資料４-２

**アンケート結果において、個人情報は一切公表されません。**

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定のための

調査のお願い【要支援認定者調査】

【ご協力のお願い】

本市では、高齢社会における福祉・介護施策をより一層進めていくため、「尼崎市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の策定に取り組んでおります。

この調査は、その基礎資料として活用するために行うもので、尼崎市の被保険者で要支援認定を受けておられる方から無作為に抽出（令和４年1２月末現在）させていただいた1,000人の方にお送りしています。

お忙しいところお手数をおかけしますが、調査の趣旨をご理解いただきご協力くださいますようお願いいたします。

令和●年●月

尼崎市長　●●　●●

|  |
| --- |
| 【はじめにお読みください】１　封筒の「あて名のご本人」がご回答、ご記入ください。健康状態などの理由でご本人が記入できない場合は、ご本人のことをよく知っておられるご家族等が、ご本人の意思を確認しながら、またはご本人の立場にたって記入してください。２　お答えは、令和５年２月１日現在の状況でお答えください。３　お答えは、あてはまる項目に○をつけてください。なお、「その他」を選択された場合は、（ ）内に具体的な内容を記入してください。※ご記入いただいた調査票は、２月２８日（火）までに、同封の返信用封筒に入れ、切手を貼らずに投函してください。コンサル名に変更尼崎市健康福祉局 高齢介護課　 電話 06-6489-6356　 　 FAX 06-6489-6528（受付時間：平日　午前９時～１２時、午後１時～５時３０分） |

|  |
| --- |
| 個人情報の取り扱いについて |
| 個人情報の保護および活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものと見なさせていただきます。【個人情報の保護および活用目的について】〇この調査は、効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。ご回答いただいた内容は、あなたの要介護認定データ等と併せて集計分析を行い、よりよい施策立案及び本市の介護保険事業計画策定の目的以外には利用いたしません。また当該情報については、本市で適切に管理いたします。〇アンケート調査でご回答いただいた内容（被保険者番号を含む）の情報は適切に管理させていただきます。 |

# **ご本人について**

### 問１　この調査票に回答しておられる方はどなたですか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．あなた（あて名のご本人）２．本人の意思を確認して介護者が記入（あて名のご本人からみた続柄　　　　　　）３．本人の意思確認ができないので介護者が記入（あて名のご本人からみた続柄　　　）４．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問２　あなたの現在のお住まいはどこですか。（１つに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．中央地区４．立花地区 | ２．小田地区５．武庫地区 | ３．大庄地区６．園田地区 |

### 問３　あなたの世帯構成についてお答えください。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．一人暮らし　→問５へ２．夫婦二人暮らし（配偶者65歳以上）　→問４へ３．夫婦二人暮らし（配偶者64歳以下）　→問４へ４．息子・娘との二世代　→問４へ５．親と同居の二世代　→問４へ６．三世代家族（子どもと孫との同居など）　→問４へ７．その他（　　　　　　　　　　）　→問４へ |

※問３で「１．一人暮らし」以外を回答した方にうかがいます。

### 問４　あなたは、日中一人になることがありますか。（１つに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．よくある | ２．たまにある | ３．ない |

### 問５　あなたのお住まいについて、お答えください。（１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．持ち家（一戸建て）３．民間賃貸住宅５．間借り　　　 | ２．持ち家（分譲マンションなど）４．公営賃貸住宅（市・県営、都市機構、公社等）６．その他（　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問６　あなたのお住まいについて不安に感じることは、どんなことですか。

　　　（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．段差や障害物があり、不便や危険を感じている２．掃除や普段の手入れが行き届かない３．改修や修理等住まいの手入れが思うように行き届かない４．住宅ローンが残っている５．その他（　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問７　現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じますか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．大変苦しい ２．やや苦しい ３．ふつう４．ややゆとりがある ５．大変ゆとりがある |

# **あなたの身体状況について**

### 問８　あなたが日常の生活動作等で何らかの援助が必要になったのは何歳頃からですか。

|  |
| --- |
| （　　　　　　　　　）歳頃 |

### 問９　初めて要介護認定を受けた時から、現在の要介護区分が重くなった方におたずねしま

### す。重くなった直接的な原因は何だとお考えですか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．病気 ２．家の中での事故によるケガ、骨折等３．家の外での事故によるケガ、骨折等 ４．老化に伴う体力の衰え５．その他（　　　　　　　　　　　） ６．わからない |

### 問10　あなたは、普段の生活で、どなたかの介護・介助が必要ですか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．介護・介助の必要はない　→問13へ２．何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない　→問11へ３．現在、何らかの介護を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む）　→問11へ |

