

高齢者福祉に関する生活実態調査

区では、令和8年度の「中央区高齢者保健福祉計画・第10期介護保険事業計画」の策定に向けて、高齢者の方や高齢期をこれから迎える方に今後の意向や生活実態をお伺いするため、本調査を実施します。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和7年10月 中 央 区

調査について

- ・この調査は、55歳以上の区民の方から無作為に抽出してお送りしています。
- ・この調査は無記名方式で行います。回答者が特定されることはありません。
- ・調査結果は、区の高齢者施策の推進のために利用され、その他の目的で使用されることはありません。
- ・この調査は●●ページ、計●●問です。

ご記入にあたってのお願い

- ・回答は、封筒のあて名ご本人についてご記入ください。
- ・あて名のご本人が回答することが難しい場合は、ご家族またはお世話なさっている方がお手伝いするか、ご本人の立場に立って代わりに回答してください。
- ・鉛筆や黒または青のボールペンで記入してください。
- ・回答は、あてはまる番号に○をつけてください。
- ・「その他」に○をつけた場合は、〔 〕内に具体的にその内容をご記入ください。
- ・調査票は令和7年10月1日現在でご記入いただき、11月●●日(●)までに同封の返信用封筒に入れて投函してください。(切手は不要です。)
- ・この調査票は郵送でお送りしていますが、パソコン、スマートフォンからも回答可能です。なお、パソコン、スマートフォンから回答いただいた場合は、本調査票の記入・提出は不要です。

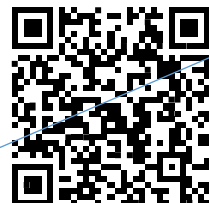
パソコン、スマートフォンからの回答方法

- 1 以下のURLかQRコードを読み取り、インターネット回答のサイトにアクセスしてください。
- 2 下記のID・パスワードを使ってログインして回答をお願いします。(ログインできない場合は問い合わせ先までご連絡ください。)

URL : <https://●●●●●●>

ID :

パスワード :



(ID・パスワードとも無作為に配布されていますので、回答者が特定されることはありません。)

【問い合わせ先】

★調査の目的・内容について

中央区福祉保健部高齢者福祉課高齢者福祉係 TEL 03-3546-5353

★調査票の書き方やインターネット回答方法、同封物の不足について

株式会社サーベイリサーチセンター TEL 000-000-0000(フリーダイヤル)
受付時間 午前10時～午後5時(土日・祝日を除く。)

(この調査は中央区から株式会社サーベイリサーチセンターに委託して実施しています。)

あなたご自身のことについて

問1 調査票を記入されたのはどなたですか。(○は1つ)

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〔具体的に:	〕

問2 あなた(あて名のご本人を指します。以下の各設問についても同じです。)の性別と令和7年10月1日現在の満年齢を記入してください。

性 別	1. 男性	2. 女性
満年齢	歳	

問3 家族構成をお教えてください。(○は1つ)

1. ひとり暮らし	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〔具体的に: 〕	

問4 現在あなたのお住まいになっている地域はどこですか。(○は1つ)

	該 当 す る 住 所
1. 京橋地域	八重洲二丁目、京橋、銀座、新富、入船、湊、明石町、築地、浜離宮庭園、八丁堀、新川
2. 日本橋地域	本石町、室町、本町、小舟町、小伝馬町、大伝馬町、堀留町、富沢町、人形町、小網町、蛸殻町、箱崎町、馬喰町、横山町、東日本橋、久松町、浜町、中洲、八重洲一丁目、日本橋、茅場町、兜町
3. 月島地域	佃、月島、勝どき、豊海町、晴海

問5 現在のあなたの生活状況をお聞きます。(○は1つ)

1. ひとり暮らしで、近隣に親族等が住んでいない
2. ひとり暮らしだが、必要なときに近隣に支援してくれる親族等が住んでいる
3. 同居している人がいるが、必要なときにその人による支援が難しい
4. 同居している人がおり、必要なときに支援が受けられる

