

## 「地域福祉計画」に関するアンケートのお願い

日頃から市政に対し格別のご協力をいただき、ありがとうございます。

さて、東村山市では平成21年度より、「ともに認め合い、話し合い、支え合いながら暮らすことができるまち」をめざし、「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」を含む「第3次地域福祉計画」を策定し推進しています。これらの計画が平成23年度で最終年度を迎えるため、次期計画の策定準備を進めています。

今回、市民のみなさまの生活の様子やご意見をあらためておうかがいし、より実態に即した内容の計画をつくっていくため、アンケート調査を実施させていただくことになりました。

アンケートをお願いする方は、高齢者（65歳以上）の市民の皆さまの中から無作為に選ばせていただきました。お答えいただいた内容は統計的に処理し、秘密の保持には万全を期しておりますので、アンケートの趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

平成22年 月

東村山市長 渡部 尚

### ご記入に際してのお願い

- (1) アンケート中の「あなた」とは、あて名のご本人です。回答はご本人がしてください。ご本人がお答えになりにくい、あるいはできない場合には、ご家族の方がご本人の立場になってお答えください。
- (2) 直接調査票に記入してください。
- (3) 各質問で選択肢の中から該当するものを、指定された数だけ選び、その選択肢番号を で 囲んでください。質問によっては、数字を直接記入するものがあります。
- (4) あなたのお考えに最も近いと思われるものをお選びください。

お問い合わせ先

東村山市役所 健康福祉部 地域福祉推進課

電話 042-393-5111 FAX 042-395-2131

- 月×日( )までに、返信用封筒に入れ郵便ポストに投函してください。  
(切手は不要です。また、**アンケート用紙**や封筒にあなたのお名前等を書かないでください。)

問1 このアンケートにご記入いただく方はどなたですか。(1つに 印)

1. ご本人
2. ご家族が本人の立場になって記入
3. 介護者等が本人の立場になって記入

## 1. あなた自身のことについて

問2 あなたの性別をお答えください。(1つに 印)

1. 男性
2. 女性

問3 あなたの年齢をお答えください。(平成22年 月1日現在)

1. 65～69歳
2. 70～74歳
3. 75～79歳
4. 80～84歳
5. 85歳以上

問4 あなたが住んでいる町をお答えください。(1つに 印)

1. 本町
2. 久米川町
3. 秋津町
4. 青葉町
5. 恩多町
6. 萩山町
7. 栄町
8. 富士見町
9. 美住町
10. 廻田町
11. 多摩湖町
12. 諏訪町
13. 野口町

問5 現在の家族構成についてお答えください。(1つに 印)

1. ひとり暮らし
2. 夫婦のみ
3. 2世代世帯(親とあなた)
4. 2世代世帯(あなたと子)
5. 3世代世帯(あなたと子と孫)
6. 3世代世帯(親とあなたと子)
7. 兄弟姉妹
8. その他( )

問6 あなたの収入総額(年額)は、およそどのくらいですか。(1つに 印)

1. 80万円未満
2. 80万円以上200万円未満
3. 200万円以上320万円未満
4. 320万円以上500万円未満
5. 500万円以上

問7 東村山市には何年くらいお住まいですか。(1つに 印)

- |                 |                   |
|-----------------|-------------------|
| 1. 住み始めて1年未満    | 4. 住み始めて5年～10年未満  |
| 2. 住み始めて1年～3年未満 | 5. 住み始めて10年～20年未満 |
| 3. 住み始めて3年～5年未満 | 6. 住み始めて20年以上     |

## 2. あなたの健康に関することについて

問8 日頃の健康管理等についておききします。(それぞれ1つに 印)

規則正しい生活はできていますか。

- |              |          |
|--------------|----------|
| 1. 充分できている   | 3. 少し不規則 |
| 2. まあまあできている | 4. 不規則   |

睡眠はとれていますか。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 充分とっている   | 3. 少し不足気味    |
| 2. まあまあとっている | 4. かなり不足している |

