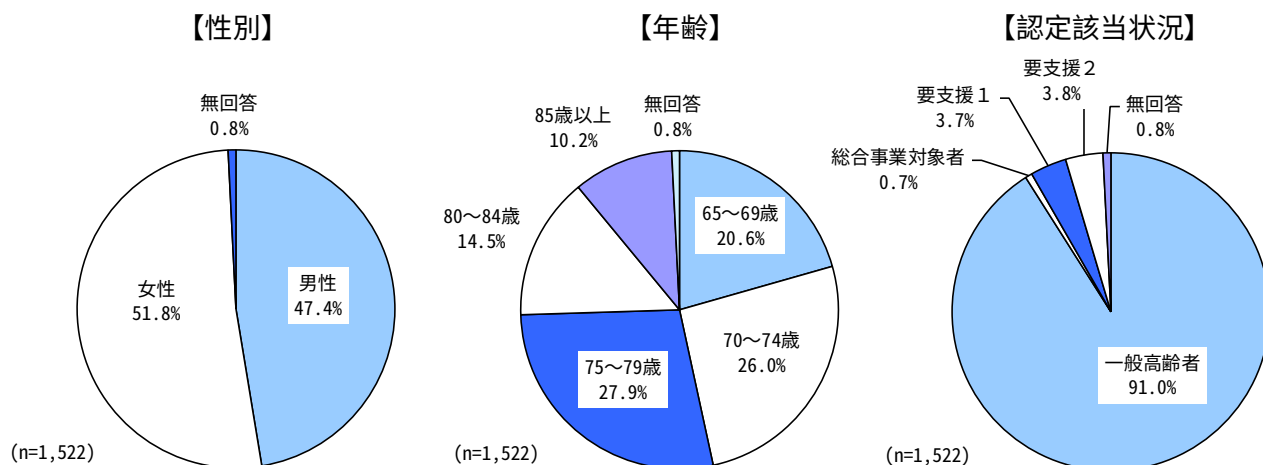


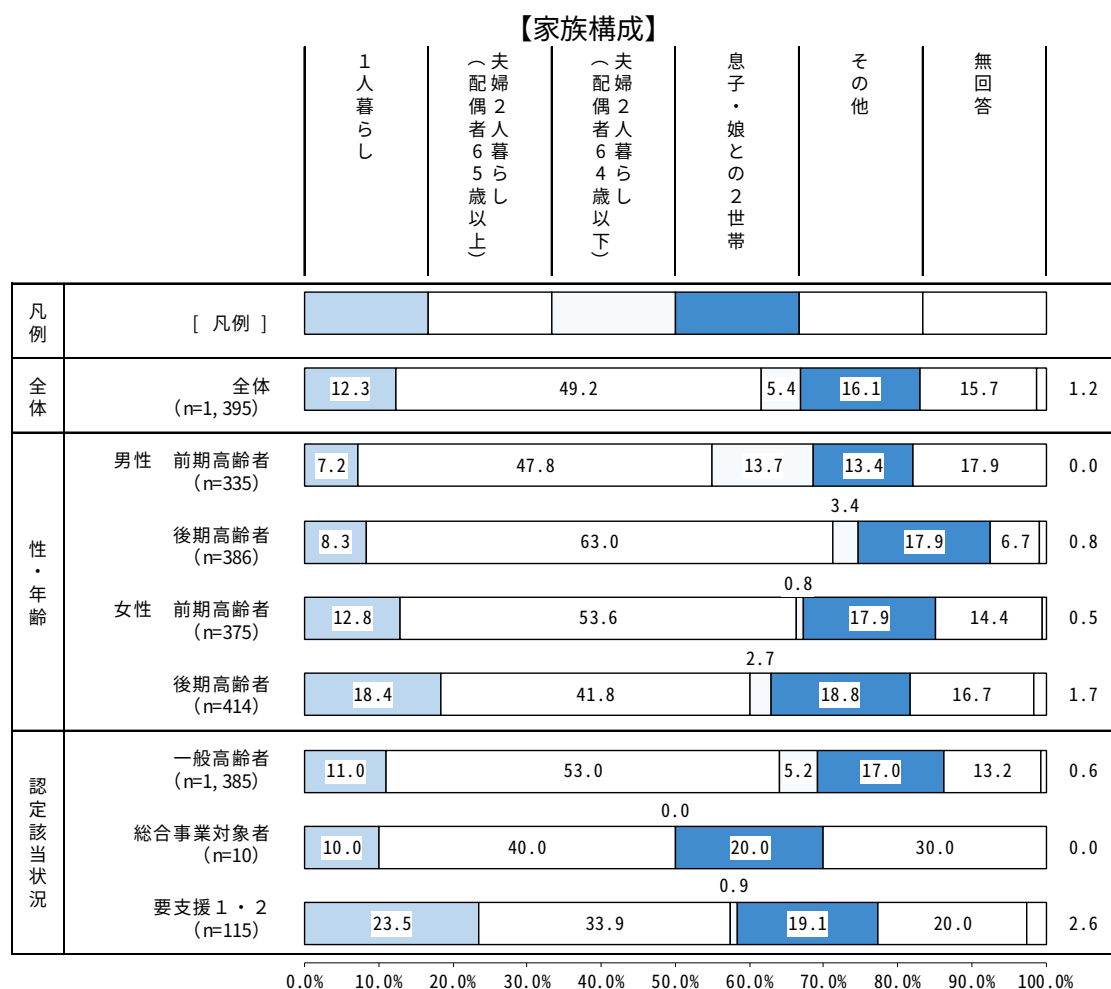
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果の概要と調査結果からみえる課題

(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721人、「女性」が789人と女性の方がやや多く、前期高齢者が46.6%、後期高齢者が52.6%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7.5%となっています。

