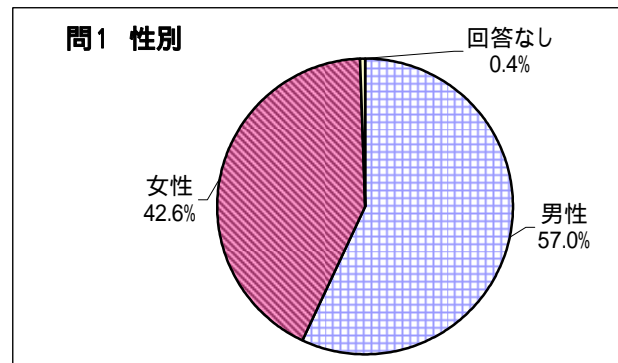


# 高齢期の健康と生きがい・社会参加に関するアンケート調査の集計結果

**調査時期** : 平成20年1月  
**対象者** : 県政モニター300人  
**回答数** : 223人(74.3%)  
**担当課** : 健康福祉部元気長寿福祉課  
**調査目的** : 県では、高齢になっても住み慣れた地域で家族や友人とともに健康で生きがいを持って暮らせる長寿社会を構築するため、レイカディア構想を推進しています。今回の調査は、高齢期の健康と生きがい・社会参加について皆さまの意識をお聞きし、今後の高齢者保健福祉施策に反映することを目的として実施しました。  
 「レイカディア」とはレイク(湖)とアルカディア(古代ギリシャの景勝・理想郷をあわせた言葉で「湖の理想郷」を意味します。

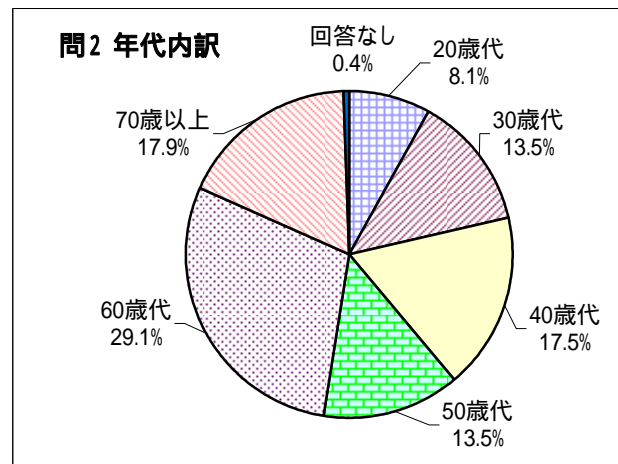
## 問1 性別

性別	人数	割合
男性	127	57.0%
女性	95	42.6%
回答なし	1	0.4%
合計	223	100%



## 問2 年齢

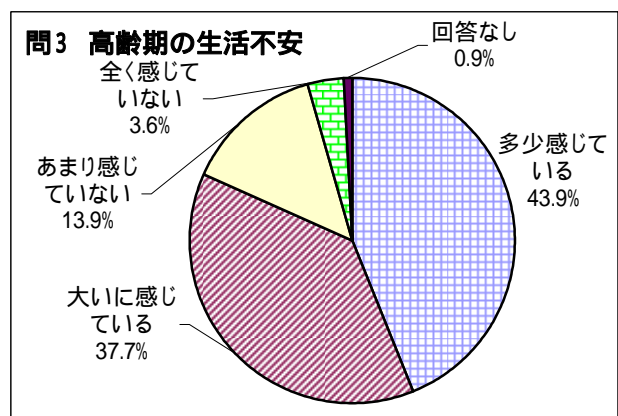
年齢	人数	割合	人数	割合
20-24歳	7	3.1%	18	8.1%
25-29歳	11	4.9%	30	13.5%
30-34歳	12	5.4%	39	17.5%
35-39歳	18	8.1%	30	13.5%
40-44歳	17	7.6%	65	29.1%
45-49歳	22	9.9%	40	17.9%
50-54歳	11	4.9%	40	17.9%
55-59歳	19	8.5%	1	0.4%
60-64歳	35	15.7%		
65-69歳	30	13.5%		
70歳以上	40	17.9%		
回答なし	1	0.4%		
合計	223	100%	223	100%



