

※本アンケートはパソコンやスマートフォン
などからもご回答いただけます。
こちらの二次元コードを読み取りいただくか、
下記 URL にて回答画面を開き、
左の「WEB 回答用 ID」を入力したうえで、ご回答ください。



<https://logoform.jp/form/yL3H/1309914>

《第10期》介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

調査協力をお願い

皆様には、日頃から介護保険行政にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

塩竈市では高齢者福祉計画・介護保険事業計画を策定し、「いつまでも自分らしく安心して暮らせるまち」を基本理念に据えて、さまざまな施策に取り組んでいます。

その計画の見直しを令和8年度に予定しており、このたび地域の課題や高齢者の皆様の要望（ニーズ）等を把握するためのアンケート調査を実施することとなりました。

この調査は、塩竈市にお住まいの要介護認定を受けていない65歳以上の方の中から無作為に抽出した2,480名の方を対象としています。

なお、ご記入いただいた内容は、大切な個人情報であるという認識にたち、個人情報の保護に関する法律等に基づき適正に取り扱うとともに、前述の目的のみに使用します。大変お忙しいとは存じますが、趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

令和7年12月

ご記入にあたってのお願い

1. この調査の対象となる方は、市内にお住まいで、令和7年11月1日現在65歳以上で要介護1～5以外の方です。
2. ご回答にあたっては表紙に記載の「あて名のご本人」についてお答えいただきますが、ご家族の方がご本人の代わりに回答されたり、一緒に回答されてもかまいません。
3. ご回答にあたっては質問をよくお読みいただき、該当する番号を○で囲み、数字を記入する欄は数字を記入ください。
4. この調査で使う用語の意味は、以下の通りです。

介護…介護保険サービスを受けている場合、または認定を受けていない場合においても常時ご家族などの援助を受けている状態

介助…ご自分の意思により、一時的に他人に援助を頼んでいる状態

ご記入後、お手数ですが、このアンケートを同封の返信用封筒に入れ、

12月26日（金）までに 郵便ポストへご投函ください。

<この調査に関するお問い合わせ先>

塩竈市 福祉子ども未来部 高齢福祉課

〒985-0052 塩竈市本町1番1号 壺番館庁舎1階 電話：022-364-1204

● 調査票を記入されたのはどなたですか。○をつけてください。

1. あて名のご本人が記入
2. ご家族が記入（あて名のご本人からみた続柄）
3. その他

調査対象者（あて名のご本人）についてお伺いします。
以下、あなた＝あて名のご本人として回答してください。

問1 あなたのご家族や生活状況について

Q1 家族構成をお教えてください（○は1つ）

1. 1人暮らし
2. 夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）
3. 夫婦2人暮らし（配偶者64歳以下）
4. 息子・娘との2世帯
5. その他（）

Q2 あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか（○は1つ）

1. 介護・介助は必要ない⇒[Q3^]
2. 何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない⇒[Q2-1^]
3. 現在、何らかの介護を受けている⇒[Q2-1、Q2-2^]
（介護認定を受けずに家族などの介護を受けている場合も含む）

Q2-1 Q2で「2. 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「3. 現在、何らかの介護を受けている」と回答した方に伺います
介護・介助が必要になった主な原因はなんですか（○はいくつでも）

1. 脳卒中（のうそちゅう脳出血・のうしゅっけつ脳梗塞等）
2. 心臓病
3. がん（悪性新生物）
4. 呼吸器の病気（はいきしゅ肺気腫・肺炎等）
5. 関節の病気（リウマチ等）
6. 認知症（にんちしやうアルツハイマー病等）
7. パーキンソン病
8. とうにやうびやう糖尿病
9. 腎疾患（透析）
10. 視覚・聴覚障害（しかく視覚・ちやうかくしやうがい聴覚障害）
11. こっせつ骨折・てんとう転倒
12. せきついそんしやう脊椎損傷
13. 高齢による衰弱（すいじやく衰弱）
14. その他（）
15. 不明

Q2-2 Q2で「3. 現在、何らかの介護を受けている」と回答した方に伺います
主にどなたの介護、介助を受けていますか（○はいくつでも）

1. 配偶者（夫・妻）
2. 息子
3. 娘
4. 子の配偶者
5. 孫
6. 兄弟・姉妹
7. 介護サービスのヘルパー
8. その他（）

Q3 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1つ）

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

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 (○は1つ)

