

1 第 1 号被保険者調査票

富坂

文京区高齢者等実態調査 一 第 1 号被保険者 (65 歳以上) の方

【記入にあたってのお願い】

- ◆ 回答は、平成 28 年 10 月 1 日現在の状況について、あて名のご本人がお答えください。
- ◆ ご本人がお答えになれない場合は、ご家族の方などがご本人の意向を汲み取り、代わりに回答してください。

◆ あなたご自身、家族や暮らしについて ◆

F 1 あなたの性別、年齢 (平成 28 年 10 月 1 日現在) をお答えください。

1. 男性 2. 女性 [] 歳 ※年齢を記入してください

F 2 あなたは、どなたと一緒に住んでいますか。(あてはまるものすべてに○)
※「配偶者」には内線を含みます。

- 1. 配偶者
- 2. 子
- 3. 子の配偶者
- 4. 父・母
- 5. 孫・ひ孫
- 6. その他 (具体的に:)
- 7. ひとり暮らし → 問 1へ

【F 2で「1～6」と回答した方 (同居者がいる方) にかがいます。】

F 2-1 同居の方は全員が 65 歳以上ですか。(1つに○)

1. はい 2. いいえ

◆ あなたのお住まいについて ◆

問 1 あなたのお住まいは、次のどれにあてはまりますか。(1つに○)

- 1. 持ち家 (一戸建て、自己所有のビル)
- 2. 借家 (一戸建て)
- 3. 分譲マンション (集合住宅)
- 4. 民間の賃貸マンション、アパート
- 5. 公営賃貸住宅 (都営、区営、シルバーピア等)
- 6. その他 (具体的に:)

問 2 あなたのお住まいは、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 3 現在のお住まいに関して、不便を感じていること、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. 玄関、居室、廊下、トイレ、浴室などに段差がある
- 2. 玄関、廊下、階段、トイレ、浴室などに手すりが無い
- 3. 玄関、居室などの扉の開閉
- 4. 風呂がない、又は使いにくい
- 5. トイレが和式である
- 6. 居室が狭い
- 7. 居室に冷暖房の設備がない、又は取り付けられない
- 8. エレベーターがない
- 9. 居室や寝室などが 2 階以上で、階段の昇り降り
- 10. 老朽化している
- 11. 増改築ができない
- 12. 耐震に不安がある
- 13. 家賃が高い
- 14. 契約の更新ができない
- 15. オートロック等のため、緊急時に外部から入りにくい
- 16. その他 (具体的に:)
- 17. 特にない

◆ あなたの日常生活について ◆

問 4 以下の①②について、あなたがあてはまることはありませんか。
 (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歩行や移動、転倒

1. 背中が丸くなってきた
2. この1年間に転んだことがある
3. 歩く速度が遅くなってきた
4. 手すりや壁をつたわらないと、階段の昇り降りができない
5. 15分以上続けて歩けない
6. 昨年と比べて外出の回数が減った
7. どれにもあてはまらない

②食事・栄養、口の健康

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. 半年前に比べて硬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 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. 自分や家族の健康
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
4. 夜間や緊急時に対応してくれる人がいない
5. 友人や地域との交流がない
6. 財産の管理や相続に関すること
7. 犯罪や悪質商法
8. 地震などの災害時の備えや対応方法
9. その他(具体的に：)
10. 特にない

問 6 あなたが、日常生活の中で相談する相手はどなたですか。
 (あてはまるものすべてに○)

1. 家族や親族
2. 町会や近所の人
3. 友人・知人
4. 病院・診療所の医師・看護師等
5. 民生委員や話し合い員(※)
6. 高齢者あんしん相談センター(※)(地域包括支援センター)の職員
7. ケアマネジャー
8. 社会福祉協議会の職員
9. 区役所の窓口
10. その他(具体的に：)
11. 相談できる人(機関)は()

(※) 話し合い員…65歳以上のひとり暮らしの方や寝たきりの方を含む高齢者世帯及び重度の身体障害者世帯を定期的に訪問し、話し相手や身の上相談、助言、あわせて安否の確認などを行う制度

(※) 高齢者あんしん相談センター(地域包括支援センター)…問7を参照

◆ 高齢者あんしん相談センターについて ◆

◆ 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）が富坂・大塚・本富士・駒込地区に2か所ずつ設置されています。