## 問3 高齢期の生活不安

あなたは、自分の高齢期（おおむね65歳以上）の生活に不安を感じていますか。

項目	人数	割合
多少感じている	98	43.9%
大いに感じている	84	37.7%
あまり感じていない	31	13.9%
全く感じていない	8	3.6%
回答なし	2	0.9%
合計	223	100.0%



#### 問4 高齢期の生活不安の理由（複数回答）

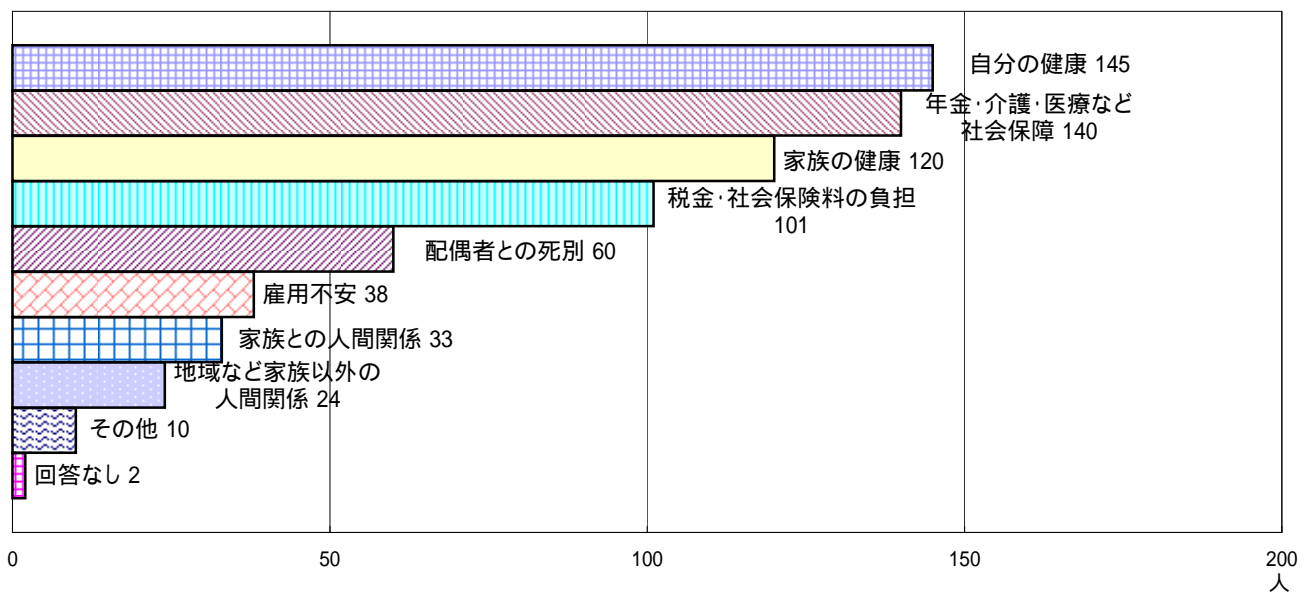
問3で「大いに感じている」または「多少感じている」と回答された方におたずねします。それはどのようなことに関する不安ですか。

項目	人数	割合
自分の健康	145	79.7%
年金・介護・医療など社会保障	140	76.9%
家族の健康	120	65.9%
税金・社会保険料の負担	101	55.5%
配偶者との死別	60	33.0%
雇用不安	38	20.9%
家族との人間関係	33	18.1%
地域など家族以外の人間関係	24	13.2%
その他	10	5.5%
回答なし	2	1.1%
合計	673	

