
**地域における支えあいの可能性と
ケアをする人の生活に関する調査
－ 報告書 －**

令和3年3月

社会福祉法人 栗山町社会福祉協議会

令和2年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

～ 目 次 ～

I 調査の概要	1
II 回答者の属性	2
1 性別、年齢別構成	2
2 同居家族の人数	3
3 世帯主	3
4 家族構成	4
5 未就学児の有無	6
6 職業別構成	7
7 参加している活動	8
III 調査結果	9
【1】地域のつながりについて	9
1 地域のつながりや助け合いの必要性について	9
2 手伝ってほしいことの有無	10
3 手伝えること	11
4 特に手伝いたいこと	14
5 手伝ってほしいこと	17
6 特に手伝ってほしいこと	20
7 支えあい活動のプログラム（メニュー）について	23
8 地域の人たちがつどう場の必要性について	24
9 地域の人たちがつどう場への参加状況	25
10 地域の人たちがつどう場に参加していない理由	27
11 参加してみたい場	29
12 各事業における知名度や参加状況、必要度について	30
13 活動に参加しやすい条件	51
【2】ケアの実情について	53
1 ケアの実情	53
【3】ケアラーとしての役割について	59
1 ケアラーとしての経験の有無	59
2 過去のケアの対象	60
3 将来、ケアラーになる可能性について	61
4 将来のケアの対象	62
5 ケアラーになることへの不安の有無	63
6 ケアラーになった場合の不安について	64
【4】地域のケアラーとのかかわりについて	65
1 地域でケアラーに気づくこと	65
2 地域でケアラーに気づく場面	66
3 地域のケアラーとのかかわりの有無	67

4	地域のケアラーとのかかわり方-----	68
5	近隣のケアラーやその家族に対して心配なこと、手助けしたいこと ---	70
6	ケアラーやその家族が孤立しないために必要なこと -----	71
【5】	ケアの状況と協力者について -----	72
1	ケアをしている人数-----	72
2	通算ケア期間-----	73
3	主なケアラーについて-----	73
4	ケアへの協力者の有無-----	74
5	ケアに協力してくれる人-----	75
6	18歳未満の協力者の有無-----	77
7	18歳未満の協力者の性別、年齢-----	78
8	18歳未満の子が協力してくれること-----	78
【6】	ケアをしている人について -----	79
1	1番多くケアしている人との関係性について-----	79
2	1番多くケアしている人の性別-----	80
3	1番多くケアしている人の年齢-----	81
4	1番多くケアしている人の同居の有無-----	82
5	1番多くケアしている人の病気や障がいの状態-----	83
6	1番多くケアしている人の利用しているサービス-----	84
7	2番目に多くケアしている人との関係性について-----	86
8	2番目に多くケアしている人の性別-----	87
9	2番目に多くケアしている人の年齢-----	87
10	2番目に多くケアしている人の同居の有無-----	88
11	2番目に多くケアしている人の病気や障がいの状態-----	89
12	2番目に多くケアしている人の利用しているサービス-----	90
13	3番目に多くケアしている人との関係性について-----	91
14	3番目に多くケアしている人の性別-----	92
15	3番目に多くケアしている人の年齢-----	92
16	3番目に多くケアしている人の同居の有無-----	93
17	3番目に多くケアしている人の病気や障がいの状態-----	94
18	3番目に多くケアしている人の利用しているサービス-----	95
【7】	健康状態について -----	96
1	身体の不調による医療機関の受診状況-----	96
2	現在抱えている病気や身体的問題-----	98
3	こころの不調による医療機関の受診状況-----	98
4	健康診断の受診状況-----	100
5	健康維持に時間をかけること-----	101

6	過去1か月間の精神状態について-----	102
7	生活の満足度について-----	108
8	幸福度について-----	109
9	介護をしている中で幸せを感じる時 -----	110
10	孤立を感じる事 -----	111
11	孤立を感じた理由 -----	112
12	ケアラーとしての不安や悩みについて -----	112
13	自分のためにできればと思う事 -----	113
14	介護の負担感について-----	114
【8】	ケアに要する時間や日々の生活について -----	115
1	介護サービス利用日数-----	115
2	ケア時間について-----	115
3	ケアのために睡眠が中断される事 -----	116
4	自由に使える時間-----	117
5	自由時間に行っている事 -----	117
6	社会活動の機会について-----	118
7	ケアのための働き方の変更について -----	119
8	働き方の変更内容-----	120
9	介護休業制度の利用について-----	121
10	退職しないために必要な支援-----	121
【9】	必要な支援について -----	122
1	ケアラーだと気づいてくれる地域住民の有無 -----	122
2	支えてくれる地域住民の有無-----	123
3	支えられていると感じるとき-----	124
4	相談できる人や機関・窓口の有無-----	125
5	必要な支援 -----	126
6	ケアラーに対してあったらよいと思う支援 -----	128

I 調査の概要

【調査の目的】

本調査は、地域における支えあいの可能性とケアをする人（ケアラー）の生活に関して、現状やニーズ、課題等を把握し、住みやすい地域づくりのための支援体制の構築や新たな制度を考えるための基礎資料とすることを目的として実施した。

【調査対象】

町民（各世帯に1部配布）

【調査方法】

郵送配布～郵送回収

【調査時期】

令和2年11月～令和2年12月

【回収結果】

配布者数 ----- 5,561件

回収数 ----- 1,455件

回収率 ----- 26.2%

（有効回収数 1,442件）

【報告書の見方について】

- （1）集計は小数点以下第2位を四捨五入している。そのため、回答比率の合計は必ずしも100%にならない場合がある。
- （2）2つ以上の回答を可能とした（複数回答）質問の場合、その回答比率の合計は100%を超える場合がある。
- （3）数表、図表、文中に示すNは、比率算出上の基数（標本数）である。全標本数を示す「全体」を「N」、「該当数」を「n」で表記している。
- （4）図表中における年齢別などのクロス集計結果については、該当する属性等の設問に対する無回答者（例えば、年齢別でクロス集計する場合における年齢の無回答者）を除いて表記しているため、属性ごとの基数の合計と全体の基数は同じにならない場合がある。
- （5）図表中においては見やすさを考慮し、回答割合が極端に少ない数値（例：0.0%、0.1%など）は、図と干渉して見えにくい場合などに省略している場合がある。また、複数回答の図表中においては、見やすさを考慮し、回答割合の高い順に並べ替えて表記している場合がある。
- （6）この他、個別に参照事項がある場合は、本報告書の該当箇所に適宜記載した。

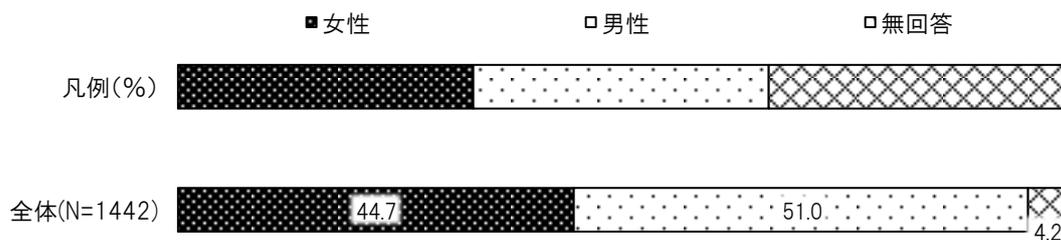
II 回答者の属性

1 性別、年齢別構成

問1 【全員】あなた自身のことについて、うかがいます。
1-1 あなたの性別と年齢を教えてください。

<性別構成>

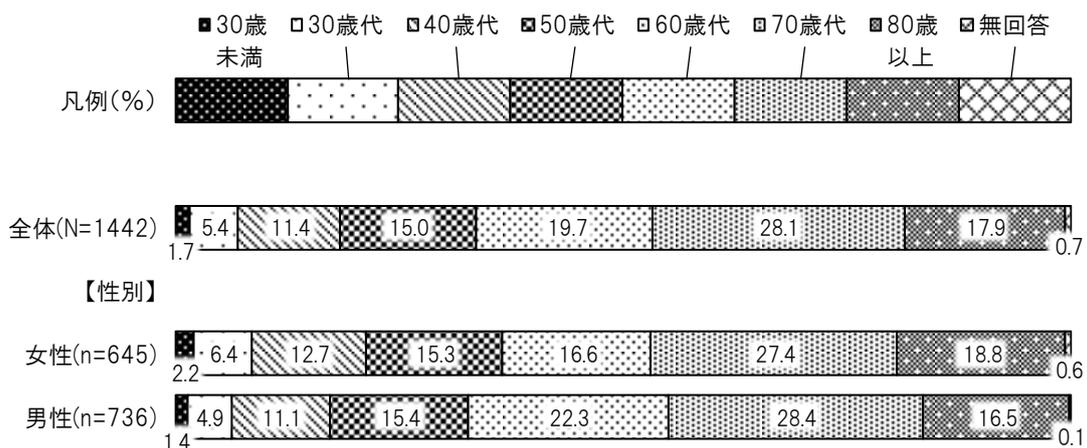
回答者の性別構成比は、「女性」が 44.7%、「男性」が 51.0%と、男性の割合が女性を上回っている。



<年齢別構成>

年齢別構成は、「70歳代」の割合が 28.1%と最も高く、次いで「60歳代」(19.7%)、「80歳以上」(17.9%)の順となっており、『60歳以上(合計)』で全体の6割以上(65.7%)を占めている。

性別では、男性は女性に比べ「60歳代」の割合が高くなっている。



2 同居家族の人数

1-2 あなたを含めてご家族（同居している方）は何人ですか。

同居家族の人数については、平均で2.3人となっている。

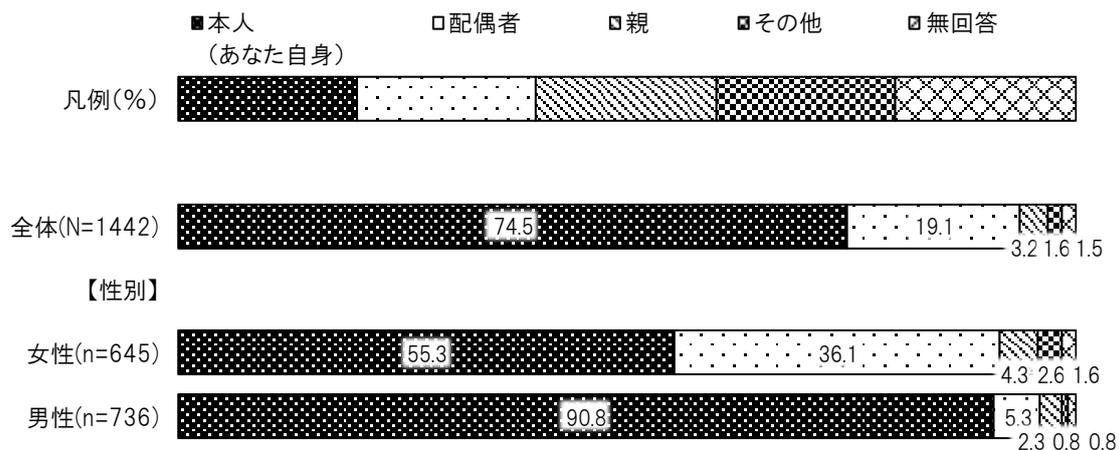
	回答件数	平均	最小値	最大値
同居家族の人数	1420件	2.3人	1.0人	9.0人

3 世帯主

1-3 世帯主はあなたからみて、次のどれにあてはまりますか。

世帯主については、「本人（あなた自身）」の割合が74.5%と最も高く、次いで「配偶者」（19.1%）、「親」（3.2%）の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「配偶者」の割合が高く、男性は「本人（あなた自身）」の割合が女性を大きく上回っている。

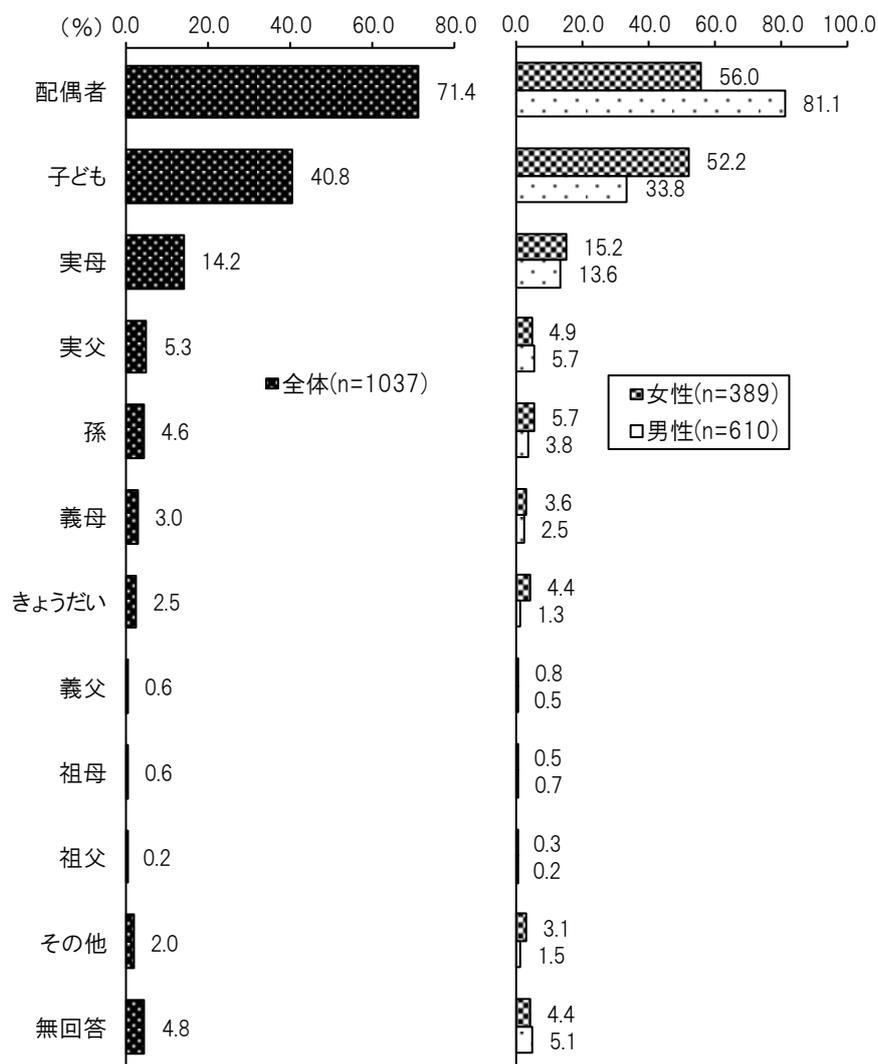


4 家族構成

1-4 【同居家族がいる方にお聞きします】家族構成（同居している方）は、あなたにとって、以下のどれにあてはまりますか。（複数回答可）

家族構成については、「配偶者」の割合が71.4%と最も高く、次いで「子ども」(40.8%)、「実母」(14.2%)の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「子ども」の割合が高く、男性は「配偶者」の割合が女性を大きく上回っている。



