

3. 在宅介護実態調査（郵送）

要介護認定者の方を対象とした調査

<調査票>

《 回答のしかた 》

この調査は、調査票（紙）のほか、パソコン、タブレット、スマートフォンからインターネットによって回答（オンライン回答）することができます。次の2つの方法から、いずれか1つを選び回答してください。

①	②
調査票(この冊子)に直接記入し、郵送(返信用封筒を同封しております。)	パソコン・タブレット・スマートフォンでオンライン回答
下記[記入にあたってのお願い]をご覧いただきご記入ください。	別紙「インターネットによる回答方法」をご覧ください。

【記入にあたってのお願い】

- ◆ 回答は、あて名のご本人がお答えください。
- ◆ ご本人がお答えが困難な場合には、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。
- ◆ 問16～問21は、あて名のご本人を主に介護しているご家族の方がお答えください。

◆ あなたご自身、家族や暮らしについて ◆

F 1 この調査票を記入している方はどなたですか。(1つに○)

1. あて名のご本人
 2. 配偶者(夫、妻)
 3. 子ども(息子・娘、息子・娘の配偶者)
 4. 兄弟姉妹
 5. 孫
 6. その他(具体的に:)

F 2 あなた(あて名ご本人)は、どなたと一緒にお住まいですか。
 (あてはまるものすべてに○) ※「配偶者」には内縁を含みます。

1. 配偶者
 2. 子
 3. 子(具体的に)
 4. 父・母(養父・養母含む)
 5. 孫・ひ孫
 6. その他(具体的に)
 7. 一人暮らし → **F 3**へ)

【F2で「1～6」と回答した方(同居者がいる方)におうかがいします。】

F 2-1 同居の方は全員が65歳以上ですか。(1つに○)

1. はい(全員が65歳以上)
 2. いいえ

【すべての方におうかがいします。】

F 3 あなた(あて名ご本人)の年齢(令和4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。

F 4 あなたの現在の要介護度をお答えください。(1つに○)

1. 要介護1
 2. 要介護2
 3. 要介護3
 4. 要介護4
 5. 要介護5
 6. わからない

F 5 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
 2. やや苦しい
 3. ぶつう
 4. ややゆとりがある
 5. 大変ゆとりがある

◆ あなたのお住まいについて ◆

問 1 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)
 2. 持家(集合住宅)
 3. 公営賃貸住宅
 4. 民間賃貸住宅(一戸建て)
 5. 民間賃貸住宅(集合住宅)
 6. 借家
 7. その他)

問 2 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 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. 居室などに手すりがなく、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、まだローンを支払っている
 5. 家具が高い
 6. 契約の更新ができない
 7. その他(具体的に:)
 8. 特にない

◆ 介護等について ◆

問4 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、あなたにどのようなことが必要だと考えますか。(3つ以内)○

<ol style="list-style-type: none"> 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、また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)取組みがある 10. 契約や財産管理などを支援してくれる仕組みがある 11. 災害時に支援してくれる体制がある 12. 情報通信技術を活用して支援してくれる仕組みがある 13. その他(具体的に:) 14. 特にない
--

問5 あなたは、今後、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)○

<ol style="list-style-type: none"> 1. 介護を受けながら、自宅で暮らしたい → 問5-1へ 2. 施設に入所したい → 問5-2へ 3. その他(具体的に:) → 問6へ

【問5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5-1 在宅生活を実現できると思えますか。(1つに)○

<ol style="list-style-type: none"> 1. できる 2. できない 3. わからない

【問5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5-2 入所したい施設をお答えください。(1つに)○

<ol style="list-style-type: none"> 1. 有料老人ホーム 2. サービス付き高齢者向け住宅(※) 3. 特別養護老人ホーム 4. 認知症高齢者グループホーム 5. その他(具体的に:) 6. 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6 あなたは、終末期(※)をどこで迎えたいと思いますか。(1つに)○

※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。

<ol style="list-style-type: none"> 1. 自宅 2. 病院 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 5. その他(具体的に:) 6. わからない
--

