宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査
ご 協 力 の お 願 い
【40 歳から 64 歳の市民の皆様へ】

日頃は、宇治市政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

宇治市では、令和２年度に「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の見直しを行い、高齢者保健福祉施策および介護保険制度の一層の充実を図るため、「宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査」を行うことといたしました。

本調査は、令和元年11月末時点において、宇治市にお住まいの40歳から64歳の方のうち要介護・要支援認定を受けておられない方を対象に、生活のご様子や保健福祉施策のあり方をお伺いするものです。調査結果は「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」を見直す基礎資料となりますので、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、ご本人に回答いただくのが難しい場合は、ご家族の皆様のご協力により回答くださいますよう、よろしくお願いいたします。

なお、宇治市では、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう日常生活圏域を設定しており、日常生活圏域ごとに集計を行うため、右上に番号を記載しています。番号は、日常生活圏域を特定するものであり、個人を特定するものではありません。

回答いただいた内容は、調査の目的以外には使用いたしません。

令和２年２月

宇治市長　山本　正

調査票は、**令和２年２月２５日（火）までに**同封の返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください。

お問い合わせ……宇治市役所　健康長寿部　健康生きがい課・介護保険課
電 話 番 号　0774－22－3141（代）（内線 2347・2344）
ＦＡＸ番号　0774－21－0406

調査票の記入のしかた

＊この調査は、宛名のご本人ができるかぎり回答してください。ご本人が記入できない場合は、ご家族等が本人の意見を聞き取るなどして、代筆をお願いいたします。

＊この調査は、宛名のご本人の現在の状況について、あてはまるものの番号に○をつける、あるいは記述により回答してください。立ち入ったことをお伺いすることもあるかもしれませんが、差し支えのない範囲で回答してください。

＊回答は無記名でお願いいたします。

＊宛名のご本人が何らかの事情により不在で調査に回答できない場合は、お手数ですが１ページ目の《回答できない理由》の欄のあてはまるものに○をつけていただき、以降の設問には回答せず、そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。

はじめに
《回答できない理由》
宛名のご本人が調査に回答できない理由は何ですか。

1　入院中　　2　転居　　3　死亡　　4　その他（　　）

そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。ありがとうございました。

①あなた自身のことやあなたの世帯のことについておたずねします。

問１　現在あなたがお住まいの小学校区を教えてください。（○は１つ）

1	菟道小学校	2	菟道第二小学校	3	神明小学校
4	槇島小学校	5	北槇島小学校	6	小倉小学校
7	伊勢田小学校	8	西小倉小学校	9	北小倉小学校
10	南小倉小学校	11	大久保小学校	12	大開小学校
13	西大久保小学校	14	平盛小学校	15	宇治小学校
16	三室戸小学校	17	南部小学校	18	岡屋小学校
19	木幡小学校	20	御蔵山小学校	21	笠取小学校
22	笠取第二小学校	23	わからない		

問２　あなたの性別を教えてください。（○は１つ）

1　男性　　2　女性

問３　あなたの年齢（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1	40～44歳	2	45～49歳	3	50～54歳
4	55～59歳	5	60～64歳		

問４　家族構成を教えてください。（○は１つ）

1　一人暮らし
2　夫婦二人暮らし(配偶者65歳以上)
3　夫婦二人暮らし(配偶者64歳以下)
4　息子・娘との二世帯
5　その他（　　）

問５　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
2　何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない
3　現在、何らかの介護を受けている
（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）

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。（○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	

問７　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　公営賃貸住宅	4　民間賃貸住宅（一戸建て）
5　民間賃貸住宅（集合住宅）	6　借家
7　その他（　　）	

②日常生活の状況についておたずねします。

問８　生活の状況について教えてください。　（○は１つずつ）

	できるし、している	できるけどしていない	できない
【記入例】自分で食事の用意をしていますか	1	②	3
①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）	1	2	3
②自分で食品・日用品の買物をしていますか	1	2	3
③自分で食事の用意をしていますか	1	2	3
④自分で請求書の支払いをしていますか	1	2	3
⑤自分で預貯金の出し入れをしていますか	1	2	3

問９　どなたかと食事をともにする機会はありますか。（○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10　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

問11　生きがいはありますか。（○は１つ）

1　生きがいあり ……▶（具体的に　　）
2　思いつかない

問12　あなたには心配事や悩み事がありますか。（○は３つまで）

1	自分の健康のこと
2	家族の健康のこと
3	病気などのとき、看病してくれる人がいないこと
4	孤独（ひとり暮らしなど）になること
5	配偶者に先立たれた後の生活のこと
6	生活費など経済的なこと
7	家の老朽化など、住んでいる家に関すること
8	趣味や生きがいがないこと
9	家族や友人との人間関係のこと
10	地震や風水害など災害時の対応のこと
11	その他（　　）
12	特に心配事や悩み事はない

問13　あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問14　反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問15　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はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問16　反対に、あなたが看病や世話をしてあげる人はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問17　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。
（○はいくつでも）

1	自治会・町内会・老人クラブ（喜老会）	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・市役所	6	その他（　　）
7	そのような人はいない		

③社会参加についておたずねします。

問18　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。（○は１つずつ）

	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
【記入例】町内会・自治会	1	②	3	4	5	6
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サロン、茶話会、体操等の集いの場（介護予防のための通いの場）	1	2	3	4	5	6
⑥老人クラブ（喜老会）	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

問18で①～⑧全てに６を回答した方におたずねします。

問18－1　参加していない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1	興味・関心がない	2	病気やけがなどの理由による
3	家事や介護などの家庭の事情	4	高齢だから
5	自由になる時間を増やしたいから	6	近所にない
7	参加の方法がわからない	8	人づきあいが苦手
9	参加したいが、何をしていいのかわからない		
10	その他（　　）		

問18の⑧収入のある仕事で１～５を回答した方におたずねします。

問18－2　どのような産業の職種に就いていますか。（○は１つ）

1	「農業、林業」、「漁業」
2	「鉱業、採石業、砂利採取業」、「建設業」、「製造業」
3	上記１、２以外

問19　今後も収入のある仕事（パート、有償ボランティアなどを含む）を続けたい、または新たに就きたいですか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ　〔→問20へ〕

問19で１を回答した方におたずねします。

問19－1　何歳くらいまで働きたいですか。（○は１つ）

1　６０歳くらいまで	2　６５歳くらいまで
3　７０歳くらいまで	4　７５歳くらいまで
5　８０歳くらいまで	6　８５歳くらいまで
7　働けるうちはいつまでも	8　その他（　　）

問20　介護に関わる仕事に興味はありますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ　〔→問21へ〕

問 20 で１を回答した方におたずねします。

問 20－1　どのような種類の介護に関わる仕事に興味がありますか。（○はいくつでも）

1　お宅に訪問しての介護（ホームヘルパーとしての介護等）
2　施設等に来られる方の介護（デイサービスでの介護等）
3　その他（　　）

問21　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　〔→問22へ〕
2　参加してもよい　〔→問22へ〕
3　参加したくない
4　既に参加している

問 21 で「3　参加したくない」を回答した方におたずねします。

問 21－1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味・関心がない	2　病気やけがなどの理由による
3　家事や介護などの家庭の事情	4　高齢だから
5　忙しい	6　必要性を感じていない
7　一人で外出できない	8　人づきあいが苦手
9　その他（　　）	

問 21 で「4　既に参加している」を回答した方におたずねします。

問 21－2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　健康づくり・介護予防	2　生きがいづくり
3　地域との交流がしたい	4　知人に誘われた
5　その他（　　）	

問22　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　〔→問23へ〕
2　参加してもよい　〔→問23へ〕
3　参加したくない
4　既に参加している

問 22 で「3　参加したくない」を回答した方におたずねします。

問 22－1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味・関心がない	2　病気やけがなどの理由による
3　家事や介護などの家庭の事情	4　高齢だから
5　忙しい	6　必要性を感じていない
7　向いていない	8　人づきあいが苦手
9　その他（　　）	

問 22 で「4　既に参加している」を回答した方におたずねします。

問 22－2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　健康づくり・介護予防	2　生きがいづくり
3　地域に貢献したい	4　知人に誘われた
5　その他（　　）	

④健康についておたずねします。

問23　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24　現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。（○はいくつでも）

1　ない	2　高血圧
3　脳卒中（脳出血・脳梗塞等）	4　心臓病
5　糖尿病	6　高脂血症（脂質異常）
7　呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）	8　胃腸・肝臓・胆のうの病気
9　腎臓・前立腺の病気	10　筋骨格の病気（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　うつ病
15　認知症(アルツハイマー病等)	16　パーキンソン病
17　目の病気	18　耳の病気
19　その他（　　）	

問25　あなたは自分の健康のためにどんなことを心がけていますか。（○はいくつでも）

1	休養や睡眠を十分にとる
2	規則正しい生活を送る
3	栄養バランスのとれた食事をとる
4	減塩
5	健康食品・栄養補助食品（サプリメント等）をとる
6	歯や口の中を清潔に保つ
7	健康診断などを定期的に受ける
8	酒を控える
9	タバコをやめる
10	散歩やスポーツをする
11	地域の活動に参加する
12	教養や学習活動などの楽しみを持つ
13	物事を前向きに考える
14	身の回りのことはなるべく自分で行う
15	記憶力や思考力が衰えないよう意識して頭や手を使う
16	仕事をする
17	その他（　　）
18	特に心がけていることはない

問26　あなたは健康についてどのようなことが知りたいですか。（○は３つまで）

1	がんや生活習慣病（高血圧など）の予防について
2	体の仕組みや働きについて
3	望ましい食生活について
4	運動の方法について
5	健康診断・各種検診の内容や受け方などについて
6	寝たきりの予防について
7	歯の健康について
8	認知症の予防について
9	うつ病の予防について
10	その他（　　）
11	特に知りたいことはない

問27　あなたは、健康を維持するために健診（血液検査等）や各種がん検診等を受診していますか。（○は１つ）

１　受診している	２　受診していない　〔→問27-2へ〕

問27で「１　受診している」を回答した方におたずねします。

問27－1　健（検）診を受診した結果、どうでしたか。（○は１つ）

1　異常はなかった
2　異常があり、精密検査や治療が必要であるといわれたので、医療機関を受診した
3　異常があり、精密検査や治療が必要であるといわれたが、医療機関を受診していない
4　健（検）診の結果がわからない
5　その他（　　）

問27で「２　受診していない」を回答した方におたずねします。

問27－2　健（検）診を受けない主な理由は何ですか。（○は１つ）

1　受診したいと思っているが、機会がないから
2　結果が不安なので受診したくないから
3　忙しくて時間がとれないから
4　健（検）診場所が遠いから
5　費用がかかるから
6　毎年受ける必要はないと思っているから
7　心配なときはいつでも病院などで診てもらえるから
8　かかりつけ医に定期的に診てもらっているから
9　めんどうだから
10　知らなかったから
11　その他（　　）

問28　あなたには、かかりつけ医や薬剤師がいますか。（○はいくつでも）

1　かかりつけ医（医科、歯科）がいる
2　かかりつけ薬剤師がいる
3　かかりつけ医や薬剤師はいないが、いるとよいと思う
4　かかりつけ医や薬剤師はおらず、今後も必要ない

問28で１を回答した方におたずねします。

問28－1　かかりつけ医の診療科を教えてください。（○はいくつでも）

1　内科	2　整形外科
3　眼科	4　歯科
5　耳鼻咽喉科	6　皮膚科
7　神経内科・心療内科	8　その他（　　）

問28－2　どのくらいの頻度でかかりつけ医に行きますか。
（○は問28－1で○をつけられた選択肢に１つずつ）

	年４回以上	年3回	年2回	年1回	年1回未満
【記入例】整形外科	1	②	3	4	5
①内科	1	2	3	4	5
②整形外科	1	2	3	4	5
③眼科	1	2	3	4	5
④歯科	1	2	3	4	5
⑤耳鼻咽喉科	1	2	3	4	5
⑥皮膚科	1	2	3	4	5
⑦神経内科・心療内科	1	2	3	4	5
⑧その他	1	2	3	4	5

問29　あなたは、現在どの程度幸せですか（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、該当する点数に○印をご記入ください）。（○は１つ）

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

問30　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

問31　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

問32　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

⑤認知症についておたずねします。

問33　認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ

問34　認知症に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ

問35　宇治市では、認知症について正しく理解をするための認知症に関する事業を行っています。認知症に関する事業に参加したいですか。（○は１つ）

１　参加したい（している）　〔→問36へ〕
２　参加したくない（できない）

▶ **問35で２を回答した方におたずねします。**

問35－1　参加したくない（できない）主な理由は何ですか。（○はいくつでも）

１　興味がない	２　病気やけがなどの理由による
３　時間がない	４　行きたい事業がない
５　どんな事業があるのか知らない	６　その他（　　）

問36　あなたは、宇治市が平成27年3月21日に、全国の自治体として初めて「認知症の人にやさしいまち・うじ」を宣言したことを知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない

