

高齢者等実態調査（居宅要介護・要支援認定者等実態調査）抜粋版

1. 目的

第8期の介護保険事業計画（令和3年度から3ヵ年）策定にあたり、長野県の調査と一体となり、日常生活圏域ニーズ調査として実施する。

2. 対象者

居宅要介護・要支援者認定者 令和元年10月1日を基準日とする200人

3. 配布・回収方法

対象者に調査票と返信用封筒を郵送で送付

4. 期間

令和元年11月20日～令和元年12月20日

5. 回収率

回答者：70.0%（140人／200人）

6. 調査項目と集計結果（抜粋） 全59項目

*集計結果の表の上段は当該質問に対する回答者数（人）、下段は回答割合（%）

問1 性別

合計	男性	女性
140	40	100
100.0	28.6	71.4

問2 年齢

65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85～89歳	90歳以上
1	4	12	34	39	50
0.7	2.9	8.6	24.3	27.9	35.7

問3 要介護度

要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
7	20	40	37	14	11	11
5.0	14.3	28.6	26.4	10.0	7.9	7.9

問4 障害高齢者の日常生活自立度（寝たきり度）

J 1	J 2	A 1	A 2	B 1	B 2	C 1	C 2
1	23	38	39	13	19	2	5
0.7	16.4	27.1	27.9	9.3	13.6	1.4	3.6

問 5 認知症高齢者の日常生活自立度

自立	I	II a	II b	III a	III b	IV
32	27	4	46	23	1	7
22.9	19.3	2.9	32.9	16.4	0.7	5.0

問 6 家族構成

一人暮らし	夫婦 2 人暮らし (配偶者 65 歳以上)	夫婦 2 人暮らし (配偶者 64 歳以下)	息子・娘との 2 世帯	その他	無回答
19	27	5	76	7	6
13.6	19.3	3.6	54.3	5.0	4.3

問 7 手助けが必要な時、おおよそ 30 分以内に駆けつけてくれる親族

子	孫	兄弟・姉妹	その他の親族	近くに住む親族はいない	無回答
89	28	21	28	12	7
63.6	20.0	15.0	20.0	8.6	5.0

問 8 近所の方との付き合いの程度

常に自宅の様子を見に来てくれる (電話をくれる) 人がいる	お互いに訪問し合う人がいる	困った時に気軽に頼める人がいる	あいさつ、立ち話をする程度の人がある	付き合いはない	無回答
24	8	42	46	17	3
17.1	5.7	30.0	32.9	12.1	2.1

問 9 住まい

持家 (一戸建て)	公営賃貸住宅	借家	無回答
136	2	1	1
97.1	1.4	0.7	0.7

問 9-1 運動 (①階段を手すりや壁をつたわずに昇っているか)

できるし、している	できるけどしていない	できない	無回答
8	10	116	6
5.7	7.1	82.9	4.3

問 9-2 運動 (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るか)

できるし、している	できるけどしていない	できない	無回答
20	8	105	7
14.3	5.7	75.0	5.0

問 9-3 運動 (③15 分位続けて歩いているか)

できるし、している	できるけどしていない	できない	無回答
21 15.0	10 7.1	103 73.6	6 4.3

問 9-4 運動 (④過去 1 年間に転んだ経験があるか)

何度もある	1 度ある	ない	無回答
57 40.7	26 18.6	54 38.6	3 2.1

問 9-5 運動 (⑤転倒に対する不安は大きいのか)

とても不安	やや不安である	あまり不安でない	不安でない	無回答
84 60.0	43 30.7	6 4.3	2 1.4	5 3.6

問 9-6 運動 (⑥週に 1 回以上は外出しているか)

ほとんど外出しない	週 1 回	週 2～4 回	週 5 回以上	無回答
32 22.9	23 16.4	58 41.4	17 12.1	10 7.1

問 9-7 運動 (⑦昨年と比べて外出の回数が減っているか)

とても減っている	減っている	あまり減っていない	減っていない	無回答
25 17.9	33 23.6	34 24.3	37 26.4	11 7.9

問 9-8 運動 (⑧外出を控えているか)

はい	いいえ	無回答
84 60.0	48 34.3	8 5.7

問 9-8 運動 (⑧-1 外出を控えている理由)

