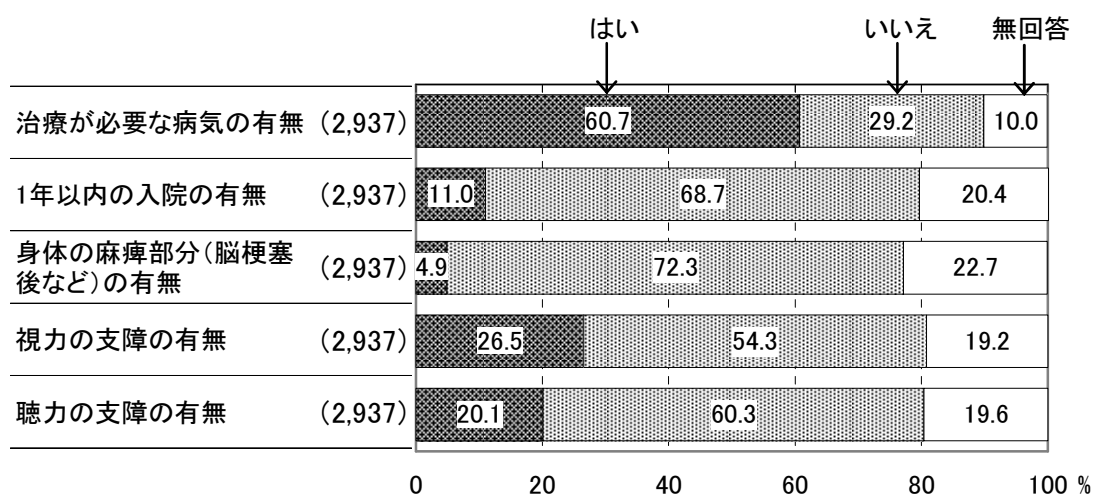


Ⅱ 健康や日常生活について

1 ふだんの健康状態

問 10 ふだんの健康状態について、それぞれ「はい」か「いいえ」を選んで○をつけてください。

ふだんの健康状態は、最近1年以内に入院をした方は1割強であるものの、治療が必要な病気のある方は6割強を占めており、脳梗塞などで身体に麻痺のある方もわずかながらいる。また、視力や聴力に支障のある方もそれぞれ2割を超えている。



【年齢区分別／ふだんの健康状態】

年齢区分別にみると、治療が必要な病気のある方は、65歳から79歳にかけて年齢区分とともに割合も高くなり、“65～69歳”では6割に満たないのに対して、“75～79歳”では6割半ばとなっている。一方、80歳以上では治療が必要な病気はない割合が年齢区分とともに高くなっている。

また、“65～69歳”では聴力に支障のある方が1割強であるのに対して、“90～94歳”では該当者がほぼ5割に上り、年齢区分が高くなるにつれて割合が高くなる傾向にある。

		全 体	6 5 ～ 6 9 歳	7 0 ～ 7 4 歳	7 5 ～ 7 9 歳	8 0 ～ 8 4 歳	8 5 ～ 8 9 歳	9 0 ～ 9 4 歳	9 5 歳 以上
回答者数(人)		2,937	816	810	653	339	151	46	7
治療が必要な病気の有無	はい	60.7	57.7	60.9	65.8	63.4	58.9	45.7	42.9
	いいえ	29.2	37.1	30.2	21.7	23.3	24.5	37.0	42.9
	無回答	10.0	5.1	8.9	12.4	13.3	16.6	17.4	14.3
1年以内の入院の有無	はい	11.0	7.7	11.6	11.5	13.6	13.9	13.0	0.0
	いいえ	68.7	77.1	69.4	65.5	61.7	61.6	65.2	71.4
	無回答	20.4	15.2	19.0	23.0	24.8	24.5	21.7	28.6
身体の麻痺部分(脳梗塞後など)の有無	はい	4.9	4.2	5.4	4.6	5.3	8.6	0.0	0.0
	いいえ	72.3	79.3	73.2	70.0	67.3	63.6	78.3	57.1
	無回答	22.7	16.5	21.4	25.4	27.4	27.8	21.7	42.9
視力の支障の有無	はい	26.5	26.5	24.6	27.9	27.4	24.5	34.8	42.9
	いいえ	54.3	60.0	57.7	49.8	49.3	51.0	45.7	14.3
	無回答	19.2	13.5	17.8	22.4	23.3	24.5	19.6	42.9
聴力の支障の有無	はい	20.1	13.6	18.1	22.4	26.8	30.5	52.2	42.9
	いいえ	60.3	71.3	63.7	55.3	49.6	47.0	30.4	28.6
	無回答	19.6	15.1	18.1	22.4	23.6	22.5	17.4	28.6

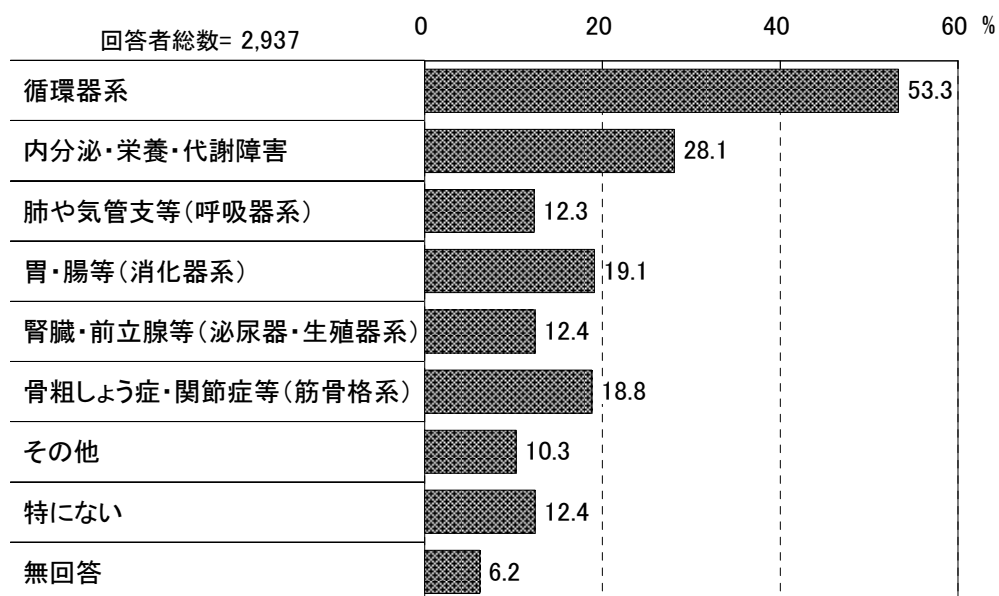
単位: %

2 かかったことのある病気

問 11 これまでにかかったことのある病気はありますか。

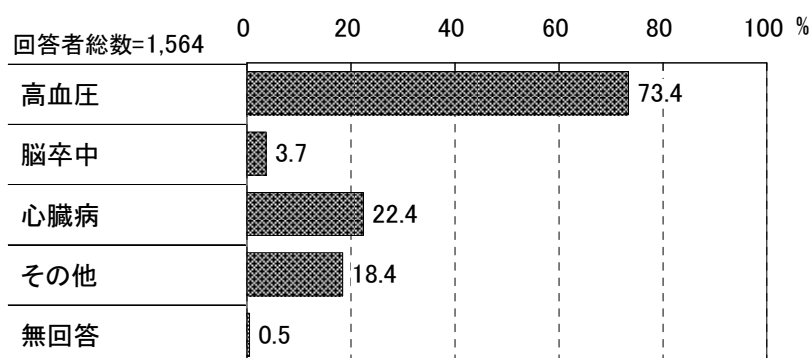
(あてはまるものすべてに○)

かかったことのある病気は、「循環器系」が 53.3%と最も多く、次いで「内分泌・栄養・代謝障害」が 28.1%、「胃・腸等（消化器系）」が 19.1%、「骨粗しょう症・関節症等（筋骨格系）」が 18.8%などとなっている。



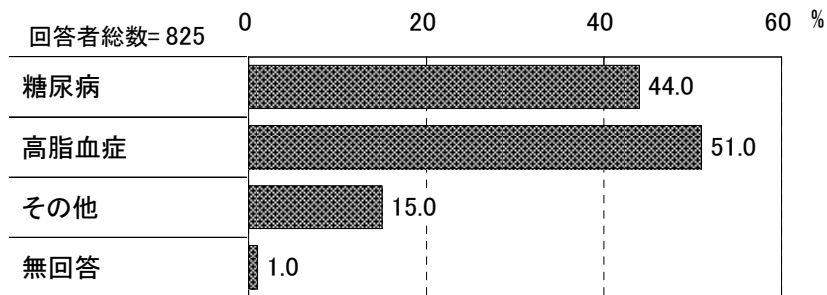
①循環器系でかかったことのある病気

循環器系でかかったことのある病気は、「高血圧」が 73.4%、「心臓病」が 22.4%、「脳卒中」が 3.7%となっている。



②内分泌・栄養・代謝障害関係でかかったことのある病気

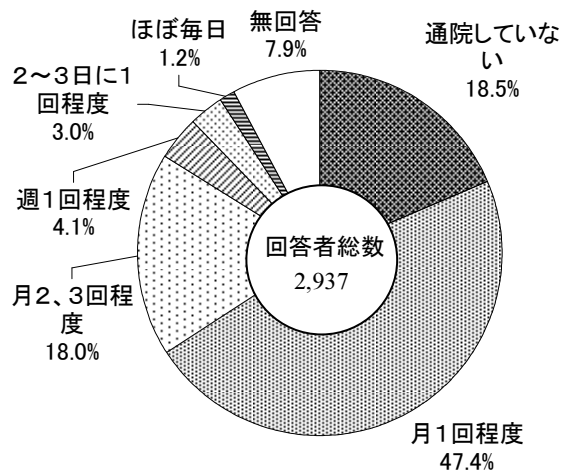
内分泌・栄養・代謝障害関係でかかったことのある病気は、「高脂血症」が 51.0%、「糖尿病」が 44.0%となっている。



