

大木町高齢者実態把握委託事業

令和4年度「高齢者等実態把握調査」報告書

～大木町内在住75歳以上の高齢者の実態～

社会福祉法人 大木町社会福祉協議会

目次

- I. 調査の背景および目的
- II. 調査期間
- III. 調査概要
 - (ア) 調査対象
 - (イ) 調査項目
 - (ウ) 調査手続き
 - (エ) 統計処理
- IV. 調査結果
- V. 考察
- VI. 総括

I. 調査の背景および目的

令和2年から猛威を振るう新型コロナウイルス感染症は全国に広がり、緊急事態宣言が発出されるなど、不要不急の外出を自粛するよう呼びかけられた。多くのイベントが中止となり、飲食店の営業短縮が行われるなど、外出の機会が減少している状況にある。当社会福祉協議会でも元気クラブ(買い物支援)の事業短縮、高齢者のデイサービスの事業中止等を実施したため、参加予定だった高齢者は居宅待機を強いられ、運動の機会が減ることとなった。

新型コロナウイルス感染症の出現から3年が経過し、長期化する中、住民の暮らしは、新しい生活様式の中で行われてきた。

大木町では、これまで地域の通いの場等利用していた方々をはじめ、多くの高齢者が外出を控え居宅で長い時間を過ごしている状況の中、高齢者の心身機能が低下する懸念を案じ、何らかの支援を必要としている高齢者を必要な支援につなげるとともに、新たな取り組みの方向性について検討することを目的として3回目となる経過調査・実態調査を行った。

II. 調査期間

令和4年9月1日～令和5年3月31日

III. 調査概要

(ア) 調査対象者

- ・75歳以上の独居高齢者および高齢者のみ世帯(町が作成した名簿に基づく)
 - ・65歳以上の高齢者で支援が必要と考えられる人
 - ・その他必要と考えられる人
- ※すでに介護認定を受けている高齢者は除く

(イ) 調査項目

質問票は、介護予防・日常生活支援事業の対象者選定の際に使用している「基本チェックリスト」を基本に、後期高齢者健康診査の際の高齢者特性を踏まえた健康状態を総合的に把握するための「後期高齢者の質問票」と合わせて町が作成したものを利用し、新型コロナウイルス感染症に関わる独自の項目も追加した。

総合チェックリスト

住所 大木町大字 (行政区) No. 地図
 氏名 電話番号 携帯
 生年月日 (歳) 訪問日時 年 月 日 () 時間 : ~ : ()

No.	質問項目	回 答 (いずれかに○をお付けください)	
1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	1 よい 2 まあよい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない	
2	あなたはたばこを吸いますか	1 吸っている 2 吸っていない 3 やめた	
3	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	1 はい	2 いいえ
3-2	1 はいの人へ 相談する相手はだれですか	a 家族・親戚 b 友人・知人 c 地域の人 d 民生委員 e その他	
4	バスや電車などで1人で外出していますか	1 はい	2 いいえ
4-2	1 はいの人へ 手段は何ですか	a バス・電車 b 自転車 c バイク d 自家用車 e タクシー f 徒歩 g その他	
5	日用品の買物をしていますか	1 はい	2 いいえ
5-2	1 はいの人へ 買い物の手段は何ですか	a バス・電車 b 自転車 c バイク d 自家用車 e 他者の車 f タクシー g 徒歩 h 生協や通販 i その他	
5-3	2 いいえの人へ	a 家族・親戚が買ってくる b 友人・知人が買ってくる c 地域の人が買ってくる d 買い物はしない e その他	
6	預貯金の出し入れをしていますか	1 はい	2 いいえ
7	友人の家を訪ねていますか	1 はい	2 いいえ
8	家族や友人の相談にのっていますか	1 はい	2 いいえ
9	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	1 はい	2 いいえ
10	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 はい	2 いいえ
11	15分間続けて歩いていますか	1 はい	2 いいえ
12	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	1 はい	2 いいえ
13	以前に比べて歩く速度が遅くなってきていると思いますか	1 いいえ	2 はい
14	この1年間に転んだことがありますか	1 いいえ	2 はい
15	転倒に対する不安は大きいですか	1 いいえ	2 はい
16	6ヶ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	1 いいえ	2 はい
17	身長 cm 体重 kg (BMI=)	1 非該当	2 該当
18	1日3食きちんと食べていますか	1 はい	2 いいえ
19	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1 いいえ	2 はい
20	お茶や汁物などでむせることがありますか	1 いいえ	2 はい
21	口の渇きが気になりますか	1 いいえ	2 はい
22	週に1回以上は外出していますか	1 はい	2 いいえ
23	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1 いいえ	2 はい
24	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されますか	1 いいえ	2 はい
25	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 はい	2 いいえ
26	今日が何月何日かわからない時がありますか	1 いいえ	2 はい
27	毎日の生活に満足していますか	1 満足 2 やや満足 3 やや不満 4 不満 5 どちらともいえない	
28	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1 いいえ	2 はい
29	(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 いいえ	2 はい
30	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1 いいえ	2 はい
31	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1 いいえ	2 はい
32	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1 いいえ	2 はい
33	コロナ禍になる前と今では変化はありましたか?	1 いいえ	2 はい
33-2	1 はいの人 具体的にどんなことですか?	a 外出の機会が減った b 人との交流が少なくなった c 心身機能の低下 d 家族・親戚と会えなくなった e その他	