問37　あなたやあなたの家族が認知症になったら不安なことは何ですか。（○はいくつでも）

1	家族や周りの人に負担や迷惑をかけること
2	物事の判断や理解ができなくなること
3	治療や介護を受けることで経済的な負担が増すこと
4	どの程度の介護サービスが受けられるかわからないこと
5	寝たきりや身体の自由がきかなくなること
6	家族を介護しつづけられるかわからないこと
7	だまされたり犯罪に巻き込まれたりすること
8	介護してくれる人がいないこと
9	認知症についてよく知らないこと
10	誰（どこ）に相談すればいいのかわからないこと
11	社会参加できなくなること
12	その他（　　）
13	特に不安なことはない

⑥介護保険や今後の暮らし方についておたずねします。

問38　あなたは、介護保険制度について、どの程度知っていますか。（○は１つずつ）

	知っている	ある程度知っている	あまり知らない	知らない
【記入例】申請や手続きの方法	1	②	3	4
①申請や手続きの方法	1	2	3	4
②受けられるサービス内容	1	2	3	4
③保険料の仕組み	1	2	3	4

問39　あなたは、介護をした経験（現在介護中も含む）がありますか。（○は１つ）

1　はい　　2　いいえ　〔→問40へ〕

問39で１を回答した方におたずねします。

問39－1　主に介護をした（している）方の続柄（あなたとの関係）について教えてください。（○はいくつでも）

1	配偶者（夫・妻、内縁を含む）	2	実父・実母
3	配偶者の父母	4	兄弟・姉妹
5	子（息子・娘）	6	その他（　　）

問39－2　主に介護をした（している）方の介護保険サービスの利用状況を教えてください。（○は１つ）

1	利用していた(している)	2	利用していなかった(していない)

問39－3　宇治市では、在宅で介護をしている方の肉体的・精神的負担の軽減を図ることを目的に、在宅高齢者介護者リフレッシュ事業を実施しています。今後、どのようなリフレッシュ事業を望んでいるかについて教えてください。（○はいくつでも）

1	レクリエーションによるリフレッシュ	2	介護者同士の交流
3	介護者の健康づくりに関する講座	4	専門職等による悩み相談
5	お話の傾聴	6	その他（　　）

問40　あなたは、医療保険料とあわせて介護保険料を支払っていることを知っていますか。（○は１つ）

1	知っている	2	知らない

問41　あなたは支払っている介護保険料について、どのように感じていますか。（○は１つ）

1	負担に感じていない	2	それほど負担に感じていない
3	適当	4	やや負担に感じる
5	負担に感じる	6	わからない

問42　65歳以上の方の介護保険料は、宇治市の介護保険サービス費用がまかなえるように算出された「基準額」をもとに決められていますが、介護保険料と介護保険サービスのあり方について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1　高齢者全体の保険料負担を引き上げても、低所得者層の保険料は軽減すべき
2　なるべく高所得者層の保険料を引き上げて、低所得者層の保険料を軽減すべき
3　低所得者層もその収入にあった負担にすべきで特別な軽減は不要
4　わからない

問43　あなたが今後も自宅で生活するうえで不安となることは何ですか。（○はいくつでも）

1　自宅内に段差がある、お風呂や階段に手すりがついていないので転倒のおそれがある
2　近くに公共交通機関（駅・バス停）がない
3　近くにスーパー、郵便局、病院、金融機関、役所など日常生活で利用する施設がない
4　外出時に急な坂道や階段などがある
5　自宅が老朽化している
6　その他（　　）
7　特に不安はない

問44　あなたは今後、どのようなところで生活したいですか。（○は１つ）

1	このまま自宅で生活したい
2	自宅を住みやすく改修して生活したい
3	交通等利便性の良いところ（スーパー、郵便局、病院、金融機関、役所などが近くにある）に転居したい
4	高齢者向けに住みやすくされた住宅へ転居したい
5	介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）で暮らしたい
6	介護保険施設やグループホーム等に入所したい
7	その他（　　）
8	わからない

問45　将来、心身機能の低下や寝たきりにならないようにするため、どのような介護予防のサービスを利用したいと思いますか。（○はいくつでも）

1	筋力低下などのある人が公共施設等に通って、プログラムに沿って行う介護予防教室
2	自宅で個別に行う介護予防の指導
3	介護予防に関する講演会やイベント
4	高齢者の誰でも参加できる介護予防教室
5	その他（　　）
6	介護予防をする必要はない　〔→問46へ〕

問45で１～５のいずれかを回答した方におたずねします。

問45－1　どのような内容に興味がありますか。（○はいくつでも）

1	運動機能の向上（体操・筋力アップなど）
2	栄養の改善（調理実習・食事についての話など）
3	口腔ケア（口の健康についての話など）
4	認知症の予防
5	その他（　　）

問46　あなたは、高齢者の死に立ち会った経験がありますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ　〔→問47へ〕

問46で１を回答した方におたずねします。

問46－1　死に立ち会った高齢者はどこで最期を迎えられましたか。
（○はいくつでも）

1　自宅
2　子や孫など家族の家
3　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
4　介護保険施設やグループホーム等
5　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
6　その他（　　）
7　わからない、おぼえていない

問47　あなたは、人生の最期をどこで迎えたいですか。（○は１つ）

1　自宅

2　子や孫など家族の家
3　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
4　介護保険施設やグループホーム等
5　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
6　その他（　　）
7　わからない

〔問 48 へ〕

問47で１を回答した方におたずねします。

問47－1　自宅で最期を迎えるためにはどのようなことが必要だと思いますか。
（○は３つまで）

1　家族に介護の手間・負担がかからないこと
2　在宅医療の連携拠点になる病院
3　訪問診療してくれる医師・歯科医師・薬剤師・看護師
4　訪問型の介護保険サービス
5　家族の理解や支援
6　自宅で介護が続けられる住環境
7　その他（　　）

問48　人生会議（ＡＣＰ：アドバンス・ケア・プランニング）を知っていますか。（○は１つ）

※人生会議とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

１　知っている	２　知らない

問49　人生の最終段階について、これまでに家族等や医療・介護関係者と話し合ったことはありますか。（○は１つ）

１　ある	２　今後話し合う予定
３　ない	→〔問49-2へ〕

問49で「１　ある」、「２　今後話し合う予定」を回答した方におたずねします。

問49－1　どのようなことを話し合っていますか（予定ですか）。（○はいくつでも）

１　延命治療のこと（心肺蘇生、気管挿管、人工呼吸器の使用や、集中治療室での治療等）
２　身の回りの整理のこと
３　財産や相続関係のこと
４　葬儀関係のこと
５　遺言書のこと
６　その他（　　）

問49で「３　ない」を回答した方におたずねします。

問49－2　いつごろから話し合うべきだと考えますか。（○は１つ）

１　４０歳代から	２　５０歳代から
３　６０歳代から	４　７０歳代から
５　８０歳代から	６　９０歳代以降
７　病気や体調の変化を意識したら	８　話し合う必要はない

問50　在宅で介護をする家族には、どのような支援が必要だと思いますか。（○はいくつでも）

１　悩み事を相談できる場所や介護者同士の集まりなど、精神的負担解消への支援
２　介護方法の情報提供
３　介護に対する職場や地域の理解・支援
４　介護者への健康づくりなどの支援
５　一時的な預かりなど、身体的負担解消への支援
６　介護用品の支給やサービス利用料の軽減など、経済的負担解消への支援
７　行政サービスの申請手続きの簡素化や、インターネットによる申請手続きの効率化など
８　その他（　　）
９　わからない

⑦その他の事柄についておたずねします。

問51　あなたは、高齢者の権利を守る制度の一つである「成年後見制度」を知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない　〔→問 52 へ〕

→問51で１を回答した方におたずねします。

問51－1　あなたやあなたの家族が、認知症などで判断能力が衰えたときに、成年後見制度を利用するにあたって問題となることは何ですか。
（○はいくつでも）

１	制度の活用方法についてよく理解していないこと
２	手続きが複雑であること
３	成年後見人を専門家に任せた場合、報酬が必要となること
４	その他（　　）

問52　あなたは、高齢者虐待に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない

問53　宇治市では、地域包括支援センターという、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康などさまざまな面から総合的に支援する機関を設置しています。あなたは、担当地域の地域包括支援センターを知っていますか。（○は１つ）

１　問い合わせや相談で利用したことがある	
２　知っているが、問い合わせや相談をしたことはない ３　名称を聞いたことはある ４　知らない	→〔問54へ〕

→問53で１を回答した方におたずねします。

問53－1　あなたは、どのようなことで地域包括支援センターを利用しましたか。
（○はいくつでも）

１	介護保険のサービスに関する相談
２	介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
３	介護の方法に関する相談
４	自分や家族の健康についての相談
５	認知症に関する相談
６	財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
７	高齢者の虐待に関する相談
８	健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
９	その他（　　）

問54　あなたは、今後、介護・福祉・健康などに関し、どのようなことで地域包括支援センターを利用しようと思いますか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

→〔問55へ〕

10　利用しない

→ **問54で「10　利用しない」を回答した方におたずねします。**

問54－1　利用しない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　利用する必要がない
2　何をしているところかわからない
3　電話番号など連絡先がわからない
4　場所がわからない
5　家から遠いため、利用しづらい
6　その他（　　）

問55　生活上の気になる事・関心事（認知症など）や市の保健福祉サービス、介護保険制度に関する情報をどこから（誰から）得ていますか。（○はいくつでも）

1　市役所の窓口
2　市政だより
3　市が発行するパンフレット（生き生き手帖など）
4　民生委員や学区福祉委員
5　居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）
6　地域包括支援センター
7　病院・診療所の医師や看護師
8　家族
9　友人・知人やサークル等の仲間
10　新聞やテレビ
11　本や雑誌
12　インターネット
13　情報が得られない
14　その他（　　）

問56　少子高齢化の一層の進展により、社会保障の観点からみると、２０２５年には、現役世代人口１．８人で１人の高齢者を支える時代がくるといわれています。今後も引き続き、介護保険・医療保険などの社会保障制度を持続的に維持するためには、どのようなことが必要だと思いますか。（○はいくつでも）

1	税、保険料が上昇し、経済的な負担感が増したとしても、今利用している（今後利用したい）サービスの水準を維持してもらいたい
2	介護保険や医療保険等の制度を頼るのではなく、健康を意識して、疾病等にならないよう暮らしていくことが重要である
3	地域で支え合う体制をつくっていくことが大切であり、地域住民やボランティア等による助け合い活動に取り組んでいくことが重要である
4	そうした危機感は感じていない
5	どうすべきかわからない

問57　宇治市の高齢者福祉や介護保険などについて、ご意見・ご要望などがございましたら、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。
記入した調査票を同封した返信用封筒(切手不要)に入れて、令和２年２月２５日（火）までにご返送ください。

宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査
ご 協 力 の お 願 い
【65 歳以上の市民の皆様へ】

日頃は、宇治市政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

宇治市では、令和２年度に「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の見直しを行い、高齢者保健福祉施策および介護保険制度の一層の充実を図るため、「宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査」を行うことといたしました。

本調査は、令和元年11月末時点において、宇治市にお住まいの65歳以上の方のうち要介護・要支援認定等を受けておられない方を対象に、生活のご様子や保健福祉施策のあり方をお伺いするものです。調査結果は「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」を見直す基礎資料となりますので、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、ご本人に回答いただくのが難しい場合は、ご家族の皆様のご協力により回答くださいますよう、よろしくお願いいたします。

なお、宇治市では、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう日常生活圏域を設定しており、日常生活圏域ごとに集計を行うため、右上に番号を記載しています。番号は、日常生活圏域を特定するものであり、個人を特定するものではありません。

回答いただいた内容は、調査の目的以外には使用いたしません。

令和２年２月

宇治市長　山本　正

調査票は、**令和２年２月２５日（火）までに**同封の返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください。

お問い合わせ……宇治市役所　健康長寿部　健康生きがい課・介護保険課
電 話 番 号　0774－22－3141（代）（内線 2347・2344）
ＦＡＸ番号　0774－21－0406

調査票の記入のしかた

＊この調査は、宛名のご本人ができるかぎり回答してください。ご本人が記入できない場合は、ご家族等が本人の意見を聞き取るなどして、代筆をお願いいたします。

＊この調査は、宛名のご本人の現在の状況について、あてはまるものの番号に○をつける、あるいは記述により回答してください。立ち入ったことをお伺いすることもあるかもしれませんが、差し支えのない範囲で回答してください。

＊回答は無記名でお願いいたします。

＊宛名のご本人が何らかの事情により不在で調査に回答できない場合は、お手数ですが１ページ目の《回答できない理由》の欄のあてはまるものに○をつけていただき、以降の設問には回答せず、そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。

