

わる面もあり、公的（信用のおける）システムを作って欲しいと思っています。今後最もニーズが高くなるのではないのでしょうか。

- 今後ますますの高齢化に向かい、介護予防や介護保険が今以上に大切な事になると思います。豊島区行政でしっかり対応して下さるのを痛切に願っています。
- 高齢者が安心できる豊島区にして欲しい。
- 交通の便の悪い地域へ、コミュニティーバス等を通していただけると助かります。脚が悪く、長時間の歩行が困難なので。
- 地味でも区の活動を積極的にやって下さい。結果的に医療費など社会保険料の節約につながると思います。

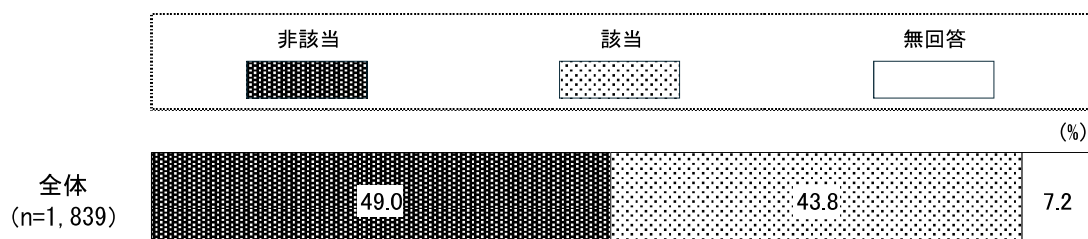
⑩その他 （85件）

…本調査に対しての意見や、今のところわからない／考えていない、特になしなどの回答などがみられました。

12. 基本チェックリストによるリスク判定

(1) ロコモリスク判定

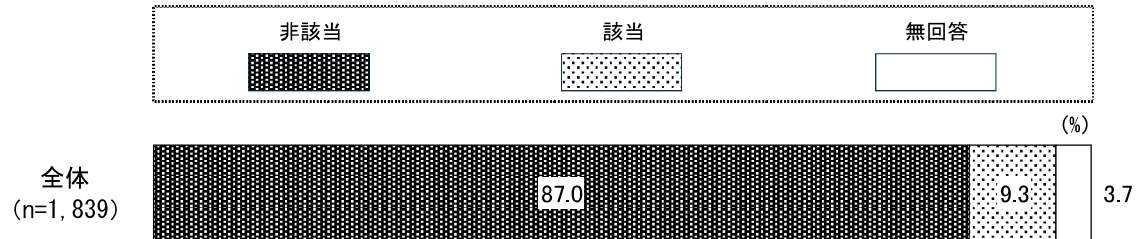
ロコモリスク判定については、全体では「非該当」の割合が 49.0%で、「該当」(43.8%)をやや上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	49.0	43.8	7.2
男性	男性総数	808	49.6	41.8	8.5
	65～69歳	207	67.6	23.7	8.7
	70～74歳	193	52.3	42.0	5.7
	75～79歳	211	44.1	46.9	9.0
	80～84歳	117	36.8	54.7	8.5
	85～89歳	51	23.5	60.8	15.7
	90歳以上	20	15.0	70.0	15.0
女性	女性総数	1,003	49.2	45.2	5.7
	65～69歳	228	68.4	26.8	4.8
	70～74歳	198	62.6	34.3	3.0
	75～79歳	231	46.3	47.6	6.1
	80～84歳	197	36.5	56.9	6.6
	85～89歳	102	21.6	69.6	8.8
	90歳以上	44	22.7	68.2	9.1
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	50.2	43.0	6.8
	東部	247	47.8	46.6	5.7
	中央	265	45.7	47.5	6.8
	いけよんの郷	165	50.3	40.6	9.1
	ふくろうの杜	209	54.5	39.7	5.7
	豊島区医師会	213	46.5	44.1	9.4
	アトリエ村	222	49.1	46.4	4.5
	西部	241	51.0	39.8	9.1
介護度別	一般高齢者	1,536	54.4	39.8	5.8
	要支援1	71	7.0	81.7	11.3
	要支援2	45	11.1	80.0	8.9
	総合事業対象者	26	30.8	57.7	11.5

(2) 運動器リスク判定

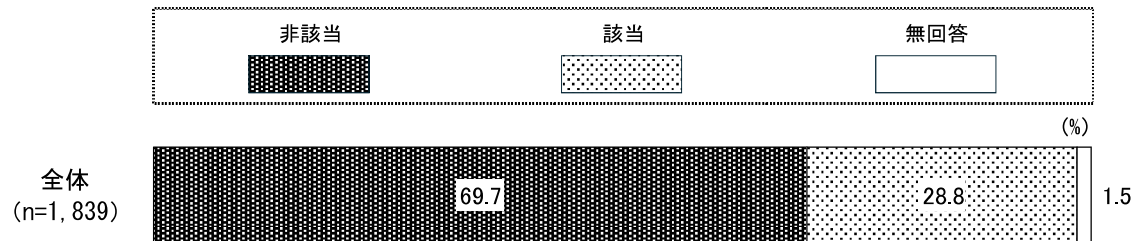
運動器リスク判定については、全体では「非該当」の割合が87.0%で、「該当」(9.3%)を大きく上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	87.0	9.3	3.7
男性	男性総数	808	89.7	6.8	3.5
	65～69歳	207	97.6	1.0	1.4
	70～74歳	193	94.8	3.6	1.6
	75～79歳	211	91.0	5.7	3.3
	80～84歳	117	79.5	15.4	5.1
	85～89歳	51	70.6	17.6	11.8
	90歳以上	20	50.0	35.0	15.0
女性	女性総数	1,003	85.5	11.0	3.5
	65～69歳	228	96.1	3.5	0.4
	70～74歳	198	92.4	5.1	2.5
	75～79歳	231	88.3	8.2	3.5
	80～84歳	197	84.3	10.7	5.1
	85～89歳	102	60.8	30.4	8.8
	90歳以上	44	47.7	47.7	4.5
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	86.5	10.4	3.2
	東部	247	87.0	9.7	3.2
	中央	265	87.5	8.3	4.2
	いけよんの郷	165	82.4	13.3	4.2
	ふくろうの杜	209	88.0	8.6	3.3
	豊島区医師会	213	89.7	6.6	3.8
	アトリエ村	222	88.3	9.5	2.3
	西部	241	86.3	8.7	5.0
介護度別	一般高齢者	1,536	92.0	5.4	2.6
	要支援1	71	47.9	42.3	9.9
	要支援2	45	33.3	62.2	4.4
	総合事業対象者	26	65.4	26.9	7.7

(3) 転倒リスク判定

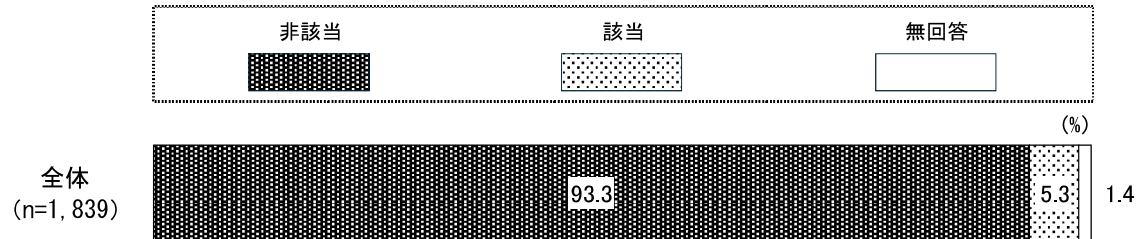
転倒リスク判定については、全体では「非該当」の割合が69.7%で、「該当」(28.8%)を上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	69.7	28.8	1.5
男性	男性総数	808	70.7	27.8	1.5
	65～69歳	207	84.1	15.9	0.0
	70～74歳	193	70.5	29.0	0.5
	75～79歳	211	68.7	28.4	2.8
	80～84歳	117	63.2	34.2	2.6
	85～89歳	51	58.8	39.2	2.0
	90歳以上	20	30.0	65.0	5.0
女性	女性総数	1,003	69.3	29.2	1.5
	65～69歳	228	78.9	20.6	0.4
	70～74歳	198	67.2	31.8	1.0
	75～79歳	231	70.6	27.7	1.7
	80～84歳	197	68.0	29.4	2.5
	85～89歳	102	60.8	37.3	2.0
	90歳以上	44	47.7	50.0	2.3
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	73.3	25.9	0.8
	東部	247	68.0	30.4	1.6
	中央	265	69.4	29.4	1.1
	いけよんの郷	165	65.5	32.7	1.8
	ふくろうの杜	209	68.4	30.6	1.0
	豊島区医師会	213	70.0	28.2	1.9
	アトリエ村	222	70.7	27.9	1.4
	西部	241	69.7	27.8	2.5
介護度別	一般高齢者	1,536	73.6	25.3	1.2
	要支援1	71	43.7	53.5	2.8
	要支援2	45	31.1	66.7	2.2
	総合事業対象者	26	61.5	38.5	0.0

(4) 閉じこもりリスク判定

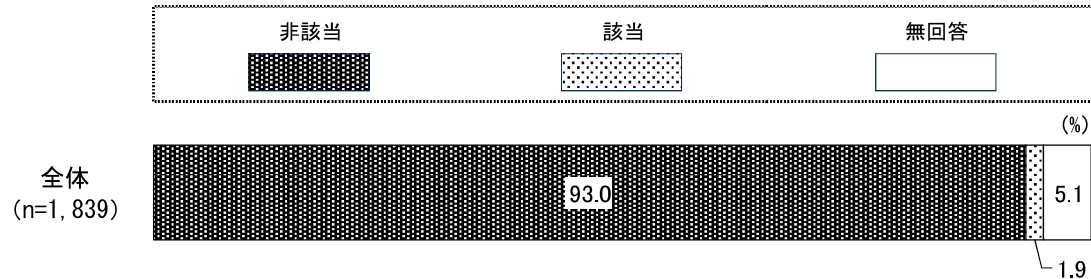
閉じこもりリスク判定については、全体では「非該当」の割合が93.3%で、「該当」(5.3%)を大きく上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	93.3	5.3	1.4
男性	男性総数	808	94.3	4.5	1.2
	65～69歳	207	97.1	2.9	0.0
	70～74歳	193	94.8	5.2	0.0
	75～79歳	211	96.2	2.4	1.4
	80～84歳	117	92.3	4.3	3.4
	85～89歳	51	88.2	9.8	2.0
	90歳以上	20	70.0	20.0	10.0
女性	女性総数	1,003	92.6	6.0	1.4
	65～69歳	228	96.9	2.6	0.4
	70～74歳	198	97.5	1.5	1.0
	75～79歳	231	92.6	5.6	1.7
	80～84歳	197	91.9	6.6	1.5
	85～89歳	102	85.3	12.7	2.0
	90歳以上	44	68.2	27.3	4.5
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	94.0	5.2	0.8
	東部	247	94.3	4.5	1.2
	中央	265	95.1	4.2	0.8
	いけよんの郷	165	89.7	7.9	2.4
	ふくろうの杜	209	94.7	3.3	1.9
	豊島区医師会	213	93.0	5.6	1.4
	アトリエ村	222	91.9	8.1	0.0
	西部	241	92.1	5.4	2.5
介護度別	一般高齢者	1,536	95.3	3.6	1.0
	要支援1	71	78.9	15.5	5.6
	要支援2	45	66.7	28.9	4.4
	総合事業対象者	26	88.5	11.5	0.0

