

# 令和4年度 三鷹市高齢者の生活と福祉実態調査報告書

- ◆ 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
- ◆ 要支援・要介護認定者と介護者の生活と福祉に関する実態調査  
(在宅介護実態調査、三鷹市独自調査)
- ◆ 介護人財の確保・定着等に関するアンケート調査  
(介護サービス事業所調査、介護・看護職員調査)

令和5年3月



三 鷹 市



## はじめに

このたび、令和6年度から令和8年度までを計画期間とする「三鷹市高齢者計画・第九期介護保険事業計画」の策定に向けて、高齢者の皆様の健康や生活の状況、医療・介護・福祉等に関するニーズ、要介護者の方やその生活を支える介護者の方の状況や介護保険制度に対する評価及び介護人財確保・定着への課題等の状況を把握するために実施した、①介護予防・日常生活圏域ニーズ調査、②要支援・要介護認定者と介護者の生活と福祉に関する実態調査、③介護人財の確保・定着等に関するアンケート調査（事業所調査・職員調査）の結果をとりまとめた報告書を発行いたします。

三鷹市では、第4次三鷹市基本計画において、高齢者一人ひとりが、いつまでも健康で生きがいを持ち、住み慣れた地域で安心して生活を送ることができる地域社会の実現をめざしています。そして、令和3年度から令和5年度までを計画期間とする「三鷹市高齢者計画・第八期介護保険事業計画」では、互いに支え合う地域共生社会の実現を基本目標に掲げて、様々な施策を展開してきました。

令和5年度には、今回の調査結果と三鷹市介護保険事業計画検討市民会議での議論を踏まえ、「三鷹市高齢者計画・第九期介護保険事業計画」を策定する予定です。計画の策定には、今後も市民の皆様のご意見を幅広く知ることが重要であると考えており、同計画策定期間中には、パブリックコメントの実施も予定しています。

今回、全ての調査において市民の皆様及び関係者の皆様から多大なるご協力をいただき、三鷹市政に対する関心と期待の高さをあらためて感じております。この調査の結果を踏まえ、市民の皆様の生活と介護に関わる方々の環境がより良いものとなるよう、万全の体制で計画の策定に取り組んでまいります。

結びに、今回の調査の実施に当たり、ご協力をいただきました市民の皆様や関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

令和5年3月  
三鷹市

# 目次

第1章 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	1
1 調査の概要	3
2 回答者の属性	6
3 自分や家族の状況について	9
問1 (1) 家族構成	9
問1 (2) 介護・介助の必要性	10
問1 (3) 暮らしの状況	11
問1 (4) 住居形態	12
問1 (4) 持家の方の不安	13
問1 (4) 賃貸の方の不安	14
4 からだを動かすことについて	15
問2 (1) ～ (3) 歩行動作能力	15
問2 (4) 過去1年間の転倒経験	16
問2 (5) 転倒不安	17
問2 (6) 外出頻度	19
問2 (7) 昨年比外出頻度	20
問2 (8) 身体活動習慣	21
5 食べることについて	22
問3 (1) 体格指数	22
問3 (2) ～ (4) 口腔機能	23
問3 (5) 歯の数	24
問3 (6) 体重減少	25
問3 (7) 孤食	26
6 毎日の生活について	27
問4 (1) 認知機能	27
問4 (2) ～ (6) 手段的日常生活動作能力	28
問4 (7) (8) 書類記入や読書習慣	29
問4 (9) (10) 趣味と生きがい	30
問4 (11) (12) インターネット利用と三鷹かよおっと認知度	31
問4 (13) ごみ出し	32
問4 (14) 聞き取りづらさ	33
7 地域での活動について	35
問5 (1) 社会活動・社会参加	35
問5 (2) 地域づくり活動への参加意向	42
問5 (3) 地域づくり活動の企画運営意向	43
問5 (4) 「通いの場」への希望	44
問5 (5) 「通いの場」への参加条件	45
8 たすけあいについて	46

問6 (1) 情緒的支援者 (受領) .....	46
問6 (2) 情緒的支援者 (授与) .....	48
問6 (3) 手段的支援者 (受領) .....	50
問6 (4) 手段的支援者 (授与) .....	52
問6 (5) 家族や友人以外の相談する相手.....	54
問6 (6) 誰とも話をしない日数 .....	56
問6 (7) (8) ひきこもり .....	57
9 健康について .....	58
問7 (1) 主観的健康観 .....	58
問7 (2) 主観的幸福感 .....	59
問7 (3) (4) うつ傾向.....	60
問7 (5) 喫煙 .....	62
問7 (6) 治療中の病気 .....	63
問7 (7) かかりつけ医・歯科医・薬剤師.....	65
問7 (8) 医療の不安 .....	66
問7 (9) 介護の不安 .....	67
10 認知症にかかる相談窓口の把握について .....	68
問8 (1) (2) 認知症の有無・相談窓口 .....	68
問8 (3) 認知症について学ぶ機会 .....	69
問8 (4) 認知症に対する意見 .....	70
11 高齢者施策と介護保険制度について .....	73
問9 (1) 高齢者に対する政策や支援への要望.....	73
問9 (2) 介護保険料の負担感 .....	75
問9 (3) 介護保険制度の評価 .....	76
問9 (4) 介護サービスの給付と負担に関する意見 .....	77
問9 (5) 療養場所の希望.....	78
問9 (6) 高齢者向け資料等の周知状況 .....	79
12 結果の概要と今後の課題 .....	84
(1) 高齢者の健康・生活の経年変化から見える課題 .....	84
(2) 全国と三鷹市の比較.....	86
(3) 日常生活圏域別にみた地域差 .....	87
(4) 高齢者計画・第八期介護保険事業計画の主な項目に関する現状と課題 .....	90
第2章 要支援・要介護認定者と介護者の生活と福祉に関する実態調査.....	95
調査の概要.....	97
(1) 調査対象者 .....	97
(2) 調査項目と報告書の構成 .....	97
(3) 調査方法 .....	97
(4) 実施期間 .....	98
(5) 調査完了状況 .....	98
(6) 用語の定義等 .....	98

(7) 結果の集計に関する注意点 .....	101
第1節 在宅介護実態調査 .....	103
1 調査項目・認定データの単純集計 .....	105
(1) 本人の概況 .....	105
(2) 主な介護者の就労状況 .....	112
(3) 要介護認定データ .....	115
2 在宅限界点を高めるための支援・サービスの提供体制の検討 .....	120
(1) 基礎集計 .....	120
(2) 要介護度の重度化に伴う「主な介護者が不安に感じる介護」の変化 .....	122
(3) 要介護度の重度化に伴う「サービス利用の組み合わせ」の変化 .....	124
(4) 「サービス利用の組み合わせ」と「施設等入所の検討状況」の関係 .....	125
(5) 「サービス利用の組み合わせ」と「主な介護者が不安に感じる介護」の関係 .....	126
(6) 「サービス利用の回数」と「施設等入所の検討状況」の関係 .....	127
(7) 「サービス利用の回数」と「主な介護者が不安に感じる介護」の関係 .....	128
3 仕事と介護の両立に向けた支援・サービスの提供体制の検討 .....	129
(1) 基礎集計 .....	129
(2) 就労状況別の主な介護者が行っている介護と就労継続見込み .....	131
(3) 「サービスの利用状況」と「就労継続見込み」の関係 .....	134
(4) 「サービス利用の組み合わせ」と「就労継続見込み」の関係 .....	136
(5) 就労状況別の保険外の支援・サービスの利用状況と施設等入所の検討状況 .....	137
(6) 就労状況別の介護のための働き方の調整と効果的な勤め先からの支援 .....	139
4 介護保険外の支援・サービスを中心とした地域資源の整備の検討 .....	141
(1) 基礎集計 .....	141
(2) 世帯類型別の介護保険外の支援・サービスの利用状況 .....	142
(3) 「世帯類型」×「要介護度」×「介護保険外の支援・サービスの利用状況」 .....	144
(4) 「世帯類型」×「要介護度」×「必要と感じる介護保険外の支援・サービス」 .....	145
5 将来の世帯類型の変化に応じた支援・サービスの提供体制の検討 .....	149
(1) 基礎集計 .....	149
(2) 「世帯類型別」の「家族等による介護の頻度」 .....	150
(3) 「要介護度別」の「世帯類型別のサービス利用の組み合わせ」 .....	150
(4) 「要介護度別」の「世帯類型別の施設等入所の検討状況」 .....	152
6 医療ニーズの高い在宅療養者を支える支援・サービスの提供体制の検討 .....	153
(1) 基礎集計 .....	153
(2) 訪問診療の利用割合 .....	156
(3) 訪問診療の利用の有無別のサービス利用の組み合わせ .....	158
(4) 訪問診療の利用の有無別の訪問系・通所系・短期系の利用の有無 .....	158
7 サービス未利用の理由など .....	160

(1) 要介護度別・世帯類型別のサービス未利用の理由 .....	160
(2) 認知症自立度別・世帯類型別のサービス未利用の理由.....	161
(3) 認知症自立度別の今後の在宅生活に必要と感じる支援・サービス .....	162
(4) 要介護度別の抱えている傷病 .....	163
(5) 訪問診療の利用の有無別の抱えている傷病.....	164
第2節 三鷹市独自調査 .....	165
1 要介護者、回答者の属性等.....	167
(1) 要介護者の属性 .....	167
(2) 回答者の属性 .....	168
(3) 主な介護者の属性等.....	168
2 介護サービス等の利用 .....	169
(1) 認定の満足度 .....	169
(2) ケアマネジャーの訪問頻度・満足度.....	170
(3) 今後のサービス利用意向.....	171
(4) 障がい福祉サービスの利用 .....	175
3 社会参加や生きがい等 .....	176
(1) 外出と社会参加の頻度.....	176
(2) 生きがい .....	177
(3) 災害時に手助けしてくれる人 .....	179
(4) 今後介護度が高くなった際の生活場所.....	179
4 主な介護者の介護や仕事.....	180
(1) 主な介護者の負担感.....	180
(2) 主な介護者の居住場所.....	180
(3) 主な介護者の代わりに頼める人 .....	181
(4) 仕事と介護を両立するために必要な支援.....	181
まとめ 結果の概要と今後の課題 .....	182
(1) 在宅介護の限界点を高めるための支援.....	182
(2) 仕事と介護の両立に向けた支援 .....	183
(3) インフォーマルな地域資源の整備 .....	184
(4) 世帯類型の変化に応じた支援 .....	185
(5) 医療ニーズが高い在宅生活者への支援.....	186
(6) 三鷹市版地域包括ケアの「基本目標」実現のために .....	187
第3章 介護人財の確保・定着等に関するアンケート調査 .....	189
第1節 介護サービス事業所調査.....	189
1 調査の概要.....	191
(1) 目的.....	191
(2) 調査対象.....	191
(3) 調査方法.....	191
(4) 実施期間 .....	191
(5) 回収状況 .....	191

2	回答事業所の属性	192
3	三鷹市への要望	193
	(1) 市の事業の周知度、意見	193
	(2) 市への要望	202
4	事業所の現状と課題	205
	(1) 月間介護料収入	205
	(2) 介護サービス従業者	206
	(3) 法人の従業員数規模	210
	(4) 職員の採用・離職の状況	211
	(5) 従業員の過不足状況	213
	(6) 採用において利用した手段・媒体	214
	(7) 早期離職防止や定着促進のための方策	217
	(8) 人材育成のための取組	219
	(9) サービス向上のための取組	221
	(10) 事業所運営上の問題	223
	(11) 外国人介護人材の活用	225
	(12) 介護の仕事のイメージアップ	228
5	地域包括ケアのビジョン	230
	(1) 高齢者計画・第八期介護保険事業計画の基本目標	230
	(2) 地域における生活支援（インフォーマルサービス）	232
	(3) 地域との関わり	234
	(4) 自由意見	236
6	結果の概要と今後の課題	237
	(1) 三鷹市の介護サービス事業所の特徴	237
	(2) 介護人材確保・定着・育成のための事業に対する意見・要望	237
	(3) 人材確保の現状と課題	237
	(4) 地域包括ケアのビジョン	238
第2節 介護・看護職員調査		239
1	調査の概要	241
	(1) 目的	241
	(2) 調査対象	241
	(3) 調査方法	241
	(4) 実施期間	241
	(5) 回収状況	241
2	現在の仕事について	242
	(1) 事業所、主な仕事（職種）、職位	242
	(2) 仕事（職種）に関する希望	243
	(3) 主な仕事（職種）の経験年数、今働いている法人での勤続年数	244
	(4) 就業形態	246
	(5) 1週間の労働時間	247



(6) 資格等について .....	249
(7) 月収.....	253
3 仕事上の悩みや職場の取組等 .....	254
(1) 労働条件や仕事の負担.....	254
(2) 利用者からのハラスメント等 .....	259
(3) 相談できる人 .....	260
(4) 職場での取組と働く上での悩み、不安、不満等の解消.....	261
(5) 勤務先に関する希望.....	265
(6) 仕事や職場の満足度.....	266
(7) 今の仕事をしていてよかったこと .....	270
4 就職の理由等 .....	272
(1) 法人に就職した理由.....	272
(2) 法人に就職したきっかけ.....	274
(3) 企業理念に対する理解.....	276
5 三鷹市への要望 .....	278
(1) 市の事業の利用意向.....	278
(2) 市への要望（自由記述） .....	279
6 回答者の属性、生活状況.....	285
(1) 回答者の属性 .....	285
(2) 回答者の生活状況 .....	287
7 結果の概要と今後の課題.....	290
(1) 介護・看護職員の労働環境 .....	290
(2) 介護人財確保・定着・育成のための事業に対する意見・要望.....	291
資料 調査票.....	293
1 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 .....	295
2 要支援・要介護認定者と介護者の生活と福祉に関する実態調査.....	301
3 介護人財の確保・定着等に関するアンケート調査（事業所調査） .....	305
4 介護人財の確保・定着等に関するアンケート調査（介護・看護職員調査） ...	310

本調査報告書で参照した調査の概要

調査	概要
国勢調査	日本に住んでいる全ての人及び世帯を対象とする国の最も重要な統計調査で、国内の人口や世帯の実態を明らかにするため5年ごとに調査が実施される。
国民生活基礎調査	厚生労働行政の企画及び運営に必要な基礎資料を得ることを目的に、保健、医療、福祉、年金、所得等国民生活の基礎的事項について、3年ごとに大規模な調査が実施される。
国民健康・栄養調査	身長、体重、血圧等の身体状況に関する事項、食事の状況やエネルギー及び栄養素等摂取状況に関する事項、食習慣、運動習慣、休養習慣、飲酒習慣、歯の健康保持習慣等、生活習慣の状況に関する事項について毎年調査が実施される。
介護労働実態調査	介護分野の事業所について、介護労働者の雇用の状況、賃金ならびに賃金制度、人材確保の状況等を調査・分析することにより、介護分野で働く労働者の労働環境に関する問題点を明らかにし、介護事業所による雇用管理改善のための基礎資料を得ることを目的として毎年調査が実施される。

# 第 1 章

## 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査



## 1 調査の概要

### (1) 目的

65歳以上の住民における健康や生活の状況、医療・介護・福祉等に関するニーズ、地域環境、市への要望等を把握し、次期介護保険事業計画等の施策立案に資する基礎資料を得ることを目的とした。

### (2) 調査対象者

令和4年（2022年）10月1日時点で三鷹市在住の65歳以上の住民約40,000人のうち、特別養護老人ホーム入居者等を除外した後、無作為に抽出した4,000人を対象とした。

### (3) 調査方法

郵送により調査票の配付を行った。調査票の回収については、郵送又はインターネットの選択式とした。

調査票の回答・記入は、原則、対象となった高齢者本人であるが、健康上の理由等により本人が回答できない場合は、家族等に代理での回答・記入を依頼した。

### (4) 実施期間

令和4年（2022年）10月26日～11月14日（11月末までの返送分は回収に含めた。）

### (5) 回収状況

有効回収数： 2,728票 （回収率 68.2%）

うちインターネット経由の回収234票

## 日常生活圏域

日常生活圏域	町丁名
三鷹駅周辺地域	下連雀1～4丁目、上連雀1～5丁目
連雀地域	下連雀5～9丁目、上連雀6～9丁目、野崎1丁目
井の頭地域	井の頭
東部地域	牟礼、北野、新川2～3丁目
新川中原地域	中原、新川1・4～6丁目
西部地域	井口、深大寺、野崎2～4丁目
大沢地域	大沢

## 属性別回収状況

		配付数	回収数	回収率	標準誤差率 (回答率50%時)
総数		4000	2728	68.2%	1.9%
うち属性あり		4000	2379	59.5%	2.0%
認定 状況	自立	3410	2114	62.0%	2.1%
	要支援 1・2	189	105	55.6%	9.6%
	要介護 1・2	237	102	43.0%	9.7%
	要介護 3～5	164	58	35.4%	12.9%
日 常 生 活 圏 域	三鷹駅周辺地域	720	422	58.6%	4.8%
	連雀地域	781	452	57.9%	4.6%
	井の頭地域	366	217	59.3%	6.7%
	東部地域	639	387	60.6%	5.0%
	新川中原地域	644	381	59.2%	5.0%
	西部地域	539	331	61.4%	5.4%
	大沢地域	311	189	60.8%	7.1%

## 【集計を見る際の注意事項】

- ・「n」は、回答者数を表す。
- ・複数回答（2つ以上回答を選んでもよい設問）の場合は「（複数回答）」と記すが、特に記載のない場合は、単数回答（1つだけ回答を選ぶ設問）である。
- ・回答比率(%)は小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示している。そのため、単数回答であっても、合計が100.0%にならない場合がある。
- ・複数回答の場合は、合計が100.0%を超える場合がある。
- ・本調査における標準誤差は、上記のとおり。例えば、ある選択肢の回答率が50%の時、回答者総数（2,728人）の標本値は母集団の48.1%～51.9%の範囲にあると考えてよい。
- ・表やグラフでは、表示の都合上、調査票の選択肢の文言を簡略化しているものもある。
- ・属性別のクロス集計結果は、回答者の属性が無回答な場合は除外して表示しているため、属性別の人数の合計が回答者の総数と一致しない。
- ・本調査は3年ごとに行われており、同じ調査項目については平成28年度、令和元年度と今回の経年比較を行ったが、同じ調査項目を実施していない場合は比較していない。

## 【介護リスクの判定方法】

この報告書においては、以下の判定方法によりリスク該当者とした。なお、①運動器機能、④うつ傾向については、国の示す現行判定方法に準じた。他方、②口腔機能、③低栄養については国が示していた旧来の判定方法（第6期計画基準）に準じた。

## ①運動器機能リスク

設問	調査項目	選択肢	判定方法
問2 (1)	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	「3. できない」	左記設問・ 選択肢で3 つ以上が該 当
問2 (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	「3. できない」	
問2 (3)	15分位続けて歩いていますか	「3. できない」	
問2 (4)	過去1年間に転んだ経験がありますか	「1. 何度もある」 or「2. 1度ある」	
問2 (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」 or「2. やや不安である」	

## ②口腔機能リスク

設問	調査項目	選択肢	判定方法
問3 (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」	左記設問・ 選択肢でい ずれか2つ 以上が該当
問3 (3)	お茶や汁物等でむせることはありますか	「1. はい」	
問3 (4)	口の渇きが気になりますか	「1. はい」	

## ③低栄養リスク

設問	調査項目	選択肢	判定方法
問3 (1)	身長・体重	BMI (体重(kg) ÷ {身長(m) × 身長(m)}) < 18.5	左記設問・ 選択肢で両 方が該当
問3 (6)	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	「1. はい」	

## ④うつリスク

設問	調査項目	選択肢	判定方法
問7 (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」	左記設問・ 選択肢でい ずれか1つ 以上が該当
問7 (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」	

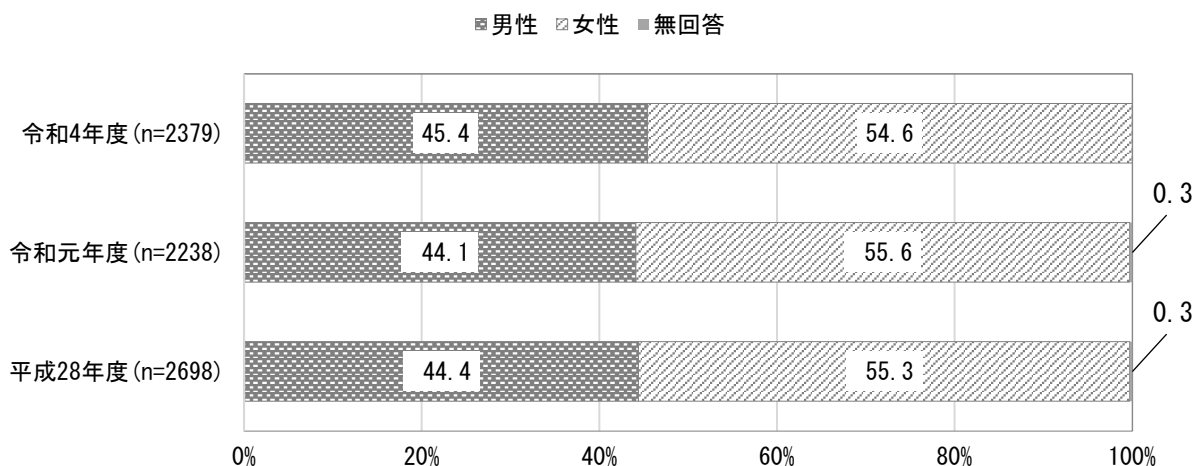
## 2 回答者の属性

令和4年度の調査では属性が不明な票を除外して調査回答者の属性を次の図に示した（注：調査対象者の代わりに別の人が代理で回答している場合は、本来の調査対象者の属性を示した。）。

男女比は、男性45.4%、女性54.6%であった。年齢階級は、「65～74歳」が47.7%、「75歳以上」が52.4%であった。要介護認定は、11.0%の人が要支援又は要介護認定を受けていた。

性別、年齢階級、要介護認定者、日常生活圏域は、平成28年度、令和元年度の調査結果とほぼ同程度であった。

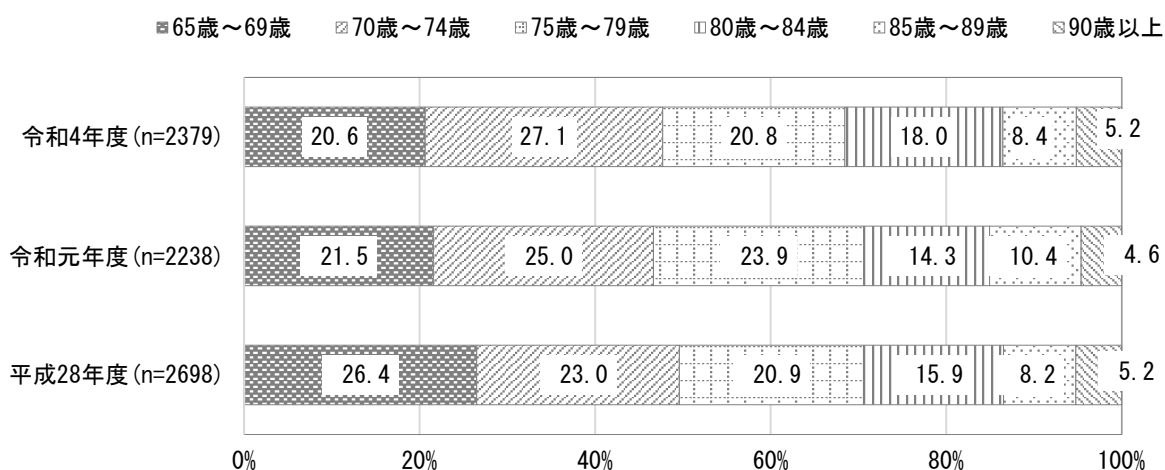
### 性別



		人数	男性	女性	無回答
総数		2728	39.6%	47.6%	12.8%
属性あり		2379	45.4%	54.6%	-
認定状況	自立	2114	46.4%	53.6%	-
	要支援1・2	105	34.3%	65.7%	-
	要介護1・2	102	42.2%	57.8%	-
	要介護3～5	58	37.9%	62.1%	-
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	45.5%	54.5%	-
	連雀地域	452	44.7%	55.3%	-
	井の頭地域	217	46.1%	53.9%	-
	東部地域	387	45.5%	54.5%	-
	新川中原地域	381	44.6%	55.4%	-
	西部地域	331	45.9%	54.1%	-
	大沢地域	189	47.1%	52.9%	-



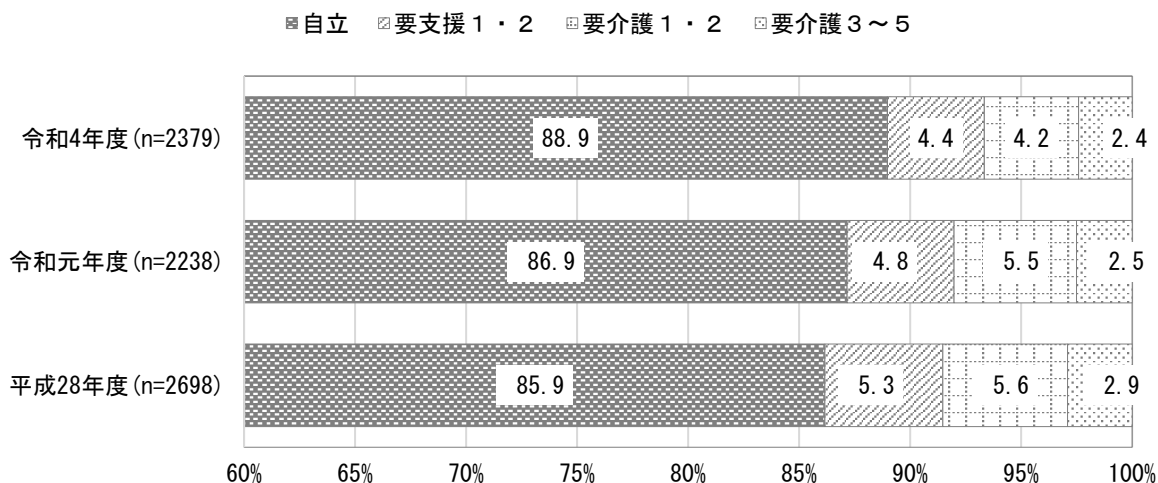
年齢



	人数	65歳～69歳	70歳～74歳	75歳～79歳	80歳～84歳	85歳～89歳	90歳以上	無回答	
総数	2728	18.0%	23.6%	18.1%	15.7%	7.3%	4.5%	12.8%	
属性あり	2379	20.6%	27.1%	20.8%	18.0%	8.4%	5.2%	-	
認定状況	自立	2114	22.7%	29.4%	21.7%	17.6%	6.4%	2.3%	-
	要支援1・2	105	6.7%	6.7%	18.1%	15.2%	28.6%	24.8%	-
	要介護1・2	102	2.9%	12.7%	11.8%	23.5%	20.6%	28.4%	-
	要介護3～5	58	-	6.9%	8.6%	29.3%	20.7%	34.5%	-
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	21.1%	24.4%	19.7%	17.3%	10.7%	6.9%	-
	連雀地域	452	23.0%	26.5%	19.9%	16.6%	10.0%	4.0%	-
	井の頭地域	217	22.1%	23.0%	21.7%	20.7%	7.4%	5.1%	-
	東部地域	387	19.6%	29.5%	20.9%	17.6%	7.0%	5.4%	-
	新川中原地域	381	17.1%	27.0%	23.1%	21.5%	6.6%	4.7%	-
	西部地域	331	20.2%	31.7%	18.4%	16.0%	8.2%	5.4%	-
	大沢地域	189	21.7%	26.5%	23.3%	17.5%	6.9%	4.2%	-

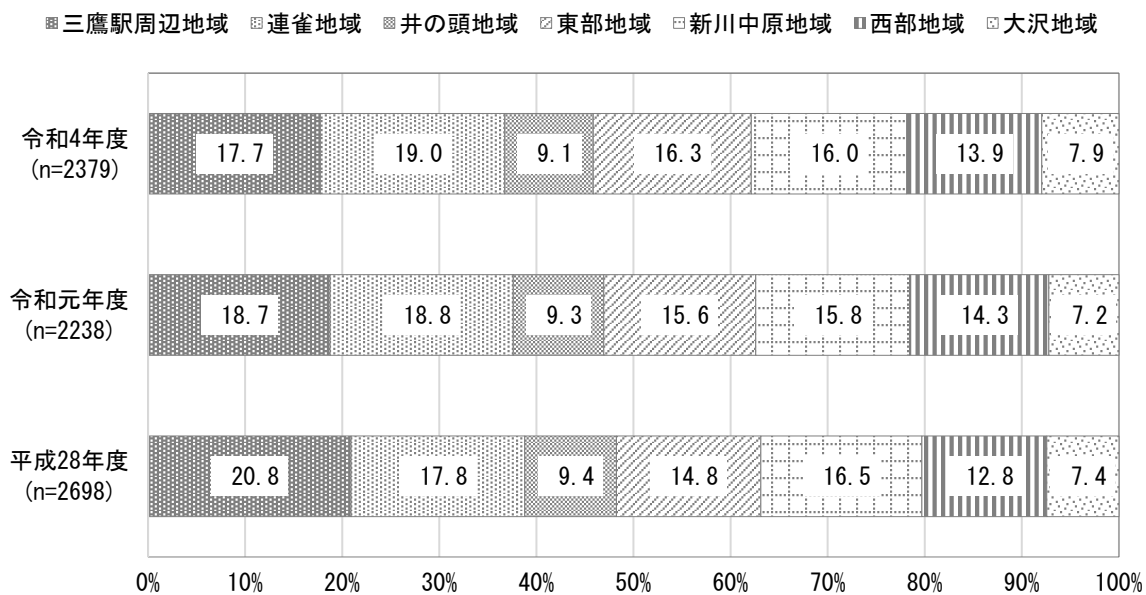
	人数	自立	要支援1・2	要介護1・2	要介護3～5	無回答	
総数	2728	77.5%	3.8%	3.7%	2.1%	12.8%	
属性あり	2379	88.9%	4.4%	4.2%	2.4%	-	
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	88.6%	5.5%	3.6%	2.3%	-
	連雀地域	452	89.2%	3.5%	4.8%	2.5%	-
	井の頭地域	217	91.3%	4.6%	3.2%	1.0%	-
	東部地域	387	89.9%	3.2%	3.9%	3.2%	-
	新川中原地域	381	88.0%	4.5%	5.5%	2.0%	-
	西部地域	331	85.5%	6.6%	4.5%	3.3%	-
	大沢地域	189	91.5%	2.6%	3.7%	2.1%	-

認定状況



注) パーセンテージの小さい項目の数字を見やすくするために横軸の始点を60%にした。

日常生活圏域



### 3 自分や家族の状況について

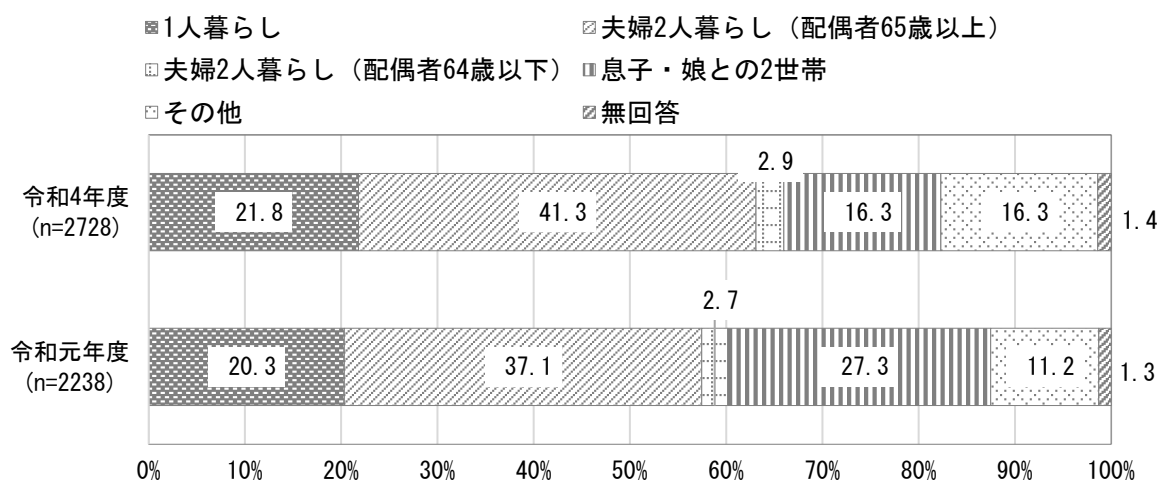
#### 問1 (1) 家族構成

家族構成をお教えてください。

「1人暮らし」が21.8%、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が41.3%で、単身又は高齢者夫婦のみの世帯が63.1%と令和元年度57.4%より5.7ポイント増加した。

認定状況別にみると、「1人暮らし」の割合は「要支援1・2」が34.3%と最も高く、「要介護3～5」で15.5%と最も低かった。

日常生活圏域別にみると、「1人暮らし」の割合は「新川中原」の25.7%が最も高く、「大沢」の16.9%が最も低かった。



		人数	1人暮らし	夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)	夫婦2人暮らし(配偶者64歳以下)	息子・娘との2世帯	その他	無回答
総数		2728	21.8%	41.3%	2.9%	16.3%	16.3%	1.4%
認定状況	自立	2114	21.4%	43.2%	3.3%	15.2%	15.7%	1.2%
	要支援1・2	105	34.3%	29.5%	-	18.1%	18.1%	-
	要介護1・2	102	32.4%	22.5%	1.0%	23.5%	15.7%	4.9%
	要介護3～5	58	15.5%	32.8%	-	25.9%	25.9%	-
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	22.3%	43.4%	2.1%	17.5%	14.2%	0.5%
	連雀地域	452	24.1%	42.0%	4.2%	13.9%	14.6%	1.1%
	井の頭地域	217	20.3%	40.1%	4.1%	16.6%	17.5%	1.4%
	東部地域	387	20.7%	41.6%	2.8%	16.3%	16.8%	1.8%
	新川中原地域	381	25.7%	41.5%	2.9%	15.0%	14.2%	0.8%
	西部地域	331	22.1%	37.8%	2.4%	18.4%	18.1%	1.2%
	大沢地域	189	16.9%	43.9%	1.6%	13.2%	20.6%	3.7%

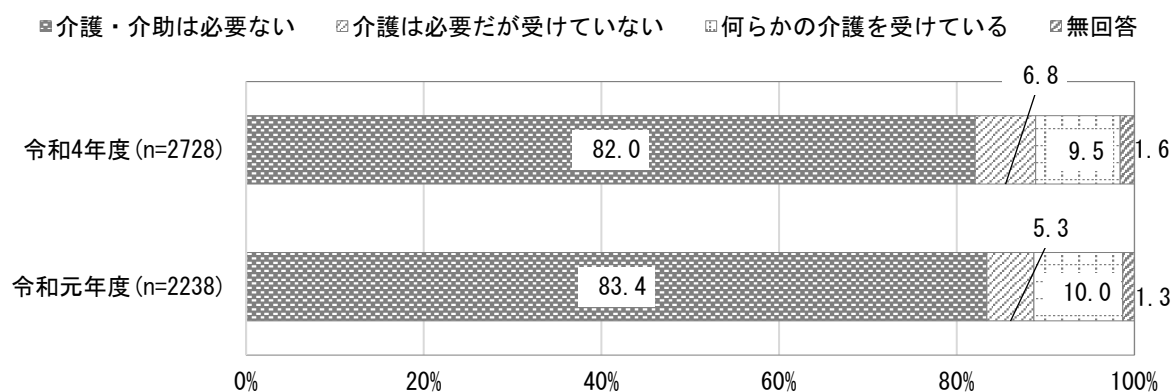
(単位: 人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

### 問1 (2) 介護・介助の必要性

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・介助は必要ない」という回答が82.0%、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が6.8%、「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）」が9.5%であった。

認定状況別にみると、「自立」の人の中にも「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」という人が6.1%、「現在、何らかの介護を受けている」という人が2.4%いた。日常生活圏域別にみると、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」は「井の頭」の10.6%、また、「現在、何らかの介護を受けている」は「連雀」の11.3%が最も高かった。



		人数	介護・介助は必要ない	必要だが、受けていない	何らかの介護を受けている	無回答
総数		2728	82.0%	6.8%	9.5%	1.6%
認定状況	自立	2114	90.2%	6.1%	2.4%	1.3%
	要支援 1・2	105	32.4%	18.1%	45.7%	3.8%
	要介護 1・2	102	10.8%	7.8%	75.5%	5.9%
	要介護 3～5	58	3.4%	3.4%	93.1%	-
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	82.2%	5.9%	10.0%	1.9%
	連雀地域	452	81.6%	6.2%	11.3%	0.9%
	井の頭地域	217	82.0%	10.6%	6.0%	1.4%
	東部地域	387	82.7%	5.9%	9.3%	2.1%
	新川中原地域	381	81.4%	7.1%	10.8%	0.8%
	西部地域	331	80.7%	7.6%	10.6%	1.2%
	大沢地域	189	86.2%	3.7%	5.8%	4.2%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問1 (3) 暮らしの状況

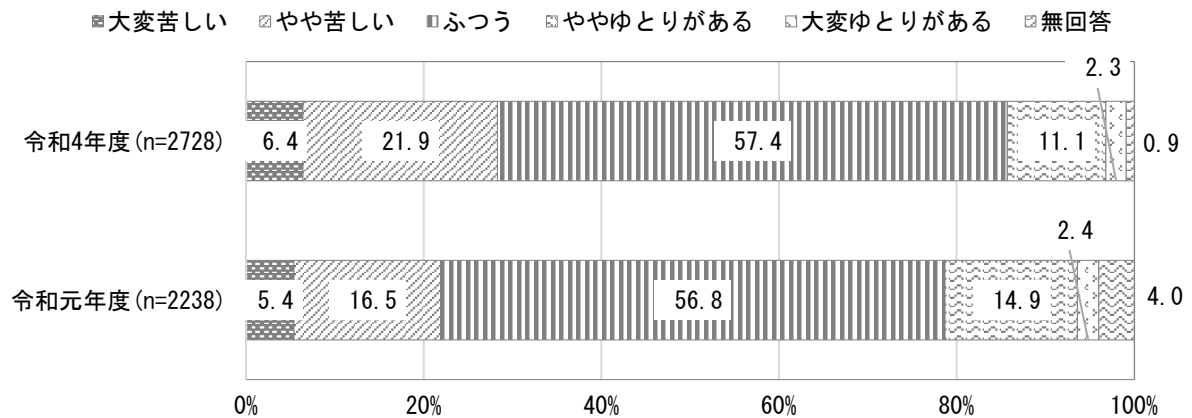
現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。