問6 あなた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1つ)

1. 持ち家(一戸建て)	2. 民間賃貸住宅(一戸建て)
3. 持ち家(集合住宅)	4. 公営賃貸住宅(集合住宅)
5. 民間賃貸住宅(集合住宅)	
6. その他〔具体的に: 〕	

問7 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

問7-1 あなたは、健診等や通院により定期的に健康状態を把握していますか。

(○は1つ)

1. 区健康診査 2. 会社の健康診断 3. 人間ドッグ 4. 通院 5. していない

問8 あなたは、普段から治療を受けたり、日常の健康についての相談・指導を受けることができる、かかりつけの医師、歯科医師、薬局、薬剤師がいますか。

(①から④それぞれ○は1つずつ)

	いる	いない
①かかりつけ医師	1	2
②かかりつけ歯科医師	1	2
③かかりつけ薬局	1	2
④かかりつけ薬剤師	1	2

経済状況や就労状態について

問9 あなたは現在、働いていますか。複数の仕事をしている場合は収入の最も多いものをお答えください。(○は1つ)

- 1. 会社や団体、官庁等に勤務
- 2. 個人商店などで勤務
- 3. 自営業
- 4. NPO法人に参加（運営している者も含む）
- 5. その他〔具体的に： 〕
- 6. シルバー人材センターに登録
- 7. 働いていないが今後働きたい
- 8. 働いていないし今後も働きたくない

⇒ 問9-1～6へお進みください

⇒ 問9-2～6へお進みください

⇒ 問10へお進みください

【問9-1は、問9で「1」から「5」と答えた方におうかがいします】

問9-1 現在働いている方にうかがいます。現在の就労形態は何ですか。(○は1つ)

- 1. 正社員・正規職員である
- 2. 嘱託・再雇用等の社員・職員である
- 3. パート・アルバイト・臨時雇用である
- 4. 派遣社員である
- 5. 経営者（NPO法人等の運営者）である
- 6. その他〔具体的に： 〕

【問9-2から9-6は、問9で「1」から「7」と答えた方におうかがいします】

問9-2 仕事をしている（またはしたい）目的・理由は何ですか。

（○はいくつでも）

- | | |
|------------------------|------------------|
| 1. 経済的理由（生計の維持） | 2. 収入を趣味や旅行に使うため |
| 3. 健康維持 | 4. 生きがい・社会的な貢献 |
| 5. 家にいるよりも充実するから | 6. 社会とつながっていたいから |
| 7. 自分の知識や技術、経験を生かしたいから | |
| 8. その他〔具体的に： | 〕 |

問9-3 何歳くらいまで仕事をしたいですか。（○は1つ）

- | | |
|-------------|---------------|
| 1. 65歳くらいまで | 2. 70歳くらいまで |
| 3. 75歳くらいまで | 4. 80歳くらいまで |
| 5. 健康が続く限り | 6. 今後働くつもりはない |
| 7. 特に考えていない | |

問9-4 今後（定年前の方は定年退職後）どのような働き方を望みますか。

（○は1つ）

- | | |
|------------------------------|---|
| 1. 週5日程度フルタイム（8時間程度）で働く | |
| 2. 週に2～4日フルタイム（8時間程度）で働く | |
| 3. 短時間勤務（3～4時間程度）で働く | |
| 4. 曜日などを決めず、自分の都合で気の向いたときに働く | |
| 5. 仕事の依頼があったときに働く | |
| 6. その他〔具体的に： | 〕 |

問9-5 年金受給額とは別に、就労によって月にどのくらいの収入を得たいと思いますか。（○は1つ）

- | | | |
|------------------|------------------|---|
| 1. 5万円未満 | 2. 5万円以上～10万円未満 | |
| 3. 10万円以上～15万円未満 | 4. 15万円以上～20万円未満 | |
| 5. 20万円以上 | 6. その他〔具体的に： | 〕 |

