

**令和 7 年度
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査
報 告 書**

令和 8 年 7 月

雲南広域連合

目 次

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査.....	2
第1章 調査の概要	2
1 調査概要	2
第2章 調査の結果	3
1 あなたのご家族や生活状況について	3
2 からだを動かすことについて.....	4
3 地域での活動について	8
4 認知症について	9
5 介護予防などについて【広域連合の独自質問】	10
第3章 リスク判定に関する分析	13
1 リスク判定の結果	13
2 各種リスクの該当状況	19

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

第 1 章 調査の概要

1 調査概要

(1) 調査の目的

第 10 期介護保険事業計画の策定にあたり、日常生活圏域における高齢者のリスクや社会参加状況を把握することで、地域診断に活用し、地域の抱える課題を特定することを目的とします。

(2) 調査の設計

調査内容	国が示した「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査票」に独自設問を加えて作成
調査対象者	要介護認定を受けていない高齢者（一般高齢者、介護予防・日常生活支援総合事業対象者、要支援者）
対象者数	3,600 人（日常生活圏域ごとに対象者を抽出）
配布・回収方法	郵送による配布・回収
調査の期間	令和 8 年 2 月 5 日～令和 8 年 3 月 6 日

(3) 回収結果

本調査の配布数及び有効回収数は次のとおりです。

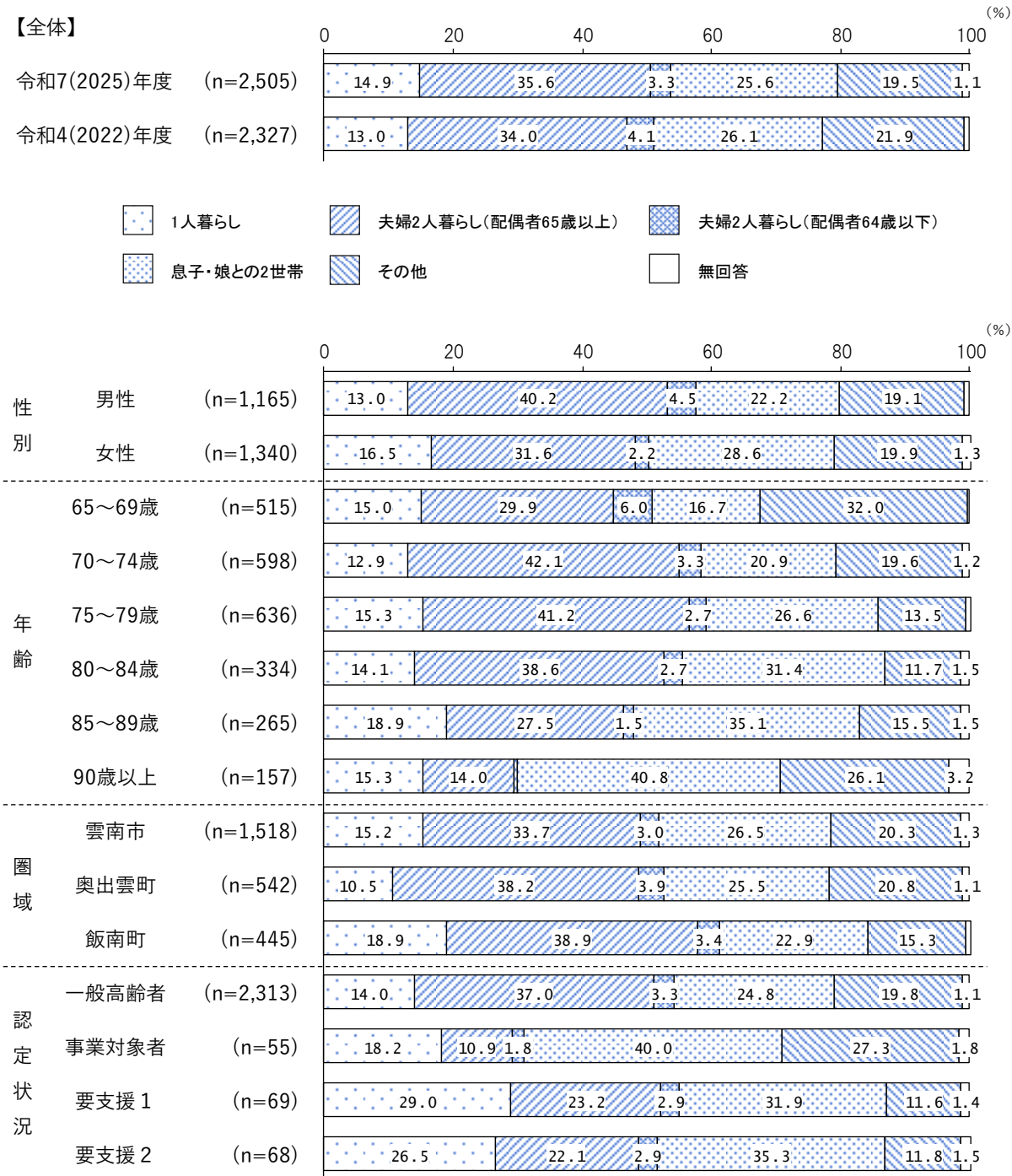
区分	配布数	有効回収数	有効回収率
雲南広域全体	3,600 人	2,505 人	69.6%
雲南市	2,188 人	1,518 人	69.4%
奥出雲町	771 人	542 人	70.3%
飯南町	641 人	445 人	69.4%

第2章 調査の結果

1 あなたのご家族や生活状況について

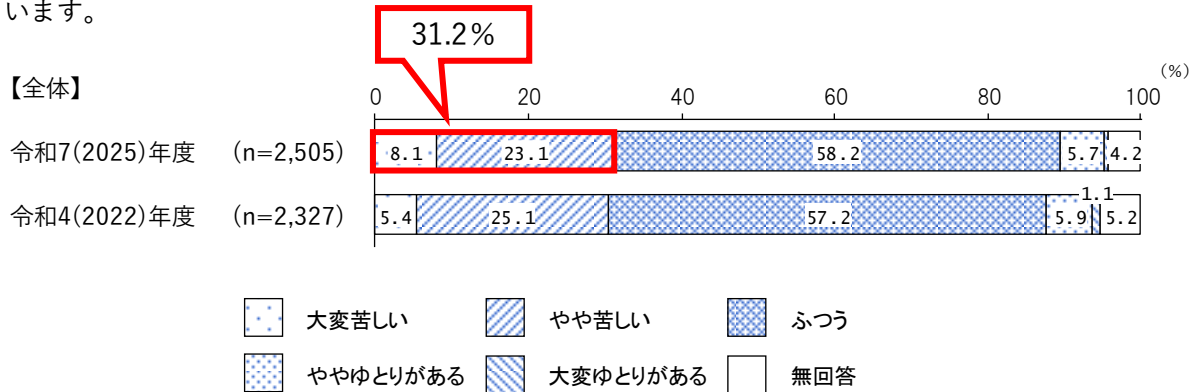
問1 (1) あなたの家族構成をお教えてください。

全体でみると、「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が35.6%と最も高く、次いで「息子・娘との2世帯」（25.6%）となっています。



