
高 齡 者 フ レ イ ル 調 査

報 告 書

令和 3 年 6 月
東海村高齡福祉課

目次

1. 調査目的	1
2. 調査対象	1
3. 調査方法	1
4. 回収方法	1
5. 調査期間	1
6. 回収結果	1
7. 調査結果	2
I. 回答者の属性	2
1. 性別	2
2. 回答方法	2
3. 年齢	3
4. 中学校区	3
【参考】フレイルリスク判定基準	4
II. フレイル調査項目	5
III. フレイルリスク保有者割合	11
IV. デジタル調査	13
V. 調査のまとめ	17
1. 高齢者フレイル調査	17
2. デジタル調査	17
【参考文献】	18
【添付資料】 調査票「東海村高齢者フレイル予防のための調査」	

高齢者フレイル調査 報告書

1. 調査目的

新型コロナウイルス感染症の流行に伴う、外出自粛や活動制限等により、高齢者の心身の健康悪化(フレイル)が懸念されている。そのため、フレイルに陥る可能性のある高齢者を早い段階で把握し、対象者の生活状況等の確認を行うことが必要である。

そのうえで、健康寿命の延伸を目指し、介護予防を推進する観点から、フレイルに陥る可能性のある高齢者に対し、必要に応じた社会資源や福祉サービス等の情報提供や利用促進、専門職等による早期の介入を行うための基礎資料を得ることを目的とする。

2. 調査対象

令和3年4月1日現在、65歳から74歳までの前期高齢者 4,183人

※ 事業対象者でサービスを利用している者、要支援1・2、要介護認定者を除く

3. 調査方法

記名自記式調査票(高齢者フレイル予防のための調査票)を用いたアンケート調査

4. 回収方法

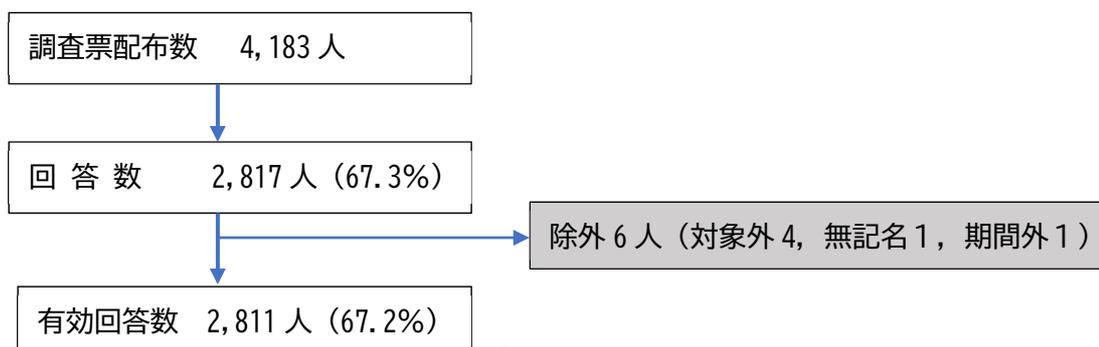
いばらき電子申請システムを用いた Web 回答および郵送による調査票回収

5. 調査期間

令和3年4月27日～令和3年5月31日

6. 回収結果

回答数	2,817名 (回答率 67.3%)	内訳	Web	372名
			調査票	2,445名
有効回答数	2,811名 (有効回答率 67.2%)			



7. 調査結果

I. 回答者の属性

1. 性別

n=2,811

全体		男性		女性	
人	%	人	%	人	%
2811	100.0	1271	45.2	1540	54.8

男女の回答者の割合は、ほぼ偏りはない

2. 回答方法

n=2,811

	全体		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
調査票	2439	86.8	1055	83.0	1384	89.9
Web回答	372	13.2	216	17.0	156	10.1

$p < 0.001^*$

※ 性別による χ^2 検定を実施

* 女性に比べ、男性の方が「Web調査」での回答割合が有意に高い

- ・ 郵送による調査票回収が8割を超えており、Web回答が少ない。
- ・ Web回答者の割合は、女性に比べて、男性の方が高い傾向が認められる。

3. 年齢

n=2,811

(歳)	全体		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
65	210	7.5	94	7.4	116	7.5
66	216	7.7	107	8.4	109	7.1
67	236	8.4	121	9.5	115	7.5
68	258	9.2	117	9.2	141	9.2
69	287	10.2	131	10.3	156	10.1
70	273	9.7	107	8.4	166	10.8
71	316	11.2	145	11.4	171	11.1
72	340	12.1	141	11.1	199	12.9
73	376	13.4	166	13.1	210	13.6
74	299	10.6	142	11.2	157	10.2