問7 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)○

<ol style="list-style-type: none"> 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 <p>(具体的に:)</p> <ol style="list-style-type: none"> 15. ダブルケア問題(※)への対応 16. 在宅医療・介護 17. 多世代交流の場の充実 18. 地域で暮らし続けるためのサービス 19. その他(具体的に:) 20. わからない 21. 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、取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…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。

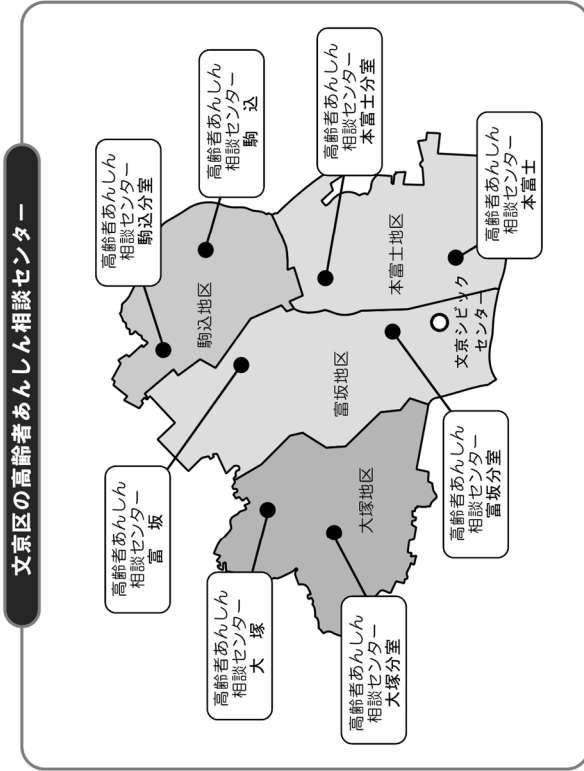
◆ 本区では、高齢者が住み慣れた地域での暮らしを継続できるよう、高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）を富坂・大塚・駒込地区に2か所ずつ設置しています。

【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8 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



問9 現時点での、施設等（※）への入所・入居の検討状況について、ご回答ください。（1つに○）

※施設等…特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護療養型医療施設、特定施設（有料老人ホーム等）、グループホーム、地域密着型特定施設、地域密着型特別養護老人ホームを指します。

1. 入所・入居を検討していない
2. 入所・入居を検討している
3. すでに入所・入居申し込みをしている

問10 最近の1か月間に、介護保険サービスを利用しましたか。（1つに○）

1. 利用した → 問10-1へ
2. 利用していない → 問10-3へ

【問10で「1. 利用した」に○をした方におうかがいします。】

問10-1 以下の介護保険サービスについて、最近の1か月間の利用状況をご回答ください。対象の介護保険サービスをご利用になっていない場合は、「利用していない（0回）」を選択してください。（各サービスそれぞれ1つに○）

	1週間あたりの利用回数（それぞれ1つに○）						
	利用していない	週1回程度	週2回程度	週3回程度	週4回程度	週5回以上	
（※回答例）●●●サービス	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
A. 訪問介護（ホームヘルプサービス）	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
B. 訪問入浴介護	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
C. 訪問看護	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
D. 訪問リハビリテーション	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
E. 通所介護（デイサービス）	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
F. 通所リハビリテーション（デイケア）	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	
G. 夜間対応型訪問介護（※訪問のあった回数を回答）	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	

（次ページへつづく）

H. 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 (※訪問の有無を回答)	利用の有無 (それぞれ1つに○)	
	0回	利用した
I. 小規模多機能型居宅介護	0回	利用した
J. 看護小規模多機能型居宅介護	0回	利用した
K. 住宅改修	0回	利用した
L. 福祉用具購入・貸与	0回	利用した

M. ショートステイ	1か月あたりの利用日数 (1つに○)			
	利用して いない	月1～7日 程度	月8～14日 程度	月15～21日 程度
0回	0回	8～14日	15～21日	22日以上

N. 居宅療養管理指導	1か月あたりの利用回数 (1つに○)			
	利用して いない	月1回 程度	月2回 程度	月3回 程度
0回	1回	2日	3回	4回

問10-2 新型コロナウイルス感染症の影響で、①利用するようになった、または、②利用しなくなったサービスはありますか。(それぞれあてはまるものすべてに○)