### ※問10で「２．」「３．」のいずれかを回答した方にうかがいます。

### 問11　早朝や夜間に次の支援を必要とすることはありますか。その頻度はどのくらいですか。

### （各設問、１つに○）

|  |
| --- |
| ・体位・姿勢を変える１．週5日以上 　２．週に2～4日　 ３．週1日　４．月1・2日　５．ほとんどない ・排泄の手助け　１．週5日以上 　２．週に2～4日　 ３．週1日　４．月1・2日　５．ほとんどない・認知症のための見守り　１．週5日以上 　２．週に2～4日　 ３．週1日　４．月1・2日　５．ほとんどない・その他　１．週5日以上 　２．週に2～4日　 ３．週1日　４．月1・2日　５．ほとんどない |

### 問12　介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．脳卒中（脳出血・脳梗塞等） ２．心臓病３．がん（悪性新生物） ４．呼吸器の病気（肺気腫・肺炎等）５．関節の病気（リウマチ等） ６．認知症(アルツハイマー病等)７．パーキンソン病 ８．糖尿病９．腎疾患（透析） 10．視覚・聴覚障害11．骨折・転倒 12．脊椎損傷13．高齢による衰弱 14．その他（　　　　　　　）15．不明・わからない |

# **からだを動かすことについて**

### 問13　運動について、以下のそれぞれの設問ごとにお答えください。（各設問、１つに〇）

|  |  |
| --- | --- |
| １）階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか。 | １．できるし、している　２．できるけどしていない３．できない |
| ２）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．できるし、している　２．できるけどしていない３．できない |
| ３）15分位続けて歩いていますか。 | １．できるし、している　２．できるけどしていない３．できない |

### 問14　過去１年間に転んだ経験がありますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．何度もある ２．１度ある ３．ない |

### 問15　転倒に対する不安は大きいですか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．とても不安である ２．やや不安である ３．あまり不安でない ４．不安でない |

問16　定期的に運動をしていますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．週１回以上している　→問16-１へ　　２．たまに（週１回未満）している　→問16-１へ　３．していない　→問17へ |

※問16で「１．」「２．」のいずれかを回答した方にうかがいます。

問16-1　運動はどうやって行っていますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| 1. いきいき百歳体操・高齢者ふれあい

サロンに参加３．個人でウオーキングや体操などを実施　　５．地域の老人福祉センター・体育館で　 | ２．地域の集まりでラジオ体操などに参加４．民間のスポーツジムで６．その他（　　　　　　　　　　　　） |

### 問17　週に１回以上は外出していますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．ほとんど外出しない　→問19へ　 　　　　２．週１回　 →問18へ　　３．週２～４回　　→問18へ　　　　　　　　 ４．週５回以上 →問18へ |

### ※問17で「２．週1回」「３．週2～4回」「４．週5回以上」のいずれかを回答した方にうかがいます。

問18　あなたの外出の頻度について、以下のそれぞれの目的ごとにお答えください。

(各設問、１つに○)

|  |  |
| --- | --- |
| 目的 | 頻度 |
| １）買物 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ２）通院 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ３）仕事 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ４）運動 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ５）教養活動 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ６）ボランティア活動 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ７）友人との交流 | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ８）その他（　　　　　　　　　） | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |

### 問19　昨年と比べて外出の回数が減っていますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．とても減っている　 ２．減っている　 ３．あまり減っていない　 ４．減っていない |

### 問20　外出を控えていますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．はい（控えている）　→問20-１へ　　　２．いいえ（控えていない）　→問21へ |

|  |
| --- |
| 問20で「１．はい」（控えている）の方のみ |

### 問20-１　外出を控えている理由は、次のどれですか。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．病気３．足腰などの痛み５．耳の障害（聞こえの問題など）７．外での楽しみがない９．交通手段がない | ２．障害（脳卒中の後遺症など）４．トイレの心配（失禁など）６．目の障害８．経済的に出られない10．その他（　　　　　　　　　　　　） |

### 問20-2　外出を控えている事情を解消できて、機会を増やせるとしたら何をしたいですか。

### （１つに〇）

|  |
| --- |
| １．買い物　　　　２．運動　　　　　３．教養活動　　　　４．ボランティア活動５．仕事　　　　　６．友人との交流　７．その他（　　　　　　　　　　　　） |

### 問21　あなたは市の助成を受けてバス券を利用していますか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．グランドパス70を利用　　　　　　　　２．乗車払いカードを利用３．乗合自動車特別乗車証を利用　　　　　４．利用していない |

問22　現在外出する際の移動手段は何ですか。（あてはまるものすべてに〇）

|  |
| --- |
| １．徒歩　 　　　　　２．自転車　 　　　　３．バイク　　　４．自動車（自分で運転）５．自動車（人に乗せてもらう）　 ６．電車　　 ７．路線バス 　８．病院や施設のバス　　 ９．車いす　　　 10.　電動車いす（カート） 11. 歩行器・シルバーカー 12. タクシー　　 13.　その他（　　　　　　　　　　　　） |