問9-6 働く上で、重視していることは何ですか。（○は3つまで）

- | | |
|-------------------------|------------------------|
| 1. 勤務先の事業目的・経営ビジョン | 2. 同じ勤務先であること |
| 3. 経験したことのある業界であること | 4. 経験したことのある職種であること |
| 5. 給料が高いこと | 6. 自分の能力を発揮できること |
| 7. 気心の知れた仲間がいる職場であること | 8. 自分のペースで進められる仕事であること |
| 9. 体力的に無理なく続けられる仕事であること | 10. 勤務日や勤務時間を選べること |
| 11. その他〔具体的に： | 〕 |
| 12. 特にない | |

社会的な活動や地域活動への参加状況について

問10 あなたは現在、何らかの社会的活動や地域活動を行っていますか。(○はいくつでも)

1. 町会・自治会、高齢者クラブなどの自治組織の活動
2. 地域住民同士などの交流の場の活動
3. まちづくりや地域安全などの活動
4. サークル活動
5. 環境整備活動
6. 趣味やスポーツを通じたボランティアなどの活動
7. 伝統芸能・工芸技術などを伝承する活動
8. 生活支援・子育て支援などの活動
9. その他〔具体的に： 〕
10. 特に活動はしていない ⇒ 問10-5へお進みください

⇒ 問10-1～4へ
お進みください

【問10-1から10-4は、問10で「1」から「9」と答えた方におうかがいします】

問10-1 現在行っている社会的活動や地域活動を始めた時期はいつ頃ですか。複数の活動をしている場合は、最も古いものについてお答えください。(○は1つ)

- | | |
|------------------------------------|-----------|
| 1. 定年退職後（ 歳頃） | 2. 40歳代以前 |
| 3. 50歳代 | 4. 60歳代 |
| 5. 70歳代 | 6. 80歳代以降 |

問10-2 現在行っている社会的な活動や地域活動を始めたきっかけは何ですか。複数の活動をしている場合は、最も力を入れている活動についてお答えください。

(○は1つ)

1. 友人、仲間のすすめ
2. 家族のすすめ
3. 区の広報誌やホームページ等からの情報
4. 活動団体からの呼びかけ
5. 町会・自治会の誘い
6. 個人の意思（問題意識や解決したい課題があったため）
7. その他〔具体的に： 〕

問10-3 現在、社会的な活動や地域活動をしていてよかったと思うことは何ですか。
複数の活動をしている場合は、最も力を入れている活動についてお答えください。(○はいくつでも)

- | |
|----------------------------|
| 1. 家族の生活を支えている |
| 2. 地域とのつながりができた |
| 3. 家族との関係が良くなった |
| 4. 新しい友人を得ることができた |
| 5. 日常生活にリズムができた |
| 6. 経済的にゆとりある生活ができています |
| 7. 社会に貢献していることで充実感が得られている |
| 8. 健康維持や身だしなみにより留意するようになった |
| 9. 気持ちに張りがでて、若々しくなった |
| 10. その他〔具体的に： |
| 11. 特にない |

問10-4 何歳まで社会的な活動や地域活動を続けたいですか。(○は1つ)

- | | |
|----------------|-------------|
| 1. 65歳くらいまで | 2. 70歳くらいまで |
| 3. 75歳くらいまで | 4. 80歳くらいまで |
| 5. 元気なうちはいつまでも | 6. わからない |

【問10-5は、問10で「10. 特に活動はしていない」と答えた方におうかがいします】

問10-5 現在、社会的な活動や地域活動をしていない理由は何ですか。

(○はいくつでも)

- | | |
|-------------------------------|----------------|
| 1. 活動をする仲間がいない | 2. 活動の誘いがこない |
| 3. 精神的な負担が大きい | 4. 時間的な余裕がない |
| 5. 体力的に難しい | 6. 活動に関する情報がない |
| 7. 活動を行っている団体がない、入りたいと思う団体がない | |
| 8. その他〔具体的に： | 〕 |
| 9. 活動をする意思がない | |

