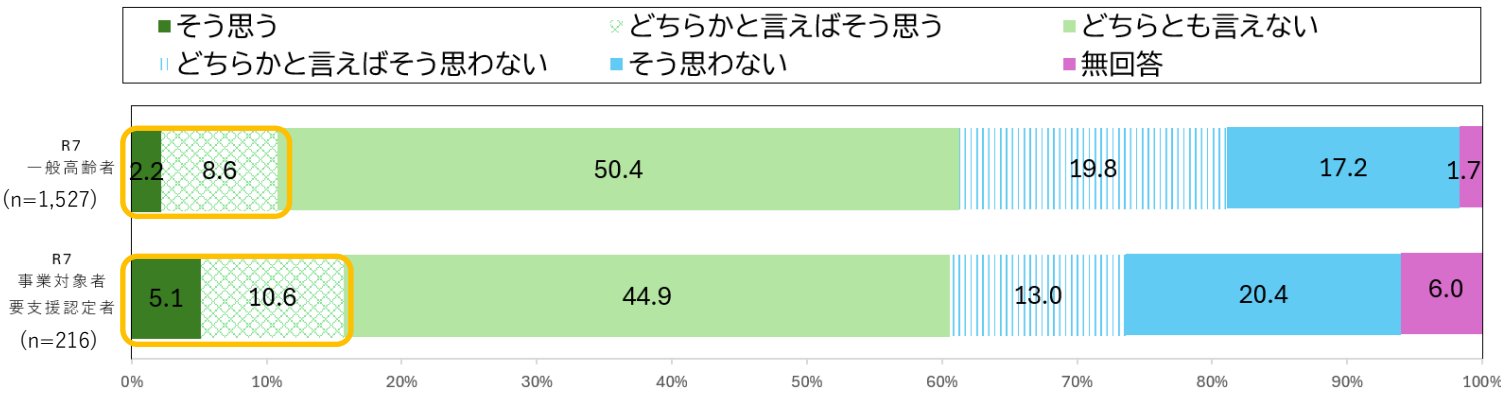
○市の認知症支援について、一般高齢者と事業対象者・要支援認定者の共に 70%以上が知らないとなっている。

■ 認知症支援で知っているものはどれか(報告書83頁)

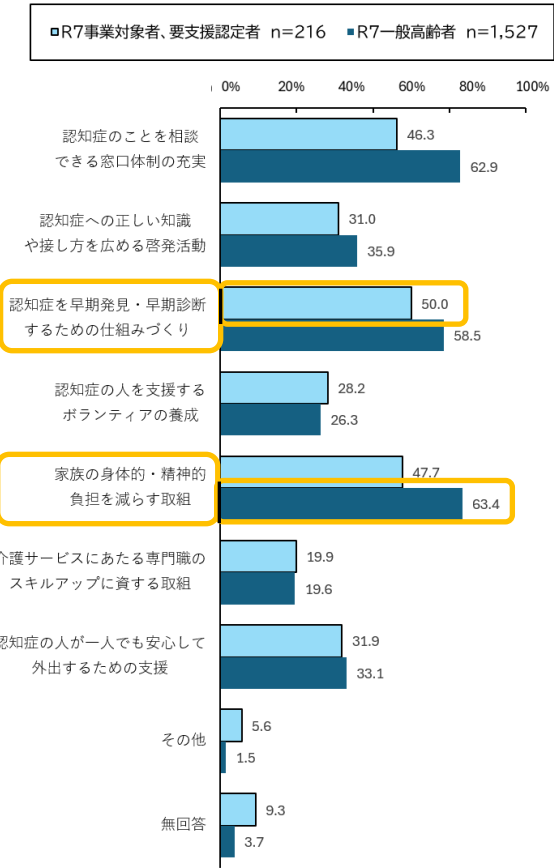
区分	回答者数 (件)	単位: %							無回答
		オレンジカフェ	認知症サポーター養成講座	はなとく0事業	支援チーム初期集中	認知症ハートフル	その他	知っているものは	
R7 一般高齢者	1,527	4.6	6.5	11.1	2.1	3.9	0.6	76.4	3.5
R7 事業対象者、要支援認定者	216	4.2	7.4	9.7	2.3	2.8	1.4	71.8	8.3

○認知症の方が自分らしく暮らしていると思う(そう、どちらかと言えばそう思う)一般高齢者は 10.8%、事業対象者、要支援認定者では 15.7%となっている。

■ 認知症の方が自分らしく暮らしていると思うか(報告書:84頁)



○認知症になったときに、どのような施策があれば安心できるかについて、一般高齢者は「家族の身体的・精神的負担を減らす取組」が最も多く、事業対象者・要支援認定者は「認知症を早期発見・早期診断する仕組みづくり」が最も多くなっている。



