

宍粟市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

【資料3】

【ご協力のお願い】

みなさまには、日頃より市政の推進にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、宍粟市では令和6年度から令和8年度の3年度間における高齢者の健康づくり・介護予防の推進及び介護保険事業の円滑な実施を目的とした「宍粟市高齢者福祉計画及び第9期宍粟市介護保険事業計画」の策定を進めています。

「宍粟市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」は、その基礎資料とするため、65歳以上の要介護認定を受けていない高齢者（一般高齢者、介護予防・日常生活支援総合事業対象者、要支援認定を受けている高齢者）の中から無作為抽出により、ご意見やご要望をお伺いするものです。

つきましてはご多用のことと存じますが、計画策定に重要な調査となりますので、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

令和4年12月

宍粟市長 福元 晶三

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、本調査票のご回答により、下記にご同意いただいたものとみ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】

- 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。本調査で得られた情報につきましては、介護保険事業計画策定および高齢者等支援施策の検討以外には利用いたしません。また当該情報は宍粟市において適切に管理いたします。
- ただし、介護保険事業計画策定時および効果評価時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理する宍粟市外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。

～調査票のご記入に際してのお願い～

- ◆調査票上の「あなた」とは、封筒に印刷されたあて名ご本人を指します。
- ◆各設問の該当の数字に○をつけてください。なお設問により選ぶ数が異なります。
- ◆ご本人おひとりでの回答が難しい場合は、ご家族の方などにお手伝いいただき、対象者ご本人の意見を聞いた上で代わりに記入ください。
- ◆調査は調査票による郵送、又はインターネット環境による回答のどちらかでご回答ください。
- ◆記入後同封の返信用封筒に入れ、**令和5年1月10日（火）**までに投函していただくか、インターネット環境にてご回答される場合は、QRコードから回答フォームにアクセスしていただき、**令和5年1月10日（火）**までに回答してください。



【お問い合わせ】

〒671-2573 宍粟市山崎町今宿5番地15（北庁舎）
宍粟市健康福祉部 高年福祉課 介護福祉係（第2）
電話：0790-63-3160（直通） ファックス：0790-63-3175

【問1】 家族構成をお教えてください

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. 1人暮らし | 2. 夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上) |
| 3. 夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下) | 4. 息子・娘との2世帯 |
| | 5. その他 |

【問2】 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. 介護・介助は必要ない | 2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない |
| 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3】 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

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

【問4】 階段を手すりや壁をつたわ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 |
|--------------|---------------|---------|

【問5】 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 |
|--------------|---------------|---------|

【問6】 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7】 過去1年間に転んだ経験がありますか	1. 何度もある	2. 1度ある	3. ない		
【問8】 転倒に対する不安は大きいですか	1. とても不安である	2. やや不安である	3. あまり不安ではない	4. 不安でない	
【問9】 週に1回以上は外出していますか	1. ほとんど外出しない	2. 週1回	3. 週2~4回	4. 週5回以上	
【問10】 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	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11】 外出を控えていますか	1. はい	2. いいえ			
【問12で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】 外出を控えている理由は、次のどれですか(いくつでも)	1. 病気 2. 障害(脳卒中の後遺症など) 3. 足腰などの痛み 4. トイレの心配(失禁など)				
	5. 耳の障害(聞こえの問題など) 6. 目の障害 7. 外での楽しみがない				
	8. 経済的に出られない 9. 交通手段がない 10. その他()				
【問13】 外出する際の移動手段は何ですか(いくつでも)	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. 車いす 7. 路線バス(コミュニティバスを含む)				
	8. 病院や施設のバス 9. タクシー 10. 外出支援サービス				
	11. 歩行器・シルバーカー 12. 電動車いす(カート) 13. その他()				
【問14】 身長・体重	身長	cm	体重	kg	
【問15】 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			
【問16】 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			
【問17】 口の渇きが気になりますか	1. はい	2. いいえ			
【問18】 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください (成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です)	1. 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19】 6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	2. いいえ			
【問20】 どなたかと食事をとる機会がありますか	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
【問21】 物忘れが多いと感じますか	1. はい	2. いいえ			
【問22】 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23】 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		
【問24】 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		
【問25】 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		
【問26】 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		
【問27】 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28】 現在のあなたの健康状態はいかがですか	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29】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、ご記入ください)
 (とても不幸) 0点 1点 2点 3点 4点 5点 6点 7点 8点 9点 10点 (とても幸せ)

【問30】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りましたか
 1. はい 2. いいえ

【問31】この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくありましたか
 1. はい 2. いいえ