はじめに
《回答できない理由》
宛名のご本人が調査に回答できない理由は何ですか。

1　入院中　　2　転居　　3　死亡　　4　その他（　　）

そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。ありがとうございました。

①あなた自身のことやあなたの世帯のことについておたずねします。

問１　現在あなたがお住まいの小学校区を教えてください。（○は１つ）

1	菟道小学校	2	菟道第二小学校	3	神明小学校
4	槇島小学校	5	北槇島小学校	6	小倉小学校
7	伊勢田小学校	8	西小倉小学校	9	北小倉小学校
10	南小倉小学校	11	大久保小学校	12	大開小学校
13	西大久保小学校	14	平盛小学校	15	宇治小学校
16	三室戸小学校	17	南部小学校	18	岡屋小学校
19	木幡小学校	20	御蔵山小学校	21	笠取小学校
22	笠取第二小学校	23	わからない		

問２　あなたの性別を教えてください。（○は１つ）

1　男性　　2　女性

問３　あなたの年齢（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1	65～69歳	2	70～74歳	3	75～79歳
4	80～84歳	5	85～89歳	6	90歳以上

問４　家族構成を教えてください。（○は１つ）

1　一人暮らし
2　夫婦二人暮らし(配偶者65歳以上)
3　夫婦二人暮らし(配偶者64歳以下)
4　息子・娘との二世帯
5　その他（　　）

問５　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　〔→問６へ〕
２	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない〔→問5-1へ〕
３	現在、何らかの介護を受けている　〔→問5-1と問5-2へ〕 （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）

問5で２、３を回答した方におたずねします。

問5-1　介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（○はいくつでも）

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(肺気腫・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	８	糖尿病
９	腎疾患（透析）	10	視覚・聴覚障害
11	骨折・転倒	12	脊椎損傷
13	高齢による衰弱	14	その他（　　）
15	不明		

問5で「３ 現在、何らかの介護を受けている」を回答した方のみにおたずねします。

問5-2　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（　　）		

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。（○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		

問７　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	公営賃貸住宅	４	民間賃貸住宅（一戸建て）
５	民間賃貸住宅（集合住宅）	６	借家
７	その他（　　）		

②心身の状況についておたずねします。

問８　からだを動かすことについての状況を教えてください。（○は１つずつ）

	できるし、している	できるけどしていない	できない
【記入例】15分位続けて歩いていますか	①	2	3
①階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	1	2	3
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	1	2	3
③15分位続けて歩いていますか	1	2	3

問９　外出について教えてください。（○は１つずつ）

①週に１回以上は外出していますか。

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

②昨年と比べて外出の回数が減っていますか。

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

③外出を控えていますか。

1　はい	2　いいえ　〔→問９④へ〕

問9③で１を回答した方におたずねします。

③-１　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　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	8　経済的に出られない
9　交通手段がない	10　その他(　　)

④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10　転倒について教えてください。（○は１つずつ）

①過去１年間に転んだ経験がありますか。

1　何度もある	2　１度ある	3　ない

②転倒に対する不安は大きいですか。

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

問11　身長と体重について教えてください。

①現在の身長と体重を記入してください。（数字を右づめで記入してください。）

					（記入例）			
身長				cm	1	5	4	cm
体重				kg		6	2	kg

②６か月間で２～３kg以上の体重減少がありましたか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問12　お口の状態について教えてください。（○は１つずつ）

①半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。

1　はい	2　いいえ

②お茶や汁物等でむせることがありますか。

1　はい	2　いいえ

③口の渇きが気になりますか。

1　はい	2　いいえ

④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。

1　はい	2　いいえ　〔→問12⑤へ〕

問12④で１を回答した方におたずねします。

④-１歯磨き(人にやってもらう場合も含む)を１日何回していますか。

1　１回	2　２回	3　３回	4　４回以上

⑤歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください。

（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　〔→問12⑥へ〕
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　〔→問12⑥へ〕

問12⑤で１、３を回答した方におたずねします。

⑤-１毎日入れ歯の手入れをしていますか。

1　はい	2　いいえ

⑥噛み合わせは良いですか。

1　はい	2　いいえ

問13　物忘れの状況について教えてください。（○は１つずつ）

①物忘れが多いと感じますか。

1　はい	2　いいえ

②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。

1　はい	2　いいえ

③今日が何月何日かわからない時がありますか。

1　はい	2　いいえ

③日常生活の状況についておたずねします。

問14　生活の状況について教えてください。（○は１つずつ）

	できるし、している	できるけどしていない	できない
【記入例】自分で食事の用意をしていますか	1	②	3
①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）	1	2	3
②自分で食品・日用品の買物をしていますか	1	2	3
③自分で食事の用意をしていますか	1	2	3
④自分で請求書の支払いをしていますか	1	2	3
⑤自分で預貯金の出し入れをしていますか	1	2	3

問15　食品・日用品の買物はどうしていますか。（○はいくつでも）

1　徒歩や自転車で行っている	2　自動車（バイク含む）で行っている
3　公共交通機関を利用している	4　タクシーを利用している
5　家族に任せている	6　知人に任せている
7　宅配を利用している	8　支援サービス等を利用している
9　その他（　　）	

問16　通院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　通院していない	14　その他（　　）	

問17　どなたかと食事をともにする機会はありますか。（○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18　ふだん、次のことを行っていますか。（できますか）。（○は１つずつ）

	はい	いいえ
【記入例】友人の家を訪ねていますか	①	2
①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	1	2
②新聞を読んでいますか	1	2
③本や雑誌を読んでいますか	1	2
④健康についての記事や番組に関心がありますか	1	2
⑤友人の家を訪ねていますか	1	2
⑥家族や友人の相談にのっていますか	1	2
⑦病人を見舞うことができますか	1	2
⑧若い人に自分から話しかけることがありますか	1	2

問19　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

問20　生きがいはありますか。（○は１つ）

1　生きがいあり……▶（具体的に　　）
2　思いつかない

問21　あなたには心配事や悩み事がありますか。（○は３つまで）

1　自分の健康のこと
2　家族の健康のこと
3　病気などのとき、面倒をみてくれる人がいないこと
4　孤独（ひとり暮らしなど）になること
5　配偶者に先立たれた後の生活のこと
6　生活費など経済的なこと
7　家の老朽化など、住んでいる家に関すること
8　趣味や生きがいがないこと
9　家族や友人との人間関係のこと
10　地震や風水害など災害時の対応のこと
11　その他（　　）
12　特に心配事や悩み事はない

問22　あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問23　反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問24　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はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問25　反対に、看病や世話をしてあげる人はいますか。（○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	近隣の住人	6	友人
7	その他(　　)	8	そのような人はいない		

問26　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。（○はいくつでも）

1	自治会・町内会・老人クラブ（喜老会）	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・市役所	6	その他（　　）
7	そのような人はいない		

問27　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		

問28　この１か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても１人と数えることとします。（○は１つ）

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

問29　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

④社会参加についておたずねします。

問30　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。（○は１つずつ）

	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
【記入例】町内会・自治会	1	②	3	4	5	6
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サロン、茶話会、体操等の集いの場（介護予防のための通いの場）	1	2	3	4	5	6
⑥老人クラブ（喜老会）	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

問30で①～⑧全てに６を回答した方におたずねします。

問30－1　参加していない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1	興味・関心がない	2	病気やけがなどの理由による
3	家事や介護などの家庭の事情	4	高齢だから
5	自由になる時間を増やしたいから	6	近所にない
7	参加の方法がわからない	8	人づきあいが苦手
9	参加したいが、何をしていいのかわからない		
10	その他（　　）		

問30の⑧収入のある仕事で１～５を回答した方におたずねします。

問30－2　どのような産業の職種に就いていますか。（○は１つ）

1　「農業、林業」、「漁業」
2　「鉱業、採石業、砂利採取業」、「建設業」、「製造業」
3　上記１、２以外

問31　今後も収入のある仕事（パート、有償ボランティアなどを含む）を続けたい、または新たに就きたいですか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ　〔→問32へ〕

問31で１を回答した方におたずねします。

問31－1　何歳くらいまで働きたいですか。（○は１つ）

１　７０歳くらいまで	２　７５歳くらいまで
３　８０歳くらいまで	４　８５歳くらいまで
５　働けるうちはいつまでも	６　その他（　　）

問32　介護に関わる仕事に興味はありますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ　〔→問33へ〕

問32で１を回答した方におたずねします。

問32－1　どのような種類の介護に関わる仕事に興味がありますか。（○はいくつでも）

１　お宅に訪問しての介護（ホームヘルパーとしての介護等）
２　施設等に来られる方の介護（デイサービスでの介護等）
３　その他（　　）

問33　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　〔→問34へ〕
２　参加してもよい　〔→問34へ〕
３　参加したくない
４　既に参加している

問33で「３　参加したくない」を回答した方におたずねします。

問33－1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

１　興味・関心がない	２　病気やけがなどの理由による
３　家事や介護などの家庭の事情	４　高齢だから
５　忙しい	６　必要性を感じていない
７　一人で外出できない	８　人づきあいが苦手
９　その他（　　）	

問33で「４　既に参加している」を回答した方におたずねします。

問33－2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

１　健康づくり・介護予防	２　生きがいづくり
３　地域との交流がしたい	４　知人に誘われた
５　その他(　　)	

問34　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　〔→問35へ〕
2	参加してもよい　〔→問35へ〕
3	参加したくない
4	既に参加している

問34で「３　参加したくない」を回答した方におたずねします。

問34-1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1	興味・関心がない	2	病気やけがなどの理由による
3	家事や介護などの家庭の事情	4	高齢だから
5	忙しい	6	必要性を感じていない
7	向いていない	8	人づきあいが苦手
9	その他（　　）		

問34で「４　既に参加している」を回答した方におたずねします。

問34-2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

1	健康づくり・介護予防	2	生きがいづくり
3	地域に貢献したい	4	知人に誘われた
5	その他(　　)		

⑤健康についておたずねします。

問35　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36　現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。（○はいくつでも）

1	ない	2	高血圧
3	脳卒中（脳出血・脳梗塞等）	4	心臓病
5	糖尿病	6	高脂血症（脂質異常）
7	呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）	8	胃腸・肝臓・胆のうの病気
9	腎臓・前立腺の病気	10	筋骨格の病気（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	うつ病
15	認知症(アルツハイマー病等)	16	パーキンソン病
17	目の病気	18	耳の病気
19	その他（　　）		

問37　１日３食きちんと食べていますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問38　運動について教えてください。（○は１つずつ）
①ウォーキング等の運動を週に一回以上していますか。

1　はい	2　いいえ

②以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか。

1　はい	2　いいえ

問39　あなたは自分の健康のためにどんなことを心がけていますか。（○はいくつでも）

1　休養や睡眠を十分にとる
2　規則正しい生活を送る
3　栄養バランスのとれた食事をとる
4　減塩
5　健康食品・栄養補助食品（サプリメント等）をとる
6　歯や口の中を清潔に保つ
7　健康診断などを定期的に受ける
8　酒を控える
9　タバコをやめる
10　散歩やスポーツをする
11　地域の活動に参加する
12　教養や学習活動などの楽しみを持つ
13　物事を前向きに考える
14　身の回りのことはなるべく自分で行う
15　記憶力や思考力が衰えないよう意識して頭や手を使う
16　仕事をする
17　その他（　　）
18　特に心がけていることはない

問40　あなたは健康についてどのようなことが知りたいですか。（○は３つまで）

1	がんや生活習慣病（高血圧など）の予防について
2	体の仕組みや働きについて
3	望ましい食生活について
4	運動の方法について
5	健康診断・各種検診の内容や受け方などについて
6	寝たきりの予防について
7	歯の健康について
8	認知症の予防について
9	うつ病の予防について
10	その他（　　）
11	特に知りたいことはない

問41　あなたは、健康を維持するために健診（血液検査等）や各種がん検診等を受診していますか。（○は１つ）

1　受診している	2　受診していない　〔→問41－2へ〕

問41で「１ 受診している」を回答した方におたずねします。

問41－1　健（検）診を受診した結果、どうでしたか。（○は１つ）

1	異常はなかった
2	異常があり、精密検査や治療が必要であるといわれたので、医療機関を受診した
3	異常があり、精密検査や治療が必要であるといわれたが、医療機関を受診してない
4	健（検）診の結果がわからない
5	その他（　　）

問41で「２ 受診していない」を回答した方におたずねします。

問41－2　健（検）診を受けない主な理由は何ですか。（○は１つ）

1	受診したいと思っているが、機会がないから
2	結果が不安なので受診したくないから
3	忙しくて時間がとれないから
4	健（検）診場所が遠いから
5	費用がかかるから
6	毎年受ける必要はないと思っているから
7	心配なときはいつでも病院などで診てもらえるから
8	かかりつけ医に定期的に診てもらっているから
9	めんどうだから
10	知らなかったから
11	その他（　　）

問42　あなたには、かかりつけ医や薬剤師がいますか。（○はいくつでも）

1　かかりつけ医（医科、歯科）がいる
2　かかりつけ薬剤師がいる
3　かかりつけ医や薬剤師はいないが、いるとよいと思う
4　かかりつけ医や薬剤師はおらず、今後も必要ない