暮らしが「ふつう」が 57.4%と最も高く、「ややゆとりがある」「大変ゆとりがある」の合計が 13.4%と令和元年度 17.3%より 3.9 ポイント減少した。他方、「やや苦しい」「大変苦しい」の合計が 28.3%と令和元年度 21.9%より 6.4 ポイント増加した。

暮らしが経済的に苦しい高齢者の割合は、約3割となっており、令和3年国民生活基礎調査では、高齢者世帯の 50.4%が、生活が「やや苦しい/大変苦しい」という状況で、全国と比べると三鷹市は経済的に困窮している高齢者の割合は低いと言える。

認定状況別にみると、「大変苦しい/やや苦しい」という人は「要介護1・2」が 36.3%、「要介護3～5」が 41.4%であり、要介護認定者で経済的に困窮している人の割合が高かった。

日常生活圏域別にみると、「大変苦しい/やや苦しい」の割合は「新川中原」の 34.6%が最も高く、次いで「連雀」「東部」と市の南東部が占め、「三鷹駅周辺」の 22.3%が最も低かった。



		人数	大変苦しい	やや苦しい	ふつう	ややゆとりがある	大変ゆとりがある	無回答
総数		2728	6.4%	21.9%	57.4%	11.1%	2.3%	0.9%
認定状況	自立	2114	6.3%	21.3%	56.8%	12.2%	2.6%	0.9%
	要支援 1・2	105	6.7%	24.8%	60.0%	7.6%	1.0%	-
	要介護 1・2	102	10.8%	25.5%	57.8%	3.9%	-	2.0%
	要介護 3～5	58	13.8%	27.6%	50.0%	6.9%	-	1.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	7.6%	14.7%	59.2%	14.0%	3.6%	0.9%
	連雀地域	452	8.8%	22.8%	55.8%	9.7%	1.5%	1.3%
	井の頭地域	217	2.8%	21.2%	54.4%	14.3%	6.5%	0.9%
	東部地域	387	6.5%	24.0%	56.3%	11.4%	0.8%	1.0%
	新川中原地域	381	8.1%	26.5%	53.3%	10.0%	2.1%	-
	西部地域	331	4.5%	21.5%	59.5%	11.5%	2.1%	0.9%
	大沢地域	189	5.3%	22.2%	59.8%	10.1%	1.1%	1.6%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

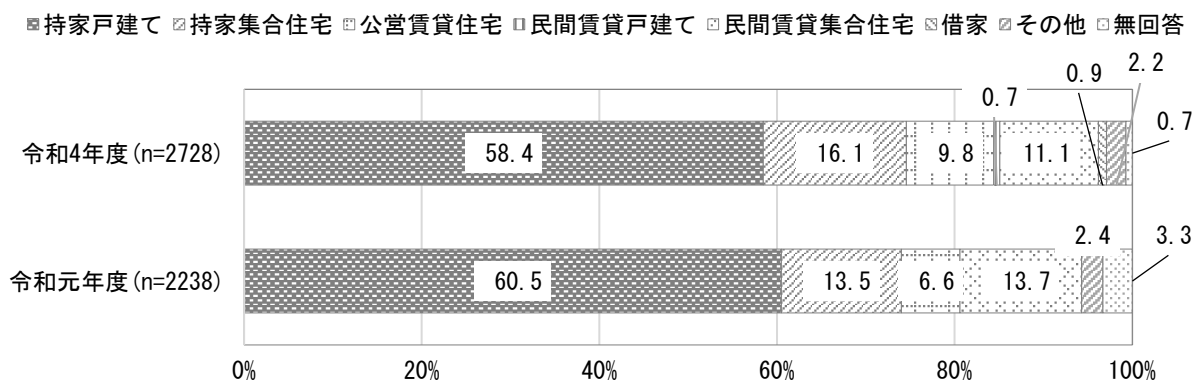
問1 (4) 住居形態

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)」が 58.4%と最も高く、次いで「持家(集合住宅)」が 16.1%で、74.5%は持家に住んでいた。

認定状況別にみると、「要支援1・2」で「持家」に住んでいる人の割合が 75.2%と最も高く、「要介護1・2」が 61.7%と最も低かった。

日常生活圏域別にみると、持家に住んでいる人は「駅周辺」が 85.8%と最も割合が高く、「連雀」が 62.2%と最も低かった。



注) 令和元年度は民間賃貸住宅の戸建てと集合住宅の区分、及び借家の選択肢はなかった。

		人数	持家戸建て	持家集合住宅	公営賃貸住宅	民間賃貸戸建て	民間賃貸集合住宅	借家	その他	無回答
総数		2728	58.4%	16.1%	9.8%	0.7%	11.1%	0.9%	2.2%	0.7%
認定状況	自立	2114	57.4%	16.8%	10.0%	0.9%	11.6%	1.0%	1.7%	0.6%
	要支援 1・2	105	67.6%	7.6%	6.7%	-	10.5%	1.0%	5.7%	1.0%
	要介護 1・2	102	44.1%	17.6%	11.8%	-	13.7%	2.0%	7.8%	2.9%
	要介護 3~5	58	63.8%	8.6%	8.6%	-	5.2%	-	12.1%	1.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	60.7%	25.1%	1.9%	0.5%	8.1%	1.2%	2.1%	0.5%
	連雀地域	452	27.9%	34.3%	21.2%	-	11.3%	0.2%	4.2%	0.9%
	井の頭地域	217	80.6%	5.1%	2.3%	0.5%	7.4%	0.9%	2.8%	0.5%
	東部地域	387	56.1%	13.7%	9.3%	1.0%	16.0%	0.5%	2.3%	1.0%
	新川中原地域	381	55.1%	8.9%	19.2%	0.8%	12.1%	2.1%	1.3%	0.5%
	西部地域	331	70.4%	7.9%	2.4%	1.5%	14.8%	0.9%	1.8%	0.3%
	大沢地域	189	79.4%	0.5%	5.3%	2.1%	7.9%	1.6%	1.6%	1.6%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

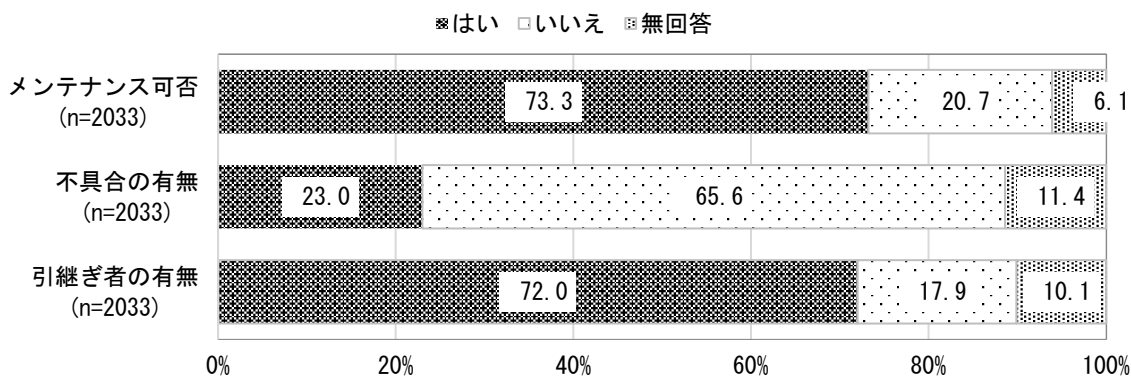
問1 (4) 持家の方の不安

【問1 (4) で1.~2.の「持家」と回答した方】  
 ①修理等のメンテナンスはできますか。  
 ②故障や段差などの不具合はありますか。  
 ③引き継いでくれる人はいますか。

修理等のメンテナンスができるかとの質問に対して「いいえ」が20.7%を占め、認定状況別では「要介護1・2」が34.9%、日常生活圏域別では「井の頭」と「大沢」が25.8%と高かった。

故障や段差などの不具合があるかとの質問に対して「はい」が23.0%を占め、認定状況別では「要介護3～5」が54.8%、日常生活圏域別では「大沢」が31.8%と高かった。

引き継いでくれる人はいるかとの質問に対して「いいえ」が17.9%を占め、認定状況別では「要介護3～5」が23.8%、日常生活圏域別では「井の頭」が22.6%と最も高かった。



	人数	メンテナンス可否			不具合の有無			引継ぎ者の有無			
		はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	
総数	2033	73.3%	20.7%	6.1%	23.0%	65.6%	11.4%	72.0%	17.9%	10.1%	
認定状況	自立	1569	75.6%	19.4%	5.0%	21.5%	68.2%	10.3%	72.0%	18.4%	9.6%
	要支援1・2	79	58.2%	32.9%	8.9%	32.9%	48.1%	19.0%	70.9%	15.2%	13.9%
	要介護1・2	63	52.4%	34.9%	12.7%	23.8%	61.9%	14.3%	77.8%	7.9%	14.3%
	要介護3～5	42	61.9%	28.6%	9.5%	54.8%	33.3%	11.9%	66.7%	23.8%	9.5%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	362	75.7%	20.2%	4.1%	20.7%	68.0%	11.3%	71.5%	18.2%	10.2%
	連雀地域	281	75.8%	16.0%	8.2%	15.7%	75.4%	8.9%	72.2%	18.5%	9.3%
	井の頭地域	186	71.5%	25.8%	2.7%	31.2%	57.5%	11.3%	68.3%	22.6%	9.1%
	東部地域	270	75.2%	18.9%	5.9%	21.9%	64.8%	13.3%	72.6%	16.7%	10.7%
	新川中原地域	244	68.0%	25.4%	6.6%	23.0%	64.8%	12.3%	73.8%	17.6%	8.6%
	西部地域	259	76.1%	17.8%	6.2%	23.6%	65.6%	10.8%	71.8%	15.8%	12.4%
	大沢地域	151	69.5%	25.8%	4.6%	31.8%	61.6%	6.6%	74.2%	17.2%	8.6%

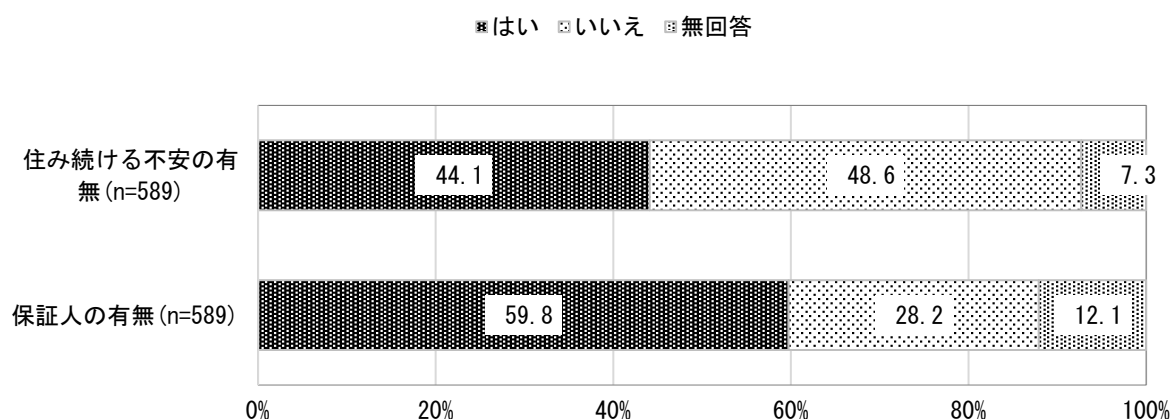
(単位: 人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

### 問1 (4) 賃貸の方の不安

【問1 (4) で3.~5.の「賃貸」と回答した方】  
 ④今の家に住み続けること（契約更新）に不安はありますか。  
 ⑤保証人はいますか。

今の家に住み続けること（契約更新）に不安はあるかとの質問に対して「はい」が44.1%を占め、認定状況別では「要介護3～5」が62.5%、日常生活圏域別では「東部」が64.7%と高かった。

保証人はいるかとの質問に対して「いいえ」が28.2%を占め、認定状況別では「自立」が29.0%、日常生活圏域別では「井の頭」が40.9%と最も高かった。



	人数	住み続ける不安の有無			保証人の有無			
		はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	
総数	589	44.1%	48.6%	7.3%	59.8%	28.2%	12.1%	
認定状況	自立	476	47.5%	46.2%	6.3%	60.1%	29.0%	10.9%
	要支援 1・2	18	22.2%	55.6%	22.2%	50.0%	27.8%	22.2%
	要介護 1・2	26	30.8%	53.8%	15.4%	69.2%	15.4%	15.4%
	要介護 3～5	8	62.5%	37.5%	-	50.0%	25.0%	25.0%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	44	54.5%	40.9%	4.5%	50.0%	38.6%	11.4%
	連雀地域	147	27.9%	59.9%	12.2%	55.8%	23.8%	20.4%
	井の頭地域	22	40.9%	59.1%	-	59.1%	40.9%	-
	東部地域	102	64.7%	32.4%	2.9%	66.7%	28.4%	4.9%
	新川中原地域	122	45.9%	46.7%	7.4%	53.3%	34.4%	12.3%
	西部地域	62	54.8%	38.7%	6.5%	69.4%	21.0%	9.7%
	大沢地域	29	44.8%	48.3%	6.9%	82.8%	13.8%	3.4%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

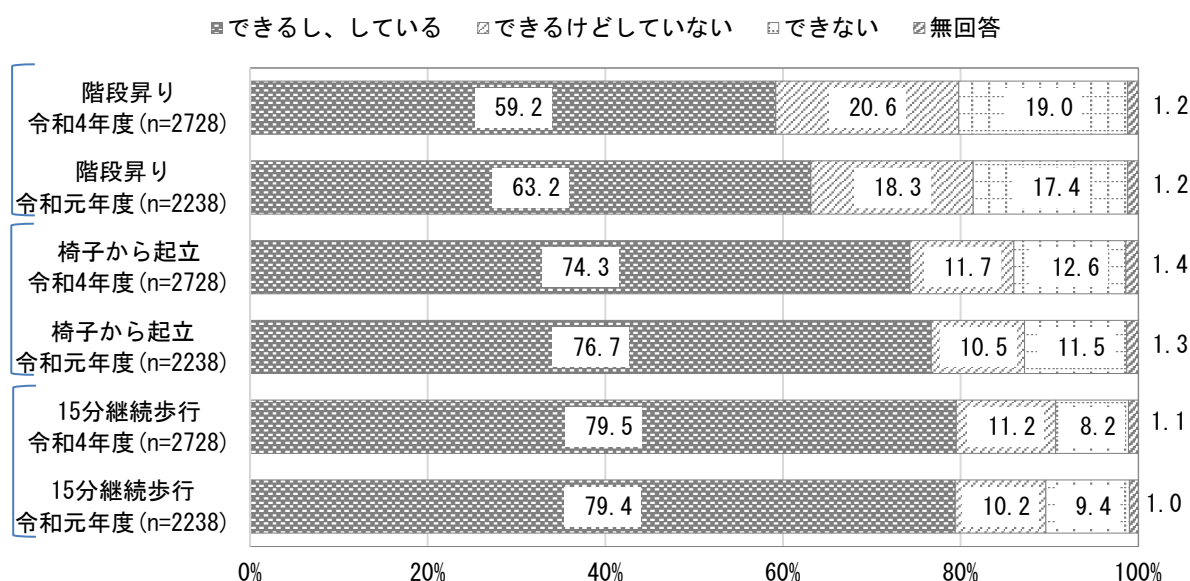


## 4 からだを動かすことについて

### 問2 (1)～(3) 歩行動作能力

- (1) 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。  
 (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。  
 (3) 15分位続けて歩いていますか。

自分で「できるし、している」という回答は、「15分位継続歩行」が79.5%と令和元年度79.4%と同程度であったが、「階段の昇り」が59.2%と令和元年度63.2%から4.0ポイント減少、「椅子からつかまらず起立」が74.3%と令和元年度76.7%から2.4ポイント減少した。



		人数	階段昇りできない	起立できない	15分歩行できない
総数		2728	19.0%	12.6%	8.2%
認定状況	自立	2114	12.6%	7.7%	3.7%
	要支援 1・2	105	57.1%	38.1%	22.9%
	要介護 1・2	102	70.6%	52.9%	50.0%
	要介護 3～5	58	82.8%	72.4%	74.1%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	18.5%	12.1%	7.6%
	連雀地域	452	20.4%	15.3%	8.6%
	井の頭地域	217	19.4%	12.0%	6.9%
	東部地域	387	17.1%	10.3%	8.5%
	新川中原地域	381	18.9%	12.9%	8.1%
	西部地域	331	19.3%	11.8%	10.3%
	大沢地域	189	16.9%	13.2%	6.9%

(単位: 人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

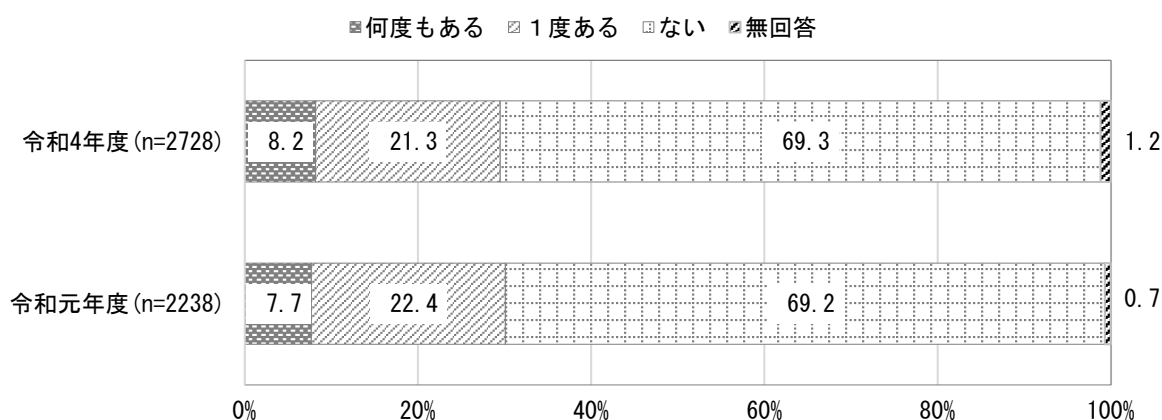
## 問2 (4) 過去1年間の転倒経験

過去1年間に転んだ経験がありますか。

過去1年間に転んだ経験が「何でもある」又は「1度ある」という人が29.5%で、転倒経験が「ない」人が69.3%と、令和元年度と同程度であった。

認定状況別にみると、「自立」の人では「何でもある」又は「1度ある」が27.2%であるのに対し、「要支援1・2」は39.0%、「要介護1・2」は58.9%、「要介護3～5」は53.4%と、認定状況と転倒経験に相関性がみられた。

日常生活圏域別にみると、過去1年間の転倒経験が「何でも」又は「1度ある」人の割合は、「西部」が32.1%と最も高く、「東部」が24.9%と最も低かった。



		人数	何でもある	1度ある	ない	無回答
総数		2728	8.2%	21.3%	69.3%	1.2%
認定状況	自立	2114	6.2%	21.0%	72.1%	0.7%
	要支援 1・2	105	17.1%	21.9%	58.1%	2.9%
	要介護 1・2	102	32.4%	26.5%	39.2%	2.0%
	要介護 3～5	58	29.3%	24.1%	36.2%	10.3%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.0%	21.3%	68.5%	1.2%
	連雀地域	452	7.5%	22.8%	68.4%	1.3%
	井の頭地域	217	8.8%	22.1%	69.1%	-
	東部地域	387	7.8%	17.1%	73.6%	1.6%
	新川中原地域	381	8.7%	21.8%	68.5%	1.0%
	西部地域	331	9.7%	22.4%	67.7%	0.3%
	大沢地域	189	7.4%	22.8%	68.3%	1.6%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

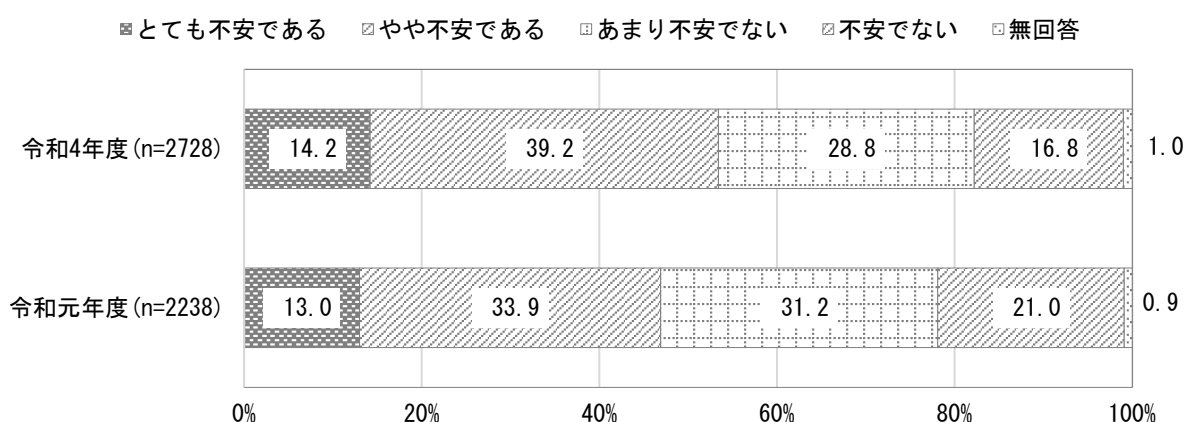
## 問2 (5) 転倒不安

転倒に対する不安は大きいですか。

転倒に対して「とても不安である」と「やや不安である」を合わせると53.4%と令和元年度46.9%より6.5ポイント増加した。

認定状況別にみると、「自立」の人では「とても不安である」が9.9%であるのに対し、「要支援1・2」は42.9%、「要介護1・2」は42.2%、「要介護3～5」は56.9%と、認定状況と転倒への不安に相関性がみられた。

日常生活圏域別にみると、「とても不安である」人の割合は、「連雀」が16.4%と最も高く、「大沢」が9.5%と最も低かった。



		人数	とても不安である	やや不安である	あまり不安でない	不安でない	無回答
総数		2728	14.2%	39.2%	28.8%	16.8%	1.0%
認定状況	自立	2114	9.9%	39.4%	31.7%	18.4%	0.6%
	要支援 1・2	105	42.9%	41.0%	10.5%	4.8%	1.0%
	要介護 1・2	102	42.2%	39.2%	10.8%	2.9%	4.9%
	要介護 3～5	58	56.9%	29.3%	3.4%	3.4%	6.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	15.2%	43.4%	25.8%	14.7%	0.9%
	連雀地域	452	16.4%	34.7%	29.6%	17.9%	1.3%
	井の頭地域	217	15.2%	38.2%	28.6%	18.0%	-
	東部地域	387	11.9%	36.7%	33.3%	16.5%	1.6%
	新川中原地域	381	12.9%	41.7%	30.7%	13.9%	0.8%
	西部地域	331	14.2%	38.7%	27.2%	19.3%	0.6%
	大沢地域	189	9.5%	42.9%	28.0%	19.0%	0.5%

(単位: 人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

「運動器機能リスクあり」は、「運動器機能リスクなし」に比べて、「1人で外出ができない」や「食事の用意ができない」割合がそれぞれ40.3ポイント、27.3ポイント高かった。また、「6か月間で2～3kg以上体重が減少」や「口腔機能リスクあり」の傾向がみられた。

### 運動器機能リスクと体格の関係

		人数	運動器機能		
			リスクあり	リスクなし	無回答
総数		2728	15.3%	84.2%	0.5%
BMI	低体重 (18.5未満)	264	17.8%	82.2%	-
	普通体重 (18.5～25.0未満)	1691	13.1%	86.9%	-
	肥満1度 (25.0～30.0未満)	546	16.3%	83.5%	0.2%
	肥満2度 (30.0～35.0未満)	64	25.0%	75.0%	-
	肥満3度 (35.0～40.0未満)	8	25.0%	75.0%	-
	肥満4度 (40.0以上)	4	50.0%	50.0%	-
2～3kg以上の体重減	はい	389	27.0%	72.8%	0.3%
	いいえ	2288	13.1%	86.9%	-
口腔機能	リスクあり	701	29.1%	70.9%	-
	リスクなし	2008	10.5%	89.4%	0.1%
低栄養	リスクあり	64	20.3%	79.7%	-
	リスクなし	2635	15.1%	84.9%	-

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

### 1人で外出と運動器機能リスクの関係

		人数	できるし、 している	できるけど していない	できない	無回答
総数		2728	81.3%	9.9%	7.9%	1.0%
運動器機能	リスクあり	417	43.9%	12.7%	42.0%	1.4%
運動器機能	リスクなし	2311	88.1%	9.3%	1.7%	0.9%

### 食事の用意と運動器機能リスクの関係

		人数	できるし、 している	できるけど していない	できない	無回答
総数		2728	71.4%	18.3%	9.3%	1.0%
運動器機能	リスクあり	417	50.1%	15.6%	32.4%	1.9%
運動器機能	リスクなし	2311	75.3%	18.8%	5.1%	0.8%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

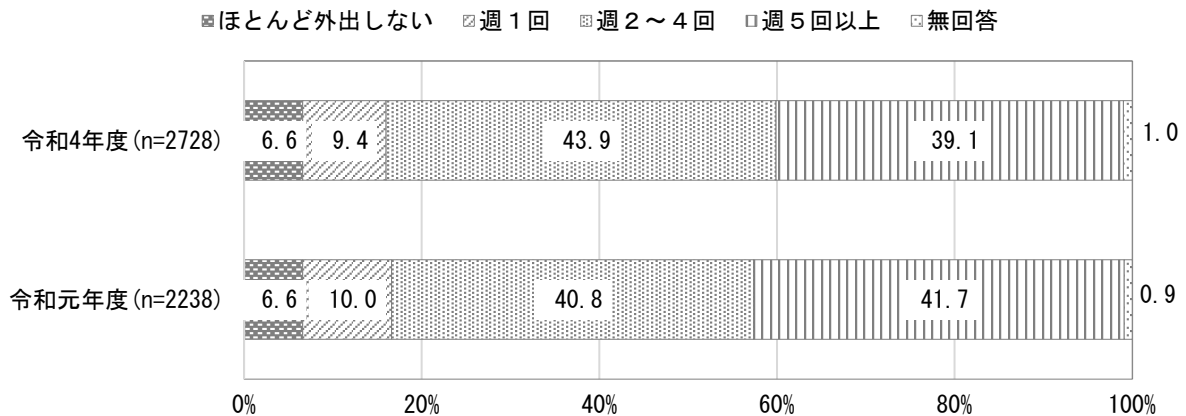
問2 (6) 外出頻度

週に1回以上は外出していますか。

「ほとんど外出しない」が6.6%、「週1回」が9.4%と令和元年度と同程度であったものの、「週2～4回」は43.9%と令和元年度40.8%より3.1ポイント増加した。また、「週5回以上」という人は39.1%と令和元年度41.7%より2.6ポイント減少した。

外出頻度が「週に1回以下」の場合は一般的に「閉じこもり」のリスクが高いとされるが、その該当者は16.0%である。認定状況別にみると、「自立」が11.9%だが、「要支援1・2」は51.4%、「要介護1・2」は43.2%、「要介護3～5」は63.8%で、認定状況と閉じこもりのリスクに相関性がみられた。

日常生活圏域別にみると、閉じこもりの割合に顕著な地域差はなかった。



		人数	ほとんど外出しない	週1回	週2～4回	週5回以上	無回答
総数		2728	6.6%	9.4%	43.9%	39.1%	1.0%
認定状況	自立	2114	4.1%	7.8%	44.4%	43.0%	0.7%
	要支援 1・2	105	23.8%	27.6%	34.3%	12.4%	1.9%
	要介護 1・2	102	26.5%	16.7%	42.2%	10.8%	3.9%
	要介護 3～5	58	48.3%	15.5%	20.7%	8.6%	6.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	7.6%	8.5%	41.2%	41.5%	1.2%
	連雀地域	452	7.3%	9.3%	44.9%	37.2%	1.3%
	井の頭地域	217	8.3%	6.5%	41.0%	44.2%	-
	東部地域	387	5.2%	10.1%	42.4%	40.6%	1.8%
	新川中原地域	381	6.8%	11.0%	40.9%	40.2%	1.0%
	西部地域	331	7.9%	9.7%	45.0%	37.2%	0.3%
	大沢地域	189	5.8%	7.4%	50.3%	35.4%	1.1%

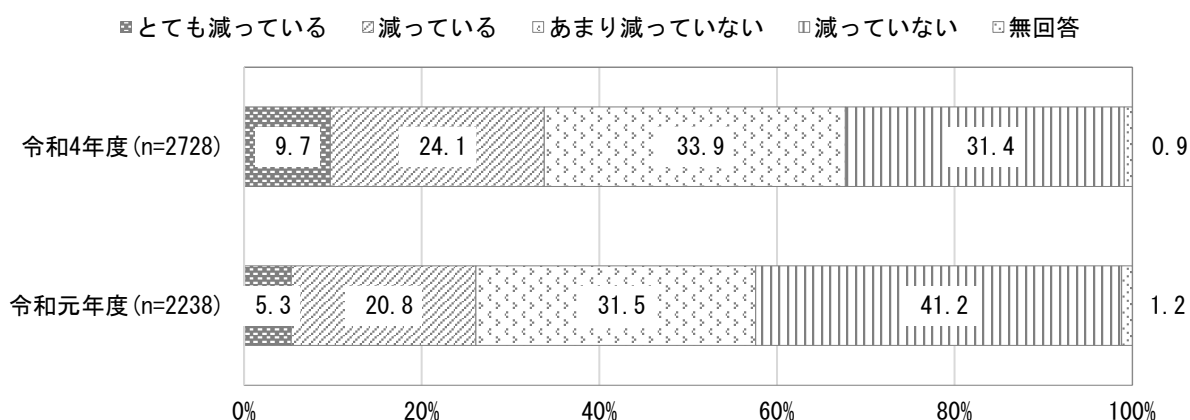
(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 問2 (7) 昨年比外出頻度

昨年と比べて外出の回数が減っていますか。

昨年と比べて外出の回数が「とても減っている」又は「減っている」という人が33.8%と令和元年度26.1%より7.7ポイント増加した一方、「あまり減っていない」又は「減っていない」という人が65.3%と令和元年度72.7%より7.4ポイント減少した。

認定状況別にみると、「とても減っている」と「減っている」の合計は認定状況と相関性がみられた。また、「自立」では30.1%と低くなっているが、令和元年度21.3%よりは8.8ポイント増加した。なお、運動器機能リスク別でも、「運動器機能リスクあり」の67.7%に対し「運動器機能リスクなし」は27.7%と顕著な差がみられた。



		人数	とても減っている	減っている	あまり減っていない	減っていない	無回答
総数		2728	9.7%	24.1%	33.9%	31.4%	0.9%
認定状況	自立	2114	7.4%	22.7%	35.7%	33.8%	0.5%
	要支援 1・2	105	20.0%	43.8%	26.7%	7.6%	1.9%
	要介護 1・2	102	30.4%	35.3%	17.6%	13.7%	2.9%
	要介護 3～5	58	48.3%	17.2%	10.3%	13.8%	10.3%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.7%	25.1%	34.4%	29.9%	0.9%
	連雀地域	452	8.6%	24.8%	32.5%	32.7%	1.3%
	井の頭地域	217	10.1%	22.1%	33.2%	34.6%	-
	東部地域	387	11.4%	20.9%	35.7%	30.7%	1.3%
	新川中原地域	381	11.0%	23.9%	34.6%	29.9%	0.5%
	西部地域	331	10.3%	25.4%	34.1%	29.3%	0.9%
	大沢地域	189	7.4%	26.5%	31.2%	34.4%	0.5%
運動器	機能リスクあり	417	32.4%	35.3%	19.9%	11.0%	1.4%
	機能リスクなし	2311	5.6%	22.1%	36.4%	35.1%	0.8%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

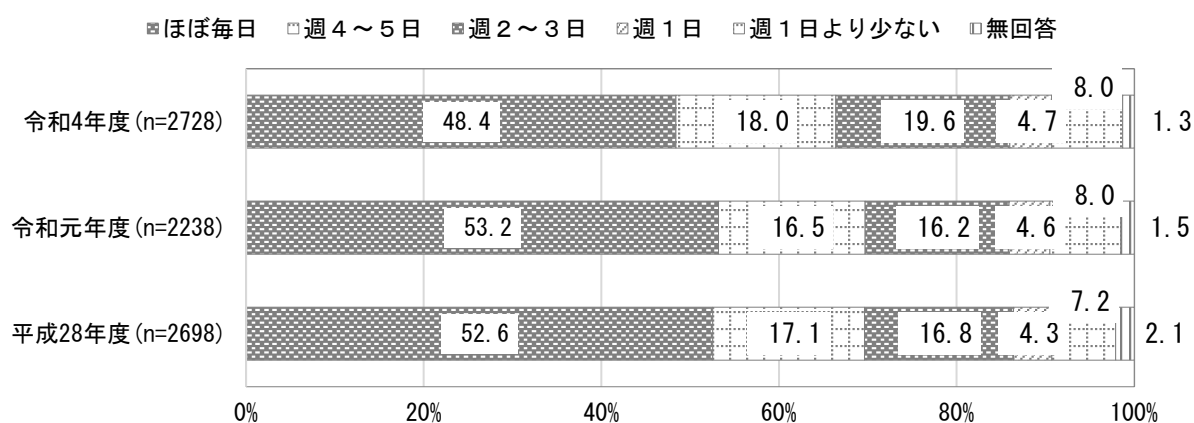
## 問2 (8) 身体活動習慣

仕事や家事、散歩、体操などで身体を動かす時間が1日の合計で40分以上という日が、週に何日くらいありますか。

1日40分以上、身体を動かす日が「ほぼ毎日」という人が48.4%と令和元年度53.2%より4.8ポイント減少した一方、「週に4～5日」が18.0%、「週に2～3日」が19.6%、「週に1日」が4.7%と、令和元年度の調査結果より増加した。

認定状況別にみると、「ほぼ毎日」又は「週に4～5日」という人は「自立」では70.9%であったが、要介護度が高くなるにつれて身体活動習慣のある人の割合は減少していた。

日常生活圏域別にみると、「ほぼ毎日」の割合は「三鷹駅周辺」が51.9%と最も高く、「西部」と「連雀」が45.6%と最も低かった。



		人数	ほぼ毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日	週に1日未満	無回答
総数		2728	48.4%	18.0%	19.6%	4.7%	8.0%	1.3%
認定状況	自立	2114	51.3%	19.6%	18.8%	4.0%	5.3%	0.9%
	要支援 1・2	105	37.1%	8.6%	22.9%	10.5%	20.0%	1.0%
	要介護 1・2	102	15.7%	10.8%	29.4%	10.8%	29.4%	3.9%
	要介護 3～5	58	3.4%	1.7%	20.7%	3.4%	56.9%	13.8%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	51.9%	17.3%	16.4%	6.4%	6.6%	1.4%
	連雀地域	452	45.6%	17.3%	23.9%	4.4%	6.9%	2.0%
	井の頭地域	217	48.8%	18.9%	20.3%	2.8%	9.2%	-
	東部地域	387	48.6%	17.3%	19.4%	4.9%	7.5%	2.3%
	新川中原地域	381	47.0%	19.4%	16.8%	4.2%	11.5%	1.0%
	西部地域	331	45.6%	19.6%	20.8%	3.0%	10.3%	0.6%
	大沢地域	189	49.2%	19.6%	18.5%	5.8%	5.8%	1.1%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 5 食べることについて

### 問3 (1) 体格指数

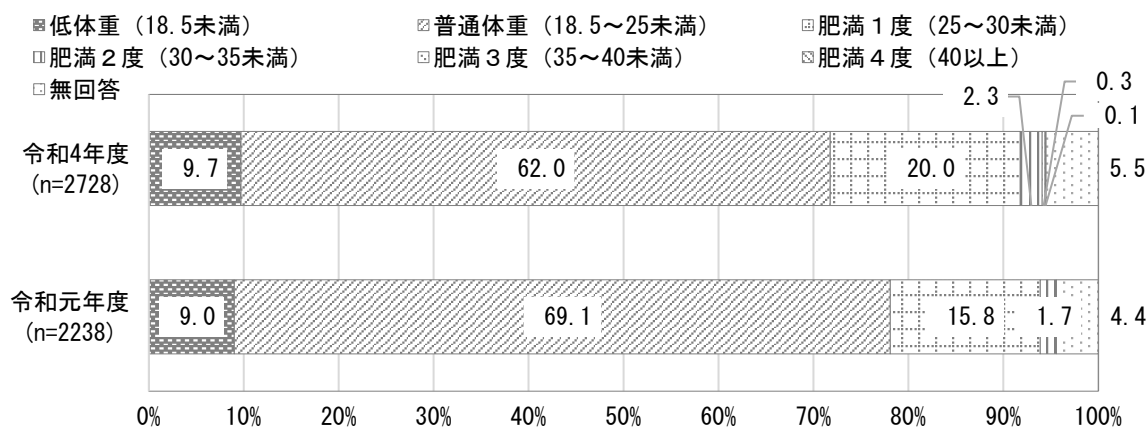
身長と体重をご記入ください。(小数点以下は四捨五入)

注) 体格指数(Body Mass Index: BMI) = [体重 kg] ÷ [身長 m]<sup>2</sup>

「普通体重」が62.0%と令和元年度69.1%より7.1ポイント減少した一方、「肥満1度」以上が22.7%と令和元年度17.5%より5.2ポイント増加した。また、「低体重」の人は9.7%と令和元年度9.0%より0.7ポイント増加した。

令和元年国民健康・栄養調査では、65歳以上のうち、「低体重」が6.9%、「肥満」が28.8%であった。調査年度が異なるため単純比較できないが、以前は全国と比べて三鷹市の高齢者は肥満が顕著に少なかったが、今回は全国並みに近づいている。

認定状況別にみると、「低体重」が「自立」では8.7%であるのに対し、「要支援1・2」では10.5%、「要介護1・2」では17.6%、「要介護3～5」では27.6%で、要介護度が高くなるにつれて、低体重の該当者の割合が増加していた。



(注) 令和元年度はBMI30以上について区分していない

		人数	低体重 (18.5未満)	普通体重 (~25未満)	肥満1度 (~30未満)	肥満2度 (~35未満)	肥満3度 (~40未満)	肥満3度 (40以上)	無回答
総数		2728	9.7%	62.0%	20.0%	2.3%	0.3%	0.1%	5.5%
認定状況	自立	2114	8.7%	63.2%	21.6%	2.3%	0.2%	-	3.9%
	要支援 1・2	105	10.5%	57.1%	14.3%	2.9%	-	1.0%	14.3%
	要介護 1・2	102	17.6%	46.1%	17.6%	1.0%	1.0%	1.0%	15.7%
	要介護 3～5	58	27.6%	37.9%	10.3%	1.7%	-	-	22.4%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.7%	60.9%	22.0%	1.7%	0.2%	0.2%	5.2%
	連雀地域	452	9.5%	62.6%	19.5%	3.1%	0.7%	0.2%	4.4%
	井の頭地域	217	10.6%	60.8%	23.0%	1.8%	-	-	3.7%
	東部地域	387	8.3%	64.1%	18.3%	2.3%	0.5%	-	6.5%
	新川中原地域	381	9.7%	62.7%	20.5%	2.4%	-	0.3%	4.5%
	西部地域	331	10.0%	57.4%	22.7%	2.7%	-	-	7.3%
大沢地域	189	10.1%	61.9%	21.7%	1.1%	-	-	5.3%	

