

令和7年度一般介護予防事業 (介護予防把握事業)

75歳、80歳の生活と身体状況に
ついてのアンケート調査



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。

対象者及び回収率

➡ 75歳392名、80歳109名 合計501名

※いずれも要介護、要支援、事業対象者を除く。

➡ 75歳 316名 (回収率80.6%)

男性154名、女性162名

➡ 80歳 95名 (回収率89.9%)

男性48名、女性47名

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

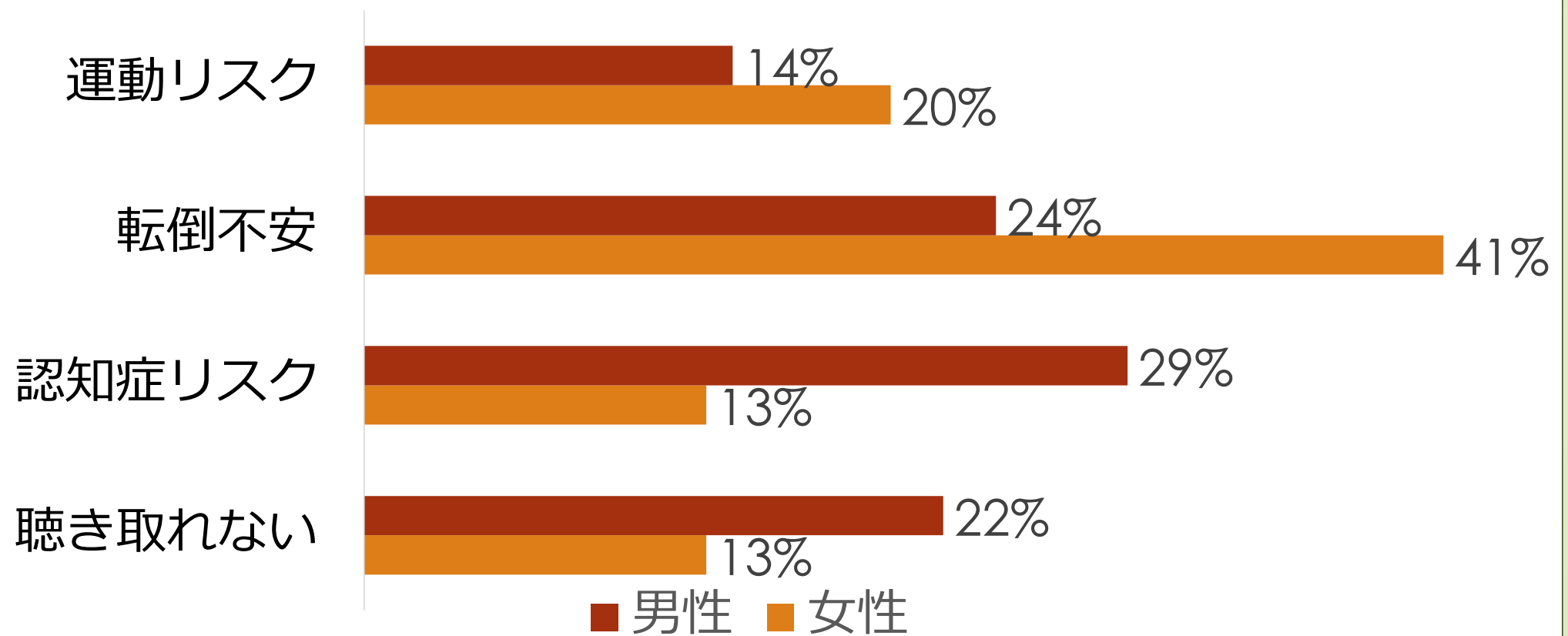
①通信機器 ②加齢性難聴等 ③移動 ④地域活動 ⑤就労



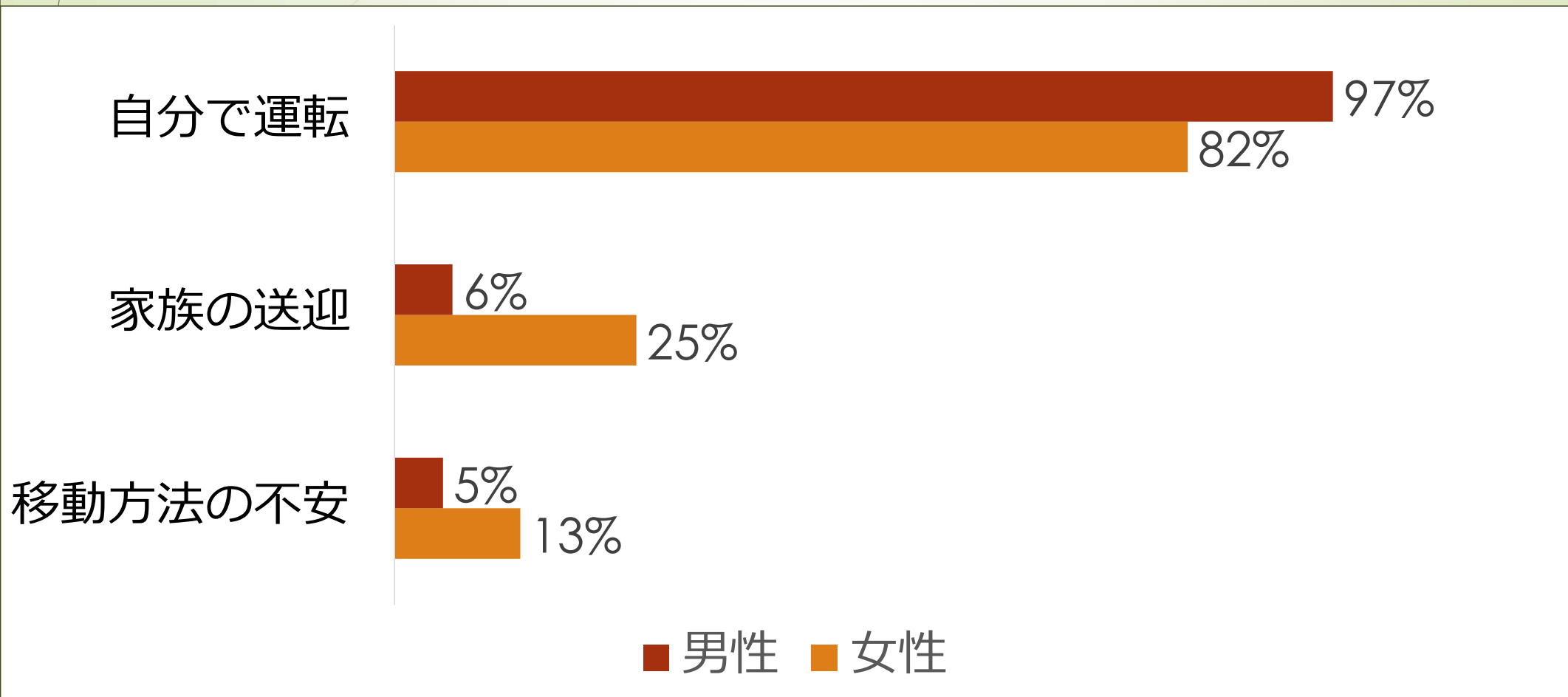
調査方法

- 発送：5月下旬
- 回収：6月中旬
- 集計、リスクの抽出（業務委託）：7月
- 未提出者へハガキ送付：7月下旬
- 報告①（業務委託）：8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8年1月末