問23　今より外出頻度を増やすためには、どの移動手段を利用したいですか。（あてはまるものすべてに〇）

|  |
| --- |
| １．徒歩　 　　　　　２．自転車　 　　　　３．バイク　　　４．自動車（自分で運転）５．自動車（人に乗せてもらう）　 ６．電車　　 ７．路線バス 　８．病院や施設のバス　　 ９．車いす　　　 10.　電動車いす（カート） 11. 歩行器・シルバーカー 12.タクシー　　　13.　その他（　　　　　　　　　　　　） |

**食べることについて**

### 問24　身長・体重をお答えください。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

身長　　　　　　　　　　cm 　　体重　　　 　 kg

### 問25　口や栄養状況について、以下のそれぞれの設問ごとにお答えください。

### （各設問、１つに〇）

|  |  |
| --- | --- |
| １）半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。 | １．はい ２．いいえ |
| ２）お茶や汁物等でむせることがありますか。 | １．はい ２．いいえ |
| ３）口の渇きが気になりますか。 | １．はい ２．いいえ |

### 問26　歯の数と入れ歯の利用状況をお教えください。（成人の歯の総本数は、親知らずを含め

### て32本です）。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用　 ２．自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし３．自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用　 ４．自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし |

### 問27　どなたかと食事をともにする機会はありますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．毎日ある ２．週に何度かある ３．月に何度かある４．年に何度かある ５．ほとんどない |

**毎日の生活について**

### 問28　日常生活の状況について、以下のそれぞれの設問ごとにお答えください。

### （各設問、１つに〇）

|  |  |
| --- | --- |
| １）バスや電車を使って１人で外出していますか。（自家用車でも可） | １．できるし、している２．できるけどしていない３．できない |
| ２）自分で食品・日用品の買物をしていますか。 | １．できるし、している２．できるけどしていない３．できない |
| ３）自分で食事の用意をしていますか。 | １．できるし、している２．できるけどしていない３．できない |
| ４）自分で請求書の支払いをしていますか。 | １．できるし、している２．できるけどしていない３．できない |
| ５）自分で預貯金の出し入れをしていますか。 | １．できるし、している２．できるけどしていない３．できない |

問29　あなたの入浴の場所と頻度について、お答えください。（あてはまるものすべてに〇）

|  |  |
| --- | --- |
| 場所 | 頻度 |
| １）自宅で | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ２）自宅で(訪問入浴等の支援を受けながら） | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ３）銭湯で | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ４）老人福祉センターで | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ５）介護施設で | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
| ６）その他（　　　　　　　　　） | １．週５日以上　　２．週２～４日　　３．週１日４．月１・２日　　５．ほとんどない |
|  |  |

問30　家事をどうされているかについてお答えください。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| 家事の内容 | どのようにしているか |
| １) 掃除 | １．自分でしている　　　　　　　　　 ２. 家族・親族・知人にしてもらう 　　３．介護保険のヘルパー等にしてもらう ４．シルバー人材センターに依頼する　５．地域での支え合い活動の力を借りる ６．民間のサービスを利用している　　７. 手をつけていない ８．その他（　　　　　　 　　） |
| ２) 洗濯 | １．自分でしている　　　　　　　　　 ２. 家族・親族・知人にしてもらう 　　３．介護保険のヘルパー等にしてもらう ４．シルバー人材センターに依頼する　５．地域での支え合い活動の力を借りる ６．民間のサービスを利用している　　７. 手をつけていない ８．その他（　　　　　　 　　） |
| ３)ごみ出し | １．自分でしている　　　　　　　　　 ２. 家族・親族・知人にしてもらう 　　３．介護保険のヘルパー等にしてもらう ４．シルバー人材センターに依頼する　５．地域での支え合い活動の力を借りる ６．民間のサービスを利用している　　７. 手をつけていない ８．その他（　　　　　　 　　） |
| ４) 調理 | １．自分でしている　　　　　　　　　 ２. 家族・親族・知人にしてもらう 　　３．介護保険のヘルパー等にしてもらう ４．シルバー人材センターに依頼する　５．地域での支え合い活動の力を借りる ６．民間のサービスを利用している　　７. 手をつけていない ８．その他（　　　　　　 　　） |
| ５) 買物 | １．自分でしている　　　　　　　　　 ２. 家族・親族・知人にしてもらう 　　３．介護保険のヘルパー等にしてもらう ４．シルバー人材センターに依頼する　５．地域での支え合い活動の力を借りる ６．民間のサービスを利用している　　７. 手をつけていない ８．その他（　　　　　　 　　） |

問30-1　問30以外に取り組むことが困難な家事がありますか。またどうされていますか。

　　　（自由回答）

|  |
| --- |
|  |

**物忘れについて**

### 問31　物忘れの状況について、以下のそれぞれの設問ごとにお答えください。（各設問、１つに〇）

|  |  |
| --- | --- |
| １）物忘れが多いと感じますか。 | １．はい ２．いいえ |
| ２）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 |
| ３）今日が何月何日かわからない時がありますか。 | １．はい ２．いいえ |

