

# 高齢者福祉に関する生活実態調査（案）

区では、令和5年度の「中央区高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画」の策定に向けて、高齢者の方や高齢期をこれから迎える方に今後の意向や生活実態をお伺いするため、本調査を実施します。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和4年10月 中央区

## 調査について

- この調査は、55歳以上の区民の方から無作為に抽出してお送りしています。
- この調査は無記名方式で行います。回答者が特定されることはありません。
- 調査結果は、区の高齢者施策の推進のために利用され、その他の目的で使用されることはありません。
- この調査は17ページ、計42問です。

## ご記入にあたってのお願い

- 回答は、封筒のあて名ご本人についてご記入ください。
- あて名のご本人が回答することが難しい場合は、ご家族またはお世話なさっている方がお手伝いするか、ご本人の立場に立って代わりに回答してください。
- 鉛筆や黒または青のボールペンで記入してください。
- 回答は、あてはまる番号に○をつけてください。
- 「その他」に○をつけた場合は、〔 〕内に具体的にその内容をご記入ください。
- 調査票は令和4年10月1日現在でご記入いただき、11月9日（水）までに同封の返信用封筒に入れて投函してください（切手は不要です。）。)
- この調査票は郵送でお送りしていますが、パソコン、スマートフォンからも回答可能です。なお、パソコン、スマートフォンから回答いただいた場合は、本調査票の記入・提出は不要です。

※パソコン、スマートフォンからの回答には下記のID、パスワードの入力が必要になります。

ID:

パスワード:

QRコード

(IDは無作為に配布していますので、個人が特定されることはありません。)

<https://survey-z.com/wix/p2013854759.aspx?setting=1>

### 【問い合わせ先】

#### ★調査の目的・内容について

中央区福祉保健部高齢者福祉課高齢者福祉係 TEL 03-3546-5353

#### ★調査票の書き方やインターネット回答方法、同封物の不足について

株式会社生活構造研究所 TEL 000-000-0000(フリーダイヤル)  
受付時間 午前10時～午後5時(土日・祝日を除く。)

(この調査は中央区から株式会社生活構造研究所に委託して実施しています。)



問7 あなたのお住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。(○は1つ)

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1. 持ち家(一戸建て)    | 2. 民間賃貸住宅(一戸建て) |
| 3. 持ち家(集合住宅)    | 4. 公営賃貸住宅(集合住宅) |
| 5. 民間賃貸住宅(集合住宅) | 6. その他〔具体的に: 〕  |

問7-1 は問7で集合住宅(「3」、「4」または「5」)と答えた方におうかがいします。

問7-1 あなたのお住まいは、何階建ての何階ですか。

階建ての  階

問8 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

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

問8-1 あなたは、健診や人間ドックで定期的に健康状態を把握していますか。

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

問9 あなたは、普段から治療を受けたり、日常の健康についての相談・指導を受けることができる、かかりつけの医師、歯科医師、薬局、薬剤師がいますか。(①から④それぞれ○は1つ)

	いる	いない
①かかりつけ医師	1	2
②かかりつけ歯科医師	1	2
③かかりつけ薬局	1	2
④かかりつけ薬剤師	1	2

## 経済状況や就労状態について

問10 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。(○は1つ)

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 大変苦しい    | 2. やや苦しい    |
| 3. ふうふう     | 4. ややゆとりがある |
| 5. 大変ゆとりがある |             |

問11 あなたの収入(年金を含む)をすべて合計すると、税込みで1か月あたりの平均額(ボーナスがある場合は、それを含めて平均した額)はおよそいくらくらいになりますか。(○は1つ) ※ご夫婦の場合はお二人の収入の合計をお答えください。

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1. 5万円未満(年額では60万円未満)              |
| 2. 5万円~10万円未満(年額では60万円~120万円未満)   |
| 3. 10万円~20万円未満(年額では120万円~240万円未満) |
| 4. 20万円~30万円未満(年額では240万円~360万円未満) |
| 5. 30万円~40万円未満(年額では360万円~480万円未満) |
| 6. 40万円~60万円未満(年額では480万円~720万円未満) |
| 7. 60万円以上(年額では720万円以上)            |
| 8. 収入はない                          |

問 12 あなたは現在、働いていますか。複数の仕事をしている場合は収入の最も多いものをお答えください。(○は1つ)