(単位: 人、%) 注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

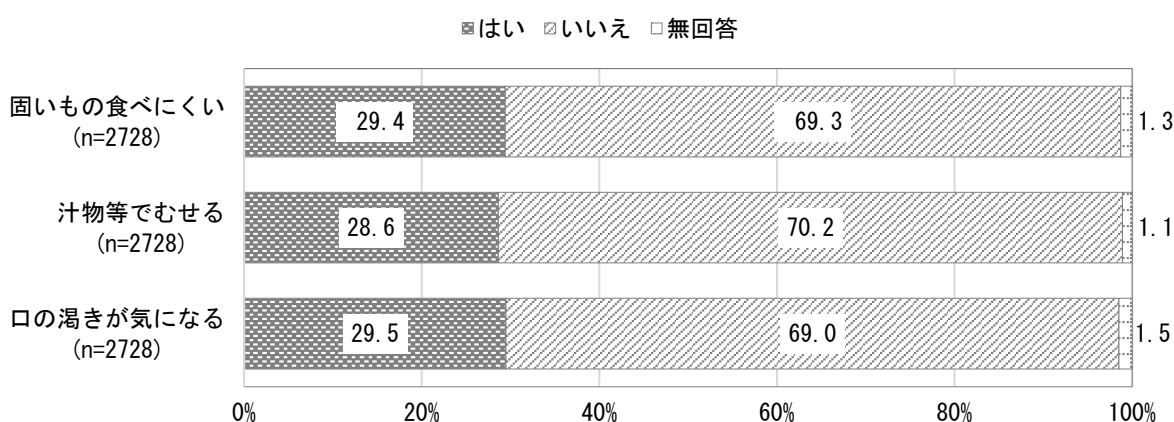


問3 (2)～(4) 口腔機能

(2) 半年前に比べて固(かた)いものが食べにくくなりましたか。  
 (3) お茶や汁物等でむせることはありますか。  
 (4) 口の渇きが気になりますか。

「半年前に比べて固いものが食べにくくなった」という人が 29.4%、「お茶や汁物等でむせることがある」という人が 28.6%、「口の渇きが気になる」という人が 29.5%であった。

認定状況別にみると、要介護度が高くなるにつれて、口腔機能が低下する傾向がみられた。日常生活圏域別にみると、3つの設問において「はい」と答えた人の平均は、「西部」が 31.3%と最も高く、「東部」が 25.9%最も低かった。



	人数	固いものが食べにくい			汁物等でむせる			口の渇きが気になる			
		はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	
総数	2728	29.4%	69.3%	1.3%	28.6%	70.2%	1.1%	29.5%	69.0%	1.5%	
認定状況	自立	2114	26.3%	72.7%	1.0%	26.1%	73.1%	0.8%	28.0%	71.0%	1.0%
	要支援 1・2	105	45.7%	52.4%	1.9%	45.7%	53.3%	1.0%	40.0%	56.2%	3.8%
	要介護 1・2	102	52.0%	45.1%	2.9%	48.0%	49.0%	2.9%	46.1%	50.0%	3.9%
	要介護 3～5	58	60.3%	31.0%	8.6%	48.3%	39.7%	12.1%	39.7%	46.6%	13.8%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	29.4%	69.0%	1.7%	29.6%	69.2%	1.2%	29.9%	67.8%	2.4%
	連雀地域	452	28.8%	70.1%	1.1%	24.1%	74.8%	1.1%	29.2%	69.5%	1.3%
	井の頭地域	217	26.3%	73.3%	0.5%	35.5%	64.5%	-	30.4%	69.6%	-
	東部地域	387	25.3%	73.1%	1.6%	25.6%	72.6%	1.8%	26.9%	71.3%	1.8%
	新川中原地域	381	30.2%	69.0%	0.8%	28.1%	70.6%	1.3%	30.7%	68.8%	0.5%
	西部地域	331	31.4%	67.1%	1.5%	31.4%	67.7%	0.9%	31.1%	66.5%	2.4%
	大沢地域	189	33.9%	63.5%	2.6%	29.6%	68.8%	1.6%	29.1%	68.3%	2.6%

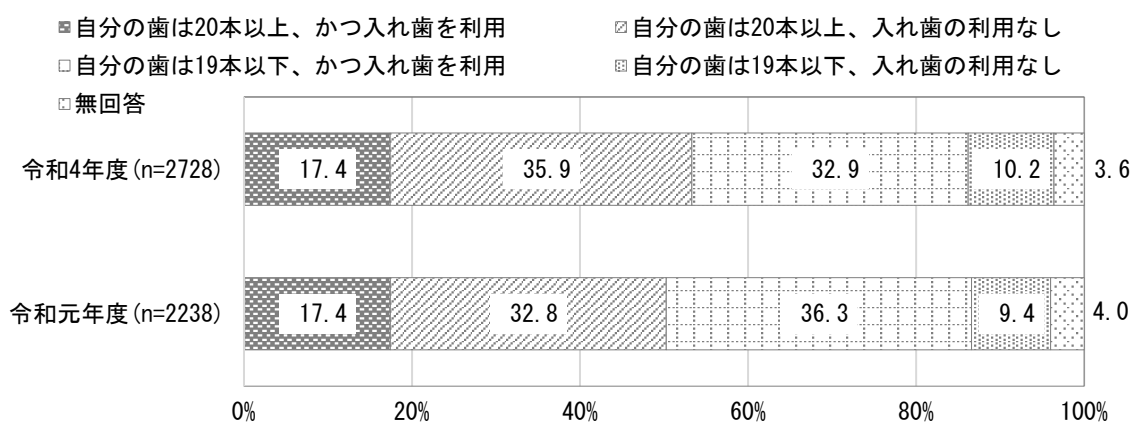
(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

### 問3 (5) 歯の数

歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください。  
(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です。)

「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」又は「自分の歯は20本以上、入れ歯の利用なし」といった残存歯が20本以上の人は53.3%と令和元年度50.2%より3.1ポイント増加した。「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」又は「自分の歯は19本以下、入れ歯の利用なし」といった残存歯が19本以下の人は43.1%と令和元年度45.7%より2.6ポイント減少した。

日常生活圏域別にみると、「残存歯が20本以上（入れ歯なし・あり）」の割合は、「井の頭」が64.5%と最も高く、「連雀」が50.0%と最も低かった。



		人数	20本以上 入れ歯利用	20本以上 入れ歯なし	19本以下 入れ歯利用	19本以下 入れ歯なし	無回答
総数		2728	17.4%	35.9%	32.9%	10.2%	3.6%
認定 状況	自立	2114	17.9%	38.2%	30.7%	10.1%	3.0%
	要支援 1・2	105	21.9%	16.2%	49.5%	9.5%	2.9%
	要介護 1・2	102	11.8%	19.6%	48.0%	6.9%	13.7%
	要介護 3～5	58	8.6%	20.7%	39.7%	19.0%	12.1%
日常 生活 圏域	三鷹駅周辺地域	422	18.2%	37.2%	32.9%	8.1%	3.6%
	連雀地域	452	17.5%	32.5%	35.4%	10.6%	4.0%
	井の頭地域	217	20.7%	43.8%	24.0%	9.2%	2.3%
	東部地域	387	14.5%	39.3%	32.6%	9.3%	4.4%
	新川中原地域	381	17.3%	34.6%	33.6%	12.3%	2.1%
	西部地域	331	18.4%	32.9%	32.6%	11.2%	4.8%
	大沢地域	189	18.5%	34.4%	31.7%	10.6%	4.8%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

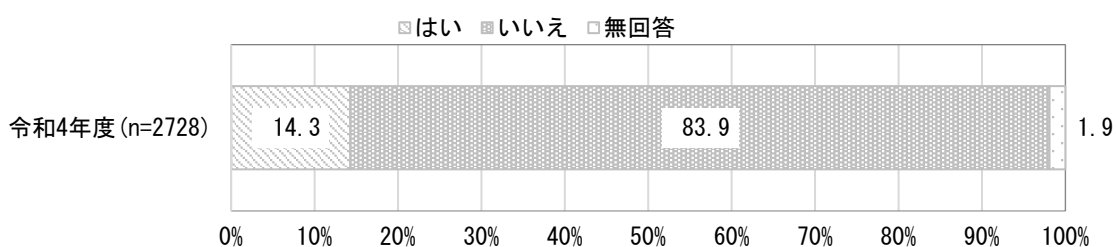
### 問3 (6) 体重減少

6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。

6か月間で2～3kg以上の体重減少があった人は14.3%に対して、減少がなかった人は83.9%であった。

体重減少のあった人は、認定状況別では「要支援1・2」が23.8%と最も高かった。

日常生活圏域別にみると、6か月間で2～3kg以上の体重減少が「新川中原」が17.3%と最も高く、「東部」が11.9%と最も低かった。また、「低栄養リスクあり」は「低栄養リスクなし」に比べて、「口腔機能リスクあり」で23.2ポイント、「うつ傾向」で25.0ポイント高かった。



		人数	はい	いいえ	無回答
総数		2728	14.3%	83.9%	1.9%
認定状況	自立	2114	13.3%	85.6%	1.1%
	要支援 1・2	105	23.8%	73.3%	2.9%
	要介護 1・2	102	21.6%	70.6%	7.8%
	要介護 3～5	58	20.7%	63.8%	15.5%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	14.2%	83.9%	1.9%
	連雀地域	452	13.5%	85.0%	1.5%
	井の頭地域	217	17.1%	82.5%	0.5%
	東部地域	387	11.9%	85.3%	2.8%
	新川中原地域	381	17.3%	81.1%	1.6%
	西部地域	331	13.9%	84.6%	1.5%
	大沢地域	189	13.2%	84.1%	2.6%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

### 低栄養と口腔機能、うつ傾向リスクの関係

		人数	口腔機能		うつ傾向	
			リスクあり	リスクなし	リスクあり	リスクなし
総数		2728	25.7%	73.6%	36.4%	60.6%
低栄養	リスクあり	64	48.4%	51.6%	60.9%	35.9%
	リスクなし	2635	25.2%	74.6%	35.9%	61.4%

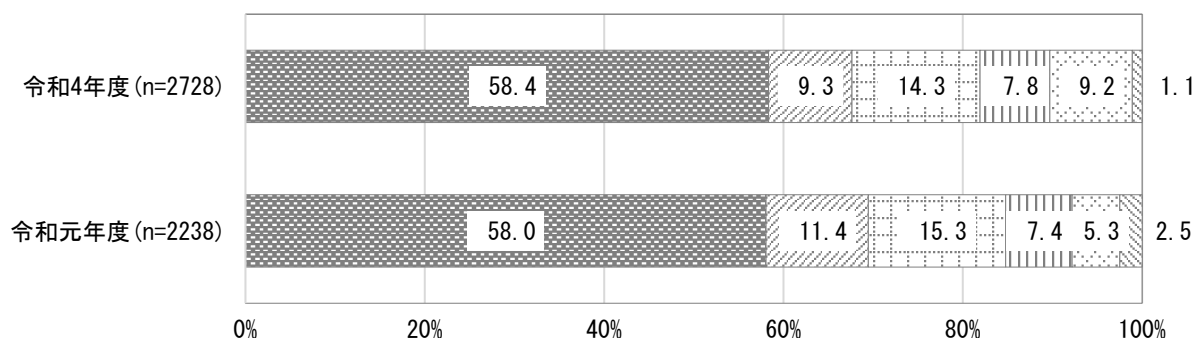
### 問3 (7) 孤食

どなたかと食事をとる機会がありますか。

どなたかと食事をとる機会が「毎日ある」「週に何度かある」人が 67.7%と令和元年度 69.4%より 1.7ポイント減少し、「ほとんどない」は 9.2%と令和元年度 5.3%より 3.9ポイント増加しており、孤食が慢性化している人の増加傾向がみられた。

認定状況別にみると、「ほとんどない」と答えた孤食が慢性化している人は、「要支援1・2」で 23.8%と割合が最も高かった。日常生活圏域別にみると、孤食が慢性化している人の割合は「西部」が 11.8%と最も高く、「新川中原」及び「大沢」は 7.9%と低かった。

■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 □無回答



		人数	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	無回答
総数		2728	58.4%	9.3%	14.3%	7.8%	9.2%	1.1%
認定状況	自立	2114	59.1%	9.2%	14.7%	7.8%	8.5%	0.8%
	要支援 1・2	105	46.7%	6.7%	12.4%	9.5%	23.8%	1.0%
	要介護 1・2	102	52.0%	18.6%	12.7%	5.9%	7.8%	2.9%
	要介護 3～5	58	58.6%	6.9%	6.9%	-	17.2%	10.3%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	58.3%	10.9%	14.7%	6.6%	8.8%	0.7%
	連雀地域	452	59.1%	11.3%	11.9%	8.2%	8.4%	1.1%
	井の頭地域	217	58.5%	7.8%	14.7%	7.4%	11.1%	0.5%
	東部地域	387	58.1%	7.5%	14.7%	7.8%	10.1%	1.8%
	新川中原地域	381	55.1%	10.0%	17.6%	8.9%	7.9%	0.5%
	西部地域	331	56.8%	9.4%	11.8%	9.1%	11.8%	1.2%
	大沢地域	189	64.6%	6.9%	15.3%	3.2%	7.9%	2.1%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 6 毎日の生活について

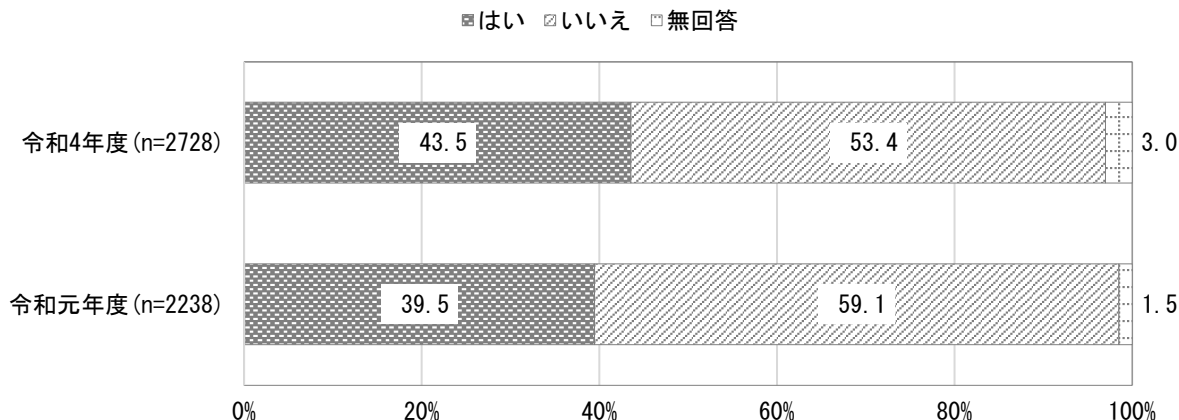
### 問4 (1) 認知機能

物忘れが多いと感じますか。

「物忘れが多いと感じますか」という質問に対して、「はい」という回答が43.5%と令和元年度の39.5%より4.0ポイント増加していた。

認定状況別にみると、「はい」と答えた人が、「自立」では40.6%であったが、「要支援1・2」では56.2%、「要介護1・2」では70.6%、「要介護3～5」では65.5%で、認定状況と物忘れの増加に相関性がみられた。

日常生活圏域別にみると、「はい」と答えた人の割合は「井の頭地域」が48.4%と最も高く、「大沢」が39.7%と最も低かった。また、「口腔機能リスクあり」が「口腔機能リスクなし」より29.1ポイント、「低栄養である」が「低栄養でない」より19.4ポイント、「はい」と答えた人の割合が高かった。



		人数	はい	いいえ	無回答
総数		2728	43.5%	53.4%	3.0%
認定状況	自立	2114	40.6%	56.8%	2.6%
	要支援 1・2	105	56.2%	38.1%	5.7%
	要介護 1・2	102	70.6%	25.5%	3.9%
	要介護 3～5	58	65.5%	25.9%	8.6%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	48.3%	48.6%	3.1%
	連雀地域	452	42.3%	54.9%	2.9%
	井の頭地域	217	48.4%	50.2%	1.4%
	東部地域	387	40.6%	55.6%	3.9%
	新川中原地域	381	41.5%	57.0%	1.6%
	西部地域	331	41.7%	55.0%	3.3%
	大沢地域	189	39.7%	55.6%	4.8%
口腔	機能リスクあり	701	65.2%	30.5%	4.3%
	機能リスクなし	2008	36.1%	61.6%	2.3%
栄養	低栄養である	64	62.5%	35.9%	1.6%
	低栄養でない	2635	43.1%	54.2%	2.7%

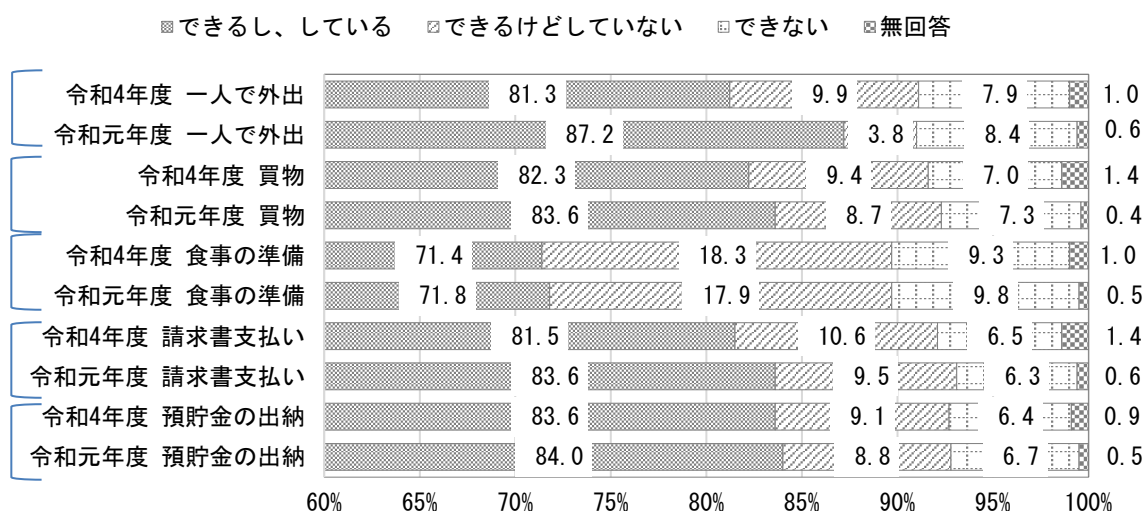
(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問4 (2)～(6) 手段的日常生活動作能力

- (2) 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)  
 (3) 自分で食品・日用品の買物をしていますか。  
 (4) 自分で食事の用意をしていますか。  
 (5) 自分で請求書の支払いをしていますか。  
 (6) 自分で預貯金の出し入れをしていますか。

「できるし、している」と「できるけど、していない」の合計は、「1人で外出」が91.2%、「買物」が91.7%、「食事の準備」が89.7%、「請求書の支払い」が92.1%、「預貯金の出し入れ」が92.7%であり、令和元年度と同程度であったが、全ての項目において「できるし、している」割合が令和元年度より減少している。

日常生活圏域別にみると、5つの設問に対して「できるし、している」割合の平均は、「大沢」が82.9%と最も高く、「東部」で77.6%と最も低かった。



注) パーセンテージの小さい項目の数字を見やすくするために横軸の始点を60%にした。

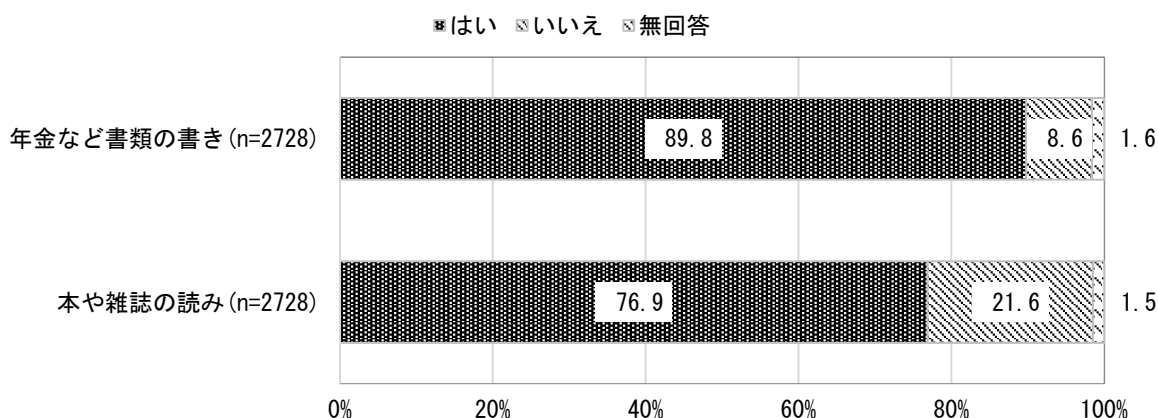
	人数	1人で外出		買物		食事の用意		請求書支払		預貯金出納		
		できるししている	できるけどしていない	できるししている	できるけどしていない	できるししている	できるけどしていない	できるししている	できるけどしていない	できるししている	できるけどしていない	
総数	2728	81.3%	9.9%	82.3%	9.4%	71.4%	18.3%	81.5%	10.6%	83.6%	9.1%	
認定状況	自立	2114	87.6%	9.4%	87.8%	9.4%	74.7%	19.3%	86.3%	10.5%	88.7%	8.4%
	要支援 1・2	105	51.4%	22.9%	61.9%	15.2%	64.8%	16.2%	75.2%	9.5%	68.6%	19.0%
	要介護 1・2	102	27.5%	7.8%	24.5%	12.7%	37.3%	12.7%	30.4%	15.7%	30.4%	18.6%
	要介護 3～5	58	3.4%	1.7%	5.2%	3.4%	5.2%	8.6%	8.6%	10.3%	6.9%	12.1%
日常生活圏域	三鷹駅周辺	422	79.4%	11.8%	81.3%	11.1%	72.7%	18.7%	84.6%	8.3%	85.8%	8.5%
	連雀地域	452	82.3%	9.1%	83.2%	9.1%	70.6%	18.8%	81.9%	10.6%	83.8%	9.3%
	井の頭地域	217	83.9%	9.2%	82.0%	10.6%	68.2%	23.0%	81.6%	12.9%	82.9%	12.0%
	東部地域	387	79.6%	11.6%	78.6%	12.4%	69.5%	18.9%	78.8%	12.4%	81.7%	9.8%
	新川中原地域	381	82.2%	7.6%	82.4%	7.6%	71.7%	18.6%	77.7%	13.4%	81.4%	10.5%
	西部地域	331	80.7%	8.2%	81.9%	8.2%	68.9%	18.1%	83.4%	7.6%	84.0%	6.9%
	大沢地域	189	83.6%	10.6%	86.8%	7.4%	76.2%	12.7%	84.1%	10.1%	83.6%	10.1%

(単位:人、%)    注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問4 (7) (8) 書類記入や読書習慣

- (7) 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。  
 (8) 本や雑誌を読んでいますか。

年金などの書類（役所や病院などに出す書類）を書ける人の割合が 89.8%、また、本や雑誌を読んでいる人の割合が 76.9%であり、認定状況別では、いずれの項目においても要介護度が高くなるにつれてその割合が減少していた。日常生活圏域別では、地域差はあまりみられなかったが、いずれの項目においても「はい」の割合が「井の頭」が最も高く、「連雀」や「新川中原」で低かった。



	人数	年金など書類の書き			本や雑誌の読み			
		はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	
総数	2728	89.8%	8.6%	1.6%	76.9%	21.6%	1.5%	
認定状況	自立	2114	94.3%	4.2%	1.5%	79.7%	18.9%	1.5%
	要支援 1・2	105	78.1%	20.0%	1.9%	64.8%	33.3%	1.9%
	要介護 1・2	102	48.0%	50.0%	2.0%	49.0%	48.0%	2.9%
	要介護 3～5	58	22.4%	74.1%	3.4%	29.3%	69.0%	1.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	90.3%	8.3%	1.4%	82.5%	15.9%	1.7%
	連雀地域	452	88.1%	10.0%	2.0%	74.6%	23.9%	1.5%
	井の頭地域	217	91.7%	7.8%	0.5%	84.3%	14.7%	0.9%
	東部地域	387	89.4%	9.0%	1.6%	74.7%	23.5%	1.8%
	新川中原地域	381	90.6%	7.9%	1.6%	71.1%	27.8%	1.0%
	西部地域	331	90.0%	8.2%	1.8%	73.1%	25.1%	1.8%
	大沢地域	189	90.5%	7.4%	2.1%	78.8%	19.0%	2.1%

(単位：人、%)

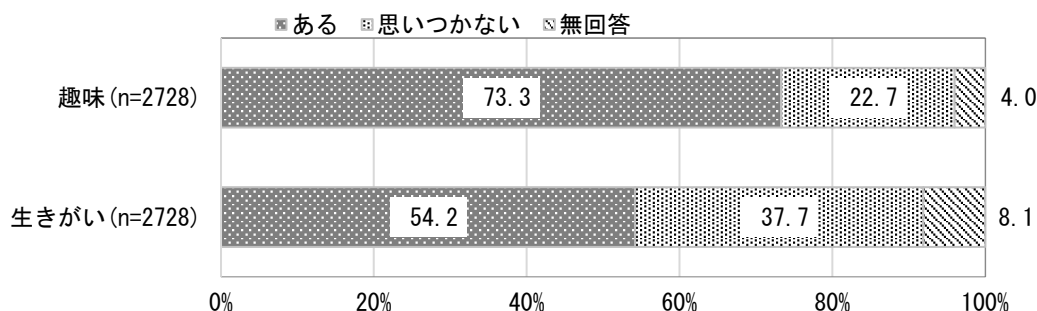
注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問4 (9) (10) 趣味と生きがい

(9) 趣味はありますか。  
 (10) 生きがいはありますか。

趣味がある人の割合が73.3%、また、生きがいがある人の割合が54.2%であり、いずれの項目においても要介護度が高くなるにつれてその割合が減少していた。

日常生活圏域別にみると、大きな地域差があり、いずれの項目においても、「はい」の割合は「井の頭」が最も高く、趣味がある人の割合が最も低かったのは「新川中原」で「井の頭」と16.0ポイントの違いがあった。また、生きがいがある人の割合が最も低かったのは「連雀」で「井の頭」と11.1ポイントの違いがあった。



	人数	趣味			生きがい			
		ある	思いつかない	無回答	ある	思いつかない	無回答	
総数	2728	73.3%	22.7%	4.0%	54.2%	37.7%	8.1%	
認定状況	自立	2114	76.7%	19.6%	3.6%	56.8%	35.7%	7.5%
	要支援 1・2	105	57.1%	33.3%	9.5%	39.0%	51.4%	9.5%
	要介護 1・2	102	41.2%	52.9%	5.9%	27.5%	57.8%	14.7%
	要介護 3～5	58	24.1%	67.2%	8.6%	12.1%	70.7%	17.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	76.5%	20.1%	3.3%	57.1%	35.3%	7.6%
	連雀地域	452	73.9%	21.7%	4.4%	49.3%	41.2%	9.5%
	井の頭地域	217	82.9%	16.1%	0.9%	60.4%	35.0%	4.6%
	東部地域	387	70.5%	24.0%	5.4%	53.0%	37.5%	9.6%
	新川中原地域	381	66.9%	29.4%	3.7%	53.5%	40.4%	6.0%
	西部地域	331	68.9%	24.8%	6.3%	50.2%	40.8%	9.1%
	大沢地域	189	76.7%	20.1%	3.2%	56.6%	33.9%	9.5%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。



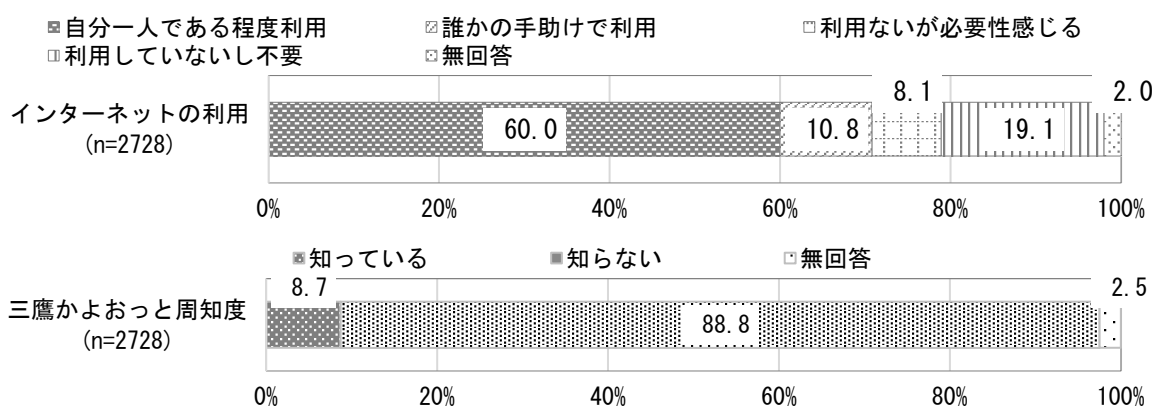
問4 (11) (12) インターネット利用と三鷹かよおっと認知度

(11) スマートフォン（スマホ）、タブレット、パソコンを用いてインターネットを利用していますか。  
 (12) 三鷹市介護・医療・地域資源情報検索サイト「三鷹かよおっと」をご存知ですか。

インターネットの利用状況について「自分一人で、ある程度利用している」が60.0%、「利用していないし、不要である」が19.1%、「利用しているが、誰かの手助けが必要」が10.8%、また、「利用していないが、興味や必要性を感じる」が8.1%の順であった。

日常生活圏域別にみると、「自分一人で、ある程度利用している」は「三鷹駅周辺」が64.2%と最も高く、「新川中原」が55.4%と最も低かった。また、年齢階層別では、74歳以下でインターネットの利用度が高い傾向がみられた。

三鷹市介護・医療・地域資源情報検索サイト「三鷹かよおっと」について、「知っている」が8.7%、「知らない」が88.8%であった。



	人数	インターネットの利用					かよおっとの周知度			
		自分一人である程度利用	誰かの手助けで利用	利用ないが必要性を感じる	利用していないし不要	無回答	知っている	知らない	無回答	
総数	2728	60.0%	10.8%	8.1%	19.1%	2.0%	8.7%	88.8%	2.5%	
認定状況	自立	2114	65.3%	10.3%	7.8%	14.6%	2.0%	8.5%	89.3%	2.2%
	要支援 1・2	105	36.2%	10.5%	12.4%	37.1%	3.8%	14.3%	81.0%	4.8%
	要介護 1・2	102	11.8%	15.7%	9.8%	58.8%	3.9%	4.9%	88.2%	6.9%
	要介護 3～5	58	10.3%	12.1%	1.7%	70.7%	5.2%	6.9%	84.5%	8.6%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	64.2%	9.7%	7.8%	16.1%	2.1%	7.8%	89.8%	2.4%
	連雀地域	452	59.5%	11.3%	8.0%	19.2%	2.0%	9.5%	87.8%	2.7%
	井の頭地域	217	61.8%	11.1%	5.1%	19.4%	2.8%	9.2%	89.9%	0.9%
	東部地域	387	60.5%	11.6%	6.7%	19.4%	1.8%	9.3%	87.6%	3.1%
	新川中原地域	381	55.4%	10.0%	11.8%	21.5%	1.3%	6.8%	90.0%	3.1%
	西部地域	331	61.0%	8.5%	8.2%	19.0%	3.3%	9.4%	87.3%	3.3%
	大沢地域	189	60.8%	13.2%	5.8%	16.9%	3.2%	7.9%	89.9%	2.1%
年齢階層	65歳～69歳	490	83.7%	6.7%	4.3%	4.1%	1.2%	6.7%	92.2%	1.0%
	70歳～74歳	645	74.1%	9.6%	5.6%	9.5%	1.2%	8.1%	90.2%	1.7%
	75歳～79歳	494	56.7%	10.9%	7.7%	22.1%	2.6%	8.7%	88.7%	2.6%
	80歳～84歳	429	45.9%	14.2%	12.1%	25.2%	2.6%	10.7%	85.5%	3.7%
	85歳～89歳	198	25.8%	15.7%	15.7%	38.4%	4.5%	7.1%	85.4%	7.6%
	90歳以上	123	16.3%	8.9%	8.9%	61.0%	4.9%	13.0%	84.6%	2.4%

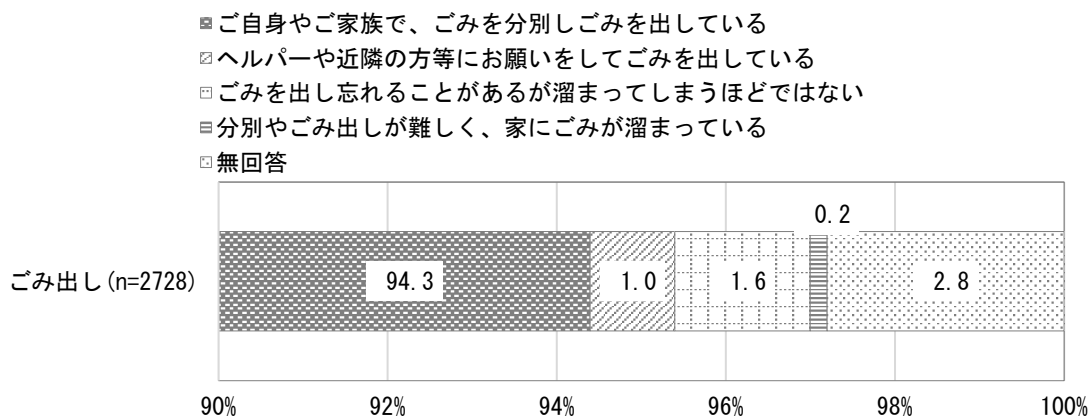
(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

### 問4 (13) ごみ出し

自分でごみ出しをしていますか。

ごみ出しの状況について尋ねたところ「自身や家族でごみを分別し、ごみ収集日にごみ出しをしている」が94.3%と高い割合となった。「ごみを出し忘れることがあるが溜まってしまわないほどではない」が1.6%、「ヘルパーやふれあいサポート、近隣の方等をお願いをしてごみを出している」が1.0%と全体でみると少ないが、要介護度が高くなるにつれて増加していた。



注) パーセンテージの小さい項目の数字を見やすくするために横軸の始点を90%にした。

		人数	ご自身やご家族でごみを分別しごみを出している	ヘルパーや近隣の方等をお願いをしてごみを出している	ごみを出し忘れることがあるが溜まるほどではない	分別やごみ出しが難しく、家にごみが溜まっている	無回答
総数		2728	94.3%	1.0%	1.6%	0.2%	2.8%
認定状況	自立	2114	96.4%	0.1%	1.4%	0.1%	2.0%
	要支援 1・2	105	85.7%	3.8%	2.9%	-	7.6%
	要介護 1・2	102	76.5%	11.8%	2.9%	2.0%	6.9%
	要介護 3～5	58	53.4%	13.8%	6.9%	-	25.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	94.5%	0.5%	2.4%	-	2.6%
	連雀地域	452	94.0%	1.1%	1.1%	0.2%	3.5%
	井の頭地域	217	95.9%	0.5%	0.9%	0.9%	1.8%
	東部地域	387	94.1%	0.5%	1.8%	0.3%	3.4%
	新川中原地域	381	92.7%	2.6%	1.8%	-	2.9%
	西部地域	331	93.1%	1.2%	1.8%	-	3.9%
	大沢地域	189	95.2%	1.6%	1.1%	-	2.1%

(単位：人、%)

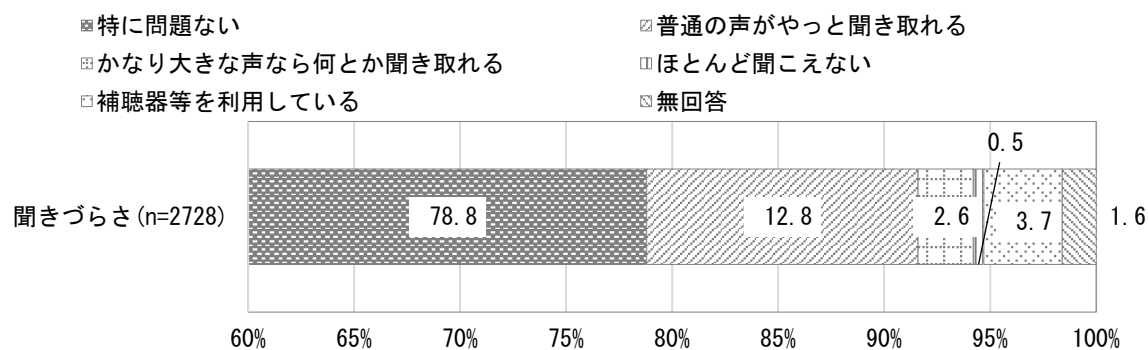
注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 問4 (14) 聞き取りづらさ

生活の中で、人の話が聞き取りづらいことがありますか。

生活の中で、人の話が聞き取りづらいか尋ねたところ「特に問題ない」が78.8%、「普通の声がやっと聞き取れる」が12.8%、「かなり大きな声なら何とか聞き取れる」が2.6%を占めた。「普通の声がやっと聞き取れる」及び「かなり大きな声なら何とか聞き取れる」が、要介護度が高くなるにつれて増加していた。

日常生活圏域別にみると、「普通の声がやっと聞き取れる」については、「西部」が14.8%と最も高く、「東部」が10.6%と最も低かった。また、「普通の声がやっと聞き取れる」について、「物忘れが多いと感じる」は「感じない」より10.8ポイント、誰とも会話をしない日が「週に3日以上」は「ほとんどない」より8.5ポイント高かったが、家族構成による大きな違いはなかった。