##### 「その他」の具体的な記述

- ・経済面
- ・生活支援
- ・地球環境問題
- ・食糧問題
- ・治安関係 など

#### 問4 高齢期生活不安の理由



#### 問5 健康維持増進・心身機能低下防止のための心がけ（複数回答）

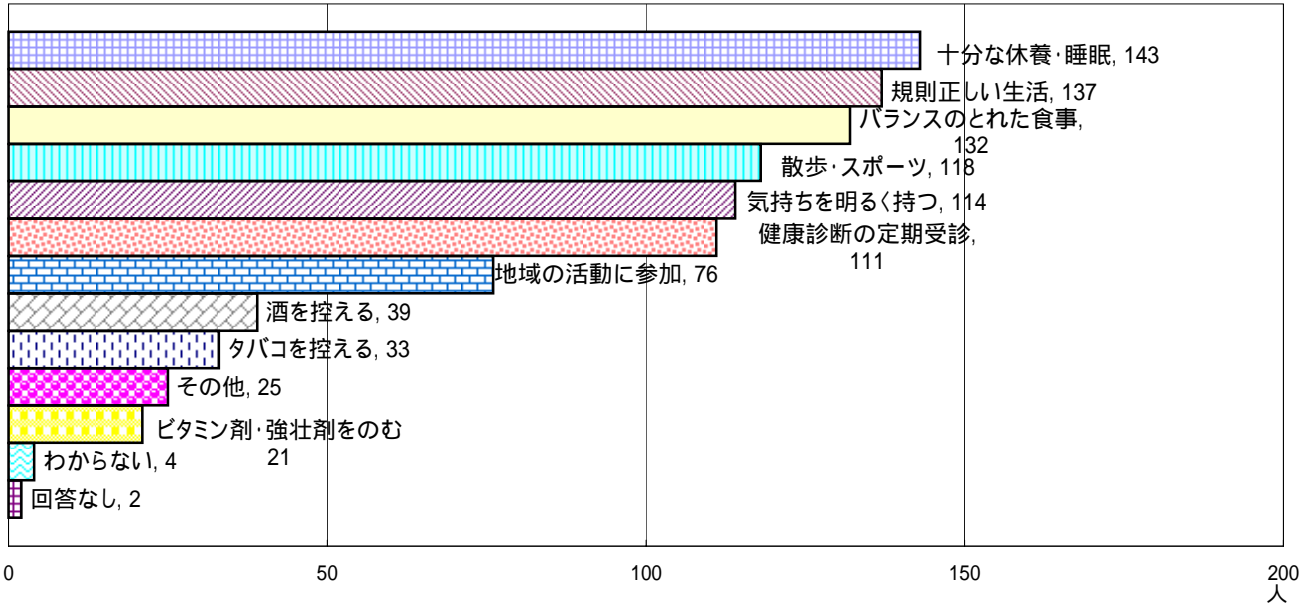
あなたが、ご自分の健康の維持増進や心身機能の低下を防ぐために心掛けておられることはどんなことですか。

項目	人数	割合
十分な休養・睡眠	143	64.1%
規則正しい生活	137	61.4%
バランスのとれた食事	132	59.2%
散歩・スポーツ	118	52.9%
気持ちを明るく持つ	114	51.1%
健康診断の定期受診	111	49.8%
地域の活動に参加	76	34.1%
酒を控える	39	17.5%
タバコを控える	33	14.8%
その他	25	11.2%
ビタミン剤・強壮剤をのむ	21	9.4%
わからない	4	1.8%
回答なし	2	0.9%
合計	955	