年齢別では、40歳代以下で「子ども」、50歳代で「実母」の割合がそれぞれ他の年齢層を大きく上回っている。

単位 (%)	配偶者	子ども	実母	実父	孫	義母	きょうだい	義父	祖母	祖父	その他
全体(n=1037)	71.4	40.8	14.2	5.3	4.6	3.0	2.5	0.6	0.6	0.2	2.0
【年齢別】											
39歳以下(n=76)	69.7	72.4	17.1	6.6	0.0	1.3	7.9	0.0	5.3	1.3	6.6
40歳代(n=139)	74.8	70.5	16.5	12.9	0.0	2.9	1.4	0.7	0.0	0.0	0.7
50歳代(n=166)	64.5	40.4	33.7	12.0	2.4	7.2	3.6	1.2	0.6	0.6	1.2
60歳代(n=225)	76.0	29.8	18.2	3.6	4.9	3.6	2.7	1.3	0.4	0.0	1.8
70歳代(n=271)	74.9	28.0	4.4	1.1	7.0	1.8	1.5	0.0	0.0	0.0	1.8
80歳以上(n=156)	63.5	37.2	0.0	0.6	9.0	0.0	1.3	0.0	0.0	0.0	2.6

注：表中の「網掛け」は、各クロス集計(年齢別など)において最も高い割合を示している。

(例／年齢別の場合、最も割合が高い年齢層に網掛け。)

但し、回答割合が10%未満の項目及び「その他」については網掛けしていない。

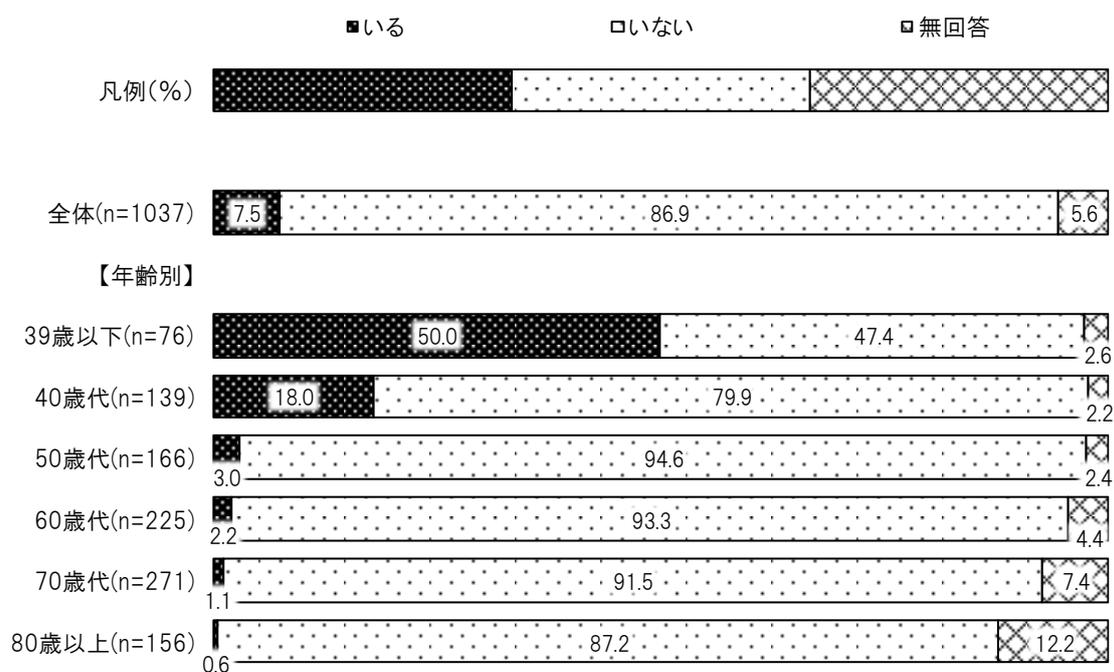
また「無回答」は表記から省略している。(本報告書においては、以下同様)

5 未就学児の有無

1-5 家族（同居している方）に小学校にあがる前の子どもはいますか。

未就学児の有無については、「いる」が7.5%となっている。

年齢別では、39歳以下の半数が「いる」と回答しており、未就学児の人数は平均で1.3人となっている。



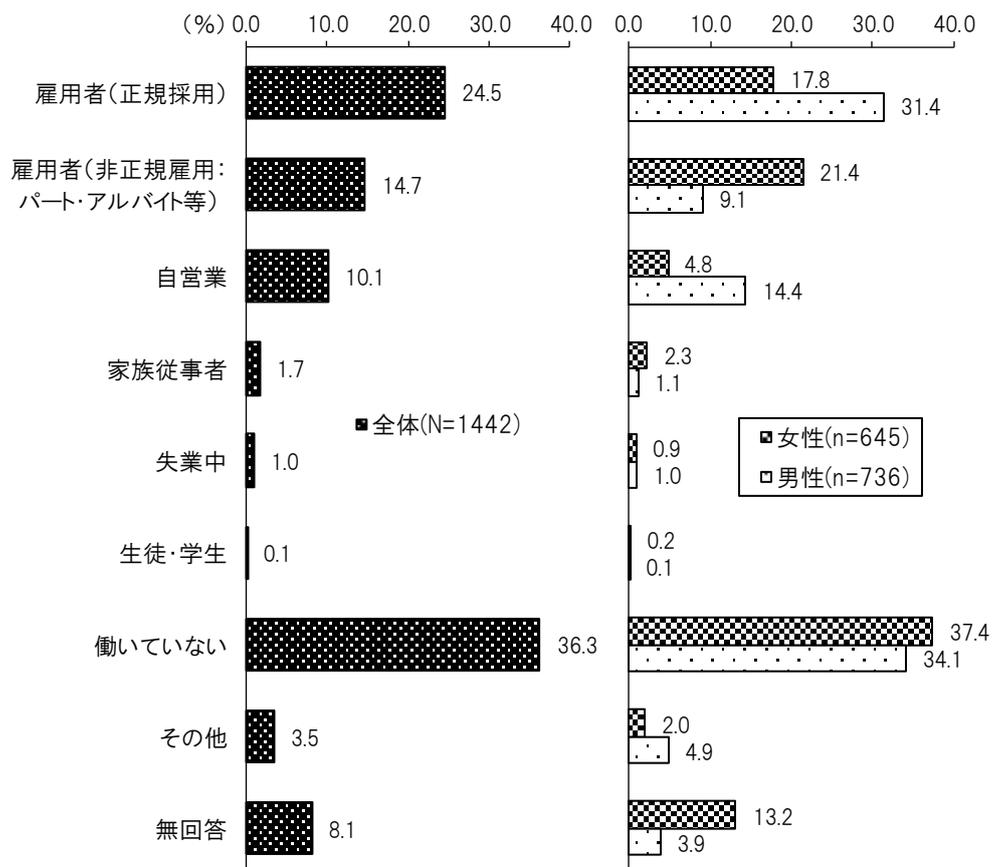
	回答件数	平均	最小値	最大値
未就学児の人数	76件	1.3人	1.0人	3.0人

6 職業別構成

1-6 あなたは、現在、職業をおもちですか。

職業別構成については、「働いていない」の割合が36.3%と最も高く、次いで「雇用者（正規採用）」（24.5%）、「雇用者（非正規雇用：パート・アルバイト等）」（14.7%）、「自営業」（10.1%）の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「雇用者（非正規雇用：パート・アルバイト等）」の割合が高く、男性は「雇用者（正規採用）」「自営業」の割合が女性を大きく上回っている。



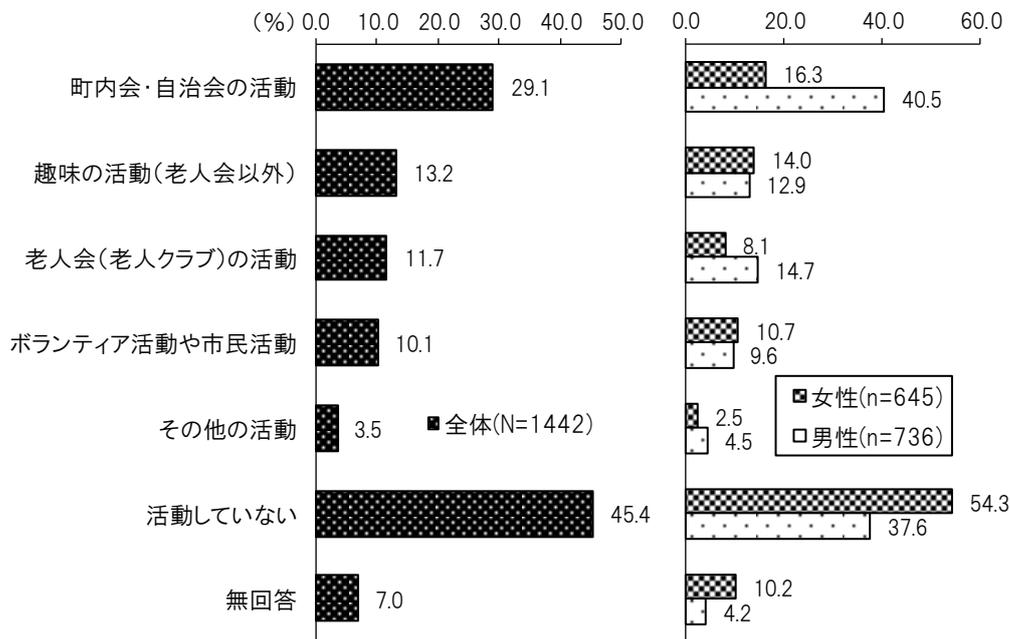
7 参加している活動

1-7 あなたは、現在、次のような活動をなさっていますか。（複数回答可）

参加している活動については、「活動していない」の割合が45.4%と最も高く、次いで「町内会・自治会の活動」（29.1%）、「趣味の活動（老人会以外）」（13.2%）、「老人会（老人クラブ）の活動」（11.7%）の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「活動していない」の割合が高く、男性は「町内会・自治会の活動」の割合が女性を大きく上回っている。

年齢別では、40歳代以下で「活動していない」、70歳代以上で「老人会（老人クラブ）の活動」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。



単位 (%)	町内会・自治会の活動	外)趣味の活動(老人会以外)	の老人会(老人クラブ)	民ボランティア活動や市	その他の活動	活動していない
全体(N=1442)	29.1	13.2	11.7	10.1	3.5	45.4
【年齢別】						
39歳以下(n=102)	25.5	5.9	0.0	9.8	2.0	59.8
40歳代(n=164)	25.0	8.5	0.6	5.5	3.0	63.4
50歳代(n=217)	35.9	6.0	0.0	9.2	1.8	52.1
60歳代(n=285)	33.3	12.3	2.8	13.0	2.5	48.4
70歳代(n=405)	34.8	20.2	22.2	13.3	4.9	29.6
80歳以上(n=259)	13.1	15.4	26.6	5.8	4.6	44.0

Ⅲ 調査結果

【1】地域のつながりについて

1 地域のつながりや助け合いの必要性について

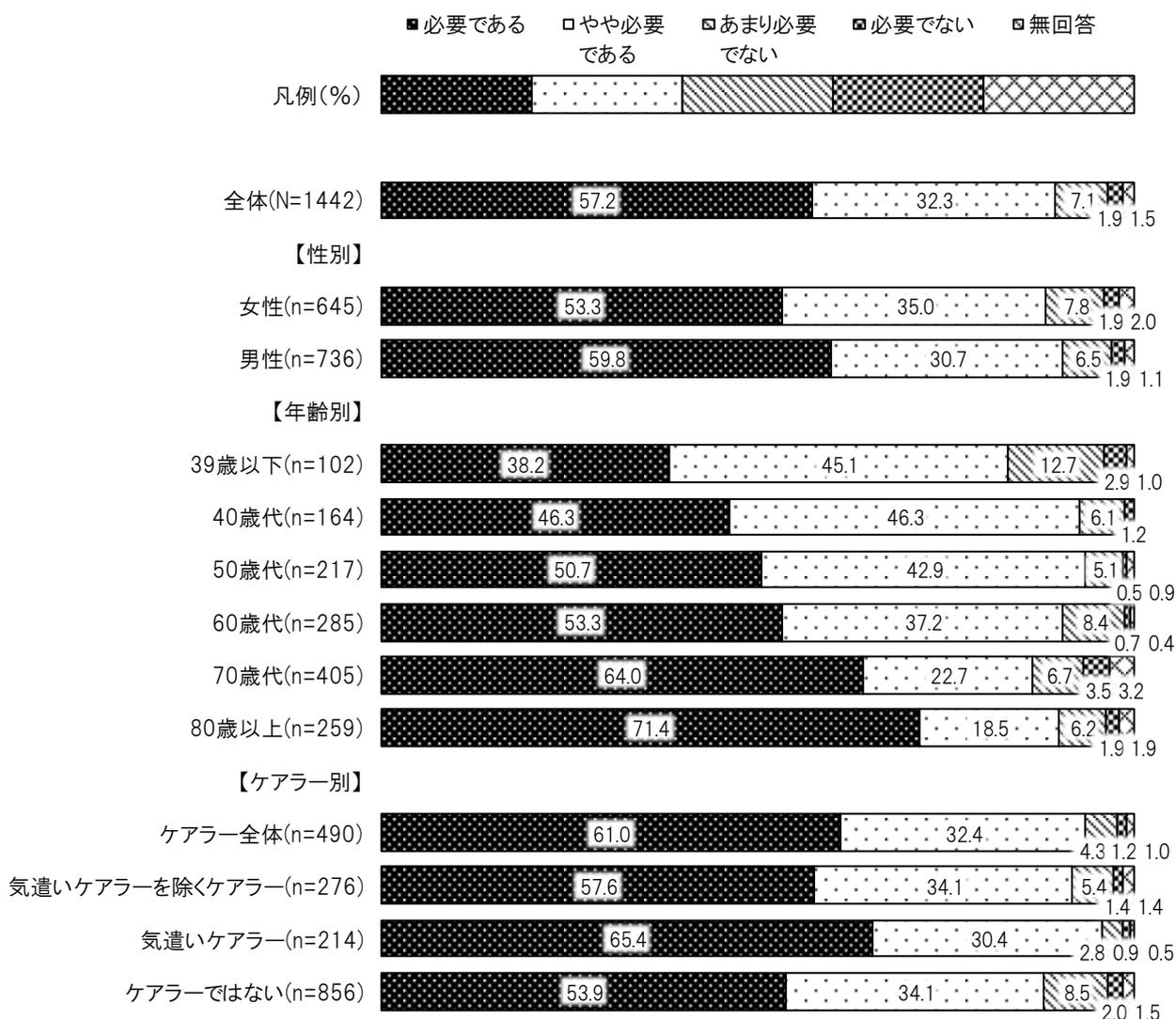
問2 【全員】地域（町）のつながりや支えあい活動についてうかがいます。
 2-1 あなたは、日常的な地域の人同士のつながりや助け合いの活動が必要だと思いますか。