1. 会社や団体、官庁等に勤務
2. 個人商店などで勤務
3. 自営業
4. NPO 法人に参加 (運営している者も含む)
5. その他〔具体的に： 〕

6. シルバー人材センターに登録

7. 働いていないが今後働きたい

8. 働いていないし今後も働きたくない ⇒ 問 13 へお進みください

⇒ 問 12-2 へお進みください

【問 12-1 は、問 12 で「1」から「5」と答えた方におうかがいします】

▶ 問 12-1 現在働いている方にうかがいます。現在の就労形態は何ですか。(○は1つ)

1. 正社員・正規職員である
2. 嘱託・再雇用等の社員・職員である
3. パート・アルバイト・臨時雇用である
4. 派遣社員である
5. 経営者 (NPO 法人等の運営者) である
6. その他〔具体的に： 〕

【問 12-2 から 12-6 は、問 12 で「1」から「7」と答えた方におうかがいします】

▶ 問 12-2 仕事をしている (またはしたい) 目的・理由は何ですか。

(○はいくつでも)

1. 経済的理由 (生計の維持)
2. 収入を趣味や旅行に使うため
3. 健康維持
4. 生きがい・社会的な貢献
5. 家にいるよりも充実するから
6. 社会とつながっていたいから
7. 自分の知識や技術、経験を生かしたいから
8. その他〔具体的に： 〕

▶ 問 12-3 何歳くらいまで仕事をしたいですか。(○は1つ)

1. 65 歳くらいまで
2. 70 歳くらいまで
3. 75 歳くらいまで
4. 80 歳くらいまで
5. 健康が続く限り
6. 今後働くつもりはない
7. 特に考えていない

(次ページにつづきます。)

▶ 問 12-4 今後（定年前の方は定年退職後）どのような働き方を望みますか。

（○は1つ）

1. 週5日程度フルタイム（8時間程度）で働く
2. 週に2～4日フルタイム（8時間程度）で働く
3. 短時間勤務（3～4時間程度）で働く
4. 曜日などを決めず、自分の都合で気の向いたときに働く
5. 仕事の依頼があったときに働く
6. その他〔具体的に： \_\_\_\_\_ 〕

▶ 問 12-5 年金受給額とは別に、就労によって月にどのくらいの収入を得たいと思いますか。（○は1つ）

- |                  |                      |
|------------------|----------------------|
| 1. 5万円未満         | 2. 5万円以上～10万円未満      |
| 3. 10万円以上～15万円未満 | 4. 15万円以上～20万円未満     |
| 5. 20万円以上        | 6. その他〔具体的に： _____ 〕 |

▶ 問 12-6 働く上で、重視していることは何ですか。（○は3つまで）

- |                         |                        |
|-------------------------|------------------------|
| 1. 勤務先の事業目的・経営ビジョン      | 2. 同じ勤務先であること          |
| 3. 経験したことのある業界であること     | 4. 経験したことのある職種であること    |
| 5. 給料が高いこと              | 6. 自分の能力を発揮できること       |
| 7. 気心の知れた仲間がいる職場であること   | 8. 自分のペースで進められる仕事であること |
| 9. 体力的に無理なく続けられる仕事であること | 10. 勤務日や勤務時間を選べること     |
| 11. その他〔具体的に： _____ 〕   |                        |
| 12. 特にない                |                        |

## 外出や楽しみについて

問 13 あなたは、普段どこへ出かけることが多いですか。（仕事を除く）（○は3つまで）

- |                       |                     |
|-----------------------|---------------------|
| 1. デパート               | 2. スーパー・コンビニエンスストア  |
| 3. 近隣にある商店            | 4. 病院               |
| 5. 公園                 | 6. 親戚や友人の家          |
| 7. 喫茶店・レストラン          | 8. 映画館・美術館・博物館      |
| 9. 図書館                | 10. いきいき館（敬老館）      |
| 11. 銭湯                | 12. カラオケ            |
| 13. 町会・自治会・高齢者クラブ等の会合 | 14. スポーツジム・スポーツセンター |
| 15. ボランティア活動          | 16. 高齢者通いの場※などのサロン  |
| 17. あまり外に出ない          |                     |
| 18. その他〔具体的に： _____ 〕 |                     |

※高齢者通いの場・地域の方が運営し、健康づくりや介護予防などにつながる様々なプログラムを行っています。

問 14 あなたが、(1) 普段の生活で楽しいこと、(2) 今後取り組みたいことは何ですか。  
感染症拡大による外出自粛などは考慮せず、通常の生活を前提としてお答えください。

