

## 第3章

### アンケート結果による現状

## 第3章 アンケート結果による現状

本計画策定の基礎資料とするため、下記のとおり調査を実施しました。

種 別	調査対象	調査方法	対象者数
介護予防・日常生活圏域二一ズ調査	要介護認定を受けていない65歳以上の方と、 要支援1・2の認定を受けられている方を無作為 に抽出	郵送にて調査票を配布	4,000人
在宅介護実態調査	在宅で生活している要支援・要介護者のうち、 更新・区分変更申請されている方を無作為に抽出	みよし広域連合所属訪問調査員 による、聞き取り	600人

※調査期間：平成 29 年 4 月 1 日～平成 29 年 6 月 30 日

### 〈介護予防・日常生活圏域二一ズ調査票の配布・回収状況〉

	配布数	回収数	回収率
三 好 市	2,791件	1,802件	64.6%
東みよし町	1,209件	705件	58.3%
合 計	4,000件	2,507件	62.7%

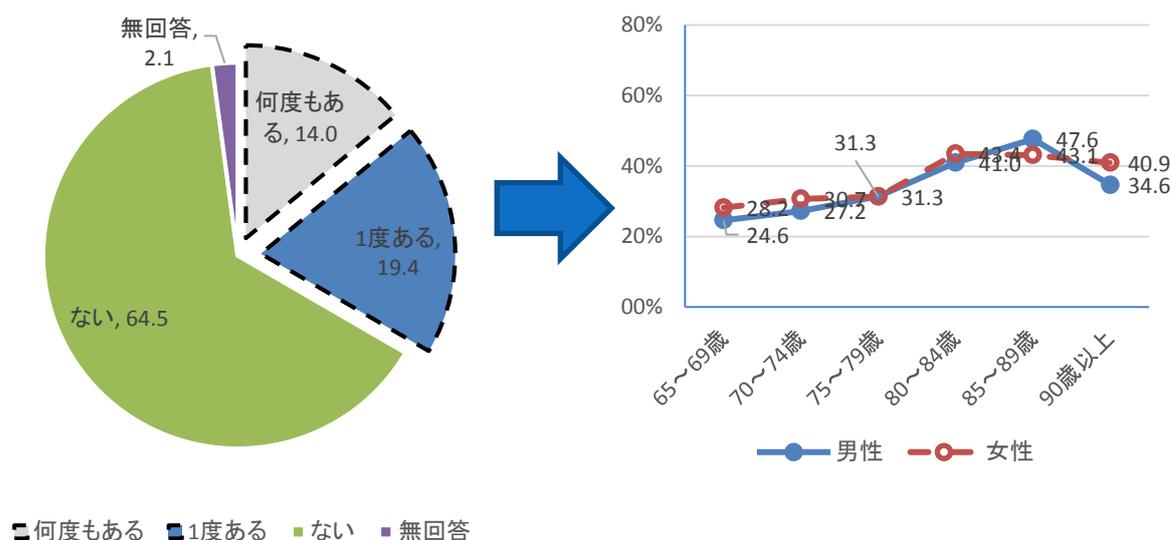
### \*旧町村別

	配布数	回収数	回収率
池 田 町	1,250件	799件	63.9%
井 川 町	407件	276件	67.8%
山 城 町	454件	303件	66.7%
三 野 町	374件	241件	64.4%
西祖谷山村	125件	71件	56.8%
東祖谷山村	181件	112件	61.9%
三加茂町	727件	407件	56.0%
三 好 町	482件	298件	61.8%
合 計	4,000件	2,507件	62.7%