65～69 歳に比べ、70～74 歳までの回答割合の方が、やや高い傾向にある。

4. 中学校区

n=2,811

(学校区)	全体		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
東海中	1421	50.6	645	50.7	776	50.4
東海南中	1390	49.4	626	49.3	764	49.6

中学校区別の回答割合は、ほぼ偏りはない。

【参考】フレイルリスク 判断基準

フレイルリスクについては、現行の基本チェックリスト判定基準等をもとに、口腔、栄養、運動器機能、認知機能、閉じこもり、社会的フレイルのリスク基準を独自に設定した。

1. 口腔機能 : Q4 および Q5 にいずれも該当した者

Q4. 半年前に比べ固いものがたべにくくなりましたか……………「はい」と回答

Q5. お茶や汁物などでむせることがありますか……………「はい」と回答

2. 低栄養 : Q6 に該当した者(かつ, Q3 の 3 食きちんと食べているかも確認)

Q6. 6か月間で2~3 kgの体重減少がありましたか……………「はい」と回答

3. 運動器機能 : Q7,Q8,Q9 にいずれも該当した者

Q7. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか……………「はい」と回答

Q8. この1年間に転んだことがありますか「」……………「はい」と回答

Q9. ウォーキング等の運動を週1回以上していますか……………「いいえ」と回答

4. 認知機能 : Q10,Q11 にいずれも該当した者

Q10. 周りの人から「いつも同じことを聞く」などのもの忘れがあると言われていませんか……………「はい」と回答

Q11. 今日が何月何日かわからない時がありますか……………「はい」と回答

5. 閉じこもり : Q13 に該当した者

Q13. 週に1回以上は外出していますか……………「いいえ」と回答

6. 社会的フレイル : Q14, Q15, Q16にいずれも該当した者

Q14. ふだんから家族や友人と付き合いがありますか……………「いいえ」と回答

Q15. 趣味活動や地域の活動に参加していますか……………「いいえ」と回答

Q16. 体調が悪い時に、身近に相談できる人がいますか……………「いいえ」と回答

II. フレイル調査項目(Q1～Q16 および Q18)

Q1. あなたの現在の健康状態はいかがですか

n=2,805

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
よい	709	25.3	325	25.6	384	25.0	
まあまあよい	516	18.4	252	19.8	264	17.2	
ふつう	1346	48.0	581	45.7	765	49.8	
あまりよくない	205	7.3	95	7.5	110	7.2	
よくない	29	1.0	17	1.3	12	0.8	$p=0.119$

全体で見ると、「ふつう」「まあまあよい」「よい」と回答した、健康状態が良好な者は、9割を超え、「あまりよくない」「よくない」の健康状態不良の者は、1割を下回る。総じて、回答者は健康状態が良好と感じている者が高い傾向にある。

Q2. 毎日の生活に満足していますか

n=2,791

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
満足	1000	35.8	499	39.5 ^{*1}	501	32.8	
やや満足	1411	50.6	609	48.2	802	52.5 ^{*2}	
やや不満	331	11.9	139	11.0	192	12.6	
不満	49	1.8	17	1.3	32	2.1	$p=0.002$

*1 女性に比べ、男性の方が「満足」と回答した割合が有意に高い

*2 男性に比べ、女性の方が「やや満足」と回答した割合が有意に高い

全体で見ると、「満足」「やや満足」と回答した、生活に満足を感じている者は8割を超えるが、「やや不満」「不満」の生活に不満を感じる者も一定の割合で存在する。

Q3. 1日3食きちんと食べていますか

n=2,809

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	2633	93.7	1164	91.7	1469	95.4	
いいえ	176	6.3	105	8.3	71	4.6	$p < 0.001^*$

* 女性に比べ、男性の方が「いいえ」と回答した割合が有意に高い

1日3食きちんと食べていない者は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q4. 半年前に比べ固いものが食べにくくなりましたか

n=2,808

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	635	22.6	303	23.9	332	21.6	
いいえ	2173	77.4	967	76.1	1206	78.4	$p=0.152$

- ・ 固いものの食べにくさを感じている者が全体で、22.6%（635人）存在する。
- ・ 固いものの食べにくさに、男女の割合の差は認められない。

Q5. お茶や汁物でむせることがありますか

n=2,807

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	520	18.5	235	18.5	285	18.5	
いいえ	2287	81.5	1033	81.5	1254	81.5	$p=0.992$

