介護予防・日常生活圏域ニーズに関するアンケート調査

御協力のお願い

市民の皆様には、日ごろから市政全般にわたり、御理解・御協力を頂き厚くお礼申し上げます。

さて、本市では、高齢者やその御家族の方々が地域の中で安心して暮らし続けていくことが出来るよう「平塚市高齢者福祉計画（介護保険事業計画［第７期］）平成３０年度～令和２年度」に基づき、各種の施策を行い、介護保険事業を運営しております。

この計画は、関係法令により３年を１期として定めております。この度、次期計画「平塚市高齢者福祉計画（介護保険事業計画［第８期］）令和３年度～令和５年度」の策定に向けて、市民の皆様の日常生活の御様子や御意見等を把握し、平塚市における課題を分析することで、必要な介護保険事業のあり方を検討させていただきたく、アンケート調査を実施することといたしました。

この平塚で、市民の皆様が長寿社会をより健康に、安心してお過ごしいただけるように、アンケート調査のお答えを次期計画の基礎資料として活用させていただきます。

なお、この調査は、令和元年９月現在、平塚市内にお住まいの６５歳以上の方のうち、要介護認定において、要支援１、要支援２に該当している方と要介護認定を受けていない方、地域包括支援センターにて、基本チェックリストを行った方で事業対象者となった方６，７６０人を無作為に抽出して送付しております。

ぜひとも御協力くださいますようお願い申し上げます。

令和元年１１月　　平塚市地域包括ケア推進課

1　お答えの〇印は、番号を囲むように濃くつけてください。（例）①・２・３

2　「その他」を選択された場合は（　）内にその内容を具体的に記入してください。

3　御記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒（**切手は不要です**）に封入して、**令和元年１２月１１日（水）**までに御返送ください。

また、この調査に関するお問い合わせは、下記担当までお願いいたします。

問い合わせ先　　平塚市役所　地域包括ケア推進課　介護予防担当
電話番号：０４６３－２０－８２１７

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、御確認ください。

なお、本調査票の御返送をもちまして、下記に御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】

- この調査は、効果的な介護予防施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、平塚市による高齢者福祉計画（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、平塚市で適切に管理いたします。
- ただし、高齢者福祉計画（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平塚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・分析することがあります。

記入日	令和元年　　月　　日
調査票を記入されたのはどなたですか。 １　宛名の御本人 ２　御家族　（宛名の御本人からみた続柄　　） ３　その他　（　　）	

これ以降、宛名の方についてうかがいます。宛名の方以外が記入される場合にも、特に指定のない限り、宛名の方について御回答ください。

宛名の御本人の性別をお答えください。	１．　男性　　２．　女性
宛名の御本人の令和元年11月1日現在の満年齢をお答えください。 １　６５歳～６９歳　　２　７０歳～７４歳 ３　７５歳～７９歳　　４　８０歳～８４歳 ５　８５歳～８９歳　　６　９０歳以上	

問１　あなたの御家族や生活状況について

（１）家族構成をお教えください。（○は１つ）

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

（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。（○は１つ）

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）

【（２）において「２」「３」にお答えの方に】
①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

【（２）において「２」「３」にお答えの方に】
②主にどなたの介護、介助を受けていますか。（あてはまるものすべてに○）

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（　　）

（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。（○は１つ）

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

（４）お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。（○は１つ）

１　持家（一戸建て）　　２　持家（集合住宅）

３　公営賃貸住宅（こうえいちんたいじゅうたく）　　４　民間賃貸住宅（みんかんちんたいじゅうたく）（一戸建て）

５　民間賃貸住宅（みんかんちんたいじゅうたく）（集合住宅）　　６　借家

７　その他

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らずに昇っていますか。（○は１つ）

１　できるし、している　　２　できるけれどしていない　　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。（○は１つ）