A. 訪問介護 (ホームヘルプサービス)	利用の有無 (A～Nそれぞれあてはまるものすべてに○)	
	①利用するようになった	②利用しなくなった
B. 訪問入浴介護	1	1
C. 訪問看護	2	2
D. 訪問リハビリテーション	3	3
E. 通所介護 (デイサービス)	4	4
F. 通所リハビリテーション (デイケア)	5	5
G. 夜間対応型訪問介護	6	6
H. 定期巡回・随時対応型訪問介護看護	7	7
I. 小規模多機能型居宅介護	8	8
J. 看護小規模多機能型居宅介護	9	9
K. 住宅改修	10	10
L. 福祉用具購入・貸与	11	11
M. ショートステイ	12	12
N. 居宅療養管理指導	13	13
あてはまるものはない	14	14
	15	15

【問10で「2. 利用していない」と回答した方におうかがいします。】

問10-3 あなたが、介護保険サービスを利用していない(しなくなった)理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

1. 入院している (入院した) から
2. 自分の状態が改善したから
3. できることは、自分でできるようにしているから
4. 家族などの介護が得られるようになったから
5. 本人にサービス利用の希望がない
6. 家族以外に介護してもらうことに不安があるから
7. 一時サービス (住宅改修や福祉用具購入など) だけでよかったから
8. 以前、利用していたサービスに不満があった
9. 利用したいサービスが利用できない、身近にない
10. 利用の方法がわからないから
11. 利用料の負担が大きいため
12. その他 (具体的に:)

【すべての方におうかがいします。】

問11 次のうち、あなたが知っている介護保険サービスはありますか。問10-1でお答えの方はそのサービスを含め、ご回答ください。(あてはまるものすべてに○)
※次ページの介護保険サービスの説明を参考に答えください。

問12 次のうち、あなたが今後、利用したい介護保険サービスはありますか。(あてはまるものすべてに○)

	問11 知っているもの	問12 利用したいもの
1. 訪問介護 (ホームヘルプサービス)	1	1
2. 訪問入浴介護	2	2
3. 訪問看護	3	3
4. 訪問リハビリテーション	4	4
5. 通所介護 (デイサービス)	5	5
6. 通所リハビリテーション (デイケア)	6	6
7. 夜間対応型訪問介護	7	7
8. 定期巡回・随時対応型訪問介護看護	8	8
9. 小規模多機能型居宅介護	9	9
10. 看護小規模多機能型居宅介護	10	10
11. 住宅改修	11	11
12. 福祉用具購入・貸与	12	12
13. ショートステイ	13	13
14. 居宅療養管理指導	14	14

(次ページへつづく)

問13 現在、利用している「介護保険サービス以外」の支援・サービスについて、ご回答ください。(あてはまるものすべてに○)
 ※総合事業に基づく支援・サービスは、「介護保険サービス」に含まれます。

1. 配食	8. 見守り、声かけ
2. 調理	9. サロンなどの定期的な通いの場
3. 掃除・洗濯	10. 金銭管理や書類の整理・手続きの支援
4. 買い物(宅配は含まない)	11. その他 (具体的に:)
5. ゴミ出し	12. 利用していない
6. 外出同行(通院、買い物など)	
7. 移送サービス (介護・福祉タクシー等)	

問14 今後の在宅生活の継続に必要と感じる支援・サービス(現在利用しているが、さらなる充実が必要と感じる支援・サービスを含む)について、ご回答ください。
 (あてはまるものすべてに○)
 ※介護保険サービス、介護保険以外の支援・サービスともに含まれます。

1. 配食	8. 見守り、声かけ
2. 調理	9. サロンなどの定期的な通いの場
3. 掃除・洗濯	10. 金銭管理や書類の整理・手続きの支援
4. 買い物(宅配は含まない)	11. その他 (具体的に:)
5. ゴミ出し	12. 特になし
6. 外出同行(通院、買い物など)	
7. 移送サービス (介護・福祉タクシー等)	

