

第 10 期

介護予防・日常生活圏域二一ズ調査

集計・報告書

酒 田 市

2026(令和 8)年3 月

■■■■ 目次 ■■■■

調査概要	7
------	---

属性別集計分析	9
---------	---

1 家族や生活状況について

(1) 家族構成をお教えてください	10
(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	12
【(2)において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】	14
主にどなたの介護、介助を受けていますか	
(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	16
(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか	18

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	20
(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	22
(3) 15分位続けて歩いていますか	24
(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか	26
(5) 転倒に対する不安は大きいですか	28
(6) 週に1回以上は外出していますか	30
(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	32

3 食べることについて

(1) 身長・体重	34
(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	38
(3) お茶や汁物等でむせることがありますか	40
(4) 口の渇きが気になりますか	42
(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	44
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください	46
(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	48
(8) どなたかと食事をとる機会がありますか	50

4 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか	52
(2) 今日が何月何日かわからない時がありますか	54
(3) 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）	56
(4) 自分で食品・日用品の買物をしていますか	58
(5) 自分で食事の用意をしていますか	60
(6) 自分で請求書の支払いをしていますか	62
(7) 自分で預貯金の出し入れをしていますか	64
(8) 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	66
(9) 新聞を読んでいますか	68
(10) 本や雑誌を読んでいますか	70
(11) 趣味はありますか	72

5 地域での活動について 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) 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	78
① ボランティアのグループ	78
② スポーツ関係のグループやクラブ	80
③ 趣味関係のグループ	82
④ 学習・教養サークル	84
⑤ いきいき百歳体操や健康増進教室などコミュニティーセンターや 自治会館で行われている介護予防のための通いの場	86
⑥ 老人クラブ	88
⑦ 町内会・自治会	90
⑧ 収入のある仕事	92
(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	94
(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・	96

6 就労について

現在のあなたの就労状態はどれですか	98
-------------------	----

7 たすけあいについて

(1) あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人	100
(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人	102
(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	104

(4) 反対に、看病や世話をしあける人	106
(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	108
(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。	110
(7) この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか。	112
(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。	114

8 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	116
(2) あなたは、現在どの程度幸せですか	118
(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	120
(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	122
(5) お酒は飲みますか	124
(6) タバコは吸っていますか	126
(7) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか	128

9 認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 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	130
(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか	132

10 日常圏域について

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口として日常生活圏域毎に設置されています。地域包括支援センターを知っていますか。	134
---	-----

11 在宅での生活支援について

(1) 在宅で介護する場合に、次の用品のうち必要性が高いものはどれですか	140
(2) 健康を維持しながら、在宅で生活するために必要な支援は、次のうちどれでしょうか	142

12 認知症について

(1) 認知症について、あなたが知っている内容を選んでください。	132
(2) 認知症の方と接した経験はありますか	134
(3) 認知症の方が住み慣れた地域で暮らし続けるために「あったら良いと思う地域」の「支え」を選んでください	136

状態別集計・分析

(1) 「閉じこもり傾向」と「認知機能低下」の関係性について	147
(2) 「閉じこもり傾向」と「孤食」の関係性について	150

(3) たすけあいの状況とうつ傾向の関係性について	152
(4) 主観的幸福感とうつ傾向の関係性について	156
(5) 飲酒やたばこの習慣と健康状態の関係性について	158

機能・傾向分析

(1) 運動機能の低下	159
(2) 口腔機能の低下	162
(3) 栄養素の傾向	164
(4) 認知機能の低下	168

相関関係分析

(1) スポーツ関係のグループへの参加状況と転倒リスクの相関	170
(2) 趣味関係のグループへの参加割合とうつリスクの相関	173
(3) ボランティアのグループへの参加割合と認知症リスクの相関	175

総括

資料……アンケート用紙	180
-------------	-----

調査概要

1 調査概要

第 10 期介護保険事業計画の策定の基礎資料として地域の高齢者の実態や生活支援の充実、高齢者の社会参加支え合い体制づくり、介護予防の推進等のために必要な社会資源について把握し、地域の問題点の発見や目標の設定を行い、第 10 期 介護保険事業計画に反映させることを目的に実施しました。

対象者は酒田市に住所を有する 65 歳以上の方 35,332 人のうち要介護認定者等を除く 29,948 人を対象に圏域ごと、無作為にそれぞれ 600 人を抽出した 4200 人です。

令和 7 年 12 月に調査票を発送し令和 8 年 1 月 19 日までに投函を依頼しました。66.4%にあたる 2,792 人から回答がありました。

■ 圏域別の発送者数、回答数など

日常生活圏域	発送者数 (人)	回答者数 (人)	回答率 (%)	回答者の 平均年齢 (歳)	要支援 1 (人)	要支援 2 (人)
1 第 1 圏域	600	383	63.8%	75.1	11	10
2 第 2 圏域	600	422	70.3%	76.1	6	11
3 第 3 圏域	600	411	68.5%	75.5	8	13
4 第 4 圏域	600	406	67.7%	75.3	9	11
5 第 5 圏域	600	351	58.5%	75.2	8	9
6 第 6 圏域	600	406	67.7%	75.7	8	10
7 第 7 圏域	600	411	68.5%	75.6	8	10
全 体	4200	2790	66.4%	75.5	58	74

回答者の内、2 名について発送リストとの紐づけができなかったため、回答者数は実際の回答者数 2792 人から 2 名少ない 2790 人となっています。

2 調査項目

第 10 期介護保険事業計画の策定の基礎資料として地域の高齢者の実態や生活支援の充実、高齢者の社会参加支え合い体制づくり、介護予防の推進等のために必要な社会資源についての課題を把握するための項目を設定しました。

- (1) 国が示した必須項目 (35 項目)
- (2) 国が示したオプション項目 (14 項目)
- (3) 酒田市独自の項目 (3 項目)

3 回答者の属性

■ 圏域別の発送者数、回答数など

日常生活圏域	発送者数 (人)	回答者数 (人)	回答率 (%)
男性	2303	1258	54.6%
女性	1897	1532	80.8%
全 体	4200	2790	66.4%

■ 圏域別の発送者数、回答数など

日常生活圏域	発送者数 (人)	回答者数 (人)	回答率 (%)
65～69 歳	1188	619	52.1%
70～74 歳	1159	729	62.9%
75～79 歳	895	719	80.3%
80～84 歳	557	395	70.9%
85～89 歳	290	238	82.1%
90 歳以上	111	90	81.1%
全 体	4200	2790	66.4%

※計算は、小数第一位までの四捨五入を行っております。

※分析には、AI も活用し、多角的、多面的な分析を行っております。

第10期 介護予防・日常生活圏域二一ズ調査

属性別集計

Ⅱ 調査結果

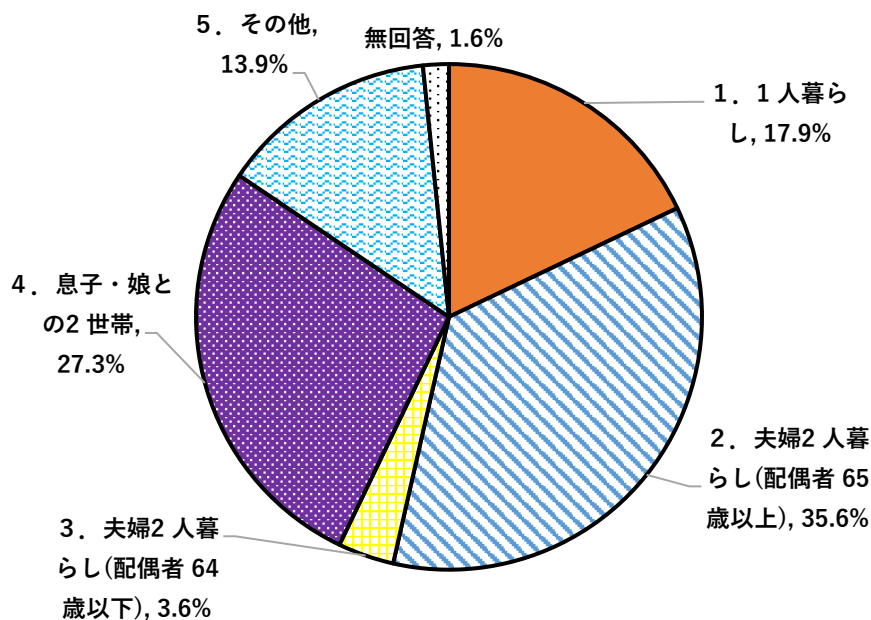
問1 家族や生活状況について

(1) 家族構成をお教えてください

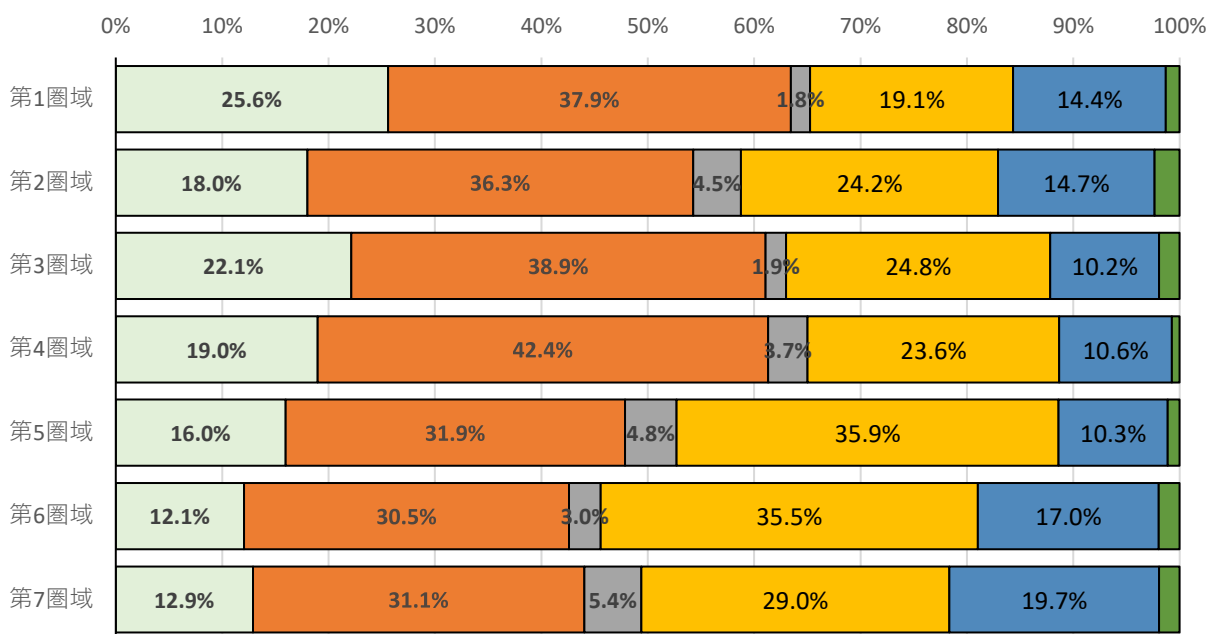
- ・高齡夫婦世帯が中心の地域：第1、第2、第3、第4、および第7圏域では「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が最も多い家族構成です。特に第4圏域（172人）でその傾向が強く現れています。
- ・2世帯同居が中心の地域：第5圏域（126人）および第6圏域（144人）では、他の圏域と異なり「息子・娘との2世帯」が最多の回答となっています。
- ・単身世帯（1人暮らし）の状況：単身世帯は第1圏域（98人）が最も多く、次いで第3圏域（91人）となっています。
- ・比較的若い夫婦世帯：「夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）」はすべての圏域で最も少なく、地域社会の高齡化や世帯構成の偏りを示唆しています。

圏域によって、「高齡夫婦のみで暮らす世帯」が主流のエリアと、「子世代と同居する世帯」が主流のエリアに分かれていることが明確になりました。この違いは、今後の福祉サービスや地域支援のあり方を検討する上で重要な指標となります。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	500	994	100	762	388	46
		割合	17.9%	35.6%	3.6%	27.3%	13.9%	1.6%
日常生活圏域別	第1圏域	383	98	145	7	73	55	5
		割合	25.6%	37.9%	1.8%	19.1%	14.4%	1.3%
	第2圏域	422	76	153	19	102	62	10
		割合	18.0%	36.3%	4.5%	24.2%	14.7%	2.4%
	第3圏域	411	91	160	8	102	42	8
		割合	22.1%	38.9%	1.9%	24.8%	10.2%	1.9%
	第4圏域	406	77	172	15	96	43	3
		割合	19.0%	42.4%	3.7%	23.6%	10.6%	0.7%
	第5圏域	351	56	112	17	126	36	4
		割合	16.0%	31.9%	4.8%	35.9%	10.3%	1.1%
	第6圏域	406	49	124	12	144	69	8
		割合	12.1%	30.5%	3.0%	35.5%	17.0%	2.0%
	第7圏域	411	53	128	22	119	81	8
		割合	12.9%	31.1%	5.4%	29.0%	19.7%	1.9%



- 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 ■ 無回答

問1 家族や生活状況について

(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

・ 介護・介助を必要としない層 すべての圏域において、この回答が圧倒的多数を占めています。特に第2圏域（359人）が最も多く、次いで第4圏域（349人）、第7圏域（345人）となっています。

・ 介護が必要だが受けていない層 「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」と回答した人は、第6圏域（37人）が最も多く、第2圏域（33人）がそれに続きます。一方で、第4圏域（19人）が最も少ない結果となりました。

・ 現在介護を受けている層 「現在、何らかの介護を受けている」人は、第3圏域（30人）が最多で、次いで第7圏域（27人）、第4圏域（26人）の順になっています。

全体として「介護を必要としない」住民が多数派ですが、すべての圏域において「介護が必要であるにもかかわらず、現在は受けていない」という潜在的な支援ニーズを持つ層が一定数（各圏域19～37人）存在していることが浮き彫りになっています。

◆全体

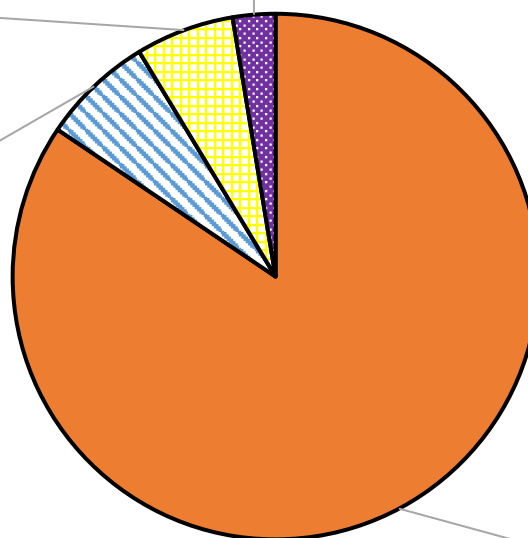
3. 現在、何らかの介護を受けている（介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む）、

6.1%

2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない、

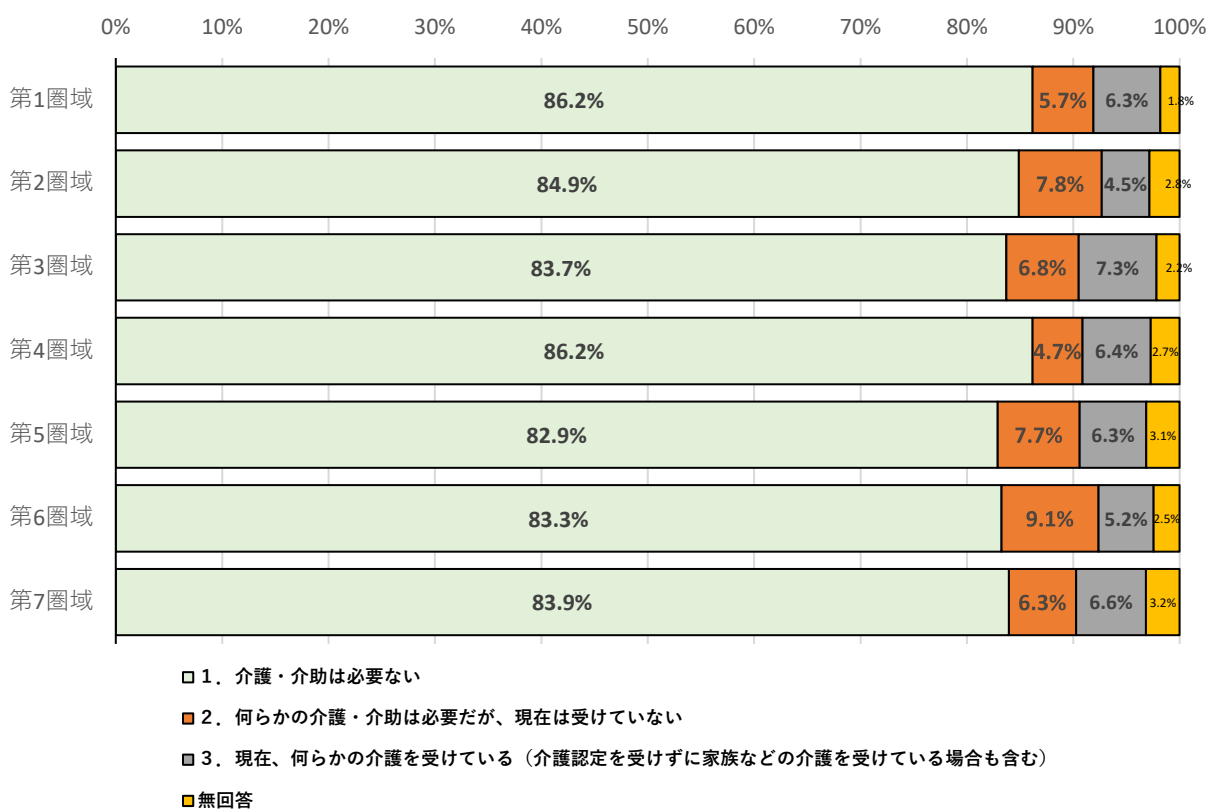
6.9%

無回答, 2.6%



1. 介護・介助は必要ない, 84.4%

		全体	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）	無回答
全 体		2790	2356	192	169	73
		割合	84.4%	6.9%	6.1%	2.6%
日常生活圏域別	第1圏域	383	330	22	24	7
		割合	86.2%	5.7%	6.3%	1.8%
	第2圏域	423	359	33	19	12
		割合	84.9%	7.8%	4.5%	2.8%
	第3圏域	411	344	28	30	9
		割合	83.7%	6.8%	7.3%	2.2%
	第4圏域	405	349	19	26	11
		割合	86.2%	4.7%	6.4%	2.7%
	第5圏域	351	291	27	22	11
		割合	82.9%	7.7%	6.3%	3.1%
	第6圏域	406	338	37	21	10
		割合	83.3%	9.1%	5.2%	2.5%
	第7圏域	411	345	26	27	13
		割合	83.9%	6.3%	6.6%	3.2%

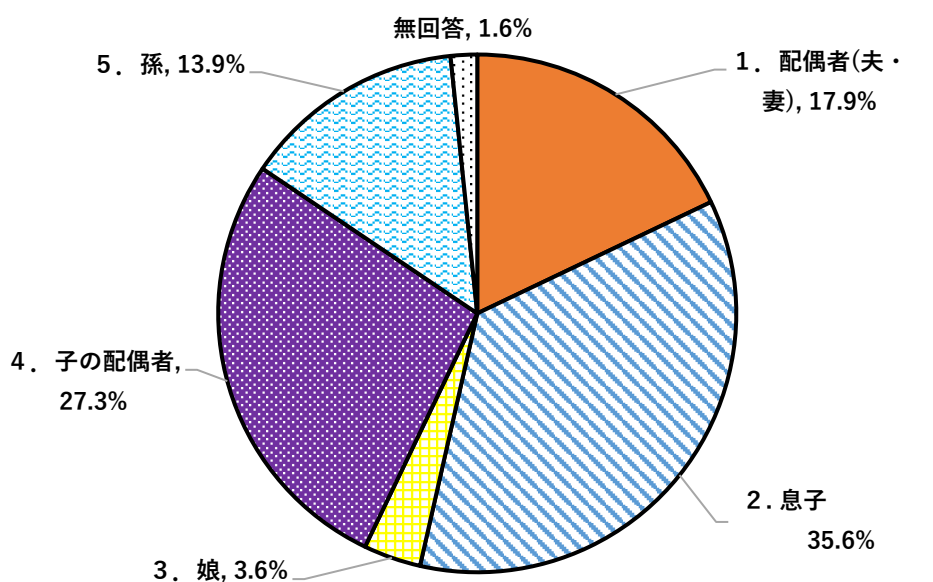


問1 家族や生活状況について

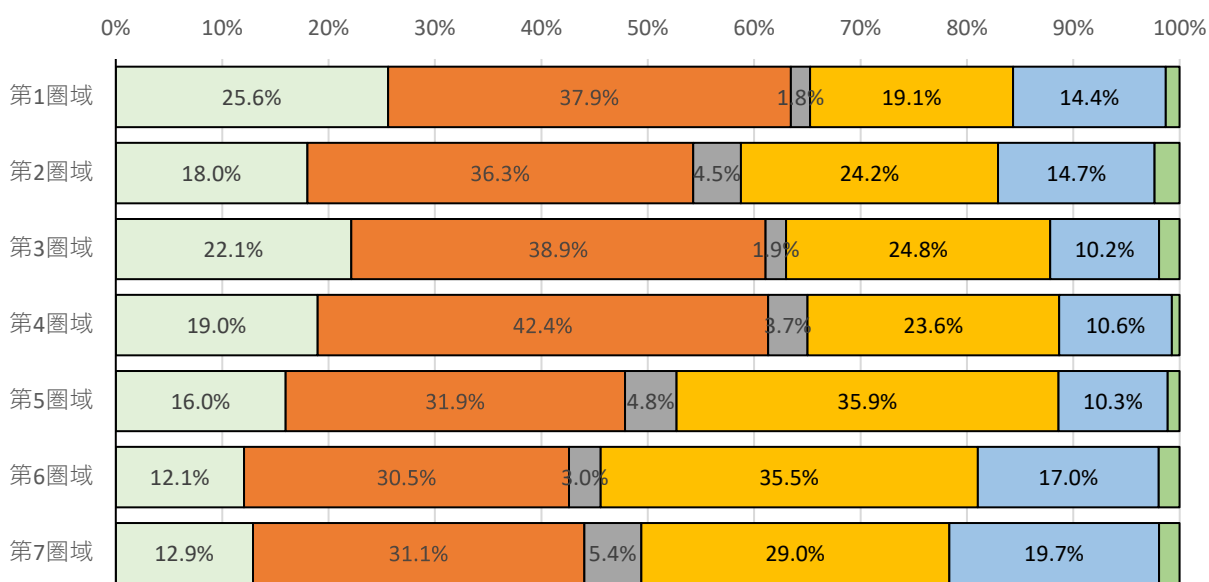
【（２）において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】
主にどなたの介護、介助を受けていますか（いくつでも）

- ・「息子」が主たる介護者である地域：第1、第2、第3、第4、および第7圏域では「息子」が最も多くなっています。特に第4圏域（172人）でその傾向が最も強く現れています。
- ・「子の配偶者」による介護が中心の地域：第5圏域（126人）および第6圏域（144人）では、他の圏域と異なり「子の配偶者」が最多の回答となっています。
- ・「配偶者」による介護の状況：「配偶者（夫・妻）」による介護も一定数見られ、第1圏域（98人）や第3圏域（91人）で比較的高い数値を示しています。
- ・その他の家族構成員：「孫」による介護も第7圏域（81人）や第6圏域（69人）で一定の割合を占めていますが、「娘」と回答した人はすべての圏域で少数（7～22人）にとどまっています。
多くの圏域において、実子である息子や、その配偶者が介護の主軸を担っている実態が明らかになりました。これまでの「家族構成」の調査結果と合わせると、同居または近居している子世代への介護負担の大きさが推測されます。

◆全体



		全体	【（２）において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】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	無回答
全 体		2790	500	994	100	762	388	46
		割合	17.9%	35.6%	3.6%	27.3%	13.9%	1.6%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	98	145	7	73	55	5
		割合	25.6%	37.9%	1.8%	19.1%	14.4%	1.3%
	第2圏域	422	76	153	19	102	62	10
		割合	18.0%	36.3%	4.5%	24.2%	14.7%	2.4%
	第3圏域	411	91	160	8	102	42	8
		割合	22.1%	38.9%	1.9%	24.8%	10.2%	1.9%
	第4圏域	406	77	172	15	96	43	3
		割合	19.0%	42.4%	3.7%	23.6%	10.6%	0.7%
	第5圏域	351	56	112	17	126	36	4
		割合	16.0%	31.9%	4.8%	35.9%	10.3%	1.1%
	第6圏域	406	49	124	12	144	69	8
		割合	12.1%	30.5%	3.0%	35.5%	17.0%	2.0%
	第7圏域	411	53	128	22	119	81	8
		割合	12.9%	31.1%	5.4%	29.0%	19.7%	1.9%



- ☐ 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
 ☐ 無回答

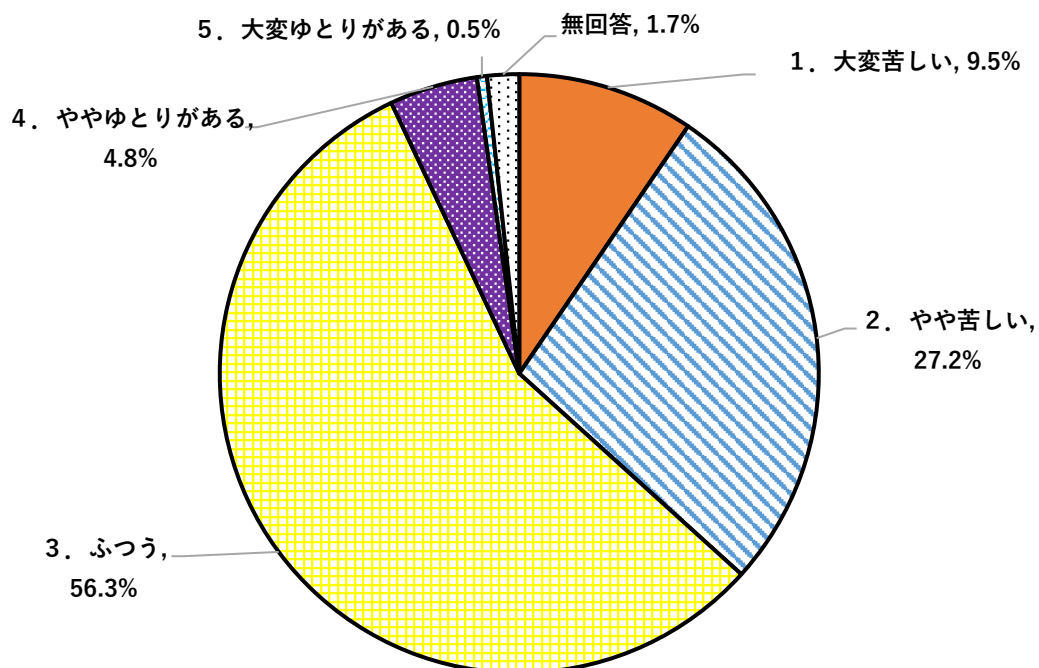
問1 家族や生活状況について

(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

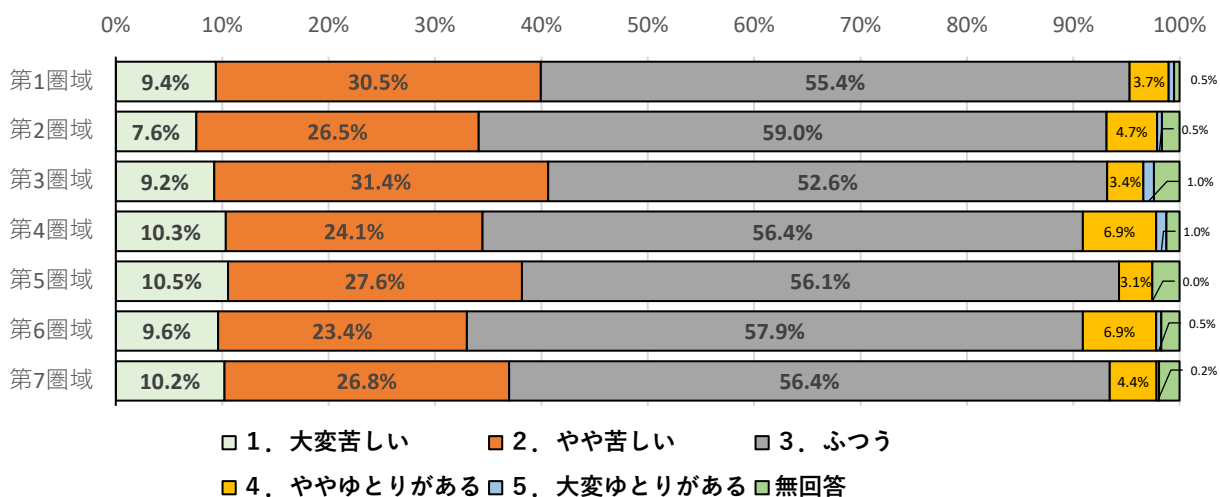
- ・「ふつう」と回答した層：すべての圏域で最多の回答ですが、特に第2圏域（249人）、第6圏域（235人）、第7圏域（232人）でその傾向が顕著です。
- ・経済的な苦しさを感じている層：「大変苦しい」と「やや苦しい」を合わせた回答は、第3圏域（計167人）が最も多く、次いで第1圏域（計153人）、第7圏域（計152人）となっています。
- ・「ゆとりがある」と回答した層：全体的に非常に少なく、最も多い第4圏域と第6圏域でも28人にとどまっています。一方で、第5圏域（11人）が最も少ない結果となりました。

過半数の住民は現在の生活を「ふつう」と捉えていますが、「大変苦しい」「やや苦しい」と回答した層も各圏域で一定数（約130～160人台）存在しており、生活の厳しさを感じている住民が少なくない実態が示されています。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	266	758	1570	133	15	48
		割合	9.5%	27.2%	56.3%	4.8%	0.5%	1.7%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	36	117	212	14	2	2
		割合	9.4%	30.5%	55.4%	3.7%	0.5%	0.5%
	第2圏域	422	32	112	249	20	2	7
		割合	7.6%	26.5%	59.0%	4.7%	0.5%	1.7%
	第3圏域	411	38	129	216	14	4	10
		割合	9.2%	31.4%	52.6%	3.4%	1.0%	2.4%
	第4圏域	406	42	98	229	28	4	5
		割合	10.3%	24.1%	56.4%	6.9%	1.0%	1.2%
	第5圏域	351	37	97	197	11	0	9
		割合	10.5%	27.6%	56.1%	3.1%	0.0%	2.6%
	第6圏域	406	39	95	235	28	2	7
		割合	9.6%	23.4%	57.9%	6.9%	0.5%	1.7%
	第7圏域	411	42	110	232	18	1	8
		割合	10.2%	26.8%	56.4%	4.4%	0.2%	1.9%



問1 家族や生活状況について

(4) お住まいは戸建て、または集合住宅のどちらですか

・「持家（戸建て）」の普及 すべての圏域で300人以上の回答があり、特に第6圏域（397人）、第7圏域（395人）、第2圏域（390人）で非常に高い数値を示しています。

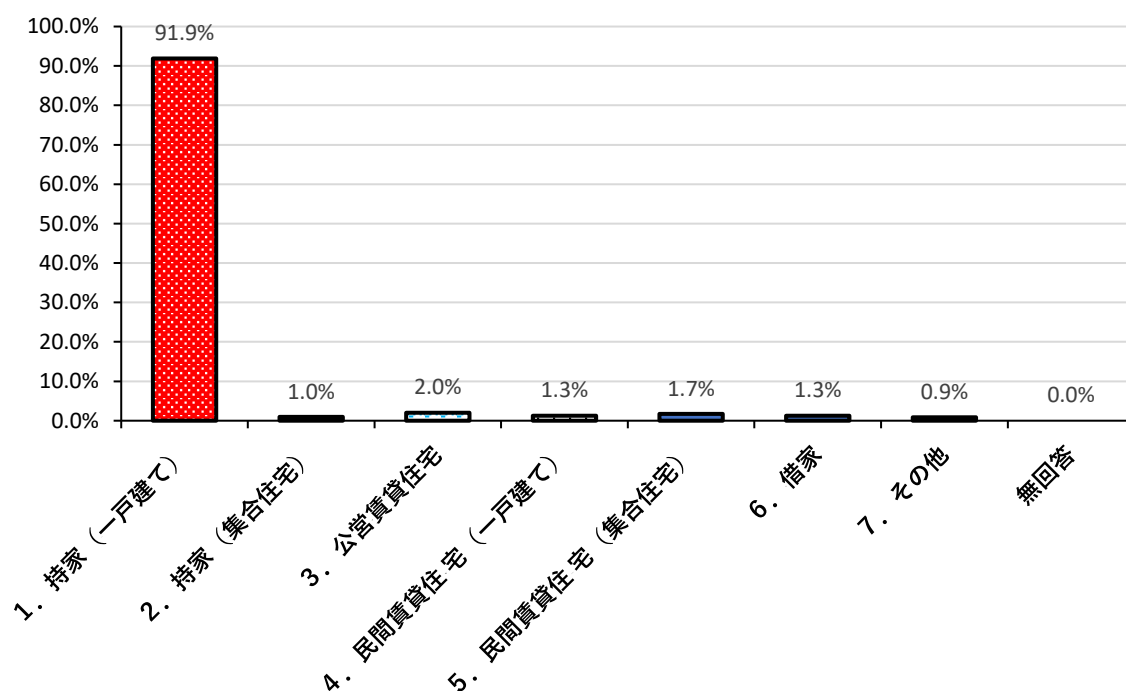
・その他の住居形態 集合住宅や賃貸住宅の割合は戸建てに比べて極めて低くなっています。

○ 持家（集合住宅）：第4圏域（16人）や第1圏域（13人）が比較的多くなっていますが、全体から見れば少数です。

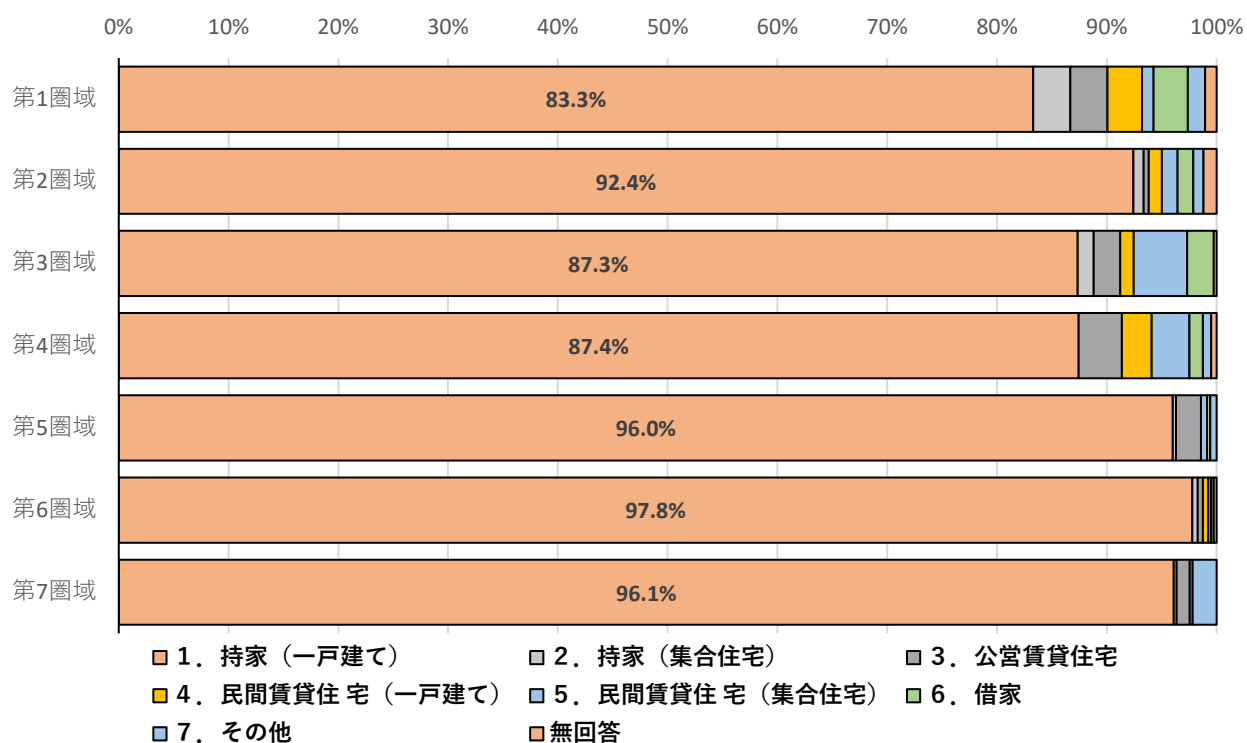
○ 賃貸・公営住宅：第3圏域の民間賃貸住宅（集合住宅）で20人、第1圏域の公営賃貸住宅で13人といった回答が見られますが、多くの圏域で一桁台にとどまっています。

全圏域にわたって「持家の戸建て」が居住の中心となっており、地域社会が定住性の高い住環境で構成されている実態が浮き彫りになりました。

◆全体



		全体	お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか							
			1. 持家 (一戸建て)	2. 持家 (集合住宅)	3. 公営賃 貸住宅	4. 民間賃 貸住宅 (一戸建て)	5. 民間賃 貸住宅 (集合住宅)	6. 借家	7. その他	無回答
全 体		2790	2552	27	56	35	48	35	24	13
		割合	91.5%	1.0%	2.0%	1.3%	1.7%	1.3%	0.9%	0.5%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	319	13	13	12	4	12	6	4
		割合	83.3%	3.4%	3.4%	3.1%	1.0%	3.1%	1.6%	1.0%
	第2圏域	422	390	4	2	5	6	6	4	5
		割合	92.4%	0.9%	0.5%	1.2%	1.4%	1.4%	0.9%	1.2%
	第3圏域	411	359	6	10	5	20	10	0	1
		割合	87.3%	1.5%	2.4%	1.2%	4.9%	2.4%	0.0%	0.2%
	第4圏域	406	355	0	16	11	14	5	3	2
		割合	87.4%	0.0%	3.9%	2.7%	3.4%	1.2%	0.7%	0.5%
	第5圏域	351	337	1	8	0	2	1	2	0
		割合	96.0%	0.3%	2.3%	0.0%	0.6%	0.3%	0.6%	0.0%
	第6圏域	406	397	2	2	2	1	1	0	1
		割合	97.8%	0.5%	0.5%	0.5%	0.2%	0.2%	0.0%	0.2%
	第7圏域	411	395	1	5	0	1	0	9	0
		割合	96.1%	0.2%	1.2%	0.0%	0.2%	0.0%	2.2%	0.0%



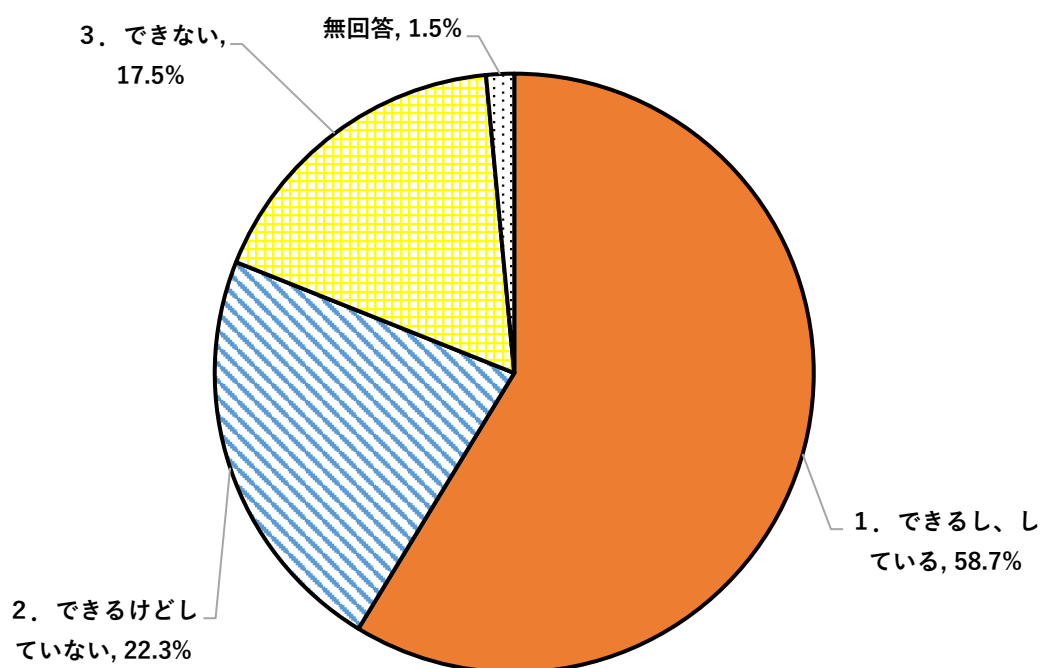
問2 からだを動かすことについて

(1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

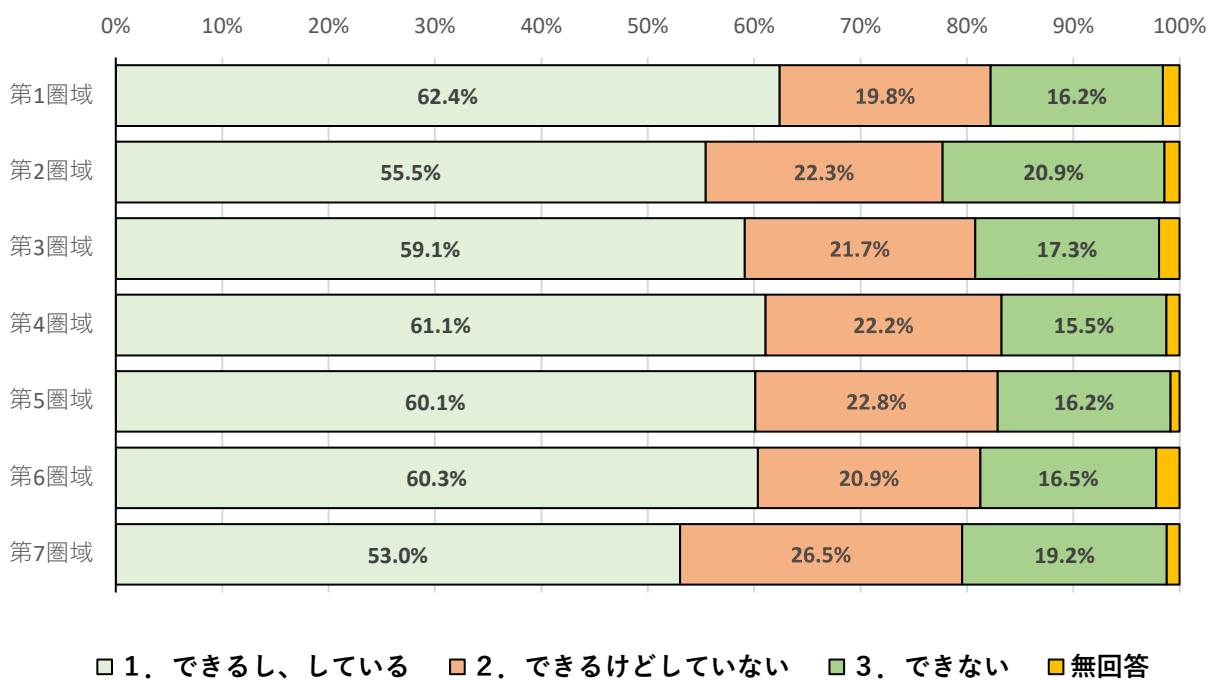
- ・自立して昇降できている層：第4圏域（248人）が最も多く、次いで第6圏域（245人）、第3圏域（243人）の順となっています。
- ・能力はあるが控えている層：「できるけどしていない」という回答は、第7圏域（109人）が最も多く、次いで第2圏域（94人）となっています。
- ・昇降が困難な層：「できない」と回答した人は、第2圏域（88人）が最多で、第7圏域（79人）、第3圏域（71人）がそれに続きます。

多くの住民が高い身体機能を維持していますが、各圏域で約130～180人程度の住民が「できるけどしていない」または「できない」と回答しています。前回の調査結果で「持家（一戸建て）」が圧倒的に多かったことを踏まえると、自宅内での移動や生活の安全性を確保するための、住環境整備やフレイル（虚弱）予防の重要性が示唆されます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	1638	623	487	0
		割合	58.7%	22.3%	17.5%	0.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	239	76	62	6
		割合	62.4%	19.8%	16.2%	1.6%
	第2圏域	422	234	94	88	6
		割合	55.5%	22.3%	20.9%	1.4%
	第3圏域	411	243	89	71	8
		割合	59.1%	21.7%	17.3%	1.9%
	第4圏域	406	248	90	63	5
		割合	61.1%	22.2%	15.5%	1.2%
	第5圏域	351	211	80	57	3
		割合	60.1%	22.8%	16.2%	0.9%
	第6圏域	406	245	85	67	9
		割合	60.3%	20.9%	16.5%	2.2%
	第7圏域	411	218	109	79	5
		割合	53.0%	26.5%	19.2%	1.2%



問2 からだを動かすことについて

(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

すべての圏域において、「できるし、している（何もつかまらずに立てる）」と回答した人が圧倒的に多く、基本的な身体機能を維持している層が大多数を占めています。

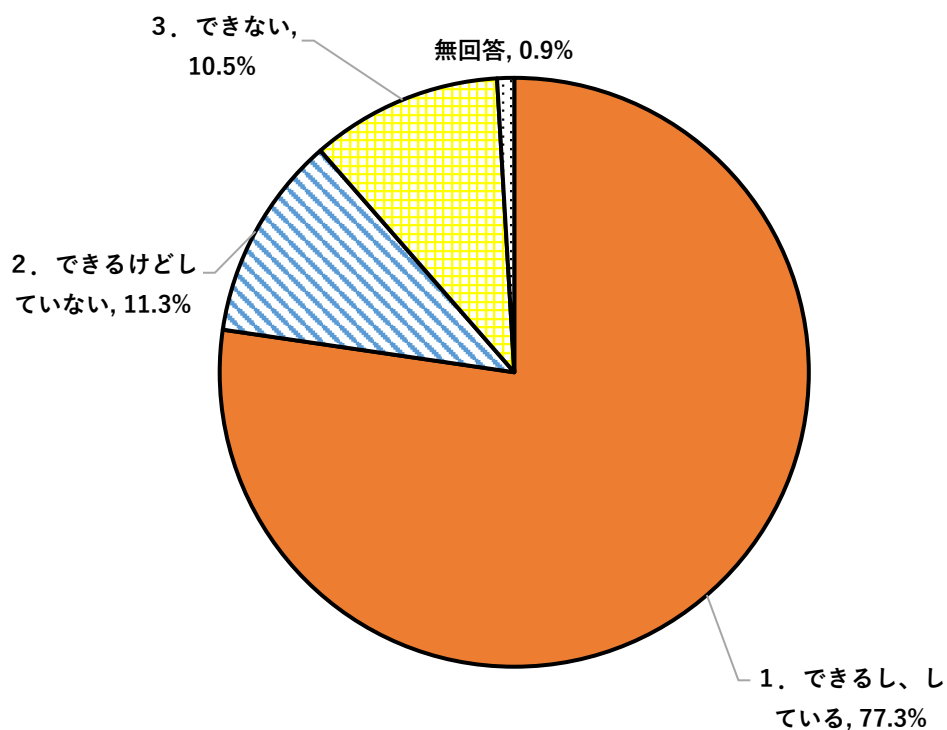
・自立して立ち上がれている層：第3圏域および第4圏域（各324人）が最も多く、次いで第6圏域（323人）、第2圏域（322人）の順となっています。

・能力はあるが控えている層：「できるけどしていない」という回答は、第7圏域（56人）が最も多く、次いで第2圏域（53人）となっています。

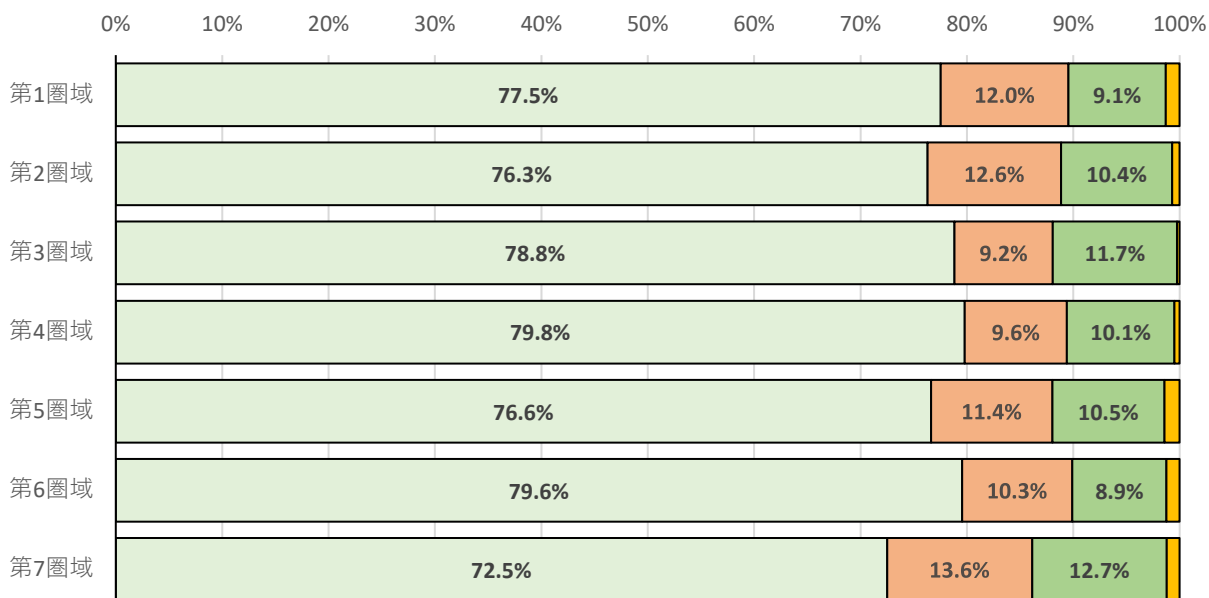
・立ち上がりが困難な層：「できない」と回答した人は、第7圏域（52人）が最多で、第3圏域（48人）、第2圏域（44人）がそれに続きます。

多くの住民が自立した動作を維持していますが、第7圏域や第2圏域では「できない」または「できるけどしていない」と回答した人が合計で100人前後存在しています。前回の「階段昇降」の結果と同様に、日常生活の基本動作に不安を感じ始めている層を把握し、筋力低下の予防や住環境の安全性を検討する重要な指標となります。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	2157	314	293	0
		割合	77.3%	11.3%	10.5%	0.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	297	46	35	5
		割合	77.5%	12.0%	9.1%	1.3%
	第2圏域	422	322	53	44	3
		割合	76.3%	12.6%	10.4%	0.7%
	第3圏域	411	324	38	48	1
		割合	78.8%	9.2%	11.7%	0.2%
	第4圏域	406	324	39	41	2
		割合	79.8%	9.6%	10.1%	0.5%
	第5圏域	351	269	40	37	5
		割合	76.6%	11.4%	10.5%	1.4%
	第6圏域	406	323	42	36	5
		割合	79.6%	10.3%	8.9%	1.2%
	第7圏域	411	298	56	52	5
		割合	72.5%	13.6%	12.7%	1.2%



☐ 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
 ☐ 無回答

問2 からだを動かすことについて

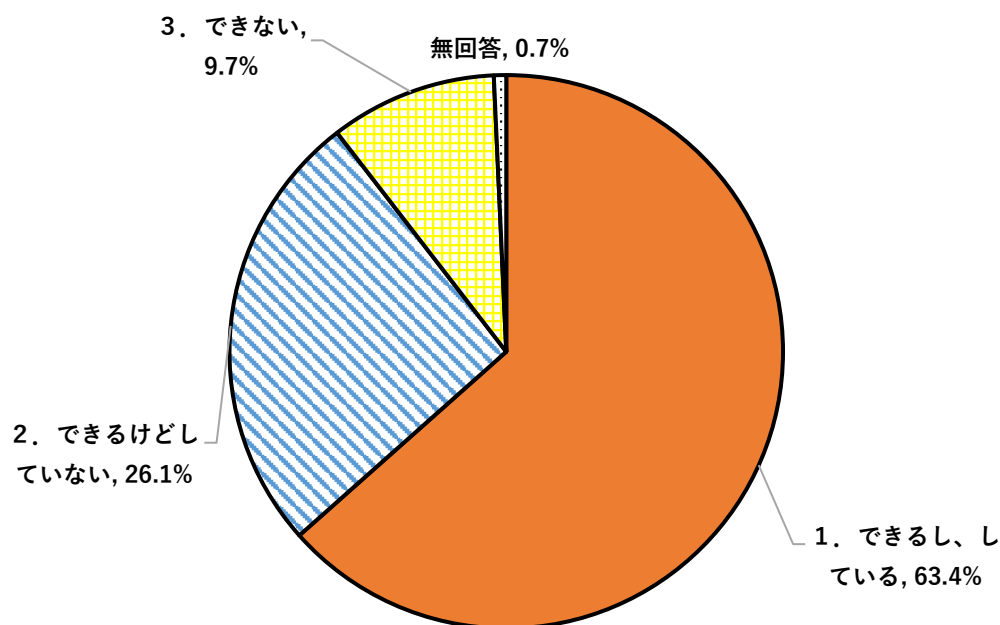
(3) 15分位続けて歩いていますか

すべての圏域において、「できるし、している（15分位続けて歩いている）」と回答した人が最も多く、日常的な移動能力を維持している層が主流です。

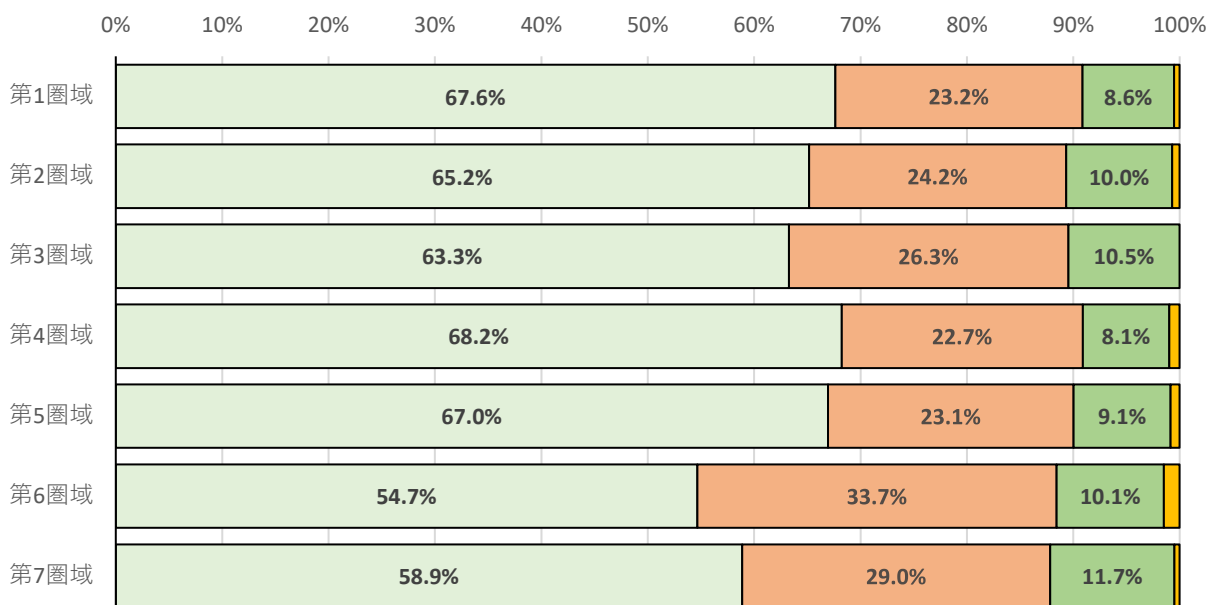
- ・自立して歩行を継続している層：第4圏域（277人）が最も多く、次いで第2圏域（275人）、第3圏域（260人）の順となっています。
- ・能力はあるが控えている層：「できるけどしていない」という回答は、第6圏域（137人）が最も多く、次いで第7圏域（119人）となっています。第6圏域においては、他の圏域に比べてこの層の割合が高いのが特徴的です。
- ・歩行が困難な層：「できない」と回答した人は、第7圏域（48人）が最多で、第3圏域（43人）、第2圏域（42人）がそれに続きます。

これまでの「階段昇降」や「椅子からの立ち上がり」の結果と同様に、多くの住民が基本的な身体機能を備えていますが、第6圏域や第7圏域では、身体能力はありながらも実際には歩いていない、あるいは歩行が困難な層が比較的多い傾向が見られます。持家の一戸建てが多いという居住実態を踏まえ、健康維持のための外出支援や、フレイル（虚弱）を予防するための運動習慣の定着が今後の課題といえます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	1770	728	272	0
		割合	63.4%	26.1%	9.7%	0.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	259	89	33	2
		割合	67.6%	23.2%	8.6%	0.5%
	第2圏域	422	275	102	42	3
		割合	65.2%	24.2%	10.0%	0.7%
	第3圏域	411	260	108	43	0
		割合	63.3%	26.3%	10.5%	0.0%
	第4圏域	406	277	92	33	4
		割合	68.2%	22.7%	8.1%	1.0%
	第5圏域	351	235	81	32	3
		割合	67.0%	23.1%	9.1%	0.9%
	第6圏域	406	222	137	41	6
		割合	54.7%	33.7%	10.1%	1.5%
	第7圏域	411	242	119	48	2
		割合	58.9%	29.0%	11.7%	0.5%



☐ 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
 ☐ 無回答

問2 からだを動かすことについて

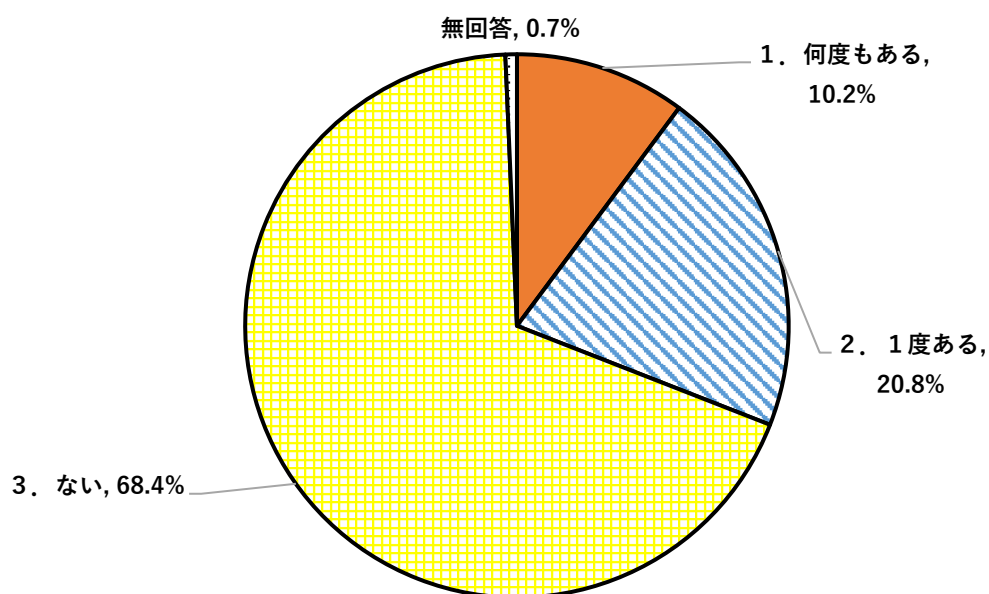
(4) 過去1年間に転んだ経験がありますか

すべての圏域において、「ない（転倒していない）」と回答した人が最も多く、全体の約7割を占めています。しかし、残りの約3割の住民は何らかの転倒を経験しており、転倒リスクへの対策が重要であることが示唆されます。

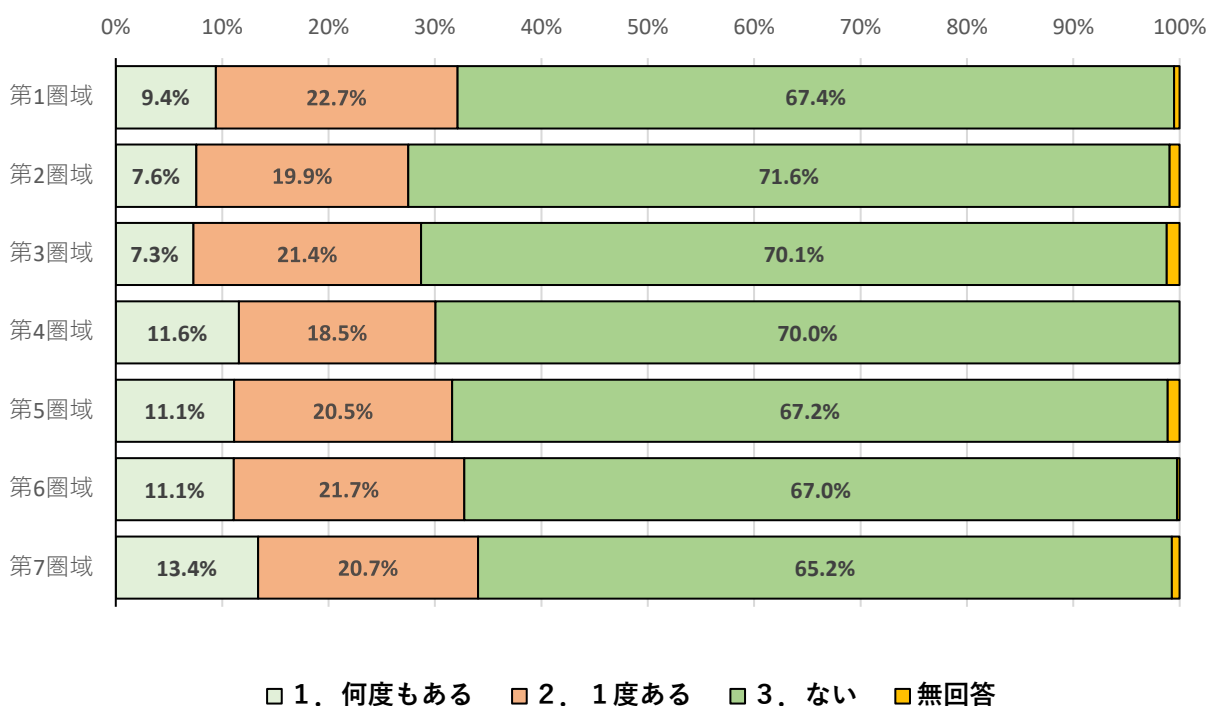
- ・転倒経験がない層：すべての圏域で最多ですが、特に第2圏域（302人）で最も多くなっています。
- ・1度でも転倒経験がある層（「何度もある」と「1度ある」の合計）：転倒経験者の合計が最も多いのは第7圏域（140人）で、次いで第6圏域（133人）、第4圏域（122人）の順となっています。
- ・繰り返し転倒している層（「何度もある」）：第7圏域（55人）が最も多く、第4圏域（47人）、第6圏域（45人）がそれに続きます。一方で、第3圏域（30人）が最も少ない結果となりました。