地域のつながりや助け合いの必要性については、「必要である」が57.2%、「やや必要である」が32.3%で、合計約9割（89.5%）が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要でない」（7.1%）、「必要でない」（1.9%）の合計は約1割（9.0%）であった。

性別では、男性は女性に比べ「必要である」の割合が高くなっている。

年齢別では、年齢が上がるほど「必要である」の割合が増える傾向にある。

ケアラー別では、気遣いケアラーはケアラーではない人に比べて「必要である」の割合が高くなっている。



注:「気遣いケアラー」とは、問3-1 ケアの実情で「e あなたは現在、こころや身体に不調のある家族や身のまわりの人を気づかっていますか」のみを選択した人を指す。

2 手伝ってほしいことの有無

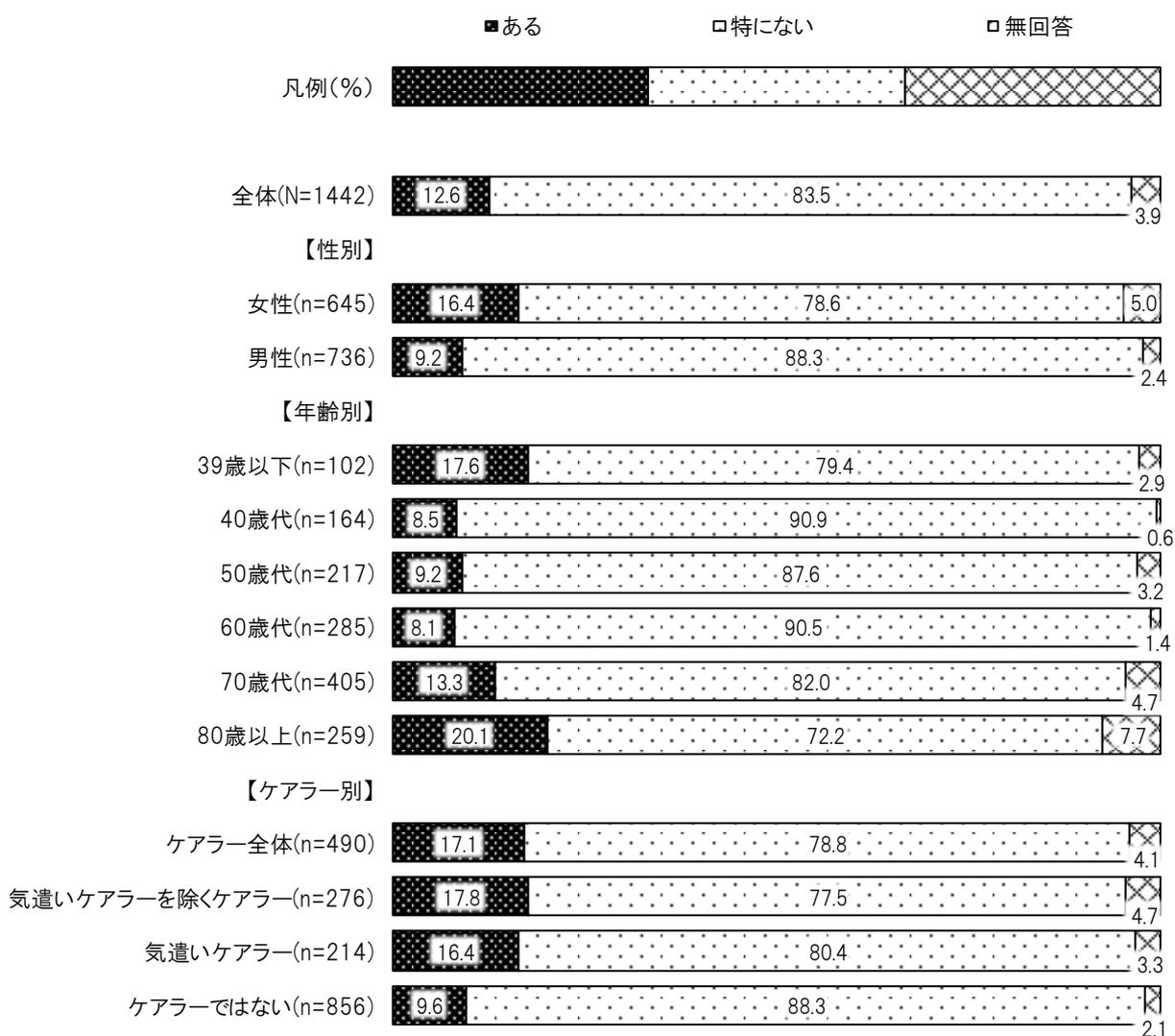
2-2 あなたは、日ごろの生活の中で、地域に暮らす誰かに手伝ってほしいことがありますか。

手伝ってほしいことについては、「ある」が12.6%となっており、「除雪作業」「草刈り」「大きな物の移動」「子どもの見守り」「町内会活動」などの回答がみられた。

性別では、女性は男性に比べ「ある」の割合が高くなっている。

年齢別では、39歳以下や70歳代以上で「ある」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「ある」の割合が高くなっている。

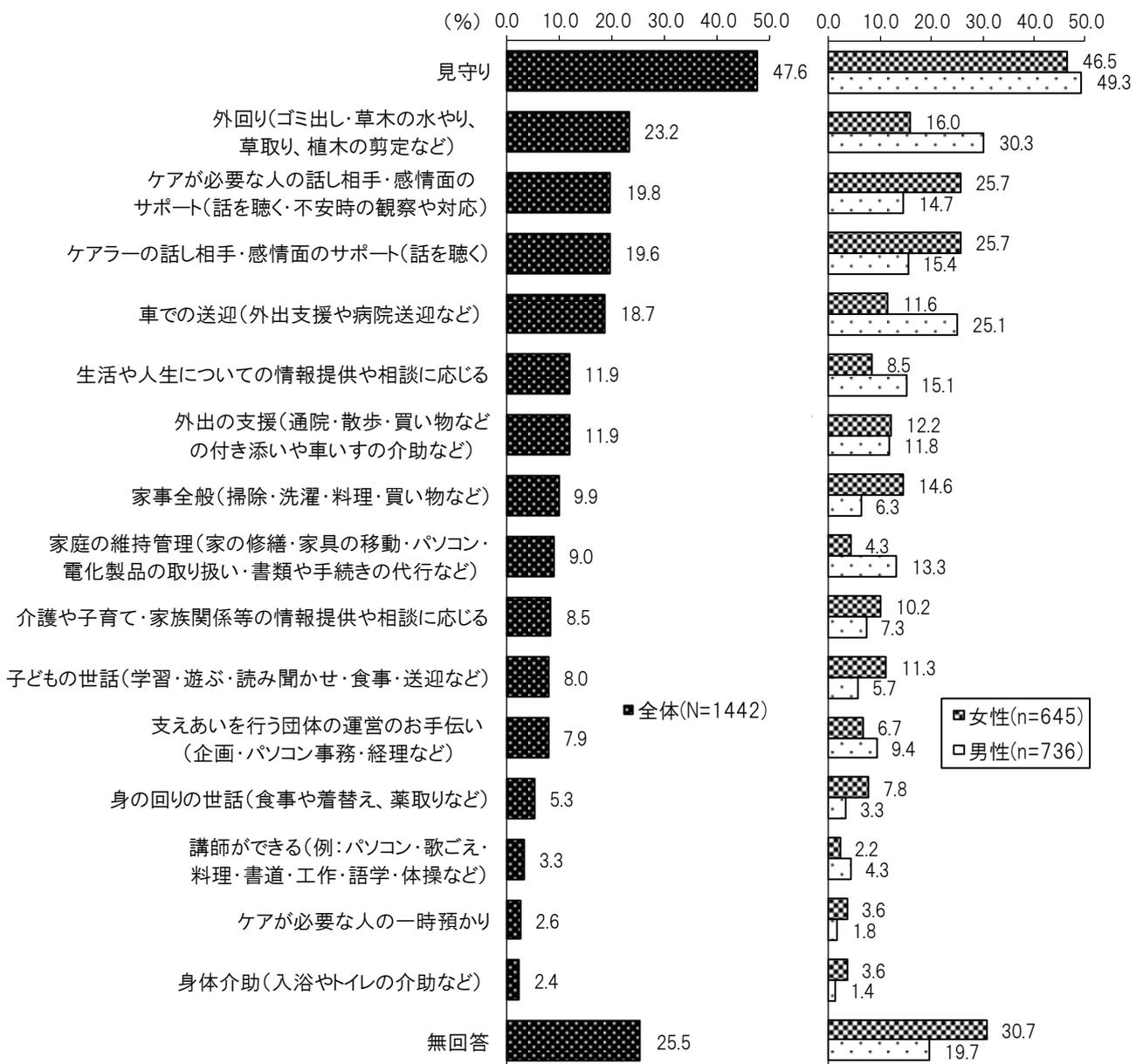


3 手伝えること

2-3 地域の支えあい活動のプログラム（メニュー）づくりのためにお聞きします。
 1) 次の活動の中から、地域で暮らす住民としてご自分がお手伝いできることの番号に○をつけて下さい。（複数回答可）

手伝えることについては、「見守り」の割合が47.6%と最も高く、次いで「外回り（ゴミ出し・草木の水やり、草取り、植木の剪定など）」（23.2%）、「ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート（話を聴く・不安時の観察や対応）」（19.8%）、「ケアラーの話し相手・感情面のサポート（話を聴く）」（19.6%）、「車での送迎（外出支援や病院送迎など）」（18.7%）の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート」「ケアラーの話し相手・感情面のサポート」の割合が高く、男性は「外回り」「車での送迎」の割合が女性を大きく上回っている。



年齢別では、40歳代以下で「介護や子育て・家族関係等の情報提供や相談に応じる」「子どもの世話」、60歳代で「外回り」「外出の支援」などの割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。

単位 (%)	見守り	の外回り(ゴミ出し・草木の剪定など)	察(話を聴く・不安時の観)	手(話を聴く・不安時の観)	ケ(面をサポート(話を聴く))	情(面をサポート(話を聴く))	ケ(面をサポート(話を聴く))	病(院送迎など)	車(での送迎(外出支援や))	報(活や人生について)	生(活や人生について)	い(や車いすの介助など)	歩(や車いすの介助など)	外(出の支援(通院・散))	料(理・買い物など)	家(事全般(掃除・洗濯・))	な(い・書類や手続きの代行)	繕(・電化製品の取り扱)	家(庭の維持管理(家の修))
全体(N=1442)	47.6	23.2	19.8	19.6	18.7	11.9	11.9	9.9	9.0										
【年齢別】																			
39歳以下(n=102)	55.9	13.7	25.5	23.5	20.6	13.7	10.8	12.7	14.7										
40歳代(n=164)	60.4	16.5	21.3	22.6	19.5	10.4	11.6	9.8	7.3										
50歳代(n=217)	60.4	24.0	22.6	23.5	20.7	13.4	12.4	14.7	9.2										
60歳代(n=285)	55.1	30.2	19.6	21.1	24.2	9.5	18.2	9.8	11.9										
70歳代(n=405)	45.4	26.2	21.0	19.8	18.3	14.1	11.6	8.9	8.6										
80歳以上(n=259)	21.2	18.1	12.4	12.0	11.2	10.4	5.8	6.9	5.4										

単位 (%)	じ(等の情報提供や相談)	介(護や子育て・家族関係)	送(迎など)	子(どもの世話(学習・遊))	ソ(コン事務・経理など)	営(のお手伝(企画・運))	支(えあいを行う団体の運)	着(替え、薬取りなど)	身(の回りの世話(食事や))	ど(道・工・作・語学・体操な)	講(師が歌える(例：パソ))	か(り)	ケ(アが必要な人の一時預)	の(身体介助(入浴やトイレ))
全体(N=1442)	8.5	8.0	7.9	5.3	3.3	2.6	2.4							
【年齢別】														
39歳以下(n=102)	14.7	24.5	15.7	3.9	5.9	2.0	2.0							
40歳代(n=164)	15.2	19.5	11.0	7.9	4.9	1.8	4.9							
50歳代(n=217)	10.6	9.7	12.0	5.5	5.5	4.6	2.8							
60歳代(n=285)	6.3	6.3	8.4	5.6	2.8	2.8	1.8							
70歳代(n=405)	7.2	4.2	6.7	5.7	2.0	2.5	2.5							
80歳以上(n=259)	4.6	1.2	1.2	3.1	2.3	1.9	1.2							

ケアラー別では、ケアラーの人は「見守り」「ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート」「ケアラーの話し相手・感情面のサポート」の割合がケアラーではない人を大きく上回っている。

単位 (%)	見守り	の外の水やりの剪定など)	外回り(ゴミ取り、植木)	察(手・感情面)の対応)	ケアが必要な人の話し相手	情面のサポート(話し手を聴く)	ケアラーの話し相手・感情面	病院での送迎(外出支援や)	車での送迎(外出支援や)	報生活や人生についての情報提供や相談に応じて	い歩外車や買物などの介助など)	外・出の支援助(通院・散歩)	料家事全般(掃除・洗濯・)	ない・書類や手続きの代行)	繕・電化製品の取り扱い)	家庭の維持管理(家の修)
全体(n=1442)	47.6	23.2		19.8		19.6		18.7		11.9		11.9		9.9		9.0
【ケアラー別】																
ケアラー全体(n=490)	58.6	25.1		26.9		26.3		20.0		13.1		14.3		11.6		8.6
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	58.3	26.8		29.0		25.7		22.1		12.0		15.9		13.4		9.1
気遣いケアラー(n=214)	58.9	22.9		24.3		27.1		17.3		14.5		12.1		9.3		7.9
ケアラーではない(n=856)	44.5	22.5		16.2		16.9		19.0		11.8		10.9		9.5		9.8