(①から⑳それぞれ〇はいくつでも)

	(1) 楽しいこと 普段の生活で	(2) たいこと 今後取り組み
①テレビ、ラジオ		
②DVD、CD（レコード）鑑賞		
③新聞、雑誌		
④家族との団らん、孫と遊ぶ		
⑤仲間と集まったり、おしゃべりをする		
⑥犬や猫などのペットと過ごす		
⑦食事、飲食		
⑧買物、ウインドウショッピング		
⑨スポーツ活動（水泳、テニス、ゴルフなど）		
⑩散歩、ウォーキング、ジョギング		
⑪アウトドアレジャー（ハイキング、登山、キャンプなど）		
⑫旅行		
⑬読書		
⑭趣味活動（書道、手芸、踊り、コーラス、園芸など）		
⑮スポーツ観戦、観劇、音楽会、映画		
⑯インターネット（パソコン、タブレット端末、スマートフォンの利用）		
⑰室内娯楽（囲碁、将棋、市販のゲームなど）		
⑱学習活動（教養講座など）		
⑲地域活動（町会・自治会などの自治組織や地域安全・環境整備活動など）		
⑳伝統文化の維持・保存		
㉑宗教活動、信仰		
㉒仕事（職業、家業）		
㉓教育活動（自分が教える立場）		
㉔ボランティア活動		
㉕高齢者通いの場などの地域のサロン		
㉖健康づくりのための教室・講座		
㉗その他〔具体的に： _____ 〕		
㉘特にない		
㉙わからない		

## 社会的な活動や地域活動への参加状況について

問 15 あなたは現在、支援したり運営したりする側（担い手）として、何らかの社会的活動や地域活動を行っていますか。（○はいくつでも）

1. 町会・自治会、高齢者クラブなどの自治組織の活動
2. 地域住民同士などの交流の場の活動
3. まちづくりや地域安全などの活動
4. サークル活動
5. 環境整備活動
6. 趣味やスポーツを通じたボランティアなどの活動
7. 伝統芸能・工芸技術などを伝承する活動
8. 生活支援・子育て支援などの活動
9. その他〔具体的に： 〕
10. 特に活動はしていない ⇒ 問 15-7 へお進みください

【問 15-1 から 15-6 は、問 15 で「1」から「9」と答えた方におうかがいします】

→ 問 15-1 現在行っている社会的活動や地域活動において、役立っている能力、知識についてあてはまるものは何ですか。（○はいくつでも）

1. コミュニケーション能力
2. 地域住民や地域生活に関する情報、知識
3. 家事・育児等の経験
4. 職業経験で習得した資格や技術、知識
5. 趣味等で習得した資格や技術、知識
6. 新しい分野でも果敢に挑戦する意欲
7. その他〔具体的に： 〕

→ 問 15-2 現在行っている社会的活動や地域活動を始めた時期はいつ頃ですか。複数の活動をしている場合は、最も古いものについてお答えください。（○は1つ）

1. 定年退職後（ 歳頃）
2. 40 歳代以前
3. 50 歳代
4. 60 歳代
5. 70 歳代
6. 80 歳代以降

→ 問 15-3 現在行っている社会的な活動や地域活動は有償ですか。複数の活動をしている場合は、最も力を入れている活動についてお答えください。（○は1つ）

1. 交通費に謝礼を加えた程度の謝金
2. 交通費程度の謝金
3. 完全に無償

（次ページにつづきます。）

→問 15-4 現在行っている社会的な活動や地域活動を始めたきっかけは何ですか。  
複数の活動をしている場合は、最も力を入れている活動についてお答えください。(○は1つ)

1. 友人、仲間のすすめ
2. 家族のすすめ
3. 区の広報誌やホームページ等からの情報
4. 活動団体からの呼びかけ
5. 町会・自治会の誘い
6. 個人の意思(問題意識や解決したい課題があったため)
7. その他〔具体的に： 〕

→問 15-5 現在、社会的な活動や地域活動をしてよかったと思うことは何ですか。  
複数の活動をしている場合は、最も力を入れている活動についてお答えください。  
(○はいくつでも)

