

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 【調査票】

記入に際してのお願い

- 1 この調査の対象者は、令和 7 年 10 月 1 日現在、65 歳以上の方です。
- 2 ご回答にあたってはあて名のご本人についてお答えいただきますが、ご家族の方がご本人の代わりに回答されたり、一緒に回答されてもかまいません。
- 3 ご回答にあたっては質問をよくお読みいただき、該当する番号を○で囲み、数字を記入する欄は右詰め（例

0	6	2
---	---	---

 kg）でご記入ください。
- 4 この調査で使う用語の意味は、以下のとおりです。
介護…介護保険のサービスを受けている場合のほか、認定を受けていない場合でも、
常時ご家族などの援助を受けている状態
介助…ご自分の意志により、一時的に他人に援助を頼んでいる状態
- 5 この調査についてのお問い合わせは下記までお願いいたします。
- 6 調査票記入後は、3 つ折りで同封の返信用封筒に入れて●月●日（●）までにお送りください。
- 7 氏名の記入は必要ありません。

個人情報の取り扱いについて

個人情報の保護および活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。

なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものと見なさせていただきます。

【個人情報の保護および活用目的について】

- 1 この調査は、効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。
本調査で得られた情報につきましては、苫小牧市による介護保険事業計画策定の目的以外には利用いたしません。また、当該情報については、苫小牧市内で適切に管理いたします。
- 2 ただし、介護保険事業計画策定時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理する苫小牧市外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析することがあります。

＜問い合わせ先＞

苫小牧市 福祉部 介護福祉課地域包括係
電話（直通） 0 1 4 4 — 3 2 — 6 3 4 7

右にある番号は、市役所の中でのみ、介護保険の認定・利用状況とデータを連結させるためのものです。

最初に、このアンケートの記入日、記入者について、お尋ねします。

記入日	令和 年 月 日
調査票を記入された方はどなたですか。○をつけてください。	
1 あて名のご本人が記入	
2 ご家族が記入	
(あて名のご本人からみた続柄)	
3 その他	

あなたのご家族や生活状況について、お尋ねします。

問 1 家族構成をお教えてください。(1つに○)

1	1人暮らし	4	息子・娘との2世帯
2	夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）	5	その他
3	夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）		

問2 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。(1つに○)

- 1 介護・介助は必要ない
- 2 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない
- 3 現在、何らかの介護を受けている
(介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む)

問2において、「2」または「3」と回答された方にお尋ねします。

問2-1 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

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

問2において、「3」と回答された方にお尋ねします。

問2-2 主にどなたの介護、介助を受けていますか。(あてはまるものすべてに○)

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

問3 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。(1つに○)

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

からだを動かすことについて、お尋ねします。

問4 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。(1つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問5 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。(1つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問6 15分位続けて歩いていますか。(1つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問7 過去1年間に転んだ経験がありますか。(1つに○)

- | | | |
|---------|--------|------|
| 1 何度もある | 2 1度ある | 3 ない |
|---------|--------|------|

問8 転倒に対する不安は大きいですか。(1つに○)

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

問9 週に1回以上は外出していますか。(1つに○)

- | | |
|-------------|---------|
| 1 ほとんど外出しない | 3 週2～4回 |
| 2 週1回 | 4 週5回以上 |

問 10 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(1つに○)

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

問 11 外出を控えていますか。(1つに○)

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

問 11 において、「1」と回答された方にお尋ねします。

問 11-1 外出を控えている理由は、次のどれですか。(あてはまるものすべてに○)

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

問 12 外出する際の移動手段は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

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

食べることについて、お尋ねします。

問 13 あなたの身長と体重を教えてください。(数字を記入)

身長	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	cm	体重	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	kg
----	----------------------	----------------------	----------------------	----	----	----------------------	----------------------	----------------------	----

問 14 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(1つに○)

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

問 15 お茶や汁物等でむせることがありますか。(1つに○)

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

問 16 口の渇きが気になりますか。(1つに○)

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

問 17 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください。

(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて 32 本です)。(1 つに○)

- | |
|-------------------------|
| 1 自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用 |
| 2 自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし |
| 3 自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用 |
| 4 自分の歯は 19 本以下、入れ歯の利用なし |

問 18 どなたかと食事をとにもする機会がありますか。(1 つに○)

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

毎日の生活について、お尋ねします。

問 19 物忘れが多いと感じますか。(1 つに○)

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

問 20 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。(1 つに○)

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

問 21 今日が何月何日かわからない時がありますか。(1 つに○)

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

問 22 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)。(1 つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問 23 自分で食品・日用品の買い物をしていますか。(1 つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問 24 自分で食事の用意をしていますか。(1 つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問 25 自分で請求書の支払いをしていますか。(1 つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

問 26 自分で預貯金の出し入れをしていますか。(1 つに○)

- | | | |
|-------------|--------------|--------|
| 1 できるし、している | 2 できるけどしていない | 3 できない |
|-------------|--------------|--------|

