

1 第1号・要支援認定者調査

個人情報取り扱いについて

個人情報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】

- 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、文京区高齢者・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、文京区内で適切に管理いたします。
- ただし、高齢者・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文京区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。

富 坂

第1号被保険者又は要支援認定者（65歳以上）の方を対象とした調査

【調査票】

- 調査票を記入する際は、各項目で該当する数字に○をつけ、または記入してください。
- 調査票記入後は、3つ折りにし同封の返信用封筒に入れて、10月25日(金)までに投函してください。

記 入 日	年	月	日
調査票を記入されたのはどなたですか。(1つに○)			
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様柄)			
3. その他			
F1 あなた(あて名のご本人)は要支援認定を受けていますか。(1つに○)			
1. 要支援1の認定を受けている			
2. 要支援2の認定を受けている			
3. 要支援の認定を受けていない			

文京区福祉部介護保険課

<p>◆ あなたご自身、家族や暮らしについて</p>	
問1	あなたの年齢（令和元年10月1日現在）をお答えください。
[] 歳 ※大体の年齢でも結構です。
問2	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で「4または5」と回答した方におうかがいします。】
問3	同居の方は全員が5歳以上ですか。（1つに○）
1.	はい
	2. いいえ
問4	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
<p>◆ お住まいについて</p>	
問5	お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか。（1つに○）
1.	持家（一戸建て）
	5. 民間賃貸住宅（集合住宅）
2.	持家（集合住宅）
	6. 借家
3.	公営賃貸住宅
	7. その他
4.	民間賃貸住宅（一戸建て）

問6	あなたの現在のお住まいは、今後介護が必要な状態になった場合に、住み続けられるお住まいだと思いますか。（1つに○）
1.	はい
	2. いいえ
問7	現在のお住まいに関して、不便を感じていること、不安を感じていることはありますか。（あてはまるものすべてに○）
1.	居室などに手すりがなく、または段差があり不便
2.	エレベーターがなく、階段の昇り降りがある
3.	老朽化や耐震に不安がある
4.	自宅の支払いについて、まだローンを支払っている
5.	家賃が高い
6.	契約の更新ができない
7.	その他（具体的に： ）
8.	特になし
<p>◆ 日常生活について</p>	
問8	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. できるけれどしていない
	3. できない
問9	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. できるけれどしていない
	3. できない
問10	15分位続けて歩いていきますか。（1つに○）
1.	できるし、している
	2. できるけれどしていない
	3. できない

問11 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12 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 2. やや不安である 3. あまり不安でない 4. 不安でない

問13 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 2. 週1回 3. 週2~4回 4. 週5回以上

問14 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 2. 減っている 3. あまり減っていない 4. 減っていない

問15 身長・体重
 身長 cm 体重 kg
※おおよその身長でも結構です。 ※おおよその体重でも結構です。

問16 食事・栄養、口の健康について、あなたがあてはまることはありますか。(あてはまることすべてに○、あてはまることのない場合は、「どれにもあてはまらない」に○)
 1. 口の渇きが気になる
 2. お茶や汁物、唾液等でむせることがある
 3. 半年前に比べて固いものが食べにくくなった
 4. 最近6か月間で2~3kg以上の体重減少があった
 5. どれにもあてはまらない

問17 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えください。(1つに○)
(成人の歯の総本数は、親知らずを含めて32本です)
 1. 自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用
 2. 自分の歯は20本以上、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む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

問19 あなたは、現在の生活で不安に感じていることはありますか。(あてはまるものすべてに○)
 1. 自分の健康に関すること
 2. 自分が認知症や寝たきりなどにより介護が必要になること
 3. 介護をしてくれる人(家族等)がいないこと
 4. 夜間や緊急時に対応してくれる人がいないこと
 5. 友人や地域との交流がないこと
 6. 財産の管理や相続に関すること
 7. 犯罪や悪質商法に関すること
 8. 地震などの災害時の備えや対応方法
 9. 家族の経済状況が不安定で自立ができていないこと
 10. 自分の外出回数が減っていること
 11. ひきこもりの家族がいること
 12. 家族の慢性疾患や障害に関すること
 13. 車を運転中に事故を起こすかもしれないこと
 14. その他(具体的に:)
 15. 特にない

