

問3 あなたのお住まいは、次のうちどれにあてはまりますか。 (1つに○)

1. 持家 (一戸建て)	5. 民間賃貸住宅 (集合住宅)
2. 持家 (集合住宅)	6. 借家
3. 公営賃貸住宅 (都営・区営・UR都市機構など)	7. その他
4. 民間賃貸住宅 (一戸建て)	(具体的に:)

問4 あなたのお住まいの地区はどちらですか。 (1つに○)

1. 大森東	13. 東馬込	25. 北千束	37. 仲池上	49. 羽田空港
2. 大森西	14. 西馬込	26. 東嶺町	38. 蒲田	50. 本羽田
3. 大森南	15. 南馬込	27. 西嶺町	39. 東蒲田	51. 萩中
4. 大森北	16. 北馬込	28. 北嶺町	40. 西蒲田	52. 東六郷
5. 大森中	17. 中馬込	29. 田園調布	41. 南蒲田	53. 西六郷
6. 大森本町	18. 池上	30. 田園調布本町	42. 蒲田本町	54. 南六郷
7. 昭和島	19. 中央	31. 田園調布南	43. 新蒲田	55. 仲六郷
8. 平和島	20. 上池台	32. 石川町	44. 東糺谷	56. 矢口
9. 京浜島	21. 雪谷大塚町	33. 久が原	45. 西糺谷	57. 東矢口
10. 城南島	22. 東雪谷	34. 南久が原	46. 北糺谷	58. 多摩川
11. 東海	23. 南雪谷	35. 鶉の木	47. 羽田	59. 下丸子
12. 山王	24. 南千束	36. 千鳥	48. 羽田旭町	

問5 あなたは、現在、収入のともなう仕事 (パート・アルバイト、家業の手伝いを含む) をしていますか。 (1つに○)

1. 週に 35 時間以上働いている
2. 短時間 (週 35 時間未満)、または不定期的に働いている
3. 仕事はしていないが、仕事を探している
4. 仕事をしておらず、探していない

問6 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。 (1つに○)

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

問7 あなたは、老後の生活に不安を感じていますか。

(1つに○)

- | | | |
|--------------|---------------|----------------|
| 1. とても不安を感じる | 3. あまり不安を感じない | 4. まったく不安を感じない |
| 2. やや不安を感じる | | 5. わからない |

▶ 問7で「1」または「2」と回答した方におたずねします。

問7-1 老後の生活についてどのようなことに不安を感じますか。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|-----------------------------|
| 1. 自分が病気になったり介護が必要になること |
| 2. 配偶者が病気になったり、介護が必要になること |
| 3. 自分の親や配偶者の親の介護が必要になること |
| 4. 自分が希望する年齢まで働ける場があるかということ |
| 5. 十分な収入（年金を含む）を得られないこと |
| 6. 住宅費・住宅ローンの負担が重いこと |
| 7. 子どもが経済的に自立しないこと |
| 8. 地域で親しい付き合いをしている人がいないこと |
| 9. 老後にやりたい趣味などが無いこと |
| 10. その他（具体的に： _____) |
| 11. 特になし |

●健康に対する意識について、うかがいます。

問8 あなたは、生きがいをもって、自分らしい生活を送っていますか。

(1つに○)

- | | | | |
|---------|-----------|--------------|---------|
| 1. そう思う | 2. まあそう思う | 3. あまりそう思わない | 4. 思わない |
|---------|-----------|--------------|---------|

問9 現在のあなたの健康状態はいかがですか。

(1つに○)

- | | |
|----------|------------|
| 1. とてもよい | 3. あまりよくない |
| 2. まあよい | 4. よくない |

問10 あなたは、日常生活の健康について相談するかかりつけ医(※)はいますか。

(1つに○)

- | | |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

※日頃から自分または家族の健康状態をよく知っていて、日常的な健康管理をまかせられる医師。

問11 あなたは、いきいきと充実した高齢期の生活を送るために、

①取り組んだ方がよいことは何だと思いますか。②そのために実践していることはありますか。

(あてはまるものすべてに○)