問42で１を回答した方におたずねします。

問42－1　かかりつけ医の診療科を教えてください。（○はいくつでも）

1　内科	2　整形外科
3　眼科	4　歯科
5　耳鼻咽喉科	6　皮膚科
7　神経内科・心療内科	8　その他（　　）

問42－2　どのくらいの頻度でかかりつけ医に行きますか。
（○は問42－1で○をつけられた選択肢に１つずつ）

	年４回以上	年3回	年2回	年1回	年1回未満
【記入例】整形外科	1	②	3	4	5
①内科	1	2	3	4	5
②整形外科	1	2	3	4	5
③眼科	1	2	3	4	5
④歯科	1	2	3	4	5
⑤耳鼻咽喉科	1	2	3	4	5
⑥皮膚科	1	2	3	4	5
⑦神経内科・心療内科	1	2	3	4	5
⑧その他	1	2	3	4	5

問43　あなたは、現在どの程度幸せですか（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、該当する点数に○印をご記入ください）。（○は１つ）

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

問44　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

問45　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

問46　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

問47　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

⑥認知症についておたずねします。

問48　認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問49　認知症に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問50　宇治市では、認知症について正しく理解をするための認知症に関する事業を行っています。認知症に関する事業に参加したいですか。（○は１つ）

1　参加したい（している）　〔→問51へ〕

2　参加したくない（できない）

問50で２を回答した方におたずねします。

問50－1　参加したくない（できない）主な理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味がない	2　病気やけがなどの理由による
3　時間がない	4　行きたい事業がない
5　どんな事業があるのか知らない	6　その他（　　）

問51　あなたは、宇治市が平成27年3月21日に、全国の自治体として初めて「認知症の人にやさしいまち・うじ」を宣言したことを知っていますか。（○は１つ）

1　知っている	2　知らない

問52　あなたやあなたの家族が認知症になったら不安なことは何ですか。
（○はいくつでも）

1	家族や周りの人に負担や迷惑をかけること
2	物事の判断や理解ができなくなること
3	治療や介護を受けることで経済的な負担が増すこと
4	どの程度の介護サービスが受けられるかわからないこと
5	寝たきりや身体の自由がきかなくなること
6	家族を介護しつづけられるかわからないこと
7	だまされたり犯罪に巻き込まれたりすること
8	介護してくれる人がいないこと
9	認知症についてよく知らないこと
10	誰（どこ）に相談すればいいのかわからないこと
11	社会参加できなくなること
12	その他（　　）
13	特に不安なことはない

⑦介護保険や保健福祉サービス、今後の暮らし方についておたずねします。

問53　あなたは、介護保険制度について、どの程度知っていますか。（○は１つずつ）

	知っている	ある程度知っている	あまり知らない	知らない
【記入例】申請や手続きの方法	1	②	3	4
①申請や手続きの方法	1	2	3	4
②受けられるサービス内容	1	2	3	4
③保険料の仕組み	1	2	3	4

問54　あなたは、介護をした経験（現在介護中も含む）がありますか。（○は１つ）

1　はい　　2　いいえ　〔→問55へ〕

問54で１を回答した方におたずねします。

問54－1　主に介護をした（している）方の続柄（あなたとの関係）について教えてください。（○はいくつでも）

1	配偶者（夫・妻、内縁を含む）	2	実父・実母
3	配偶者の父母	4	兄弟・姉妹
5	子（息子・娘）	6	その他（　　）

問54－2　主に介護をした（している）方の介護保険サービスの利用状況を教えてください。（○は１つ）

1　利用していた(している)　　2　利用していなかった(していない)

問54－3　宇治市では、在宅で介護をしている方の肉体的・精神的負担の軽減を図ることを目的に、在宅高齢者介護者リフレッシュ事業を実施しています。今後、どのようなリフレッシュ事業を望んでいるかについて教えてください。（○はいくつでも）

1　レクリエーションによるリフレッシュ	
2　介護者同士の交流	
3　介護者の健康づくりに関する講座	
4　専門職等による悩み相談	
5　お話の傾聴	6　その他（　　）

問55　あなたは、支払っている介護保険料について、どのように感じていますか。（○は１つ）

1　負担に感じていない	2　それほど負担に感じていない
3　適当	4　やや負担に感じる
5　負担に感じる	6　わからない

問56　介護保険料は、宇治市の介護保険サービス費用がまかなえるように算出された「基準額」をもとに決められていますが、介護保険料について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1　高齢者全体の保険料負担を引き上げても、低所得者層の保険料は軽減すべき
2　なるべく高所得者層の保険料を引き上げて、低所得者層の保険料を軽減すべき
3　低所得者層もその収入にあった負担にすべきで特別な軽減は不要
4　わからない

問57　介護保険料と介護保険サービスのあり方について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1　保険料が多少高くても介護保険サービスが充実するほうがよい
2　給付される介護保険サービスを多少抑えてでも保険料は安いほうがよい
3　わからない

問58　あなたが今後も自宅で生活するうえで不安となることは何ですか。（○はいくつでも）

1　自宅内に段差がある、お風呂や階段に手すりがついていないので転倒のおそれがある
2　近くに公共交通機関（駅・バス停）がない
3　近くにスーパー、郵便局、病院、金融機関、役所など日常生活で利用する施設がない
4　外出時に急な坂道や階段などがある
5　自宅が老朽化している
6　その他（　　）
7　特に不安はない

問59　あなたは今後、どのようなところで生活したいですか。（○は１つ）

1	このまま自宅で生活したい
2	自宅を住みやすく改修して生活したい
3	交通等利便性の良いところ（スーパー、郵便局、病院、金融機関、役所などが近くにある）に転居したい
4	高齢者向けに住みやすくされた住宅へ転居したい
5	介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）で暮らしたい
6	介護保険施設やグループホーム等に入所したい
7	その他（　　）
8	わからない

問60　今後、心身機能の低下や寝たきりにならないようにするための介護予防のサービスとして利用しているもの、または今後利用したいと思うものについて○印をつけてください。

	現在利用しているサービスに○印	現在利用していないが今後利用したいサービスに○印
【記入例】自宅で個別に行う介護予防の指導	②	2
① 筋力低下などがある人が公共施設等に通って、プログラムに沿って行う介護予防教室	1	1
② 自宅で個別に行う介護予防の指導	2	2
③ 介護予防に関する講演会やイベント	3	3
④ 高齢者の誰でも参加できる介護予防教室	4	4
⑤ その他（　　）	5	5
⑥ 介護予防をする必要はない	6 〔→問61へ〕	

問60で①～⑤のいずれかに○をつけた方におたずねします。

問60－1　どのような内容に興味がありますか。（○はいくつでも）

1	運動機能の向上（体操・筋力アップなど）
2	栄養の改善（調理実習・食事についての話など）
3	口腔ケア（口の健康についての話など）
4	認知症の予防
5	その他（　　）

問61　今後もしも介護が必要になったとき、あなたはどのような介護を受けたいですか。（○は１つ）

1　自宅で介護保険サービスを利用せずに、家族や親族の世話を受けて生活したい
2　自宅で介護保険サービスを利用しながら、家族や親族の世話を受けて生活したい
3　自宅で介護保険サービスを利用しながら、家族や親族の世話を受けずに生活したい
4　介護保険施設やグループホーム等で介護を受けたい
5　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）でサービスを受けて生活したい
6　その他（　　）
7　わからない

問62　あなたは、高齢者の死に立ち会った経験がありますか。（○は１つ）

1　はい　　2　いいえ　〔→問63へ〕

問62で１を回答した方におたずねします。

問62－1　死に立ち会った高齢者はどこで最期を迎えられましたか。（○はいくつでも）

1　自宅
2　子や孫など家族の家
3　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
4　介護保険施設やグループホーム等
5　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
6　その他（　　）
7　わからない、おぼえていない

問63　あなたは、人生の最期をどこで迎えたいですか。（○は１つ）

1　自宅
2　子や孫など家族の家
3　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
4　介護保険施設やグループホーム等
5　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
6　その他（　　）
7　わからない

〔問 64 へ〕

問63で１を回答した方におたずねします。

問63－1　自宅で最期を迎えるためにはどのようなことが必要だと思いますか。（○は３つまで）

1　家族に介護の手間・負担がかからないこと
2　在宅医療の連携拠点になる病院
3　訪問診療してくれる医師・歯科医師・薬剤師・看護師
4　訪問型の介護保険サービス
5　家族の理解や支援
6　自宅で介護が続けられる住環境
7　その他（　　）

問64　人生会議（ＡＣＰ：アドバンス・ケア・プランニング）を知っていますか。
（○は１つ）
※人生会議とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

1　知っている	2　知らない

問65　人生の最終段階について、これまでに家族等や医療・介護関係者と話し合ったことはありますか。（○は１つ）

1　ある	2　今後話し合う予定
3　ない　〔→問65-2へ〕	

問65で「１　ある」、「２　今後話し合う予定」を回答した方におたずねします。
問65－1　どのようなことを話し合っていますか（予定ですか）。
（○はいくつでも）

1　延命治療のこと（心肺蘇生、気管挿管、人工呼吸器の使用や、集中治療室での治療等）
2　身の回りの整理のこと
3　財産や相続関係のこと
4　葬儀関係のこと
5　遺言書のこと
6　その他（　　）

問65で「３　ない」を回答した方におたずねします。
問65－2　いつごろから話し合うべきだと考えますか。（○は１つ）

1　６０歳代から	2　７０歳代から
3　８０歳代から	4　９０歳代以降
5　病気や体調の変化を意識したら	6　話し合う必要はない

問66　在宅で介護をする家族には、どのような支援が必要だと思いますか。
（○はいくつでも）

1　悩みごとを相談できる場所や介護者同士の集まりなど、精神的負担解消への支援
2　介護方法の情報提供
3　介護に対する職場や地域の理解・支援
4　介護者への健康づくりなどの支援
5　一時的な預かりなど、身体的負担解消への支援
6　介護用品の支給やサービス利用料の軽減など、経済的負担解消への支援
7　行政サービスの申請手続きの簡素化や、インターネットによる申請手続きの効率化など
8　その他（　　）
9　わからない

⑧その他の事柄についておたずねします。

問67　あなたは、高齢者の権利を守る制度の一つである「成年後見制度」を知っていますか。（○は１つ）

1　知っている	2　知らない　〔→問 68 へ〕

問67で１を回答した方におたずねします。

問67－1　あなたやあなたの家族が、認知症などで判断能力が衰えたときに、成年後見制度を利用するにあたって問題となることは何ですか。（○はいくつでも）

1　制度の活用方法についてよく理解していないこと
2　手続きが複雑であること
3　成年後見人を専門家に任せた場合、報酬が必要となること
4　その他（　　）

問68　あなたは金銭管理や契約手続等について、身近に任せられる人はいますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問69　あなたは、高齢者虐待に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

1　知っている	2　知らない

問70　宇治市では、地域包括支援センターという、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康などさまざまな面から総合的に支援する機関を設置しています。あなたは、担当地域の地域包括支援センターを知っていますか。（○は１つ）

1　問い合わせや相談で利用したことがある
2　知っているが、問い合わせや相談をしたことはない
3　名称を聞いたことはある
4　知らない

→〔問71へ〕

問70で１を回答した方におたずねします。

問70－1　あなたは、どのようなことで地域包括支援センターを利用しましたか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

問71　あなたは、今後、介護・福祉・健康などに関し、どのようなことで地域包括支援センターを利用しようと思いますか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

→〔問72へ〕

10　利用しない

→ 問71で10を回答した方におたずねします。

問71－1　利用しない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　利用する必要がない
2　何をしているところかわからない
3　電話番号など連絡先がわからない
4　場所がわからない
5　家から遠いため、利用しづらい
6　その他（　　）

問72　生活上の気になる事・関心事（認知症など）や高齢者に対する保健福祉サービス、介護保険制度に関する情報をどこから（誰から）得ていますか。（○はいくつでも）

1	市役所の窓口	2	市政だより
3	市が発行するパンフレット（生き生き手帖など）	4	民生委員や学区福祉委員
5	居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）	6	地域包括支援センター
7	病院・診療所の医師や看護師	8	家族
9	友人・知人やサークル等の仲間	10	新聞やテレビ
11	本や雑誌	12	インターネット
13	情報が得られない	14	その他（　　）

問73　少子高齢化の一層の進展により、社会保障の観点からみると、２０２５年には、現役世代人口１．８人で１人の高齢者を支える時代がくるといわれています。
今後も引き続き、介護保険・医療保険などの社会保障制度を持続的に維持するためには、どのようなことが必要だと思いますか。（○はいくつでも）

1	税、保険料が上昇し、経済的な負担感が増したとしても、今利用している（今後利用したい）サービスの水準を維持してもらいたい
2	介護保険や医療保険等の制度を頼るのではなく、健康を意識して、疾病等にならないよう暮らしていくことが重要である
3	地域で支え合う体制をつくっていくことが大切であり、地域住民やボランティア等による助け合い活動に取り組んでいくことが重要である
4	そうした危機感は感じていない
5	どうすべきかわからない