- ・ むせを経験している者が全体で、18.5%（520人）存在する。
- ・ むせの経験に、男女の割合の差は認められない。

Q6. 6か月間で2～3 kg以上の体重減少がありましたか

n=2,805

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	250	8.9	127	10.0	123	8.0	
いいえ	2555	91.1	1140	90.0	1415	92.0	$p=0.061$

- ・ 体重減少していると回答した者が、全体で8.9%（250人）存在する。
- ・ 体重減少していると回答した者に、男女で割合の差は認められない。

Q7. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか

n=2,807

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	1070	38.1	467	36.8	603	39.2	
いいえ	1737	61.9	803	63.2	934	60.8	$p=0.182$

- ・ 歩く速度が低下したと感じる者が、全体で38.1%（1,070人）存在する。
- ・ 歩く速度の低下を感じる者の割合は、男女で割合の差は認められない。

Q8. この1年間に転んだことがありますか

n=2,809

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	390	13.9	163	12.8	227	14.7	
いいえ	2419	86.1	1107	87.2	1312	85.3	$p=0.144$

- ・ 転倒経験のある者が、全体で13.9%（390人）存在する。
- ・ 転倒経験に、男女の割合の差は認められない。

Q9. ウォーキング等の運動を、週に1回以上していますか

n=2,805

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	1789	63.8	827	65.2	962	62.6	
いいえ	1016	36.2	441	34.8	575	37.4	$p=0.149$

- ・ 週1回以上の運動習慣のない者が、全体で36.2%（1,016人）存在する。
- ・ 運動習慣のない者の割合に、男女の差は認められない。

Q10. 周りの人から「いつも同じことを聞く」などのもの忘れがあるとされますか

n=2,804

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	269	9.6	134	10.6	135	8.8	
いいえ	2535	90.4	1135	89.4	1400	91.2	$p=0.114$

- ・ もの忘れを指摘されたことのある者が、全体で9.6%（269人）存在する。
- ・ もの忘れを指摘されたことのある者の割合に、男女の差は認められない。

Q11. 今日が何月何日か分からない時がありますか

n=2,800

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	506	18.1	244	19.2	262	17.1	
いいえ	2294	81.9	1025	80.8	1269	82.9	$p=0.148$

- ・ 見当識の低下の自覚がある者が、全体で18.1%（506人）存在する。
- ・ 見当識の低下の自覚がある者の割合に、男女の差は認められない。

Q12. あなたはタバコを吸いますか

n=2,808

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
吸っている	253	9.0	216	17.0	37	2.4	
吸っていない	1978	70.4	535	42.1	1443	93.8	
やめた	577	20.5	519	40.9	58	3.8	$p < 0.001^*$

*1 女性に比べ、男性の方が「吸っている」と回答した割合が有意に高い

- ・ 喫煙している者の割合は全体で9.0%（253人）である。
- ・ 喫煙している者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q13. 週に1回以上は外出していますか

n=2,808

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	2684	95.6	1205	94.8	1479	96.2	
いいえ	124	4.4	66	5.2	58	3.8	$p=0.068$

- ・ 閉じこもり状態にある者は、全体で4.4%（124人）存在する。
- ・ 閉じこもり状態にある者の割合は、男女で差は認められない。

Q14. ふだんから家族や友人とのつきあいがありますか

n=2,806

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	2649	94.4	1157	91.2	1492	97.0	
いいえ	157	5.6	111	8.8	46	3.0	$p < 0.001^*$

* 女性に比べ、男性の方が「いいえ」と回答した割合が有意に高い

- ・ ふだんから家族や友人とのつきあいがいない者が、全体で5.6%（157人）存在する。
- ・ ふだんから家族や友人との付き合いがない者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q15. 趣味活動や地域の活動*に参加していますか

n=2,806

*自治会、地域の行事、ボランティア活動等

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	1474	52.5	692	54.5	782	50.9	
いいえ	1332	47.5	578	45.5	754	49.1	$p=0.059$

- ・ 何らかの地域活動に参加していない者は、全体で47.5% (1,332人) 存在する。
- ・ 何らかの地域活動者に参加していない者の割合に、男女の差は認められない。

Q16. 体調が悪い時に、身近に相談できる人がいますか

n=2,803

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
はい	2643	94.3	1154	91.2	1489	96.8	
いいえ	160	5.7	111	8.8	49	3.2	$p < 0.001^*$