これまでの「階段昇降」「立ち上がり」「歩行能力」の調査結果と合わせると、身体機能に不安を感じている層（「できない」等）が多い圏域ほど、実際の転倒経験者も多い傾向が見て取れます。特に第7圏域や第6圏域では転倒リスクが高まっており、以前の結果で示された「持家（一戸建て）」での生活を安全に継続するためには、転倒予防の啓発や住宅改修などの支援が急務と言えます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	284	579	1908	0
		割合	10.2%	20.8%	68.4%	0.0%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	36	87	258	2
		割合	9.4%	22.7%	67.4%	0.5%
	第2圏域	422	32	84	302	4
		割合	7.6%	19.9%	71.6%	0.9%
	第3圏域	411	30	88	288	5
		割合	7.3%	21.4%	70.1%	1.2%
	第4圏域	406	47	75	284	0
		割合	11.6%	18.5%	70.0%	0.0%
	第5圏域	351	39	72	236	4
		割合	11.1%	20.5%	67.2%	1.1%
	第6圏域	406	45	88	272	1
		割合	11.1%	21.7%	67.0%	0.2%
	第7圏域	411	55	85	268	3
		割合	13.4%	20.7%	65.2%	0.7%



問2 からだを動かすことについて

(5) 転倒に対する不安は大きいですか

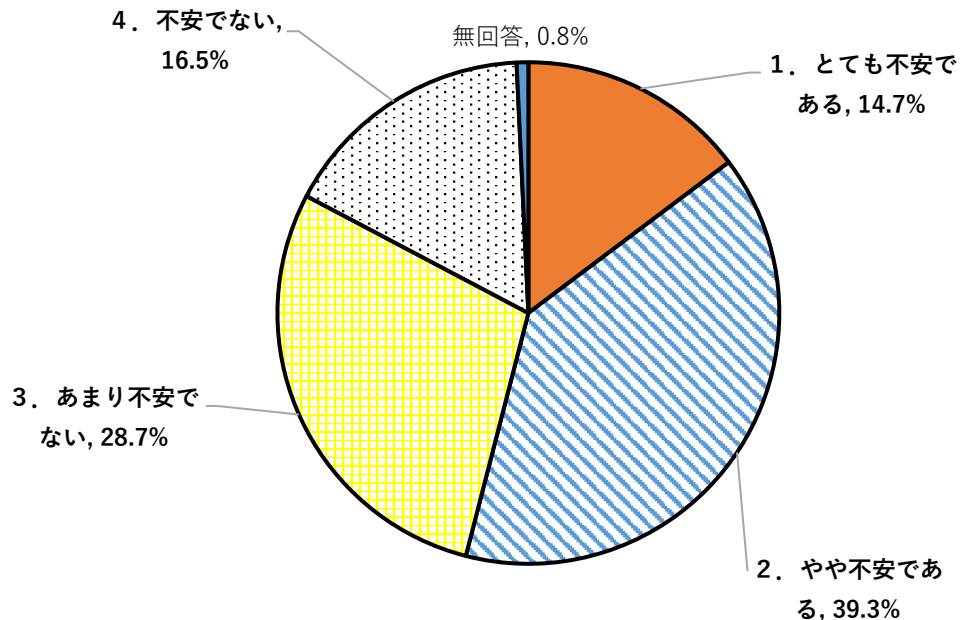
すべての圏域において、「やや不安である」と回答した人が最も多く、何らかの不安を感じている層（「とても不安」と「やや不安」の合計）が過半数を占めています。

- ・不安を感じている層（「とても不安」＋「やや不安」）：不安を感じている人の合計が最も多いのは、第3圏域および第7圏域（各229人）です。次いで第2圏域（227人）、第6圏域（222人）の順となっています。
- ・強い不安を感じている層（「とても不安である」）：第3圏域（70人）が最も多く、第6圏域（69人）、第2圏域および第5圏域（各64人）がそれに続きます。
- ・不安を感じていない層（「あまり不安でない」＋「不安でない」）：第4圏域（計193人）が最も多く、次いで第2圏域（計191人）となっています。一方で、第5圏域（計158人）が最も少ない結果となりました。

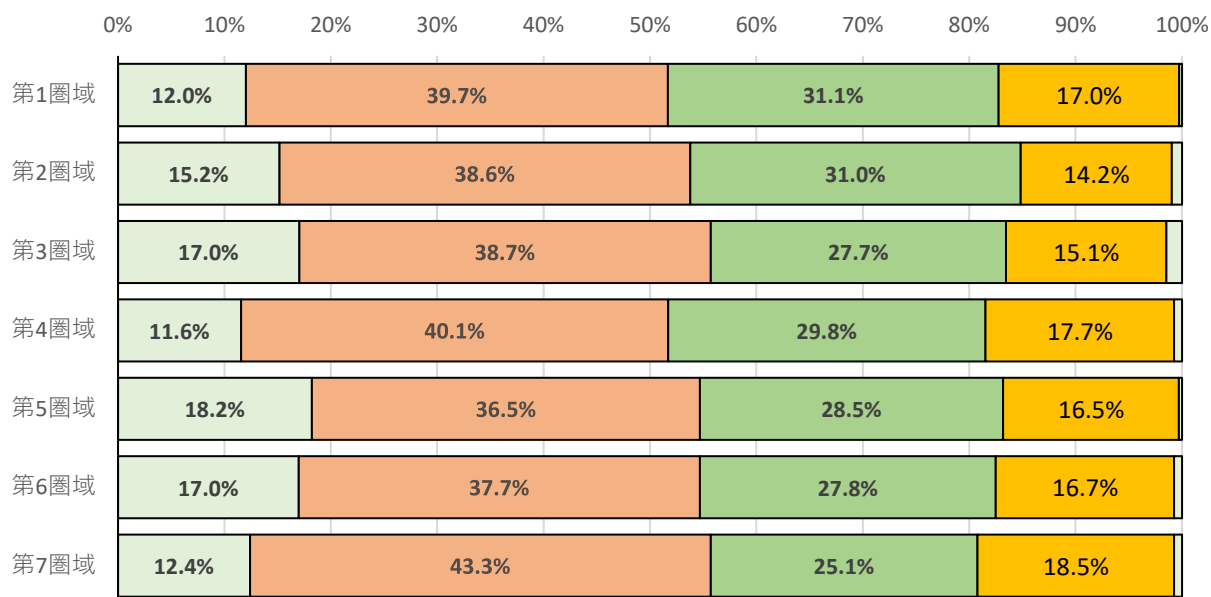
これまでの調査結果で示された「実際の転倒経験」や「身体機能（階段昇降や歩行能力など）」のデータと照らし合わせると、実際に転倒を経験した人が多かった第7圏域や、身体機能に不安が見られた第3圏域などで、心理的な不安も高い傾向が裏付けられました。

多くの住民が持家の一戸建てに住んでいるという背景を踏まえると、転倒への不安を軽減するための住環境のバリアフリー化や、筋力維持のための具体的なプログラムの提供が、安心感の向上に直結すると考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	411	1096	801	461	21
		割合	14.7%	39.3%	28.7%	16.5%	0.8%
日常生活圏域別	第1圏域	383	46	152	119	65	1
		割合	12.0%	39.7%	31.1%	17.0%	0.3%
	第2圏域	422	64	163	131	60	4
		割合	15.2%	38.6%	31.0%	14.2%	0.9%
	第3圏域	411	70	159	114	62	6
		割合	17.0%	38.7%	27.7%	15.1%	1.5%
	第4圏域	406	47	163	121	72	3
		割合	11.6%	40.1%	29.8%	17.7%	0.7%
	第5圏域	351	64	128	100	58	1
		割合	18.2%	36.5%	28.5%	16.5%	0.3%
	第6圏域	406	69	153	113	68	3
		割合	17.0%	37.7%	27.8%	16.7%	0.7%
	第7圏域	411	51	178	103	76	3
		割合	12.4%	43.3%	25.1%	18.5%	0.7%



☐ 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
☐ 無回答

問2 からだを動かすことについて

(6) 週に1回以上は外出していますか

すべての圏域において、「週2～4回」または「週5回以上」外出している人が圧倒的多数を占めており、住民の多くが日常的に高い活動性を維持していることがわかります。

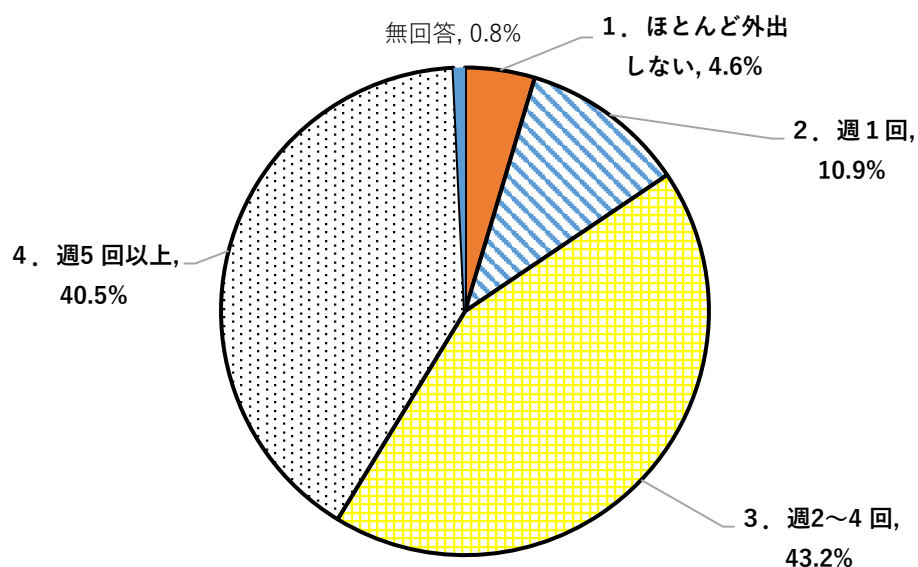
・非常に活動的な層（「週5回以上」）：第3圏域（186人）が最も多く、次いで第4圏域（171人）、第2圏域（165人）の順となっています。

・定期的に外出している層（「週2～4回」）：第7圏域（190人）が最多で、第2圏域（187人）、第4圏域（171人）がそれに続きます。

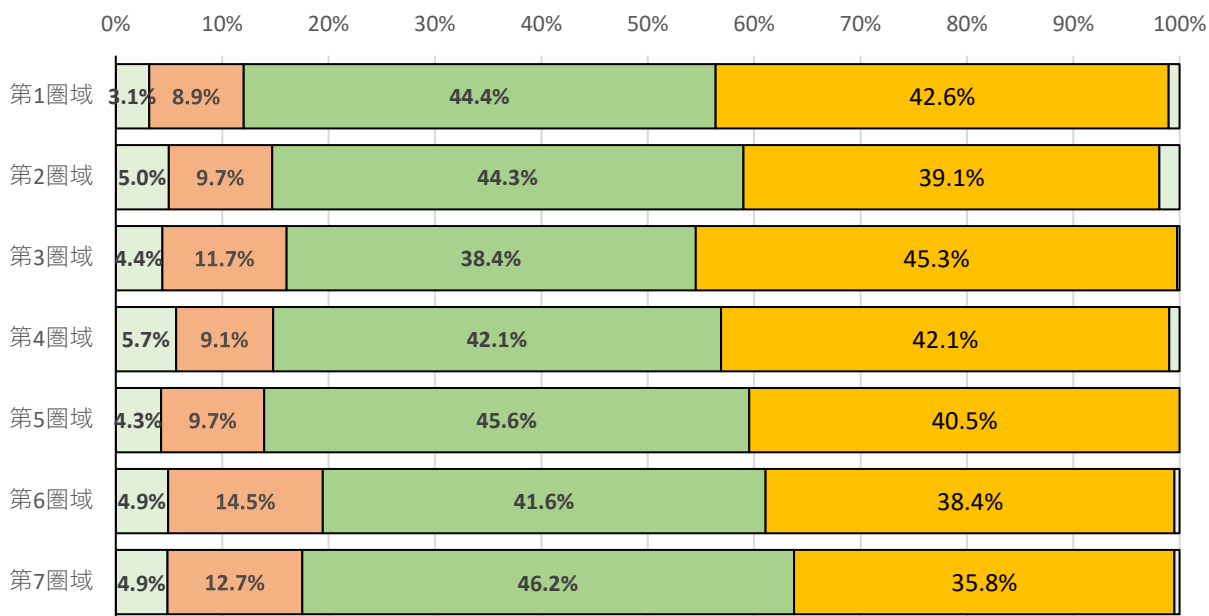
・外出が少ない層（「ほとんど外出しない」）：すべての圏域で少数派ですが、第4圏域（23人）が最も多く、次いで第2圏域（21人）、第6・第7圏域（各20人）となっています。

これまでの調査結果で示された「歩行能力」や「階段昇降能力」の高さが、実際の「外出」という行動に結びついていることが確認できました。一方で、どの圏域にも「ほとんど外出しない」あるいは「週1回」という外出頻度の低い層が一定数（各圏域46～79人程度）存在しています。前回の「転倒に対する不安」の結果と合わせると、身体機能への不安や実際の転倒経験が外出を控える要因になっている可能性も考えられ、閉じこもりを防止するための支援が重要となります。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	129	305	1205	1130	21
		割合	4.6%	10.9%	43.2%	40.5%	0.8%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	12	34	170	163	4
		割合	3.1%	8.9%	44.4%	42.6%	1.0%
	第2圏域	422	21	41	187	165	8
		割合	5.0%	9.7%	44.3%	39.1%	1.9%
	第3圏域	411	18	48	158	186	1
		割合	4.4%	11.7%	38.4%	45.3%	0.2%
	第4圏域	406	23	37	171	171	4
		割合	5.7%	9.1%	42.1%	42.1%	1.0%
	第5圏域	351	15	34	160	142	0
		割合	4.3%	9.7%	45.6%	40.5%	0.0%
	第6圏域	406	20	59	169	156	2
		割合	4.9%	14.5%	41.6%	38.4%	0.5%
	第7圏域	411	20	52	190	147	2
		割合	4.9%	12.7%	46.2%	35.8%	0.5%



□ 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 □ 無回答

問2 からだを動かすことについて

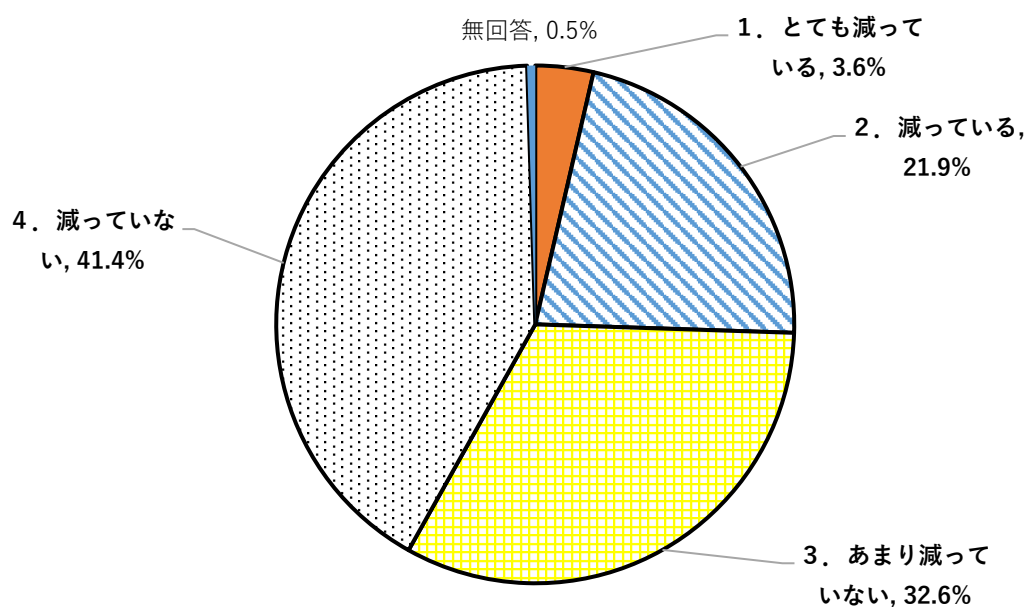
(7) 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

すべての圏域において、「減っていない」または「あまり減っていない」と回答した人が多数派を占めており、全体として住民の外出習慣は前年と比較して概ね維持されていることがわかります。

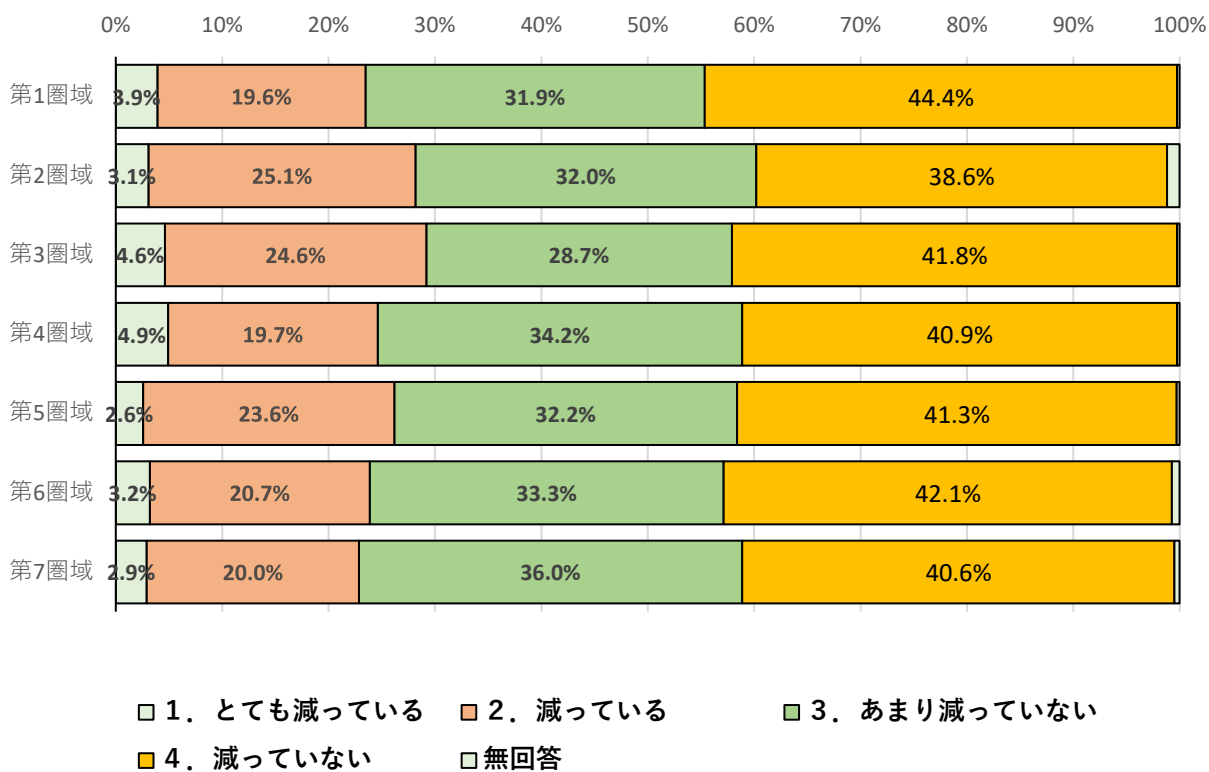
- ・外出頻度を維持している層（「減っていない」）：すべての圏域で最も多い回答であり、特に第3圏域（172人）、第6圏域（171人）、第1圏域（170人）でその傾向が顕著です。
- ・外出が減ったと感じている層（「とても減っている」＋「減っている」）：外出が減少した人の合計が最も多いのは第3圏域（計120人）で、次いで第2圏域（計119人）となっています。
- ・顕著に減少している層（「とても減っている」）：いずれの圏域でも少数ですが、第4圏域（20人）が最も多く、次いで第3圏域（19人）となっています。

これまでの調査で「多くの住民が週2回以上外出している」という活発な実態が見られましたが、今回のデータにより、その活動性が昨年から大きく衰えていないことが裏付けられました。一方で、第2・第3圏域を中心に、年間で外出が減ったと感じている層が100人を超えている点には注意が必要です。これまでの調査で示された「転倒に対する不安」や「身体機能の微妙な変化」が外出控えのきっかけとなっていないか、活動性を維持するための継続的なアプローチが重要となります。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	101	611	910	1154	14
		割合	3.6%	21.9%	32.6%	41.4%	0.5%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	15	75	122	170	1
		割合	3.9%	19.6%	31.9%	44.4%	0.3%
	第2圏域	422	13	106	135	163	5
		割合	3.1%	25.1%	32.0%	38.6%	1.2%
	第3圏域	411	19	101	118	172	1
		割合	4.6%	24.6%	28.7%	41.8%	0.2%
	第4圏域	406	20	80	139	166	1
		割合	4.9%	19.7%	34.2%	40.9%	0.2%
	第5圏域	351	9	83	113	145	1
		割合	2.6%	23.6%	32.2%	41.3%	0.3%
	第6圏域	406	13	84	135	171	3
		割合	3.2%	20.7%	33.3%	42.1%	0.7%
	第7圏域	411	12	82	148	167	2
		割合	2.9%	20.0%	36.0%	40.6%	0.5%



問3 食べることについて

(1)身長・体重

【身長の階級別・圏域別人数一覧】

身長の階級	第1圏域	第2圏域	第3圏域	第4圏域	第5圏域	第6圏域	第7圏域
125-130cm	0	0	0	0	0	0	1
130-135cm	1	2	0	1	2	3	4
135-140cm	1	2	1	1	3	2	2
140-145cm	3	8	13	11	10	11	9
145-150cm	12	30	35	34	33	34	37
150-155cm	19	41	55	53	39	57	57
155-160cm	28	51	71	66	51	76	59
160-165cm	25	57	62	76	54	57	62
165-170cm	21	27	40	46	42	41	38
170-175cm	12	24	30	25	19	24	25
175-180cm	9	11	11	14	10	11	10
180-185cm	5	0	8	1	0	1	3
185-190cm	0	0	0	0	0	0	1

【体重の階級別・圏域別人数一覧】

体重の階級	第1圏域	第2圏域	第3圏域	第4圏域	第5圏域	第6圏域	第7圏域
30kg 未満	0	0	0	0	1	0	1
30-35kg	2	2	2	2	2	4	7
35-40kg	10	9	4	7	8	12	10
40-45kg	26	32	34	26	21	35	42
45-50kg	56	63	60	60	45	65	70
50-55kg	65	68	75	70	58	80	85
55-60kg	60	64	72	75	55	70	68
60-65kg	72	58	65	80	52	68	75
65-70kg	58	55	60	62	50	60	60
70-75kg	45	42	41	45	38	45	48
75-80kg	32	30	35	34	28	32	35
80-85kg	18	15	20	25	20	24	22
85-90kg	12	10	11	14	10	11	12
90-95kg	5	4	5	6	4	5	8
95-100kg	2	1	2	1	1	2	2
100kg 以上	0	1	0	0	0	2	0

・分析の精度を担保するため、身体統計学の専門的見地から以下のデータクレンジングおよび統計処理を実施した。

- データ整理の基準（クレンジング方針）：

- 欠損値の排除: 身長または体重のいずれかが未記載のデータ、および性別・圏域不明のサンプルは統計的ノイズとなるため、分母（N）から完全に除外した。
- 異常値の厳格な除外: 147cm/16.6kg（第5圏域・女）や136cm/139kg（第6圏域・女）といった、入力エラーまたは極端な外れ値と判断されるデータは、平均値を歪める要因となるため計算対象から排除した。
- 身体統計学的フィルタリング: 成人の身体統計として物理的に不自然な数値（身長48cm等）も同様に除外している。

- 主要指標の定義:

- 算術平均 ($\bar{X}$): 各集団の中心的な体格指標。
- 分布範囲 (Min-Max): 設計上の「クリアランス（余裕）」と「調整幅」を決定するための境界値。
- サンプル数 (N): 統計的優位性を評価するための有効サンプル数。

1 全圏域における身体傾向

全7圏域、総計1,800件超の有効サンプルを統合

性別	有効サンプル数 (N)	平均身長 ($\bar{X}$)	平均体重 ($\bar{X}$)	身長範囲 (Min-Max)	体重範囲 (Min-Max)
男性	964	166.6 cm	64.9 kg	140.0 - 189.0 cm	37.0 - 116.0 kg
女性	1,163	152.7 cm	52.8 kg	127.0 - 184.0 cm	30.0 - 91.0 kg

全体概況の分析 算術平均において、男性は166cm台、女性は152cm台に収束している。特筆すべきは体重の分散である。男性では116kgに達する個体が存在する一方、女性では30kg台の層も一定数含まれている。

性別による顕著な差異 男性は女性に比べ身長・体重ともに分布が広い。

2 圏域別身長・体重の身体傾向

第 1 圏域

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	141	167.3	65.6	145.0 - 184.0	40.0 - 96.0
女性	162	153.3	52.8	130.0 - 184.0	30.0 - 85.0

- **身体的特徴:** 男性平均身長が全圏域で最も高く、180cm 超のサンプルも豊富。

第 2 圏域

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	129	166.4	64.8	150.0 - 178.0	40.0 - 116.0
女性	194	152.6	52.1	130.0 - 178.0	30.0 - 85.0

- **身体的特徴:** 男性の最大体重が 116kg と突出しており、ヘビーユーザー層の存在が顕著。

第 3 圏域

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	147	167.4	64.1	150.0 - 183.0	36.0 - 98.0
女性	167	153.4	52.5	137.0 - 170.0	32.0 - 84.0

- **身体的特徴:** 男性平均身長は高いが、平均体重は相対的に低い。「細身・長身」の傾向。

第 4 圏域 (基準圏域)

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	179	166.8	65.0	145.0 - 180.0	42.0 - 95.0
女性	198	153.6	53.8	130.0 - 168.0	30.0 - 84.0

- **身体的特徴:** 総平均に最も近い分布。サンプル数も最大級でデータの安定性が高い。

第 5 圏域

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	145	166.0	64.7	142.0 - 179.0	40.0 - 96.0
女性	167	152.4	52.9	130.0 - 167.0	35.0 - 90.0

- **身体的特徴:** 全体平均と比較して、男性の平均身長が約 0.6cm 低い。

第 6 圏域

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	164	166.3	65.1	150.0 - 183.0	39.0 - 100.0
女性	195	152.2	52.8	130.0 - 170.0	31.0 - 91.0

- **身体的特徴:** 男女ともに平均値は標準的だが、女性の最大体重が 91kg と重い層も混在。

第 7 圏域

性別	サンプル数 (N)	平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	身長範囲 (cm)	体重範囲 (kg)
男性	185	165.7	65.5	140.0 - 189.0	42.0 - 95.0
女性	179	151.7	53.3	127.0 - 174.0	31.0 - 84.0

- **身体的特徴:** 女性の平均身長が全圏域で最低 (151.7cm)。全体平均より 1cm 低い。

問3 食べることについて

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

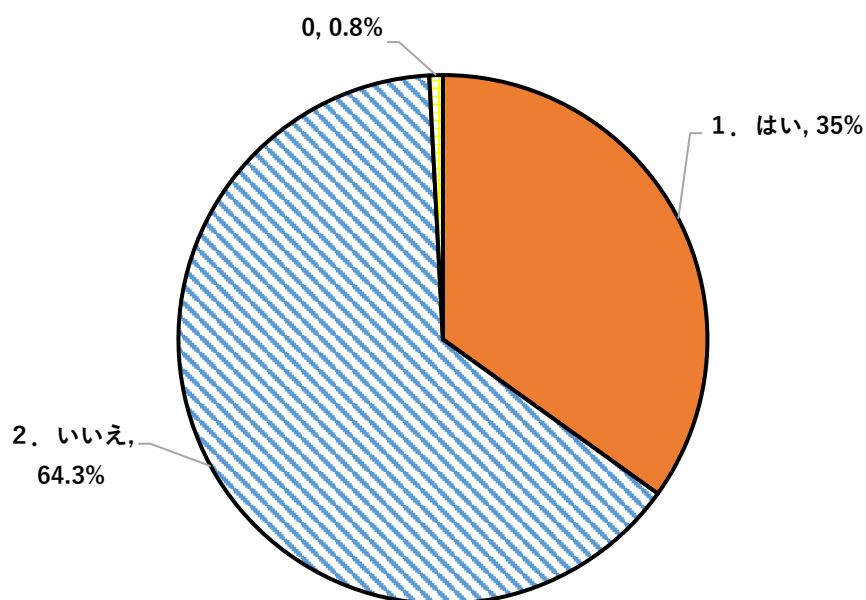
すべての圏域において、「いいえ（食べにくくなっていない）」と回答した人が多数派であり、過半数の住民が半年年前と変わらず固いものを食べられる状態を維持しています。

- 口腔機能を維持している層（「いいえ」）：すべての圏域で最も多い回答です。特に第4圏域（271人）が最も多く、次いで第2、第3、第7圏域（各267人）が同数で続いています。
- 食べにくさを感じている層（「はい」）：半年前に比べて固いものが食べにくくなったと回答した人は、第6圏域（161人）が最も多く、次いで第2圏域（154人）、第7圏域（141人）の順となっています。
- 変化が少ない地域：第1圏域（119人）が「はい」と回答した人数が最も少なく、比較的口腔機能の変化を感じている人が少ない傾向にあります。

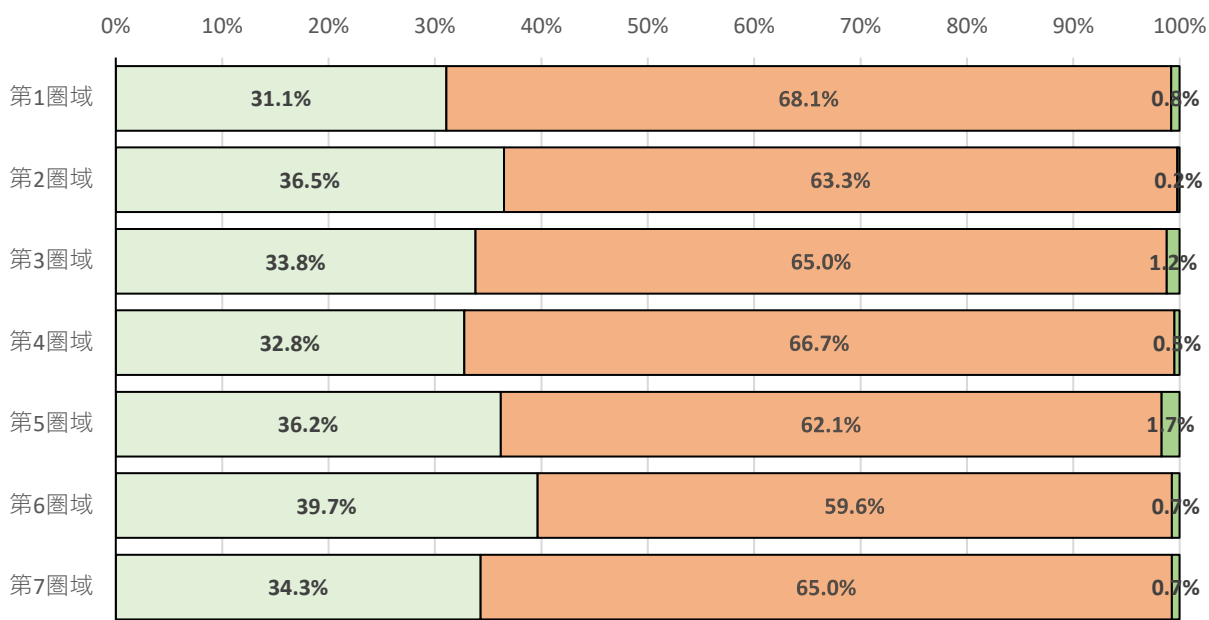
これまでの調査で示された「身体機能」や「外出頻度」の高さに比べると、「はい（食べにくくなった）」と回答した層が各圏域で約120～160人前後（回答者の約3割から4割弱）存在しており、身体の動きよりも口腔機能の低下（オーラルフレイルの兆候）を自覚している人が比較的多いことが推測されます。

特に、階段昇降や歩行能力で課題が見られた圏域（第2、第6、第7圏域など）において、この口腔機能の低下も目立つ傾向にあります。食事の質の維持は全身の健康に直結するため、今後は運動機能の維持と合わせた口腔ケアの啓発が重要になると考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	974	1793	23
		割合	34.9%	64.3%	0.8%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	119	261	3
		割合	31.1%	68.1%	0.8%
	第2圏域	422	154	267	1
		割合	36.5%	63.3%	0.2%
	第3圏域	411	139	267	5
		割合	33.8%	65.0%	1.2%
	第4圏域	406	133	271	2
		割合	32.8%	66.7%	0.5%
	第5圏域	351	127	218	6
		割合	36.2%	62.1%	1.7%
	第6圏域	406	161	242	3
		割合	39.7%	59.6%	0.7%
	第7圏域	411	141	267	3
		割合	34.3%	65.0%	0.7%



□ 1. はい □ 2. いいえ □ 0

問3 食べることについて

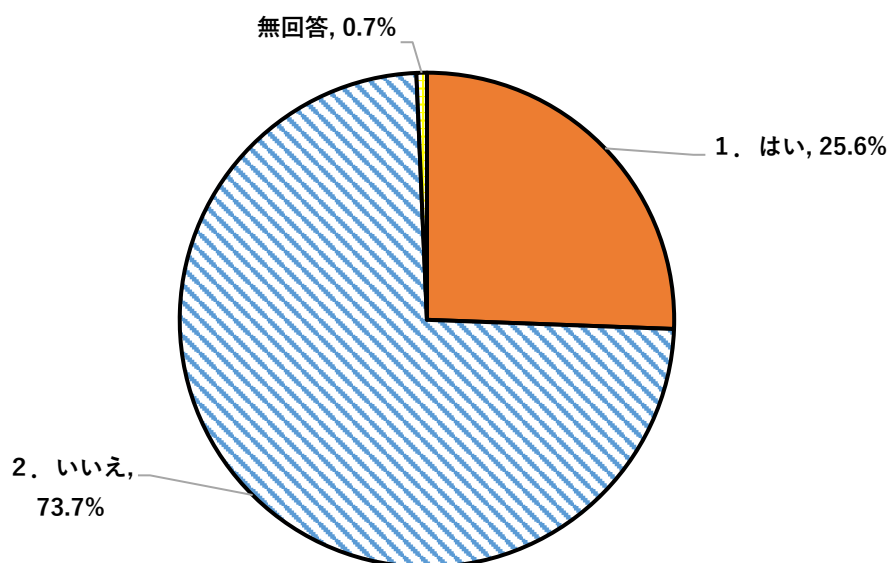
(3) お茶や汁物等でむせることがありますか

すべての圏域において、「いいえ（むせることがない）」と回答した人が多数派を占めており、正常な飲み込み機能を維持している層が一般的であることがわかります。

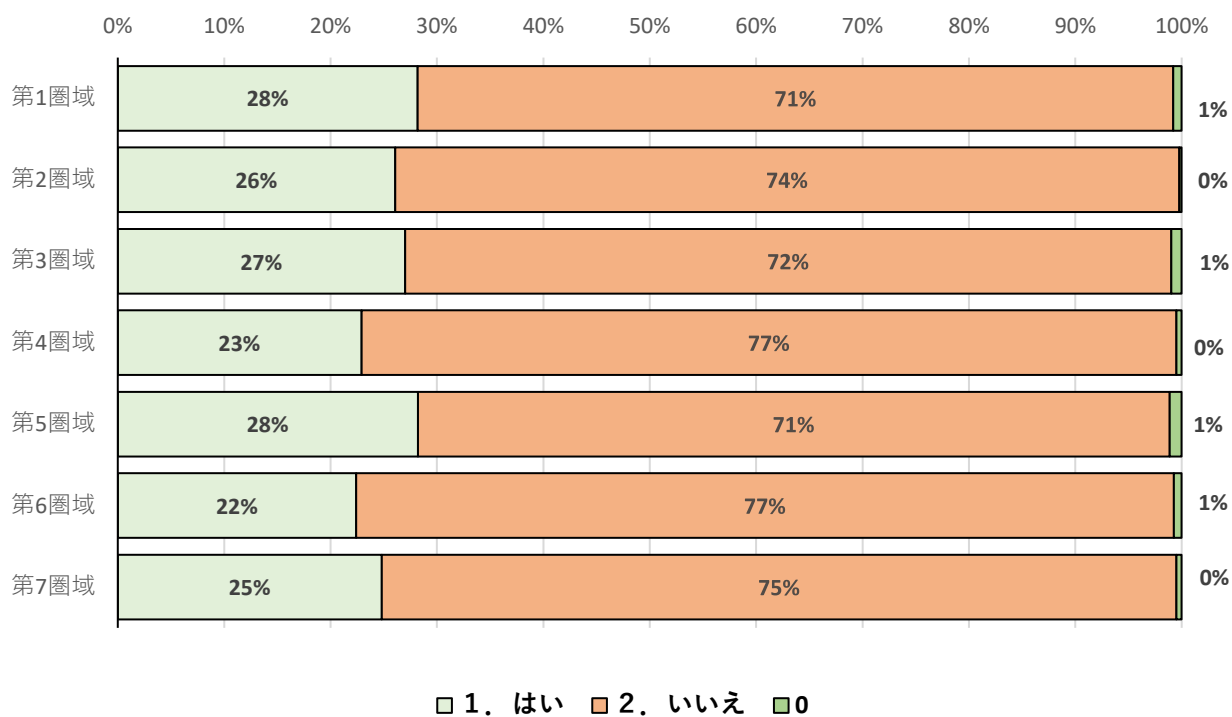
- ・「むせ」を自覚していない層（「いいえ」）：すべての圏域で最も多い回答です。特に第6圏域（312人）が最も多く、次いで第2圏域および第4圏域（各311人）が続いています。
- ・「むせ」を感じている層（「はい」）：お茶や汁物などでむせることがあると回答した人は、第3圏域（111人）が最も多く、第2圏域（110人）、第1圏域（108人）がそれに続きます。一方で、第6圏域（91人）が最も少ない結果となりました。

前回の「固いものの食べにくさ」の調査結果と合わせると、各圏域で約100人前後（回答者の約4分の1から3分の1程度）の住民が、飲み込みの機能に関しても何らかの自覚症状（むせ）を抱えていることが浮き彫りになりました。身体機能の維持に比べ、口腔機能（食べる・飲み込む）の低下は自覚されやすい傾向にあります。誤嚥性肺炎などのリスクを低減するためにも、運動機能の維持と同様に、口腔ケアや嚥下トレーニングの重要性を住民に啓発していくことが求められます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	714	2057	19
		割合	25.6%	73.7%	0.7%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	108	272	3
		割合	28.2%	71.0%	0.8%
	第2圏域	422	110	311	1
		割合	26.1%	73.7%	0.2%
	第3圏域	411	111	296	4
		割合	27.0%	72.0%	1.0%
	第4圏域	406	93	311	2
		割合	22.9%	76.6%	0.5%
	第5圏域	351	99	248	4
		割合	28.2%	70.7%	1.1%
	第6圏域	406	91	312	3
		割合	22.4%	76.8%	0.7%
	第7圏域	411	102	307	2
		割合	24.8%	74.7%	0.5%



問3 食べることについて

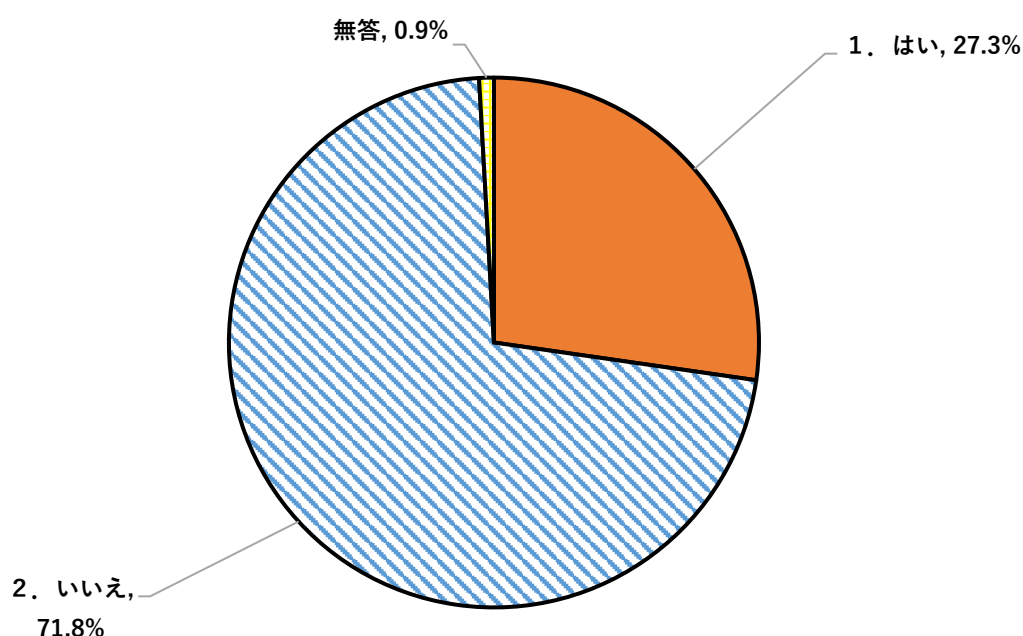
(4) 口の渇きが気になりますか

すべての圏域において、「いいえ（気にならない）」と回答した人が圧倒的多数を占めており、多くの住民が現状では口腔内の乾燥に関する大きな悩みを抱えていないことがわかります。

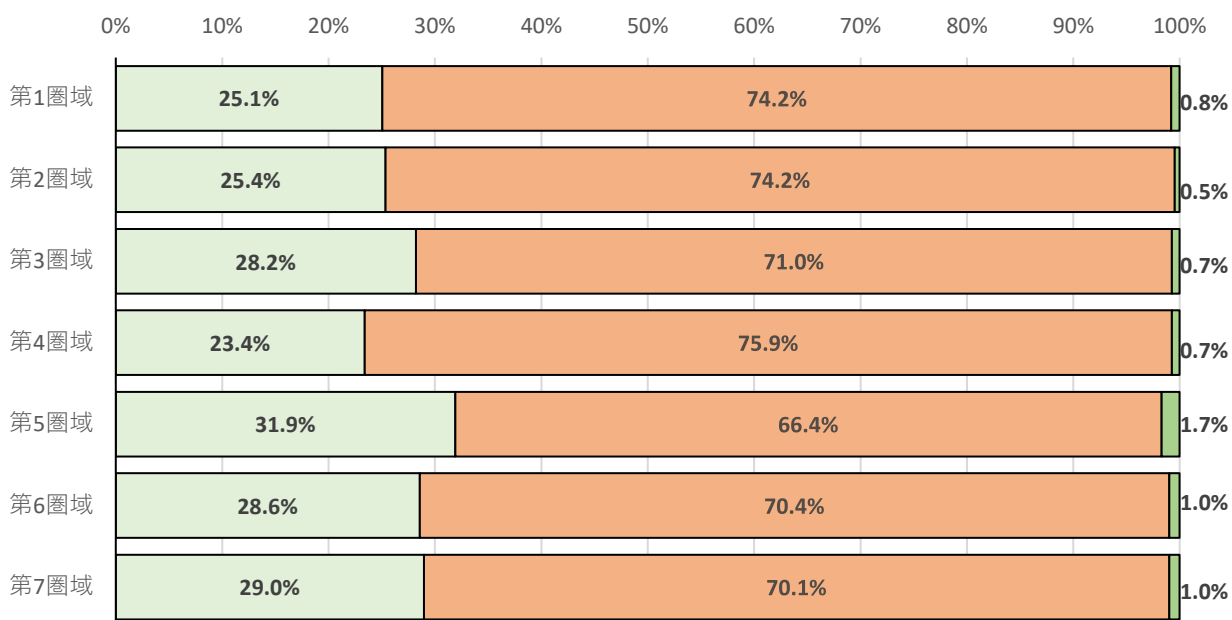
- 口の渇きが気にならない層（「いいえ」）：すべての圏域で最も多い回答です。特に第2圏域（313人）が最も多く、次いで第4圏域（308人）、第3圏域（292人）の順となっています。
- 口の渇きが気になる層（「はい」）：口の渇きが気になると回答した人は、第7圏域（119人）が最も多く、第3圏域および第6圏域（各116人）、第5圏域（112人）がそれに続きます。一方で、第4圏域（95人）が最も少ない結果となりました。

これまでの「固いものの食べにくさ」や「むせ」の調査結果と合わせると、各圏域で約100人前後（回答者の約4分の1から3分の1弱）の住民が、口の渇きという口腔機能の低下に関連する自覚症状を持っていることが明らかになりました。口腔乾燥は、咀嚼や嚥下を困難にするだけでなく、自浄作用の低下による虫歯や歯周病、口臭の原因にもなります。身体機能が良好な層であっても、こうした口腔内の変化を自覚している住民が一定数存在するため、オーラルフレイル（お口の衰え）予防に向けた啓発や、唾液腺マッサージなどの具体的なケア情報の提供が有効と考えられます。

◆全体



		全体	口の渇きが気になりますか		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	761	2004	25
		割合	27.3%	71.8%	0.9%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	96	284	3
		割合	25.1%	74.2%	0.8%
	第2圏域	422	107	313	2
		割合	25.4%	74.2%	0.5%
	第3圏域	411	116	292	3
		割合	28.2%	71.0%	0.7%
	第4圏域	406	95	308	3
		割合	23.4%	75.9%	0.7%
	第5圏域	351	112	233	6
		割合	31.9%	66.4%	1.7%
	第6圏域	406	116	286	4
		割合	28.6%	70.4%	1.0%
	第7圏域	411	119	288	4
		割合	29.0%	70.1%	1.0%



□ 1. はい □ 2. いいえ □ 無答

問3 食べることについて

(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

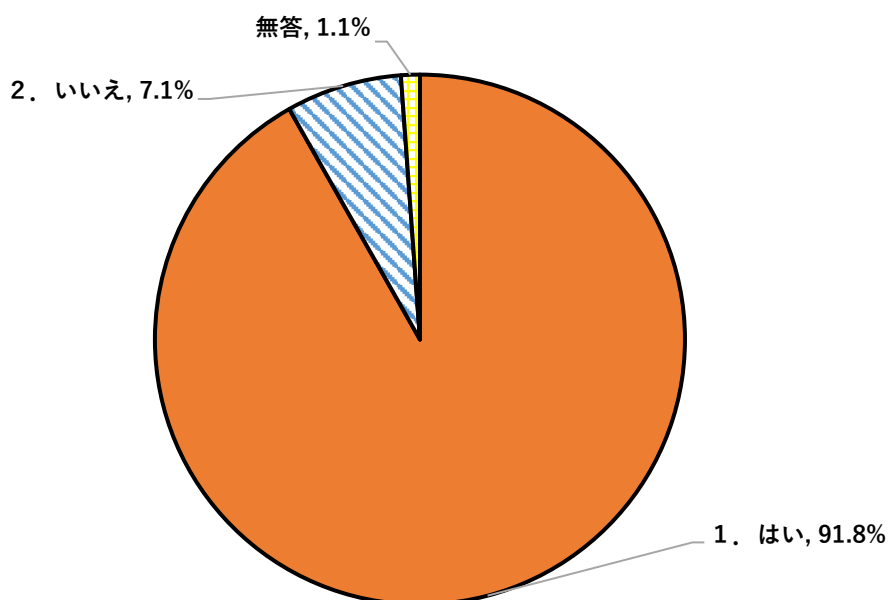
すべての圏域において、「はい（毎日している）」と回答した人が圧倒的多数を占めており、日常生活における基本的な口腔ケアの習慣が住民の間に広く定着していることがわかります。

- ・毎日歯磨きをしている層（「はい」）：すべての圏域で300人（第5圏域は315人）を超えており、特に第2圏域（388人）、第3圏域（384人）、第6圏域（376人）で高い数値を示しています。
- ・毎日歯磨きをしていない層（「いいえ」）：いずれの圏域でも少数派ですが、第2圏域および第4圏域（各31人）が最も多く、次いで第7圏域（30人）となっています。一方で、第3圏域（23人）が最も少ない結果となりました。

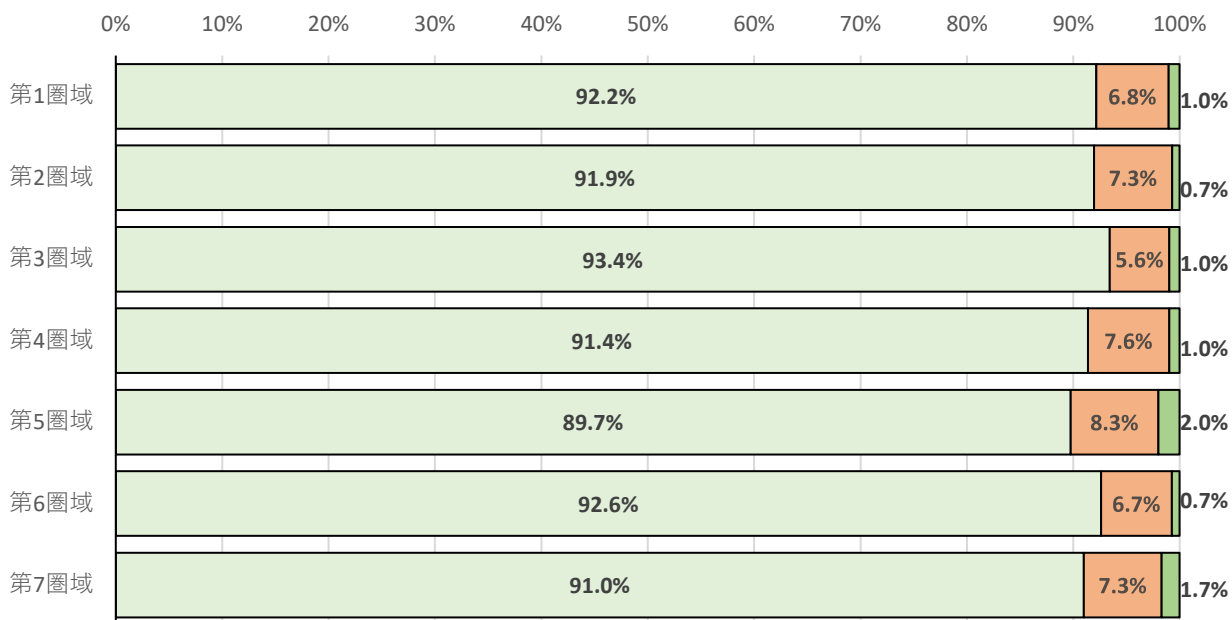
これまでの調査結果で「固いものの食べにくさ」「むせ」「口の渇き」といった口腔機能の低下（オーラルフレイルの兆候）を自覚している住民が一定数存在していましたが、その一方で、毎日の歯磨きという基本的な清掃習慣については、ほとんどの住民が継続できている実態が明らかになりました。

今後は、この良好な清掃習慣を土台としつつ、これまでのデータで示唆された機能面の衰えを予防するための、より踏み込んだ口腔機能訓練（お口の体操など）を組み合わせた支援が有効と考えられます。

◆全体



		全体	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		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	2561	197	32
		割合	91.8%	7.1%	1.1%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	353	26	4
		割合	92.2%	6.8%	1.0%
	第2圏域	422	388	31	3
		割合	91.9%	7.3%	0.7%
	第3圏域	411	384	23	4
		割合	93.4%	5.6%	1.0%
	第4圏域	406	371	31	4
		割合	91.4%	7.6%	1.0%
	第5圏域	351	315	29	7
		割合	89.7%	8.3%	2.0%
	第6圏域	406	376	27	3
		割合	92.6%	6.7%	0.7%
	第7圏域	411	374	30	7
		割合	91.0%	7.3%	1.7%



□ 1. はい □ 2. いいえ □ 無答

問3 食べることについて

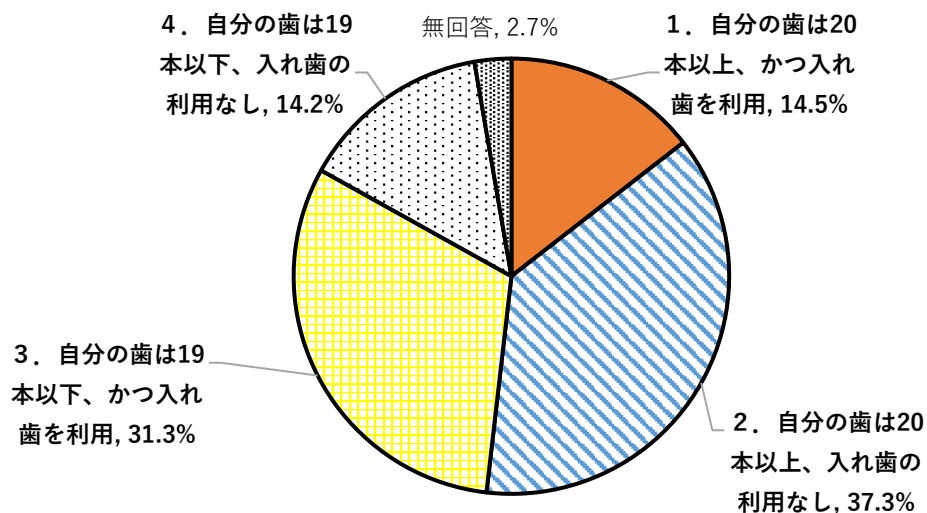
(6) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください

全体として、「自分の歯が20本以上あり、入れ歯を使用していない」層が最も多く、次いで「自分の歯が19本以下で、入れ歯を利用している」層が多いという結果になりました。これは、多くの住民が自歯を維持しているか、あるいは欠損部分を入れ歯で適切に補っている実態を示しています。

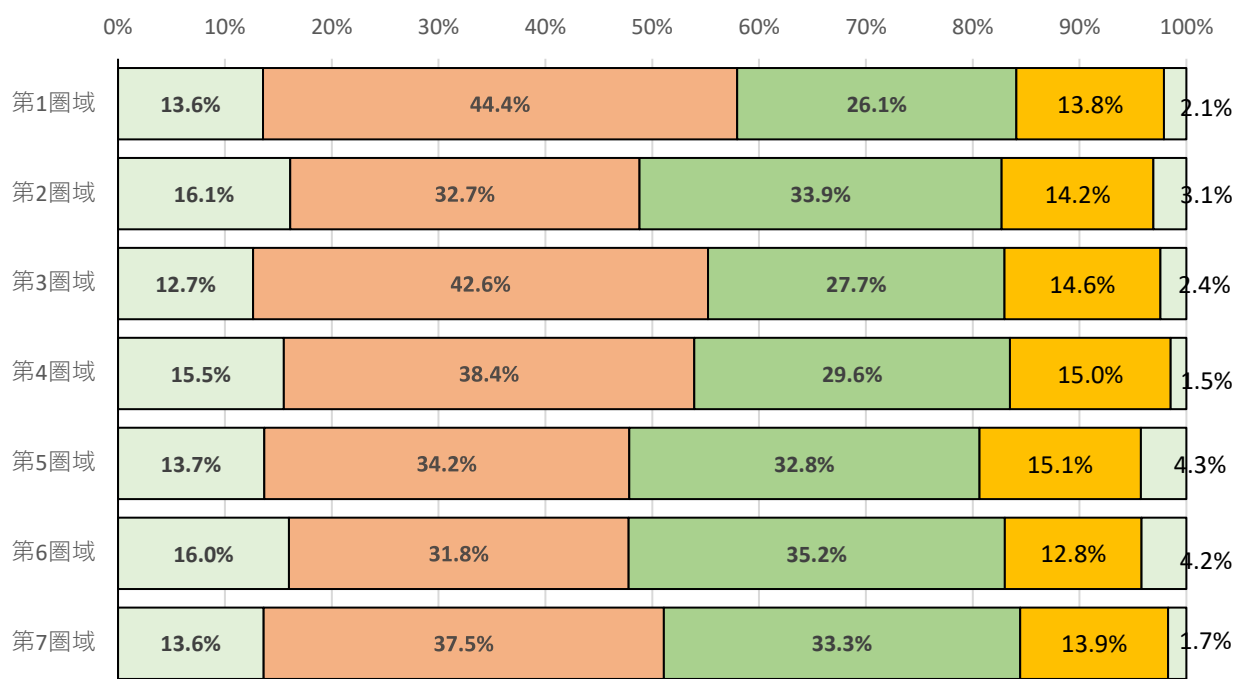
- ・自歯が20本以上で入れ歯なしの層（最も良好な状態）：すべての圏域で120人以上の回答があり、特に第3圏域（175人）、第1圏域（170人）、第4圏域（156人）で高い数値を示しています。
- ・自歯は少ないが入れ歯で補っている層：第2圏域および第6圏域（各143人）が最も多く、次いで第7圏域（137人）となっています。これらの圏域では、歯科治療による補綴（ほてつ）が積極的に行われていることが推測されます。
- ・リスクが高い層（自歯19本以下で入れ歯なし）：各圏域に52人～61人存在しており、特に第4圏域（61人）、第2圏域および第3圏域（各60人）で比較的多くなっています。

これまでの調査で「固いものが食べにくい」「むせ」などの口腔機能の低下を自覚している住民が一定数見られましたが、今回の結果から、その背景には自歯が少なく、かつ入れ歯による補完も行われていない層が各圏域に一定数（約50～60人）存在していることが具体的な要因の一つとして浮かび上がりました

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	404	1042	872	396	76
		割合	14.5%	37.3%	31.3%	14.2%	2.7%
日常生活圏域別	第1圏域	383	52	170	100	53	8
		割合	13.6%	44.4%	26.1%	13.8%	2.1%
	第2圏域	422	68	138	143	60	13
		割合	16.1%	32.7%	33.9%	14.2%	3.1%
	第3圏域	411	52	175	114	60	10
		割合	12.7%	42.6%	27.7%	14.6%	2.4%
	第4圏域	406	63	156	120	61	6
		割合	15.5%	38.4%	29.6%	15.0%	1.5%
	第5圏域	351	48	120	115	53	15
		割合	13.7%	34.2%	32.8%	15.1%	4.3%
	第6圏域	406	65	129	143	52	17
		割合	16.0%	31.8%	35.2%	12.8%	4.2%
	第7圏域	411	56	154	137	57	7
		割合	13.6%	37.5%	33.3%	13.9%	1.7%



□ 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
 □ 無回答

問3 食べることについて

(7) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

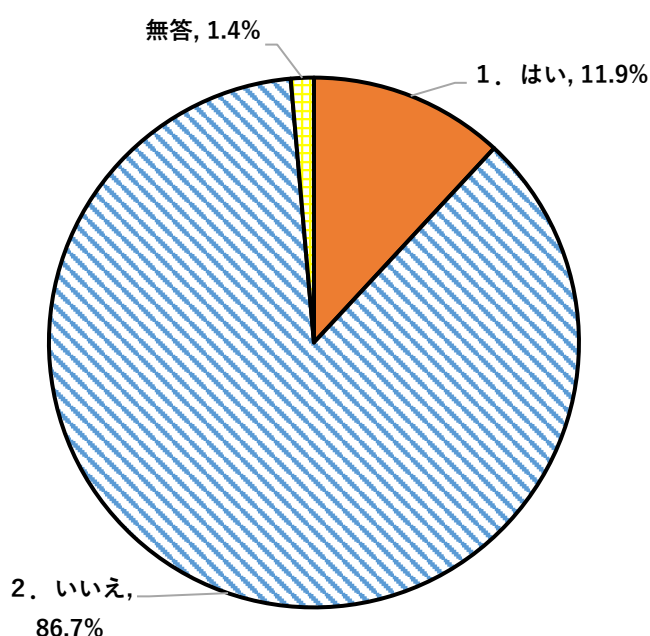
すべての圏域において、「いいえ（体重減少はない）」と回答した人が圧倒的多数を占めており、短期間での急激な体重変化を経験していない住民が大部分であることがわかります。