3 通院の状況

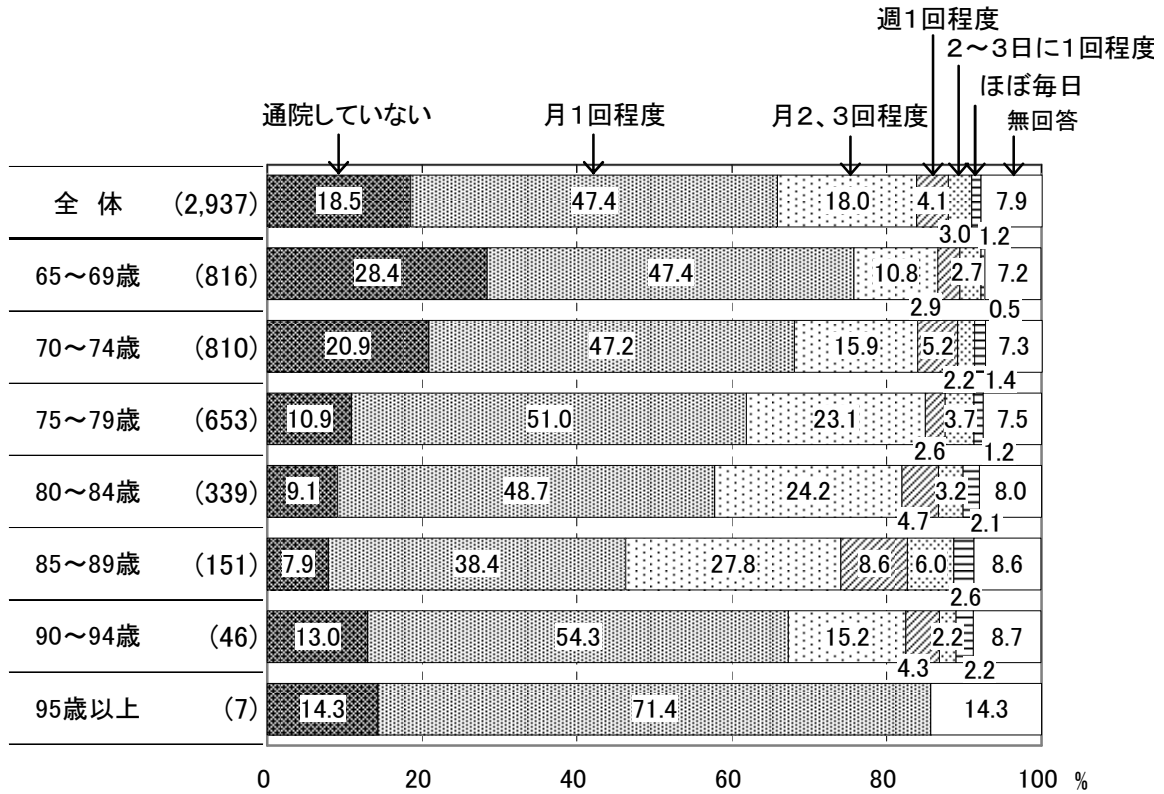
問 12 現在、病院や診療所等へ通院していますか。通院している方は、どのくらいの頻度で通院していますか。

通院の状況は、通院しているが7割を超え、そのうち「月1回程度」が全体の47.4%と5割近くを占めている。



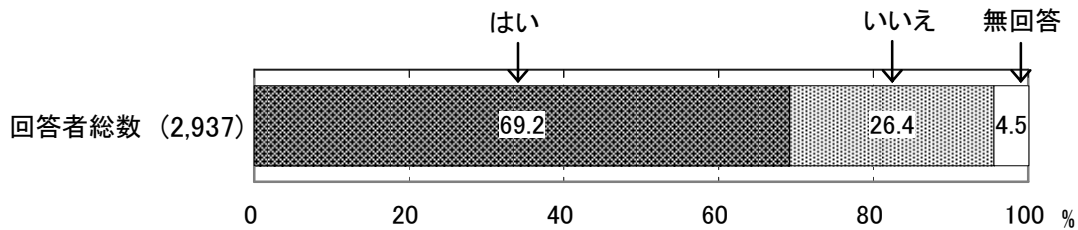
【年齢区分別／通院の状況】

年齢区分別にみると、65歳から89歳にかけて年齢区分が高くなるにつれて「通院していない」割合は低くなる傾向にある。また、「月2、3回程度」通院しているでは、年齢区分とともに割合も高くなる傾向にある。



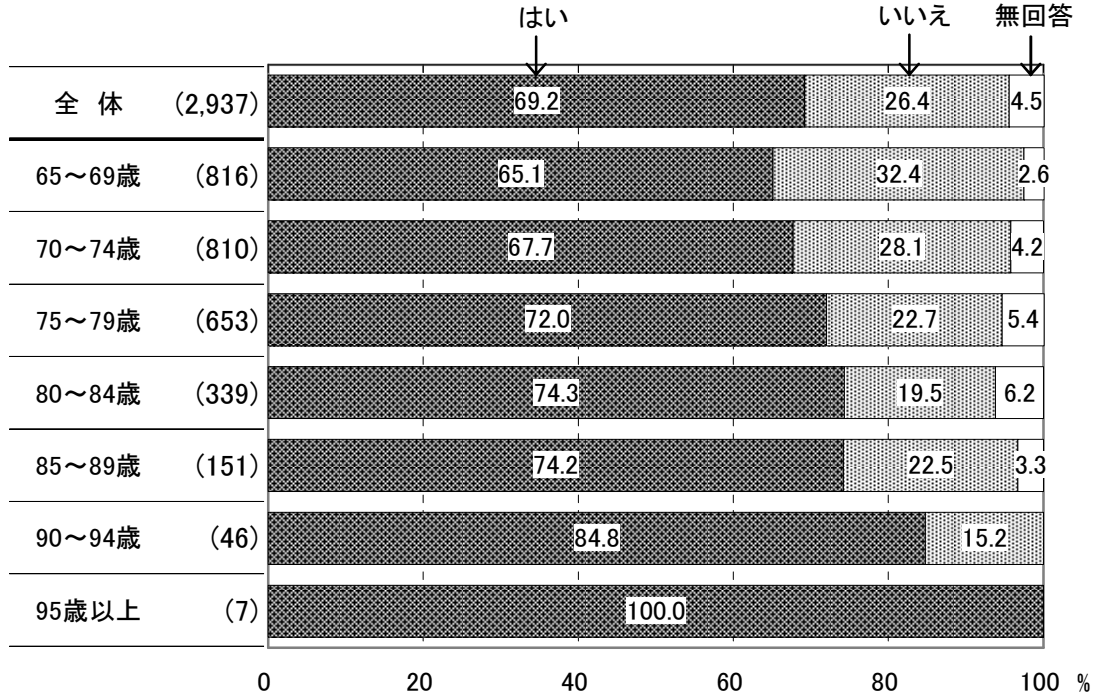
問 12-1 ふだんから治療や指導を受けたり、健康について相談できる「かかりつけ医」が自宅近くにいますか。

「かかりつけ医」が自宅近くにいる方が、69.2%である。



【年齢区分別／「かかりつけ医」の有無】

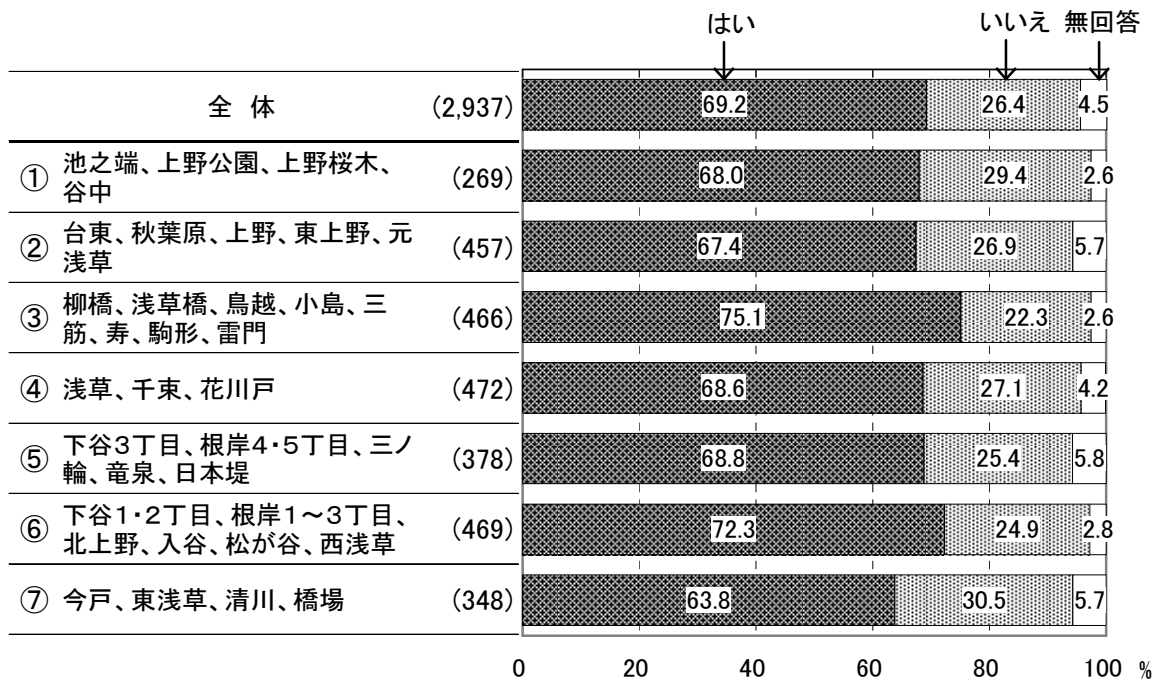
年齢区分別にみると、“65～69歳”では6割半ばに自宅近くの「かかりつけ医」がおり、年齢区分が高くなるにつれてその割合も高くなる傾向にある。90歳以上では、8割以上に「かかりつけ医」がいる。



【居住地域別／「かかりつけ医」の有無】

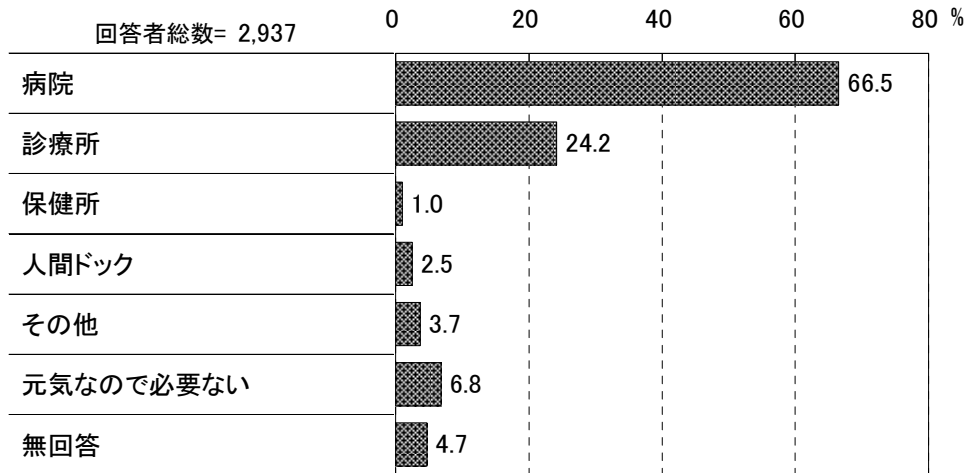
地域別にみると、③と⑥の地域では7割を超える方に「かかりつけ医」がおり、他の地域と比較するとやや高くなっている。

一方、⑦の地域では6割強に止まり、他の地域と比較して「かかりつけ医」のいない割合がやや高くなっている。



問 12-2 病気の治療や健康については、どこに相談しますか。
(あてはまるものすべてに○)