問1（3）あなたの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。

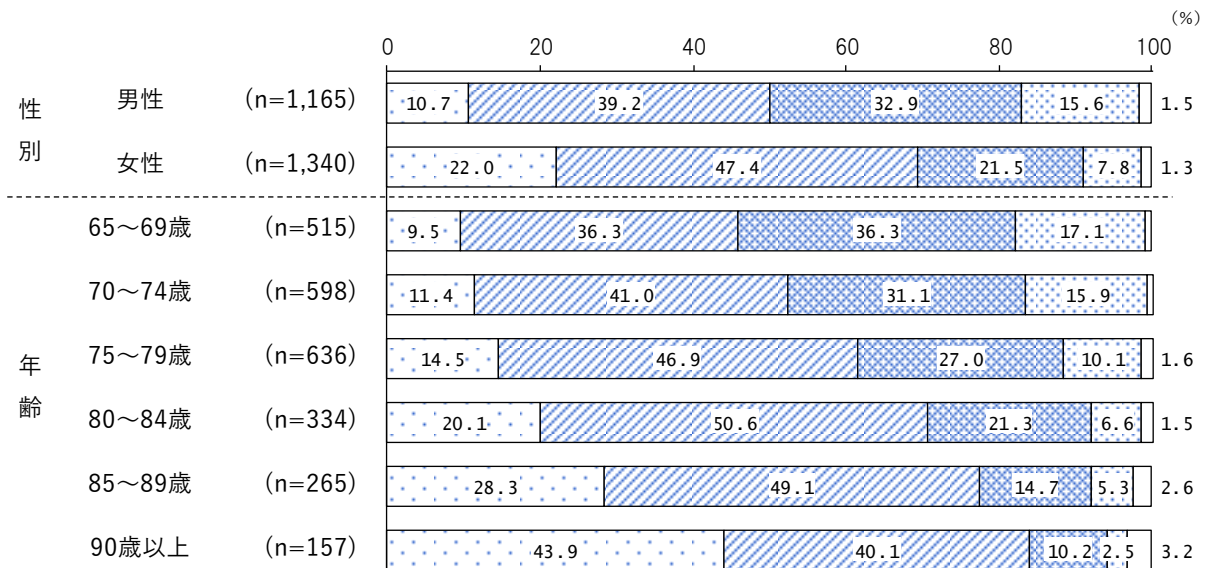
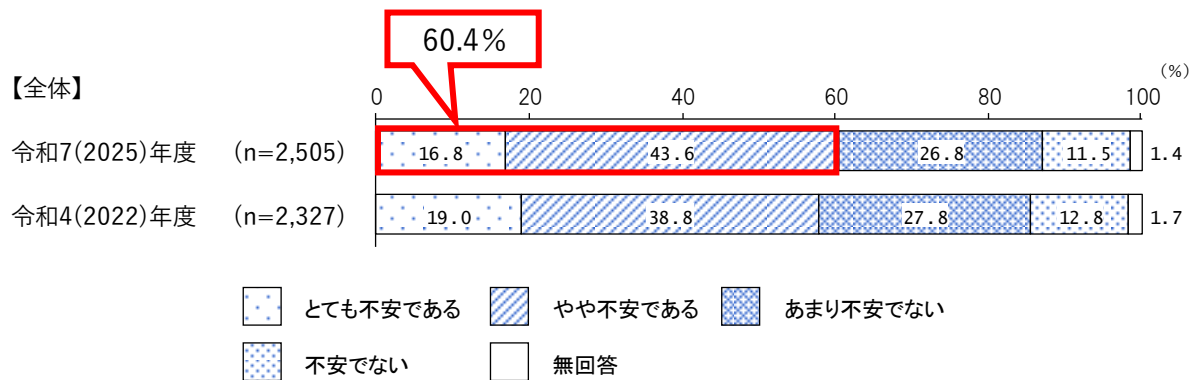
全体でみると、「ふつう」が58.2%と最も高く、次いで「やや苦しい」（23.1%）、「大変苦しい」（8.1%）となっています。「大変苦しい」と「やや苦しい」を『苦しい』とすると、『苦しい』の割合は全体で31.2%となっています。



2 からだを動かすことについて

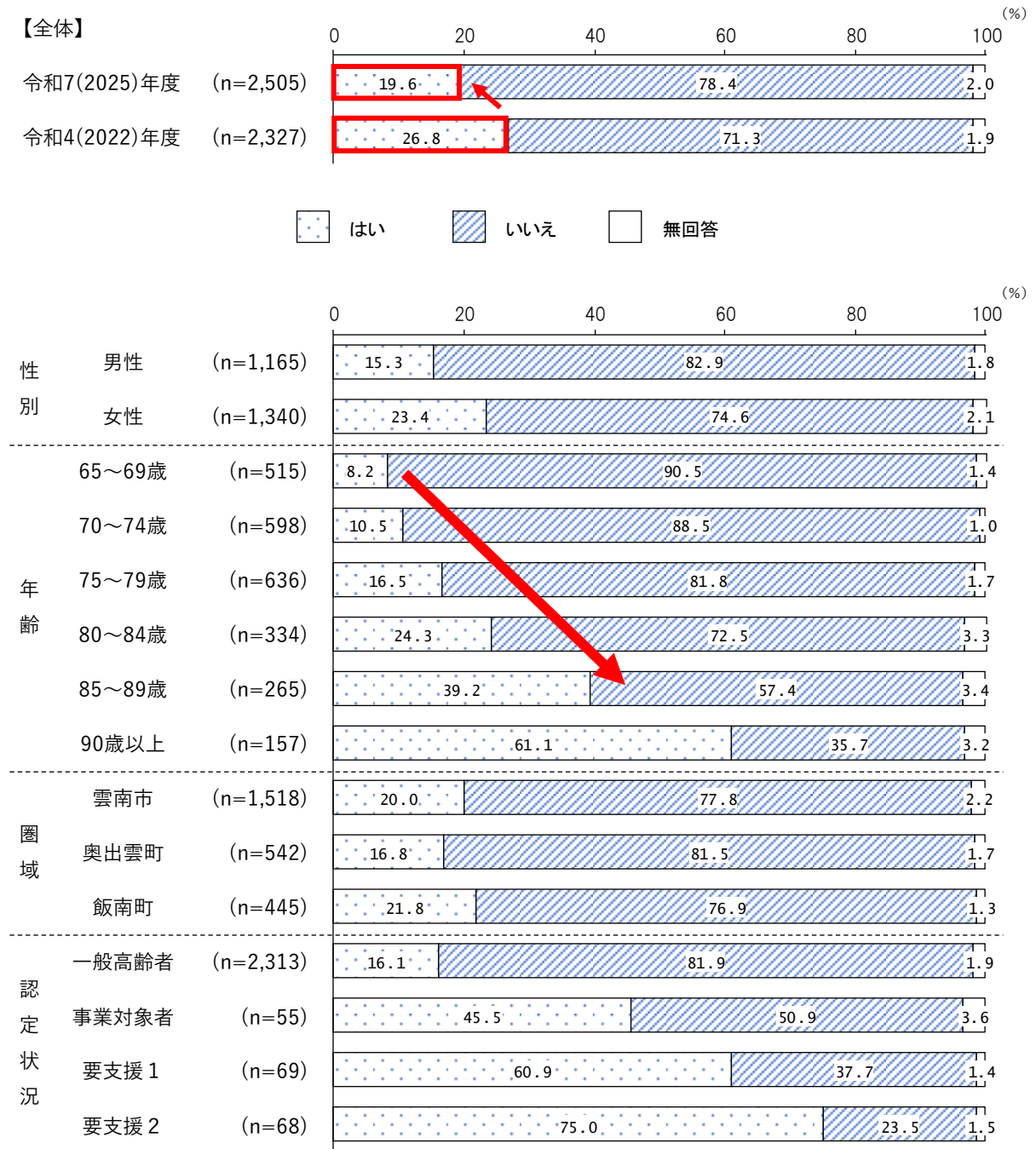
問2（5）転倒に対する不安は大きいですか。

全体でみると、「やや不安である」が43.6%と最も高く、次いで「あまり不安でない」（26.8%）、「とても不安である」（16.8%）となっています。「とても不安である」と「やや不安である」を『不安あり』とすると、『不安あり』の割合は全体で60.4%となっています。