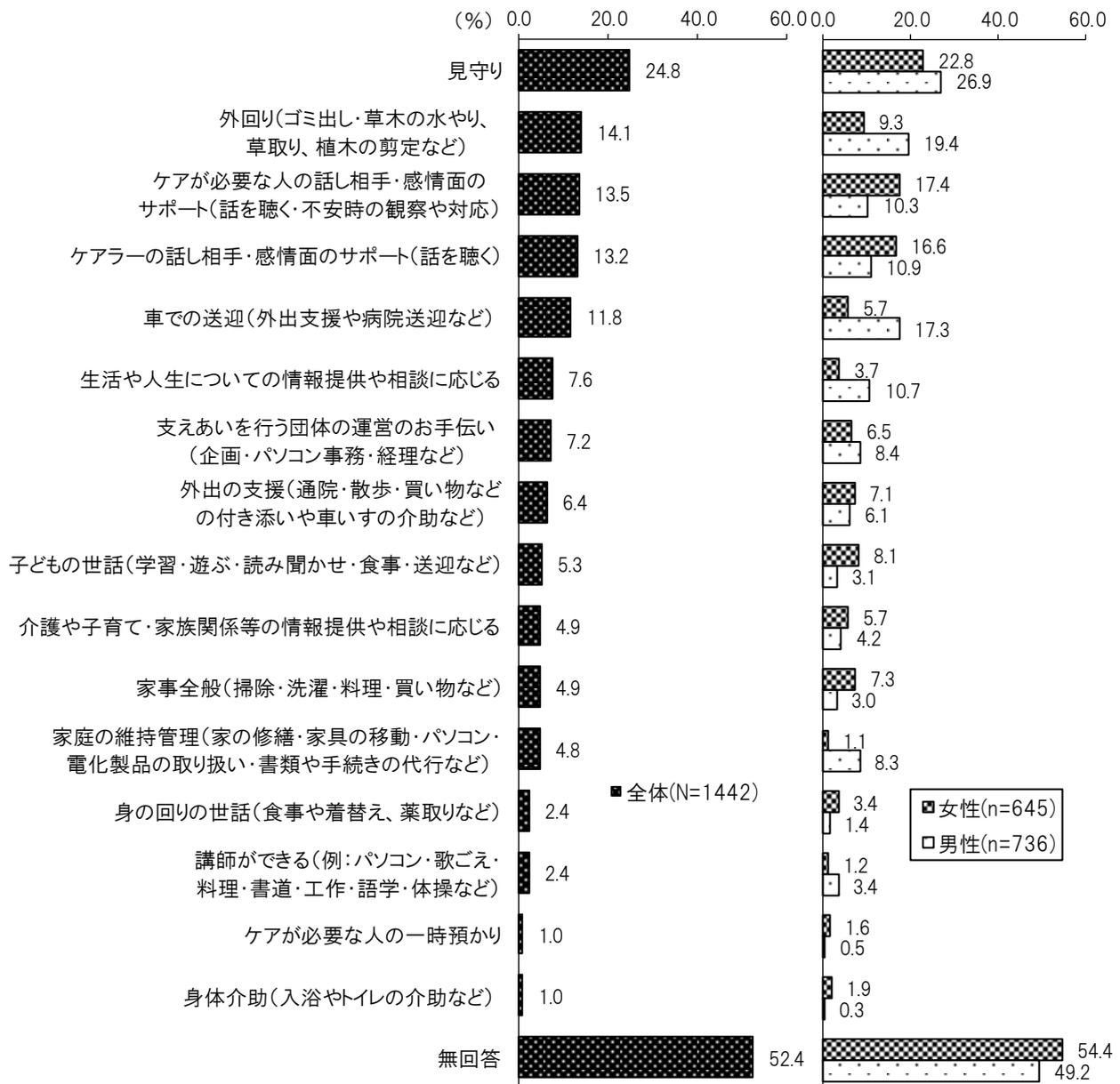
単位 (%)	じ等の情報提供や相談に	介護や子育て・家族関係	送迎など)	子どもの世話(学習・遊)	ソコン事務(経理など)	営のお手伝(企画・運)	支えあいを(団体・運)	着替え、薬取りなど)	身の回りの世話(食事や)	道・工・語学・体操など)	講師が歌える(例：パソ)	かりがが必要な人の一時預	の身体介助(入浴やトイレ)
全体(n=1442)	8.5		8.0		7.9		5.3		3.3		2.6		2.4
【ケアラー別】													
ケアラー全体(n=490)	11.4		10.8		6.9		7.3		2.9		3.5		3.5
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	11.6		10.9		6.2		8.0		3.3		4.7		5.1
気遣いケアラー(n=214)	11.2		10.7		7.9		6.5		2.3		1.9		1.4
ケアラーではない(n=856)	7.2		7.1		9.2		4.2		4.0		2.2		1.6

4 特に手伝いたいこと

(1) 上記の1～16の活動から特にお手伝いしてみたいことを下の枠の中に5つ以内で番号を記入して下さい。

特に手伝いたいことについては、「見守り」の割合が24.8%と最も高く、次いで「外回り（ゴミ出し・草木の水やり、草取り、植木の剪定など）」（14.1%）、「ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート（話を聴く・不安時の観察や対応）」（13.5%）、「ケアラーの話し相手・感情面のサポート（話を聴く）」（13.2%）の順となっている。

性別では、男性は「外回り」「車での送迎」の割合が女性を大きく上回っている。



年齢別では、40歳代以下で「子どもの世話」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

単位 (%)	見守り	の外回り(ゴミ取り、植木)	察(手話)や対応	ケアが必要な人の話し相手	情面のサポート(話し手・感)	ケアの話し相手・感	病院での送迎(外出支援や)	生活や人生に関する情報提供や相談	ソコのお手伝い(企画・運営)	支えあいをを行う団体の運営	歩・買物などの付き添い	外出の支援(通院・散)	送迎など)	子どもの世話(学習・遊)
全体(N=1442)	24.8	14.1	13.5	13.2	11.8	7.6	7.2	6.4	5.3					
【年齢別】														
39歳以下(n=102)	28.4	9.8	15.7	16.7	9.8	6.9	13.7	2.9	16.7					
40歳代(n=164)	23.8	12.8	12.8	13.4	12.2	4.3	7.9	7.9	14.0					
50歳代(n=217)	31.8	15.2	16.6	18.0	16.1	9.7	12.4	7.8	6.0					
60歳代(n=285)	30.2	14.7	15.8	14.7	14.0	6.0	9.1	9.1	4.6					
70歳代(n=405)	26.4	16.3	13.8	11.9	13.3	10.6	5.4	6.7	2.5					
80歳以上(n=259)	10.0	12.4	7.3	8.5	4.2	5.4	0.8	2.3	0.4					

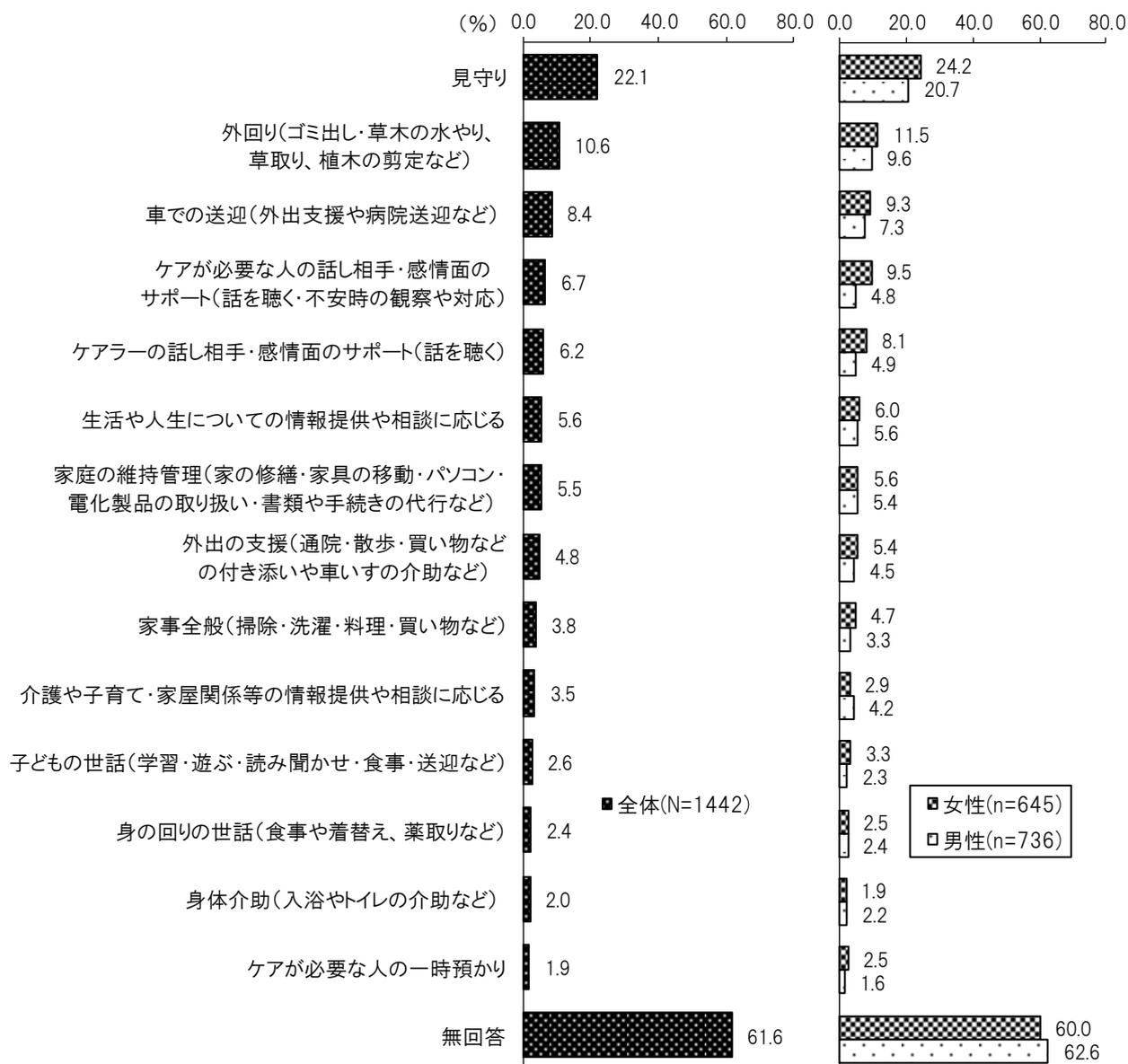
単位 (%)	介護や子育て・家族関係	家事全般(掃除・洗濯)	料理・買い物など)	い・書類や手続きの代行	イン・電化製品の取り扱	繕・家具の移動・パソ	家庭の維持管理(家の修)	着替え、薬取りなど)	身の回りの世話(食事や)	道・工・歌・語学・体操など)	講師が歌える(例: パソ)	講師が歌える(例: パソ)	かりが必要な人の一時預	ケアが必要な人の一時預	の介助など)	身体介助(入浴やトイレ)
全体(N=1442)	4.9	4.9	4.8	2.4	2.4	1.0	1.0									
【年齢別】																
39歳以下(n=102)	6.9	7.8	8.8	3.9	3.9	0.0	2.9									
40歳代(n=164)	7.3	2.4	2.4	1.2	3.0	0.0	1.8									
50歳代(n=217)	6.5	7.8	5.5	2.3	3.7	1.8	0.9									
60歳代(n=285)	3.9	3.5	7.0	2.8	2.8	1.4	0.7									
70歳代(n=405)	4.9	5.4	4.4	3.2	1.5	1.5	1.0									
80歳以上(n=259)	2.7	3.5	2.3	0.8	1.5	0.4	0.4									

5 手伝ってほしいこと

2) 次の活動の中から、ご自分や家族が地域住民にお手伝いしてほしいことの番号に○をつけて下さい。(複数回答可)

手伝ってほしいことについては、「見守り」の割合が22.1%と最も高く、次いで「外回り(ゴミ出し・草木の水やり、草取り、植木の剪定など)」(10.6%)、「車での送迎(外出支援や病院送迎など)」(8.4%)の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート」の割合がやや高くなっている。



年齢別では、39歳以下で「見守り」「子どもの世話」、80歳以上で「車での送迎」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。

単位 (%)	見守り	の外回り(ゴミ出し・植木)	病車の送迎(外出支援)	察(話を聴く・不安時の観)	手・感情面のサポート	ケアが必要な人の話し相	情(面)のサポート(話を聴く)	報生活や人生についての情	ない(書類や手続きの代行)	繕(電化製品の取り扱い)	家の維持管理(家の修)	い(車)の買い物の介助(通院付き)	歩(出)の支援(通院の散)
全体(N=1442)	22.1	10.6	8.4		6.7		6.2	5.6			5.5		4.8
【年齢別】													
39歳以下(n=102)	31.4	12.7	6.9		5.9		3.9	5.9			6.9		4.9
40歳代(n=164)	22.6	8.5	4.9		3.0		3.7	4.3			3.7		2.4
50歳代(n=217)	23.0	8.3	6.0		10.1		7.4	5.1			6.0		4.1
60歳代(n=285)	24.2	9.8	6.7		8.1		7.7	6.0			4.6		3.2
70歳代(n=405)	20.0	10.4	8.9		6.7		5.7	6.2			5.4		5.4
80歳以上(n=259)	18.5	13.5	14.3		4.6		6.2	5.8			6.9		7.3

単位 (%)	家事全般(掃除・洗濯)	介護や子育て・相談に	送迎(子どもの世話(学習・遊))	着替え、薬取りなど)	身の回りの世話(食事や)	の身体介助(入浴やトイレ)	かり(ケアが必要な人の一時預)
全体(N=1442)	3.8	3.5	2.6	2.4	2.0	1.9	
【年齢別】							
39歳以下(n=102)	6.9	6.9	19.6	1.0	0.0	1.0	
40歳代(n=164)	3.0	4.3	6.1	1.8	0.6	1.8	
50歳代(n=217)	5.1	6.0	0.9	3.2	3.2	5.1	
60歳代(n=285)	1.1	2.8	1.4	2.8	2.5	1.1	
70歳代(n=405)	3.0	2.7	0.5	2.2	1.7	1.5	
80歳以上(n=259)	6.2	0.8	0.0	1.9	2.3	1.2	

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「見守り」の割合が高く、気遣いケアラーを除くケアラーで「ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート」の割合が高くなっている。

単位 (%)	見守り	の外の水の剪定など	の回り(ゴミ出し・植木)	病院での送迎(外出支援や)	車での送迎(外出支援や)	察(話を聴く・不安時の観)	手・感情面のサポート	ケアが必要な人の話し相手	情面(話を聴く)	ケアラーの話し相手・感情	生活や相談に依る	ない(書類や手続きの代行)	・電化製品の取り扱い	・家具の移動・パソコ	家庭の維持管理(家の修)	い(物の介助など)	歩(物の介助など)	外(物の介助など)
全体(n=1442)	22.1	10.6	8.4				6.7		6.2		5.6				5.5			4.8
【ケアラー別】																		
ケアラー全体(n=490)	28.2	10.6	8.6				9.6		8.2		6.3				6.3			4.3
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	30.1	11.2	9.8				12.7		9.1		7.2				8.3			5.8
気遣いケアラー(n=214)	25.7	9.8	7.0				5.6		7.0		5.1				3.7			2.3
ケアラーではない(n=856)	19.5	10.7	8.3				5.0		5.0		5.4				5.3			4.8