1. 家族の生活を支えている
2. 地域とのつながりができた
3. 家族との関係が良くなった
4. 新しい友人を得ることができた
5. 日常生活にリズムができた
6. 経済的にゆとりある生活ができています
7. 社会に貢献していることで充実感が得られている
8. 健康維持や身だしなみにより留意するようになった
9. 気持ちに張りがでて、若々しくなった
10. その他〔具体的に： 〕
11. 特にない

→問 15-6 何歳まで社会的な活動や地域活動を続けたいですか。(○は1つ)

- |                |             |
|----------------|-------------|
| 1. 65歳くらいまで    | 2. 70歳くらいまで |
| 3. 75歳くらいまで    | 4. 80歳くらいまで |
| 5. 元気なうちはいつまでも | 6. わからない    |

【問 15-7 は、問 15 で「10. 特に活動はしていない」と答えた方におうかがいします】

問 15-7 現在、支援したり運営したりする側(担い手)として社会的な活動や地域活動をしていない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                               |                |
|-------------------------------|----------------|
| 1. 活動をする仲間がない                 | 2. 活動の誘いががない   |
| 3. 精神的な負担が大きい                 | 4. 時間的な余裕がない   |
| 5. 体力的に難しい                    | 6. 活動に関する情報がない |
| 7. 活動を行っている団体がない、入りたいと思う団体がない |                |
| 8. その他〔具体的に： 〕                |                |
| 9. 活動をする意思がない                 |                |



## 日常生活に関する情報について

問 16 あなたが日常生活に関する情報で、もっと欲しいと思う内容は何か。

(○はいくつでも)

1. 日用品・雑貨	2. 食生活、食事サービス
3. 衣料品	4. 電化製品
5. 自助具、自助用品（杖など）	6. 介護用品
7. 住まい（高齢者向け住宅の供給、増改築・手直し等）	
8. 年金	9. 医療
10. 在宅ケア、介護サービス、家事援助など生活上の支援	
11. 心配ごとや悩みごとに関する相談サービス	
12. 相続、預貯金、資産運用、税金	13. 健康づくり
14. 趣味、スポーツ活動、旅行、レジャー	15. 地域の行事
16. 社会的な活動や地域活動	
17. 教養講座の受講などの学習活動、文化的な催しもの	
18. その他〔具体的に：	〕
19. 特にない	20. わからない

問 17 あなたは、日常生活に関する情報をどこから得ていますか。(○は3つまで)

1. 家族	2. 友人、近所の人
3. テレビ	4. ラジオ
5. インターネット（パソコン、タブレット端末、スマートフォン）	
6. 新聞（タウン紙、区のおしらせを含む）	
7. 雑誌	
8. チラシ、折り込み、ダイレクトメール（区からの通知含む）など	
9. その他〔具体的に：	〕
10. 特にどこからも得ていない	

問 18 あなたは、日常生活に関する情報に満足していますか。(○は1つ)

1. 満足している	2. まあ満足している
3. やや不満である	4. 不満である
5. わからない	

【問 18-1 は、問 18 で「3」または「4」と答えた方におうかがいします】

▶ 問 18-1 不満の内容は何ですか。(○はいくつでも)

1. 必要な情報が乏しい	2. 情報が遅い
3. 情報の内容がわかりにくい	4. 字が小さくて読めない
5. どこから情報を得たらよいかわからない	6. どの情報が信頼できるかわからない
7. 情報量が多すぎる	8. わからない
9. その他〔具体的に：	〕

問 19 あなたは、情報収集の手段として、インターネットを利用していますか。(○は1つ)

1. 日常的に利用している 2. ときどき利用している 3. 利用していない

【問 19-1 は、問 19 で「1」または「2」と答えた方におうかがいします】

→問 19-1 あなたは、どのような目的でインターネットを利用していますか。

(○はいくつでも)

1. 電子メールの送受信 2. 情報・ニュース検索  
3. SNS(ソーシャルネットワーキングサービス) 4. インターネットショッピング  
5. 動画配信の視聴 6. 地図・ナビゲーションの利用  
7. クレジットカード等の支払・バーコード決済・インターネットバンキング  
8. その他〔具体的に： 〕

【すべての方におうかがいします】

問 20 あなたは、ふだんどのような情報通信機器を利用していますか。(○はいくつでも)

1. スマートフォン 2. タブレット型端末  
3. 携帯電話(スマートフォン以外) 4. パソコン  
5. 固定電話・FAX 6. その他〔具体的に： 〕  
7. 情報通信機器は利用していない