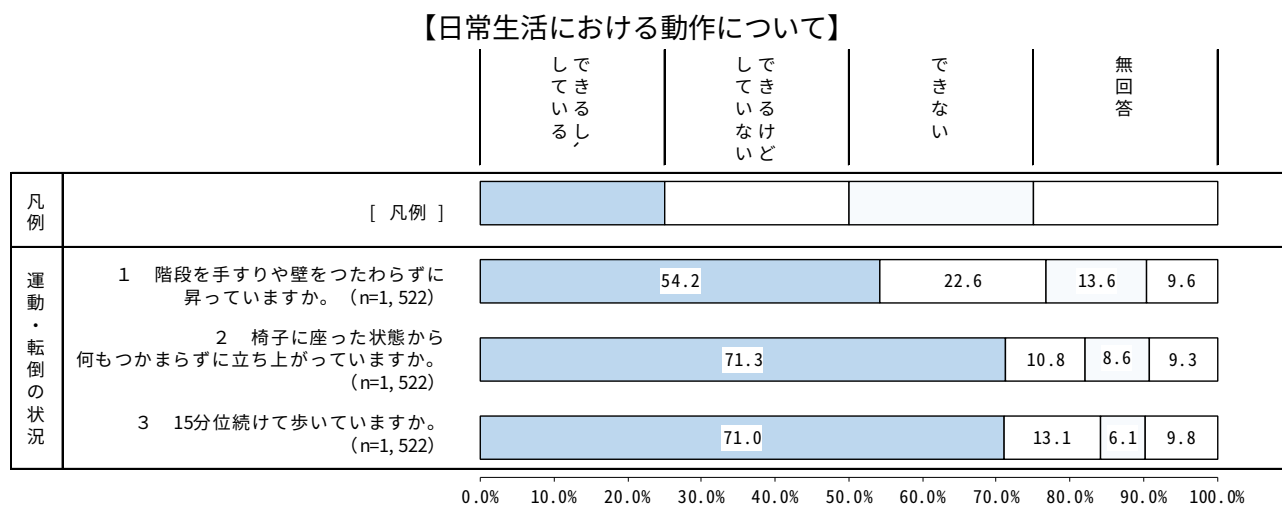
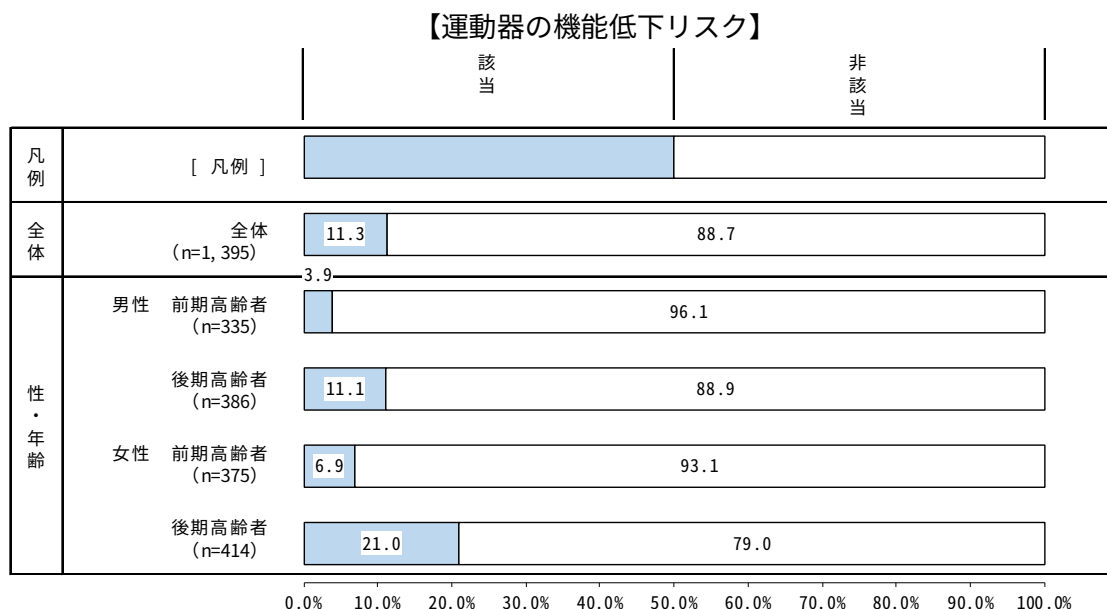


- 家族構成について、1人暮らしが12.3%、夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）が49.2%となっており、合わせると61.5%が高齢者のみの世帯となっています。また、女性の後期高齢者、総合事業対象者、要支援1・2で1人暮らしの割合が多く、支援の必要な人もそうでない人も安心して暮らせる地域づくりのために、地域における見守り体制の整備が必要と考えられます。



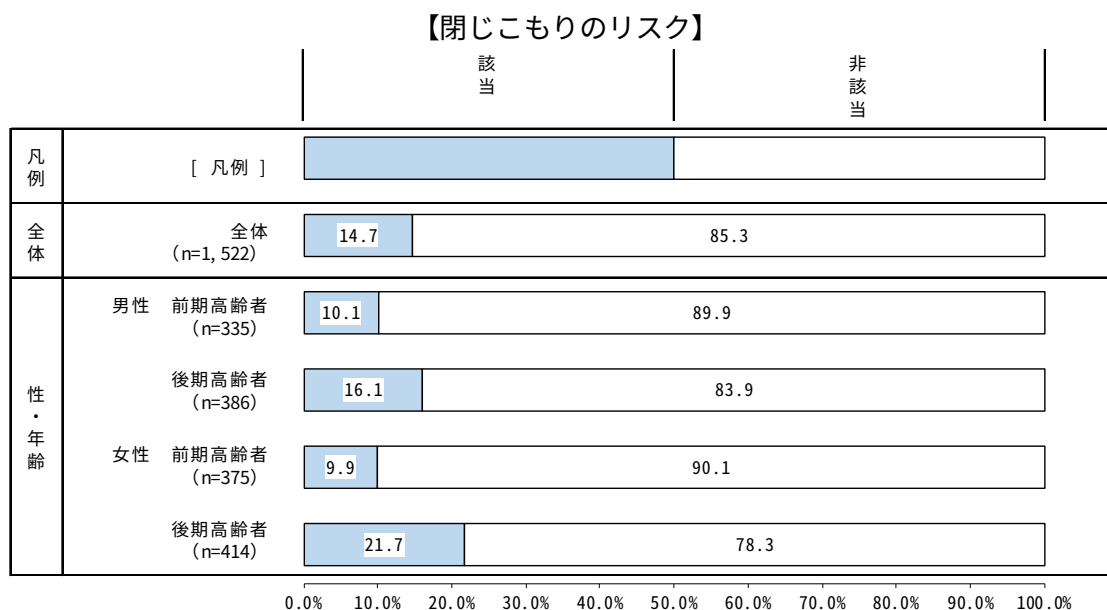
(2) 運動・外出について

- 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21.0%と他の区分に比べて多くなっています。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～2割程度みられます。日常生活における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。

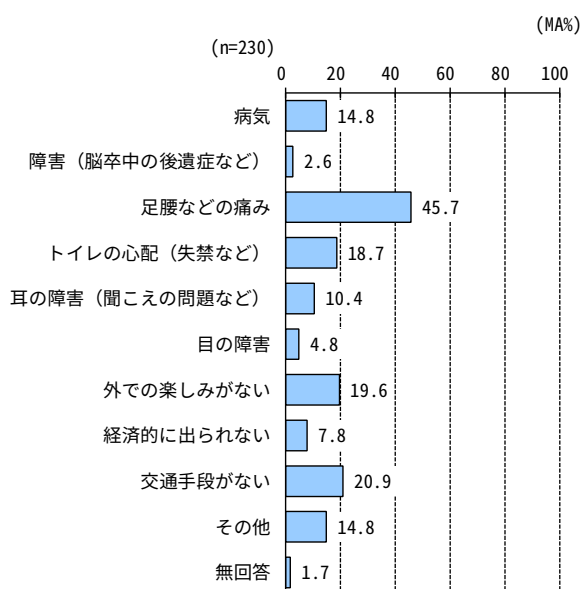


- 閉じこもりのリスクをみると、男性、女性ともに後期高齢者でリスク該当者の割合が多くなっています。閉じこもりのリスク該当者（外出の頻度が週1回以下）では、外出を控えている理由として足腰などの痛みや交通手段の有無が多く挙げられています。
- 外出の際には、徒歩や自動車（自分で運転）、電車や路線バスといった自力での移動をしている人が多くなっています。そのため、足腰などの痛みがあると外出が億劫になりやすいと考えられます。