* 女性に比べ、男性の方が「いいえ」と回答した割合が有意に高い

- ・ 身近に相談できる者がいない者は、全体で5.7% (160人) 存在する。
- ・ 身近に相談できる者がいない者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q18. 現在、仕事をしていますか

n=2,793

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
している	930	33.3	539	42.7	391	25.6	
していない	1863	66.7	724	57.3	1139	74.4	$p < 0.001^*$

* 女性に比べ、男性の方が「している」と回答した割合が有意に高い

- ・ 現在、仕事をしてる者は、全体で42.7% (539人) 存在する。
- ・ 仕事をしている者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Ⅲ. フレイルリスク保有者割合

※ フレイルリスクの判定基準 p4. 参照

※ 性別による χ^2 検定を実施

1. フレイルリスク（口腔）

n=2,804

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
リスクなし	1835	65.4	810	63.9	1025	66.7	
1つ該当	785	28.0	378	29.8	407	26.5	
2つ該当（リスクあり）*	184	6.6	79	6.2	105	6.8	$p=0.137$

* 「半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか」、「お茶や汁物でむせることがありますか」の質問2項目に、いずれも「はい」と回答した者

- ・ 口腔機能低下のリスクのある者は、全体で6.6%（184人）存在する。
- ・ 口腔機能低下のリスクのある者の割合は、男女の差は認められない。

2. フレイルリスク（認知機能）

n=2,795

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
リスクなし	2140	76.6	947	74.7	1193	78.1	
1つ該当	539	19.3	265	20.9	274	17.9	
2つ該当（リスクあり）*	116	4.2	56	4.4	60	3.9	$p=0.100$

* 「周りの人からいつも同じことを聞くなどのもの忘れがあると言われますか」、「今日が何月何日かわからない時がある」の質問2項目に、いずれも「はい」と回答した者

- ・ 認知機能低下のリスクのある者は、全体で4.2%（116人）存在する。
- ・ 認知機能低下のリスクのある者の割合は、男女の差は認められない。

3. フレイルリスク（歩行・運動器機能）

n=2,799

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
リスクなし	1125	40.2	529	41.8	596	38.9	
1つ該当	1004	35.9	455	35.9	549	35.8	
2つ該当	547	19.5	234	18.5	313	20.4	
3つ該当（リスクあり）*	123	4.4	48	3.8	75	4.9	$p=0.195$

* 「以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか」および「この1年間に転んだことがありますか」の質問2項目に「はい」と回答し、かつ「ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか」の質問に「いいえ」と回答した者

- ・ 運動器機能の低下のリスクのある者は、全体で4.4%（123人）存在する。
- ・ 運動器機能低下のリスクのある者の割合は、男女の差は認められない。

4. フレイルリスク（社会的）

n=2,795

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
リスクなし	1403	50.2	641	50.8	762	49.7	
1つ該当	1198	42.9	489	38.7	709	46.2	
2つ該当	136	4.9	88	7.0	48	3.1	
3つ該当（リスクあり）*1	58	2.1	44	3.5	14	0.9	$p<0.001^*$

* 女性に比べ、男性の方が3つ該当（リスクあり）割合が有意に高い

*1 「ふだんから家族や友人との付き合いがありますか」、「趣味活動や地域の活動に参加していますか」「体調が悪いときに身近に相談できる人がいますか」の質問にすべて「いいえ」と回答した者

- ・ 社会的フレイルのリスクのある者は、全体で2.1%（58人）存在する。
- ・ 社会的フレイルのリスクのある者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

IV. デジタル調査(Q17)

※性別による χ^2 検定を実施

Q17-1 デジタル機器の所有状況

Q17-1-1. パソコンの所有状況

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
所有している	1084	38.6	741	58.3	343	22.3	
所有していない	1727	61.4	530	41.7	1197	77.7	p<0.001*

*パソコンを所有している割合は、女性に比べ、男性の方が有意に高い

- ・ 全体で 38.6% (1,084 人) の者がパソコンを所有している。
- ・ パソコンを所有している割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q17-1-2.スマートフォンの所有状況

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
所有している	1851	65.8	839	66.0	1012	65.7	
所有していない	960	34.2	432	34.0	528	34.3	p=0.869

- ・ 全体で 65.8% (1,851 人) の者がスマートフォンを所有している。
- ・ スマートフォンを所有している割合は、男女で差は認められない。

Q17-1-3.タブレットの所有状況

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
所有している	386	13.7	210	16.5	176	11.4	
所有していない	2425	86.3	1061	83.5	1364	88.6	p<0.001*