注) パーセンテージの小さい項目の数字を見やすくするために横軸の始点を60%にした。

## 聞き取りづらさ

		人数	特に問題 ない	普通の声 がやっと 聞ける	かなり大 きな声 なら何 とか聞 き取 れる	ほとん ど聞 こえ ない	補聴 器等 を 利 用 し て い る	無回答
総数		2728	78.8%	12.8%	2.6%	0.5%	3.7%	1.6%
認定 状況	自立	2114	81.4%	11.4%	1.7%	0.4%	3.6%	1.6%
	要支援 1・2	105	58.1%	24.8%	6.7%	1.9%	7.6%	1.0%
	要介護 1・2	102	54.9%	24.5%	8.8%	2.0%	6.9%	2.9%
	要介護 3～5	58	36.2%	29.3%	17.2%	5.2%	3.4%	8.6%
日 常 生 活 圏 域	三鷹駅周辺地域	422	78.4%	11.4%	2.6%	0.7%	5.5%	1.4%
	連雀地域	452	77.9%	13.5%	2.4%	0.9%	3.1%	2.2%
	井の頭地域	217	77.9%	14.7%	4.1%	0.9%	1.8%	0.5%
	東部地域	387	81.1%	10.6%	2.8%	0.5%	3.1%	1.8%
	新川中原地域	381	78.5%	13.4%	2.4%	0.8%	3.1%	1.8%
	西部地域	331	75.2%	14.8%	1.8%	0.3%	5.1%	2.7%
	大沢地域	189	76.7%	13.8%	2.6%	-	5.8%	1.1%
物 忘 れ	多いと感じる	1188	70.1%	18.6%	4.2%	1.1%	4.6%	1.3%
	多いと感じない	1458	87.5%	7.8%	1.2%	0.1%	2.8%	0.6%
会 話 な い 日	ほとんどない	2108	80.9%	11.3%	2.5%	0.5%	3.7%	1.0%
	週に1～2くらい	316	74.7%	17.1%	3.2%	0.6%	3.2%	1.3%
	週に3日以上	232	68.5%	19.8%	3.4%	1.3%	4.7%	2.2%
家 族 構 成	1人暮らし	596	78.5%	13.3%	2.2%	0.7%	4.2%	1.2%
	夫婦2人暮らし (配偶者65歳以上)	1126	80.4%	11.1%	2.3%	0.5%	4.0%	1.7%
	夫婦2人暮らし (配偶者64歳以下)	78	80.8%	16.7%	1.3%	-	-	1.3%
	息子・娘との2 世帯	446	76.2%	14.1%	4.9%	0.4%	2.7%	1.6%
	その他	445	78.4%	13.9%	1.6%	0.7%	4.0%	1.3%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 7 地域での活動について

### 問5 (1) 社会活動・社会参加

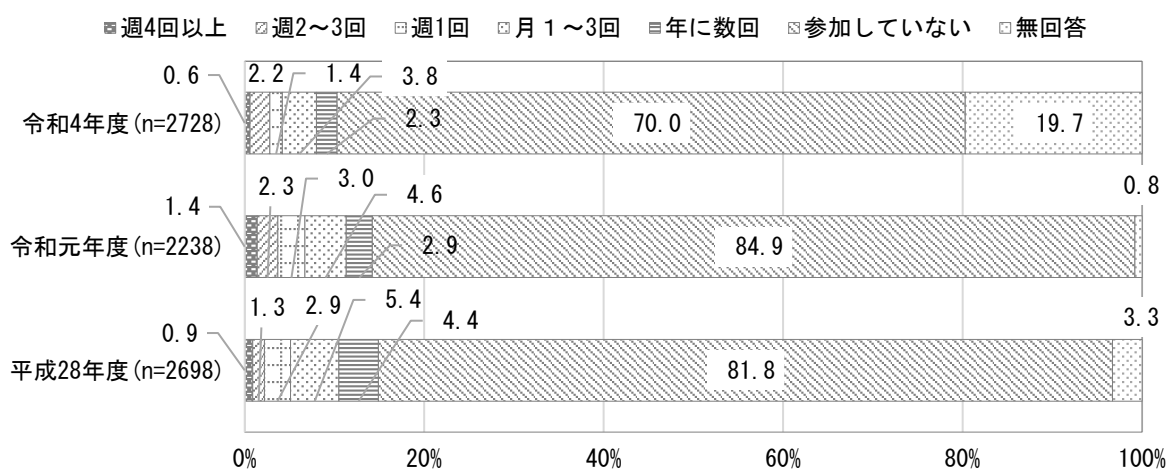
以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。

#### ① ボランティアのグループ

ボランティアのグループに年に数回以上「参加している」人が10.3%であり、令和元年度の14.2%より3.9ポイント減少していた。

認定状況別にみると、ボランティアのグループに年に数回以上「参加している」人は「自立」では11.0%で、要介護度が高くなるにつれて、「参加している」人の割合は減少し、「要介護3～5」では「参加している」との回答はなかった。

日常生活圏域別にみると、ボランティアのグループに年に数回以上「参加している」人の割合は、「井の頭」が14.8%と最も高く、「連雀」が8.0%と最も低かった。



		人数	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	年に数回以上(再掲)	参加していない	無回答
総数		2728	0.6%	2.2%	1.4%	3.8%	2.3%	10.3%	70.0%	19.7%
認定状況	自立	2114	0.7%	2.4%	1.6%	3.8%	2.5%	11.0%	70.1%	19.0%
	要支援 1・2	105	-	-	-	3.8%	1.9%	5.7%	67.6%	26.7%
	要介護 1・2	102	1.0%	-	-	-	1.0%	2.0%	65.7%	32.4%
	要介護 3～5	58	-	-	-	-	-	-	82.8%	17.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	0.9%	2.1%	2.6%	3.8%	1.2%	10.6%	71.1%	18.2%
	連雀地域	452	0.4%	2.0%	0.7%	2.9%	2.0%	8.0%	68.6%	23.5%
	井の頭地域	217	0.5%	3.7%	2.8%	5.5%	2.3%	14.8%	69.1%	16.1%
	東部地域	387	0.5%	1.3%	0.8%	2.6%	3.4%	8.6%	71.1%	20.4%
	新川中原地域	381	0.5%	2.6%	1.0%	3.9%	2.1%	10.1%	67.7%	22.0%
	西部地域	331	0.9%	1.5%	1.2%	2.7%	3.6%	9.9%	71.6%	18.4%
	大沢地域	189	1.1%	2.6%	1.1%	4.8%	1.6%	11.2%	72.5%	16.4%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

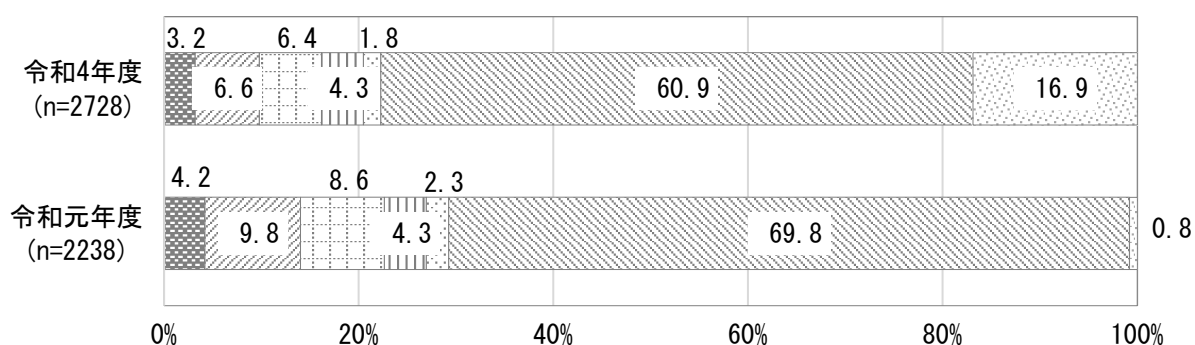
以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。  
 ② スポーツ関係のグループやクラブ

スポーツ関係のグループやクラブに年に数回以上「参加している」人が 22.3%であり、令和元年度の 29.2%より 6.9 ポイント減少していた。

認定状況別にみると、スポーツ関係のグループやクラブに年に数回以上「参加している」人は「自立」では 24.1%で、要支援・要介護で「参加している」人の割合は減少し、「要介護 3～5」では「参加している」との回答はなかった。

日常生活圏域別にみると、スポーツ関係のグループやクラブに年に数回以上「参加している」人の割合は、「井の頭」が 25.3%と最も高く、「東部」が 18.2%と最も低かった。

■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



		人数	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	年に数回以上(再掲)	参加していない	無回答
総数		2728	3.2%	6.6%	6.4%	4.3%	1.8%	22.3%	60.9%	16.9%
認定状況	自立	2114	3.3%	7.2%	6.9%	4.7%	2.0%	24.1%	59.7%	16.2%
	要支援 1・2	105	-	-	1.0%	1.9%	1.0%	3.9%	69.5%	26.7%
	要介護 1・2	102	1.0%	2.9%	1.0%	-	1.0%	5.9%	64.7%	29.4%
	要介護 3～5	58	-	-	-	-	-	-	82.8%	17.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	3.8%	8.3%	6.2%	3.6%	2.1%	24.0%	61.1%	14.9%
	連雀地域	452	1.5%	4.9%	7.1%	3.3%	1.8%	18.6%	60.6%	20.8%
	井の頭地域	217	4.1%	6.5%	8.3%	4.6%	1.8%	25.3%	59.4%	15.2%
	東部地域	387	2.6%	6.5%	4.7%	3.9%	0.5%	18.2%	63.8%	18.1%
	新川中原地域	381	2.4%	6.8%	5.2%	5.5%	2.6%	22.5%	59.1%	18.4%
	西部地域	331	3.3%	6.0%	6.0%	5.4%	2.4%	23.1%	61.0%	15.7%
	大沢地域	189	4.2%	6.9%	7.4%	4.2%	1.6%	24.3%	60.8%	14.8%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

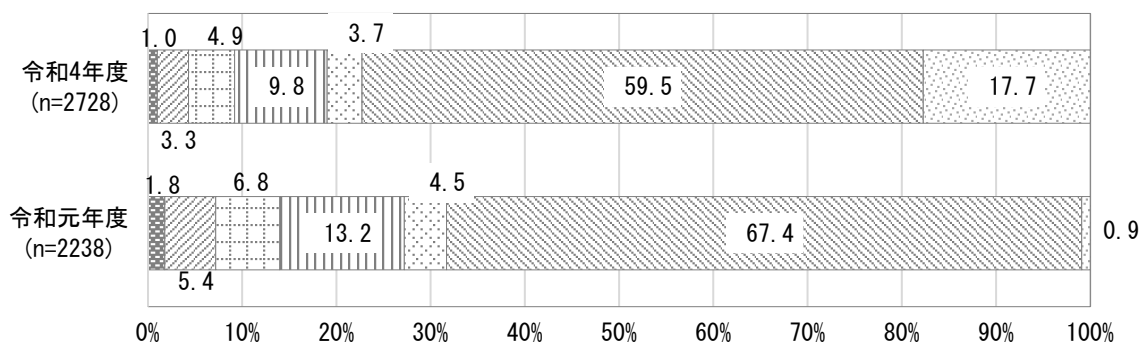
以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。  
③ 趣味関係のグループ

趣味関係のグループに年に数回以上「参加している」人が 22.7%であり、令和元年度の 31.7%より 9.0ポイント減少していた。

認定状況別にみると、趣味関係のグループに年に数回以上「参加している」人は「自立」では 24.9%で、要介護度が高くなるにつれて、「参加している」人の割合は減少し、「要介護 3～5」では 1.7%であった。

日常生活圏域別にみると、趣味のグループに年に数回以上「参加している」人の割合は、「井の頭」が 27.6%と最も高く、「連雀」が 19.7%と最も低かった。

■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



		人数	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	年に数回以上(再掲)	参加していない	無回答
総数		2728	1.0%	3.3%	4.9%	9.8%	3.7%	22.7%	59.5%	17.7%
認定状況	自立	2114	1.0%	3.6%	5.5%	10.9%	3.9%	24.9%	58.7%	16.4%
	要支援 1・2	105	1.0%	2.9%	3.8%	3.8%	3.8%	15.3%	60.0%	24.8%
	要介護 1・2	102	1.0%	1.0%	1.0%	-	-	3.0%	64.7%	32.4%
	要介護 3～5	58	-	-	-	1.7%	-	1.7%	81.0%	17.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	0.9%	2.6%	7.3%	10.0%	4.3%	25.1%	59.2%	15.6%
	連雀地域	452	1.3%	3.8%	4.0%	8.2%	2.4%	19.7%	60.0%	20.4%
	井の頭地域	217	0.5%	2.3%	6.9%	13.8%	4.1%	27.6%	57.6%	14.7%
	東部地域	387	1.0%	3.9%	4.4%	8.8%	3.9%	22.0%	61.2%	16.8%
	新川中原地域	381	1.0%	3.7%	5.8%	9.4%	4.5%	24.4%	57.0%	18.6%
	西部地域	331	0.9%	3.3%	3.6%	10.3%	1.8%	19.9%	62.2%	17.8%
	大沢地域	189	1.1%	3.7%	3.2%	11.6%	5.3%	24.9%	58.7%	16.4%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

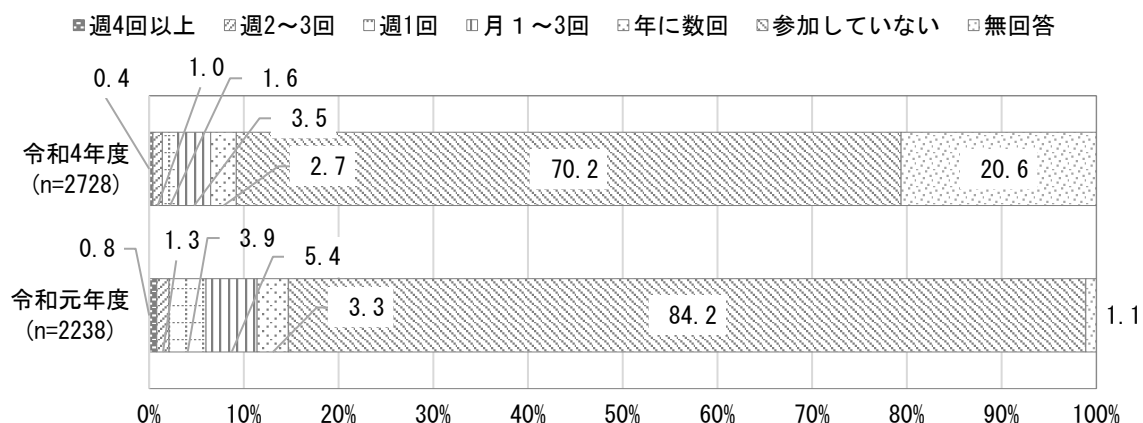
以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。

④ 学習・教養サークル

学習・教養サークルに年に数回以上「参加している」人が9.2%であり、令和元年度の14.7%より5.5ポイント減少していた。

認定状況別にみると、学習・教養サークルに年に数回以上「参加している」人は「自立」では9.8%で、要介護度が高くなるにつれて、「参加している」人の割合は減少し、「要介護3～5」では1.7%であった。

日常生活圏域別にみると、学習・教養サークルに年に数回以上「参加している」人の割合は、「井の頭」が12.4%と最も高く、「三鷹駅周辺」が6.9%と最も低かった。



		人数	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	年に数回以上(再掲)	参加していない	無回答
総数		2728	0.4%	1.0%	1.6%	3.5%	2.7%	9.2%	70.2%	20.6%
認定状況	自立	2114	0.4%	1.0%	1.8%	3.8%	2.8%	9.8%	70.2%	19.9%
	要支援 1・2	105	-	1.0%	1.0%	-	3.8%	5.8%	65.7%	28.6%
	要介護 1・2	102	-	-	2.0%	-	-	2.0%	64.7%	33.3%
	要介護 3～5	58	-	-	-	-	1.7%	1.7%	81.0%	17.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	-	0.7%	1.2%	3.6%	1.4%	6.9%	73.7%	19.4%
	連雀地域	452	0.4%	0.9%	2.4%	4.0%	3.5%	11.2%	64.6%	24.1%
	井の頭地域	217	0.5%	1.4%	1.8%	4.1%	4.6%	12.4%	70.0%	17.5%
	東部地域	387	0.8%	1.0%	1.3%	2.3%	1.8%	7.2%	71.8%	20.9%
	新川中原地域	381	0.3%	1.0%	3.4%	2.9%	2.4%	10.0%	68.0%	22.0%
	西部地域	331	0.3%	0.9%	0.9%	3.3%	2.1%	7.5%	73.7%	18.7%
	大沢地域	189	-	1.1%	0.5%	4.2%	4.8%	10.6%	68.8%	20.6%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

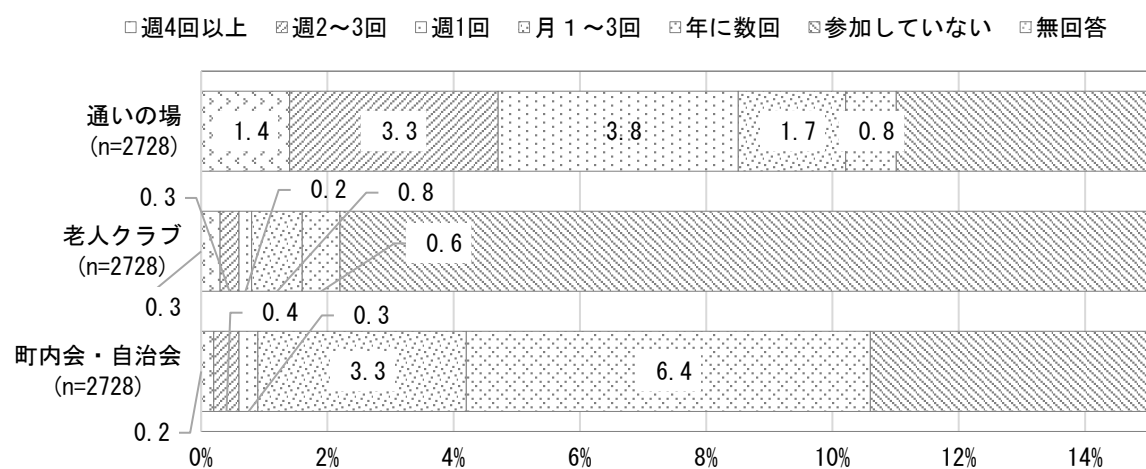


以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。  
 ⑤ 体力の維持向上のための運動グループなど介護予防のための通いの場  
 ⑥ 老人クラブ  
 ⑦ 町内会・自治会

通いの場に年に数回以上「参加している」人は 11.0%であった。日常生活圏域別にみると、「大沢」が 15.8%と最も高く、「東部」が 8.8%と最も低かった。

老人クラブに年に数回以上「参加している」人は 2.2%であった。日常生活圏域別にみると、「西部」が 4.2%と最も高く、「連雀」が 1.7%と最も低かった。

町内会・自治会に年に数回以上「参加している」人は 10.6%であった。日常生活圏域別にみると、「連雀」が 12.6%と最も高く、「東部」が 8.8%と最も低かった。



注) パーセンテージの小さい項目の数字を見やすくするために横軸の終点を 15%にした。

	人数	通いの場		老人クラブ		町内会・自治会		
		週1回以上	月1回～年に数回	週1回以上	月1回～年に数回	週1回以上	月1回～年に数回	
総数	2728	8.5%	2.5%	0.8%	1.4%	0.9%	9.7%	
認定状況	自立	2114	7.2%	2.3%	0.8%	1.5%	1.0%	10.3%
	要支援 1・2	105	28.6%	4.8%	1.0%	3.9%	-	10.5%
	要介護 1・2	102	15.7%	2.0%	2.0%	1.0%	2.0%	2.0%
	要介護 3～5	58	12.0%	1.7%	-	-	-	-
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.2%	2.1%	1.0%	1.0%	1.2%	9.5%
	連雀地域	452	7.8%	2.2%	0.8%	0.9%	1.1%	11.5%
	井の頭地域	217	8.2%	3.7%	1.0%	1.4%	1.0%	10.2%
	東部地域	387	7.5%	1.3%	1.1%	1.1%	0.8%	8.0%
	新川中原地域	381	7.6%	2.6%	0.3%	1.6%	0.3%	9.9%
	西部地域	331	9.6%	1.5%	1.2%	3.0%	1.2%	9.9%
	大沢地域	189	11.6%	4.2%	0.5%	2.1%	1.6%	8.4%

(単位：人、%)

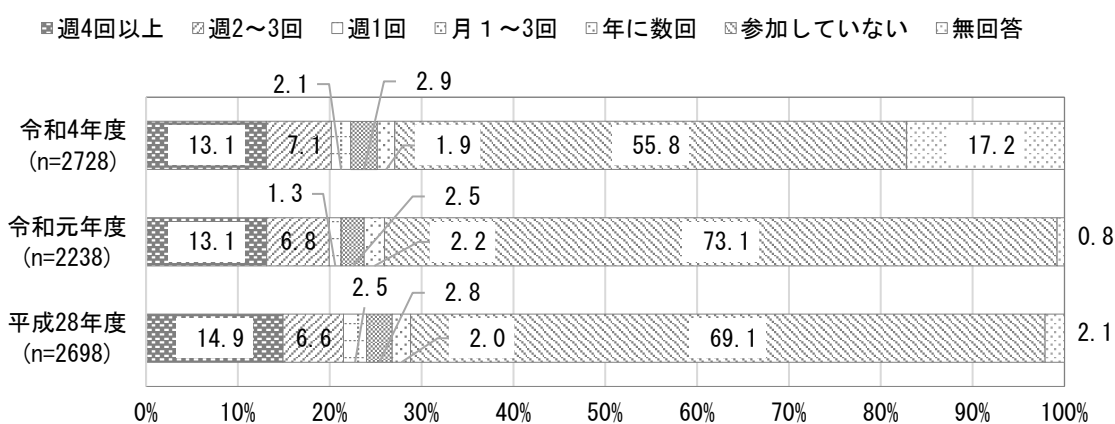
注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

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。  
 ⑧ 収入のある仕事

収入のある仕事に年に数回以上「参加している」人は 27.1%であり、令和元年度の 25.9%と同程度であった。

認定状況別にみると、収入のある仕事に年に数回以上「参加している」人は「自立」では 31.2%で、要支援・要介護では、「参加している」人の割合は減少し、「要介護3～5」では 1.7%であった。

日常生活圏域別にみると、収入のある仕事に年に数回以上「参加している」人の割合は、「西部」が 31.3%と最も高く、「連雀」が 24.5%と最も低かった。



		人数	週4回以上	週2～3回	週1回	月1～3回	年に数回	年に数回以上(再掲)	参加していない	無回答
総数		2728	13.1%	7.1%	2.1%	2.9%	1.9%	27.1%	55.8%	17.2%
認定状況	自立	2114	15.4%	8.2%	2.4%	3.2%	2.0%	31.2%	53.4%	15.5%
	要支援 1・2	105	-	2.9%	1.0%	1.0%	1.9%	6.8%	67.6%	25.7%
	要介護 1・2	102	-	-	1.0%	-	-	1.0%	66.7%	32.4%
	要介護 3～5	58	-	-	-	-	1.7%	1.7%	79.3%	19.0%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	13.0%	6.9%	4.0%	3.6%	1.7%	29.2%	56.4%	14.5%
	連雀地域	452	11.9%	7.3%	1.1%	2.0%	2.2%	24.5%	54.4%	21.0%
	井の頭地域	217	17.5%	6.5%	1.8%	2.8%	0.5%	29.1%	56.2%	14.7%
	東部地域	387	14.0%	9.6%	1.6%	2.3%	1.3%	28.8%	53.0%	18.3%
	新川中原地域	381	13.1%	7.1%	1.8%	2.4%	2.4%	26.8%	56.7%	16.5%
	西部地域	331	15.1%	6.3%	2.7%	4.5%	2.7%	31.3%	53.5%	15.1%
	大沢地域	189	12.7%	8.5%	2.1%	3.2%	2.1%	28.6%	57.7%	13.8%

(単位: 人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

趣味の「ある」人は、週に数回程度「趣味のグループ」や「スポーツのクラブ」に参加し、月に数回程度「ボランティア」や「学習・教養」のグループ活動を行っている割合が高かった。また、生きがいの「ある」人は、地域の活動への参加や「収入のある仕事」をしている人の割合が高かった。

社会参加の参加頻度と趣味・生きがいの関係

	人数	趣味			生きがい			
		あり	思いつかない	無回答	あり	思いつかない	無回答	
総数	2728	73.3%	22.7%	4.0%	54.2%	37.7%	8.1%	
ボランティア	週4回以上	16	62.5%	31.3%	6.3%	75.0%	18.8%	6.3%
	週2～3回	59	88.1%	10.2%	1.7%	76.3%	20.3%	3.4%
	週1回	38	94.7%	5.3%	-	76.3%	23.7%	-
	月1～3回	104	89.4%	8.7%	1.9%	71.2%	19.2%	9.6%
	年に数回	63	88.9%	6.3%	4.8%	73.0%	15.9%	11.1%
	不参加	1910	71.7%	26.0%	2.4%	51.9%	41.9%	6.2%
スポーツ	週4回以上	86	91.9%	7.0%	1.2%	77.9%	18.6%	3.5%
	週2～3回	179	88.3%	11.2%	0.6%	70.9%	24.6%	4.5%
	週1回	175	90.9%	6.3%	2.9%	67.4%	25.7%	6.9%
	月1～3回	116	94.0%	5.2%	0.9%	63.8%	29.3%	6.9%
	年に数回	50	92.0%	8.0%	-	70.0%	30.0%	-
	不参加	1661	68.6%	28.6%	2.8%	50.3%	43.3%	6.4%
趣味	週4回以上	27	100.0%	-	-	85.2%	7.4%	7.4%
	週2～3回	91	97.8%	1.1%	1.1%	81.3%	14.3%	4.4%
	週1回	134	96.3%	3.0%	0.7%	76.1%	17.9%	6.0%
	月1～3回	268	97.8%	1.9%	0.4%	71.6%	21.6%	6.7%
	年に数回	101	94.1%	5.9%	-	71.3%	24.8%	4.0%
	不参加	1624	66.1%	30.9%	3.0%	48.5%	45.1%	6.4%
学習・教養	週4回以上	10	80.0%	20.0%	-	80.0%	10.0%	10.0%
	週2～3回	28	100.0%	-	-	92.9%	3.6%	3.6%
	週1回	45	97.8%	2.2%	-	75.6%	17.8%	6.7%
	月1～3回	95	93.7%	5.3%	1.1%	71.6%	18.9%	9.5%
	年に数回	74	97.3%	2.7%	-	79.7%	13.5%	6.8%
	不参加	1914	71.0%	26.4%	2.6%	51.9%	42.0%	6.2%
収入ある仕事	週4回以上	357	74.5%	21.8%	3.6%	62.2%	32.8%	5.0%
	週2～3回	195	76.9%	20.5%	2.6%	62.1%	30.8%	7.2%
	週1回	56	82.1%	14.3%	3.6%	58.9%	30.4%	10.7%
	月1～3回	78	89.7%	9.0%	1.3%	76.9%	17.9%	5.1%
	年に数回	51	92.2%	7.8%	-	64.7%	33.3%	2.0%
	不参加	1523	71.6%	26.0%	2.4%	50.6%	42.6%	6.8%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

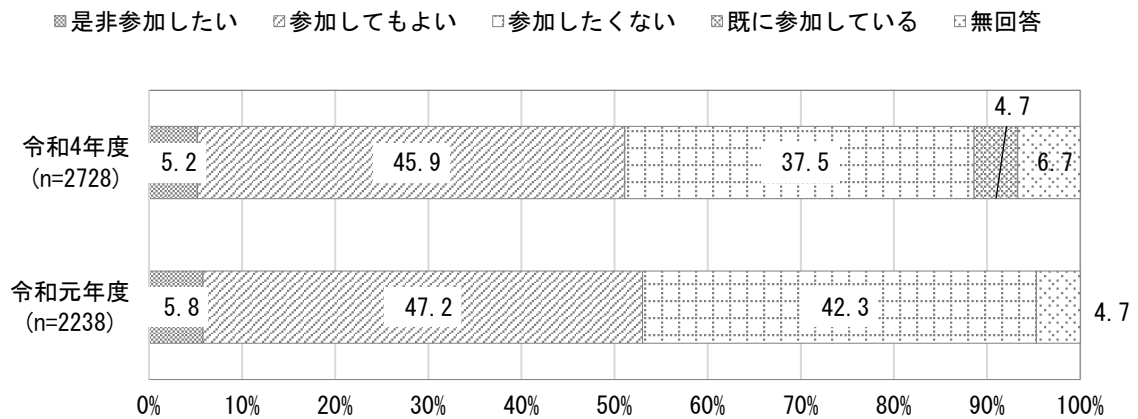
問5 (2) 地域づくり活動への参加意向

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。

参加者として「是非参加したい」という人は5.2%、「参加してもよい」は45.9%で、合わせると参加意向のある人は51.1%であり、令和元年度の53.0%より1.9ポイント減少していた。ただし、令和元年度調査においては「既に参加している」の選択肢がなかったため、今回調査の「既に参加している」4.7%を追加すると、参加意向のある人は令和元年度より2.8ポイント増加している。

認定状況別にみると、「是非参加したい」又は「参加してもよい」という人の割合は「自立」が54.2%、「要支援1・2」が40.0%、「要介護1・2」が24.5%、「要介護3～5」が19.0%であった。

日常生活圏域別にみると、「是非参加したい」又は「参加してもよい」という人の割合は、「連雀」が57.5%と最も高く、「東部」が46.3%と最も低かった。



		人数	是非参加したい	参加してもよい	参加したくない	既に参加している	無回答
総数		2728	5.2%	45.9%	37.5%	4.7%	6.7%
認定状況	自立	2114	4.7%	49.5%	35.7%	4.9%	5.2%
	要支援1・2	105	6.7%	33.3%	45.7%	3.8%	10.5%
	要介護1・2	102	3.9%	20.6%	52.9%	2.9%	19.6%
	要介護3～5	58	6.9%	12.1%	55.2%	-	25.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	5.0%	45.3%	40.5%	4.3%	5.0%
	連雀地域	452	5.1%	52.4%	31.6%	3.8%	7.1%
	井の頭地域	217	6.5%	46.1%	40.1%	4.1%	3.2%
	東部地域	387	3.1%	43.2%	42.9%	3.9%	7.0%
	新川中原地域	381	4.7%	47.5%	35.2%	6.3%	6.3%
	西部地域	331	4.8%	45.9%	36.9%	4.2%	8.2%
	大沢地域	189	5.3%	43.4%	34.9%	6.9%	9.5%

(単位: 人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

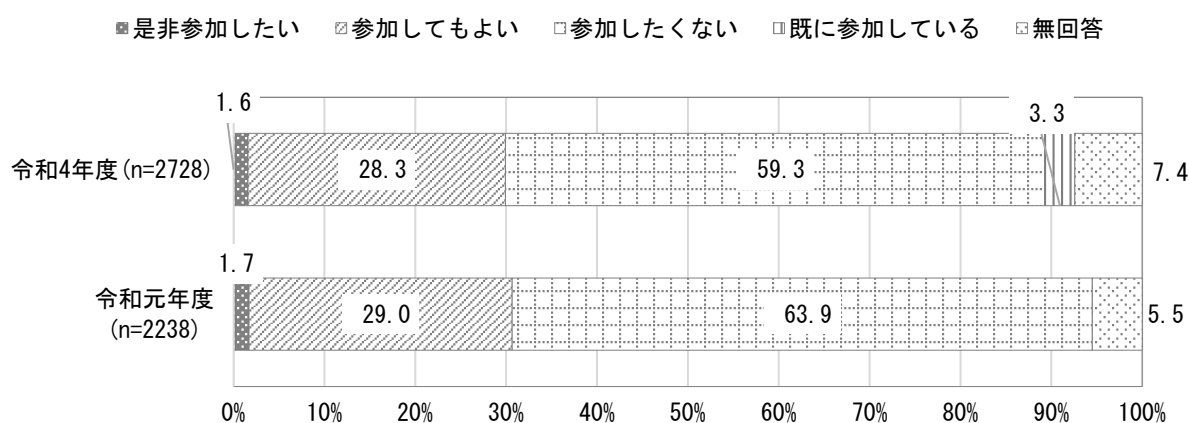
### 問5 (3) 地域づくり活動の企画運営意向

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。

企画・運営（お世話役）として「是非参加したい」という人は1.6%、「参加してもよい」は28.3%で、合わせると参加意向のある人は29.9%と令和元年度30.7%とほぼ同程度であった。ただし、令和元年度調査においては「既に参加している」の選択肢がなかったため、今回調査の「既に参加している」3.3%を追加すると参加意向のある人は令和元年度より2.5ポイント増加している。

認定状況別にみると、「是非参加したい」又は「参加してもよい」という人の割合は「自立」が32.5%、「要支援1・2」が21.9%、「要介護1・2」が12.8%、「要介護3～5」が8.6%であった。

日常生活圏域別にみると、「是非参加したい」又は「参加してもよい」という人の割合は「連雀」が33.8%と最も高く、「西部」が27.8%と最も低かった。



		人数	是非参加したい	参加してもよい	参加したくない	既に参加している	無回答
総数		2728	1.6%	28.3%	59.3%	3.3%	7.4%
認定状況	自立	2114	1.8%	30.7%	58.7%	3.2%	5.7%
	要支援1・2	105	-	21.9%	61.0%	3.8%	13.3%
	要介護1・2	102	2.0%	10.8%	65.7%	3.9%	17.6%
	要介護3～5	58	5.2%	3.4%	67.2%	-	24.1%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	1.9%	28.9%	60.2%	2.4%	6.6%
	連雀地域	452	2.4%	31.4%	57.3%	1.8%	7.1%
	井の頭地域	217	1.8%	30.4%	61.3%	3.2%	3.2%
	東部地域	387	1.0%	26.9%	62.3%	2.3%	7.5%
	新川中原地域	381	2.1%	28.9%	58.0%	4.7%	6.3%
	西部地域	331	0.6%	27.2%	59.5%	3.3%	9.4%
大沢地域	189	2.6%	26.5%	55.6%	6.9%	8.5%	

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

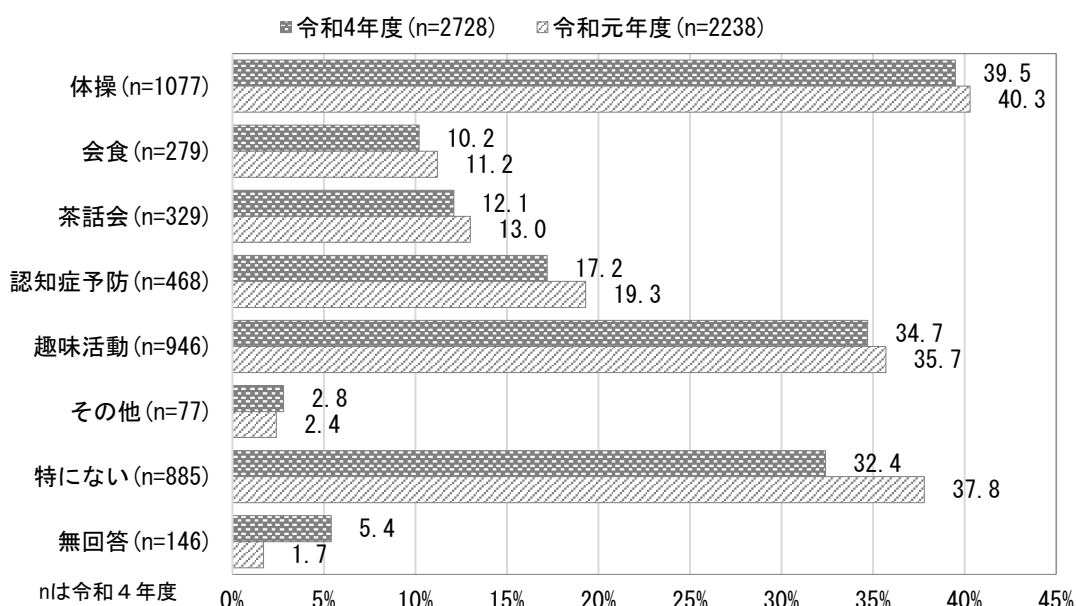
問5 (4) 「通いの場」への希望

介護予防や健康維持のために、どのような「通いの場」があれば良いと思いますか。  
(複数回答)

「体操（運動）」が39.5%と最も高く、次いで「趣味活動」が34.7%と高かった。一方で、「特になし」という人も32.4%であった。

認定状況別にみると、「自立」及び「要支援1・2」では「体操」「趣味活動」「認知症予防」の順に希望者の割合が高かった。要介護度が高くなるにつれて「体操」「趣味活動」の割合が低くなった。「要介護3～5」では、「認知症予防」を希望する人の割合が、「体操」と「趣味活動」を上回っていた。

日常生活圏域別にみると、いずれの圏域においても「体操」「趣味活動」「認知症予防」の順に希望者の割合が高かった。



		人数	体操 (運動)	会食	茶話会	認知症 予防	趣味 活動	その他	特になし	無回答
総数		2728	39.5%	10.2%	12.1%	17.2%	34.7%	2.8%	32.4%	5.4%
認定 状況	自立	2114	40.1%	10.3%	11.7%	16.3%	37.2%	2.6%	32.8%	3.9%
	要支援1・2	105	36.2%	13.3%	10.5%	19.0%	22.9%	7.6%	28.6%	9.5%
	要介護1・2	102	31.4%	8.8%	9.8%	23.5%	13.7%	2.0%	36.3%	16.7%
	要介護3～5	58	13.8%	5.2%	8.6%	20.7%	8.6%	1.7%	39.7%	24.1%
日常 生活 圏域	三鷹駅周辺地域	422	42.4%	10.2%	11.1%	18.2%	32.2%	2.8%	34.6%	4.3%
	連雀地域	452	36.9%	10.4%	13.7%	16.6%	33.6%	2.9%	31.6%	6.6%
	井の頭地域	217	36.9%	11.5%	10.6%	12.4%	36.4%	2.3%	35.9%	4.6%
	東部地域	387	36.4%	8.8%	12.1%	17.3%	35.4%	2.1%	35.7%	4.4%
	新川中原地域	381	39.4%	10.0%	10.0%	17.8%	36.2%	3.4%	28.9%	4.7%
	西部地域	331	39.9%	10.6%	11.5%	15.1%	35.3%	2.1%	32.9%	6.6%
	大沢地域	189	40.2%	11.1%	10.1%	19.0%	37.0%	3.7%	31.7%	4.2%

(単位：人、%)

