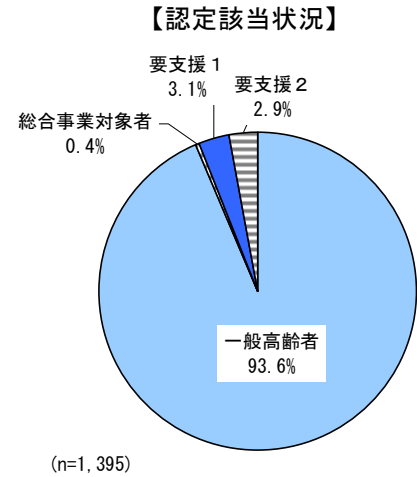
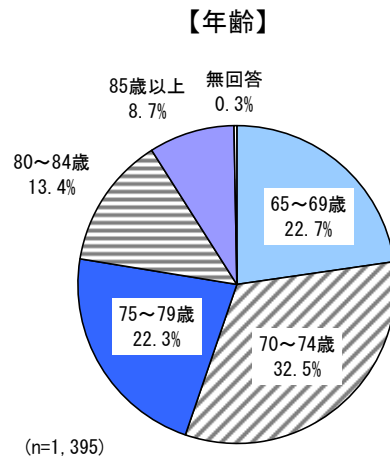
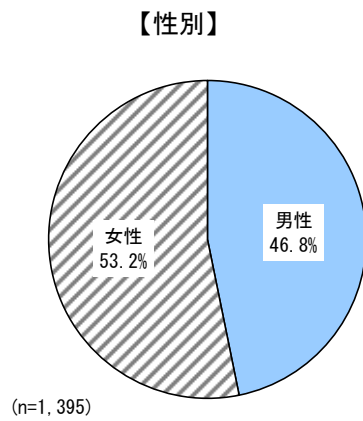


介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果の概要と調査結果からみえる課題

(1) 回答者の属性・住まいの状況

- 回答者の属性について、男性が653人、女性が742人と女性の方がやや多く、前期高齢者が55.2%、後期高齢者が44.4%となっています。回答者に占める認定者（要支援1・2）の割合は5.9%です。

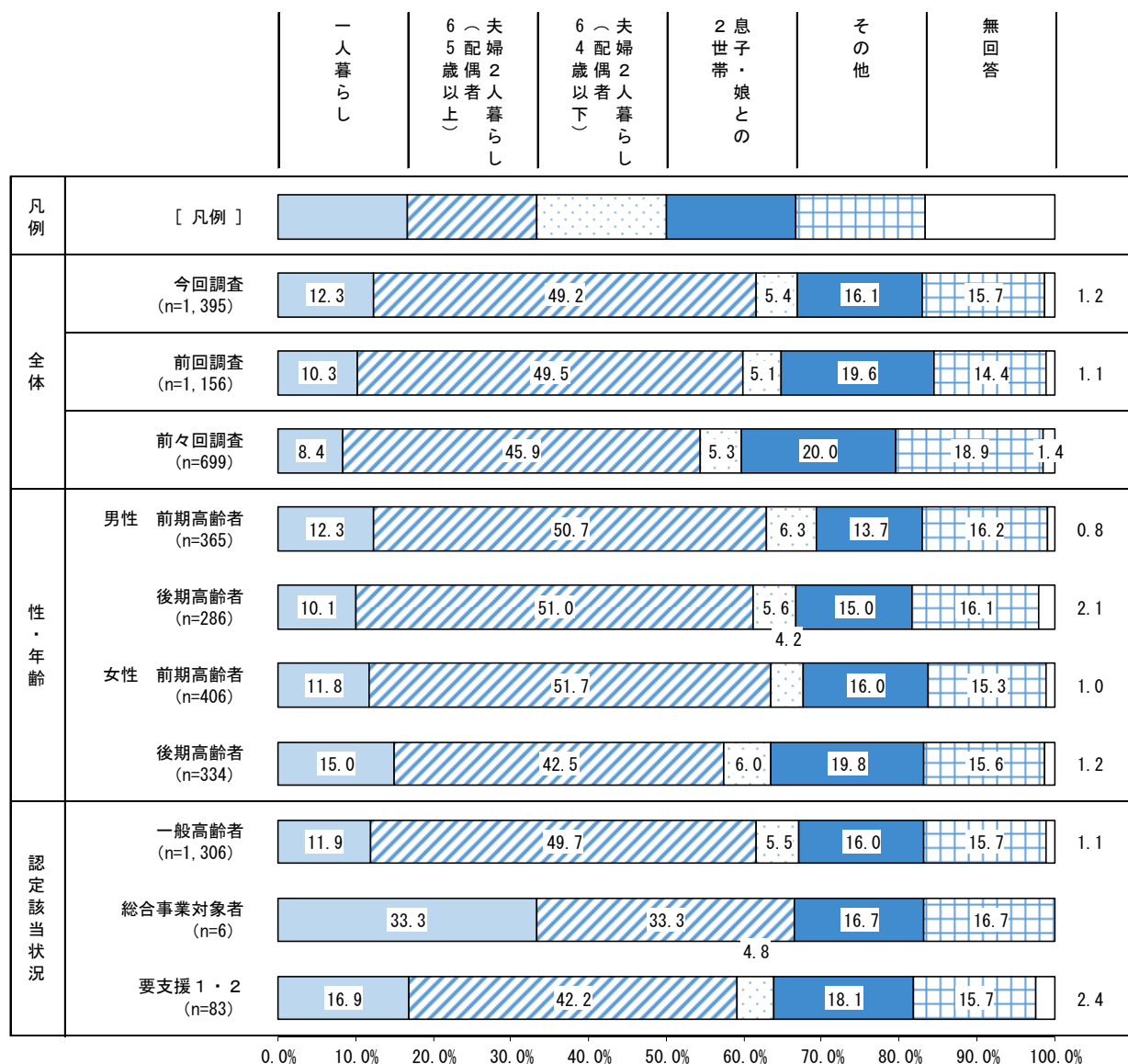


○ 家族構成について、一人暮らしが12.3%、夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）が49.2%となっており、合わせると61.5%が高齢者のみの世帯となっています。また、女性の後期高齢者、総合事業対象者、要支援1・2で一人暮らしの割合が多く、支援の必要な人もそうでない人も安心して暮らせる地域づくりのために、地域における見守り体制の整備が必要と考えられます。

○ 前回調査、前々回調査と比べると、「一人暮らし」で増加傾向がみられる一方で、「息子・娘との2世帯」で減少傾向がみられます。

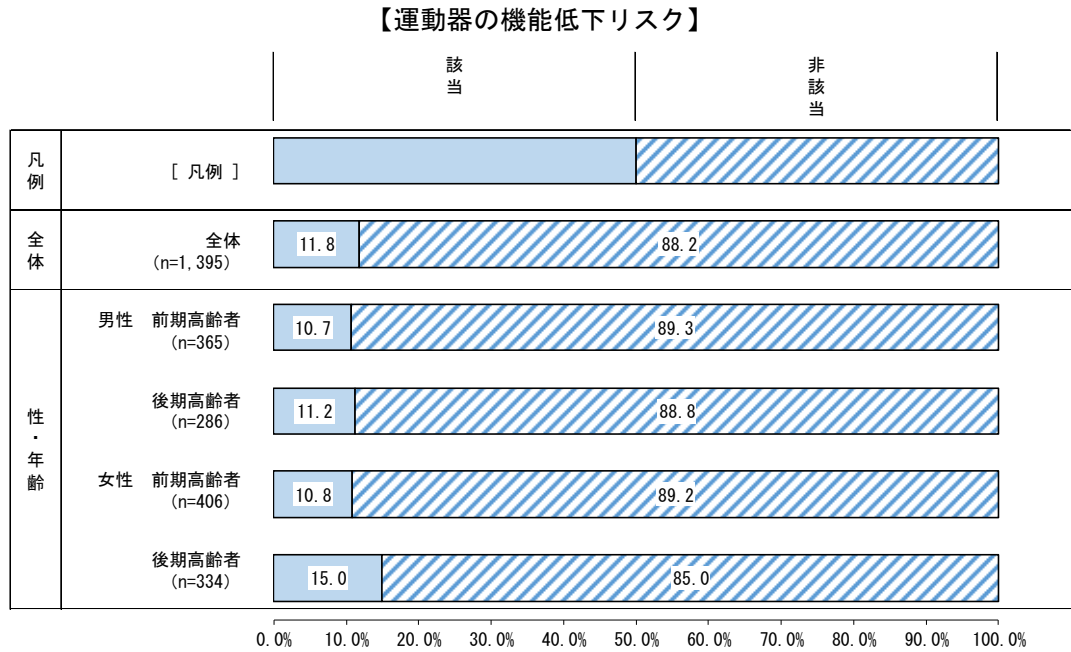
○ 前々回調査から「一人暮らし」では3.9ポイント多くなっており、「息子・娘との2世帯」では3.9ポイント少なくなっています。