休養はとれていますか。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 充分とっている   | 3. 少し不足気味    |
| 2. まあまあとっている | 4. かなり不足している |

バランスの良い食事はとれていますか。

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. 充分とっている   | 3. 少しバランスが悪い  |
| 2. まあまあとっている | 4. かなりバランスが悪い |

適正体重を維持できる食生活を心がけていますか。

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 充分心がけている   | 3. あまり心がけていない |
| 2. まあまあ心がけている | 4. 心がけていない    |

毎日の生活の中でイライラやストレスを感じることはありませんか。

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1. ほとんど感じない | 3. たまに感じる  |
| 2. あまり感じない  | 4. しばしば感じる |

お酒を飲みますか。

- 1 . 飲まない
- 2 . 時々飲む
- 3 . ほぼ毎日飲む

-1【 で「2」または「3」に をつけた方におききします】

適度な飲酒量の目安は、ビールなら中びん1本、ワインなら 200ml、清酒なら 1合、焼酎なら 70ml、ウイスキー・ブランデーなら 60ml 程度以下です。これと比べて、あなたの飲酒量はどのくらいですか。

- 1 . 適量以下
- 2 . まあまあ適量
- 3 . 少し適量を上回っている
- 4 . 適量の3倍以上飲んでいる

適度な飲酒量の目安は、ビールなら中びん1本、ワインなら 200ml、清酒なら 1合、焼酎なら 70ml、ウイスキー・ブランデーなら 60ml 程度以下であることを知っていましたか。

- 1 . 知っていた
- 2 . 知らなかった

たばこを吸いますか。

- 1 . もともと吸わない
- 2 . 以前は吸っていたがやめた
- 3 . 時々吸う
- 4 . 毎日吸う

-1【 で「3」または「4」に をつけた方におききします】

1日に平均何本くらい吸いますか。

- 1 . 10本未満
- 2 . 10~20本未満
- 3 . 20~40本未満
- 4 . 40本以上

自分の歯は何本ですか。(成人の歯は、親知らずも含めて上下32本が総数)

- 1 . 24本以上
- 2 . 20~23本
- 3 . 10~19本
- 4 . 1~9本
- 5 . 0本

注：入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。差し歯は含みます。

1日1回、10分程度は歯ブラシやデンタルフロス、歯間ブラシなどを使って歯をみがいていますか。

- |           |                |
|-----------|----------------|
| 1. ほぼ毎日   | 3. 週に1~2日      |
| 2. 週に3~4日 | 4. ほとんどみがいていない |

血圧・血液検査等の健康診査を受けていますか。

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| 1. 年に1回受けている    | 4. 健康なので受けない       |
| 2. 通院時に時々検査している | 5. 何か言われたくないので受けない |
| 3. 数年に1回受けている   | 6. 忙しいので受けない       |

「メタボリックシンドローム(通称メタボ)」を知っていますか。

- |                          |
|--------------------------|
| 1. 内容も知っている              |
| 2. 内容はよく知らないが言葉は聞いたことがある |
| 3. 初めて聞いた・知らなかった         |

ウォーキング(散歩など)をするように心がけていますか。

- |                  |              |
|------------------|--------------|
| 1. よく歩くように心がけている | 3. あまり歩いていない |
| 2. まあまあ歩くようにしている | 4. 歩いていない    |

↓  
-1【 で「1」または「2」に つけた方におききします】  
長時間歩くようにしていますか。

- |                       |
|-----------------------|
| 1. より多くの時間歩くように心がけている |
| 2. 時間は気にしていない         |

-2【 で「1」または「2」に つけた方におききします】  
みんなで誘い合って歩いていますか。

- |                   |
|-------------------|
| 1. いつも誘い合って歩いている  |
| 2. だいたい誘い合って歩いている |
| 3. ほとんど一人で歩いている   |

