

# 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 ほくとゆうゆうふれあい計画ニーズ調査

北杜市にお住まいの65歳以上の皆さま

日頃から、市政への御理解と御協力をいただき、誠にありがとうございます。

市では、来年度、令和3～5年度を期間とする「第6次ほくとゆうゆうふれあい計画」の策定を行います。計画策定にあたり、地域の抱える課題を把握することなどを目的として、からだを動かすこと、食べること、毎日の生活、地域での活動、たすけあい、健康などに関する項目について、ニーズ調査を実施します。御多用のところ、御手数をおかけしますが、第6次ほくとゆうゆうふれあい計画策定の基礎資料となる大切な調査ですので、回答に御協力をよろしくお願いいたします。

なお、調査結果をもとに、地域課題の解決に向けた施策を計画に反映させるため、保健・医療・福祉関係者及び被保険者で構成される策定委員会において、議論を重ねてまいります。

※このニーズ調査は、令和元年11月1日現在で北杜市にお住まいの65歳以上の方の中から、無作為に抽出した3,000人を対象に、お送りさせていただきました。

令和元年12月

## ◆ご回答にあたってのお願い◆

- 調査票を記入する際は、各項目で該当する数字に○をつけてください。
- 調査票記入後は、3つ折りにし同封の返信用封筒に入れて、12月25日(水)までに投函してください。

問い合わせ先 担当：北杜市 市民部 介護支援課  
電話：0551-42-1333（直通）

### 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も、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、適切に管理いたします。
- ただし、介護保険事業計画策定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市町村外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析することがあります。

ご 記 入 日	令和 年 月 日
調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。	
1. あて名のご本人が記入	
2. ご家族が記入（あて名のご本人からみた続柄）	
3. その他（ ）	

<b>問 1</b>	<b>あなたご自身やご家族、生活状況について</b>
(1) あなたの性別を教えてください	
1. 男性	2. 女性
(2) あなたの年齢を教えてください <input style="width: 50px; height: 20px;" type="text"/> 歳	
(3) あなたの住んでいる地区を教えてください	
1. 明野町	2. 須玉町
3. 高根町	4. 長坂町
5. 大泉町	6. 小淵沢町
7. 白州町	8. 武川町
(4) 家族構成を教えてください	
1. 1人暮らし	2. 夫婦2人暮らし(配偶者 <u>65歳以上</u> )
3. 夫婦2人暮らし(配偶者 <u>64歳以下</u> )	4. 息子・娘との2世帯
5. その他（ ）	
(5) あなたは要支援認定を受けていますか ※お手持ちの介護保険被保険者証をご確認ください	
1. 受けていない	2. 総合事業対象者
3. 要支援1	4. 要支援2

(6) 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)

→【(6)において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

① 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか (いくつでも)

1. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等) のうそっちゅう のうしゅっけつ・のうこうそく
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) はいきしゅ
5. 関節の病気 (リウマチ等)
6. 認知症 (アルツハイマー病等) にんちしょう
7. パーキンソン病
8. 糖尿病 とうりょうびょう
9. 腎疾患 (透析) じんしっかん
10. 視覚・聴覚障害 しかく ちょうかくしょうがい
11. 骨折・転倒 こっせつ てんとう
12. 脊椎損傷 せきついそんしょう
13. 高齢による衰弱 すいじゃく
14. その他 ( )
15. 不明

→【(6)において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

② 主にどなたの介護、介助を受けていますか (いくつでも)

1. 配偶者 (夫・妻)
2. 息子
3. 娘
4. 子の配偶者
5. 孫
6. 兄弟・姉妹
7. 介護サービスのヘルパー
8. その他 ( )

(7) 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2

## からだを動かすことについて

(1) 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

(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

(4) 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

(5) 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. あまり不安でない      4. 不安でない

(6) 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

(7) 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



(8) 外出を控えていますか

1. はい

2. いいえ

【(8)で「1. はい」(外出を控えている)の方のみ】

① 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<sup>しょうがい のうそっちゅう</sup>の後遺症<sup>こういしょう</sup>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 ( )

(9) 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. 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 ( )

14. でかけ〜る(高齢者支え合い外出支援サービスモデル事業)







