

すこやか長寿アンケート
「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」
結果の概要

令和8年7月
高齢福祉課

目次

I 調査の概要

1	調査目的	1
2	調査方法	1
	（１）対象者	
	（２）調査期間	
	（３）回収状況	
3	調査（アンケート）内容	1
4	調査結果の集計について	2
5	回答者の属性について	2
	（１）圏域別	
	（２）自立度別	
	（３）年代別	
	（４）男女別	
	【参考】ウェブ回答者の属性について	3

II 調査・分析結果

問 1	家族や生活状況について	4
問 2	からだを動かすことについて	4
問 3	食べることについて	5
問 4	毎日の生活について	6
問 5	地域での活動について	8
問 6	たすけあいについて	9
問 7	健康について	10
問 8	「もしもの時」のために望む医療と療養の場所について	11
問 9	成年後見制度について	11
問 10	認知症について	11
問 11	介護保険について	12
問 12	高齢者福祉について	12

I 調査の概要

1 調査目的

日常生活圏域における高齢者の生活実態と課題、ニーズ等を把握し、第十一次山口市高齢者保健福祉計画及び第十次山口市介護保険事業計画（令和９年度～１１年度）策定の基礎資料とする。

2 調査方法

（１）対象者

令和７年１２月末現在、６５歳以上の山口市民の中から、次のとおり３つに区分し、６つの圏域ごとに、合計５，４１０人を無作為（層化無作為抽出法）に抽出。

区分	人数
介護保険の認定を受けておられない方	３，２２８人
介護予防・日常生活支援総合事業対象者の方	１２６人
要支援１または要支援２の認定を受けておられる方	２，０５６人
合計	５，４１０人

（圏域）

- １ 北東部（仁保、小鯖、大内、宮野）
- ２ 中央部（大殿、白石、湯田）
- ３ 鴻南（吉敷、平川、大歳）
- ４ 南部（陶、鑄銭司、名田島、秋穂二島、嘉川、佐山、小郡、秋穂、阿知須）
- ５ 徳地
- ６ 阿東

（２）調査期間

発送日 令和８年２月３日

回収期限 令和８年３月１９日

（３）回収状況

回収数 ３，１８６件／５，４１０件（うち、ウェブ回収数：２６９件）

回収率 ５８．９％（うち、ウェブ回収率：８．４％） 【参考：前回５９．４％】

3 調査（アンケート）内容

問１ 家族や生活状況について

問２ からだを動かすことについて

問３ 食べることについて

問４ 毎日の生活について

問５ 地域での活動について

問６ たすけあいについて

問７ 健康について

問８ 「もしもの時」のために望む医療と療養の場所について

問９ 成年後見制度について

問１０ 認知症について

問１１ 介護保険について

問１２ 高齢者福祉について

4 調査結果の集計について

厚生労働省が示す有効回答数を確保することを前提に調査を実施。「要支援1または要支援2の認定を受けておられる方」については、徳地・阿東圏域の対象者が少数であるため、全員を調査対象としたほか、介護予防に向けた取組の推進を図る観点から、その他の圏域も調査対象を増やしている。このため、全体を把握するための集計数は、区分ごとの人口割合を基に算出した件数を使用。

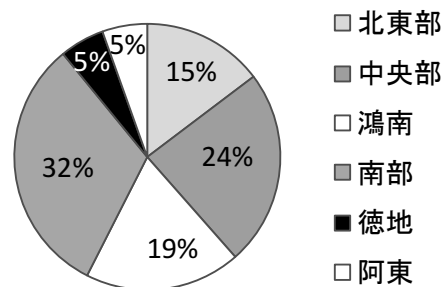
区分	人口	調査件数
介護保険の認定を受けておられない方 (総合事業対象者の方含む)	46,407人 (93.6%)	1,663件 (93.3%)
要支援1または要支援2の認定を受けておられる方	3,169人 (6.4%)	120件 (6.7%)
全体集計数	49,576人	1,783件