【家族構成】



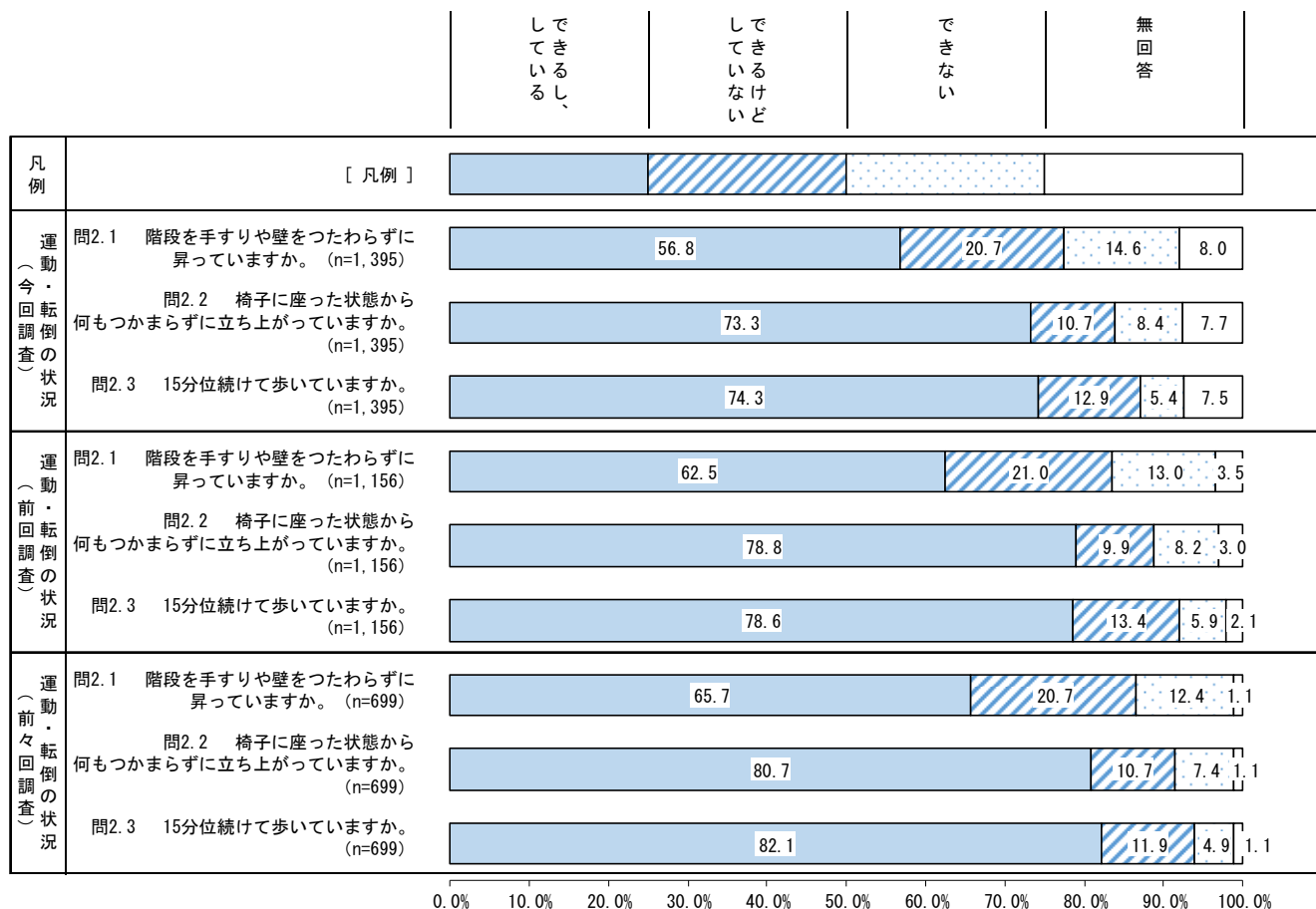
(2) 運動・外出について

- 運動器の機能低下のリスクをみると、女性の後期高齢者でリスク該当者の割合がやや多く、15.0%となっています。補助なしで階段を昇ることや椅子から立ち上がること、15分程度歩くことについて、できるにもかかわらずしていない人が1割から2割みられます。日常生活におけるこうした取組の積み重ねによって、身体機能が維持され、介護予防につながることの意識づけが必要です。



- 前回調査と比べると、日常生活における動作について、補助なしで階段を昇ることでは5.7ポイント、補助なしで椅子から立ち上がることでは5.5ポイント、15分程度歩くことでは4.3ポイント割合が減少しています。
- 前々回調査と比べると、補助なしで階段を昇ることでは8.9ポイント、補助なしで椅子から立ち上がることでは7.4ポイント、15分程度歩くことでは7.8ポイント割合が減少しています。
- 前々回調査、前回調査の結果より、「できるし、している」と回答した人の割合は、どの項目においても年々減少傾向がみられます。

【日常生活における動作について】

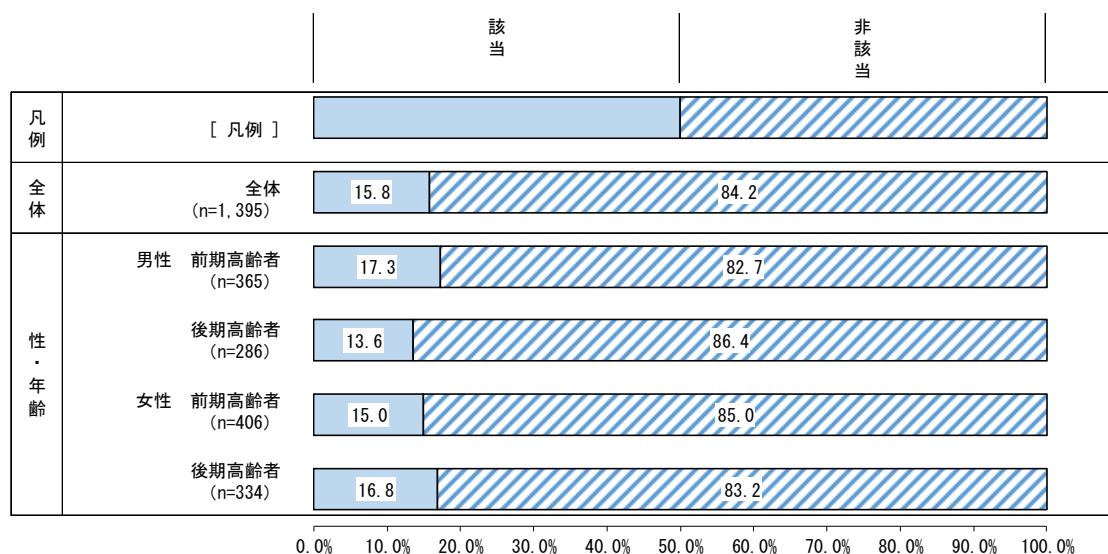


- 閉じこもりのリスクをみると、男性では前期高齢者で、女性では後期高齢者でリスク該当者の割合がやや多くなっています。閉じこもりのリスク該当者（外出の頻度が週1回以下）では、外出を控えている理由として足腰などの痛みや病が多く挙げられています。また、「その他」としては新型コロナウイルス感染防止に関する回答が多くを占めています（204件）。
- 外出の際には、徒歩や自動車（自分で運転）、電車や路線バスといった自力での移動をしている人が多くなっています。そのため、足腰などの痛みがあると外出が億劫になりやすいと考えられます。閉じこもりの状態が続くことで、運動器機能や認知機能の低下リスクを合わせて抱えることも考えられるため、自力での移動がしにくくなった際にも外出しやすいよう、転倒や足腰の痛み等に配慮した安全な移動手段の確保が求められます。

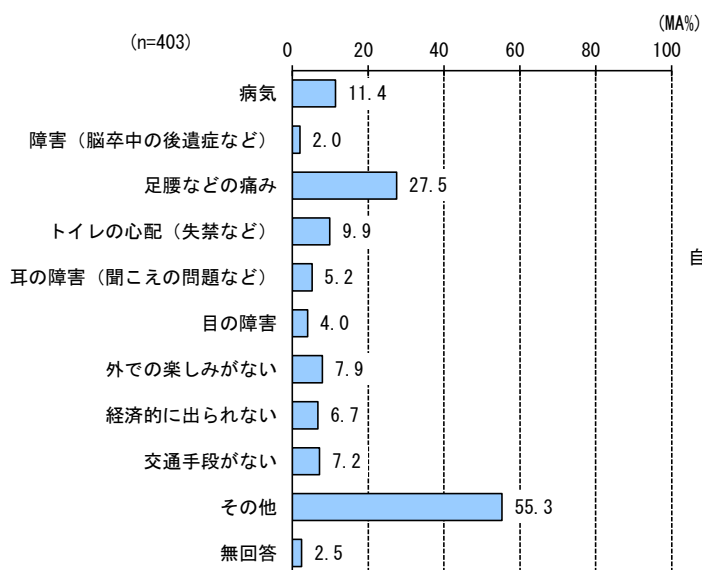
○ 前回調査と比べると、外出する際の移動手段では「電車」が15.7ポイント減少しています。

