

長野県高齢者実態調査 結果

(元 気 高 齢 者 等 実 態 調 査)

飯山市

《 高齢者の状況 》

飯山市の高齢化率 30.6% (平成22年10月1日国勢調査)

人口23,548人のうち65歳以上が7,207人

*参考 長野県の高齢化率 26.5%

要介護・要支援認定者 1,296人 ・認定率17.86%(平成23年3月31日)

《 調査概要 》

●調査目的

飯山市内に居住する高齢者(介護施設等の入居者を除く)の生活実態や介護サービスの利用に対する実情・意向を把握し、高齢者が安心して生活できるための保健福祉サービスの充実、支援の必要な方への早期対応に向けた施策構築、今後の老人福祉計画・介護保険事業計画策定のための基礎資料とする。

●調査対象

65歳以上の在宅の要介護・要支援認定者全員 971人(平成22年12月1日現在)

65歳以上の在宅の元気高齢者・特定高齢者約20% 1,180人(平成22年12月1日現在)

●調査期間

平成22年12月1日から平成23年1月25日

●調査方法

要介護・要支援認定者……… 訪問調査

元気高齢者……… 郵送配布、郵送回収

●回収結果

要介護・要支援認定者

1.調査票配布数 971人(介護施設等の入所者除く)

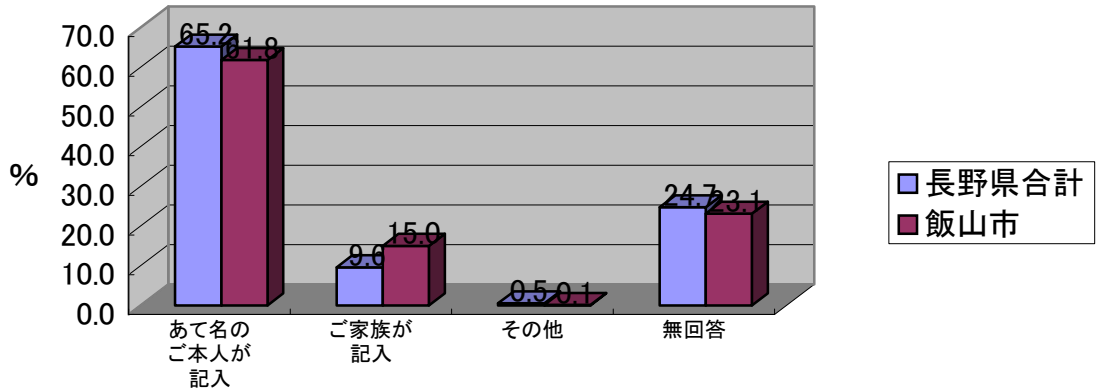
2.調査票回収数 895人(回収率 92.17%)

元気高齢者

1.調査票発送数 1,180人(介護施設等の入所者除く)

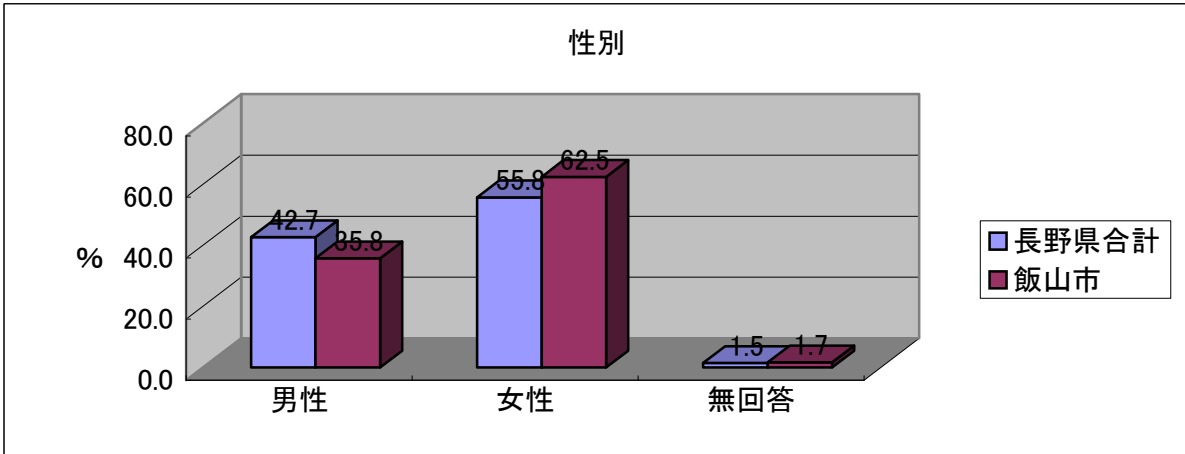
2.調査票回収数 984人(回収率 83.38%)

調査票記入者



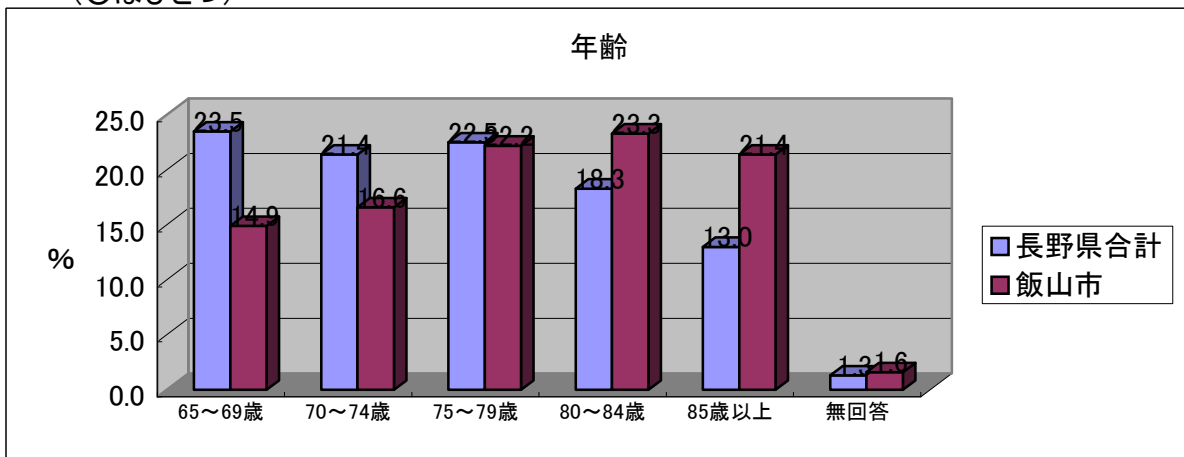
		あて名のご本人が記入	ご家族が記入	その他	無回答
長野県合計	10,963 100%	7,146 65.2%	1,054 9.6%	53 0.5%	2,710 24.7%
飯山市	984 100%	608 61.8%	148 15.0%	1 0.1%	227 23.1%

問1 あなた(あて名のご本人)の性別はどちらですか。(○はひとつ)

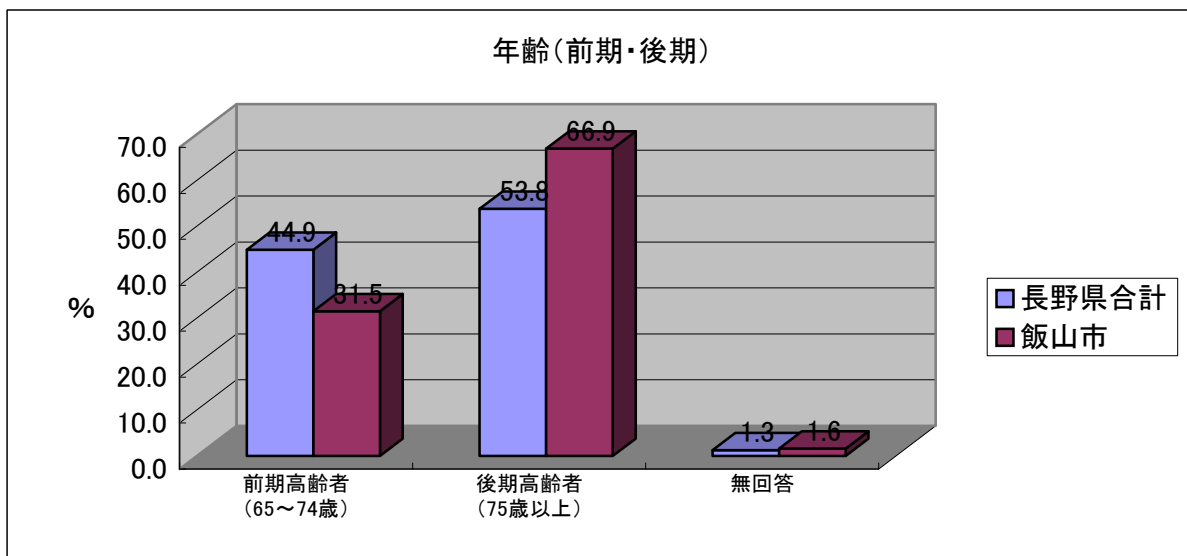


		男性	女性	無回答
長野県合計	10,963 100%	4,677 42.7%	6,118 55.8%	168 1.5%
飯山市	984 100%	352 35.8%	615 62.5%	17 1.7%

問2 あなた(あて名のご本人)の年齢はおいくつですか。(平成22年12月1日現在)
(〇はひとつ)

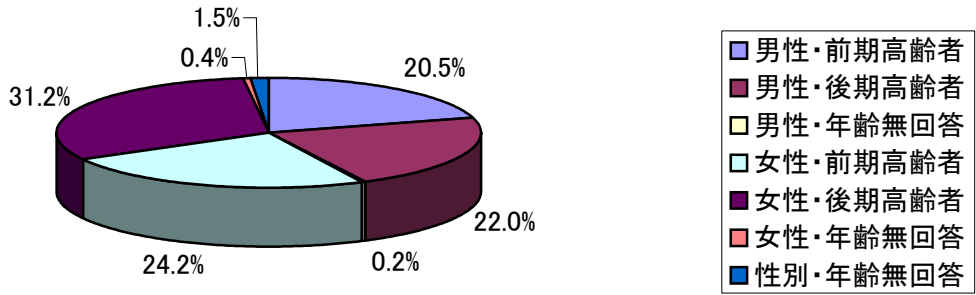


		65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	無回答
長野県合計	10,963	2,572	2,350	2,470	2,001	1,423	147
	100%	23.5%	21.4%	22.5%	18.3%	13.0%	1.3%
飯山市	984	147	163	218	229	211	16
	100%	14.9%	16.6%	22.2%	23.3%	21.4%	1.6%



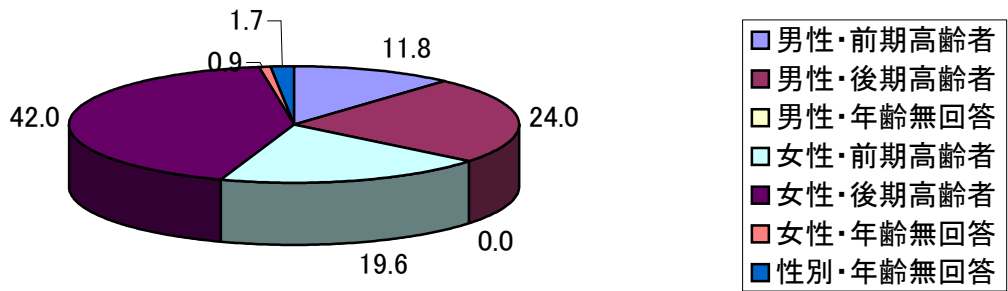
		前期高齢者 (65～74歳)	後期高齢者 (75歳以上)	無回答
長野県合計	10,963	4,922	5,894	147
	100%	44.9%	53.8%	1.3%
飯山市	984	310	658	16
	100%	31.5%	66.9%	1.6%

年齢(男女別前期・後期)
長野県合計



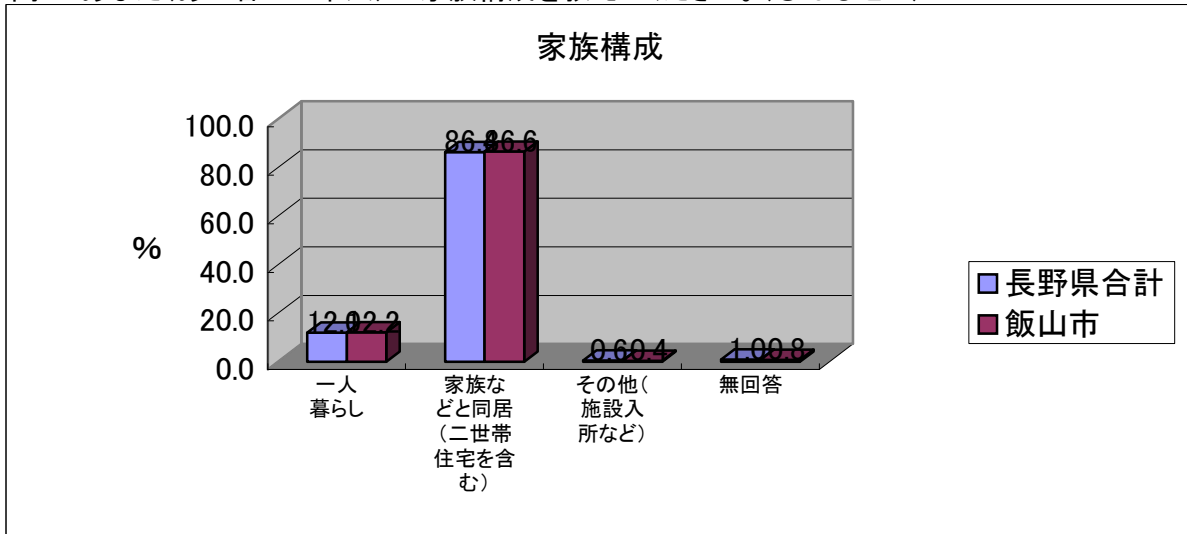
	男性・前期高 齢者	男性・後期高 齢者	男性・年齢無 回答	女性・前期高 齢者	女性・後期高 齢者	女性・年齢無 回答	性別・年齢無 回答
長野県合計	20.5%	22.0%	0.2%	24.2%	31.2%	0.4%	1.5%

年齢(男女別前期・後期)
飯山市

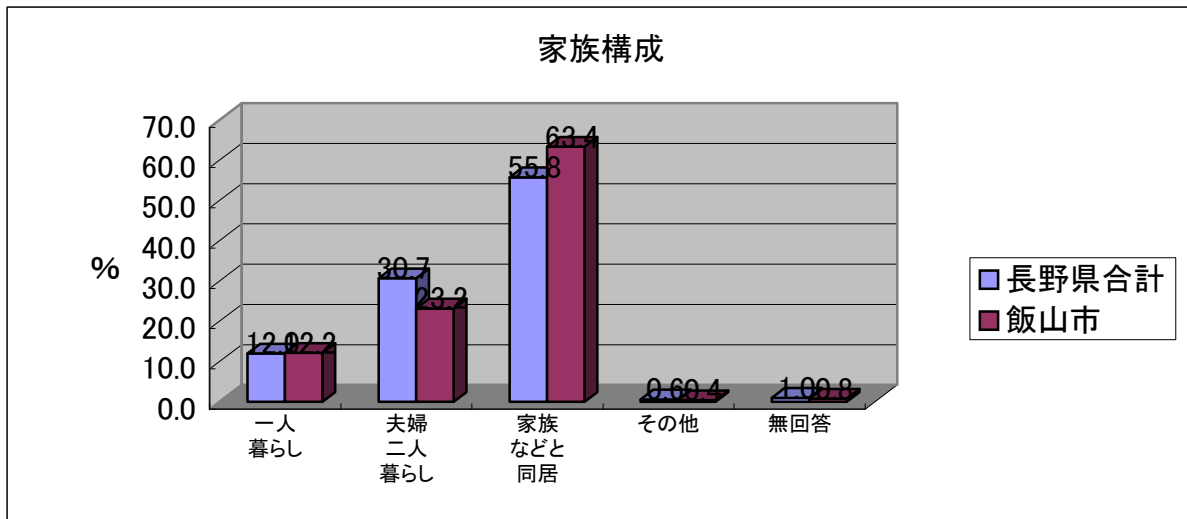


	男性・前期高 齢者	男性・後期高 齢者	男性・年齢無 回答	女性・前期高 齢者	女性・後期高 齢者	女性・年齢無 回答	性別・年齢無 回答
飯山市	11.8%	24.0%	0.0%	19.6%	42.0%	0.9%	1.7%

問3 あなた(あて名のご本人)の家族構成を教えてください。(〇はひとつ)



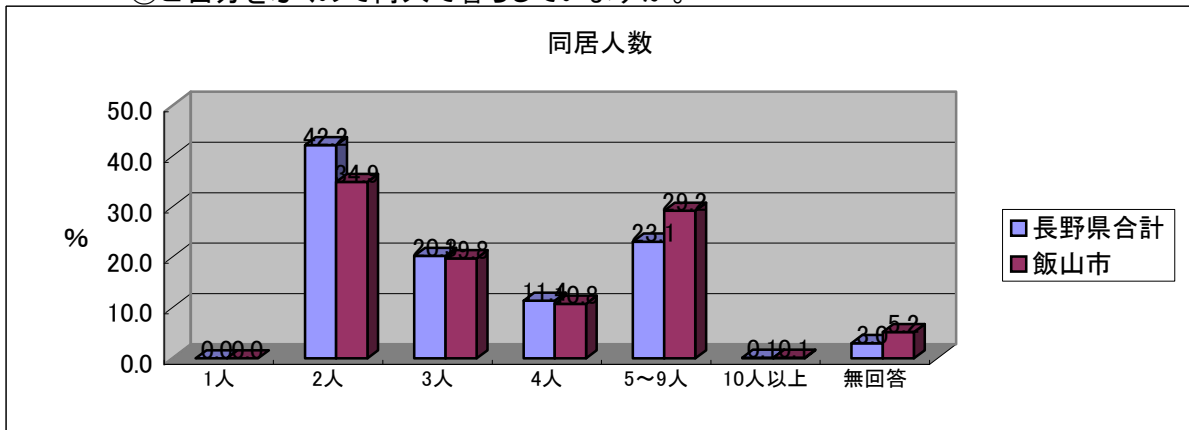
	一人暮らし	家族など同居(二世帯住宅を含む)	その他(施設入所など)	無回答
長野県合計	10,963 100%	1,316 12.0%	9,477 86.4%	64 0.6%
飯山市	984 100%	120 12.2%	852 86.6%	4 0.4%



	一人暮らし	夫婦二人暮らし	家族など同居	その他	無回答
長野県合計	10,963 100%	1,316 12.0%	3,363 30.7%	6,114 55.8%	64 0.6%
飯山市	984 100%	120 12.2%	228 23.2%	624 63.4%	4 0.4%

問3-1 (家族など同居されている方のみ)

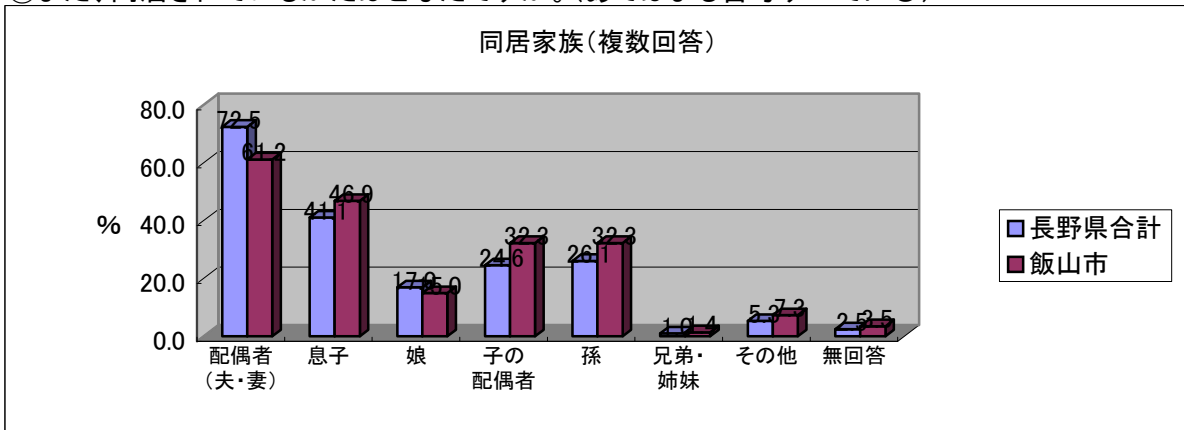
①ご自分をふくめて何人で暮らしていますか。



	1人	2人	3人	4人	5~9人	10人以上	無回答	
長野県合計	9,477 100%	0 0%	3,996 42.2%	1,928 20.3%	1,078 11.4%	2,185 23.1%	8 0.1%	282 3.0%
飯山市	852 100%	0 0%	297 34.9%	169 19.8%	92 10.8%	249 29.2%	1 0.1%	44 5.2%

平均
3.4
3.7

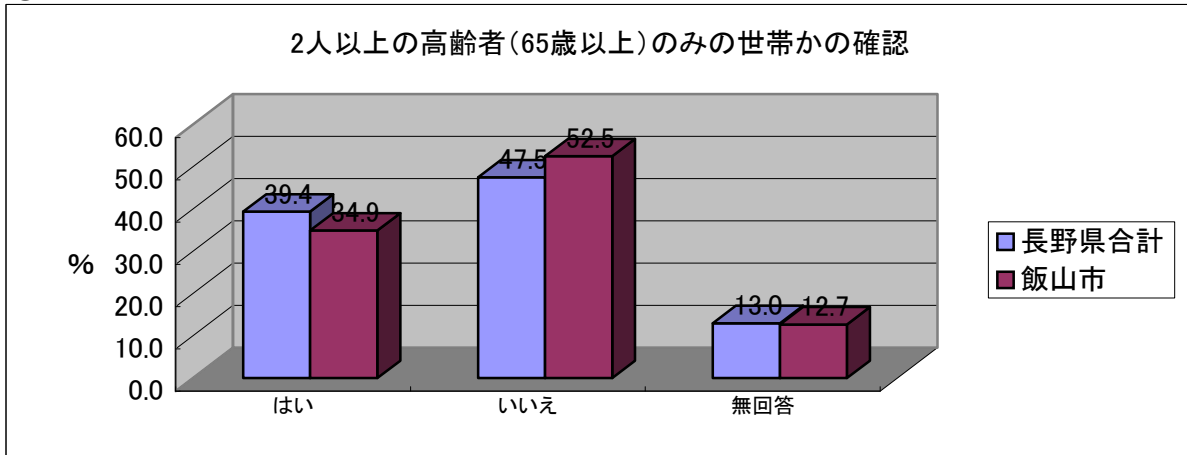
②また、同居されているかたはどなたですか。(あてはまる番号すべてに○)



	配偶者(夫・妻)	息子	娘	子の配偶者	孫	兄弟・姉妹	その他
長野県合計	9,477 6,875 72.5%	3,898 41.1%	1,615 17.0%	2,334 24.6%	2,473 26.1%	99 1.0%	498 5.3%
飯山市	852 521 61.2%	400 46.9%	128 15.0%	275 32.3%	275 32.3%	12 1.4%	62 7.3%

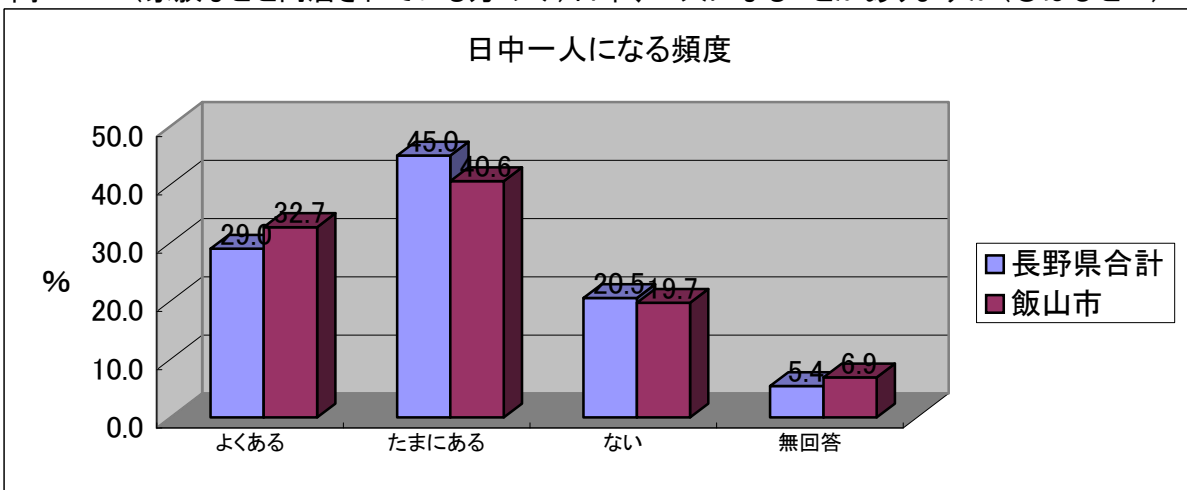
無回答
235
2.5%
30
3.5%

③2人以上の高齢者(65歳以上)のみの世帯ですか。(〇はひとつ)



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	人数	3,738	4,506	1,233
	割合	39.4%	47.5%	13.0%
飯山市	人数	297	447	108
	割合	34.9%	52.5%	12.7%

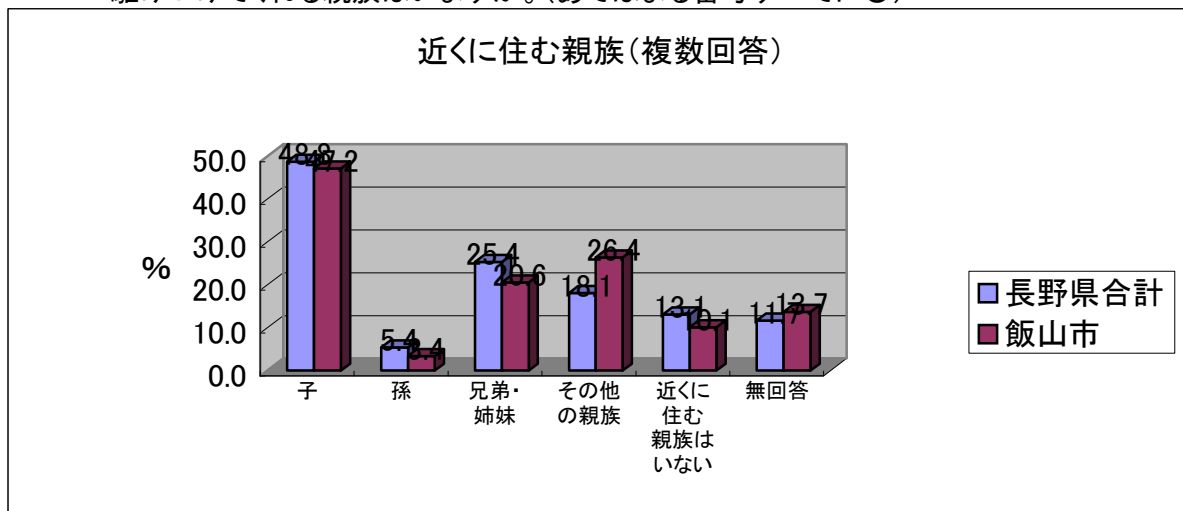
問3-2 (家族など同居されている方のみ)日中、一人になることがありますか(〇はひとつ)



		よくある	たまにある	ない	無回答
長野県合計	人数	2,753	4,267	1,947	510
	割合	29.0%	45.0%	20.5%	5.4%
飯山市	人数	279	346	168	59
	割合	32.7%	40.6%	19.7%	6.9%

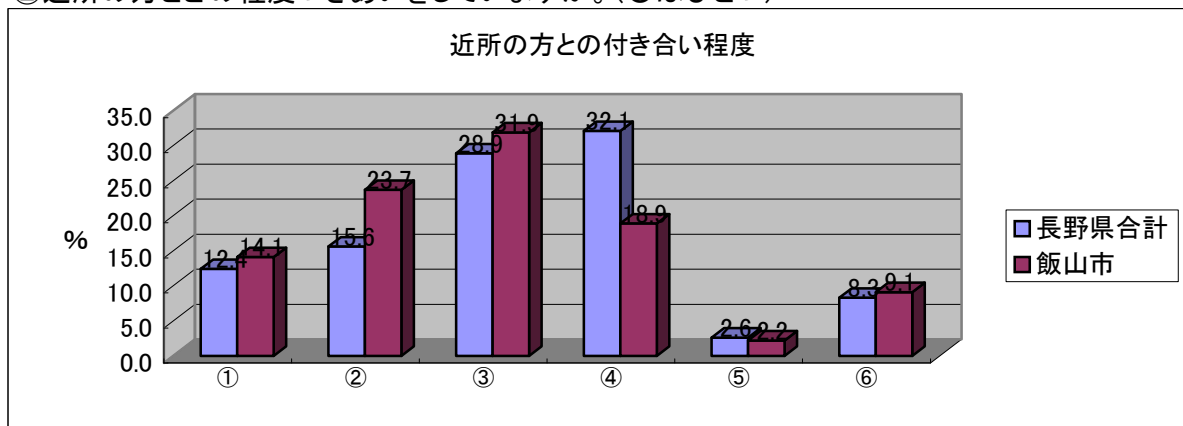
問3-3(「一人暮らし」か「2人以上の高齢者(65歳以上)のみの世帯」の方のみ)

①あなた(あて名のご本人)が急病の時などで手助けが必要な時、おおよそ30分以内に駆けつけてくれる親族はいますか。(あてはまる番号すべてに○)



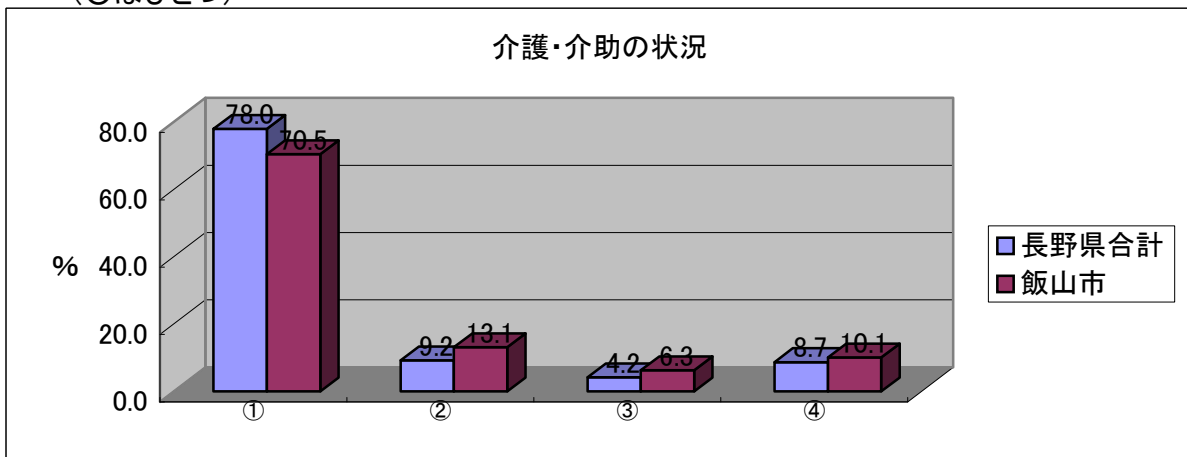
	子	孫	兄弟・姉妹	その他の親族	近くに住む親族はいない	無回答
長野県合計	5,054 48.8%	2,466 5.4%	274 25.4%	1,286 18.1%	915 13.1%	661 11.7%
飯山市	417 47.2%	197 3.4%	14 20.6%	86 26.4%	110 10.1%	42 13.7%

②近所の方とどの程度つきあいをしていますか。(○はひとつ)



	① 常に自宅に様子を見に来て(電話を)くれる人がいる	② お互いに訪問し合う人がいる	③ 困った時に気軽に頼める人がいる	④ あいさつ、立ち話をする程度の人がいる	⑤ つきあいはない	⑥ 無回答
長野県合計	5,054 100%	627 12.4%	789 15.6%	1,462 28.9%	1,624 32.1%	132 2.6%
飯山市	417 100%	59 14.1%	99 23.7%	133 31.9%	79 18.9%	9 2.2%

問4 あなた(あて名のご本人)は、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。
(○はひとつ)