病気	障害 (脳卒中の後遺症など)	足腰などの痛み	トイレの心配 (失禁など)	耳の障害 (聞こえの問題など)	目の障害	外での楽しみがない	経済的に出られない	交通手段がない	その他
25 29.8	13 15.5	52 61.9	21 25.0	13 15.5	9 10.7	12 14.3	1 1.2	17 20.2	11 13.1

問 15 家族や友人・知人以外で相談する相手

近所・同じ地域の 人	幼なじみ	学生時代の友人	仕事での同僚・元同僚	趣味や関心が同じ友人	ボランティア等の活動での友人	その他	いない	無回答
50 35.7	8 5.7	4 2.9	6 4.3	17 12.1	2 1.4	17 12.1	51 36.4	10 7.1

問 16 よく会う友人・知人

社会福祉協議会・民生委員	ケアマネジャー	医師・歯科医師・看護師	地域包括支援センター・役所・役場	その他	いない	無回答
33 23.6	94 67.1	49 35.0	26 18.6	3 2.1	16 11.4	7 5.0

問 17 日常生活上の支援が必要になった時、地域の人にしてほしい支援

外出の際の移動手段	財産やお金の管理	買い物	ごみ出し	庭の手入れ・草取り	掃除・洗濯・炊事	家の中の作業（家具の移動、電球の取替等）	ペットの世話	通院などの付き添い	急病など緊急時の手助け	災害時の手助け	安否確認等の定期的な声かけ・見守り	雪かき	特になし	無回答
42 30.0	1 0.7	37 26.4	32 22.9	41 29.3	38 27.1	13 9.3	5 3.6	32 22.9	66 47.1	54 38.6	30 21.4	55 39.3	18 12.9	9 6.4

問 18 現在の健康状態

とてもよい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
1 0.7	74 52.9	36 25.7	25 17.9	4 2.9

問 19 1か月間で、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりした経験の有無

はい	いいえ	無回答
73 52.1	60 42.9	7 5.0

問 20 40歳以降、日常生活で健康のために行動したり、気をつけたりしていたこと

実行していない	健康診断を定期的に受診	食事の内容(減塩、食べすぎないなど)	十分な睡眠	適度な運動等(スポーツ、ウォーキングなど)	歯や歯ぐきの健康	タバコを吸わない	お酒を飲みすぎない	無回答
25 17.9	61 43.6	56 40.0	41 29.3	41 29.3	30 21.4	27 19.3	8 5.7	7 5.0

問 21 現在治療中、または後遺症のある病気

ない	高血圧	脳卒中(脳出血・脳梗塞等)	心臓病	糖尿病	高脂血症(脂質異常)	呼吸器の病気(肺炎や気管支炎等)	胃腸・肝臓・胆のうの病気	腎臓・前立腺の病気	筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症等)
4 2.9	58 41.4	27 19.3	36 25.7	15 10.7	8 5.7	8 5.7	5 3.6	6 4.3	34 24.3

外傷(転倒・骨折等)	がん(悪性新生物)	血液・免疫の病気	うつ病	認知症(アルツハイマー病等)	パーキンソン病	目の病気	耳の病気	その他	無回答
15 10.7	4 2.9	3 2.1	5 3.6	36 25.7	8 5.7	22 15.7	8 5.7	5 3.6	8 5.7

問 22 「かかりつけ医」の有無

いる	いない	無回答
135 96.4	4 2.9	1 0.7

問 23 通院または訪問診療での受診状況

通院している	訪問診療を受けている	いいえ	無回答
101 72.1	27 19.3	15 10.7	5 3.6

問 24 通院・訪問診療の頻度

週1回以上	月2～3回	月1回程度	2か月に1回程度	3か月に1回程度	無回答
11 9.2	23 19.2	39 32.5	19 15.8	21 17.5	7 5.8