○ 前々回調査と比べると、「自転車」で減少傾向がみられます。

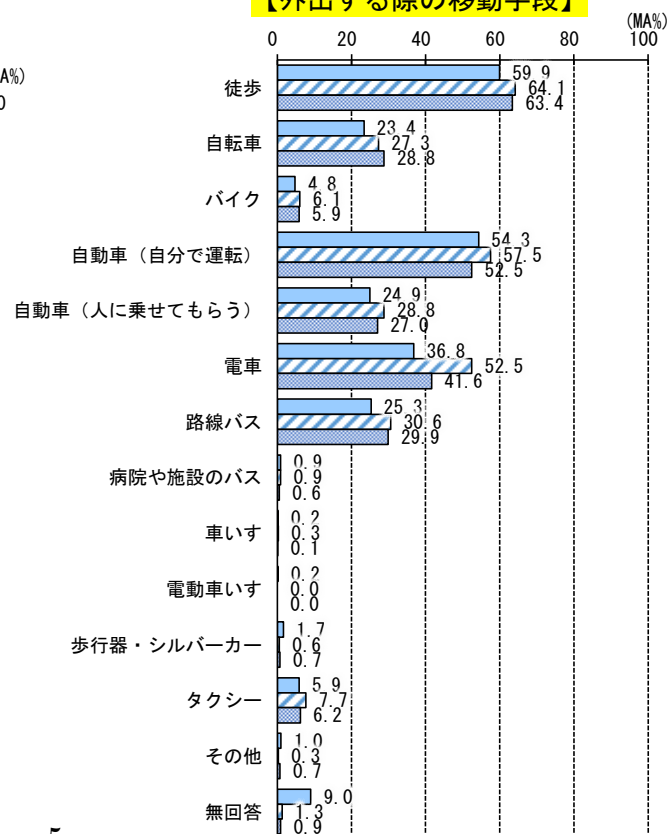
【閉じこもりのリスク】



【外出を控えている理由】



【外出する際の移動手段】

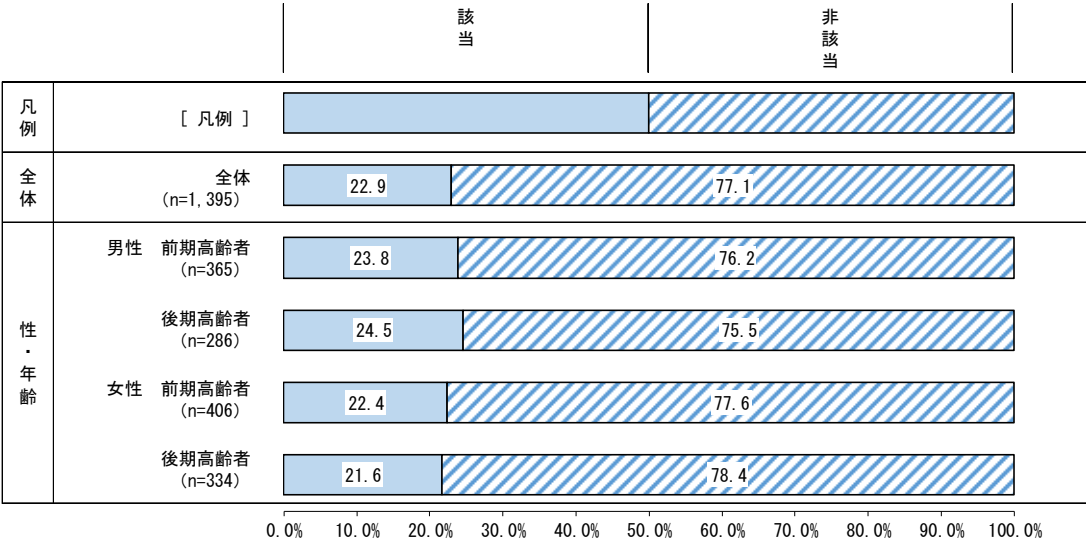


(3) 口腔・栄養について

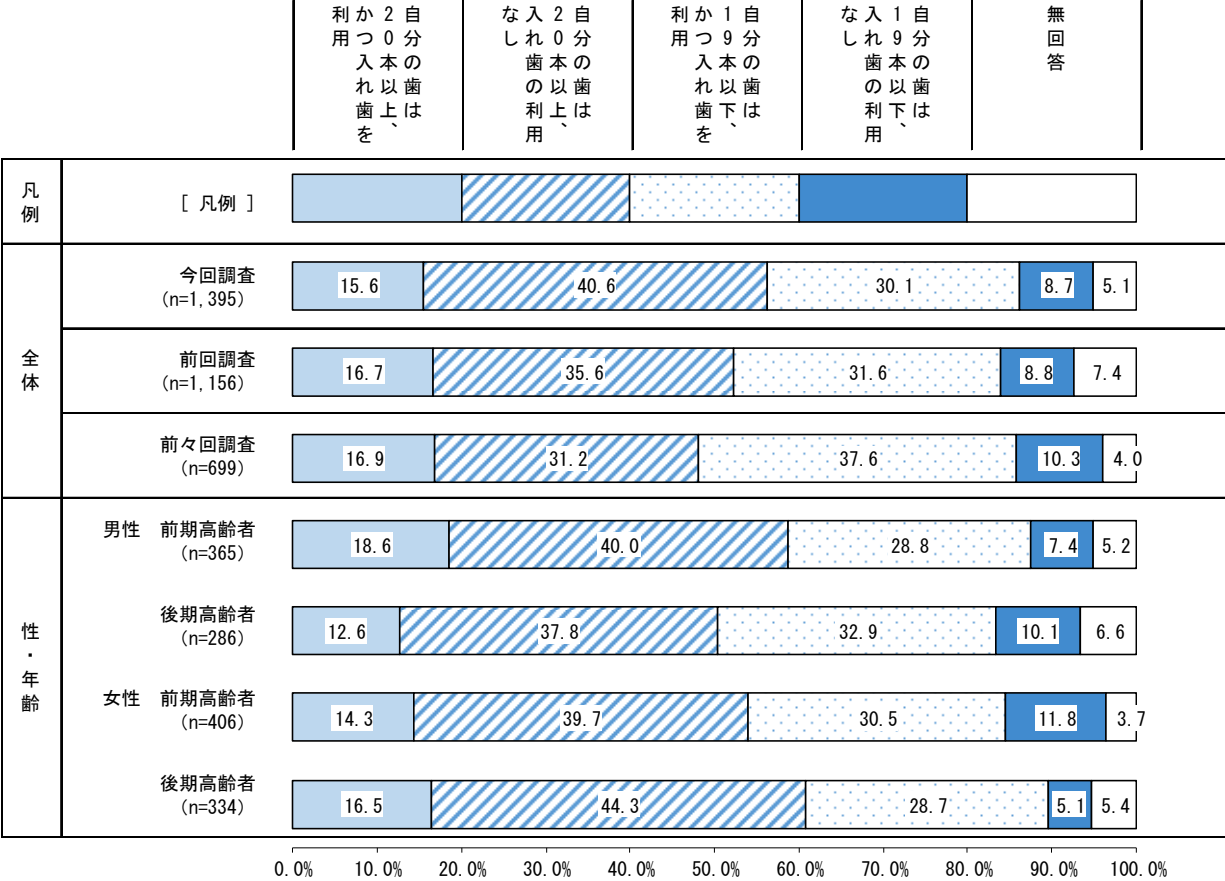
○ 口腔機能の低下のリスク該当者（「咀嚼」「嚥下」「口の渇き」のうち複数に該当）は 22.9%となっています。また、自分の歯が 20 本以上ある人は、男性の後期高齢者では約 5 割と他の区分に比べて少なくなっています。口腔機能の維持は、栄養状態の改善や肺炎や認知症の予防にもつながるとされています。口内を清潔に保つだけでなく、口を使う健康体操などによっても口腔機能の維持に効果があることについて、専門職を地域の通いの場に派遣するなど、さらなる周知が重要と考えられます。

○ 前回調査、前々回調査と比べると、歯の数と入れ歯の利用状況では「自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし」で増加傾向がみられ、前々回調査から 9.4 ポイント多くなっています。

【口腔機能の低下リスク】



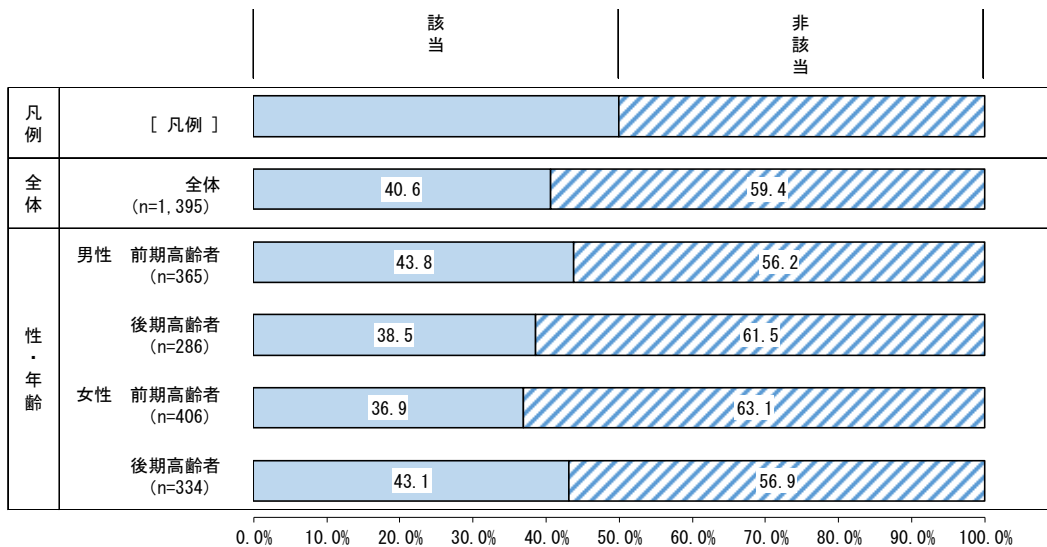
【歯の数と入れ歯の利用状況】



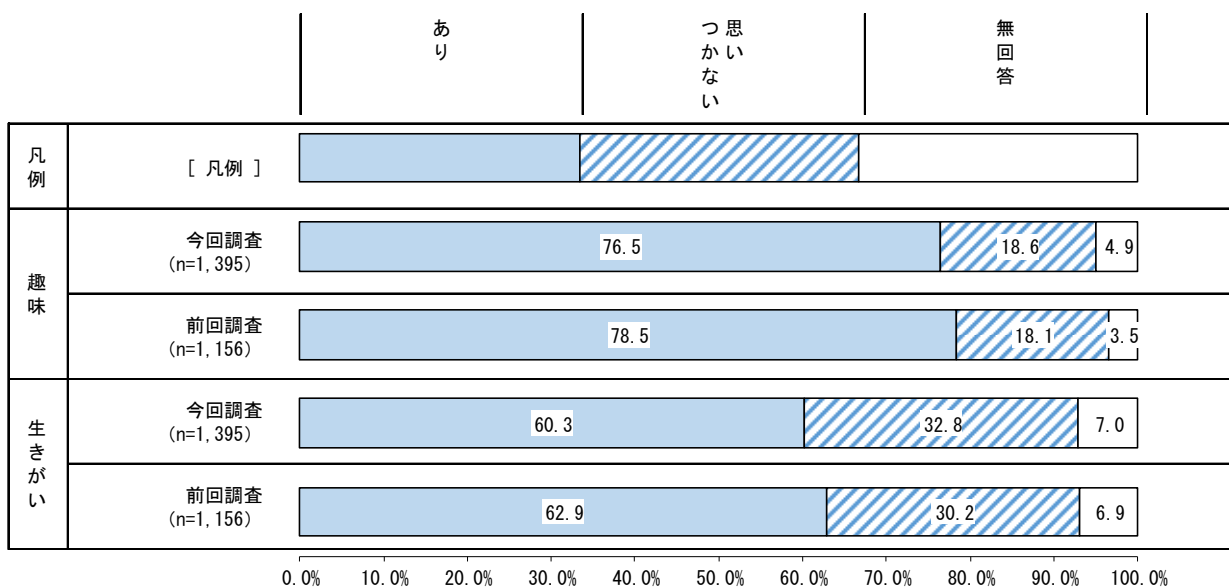
(4) 毎日の生活について

- 認知機能の低下リスクに該当しているのは40.6%となっています。また、男性では前期高齢者に、女性では後期高齢者に該当者が多くなっています。
- 趣味のある人は76.5%、生きがいのある人は60.3%となっています。趣味や生きがいがあることで認知機能の維持につながるとされていることから、趣味や生きがいにつながるような地域活動に誰もが参加しやすいよう取り組みを進めていくことが重要です。
- 前回調査と比べると、趣味や生きがいの有無について、「趣味」では2.0ポイント、「生きがい」では2.6ポイント減少しています。