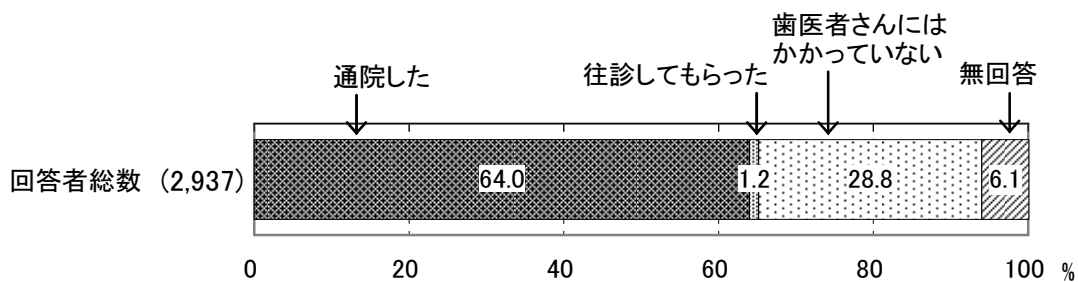
病気や健康に関する相談先は、「病院」が66.5%と最も多く、次いで「診療所」が24.2%などとなっている。



4 歯医者を受診状況

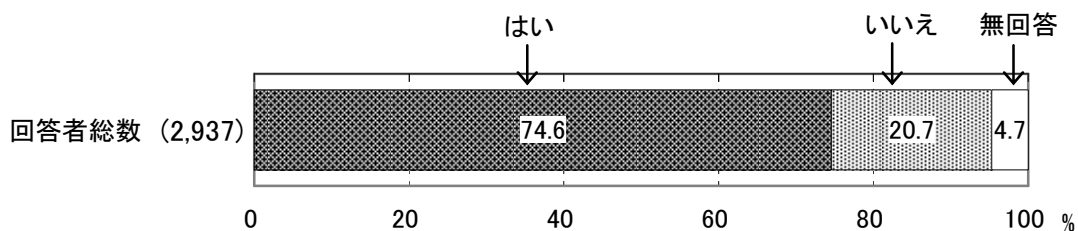
問 13 過去1年間に、歯医者さんにかかったことはありますか。

過去1年に、歯医者を受診した方は65.2%と6割半ばを占め、「通院した」は64.0%、「往診してもらった」は1.2%とわずかとなっている。



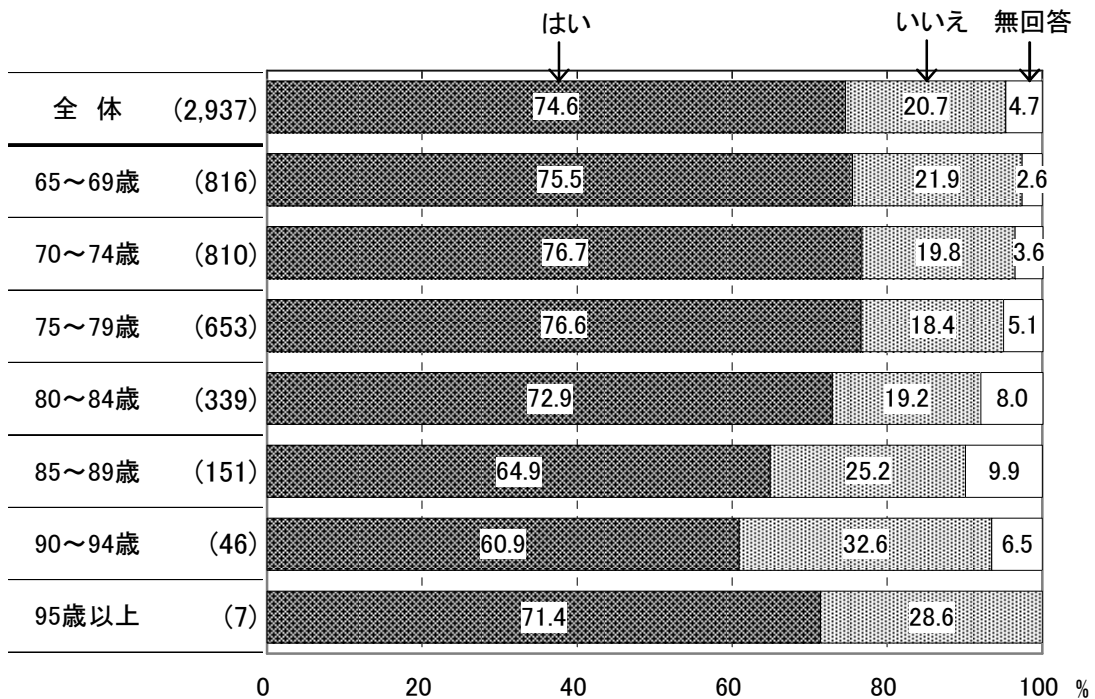
問 13-1 ふだんから歯の治療や指導を受けたり、歯の健康について相談できる「かかりつけ歯科医」が自宅近くにいますか。

「かかりつけ歯科医」が自宅近くにいる方は、74.6%である。



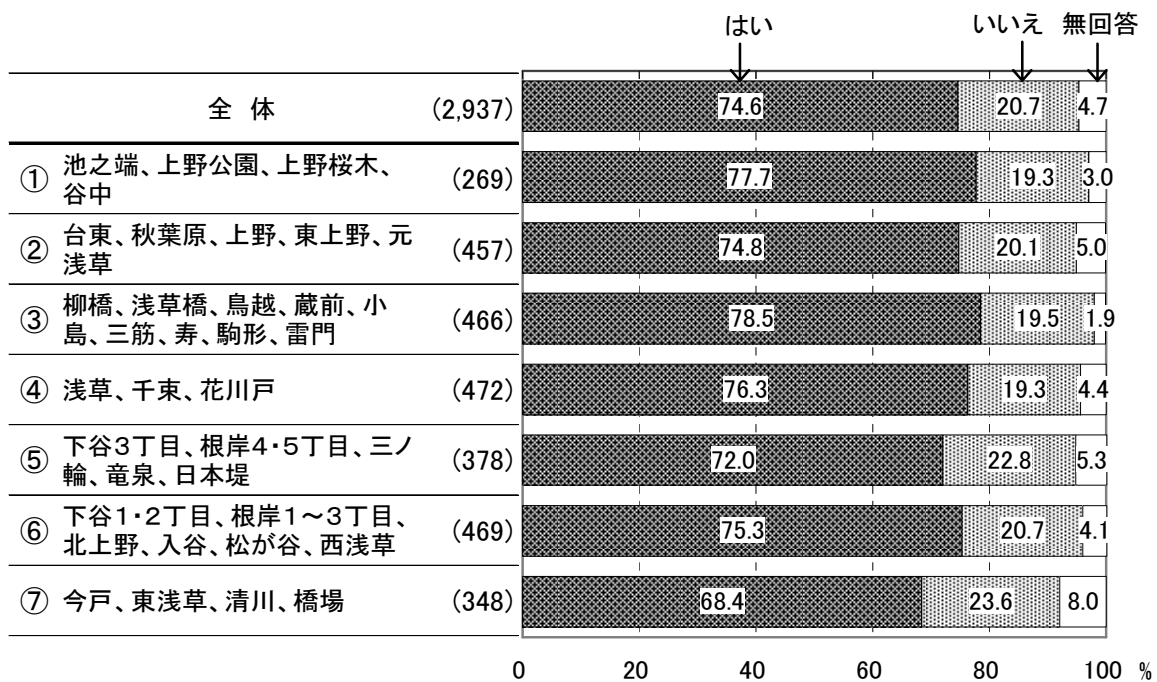
【年齢区分別／「かかりつけ歯科医」の有無】

年齢区分別にみると、65歳から79歳にかけて、7割半ばの方に自宅近くの「かかりつけ歯科医」がいる。年齢区分による差は特にみられないが、80歳以上では年齢区分とともに「かかりつけ歯科医」のいない割合が高くなる傾向にある。



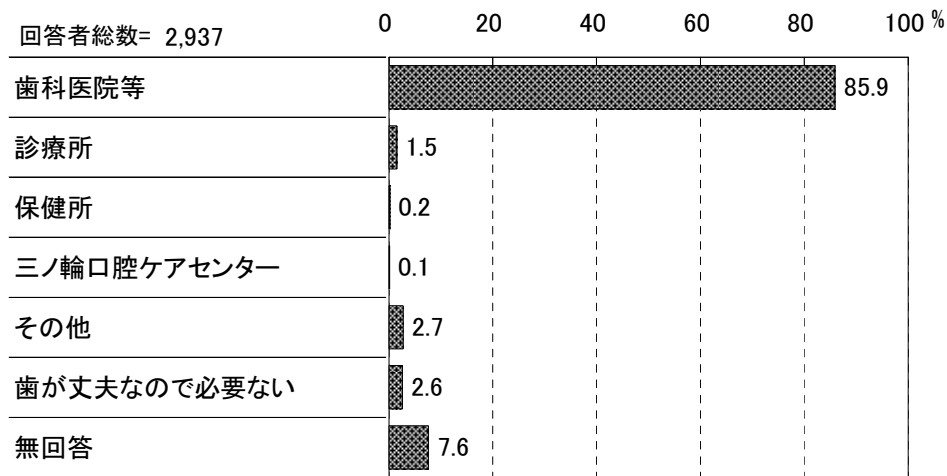
【居住地域別／「かかりつけ歯科医」の有無】

居住地域別にみると、特に顕著な差はみられないが、⑦の地域では「かかりつけ歯科医」のいる方が7割に満たず、他の地域と比較してやや低い。



問 13-2 歯の健康や治療については、どこに相談しますか。
 (あてはまるものすべてに○)