・体重減少を経験していない層（「いいえ」）：すべての圏域で300人以上の回答があり、特に第2圏域（374人）で最も多くなっています。

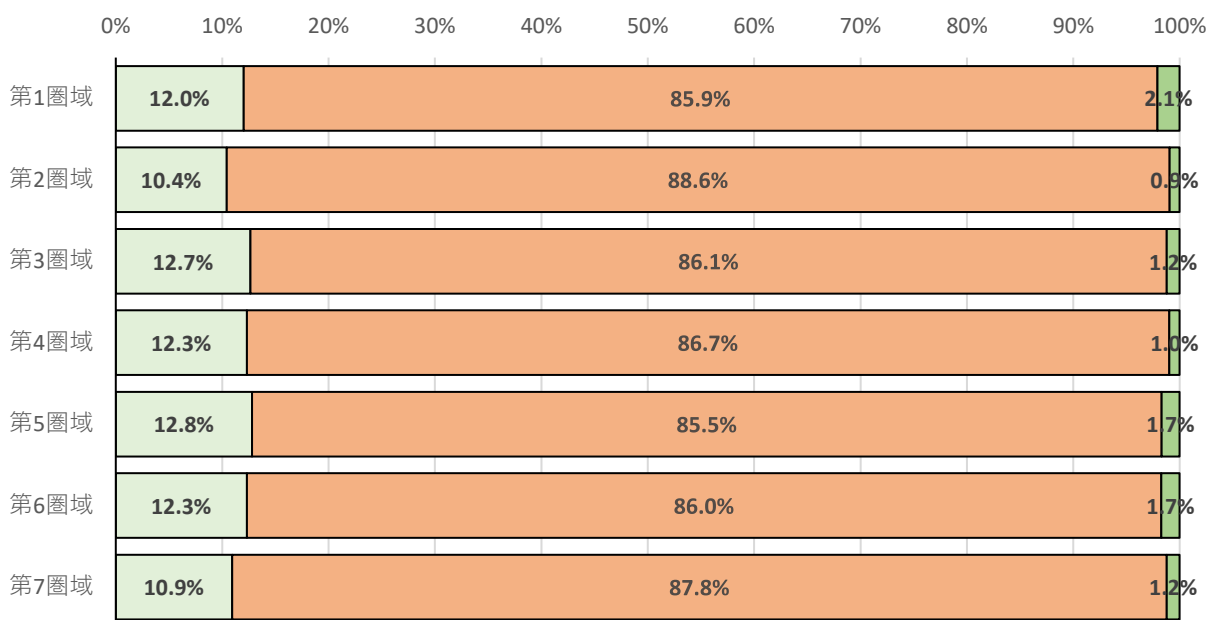
・体重減少を経験した層（「はい」）：半年間で2～3kg以上の体重減少があったと回答した人は、第3圏域（52人）が最も多く、次いで第4圏域および第6圏域（各50人）の順となっています。一方で、第2圏域（44人）が最も少ない結果となりました。

これまでの調査で示された「身体機能（歩行能力など）」や「口腔機能（咀嚼・嚥下）」の課題と合わせると、体重減少が見られる層はフレイル（虚弱）の進行リスクが高い可能性があります。特に、身体機能や口腔機能の低下が指摘されていた圏域において、体重減少者が各圏域で40～50人前後存在していることは、栄養状態の悪化や全体的な健康維持における重要な注意信号といえます。

◆全体



		全体	6か月間で2～3 kg 以上の体重減少がありましたか		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	332	2419	39
		割合	11.9%	86.7%	1.4%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	46	329	8
		割合	12.0%	85.9%	2.1%
	第2圏域	422	44	374	4
		割合	10.4%	88.6%	0.9%
	第3圏域	411	52	354	5
		割合	12.7%	86.1%	1.2%
	第4圏域	406	50	352	4
		割合	12.3%	86.7%	1.0%
	第5圏域	351	45	300	6
		割合	12.8%	85.5%	1.7%
	第6圏域	406	50	349	7
		割合	12.3%	86.0%	1.7%
	第7圏域	411	45	361	5
		割合	10.9%	87.8%	1.2%



□ 1. はい □ 2. いいえ □ 無答

問3 食べることについて

(8) どなたかと食事をともにする機会がありますか

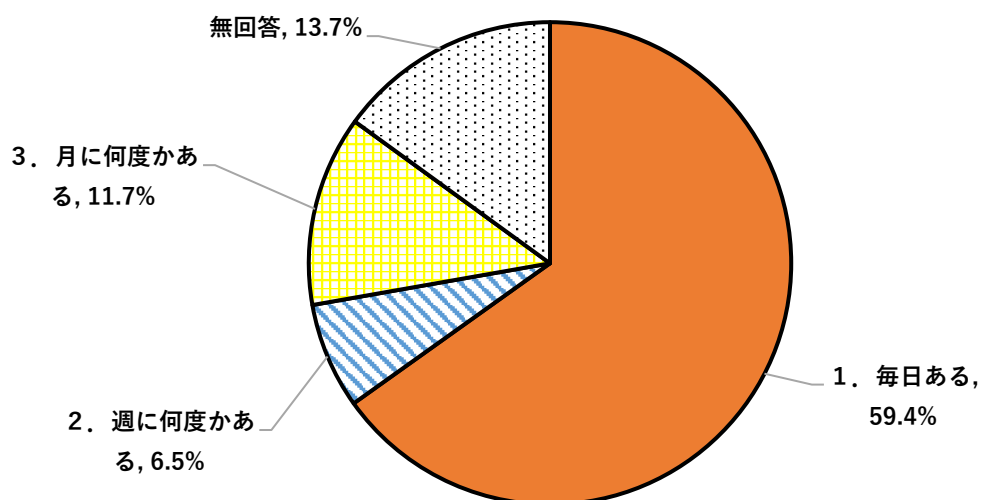
すべての圏域において、「毎日ある」と回答した人が圧倒的多数を占めており、多くの住民が日常的に誰かと食事を共にする環境にあることがわかります。

- ・「毎日」共食の機会がある層：すべての圏域で200人を超えており、特に第7圏域（262人）が最も多く、次いで第2圏域（246人）、第6圏域（245人）の順となっています。
- ・共食の機会が乏しい層（「ほとんどない」）：いずれの圏域でも少数派ですが、第1圏域（39人）が最も多く、次いで第4圏域（37人）、第3圏域（36人）の順となっています。
- ・たまに機会がある層（「週に何度か」～「年に何度か」）：「毎日」ではないものの、定期的に誰かと食事をする機会がある人も各圏域に一定数存在します。例えば、第2圏域では「年に何度かある」と回答した人が64人おり、他の圏域に比べてたまに集まる機会を持つ人が比較的多い傾向にあります。

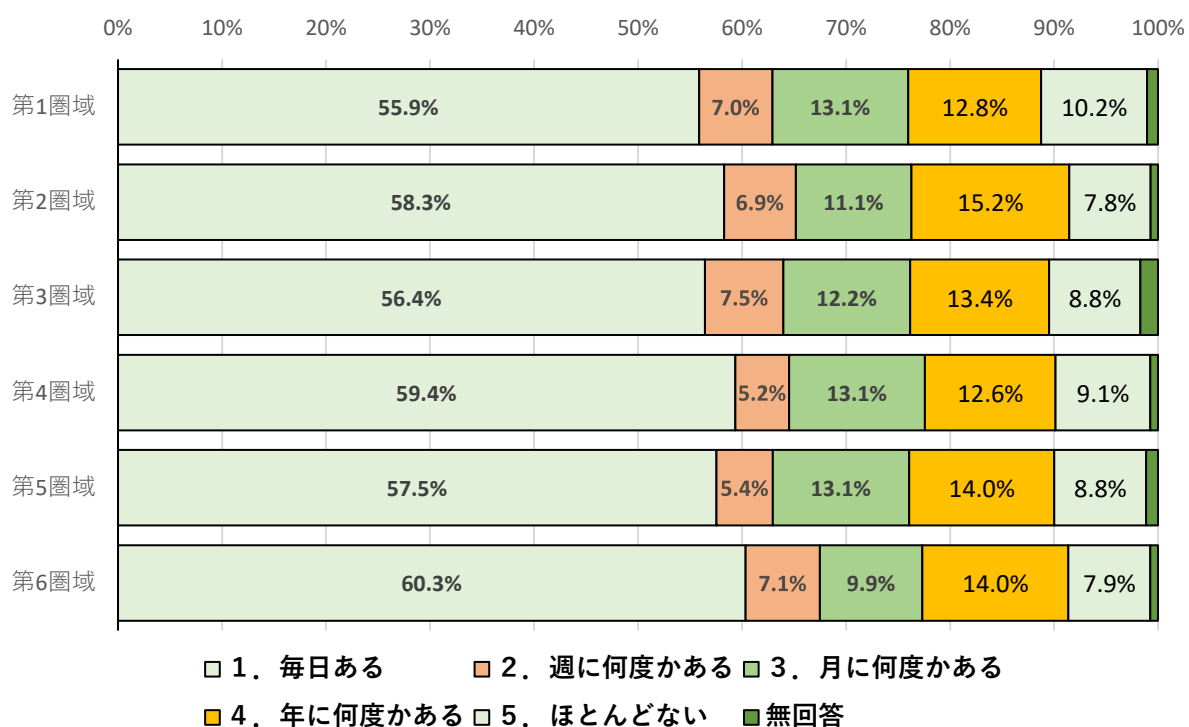
これまでの調査結果で示された「家族構成」において、多くの住民が夫婦や子世代と同居していたことと整合性が取れる結果となりました。

一方で、各圏域で30人～40人弱の住民が「ほとんど（共食の機会が）ない」と回答しています。前述の「単身世帯（1人暮らし）」のデータや「外出頻度」のデータと照らし合わせると、こうした層は「孤食」の状態にある可能性が高く、社会的な孤立を防ぐための地域コミュニティでの食事会や、見守りを兼ねた支援の重要性が示唆されます。

◆全体



		全体	どなたかと食事をとにもす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	無回答
全 体		2790	1642	179	322	378	241	28
		割合	58.9%	6.4%	11.5%	13.5%	8.6%	1.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	214	27	50	49	39	4
		割合	55.9%	7.0%	13.1%	12.8%	10.2%	1.0%
	第2圏域	422	246	29	47	64	33	3
		割合	58.3%	6.9%	11.1%	15.2%	7.8%	0.7%
	第3圏域	411	232	31	50	55	36	7
		割合	56.4%	7.5%	12.2%	13.4%	8.8%	1.7%
	第4圏域	406	241	21	53	51	37	3
		割合	59.4%	5.2%	13.1%	12.6%	9.1%	0.7%
	第5圏域	351	202	19	46	49	31	4
		割合	57.5%	5.4%	13.1%	14.0%	8.8%	1.1%
	第6圏域	406	245	29	40	57	32	3
		割合	60.3%	7.1%	9.9%	14.0%	7.9%	0.7%
	第7圏域	411	262	23	36	53	33	4
		割合	63.7%	5.6%	8.8%	12.9%	8.0%	1.0%



問4 毎日の生活について

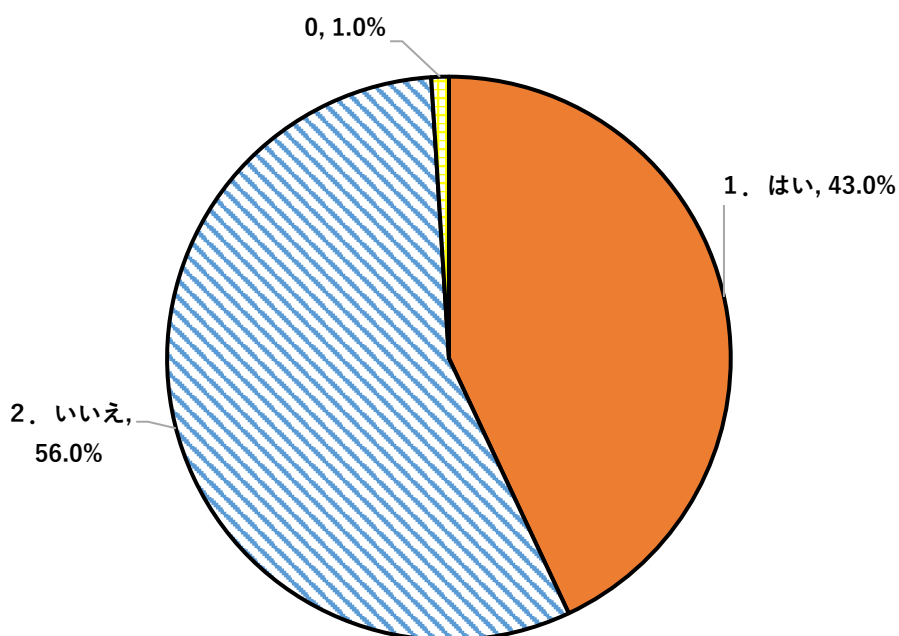
(1) 物忘れが多いと感じますか

すべての圏域において、「いいえ（物忘れが多いと感じない）」と回答した人が多数派を占めていますが、一方で「はい（物忘れが多いと感じる）」と回答した人も各圏域で一定数存在しています。

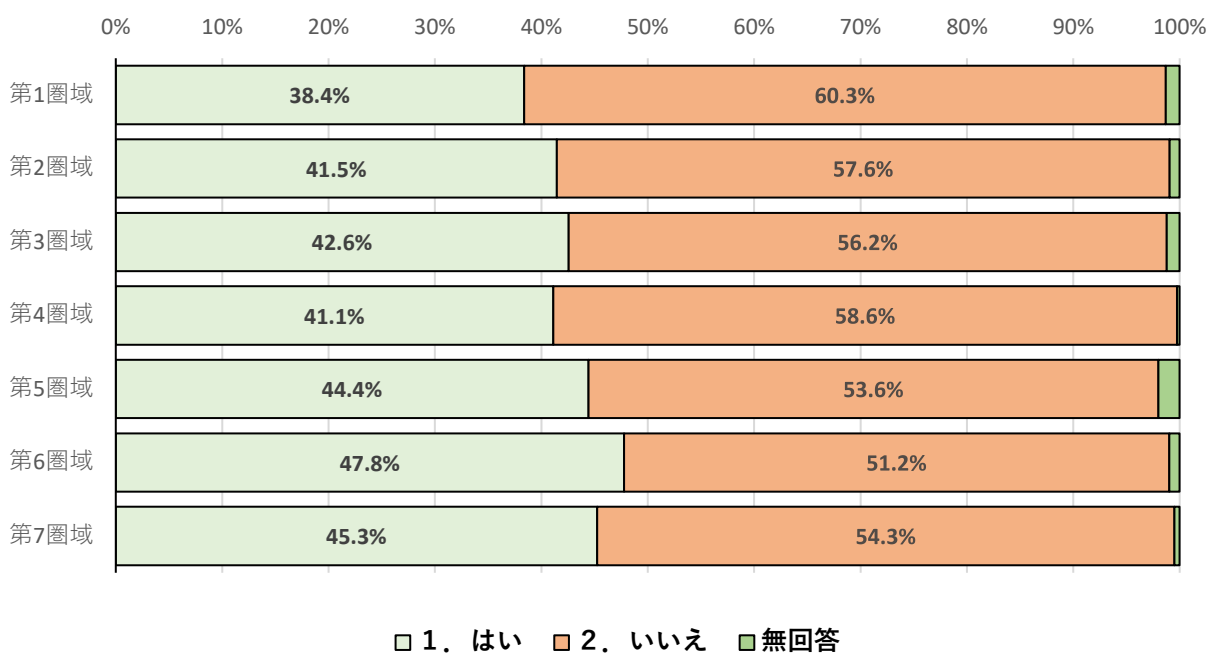
- ・物忘れの自覚がない層（「いいえ」）：すべての圏域で最多の回答です。特に第2圏域（243人）が最も多く、次いで第4圏域（238人）、第1および第3圏域（各231人）の順となっています。
- ・物忘れの自覚がある層（「はい」）：「物忘れが多いと感じる」と回答した人は、第6圏域（194人）が最も多く、次いで第7圏域（186人）、第2および第3圏域（各175人）の順となっています。
- ・回答の分布：第6圏域や第5圏域、第7圏域では「はい」と回答した人の割合が他の圏域に比べて相対的に高く、住民の約半数近くが何らかの物忘れの自覚を持っている実態が伺えます。

これまでの調査で示された「身体機能」や「外出頻度」の高さと比較すると、「物忘れ」という認知機能面での不安を抱えている住民が、各圏域で140～190人前後とかなり高い割合で存在していることが浮き彫りになりました。特に第6・第7圏域は、これまでの結果でも「転倒経験」や「口腔機能の変化」が比較的に目立っていた地域であり、身体的な衰えと並行して認知面への不安も高まっている可能性があります。早期の相談窓口の周知や、認知症予防に向けた地域での取り組みの重要性が示唆されます。

◆全体



		全体	物忘れが多いと感じますか		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	1200	1562	28
		割合	43.0%	56.0%	1.0%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	147	231	5
		割合	38.4%	60.3%	1.3%
	第2圏域	422	175	243	4
		割合	41.5%	57.6%	0.9%
	第3圏域	411	175	231	5
		割合	42.6%	56.2%	1.2%
	第4圏域	406	167	238	1
		割合	41.1%	58.6%	0.2%
	第5圏域	351	156	188	7
		割合	44.4%	53.6%	2.0%
	第6圏域	406	194	208	4
		割合	47.8%	51.2%	1.0%
	第7圏域	411	186	223	2
		割合	45.3%	54.3%	0.5%



問4 毎日の生活について

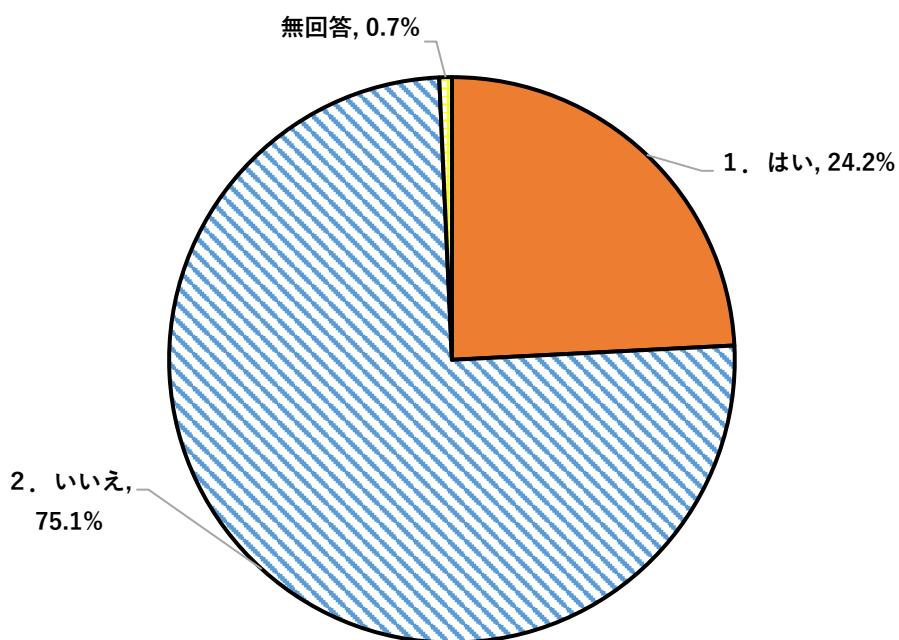
(2) 今日が何月何日かわからない時がありますか

すべての圏域において、「いいえ（わからなくなることはない）」と回答した人が多数派を占めていますが、日付の把握に不安を感じている層（「はい」と回答した人）も一定数存在しています。

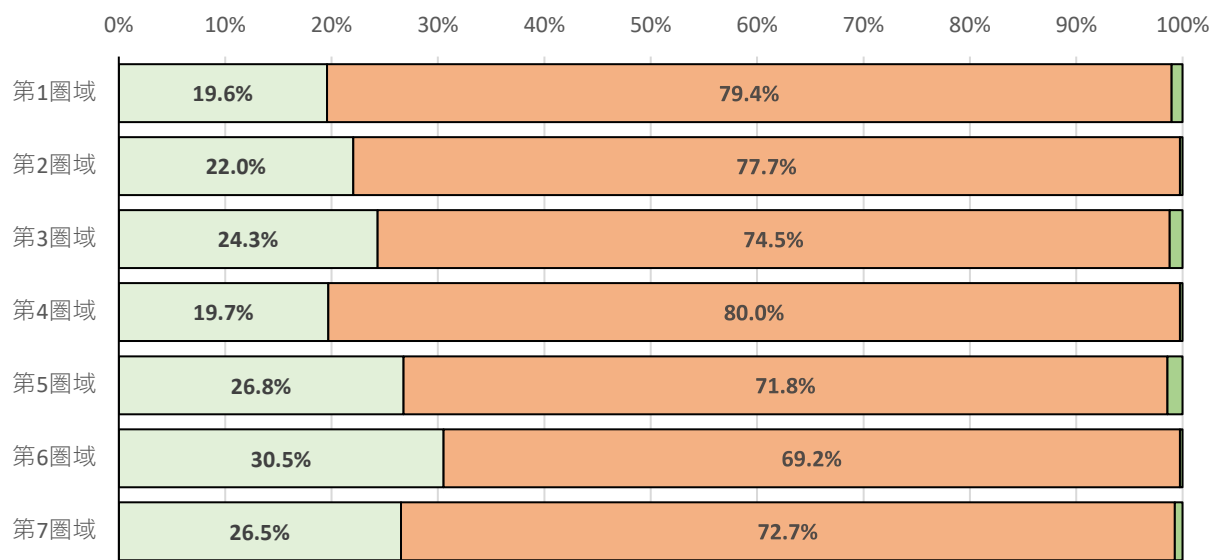
- ・日時の把握に課題を感じている層（「はい」）： 今日が何月何日かわからない時があると回答した人は、第6圏域（124人）が最も多く、次いで第7圏域（109人）、第3圏域（100人）の順となっています。
- ・日時の把握ができている層（「いいえ」）： すべての圏域で多数派であり、特に第2圏域（328人）、第4圏域（325人）で高い数値を示しています。
- ・課題を感じている人が最も少ない地域： 第1圏域（75人）が「はい」と回答した人数が最も少なく、他の圏域に比べて日時の把握に不安を感じている人の割合が比較的低い傾向にあります。

前回の「物忘れ」の調査結果において、第6圏域や第7圏域で自覚症状を持つ人が多かったことと合わせると、今回の「日時の把握（見当識）」においても第6圏域や第7圏域で課題を抱える人が多いという一貫した傾向が見て取れます。特に第6圏域では120人を超える住民が日付の把握に不安を感じており、これは単なる物忘れを超えた認知機能の低下の兆候である可能性も考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	675	2095	20
		割合	24.2%	75.1%	0.7%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	75	304	4
		割合	19.6%	79.4%	1.0%
	第2圏域	422	93	328	1
		割合	22.0%	77.7%	0.2%
	第3圏域	411	100	306	5
		割合	24.3%	74.5%	1.2%
	第4圏域	406	80	325	1
		割合	19.7%	80.0%	0.2%
	第5圏域	351	94	252	5
		割合	26.8%	71.8%	1.4%
	第6圏域	406	124	281	1
		割合	30.5%	69.2%	0.2%
	第7圏域	411	109	299	3
		割合	26.5%	72.7%	0.7%



□ 1. はい □ 2. いいえ □ 無回答

問4 毎日の生活について

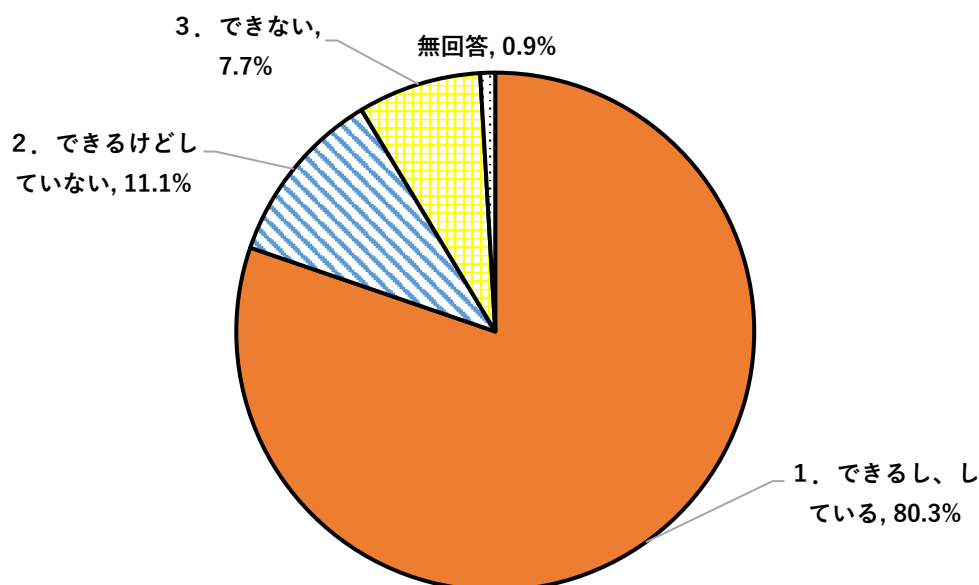
(3) バスや電車を使って1人で外出していますか（自家用車でも可）

すべての圏域において、「できるし、している（1人で外出している）」と回答した人が圧倒的多数を占めています。これは、多くの住民が公共交通機関や自家用車を活用し、自立して移動できる能力と手段を維持していることを示しています。

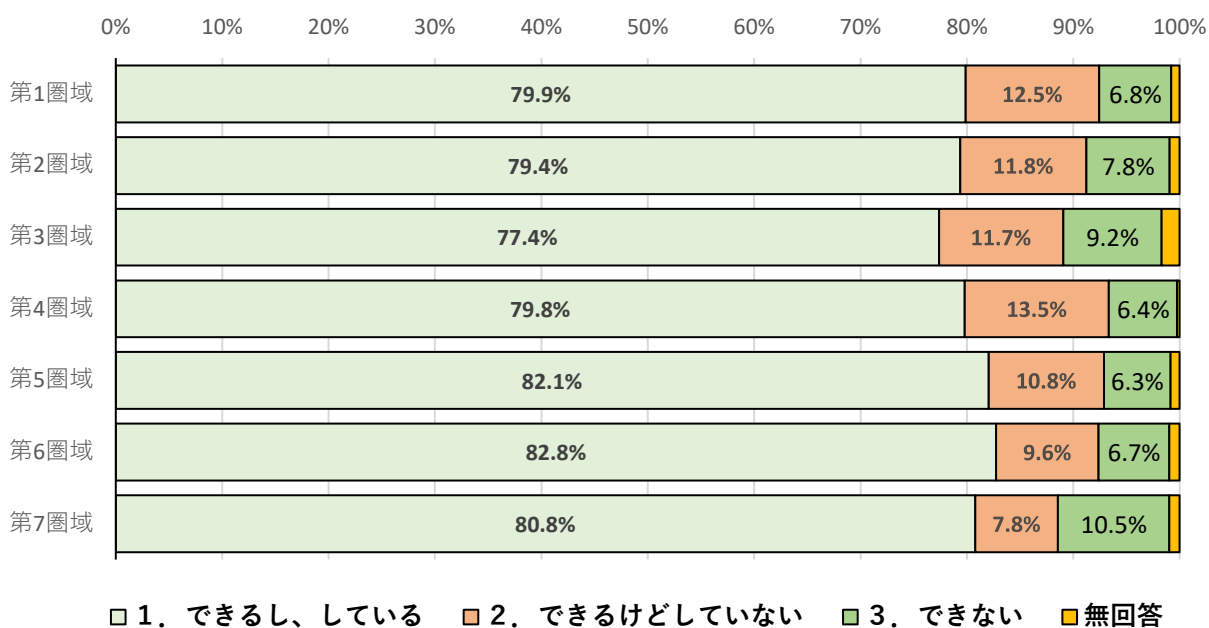
- ・自立して外出できている層（「できるし、している」）：第6圏域（336人）が最も多く、次いで第2圏域（335人）、第7圏域（332人）の順となっています。
- ・能力はあるが控えている層（「できるけどしていない」）：第4圏域（55人）が最も多く、次いで第2圏域（50人）となっています。これらの層は、手段はあっても何らかの理由（目的地の欠如や外出の億劫さなど）で外出に至っていない可能性があります。
- ・1人での外出が困難な層（「できない」）：第7圏域（43人）が最も多く、第3圏域（38人）、第2圏域（33人）がそれに続きます。一方で、第5圏域（22人）が最も少ない結果となりました。

これまでの「外出頻度」や「歩行能力」の調査結果と合わせると、多くの住民が移動手段を確保し、活発に社会参加している実態が改めて裏付けられました。しかし、第7圏域や第3圏域など、一部の地域では1人での外出が困難な層が40人前後存在しています。以前の調査で「転倒への不安」や「日時の把握（見当識）」に課題が見られた圏域とも重なる部分があり、身体的・認知的な衰えが移動の制限に繋がっている可能性が考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	2239	310	215	0
		割合	80.3%	11.1%	7.7%	0.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	306	48	26	3
		割合	79.9%	12.5%	6.8%	0.8%
	第2圏域	422	335	50	33	4
		割合	79.4%	11.8%	7.8%	0.9%
	第3圏域	411	318	48	38	7
		割合	77.4%	11.7%	9.2%	1.7%
	第4圏域	406	324	55	26	1
		割合	79.8%	13.5%	6.4%	0.2%
	第5圏域	351	288	38	22	3
		割合	82.1%	10.8%	6.3%	0.9%
	第6圏域	406	336	39	27	4
		割合	82.8%	9.6%	6.7%	1.0%
	第7圏域	411	332	32	43	4
		割合	80.8%	7.8%	10.5%	1.0%



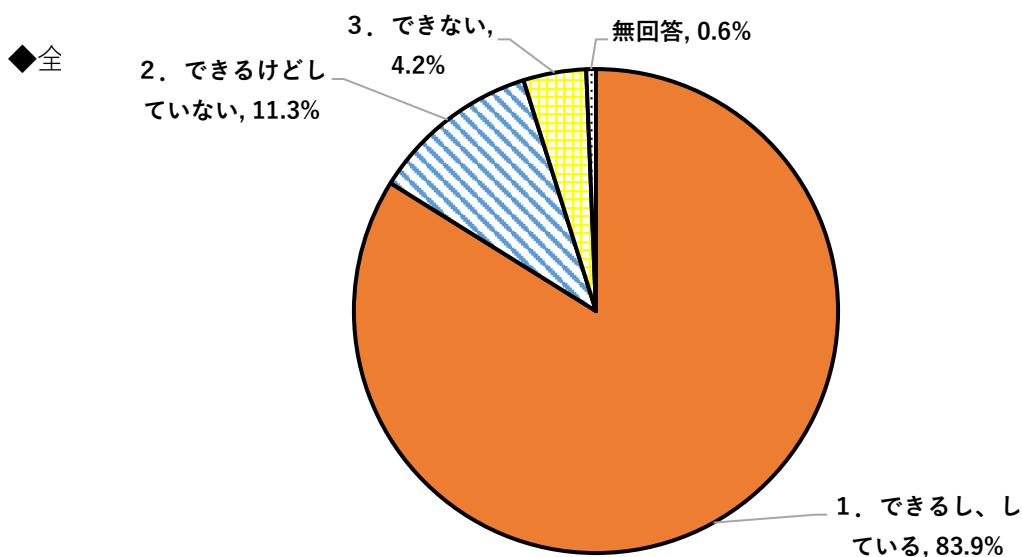
問4 毎日の生活について

(4) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

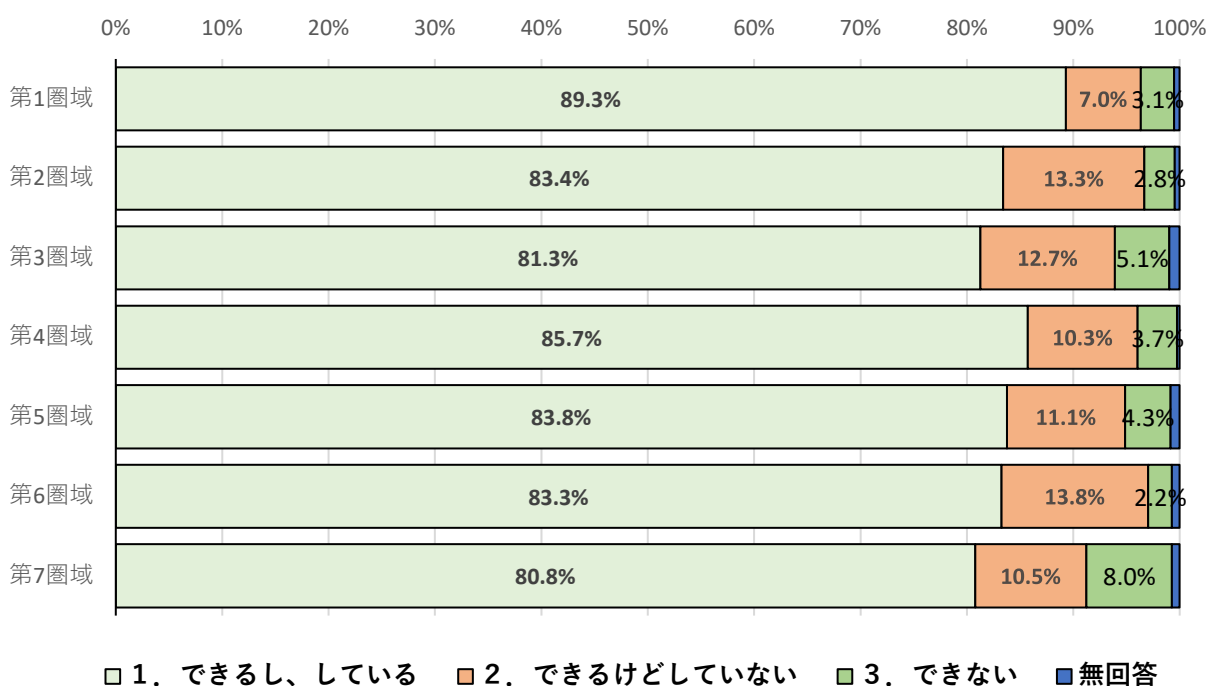
すべての圏域において、「できるし、している（自分で買物をしている）」と回答した人が圧倒的多数を占めており、日常生活に必要な物資の調達を自立して行っている住民が主流であることがわかります。

- ・自立して買物を行っている層（「できるし、している」）：すべての圏域で300人前後（第5圏域のみ294人）となっており、特に第2圏域（352人）、第4圏域（348人）、第1圏域（342人）で高い数値を示しています。
- ・能力はあるが控えている層（「できるけどしていない」）：第2圏域および第6圏域（各56人）が最も多く、次いで第3圏域（52人）となっています。これらの層は、家族が代わりに買物に行っているなどの生活環境が推測されます。
- ・買物が困難な層（「できない」）：第7圏域（33人）が最も多く、次いで第3圏域（21人）となっています。一方で、第6圏域（9人）が最も少ない結果となりました。

これまでの調査で示された「歩行能力」や「1人での外出能力」の高さが、実際の「買物」という具体的な生活動作にも反映されています。一方で、第7圏域では「できない」と回答した人が33人と他圏域に比べて多くなっています。これは、以前の調査結果で見られた「転倒経験の多さ」や「認知機能への不安」などが、日常生活の維持に影響を及ぼし始めている可能性を示唆しています。独居世帯の増加や家族の介護負担を考慮すると、こうした買物困難層への生活支援サービスの重要性が高まっていると言えます。



		全体	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	無回答
全 体		2790	2340	315	117	0
		割合	83.9%	11.3%	4.2%	0.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	342	27	12	2
		割合	89.3%	7.0%	3.1%	0.5%
	第2圏域	422	352	56	12	2
		割合	83.4%	13.3%	2.8%	0.5%
	第3圏域	411	334	52	21	4
		割合	81.3%	12.7%	5.1%	1.0%
	第4圏域	406	348	42	15	1
		割合	85.7%	10.3%	3.7%	0.2%
	第5圏域	351	294	39	15	3
		割合	83.8%	11.1%	4.3%	0.9%
	第6圏域	406	338	56	9	3
		割合	83.3%	13.8%	2.2%	0.7%
	第7圏域	411	332	43	33	3
		割合	80.8%	10.5%	8.0%	0.7%



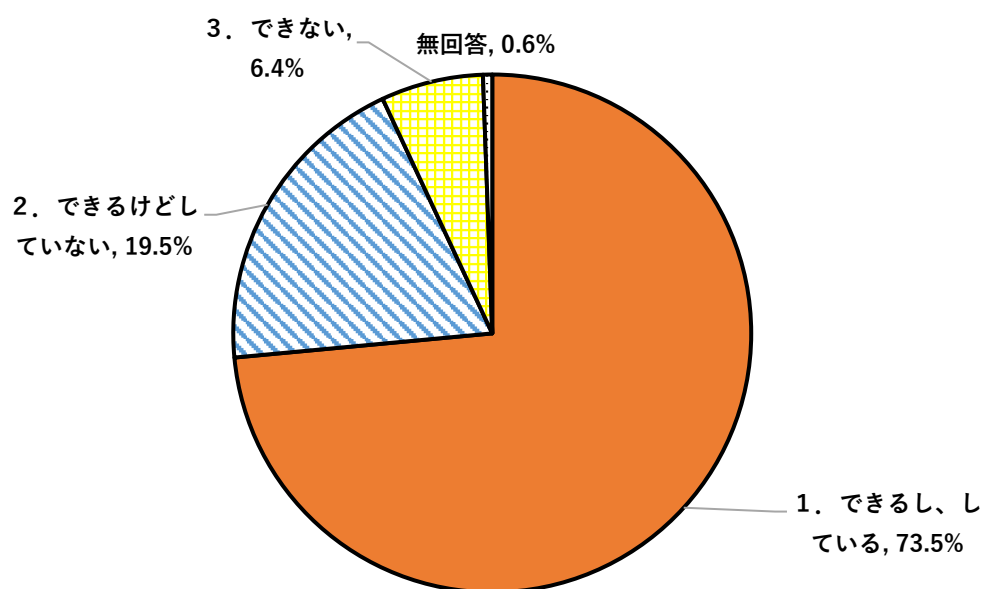
問4 毎日の生活について

(5) 自分で食事の用意をしていますか

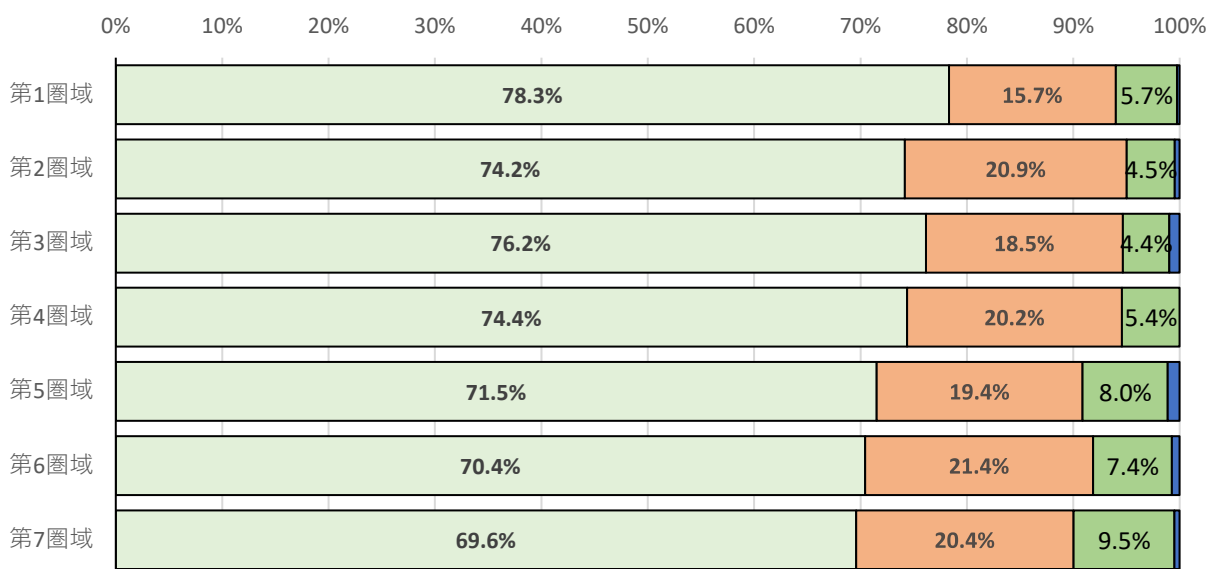
すべての圏域において、「できるし、している（自分で食事の用意をしている）」と回答した人が圧倒的多数を占めています。これは、多くの住民が日常生活の基本である食生活の管理を自立して行っていることを示しています。

- ・自立して食事を用意している層（「できるし、している」）：第2圏域および第3圏域（各313人）が最も多く、次いで第4圏域（302人）、第1圏域（300人）の順となっています。
- ・能力はあるが控えている層（「できるけどしていない」）：第2圏域（88人）が最も多く、次いで第6圏域（87人）、第7圏域（84人）となっています。これまでの調査で示された「家族と同居している層」が多い圏域では、家族が調理を担っているケースが推測されます。
- ・食事の用意が困難な層（「できない」）：第7圏域（39人）が最多で、第6圏域（30人）、第5圏域（28人）がそれに続きます。一方で、第3圏域（18人）が最も少ない結果となりました。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	2051	545	178	0
		割合	73.5%	19.5%	6.4%	0.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	300	60	22	1
		割合	78.3%	15.7%	5.7%	0.3%
	第2圏域	422	313	88	19	2
		割合	74.2%	20.9%	4.5%	0.5%
	第3圏域	411	313	76	18	4
		割合	76.2%	18.5%	4.4%	1.0%
	第4圏域	406	302	82	22	0
		割合	74.4%	20.2%	5.4%	0.0%
	第5圏域	351	251	68	28	4
		割合	71.5%	19.4%	8.0%	1.1%
	第6圏域	406	286	87	30	3
		割合	70.4%	21.4%	7.4%	0.7%
	第7圏域	411	286	84	39	2
		割合	69.6%	20.4%	9.5%	0.5%



□ 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 ■ 無回答

問4 毎日の生活について

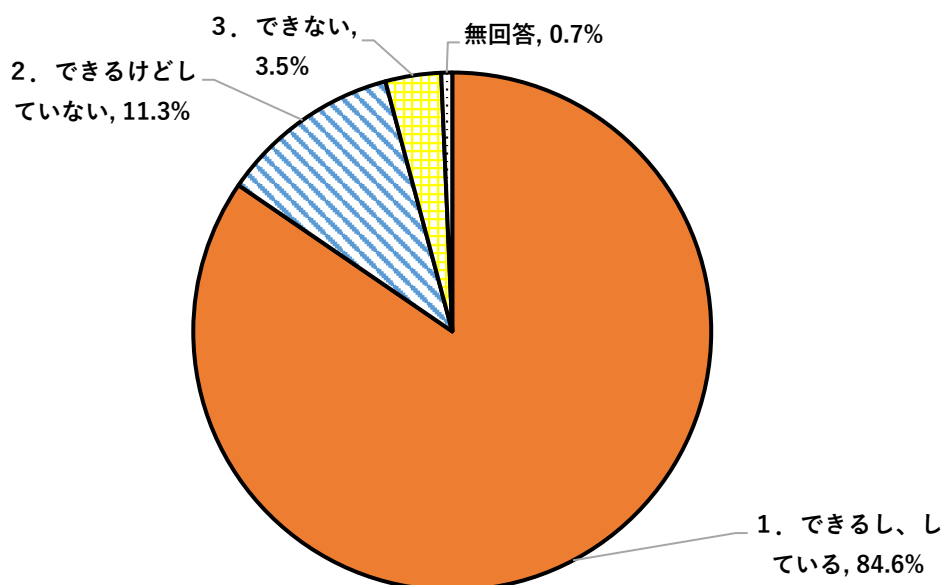
(6) 自分で請求書の支払いをしていますか

すべての圏域において、「できるし、している（自分で請求書を支払っている）」と回答した人が圧倒的多数を占めています。これは、多くの住民が日常生活における金銭管理を自立して行っていることを示しています。

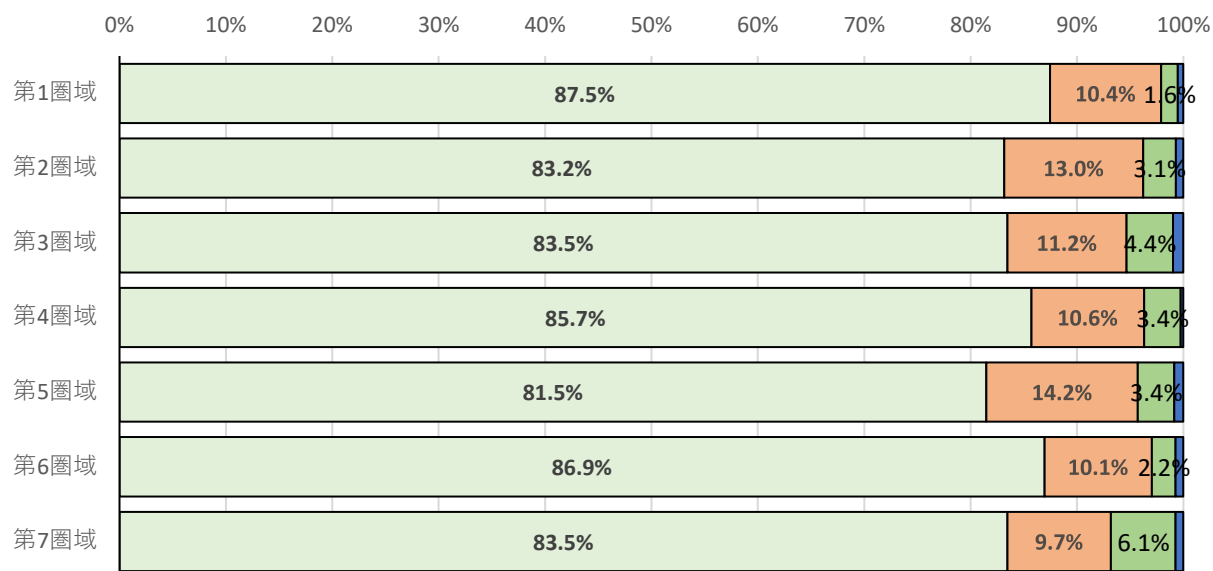
- ・自立して支払いを行っている層（「できるし、している」）：第6圏域（353人）が最も多く、次いで第2圏域（351人）、第4圏域（348人）の順となっています。
- ・能力はあるが控えている層（「できるけどしていない」）：第2圏域（55人）が最も多く、次いで第5圏域（50人）、第3圏域（46人）となっています。これまでの調査で示されたように、家族と同居している世帯において、家族が家計管理を担っているケースが推測されます。
- ・支払いが困難な層（「できない」）：第7圏域（25人）が最多で、第3圏域（18人）、第4圏域（14人）がそれに続きます。一方で、第1圏域（6人）が最も少ない結果となりました。

これまでの「買物」や「調理」といった日常生活動作（IADL）の調査結果と同様に、第7圏域において「できない」と回答した人が他圏域に比べて多い傾向が続いています。第7圏域は「物忘れ」や「日時の把握（見当識）」に課題を感じている層が多かった地域でもあり、認知機能の低下が金銭管理という複雑な生活動作に影響を与え始めている可能性が考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	2359	315	97	0
		割合	84.6%	11.3%	3.5%	0.0%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	335	40	6	2
		割合	87.5%	10.4%	1.6%	0.5%
	第2圏域	422	351	55	13	3
		割合	83.2%	13.0%	3.1%	0.7%
	第3圏域	411	343	46	18	4
		割合	83.5%	11.2%	4.4%	1.0%
	第4圏域	406	348	43	14	1
		割合	85.7%	10.6%	3.4%	0.2%
	第5圏域	351	286	50	12	3
		割合	81.5%	14.2%	3.4%	0.9%
	第6圏域	406	353	41	9	3
		割合	86.9%	10.1%	2.2%	0.7%
	第7圏域	411	343	40	25	3
		割合	83.5%	9.7%	6.1%	0.7%



□ 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 ■ 無回答

問4 毎日の生活について

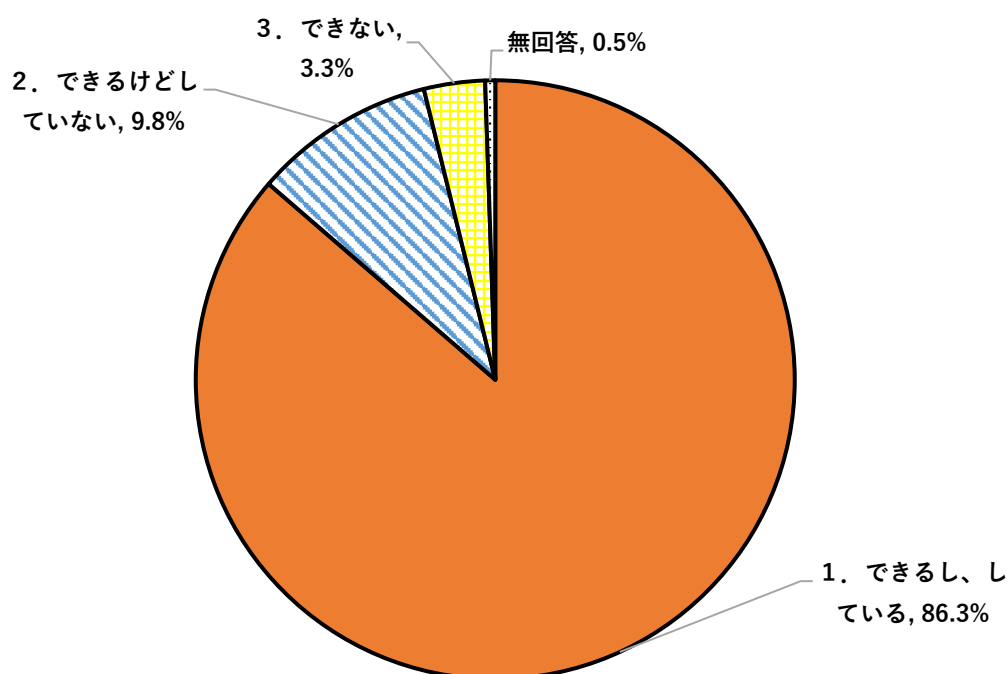
(7) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

すべての圏域において、「できるし、している（自分で預貯金の出し入れをしている）」と回答した人が圧倒的に多く、大半の住民が自立して金銭の管理を行っていることがわかります。

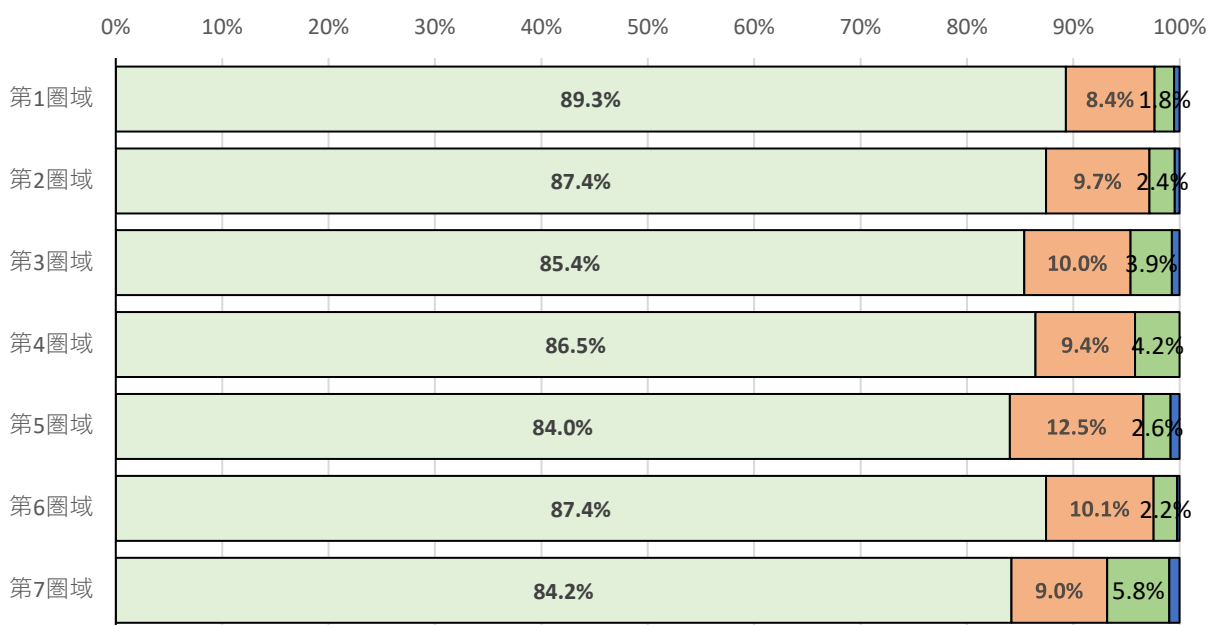
- ・自立して管理を行っている層（「できるし、している」）：第2圏域（369人）が最も多く、次いで第6圏域（355人）、第3圏域および第4圏域（各351人）の順となっています。
- ・能力はあるが控えている層（「できるけどしていない」）：第5圏域（44人）が最も多く、次いで第2圏域、第3圏域、第6圏域（各41人）となっています。これまでの調査結果と同様に、家族と同居している世帯などで、家族が代行しているケースが推測されます。
- ・管理が困難な層（「できない」）：第7圏域（24人）が最多で、第4圏域（17人）、第3圏域（16人）がそれに続きます。一方で、第1圏域（7人）が最も少ない結果となりました。

これまでの「買物」「調理」「請求書の支払い」といった日常生活動作（IADL）の調査結果と同様に、第7圏域において「できない」と回答した人が他圏域より多い傾向が顕著です。第7圏域は「物忘れ」や「日時の把握（見当識）」などの認知機能の不安も比較的高い地域であったことから、預貯金の管理という重要かつ複雑な動作に支障が出始めている層を、地域全体で早期に把握し、権利擁護や生活支援につなげる体制づくりが重要となります。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	2409	274	92	0
		割合	86.3%	9.8%	3.3%	0.0%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	342	32	7	2
		割合	89.3%	8.4%	1.8%	0.5%
	第2圏域	422	369	41	10	2
		割合	87.4%	9.7%	2.4%	0.5%
	第3圏域	411	351	41	16	3
		割合	85.4%	10.0%	3.9%	0.7%
	第4圏域	406	351	38	17	0
		割合	86.5%	9.4%	4.2%	0.0%
	第5圏域	351	295	44	9	3
		割合	84.0%	12.5%	2.6%	0.9%
	第6圏域	406	355	41	9	1
		割合	87.4%	10.1%	2.2%	0.2%
	第7圏域	411	346	37	24	4
		割合	84.2%	9.0%	5.8%	1.0%



□ 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 □ 無回答

問4 毎日の生活について

(8) 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

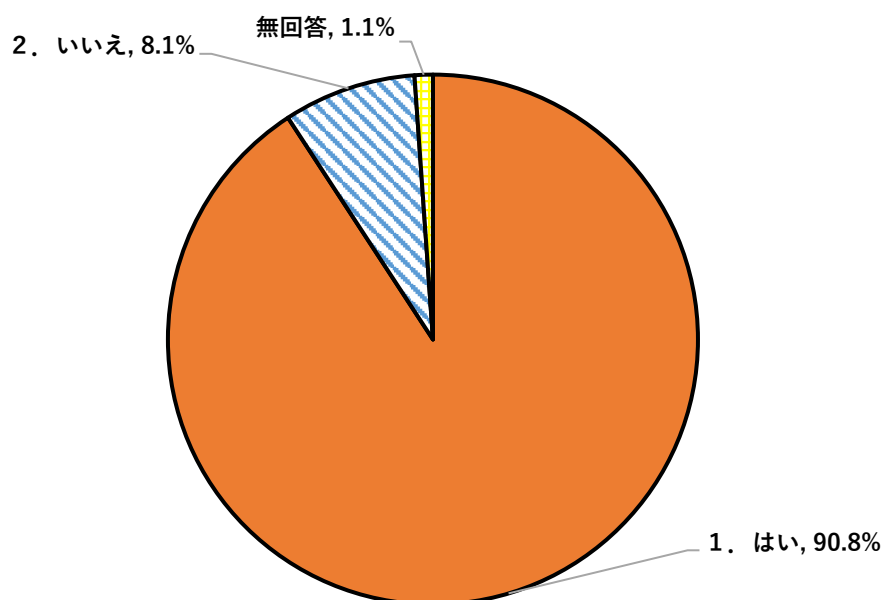
すべての圏域において、「はい（書ける）」と回答した人が圧倒的多数を占めており、行政手続きや通院に伴う書類作成を自律的に行える住民が主流であることがわかります。

・自立して書類を記入できる層（「はい」）：すべての圏域で300人（第5圏域は320人）を超えており、特に第2圏域（388人）、第4圏域（374人）、第6圏域（370人）で高い数値を示しています。

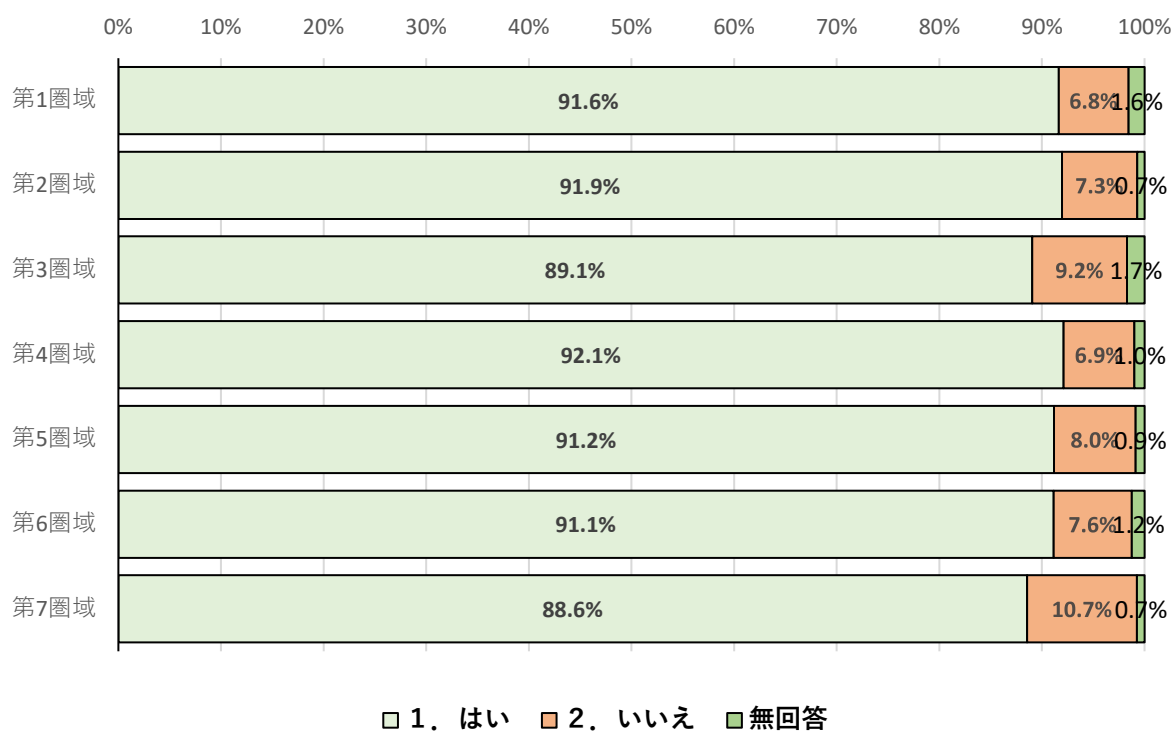
・書類の記入が困難な層（「いいえ」）：第7圏域（44人）が最も多く、次いで第3圏域（38人）、第2圏域および第6圏域（各31人）となっています。一方で、第1圏域（26人）が最も少ない結果となりました。

これまでの調査で示された「物忘れ」や「日時の把握」といった認知機能、および「金銭管理」などの日常生活動作（IADL）の結果と同様に、第7圏域において「いいえ」と回答した人が他圏域より多い傾向が続いています。書類の記入は、内容の理解や正確な筆記など、複雑な認知プロセスを必要とする作業です。第7圏域や第3圏域など、この項目で課題が見られる地域では、代理申請のサポートや、より分かりやすい公的情報の提供、あるいは認知機能の維持に向けたよりきめ細やかな支援が重要になると考えられます。

◆全体



		全体	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		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	2533	226	31
		割合	90.8%	8.1%	1.1%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	351	26	6
		割合	91.6%	6.8%	1.6%
	第2圏域	422	388	31	3
		割合	91.9%	7.3%	0.7%
	第3圏域	411	366	38	7
		割合	89.1%	9.2%	1.7%
	第4圏域	406	374	28	4
		割合	92.1%	6.9%	1.0%
	第5圏域	351	320	28	3
		割合	91.2%	8.0%	0.9%
	第6圏域	406	370	31	5
		割合	91.1%	7.6%	1.2%
	第7圏域	411	364	44	3
		割合	88.6%	10.7%	0.7%



問4 毎日の生活について

(9) 新聞を読んでいますか

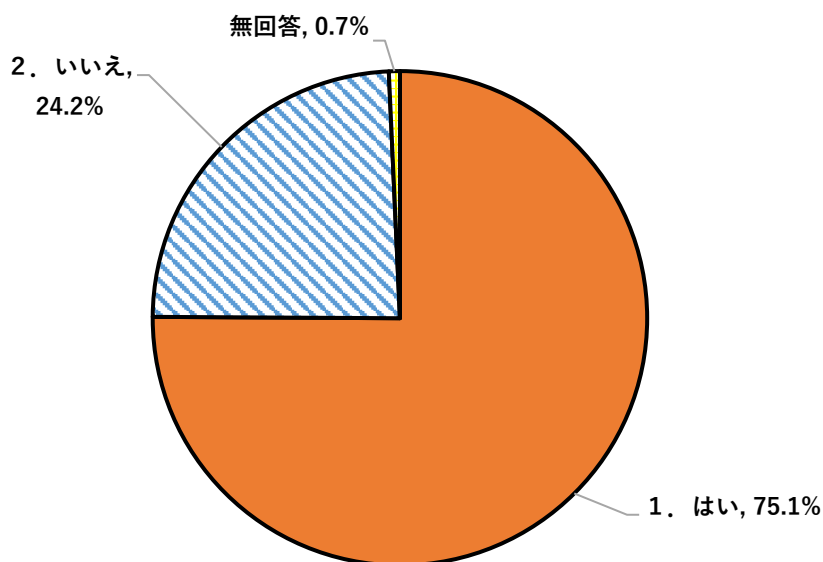
すべての圏域において、「はい（読んでいる）」と回答した人が圧倒的多数を占めています。これは、多くの住民が日常的に活字に触れ、社会情勢や地域の情報に関心を持ち続けていることを示しています。

- ・新聞を読んでいる層（「はい」）：第2圏域（326人）が最も多く、次いで第6圏域（325人）、第7圏域（317人）の順となっています。
- ・新聞を読んでいる層（「いいえ」）：第4圏域（126人）が最も多く、次いで第3圏域（104人）となっています。一方で、第6圏域（80人）や第5圏域（82人）は、読んでいないと回答した人が比較的小さい傾向にあります。