問2（8）外出を控えていますか。

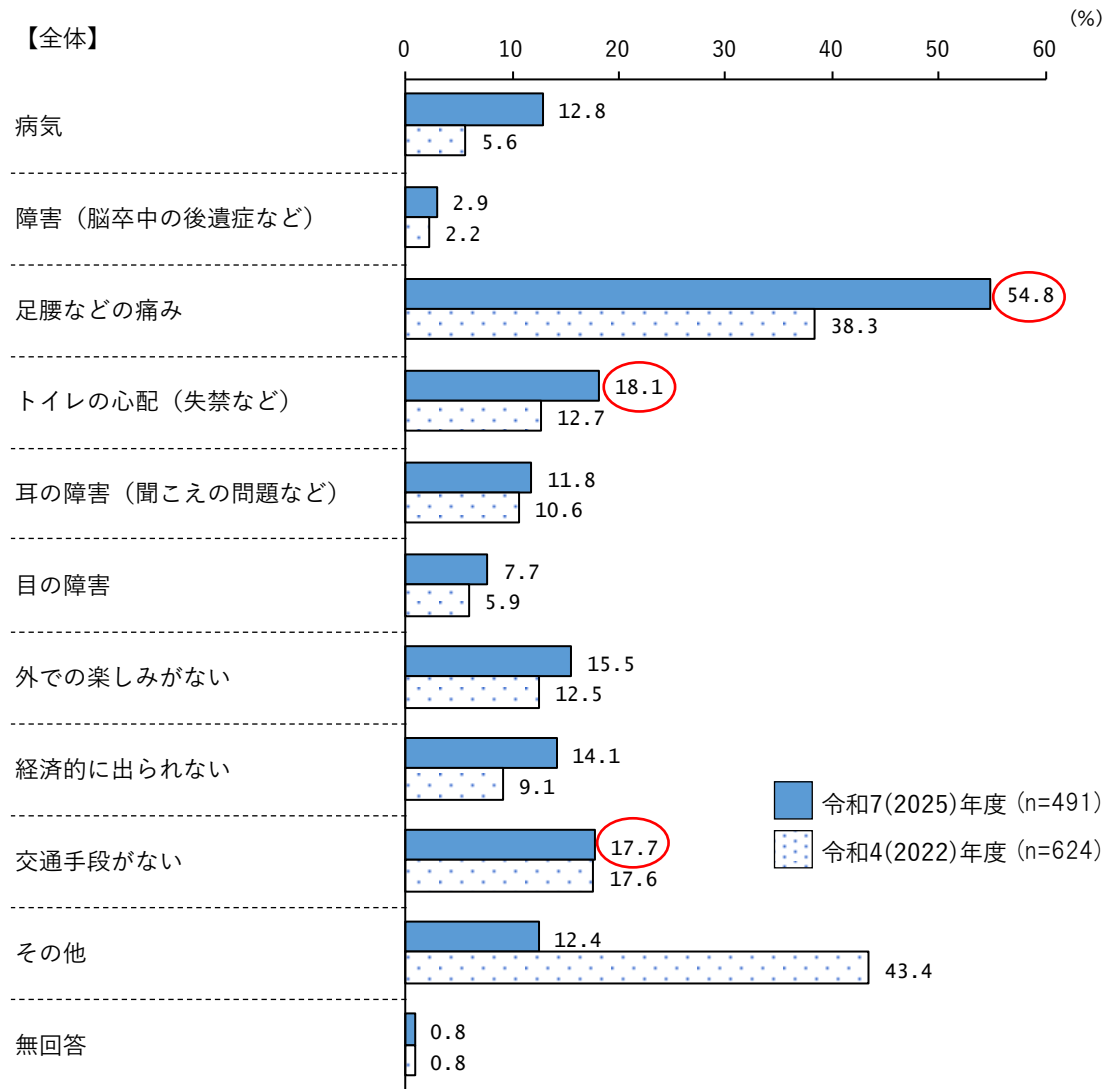
全体でみると、「いいえ」が78.4%、「はい」が19.6%となっています。前回調査と比較すると、「はい」が7.2ポイント低くなっています。年齢が高くなるにつれ「はい」の割合も高くなっています。



【問2(8)で「外出を控えている」と回答した方のみ】

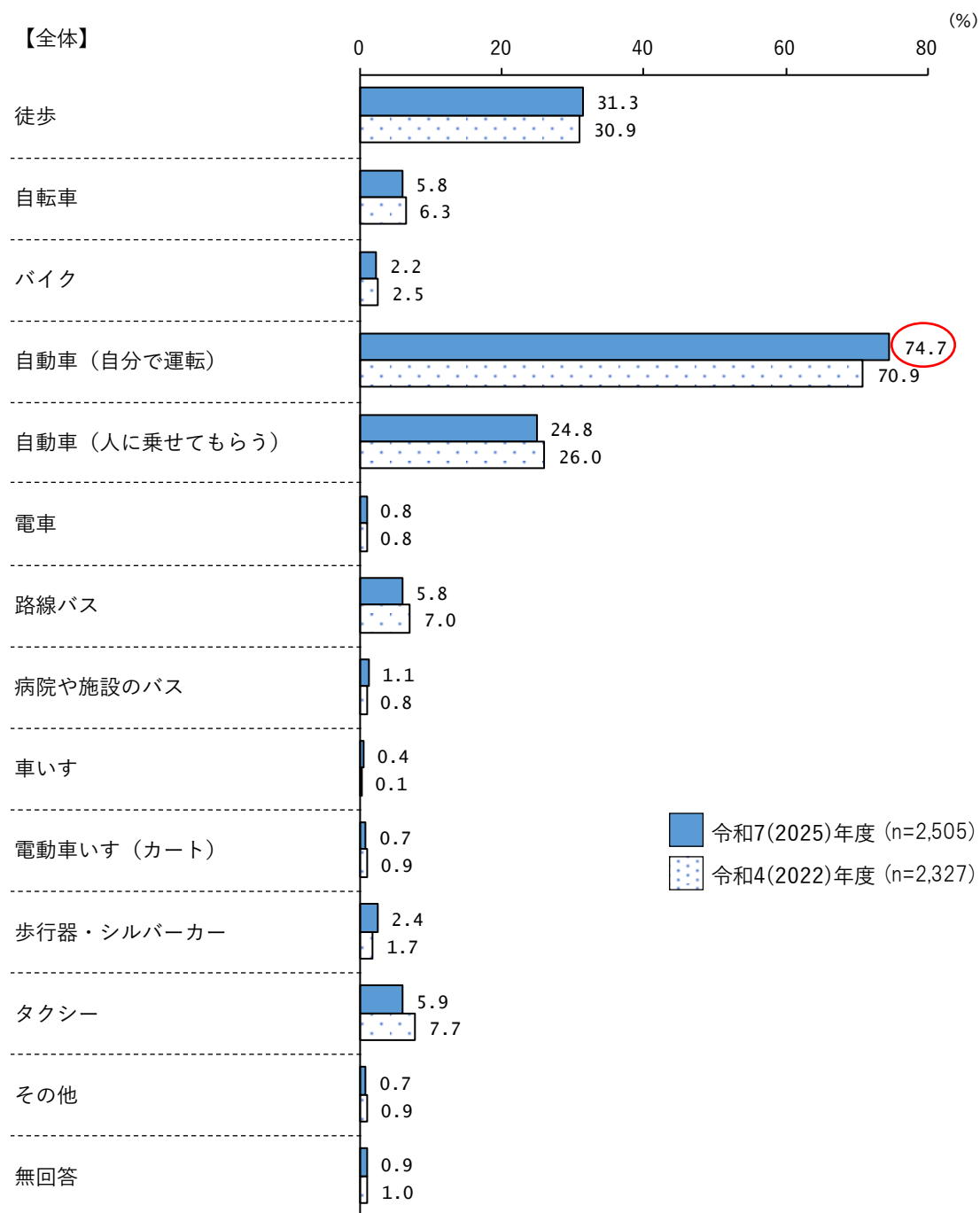
問2 (8) ① 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