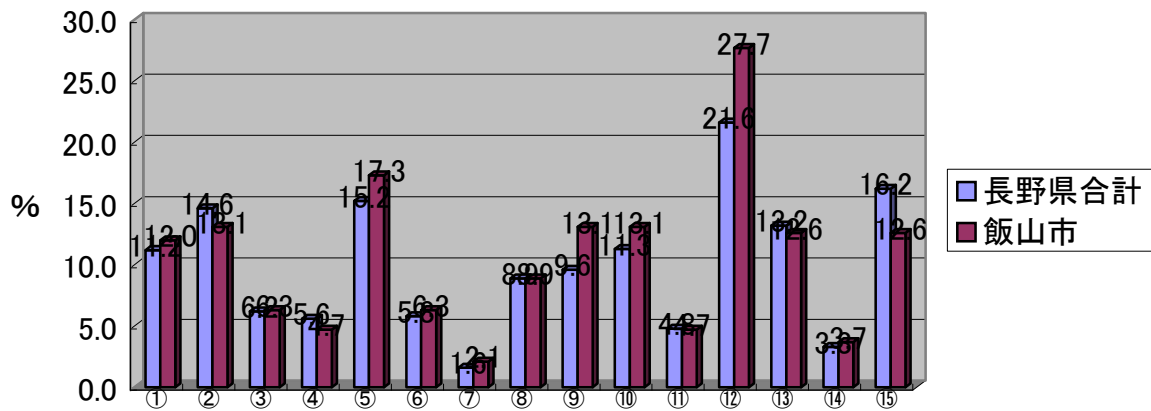
① ② ③ ④

何らかの介護・介助は必要だが現在は受けていない 現在何らかの介護を受けている 無回答

長野県合計	10,963 100%	8,547 78.0%	1,008 9.2%	459 4.2%	949 8.7%
飯山市	984 100%	694 70.5%	129 13.1%	62 6.3%	99 10.1%

問4-1 (問4で「2」または「3」を選んだ方のみ)
 介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。(あてはまる番号すべてに○)

要介護となった主原因(複数回答)



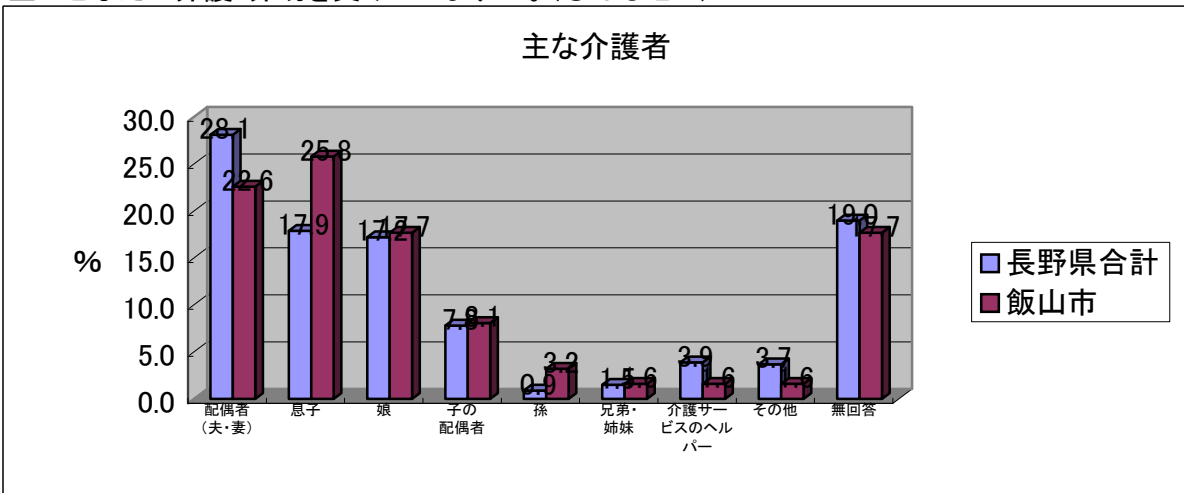
① 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
 ② 心臓病
 ③ がん(悪性新生物)
 ④ 呼吸器の病気 (肺炎腫・肺炎等)
 ⑤ 関節の病気 (リウマチ等)
 ⑥ 認知症(アルツハイマー病等)
 ⑦ パーキンソン病

長野県合計	1,467 100	165 11.2	214 14.6	91 6.2	82 5.6	223 15.2	85 5.8	23 1.6
飯山市	191 100	23 12.0	25 13.1	12 6.3	9 4.7	33 17.3	12 6.3	4 2.1

⑧ 糖尿病
 ⑨ 視覚・聴覚障害
 ⑩ 骨折・転倒
 ⑪ 脊椎損傷
 ⑫ 高齢による衰弱
 ⑬ その他
 ⑭ わからない
 ⑮ 無回答

	131 8.9	141 9.6	166 11.3	71 4.8	317 21.6	193 13.2	48 3.3	237 16.2
	17 8.9	25 13.1	25 13.1	9 4.7	53 27.7	24 12.6	7 3.7	24 12.6

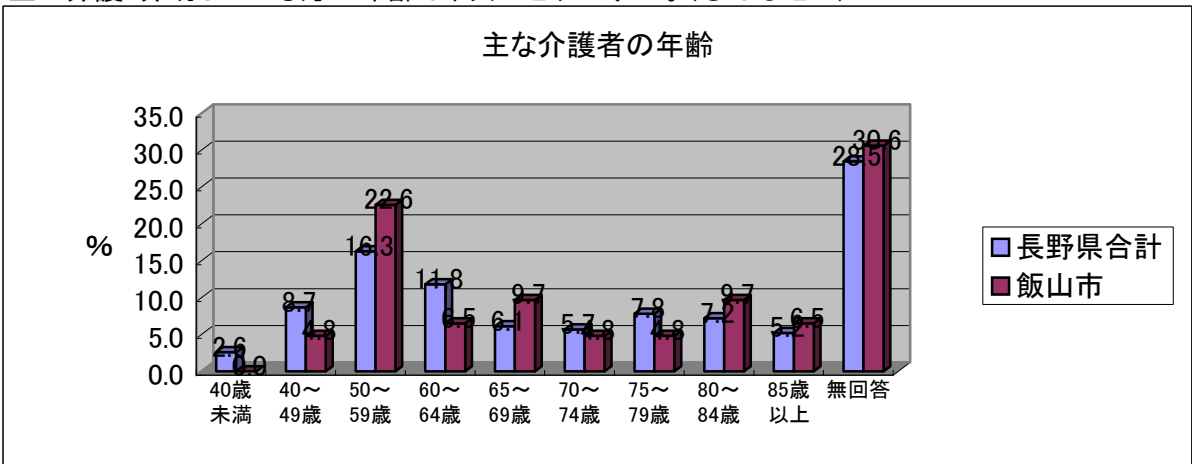
問4-2 (問4で「3」を選んだ方のみ)
主にどなたの介護・介助を受けていますか。(〇はひとつ)



	配偶者(夫・妻)	息子	娘	子の配偶者	孫	兄弟・姉妹	介護サービスのヘルパー	
長野県合計	459 100	129 28.1	82 17.9	79 17.2	36 7.8	4 0.9	7 1.5	18 3.9
飯山市	62 100	14 22.6	16 25.8	11 17.7	5 8.1	2 3.2	1 1.6	1 1.6

その他	無回答
17	87
3.7	19.0
1	11
1.6	17.7

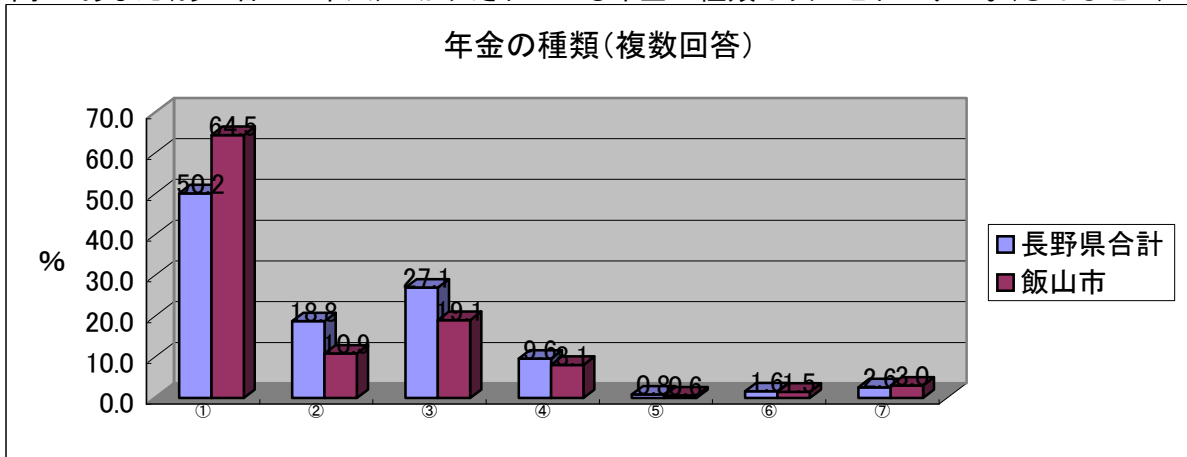
問4-3 (問4で「3」を選んだ方のみ)
 主に介護・介助している方の年齢は、次のどれですか。(〇はひとつ)



		40歳 未満	40~ 49歳	50~ 59歳	60~ 64歳	65~ 69歳	70~ 74歳	75~ 79歳
長野県合計	459	12	40	75	54	28	26	36
	100	2.6	8.7	16.3	11.8	6.1	5.7	7.8
飯山市	62	0	3	14	4	6	3	3
	100	0.0	4.8	22.6	6.5	9.7	4.8	4.8

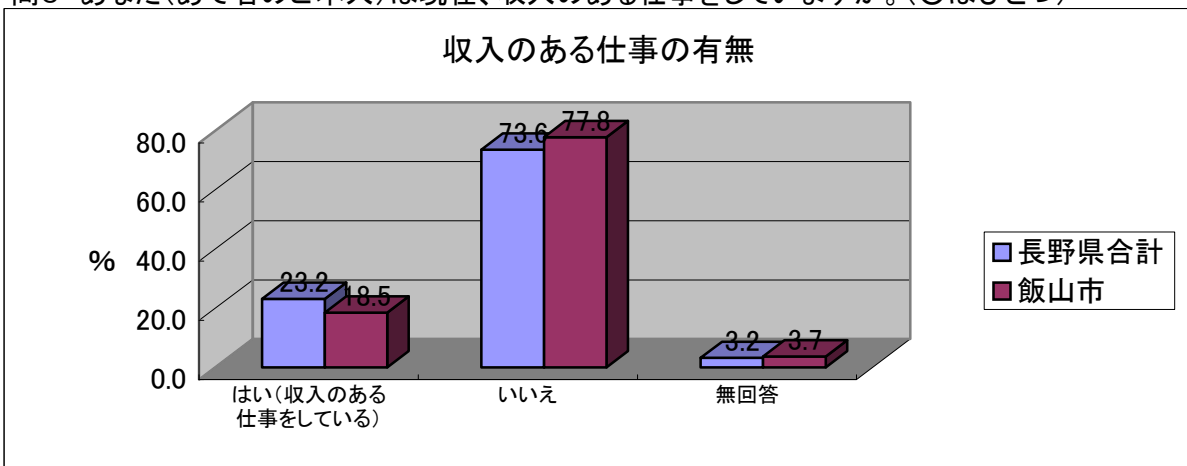
	80~ 84歳	85歳 以上	無回答
	33	24	131
	7.2	5.2	28.5
	6	4	19
	9.7	6.5	30.6

問5 あなた(あて名のご本人)が加入されている年金の種類は次のどれですか。(○はひとつ)



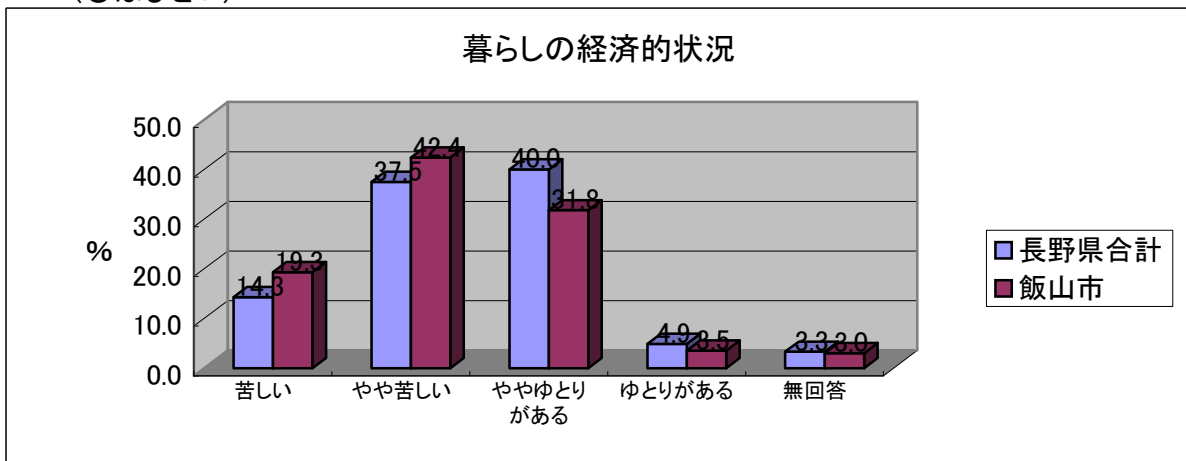
	① 国民年金	② 厚生年金 (企業年金あり)	③ 厚生年金 (企業年金なし)	④ 共済年金	⑤ 無年金	⑥ その他	⑦ 無回答
長野県合計	10,963 50.2%	2,063 18.8%	2,967 27.1%	1,054 9.6%	87 0.8%	179 1.6%	287 2.6%
飯山市	984 64.5%	107 10.9%	188 19.1%	80 8.1%	6 0.6%	15 1.5%	30 3.0%

問6 あなた(あて名のご本人)は現在、収入のある仕事をしていますか。(○はひとつ)



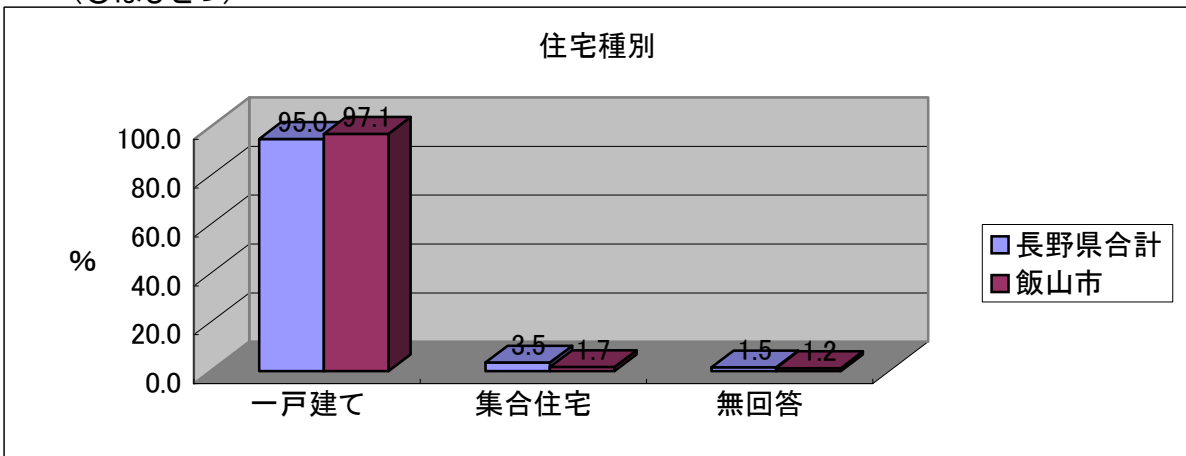
	はい(収入のある仕事をしています)	いいえ	無回答
長野県合計	2,546 100%	8,065 73.6%	352 3.2%
飯山市	182 100%	766 77.8%	36 3.7%

問7 あなた(あて名のご本人)は、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。
(○はひとつ)



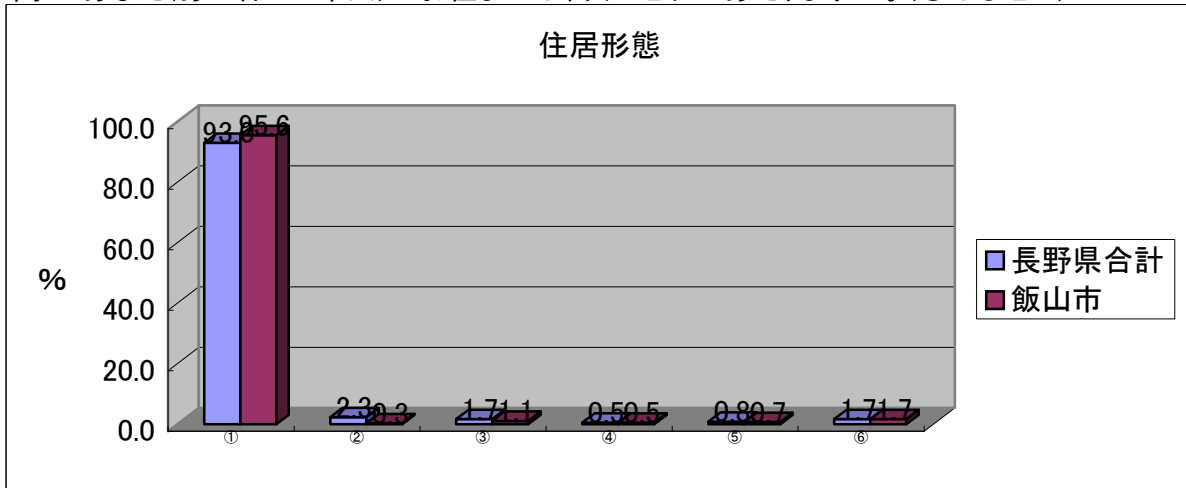
		苦しい	やや苦しい	ややゆとりがある	ゆとりがある	無回答	
長野県合計	10,963 100%	1,568 14.3%	4,114 37.5%	4,383 40.0%	533 4.9%	365 3.3%	-0.2
飯山市	984 100%	190 19.3%	417 42.4%	313 31.8%	34 3.5%	30 3.0%	-0.4

問8 あなた(あて名のご本人)のお住まいは、一戸建て、または集合住宅のどちらですか。
(○はひとつ)



		一戸建て	集合住宅	無回答
長野県合計	10,963 100%	10,411 95.0%	383 3.5%	169 1.5%
飯山市	984 100%	955 97.1%	17 1.7%	12 1.2%

問9 あなた(あて名のご本人)のお住まいは、次のどれにあたりますか。(〇はひとつ)

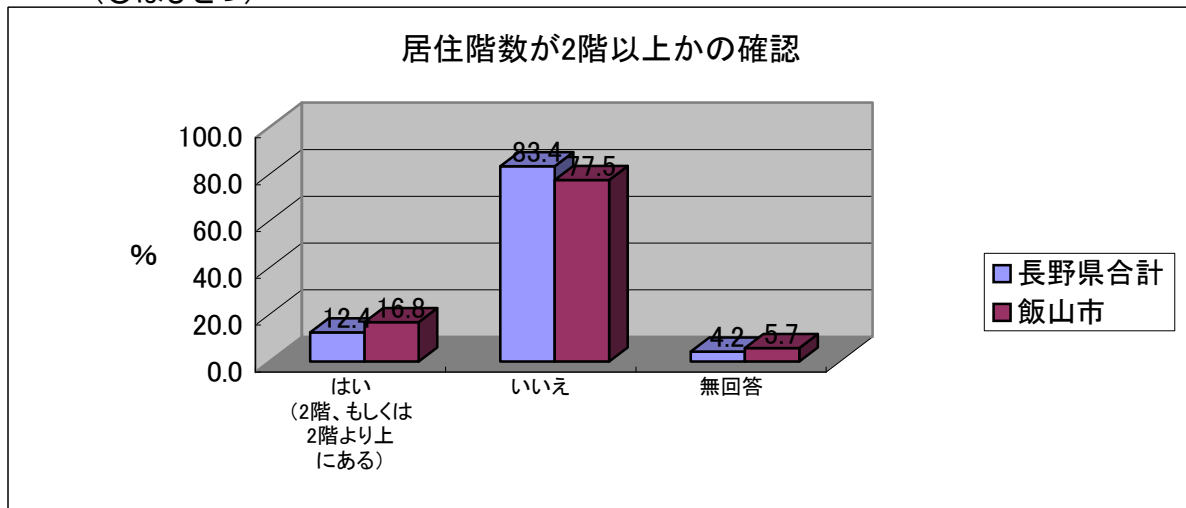


① ② ③ ④ ⑤ ⑥

持ち家 民間賃貸住宅 公営賃貸住宅(市・県営・都市機構・公社等) 借間 その他 無回答

長野県合計	10,963 100%	10,191 93.0%	256 2.3%	190 1.7%	50 0.5%	91 0.8%	185 1.7%
飯山市	984 100%	941 95.6%	3 0.3%	11 1.1%	5 0.5%	7 0.7%	17 1.7%

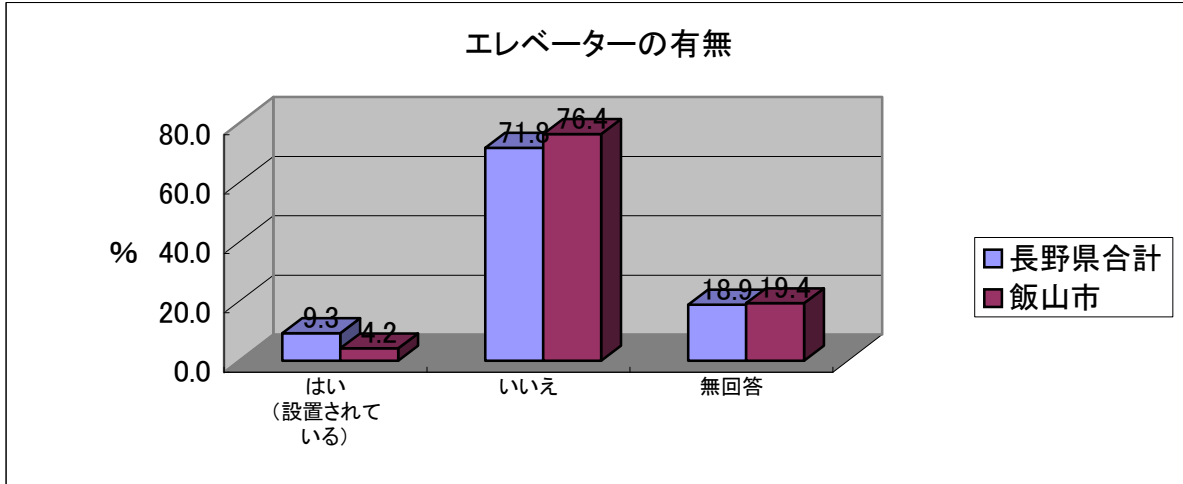
問10 あなた(あて名のご本人)のお住まい(主に生活する部屋)は2階より上にありますか。(〇はひとつ)



はい(2階、もしくは2階より上にある) いいえ 無回答

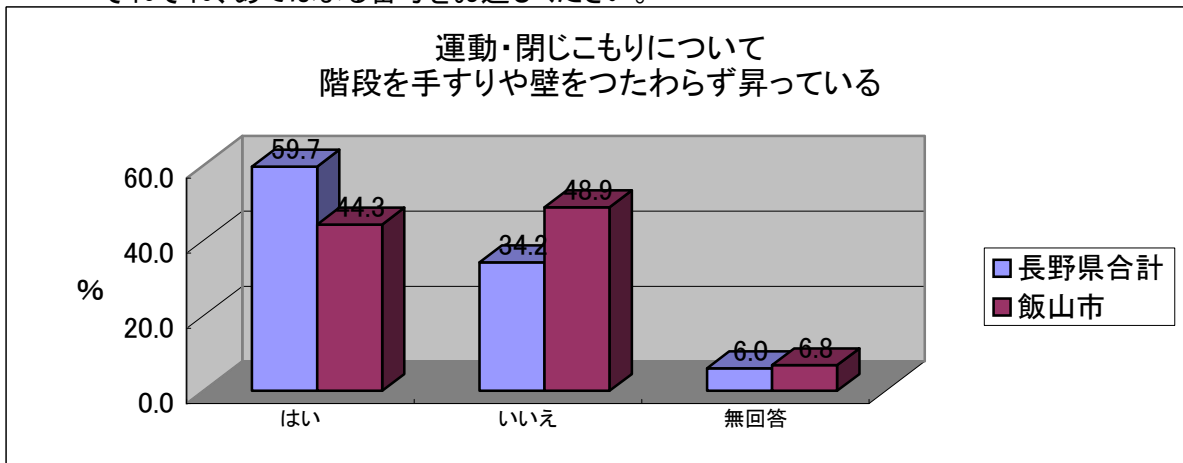
長野県合計	10,963 100%	1,357 12.4%	9,148 83.4%	458 4.2%
飯山市	984 100%	165 16.8%	763 77.5%	56 5.7%

問10-1 (2階以上の方)お住まいの建物にエレベーターは設置されていますか。(〇はひとつ)



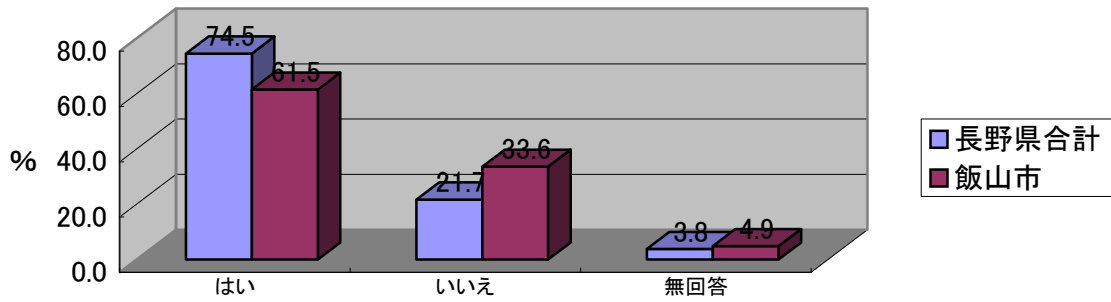
		はい(設置されている)	いいえ	無回答
長野県合計		1,357	974	257
		100%	9.3%	71.8%
飯山市		165	126	32
		100%	4.2%	76.4%

問11 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。それぞれ、あてはまる番号をお選びください。



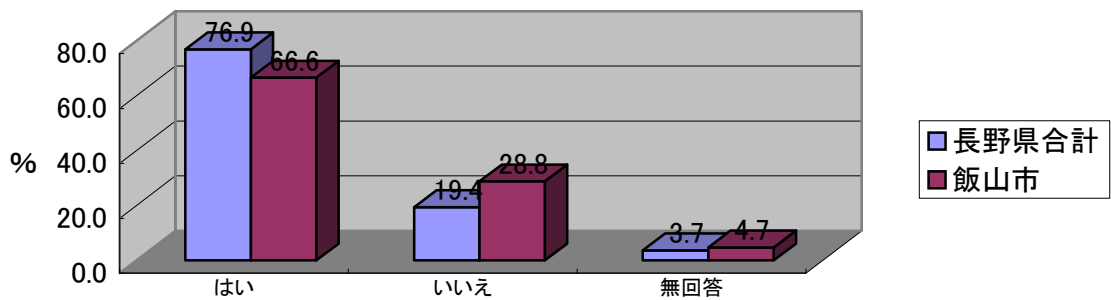
		はい	いいえ	無回答
長野県合計		10,963	3,751	663
		100%	59.7%	34.2%
飯山市		984	481	67
		100%	44.3%	48.9%

運動・閉じこもりについて
椅子から何もつかまらずに立ち上がっている

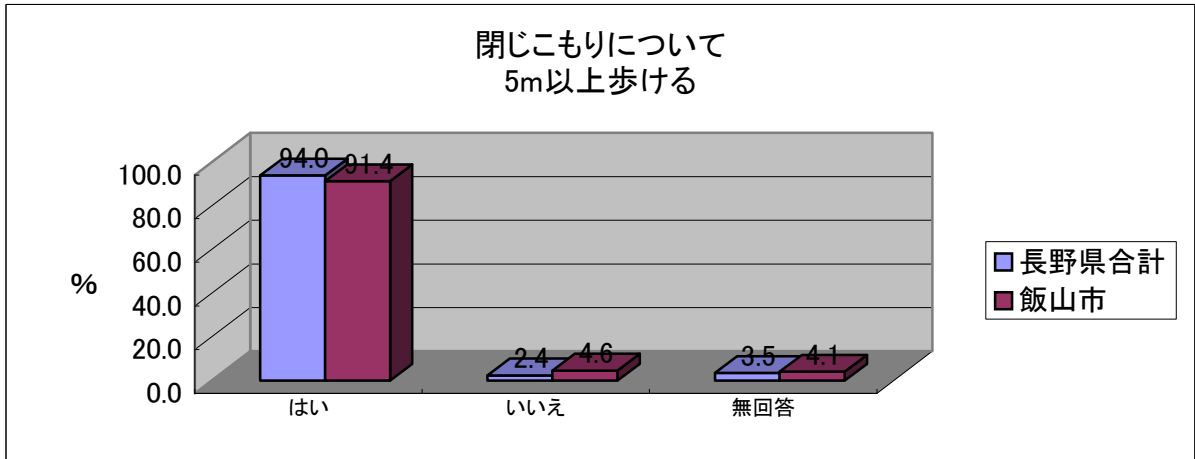


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	8,166	2,382	415
	100%	74.5%	21.7%	3.8%
飯山市	984	605	331	48
	100%	61.5%	33.6%	4.9%

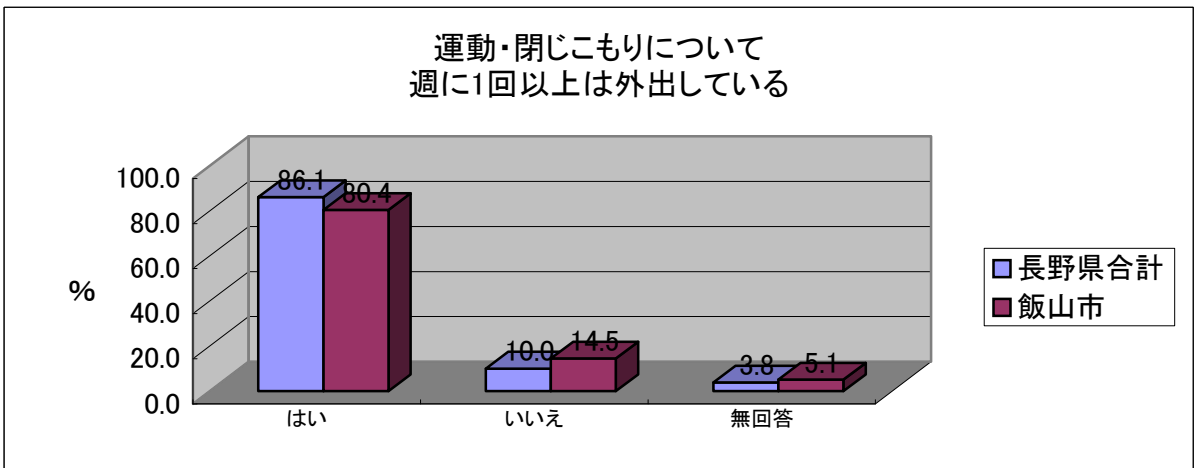
運動・閉じこもりについて
15分くらい続けて歩いている



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	8,427	2,126	410
	100%	76.9%	19.4%	3.7%
飯山市	984	655	283	46
	100%	66.6%	28.8%	4.7%

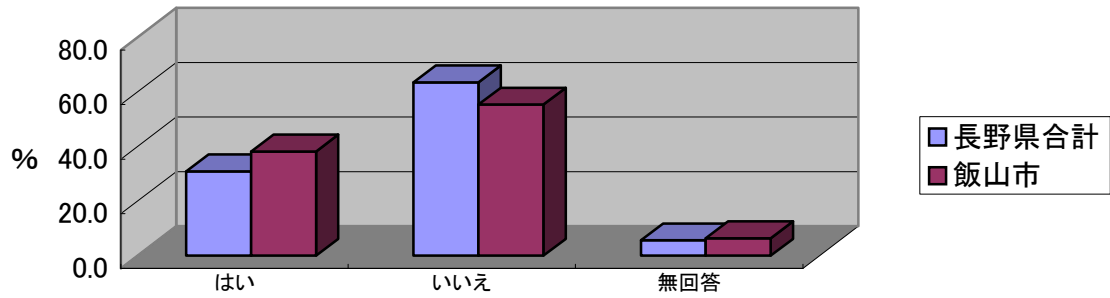


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	10,310	267	386
	100%	94.0%	2.4%	3.5%
飯山市	984	899	45	40
	100%	91.4%	4.6%	4.1%