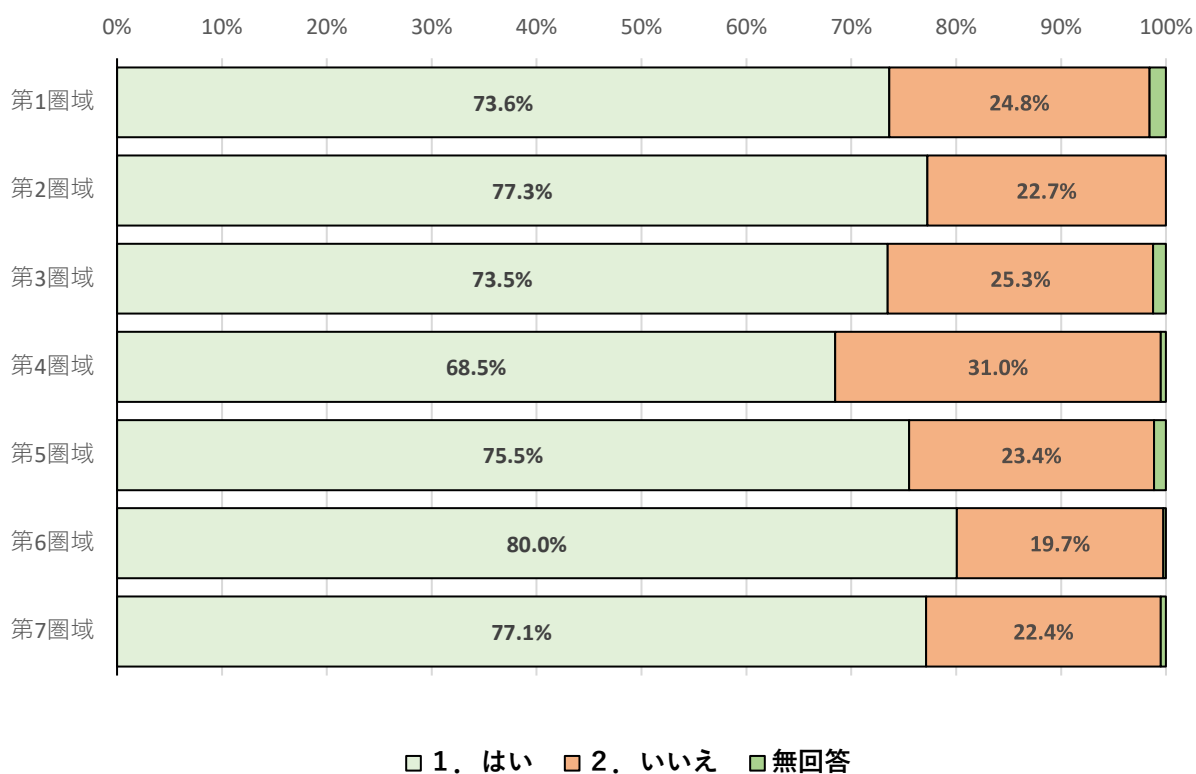
これまでの調査で示された「認知機能（物忘れの自覚）」や「書類の記入能力」といった項目と合わせると、新聞を読むという習慣は知的刺激の維持や情報理解力の保持に寄与している可能性があります。

特に、第6圏域や第7圏域は、これまでの結果で「物忘れ」や「日時の把握」に課題を感じている層が一定数見られた地域ですが、同時に新聞を読んでいる人の数も非常に多いことがわかりました。習慣としての読書が維持されていることは、認知機能の低下を抑制するための良好な生活習慣の一つと言えます。今後は、視力低下などで新聞が読みづらくなった層への情報提供のあり方なども、併せて検討していくことが有効と考えられます。

◆全体



		全体	新聞を読んでいますか		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	2095	675	20
		割合	75.1%	24.2%	0.7%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	282	95	6
		割合	73.6%	24.8%	1.6%
	第2圏域	422	326	96	0
		割合	77.3%	22.7%	0.0%
	第3圏域	411	302	104	5
		割合	73.5%	25.3%	1.2%
	第4圏域	406	278	126	2
		割合	68.5%	31.0%	0.5%
	第5圏域	351	265	82	4
		割合	75.5%	23.4%	1.1%
	第6圏域	406	325	80	1
		割合	80.0%	19.7%	0.2%
	第7圏域	411	317	92	2
		割合	77.1%	22.4%	0.5%



問4 毎日の生活について

(10) 本や雑誌を読んでいますか

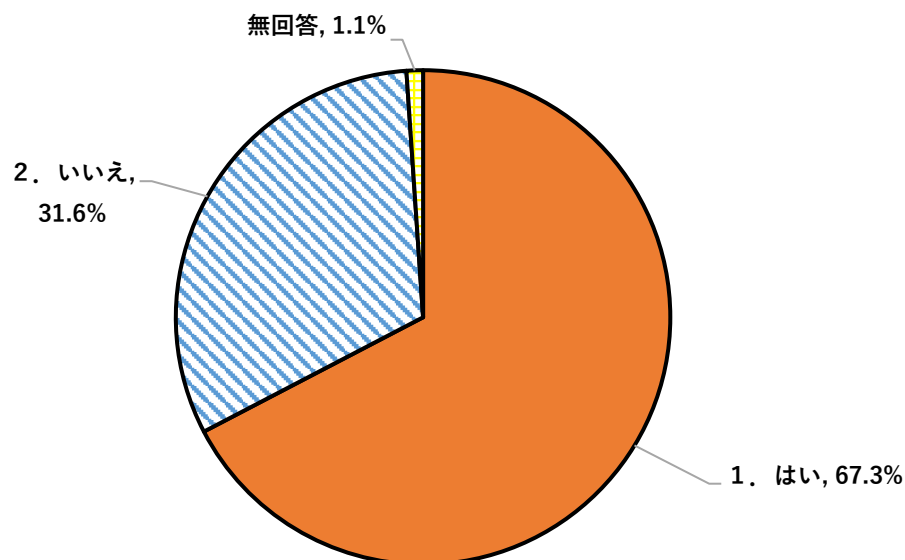
すべての圏域において、「はい（読んでいる）」と回答した人が多数派を占めています。これは、多くの住民が日常生活の中で本や雑誌を手に取り、知識の習得や娯楽として読書を楽しんでいる実態を示しています。

- ・本や雑誌を読んでいる層（「はい」）：すべての圏域で200人を超えており、特に第2圏域（290人）が最も多く、次いで第3圏域（280人）、第6圏域（273人）の順となっています。
- ・本や雑誌を読んでいない層（「いいえ」）：第4圏域（139人）が最も多く、次いで第7圏域（137人）、第2圏域（130人）となっています。一方で、第5圏域（111人）や第1圏域（113人）は、読んでいないと回答した人が比較的少ない傾向にあります。

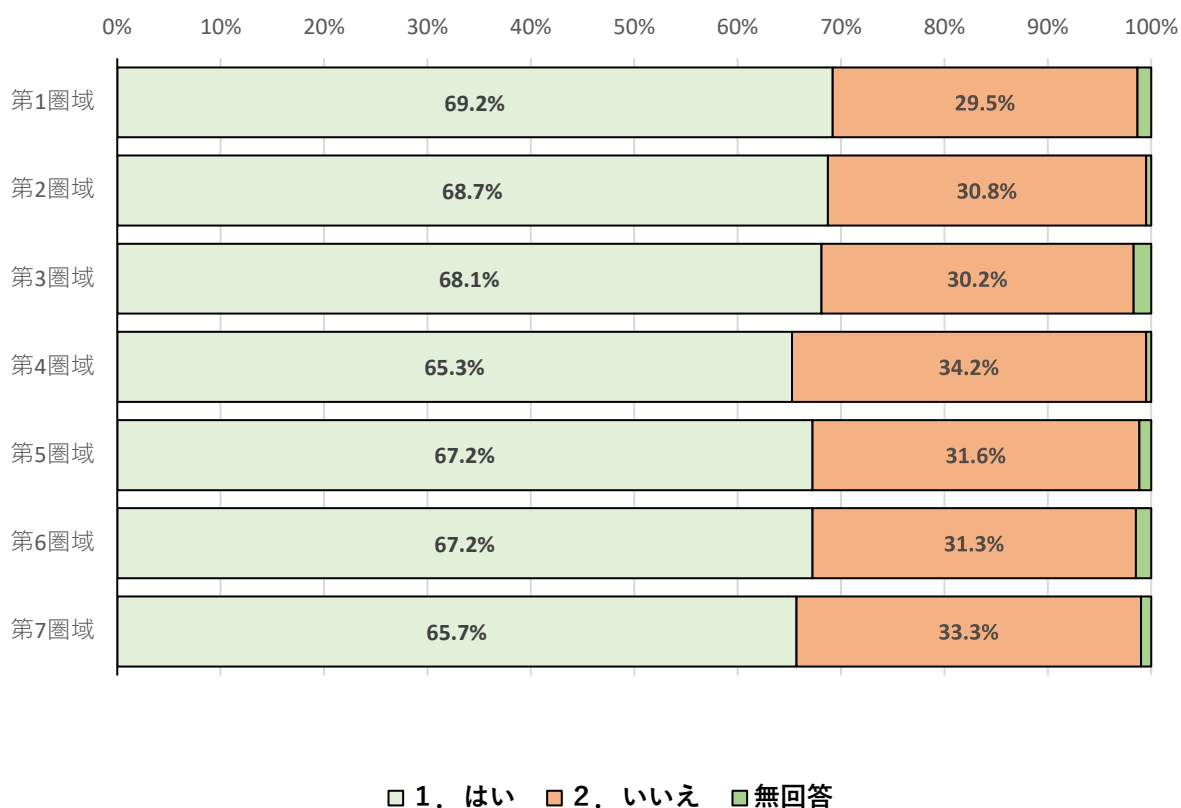
前回の「新聞購読」の結果と同様に、多くの住民が活字に触れる習慣を維持していることが確認できました。特に、これまでの調査で身体機能や外出頻度が高かった第2・第3圏域などにおいて、読書習慣も活発である傾向が見て取れます。

読書は視覚情報の処理や内容の理解を伴うため、認知機能の維持において非常に有効な活動です。一方で、各圏域で110～140人前後（回答者の約3割程度）が「読んでいない」と回答しており、視力の低下や関心の変化など、読書をしない背景には個人差があると考えられます。今後は、文字の大きな本の紹介や音声図書の活用、地域の図書館との連携など、知的活動を継続しやすい環境づくりが、認知症予防の観点からも重要になると推測されます。

◆全体



		全体	本や雑誌を読んでいますか		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	1879	881	30
		割合	67.3%	31.6%	1.1%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	265	113	5
		割合	69.2%	29.5%	1.3%
	第2圏域	422	290	130	2
		割合	68.7%	30.8%	0.5%
	第3圏域	411	280	124	7
		割合	68.1%	30.2%	1.7%
	第4圏域	406	265	139	2
		割合	65.3%	34.2%	0.5%
	第5圏域	351	236	111	4
		割合	67.2%	31.6%	1.1%
	第6圏域	406	273	127	6
		割合	67.2%	31.3%	1.5%
	第7圏域	411	270	137	4
		割合	65.7%	33.3%	1.0%



問4 毎日の生活について

(11) 趣味はありますか

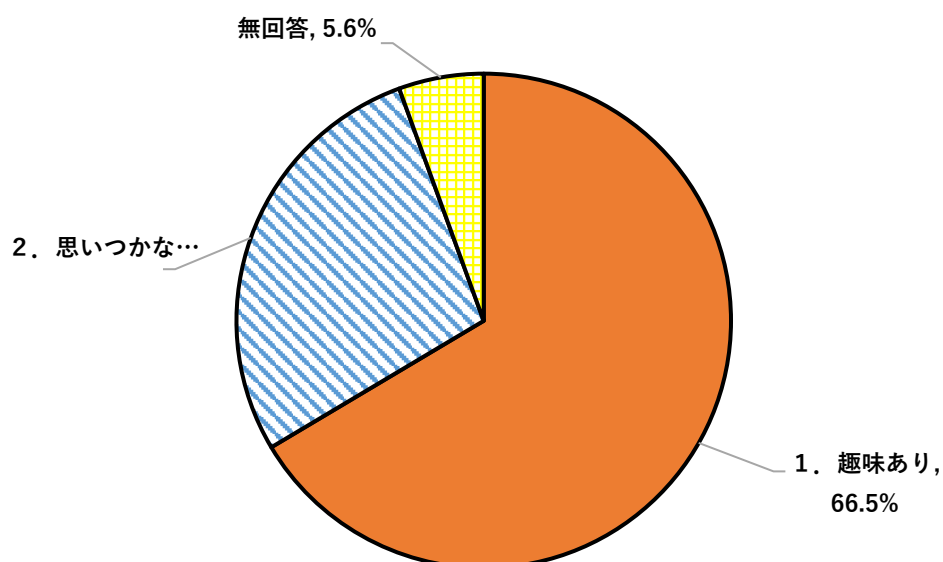
すべての圏域において、「趣味あり」と回答した人が圧倒的多数を占めており、多くの住民が日常生活の中に楽しみや生きがいを持っていることがわかります。

- ・趣味を持っている層（「趣味あり」）：すべての圏域で200人を超えており、特に第3圏域（284人）が最も多く、次いで第7圏域（282人）、第4圏域（275人）の順となっています。
- ・趣味が思いつかない層（「思いつかない」）：第4圏域（121人）が最も多く、次いで第2圏域および第6圏域（各120人）となっています。一方で、第1圏域（95人）が最も少ない結果となりました。

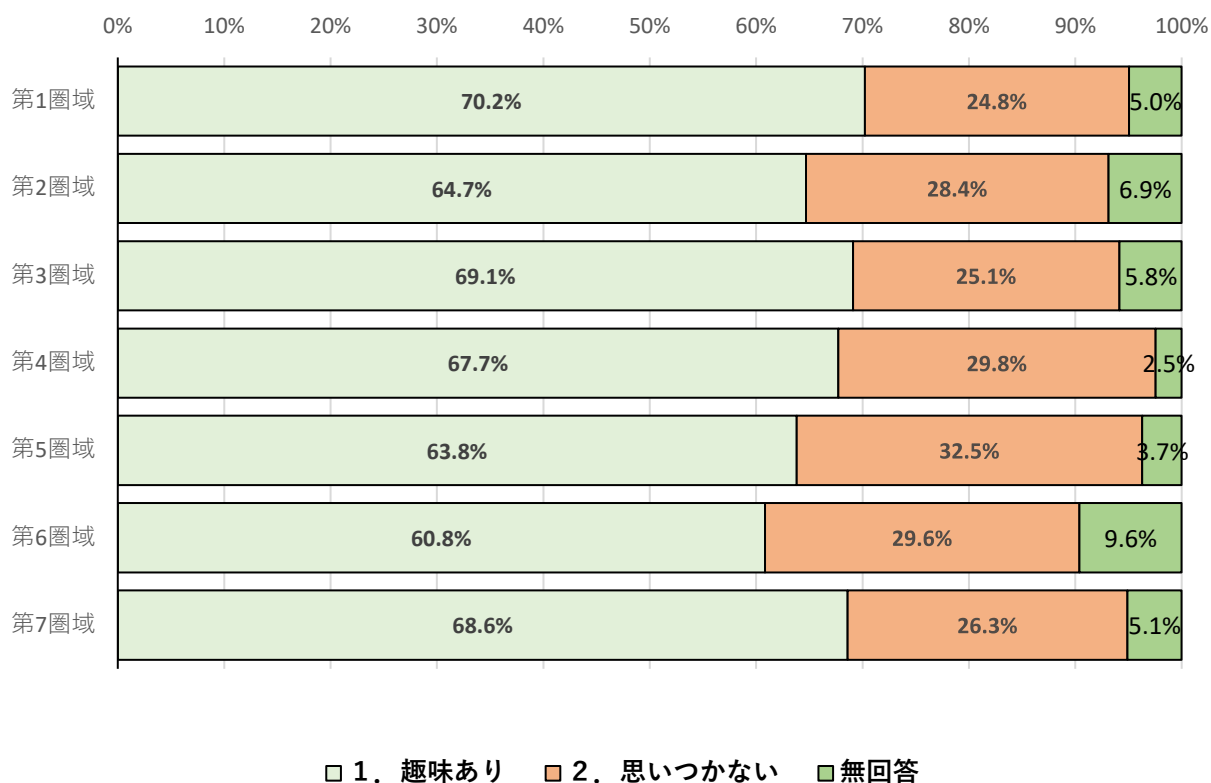
これまでの調査で示された「外出頻度の高さ」や「新聞・読書の習慣」に加え、多くの住民が「趣味」を持っているという結果は、地域の高齢者が身体的・知的・社会的に非常にアクティブであることを裏付けています。特に趣味を持っている人が最多であった第3圏域や第7圏域は、これまでのデータでも活動性の高さが目立っていた地域です。

一方で、各圏域で約100人～120人前後（回答者の約3割程度）が「思いつかない」と回答しています。趣味の有無は社会的なつながりや精神的な健康（QOL）に深く関わるため、今後はこうした層に向けて、地域で気軽に参加できるサークル活動や、新しい趣味を見つけるきっかけとなるような催しの情報提供が有効と考えられます。

◆全体



		全体	趣味はありますか		
			1. 趣味あり	2. 思いつかない	無回答
全 体		2790	1854	781	155
		割合	66.5%	28.0%	5.6%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	269	95	19
		割合	70.2%	24.8%	5.0%
	第2圏域	422	273	120	29
		割合	64.7%	28.4%	6.9%
	第3圏域	411	284	103	24
		割合	69.1%	25.1%	5.8%
	第4圏域	406	275	121	10
		割合	67.7%	29.8%	2.5%
	第5圏域	351	224	114	13
		割合	63.8%	32.5%	3.7%
	第6圏域	406	247	120	39
		割合	60.8%	29.6%	9.6%
	第7圏域	411	282	108	21
		割合	68.6%	26.3%	5.1%



1. 趣味データの定量的・定性的分析

住民から寄せられた膨大な回答を精査した結果、本地域のポテンシャルは「圧倒的な基盤層」と「極めて専門性の高い技能層」の二層構造であることが判明しました。

住民趣味カテゴリー分類表

カテゴリー	主な趣味項目（ソースコンテキストから抽出）
創造・手仕事系	編物、手芸、刺し子、洋裁、和裁、ミシン、PP バンドかご作り、DIY、左官、ペンキ塗り、木工、陶芸、小物作り、料理、お菓子作り、ステンドグラス、パッチワーク
身体活動・スポーツ系	ウォーキング、散歩、ゴルフ、グラウンドゴルフ、パークゴルフ、水泳、ヨガ、社交ダンス、フラダンス、卓球、テニス、スキー、体操、山歩き、太極拳
自然・屋外活動系	家庭菜園、畑、野菜作り、園芸、ガーデニング、花の手入れ、釣り、山菜取り、めだかの飼育、昆虫飼育、盆栽、ドライブ、ツーリング、キャンプ
文化的・知的交流系	読書、麻雀、カラオケ、囲碁、将棋、楽器演奏（ピアノ、ギター、尺八、三味線、オカリナ、大正琴等）、郷土史研究、アマチュア無線、数独、パズル

データ分析に基づく「So What?」：地域の潜在機会

1. 「ビッグ・スリー」による地域インフラの形成: 「読書」「家庭菜園・畑」「散歩・ウォーキング」の3項目は、出現頻度が突出して高い。これらは地域における「共通言語」であり、大規模な住民ネットワークを構築するための強力なインフラ層として機能します。
2. 専門特化型「マグネット趣味」の存在: 「無線」「農機の修理」「左官」「めだかの飼育」「郷土史研究」といった希少かつ専門性の高い趣味を持つ層が確認されました。これらは、従来の福祉プログラムでは接点を持ちにくかった層（特にリタイア後の技術職男性など）をコミュニティに引き寄せる「磁石（マグネット）」としてのポテンシャルを有しています。
3. 「静寂なる多数派（インドア派）」への戦略: 「読書」や「パズル」を好む層は非常に多く、必ずしも屋外での活動を望むわけではありません。この層に対し、自宅にしながら、あるいは静かな空間で「役割」を担える仕組み（例：書評を通じた交流や、知的なサロン運営）が必要です。

3. 興味・関心を軸としたコミュニティ・クラスタに向けて

単なる同好会を「社会的な役割を果たすユニット」へと発展させる3つの方策案。

- 「職人技・手仕事」の継承ワークショップ

- **概要:** 刺し子、PP バンドかご作り、洋裁などの高度なスキルを持つ住民と、それらを学びたい世代、またはそれらを活用したい若年層をマッチングします。
- **生産者への転換:** 熟練層は単に作るだけでなく、技術を教える「マイスター」としての役割を担います。
- **デジタル×アナログの融合:** 若者が高齢者の「刺し子」技術を学び、高齢者は若者から「作品をアプリで販売・発信する手法」を教わるという、双方向のメンターシップを導入します。

- 「健康・アクティブ・ライフ」ネットワーク

- **概要:** ウォーキング、ゴルフ、家庭菜園など、動的な趣味を基盤とした活動です。
- **生産者への転換:** 菜園愛好家は、収穫物を活用した子ども食堂への食材提供や、農機の修理技能を持つ者による「農機メンテナンス会」の開催など、技能を地域貢献に直結させます。
- **安否確認の自動化:** 趣味の集まり自体を、意識させない緩やかな「見守りシステム」として機能させ、孤立死の防止に繋がります。

- 「カルチャー・サロン」構想

- **概要:** 読書、囲碁、アマチュア無線、郷土史研究など、知的探求心を共有する屋内型拠点です。
- **生産者への転換:** 読書家を「サロンの司書」として任命し、おすすめ本の紹介や子どもへの読み聞かせを依頼します。無線や郷土史の愛好家には、地域の歴史や通信技術を伝える「専門講師」としての役割を付与し、自己有用感を高めます。
-

4. イベント・サークル活動の創出プロセスと運用指針

「福祉サロン」という呼称を避け、住民がプライドを持って参加できる「プロジェクト形式」を採用します。

1. **フェーズ 1：発掘とマッチング（マッチング・ラボ）** データの再解析に基づき、同じ趣味を持つ住民にピンポイントで「お試しプロジェクト」を提案します。特に男性層に対しては、サービスを受ける場所ではなく、自らの技能を試す「ラボ（実験室）」や「工房」という名称を用い、参加障壁を低減します。
2. **フェーズ 2：場の提供とファシリテーション（場のリノベーション）** 既存の公民館だけで

なく、DIY や左官技術を持つ住民が自ら手を入れた「コミュニティ・ベース」を活用します。行政職員は「指導者」ではなく、住民のやりたいことを支える「伴走者（ファシリテーター）」に徹します。

3. **フェーズ3：自主運営への移行支援（ガバナンスの構築）** リーダーに負担を集中させないよう、役割を「デジタル担当」「会計担当」「道具管理担当」などに細分化し、参加者全員が何らかのミッションを持つ「役割分担型組織」への移行をサポートします。

5. 持続可能なコミュニティに向けて

趣味という個人的な喜びを、地域全体のレジリエンス（回復力）へと昇華させる戦略的投資です。

社会的効果と相乗効果

趣味を介した強固なネットワークは、平時の QOL 向上に留まらず、有事の際に圧倒的な力を発揮します。

- **防災・防犯への寄与:** DIY や左官、ペンキ塗りのスキルを持つ住民は、震災後の家屋の応急処置において即戦力となります。また、家庭菜園の愛好家は、地域の土壌や水源に関する知識、および食料の備蓄機能を平時から分担していることに他なりません。
-
- **介護予防と医療費抑制:** 趣味を通じた外出頻度の増加と役割の保持は、フレイル（虚弱化）や認知症の進行を抑制し、長期的には地域医療費の削減に大きく寄与します。

住民一人ひとりの「好き」を原動力として、誇りある役割を再定義するための羅針盤となりうるものです。個人の趣味が誰かの助けになり、それが地域の安全を支える。この「幸福な互助循環」を実現させていきます。目指す持続可能な地域社会の姿です。住民の個性をデータで捉え、それを絆へと変換し、地域福祉の新たなスタンダードとして推進していくことが可能となります。

問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

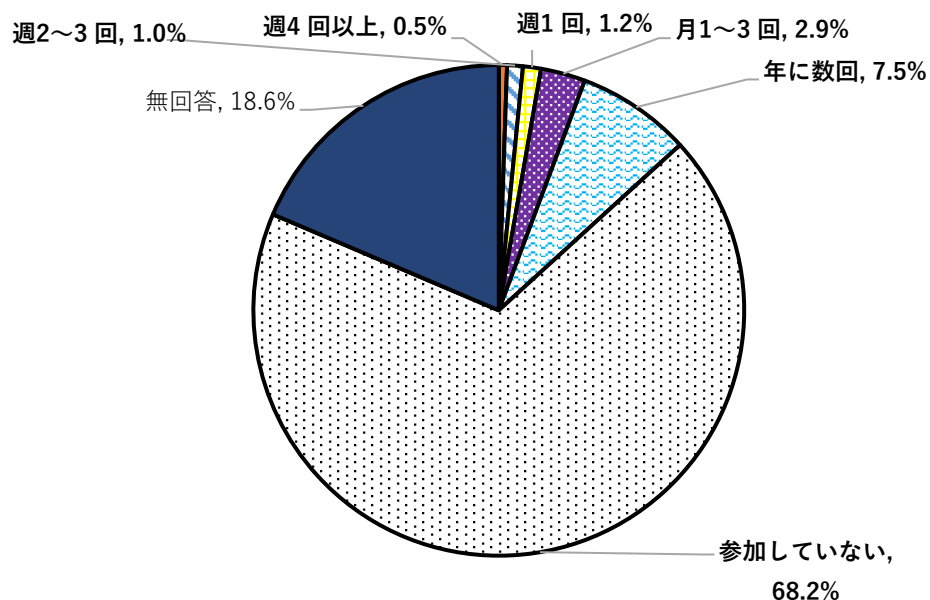
① ボランティアのグループ

すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数（241～294人）を占めており、ボランティア活動が住民の日常的な習慣として定着しているケースは、現時点では限定的であることがわかります。

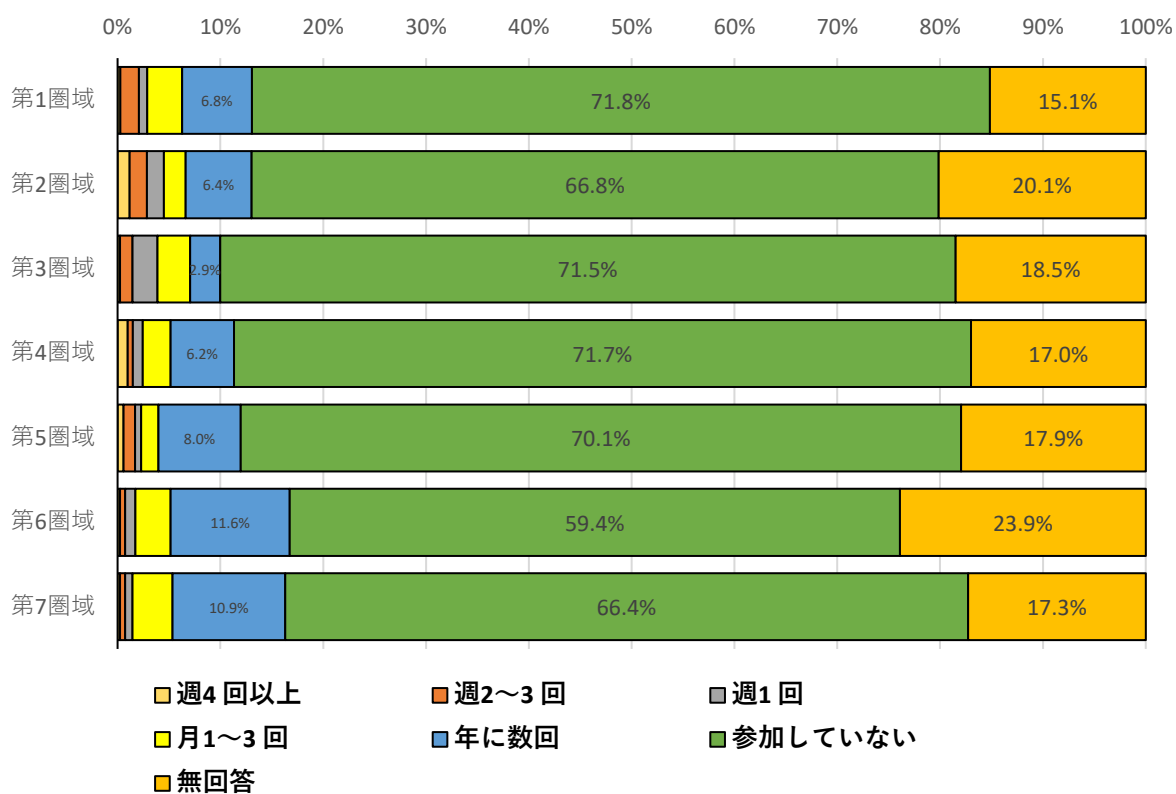
- ・参加していない層：第3圏域（294人）が最も多く、次いで第4圏域（291人）、第2圏域（282人）の順となっています。
- ・ときどき参加している層（「年に数回」）：参加している人の中では「年に数回」という回答が最も多く、特に第6圏域（47人）や第7圏域（45人）で比較的目的立っています。
- ・活動頻度が高い層（「週1回以上」）：週1回以上の頻度で活動している人は各圏域とも少数ですが、第2圏域（計19人）が他の圏域に比べてやや多い傾向にあります。

これまでの調査で「趣味がある」と回答した人や「外出頻度」が高い人が多かったことに比べると、ボランティアという形での社会参加を行っている層はまだ少ない実態が浮き彫りになりました。しかし、どの圏域にも「年に数回」あるいは「月1～3回」参加している層が一定数存在しています。これまでのデータで示された住民の活発な活動性を活かし、今後は趣味の延長として参加できるようなボランティア機会の周知や、参加のハードルを下げる工夫が、さらなる社会参加の促進につながると考えられます。

◆全体



		全体	① ボランティアのグループ						
			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	無回答
全 体		2790	15	29	33	82	210	1902	519
		割合	0.5%	1.0%	1.2%	2.9%	7.5%	68.2%	18.6%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	1	7	3	13	26	275	58
		割合	0.3%	1.8%	0.8%	3.4%	6.8%	71.8%	15.1%
	第2圏域	422	5	7	7	9	27	282	85
		割合	1.2%	1.7%	1.7%	2.1%	6.4%	66.8%	20.1%
	第3圏域	411	1	5	10	13	12	294	76
		割合	0.2%	1.2%	2.4%	3.2%	2.9%	71.5%	18.5%
	第4圏域	406	4	2	4	11	25	291	69
		割合	1.0%	0.5%	1.0%	2.7%	6.2%	71.7%	17.0%
	第5圏域	351	2	4	2	6	28	246	63
		割合	0.6%	1.1%	0.6%	1.7%	8.0%	70.1%	17.9%
	第6圏域	406	1	2	4	14	47	241	97
		割合	0.2%	0.5%	1.0%	3.4%	11.6%	59.4%	23.9%
	第7圏域	411	1	2	3	16	45	273	71
		割合	0.2%	0.5%	0.7%	3.9%	10.9%	66.4%	17.3%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

② スポーツ関係のグループやクラブ

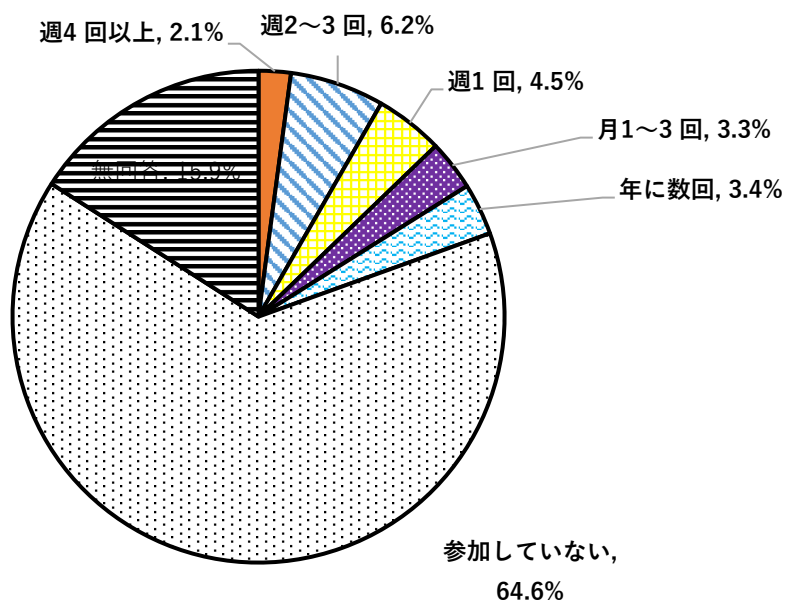
すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数（226～271人）を占めており、ボランティア活動と同様に、特定のグループやクラブに所属してスポーツを行う習慣を持つ住民は、現時点では一部に限られていることがわかります。

- ・参加していない層：第4圏域（271人）が最も多く、次いで第1圏域、第3圏域、第7圏域（各267人）の順となっています。
- ・定期的に参加している層（週1回以上）：「週4回以上」「週2～3回」「週1回」の回答を合わせると、第2圏域（計54人）が最も多く、次いで第4圏域（計52人）となっています。特に「週2～3回」の頻度で活動している人は、第2圏域（30人）や第5圏域（28人）で比較的に目立ちます。
- ・ときどき参加している層（年に数回）：第7圏域（31人）が他圏域に比べて突出して多く、定期的な活動ではないものの、イベントなどの機会に参加している層が一定数存在します。

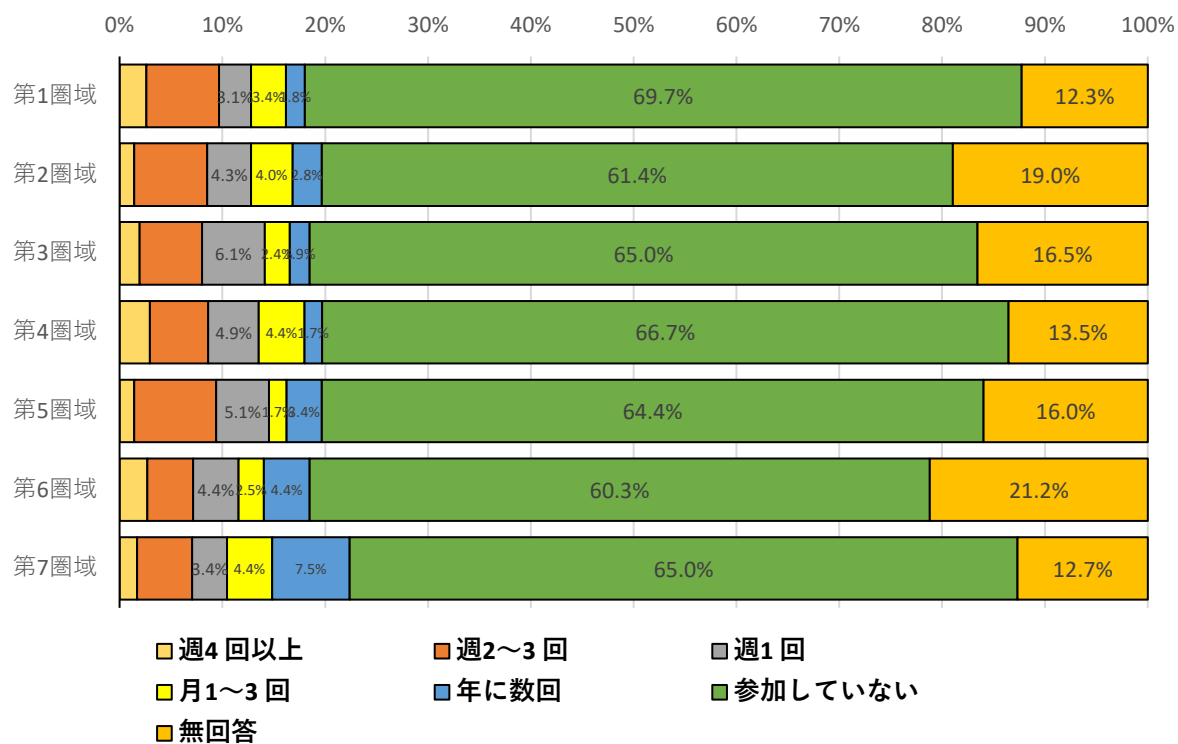
これまでの調査で、多くの住民が「週2回以上の外出」をこなし、高い「歩行能力」や「移動能力」を維持していることが示されてきました。今回の結果と照らし合わせると、住民の多くは特定のスポーツグループに所属する形ではなく、個人での散歩や買い物、あるいは日常の家事などを通じて身体活動を維持している実態が推測されます。

一方で、社会的なつながりを伴うスポーツ活動は、身体機能の維持だけでなく、これまでの調査で課題が見られた「物忘れ」などの認知機能低下の抑制にも効果的です。今後は、運動機能が低い層に向けて、地域コミュニティへの参加を促すようなスポーツ機会の提供や、第7圏域で見られたような「年に数回」のイベントから習慣化へつなげるアプローチが有効と考えられます。

◆全体



		全体	② スポーツ関係のグループやクラブ						
			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	無回答
全 体		2790	59	173	125	92	95	1802	444
		割合	2.1%	6.2%	4.5%	3.3%	3.4%	64.6%	15.9%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	10	27	12	13	7	267	47
		割合	2.6%	7.0%	3.1%	3.4%	1.8%	69.7%	12.3%
	第2圏域	422	6	30	18	17	12	259	80
		割合	1.4%	7.1%	4.3%	4.0%	2.8%	61.4%	19.0%
	第3圏域	411	8	25	25	10	8	267	68
		割合	1.9%	6.1%	6.1%	2.4%	1.9%	65.0%	16.5%
	第4圏域	406	12	23	20	18	7	271	55
		割合	3.0%	5.7%	4.9%	4.4%	1.7%	66.7%	13.5%
	第5圏域	351	5	28	18	6	12	226	56
		割合	1.4%	8.0%	5.1%	1.7%	3.4%	64.4%	16.0%
	第6圏域	406	11	18	18	10	18	245	86
		割合	2.7%	4.4%	4.4%	2.5%	4.4%	60.3%	21.2%
	第7圏域	411	7	22	14	18	31	267	52
		割合	1.7%	5.4%	3.4%	4.4%	7.5%	65.0%	12.7%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

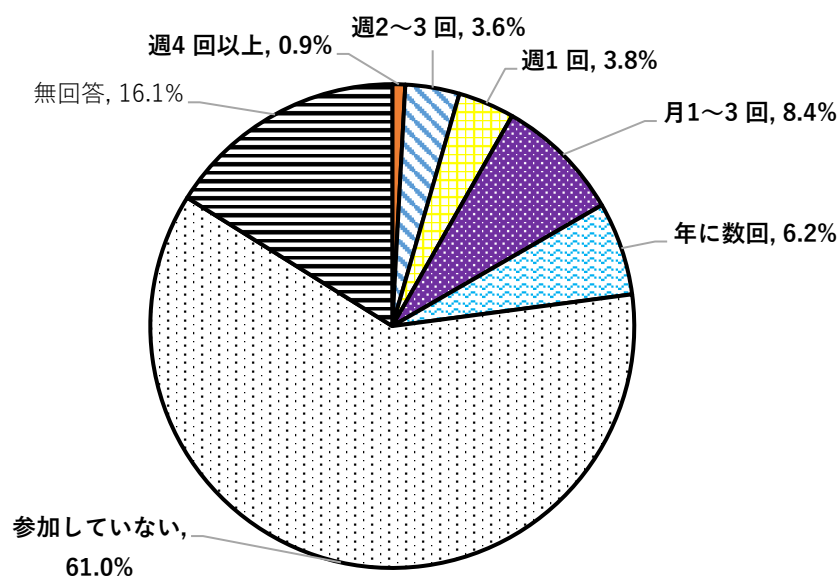
③ 趣味関係のグループ

すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数（221～261人）を占めています。これは、以前の調査で「趣味がある」と回答した人が非常に多かった一方で、特定の団体やグループに所属して活動している人は一部に限られている実態を示しています。

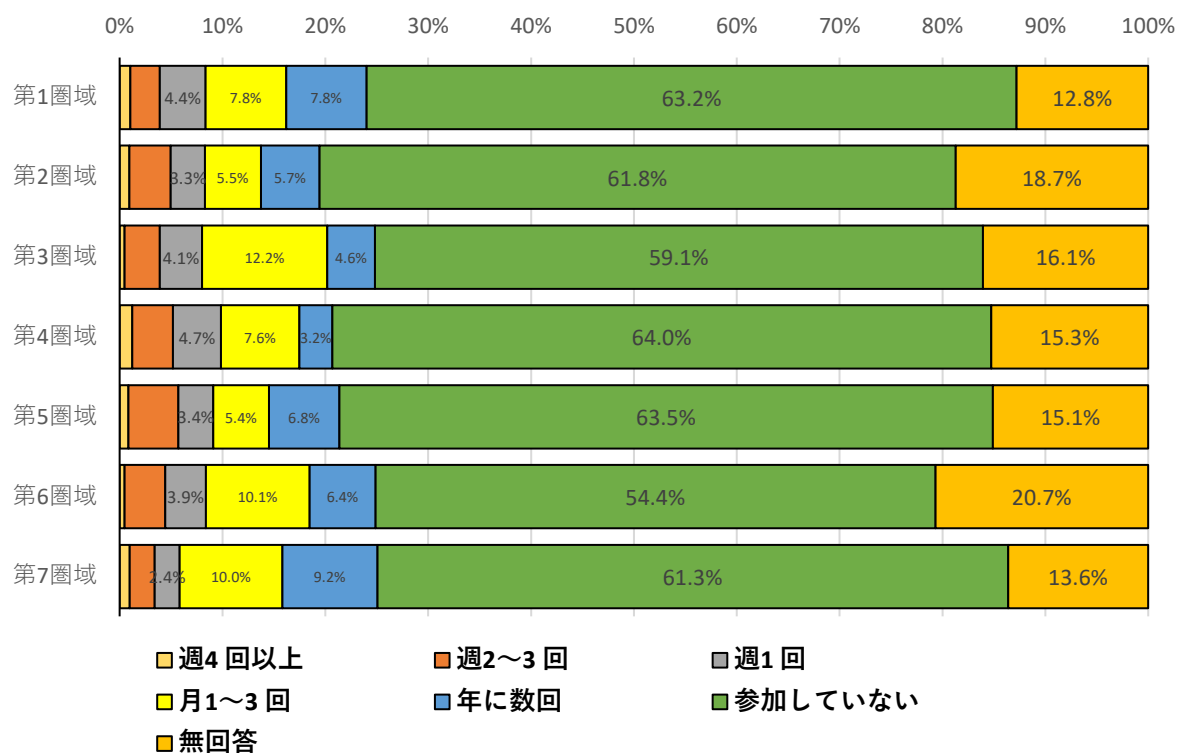
- ・参加していない層：第2圏域（261人）が最も多く、次いで第4圏域（260人）、第7圏域（252人）の順となっています。
- ・定期的に参加している層（週1回以上）：「週4回以上」「週2～3回」「週1回」の回答を合わせると、第4圏域（計40人）が最も多く、次いで第2圏域（計35人）、第6圏域（計34人）となっています。
- ・ときどき参加している層（年に数回～月1～3回）：第7圏域（計79人）や第3圏域（計69人）において、月数回程度の参加や年に数回程度の緩やかな参加層が他圏域に比べて比較的多く存在しています。

これまでの調査で「趣味がある」と答えた人が全圏域で多数派だったことと合わせると、多くの住民は「特定のグループに属さず、個人や少人数で趣味を楽しんでいる」という活動スタイルが推測されます。グループ活動への参加は、社会的なつながりを生み、認知機能の維持にも寄与します。今後は、個人の趣味をきっかけに地域とつながれるような、参加のハードルが低い交流の機会を提供することが、社会的孤立の防止において有効と考えられます。

◆全体



		全体	③ 趣味関係のグループ						
			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	無回答
全 体		2790	24	101	105	235	174	1702	449
		割合	0.9%	3.6%	3.8%	8.4%	6.2%	61.0%	16.1%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	4	11	17	30	30	242	49
		割合	1.0%	2.9%	4.4%	7.8%	7.8%	63.2%	12.8%
	第2圏域	422	4	17	14	23	24	261	79
		割合	0.9%	4.0%	3.3%	5.5%	5.7%	61.8%	18.7%
	第3圏域	411	2	14	17	50	19	243	66
		割合	0.5%	3.4%	4.1%	12.2%	4.6%	59.1%	16.1%
	第4圏域	406	5	16	19	31	13	260	62
		割合	1.2%	3.9%	4.7%	7.6%	3.2%	64.0%	15.3%
	第5圏域	351	3	17	12	19	24	223	53
		割合	0.9%	4.8%	3.4%	5.4%	6.8%	63.5%	15.1%
	第6圏域	406	2	16	16	41	26	221	84
		割合	0.5%	3.9%	3.9%	10.1%	6.4%	54.4%	20.7%
	第7圏域	411	4	10	10	41	38	252	56
		割合	1.0%	2.4%	2.4%	10.0%	9.2%	61.3%	13.6%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

④ 学習・教養サークル

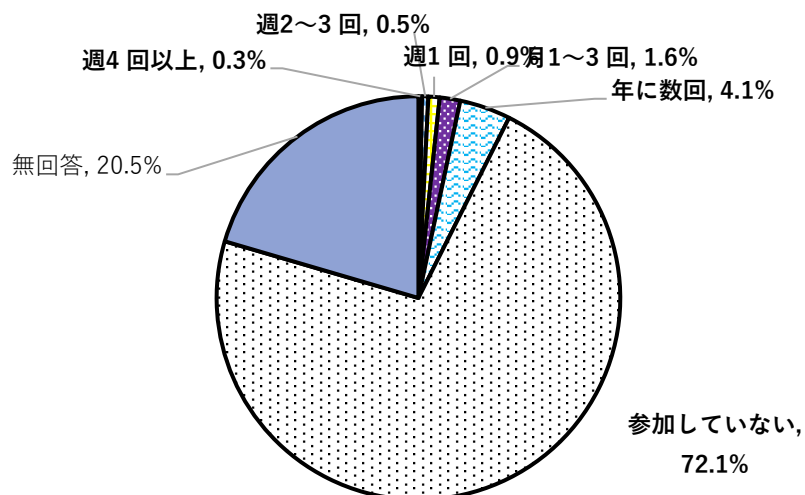
すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数（255～306人）を占めています。ボランティアやスポーツグループの結果と同様に、学習や教養を目的とした組織的な活動に所属している住民は、現時点では一部に限られている実態が明らかになりました。

- ・参加していない層：第4圏域（306人）が最も多く、次いで第2圏域（300人）、第7圏域（298人）の順となっています。
- ・ときどき参加している層（「年に数回」～「月1～3回」）：参加している人の中では、比較的頻度の低い層が目立ちます。例えば、第1圏域では「年に数回（15人）」、第5圏域では「年に数回（13人）」となっています。
- ・活動頻度が高い層（週1回以上）：週1回以上の頻度で定期的にサークル活動を行っている人は各圏域とも非常に少なく、概ね数名から10名程度にとどまっています。

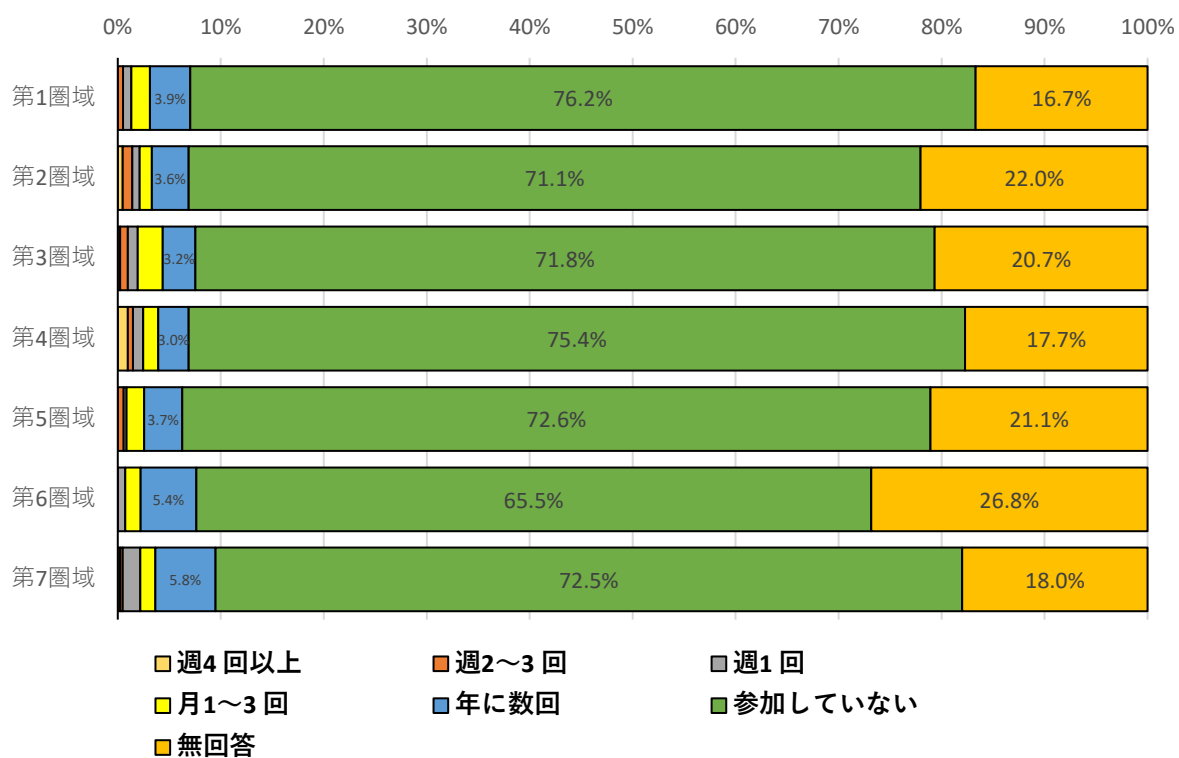
これまでの調査で「趣味がある」と回答した人が多かった一方で、サークルや団体に所属して活動している人が少ないという結果は、「個人の趣味として楽しんでいるが、集団での学習活動には至っていない」という住民の活動スタイルを示唆しています。

学習や教養活動は、これまでの調査で課題が見られた「物忘れ」や「日時の把握」などの認知機能維持に非常に有効です。今後は、既存のサークルへの勧誘だけでなく、個人の趣味をグループ活動へつなげるような「通いの場」の提供や、興味関心に合わせた講座の開催などが、社会的孤立の防止と認知症予防の両面から重要になると考えられます。

◆全体



		全体	④ 学習・教養サークル						
			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	無回答
全 体		2790	8	14	25	46	114	2012	571
		割合	0.3%	0.5%	0.9%	1.6%	4.1%	72.1%	20.5%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	0	2	3	7	15	292	64
		割合	0.0%	0.5%	0.8%	1.8%	3.9%	76.2%	16.7%
	第2圏域	422	2	4	3	5	15	300	93
		割合	0.5%	0.9%	0.7%	1.2%	3.6%	71.1%	22.0%
	第3圏域	411	1	3	4	10	13	295	85
		割合	0.2%	0.7%	1.0%	2.4%	3.2%	71.8%	20.7%
	第4圏域	406	4	2	4	6	12	306	72
		割合	1.0%	0.5%	1.0%	1.5%	3.0%	75.4%	17.7%
	第5圏域	351	0	2	1	6	13	255	74
		割合	0.0%	0.6%	0.3%	1.7%	3.7%	72.6%	21.1%
	第6圏域	406	0	0	3	6	22	266	109
		割合	0.0%	0.0%	0.7%	1.5%	5.4%	65.5%	26.8%
	第7圏域	411	1	1	7	6	24	298	74
		割合	0.2%	0.2%	1.7%	1.5%	5.8%	72.5%	18.0%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

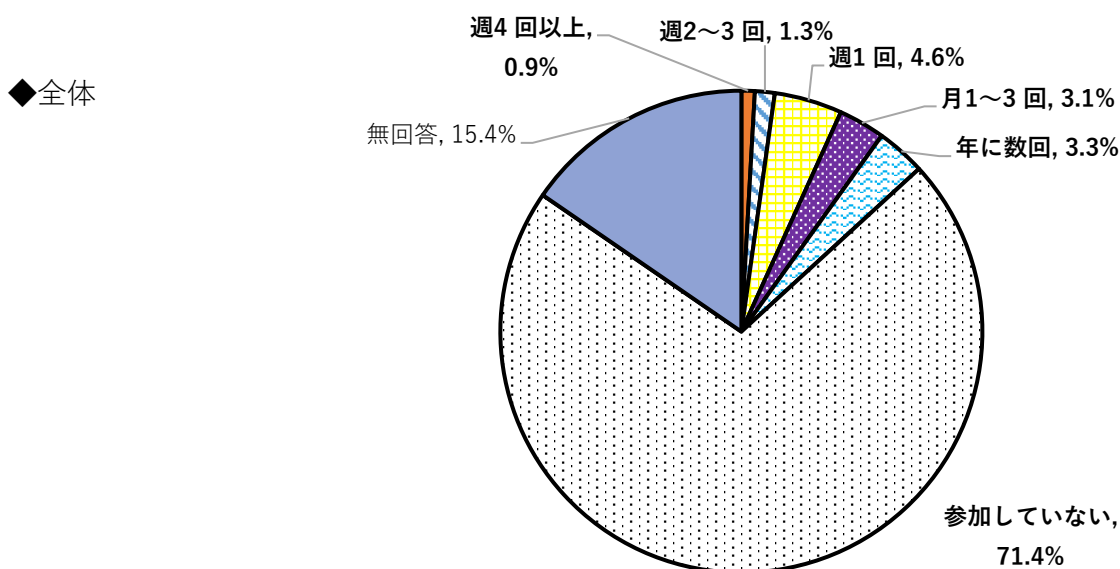
⑤ いきいき百歳体操や健康増進教室などコミュニティーセンターや自治会館で行われている介護予防のための通いの場

すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数（252～313人）を占めています。これは、ボランティアやスポーツ、学習サークルといった他の社会参加項目と同様に、特定の組織的な活動に属している住民は現時点では限定的であることを示しています。

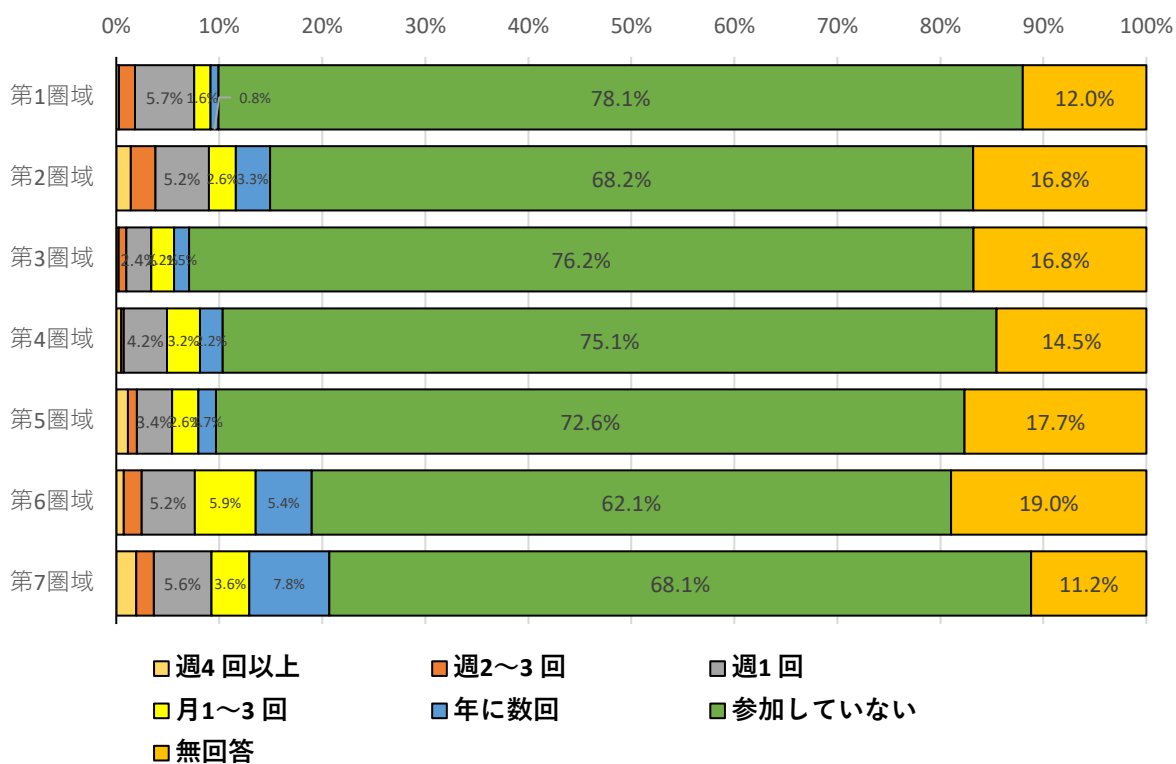
- ・参加していない層：第3圏域（313人）が最も多く、次いで第4圏域（305人）、第1圏域（299人）の順となっています。
- ・定期的に参加している層（週1回以上）：「週4回以上」「週2～3回」「週1回」の回答を合わせると、第2圏域および第7圏域（各38人）が最も多く、次いで第6圏域（31人）となっています。特に「週4回以上」の頻度で熱心に参加している人は、第7圏域（8人）や第2圏域（6人）で比較的目的立ちます。
- ・ときどき参加している層（年に数回～月1～3回）：第6圏域（計46人）や第7圏域（計47人）において、月数回程度の参加や単発の教室への参加層が他の圏域よりも多く存在しています。

これまでの調査で、多くの住民が「週2回以上の外出」を行い、高い「歩行能力」や「移動能力」を維持していることが分かっています。しかし、今回の結果から、そうした高い活動性を持つ住民の多くが、行政や地域が提供する「通いの場（介護予防活動）」にはまだ結びついていない実態が浮き彫りになりました。

特に第3圏域や第4圏域は、これまでのデータでも身体機能や外出頻度は良好でしたが、組織的な活動への参加率は低い傾向にあります。今後は、自立して動ける層が興味を持ちやすい多様なプログラムの提供や、既存の活動（趣味や買い物など）と介護予防を組み合わせた自然な形での参加勧奨が、将来的なフレイル予防において重要になると考えられます。



		全体	⑤ いきいき百歳体操や健康増進教室などコミュニティセンターや自治会館で行われている介護予防のための通いの場						
			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	無回答
全 体		2790	25	37	127	87	92	1992	430
		割合	0.9%	1.3%	4.6%	3.1%	3.3%	71.4%	15.4%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	1	6	22	6	3	299	46
		割合	0.3%	1.6%	5.7%	1.6%	0.8%	78.1%	12.0%
	第2圏域	422	6	10	22	11	14	288	71
		割合	1.4%	2.4%	5.2%	2.6%	3.3%	68.2%	16.8%
	第3圏域	411	1	3	10	9	6	313	69
		割合	0.2%	0.7%	2.4%	2.2%	1.5%	76.2%	16.8%
	第4圏域	406	2	1	17	13	9	305	59
		割合	0.5%	0.2%	4.2%	3.2%	2.2%	75.1%	14.5%
	第5圏域	351	4	3	12	9	6	255	62
		割合	1.1%	0.9%	3.4%	2.6%	1.7%	72.6%	17.7%
	第6圏域	406	3	7	21	24	22	252	77
		割合	0.7%	1.7%	5.2%	5.9%	5.4%	62.1%	19.0%
	第7圏域	411	8	7	23	15	32	280	46
		割合	1.9%	1.7%	5.6%	3.6%	7.8%	68.1%	11.2%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

⑥ 老人クラブ

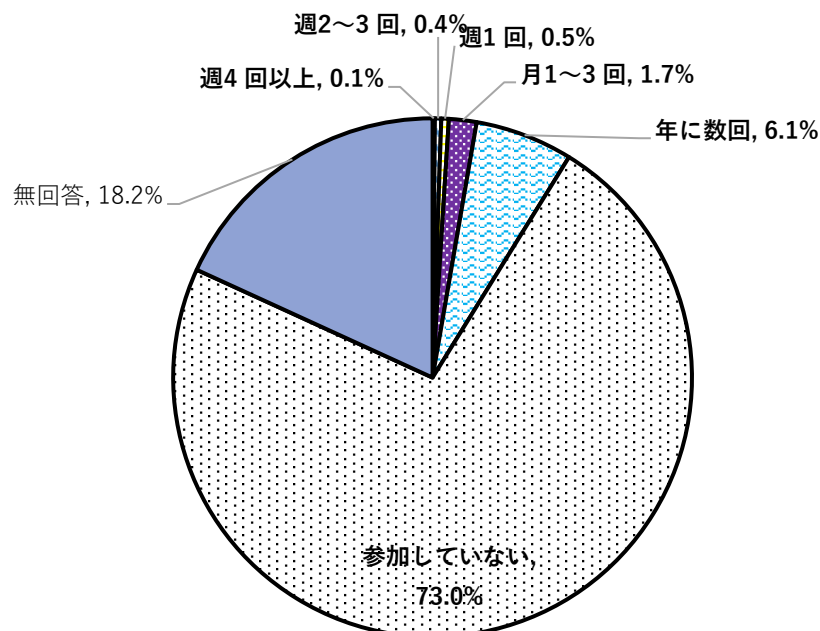
すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数を占めています。これは、これまでの調査で示された他の社会参加項目（ボランティアやスポーツサークルなど）と同様の傾向であり、特定の組織的な介護予防活動に所属している住民は、現時点では限定的であることがわかります。

- ・参加していない層：すべての圏域で240名を超えており、特に第4圏域（314人）、第2圏域（308人）、第1圏域（304人）で「参加していない」と回答した人が多くなっています。
- ・ときどき参加している層（「年に数回」～「月1～3回」）：定期的な参加ではないものの、時折参加している層は第7圏域（計65人以上）や第3圏域（計33人）などで比較的に目立っています。特に第7圏域では「年に数回」と回答した人が56人にのぼり、他圏域に比べて単発のイベントや教室への参加経験者が多い傾向にあります。
- ・定期的に参加している層（週1回以上）：週1回以上の頻度で継続的に参加している人は非常に少なく、各圏域とも数名から10数名程度にとどまっています。