全体でみると、「足腰などの痛み」が54.8%と最も高く、次いで「トイレの心配（失禁など）」(18.1%)、「交通手段がない」(17.7%)となっています。前回調査と比較すると、「足腰などの痛み」が16.5ポイント高くなっています。



問2（9）外出する際の移動手段は何ですか。（いくつでも）

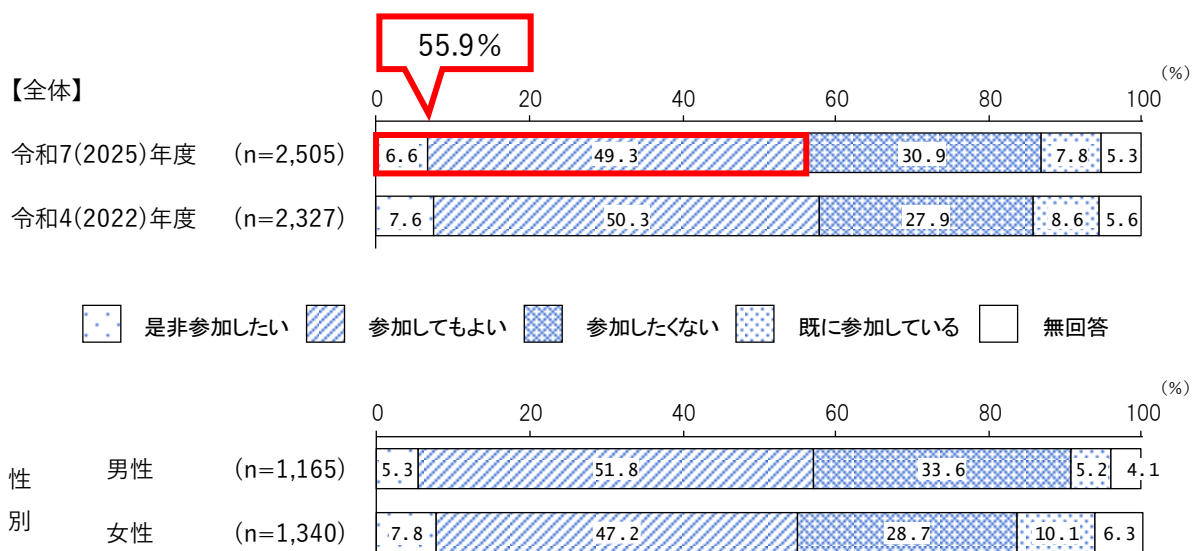
全体でみると、「自動車（自分で運転）」が74.7%と最も高く、次いで「徒歩」（31.3%）、「自動車（人に乗せてもらう）」（24.8%）となっています。



3 地域での活動について

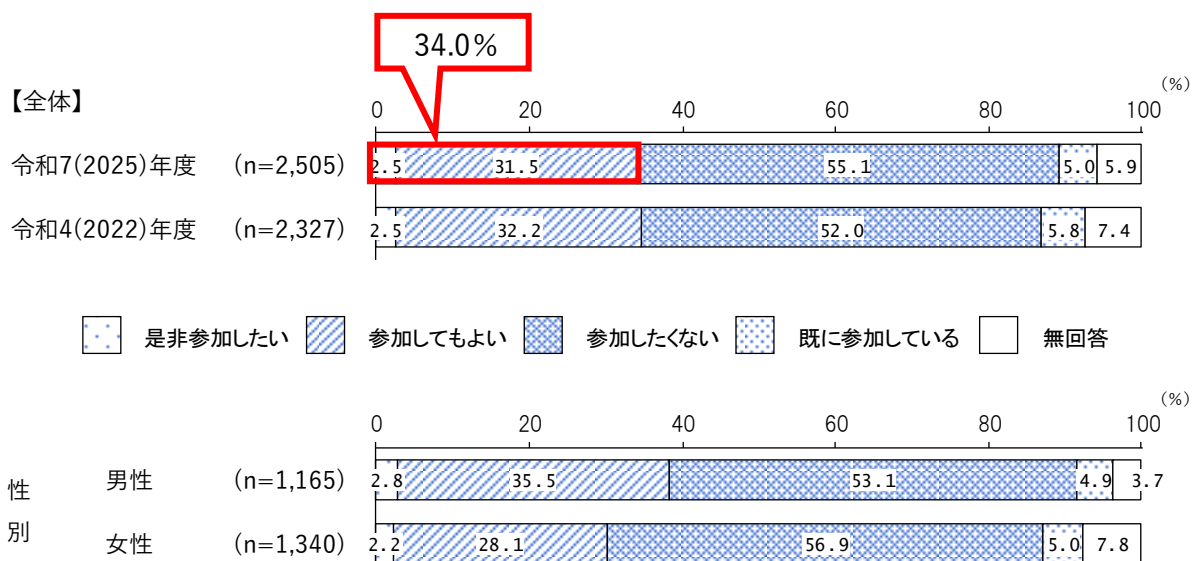
問5（2）地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。

全体でみると、「参加してもよい」が49.3%と最も高く、次いで「参加したくない」(30.9%)、「既に参加している」(7.8%)となっています。「是非参加したい」と「参加してもよい」を『参加意向あり』とすると、『参加意向あり』の割合は全体で55.9%となっています。



問5（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。

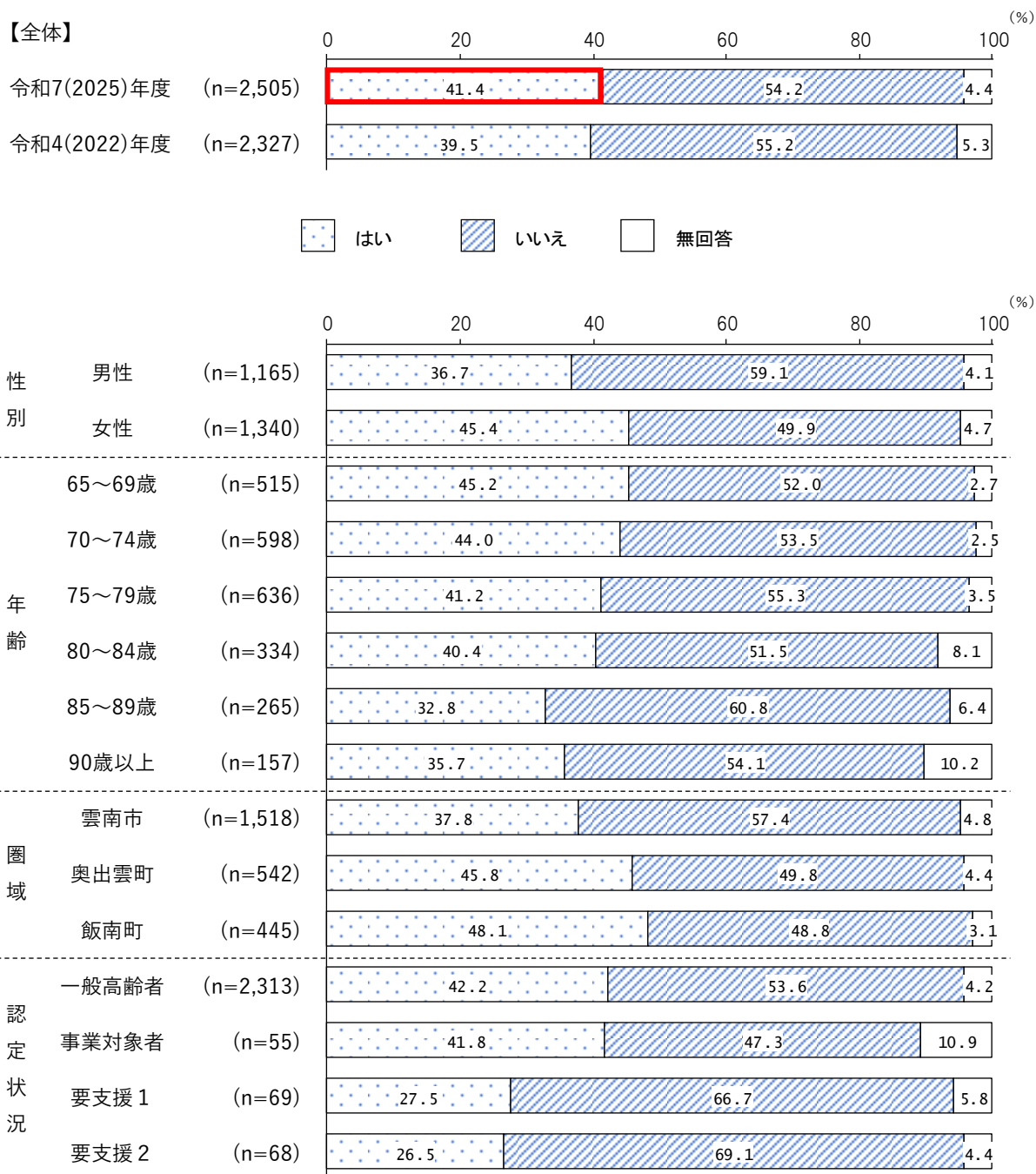
全体でみると、「参加したくない」が55.1%と最も高く、次いで「参加してもよい」(31.5%)となっています。「是非参加したい」と「参加してもよい」を『参加意向あり』とすると、『参加意向あり』の割合は全体で34.0%となっています。