(ウ) 調査手続き

- 町が抽出した対象者リストにより対象者の確認をした。
- 総合チェックリストを基に、訪問する職員を対象に質問対応の説明会を実施した。
- 民生委員・児童委員連絡協議会において本事業の実施について説明し、必要に応じ、民生委員から対象者への訪問について周知頂く事をお願いした。信頼関係のある民生委員からの伝達により、実施した訪問対象者の大半が調査に協力的でスムーズに聞き取りを行うことが出来た。
- 当社協内部では、訪問担当者が複数回にわたり、調査対象者への調査内容についての説明方法、判断基準の統一、声掛け等を詳細に決め実行した。
- 一部の対象者においては、民生委員及び役場職員が同行して調査を行っている。
- 調査実施は、2人体制で行い、リストの住所を地図上で確認しながら身長計・体重計を持って行った。対象者がマスクを着用していない時は、必ずマスク着用の下行った。
- 訪問した際に不在の場合は、不在連絡票を入れ、本人の所在確認がとれるまで連絡をとった。
- 調査する中で、対象者からの具体的な相談などに対し、何らかの支援が早急に必要と考えられる事案については随時行政に報告を行った。

(エ) 統計処理

調査した回答は、単純集計を行い、仮説に従って複数項目のクロス集計を行った。

IV. 調査結果

全体	調査実施者：335名、うち92名は令和2年度からの継続調査
大溝校区	調査実施者：143名、うち39名は令和2年度からの継続調査
木佐木校区	調査実施者：140名、うち35名は令和2年度からの継続調査
大莞校区	調査実施者：52名、うち18名は令和2年度からの継続調査

[集計結果]

「令和3年度」及び「令和2年度」の列は各年の単純集計結果であり、調査対象者が変更になっている（令和2年度では70歳以上の独居高齢者、3年度・4年度では75歳以上の独居高齢者及び高齢者のみ世帯）点に留意が必要である。

IV. 調査結果

設問1. あなたの現在の健康状態はいかがですか

健康状態がよいは 29.3%、まあよいは 18.5%、ふつうは 35.8%です。

昨年より健康状態の良い人が少し増えています。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
よい	98 (29.3%)	96 (25.1%)	62 (41.6%)	4.2%
まあよい	62 (18.5%)	77 (20.1%)	16 (10.7%)	-1.6%
ふつう	120 (35.8%)	126 (32.9%)	47 (31.5%)	2.9%
あまりよくない	50 (14.9%)	77 (20.1%)	17 (11.4%)	-5.2%
よくない	5 (1.5%)	7 (1.8%)	7 (4.7%)	-0.3%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
よい	33 (26.0%)	53 (41.7%)	-15.7%
まあよい	29 (22.8%)	12 (9.4%)	13.4%
ふつう	39 (30.7%)	41 (32.3%)	-1.6%
あまりよくない	21 (16.5%)	16 (12.6%)	3.9%
よくない	5 (3.9%)	5 (3.9%)	0.0%
合計	127	127	