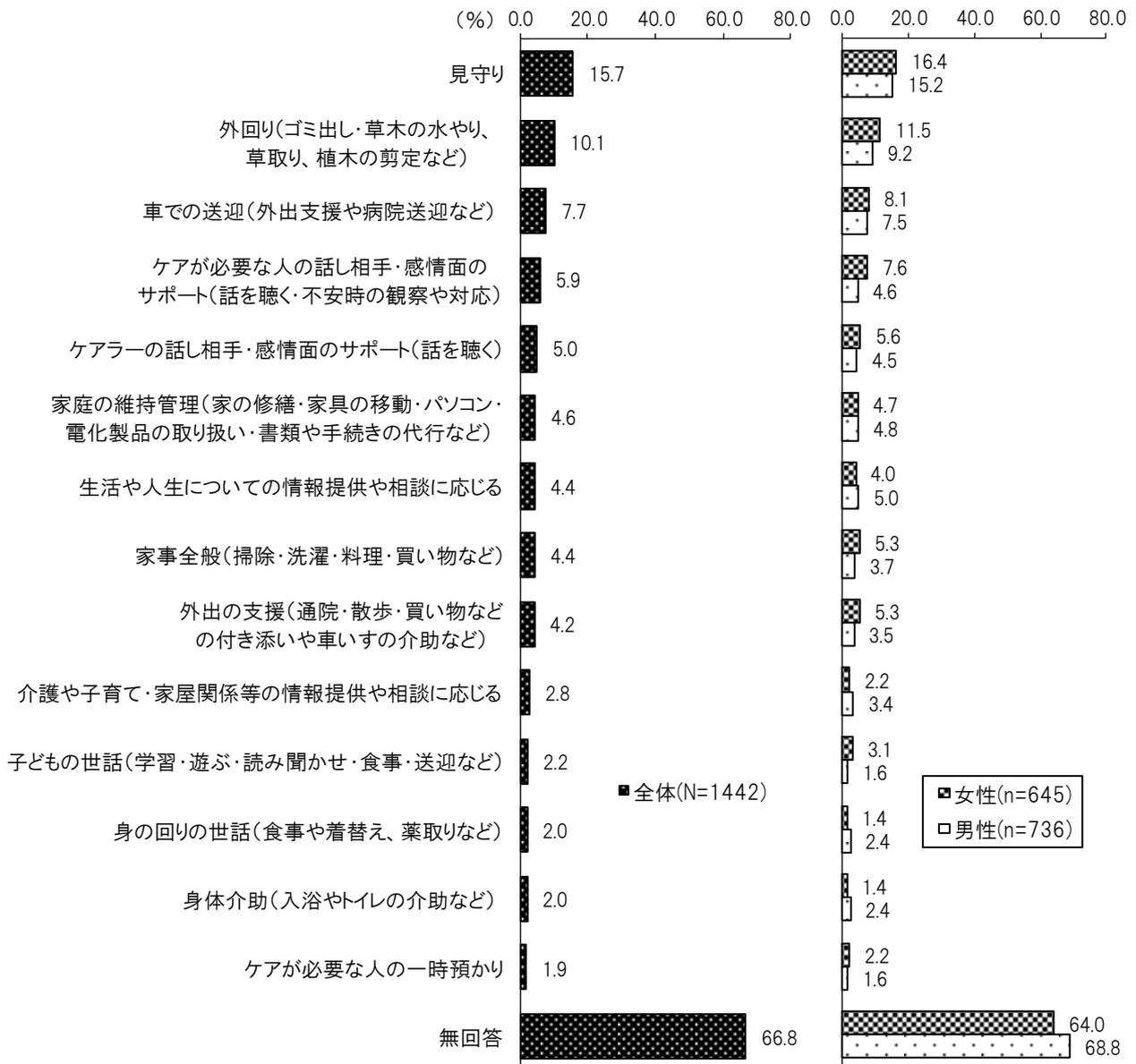
単位 (%)	家事全般(掃除・洗濯・)	料理・買い物など	じ(情報提供や相談)	等のや子育て・家屋関係	介護や子育て・家屋関係	送迎(読み聞かせ・食事・遊)	ぶ(読み聞かせ・食事・遊)	子どもの世話(学習・遊)	着替え、薬取りなど	身の回りの世話(食事や)	身の回り(入浴やトイレ)	の介助(入浴やトイレ)	身体介助(入浴やトイレ)	かり	ケアが必要な人の一時預
全体(n=1442)	3.8		3.5			2.6		2.4		2.0		1.9			
【ケアラー別】															
ケアラー全体(n=490)	3.1		4.7			2.4		2.2		2.9		3.3			
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	4.7		6.5			2.5		3.3		4.7		4.7			
気遣いケアラー(n=214)	0.9		2.3			2.3		0.9		0.5		1.4			
ケアラーではない(n=856)	4.1		2.8			3.0		2.8		1.8		1.4			

6 特に手伝ってほしいこと

(1) 上記の1～14の活動から特にお手伝いしてほしいことを下の枠の中に5つ以内で番号を記入して下さい。

特に手伝ってほしいことについては、「見守り」の割合が15.7%と最も高く、次いで「外回り（ゴミ出し・草木の水やり、草取り、植木の剪定など）」（10.1%）、「車での送迎（外出支援や病院送迎など）」（7.7%）の順となっている。

性別では、大きな差はみられない。



年齢別では、39歳以下で「子どもの世話」、80歳以上で「外回り」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。

単位 (%)	見守り	の外回り(ゴミ出し・草木の剪定など)	病院での送迎(外出支援や)	車での送迎(外出支援や)	察(話を聴く・不安時の観)	手・感情面のサポート	ケアが必要な人の話し相手	情(話を聴く)	ケアのサポート(話し相手・感情)	情(話を聴く)	ケアのサポート(話し相手・感情)	など)	い・書類や手続きの代行	ン・電化製品の取り扱	繕・家具の移動・パソ	家庭の維持管理(家の修)	報生活や人生についての情	生活や相談に依る	料事全般(掃除・洗濯・)
全体(N=1442)	15.7	10.1	7.7			5.9		5.0						4.6			4.4		4.4
【年齢別】																			
39歳以下(n=102)	18.6	9.8	7.8			3.9		3.9						4.9			3.9		8.8
40歳代(n=164)	14.0	9.1	6.1			2.4		4.3						1.8			4.9		2.4
50歳代(n=217)	17.1	9.7	6.0			8.3		6.5						4.1			4.1		6.0
60歳代(n=285)	17.5	9.5	4.6			7.0		4.6						4.6			4.2		1.4
70歳代(n=405)	15.3	9.1	9.1			6.4		5.2						5.2			4.7		3.7
80歳以上(n=259)	13.5	13.1	11.2			5.0		4.6						6.2			4.6		6.6

単位 (%)	い歩外	出の支	介の情	送迎	ぶ・読	子・の	着替	身の回	の介	身介	か	ケ
全体(N=1442)	4.2	2.8	2.2	2.0	2.0	1.9						
【年齢別】												
39歳以下(n=102)	2.9	2.9	19.6	2.0	2.0	1.0						
40歳代(n=164)	3.7	4.3	4.3	1.8	0.0	1.8						
50歳代(n=217)	6.0	4.6	2.3	1.8	2.3	3.2						
60歳代(n=285)	2.1	2.8	0.0	2.5	2.8	2.5						
70歳代(n=405)	4.4	2.7	0.0	1.5	1.7	1.5						
80歳以上(n=259)	5.4	0.8	0.0	1.9	2.3	0.8						

ケアラー別では、気遣いケアラーを除くケアラーで「見守り」「外回り」の割合がケアラーではない人に比べてやや高くなっている。

単位 (%)	見守り	の外回り(ゴミ出し・草木の剪定など)	病院での送迎(外出支援や)	車での送迎(外出支援や)	察(話を聴く・不安時の観)	手・感情面のサポート	ケアが必要な人の話し相	情面のサポート(話し手・感)	情面のサポート(話し手・感)	など)	い・書類や手続きの代行	ン・電化製品の取り扱	繕・家具の移動・パソコ	家庭の維持管理(家の修	報生活や人生について	生活や相談に依る情	料事全般(掃除・洗濯・
全体(n=1442)	15.7	10.1	7.7	7.7	5.9	5.0	4.6	4.4	4.4								
【ケアラー別】																	
ケアラー全体(n=490)	18.8	11.0	8.4	8.4	7.3	5.7	4.7	4.5	3.9								
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	19.6	12.7	9.4	9.4	9.8	5.8	5.4	4.7	6.2								
気遣いケアラー(n=214)	17.8	8.9	7.0	7.0	4.2	5.6	3.7	4.2	0.9								
ケアラーではない(n=856)	14.5	9.9	7.4	7.4	5.0	4.8	4.6	4.4	4.6								

単位 (%)	い歩外	や・出	車・買	いす物	の介助	など)	じの情	等の報	介護や	送迎	ぶ・読	子・の	着替え、	身の回	の介助	身体介	かア
全体(n=1442)	4.2	2.8	2.2	2.0	2.0	1.9											
【ケアラー別】																	
ケアラー全体(n=490)	3.9	3.5	2.2	2.0	2.9	3.1											
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	5.1	4.3	2.5	3.3	5.1	4.3											
気遣いケアラー(n=214)	2.3	2.3	1.9	0.5	0.0	1.4											
ケアラーではない(n=856)	4.0	2.6	2.5	2.1	1.6	1.4											

7 支えあい活動のプログラム（メニュー）について

3) この他に思いつく支えあい活動のプログラム（メニュー）があればお書きください。

支えあい活動のプログラム（メニュー）について、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。なお、類似回答については、まとめて掲載している。

①あなたが手伝えそうな支えあい活動

回答件数	回答内容
17	見守り
17	話し相手
16	除雪
8	草刈り、家の周りの清掃
5	小さなお子さんがいるお母さんの手伝い
5	編み物等、一緒に趣味を楽しむ
4	一緒に散歩
3	車での送迎
3	ケアラーのサポート
3	パソコンなどでの事務処理
2	家事手伝い、買物代行
1	行政や支援機関の紹介、花壇や野菜づくり、災害時の避難支援、一人暮らしの人への声かけ、ペットの世話 など

②あなたがお手伝いしてほしい支えあい活動

回答件数	回答内容
27	除雪
8	話し相手
7	子どもたちの見守り、子どもの一時預かり
4	草取り、庭掃除
3	見守り、声かけ
3	車での送迎
3	重い物の持ち運び、力仕事
2	買物、外出の支援
2	野菜の植え付け、花畑
2	困ったことの相談、人生の相談
1	窓やガラスの清掃、身の回りの世話、一緒に趣味を楽しむ、災害時の支援体制づくり、地域の情報共有、町内会での支えあい など

8 地域の人たちがつどう場の必要性について

2-4 地域でつながりをつくったり、安心して相談ができたりおしゃべりができる地域の人たちがつどう（つどい場）についてうかがいます。

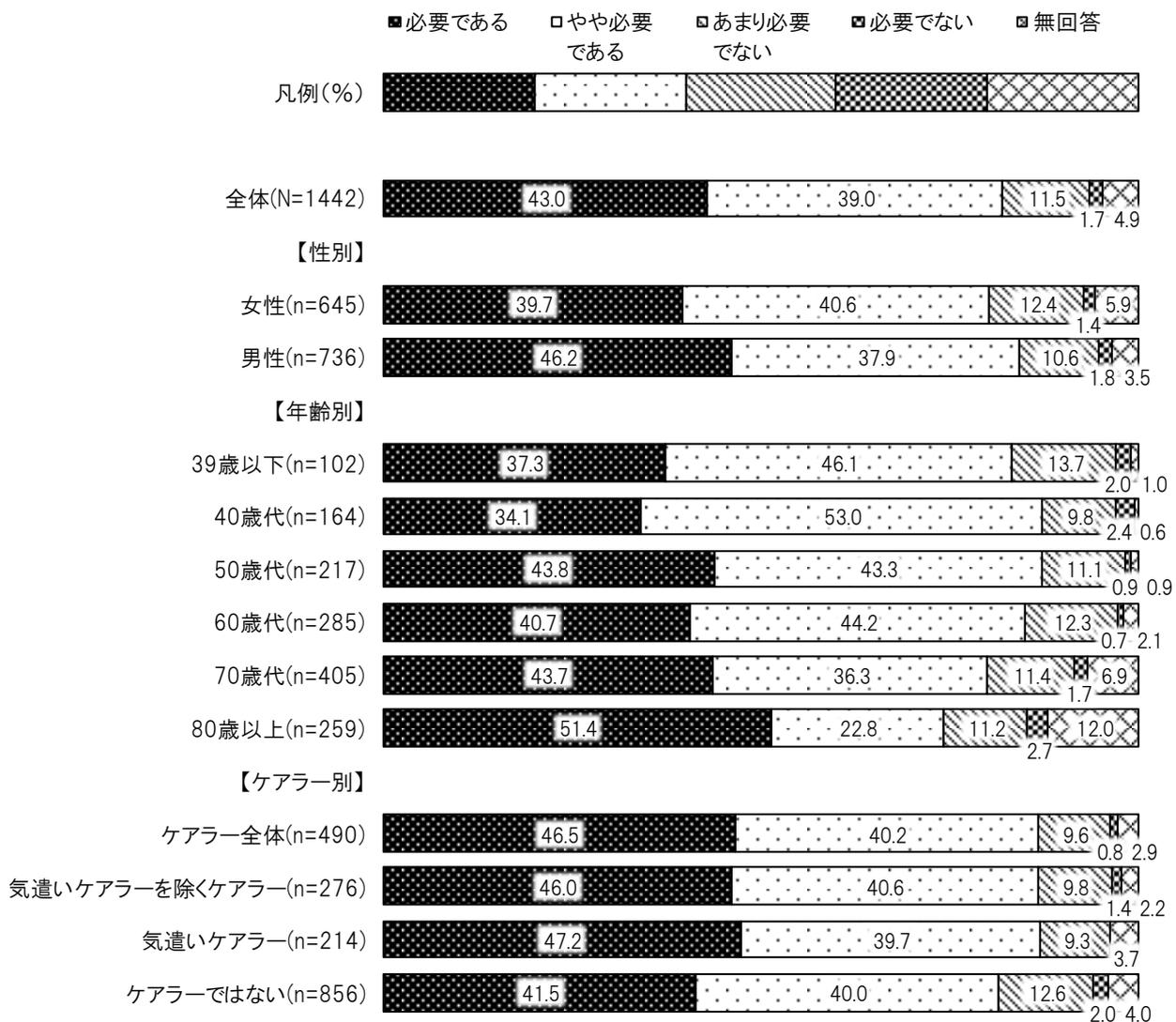
1) あなたは地域、地域の人たちがつどう場が、必要だと思いますか。

地域の人たちがつどう場の必要性については、「必要である」が43.0%、「やや必要である」が39.0%で、合計約8割（82.0%）が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要でない」（11.5%）、「必要でない」（1.7%）の合計は13.2%であった。