5 回答者の属性について

(1) 圏域別

圏域	件数
北東部	262
中央部	425
鴻南	338
南部	563
徳地	97
阿東	98
合計	1,783

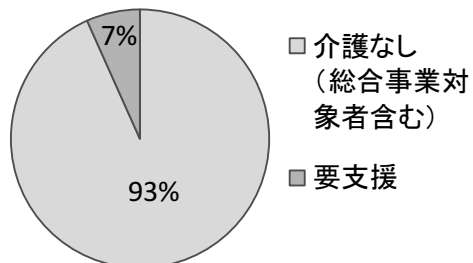
圏域別



(2) 自立度別

自立度	件数
介護なし (総合事業対象者含む)	1,663
要支援	120
合計	1,783

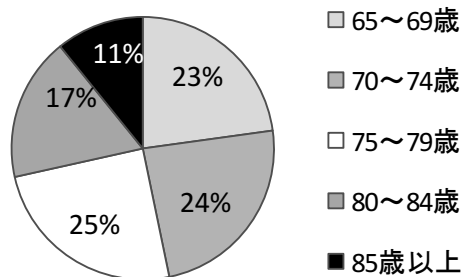
自立度別



(3) 年代別

年齢区分	件数
65～69歳	407
70～74歳	427
75～79歳	441
80～84歳	315
85歳以上	193
合計	1,783

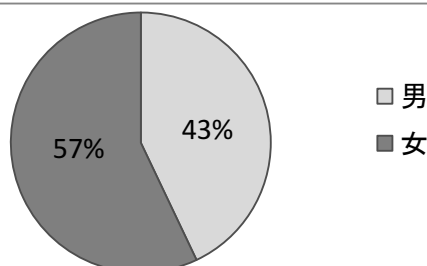
年代別



(4) 男女別

性別	件数
男	766
女	1,017
合計	1,783

男女別

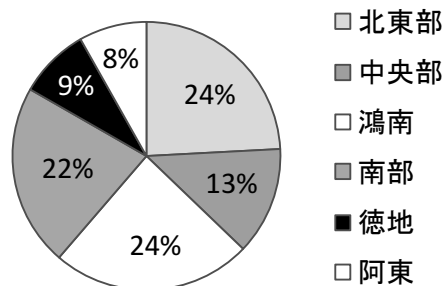


【参考】ウェブ回答者の属性について

(1) 圏域別

圏 域	件数
北東部	65
中央部	35
鴻南	65
南部	59
徳地	23
阿東	22
合計	269

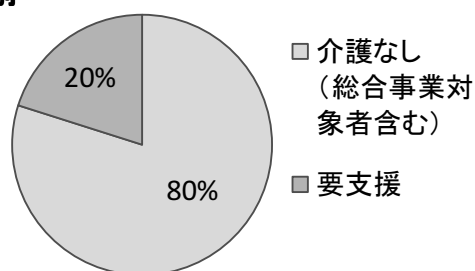
圏域別



(2) 自立度別

自立度	件数
介護なし (総合事業対象者含む)	215
要支援	54
合計	269

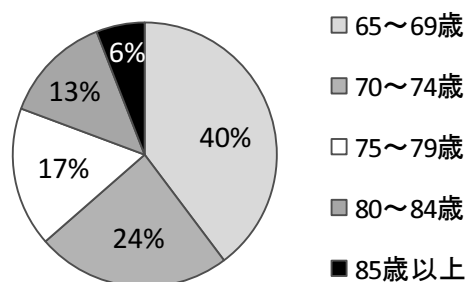
自立度別



(3) 年代別

年齢区分	件数
65～69歳	107
70～74歳	64
75～79歳	46
80～84歳	36
85歳以上	16
合計	269

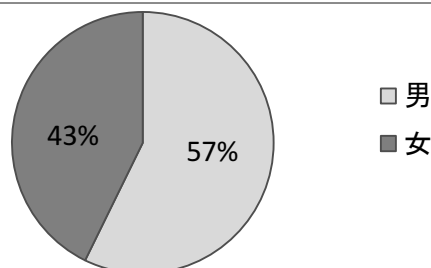
年代別



(4) 男女別

性別	件数
男	154
女	115
合計	269

男女別



※回答者のうち、本人による回答は226件 (84.0%)

Ⅱ 調査・分析結果

問 1 家族や生活状況について	【結果報告書：P 3-6】
持家（一戸建て）の夫婦二人暮らし世帯が多い。 加齢や日常生活での事故、生活習慣病など、複数の要因から介護・介助が必要となっている。	
Q 1. 家族構成	最も多いのが「夫婦二人暮らし（配偶者 65 歳以上）」（46.4%）
Q 2. 普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか	「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」または「現在、何らかの介護を受けている」と回答した介護・介助が必要な高齢者は、合わせて 11.1%
Q 2-1. 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか	最も多いのが「骨折・転倒」（18.8%）、次いで「高齢による衰弱」（16.8%）、「脳卒中」（16.2%）
Q 2-2. 主にどなたの介護・介助を受けていますか	最も多いのが「配偶者（夫・妻）」（44.5%）、次いで「娘」（30.0%）
Q 3. 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	「大変苦しい」または「やや苦しい」と回答した高齢者は、合わせて 33.0%
Q 4. お住まいは一戸建て、または集合住宅のどちらですか	最も多いのが「持家（一戸建て）」（83.5%）