設問2. あなたはたばこを吸いますか

たばこを吸わない人は 85.7%、やめた人は11%です。

昨年と比べるとたばこを吸う人が少し減っています。

一方、たばこを吸う人は、3.3%です。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
吸っている	11 (3.3%)	21 (5.5%)	7 (4.7%)	-2.2%
吸っていない	287 (85.7%)	324 (84.6%)	130 (87.2%)	1.1%
やめた	37 (11.0%)	38 (9.9%)	12 (8.1%)	1.1%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
吸っている	7 (5.5%)	6 (4.7%)	0.8%
吸っていない	113 (86.9%)	110 (86.6%)	2.4%
やめた	7 (5.5%)	11 (8.7%)	-3.1%
合計	127	127	

設問3. 体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか

体調が悪い時に相談する人がいるは98.5%です。一方、相談できない人は1.5%います。

昨年より相談できる人がいるが少し増えています。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	330 (98.5%)	372 (97.1%)	139 (93.3%)	1.4%
いいえ	5 (1.5%)	11 (2.9%)	10 (6.7%)	-1.4%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
はい	120 (94.5%)	119 (93.7%)	0.8%
いいえ	7 (5.5%)	8 (6.3%)	-0.8%
合計	127	127	

設問3-2.1はいの人へ 相談する相手はだれですか

相談する相手は家族は96.4%、友人・知人は4.2%です。

身近な人に相談する人が多く、その他の相談相手は地域の人や民生委員などです。

	令和4年度
家族・親戚	318 (96.4%)
友人・知人	14 (4.2%)
地域の人	8 (2.4%)
民生委員	3 (0.9%)
その他	5 (1.5%)
回答数	348

設問4. バスや電車(車やバスなど含む)で1人で外出しますか

1人で外出する人は81.5%です。一方、1人で外出しない人は18.5%です。昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	273 (81.5%)	313 (81.7%)	54 (36.2%)	-0.2%
いいえ	62 (18.5%)	70 (18.3%)	95 (63.8%)	0.2%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
はい	103 (81.8%)	49 (38.6%)	42.5%
いいえ	24 (18.9%)	78 (61.4%)	-42.5%
合計	127	127	

設問 4-2. 1 はいの人へ 手段は何ですか

1人で外出する手段は、自家用車 65.9%、自転車 19.8%、バイク 4.8%です。
 高齢でも自分で運転している人が多い状況です。

	令和4年度
バス・電車	48 (17.6%)
自転車	54 (19.8%)
バイク	13 (4.8%)
自家用車	180 (65.9%)
タクシー	15 (5.5%)
徒歩	15 (5.5%)
その他	7 (2.6%)
回答数	332

設問 5. 日用品の買い物をしていますか

自分で日用品の買い物をしている人は 88.4%です。
 昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	296 (88.4%)	341 (89.0%)	132 (88.6%)	-0.7%
いいえ	39 (11.6%)	42 (11.0%)	17 (11.4%)	0.7%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
はい	113 (89.0%)	113 (89.0%)	0.0%
いいえ	14 (11.0%)	14 (11.0%)	0.0%
合計	127	127	

設問 5-2. はいの人へ 買い物手段は何ですか

日用品の買い物手段は、自家用車 59.1%、自転車 13.5%、バイク 4.1%です。
車で買い物をする人が多い状況です。

	令和 4 年度
バス・電車	11 (3.7%)
自転車	40 (13.5%)
バイク	12 (4.1%)
自家用車	175 (59.1%)
他者の車	63 (21.3%)
タクシー	4 (1.4%)
徒歩	20 (6.8%)
生協や通販	17 (5.7%)
その他	6 (2.0%)
回答数	348

設問 5-3. 2 いいえの人へ

日用品の買い物をしない人は、家族・親戚が買ってくるは 11.1%、友人・知人が買ってくるは 0.7%です。地域の人に頼む人はいないようです。

	令和 4 年度
家族・親戚が買ってくる	33 (11.1%)
友人・知人が買ってくる	2 (0.7%)
地域の人が買ってくる	0 (0.0%)
買い物はしない	0 (0.0%)
その他	1 (0.3%)
回答数	36

設問 6. 預金の出し入れをしていますか

預金の出し入れを自分でしている人は 84.5%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	283 (84.5%)	325 (84.9%)	130 (87.2%)	-0.4%
いいえ	52 (15.5%)	58 (15.1%)	19 (12.8%)	0.4%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	110 (86.6%)	111 (87.4%)	-0.8%
いいえ	17 (13.4%)	16 (12.6%)	0.8%
合計	127	127	

