

## 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

- 調査票を記入する際は、各項目で該当する数字に○をつけてください。
- 調査票記入後は、同封の返信用封筒に入れて、令和8年1月16日(金)までに投函してください。

記 入 日	令和 年 月 日
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。	
<p>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</p>	

唐津市 健康づくり部 介護保険課

TEL 0955-53-8021

## 個人情報の取り扱いについて

個人情報の保護及び活用目的は以下のとおりですので、ご確認ください。

なお、本調査票のご返送をもちまして、下記にご同意いただいたものと見なさせていただきます。

### 【個人情報の保護及び活用目的について】

- この調査は、効果的な介護予防政策の立案と効果評価のために行うものです。本調査で得られた情報につきましては、唐津市による介護保険事業計画策定の目的以外には利用いたしません。また当該情報については、市町村内で適切に管理いたします。
- ただし、介護保険事業計画策定時に本調査で得られたデータを活用するにあたり、厚生労働省の管理する市町村外のデータベース内に情報を登録し、必要に応じて集計・分析するなど、個人が識別されない形で利用することがあります。

## 問1 あなたのご家族や生活状況について

### (1) 家族構成をお教えください

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

### (2) 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

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)

#### 【(2)において「1. 介護・介助は必要ない」以外の方のみ】

##### ① 介護・介助が必要になった主な原因はなんですか (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

#### 【(2)において「3. 現在、何らかの介護を受けている」の方のみ】

##### ② 主にどなたの介護、介助を受けていますか (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 ( )

(3) 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか

- |             |             |        |
|-------------|-------------|--------|
| 1. 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2 からだを動かすことについて

(1) 階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか

- |              |               |         |
|--------------|---------------|---------|
| 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 |
|--------------|---------------|---------|

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

(3) 15分位続けて歩いていますか

- |              |               |         |
|--------------|---------------|---------|
| 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 |
|--------------|---------------|---------|

(4) 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 |
|----------|---------|-------|

(5) 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 |
|-------------|------------|-------------|----------|

(6) 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 |
|--------------|--------|----------|----------|

(7) 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 |

## (8) 外出を控えていますか

1. はい

2. いいえ

### 【(8) で「1. はい」(外出を控えている) の方のみ】

#### ① 外出を控えている理由は、次のどれですか (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 ( )       |

## (9) 住み慣れた地域で生活するために必要な外出先はどこですか (いくつでも)

- |           |            |            |
|-----------|------------|------------|
| 1. 市役所    | 2. 銀行      | 3. 郵便局     |
| 4. 病院・診療所 | 5. スーパー・商店 | 6. 校区公民館   |
| 7. 図書館    | 8. 菩提寺     | 9. その他 ( ) |

## (10) 外出する際の移動手段は何ですか (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. チョイソコからつ    | 14. 住民主体移動支援サービス  | 15. その他 ( ) |

### 問3 補聴器の利用について

(1) 聴こえにくさによっての困りごとを感じますか (いくつでも)

1. 家族との会話      2. テレビや電話      3. 外出先での会話  
4. 役所での手続きなど      5. 特になし

【(1) で「5. 特になし」以外の方のみ】

(2) 現在、補聴器を使用されていますか

1. 使用している      2. 使用していない

【(2) で「2. 使用していない」の方のみ】

(3) 補聴器の使用を検討したことがありますか

1. 検討したことがある      2. 検討したことがない

【(2) で「2. 使用していない」の方のみ】

(4) 補聴器を使用していない理由は何ですか (いくつでも)

1. 値段が高い      2. 効果に疑問がある      3. 購入の仕方がわからない  
4. まだ必要と思わない      5. その他 ( )

### 問4 食べることについて

(1) 身長・体重を教えてください

身長  |  |  cm

体重  |  |  kg

(2) 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

(3) 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

(4) 歯磨き・入れ歯の手入れ（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

(5) 歯の数と入れ歯の利用状況をお教えください

（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

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

(6) 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

1. はい

2. いいえ

(7) どなたかと食事をともにする機会はありますか

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5 毎日の生活について

(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

(4) 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. できるし、している

2. できるけどしていない

3. できない

(5) 自分で食品・日用品の買物をしていますか

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

(6) 自分で食事の用意をしていますか

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

(7) 自分で請求書の支払いをしていますか

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

(8) 自分で預貯金の出し入れをしていますか

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

**問6 地域での活動について**

(1) 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

	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 介護予防のための通いの場（百歳体操・自主グループ活動・介護予防教室（温泉）など）	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

