

〇〇 〇〇様

令和 6 年度 自分らしく年を重ねて
暮らすための健康調査

資料№6-1
追加資料

次の各質問について該当するものに○をつけてください。

①世帯を教えてください	一人暮らし ・ 夫婦のみ ・ その他（ ）	
②自動車や電車で一人で外出する	はい	いいえ
③自分で日用品の買い物をする	はい	いいえ
④預貯金の出し入れをする	はい	いいえ
⑤友人の家を訪ねる	はい	いいえ
⑥家族や友人の相談にのっている	はい	いいえ
⑦階段を手すりや壁をつたわず昇っている	はい	いいえ
⑧椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がる	はい	いいえ
⑨15 分ぐらい続けて歩いている	はい	いいえ
⑩この 1 年間に転んだことがある	はい	いいえ
⑪転倒に対する不安が大きい	はい	いいえ
⑫6 ヶ月間で2～3Kg 以上の体重減少があった	はい	いいえ
⑬現在の身長と体重を教えてください	身長 (cm) () 体重 (Kg) ()	
⑭半年前に比べて固いものが食べにくくなった	はい	いいえ
⑮お茶や汁物等でむせることがある	はい	いいえ
⑯口の渇きが気になる	はい	いいえ
⑰週 1 回以上は外出している	はい	いいえ
⑱昨年と比べて外出の機会が減った	はい	いいえ
⑲周りの方から「いつも同じことを聞く」など物忘れがあると言われる	はい	いいえ
⑳自分で電話番号を調べて、電話をかけることがある	はい	いいえ
㉑今日が何月何日かわからないことがある	はい	いいえ
㉒(ここ 2 週間) 毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
㉓(ここ 2 週間) これまで楽しんでいたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
㉔(ここ 2 週間) 以前は楽にできたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ

★裏面に続きます

②⑤(ここ2週間)自分が役にたつ人間だと思えない	はい	いいえ
②⑥(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ
②⑦1日3食、食べている	はい	いいえ
②⑧以前に比べ歩く速度が遅くなってきた	はい	いいえ
②⑨ウォーキング等の運動を週1回以上している	はい	いいえ
③⑩煙草を吸う	はい	いいえ
③⑪体調が悪い時に身近に相談できる人がいる	はい	いいえ
③⑫会話しているとき聞き返すことがよくある	はい	いいえ
③⑬集会や会議などの数人の会話で聞き取れない	はい	いいえ
③⑭『ヒアリングフレイル（耳の聞こえの虚弱状態）』を知っている	はい	いいえ

③⑮現在の健康状態を教えてください

よい ・ まあよい ・ ふつう ・ あまりよくない ・ よくない

③⑯携帯電話で行っていることで当てはまるものに○をつけてください（複数回答可）

電話 ・ インターネット ・ 動画の視聴 ・ LINE やメール
SNS(X や Instagram) など ・ ゲーム ・ 持っていない

③⑰買物や通院などの移動方法について○をつけてください（複数回答可）

自分で自動車を運転 ・ 家族の送迎 ・ デマンド
タクシー ・ 自転車 ・ その他（ ）

③⑱現在の移動方法で不便や不安を感じることはありますか

いいえ ・ はい（理由： ）

③⑲地域活動の参加状況について当てはまるものに○をつけてください（複数回答可）

ボランティア ・ 運動のグループ ・ 趣味のグループ ・ 老人クラブ
学習や教養サークル ・ 自治会行事や祭事 ・ 地域の茶の間やサロン

④①収入のある仕事について当てはまるものに○をつけてください

（農業などの自営や事業所等への雇用などの収入）

週4日以上 ・ 週2～3日 ・ 週1日 ・ なし

④②収入につながる社会参加をしたいと思いますか

はい ・ いいえ

最後までご回答いただき、ありがとうございました

同封の返信用封筒に入れて **6/●までご投函ください**

令和6年度一般介護予防事業 (介護予防把握事業)