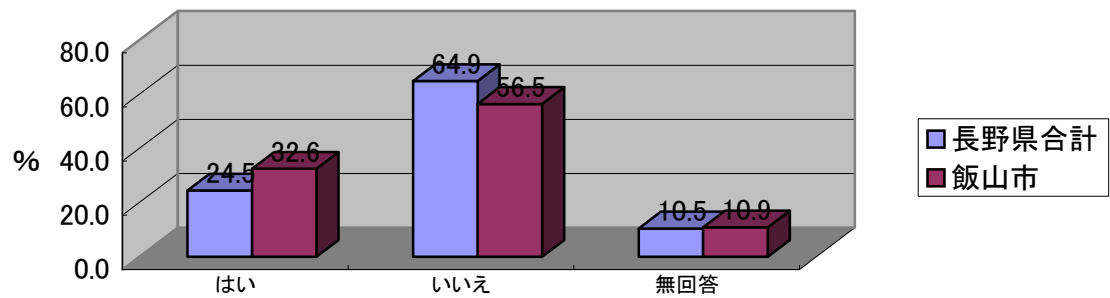
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,442	1,100	421
	100%	86.1%	10.0%	3.8%
飯山市	984	791	143	50
	100%	80.4%	14.5%	5.1%

運動・閉じこもりについて
昨年と比べ外出の階数が減っている



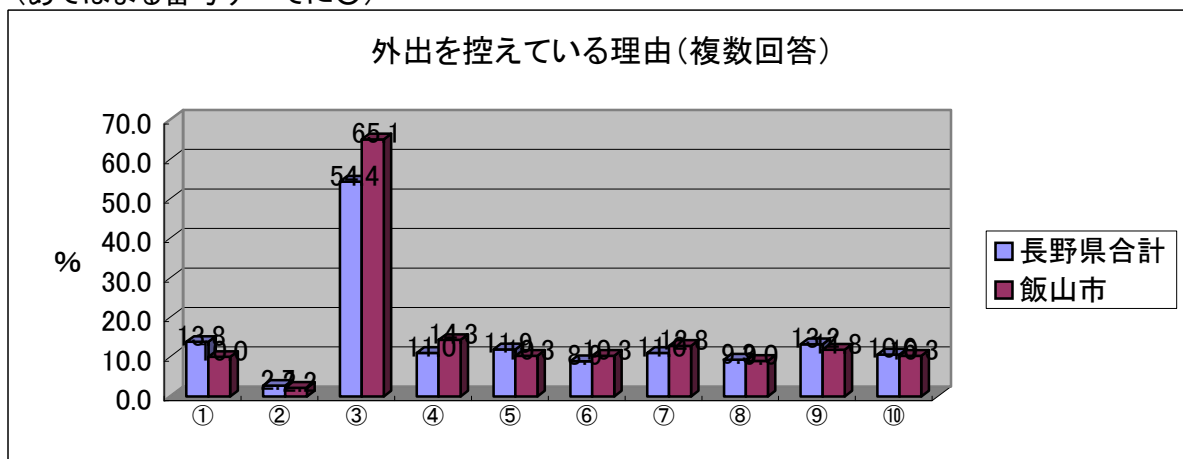
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963 100%	3,385 30.9%	6,960 63.5%	618 5.6%
飯山市	984 100%	376 38.2%	545 55.4%	63 6.4%

運動・閉じこもりについて
外出を控えている



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963 100%	2,691 24.5%	7,120 64.9%	1,152 10.5%
飯山市	984 100%	321 32.6%	556 56.5%	107 10.9%

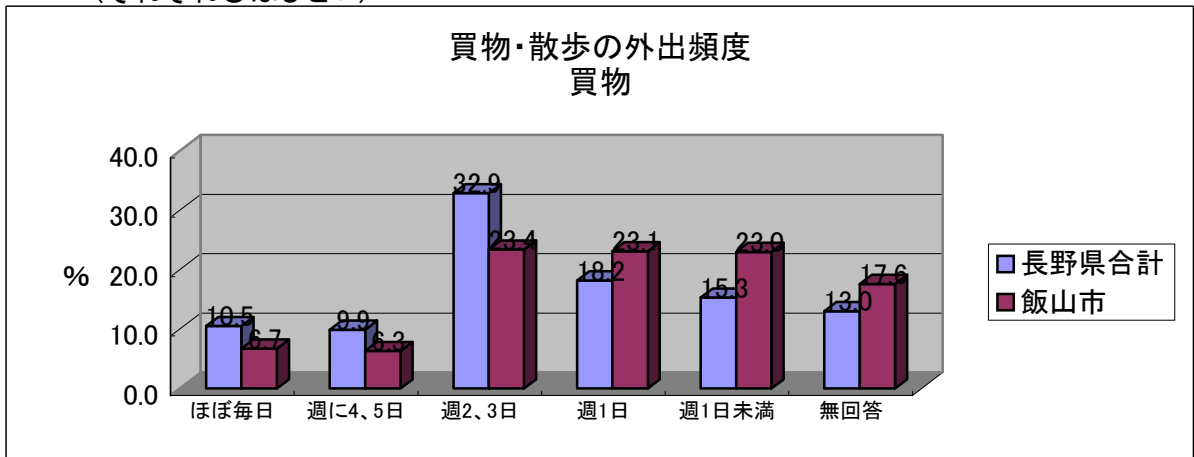
(外出を控えている方のみ)外出を控えている理由は、次のどれですか
(あてはまる番号すべてに○)



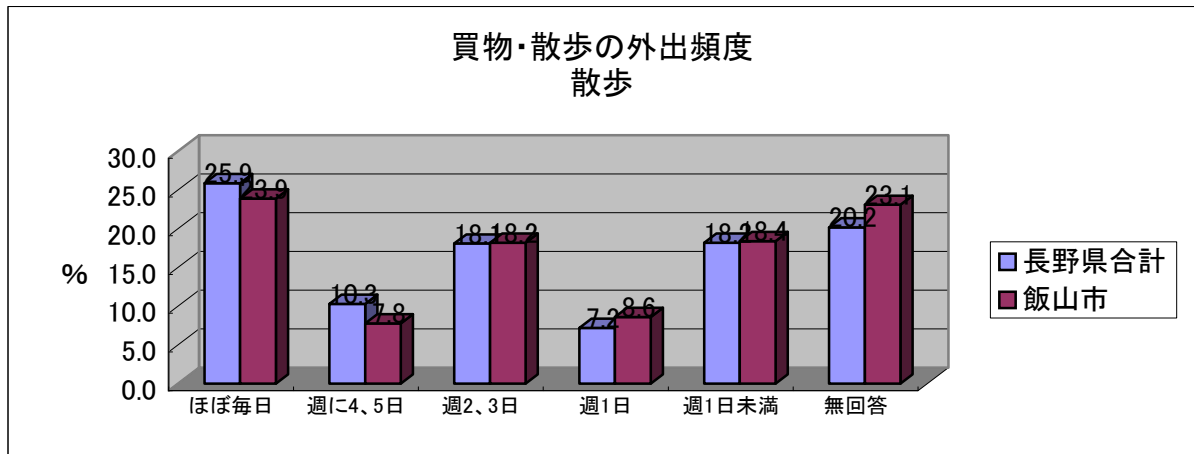
	① 病気	② 障害(脳卒中の後遺症など)	③ 足腰などの痛み	④ トイレの心配(失禁など)	⑤ 耳の障害(聞こえの問題など)	⑥ 目の障害	⑦ 外での楽しみがない
長野県合計	2,691 13.8%	372 2.7%	1,465 54.4%	295 11.0%	321 11.9%	239 8.9%	297 11.0%
飯山市	321 10.0%	32 2.2%	209 65.1%	46 14.3%	33 10.3%	33 10.3%	41 12.8%

	⑧ 経済的に出られない	⑨ その他	⑩ 無回答
長野県合計	250 9.3%	356 13.2%	284 10.6%
飯山市	29 9.0%	38 11.8%	33 10.3%

問12 あなた(あて名のご本人)が買物、散歩で外出する頻度はどのくらいですか。
(それぞれ〇はひとつ)

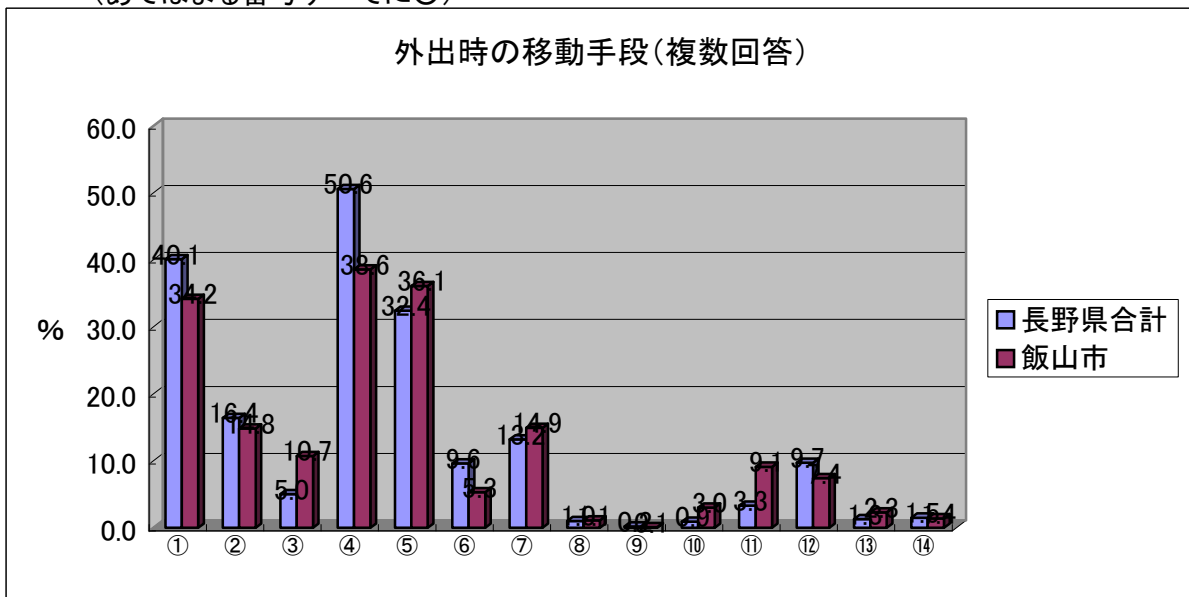


		ほぼ毎日	週に4、5日	週2、3日	週1日	週1日未満	無回答
長野県合計	10,963	1,156	1,090	3,609	2,000	1,679	1,429
	100%	10.5%	9.9%	32.9%	18.2%	15.3%	13.0%
飯山市	984	66	62	230	227	226	173
	100%	6.7%	6.3%	23.4%	23.1%	23.0%	17.6%



		ほぼ毎日	週に4、5日	週2、3日	週1日	週1日未満	無回答
長野県合計	10,963	2,839	1,126	1,988	790	2,000	2,220
	100%	25.9%	10.3%	18.1%	7.2%	18.2%	20.2%
飯山市	984	235	77	179	85	181	227
	100%	23.9%	7.8%	18.2%	8.6%	18.4%	23.1%

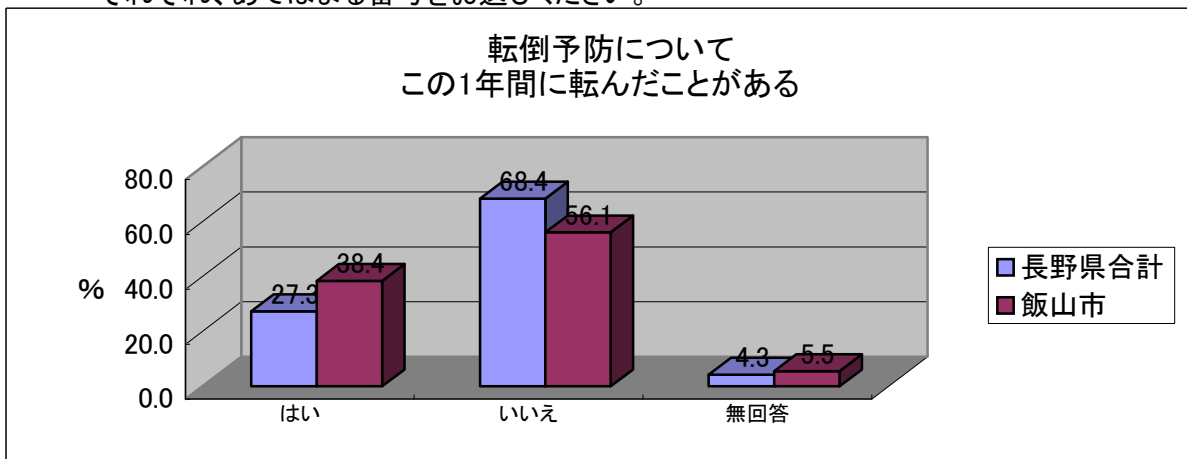
問13 あなた(あて名のご本人)が外出する際の移動手段は何ですか。
(あてはまる番号すべてに○)



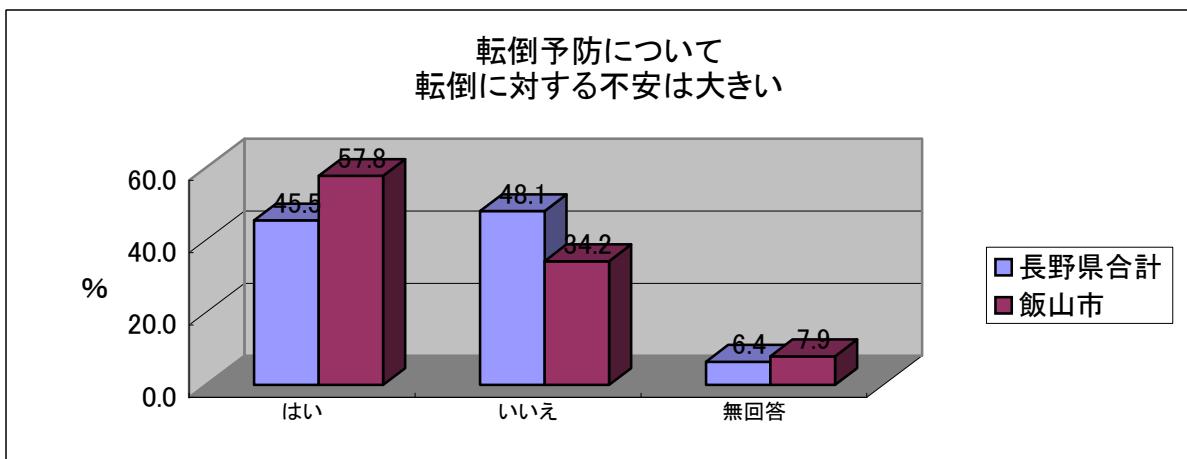
	① 徒歩	② 自転車	③ バイク	④ 自動車(自分で運転)	⑤ 自動車(人に乗せてもらう)	⑥ 電車	⑦ 路線バス
長野県合計	10,963 40.1%	4,393 16.4%	1,803 5.0%	5,551 50.6%	3,553 32.4%	1,052 9.6%	1,444 13.2%
飯山市	984 34.2%	337 14.8%	146 10.7%	380 38.6%	355 36.1%	52 5.3%	147 14.9%

⑧ 病院や施設の車両	⑨ 車いす	⑩ 電動車いす(カート)	⑪ 歩行器・シルバーカー	⑫ タクシー	⑬ その他	⑭ 無回答
106 1.0%	27 0.2%	100 0.9%	357 3.3%	1,058 9.7%	148 1.3%	159 1.5%
11 1.1%	1 0.1%	30 3.0%	90 9.1%	73 7.4%	23 2.3%	14 1.4%

問14 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。
 それぞれ、あてはまる番号をお選びください。

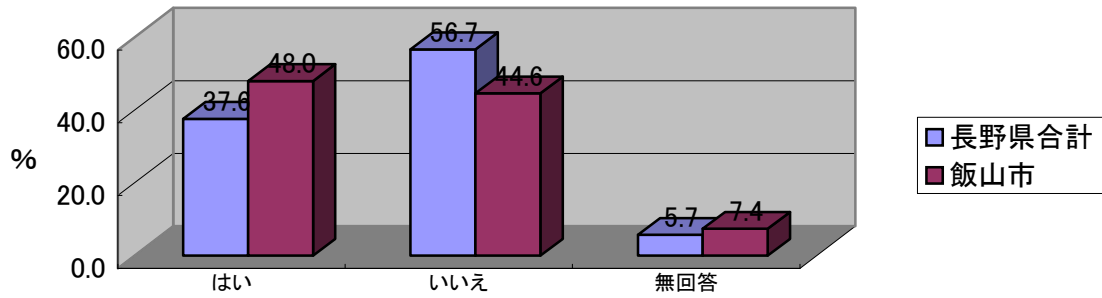


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	2,988	7,500	475
	100%	27.3%	68.4%	4.3%
飯山市	984	378	552	54
	100%	38.4%	56.1%	5.5%



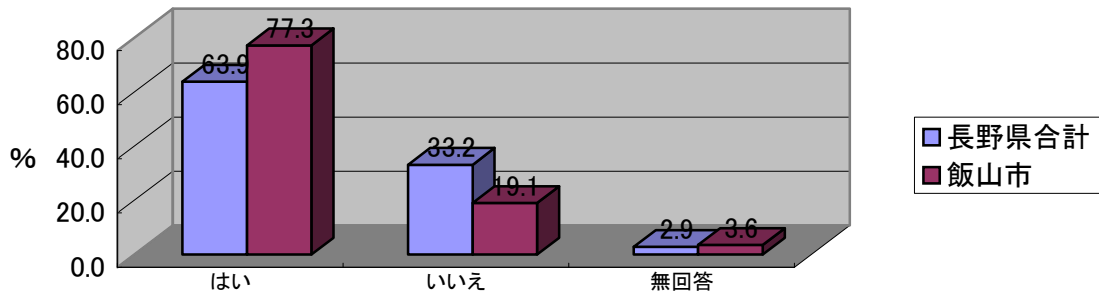
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	4,988	5,272	703
	100%	45.5%	48.1%	6.4%
飯山市	984	569	337	78
	100%	57.8%	34.2%	7.9%

転倒予防について
背中が丸くなってきた

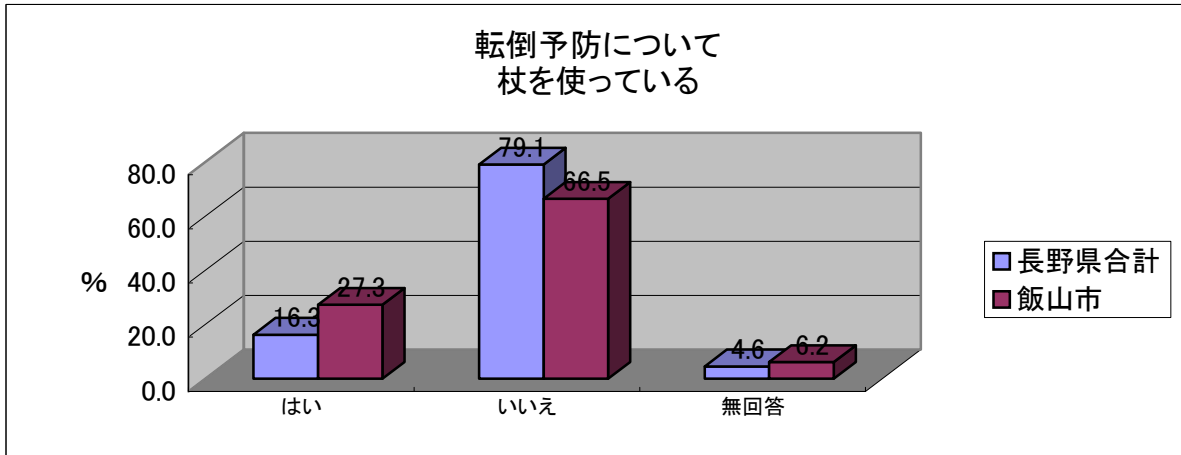


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	4,120	6,217	626
	100%	37.6%	56.7%	5.7%
飯山市	984	472	439	73
	100%	48.0%	44.6%	7.4%

転倒予防について
以前と比べて歩く速度が遅くなってきたと思う

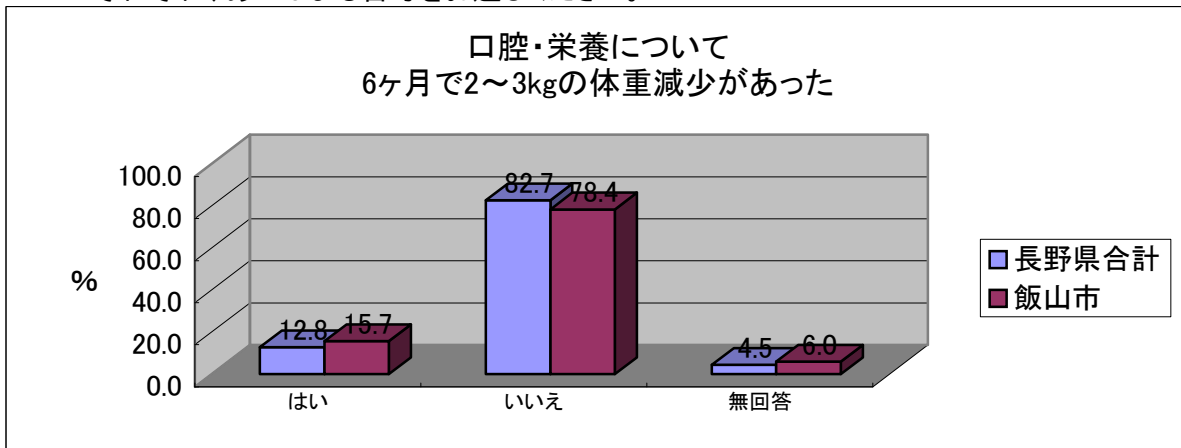


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	7,004	3,638	321
	100%	63.9%	33.2%	2.9%
飯山市	984	761	188	35
	100%	77.3%	19.1%	3.6%



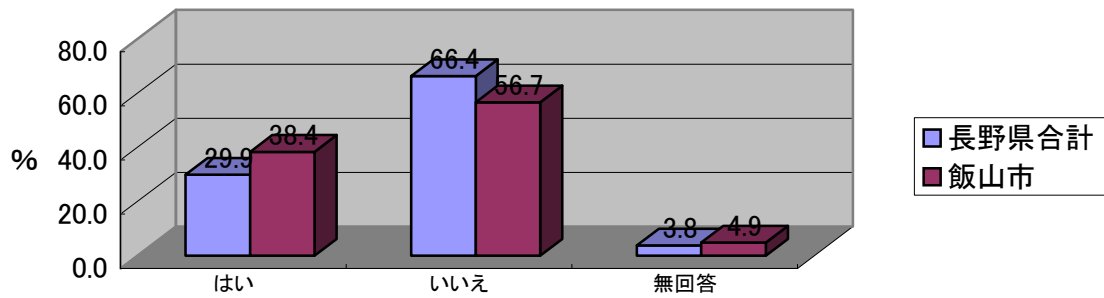
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	1,784	8,671	508
	100%	16.3%	79.1%	4.6%
飯山市	984	269	654	61
	100%	27.3%	66.5%	6.2%

問15 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。
それぞれ、あてはまる番号をお選びください。



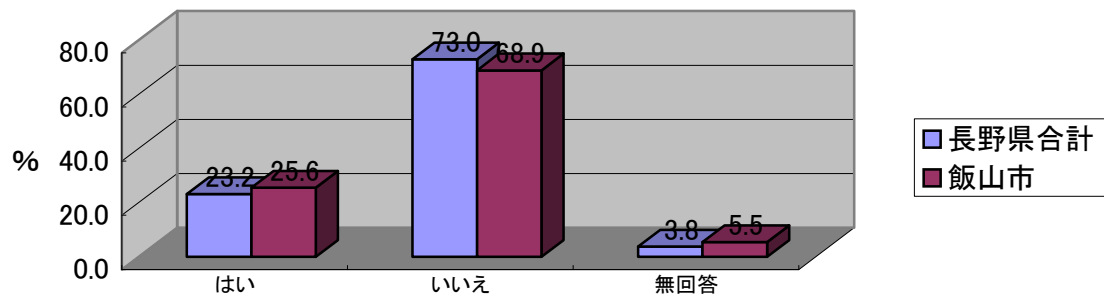
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	1,399	9,068	496
	100%	12.8%	82.7%	4.5%
飯山市	984	154	771	59
	100%	15.7%	78.4%	6.0%

口腔・栄養について
半年前に比べて固いものが食べにくくなった



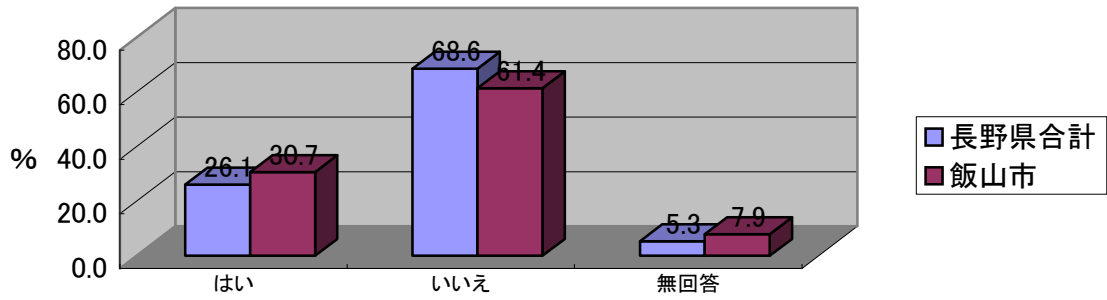
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	3,277	7,274	412
	100%	29.9%	66.4%	3.8%
飯山市	984	378	558	48
	100%	38.4%	56.7%	4.9%

口腔・栄養について
お茶や汁物等でむせることがある



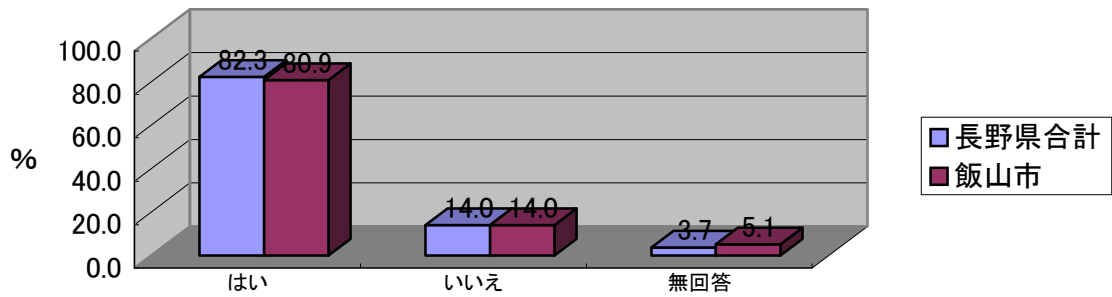
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	2,541	8,002	420
	100%	23.2%	73.0%	3.8%
飯山市	984	252	678	54
	100%	25.6%	68.9%	5.5%

口腔・栄養について
口の渇きが気になる



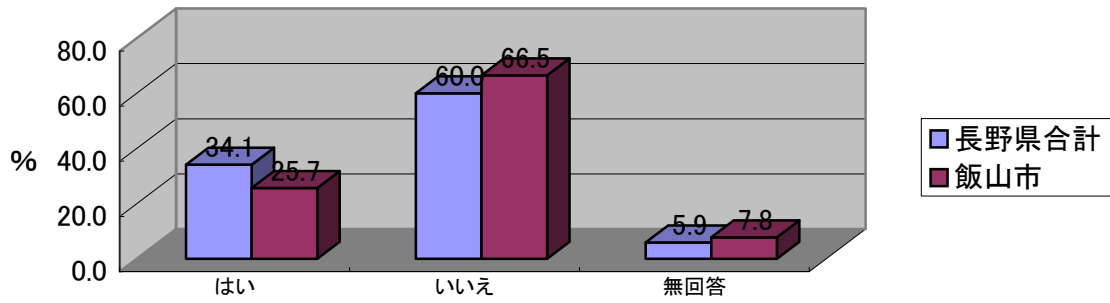
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	2,864	7,523	576
	100%	26.1%	68.6%	5.3%
飯山市	984	302	604	78
	100%	30.7%	61.4%	7.9%

口腔・栄養について
歯磨きを毎日している



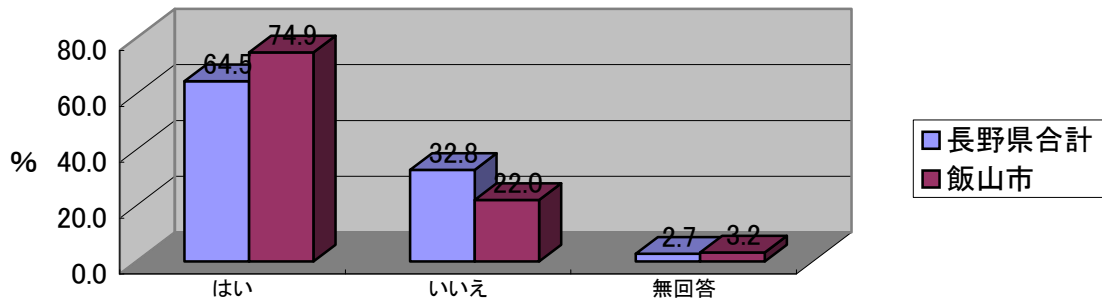
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,028	1,530	405
	100%	82.3%	14.0%	3.7%
飯山市	984	796	138	50
	100%	80.9%	14.0%	5.1%

口腔・栄養について
定期的に歯科検診をしている



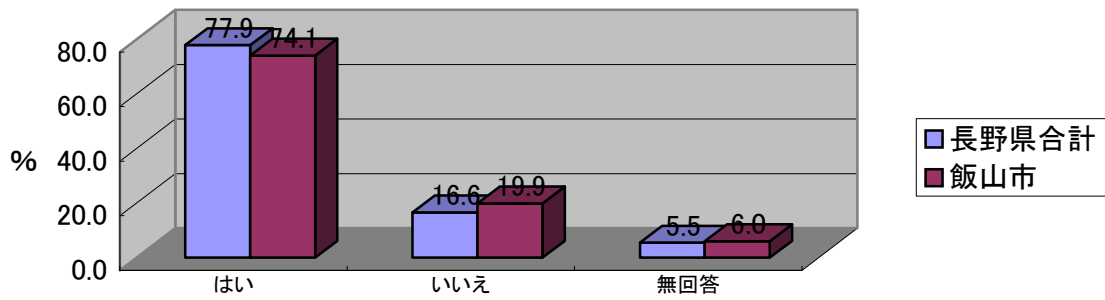
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	3,742	6,577	644
	100%	34.1%	60.0%	5.9%
飯山市	984	253	654	77
	100%	25.7%	66.5%	7.8%

口腔・栄養について
入れ歯を使用している



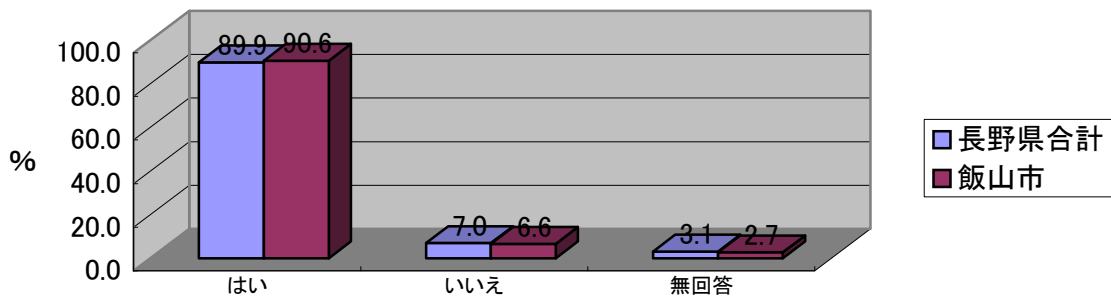
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	7,074	3,596	293
	100%	64.5%	32.8%	2.7%
飯山市	984	737	216	31
	100%	74.9%	22.0%	3.2%