問 25 地域包括支援センターの認知状況

よく知っている	ある程度知っている	ほとんど知らない	全く知らない	無回答
25 17.9	62 44.3	30 21.4	18 12.9	5 3.6

問 26 今後、地域包括支援センターに力を入れてほしい事業

事業内容の周知	高齢者宅への訪問等による実態把握	高齢者の一般的な相談	認知症の相談	病院や施設の入退院(所)に関する相談	介護予防の普及啓発事業(健康教育、健康相談等)	介護予防のためのケアプランの作成	高齢者虐待、消費者被害の防止	成年後見制度の周知と相談	特になし	無回答
16 11.4	38 27.1	36 25.7	25 17.9	36 25.7	8 5.7	11 7.9	2 1.4	5 3.6	28 20.0	21 15.0

問 27 認知症の症状がある又は家族に認知症の症状がある人の有無

はい	いいえ	無回答
57 40.7	77 55.0	6 4.3

問 28 認知症に関する相談窓口の認知状況

はい	いいえ	無回答
48 34.3	83 59.3	9 6.4

問 29 認知症になっても安心して暮らすために充実が必要なこと

専門相談窓口	認知症の受診・治療病院・診療所	緊急時に対応できる病院・診療所、施設	入所できる施設	認知症の人が利用できる在宅サービス	認知症家族の会等	徘徊高齢者見守りネットワーク	認知症の講習会や予防教室等	認知症の正しい知識と理解をもった地域づくり	認知症カフェなどの認知症の人や家族、支援者が集える場所	その他	無回答
52 37.1	59 42.1	46 32.9	55 39.3	52 37.1	10 7.1	20 14.3	16 11.4	29 20.7	15 10.7	1 0.7	22 15.7

問 30 普段の生活での介護・介助の必要性の有無

介護・介助は必要ない	何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない	現在、何らかの介護・介助を受けている	無回答
10 7.1	10 7.1	115 82.1	5 3.6

問 31 介護・介助が必要になった主な原因

脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)	心臓病	がん (悪性新生物)	呼吸器の病気 (肺炎腫・肺炎等)	関節の病気 (リウマチ等)	認知症 (アルツハイマー病等)	パーキンソン病	糖尿病	腎疾患 (透析)	視覚・聴覚障害	骨折・転倒	脊椎・脊髄損傷	高齢による衰弱	その他
20 16.0	11 8.8	3 2.4	3 2.4	13 10.4	27 21.6	5 4.0	5 4.0	1 0.8	6 4.8	22 17.6	8 6.4	34 27.2	3 2.4

問 32 主な介護者・介助者

配偶者(夫・妻)	息子	娘	子の配偶者	介護サービスのヘルパー	その他	無回答
30 26.1	16 13.9	23 20.0	19 16.5	18 15.7	1 0.9	8 7.0

問 33 主な介護者・介助者の性別

男性	女性	無回答
26 29.2	62 69.7	1 1.1

問 34 主な介護者・介助者の年齢

40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	無回答
1 1.1	20 22.5	28 31.5	19 21.3	17 19.1	4 4.5

問 35 主な介護者・介助者の同居・別居の状況

別居している	同居している	無回答
23 25.8	63 70.8	3 3.4

問 36 主な介護者・介助者の住まい

同一市町村内	県内	県外	無回答
10 43.5	4 17.4	4 17.4	5 21.7

問 37 家族、親族が介護・介助する頻度(週あたり)

ない	週1日より少ない	週に1~2日	週に3~4日	ほぼ毎日	無回答
3 3.4	3 3.4	5 5.6	7 7.9	60 67.4	11 12.4

問 38 主な介護者・介助者が行っている介護

日中の排泄	夜間の排泄	食事の介助（食べる時）	入浴・洗身	身だしなみ（洗顔・歯磨き等）	衣服の着脱	屋内の移乗・移動	外出の付き添い、送迎等	服薬	認知症状への対応	医療面での対応（経管栄養、ス トーマ等	食事の準備（調理等）	その他の家事（掃除、洗濯、買 い物等	金銭管理や生活面に必要な諸手 続き	服薬の管理
24 27.0	26 29.2	26 29.2	19 21.3	31 34.8	33 37.1	19 21.3	61 68.5	43 48.3	25 28.1	9 10.1	67 75.3	69 77.5	69 77.5	56 62.9