1

75歳、80歳の生活と身体状況に
ついてのアンケート調査

2

事業の目的

- 心身の状態と生活状況を把握することにより個々の健康状態や生活状況に合わせた介護予防と疾病や介護状態の重症化を防ぐ取り組みを行い、健康状態の維持増進及び健康長寿延伸を図る。

3

アンケート調査対象者

➡ 75歳：413名（R6年度到達年齢）

➡ 80歳：191名（R6年度到達年齢）

➡ 合計604名

※いずれも要介護、要支援、事業対象者を除く

4

アンケート内容

➡ 基本チェックリスト

（生活や健康状態をチェックするための質問）

➡ 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施
事業の質問項目

➡ その他、身体と生活状況

- ①通信機器の使用状況、②加齢性難聴など聴力の自覚、
- ③移動手段・方法、④地域活動への参加状況、
- ⑤就労状況と希望

5

調査方法

- 発送：5月下旬
- 回収：6月中旬
- 集計、リスクの抽出（業務委託）：6月～7月
- 未提出者へハガキ送付：7月中旬
- 報告①（業務委託）：8月～9月
- 未提出者訪問（業務委託）：10月下旬～12月初旬
- 報告②（業務委託）：令和7年1月末

※アンケート発送時、65歳以上を対象とした運動教室の案内を同封。

6

75歳アンケート調査

- 回収数：369名/413名（回収率89%）
- 男性188名（約50.9%）
- 女性181名（約49%）

75歳 男女比較①

- 女性の方が歩く速度が遅くなったと感じている割合が若干大きい。
- 男性の方が週1回以上運動している割合が若干大きい。
- 男性の方が会話をしている時間き返すことがある割合が大きい。
- 男性の方が数人の会話で聞き取れないと感じている割合が若干大きい。

75歳 男女比較②

- 携帯電話の使用は、男性はネット、女性はLINEで使用している割合が大きい。
- 地域の参加は、男性は自治会祭事、女性は運動、趣味、茶の間、サロンに参加している割合が大きい。
- 男性の方が週4日以上働いている割合が大きく、収入につながる社会参加をしたいと思っている割合が大きい。
- 女性の方が運動器の機能リスクに該当している割合が大きい。

75歳 高畠地区 女性の割合が若干大きい

全体と比較して

- 歩く速度が遅くなったと感じている割合が大きい。
- 茶の間やサロンに参加している割合が若干大きい。
- 運動器の機能リスクに該当している割合が若干大きい。

75歳 二井宿地区 回答数が少ない

全体と比較して

- 歩く速度が遅くなったと感じている割合が大きい。
- ヒアリングフレイルを知っている割合が若干大きい。
- 老人会に参加している割合が大きい。
- 収入につながる社会参加をしたいと思っている割合が若干大きい。
- 運動器の機能リスクに該当している割合が大きい。
- 認知症リスクに該当している割合が小さい。
- 閉じこもりに該当している人が一人もない。

11

75歳 屋代地区 女性の割合が若干大きい

全体と比較して

- 趣味に参加している割合が大きく、茶の間に参加している割合が少ない。
- 運動器の機能リスク、口腔機能リスク、閉じこもりリスクに該当している割合が大きい。

12

75歳 亀岡地区 男性の割合が大きい

全体と比較して

- 歩く速度が遅くなったと感じている割合が若干小さい。
- 週1回以上運動している割合が大きい。
- 聞き返すことがあると感じている割合が若干大きい。
- 数人の会話で聞き取れないと感じている割合が若干大きい。
- 運動器の機能リスクに該当している割合が小さい。
- 低栄養状態リスクに該当している人が一人もいない。

13

75歳 和田地区 男性の割合が大きい

全体と比較して

- 会話をしている時間聞き返すことがあると感じている割合が若干小さい。
- 老人クラブや茶の間に参加している割合が大きい。
- 収入につながる社会参加をしたいと思っている割合が若干大きい。
- 運動器の機能リスクに該当している割合が小さい。