問20 あなたは、現在車の運転をしていますか。(1つに○)
 1. 運転している 4. 免許を持っていないが返納した
 2. 免許は持っているが運転していない 5. 免許の更新は行わなかった
 3. 免許を取ったことがない

【問20で「1. 運転している」に○をした方におうかがいします。】

問20-1 運転している主な理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 移動に車が必要なから 3. その他 ()

2. 電車やバスが不便だから

【問20で「2. 免許は持っているが運転していない」に○をした方におうかがいします。】

問20-2 免許を返納しない主な理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 身分証明書等を利用するから 3. その他 ()

2. 何となく返納が面倒だから

問21 物忘れが多いと感じますか。(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. できるけれどしていない 3. できない

問23 自分で食品・日用品の買物をしていますか。(1つに○)

1. できるし、している 2. できるけれどしていない 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. できるけれどしていない 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. できるけれどしていない 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. できるけれどしていない 3. できない

問27 今後どのような働き方を希望しますか。(近いもの1つに○)

1. フルタイムでの勤務(例：常勤の社員)

2. パートタイムでの勤務(例：パート、アルバイト)

3. いきがい就業(例：シルバー人材センター)

4. 仕事はしたいができない(あてはまるものすべてに○)

↳ 理由：1. 介護 2. 健康面 3. その他 ()

5. 仕事をすつつもりはない

◆ 介護等について

問28 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29 介護が必要になっても、安心して、住み慣れた地域で暮らし続けるためには、あなたのようなことが必要だと考えますか。(3つ以内○)

1. 相談体制や情報提供が充実している

2. 身近な人による見守りや助言がある

3. 住診などの医療サービスが整っている

4. 夜間や緊急時でも利用できる介護サービスがある

5. 認知症介護サービスの充実や地域の理解がある

6. 家事などの生活を支援するサービスがある

7. 介護に適した住宅に改修する、又は住み替えができる

8. 家族介護者を支援してくれる仕組みがある

9. 契約や財産管理などを支援してくれる仕組みがある

10. 災害時に支援してくれる体制がある

11. その他(具体的に：)

12. 特にない

問30 あなたは、介護が必要になった場合、どのような暮らし方を希望しますか。
(最も近い考え1つに○)

1. 介護を受けながら、自宅で暮らしたい
2. 有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅(※)に住み替えたい
3. 特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホーム等の介護保険施設に入所したい
4. その他(具体的に：
())

(※) サービス付き高齢者向け住宅：高齢者の居住の安定を確保することを目的として、バリアフリー構造等を有し、介護・医療と連携し高齢者を支援するサービスを提供する、都知事への登録をした住宅

問31 あなたは、終末期(※)をどこで迎えたいと思いますか。(1つに○)

1. 自宅
2. 病院
(具体的に ())
3. 特別養護老人ホームやグループホーム
4. 有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅

(※) 終末期：治療で回復の見込みがなく、数週間～数か月のうちに死亡するだろうと予測される状態になった時期

問32 あなた(あて名のご本人)は、ご家族、又は身近な方の介護をしていますか。
(1つに○) *ホームヘルパーやボランティアとしての介護は除きます。

1. 現在、介護をしている
2. 過去の介護をしたことがあるが、今はしていない
3. 介護をしたことがない

【問32で「1. 現在、介護をしている」に○をした方におうかがいします。】

問32-1 問32で今介護している人以外に他の人の介護や子育て等をしていきますか。
(1つに○)