問 2 からだを動かすことについて	【結果報告書：P 7-14】
半数を超える方が転倒に対する不安を抱え、3 人に 1 人を超える方が過去 1 年間に転んだ経験がある。また、6 割近くの方が普段運動をしている一方、外出を控えている方の理由として 4 割を超える方が「足腰などの痛み」であることから、高齢者の転倒予防や運動機能の維持のために、引き続き、身近な地域で参加できる介護予防事業の推進が必要。	
Q 1. 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	「できるし、している」と回答した高齢者は、58.7%
Q 2. 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	「できるし、している」と回答した高齢者は、74.6%
Q 3. 15 分位続けて歩いていますか	「できるし、している」と回答した高齢者は、69.2%
Q 4. 過去 1 年間に転んだ経験がありますか	「何度もある」または「1 度ある」と回答した高齢者は、合わせて 36.3%
Q 5. 転倒に対する不安は大きいですか	「とても不安である」または「やや不安である」と回答した高齢者は、合わせて 53.9%
Q 6. 週 1 回以上は外出していますか	「週 1 回」「週 2～4 回」「週 5 回以上」と回答した高齢者は、合わせて 92.2%
Q 7. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	「とても減っている」または「減っている」と回答した高齢者は、合わせて 23.5%

Q 8. 外出を控えていますか

外出を控えている高齢者は、18.5%

Q 8-1. 外出を控えている理由

最も多いのが「足腰などの痛み」(42.4%)、次いで「外での楽しみがない」(19.1%)

Q 9. 外出する際の移動手段は何ですか

「自動車（自分で運転）」(66.2%)、次いで「徒歩」(40.8%)

Q 10. 普段運動をしていますか

普段運動をしている高齢者は、57.9%

Q 10-1. 現在している運動は何ですか

最も多いのが「散歩・ウォーキング」(67.4%)、次いで「体操」(22.2%)

問3 食べることについて

【結果報告書：P15-19】

3割程度の方は固いものが食べにくく、汁物等でむせることがある。また、4割以上の方は定期的な歯科受診（検診を含む）をしていないことから、歯科受診を含め、受診しやすい健康診査などの体制整備及び診査結果に応じた支援の検討が必要。

Q 1. 身長、体重、BMI

身長：最も多いのが「150cm 以上 160cm 未満」(40.0%)

体重：最も多いのが「50kg 以上 60kg 未満」(34.9%)

BMI：最も多いのが「18.5 以上 25.0 未満」(68.4%)

Q 2. 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

食べにくくなった高齢者は、30.3%

Q 3. お茶や汁物等でむせることがありますか

むせることがある高齢者は、32.1%

Q 4. 口の渇きが気になりますか

気になる高齢者は、26.0%

Q 5. 定期的に歯科受診（健診を含む）をしていますか

定期的に行っている高齢者は、56.6%

Q 6. 歯の数と入れ歯の利用状況

「自分の歯は20本以上、かつ入れ歯を利用」または「自分の歯は19本以下、かつ入れ歯を利用」と回答した高齢者は、合わせて50.2%

Q 7. 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

体重減少があった高齢者は、13.5%

Q 8. どなたかと食事をとる機会がありますか

「毎日ある」「週に何度かある」「月に何度かある」「年に何度かある」と回答した高齢者は、合わせて85.2%

問4 毎日の生活について

【結果報告書：P20-34】

外出や買い物、食事の用意等の日常生活については、7割を超える方が自分でしていると回答。趣味や生きがいについても、概ね7割の方があると回答。

自立した日常生活を続けるうえで必要とを感じるものとして、自家用乗用車に次いで、4割を超える方がスマートフォンと回答し、モバイル端末所有者のうち、9割近くの方がスマートフォンを主に使用している。また、スマートフォンを利用して新たに始めたことは、家族・友人との文字通信（LINE、メールなど）や、家族・友人との音声通話が中心となっているほか、2割の方が買物・飲食等の支払いで利用されている。