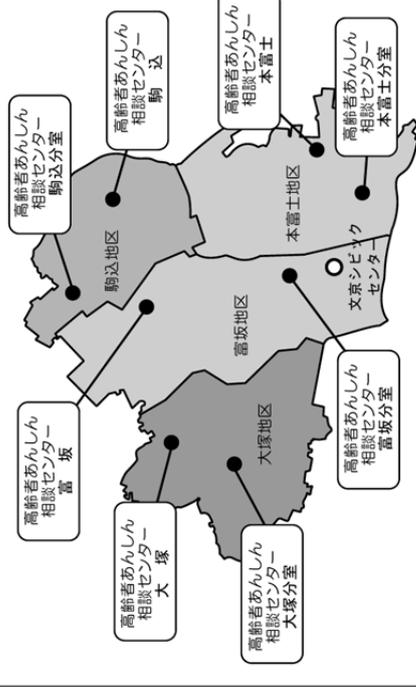
【主な業務】

- 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7 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



◆ あなたの健康・介護予防について ◆

問8 あなたの現在の健康状況は、次のうちどれにあたりますか。（1つに○）

1. とても健康だと思う
2. どちらかといえば、健康だと思う
3. あまり健康ではないと思う
4. 健康ではないと思う

問9 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すか。（主なもの3つ以内を○）

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. 読み書き計算など脳のトレーニングをする
5. 区が実施する介護予防の教室や講座に参加する
6. 地域の運動グループやサークルなどに参加する
7. 地域活動（町会・自治会・高齢者クラブ等）をする
8. ボランティア活動をする
9. 家族、友人、知人と交流する
10. 趣味や学習などの活動をする
11. 仕事をする
12. 特に取り組んでいることはない →問9-2へ

【問9で「1～11」のいずれかに○をした方に向かいます。】

問9-1 現在の取り組みを始めるとなってきたきっかけは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 以前から必要性を感じ自発的に取り組んでいる
2. 家族のアドバイスや一言
3. 友人、知人のアドバイスや一言
4. とより近所の方のアドバイスや一言
5. 区の広報誌や回覧などから
6. 医師等の専門家からの指導や助言
7. 区職員からの案内や助言
8. 具体的に症状が現れたため
9. 検査結果が気になったため

【問9で「12. 特に取り組んでいることはない」に○をした方にうかがいます。】

問9-2 取り組んでいない主な理由は何ですか。(3つ以内)○

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

問10 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。(3つ以内)○

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. 読み書き計算など脳のトレーニングをする
5. 区が実施する介護予防の教室や講座に参加する
6. 地域の運動グループやサークルなどに参加する
7. 地域活動(町会・自治会・高齢者クラブ等)をする
8. ボランティア活動をやる
9. 家族、友人、知人と交流する
10. 趣味や学習などの活動をする
11. 仕事をする
12. 特に取り組みたいことはない

◆ 医療について ◆

問11 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
2. かかりつけの歯科医師がいる
3. かかりつけの薬局がある
4. どれもなし

(※) かかりつけ医・歯科医・薬局…普段からかかりつけで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

問12 あなたが、過去1年間に病気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)を受けた回数を教えてください。(1つに○)

1. 6回以下
2. 7~12回
3. 13回以上
4. 受けていない →問13へ

【問12で「1~3」(1回以上治療を受けた)と回答した方にうかがいます。】

問12-1 あなたが訪問による治療(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 | |

かかりつけ医・在宅養相談窓口 03(6912)0810

かかりつけ医や在宅養など、以下の内容について電話による相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。

- かかりつけ医を探している方
- 往診や訪問診療について
- 退院後の自宅等での生活について
- 医療や介護サービスについて

受付時間：月～金曜日 9：00～17：00(祝日、12/29～1/4を除く)

◆ 認知症について ◆

問 13 あなたは、認知症のケアや支援制度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、対応の仕方などで改善することがある
4. 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
5. 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
6. 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
7. 知っているものはない