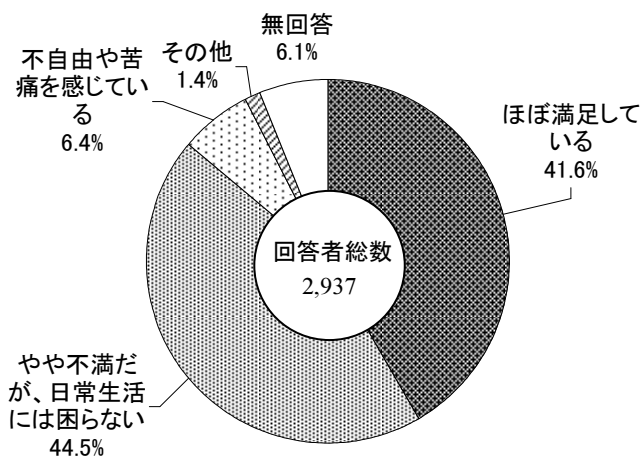
歯の健康や治療に関する相談先は、「歯科医院等」が 85.9%である。



5 口の中や歯の状態

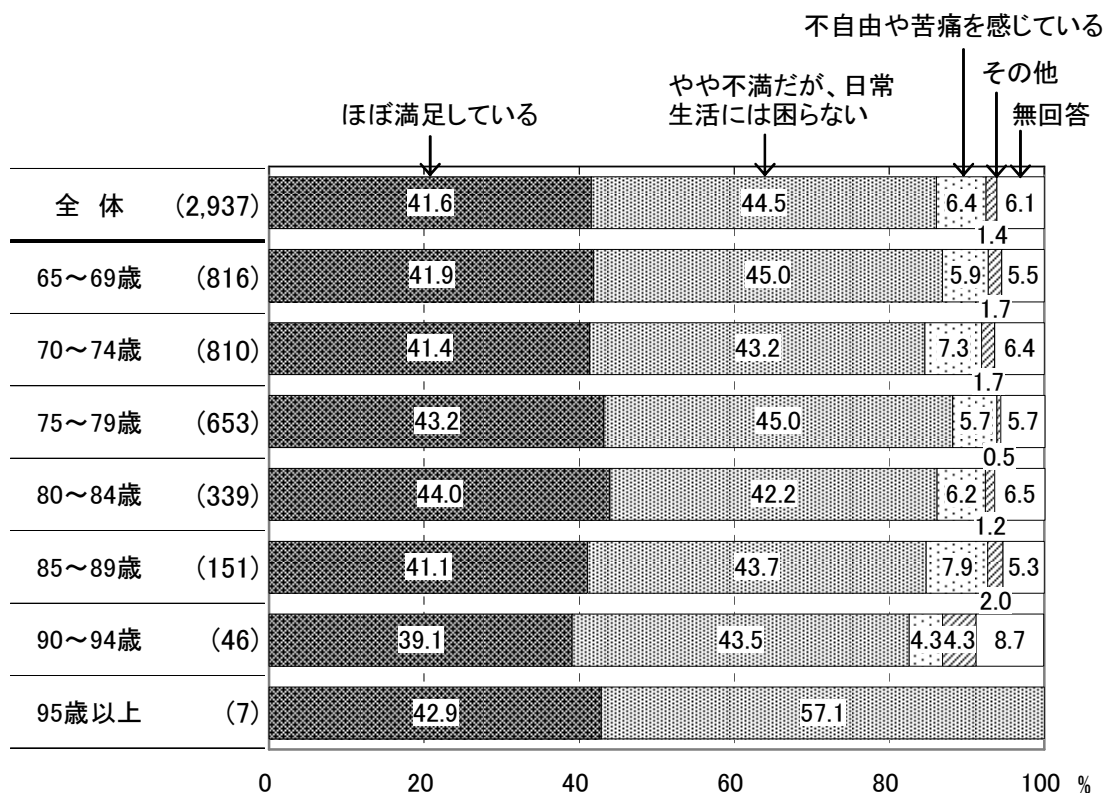
問 14 口の中や歯の状態（入れ歯を入れている状態を含みます）を、どのように感じていますか。

口の中や歯の状態は、「ほぼ満足している」が 41.6%、「やや不満だが、日常生活には困らない」が 44.5%であり、これらを合わせると、日常生活には困らない方が 86.1%と 8割半ばを占めているものの、「不自由や苦痛を感じている」も 6.4%いる。



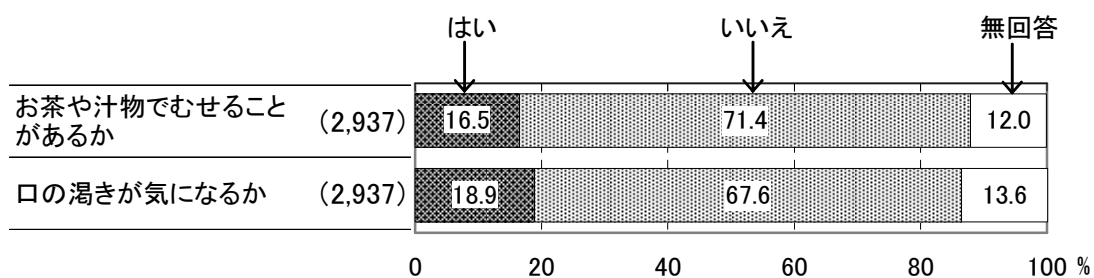
【年齢区分別／口の中や歯の状態】

年齢区分別にみると、特に顕著な差はみられない。



問 14-1 食事などのときに、次のことで気になることはありますか。
それぞれ「はい」か「いいえ」を選んで○をつけてください。

食事などのときに気になることについて、お茶や汁物でむせることがある方は16.5%、口の渴きが気になる方は18.9%となっている。



【年齢区分別／食事などのときに気になること】

年齢区分別にみると、年齢区分とともにお茶や汁物でむせる・口の渇きが気になるの割合が高くなる傾向にある。

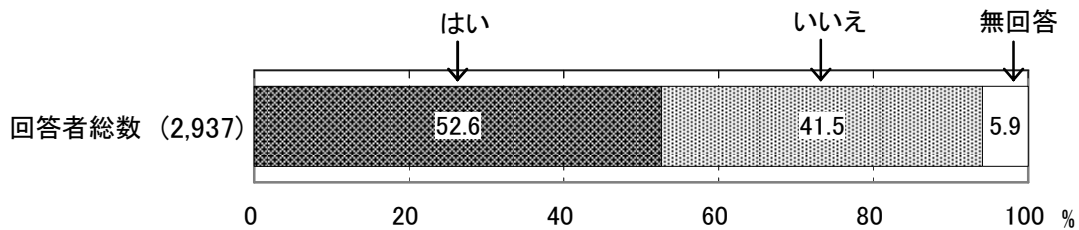
		全 体	6 5 ～ 6 9 歳	7 0 ～ 7 4 歳	7 5 ～ 7 9 歳	8 0 ～ 8 4 歳	8 5 ～ 8 9 歳	9 0 ～ 9 4 歳	9 5 歳 以上
回答者数(人)		2,937	816	810	653	339	151	46	7
お茶や汁物でむせることがあるか	はい	16.5	13.2	16.9	16.1	20.1	20.5	26.1	28.6
	いいえ	71.4	78.1	72.7	71.5	63.7	60.3	65.2	57.1
	無回答	12.0	8.7	10.4	12.4	16.2	19.2	8.7	14.3
口の渇きが気になるか	はい	18.9	15.3	19.4	20.5	20.1	23.2	17.4	42.9
	いいえ	67.6	74.9	68.8	66.6	60.2	57.6	67.4	57.1
	無回答	13.6	9.8	11.9	12.9	19.8	19.2	15.2	0.0

単位: %

6 「かかりつけ薬局」の有無

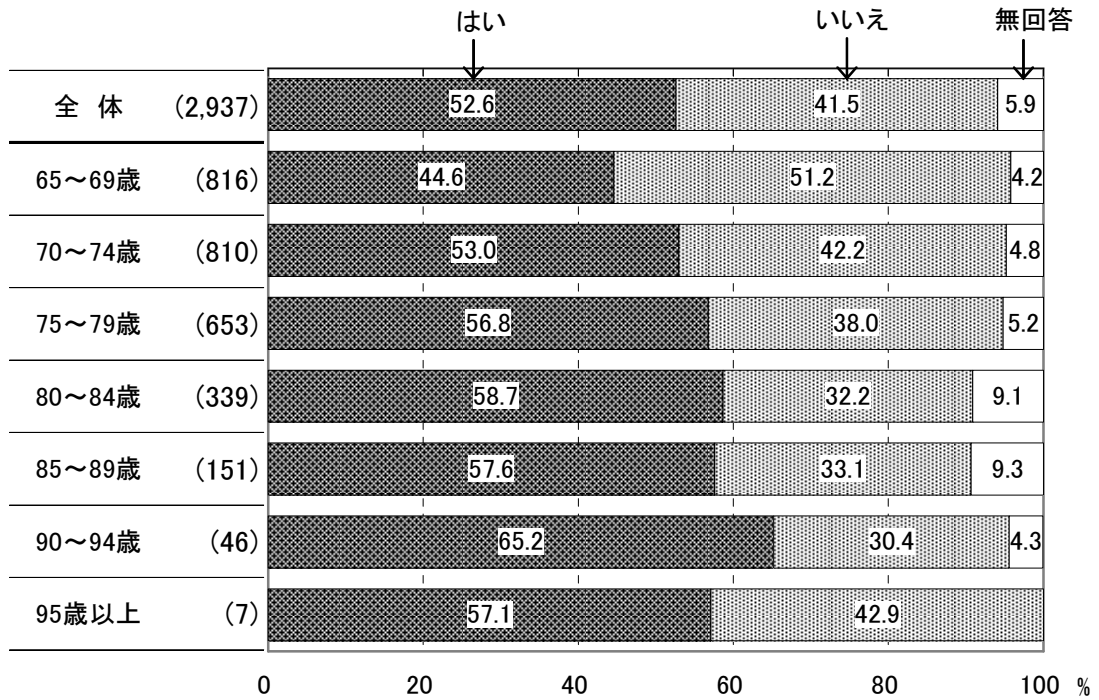
問 15 ふだんから身近な地域で薬の相談ができる「かかりつけ薬局」がありますか。