(5) 低栄養リスク判定

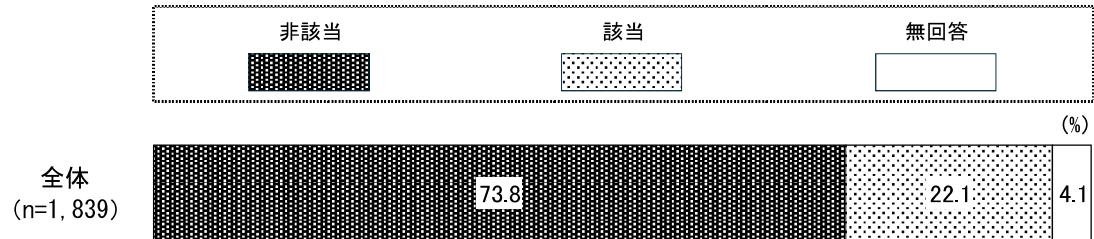
低栄養リスク判定については、全体では「非該当」の割合が93.0%で、「該当」(1.9%)を大きく上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	93.0	1.9	5.1
男性	男性総数	808	94.7	1.4	4.0
	65～69歳	207	98.1	0.5	1.4
	70～74歳	193	97.9	1.0	1.0
	75～79歳	211	94.8	1.4	3.8
	80～84歳	117	89.7	2.6	7.7
	85～89歳	51	84.3	3.9	11.8
	90歳以上	20	80.0	0.0	20.0
女性	女性総数	1,003	91.9	2.3	5.8
	65～69歳	228	96.1	2.6	1.3
	70～74歳	198	94.4	2.5	3.0
	75～79歳	231	92.2	2.2	5.6
	80～84歳	197	88.3	1.5	10.2
	85～89歳	102	89.2	1.0	9.8
	90歳以上	44	79.5	6.8	13.6
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	94.0	2.0	4.0
	東部	247	94.3	2.4	3.2
	中央	265	93.2	1.5	5.3
	いけよんの郷	165	90.3	3.0	6.7
	ふくろうの杜	209	92.3	1.9	5.7
	豊島区医師会	213	93.9	1.4	4.7
	アトリエ村	222	91.9	2.3	5.9
	西部	241	93.4	1.2	5.4
介護度別	一般高齢者	1,536	94.5	1.8	3.8
	要支援1	71	87.3	4.2	8.5
	要支援2	45	84.4	2.2	13.3
	総合事業対象者	26	92.3	3.8	3.8

(6) 口腔機能リスク判定

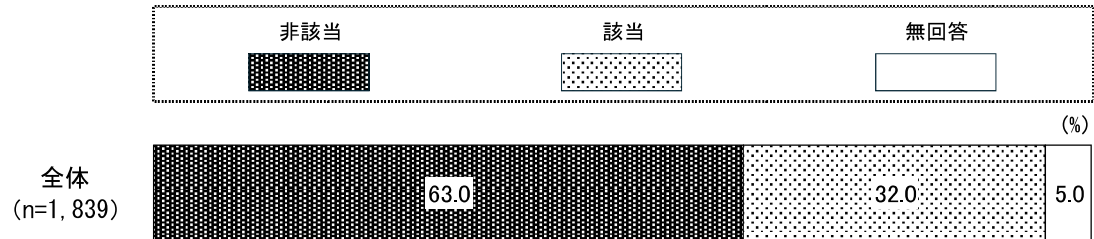
口腔機能リスク判定については、全体では「非該当」の割合が73.8%で、「該当」(22.1%)を上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	73.8	22.1	4.1
男性	男性総数	808	74.8	21.7	3.6
	65～69歳	207	85.5	14.0	0.5
	70～74歳	193	75.1	22.8	2.1
	75～79歳	211	73.9	22.3	3.8
	80～84歳	117	64.1	30.8	5.1
	85～89歳	51	60.8	25.5	13.7
	90歳以上	20	60.0	25.0	15.0
女性	女性総数	1,003	73.2	22.5	4.3
	65～69歳	228	84.6	14.0	1.3
	70～74歳	198	74.7	23.2	2.0
	75～79歳	231	72.7	23.4	3.9
	80～84歳	197	67.5	27.4	5.1
	85～89歳	102	65.7	23.5	10.8
	90歳以上	44	52.3	34.1	13.6
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	72.5	23.9	3.6
	東部	247	73.3	22.7	4.0
	中央	265	75.5	20.4	4.2
	いけよんの郷	165	74.5	18.2	7.3
	ふくろうの杜	209	71.3	24.9	3.8
	豊島区医師会	213	74.2	22.5	3.3
	アトリエ村	222	70.3	26.1	3.6
	西部	241	78.0	18.7	3.3
介護度別	一般高齢者	1,536	76.9	20.6	2.5
	要支援1	71	45.1	39.4	15.5
	要支援2	45	44.4	44.4	11.1
	総合事業対象者	26	80.8	15.4	3.8

(7) 認知機能リスク判定

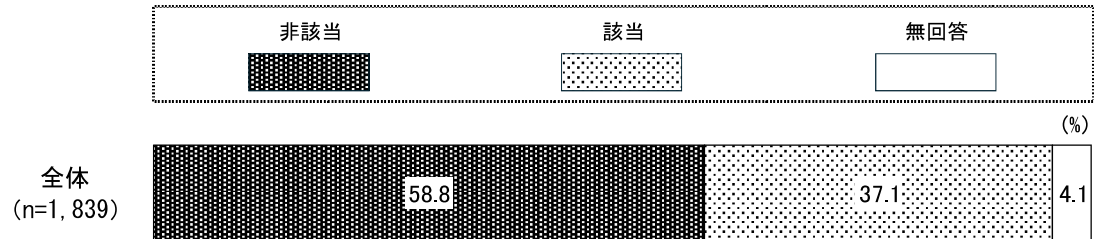
認知機能リスク判定については、全体では「非該当」の割合が63.0%で、「該当」(32.0%)を上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計：n 項目：%					
全体		1,839	63.0	32.0	5.0
男性	男性総数	808	65.3	31.3	3.3
	65～69歳	207	71.0	26.1	2.9
	70～74歳	193	65.8	33.2	1.0
	75～79歳	211	66.8	29.9	3.3
	80～84歳	117	61.5	34.2	4.3
	85～89歳	51	47.1	41.2	11.8
	90歳以上	20	50.0	45.0	5.0
女性	女性総数	1,003	61.2	32.6	6.2
	65～69歳	228	74.1	22.8	3.1
	70～74歳	198	64.1	32.8	3.0
	75～79歳	231	63.2	29.4	7.4
	80～84歳	197	53.8	39.1	7.1
	85～89歳	102	46.1	40.2	13.7
	90歳以上	44	36.4	54.5	9.1
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	62.9	32.3	4.8
	東部	247	64.8	32.4	2.8
	中央	265	60.0	34.7	5.3
	いけよんの郷	165	61.2	31.5	7.3
	ふくろうの杜	209	61.2	31.6	7.2
	豊島区医師会	213	63.8	31.5	4.7
	アトリエ村	222	61.7	34.2	4.1
	西部	241	67.6	27.8	4.6
介護度別	一般高齢者	1,536	66.3	29.8	3.8
	要支援1	71	42.3	50.7	7.0
	要支援2	45	46.7	42.2	11.1
	総合事業対象者	26	50.0	50.0	0.0

(8) うつ傾向リスク判定

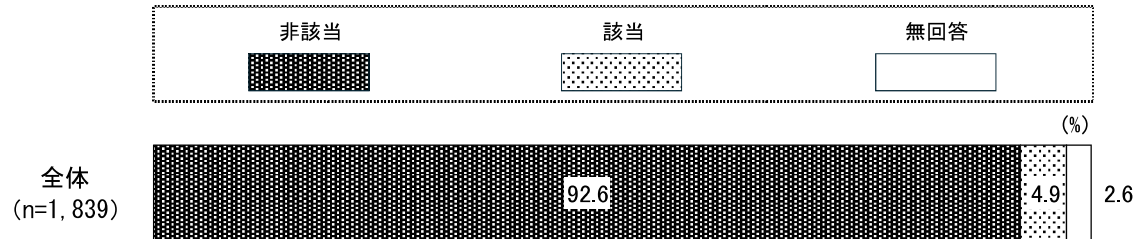
うつ傾向リスク判定については、全体では「非該当」の割合が58.8%で、「該当」(37.1%)を上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	58.8	37.1	4.1
男性	男性総数	808	59.4	37.0	3.6
	65～69歳	207	66.2	32.9	1.0
	70～74歳	193	59.1	39.4	1.6
	75～79歳	211	57.3	39.3	3.3
	80～84歳	117	53.8	37.6	8.5
	85～89歳	51	64.7	31.4	3.9
	90歳以上	20	35.0	45.0	20.0
女性	女性総数	1,003	59.0	37.0	4.0
	65～69歳	228	65.4	34.2	0.4
	70～74歳	198	57.6	41.4	1.0
	75～79歳	231	58.9	39.0	2.2
	80～84歳	197	56.9	35.0	8.1
	85～89歳	102	57.8	32.4	9.8
	90歳以上	44	45.5	43.2	11.4
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	59.8	36.3	4.0
	東部	247	61.5	36.0	2.4
	中央	265	55.5	38.9	5.7
	いけよんの郷	165	54.5	40.0	5.5
	ふくろうの杜	209	57.9	37.3	4.8
	豊島区医師会	213	58.2	39.4	2.3
	アトリエ村	222	61.3	36.5	2.3
	西部	241	61.8	33.2	5.0
介護度別	一般高齢者	1,536	61.3	35.7	3.0
	要支援1	71	36.6	53.5	9.9
	要支援2	45	46.7	46.7	6.7
	総合事業対象者	26	50.0	42.3	7.7

