

Web調査用シール

ID : xxxxxx

パスワード : xxxxxx

50歳から64歳までの方を

対象とした調査

「高齢者・介護保険事業計画のための調査」へのご協力をお願い

皆様には、日頃から区行政へのご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

文京区では、高齢者福祉の一層の充実と介護保険制度の円滑な実施に向け、令和9年度から令和11年度を計画期間とする「文京区高齢者・介護保険事業計画」の策定を予定しています。

このたび、区民の皆様のご意見、ご要望をお伺いするため、アンケート調査を実施いたします。調査結果は、計画策定のための基礎資料とさせていただきます。

これからの文京区での福祉施策につなげていくために、調査へのご協力をいただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

令和7年10月 文京区長 成澤 廣修

調査について

- この調査は、要介護・要支援の認定を受けていない50歳～64歳の区民の方から、3,000人を無作為に選ばせていただきました。
 - 「あなたの～」と尋ねている質問項目の「あなた」とは、宛名のご本人を指します。ご本人以外のご家族が記入された場合でも、宛名のご本人に関して記入してください。
- 回答しにくい質問があった場合は、回答しないで次の質問に進んでください。

回答について

「1. インターネット」か「2. 紙(郵送)」のいずれかによりご回答ください。

1. インターネットでご回答される場合（回答目安時間:15分）

右記の二次元バーコードから調査専用サイトへアクセスいただき、調査の最初の設問に、本ページ左上のシールに記載のID・パスワードをご入力の上、**10月31日(金)までに回答を送信**してください。



アンケートURL

<https://smilesurvey.co/s/22092da6/o>

2. 紙(郵送)でご回答される場合

調査票に直接ご記入いただき、同封の返信用封筒に入れ、

10月31日(金)までにお近くの郵便ポストに投函してください。

※切手を貼る必要はありません。

【お問 い 合 わ せ 先】

この調査の実施・問い合わせセンターの運営は、ジェイエムシー株式会社に委託しています。ご不明な点等ありましたら、お手数ですが以下までお問合せください。

ジェイエムシー株式会社

電話 0120-598-555（フリーダイヤル ※調査期間中のみ）

平日（土・日曜日、祝日を除く） 午前9時～午後5時

【調査実施主体】 文京区 福祉部介護保険課 介護保険管理係 電話 03-5803-1389

◆ あなたご自身、お住まいについて ◆

問1 あなたの年齢（令和7年10月1日現在）をお答えください。

〔 〕 歳 ※年齢を記入してください

問2 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 | 3. ふつう | 4. ややゆとりがある |
| 2. やや苦しい | | 5. 大変ゆとりがある |

問3 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4 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い、または段差があり不便である
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、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. 特にない

◆ 日常生活について ◆

問5 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. その他（具体的に： _____）
14. 特にない

問6 65歳以降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. 有償ボランティア（例：交通費程度の実費や物品等が支給される社会貢献活動）
5. 仕事はしたいが、できない（あてはまる理由すべてに○）
 └─ 理由： 1. 介護 2. 健康面 3. その他（ _____ ）
6. 仕事をするつもりはない

◆ 介護等について ◆

問7 あなたは、介護が必要になった場合、地域で暮らし続けるためにどのようなことが必要だと考えますか。(3つ以内に○)

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. 往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. 自分で自分のことを決めることを支援する（意思決定支援の）取り組みがある
10. 災害時に支援してくれる体制がある
11. 特別養護老人ホームなどの施設サービスの充実
12. お金の支払いや福祉サービス等の手続支援がある
13. その他（具体的に： _____）
14. 特にない

問8 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 → 問8-1へ
2. 施設に入所したい → 問8-2へ
3. その他（具体的に： _____） → 問9へ

【問8で「1. 介護を受けながら、自宅で暮らしたい」に○をした方におうかがいします。】

問8-1 在宅生活を実現できると思いますか。（1つに○）

- | | | |
|--------|---------|----------|
| 1. できる | 2. できない | 3. わからない |
|--------|---------|----------|

【問8で「2. 施設に入所したい」に○をした方におうかがいします。】

問8-2 入所したい施設をお答えください。（1つに○）

1. 特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホーム
2. 有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅（※）
3. その他（具体的に： _____）
4. わからない

※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。

【すべての方におうかがいします。】

問9 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
3. 特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホーム
4. 有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅
5. その他（具体的に： _____）
6. わからない

※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期される状態になった時期。

問10 あなたは、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 → 問10-1へ
 2. 過去、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11へ

【問10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10-1 問10で、現在あなたが介護している人を含めて、複数の人の介護や子育て等をしていますか。（1つに○）