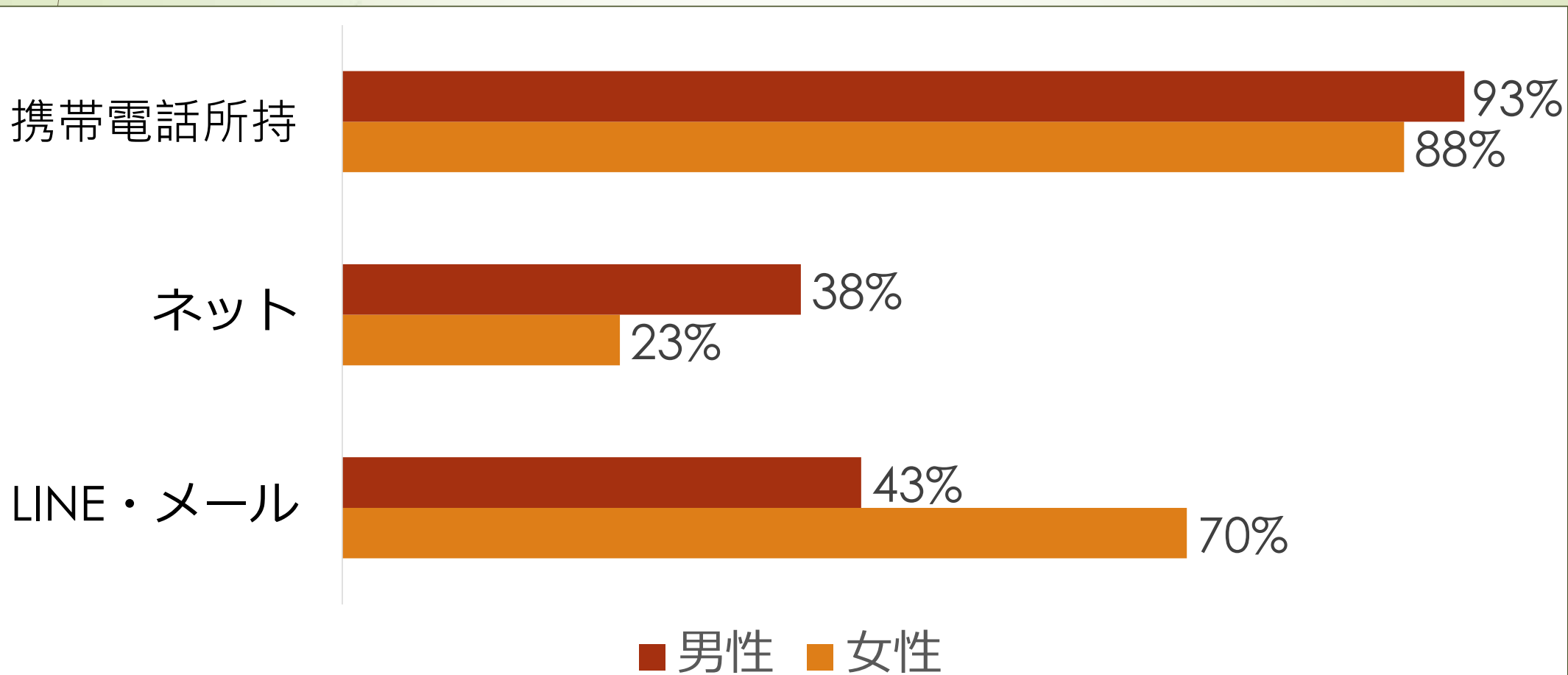
75歳 運動・認知機能・聴力



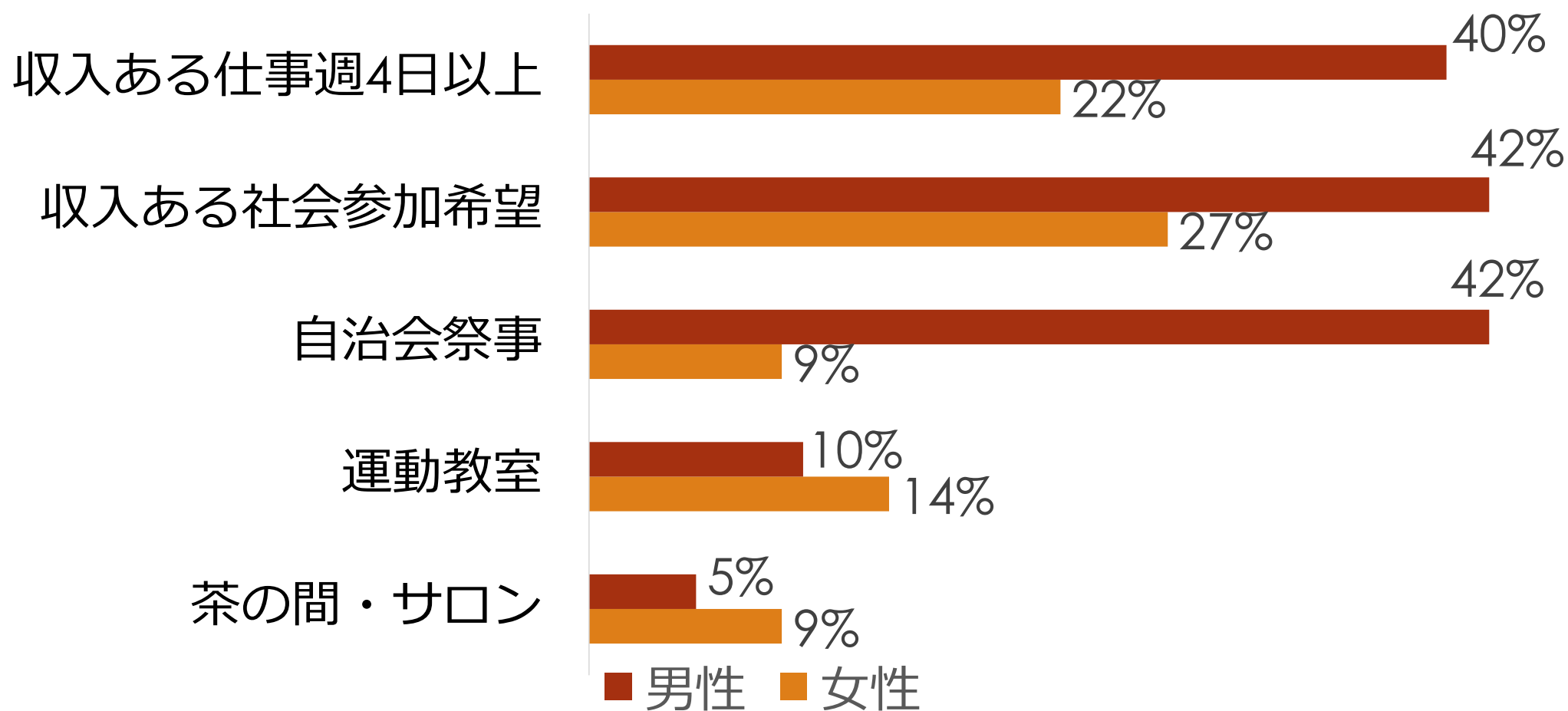
75歳 移動方法



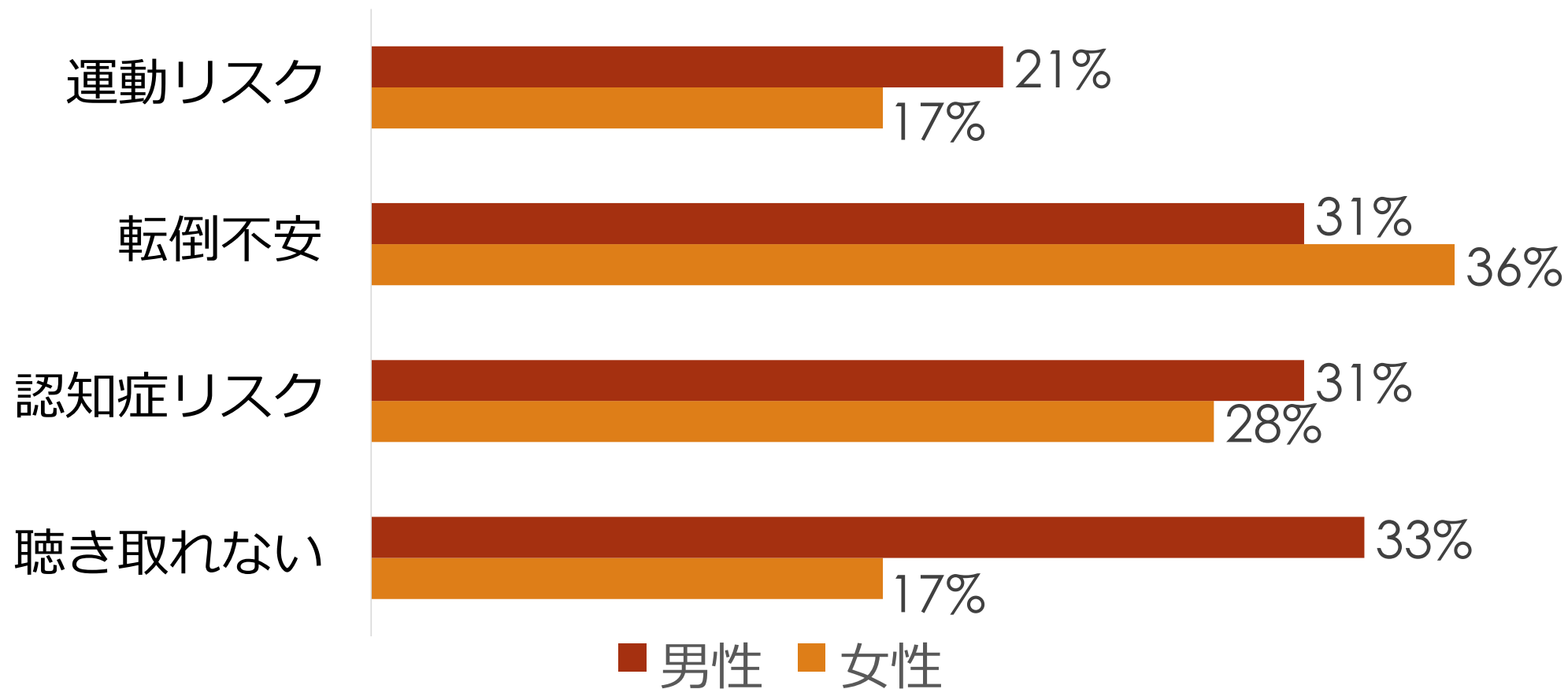
75歳 通信機器



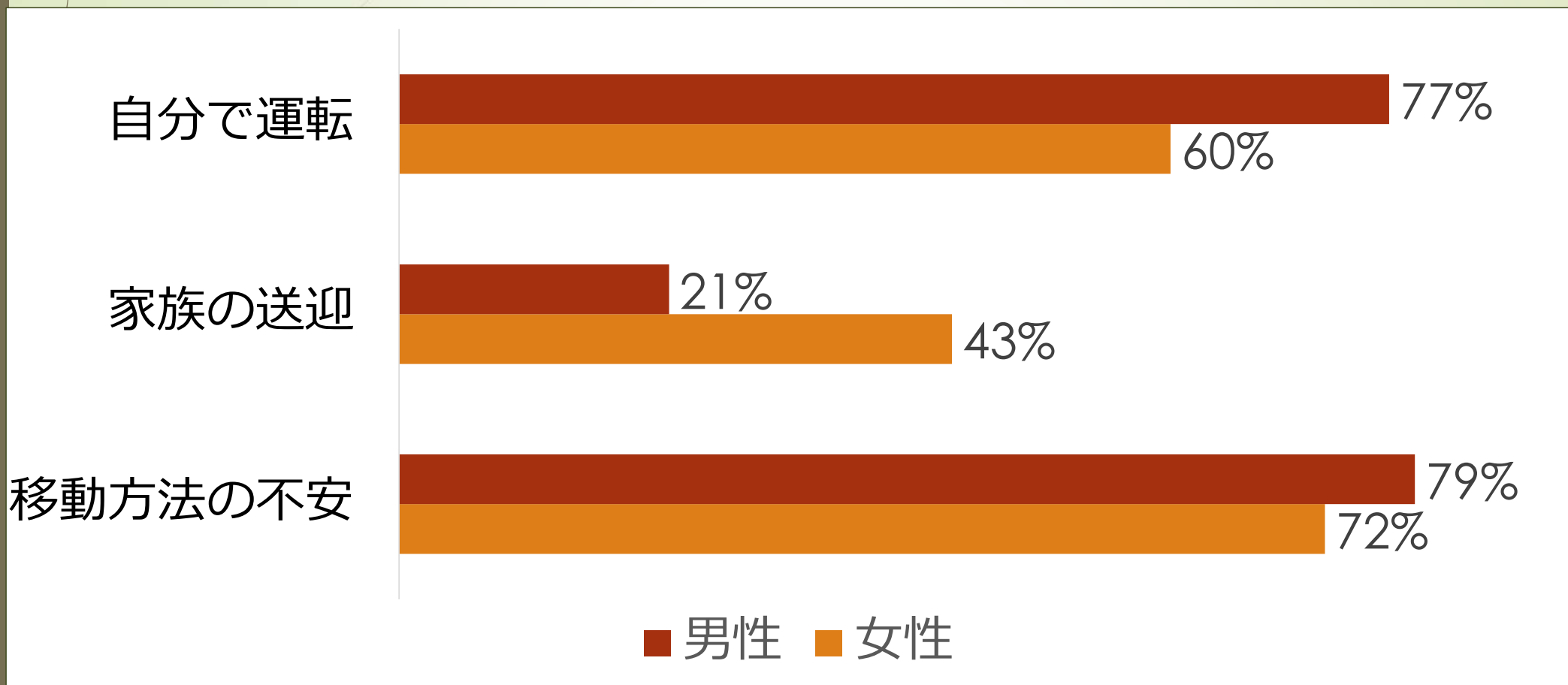
75歳 就労と収入を伴う社会参加・地域の参加



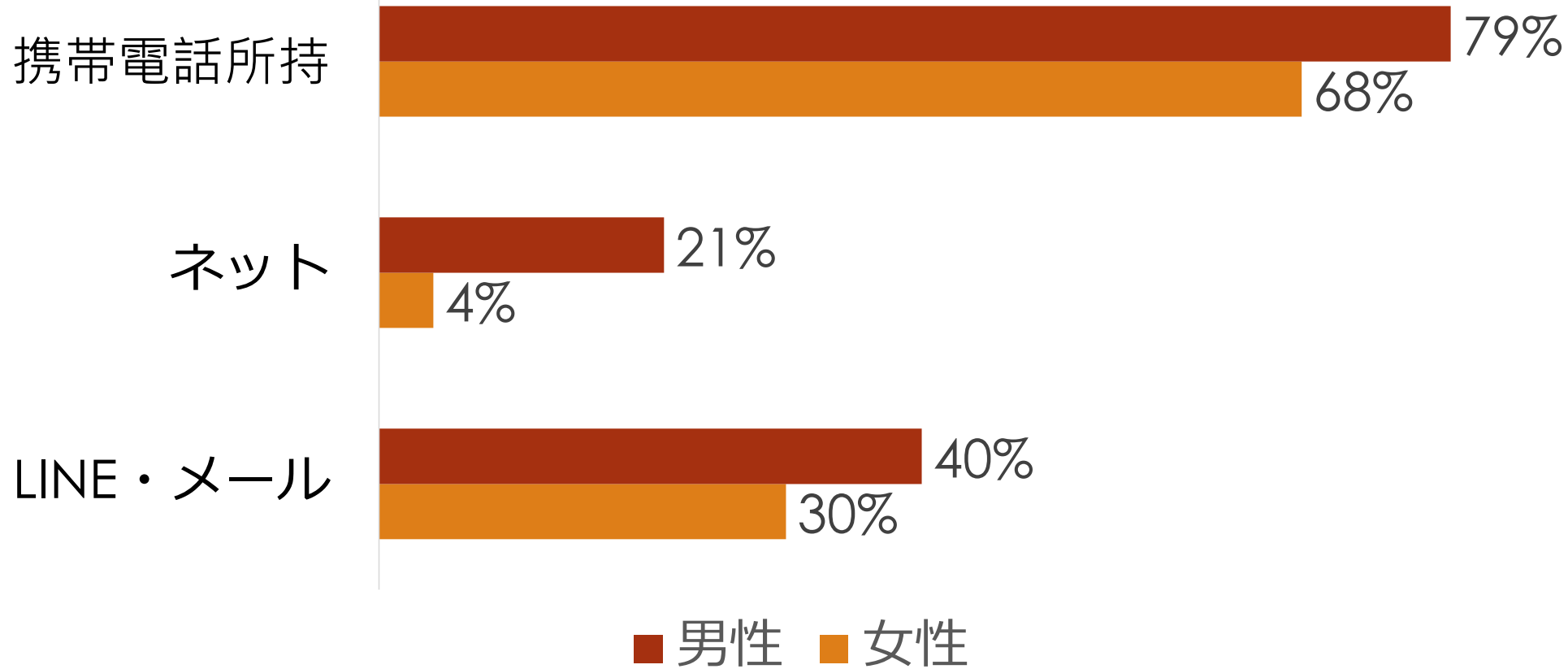
80歳 運動・認知機能・聴力