(9) IADLリスク判定

IADLリスク判定については、全体では「非該当」の割合が92.6%で、「該当」(4.9%)を大きく上回っています。



		合計	非該当	該当	無回答
合計 : n 項目 : %					
全体		1,839	92.6	4.9	2.6
男性	男性総数	808	91.3	6.1	2.6
	65～69歳	207	95.2	2.4	2.4
	70～74歳	193	96.4	3.6	0.0
	75～79歳	211	91.9	6.2	1.9
	80～84歳	117	82.1	12.0	6.0
	85～89歳	51	86.3	7.8	5.9
	90歳以上	20	65.0	25.0	10.0
女性	女性総数	1,003	93.8	3.8	2.4
	65～69歳	228	99.1	0.4	0.4
	70～74歳	198	96.5	0.5	3.0
	75～79歳	231	96.5	1.3	2.2
	80～84歳	197	94.4	3.0	2.5
	85～89歳	102	83.3	11.8	4.9
	90歳以上	44	61.4	34.1	4.5
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	251	92.0	6.0	2.0
	東部	247	91.1	6.5	2.4
	中央	265	93.2	3.8	3.0
	いけよんの郷	165	91.5	6.7	1.8
	ふくろうの杜	209	92.8	4.8	2.4
	豊島区医師会	213	93.4	3.8	2.8
	アトリエ村	222	92.8	5.9	1.4
	西部	241	93.4	2.9	3.7
介護度別	一般高齢者	1,536	95.2	3.0	1.8
	要支援1	71	80.3	11.3	8.5
	要支援2	45	55.6	40.0	4.4
	総合事業対象者	26	76.9	15.4	7.7

*IADL(Instrumental Activity of Daily Living)とは・・・
「手段的日常生活動作」の意味で、ADL(日常生活動作)よりも複雑で高度な日常動作のことを指します。
具体的には、調理、掃除、洗濯などの家事全般や、電話、買い物、移動、外出、服薬管理、金銭管理などの
社会生活をしていくうえで必要な動作のことです。

【基本チェックリスト判定の設問】

生活機能別	設 問 内 容	選 択 肢		判定基準
ロコモ (3問)	問 1 f) 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	いずれか1つでも該当
	問 1 h) 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	
	問 12 あなたは、次の中であてはまるものはありますか。	1. 片脚立ちで靴下がはけない 2. 家の中でつまずいたり、すべったりする 3. 家のやや重い仕事（掃除など）が困難である 4. 2kg程度（1Lの牛乳パック2個程度）の買い物をして持ち帰るのが困難である 5. 横断歩道を青信号で渡りきれない	6. 該当する状況はない	
運動器機能 (5問)	問 1 f) 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	3設問以上該当
	問 1 g) 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	
	問 1 h) 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	
	問 3 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	
	問 4 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	
転倒 (1問)	問 3 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	設問に該当
閉じこもり (1問)	問 5 普段、あなたほどのくらの頻度で外出していますか。	1. 毎日1回以上 2. 週5～6回 3. 週2～4回	4. 週1回 5. 週1回未満	設問に該当
低栄養 (2問)	問 18 現在の身長と体重を教えてください。	BMI 18.5以下	BMI 18.5より大きい	2設問とも該当
	問 17 e) この6か月間で、2～3kg以上の体重減少がありましたか。	1. はい	2. いいえ	
口腔機能 (3問)	問 17 a) 半年前に比べて固い物が食べにくくなりましたか。	1. はい	2. いいえ	2設問以上該当
	問 17 b) お茶や汁物などでむせることがありますか。	1. はい	2. いいえ	
	問 17 c) 口の渇きが気になりますか。	1. はい	2. いいえ	
認知機能 (1問)	問 15 d) 物忘れが多いと感じますか。	1. はい	2. いいえ	設問に該当
うつ傾向 (2問)	問 23 a) 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	いずれか1つでも該当
	問 23 b) 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	
IADL (5問)	問 1 a) バスや電車を使って一人で外出していますか。	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	1問該当で1点とし、5点＝「高い」 4点＝「やや低い」 3点以下＝「低い」 4点以下がリスク者とする
	問 1 b) 自分で食品・日用品の買い物をしていますか。	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	
	問 1 c) 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	
	問 1 d) 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	
	問 1 e) 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	

※網掛けは設問ごとに該当と判断する選択肢です。生活機能別に該当の設問数などの判定基準があり、当てはまる方をその機能にリスクがある「該当者」としています。

※判定用の設問でいずれかに無回答があった場合、判定結果が「不明」となります。

13. 経年比較集計

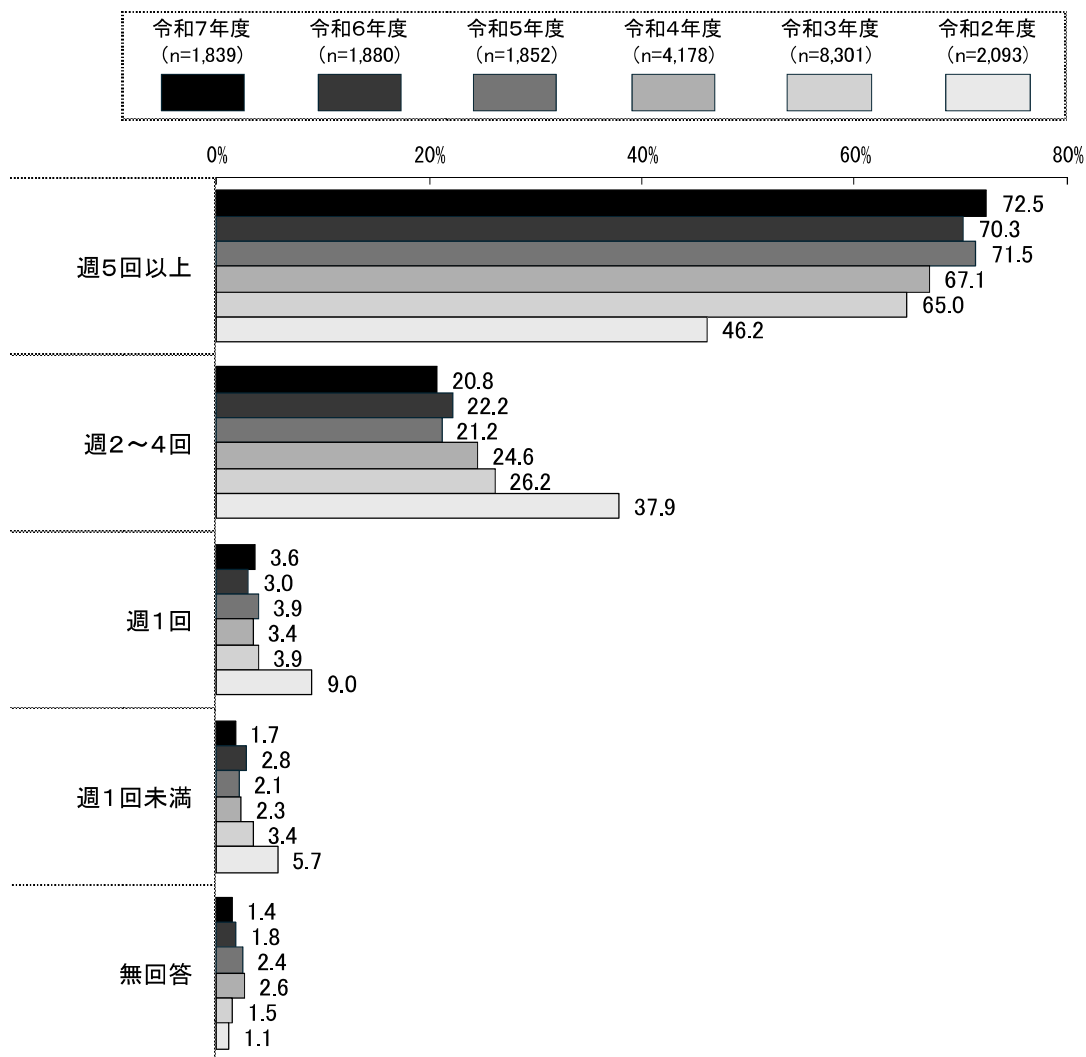
本項においては、過年度（令和2年度・令和3年度・令和4年度・令和5年度・令和6年度）の調査結果と比較ができる設問のうち、特に経年変化を追うことが必要な項目について、比較結果を掲載しています。