- | | |
|---|---|
| 1. 持家 (一戸建て) | 2. 持家 (集合住宅) |
| 3. <small>こうえいちんだいじゅうたく</small> 公営賃貸住宅 | 4. <small>みんかんちんだいじゅうたく</small> 民間賃貸住宅 (一戸建て) |
| 5. <small>みんかんちんだいじゅうたく</small> 民間賃貸住宅 (集合住宅) | 6. 借家 |
| 7. その他 () | |

問2 からだを動かすことについて

Q 1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (○は1つ)

- | | | |
|--------------|---------------|---------|
| 1. できるし、している | 2. できるけどしていない | 3. できない |
|--------------|---------------|---------|

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 (○は1つ)

- | | | |
|--------------|---------------|---------|
| 1. できるし、している | 2. できるけどしていない | 3. できない |
|--------------|---------------|---------|

Q 3 15分位続けて歩いていますか (○は1つ)

- | | | |
|--------------|---------------|---------|
| 1. できるし、している | 2. できるけどしていない | 3. できない |
|--------------|---------------|---------|

Q 4 過去1年間に転んだ経験がありますか (○は1つ)

- | | | |
|----------|---------|-------|
| 1. 何度もある | 2. 1度ある | 3. ない |
|----------|---------|-------|

Q 5 転倒に対する不安は大きいですか (○は1つ)

- | | | | |
|-------------|------------|-------------|----------|
| 1. とても不安である | 2. やや不安である | 3. あまり不安でない | 4. 不安でない |
|-------------|------------|-------------|----------|

Q 6 週に1回以上は外出していますか (○は1つ)

- | | | | |
|--------------|--------|----------|----------|
| 1. ほとんど外出しない | 2. 週1回 | 3. 週2~4回 | 4. 週5回以上 |
|--------------|--------|----------|----------|

Q 7 昨年と比べて外出の回数が減っていますか (○は1つ)

- | | | | |
|-------------|----------|--------------|-----------|
| 1. とても減っている | 2. 減っている | 3. あまり減っていない | 4. 減っていない |
|-------------|----------|--------------|-----------|

Q 8 外出を控えていますか (○は1つ)

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. はい⇒ Q8-1 | 2. いいえ⇒ Q9 |
|--------------------|-------------------|

Q 8-1 Q 8で「1. はい」(外出を控えている)と回答した方に伺います
外出を控えている理由は、次のどれですか (○はいくつでも)

- | | |
|-------------------|--|
| 1. 病気 | 2. <small>しょうがい</small> 障害 (脳卒中 <small>のうそちゅう</small> の後遺症 <small>こういしょう</small> 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 | 8. 経済的に出られない |
| 9. 交通手段がない | 10. その他 () |

Q 9 外出する際の移動手段は何ですか (○はいくつでも)

- | | | |
|-----------------|-------------------|----------|
| 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 | 8. 病院や施設のバス | 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 () | | |

問3 食べることについて

Q 1 身長・体重 (数字を記入)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 身長 _____cm | 2. 体重 _____kg |
|---------------|---------------|

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 (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 3 お茶や汁物等でむせることがありますか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 4 口の渇きが気になりますか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 5 歯磨き (人にやってもらう場合も含む) を毎日していますか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 6 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えてください (○は1つ) (成人の歯の総本数は、親知らずを含めて 32 本です)

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1. 自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用 | 2. 自分の歯は 20 本以上、入れ歯の利用なし |
| 3. 自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用 | 4. 自分の歯は 19 本以下、入れ歯の利用なし |

Q 6-1 噛み合わせは良いですか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 6-2 Q 6 で「1. 自分の歯は 20 本以上、かつ入れ歯を利用」または「3. 自分の歯は 19 本以下、かつ入れ歯を利用」と回答した方に伺います
毎日入れ歯の手入れをしていますか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 7 6 か月間で 2 ~ 3 kg 以上の体重減少がありましたか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q 8 どなたかと食事をとる機会がありますか (○は1つ)

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 1. 毎日ある | 2. 週に何度かある | 3. 月に何度かある |
| 4. 年に何度かある | 5. ほとんどない | |

問4 毎日の生活について

Q1 物忘れが多いと感じますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q2 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q3 今日が何月何日かわからない時がありますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q4 バスや電車を使って1人で外出していますか (自家用車でも可) (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

Q5 自分で食品・日用品の買物をしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

Q6 自分で食事の用意をしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

Q7 自分で請求書の支払いをしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

Q8 自分で預貯金の出し入れをしていますか (○は1つ)

1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない

Q9 年金などの書類 (役所や病院などに出す書類) が書けますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q10 新聞を読んでいますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q11 本や雑誌を読んでいますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q12 健康についての記事や番組に関心がありますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q13 友人の家を訪ねていますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q14 家族や友人の相談にのっていますか (○は1つ)