(※) 認知症サポート医…認知症サポーター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 14 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囑託医）
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 15 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. 認知症サポーター医による、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. 認知症カフェ（※）（ふんにこ）
6. 認知症サポーター（※）養成講座
7. 徘徊探索サービスの利用申込料金助成、だいま！支援SOSメール（※）
8. 認知症ケアパス（※）ハンフレット
9. 知っているものはない

(※) 認知症カフェ…認知症の人や家族だけではなく、誰もが集い話せる場
 (※) 認知症サポーター…認知症に関する正しい知識と理解を持ち、地域などで認知症の人や家族に対してできる範囲での手助けをする人（認知症サポーター養成講座の受講者）
 (※) だいま！支援SOSメール…行方不明発生時の地域での協力者あて捜索協力依頼メール
 (※) 認知症ケアパス…認知症の人の状態に応じた適切なサナサービス提供の流れ

◆ 介護等について ◆

問 16 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、あなたはど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. 夜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 17 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. 家族等の介護を受けながら、介護保険サービスも利用して、自宅で暮らしたい
2. 介護保険サービスを利用して、自宅で暮らしたい
3. 家族等の介護を受けながら、自宅で暮らしたい
4. 有料老人ホームやサービス付き高齢者住宅（※）に住み替えたい
5. 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
6. その他（具体的に：)

(※) サービス付き高齢者住宅…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 18 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. 特別介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 18 で「1. 自宅」と回答した方にかがいます。】

問 18-1 自宅で最期まで療養するためには、主に何が必要だと思いますか。

（3つ以内に○）

- 1. 住診・訪問診療をしてくれる医師
- 2. 点滴や床ずれのケア等をしてくれる看護師
- 3. 食事や排泄などの介助をしてくれるホームヘルパー
- 4. 24時間相談のつてくれる専門家・機関
- 5. 介護してくれる家族
- 6. 居住環境の改修
- 7. その他（具体的に：)

問 19 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とはどんなことですか。（あてはまるものすべてに○）

- 1. 高齢者クラブの活動支援
- 2. 交流の場の提供
- 3. 生涯学習
- 4. 就労支援
- 5. 健康管理、介護予防
- 6. 高齢者住宅等への住み替え等住まいへの支援
- 7. 声かけや見守りサービスの充実
- 8. 認知症高齢者に対する支援
- 9. 高齢者虐待の防止や成年後見、財産管理等への支援
- 10. 介護保険やサービスの情報提供
- 11. 特別介護老人ホームなどの施設サービスの充実
- 12. 相談体制の充実
- 13. 地域包括ケアシステム（※）の充実
- 14. 地域におけるボランティア組織の育成
- 15. その他
具体的に： []

16. わからない

17. 特にない

（※） 地域包括ケアシステム…高齢者が地域で自立した生活を営めるように、医療、介護、予防、住まい、生活支援の各サービスが切れ目なく提供されるシステム

◆ 就業について ◆

問 20 あなたは、今後、何歳まで収入のある仕事をしたいと考えていますか。
(1つに○、「1～3」を選択した方は仕事をし続けたい年齢を記入)

1. 今も働いており、[] 歳まで何らかの仕事をしたい
 2. 今は仕事を辞めたが、これから [] 歳まで何らかの仕事をしたい
 3. 働いたことはないが、これから [] 歳まで何らかの仕事をしてみたい
 4. 仕事はしたいができない →問 21へ
 5. 仕事はしない予定である →問 21へ
 6. わからぬ →問 21へ

【問 20で「1～3」と回答した方にかがいます。】

問 20-1 今後どのような働き方を希望しますか(すでに仕事をされている場合は、
どのような働き方をしていますか)。(近いもの1つに○)

1. 常勤の社員・職員(フルタイムでの勤務)
 2. 非常勤、嘱託、パート、アルバイト、兼業主従(短時間での勤務)
 3. 会社経営、自営業を継続
 4. 起業、独立開業、自由業(文筆業等)など
 5. シルバー人材センター
 6. その他(具体的に：)

問 20-2 仕事をしたい(し続けたい)理由は、何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 健康的ではりのある生活を送りたい
 2. 社会的に貢献したい
 3. 経済的な理由から、働く必要がある
 4. 生活には困らないが、経済的なゆとりがほしい
 5. 仕事を通じて社会に貢献したい
 6. 経験や技術を活かしたい
 7. 仕事が生きていである
 8. その他(具体的に：)