なお、設問の間番号や文言に関しては今回調査（令和7年度）のものであり、過年度調査と一致しているとは限りません。

（1）外出頻度

問5. 普段、あなたはどのくらいの頻度で外出していますか。

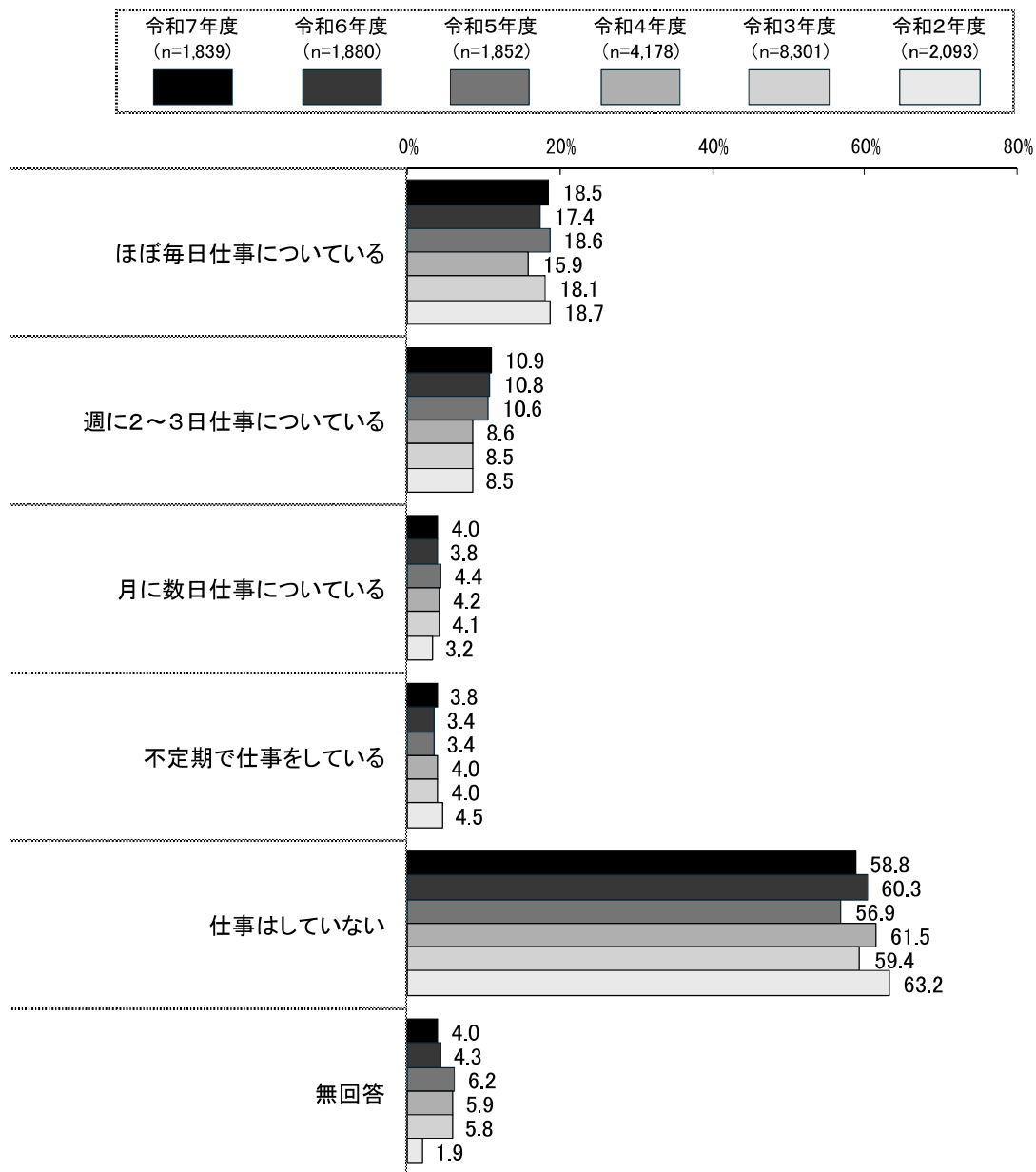
外出頻度の経年比較については、「週5回以上」の増加傾向が続いています。



(2) 就労状況

問 47. あなたは現在、収入を得る仕事をしていますか。

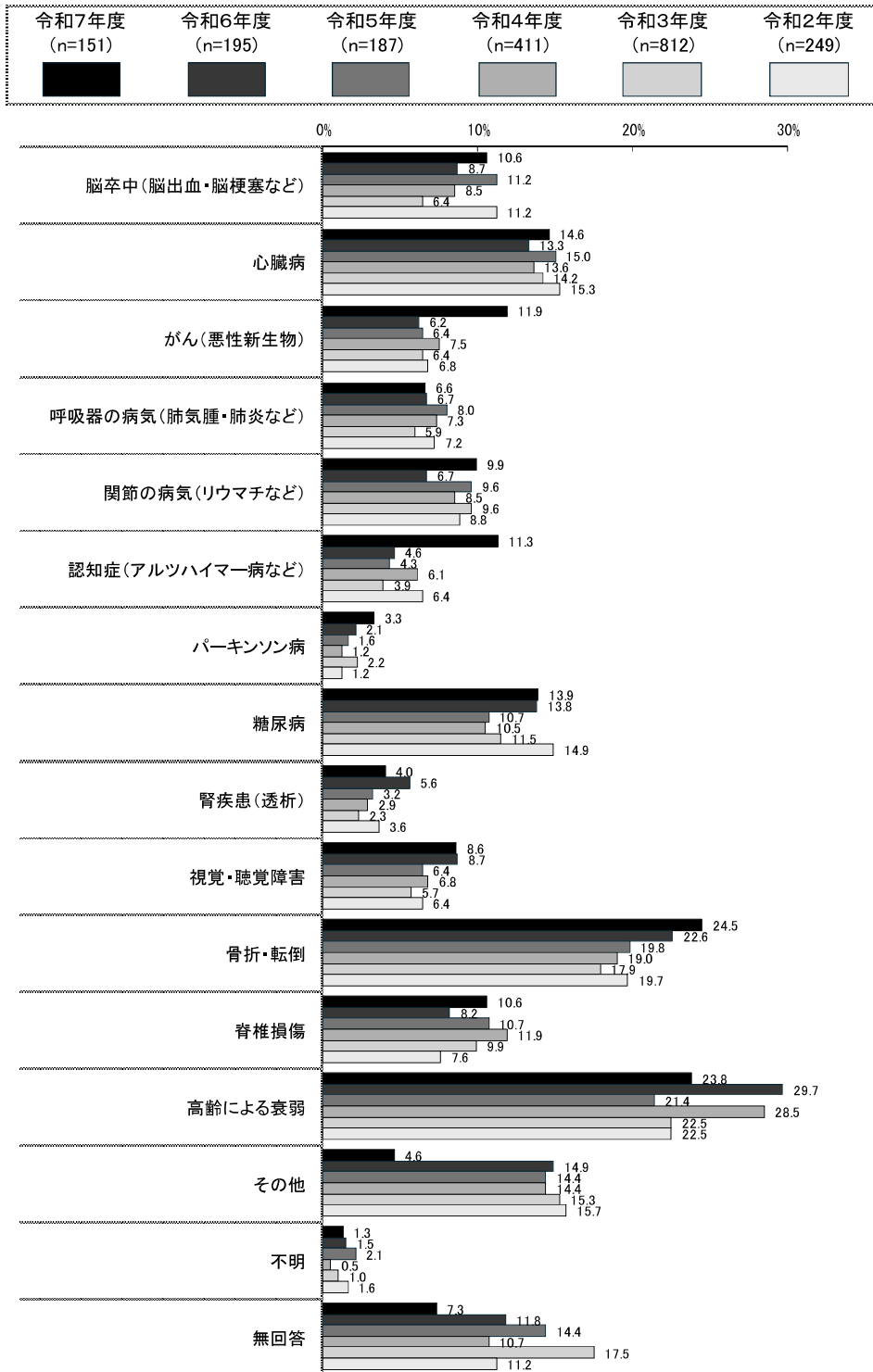
就労状況の経年比較については、過年度調査と今回調査において大きな変化はみられません
でした。



(3) 介護・介助が必要となった主な原因

問 64 で「介護・介助が必要ある」と回答した方にうかがいます。
 問 64-1. あなたが、介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。【複数回答】

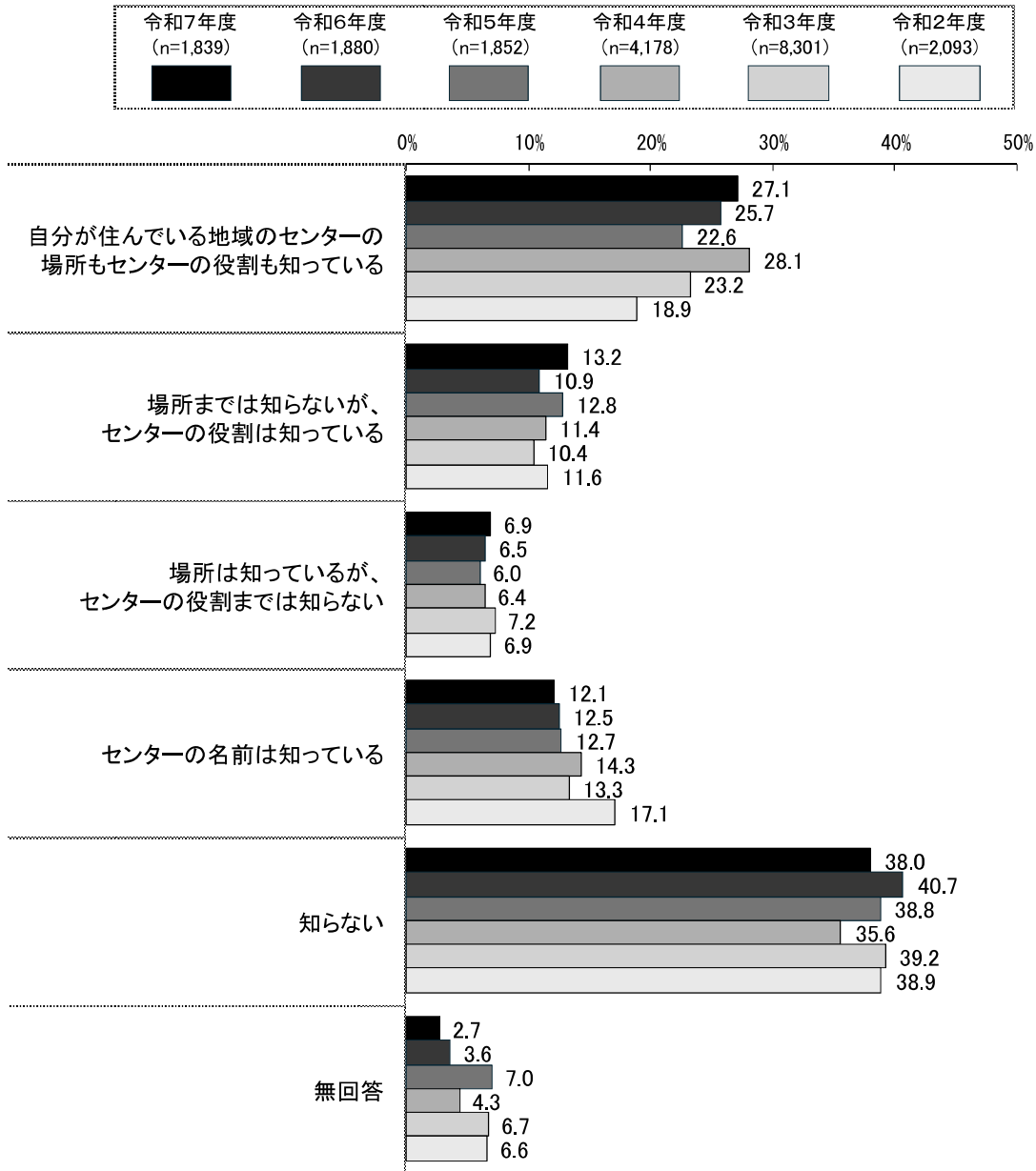
介護・介助が必要となった主な原因の経年調査については、「がん(悪性新生物)」「認知症(アルツハイマー病など)」が令和6年度に比べて大きく増加しています。