今後、スマートフォンの活用によって、日常生活をより快適にし、自立した生活を続けていくためのツールになることが期待されるため、デジタル機器を効果的に使えるような環境づくりや支援の検討が必要。

Q1. 物忘れが多いと感じますか

多いと感じている高齢者は、39.4%

Q2. 今日が何月何日かわからない時がありますか

わからない時がある高齢者は、26.3%

Q3. 自分や家族にももの忘れの心配があるとき、どうしますか

「どこか（誰か）に相談する」と回答した高齢者は36.1%。「何もしない」と回答した高齢者は、33.0%

Q3-1. 自分や家族にももの忘れの心配があるとき、どこに（誰に）相談しますか

「どこか（誰か）に相談する」と回答した高齢者のうち、相談先について、最も多いのが「かかりつけ医」（67.8%）、次いで「地域包括支援センター」（23.5%）

Q3-2. 自分や家族にももの忘れの心配があるとき、何もしないのはなぜですか

最も多いのが「困ってから相談すればいいと思う」（53.9%）

Q4. バスや電車を使って一人で外出していますか（自家用車でも可）

「できるし、している」と回答した高齢者は、76.9%

Q5. 自分で食品・日用品の買物をしていますか

「できるし、している」と回答した高齢者は、85.5%

Q6. 自分で食事の用意をしていますか

「できるし、している」と回答した高齢者は、73.1%

Q7. 自分で請求書の支払いをしていますか

「できるし、している」と回答した高齢者は、83.7%

Q8. 自分で預貯金の出し入れをしていますか

「できるし、している」と回答した高齢者は、83.1%

Q9. 困っていることはありますか

最も多いのが「特にない」（59.9%）、一方で、困りごととして最も多いのが「電球の交換」（13.6%）、次いで「掃除（屋外）」（11.4%）、「布団干し」（10.3%）

Q10. 自立した日常生活を続けるうえで必要とを感じるものは何ですか

最も多いのが「自家用乗用車」（54.5%）、次いで「スマートフォン」（45.8%）

Q11. 災害時に、一人で避難することができますか

一人で避難することができる高齢者は、80.3%

Q 1 1－1. 誰かの支援が必要な方の支援者は誰ですか

最も多いのが「家族・親戚」(73.9%)、次いで「近所の人」(27.2%)

Q 1 2. 健康についての記事や番組に関心がありますか

関心がある高齢者は、84.2%

Q 1 3. 趣味がありますか

趣味がある高齢者は、67.9%

Q 1 4. 生きがいがありますか

生きがいがある高齢者は、73.2%

Q 1 5. モバイル端末（スマートフォンやノートパソコン、タブレット端末などの電子機器）を所有していますか

モバイル端末を所有している高齢者は、79.4%

Q 1 5－1. 主に使っているモバイル端末

最も多いのが「スマートフォン」(86.7%)

Q 1 5－2. スマートフォンを利用して新たに始めたことは何ですか

最も多いのが「家族・友人との文字通信（LINE、メールなど）」(65.9%)、次いで「家族・友人との音声通話」(50.8%)、買物・飲食等の支払い (20.5%)

問5 地域での活動について

【結果報告書：P35-39】

各種のグループ活動への参加は2割程度、学習・教養サークルや介護予防のための地域の通い場、老人クラブへの参加は1割程度で、参加率は低い一方、地域活動への参加意識は約5割の方が持たれているため、高齢者が気軽に交流できる場の提供や、地域社会を支える担い手として活躍しながら、生きがいをもって暮らせる環境づくりが必要。

Q1-1. ボランティアのグループへの参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて19.1%、「参加していない」と回答した高齢者は70.7%

Q1-2. スポーツ関係のグループやクラブへの参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて19.8%、「参加していない」と回答した高齢者は70.8%

Q1-3. 趣味関係のグループへの参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて25.8%、「参加していない」と回答した高齢者は65.8%

Q1-4. 学習・教養サークルへの参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて12.1%、「参加していない」と回答した高齢者は77.5%

Q1-5. 介護予防のための通いの場への参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて13.8%、「参加していない」と回答した高齢者は78.4%

Q1-6. 老人クラブへの参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて9.6%、「参加していない」と回答した高齢者は82.6%

Q1-7. 町内会・自治会への参加

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて47.9%、「参加していない」と回答した高齢者は44.1%