### 問32　認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。（1つに○）

|  |
| --- |
| １．はい　　　　　　　　　２．いいえ |

### 問33　認知症に関する相談窓口を知っていますか。（1つに○）

|  |
| --- |
| １．はい　　　　　　　　　２．いいえ |

### 問34　マスコミなどで認知症のことがよく取り上げられますが、普段の生活で、ご自身が認知症の予防などで何か取組まれていることはありますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．規則正しい生活習慣を心がけている（バランスのいい食事、早寝早起きなど）２．適度な運動を心がけている。（ウオーキング、ラジオ体操など）３．普段から脳を刺激するよう心がけている。（新聞・本を読むなど）４．人と交流するように心がけている（仲間とおしゃべりなど）５．認知症予防教室などのいろいろな活動に参加している。（活動名：　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）６．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問35　認知症の予防等についてどのように考えていますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．自宅でもできる簡単な予防活動があれば取組みたい２．近くの老人福祉センター等で予防活動を行っていれば参加したい３．認知症を早期に発見できるテスト等があれば受けてみたい４．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）５．予防活動等に取組む必要を感じない |

# **地域での活動について**

### 問36　以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。（①～⑦それぞ

### れに１つずつ回答してください）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 週４回以上 | 週２～３回 | 週１回 | 月１～３回 | 年に数回 | 参加していない |
| ①ボランティアのグループ | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ②スポーツ関係のグループやクラブ | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ③趣味関係のグループ | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ④学習・教養サークル | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ⑤高齢者ふれあいサロン・いきいき100歳体操など介護予防のための集い場 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ⑥老人クラブ | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ⑦町内会・自治会 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| ⑧収入のある仕事 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |

### 問37　地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきい

### きした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみた

### いと思いますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．是非参加したい ２．参加してもよい ３．参加したくない |

### 問38　地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきい

### きした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）と

### して参加してみたいと思いますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．是非参加したい ２．参加してもよい ３．参加したくない |

### 問39　あなたは、今後、地域活動やボランティア活動に参加したいと考えていますか。

### （１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．現在している →問40へ３．今後参加したいができない →問43へ  | ２．今後参加したい →問41へ４．参加したくない →問43へ |

※問39で「１．現在している」を回答した方にうかがいます。

### 問40　あなたが現在行っているボランティア・地域活動は何ですか。（あてはまるものすべてに〇）

|  |  |
| --- | --- |
| １．在宅の高齢者の安否確認３．福祉施設などの施設でのお手伝い５．祭りなど地域の催し物の手伝い７．子育て支援の活動９．地域での会食・茶話会運営11.　その他（　　　　　　　　　　　　） | ２．在宅の高齢者の家事援助・話し相手４．公園や近隣の清掃活動６．地域の見回り（防犯）活動８．児童の登下校時の見守り活動10．趣味の集まりの運営 |

※問39で「１．現在している」「２．今後参加したい」のいずれかを回答した方にうかがいます。

### 問41　あなたが今後、新たに行いたいボランティア・地域活動は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．在宅の高齢者の安否確認３．福祉施設などの施設でのお手伝い５．祭りなど地域の催し物の手伝い７．子育て支援の活動９．地域での会食・茶話会運営11. 今以上に活動を増やせない | ２．在宅の高齢者の家事援助・話し相手４．公園や近隣の清掃活動６．地域の見回り（防犯）活動８．児童の登下校時の見守り活動10．趣味の集まりの運営12.　その他（　　　　　　　　　　　　） |

### 問42　市の講習を受けて、高齢者に掃除や買い物などの軽易な支援を提供して収入を得ていただける「生活支援サポーター」という制度を知っていますか。また、今後サポーターとして活動してみたいと思いますか。

|  |  |
| --- | --- |
| 現在の状況（１つに〇） | 今後の意向（１つに〇） |
| １．知っている２．知らない | １．すでに活動している２．活動したい３．活動したくない４．わからない |

「生活支援サポーター」お問い合わせ先：介護保険事業担当課（06－6489－6343）

### 問43　ボランティア活動をするにあたって、どのようなことが一番必要と思いますか。

### （１つに○）

|  |
| --- |
| １．一緒に活動してくれる友人や仲間　　　　　　　２．家族の理解や支援３．活動するにあたってのさまざまな情報（広報など）４．ボランティア保険加入や交通費などの活動にかかる経費の支給５．４以外に少額の謝礼などの経費の支給６．近くに活動できる場所等があること７．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）８．特にない |

# **たすけあいについて**

### 問44　あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人はいますか。

### （あてはまるものすべてに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．配偶者２．同居の子ども３．別居の子ども | ４．兄弟姉妹・親戚・親・孫５．近隣６．友人 | ７．その他（　　　　　　）８．そのような人はいない |