問9 あなたはご自分の健康状態をどのように感じていますか。(1つに 印)

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

問 10 健康のためにどのようなことを心がけていますか。(当てはまるものすべてに 印)

1. 食事に気を配っている
2. 運動するようにしている
3. 十分な睡眠をとるようにしている
4. 飲酒やタバコを控えている
5. 健康に関する情報に気をつけている
6. 人との交流機会を増やすようにしている
7. その他 ( )
8. 特にない

問 11 保健・健康づくりに関して、どのような情報がほしいですか。

(当てはまるものうち、2つまでに 印)

1. 食事や栄養に関する情報
2. 運動・スポーツに関する情報
3. 健康診査等の情報
4. 市や地域の保健・健康関連のイベント情報
5. 医療機関に関する情報
6. その他 ( )
7. 特にない

問 12 現在治療中の病気はありますか。(当てはまるものすべてに 印)

1. 循環器系 具体的に... a. 高血圧 b. 脳卒中 c. 心臓病  
d. その他[ ]
2. 内分泌・栄養・代謝障害 具体的に... a. 糖尿病 b. 高脂血症  
c. その他[ ]
3. 呼吸器系 (肺や気管支等)
4. 消化器系 (胃・腸 等)
5. 泌尿器・生殖器系 (腎臓・前立腺 等)
6. 筋骨格系 (骨粗しょう症、関節症 等)
7. 外傷・中毒 等
8. がん (新生物)
9. 血液・免疫の病気
10. 感染症及び寄生虫
11. 精神・行動障害 具体的に... a. 認知症 b. それ以外
12. 神経系
13. 目の病気 (白内障、緑内障 等)
14. 耳の病気
15. 皮膚の病気
16. 歯科
17. その他 ( )
18. ない

問 13 現在、病院・医院（診療所・クリニック）に通院していますか。（1つに 印）

- 1 . はい
- 2 . いいえ

問 14 通院に介助が必要ですか。（1つに 印）

- 1 . はい
- 2 . いいえ

問 15 お住まいの近くにかかりつけ医（主治医）はいますか。（1つに 印）

- 1 . いる
- 2 . いない

かかりつけ医・歯科医とは... 主に地域の医院や診療所で、家族ぐるみで健康、病気、歯のことを気軽に相談したり身体に不調があるときはいつでも診察してもらったりする、身近な地域の医師・歯科医師のことをいいます。

問 16 かかりつけの歯科医をきめていますか。（1つに 印）

- 1 . 決めている
- 2 . 決めていない

問 17 かかりつけ薬局をきめていますか。（1つに 印）

- 1 . 決めている
- 2 . 決めていない

かかりつけ薬局とは... 処方せんによる調剤のほか、あなたの体質や服用している薬を記録し、市販の薬を購入する時も飲み合わせをチェックするなど、薬について気軽に相談できる薬局をいいます。

問 18 国民健康保険、社会保険、後期高齢者医療制度などの健康保険料について、あなたの保険料金額がいくらかご存知ですか。（1つに 印）

- 1 . 正確に知っている
- 2 . おおよその額なら知っている
- 3 . 知らない



**問 18-1【問 18 で「1」または「2」に つけた方におききます】**  
国民健康保険、社会保険、後期高齢者医療制度などの健康保険料について、あなたの保険料金額は収入からみて、許容できる額ですか。  
(1つに 印)

- 1 . 許容できる
- 2 . なんとか許容できる
- 3 . あまり許容できない
- 4 . 許容できない
- 5 . どちらともいえない

### 3 お住まいについて

問19 今後も、現在お住まいの地区に住み続けたいですか。(1つに 印)

1. 住み続けたい
2. 住み続けたいが、移転も考えている
3. できれば移転したい

問20 現在のお住まいは、一戸建て、または共同住宅のどちらですか。(1つに 印)

1. 一戸建て
2. 共同住宅

問21 現在のお住まいは、次のどれにあたりますか。(1つに 印)