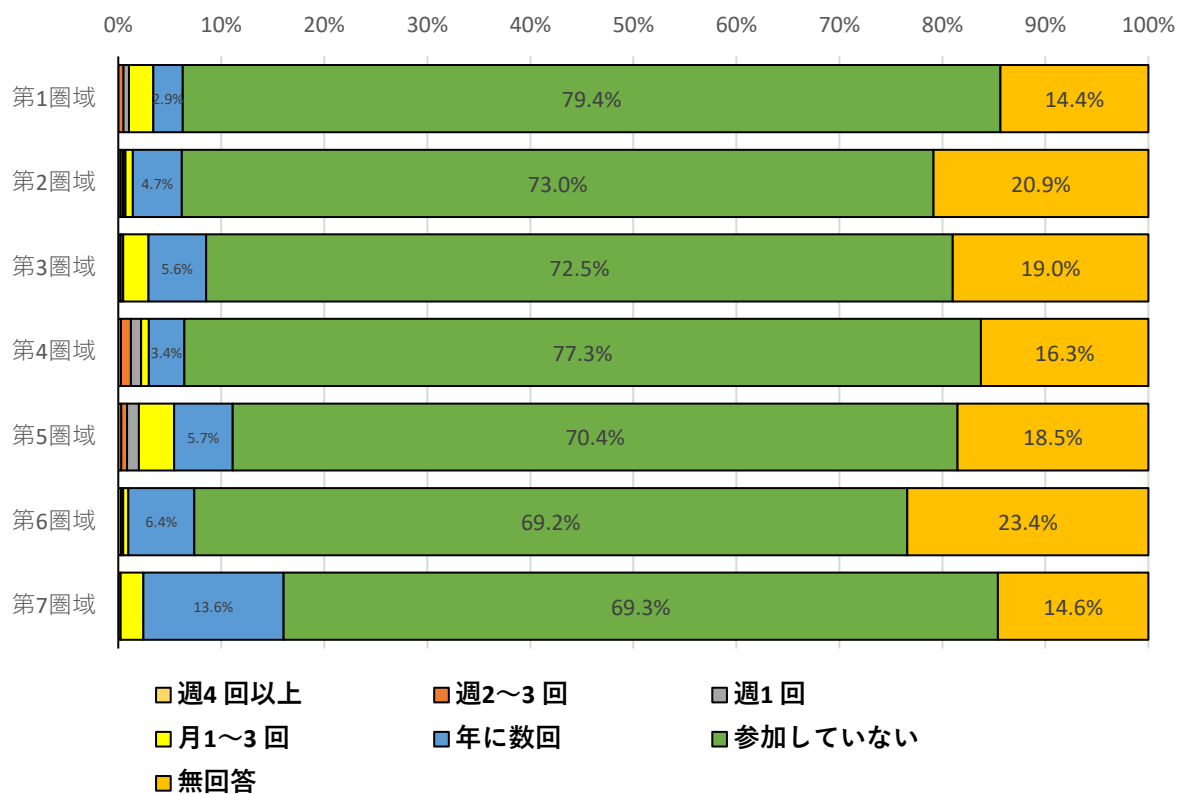
これまでの調査結果において、多くの住民が高い歩行能力や外出頻度を維持していることが示されてきましたが、今回のデータから、その高い活動性の多くは、行政や地域が提供する「通いの場」での活動にはまだ結びついていない実態が浮き彫りになりました。

今後は、自立して動ける層が興味を持ちやすい多様なプログラムの提供や、既存の趣味活動などと介護予防を組み合わせた、より参加しやすい環境づくりが重要になると考えられます。

◆全体



		全体	⑥ 老人クラブ						
			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	無回答
全 体		2790	4	11	13	48	170	2037	507
		割合	0.1%	0.4%	0.5%	1.7%	6.1%	73.0%	18.2%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	0	2	2	9	11	304	55
		割合	0.0%	0.5%	0.5%	2.3%	2.9%	79.4%	14.4%
	第2圏域	422	1	1	1	3	20	308	88
		割合	0.2%	0.2%	0.2%	0.7%	4.7%	73.0%	20.9%
	第3圏域	411	0	1	1	10	23	298	78
		割合	0.0%	0.2%	0.2%	2.4%	5.6%	72.5%	19.0%
	第4圏域	406	1	4	4	3	14	314	66
		割合	0.2%	1.0%	1.0%	0.7%	3.4%	77.3%	16.3%
	第5圏域	351	1	2	4	12	20	247	65
		割合	0.3%	0.6%	1.1%	3.4%	5.7%	70.4%	18.5%
	第6圏域	406	1	1	0	2	26	281	95
		割合	0.2%	0.2%	0.0%	0.5%	6.4%	69.2%	23.4%
	第7圏域	411	0	0	1	9	56	285	60
		割合	0.0%	0.0%	0.2%	2.2%	13.6%	69.3%	14.6%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

⑦ 町内会・自治会

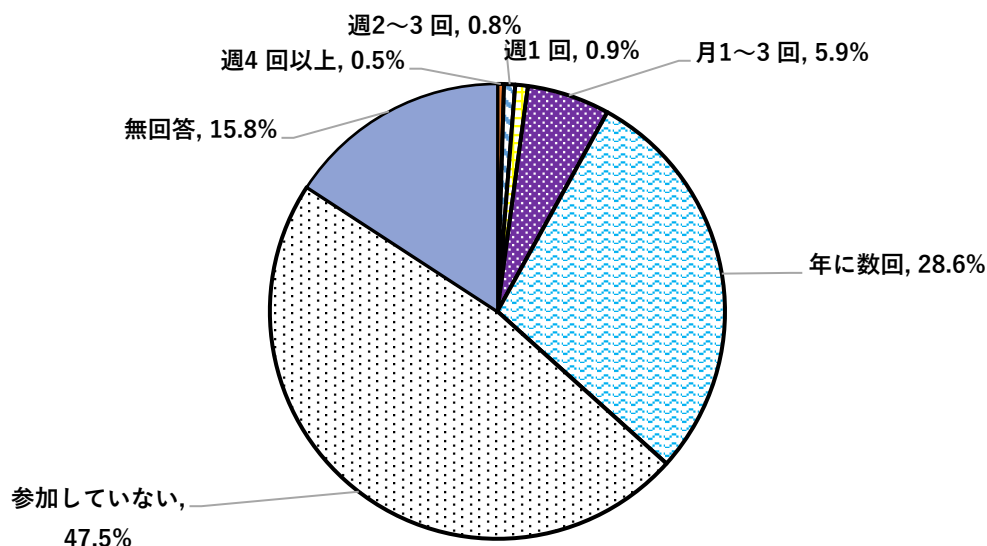
全体として、「参加していない」または「年に数回」と回答した人が圧倒的多数を占めています。これは、これまでの調査で示された「趣味」や「外出」の活動性の高さに比べ、町内会などの組織的な地縁活動への定期的な参加は、住民にとって一般的ではない実態を示しています。

- ・「参加していない」層が目立つ地域：第3圏域（236人）、第4圏域（216人）、第2圏域（214人）において、参加していないと回答した人が特に多くなっています。これらの地域では、地縁組織との関わりが比較的希薄である可能性が推測されます。
- ・「年に数回」の参加が比較的多い地域：第7圏域（172人）では、「参加していない（149人）」を上回って「年に数回」参加する人が最多となっており、地域行事などを通じた緩やかなつながりが維持されていることが伺えます。次いで第6圏域（135人）、第1圏域（118人）でも年に数回の参加層が一定数存在します。
- ・定期的な参加層（週1回以上）：すべての圏域において極めて少数であり、最も多い第3圏域でも週1回以上の参加者は合計で27人とどまっています。

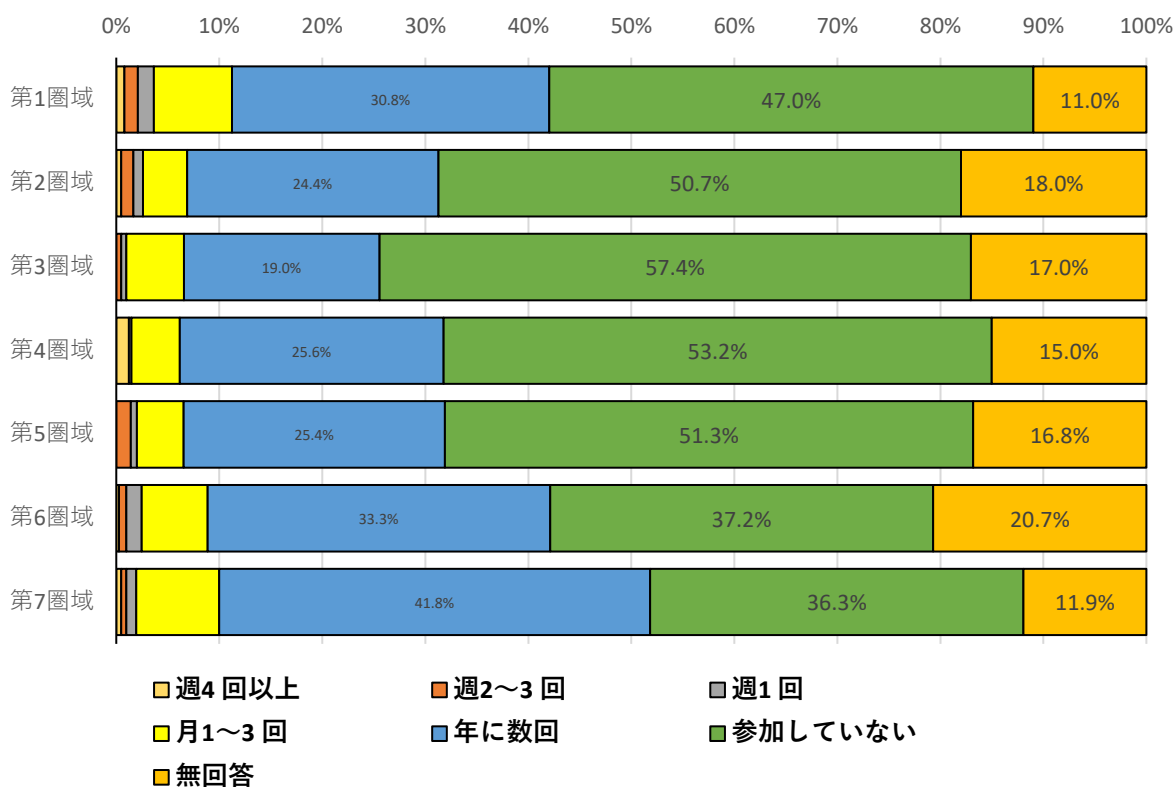
これまでの調査で、多くの住民が「趣味」を持ち「外出」も活発に行っていることが分かっていますが、今回のデータから、その活動の場は町内会や自治会といった公的な地縁組織ではないことが浮き彫りになりました。

今後は、既存の組織への参加を促すだけでなく、第7圏域に見られるような「年に数回」の緩やかなつながりをどう維持するか、あるいは個人の趣味や活動をいかに地域コミュニティの活力に繋げていくかが、社会的な孤立を防ぐ鍵になると考えられます。

◆全体



		全体	⑦ 町内会・自治会						
			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	無回答
全 体		2790	13	22	25	164	799	1326	441
		割合	0.5%	0.8%	0.9%	5.9%	28.6%	47.5%	15.8%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	3	5	6	29	118	180	42
		割合	0.8%	1.3%	1.6%	7.6%	30.8%	47.0%	11.0%
	第2圏域	422	2	5	4	18	103	214	76
		割合	0.5%	1.2%	0.9%	4.3%	24.4%	50.7%	18.0%
	第3圏域	411	0	2	2	23	78	236	70
		割合	0.0%	0.5%	0.5%	5.6%	19.0%	57.4%	17.0%
	第4圏域	406	5	0	1	19	104	216	61
		割合	1.2%	0.0%	0.2%	4.7%	25.6%	53.2%	15.0%
	第5圏域	351	0	5	2	16	89	180	59
		割合	0.0%	1.4%	0.6%	4.6%	25.4%	51.3%	16.8%
	第6圏域	406	1	3	6	26	135	151	84
		割合	0.2%	0.7%	1.5%	6.4%	33.3%	37.2%	20.7%
	第7圏域	411	2	2	4	33	172	149	49
		割合	0.5%	0.5%	1.0%	8.0%	41.8%	36.3%	11.9%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

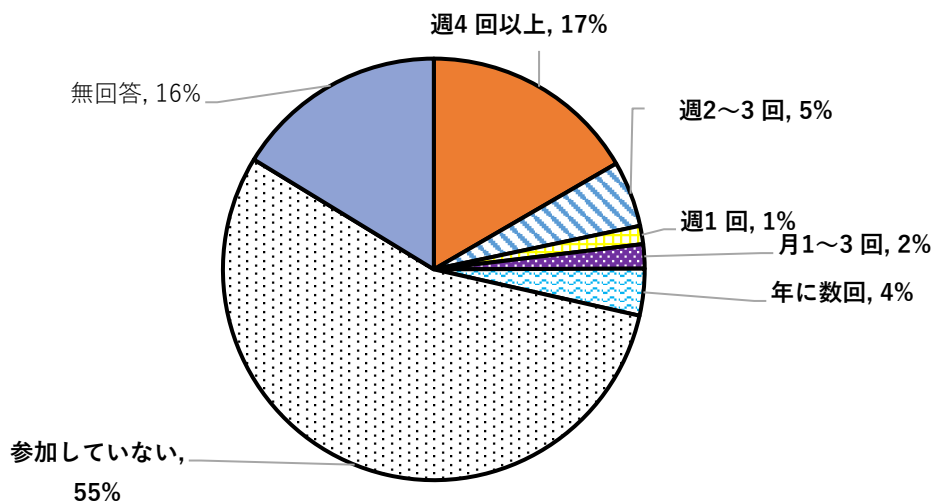
⑧ 収入のある仕事

すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が最も多くなっていますが、一方で「週4回以上」と回答した頻度の高い参加層が各圏域に60～70名以上存在している点が大きな特徴です。これは、組織的な活動に参加している住民の中では、非常に高い頻度で継続して利用しているコア層が一定数形成されていることを示唆しています。

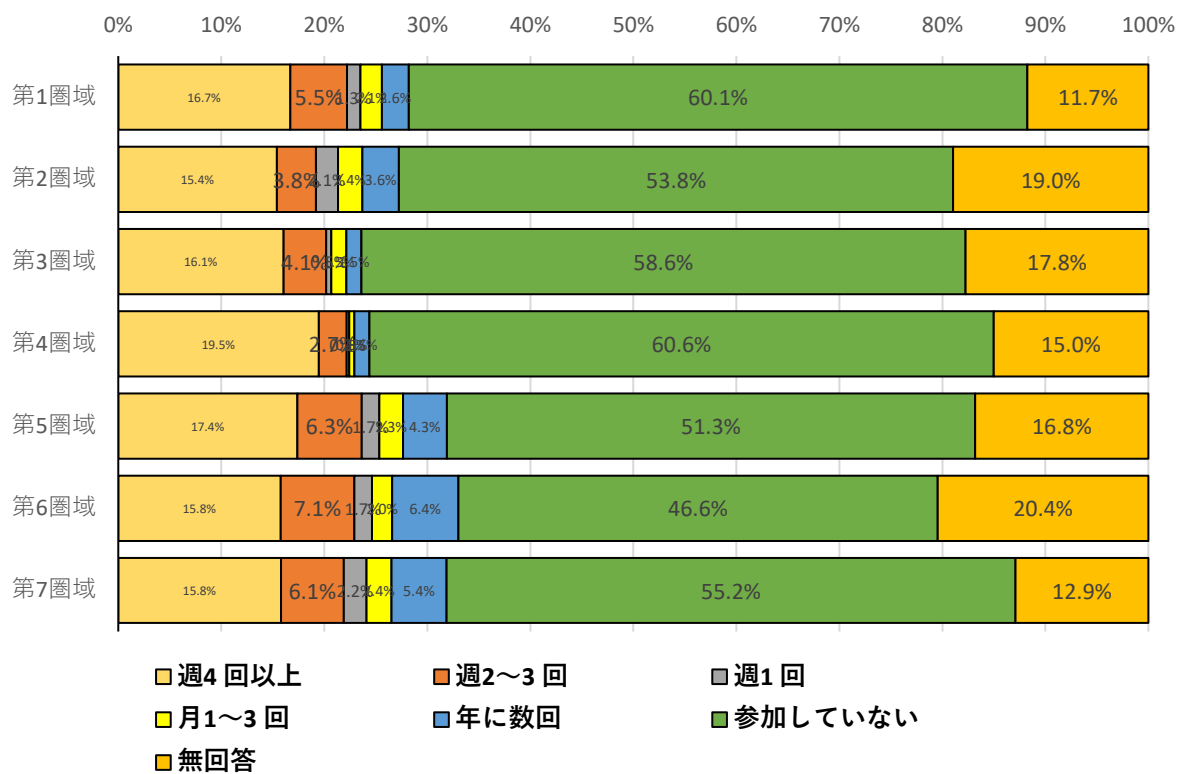
- ・「参加していない」層：第4圏域（246人）が最も多く、次いで第3圏域（241人）、第1圏域（230人）の順となっています。一方で、第5圏域（180人）や第6圏域（189人）は未参加者が比較的少ない傾向にあります。
- ・定期的に参加している層（「週4回以上」～「週1回」）：週1回以上の定期的な参加者は、第4圏域（計91人）が最も多く、第1圏域（計90人）、第2圏域（計90人）がそれに続きます。特に「週4回以上」の非常に高い頻度で参加している人は、第4圏域（79人）で最多となっています。
- ・ときどき参加している層（「年に数回」～「月1～3回」）：第6圏域（計34人）や第7圏域（計32人）において、月数回程度の参加や単発的な参加層が他圏域より比較的多く見られます。

これまでの社会参加に関する調査（ボランティアや趣味サークルなど）では「参加していない」層が圧倒的でしたが、今回の「介護予防のための通いの場」については、「週4回以上」という熱心な参加層が各圏域で一定のボリューム（60名～80名弱）を持って存在していることが浮き彫りになりました。特に第4圏域は、未参加者も多い一方で、頻繁に参加する人も最も多いという「活動の二極化」が見られます。今後は、こうした活発な参加層を維持しつつ、未参加層が参加しやすいきっかけ作りや、第6・第7圏域で見られるような緩やかな参加（年に数回など）から習慣化へ繋げるアプローチが有効と考えられます。

◆全体



		全体	⑧ 収入のある仕事						
			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	無回答
全 体		2790	464	141	39	52	100	1540	454
		割合	16.6%	5.1%	1.4%	1.9%	3.6%	55.2%	16.3%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	64	21	5	8	10	230	45
		割合	16.7%	5.5%	1.3%	2.1%	2.6%	60.1%	11.7%
	第2圏域	422	65	16	9	10	15	227	80
		割合	15.4%	3.8%	2.1%	2.4%	3.6%	53.8%	19.0%
	第3圏域	411	66	17	2	6	6	241	73
		割合	16.1%	4.1%	0.5%	1.5%	1.5%	58.6%	17.8%
	第4圏域	406	79	11	1	2	6	246	61
		割合	19.5%	2.7%	0.2%	0.5%	1.5%	60.6%	15.0%
	第5圏域	351	61	22	6	8	15	180	59
		割合	17.4%	6.3%	1.7%	2.3%	4.3%	51.3%	16.8%
	第6圏域	406	64	29	7	8	26	189	83
		割合	15.8%	7.1%	1.7%	2.0%	6.4%	46.6%	20.4%
	第7圏域	411	65	25	9	10	22	227	53
		割合	15.8%	6.1%	2.2%	2.4%	5.4%	55.2%	12.9%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

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

この調査は、住民が地域の活動に対してどのような参加意識を持っているかを明らかにするもので、今後の「いきいきした地域づくり」の可能性を示す重要な指標となります。

1. 圏域別の参加意向

各圏域の回答状況を分析すると、地域ごとに参加への意欲に顕著な差が見られます。

・第7圏域：最も積極的な地域 「是非参加したい（30人）」および「既に参加している（34人）」の合計が全圏域で最多となっており、既に活動が定着している層と、新たな活動への意欲が高い層の両方が厚いことがわかります。

・第5・第6圏域：潜在的な参加希望層が多い地域 この2つの圏域では、「参加したくない」という否定的な回答よりも「参加してもよい」という肯定的な回答が上回っています（第5圏域：161人 vs 146人、第6圏域：181人 vs 159人）。きっかけがあれば活動が広がる可能性を秘めた地域と言えます。

・第4圏域：参加へのハードルが高い地域 「参加したくない（188人）」という回答が全圏域で最も多く、「是非参加したい（13人）」は最も少ない結果となりました。前回のレポートでは「企画・運営（お世話役）」には前向きな層がいるとされていましたが、一般的な「参加者」としての活動には慎重な姿勢が見て取れます。

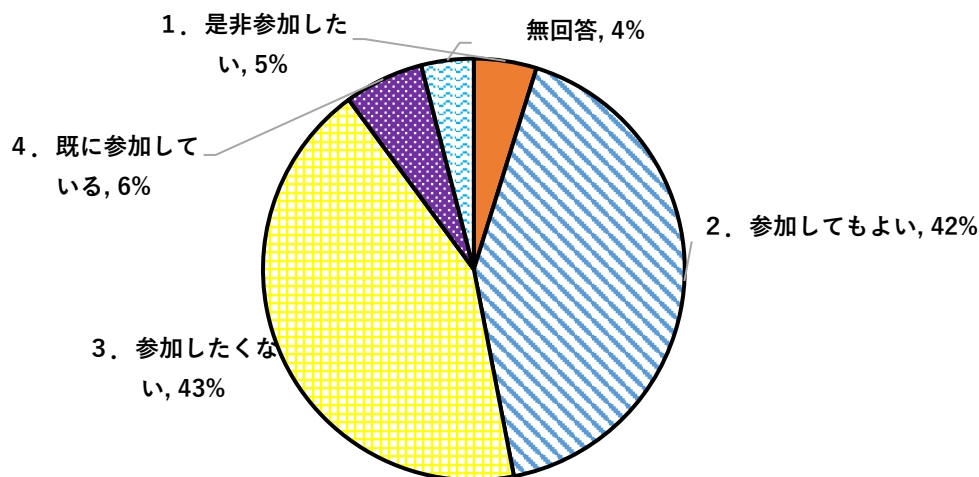
・第1・第2・第3圏域：中間層の厚い地域 いずれも「参加してもよい」と「参加したくない」が拮抗していますが、僅差で「参加したくない」が上回っています。特に第1圏域と第2圏域では、否定的な回答が185～186人と多い傾向にあります。

今回の結果から、以下の3点が重要なポイントとなります。

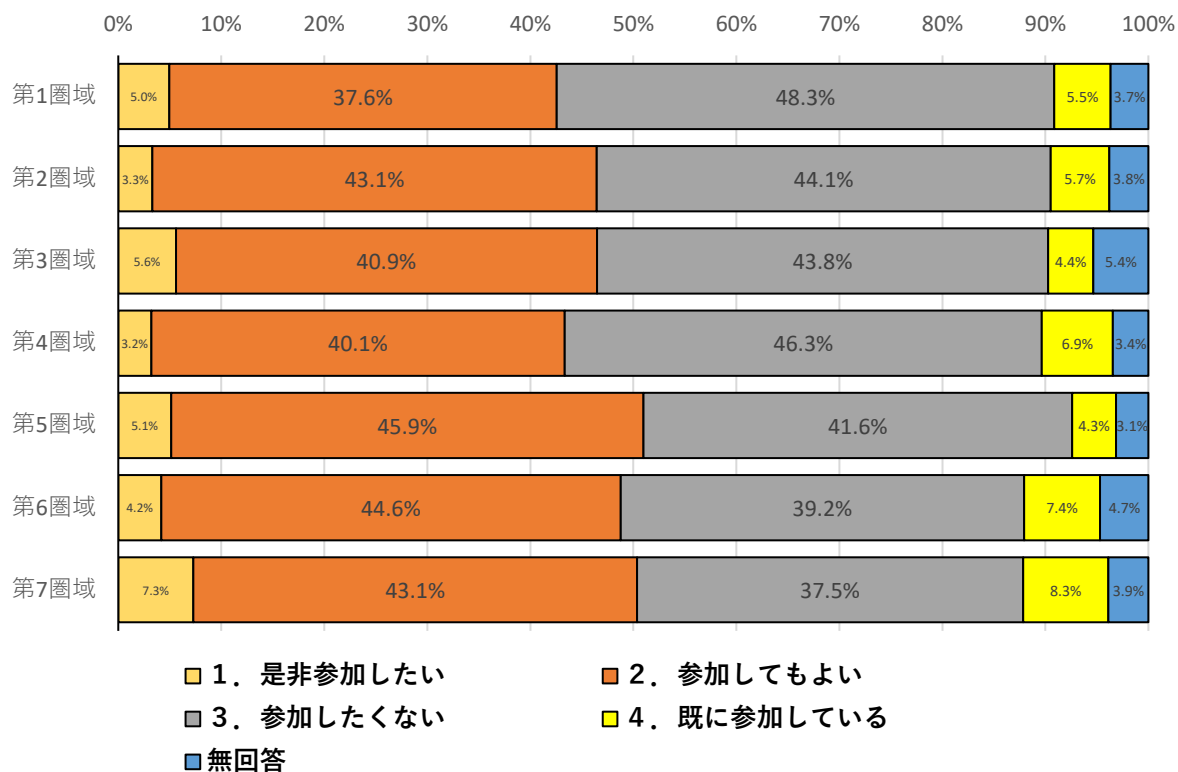
1. 「潜在的参加層」の活用が鍵 「是非参加したい」と「既に参加している」を合わせた積極層は全体の約1割強にとどまる一方、「参加してもよい」と考えている層は1,176人にのぼります。この膨大な「参加してもよい層」をいかに実際の活動に引き込むかが、地域づくりの成否を分けるポイントです。

2. 活動内容の工夫が必要 「参加したくない」という回答が約1,200人存在することも事実です。これは、現在の活動内容が自身のニーズに合っていないか、参加に伴う負担（人間関係や拘束時間など）を懸念している可能性があります。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	134	1176	1198	170	112
		割合	4.8%	42.2%	42.9%	6.1%	4.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	19	144	185	21	14
		割合	5.0%	37.6%	48.3%	5.5%	3.7%
	第2圏域	422	14	182	186	24	16
		割合	3.3%	43.1%	44.1%	5.7%	3.8%
	第3圏域	411	23	168	180	18	22
		割合	5.6%	40.9%	43.8%	4.4%	5.4%
	第4圏域	406	13	163	188	28	14
		割合	3.2%	40.1%	46.3%	6.9%	3.4%
	第5圏域	351	18	161	146	15	11
		割合	5.1%	45.9%	41.6%	4.3%	3.1%
	第6圏域	406	17	181	159	30	19
		割合	4.2%	44.6%	39.2%	7.4%	4.7%
	第7圏域	411	30	177	154	34	16
		割合	7.3%	43.1%	37.5%	8.3%	3.9%



問5 地域での活動について

会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか

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

前回の「参加者として」の回答結果と比較すると、運営側を担うことへの意欲には圏域ごとに非常に大きな開きがあることがわかりました。

今回のデータで最も注目すべきは、第4圏域の結果です。

・第4圏域：圧倒的なリーダー層の厚さ 他の圏域では「参加したくない」が圧倒的多数を占める中、第4圏域では「是非参加したい（81人）」と「参加してもよい（292人）」の合計が373人に達しており、回答者の大半が運営に関わることに肯定的です。逆に「参加したくない」という回答はわずか17人で、全圏域で最も少なくなっています。この圏域は、地域づくりを主導する「お世話役」の候補者が極めて多い、全国的にも稀有なポテンシャルを持つ地域と言えます。

・第7圏域：実質的な協力層の広がり 第4圏域に次いで運営への意欲が高いのが第7圏域です。「参加してもよい（122人）」という回答は第4圏域を除けば最多であり、「是非参加したい（10人）」と合わせると、約130人が運営の担い手になり得ることを示しています。既に活動している層（19人）も一定数存在し、活動的な地域性が運営面にも現れています。

・第1・第2・第3圏域：運営への高いハードル これらの圏域では、運営に対する慎重な姿勢が顕著です。特に「参加したくない」という回答は、第1圏域（266人）、第2圏域（292人）、第3圏域（289人）といずれも非常に多く、「参加はしてもよいが、運営までは引き受けたくない」という心理的障壁が伺えます。

今回の調査から、「いきいきした地域づくり」を推進するための重要な示唆が得られました。

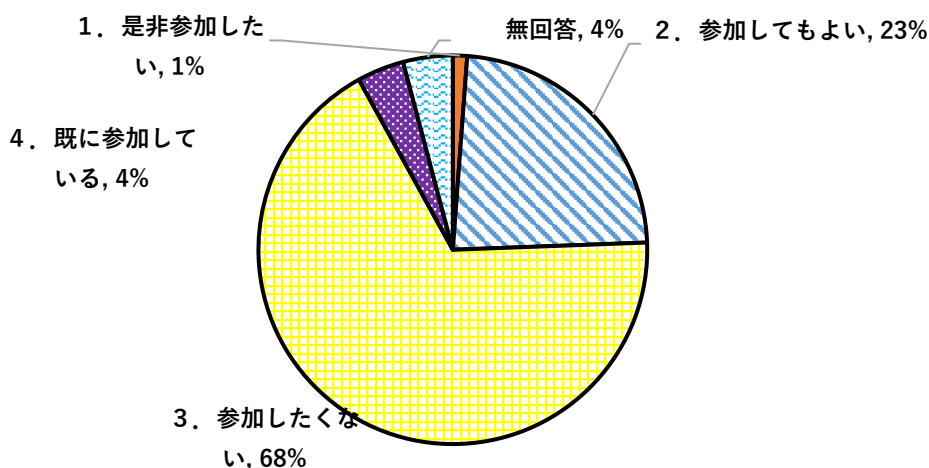
1. 圏域格差への対応 運営への意欲が極めて高い第4圏域に対し、他の多くの圏域では運営の担い手不足が深刻な課題です。第4圏域の成功事例（なぜ運営に前向きな人が多いのか）を分析し、他圏域へ横展開する工夫が求められます。

2. 「参加してもよい」層へのアプローチ 全圏域で「参加してもよい」と回答している層が合計859人存在します。この層は、運営のすべてを任されることには不安があるものの、「一部の役割分担」や「サポート役」であれば協力できる可能性があります。運営のハードルを下げ、複数人で分担できる仕組みづくりが必要です。

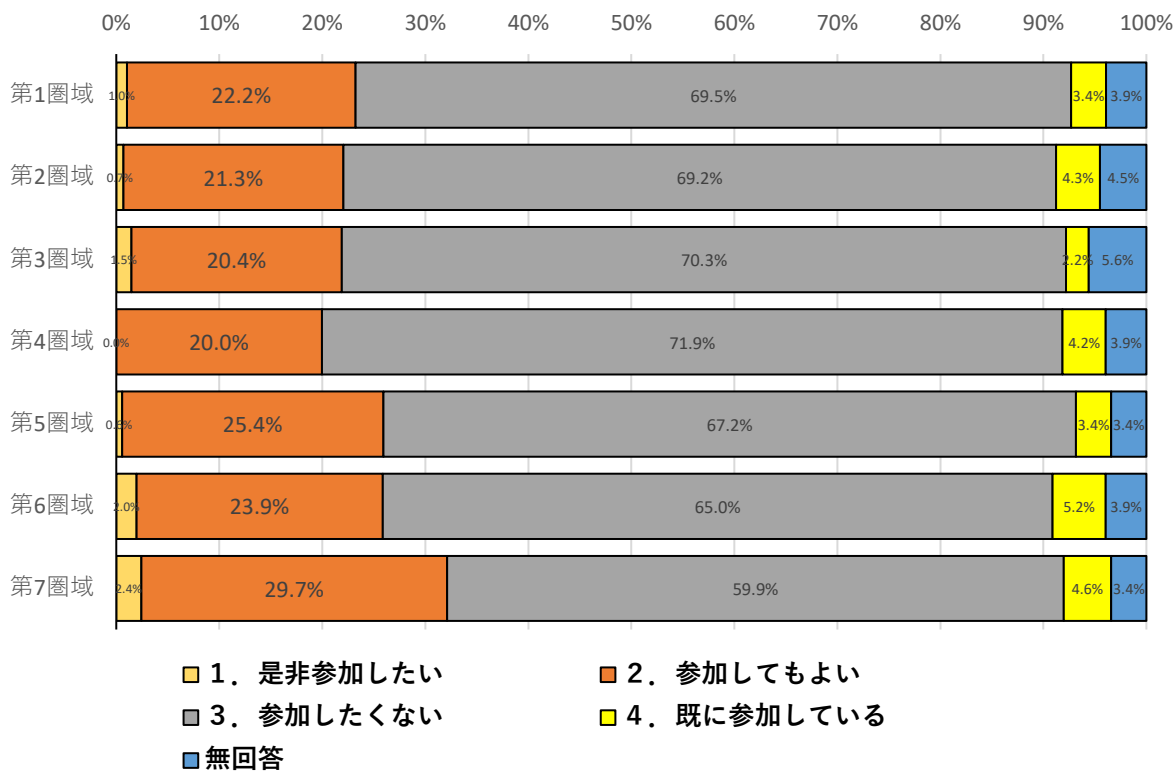
3. 既存の活動者への支援 「既に参加している」108人の負担が重くなりすぎないように、新たな協力者（「是非参加したい」「参加してもよい」層）をスムーズに既存のグループへ引き合わせるマッチング機能の強化が望まれます。

総じて、第4圏域という強力なモデルケースが存在する一方で、多くの地域では運営の担い手確保が最大のボトルネックとなっています。運営を「一部の人の負担」にせず、「住民同士のゆるやかな協力体制」へと変えていくことが、持続可能な地域づくりの鍵となるでしょう。

◆全体



		全体	地域社会の存在によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきま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（お母さん役）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	無回答
全 体		2790	33	648	1885	109	115
		割合	1.2%	23.2%	67.6%	3.9%	4.1%
日常生活圏域別	第1圏域	383	4	85	266	13	15
		割合	1.0%	22.2%	69.5%	3.4%	3.9%
	第2圏域	422	3	90	292	18	19
		割合	0.7%	21.3%	69.2%	4.3%	4.5%
	第3圏域	411	6	84	289	9	23
		割合	1.5%	20.4%	70.3%	2.2%	5.6%
	第4圏域	406	0	81	292	17	16
		割合	0.0%	20.0%	71.9%	4.2%	3.9%
	第5圏域	351	2	89	236	12	12
		割合	0.6%	25.4%	67.2%	3.4%	3.4%
	第6圏域	406	8	97	264	21	16
		割合	2.0%	23.9%	65.0%	5.2%	3.9%
	第7圏域	411	10	122	246	19	14
		割合	2.4%	29.7%	59.9%	4.6%	3.4%



問6 就労について

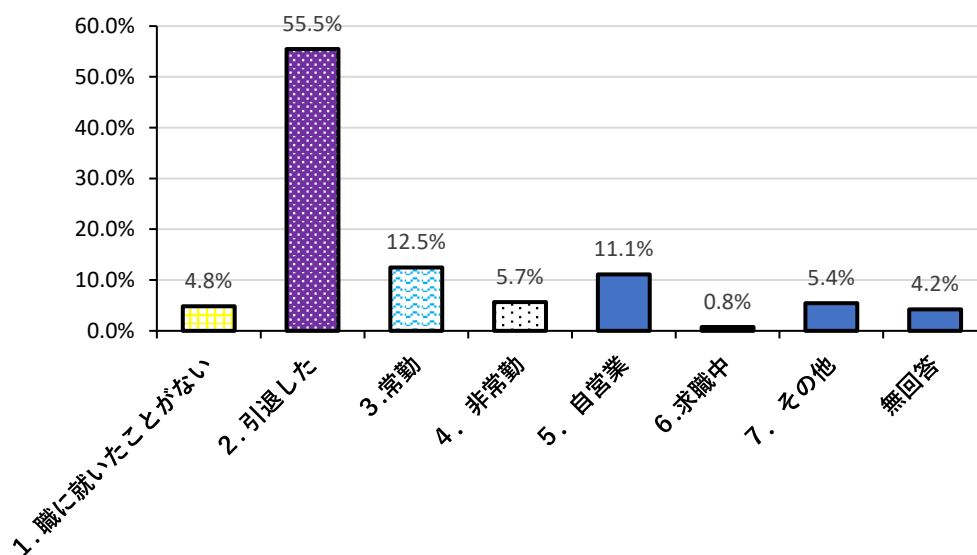
(1) 現在のあなたの就労状態はどれですか（いくつでも）

すべての圏域において、「引退した」と回答した人が圧倒的多数を占めており、多くの住民が職業生活を終えた後のライフステージにあることがわかります。

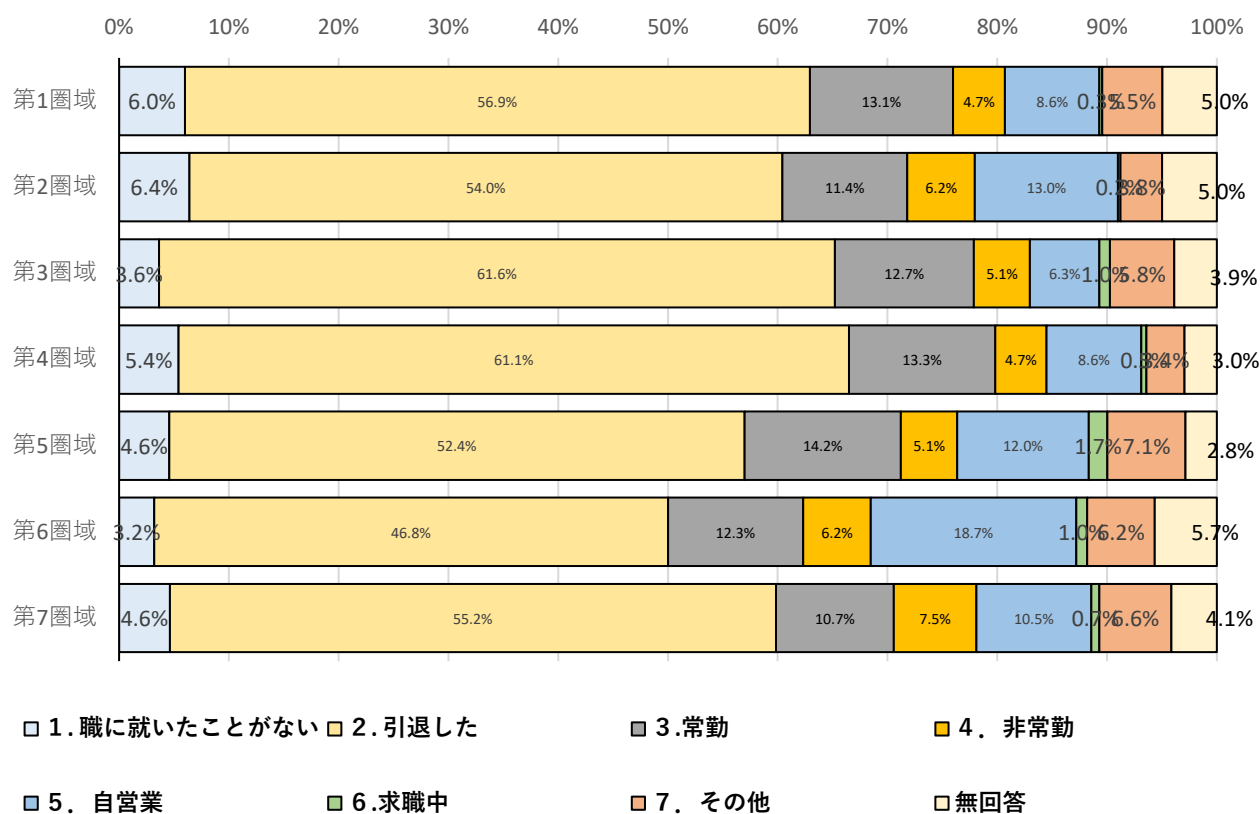
- **引退層（「引退した」）**：すべての圏域で180人を超えており、特に第3圏域（253人）が最も多く、次いで第4圏域（248人）、第2圏域（228人）の順となっています。
- **現役層（「常勤」「非常勤」「自営業」の合計）**：仕事を続けている層も一定数存在します。特に第6圏域（常勤50人、非常勤25人、自営業76人：計151人）は、他の圏域に比べて現役で働いている人の割合が高い傾向にあります。
- **自営業**：第6圏域（76人）が突出して多く、次いで第2圏域（55人）となっています。第6圏域は、地域的に自営業を営む世帯が多い特性がある可能性が推測されます。
- **その他**：「職に就いたことがない」層は第2圏域（27人）が最多、「求職中」の層はすべての圏域で極めて少数（1～6人）となっています。

これまでの調査で示された「外出頻度」や「社会参加」の高さは、多くの住民が「引退」というライフステージにあり、自身の趣味や地域活動に充てられる時間を持っていることが背景にあると考えられます。一方で、第6圏域のように自営業を含めた現役層が比較的多い地域では、就労を通じた社会とのつながりが維持されている側面があります。今後は、リタイアした層がいかに孤独を感じず、これまでのスキルや経験を地域のボランティアやサークル活動に活かしていけるかが、地域活力の維持に重要になると考えられます。

◆全体



		全体	現在のあなたの就労状態はどれですか（いくつでも）							
			1. 職に就いたことがない	2. 引退した	3. 常勤	4. 非常勤	5. 自営業	6. 求職中	7. その他	無回答
全 体		2790	135	1548	348	158	310	21	152	118
		割合	4.8%	55.5%	12.5%	5.7%	11.1%	0.8%	5.4%	4.2%
日常生活圏域別	第1圏域	383	23	218	50	18	33	1	21	19
		割合	6.0%	56.9%	13.1%	4.7%	8.6%	0.3%	5.5%	5.0%
	第2圏域	422	27	228	48	26	55	1	16	21
		割合	6.4%	54.0%	11.4%	6.2%	13.0%	0.2%	3.8%	5.0%
	第3圏域	411	15	253	52	21	26	4	24	16
		割合	3.6%	61.6%	12.7%	5.1%	6.3%	1.0%	5.8%	3.9%
	第4圏域	406	22	248	54	19	35	2	14	12
		割合	5.4%	61.1%	13.3%	4.7%	8.6%	0.5%	3.4%	3.0%
	第5圏域	351	16	184	50	18	42	6	25	10
		割合	4.6%	52.4%	14.2%	5.1%	12.0%	1.7%	7.1%	2.8%
	第6圏域	406	13	190	50	25	76	4	25	23
		割合	3.2%	46.8%	12.3%	6.2%	18.7%	1.0%	6.2%	5.7%
	第7圏域	411	19	227	44	31	43	3	27	17
		割合	4.6%	55.2%	10.7%	7.5%	10.5%	0.7%	6.6%	4.1%



問7 たすけあいについて

(1) あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人（いくつでも）

すべての圏域において、「配偶者」と「友人」が主な相談相手となっており、家族と友人の双方が住民の精神的な支えとして重要な役割を果たしていることがわかります。

・主な相談相手（「配偶者」「友人」）：

- 。「配偶者」：第2圏域（231人）が最も多く、次いで第7圏域（227人）、第4圏域（226人）の順となっています。
- 。「友人」：第4圏域（191人）が最も多く、第1・第2・第3圏域（各187人）でも非常に高い数値を示しています。

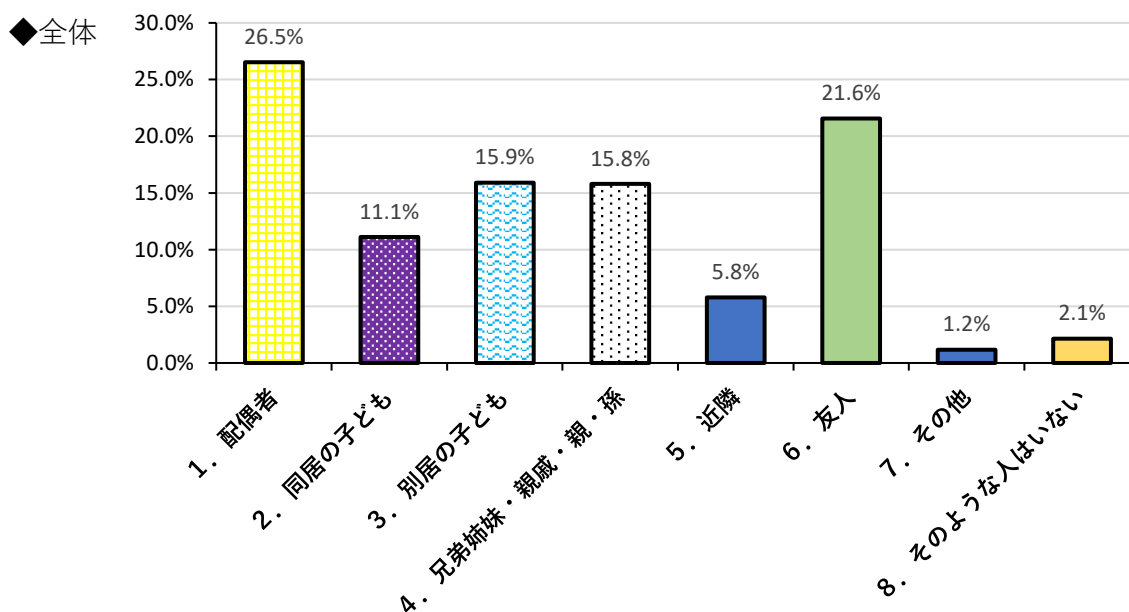
・親族によるサポート（「同居の子ども」「別居の子ども」「親戚等」）：

- 。「同居の子ども」は第6圏域（119人）が最多です。
- 。「別居の子ども」については第2圏域（151人）が最も多くなっています。

・地域住民とのつながり（「近隣」）：第6圏域および第7圏域（各63人）が突出して多く、他の圏域（30～40人台）に比べて近所付き合いの中での相談が活発な傾向にあります。

・孤立のリスク（「そのような人はいない」）：第3圏域（25人）が最も多く、次いで第4・第7圏域（各21人）となっています。一方で、第5圏域（10人）が最も少ない結果となりました。

これまでの調査で示された「趣味がある」という回答や「外出頻度」の高さが、今回の「友人が相談相手である」という層の厚さ（各圏域約140～190人）に繋がっていると考えられます。特筆すべきは第6・第7圏域で、これまでの調査で認知機能や日常生活動作に課題が見られた地域でしたが、「近隣」に相談相手がいる人の割合が高く、地域内での相互扶助の土壌があることが伺えます。一方で、各圏域に10～25人前後存在する「相談相手がいらない」層については、これまでの調査で見られた身体的・認知的リスクと重なっている可能性があり、孤立防止に向けた見守り活動の重要性が示唆されます。



		全体	あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人（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
全 体		5741	1523	638	913	907	332	1238	67	123
		割合	26.5%	11.1%	15.9%	15.8%	5.8%	21.6%	1.2%	2.1%
日常生活圏域別	第1圏域	776	194	72	127	122	44	187	12	18
		割合	25.0%	9.3%	16.4%	15.7%	5.7%	24.1%	1.5%	2.3%
	第2圏域	897	231	103	151	141	58	187	9	17
		割合	25.8%	11.5%	16.8%	15.7%	6.5%	20.8%	1.0%	1.9%
	第3圏域	833	220	80	141	140	32	187	8	25
		割合	26.4%	9.6%	16.9%	16.8%	3.8%	22.4%	1.0%	3.0%
	第4圏域	844	226	80	147	128	38	191	13	21
		割合	26.8%	9.5%	17.4%	15.2%	4.5%	22.6%	1.5%	2.5%
	第5圏域	697	202	81	108	112	34	143	7	10
		割合	29.0%	11.6%	15.5%	16.1%	4.9%	20.5%	1.0%	1.4%
	第6圏域	851	223	119	123	140	63	169	3	11
		割合	26.2%	14.0%	14.5%	16.5%	7.4%	19.9%	0.4%	1.3%
	第7圏域	843	227	103	116	124	63	174	15	21
		割合	26.9%	12.2%	13.8%	14.7%	7.5%	20.6%	1.8%	2.5%

問7 たすけあいについて

(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人 (いくつでも)

全体として、「配偶者」や「友人」の相談相手になっている人が圧倒的に多く、住民が相談を受ける側（支え手）としても、身近な人間関係の中で重要な役割を果たしていることがわかります。

・主なサポート対象（「配偶者」「友人」）：

- 「配偶者」の相談に乗っている人は、第2圏域（222人）が最も多く、次いで第6圏域（220人）、第3圏域（216人）となっています。
- 「友人」については、第3圏域（183人）が最も多く、第2圏域（179人）、第1・第4圏域（各177人）がそれに続きます。

・親族へのサポート（「子ども」「親戚等」）：

- 「同居の子ども」の相談相手は第6圏域（103人）で最も多く、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」については第2圏域（148人）や第6圏域（146人）で高い数値を示しています。

・地域住民へのサポート（「近隣」）：

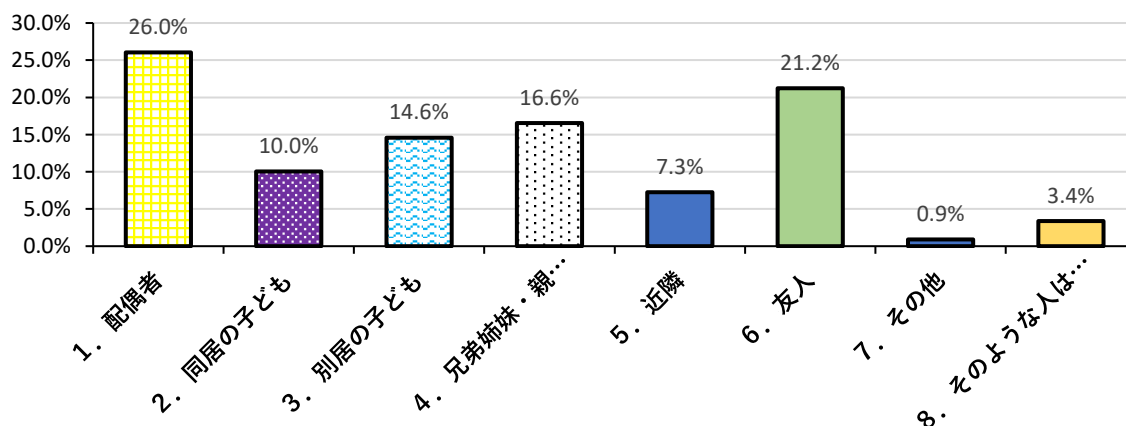
- 第6圏域（81人）や第7圏域（68人）において、近所付き合いの中で相談を受ける役割を担っている人が他圏域より目立って多くなっています。

・サポートする相手がいない層（「そのような人はいない」）：

- 第7圏域（38人）が最多で、第4圏域（34人）、第3圏域（33人）がそれに続きます。一方で、第6圏域（16人）が最も少ない結果となりました。

これまでの「心配事を聞いてくれる人（支えられ手）」の調査結果と合わせると、多くの住民が「互いに支え、支えられる」という双方向の良好な人間関係を築いていることが裏付けられました。特に第6圏域や第7圏域では、近隣住民との間での相談のやり取りが活発であり、地域コミュニティにおける相互扶助の強みが見られています。一方で、第7圏域では「相談を受ける相手がいない」と回答した人も他圏域より多く、特定の層における社会的孤立のリスクも併存している可能性が考えられます。

◆全体



		全体	反対に、あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人（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
全 体		5624	1465	565	820	931	408	1194	51	190
		割合	26.0%	10.0%	14.6%	16.6%	7.3%	21.2%	0.9%	3.4%
日常生活圏域別	第1圏域	748	190	63	119	111	54	177	5	29
		割合	25.4%	8.4%	15.9%	14.8%	7.2%	23.7%	0.7%	3.9%
	第2圏域	861	222	90	131	148	66	179	5	20
		割合	25.8%	10.5%	15.2%	17.2%	7.7%	20.8%	0.6%	2.3%
	第3圏域	826	216	65	135	141	45	183	8	33
		割合	26.2%	7.9%	16.3%	17.1%	5.4%	22.2%	1.0%	4.0%
	第4圏域	820	215	79	124	137	48	177	6	34
		割合	26.2%	9.6%	15.1%	16.7%	5.9%	21.6%	0.7%	4.1%
	第5圏域	711	192	76	103	126	46	141	7	20
		割合	27.0%	10.7%	14.5%	17.7%	6.5%	19.8%	1.0%	2.8%
	第6圏域	850	220	103	112	146	81	166	6	16
		割合	25.9%	12.1%	13.2%	17.2%	9.5%	19.5%	0.7%	1.9%
	第7圏域	808	210	89	96	122	68	171	14	38
		割合	26.0%	11.0%	11.9%	15.1%	8.4%	21.2%	1.7%	4.7%

問7 たすけあいについて

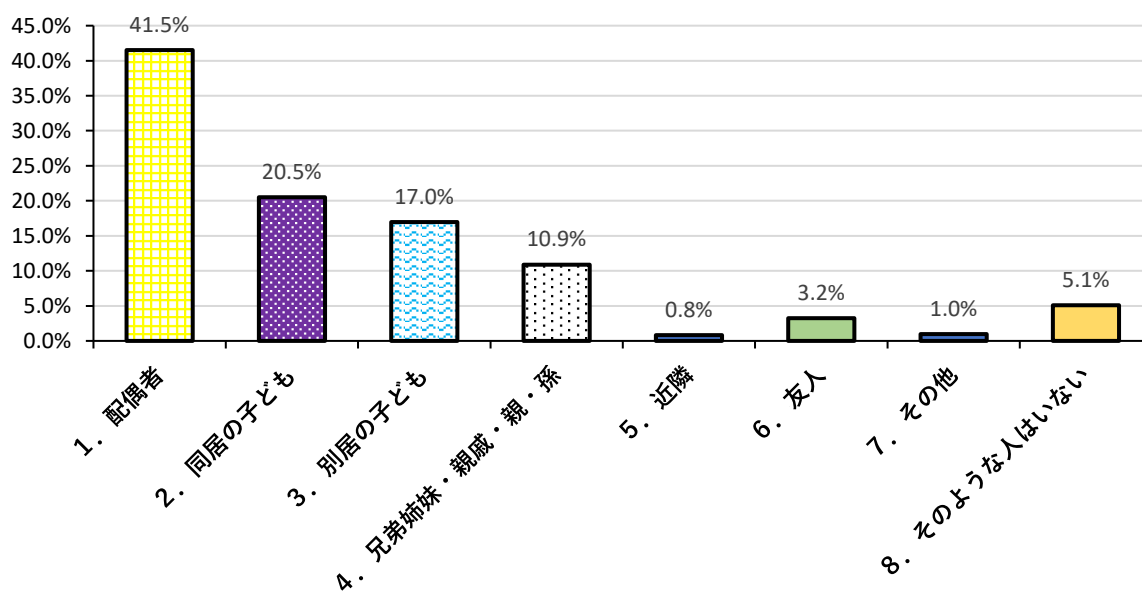
(3) あなたが病気で数日間寝込んだときに、看病や世話をしてくれる人（いくつでも）

全体として、「配偶者」および「同居の子ども」が看病の主たる担い手となっており、病気などの緊急時には家族による直接的なサポートが中心であることがわかります。

- ・「配偶者」によるサポート：すべての圏域で200人を超えており、特に第7圏域（257人）、第4圏域（250人）、第2圏域（247人）で高い数値を示しています。
- ・「同居の子ども」によるサポート：第6圏域（159人）および第7圏域（150人）が突出して多く、これらの地域では多世代同居などの家族形態が看病の基盤となっていることが伺えます。
- ・「別居の子ども」によるサポート：第3圏域（112人）や第2圏域（107人）が比較的多く、同居していなくても近隣に住む子どもが駆けつけるなどの支援体制が推測されます。
- ・「近隣」や「友人」によるサポート：これまでの調査（心配事や愚痴の相談）では「友人」や「近隣」が大きな役割を果たしていましたが、看病については非常に少なく（近隣：2～8人、友人：9～27人）、プライベートな空間での身体的ケアは友人に頼みづらい実態が浮き彫りになっています。
- ・サポートしてくれる人がいない層（「そのような人はいない」）：第3圏域（36人）、第1圏域（35人）、第4圏域（34人）で比較的多くなっています。

これまでの調査結果において、多くの住民が「友人」や「配偶者」と精神的に支え合っていることが示されてきました。しかし、いざ病気で寝込んだ際の実動的なサポート（看病）となると、その範囲は「家族」に限定される傾向が非常に強いことが確認されました。特に「看病してくれる人がいない」と回答した層は、単身世帯や高齢者夫婦のみの世帯である可能性が高く、急な病気や体調不良がきっかけで生活が立ち行かなくなるリスクを抱えています。地域社会として、家族以外のインフォーマルな支援や、公的な福祉サービスの介入が必要となる重要なポイントと言えます。

◆全体



		全体	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
全 体		4008	1664	822	680	436	33	130	39	204
		割合	41.5%	20.5%	17.0%	10.9%	0.8%	3.2%	1.0%	5.1%
日常生活圏域別	第1圏域	511	206	80	79	74	4	27	6	35
		割合	40.3%	15.7%	15.5%	14.5%	0.8%	5.3%	1.2%	6.8%
	第2圏域	598	247	129	107	65	4	19	4	23
		割合	41.3%	21.6%	17.9%	10.9%	0.7%	3.2%	0.7%	3.8%
	第3圏域	584	244	98	112	62	6	21	5	36
		割合	41.8%	16.8%	19.2%	10.6%	1.0%	3.6%	0.9%	6.2%
	第4圏域	572	250	100	102	58	2	22	4	34
		割合	43.7%	17.5%	17.8%	10.1%	0.3%	3.8%	0.7%	5.9%
	第5圏域	517	216	106	82	57	5	22	4	25
		割合	41.8%	20.5%	15.9%	11.0%	1.0%	4.3%	0.8%	4.8%
	第6圏域	608	244	159	99	68	4	9	4	21
		割合	40.1%	26.2%	16.3%	11.2%	0.7%	1.5%	0.7%	3.5%
	第7圏域	618	257	150	99	52	8	10	12	30
		割合	41.6%	24.3%	16.0%	8.4%	1.3%	1.6%	1.9%	4.9%

問7 たすけあいについて

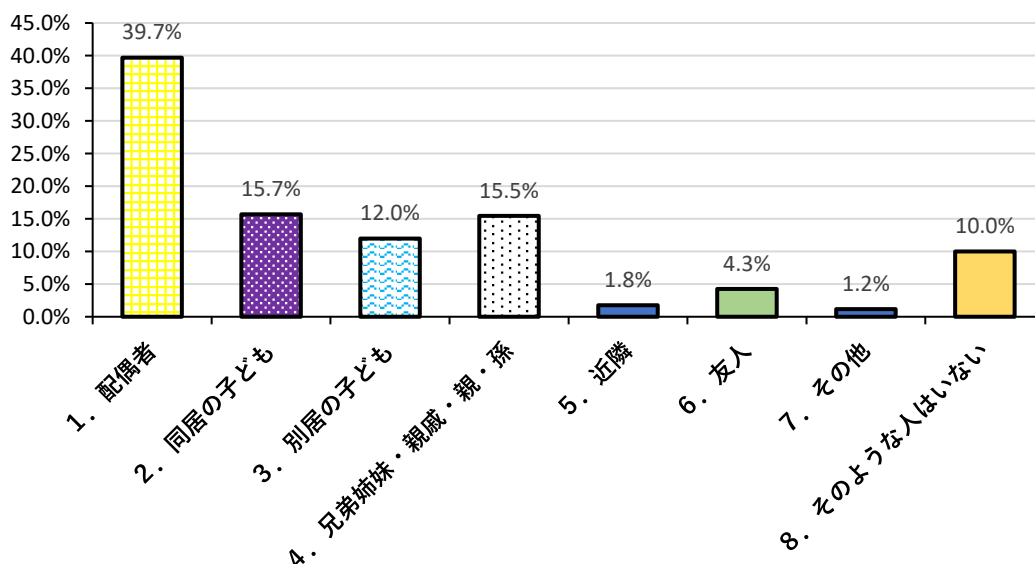
(4) 反対に、看病や世話をしあえる人（いくつでも）

全体として、「配偶者」を筆頭に、家族（子どもや親族）の世話をしている人が圧倒的多数を占めています。これは、日常生活における身体的なケアや看病が、主に家庭内での相互扶助として行われている実態を裏付けています。

- ・「配偶者」の世話をしている層：すべての圏域で200人を超えており、特に第7圏域（254人）、第2圏域および第3圏域（各248人）で高い数値を示しています。
- ・「同居の子ども」の世話をしている層：第6圏域（120人）および第7圏域（114人）が突出して多く、これらの地域では多世代同居などの家族形態において、親が子（あるいは孫）の世話を担う役割が比較的大きいことが伺えます。
- ・「別居の子ども」や「親族等」へのサポート：「別居の子ども」については第3圏域（91人）が最も多く、「兄弟姉妹・親戚・親・孫」については第6圏域（107人）や第4圏域（102人）で高い傾向にあります。
- ・「近隣」や「友人」へのサポート：これまでの精神的サポート（悩み相談）では友人や近隣が大きな役割を果たしていましたが、実動的な看病や世話については非常に少なく（近隣：5～15人、友人：16～36人）、家族以外への身体的ケアの提供は限定的です。

これまでの調査結果と照らし合わせると、住民は「精神的な支え合い」は友人や近隣を含む広い範囲で行っている一方で、「身体的なケア（看病）」については家族という極めて密接な範囲に限定して行っているという明確な切り分けが見て取れます。特に第6・第7圏域では、家族内での世話の役割が他圏域より大きく、家族の絆が強い強みがある一方で、ケアを担う側（特に配偶者の看病など）の負担が大きくなる「老老介護」などの潜在的なリスクも考慮し、地域の支援体制を整えていくことが重要と考えられます。