1. 複数の人の介護や子育て等をしている → 問10-1-1へ
2. 複数の人の介護や子育て等をしていない → 問11へ

【問10-1で「1. 複数の人の介護や子育て等をしている」に○をした方におうかがいします。】

問10-1-1 介護や子育てしている人の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） | 3. 配偶者 |
| 2. 子（ 人） | 4. その他（続柄 ）（ 人） |

- ◆ 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。

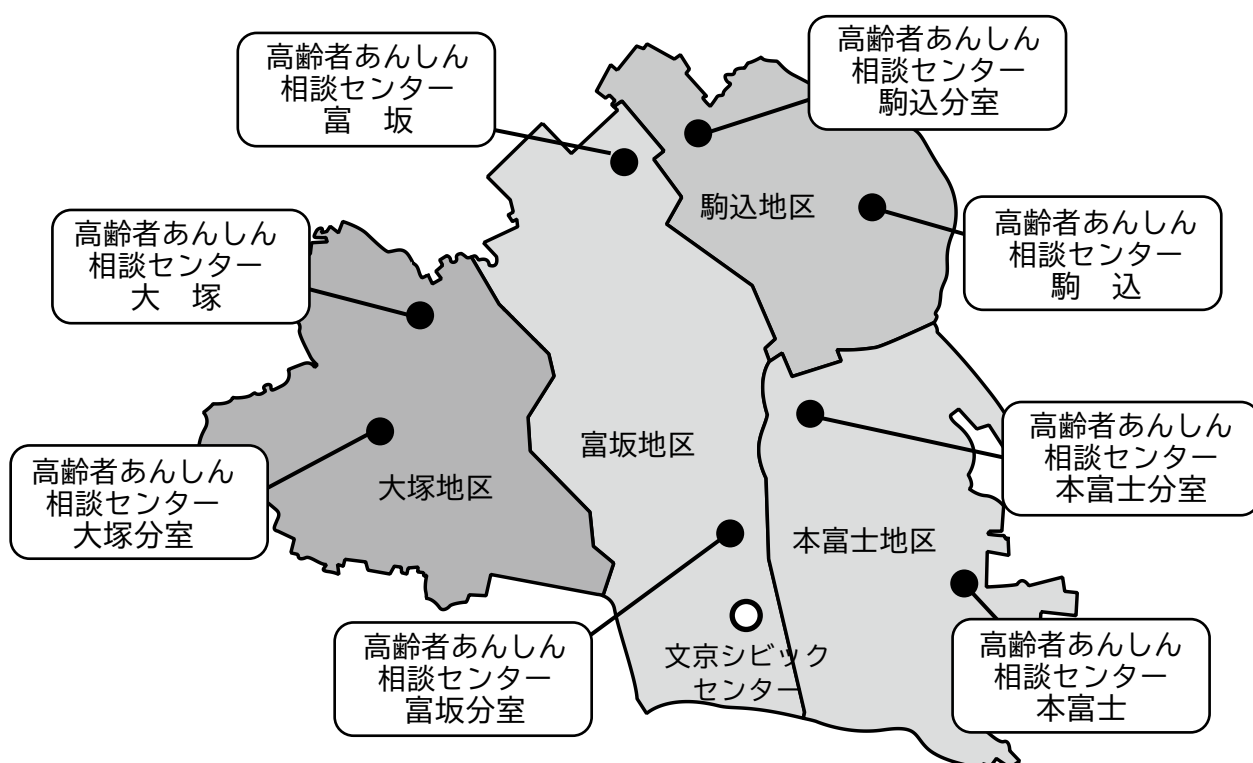
【主な業務】

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

文京区の高齢者あんしん相談センター



◆ 地域での活動について ◆

問12 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
回答例 →	1	2	③	4	5	6
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（「かよい～の」など） 介護予防のための 通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥高齢者クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦町会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

問13 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参加者として参加してみたいと思いますか。（1つに○）

- | | |
|------------|-------------|
| 1. ぜひ参加したい | 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14 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. ぜひ参加したい | 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 |

◆ たすけあいについて ◆

問15 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○）

- | | | |
|-----------|----------------|---------------|
| 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 | () |
| 3. 別居の子ども | 6. 友人 | 8. そのような人はいない |

問16 問15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○）

- | | | |
|-----------|----------------|---------------|
| 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 | () |
| 3. 別居の子ども | 6. 友人 | 8. そのような人はいない |

問17 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○）

- | | | |
|-----------|----------------|---------------|
| 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 | () |
| 3. 別居の子ども | 6. 友人 | 8. そのような人はいない |