口腔・栄養について
(入れ歯使用者) 噛み合わせは良い



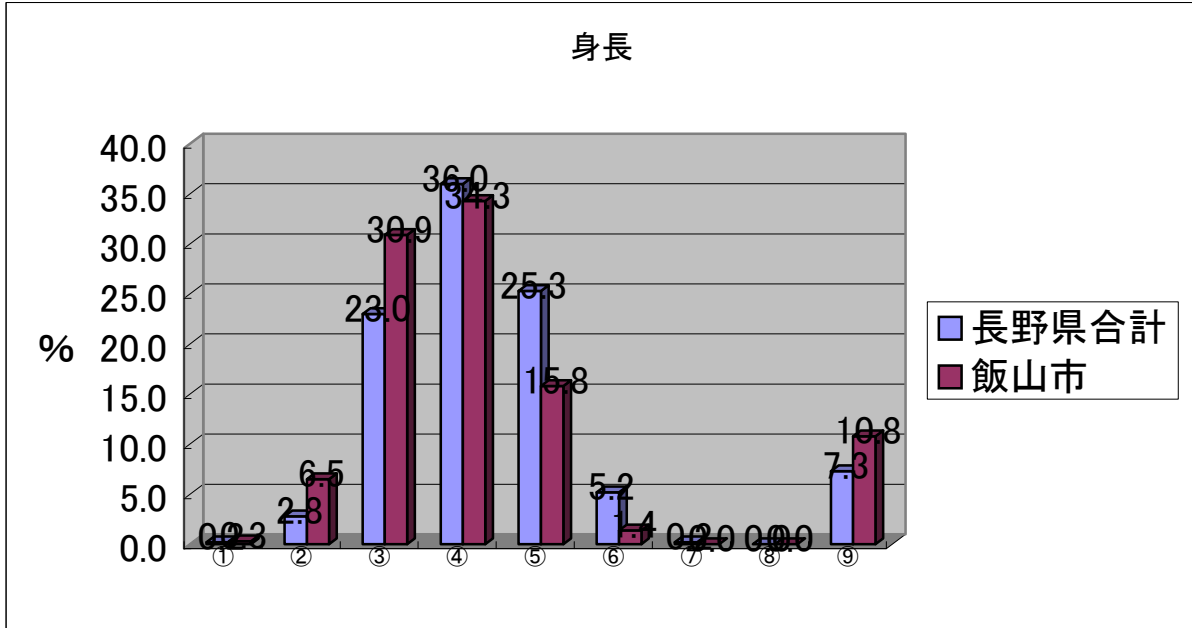
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	7,074	5,510	1,177	387
	100%	77.9%	16.6%	5.5%
飯山市	737	546	147	44
	100%	74.1%	19.9%	6.0%

口腔・栄養について
(入れ歯使用者) 毎日入れ歯の手入れをしている



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	7,074	6,358	497	219
	100%	89.9%	7.0%	3.1%
飯山市	737	668	49	20
	100%	90.6%	6.6%	2.7%

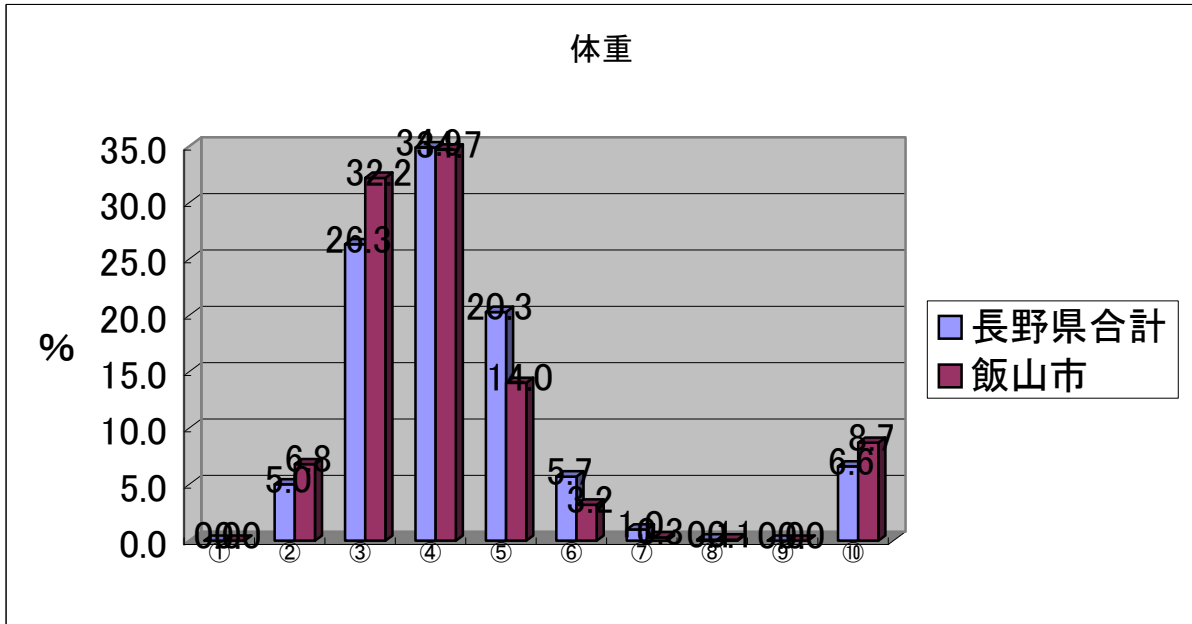
あなたの身長と体重をご記入ください



		① 130cm未満	② 130cm以上 140cm未満	③ 140cm以上 150cm未満	④ 150cm以上 160cm未満	⑤ 160cm以上 170cm未満	⑥ 170cm以上 180cm未満	⑦ 180cm以上 190cm未満
長野県合計	10,963 100%	22 0.2%	307 2.8%	2,519 23.0%	3,945 36.0%	2,779 25.3%	574 5.2%	19 0.2%
飯山市	984 100%	3 0.3%	64 6.5%	304 30.9%	338 34.3%	155 15.8%	14 1.4%	0 0.0%

⑧ 190cm以上	⑨ 無回答	⑩ 平均
2 0.0%	796 7.3%	155.1
0 0.0%	106 10.8%	151.4

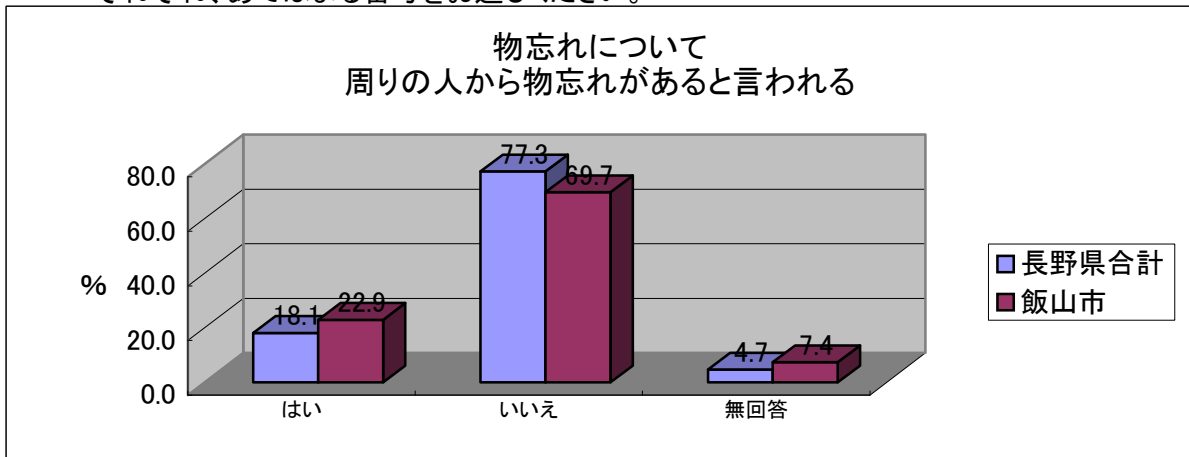
あなたの身長と体重をご記入ください



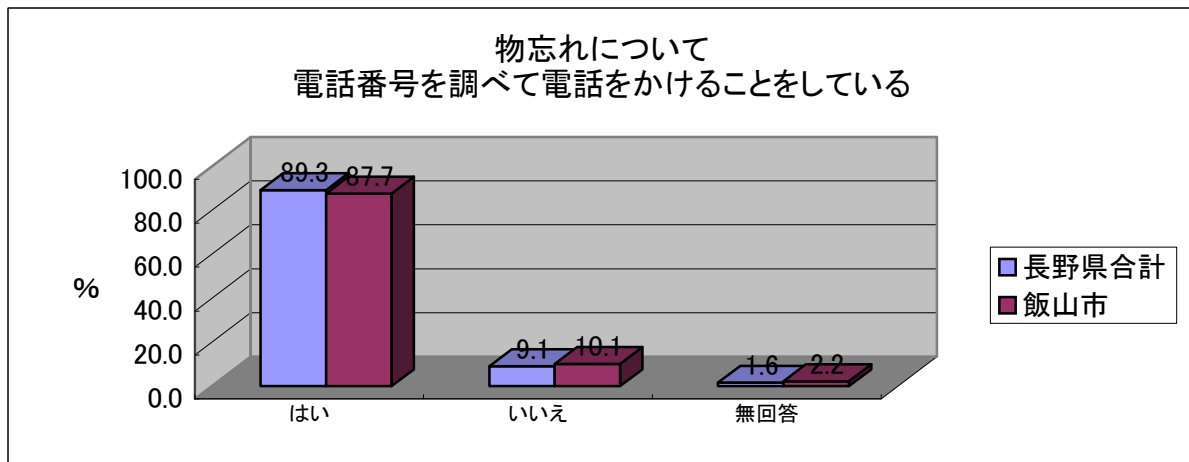
		① 30kg未満	② 30kg以上 40kg未満	③ 40kg以上 50kg未満	④ 50kg以上 60kg未満	⑤ 60kg以上 70kg未満	⑥ 70kg以上 80kg未満	⑦ 80kg以上 90kg未満
長野県合計	10,963 100%	0 0.0%	546 5.0%	2,883 26.3%	3,831 34.9%	2,228 20.3%	621 5.7%	115 1.0%
飯山市	984 100%	0 0.0%	67 6.8%	317 32.2%	341 34.7%	138 14.0%	31 3.2%	3 0.3%

	⑧ 90kg以上 100kg未満	⑨ 100kg以上	⑩ 無回答	⑪ 平均
	10 0.1%	0 0.0%	729 6.6%	54.3
	1 0.1%	0 0.0%	86 8.7%	51.8

問16 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。
それぞれ、あてはまる番号をお選びください。

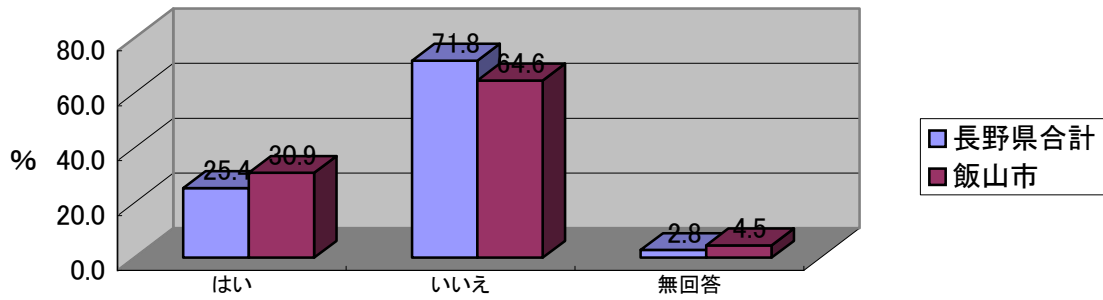


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	1,979	8,469	515
	100%	18.1%	77.3%	4.7%
飯山市	984	225	686	73
	100%	22.9%	69.7%	7.4%



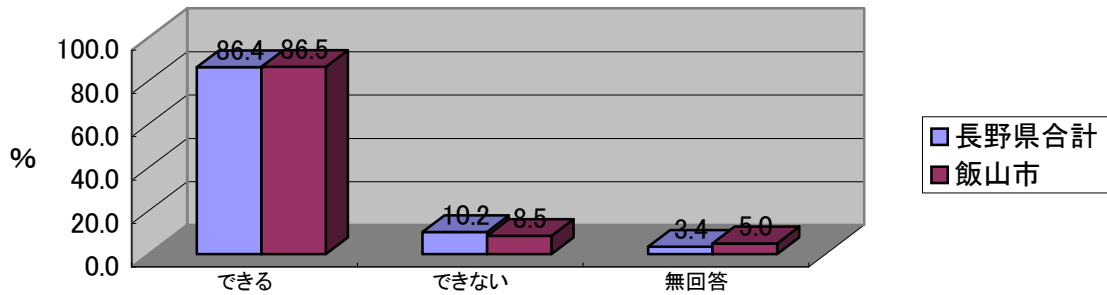
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,790	993	180
	100%	89.3%	9.1%	1.6%
飯山市	984	863	99	22
	100%	87.7%	10.1%	2.2%

物忘れについて
今日が何月何日かわからない時がある



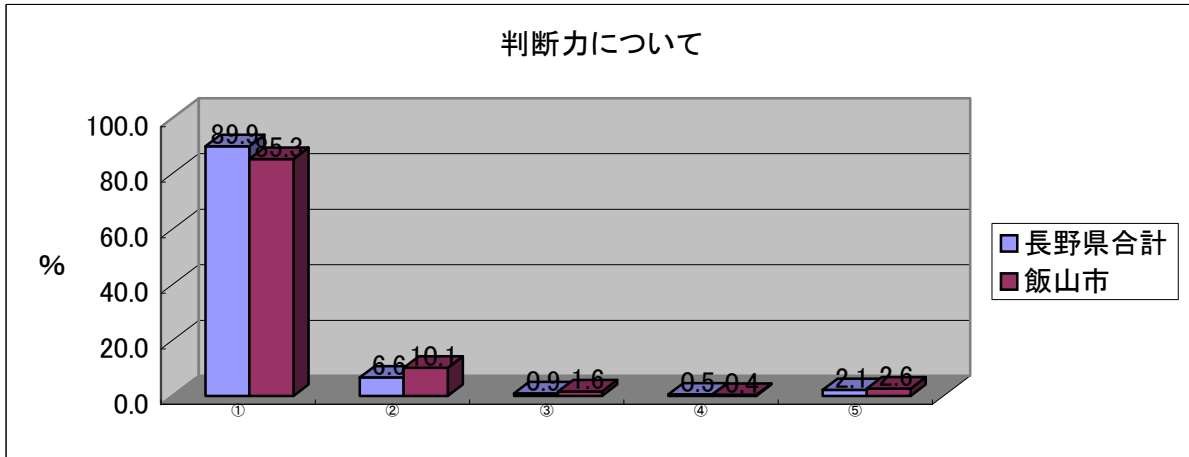
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	2,786	7,868	309
	100%	25.4%	71.8%	2.8%
飯山市	984	304	636	44
	100%	30.9%	64.6%	4.5%

物忘れについて
5分前のことが思い出せる



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,473	1,120	370
	100%	86.4%	10.2%	3.4%
飯山市	984	851	84	49
	100%	86.5%	8.5%	5.0%

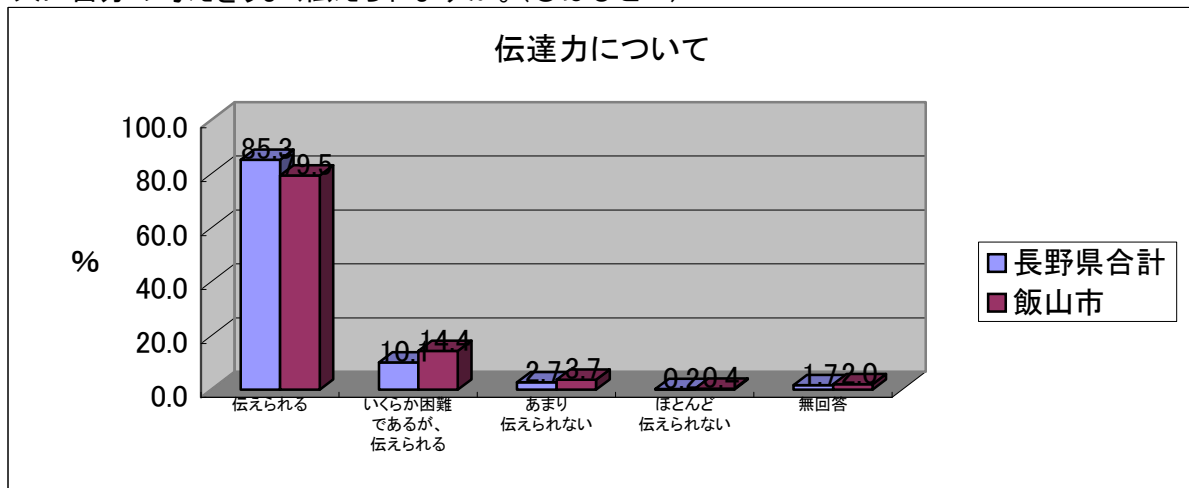
その日の活動(食事をする、衣服を選ぶなど)を自分で判断できますか。(〇はひとつ)



① 困難なくできる
 ② いくらか困難であるが、できる
 ③ 判断するときに、他人からの合図や見守りが必要
 ④ ほとんど判断できない
 ⑤ 無回答

長野県合計	10,963 100%	9,851 89.9%	720 6.6%	103 0.9%	58 0.5%	231 2.1%
飯山市	984 100%	839 85.3%	99 10.1%	16 1.6%	4 0.4%	26 2.6%

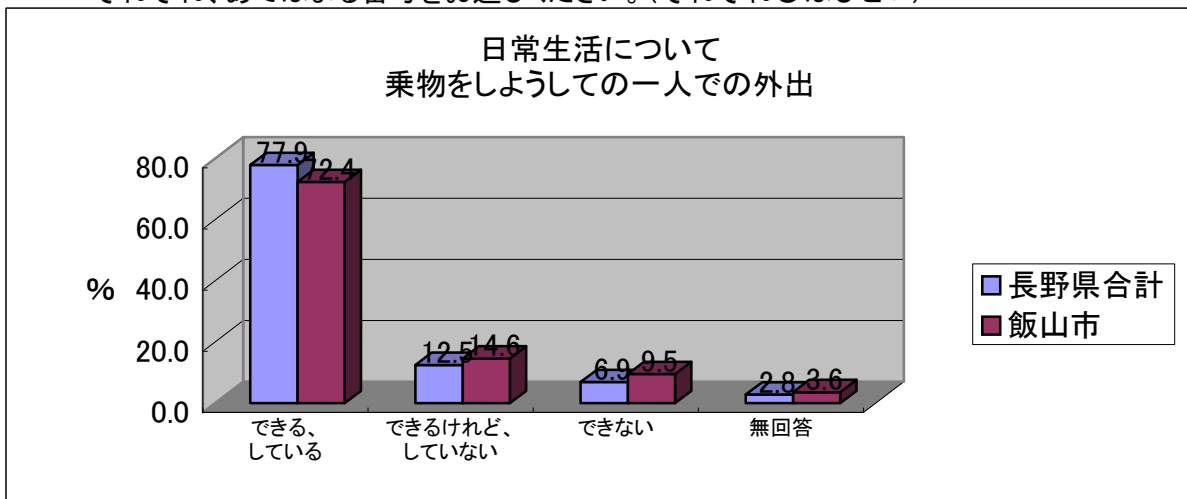
人に自分の考えをうまく伝えられますか。(〇はひとつ)



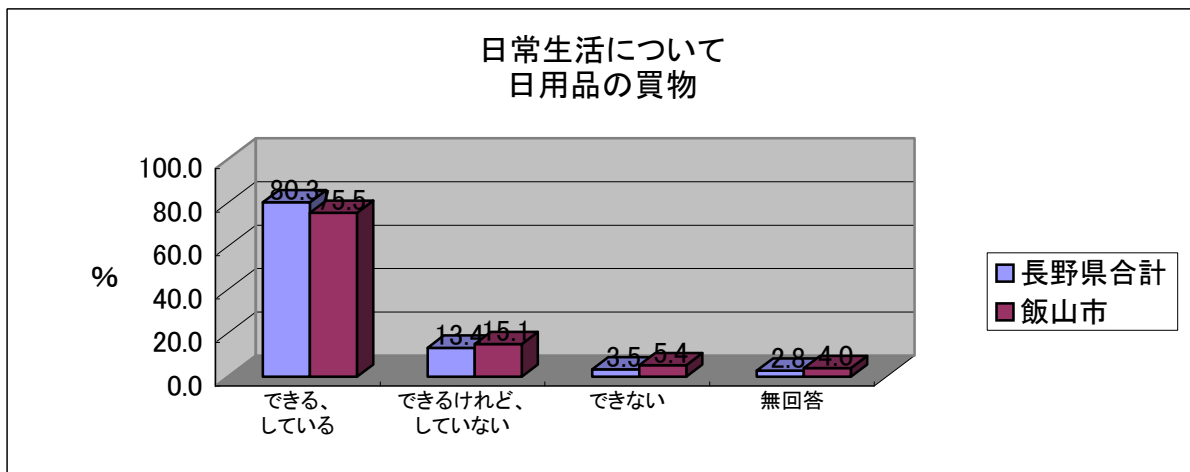
伝えられる
 いくらか困難であるが、伝えられる
 あまり伝えられない
 ほとんど伝えられない
 無回答

長野県合計	10,963 100%	9,347 85.3%	1,109 10.1%	297 2.7%	25 0.2%	185 1.7%
飯山市	984 100%	782 79.5%	142 14.4%	36 3.7%	4 0.4%	20 2.0%

問17 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。
それぞれ、あてはまる番号をお選びください。(それぞれ○はひとつ)

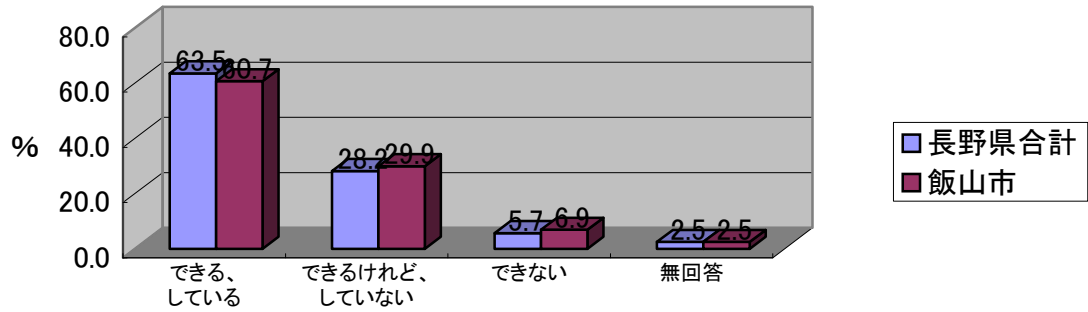


	できる、している	できるけれど、していない	できない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	8,537 77.9%	1,367 12.5%	754 6.9%	305 2.8%
飯山市	984 100%	712 72.4%	144 14.6%	93 9.5%	35 3.6%



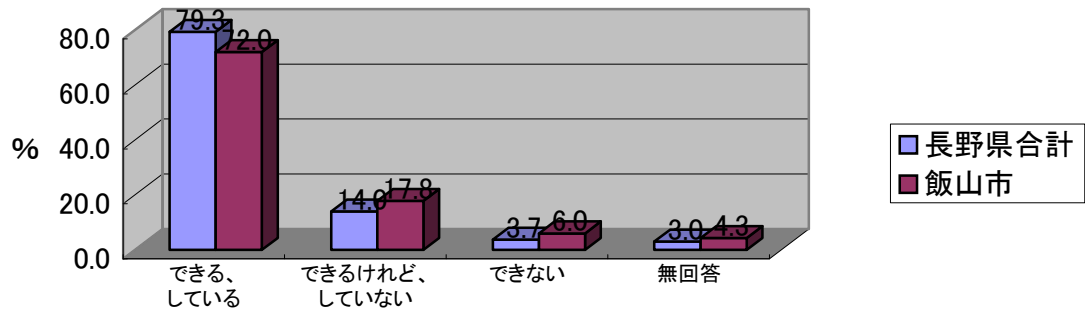
	できる、している	できるけれど、していない	できない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	8,808 80.3%	1,465 13.4%	381 3.5%	309 2.8%
飯山市	984 100%	743 75.5%	149 15.1%	53 5.4%	39 4.0%

日常生活について 食事の用意



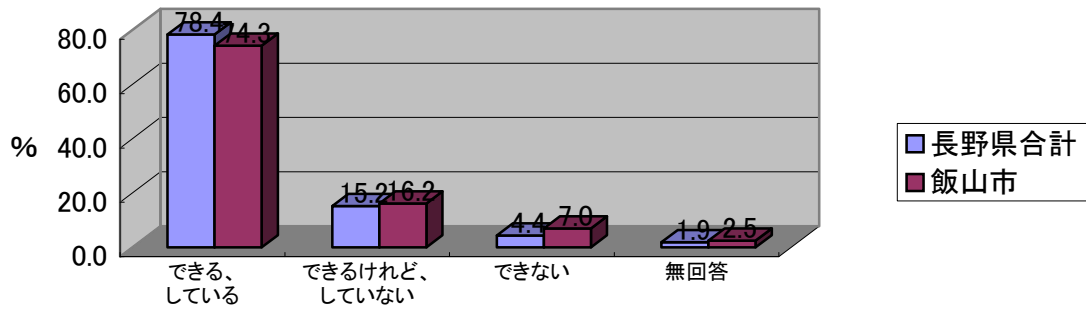
	できる、している	できるけれど、していない	できない	無回答
長野県合計	10,963 100%	6,966 63.5%	3,088 28.2%	630 5.7%
飯山市	984 100%	597 60.7%	294 29.9%	68 6.9%

日常生活について 請求書の支払い



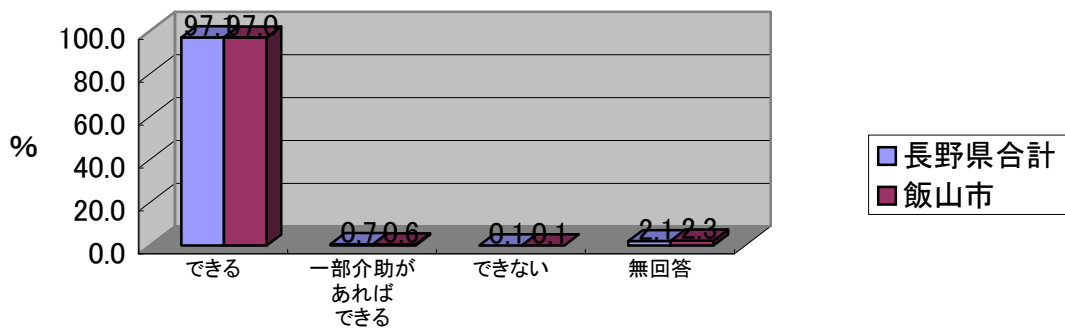
	できる、している	できるけれど、していない	できない	無回答
長野県合計	10,963 100%	8,692 79.3%	1,536 14.0%	401 3.7%
飯山市	984 100%	708 72.0%	175 17.8%	59 6.0%

日常生活について
預貯金の出し入れ



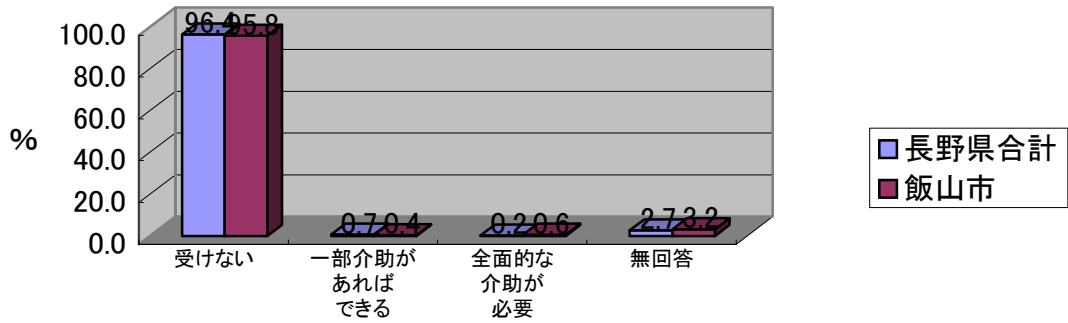
	できる、している	できるけれど、していない	できない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	8,600 78.4%	1,669 15.2%	485 4.4%	209 1.9%
飯山市	984 100%	731 74.3%	159 16.2%	69 7.0%	25 2.5%

日常生活について
食事



	できる	一部介助があればできる	できない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	10,649 97.1%	73 0.7%	10 0.1%	231 2.1%
飯山市	984 100%	954 97.0%	6 0.6%	1 0.1%	23 2.3%

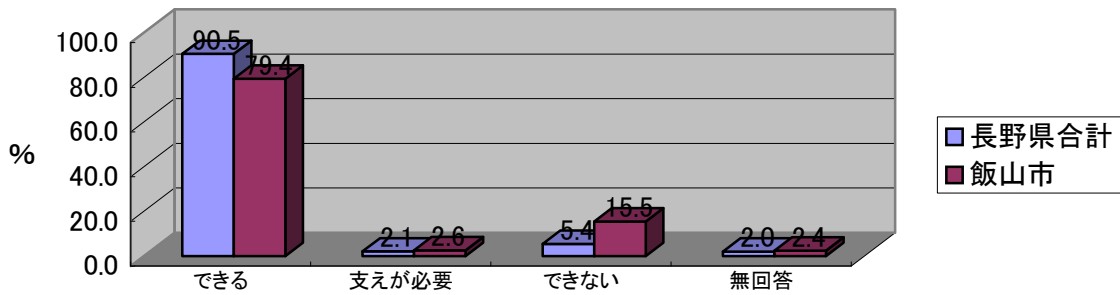
日常生活について 就寝時の介護



受けない 一部介助が 全面的な介助 無回答
 あればできる が必要

長野県合計	10,963 100%	10,570 96.4%	73 0.7%	23 0.2%	297 2.7%
飯山市	984 100%	943 95.8%	4 0.4%	6 0.6%	31 3.2%

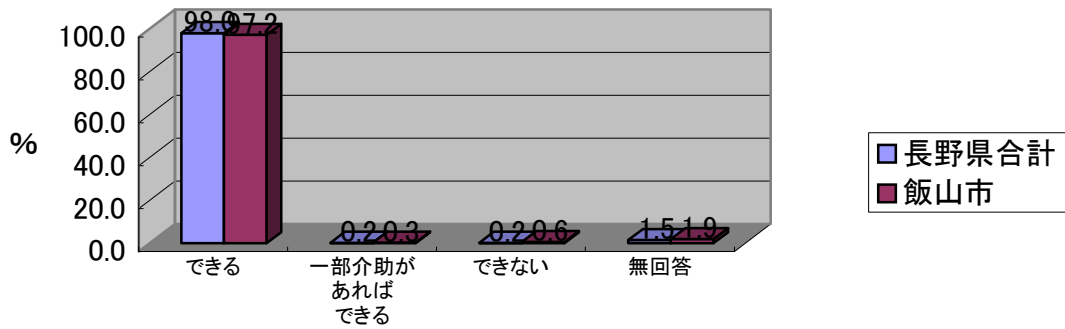
日常生活について 座っていること



できる 支えが必要 できない 無回答

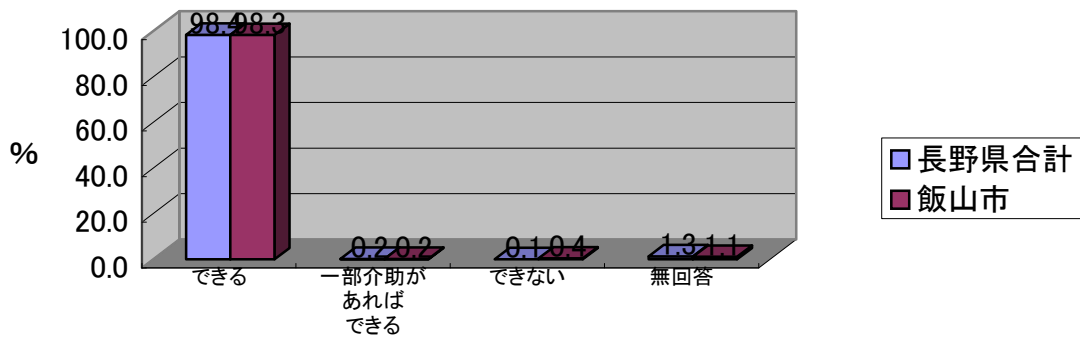
長野県合計	10,963 100%	9,920 90.5%	232 2.1%	597 5.4%	214 2.0%
飯山市	984 100%	781 79.4%	26 2.6%	153 15.5%	24 2.4%