(4) 高齢者総合相談センターの認知

問 65. 豊島区では高齢者の心身の健康と生活の安定のための相談窓口として、区内8か所に高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）を設置しています。あなたは、高齢者総合相談センターを知っていますか。

高齢者総合相談センターの認知の経年比較については、過年度調査と今回調査において大きな変化はみられませんでした。



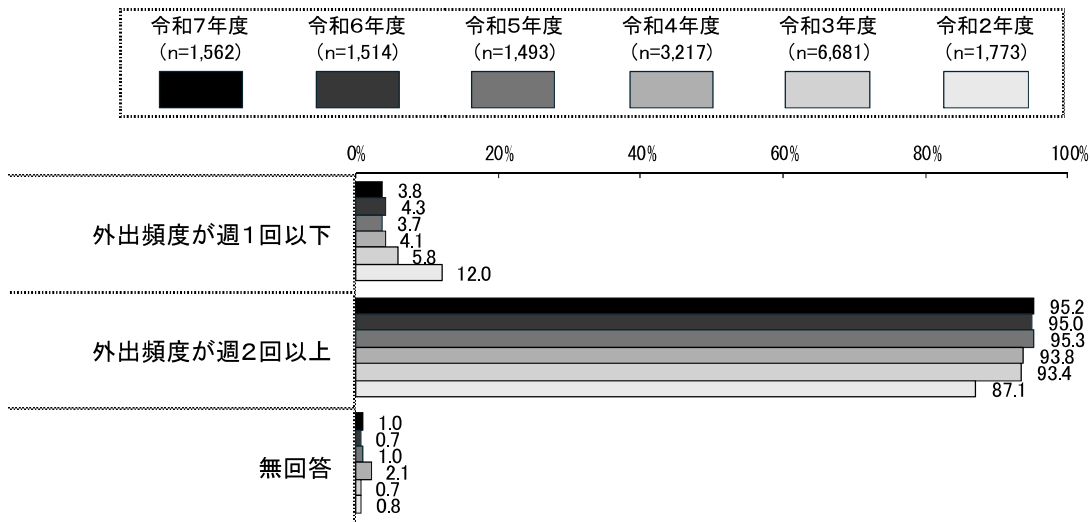
以下の設問では、「一般高齢者」および「総合事業対象者」の方を集計対象としています。

(5) 身体機能<認定者を除く>

問5. 普段、あなたはどのくらいの頻度で外出していますか。

外出頻度が週1回以下の方

外出頻度の経年比較については、令和4年度以降の過年度調査と今回調査において大きな変化はみられませんでした。

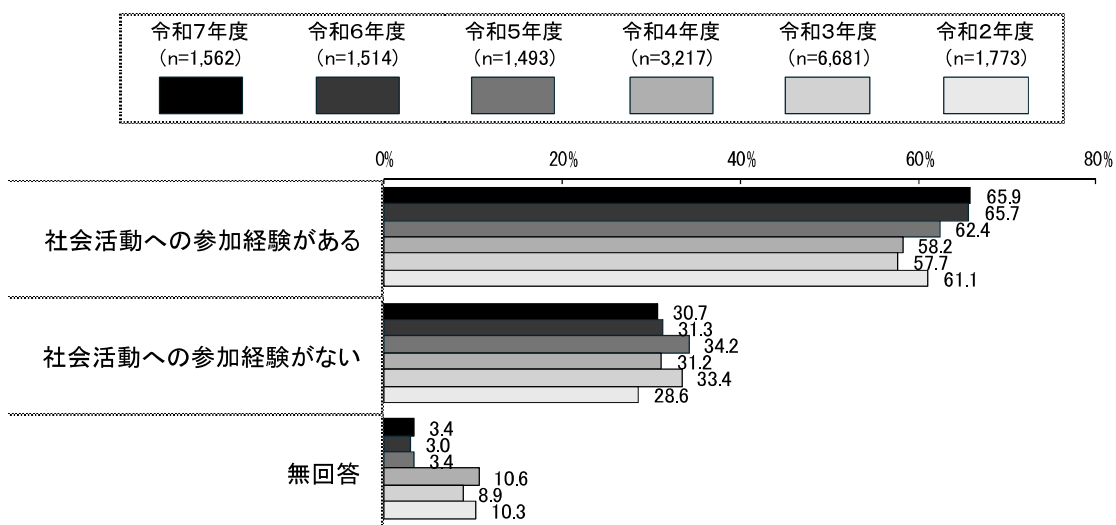


(6) 社会活動の参加頻度<認定者を除く>

問30. 以下のような社会活動にどのくらいの頻度で参加していますか。

過去1年間に社会活動に参加経験のある方

過去1年間に社会活動に参加経験のある方の経年比較については、「社会活動への参加経験がある」が令和3年度調査から増加傾向となっています。



※該当設問のa～hの社会活動において、いずれか一つでも「年に数回」以上を選択している方を『社会活動への参加経験がある』、すべてに「参加していない」と選択している方を『社会活動への参加経験がない』として集計しています。

14. 調査結果のまとめ

(1) 回答者の特徴について

- 性別は「女性」が 54.5%とやや高く、年齢は前期高齢者が 45.0%、後期高齢者が 53.2%となっており、後期高齢者の割合が多くなっています。(問 42、問 43)
- 家族構成については、「夫婦二人暮らし(配偶者は 65 歳以上)」の割合が 34.6%で最も高く、次いで「一人暮らし」(29.2%)となっており、高齢者総合相談センター圏域で見ると、「いけよんの郷」「アトリエ村」は「一人暮らし」の割合が最も高くなっています。一人暮らし以外の方で日中独居は「たまにある」の割合が 46.4%で最も高くなっています。(問 46、問 46-1)
- 認定状況については、「一般高齢者」の割合が 83.5%で最も高くなっています。「要支援 1」、「要支援 2」で現在介護保険サービスを利用している方は 53.4%、一度も利用していない方は 35.3%となっています。(問 62、問 62-1)

(2) 毎日の生活について

- 夕食の調達方法については、「食料品を買って自炊する」の割合が 69.2%で最も高く、次いで「家族等に作ってもらう」「惣菜・弁当を購入する」(同率 33.2%)、「外食をする」(18.8%)などの順になっています。(問 2)
- 外出の頻度については、「毎日 1 回以上」の割合が 48.9%で最も高く、次いで「週 5～6 回」(23.6%)、「週 2～4 回」(20.8%)などの順になっています。介護度別で見ると、「要支援 2」「総合事業対象者」は「週 2～4 回」の割合が最も高くなっています。(問 5)
- 外出を控えているかについては、「いいえ」が 82.4%で、「はい」(14.6%)を大きく上回っています。控えている理由については、「足腰などの痛み」の割合が 53.5%で最も高く、次いで「病気」(20.4%)、「外での楽しみがない」(20.1%)などの順になっています。(問 8、問 8-1)
- 「電車・バス・タクシー」を利用する際、月額どのくらいのお金を支出されているかについては、「1,000 円未満」の割合が 23.4%で最も高くなっています。また、現在の交通で不便だと感じることについては、「車内が混雑している」の割合が 25.3%で最も高く、次いで「タクシーがつかまらない」(21.5%)、「乗車料金が安い」(13.5%)などの順になっています。(問 10、問 11)

(3) 健康について

- 治療中、または後遺症のある病気については、「高血圧」の割合が 40.4%で最も高く、次いで「高脂血症(脂質異常)」(18.4%)、「目の病気」(15.9%)などの順になっています。(問 14)

- 認知症に関する相談窓口の認知については、「いいえ」が69.6%、「はい」が27.2%となっています。（問15g）

（4） ころについて

- 主観的幸福感については、「高得点群（7～10点）」の割合が70.1%で最も高く、次いで「中得点群（4～6点）」（24.3%）、「低得点群（0～3点）」（3.0%）の順になっています。（問22）

（5） 交流について

- 友人・知人と会う頻度については、「月に何度かある」の割合が26.8%で最も高く、次いで「週に何度かある」（23.7%）、「年に何度かある」（20.3%）などの順になっています。幸福度別でみると、“低得点群（0～3点）”は「ほとんどない」、「中得点群（4～6点）” “高得点群（7～10点）”は「月に何度かある」の割合が最も高くなっています。（問24）
- 周囲との助け合いについては、「そのような人はいない」は、心配事や愚痴を聞いてくれる人では7.9%、心配事や愚痴を聞いてあげる人では9.5%、看病や世話をしてくれる人では13.7%、看病や世話をしてあげる人では23.1%となっています。（問26a～d）
- 家族や友人・知人以外の相談相手については、「そのような人はいない」の割合が43.0%で最も高く、相談相手では「医師・歯科医師・看護師」（35.5%）が最も高くなっています。（問27）
- 地域の人からの役割の期待については、「まったく思わない」の割合が36.4%で最も高く、次いで「あまり思わない」（34.2%）、「やや思う」（15.7%）などの順になっています。（問28）
- 自分ができる手助けについては、「安否確認の声かけ」の割合が57.0%で最も高く、次いで「ちょっとした買い物」（33.5%）、「話し相手や相談相手」（29.9%）などの順になっています。介護度別で見ると、“要支援2”は「手助けはできない」の割合が最も高くなっています。（問29）
- 社会活動の参加については、「参加している」は「収入のある仕事」（29.5%）、「趣味関係のグループ」（27.9%）、「スポーツ関係のグループやクラブ」（23.4%）、「町会・自治会」（13.5%）などの順になっています。（問30a～h）
- 社会活動への参加者としての参加意向については、「参加してもよい」の割合が51.7%で最も高く、次いで「参加したくない」（34.3%）、「是非参加したい」（6.6%）などの順になっています。各リスク判定でみると、運動器・閉じこもり・IADLの該当者は「参加したくない」の割合が最も高くなっています。（問31）

(6) 災害時及び事故対策について

- 緊急時における単独避難の可否については、「できる」の割合が77.5%で最も高くなっています。介護度別でみると、“要支援2”は「できない」の割合が最も高くなっています。
(問33)
- 単独避難が「できない」「わからない」と回答した方で、避難に際して手助けを求められる人については、「いる」が48.7%で、「いない」(40.3%)を上回っています。高齢者総合相談センター圏域でみると、“菊かおる園”“中央”は「いない」の割合が「いる」を上回ります。(問33-1)
- ヒートショックの認知については、「知っている」の割合が94.8%で、「知らない」(3.9%)を大きく上回っています。入浴時の事故を防ぐためにしている対策については、「シャワーでお湯を溜めたり、ふたを開けておくなどで、浴室全体を暖めている」の割合が51.2%で最も高く、次いで「脱衣所を暖めている」(39.4%)、「浴室に手すりを付けている」(36.8%)などの順になっています。(問37、問38)
- 熱中症の症状の認知については、「めまい・立ちくらみ」の割合が71.6%で最も高く、次いで「吐き気・嘔吐」(53.5%)、「身体が熱い」(49.8%)などの順になっています。また、熱中症を防ぐための対策については、「エアコン・扇風機の使用」の割合が89.7%で最も高く、次いで「こまめに水分補給を行う」(83.1%)、「外出時の対策グッズ(日傘・帽子等)活用」(68.4%)などの順になっています。介護度別でみると、“要支援2”は「こまめに水分補給を行う」の割合が最も高くなっています。(問40、問41)