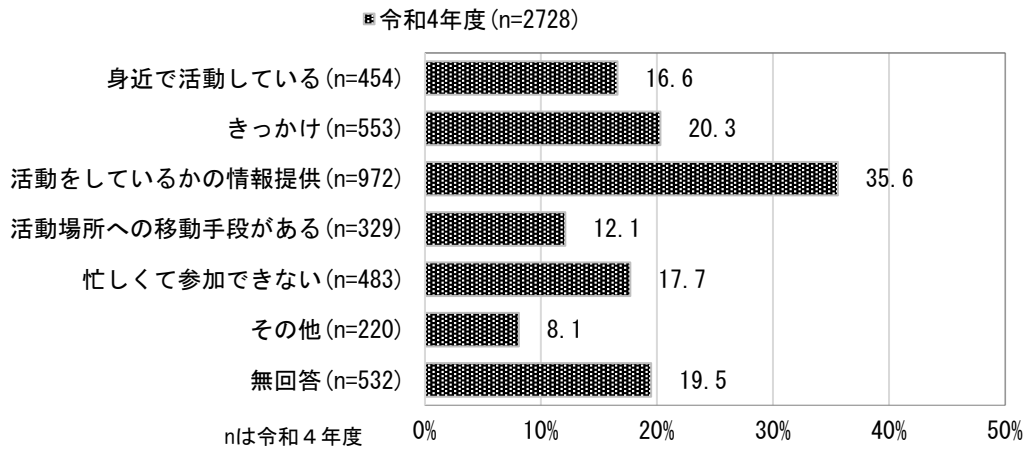
注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問5 (5) 「通いの場」への参加条件

「通いの場」にどのような条件があれば参加したいですか。(複数回答)

「通いの場」にどのような条件があれば参加したいかについては、「どこでどのような活動をしているかの情報提供」が35.6%、「きっかけ(知人からの声掛けなど)」が20.3%、「身近で活動している」が16.6%、「活動場所への移動手段がある」が12.1%の順に多かった。一方、「仕事や家事が忙しくて参加できない」が17.7%いた。

認定状況別にみると、「要支援1・2」及び「要介護3～5」では「活動場所への移動手段がある」が最も高く、「自立」及び「要介護1・2」では「どこでどのような活動をしているかの情報提供」が最も高かった。



		人数	身近で活動している	きっかけ	どこでどのような活動をしているかの情報提供	活動場所への移動手段がある	仕事や家事が忙しくて参加できない	その他	無回答
総数		2728	16.6%	20.3%	35.6%	12.1%	17.7%	8.1%	19.5%
認定状況	自立	2114	17.3%	21.0%	38.2%	11.0%	20.2%	7.3%	16.4%
	要支援1・2	105	16.2%	20.0%	17.1%	30.5%	3.8%	14.3%	27.6%
	要介護1・2	102	8.8%	11.8%	17.6%	15.7%	4.9%	10.8%	43.1%
	要介護3～5	58	3.4%	13.8%	10.3%	22.4%	3.4%	15.5%	43.1%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	16.8%	22.5%	37.9%	10.9%	14.9%	9.2%	17.8%
	連雀地域	452	13.5%	20.6%	38.7%	12.6%	16.2%	8.4%	19.0%
	井の頭地域	217	17.5%	15.2%	33.6%	11.1%	24.9%	9.2%	15.7%
	東部地域	387	15.8%	18.1%	32.3%	13.4%	22.7%	6.2%	21.7%
	新川中原地域	381	16.8%	24.1%	36.5%	14.2%	16.3%	7.9%	17.3%
	西部地域	331	17.2%	18.4%	36.0%	10.6%	19.3%	6.9%	22.1%
	大沢地域	189	21.7%	21.2%	30.7%	13.8%	17.5%	8.5%	13.8%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 8 たすけあいについて

## 問6 (1) 情緒的支援者(受領)

あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人(複数回答)

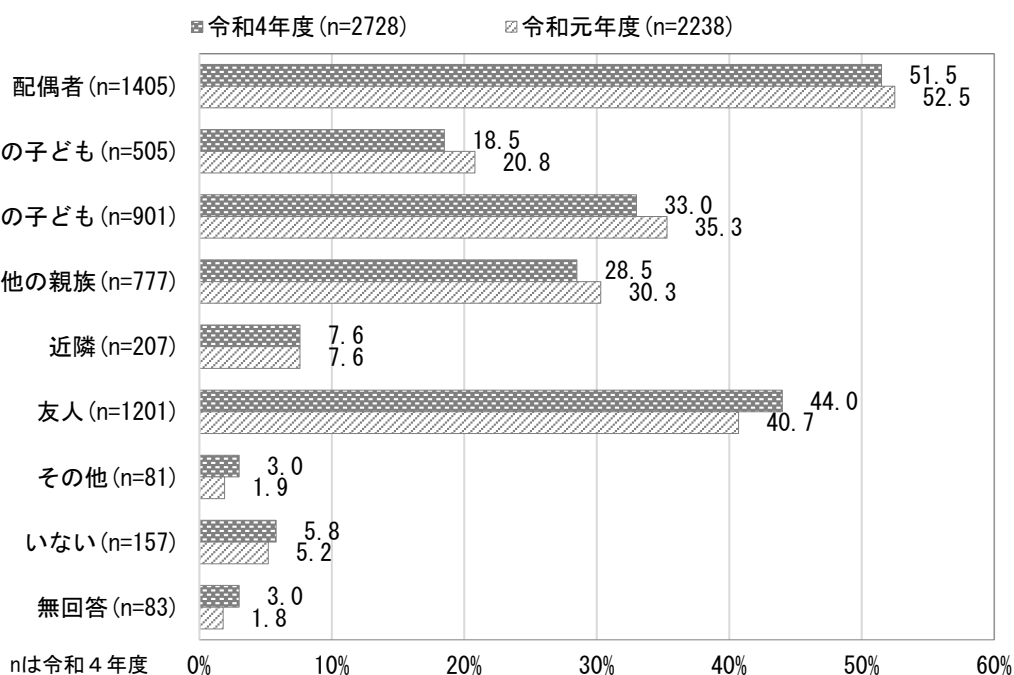
「心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人」は「配偶者」が51.5%と最も高く、次いで「友人」が44.0%と高かった。「心配事や愚痴を聞いてくれる人」が「いない」は、5.8%であり、令和元年度より0.6ポイント増加した。

認定状況別にみると、「心配事や愚痴を聞いてくれる人」が「いない」と回答した割合は、「自立」で5.4%であったが、「要支援1・2」が9.5%、「要介護1・2」が8.8%、「要介護3～5」が5.2%と、「要支援1・2」と「要介護1・2」の割合が比較的高かった。

日常生活圏域別にみると、「連雀」が7.1%と最も高く、「大沢」が3.2%と最も低かった。

年齢階層・性別では、「女性」より「男性」で割合が高い傾向がみられ、特に「男性・75歳～79歳」が11.0%と最も高かった。「女性」では「85歳～89歳」が5.7%で最も高かった。

「心配事や愚痴を聞いてくれる人」について男女差をみると、「男性」は「配偶者」が多い。「女性」は「友人」や「子ども」が多く、その相手も「男性」よりも多かった。





## 情緒的支援者（受領）

		人数	配偶者	同居の子ども	別居の子ども	その他の親族	近隣	友人	その他	いない	無回答
総数		2728	51.5%	18.5%	33.0%	28.5%	7.6%	44.0%	3.0%	5.8%	3.0%
認定状況	自立	2114	54.0%	17.4%	32.9%	29.1%	7.6%	46.3%	2.6%	5.4%	2.6%
	要支援1・2	105	23.8%	22.9%	28.6%	21.9%	3.8%	33.3%	3.8%	9.5%	4.8%
	要介護1・2	102	35.3%	24.5%	30.4%	22.5%	4.9%	18.6%	8.8%	8.8%	5.9%
	要介護3～5	58	37.9%	27.6%	27.6%	5.2%	3.4%	5.2%	12.1%	5.2%	8.6%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	50.0%	18.2%	33.4%	27.0%	6.2%	45.0%	2.6%	5.9%	2.6%
	連雀地域	452	49.6%	15.3%	30.1%	26.8%	7.3%	44.2%	3.3%	7.1%	3.5%
	井の頭地域	217	51.2%	19.8%	29.0%	25.3%	6.9%	49.3%	2.8%	5.1%	1.4%
	東部地域	387	53.7%	19.4%	32.3%	31.0%	7.8%	40.1%	3.4%	5.7%	3.6%
	新川中原地域	381	50.4%	17.1%	34.9%	29.7%	9.7%	44.9%	5.0%	5.5%	3.1%
	西部地域	331	51.7%	19.6%	31.4%	27.2%	5.1%	36.6%	3.0%	6.0%	3.3%
	大沢地域	189	56.6%	20.1%	37.0%	27.5%	7.4%	48.1%	1.1%	3.2%	2.6%
男性	65歳～69歳	236	67.8%	16.5%	17.8%	21.6%	2.5%	34.3%	5.9%	8.5%	2.1%
	70歳～74歳	303	70.0%	12.5%	21.1%	17.8%	3.3%	35.0%	2.0%	9.6%	2.6%
	75歳～79歳	227	69.6%	11.9%	22.5%	17.6%	1.8%	29.5%	2.6%	11.0%	4.4%
	80歳～84歳	195	68.2%	12.8%	28.2%	13.3%	5.1%	24.1%	2.1%	8.7%	4.1%
	85歳～89歳	76	71.1%	15.8%	31.6%	19.7%	3.9%	10.5%	1.3%	1.3%	5.3%
	90歳以上	44	61.4%	22.7%	25.0%	9.1%	2.3%	6.8%	2.3%	6.8%	4.5%
女性	65歳～69歳	254	54.7%	21.3%	45.7%	37.8%	7.5%	63.8%	2.8%	2.8%	0.4%
	70歳～74歳	342	43.0%	14.3%	41.5%	42.4%	12.6%	62.9%	2.6%	2.3%	1.2%
	75歳～79歳	267	40.1%	23.6%	38.6%	35.6%	11.2%	58.8%	3.4%	2.6%	1.9%
	80歳～84歳	234	26.9%	22.2%	35.9%	38.0%	12.8%	52.6%	3.8%	4.3%	4.3%
	85歳～89歳	122	17.2%	25.4%	44.3%	24.6%	7.4%	38.5%	2.5%	5.7%	9.0%
	90歳以上	79	3.8%	40.5%	32.9%	25.3%	8.9%	24.1%	8.9%	3.8%	5.1%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 問6 (2) 情緒的支援者 (授与)

反対に、あなたが心配事や愚痴 (ぐち) を聞いてあげる人 (複数回答)

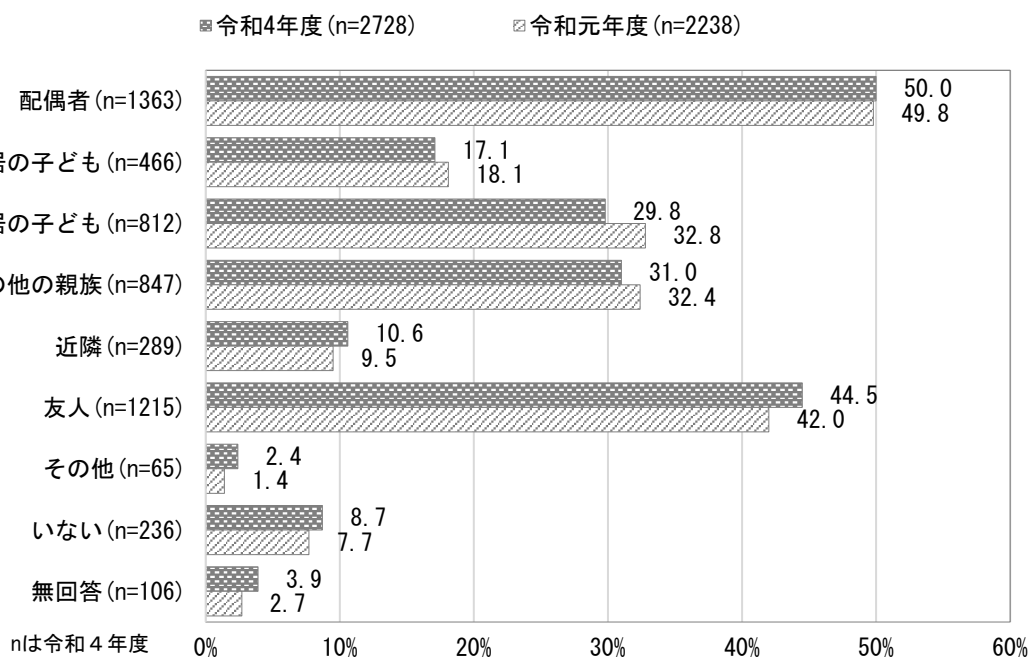
「心配事や愚痴を聞いてあげる人」は、「配偶者」が50.0%と最も高く、次いで「友人」が44.5%と高かった。「心配事や愚痴を聞いてあげる人」が「いない」は8.7%であり、令和元年度より1.0ポイント増加した。

認定状況別にみると、「心配事や愚痴を聞いてあげる人」が「いない」と回答した割合は、「要介護1・2」で29.4%と多く、要支援・要介護者で高かった。

日常生活圏域別にみると、「井の頭」が10.6%と最も高く、「大沢」が5.3%と最も低かった。

年齢階層・性別では、「女性」より「男性」で割合が高い傾向がみられたが、「女性・90歳以上」が26.6%と最も高くなっており、「女性」では年齢が高くなるほど増加していた。

「心配事や愚痴を聞いてあげる人」について男女差をみると、「男性」で「配偶者」が多く、「女性」は「友人」が最も多かった。



## 情緒的支援者（授与）

		人数	配偶者	同居の子ども	別居の子ども	その他の親族	近隣	友人	その他	いない	無回答
総数		2728	50.0%	17.1%	29.8%	31.0%	10.6%	44.5%	2.4%	8.7%	3.9%
認定状況	自立	2114	53.0%	16.6%	30.4%	32.4%	10.8%	46.5%	2.4%	7.1%	2.7%
	要支援1・2	105	26.7%	18.1%	17.1%	17.1%	5.7%	29.5%	4.8%	21.0%	10.5%
	要介護1・2	102	22.5%	19.6%	19.6%	16.7%	5.9%	18.6%	2.9%	29.4%	10.8%
	要介護3～5	58	27.6%	13.8%	20.7%	8.6%	3.4%	10.3%	3.4%	19.0%	15.5%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	49.1%	17.3%	29.6%	29.1%	8.5%	43.1%	1.7%	10.4%	3.1%
	連雀地域	452	50.2%	14.6%	26.8%	29.2%	11.5%	43.4%	2.2%	9.5%	3.5%
	井の頭地域	217	46.5%	15.2%	26.7%	24.9%	10.6%	49.8%	4.1%	10.6%	1.8%
	東部地域	387	51.2%	17.3%	31.5%	33.3%	9.6%	43.4%	1.8%	8.5%	3.6%
	新川中原地域	381	50.7%	15.5%	29.4%	32.5%	12.6%	43.0%	3.4%	8.9%	3.7%
	西部地域	331	49.2%	18.7%	29.6%	31.4%	6.9%	36.9%	3.3%	8.2%	5.7%
	大沢地域	189	51.9%	20.1%	29.6%	30.7%	12.2%	52.4%	1.6%	5.3%	4.2%
男性	65歳～69歳	236	70.8%	21.6%	19.1%	22.0%	3.8%	34.3%	3.8%	8.5%	2.5%
	70歳～74歳	303	71.3%	11.6%	21.5%	22.4%	5.6%	32.3%	1.3%	11.6%	2.3%
	75歳～79歳	227	69.6%	12.8%	25.1%	24.7%	4.4%	28.6%	1.3%	11.9%	4.8%
	80歳～84歳	195	66.7%	11.8%	25.6%	20.5%	8.2%	28.2%	1.5%	9.7%	4.6%
	85歳～89歳	76	59.2%	14.5%	27.6%	25.0%	5.3%	15.8%	2.6%	7.9%	6.6%
	90歳以上	44	54.5%	20.5%	18.2%	6.8%	-	4.5%	2.3%	18.2%	6.8%
女性	65歳～69歳	254	51.2%	21.7%	46.1%	41.7%	12.6%	63.4%	3.5%	2.8%	-
	70歳～74歳	342	41.2%	13.7%	34.2%	45.3%	16.7%	63.2%	3.2%	3.5%	2.3%
	75歳～79歳	267	36.3%	19.9%	32.6%	39.3%	15.7%	61.0%	1.9%	8.2%	2.2%
	80歳～84歳	234	24.4%	19.7%	31.2%	31.6%	15.0%	50.9%	2.6%	9.8%	4.3%
	85歳～89歳	122	15.6%	16.4%	32.0%	26.2%	9.0%	39.3%	1.6%	11.5%	11.5%
	90歳以上	79	3.8%	24.1%	16.5%	17.7%	11.4%	24.1%	6.3%	26.6%	11.4%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 問6 (3) 手段的支援者(受領)

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(複数回答)

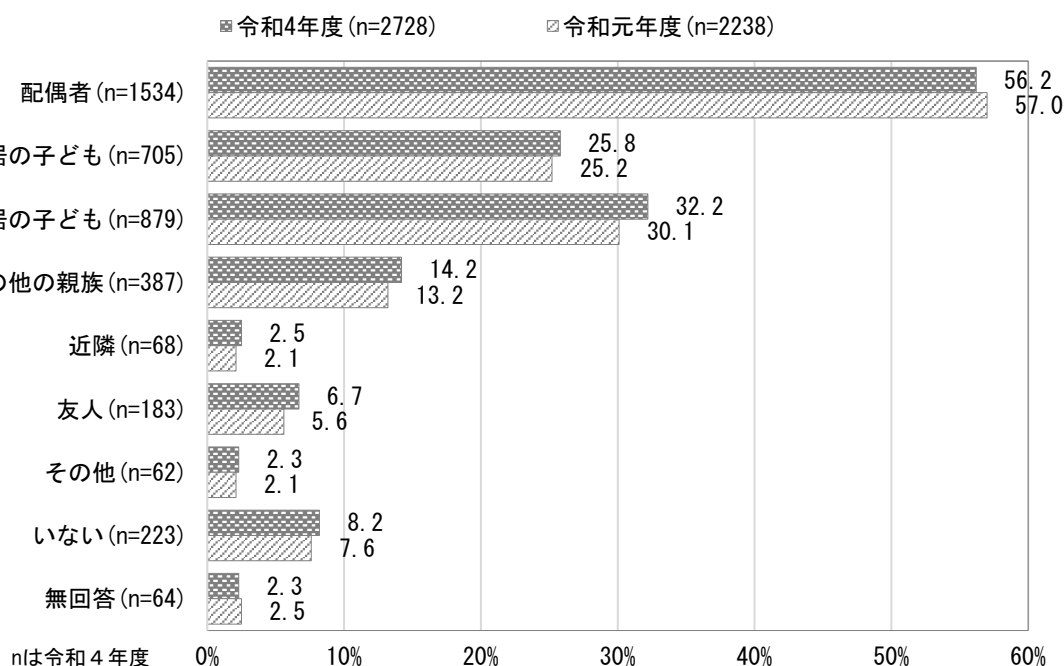
「病気で数日間寝込んだときに看病や世話をしてくれる人」は「配偶者」が56.2%と最も高く、次いで「別居の子ども」が32.2%、「同居の子ども」が25.8%という順であった。「病気で数日間寝込んだときに看病や世話をしてくれる人」が「いない」は、8.2%で令和元年度より0.6ポイント増加した。

認定状況別にみると、「看病や世話をしてくれる人」が「いない」と回答した割合は、「要支援1・2」が14.3%、「要介護1・2」が6.9%となっており、支援や介護を必要とする人の中にも看病や世話をしてくれる人がいない人が見受けられた。

日常生活圏域別にみると、「井の頭」が10.1%と最も高く、「大沢」が5.8%と最も低かった。

年齢階層・性別にみると、「80歳未満」は「男性」、「80歳以上」は「女性」の割合が高い傾向がみられた。最も高いのは「男性・65歳～69歳」の14.0%であった。

「看病や世話をしてくれる人」について男女差をみると、「男性」は「配偶者」が多く、その他の相手では「女性」の方が多い傾向がみられ、特に「別居の子ども」は「女性」の方が多かった。



## 手段的支援者（受領）

		人数	配偶者	同居の子ども	別居の子ども	その他の親族	近隣	友人	その他	いない	無回答
総数		2728	56.2%	25.8%	32.2%	14.2%	2.5%	6.7%	2.3%	8.2%	2.3%
認定状況	自立	2114	59.0%	24.7%	32.3%	14.7%	2.6%	7.1%	1.6%	8.6%	1.9%
	要支援1・2	105	28.6%	31.4%	34.3%	7.6%	1.0%	6.7%	6.7%	14.3%	2.9%
	要介護1・2	102	33.3%	31.4%	30.4%	12.7%	2.0%	2.9%	9.8%	6.9%	4.9%
	要介護3～5	58	39.7%	34.5%	29.3%	3.4%	1.7%	5.2%	13.8%	-	10.3%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	53.6%	26.3%	32.0%	13.3%	2.8%	5.9%	1.9%	9.5%	2.1%
	連雀地域	452	55.8%	22.1%	29.2%	13.5%	2.2%	8.8%	3.8%	8.6%	2.0%
	井の頭地域	217	56.2%	24.4%	28.1%	12.0%	2.3%	4.6%	2.8%	10.1%	1.4%
	東部地域	387	58.4%	27.4%	34.9%	16.3%	1.6%	6.2%	1.6%	7.0%	2.3%
	新川中原地域	381	54.6%	24.4%	34.9%	13.9%	5.5%	9.4%	3.1%	8.9%	2.4%
	西部地域	331	55.9%	27.2%	30.2%	13.6%	1.2%	5.7%	2.4%	9.4%	2.7%
	大沢地域	189	60.8%	28.6%	37.0%	15.3%	0.5%	4.8%	1.1%	5.8%	3.2%
男性	65歳～69歳	236	70.8%	25.4%	16.9%	10.2%	0.4%	5.1%	0.8%	14.0%	2.1%
	70歳～74歳	303	76.9%	18.2%	21.5%	10.6%	1.7%	4.6%	0.3%	11.2%	1.3%
	75歳～79歳	227	76.7%	20.3%	26.4%	10.1%	1.3%	2.2%	-	9.7%	2.6%
	80歳～84歳	195	75.4%	21.5%	31.3%	7.7%	1.5%	3.1%	1.0%	5.1%	3.6%
	85歳～89歳	76	73.7%	17.1%	39.5%	14.5%	1.3%	-	1.3%	2.6%	3.9%
	90歳以上	44	61.4%	40.9%	27.3%	6.8%	2.3%	2.3%	11.4%	2.3%	2.3%
女性	65歳～69歳	254	61.8%	28.0%	35.0%	14.6%	2.4%	9.4%	0.8%	9.1%	-
	70歳～74歳	342	49.4%	22.8%	37.7%	20.2%	2.9%	8.8%	3.5%	6.4%	1.5%
	75歳～79歳	267	44.2%	29.2%	38.6%	17.6%	5.6%	11.6%	2.6%	6.7%	2.2%
	80歳～84歳	234	27.4%	31.6%	42.3%	16.2%	4.7%	11.5%	4.3%	9.0%	1.3%
	85歳～89歳	122	15.6%	29.5%	41.0%	14.8%	2.5%	6.6%	4.9%	11.5%	8.2%
	90歳以上	79	3.8%	45.6%	35.4%	20.3%	-	6.3%	13.9%	5.1%	5.1%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 問6 (4) 手段的支援者(授与)

反対に、看病や世話をしてあげる人(複数回答)

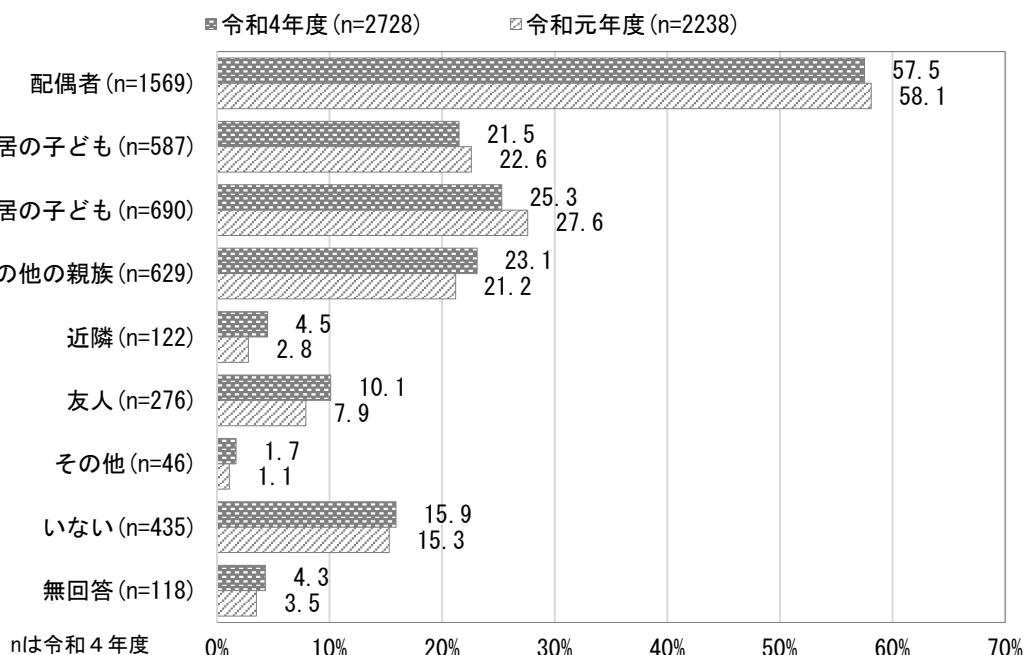
「看病や世話をしてあげる人」は「配偶者」が57.5%と最も高く、次いで「別居の子ども」が25.3%、「その他の親族」が23.1%、「同居の子ども」が21.5%という順であった。「看病や世話をしてあげる人」が「いない」は15.9%と令和元年度より0.6ポイント増加した。

認定状況別にみると、「看病や世話をしてあげる人」が「いない」と回答した割合は「要介護3～5」が48.3%と最も高く、要介護度が高くなるにつれて増加していた。

日常生活圏域別にみると、「井の頭」が18.9%と最も高く、「大沢」が10.6%と最も低かった。

年齢階層・性別にみると、「80歳未満」は「男性」、「80歳以上」は「女性」の割合が高い傾向がみられた。最も高いのは「女性・90歳以上」の46.8%であった。

「看病や世話をしてあげる人」について男女差をみると、「男性」は「配偶者」が多く、その他の相手では「女性」の方が多い傾向がみられ、特に「別居の子ども」で差がみられた。



手段的支援者（授与）

		人数	配偶者	同居の子ども	別居の子ども	その他の親族	近隣	友人	その他	いない	無回答
総数		2728	57.5%	21.5%	25.3%	23.1%	4.5%	10.1%	1.7%	15.9%	4.3%
認定状況	自立	2114	61.3%	22.4%	27.1%	24.8%	4.9%	11.2%	1.3%	13.3%	2.9%
	要支援1・2	105	34.3%	12.4%	7.6%	9.5%	2.9%	6.7%	3.8%	33.3%	8.6%
	要介護1・2	102	22.5%	12.7%	7.8%	6.9%	2.0%	3.9%	5.9%	44.1%	13.7%
	要介護3～5	58	19.0%	3.4%	5.2%	3.4%	-	-	10.3%	48.3%	19.0%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	57.6%	20.9%	27.3%	25.4%	4.0%	8.5%	2.1%	17.5%	3.1%
	連雀地域	452	56.4%	21.0%	22.3%	20.1%	5.1%	12.4%	1.8%	16.6%	5.1%
	井の頭地域	217	57.6%	18.0%	19.4%	23.5%	3.7%	8.8%	2.8%	18.9%	1.4%
	東部地域	387	58.7%	21.4%	25.6%	22.7%	3.9%	9.8%	0.5%	17.3%	3.6%
	新川中原地域	381	55.1%	18.9%	26.2%	20.7%	7.3%	13.9%	1.6%	17.1%	3.7%
	西部地域	331	56.8%	23.9%	24.2%	22.1%	2.4%	7.3%	3.3%	14.5%	5.1%
	大沢地域	189	61.9%	24.3%	28.6%	29.1%	4.8%	11.1%	0.5%	10.6%	5.8%
男性	65歳～69歳	236	71.2%	27.5%	17.8%	19.9%	1.3%	6.4%	1.3%	14.4%	1.3%
	70歳～74歳	303	71.3%	17.5%	22.4%	20.1%	2.6%	6.3%	0.3%	16.5%	2.3%
	75歳～79歳	227	74.4%	17.6%	20.7%	15.4%	1.8%	3.1%	0.4%	15.0%	4.4%
	80歳～84歳	195	74.9%	14.4%	19.0%	15.4%	4.6%	6.2%	0.5%	16.9%	3.6%
	85歳～89歳	76	61.8%	14.5%	14.5%	13.2%	1.3%	1.3%	3.9%	18.4%	6.6%
	90歳以上	44	50.0%	15.9%	9.1%	4.5%	-	-	4.5%	20.5%	13.6%
女性	65歳～69歳	254	65.7%	27.2%	40.2%	34.3%	5.9%	15.4%	2.0%	7.9%	0.4%
	70歳～74歳	342	56.4%	22.2%	35.7%	38.0%	7.3%	14.9%	1.8%	8.8%	1.5%
	75歳～79歳	267	48.7%	24.7%	31.5%	27.7%	7.5%	18.0%	1.5%	12.0%	4.1%
	80歳～84歳	234	31.2%	21.4%	20.1%	18.4%	7.3%	15.4%	3.8%	26.1%	6.4%
	85歳～89歳	122	22.1%	18.9%	14.8%	12.3%	2.5%	10.7%	3.3%	29.5%	13.1%
	90歳以上	79	8.9%	17.7%	11.4%	12.7%	3.8%	7.6%	5.1%	46.8%	11.4%

（単位：人、％）

注）クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

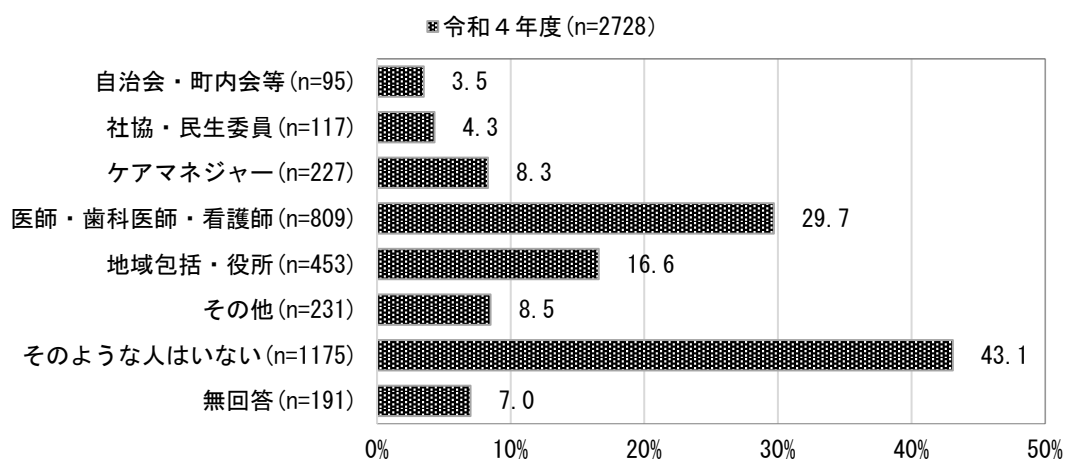
## 問6 (5) 家族や友人以外の相談する相手

家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手（複数回答）

「家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手」は「医師・歯科医師・看護師」が 29.7%、「地域包括支援センター・役所」が 16.6%に対して、相談相手が「いない」は 43.1%となった。

認定状況別にみると、相談相手がいないと回答した割合は「自立」が 46.9%と最も高かった。

日常生活圏域別にみると、「新川中原地域」が 47.0%と最も高く、「三鷹駅周辺」が 38.2%と最も低かった。相談相手の総数として一番多かった「医師・歯科医師・看護師」については、「井の頭」が 37.3%と最も高く、「西部」が 26.0%と最も低かった。なお、「かかりつけ医師がいる」「かかりつけ歯科医師がいる」「かかりつけ薬剤師がいる」と回答した人は、相談相手としても「医師・歯科医師・看護師」と回答している割合が高かった。





家族や友人以外の相談する相手

		人数	自治会・町内会等	社協・民生委員	ケアマネジャー	医師・歯科医師・看護師	地域包括・役所	その他	そのような人はいない	無回答
総数		2728	3.5%	4.3%	8.3%	29.7%	16.6%	8.5%	43.1%	7.0%
認定状況	自立	2114	3.7%	4.4%	3.3%	29.4%	15.7%	8.6%	46.9%	6.2%
	要支援1・2	105	2.9%	5.7%	39.0%	27.6%	24.8%	8.6%	24.8%	6.7%
	要介護1・2	102	2.0%	2.9%	55.9%	28.4%	21.6%	4.9%	16.7%	8.8%
	要介護3～5	58	-	-	48.3%	36.2%	8.6%	12.1%	19.0%	13.8%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	2.8%	3.8%	9.0%	33.6%	17.3%	9.0%	38.2%	6.2%
	連雀地域	452	3.8%	4.2%	9.1%	28.1%	13.7%	8.6%	45.4%	8.0%
	井の頭地域	217	3.2%	4.1%	6.5%	37.3%	14.7%	11.1%	41.0%	3.2%
	東部地域	387	3.6%	3.9%	8.0%	28.7%	14.0%	8.8%	46.3%	7.5%
	新川中原地域	381	3.1%	5.0%	7.1%	26.5%	17.8%	8.1%	47.0%	6.3%
	西部地域	331	4.5%	3.9%	9.1%	26.0%	18.4%	6.6%	45.6%	5.4%
	大沢地域	189	3.7%	6.3%	7.4%	27.5%	18.5%	7.9%	42.9%	7.9%
かかりつけ	医師いる	2337	3.7%	4.2%	8.9%	32.6%	17.1%	8.6%	40.9%	6.5%
	医師いない	280	2.9%	5.7%	2.5%	8.6%	15.4%	8.9%	64.3%	3.9%
	歯科医師いる	1996	3.3%	4.4%	7.7%	32.9%	17.9%	9.2%	41.2%	5.8%
	歯科医師いない	390	3.6%	4.4%	9.2%	20.0%	13.3%	7.4%	56.9%	3.8%
	薬剤師いる	1350	4.3%	5.0%	11.1%	35.8%	19.1%	8.2%	36.0%	7.0%
	薬剤師いない	883	2.3%	3.5%	4.4%	24.2%	14.7%	10.1%	54.6%	2.9%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問6 (6) 誰とも話をしない日数

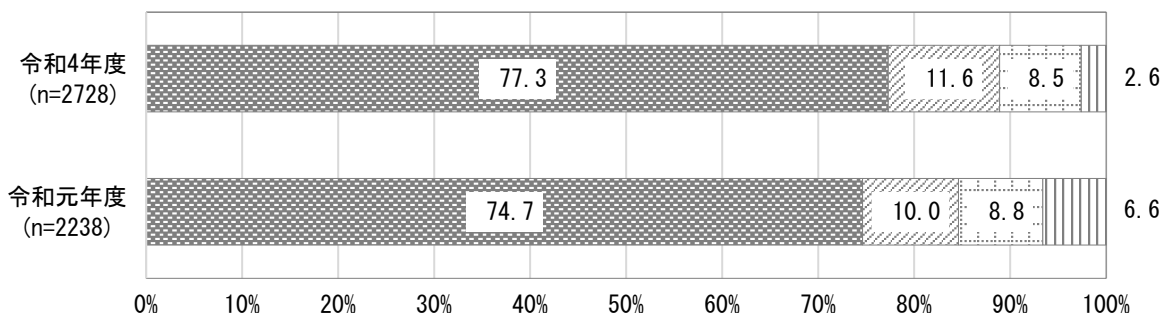
ふだん、「誰とも話をしない」という日がありますか。

誰とも話をしない日が「週に1～2日くらいある」が11.6%、「週に3日以上ある」が8.5%で、合わせて20.1%は誰とも話をしない日が「週に1日以上」ある状況であった。

誰とも話をしない日が「週に1日以上」ある人は令和元年度の18.8%より1.3ポイント増加した。

誰とも話をしない日が「週に1日以上」ある人について、認定状況別では、「要支援1・2」が28.5%、「要介護1・2」でも25.5%と割合が高かった。日常生活圏域別にみると、「新川中原」が23.6%と最も高く、「大沢」が15.4%と最も低かった。なお、物忘れが多いと感じている人は、感じていない人より誰とも話をしない日が「ほとんどない」と回答した割合が低かった。また、1人暮らしの56.5%が誰とも話をしない日が「週に1日以上」あるに該当した。

■ほとんどない □週に1～2日くらいある ▨週に3日以上ある ▩無回答



		人数	ほとんどない	週に1～2日くらい	週に3日以上	無回答
総数		2728	77.3%	11.6%	8.5%	2.6%
認定状況	自立	2114	78.7%	11.3%	8.0%	2.0%
	要支援1・2	105	69.5%	13.3%	15.2%	1.9%
	要介護1・2	102	65.7%	14.7%	10.8%	8.8%
	要介護3～5	58	67.2%	12.1%	10.3%	10.3%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	77.0%	11.8%	9.2%	1.9%
	連雀地域	452	77.9%	11.1%	8.4%	2.7%
	井の頭地域	217	79.3%	11.1%	7.8%	1.8%
	東部地域	387	76.7%	11.9%	8.0%	3.4%
	新川中原地域	381	73.8%	13.6%	10.0%	2.6%
	西部地域	331	77.9%	11.2%	8.2%	2.7%
	大沢地域	189	83.1%	8.5%	6.9%	1.6%
物忘れ	多いと感じる	1188	74.3%	12.9%	9.8%	3.0%
	多いと感じない	1458	80.3%	10.6%	7.4%	1.7%
家族構成	1人暮らし	596	40.3%	32.7%	23.8%	3.2%
	夫婦2人暮らし (配偶者65歳以上)	1126	90.2%	4.5%	3.4%	1.9%
	夫婦2人暮らし (配偶者64歳以下)	78	82.1%	9.0%	9.0%	-
	息子・娘との2世帯	446	83.6%	7.6%	5.4%	3.4%
	その他	445	87.6%	5.2%	4.5%	2.7%