「かかりつけ薬局」のある方は、52.6%である。



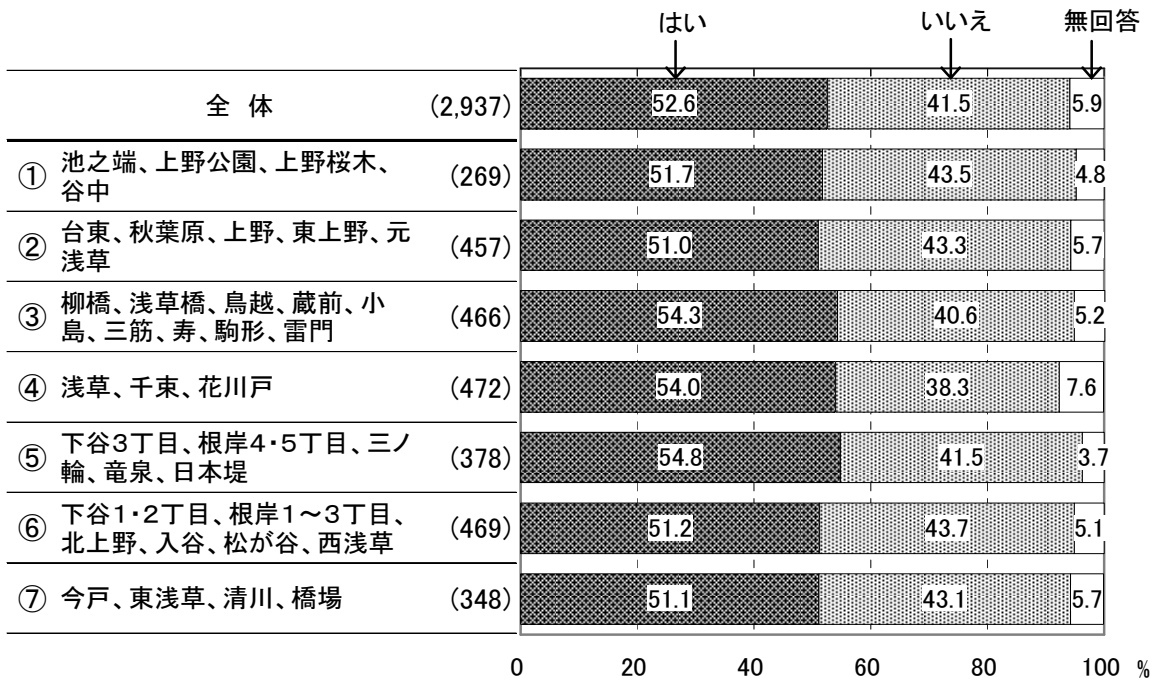
【年齢区分別／「かかりつけ薬局」の有無】

年齢区分別にみると、身近な地域に「かかりつけ薬局」のある方は、“65～69歳”で4割半ばとなっており、年齢区分とともに割合も高くなる傾向にある。



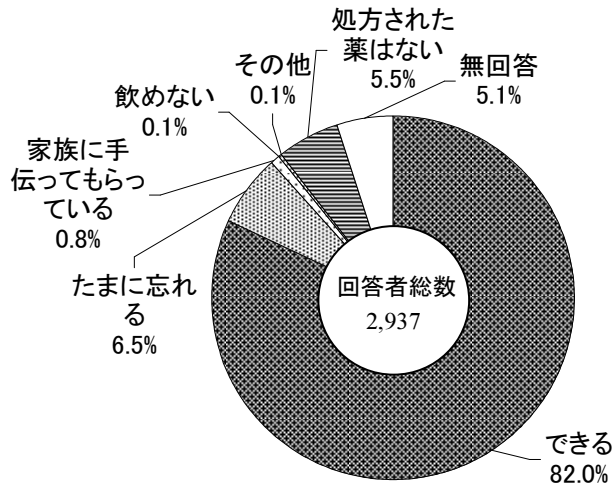
【居住地域別／「かかりつけ薬局」の有無】

居住地域別にみると、特に顕著な差はみられない。



問 15-1 主治医から処方された薬を、指示どおりに飲むことができますか。

主治医から処方された薬を、指示どおりに飲むことが「できる」は82.0%と8割を超えているものの、「たまに忘れる」や自分では飲めない方も、わずかながらいる結果となっている。



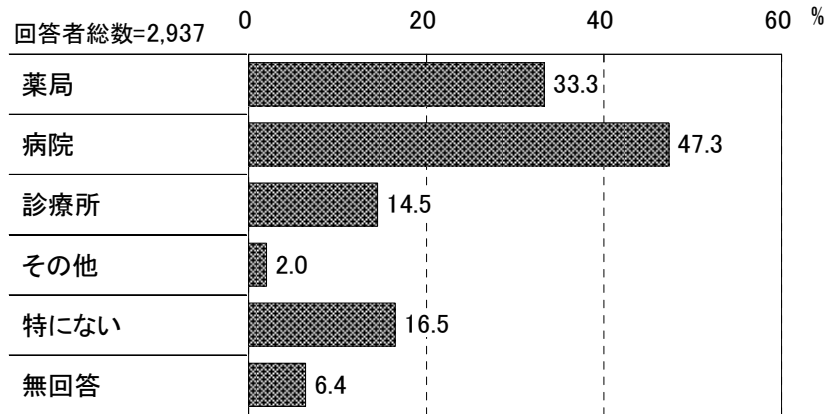
【年齢区分別／主治医から処方された薬を、指示どおりに飲むことができるか】

年齢区分別にみると、特に顕著な差はみられないが、“90～94歳”で指示どおりに薬を飲むことができる割合が7割半ばと他の年齢区分と比較してやや低い。また、家族に手伝ってもらって薬を飲む方は、差は小さいものの年齢区分とともに割合も高くなる傾向にある。

		(%)						
		できる	たまに忘れる	家族に手伝ってもらっている	飲めない	その他	処方された薬はない	無回答
全体	2,937	82.0	6.5	0.8	0.1	0.1	5.5	5.1
65～69歳	816	80.5	6.4	0.1	0.1	0.2	8.0	4.7
70～74歳	810	81.6	6.9	0.4	0.1	0.0	6.8	4.2
75～79歳	653	84.7	6.4	0.6	0.2	0.0	3.8	4.3
80～84歳	339	82.9	5.6	1.8	0.0	0.0	2.7	7.1
85～89歳	151	86.1	6.6	2.6	0.0	0.0	0.7	4.0
90～94歳	46	73.9	8.7	8.7	0.0	0.0	2.2	6.5
95歳以上	7	85.7	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0

問 15－2 薬の飲み合わせや副作用については、どこに相談しますか。
(あてはまるものすべてに○)

薬に関する相談先は、「病院」が47.3%と最も多く、「薬局」が33.3%、「診療所」が14.5%となっている。相談先が「特にない」は16.5%となっている。

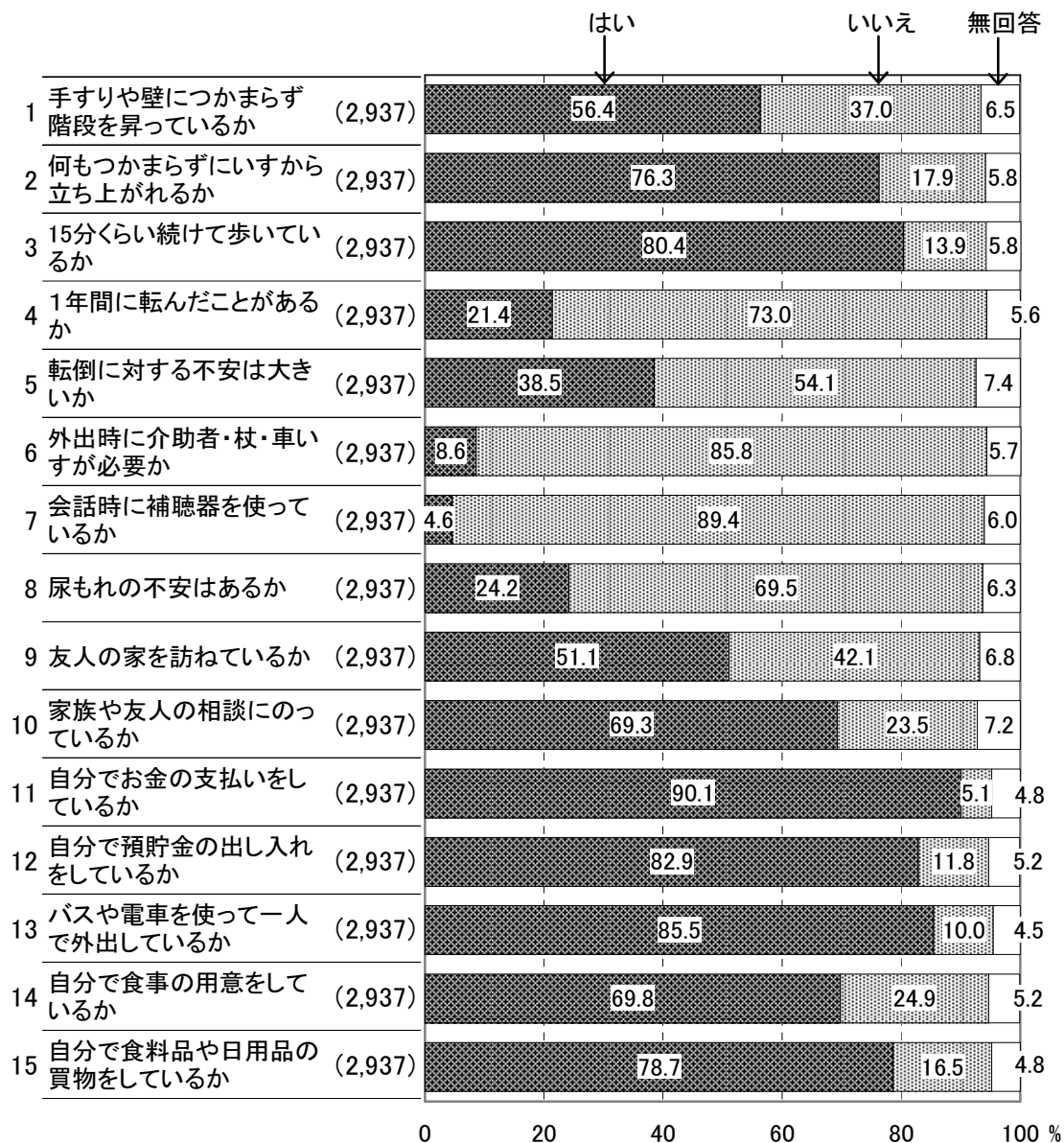


7 日常生活について

問 16 あなたの日常生活について、それぞれ「はい」か「いいえ」を選んで○をつけてください。

1～3の身体的機能の設問では、多くの回答者が機能の低下はないと回答している。4～5の転倒についても、転倒経験がある割合は2割、転倒に対する不安がある割合が4割弱となっている。9～10のコミュニケーションの設問では、回答者の多くが行っていると回答している。

また、11～15の日常生活上の複雑な動作の設問では、回答者の多くができると回答している。



【年齢区分別／日常生活について】

年齢区分別にみると、1～3・9～15では、年齢区分が高くなるにつれ、身体的機能・コミュニケーション機能の低下や日常生活上の複雑な動作ができない割合が高くなっている。ただし、11のお金の支払いに関する設問では、他の項目ほどの顕著な差はみられない。