##### 「その他」の具体的な記述

- ・仕事をする
- ・趣味をもつ
- ・目標をもつ など

問5 健康維持増進・心身機能低下防止のための心掛け



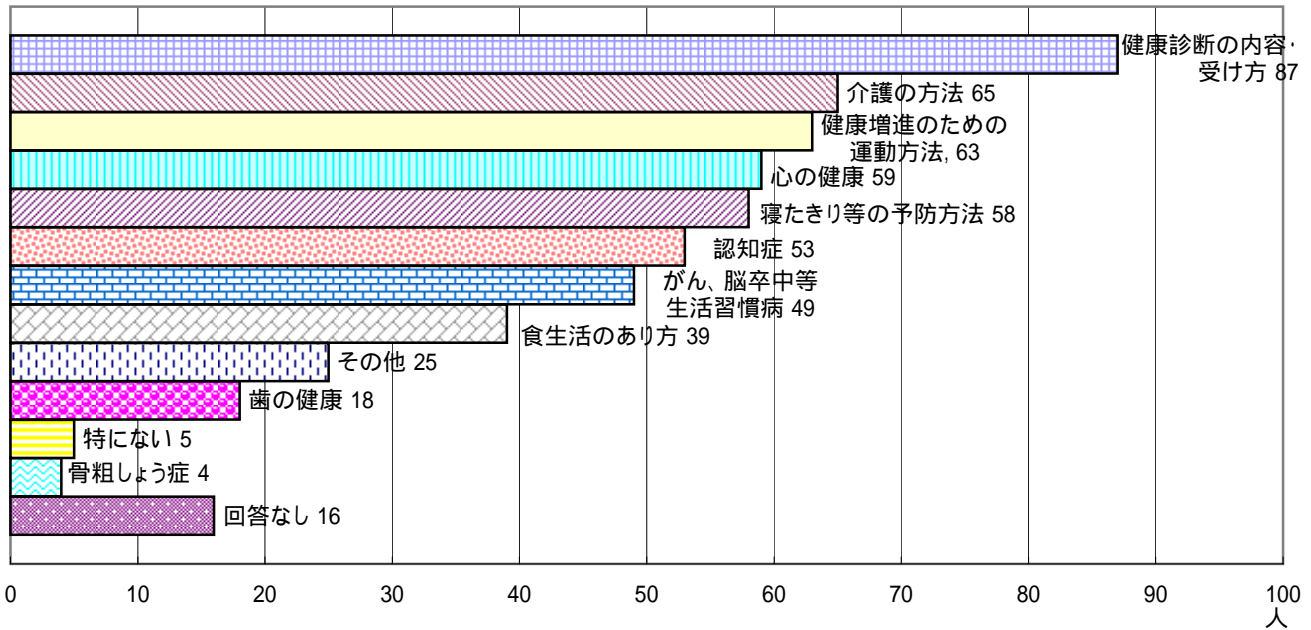
問6 高齢期の健康管理・心身機能低下防止で行政が力を入れるべきこと（複数回答）

高齢期の健康管理や心身機能低下防止について、あなたが国や地方自治体に力をいれてほしいことは何ですか。

項目	人数	割合
健康診断の内容・受け方	87	39.0%
介護の方法	65	29.1%
健康増進のための運動方法	63	28.3%
心の健康	59	26.5%
寝たきり等の予防方法	58	26.0%
認知症	53	23.8%
がん、脳卒中等生活習慣病	49	22.0%
食生活のあり方	39	17.5%
その他	25	11.2%
歯の健康	18	8.1%
特にない	5	2.2%
骨粗しょう症	4	1.8%
回答なし	16	7.2%
合計	541	

「その他」の具体的な記述  
 ・地域活動参加への支援  
 ・高齢者の雇用機会の増大  
 ・学びの場、講座内容の充実 など

問6 健康管理・心身機能低下防止で行政が力を入れるべきこと

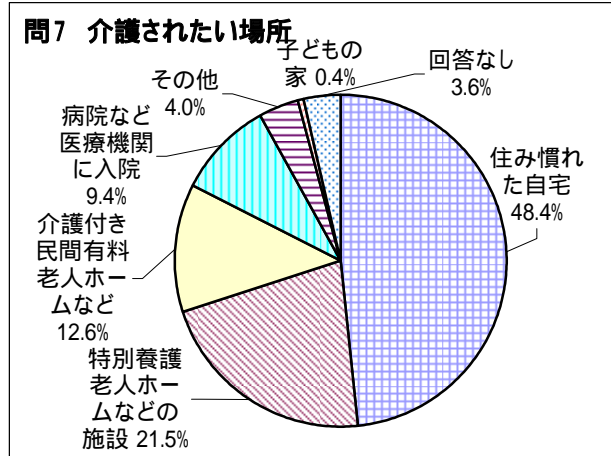


## 問7 介護されたい場所

もし仮に、高齢期にあなたの身体が虚弱になって、日常生活を送る上で、排泄等の介護が必要な状態になった場合、どこで介護を受けたいですか。

項目	人数	割合
住み慣れた自宅	108	48.4%
特別養護老人ホームなどの施設	48	21.5%
介護付き民間有料老人ホームなど	28	12.6%
病院など医療機関に入院	21	9.4%
その他	9	4.0%
子どもの家	1	0.4%
回答なし	8	3.6%
合計	223	100%