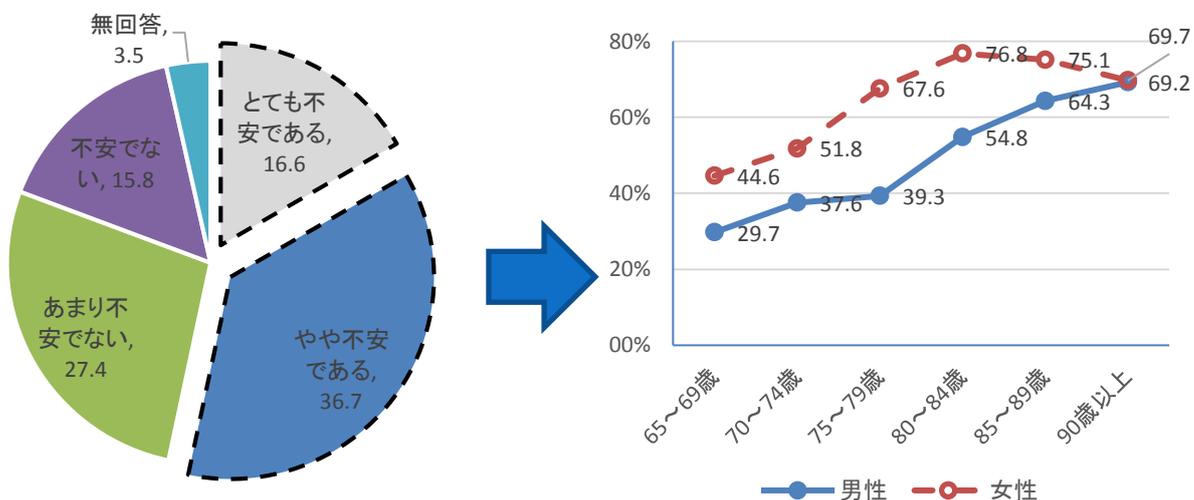
## (1) 健康づくり・介護予防（運動）について

一般高齢者のうち、「過去1年の転倒経験ありの人」は33.4%、「転倒に不安のある人」は53.3%と高くなっており、いずれも加齢とともに割合が高くなっています。

図表 過去1年間に転んだ経験の有無



図表 転倒に対する不安の有無



### (考察)

加齢に伴う筋力低下の予防や回復を目指し、運動習慣の定着化が必要になります。

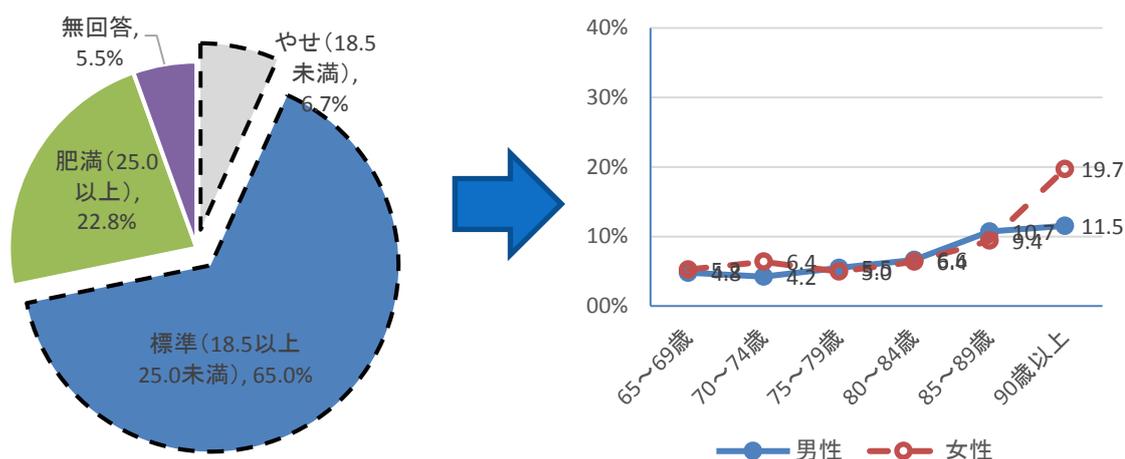
また、自宅のバリアフリー化、さらには、他の施設等のバリアフリー化を進めることで、高齢者にとって安心して暮らせる環境づくりを推進することが求められます。

## (2) 健康づくり・介護予防（食べること）について

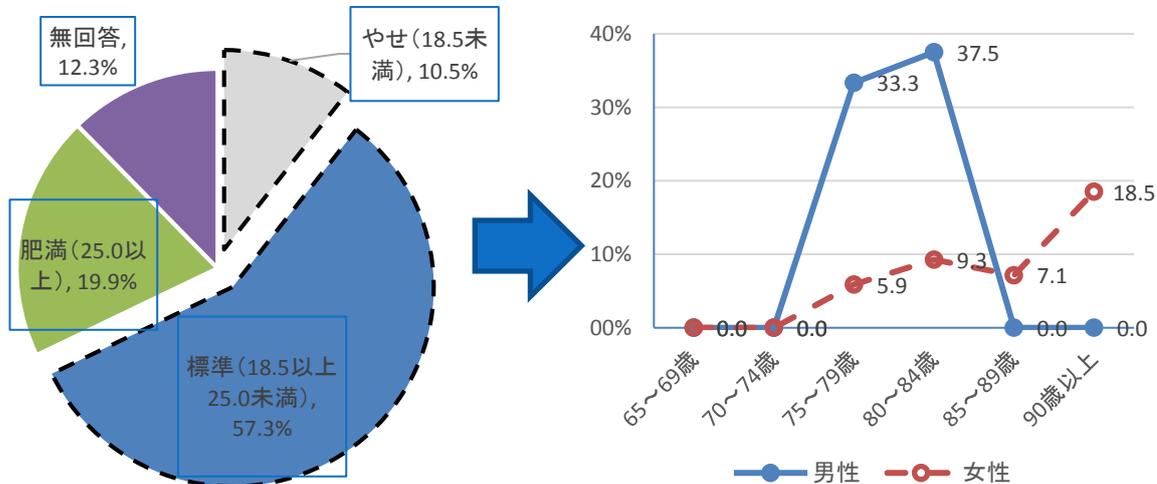
一般高齢者では、「やせ（BMI18.5未満）」の方が6.7%であり、いずれも加齢とともに割合が高くなり、女性は85歳以上で割合が上昇します。