14

75歳 糠野目地区 男性の割合が若干大きい

全体と比較して

- 歩く速度が遅くなったと感じている割合が若干小さい。
- ボランティアに参加している割合が大きい。
- 茶の間に参加している割合が少ない。
- 運動器の機能リスクに該当している割合が小さい。

80歳アンケート調査

- 回収数：155名/191名（回収率81%）
- 男性85名（約54.8%）
- 女性70名（約45.1%）

80歳 男女比較①

- 男性の方が夫婦のみの世帯の割合が大きい。
- 男性の方が数人の会話で聞き取れないと感じている割合が大きい。※75歳も同様
- 男性の方が健康状態について「まあよい」と感じている割合が大きい。
- 移動手段について女性の方が家族の送迎の割合が大きい。また、女性の方が不便、不安を感じている割合が大きい。

80歳 男女比較②

- ▶ 携帯電話の使用について男性の方がネットで使用している割合が若干大きい。
- ▶ 女性の自治会祭事に参加している割合が小さい。※75歳と比較してもだいぶ少なくなっている。
- ▶ 男性の方が収入につながる社会参加をしたいと思っている割合が大きい。
- ▶ 女性の方が運動器の機能リスクに該当している割合が大きい。

80歳 高畠地区

全体と比較して

- ▶ 自治会、茶の間、サロンに参加している割合が小さい。

80歳 二井宿地区

- ▶ 回答数が8名と少なく全体と比較することが難しい。

80歳 屋代地区

全体と比較して

- 週1回以上運動している割合が小さい。
- 聞き返すことがあると感じている割合が若干小さい。
- 数人の会話で聞き取れないと感じている割合が若干小さい。
- ヒアリングフレイルを知っている割合が若干小さい。
- ボランティア、運動、茶の間、サロンに参加している割合が小さい。

80歳 亀岡地区 女性の割合が多い

※回答数が14名と少ない。

全体と比較して

- 歩く速度が遅くなったと感じている割合が大きい。
- 週1回以上運動している割合が大きい。
- 聞き返すことがあると感じている割合が若干大きい。
- 数人の会話で聞き取れないと感じている割合が大きい。
- 老人会に参加している割合が少ない。
- 収入につながる社会参加をしたいと思っている割合が小さい。
- 閉じこもりリスクに該当している割合が大きい。

80歳 和田地区 男性の割合が大きい

全体と比較して

- 夫婦のみの世帯の割合が若干大きい。
- 週1回以上運動している割合が小さい。
- ボランティアや趣味に参加している割合が小さい。
- 収入のある仕事を週4日以上行っている割合が大きい。
- 収入につながる社会参加をしたいと思っている割合が大きい。
- 運動器の機能リスクに該当している割合が大きい。
- 低栄養状態リスク、うつリスクに該当している人が一人もいない。

80歳 糠野目地区 女性の割合が大きい

全体と比較して

- 1人暮らし世帯の割合が大きく、夫婦のみの世帯の割合が少ない。
- 週1回以上運動している割合が大きい。
- ボランティア、老人会に参加している割合が小さい。
- 収入のある仕事を行っている人が1人しかいない。
- 口腔機能リスクに該当している割合が大きい。

包括による訪問

- 対象者：13名

チェックリストで「運動不足」と「閉じこもり予防」両方のリスク該当者へ連絡を行い、同意の得られた方へ訪問を行う。

- 訪問時期：8月下旬

- 内容：通所型サービスA（デイサービス）や通所型サービスC（短期集中介護予防、筋力アップ）等を中心に介護予防サービスや社会資源の情報提供を行う。

- 結果：通所型サービスCへの参加者1名
（冬期間運動不足になるため1月から参加中）

チェックリストのリスクと 相関関係について

- リスク①：日常生活関連動作や運動、栄養、口腔、閉じこもり、認知機能の質問項目のうち10項目以上に該当
- リスク②：運等不足に関する項目
- リスク③：栄養改善に関する項目
- リスク④：口腔ケアに関する項目
- リスク⑤：閉じこもり予防に関する項目
- リスク⑥：物忘れ予防に関する項目
- リスク⑦：うつ予防に関する項目