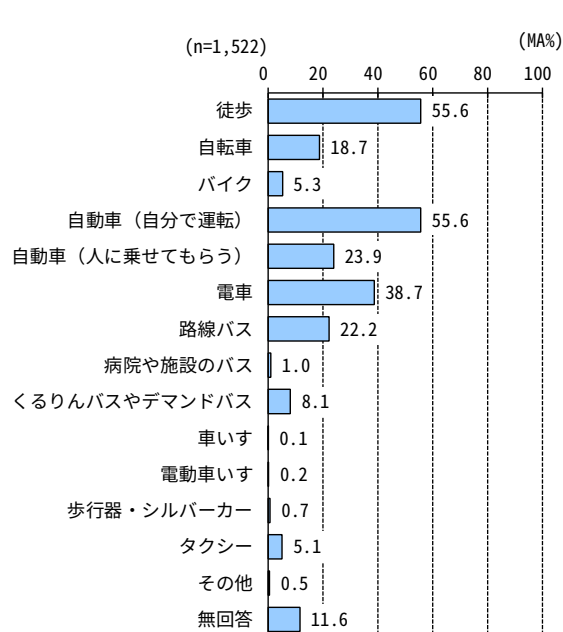
閉じこもりの状態が続くことで、運動器機能や認知機能の低下リスクを合わせて抱えることも考えられるため、後期高齢者等でも外出しやすい安全な移動手段が求められます。



【外出を控えている理由】



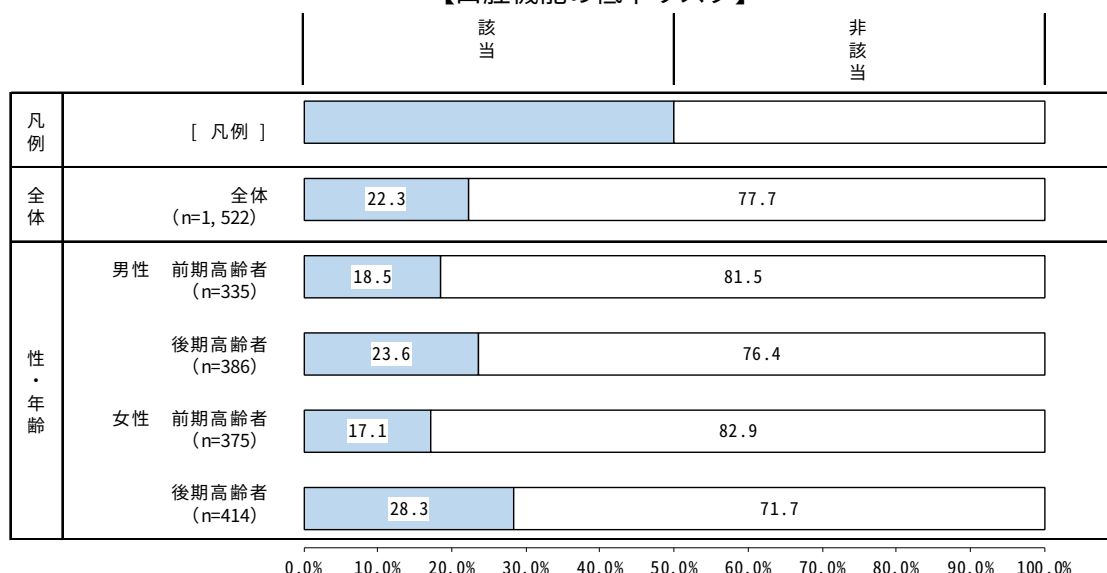
【外出する際の移動手段】



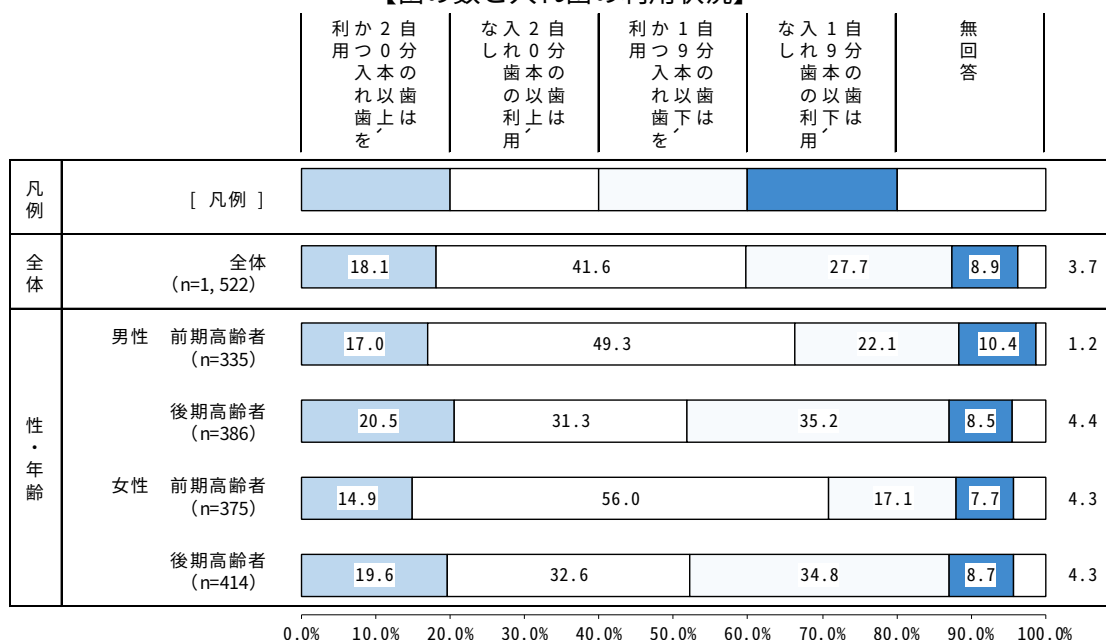
(3) 口腔について

- 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22.3%となっています。また、自分の歯が20本以上ある人は、男性、女性ともに後期高齢者では約5割と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、専門職が地域の通いの場に出向くなどを通じ、さらに地域住民の理解を深めることが重要と考えられます。