【すべての方におうかがいします】

問11 今後、どのような形で社会と関わっていきたいと思いますか (○はいくつでも)

- | | |
|------------------------|-------------------|
| 1. 自分の得意なスキルや知識を活かした活動 | |
| 2. 人と交流できる趣味やサークルへの参加 | |
| 3. 地域の子どもや若者の支援 | 4. 高齢者同士の交流の場づくり |
| 5. 無理のない範囲での仕事（就労） | 6. オンラインを活用した社会参加 |
| 7. その他〔具体的に： | 〕 |
| 8. 特に希望しない | |

交流サロン・趣味の講座・サークル活動への参加について

問12 あなたは、友達づくりや生きがいのために地域住民同士が集う交流サロンや趣味の講座、サークル活動等に参加していますか。(○は1つ)

- | | |
|------------|-----------------|
| 1. 参加している | ⇒ 問12-1へお進みください |
| 2. 参加していない | ⇒ 問12-2へお進みください |

【問12-1は、問12で「1」と答えた方におうかがいします】

問12-1 現在の参加頻度は、どの程度ですか。(○は1つ)

- | | | |
|----------|----------|----------|
| 1. 週2回以上 | 2. 週1回以上 | 3. 月2回以上 |
| 4. 月1回以上 | 5. 月1回未満 | |

【問12-2は、問12で「2. 参加していない」と答えた方におうかがいします】

問12-2 地域住民同士が集う交流サロンや趣味の講座、サークル活動等に参加していない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|--------------------|------------------|
| 1. 体力的に難しい | 2. 時間的な余裕がない |
| 3. 一緒に参加する仲間がいない | 4. 人づきあいがわずらわしい |
| 5. 感染症への不安がある | 6. 参加したいと思うものがない |
| 7. 交流サロン等に関する情報がない | |
| 8. その他〔具体的に： | 〕 |
| 9. 参加する意思がない | |

【すべての方におうかがいします】

問13 地域住民同士が集う交流サロンや趣味の講座、サークル活動等に参加しようと思う条件は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|---|----------------|
| 1. 時間帯が午前 | 2. 時間帯が午後 |
| 3. 平日に開催 | 4. 土・日・祝日に開催 |
| 5. 1時間以内で終わる | 6. 1～2時間程度で終わる |
| 7. 参加費がかからない | 8. 申込不要 |
| 9. 同性だけのサロン（例：「女性だけのおしゃべりサロン」、「男性だけの囲碁教室」等） | |
| 10. ちょっとした茶菓子が出る | 11. みんなと食事がとれる |
| 12. 毎回軽い体操ができる | 13. 会場が徒歩圏内にある |
| 14. その他〔具体的に： | 〕 |

日常生活に関する状況について

問14 あなたは、日常生活に関する情報をどこから得ていますか。(○は3つまで)

- | | |
|----------------------------------|------------|
| 1. 家族や親せき | 2. 友人、近所の人 |
| 3. テレビやラジオ | 4. 新聞や雑誌 |
| 5. インターネット（パソコン、タブレット端末、スマートフォン） | |
| 6. チラシ、折り込み、ダイレクトメールなど | |
| 7. その他〔具体的に： 〕 | |
| 8. 特にどこからも得ていない | |

問15 あなたは、普段の生活で困ったとき、誰に相談していますか。(○は3つまで)

- | | |
|---------------------------------|-------------------|
| 1. 家族や親戚 | 2. 近所の友人・知人 |
| 3. 町会・自治会の関係者 | 4. 民生・児童委員 |
| 5. ケアマネジャー（介護支援専門員） | 6. 介護施設職員 |
| 7. 区役所の相談窓口 | 8. 保健所・保健センターの担当者 |
| 9. 高齢者クラブの関係者 | |
| 10. おとしより相談センター（地域包括支援センター）の担当者 | |
| 11. 社会福祉協議会の担当者 | 12. インターネット上の知り合い |
| 13. 地域福祉コーディネーター・生活支援コーディネーター※ | |
| 14. 民間の相談窓口や電話相談 | 15. その他〔具体的に： 〕 |
| 16. 誰も相談する相手がいない | 17. 特に相談することはない |