【認知機能の低下リスク】

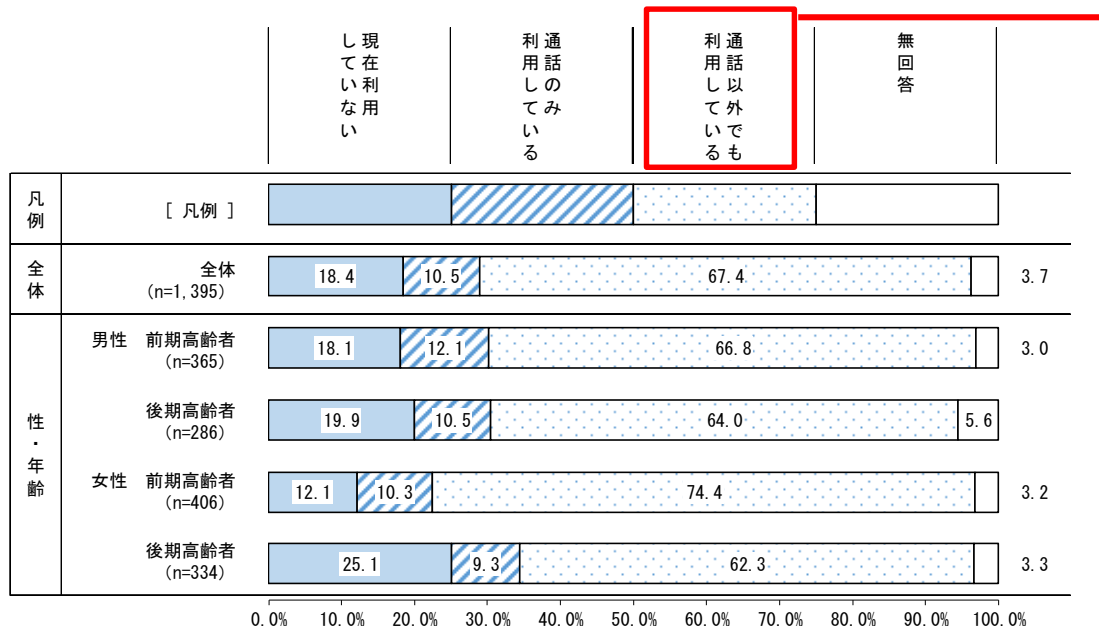


【趣味や生きがいの有無】

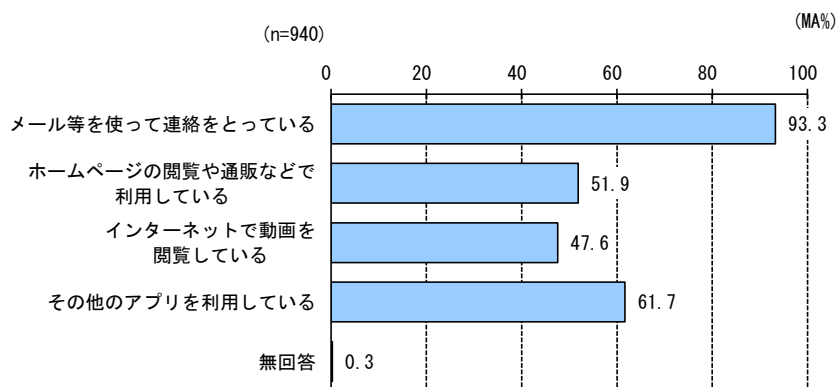


- スマートフォンの利用状況について、通話以外でも利用している人が 67.4%であり、女性の前期高齢者では7割を超えています。また、通話以外でも利用している人の利用内容をみると、約5割の人が、ホームページの閲覧や動画視聴など、メール等を使った連絡以外にも利用しています。介護予防は早くから取り組むことが重要であるため、今後は、健康・福祉に関する情報や健康体操の取組方法を発信する方法について、スマートフォン利用者の増加が予想されることも踏まえて検討していくことが必要です。

【スマートフォンの利用状況】



【スマートフォンの利用内容】



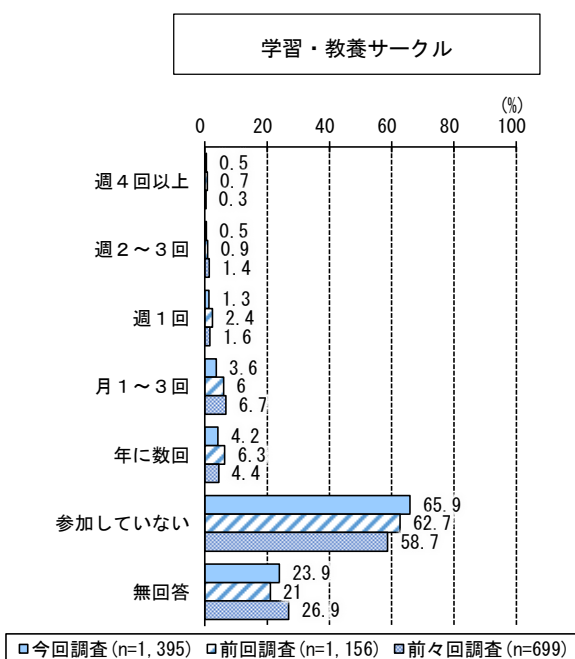
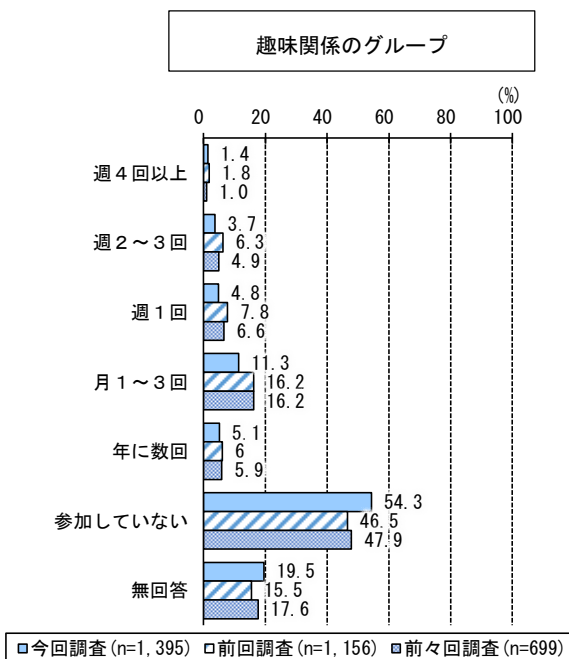
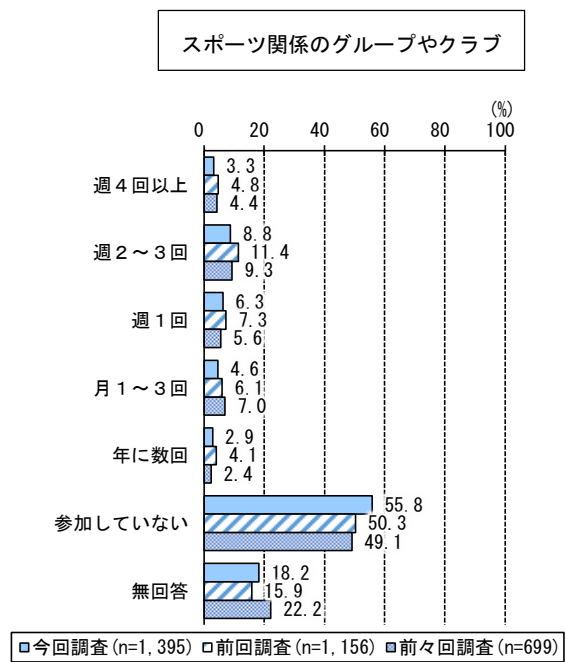
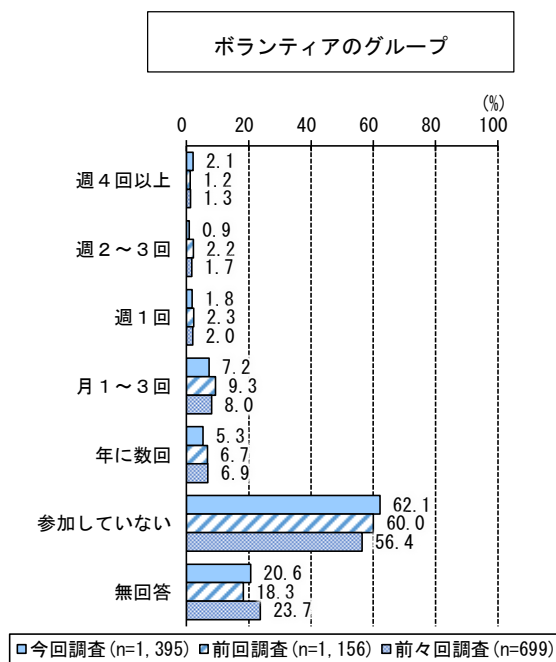
(5) 社会参加について