◆ 介護者について ◆

問15 ご家族やご親族の方からの介護は、週にどのくらいありますか。(同居していない子どもや親族等からの介護を含みます。)(1つに○)

1. ない	→ 問22へ	4. 週に3~4日ある
2. 家族・親族の介護はあるが週に1日より少ない		5. ほぼ毎日ある
3. 週に1~2日ある		

【問15-1~6は、問15で2~5と回答した方におうかがいします。】

問15-1 主な介護者の方は、どなたですか。(1つに○)

※「配偶者」には内縁を含みます。

1. 配偶者	3. 子の配偶者	5. 兄弟・姉妹
2. 子	4. 孫・ひ孫	6. その他(具体的に:)

	問11 知っているもの	問12 利用したもの
15. 認知症対応型通所介護	15	15
16. 特別養護老人ホーム	16	16
17. 老人保健施設	17	17
18. 認知症高齢者グループホーム	18	18
19. 有料老人ホーム	19	19
20. その他(具体的に:)	20	20
21. 特になし	21	21

【介護保険サービスの説明】

- 家庭を訪問して提供されるサービス
 - ◇ 訪問介護…ホームヘルパーが自宅を訪問し、身体介護や家事等の支援を行う
 - ◇ 訪問入浴介護…自宅に組み立て式の浴槽を持ち込み、入浴の介護を行う
 - ◇ 訪問リハビリテーション…理学療法士等が自宅を訪問し、リハビリを行う
 - ◇ 訪問看護…看護師等が自宅を訪問し、療養上の世話や診療補助を行う
 - ◇ 居宅療養管理指導…医師・歯科医師等が自宅を訪問し、療養上の管理や指導を行う
 - ◇ 夜間対応型訪問介護…自宅への定時訪問や通報システムによる緊急訪問等の夜間専用の介護を行う
 - ◇ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護…日中・夜間を通じて、短時間の定期巡回型訪問と随時対応のサービスを行う
- 施設に通って提供されるサービス
 - ◇ 通所リハビリテーション…老人保健施設等で医師の管理のもとリハビリを行う
 - ◇ 通所介護…施設等に通い、食事、入浴等の支援やリハビリを行う
 - ◇ 認知症対応型通所介護…認知症の高齢者を対象とした通所介護
- 施設に短期間入所して提供されるサービス
 - ◇ ショートステイ…特別養護老人ホーム等に短期入所し、日常生活上の支援やリハビリ等を行う
- 日常生活での自立を助けるサービス
 - ◇ 福祉用具…車いすやボーターダブルトイレ等の福祉用具を貸与・購入費の一部を支給する
 - ◇ 住宅改修…手すりの取り付け等の住宅改修費用の一部を支給する
- 複数のサービスを組み合わせて提供されるサービス
 - ◇ 小規模多機能型居宅介護…施設への通所を中心として、ショートステイや自宅へのホームヘルパーの訪問を組み合わせたサービスを行う
 - ◇ 看護小規模多機能型居宅介護…小規模多機能型居宅介護と訪問看護の複数のサービスを組み合わせた複合型事業所による医療ニーズの高い要介護者へのサービス
- 特別養護老人ホーム
 - ◇ 特別養護老人ホーム…常に介護が必要で、在宅での介護が難しい方が対象の施設で、食事、入浴など日常生活の介護や健康管理を行う
- 老人保健施設
 - ◇ 老人保健施設…病状が安定し、リハビリに重点を置いた介護が必要な方が対象の施設で、在宅生活への復帰をめざし医学的な管理のもとでの介護や看護、リハビリを行う
- 認知症高齢者グループホーム
 - ◇ 認知症高齢者グループホーム…認知症(急性を除く)の高齢者に対して、共同生活起居で、家庭的な環境と地域住民との交流の下、入浴・排泄・食事等の介護などの日常生活上の世話と機能訓練を行い、能力に応じ、自立した日常生活を営めるようにするもの

問15-2 主な介護者の方の性別について、ご回答ください。(1つに○)

1. 男性 2. 女性 3. その他の性自認

問15-3 主な介護者の方の年齢について、ご回答ください。(1つに○)