要支援者では、「やせ」の方が10.5%であり、女性は80歳以上で増加傾向にあります。

図表 BMI<18.5（一般高齢者）



図表 BMI<18.5（要支援者）



### (考察)

要介護リスクが高まると言われるフレイル（虚弱）や、サルコペニア（筋肉量の低下による身体機能の低下）を予防するためには、「低栄養（BMI18.5未満のやせ）」予防に取り組むことが重要です。

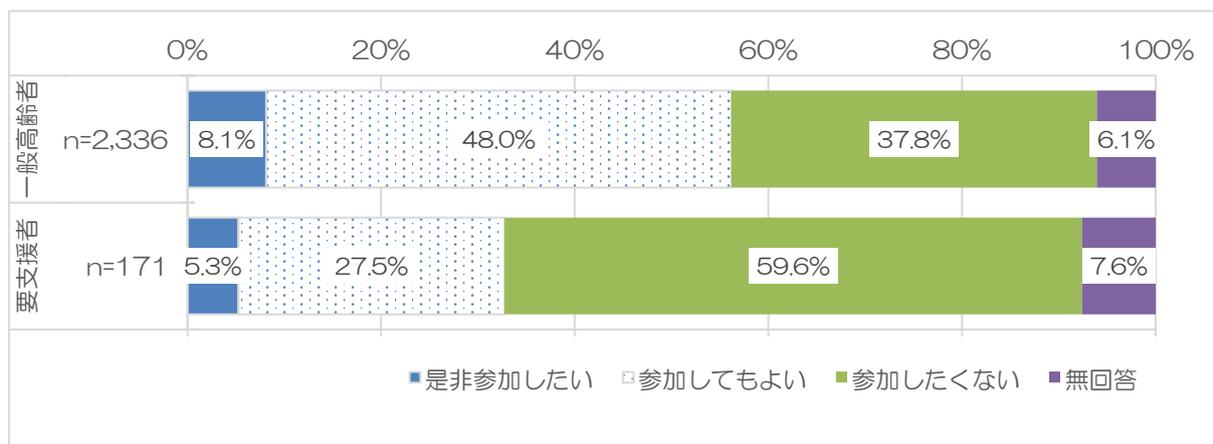
口腔機能の低下に誘引される「低栄養」に関するリスクの普及啓発を進め、口腔機能の低下予防に努める必要があります。

### (3) 地域づくり・社会参加について

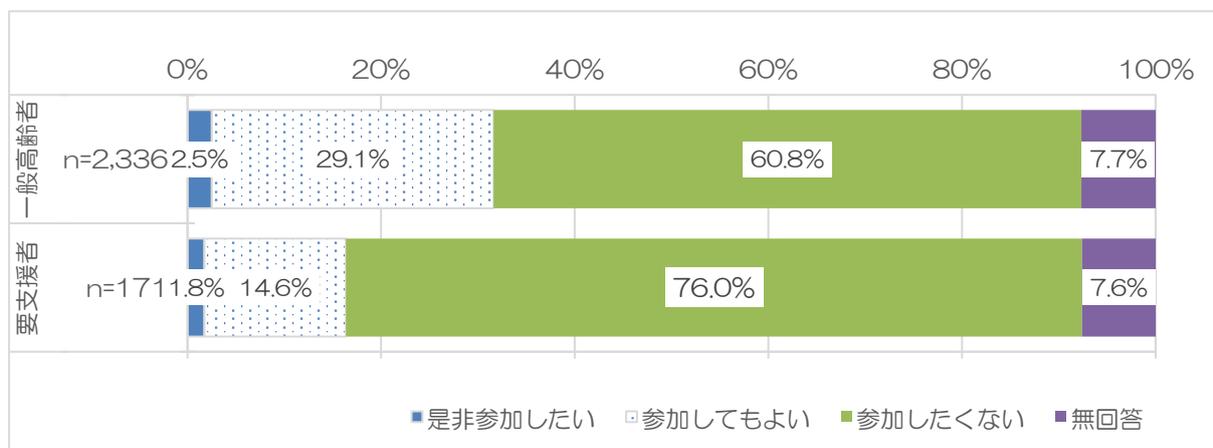
地域活動について、「参加者としてグループ活動等に参加してみたい」と回答した人は、一般高齢者で56.2%、要支援者で32.8%となっています。

また、「企画・運営（お世話役）としてグループ活動等に参加してみたい」と回答した人は、一般高齢者で31.6%、要支援者で16.4%となっています。

図表 参加者としてグループ活動等に参加してみたいか



図表 企画・運営（お世話役）としてグループ活動等に参加してみたいか



#### (考察)

近年、60、70歳代をはじめ比較的元気な高齢者が増えており、一般高齢者の方の半数以上がグループ活動に参加したいと答えており、地域でできる支援としては、「見守り・声かけ」、「ごみ出し」等が挙げられます。これらの地域に潜在する担い手を発掘し、生活支援ニーズとのマッチングを図ることが求められます。