【問 20-1 は、問 20 で「3」から「7」と答えた方で、スマートフォンとタブレット端末を利用していない方におうかがいします】

→問 20-1 スマートフォンを利用していない理由は何ですか。(○はいくつでも)

1. 使い方が分からない・難しい 2. 費用が高い  
3. 必要がない 4. その他〔具体的に： 〕  
5. 特に理由はない

【すべての方におうかがいします】

問 21 あなたは、スマートフォンの操作方法など、情報通信機器の使い方を教えてくれる高齢者向けの講座を受けたいと思いますか。(○は1つ)

1. 受けたい 2. 受けたくない  
3. 受ける必要がない 4. わからない



問 24 あなたは、中央区が行っている次のような高齢者健康づくり事業をご存知ですか。

(①から⑤それぞれ○は1つ)

	事業の種類	知っている	知らなかった
①さわやか健康教室	元気な高齢者を対象に、身体機能の維持・向上を目的としたマシントレーニングを行う教室です	1	2
②さわやか体操リーダーによる体操教室	元気な高齢者を対象に、区民ボランティア「さわやか体操リーダー」が、筋力向上のための体操を行う教室です	1	2
③ゆうゆう講座	コーラスやレクリエーションなど、楽しく参加し、自然と健康づくりにつながる1回完結型の講座です	1	2
④いきいき館（敬老館）での健康づくり教室	ヨガや健康吹き矢・太極拳など、いきいき館（敬老館）で主催している教室です	1	2
⑤中央粋なまちトレーニング(粋トレ)	転倒予防や認知機能の向上に効果がある中央区オリジナル体操です	1	2

問 25 前問の高齢者健康づくり事業について、どこでその情報を知りましたか。

(○はいくつでも)

1. 家族	2. 友人、近所の人
3. テレビ	4. ラジオ
5. インターネット（パソコン、タブレット端末、スマートフォン）	
6. 新聞（タウン紙、区のおしらせを含む） 7. 雑誌	
8. チラシ、折り込み、ダイレクトメール（区からの通知含む）など	
9. その他〔具体的に：	〕
10. 特にどこからも得ていない	

問 26 あなたは、どのような健康づくり事業なら参加したいと思いますか。(○は3つまで)

1. 1回完結型の教室・講座	
2. 通年で開かれる複数回継続型の教室・講座	
3. 運動などの実践を取り入れた講座	
4. 講義形式の話が中心となる講座	
5. 仲間づくりを目的としたサロン形式の講座	
6. さまざまなテーマを取り上げた講座	
7. 専門的なテーマに限定した講座	
8. 医療専門職が、必要に応じて相談対応・指導してくれる教室・講座	
9. その他〔具体的に：	〕

問 27 上記の健康づくり事業に継続的に参加するための条件は何ですか。(○はいくつでも)

- |                                      |                |
|--------------------------------------|----------------|
| 1. 時間帯が午前                            | 2. 時間帯が午後      |
| 3. 平日に開催                             | 4. 土・日・祝日に開催   |
| 5. 1時間以内で終わる                         | 6. 1～2時間程度で終わる |
| 7. 参加費がかからない                         | 8. 申込不要        |
| 9. 同性だけで開催される                        | 10. 会場が徒歩圏内にある |
| 11. (運動する場合) 初心者でも参加できるような軽めの運動ができる  |                |
| 12. (運動する場合) 経験者でも満足できるような本格的な運動ができる |                |
| 13. その他〔具体的に： 〕                      |                |

## 交流サロン・趣味の講座・サークル活動への参加について

問 28 あなたは、友達づくりや生きがいのために地域住民同士が集う交流サロンや趣味の講座、サークル活動等に参加していますか。(○は1つ)

- |                             |
|-----------------------------|
| 1. 参加している                   |
| 2. 参加していない⇒ 問 28-3 へお進みください |

【問 28-1、28-2 は、問 28 で「1」と答えた方におうかがいします】

▶ 問 28-1 現在の参加頻度は、どの程度ですか。(○は1つ)

- |          |          |
|----------|----------|
| 1. 週2回以上 | 2. 週1回以上 |
| 3. 月2回以上 | 4. 月1回以上 |
| 5. 月1回未満 |          |

問 28-2 現在の参加頻度に満足していますか。(○は1つ)

- |             |             |              |
|-------------|-------------|--------------|
| ▶ 1. 満足している | 2. もっと多くしたい | 3. もっと少なくしたい |
|-------------|-------------|--------------|