地域での活動について、お尋ねします。

問 27 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。

※①～⑧それぞれに回答してください。(それぞれ1つに○)

	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
① ボランティアの グループ	1	2	3	4	5	6
② スポーツ関係の グループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③ 趣味関係のグル ープ	1	2	3	4	5	6
④ 学習・教養サー クル	1	2	3	4	5	6
⑤ 地域介護予防教 室・ふれあいサロ ンなど、介護予防 のための通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥ 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦ 町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

問 28 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。(1つに○)

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

問 29 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。(1つに○)

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

就労について、お尋ねします。

問 30 現在のあなたの就労状態はどれですか。(あてはまるものすべてに○)

1 職に就いたことがない	5 自営業
2 引退した	6 求職中
3 常勤（フルタイム）	7 その他
4 非常勤（パート・アルバイト等）	

問 30 において、「2」と回答された方にお尋ねします。

問 30-1 あなたはいつ引退しましたか。(数字を記入)

1 昭和	<input type="text"/>	年	2 平成	<input type="text"/>	年	3 令和	<input type="text"/>	年
------	----------------------	---	------	----------------------	---	------	----------------------	---

あなたの周りの人との「たすけあい」について、お尋ねします。

問 31 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人はいますか。

(あてはまるものすべてに○)

1 配偶者	5 近隣
2 同居の子ども	6 友人
3 別居の子ども	7 その他 ()
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	8 そのような人はいない

問 32 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人はいますか。

(あてはまるものすべてに○)

1 配偶者	5 近隣
2 同居の子ども	6 友人
3 別居の子ども	7 その他 ()
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	8 そのような人はいない

問 33 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はいますか。

(あてはまるものすべてに○)

1 配偶者	5 近隣
2 同居の子ども	6 友人
3 別居の子ども	7 その他 ()
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	8 そのような人はいない

問 34 反対に、看病や世話をしてあげる人はいますか。(あてはまるものすべてに○)

1 配偶者	5 近隣
2 同居の子ども	6 友人
3 別居の子ども	7 その他 ()
4 兄弟姉妹・親戚・親・孫	8 そのような人はいない

問 35 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1 自治会・町内会・老人クラブ | 6 地域包括支援センター |
| 2 社会福祉協議会 | 7 市役所 |
| 3 民生委員 | 8 その他 () |
| 4 ケアマネジャー | 9 そのような人はいない |
| 5 医師・歯科医師・看護師 | |

問 36 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。(1つに○)

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

問 37 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------|------------------|
| 1 近所・同じ地域の人 | 5 趣味や関心が同じ友人 |
| 2 幼なじみ | 6 ボランティア等の活動での友人 |
| 3 学生時代の友人 | 7 その他 |
| 4 仕事での同僚・元同僚 | 8 いない |

健康について、お尋ねします。

問 38 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つに○)

- | | | | |
|---------|--------|-----------|--------|
| 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 39 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、点数をつけてください。(1つに○)

0 点	1 点	2 点	3 点	4 点	5 点	6 点	7 点	8 点	9 点	10 点
←					→					
とても不幸					とても幸せ					

問 40 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つに○)

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

問 41 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つに○)

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

問 42 タバコは吸っていますか。(1つに○)

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

問 43 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。(あてはまるものすべてに○)

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

認知症について、お尋ねします。

問 44 あなたは認知症の症状がありますか。また、家族に認知症の症状がある人がいますか。(1つに○)

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

問 45 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(1つに○)

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

問 46 今後、認知症対策を進めていくうえで、どのようなことに重点を置くべきだと思いますか。(3つまでに○)

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 1 認知症を早期に発見し、専門医療につなげる仕組みづくり | 8 認知症の人の権利や財産を守る制度の充実（成年後見制度など） |
| 2 認知症の相談窓口の設置 | 9 虐待を防止する制度や取り組みの充実 |
| 3 介護予防・認知症予防の教室・講座の開催 | 10 地域で行方不明高齢者を発見する仕組み、見守り体制の充実 |
| 4 家族会等の開催 | 11 64歳以下で発症する若年性認知症への支援 |
| 5 見守りボランティア等による生活支援 | 12 住民主体で行う介護予防・認知症予防の取り組み |
| 6 ケアマネジャー・ヘルパー等介護サービス専門職の質の向上 | 13 その他（ ） |
| 7 認知症グループホーム・ショートステイ・デイサービスなどの整備 | |

在宅医療・在宅介護について、お尋ねします。

★在宅医療とは、医師、歯科医師、看護師、薬剤師、リハビリ専門職などの医療関係者が通院困難な患者の自宅を訪問して医療行為を行うことをいいます。

★在宅介護とは、介護が必要な方を訪問介護、デイサービス、ショートステイなどの介護保険制度のサービスを利用して、自宅で介護することをいいます。

問 47 あなたが病気になったり、介護が必要になった場合、自宅での在宅医療や在宅介護を希望しますか。(1つに○)

- | | | |
|--------|---------|---------|
| 1 希望する | 2 希望しない | 3 わからない |
|--------|---------|---------|