【口腔機能の低下リスク】

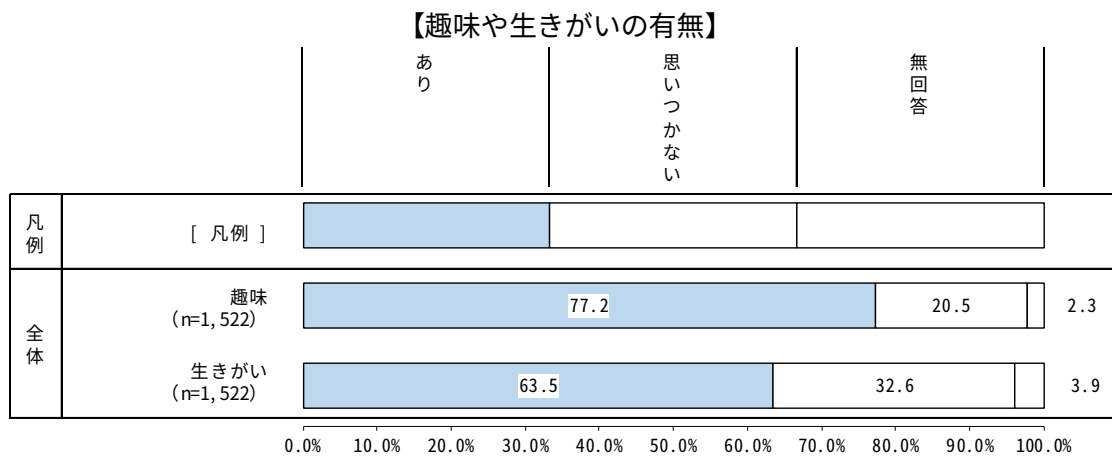
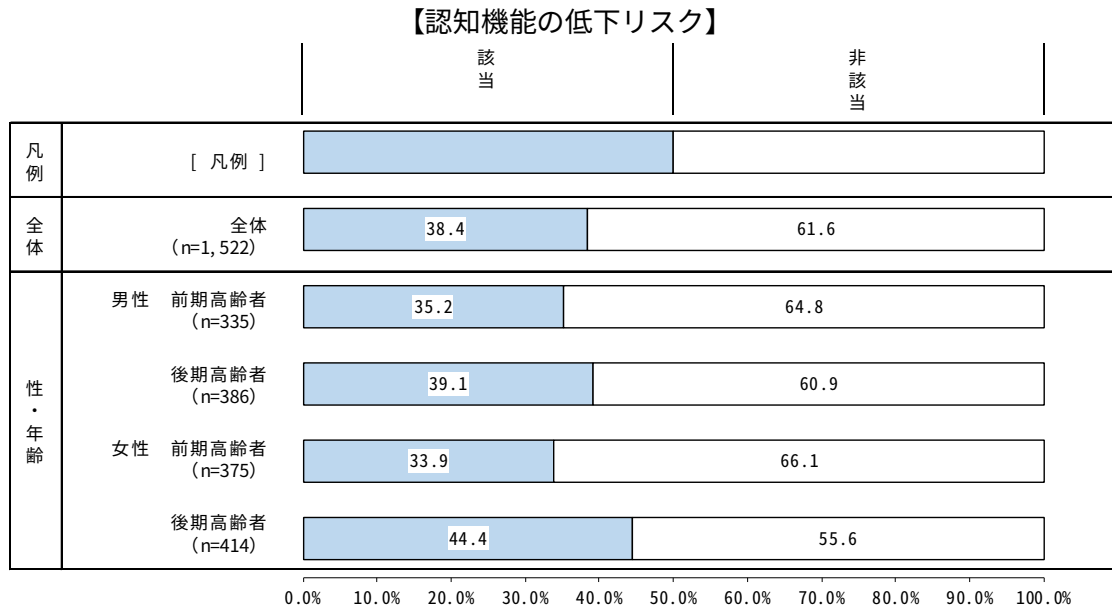


【歯の数と入れ歯の利用状況】

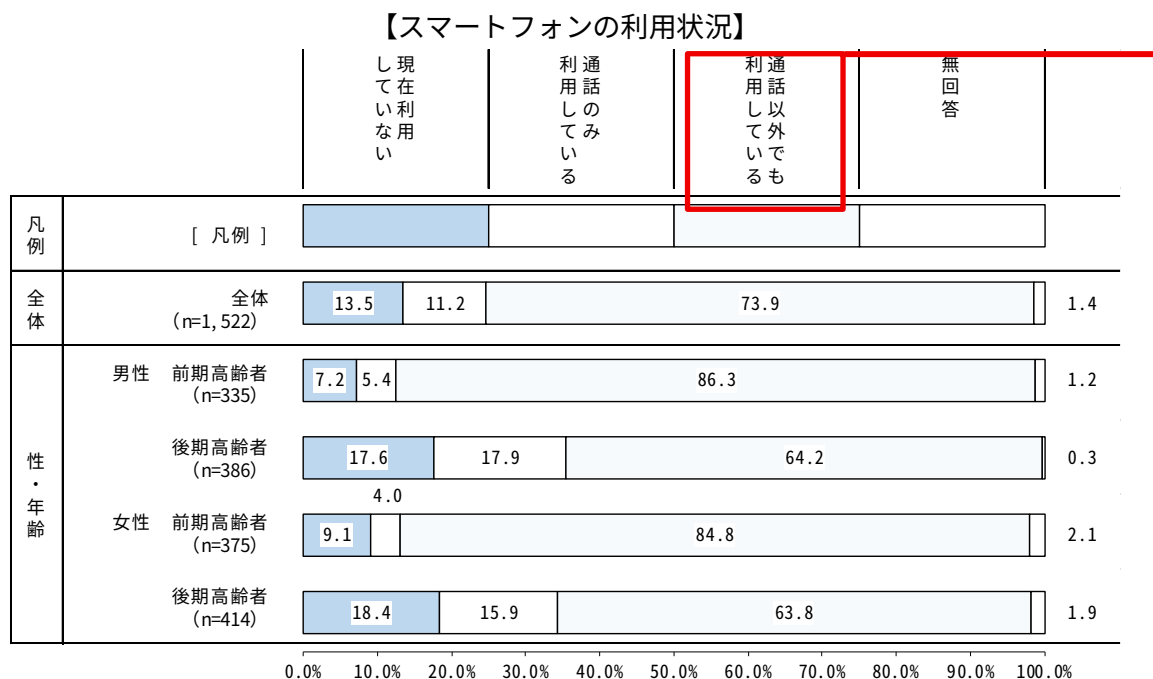


(4) 毎日の生活について

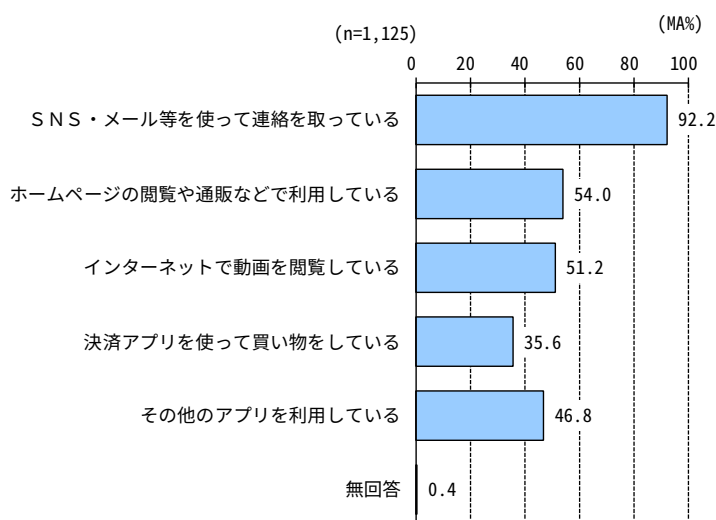
- 認知機能の低下リスクに該当しているのは 38.4%となっています。また、男性、女性ともに後期高齢者で該当者が多くなっています。
- 趣味のある人は 77.2%、生きがいのある人は 63.5%となっています。趣味や生きがいがあることで認知機能の維持につながるとされていることから、趣味や生きがいにつながるような地域活動に誰もが参加しやすいよう取組を進めていくことが重要です。



- 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73.9%であり、前期高齢者では8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、SNS・メール等を使った連絡以外にも利用しています。高齢者においてもスマートフォンの利用が進んでいる状況から、今後は、健康・福祉に関する情報や健康体操を発信する方法として、スマートフォンの活用も検討していく必要があります。