日常生活について
洗面や歯磨き



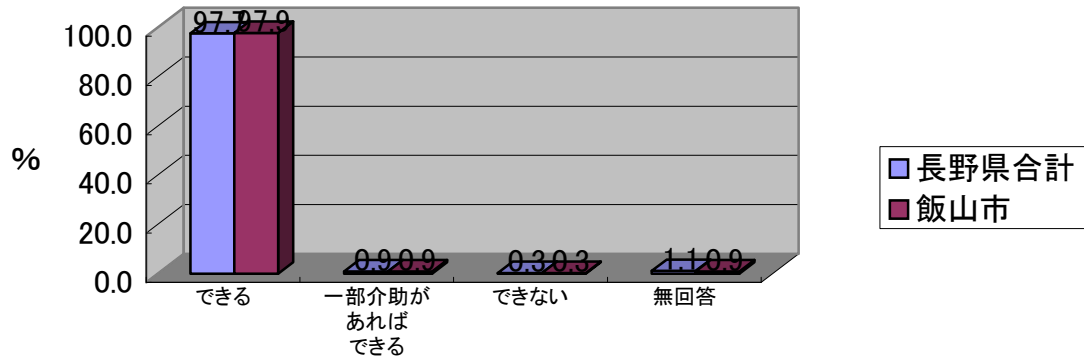
		できる	一部介助があればできる	できない	無回答
長野県合計	10,963	10,747	25	25	166
	100%	98.0%	0.2%	0.2%	1.5%
飯山市	984	956	3	6	19
	100%	97.2%	0.3%	0.6%	1.9%

日常生活について
トイレ



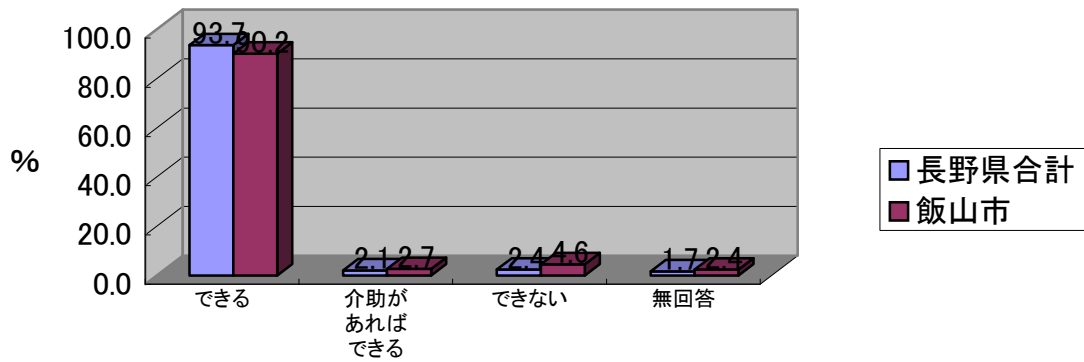
		できる	一部介助があればできる	できない	無回答
長野県合計	10,963	10,788	20	15	140
	100%	98.4%	0.2%	0.1%	1.3%
飯山市	984	967	2	4	11
	100%	98.3%	0.2%	0.4%	1.1%

日常生活について 入浴



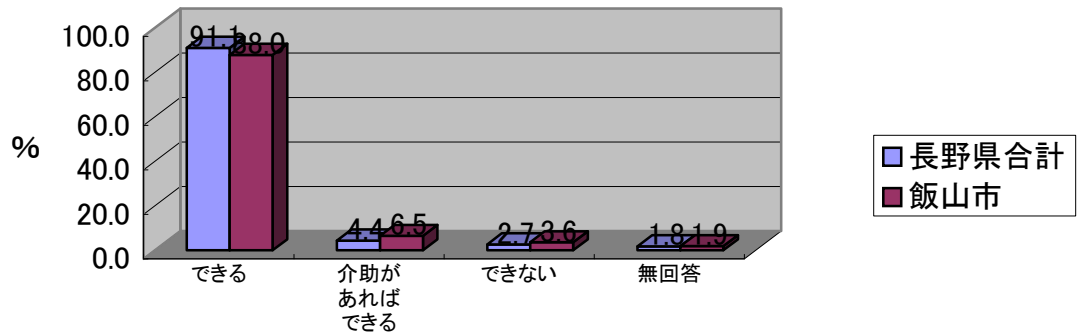
	できる	一部介助があればできる	できない	無回答
長野県合計	10,963 100%	10,708 97.7%	99 0.9%	30 0.3%
飯山市	984 100%	963 97.9%	9 0.9%	3 0.3%

日常生活について 50m以上の歩行



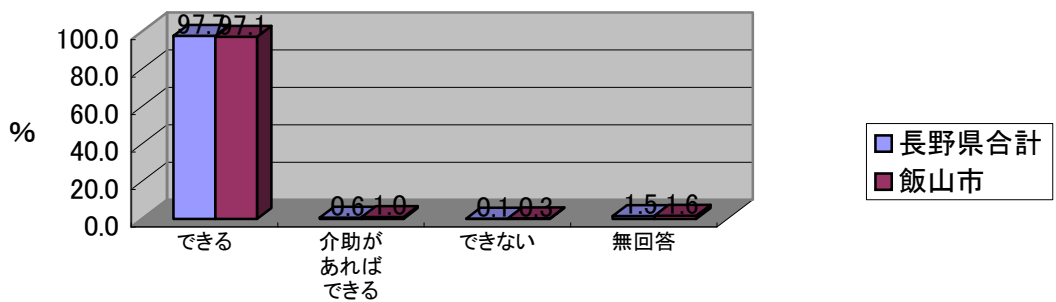
	できる	介助があればできる	できない	無回答
長野県合計	10,963 100%	10,276 93.7%	234 2.1%	266 2.4%
飯山市	984 100%	888 90.2%	27 2.7%	45 4.6%

日常生活について 階段の昇降



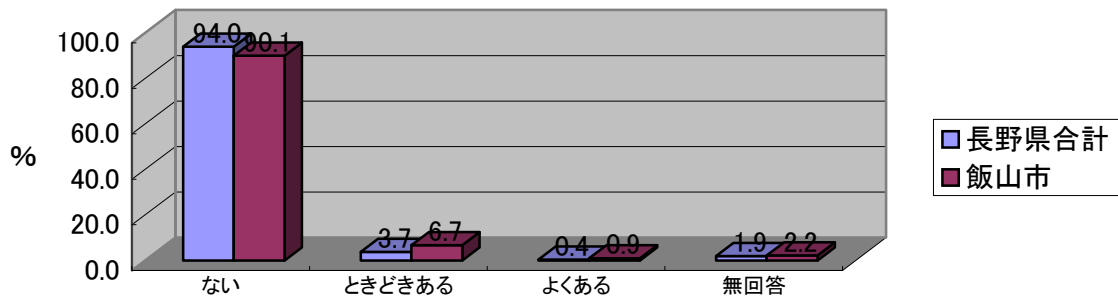
	できる	介助があればできる	できない	無回答
長野県合計	10,963 100%	9,989 91.1%	480 4.4%	296 2.7%
飯山市	984 100%	866 88.0%	64 6.5%	35 3.6%

日常生活について 着替え



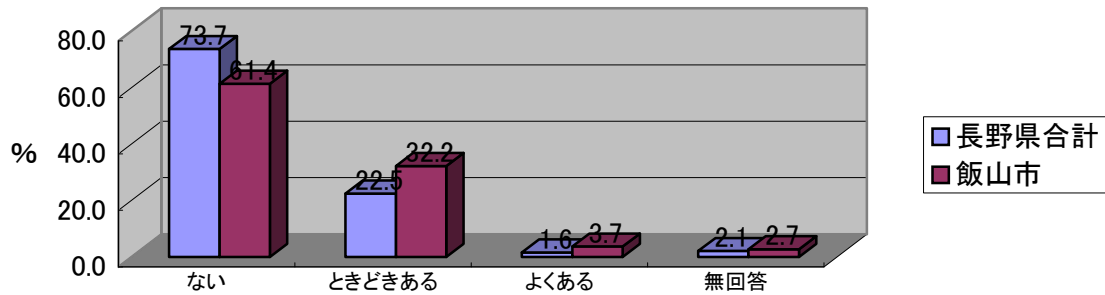
	できる	介助があればできる	できない	無回答
長野県合計	10,963 100%	10,713 97.7%	67 0.6%	16 0.1%
飯山市	984 100%	955 97.1%	10 1.0%	3 0.3%

日常生活について 大便の失敗



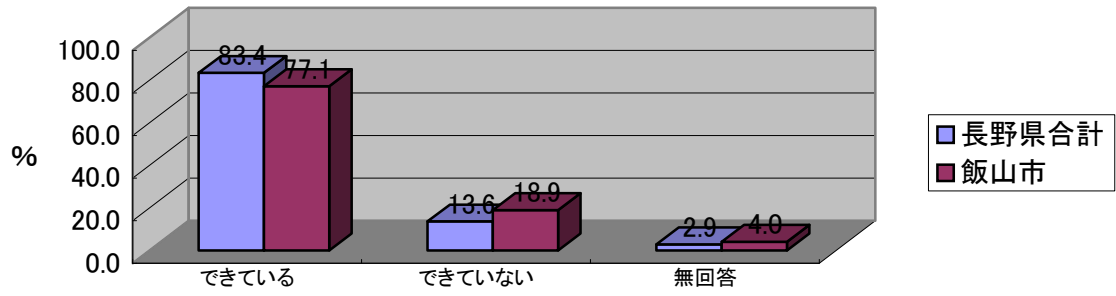
	ない	ときどきある	よくある	無回答
長野県合計	10,963 100%	10,304 94.0%	407 3.7%	41 0.4%
飯山市	984 100%	887 90.1%	66 6.7%	9 0.9%

日常生活について 尿もれや尿失禁



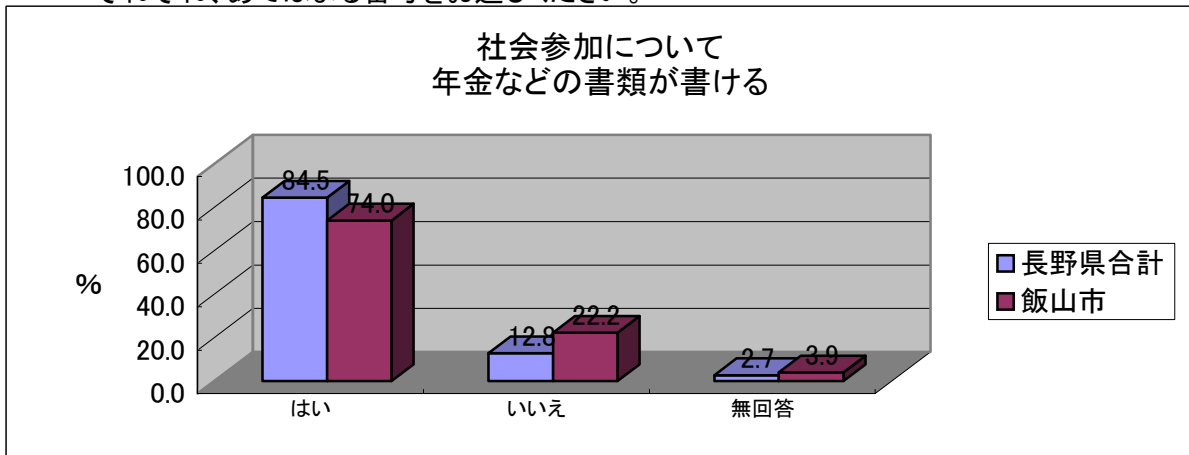
	ない	ときどきある	よくある	無回答
長野県合計	10,963 100%	8,079 73.7%	2,472 22.5%	180 1.6%
飯山市	984 100%	604 61.4%	317 32.2%	36 3.7%

日常生活について
家事全般

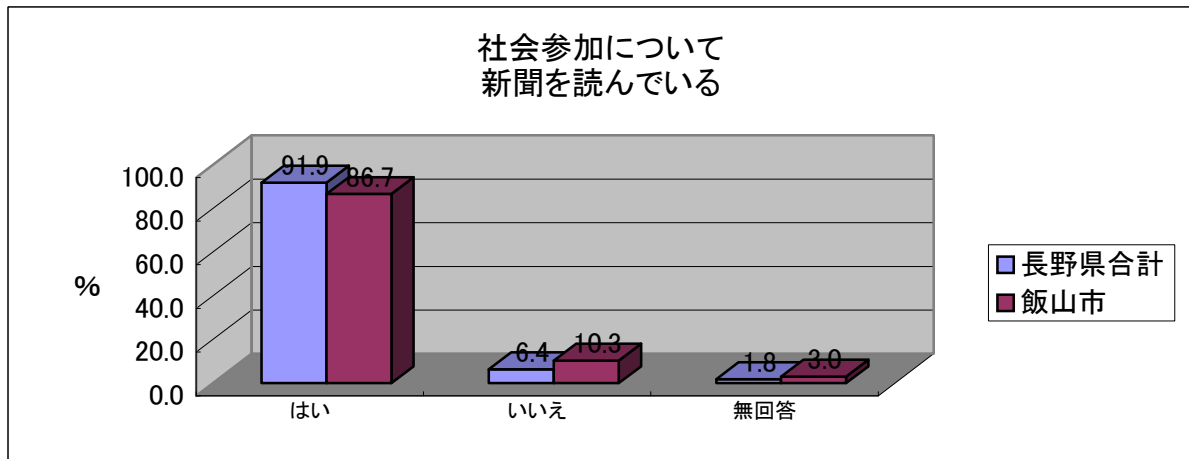


		できている	できていない	無回答
長野県合計	10,963	9,148	1,493	322
	100%	83.4%	13.6%	2.9%
飯山市	984	759	186	39
	100%	77.1%	18.9%	4.0%

問18 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。
それぞれ、あてはまる番号をお選びください。

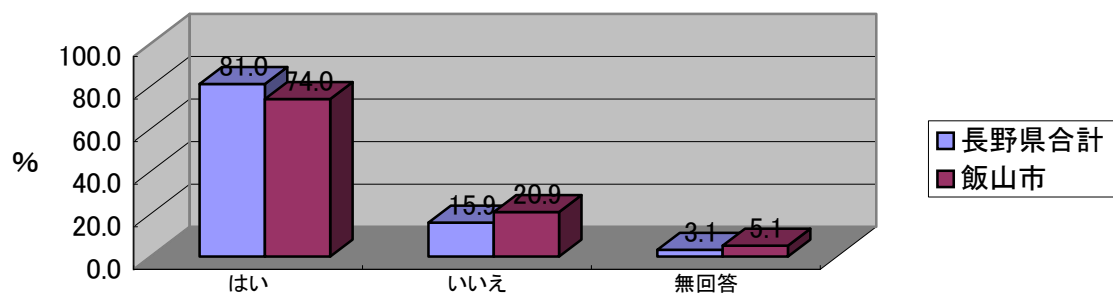


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,264	1,399	300
	100%	84.5%	12.8%	2.7%
飯山市	984	728	218	38
	100%	74.0%	22.2%	3.9%



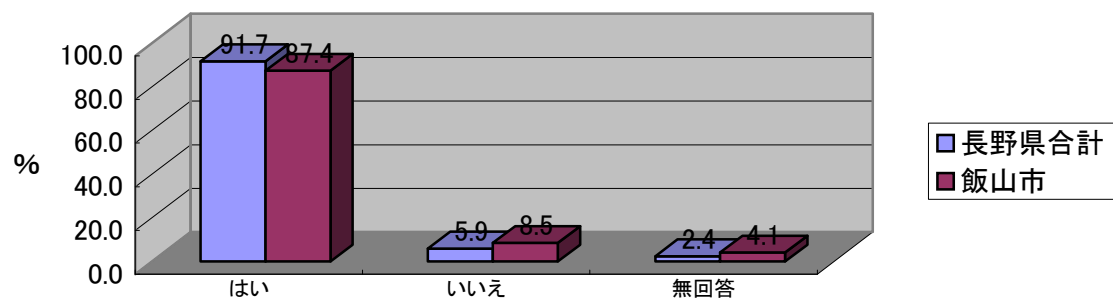
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	10,072	697	194
	100%	91.9%	6.4%	1.8%
飯山市	984	853	101	30
	100%	86.7%	10.3%	3.0%

社会参加について 本や雑誌を読んでいる



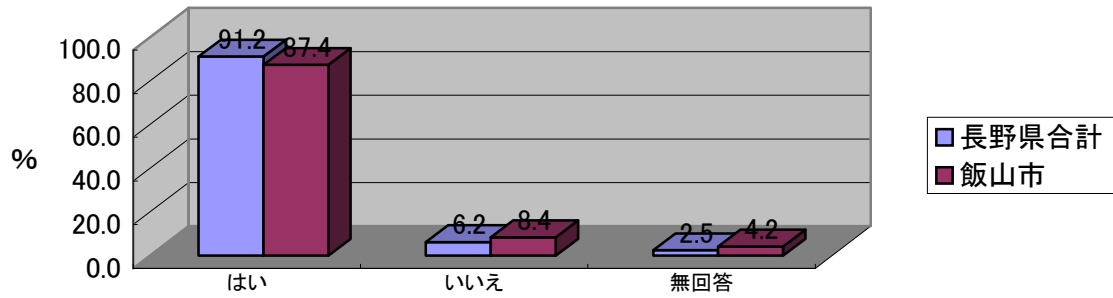
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	8,883	1,738	342
	100%	81.0%	15.9%	3.1%
飯山市	984	728	206	50
	100%	74.0%	20.9%	5.1%

社会参加について 健康についての記事や番組に関心がある



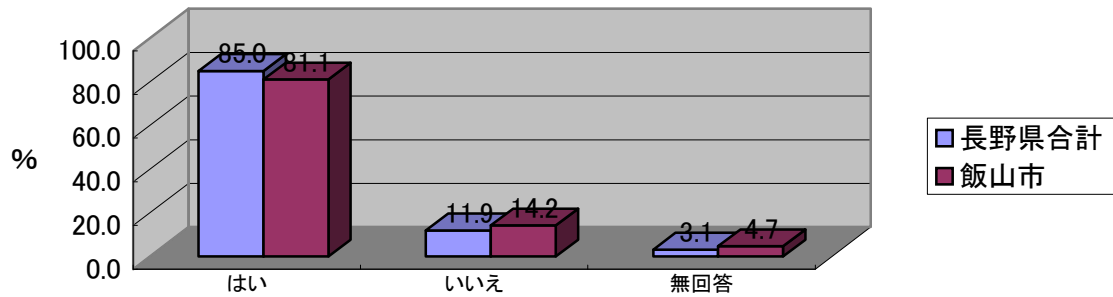
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	10,053	649	261
	100%	91.7%	5.9%	2.4%
飯山市	984	860	84	40
	100%	87.4%	8.5%	4.1%

社会参加について
病人を見舞うことができる



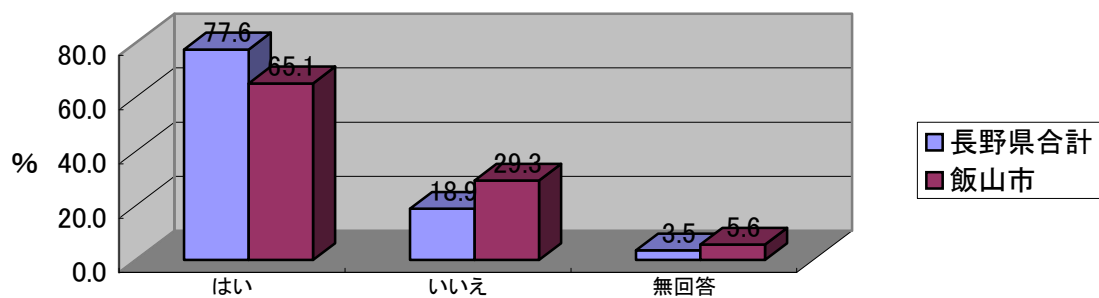
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	10,000	684	279
	100%	91.2%	6.2%	2.5%
飯山市	984	860	83	41
	100%	87.4%	8.4%	4.2%

社会参加について
若い人に自分から話しかけることがある



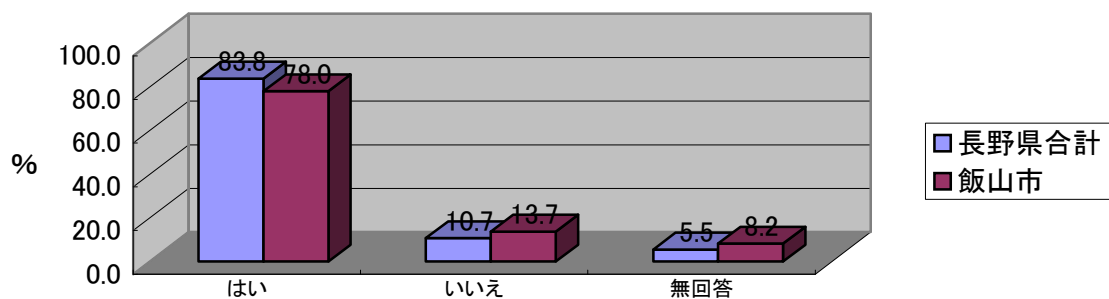
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,315	1,305	343
	100%	85.0%	11.9%	3.1%
飯山市	984	798	140	46
	100%	81.1%	14.2%	4.7%

社会参加について 趣味がある



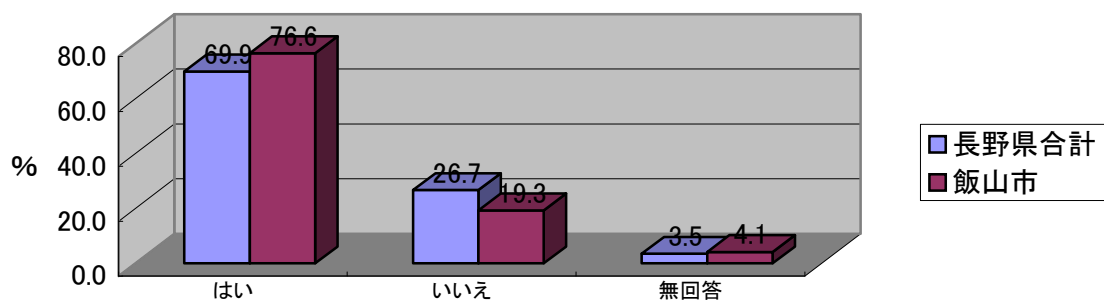
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	8,507	2,072	384
	100%	77.6%	18.9%	3.5%
飯山市	984	641	288	55
	100%	65.1%	29.3%	5.6%

社会参加について 生きがいがある



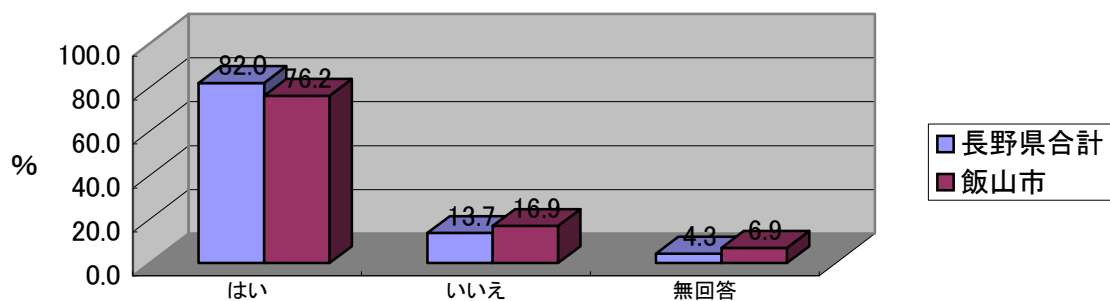
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	9,186	1,174	603
	100%	83.8%	10.7%	5.5%
飯山市	984	768	135	81
	100%	78.0%	13.7%	8.2%

社会参加について 友人の家を訪ねている



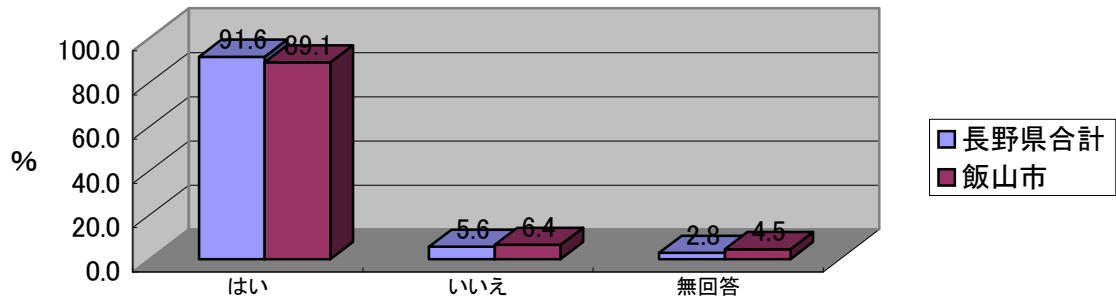
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	7,660	2,922	381
	100%	69.9%	26.7%	3.5%
飯山市	984	754	190	40
	100%	76.6%	19.3%	4.1%

社会参加について 家族や友人の相談にのっている



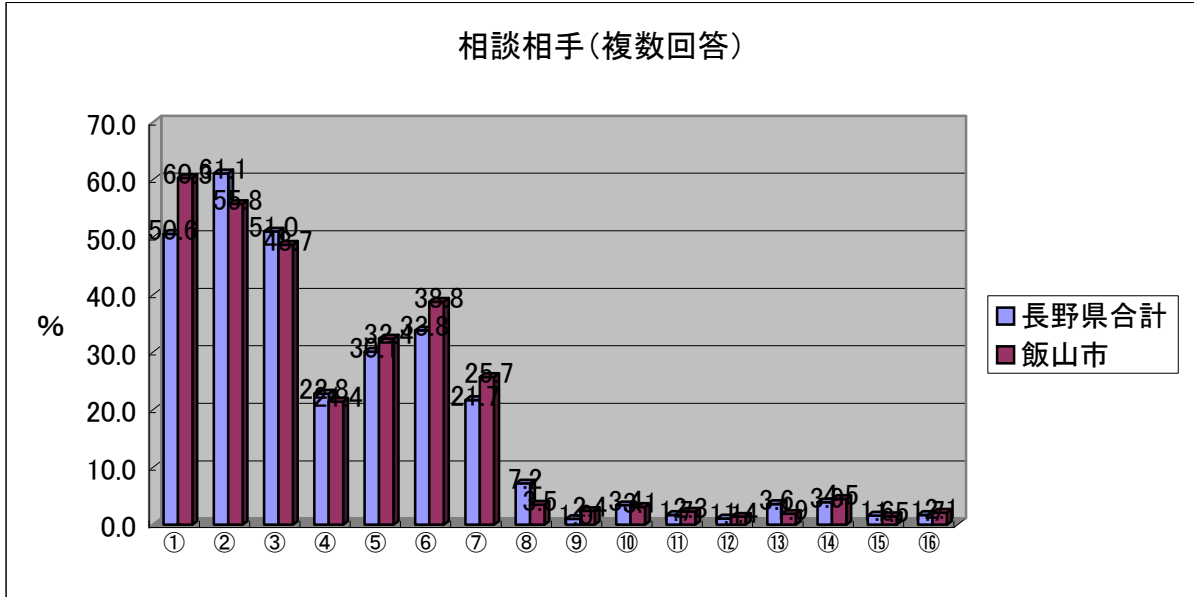
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	8,988	1,499	476
	100%	82.0%	13.7%	4.3%
飯山市	984	750	166	68
	100%	76.2%	16.9%	6.9%

社会参加について
何かあったときに家族や友人等に相談をしている



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	10,041	618	304
	100%	91.6%	5.6%	2.8%
飯山市	984	877	63	44
	100%	89.1%	6.4%	4.5%

(相談している方のみ)相談相手を教えてください(あてはまる番号すべてに○)

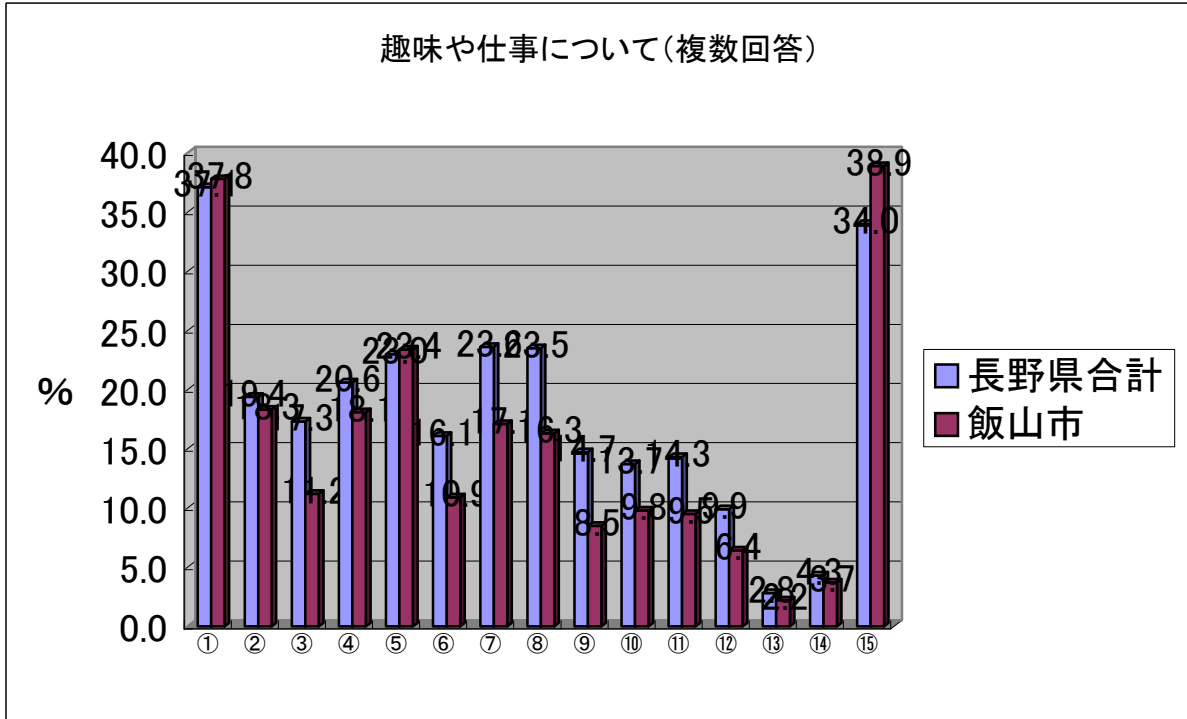


	① 配偶者(夫・妻)	② 息子	③ 娘	④ 子の配偶者	⑤ 兄弟・姉妹	⑥ 友人・知人	⑦ 医師・歯科医師・看護師
長野県合計	10,041 6,053 60.3%	5,604 55.8%	4,886 48.7%	2,146 21.4%	3,255 32.4%	3,897 38.8%	2,585 25.7%
飯山市	877 444 50.6%	536 61.1%	447 51.0%	200 22.8%	264 30.1%	296 33.8%	190 21.7%

⑧ 民生委員	⑨ 自治会・町内会	⑩ 老人クラブ	⑪ 社会福祉協議会	⑫ 地域包括支援センター	⑬ ケアマネジャー	⑭ 役所・役場
348 3.5%	240 2.4%	307 3.1%	230 2.3%	145 1.4%	186 1.9%	454 4.5%
63 7.2%	9 1.0%	30 3.4%	15 1.7%	10 1.1%	32 3.6%	34 3.9%

⑮ その他	⑯ 無回答
146 1.5%	206 2.1%
14 1.6%	15 1.7%

問19 趣味や仕事など生きがいをもって、現在やっていることは何ですか。また、今後やってみたいことは何ですか。
 ※現在やっていること、今後やってみたいこと それぞれについて、右欄のあてはまる番号すべてに○をおつけください。