「その他」の具体的な記述  
 ・思ったことがない など

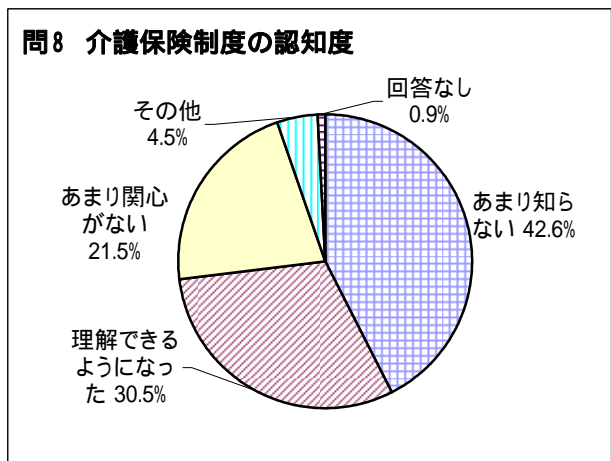


## 問8 介護保険制度の認知度

あなたは介護保険制度についてどの程度ご存じですか。

項目	人数	割合
あまり知らない	95	42.6%
理解できるようになった	68	30.5%
あまり関心がない	48	21.5%
その他	10	4.5%
回答なし	2	0.9%
合計	223	100%

「その他」の具体的な記述  
 ・利用者の立場にたった情報提供が必要  
 ・サービスの充実が必要  
 ・真に必要な人にサービス提供がされているか疑問 など

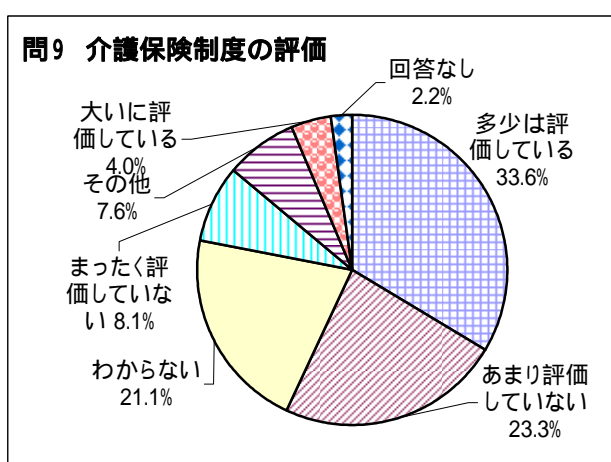


## 問9 介護保険制度の評価

あなたは介護保険制度についてどのように思われますか。

項目	人数	割合
多少は評価している	75	33.6%
あまり評価していない	52	23.3%
わからない	47	21.1%
全く評価していない	18	8.1%
その他	17	7.6%
大いに評価している	9	4.0%
回答なし	5	2.2%
合計	223	100.0%

「その他」の具体的な記述  
 ・サービスは拡大したが質が低下  
 ・高齢者の負担が増すのはよくないが、サービスが安価で受けられるのはよい など



## 問10 介護保険制度として力を入れるべきもの

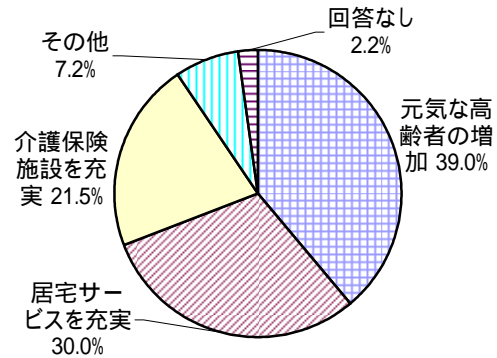
あなたは介護保険制度として、どのようなことに力を入れるべきだとお考えですか。

項目	人数	割合
元気な高齢者の増加	87	39.0%
居宅サービスを充実	67	30.0%
介護保険施設を充実	48	21.5%
その他	16	7.2%
回答なし	5	2.2%
合計	223	100.0%