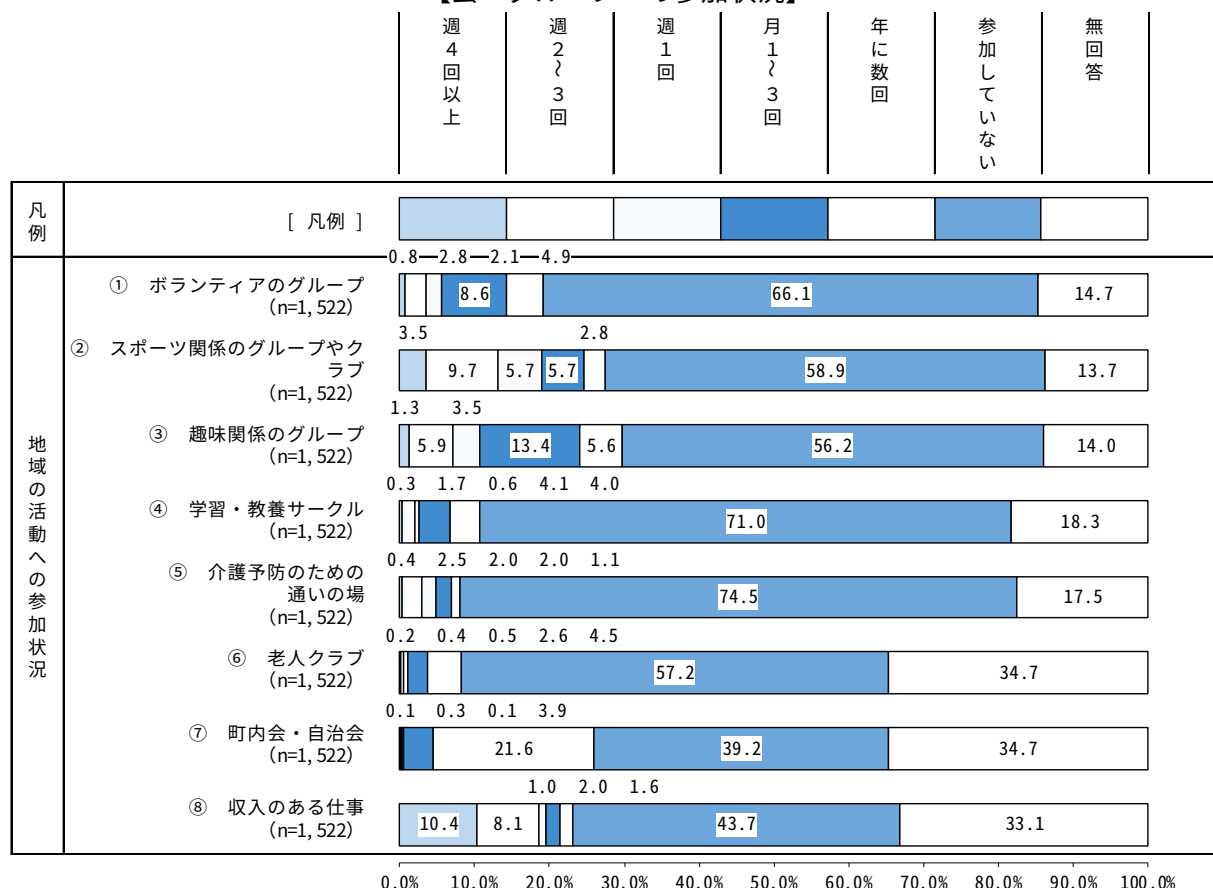
【スマートフォンの利用内容】



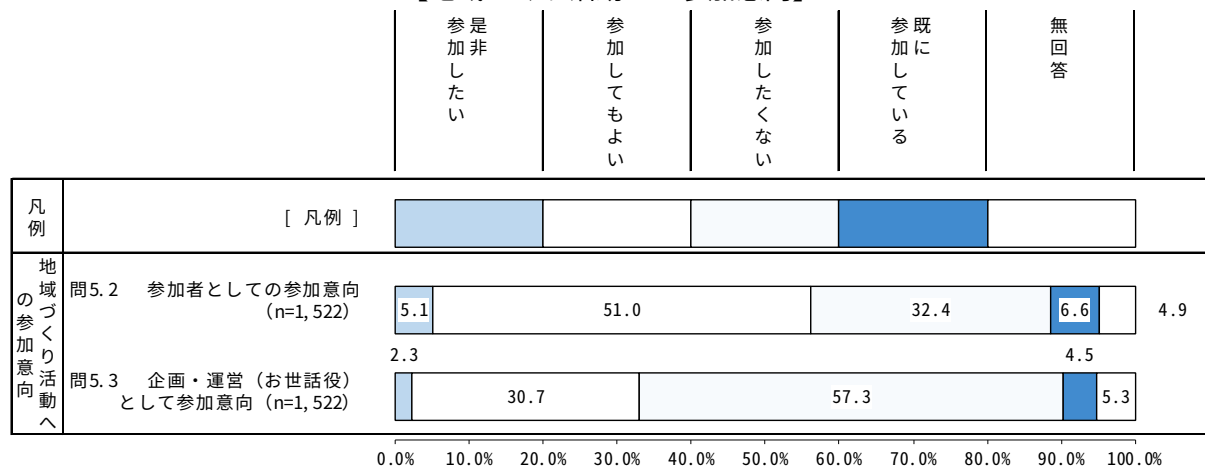
(5) 社会参加について

- 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「収入のある仕事」で19.5%、次いで「スポーツ関係のグループやクラブ」で18.9%、「趣味関係のグループ」が10.7%となっています。一方、介護予防のための通いの場は4.9%と少なくなっています。
- 地域づくり活動について、参加者として参加してもよい人は56.1%（「ぜひ参加したい」「参加してもよい」の合計）、お世話役として参加してもよい人は33.0%となっています。地域づくり活動に参加してもよい人に、実際に地域づくり活動に参加してもらうためのアプローチや仕組みづくりが必要であると考えられます。