Q1-8. 収入のある仕事への就労

「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」「年に数回」と回答した高齢者は、合わせて33.0%、「していない」と回答した高齢者は59.4%

Q2. 地域での活動への「参加者」としての参加

「是非参加したい」または「参加してもよい」と回答した高齢者は、合わせて52.8%

Q3. 地域の活動への企画・運営（お世話役）としての参加

「是非参加したい」または「参加してもよい」と回答した高齢者は、合わせて27.0%

問6 たすけあいについて

【結果報告書：P40-50】

まわりで困っている高齢者がいたときにできる支援があると回答した方は5割を超えているが、地域（近所）の人に手伝ってもらっていることは「特にない」が8割を超えている。

また、地域との関わりについて、近所の人と挨拶をする程度の方が6割を超え、家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手はいないという方が4割となっており、日常生活の中でできる支援について、地域住民が共に支え合っていく仕組みやきっかけづくりの検討が必要。

Q1. まわりで困っている高齢者がいたときに、あなたができる支援はありますか

あると回答した高齢者は、56.7%

Q1-1. 困っている高齢者がいたときにできる支援について（支援できる方のみ）

最も多いのが「見守り・声かけ」（73.2%）、次いで「話し相手」（44.9%）

Q2. 現在、地域（近所）の人に手伝ってもらっていることがありますか

「特にない」と回答した高齢者は、81.5%

Q3. 今後、地域で高齢者を支え合う仕組みとして地域の方に手伝ってほしいと思う支援は何ですか

最も多いのが「特にない」（48.3%）で、次いで「見守り・声かけ」（22.6%）

Q4. あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人

最も多いのが「配偶者」（54.4%）、次いで「友人」（42.3%）

Q5. あなたが心配事や愚痴を聞いてあげる人

最も多いのが「配偶者」（51.5%）、次いで「友人」（42.2%）

Q6. 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

最も多いのが「配偶者」（60.2%）、次いで「別居の子ども」（35.1%）

Q7. 看病や世話をしてあげる人

最も多いのが「配偶者」（59.5%）、次いで「別居の子ども」（24.2%）

Q8. 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください

最も多いのが「そのような人はいない」（41.3%）、次いで「医師・歯科医師・看護師」（25.2%）

Q9. 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか

最も多いのが「月に何度かある」（26.1%）、次いで「週に何度かある」（25.7%）

Q10. 現在、地域とどのような関わりをしていますか

最も多いのが「近所の人と挨拶をする程度」（61.4%）、次いで「自治会・町内会など地域の集まりに参加している」（31.7%）、「近所の人と行き来している」（28.0%）

問 7 健康について

【結果報告書：P 51-56】

健康状態は8割近くの方が良いと回答し、健康のために取り組んでいることとして、運動と食事の割合が6割を超えているため、引き続き、高齢者が運動できる環境づくりに加え、自主的に継続して取り組めるよう支援が必要。

また、運動に加え、バランスの取れた食生活も重要であるため、フレイル予防の普及啓発に向けた取組等の検討が必要。

Q 1. 現在のあなたの健康状態はいかがですか

「とてもよい」または「まあよい」と回答した高齢者は、合わせて 75.8%

Q 2. 健康のために取り組んでいることがありますか

取り組んでいることがある高齢者は、69.6%

Q 2-1. 取り組んでいることは何ですか（取り組んでいる方のみ）

最も多いのが「運動（散歩・体操・球技等）」（72.7%）、次いで「食事」（66.6%）

Q 3. あなたは、現在どの程度幸せですか

10点（とても幸せ）と回答した高齢者は 11.0%、0点（とても不幸）と回答した高齢者は 0.5%。

「6点」「7点」「8点」「9点」「10点」と回答した高齢者は、合わせて 72.0%

Q 4. 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

あったと回答した高齢者は、37.6%

Q 5. この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがありましたか

あると回答した高齢者は、26.6%

Q 6. お酒は飲みますか

「ほぼ毎日飲む」または「時々飲む」と回答した高齢者は、合わせて 38.6%

Q 7. タバコは吸っていますか

「ほぼ毎日吸っている」「時々吸っている」と回答した高齢者は、合わせて 7.9%

Q 8. 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか

最も多いのが「高血圧」（43.1%）

問 8 「もしもの時」のために望む医療と療養の場所について

【結果報告書：P 57-58】

終末期を迎えたとき、7割の方が延命治療を望んでおらず、最後まで自宅で過ごしたい方を含め、5割の方は自宅療養を望んでいるため、本人や家族の希望や意志が尊重できるよう、終活に関する普及啓発や在宅療養できる環境整備の検討が必要。