1. 他の人の介護や子育て等をしていない
2. 他の人の介護や子育て等をしていない

【問32-1で「1. 他の人の介護や子育て等をしている」を回答した方におうかがいします。】

問32-2 介護される人及び子ども等全員とその人数をお答えください(あてはまるものすべてに○をし、その人数を記載してください。)

1. 親 () 人
2. 子 () 人
3. 配偶者 () 人
4. その他(続柄 () () 人)

問33 あなたは、高齢者施策、介護保険事業について、今後区に力を入れてほしいことはどんなことですか。(5つ以内○)

1. 高齢者クラブなど交流の場の提供
2. 生涯学習
3. 就労支援
4. 健康管理、介護予防
5. 高齢者住宅等への住み替え等住まいへの支援
6. 声かけや見守りサービスの充実
7. 認知症高齢者に対する支援
8. 高齢者虐待の防止や成年後見、財産管理等への支援
9. 介護保険やサービスの情報提供
10. 特別養護老人ホームなどの施設サービスの充実
11. 相談体制の充実
12. 地域におけるボランティア組織の育成
13. 8050問題への対応
14. ヤングケアラー問題への対応
15. ダブルケア問題への対応
16. その他
(具体的に：
())
17. わからない
18. 特になし

※ 8050問題とは … 80代の親と50代の子の親子関係を例えとして、親の高齢化や子どもの引きこもりの長期化に伴い、収入や介護などに関しての問題が生じ、生活が困難な状態になること。
ヤングケアラー問題とは … 子どもが家族の介護を行うことで重い負担を負い、子ども自身に影響を及ぼす問題。
ダブルケア問題とは … 高齢化、核家族化等により、子育て等と同時に介護を行うことで負担が増す問題。

◆ 区では、高齢者が住み慣れた地域での暮らしを継続できるよう、高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）を富坂・大塚・本富士・駒込地区に2か所ずつ設置しています。

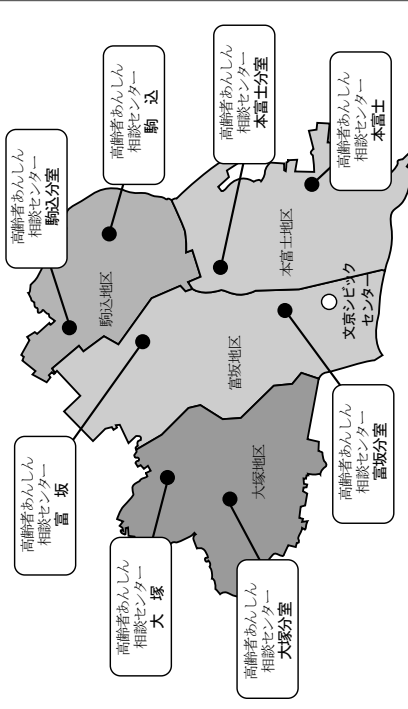
【主な業務】

- 介護保険、高齢者福祉サービス、介護予防サービスについての相談・申請受付
- 高齢者の抱える介護、介護予防、生活上の悩みなどについての相談
- 高齢者虐待についての通報・相談

問34 あなたは、高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）をご存知ですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 名前を聞いたことがある
2. どこにあるか知っている
3. センターの役割を知っている
4. 相談や連絡をしたことがある
5. 知らない、聞いたことがない

文京区の高齢者あんしん相談センター



◆ 認知症について

問35 あなたは、認知症についてどのようなことをご存知ですか。（知っているものすべてに○）

1. 認知症の種類によっては、治るものもある
2. 認知症の診断を受け治療することで、進行を遅らせることができる
3. 認知症の症状は、対応の仕方で改善することがある
4. 1日30分以上歩くことが、認知症のリスクを低くすることにつながる
5. 自分が地域の中で役割を持っていると感じることが、認知症のリスクを低くすることにつながる
6. 区内医療機関に、専門的な研修を受けた認知症サポーター医（※）がいる
7. 高齢者あんしん相談センターは、認知症の人や家族の相談窓口である
8. 成年後見制度を利用することで、財産管理や契約を手助けしてもらえない
9. 知っているものはない