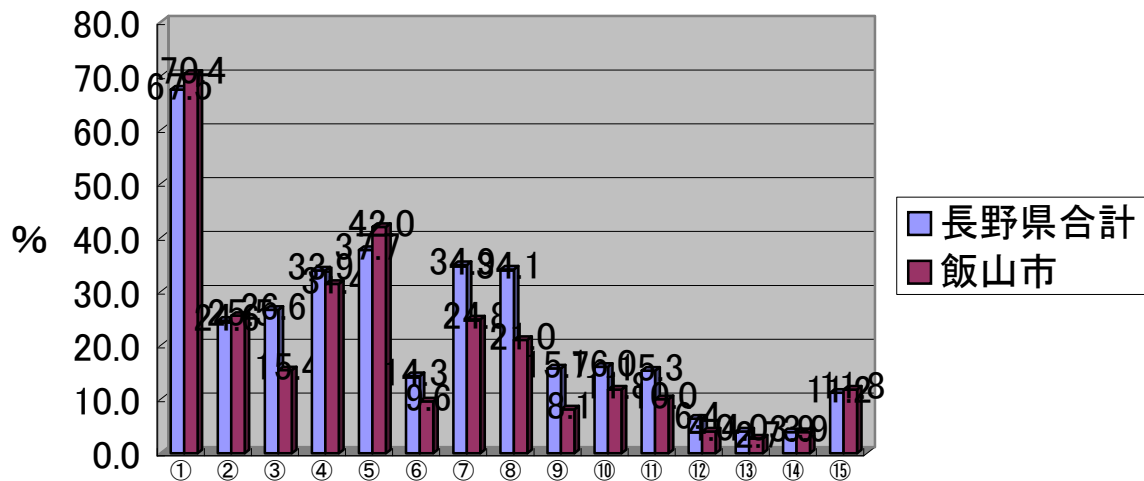


	① 近所の人や友人との交流	② 老人クラブの活動	③ 町内会、自治会活動	④ 祭り、行事への参加	⑤ 働くこと	⑥ 学習や教養を高めるための活動	⑦ 趣味、娯楽活動
長野県合計	21,926 37.1%	8,139 19.4%	4,253 17.3%	3,785 20.6%	4,527 23.0%	5,036 16.1%	5,170 23.6%
飯山市	1,968 37.8%	744 18.3%	361 11.2%	221 18.1%	357 23.4%	461 10.9%	214 17.1%

	⑧ スポーツやレクリエーション活動	⑨ 地域のボランティア活動	⑩ サークル・自主グループによる活動	⑪ 自分の知識や技術を生かした活動	⑫ 若い世代との交流	⑬ その他	⑭ 特にない
長野県合計	5,143 23.5%	3,228 14.7%	2,994 13.7%	3,146 14.3%	2,178 9.9%	603 2.8%	949 4.3%
飯山市	321 16.3%	168 8.5%	193 9.8%	187 9.5%	125 6.4%	44 2.2%	73 3.7%

⑮ 無回答
7,448 34.0%
765 38.9%

趣味や仕事について(複数回答) 現在やっていること

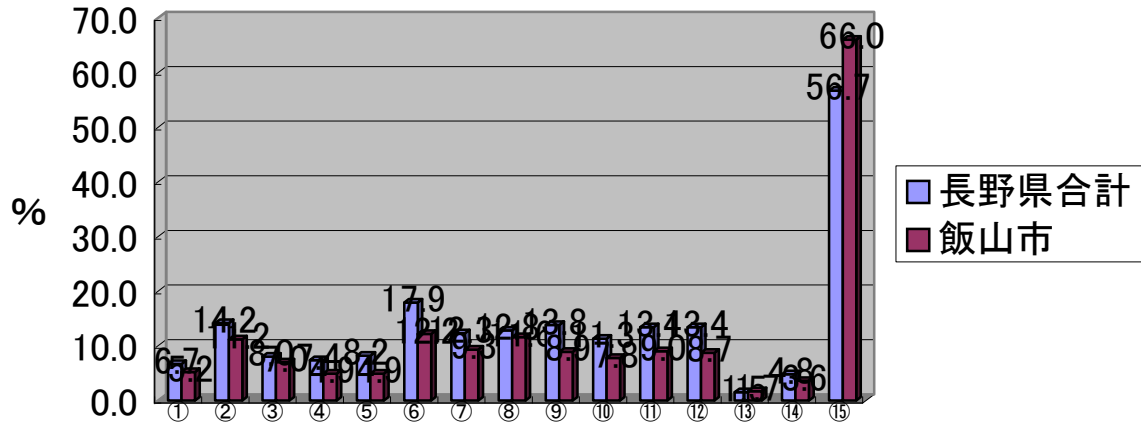


	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
	近所の人や友人との交流	老人クラブの活動	町内会、自治会活動	祭り、行事への参加	働くこと	学習や教養を高めるための活動	趣味、娯楽活動
長野県合計	10,963 67.5%	2,700 24.6%	2,912 26.6%	3,712 33.9%	4,136 37.7%	1,573 14.3%	3,821 34.9%
飯山市	984 70.4%	251 25.5%	152 15.4%	309 31.4%	413 42.0%	94 9.6%	244 24.8%

⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭
スポーツやレクリエーション活動	地域のボランティア活動	サークル・自主グループによる活動	自分の知識や技術を生かした活動	若い世代との交流	その他	特にない
3,735 34.1%	1,720 15.7%	1,758 16.0%	1,675 15.3%	707 6.4%	443 4.0%	428 3.9%
207 21.0%	80 8.1%	116 11.8%	98 10.0%	39 4.0%	27 2.7%	38 3.9%

⑮
無回答
1,231 11.2%
116 11.8%

仕事や趣味について(複数回答)
今後やってみたいこと

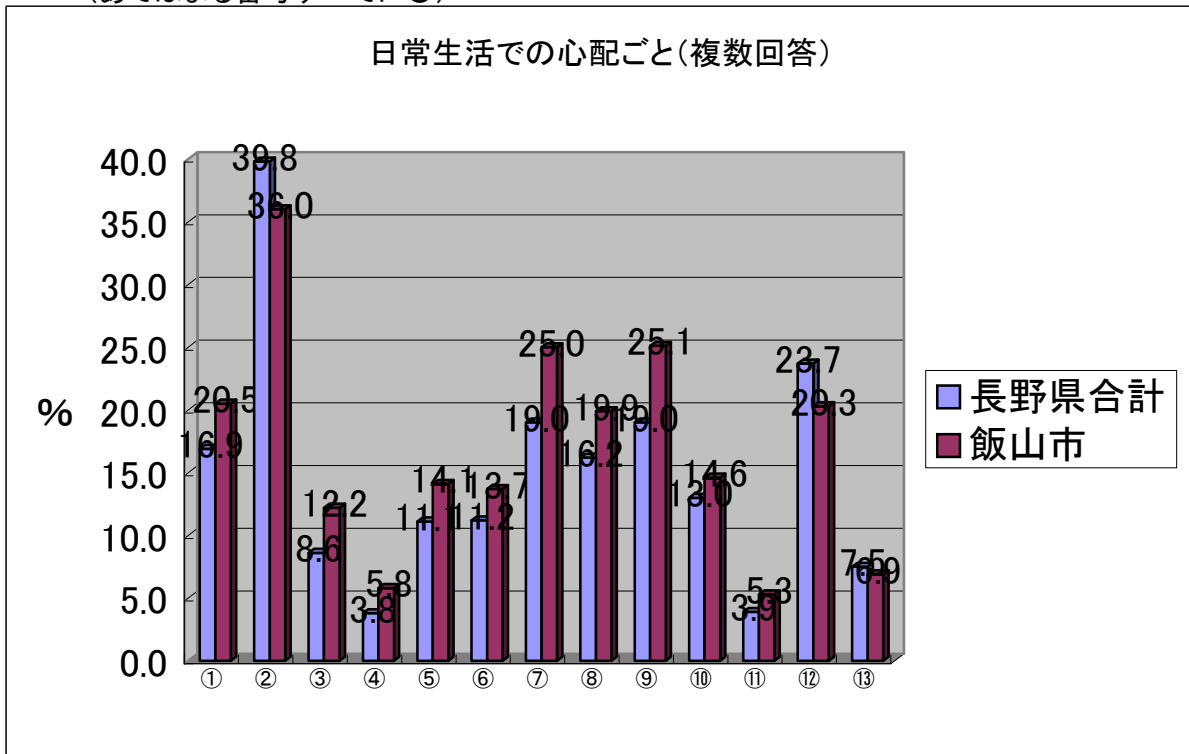


	① 近所の人や友人との交流	② 老人クラブの活動	③ 町内会、自治会活動	④ 祭り、行事への参加	⑤ 働くこと	⑥ 学習や教養を高めるための活動	⑦ 趣味、娯楽活動
長野県合計	10,963 6.7%	1,553 14.2%	873 8.0%	815 7.4%	900 8.2%	1,962 17.9%	1,349 12.3%
飯山市	984 5.2%	110 11.2%	69 7.0%	48 4.9%	48 4.9%	120 12.2%	92 9.3%

	⑧ スポーツやレクリエーション活動	⑨ 地域のボランティア活動	⑩ サークル・自主グループによる活動	⑪ 自分の知識や技術を生かした活動	⑫ 若い世代との交流	⑬ その他	⑭ 特にない
長野県合計	1,408 12.8%	1,508 13.8%	1,236 11.3%	1,471 13.4%	1,471 13.4%	160 1.5%	521 4.8%
飯山市	114 11.6%	88 8.9%	77 7.8%	89 9.0%	86 8.7%	17 1.7%	35 3.6%

	⑮ 無回答
長野県合計	6,217 56.7%
飯山市	649 66.0%

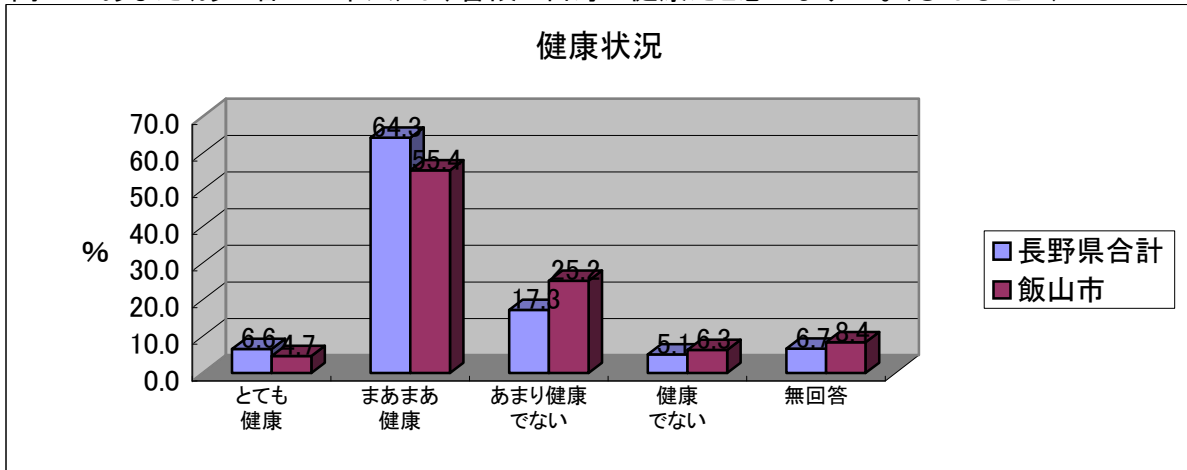
問20 あなた(あて名のご本人)の日常生活での心配ごととはどのようなものですか。
(あてはまる番号すべてに○)



	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
	健康がすぐれなかつたり病気がちである	配偶者や家族の健康のこと	病気などの時に面倒を見てくれる人がいないこと	通院・買い物の交通手段がない、支援が得られない	一人暮らしや孤独になること	家屋、田畑、財産などの管と理や相続など	生活をしていく上での収入面でのこと
長野県合計	10,963 16.9%	4,368 39.8%	941 8.6%	413 3.8%	1,215 11.1%	1,230 11.2%	2,079 19.0%
飯山市	984 20.5%	354 36.0%	120 12.2%	57 5.8%	139 14.1%	135 13.7%	246 25.0%

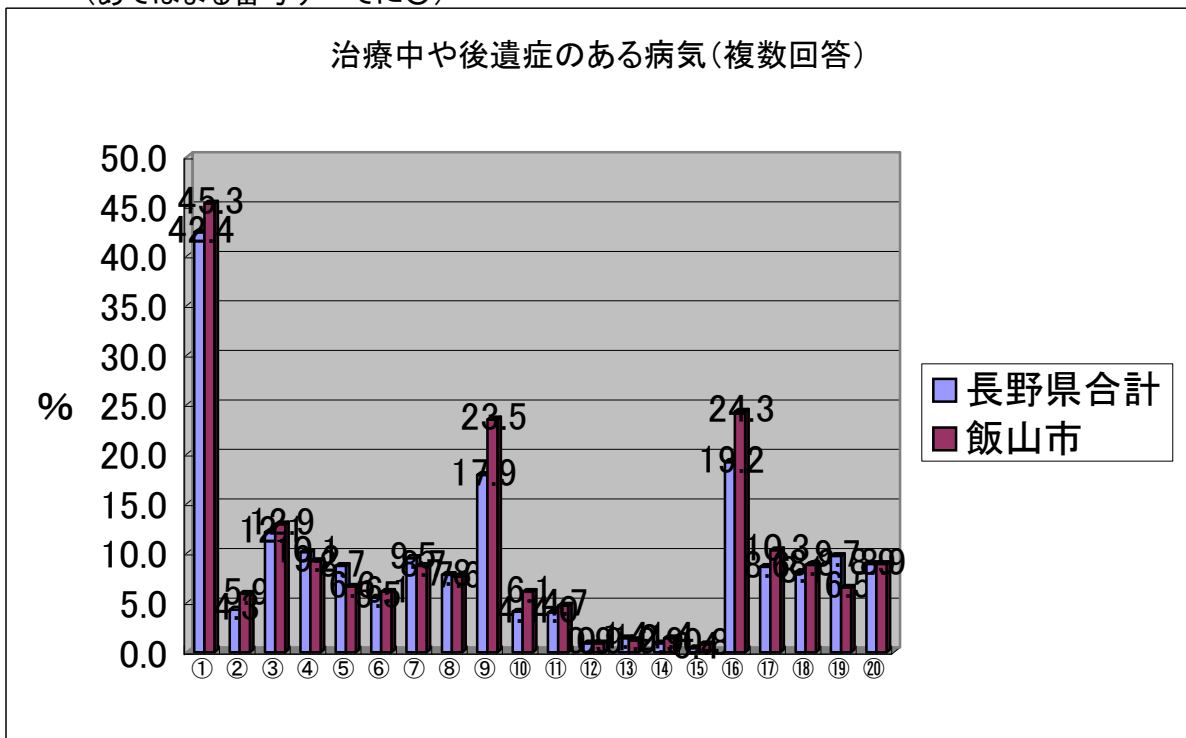
⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬
火の不始末や戸締りなど	外出時や家屋の中での転倒や事故	詐欺や悪質な訪問販売などや犯罪にあうこと	その他	心配ごとはない	無回答
1,774 16.2%	2,085 19.0%	1,422 13.0%	423 3.9%	2,603 23.7%	824 7.5%
196 19.9%	247 25.1%	144 14.6%	52 5.3%	200 20.3%	68 6.9%

問21 あなた(あて名のご本人)は、普段ご自身で健康だと思いますか。(〇はひとつ)



		とても健康	まあまあ健康	あまり健康でない	健康でない	無回答
長野県合計	10,963	722	7,052	1,898	558	733
	100%	6.6%	64.3%	17.3%	5.1%	6.7%
飯山市	984	46	545	248	62	83
	100%	4.7%	55.4%	25.2%	6.3%	8.4%

問22 あなた(あて名のご本人)は、現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。
(あてはまる番号すべてに○)

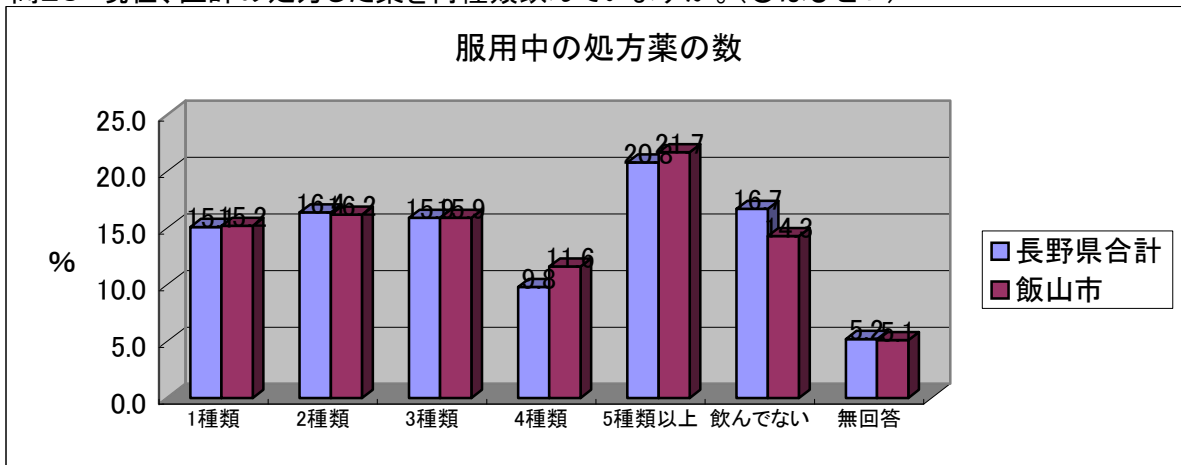


	① 高血圧	② 脳卒中(脳出血・脳梗塞等)	③ 心臓病	④ 糖尿病	⑤ 高脂血症(脂質異常)	⑥ 呼吸器の病気(肺炎や気管支炎等)	⑦ 胃腸・肝臓・胆のうの病気
長野県合計	10,963 42.4%	4,645 4.3%	1,329 12.1%	1,110 10.1%	949 8.7%	602 5.5%	1,046 9.5%
飯山市	984 45.3%	446 5.9%	127 12.9%	91 9.2%	65 6.6%	60 6.1%	86 8.7%

	⑧ 筋骨格の病	⑨ 腎臓・前立腺の病気	⑩ 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 認知症(アルツハイマー病等)
長野県合計	850 7.8%	1,959 17.9%	447 4.1%	435 4.0%	103 0.9%	153 1.4%	96 0.9%
飯山市	75 7.6%	231 23.5%	60 6.1%	46 4.7%	9 0.9%	12 1.2%	14 1.4%

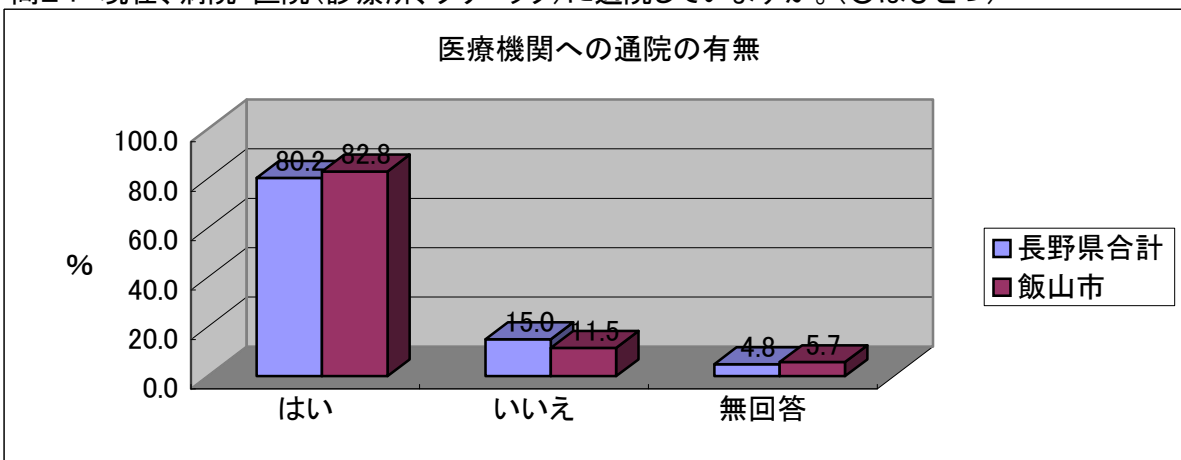
	⑮ パーキンソン病	⑯ 目の病気	⑰ 耳の病気	⑱ その他	⑲ ない	⑳ 無回答
長野県合計	45 0.4%	2,109 19.2%	944 8.6%	884 8.1%	1,066 9.7%	980 8.9%
飯山市	8 0.8%	239 24.3%	101 10.3%	87 8.8%	64 6.5%	88 8.9%

問23 現在、医師の処方した薬を何種類飲んでますか。(〇はひとつ)



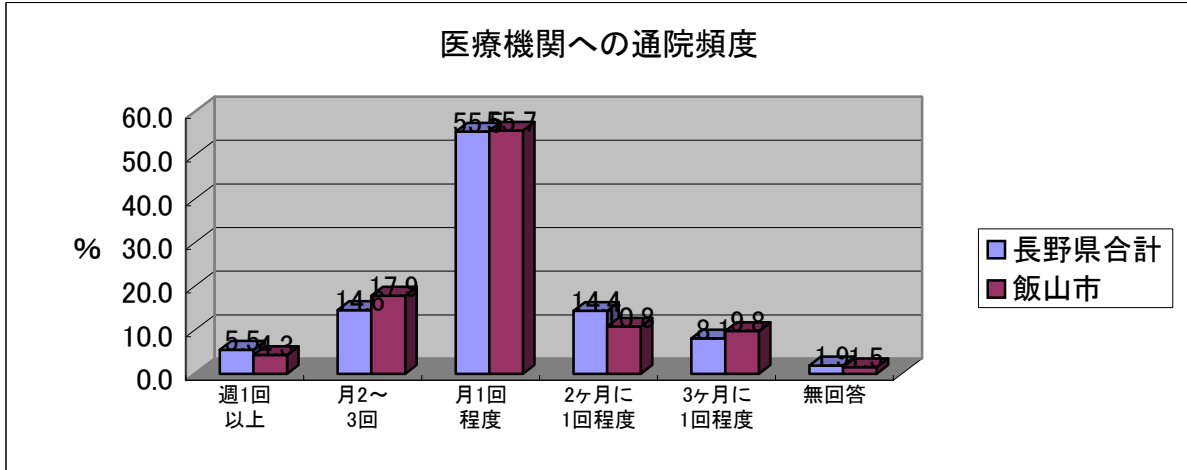
		1種類	2種類	3種類	4種類	5種類以上	飲んでない	無回答
長野県合計	10,963	1,651	1,799	1,745	1,078	2,284	1,833	573
	100%	15.1%	16.4%	15.9%	9.8%	20.8%	16.7%	5.2%
飯山市	984	150	159	156	114	214	141	50
	100%	15.2%	16.2%	15.9%	11.6%	21.7%	14.3%	5.1%

問24 現在、病院・医院(診療所、クリニック)に通院していますか。(〇はひとつ)



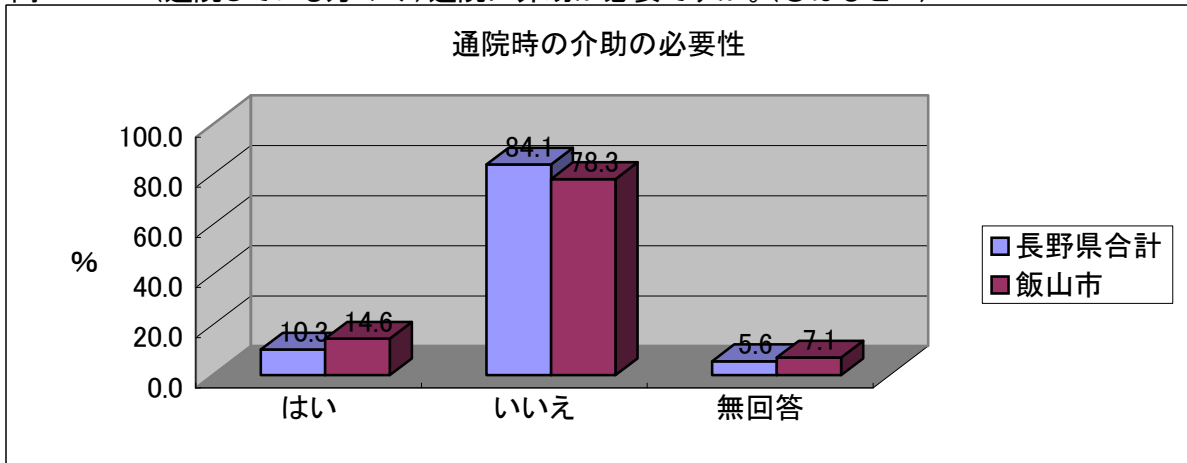
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	8,795	1,639	529
	100%	80.2%	15.0%	4.8%
飯山市	984	815	113	56
	100%	82.8%	11.5%	5.7%

問24-1 (通院している方のみ)その頻度は次のどれですか。(○はひとつ)



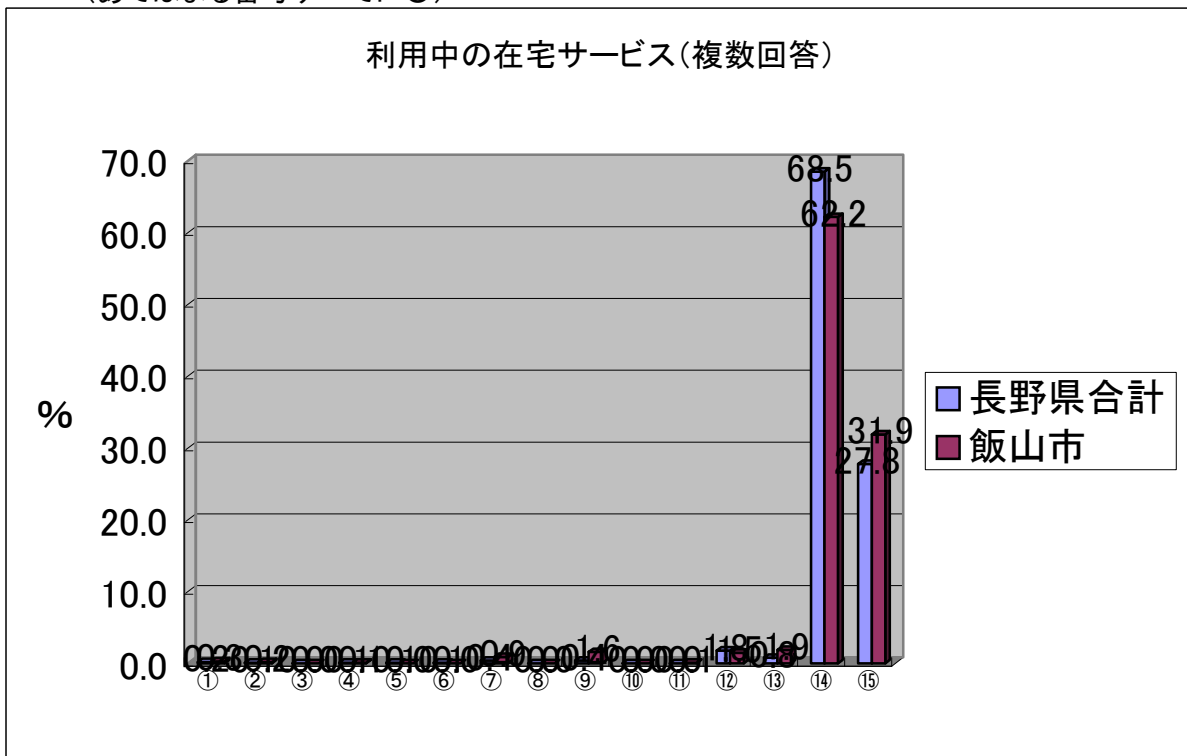
		週1回以上	月2~3回	月1回程度	2ヶ月に1回程度	3ヶ月に1回程度	無回答
長野県合計	8,795 100%	487 5.5%	1,287 14.6%	4,877 55.5%	1,265 14.4%	716 8.1%	163 1.9%
飯山市	815 100%	35 4.3%	146 17.9%	454 55.7%	88 10.8%	80 9.8%	12 1.5%

問24-2 (通院している方のみ)通院に介助が必要ですか。(○はひとつ)



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	8,795 100%	905 10.3%	7,396 84.1%	494 5.6%
飯山市	815 100%	119 14.6%	638 78.3%	58 7.1%

問25 あなた(あて名のご本人)は、以下の在宅サービスを利用していますか。
(あてはまる番号すべてに○)

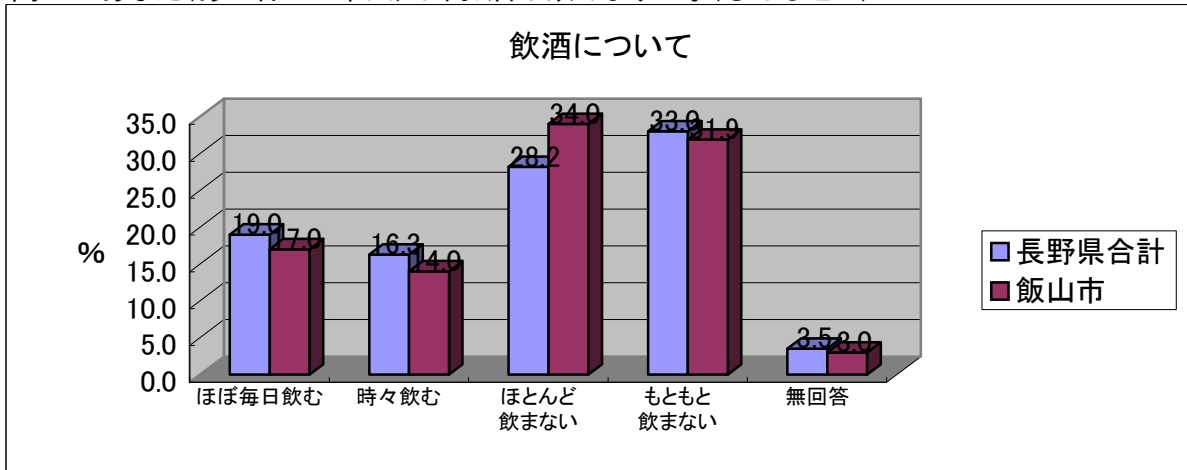


	① 訪問診療(医師の訪問)	② 訪問介護	③ 夜間対応型訪問介護	④ 訪問入浴介護	⑤ 訪問看護	⑥ 訪問リハビリテーション	⑦ 通所介護(デイサービス)
長野県合計	10,963 0.2%	13 0.1%	1 0.0%	7 0.1%	10 0.1%	6 0.1%	49 0.4%
飯山市	984 0.3%	2 0.2%	0 0.0%	1 0.1%	0 0.0%	0 0.0%	9 0.9%

	⑧ 認知症対応型通所介護	⑨ 通所リハビリテーション(デイケア)	⑩ 小規模多機能型居宅介護	⑪ 短期入所(ショートステイ)	⑫ 医師や薬剤師による療養上の指導(居宅療養管理指導)	⑬ その他	⑭ 利用していない
長野県合計	4 0.0%	47 0.4%	1 0.0%	4 0.0%	201 1.8%	88 0.8%	7,506 68.5%
飯山市	0 0.0%	16 1.6%	0 0.0%	1 0.1%	15 1.5%	19 1.9%	612 62.2%

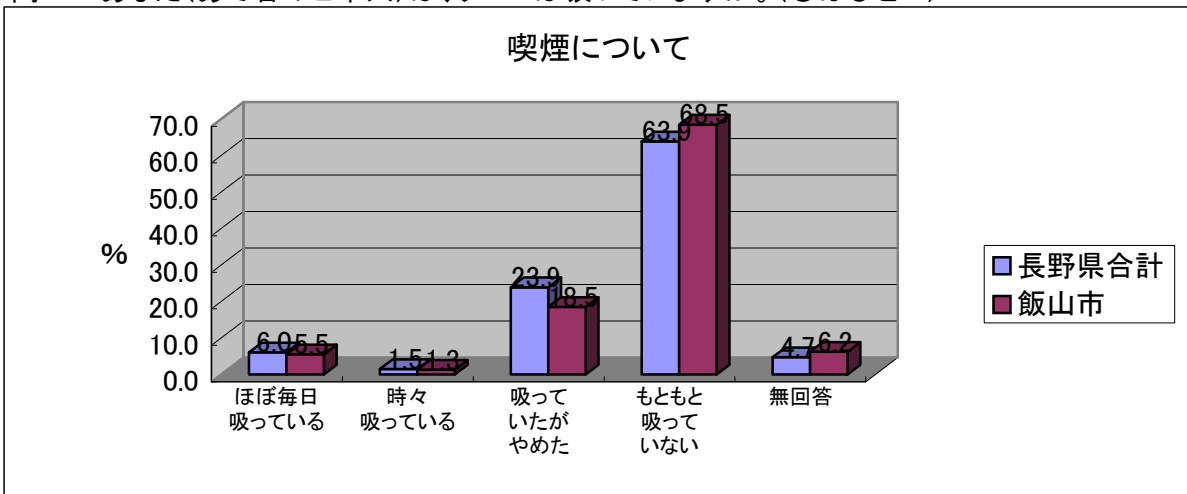
⑮ 無回答
3,043 27.8%
314 31.9%

問26 あなた(あて名のご本人)は、お酒は飲みますか。(○はひとつ)