### 「その他」の具体的な記述

- ・制度の周知
- ・適正な利用の促進
- ・公的資金の投入
- ・介護人材の確保と待遇改善 など

## 問10 介護保険制度として力を入れるべきもの



## 問11 高齢期に取り組みたい活動（複数回答）

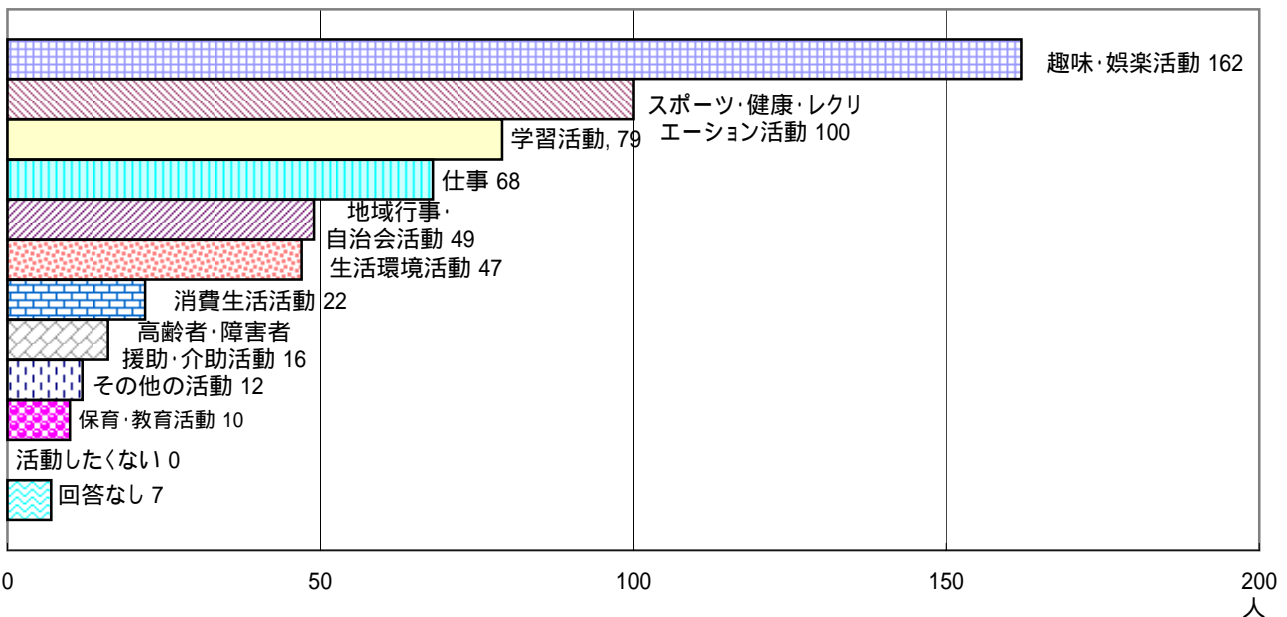
あなたは、高齢期にどのような活動に取り組みたいですか。現在、高齢期の方は、現在取り組んでおられる活動および取り組みたい活動をお答えください。

項目	人数	割合
趣味・娯楽活動	162	72.6%
スポーツ・健康・レクリエーション活動	100	44.8%
学習活動	79	35.4%
仕事	68	30.5%
地域行事・自治会活動	49	22.0%
生活環境活動	47	21.1%
消費生活活動	22	9.9%
高齢者・障害者援助・介助活動	16	7.2%
その他の活動	12	5.4%
保育・教育活動	10	4.5%
活動したくない	0	0.0%
回答なし	7	3.1%
合計	572	