（※）認知症サポーター医・認知症サポーター医養成研修修了し、「かかりつけ医」への助言等の支援を行うとともに、専門医療機関や高齢者あんしん相談センター等との連携役となる医師

問36 あなたは、認知症に関する相談をする場合、どちらの相談窓口を利用すると思いますか。（あてはまるものすべてに○）

1. 高齢者あんしん相談センター
2. 区役所の相談窓口
3. 認知症疾患医療センター（順天堂大学医院の専門窓口）
4. 医療機関専門外来（認知症外来、もの忘れ外来など）
5. 認知症家族会の相談窓口
6. もの忘れ医療相談（高齢者あんしん相談センターの囃託医）
7. かかりつけ医、又は認知症サポーター医
8. 相談しない

問 37 あなたは、認知症に関する区の事業についてどのようなことをご存知ですか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 認知症に関する介護予防事業
2. 認知症サポート医による、もの忘れ医療相談
3. 認知症家族交流会
4. 認知症介護者教室
5. 認知症講演会
6. 認知症カフェ（ぶんここ）
7. 認知症サポーター養成講座
8. 「うちに帰ろう」模擬訓練（認知症の症状による行方不明対応模擬訓練）
9. 徘徊探索サービスの利用申込料金助成
10. ただいま！支援SOSメール
11. 認知症ケアバスパンフレット
12. 知っているものはない

問 38 認知症について知りたいと思ったとき、どのような方法で情報を収集しますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 医療機関の相談窓口
2. 医療機関が発信するインターネットの情報（ホームページ、ブログなど）
3. 行政機関の相談窓口
4. 行政機関が発信するインターネットの情報（ホームページ、ブログなど）
5. 行政機関が発信する区報や各種パンフレット
6. 医療機関や行政機関以外が発信するインターネットの情報（ホームページ、ブログなど）
7. 家族、知人、友人のロコミ
8. その他（ ）

問 39 認知症の本人や家族への支援として必要と感じるものは何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 認知症を理解するための講座
2. 介護者が休息できるよう、認知症の方を預かるサービス
3. 本人・家族の会
4. 本人・家族を支えるボランティア組織
5. グループホーム
6. 通所サービス
7. 認知症の本人のための損害賠償責任保険
8. 認知症の診断を受けた直後に、サービスの情報提供や精神的サポートなどを受けられる支援（例：医療・介護等の専門職による訪問相談）
9. 認知症検診などにより、自分自身の健康チェックを行う機会
10. わからない

◆ 健康・介護予防について

問 40 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 41 あなたは、現在のどの程度幸せですか。(1つに○)
('とても不幸'を0点、「とても幸せ」を10点として、あてはまる点数に○をおつけください。)

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

問 42 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 43 この1か月間、どうしても物事に對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 44 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 45 あなたは、健康の維持・増進や介護予防のため、現在取り組んでいることがありませんか。(1つに○)

1. 取り組んでいることがある 2. 特に取り組んでいることはない

【問 45 で「2. 特に取り組んでいることはない」に○をした方におうかがいします。】

問 46 取り組んでいない主な理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 自分は健康なので必要がないから 6. 面倒で気が進まないから
2. もう少し体の状態に自信がなくなっただけ 7. 興味をもてないから
 らでも遅くないから 8. 知らなかったから
3. ほかに自分のやりたいことがあるから 9. その他
4. 仕事をしているから (具体的に)
5. 興味はあるが取り組み方がわからないから 10. 特に理由はない