(7) 介護予防・介護について

- フレイルの認知については、「どのような状態か知っている」の割合が46.9%で最も高く、次いで「知らない」(28.7%)、「言葉は聞いたことがあるが内容は知らない」(22.0%)の順になっています。(問51)
- 認知症に対するイメージについては、「認知症になっても、医療・介護などのサポートを利用しながら、今まで暮らしてきた地域で生活していける」の割合が40.0%で最も高く、次いで「認知症になると、身の回りのことができなくなり、介護施設に入ってサポートを利用することが必要になる」(23.2%)などの順となっています。介護度別でみると、“総合事業対象者”は「認知症になっても、できないことを自ら工夫して補いながら、今まで暮らしてきた地域で、今までどおり自立的に生活できる」の割合が最も高くなっています。
(問53)
- 認知症について思うことについては、「認知症のことは気軽に人に話し、自ら『早期受診・相談』をすることで、医療や福祉などの社会資源やサービスにつながり、暮らしやすくなる」の割合が53.5%で最も高く、次いで「認知症になっても『本人の意思』を聞きながら決めることが大切である」(48.3%)などの順となっています。介護度別でみると、“要支援2”は「認知症になっても『わかること・できること』が豊富にある」が最も高くなっています。(問54)

- 健康や介護・認知症予防のための活動内容については、「口の中を清潔にしている（歯磨き、うがいなど）」の割合が 71.1%で最も高く、次いで「定期的に健康診断を受けたり、かかりつけの医師（主治医）に診てもらっている」（63.9%）、「ウォーキングや体操などの運動に取り組んでいる」（54.8%）などの順になっています。（問 55）
- 運動する頻度については、全体では「週 5 日以上」の割合が 22.7%で最も高く、次いで「週 3～4 日」（21.6%）、「月 1 日未満／まったく運動していない」（21.0%）などの順になっています。（問 56）
- 在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスについては、「特になし」の割合が 39.3%で最も高く、次いで「配食（食事の提供）」（28.9%）、「掃除・洗濯」（27.1%）、「見守り、声かけ」（22.8%）などの順になっています。介護度別でみると、“一般高齢者”“総合事業対象者”は「特になし」、「要支援 1」「要支援 2」は「掃除・洗濯」の割合が最も高くなっています。（問 58）
- 今後利用したい見守りサービスについては、「見守りは必要としない」の割合が 35.8%で最も高く、次いで「高齢者総合相談センターなどの公的機関による見守り」（35.4%）、「民生委員や高齢者クラブなどの近隣住民による見守り」（16.4%）などの順になっています。高齢者総合相談センター圏域でみると、“菊かおる園”“いけよんの郷”“ふくろうの杜”“西部”は「高齢者総合相談センターなどの公的機関による見守り」の割合が最も高くなっています。（問 59）
- 介護を受けたい場所については、「自宅」の割合が 43.7%で最も高く、次いで「介護施設」（26.2%）、「わからない」（13.6%）などの順になっています。（問 60）
- 人生の最期を迎える場所の希望については、「自宅」の割合が 41.7%で最も高く、次いで「わからない」（16.9%）、「病院」（15.6%）などの順になっています。（問 61）
- 介護・介助が必要となった主な原因については、「骨折・転倒」の割合が 24.5%で最も高く、次いで「高齢による衰弱」（23.8%）、「心臓病」（14.6%）などの順になっています。（問 64-1）
- 主な介護・介助者については、「配偶者（夫・妻）」の割合が 34.4%で最も高く、次いで「娘」（31.3%）、「介護サービスのヘルパー」（21.9%）などの順になっています。（問 64-2）
- 高齢者総合相談センターの認知については、「知らない」の割合が 38.0%で最も高く、次いで「自分が住んでいる地域のセンターの場所もセンターの役割も知っている」（27.1%）、「場所までは知らないが、センターの役割は知っている」（13.2%）などの順になっています。高齢者総合相談センター圏域でみると、“ふくろうの杜”“西部”は「自分が住んでいる地域のセンターの場所もセンターの役割も知っている」の割合が最も高くなっています。（問 65）

（8）基本チェックリストによる判定について

- それぞれのリスク該当者は、ロコモリスク判定が 43.8%、運動器リスク判定が 9.3%、転倒リスク判定が 28.8%、閉じこもりリスク判定が 5.3%、低栄養リスク判定が 1.9%、口腔

機能リスク判定が 22.1%、認知機能リスク判定が 32.0%、うつ傾向リスク判定が 37.1%、IADLリスク判定が 4.9%となっています。

- ロコモリスク該当者のリスク項目では、階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかについて「できない」が 25.7%、15 分位続けて歩いているかについて「できない」が 8.7%、日常生活における困難について「片脚立ちで靴下がはけない」の割合が 80.1%で最も高くなっています。（問 1 f、問 1 h、問 12）
- 運動器リスク該当者のリスク項目では、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るかについて「できない」が 68.4%、過去 1 年間に転んだ経験があるかについて「ある」が 74.3%、転倒に対する不安は大きいかについて「不安である」が 96.5%となっています。（問 1 g、問 3、問 4）
- 低栄養リスク該当者のリスク項目では、「低体重（BMI 18.5 未満）」が 97.1%、この 6 か月間で、2～3 kg 以上の体重減少があるかについて「はい」が 100.0%となっています。（問 18、問 17 e）
- 口腔機能リスク該当者のリスク項目では、半年前に比べて固い物が食べにくいについて「はい」が 68.3%、お茶や汁物などでむせるかについて「はい」が 79.9%、口の渇きが気になるかについて「81.8%」となっています。（問 17 a～c）
- うつ傾向リスク該当者のリスク項目では、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになることがあるかについて「はい」が 88.3%、どうしても物事に対して興味がわからない、あるいは心から楽しめない感じがよくあるかについて「はい」が 54.0%となっています。（問 23 a、b）
- IADLリスク該当者のリスク項目では、バスや電車を使って 1 人で外出しているかについて「できない」が 53.3%、自分で食品・日用品の買い物をしているかについて「できない」が 37.8%、自分で食事の用意をしているかについて「できない」が 66.7%、自分で請求書の支払いをしているかについて「できない」が 37.8%、自分で預貯金の出し入れをしているかについて「できない」が 32.2%となっています。（問 1 a～e）

Ⅲ. 調査票

令和7年度

豊島区 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査のお願い

ご協力をお願い

日頃より、豊島区政にご理解・ご協力をいただき誠に感謝申し上げます。

豊島区では「高齢者福祉計画・介護保険事業計画」の策定等に関し、高齢者の生活状況に関する調査を毎年実施しております。

この調査票は、区内在住の65歳以上の方（要介護認定を受けている方を除く）の中から無作為に抽出した3,000名の方へ送付しております。

質問が多く大変お手数をおかけしますが、本調査の趣旨をご理解いただき、ご協力の程お願い申し上げます。

（本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省が管理する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。これについて、本調査票の返送を持って同意したものと取扱いさせていただきます。）

令和7年12月 豊島区 福祉部 高齢者福祉課

記入上の注意

1. 濃い鉛筆または黒のボールペンで記入してください。
2. ○印は、番号を囲むように濃くつけてください。（例：①・2・3）
3. 「その他」を選択された場合は（ ）内に具体的内容を記入してください。
4. 本調査票には、氏名や住所などは書かないでください。
（返信用封筒にも、何も書かないでください。）
5. ご記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒（切手不要）に封入し、**令和8年1月9日（金）【必着】まで**にご返送（投函）ください。
6. 本調査は、任意調査です。調査に関するお問合せは、下記の担当まで。

【調査に関するお問合せ】

※電話の際は、「ニーズ調査の質問」と申し付けください。

豊島区 福祉部 高齢者福祉課 介護予防・認知症対策グループ

電話：03-4566-2434（直通）

問3. 過去1年間に転んだ経験がありますか。[○は1つ]

- | | | |
|----------|---------|-------------|
| 1. 何度もある | 2. 1度ある | 3. ない → 問4へ |
|----------|---------|-------------|

問3-1. 問3で「1」または「2」に○をつけた方にうかがいます。

転倒の理由は何ですか。[○はいくつでも]

- | | |
|---------------------|--------------------------------|
| 1. 病気 (まひやしびれ、痛みなど) | 5. 室内の環境
(段差、手すり無し、電気コードなど) |
| 2. 薬の副作用によるふらつき | 6. 室外の環境 (段差、縁石など) |
| 3. 視力低下 | 7. その他 () |
| 4. 加齢による筋力低下 | |

【全員の方へ】

問4. 転倒に対する不安は大きいですか。[○は1つ]

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. とても不安である | 3. あまり不安でない |
| 2. やや不安である | 4. 不安でない |

問5. 普段、あなたはどのくらいの頻度で外出していますか。[○は1つ]

- | | |
|-----------|----------|
| 1. 毎日1回以上 | 4. 週1回 |
| 2. 週5～6回 | 5. 週1回未満 |
| 3. 週2～4回 | |

問6. 「区内」で、あなたの普段の外出先はどこですか。[○はいくつでも]

- | |
|---------------------------|
| 1. スーパー・コンビニなど |
| 2. 飲食店 |
| 3. 高齢者施設 (デイサービス、老人ホームなど) |
| 4. 家族、親戚、友人宅 |
| 5. 病院・薬局 |
| 6. スポーツ関連施設 |
| 7. 区施設 (区民ひろば、介護予防センターなど) |
| 8. 図書館 |
| 9. 勤め先 (職場など) |
| 10. 入浴施設 (銭湯など) |
| 11. 文化・芸術施設 (映画、演劇など) |
| 12. その他 () |

問7. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。[○は1つ]

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. とても減っている | 3. あまり減っていない |
| 2. 減っている | 4. 減っていない |

問8. 外出を控えていますか。[○は1つ]

- | | |
|-------|--------------|
| 1. はい | 2. いいえ → 問9へ |
|-------|--------------|