【問 28-3 は、問 28 で「2. 参加していない」と答えた方におうかがいします】

問 28-3 地域住民同士が集う交流サロンや趣味の講座、サークル活動等に参加していない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- |                    |                  |
|--------------------|------------------|
| 1. 体力的に難しい         | 2. 時間的な余裕がない     |
| 3. 一緒に参加する仲間がない    | 4. 人づきあいがわずらわしい  |
| 5. 感染症への不安がある      | 6. 参加したいと思うものがない |
| 7. 交流サロン等に関する情報がない |                  |
| 8. その他〔具体的に： 〕     |                  |
| 9. 参加する意思がない       |                  |

【すべての方におうかがいします】

問 29 地域住民同士が集う交流サロンや趣味の講座、サークル活動等に参加しようと思う条件は何ですか。(〇はいくつでも)

- |   |                |
|---|----------------|
| 1. 時間帯が午前                                   | 2. 時間帯が午後      |
| 3. 平日に開催                                    | 4. 土・日・祝日に開催   |
| 5. 1時間以内で終わる                                | 6. 1～2時間程度で終わる |
| 7. 参加費がかからない                                | 8. 申込不要        |
| 9. 同性だけのサロン(例:「女性だけのおしゃべりサロン」、「男性だけの囲碁教室」等) |                |
| 10. ちょっとした茶菓子が出る                            | 11. みんなと食事がとれる |
| 12. 毎回軽い体操ができる                              | 13. 会場が徒歩圏内にある |
| 14. その他〔具体的に:                               | 〕              |

## 災害時の対応について

問 30 あなたは、地震などの災害に備えてどのようなことをしていますか。

(〇はいくつでも)

- |  |   |
|--|---|
| 1. 家族と避難先や緊急連絡先を確認している                             |   |
| 2. 水・食糧・簡易トイレなどを備蓄している                             |   |
| 3. 家具の転倒防止などを行っている                                 |   |
| 4. 自宅を建て替えたり、補強するなど耐震対策をしている                       |   |
| 5. 避難訓練や防災訓練に参加している                                |   |
| 6. 地域の支援者(民生委員や町会、防災区民組織など)に相談して、避難先や災害時の対応を確認している |   |
| 7. その他〔具体的に:                                       | 〕 |

問 31 あなたは、「中央区災害時地域たすけあい名簿」についてご存知ですか。(〇は1つ)

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. 知っている | 2. 知らなかった |
|----------|-----------|

### ※中央区災害時地域たすけあい名簿とは

災害時に自力で避難したり生活することが困難で特に支援を必要とする方を登録した名簿です。災害に備えるため、本人の同意がある方の名簿情報を避難支援等関係者にあらかじめ提供し、災害時に地域全体で助け合うことを目的としています。

問 32 あなたは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大によって、生活にどのような変化がありましたか。(〇はいくつでも)

- |                  |                     |
|------------------|---------------------|
| 1. 友達・親戚付き合いが減った | 2. 電話やメール、ビデオ通話が増えた |
| 3. 外出を控えるようになった  | 4. 運動量が減った          |
| 5. 家族と過ごす時間が増えた  | 6. 以前から興味があったことを始めた |
| 7. 在宅勤務が増えた      |                     |
| 8. 収入が増えた        | 9. 収入が減った           |
| 10. その他〔具体的に:    | 〕                   |

## 今後の介護の希望などについて

問 33 あなたは、要介護状態になった場合、どのような介護を希望しますか。(○は 1 つ)

1. 主に家族の介護を受けながら、自宅で暮らしたい
2. 主に介護サービスを利用して、自宅で暮らしたい
3. 高齢者向けの住宅に住み替えて、介護サービスを利用しながら暮らしたい
4. 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）などの介護施設に入りたい
5. 介護付き有料老人ホームに入りたい
6. 家族、親族の判断に任せる
7. その他〔具体的に： 〕
8. わからない

問 34 あなたは、病気が治る可能性がなくなり、終末期になった場合、どこで介護を受けたいと思いますか。(○は 1 つ)

1. 病院などの医療施設
2. 自宅
3. 子どもの家
4. 兄弟姉妹などの親族の家
5. 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）
6. 家族、親族の判断に任せる
7. その他〔具体的に： 〕
8. わからない

問 35 あなたは、延命のための医療を受けることについてどう思いますか。(○は 1 つ)