性別では、男性は女性に比べ「必要である」の割合が高くなっている。

年齢別では、80歳以上で「必要である」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「必要である」の割合が高くなっている。

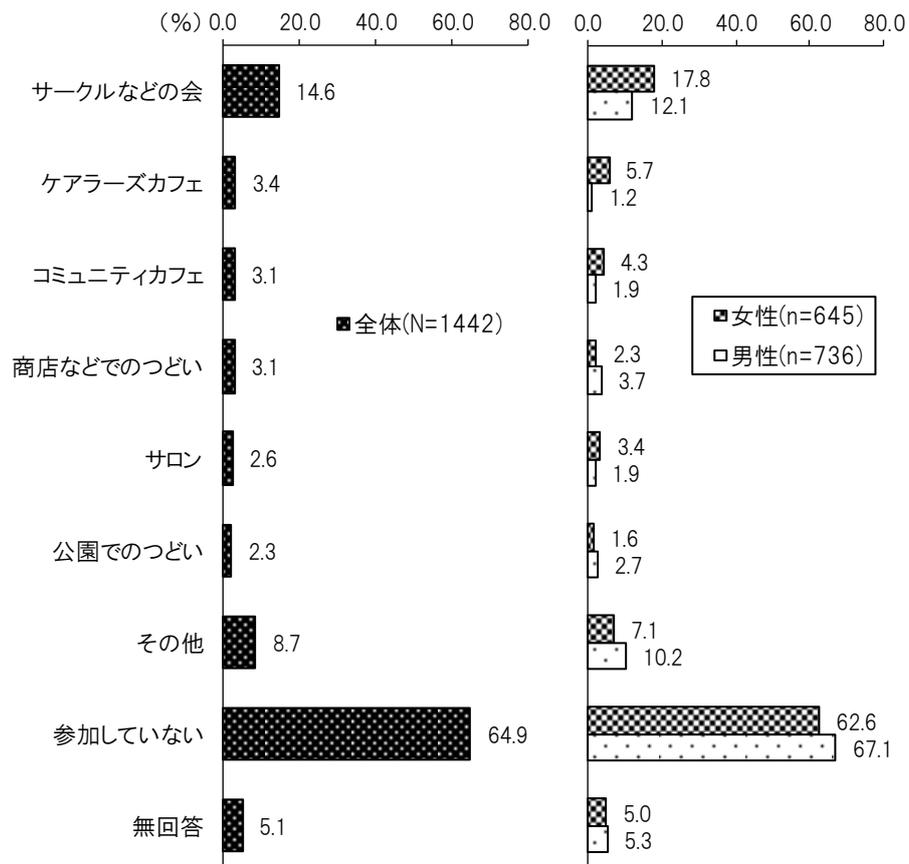


9 地域の人たちがつどう場への参加状況

2) あなたは、現在、以下のような地域の人たちがつどう場に参加していますか。
(複数回答可)

地域の人たちがつどう場については、「参加していない」の割合が 64.9%と最も高く、次いで「サークルなどの会」(14.6%)、「ケアラズカフェ」(3.4%)が続いている。

性別では、女性は男性に比べ「サークルなどの会」「ケアラズカフェ」などの割合がやや高くなっている。



年齢別では、70歳代以上で「サークルなどの会」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「サークルなどの会」の割合が高く、ケアラーではない人は「参加していない」の割合が高くなっている。

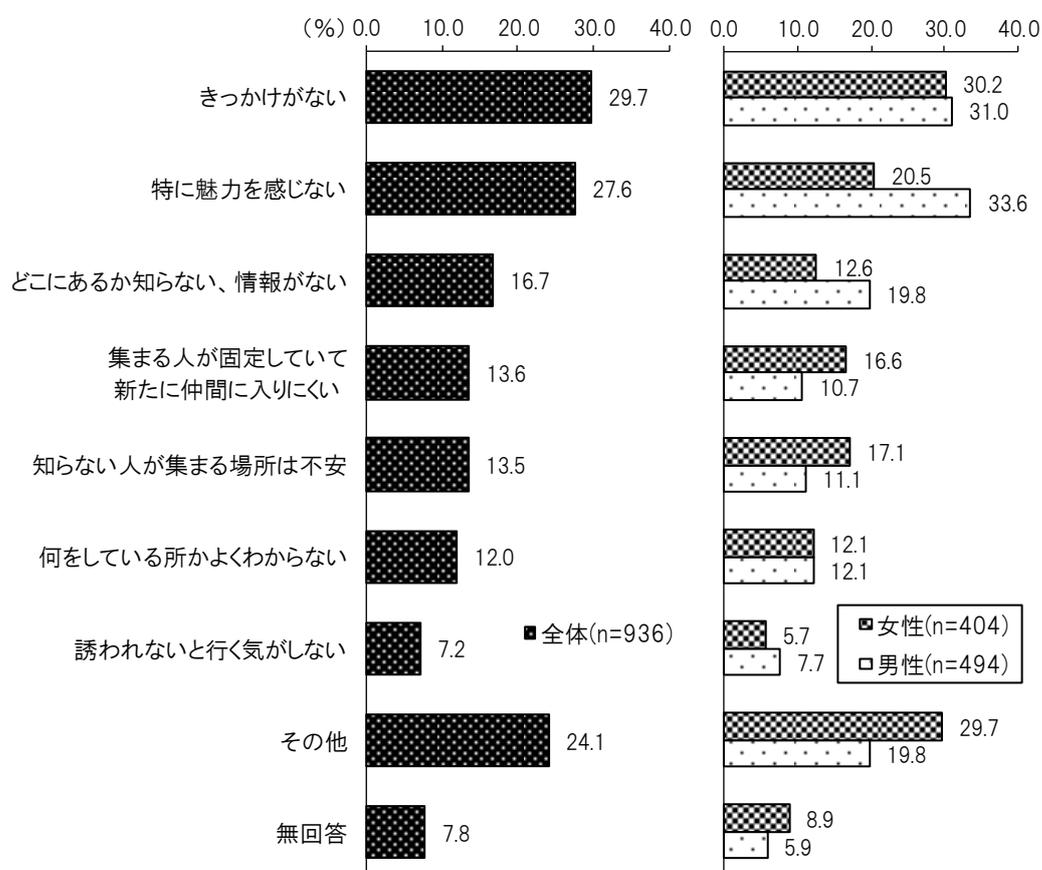
単位 (%)	サークルなどの会	ケアラーズカフェ	コミュニティカフェ	商店などでのつどい	サロン	公園でのつどい	その他	参加していない
全体(N=1442)	14.6	3.4	3.1	3.1	2.6	2.3	8.7	64.9
【年齢別】								
39歳以下(n=102)	7.8	1.0	1.0	2.9	2.9	2.9	5.9	79.4
40歳代(n=164)	4.9	0.0	0.6	1.2	0.0	1.2	4.9	87.8
50歳代(n=217)	3.7	1.8	1.4	2.8	0.9	0.9	6.9	83.4
60歳代(n=285)	9.8	1.8	1.4	3.9	0.0	1.1	10.2	73.0
70歳代(n=405)	23.7	5.4	4.9	4.0	4.9	4.2	10.4	48.9
80歳以上(n=259)	24.3	6.2	5.8	2.3	4.6	2.3	9.7	45.2
【ケアラー別】								
ケアラー全体(n=490)	19.4	4.7	2.2	4.1	2.9	1.8	9.2	62.7
気遣いケアラーを除くケアラー(n=276)	17.8	5.1	2.2	4.7	2.5	2.2	9.1	64.9
気遣いケアラー(n=214)	21.5	4.2	2.3	3.3	3.3	1.4	9.3	59.8
ケアラーではない(n=856)	12.7	2.5	3.4	2.6	2.5	2.7	8.8	67.9

10 地域の人たちがつどう場に参加していない理由

3) 上記 2)の【地域の人たちがつどう場に1つも参加していない方にうかがいます】
 (1) 参加していない理由をお選びください。(複数回答可)

地域の人たちがつどう場に参加していない理由については、「きっかけがない」の割合が29.7%と最も高く、次いで「特に魅力を感じない」(27.6%)、「どこにあるか知らない、情報がない」(16.7%)、「集まる人が固定していて新たに仲間に入りにくい」(13.6%)、「知らない人が集まる場所は不安」(13.5%)の順となっている。また「その他」では、「時間がない」「仕事が忙しい」などの回答がみられた。

性別では、男性は「特に魅力を感じない」の割合が女性を大きく上回っている。



年齢別では、80歳以上で「誘われないと行く気がしない」の割合が高く、若い年齢層ほど「きっかけがない」の割合が増える傾向にある。

単位 (%)	きっかけがない	特に魅力を感じない	どこにあるか知らない、情報が無い	集まる人が固定していて新たに仲間に入りにくい	知らない人が集まる場所は不安	何をしている所かよくわからない	誘われないと行く気がしない	その他
全体(n=936)	29.7	27.6	16.7	13.6	13.5	12.0	7.2	24.1
【年齢別】								
39歳以下(n=81)	39.5	25.9	22.2	12.3	12.3	14.8	6.2	29.6
40歳代(n=144)	34.7	28.5	23.6	10.4	14.6	18.1	5.6	28.5
50歳代(n=181)	30.9	24.9	17.1	14.9	16.0	12.2	6.1	32.6
60歳代(n=208)	29.8	30.3	18.8	13.5	11.1	13.5	5.3	19.7
70歳代(n=198)	24.7	31.3	12.1	15.7	14.6	5.6	5.6	20.2
80歳以上(n=117)	22.2	20.5	7.7	13.7	11.1	9.4	17.1	15.4

11 参加してみたい場

(2) どのような居場所やつどい場があれば、参加したいと思いますか。具体的にお答えください。

参加してみたい場について、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。なお、類似回答については、まとめて掲載している。

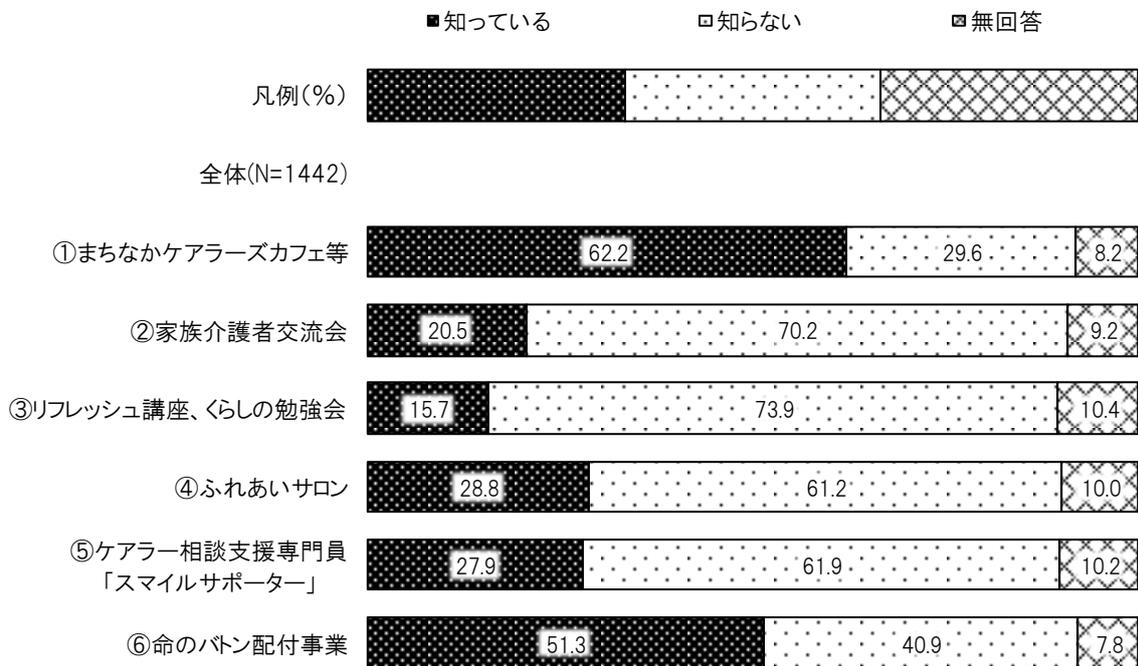
回答件数	回答内容
10	スポーツサークル、軽い運動や体操ができる場所
9	趣味の集い、手芸等を教えてくれる所、歌を歌ったりする場
8	一緒に食事をする場、コミュニティカフェ
8	家から近い場所、仕事場の近く
7	誰でも気軽に参加できる場、若い人でも気軽に行ける所
5	友人や家族が参加している所、昔の仲間(同級生)の集まり
5	子育て中の親が集まって話し合いができる場、子どもと一緒に過ごせる場
4	情報があれば参加したい、つどい場がどこにあるか分かれば参加したい
4	徒歩で移動できる公共施設、公民館、駅
3	世代別に参加できる場所、高齢者の集会
3	休日や遅い時間なら参加できる
3	地域の情報が置いてあるようなサロン、病気についての情報交換
2	移住者のつどい
2	栗山町の未来を語る会、新しい町の仕組みづくりを考える
2	講演会や勉強会など
1	バスでの送迎、障がい者が集まる所、英会話サークル、体験型のイベント(単発)、町内会の行事 など

12 各事業における知名度や参加状況、必要度について

2-5 栗山町では、地域の人たちがつどう場づくりや、地域の支え合いを促進するため以下のような事業に取り組んでいます。それぞれについてあてはまる番号に○をつけてください。

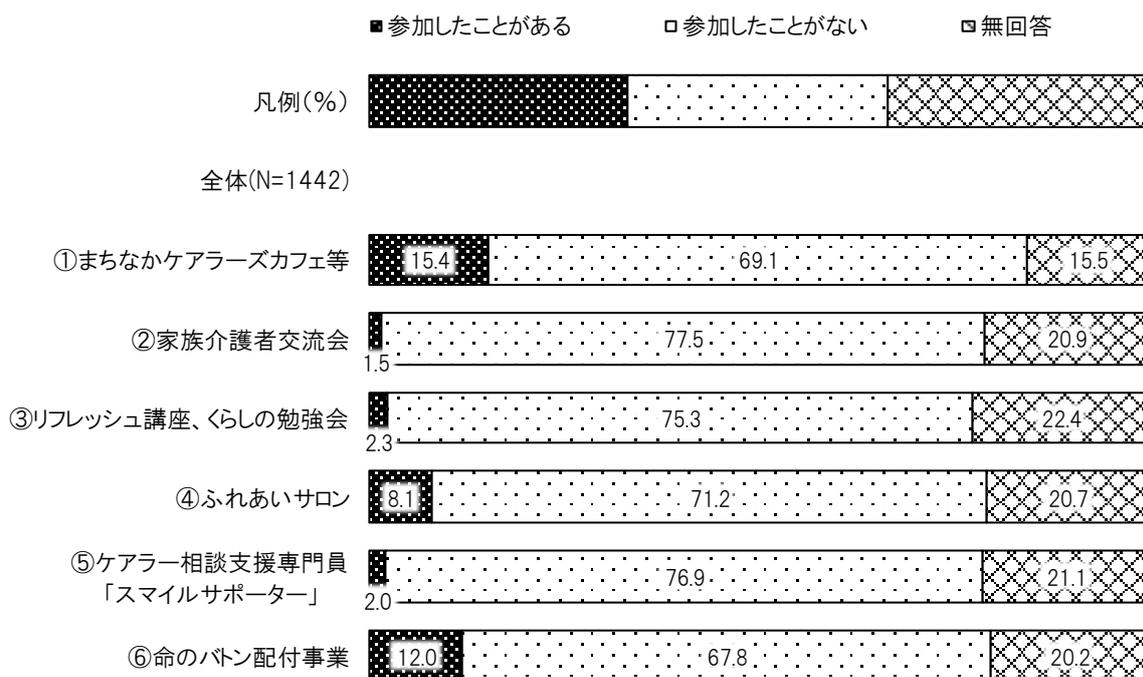
<知名度>

知名度については、「知っている」の割合が高い順に「①まちなかケアラズカフェ等」(62.2%)、「⑥命のバトン配付事業」(51.3%)、「④ふれあいサロン」(28.8%)、「⑤ケアラー相談支援専門員スマイルサポーター」(27.9%)となっている。一方、「知らない」の割合が高い順に「③リフレッシュ講座、くらしの勉強会」(73.9%)、「②家族介護者交流会」(70.2%)となっている。