1. はい 2. いいえ

Q15 病人を見舞うことができますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

Q16 若い人に自分から話しかけることがありますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

Q17 趣味はありますか (○は1つ)

1. 趣味あり	→	(具体的に)
2. 思いつかない		

Q18 生きがいがありますか (○は1つ)

1. 生きがいあり	→	(具体的に)
2. 思いつかない		

問5 地域での活動について

Q1 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか ※① - ⑧ それぞれに回答してください (それぞれ○は1つ)

	週4回以上	週2~3回	週1回	月1~3回	年に数回	参加していない
①ボランティアのグループ	1	2	3	4	5	6
②スポーツ関係のグループやクラブ	1	2	3	4	5	6
③趣味関係のグループ	1	2	3	4	5	6
④学習・教養サークル	1	2	3	4	5	6
⑤健康体操・サロンなどの通いの場	1	2	3	4	5	6
⑥老人クラブ	1	2	3	4	5	6
⑦町内会・自治会	1	2	3	4	5	6
⑧収入のある仕事	1	2	3	4	5	6

Q2 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか (○は1つ)

1. 是非参加したい	2. 参加してもよい	3. 参加したくない	4. 既に参加している
------------	------------	------------	-------------

Q3 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか (○は1つ)

1. 是非参加したい	2. 参加してもよい	3. 参加したくない	4. 既に参加している
------------	------------	------------	-------------

問6 就労について

Q 1 現在のあなたの就労状態はどれですか（〇はいくつでも）

- | | | |
|--------------------|---------|--------------|
| 1. 職に就いたことがない | 2. 引退した | 3. 常勤（フルタイム） |
| 4. 非常勤（パート・アルバイト等） | 5. 自営業 | 6. 求職中 |
| 7. その他 | | |

Q 1-1 Q 1で「2. 引退した」と回答した方に伺います
あなたはいつ引退しましたか（〇は1つ）

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 昭和 _____ 年 | 2. 平成 _____ 年 | 3. 令和 _____ 年 |
|---------------|---------------|---------------|

問7 たすけあいについて

Q 1 あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（〇はいくつでも）

- | | | |
|-----------------|-----------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他（ _____ ） | | |
| 8. そのような人はいない | | |

Q 2 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（〇はいくつでも）

- | | | |
|-----------------|-----------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他（ _____ ） | | |
| 8. そのような人はいない | | |

Q 3 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（〇はいくつでも）

- | | | |
|-----------------|-----------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他（ _____ ） | | |
| 8. そのような人はいない | | |

Q 4 反対に、あなたが看病や世話をしてあげる人（〇はいくつでも）

- | | | |
|-----------------|-----------|-----------|
| 1. 配偶者 | 2. 同居の子ども | 3. 別居の子ども |
| 4. 兄弟姉妹・親戚・親・孫 | 5. 近隣 | 6. 友人 |
| 7. その他（ _____ ） | | |
| 8. そのような人はいない | | |

Q 5 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
（〇はいくつでも）

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. 自治会・町内会・老人クラブ | 2. 社会福祉協議会・民生委員 |
| 3. ケアマネジャー | 4. 医師・歯科医師・看護師 |
| 5. 地域包括支援センター・役所・役場 | 6. その他（ _____ ） |
| 7. そのような人はいない | |

Q6 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか (○は1つ)

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 1. 毎日ある | 2. 週に何度かある | 3. 月に何度かある |
| 4. 年に何度かある | 5. ほとんどない | |

Q7 この1か月間、何人の友人・知人と会いましたか (○は1つ)

同じ人には何度会っても1人と数えることとします

- | | | |
|-------------|----------|---------|
| 1. 0人 (いない) | 2. 1~2人 | 3. 3~5人 |
| 4. 6~9人 | 5. 10人以上 | |

Q8 よく会う友人・知人はどんな関係の人ですか (○はいくつでも)

- | | | |
|---------------|---------------|-------------------|
| 1. 近所・同じ地域の人 | 2. 幼なじみ | 3. 学生時代の友人 |
| 4. 仕事での同僚・元同僚 | 5. 趣味や関心が同じ友人 | 6. ボランティア等の活動での友人 |
| 7. その他 () | 8. いない | |

問8 健康について

Q1 現在のあなたの健康状態はいかがですか (○は1つ)

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

Q2 あなたは、現在どの程度幸せですか (○は1つ)

(「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、ご記入ください)

とても不幸

とても幸せ

- | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| 0点 | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点 |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|

Q3 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 (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q4 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よくありましたか (○は1つ)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

Q5 お酒は飲みますか (○は1つ)