耳の聞こえについて、お尋ねします。

問 48 聞こえについて、今の状況に一番近いものをお選びください。(1つに○)

- | | |
|----------------------|--------------------|
| 1 会話に困っていない→(問 51 へ) | 3 聞こえにくく、人との会話が難しい |
| 2 会話が聞き取りづらく不便を感じる | |

問 49 聞こえにくさが原因で、行動に変化はありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------|-------------|
| 1 人との会話を避けるようになった | 3 外出の回数が減った |
| 2 趣味・サークル・集まりへの参加が減った | 4 特に変化はない |

問 50 現在補聴器を使用していますか。(1つに○)

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1 使用している | 3 勧められたことがあるが購入していない |
| 2 持っているが使っていない | 4 使用したことがない |

問 50 において、「2」、「3」または「4」と回答された方にお尋ねします。

問 50-1 補聴器を使っていない(または使わなくなった)理由を教えてください。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1 費用が高い | 5 調整や手入れが面倒 |
| 2 効果が感じられなかった | 6 相談できる場所がわからない |
| 3 つけ心地や音が不快 | 7 その他 () |
| 4 見た目や使うことに抵抗がある | |

身近な地域での生活について、お尋ねします。

問 51 あなたは今住んでいる地域で、「地域とのつながり」を感じますか。(1つに○)

- | | |
|-----------|---------------|
| 1 よく感じる | 4 今まで感じたことはない |
| 2 たまに感じる | 5 必要と思わない |
| 3 あまり感じない | |

問 51 において「1」または「2」と回答された方にお尋ねします。

問 51-1 あなたは「地域とのつながり」をどのようなときに感じますか。
(あてはまるものすべてに○)

- | |
|-------------------------------------|
| 1 地域の行事に参加しているとき |
| 2 地域でボランティア活動を行っているとき（支援をされているとき） |
| 3 隣組での冠婚葬祭や寄り合いのとき |
| 4 買い物の代行をお願いできたとき（頼まれたとき） |
| 5 買い物や通院に車で乗せて行ってもらえたとき（乗せて行ったとき） |
| 6 おすそ分けをいただいたとき（したとき） |
| 7 体調が悪く寝込んだときに、看病や世話をしてもらえたとき（したとき） |
| 8 話し相手がいるとき |
| 9 雪かきを手伝ってもらえたとき（手伝いしたとき） |
| 10 挨拶をしたとき |
| 11 回覧板を回しあうとき |
| 12 困ったことを気軽に頼めるとき（頼まれるとき） |
| 13 その他（ ） |

人生の終わりに向けて準備をする活動（終活）について、お尋ねします。

問 52 終活について、日頃から考えることはありますか。（1つに○）

- | | |
|------------|------------|
| 1 考えることがある | 2 考えることはない |
|------------|------------|

問 53 急な入院や死亡時等、もしもの時に相談できる人や助けてくれる人はいますか。
(1つに○)

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

問 53 において、「1」と回答された方にお尋ねします。

問 53-1 その方はどのような方ですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------|-----------------|
| 1 配偶者 | 7 地域包括支援センター |
| 2 子 | 8 ケアマネジャー |
| 3 兄弟姉妹 | 9 弁護士・司法書士・行政書士 |
| 4 1～3以外の親族 | 10 契約している身元保証会社 |
| 5 友人・知人 | 11 その他（ ） |
| 6 民生委員 | |

問 54 急な入院や死亡時等、もしもの時、具体的にどのようなことに困りそうですか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------|----------------|
| 1 身元保証 | 8 鍵の保管 |
| 2 緊急連絡先 | 9 葬儀の執行 |
| 3 通帳等の管理 | 10 死後に必要な役所の届出 |
| 4 入院費や利用料の支払い | 11 公共料金等の解約 |
| 5 日用品の買い出し | 12 自宅の解約・処分 |
| 6 自宅の管理 | 13 埋葬・納骨 |
| 7 ペットのお世話 | 14 その他 () |

住まいについて、お尋ねします。

問 55 現在どちらにお住まいですか。(1つに○)

- | |
|-----------------------------------|
| 1 持ち家(一戸建てやマンション等) |
| 2 公営賃貸住宅 |
| 3 民間賃貸住宅(アパートやマンション等) |
| 4 サービス付高齢者向け住宅・有料老人ホーム・共同住宅・下宿 など |
| 5 その他 () |

問 55 において、「1」と回答された方にお尋ねします。

問 55-1 最終的な住まいについて、ご自身の考えに最も近いものを選んでください。
(1つに○)

- | |
|--|
| 1 最後まで持ち家に住み続けたい |
| 2 持ち家を売却または借家にして、民間や市営の共同住宅に入居 |
| 3 持ち家を売却または借家にして、サービス付き高齢者住宅やケアハウス、グループホームなどの施設に入居 |
| 4 持ち家の処分はせず、施設入居したい |
| 5 その他 () |

ご協力ありがとうございました。