4 認知症について

問9 (2) 認知症に関する相談窓口を知っていますか。

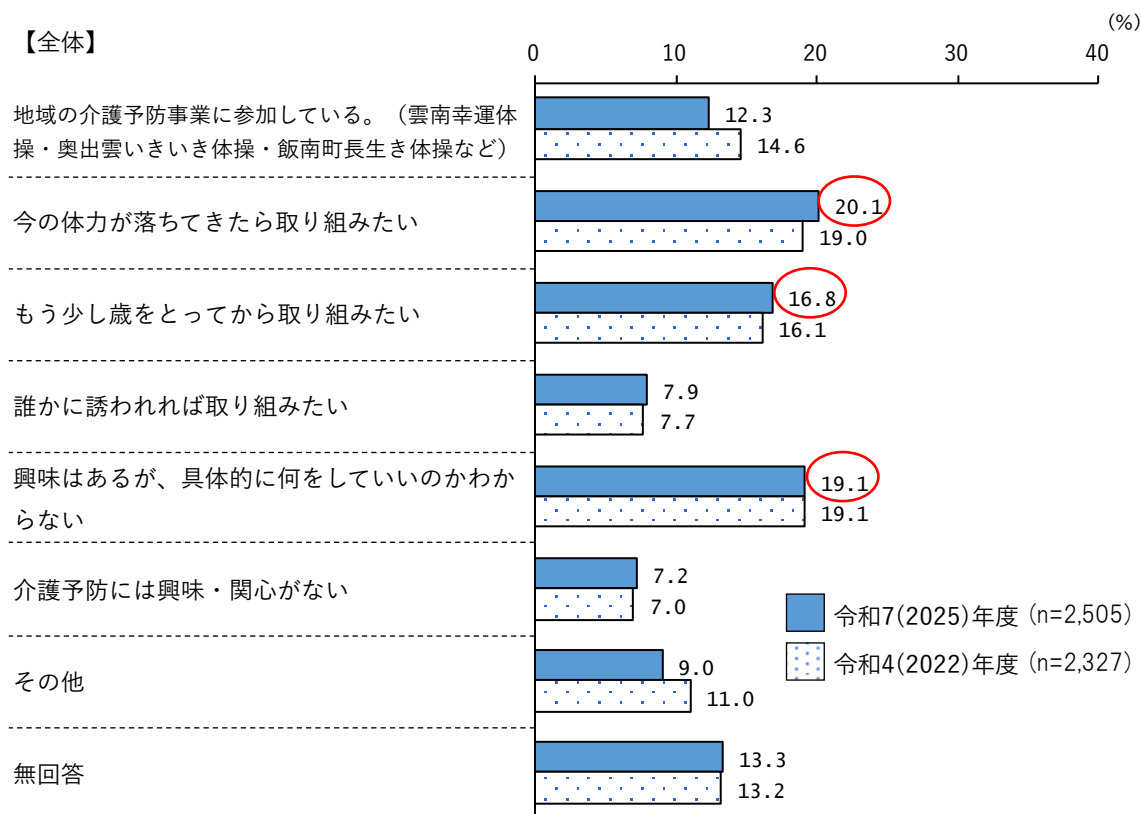
全体でみると、「いいえ」が54.2%、「はい」が41.4%となっています。



5 介護予防などについて【広域連合の独自質問】

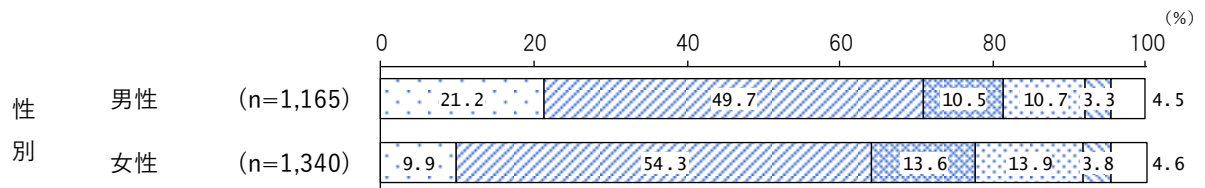
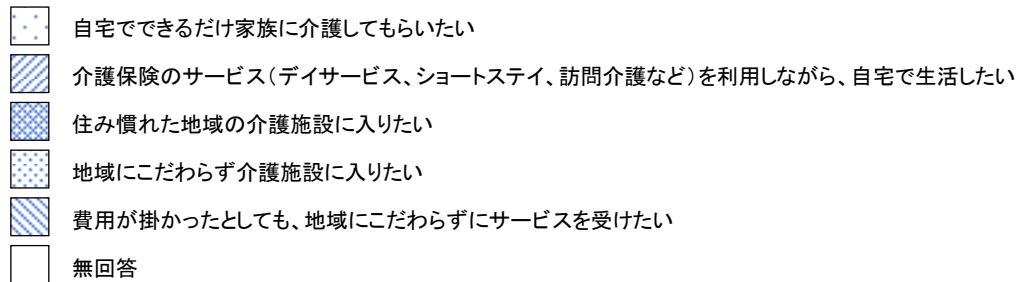
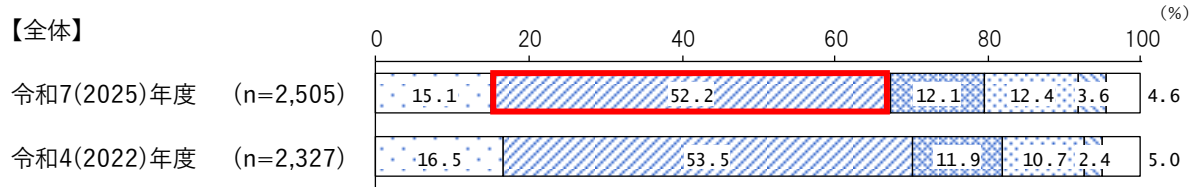
問10 (1) あなたの介護予防に対するお考えをお答えください。

全体でみると、「今の体力が落ちてきたら取り組みたい」が20.1%と最も高く、次いで「興味はあるが、具体的に何をしたいのかわからない」(19.1%)、「もう少し歳をとってから取り組みたい」(16.8%)となっています。