Q 1. もしも、あなたが病気にかかり、自分の考えを伝えられなくなった場合に受けたい医療について、誰かと話し合ったことはありますか

あると回答した高齢者は、38.6%

Q 1-1. 誰と話し合いましたか

最も多いのが「配偶者（夫・妻）」で 58.3%

Q 2. もしも、あなたが病気にかかり、自分の考えを伝えられなくなった場合に、延命を最も重視した治療を望みますか

「延命治療を望まない」と回答した高齢者は、70.2%

Q 3. もしも、あなたが病気にかかり、自分の考えを伝えられなくなった場合に、どこで過ごしたいと思いますか

最も多いのは「自宅で療養して、必要時に医療機関に入院したい」で 38.3%、また、「最後まで自宅で過ごしたい」と回答した高齢者は、12.2%

問 9 成年後見制度について

【結果報告書：P 59-60】

成年後見制度について、5割の方は認知しているが、詳細な内容の理解が不足しているため、引き続き、制度の周知を図る取組や安心して利用できる仕組みづくりが必要。

Q 1. 成年後見制度を知っていますか

「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した高齢者は、合わせて 50.2%

Q 1-1. 成年後見制度についてどのような印象を持っていますか

最も多いのが「手続きがわからない」（28.4%）、次いで「誰が成年後見人になるか不安」（24.4%）、「印象は特にない」（22.8%）

問 10 認知症について

【結果報告書：P 61-63】

認知症に関する相談窓口があることを知っている方は3割程度、また、本市の認知症に関する取組を知っている方も2割程度であることから、認知症に関する相談窓口の周知及び知識や対応方法などの普及啓発が必要。

Q 1. 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

症状がある、または家族に認知症の症状があると回答した高齢者は、11.3%

Q 2. 認知症に関する相談窓口を知っていますか

知っている高齢者は、34.4%

Q 3. 市の認知症に対する取組を知っていますか

知っている高齢者は、18.1%

Q 3-1. 知っている取組は何ですか

最も多いのが「認知症カフェ」（52.0%）、次いで「認知症サポーター養成講座」（48.9%）、「もの忘れホットライン」（39.3%）

問 1 1 介護保険について	【結果報告書：P 6 4-6 8】
介護保険制度は、将来、役に立つと思っている方は8割近くいるが、3年に1度、制度の見直しがあるため、引き続き、制度やサービス内容の理解促進が必要。	
Q 1. 介護保険制度について知っている項目 最も多いのが「介護保険料は、世帯や本人の課税状況や収入等により段階が分かれている」(51.8%)、次いで「要介護（要支援）認定申請→認定調査→要介護度の審査・判定→ケアプラン作成→介護保険サービス利用」(42.1%) Q 2. 介護保険サービスの種類として知っている項目 最も多いのが「日帰りで通うサービス（通所介護（デイサービス）、通所リハ等）」(81.0%)、次いで「家庭に訪問してもらうサービス（訪問介護（ホームヘルプ）、訪問看護等）」(76.5%) Q 3. 介護保険制度は、将来あなたの役に立つと思いますか <u>「役に立つ」または「ある程度役に立つ」と回答した高齢者は、合わせて 77.3%</u>	

問 1 2 高齢者福祉について	【結果報告書：P 6 9-7 0】
買い物や通院等の日常生活に不可欠な外出時の移動手段や、緊急時の対処に不安を感じている方のほか、各種の福祉サービスの充実を希望されているため、引き続き、外出支援や見守り支援のほか、高齢者一人ひとりの状態やニーズに応じた在宅福祉サービスの提供が必要。	
Q 1. 高齢者施策（サービス）について、特に力を入れてほしい項目 ①バスやタクシーなどを利用して外出できる移動手段の確保（47.1%） ②緊急時に通報ができる装置の貸与や設置支援（36.0%） ③買物や掃除、食事などの日常生活を支援する福祉サービスの充実（34.2%） ④家族による介護（介護者の会等）を援助する福祉サービスの充実（33.7%） ⑤在宅医療（訪問診療・訪問看護等）の充実（30.7%） ⑥高齢者福祉の相談ができる窓口の充実（28.2%）	