### 問45　反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人はいますか。

### （あてはまるものすべてに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．配偶者２．同居の子ども３．別居の子ども | ４．兄弟姉妹・親戚・親・孫５．近隣６．友人 | ７．その他（　　　　　　）８．そのような人はいない |

### 問46　あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人はいますか。

### （あてはまるものすべてに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．配偶者２．同居の子ども３．別居の子ども | ４．兄弟姉妹・親戚・親・孫５．近隣６．友人 | ７．その他（　　　　　　）８．そのような人はいない |

### 問47　反対に、看病や世話をしてあげる人はいますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．配偶者２．同居の子ども３．別居の子ども | ４．兄弟姉妹・親戚・親・孫５．近隣６．友人 | ７．その他（　　　　　　）８．そのような人はいない |

### 問48　あなたは、ご近所の人たちと、どの程度のおつきあいがありますか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．どんなときでも相談し合える人がいる　２．内容によっては相談し助け合える人がいる３. 世間話をする程度の人はいる　　　　 ４. あいさつをする程度の人はいる５．ほとんど近所付き合いはない |

### 問49　家族・親族や友人・知人以外で、何かがあったときに相談する相手を教えて下さい。

### （あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．自治会・町内会・老人クラブ　　　　　　２．社会福祉協議会・民生委員 ３．ケアマネジャー　　　　　　　　　　　　４．医師・歯科医師・看護師５．地域包括支援センター　　　　　　　　６. そのような人はいない７. その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

# **健康について**

###

### 問50　現在のあなたの健康状態はいかがですか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．とてもよい　　　２．まあよい　　　３．あまりよくない　　　４．よくない |

### 問51　あなたは普段健康に関してどのようなことに気をつけていますか。

（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．適度な運動３．規則正しい生活５．お酒を飲み過ぎない７．休養をとるようにしている９．ストレスをためない11．特に気をつけていない | ２．食事、栄養のバランス４．禁煙６．歯の健康に気をつける８．十分な睡眠をとる10．転倒や骨折に注意する12．その他（　　　　　　　　　　　　　） |

### 問52　あなたは、現在どの程度幸せですか。（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点

### として、１つに〇）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| とても不幸 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | とても幸せ |
| ０点 | １点 | ２点 | ３点 | ４点 | ５点 | ６点 | ７点 | ８点 | ９点 | 10点 |

### 問53　あなたのこころの状況について、以下のそれぞれの設問ごとにお答えください。

（各設問、１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| 1）この１か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがある | １．はい　２．いいえ |
| 2）この１か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくある | １．はい　２．いいえ |

### 問54　タバコは吸っていますか。（１つに〇）

|  |
| --- |
| １．ほぼ毎日吸っている　　　２．時々吸っている３．吸っていたがやめた　　　４．もともと吸っていない |

### 問55　現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．ない　　　　　　　　　　２．高血圧　　　　　　３．脳卒中（脳出血・脳梗塞等）４．心臓病　　　　　　　　　５．糖尿病　　　　　　６．高脂血症（脂質異常）７．呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）　８．胃腸・肝臓・胆のうの病気９．腎臓・前立腺の病気　　　　　　　　10．筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）11．外傷（転倒・骨折等）　　　　　　　12．がん（悪性新生物）13．血液・免疫の病気　　　　14．うつ病　　　　　　15．認知症（アルツハイマー病等）16．パーキンソン病　　　　　17．目の病気　　　　　18．歯と口腔（お口の中）の病気19．耳の病気　　　　　　　　20．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問56　あなたは現在、いくつの病院・医院（診療所、クリニック）に通院していますか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．１か所　２．２か所　３．３か所　　４．４か所　　５．５か所　　６．６か所以上→問56-1へ　　 |
| ７．通院していない→問58へ |

※問56で「７．通院していない」以外を回答した方にうかがいます。

### 問56-1　あなたは、通院に介助が必要ですか。（１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．はい（通院に介助が必要である） | ２．いいえ（通院に介助は必要ない） |

### 問56-2　通院している病院・医院のうち、安心してなんでも相談できる（例：介護保険の主

### 治医意見書を書いてもらう）お医者さん（かかりつけ医）はいますか。（１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．１人いる→問56-3へ　２．複数人いる→問56-3へ | ３．いない→問58へ |

※問56-2で「１．１人いる」または「２．複数人いる」に回答した方にうかがいます。

### 問56-3　このかかりつけ医は、どの医療機関ですか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．医院（診療所・クリニック）　　　　　２．地域の病院　３．公的な大病院（関西ろうさい病院、兵庫県立尼崎総合医療センター等）　 |