### 「その他」の具体的な記述

- ・老人クラブ活動
- ・地球温暖化防止活動 など

## 問11 高齢期に取り組みたい活動

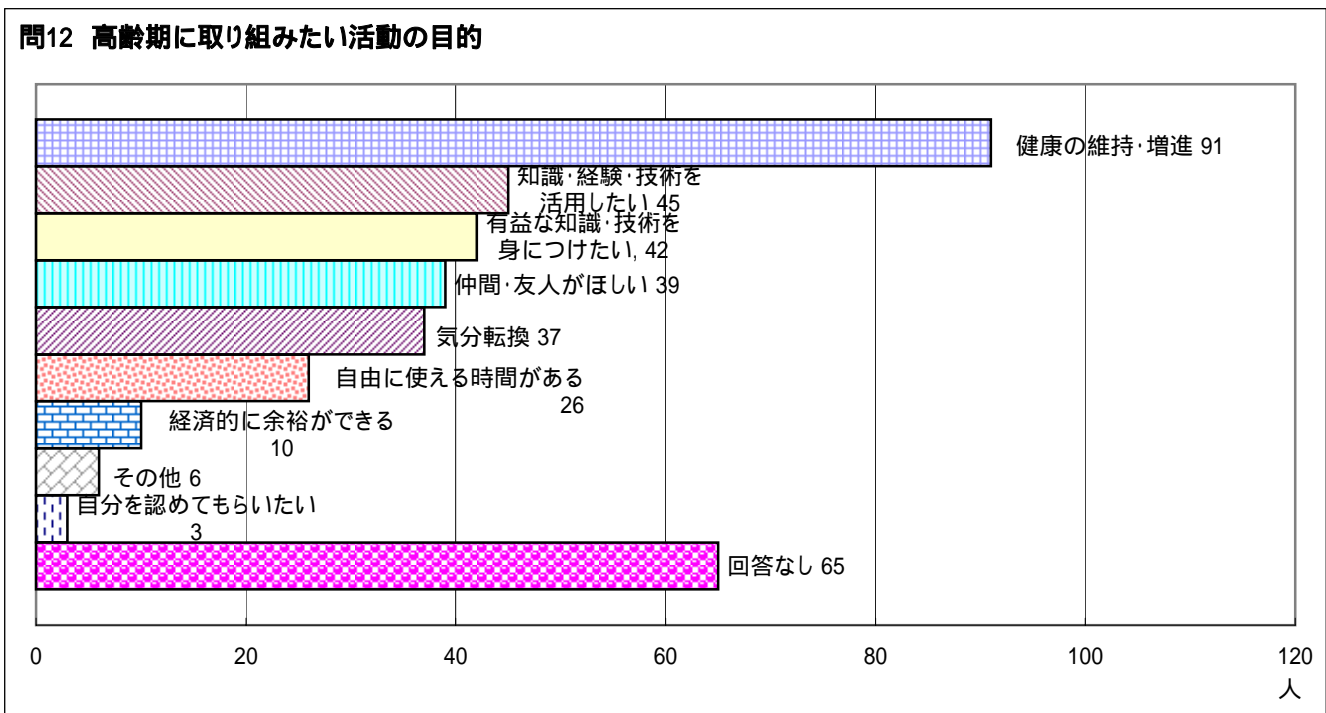


### 問12 高齢期に取り組みたい活動の目的（複数回答）

問11で「活動はしたくない」以外の回答をされた方にお尋ねします。回答された活動に取り組みたい目的は何ですか。

項目	人数	割合
健康の維持・増進	91	40.8%
知識・経験・技術を活用したい	45	20.2%
有益な知識・技術を身につけたい	42	18.8%
仲間・友人がほしい	39	17.5%
気分転換	37	16.6%
自由に使える時間がある	26	11.7%
経済的に余裕ができる	10	4.5%
その他	6	2.7%
自分を認めてもらいたい	3	1.3%
回答なし	65	29.1%
合計	364	