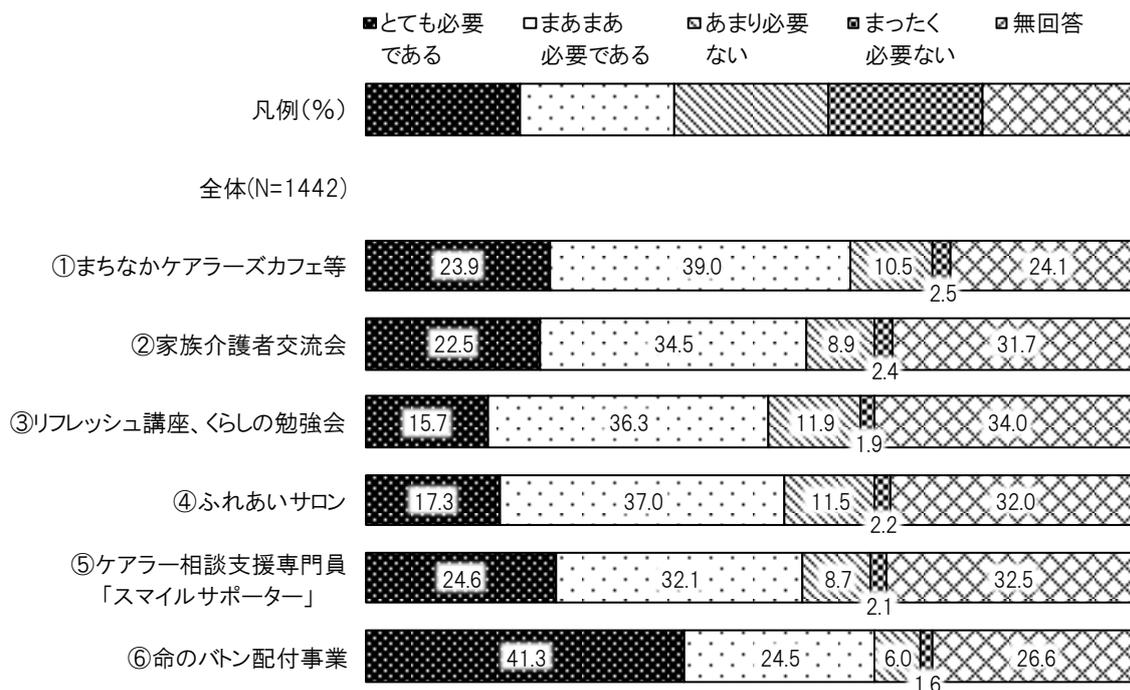
<参加状況>

参加状況については、「参加したことがある」の割合が高い順に「①まちなかケアラーズカフェ等」（15.4%）、「⑥命のバトン配付事業」（12.0%）、「④ふれあいサロン」（8.1%）となっている。一方、「参加したことがない」の割合が高い順に「②家族介護者交流会」（77.5%）、「⑤ケアラー相談支援専門員スマイルサポーター」（76.9%）、「③リフレッシュ講座、くらしの勉強会」（75.3%）となっている。



＜必要度＞

必要度については、「とても必要である」「まあまあ必要である」の合計割合が高い順に「⑥命のバトン配付事業」（65.8%）、「①まちなかケアラズカフェ等」（62.9%）、「②家族介護者交流会」（57.0%）、「⑤ケアラー相談支援専門員スマイルサポーター」（56.7%）となっている。一方、「あまり必要ない」「まったく必要ない」の合計割合が高い順に「③リフレッシュ講座、くらしの勉強会」（13.8%）、「④ふれあいサロン」（13.7%）、「①まちなかケアラズカフェ等」（13.0%）となっている。



①まちなかケアラーズカフェ等

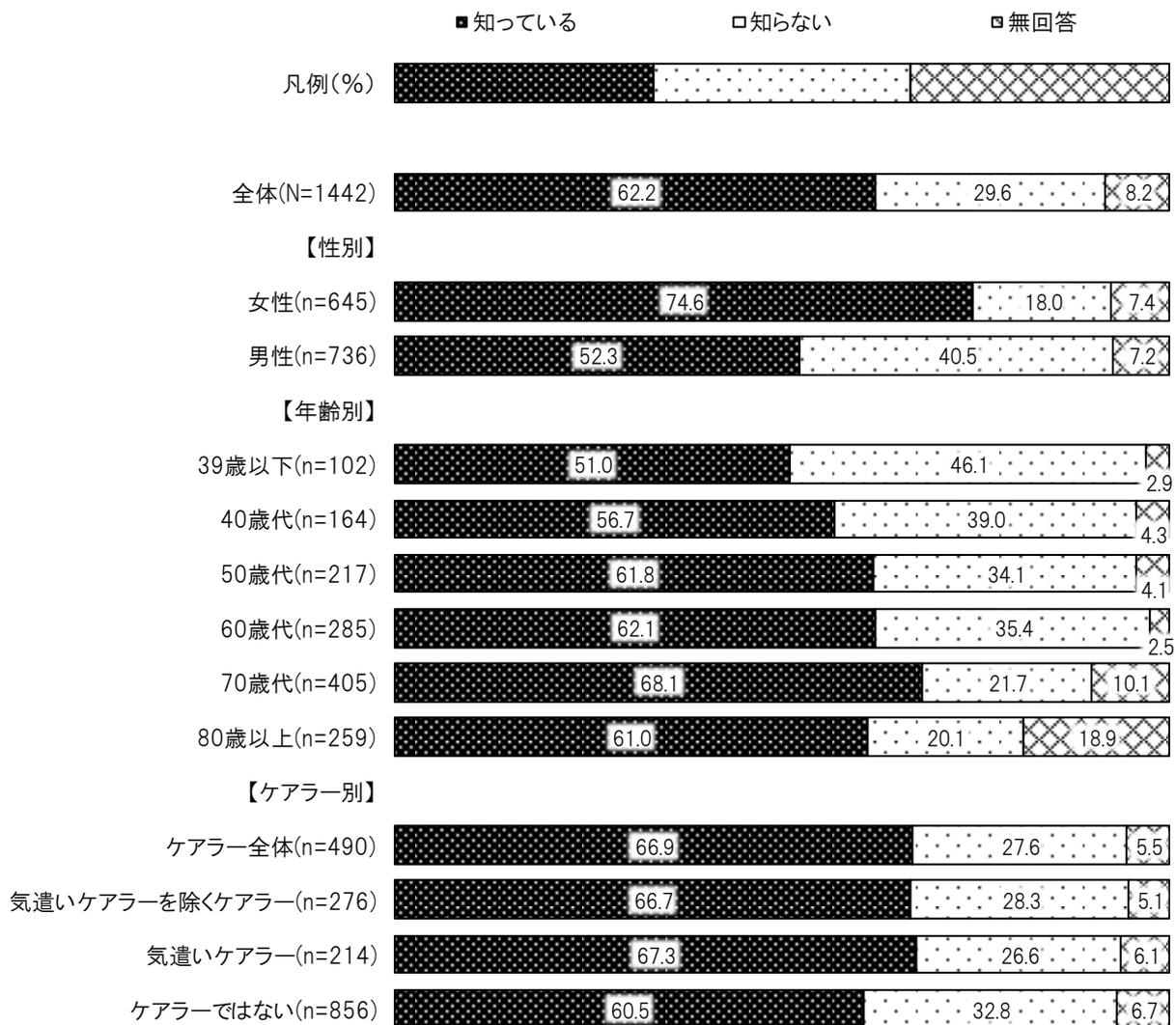
<知名度>

まちなかケアラーズカフェ等については、「知っている」が62.2%となっている。

性別では、女性は「知っている」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、70歳代で「知っている」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「知っている」の割合が高くなっている。



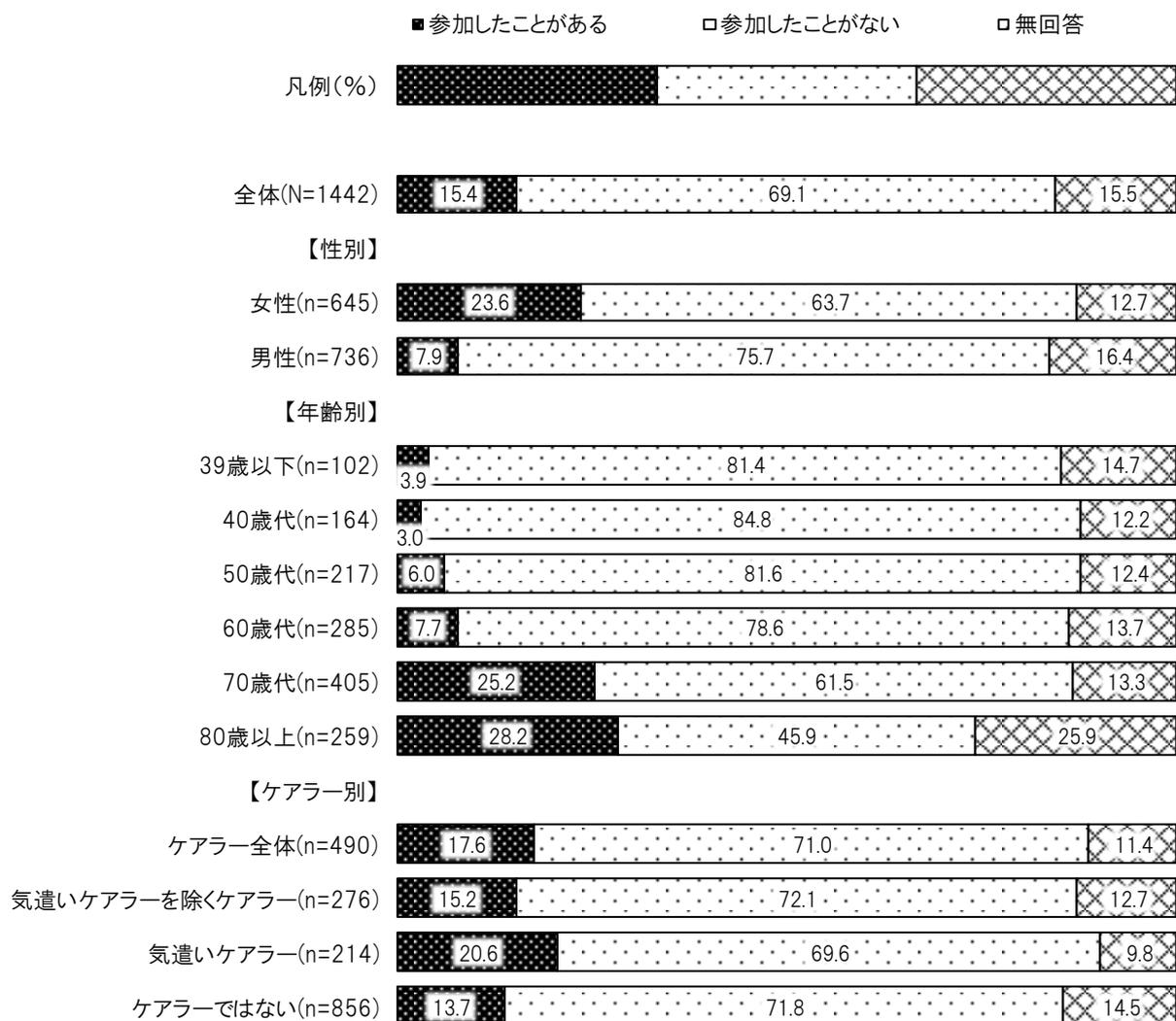
<参加状況>

まちなかケアラーズカフェ等については、「参加したことがある」が15.4%となっている。

性別では、女性は「参加したことがある」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、70歳代以上で「参加したことがある」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「参加したことがある」の割合が高くなっている。