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

高齢者のみ世帯は一般高齢者で49.5%、事業対象者、要支援認定者で48.1%となっており、特に一般高齢者については令和4年度調査と比較して高齢者2人暮らしの世帯が増加しています。介護を受けたい場所として「自宅での介護」を希望する割合は一般高齢者の約60%に上る一方、施設入所を希望する割合も約25%と前回比約10ポイント増加しています。高齢者のみの世帯が増加傾向にある中で、在宅での介護が可能な介護保険サービスや高齢者福祉サービス、気軽に相談できる場に加え、介護者の負担が軽減される老人ホーム等の施設入所など、介護者に寄り添いつつ、高齢者本人や家族が選択できる情報提供が必要です。

イ 外出支援について

外出目的の上位は「医療機関への通院」「買い物」が60%超であり、移動手段は一般高齢者では自家用車、要支援等では他者の車への同乗が中心となっています。今後、高齢に伴う運転免許証の返納後の生活や、公共交通などについて、市民が生活を維持することができるよう移動販売や移動支援などの仕組みにも配慮する必要があります。

ウ 介護予防、健康づくりについて

介護が必要となった主な原因は、一般高齢者では「骨折・転倒」が21.9%と最も高く、事業対象者・要支援認定者では「高齢による衰弱」が21.5%と最も高くなっています。また「健康診断などを定期的に受ける」が一般高齢者では36.7%、事業対象者、要支援認定者では25.9%と3～4人に1人という現状であり、介護保険、医療、健診も利用していない健康状態が把握できていない方も一定数いることから、健康状態不明の高齢者への対策と後期高齢者健診の対象者を拡大した後期高齢者健診の受診率の向上対策が必要です。加えて、生活習慣病予防が介護予防にも影響が大きいと考えられることから、「高血圧」「糖尿病」等の高齢者への対策として、壮年期から保健事業や介護予防事業を一体的に推進していくことが必要です。

エ 認知症について

『認知症という病気について、どの程度知っていますか』については、一般高齢者で「認知症という言葉ぐらいは知っている」と「全く知らない」を合わせた割合が21.7%、事業対象者、要支援認定者では32.4%となっていて、認知症に対する理解がまだまだ進んでいない状況です。一方で「認知症の予防について知りたい」と回答した割合は一般高齢者、事業対象者、要支援認定者ともに50%以上と関心は高い傾向にあります。認知症予防の取り組みについては、市が発行している各種手引きやガイドブックを有効活用しながらの周知や啓発、各種介護予防教室の開催など、幅広い世代に対してのアプローチが必要です。また認知症への理解を進めるための啓発活動や、相談窓口や居場所の周知、住み続けるための認知サポーターの養成や確保などを一層推進する必要があります。

オ 介護者への支援について

主な介護者が特に不安を感じる事項として「夜間の排泄」が42.6%、「認知症状への対応」が41.1%、「外出の付き添い・送迎」が31.6%となっており、介護は介護者にとって大きな負担となるため、相談窓口の周知啓発、及び介護サービス・施設等の充足など介護者の負担軽減につながる取り組みを一層推進していく必要があります。また、オレンジカフェの普及による交流の場づくりで、住民主体の支え合い活動の活性化や推進が必要です。

(2) 高齢者の生きがいづくりの課題

『今後、やってみたいと思うものは何ですか』について、一般高齢者は「特にない」が23.9%、事業対象者、要支援認定者では39.4%であり、令和4年度調査よりもいずれも減少し、改善しています。また、地域住民によるグループ活動への参加意向は一般高齢者で55.6%、要支援等で42.1%と前回調査より微増しています。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、運動や趣味活動といった様々な地域活動の紹介や参加促進を図ることが重要ですが、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づくり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

介護保険料の負担については、全区分で「制度の見直しにより負担増をできる限り抑えてほしい」との意向が最も高く、介護保険料が高齢者の経済的な負担となっている状況がうかがえます。充実を求めるサービスとしては、通所系サービスを中心とした組み合わせ型サービスへの期待が高い一方、介護サービス以外では「配食サービス」「交通費補助」「緊急通報装置の給付」へのニーズも高くなっています。利用実績を精査したうえで適切なサービス提供を見込むとともに、行政のみでは対応しきれない分野については、事業所・ボランティア・企業等と幅広く連携しながら、サービスの量・質の充実を図っていくことが求められます。

(4) 情報提供の課題

一般高齢者、事業対象者、要支援認定者のいずれもスマートフォン等の保有率は全区分で60%を超えており、活用目的は「電話連絡」「LINEなどでのコミュニケーション(SNS)」「インターネットでの情報収集」の割合が高くなっています。今後の情報提供においては、メールやホームページ等のデジタル手段を積極的に活用するとともに、必要な方に届くように特定の方法に偏ることなく丁寧な情報提供も必要です。

(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、運動器機能、閉じこもり、転倒、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、早いうちから積極的に介入することが重要です。

イ 日常生活での機能低下の課題

『手段的自立度(IADL)(P118)』において、男性では75歳以降、女性では90歳以降でIADL低下者の割合が全体平均より高くなっています。住み慣れた地域で安心して暮らすためには、IADLの困りごとを地域住民同士で支え合うことが重要であるため、既存の組織の活性化および新たな支え合い活動の支援が必