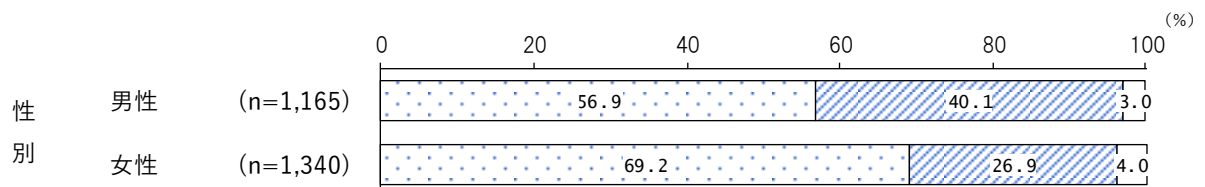
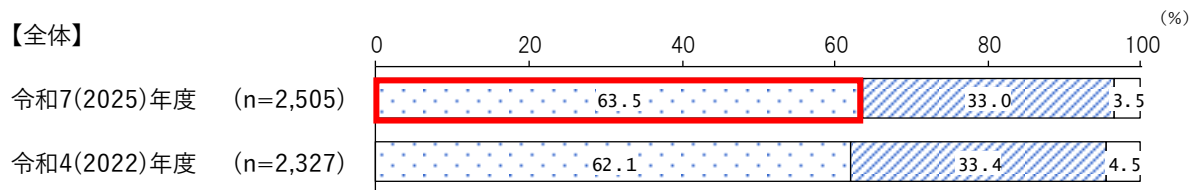
問10（2）あなたは、ご自分の介護が必要になった場合、どのようにしたいと思いますか。

全体でみると、「介護保険のサービス（デイサービス、ショートステイ、訪問介護など）を利用しながら、自宅で生活したい」が52.2%と最も高く、次いで「自宅でできるだけ家族に介護してもらいたい」（15.1%）、「地域にこだわらず介護施設に入りたい」（12.4%）となっています。



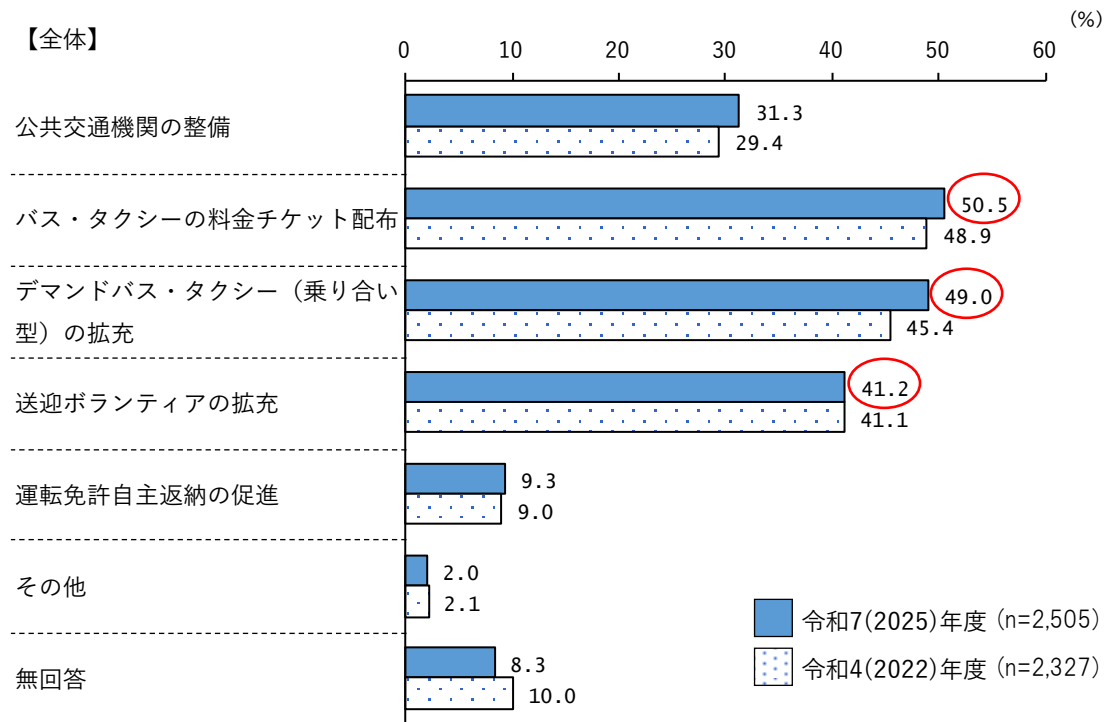
問10（3）高齢者の総合相談窓口である市・町の地域包括支援センターを知っていますか。

全体でみると、「知っている」が63.5%、「知らない」が33.0%となっています。女性で「知っている」が69.2%と男性よりも12.3ポイント高くなっています。



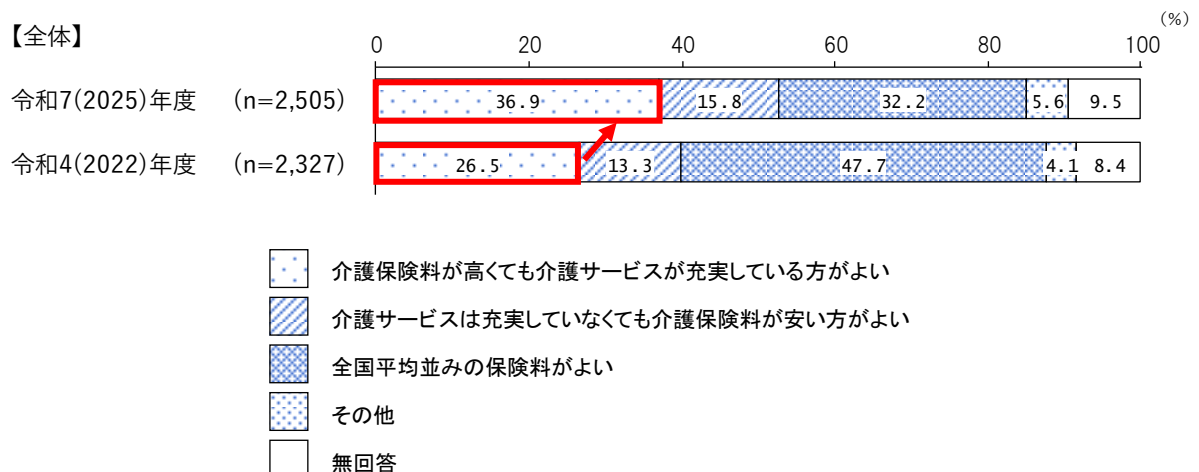
問10（4）高齢者の外出支援に対してどのような施策が必要であると思いますか。（いくつでも）

全体でみると、「バス・タクシーの料金チケット配布」が50.5%と最も高く、次いで「デマンドバス・タクシー（乗り合い型）の拡充」（49.0%）、「送迎ボランティアの拡充」（41.2%）となっています。



問10（5）介護保険制度は地域の高齢化率や介護サービスの量で介護保険料が変わってきます。あなたは、介護サービスと介護保険料についてどのように考えますか。※現在の雲南広域連合の介護保険料は、月額基準額が6,000円で全国平均（6,225円）より安いです。

全体でみると、「介護保険料が高くても介護サービスが充実している方がよい」が36.9%と最も高く、次いで「全国平均並みの保険料がよい」（32.2%）、「介護サービスは充実していなくても介護保険料が安い方がよい」（15.8%）となっています。前回調査と比較すると、「介護保険料が高くても介護サービスが充実している方がよい」が10.4ポイント高くなっています。



第3章 リスク判定に関する分析

1 リスク判定の結果

(1) 運動器の機能低下

【運動器の機能低下判定】

下記の5つの設問のうち、3問以上該当する場合、「運動器の機能低下の該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問2(1)	階段を手すりや壁をつたわずに昇ることができますか。	3. できない
問2(2)	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がることができますか。	3. できない
問2(3)	15分位続けて歩くことができますか。	3. できない
問2(4)	過去1年間に転んだことがありますか。	1. 何度もある 2. 一度ある
問2(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