◆ 地域とのつながり・地域活動について ◆

問 21 あなたは、次のボランティア活動のうち、参加してみたいもの、興味があるものはありますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 高齢者を対象とした活動(訪問や見守り、話し相手、外出支援など)
 2. 障害者を対象とした活動(手話、点訳、朗読サービス、車椅子の介助など)
 3. 子どもを対象とした活動(保育補助、遊びの伝承、交通安全見守りなど)
 4. 環境美化に関する活動(公園・道路のゴミ拾い、植栽や手入れなど)
 5. 福祉施設での支援活動(老人ホーム、障害者施設などでの職員の補助支援)
 6. 趣味や特技を生かした活動(スポーツ、音楽、美術、外国語などを活かした活動)
 7. 災害支援に関する活動
 8. その他(具体的に：)
 9. 特になし

問 22 あなたは、次の活動団体やグループのうち、参加してみたいもの、興味があるものはありますか。
(すでに活動しているものを含め、あてはまるものすべてに○)

1. 町会・自治会
 2. 高齢者クラブ
 3. NPO・ボランティア団体(主にボランティア活動)
 4. 同好会・サークル(主に趣味の活動)
 5. その他(具体的に：)
 6. 参加したいとは思わない

問 23 あなたは、現在定期的に参加している活動団体やグループはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 町会・自治会
 2. 高齢者クラブ
 3. NPO・ボランティア団体(主にボランティア活動)
 4. 同好会・サークル(主に趣味の活動)
 5. その他(具体的に：)
 6. 参加していない →問 23-2へ

「1～5」を選んだ方は、問 23-1へお進みください。

【問 23 で「1～5」のいずれかに○をした方にうかがいます。】

問 23-1 現在、参加している活動を始めたまきかけは何かありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 友人・知人からの誘い
2. 活動している方からの誘い
3. 家族に勧められた
4. 区報・ホームページを見た
5. 活動場所が近くにあった
6. 自らの知識や経験を活かしたいと思った
7. その他（具体的に： _____)

→問 24 へ

【問 23 で「6. 参加していない」に○をした方にうかがいます。】

問 23-2 参加していない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. どのような活動が行われているが知らない
2. 参加したい活動がない、見つからない
3. さっかげがない
4. ひとりで参加することだめらう
5. 健康・体力に自信がない
6. 介護をしている
7. 仕事が忙しい
8. 関心がない
9. 集回行動が好きではない
10. ほかにやりたいことがある
11. その他（具体的に： _____)

◆ 災害について ◆

問 24 地震等の大きな災害に関してあなたが不安に感じていることは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 家屋が倒壊する
2. 災害の情報を得ることができない
3. 離れている家族等と連絡がとれない
4. 助けてくれる人がいない
5. 一人で避難できない
6. 避難所（※）の場所がわからない
7. 避難所での生活
8. 医療機器の使用や服薬ができなくなる等、医療の確保
9. その他（具体的に： _____)
10. 特にない

（※） 避難所…自宅が倒壊などの被害を受けたり、又はそのおそれがある場合など災害時の地域の状況に応じて避難する所

問 25 あなたは日頃から地震等の大きな災害の発生時に備えて行っていることがありますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 非常時持ち出し品の用意、非常食等の備蓄（3日分程度）をしている
2. 家具に転倒防止器具を取り付けている
3. 住居の耐震診断を受け、必要な補強を行っている
4. 家族・親族とおちあう場所や連絡方法を確認してある
5. 避難行動要支援者名簿（※）に登録してある
6. 区民防災組織（町会・自治会）や消防団等に参加している
7. 地域の防災訓練や勉強会・セミナー等に参加している
8. 近所の人や地域の方等と助け合えるよう普段から交流している
9. その他（具体的に： _____)
10. 特にない

（※） 避難行動要支援者名簿…災害時に自力で避難することが困難な方（災害時要配慮者）を発生時に地域全体で支援するため、一定の条件のもと区が指定又は本人等の申請に基づき、区が整備する名簿

◇長時間にわたって調査にご協力いただき、ありがとうございます。
◇ご記入いただいた調査票は、10月21日（金）までに、同封の返信用封筒にご返送ください。