◆全体



		全体	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
全 体		4200	1667	659	503	649	74	179	49	420
		割合	39.7%	15.7%	12.0%	15.5%	1.8%	4.3%	1.2%	10.0%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	541	204	71	60	82	15	34	6	69
		割合	37.7%	13.1%	11.1%	15.2%	2.8%	6.3%	1.1%	12.8%
	第2圏域	613	248	99	75	92	11	26	6	56
		割合	40.5%	16.2%	12.2%	15.0%	1.8%	4.2%	1.0%	9.1%
	第3圏域	611	248	77	91	87	13	26	9	60
		割合	40.6%	12.6%	14.9%	14.2%	2.1%	4.3%	1.5%	9.8%
	第4圏域	633	247	90	84	102	6	36	7	61
		割合	39.0%	14.2%	13.3%	16.1%	0.9%	5.7%	1.1%	9.6%
	第5圏域	554	220	88	62	89	5	24	9	57
		割合	39.7%	15.9%	11.2%	16.1%	0.9%	4.3%	1.6%	10.3%
	第6圏域	631	246	120	66	107	13	16	2	61
		割合	39.0%	19.0%	10.5%	17.0%	2.1%	2.5%	0.3%	9.7%
	第7圏域	617	254	114	65	90	11	17	10	56
		割合	41.2%	18.5%	10.5%	14.6%	1.8%	2.8%	1.6%	9.1%

問7 たすけあいについて

(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）

家族や友人以外では、すべての圏域において「医師・歯科医師・看護師」や「地域包括支援センター・役所・役場」といった、医療機関や公的機関を相談先として挙げる人が多い傾向にあります。一方で、「そのような人はいない」と回答した人が非常に多い（各圏域125～188人）点は、地域における孤立防止を考える上で極めて重要な課題です。

・医療・専門職への相談（「医師・看護師等」「ケアマネジャー」）：

- 「医師・看護師等」は、第2圏域（112人）で最も多く、第6圏域（108人）、第1圏域（99人）が続きます。
- 「ケアマネジャー」を挙げる人は全体的に少なめですが、第4圏域（36人）や第6圏域（34人）で比較的多くなっています。

・公的・福祉機関への相談（「地域包括・役所」「社協・民生委員」）：

- 「地域包括支援センター・役所・役場」は、第7圏域（110人）が最も多く、専門機関とのつながりが他圏域より強いことが伺えます。
- 「社会福祉協議会・民生委員」については、第2圏域（66人）や第7圏域（65人）が比較的多くなっています。

・地域組織への相談（「自治会・町内会・老人クラブ」）：

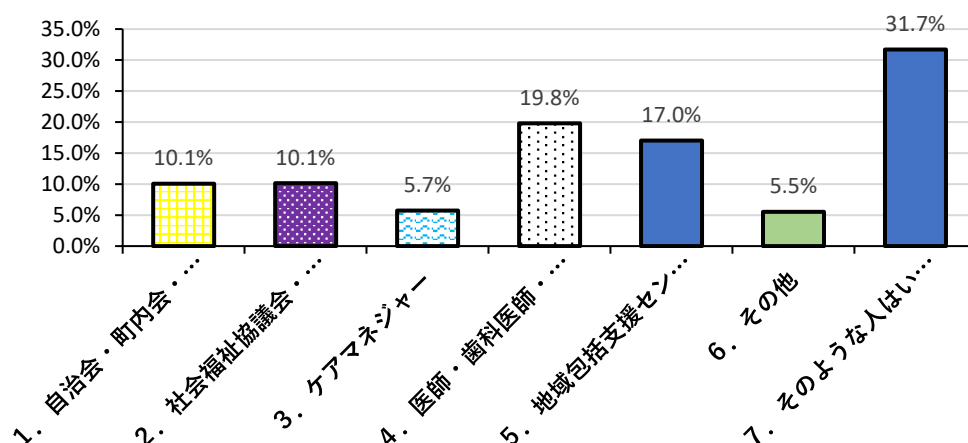
第1圏域（69人）や第7圏域（61人）が他圏域（30～40人台）より多く、地縁組織が相談先として機能している側面が見られます。

・相談先がない層（「そのような人はいない」）：

第4圏域（188人）および第3圏域（185人）で非常に多くなっています。一方で、第7圏域（125人）は全圏域の中でこの回答が最も少なく、何らかの専門機関や地域組織とつながりを持っている人が比較的多いと言えます。

これまでの調査で「友人」や「配偶者」に相談すると回答した人が多かった一方で、家族や友人というインフォーマルな関係を越えた「第3の相談先」を持っていない住民が依然として多い（特に第3・第4圏域）ことが浮き彫りになりました。特筆すべきは第7圏域で、これまでの調査では認知機能や日常生活動作に課題が見られた地域ですが、公的機関や民生委員、地域組織といった「専門的・組織的な支援」とのつながりは他圏域よりも強固であるという特徴が見て取れます。今後は、相談先がないと回答した層をいかに地域の見守りや専門機関のサポートに繋げていくかが、重層的な支援体制構築の鍵となります。

◆全体



		全体	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・役所・役場	6. その他	7. そのような人はいない
全 体		3419	344	347	196	677	582	189	1084
		割合	10.1%	10.1%	5.7%	19.8%	17.0%	5.5%	31.7%
日常生活圏域別	第1圏域	477	69	43	17	99	70	29	150
		割合	14.5%	9.0%	3.6%	20.8%	14.7%	6.1%	31.4%
	第2圏域	527	46	66	25	112	99	25	154
		割合	8.7%	12.5%	4.7%	21.3%	18.8%	4.7%	29.2%
	第3圏域	473	35	32	29	97	63	32	185
		割合	7.4%	6.8%	6.1%	20.5%	13.3%	6.8%	39.1%
	第4圏域	498	32	46	36	88	76	32	188
		割合	6.4%	9.2%	7.2%	17.7%	15.3%	6.4%	37.8%
	第5圏域	429	48	33	29	91	69	11	148
		割合	11.2%	7.7%	6.8%	21.2%	16.1%	2.6%	34.5%
	第6圏域	512	53	62	34	108	95	26	134
		割合	10.4%	12.1%	6.6%	21.1%	18.6%	5.1%	26.2%
	第7圏域	503	61	65	26	82	110	34	125
		割合	12.1%	12.9%	5.2%	16.3%	21.9%	6.8%	24.9%

問7 たすけあいについて

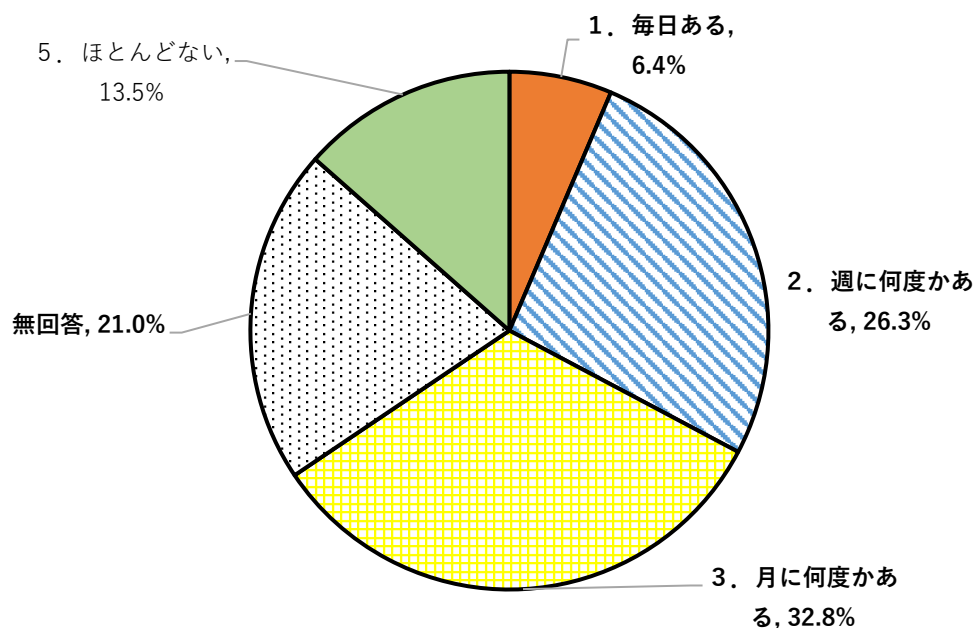
(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。

すべての圏域において、「月に何度かある」または「週に何度かある」と回答した人が最も多く、住民の多くが定期的かつ継続的に友人との交流を持っていることがわかります。

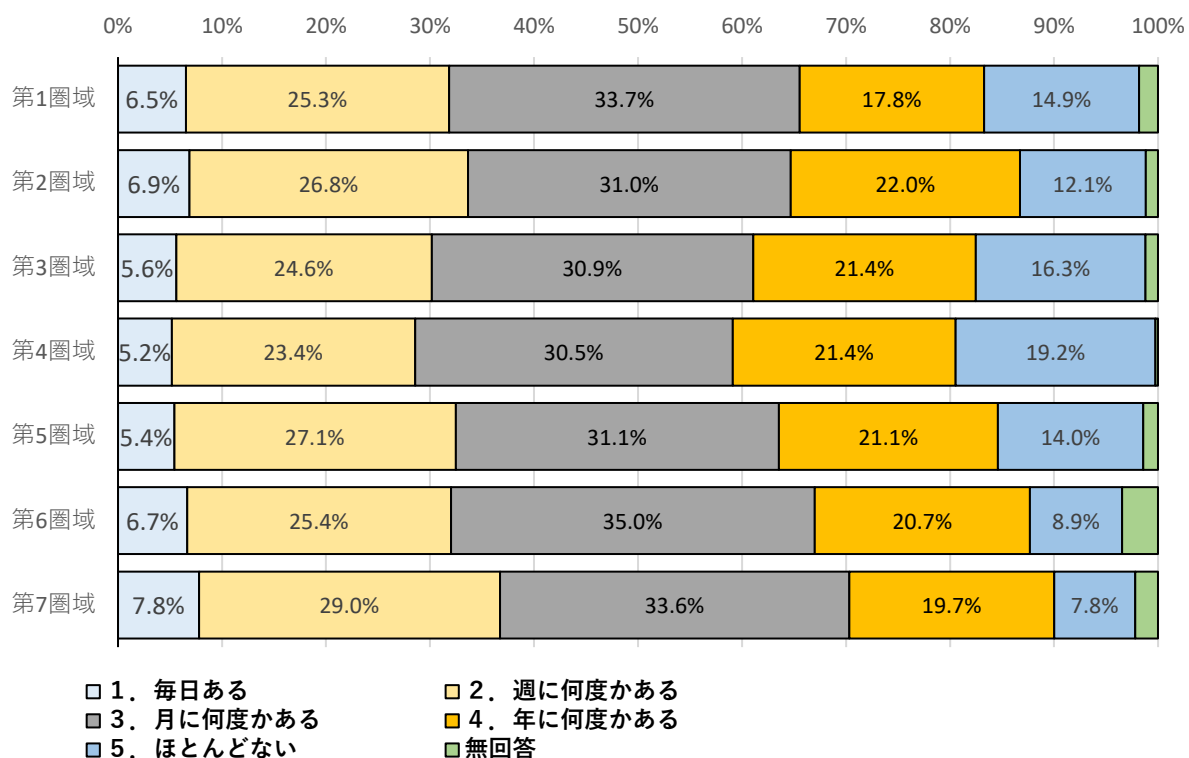
- **交流が活発な層（「毎日ある」「週に何度かある」）**：第7圏域（合計151人）が最も多く、次いで第2圏域（142人）、第6圏域（130人）の順となっています。特に第7圏域は「毎日ある（32人）」という回答も全圏域で最多であり、日常的な交流が非常に盛んな地域であることが伺えます。
- **交流が一定数ある層（「月に何度かある」）**：すべての圏域で100人を超えており、交流のボリュームゾーンとなっています。特に第6圏域（142人）や第7圏域（138人）で高い数値を示しています。
- **交流が乏しい層（「ほとんどない」）**：第4圏域（78人）が最も多く、次いで第3圏域（67人）となっています。これらの地域では、他圏域に比べて社会的な接点が少なく、孤立のリスクが高い層が一定数存在することが推測されます。

これまでの調査で、第7圏域は認知機能や日常生活動作に不安を抱える層が比較的多い傾向にありましたが、一方で「近隣住民との相談」や今回の「友人との交流頻度」においては非常に高い数値を示しています。こうした活発な対人交流が、地域の相互扶助や心身の健康維持において大きな強みとなっていると考えられます。一方で、第3・第4圏域については、これまでの「相談相手がいない」という結果に加え、友人との交流頻度も低い傾向にあります。これらの地域では、趣味のサークルや通いの場などを通じて、緩やかな人間関係を構築するための支援が特に重要になると考えられます。

◆全体



		全体	友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。					無回答
			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	
全 体		2790	176	723	900	575	370	46
		割合	6.3%	25.9%	32.3%	20.6%	13.3%	1.6%
日常生活圏域別	第1圏域	383	25	97	129	68	57	7
		割合	6.5%	25.3%	33.7%	17.8%	14.9%	1.8%
	第2圏域	422	29	113	131	93	51	5
		割合	6.9%	26.8%	31.0%	22.0%	12.1%	1.2%
	第3圏域	411	23	101	127	88	67	5
		割合	5.6%	24.6%	30.9%	21.4%	16.3%	1.2%
	第4圏域	406	21	95	124	87	78	1
		割合	5.2%	23.4%	30.5%	21.4%	19.2%	0.2%
	第5圏域	351	19	95	109	74	49	5
		割合	5.4%	27.1%	31.1%	21.1%	14.0%	1.4%
	第6圏域	406	27	103	142	84	36	14
		割合	6.7%	25.4%	35.0%	20.7%	8.9%	3.4%
	第7圏域	411	32	119	138	81	32	9
		割合	7.8%	29.0%	33.6%	19.7%	7.8%	2.2%



問7 たすけあいについて

(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。

すべての圏域において、「1～2人」または「3～5人」と回答した人がボリュームゾーンとなっており、大多数の住民が月に数人の友人・知人と対面で交流している実態がわかります。

・**交流が非常に活発な層（「10人以上」）**：第7圏域（115人）が突出して多く、次いで第2圏域（97人）、第6圏域（90人）の順となっています。特に第7圏域は、多くの友人と積極的に交流している住民が他圏域より顕著に多いのが特徴です。

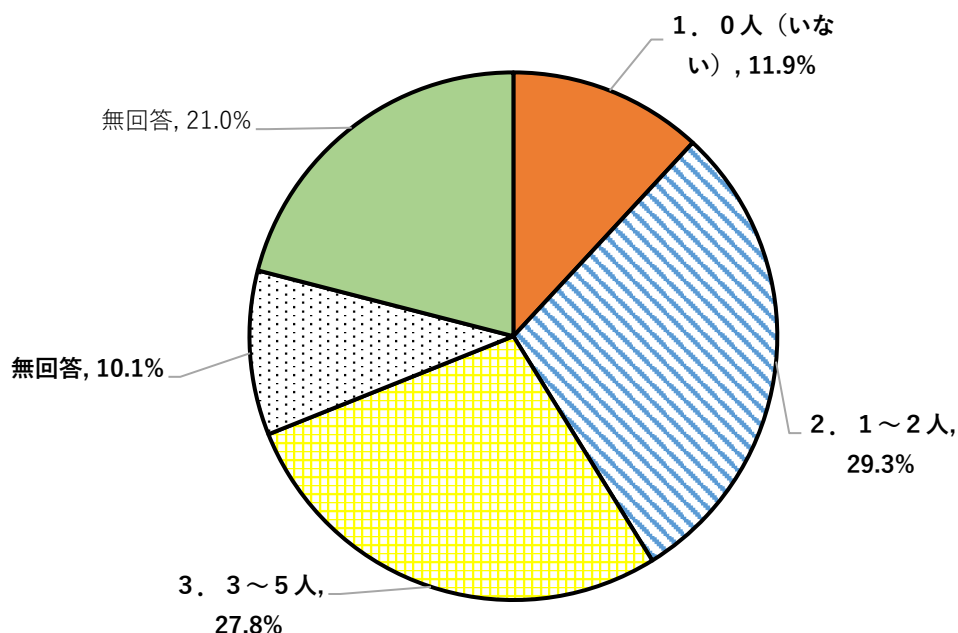
・**交流が一定数ある層（「3～5人」）**：すべての圏域で90～120人程度存在し、安定した交流層となっています。第7圏域（120人）や第6圏域（117人）で高い数値を示しています。

・**交流がまったくない層（「0人」）**：第4圏域（69人）が最も多く、次いで第3圏域（55人）となっています。一方で、第7圏域（30人）や第6圏域（36人）は、誰とも会っていないと回答した人が他圏域の半分程度にとどまっています。

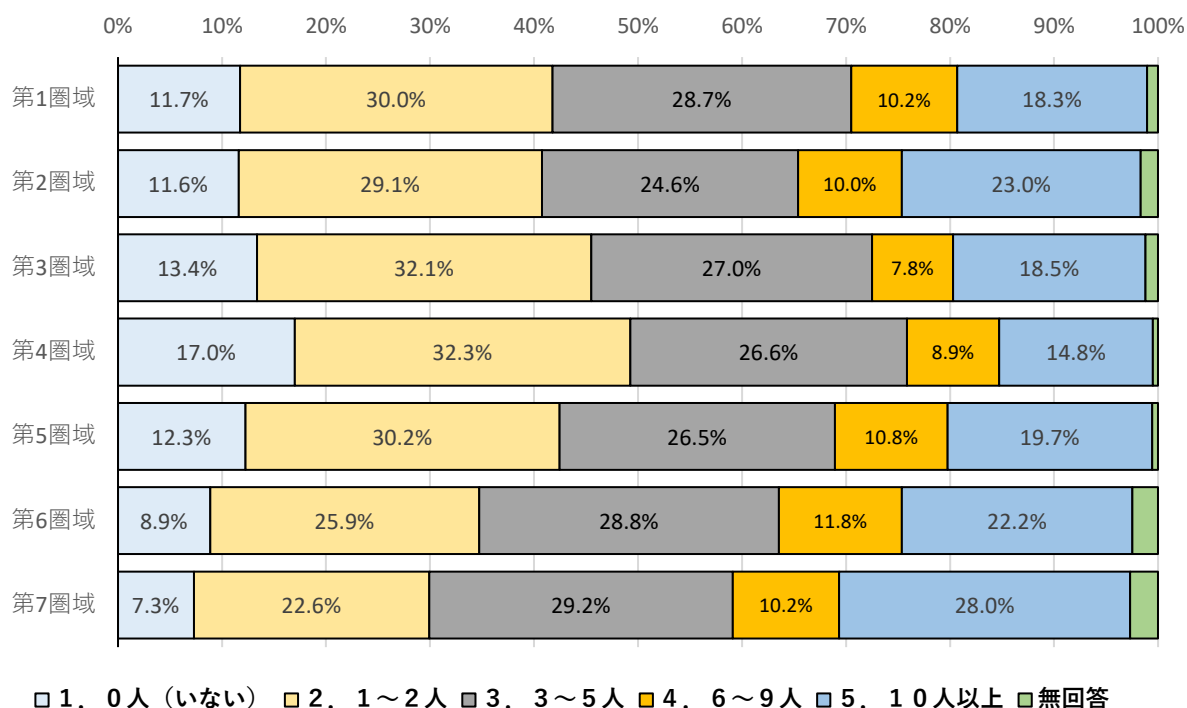
これまでの調査結果（友人との交流頻度や相談相手の有無など）と同様に、第7圏域や第6圏域における社会的なつながりの強さが改めて確認されました。これらの地域では、対面で会う友人の人数も多く、地域コミュニティが活発に機能していることが伺えます。

一方で、第4圏域や第3圏域では「1か月間誰とも会っていない」層が比較的多く、これまでの調査で示された「外出頻度の低さ」や「相談相手の少なさ」といった孤立リスクを裏付ける結果となっています。今後は、こうした交流が途絶えがちな層を対象に、少人数からでも参加できる地域の集い場や、趣味をきっかけとした外出支援の強化が求められます。

◆全体



		全体	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。					
			1. 0人 (いない)	2. 1～2 人	3. 3～5 人	4. 6～9 人	5. 10人 以上	無回答
全 体		2790	327	805	763	277	577	41
		割合	11.7%	28.9%	27.3%	9.9%	20.7%	1.5%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	45	115	110	39	70	4
		割合	11.7%	30.0%	28.7%	10.2%	18.3%	1.0%
	第2圏域	422	49	123	104	42	97	7
		割合	11.6%	29.1%	24.6%	10.0%	23.0%	1.7%
	第3圏域	411	55	132	111	32	76	5
		割合	13.4%	32.1%	27.0%	7.8%	18.5%	1.2%
	第4圏域	406	69	131	108	36	60	2
		割合	17.0%	32.3%	26.6%	8.9%	14.8%	0.5%
	第5圏域	351	43	106	93	38	69	2
		割合	12.3%	30.2%	26.5%	10.8%	19.7%	0.6%
	第6圏域	406	36	105	117	48	90	10
		割合	8.9%	25.9%	28.8%	11.8%	22.2%	2.5%
	第7圏域	411	30	93	120	42	115	11
		割合	7.3%	22.6%	29.2%	10.2%	28.0%	2.7%



問7 たすけあいについて

(8) よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。 (いくつでも)

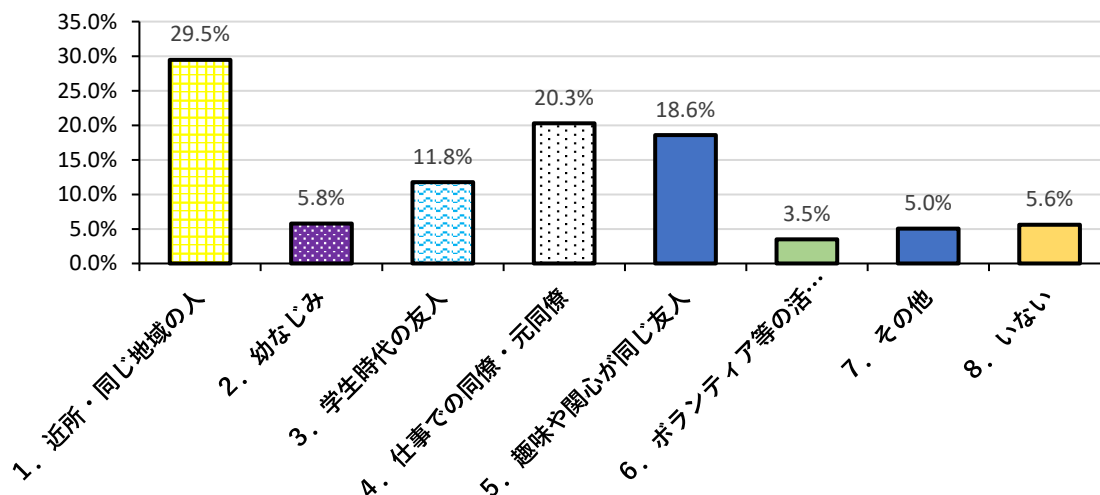
全体として、「近所・同じ地域の人」との交流が最も多く、次いで「仕事での同僚・元同僚」や「趣味や関心が同じ友人」が主な交流相手となっています。これは、地域に根ざした人間関係と、過去の職歴や現在の趣味を通じたつながりの両面が、住民の社会生活を支えていることを示しています。

- ・**地域主体の交流（「近所・同じ地域の人」）**：第7圏域（262人）および第6圏域（256人）が突出して多く、これらの地域では近隣住民との日常的な関わりが非常に活発であることがわかります。
- ・**職縁・学縁による交流（「仕事での同僚」「学校時代の友人」）**：第2圏域において「仕事での同僚・元同僚（152人）」や「学生時代の友人（95人）」が他圏域より多く、過去のネットワークが維持されている傾向が見られます。
- ・**趣味を通じた交流（「趣味や関心が同じ友人」）**：第3圏域（142人）や第7圏域（135人）で高く、共通の目的を持った仲間との交流が盛んです。
- ・**交流相手がない層（「いない」）**：第4圏域（54人）および第3圏域（48人）で比較的多くなっています。一方で、第7圏域（25人）は最も少なく、何らかの人間関係を持っている人が非常に多い地域と言えます。

これまでの調査結果（友人との交流頻度や相談相手の有無など）で示された通り、第7圏域や第6圏域は「近所」という地縁による強固なネットワークを持っており、これが地域の見守りや相互扶助の基盤となっていると考えられます。

一方で、第3・第4圏域において「いない」と回答した人が多い傾向は、これまでの「孤立リスクの高さ」という分析結果をさらに裏付けるものとなりました。今後は、地縁が希薄な層に対して、趣味や関心をきっかけとした「目的型のつながり」をいかに提供できるかが、社会参加を促す上での焦点になると推測されます。

◆全体



		全体	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
全 体		4640	1367	268	546	941	862	162	234	260
		割合	29.5%	5.8%	11.8%	20.3%	18.6%	3.5%	5.0%	5.6%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	638	167	31	81	137	128	21	39	34
		割合	26.2%	4.9%	12.7%	21.5%	20.1%	3.3%	6.1%	5.3%
	第2圏域	695	195	47	95	152	115	18	36	37
		割合	28.1%	6.8%	13.7%	21.9%	16.5%	2.6%	5.2%	5.3%
	第3圏域	657	156	40	84	124	142	17	46	48
		割合	23.7%	6.1%	12.8%	18.9%	21.6%	2.6%	7.0%	7.3%
	第4圏域	635	145	27	75	135	132	28	39	54
		割合	22.8%	4.3%	11.8%	21.3%	20.8%	4.4%	6.1%	8.5%
	第5圏域	576	186	33	66	117	92	21	26	35
		割合	32.3%	5.7%	11.5%	20.3%	16.0%	3.6%	4.5%	6.1%
	第6圏域	708	256	44	75	135	118	27	26	27
		割合	36.2%	6.2%	10.6%	19.1%	16.7%	3.8%	3.7%	3.8%
	第7圏域	731	262	46	70	141	135	30	22	25
		割合	35.8%	6.3%	9.6%	19.3%	18.5%	4.1%	3.0%	3.4%

問8 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

すべての圏域において、「まあよい」と回答した人が圧倒的多数を占めています。「とてもよい」と合わせると、大多数の住民が自身の健康状態に対して肯定的な実感を抱いていることがわかります。

・健康状態がよいと感じている層（「とてもよい」「まあよい」）：

- 「まあよい」：第2圏域（301人）が最も多く、次いで第7圏域（295人）、第4圏域（280人）の順となっています。
- 「とてもよい」：第4圏域（33人）が最多で、第3圏域（30人）、第6圏域（29人）がそれに続きます。

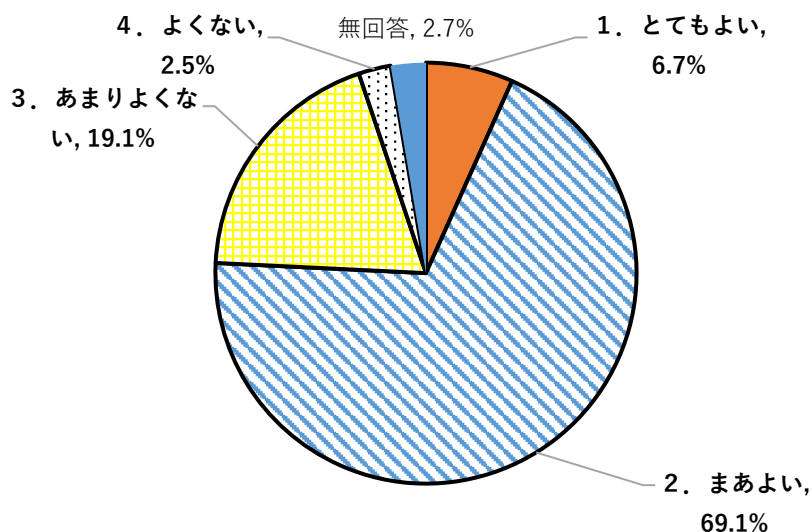
・健康状態に不安がある層（「あまりよくない」「よくない」）：

- 「あまりよくない」と回答した人は、第3圏域（83人）や第2圏域（80人）、第5圏域（80人）で比較的多い傾向にあります。
- 「よくない」と回答した人は、第3・第4圏域（各13人）が最も多く、逆に第7圏域（5人）が最も少なくなっています。

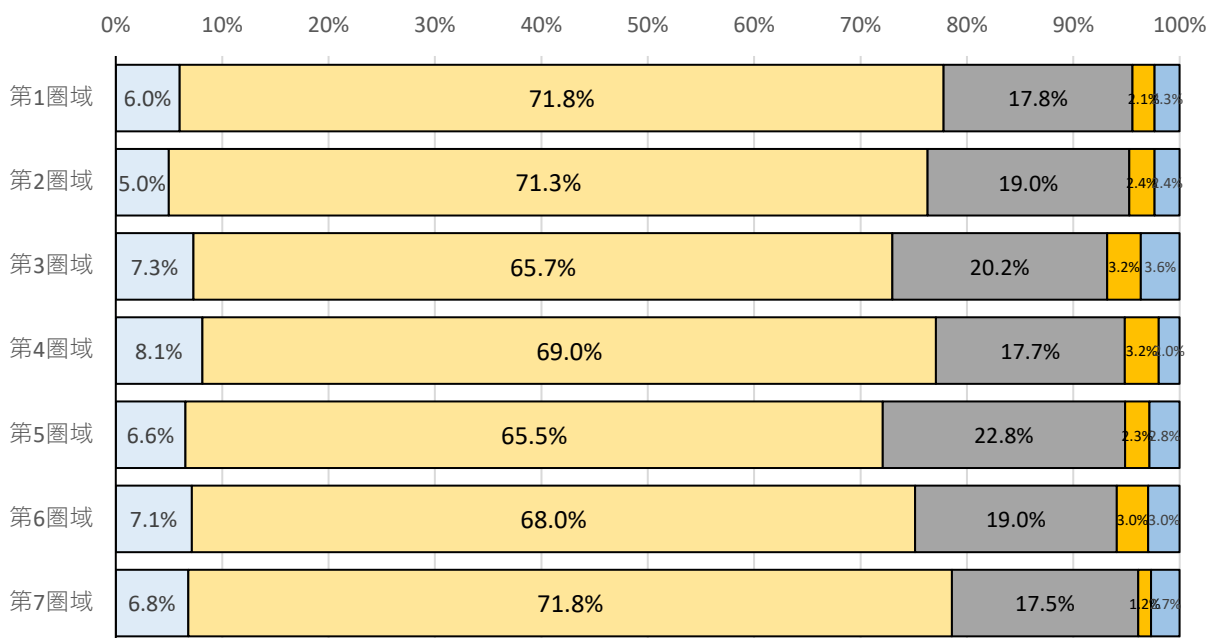
これまでの調査で示された「外出頻度の高さ」や「趣味の充実」、「友人との活発な交流」といったポジティブな生活実態が、この「主観的健康感」の高さの背景にあると考えられます。特に第7圏域は、これまでのデータで「友人との交流人数」や「相談相手の多さ」が際立っていましたが、今回の結果でも「よくない」と答えた人が全圏域で最も少なく、社会的なつながりが健康感に寄与している可能性が推測されます。

一方で、第3圏域や第2圏域では、活動的である反面、健康に不安を感じている層も他より若干多く見られます。自身の健康に自信が持てない層に対しては、これまでの調査で挙がっていた「物忘れ」や「口腔機能」などの具体的な健康課題に応じた適切なサポートを行うことで、将来的なフレイル予防につながると考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	187	1927	532	69	75
		割合	6.7%	69.1%	19.1%	2.5%	2.7%
日常生活圏域別	第1圏域	383	23	275	68	8	9
		割合	6.0%	71.8%	17.8%	2.1%	2.3%
	第2圏域	422	21	301	80	10	10
		割合	5.0%	71.3%	19.0%	2.4%	2.4%
	第3圏域	411	30	270	83	13	15
		割合	7.3%	65.7%	20.2%	3.2%	3.6%
	第4圏域	406	33	280	72	13	8
		割合	8.1%	69.0%	17.7%	3.2%	2.0%
	第5圏域	351	23	230	80	8	10
		割合	6.6%	65.5%	22.8%	2.3%	2.8%
	第6圏域	406	29	276	77	12	12
		割合	7.1%	68.0%	19.0%	3.0%	3.0%
	第7圏域	411	28	295	72	5	11
		割合	6.8%	71.8%	17.5%	1.2%	2.7%



□ 1. とてもよい □ 2. まあよい □ 3. あまりよくない □ 4. よくない □ 無回答

問8 健康について

(2) あなたは、現在どの程度幸せですか(「とても不幸」…0点、「とても幸せ」…10点)

全体として、幸福度は「5点」と「8点」に大きなピークがあり、多くの住民が中程度以上の幸福感を感じていることがわかります。0点～2点といった極めて低い点数を付けた人は全圏域で非常に少なく、大多数が自身の生活に一定の満足感を持っています。

・幸福度が高い層（8点以上）：

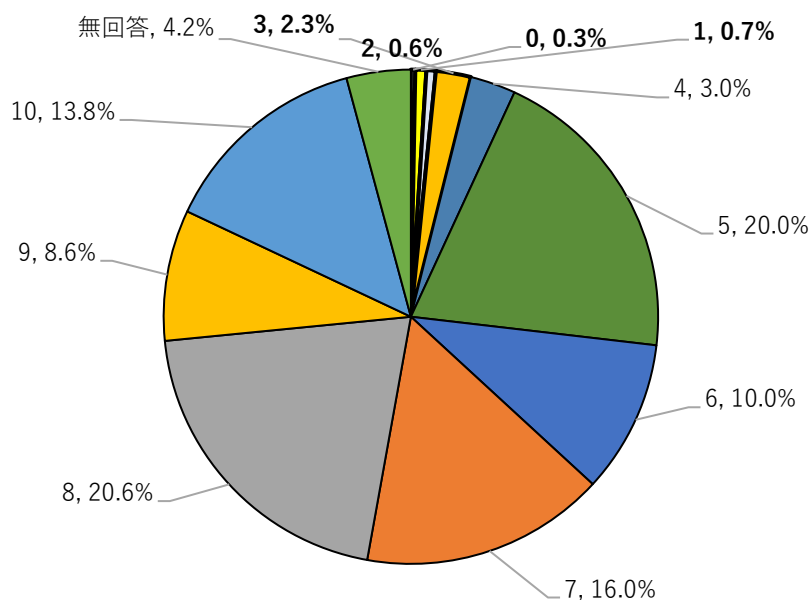
- 「8点」と回答した人は、第2圏域（95人）が最も多く、次いで第6圏域（91人）、第4圏域（87人）の順となっています。
- 最高得点の「10点（とても幸せ）」と回答した人は、第3圏域（62人）で最も多く、次いで第2圏域（56人）、第4圏域（56人）となっています。

・中央値に近い層（5点）：すべての圏域において「5点」と回答した人が非常に多く（65人～86人）、生活の基盤が安定している様子が伺えます。特に第4圏域（86人）、第2・第3・第7圏域（各84人）で多くなっています。

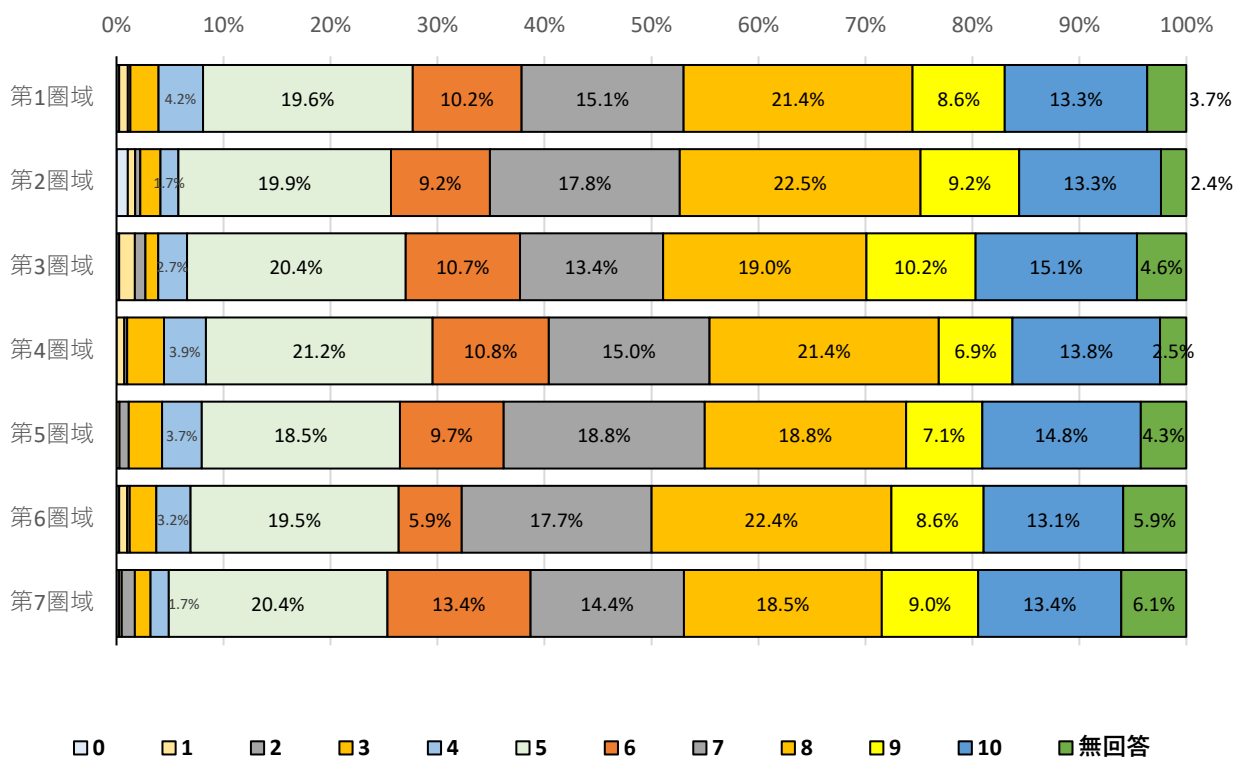
・幸福度が低い層（0点～3点）：これらの点数を付けた人は各圏域とも数名から十数名程度にとどまっていますが、第4圏域では他圏域に比べ、3点以下の回答者がわずかに多い傾向が見られます。

これまでの調査結果で示された「主観的な健康感の高さ」や「友人・知人との活発な交流」が、今回の高い幸福度の背景にあると考えられます。特に第2圏域や第6圏域は、就労状況や社会的なつながりが維持されているデータとも合致しており、多角的な要因が幸福感を支えています。一方で、これまで「社会的孤立リスク」や「健康への不安」が指摘された第3・第4圏域においても、10点満点を付ける層が一定数存在しており、個々の生活環境や価値観によって幸福の感じ方が多様であることも示唆されています。

◆全体



		全体	あなたは、現在どの程度幸せですか(とても不幸」…0点、「とても幸せ」…10点)											
			0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	無回答
全 体		2790	8	20	17	64	83	557	279	446	575	239	385	117
		割合	0.3%	0.7%	0.6%	2.3%	3.0%	20.0%	10.0%	16.0%	20.6%	8.6%	13.8%	4.2%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	1	3	1	10	16	75	39	58	82	33	51	14
		割合	0.3%	0.8%	0.3%	2.6%	4.2%	19.6%	10.2%	15.1%	21.4%	8.6%	13.3%	3.7%
	第2圏域	422	4	3	2	8	7	84	39	75	95	39	56	10
		割合	0.9%	0.7%	0.5%	1.9%	1.7%	19.9%	9.2%	17.8%	22.5%	9.2%	13.3%	2.4%
	第3圏域	411	1	6	4	5	11	84	44	55	78	42	62	19
		割合	0.2%	1.5%	1.0%	1.2%	2.7%	20.4%	10.7%	13.4%	19.0%	10.2%	15.1%	4.6%
	第4圏域	406	0	3	1	14	16	86	44	61	87	28	56	10
		割合	0.0%	0.7%	0.2%	3.4%	3.9%	21.2%	10.8%	15.0%	21.4%	6.9%	13.8%	2.5%
	第5圏域	351	0	1	3	11	13	65	34	66	66	25	52	15
		割合	0.0%	0.3%	0.9%	3.1%	3.7%	18.5%	9.7%	18.8%	18.8%	7.1%	14.8%	4.3%
	第6圏域	406	1	3	1	10	13	79	24	72	91	35	53	24
		割合	0.2%	0.7%	0.2%	2.5%	3.2%	19.5%	5.9%	17.7%	22.4%	8.6%	13.1%	5.9%
	第7圏域	411	1	1	5	6	7	84	55	59	76	37	55	25
		割合	0.2%	0.2%	1.2%	1.5%	1.7%	20.4%	13.4%	14.4%	18.5%	9.0%	13.4%	6.1%



問8 健康について

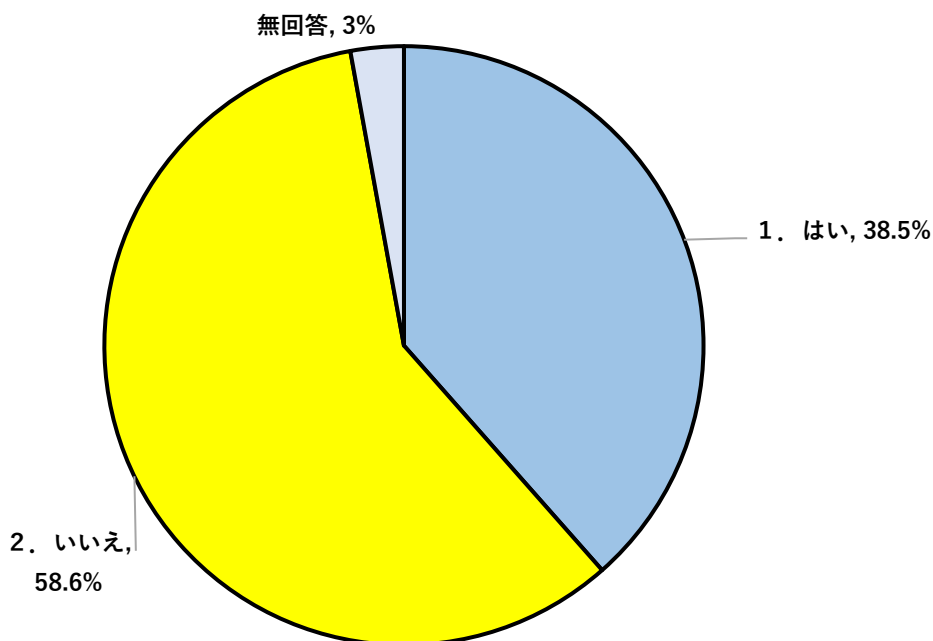
(3) この1 か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか

すべての圏域において、「いいえ（ゆううつな気持ちにならなかった）」と回答した人が多数派となっています。しかし、約4割弱の住民が「はい（気分が沈むことがあった）」と回答しており、精神的な健康維持において無視できない一定の層が存在することがわかります。

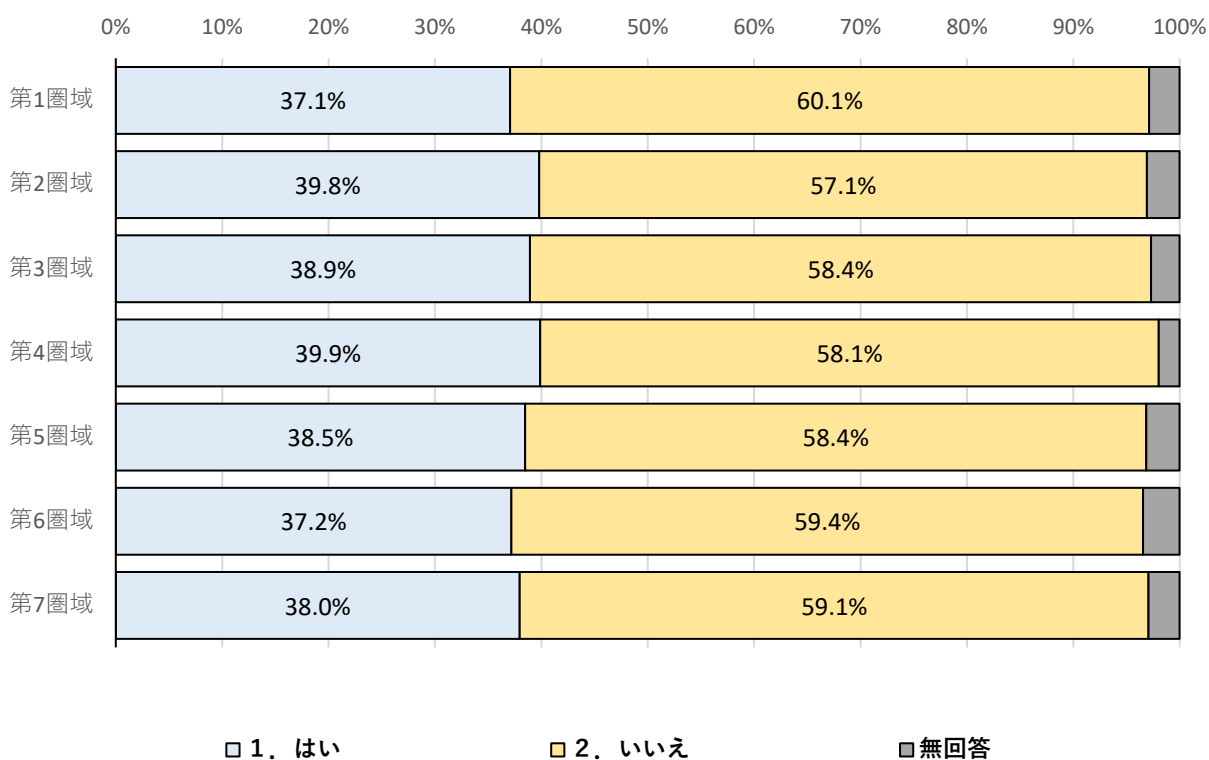
- ・「いいえ」と回答した層（比較的安定している層）：すべての圏域で200人を超えており、特に第7圏域（243人）、第2・第6圏域（各241人）で多くなっています。
- ・「はい」と回答した層（気分の落ち込みがあった層）：第2圏域（168人）が最も多く、次いで第4圏域（162人）、第3圏域（160人）の順となっています。

これまでの調査で、多くの住民が「高い幸福度」や「良好な主観的健康感」を示していましたが、今回の結果から、日々の生活の中で精神的な浮き沈みを感じている住民も少なくない実態が明らかになりました。特に第2圏域や第4圏域は、これまでの調査で「就労引退層の多さ」や「社会的孤立リスク」が指摘されていた地域でもあり、それらの要因が気分の落ち込みに影響している可能性が推測されます。一方で、友人交流が最も活発だった第7圏域においても150人以上が「はい」と回答しており、社会的なつながりがあっても解消しきれない不安や気分の沈みに対するメンタルケアの重要性が示唆されます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	1074	1636	80
		割合	38.5%	58.6%	2.9%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	142	230	11
		割合	37.1%	60.1%	2.9%
	第2圏域	422	168	241	13
		割合	39.8%	57.1%	3.1%
	第3圏域	411	160	240	11
		割合	38.9%	58.4%	2.7%
	第4圏域	406	162	236	8
		割合	39.9%	58.1%	2.0%
	第5圏域	351	135	205	11
		割合	38.5%	58.4%	3.1%
	第6圏域	406	151	241	14
		割合	37.2%	59.4%	3.4%
	第7圏域	411	156	243	12
		割合	38.0%	59.1%	2.9%



問8 健康について

(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

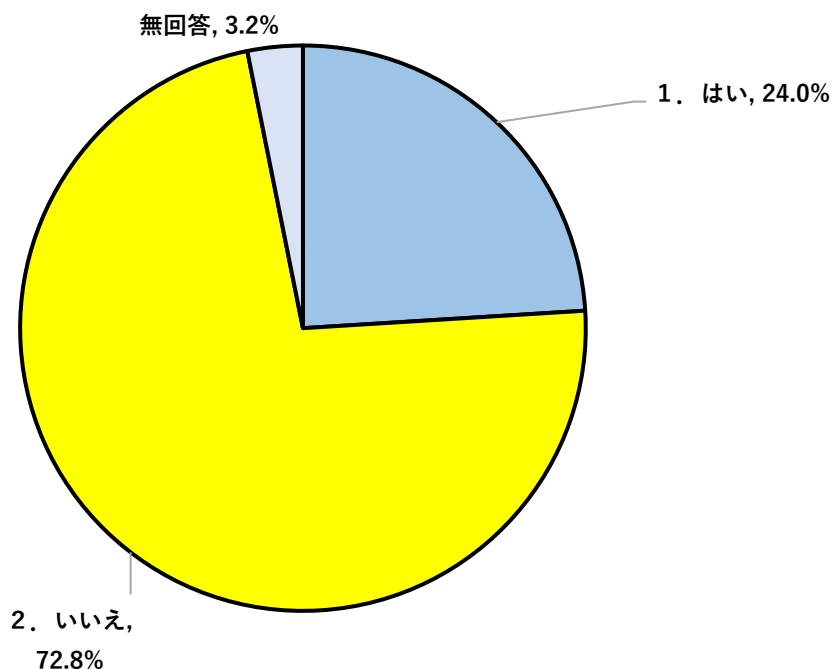
すべての圏域において、「いいえ（興味がわかない・楽しめない感じはなかった）」と回答した人が多数派となっています。しかし、各圏域で約4分の1から3分の1の住民が「はい（興味がわかない・楽しめない感じがあった）」と回答しており、日常生活の中で意欲の低下や心理的な停滞感を感じている層が一定数存在することがわかります。

・「はい」と回答した層（関心や楽しみが持てなかった層）：第2圏域および第3圏域（各102人）が最も多く、次いで第4圏域（100人）となっています。これらの圏域では、他圏域に比べて生活に対する心理的な充足感に課題を感じている人がわずかに多い傾向にあります。

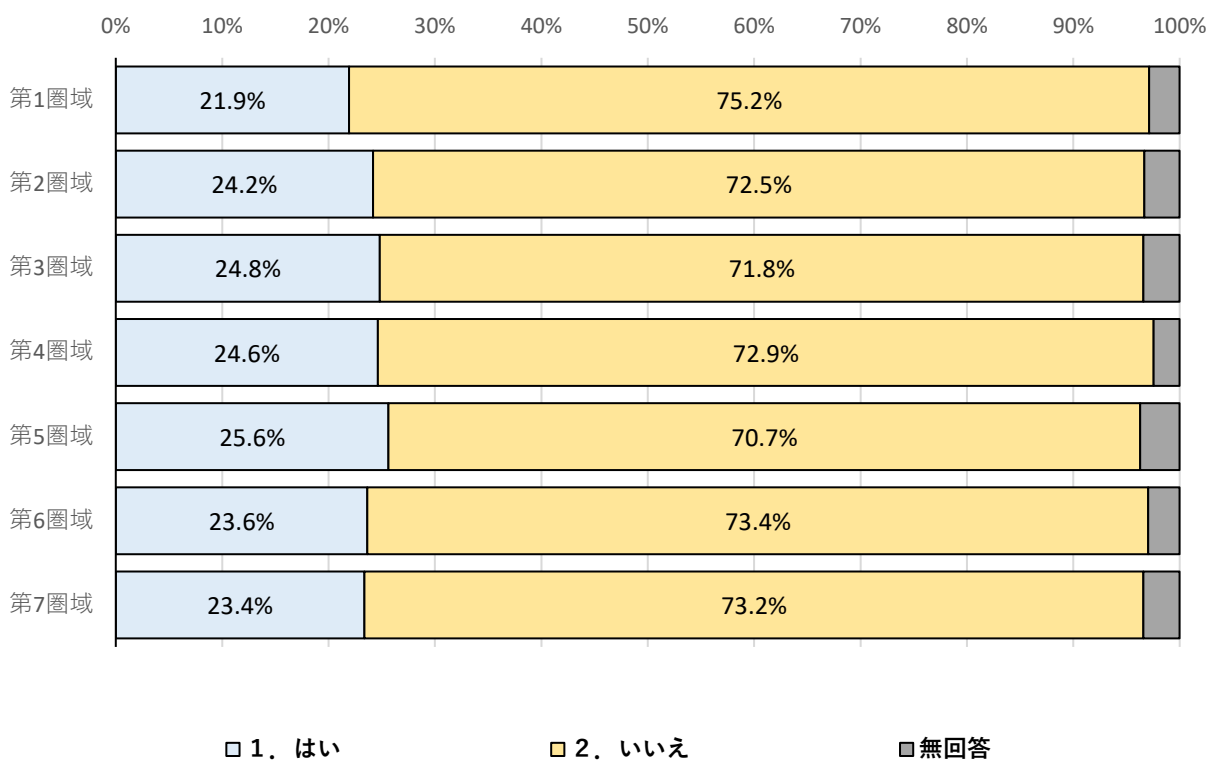
・「いいえ」と回答した層（安定している層）：実数では第2圏域（306人）が最も多く、次いで第7圏域（301人）、第6圏域（298人）の順となっています。

これまでの調査で、多くの住民が「高い幸福度」や「活発な友人交流」を示してきましたが、前回の「気分の落ち込み」や今回の「物事への関心の低下」といったメンタルヘルスに関する項目で、一定数が「はい」と回答している点は重要です。特に第2・第3・第4圏域は、これまでの調査でも「気分の落ち込み」を訴える人が比較的多かった地域と重なります。こうした心理的な不調は、外出の減少や社会参加への意欲低下を招き、将来的なフレイル（心身の衰え）につながる可能性があります。今後は、個々の趣味や興味をきっかけとした「通いの場」への誘導や、地域での役割づくりを通じた心理的な活性化を促す支援が有効と考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	670	2032	88
		割合	24.0%	72.8%	3.2%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	84	288	11
		割合	21.9%	75.2%	2.9%
	第2圏域	422	102	306	14
		割合	24.2%	72.5%	3.3%
	第3圏域	411	102	295	14
		割合	24.8%	71.8%	3.4%
	第4圏域	406	100	296	10
		割合	24.6%	72.9%	2.5%
	第5圏域	351	90	248	13
		割合	25.6%	70.7%	3.7%
	第6圏域	406	96	298	12
		割合	23.6%	73.4%	3.0%
	第7圏域	411	96	301	14
		割合	23.4%	73.2%	3.4%



問8 健康について

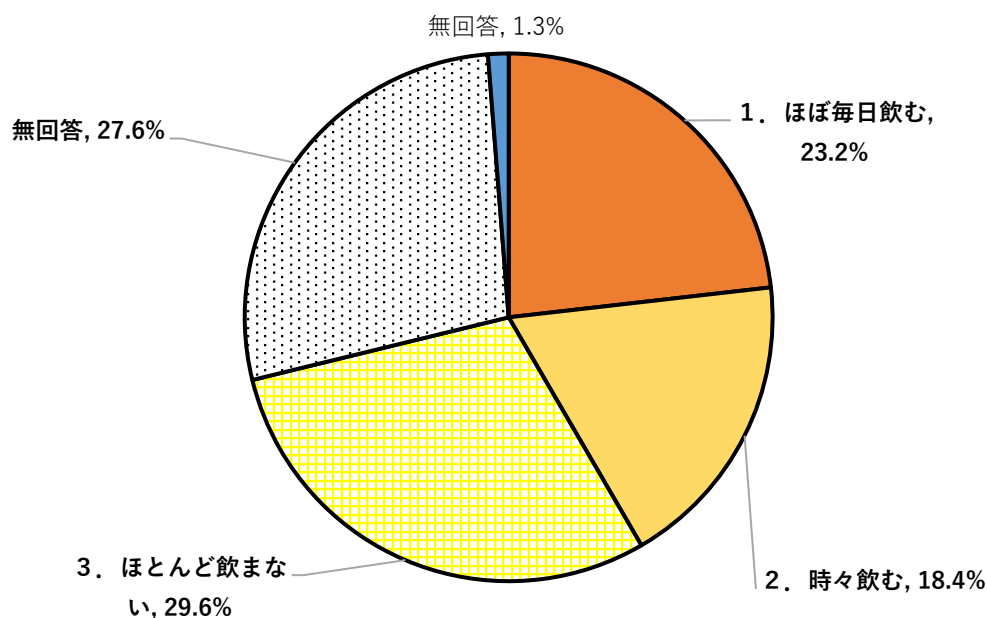
(5) お酒は飲みますか

全体として、「ほとんど飲まない」または「もともと飲まない」と回答した非飲酒・低頻度層が多数派を占めています。しかし、すべての圏域において「ほぼ毎日飲む」と回答した習慣的な飲酒層も一定のボリューム（各圏域約80～110人前後）で存在していることがわかります。

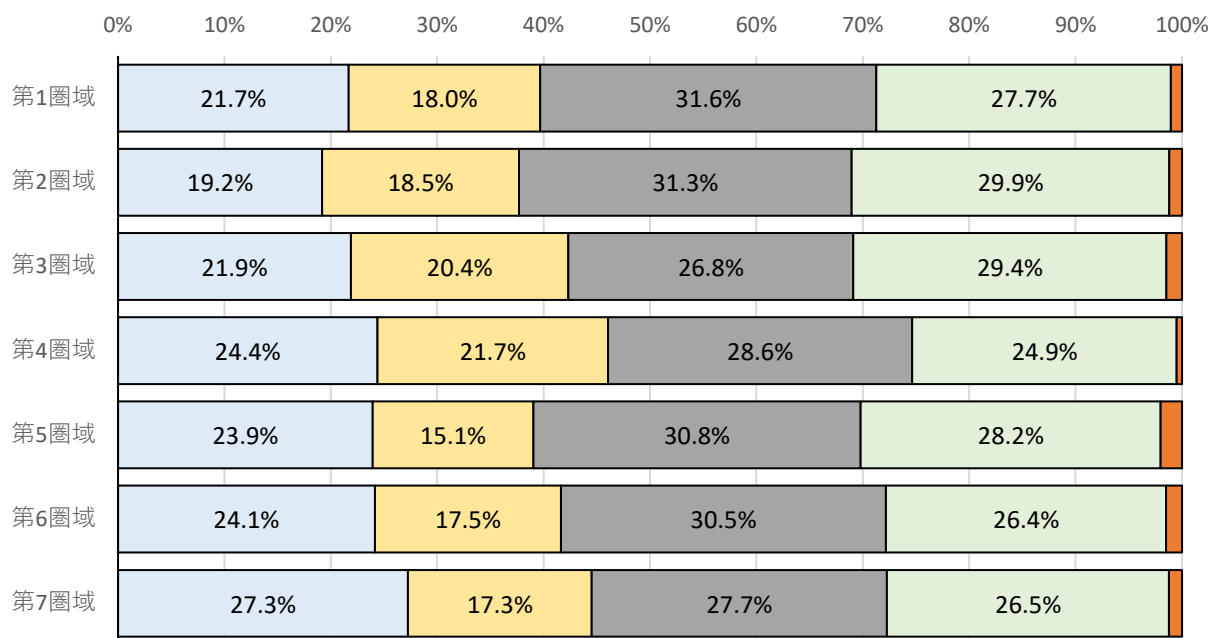
- ・「ほぼ毎日飲む」層（高頻度飲酒）：第7圏域（112人）が最も多く、次いで第4圏域（99人）、第6圏域（98人）の順となっています。これらの地域では、日常的にお酒を嗜む習慣を持つ住民が比較的多いと言えます。
- ・「時々飲む」層：第4圏域（88人）や第3圏域（84人）で、機会飲酒を楽しむ層が他圏域よりやや多くなっています。
- ・「ほとんど飲まない」「もともと飲まない」層（低頻度・非飲酒）：第2圏域（合計258人）や第6圏域（合計231人）において、お酒を飲まない人の割合が高くなっています。特に第2圏域では「ほとんど飲まない」と答えた人が132人と全圏域で最多です。

これまでの調査で、第7圏域は「友人・知人と毎日会う」人が最も多く、社会的な交流が非常に活発な地域であることが示されてきました。今回の結果で「ほぼ毎日飲む」人が最多であったことも、こうした活発な対人交流（会食など）と関連している可能性が推測されます。飲酒は適度であれば社会的な交流の助けとなりますが、過度な飲酒は生活習慣病や認知機能への影響も懸念されます。今後は、特に飲酒頻度の高い層に対して、これまでの調査で挙がっていた「身体機能」や「認知機能」の維持と合わせた健康管理の啓発（休肝日の推奨など）を行っていくことが、予防医学の観点から有効と考えられます。

◆全体



		全体	お酒は飲みますか				
			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	無回答
全 体		2790	647	514	825	769	35
		割合	23.2%	18.4%	29.6%	27.6%	1.3%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	83	69	121	106	4
		割合	21.7%	18.0%	31.6%	27.7%	1.0%
	第2圏域	422	81	78	132	126	5
		割合	19.2%	18.5%	31.3%	29.9%	1.2%
	第3圏域	411	90	84	110	121	6
		割合	21.9%	20.4%	26.8%	29.4%	1.5%
	第4圏域	406	99	88	116	101	2
		割合	24.4%	21.7%	28.6%	24.9%	0.5%
	第5圏域	351	84	53	108	99	7
		割合	23.9%	15.1%	30.8%	28.2%	2.0%
	第6圏域	406	98	71	124	107	6
		割合	24.1%	17.5%	30.5%	26.4%	1.5%
	第7圏域	411	112	71	114	109	5
		割合	27.3%	17.3%	27.7%	26.5%	1.2%