1. 持家
2. 民間賃貸住宅
3. 公的賃貸住宅(都市機構(UR)、公社など)
4. 借間
5. その他( )

問22 お住まい(主に生活する部屋)は2階以上にありますか。(1つに 印)

1. はい
2. いいえ



問22 - 1【問22で「1」に をつけた方におききます】  
お住まいにエレベーターは設置されていますか。(1つに 印)

1. はい
2. いいえ

問 23 お住まいで、あなたや介助者のために増築、改造したいと思うところがありますか。(当てはまるものすべてに 印)

1. 玄関、廊下、階段などに手すりをつける
2. 玄関周りの段差をなくす
3. 廊下、居室、トイレなどの段差をなくす
4. トイレ、浴室に手すりをつける
5. その他( )
6. 特にない



問 24 お住まいを改善する場合、問題となることはありますか。

(当てはまるものすべてに 印)

- 1 . 資金がない
- 2 . 家が老朽化しているのでできない
- 3 . 家の構造上できない
- 4 . 借家なので困難である
- 5 . どこに相談すればよいのかわからない
- 6 . その他( )
- 7 . 特にない

## 4 住み慣れた地域での暮らしについて

問 25 高齢者が住み慣れた地域で在宅生活を続けていくために、主としてどのような施策が必要であると考えますか。(当てはまるもののうち、5つまでに 印)

- 1 . 24 時間いつでも在宅で医療や看護、リハビリテーションが受けられる  
しくみの充実
- 2 . 24 時間いつでも在宅で受けられる介護サービスの充実
- 3 . 一人暮らし高齢者などに対する見守り支援
- 4 . 配食サービスや家事援助などの生活支援
- 5 . 緊急通報システム等の安否確認システムの設置支援
- 6 . 外出時の移動支援
- 7 . 高齢者用住宅と生活支援サービス拠点の一体的整備
- 8 . 持ち家のバリアフリー化の推進等の安心・安全な住まいづくりの支援
- 9 . 経験を生かした就労支援
- 10 . 仲間づくりのための場の提供
- 11 . 情報提供の充実
- 12 . 困ったときに気軽に相談できる窓口の設置
- 13 . 趣味や社会活動などの生きがい対策
- 14 . その他 ( )
- 15 . 特にない

問 26 住み慣れた地域で自立した在宅生活を続けていくことが難しい身体状況となったとき、どのようなことを望みますか。(1つに 印)

1. 主に家族からの介護を受けることにより、できる限り在宅生活を継続したい
2. 小規模多機能型居宅介護のような在宅生活の継続を支援するサービスを受けることにより、できる限り在宅生活を継続したい
3. 特別養護老人ホーム等の介護保険が適用される施設に入所したい
4. 長期療養ができる医療療養病床や介護療養病床を利用したい
5. 生活支援サービス等のついた高齢者専用の賃貸住宅に入居したい
6. その他( )

注：「小規模多機能型居宅介護」とは... 「通い」を中心に、訪問や「泊まり」のサービスを組み合わせる多彩なメニューを提供するサービス

「特別養護老人ホーム」(介護老人福祉施設)とは... 日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難な方が入所し、食事、入浴、排泄などの日常生活介護や療養上の世話を提供する施設

「療養病床」とは... 医学的管理のもとで長期療養が必要な方のための医療機関の病床

「生活支援サービス等のついた賃貸住宅」とは... 食事等の生活支援が受けられる賃貸住宅。介護保険制度対象外の生活支援については賃貸住宅が定める費用が必要となる。

問 27 あなたは「成年後見制度」をご存知ですか。(1つに 印)

注：「成年後見制度」とは... 判断能力が不十分な成年者(知的障害者、精神障害者、認知症の高齢者等)が不利益を被らないように家庭裁判所に申し立てをし、その方を援助してくれる人(「後見人」)を付け、財産管理や福祉サービスの利用などを任せる制度です。