【会・グループへの参加状況】



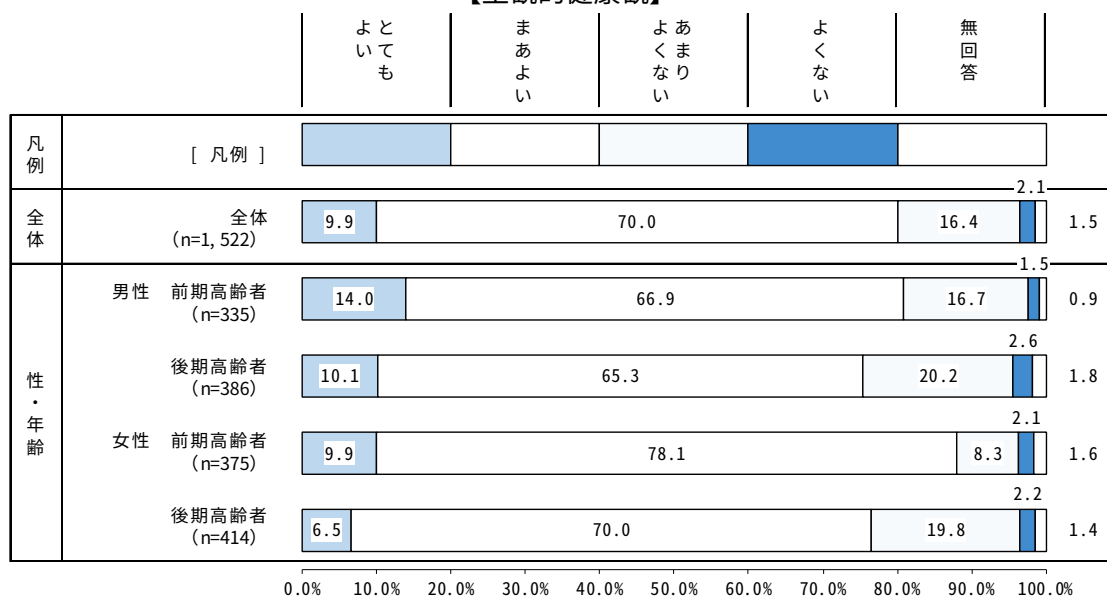
【地域づくり活動への参加意向】



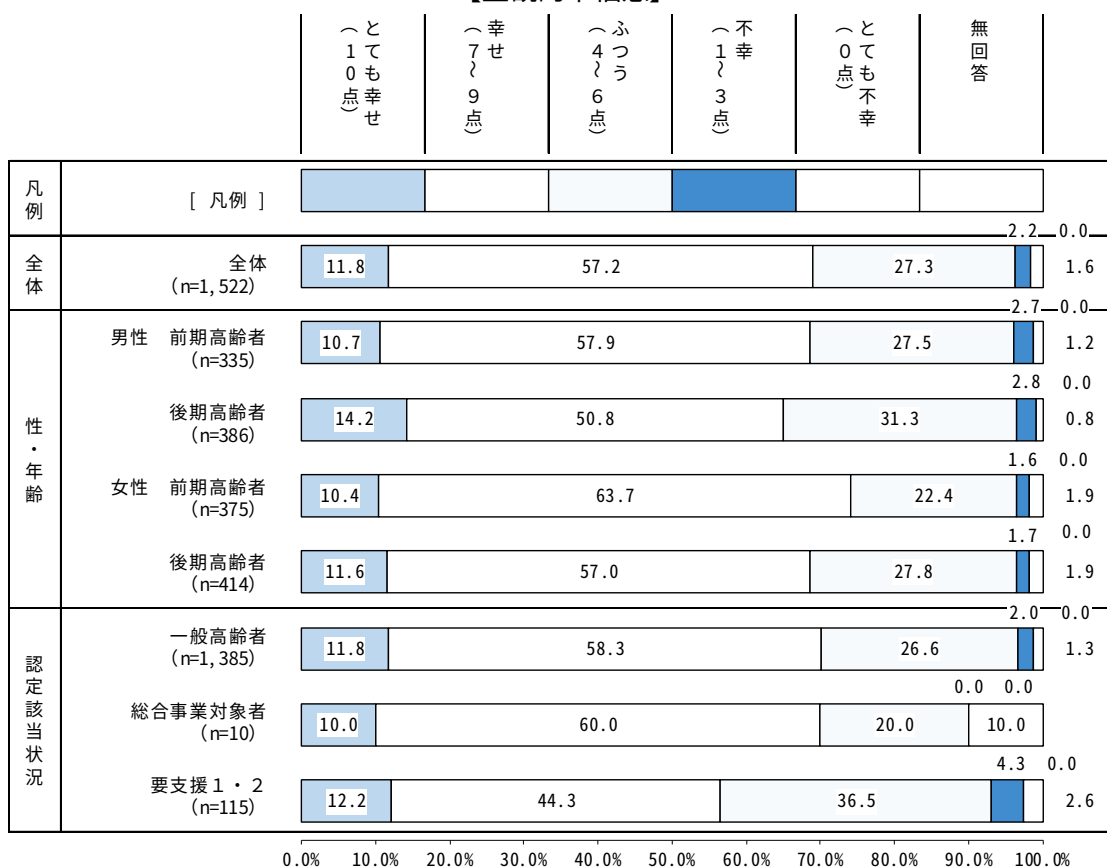
(6) 健康について

- 自身の健康状態をよいと感じている人は79.9%となっていますが、男女ともに前期高齢者に比べて、後期高齢者では健康感が低い傾向がみられます。
- 幸福感を感じている人は、全体では69.0%（「とても幸せ」「幸せ」の合計）となっており、女性の前期高齢者では幸福感のある人の割合が74.1%と他の区分に比べて多くなっています。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6割以下と少なくなっています。

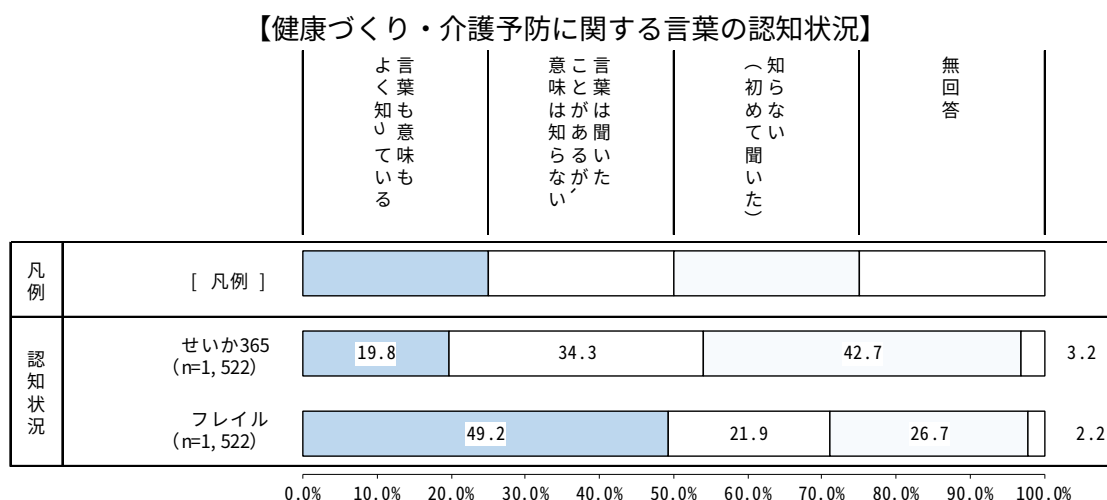
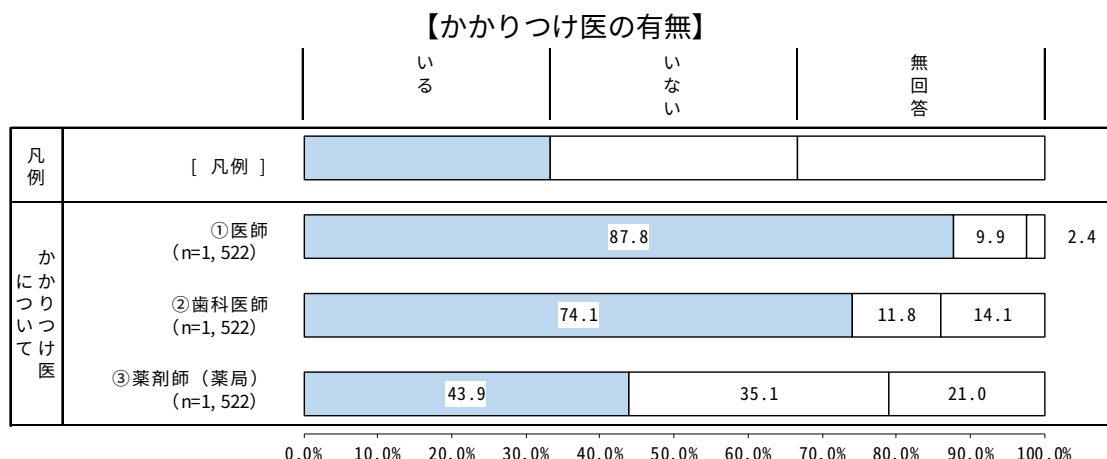
【主観的健康観】