「その他」の具体的な記述  
 ・規則正しい生活  
 ・社会貢献が人間の努め など



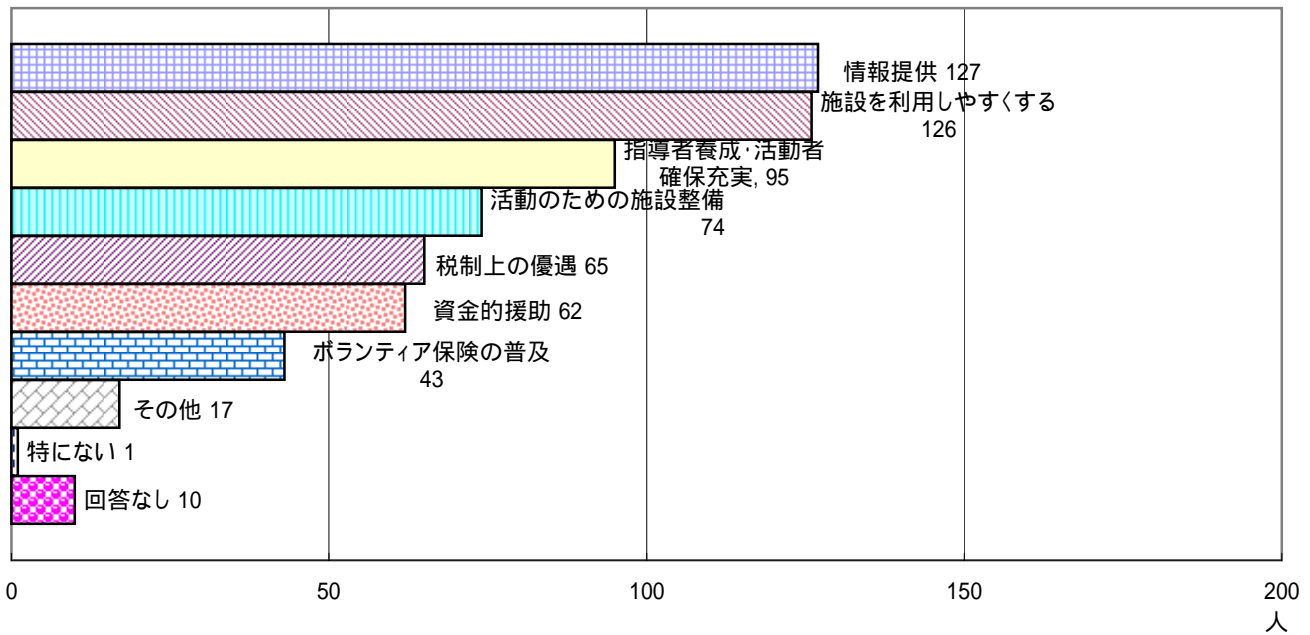
### 問13 高齢者社会参加促進策（複数回答）

地域活動など高齢者の社会参加を促進するために、県が行う必要があると思うものをお答えください。

項目	人数	割合
情報提供	127	57.0%
施設を利用しやすくする	126	56.5%
指導者養成・活動者確保充実	95	42.6%
活動のための施設整備	74	33.2%
税制上の優遇	65	29.1%
資金的援助	62	27.8%
ボランティア保険の普及	43	19.3%
その他	17	7.6%
特になし	1	0.4%
回答なし	10	4.5%
合計	620	

「その他」の具体的な記述  
 ・意識啓発  
 ・参加の呼びかけ  
 ・自立する高齢者の報奨  
 ・ポイント貯金のような仕組み など

### 問13 高齢者社会参加促進策



### 高齢期の健康と生きがい・社会参加に関してのご意見（主なもの）

- ・ これからますます高齢化していくのに伴い、特別養護老人ホームなどの施設の増設と介護者等関係者の増員が必要。
- ・ 介護保険料が自治体により異なる制度は見直しが必要。
- ・ 各市町での介護保険の現状、福祉施設の内容などの情報提供、情報公開が必要。
- ・ 年齢とともに自分ではわからなくてもだんだん身体に衰えが生じるので自己管理が大切。
- ・ 元気で長生きできるような医療制度の整備が必要。
- ・ 社会参加の促進に必要なものは仕事を続けること。高齢者を再雇用する企業に税制面で優遇したり、高齢者が健康診断を受けやすくするなどのサポートがあれば、元気で活動的な85歳が増える。
- ・ 高齢になっても働ける場所、機会をもっと増やす。
- ・ 介護保険制度の強化より、介護が必要にならないよう、それ以前の社会参加の場を増やすことが大切。
- ・ 老人クラブを育成し、高齢期の健康や生きがい、社会参加につながる活動を促進する。
- ・ 既に地域には公民館や文化施設がたくさんあって、うまく活用されている高齢者も多い。
- ・ 高齢になるほど活動範囲は狭くなるので、その視点に立った施設の充実が必要。
- ・ 社会参加するための入門講座の開設が必要。
- ・ 健康と生きがいは自分で見つけるものであるが、そのために行政は情報を多く広く分かりやすく提供し、参加しやすい工夫などに取り組むことが必要。
- ・ 納税の義務があるように社会参加の義務化のシステムづくりができないか。
- ・ ボランティア活動をポイント制にし、自分が手を貸してほしいときそれらのポイントが使える仕組みを進めて
- ・ 高齢化は社会、地域から高齢者を孤立させてしまう。高齢者だけの活動も必要かもしれないが、子どもや若者を交えた活動をもっと考えるべきでないか。
- ・ 高齢者は時間と経済的余裕があれば県のサポートがなくても自分なりの楽しみ方はできる。サポートに税金を投入するよりは、税金や公共料金等の出費の軽減の方が大きなサポートになる。
- ・ 現状でも各種情報や参加の機会はかなりある。それらを生かすか否かは各自の意欲と自覚次第。
- ・ 長生きするにはまず健康を守ることが大事。高齢者は特に生きがいを持つこと。第一に自分の趣味を生かすこと、第二に地域活動に参加すること、第三にスポーツ等を行うこと。
- ・ 高齢者に対する暴力などについて、どのように対処すればいいのか広報等で周知してほしい。