	①取り組んだ方がよいこと	②現在、実践していること
① 足腰の筋力を鍛えること	1	2
② バランス能力を高めるような運動を行うこと	1	2
③ 適正な体重(※)を維持すること	1	2
④ バランスのよい食生活をする	1	2
⑤ タバコを吸わないこと(禁煙・減煙・分煙)	1	2
⑥ お酒の飲み方に気を付けること(休肝日を設けるなど)	1	2
⑦ 定期的に健康診査を受けること	1	2
⑧ 歯と口の清潔を保ち、かむ力を維持すること	1	2
⑨ 近所づきあいをすること	1	2
⑩ 趣味を持つこと	1	2
⑪ 仕事をする	1	2
⑫ 地域活動やボランティア活動に参加すること	1	2
⑬ 認知症にならないよう脳トレすること	1	2
⑭ その他(具体的に:)	1	2
⑮ 特にない	1	2

※「適正な体重」

BMI(肥満度指数)=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)の値が18.5<BMI<25の方です。やせすぎないこと、太りすぎないことが大切です。

●地域とのかかわりについて、うかがいます。

問12 ふだん、どのくらい家族(同居を含む)・親族や知人等と話をしていますか(電話やメールを含む)。(1つに○)

1. ほぼ毎日	4. 週1日くらい
2. 週4～5日くらい	5. ほとんど話をしない
3. 週2～3日くらい	

問13 ご近所の方とどの程度のつきあいをしていますか。

(1つに○)

1. 家を行き来するなど親しいつきあいがある
2. 立ち話をする程度
3. あいさつをする程度
4. 近所づきあいはほとんどない

問14 あなたは、地域で困っている高齢者を見かけたとき、どこに相談しますか。(1つに○)

- | | |
|---------------|----------------|
| 1. 友人・知人、近所の人 | 5. 地域包括支援センター |
| 2. 町会・自治会 | 6. 特別出張所 |
| 3. 民生委員・児童委員 | 7. 社会福祉協議会 |
| 4. 区役所・地域庁舎 | 8. その他(具体的に:) |

問15 あなたの日々の暮らしの中で、地域のつながり(住民同士の助け合い・支え合いなど)の必要性についてどのように感じていますか。(1つに○)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 必要だと思う | 3. どちらかといえば必要ないと思う |
| 2. どちらかといえば必要だと思う | 4. 必要ないと思う |

問16 あなたの日々の暮らしの中で、地域のつながり(住民同士の助け合い・支え合いなど)を実際に感じることはありますか。(1つに○)

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. 感じる | 3. どちらかといえば感じない |
| 2. どちらかといえば感じる | 4. 感じない |

問17 あなたのお住まいの地域で、あなたと違う世代の方と交流する機会の必要性について、どのように感じていますか。(1つに○)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 必要だと思う | 3. どちらかといえば必要ないと思う |
| 2. どちらかといえば必要だと思う | 4. 必要ないと思う |

問18 あなたのお住まいの地域で、あなたと違う世代の方と交流する機会は、どの程度ありますか。(1つに○)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. とてもある | 3. あまりない |
| 2. まあまあある | 4. ほとんどない |

問19 あなたは、5年後、地域と自分との関わりをどのように考えていますか。(1つに○)

- | |
|----------------------------------|
| 1. 地域で何らかの活動で中心的な役割を果たしている |
| 2. 特に目立った存在ではないが、他の世代も含め広く交流している |
| 3. 近隣の人とだけつきあう生活をしている |
| 4. ほとんど地域との関わりはない |
| 5. その他(具体的に:) |
| 6. わからない |

●認知症について、うかがいます。

問23 あなたは、自分自身や家族等に認知症※の心配が出てきたとき、どこに(誰に)相談しようと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| 1. かかりつけ医 | 7. ケアマネジャー |
| 2. 大学病院または総合病院の内科、神経内科、精神科など | 8. 民生委員 |
| 3. 老年科・もの忘れ外来など認知症専門外来がある病院 | 9. 社会福祉協議会 |
| 4. 精神科・神経科専門の病院・診療所 | 10. 認知症の方と介護者を支援する家族会やNPO法人 |
| 5. 地域包括支援センター | 11. その他(具体的に:) |
| 6. 区役所・保健所 | 12. わからない |