問 39 介護保険制度のサービスの利用状況

利用している	利用していない	無回答
129 92.1	9 6.4	2 1.4

問 40 利用している在宅サービス

訪問診療（医師の訪問）	訪問介護	夜間対応型訪問介護	訪問入浴介護	訪問看護	訪問リハビリテーション	通所介護（デイサービス）	認知症対応型通所介護	通所リハビリテーション（デイケア）	短期入所（ショートステイ）	小規模多機能型居宅介護	医師や薬剤師などによる療養上の指導（居 宅療養管理指導）	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	その他生活支援サービス	その他の在宅サービス
19 14.7	26 20.2	2 1.6	3 2.3	10 7.8	12 9.3	75 58.1	3 2.3	28 21.7	30 23.3	10 7.8	24 18.6	5 3.9	7 5.4	1 0.8

問 41 利用している介護保険サービスの満足状況

満足している	どちらかと言えば満足している	どちらかと言えば満足していない	満足していない	無回答
66 51.2	48 37.2	3 2.3	2 1.6	10 7.8

問 42 介護保険サービスを利用したことによる心身の状態の変化の有無

よくなった	どちらかと言え ばよくなった	変わらない	わからない	その他	無回答
39 34.2	39 34.2	18 15.8	14 12.3	1 0.9	3 2.6

問 43 介護保険サービス以外の支援・サービスの利用状況

利用している	利用していない	無回答
27 19.3	94 67.1	19 13.6

問 44 今後の自宅での生活の継続に必要と感じる支援・サービス

配食	調理	掃除・洗濯	買い物	食料品等の巡回販売や宅配	外出同行（通院、買い物など）	ごみ出し	見守り、声かけ	福祉タクシー等	移送サービス（介護・福祉）	サロンなどの定期的な通いの場	その他	無回答
25 17.9	14 10.0	19 13.6	20 14.3	17 12.1	25 17.9	17 12.1	21 15.0	42 30.0	4 2.9	2 1.4	63 45.0	

問 45 「施設」や「高齢者向けの住まい」への入所（入居）の検討状況

検討していない	検討している	すでに申し込みをしている	無回答
90 64.3	28 20.0	9 6.4	13 9.3

問 46-1 施設等への入所（入居）希望の有無

希望する	希望しない（可能なかぎり自宅で生活したい）	わからない	無回答
31 22.1	76 54.3	22 15.7	11 7.9

問 46-2 「施設」や「高齢者向けの住まい」での生活を希望する理由

家族に迷惑をかけたくないから	自宅では、認知症対応やリハビリなど専門的な介護が受けられないから	家族は介護の時間が十分にとれないから	自宅では、急な容態変化や介護者の都合など緊急時の対応の面で不安だから	在宅で介護保険サービスを利用するより諸々の費用を考え総合的にみると経済的だから	住宅の構造に問題があるから	家族がないから
15 48.4	11 35.5	13 41.9	12 38.7	3 9.7	6 19.4	5 16.1

問 47 最も希望する「施設」や「住まい」の形態、入所（入居）を希望する「施設」や「高齢者向けの住まい」の形態

常時介護が受けられる大規模（定員 30～100 人程度）な施設で、少人数ごとに家庭的な生活を送れる個室の施設（ユニット型の特養、老健など）	21 (15.0)
常時介護が受けられる大規模（定員 30～100 人程度）な施設で、個室に比べて利用料金が比較的低額な相部屋（4 人 1 部屋程度）の多い施設（従来型の特養など）	14 (10.0)
住み慣れた地域や自宅近くで常時介護が受けられ、小規模（定員 5～29 人程度）で家庭的な雰囲気の個室の施設（小規模な特養など）	37 (26.4)
一人暮らしの不安や身体・認知機能の低下を補うため、高齢者が必要に応じて介護を受けながら生活する小規模施設（グループホーム、ケアハウスなど）	9 (6.4)
希望に応じて食事や清掃などのサービスが提供される集合住宅（有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅など）	3 (2.1)
その他	1 (0.7)
特にない（施設や住まいの形態は問わない方を含む）	19 (13.6)