※問56で「７．通院していない」以外を回答した方にうかがいます。

### 問57　あなたが現在飲んでいるお薬は、全部で何種類ありますか。また、何か所（薬局、病

### 院内とも）からもらっていますか。

|  |  |
| --- | --- |
| お薬の種類（１つに○） | もらっている所（あてはまるものすべてに○） |
| １．飲んでいない２．１～５種類３．６～10種類４．11種類以上 | １．院内処方（病院・診療所内）でもらう２．院外処方（薬局）で１か所のみ３．院外処方（薬局）で２か所以上 |

**災害時や緊急時の対応などについて**

### 問58　あなたが災害時の避難に際して、安否確認等の声かけをしてもらいたいと思う人を教

### えてください。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．家族や親族　　　２．近所や地域の知り合いの人　　３．福祉協会（自治会・町会）４．民生児童委員　　５．消防　　　　６．警察　　７．利用している福祉サービス事業者　　　８．特にいない　　　９．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問58-1　地震や台風などの災害に備えて、あなたが日頃から取り組んでいることはあります

### か。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．最寄りの指定避難所の把握　　　　　　　２．防災マップの確認３．地域で実施している避難訓練の参加　　　４．日頃からの防災の声かけ５．避難方法等の災害対応について家族や支援者との話し合い６．取り組んでいることはない　７．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

# **高齢者に対するサービスについて**

### 問59　あなたは、現在介護保険サービスを利用していますか。（１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．利用している→問61へ | ２．利用していない　→問60へ |

※問59で「２．利用していない」と回答した方にうかがいます。

### 問60　現在、介護保険の居宅サービスを利用していない主な理由は何ですか。

（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．家族が介護してくれる３．利用したいサービスがない５．入院・入所等により利用する機会がなかった７．他人に世話をされるのがいや９．手続きが面倒で利用しにくい11．近隣に必要なサービス提供事業者がいない13．サービス提供事業者とトラブルがあった15．その他（　　　　　　　　　　　　　） | ２．利用者負担が高い４．要介護認定を受けたいだけ６．いざというときに介護保険サービスを利用したい８．利用の仕方がわからない10．家族がいやがる12．サービスの内容が期待とは異なっていた14．住宅改修や福祉用具の購入で生活環境が整った |

すべての方がお答えください。

問61　今後、何らかの介護保険サービスを利用したいと思いますか。継続して利用したい　サービスはありますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．訪問介護（ホームヘルプサービス）３．訪問看護５．通所介護（デイサービス）７．短期入所生活介護 ９．福祉用具貸与11．福祉用具購入費の支給13．介護付き有料老人ホーム15．認知症対応型デイサービス17. 定期巡回・随時対応サービス※２19．特にない | ２．訪問入浴介護４．訪問リハビリテーション６．通所リハビリテーション（デイケア）８．短期入所療養介護10．居宅療養管理指導12．住宅改修費の支給14．グループホーム16．小規模多機能型居宅介護※１18. 特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院 |

※１　通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊まりのサービスが利用できます。

※２　定期巡回と随時対応による訪問介護と訪問看護を24時間利用できるサービスです。

### 問62　あなたは、介護保険のサービス以外で、次のサービスを①利用したことがありますか。

### また、②今後利用したいサービスは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| ①利用したことがあるサービス | ②今後利用したいサービス |
| １．食事、清掃、洗濯やゴミ出しなどの家事援助２．庭の手入れや電球の取り替えなどの簡単な手伝い３．通院、買い物等の日常生活における車の送迎など４．買い物や文化活動（趣味）、イベントへの参加などへの付き添い５．話し相手、見守り６．入院中の身の回りの世話７．地域での食事会８．配食サービス９．その他（　　　　　　　　　　　　）10．わからない11．利用したことがない | １．食事、清掃、洗濯やゴミ出しなどの家事援助２．庭の手入れや電球の取り替えなどの簡単な手伝い３．通院、買い物等の日常生活における車の送迎など４．買い物や文化活動（趣味）、イベントへの参加などへの付き添い５．話し相手、見守り６．入院中の身の回りの世話７．地域での食事会８．配食サービス９．その他（　　　　　　　　　　　　）10．わからない11．利用する予定はない |

### 問63　あなたは高齢者の介護や健康などについて相談できる「地域包括支援センター」を利

### 用したことがありますか。もしくは、知っていましたか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．介護保険制度や保険料について問い合わせをした　→問64へ２．介護に関する悩み等の相談をした　→問64へ３．高齢者虐待や成年後見人制度などに関する相談をした　→問64へ４．介護事業者やケアマネジャーについての相談をした　→問64へ５．介護予防ケアプランの作成を依頼した　→問64へ６．地域包括支援センターの名前は知っていたが、利用したことはない　→問65へ７．知らなかった　→問65へ |