問74　宇治市の高齢者福祉や介護保険などについて、ご意見・ご要望などがございましたら、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。
記入した調査票を同封した返信用封筒(切手不要)に入れて、令和２年２月２５日（火）までにご返送ください。

宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査
ご 協 力 の お 願 い
【要支援認定者もしくは介護予防・生活支援サービス事業対象者の皆様へ】

日頃は、宇治市政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

宇治市では、令和２年度に「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の見直しを行い、高齢者保健福祉施策および介護保険制度の一層の充実を図るため、「宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査」を行うことといたしました。

本調査は、令和元年11月末時点において、宇治市にお住まいの方のうち要支援認定者もしくは介護予防・生活支援サービス事業対象者の方を対象に、生活のご様子や保健福祉施策のあり方をお伺いするものです。調査結果は「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」を見直す基礎資料となりますので、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、ご本人に回答いただくのが難しい場合は、ご家族の皆様のご協力により回答くださいますよう、よろしくお願いいたします。

なお、宇治市では、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう日常生活圏域を設定しており、日常生活圏域ごとに集計を行うため、右上に番号を記載しています。番号は、日常生活圏域を特定するものであり、個人を特定するものではありません。

回答いただいた内容は、調査の目的以外には使用いたしません。

令和２年２月

宇治市長　山本　正

調査票は、**令和２年２月２５日（火）までに**同封の返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください。

お問い合わせ……宇治市役所　健康長寿部　健康生きがい課・介護保険課
電 話 番 号　０７７４－２２－３１４１（代）（内線 2347・2344）
ＦＡＸ番号　０７７４－２１－０４０６

調査票の記入のしかた

＊この調査は、宛名のご本人ができるかぎり回答してください。ご本人が記入できない場合は、ご家族等が本人の意見を聞き取るなどして、代筆をお願いいたします。

＊この調査は、宛名のご本人の現在の状況について、あてはまるものの番号に○をつける、あるいは記述により回答してください。立ち入ったことをお伺いすることもあるかもしれませんが、差し支えのない範囲で回答してください。

＊回答は無記名でお願いいたします。

＊宛名のご本人が何らかの事情により不在で調査に回答できない場合は、お手数ですが１ページ目の《回答できない理由》の欄のあてはまるものに○をつけていただき、以降の設問には回答せず、そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。

はじめに
《回答できない理由》
宛名のご本人が調査に回答できない理由は何ですか。

1　入院中　　2　転居　　3　死亡　　4　その他（　　）

そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。ありがとうございました。

①あなた自身のことやあなたの世帯のことについておたずねします。

問１　現在あなたがお住まいの小学校区を教えてください。（○は１つ）

1	菟道小学校	2	菟道第二小学校	3	神明小学校
4	槇島小学校	5	北槇島小学校	6	小倉小学校
7	伊勢田小学校	8	西小倉小学校	9	北小倉小学校
10	南小倉小学校	11	大久保小学校	12	大開小学校
13	西大久保小学校	14	平盛小学校	15	宇治小学校
16	三室戸小学校	17	南部小学校	18	岡屋小学校
19	木幡小学校	20	御蔵山小学校	21	笠取小学校
22	笠取第二小学校	23	わからない		

問２　あなたの性別を教えてください。（○は１つ）

1　男性　　2　女性

問３　あなたの年齢（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1	40～64歳	2	65～69歳	3	70～74歳
4	75～79歳	5	80～84歳	6	85～89歳
7	90歳以上				

問４　家族構成を教えてください。（○は１つ）

1　一人暮らし
2　夫婦二人暮らし(配偶者65歳以上)
3　夫婦二人暮らし(配偶者64歳以下)
4　息子・娘との二世帯
5　その他（　　）

問５　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　〔→問６へ〕
２	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない〔→問5-1へ〕
３	現在、何らかの介護を受けている　〔→問5-1と問5-2へ〕 （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）

問5で２、３を回答した方におたずねします。

問5-1　介護・介助が必要になった主な原因は何ですか。（○はいくつでも）

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(肺気腫・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	８	糖尿病
９	腎疾患（透析）	10	視覚・聴覚障害
11	骨折・転倒	12	脊椎損傷
13	高齢による衰弱	14	その他（　　）
15	不明		

問5で「３ 現在、何らかの介護を受けている」を回答した方のみにおたずねします。

問5-2　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（　　）		

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。（○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		

問７　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	公営賃貸住宅	４	民間賃貸住宅（一戸建て）
５	民間賃貸住宅（集合住宅）	６	借家
７	その他（　　）		

②心身の状況についておたずねします。

問８　からだを動かすことについての状況を教えてください。（○は１つずつ）

	できるし、している	できるけどしていない	できない
【記入例】15分位続けて歩いていますか	①	2	3
①階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	1	2	3
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	1	2	3
③15分位続けて歩いていますか	1	2	3

問９　外出について教えてください。（○は１つずつ）

① 週に１回以上は外出していますか。

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

②昨年と比べて外出の回数が減っていますか。

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

③外出を控えていますか。

1　はい	2　いいえ　〔→問９④へ〕

問9③で１を回答した方におたずねします。

③-1　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　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	8　経済的に出られない
9　交通手段がない	10　その他(　　)

④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10　転倒について教えてください。（○は１つずつ）

①過去１年間に転んだ経験がありますか。

１　何度もある	２　１度ある	３　ない

②転倒に対する不安は大きいですか。

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

問11　身長と体重について教えてください。

①現在の身長と体重を記入してください。（数字を右づめで記入してください。）

					（記入例）			
身長				cm	1	5	4	cm
体重				kg		6	2	kg

②６か月間で２～３kg以上の体重減少がありましたか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ

問12　お口の状態について教えてください。（○は１つずつ）

①半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。

１　はい	２　いいえ

②お茶や汁物等でむせることがありますか。

１　はい	２　いいえ

③口の渇きが気になりますか。

１　はい	２　いいえ

④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。

１　はい	２　いいえ　〔→問12⑤へ〕

問12④で１を回答した方におたずねします。

④-１歯磨き(人にやってもらう場合も含む)を１日何回していますか。

１　１回	２　２回	３　３回	４　４回以上

⑤歯の数と入れ歯の利用状況を教えてください。

（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　〔→問12⑥へ〕
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　〔→問12⑥へ〕

問12⑤で１、３を回答した方におたずねします。

⑤-１毎日入れ歯の手入れをしていますか。

１　はい	２　いいえ

⑥噛み合わせは良いですか。

1　はい	2　いいえ

問13　物忘れの状況について教えてください。（○は１つずつ）

①物忘れが多いと感じますか。

1　はい	2　いいえ

②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。

1　はい	2　いいえ

③今日が何月何日かわからない時がありますか。

1　はい	2　いいえ

③日常生活の状況についておたずねします。

問14　生活の状況について教えてください。　（○は１つずつ）

	できるし、している	できるけどしていない	できない
【記入例】自分で食事の用意をしていますか	1	②	3
①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）	1	2	3
②自分で食品・日用品の買物をしていますか	1	2	3
③自分で食事の用意をしていますか	1	2	3
④自分で請求書の支払いをしていますか	1	2	3
⑤自分で預貯金の出し入れをしていますか	1	2	3

問15　食品・日用品の買物はどうしていますか。（○はいくつでも）

1　徒歩や自転車で行っている	2　自動車（バイク含む）で行っている
3　公共交通機関を利用している	4　タクシーを利用している
5　家族に任せている	6　知人に任せている
7　宅配を利用している	8　支援サービス等を利用している
9　その他（　　）	

問16　通院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　通院していない	14　その他（　　）	

問17　どなたかと食事をともにする機会はありますか。（○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18　ふだん、次のことを行っていますか（できますか）。（○は１つずつ）

	はい	いいえ
【記入例】友人の家を訪ねていますか	①	2
①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	1	2
②新聞を読んでいますか	1	2
③本や雑誌を読んでいますか	1	2
④健康についての記事や番組に関心がありますか	1	2
⑤友人の家を訪ねていますか	1	2
⑥家族や友人の相談にのっていますか	1	2
⑦病人を見舞うことができますか	1	2
⑧若い人に自分から話しかけることがありますか	1	2

問19　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

問20　生きがいはありますか。（○は１つ）

1　生きがいあり ……▶（具体的に　　）
2　思いつかない

問21　あなたには心配事や悩み事がありますか。（○は３つまで）

1　自分の健康のこと
2　家族の健康のこと
3　病気などのとき、面倒をみてくれる人がいないこと
4　孤独（ひとり暮らしなど）になること
5　配偶者に先立たれた後の生活のこと
6　生活費など経済的なこと
7　家の老朽化など、住んでいる家に関すること
8　趣味や生きがいがないこと
9　家族や友人との人間関係のこと
10　地震や風水害など災害時の対応のこと
11　その他（　　）
12　特に心配事や悩み事はない

問22　あなたの心配事や愚痴(ぐち)を聞いてくれる人はいますか。（○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　近隣の住人	6　友人
7　その他(　　)	8　そのような人はいない	

問23　反対に、あなたが心配事や愚痴(ぐち)を聞いてあげる人はいますか。（○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　近隣の住人	6　友人
7　その他(　　)	8　そのような人はいない	

問24　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はいますか。（○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　近隣の住人	6　友人
7　その他(　　)	8　そのような人はいない	

問25　反対に、看病や世話をしてあげる人はいますか。（○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　近隣の住人	6　友人
7　その他(　　)	8　そのような人はいない	

問26　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。（○はいくつでも）

1　自治会・町内会・老人クラブ（喜老会）	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・市役所	6　その他（　　）
7　そのような人はいない	

問27　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	

問28　この１か月間、何人の友人・知人と会いましたか。同じ人には何度会っても１人と数えることとします。（○は１つ）

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

問29　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

④社会参加についておたずねします。

問30　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。（○は１つずつ）

	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
【記入例】町内会・自治会	1	②	3	4	5	6
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サロン、茶話会、体操等の集いの場（介護予防のための通いの場）	1	2	3	4	5	6
⑥老人クラブ（喜老会）	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

問30で①～⑧全てに６を回答した方におたずねします。

問30－1　参加していない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味・関心がない
2　病気やけがなどの理由による
3　家事や介護などの家庭の事情
4　高齢だから
5　自由になる時間を増やしたいから
6　近所にない
7　参加の方法がわからない
8　人づきあいが苦手
9　参加したいが、何をしていいのかわからない
10　その他（　　）

問30の⑧収入のある仕事で１～５を回答した方におたずねします。

問30－2　どのような産業の職種に就いていますか。（○は１つ）

1　「農業、林業」、「漁業」
2　「鉱業、採石業、砂利採取業」、「建設業」、「製造業」
3　上記１、２以外

問31　今後も収入のある仕事（パート、有償ボランティアなどを含む）を続けたい、または新たに就きたいですか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ　〔→問32へ〕

問31で１を回答した方におたずねします。

問31－1　何歳くらいまで働きたいですか。（○は１つ）

１　６０歳くらいまで	２　６５歳くらいまで
３　７０歳くらいまで	４　７５歳くらいまで
５　８０歳くらいまで	６　８５歳くらいまで
７　働けるうちはいつまでも	８　その他（　　）

問32　介護に関わる仕事に興味はありますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ　〔→問33へ〕

問 32 で１を回答した方におたずねします。

問 32－1　どのような種類の介護に関わる仕事に興味がありますか。（○はいくつでも）

１　お宅に訪問しての介護（ホームヘルパーとしての介護等）
２　施設等に来られる方の介護（デイサービスでの介護等）
３　その他（　　）

問33　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　〔→問34へ〕
２　参加してもよい　〔→問34へ〕
３　参加したくない
４　既に参加している

問 33 で「３　参加したくない」を回答した方におたずねします。

問 33－1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

１　興味・関心がない	２　病気やけがなどの理由による
３　家事や介護などの家庭の事情	４　高齢だから
５　忙しい	６　必要性を感じていない
７　一人で外出できない	８　人づきあいが苦手
９　その他（　　）	

問 33 で「４　既に参加している」を回答した方におたずねします。

問 33－2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

１　健康づくり・介護予防	２　生きがいづくり
３　地域との交流がしたい	４　知人に誘われた
５　その他(　　)	

問34　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　〔→問35へ〕
2　参加してもよい　〔→問35へ〕
3　参加したくない
4　既に参加している

問 34 で「3　参加したくない」を回答した方におたずねします。
問 34－1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味・関心がない	2　病気やけがなどの理由による
3　家事や介護などの家庭の事情	4　高齢だから
5　忙しい	6　必要性を感じていない
7　向いていない	8　人づきあいが苦手
9　その他（　　）	

問 34 で「4　既に参加している」を回答した方におたずねします。
問 34－2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　健康づくり・介護予防	2　生きがいづくり
3　地域に貢献したい	4　知人に誘われた
5　その他（　　）	

⑤健康についておたずねします。

問35　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36　現在治療中、または後遺症のある病気はありますか。（○はいくつでも）