【主観的幸福感】



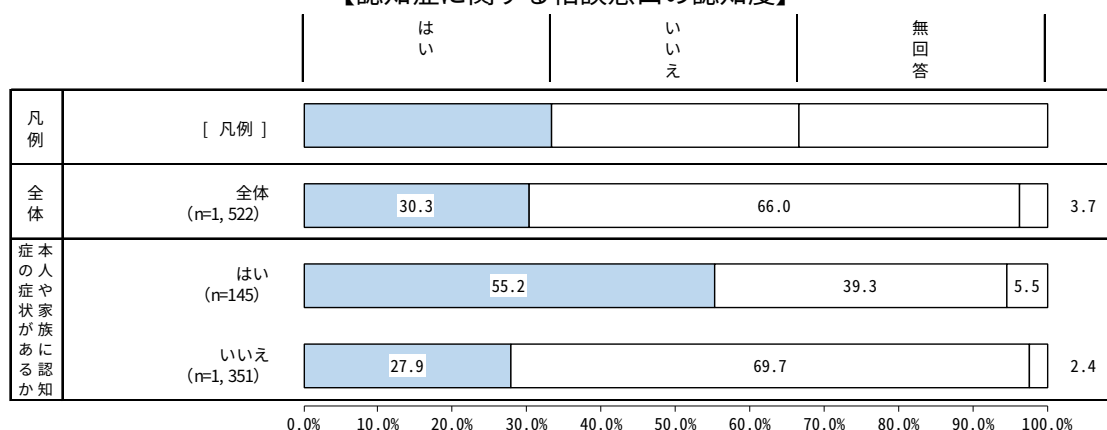
- かかりつけ医の有無をみると、医師については8割以上がかかりつけ医がいますが、歯科医師では約7割、薬剤師（薬局）では約4割となっています。からだの状態にかかわらず安心して地域で暮らし続けるためには、かかりつけの医師・歯科医師だけでなく薬剤師（薬局）があることが重要であることから、薬剤師（薬局）を含む、かかりつけ医の重要性について周知・啓発していく必要があります。
- 「フレイル」は49.2%の人が言葉も意味もよく知っていると回答しています。一方で、「せいか365」の言葉も意味も知っている人は2割を下回り、初めて聞いた人は42.7%と多くなっています。「せいか365」を周知することで、健康づくりや介護予防の重要性の認知度が高まるとともに、具体的な取組方法や介護予防の取組の普及につながると考えられます。



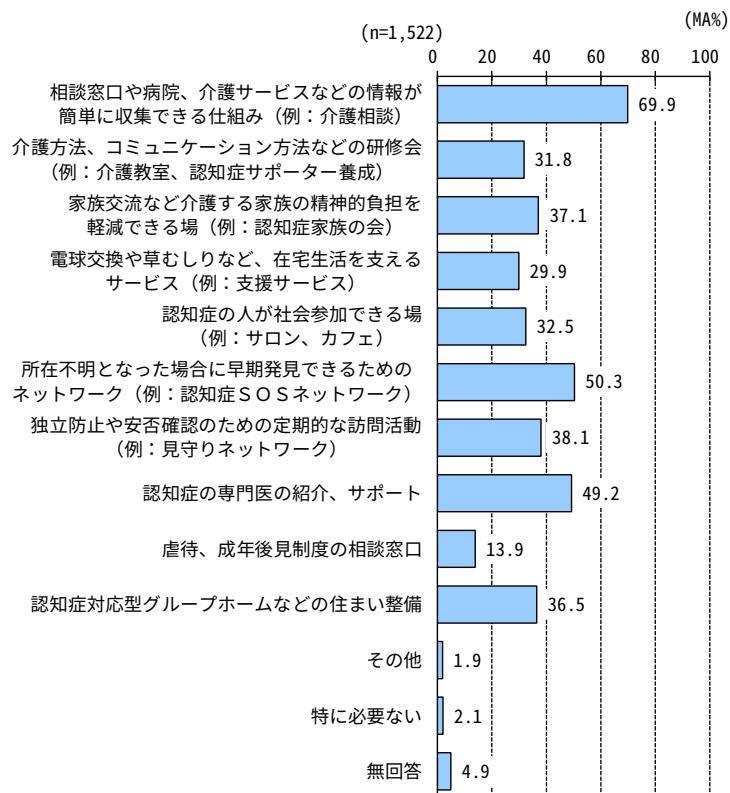
(7) 認知症について

- 認知症に関する相談窓口を知っている人は30.3%と少なく、自身や家族に認知症状がある人でも、約4割が認知症に関する相談窓口を知らない状況です。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。困ったときに相談窓口につながるよう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5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・強化していく必要があります。