また、5～8では、年齢区分が高くなるにつれ、転倒や尿もれに対する不安、介助者・杖・車いすの必要性、補聴器を使用している割合が高くなっている。

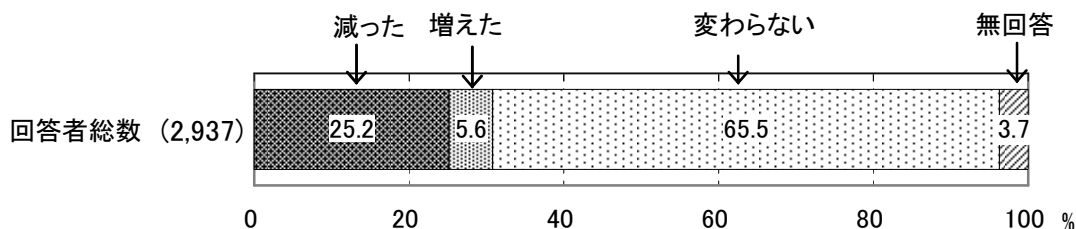
		全 体	6 5 ～ 6 9 歳	7 0 ～ 7 4 歳	7 5 ～ 7 9 歳	8 0 ～ 8 4 歳	8 5 ～ 8 9 歳	9 0 ～ 9 4 歳	9 5 歳 以上	
回答者数(人)		2,937	816	810	653	339	151	46	7	
1	手すりや壁につかまらず階段を昇っているか	はい	56.4	72.3	64.9	47.2	38.6	22.5	19.6	28.6
		いいえ	37.0	23.9	30.0	45.8	51.3	65.6	76.1	57.1
		無回答	6.5	3.8	5.1	7.0	10.0	11.9	4.3	14.3
2	何もつかまらずにいすから立ち上がれるか	はい	76.3	88.6	82.6	73.7	60.5	47.0	52.2	14.3
		いいえ	17.9	7.8	12.8	20.7	30.7	42.4	43.5	71.4
		無回答	5.8	3.6	4.6	5.7	8.8	10.6	4.3	14.3
3	15分くらい続けて歩いているか	はい	80.4	85.2	84.1	79.5	73.7	70.2	58.7	42.9
		いいえ	13.9	11.4	11.7	15.3	16.8	19.2	39.1	28.6
		無回答	5.8	3.4	4.2	5.2	9.4	10.6	2.2	28.6
4	1年間に転んだことがあるか	はい	21.4	17.8	19.5	25.0	25.4	25.2	15.2	57.1
		いいえ	73.0	78.6	76.0	70.0	66.4	64.2	80.4	28.6
		無回答	5.6	3.7	4.4	5.1	8.3	10.6	4.3	14.3
5	転倒に対する不安は大きいか	はい	38.5	28.6	35.1	43.8	51.0	55.0	56.5	57.1
		いいえ	54.1	67.5	58.6	48.5	38.1	33.8	34.8	28.6
		無回答	7.4	3.9	6.3	7.7	10.9	11.3	8.7	14.3
6	外出時に介助者・杖・車いすが必要か	はい	8.6	3.7	4.3	8.1	16.2	27.8	43.5	57.1
		いいえ	85.8	92.6	91.2	86.4	75.8	60.9	54.3	28.6
		無回答	5.7	3.7	4.4	5.5	8.0	11.3	2.2	14.3
7	会話時に補聴器を使っているか	はい	4.6	2.1	3.5	4.9	5.6	13.9	19.6	14.3
		いいえ	89.4	94.4	92.1	88.8	85.5	74.8	76.1	71.4
		無回答	6.0	3.6	4.4	6.3	8.8	11.3	4.3	14.3
8	尿もれの不安はあるか	はい	24.2	18.1	21.7	28.0	32.7	34.4	37.0	28.6
		いいえ	69.5	78.1	73.3	65.7	57.8	55.6	58.7	57.1
		無回答	6.3	3.8	4.9	6.3	9.4	9.9	4.3	14.3
9	友人の家を訪ねているか	はい	51.1	55.3	50.2	54.5	47.5	41.7	37.0	28.6
		いいえ	42.1	40.3	44.0	38.6	42.8	47.0	60.9	42.9
		無回答	6.8	4.4	5.8	6.9	9.7	11.3	2.2	28.6
10	家族や友人の相談にのっているか	はい	69.3	75.2	70.6	70.3	63.4	57.6	63.0	28.6
		いいえ	23.5	20.2	23.7	22.5	24.5	31.1	32.6	42.9
		無回答	7.2	4.5	5.7	7.2	12.1	11.3	4.3	28.6
11	自分でお金の支払いをしているか	はい	90.1	92.9	92.2	91.1	84.7	84.8	82.6	57.1
		いいえ	5.1	3.9	4.0	5.1	7.1	7.9	10.9	28.6
		無回答	4.8	3.2	3.8	3.8	8.3	7.3	6.5	14.3
12	自分で預貯金の出し入れをしているか	はい	82.9	86.6	86.5	84.1	77.0	66.9	63.0	42.9
		いいえ	11.8	9.7	9.3	11.0	15.6	25.2	30.4	42.9
		無回答	5.2	3.7	4.2	4.9	7.4	7.9	6.5	14.3
13	バスや電車を使って一人で外出しているか	はい	85.5	90.9	90.0	87.3	77.3	68.2	41.3	42.9
		いいえ	10.0	6.0	6.5	8.6	15.9	25.2	56.5	42.9
		無回答	4.5	3.1	3.5	4.1	6.8	6.6	2.2	14.3
14	自分で食事の用意をしているか	はい	69.8	74.1	73.5	70.0	62.2	54.3	58.7	28.6
		いいえ	24.9	21.7	22.5	25.3	30.1	37.7	37.0	57.1
		無回答	5.2	4.2	4.1	4.7	7.7	7.9	4.3	14.3
15	自分で食料品や日用品の買物をしているか	はい	78.7	83.1	83.5	78.6	72.3	60.3	50.0	28.6
		いいえ	16.5	13.2	12.3	17.3	21.2	33.1	45.7	57.1
		無回答	4.8	3.7	4.2	4.1	6.5	6.6	4.3	14.3

単位：%

8 昨年との外出頻度の比較

問 17 昨年と比べて外出の頻度は減りましたか。

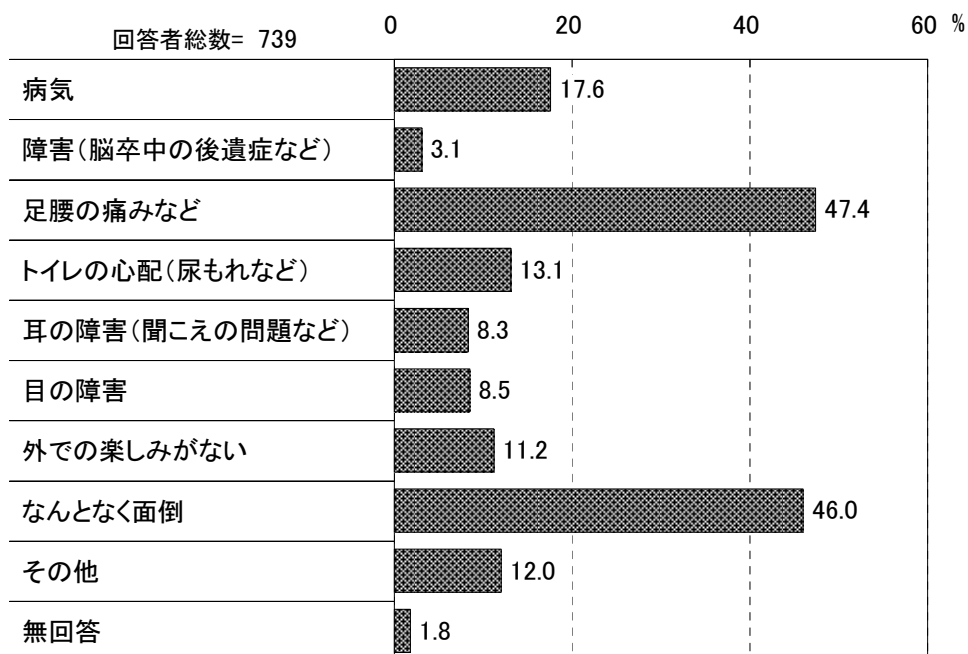
昨年との外出頻度の比較は、「変わらない」が 65.5%と最も多く、次いで「減った」が 25.2%、「増えた」が 5.6%となっている。



問 17-1 問 17 で「減った」と答えた方におうかがいします。

外出を控えている理由はなんですか。(あてはまるものすべてに○)

外出を控えている理由は、「足腰の痛みなど」が 47.4%と最も多く、次いで、「なんとなく面倒」が 46.0%、「病気」が 17.6%、「トイレの心配 (尿もれなど)」が 13.1%などとなっている。

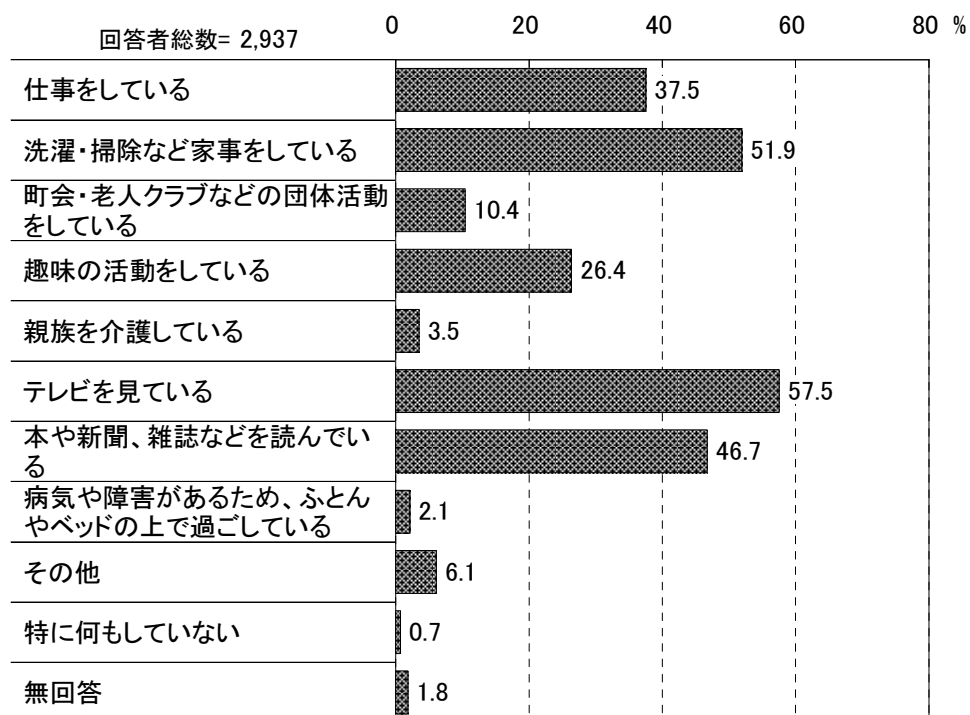


9 平日の昼間の過ごし方

問 18 あなたは、平日の昼間、どのようにお過ごしですか。

(主なもの3つ以内に○)

平日の昼間の過ごし方は、「テレビを見ている」が57.5%と最も多く、次いで「洗濯・掃除など家事をしている」が51.9%、「本や新聞、雑誌などを読んでいる」が46.7%、「仕事をしている」が37.5%、「趣味の活動をしている」が26.4%などとなっている。



【性別／平日の昼間の過ごし方】

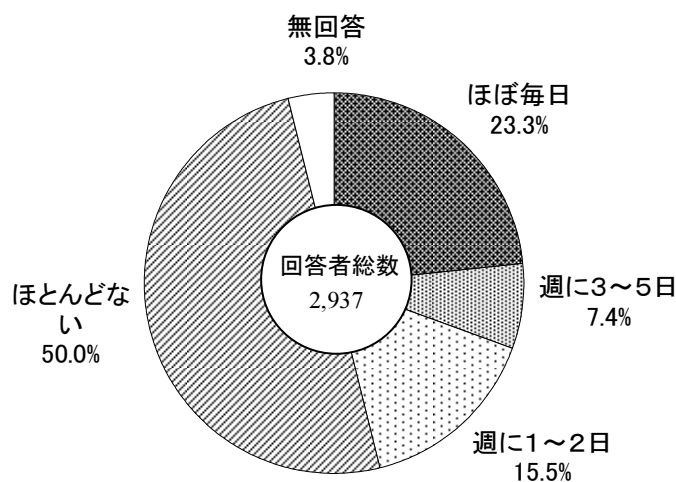
性別にみると、「洗濯・掃除など家事をしている」では男女差が大きく、女性が8割近くであるのに対して、男性は2割強に止まっている。また、「仕事をしている」方は男性で4割半ば、女性で3割強となっている。他の選択肢においては特に大きな男女差はみられない。