※リスク同士の相関関係なし

男女別のリスクについて

男性273人、女性251人

- リスク①（10項目以上）男性6人 女性13人
- リスク②（運動）男性44人 女性60人
- リスク③（栄養）男性4人 女性4人
- リスク④（口腔）男性52人 女性38人
- リスク⑤（閉じこもり）男性26人 女性21人
- リスク⑥（認知）男性92人 女性67人
- リスク⑦（うつ）男性49人 女性37人

今後の課題

- リスクの項目に合わせて介護予防事業や社会資源の情報提供をする必要がある。
- 対象者のこれまでの生活習慣や価値観に合わせたアプローチ方法や介入時期の見極めが重要である。
- 来年度以降も継続して実態を把握することにより、どのような事業を行うと介護予防により効果が期待出来るのか検討していく必要がある。
- 実情に応じた介護予防のための社会資源の創出を検討していく必要がある。

令和6年度 高島町聞こえ快適支援事業

1. 事業の目的

難聴のために家族や地域の方など周囲の方とのコミュニケーションが多少とも困難となることで、孤立したり、意欲低下につながるなど心身の健康状態に影響を及ぼし、認知症の発症のリスクとなり得ることが、近年多くの研究結果から明らかにされている。

そこで、加齢性難聴に対する正しい対応の知識普及啓発および加齢性難聴の早期発見（町に加齢性難聴者の把握も含む）と早期対応を促進し、高齢者の生活の質の向上と介護予防につなげることを目的に実施する。

2. 事業内容

1) 関係機関連携強化

- ・医療機関：南陽市東置賜郡医師会、耳鼻咽喉科医院
- ・聴覚の専門職：高島病院リハビリテーション科（言語聴覚士）
- ・庁内関係課：福祉課障がい者福祉係
- ・高齢者の生活支援：介護支援事業所、民生委員・児童委員
- ・事業展開に関するアドバイザー：事業展開のアドバイス（ユニバーサルサウンドデザイン(株)）

2) 聞こえに関する職員研修会

本事業に従事する職員を対象とした研修会の実施

日 時 令和6年12月6日(金)13:30～15:00

場 所 げんき館 多目的研修室

内 容 「耳からの健康講座 より良い聞こえのために」

講 師 横田耳鼻咽喉科医院 理事長 横田雅司氏

参加人数 15名（福祉課職員、高島病院言語聴覚士）

3) 加齢性難聴の普及啓発事業

町民および関係者向け講演会の開催

日 時 令和6年12月12日(木)10:00～11:30

場 所 げんき館 多目的研修室

内 容 「難聴がもたらす認知症のリスク～高齢期の難聴とヒアリングフレイル予防の重要性」

講 師 聴脳科学研究所所長／ユニバーサル・サウンドデザイン株式会社 代表取締役 中石 真一路氏

参加人数 50名



4) 加齢性難聴の理解について普及啓発事業前後の評価

『75歳・80歳の健康・生活状況アンケート』より聞こえに関する調査結果

項目	75歳	80歳
会話をしているときに聞き返すことがよくある	31.7%	35.5%
集会や会議などの数人の会話で聞き取れない	22.8%	29.7%
耳の聞こえの虚弱状態『ヒアリングフレイル』を知っている	33.6%	35.5%

5) 聞こえのチェックおよび相談会

日 時 令和7年1月24日(金) 14:00~16:00

内 容 アプリによる聴力(語音聴取率)チェック
言語聴覚士による聞こえの相談

参加人数 12名

(うち耳鼻咽喉科医院への受診勧奨者:7名)



6) 聴覚補助機器の購入及び設置

窓口での相談業務等において、聞こえにくい方との意思疎通を円滑に図るため、対話支援機器 comuoon (コミュニケーション) を購入し設置