(2) 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

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

(3) 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

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7 就労について

(1) 現在のあなたの就労状態はどれですか（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（ ）

【現在、就労していない方のみ】

① 働く機会があれば働きたいですか

1. はい      2. いいえ

## 問8 たすけあいについて

あなたとまわりの人の「たすけあい」についておうかがいします

(1) あなたの心配事や愚痴（ぐち）を聞いてくれる人（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

**(2) 反対に、あなたが心配事や愚痴（ぐち）を聞いてあげる人（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 |           |

**(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（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 |           |

**(4) 反対に、看病や世話をあげる人（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 |           |

**(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  
(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       |                 |

**(6) 友人・知人と会う頻度はどれくらいですか**

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

## 問9 健康について

(1) 現在のあなたの健康状態はいかがですか

1. とてもよい 2. まあよい 3. あまりよくない 4. よくない

(2) 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、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

(3) 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

1. はい 2. いいえ

(4) 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

1. はい 2. いいえ

(5) タバコは吸っていますか

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) 現在治療中、または後遺症のある病気はありますか (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10 認知症にかかる相談窓口の把握について

(1) 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

1. はい                            2. いいえ

(2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか

1. はい                            2. いいえ

## 問11 認知症や認知症の人への正しい理解について

認知症になっても、認知症と共に希望を持って生きるという「新しい認知症観」について知っていますか<sup>\*</sup>

1. 言葉も意味も知っている  
2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない  
3. 知らない

\*「新しい認知症観」とは、認知症になってからも個人として生きること・やりたいことがあり、地域で仲間などとつながりながら、希望を持って暮らし続けることができるという考え方です。

## 問12 地域への受援力

(1) 家族が認知症になったら、近所の人に状況を知ってもらい、見守りなどの協力を得たいと思いますか

1. はい                            2. いいえ

【(1)において「2. いいえ」の方のみ】

① その理由は何ですか

1. 認知症を相談することが恥ずかしい、人に知られたくない  
2. 伝える必要はないと思っている  
3. 本人が認知症と知らないので本人を傷つけたくない  
4. 協力まではしてもらわなくてもよい  
5. その他（ ）

## 問13 介護が必要となった場合の将来の生活について

あなた自身が介護や生活する上で支援が必要になった場合、どこで生活したいですか。

1. 現在住んでいる自宅や地域で過ごしたい
2. 地域を離れてもいいので子どもや親戚などの家で過ごしたい
3. 見守りや生活支援のある高齢者向けの住宅で過ごしたい（サービス付高齢者住宅等）
4. 特別養護老人ホームなど施設に入所したい
5. その他（ ）

## 問14 人生の最終段階（終末期）について

（1）もし、あなたが回復の見込みがない状態（または病状）や老衰の状態になった場合、人生の最期を迎えることになる場所はどこですか

1. 自宅
2. 病院
3. 施設
4. その他（ ）
5. わからない（理由： ）

（2）実際に、人生の最期を迎えることになる場所はどこだと思いますか

1. 自宅
2. 病院
3. 施設
4. その他（ ）
5. わからない（理由： ）

(3) 自宅で人生の最期を迎えることが現実的には難しいと思われる場合、その要因は何だと思いますか（いくつでも）

1. 居住環境が整っていない（家の構造や立地等）
2. 介護ができる家族がない
3. 家族に負担をかけたくない
4. 家族と自分の最期について話し合っていない（共有ができていない）
5. 看取りに対するイメージがわからない
6. 最後まで往診等で診てくれる医師がない
7. 自宅療養のために医師や看護師が訪問してくれる制度がない
8. ヘルパーなどの介護サービスが十分に整っていない
9. どこに相談していいかわからない
10. 経済的負担が大きい
11. 病院や施設の方が安心
12. その他（ ）

#### 問15 人生会議（ACP:アドバンス・ケア・プランニング）について

人生の最終段階における医療・ケアについて伺います。本人や家族等が医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組みである、「人生会議（ACP:アドバンス・ケア・プランニング）」について知っていますか。

1. 言葉も意味も知っている
2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない
3. 知らない

## 問16 いきかたノート®について

唐津市では、自分らしく最期まで生きていくことができるきっかけとなるように「いきかたノート®」を配布しています。「いきかたノート®」は利用していますか。

1. 利用している
2. 知っているが、利用していない
3. 知らない

■■■以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました■■■