問 48 ずっと自宅で暮らし続けるためにあればいいと思う支援

緊急時など、必要な時にショートステイや宿泊サービスが利用できること	97 (69.3)
自宅に医師が訪問して診療してくれること	73 (52.1)
デイサービスなどの通所サービスを必要な時に利用できること	81 (57.9)
要介護度によって決められている金額を気にせずに、必要な分だけ介護保険サービスを受けられること	62 (44.3)
通院などの際、送迎サービスを受けられること	62 (44.3)
介護をしてくれる家族がいること	66 (47.1)
夜間や休日にも、自宅で介護や看護のサービスを受けられること	54 (38.6)
配食サービスを受けられること	42 (30.0)
緊急時などに必要な見守りを受けられること	43 (30.7)
自宅を改修するための資金提供を受けられること	28 (20.0)
その他	2 (1.4)
無回答	11 (7.9)

問 44 介護保険制度に対する評価

本人や家族の負担が軽減されるなど、全体的に満足している	本人や家族の負担があまり変わらず、よくわからない	本人や家族の負担が増加するなど、かなり不満がある	その他	無回答
62 44.3	44 31.4	11 7.9	1 0.7	22 15.7

問 45 介護保険サービス利用料の自己負担割合

3 割負担	2 割負担	1 割負担	無回答
8 5.7	11 7.9	98 70.0	23 16.4

問 46 2～3 割負担となったことによる利用料の自己負担額の変化の有無

自己負担額が増えた	自己負担額は増えていない	無回答
13 68.4	3 15.8	3 15.8

問 47 一定以上の所得がある方の介護保険サービス利用料の自己負担額が3割となったことに対する考え

一定の自己負担の増額はやむを得ない(仕方ない)	介護保険サービスが削減されても、利用者負担は増えない方がよい	介護保険料や公費負担を増額して、利用者負担は増えないようにする方がよい	わからない	無回答
46 32.9	17 12.1	16 11.4	40 28.6	21 15.0

問 48 今後の介護保険料に対する考え

現在の介護保険サービスを維持・充実するために、介護保険料が高くなってもやむを得ない	介護保険サービスが削減されても、介護保険料は高くない方がよい	公費負担や現役世代の負担を増やして、高齢者の介護保険料は高くないようにする方がよい	わからない	無回答
37 26.4	20 14.3	27 19.3	36 25.7	20 14.3

問 49 今後、介護や高齢者に必要な施策

特別養護老人ホーム・介護老人保健施設など、大規模で常時介護に対応できる施設の整備	42 (30.0)
29人以下の特別養護老人ホームや認知症グループホームなど、小規模で家庭的な雰囲気の中で常時介護のもと生活できる施設の整備	39 (27.9)
ケアハウス・有料老人ホームなど、それぞれの高齢者が、必要に応じた介護を受けながら生活できる施設や共同住宅の整備	32 (22.9)
自宅での生活が継続できるよう、訪問介護・訪問看護・訪問リハビリなど訪問系在宅サービスの充実	67 (47.9)
自宅での生活が継続できるよう、通所介護(デイサービス)・通所リハビリ(デイケア)など通所系在宅サービスの充実	68 (48.6)
自宅での生活が継続できるよう、24時間対応の在宅サービス(訪問介護・看護)の充実	39 (27.9)
自宅での生活が継続できるよう、短期入所(ショートステイ)などの一時的入所サービスの充実	66 (47.1)
自宅での生活が継続できるよう、福祉用具貸与・住宅改修の充実	43 (30.7)
認知症の人が利用できるサービスの充実	30 (21.4)
介護に関する相談(土日を含む)や介護者教室、介護者の集いの場の充実	18 (12.9)
介護予防(寝たきり予防、認知症予防など)事業の充実	25 (17.9)
外出支援(公共交通機関を利用する際の助成、移送サービスなど)	26 (18.6)
生活支援	12 (8.6)
健康づくりのための教室、健康相談の充実	13 (9.3)
健康診断や歯科検診などの充実	15 (10.7)
隣近所の助け合いやボランティア活動の育成や活動への助成	14 (10.0)
生きがいをもって活動できる場や働ける場の整備	13 (9.3)
世代間の交流事業や高齢者の知識や経験を伝える場づくり	5 (3.6)
認知症疾患医療センター等の専門医療機関の充実	18 (12.9)
特になし・わからない	14 (10.0)
無回答	14 (10.0)