【認知症に関する相談窓口の認知度】

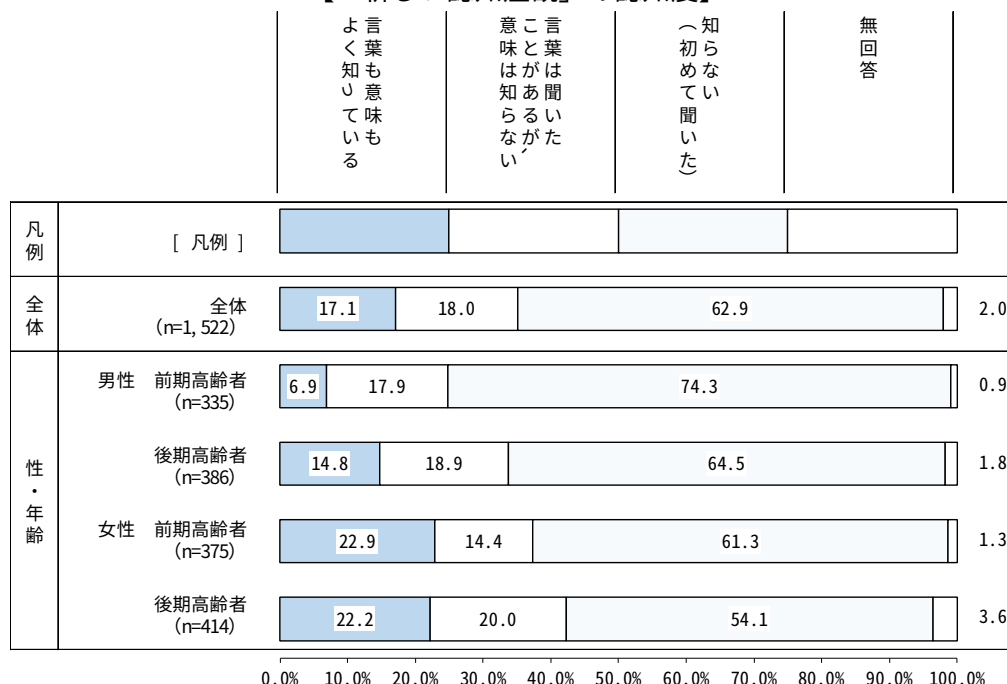


【認知症について、あればよい支援】

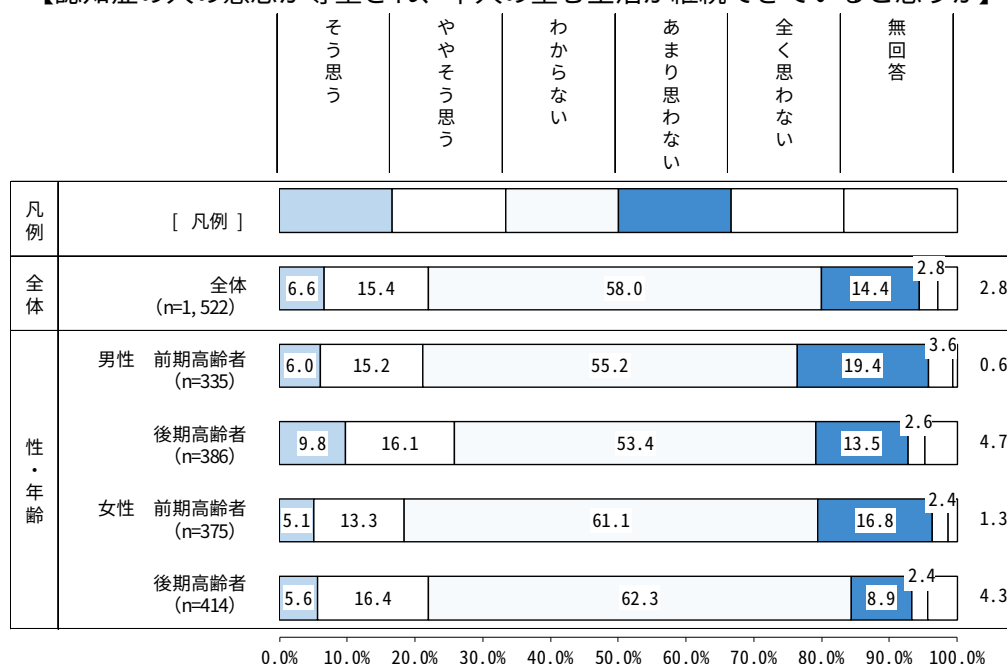


- 「新しい認知症観」の認知度について、「知らない」人が62.9%と6割を超える一方、「言葉も意味もよく知っている」人は17.1%にとどまっています。特に「男性・前期高齢者」は知らない割合が74.3%と最も多くなっています。共生社会の実現に向けた基盤となる考え方であるため、地域との繋がりが希薄になりやすい傾向にある男性層や前期高齢者にも、情報が届くような普及啓発の工夫が必要があります。
- 認知症の人の意思が尊重され、望む生活が継続できているかについて、「わからない」が58.0%と過半数を占めており、認知症の人の実際の暮らしぶりや本人の思いが、周囲には伝わっていない現状がうかがえます。今後は、本人の意思が尊重された事例や本人・当事者による発信が必要があります。

【「新しい認知症観」の認知度】



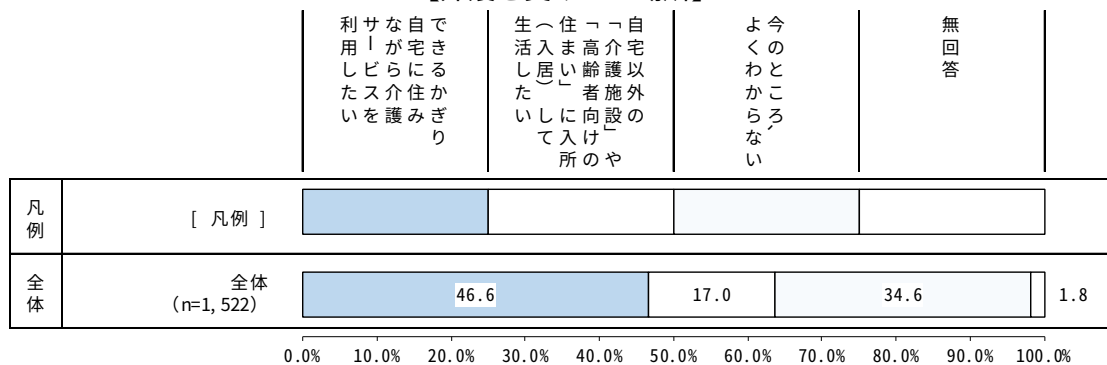
【認知症の人の意思が尊重され、本人の望む生活が継続できていると思うか】



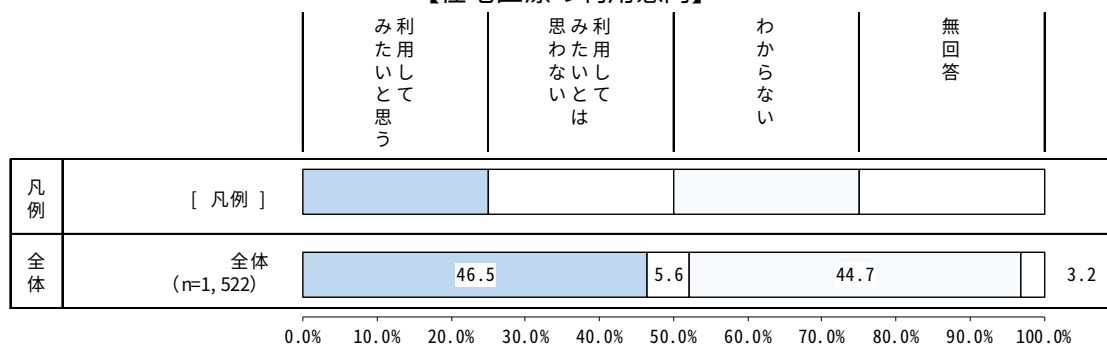
(8) 介護サービスについて

- 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46.6%となっており、最期を迎えたい場所についても自宅が44.8%となっているほか、在宅医療の利用意向がある人も46.5%となっています。今後、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、医療機関や医療職も含めた連携の強化が必要と考えられます。

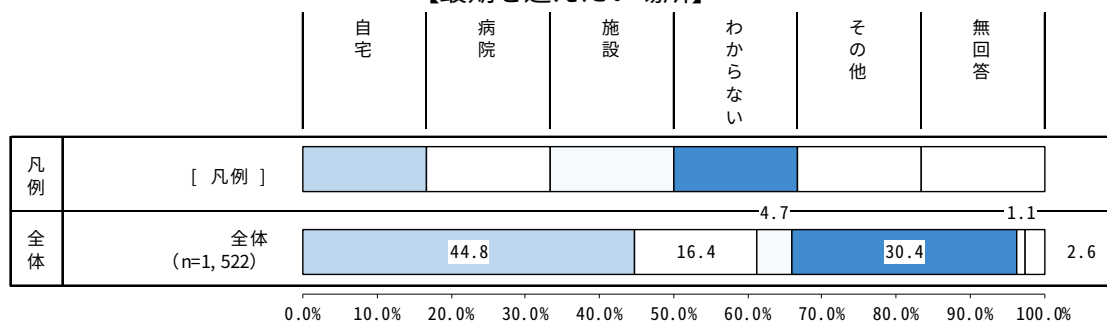
【介護を受けたい場所】



【在宅医療の利用意向】



【最期を迎えたい場所】



(9) 災害について

- 災害時の助け合いについて、家族・近所のいずれにおいても「助けることができる」より「助けられる」と思う割合が低くなっています。いざという時に地域による共助による支援が得られるよう、日頃からの関係づくりを進めるとともに、地域ぐるみの防災・助け合い体制の強化・意識の醸成を図っていくことが必要と考えられます。

【災害時、家族や親戚、近所の人と助け合うことができるか】