※認知症は、さまざまな病気がひきがねとなって、脳の働きが衰え、記憶力や計画力などがしだいに低下していく「脳の病気」のひとつです。

問24 認知症の人と共に生きる、優しい地域づくりを進めるにあたっては、どのような取組みや支援が必要だと思いませんか。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|--|
| 1. 認知症に関する正しい知識や理解を広めること |
| 2. 「物忘れが多くなった」「認知症かどうか気になる」と思ったら、すぐに相談・受診できる医療機関が増えていくこと |
| 3. 認知症の人の状態に応じた適切な介護や医療のサービスの質の向上 |
| 4. 認知症の人やその家族が気軽に通える「通いの場」をふやすこと |
| 5. 認知症の人や家族支援が充実していること |
| 6. 認知症の人を支える社会資源(施設・サービス)が充実し、周知されていること |
| 7. その他(具体的に:) |
| 8. わからない |

問25 あなたは、認知症予防(認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を穏やかにする)に効果があると考えられるものの中で、ご自身で取り組んでいきたい(現在取り組んでいるものを含む)ことはありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| 1. 定期的な運動(1週間に150分以上程度) | 5. 社会参加・活動 |
| 2. 運動と頭の体操を組み合わせ | 6. かかりつけ医や保健師、管理栄養士等の専門職による健康相談 |
| 3. バランスの取れた食事 | |
| 4. 禁煙、飲酒制限 | 7. 特にない |

問26 あなたは、区が実施している認知症対策をご存じですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------------|---------------|
| 1. 大田区オレンジガイド～認知症ケアパス～ | 4. 認知症カフェ |
| 2. 認知症サポーター養成講座 | 5. 高齢者見守りメール |
| 3. 高齢者見守りアイロンシールと見守りシール | 6. 知っているものはない |

問27 あなたは、若年性認知症の支援には何が必要だと思いますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 若年性認知症という病気や早期発見・早期対応の重要性を正しく理解するための普及啓発
2. 若年性認知症を診てくれる専門医療機関情報
3. 身近な場所で気軽に相談できる相談窓口
4. 家族や介護者同士が気軽に情報交換などができる場
5. 就労支援
6. 日中活動できる場
7. その他（具体的に： _____)
8. わからない

※若年性認知症65歳未満で発症する認知症を指します。

(原因になる疾患) アルツハイマー病、脳血管疾患、頭部外傷後遺症、前頭側頭葉変性症等
(症状) 年齢的に若いことから、うつ病やストレス等といった他の病気と誤解されてしまい、なかなか診断がつかない場合も少なくありません。また、働き盛りに発症するため、治療や介護の期間が長期に渡り、本人や家族の経済面や心理面等における負担は大きいといえます。

●介護・医療サービスが必要になった場合の生活について、うかがいます。

問28 あなたは、万が一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。

(もっとも近い考え1つに○)

1. 自宅で、主に介護サービスなどを利用したい
2. 自宅で、主に家族や親族に介護をしてもらいたい
3. 子どもや親族等の家に住み替えて、介護をしてもらいたい
4. シルバーピアで暮らしたい
5. サービス付き高齢者向け住宅で暮らしたい
6. 介護を受けられる有料老人ホームで暮らしたい
7. 数人で暮らす認知症高齢者グループホームで暮らしたい
8. 特別養護老人ホームに入りたい
9. その他（具体的に： _____)
10. わからない

【各施設等の概要】

名 称	内 容
シルバーピア	収入に応じた家賃のバリアフリー公的賃貸住宅
サービス付き高齢者向け住宅	安否確認や生活相談等のサービスを提供するバリアフリー住宅
有料老人ホーム	介護や生活支援を施設内で受けられる高齢者向け住まい
認知症高齢者グループホーム	認知症の方が家庭的な共同生活を送る住まい。
特別養護老人ホーム	常時介護が必要で居宅での生活が困難な要介護者が対象の施設

問29 あなたは、どのようなサービスや条件を整えば、介護が必要になっても在宅で安心して暮らし続けることができますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 24時間必要に応じて、ヘルパーや看護師が来てくれる
2. 24時間必要に応じて、医師が往診してくれる
3. デイサービスやショートステイを利用したいときに利用できる
4. 配食や買い物、ゴミ出し等の生活面を支援してくれる
5. 認知症に対応可能な医療・介護サービスが充実している
6. 段差がないなど住まいの構造や設備が整っている
7. 介護や医療費に対する経済的負担が軽減される
8. 困ったときにいつでも相談できる場が身近にある
9. 声かけや見守りをしてくれるなど地域の支えがある
10. 家族が理解・協力してくれる
11. その他（具体的に： _____)
12. わからない