※地域福祉コーディネーター … 地域の中で支援を必要とする人を把握し、その人の直面する課題に対して地域住民や関係機関・団体などとの協働により相談援助や専門機関につなぐなどして、その課題の解決をめざして支援を行っています。

※生活支援コーディネーター … 主に高齢者に関わる地域のニーズの把握やボランティアの育成、サービス提供者間のネットワーク作りなどを行っています。

問16 孤独や孤立への不安を感じていますか。(○は1つ)

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 非常に不安 | 2. やや不安 |
| 3. どちらともいえない | 4. あまり不安ではない |
| 5. まったく不安ではない | |

問17 あなたは、情報収集の手段として、インターネットを利用していますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------------|--------------|
| 1. よく利用している | 2. たまに利用している |
| 3. 利用したいが、使い方がよくわからない | |
| 4. 利用していないし、今後も使う予定はない | |

問18 あなたは、ふだんどのような情報通信機器を利用していますか。(○はいくつでも)

1. スマートフォン (iPhone、Androidなど)
2. タブレット型端末 (iPadなど)
3. 携帯電話 (スマートフォン以外)
4. パソコン
5. 固定電話・FAX
6. スマートスピーカー
7. その他〔具体的に： 〕
8. 情報通信機器は利用していない

⇒ 問18-1へお進みください

※スマートスピーカー…AIによる音声アシスタント (Alexa、Siri、Googleアシスタントなど) 機能、インターネット接続機能を備えたスピーカー。音声で指示を出すことで、音楽再生、情報検索、家電操作などが行える機器。

【問18-1は、問18で「2」から「8」と答えた方で、スマートフォンを利用していない方におうかがいします】

問18-1 スマートフォンを利用していない理由は何ですか。

(○はいくつでも)

- | | |
|------------------|------------|
| 1. 使い方が分からない・難しい | 2. 費用が高い |
| 3. メリットがわからない | 4. 必要がない |
| 5. その他〔具体的に： 〕 | 6. 特に理由はない |

【すべての方におうかがいします】

問19 あなたは、スマートフォンの操作方法など、情報通信機器の使い方を教えてくれる高齢者向けの講座を受けたいと思いますか。(○は1つ)

1. 受けたい
2. 内容によっては受けたい
3. あまり興味はない
4. 受けたくない

⇒ 問19-1へお進みください

【問19で「1」または「2」と答えた方におうかがいします】

問19-1 どのような内容の講座を受けたいと思いますか。(○は3つまで)

- | | |
|--|------------------|
| 1. スマホの基本操作 | 2. メールやLINEの使い方 |
| 3. 写真や動画の撮り方・見方・保存方法 | |
| 4. スマホやスマートスピーカーで音声を活用して情報の検索や家電等を操作する方法 | |
| 5. インターネット検索のやり方 | 6. 買い物や銀行アプリの使い方 |
| 7. 健康管理アプリや運動記録アプリの使い方 | |
| 8. QRコード決済やキャッシュレス決済の使い方 | |
| 9. SNSの使い方 (Xやインスタグラム) | |
| 10. その他〔具体的に： 〕 | |

健康づくり・介護予防事業への参加について

問20 あなたは、健康づくりのための運動や体を動かす活動をしていますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|-------------------|
| 1. している | ⇒ 問20-1～2へお進みください |
| 2. していない | ⇒ 問20-3へお進みください |

【問20-1、20-2は、問20で「1」と答えた方におうかがいします】

問20-1 普段、運動や体を動かす活動を行っている場所を教えてください。

(○はいくつでも)