問8-1. 問8で「1」に○をつけた方にうかがいます。

外出を控えている理由は何ですか。[○はいくつでも]

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 病気 | 7. 外での楽しみがない |
| 2. 障害（脳卒中の後遺症など） | 8. 経済的に出られない |
| 3. 足腰などの痛み | 9. 交通手段がない |
| 4. トイレの心配（失禁など） | 10. 新型コロナウイルス感染症 |
| 5. 耳の障害（聞こえの問題など） | 11. その他 |
| 6. 目の障害 | () |

【全員の方へ】

問9. 外出する際の交通手段は何ですか。[○はいくつでも]

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 徒歩 | 8. 病院や施設のバス |
| 2. 自転車 | 9. 車いす |
| 3. バイク | 10. 電動いす（カート） |
| 4. 自動車（自分で運転） | 11. 歩行器・シルバーカー |
| 5. 自動車（人に乗せてもらう） | 12. タクシー |
| 6. 電車 | 13. その他 |
| 7. 路線バス | () |

問10. 「電車・バス・タクシー」を利用する際、月額どれくらいのお金を支出されていますか。（シルバーバスの購入代は除きます。）[○は1つ]

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 1,000円未満 | 4. 3,000円～4,000円未満 |
| 2. 1,000円～2,000円未満 | 5. 4,000円～5,000円未満 |
| 3. 2,000円～3,000円未満 | 6. 5,000円以上 |

問11. 現在の交通で不便だと感じることを教えてください。[○はいくつでも]

（高齢者の区内の交通に関する認識・要望を把握し、区の高齢者及び交通施策の推進に活用するため質問させていただきます。）

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. 自宅から駅またはバス停までが遠い | 6. 車内が混雑している |
| 2. タクシーがつかまらない | 7. バリアフリーになっていない |
| 3. 電車またはバスの本数が少ない | 8. 乗り場、乗り方の案内がわかりづらい |
| 4. 駅またはバス停が目的地の近くにない | 9. 乗車料金が高い |
| 5. 乗り換えに時間がかかる | 10. その他 () |

問12. あなたは、次の中であてはまるものはありますか。【〇はいくつでも】

- | |
|--|
| 1. 片脚立ちで靴下がはけない |
| 2. 家の中でつまずいたり、すべったりする |
| 3. 家のやや重い仕事（掃除など）が困難である |
| 4. 2kg程度（1Lの牛乳パック2個程度）の買い物をして持ち帰るのが困難である |
| 5. 横断歩道を青信号で渡りきれない |
| 6. 上記1～5のような状況はない |

●健康について●

問13. 現在の、あなたの健康状態はいかがですか。【〇は1つ】

- | | |
|----------|------------|
| 1. とてもよい | 3. あまりよくない |
| 2. まあよい | 4. よくない |

問14. 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。【〇はいくつでも】

- | | |
|--------------------------|---------------------|
| 1. ない | 11. 外傷（転倒・骨折など） |
| 2. 高血圧 | 12. がん（悪性新生物） |
| 3. 脳卒中（脳出血・脳梗塞など） | 13. 血液・免疫の病気 |
| 4. 心臓病 | 14. うつ病 |
| 5. 糖尿病 | 15. 認知症（アルツハイマー病など） |
| 6. 高脂血症（脂質異常） | 16. パーキンソン病 |
| 7. 呼吸器の病気（肺炎や気管支炎など） | 17. 目の病気 |
| 8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気 | 18. 耳の病気 |
| 9. 腎臓・前立腺の病気 | 19. その他（ ） |
| 10. 筋骨格の病気（骨粗しょう症、関節症など） | |

問15. 次の質問について、あてはまる番号に〇をつけてください。【〇は1つずつ】

a	かかりつけ医はいますか。	1. いる	2. いない
b	かかりつけ歯科医はいますか。	1. いる	2. いない
c	かかりつけ薬局はありますか。	1. ある	2. ない
d	物忘れが多いと感じますか。	1. はい	2. いいえ
e	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
f	あなた自身に認知症の症状がある、また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
g	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

●お口の健康や普段のお食事について●

問 16. 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。[○は1つ]
(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。)

- | |
|--------------------------|
| 1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用 |
| 2. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯の利用なし |
| 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、かつ入れ歯の利用なし |

問 17. 次の質問について、「はい」または「いいえ」に○をつけてください。
[○は1つずつ]

a	半年前に比べて固い物が食べにくくなりましたか。	1. はい	2. いいえ
b	お茶や汁物などでむせることがありますか。	1. はい	2. いいえ
c	口の渇きが気になりますか。	1. はい	2. いいえ
d	歯磨き(人にやってもらう場合を含む)を毎日していますか。	1. はい	2. いいえ
e	この6か月間で、2～3kg以上の体重減少がありましたか。	1. はい	2. いいえ

問 18. 現在の身長と体重を教えてください。[それぞれ右づめで数字を記入]

身長 cm 体重 kg

問 19. どなたかと食事をとにもする機会がありますか。[○は1つ]

- | | |
|------------|------------|
| 1. 毎日ある | 4. 年に何度かある |
| 2. 週に何度かある | 5. ほとんどない |
| 3. 月に何度かある | |

●その他の生活習慣について●

問 20. あなたは、タバコを吸っていますか。[○は1つ]

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. ほぼ毎日吸っている | 3. 吸っていたがやめた |
| 2. 時々吸っている | 4. もともと吸っていない |

問 21. 趣味はありますか。[○は1つ]

- | |
|--------------------|
| 1. 趣味あり(内容: _____) |
| 2. 思いつかない |

●**こころについて**●

問 22. あなたは、現在どの程度幸せですか。[○は1つ]

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、あてはまる点数を○で囲んでください)



問 23. 最近1か月のあなたのこころの状態に最も近い番号をお答えください。

[○は1つずつ]

a	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
b	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

●**交流について**●

問 24. あなたが、友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。[○は1つ]

1. 毎日ある	4. 年に何度かある
2. 週に何度かある	5. ほとんどない
3. 月に何度かある	

問 25. よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。[○はいくつでも]

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

問 26. 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。

a～dの相手としてあてはまる番号に○をつけてください。[○はいくつでも]

		同 の子 も	属 の子 も	隣 隣	隣	友 友	の 他	な 人	
a	あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人	1	2	3	4	5	6	7	8
b	反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人	1	2	3	4	5	6	7	8
c	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	1	2	3	4	5	6	7	8
d	反対に、看病や世話をしてあげる人	1	2	3	4	5	6	7	8

問 27. あなたの家族や友人・知人以外で、何かあったときの相談先を教えてください。
 [〇はいくつでも]

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 自治会・町会 | 6. 医師・歯科医師・看護師 |
| 2. 高齢者クラブ | 7. 高齢者総合相談センター・区役所 |
| 3. 社会福祉協議会 | 8. その他 () |
| 4. 民生委員 | 9. そのような人はいない |
| 5. ケアマネジャー | |

問 28. あなたは、お住まいの地域の人から何らかの役割を期待されたり、頼りにされていると思いますか。(自分なりにできること、会・グループでの役割、隣近所のちょっとしたこと、お手伝いやお願い事などを含みます。)[〇は1つ]

- | | |
|---------|-------------|
| 1. 思う | 3. あまり思わない |
| 2. やや思う | 4. まったく思わない |

問 29. ご近所に手助けを必要とする方がいる場合に、あなたはどんな手助けができますか。[〇はいくつでも]

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 1. 安否確認の声かけ | 10. 家具や家電など大きな物の移動 |
| 2. ちょっとした買い物 | 11. 話し相手や相談相手 |
| 3. 日々のゴミ出し | 12. 通いの場の運営の手伝い |
| 4. 食事作りや掃除・洗濯の手伝い | 13. 身近な所での活動やイベントへのお誘い |
| 5. 食事の提供(会食・配食など) | 14. 書類や手紙の代筆や代読 |
| 6. 病院への移動や院内での付き添い | 15. PC やスマホの使い方の支援 |
| 7. 趣味活動や散歩、買い物などの付き添い | 16. その他 () |
| 8. 草取りや庭木の水やり | 17. 手助けはできない |
| 9. 電球交換や簡単な大工仕事 | |

問 30. 以下のような社会活動にどのくらいの頻度で参加していますか。【○は1つずつ】

参加していない集まりは、「6」に○をつけてください		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
a	ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
b	スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
c	趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
d	学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
e	介護予防のための通いの場 (としまる体操グループ・ 介護予防サロン・区民ひろばなど)	1	2	3	4	5	6
f	高齢者クラブ	1	2	3	4	5	6
g	町会・自治会	1	2	3	4	5	6
h	収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

問 31. 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味など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。【○は1つ】

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 是非参加したい | 3. 参加したくない |
| 2. 参加してもよい | 4. 既に参加している |

問 32. 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味など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。【○は1つ】

- | | |
|------------|-------------|
| 1. 是非参加したい | 3. 参加したくない |
| 2. 参加してもよい | 4. 既に参加している |

●災害時及び事故対策について●

問 33. あなたは災害時(台風や地震など)や火災などの緊急時に、一人で避難することができますか。【○は1つ】

- | | | |
|---------------|---------|----------|
| 1. できる → 問34へ | 2. できない | 3. わからない |
|---------------|---------|----------|

問 33-1. 問 33 で2または3に○をつけた方にうかがいます。
避難に際して手助けを頼める人はいますか。【○は1つ】

- | | |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

【全員の方へ】

問 34. あなたは、転倒防止のためにご家庭の整理整頓を行っていますか。[○は1つ]

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

問 35. 冬の寒い日、浴槽のお湯の温度を何度くらいにしていますか。[○は1つ]

- | | | |
|-----------|-----------|----------|
| 1. 39度以下 | 3. 42~43度 | 5. わからない |
| 2. 40~41度 | 4. 44度以上 | |

問 36. 冬の寒い日、あなたは浴槽（湯舟）に何分くらい入りますか。[○は1つ]

- | | | |
|----------|------------|----------|
| 1. 5分以下 | 3. 15分以下 | 5. わからない |
| 2. 10分以下 | 4. 15分より長い | |

問 37. あなたは、冬場の入浴の際などに、ヒートショック※により意識を失い、時には死亡につながるような重篤な事故が増えることを知っていますか。[○は1つ]

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

※ヒートショックとは急激な温度の変化により身体がダメージを受けることをいいます。

問 38. あなたは、入浴時の事故を防ぐために何か対策をしていますか。
[○はいくつでも]