【問32】お酒は飲みますか 1. ほぼ毎日 2. 時々 3. ほとんど飲まない 4. もともと飲まない

【問33】タバコは吸いますか 1. ほぼ毎日 2. 時々 3. 吸っていたがやめた 4. もともと吸っていない

【問34】現在治療中、または後遺症のある病気はありますか(いくつでも)
 1. ない 2. 目の病気 3. がん(悪性新生物) 4. 脳卒中(脳出血・脳梗塞等)
 5. 高血圧 6. 耳の病気 7. 腎臓・前立腺の病気 8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気
 9. 心臓病 10. パーキンソン病 11. 外傷(転倒・骨折等) 12. 認知症(アルツハイマー病等)
 13. 糖尿病 14. 血液・免疫の病気 15. 高脂血症(脂質異常) 16. 呼吸器の病気(肺炎や気管支炎等)
 17. うつ病 18. 筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症等) 19. その他()

【問35】現在、かかりつけ医はありますか 1. はい 2. いいえ

【問36】問35で「1. はい」の方のみかかりつけ医への相談はできていますか 1. はい 2. いいえ

【問37】現在、かかりつけ歯科医はありますか 1. はい 2. いいえ

【問38】現在、かかりつけ薬局はありますか 1. はい 2. いいえ

【問39】現在、おくすり手帳の活用をしていますか 1. はい 2. いいえ

【問40】以下の①～8のような会、グループ等にそれぞれどのくらいの頻度で参加していますか

	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	不参加
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	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 いきいき百歳体操教室	1	2	3	4	5	6
⑥ 老人クラブ活動	1	2	3	4	5	6
⑦ 自治会活動	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

【問41】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. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない 4. 既に参加している

【問42】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. 是非参加したい 2. 参加してもよい 3. 参加したくない 4. 既に参加している

【問43】あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人(いくつでも)
 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44】反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人(いくつでも)
 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】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(いくつでも)
 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】 反対に、看病や世話をしあける人(いくつでも)			
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】 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか			
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			
【問48】 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください(いくつでも)			
1. 自治会・町内会・老人クラブ	2. 社会福祉協議会	3. 民生委員	
4. 地域包括支援センター・市役所	5. 医師・歯科医師・薬剤師・看護師		
6. ケアマネジャー	7. そのような人はいない	8. その他()	
【問49】 本人又は家族に認知症の症状がある人がいますか		1. はい	2. いいえ
【問50】 認知症に関する相談窓口を知っていますか		1. はい	2. いいえ
【問51】 あなたの地域の中で見守りや声かけがありますか		1. ある	2. ない
		3. わからない	
【問52】問51で「1. ある」の方のみ		1. 自治会の役員	3. 自治会の福祉委員
①誰が見守りや声かけを行っていますか		2. 民生委員や民生協力委員	4. 近隣(ご近所づきあい)
(いくつでも)		5. その他()	
【問53】 あなたのご近所で日常生活の困りごと(ゴミ出しや買物など)のお手伝いをする“支え合い”はありますか		1. ある	2. ない
		3. わからない	
【問54】問53で「1. ある」の方のみ		1. 自治会の役員	2. 民生委員や民生協力委員
①誰が“支え合い”を行っていますか(いくつでも)		3. 自治会の福祉委員	4. 近隣(ご近所づきあい)
		5. その他()	
【問55】 地域の中で日常生活の困りごと(ゴミ出しや買物など)のお手伝いをする“支え合い”について			
1. 必要だと感じている	2. まだ必要ない	3. 必要ない	
【問56】 問50の“支え合い”が地域の中であれば、支援者側として			
1. ぜひ支援したい	2. 支援してもよい	3. 支援したくない	
【問57】 問50の“支え合い”が地域の中であれば、支援を受ける側として			
1. ぜひ支援を受けたい	2. 支援を受けてもよい	3. 支援を受けたくない	
【問58】 地域の人が気軽に集まる機会がありますか		1. ある	2. ない
		3. わからない	
【問59】問58で「1. ある」の方のみ		1. 公民館・集会所	2. 近所のお家
①集まる場所はどこですか(いくつでも)		3. 喫茶店	4. その他()
②集まる場所へ参加していますか		1. 参加している	2. 参加していない
【問60】 日常の生活の中で困っていることはなんですか(いくつでも)			
1. 入浴	2. 買い物	3. 電球の交換	4. 歯磨き、入れ歯の管理
5. 通院	6. つめきり	7. 排泄(トイレ)	8. 立ち上がり、寝起き動作
9. 洗濯	10. ゴミ出し	11. 食事を食べる	12. 食事の準備、調理、後始末
13. 掃除	14. 散歩、外出	15. 自治会の出社	16. 薬を飲む、貼る、ぬる
17. 着替え	18. 洗髪、洗顔	19. 家や庭の中の移動	20. その他()
21. 特にない			
【問61】 成年後見制度を知っていますか		1. 知っている	2. 知らない
【問62】 成年後見制度の相談窓口を知っていますか		1. 知っている	2. 知らない
【問63】自分でお金の管理やさまざまな手続きを行うことが難しくなったとき、代わりにしてくれる人はいますか			
1. いる		2. いない	
【問64】問63で「1. いる」の方のみ】お金の管理やさまざまな手続きを代わりにしてくれる人は誰ですか			
1. 配偶者	2. 子	3. 子の配偶者	4. 孫
5. 兄弟・姉妹	6. その他()		

■■■ 以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■