- | | |
|-----------------------------|------------------|
| 1. 自宅（室内） | 2. 自宅周辺（庭・敷地内など） |
| 3. 公園 | |
| 4. 遊歩道・河川敷などの屋外公共スペース | |
| 5. スポーツジム・フィットネスクラブ | 6. 公共の体育館・運動施設 |
| 7. 地域の集会所・区民館・敬老館など | |
| 8. 学校施設（開放されているグラウンドや体育館など） | |
| 9. 通勤・通学の途中（徒歩・自転車など） | |
| 10. その他〔具体的に： | 〕 |

問20-2 現在の運動の頻度は、どの程度ですか。(○は1つ)

- | | | |
|----------|----------|----------|
| 1. 週2回以上 | 2. 週1回以上 | 3. 月2回以上 |
| 4. 月1回以上 | 5. 月1回未満 | |

【問20-3は、問20で「2. していない」と答えた方におうかがいします】

問20-3 運動や体を動かす活動をしていない理由は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1. 体力的に難しい | 2. 時間的な余裕がない |
| 3. 一緒に参加する仲間がいない | 4. 人づきあいがわずらわしい |
| 5. 参加したいと思うものがない | 6. 教室等活動に関する情報がない |
| 7. その他〔具体的に： | 〕 |
| 8. 必要性を感じていない | |

【すべての方におうかがいします】

問21 あなたは、中央区が行っている次のような健康づくり・介護予防事業をご存知ですか。
知っているものに○をつけてください。(○はいくつでも)

事業名	事業の説明
1. さわやか健康教室	元気な高齢者を対象に、身体機能の維持・向上を目的としたマシントレーニングを行う教室です。
2. ゆうゆう講座	コーラスやレクリエーションなど、楽しく参加し、自然と健康づくりにつながる1回完結型の講座です。
3. いきいき館（敬老館）での健康づくり教室	ヨガ、エアロビクス、太極拳など、いきいき館（敬老館）で主催している教室です。
4. 中央粋なまちトレーニング（粋トレ）	転倒予防や認知機能の向上に効果がある中央区オリジナル体操です。
5. 高齢者通いの場	生きがいづくりや閉じこもり予防のために、地域で交流できるサロンです。
6. はつらつ健康教室	短期集中型のトレーニングにより改善が見込まれる方を対象に実施する、身体機能の向上を目的とした短期間（原則3か月）の教室です。

【問21-1は、問21の1～6でひとつでも「○」をつけた方におうかがいします】

問21-1 問21の健康づくり・介護予防事業について、どこでその情報を知りましたか。
(○はいくつでも)

1. 家族や親せき	2. 友人、近所の人
3. 区のHP	4. 区の公式SNS（LINEやX）
5. 区のおしらせ等の広報誌	6. 区や区関連施設の窓口、掲示物
7. チラシ、折り込み、ダイレクトメール（区からの通知含む）など	
8. その他〔具体的に：	〕
9. 特にどこからも得ていない	

【すべての方におうかがいします】

問22 あなたは、どのような健康づくり事業なら参加したいと思いますか。(○は3つまで)

1. 1回完結型	2. 通年で開かれる複数回継続型
3. 運動などの実践	4. 講義形式
5. 仲間づくりを目的としたサロン形式	6. 専門的なテーマ
7. 医療専門職の相談・指導	
8. その他〔具体的に：	〕
9. 特にない	

問23 問22の健康づくり事業に継続的に参加するための条件は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|-------------------------------------|---------------|
| 1. 時間帯が午前 | 2. 時間帯が午後 |
| 3. 平日に開催 | 4. 土・日・祝日に開催 |
| 5. 参加費がかからない | 6. 同性だけで開催される |
| 7. 会場が徒歩圏内にある | |
| 8. (運動する場合) 初心者でも参加できるような軽めの運動ができる | |
| 9. (運動する場合) 経験者でも満足できるような本格的な運動ができる | |
| 10. その他〔具体的に： | 〕 |
| 11. 特にない | |