問18 問17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○）

- | | | |
|-----------|----------------|---------------|
| 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 | () |
| 3. 別居の子ども | 6. 友人 | 8. そのような人はいない |

◆ 健康・介護予防について ◆

問19 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つに○)

1. とても良い 2. まあ良い 3. あまり良くない 4. 良くない

問20 あなたは、フレイルという言葉を知っていますか。(1つに○)

1. 言葉も意味も知っている
2. 言葉は聞いたことがあるが意味は知らない
3. 知らない

問21 あなたは、健康の維持・増進のため、現在取り組んでいることがありますか。
(1つに○)

1. 取り組んでいることがある → 問22へ
2. 特に取り組んでいることはない → 問21-1へ

【問21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21-1 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
なくなっても遅くないから | 7. 興味をもてないから |
| 3. ほかに自分のやりたいことがあるから | 8. 知らなかったから |
| 4. 仕事をしているから | 9. その他
(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 |

【すべての方におうかがいします。】

問22 あなたは、健康の維持・増進のため、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つけて食事をする
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. 区が実施する健康づくりの教室や講座に参加する
5. 地域活動(町会・自治会・高齢者クラブ・サークル等)に参加する
6. ボランティア活動をする
7. 家族、友人、知人と交流する
8. 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
9. 仕事をする
10. その他(具体的に：)
11. 特に取り組みたいことはない

◆ 医療について ◆

問23 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） | （ ） |

問24 あなたには、かかりつけ医・歯科医・薬局（※）がありますか。

(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. どれも無い |

※かかりつけ医・歯科医・薬局…普段からかかりつけている患者の健康状態や病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みます。

◆ 認知症について ◆

問25 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。(1つに○)

1. はい → 問26へ

2. いいえ → 問25-1へ

【問25で「2. いいえ」に○をした方におうかがいします。】

問25-1 あなたは、認知症についてどのようなイメージをお持ちですか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 認知症になると症状が進行していき、何もできなくなってしまう
2. 認知症であることを知られると恥ずかしいので、診断されても隠して生活する人が多い
3. 認知症になると周りに迷惑をかけてしまうので、今まで暮らしてきた地域での生活は難しくなる
4. 認知症になると身の回りのことができなくなり、施設に入所する必要がある
5. 認知症になっても気持ちや考えはあるので、やりたいことやできることを行うことができる
6. 認知症になっても医療・介護などのサポートを利用しながら、今まで暮らしてきた地域で生活していくことができる
7. 認知症になっても家族や仲間とつながりながら、今まで暮らしてきた地域で生活していくことができる
8. その他（具体的に： _____）
9. 特にない

【すべての方におうかがいします。】

問26 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. 食事・運動・口腔ケアなど日々の生活習慣の見直しが、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て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ト医（※）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. 金銭管理や書類の整理・手続き等の支援や成年後見制度を利用することで、財産管理や契約等を手助けしてもらえる
9. その他（具体的に： _____）
10. 知っているものはない

※認知症サポート医…認知症サポート医養成研修を修了し、「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27 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28 あなたは、認知症に関する相談をする場合、どちらへ相談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. もの忘れ医療相談（高齢者あんしん相談センターで実施）
6. かかりつけ医、又は認知症サポート医
7. 家族や親族
8. 友人や知人
9. 認知症カフェなどの地域の居場所
10. その他（具体的に： _____）
11. 相談しない

問29 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、SNS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、SNSなど）
5. 行政機関が発行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、SNSなど）
7. 家族、知人、友人の口コミ
8. その他（具体的に： _____）
9. 情報収集しない

問30 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. 金銭管理や書類の整理・手続きの支援
11. その他（具体的に： _____）
12. わからない

◆ 区の高齢者施策について ◆

問31 あなたが安心して、住み慣れた地域で暮らし続けるために、区に力を入れてほしい高齢者施策はどんなことですか。(5つ以内に○)

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. 気軽に立ち寄り、世代や属性を超えて交流できる場や居場所の提供
10. 相談体制の充実
11. 地域におけるボランティア組織の育成
12. 8050問題（※）への対応
13. ヤングケアラー問題（※）への対応
14. ダブルケア問題（※）への対応
15. 在宅医療・介護
16. 地域で暮らし続けるためのサービス
17. 家族介護者への支援
18. その他
（ 具体的に： ）
19. わからない
20. 特にない

※8050問題 …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する問題が生じ、生活が困難な状態になること。

※ヤングケアラー問題…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 …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。

◇ ご記入いただいた調査票は、10月31日（金）までに、
同封の返信用封筒にてご返送ください。

（インターネットによりご回答いただいた場合は、調査票を返信いただく必要ありません。）