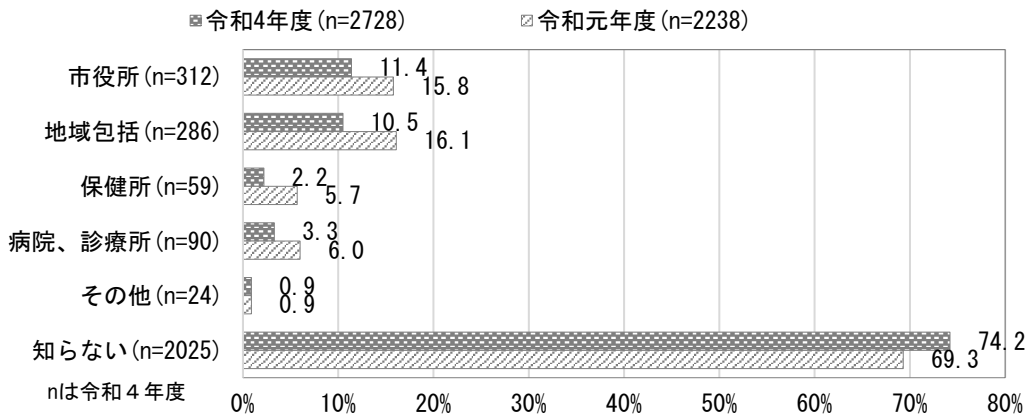
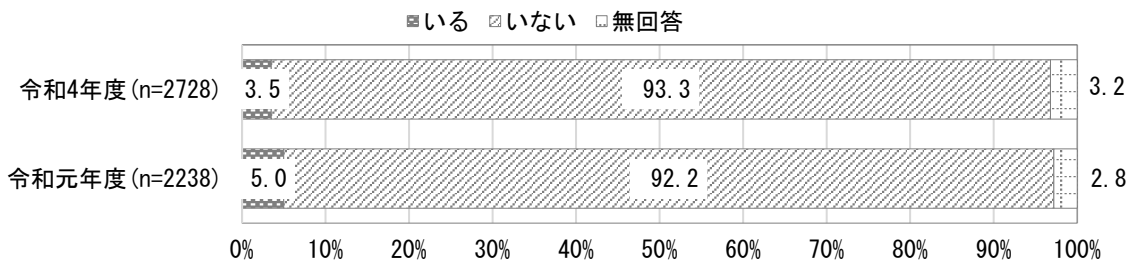
(単位：人、%)

注クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問6 (7) (8) ひきこもり

(7) ご家族・ご親族の中に、ひきこもり（学校や仕事、人との交遊などの社会参加を避けて半年以上、家にとどまり続けている状態）の方はいますか。  
 (8) 三鷹市内または近隣市区で、ひきこもりに関する相談や支援を行っている機関を知っていますか。それは、どの機関ですか。（複数回答）

ひきこもり状態の家族・親族が「いる」という人が、3.5%いた。  
 ひきこもりに関する相談や支援を行っている機関を「知らない」人が74.2%であった。  
 知っている機関としては、「地域包括支援センター」や「市役所」を挙げる人の割合が高かったが、令和元年度調査に比べ、いずれも少なくなった。



	人数	ひきこもり者		ひきこもり相談機関						
		いる	いない	市役所	地域包括	保健所	病院、診療所	その他	知らない	
総数	2728	3.5%	93.3%	11.4%	10.5%	2.2%	3.3%	0.9%	74.2%	
認定状況	自立	2114	3.6%	93.9%	11.7%	10.0%	2.2%	3.3%	0.8%	75.5%
	要支援1・2	105	4.8%	91.4%	10.5%	19.0%	-	4.8%	2.9%	63.8%
	要介護1・2	102	1.0%	91.2%	5.9%	3.9%	-	1.0%	2.9%	77.5%
	要介護3~5	58	-	89.7%	3.4%	10.3%	-	1.7%	-	74.1%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	3.8%	93.1%	10.2%	8.5%	2.1%	3.8%	0.9%	77.3%
	連雀地域	452	3.8%	93.6%	11.9%	10.6%	1.8%	4.9%	0.7%	73.2%
	井の頭地域	217	5.5%	92.6%	9.2%	11.1%	-	4.1%	-	77.0%
	東部地域	387	2.1%	93.8%	11.1%	8.5%	2.1%	2.3%	0.5%	76.5%
	新川中原地域	381	3.4%	94.0%	12.6%	11.8%	2.1%	2.1%	1.8%	75.1%
	西部地域	331	3.3%	93.4%	10.3%	9.1%	3.0%	1.5%	0.3%	76.1%
	大沢地域	189	2.6%	94.2%	13.2%	13.8%	2.1%	4.2%	2.6%	67.7%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 9 健康について

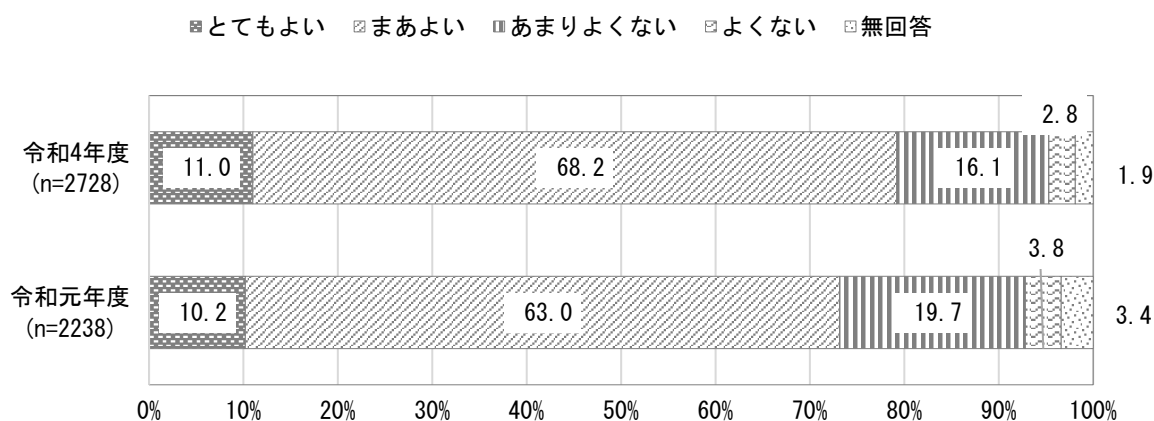
### 問7(1) 主観的健康観

現在のあなたの健康状態はいかがですか。

健康状態が「とてもよい」「まあよい」が79.2%と令和元年度73.2%より6.0ポイント増加した。また、「あまりよくない」「よくない」が18.9%と令和元年度23.5%より4.6ポイント減少した。

認定状況別にみると、「あまりよくない」「よくない」は、「要介護3～5」が53.5%、「要介護1・2」が48.0%、「要支援1・2」が47.6%、「自立」が14.9%であり、「自立」と「要支援・要介護認定者」との間で健康状態に大きな差がみられた。

日常生活圏域別にみると、「あまりよくない」「よくない」の割合は「連雀」が19.9%と最も高く、「井の頭」及び「西部」で17.5%と低かった。



		人数	とてもよい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
総数		2728	11.0%	68.2%	16.1%	2.8%	1.9%
認定状況	自立	2114	11.9%	71.8%	13.2%	1.7%	1.5%
	要支援1・2	105	2.9%	47.6%	38.1%	9.5%	1.9%
	要介護1・2	102	2.9%	43.1%	39.2%	8.8%	5.9%
	要介護3～5	58	1.7%	37.9%	25.9%	27.6%	6.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.7%	68.7%	16.6%	2.6%	2.4%
	連雀地域	452	9.3%	68.6%	15.9%	4.0%	2.2%
	井の頭地域	217	12.0%	69.1%	16.1%	1.4%	1.4%
	東部地域	387	13.4%	66.4%	16.0%	2.1%	2.1%
	新川中原地域	381	11.3%	68.2%	16.3%	2.9%	1.3%
	西部地域	331	8.2%	72.8%	13.3%	4.2%	1.5%
	大沢地域	189	14.3%	66.7%	14.8%	3.2%	1.1%

(単位: 人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

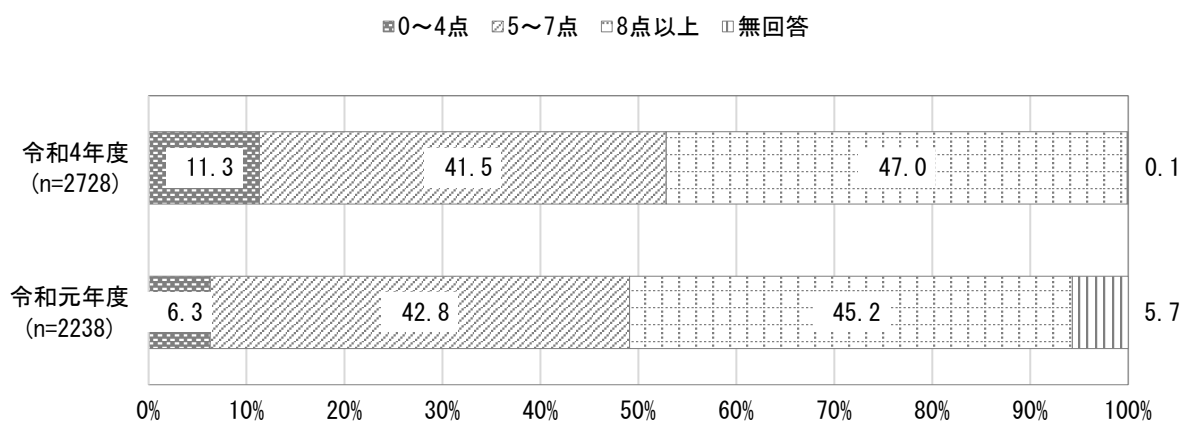
### 問7 (2) 主観的幸福感

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)

「0～4点」が11.3%、「5～7点」が41.5%、「8点以上」が47.0%であった。「0～4点」が令和元年度6.3%より5.0ポイント増加していた。

認定状況別にみると、幸福感が低い「0～4点」の割合は「要介護3～5」が49.9% (令和元年度14.3%)、「要介護1・2」が24.6% (同10.6%)、「要支援1・2」が17.3% (同11.1%)と要介護度が高くなるにつれて幸福感が低くなり、令和元年度よりその割合は顕著に増加していた。

日常生活圏域別にみると、「8点以上」は「三鷹駅周辺」が50.2%と最も高く、「西部」が44.5%と最も低かった。



		人数	0～4点	5～7点	8点以上	無回答
総数		2728	11.3%	41.5%	47.0%	0.1%
認定状況	自立	2114	9.3%	41.5%	49.2%	0.1%
	要支援1・2	105	17.3%	42.8%	40.0%	-
	要介護1・2	102	24.6%	46.0%	29.3%	-
	要介護3～5	58	49.9%	25.8%	22.4%	1.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	11.1%	38.6%	50.2%	-
	連雀地域	452	12.8%	40.9%	45.9%	0.2%
	井の頭地域	217	8.2%	41.9%	49.8%	-
	東部地域	387	12.2%	40.1%	47.5%	0.3%
	新川中原地域	381	10.2%	44.9%	44.6%	0.3%
	西部地域	331	11.7%	43.8%	44.5%	-
	大沢地域	189	10.0%	39.6%	49.7%	0.5%

(単位: 人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

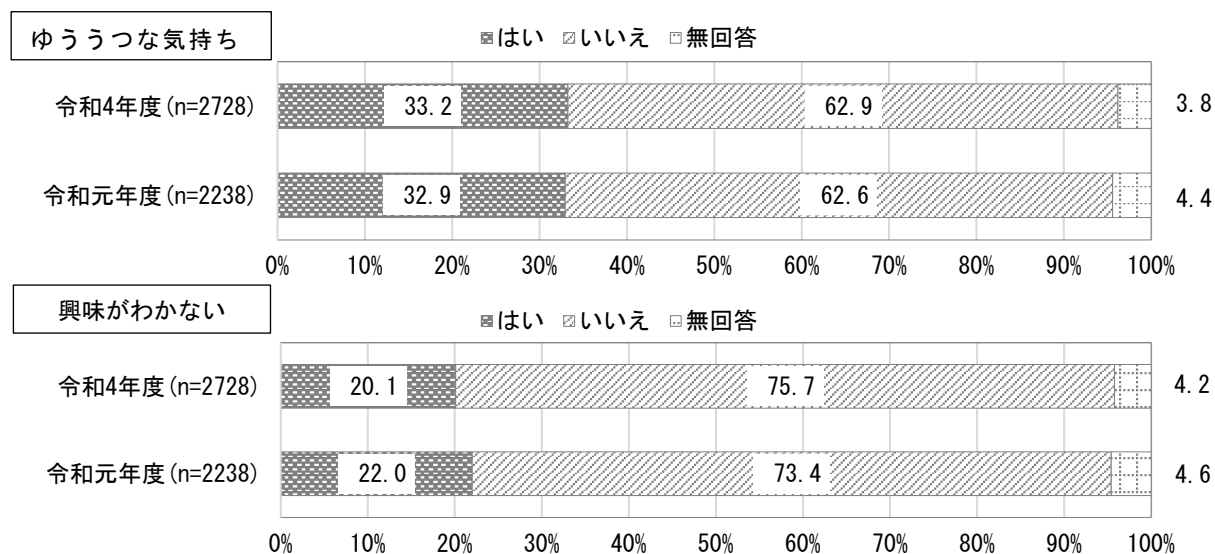
問7 (3) (4) うつ傾向

(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。  
 (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。

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ったかについて「はい」が33.2%で、「いいえ」が62.9%であった。認定状況別にみると、「はい」は、「要介護1・2」が46.1%と最も高く、「自立」では31.8%であった。日常生活圏域別にみると、「はい」と答えた人は「三鷹駅周辺」が37.9%と最も高く、「大沢」が29.6%と最も低かった。

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あったかについて「はい」が20.1%で、「いいえ」が75.7%であった。認定状況別にみると、「はい」が「要支援・要介護認定者」で4割程度みられた。「自立」では、「はい」と答えた人は17.8%であった。いずれの項目も令和元年度と同程度であった。

うつ傾向の「ある」人は「ない」人に比べて、主観的幸福感が低い、話をしない日が週に3日以上ある、昨年に比べて外出頻度がとても減っている、口腔機能リスクがある傾向がみられた。



	人数	ゆううつな気持ち			興味がわかない			
		はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	
総数	2728	33.2%	62.9%	3.8%	20.1%	75.7%	4.2%	
認定状況	自立	2114	31.8%	65.6%	2.6%	17.8%	79.3%	2.9%
	要支援1・2	105	45.7%	50.5%	3.8%	39.0%	53.3%	7.6%
	要介護1・2	102	46.1%	39.2%	14.7%	39.2%	46.1%	14.7%
	要介護3～5	58	44.8%	34.5%	20.7%	44.8%	34.5%	20.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	37.9%	58.8%	3.3%	21.3%	75.1%	3.6%
	連雀地域	452	34.3%	61.1%	4.6%	20.8%	73.9%	5.3%
	井の頭地域	217	35.5%	61.3%	3.2%	19.8%	76.0%	4.1%
	東部地域	387	30.0%	65.6%	4.4%	19.4%	76.2%	4.4%
	新川中原地域	381	33.9%	63.3%	2.9%	21.3%	76.1%	2.6%
	西部地域	331	30.5%	67.1%	2.4%	21.5%	75.2%	3.3%
	大沢地域	189	29.6%	66.1%	4.2%	15.3%	79.4%	5.3%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

うつ傾向者の状態像

		人数	うつ傾向	うつでない	無回答
総数		2728	36.4%	60.6%	3.0%
主観的 幸福感	0～4点	308	55.8%	22.4%	21.8%
	5～7点	1133	47.6%	51.5%	1.0%
	8～10点	1283	21.7%	77.9%	0.4%
話をしない 日	ほとんどない	2108	34.0%	64.3%	1.7%
	週に1～2くらいある	316	44.3%	55.4%	0.3%
	週に3日以上ある	232	53.4%	44.8%	1.7%
外出頻度 比較	とても減っている	265	59.2%	32.8%	7.9%
	減っている	657	45.7%	51.4%	2.9%
	あまり減っていない	924	34.3%	63.5%	2.2%
	減っていない	857	24.6%	73.4%	2.0%
口腔 機能	リスクあり	701	51.5%	43.8%	4.7%
	リスクなし	2008	31.3%	66.6%	2.1%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

問7 (5) 喫煙

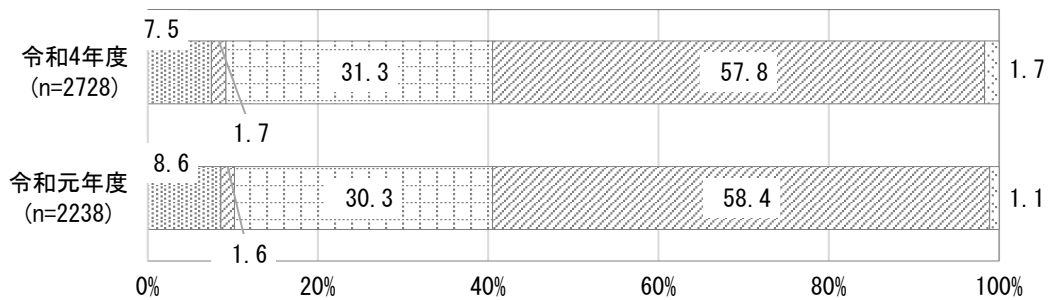
タバコは吸っていますか。

タバコを「ほぼ毎日」又は「時々吸っている」を合計すると喫煙者は9.2%と令和元年度10.2%より若干減少した。

認定状況別にみると、「ほぼ毎日」と「時々」を合わせた喫煙者が、「自立」では10.5%であったが、「要介護3～5」では1.7%と喫煙者の割合は減少していた。

日常生活圏域別にみると、「ほぼ毎日」と「時々」を合わせた喫煙者の割合は、「三鷹駅周辺」が10.7%と最も高く、「西部」で6.9%と最も低かった。

■ほぼ毎日吸っている ■時々吸っている ■吸っていたがやめた ■もともと吸っていない □無回答



		人数	ほぼ毎日吸っている	時々吸っている	吸っていたが、やめた	もともと吸っていない	無回答
総数		2728	7.5%	1.7%	31.3%	57.8%	1.7%
認定状況	自立	2114	8.6%	1.9%	32.3%	56.0%	1.2%
	要支援1・2	105	4.8%	-	24.8%	67.6%	2.9%
	要介護1・2	102	2.9%	2.9%	34.3%	53.9%	5.9%
	要介護3～5	58	1.7%	-	25.9%	67.2%	5.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.5%	1.2%	30.6%	56.2%	2.6%
	連雀地域	452	8.6%	1.8%	33.4%	54.9%	1.3%
	井の頭地域	217	6.9%	2.3%	30.4%	58.5%	1.8%
	東部地域	387	8.8%	1.3%	29.2%	59.2%	1.6%
	新川中原地域	381	7.9%	2.6%	32.8%	55.4%	1.3%
	西部地域	331	5.1%	1.8%	32.9%	58.9%	1.2%
	大沢地域	189	8.5%	2.1%	34.4%	54.0%	1.1%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

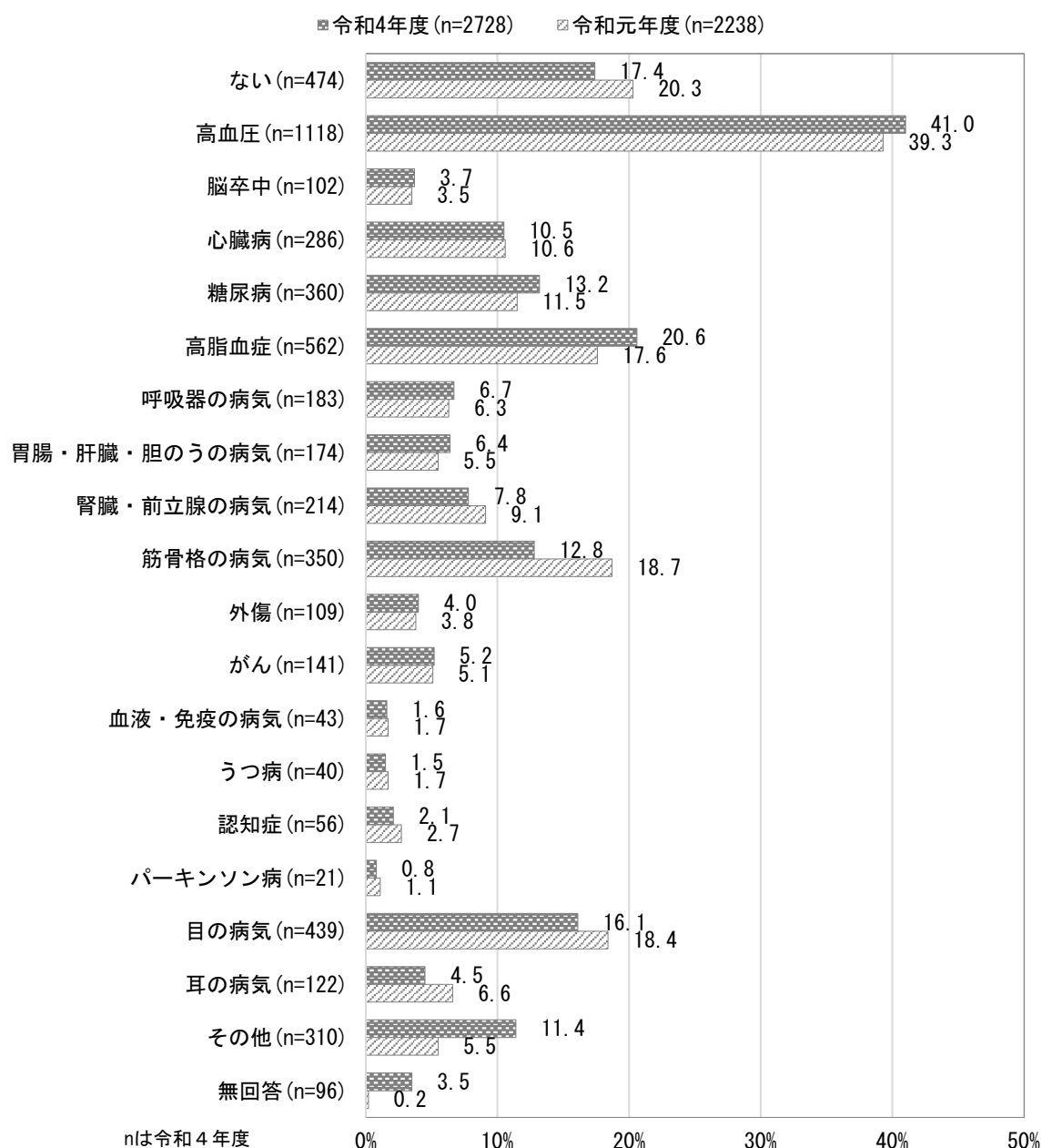


### 問7 (6) 治療中の病気

現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(複数回答)

現在治療中、又は後遺症のある病気は「ない」と答えた人が17.4%と令和元年度と比べて減少している。

病名別にみると「高血圧症」が41.0%（令和元年度39.3%）と最も高く、次いで「高脂血症」が20.6%（同17.6%）と検査により発見される病気が多くを占め、かつ増加傾向がみられた。一方、「筋骨格の病気」が12.8%（同18.7%）、「目の病気」が16.1%（同18.4%）など高齢者に多いと言われている病気が減少していた。



## 治療中の病気

		人数	ない	高血圧	脳卒中	心臓病	糖尿病	高脂血症
総数		2728	17.4%	41.0%	3.7%	10.5%	13.2%	20.6%
認定状況	自立	2114	19.1%	40.5%	2.7%	9.3%	13.2%	21.7%
	要支援1・2	105	2.9%	47.6%	13.3%	21.9%	21.0%	17.1%
	要介護1・2	102	6.9%	40.2%	8.8%	12.7%	15.7%	13.7%
	要介護3～5	58	3.4%	36.2%	13.8%	12.1%	13.8%	5.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	16.4%	37.4%	2.6%	9.5%	14.5%	23.9%
	連雀地域	452	15.9%	42.5%	3.5%	10.0%	14.4%	20.4%
	井の頭地域	217	14.7%	43.3%	4.6%	10.6%	11.5%	22.6%
	東部地域	387	20.2%	41.6%	2.8%	10.6%	13.7%	20.9%
	新川中原地域	381	17.3%	41.7%	5.0%	11.5%	14.4%	18.6%
	西部地域	331	18.1%	39.9%	4.8%	10.0%	12.7%	20.2%
	大沢地域	189	20.6%	38.6%	3.2%	6.9%	12.7%	16.9%

		呼吸器の病気	胃腸/肝臓/胆のうの病気	腎臓・前立腺の病気	筋骨格の病気	外傷	がん	血液・免疫の病気
総数		6.7	6.4%	7.8%	12.8%	4.0%	5.2%	1.6%
認定状況	自立	5.8	6.6%	7.8%	11.7%	2.9%	5.2%	1.3%
	要支援1・2	12.4	10.5%	10.5%	26.7%	14.3%	3.8%	2.9%
	要介護1・2	13.7	1.0%	8.8%	12.7%	8.8%	4.9%	7.8%
	要介護3～5	12.1	3.4%	10.3%	13.8%	13.8%	10.3%	1.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	6.2	8.3%	10.9%	14.5%	4.5%	6.2%	0.9%
	連雀地域	7.5	6.4%	8.4%	14.6%	5.1%	6.2%	1.5%
	井の頭地域	6.0	9.7%	4.6%	16.6%	4.6%	3.7%	3.2%
	東部地域	5.7	6.5%	7.2%	12.4%	3.6%	4.4%	2.6%
	新川中原地域	5.8	4.2%	7.9%	10.5%	3.4%	5.5%	1.8%
	西部地域	7.3	5.4%	7.9%	8.5%	2.7%	5.1%	0.9%
	大沢地域	8.5	4.8%	6.3%	9.5%	3.2%	3.7%	1.1%

		うつ病	認知症	パーキンソン病	目の病気	耳の病気	その他	無回答
総数		1.5%	2.1%	0.8%	16.1%	4.5%	11.4%	3.5%
認定状況	自立	1.2%	0.4%	0.3%	16.0%	4.4%	11.2%	3.2%
	要支援1・2	4.8%	1.0%	1.0%	23.8%	9.5%	19.0%	5.7%
	要介護1・2	2.0%	18.6%	5.9%	17.6%	3.9%	13.7%	8.8%
	要介護3～5	6.9%	32.8%	8.6%	10.3%	1.7%	15.5%	3.4%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	1.9%	1.7%	0.9%	17.1%	5.0%	8.8%	4.5%
	連雀地域	1.5%	1.1%	1.1%	19.5%	5.1%	11.7%	2.9%
	井の頭地域	1.4%	1.4%	0.5%	13.4%	3.2%	11.5%	3.2%
	東部地域	1.3%	3.1%	0.5%	12.1%	4.1%	12.4%	4.7%
	新川中原地域	1.6%	2.6%	0.8%	16.3%	3.7%	12.9%	3.1%
	西部地域	1.8%	2.7%	0.6%	18.1%	5.1%	13.6%	2.1%
	大沢地域	1.1%	1.1%	0.5%	15.9%	5.3%	12.2%	4.2%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

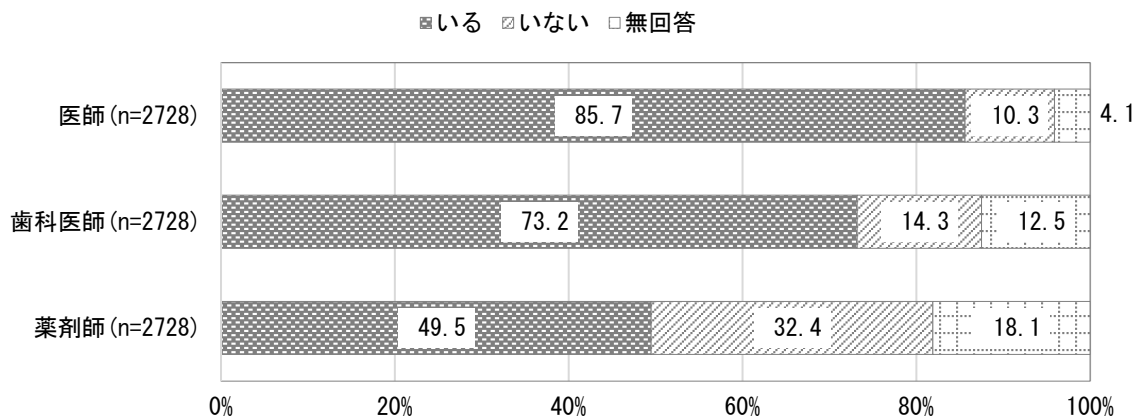
問7 (7) かかりつけ医・歯科医・薬剤師

かかりつけ医師・歯科医師・薬剤師はいますか。

かかりつけ医師が「いる」は85.7%、かかりつけ歯科医師が「いる」は73.2%、薬剤師が「いる」は49.5%であった。

認定状況別にみると、かかりつけ医師が「いる」は「要介護3～5」が94.8%と最も高く、「自立」と「要介護1・2」ではほとんど差がなかった。他方、かかりつけ歯科医師が「いる」は「自立」で多く、かかりつけ薬剤師が「いる」は「要支援・要介護」で多かった。

日常生活圏域別にみると、かかりつけ医師、かかりつけ歯科医師及びかかりつけ薬剤師ともに「井の頭」が最も高く、「大沢」が全体的に少ない傾向がみられた。



	人数	医師		歯科医師		薬剤師		
		いる	いない	いる	いない	いる	いない	
総数	2728	85.7%	10.3%	73.2%	14.3%	49.5%	32.4%	
認定状況	自立	2114	84.9%	11.5%	74.0%	14.5%	48.6%	33.9%
	要支援1・2	105	89.5%	2.9%	65.7%	12.4%	62.9%	11.4%
	要介護1・2	102	84.3%	3.9%	57.8%	16.7%	55.9%	18.6%
	要介護3～5	58	94.8%	-	63.8%	15.5%	67.2%	15.5%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	85.8%	10.9%	75.8%	13.5%	48.8%	33.2%
	連雀地域	452	83.6%	11.3%	70.8%	15.3%	52.0%	27.9%
	井の頭地域	217	90.3%	6.9%	79.3%	11.1%	56.7%	32.3%
	東部地域	387	83.5%	11.1%	72.4%	15.8%	50.4%	31.0%
	新川中原地域	381	85.6%	10.5%	72.2%	13.6%	48.3%	32.8%
	西部地域	331	85.2%	10.6%	70.1%	15.1%	49.8%	31.1%
	大沢地域	189	86.2%	10.6%	68.8%	16.9%	42.9%	38.6%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

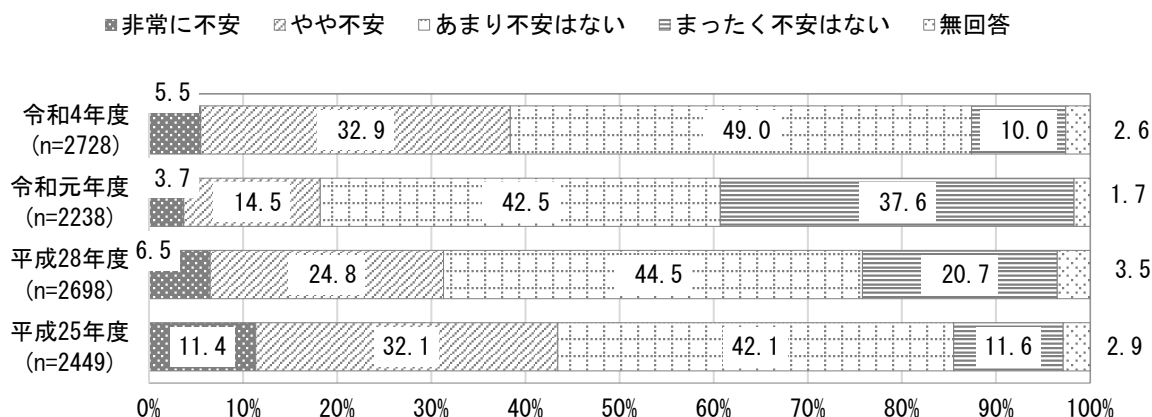
### 問7（8）医療の不安

必要な時に十分な医療を受けられない不安

必要な時に十分な医療を受けられないことについて「非常に不安」と「やや不安」の合計が38.4%、「あまり不安はない」と「まったく不安はない」の合計が59.0%であった。平成25年度、平成28年度、令和元年度の調査では、「非常に不安」と「やや不安」の合計がそれぞれ43.5%、31.3%、18.2%と、医療に関して不安に感じている人の割合は減少していたが、今回は増加に転じた。

認定状況別にみると、必要な時に十分な医療を受けられないことを「非常に不安」又は「やや不安」という人は「要支援1・2」が40.0%、「要介護3～5」が41.3%と不安に感じている人の割合が高かった。

日常生活圏域別にみると、「非常に不安」又は「やや不安」という人は「井の頭」が35.4%と最も低く、「西部」が40.8%と最も高かった。なお、主観的健康観の「よくない」人に「非常に不安」の割合が高かった。



		人数	非常に不安	やや不安	あまり不安はない	まったく不安はない	無回答
総数		2728	5.5%	32.9%	49.0%	10.0%	2.6%
認定状況	自立	2114	5.3%	33.4%	50.0%	9.3%	2.1%
	要支援1・2	105	8.6%	31.4%	44.8%	9.5%	5.7%
	要介護1・2	102	3.9%	28.4%	44.1%	16.7%	6.9%
	要介護3～5	58	10.3%	31.0%	39.7%	12.1%	6.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	5.9%	32.9%	45.7%	12.1%	3.3%
	連雀地域	452	5.8%	32.1%	51.1%	9.1%	2.0%
	井の頭地域	217	4.1%	31.3%	53.0%	10.1%	1.4%
	東部地域	387	5.9%	31.3%	51.9%	7.5%	3.4%
	新川中原地域	381	6.6%	34.1%	46.5%	9.7%	3.1%
	西部地域	331	4.8%	36.0%	46.2%	10.9%	2.1%
	大沢地域	189	3.2%	33.9%	53.4%	7.4%	2.1%
主観的健康観	とてもよい	300	2.7%	18.7%	55.3%	22.0%	1.3%
	まあよい	1861	4.8%	33.7%	50.8%	8.9%	1.9%
	あまりよくない	438	7.8%	39.3%	43.8%	6.6%	2.5%
	よくない	76	22.4%	36.8%	25.0%	7.9%	7.9%

(単位：人、%)

注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

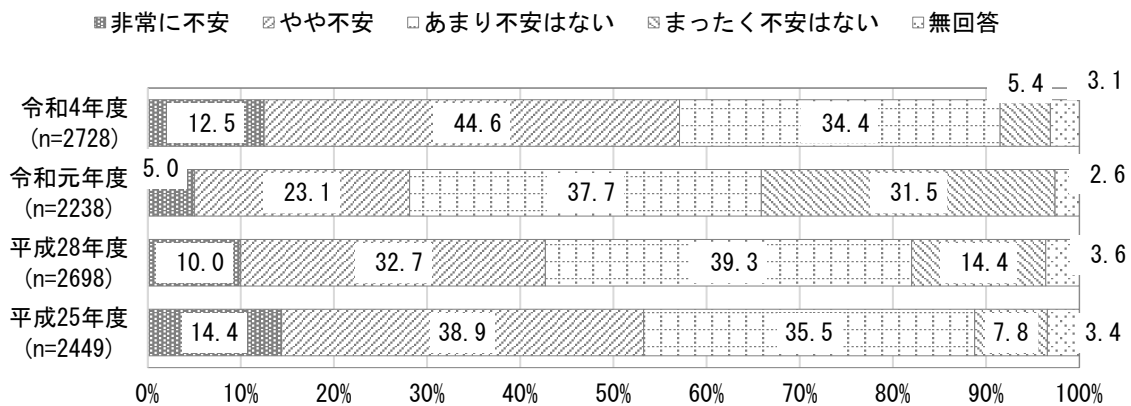
問7 (9) 介護の不安

必要な時に十分な介護サービスを受けられない不安

必要な時に十分な介護サービスを受けられないことについて「非常に不安」と「やや不安」の合計が57.1%、「あまり不安はない」と「まったく不安はない」の合計が39.8%であった。平成25年度、平成28年度、令和元年度の調査では、「非常に不安」と「やや不安」の合計がそれぞれ53.3%、42.7%、28.1%と、介護サービスに関して不安に感じている人の割合は減少していたが、今回は増加に転じた。

認定状況別にみると、必要な時に十分な介護サービスを受けられないことについて「非常に不安」又は「やや不安」という人は、「自立」の57.8%に対して「要支援1・2」が55.3%、「要介護1・2」が48.1%、「要介護3～5」が32.8%と、介護不安は「自立」に多く、要介護度が高くなるにつれて少なくなった。

日常生活圏域別にみると、顕著な地域差はなかった。なお、主観的健康観の「よくない」人に「非常に不安」の割合が高かった。



		人数	非常に不安	やや不安	あまり不安はない	まったく不安はない	無回答
総数		2728	12.5%	44.6%	34.4%	5.4%	3.1%
認定状況	自立	2114	12.5%	45.3%	34.8%	4.9%	2.5%
	要支援1・2	105	12.4%	42.9%	32.4%	6.7%	5.7%
	要介護1・2	102	15.7%	32.4%	33.3%	11.8%	6.9%
	要介護3～5	58	12.1%	20.7%	41.4%	17.2%	8.6%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	13.5%	44.8%	29.4%	9.2%	3.1%
	連雀地域	452	12.8%	41.8%	38.5%	4.2%	2.7%
	井の頭地域	217	11.1%	48.4%	32.7%	6.0%	1.8%
	東部地域	387	12.1%	42.1%	36.4%	5.2%	4.1%
	新川中原地域	381	15.0%	42.3%	35.2%	5.0%	2.6%
	西部地域	331	12.4%	44.4%	36.3%	4.8%	2.1%
	大沢地域	189	9.0%	49.7%	33.3%	3.7%	4.2%
主観的健康観	とてもよい	300	5.7%	31.3%	49.7%	11.3%	2.0%
	まあよい	1861	10.9%	46.8%	35.1%	4.8%	2.4%
	あまりよくない	438	20.8%	47.0%	25.6%	3.9%	2.7%
	よくない	76	35.5%	36.8%	13.2%	7.9%	6.6%

(単位：人、%)

注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

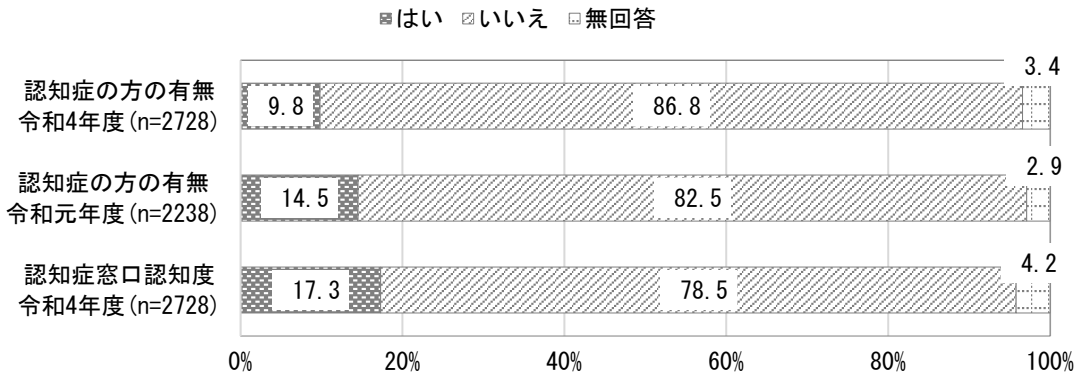
10 認知症にかかる相談窓口の把握について

問8 (1) (2) 認知症の有無・相談窓口

(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  
 (2) 認知症に関する相談窓口を知っているか

家族、親戚など身近に認知症の方が「いる」は9.8%と令和元年度14.5%より4.7ポイント減少していた。認定状況別にみると、要介護度が高くなるほど「いる」が多くなった。日常生活圏域別にみると「いる」は、「井の頭」が12.4%と最も高く、「新川中原」が8.1%と最も低かった。