※問63で「１．」「２．」「３．」「４．」「５．」のいずれかを回答した方にうかがいます。

### 問64　地域包括支援センターを利用されて思ったことを教えてください。（それぞれ１つに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １）しっかりと話を聞いてくれた | １．とてもそう思う　　２．そう思う　　３．まあそう思う４．あまり思わない　　５．思わない　　６．全くそう思わない |
| ２）すぐに対応してくれた | １．とてもそう思う　　２．そう思う　　３．まあそう思う４．あまり思わない　　５．思わない　　６．全くそう思わない |
| ３）説明がわかりやすかった | １．とてもそう思う　　２．そう思う　　３．まあそう思う４．あまり思わない　　５．思わない　　６．全くそう思わない |
| ４）提案や回答の内容に納得した | １．とてもそう思う　　２．そう思う　　３．まあそう思う４．あまり思わない　　５．思わない　　６．全くそう思わない |
| ５）総合的にみて利用してよかった | １．とてもそう思う　　２．そう思う　　３．まあそう思う４．あまり思わない　　５．思わない　　６．全くそう思わない |

問64-1　問64で地域包括支援センターについて満足・不満などを選択された理由などが

あれば教えてください。（自由回答）

|  |
| --- |
|  |

### 問65　あなたは健康または福祉に関することなどで困ったときに、どこから情報を入手しま

### すか。また、家族、親族以外で、誰に（どこに）相談しますか。

|  |  |
| --- | --- |
| 情報の入手先　（あてはまるものすべてに○） | 相談先　（あてはまるものすべてに○） |
| １．近所の知人２．病院、診療所３．市役所本庁４．南北保健福祉センター５．各地区生涯学習プラザ６．中央地区、小田地区の保健・福祉申請受付窓口（開明庁舎、アミング潮江プラストいきいき）７．保健所８．老人福祉センター９．地域包括支援センター10．民生児童委員11．社会福祉協議会12．ケアマネジャー、ホームヘルパー等の介護サービス事業者13. 薬局、金融機関、スーパーマーケットなど（シニア情報ステーションを含む）14．家族や親類15．市の広報紙（誌）16．新聞、テレビなど17．ホームページ（インターネット）18．その他（　　　　　　　　　　　　） | １．近所の知人２．病院、診療所３．市役所本庁４．南北保健福祉センター５．各地区生涯学習プラザ６．中央地区、小田地区の保健・福祉申請受付窓口（開明庁舎、アミング潮江プラストいきいき）７．保健所８．老人福祉センター９．地域包括支援センター10．民生児童委員11．社会福祉協議会12．ケアマネジャー、ホームヘルパー等の介護サービス事業者13. 薬局、金融機関、スーパーマーケットなど（シニア情報ステーションを含む）14．相談する相手がいない（わからない）15．その他（　　　　　　　　　　　　） |

### 問66　あなたは介護予防（介護が必要な状態にならないように予防すること、もしくは要介護度が重くならないように予防すること）に関心がありますか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．非常に関心がある ２．やや関心がある ３．あまり関心がない４．まったく関心がない ５．わからない |

###

### 問67　本市では、個々のウオーキングを推奨する「尼崎市いきいき100万歩運動」に取り組んでいますが、あなたはこのことを知っていますか。また、今後取り組みたいと思いますか。

|  |  |
| --- | --- |
| 現在の状況（１つに○） | 今後の意向（１つに○） |
| １．取り組んでいる２．取り組んでいたが、やめた３．内容は知っている４．知らない | １．取り組みたい２．継続したい３．取り組みたくない４．わからない |

「尼崎市いきいき100万歩運動」お問い合わせ先：高齢介護課（06－6489－6356）

### 問68　本市では、みんなで集まって体操する「いきいき百歳体操」に取り組んでいますが、あなたはこのことを知っていますか。また、今後参加したいと思いますか。

|  |  |
| --- | --- |
| 現在の状況（１つに○） | 今後の意向（１つに○） |
| １．参加している２．参加していたが、やめた３．内容は知っている４．知らない | １．参加したい２．継続したい３．参加したいができない４．参加したくない５．わからない |

「いきいき百歳体操」お問い合わせ先：包括支援担当課（06－6489－6356）

### 問69　本市では、高齢者が集まって茶話会や交流をする「高齢者ふれあいサロン」を設けていま

### すが、あなたはこのことを知っていますか。また、今後立ち寄ってみたいと思いますか。

|  |  |
| --- | --- |
| 現在の状況（１つに○） | 今後の意向（１つに○） |
| １．定期的に通っている２．たまに通っている３．あることは知っている４．知らない | １．定期的に通いたい２．たまに通いたい３．通いたいが通えない４．通いたくない５．わからない |

「高齢者ふれあいサロン」お問い合わせ先：高齢介護課（06－6489－6356）

### 問70　健康を維持、増進するための次のような教室や講座がありますが、参加したいと思いますか。（各教室、１つに○）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １．生活習慣病を予防するための教室 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |
| ２．健康な歯や歯ぐきを維持するための教室 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |
| ３．食生活を改善するための教室 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |
| ４．介護予防のための教室・講座 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |
| ５. 認知症に関する教室・講座 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |
| ６. 民間事業者による文化教室 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |
| ７．地域で行われている健康維持のための活動・講座 | １．参加している３．参加したくない | ２．参加したい４．わからない |