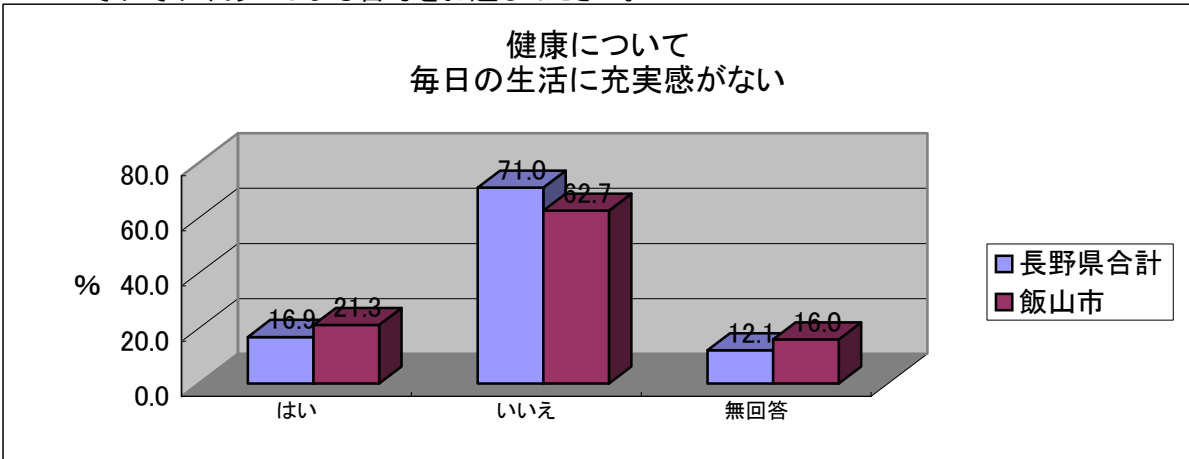
	ほぼ毎日飲む	時々飲む	ほとんど飲まない	もともと飲まない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	2,088 19.0%	1,782 16.3%	3,093 28.2%	3,619 33.0%	381 3.5%
飯山市	984 100%	167 17.0%	138 14.0%	335 34.0%	314 31.9%	30 3.0%

問27 あなた(あて名のご本人)は、タバコは吸っていますか。(○はひとつ)

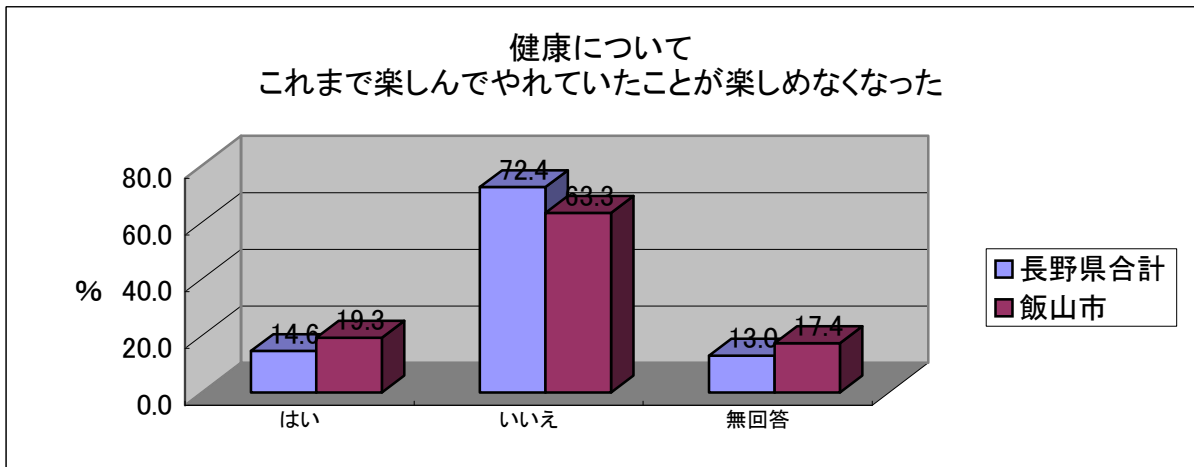


	ほぼ毎日吸っている	時々吸っている	吸っていたがやめた	もともと吸っていない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	659 6.0%	163 1.5%	2,621 23.9%	7,008 63.9%	512 4.7%
飯山市	984 100%	54 5.5%	13 1.3%	182 18.5%	674 68.5%	61 6.2%

問28 あなた(あて名のご本人)ご自身のことについて、次の問にお答えください。
 それぞれ、あてはまる番号をお選びください。

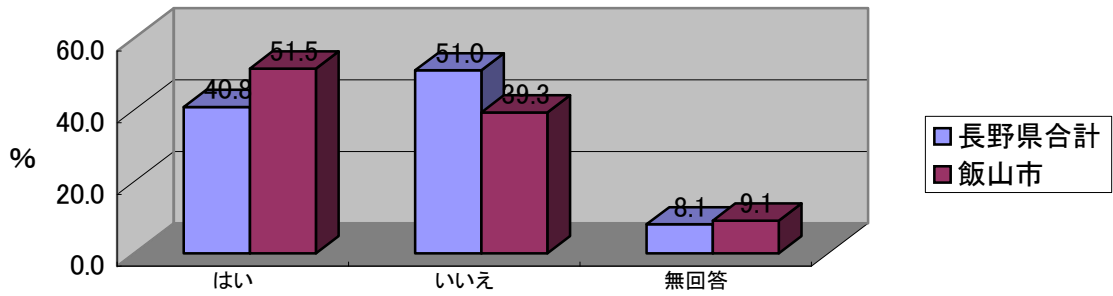


		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	1,855	7,784	1,324
	100%	16.9%	71.0%	12.1%
飯山市	984	210	617	157
	100%	21.3%	62.7%	16.0%



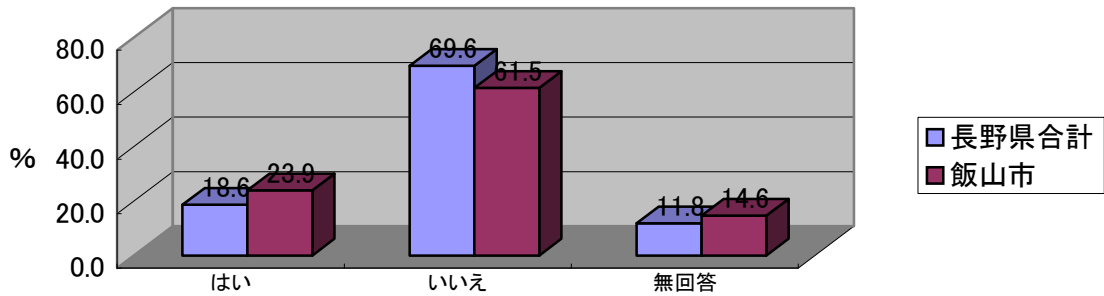
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	1,602	7,941	1,420
	100%	14.6%	72.4%	13.0%
飯山市	984	190	623	171
	100%	19.3%	63.3%	17.4%

健康について
以前は楽にできていたことが、おっくうに感じられる



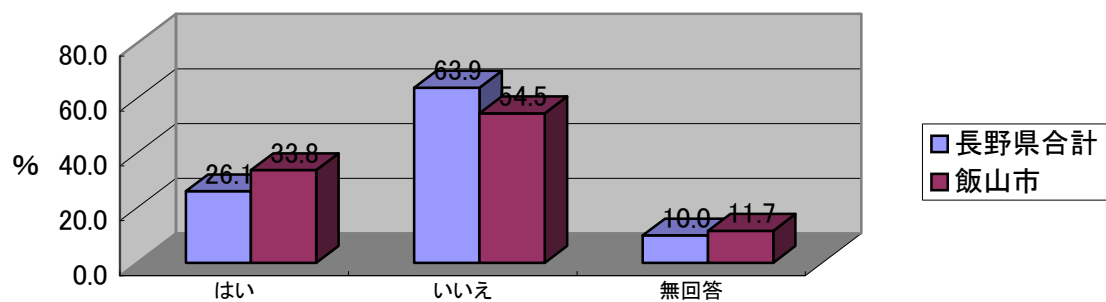
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	4,476	5,595	892
	100%	40.8%	51.0%	8.1%
飯山市	984	507	387	90
	100%	51.5%	39.3%	9.1%

健康について
自分が役に立つ人間だと思えない



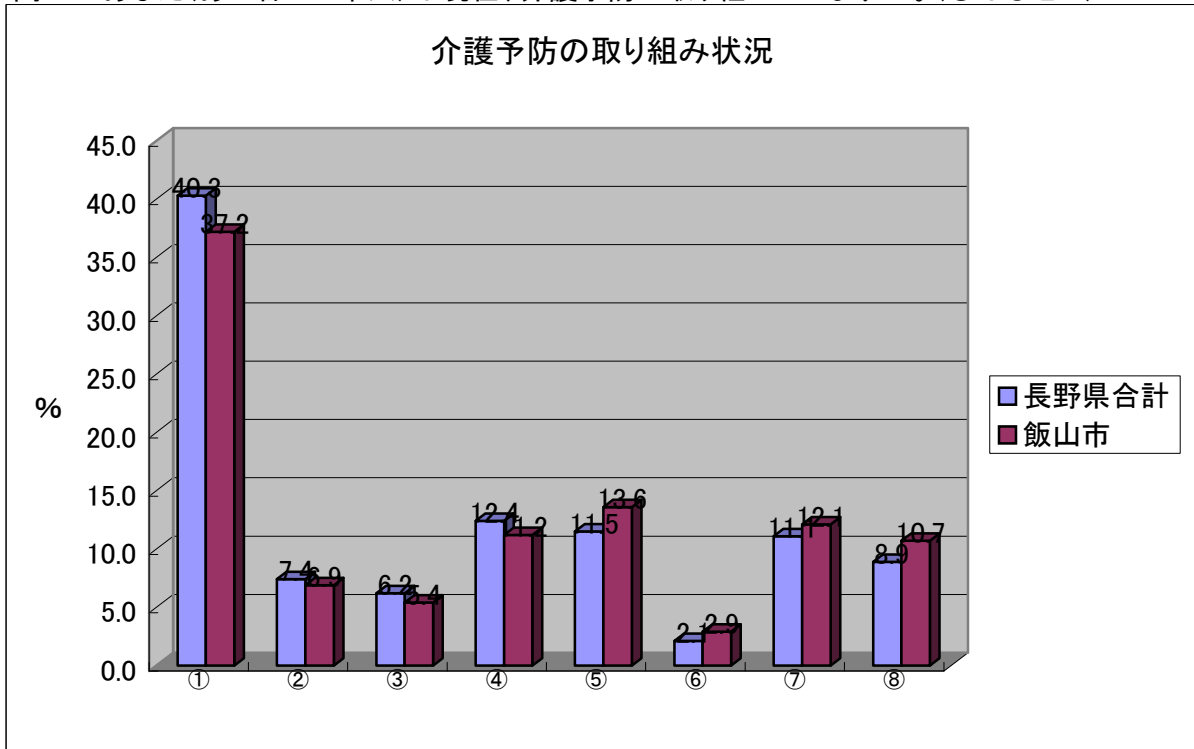
		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	2,038	7,629	1,296
	100%	18.6%	69.6%	11.8%
飯山市	984	235	605	144
	100%	23.9%	61.5%	14.6%

健康について
わけもなく疲れた様な感じがする



		はい	いいえ	無回答
長野県合計	10,963	2,860	7,010	1,093
	100%	26.1%	63.9%	10.0%
飯山市	984	333	536	115
	100%	33.8%	54.5%	11.7%

問29 あなた(あて名のご本人)は現在、介護予防に取り組んでいますか。(○はひとつ)



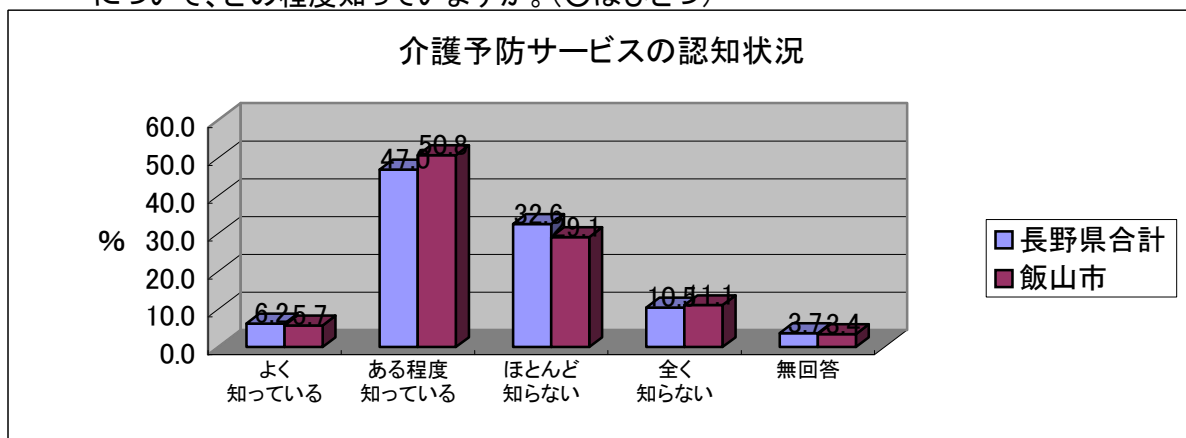
① 意識して取り組んでいる
 ② 体力が落ちてきたら取り組みたい
 ③ もう少し歳をとってから取り組みたい
 ④ きっかけがあれば取り組みたい
 ⑤ 興味はあるが具体的な取り組み方がわからない
 ⑥ その他
 ⑦ 興味・関心は特にない

長野県合計	10,963 100%	4,419 40.3%	815 7.4%	677 6.2%	1,354 12.4%	1,266 11.5%	235 2.1%	1,221 11.1%
飯山市	984 100%	366 37.2%	68 6.9%	53 5.4%	110 11.2%	134 13.6%	29 2.9%	119 12.1%

⑧
無回答

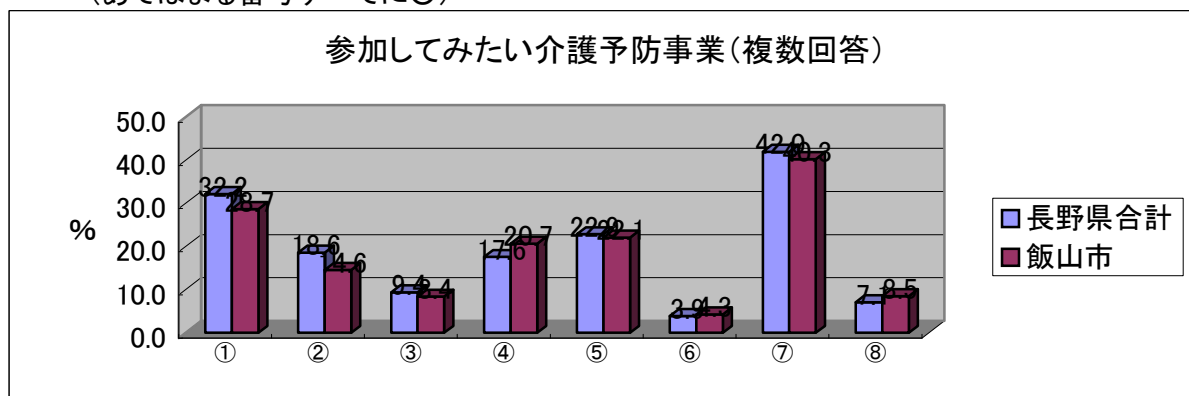
976	8.9%
105	10.7%

問30 あなた(あて名のご本人)は、お住まいの市町村で実施されている介護予防サービスについて、どの程度知っていますか。(○はひとつ)



		よく知っている	ある程度知っている	ほとんど知らない	全く知らない	無回答
長野県合計	10,963 100%	684 6.2%	5,151 47.0%	3,571 32.6%	1,147 10.5%	410 3.7%
飯山市	984 100%	56 5.7%	500 50.8%	286 29.1%	109 11.1%	33 3.4%

問31 市町村では、将来できるだけ要介護状態にならないようにするため、介護予防事業を実施していますが、あなた(あて名のご本人)が今後参加してみたいことは何ですか。(あてはまる番号すべてに○)

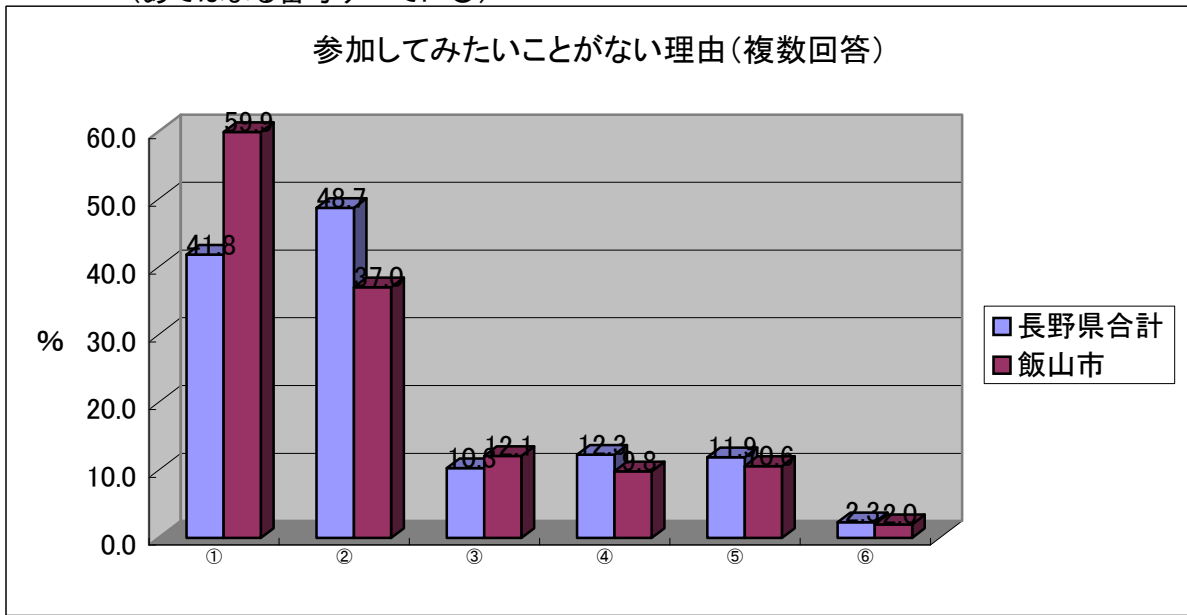


		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
長野県合計	10,963	3,533 32.2%	2,038 18.6%	1,035 9.4%	1,927 17.6%	2,509 22.9%	425 3.9%	4,601 42.0%
飯山市	984	282 28.7%	144 14.6%	83 8.4%	204 20.7%	217 22.1%	42 4.3%	397 40.3%

⑧
無回答

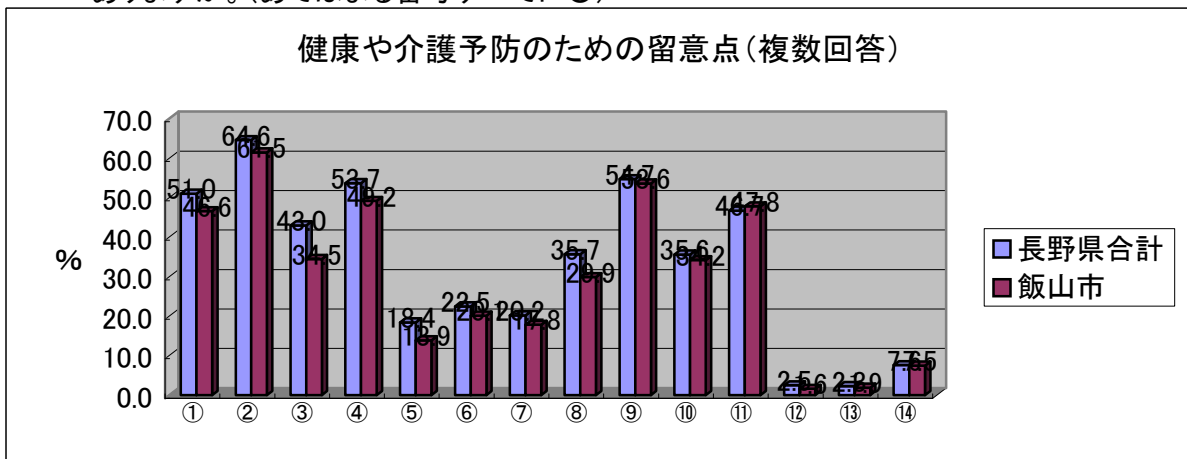
778
7.1%
84
8.5%

問31-1 問31で、参加してみたいことが特になく理由は何ですか。
 (あてはまる番号すべてに○)



		①	②	③	④	⑤	⑥
		普段から田畑等に出て農作業しているから	まだ元気だから	介護予防事業に出掛けていくのが面倒だから	介護予防事業の参加に必要性や魅力を感じないから	その他	無回答
長野県合計	4,601	1,924 41.8%	2,240 48.7%	475 10.3%	568 12.3%	547 11.9%	106 2.3%
飯山市	397	238 59.9%	147 37.0%	48 12.1%	39 9.8%	42 10.6%	8 2.0%

問32 あなた(あて名ご本人)は、ふだんから健康や介護予防のために気をつけていることはありますか。(あてはまる番号すべてに○)



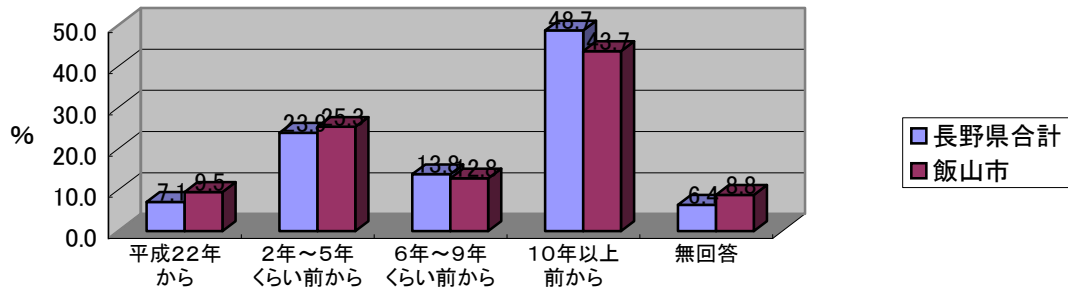
- ① 栄養バランスやかむ回数に気をつけて食事をしている
- ② 口の中を清潔にしている
- ③ ウォーキングや体操など定期的に運動をしている
- ④ 規則的な生活を心がけている
- ⑤ たばこをやめた、または本数を減らしている
- ⑥ お酒を飲みすぎない
- ⑦ パズルや計算作業など認知症の予防に取り組んでいる

長野県合計	10,963	5,588	7,086	4,716	5,887	2,013	2,468	2,217
		51.0%	64.6%	43.0%	53.7%	18.4%	22.5%	20.2%
飯山市	984	459	605	339	484	137	198	175
		46.6%	61.5%	34.5%	49.2%	13.9%	20.1%	17.8%

⑧ 定期的健康診断を受けている	⑨ かかりつけの医師に定期的に診てもらっている	⑩ 気持ちをできる限り明るく保つ	⑪ 休養や睡眠を十分にとっている	⑫ その他	⑬ 特になし	⑭ 無回答
3,911	5,996	3,904	5,119	276	256	831
35.7%	54.7%	35.6%	46.7%	2.5%	2.3%	7.6%
294	527	337	470	16	19	74
29.9%	53.6%	34.2%	47.8%	1.6%	1.9%	7.5%

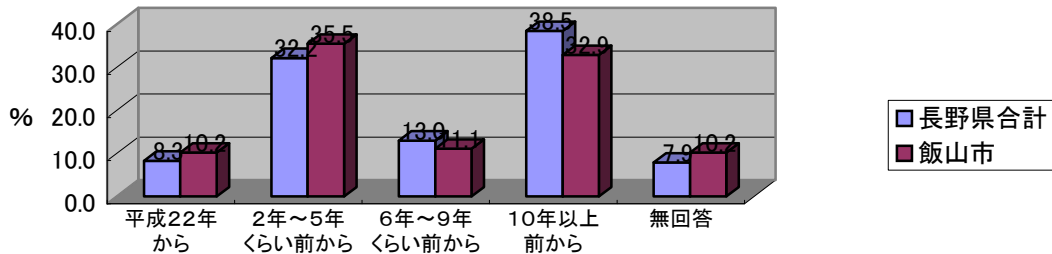
問32-1 (問32で1~7に○をつけられた方のみ)いつごろから意識して取り組んでいますか。
問32で○をつけた項目について、お答えください。

健康や介護予防のための留意開始時期



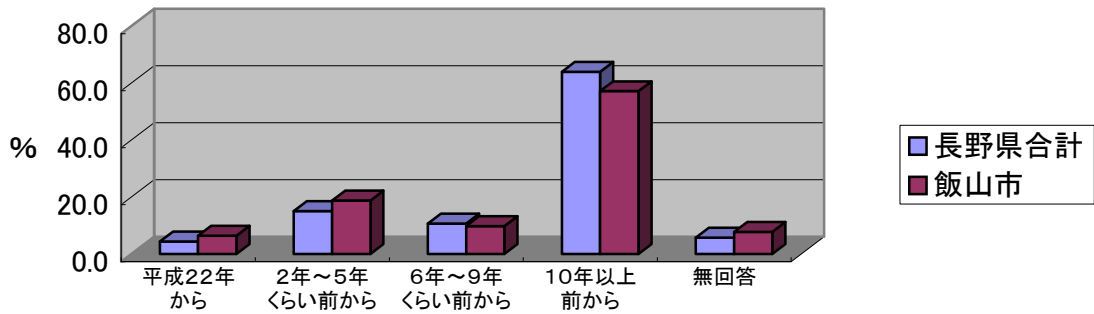
	平成22年から	2年~5年くらい前から	6年~9年くらい前から	10年以上前から	無回答	
長野県合計	29,975 100%	2,133 7.1%	7,173 23.9%	4,137 13.8%	14,609 48.7%	1,923 6.4%
飯山市	2,397 100%	228 9.5%	606 25.3%	306 12.8%	1,047 43.7%	210 8.8%

健康や介護予防のための留意開始時期 栄養バランスやかむ回数に気をつけて食事をしている



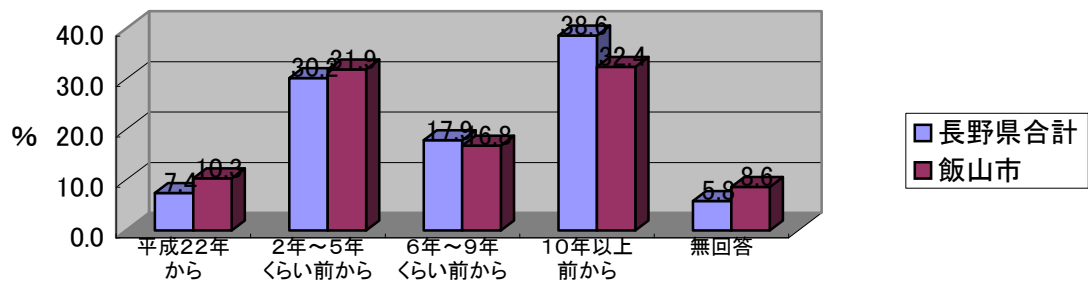
	平成22年から	2年~5年くらい前から	6年~9年くらい前から	10年以上前から	無回答	
長野県合計	5,588 100%	465 8.3%	1,801 32.2%	729 13.0%	2,152 38.5%	441 7.9%
飯山市	459 100%	47 10.2%	163 35.5%	51 11.1%	151 32.9%	47 10.2%

健康や介護予防のための留意開始時期
口の中を清潔にしている



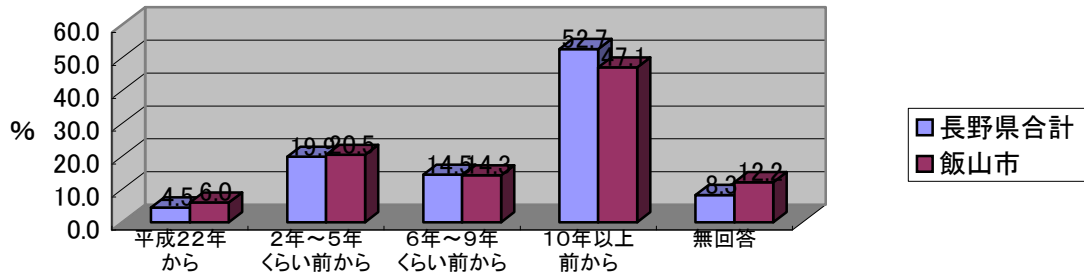
	平成22年から	2年～5年くらい前から	6年～9年くらい前から	10年以上前から	無回答	
長野県合計	7,086 100%	310 4.4%	1,067 15.1%	759 10.7%	4,537 64.0%	413 5.8%
飯山市	605 100%	39 6.4%	114 18.8%	59 9.8%	346 57.2%	47 7.8%

健康や介護予防のための留意開始時期
ウォーキングや体操など定期的に運動をしている



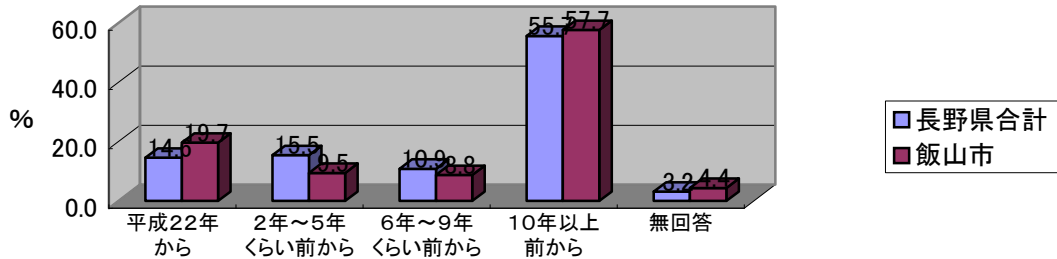
	平成22年から	2年～5年くらい前から	6年～9年くらい前から	10年以上前から	無回答	
長野県合計	4,716 100%	351 7.4%	1,426 30.2%	845 17.9%	1,821 38.6%	273 5.8%
飯山市	339 100%	35 10.3%	108 31.9%	57 16.8%	110 32.4%	29 8.6%

健康や介護予防のための留意開始時期
規則的な生活を心がけている



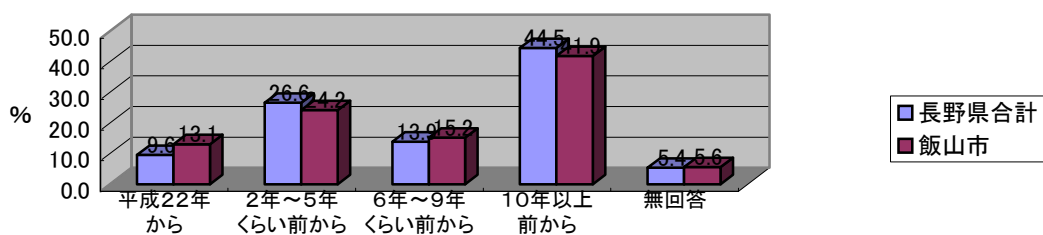
	平成22年から	2年～5年くらい前から	6年～9年くらい前から	10年以上前から	無回答	
長野県合計	5,887 100%	264 4.5%	1,174 19.9%	854 14.5%	3,105 52.7%	490 8.3%
飯山市	484 100%	29 6.0%	99 20.5%	69 14.3%	228 47.1%	59 12.2%

健康や介護予防のための留意開始時期
たばこをやめた、または本数を減らしている



	平成22年から	2年～5年くらい前から	6年～9年くらい前から	10年以上前から	無回答	
長野県合計	2,013 100%	294 14.6%	313 15.5%	219 10.9%	1,122 55.7%	65 3.2%
飯山市	137 100%	27 19.7%	13 9.5%	12 8.8%	79 57.7%	6 4.4%

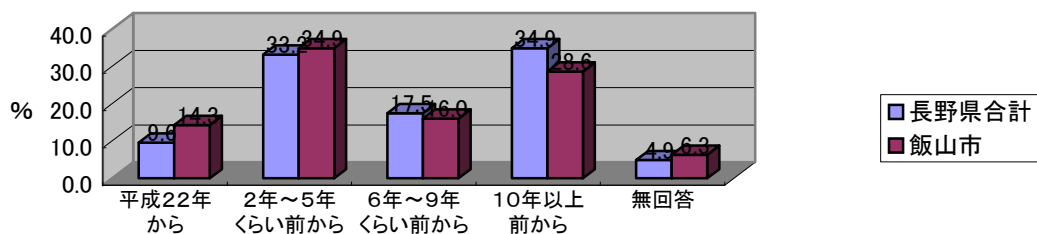
健康や介護予防のための留意開始時期 お酒を飲みすぎない



平成22年か 2年～5年くら 6年～9年くら 10年以上前 無回答
ら くらい前から くらい前から から

長野県合計	2,468	237	656	344	1,098	133
	100%	9.6%	26.6%	13.9%	44.5%	5.4%
飯山市	198	26	48	30	83	11
	100%	13.1%	24.2%	15.2%	41.9%	5.6%