設問 7. 友人の家を訪ねていますか

友人の家を訪ねている人は 54.6%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	183 (54.6%)	207 (54.0%)	87 (58.4%)	0.6%
いいえ	152 (45.4%)	176 (46.0%)	62 (41.6%)	-0.6%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	68 (53.5%)	75 (59.1%)	-5.5%
いいえ	59 (46.5%)	52 (40.9%)	5.5%
合計	127	127	

設問 8. 家族や友人の相談に乗っていますか

家族や友人の相談に乗っている人は 81.8%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	274 (81.8%)	304 (79.4%)	114 (76.5%)	2.4%
いいえ	61 (18.2%)	79 (20.6%)	35 (23.5%)	-2.4%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	92 (72.4%)	94 (74.0%)	-1.6%
いいえ	35 (27.6%)	33 (26.0%)	1.6%
合計	127	127	

設問 9. 階段や手すりや壁をつたわずに昇っていますか

階段や手すりや壁をつたわずに昇れる人は 43.9%です。

昨年よりかなり少なくなっています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	147 (43.9%)	304 (79.4%)	114 (76.5%)	-35.5%
いいえ	188 (56.1%)	79 (20.6%)	35 (23.5%)	35.5%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	92 (72.4%)	94 (74.0%)	-1.6%
いいえ	35 (27.6%)	33 (26.0%)	1.6%
合計	127	127	

設問 10. 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

椅子から立ち上がることのできる人は 69.6%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	233 (69.6%)	271 (70.8%)	113 (75.8%)	-1.2%
いいえ	102 (30.4%)	112 (29.2%)	36 (24.2%)	1.2%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	91 (71.7%)	97 (76.4%)	-4.7%
いいえ	36 (28.3%)	30 (23.6%)	4.7%
合計	127	127	

設問 11. 15 分間続けて歩いていますか

15 分以上歩いている人は 71%です。

昨年より少し少なくなっています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	238 (71.0%)	302 (78.9%)	117 (78.5%)	-7.8%
いいえ	97 (29.0%)	81 (21.1%)	32 (21.5%)	7.8%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	105 (82.7%)	100 (78.7%)	4.0%
いいえ	22 (17.3%)	27 (21.3%)	-4.0%
合計	127	127	

設問 12. ウォーキング等の運動を週に 1 回以上していますか

ウォーキング等の運動をしている人は 58.8%です。

昨年より少し少なくなっています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	197 (58.8%)	268 (70.0%)	105 (70.5%)	-11.2%
いいえ	138 (41.2%)	115 (30.0%)	44 (29.5%)	11.2%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
はい	97 (76.4%)	93 (73.2%)	3.2%
いいえ	30 (23.6%)	34 (26.8%)	-3.2%
合計	127	127	

設問 13. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか

歩くのが遅くなったと感じる人は 72.2%です。

昨年より少し増えています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	93 (27.8%)	115 (30.0%)	54 (36.2%)	-2.3%
はい	242 (72.2%)	268 (70.0%)	95 (63.8%)	2.3%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	36 (28.3%)	44 (34.6%)	-6.3%
はい	91 (71.7%)	83 (65.4%)	6.3%
合計	127	127	

設問 14. この 1 年間に転んだことがありますか

この 1 年で転んだことがある人は 17.9%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	275 (82.1%)	312 (81.5%)	113 (75.8%)	0.6%
はい	60 (17.9%)	71 (18.5%)	36 (24.2%)	-0.6%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	100 (78.7%)	95 (74.8%)	3.9%
はい	27 (21.3%)	32 (25.2%)	-3.9%
合計	127	127	

設問 15. 転倒に対する不安は大きいですか

転倒に不安を感じている人は 45.4%です。昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	183 (54.6%)	194 (50.7%)	74 (49.7%)	4.0%
はい	152 (45.4%)	189 (49.3%)	75 (50.3%)	-4.0%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	57 (44.9%)	58 (45.7%)	-0.8%
はい	70 (55.1%)	69 (54.3%)	0.8%
合計	127	127	

設問 16.6 か月で 2~3 kg以上の体重減少がありましたか

体重が減少した人は 11.3%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	297 (88.7%)	339 (88.5%)	127 (85.2%)	0.1%
はい	38 (11.3%)	44 (11.5%)	22 (14.8%)	-0.1%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	112 (88.2%)	114 (89.8%)	-1.6%
はい	15 (11.8%)	13 (10.2%)	1.6%
合計	127	127	