認知症の相談窓口について「知っている」は17.3%、「知らない」は78.5%であった。認定状況別にみると、要介護度が高くなるほど「知っている」が多くなった。日常生活圏域別にみると「知っている」は、「大沢」が20.1%と最も高く、「井の頭」が14.3%と最も低かった。



注) 令和元年度に設定した選択肢「認知症の方が以前いた」については「いない」に含めた。

	人数	認知症の方の有無			認知症相談窓口の認知度			
		はい	いいえ	無回答	はい	いいえ	無回答	
総数	2728	9.8%	86.8%	3.4%	17.3%	78.5%	4.2%	
認定状況	自立	2114	7.9%	89.4%	2.7%	17.0%	79.8%	3.2%
	要支援1・2	105	14.3%	76.2%	9.5%	15.2%	76.2%	8.6%
	要介護1・2	102	26.5%	63.7%	9.8%	16.7%	73.5%	9.8%
	要介護3～5	58	41.4%	51.7%	6.9%	27.6%	58.6%	13.8%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	10.4%	85.3%	4.3%	15.6%	79.9%	4.5%
	連雀地域	452	8.2%	89.2%	2.7%	16.8%	80.5%	2.7%
	井の頭地域	217	12.4%	86.2%	1.4%	14.3%	83.9%	1.8%
	東部地域	387	11.4%	84.0%	4.7%	19.6%	75.2%	5.2%
	新川中原地域	381	8.1%	88.7%	3.1%	15.2%	80.6%	4.2%
	西部地域	331	10.0%	86.4%	3.6%	19.3%	76.1%	4.5%
	大沢地域	189	9.0%	87.8%	3.2%	20.1%	75.7%	4.2%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

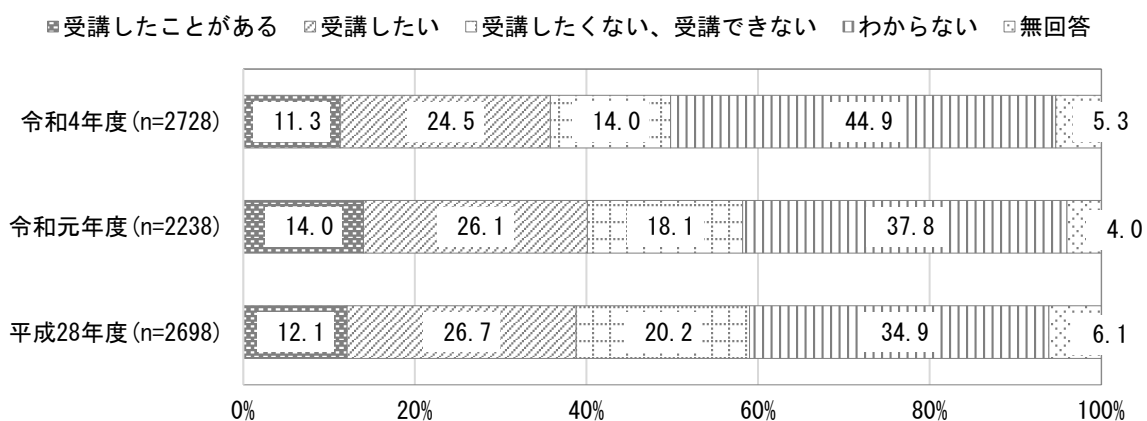
問8 (3) 認知症について学ぶ機会

認知症についての知識や接し方などを学ぶ講座を受講したことがありますか。受講したことがない方は、受講してみたいですか。

認知症についての知識や接し方などを学ぶ講座を「受講したことがある」人が 11.3%、「受講したい」という人が 24.5%、「受講したくない、できない」という人が 14.0%であった。令和元年度には、「受講したことがある」が 14.0%、「受講したい」が 26.1%で、今回の調査結果ではやや減少がみられた。

認定状況別にみると、「自立」の人では「受講したことがある」が 11.4%と、「要支援・要介護」より多かった。

日常生活圏域別にみると、「受講したことがある」は「大沢」が 14.3%と最も高く、「連雀」が 10.2%と最も低かった。



		人数	受講したことがある	受講したい	受講したくない、 できない	わからない	無回答
総数		2728	11.3%	24.5%	14.0%	44.9%	5.3%
認定 状況	自立	2114	11.4%	25.7%	12.4%	46.5%	4.0%
	要支援 1・2	105	3.8%	21.9%	21.0%	43.8%	9.5%
	要介護 1・2	102	6.9%	12.7%	30.4%	36.3%	13.7%
	要介護 3～5	58	5.2%	8.6%	37.9%	32.8%	15.5%
日常生活 圏域	三鷹駅周辺地域	422	10.7%	22.7%	17.1%	42.7%	6.9%
	連雀地域	452	10.2%	27.7%	12.8%	45.8%	3.5%
	井の頭地域	217	11.1%	24.4%	17.5%	43.3%	3.7%
	東部地域	387	10.3%	23.5%	12.1%	48.8%	5.2%
	新川中原地域	381	10.5%	26.8%	13.9%	44.9%	3.9%
	西部地域	331	10.3%	22.1%	15.4%	46.5%	5.7%
	大沢地域	189	14.3%	23.3%	9.5%	47.1%	5.8%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

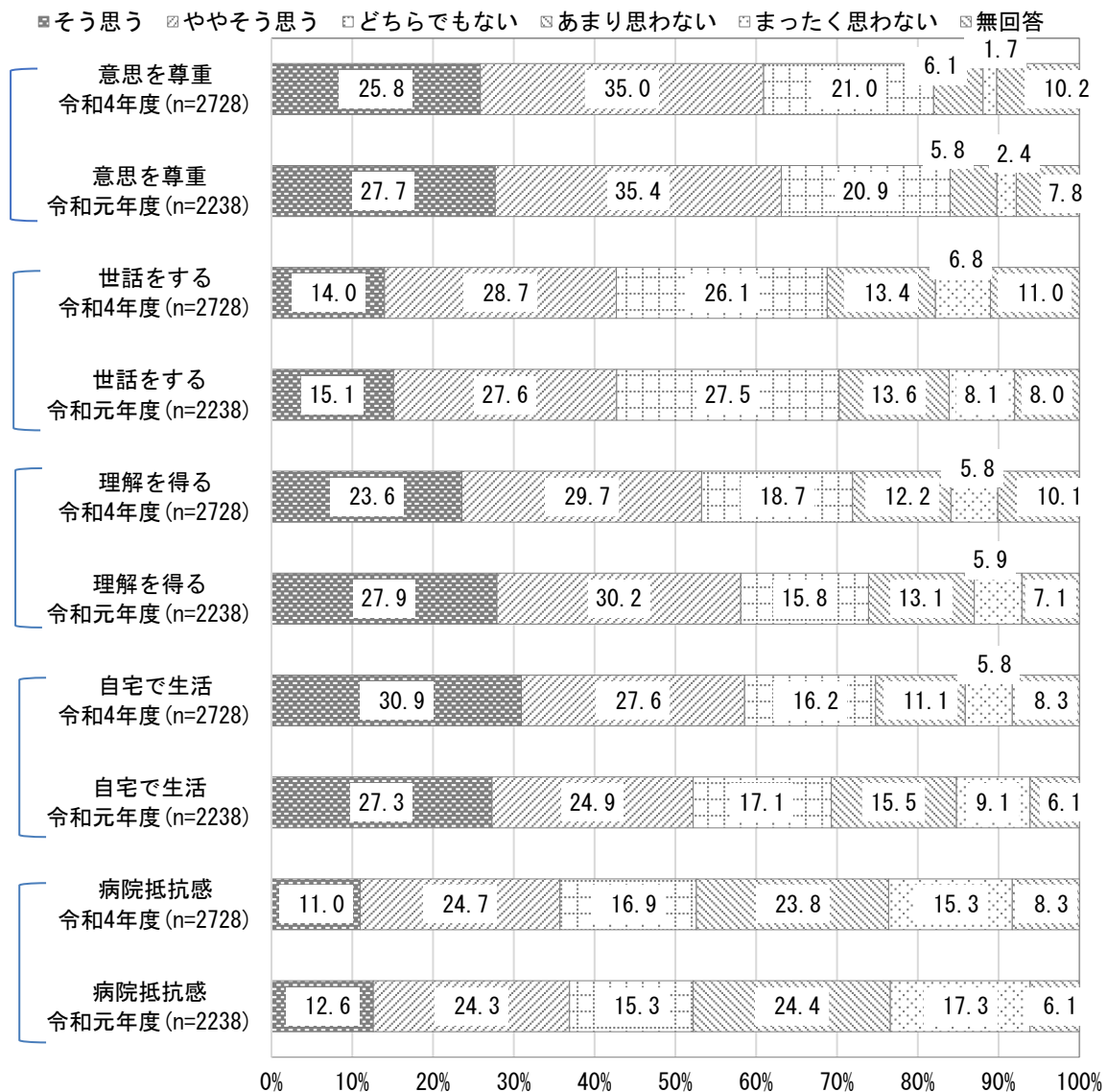
問8 (4) 認知症に対する意見

認知症に対して、どのように思われますか。

- ①認知症になっても、その人の意思を尊重できる
- ②身近に認知症の人がいたら、お世話できる
- ③家族が認知症になったら、協力を得るために近所の人や知人などにも知っておいてほしい
- ④自分が認知症になったら、まわりの人の手を借りながら自宅での生活を続けたい
- ⑤自分が認知症かもしれないと感じたとしても、すぐに病院に行くことには抵抗感がある

認知症に関する設問に対して「そう思う」と「ややそう思う」の合計で最も高かったのは「認知症になっても、その人の意思を尊重できる」の60.8%、次いで「自分が認知症になったら、まわりの人の手を借りながら自宅での生活を続けたい」の58.5%であった。令和元年度との比較では、「自分が認知症になったら、まわりの人の手を借りながら自宅での生活を続けたい」が6.3ポイント増加した一方、「家族が認知症になったら、協力を得るために近所の人や知人などにも知っておいてほしい」が4.8ポイント減少した。

認知症講座の受講経験者は、未経験者に比べて「認知症になっても、その人の意思を尊重できる」「まわりの人の手を借りながら自宅での生活を続けたい」が多かった。





## ①認知症になってもその人の意思を尊重できる

		人数	そう思う	やや そう思う	どちらで もない	あまり思 わない	まったく 思わない	無回答
総数		2728	25.8%	35.0%	21.0%	6.1%	1.7%	10.2%
認定 状況	自立	2114	26.3%	36.0%	21.6%	6.0%	1.6%	8.5%
	要支援1・2	105	21.9%	25.7%	19.0%	7.6%	1.9%	23.8%
	要介護1・2	102	14.7%	30.4%	24.5%	7.8%	3.9%	18.6%
	要介護3～5	58	22.4%	22.4%	19.0%	6.9%	5.2%	24.1%
日常生 活圏 域	三鷹駅周辺地域	422	28.7%	33.9%	19.4%	5.7%	1.9%	10.4%
	連雀地域	452	25.9%	32.5%	23.2%	6.6%	0.9%	10.8%
	井の頭地域	217	25.8%	32.3%	23.0%	9.2%	1.8%	7.8%
	東部地域	387	23.5%	38.8%	20.2%	4.1%	1.3%	12.1%
	新川中原地域	381	25.7%	34.9%	22.8%	6.8%	2.4%	7.3%
	西部地域	331	23.0%	37.5%	20.8%	6.0%	2.1%	10.6%
	大沢地域	189	25.9%	34.9%	22.2%	5.3%	2.6%	9.0%
認知 症講 座	受講経験ある	308	43.2%	34.1%	11.0%	3.9%	0.6%	7.1%
	受講したい	669	29.0%	42.2%	17.5%	6.1%	1.0%	4.2%
	受講したくない 受講できない	382	25.7%	29.1%	24.3%	8.6%	3.4%	8.9%
	わからない	1224	21.1%	35.8%	26.3%	6.5%	2.0%	8.4%

## ②身近に認知症の人がいたらお世話できる

		人数	そう思う	やや そう思う	どちらで もない	あまり思 わない	まったく 思わない	無回答
総数		2728	14.0%	28.7%	26.1%	13.4%	6.8%	11.0%
認定 状況	自立	2114	14.7%	30.7%	26.9%	13.0%	5.7%	9.0%
	要支援1・2	105	7.6%	17.1%	21.9%	16.2%	13.3%	23.8%
	要介護1・2	102	3.9%	13.7%	20.6%	17.6%	22.5%	21.6%
	要介護3～5	58	8.6%	8.6%	24.1%	8.6%	20.7%	29.3%
日常生 活圏 域	三鷹駅周辺地域	422	12.1%	29.6%	25.6%	13.0%	8.3%	11.4%
	連雀地域	452	16.4%	26.8%	24.8%	12.4%	7.7%	11.9%
	井の頭地域	217	14.7%	29.0%	25.8%	16.1%	6.5%	7.8%
	東部地域	387	12.4%	30.7%	26.4%	11.6%	5.7%	13.2%
	新川中原地域	381	13.4%	27.3%	29.1%	15.2%	7.3%	7.6%
	西部地域	331	11.8%	28.1%	29.6%	12.4%	7.3%	10.9%
	大沢地域	189	16.9%	32.3%	21.2%	13.2%	5.8%	10.6%

## ③家族が認知症になったら協力を得るために近所の人や知人などにも知っておいてほしい

		人数	そう思う	やや そう思う	どちらで もない	あまり思 わない	まったく 思わない	無回答
総数		2728	23.6%	29.7%	18.7%	12.2%	5.8%	10.1%
認定 状況	自立	2114	23.3%	30.8%	19.3%	12.7%	5.6%	8.4%
	要支援1・2	105	26.7%	27.6%	7.6%	12.4%	5.7%	20.0%
	要介護1・2	102	19.6%	20.6%	20.6%	8.8%	12.7%	17.6%
	要介護3～5	58	25.9%	8.6%	20.7%	10.3%	10.3%	24.1%
日常生 活圏 域	三鷹駅周辺地域	422	22.0%	30.1%	17.8%	12.6%	7.3%	10.2%
	連雀地域	452	24.6%	30.3%	15.7%	13.1%	4.9%	11.5%
	井の頭地域	217	24.0%	28.1%	17.1%	14.3%	9.7%	6.9%
	東部地域	387	19.9%	28.9%	21.2%	12.1%	5.7%	12.1%
	新川中原地域	381	24.7%	33.3%	19.9%	10.8%	5.0%	6.3%
	西部地域	331	23.6%	26.9%	20.5%	13.0%	6.6%	9.4%
	大沢地域	189	26.5%	28.0%	21.2%	11.6%	3.2%	9.5%

(単位：人、%)

注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## ④自分が認知症になったら、まわりの人の手を借りながら自宅での生活を続けたい

		人数	そう思う	ややそう 思う	どちらで もない	あまり思 わない	まったく 思わない	無回答
総数		2728	30.9%	27.6%	16.2%	11.1%	5.8%	8.3%
認定 状況	自立	2114	30.7%	28.0%	17.5%	11.2%	5.5%	7.0%
	要支援1・2	105	32.4%	21.0%	6.7%	14.3%	7.6%	18.1%
	要介護1・2	102	30.4%	22.5%	12.7%	9.8%	8.8%	15.7%
	要介護3～5	58	25.9%	20.7%	12.1%	5.2%	12.1%	24.1%
日常 生活 圏域	三鷹駅周辺地域	422	29.9%	26.1%	15.9%	13.5%	5.9%	8.8%
	連雀地域	452	32.7%	26.8%	14.4%	9.1%	7.1%	10.0%
	井の頭地域	217	34.1%	24.9%	16.1%	13.8%	6.5%	4.6%
	東部地域	387	28.4%	29.7%	15.2%	10.9%	4.9%	10.9%
	新川中原地域	381	31.5%	26.0%	19.2%	12.9%	5.2%	5.2%
	西部地域	331	27.2%	32.0%	17.2%	9.1%	6.0%	8.5%
	大沢地域	189	31.7%	23.3%	22.2%	8.5%	5.8%	8.5%
家 族 構 成	1人暮らし	596	28.0%	24.0%	15.4%	12.8%	8.2%	11.6%
	夫婦2人暮らし (配偶者65歳以上)	1126	33.3%	29.7%	15.7%	10.0%	4.3%	7.0%
	夫婦2人暮らし (配偶者64歳以下)	78	25.6%	33.3%	19.2%	7.7%	7.7%	6.4%
	息子・娘との 2世帯	446	33.6%	27.8%	14.6%	10.5%	5.4%	8.1%
	その他	445	27.2%	26.5%	20.0%	12.8%	7.0%	6.5%
認 知 症 講 座	受講経験ある	308	41.9%	24.7%	13.0%	11.0%	4.9%	4.5%
	受講したい	669	34.4%	33.3%	13.0%	12.1%	4.3%	2.8%
	受講したくない 受講できない	382	35.1%	20.2%	17.0%	12.0%	8.4%	7.3%
	わからない	1224	27.0%	29.7%	19.6%	10.9%	6.5%	6.4%

## ⑤自分が認知症かもしれないと感じたとしても、すぐに病院に行くことには抵抗感がある

		人数	そう思う	やや そう 思う	どちらで もない	あまり思 わない	まったく 思わない	無回答
総数		2728	11.0%	24.7%	16.9%	23.8%	15.3%	8.3%
認定 状況	自立	2114	10.5%	24.6%	17.1%	25.4%	15.4%	7.0%
	要支援1・2	105	12.4%	26.7%	13.3%	16.2%	15.2%	16.2%
	要介護1・2	102	14.7%	26.5%	16.7%	9.8%	16.7%	15.7%
	要介護3～5	58	10.3%	22.4%	17.2%	10.3%	12.1%	27.6%
日常 生活 圏域	三鷹駅周辺地域	422	11.8%	24.9%	14.9%	24.4%	15.4%	8.5%
	連雀地域	452	9.1%	26.3%	15.3%	23.5%	15.7%	10.2%
	井の頭地域	217	15.7%	21.7%	18.0%	22.6%	17.1%	5.1%
	東部地域	387	9.8%	24.0%	17.8%	25.6%	11.9%	10.9%
	新川中原地域	381	12.1%	24.4%	17.3%	22.6%	18.1%	5.5%
	西部地域	331	10.3%	23.9%	19.9%	24.2%	13.6%	8.2%
	大沢地域	189	6.3%	28.0%	15.9%	24.9%	16.9%	7.9%

(単位:人、%) 注)クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

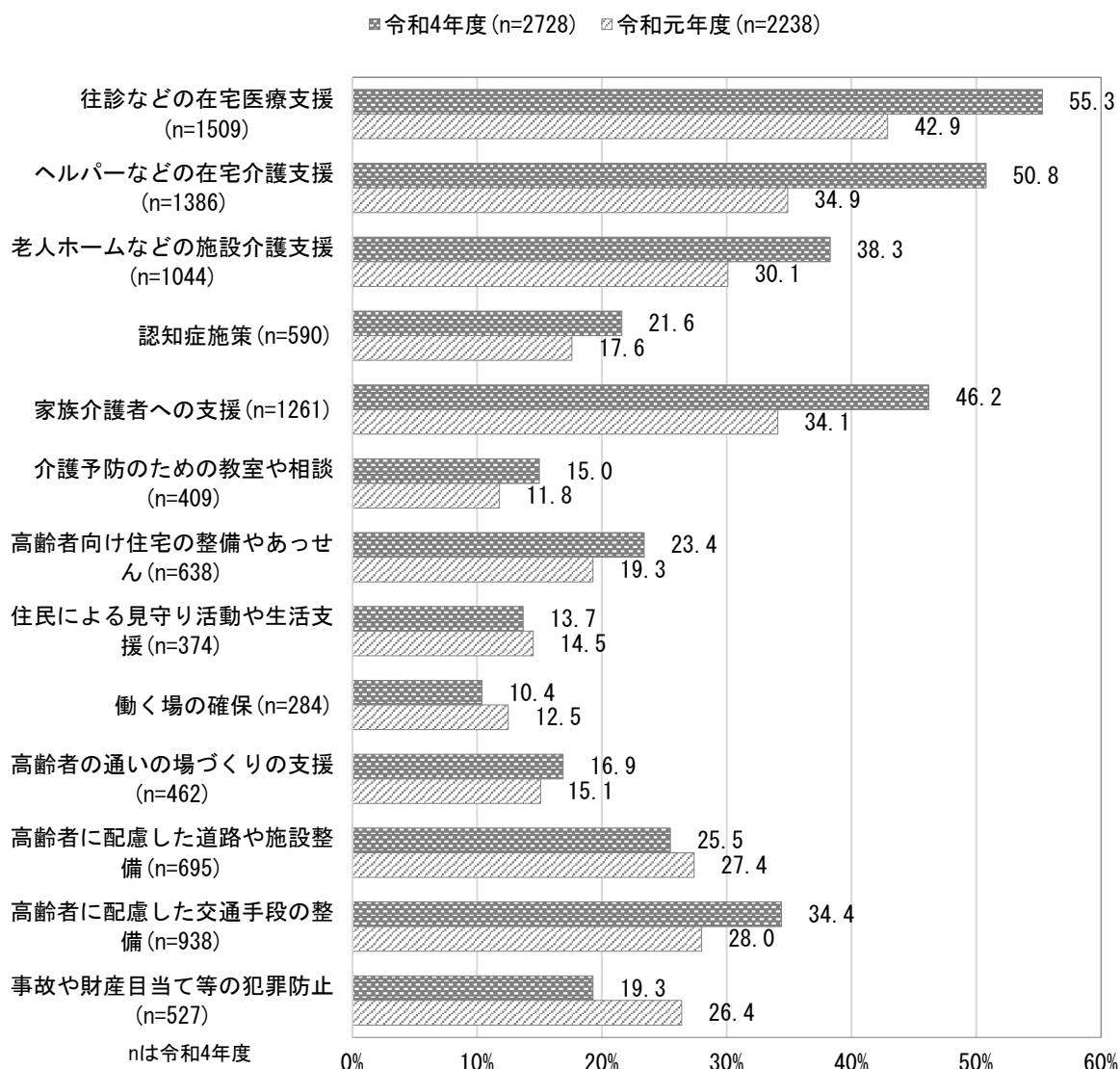
## 11 高齢者施策と介護保険制度について

### 問9 (1) 高齢者に対する政策や支援への要望

高齢者に対する政策や支援のうち、今後、特に力を入れてほしい政策や支援  
(複数回答)

高齢者に対する政策や支援のうち、今後、特に力を入れてほしい政策や支援とされた割合は、「往診などの在宅医療支援」が55.3%と最も高く、次いで「ヘルパーなどの在宅介護支援」が50.8%、「家族介護者への支援」が46.2%、「老人ホームなどの施設介護支援」が38.3%で、医療や介護に関する施策・支援への要望が多かった。令和元年度と比較していずれの医療・介護に関する要望も増加傾向がみられた。

なお、「高齢者に配慮した交通手段の整備」が34.4%、「高齢者に配慮した道路や公共施設の整備」が25.5%、「事故や犯罪防止」が19.3%と、環境整備に関する支援も、医療・介護の次に要望が多かった。誰とも話をしない日が「3日以上ある」人の方が「ほとんどない」人に比べて、特に力を入れてほしい政策や支援の選択が少ない傾向がみられた。その中で唯一「住宅の整備やあっせん」の要望は高かった。



		人数	往診などの在宅医療支援	ヘルパーなどの在宅介護支援	老人ホームなど施設介護支援	認知症施策	家族介護者への支援	介護予防の教室や相談
総数		2728	55.3%	50.8%	38.3%	21.6%	46.2%	15.0%
認定状況	自立	2114	56.5%	51.1%	37.9%	21.4%	46.4%	15.3%
	要支援1・2	105	45.7%	44.8%	29.5%	17.1%	33.3%	14.3%
	要介護1・2	102	40.2%	44.1%	36.3%	17.6%	46.1%	6.9%
	要介護3～5	58	63.8%	53.4%	44.8%	34.5%	55.2%	6.9%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	55.9%	53.8%	41.7%	22.0%	45.7%	14.5%
	連雀地域	452	54.2%	50.9%	39.2%	22.8%	44.9%	16.8%
	井の頭地域	217	57.1%	51.6%	36.9%	15.2%	45.2%	13.8%
	東部地域	387	53.2%	47.5%	38.5%	20.4%	46.0%	11.1%
	新川中原地域	381	58.5%	51.4%	34.6%	23.4%	45.7%	18.1%
	西部地域	331	55.3%	46.5%	33.8%	23.6%	46.8%	13.0%
	大沢地域	189	55.0%	53.4%	37.0%	18.0%	49.7%	14.3%
話さない	ほとんどない	2108	57.4%	52.4%	39.2%	22.8%	50.8%	15.6%
	週に1～2くらい	316	50.9%	49.7%	38.6%	19.0%	32.3%	14.9%
	週に3日以上	232	46.1%	43.1%	30.2%	16.4%	28.9%	10.3%
主観的健康観	とてもよい	300	58.7%	52.3%	38.0%	21.3%	46.7%	16.7%
	まあよい	1861	56.3%	51.7%	38.9%	22.0%	46.4%	15.5%
	あまりよくない	438	51.6%	50.0%	36.5%	21.2%	48.2%	12.6%
	よくない	76	52.6%	39.5%	36.8%	21.1%	43.4%	11.8%

		住宅の整備やあっせん	住民による見守りや支援	働く場の確保	高齢者の通いの場づくり	道路や施設の整備	高齢者に配慮した交通整備	事故や犯罪防止
総数		23.4%	13.7%	10.4%	16.9%	25.5%	34.4%	19.3%
認定状況	自立	24.5%	13.9%	11.5%	16.7%	25.7%	35.1%	19.5%
	要支援1・2	17.1%	15.2%	3.8%	21.0%	21.9%	33.3%	18.1%
	要介護1・2	20.6%	10.8%	5.9%	16.7%	24.5%	32.4%	16.7%
	要介護3～5	15.5%	8.6%	5.2%	12.1%	15.5%	27.6%	19.0%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	23.2%	11.6%	10.0%	17.5%	27.5%	35.3%	20.6%
	連雀地域	21.2%	15.3%	9.5%	20.1%	27.4%	33.4%	19.2%
	井の頭地域	24.0%	15.7%	9.7%	12.0%	25.3%	39.2%	20.3%
	東部地域	25.6%	11.4%	11.1%	13.4%	22.7%	32.8%	16.3%
	新川中原地域	27.6%	14.4%	12.6%	17.3%	25.7%	31.8%	19.9%
	西部地域	22.1%	13.6%	12.1%	17.5%	23.0%	33.8%	19.6%
	大沢地域	22.2%	15.3%	10.1%	16.4%	23.3%	42.9%	19.6%
話さない	ほとんどない	21.9%	13.4%	10.5%	17.3%	27.1%	20.3%	2.2%
	週に1～2くらい	27.8%	18.7%	10.8%	17.4%	22.2%	17.4%	4.4%
	週に3日以上	31.0%	10.3%	9.5%	14.2%	18.1%	15.5%	3.9%
主観的健康観	とてもよい	22.7%	16.7%	11.0%	18.0%	26.3%	31.7%	22.7%
	まあよい	23.1%	13.3%	10.9%	17.6%	24.9%	34.9%	18.8%
	あまりよくない	24.7%	13.5%	7.3%	14.6%	25.8%	34.7%	18.9%
	よくない	27.6%	15.8%	14.5%	15.8%	36.8%	39.5%	26.3%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

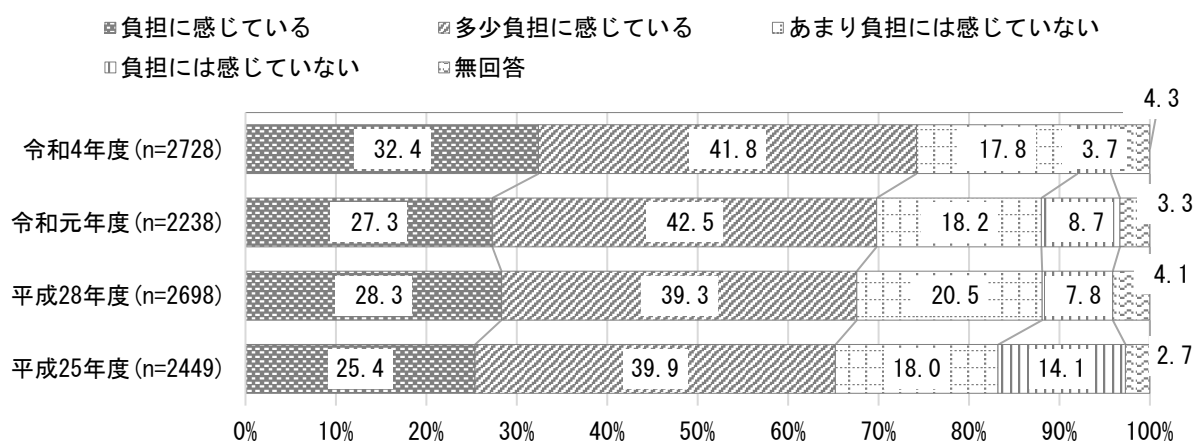
問9 (2) 介護保険料の負担感

介護保険料の支払いについて、どのように感じていますか。

介護保険料の支払いを「負担に感じている」が32.4%、「多少負担に感じている」が41.8%で、両者を合わせると負担に感じている人が74.2%であった。平成25年度、平成28年度、令和元年度では「負担」又は「多少負担」に感じている人が65.3%、67.6%、69.8%であったので、負担に感じている人は増加傾向であった。

認定状況別にみると、「負担」又は「多少負担」に感じている人の割合は「自立」が75.9%と最も高く、「要支援1・2」が52.4%と最も低かった。

日常生活圏域別にみると、「負担」又は「多少負担」に感じている人の割合は、「大沢」が76.2%と最も高く、「西部」が70.7%と最も低かった。



		人数	負担に感じている	多少負担に感じている	あまり負担に感じていない	負担には感じていない	無回答
総数		2728	32.4%	41.8%	17.8%	3.7%	4.3%
認定状況	自立	2114	32.9%	43.0%	17.4%	3.3%	3.5%
	要支援1・2	105	25.7%	26.7%	30.5%	9.5%	7.6%
	要介護1・2	102	32.4%	31.4%	14.7%	5.9%	15.7%
	要介護3~5	58	31.0%	37.9%	22.4%	3.4%	5.2%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	28.7%	44.1%	18.5%	4.0%	4.7%
	連雀地域	452	33.2%	42.7%	15.9%	3.5%	4.6%
	井の頭地域	217	32.3%	43.3%	19.4%	4.1%	0.9%
	東部地域	387	32.8%	40.3%	17.8%	3.4%	5.7%
	新川中原地域	381	37.5%	38.3%	17.6%	2.9%	3.7%
	西部地域	331	29.9%	40.8%	19.6%	5.4%	4.2%
	大沢地域	189	33.3%	42.9%	18.0%	1.6%	4.2%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

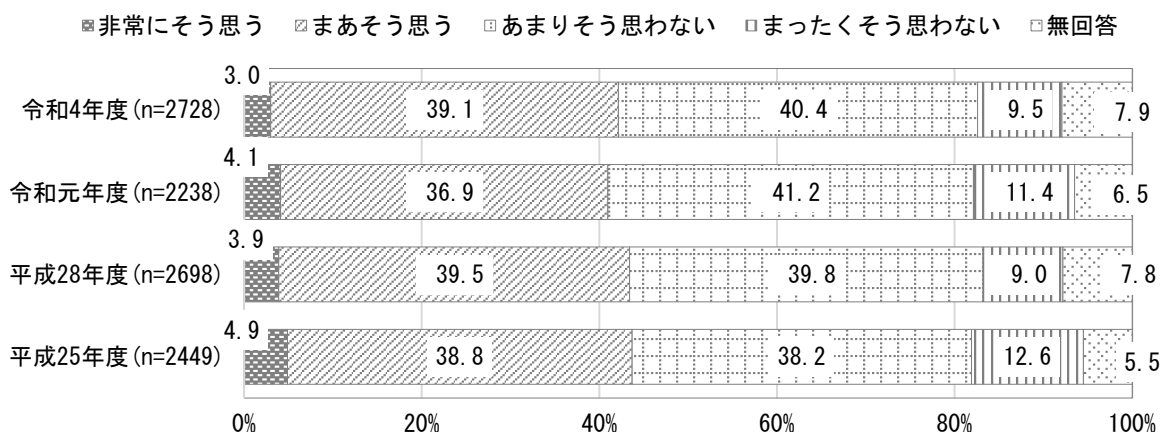
### 問9 (3) 介護保険制度の評価

介護保険制度は、あなたが納めている保険料に見合うだけの制度だと思いますか。

「非常にそう思う」が3.0%、「まあそう思う」が39.1%で、両者を合わせると介護保険制度に対して肯定的な評価をしていた人が42.1%であった。平成25年度、平成28年度、令和元年度の調査では、肯定的な評価が43.7%、43.4%、41.0%であるが、平成16年度、平成19年度、平成22年度の調査では肯定的な評価は45%前後であったので、20年近い調査の中では若干減少傾向がみられた。

認定状況別にみると、肯定的な評価は「要支援1・2」や「要介護3～5」で多く(56.2%と55.1%)、「自立」では41.5%と少なかった。

日常生活圏域別にみると、肯定的な評価の割合は「大沢」が45.5%と最も高く、「新川中原」が37.5%と最も低かった。



		人数	非常に そう思う	まあ そう思う	あまり そう思わ ない	まったく そう思わ ない	無回答
総数		2728	3.0%	39.1%	40.4%	9.5%	7.9%
認定 状況	自立	2114	2.4%	39.1%	41.9%	9.6%	7.1%
	要支援1・2	105	7.6%	48.6%	32.4%	3.8%	7.6%
	要介護1・2	102	2.9%	48.0%	22.5%	8.8%	17.6%
	要介護3～5	58	10.3%	44.8%	27.6%	6.9%	10.3%
日 常 生 活 圏 域	三鷹駅周辺地域	422	2.4%	40.5%	38.6%	8.3%	10.2%
	連雀地域	452	2.4%	40.9%	40.0%	7.5%	9.1%
	井の頭地域	217	1.4%	40.6%	41.5%	12.9%	3.7%
	東部地域	387	3.9%	41.3%	37.0%	10.3%	7.5%
	新川中原地域	381	1.8%	35.7%	45.9%	10.5%	6.0%
	西部地域	331	4.5%	40.2%	41.4%	7.6%	6.3%
	大沢地域	189	3.7%	41.8%	36.5%	9.0%	9.0%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

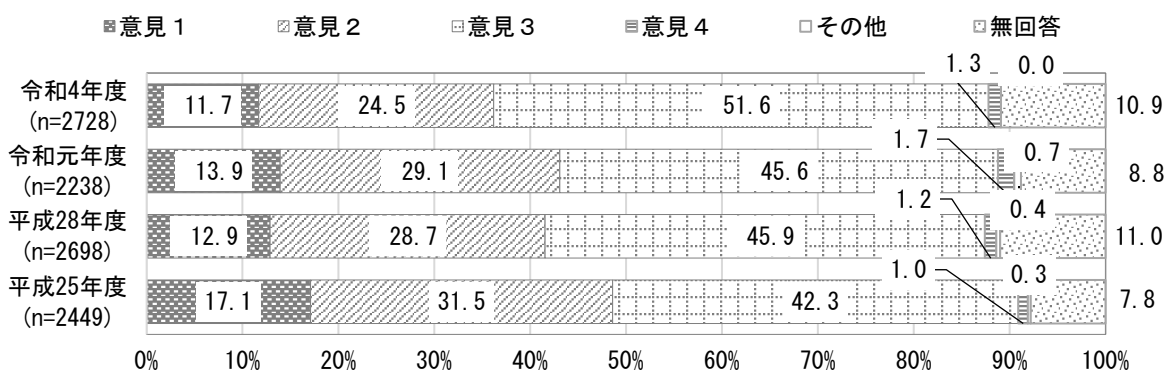
問9 (4) 介護サービスの給付と負担に関する意見

高齢者数が増えると、介護サービスの水準を維持するために、どうしても介護保険料が高くなってしまいます。あなたのご意見は、次のどれに近いですか。

最も多い意見は「介護サービスの水準を保つために、ある程度の介護保険料の増加はやむを得ない（意見3）」で、「介護サービスの水準を引き上げるために、大幅な介護保険料の増加もやむを得ない（意見4）」と合わせると、介護保険料の増加を「容認」する意見が52.9%であった。一方、「介護サービスの水準を大幅に引き下げて、介護保険料を安くすべき（意見1）」と「介護サービスの水準をある程度下げても、介護保険料は従来どおりとすべき（意見2）」を合わせると、介護保険料の増加に「反対」する意見も36.2%あった。

平成25年度、平成28年度、令和元年度の調査では、介護保険料の増加を「容認」する意見が43.3%、47.1%、47.3%で、「反対」が48.6%、41.6%、43.0%であり、「容認」「反対」ともに概ね45%前後と拮抗する形で推移していたが、今回の調査では「容認」する意見の方が多かった。

認定状況別にみると、介護保険料の増加を「容認」する意見は「要介護3～5」の65.5%が最も高かった。日常生活圏域別にみると、顕著な地域差はなかった。



		人数	意見1	意見2	意見3	意見4	無回答
総数		2728	11.7%	24.5%	51.6%	1.3%	10.9%
認定状況	自立	2114	11.9%	24.6%	52.2%	1.3%	10.0%
	要支援1・2	105	11.4%	21.0%	54.3%	1.9%	11.4%
	要介護1・2	102	9.8%	27.5%	44.1%	1.0%	17.6%
	要介護3～5	58	3.4%	15.5%	62.1%	3.4%	15.5%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	9.2%	22.7%	55.9%	1.7%	10.4%
	連雀地域	452	11.1%	25.0%	49.3%	0.7%	13.9%
	井の頭地域	217	12.0%	28.6%	50.2%	1.8%	7.4%
	東部地域	387	10.9%	23.0%	52.5%	1.8%	11.9%
	新川中原地域	381	15.5%	24.7%	49.9%	1.3%	8.7%
	西部地域	331	12.1%	25.1%	54.7%	1.2%	6.9%
	大沢地域	189	10.6%	21.7%	52.9%	1.1%	13.8%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