1. 18歳未満 4. 40代 7. 70代
2. 18～29歳 5. 50代 8. 80歳以上
3. 30代 6. 60代 9. わからない

問15-4 現在、主な介護者の方が行っている介護等について、ご回答ください。(あてはまるものすべてに○)

<p>【身体介護】</p> <p>1. 日中の排泄 7. 屋内の移乗・移動 2. 夜間の排泄 8. 外出の付き添い、送迎等 3. 食事の介助（食べる時） 9. 服薬 4. 入浴・洗身 10. 認知症状への対応 5. 身だしなみ（洗顔・歯磨き等） 11. 医療面での対応（経管栄養、ストーマ（※）等） 6. 衣服の着脱</p>	
<p>【生活援助・その他】</p> <p>12. 食事の準備（調理等） 14. 金銭管理や生活面に必要な諸手続き 13. その他の家事（掃除、洗濯、買い物等） 15. その他（具体的に：) 16. わからない</p>	

※ストーマ…大腸等から直接、排便できる医療的に対応。

問15-5 ご家族やご親族の中で、あて名のご本人の介護のために、過去に仕事を辞めた方はいいますか。(現在働いているかどうかや、現在の勤務形態は問いません。)(あてはまるものすべてに○)

※自営業や農林水産業のお仕事を辞めた方を含みます。

<p>1. 主な介護者が仕事を辞めた・退学した（転職除く） 2. 主な介護者以外の家族・親族が仕事を辞めた・退学した（転職除く） 3. 主な介護者が転職・転学した 4. 主な介護者以外の家族・親族が転職・転学した 5. 主な介護者が進学・就職をあきらめた 6. 主な介護者以外の家族・親族が進学・就職をあきらめた 7. 介護のために仕事・学業を辞めた家族・親族はいいない 8. わからない</p>
--

問15-6 主な介護者の方は、ご本人以外に他の人の介護や子育て等をしていただきますか。(1つに○)

<p>1. している → 問15-6-1へ 2. していない → 問16へ</p>
--

【問15-6で「1. している」と回答した方におうかがいします。】

問15-6-1 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、その人数を記入してください。)

1. 親（人）	3. 配偶者
2. 子（人）	4. その他（続柄）（人）

問16～問21は、問15で「2」～「5」を選んだ方（介護を受けている方）におうかがいします。

主な介護者に回答をお願いできる場合は、主な介護者の方がご回答・ご記入ください。

※主な介護者に回答をお願いできない場合は、あて名のご本人がご回答ください。(あて名のご本人が回答することが困難な場合は無回答で結構です。)

問16 主な介護者の方の現在の勤務形態について、ご回答ください。(1つに○)

1. フルタイムで働いている	→ 問16-1～3へ
2. パートタイム（※）で働いている	→ 問16-1～3へ
3. 昼間課程校で就学している	→ 問19へ
4. 夜間・通信課程校で就学している	→ 問19へ
5. 働いていない・就学していない	→ 問17へ
6. その他（具体的に：)	→ 問19へ
7. わからない	→ 問19へ

※パートタイム…「1週間の所定労働時間が、同一の事業所に雇用される通常の労働者に比べて短い方」が該当します。いわゆる「アルバイト」「嘱託」「契約社員」等の方を含みます。自営業・フリーランス等の場合も、就労時間・日数等から「フルタイム」「パートタイム」のいずれかを選択してください。

【問16で「1. フルタイムで働いている」「2. パートタイムで働いている」と回答した方におうかがいします。】

問16-1 主な介護者の方は、介護をするに当たって、何か働き方についての調整等をしていきますか。(あてはまるものすべてに○)

<p>1. 特に行っていない 2. 介護のために、「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら、働いている 3. 介護のために、「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている 4. 介護のために、「在宅勤務」を利用しながら、働いている 5. 介護のために、上記「2」～「4」以外の調整をしながら、働いている 6. 主な介護者に確認しないと、わからない</p>
--

問16-2 主な介護者の方は、勤め先からどのような支援があれば、仕事と介護の両方に効果があられると思いますか。(3つ以内に○)