* タブレットを所有している割合は、女性に比べ、男性の方が有意に高い

- ・ 全体で 13.7% (386 人) の者がタブレットを所有している。
- ・ タブレットを所有している割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q17-1-4.デジタル機器の所有状況

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
所有している	2132	75.8	1026	80.7	1106	71.8	
所有していない	679	24.2	245	19.3	434	28.2	p<0.001*

* いずれかのデジタル機器を所有している割合は、女性に比べ、男性の方が有意に高い

- ・ 全体で 75.8% (2,132 人) の者が、何らかのデジタル機器を所有している。
- ・ デジタル機器を所有している者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q17-2 デジタル機器を用いた村からの情報入手状況

Q17-2-1.パソコンでの情報入手

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
入手している	663	23.6	483	38.0	180	11.7	
入手していない	2148	76.4	788	62.0	1360	88.3	p<0.001*

*パソコンで村の情報を入手している割合は、女性に比べ、男性の方が有意に高い

- ・ パソコンで村の情報を入手している者は、全体で 23.6% (663 人) である。
- ・ パソコンで村の情報を入手している者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q17-2-2.スマートフォンでの情報入手

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
入手している	1234	43.9	562	44.2	672	43.6	
入手していない	1577	56.1	709	55.8	868	56.4	p=0.757

- ・ スマートフォンで村の情報を入手している者は、全体で 43.9% (1,234 人) である。
- ・ スマートフォンで村の情報を入手している者の割合は、男女で差は認められない。

Q17-2-3.タブレットでの情報入手

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
入手している	188	6.7	109	8.6	79	5.1	
入手していない	2623	93.3	1162	91.4	1461	94.9	p<0.001*

* タブレットで村の情報を入手している割合は、女性に比べ、男性の方が有意に高い

- ・ タブレットで村の情報を入手している者は、全体で6.7%（188人）である。
- ・ タブレットで村の情報を入手している者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

Q17-2-4.デジタル機器での情報入手

n=2,811

	全体		男性		女性		
	人	%	人	%	人	%	
入手している	1550	55.1	780	61.4	770	50.0	
入手していない (入手できない)	1261	44.9	491	38.6	770	50.0	p<0.001*

* 村の情報をデジタル機器で入手している割合は、女性に比べ、男性の方が有意に高い

- ・ デジタル機器で、村の情報を入手している者は、全体で55.1%（1,550人）である。
- ・ デジタル機器で、村の情報を入手している者の割合は、女性に比べ、男性の方が多い。

V. 調査のまとめ

1. 高齢者フレイル調査

フレイルリスク保有については、現行の基本チェックリストの判定基準等をもとに、口腔、栄養、運動器機能、認知機能のフレイルリスク基準を設定し、回答者の割合を算出した。

その結果、おおむね 65～74歳までの前期高齢者は、非該当(フレイルリスクのない)者が多い。しかし、一定の割合でフレイルに陥る可能性のあるフレイルリスク保有者が存在した。

また、家族や友人との付き合いがない、また地域活動に参加せず、体調が悪い時に身近に相談できる相手がいない、いわゆる社会的フレイルのリスクがある者は、全体的に該当割合が低い、女性に比べ、男性で有意に割合が高いことがわかった。

本調査の結果から、今後は以下の対策を検討し、実施する。

1. フレイルリスクの該当者に対して、訪問による生活状況の確認を行い、必要に応じて介護予防に関する情報提供や、福祉サービス等の社会資源の情報提供、利用勧奨を行う。
2. 介護予防事業(いきいき体操、なごみチャレンジスクール等)への参加勧奨
3. スポーツフェスティバルのブース出展を活用した、運動機会のきっかけづくり
4. 自治会との協働の事業を活用した、地区別のフレイルリスク保有者への事業参加勧奨
5. フレイル予防に関する講座の開催(新型コロナウイルス感染の状況を確認しながら、開催方法については、検討中)

2. デジタル調査

本村の 65 歳～74 歳の前期高齢者においては、7 割を超える者が、何らかのデジタル機器を所有している。

所有するデジタル機器の種類では、パソコン、スマートフォン、タブレットのうち、スマートフォンの所有割合が全体で最も高く、全国の傾向と一致している³⁾。また、本結果では、スマートフォンの所有割合は男女で差が認められなかったことから、スマートフォンは、性差なく比較的高齢者でも多くの者が所有していることが考えられる。