問24 フレイルという言葉を知っていますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

※フレイル…加齢に伴って心身の活力が低下し、介護が必要になるリスクが高まった状態をいいます。

問25 介護予防・フレイル予防に取り組んでいますか。(○は1つ)

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. 取り組んでいる | 2. 多少は取り組んでいる |
| 3. 関心はあるが行動に移せていない | 4. 特に関心はない(何もしていない) |

災害時の対応について

問26 あなたは、地震などの災害に備えてどのようなことをしていますか。(○はいくつでも)

- | | |
|--|---|
| 1. 家族と避難先や緊急連絡先を確認している | |
| 2. 水・食糧・簡易トイレなどを備蓄している | |
| 3. 家具の転倒防止などを行っている | |
| 4. 自宅を建て替えたり、補強するなど耐震対策をしている | |
| 5. 避難訓練や防災訓練に参加している | |
| 6. 地域の支援者(民生委員や町会、防災区民組織など)に相談して、避難先や災害時の対応を確認している | |
| 7. その他〔具体的に： | 〕 |
| 8. 備えはしていない | |

問27 あなたは、「中央区災害時地域たすけあい名簿」※ についてご存知ですか。(○は1つ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 知っている | 2. 知らなかった |
|----------|-----------|

※中央区災害時地域たすけあい名簿

…災害時に自力で避難したり生活することが困難で特に支援を必要とする方(75歳以上でひとり暮らしの方、要介護3～5の方、障害者手帳をお持ちの方など)を登録した名簿です。災害に備えるため、本人の同意がある方の名簿情報を避難支援等関係者にあらかじめ提供し、災害時に地域全体で助け合うことを目的としています。

今後の介護の希望などについて

問28 あなたは、要介護状態になった場合、どのような介護を希望しますか。(○は1つ)

- | |
|---|
| 1. 主に家族の介護を受けながら、自宅で暮らしたい |
| 2. 主に介護サービスを利用して、自宅で暮らしたい |
| 3. 高齢者向けの住宅に住み替えて、介護サービスを利用しながら暮らしたい |
| 4. 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）などの介護施設に入りたい |
| 5. 介護付き有料老人ホームに入りたい |
| 6. 家族、親族の判断に任せる |
| 7. その他〔具体的に： 〕 |
| 8. わからない |

問29 あなたは、病気が治る可能性がなくなり、終末期になった場合、どこで介護を受けたいと思いますか。(○は1つ)

- | | |
|---|-----------------|
| 1. 病院などの医療施設 | 2. 自宅 |
| 3. 子どもの家 | 4. 兄弟姉妹などの親族の家 |
| 5. 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設） | 6. 家族、親族の判断に任せる |
| 7. その他〔具体的に： 〕 | 8. わからない |

問30 あなたは、延命のための医療を受けることについてどう思いますか。(○は1つ)

- | |
|---|
| 1. 最期までできる限りの延命治療をしてほしい |
| 2. 延命治療より苦痛を和らげる緩和的治療をしてほしい |
| 3. 昏睡状態で、意識を取り戻したり回復する見込みがない場合は、
延命治療はしないでほしい |
| 4. その他〔具体的に： 〕 |

問31 あなたは、介護や延命治療（問28から問30までの内容）についての希望を誰かに伝えていきますか。(○はいくつでも)

- | | |
|--|--------------------|
| 1. 同居の家族・親族 | 2. 別居の家族・親族 |
| 3. 知人・友人・近所の人 | 4. かかりつけ医（歯科医師を含む） |
| 5. かかりつけ薬局・薬剤師 | 6. 訪問看護師 |
| 7. ケアマネジャー | 8. ヘルパー（介護職員） |
| 9. 民生・児童委員 | |
| 10. その他〔具体的に： 〕 | |
| 11. 誰にも伝えていない | |