1. 自営業・フリーランス等のため、勤め先はない
2. 介護休業・介護休暇等の制度の充実
3. 制度を利用しやすい職場づくり
4. 労働時間の柔軟な選択（フレックスタイム制など）
5. 働く場所の多様化（在宅勤務・テレワークなど）
6. 仕事と介護の両立に関する情報の提供
7. 介護に関する相談窓口・相談担当者の設置
8. 介護をしている従業員への経済的な支援
9. その他（具体的に：)
10. 特になし
11. 主な介護者に確認しないと、わからない

問16-3 主な介護者の方は、今後も働きながら介護を続けていけそうですか。(1つに○)

1. 問題なく、続けていける
2. 問題はあるが、何とか続けていける
3. 続けていくのは、やや難しい
4. 続けていくのは、かなり難しい
5. わからない

【問16で「5. 働いていない・就学していない」と回答した方におかがいします。】

問17 ふだんどのくらい外出しますか。(1つに○)

1. ほとんど毎日外出する
 2. 週に3~4日は外出する
 3. 人付き合いがあり、ときどき外出する
 4. 人付き合いも無く、ほとんど外出しない
- 問17-1へ
→ 問18へ

【問17で1~3と回答した方におかがいします。】

問17-1 あなたは今までに、以下のような状態になったことはありませんか。(1つに○)

1. 6か月以上、人付き合いもなく、ほとんど外出しない → 問17-2へ
2. 上記のような状態になったことはない → 問18へ

【問17-1で「1. 6か月以上」と回答した方におかがいします。】

問17-2 その状態から、問17で回答した現在の状態になったきっかけや役立ったこととは何だと思えますか。ご自由にお書きください。

【問17で「4. 人付き合いも無く、ほとんど外出しない」または、問17-1で「2. 上記のような状態になったことはない」と回答した方におかがいします。】

問18 最近6か月間に家族以外の人と会話をしましたか。(1つに○)

1. よく会話をした
2. ときどき会話をした
3. ほとんど会話しなかった
4. まったく会話しなかった

【すべての介護者の方におかがいします。】

問19 現在の生活を継続していくにあたって、主な介護者の方が不安に感じる介護等について、ご回答ください。(現状で行っているか否かは問いません)
(3つ以内に○)

- 【身体介護】

 1. 日中の排泄
 2. 夜間の排泄
 3. 食事の介助（食べる時）
 4. 入浴・洗身
 5. 身だしなみ（洗顔・歯磨き等）
 6. 衣服の着脱
 7. 屋内の移乗・移動
 8. 外出の付き添い、送迎等
 9. 服薬
 10. 認知症状への対応
 11. 医療面での対応
(経管栄養、ストーマ(※)等)

【生活援助・その他】

 12. 食事の準備（調理等）
 13. その他の家事（掃除、洗濯、買い物等）
 14. 金銭管理や生活面に必要な諸手続き
 15. 子の育児との両立
 16. その他（具体的に：)
 17. 不安に感じていることは、特にならない
 18. わからない

※ストーマ…犬脚等から直接、排便できる医療的に対応。

問20 主な介護者の方は、介護について誰かに相談していますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族・親族
2. 友人・知人
3. 近所の人、ボランティアの人等
4. 介護が必要な本人
5. ケアマネジャー
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. 自治体の職員
8. 保健所の職員
9. 介護サービス事業者
10. 医師
11. 病院の医療ソーシャルワーカー
12. 民生委員
13. 勤務先
14. その他
(具体的に：)
15. 誰にも相談していない
16. わからない

問21 主な介護者の方ご自身にとって、必要だと思ふ支援は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 通院付き添い
2. 希望時間での訪問・見守り
3. 一時的に預かるサービス
4. 精神的サポートなどを受けられるサービス
5. 介護者同士の交流機会
6. (家族も含めた) 家事支援
7. その他 (具体的に:)
8. 特になし

【すべての方におうかがいします。】

◆ あなたの健康・介護予防について ◆

問22 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23 あなたは、健康の維持・増進及び病気の予防や要介護状態の改善のため、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24へ
2. 特に取り組んでいることはない →問23-1へ