□ 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 ■ 無回答

問8 健康について

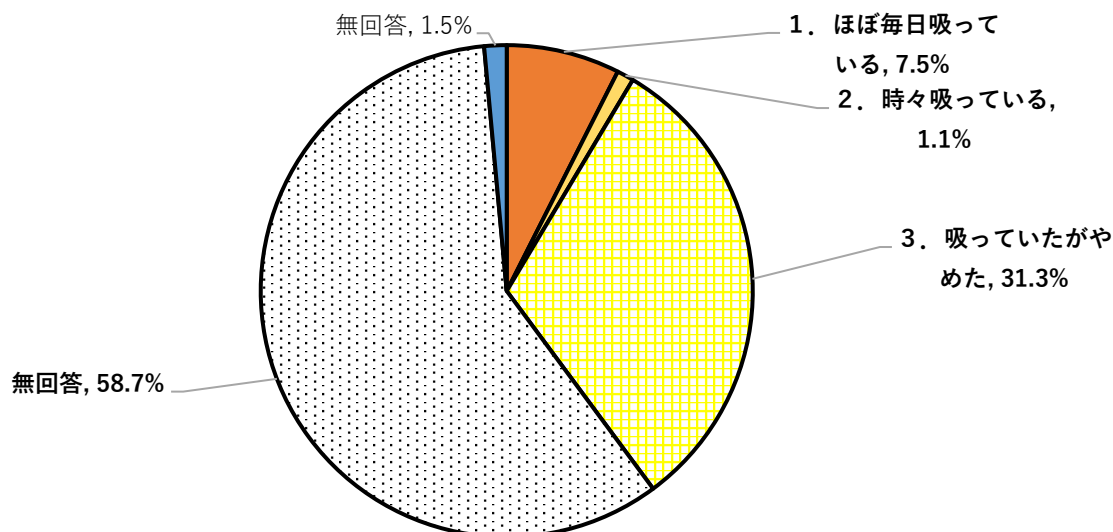
(6) タバコは吸っていますか

すべての圏域において、「もともと吸っていない」と回答した人が圧倒的多数を占めており、次いで「吸っていたがやめた」という回答が多くなっています。現在も「ほぼ毎日」あるいは「時々」吸っているという現役の喫煙者は、全体の中では少数派であることがわかります。

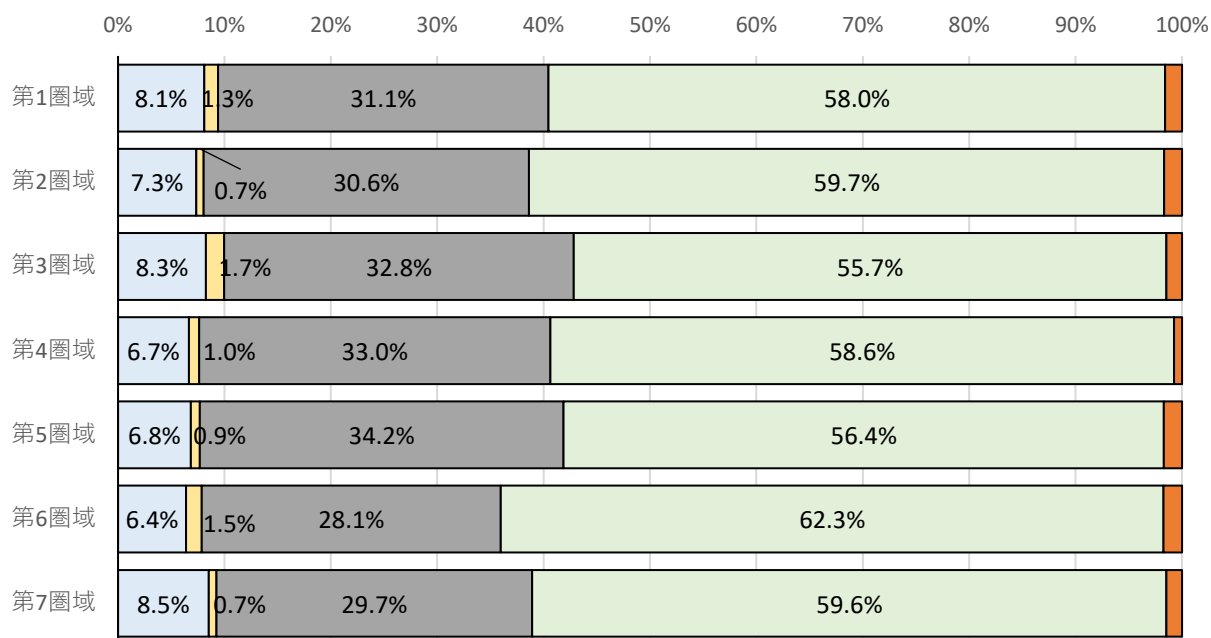
- ・「もともと吸っていない」層（非喫煙者）：第6圏域（253人）および第2圏域（252人）で最も多くなっています。これらの地域では、生涯を通じてタバコを吸わない習慣を持つ住民が比較的多い傾向にあります。
- ・「吸っていたがやめた」層（禁煙成功者）：第3圏域（135人）や第4圏域（134人）で高い数値を示しています。健康への意識の高まりや、体調の変化などをきっかけに禁煙に取り組んだ層が一定数存在することが推測されます。
- ・「ほぼ毎日吸っている」層（習慣的喫煙者）：第7圏域（35人）や第3圏域（34人）が比較的多くなっています。一方で、第5圏域（24人）が最も少ない結果となりました。

これまでの調査で、第7圏域は「友人との交流」や「飲酒習慣」が全圏域で最も活発な地域であることが示されてきました。今回の結果で「毎日吸っている」人が最多であったことも、こうした社交的な場における習慣と関連している可能性が考えられます。一方で、第3圏域や第4圏域は、これまでの調査で「気分の落ち込み」や「孤立リスク」が比較的高めに出ていた地域ですが、同時に「禁煙した人」も多いという特徴があります。タバコは生活習慣病や呼吸器疾患の大きなリスク要因となるため、今後は、現在も喫煙を続けている層に対して、これまでの調査で挙がっていた「身体機能」や「主観的健康感」のデータと照らし合わせながら、より具体的な健康づくりのアドバイスを行っていくことが有効と考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	208	31	873	1637	41
		割合	7.5%	1.1%	31.3%	58.7%	1.5%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	31	5	119	222	6
		割合	8.1%	1.3%	31.1%	58.0%	1.6%
	第2圏域	422	31	3	129	252	7
		割合	7.3%	0.7%	30.6%	59.7%	1.7%
	第3圏域	411	34	7	135	229	6
		割合	8.3%	1.7%	32.8%	55.7%	1.5%
	第4圏域	406	27	4	134	238	3
		割合	6.7%	1.0%	33.0%	58.6%	0.7%
	第5圏域	351	24	3	120	198	6
		割合	6.8%	0.9%	34.2%	56.4%	1.7%
	第6圏域	406	26	6	114	253	7
		割合	6.4%	1.5%	28.1%	62.3%	1.7%
	第7圏域	411	35	3	122	245	6
		割合	8.5%	0.7%	29.7%	59.6%	1.5%



- ☐ 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
 ☐ 無回答

問8 健康について

(7) 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）

すべての圏域において、「高血圧」と回答した人が圧倒的に多く、次いで「目の病気」や「高脂血症（脂質異常）」が多くなっています。多くの住民が何らかの生活習慣病や加齢に伴う疾患を抱えながら生活している実態が浮き彫りになりました。

・**高血圧（最も多い疾患）**：すべての圏域で160人を超えており、特に第7圏域（211人）と第6圏域（210人）で突出して多くなっています。

・**目の病気・高脂血症**：

◦「目の病気」は、第2圏域（106人）で最も多く、次いで第7圏域（87人）、第4圏域（86人）の順となっています。

◦「高脂血症」は、第3圏域（86人）や第1圏域（79人）で比較的多い傾向にあります。

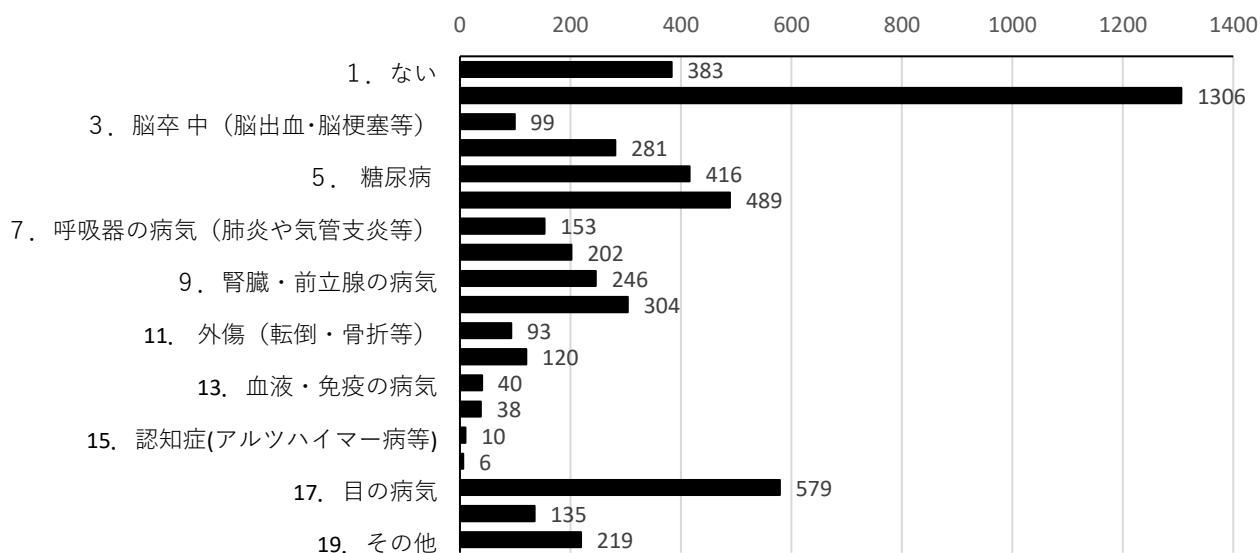
・**その他の主な疾患**：「糖尿病」は第6圏域（67人）、「筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症等）」は第3圏域（56人）や第2圏域（52人）で比較的多く見られます。

・**自由記述（「その他」）の内容**：具体的には、「リウマチ」「脊柱管狭窄症」「甲状腺の病気（橋本病など）」「痛風」「喘息」「歯の治療」などが頻繁に挙げられており、慢性的な痛みや体調不良を抱えている層が一定数存在します。

・**健康な層（「ない」）**：治療中の病気がないと回答した人は、第7圏域（65人）、第1・第3圏域（各61人）で比較的多くなっています。

これまでの調査で、多くの住民が「外出」や「友人との交流」に積極的で、幸福度も高いことが示されてきました。今回のデータから、住民は「高血圧や持病を抱えつつも、適切に治療や管理を行いながら活動的な生活を維持している」という姿が推測されます。

特に、高血圧や高脂血症は「沈黙の病」とも呼ばれ、放置すると脳卒中や心臓病のリスクを高めます。今後は、これまでの調査で挙がっていた「高い主観的健康感」を維持するためにも、現在治療中の疾患の重症化予防や、定期的な通院・服薬の継続を支援する取り組みが重要です。



		全体	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. 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）
全 体		2790	383	1306	99	281	416	489	153	202	246	304
		割合	13.7%	46.8%	3.5%	10.1%	14.9%	17.5%	5.5%	7.2%	8.8%	10.9%
日常生活圏域別	第1圏域	383	61	170	8	34	58	79	23	24	35	38
		割合	15.9%	44.4%	2.1%	8.9%	15.1%	20.6%	6.0%	6.3%	9.1%	9.9%
	第2圏域	423	47	187	14	42	57	71	22	39	43	52
		割合	11.1%	44.2%	3.3%	9.9%	13.5%	16.8%	5.2%	9.2%	10.2%	12.3%
	第3圏域	411	61	185	17	40	54	86	27	29	38	56
		割合	14.8%	45.0%	4.1%	9.7%	13.1%	20.9%	6.6%	7.1%	9.2%	13.6%
	第4圏域	405	54	168	13	48	61	73	17	30	27	28
		割合	13.3%	41.5%	3.2%	11.9%	15.1%	18.0%	4.2%	7.4%	6.7%	6.9%
	第5圏域	351	49	175	19	36	63	52	16	26	33	43
		割合	14.0%	49.9%	5.4%	10.3%	17.9%	14.8%	4.6%	7.4%	9.4%	12.3%
	第6圏域	406	46	210	16	41	67	65	28	24	36	41
		割合	11.3%	51.7%	3.9%	10.1%	16.5%	16.0%	6.9%	5.9%	8.9%	10.1%
	第7圏域	411	65	211	12	40	56	63	20	30	34	46
		割合	15.8%	51.3%	2.9%	9.7%	13.6%	15.3%	4.9%	7.3%	8.3%	11.2%

		全体	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）								
			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
全 体		2790	93	99	36	33	10	11	499	126	192
		割合	3.3%	3.5%	1.3%	1.2%	0.4%	0.4%	17.9%	4.5%	6.9%
日常生活圏域別	第1圏域	383	15	18	8	5	1	1	68	9	23
		割合	3.9%	4.7%	2.1%	1.3%	0.3%	0.3%	17.8%	2.3%	6.0%
	第2圏域	423	16	11	5	6	1	2	106	30	46
		割合	3.8%	2.6%	1.2%	1.4%	0.2%	0.5%	25.1%	7.1%	10.9%
	第3圏域	411	10	18	7	7	1	1	79	21	35
		割合	2.4%	4.4%	1.7%	1.7%	0.2%	0.2%	19.2%	5.1%	8.5%
	第4圏域	405	14	1	2	3	4	5	6	7	8
		割合	3.5%	0.2%	0.5%	0.7%	1.0%	1.2%	1.5%	1.7%	2.0%
	第5圏域	351	14	22	4	2	1	0	76	21	24
		割合	4.0%	6.3%	1.1%	0.6%	0.3%	0.0%	21.7%	6.0%	6.8%
	第6圏域	406	14	17	4	3	0	2	77	17	23
		割合	3.4%	4.2%	1.0%	0.7%	0.0%	0.5%	19.0%	4.2%	5.7%
	第7圏域	411	10	12	6	7	2	0	87	21	33
		割合	2.4%	2.9%	1.5%	1.7%	0.5%	0.0%	21.2%	5.1%	8.0%

問9 認知症にかかる相談窓口の把握について

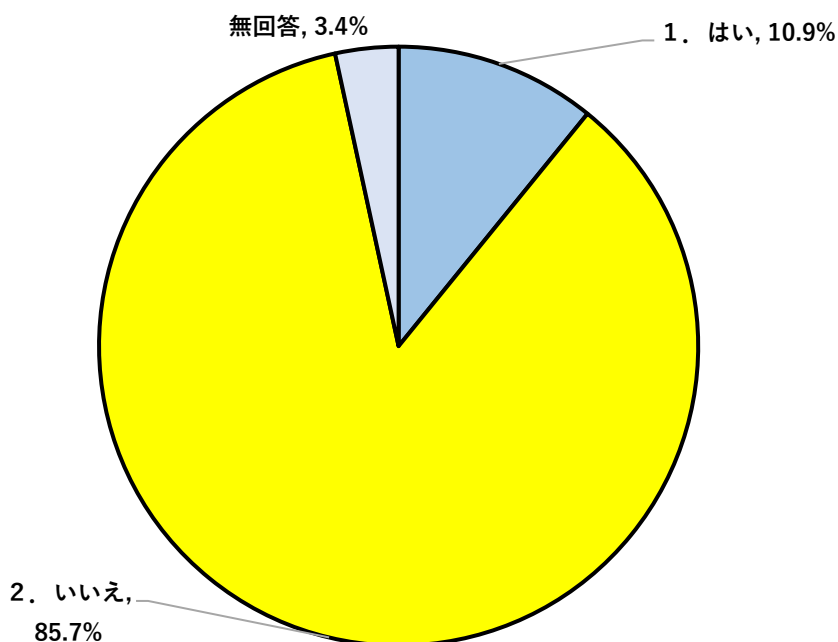
(1) 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか

すべての圏域において、「いいえ」と回答した人が圧倒的多数を占めています。しかし、各圏域ともに約40～50名程度（回答者の1割強）は、自身または家族に認知症の症状があると回答しており、地域全体で一定数の支援ニーズが存在していることがわかります。

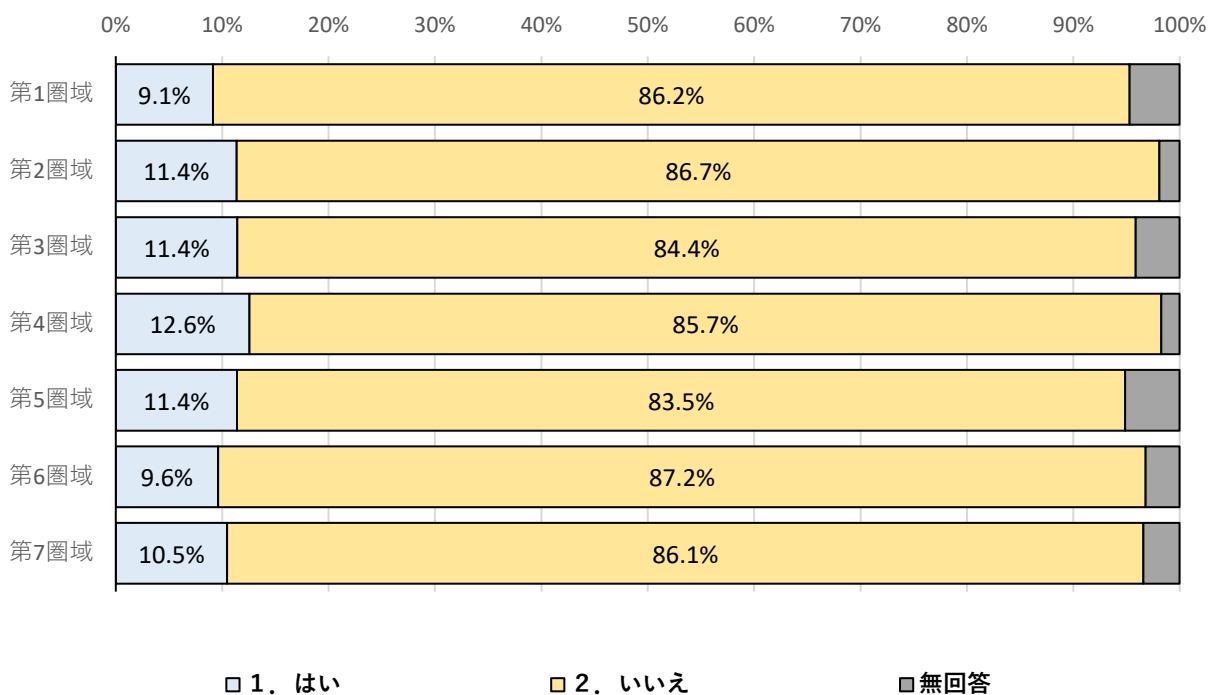
- ・「はい」と回答した層（認知症の症状がある）：第4圏域（51人）が最も多く、次いで第2圏域（48人）、第3圏域（47人）の順となっています。これらの地域では、認知症ケアや家族支援への重要性が他圏域より相対的に高い可能性があります。
- ・「いいえ」と回答した層：実数では第2圏域（366人）が最も多く、次いで第6・第7圏域（各354人）となっています。

これまでの調査で、多くの住民が「高い幸福度」や「活発な友人交流」を維持していることが示されてきましたが、今回の結果から、約10世帯に1世帯以上の割合で認知症の症状に向き合っている実態が浮き彫りになりました。特に第4圏域は、これまでの調査で「孤立リスク（相談相手や交流の少なさ）」が指摘されていた地域でもあり、認知症の症状がある中で社会的なつながりが薄い場合、本人や家族の負担がより深刻化しやすい懸念があります。今後は、これまでの調査で見られた「近隣との相談（第6・第7圏域に多い）」などの地域の強みを活かしつつ、専門機関（地域包括支援センター等）への早期相談を促す仕組みづくりが求められます。

◆全体



		全体	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. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	303	2392	95
		割合	10.9%	85.7%	3.4%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	35	330	18
		割合	9.1%	86.2%	4.7%
	第2圏域	422	48	366	8
		割合	11.4%	86.7%	1.9%
	第3圏域	411	47	347	17
		割合	11.4%	84.4%	4.1%
	第4圏域	406	51	348	7
		割合	12.6%	85.7%	1.7%
	第5圏域	351	40	293	18
		割合	11.4%	83.5%	5.1%
	第6圏域	406	39	354	13
		割合	9.6%	87.2%	3.2%
	第7圏域	411	43	354	14
		割合	10.5%	86.1%	3.4%



Ⅱ 調査結果

問9 認知症にかかる相談窓口の把握について

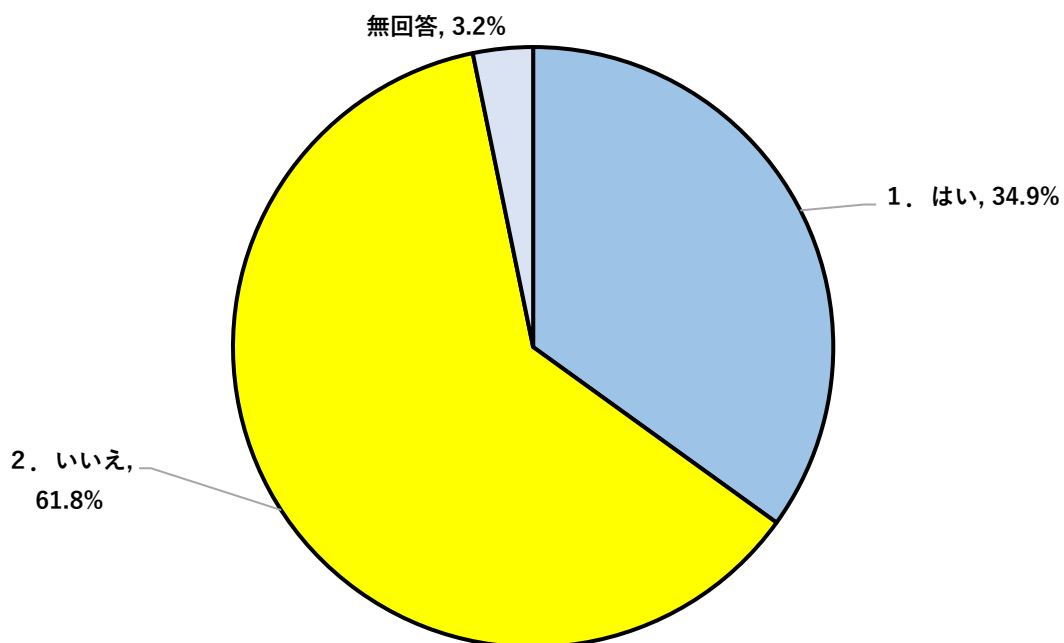
(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

すべての圏域において、「いいえ（知らない）」と回答した人が「はい（知っている）」を大きく上回っており、地域における認知症相談窓口の周知が依然として大きな課題であることが浮き彫りになりました。

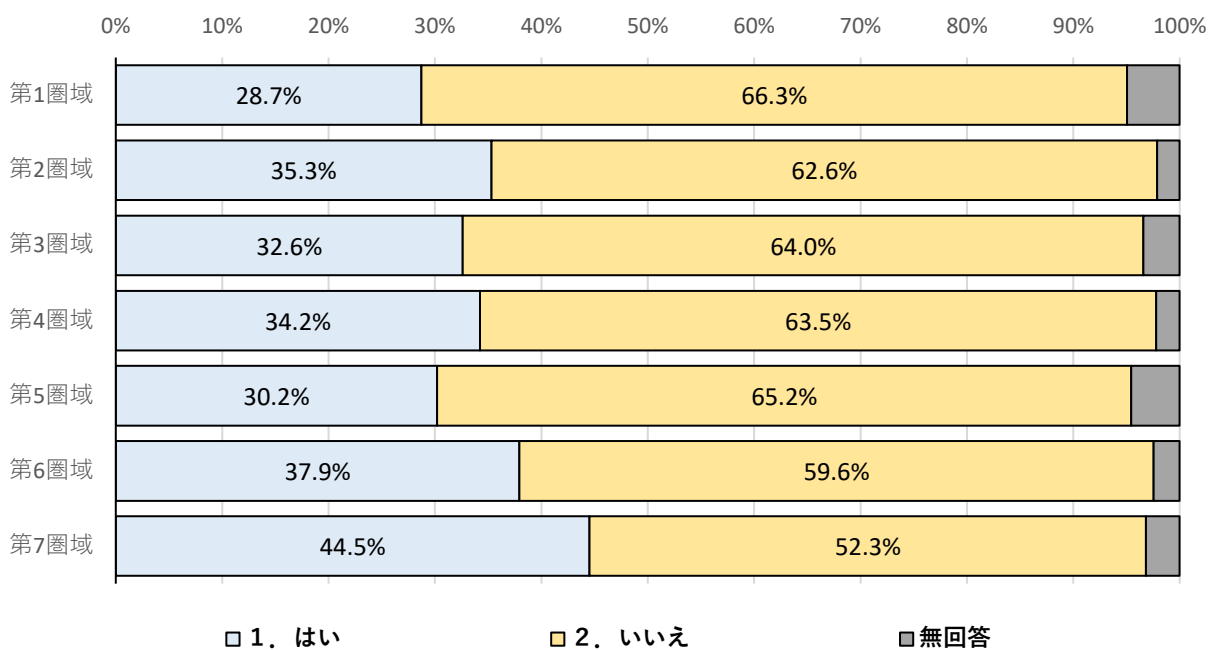
- **認知度が最も高い地域：**第7圏域（183人）が全圏域の中で最も多く、次いで第6圏域（154人）、第2圏域（149人）の順となっています。特に第7圏域は、これまでの調査でも「友人との交流」や「公的機関への相談意欲」が非常に高かった地域であり、情報のアンテナが比較的高い層が多いことが伺えます。
- **認知度が低い地域：**第5圏域（106人）が最も少なく、次いで第1圏域（110人）となっています。
- **周知が必要な層のボリューム：**知らないと回答した人の実数は、第2圏域（264人）、第3圏域（263人）、第4圏域（258人）で特に多くなっています。これらの地域は、これまでの調査で「社会的孤立リスク」や「気分の落ち込み」などが懸念されていた地域とも重なり、いざという時の相談先に繋がりにくい懸念があります。

前回の調査で、各圏域の約1割強の世帯において「本人または家族に認知症の症状がある」という実態が明らかになりました。しかし、今回の結果から、そうした当事者や予備軍となる層に対し、適切な相談窓口の情報が十分に行き渡っていない現状が確認されました。認知症は早期の相談と対応が重要ですが、最も「知らない」と答えた人が多い第2・第3・第4圏域などでは、まずは窓口の存在を知ってもらうための広報活動や、民生委員・地縁組織を通じた「顔の見える」情報提供が、今後の支援体制構築において不可欠であると考えられます。

◆全体



		全体	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	無回答
全 体		2790	975	1725	90
		割合	34.9%	61.8%	3.2%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	110	254	19
		割合	28.7%	66.3%	5.0%
	第2圏域	422	149	264	9
		割合	35.3%	62.6%	2.1%
	第3圏域	411	134	263	14
		割合	32.6%	64.0%	3.4%
	第4圏域	406	139	258	9
		割合	34.2%	63.5%	2.2%
	第5圏域	351	106	229	16
		割合	30.2%	65.2%	4.6%
	第6圏域	406	154	242	10
		割合	37.9%	59.6%	2.5%
	第7圏域	411	183	215	13
		割合	44.5%	52.3%	3.2%



問10 日常圏域について

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口として日常
(4) 生活圏域毎に設置されています。地域包括支援センターを
知っていますか。

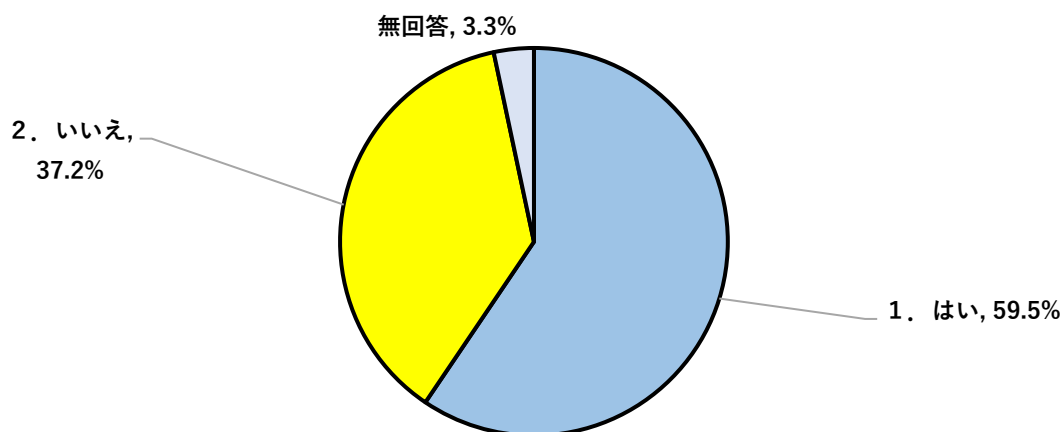
すべての圏域において、「はい（知っている）」と回答した人が「いいえ（知らない）」を上回っており、地域福祉の拠点としての認知が一定程度進んでいることがわかります。前回の調査結果では「認知症の相談窓口」の認知度が低かった（多くの圏域で「知らない」が多数派）ことと比較すると、包括支援センターという名称自体の浸透度は比較的高いと言えます。

- **認知度が非常に高い地域:** 第7圏域（291人）第2圏域（274人）、第6圏域（260人）の順となっています。特に第7圏域は「知らない」と答えた人が106人と全圏域で最も少なく、情報の周知が最も進んでいる地域です。
- **認知度が比較的低い地域:** 第5圏域（178人）が最も少なく、次いで第1圏域（201人）となっています。
- **周知が必要な層のボリューム:** 「知らない」と回答した人は、第3圏域（175人）、第1圏域（167人）、第4圏域（166人）で比較的多くなっています。これらの地域では、いざ支援が必要になった際に窓口へ辿り着けないリスクがあるため、重点的な広報が望まれます。

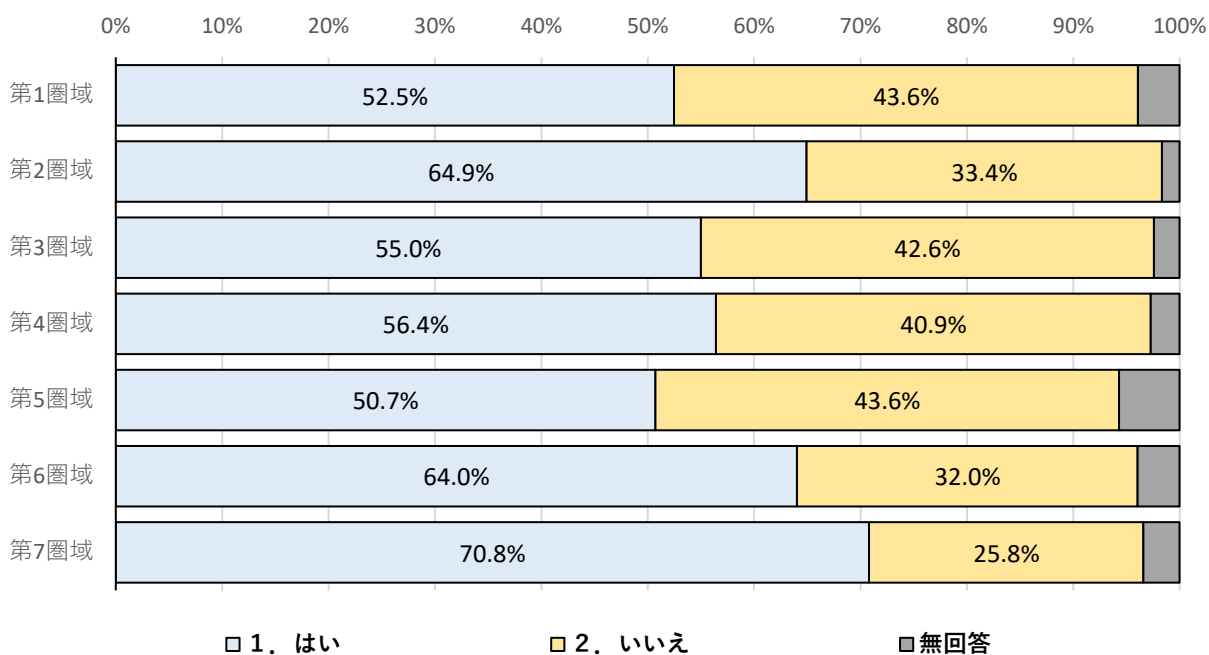
これまでの調査で「友人との交流」や「公的機関への相談意欲」が非常に高かった第7圏域や第2圏域、第6圏域は、今回の「包括支援センター」の認知度においても高い数値を示しており、地域の情報ネットワークが健全に機能していることが伺えます。

一方で、センターを知っていると答えた人が多いものの、全圏域で100名～170名以上が「知らない」と回答している点は重要です。前回の「認知症相談窓口」の結果と合わせると、「センターという名称は知っているが、具体的に何ができるか（認知症の相談もできるか等）までは理解されていない」という可能性が推測されます。今後は単なる名称の周知だけでなく、具体的な支援内容の啓発が必要と考えられます。

◆全体



		全体	地域包括支援センターを知っていますか。		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	1659	1038	93
		割合	59.5%	37.2%	3.3%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	201	167	15
		割合	52.5%	43.6%	3.9%
	第2圏域	422	274	141	7
		割合	64.9%	33.4%	1.7%
	第3圏域	411	226	175	10
		割合	55.0%	42.6%	2.4%
	第4圏域	406	229	166	11
		割合	56.4%	40.9%	2.7%
	第5圏域	351	178	153	20
		割合	50.7%	43.6%	5.7%
	第6圏域	406	260	130	16
		割合	64.0%	32.0%	3.9%
	第7圏域	411	291	106	14
		割合	70.8%	25.8%	3.4%



問11 在宅での生活支援について

(1) 在宅で介護する場合に、次の用品のうち必要性が高いものはどれですか

全体として、「リハビリパンツ・おむつ」の必要性が圧倒的に高く、すべての圏域で最も多くの回答を集めています。次いで「おしりふき・からだふき等の衛生用品」や「着脱しやすい衣類・靴」が挙げられており、在宅介護において排泄ケアと日常生活の動作を支える用品が重要視されている実態がわかります。

・「リハビリパンツ・おむつ」の需要: 第1圏域（187人）が最も多く、次いで第3圏域（173人）、第4圏域（167人）の順となっています。

・「おしりふき・からだふき・ポリ袋」: 第7圏域（94人）が最多で、全圏域で70人以上の回答があり、日常的に消費する衛生用品の確保が課題となっています。

・「着脱しやすい衣類・靴」: 第3圏域（74人）や第2・第5圏域（各70人）で比較的高いニーズがあります。

・その他の用品: 「食食用具やとろみ剤」などは第2・第6圏域（各25人）、「お薬カレンダー」などの管理用品は第7圏域（23人）が比較的多くなっています。

【用品以外の具体的な支援ニーズ（自由記述より）】「その他」の回答からは、物品の提供だけでは解決できない深刻な生活課題が浮き彫りになっています。

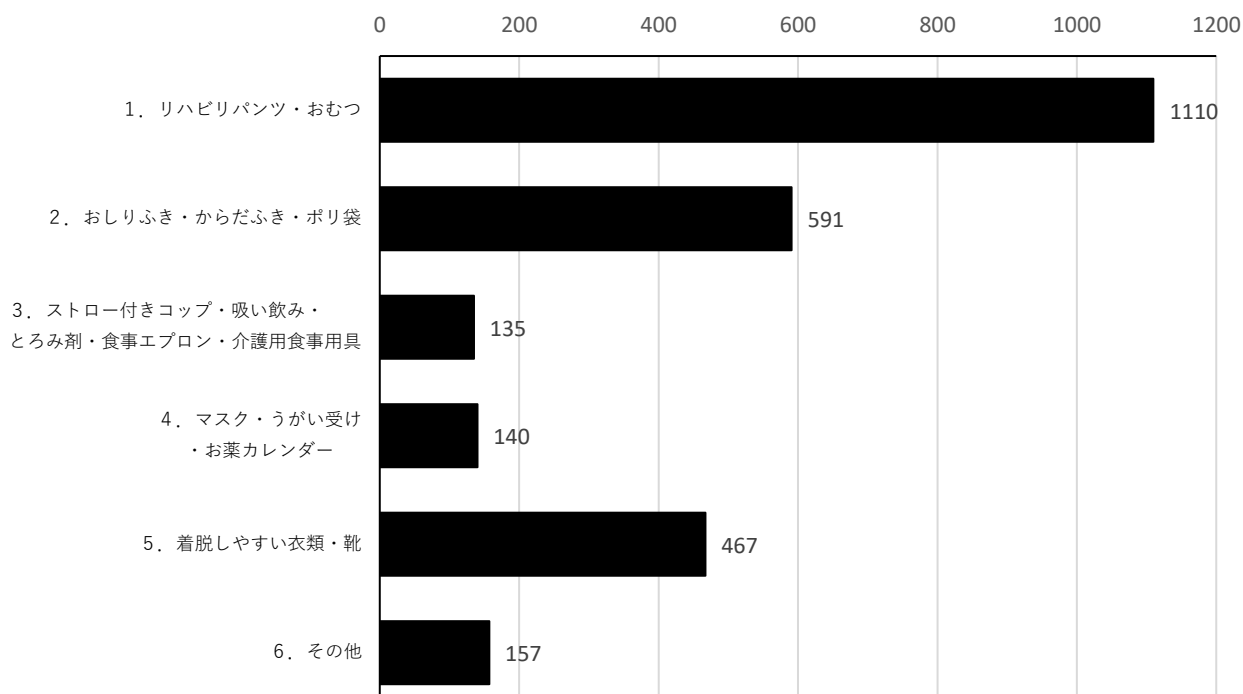
・環境・季節要因: 「雪かき・除雪・雪処理」への要望が非常に多く、冬場の生活維持に対する強い不安が伺えます。

・家事・身体支援: 「掃除」「ゴミ捨て」「高い所への手助け」「入浴補助」など、日常生活の細かな動作への支援が求められています。

・経済・移動手段: 「生活費の不足（金）」「リフォーム支援」「病気時の移動手段」「バスの無料パス」など、金銭的・社会的なインフラ整備を求める声も目立ちます。

これまでの調査で示された「友人との交流」や「幸福度」の高さの一方で、いざ介護が必要になった際、用品としては排泄ケア（おむつ等）の備えが、生活面では「除雪」や「家事」といった実動的な助けが不可欠であることが再確認されました。特に、これまでの調査で「家族の看病」に頼る傾向が強かったことを踏まえると、家族が担いきれない「雪かき」や「専門的な介護用品の提供」について、地域の公的・インフォーマルな支援をいかに組み合わせていくかが重要です。

◆全体



		全体	在宅で介護する場合に、次の用品のうち必要性が高いものはどれですか					
			1. リハビリパ ンツ・おむつ	2. おしりふ き・からだふ き・ポリ袋	3. ストロー付きコッ プ・吸い飲み・ とろみ剤・食事エ プロン・介護用食器用 具	4. マスク・う がい受け ・お薬カレン ダー	5. 着脱しやす い衣類・靴	6. その他
全 体		2790	1110	591	135	140	467	157
		割合	39.8%	21.2%	4.8%	5.0%	16.7%	5.6%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	187	76	12	18	59	17
		割合	48.8%	19.8%	3.1%	4.7%	15.4%	4.4%
	第2圏域	423	145	84	25	17	70	24
		割合	34.3%	19.9%	5.9%	4.0%	16.5%	5.7%
	第3圏域	411	173	86	12	22	74	26
		割合	42.1%	20.9%	2.9%	5.4%	18.0%	6.3%
	第4圏域	405	167	90	21	21	67	30
		割合	41.2%	22.2%	5.2%	5.2%	16.5%	7.4%
	第5圏域	351	136	74	16	19	70	14
		割合	38.7%	21.1%	4.6%	5.4%	19.9%	4.0%
	第6圏域	406	151	87	25	20	65	23
		割合	37.2%	21.4%	6.2%	4.9%	16.0%	5.7%
	第7圏域	411	151	94	24	23	62	23
		割合	36.7%	22.9%	5.8%	5.6%	15.1%	5.6%

問11 在宅での生活支援について

(2) 健康を維持しながら、在宅で生活するために必要な支援は、次のうちどれでしょうか

全体として、「買い物などのお出かけ支援」が最も高いニーズとなっており、次いで「高齢者の運動機能や聴力を補う機器への補助」や「通院付き添い支援」が挙げられています。外出手段の確保と、身体機能を補完する支援が在宅生活継続の鍵となっている実態がわかります。

・外出・移動支援（「お出かけ支援」「通院付き添い」）：

- 「お出かけ支援（買い物等）」：第6圏域（265人）が最も多く、次いで第2圏域（253人）、第3圏域（251人）の順となっています。
- 「通院付き添い支援」：第6圏域（185人）が最多で、第3圏域（174人）、第2圏域（170人）が続きます。

・身体機能の補完（「機器への補助」）：第4圏域（173人）が最も多く、第7圏域（165人）、第3圏域（163人）でも高いニーズがあります。

・社会参加への支援（「地域グループ活動」「就労・ボランティア」）：

- 「地域グループ活動への支援」：第7圏域（112人）が突出して多く、これまでの調査で見られた同圏域の活発な交流意欲を裏付ける結果となっています。
- 「就労・ボランティアの紹介」：第2圏域および第7圏域（各45人）が比較的多くなっています。

【その他の具体的なニーズ（自由記述より）】 「その他」の回答からは、生活の質を維持するための多岐にわたる要望が確認されました。

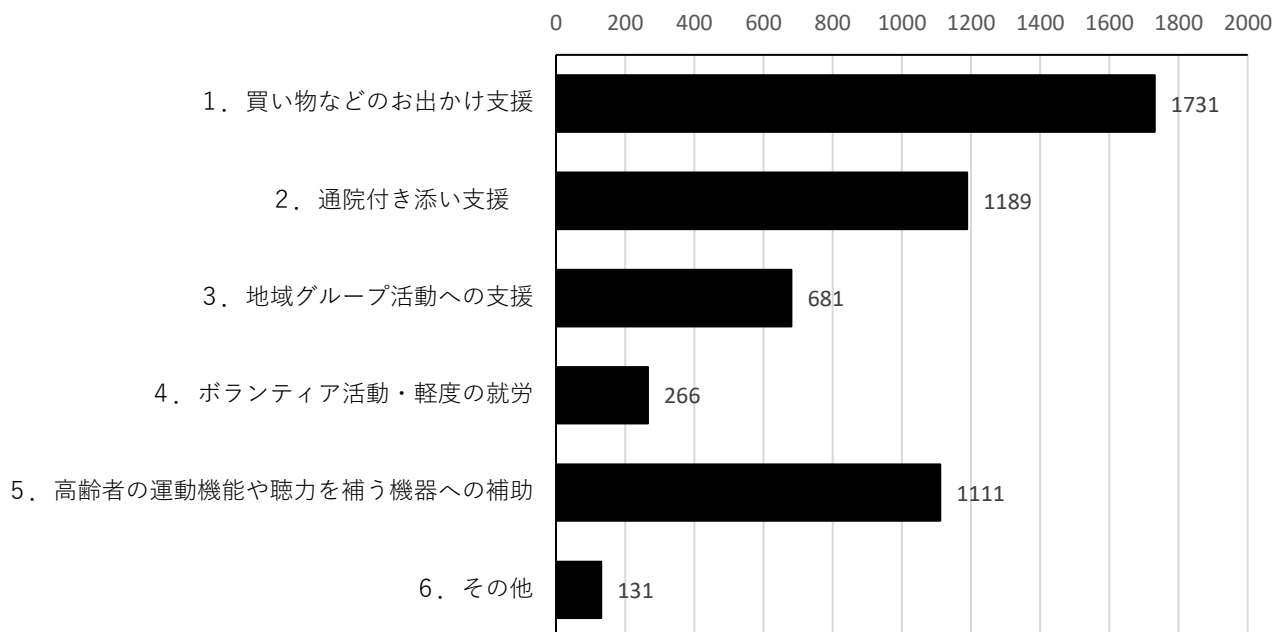
・住環境・福祉用具：「介護ベッド（多数）」「車いす」「手すり」「段差解消（スロープ）」「ポータブルトイレ」など、住環境の整備に関する具体的な要望が目立ちます。

・身体・生活補助：「補聴器」「杖」「使い捨て手袋」「防水消臭シート」といった日常的な補助具や消耗品の要望が見られます。

・ソフト面の支援：「心のケア」「話し相手が欲しい」といった精神的な充足を求める声や、「介護にかかる費用」への不安も挙げられています。

これまでの調査で「友人との交流」や「幸福度」が高い数値を示していましたが、その生活を維持するためには、「買い物」や「通院」といった移動の壁を解消する支援が不可欠であると住民は感じています。特に、移動手段の確保（お出かけ支援）や身体機能を補う機器（補聴器や歩行補助具など）への公的支援は、全圏域共通の切実なニーズと言えます。

◆全体



		全体	健康を維持しながら、在宅で生活するために必要な支援は、次のうちどれでしょうか					
			1. 買い物などのお出かけ支援 (費用の助成・手段や機会の創出)	2. 通院付き添い支援	3. 地域グループ活動への支援 (コミセン等への移動手段など)	4. ボランティア活動・軽度の就労 (シルバー人材センター等)の紹介	5. 高齢者の運動機能や聴力を補う機器への補助	6. その他
全 体		2790	1731	1189	681	266	1111	131
		割合	62.0%	42.6%	24.4%	9.5%	39.8%	4.7%
日常生活圏域別	第1圏域	383	234	159	95	34	136	16
		割合	61.1%	41.5%	24.8%	8.9%	35.5%	4.2%
	第2圏域	423	253	170	93	45	162	20
		割合	59.8%	40.2%	22.0%	10.6%	38.3%	4.7%
	第3圏域	411	251	174	91	39	163	24
		割合	61.1%	42.3%	22.1%	9.5%	39.7%	5.8%
	第4圏域	405	246	163	97	37	173	22
		割合	60.7%	40.2%	24.0%	9.1%	42.7%	5.4%
	第5圏域	351	232	169	93	33	150	8
		割合	66.1%	48.1%	26.5%	9.4%	42.7%	2.3%
	第6圏域	406	265	185	100	33	162	20
		割合	65.3%	45.6%	24.6%	8.1%	39.9%	4.9%
	第7圏域	411	250	169	112	45	165	21
		割合	60.8%	41.1%	27.3%	10.9%	40.1%	5.1%

問12 認知症について

(1) 認知症について、あなたが知っている内容を選んでください。

全体として、「誰もがなりうる病気である」という認識が最も高く、すべての圏域で300人前後（第5圏域を除く）が回答しています。また、「早期発見が重要である」や「進行性の病気である」といった医学的な特徴についても、多くの住民が正しく理解していることがわかります。

・前向きな理解（「早期発見」「地域生活の継続」など）：

- 「早期発見が重要」：第4圏域（255人）や第3圏域（252人）で特に意識が高くなっています。
- 「適切な支援で地域生活ができる」：すべての圏域で170～190人台が回答しており、サポートの重要性も一定程度浸透しています。

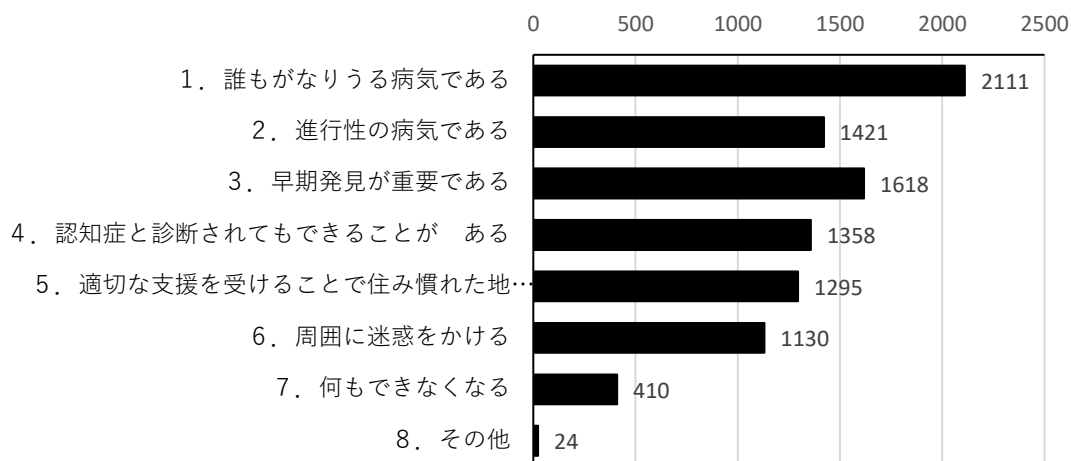
・不安や偏見に近い認識（「周囲に迷惑」「何もできなくなる」）：

- 「周囲に迷惑をかける」：非常に多く、特に第3圏域（182人）や第4圏域（177人）で高い数値となっています。
- 「何もできなくなる」：第4圏域（70人）や第3・第6・第7圏域（各61人）で一定数存在し、病気に対する根強い不安感も伺えます。

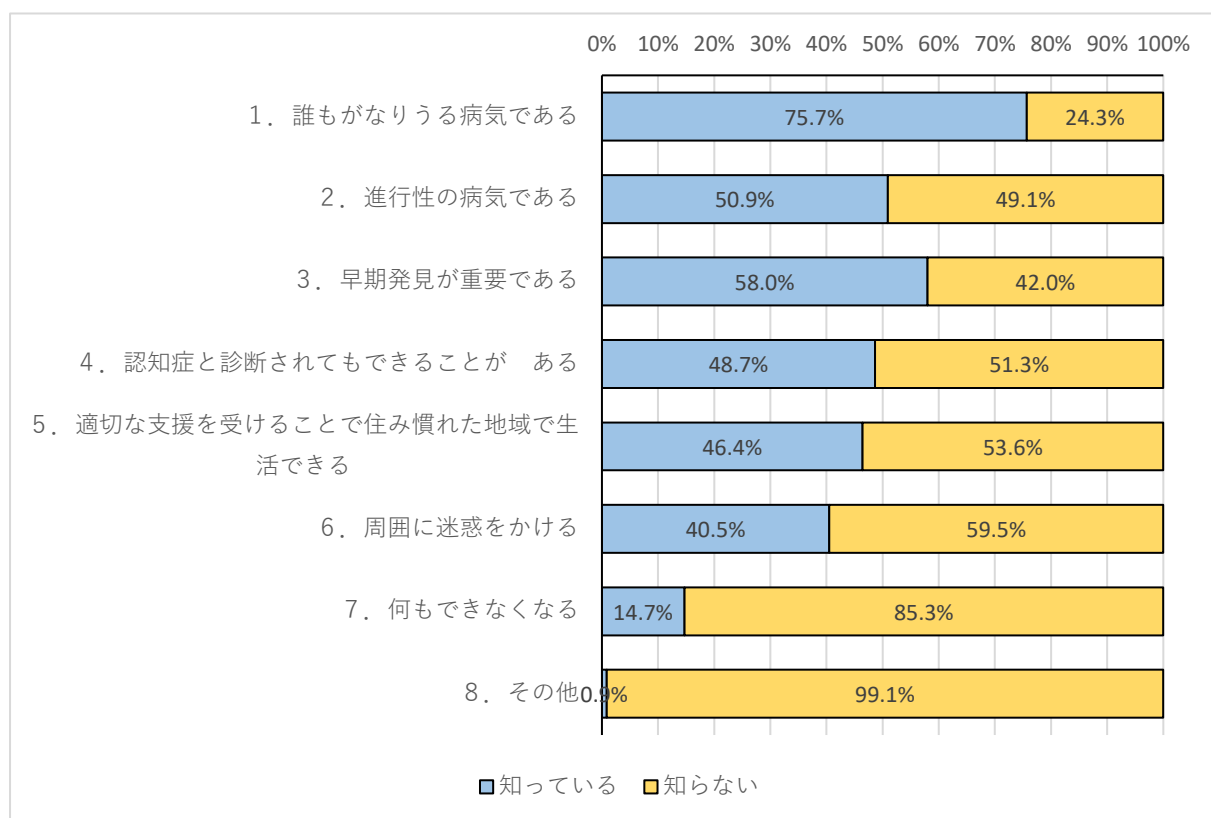
・その他の個別意見: 自由記述では、「本人が一番つらい」という当事者の心情への理解や、「周囲の対応で改善方向に向かうこともある」「内服薬で進行を遅らせることができる」といった、より深い知識を持つ層の意見も見られました。

これまでの調査で、認知症の「相談窓口」や「包括支援センター」の認知度には課題があることが示されていましたが、「認知症という病気そのもの」への基礎知識は高い水準にあることが再確認されました。特に、「誰もがなりうる」という理解が進んでいる一方で、「周囲に迷惑をかける」という不安を抱いている人が多い（特に第3・第4圏域）点は、今後の地域づくりの重要なヒントになります。今後は、病気の知識を広めるだけでなく、「迷惑をかけても支え合える」といった心理的なハードルを下げる啓発や、自由記述にあったような「周囲の適切な対応」を学ぶ機会を増やしていくことが、共生社会の実現に向けた鍵となります。

◆全体



		認知症について、あなたが知っている内容を選んでください。							
全体		1. 誰もが なりうる病 気である	2. 進行性 の病気であ る	3. 早期発 見が重要で ある	4. 認知症と診 断されてもで きることが ある	5. 適切な支援 を受けること で住み慣れた 地域で生活で きる	6. 周囲に 迷惑をかけ る	7. 何もで きなくなる	8. その他
全 体	2790	2111	1421	1618	1358	1295	1130	410	24
	割合	75.7%	50.9%	58.0%	48.7%	46.4%	40.5%	14.7%	0.9%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	305	195	226	194	188	153	51
	割合	79.6%	50.9%	59.0%	50.7%	49.1%	39.9%	13.3%	0.5%
	第2圏域	422	307	210	245	198	190	164	56
	割合	72.7%	49.8%	58.1%	46.9%	45.0%	38.9%	13.3%	1.4%
	第3圏域	411	309	215	252	211	185	182	61
	割合	75.2%	52.3%	61.3%	51.3%	45.0%	44.3%	14.8%	1.0%
	第4圏域	406	317	224	255	213	193	177	70
	割合	78.1%	55.2%	62.8%	52.5%	47.5%	43.6%	17.2%	0.5%
	第5圏域	351	264	174	197	166	173	140	50
	割合	75.2%	49.6%	56.1%	47.3%	49.3%	39.9%	14.2%	0.6%
	第6圏域	406	296	193	220	178	178	167	61
	割合	72.9%	47.5%	54.2%	43.8%	43.8%	41.1%	15.0%	0.7%
	第7圏域	411	313	210	223	198	188	147	61
	割合	76.2%	51.1%	54.3%	48.2%	45.7%	35.8%	14.8%	1.2%



問12 認知症について

(2) 認知症の方と接した経験はありますか

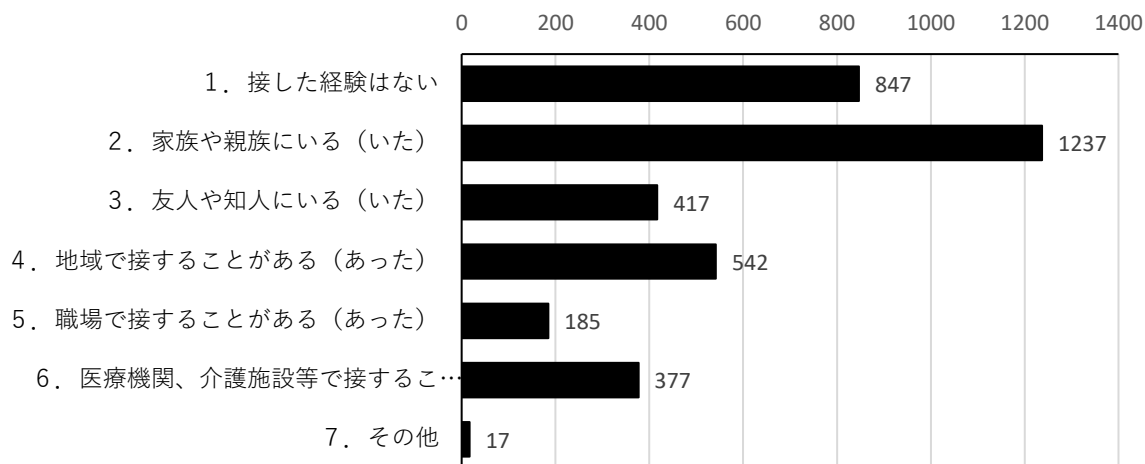
全体として、「家族や親族にいる（いた）」という回答が最も多く、身近な血縁関係を通じて認知症を経験している住民が非常に多いことがわかります。一方で、「接した経験はない」と回答した人も各圏域で100名以上存在し、個人的な経験の有無には一定の開きがあります。

- ・**家族・親族を通じた経験**：すべての圏域で150人を超えており、特に第3圏域（198人）、第6圏域（181人）、第2圏域（180人）で高い数値を示しています。
- ・**地域社会での接触（「地域で接することがある」）**：第7圏域（113人）が突出して多く、次いで第6圏域（87人）となっています。第7圏域は、これまでの調査でも「友人との交流」や「近隣住民との相談」が最も活発だった地域であり、地域コミュニティの中で認知症の方と関わる機会が自然と生まれている実態が伺えます。
- ・**職場や専門機関での接触（「職場」「医療機関・介護施設等」）**：「医療機関、介護施設等」で接点がある人は各圏域50人前後で安定しています。一方、「職場」での接触は第4圏域（33人）が比較的多くなっています。
- ・**接触経験がない層**：第4圏域（133人）が最も多く、第2圏域（129人）、第6圏域（122人）が続きます。

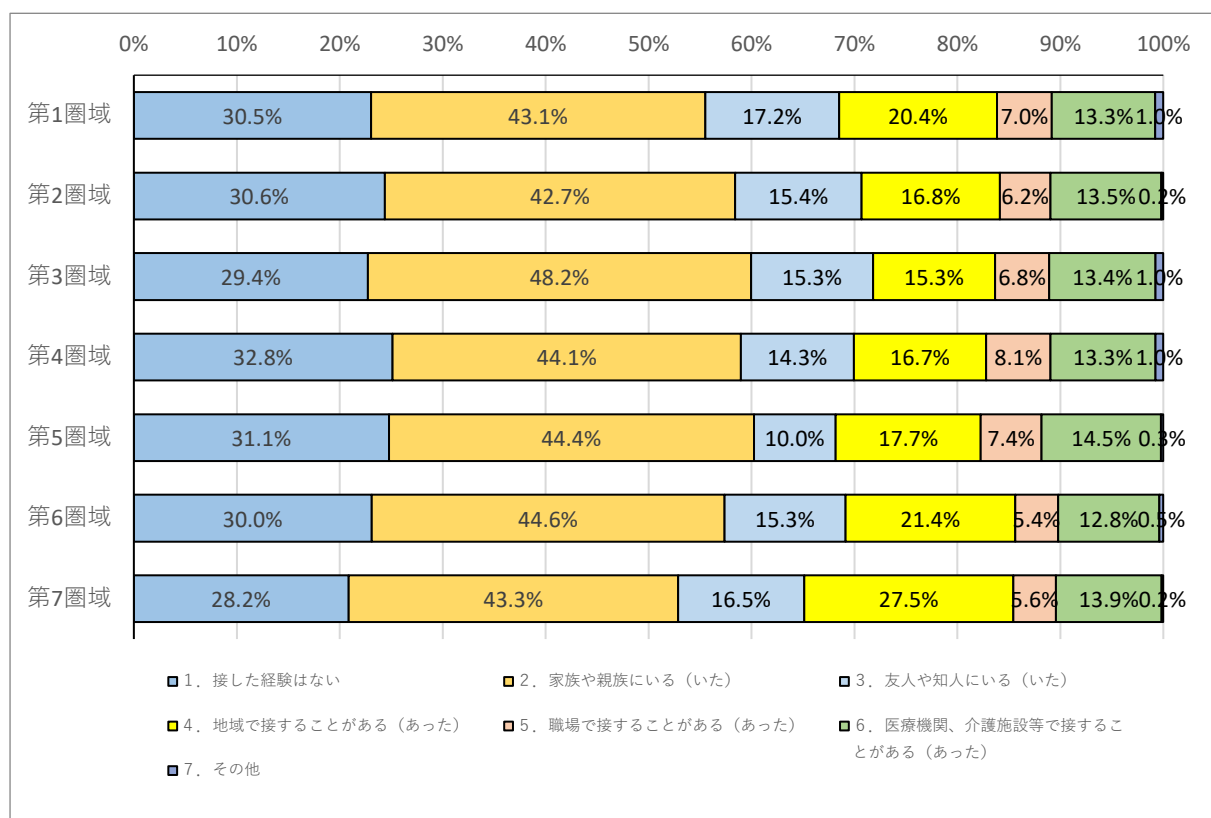
これまでの調査で、住民の多くが「認知症は誰もがなりうる病気である」と正しく理解していることが示されていましたが、その背景には「家族や親族」としての切実な実体験があることが今回のデータから裏付けられました。

特に第7圏域では、家族だけでなく「地域」での接触経験も多く、地域全体で認知症の方を見守る土壌が育っている可能性が高いと考えられます。対照的に、第4圏域などは「接した経験はない」という回答も多く、これまでの調査で指摘されていた「社会的孤立リスク」や「相談窓口の認知度の低さ」と合わせると、認知症を「自分事」として捉えたり、地域で支え合ったりするためのきっかけ作りがさらに重要になると推測されます。

◆全体



			認知症の方と接した経験はありますか						
			1. 接した 経験はない	2. 家族や 親族にいる (いた)	3. 友人や 知人にいる (いた)	4. 地域で接す ることがある (あった)	5. 職場で接す ることがある (あった)	6. 医療機 関、介護施 設等で接す ること がある (あった)	7. その他
全 体		2790	847	1237	417	542	185	377	17
		割合	30.4%	44.3%	14.9%	19.4%	6.6%	13.5%	0.6%
日 常 生 活 圏 域 別	第1圏域	383	117	165	66	78	27	51	4
		割合	30.5%	43.1%	17.2%	20.4%	7.0%	13.3%	1.0%
	第2圏域	422	129	180	65	71	26	57	1
		割合	30.6%	42.7%	15.4%	16.8%	6.2%	13.5%	0.2%
	第3圏域	411	121	198	63	63	28	55	4
		割合	29.4%	48.2%	15.3%	15.3%	6.8%	13.4%	1.0%
	第4圏域	406	133	179	58	68	33	54	4
		割合	32.8%	44.1%	14.3%	16.7%	8.1%	13.3%	1.0%
	第5圏域	351	109	156	35	62	26	51	1
		割合	31.1%	44.4%	10.0%	17.7%	7.4%	14.5%	0.3%
	第6圏域	406	122	181	62	87	22	52	2
		割合	30.0%	44.6%	15.3%	21.4%	5.4%	12.8%	0.5%
	第7圏域	411	116	178	68	113	23	57	1
		割合	28.2%	43.3%	16.5%	27.5%	5.6%	13.9%	0.2%