- | |
|--|
| 1. 脱衣所を暖めている |
| 2. シャワーでお湯を溜めたり、ふたを開けておくなどで、浴室全体を暖めている |
| 3. のぼせないようにぬるめのお湯に入り、長湯を避けている |
| 4. 浴室に手すりを付けている |
| 5. 風呂場の床にスノコやマットを敷いている |
| 6. 同居の方に声をかけてから入浴している |
| 7. 特に何もしていない |
| 8. その他 () |

問 39. あなたは、以下の状況で入浴をしますか。[○はいくつでも]

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1. 食事直後に、入浴する | 4. 浴槽から急に立ち上がる |
| 2. 飲酒直後に、入浴する | 5. 入浴することを家族に伝えている |
| 3. 薬を飲んだ直後に、入浴する | 6. どれにもあてはまらない |

【全員の方へ】

問 34. あなたは、転倒防止のためにご家庭の整理整頓を行っていますか。[○は1つ]

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

問 35. 冬の寒い日、浴槽のお湯の温度を何度くらいにしていますか。[○は1つ]

- | | | |
|-----------|-----------|----------|
| 1. 39度以下 | 3. 42~43度 | 5. わからない |
| 2. 40~41度 | 4. 44度以上 | |

問 36. 冬の寒い日、あなたは浴槽（湯舟）に何分くらい入りますか。[○は1つ]

- | | | |
|----------|------------|----------|
| 1. 5分以下 | 3. 15分以下 | 5. わからない |
| 2. 10分以下 | 4. 15分より長い | |

問 37. あなたは、冬場の入浴の際などに、ヒートショック※により意識を失い、時には死亡につながるような重篤な事故が増えることを知っていますか。[○は1つ]

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

※ヒートショックとは急激な温度の変化により身体がダメージを受けることをいいます。

問 38. あなたは、入浴時の事故を防ぐために何か対策をしていますか。
[○はいくつでも]

- | |
|--|
| 1. 脱衣所を暖めている |
| 2. シャワーでお湯を溜めたり、ふたを開けておくなどで、浴室全体を暖めている |
| 3. のぼせないようにぬるめのお湯に入り、長湯を避けている |
| 4. 浴室に手すりを付けている |
| 5. 風呂場の床にスノコやマットを敷いている |
| 6. 同居の方に声をかけてから入浴している |
| 7. 特に何もしていない |
| 8. その他 () |

問 39. あなたは、以下の状況で入浴をしますか。[○はいくつでも]

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1. 食事直後に、入浴する | 4. 浴槽から急に立ち上がる |
| 2. 飲酒直後に、入浴する | 5. 入浴することを家族に伝えている |
| 3. 薬を飲んだ直後に、入浴する | 6. どれにもあてはまらない |

問 50. あなたがスマートフォンの機能の中で操作ができるものはどれですか。
[〇はいくつでも]

1. 電話
2. メール
3. インターネット (Google 等) を利用しての検索
4. メッセージアプリ (LINE 等) を使用してのメッセージのやり取り
5. 2次元コードの読み取り
6. カメラ機能
7. WEB 会議システム (ZOOM 等) を利用してのオンラインビデオ会議
8. SNS (X、Facebook 等) を利用してのメッセージ投稿や閲覧
9. Wi-Fi (無線 LAN) への接続
10. アプリのダウンロード
11. 上記すべて操作できない

●介護予防・生活支援について●

問 51. あなたは、フレイル※という状態についてご存じですか。[〇は1つ]

1. どのような状態か知っている
2. 言葉は聞いたことがあるが内容は知らない
3. 知らない

※「フレイル」(虚弱)とは、「健康」と「要介護」状態の間の時期にあるとされ、心身の活力が低下してきた状態です。

問 52. あなたは、フレイルチェック※についてどうお考えですか。[〇は1つ]

1. 受けたことがないため、受けてみたい
2. 以前受けたことがあるが、また受けてみたい
3. 以前受けたことがあるが、今後受けるつもりはない
4. 受けたことがないし、今後も受けるつもりはない

※「フレイルチェック」とは、要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の区民に対して、フレイルに関する質問や測定(滑舌・握力・手足の筋肉量等)を行い、自分の心身・フレイルの状態を確認する測定会です。豊島区では介護予防センターや区民ひろばなどで実施しております。

問 56. 現在、あなたはどのくらいの頻度で運動をしていますか。【〇は1つ】

- | | |
|----------|----------------------|
| 1. 週5日以上 | 4. 週1日 |
| 2. 週3～4日 | 5. 月1～3日 |
| 3. 週2日 | 6. 月1日未満/まったく運動していない |

問 57. あなたが、趣味や私的活動・交流として実施していることはありますか。
【〇はいくつでも】

- | |
|-----------------------------------|
| 1. 図書館・公園などの身近な施設へ出かけること |
| 2. 近所に買い物に出かけること |
| 3. 国内旅行や海外旅行に行くこと |
| 4. 自分の好きな俳優や劇団などのショーやコンサートに出かけること |
| 5. 野球や相撲などスポーツを観戦すること |
| 6. ジムやフィットネスクラブなどで、体を動かすこと |
| 7. 囲碁や書道、音楽、絵画、語学など趣味を楽しむこと |
| 8. みんなと一緒に食事をしたり、食事を作ったりして楽しむこと |
| 9. 子どもや孫など家族と一緒に過ごすこと |
| 10. その他 () |

問 58. あなたが、在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービスは何ですか。
【〇はいくつでも】

- | | |
|---------------------|------------------------|
| 1. 配食（食事の提供） | 7. 移送サービス（介護・福祉タクシーなど） |
| 2. 調理 | 8. 見守り、声かけ |
| 3. 掃除・洗濯 | 9. サロンなどの定期的な通いの場 |
| 4. 買い物（宅配は含まない） | 10. 入浴 |
| 5. ゴミ出し | 11. その他 () |
| 6. 外出への同行（通院、買い物など） | 12. 特になし |

問 59. 今後、利用したい見守りサービスは何ですか。（現在、見守りサービスを利用している方は、その内容を回答してください。）【〇はいくつでも】

- | |
|-----------------------------------|
| 1. 高齢者総合相談センターなどの公的機関による見守り |
| 2. 民生委員や高齢者クラブなどの近隣住民による見守り |
| 3. 町会や区と見守り協定を締結した事業者による生活の中での見守り |
| 4. 警備会社の職員などによる民間サービスを活用した見守り |
| 5. ウェブカメラや人を感知するセンサーなどの機器を活用した見守り |
| 6. 見守りは必要としない |

問 60. あなたは、介護が必要になったとき、または今よりも重くなったとき、どこで介護を受けたいですか。[○は1つ]

1. 自宅	4. どこでもよい
2. 介護施設	5. その他 ()
3. 病院	6. わからない

問 61. あなたは、人生の最期を迎える場所としてどこを希望しますか。[○は1つ]

1. 自宅	4. どこでもよい
2. 介護施設	5. その他 ()
3. 病院	6. わからない

●介護について●

問 62. あなたの状態（令和7年12月10日現在）をお教えてください。[○は1つ]

1. 要支援者を除く介護予防・日常生活支援総合事業対象者※	
2. 要支援1	➡ 問62-1へ
3. 要支援2	
4. 1～3以外の介護認定を受けていない一般高齢者 → 問63へ	

※介護予防・日常生活支援総合事業対象者：「介護保険被保険者証」の要介護状態区分等に『事業対象者』と記載されている方

問 62-1. 問62で「2」または「3」に○をつけた方にかがいます。

現在、あなたは介護保険のサービスを利用していますか。[○は1つ]

1. 現在、利用している
2. 過去に利用したことはある
3. 一度も利用していない

【全員の方へ】

問 63. 新たに在宅で介護保険サービスを利用するには、認定申請をしてから介護事業者（ケアマネジャー等）と個別に契約が必要になることを知っていますか。
[○は1つ]

1. 要介護（要支援）認定申請が必要なことも、介護事業者との契約が必要なことも知っている
2. 要介護（要支援）認定申請が必要なことは知っているが、介護事業者との契約が必要なことは知らない
3. 要介護（要支援）認定申請が必要なことは知らないが、介護事業者との契約が必要なことは知っている
4. 要介護（要支援）認定申請が必要なことも、介護事業者との契約が必要なことも知らない

問 64. あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。[○は1つ]

1. 介護・介助は必要ない → 問 65 へ
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)

↓ 問 64-1 へ (※選択肢3を選択した方は問 64-2 もご回答ください)

問 64-1. 問 64 で「2」または「3」に○をつけた方にかがいます。

あなたが、介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。[○はいくつでも]

- | | |
|-------------------------|-------------|
| 1. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞など) | 9. 腎疾患 (透析) |
| 2. 心臓病 | 10. 視覚・聴覚障害 |
| 3. がん (悪性新生物) | 11. 骨折・転倒 |
| 4. 呼吸器の病気 (肺炎・肺気腫・肺炎など) | 12. 脊椎損傷 |
| 5. 関節の病気 (リウマチなど) | 13. 高齢による衰弱 |
| 6. 認知症 (アルツハイマー病など) | 14. その他 () |
| 7. パーキンソン病 | 15. 不明 |
| 8. 糖尿病 | |

問 64-2. 問 64 で「3」に○をつけた方にかがいます。

あなたは、主にどなたの介護・介助を受けていますか。[○はいくつでも]

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

【全員の方へ】

問 65. 豊島区では高齢者の心身の健康と生活の安定のための相談窓口として、区内8か所に高齢者総合相談センター（地域包括支援センター）を設置しています。あなたは、高齢者総合相談センターを知っていますか。[○は1つ]

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. 自分が住んでいる地域のセンターの場所もセンターの役割も知っている2. 場所までは知らないが、センターの役割は知っている3. 場所は知っているが、センターの役割までは知らない4. センターの名前は知っている5. 知らない |
|--|

問 66. 最後に、介護予防や介護保険に関するご意見やご要望がございましたら、ご自由にお書きください。（個人が特定される文言等は記載しないでください。）

質問は以上でおわりです。ご協力ありがとうございました。

調査票を同封の返信用封筒に入れて、**令和8年1月9日（金）【必着】**までに返送（投函）してください。

※切手を貼る必要はありません。

※返信用封筒には、「氏名・住所」など、個人情報~~が~~特定される事項は書かないでください。

令和7年度
介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
報告書

発行日 令和8年3月
発行 豊島区役所 福祉部 高齢者福祉課
介護予防・認知症対策グループ
〒171-8422
東京都豊島区南池袋2丁目45番1号
電話 03-4566-2434（直通）