設問 17. 実際に計測の結果、体重減少に該当するか

体重の増減を計測と比較すると該当は 11.9%です。

自分の体重管理が出来ているようです。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
非該当	295 (88.1%)	334 (87.2%)	137 (91.9%)	0.9%
該当	40 (11.9%)	49 (12.8%)	12 (8.1%)	-0.9%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
非該当	113 (89.0%)	117 (92.1%)	-3.1%
該当	14 (11.0%)	10 (7.9%)	3.1%
合計	127	127	

設問 18.1 日3食きちんと食べていますか

1日3食食べている人は95.5%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	320 (95.5%)	361 (94.3%)	141 (94.6%)	1.3%
いいえ	15 (4.5%)	22 (5.7%)	8 (5.4%)	-1.3%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
はい	115 (90.6%)	121 (95.3%)	-4.7%
いいえ	12 (9.4%)	6 (4.7%)	4.7%
合計	127	127	

設問 19.半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

固形物が食べにくくなった人は22.7%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	259 (77.3%)	289 (75.5%)	108 (72.5%)	1.9%
はい	76 (22.7%)	94 (24.5%)	41 (27.5%)	-1.9%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
いいえ	95 (74.8%)	89 (70.1%)	4.7%
はい	32 (25.2%)	38 (29.9%)	-4.7%
合計	127	127	

設問 20. お茶や汁物などでむせることがありますか

お茶や汁物などでむせることがある人は 17.6%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	276 (82.4%)	298 (77.8%)	105 (70.5%)	4.6%
はい	59 (17.6%)	85 (22.2%)	44 (29.5%)	-4.6%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	95 (74.8%)	89 (70.1%)	4.7%
はい	32 (25.2%)	38 (29.9%)	-4.7%
合計	127	127	

設問 21. 口の渇きが気になりますか

口の渇きが気になる人は 18.5%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	273 (81.5%)	289 (75.5%)	118 (79.2%)	6.0%
はい	62 (18.5%)	94 (24.5%)	31 (20.8%)	-6.0%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	95 (74.8%)	100 (78.7%)	-3.9%
はい	32 (25.2%)	27 (21.3%)	3.9%
合計	127	127	

設問 22. 週に1度は外出していますか

週に1回以上外出する人は93.4%です。一方、外出しない人は6.6%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	313 (93.4%)	351 (91.6%)	137 (91.9%)	1.8%
いいえ	22 (6.6%)	32 (8.4%)	12 (8.1%)	-1.8%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
はい	117 (92.1%)	119 (93.7%)	-1.6%
いいえ	10 (7.9%)	8 (6.3%)	1.6%
合計	127	127	

設問23. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

昨年より外出が減った人は25.1%です。

昨年より少し減っています。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	251 (74.9%)	260 (67.9%)	100 (67.1%)	7.0%
はい	84 (25.1%)	123 (32.1%)	49 (32.9%)	-7.0%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
いいえ	77 (60.6%)	87 (68.5%)	-7.9%
はい	50 (39.4%)	40 (31.5%)	7.9%
合計	127	127	

設問24. 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されますか

物忘れがあるとされた人は 8.7%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	306 (91.3%)	349 (91.1%)	129 (86.6%)	0.2%
はい	29 (8.7%)	34 (8.9%)	20 (13.4%)	-0.2%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
いいえ	114 (89.8%)	110 (86.6%)	3.2%
はい	13 (10.2%)	17 (13.4%)	-3.2%
合計	127	127	

設問25. 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

自分で電話番号を調べている人は、95.8%です。

昨年とほぼ同じです。

	令和4年度	令和3年度	令和2年度	前回比 (令和4/令和3年度)
はい	321 (95.8%)	369 (96.3%)	147 (98.7%)	-0.5%
いいえ	14 (4.2%)	14 (3.7%)	2 (1.3%)	0.5%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和3年度)	前回 (令和2年度)	前回比 (令和3/令和2年度)
はい	122 (96.1%)	126 (99.2%)	-3.1%
いいえ	5 (3.9%)	1 (0.8%)	3.1%
合計	127	127	

設問 26. 今日が何月何日かわからない時がありますか

日にちが分からないときがある人は 18.8%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	272 (81.2%)	294 (76.8%)	101 (67.8%)	4.4%
はい	63 (18.8%)	89 (23.2%)	48 (32.2%)	-4.4%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	89 (70.1%)	88 (69.3%)	0.8%
はい	38 (29.9%)	39 (30.7%)	-0.8%
合計	127	127	