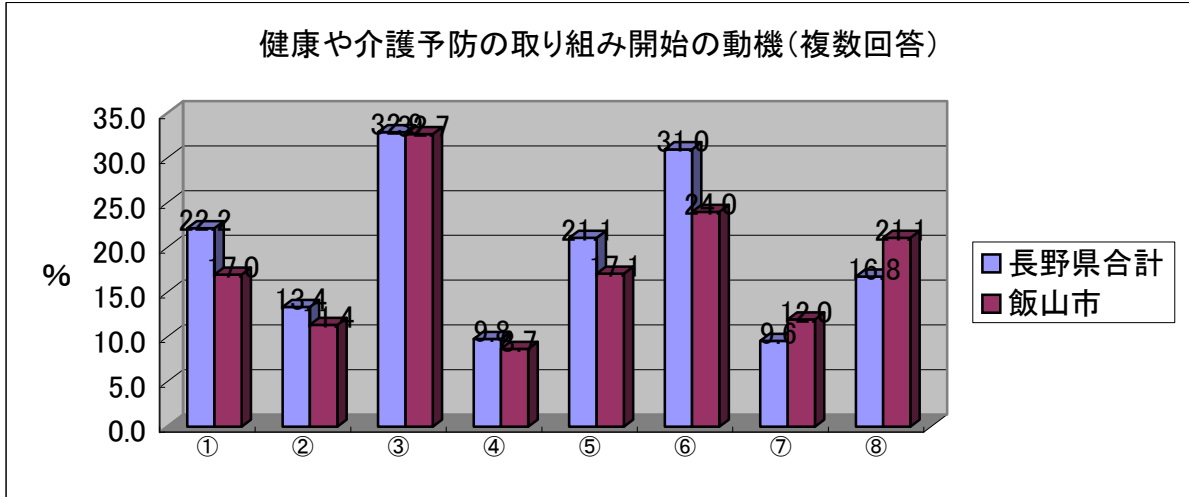
健康や介護予防のための留意開始時期 パズルや計算作業など認知症の予防に取り組んでいる



平成22年か 2年～5年くら 6年～9年くら 10年以上前 無回答
ら くらい前から くらい前から から

長野県合計	2,217	212	736	387	774	108
	100%	9.6%	33.2%	17.5%	34.9%	4.9%
飯山市	175	25	61	28	50	11
	100%	14.3%	34.9%	16.0%	28.6%	6.3%

問32-2 取り組むこととなった主なきっかけは何ですか。(あてはまる番号すべてに○)

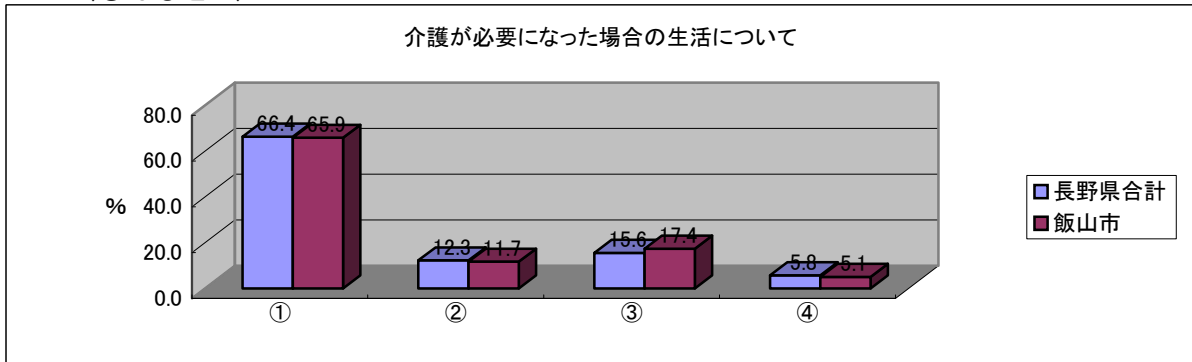


	① 家族のアドバイスや一言	② 知人や友人からのアドバイスや一言	③ 医師等の専門家からの指導や助言	④ 具体的に症状が現れたので	⑤ 検査の結果が気になって	⑥ マスコミの情報から自分で判断して	⑦ その他
長野県合計	8,853 22.2%	1,184 13.4%	2,909 32.9%	867 9.8%	1,872 21.1%	2,743 31.0%	851 9.6%
飯山市	783 17.0%	133 11.4%	256 32.7%	68 8.7%	134 17.1%	188 24.0%	94 12.0%

⑧ 無回答
1,484
16.8%
165
21.1%

問33 希望する介護サービスについて

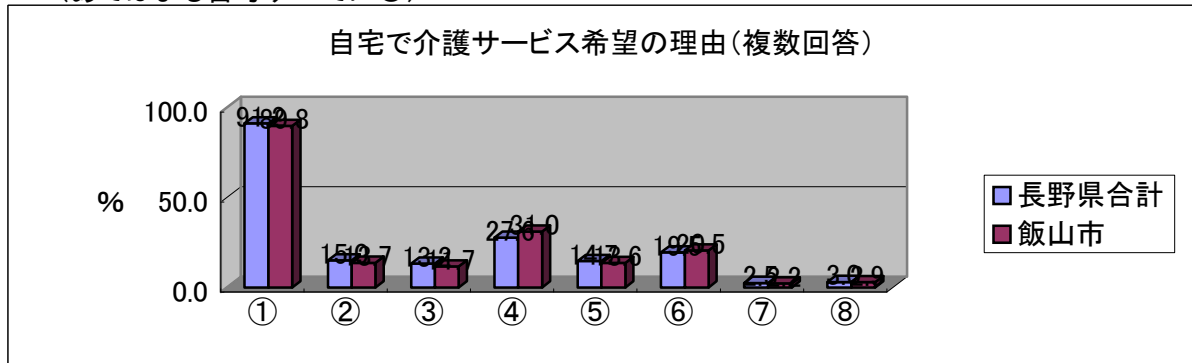
①あなた(あて名のご本人)がもし介護が必要となった場合には、どこで生活したいですか。(〇はひとつ)



① できる限り自宅に住みながら介護サービスを利用したい
 ② 介護施設や高齢者向けの住まいに入所して生活したい
 ③ わからない
 ④ 無回答

長野県合計	10,963 100%	7,281 66.4%	1,345 12.3%	1,705 15.6%	632 5.8%
飯山市	984 100%	648 65.9%	115 11.7%	171 17.4%	50 5.1%

② (①で「1」に〇をつけた方のみ) 自宅で介護サービスを利用したい理由は何ですか。(あてはまる番号すべてに〇)



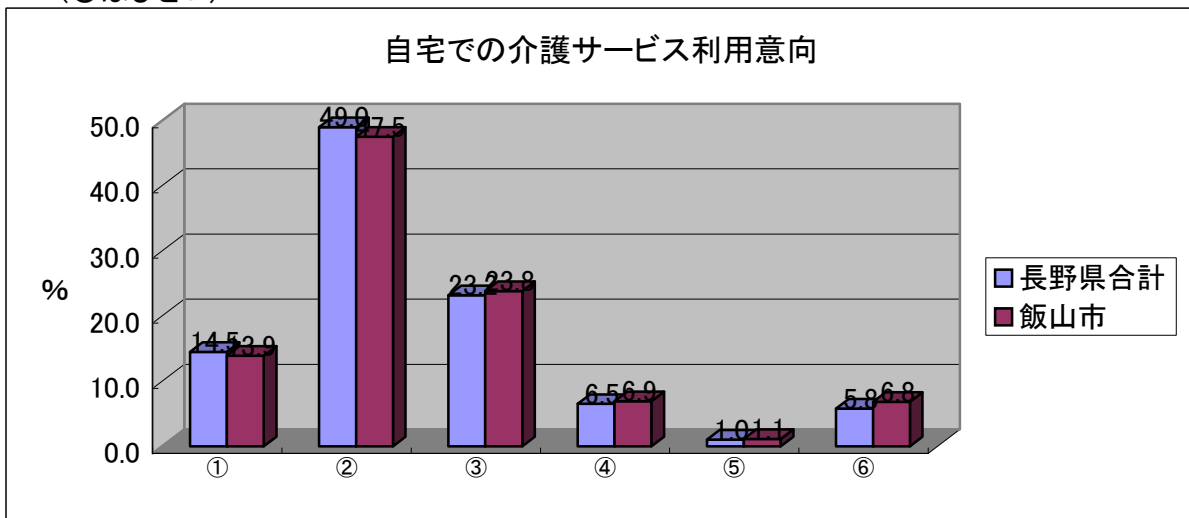
① 住み慣れた自宅で生活を続けたいから
 ② 施設で他人の世話になるのはいやだから
 ③ 他人との共同生活はしたくないから
 ④ 施設に入るだけの金銭的余裕がないから
 ⑤ 施設では自由な生活ができないから
 ⑥ 在宅で十分な介護が受けられると思うから
 ⑦ その他

長野県合計	7,281 91.2%	6,638 15.0%	1,094 13.2%	961 27.6%	2,007 14.7%	1,067 19.5%	1,421 2.5%	185 2.9%
飯山市	648 89.8%	582 13.7%	89 11.7%	76 31.0%	201 13.6%	88 20.5%	133 2.2%	14

⑧ 無回答

222
3.0%
19
2.9%

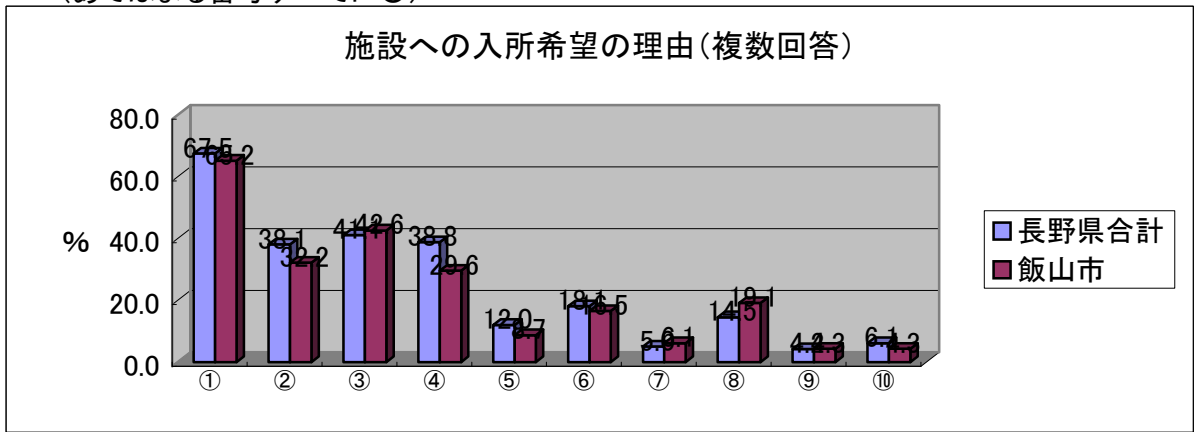
③ (①で「1」に○をつけた方のみ) 自宅での介護サービスを利用したいですか。
(○はひとつ)



① ② ③ ④ ⑤ ⑥
 家族だけに介護されたい 家族による介護を中心とし介護サービスも利用したい 介護サービスを中心とし併せて家族の介護も受けたい 介護サービスだけで介護を受けたい その他 無回答

長野県合計	7,281 100%	1,059 14.5%	3,568 49.0%	1,691 23.2%	470 6.5%	71 1.0%	422 5.8%
飯山市	648 100%	90 13.9%	308 47.5%	154 23.8%	45 6.9%	7 1.1%	44 6.8%

④ (①で「2」に○をつけた方のみ)施設等への入所(入居)を希望する理由は何ですか。
(あてはまる番号すべてに○)



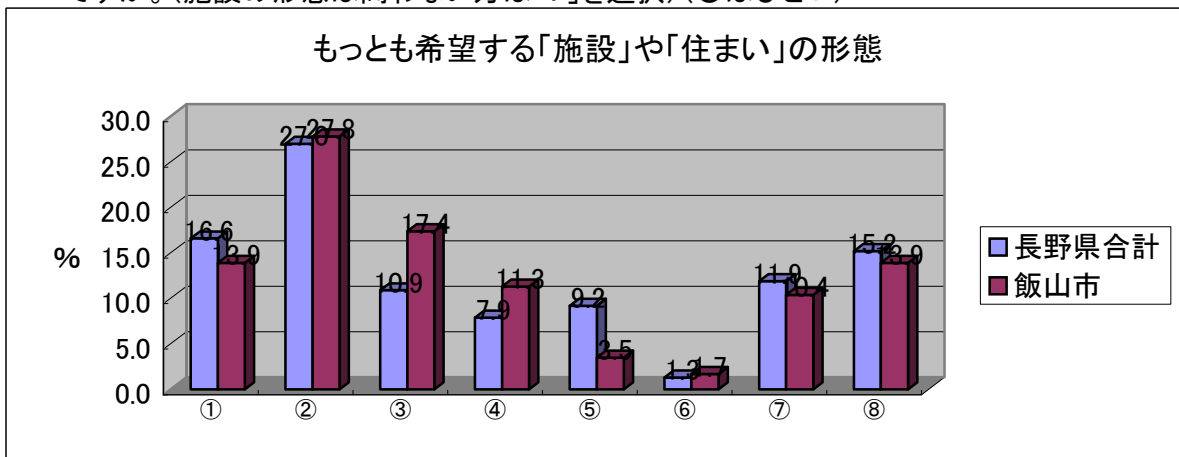
① 自宅では認知症対応等専門的な介護が受けられないから
 ② 家族は介護の時間が十分にとれないから
 ③ 自宅では急な容態変化等緊急時の対応の面で不安だから
 ④ 在宅で介護サービスを利用するより経済的だから
 ⑤ 住宅の構造に問題があるから
 ⑥ 住宅の構造に問題があるから
 ⑦

長野県合計	1,345	908 67.5%	512 38.1%	553 41.1%	522 38.8%	161 12.0%	244 18.1%	67 5.0%
飯山市	115	75 65.2%	37 32.2%	49 42.6%	34 29.6%	10 8.7%	19 16.5%	7 6.1%

⑧ 離れた場所にある施設なら世間の目が気にならないから
 ⑨ 家族がいないから
 ⑩ その他

195 14.5%	56 4.2%	82 6.1%
22 19.1%	5 4.3%	5 4.3%

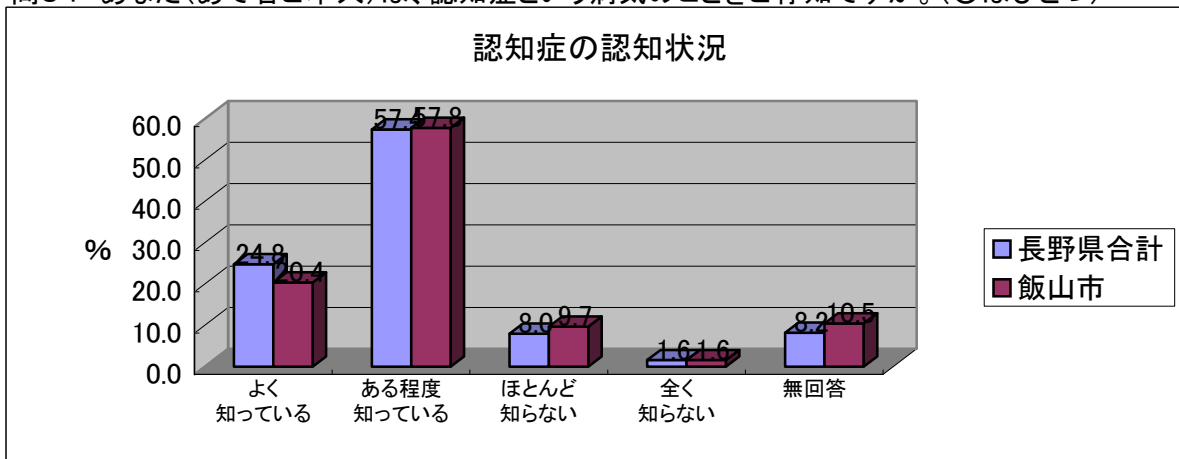
⑤ (①で「2」に○をつけた方のみ)もっとも希望する「施設」や「住まい」の形態は、次のどれですか。(施設の形態は問わない方は「7」を選択)(○はひとつ)



	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	
	常時介護が受けられる少人数ごとの個室の施設	地域等近くで常時介護が受けられる小規模の個室の施設	常時介護が受けられる低額料金の大規模施設	必要に応じて介護を受けながら生活する小規模施設	希望に応じて食事等のサービスが提供される集合住宅	その他	特になし	
長野県合計	1,345 100%	223 16.6%	363 27.0%	147 10.9%	106 7.9%	124 9.2%	18 1.3%	160 11.9%
飯山市	115 100%	16 13.9%	32 27.8%	20 17.4%	13 11.3%	4 3.5%	2 1.7%	12 10.4%

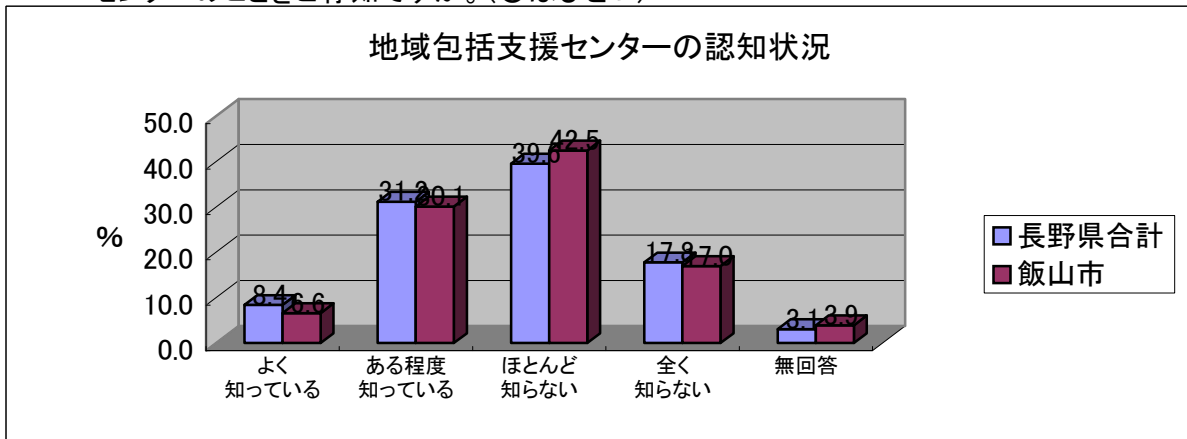
⑧
無回答
204 15.2%
16 13.9%

問34 あなた(あて名ご本人)は、認知症という病気のことをご存知ですか。(○はひとつ)



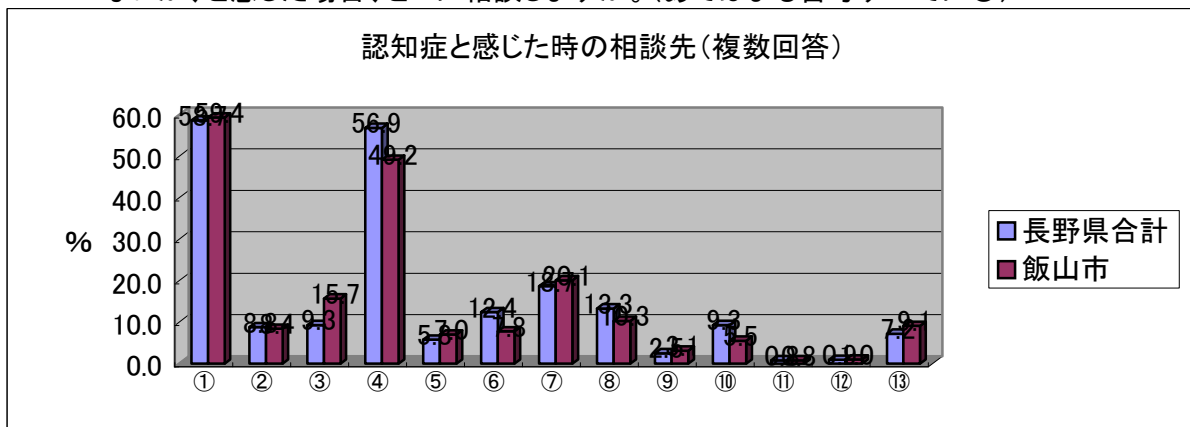
	よく知っている	ある程度知っている	ほとんど知らない	全く知らない	無回答	
長野県合計	10,963 100%	2,717 24.8%	6,291 57.4%	882 8.0%	177 1.6%	896 8.2%
飯山市	984 100%	201 20.4%	569 57.8%	95 9.7%	16 1.6%	103 10.5%

問35 あなた(あて名ご本人)は、高齢者への総合的な生活支援の窓口である、地域包括支援センターのことをご存知ですか。(〇はひとつ)



	よく知っている	ある程度知っている	ほとんど知らない	全く知らない	無回答
長野県合計	10,067 100%	842 8.4%	3,136 31.2%	3,984 39.6%	1,794 17.8%
飯山市	881 100%	58 6.6%	265 30.1%	374 42.5%	150 17.0%

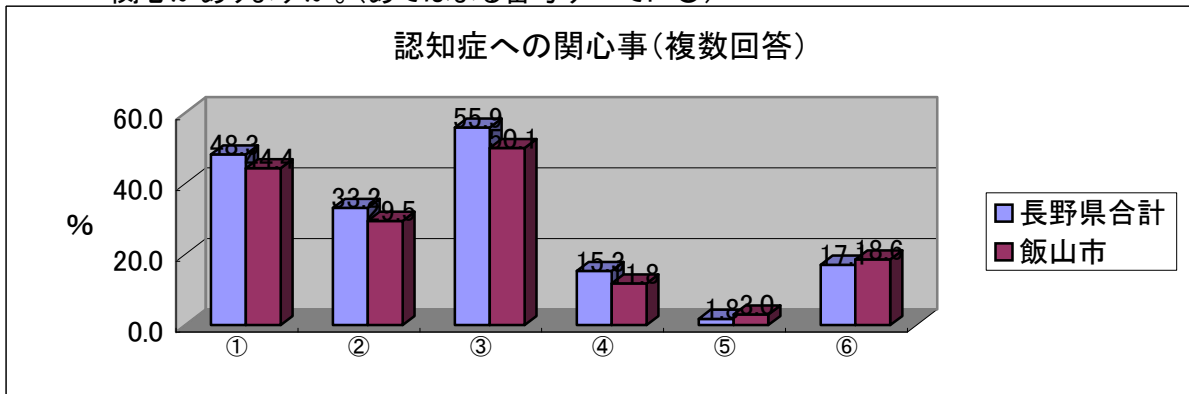
問36 (問34で「1」または「2」を選んだ方のみ)あなた(あて名ご本人)やご家族が認知症でないか、と感じた場合、どこに相談しますか。(あてはまる番号すべてに〇)



	① 家族・親戚	② 友人・知人	③ 民生委員	④ かかりつけの医師	⑤ ケアマネジャー	⑥ 市町村の保健師	⑦ 精神科医療機関(心療内科を含む)
長野県合計	9,008 58.7%	796 8.8%	840 9.3%	5,127 56.9%	525 5.8%	1,120 12.4%	1,688 18.7%
飯山市	770 59.4%	65 8.4%	121 15.7%	379 49.2%	54 7.0%	60 7.8%	155 20.1%

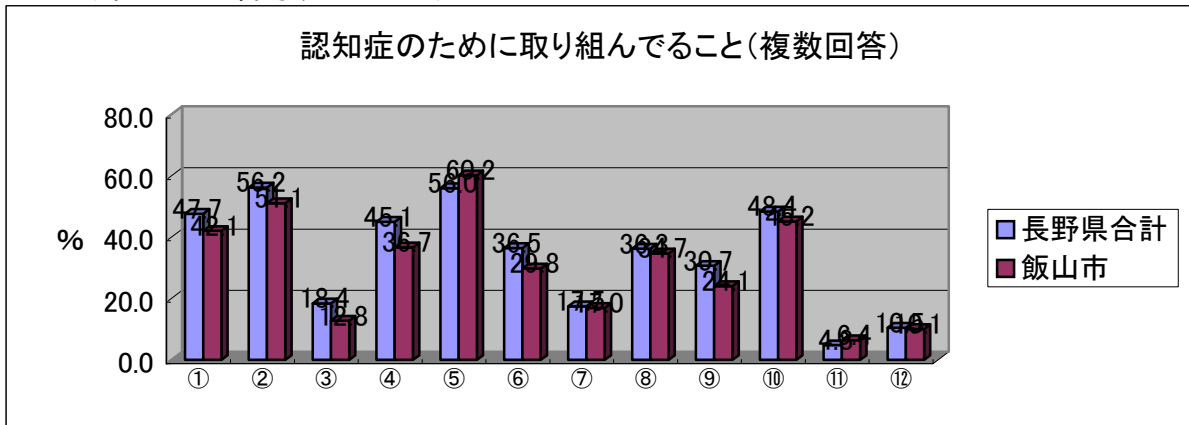
	⑧ 地域包括支援センター	⑨ 保健所の相談員	⑩ 認知症疾患医療センター(老人性認知症センター)	⑪ その他	⑫ 特に相談はしない	⑬ 無回答
	1,199 13.3%	229 2.5%	838 9.3%	73 0.8%	79 0.9%	647 7.2%
	79 10.3%	24 3.1%	42 5.5%	6 0.8%	8 1.0%	70 9.1%

問37 (問34で「1」または「2」を選んだ方のみ)あなた(あて名ご本人)は、認知症のどんなことに
関心がありますか。(あてはまる番号すべてに○)



	①	②	③	④	⑤	⑥
長野県合計	9,008	4,348	2,990	5,035	1,376	166
		48.3%	33.2%	55.9%	15.3%	1.8%
飯山市	770	342	227	386	91	23
		44.4%	29.5%	50.1%	11.8%	3.0%
						18.6%

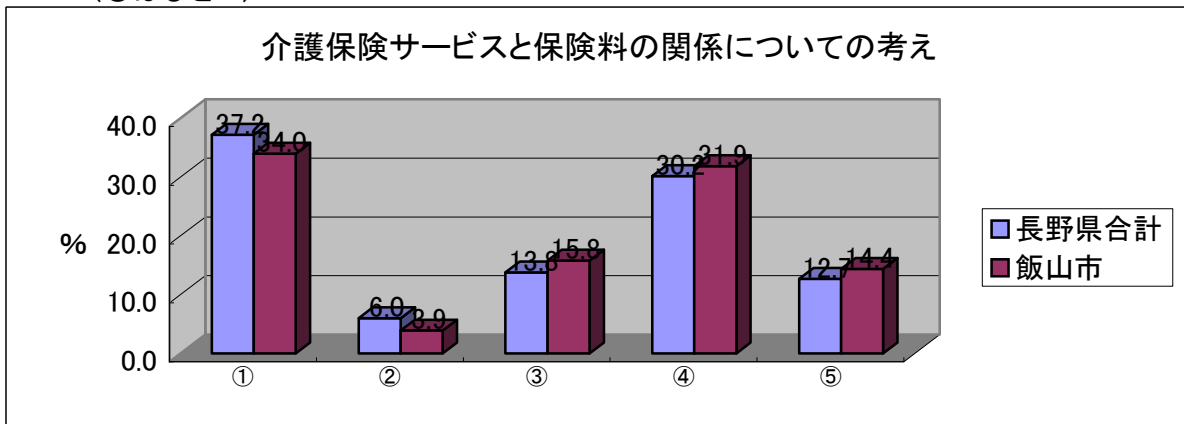
問38 あなた(あて名ご本人)は、認知症の予防のために次のような取り組みをされていますか。
(あてはまる番号すべてに○)



	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
長野県合計	10,963	5,230	6,158	2,012	4,946	6,144	1,919
		47.7%	56.2%	18.4%	45.1%	56.0%	36.5%
飯山市	984	414	503	126	361	592	167
		42.1%	51.1%	12.8%	36.7%	60.2%	29.8%
							17.0%

	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
	3,976	3,362	5,304	525	1,146
	36.3%	30.7%	48.4%	4.8%	10.5%
	341	237	445	63	99
	34.7%	24.1%	45.2%	6.4%	10.1%

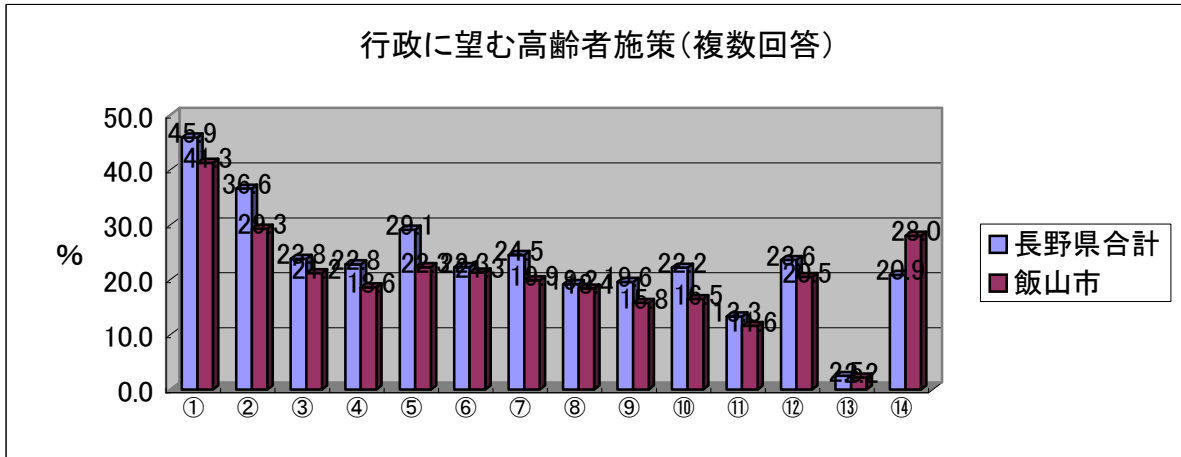
問39 介護保険料は、介護サービスの利用状況や過去の実績などから、各市町村や広域連合において3年ごとに決定しています。保険料の額は、介護サービスを充実させるほど高く、逆に保険料を抑えれば介護サービスの水準が下がるという関係にあります。介護保険のサービスと保険料の関係について、あなた(あて名ご本人)のお考えに最も近いものはどれですか。(〇はひとつ)



① 必要な保険料 ② サービス充実 ③ 保険料の現
 引上げであれ の為の引き上 状維持が重
 ばやむを得な げならやむを 要でサービス
 い 得ない えない わからない 無回答

長野県合計	10,963	4,081	663	1,512	3,314	1,393
	100%	37.2%	6.0%	13.8%	30.2%	12.7%
飯山市	984	335	38	155	314	142
	100%	34.0%	3.9%	15.8%	31.9%	14.4%

問40 行政に望む高齢者施策はどのような事業ですか。(あてはまる番号すべてに○)



	① 介護保険の 在宅サービス の充実	② 介護保険の 施設サービス の充実	③ 小規模な環境 で共同生活で きるサービス の充実	④ 介護に関する 相談や介護 者教室の充 実	⑤ 介護予防事 業の充実	⑥ 外出支援	⑦ 健康づくりの ための教室、 健康相談の 充実
長野県合計	10,963 45.9%	5,028 36.6%	4,008 23.8%	2,605 22.8%	2,495 29.1%	3,191 22.3%	2,445 24.5%
飯山市	984 41.3%	406 29.3%	288 21.2%	209 18.6%	183 22.3%	219 21.3%	196 19.9%

	⑧ 健康診断や 歯科検診など の充実	⑨ 隣近所の助 け合いやボラ ンティア活動 の育成等へ の助成	⑩ 生きがいを もって活動で きる場や働け る場の整備	⑪ 世代間の交 流事業や高 齢者の知識 や経験を伝え る場作り	⑫ 認知症患者 医療センター 等の専門医 療機関の充 実	⑬ その他	⑭ 無回答
長野県合計	2,110 19.2%	2,145 19.6%	2,430 22.2%	1,457 13.3%	2,589 23.6%	272 2.5%	2,287 20.9%
飯山市	181 18.4%	155 15.8%	162 16.5%	114 11.6%	202 20.5%	22 2.2%	276 28.0%