１　できるし、している　　２　できるけれどしていない　　３　できない

（３）１５分位続けて歩いていますか。（○は１つ）

１　できるし、している　　２　できるけれどしていない　　３　できない

（４）過去１年間に転んだ経験がありますか。（○は１つ）

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。（○は１つ）

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。（○は１つ）

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。（○は１つ）

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。（○は１つ）

１　はい　２　いいえ

【（８）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。（あてはまるものすべてに○）

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（　　）

（９）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○）

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（　　）

（１０）スポーツ（ウォーキングを含む）や体を動かすことはどのくらいの頻度で行っていますか。（○は１つ）

１　週に２日以上　　２　週に１日程度　　３　月に２～３回程度

４　月に１回程度　　５　ほとんどしない

問３　食べることについて

（１）身長・体重

身長 □□□cm　　体重 □□□kg

（２）半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（３）お茶や汁物等でむせることがありますか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（４）口の渇きが気になりますか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（５）歯磨き（人にやってもらう場合も含む）を毎日していますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（６）歯の数と入れ歯の利用状況をお教えください。（○は１つ） **（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
①噛み合わせは良いですか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
②【（６）で「１　自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用」「３　自分の歯は 19 本以下かつ入れ歯を利用」の方のみ】　毎日入れ歯の手入れをしていますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（７）６か月間で２～３kg 以上の体重減少がありましたか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（８）どなたかと食事をともにする機会はありますか。（○は１つ）
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４　毎日の生活について

（１）物忘れが多いと感じますか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（２）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言われますか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（３）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。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（４）５分前のことが思い出せますか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（５）その日の活動（食事をする、衣服を選ぶなど）を自分で判断できますか。（○は１つ）

１　困難なくできる　　２　いくらか困難であるが、できる

３　判断するときに、他人からの合図や見守りが必要　　４　ほとんど判断できない

（６）人に自分の考えをうまく伝えられますか。（○は１つ）

１　伝えられる　　２　いくらか困難であるが、伝えられる。

３　あまり伝えられない　　４　ほとんど伝えられない

（７）今日が何月何日かわからない時がありますか。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（８）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）。（○は１つ）

１　できるし、している　　２　できるけれどしていない　　３　できない

（９）自分で食品・日用品の買物をしていますか。（○は１つ）
１　できるし、している　２　できるけれどしていない　　３　できない
（１０）自分で食事の用意をしていますか。（○は１つ）
１　できるし、している　２　できるけれどしていない　　３　できない
（１１）自分で請求書の支払いをしていますか。（○は１つ）
１　できるし、している　２　できるけれどしていない　　３　できない
（１２）自分で預貯金の出し入れをしていますか。（○は１つ）
１　できるし、している　２　できるけれどしていない　　３　できない
（１３）年金などの書類（役所や病院などに出す書類）が書けますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（１４）新聞を読んでいますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（１５）本や雑誌を読んでいますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（１６）健康についての記事や番組に関心がありますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（１７）友人の家を訪ねていますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ

（１８）家族や友人の相談にのっていますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（１９）病人を見舞うことができますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（２０）若い人に自分から話しかけることがありますか。（○は１つ）
１　はい　　２　いいえ
（２１）趣味はありますか。（○は１つ）
１　趣味あり →　（具体的に：　　） ２　思いつかない
（２２）生きがいはありますか。（○は１つ）
１　生きがいあり →　（具体的に：　　） ２　思いつかない

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 － ⑧それぞれに回答してください。（それぞれ〇は１つ）

	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 通いの場（町内福祉村等の地域のサロン）	1	2	3	4	5	6
⑥ 収入のある仕事	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

（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<u>参加者として</u>参加してみたいと思いますか。（〇は１つ）

１　すでに参加している　２　是非参加したい　３　参加してもよい　４　参加したくない

（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<u>企画・運営（お世話役）として</u>参加してみたいと思いますか。（〇は１つ）

１　すでに参加している　２　是非参加したい　３　参加してもよい　４　参加したくない

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（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	

（２）反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（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	

（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（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	

（４）反対に、看病や世話をしてあげる人（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	

（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（あてはまるものすべてに〇）

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・役所　　６　その他

７　そのような人はいない

（６）友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。（〇は１つ）

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

（７）この１か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても１人と数えることとします。（〇は１つ）

１　０人（いない）　　２　１～２人　　３　３～５人

４　６～９人　　５　１０人以上

（８）よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。（あてはまるものすべてに〇）

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。（○は１つ）

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。
（「とても不幸」を０点、「とても幸せ」を１０点として、あてはまる点数に○をおつけください）

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

（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。（○は１つ）

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。（○は１つ）

１　はい　　２　いいえ

（５）お酒は飲みますか。（○は１つ）

１　ほぼ毎日飲む　　２　時々飲む　　３　ほとんど飲まない

４　もともと飲まない

（６）タバコは吸っていますか。（○は１つ）

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

（７）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〇）

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　耳の病気　　19　その他（　　）

■■■以上で調査は終了です。御協力ありがとうございました■■■