設問 27. 毎日の活動に満足していますか

毎日の生活に満足している人は 40.3%、やや満足している人は 44.2%です。

昨年よりやや満足が少し増えています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
満足	135 (40.3%)	164 (42.8%)	65 (47.8%)	-2.5%
やや満足	148 (44.2%)	150 (39.2%)	71 (52.2%)	5.0%
やや不満	20 (6.0%)	28 (7.3%)	0 (0.0%)	-1.3%
不満	12 (3.6%)	11 (2.9%)	0 (0.0%)	0.7%
どちらともいえない	20 (6.0%)	30 (7.8%)	0 (0.0%)	-1.9%
合計	335	383	136	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
満足	47 (37.0%)	62 (53.4%)	-16.4%
やや満足	57 (44.9%)	54 (46.6%)	-1.7%
やや不満	8 (6.3%)	0 (0.0%)	6.3%
不満	5 (3.9%)	0 (0.0%)	3.9%
どちらともいえない	10 (7.9%)	0 (0.0%)	7.9%
合計	127	116	

設問 28. (ここ 2 週間)毎日の生活に充実感がない

生活に充実感がない人は 7.8%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	309 (92.2%)	334 (87.2%)	133 (89.9%)	5.0%
はい	26 (7.8%)	49 (12.8%)	15 (10.1%)	-5.0%
合計	335	383	148	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	108 (85.0%)	113 (89.7%)	-4.7%
はい	19 (15.0%)	13 (10.3%)	4.7%
合計	127	126	

設問 29. (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

生活を楽しめなくなった人は 8.7%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	306 (91.3%)	319 (83.3%)	122 (81.9%)	8.1%
はい	29 (8.7%)	64 (16.7%)	27 (19.1%)	-8.1%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	105 (82.7%)	107 (84.3%)	-1.6%
はい	22 (17.3%)	20 (15.7%)	1.6%
合計	127	127	

設問 30. (ここ 2 週間) 以前はらくにできていたことが今ではおっくうに感じられる生活がおっくうになった人は 21.5%です。
 昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	263 (78.5%)	271 (70.8%)	102 (68.5%)	7.8%
はい	72 (21.5%)	112 (29.2%)	47 (31.5%)	-7.8%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	86 (67.7%)	87 (68.5%)	-0.8%
はい	41 (32.3%)	40 (31.5%)	0.8%
合計	127	127	

設問 31. (ここ 2 週間) 自分が役に立つ人間だと思えない自分が役に立つと思えない人は 6.3%です。
 昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	314 (93.7%)	346 (90.3%)	120 (80.5%)	3.4%
はい	21 (6.3%)	37 (9.7%)	29 (19.5%)	-3.4%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	109 (85.8%)	102 (80.3%)	5.5%
はい	18 (14.2%)	25 (19.7%)	-5.5%
合計	127	127	

設問 32. (ここ 2 週間) わけもなく疲れたような感じがする

分けもなく疲れたと感じる人は 10.7%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	299 (89.3%)	322 (84.1%)	129 (86.6%)	5.2%
はい	36 (10.7%)	61 (15.9%)	20 (13.4%)	-5.2%
合計	335	383	149	

	継続調査分 (令和 3 年度)	前回 (令和 2 年度)	前回比 (令和 3/令和 2 年度)
いいえ	103 (81.1%)	110 (86.6%)	-5.5%
はい	24 (18.9%)	17 (13.4%)	5.5%
合計	127	127	

設問 33. コロナ禍になる前と今では変化はありましたか

コロナで生活が変わった人は 39.4%です。

昨年より少し減っています。

	令和 4 年度	令和3年度	令和 2 年度	前回比 (令和4/令和3年度)
いいえ	203 (60.6%)	196 (51.2%)		9.4%
はい	132 (39.4%)	187 (48.8%)		-9.4%
合計	335	383		

設問 33-2. 1 はいの人 具体的にどんなことですか

コロナで変わったのは外出の機会が減った 46.8%、交流が少なくなった 37.9%です。

昨年に比べてすべての項目で少なくなっています。

	令和 4 年度	令和3年度	前回比 (令和4/令和3年度)
外出の機会が減った	95 (46.8%)	131 (66.8%)	-20.0%
人との交流が少なくなった	77 (37.9%)	90 (45.9%)	-8.0%
心身機能の低下	16 (7.9%)	26 (13.3%)	-5.4%
家族・親戚と会えなくなった	14 (6.9%)	48 (24.5%)	-17.6%
その他	7 (3.4%)	12 (6.1%)	-2.7%
回答数	209	307	