※問70であげられているすべてのもので「３．参加したくない」に回答した方にうかがいます。

### 問71健康を維持、増進するための教室・講座に参加したくないと思う理由は何ですか。

（あてはまるものすべてに○）

|  |  |
| --- | --- |
| １．健康に自信があり、利用する必要がない３．参加する時間的余裕がないから５．１人で参加するのがいやだから７．興味・関心がない | ２．参加費用が必要と思うから ４．参加手続きや出向くことがわずらわしい６．ほとんど外出することがない（できない）８．その他（　　　　　　　　　　　　　） |

# **今後の生活や高齢者施策全般について**

### 問72　あなたの人生最期の迎え方について、次の１）２）をお尋ねします。

### １）最期に過ごしたい場所について

|  |  |
| --- | --- |
| ①最期はどこで過ごしたいですか。（１つに○） | １．自宅２．有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅３．特別養護老人ホームなどの介護施設４．病院５．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　） |
| ②過ごしたい場所について話し合ったことはありますか。（１つに○） | １．ある　→③へ　　２．ない　→④へ |
| ③誰と話し合いましたか。（あてはまるものすべてに○） | １．家族　　　　　　　　　２．親戚３．かかりつけ医　　　　　４．ケアマネジャー５．その他（　　　　　　） |
| ④今後話したいと思いますか。（１つに○） | １．話し合いたい　　２．話したくない３．わからない |

### ２）延命治療について

|  |  |
| --- | --- |
| ①延命治療を望みますか。（１つに○） | １．はい　　２．いいえ　　３．わからない |
| ②延命治療について話し合ったことはありますか。（１つに○） | １．ある　→③へ　２．ない　→④へ |
| ③誰と話し合いましたか。（あてはまるものすべてに○） | １．家族　　　　　　　２．親戚３．かかりつけ医　　　４．ケアマネジャー５．その他（　　　　　　） |
| ④今後話したいと思いますか。（１つに○） | １．話し合いたい　　２．話したくない３．わからない |

### 問73　あなたが人生最期を迎えるにあたって気がかりはありますか。（１つに○）

|  |
| --- |
| １．気がかりがある。　→問73-1へ２．気がかりはない。３．わからない。 |

### 問73-1　どんなことを気がかりだと感じていますか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．お葬式・お墓・供養のこと２．住まいのこと（持ち家・家財の処分、借家の解約など）３．財産相続のこと４．医療・治療・ケアに関すること５．家族・親族のこと６．ペットのこと７．最期を過ごす場所のこと（自宅、介護施設、病院など）８．自分の気持ちを代弁してくれる人がいないこと９．相談できない、相談できる人がいない、誰に相談してよいかわからない10. その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問74　今後、市の高齢者対策として力を入れてほしいと思うことはどのようなことですか。（重要と思われるもの３つまでに○）

|  |
| --- |
| １．高齢者の働く場の確保２．生きがいを持てるような活動機会の拡大３．近所や地域の助け合い・支え合い活動の推進４．生活習慣病の予防に対する相談・指導５．健康教室や健康診査など、健康づくりの充実６．認知症予防教室や運動、栄養、口腔についての講座など介護予防講座の充実７．高齢者を介護している家庭に対する支援８．特別養護老人ホームなどの入所施設の充実９．見守りなどの支援機能が付いた高齢者住宅の充実10．介護保険以外の在宅での生活を支援する福祉サービスの充実11．往診や緊急時の対応などの医療体制の充実12．高齢者が外出しやすいように、安全で快適な道路や公園などの整備13．高齢者向けの住宅改造や住宅づくり援助の充実14．ひとり暮らし高齢者などに対する災害のときの避難誘導などの支援15．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

### 問75　あなたは、現在どの程度生きがい（喜びや楽しみ）を感じていますか。（１つに○）

１．家族（子ども・孫など）との交流

２．友人や知人との交流

３．運動やスポーツ、文化活動などの趣味

４．地域活動やボランティア活動

５．老人クラブの活動

６．旅行や買い物などの外出

７．仕事

８．その他（　　　　　　　　　　）

生きがいを感じるときはどのようなときですか。（あてはまるものすべてに○）

|  |
| --- |
| １．十分感じている２．多少感じている３．あまり感じていない４．まったく感じていない５．わからない |

**■最後に、今後の高齢者施策の推進や暮らしやすい地域づくりなどについてのご意見、行政へのご要望などがありましたら、自由にご記入ください。**

|  |
| --- |
|  |

**調査は以上です。アンケートへのご協力、ありがとうございました。**

**お手数ですが、調査票を同封の返信用封筒に入れ、切手を貼らずに**

**3月31日（火）までに投函してください。**