問30 あなたは、在宅医療サービスについて、どのように感じていますか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1. どのような医療を受けられるかわからない | 5. 家族に負担がかかると思う |
| 2. 受けられるサービスが限られていると思う | 6. 急に病状が変化したときの対応をしてもらえないと思う |
| 3. 訪問をしてくれる医者等を見つけるのが難しいと思う | 7. 夜間・休日の対応をしてもらえないと思う |
| 4. 経済的な負担が大きいと思う | 8. その他（具体的に： _____) |

問31 あなたは、「地域包括支援センター」があること、相談や必要に応じた支援・サービスを提供してくれることを知っていますか。
(1つに○)

1. 存在を知っているし、どのようなことをする機関かも知っている
2. 名前を聞いたことがある程度で、どのようなことをしているかは知らない
3. 名前は聞いたことがないが、そういう機関があることは知っていた
4. 知らない・名前も聞いたことはない

●介護保険制度等の認知について、うかがいます。

問32 あなたは、「介護保険制度」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. 40歳以上の人介護保険料を負担する
2. 介護保険サービスを受けるには、要支援・要介護等の認定を受ける必要がある
3. 40歳から64歳の人については、老化が原因とされる病気(16の特定疾病)に該当する場合にのみ介護保険の対象となる
4. 介護状態により、要支援1・2、要介護1から5の7段階に区分される
5. 要支援と要介護の段階により、利用できるサービスの種類や利用限度額に違いがある
6. サービス提供事業者は自由に選ぶことができる
7. 利用者は、サービスを利用する際に費用の1割(所得に応じて2割から3割)を負担する
8. その他(具体的に:)
9. 知っていることはない

●介護経験等について、うかがいます。

問33 あなたは、家族等の介護をした経験はありますか。

(1つに○)

1. 以前、介護をしていた
2. 現在、介護をしている
3. 現在は介護をしていないが、介護する立場になる可能性が高い
4. 現在介護をしていないし、今後も介護する立場になる可能性はほとんどない

問34 あなたは、家族等の介護をすることになった場合、現在の生活を継続するにあたって、あなたが不安を感じる介護等について、ご回答ください。(現状でおこなっているか否かは問いません)

(○は3つまで)

〔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〕

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

〔その他〕

15. その他
(具体的に:)
16. 不安を感じていることは、特にない

問35 あなたは、家族等の介護をすることになった場合、現在の勤務先で仕事を続けるうえで、不安に思うことは何ですか。（現在、家族等の介護をしている場合は、仕事を続けるうえで、不安に思っていることは何ですか）（○は3つまで）

1. 勤務先に介護に関わる支援制度がない、もしくはわからない
2. 勤務先に介護に関わる支援制度があっても、利用しにくい雰囲気がある
3. 勤務先や職場に介護について相談する人がいない
4. 職場に介護休業などを取得している人がいない
5. 介護と仕事を両立させる際に、勤務先や上司の理解が得られない
6. 代替要員がおらず、介護のために仕事を休めない
7. 労働時間が長い
8. 介護と仕事を両立させると、昇進・昇格に影響が出る可能性がある
9. 介護休業を取得すると収入が減る
10. その他（具体的に： _____）
11. 不安を感じない

問36 今後、大田区が特に力を入れて取り組むべきことは、次のうちどれだと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

1. 高齢者への就労支援
2. 高齢者の社会参加・ボランティア・交流の促進
3. 介護が必要にならないための介護予防事業の充実
4. 高齢者の見守り体制の充実
5. 困ったときに気軽に相談ができる体制の整備
6. 認知症高齢者への支援
7. 家族介護者への支援
8. 介護サービス事業者の質の向上や不正行為の防止
9. 住み慣れた地域での生活を24時間支える介護サービスの整備
10. 特別養護老人ホームなどの施設の増設
11. 地域全体で高齢者を支援するしくみづくり
12. 災害時に高齢者を支援する体制の整備
13. その他（具体的に： _____）
14. わからない

問37 大田区の高齢者福祉施策や介護保険事業運営についてご意見やご要望がありましたら、自由にご記入ください。

ご協力ありがとうございました。
記入漏れがないかご確認くださいますよう、お願いいたします。