- | | | | |
|-----------|---------|-------------|-------------|
| 1. ほぼ毎日飲む | 2. 時々飲む | 3. ほとんど飲まない | 4. もともと飲まない |
|-----------|---------|-------------|-------------|

Q6 タバコは吸っていますか (○は1つ)

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. ほぼ毎日吸っている | 2. 時々吸っている |
| 3. 吸っていたがやめた | 4. もともと吸っていない |

Q 3 塩竈市の行っている次のサービスの中で、あなた（あて名のご本人）が、今後サービスを必要とする場合、利用したいと思うものをお答えください（○はいくつでも）

※サービスによっては、利用条件があり、料金の一部または全部の自己負担が生じます。

1. 週1～2回の配食サービスの助成
2. 見守りサービスの設置費や月額料金（3か月分）の助成
3. 地域の集会所などを会場とした通いの場（サークルや教室など）
4. 養護老人ホームなどへの短期宿泊
5. 在宅で介護する家族への紙おむつなどの給付サービス（要介護3以上対象）
6. リフト付タクシーチケットの給付サービス（要介護3以上対象）
7. 認知症の高齢者が行方不明時、早期発見するSOSネットワークサービス
8. 認知症の高齢者が保護された際、早期に身元を判明させるQRコードシール（※）
9. グループでの外出支援を行ういきいきシルバー号の運行
10. 災害時における避難支援を迅速かつ円滑に受けるための避難行動要支援者台帳登録
11. 救急搬送時、救急隊員がいち早く情報を確認し、迅速な対応ができるようにする救急医療情報キット配布

※QRコードは（株）デンソーウエーブの登録商標です。

Q 4 市では、独自に次の事業を行っております。特に継続した方がよいと思う事業はどれですか。（○は3つまで）

1. 在宅で介護する家族への紙おむつなどの給付サービス
（要介護3以上対象。課税世帯月額1,500円上限、非課税世帯月額3,000円上限）
2. 長寿祝金や敬老金の支給（100歳：5万円 88歳：5千円）
3. リフト付タクシーチケットの給付サービス
（要介護3以上対象。1か月3枚（820円×3枚）の利用券）
4. 見守りサービスの契約にかかる設置費や月額料金（3か月分）の助成
（設置費の助成限度額15,000円、月額料金の助成限度額3,000円/月）
5. 週1～2回の配食サービスの助成
6. 生活援助員の配置とセンサー等による見守りシステムを設置した、自立生活可能な高齢者用の専用住宅であるシルバーハウジング住宅
7. 65歳以上で、要介護4・5の認定を受けているにもかかわらず、1年以上、介護保険サービスを利用しないで、常に在宅介護をする方を対象に支給する家族介護慰労金支給事業
（支給額：10万円）
8. 特にない

事業の詳細は、令和6年4月に全戸配布しました「介護保険高齢者支援ガイドブック」に記載されています。

問 1 1 介護予防について

Q 1 あなたは、普段から介護予防のためにご自身の健康維持・増進を意識し取り組んでいることがありますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| 1. 取り組んでいることがある⇒ Q2へ | 2. 取り組んでいないが始めようと思っている |
| 3. 取り組んでいないし予定もない | |

Q 2 Q 1で「1. 取り組んでいることがある」と回答した方に伺います
取り組むこととなった主なきっかけはなんですか。(○はいくつでも)

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 1. 家族のアドバイスや一言 | 2. 友人・知人からのアドバイスや一言 |
| 3. 隣近所の人からのアドバイスや一言 | 4. 市の広報紙や回覧板等の情報から |
| 5. 医師等の専門家からの指導や助言 | 6. 具体的に症状が現れたので |
| 7. 検査の結果が気になって | 8. 新聞、テレビ、インターネットなどの情報から |
| 9. 以前からの習慣で、自発的に | 10. その他() |

Q 3 あなたは、フレイルという言葉を知っていましたか (○は1つ)

- | |
|-------------------------------|
| 1. 言葉の意味内容も含めて知っていた |
| 2. 言葉の意味内容までは分からないが、聞いたことはあった |
| 3. 知らなかった |

※フレイルとは、加齢により体や心のはたらき、社会的つながりなどが弱くなった状態をいいます。そのまま放置すると要介護状態になる可能性があります。「早めに気づいて改善」をすれば、フレイルの進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができます。

問 1 2 自由意見

◎ 介護サービス等について、ご意見やご希望などがありましたら、ご自由にお書きください。

--

ご協力ありがとうございました。
記入もれがないか、今一度お確かめください。
12月26日(金)までに郵便ポストへご投函ください。