全体でみると、「該当」が16.0%となっています。年齢が高くなるにつれ「該当」の割合も高くなっています。



(2) 転倒リスク

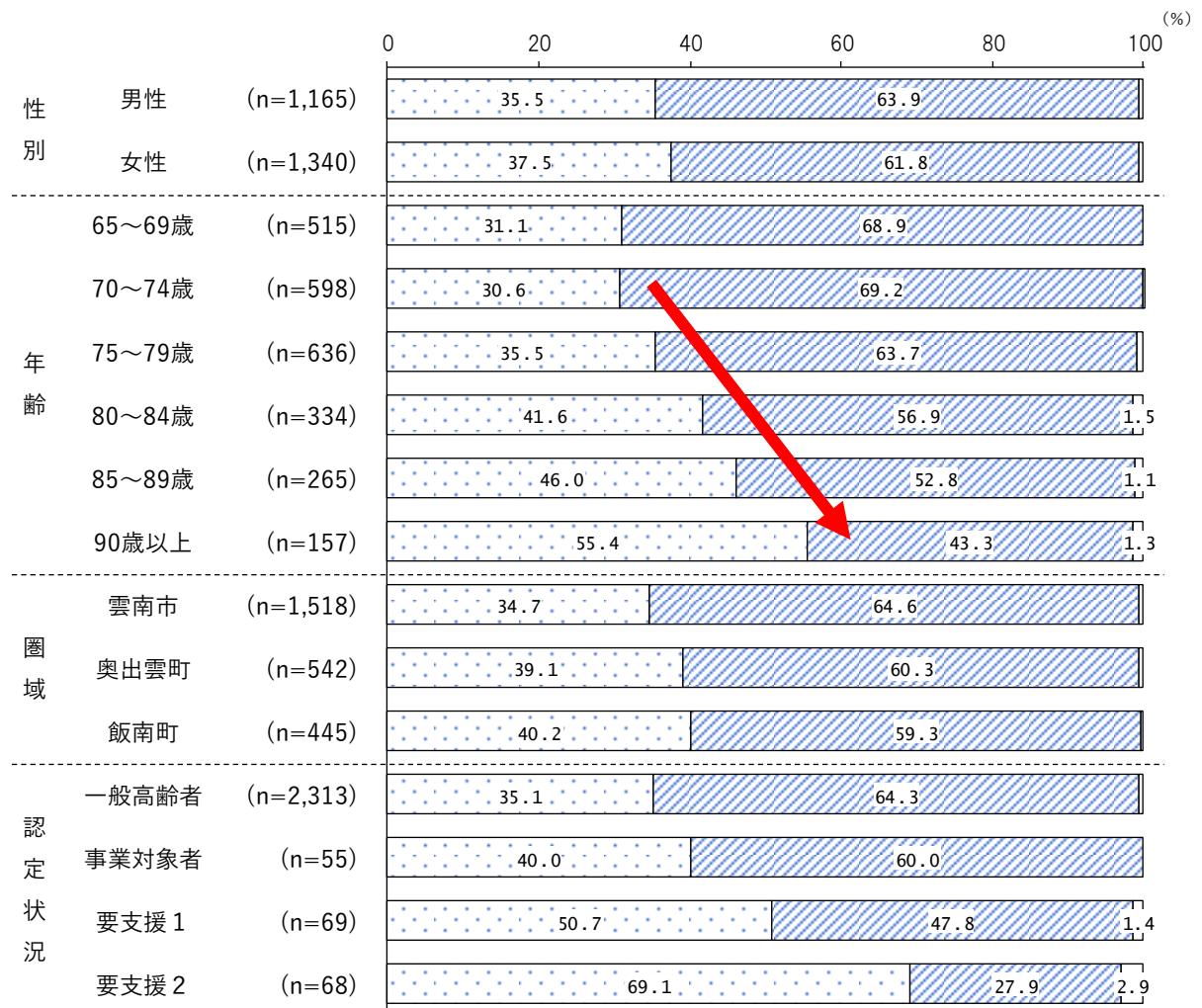
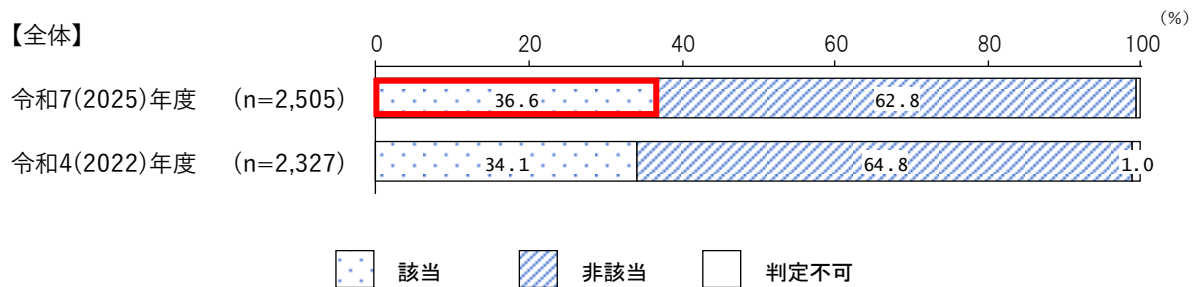
【転倒リスク判定】

下記の設問について該当する場合、「転倒リスクの該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問2(4)	過去1年間に転んだことがありますか。	1. 何度もある 2. 一度ある

全体でみると、「該当」が36.6%となっています。年齢が高くなるにつれ「該当」の割合も高くなる傾向にあります。

【全体】



(3) 閉じこもり傾向

【閉じこもり傾向の判定】

下記の設問について該当する場合、「閉じこもり傾向の該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問2(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

全体でみると、「該当」が25.7%となっています。女性で「該当」が31.3%と男性よりも11.9ポイント高くなっています。年齢が高くなるにつれ「該当」の割合も高くなっています。



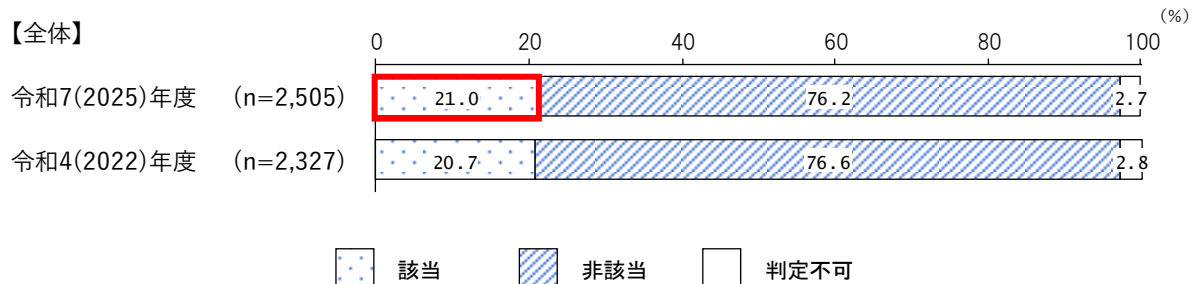
(4) 口腔機能の低下

【口腔機能の低下判定】

下記の3つの設問のうち、2問以上該当する場合、「口腔機能の低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問3(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
問3(3)	お茶や汁物等でむせることがありますか。	
問3(4)	口の渇きが気になりますか。	