		(%)										
		仕事をしている	洗濯・掃除など家事をしている	町会・老人クラブなどの団体活動をしている	趣味の活動をしている	親族を介護している	テレビを見ている	本や新聞、雑誌などを読んでいる	病気や障害があるため、ふとんやベッドの上で過ごしている	その他	特に何もしていない	無回答
		全体	2,937	37.5	51.9	10.4	26.4	3.5	57.5	46.7	2.1	6.1
男性	1,311	46.4	22.3	11.7	26.5	2.3	56.6	49.4	2.1	6.5	1.0	1.8
女性	1,545	30.4	77.4	9.3	26.9	4.6	58.1	44.6	1.9	5.7	0.4	1.6

10 日中一人で過ごす頻度

問 19 日中、一人で過ごすことがありますか。

日中一人で過ごす頻度は、50.0%の方が「ほとんどない」と回答している一方で、「ほぼ毎日」一人で過ごしている方が23.3%いる。また、「週に1～2日」は15.5%、「週に3～5日」では7.4%となっている。

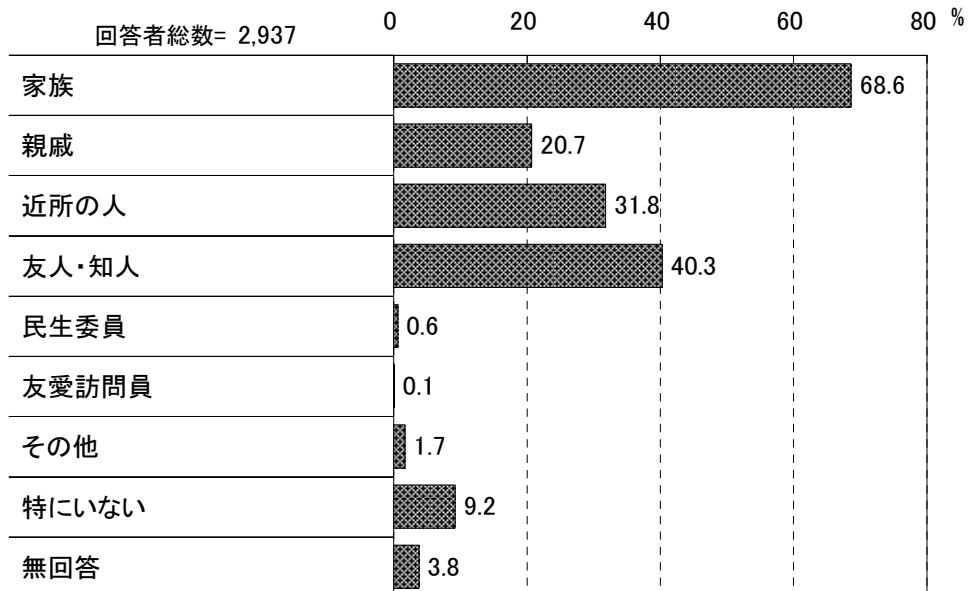


11 週に1回以上声をかけてくれる人

問 20 週に1回以上、連絡を取り合う人・声をかけてくれる人はいですか。

(あてはまるものすべてに○)

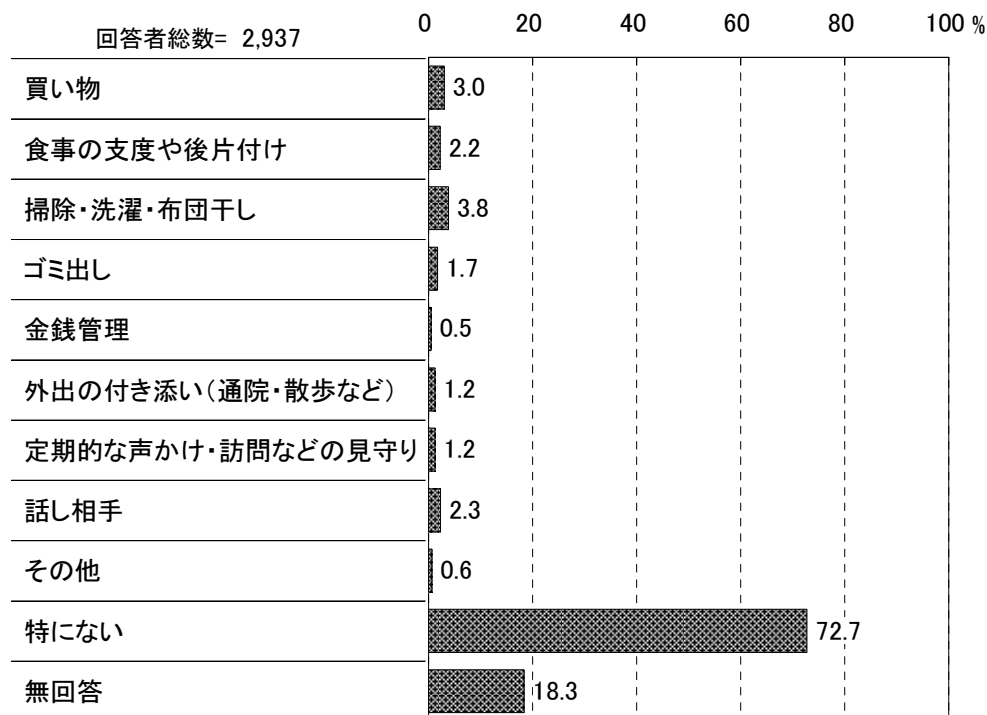
週に1回以上声をかけてくれる人は、「家族」が68.6%と最も多く、次いで「友人・知人」が40.3%、「近所の人」が31.8%、「親戚」が20.7%などとなっている。



12 支援してほしいこと

問 21 日常生活の中で、家族等の手助けが受けられないため、支援してほしいと思うことはありますか。(あてはまるものすべてに○)

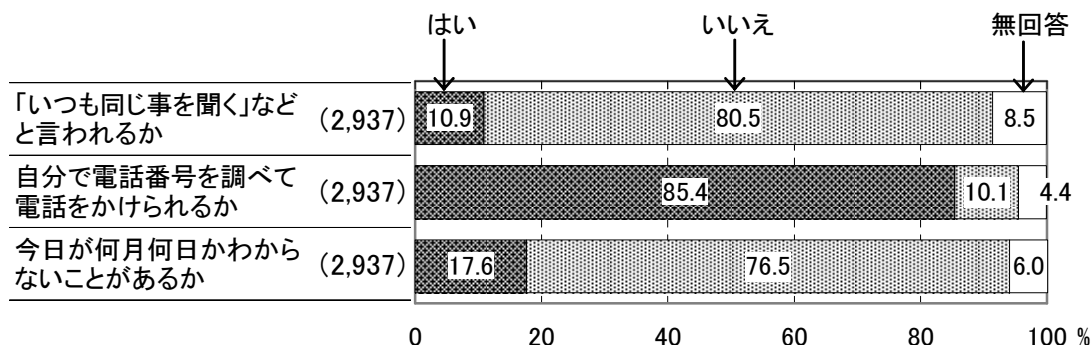
支援してほしいことは、「特にない」が72.7%となっている。



13 「もの忘れ」について

問 22 「もの忘れ」に関することについて、それぞれ「はい」か「いいえ」を選んで○をつけてください。

「もの忘れ」について、人から「いつも同じ事を聞く」などと言われるのは1割強であり、今日が何月何日かわからないことがあるのは2割弱となっている。また、自分で電話番号を調べて電話をかけられるかは4.4%となっている。



【年齢区分別／「もの忘れ」について】

年齢区分別にみると、「いつも同じ事を聞く」などと言われるは65歳から74歳にかけて1割に満たないが、年齢区分とともに割合が高くなる傾向にあり、“90～94歳”では該当者が4割強に上る。自分で電話番号を調べて電話をかけることができないは65歳から94歳にかけていずれの年齢区分においても1割前後だが、“95歳以上”では、対象者数が少ないものの、該当者が3割弱となっている。今日が何月何日かわからないことがあるは、年齢区分が高くなるにつれて割合も高くなっている。

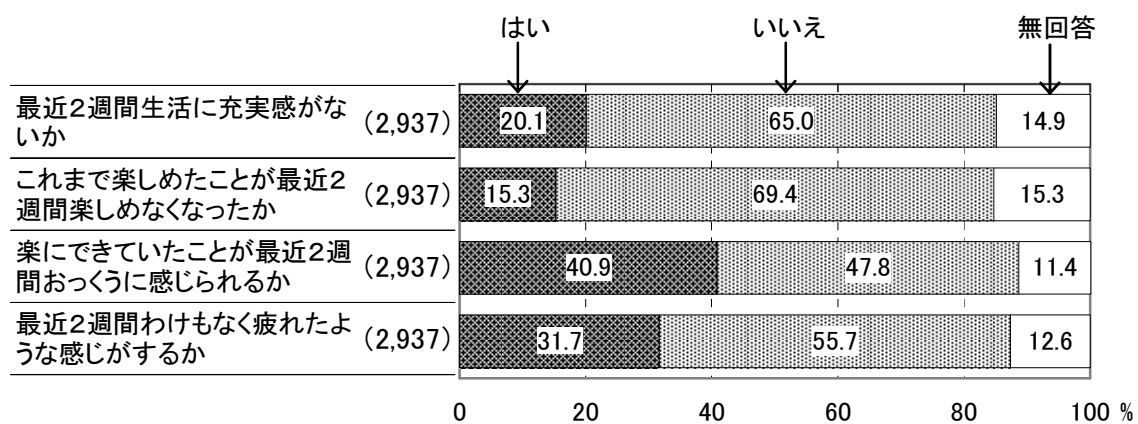
		全 体	6 5 ～ 6 9 歳	7 0 ～ 7 4 歳	7 5 ～ 7 9 歳	8 0 ～ 8 4 歳	8 5 ～ 8 9 歳	9 0 ～ 9 4 歳	9 5 歳 以上
回答者数(人)		2,937	816	810	653	339	151	46	7
「いつも同じ事を聞く」などと言われるか	はい	10.9	6.4	7.7	12.1	16.5	22.5	41.3	28.6
	いいえ	80.5	89.7	84.6	78.1	71.4	64.2	50.0	42.9
	無回答	8.5	3.9	7.8	9.8	12.1	13.2	8.7	28.6
自分で電話番号を調べて電話をかけられるか	はい	85.4	86.2	86.9	87.7	83.5	78.8	89.1	42.9
	いいえ	10.1	11.3	9.0	7.8	11.2	13.2	10.9	28.6
	無回答	4.4	2.6	4.1	4.4	5.3	7.9	0.0	28.6
今日が何月何日かわからないことがあるか	はい	17.6	12.0	17.2	18.4	23.9	28.5	26.1	42.9
	いいえ	76.5	84.4	77.5	75.5	68.7	62.3	65.2	28.6
	無回答	6.0	3.6	5.3	6.1	7.4	9.3	8.7	28.6