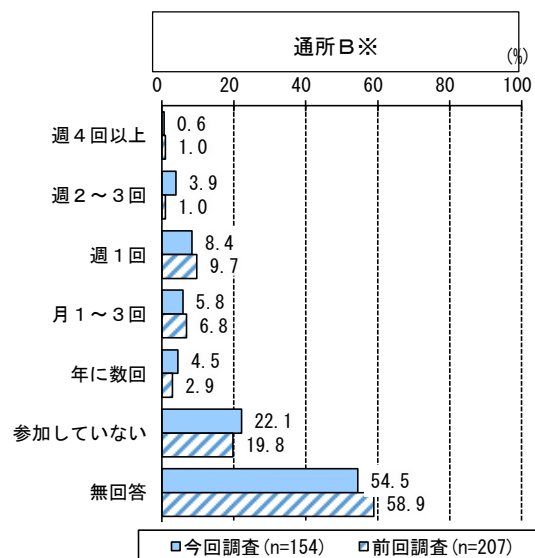
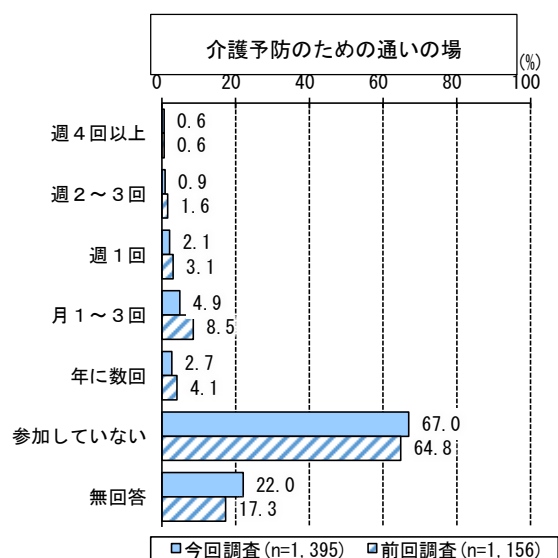
○ 地域の会・グループへの参加について、週1回以上の参加が最も多いのは「スポーツ関係のグループやクラブ」で18.4%、次いで「趣味関係のグループへの参加頻度」が9.9%、「収入のある仕事」が8.3%、となっています。いっぽう、介護予防のための通いでは3.6%と少なくなっています。（それぞれ、集計の母数から無回答を除く）

○ 会・グループへの参加状況について、前回調査と比べると、参加していない人の割合は「ふれあいサロン」が1.4ポイント、「老人クラブ」が7.6ポイント、「町内会・自治会」が3.9ポイント減少しています。

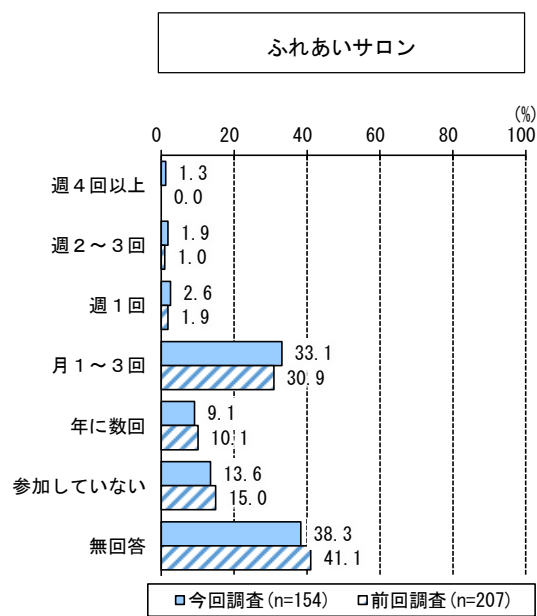
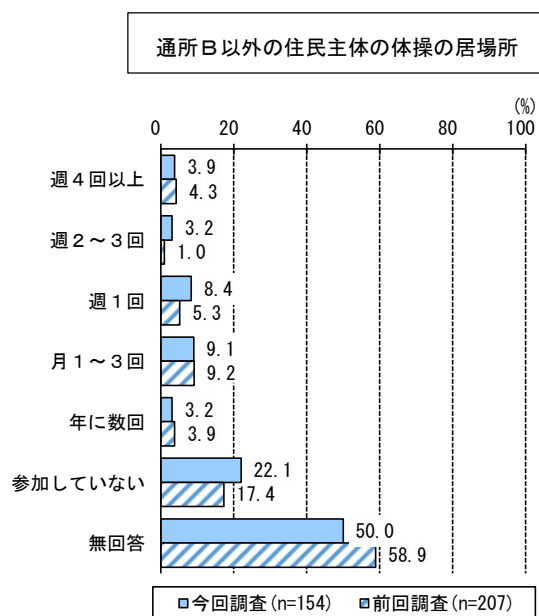
○ 会・グループへの参加状況について、前々回調査と比べると、参加していない人の割合は「老人クラブ」が35.3ポイント、「町内会・自治会」が24.6ポイント、「収入のある仕事」が33.0ポイントと大幅に減少しています。

【会・グループへの参加状況】

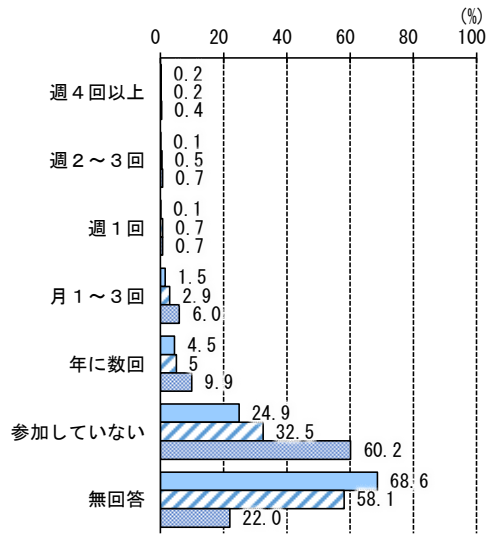




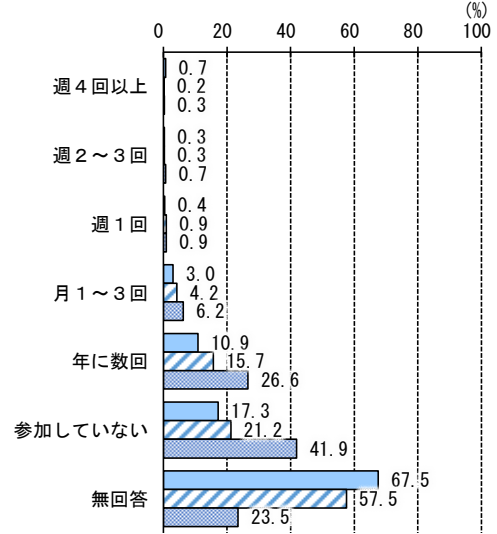
※みんなの元気塾、みんなのえん、森のサロンながたん、北ノ堂体操クラブ、桜が丘二丁目体操クラブ、桜四元気アップ体操クラブ、精華台体操クラブ