問12 認知症について

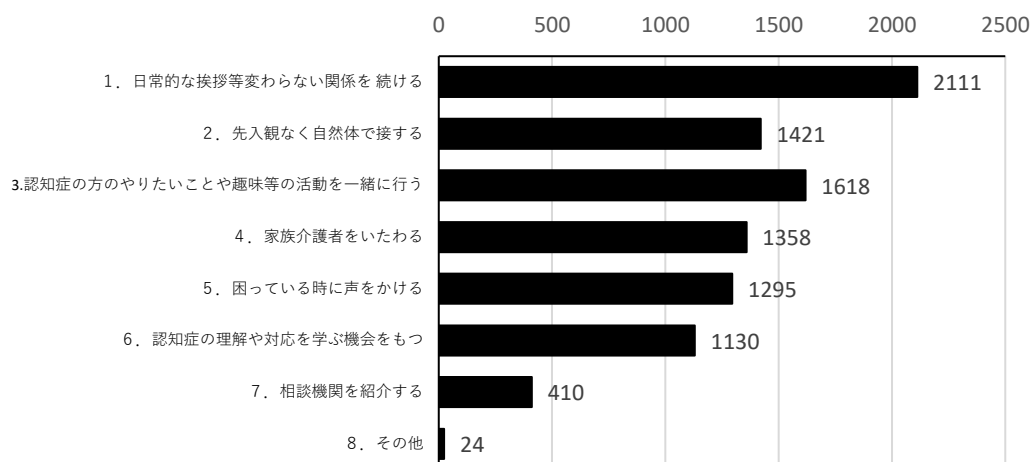
(3) 認知症の方が住み慣れた地域で暮らし続けるために「あったら良いと思う地域の支え」を選んでください

全体として、「日常的な挨拶など、これまでと変わらない関係を続けること」が最も重要視されており、すべての圏域で最多の回答を集めました。また、「趣味や活動と一緒にやる」や「先入観なく自然体で接する」といった、特別視しない受容的な姿勢を求める声も非常に多いのが特徴です。

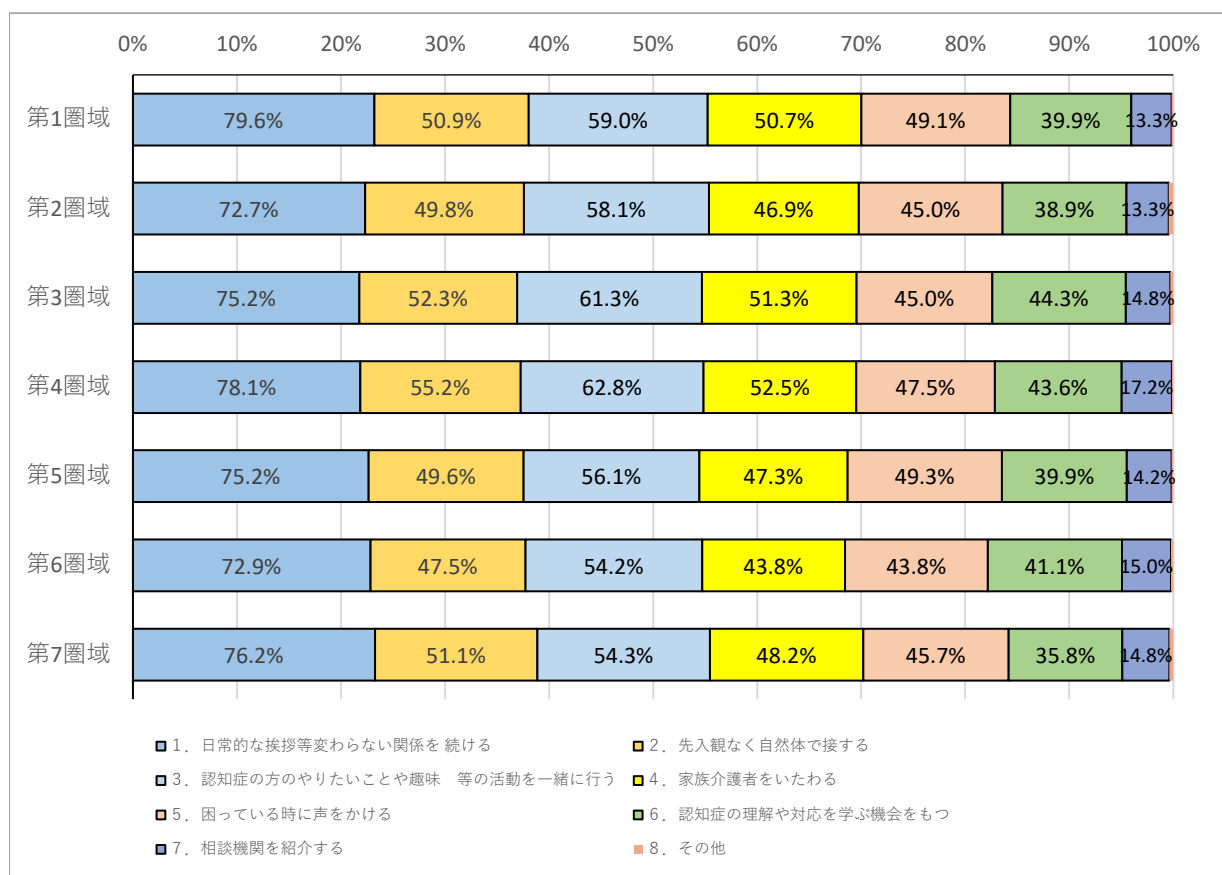
- ・日常的な交流（「挨拶等の変わらない関係」「自然体で接する」）：
 - 「挨拶等の関係維持」：すべての圏域で260人を超えており、特に第4圏域（317人）、第7圏域（313人）、第3圏域（309人）で極めて高い数値を示しています。
 - 「自然体で接する」：第4圏域（224人）が最も多く、地域住民の意識の高さが伺えます。
 - ・共生・活動への支援（「趣味等の活動と一緒にやる」）：第4圏域（255人）や第3圏域（252人）で高く、単なる見守りを超えた「共に楽しむ」関係性が求められています。
 - ・家族への配慮（「家族介護者をいたわる」）：第4圏域（213人）および第3圏域（211人）で200人を超えており、本人だけでなく支える側へのケアの必要性が認識されています。
 - ・学びと実動（「困った時の声かけ」「対応を学ぶ機会」）：「声かけ」は第4圏域（193人）、「学ぶ機会」は第3圏域（182人）がそれぞれ最多となっています。
- 【自由記述から見える視点（「その他」）】 数値データ以外にも、以下のような重要な視点が寄せられています。
- ・介護者支援の強調：家族への理解や、介護している側への具体的なサポート・援助を求める意見が目立ちます。
 - ・支援のあり方：単に何でもしてあげるのではなく、「本人のできることを削がない援助」という、自立支援の視点を持った親切さが重要であるとの指摘がありました。

これまでの調査で、多くの住民が「認知症は誰もがなりうる」と理解し、家族や親族に当事者がいるケースも多いことが示されてきました。今回の結果からは、専門的な機関の紹介（項目7）よりも、「日常の地続きにある人間関係」や「趣味の共有」といった、インフォーマルなつながりの中にこそ、住み続けられる鍵があると考えている住民が多いことがわかります。特に第4圏域や第3圏域において、挨拶や家族への配慮、学びの機会への関心が他圏域より高い傾向にあることは、今後の地域

◆全体



		全体	認知症の方が住み慣れた地域で暮らし続けるために「あったら良いと思う地域 の支え」を選んでください							
			1. 日常的な挨拶等変わらない関係を続ける	2. 先入観なく自然体で接する	3. 認知症の方のやりたいことや趣味 等の活動と一緒にを行う	4. 家族介護者をいたわる	5. 困っている時に声をかける	6. 認知症の理解や対応を学ぶ機会をもつ	7. 相談機関を紹介する	8. その他
全 体		2790	2111	1421	1618	1358	1295	1130	410	24
		割合	75.7%	50.9%	58.0%	48.7%	46.4%	40.5%	14.7%	0.9%
日常生活圏域別	第1圏域	383	305	195	226	194	188	153	51	2
		割合	79.6%	50.9%	59.0%	50.7%	49.1%	39.9%	13.3%	0.5%
	第2圏域	422	307	210	245	198	190	164	56	6
		割合	72.7%	49.8%	58.1%	46.9%	45.0%	38.9%	13.3%	1.4%
	第3圏域	411	309	215	252	211	185	182	61	4
		割合	75.2%	52.3%	61.3%	51.3%	45.0%	44.3%	14.8%	1.0%
	第4圏域	406	317	224	255	213	193	177	70	2
		割合	78.1%	55.2%	62.8%	52.5%	47.5%	43.6%	17.2%	0.5%
	第5圏域	351	264	174	197	166	173	140	50	2
		割合	75.2%	49.6%	56.1%	47.3%	49.3%	39.9%	14.2%	0.6%
	第6圏域	406	296	193	220	178	178	167	61	3
		割合	72.9%	47.5%	54.2%	43.8%	43.8%	41.1%	15.0%	0.7%
	第7圏域	411	313	210	223	198	188	147	61	5
		割合	76.2%	51.1%	54.3%	48.2%	45.7%	35.8%	14.8%	1.2%



第 10 期 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

分 析

- ・ 状況別集計
- ・ 機能傾向
- ・ 相関関係

状態別集計・分析

(1)「閉じこもり傾向」と「認知機能低下」の関係性について

		物忘れ（人）	
		はい	いいえ
外出回数	ほとんど外出をしない	55	46
	週1回	348	258
	週2から4回	402	495
	週5回以上	392	756

アンケートの集計データからは、外出頻度が高いほど「ものわすれ」の自覚が少なく、外出頻度が低い（閉じこもり傾向にある）ほど「ものわすれ」を自覚する割合が高くなるという、明確な相関関係が見て取れます。

1. 外出頻度が低い層（閉じこもり傾向）の状況

外出頻度が低いグループでは、ものわすれの自覚がある人が、ない人を上回っています。

- **ほとんど外出しない：** ものわすれが「ある」と回答した人は **55 人** で、「ない」と回答した **46 人** を上回っています。
- **週1回外出：** この層ではさらに顕著で、ものわすれが「ある」人が **348 人** に対し、「ない」人は **258 人** にとどまっています。これらのデータから、外出が週1回以下という閉じこもり傾向にある層では、認知機能への不安を感じやすい傾向があることが示唆されます。

2. 外出頻度が高い層の状況

対照的に、週2回以上外出するグループでは、ものわすれの自覚がない人の割合が逆転し、高くなります。

- **週2～4回外出：** ものわすれが「ない（495 人）」人が「ある（402 人）」人を上回ります。
- **週5回以上外出：** 最も外出頻度が高いこの層では、ものわすれが「ない」人は **756 人** にのぼり、「ある（392 人）」人の約 **2 倍** 近い数値となっています。

今回の調査結果をまとめると、以下のことが言えます。

- **外出頻度が認知機能の指標に：** 外出頻度が週2回以上になると「ものわすれがない」と回答する人が多数派となり、特に週5回以上の頻繁な外出は、認知機能の維持と強く関連している可能性があります。
- **閉じこもり防止の重要性：** 外出が週1回以下の層において「ものわすれ」の自覚が高いことから、閉じこもりを防止し、社会的な刺激を維持することが、認知機能の低下を防ぐための重要なポイントであると考えられます。

このデータに基づき、認知機能の低下を予防するためには、週2回以上の外出を促すような支援や、地域での交流の機会を設けることが効果的であると推測されます。

(2)「閉じこもり傾向」と「孤食」の関係性について

		どなたかと食事をする機会（人）				
		毎日 ある	週に何度か ある	月に何度か ある	年に何度か ある	ほとんど ない
外出 回数	ほとんど外出を しない	54	7	7	9	23
	週 1 回	351	34	62	85	74
	週 2 から 4 回	526	49	113	144	67
	週 5 回以上	705	89	137	140	75

データからは、外出頻度が低くなるほど、誰かと食事をする機会が減少し、孤食の状態に陥りやすいという傾向が明確に示されています。

1. 閉じこもり層における孤食の現状

「ほとんど外出をしない」という閉じこもり傾向にある層では、誰かと食事をする機会が「ほとんどない」と回答した人が全体の 23%（100 人中 23 人）に達しています。これは、後述する活動的な層と比較して非常に高い割合であり、外出の減少が社会的な交流の断絶、ひいては食事の際の孤立を招いている実態が浮き彫りになっています。

2. 外出頻度が高い層との比較

一方で、外出頻度が高い層では、孤食の割合が大幅に低くなっています。

- ・ 週 5 回以上外出する層： 誰かと食事をする機会が「ほとんどない」人は約 6.5%（1,146 人中 75 人）にとどまります。
- ・ 週 2～4 回外出する層： 同じく「ほとんどない」人は約 7.5%（899 人中 67 人）です。

このように、頻繁に外出する習慣がある人ほど、日常生活において他者と食事を共にする機会を確保できていることがわかります。

3. 同居家族の影響と課題

注目すべき点として、閉じこもり傾向にある層（ほとんど外出しない）であっても、**54%（54人）は「毎日」誰かと食事をしています**。これは、外出が困難であっても同居家族がいる場合には、食事を通じたコミュニケーションが維持されていることを示唆しています。

しかし、閉じこもり傾向があり、かつ「誰かと食事をする機会がほとんどない」層（23人）は、**地域社会からも家庭内からも孤立しているリスクが極めて高い**と言えます。

アンケート結果から、閉じこもりの傾向（外出頻度の低下）は、**孤食の頻度と正の相関関係にあることが確認**されました。外出機会が少ないことは、単に身体的な活動量を減らすだけでなく、他者との交流の場である「食事」の機会をも奪う要因となります。

閉じこもりを防止し、週に数回でも外出を促すことは、孤食を防ぎ、精神的な健康や地域でのつながりを維持するために極めて重要であると考えられます。

(3)たすけあいの状況とうつ傾向の関係性について

愚痴について

		気分が沈む・ 憂鬱な気持ち(人)		興味がわかない・楽しめない (人)	
		はい	いいえ	はい	いいえ
愚痴を 言える人	配偶者	536	930	311	1152
	同居の子ども	135	181	83	232
	別居の子ども	148	158	93	209
	兄弟姉妹・親戚・親・孫	91	130	60	163
	近隣	21	24	17	28
	友人	62	109	39	129
	その他	11	18	9	19
	そのような人はいない	53	56	49	62

		気分が沈む・ 憂鬱な気持ち(人)		興味がわかない・楽しめない (人)	
		はい	いいえ	はい	いいえ
愚痴を 聞く人	配偶者	522	894	299	1115
	同居の子ども	93	148	59	181
	別居の子ども	116	136	76	176
	兄弟姉妹・親戚・親・孫	113	161	66	207
	近隣	36	39	26	49
	友人	74	113	42	140
	その他	10	18	8	20
	そのような人はいない	82	98	79	104

看病や世話について

		気分が沈む・ 憂鬱な気持ち(人)		興味がわかない・楽しめない (人)	
		はい	いいえ	はい	いいえ
してく れる人	配偶者	586	1010	348	1247
	同居の子ども	169	231	106	293
	別居の子ども	107	134	71	169
	兄弟姉妹・親戚・親・孫	65	93	37	123
	近隣	4	4	1	7
	友人	10	18	8	20
	その他	8	19	5	22
	そのような人はいない	96	87	74	106

		気分が沈む・ 憂鬱な気持ち(人)		興味がわかない・楽しめない (人)	
		はい	いいえ	はい	いいえ
してあ げる人	配偶者	613	983	355	1241
	同居の子ども	86	136	55	168
	別居の子ども	48	76	28	91
	兄弟姉妹・親戚・親・孫	71	97	29	140
	近隣	4	8	3	10
	友人	13	20	10	23
	その他	15	13	11	16
	そのような人はいない	171	222	142	251

データからは、心配事や愚痴を聞いてくれる相手（相談相手）の存在が、精神的な健康状態と深く関連していることが示されています。

1. 精神的健康状態（うつ傾向）の現状

調査では、精神的な不調の指標として以下の2点を確認しています。

- **気分の沈み**：過去1か月間に「気分が沈んだり、ゆううつになったりした」と回答した人は全体の38.5%にのぼります。
- **意欲の低下**：「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」と感じている人は全体の24.0%存在します。

2. 助け合い（相談相手）の現状

心配事や愚痴を聞いてくれる相手として、多くの住民が「配偶者（27.1%）」や「友人（22.0%）」を挙げており、身近な人間関係が精神的な支えとなっています。一方で、「そのような人はいない」と回答した孤立リスクのある層も全体の 2.2%存在します。

3. 相談相手の有無とうつ傾向の相関

「愚痴を言える相手」と「うつ症状の自覚」をクロス集計したデータから、以下の顕著な傾向が読み取れます。

- **相談相手がいない層の高いリスク：**「相談相手がいない」と回答したグループでは、約 44%～48%の人が精神的な不調を訴えています。
 - 気分が沈むことが「ある」：48.6%（109 人中 53 人）
 - 興味・楽しみが「わからない」：44.1%（111 人中 49 人） これは、相談相手がいるグループ（例：配偶者がいる層の「興味がわからない」割合は約 21%）と比較して、**2 倍以上の高い数値**です。
- **多様な相談相手が精神的な安定に寄与：** 配偶者だけでなく、別居の子どもや近隣、友人などの「外のつながり」を持っている層は、総じて「気分が沈む」「興味がわからない」と回答する割合が低くなっています。特に友人と会う頻度が高い第 7 圏域などでは、社会的なつながりが健康感に寄与している可能性が推測されます。

4. 地域的な特徴と課題

- **第 6・第 7 圏域：** 認知機能などの身体的リスクは比較的高い地域ですが、「近隣」に相談相手がいる人の割合が突出して高く、地域内での相互扶助（助け合い）の土壌が精神的なセーフティネットとして機能していることが伺えます。
- **第 3・第 4 圏域：** 「相談相手がいない」と回答した人が比較的多く、同時に「気分の沈み」を訴える人の割合も高い傾向にあります。これらの地域では、孤立防止に向けた見守りや、新たな交流の場（通いの場）への誘導が特に重要です。

アンケート結果は、「助け合える相手（相談相手）の欠如」が、高齢者のうつ傾向を強める決定的な要因の一つであることを示しています。単に家族がいるかどうかだけでなく、近隣や友人と「互いに支え、支えられる」双方向の人間関係を維持できているかどうか、精神的な健康を維

持する鍵となります。

今後は、個人の趣味をきっかけとした緩やかなつながりづくりや、相談相手がいない層を地域の支援体制（地域包括支援センターや民生委員など）へ早期につなげる取り組みが求められます。

(4)主観的幸福感とうつ傾向の関係性について

主観的幸福感

		気分が沈む・ 憂鬱な気持ち(人)		興味がわかない・楽しめない (人)	
		はい	いいえ	はい	いいえ
とても不幸 ↑	1	7	1	7	1
	2	18	2	17	2
	3	12	5	12	5
	4	49	14	46	17
	5	62	21	44	39
	6	273	271	202	343
	7	136	138	87	183
	8	184	260	103	336
↓ とても幸せ	9	176	392	81	491
	10	62	322	26	354

データからは、幸福度の自己評価が低いほど、うつ傾向の自覚が顕著になるという明確な反比例の関係が示されています。

1. 幸福度が低い層（1～5 点）におけるうつ傾向

幸福度を 10 段階（10：とても幸せ～1：とても不幸）で評価した際、点数が低い層では精神的な不調を訴える割合が非常に高くなっています。

- **幸福度 1～4 の層：** いずれの段階においても、「気分が沈む・憂鬱な気持ち」および「興味がわかない・楽しめない」と回答した人の数が、そうでない人を大きく上回っています。
 - 例えば、幸福度「1」と回答した人では、気分が沈むことが「ある」人が 7 人に対し、「ない」人は 1 人ととどまります。
- **幸福度 5 の層：** 「気分が沈む」人が 62 人、「沈まない」人が 21 人と、依然として約 3 倍の開きがあり、精神的な不安定さが目立ちます。

2. 幸福度が高い層（8～10 点）における精神的安定

幸福度の自己評価が高くなるにつれ、うつ症状を否定する回答が急増し、精神的な健康度が高まる傾向にあります。

- **幸福度 10（とても幸せ）の層：**「気分が沈む」と回答した人は 62 人ですが、沈むことが「ない」と回答した人は 322 人に達します。
- **意欲の維持：**同様に「興味がわかない・楽しめない」という項目についても、幸福度 10 の層では「ない（関心がある）」と回答した人が 354 人と圧倒的多数を占めています。

3. 幸福度「6」付近の転換点

幸福度の評価が「6」付近になると、精神状態の分布に変化が見られます。

- 「気分が沈む」人が 273 人に対し、「沈まない」人が 271 人とほぼ同数になります。
- 一方で「興味・楽しみ」については、幸福度「6」の段階ですでに「ある（興味がわく）」と回答した人（343 人）が、「ない（202 人）」人を大きく上回り始めています。

4. 過去の分析（社会的なつながり）との関連性

これまでの対話履歴から、以下の要因が今回の「主観的幸福感」の数値に影響を与えている可能性が極めて高いと考えられます。

- **外出と交流：**外出頻度が低く、誰かと食事をする機会（会食）が「ほとんどない」層は、孤立感から幸福度が低下し、うつ傾向を強めている可能性があります。
- **相談相手の存在：**悩みを聞いてくれる相手がいない層において「気分が沈む」割合が高かったことは、幸福度の低さとも直結していると推測されます。

アンケート結果は、「主観的な幸せの指標」が精神的健康（うつ予防）の非常に強力なバロメーターであることを示しています。

特に幸福度が「5 以下」と回答している住民は、気分の沈みや意欲の低下を併発しているリスクが非常に高く、単なる身体的なケアだけでなく、孤独感の解消や相談相手の確保といった、幸福度を底上げするための精神的・社会的支援が必要です。反対に、地域活動や趣味を通じて「楽しみ」を維持できていることは、高い幸福度と精神的な安定をもたらす重要な要素であると言えます。

(5)飲酒やたばこの習慣と健康状態の関係性について

		飲酒の習慣 (人)			
		ほぼ毎日飲む	時々飲む	ほとんど飲まない	もともと飲まない
健康状態	とてもよい	54	40	44	49
	まあよい	477	374	566	509
	あまりよくない	99	78	177	176
	よくない	8	10	26	25

		飲酒の習慣 (人)			
		ほぼ毎日飲む	時々飲む	ほとんど飲まない	もともと飲まない
健康状態	とてもよい	19	3	39	126
	まあよい	148	22	611	1142
	あまりよくない	38	6	180	304
	よくない	3		31	35

1. 飲酒習慣と健康状態の関係

アンケートの結果からは、意外にも飲酒頻度が高い層ほど、自身の健康状態を肯定的に捉えているという傾向が見て取れます。

- **習慣的飲酒層の健康感:** 「ほぼ毎日飲む」と回答した人のうち、健康状態が「とてもよい」「まあよい」と答えた肯定派は約 83.2%に達しています。一方、「あまりよくない」「よくない」と答えた否定派は約 16.8%にとどまっています。
- **非飲酒層の健康感:** 対照的に、「もともと飲まない」層では健康状態への肯定派は約 73.5%、「ほとんど飲まない」層では約 75.0%となっており、習慣的に飲む層よりも 10 ポイント近く低くなっています。

これまでの会話でも触れた通り、第 7 圏域などの交流が活発な地域では「毎日飲む」かつ「友人との交流が多い」という特徴がありました。このことから、「お酒を飲めるほど身体が丈夫である」という健康への自信や、会食を通じた社会的なつながりが精神的な充足感（主観的健康感）を高めている可能性が推測されます。

2. 喫煙習慣と健康状態の関係

喫煙については、「もともと吸わない」層が圧倒的なボリュームで健康を維持している一方で、現役の喫煙者も主観的には健康を感じているという複雑な結果が出ています。

- **非喫煙層の安定感:** 「もともと吸わない」と回答した層は実数で 1,142 人が「健康状態はまあよい」と答えており、全回答者の中で最大の健康維持層を形成しています。また、「とてもよい」と回答した人も 126 名と、他の層を圧倒しています。
- **現役喫煙層の主観:** 「ほぼ毎日吸う」層においても、約 80.3%が健康状態を「とてもよい」または「まあよい」と回答しています。
- **過去の喫煙層（禁煙者など）:** 「ほとんど吸わない（過去に吸っていた層を含む）」では、健康状態が「よくない」と答えた人が 31 名と、他の喫煙・非喫煙層に比べて実数が多くなっています。

禁煙した層において健康不安を感じる人が一定数いるのは、「体調を崩したことをきっかけに禁煙した」という背景があるためと推測されます。また、現役喫煙者の健康感が高い点については、飲酒と同様に「まだ元気に吸えている」という現状への自己評価が反映されている可能性があります。

3. 全体的な所見と分析

今回のデータから、「不健康だから飲酒・喫煙を控える」という逆の因果関係が働いている可能性が示唆されました。

- **健康のバロメーターとしての嗜好品:** 自身の健康状態を「よくない」と感じている層は、実数で見ると「ほとんど飲まない/もともと飲まない」「ほとんど吸わない」層に集中しています。これは、健康課題を抱えた結果として、嗜好品を制限せざるを得ない状況にあることを裏付けています。
- **リスクの潜在化:** 習慣的に飲酒・喫煙をしている層は、現時点では「主観的な健康感」が高い傾向にありますが、これまでの既往歴調査で示された「高血圧（第 7 圏域などで最多）」などのリスクを抱えている可能性が高い層でもあります。

主観的に「健康だ」と感じている飲酒・喫煙層に対しては、その活発な社会性を維持しつつも、生活習慣病への移行を防ぐための「数値に基づく健康管理（健診推奨など）」へのアプローチが重要と考えられます。

機能・傾向分析

(1)運動機能の低下

以下の 5 つの設問のうち、3 問以上、該当する選択肢が回答された場合は、運動機能の低下している高齢者になります。

問2 からだを動かすことについて

NO	設問内容	選択肢
(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

		全体	運動機能の低下がみられる人数	
			見られる	見られない
全 体		2790	427	2363
		割合	15.3%	84.7%
日常生活圏域別	第 1 圏域	383	50	333
		割合	13.1%	86.9%
	第 2 圏域	422	72	350
		割合	17.1%	82.9%
	第 3 圏域	411	68	343
		割合	16.5%	83.5%
	第 4 圏域	406	55	351
		割合	13.5%	86.5%
	第 5 圏域	351	52	299
		割合	14.8%	85.2%
	第 6 圏域	406	56	350
		割合	13.8%	86.2%
	第 7 圏域	411	74	337
		割合	18.0%	82.0%

	運動機能の低下がみられる人数		
	男	女	総計
第1圏域	17	33	50
第2圏域	18	54	72
第3圏域	19	49	68
第4圏域	22	33	55
第5圏域	20	32	52
第6圏域	16	40	56
第7圏域	25	49	74
計	137	290	427

1. 全体的な傾向

回答者 2,790 人のうち、**運動機能の低下がみられる人は 427 人**であり、全体の 15.3%を占めています。大多数(無回答含む)の 84.7% (2,363 人) は運動機能が維持されていますが、約 6 人に 1 人の割合で機能低下の兆候があることがわかります。

2. 性別による顕著な差

運動機能の低下が認められる人の内訳を性別で見ると、以下の通り大きな開きがあります。

- **男性：137 人**
- **女性：290 人** 女性の人数は男性の 2 倍以上に達しており、特に女性において運動機能の維持・改善に向けたアプローチが重要である実態が浮き彫りになりました。

3. 圏域別の状況とリスク分析

運動機能の低下率は地域（圏域）によって差が見られます。

- **低下率が高い圏域:**
 - **第7圏域：18.0%（74 人）**
 - **第2圏域：17.1%（72 人）** これら 2 つの圏域は、実数・割合ともに全圏域の中で最も高く、運動機能の低下が進行している住民が多い地域と言えます。これまでの調査結果でも、第7圏域は「転倒経験」が最も多い地域であることが示されていましたが、今回のデータはその身体的な裏付けとなるものです。
- **低下率が比較的低い圏域:**

- 第1圏域：13.1%（50人）
- 第4圏域：13.5%（55人）
- 第6圏域：13.8%（56人） これらの地域では全体平均（15.3%）を下回っており、比較的運動機能が保たれている住民が多い傾向にあります。

今回の結果から、**第7圏域**および**第2圏域**において、特に**女性**を中心とした運動機能の低下が目立つことが明らかになりました。これまでの分析で、第7圏域は「社会的な交流が非常に活発」である一方、「日常生活動作（買物や調理など）に支障が出始めている」という特徴がありました。運動機能の低下（18.0%）が、こうした日常生活の困難さや転倒リスクに直結している可能性が高いと考えられます。

今後の対策としては、低下率の高い圏域を重点的に、筋力維持やバランス能力を向上させるための介護予防プログラムの提供を強化することが求められます。

(2)口腔機能の低下

以下の3つの設問のうち、2設問に該当した場合は、口腔機能の低下している高齢者になります。

問3 食べることについて

(2) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか（必須項目）

(3) お茶や汁物等でむせることがありますか（オプション項目）

(4) 口の渇きが気になりますか（オプション項目）

		全体	口腔機能の低下がみられる人数	
			見られる	見られない
全 体		2790	98	2692
		割合	3.5%	96.5%
日常生活圏域別	第 1 圏域	383	10	373
		割合	2.6%	97.4%
	第 2 圏域	422	21	401
		割合	5.0%	95.0%
	第 3 圏域	411	17	394
		割合	4.1%	95.9%
	第 4 圏域	406	11	395
		割合	2.7%	97.3%
	第 5 圏域	351	9	342
		割合	2.6%	97.4%
	第 6 圏域	406	16	390
		割合	3.9%	96.1%
	第 7 圏域	411	14	397
		割合	3.4%	96.6%

	口腔機能の低下がみられる人数		
	男	女	総計
第1圏域	5	5	10
第2圏域	7	14	21
第3圏域	7	10	17
第4圏域	3	8	11
第5圏域	3	6	9
第6圏域	2	14	16
第7圏域	6	8	14
計	33	65	98

1. 全体的な傾向

回答者全体 2,790 人のうち、**口腔機能の低下がみられる人は 98 人**であり、全体の 3.5%を占めています。大多数(無回答含む)の 96.5% (2,692 人) は口腔機能が維持されていますが、一部の住民において機能低下の兆候が確認されました。

2. 性別による顕著な差

口腔機能の低下が認められる人の内訳を性別で見ると、以下の通り女性に多く見られる傾向があります。

- **男性：33 人**
- **女性：65 人** 運動機能の低下と同様に、**女性の人数は男性の約 2 倍**に達しており、特に女性において口腔ケアや咀嚼・嚥下機能の維持に向けた支援が重要である実態が浮き彫りになりました。

3. 圏域別の状況と分析

口腔機能の低下率は圏域（地域）によってばらつきがあります。

• 低下率が高い圏域:

- **第 2 圏域：5.0% (21 人)**
- **第 3 圏域：4.1% (17 人)**
- **第 6 圏域：3.9% (16 人)** 特に**第 2 圏域**は、実数・割合ともに全圏域で最も高くなっています。また、第 6 圏域や第 2 圏域では、低下がみられる人のうち大多数が女性（第 6 圏域は 16 人中 14 人、第 2 圏域は 21 人中 14 人が女性）であるという特徴があります。

• 低下率が比較的低い圏域:

- **第 1 圏域：2.6% (10 人)**
- **第 5 圏域：2.6% (9 人)**
- **第 4 圏域：2.7% (11 人)** これらの地域では全体平均（3.5%）を下回っており、比較的口腔機能が良好に保たれている住民が多い傾向にあります。

今回の結果から、**第2・第3・第6圏域**において口腔機能の低下リスクが相対的に高いことが明らかになりました。これまでの調査で、第2・第3・第4圏域などは「気分の落ち込み」や「社会的孤立リスク」が指摘されていた地域でもあります。口腔機能の低下（むせ、固いものの食べにくさ等）は、食事の楽しみを損なうだけでなく、外出控えや社会参加の意欲低下を招き、全身のフレイル（虚弱）を進行させる恐れがあります。

今後は、低下率の高い圏域を重点的に、口腔清掃や口腔機能向上（パタカラ体操等）の啓発を行い、早期の機能低下防止に努めることが重要です。

(3)栄養素の傾向

「問3 食べることについて」の「(1) 身長・体重」が、低栄養の傾向を問う設問です。具体的には、身長・体重から算出されるBMI（体重（kg）÷ {身長（m）×身長（m）}）が18.5以下の場合、低栄養が疑われる高齢者になります。

低栄養状態を確認する場合は、オプション項目にある設問のうち、体重の減少傾向を把握する「(7) 6 ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか」も併せて確認し、2設問ともに該当した場合は、低栄養状態にある高齢者になります。

		全体	栄養素の低下が考えられる人数	
			見られる	見られない
全 体		2790	29	2761
		割合	1.0%	99.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	1	382
		割合	0.3%	99.7%
	第2圏域	422	0	422
		割合	0.0%	100.0%
	第3圏域	411	7	404
		割合	1.7%	98.3%
	第4圏域	406	6	400
		割合	1.5%	98.5%
	第5圏域	351	2	349
		割合	0.6%	99.4%
	第6圏域	406	8	398
		割合	2.0%	98.0%
	第7圏域	411	5	406
		383	1.2%	98.8%

	栄養素の低下が考えられる人数		
	男	女	総計
第1圏域		1	1
第2圏域			0
第3圏域	2	5	7
第4圏域	2	4	6
第5圏域		2	2
第6圏域	3	5	8
第7圏域	3	2	5
計	10	19	29

1. 全体的な傾向

回答者全体 2,790 人のうち、**栄養素の低下が考えられる人は 29 人**であり、全体(無回答含む)に占める割合は 1.0%と極めて少数です。大多数の 99.0% (2,761 人) は栄養状態が良好に保たれていることがわかります。

2. 性別による差異

栄養素の低下が認められる人の内訳を性別で見ると、以下の通り女性に多く見られる傾向があります。

- **男性：10 人**
- **女性：19 人** これまでの運動機能や口腔機能の調査結果と同様に、**女性の人数が男性の約 2 倍**となっており、特に高齢女性において食事の質や量の維持に向けた配慮が重要であることが示唆されます。

3. 圏域別の状況とリスク分析

栄養素の低下率は圏域（地域）によって明確な差が出ています。

- **低下率が高い圏域:**
 - **第 6 圏域：2.0% (8 人)**
 - **第 3 圏域：1.7% (7 人)**
 - **第 4 圏域：1.5% (6 人)** 特に**第 6 圏域**は実数・割合ともに全圏域で最も高くなっています。これまでの調査で、第 6 圏域は「口腔機能の低下（固いものの食べにくさ）」や「認知機能への不安」が指摘されていた地域であり、それらが食生活に影響を及ぼしている可能性が推測されます。また、第 3 圏域は「経済的な不安」や「急激な体重減少」を訴える層が多かった地域であり、生活背景と低栄養リスクの関連が懸念されます。
- **低下率が極めて低い圏域:**
 - **第 2 圏域：0.0% (0 人)**
 - **第 1 圏域：0.3% (1 人)** 特に**第 2 圏域**は、これまでの調査でも「介護を必要としない自立層」が最も多く、幸福度も高い地域でしたが、栄養面においても全圏域で唯一、低下者がゼロという非常に良好な結果となりました。

全体としては1.0%という低い数値ではありますが、**第6・第3・第4圏域**においては相対的にリスクが高まっています。これらの地域は、これまでの分析で「口腔機能の低下」「経済的不安」「社会的孤立」といった課題がそれぞれ指摘されていたエリアと重なります。低栄養はフレイル（虚弱）を進行させる大きな要因となるため、これらの圏域では「しっかり食べて元気に動く」ための啓発や、孤立を防ぐ「共食」の場の提供が有効と考えられます。

(4)認知機能の低下

「問4 毎日の生活について」の「(1) 物忘れが多いと感じますか」で、「1. はい」に該当する選択肢が回答された場合、認知機能の低下がみられる高齢者になります。

		全体	物忘れが多いと感じますか		
			1. はい	2. いいえ	無回答
全 体		2790	1200	1562	28
		割合	43.0%	56.0%	1.0%
日常生活圏域別	第1圏域	383	147	231	5
		割合	38.4%	60.3%	1.3%
	第2圏域	422	175	243	4
		割合	41.5%	57.6%	0.9%
	第3圏域	411	175	231	5
		割合	42.6%	56.2%	1.2%
	第4圏域	406	167	238	1
		割合	41.1%	58.6%	0.2%
	第5圏域	351	156	188	7
		割合	44.4%	53.6%	2.0%
	第6圏域	406	194	208	4
		割合	47.8%	51.2%	1.0%
	第7圏域	411	186	223	2
		割合	45.3%	54.3%	0.5%

	認知機能の低下が見られる人数		
	男	女	総計
第1圏域	10	11	21
第2圏域	8	23	31
第3圏域	7	19	26
第4圏域	7	12	19
第5圏域	8	12	20
第6圏域	5	17	22
第7圏域	7	21	28
計	52	115	167

1. 全体的な傾向と主観的な物忘れ

回答者全体 2,790 人のうち、「物忘れが多い」と感じている人は 1,200 人（43.0%）認知機能の低下が見られると判定された人は 167 人であり、全回答者の約 6%となっています。多くの住民が主観的な物忘れを自覚していますが、客観的な機能低下に至っている層はその一部であることがわかります。

2. 性別による顕著な差

認知機能の低下が認められる 167 人の内訳を性別で見ると、以下の通り女性に偏る傾向があります。

- **男性：52 人**
- **女性：115 人** これまでの運動機能や口腔機能の調査結果と同様に、女性の人数は男性の 2 倍以上となっており、特に高齢女性に対する認知症予防や早期介入の重要性が浮き彫りになりました。

3. 圏域別の状況と分析

主観的な物忘れの自覚と、実際の機能低下の判定数には、圏域ごとに特徴が見られます。

- **主観的な物忘れの自覚が高い圏域：**第 6 圏域（47.8%：194 人）および第 7 圏域（45.3%：186 人）で、物忘れを自覚している人の割合が最も高くなっています。これまでの分析でも、これらの圏域は日時の把握（見当識）に課題を持つ人が多いことが指摘されていました。
- **実際の機能低下が見られる人数が多い圏域：**第 2 圏域（31 人）第 7 圏域（28 人）、第 3 圏域（26 人）の順となっています。特に第 2 圏域は、低下が見られる 31 人のうち 23 人が女性であり、女性の機能低下が顕著な地域です。
- **機能低下が見られる人数が比較的少ない圏域：**第 4 圏域（19 人）が最も少なく、次いで第 5 圏域（20 人）、第 1 圏域（21 人）となっています。

今回の結果から、**第 2 圏域や第 7 圏域**において、認知機能の低下リスクを抱える住民が相対的に多いことが明らかになりました。特に第 7 圏域は、主観的な物忘れの自覚も実際の機能低下者数も共に上位にあり、これまでの調査で示された「転倒経験の多さ」や「日常生活動作の支障」と合わせ、心身の衰えが認知機能にも影響を及ぼしている可能性が高いと考えられます。

一方で、第 6 圏域のように「物忘れの自覚」は全圏域で最も高いものの、「実際の機能低下者数」は中位にとどまっている地域もあります。こうした地域では、不安を抱える住民に対して適切な情報提供や相談窓口（地域包括支援センター等）への誘導を行うことで、早期の安心と予防につなげることが有効です。

相関関係分析

(1)スポーツ関係のグループへの参加状況と転倒リスクの相関

② スポーツ関係のグループやクラブへの参加状況 (人)

	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
第 1 圏域	10	27	12	13	7	267
第 2 圏域	6	30	18	17	12	259
第 3 圏域	8	25	25	10	8	267
第 4 圏域	12	23	20	18	7	271
第 5 圏域	5	28	18	6	12	226
第 6 圏域	11	18	18	10	18	245
第 7 圏域	7	22	14	18	31	267

過去 1 年間に転んだ経験がありますか (人)

	1. 何度もある	2. 1度ある	3. ない
第 1 圏域	36	87	258
第 2 圏域	32	84	302
第 3 圏域	30	88	288
第 4 圏域	47	75	284
第 5 圏域	39	72	236
第 6 圏域	45	88	272
第 7 圏域	55	85	268

1. スポーツ関係グループへの参加状況（全体傾向）

調査対象者の大部分（各圏域約 220～270 名以上）は「参加していない」と回答していますが、一定数の住民が定期的に活動しています。

- **高頻度参加（週 4 回以上）：**第 4 圏域（12 人）、第 6 圏域（11 人）、第 1 圏域（10 人）で比較的多くなっています。
- **参加者総数（何らかの頻度で参加している人）：**第 7 圏域（92 人）が全圏域で最も多く、次いで第 2 圏域（83 人）、第 4 圏域（80 人）の順となっています。

2. 過去1年間の転倒経験（全体傾向）

転倒リスクについては、圏域ごとに明確な差が見られます。

- **頻繁な転倒（何度もある）**：第7圏域（55人）が突出して多く、次いで第4圏域（47人）、第6圏域（45人）となっています。
- **転倒経験者総数（1度以上転んだ人）**：第7圏域（140人）が最多で、第6圏域（133人）、第1圏域（123人）、第4圏域（122人）と続きます。

3. スポーツ参加と転倒リスクの相関分析

データからは、「スポーツ関係のグループへの参加が活発な圏域ほど、転倒を経験している人の数も多い」という相関傾向が推測されます。

- **第7圏域のケース**：スポーツグループへの参加者数が全圏域で最も多い（92人）一方で、「何度も転んだ」という人も全圏域で最多（55人）です。これまでの会話でも触れた通り、第7圏域は友人交流が非常に活発な地域ですが、活動性が高いゆえに外出機会や運動機会が増え、結果として転倒の「機会（リスク）」に遭遇する頻度も高まっている可能性が考えられます。
- **第4圏域のケース**：週4回以上の高頻度参加者が最も多く（12人）、健康意識が高い層がいる一方で、何度も転んでいる人も2番目に多い（47人）地域です。活発に運動しているグループと、身体的な衰えから転倒を繰り返すグループの「活動性の二極化」が起きている、あるいは、運動機能の維持のために積極的にスポーツに参加しているものの、まだ転倒リスクを克服できていない層が存在することが示唆されます。
- **第2圏域のケース**：「週4回以上」のスポーツ参加者が全圏域で最も少なく（6人）、「何度も転んだ」人も全圏域で最も少ない（32人）という結果になっています。

まとめと考察

今回のデータからは、スポーツへの参加が必ずしも直ちに「転倒ゼロ」に結びついているわけではなく、むしろ**活動的な地域（第7・第4・第6圏域）において、スポーツ参加の多さと転倒経験の多さが並行して現れている**実態が浮き彫りになりました。

これは、「動けるからこそスポーツに参加し、動くからこそ転倒のリスクにも晒される」という活動性の裏返しである可能性があります。今後の対策としては、スポーツグループ内での「転倒予防プログラム（バランス訓練など）」の導入や、これまでの調査で挙がっていた「身体機能の不安」を抱える層への、より安全な運動機会の提供が有効と考えられます。

(2)趣味関係のグループへの参加割合とうつリスクの相関

③ 趣味関係のグループへの参加状況 (人)

	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
第 1 圏域	4	11	17	30	30	242
第 2 圏域	4	17	14	23	24	261
第 3 圏域	2	14	17	50	19	243
第 4 圏域	5	16	19	31	13	260
第 5 圏域	3	17	12	19	24	223
第 6 圏域	2	16	16	41	26	221
第 7 圏域	4	10	10	41	38	252

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 (人)

1. はい

2. いいえ

第 1 圏域	142	230
第 2 圏域	168	241
第 3 圏域	160	240
第 4 圏域	162	236
第 5 圏域	135	205
第 6 圏域	151	241
第 7 圏域	156	243

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

第 1 圏域	84	288
第 2 圏域	102	306
第 3 圏域	102	295
第 4 圏域	100	296
第 5 圏域	90	248
第 6 圏域	96	298
第 7 圏域	96	301

1. 趣味関係グループへの参加状況（全体傾向）

調査対象の全圏域において、趣味関係のグループに「参加していない」と回答した人が圧倒的多数を占めており、各圏域で約 220～260 名以上に上ります。

- **参加者が比較的多い圏域：**第 7 圏域（103 人）および第 3 圏域（102 人）で、趣味を通じた社会参加が他圏域より活発です。
- **参加者が少ない圏域：**第 5 圏域（75 人）、次いで第 2 圏域（83 人）となっています。

2. うつリスクの現状（気分の落ち込み・興味の喪失）

精神的な健康状態については、多くの住民がリスクを抱えている実態が浮き彫りになりました。

- **気分の落ち込み（「はい」の回答数）：**全圏域で 130～160 名以上が「気分が沈む・ゆううつになる」と回答しており、特に**第 2 圏域（168 人）、第 4 圏域（162 人）、第 3 圏域（160 人）**で多くなっています。
- **興味の喪失（「はい」の回答数）：**物事に対して興味がわからない、楽しめないと感じている人は、**第 2 圏域および第 3 圏域（各 102 人）、第 4 圏域（100 人）**で多く見られます。

3. 趣味の参加割合とうつリスクの相関分析

データからは、「趣味グループへの参加者が少なく、孤立傾向にある圏域ほど、うつリスクが高い」という負の相関が推測されます。

- **高リスク地域の傾向（第 2・第 3・第 4 圏域）：**これらの圏域は、趣味グループに「参加していない」人が多く（各 240～260 名以上）、それと並行して「気分の落ち込み」や「興味の喪失」を訴える人の実数も全圏域でワースト上位を占めています。特に第 2 圏域は趣味への参加人数が少なく、うつ傾向の回答が最も多いという顕著な傾向があります。
- **低リスク地域の傾向（第 7 圏域）：**これまでの会話でも「地域交流が最も活発」とされていた第 7 圏域は、趣味グループへの参加人数が最多（103 人）であり、「**興味の喪失**」を感じている人の数は全圏域で（第 5 圏域と並び）**最小**となっています。趣味を通じた楽しみや交流が、精神的な活力の維持に寄与している可能性が高いと考えられます。

4. まとめと考察

今回のアンケートから、趣味関係のグループへの不参加（社会的交流の欠如）が、精神的な健康度の低下（うつリスク）と密接に関連していることが示唆されました。

特に、これまでの調査で「相談相手の少なさ」や「社会的孤立」が指摘されていた**第4圏域**や、今回うつ傾向が最も強く出た**第2圏域**においては、個人の趣味をグループ活動へつなげる支援が、メンタルヘルス対策として極めて有効です。反対に、第7圏域のように趣味や地域活動が盛んな地域では、そのつながりが「興味の喪失」を防ぐ防波堤として機能していると言えます。

(3) ボランティアのグループへの参加割合と認知症リスクの相関

① ボランティアのグループへの参加状況 (人)

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

第1圏域	1	7	3	13	26	275
第2圏域	5	7	7	9	27	282
第3圏域	1	5	10	13	12	294
第4圏域	4	2	4	11	25	291
第5圏域	2	4	2	6	28	246
第6圏域	1	2	4	14	47	241
第7圏域	1	2	3	16	45	273

物忘れが多いと感じますか (人)

1. はい 2. いいえ

第1圏域	147	231
第2圏域	175	243
第3圏域	175	231
第4圏域	167	238
第5圏域	156	188
第6圏域	194	208

今日が何月何日かわからない時がありますか (人)

1. はい 2. いいえ

第1圏域	75	304
第2圏域	93	328
第3圏域	100	306
第4圏域	80	325
第5圏域	94	252
第6圏域	124	281
第7圏域	109	299

【ボランティア活動への参加状況】 すべての圏域において、「参加していない」と回答した人が圧倒的多数（各圏域 241～294 人）を占めています。

- 参加者が比較的多い圏域: 第6圏域（年に数回：47人）や第7圏域（年に数回：45人、月1～3回：16人）で、単発的あるいは月数回の活動に従事している層が他より厚くなっています。

- ・ **熱心な参加層**: 週 4 回以上の頻度で活動している人は極めて少数ですが、第 2 圏域 (5 人) が最も多くなっています。

【認知症リスクの現状】

- ・ **物忘れの自覚 (主観的リスク)**: 第 6 圏域 (194 人) が最も多く、次いで第 2・第 3 圏域 (各 175 人) となっています。
- ・ **日時の把握 (客観的兆候)**: 今日が何月何日かわからない時がある (見当識の課題) と回答した人は、第 6 圏域 (124 人) で突出して多く、次いで第 7 圏域 (109 人)、第 3 圏域 (100 人) の順です。

【ボランティア参加と認知症リスクの相関分析】 データからは、「ボランティア活動への参加が少なく、社会的な役割が希薄な層ほど、認知症リスクが高い」という負の相関が推測されます。

- ・ **高リスク地域の傾向 (第 3・第 6 圏域)**: 第 3 圏域はボランティアに「参加していない」人が 294 人と全圏域で最も多く、これに伴い物忘れ (175 人) や日時の把握 (100 人) に不安を抱える層も多くなっています。また、第 6 圏域も、不参加者が 241 人と多く、認知機能の低下を疑わせる「見当識の課題 (124 人)」が全圏域で最多となっています。
- ・ **社会的役割の重要性**: ボランティア活動は「社会的な役割」や「知的刺激」を得られる機会です。不参加者が多く認知機能への不安が高い地域 (第 3・第 6 圏域) では、こうした社会的な刺激の欠如が、認知機能の低下を加速させている可能性が示唆されます。

【まとめと考察】

今回のデータは、社会参加 (ボランティア) の機会が失われている層において、認知機能の低下 (物忘れや見当識の課題) が顕著に現れている実態を裏付けています。特に、見当識に課題を抱える人が多い第 6・第 7 圏域では、たとえ「年に数回」であっても、ボランティアを通じた社会との接点を維持することが、認知症の進行抑制や早期発見において極めて重要であると考えられます。

総 括

圏域別の特徴

各圏域は、家族構成や健康状態、社会参加の度合いにおいて異なる特性を持っています。

・ 第1 圏域

- 単身世帯（一人暮らし）が 98 人と全圏域で最も多いことが特徴です。
- 運動機能の低下率は 13.1%と比較的低く、健康状態が良好な住民が多い傾向にあります。
- 毎日歯磨きをする習慣（92.2%）や、新聞を読む習慣が定着しています。

・ 第2 圏域

- **主観的幸福感**が非常に高く、「8 点」や「10 点（とても幸せ）」と回答する人が全圏域で上位にあります。
- 一方で、**運動機能（17.1%）**や**口腔機能（5.0%）**の低下率は全圏域で最も高い水準にあり、身体的なフレイルが進行している住民が多い地域でもあります。
- 低栄養リスクのある人は 0.0%（0 人）と、食生活は非常に安定しています。

・ 第3 圏域

- 「相談相手がいない」と回答した人が比較的多く、孤立のリスクが懸念されます。
- 低栄養リスクが 1.7%と相対的に高く、これは経済的な不安や急激な体重減少（52 人）と関連している可能性があります。
- 現在介護を受けている層（30 人）が最も多い地域です。

・ 第4 圏域

- **高齢夫婦世帯（172 人）**が中心の地域です。
- 地域活動への意欲が突出して高く、グループ活動の「企画・運営（お世話役）」への参加に前向きな層（「是非参加したい」「参加してもよい」）が大多数を占めます。
- 一方、友人と会う頻度が「ほとんどない」層も多く、地縁の薄い層の孤立防止が課題です。

・ 第5 圏域

- 息子・娘との**2世代同居**（126 人）が最多の回答となっています。
- 主観的な健康状態について「あまりよくない（22.8%）」と回答する人が他圏域よりやや多く、健康への不安を抱える層が一定数存在します。

・ 第6 圏域

- **自営業**（76 人）を営む世帯が多く、引退後も現役で働いている人の割合が高い傾向にあります。
- **認知機能への不安**が顕著で、「物忘れの自覚（47.8%）」や「日時の把握（見当識）の課題（124 人）」が全圏域で最多となっています。
- 「介護が必要だが受けていない」という潜在的なニーズを持つ層（37 人）が最も多いのも特徴です。

・ 第7 圏域

- **社会的な交流が非常に活発**で、毎日友人と会う人（32 人）や、趣味・スポーツグループへの参加者が全圏域で最も多いアクティブな地域です。
- 活動性が高いゆえに**転倒経験**（140 人）や転倒への不安も突出して多く、運動機能の低下（18.0%）が日常生活動作（買い物や調理）の支障に直結し始めています。
- 認知症相談窓口の認知度が 44.5%と全圏域で最も高く、情報の感度が高い層が多いと言えます。

全体総評

今回の調査結果から、地域全体として以下の3点が重要な課題として浮かび上がりました。

1. **心身の機能低下と「閉じこもり」の相関** 調査データは、外出頻度が低い層ほど「もの忘れ」の自覚が強く、認知機能低下のリスクが高まるという明確な相関関係を示しています。特に、**女性の運動機能・口腔機能の低下**は男性の約2倍に達しており、高齢女性に対する重点的なアプローチが急務です。

2. **活発な交流の一方で進む身体的衰え（第7圏域のパラドックス）** 第7圏域に代表されるように、社会参加が活発であっても転倒リスクや日常生活動作（IADL）の低下が進んでいるケースが見られます。趣味や交流といった「精神的な活力」を維持しつつ、筋力維持や住宅のバリアフリー化といった「身体的・環境的サポート」をいかに組み合わせるかが、住み慣れた地域での生活継続の鍵となります。

3. **潜在的ニーズと支援窓口の認知不足** 「介護が必要だが受けていない」層が全圏域に存在し、特に認知症については「相談窓口を知らない」人が6割を超えています。地域包括支援センターの名称自体は一定程度浸透していますが、具体的な支援内容（認知症相談など）の理解を深め、早期に専門機関へつなげる体制構築が必要です。

今後の対策としては、「買い物・通院等の移動支援」や「冬場の除雪支援」といった切実な生活ニーズに応えつつ、個人の趣味をグループ活動へつなげることで、身体・認知・精神の三側面からフレイル予防を推進することが求められます

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

調査票（兼回答票）

＜調査についてのお願い＞

市民の皆様におかれましては、日ごろより介護保険事業にご協力を賜り、感謝申し上げます。

令和9年度より始まる第10期介護保険事業計画の策定に向けて、高齢者の皆様の生活実態等を把握し、よりよい介護保険事業を運営するため、標記の調査を実施します。

この調査は、65歳以上で、介護認定（要介護1～5）を受けていない方（主に現在自立している方）の中から4,200名を無作為に抽出しております。

お忙しいところ誠に恐縮に存じますが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

令和7年12月 酒田市

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	

記入の終わった調査票は、同封の返信用封筒（切手は不要です。）に入れ、

1月19日(月)までに郵便ポストへご投函ください。

＜この調査に関するお問い合わせ先＞
 酒田市健康福祉部高齢者支援課介護給付係
 電話(0234)26—5363(直通)

個人情報の取り扱いについて

個人情報の保護及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】

- 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、市町村による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、市町村内で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・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。

回答に当たってのお願い

1. 封筒のあて名ご本人がご回答ください。調査票の設問中の「あなた」とは、封筒のあて名の方を指します。何らかの理由でご本人が記入できない場合には、ご本人の意思を反映してご家族や周りの方が代わりに記入してください。
2. 記入は、黒のボールペンまたは鉛筆でお願いします。
3. 回答は、あてはまる項目の番号を○印で囲んでください。○の数は、それぞれの設問の指示に従ってください。また、「3つまでに○」など、○の数が指定されている設問は、あなたの考えに近いものや優先したいものを選んでご回答ください。
4. 「その他」に○印をつけた場合は、（ ）内に内容を具体的に記入してください。

問 1	あなたのご家族や生活状況について		
(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 ()			
(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)			
【(2) において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】 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 ()	
(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	

(4) お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか

1. 持家（一戸建て）

2. 持家（集合住宅）

3. こうえいちんたいじゅうたく
公営賃貸住宅

4. みんかんちんたいじゅうたく
民間賃貸住宅（一戸建て）

5. みんかんちんたいじゅうたく
民間賃貸住宅（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

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

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

1. はい

2. いいえ

(4) 口の渇きが気になりますか

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

1. はい

2. いいえ

(6) 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 |

(7) 6 か月間で 2 ～ 3 kg 以上の体重減少がありましたか

1. はい

2. いいえ

(8) どなたかと食事をとにもす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4 毎日の生活について

(1) 物忘れが多いと感じますか

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

(2) 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 |
|-------|--------|

(3) 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 |
|--------------|---------------|---------|

(4) 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 |
|--------------|---------------|---------|

(5) 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 |
|--------------|---------------|---------|

(6) 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 |
|--------------|---------------|---------|

(7) 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 |
|--------------|---------------|---------|

(8) 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	
1. はい	2. いいえ
(9) 新聞を読んでいますか	
1. はい	2. いいえ
(10) 本や雑誌を読んでいますか	
1. はい	2. いいえ
(11) 趣味はありますか	
1. 趣味あり	()
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

	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 いきいき百歳体操 や健康増進教室など コミュニティセン ターや自治会館で行 われている介護予防の ための通いの場	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

(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 就労について

現在のあなたの就労状態はどれですか（いくつでも）

- | | | |
|---------------|---------|--------|
| 1. 職に就いたことがない | 2. 引退した | 3. 常勤 |
| 4. 非常勤 | 5. 自営業 | 6. 求職中 |
| 7. その他 | | |

問7 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	
(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・役所・役場	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。		
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。		
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。(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 | |

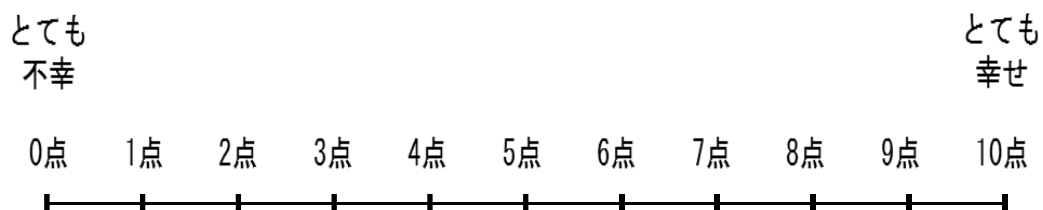
健康について

(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

(「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)



(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) お酒は飲みますか

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

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 (いくつでも)

- | | | |
|---|---|--|
| 1. ない | 2. 高血圧 | 3. <small>のうそっちゅう</small> 脳卒中 <small>のうしゅっけつ・のうこうそくなど</small> (脳出血・脳梗塞等) |
| 4. 心臓病 | 5. <small>とうにようびょう</small> 糖尿病 | 6. <small>こうしけっしょう</small> 高脂血症 <small>ししつじょう</small> (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. <small>じんぞう</small> 腎臓・ <small>ぜんりつせん</small> 前立腺の病気 | 10. <small>きんこっかく</small> 筋骨格の病気 <small>こつそ</small> (骨粗しょう症、 <small>しょう</small> 関節症等) | |
| 11. <small>がいしょう</small> 外傷 (転倒・ <small>こっせつなど</small> 骨折等) | 12. がん (悪性新生物) | 13. <small>めんえき</small> 血液・免疫の病気 |
| 14. うつ病 | 15. <small>にんちしょう</small> 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9

認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 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. はい

2. いいえ

(2) 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10 日常圏域について

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口として日常生活圏域毎に設置されています。地域包括支援センターを知っていますか。

1. はい 2. いいえ

問 1 1 在宅での生活支援について

(1) 在宅で介護する場合に、次の用品のうち必要性が高いものはどれですか

(3つまで)

1. リハビリパンツ・おむつ
2. おしりふき・からだふき・ポリ袋
3. ストロー付きコップ・吸い飲み・
とろみ剤・食事エプロン・介護用食事
用具
4. マスク・うがい受け
・お薬カレンダー
5. 着脱しやすい衣類・靴
6. その他（ ）

(2) 健康を維持しながら、在宅で生活するために必要な支援は、次のうちどれでしょう

1. 買い物などのお出かけ支援
(費用の助成・手段や機会の創出)
2. 通院付き添い支援
3. 地域グループ活動への支援
(コミセン等への移動手段など)
4. ボランティア活動・軽度の就労
(シルバー人材センター等)の紹介
5. 高齢者の運動機能や聴力を補う機器
への補助
6. その他()

問 1 2

認知症について

(1) 認知症について、あなたが知っている内容を選んでください。

- | | |
|------------------------------|-----------------------|
| 1. 誰もがなりうる病気である | 2. 進行性の病気である |
| 3. 早期発見が重要である | 4. 認知症と診断されてもできることがある |
| 5. 適切な支援を受けることで住み慣れた地域で生活できる | 6. 周囲に迷惑をかける |
| 7. 何もできなくなる | 8. その他 () |

(2) 認知症の方と接した経験はありますか

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| 1. 接した経験はない | 2. 家族や親族にいる (いた) |
| 3. 友人や知人にいる (いた) | 4. 地域で接することがある (あった) |
| 5. 職場で接することがある (あった) | 6. 医療機関、介護施設等で接することがある (あった) |
| 7. その他 () | |

(3) 認知症の方が住み慣れた地域で暮らし続けるために「あったら良いと思う地域の支え」を選んでください

- | | |
|------------------------------|----------------------|
| 1. 日常的な挨拶等変わらない関係性を続ける | 2. 先入観なく自然体で接する |
| 3. 認知症の方のやりたいことや趣味等の活動と一緒にいる | 4. 家族介護者をいたわる |
| 5. 困っている時に声をかける | 6. 認知症の理解や対応を学ぶ機会をもつ |
| 7. 相談機関を紹介する | 8. 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■■■
調査結果は、次期介護保険事業計画の参考にさせていただきます。