1　ない	2　高血圧
3　脳卒中（脳出血・脳梗塞等）	4　心臓病
5　糖尿病	6　高脂血症（脂質異常）
7　呼吸器の病気（肺炎や気管支炎等）	8　胃腸・肝臓・胆のうの病気
9　腎臓・前立腺の病気	10　筋骨格の病気（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　うつ病
15　認知症(アルツハイマー病等)	16　パーキンソン病
17　目の病気	18　耳の病気
19　その他（　　）	

問37　１日３食きちんと食べていますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問38　運動について教えてください。（○は１つずつ）
①ウォーキング等の運動を週に一回以上していますか。

1　はい	2　いいえ

②以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか。

1　はい	2　いいえ

問39　あなたは自分の健康のためにどんなことを心がけていますか。（○はいくつでも）

1　休養や睡眠を十分にとる
2　規則正しい生活を送る
3　栄養バランスのとれた食事をとる
4　減塩
5　健康食品・栄養補助食品（サプリメント等）をとる
6　歯や口の中を清潔に保つ
7　健康診断などを定期的に受ける
8　酒を控える
9　タバコをやめる
10　散歩やスポーツをする
11　地域の活動に参加する
12　教養や学習活動などの楽しみを持つ
13　物事を前向きに考える
14　身の回りのことはなるべく自分で行う
15　記憶力や思考力が衰えないよう意識して頭や手を使う
16　仕事をする
17　その他（　　）
18　特に心がけていることはない

問40　あなたは健康についてどのようなことが知りたいですか。（○は３つまで）

1　がんや生活習慣病（高血圧など）の予防について
2　体の仕組みや働きについて
3　望ましい食生活について
4　運動の方法について
5　健康診断・各種検診の内容や受け方などについて
6　寝たきりの予防について
7　歯の健康について
8　認知症の予防について
9　うつ病の予防について
10　その他（　　）
11　特に知りたいことはない

問41　あなたは、健康を維持するために健診（血液検査等）や各種がん検診等を受診していますか。（○は１つ）

1　受診している　　2　受診していない　〔→問41－2へ〕

問41で１を回答した方におたずねします。

問41－1　健（検）診を受診した結果、どうでしたか。（○は１つ）

1　異常はなかった
2　異常があり、精密検査や治療が必要であるといわれたので、医療機関を受診した
3　異常があり、精密検査や治療が必要であるといわれたが、医療機関を受診していない
4　健（検）診の結果がわからない
5　その他（　　）

問41で「２　受診していない」を回答した方におたずねします。

問41－2　健（検）診を受けない主な理由は何ですか。（○は１つ）

1　受診したいと思っているが、機会がないから
2　結果が不安なので受診したくないから
3　忙しくて時間がとれないから
4　健（検）診場所が遠いから
5　費用がかかるから
6　毎年受ける必要はないと思っているから
7　心配なときはいつでも病院などで診てもらえるから
8　かかりつけ医に定期的に診てもらっているから
9　めんどうだから
10　知らなかったから
11　その他（　　）

問42　あなたには、かかりつけ医や薬剤師がいますか。（○はいくつでも）

1　かかりつけ医（医科、歯科）がいる
2　かかりつけ薬剤師がいる
3　かかりつけ医や薬剤師はいないが、いるとよいと思う
4　かかりつけ医や薬剤師はおらず、今後も必要ない

問42で１を回答した方におたずねします。

問42－1　かかりつけ医の診療科を教えてください。（○はいくつでも）

1　内科	2　整形外科
3　眼科	4　歯科
5　耳鼻咽喉科	6　皮膚科
7　神経内科・心療内科	8　その他（　　）

問42－2　どのくらいの頻度でかかりつけ医に行きますか。
（○は問42－1で○をつけられた選択肢に１つずつ）

	年４回以上	年3回	年2回	年1回	年1回未満
【記入例】整形外科	1	②	3	4	5
①内科	1	2	3	4	5
②整形外科	1	2	3	4	5
③眼科	1	2	3	4	5
④歯科	1	2	3	4	5
⑤耳鼻咽喉科	1	2	3	4	5
⑥皮膚科	1	2	3	4	5
⑦神経内科・心療内科	1	2	3	4	5
⑧その他	1	2	3	4	5

問43　あなたは、現在どの程度幸せですか（「とても不幸」を0点、「とても幸せ」を10点として、該当する点数に○印をご記入ください）。（○は１つ）

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

問44　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

問45　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

問46　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

問47　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

⑥認知症についておたずねします。

問48　認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問49　認知症に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ

問50　宇治市では、認知症について正しく理解をするための認知症に関する事業を行っています。認知症に関する事業に参加したいですか。（○は１つ）

1　参加したい（している）　〔→問51へ〕
2　参加したくない（できない）

問50で２を回答した方におたずねします。

問50－1　参加したくない主な理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味がない	2　病気やけがなどの理由による
3　時間がない	4　行きたい事業がない
5　どんな事業があるのか知らない	6　その他（　　）

問51　あなたは、宇治市が平成27年3月21日に、全国の自治体として初めて「認知症の人にやさしいまち・うじ」を宣言したことを知っていますか。（○は１つ）

1　知っている	2　知らない

問52　あなたやあなたの家族が認知症になったら不安なことは何ですか。（○はいくつでも）

1	家族や周りの人に負担や迷惑をかけること
2	物事の判断や理解ができなくなること
3	治療や介護を受けることで経済的な負担が増すこと
4	どの程度の介護サービスが受けられるかわからないこと
5	寝たきりや身体の自由がきかなくなること
6	家族を介護しつづけられるかわからないこと
7	だまされたり犯罪に巻き込まれたりすること
8	介護してくれる人がいないこと
9	認知症についてよく知らないこと
10	誰（どこ）に相談すればいいのかわからないこと
11	社会参加できなくなること
12	その他（　　）
13	特に不安なことはない

⑦介護保険や今後の暮らし方についておたずねします。

問53　あなたは、介護保険制度について、どの程度知っていますか。（○は１つずつ）

	知っている	ある程度知っている	あまり知らない	知らない
【記入例】申請や手続きの方法	1	②	3	4
①申請や手続きの方法	**1**	**2**	**3**	**4**
②受けられるサービス内容	**1**	**2**	**3**	**4**
③保険料の仕組み	**1**	**2**	**3**	**4**

問54　あなたは、介護をした経験（現在介護中も含む）がありますか。（○は１つ）

1　はい　　**2**　いいえ　〔→問55へ〕

問54で１を回答した方におたずねします。

問54－1　主に介護をした（している）方の続柄（あなたとの関係）について教えてください。（○はいくつでも）

1	配偶者（夫・妻、内縁を含む）	2	実父・実母
3	配偶者の父母	4	兄弟・姉妹
5	子（息子・娘）	6	その他（　　）

問54－2　主に介護をした（している）方の介護保険サービスの利用状況を教えてください。（○は１つ）

1	利用していた(している)	2	利用していなかった(していない)

問54－3　宇治市では、在宅で介護をしている方の肉体的・精神的負担の軽減を図ることを目的に、在宅高齢者介護者リフレッシュ事業を実施しています。今後、どのようなリフレッシュ事業を望んでいるかについて教えてください。（○はいくつでも）

1	レクリエーションによるリフレッシュ
2	介護者同士の交流
3	介護者の健康づくりに関する講座
4	専門職等による悩み相談
5	お話の傾聴
6	その他（　　）

問55　あなたは、支払っている介護保険料について、どのように感じていますか。（○は１つ）

1	負担に感じていない	2	それほど負担に感じていない
3	適当	4	やや負担に感じる
5	負担に感じる	6	わからない

問56　65歳以上の方の介護保険料は、宇治市の介護保険サービス費用がまかなえるように算出された「基準額」をもとに決められていますが、介護保険料について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1	高齢者全体の保険料負担を引き上げても、低所得者層の保険料は軽減すべき
2	なるべく高所得者層の保険料を引き上げて、低所得者層の保険料を軽減すべき
3	低所得者層もその収入にあった負担にすべきで特別な軽減は不要
4	わからない

問57　介護保険料と介護保険サービスのあり方について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1	保険料が多少高くても介護保険サービスが充実するほうがよい
2	給付される介護保険サービスを多少抑えてでも保険料は安いほうがよい
3	わからない

問58　あなたの要支援認定等（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1　要支援１
2　要支援２
3　介護予防・生活支援サービス事業対象者　〔→問59へ〕
4　わからない　〔→問59へ〕

問58で１、２を回答した方におたずねします。

問58－1　あなたは、現在の要支援認定の結果に納得していますか。（○は１つ）

1　納得している　〔→問59へ〕
2　おおむね納得している　〔→問59へ〕
3　どちらともいえない　〔→問 59 へ〕
4　あまり納得していない
5　納得していない

問58－1で４、５を回答した方におたずねします。

問58－2　その主な理由は何ですか。（○は１つ）

1　思っていたよりも重い認定結果だった
2　思っていたよりも軽い認定結果だった
3　認定調査や、審査判定方法などに疑問がある
4　その他（　　）

問59　最初に要支援認定の手続き、または介護予防・生活支援サービス事業対象者基本チェックリストを受けた主なきっかけはどのようなことですか。（○は１つ）

1　年齢とともに徐々に体力が落ちてきたから
2　物忘れが多くなってきたから
3　一人で生活することが不安になったから
4　病気などにより生活が不便になったから
5　病気などにより介護が必要になったから
6　入院中に、退院に向けて必要だと思ったから
7　家族や知人などに勧められたから
8　医療機関から勧められたから
9　その他（　　）

問60　今後、心身機能の低下や寝たきりにならないようにするための介護予防のサービスとして利用しているもの、または今後利用したいと思うものについて○印をつけてください。

	現在利用しているサービスに○印	現在利用していないが今後利用したいサービスに○印
【記入例】自宅で個別に行う介護予防の指導	②	2
① 筋力低下などがある人が公共施設等に通って、プログラムに沿って行う介護予防教室	1	1
② 自宅で個別に行う介護予防の指導	2	2
③ 介護予防に関する講演会やイベント	3	3
④ 高齢者の誰でも参加できる介護予防教室	4	4
⑤ その他（　　）	5	5
⑥ 介護予防をする必要はない	6 〔→問61へ〕	

問60で①～⑤のいずれかに○をつけた方におたずねします。

問60－1 どのような内容に興味がありますか。（○はいくつでも）

1　運動機能の向上（体操・筋力アップなど）
2　栄養の改善（調理実習・食事についての話など）
3　口腔ケア（口の健康についての話など）
4　認知症の予防
5　その他（　　）

問61　あなたは、介護保険サービスを利用していますか。（○は１つ）

1　利用している　　2　利用していない 〔→問61-3へ〕

問61で１を回答した方におたずねします。

問61－1　利用している介護保険サービスについて、どの程度満足していますか。（○は１つ）

1　満足　　2　やや満足
3　ふつう
〔問 62 へ〕
4　やや不満　　5　不満

問61－1で４、５を回答した方におたずねします。

問61－2　不満と回答した理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　希望する回数が利用できない
2　希望する曜日や時間帯に利用できない
3　事業所・担当者の対応が悪い
4　利用料金が当初思っていたよりも高い
5　その他（　　）

問61で「２ 利用していない」を回答した方におたずねします。

問61-3　あなたが介護保険サービスを利用していない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1	家族や親族が介護してくれるから
2	医療サービス（入院等）を受けているから
3	利用したいサービスがないから
4	利用したいサービスの定員がいっぱいで空きがないから
5	利用料が高いから
6	利用する機会がないから
7	住宅改修や福祉用具購入の助成のみ利用したから
8	今は元気なので、サービスが必要ないから
9	その他（　　）

問62　あなたが今後も自宅で生活するうえで不安となることは何ですか。（○はいくつでも）

1	自宅内に段差がある、お風呂や階段に手すりがついていないので転倒のおそれがある
2	近くに公共交通機関（駅・バス停）がない
3	近くにスーパー、郵便局、病院、金融機関、役所など日常生活で利用する施設がない
4	外出時に急な坂道や階段などがある
5	自宅が老朽化している
6	その他（　　）
7	特に不安はない

問63　あなたは今後、どのようなところで生活したいですか。（○は１つ）

1	このまま自宅で生活したい
2	自宅を住みやすく改修して生活したい
3	交通等利便性の良いところ（スーパー、郵便局、病院、金融機関、役所などが近くにある）に転居したい
4	高齢者向けに住みやすくされた住宅へ転居したい
5	介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）で暮らしたい
6	介護保険施設やグループホーム等に入所したい
7	その他（　　）
8	わからない

問64　今後もしも介護が必要になったとき、あなたはどのような介護を受けたいですか。（○は１つ）

1　自宅で介護保険サービスを利用せずに、家族や親族の世話を受けて生活したい
2　自宅で介護保険サービスを利用しながら、家族や親族の世話を受けて生活したい
3　自宅で介護保険サービスを利用しながら、家族や親族の世話を受けずに生活したい
4　介護保険施設やグループホーム等で介護を受けたい
5　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）でサービスを受けて生活したい
6　その他（　　）
7　わからない