V. 考察

「対策の必要性」を視角に考察しました。

○健康づくり

設問1では、健康状態がよいは 29.3%、まあよいは 18.5%、ふつうは 35.8%です。

設問2では、たばこを吸わない人は 85.7%で、ほとんどの人はたばこを吸っていません。

やめた人は11%で、昨年と比べるとたばこを吸う人が減っています。一方、たばこを吸う人は、3.3%です。

よって、8割強の人は健康でたばこを吸わない生活をしています。しかし、3.3%の人がたばこを吸っています、喫煙者への個人的な対策が必要です。

○相談

設問3・3-2では、体調が悪い時に相談する人がいるは98.5%です。ほとんどの人は相談できる人がいます。一方、相談できない人が1.5%います。

相談する相手は、家族は96.4%、友人・知人は4.2%です。身近な人に相談する人が多く、その他の相談相手は地域の人や民生委員などです。

設問7では、友人の家を訪ねている人は54.6%です。半数の人は友人の家を訪ねる付き合い方をしています。

設問8では、家族や友人の相談に乗っている人は81.8%です。多くの人が家族や友人に頼られています。

よって、9割強の人は家族や友人に相談したりされたりする関係にあります。しかし、1.5%の人が相談する人がいない状況にあります。個人的な相談対策が必要です。

●相談が出来ていない人の特性(クロス集計)

そこで、相談できない1.5%の人の特性をクロス集計で調べてみました。性別は男性が3人、女性が2人です。年代は80～84歳が4人、90～94歳が1人です。世帯区分は高齢者世帯が3人、独居世帯が2人です。

人数が少ないので正確ではありませんが、80歳以上の高齢者世帯・独居世帯の人への個人的な対策が必要です。

○外出

設問4・4-2では、1人で外出するは81.5%です。ほとんどの人は車や自転車に乗って一人で外出しています。一方、1人で外出しないは18.5%です。

1人で外出する手段は、自家用車は65.9%、自転車は19.8%、バイクは4.8%です。高齢でも自分で運転している人が多い状況です。

設問22では、週に1回以上外出するは93.4%です。多くの人は週に1度は外出しています。一方、外出しないは6.6%です。

設問23では、昨年より外出が減ったは74.9%です。多くの人の外出が減っています。

よって、8割強の人は一人で自由に外出が出来ているようです。しかし、週に1度も外出をしない人が1割弱、昨年より外出が減った人は7割います。週に一度も外出をしない人への対策が必要です。

○買い物

設問5・5-2・5-3では、日用品の買い物をしている人は 88.4%です。日用品の買い物手段は、自家用車は 59.1%、自転車は 13.5%、バイクは 4.1%です。

日用品の買い物をしない人は、家族・親戚が買ってくるは 11.1%、友人・知人が買ってくるは 0.7%です。地域の人に頼む人はいないようです。

よって、9割弱の人は自分で、1割の人は家族などが日用品の買い物をしているようです。地域の人に頼む人はいないようです。また、自分で買い物に行く人の交通手段は自家用車6割・自転車1割・バイク若干なので、高齢化に伴い運転が難しくなる可能性があります。今後は買い物動向の変化に注意する必要があります。

○運動

設問9では、階段を手すりや壁をつたわずに昇れる人は 43.9%です。昨年よりかなり少なくなっています。

設問10では、椅子から立ち上がることのできる人は、69.6%です。

設問11では、15分以上歩いている人は 71%です。昨年よりやや少なくなっています。

設問12では、ウォーキング等の運動をしている人は 58.8%です。昨年より少し少なくなっています。

設問13では、以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと感じる人は 72.2%です。昨年より少し増えています。

よって、階段や手すりを、壁を伝わらずに昇れる人は4割強、手を使わずに椅子から立ち上げることが出来ない人が3割います。また歩いたり、ウォーキングをする人が少なくなり、歩く速度が遅いと感じています。運動習慣の対策が必要です。