問 50 介護をしている人の人数

1人	2人以上の介護をしている	無回答
73 82.0	6 6.7	10 11.2

問 51 主な介護者の現在の勤務形態

フルタイムで働いている	パートタイムで働いている	働いていない	無回答
19 21.3	17 19.1	43 48.3	10 11.2

問 52 主な介護者の現在の職業

会社員	公務員・団体職員	農林漁業	自営業・フリーランス・自由業	その他
16 44.4	5 13.9	1 2.8	8 22.2	6 16.7

問 53 介護・介助をするにあたってしている働き方についての調整等

介護・介助のために、「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら、働いている	介護・介助のために、「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている	介護・介助のために、その他の調整をしながら、働いている	特に行っていない	無回答
14 38.9	10 27.8	5 13.9	11 30.6	2 5.6

問 54 今後も働きながら介護・介助を続けていけそうか

問題なく、続けていける	問題はあるが、何とか続けていける	続けていくのは、やや難しい	続けていくのは、かなり難しい	退職を予定している
9 25.0	19 52.8	6 16.7	1 2.8	1 2.8

問 55 主な介護者が介護・介助にかけている時間

1時間未満	1～3時間未満	3～6時間未満	6～12時間未満	12時間以上	無回答
8 9.0	33 37.1	18 20.2	10 11.2	8 9.0	12 13.5

問 56 現在の生活を継続していくにあたって、主な介護者・介助者が不安に感じる介護等

日中の排泄	夜間の排泄	食事の介助（食べる時）	入浴・洗身	身だしなみ（洗顔・歯磨き等）	衣服の着脱	屋内の移乗・移動	外出の付き添い、送迎等
16 18.0	27 30.3	7 7.9	11 12.4	8 9.0	3 3.4	10 11.2	19 21.3

服薬	認知症状への対応	医療面での対応（経管栄養、ストーマ等）	食事の準備（調理等）	その他の家事（掃除、洗濯、買い物等）	金銭管理や生活面に必要な諸手続き	不安に感じていることは、特になし
6 6.7	24 27.0	2 2.2	10 11.2	10 11.2	7 7.9	5 5.6

問 57 主な介護者・介助者が介護・介助する上で困っていること

本人に正確な症状を伝えるのが難しい	21 (23.6)
現在の状況を理解してもらるのが難しい	22 (24.7)
来客にも気を遣う	8 (9.0)
本人の言動が理解できないことがある	25 (28.1)
本人に受診を勧めても同意してもらえない	1 (1.1)
本人に施設入所や通所サービスを勧めても、本人がいやがって利用しない	5 (5.6)
適切な介護方法がわからない	4 (4.5)
症状への対応がわからない	8 (9.0)
移動する際の交通手段がない	2 (2.2)
家族・親族に介護・介助を協力してもらえない	2 (2.2)
誰に、何を、どのように相談すればよいか、わからない	2 (2.2)
日中、家を空けるのを不安に感じる	34 (38.2)
介護・介助を家族等他の人に任せてよいか、悩むことがある	7 (7.9)
介護の方針などについて、家族・親戚などとの意見が合わない・理解が得られない	1 (1.1)
介護について相談できる相手がいない	1 (1.1)
サービスを思うように利用できない、サービスが足りない	3 (3.4)
夜間に対応してくれる事業者がいない	6 (6.7)
緊急時に対応してくれる事業者がいない	6 (6.7)
サービスを利用したら本人の状態が悪化した（ことがある）	2 (2.2)
ケアマネジャーとの関係がうまくいかない	1 (1.1)
自分の用事・都合をすませることができない	14 (15.7)
自分の仕事に影響が出ている	8 (9.0)
身体的につらい（腰痛や肩こりなど）	14 (15.7)
精神的なストレスがたまっている	26 (29.2)
睡眠時間が不規則になり、健康状態がおもわしくない	13 (14.6)
自分の自由になる時間、リフレッシュする時間が持てない	19 (21.3)
先々のことを考える余裕がない	17 (19.1)
経済的につらいと感じた時がある	11 (12.4)
その他	3 (3.4)
特に困っていることはない	12 (13.5)
無回答	12 (13.5)