【問23で「2. 特に取り組んでいることはない」と回答した方におうかがいします。】

問23-1 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
2. もう少しい体の状態に自信がなくなっただけ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. 面倒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

【すべての方におうかがいします。】

問24 あなたは、健康の維持増進及び病気の予防や要介護状態の改善のため、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に気をつける
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. 仕事をする
11. その他 (具体的に:)
12. 特に取り組みたいことはない

問25 ご本人(認定調査対象者)が、現在抱えている傷病について、ご回答ください。

(あてはまるものすべてに○)

1. 脳血管疾患(脳卒中)
2. 心疾患(心臓病)
3. 悪性新生物(がん)
4. 呼吸器疾患
5. 腎疾患(透析)
6. 筋骨格系疾患(骨粗しょう症、脊柱管狭窄症等)
7. 膠原病(関節リウマチ含む)
8. 変形性関節疾患
9. 認知症
10. パーキンソン病
11. 難病(パーキンソン病を除く)
12. 糖尿病
13. 眼科・耳鼻科疾患(視覚・聴覚障害を伴うもの)
14. その他(具体的に:)
15. なし
16. わからない

◆ 医療について ◆

問26 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○)

※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。

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. どれも無い

問27 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28 あなたは新型コロナウイルス感染症や新型コロナウイルスワクチン接種の情報などのような方法で入手していますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. 区のホームページ | 11. 病院・薬局 |
| 2. 国や都のホームページ | 12. 家族や友人 |
| 3. 区報 | 13. 高齢者あんしん相談センター |
| 4. 区のケーブルテレビ | 14. 区のコールセンター |
| 5. 区役所・保健所の窓口 | 15. 国・都のコールセンター |
| 6. 国や都の広報 | 16. 介護事業者 |
| 7. テレビ、新聞、雑誌、書籍 | (ケアマネジャー、ヘルパー等) |
| 8. インターネット | 17. その他 |
| 9. SNS（※） | (具体的に：) |
| 10. 学校や職場 | 18. 情報を入手していない |

※SNS …ソーシャルネットワークサービス (Social Networking Service) の略で、登録された利用者が交流できる Web サイトの会員制サービスのこと。

問29 新型コロナウイルス感染症によって、あなたの健康や生活に悪い変化はありましたか。（あてはまるものすべてに○）

- | |
|---------------------------|
| 1. 健康ではないと感じるようになった |
| 2. 体重が増加した、または減少した |
| 3. 運動する時間が減少した |
| 4. 食生活が乱れた |
| 5. 睡眠時間が減少したり、睡眠の質が下がった |
| 6. ストレスが増えた |
| 7. (喫煙する人のみ) 喫煙量が増加した |
| 8. (飲酒する人のみ) 飲酒量が増加した |
| 9. 家族、友人、同僚や地域とのつながりが減少した |
| 10. 医療機関を受診する機会が減少した |
| 11. 外出の機会が減り、在宅時間が長くなった |
| 12. その他 (具体的に：) |
| 13. 特に悪い変化はない |

問30 新型コロナウイルス感染症が拡大する中で、あなたの健康や生活を改善するために工夫したことがあれば、以下に記入してください。

--

問31 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」「文京かかりつけマップ」など区の出版物 |
| 6. その他 (具体的に：) |
| 7. 知らない |

◆ 認知症について ◆

問32 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 |
| 2. いいえ |

問33 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、対応の仕方によって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. 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34 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35 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囑託医)
7. かかりつけ医、又は認知症サポート医
8. 相談しない

問36 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. 認知症カフェ(ぶんじこ)
6. 認知症サポーター養成講座
7. 認知症サポーター模擬訓練(認知症の症状による行方不明対応模擬訓練)
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. だいたいま!支援SOSメール
11. 認知症ケアバスハンフレット
12. 知っているものはない

問37 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、友人の口コミ
8. その他(具体的に:)
9. 情報収集しない

問38 認知症の本人や家族への支援として必要と覚えるものは何ですか。(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. わからない

かかりつけ医・在宅療養相談窓口 03(6912)0810

かかりつけ医や在宅療養など、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、12/29～1/3を除く)

◇ 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。)