○転倒

設問14では、この1年間に転んだことがある人は 17.9%です。昨年より少し減っています。

設問15では、転倒に不安を感じている人は 45.4%です。昨年より少し減っています。

よって、転倒した人が2割弱、転倒に不安を感じている人が4割強います。転倒予防の対策が必要です。

●転倒した人の年齢をクロス集計調査しました。

75～79歳が31人、80～84歳が18人、85～89歳が8人、95歳以上が3人でした。

よって、特に後期高齢者の転倒対策が必要です。

●転倒した人とウォーキングをしている人をクロス集計調査しました。

ウォーキングをしている人が31人、していない人が29人でした。

よって、転倒とウォーキングの有無の関係は見られませんでした。

○体調管理

設問16では、6か月で2～3kg以上の体重減少した人は 11.3%です。

設問17では、実際に計測の結果、体重減少に該当した人は 11.9%です。自分の体重管理が出来ているようです。

よって、多くの人は体重を計測し、体調管理をしているようです。

○誤嚥

設問18では、1日3食食べている人は95.5%です。多くの人はきちんと食事をしています。

設問19では半年前に比べて固いものが食べにくくなった人は22.7%です。2割の人が咀嚼に問題を感じています。

設問20では、お茶や汁物などでむせることがある人は17.6%です。2割の人がむせる体験をしています。

設問21では、口の渇きが気になる人は18.5%です。2割の人が口の渇きが気になっています。

よって、2割の人が咀嚼や嚥下機能の低下を感じています。誤嚥の対策が必要です。

○認知

設問6では、預貯金の出し入れを自分でしている人は84.5%です。ほとんどの人は自分でお金の管理をしています。

設問24では、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された人は8.7%です。9割の人は物忘れがありません。

設問25では、自分で電話番号を調べている人は95.8%です。多くの人が調べ物をしています。

設問26では、今日が何月何日かわからない時がある人は18.8%です。2割の人が日時を認識していません。

よって、自立した生活が出来ている人が8割強で認知の心配は少ないと思われます。ただし、日付の認識がない人が2割います。

○生活の質

設問27では、毎日の生活に満足している人は40.3%、やや満足している人は44.2%です。

毎日の生活に満足している人は8割です。

設問28では、(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない人は7.8%です。9割の人の生活が充実しています。

設問29では、(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人は8.7%です。9割の人が生活を楽しんでいます。

設問30では、(ここ2週間)以前はらくにできていたことが今ではおっくうに感じられる

ようになった人は21.5%です。8割の人が出来る事を維持しています。生活をおっくうに感じている人は少し減っています。

設問31では、(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない人は6.3%です。9割の人が誰かの役に立っていると思っています。

設問32では、(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする人は10.7%です。9割の人が疲れを感じていません。

よって、8~9割の人は毎日の生活に満足しているようです。しかし、1~2割の人が今までできたことがおっくうに感じているようです。個人的に生活の質をあげる対策が必要です。

●ここ2週間に不調を感じている人をクロス集計してみました。

すべてが不調と感じているのは3人で、男性が2人・女性が1人、75~79歳が1人・80~84歳が1人、独居世帯が2人・高齢者世帯が1人でした。

よって後期高齢者への個人的な対策が必要です。

○コロナ

設問 33.33-2 では、コロナ禍になる前と今では変化があった人は 39.4%です。4 割の人が変化を感じています。変化を感じた人は昨年より少し減っています。

コロナで変わったのは、外出の機会が減ったは 46.8%、交流が少なくなったは 37.9%です。

4 割の人はコロナ禍で生活が変わり、人との交流が少なくなった人が 4 割います。しかし昨年に比べてその割合は少なくなっています。

よって、コロナ禍で外出の機会が減り、交流が少なくなっています。コロナ禍でも交流できる対策が必要です。

VI. 総括

調査の結果、8割～9割の人が健康で充実した生活をしています。また、外出・買い物・健康管理もできていて、認知の問題もないようです。昨年から大きな変化は見られませんでした。

ただ、ウォーキングや外出をする人が少し少なくなっていること、転倒に不安を感じている人が4割、咀嚼・嚥下に不安を感じている人が2割ほどいるようです。

課題を抱えているのは後期高齢者が多く、少数ですが孤立や生活の質に課題を抱えています。後期高齢者に目配りをして個人的なケアをする必要がありそうです。

また、外出に自家用車やバイクを運転している人が多く、今後は免許の返納が増えた場合、外出支援や買い物支援が必要になります。

【留意点】

* 設問9 階段を手すりや壁をつたわず昇れる人が減った理由が分かりにくい。