問65　あなたは、高齢者の死に立ち会った経験がありますか。（○は１つ）

1　はい　　2　いいえ　〔→問66へ〕

問65で１を回答した方におたずねします。

問65－1　死に立ち会った高齢者はどこで最期を迎えられましたか。（○はいくつでも）

1　自宅
2　子や孫など家族の家
3　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
4　介護保険施設やグループホーム等
5　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
6　その他（　　）
7　わからない、おぼえていない

問66　あなたは、人生の最期をどこで迎えたいですか。（○は１つ）

1　自宅
2　子や孫など家族の家
3　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
4　介護保険施設やグループホーム等
5　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
6　その他（　　）
7　わからない

〔問 67 へ〕

問66で１を回答した方におたずねします。

問66－1　自宅で最期を迎えるためにはどのようなことが必要だと思いますか。（○は３つまで）

1　家族に介護の手間・負担がかからないこと
2　在宅医療の連携拠点になる病院
3　訪問診療してくれる医師・歯科医師・薬剤師・看護師
4　訪問型の介護保険サービス
5　家族の理解や支援
6　自宅で介護が続けられる住環境
7　その他（　　）

問67　人生会議（ＡＣＰ：アドバンス・ケア・プランニング）を知っていますか。
（○は１つ）

※人生会議とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

1　知っている	2　知らない

問68　人生の最終段階について、これまでに家族等や医療・介護関係者と話し合ったことはありますか。（○は１つ）

1　ある	2　今後話し合う予定
3　ない　〔→問68-2へ〕	

問68で「１　ある」、「２　今後話し合う予定」を回答した方におたずねします。

問68－1　どのようなことを話し合っていますか（予定ですか）。
（○はいくつでも）

1　延命治療のこと（心肺蘇生、気管挿管、人工呼吸器の使用や、集中治療室での治療等）
2　身の回りの整理のこと
3　財産や相続関係のこと
4　葬儀関係のこと
5　遺言書のこと
6　その他（　　）

問68で「３　ない」を回答した方におたずねします。

問68－2　いつごろから話し合うべきだと考えますか。（○は１つ）

1　６０歳代から	2　７０歳代から
3　８０歳代から	4　９０歳代以降
5　病気や体調の変化を意識したら	6　話し合う必要はない

問69　在宅で介護をする家族には、どのような支援が必要だと思いますか。
（○はいくつでも）

1　悩み事を相談できる場所や介護者同士の集まりなど、精神的負担解消への支援
2　介護方法の情報提供
3　介護に対する職場や地域の理解・支援
4　介護者への健康づくりなどの支援
5　一時的な預かりなど、身体的負担解消への支援
6　介護用品の支給やサービス利用料の軽減など、経済的負担解消への支援
7　行政サービスの申請手続きの簡素化や、インターネットによる申請手続きの効率化など
8　その他（　　）
9　わからない

⑧その他の事柄についておたずねします。

問70　あなたは、高齢者の権利を守る制度の一つである「成年後見制度」を知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない　〔→問 71 へ〕

問70で１を回答した方におたずねします。

問70－1　あなたやあなたの家族が、認知症などで判断能力が衰えたときに、成年後見制度を利用するにあたって問題となることは何ですか。（○はいくつでも）

１　制度の活用方法についてよく理解していないこと
２　手続きが複雑であること
３　成年後見人を専門家に任せた場合、報酬が必要となること
４　その他（　　）

問71　あなたは金銭管理や契約手続等について、身近に任せられる人はいますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ

問72　あなたは、高齢者虐待に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない

問73　宇治市では、地域包括支援センターという、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康などさまざまな面から総合的に支援する機関を設置しています。あなたは、担当地域の地域包括支援センターを知っていますか。（○は１つ）

１　問い合わせや相談で利用したことがある	〔問73-1へ〕
２　知っているが、問い合わせや相談をしたことはない ３　名称を聞いたことはある ４　知らない	〔問 74 へ〕

問73で「1 問い合わせや相談で利用したことがある」を回答した方におたずねします。

問73－1　あなたは、どのようなことで地域包括支援センターを利用しましたか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

問74　あなたは、今後、介護・福祉・健康などに関し、どのようなことで地域包括支援センターを利用しようと思いますか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

→〔問75へ〕

10　利用しない

→ **問74で10を回答した方におたずねします。**

問74－1　利用しない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　利用する必要がない
2　何をしているところかわからない
3　電話番号など連絡先がわからない
4　場所がわからない
5　家から遠いため、利用しづらい
6　その他（　　）

問75　生活上の気になる事・心配事（認知症など）や高齢者に対する保健福祉サービス、介護保険制度に関する情報をどこから（誰から）得ていますか。（○はいくつでも）

1	市役所の窓口
2	市政だより
3	市が発行するパンフレット（生き生き手帖など）
4	民生委員や学区福祉委員
5	居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）
6	地域包括支援センター
7	病院・診療所の医師や看護師
8	家族
9	友人・知人やサークル等の仲間
10	新聞やテレビ
11	本や雑誌
12	インターネット
13	情報が得られない
14	その他（　　）

問76　少子高齢化の一層の進展により、社会保障の観点からみると、２０２５年には、現役世代人口１．８人で１人の高齢者を支える時代がくるといわれています。今後も引き続き、介護保険・医療保険などの社会保障制度を持続的に維持するためには、どのようなことが必要だと思いますか。（○はいくつでも）

1	税、保険料が上昇し、経済的な負担感が増したとしても、今利用している（今後利用したい）サービスの水準を維持してもらいたい
2	介護保険や医療保険等の制度を頼るのではなく、健康を意識して、疾病等にならないよう暮らしていくことが重要である
3	地域で支え合う体制をつくっていくことが大切であり、地域住民やボランティア等による助け合い活動に取り組んでいくことが重要である
4	そうした危機感は感じていない
5	どうすべきかわからない

問77　宇治市の高齢者福祉や介護保険などについて、ご意見・ご要望などがございましたら、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。
記入した調査票を同封した返信用封筒(切手不要)に入れて、令和２年２月２５日（火）までにご返送ください。

宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査
ご 協 力 の お 願 い
【要介護認定を受けておられる市民の皆様へ】

日頃は、宇治市政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

宇治市では、令和２年度に「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の見直しを行い、高齢者保健福祉施策および介護保険制度の一層の充実を図るため、「宇治市これからの高齢者の暮らしに関する調査」を行うことといたしました。

本調査は、令和元年11月末時点において、宇治市にお住まいの方のうち要介護認定を受けておられる方を対象に、生活のご様子や保健福祉施策のあり方をお伺いするものです。調査結果は「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」を見直す基礎資料となりますので、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、ご本人に回答いただくのが難しい場合は、ご家族の皆様のご協力により回答くださいますよう、よろしくお願いいたします。

なお、宇治市では、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう日常生活圏域を設定しており、日常生活圏域ごとに集計を行うため、右上に番号を記載しています。番号は、日常生活圏域を特定するものであり、個人を特定するものではありません。

回答いただいた内容は、調査の目的以外には使用いたしません。

令和２年２月

宇治市長　山本　正

調査票は、**令和２年２月２５日（火）までに**同封の返信用封筒（切手不要）に入れてご返送ください。

お問い合わせ……宇治市役所　健康長寿部　健康生きがい課・介護保険課
電 話 番 号　0774－22－3141（代）（内線2347・2344）
ＦＡＸ番号　0774－21－0406

調査票の記入のしかた

＊この調査は、宛名のご本人ができるかぎり回答してください。ご本人が記入できない場合は、ご家族等が本人の意見を聞き取るなどして、代筆をお願いいたします。

＊この調査は、宛名のご本人の現在の状況について、あてはまるものの番号に○をつける、あるいは記述により回答してください。立ち入ったことをお伺いすることもあるかもしれませんが、差し支えのない範囲で回答してください。

＊回答は無記名でお願いいたします。

＊宛名のご本人が何らかの事情により不在で調査に回答できない場合は、お手数ですが１ページ目の《回答できない理由》の欄のあてはまるものに○をつけていただき、以降の設問には回答せず、そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。

はじめに

《回答できない理由》

宛名のご本人が調査に回答できない理由は何ですか。

1　入院中　　2　転居　　3　死亡　　4　その他（　　）

そのまま返信用封筒に入れてご返送ください。ありがとうございました。

①あなた自身のことやあなたの世帯のことについておたずねします。

問１　現在あなたがお住まいの小学校区を教えてください。（○は１つ）

1	菟道小学校	2	菟道第二小学校	3	神明小学校
4	槇島小学校	5	北槇島小学校	6	小倉小学校
7	伊勢田小学校	8	西小倉小学校	9	北小倉小学校
10	南小倉小学校	11	大久保小学校	12	大開小学校
13	西大久保小学校	14	平盛小学校	15	宇治小学校
16	三室戸小学校	17	南部小学校	18	岡屋小学校
19	木幡小学校	20	御蔵山小学校	21	笠取小学校
22	笠取第二小学校	23	わからない		

問２　あなたの性別を教えてください。（○は１つ）

1　男性　　2　女性

問３　あなたの年齢（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1	40～64歳	2	65～69歳	3	70～74歳
4	75～79歳	5	80～84歳	6	85～89歳
7	90歳以上				

問４　家族構成を教えてください。（○は１つ）

1　一人暮らし

2　夫婦二人暮らし(配偶者65歳以上)

3　夫婦二人暮らし(配偶者64歳以下)

4　息子・娘との二世帯

5　その他（　　）

問５　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

問６　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　公営賃貸住宅	4　民間賃貸住宅（一戸建て）
5　民間賃貸住宅（集合住宅）	6　借家
7　その他（　　）	

②社会参加についておたずねします。

問７　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。（○は１つずつ）

	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
【記入例】町内会・自治会	1	②	3	4	5	6
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サロン、茶話会、体操等の集いの場（介護予防のための通いの場）	1	2	3	4	5	6
⑥老人クラブ（喜老会）	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

問7で①～⑧全てに６を回答した方におたずねします。

問7－1　参加していない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　興味・関心がない	2　病気やけがなどの理由による
3　家事や介護などの家庭の事情	4　高齢だから
5　自由になる時間を増やしたいから	6　近所にない
7　参加の方法がわからない	8　人づきあいが苦手
9　参加したいが、何をしていいのかわからない	
10　その他（　　）	

問7の⑧収入のある仕事で１～５を回答した方におたずねします。

問7－2　どのような産業の職種に就いていますか。（○は１つ）

1　「農業、林業」、「漁業」
2　「鉱業、採石業、砂利採取業」、「建設業」、「製造業」
3　上記１、２以外

問８　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　〔→問９へ〕
２	参加してもよい　〔→問９へ〕
３	参加したくない
４	既に参加している

問8で「３　参加したくない」を回答した方におたずねします。

問8－1　参加したくない理由は何ですか。（○はいくつでも）

１	興味・関心がない	２	病気やけがなどの理由による
３	家事や介護などの家庭の事情	４	高齢だから
５	忙しい	６	必要性を感じていない
７	一人で外出できない	８	人づきあいが苦手
９	その他（　　）		

問8で「４　既に参加している」を回答した方におたずねします。

問8－2　参加している理由は何ですか。（○はいくつでも）

１	健康づくり・介護予防	２	生きがいづくり
３	地域との交流がしたい	４	知人に誘われた
５	その他（　　）		

③認知症についておたずねします。

問９　認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人がいますか。（○は１つ）

１	はい	２	いいえ

問10　認知症に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

１	はい	２	いいえ

問11　宇治市では、認知症について正しく理解をするための認知症に関する事業を行っています。認知症に関する事業に参加したいですか。（○は１つ）

１	参加したい（している）　〔→問12へ〕
２	参加したくない（できない）

問11で２を回答した方におたずねします。

問11－１　参加したくない（できない）主な理由は何ですか。（○はいくつでも）

１	興味がない	２	病気やけがなどの理由による
３	時間がない	４	行きたい事業がない
５	どんな事業があるのか知らない	６	その他（　　）

問12　あなたは、宇治市が平成27年3月21日に、全国の自治体として初めて「認知症の人にやさしいまち・うじ」を宣言したことを知っていますか。（○は１つ）

1　知っている	2　知らない

問13　あなたやあなたの家族が認知症になったら不安なことは何ですか。（○はいくつでも）

1　家族や周りの人に負担や迷惑をかけること
2　物事の判断や理解ができなくなること
3　治療や介護を受けることで経済的な負担が増すこと
4　どの程度の介護サービスが受けられるかわからないこと
5　寝たきりや身体の自由がきかなくなること
6　家族を介護しつづけられるかわからないこと
7　だまされたり犯罪に巻き込まれたりすること
8　介護してくれる人がいないこと
9　認知症についてよく知らないこと
10　誰（どこ）に相談すればいいのかわからないこと
11　社会参加できなくなること
12　その他（　　）
13　特に不安なことはない