1. 最期までできる限りの延命治療をしてほしい
2. 延命治療より苦痛を和らげる緩和的治療をしてほしい
3. 昏睡状態で、意識を取り戻したり回復する見込みがない場合は、延命治療はしないでほしい
4. その他〔具体的に： 〕

問 36 あなたは、介護や延命治療（問 33 から問 35 までの内容）についての希望を誰かに伝えてありますか。(○はいくつでも)

1. 同居の家族・親族
2. 別居の家族・親族
3. 知人・友人・近所の人
4. かかりつけ医（歯科医師を含む）
5. かかりつけ薬局・薬剤師
6. 訪問看護師
7. ケアマネジャー
8. ヘルパー（介護職員）
9. 民生・児童委員
10. その他〔具体的に： 〕
11. 誰にも伝えていない

問 37 あなたは、「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」（※）についてどの程度ご存知ですか。（○は1つ）

1. よく知っている
2. 名前・内容についてはおおよそ知っている
3. 名前を聞いたことがある程度で内容についてはあまり知らない
4. 全く知らなかった

※ACP（アドバンス・ケア・プランニング）とは

人生の最終段階における医療や介護について、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合うこと。「人生会議」ともいう。

## 老い支度について

問 38 ご自身の老いへの備えとして、医療・介護の希望や葬儀、家財の処分、相続などについて、現在関心のあることはありますか。（○はいくつでも）

1. 頼みごとができる身寄りがいない場合の相談
2. 入院時の保証人の依頼
3. 認知症や重い病気になった時の身の回りの世話
4. 終末期に希望する医療や介護を受けられる方法
5. 葬儀や家財処分の依頼
6. 相続についての相談
7. 公正証書や遺言の書き方
8. その他〔具体的に： 〕
9. 関心がない

問 39 ご自身の老いへの備えとして、どのような支援・サービスがあったらいいと思いますか。（○はいくつでも）

1. 電話や訪問での見守り
2. 医療・介護についての事前指示書の作成支援
3. 遺言書の作成支援
4. 葬儀や納骨を手配してくれるサービス
5. 残存家財を処分してくれるサービス
6. 老い支度に関する様々な情報提供や関心のある人を対象とした交流会
7. 住まいや福祉、法律に関する相談・支援
8. 財産の預託又は信託
9. 身元保証サービスを含む総合的な終活サービス
10. その他〔具体的に： 〕
11. 支援やサービスはいらない



## 今後の高齢者保健福祉施策について

問 40 今後、高齢者が増加していくにつれて介護保険料が高くなることが想定されますが、あなたは、今後の介護保険料のあり方についてどう思いますか。(○は1つ)

1. 保険料が多少高くなっても介護保険サービスが充実している方がよい
2. 保険料も介護保険サービスも今くらいが妥当である
3. 介護保険サービスを抑えても保険料が安いほうがよい
4. どちらともいえない
5. その他〔具体的に： 〕

問 41 住み慣れた地域で暮らし続けるために、これから高齢者保健福祉施策で中央区が力を入れていくべきものは何だと思いませんか。(○はいくつでも)

1. 住民による見守り・声かけなどたすけあい活動
2. 24 時間切れ目のない在宅介護サービスの充実
3. 介護保険サービス以外の区の生活支援サービスの充実
4. 家族の介護負担を軽減するための施策の充実
5. ひとり暮らし高齢者への支援
6. 多世代の家族近居を推進するための支援
7. 低所得者などへの経済的支援
8. 在宅医療の充実
9. 住みやすい住宅への支援（手すりの取付け・段差の解消など）
10. 住み替えを支援する制度の充実
11. サービス付き高齢者向け住宅の整備の促進
12. 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）、有料老人ホーム等の整備の促進
13. 段差などがなく利用しやすい道路や建物の整備
14. 施設への「通い」を中心に、在宅生活を継続しながら訪問や短期宿泊など多機能なサービスが利用できる介護事業所の整備
15. 判断能力が低下した場合の支援
16. 高齢者への虐待の防止
17. 適切な介護サービスが受けられるための情報提供や相談体制の充実
18. その他〔具体的に： 〕
19. 特にない

問 42 高齢者向けのサービスなどに関するご意見をご自由にお書きください。

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
-------------------------

—ご協力ありがとうございました—

このアンケート票は 11 月 9 日（水）までに  
同封の返信用封筒に入れ、投函してください（切手は不要です）。