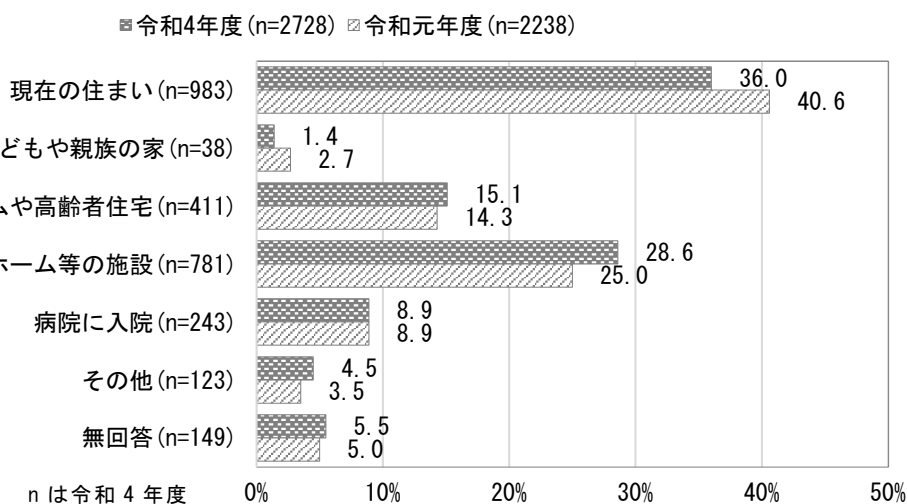
### 問9 (5) 療養場所の希望

仮に、あなたが寝たきりのような状態になった時には、どのようにしたいですか。ご希望に最も近いものを選んで下さい。

「現在の住まいで介護を受けたい」の割合が36.0%と最も高く、次いで「特別養護老人ホームなどの施設に入所して介護を受けたい」が28.6%であった。

認定状況別にみると、全ての категорияで「現在の住まいで介護を受けたい」という回答の割合が最も高く、要介護度が高くなるほどその割合が増えていた。令和元年度と比較すると、「現在の住まい」は4.6ポイント減少、「特別養護老人ホーム等の施設」が3.6ポイント増加となっている。

日常生活圏域別にみると、「現在の住まい」を希望する割合は「大沢」が40.7%と最も高く、「三鷹駅周辺」が31.8%と最も低かった。一方、「特別養護老人ホームなどの施設」を希望する割合は「西部」が31.1%と最も高く、「大沢」が25.4%と最も低かった。



		人数	現在の 住まい	子供や 親族の家	有料老人 ホームや 高齢者 住宅	特別養護 老人ホーム 等の施設	病院に 入院	その他	無回答
総数		2728	36.0%	1.4%	15.1%	28.6%	8.9%	4.5%	5.5%
認定 状況	自立	2114	35.2%	1.5%	15.9%	29.0%	8.7%	5.1%	4.7%
	要支援 1・2	105	39.0%	2.9%	14.3%	15.2%	15.2%	5.7%	7.6%
	要介護 1・2	102	40.2%	2.0%	5.9%	29.4%	6.9%	2.0%	13.7%
	要介護 3～5	58	44.8%	1.7%	5.2%	29.3%	5.2%	3.4%	10.3%
日常 生活 圏 域	三鷹駅周辺地域	422	31.8%	2.1%	21.3%	25.8%	9.5%	5.2%	4.3%
	連雀地域	452	35.4%	1.8%	11.1%	28.1%	11.1%	6.2%	6.4%
	井の頭地域	217	36.4%	1.8%	18.4%	28.6%	5.1%	6.5%	3.2%
	東部地域	387	36.2%	1.3%	15.5%	28.7%	7.5%	4.7%	6.2%
	新川中原地域	381	34.9%	1.6%	13.1%	30.4%	10.2%	3.4%	6.3%
	西部地域	331	39.0%	0.3%	14.5%	31.1%	8.8%	3.6%	2.7%
	大沢地域	189	40.7%	2.1%	11.6%	25.4%	5.8%	5.3%	9.0%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

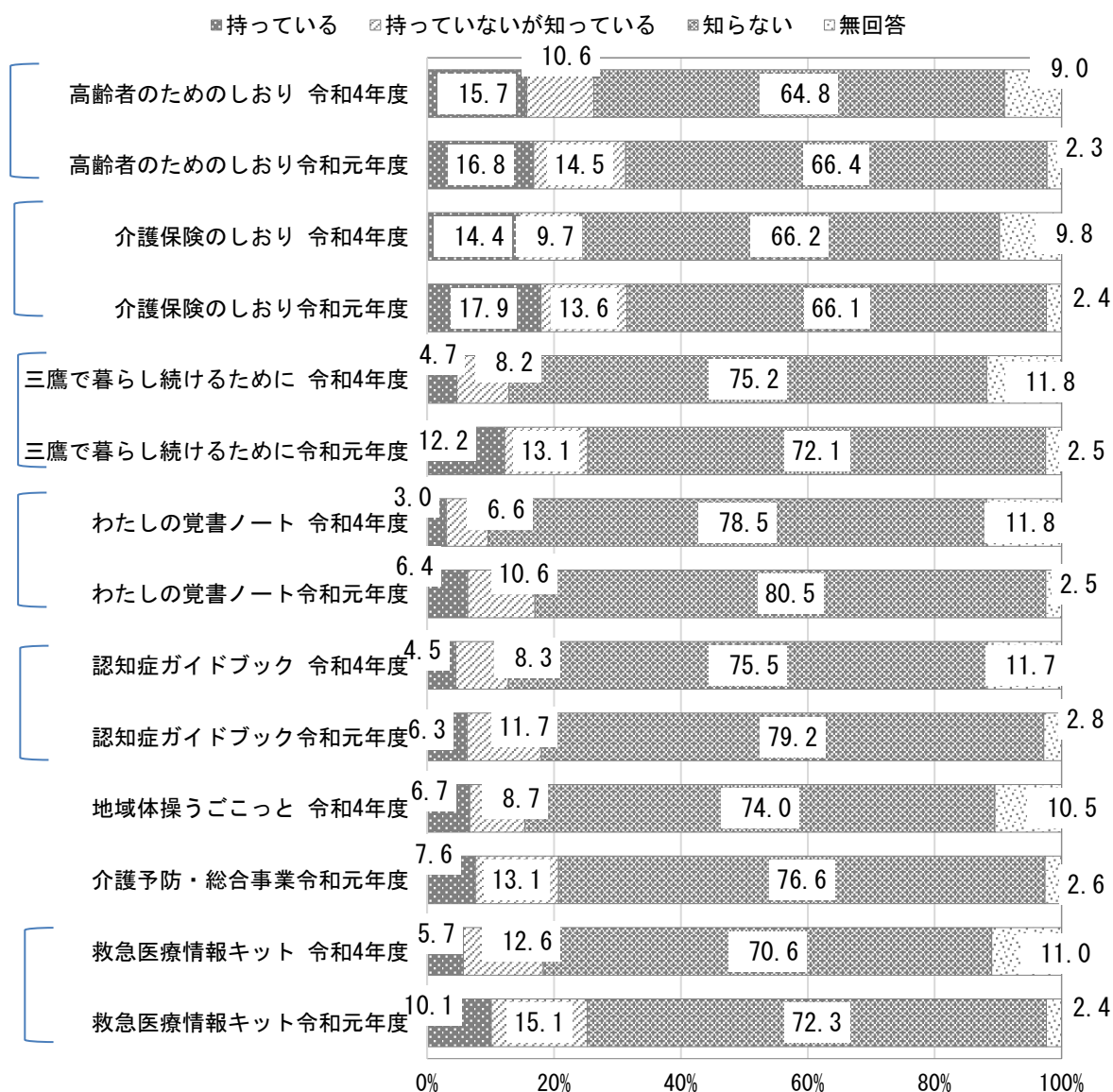


問9 (6) 高齢者向け資料等の周知状況

この調査票とともにお送りした「三鷹市の高齢者向けパンフレット等のご案内」で紹介している次の資料等をお持ちですか。

- ① 高齢者のためのしおり
- ② いつまでもこのまちで介護保険のしおり
- ③ わが家・三鷹で暮らし続けるために
- ④ 三鷹版わたしの覚え書きノート
- ⑤ 知ってあんしん認知症ガイドブック
- ⑥ 三鷹みんなで地域体操うごこっと
- ⑦ 救急医療情報キット

「持っている」割合が最も高かったのは「高齢者のためのしおり」の15.7%で、次いで「介護保険のしおり」の14.4%であった。一方、「知らない」割合が最も高かったのは「わたしの覚え書きノート」の78.5%で、次いで「認知症ガイドブック」の75.5%であった。全体的に令和元年度に比べ、保有度や周知度が低下していた。



① 高齢者のためのしおり

「持っている」という回答が 15.7%、「知らない」が 64.8%であった。認定状況別にみると、「要介護3～5」で持っている人が多く（25.9%）、「自立」では少なかった（13.8%）。日常生活圏域別にみると、「持っている」人の割合は「三鷹駅周辺」が 16.8%と最も高く、「東部」が 12.9%と最も低かった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	15.7%	10.6%	64.8%	9.0%
認定状況	自立	2114	13.8%	10.5%	68.3%	7.3%
	要支援1・2	105	23.8%	15.2%	45.7%	15.2%
	要介護1・2	102	21.6%	2.0%	53.9%	22.5%
	要介護3～5	58	25.9%	5.2%	53.4%	15.5%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	16.8%	9.2%	64.9%	9.0%
	連雀地域	452	15.3%	10.0%	64.4%	10.4%
	井の頭地域	217	14.3%	8.8%	72.4%	4.6%
	東部地域	387	12.9%	10.3%	66.4%	10.3%
	新川中原地域	381	15.0%	12.1%	65.9%	7.1%
	西部地域	331	14.8%	11.2%	67.4%	6.6%
	大沢地域	189	14.3%	9.5%	66.1%	10.1%

② いつまでもこのまちで介護保険のしおり

「持っている」という回答が 14.4%、「知らない」が 66.2%であった。認定状況別にみると、「要支援1・2」で持っている人が多く（21.0%）、「自立」では少なかった（13.0%）。日常生活圏域別にみると、「持っている」人の割合は「連雀」が 15.5%と最も高く、「東部」が 11.4%と最も低かった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	14.4%	9.7%	66.2%	9.8%
認定状況	自立	2114	13.0%	10.2%	68.8%	8.0%
	要支援1・2	105	21.0%	8.6%	52.4%	18.1%
	要介護1・2	102	16.7%	8.8%	53.9%	20.6%
	要介護3～5	58	20.7%	6.9%	51.7%	20.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	15.4%	9.7%	64.9%	10.0%
	連雀地域	452	15.5%	10.0%	63.9%	10.6%
	井の頭地域	217	12.0%	10.1%	72.8%	5.1%
	東部地域	387	11.4%	10.1%	66.1%	12.4%
	新川中原地域	381	12.6%	9.7%	69.6%	8.1%
	西部地域	331	14.8%	9.4%	68.0%	7.9%
	大沢地域	189	12.7%	11.6%	67.2%	8.5%

（単位：人、％）

注）クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

③ わが家・三鷹で暮らし続けるために

「持っている」という回答が4.7%、「知らない」が75.2%であった。認定状況別にみると、「持っている」人の割合に顕著な差はなかった。日常生活圏域別でも、顕著な地域差はみられなかった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	4.7%	8.2%	75.2%	11.8%
認定状況	自立	2114	4.1%	8.0%	78.0%	9.9%
	要支援1・2	105	6.7%	6.7%	65.7%	21.0%
	要介護1・2	102	4.9%	5.9%	63.7%	25.5%
	要介護3～5	58	6.9%	13.8%	60.3%	19.0%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	4.3%	6.2%	78.2%	11.4%
	連雀地域	452	4.9%	7.1%	75.9%	12.2%
	井の頭地域	217	5.5%	7.4%	79.3%	7.8%
	東部地域	387	4.1%	9.3%	72.4%	14.2%
	新川中原地域	381	4.2%	10.0%	76.1%	9.7%
	西部地域	331	3.9%	8.2%	78.2%	9.7%
	大沢地域	189	3.2%	8.5%	75.7%	12.7%

(単位：人、%) 注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

④ 三鷹版わたしの覚え書きノート

「持っている」という回答が3.0%、「知らない」が78.5%であった。認定状況別にみると、「持っている」人の割合は「要介護3～5」が最も高かった(6.9%)。日常生活圏域別にみると、「持っている」人の割合は「東部」が4.1%と最も高く、「新川中原」が1.8%と最も低かった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	3.0%	6.6%	78.5%	11.8%
認定状況	自立	2114	2.8%	6.7%	80.9%	9.6%
	要支援1・2	105	1.0%	4.8%	69.5%	24.8%
	要介護1・2	102	2.0%	1.0%	70.6%	26.5%
	要介護3～5	58	6.9%	6.9%	65.5%	20.7%
日常生活圏域	三鷹駅周辺地域	422	2.1%	4.0%	81.3%	12.6%
	連雀地域	452	3.1%	6.9%	77.0%	13.1%
	井の頭地域	217	2.8%	6.9%	83.4%	6.9%
	東部地域	387	4.1%	4.1%	78.0%	13.7%
	新川中原地域	381	1.8%	8.4%	80.3%	9.4%
	西部地域	331	2.4%	7.3%	80.4%	10.0%
	大沢地域	189	3.2%	9.0%	77.8%	10.1%

(単位：人、%) 注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

⑤ 知ってあんしん認知症ガイドブック

「持っている」という回答が4.5%、「知らない」が75.5%であった。認定状況別にみると、「要介護3～5」で持っている人が多く（13.8%）、その他では少なかった。日常生活圏域別にみると、「持っている」人の割合は「三鷹駅周辺」が4.7%と最も高く、「新川中原」が2.9%と最も低かった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	4.5%	8.3%	75.5%	11.7%
認定 状況	自立	2114	3.6%	8.3%	78.3%	9.7%
	要支援1・2	105	3.8%	4.8%	68.6%	22.9%
	要介護1・2	102	2.9%	6.9%	65.7%	24.5%
	要介護3～5	58	13.8%	12.1%	58.6%	15.5%
日 常 生 活 圏 域	三鷹駅周辺地域	422	4.7%	7.3%	76.3%	11.6%
	連雀地域	452	3.1%	9.3%	75.4%	12.2%
	井の頭地域	217	3.7%	5.1%	82.9%	8.3%
	東部地域	387	4.4%	8.0%	74.4%	13.2%
	新川中原地域	381	2.9%	7.9%	79.0%	10.2%
	西部地域	331	3.3%	10.3%	76.7%	9.7%
	大沢地域	189	5.8%	8.5%	75.1%	10.6%
本 人 家 族	認知症いる	267	22.1%	9.0%	62.2%	6.7%
	認知症いない	2367	14.9%	10.9%	66.1%	8.1%

(単位：人、%)

注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## ⑥ 三鷹みんなで地域体操うごこっと

「持っている」という回答が6.7%、「知らない」が74.0%であった。認定状況別にみると、顕著な差はなかった。日常生活圏域別にみると、「持っている」人の割合は「井の頭」が9.7%と最も高く、「連雀」が4.6%と最も低かった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	6.7%	8.7%	74.0%	10.5%
認定 状況	自立	2114	6.4%	8.9%	76.2%	8.5%
	要支援1・2	105	4.8%	7.6%	63.8%	23.8%
	要介護1・2	102	5.9%	3.9%	66.7%	23.5%
	要介護3～5	58	5.2%	6.9%	69.0%	19.0%
日 常 生 活 圏 域	三鷹駅周辺地域	422	7.3%	6.4%	74.6%	11.6%
	連雀地域	452	4.6%	9.3%	74.3%	11.7%
	井の頭地域	217	9.7%	5.5%	78.8%	6.0%
	東部地域	387	6.2%	9.0%	73.6%	11.1%
	新川中原地域	381	5.0%	10.8%	75.3%	8.9%
	西部地域	331	5.1%	10.0%	75.8%	9.1%
	大沢地域	189	9.0%	7.4%	74.6%	9.0%

(単位：人、%) 注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## ⑦ 救急医療情報キット

「持っている」という回答が5.7%、「知らない」が70.6%であった。認定状況別にみると、「要支援1・2」で持っている人が多く(11.4%)、「自立」と「要介護3～5」では少なかった(5.2%と3.4%)。日常生活圏域別にみると、「持っている」人の割合は「連雀」が7.7%と最も高く、「井の頭」が4.1%と最も低かった。

		人数	持っている	知っている	知らない	無回答
総数		2728	5.7%	12.6%	70.6%	11.0%
認定 状況	自立	2114	5.2%	12.2%	73.4%	9.2%
	要支援1・2	105	11.4%	7.6%	61.0%	20.0%
	要介護1・2	102	9.8%	7.8%	59.8%	22.5%
	要介護3～5	58	3.4%	17.2%	63.8%	15.5%
日 常 生 活 圏 域	三鷹駅周辺地域	422	5.0%	11.1%	72.5%	11.4%
	連雀地域	452	7.7%	12.4%	68.4%	11.5%
	井の頭地域	217	4.1%	10.1%	78.8%	6.9%
	東部地域	387	4.4%	12.4%	70.3%	12.9%
	新川中原地域	381	6.3%	13.9%	71.7%	8.1%
	西部地域	331	4.8%	10.0%	76.1%	9.1%
	大沢地域	189	6.3%	13.2%	69.3%	11.1%

(単位：人、%) 注) クロス集計については、属性が無回答なケースは除外した。

## 12 結果の概要と今後の課題

### (1) 高齢者の健康・生活の経年変化から見える課題

#### ① 経年比較分析

平成25年度、平成28年度、令和元年度に実施した調査の結果と、今年度（令和4年度）に実施した調査の結果を比較し、高齢者の健康や生活等の変化を調べた。なお、各調査の回収状況が異なり、特に令和4年度の調査では従来の調査より属性情報が少なく、また、インターネット調査を新たに導入したため、それが結果に影響を及ぼしている可能性があり、調査結果の単純な比較には一定の注意が必要である。しかし、回答者の性別、年齢階級、要介護認定者、日常生活圏域の分布は、過去3回の調査と今回の調査で同程度であったことを踏まえると、概況を把握する上での参考資料にはなり得ると考える。

#### ② 改善傾向が認められた項目

経年変化を調べた結果、改善傾向が認められた項目は、自分の健康状態を「よい」又は「まあよい」と評価している人と、かかりつけの医師が「いる」人の割合が増加したことである。治療中の病気が「ない」は今回減少したものの、「高血圧」や「高脂質症」等、かかりつけ医による予防管理が必要な生活習慣病の治療が増加している。

#### ③ 改善が認められなかった項目

令和元年度調査まで改善傾向が認められたものの今回悪化した項目は、バスや電車を使って1人で外出、暮らしが「やや苦しい/大変苦しい」、必要な時に十分な医療・介護が受けられないことについて「非常に/やや不安」であった。この背景には新型コロナウイルス感染症により、外出や人との交流の自粛等、今まで当たり前のように行っていた日々の暮らしが困難になったことによって医療・介護に対する不安にもつながるきっかけになったと思われる。加えて、介護不安については自立の人に多く、要介護度が高くなるにつれて少なくなる傾向にあることから、在宅介護に関する知識や情報が得られていないことなどにより、在宅介護に対する漠然とした不安があるものと思われる。このようなことから、介護保険制度等の周知を丁寧に行うことで不安の解消に努めていく必要がある。

改善が認められなかった又は悪化傾向が認められた項目は、閉じこもり（外出が週に1回以下）、身体活動習慣、肥満度、ボランティア・スポーツ・趣味・学習教養等のグループ活動への参加、就労状況、情緒的支援者が不在等の社会的孤立、認知症に関する意識・態度、介護保険制度への肯定的な評価、介護保険料の負担感で、まだ多くの課題が残されていることが示されたことから、今後の取組を検討していく必要がある。

#### ④ 今後への示唆

令和元年度の調査において、健康状態が大きく改善しているにも関わらず、メンタルヘルスが改善していないことが報告されているが、今回もうつリスクに改善が

みられず、主観的幸福感が低下している傾向がある。推測される要因として、新型コロナウイルス感染症による外出や活動の自粛等の近年特有の問題が引き金になった影響も大きな要因と考えられるが、単身世帯割合の増加、社会活動や社会的つながりが希薄化している等の社会的な問題も内在していると考えられる。三鷹市では、これまでも高齢者の社会活動の推進を図ってきたが、単身世帯の高齢者が増える中、更なる支援体制の充実が必要であると考えられる。

**改善傾向が認められた項目**

分野	項目	H25	H28	R元	R4
健康	健康状態が「よい/まあよい」(4段階評価)	—	—	73.2%	79.2%
	健康状態が「よい/まあよい」(5段階評価)	31.1%	40.6%	45.4%	—
医療	かかりつけの「医師」がいる	83.2%	83.5%	—	85.7%

**これまで改善傾向が認められたが今回悪化した項目**

分野	項目	H25	H28	R元	R4
活動	バスや電車を使って1人で外出している	83.4%	85.7%	87.2%	81.3%
	暮らしが「やや苦しい/大変苦しい」 (平成25年度・平成28年度は「やや苦しい/苦しい」)	23.4%	22.4%	21.9%	28.3%
医療 介護	必要な時に十分な医療を受けられないことについて 「非常に/やや不安」	43.5%	31.3%	18.2%	38.4%
	必要な時に十分な介護サービスを受けられないことについて 「非常に/やや不安」	53.3%	42.7%	28.1%	57.1%

**改善・悪化の傾向が認められなかった項目**

分野	項目	H25	H28	R元	R4
参加	収入のある仕事を「月に1回以上」している	26.1%	26.8%	23.7%	25.2%
孤立	誰とも話をしない日が「週に1日以上」	—	19.7%	18.8%	20.1%
	手段的支援者がいる	—	—	89.9%	89.5%
認知 症	認知症に関する講座を受講したことがある	—	12.1%	14.0%	11.3%
	自分が認知症かもしれないと感じたとしても、病院に行くことには抵抗感がある(そう思う/ややそう思う)	—	36.4%	36.9%	35.7%
医療 介護	介護保険制度は、納めている保険料に見合うだけの制度だと思う(非常に/まあそう思う)	43.7%	43.4%	41.0%	42.1%
	介護保険料の増加はやむを得ない	43.3%	47.1%	47.3%	52.9%

## 悪化傾向が認められた項目

分野	項目	H25	H28	R元	R4
健康	肥満度1 (BMI25) 以上	—	—	17.5%	22.7%
活動	閉じこもりリスク(外出頻度が「週に1回以下」)	9.6%	8.8%	16.6%	16.0%
	1日40分以上、身体を動かす日が「ほぼ毎日」	—	52.6%	53.2%	48.4%
	階段を手すりや壁をつたわず昇っている	—	—	63.2%	59.2%
社会参加	ボランティアのグループに参加している	12.2%	14.9%	14.3%	10.3%
	スポーツ関係のグループに参加している	—	—	29.4%	22.3%
	趣味関係のグループに参加している	—	—	31.7%	22.7%
	学習・教養のグループに参加している	—	—	14.7%	9.2%
孤立	単身世帯の割合	17.1%	16.6%	20.3%	21.8%
	情緒的支援者がいる	—	—	93.0%	91.2%
介護	介護保険料の支払いが「負担/多少負担」	65.3%	67.6%	69.8%	74.2%

## (2) 全国と三鷹市の比較

全国で実施されている調査結果と今回の三鷹市での調査結果を比較すると、三鷹市は、肥満、生活困窮、就業率において、全国と同程度又は良い傾向が見られた。一方、孤立、低体重に関しては、全国より良くない傾向が見られた。

また、経年変化の状況から、孤立と就業等の社会活動への参加に関する課題がうかがえたが、特に低体重については、高齢者においては要介護化のリスク要因であることから、今後注意すべき課題のひとつである。

## 全国と三鷹市の比較

分野	項目	全国	三鷹市
健康	肥満1度以上 (BMI:25以上)	令和元年国民健康・栄養調査 28.8%	22.7%
	低体重 (BMI:18.5未満)	令和元年国民健康・栄養調査 6.9%	9.7%
活動	就業率(三鷹市では月1回以上の就労者の割合)	令和2年国勢調査 24.7%	25.2%
孤立	独居率	令和2年国勢調査 18.6%	21.8%
経済	暮らしが「やや苦しい/大変苦しい」	令和元年国民生活基礎調査 53.1%	28.3%

注) 全国の調査結果は、65歳以上を対象とした数値を示した。



### (3) 日常生活圏域別にみた地域差

本報告書では、日常生活圏域ごとの課題を探るために、各調査項目の結果を日常生活圏域別に比較した。今般の調査において、主に社会参加や生きがいにつながる項目の地域差について述べる。

#### ① 「井の頭」「大沢」

「井の頭」「大沢」の地域では共通点が多くみられた。これらの地域では、身体的活動習慣が「ほぼ毎日、週4～5日ある」割合、ボランティアや趣味・スポーツ学習教養等の参加率が高い、本や雑誌、インターネットの利用が多い、誰かと話をする機会や誰かと食事をする機会があるなど、主観的健康観と主観的幸福感を高める要素となる身体活動や社会活動に参加する割合が高い傾向を示している。

「井の頭」は、認定状況が、日常生活圏域別で最も自立度合が高く、また、かかりつけ医師・歯科医師・薬剤師がいる割合、現在治療中や後遺症の病気がある割合及び何らかの介護が必要だが現在は受けていない割合が最多であった。これらのことから、身近な圏域内で、介護保険サービス外の地域資源の活用がされていると考えられる。

一方、「大沢」の認定状況も「井の頭」に次いで高かったが、交通のアクセス、かかりつけ医の存在等の面においては、「井の頭」と対照的な調査結果となっているにも拘らず社会参加率が高い傾向にあった。このことから、身体活動習慣をつけることや趣味活動などへの社会参加は、交通や医療資源へのアクセス等のインフラの整備状況などとの相関関係には必ずしもないことが示唆されている。

#### ② 「三鷹駅周辺」

「三鷹駅周辺」は、認定状況や身体的活動習慣、ボランティアや趣味・スポーツ学習等の参加率に関しては、「井の頭」「大沢」と共通して高く、主観的健康感を高めるような結果であった一方で、「誰とも話をしない」割合が比較的高く、主観的幸福観を阻害する要因も見受けられた。

#### ③ 「連雀」「新川中原」

「連雀」「新川中原」においては、ひとり暮らし高齢者の割合、現在の暮らしの状況が苦しい割合、何らかの介護を受けている割合、介護保険料の支払いに負担感を感じている割合が高く、社会参加については低い傾向である一方、認知症受講の受講意識がある割合が高い等の共通項があった。「連雀」では町内会・自治会の参加率が他の地域と比較すると高く、「通いの場」については「忙しく参加できない」割合が低く、「情報提供があれば参加したい」割合が高かった。「新川中原」では介護予防や健康維持のための「通いの場」を希望する人の割合が高かった。

#### ④ 「東部」「西部」

「東部」「西部」においては、どなたかと食事をとる機会があまりない、いわゆる「孤食」の人の割合が高く、また社会参加やボランティア、趣味、学習教

養の参加率、地域づくりなど対外的な活動への参加意向のある割合が比較的低かった。一方、「東部」「西部」共に、介護保険制度は保険料に見合う制度との肯定的な意見も多かった。「西部」に関しては、他の地域に比べて「老人クラブ」の参加率が高かった。更に収入のある仕事をしている割合が高く、主観的健康観が比較的高い結果となった。「東部」に関しては、認定状況や身体的活動習慣、社会的参加についても中位ではあるが、歩行動作能力が高く、過去1年間の転倒経験が最も低かった。また、口腔機能の低下、低体重のリスクも低く、活動を妨げるリスクが低かった。

## 地域差が認められた項目(割合が高い地域と低い地域で10ポイント以上の差があった項目)

分野	項目	割合が高い地域	割合が低い地域
生活	暮らしが大変・やや苦しい	新川中原:34.6%	三鷹駅周辺:22.3% 井の頭:24.0%
	持家(一戸建て)	井の頭:80.6% 大沢:79.4%	連雀:27.9% 新川中原:55.1%
	持家(集合住宅)	連雀:34.3% 三鷹駅周辺:25.1%	大沢:0.5% 井の頭:5.1%
	公営賃貸住宅	連雀:21.2% 新川中原:19.2%	三鷹駅周辺:1.9% 井の頭:2.3%
	持家で故障や段差などの不具合がある	大沢:31.8% 井の頭:31.2%	連雀:15.7%
	賃貸で今の家に住み続けることに不安がある	東部:64.7% 西部:54.8%	連雀:27.9% 井の頭:40.9%
	高齢者に配慮した交通整備に注力して欲しい	大沢:42.9%	新川中原:31.8% 東部:32.8%
健康	お茶や汁物等でむせることがある	井の頭:35.5%	連雀:24.1%
	残存歯が20本以上	井の頭:64.5%	連雀:50.0%、西部:51.3% 新川中原51.9%
活動	転倒不安が(やや・とても)ある	三鷹駅周辺:58.6%	東部:48.6%
	食事の用意をできるけどしていない	井の頭:23.0%	大沢:12.7%
	本や雑誌を読んでいる	井の頭:84.3%	新川中原:71.1% 西部:73.1%
	趣味がある	井の頭:82.9%	新川中原:66.9% 西部:68.9%
	生きがいがある	井の頭:60.4%	連雀:49.3% 西部:50.2%
	インターネットを利用していない	新川中原:33.3%	大沢:22.7%
	健康づくりや趣味等のグループ活動に参加したい	連雀:57.5%	東部:46.3%
	仕事や家事が忙しくて「通いの場」に参加できない	井の頭:24.9%	三鷹駅周辺:14.9%
互助	心配や愚痴を聞いてくれる友人がいる	井の頭:49.3% 大沢:48.1%	西部:36.6%
	心配や愚痴を聞いてあげる友人がいる	大沢:52.4% 井の頭:49.8%	西部:36.9%
医療介護	家族・友人以外で相談する医師・歯科医師・看護師	井の頭:37.3%	西部:26.0%
	かかりつけ歯科医師がいる	井の頭:79.3%	大沢:68.8%
	かかりつけ薬剤師がいる	井の頭:56.7%	大沢:42.9%
	介護保険は保険料に見あう制度だとは思わない	新川中原:56.4%	大沢:45.5%
	有料老人ホーム等に住み替えて介護を受けたい	三鷹駅周辺:21.3%	連雀:11.1%
	救急医療情報キットについて知らない	井の頭:78.8%	連雀:68.4%

## (4) 高齢者計画・第八期介護保険事業計画の主な項目に関する現状と課題

### 1) 社会参加の推進

#### ① 就業支援、生きがい活動の充実

社会参加に関して経年変化が把握可能な項目をみると、収入のある仕事をしている割合は増加が認められず、また、今回はコロナ禍における外出自粛の影響は否めず、ボランティア、スポーツ関係、趣味関係、学習・教養、町内会・自治会・老人クラブへの参加率についてはいずれも低下していた。また、いずれの活動に関しても参加していない人が7～8割を占めていたことから、社会参加の推進については、今後もさらなる取組を検討する必要がある。

#### ② 地域住民主体の活動支援

地域住民の有志による健康づくり活動や趣味等のグループ活動により「地域づくり」について約5割の高齢者が参加したいとのことであり、約3割の高齢者が企画・運営のお世話役として参加してみたいとの意向が示されたが、この割合は令和元年度調査とほとんど変化はなかった。また、「通いの場」への参加条件として「どこでどのような活動をしているかの情報提供」や「きっかけ」とする声が多かったことから、高齢者の潜在する参加意欲を行動に結び付けるような情報提供や啓発活動を行っていく必要がある。

#### ③ 社会的孤立の防止

社会参加の推進とともに、社会的孤立の防止も、重要な課題である。今回の調査では、誰とも話をしない日が「週に1日以上」ある人が20.1%であり、令和元年度の調査結果より悪化していた。誰とも話をしない日が週に1日以上ある人は、要支援1～要介護2の人で割合が高かった。さらに、誰かと食事を共にする機会が「ほとんどない/年に何度か」といった孤食が慢性化している人も17.0%と、令和元年度調査12.7%より悪化していた。孤食が慢性化している人は要支援認定者で割合が高い。また同時に「情緒的支援者がいない（無回答を含む）」の割合も前回より高かった。特に要支援1～要介護2の人で顕著に高かったことを踏まえ、孤立の防止についての検討を行う必要がある。

### 2) 地域包括ケアシステムの構築・深化

#### ① 在宅療養の支援・推進

前回までの調査では、「必要な時に十分な医療を受けられない」「必要な時に十分な介護サービスを受けられない」について不安に感じている人の割合が低下していたことから、在宅生活を支えるために必要な医療、介護等の体制整備について一定の成果が得られつつあることが示唆されていた。一方で、今回の調査では不安に感じている人の割合が増加しており、介護不安については「自立」の人で多く、要介護度が高くなるにつれて不安を感じている人の割合は少なくなる傾向がみられた。また、医療不安については、全ての認定状況において、不安を感じている人の割合が高くなった。

## ② 健康づくりと介護予防のための取組

介護予防や健康維持のための「通いの場」としては、自立～要介護2の人では「体操（運動）」「趣味活動」「認知症予防」の順に希望者の割合が高く、要介護3～5の人では、「認知症予防」の希望も高かった。個々の身体的な状況などによって、求める健康づくりが変化することから、各地域で体操、趣味活動、認知症予防とバランス良く取り組むことが必要である。

また、「通いの場」への参加を促進する条件としては、「活動場所への移動手段がある」よりも、「どこでどのような活動をしているかの情報提供」が高く、これらに続いて「きっかけ」であったことから、前述の在宅生活の維持に役立つ資料等の作成・配布も含めて、健康づくりと介護予防のための広報活動をより積極的に行っていくことも重要な要素であると考えられる。他方、社会参加率、愚痴を聞いてくれる人、趣味と生きがい、主観的幸福感等の項目において良好な結果であった「井の頭」においては、日常の生活で忙しい等の理由から「通いの場」への参加意向が高くないとの結果が示された。このことから、健康づくりと介護予防のための取組としては、地域住民が主体的に考えて、各々の特技や能力を活かして社会参加できるよう積極的に情報提供を行っていくことが重要である。

## 3) 支え合いの仕組みづくりの推進

## ① 支え合いの仕組みづくり

単身世帯の増加を背景に「心配事や愚痴を聞いてくれる人」として、配偶者や子どもと回答した割合が令和元年度と比較して減少している一方、友人と回答した割合が増加し、近隣と回答した割合には変化がなかった。

インターネットの利用状況を調査したところ、自分一人である程度利用している割合が約6割、誰かの手助けで利用している割合が約1割だった。利用していないが必要性を感じている割合も約1割あり、後期高齢者に多かった。コロナ禍で移動することに対してより慎重にならざるを得ない高齢者にとっては、インターネットを介して別居の家族や遠方の友人とつながることが有意義と考えられるため、インターネットを活用した見守りや支え合いを推進するための取組を検討していく必要がある。

## ② 社会的包摂

地域の中で社会的に孤立している潜在的な高齢者については、例えば、ごみ屋敷や虐待などの問題が深刻化することによって顕在化する場合が多い。「8050問題」といった、高齢の親が中年のひきこもり等の状態の子どもを抱えて、誰にも相談できず、あるいは相談しても状況が改善されずに孤立化している問題が注目されている。今回の調査では、ひきこもり状態の家族・親族がいると答えた人が3.5%との結果の一方で、ひきこもりに関する相談や支援を行っている機関を知らない割合が約7割であった。これは令和元年度の調査と比較すると、昨今「8050問題」が取り上げられる機会が増えているにもかかわらず相談や支援を行っている機関の周知が行き渡っていないことを示唆する。社会的に孤立している人を支援するための仕組みを考

える上では、市や専門職のみならず、地域住民からの情報提供等の協力が不可欠であることから、より多くの地域住民に関心をもってもらうための周知・啓発の取組とともに、社会的支援の仕組みの検討が求められている。

#### 4) 認知症高齢者の支援

「認知症施策推進大綱」において「予防と共生」を施策の両輪とすることが示された。三鷹市においても認知症との「共生」への理解を促進するために、認知症についての知識や接し方などを学ぶ講座を開催しているが、受講したことがあると回答した割合は11.3%にとどまり、令和元年度より減少していた。

また予防とともに、早期発見と早期受診も重度化防止のために重要であるが、「自分が認知症かもしれないと感じたとしても、すぐに病院に行くことには抵抗感がある」という人が35.7%となっている。この割合は平成28年度から大きな変化は見受けられず、「認知症に対する受容的な態度」についても令和元年度調査より減少していたことから、認知症に対する正しい知識を得ることの重要性等を周知し、講座への参加を促進するための啓発活動の取組などが必要である。

#### 5) 介護保険制度、高齢者のための施策

##### ① 介護保険制度や介護保険料に関する意見

介護保険料の支払いを負担に感じている人が、経年的に増加傾向であった。特に認定を受けていない「自立」の人では7割が負担に感じていた。一方、介護保険制度についてサービス水準を保つためにある程度の保険料の増加は止むを得ないとする評価は、前回調査まで若干減少傾向であったが、今回は増加に転じ約5割となった。コロナ禍においても人との接触を伴う介護サービスの提供に多くの人が尽力していることが様々な場面で周知されるなど、介護サービスの重要性が認識されてきたことによる可能性も考えられる。介護保険料の増加に「反対」する意見も4割近いものの、負担に感じつつも制度を維持するために一定の理解を示す市民も多くいることがうかがえる。

##### ② 高齢者のための施策

高齢者に対する政策や支援のうち、最も要望が高かったのは「往診等の在宅医療支援」であり、次いで「ヘルパー等の在宅介護支援」となっている。いずれも令和元年度調査よりも10ポイント以上増加していた。このような大きな変動については、新型コロナウイルス感染症の影響を背景とした要因もあると想定されるが、高齢化が急激に進む昨今、また、住み慣れた家や地域でいつまでも暮らし続けたい、という本質的な回答もあったことから、在宅医療・介護の推進及び充実については、今後ますます重要性を帯びた施策と考える。

三鷹市では、在宅生活の維持に役立つ資料等を多数作成・配布しているが、いずれの資料等についても周知度が低い状況であるうえに、令和元年度に比べて認知度が低下していた。認知度が最も高かった「介護保険のしおり」と「高齢者のためのしおり」でさえ、「持っている」又は「知っている」割合は3割程度であった。利用

できるサービスにアクセスしやすい環境とするためにも、これらの資料等の効果的な周知方法について検討し、取り組んでいく必要がある。