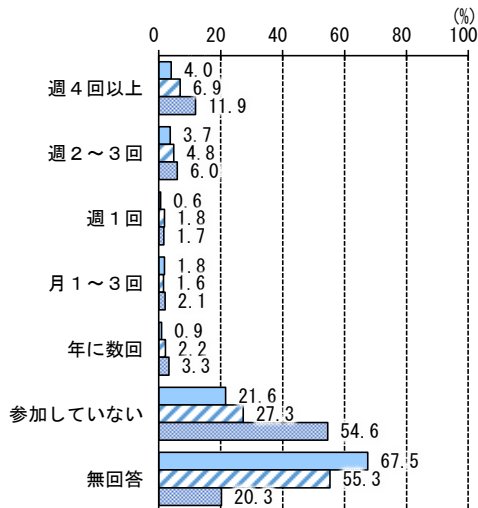
老人クラブ



町内会・自治会



収入のある仕事

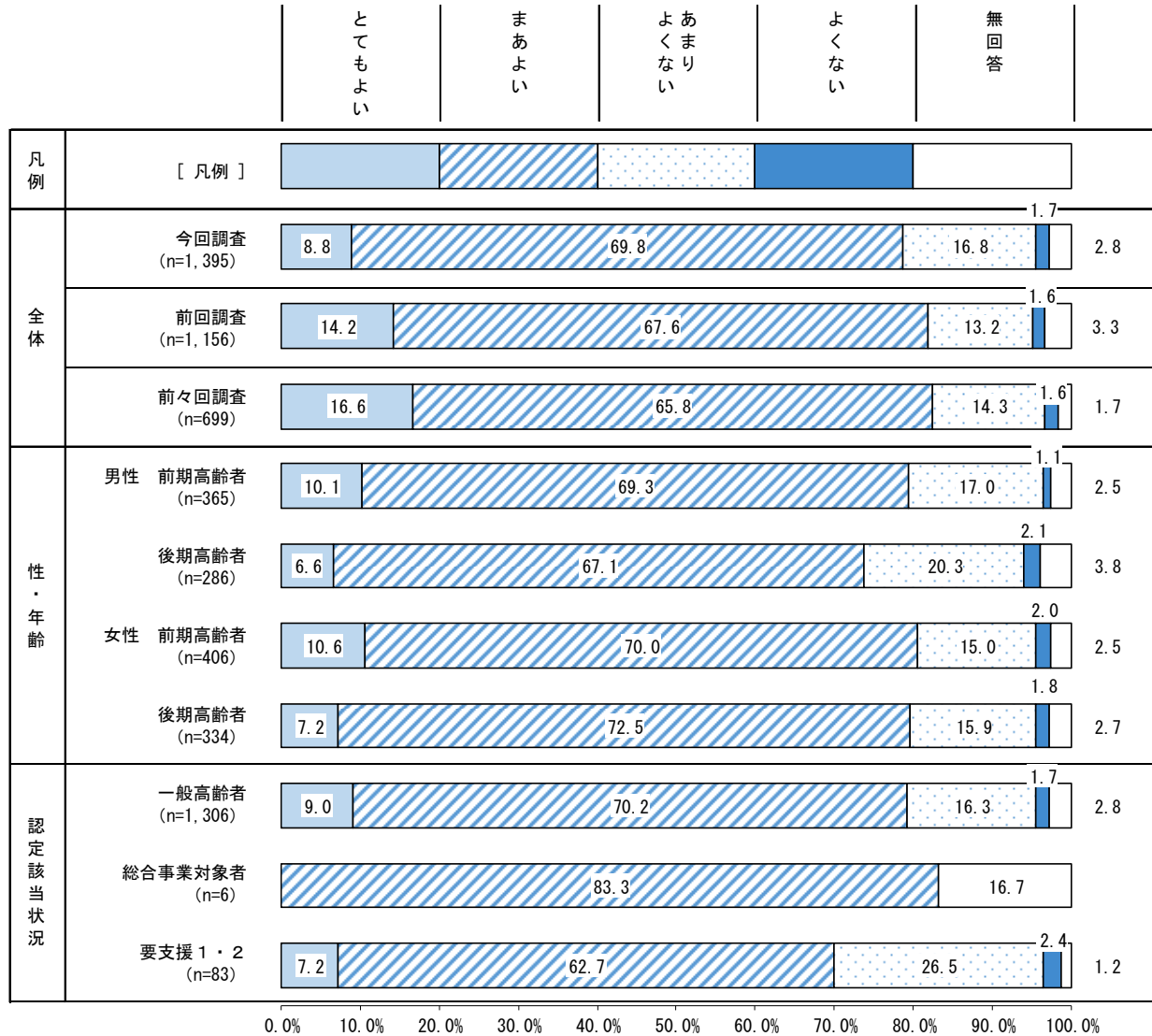


(6) 健康について

○ 自身の健康状態をよいと感じている人は78.6%となっていますが、男女ともに前期高齢者に比べ後期高齢者では健康感が低い傾向がみられます。

○ 「とてもよい」と感じている人の割合は、前回調査と比べると、5.4ポイント減少しており、前々回調査と比べると、7.8ポイント減少しています。

【主観的健康観】

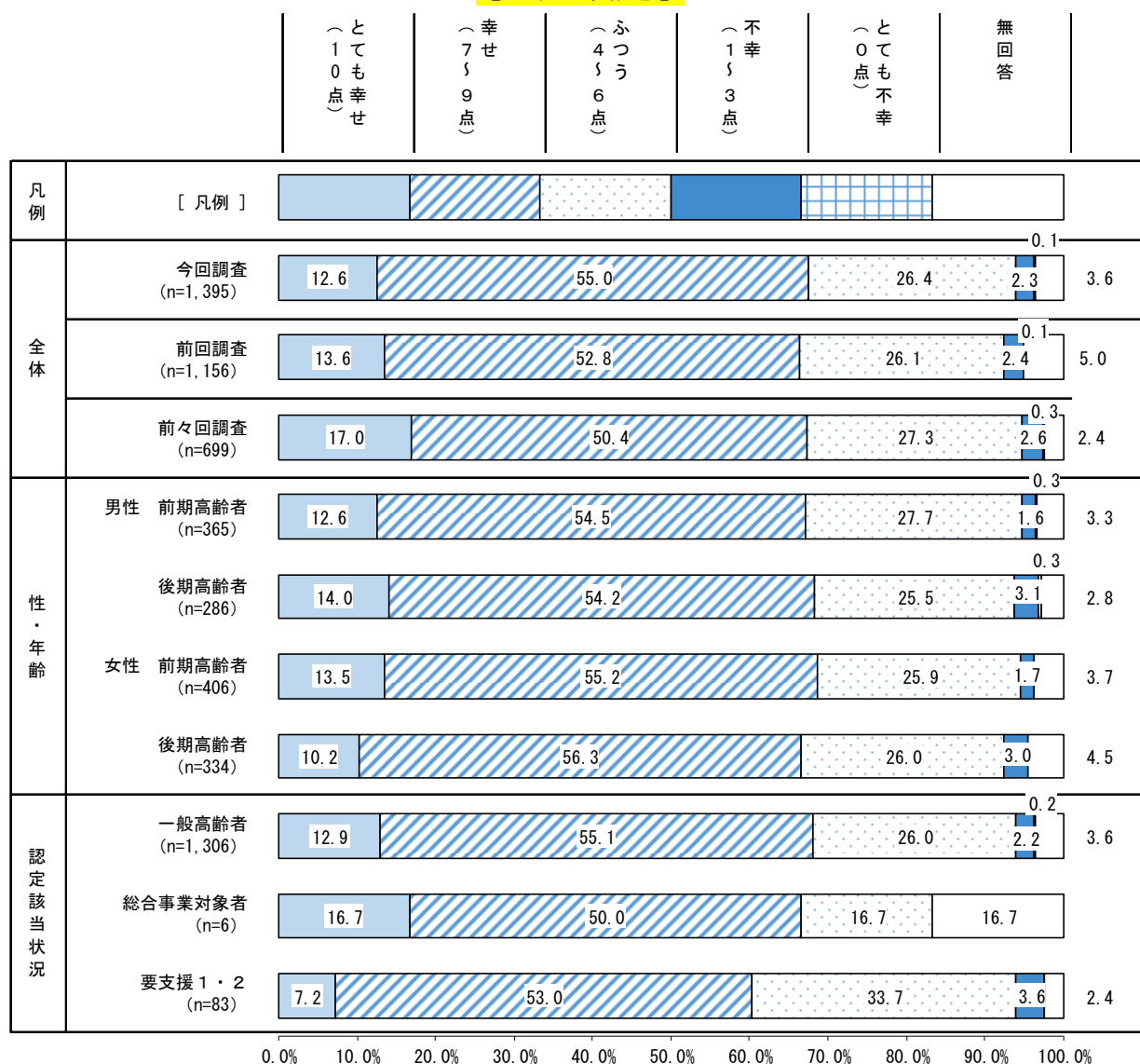


○ 幸福感を感じている人は、全体では 67.6% となっており、健康観に比べて年齢による差は少ないですが、女性の後期高齢者では幸福感のある人の割合がやや少なくなっています。一般高齢者、総合事業対象者では約 7 割が幸せと感じているのに対し、要支援 1・2 では約 6 割となっています。また、外出の頻度によって幸福感に差がみられることから、幸福感は身体の状態とそれによる多角的な活動の頻度などに影響を受ける可能性が示唆されています。

○ 前回調査と比べると、ほとんど大きな変化はみられませんが、幸福感を感じている人の割合が 1.2 ポイント増加しています。

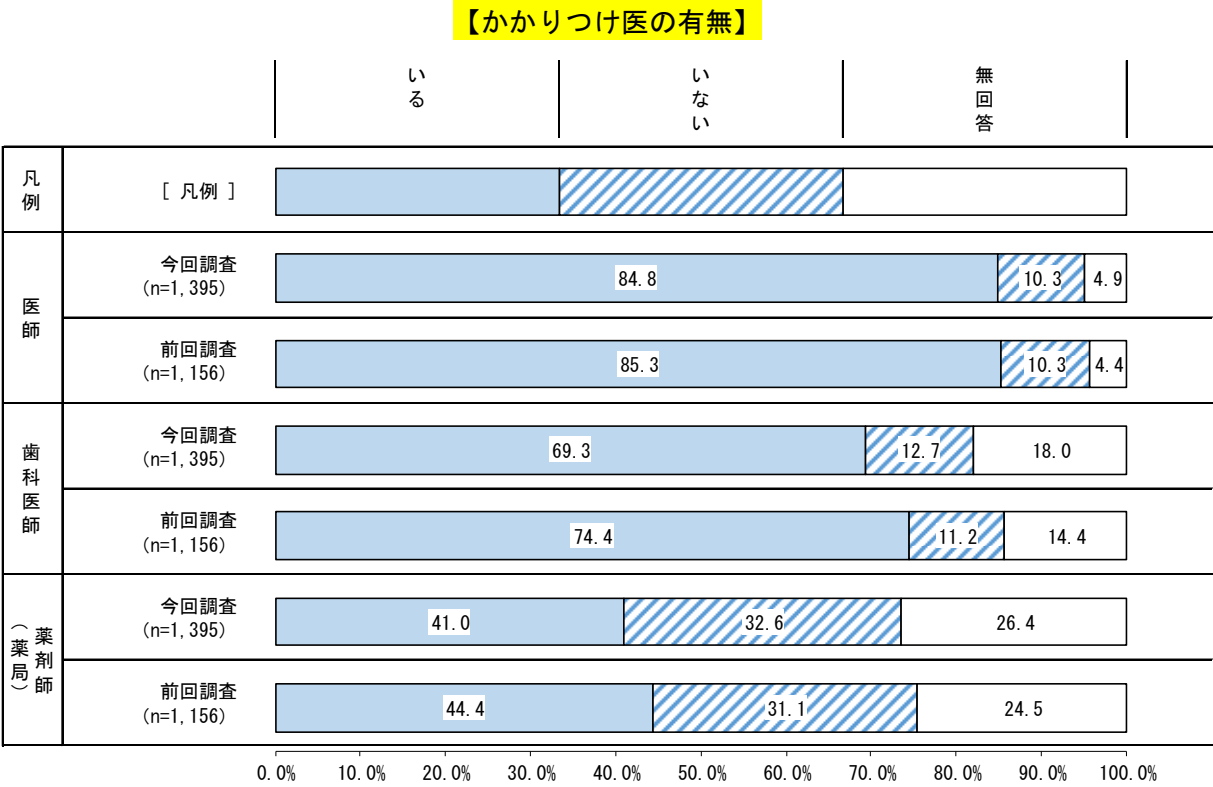
○ 前々回調査と比べると、「とても幸せ」と回答した人の割合は 4.4 ポイント減少しています。

【主観的幸福感】



○ かかりつけ医の有無をみると、医師については8割以上がかかりつけ医を持っていますが、歯科医師では約7割、薬剤師（薬局）では約4割となっています。からだの状態にかかわらず安心して地域で暮らし続けるためには、かかりつけの医師のみでなく歯科医師や薬剤師（薬局）があることが重要であることから、かかりつけ医の重要性について周知・啓発していく必要があります。