問32 あなたは、「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」（※）についてどの程度ご存知ですか。（○は1つ）

1. よく知っている
2. 名前・内容についてはおおよそ知っている
3. 名前を聞いたことがある程度で内容についてはあまり知らない
4. 全く知らなかった

※ACP（アドバンス・ケア・プランニング）…人生の最終段階における医療や介護について、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い共有すること。「人生会議」ともいう。

老い支度（終活）について

問33 終活に興味はありますか。（○は1つ）

1. 大いにある
2. 少しある
3. あまりない
4. 全くない

問34 終末期および死後の手続き等で不安なことはありますか。（○はいくつでも）

1. 死後の役所への届け出
2. 遺品整理（デジタル遺品含む）（※）
3. 銀行口座等の解約
4. 所有する不動産に関すること
5. 葬儀に関すること
6. お墓に関すること
7. 相続に関すること
8. その他〔具体的に： 〕
9. 特になし

※デジタル遺品…亡くなった人が残したデジタル情報や電子的な資産の総称。具体的には、パソコンやスマートフォン内のデータ、SNSアカウント、電子メール、オンラインバンキングの情報、インターネット上で契約したサブスクリプションサービスなど、デジタル空間に存在する多様な資産が含まれる。

認知症について

問35 あなたは認知症について、どのように考えていますか。（○はいくつでも）

1. 認知症は、誰もがなり得るものである
2. 認知症は、早期に発見することが大切だ
3. 認知症は、治療や適切なケアによって、症状の進行を抑えたり改善することができる
4. 認知症になっても、適切な支援があれば地域で安心して暮らし続けることができる
5. 認知症になっても、自分なりにできることがある
6. 認知症について関心がない
7. 当てはまるものはない

問36 あなたが認知症に関する情報でもっと欲しいと思う内容は何ですか。

(○はいくつでも)

- | | |
|-----------------------|----------------|
| 1. 症状や治療に関すること | 2. 受診や相談先 |
| 3. 予防方法や早期発見に関すること | 4. 介護の仕方に関すること |
| 5. 利用できる制度やサービス | |
| 6. 認知症のある方や家族を支える地域活動 | |
| 7. 認知症のある方や家族が交流できる場 | |
| 8. その他〔具体的に： | 〕 |
| 9. 特になし | |

今後の高齢者保健福祉施策について

問37 今後、高齢者が増加していくにつれて介護保険料が高くなることが想定されますが、あなたは、今後の介護保険料のあり方についてどう思いますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------------------------|---|
| 1. 保険料が多少高くなっても介護保険サービスが充実している方がよい | |
| 2. 保険料も介護保険サービスも今くらいが妥当である | |
| 3. 介護保険サービスを抑えても保険料が安いほうがよい | |
| 4. どちらともいえない | |
| 5. その他〔具体的に： | 〕 |

＜健康づくり＞	1. 健康づくり（介護予防）の推進
	2. 社会参加と生きがいづくりの推進
＜生活支援＞	3. 困りごとの相談・サポート体制の充実
	4. ひとり暮らし高齢者及び高齢者のみの世帯の見守り、 安否確認体制の拡充
	5. 敬老買物券など敬老・慶祝の記念品贈呈
	6. 終活に関する相談窓口の設置
＜認知症ケア＞	7. 認知症に関する普及・啓発
	8. 認知症の相談・支援体制の充実
	9. 認知症のある方の支援
＜医療＞	10. 医療の確保
	11. 在宅療養支援の普及・啓発
＜介護＞	12. 介護サービスの質の向上
	13. 在宅生活を支えるサービスの充実
	14. 介護人材の確保・育成・定着支援
	15. 家族介護者等への支援
＜住まい＞	16. 特別養護老人ホーム等の施設整備促進
	17. 住まいと住環境を確保するための支援
＜その他＞	18. その他〔具体的に：
	19. 特にない

[illegible]

- 15 -