④介護保険や今後の暮らし方についておたずねします。

問14　あなたは、介護保険制度について、どの程度知っていますか。（○は１つずつ）

	知っている	ある程度知っている	あまり知らない	知らない
【記入例】申請や手続きの方法	1	②	3	4
①申請や手続きの方法	1	2	3	4
②受けられるサービス内容	1	2	3	4
③保険料の仕組み	1	2	3	4

問15　あなたは、介護をした経験（現在介護中も含む）がありますか。（○は１つ）

1　はい	2　いいえ　〔→問16へ〕

問15で１を回答した方におたずねします。

問15－1　主に介護をした（している）方の続柄（あなたとの関係）について教えてください。（○はいくつでも）

1　配偶者（夫・妻、内縁を含む）	2　実父・実母
3　配偶者の父母	4　兄弟・姉妹
5　子（息子・娘）	6　その他（　　）

問15－2　主に介護をした（している）方の介護保険サービスの利用状況を教えてください。（○は１つ）

1　利用していた(している)	2　利用していなかった(していない)

問15－3　宇治市では、在宅で介護をしている方の肉体的・精神的負担の軽減を図ることを目的に、在宅高齢者介護者リフレッシュ事業を実施しています。今後、どのようなリフレッシュ事業を望んでいるかについて教えてください。（○はいくつでも）

1　レクリエーションによるリフレッシュ
2　介護者同士の交流
3　介護者の健康づくりに関する講座
4　専門職等による悩み相談
5　お話の傾聴
6　その他（　　）

問16　あなたは、支払っている介護保険料について、どのように感じていますか。（○は１つ）

1　負担に感じていない	2　それほど負担に感じていない
3　適当	4　やや負担に感じる
5　負担に感じる	6　わからない

問17　65歳以上の方の介護保険料は、宇治市の介護保険サービス費用がまかなえるように算出された「基準額」をもとに決められていますが、介護保険料について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1　高齢者全体の保険料負担を引き上げても、低所得者層の保険料は軽減すべき
2　なるべく高所得者層の保険料を引き上げて、低所得者層の保険料を軽減すべき
3　低所得者層もその収入にあった負担にすべきで特別な軽減は不要
4　わからない

問18　介護保険料と介護保険サービスのあり方について、あなたの考えに最も近いものは次のどれですか。（○は１つ）

1　保険料が多少高くても介護保険サービスが充実するほうがよい
2　給付される介護保険サービスを多少抑えてでも保険料は安いほうがよい
3　わからない

問19　あなたの要介護認定（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1　要介護１	2　要介護２
3　要介護３	4　要介護４
5　要介護５	6　わからない

問20　最初に要支援・要介護の認定を受けた主なきっかけはどのようなことですか。（○は１つ）

1　年齢とともに徐々に体力が落ちてきたから
2　物忘れが多くなってきたから
3　一人で生活することが不安になったから
4　病気などにより生活が不便になったから
5　病気などにより介護が必要になったから
6　入院中に、退院に向けて必要だと思ったから
7　家族や知人などに勧められたから
8　医療機関から勧められたから
9　その他（　　）

問21　あなたは、現在の要介護認定の結果に納得していますか。（○は１つ）

1　納得している	2　おおむね納得している	→〔問22へ〕
3　どちらともいえない		
4　あまり納得していない	5　納得していない	

→ **問21で４、５を回答した方におたずねします。**

問21－1　その主な理由は何ですか。（○は１つ）

1　思っていたよりも重い認定結果だった
2　思っていたよりも軽い認定結果だった
3　認定調査や、審査判定方法などに疑問がある
4　その他（　　）

問22　あなたの介護保険負担割合（令和元年11月末時点）を教えてください。（○は１つ）

1　１割負担	2　２割負担
3　３割負担	4　わからない

問23　あなたは、介護保険サービスを利用していますか。（○は１つ）

１ 利用している	２ 利用していない 〔→問23-5へ〕

問23で「１　利用している」を回答した方におたずねします。

問23－1　利用している介護保険サービスについて、どの程度満足していますか。（○は１つ）

１　満足	２　やや満足	３　ふつう	〔問23-3へ〕
４　やや不満	５　不満		

問23－1で「４ やや不満」、「５ 不満」を回答した方におたずねします。

問23－2　不満と回答した理由は何ですか。（○はいくつでも）

１　希望する回数が利用できない
２　希望する曜日や時間帯に利用できない
３　事業所・担当者の対応が悪い
４　利用料金が当初思っていたよりも高い
５　その他（　　）

問23で「１　利用している」を回答した方におたずねします。

問23－3　どこで介護保険サービスを利用して生活していますか。（○は１つ）

１　自宅
２　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
３　介護老人福祉施設（特養）
４　介護老人保健施設（老健）
５　介護療養型医療施設、介護医療院
６　認知症対応型共同生活介護（グループホーム）
７　その他（　　）

問23－4　あなたは、介護保険サービスの利用料について、どのように感じていますか。（○は１つ）

１　負担に感じていない	２　それほど負担に感じていない
３　ふつう	４　やや負担に感じる
５　負担に感じる	６　わからない

問23で「２　利用していない」を回答した方におたずねします。

問23-5　あなたが介護サービスを利用していない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1	家族や親族が介護してくれるから
2	医療サービス（入院等）を受けているから
3	利用したいサービスがないから
4	利用したいサービスの定員がいっぱいで空きがないから
5	利用料が高いから
6	利用する機会がないから
7	介護保険施設等に申込みをし、入所できるのを待っているから
8	住宅改修や福祉用具購入の助成のみ利用したから
9	今は元気なので、サービスが必要ないから
10	その他（　　）

問24　あなたは今後どのような介護を受けたいですか。（○は１つ）

1	自宅で介護保険サービスを利用せずに、家族や親族の世話を受けて生活したい
2	自宅で介護保険サービスを利用しながら、家族や親族の世話を受けて生活したい
3	自宅で介護保険サービスを利用しながら、家族や親族の世話を受けずに生活したい
4	介護保険施設やグループホーム等で介護を受けたい
5	介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）でサービスを受けて生活したい
6	その他（　　）
7	わからない

問25　介護が必要になっても、住み慣れた地域で生活を続けるために必要なことは何ですか。（○はいくつでも）

1	家族の協力
2	家で受けられる医療サービス
3	必要時の訪問サービス
4	夜間の訪問サービス
5	24時間緊急時専門スタッフと連絡のとれる体制
6	緊急時など必要なときに泊まれる施設
7	地域に介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）がある
8	地域に介護保険施設やグループホーム等がある
9	その他（　　）

問26　あなたは、高齢者の死に立ち会った経験がありますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ　〔→問27へ〕

問26で１を回答した方におたずねします。

問26－1　死に立ち会った高齢者はどこで最期を迎えられましたか。
（○はいくつでも）

１　自宅
２　子や孫など家族の家
３　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）
４　介護保険施設やグループホーム等
５　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）
６　その他（　　）
７　わからない、おぼえていない

問27　あなたは、人生の最期をどこで迎えたいですか。（○は１つ）

１　自宅	
２　子や孫など家族の家	〔問28へ〕
３　介護付きの住宅（サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等）	
４　介護保険施設やグループホーム等	
５　病院などの医療施設（緩和ケア病棟やホスピスを含む）	
６　その他（　　）	
７　わからない	

問27で１を回答した方におたずねします。

問27－1　自宅で最期を迎えるためにはどのようなことが必要だと思いますか。
（○は３つまで）

１　家族に介護の手間・負担がかからないこと
２　在宅医療の連携拠点になる病院
３　訪問診療してくれる医師・歯科医師・薬剤師・看護師
４　訪問型の介護保険サービス
５　家族の理解や支援
６　自宅で介護が続けられる住環境
７　その他（　　）

問28　人生会議（ＡＣＰ：アドバンス・ケア・プランニング）を知っていますか。
（○は１つ）
※人生会議とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

１　知っている	２　知らない

問29　人生の最終段階について、これまでに家族等や医療・介護関係者と話し合ったことはありますか。（○は１つ）

１　ある	２　今後話し合う予定
３　ない　〔→問29-2へ〕	

問29で「１　ある」、「２　今後話し合う予定」を回答した方におたずねします。

問29－1　どのようなことを話し合っていますか（予定ですか）。（○はいくつでも）

１　延命治療のこと（心肺蘇生、気管挿管、人工呼吸器の使用や、集中治療室での治療等）
２　身の回りの整理のこと
３　財産や相続関係のこと
４　葬儀関係のこと
５　遺言書のこと
６　その他（　　）

問29で「３　ない」を回答した方におたずねします。

問29－2　いつごろから話し合うべきだと考えますか。（○は１つ）

１　６０歳代から	２　７０歳代から
３　８０歳代から	４　９０歳代以降
５　病気や体調の変化を意識したら	６　話し合う必要はない

問30　在宅で介護をする家族には、どのような支援が必要だと思いますか。（○はいくつでも）

１　悩み事を相談できる場所や介護者同士の集まりなど、精神的負担解消への支援
２　介護方法の情報提供
３　介護に対する職場や地域の理解・支援
４　介護者への健康づくりなどの支援
５　一時的な預かりなど、身体的負担解消への支援
６　介護用品の支給やサービス利用料の軽減など、経済的負担解消への支援
７　行政サービスの申請手続きの簡素化や、インターネットによる申請手続きの効率化など
８　その他（　　）
９　わからない

⑤その他の事柄についておたずねします。

問31　あなたは、高齢者の権利を守る制度の一つである「成年後見制度」を知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない　〔→問32へ〕

問31で１を回答した方におたずねします。

問31－1　あなたやあなたの家族が、認知症などで判断能力が衰えたときに、成年後見制度を利用するにあたって問題となることは何ですか。（○はいくつでも）

１　制度の活用方法についてよく理解していないこと
２　手続きが複雑であること
３　成年後見人を専門家に任せた場合、報酬が必要となること
４　その他（　　）

問32　あなたは金銭管理や契約手続等について、身近に任せられる人はいますか。（○は１つ）

１　はい	２　いいえ

問33　あなたは、高齢者虐待に関する相談窓口を知っていますか。（○は１つ）

１　知っている	２　知らない

問34　宇治市では、地域包括支援センターという、高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康などさまざまな面から総合的に支援する機関を設置しています。あなたは、担当地域の地域包括支援センターを知っていますか。（○は１つ）

１　問い合わせや相談で利用したことがある	〔問34-1へ〕
２　知っているが、問い合わせや相談をしたことはない ３　名称を聞いたことはある ４　知らない	〔問35へ〕

問34で「１　問い合わせや相談で利用したことがある」を回答した方におたずねします。

問34－1　あなたは、どのようなことで地域包括支援センターを利用しましたか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

問35　あなたは、今後、介護・福祉・健康などに関し、どのようなことで地域包括支援センターを利用しようと思いますか。（○はいくつでも）

1　介護保険のサービスに関する相談
2　介護保険以外のサービスに関する相談、問い合わせ
3　介護の方法に関する相談
4　自分や家族の健康についての相談
5　認知症に関する相談
6　財産管理に自信がなくなった時に利用できる制度についての相談、問い合わせ
7　高齢者の虐待に関する相談
8　健康教室やコミュニティカフェなどに関する相談、問い合わせ
9　その他（　　）

→〔問36へ〕

10　利用しない

→ **問35で10を回答した方におたずねします。**

問35－1　利用しない理由は何ですか。（○はいくつでも）

1　利用する必要がない
2　何をしているところかわからない
3　電話番号など連絡先がわからない
4　場所がわからない
5　家から遠いため、利用しづらい
6　その他（　　）

問36　生活上の気になる事・関心事（認知症など）や高齢者に対する保健福祉サービス、介護保険制度に関する情報をどこから（誰から）得ていますか。（○はいくつでも）

1	市役所の窓口
2	市政だより
3	市が発行するパンフレット（生き生き手帖など）
4	民生委員や学区福祉委員
5	居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）
6	地域包括支援センター
7	病院・診療所の医師や看護師
8	家族
9	友人・知人やサークル等の仲間
10	新聞やテレビ
11	本や雑誌
12	インターネット
13	情報が得られない
14	その他（　　）

問37　少子高齢化の一層の進展により、社会保障の観点からみると、２０２５年には、現役世代人口１．８人で１人の高齢者を支える時代がくるといわれています。今後も引き続き、介護保険・医療保険などの社会保障制度を持続的に維持するためには、どのようなことが必要だと思いますか。（○はいくつでも）

1	税、保険料が上昇し、経済的な負担感が増したとしても、今利用している（今後利用したい）サービスの水準を維持してもらいたい
2	介護保険や医療保険等の制度を頼るのではなく、健康を意識して、疾病等にならないよう暮らしていくことが重要である
3	地域で支え合う体制をつくっていくことが大切であり、地域住民やボランティア等による助け合い活動に取り組んでいくことが重要である
4	そうした危機感は感じていない
5	どうすべきかわからない

問38　宇治市の高齢者福祉や介護保険などについて、ご意見・ご要望などがございましたら、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。
記入した調査票を同封した返信用封筒(切手不要)に入れて、令和２年２月２５日（火）までにご返送ください。