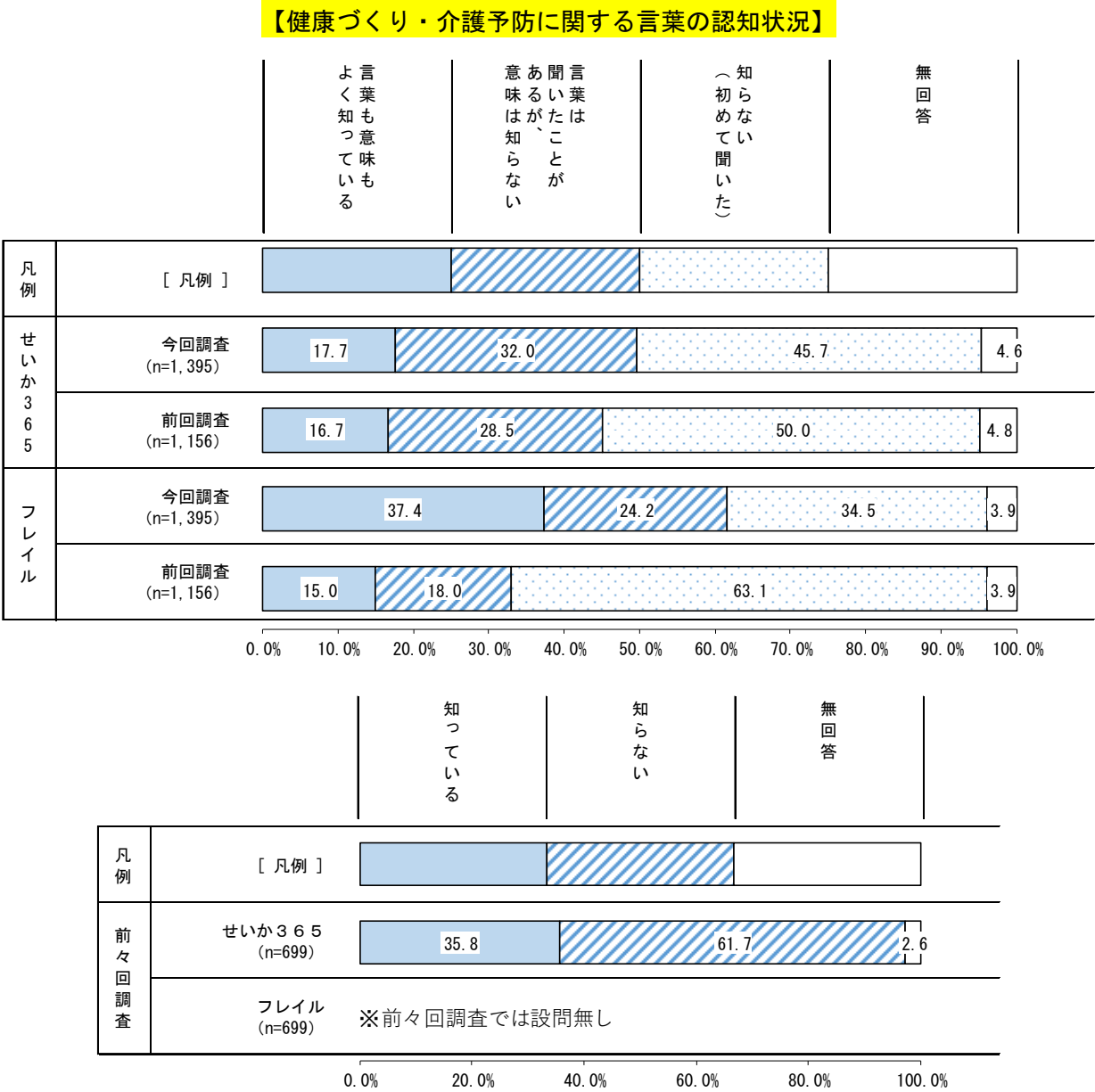
○ 前回調査と比べると、どの項目においても、かかりつけ医師がいると回答した人の割合が減少していますが、特に「歯科医師」では5.1ポイント減少しています。



○ 「フレイル」は37.4%の人が言葉も意味もよく知っていると回答していますが、「せいか365」の言葉も意味も知っている人は2割を下回っています。また、「せいか365」を初めて聞いた人は45.7%と多く、健康づくりや介護予防の重要性とともに、具体的な取組方法や精華町での取組について周知することで、介護予防の取組の普及につながると考えられます。

○ 前回調査と比べると、「せいか365」を知っている人の割合に大きな変化はみられませんが、「フレイル」を知っている人の割合では22.4ポイント増加しています。

○ 前々回調査と比べると、「せいか365」を知っている人の割合は18.1ポイントと大幅に減少しています。

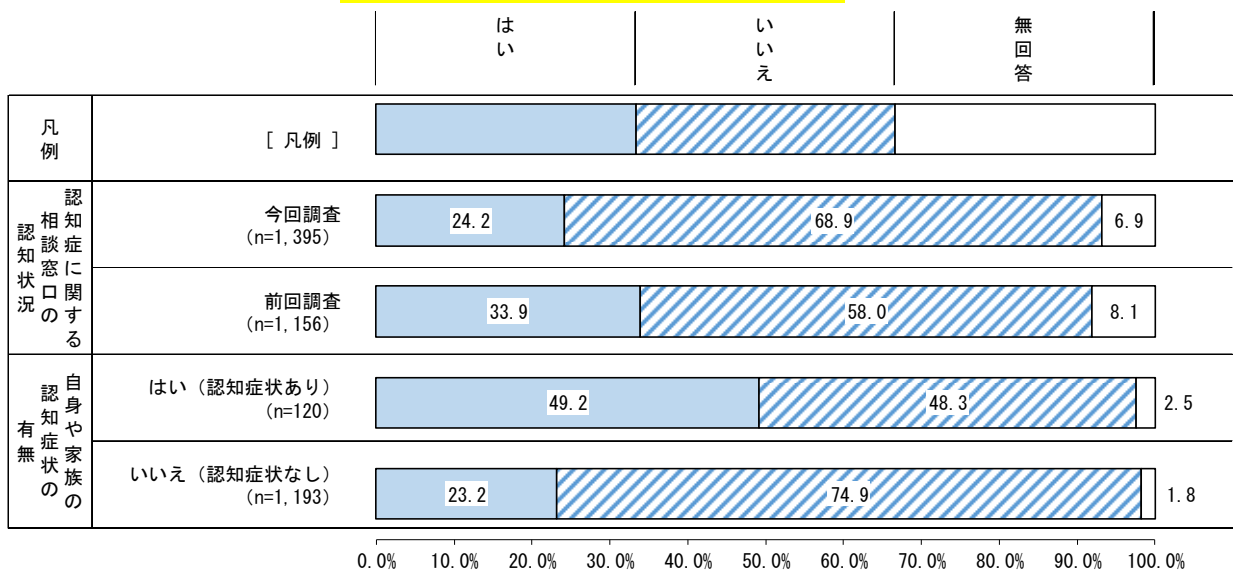


(7) 認知症について

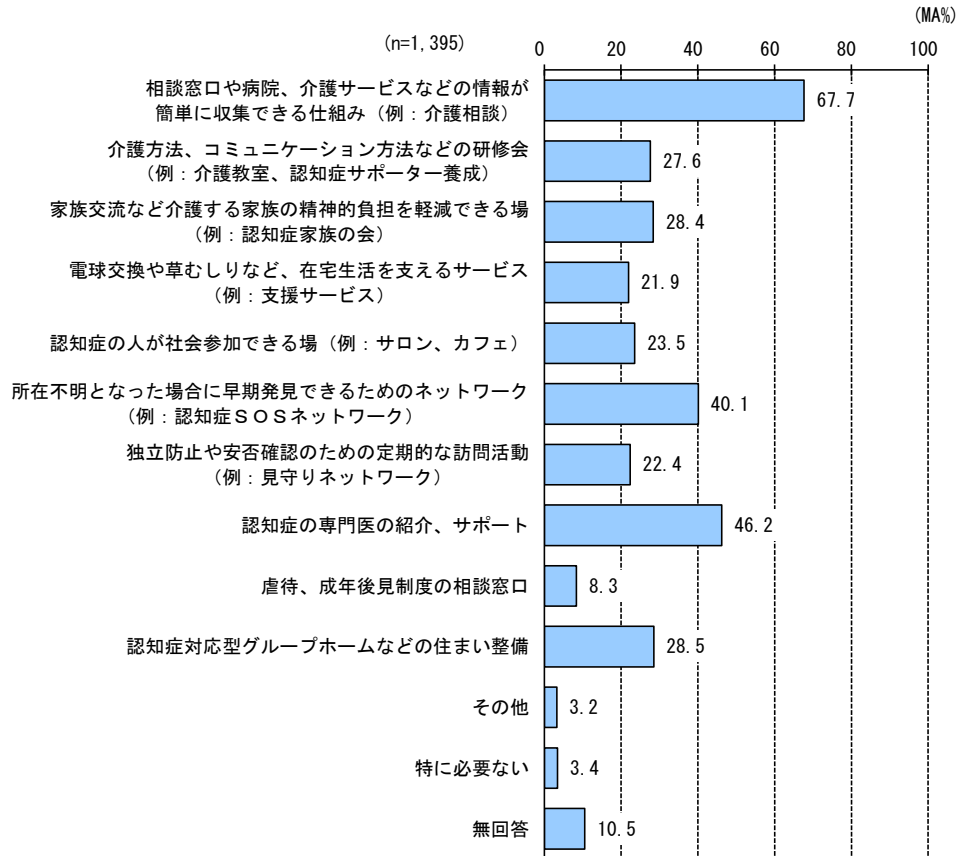
- 認知症に関する相談窓口を知っている人は24.2%と少なく、自身や家族に認知症状がある人でも、約5割が認知症に関する相談窓口を知っていません。認知症についてあればよい支援についても、「相談窓口や病院、介護サービスなどの情報が簡単に収集できる仕組み」が約7割と最も多くなっています。困ったときにすぐに相談できるよう、相談窓口の置き方や、相談窓口及び介護等に関する情報の周知方法について検討していく必要があります。
- また、「認知症の専門医の紹介、サポート」、「所在不明となった場合に早期発見できるためのネットワーク」についても約4割の回答があります。認知症の人やその家族が安心して暮らせる地域づくりを進めていくためには、地域の関係機関や住民とも連携したネットワークを構築していく必要があります。