単位：%

14 最近2週間の気分

問 23 あなたの最近2週間の気分について、それぞれ「はい」か「いいえ」を選んで○をつけてください。

最近2週間の気分について、充実感がなかったり、以前楽しめたことが楽しめなくなったは1割半ばから2割となっている。また、4割強が以前楽にできていたことをおっくうに感じており、わけもなく疲れたような感じがするも3割強いる。



【年齢区分別／最近2週間の気分】

年齢区分別にみると、生活に充実感がないは、年齢区分とともにわずかながら割合が高くなり、“65～69歳”で1割弱だが、90歳以上では3割から4割強が該当している。65歳から79歳にかけて、1割強がこれまで楽しめたことが楽しめなくなっており、80歳以上では2割強、“95歳以上”では6割近くが該当している。楽にできていたことがおっくうに感じられるは、“65～69歳”で3割強だが、年齢区分とともに該当者の割合も高くなり85歳以上では6割近くとなっている。また、わけもなく疲れたような感じがするは、65歳から79歳にかけて3割前後であるが、80歳以上では該当者が4割を超えている。

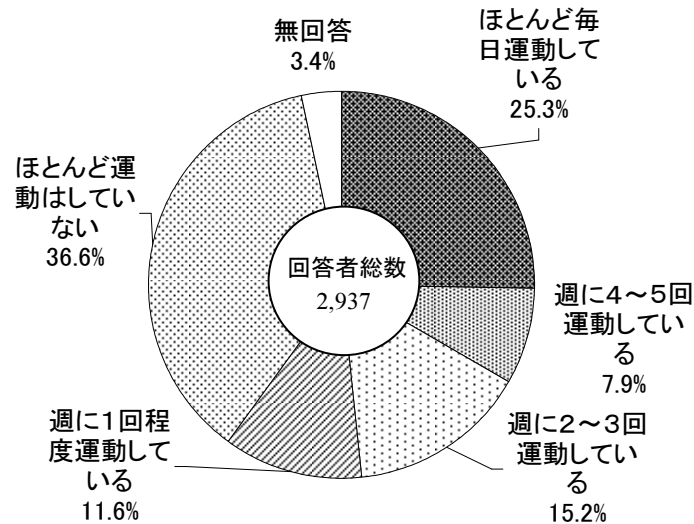
		全 体	6 5 ～ 6 9 歳	7 0 ～ 7 4 歳	7 5 ～ 7 9 歳	8 0 ～ 8 4 歳	8 5 ～ 8 9 歳	9 0 ～ 9 4 歳	9 5 歳 以上
回答者数(人)		2,937	816	810	653	339	151	46	7
最近2週間生活に充実感がないか	はい	20.1	17.9	18.4	21.7	23.0	20.5	28.3	42.9
	いいえ	65.0	73.7	67.9	60.9	55.2	58.3	50.0	28.6
	無回答	14.9	8.5	13.7	17.3	21.8	21.2	21.7	28.6
これまで楽しめたことが最近2週間 楽しめなくなったか	はい	15.3	12.4	13.5	13.9	23.0	21.2	23.9	57.1
	いいえ	69.4	80.0	72.7	66.3	55.5	57.0	52.2	28.6
	無回答	15.3	7.6	13.8	19.8	21.5	21.9	23.9	14.3
楽にできていたことが最近2週間 おっくうに感じられるか	はい	40.9	33.7	36.3	43.3	53.7	58.3	58.7	57.1
	いいえ	47.8	60.0	53.0	42.1	30.7	29.1	28.3	28.6
	無回答	11.4	6.3	10.7	14.5	15.6	12.6	13.0	14.3
最近2週間わけもなく疲れたような 感じがするか	はい	31.7	27.2	28.0	32.0	40.7	44.4	41.3	42.9
	いいえ	55.7	66.4	59.4	53.1	41.3	40.4	37.0	28.6
	無回答	12.6	6.4	12.6	14.9	18.0	15.2	21.7	28.6

単位: %

15 運動について

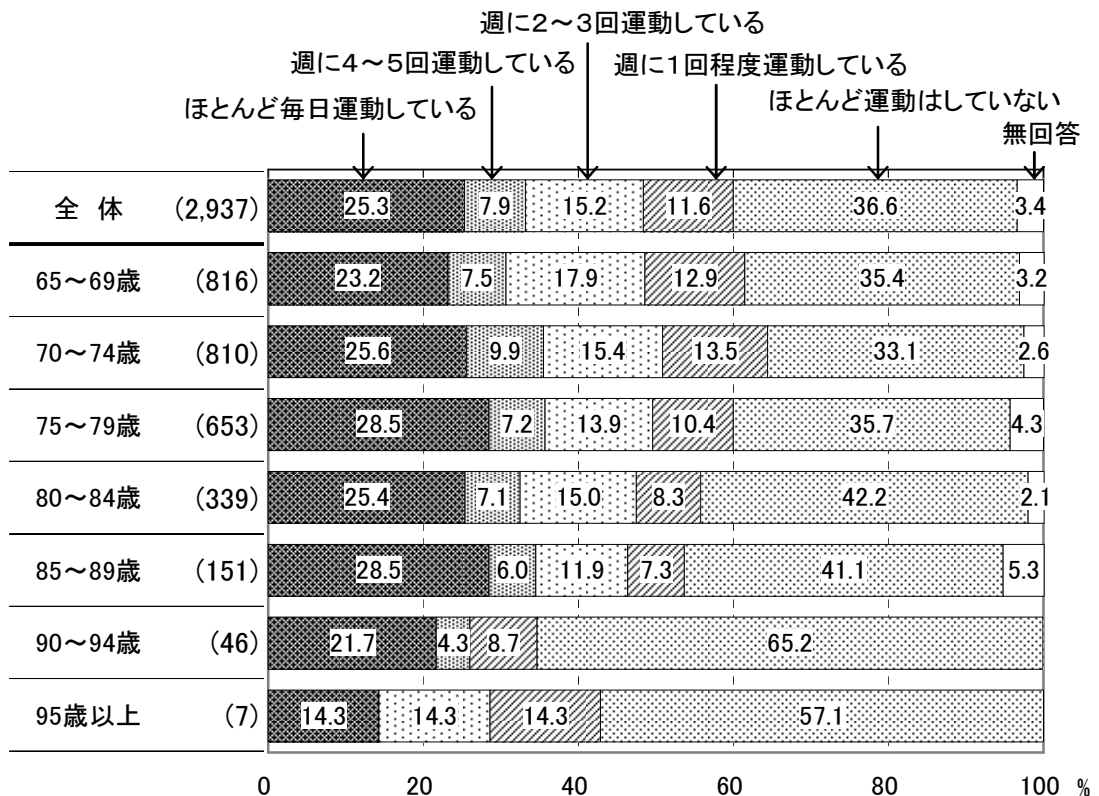
問 24 あなたは、日ごろから健康の保持増進のために意識的に運動していますか。

運動の状況は、「ほとんど運動はしていない」が36.6%と最も多い一方で、「ほとんど毎日運動している」は25.3%と2番目に多くなっている。



【年齢区分別／運動について】

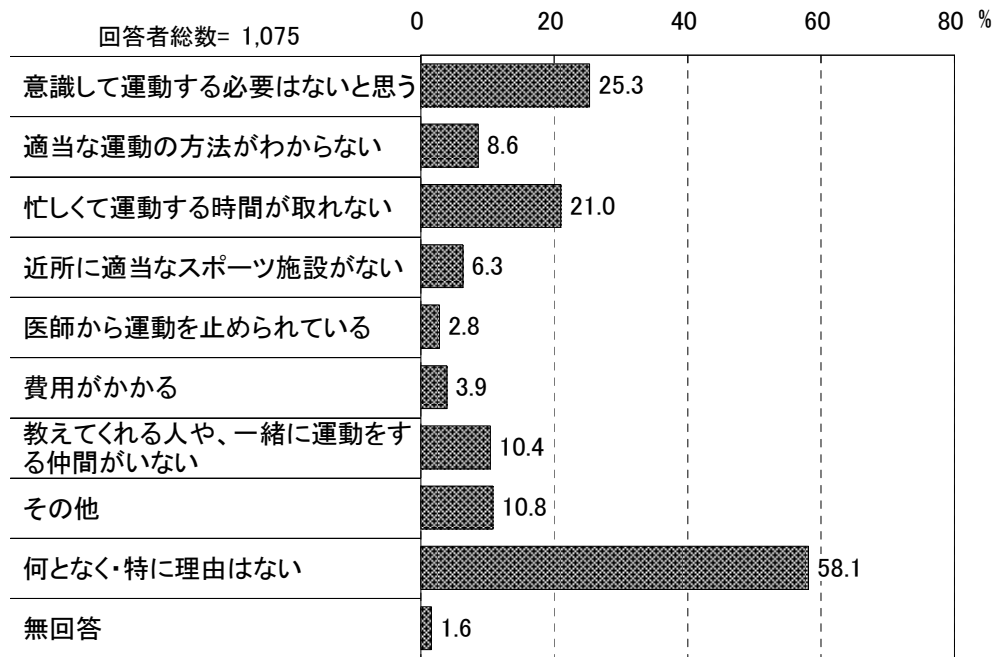
年齢区分別にみると、「ほとんど運動はしていない」は、65歳から79歳にかけて3割半ばであるが、80歳代では4割強、90歳以上では6割前後となっている。



問 24－1 問 24 で「ほとんど運動はしていない」と答えた方におうかがいします。運動をしていない理由は何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

運動をしていない理由は、「何となく・特に理由はない」が 58.1%と最も多く、次いで「意識して運動する必要はないと思う」が 25.3%、「忙しくて運動する時間が取れない」が 21.0%などとなっている。理由がない方が多いものの、中には運動をする時間が取れないや仲間がいない、方法がわからないも 1 割から 2 割いる。



16 地域の情報で知りたいこと

問 25 お住まいの地域のどのような「情報」を知りたいですか。

(あてはまるものすべてに○)

地域の情報で知りたいことは、「医療に関する情報」が19.1%、「趣味などのサークル活動の情報」が18.4%、「気軽に行ってくつろげる交流の場の情報」が17.4%などとなっている。地域の情報で知りたいことは「特にない」が44.7%と多くなっているものの、医療情報や地域交流、趣味に役立つ情報については知りたいと考えている方が2割弱いる。