全体でみると、「該当」が21.0%となっています。



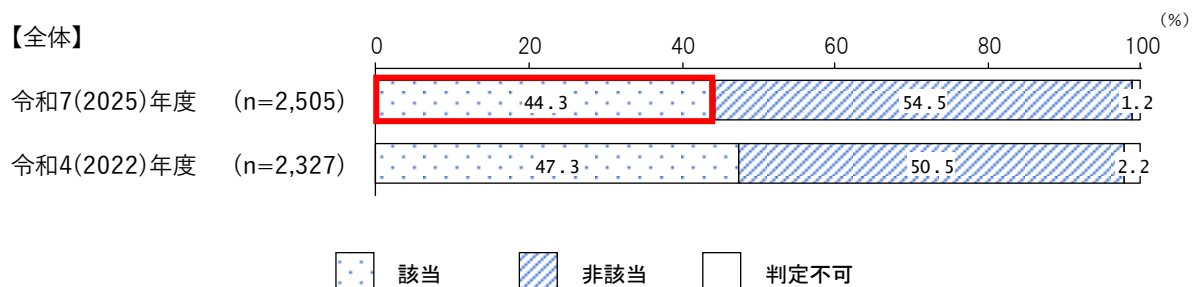
(5) 認知機能の低下

【認知機能の低下判定】

下記の設問について該当する場合、「認知機能の低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問4(1)	物忘れが多いと感じますか。	1. はい

全体でみると、「該当」が44.3%となっています。



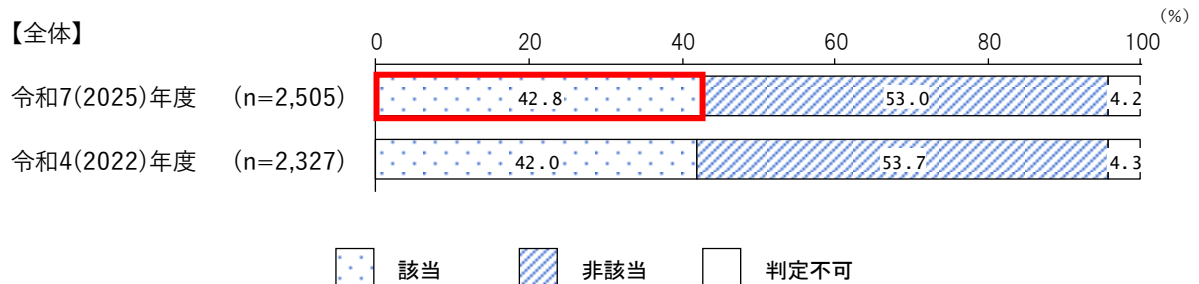
(6) うつ傾向

【うつ傾向の判定】

下記の2つの設問のうち、1問以上該当する場合、「うつ傾向の該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問8(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
問8(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。	

全体でみると、「該当」が42.8%となっています。



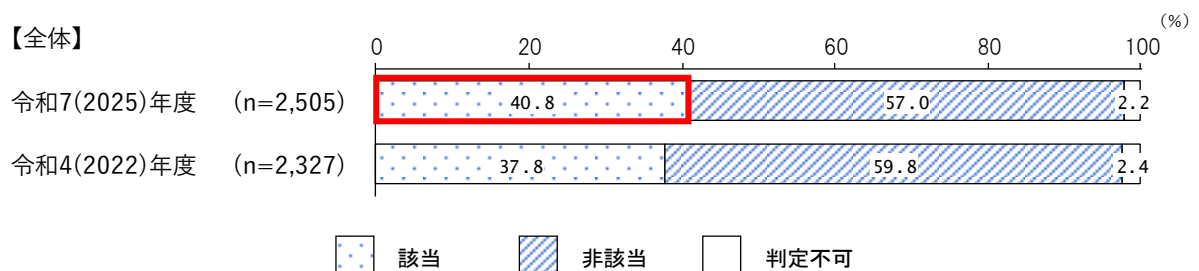
(7) 知的能動性の低下

【知的能動性の低下判定】

下記の各設問に該当した場合を1点とし、4項目の総得点において3点以下を「知的能動性の低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問4(9)	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. はい
問4(10)	新聞を読んでいますか。	
問4(11)	本や雑誌を読んでいますか。	
問4(12)	健康についての記事や番組に関心がありますか。	

全体でみると、「該当」が40.8%となっています。



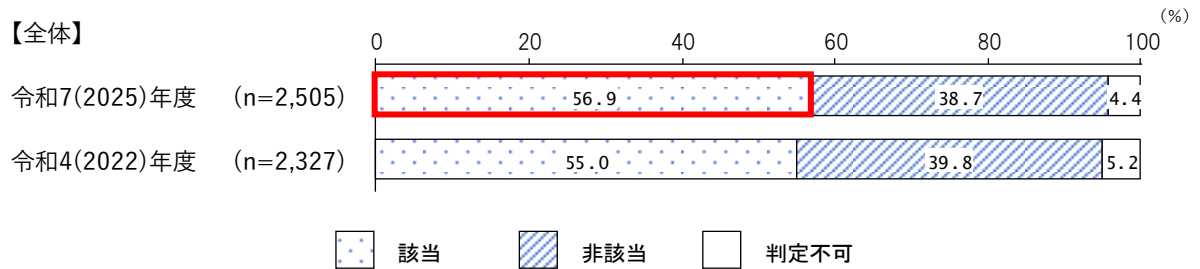
(8) 社会的役割の低下

【社会的役割の低下判定】

下記の各設問に該当した場合を1点とし、4項目の総得点において3点以下を「社会的役割の低下該当者」として判定。

設問番号	設問内容	該当する選択肢
問4(13)	友人の家を訪ねていますか。	1. はい
問4(14)	家族や友人の相談にのっていますか。	
問4(15)	病人を見舞うことができますか。	
問4(16)	若い人に自分から話しかけることがありますか。	

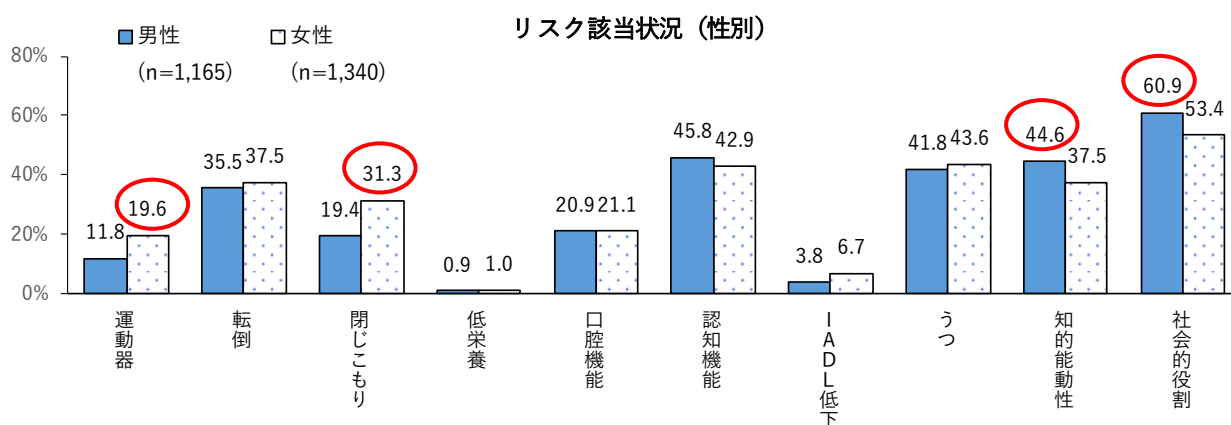
全体でみると、「該当」が56.9%となっています。



2 各種リスクの該当状況

(1) 性別

各種リスクの該当状況の割合を性別でみると、「知的能動性の低下」「社会的役割の低下」で女性に比べ、男性のリスクが高くなっています。「運動器の機能低下」「閉じこもり傾向」では男性に比べ、女性のリスクが高くなっています。



(2) 圏域

各種リスクの該当状況の割合を圏域別でみると、いずれの圏域においても「社会的役割」のリスクが最も高くなっています。次いで、リスクが高い項目は「認知機能」および「うつ」「知的能動性」であり、雲南市では「うつ」が44.9%、奥出雲町では「認知機能」が48.3%、飯南町では「知的能動性」が42.1%といずれも4割を超えています。身体機能面については、「転倒」リスクが雲南市34.7%、奥出雲町40.2%、飯南町39.1%といずれも3割を超えています。