○ 前回調査と比べると、認知症に関する相談窓口を知っている人の割合は9.7ポイント減少しています。

【認知症に関する相談窓口の認知状況】



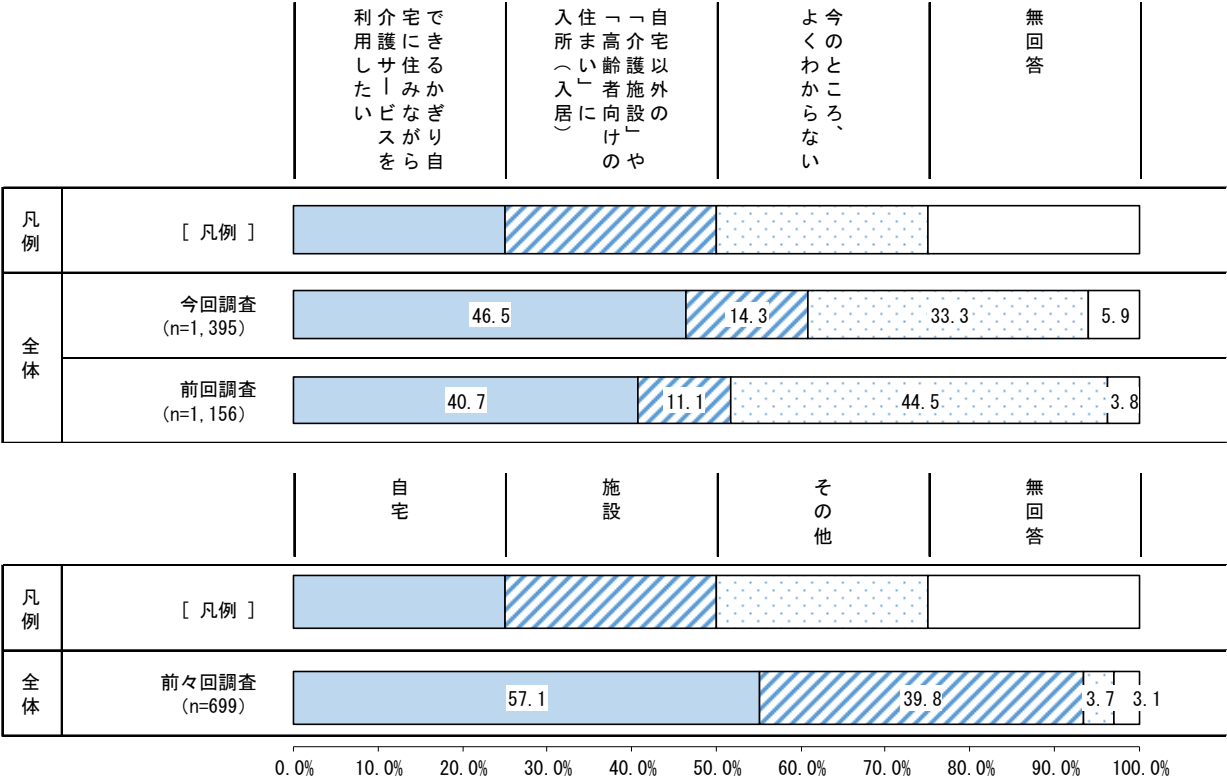
【認知症について、あればよい支援】



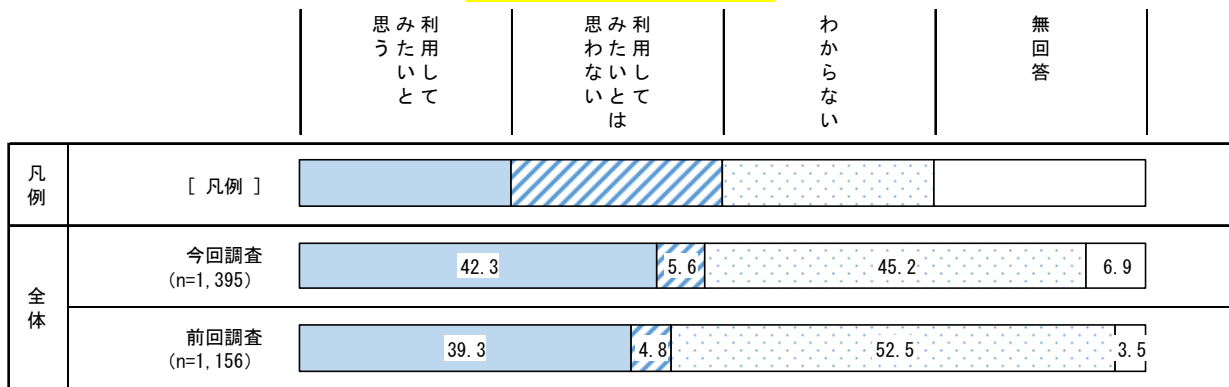
(8) 介護サービスについて

- 介護が必要になった場合、できる限り自宅で生活を続けたい人は46.5%であり、最期を迎えたい場所についても自宅が48.5%となっているほか、在宅医療の利用意向がある人も42.3%となっています。今後、本人の希望に応じてできる限り在宅での生活を続けられるよう、介護サービスの整備を検討すると同時に、医療職も含めた連携の強化や、在宅医療に関する情報の周知が必要と考えられます。
- 前回調査と比べると、介護を受けたい場所では「できるかぎり自宅に住みながら介護サービスを利用したい」が5.8ポイント増加しています。
- 前々回調査と比べると、介護を受けたい場所では「施設」を望んでいる人の割合は大幅に減少しています。

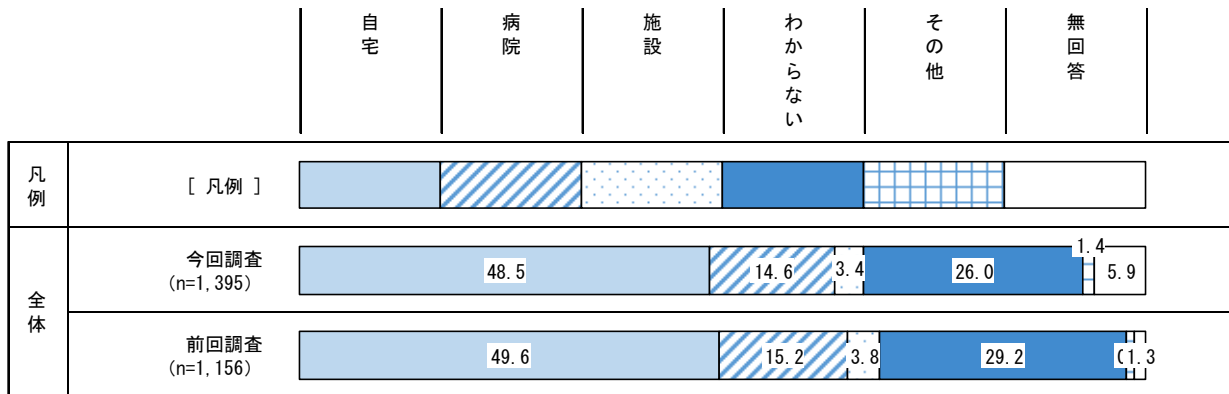
【介護を受けたい場所】



【在宅医療の利用意向】



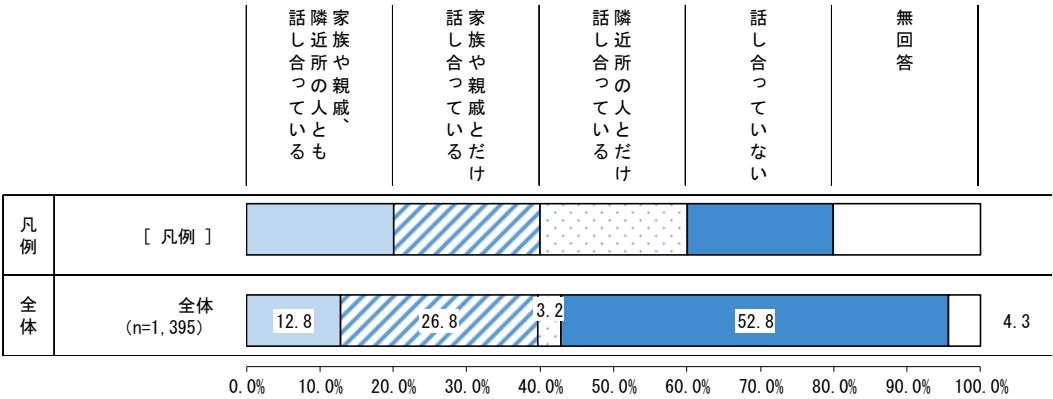
【最期を迎えたい場所】



(9) 災害や感染症について

- 災害時の安否確認や集合場所について、5割以上の人が話し合っていない。近年集中豪雨などの自然災害が増えていることから、災害時の安否確認や避難について日頃から確認しておくことの重要性について啓発していく必要があります。
- 約4人に1人が、新型コロナウイルス感染症の影響で地域の活動に参加しにくくなったと回答しています。一方で11.0%の人は遠隔（オンライン）でのつながりを利用するようになっています。アフターコロナの社会となり、感染症予防に配慮した地域活動のあり方や、オンラインの利用を含めた様々な形での情報発信、地域活動等について検討することが重要です。

【災害時の安否確認や集合場所について話し合っているか】



【新型コロナウイルスの流行による行動の変化】

単位：%

		母数 (n)	新型コロナウイルスの流行を受けてあなたの行動に変化について（MA）					
			参加域の活動になった	人が集まるところに	つながりやすくなった	遠隔（オンライン）での	その他	特に変化はない
全体		1,395	24.0	64.2	11.0	8.3	21.1	3.2
性・年齢	男性 前期高齢者	365	22.5	63.8	11.5	8.2	21.9	3.3
	後期高齢者	286	26.6	62.9	9.4	9.8	19.9	3.8
	女性 前期高齢者	406	23.6	62.3	13.8	8.1	22.2	2.2
	後期高齢者	334	24.0	67.7	8.4	7.5	20.4	3.6
小学校区	精北小学校区	287	24.4	62.0	8.4	8.4	24.4	1.7
	川西小学校区	317	24.0	61.8	9.8	9.1	22.4	3.2
	精華台小学校区	178	25.3	64.0	13.5	5.6	23.0	3.4
	山田荘小学校区	293	23.9	68.9	11.9	6.8	17.1	3.8
	東光小学校区	320	23.1	64.4	12.2	10.3	19.7	3.8
認定該当状況	一般高齢者	1,306	24.2	64.4	11.1	8.5	20.8	3.2
	総合事業対象者	6	16.7	△ 83.3	-	16.7	16.7	-
	要支援 1・2	83	21.7	60.2	9.6	4.8	26.5	2.4

単位：%