1. 知っている
2. よく知らないが、聞いたことはある
3. 知らなかった

問 28 あなたは、万一自分自身では判断ができなくなった場合、「成年後見制度」を利用して財産管理などを任せることについて、どう思いますか。(1つに 印)

1. すでに任せている
2. 任せてもよい
3. 一部なら任せてもよい
4. 任せたくない
5. わからない

## 5 介護保険制度について

問 29 介護保険制度についてご存知ですか。(1つに 印)

1. 内容まで知っている
2. 名前は知っている
3. 知らない

問 30 介護保険を利用するまでの手続きをご存知ですか。(1つに 印)

1. 知っている
2. なんとなく知っている
3. 知らない

問 31 あなたは、現在負担している介護保険料(年額)がいくらをご存知ですか。

(1つに 印)

1. 正確に知っている
2. おおよその額なら知っている
3. 知らない



**問 31-1【問 31 で「1」または「2」に つけた方におききます】**

あなたの保険料金額は収入からみて、許容できる額ですか。(1つに 印)

1. 許容できる
2. なんとか許容できる
3. あまり許容できない
4. 許容できない
5. どちらともいえない

問 32 介護保険サービスと介護保険料の関係について、どのようにお考えですか。

(1つに 印)

1. 介護保険サービスが充実するなら、保険料が高くてもかまわない
2. 利用できる介護保険サービスの量・回数が少なくても、保険料が安い方がよい
3. その他( )
4. 保険料と介護保険サービスとの関係がわからない

## 6 介護予防について

問 33 平成 18 年度から、65 歳以上の方を対象として基本健康診査時に 25 項目の問診からなる「基本チェックリスト」を用いた生活機能の評価を行っていますが、「基本チェックリスト」を記入したことはありますか、またはご存知ですか。

(1つに 印)

1. 記入したことがある
2. 記入したことはないが、知っている
3. 知らない

問 34 「基本チェックリスト」を用いた生活機能の評価の結果、「生活機能の低下あり」と判定された方は、地域包括支援センターが介護予防事業（運動機能向上、口腔機能向上、栄養改善、認知症予防、うつ・閉じこもり予防など）の利用に伴う支援（介護予防マネジメント）を行います。あなたはこのことについてご存知ですか。(1つに 印)

1. 利用したことがあり、知っている
2. 利用したことはないが、知っている
3. 聞いた事はある
4. 知らない

問 35 平成 18 年より、市では介護予防事業を実施していますが、次にあげる事業のうち、利用したことがあるもの、または利用したいと思うものは何ですか。

(当てはまるものすべてに 印)

1. 運動器機能向上に関する事 (筋力向上トレーニング・スポーツ教室 等)
2. 栄養改善に関する事 (健康教室・栄養相談 等)
3. 口腔機能向上に関する事 (成人歯科健診・口腔ケア指導事業 等)
4. 閉じこもり予防に関する事 (看護師の訪問による指導 等)
5. 認知症予防に関する事 (相談事業・認知症予防指導 等)
6. うつ予防に関する事 (相談事業・うつ予防指導 等)
7. 介護予防全般に関する講演会や講座
8. その他 ( )
9. 利用したいと思わない

## 7 相談・情報について

問 36 (主に)高齢者福祉に関する相談窓口として市内5か所に設置されている地域包括支援センターをご存知ですか。(1つに 印)

- 1. 業務内容まで知っている
- 2. 名称のみ知っている
- 3. 知らない

問 37 介護や健康に関することで相談している人や場所がありますか。

(当てはまるものすべてに 印)

- 1. 家族・親族
- 2. 友人・知人
- 3. 民生委員
- 4. 診療所・病院
- 5. 市役所の窓口
- 6. 地域包括支援センター
- 7. その他 ( )
- 8. 相談する相手・場所はない

問 38 問 37 で回答した相手に相談をし、悩みは解決していますか。(1つに 印)