他方、パソコンおよびタブレット端末の所有では、女性に比べて、男性で所有割合が高い傾向がある。本結果を踏まえ、今後、デジタル機器を活用した情報発信を行う際の、発信方法の検討が必要である。

一方、デジタル機器による村からの情報入手では、いずれかのデジタル機器で情報を入手している者は 5 割強であり、必ずしもデジタル機器を所有していることが、村からの情報入手の手段とはなっていない可能性がある。

また、本結果から、男女の差が少ない方法で、かつ比較的、村からの情報を入手しやすいデジタル機器はスマートフォンである可能性がある。今後は、スマートフォンを活用した情報発信について、さらなる検討が求められる。

【参考文献】

- 1) 公益財団法人長寿科学振興財団.フレイル予防・対策:基礎研究から臨床,そして地域へ.
(令和3年3月)
- 2) 「介護予防のための生活機能評価に関するマニュアル」分担研究班.主任研究者.東京都老人総合研究所.鈴木 隆雄.介護予防のための生活機能評価に関するマニュアル(改訂版)
(平成21年3月)
- 3) 総務省. 報道資料:令和2年通信利用動向調査の結果.令和3年6月18日.
https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/210618_1.pdf

東海村高齢者フレイル予防のための調査

【記入上のお願い】

- この調査は氏名、年齢、住所、電話番号を記入していただく「記名式」です。
- 質問は全部で18項目あり、回答にかかる時間は約10分です。
- 質問の回答は、あてはまる番号1つに○をつけてください。
※ただし、質問17-1、17-2のみ複数回答可となります。
- 回答の内容については、嚴重に個人情報を管理いたします。

- この調査票で回答された方は、同封した返信用封筒に入れ、封をした後、令和3年5月31(月)までに、ポストに投函してください。

- QRコードを読み取り、スマートフォン等でWebでの回答をされた方は、この調査票を返送していただく必要はありません。

スマートフォン、タブレットをお持ちの方で
Web 回答を希望される方はコチラ →



【問い合わせ先】

東海村地域包括支援センター

電話 287-2516 FAX 287-7373

メール kourei@vill.tokai.ibaraki.jp

担当 鶴田 真維子 宮田 愛梨

I 必要事項をご記入ください。

氏名		生年月日	昭和	年	月	日
			(歳)
住所	〒319- 東海村					
電話番号						
メールアドレス (任意)						

II 以下、質問に回答をお願いします。

No	質問	回答 (あてはまる番号に○)
1	あなたの現在の健康状態は いかがですか。	1. よい 2. まあよい 3. ふつう 4. あまりよくない 5. よくない
2	毎日の生活に満足していますか。	1. 満足 2. やや満足 3. やや不満 4. 不満
3	1日3食きちんと食べていますか。	1. はい 2. いいえ
4	半年前に比べて固いもの*が食べにく くなりましたか。 * さきいか,たくあんなど	1. はい 2. いいえ
5	お茶や汁物等でおせることがありますか。	1. はい 2. いいえ
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	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
8	この1年間に転んだことがありますか。	1. はい 2. いいえ
9	ウォーキング等の運動を, 週に1回以上していますか。	1. はい 2. いいえ
10	周りの人から「いつも同じことを聞く」など のもの忘れがあると言われますか。	1. はい 2. いいえ

No	質問	回答（あてはまる番号に○）
11	今日が何月何日か分からない時がありますか。	1. はい 2. いいえ
12	あなたはたばこを吸いますか。	1. 吸っている 2. 吸っていない 3. やめた
13	週に1回以上は外出していますか。	1. はい 2. いいえ
14	ふだんから家族や友人との付き合いがありますか。	1. はい 2. いいえ
15	趣味活動や地域の活動*に参加していますか。 * 自治会, 地域の行事, ボランティア活動等	1. はい 2. いいえ
16	体調が悪いときに, 身近に相談できる人がいますか。	1. はい 2. いいえ
17	17-1 現在, デジタル機器を所有していますか? (複数回答可) ↓ 17-2 【所有されている方】 お持ちのデジタル機器で, 村からの情報入手することができますか? (複数回答可)	1. パソコン 2. スマートフォン 3. タブレット 4. 持っていない 1. パソコンで入手できる 2. スマートフォンで入手できる 3. タブレットで入手できる 4. 入手していない(できない)
18	現在, 仕事をされていますか。	1. している 2. していない

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

調査の結果は, 今後, 東海村の高齢者が健康で生活できるための取り組みに役立てていきます。

東海村地域包括支援センター