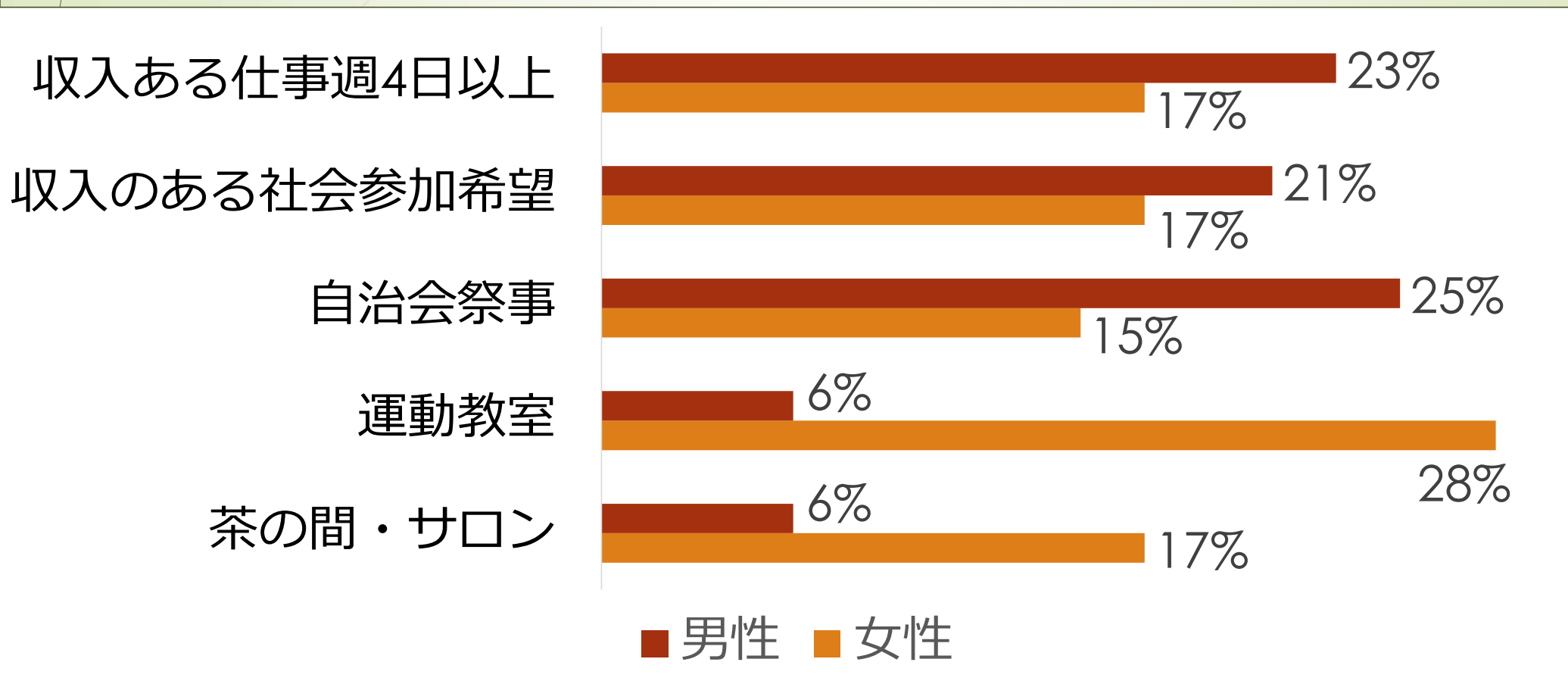
80歳 移動方法



80歳 通信機器



80歳 就労と収入を伴う社会参加・地域の参加



包括による訪問

- ▶ 対象者：27名（連絡にて同意を得られた方へ訪問）
チェックリストで「閉じこもり」「運動不足」「うつ」等に重複して該当した方やリスク4～5項目の該当者。
- ▶ 訪問時期：8月下旬～12月
- ▶ 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：通所型サービス活動C 1名
コグニサイズ1名（配偶者も共に参加）

アンケート調査から

- ▶ 今後3年以上継続してアンケート調査を行うことにより、男女の傾向や地域の特徴が明らかになると考えられる。
- ▶ 集団に合わせてアプローチを行うことでより効果的な働きかけが出来るため、介護予防や健康寿命の延伸に繋がると考えられる。
- ▶ 今まで得られた結果を介護保険第10期計画や今後のサービス事業施策に活かしていきたい。

A-1

高島太郎 様

令和7年度 自分らしく年を重ねて
暮らすための健康調査

次の各質問について該当するものに○をつけてください。 ※質問は裏面もあります。

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)これまで楽しんでき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携帯電話を持っていますか。 はい いいえ

③⑰③⑯で「はい」と回答した方は携帯電話で行っていることに○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やインスタグラム)など	ゲーム		

③⑱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()

③⑲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:)
-----	----------

④⑰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	

④⑱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
-------	-------	-----	----

④⑲収入につながる社会参加をしたいと思いませんか

はい	いいえ
----	-----

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 **6/16まで**ご投函ください。