- 1. 解決している
- 2. たまに解決している
- 3. 解決していない
- 4. わからない

## 8 社会参加について

問 39 隣近所の人とは、どの程度のつきあいをしていますか。(1つに 印)

- 1. 特に用事はなくても互いの家を行き来している
- 2. 会えば立ち話をする程度
- 3. 会えば挨拶をする程度
- 4. 隣近所にどのような人がいるのかよくわからない
- 5. 近所づきあいはしない
- 6. その他 ( )

問 40 ボランティア活動をしていますか。(1つに 印)

- 1. はい
- 2. いいえ

問 41 地域活動に参加していますか。(当てはまるものすべてに 印)

- |                   |             |
|-------------------|-------------|
| 1. 祭り・行事          | 4. 老人クラブの活動 |
| 2. 自治会や町内会の活動     | 5. その他( )   |
| 3. サークルや自主グループの活動 | 6. 参加していない  |

## 9 災害対策について

問42 あなたは、災害時にひとりで避難(または対処)できますか。(1つに 印)

1. できる  
2. できない

問 42-1【問 42 で「2」に つけた方におききます】

仮に今後、支援(手助け)が必要な高齢者や障害のある人などが行政機関等  
にあらかじめ登録しておき、災害発生時等に地域の中で支援が素早く安全に行  
われるしくみができたら、あなたは利用したいと思いますか。(1つに 印)

1. ぜひ利用したい  
2. 個人情報問題は気にはなるが、命・安全には代えられないので利用したい  
3. 登録するとプライバシーが守れないと思うので利用したくない  
4. ほかに支援してもらえそうな手段があると思うので利用するつもりはない  
5. わからない  
6. その他( )

問 43 災害に備えてどのようなことが必要だと思いますか。

(当てはまるもののうち、3つまでに 印)

1. 高齢者を含む支援が必要な方のための避難訓練の実施  
2. 災害時の心得や地震等に関する知識の普及  
3. 地域ぐるみの協力体制の強化  
4. 高齢者を含む支援が必要な方の避難への手助け  
5. 消防、警察等の関係行政機関との連携の強化  
6. 避難先での治療体制の整備  
7. 病気等の特性ごとに対応した安心できる避難場所の整備  
8. 高齢者を含む支援が必要な方への災害情報等の伝達  
9. 災害時対応マニュアルの整備  
10. その他( )  
11. わからない

## 10 今後の高齢者施策について

問 44 全国共通の介護保険サービスのほかに、東村山市では以下に示す高齢者施策を実施しています。このうち、どの施策が重要であると考えますか。

(当てはまるものすべてに 印)

- 1 . 地域包括支援センター( 高齢者やその家族の介護をはじめとする幅広い相談を受けたり、サービスを受ける手伝いを行う )
- 2 . 健康相談事業 ( 保健師、管理栄養士、医師等による健康・栄養・医療等の相談 )
- 3 . 老人相談員 ( 高齢者やその家族に対し、民生委員が身近な所で福祉等の相談をうける )
- 4 . 緊急通報システム( 日常生活を営む上で常時注意を要する高齢者にペンダント式の緊急通報システムを貸与 )
- 5 . 配食サービス ( 食事の調理が困難な高齢者に安否確認を兼ね夕食を自宅に配送 )
- 6 . 高齢者住宅 ( 住宅に困窮しているひとり暮らし高齢者に、市が借り上げた民間住宅を貸し出す )
- 7 . 憩いの家 ( 高齢者同士の交流、趣味活動等の憩いの場として市内 4 か所に設置 )
- 8 . 長寿記念品 ( 満 100 歳を迎えた方、満 88 歳の在宅の方に対し、記念品を贈呈 )
- 9 . 長寿を共に祝う会 ( 77 歳以上の方を対象に、敬老の日前後に長寿を祝う式典や演芸等を実施する )
- 10 . 紙おむつ代支給事業 ( 対象となる要介護者に対しておむつ代の一部を助成する )