問5

地域での活動について

(1) 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 - ⑨それぞれに回答してください

	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 介護予防のための通いの場（公民館カフェ、コミュニティカフェ、いきいきサロン）	1	2	3	4	5	6
⑥ 認知症の方や家族のための通いの場（オレンジカフェ）	1	2	3	4	5	6
⑦ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑧ 町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑨ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

(2) 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

(3) 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6

## たすけあいについて

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

(1) 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 |           |

(2) 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 |           |

(3) 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 |           |

(4) 反対に、看病や世話をしてあげる人(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 |           |

(5) 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・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・市役所・各総合支所 |                 |
| 6. その他( )               | 7. そのような人はいない   |

(6) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか(いくつでも)

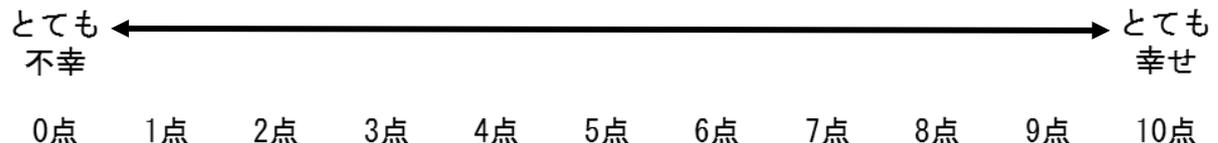
- |                   |               |            |
|-------------------|---------------|------------|
| 1. 近所・同じ地域の人      | 2. 幼なじみ       | 3. 学生時代の友人 |
| 4. 仕事での同僚・元同僚     | 5. 趣味や関心が同じ友人 |            |
| 6. ボランティア等の活動での友人 |               |            |
| 7. その他( )         | 8. いない        |            |

## 問7 健康について

(1) 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

(2) あなたは、現在どの程度幸せですか（点数に○をつけてください）  
（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、選んでください）



(3) 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

(4) 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りましたか

1. はい      2. いいえ

(5) タバコは吸っていますか

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

(6) 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. 高血圧      3. のうそっちゅう 脳卒中（のうしゅつけつ・のうこうそくなど 脳出血・脳梗塞等）  
4. 心臓病      5. とうにようびょう 糖尿病      6. こうしけっしょう 高脂血症（しつじょう 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. じんぞう 腎臓・ぜんりつせん 前立腺の病気      10. きんこっかく 筋骨格の病気（こつそ 骨粗しょう症、しょう 関節症等）  
11. がいしょう 外傷（てんとう 転倒・こっせつなど 骨折等）      12. がん（悪性新生物）      13. めんえき 血液・免疫の病気  
14. うつ病      15. にんちしょう 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. 耳の病気      19. その他（      ）





**問 11****自分らしい終末期を迎えることについての準備や考え方について**

万が一に備えて、人生の最終段階における治療やケアに関する自分の考えや希望について、家族などと話し合い、希望を伝えておくことを「人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）」と言い、国や県で勧める取り組みが始まっています。

また、自分らしい終末期を迎えるために、前もって自分の希望を書き記したものを「リビング・ウィル」（事前指示書）や「エンディングノート」などと言い、いざというときの医療や介護の重要な判断材料となります。

（1）あなたは「人生の終わり方」についての希望（どこで過ごしたいか、どのような治療を受けたいか・拒否するか等）を、事前に家族と話し合うことについて、どのようにお考えですか

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1. すでに話し合いをしている | 2. 元気なうちに話し合いたい |
| 3. 話し合いたいと思わない  | 4. わからない        |

【その理由をお書きください】

（2）あなたは「人生の終わり方」についての希望（どこで過ごしたいか、どのような治療を受けたいか・拒否するか等）を記載した書面（「リビング・ウィル」や「エンディングノート」）を作成しておくことについて、どのように考えますか

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| 1. すでに作成している  | 2. 元気なうちに作成しておきたい |
| 3. 作成したいと思わない | 4. わからない          |

（3）あなたが仮に将来、治る見込みがなく死期が迫っている（6ヶ月程度あるいはそれより短い期間を想定）と告げられた場合、延命治療を望みますか

- |          |        |
|----------|--------|
| 1. はい    | 2. いいえ |
| 3. わからない |        |