問 47 あなたは、健康の維持・増進や介護予防のため、今後取り組んでみたいことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 自分で定期的な運動や体力づくりの取り組みをする
2. 栄養バランスに気を付けて食事をする
3. よくかむこと、口の中を清潔に保つことを気をつける
4. 区が実施する介護予防の教室や講座に参加する
5. 地域の運動グループやサークルなどに参加する
6. 地域活動(町会・自治会・高齢者クラブ等)をする
7. ボランティア活動をする
8. 家族、友人、知人と交流する
9. 趣味や学習などの活動又は読み書き計算など脳のトレーニングをする
10. 仕事を
11. 特に取り組みたいことはない

医療について

問 48 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (いくつでも)

1. ない
2. 高血圧
3. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
4. 心臓病
5. 糖尿病
6. 高脂血症 (脂質異常)
7. 呼吸器の病気 (肺炎や気管支炎等)
8. 胃腸・肝臓・胆のうの病気
9. 腎臓・前立腺の病気
10. 筋骨格の病気 (骨粗しょう症、関節症等)

11. 外傷 (転倒・骨折等)
12. がん (悪性新生物)
13. 血液・免疫の病気
14. うつ病
15. 認知症 (アルツハイマー病等)
16. パーキンソン病
17. 目の病気
18. 耳の病気
19. その他 ()

問49 あなたには、かかりつけ医・歯科医・薬局（※）がいますか。
（あてはまるものすべてに○）

1. かかりつけの医師がいる 3. かかりつけの薬局がある
2. かかりつけの歯科医師がいる 4. どれもなし
（※） かかりつけ医・歯科医・薬局・通院からかかりつけにいる患者の健康状態や履歴のことなどを把握しており、医療や健康に関することを気軽に相談できる医師、歯科医師や薬局のこと。医師などが特定されなくても、かかりつけの病院などがあればそれも含まれます。

問50 あなたが、過去1年間に病氣やけが等で医師や歯科医師に自宅等での訪問による治療（往診）を受けた科目は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 内科 9. 麻酔科
2. 外科 10. 心療内科・精神科
3. 循環器科 11. 整形外科
4. リハビリテーション科 12. 皮膚科
5. 消化器科・胃腸科 13. 歯科
6. 呼吸器科 14. その他
7. 泌尿器科 （具体的に： ）
8. 脳神経外科 15. 受けていない

問51 あなたは在宅医療をどのようにして知りましたか。（あてはまるものすべてに○）

1. 医療機関からの紹介
2. 介護支援専門員、ホームヘルパーなどからの紹介
3. 医師会に設置している在宅療養相談窓口への相談
4. 高齢者あんしん相談センターへの相談
5. 「退院までの準備ガイドブック」「東京かかりつけマップ」など区の出版物
6. その他

地域活動について

問52 以下のような会・グループ等にとのくらの頻度で参加していますか。
※①～⑦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 老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑥ 町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑦ 収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

問53 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、いきいきとした地域づくりを進めるとしたら、あなたは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 2. 参加してもよい 3. 参加したくない

問54 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、いきいきと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 2. 参加してもよい 3. 参加したくない

<p>たすけあいについて あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします。</p>
<p>問 55 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（あてはまるものすべてに○）</p> <p>1. 配偶者 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 7. その他（ ） 2. 同居の子ども 5. 近隣 8. そのような人はいない 3. 別居の子ども</p>
<p>問 56 問 55 とは反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（あてはまるものすべてに○）</p> <p>1. 配偶者 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 7. その他（ ） 2. 同居の子ども 5. 近隣 8. そのような人はいない 3. 別居の子ども</p>
<p>問 57 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（あてはまるものすべてに○）</p> <p>1. 配偶者 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 7. その他（ ） 2. 同居の子ども 5. 近隣 8. そのような人はいない 3. 別居の子ども</p>
<p>問 58 問 57 とは反対に、看病や世話をしてあげる人（あてはまるものすべてに○）</p> <p>1. 配偶者 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 7. その他（ ） 2. 同居の子ども 5. 近隣 8. そのような人はいない 3. 別居の子ども</p>

■■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■■