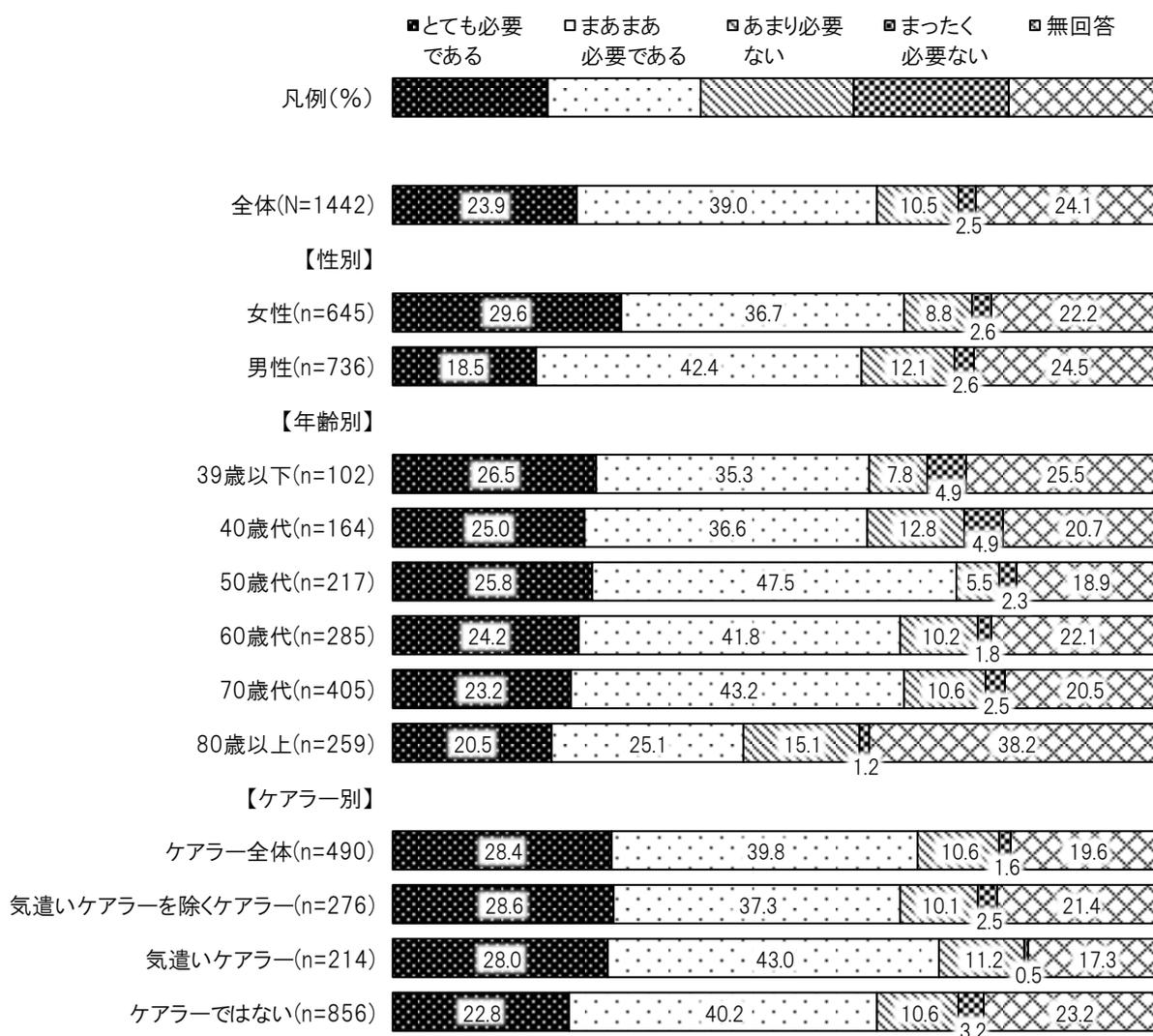
<必要度>

まちなかケアラズカフェ等については、「とても必要である」が23.9%、「まあまあ必要である」が39.0%で、合計62.9%が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要ない」(10.5%)、「まったく必要ない」(2.5%)の合計は13.0%であった。

性別では、女性は「とても必要である」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、50歳代で「まあまあ必要である」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「とても必要である」の割合が高くなっている。



②家族介護者交流会

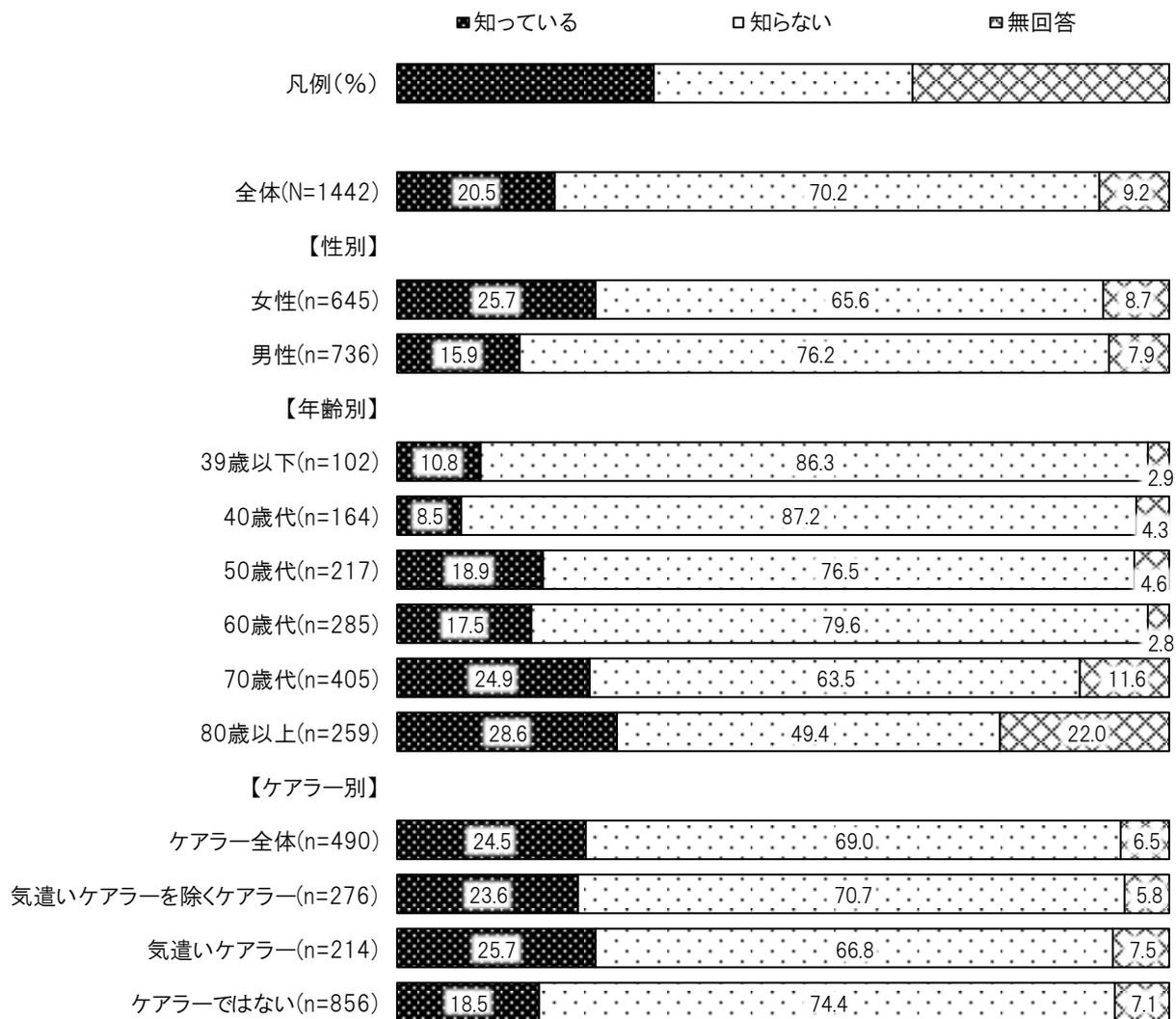
<知名度>

家族介護者交流会については、「知っている」が20.5%となっている。

性別では、女性は「知っている」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、おおむね年齢が上がるほど「知っている」の割合が増える傾向にある。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「知っている」の割合が高くなっている。



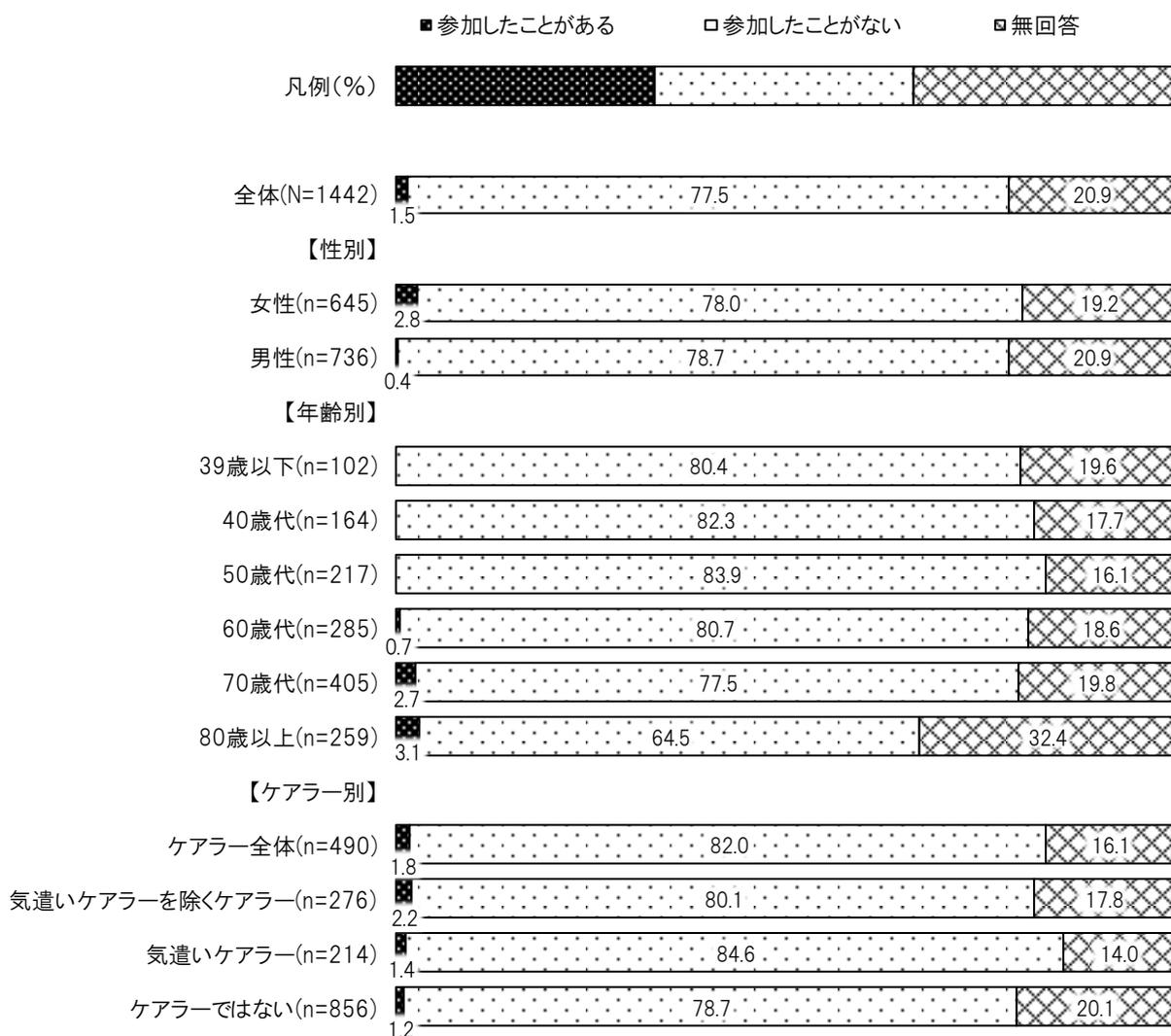
<参加状況>

家族介護者交流会については、「参加したことがある」が1.5%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「参加したことがある」の割合がやや高くなっている。

年齢別では、70歳代以上で「参加したことがある」の割合が他の年齢層をやや上回っている。

ケアラー別では、大きな差はみられない。



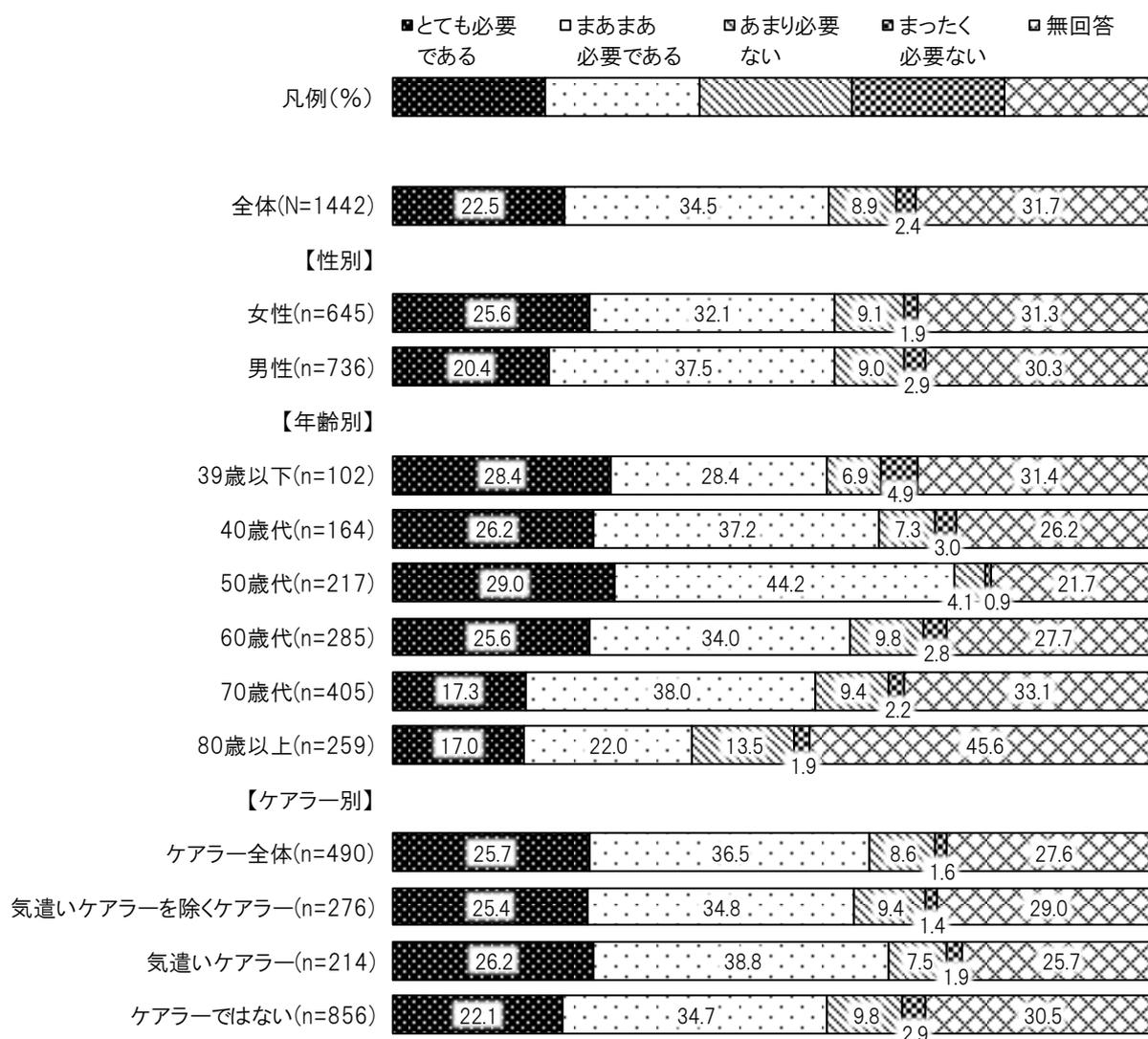
<必要度>

家族介護者交流会については、「とても必要である」が22.5%、「まあまあ必要である」が34.5%で、合計57.0%が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要ない」(8.9%)、「まったく必要ない」(2.4%)の合計は11.3%であった。

性別では、女性は男性に比べ「とても必要である」の割合が高くなっている。

年齢別では、50歳代で『必要である(合計)』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて『必要である(合計)』の割合が高くなっている。



③リフレッシュ講座、くらしの勉強会

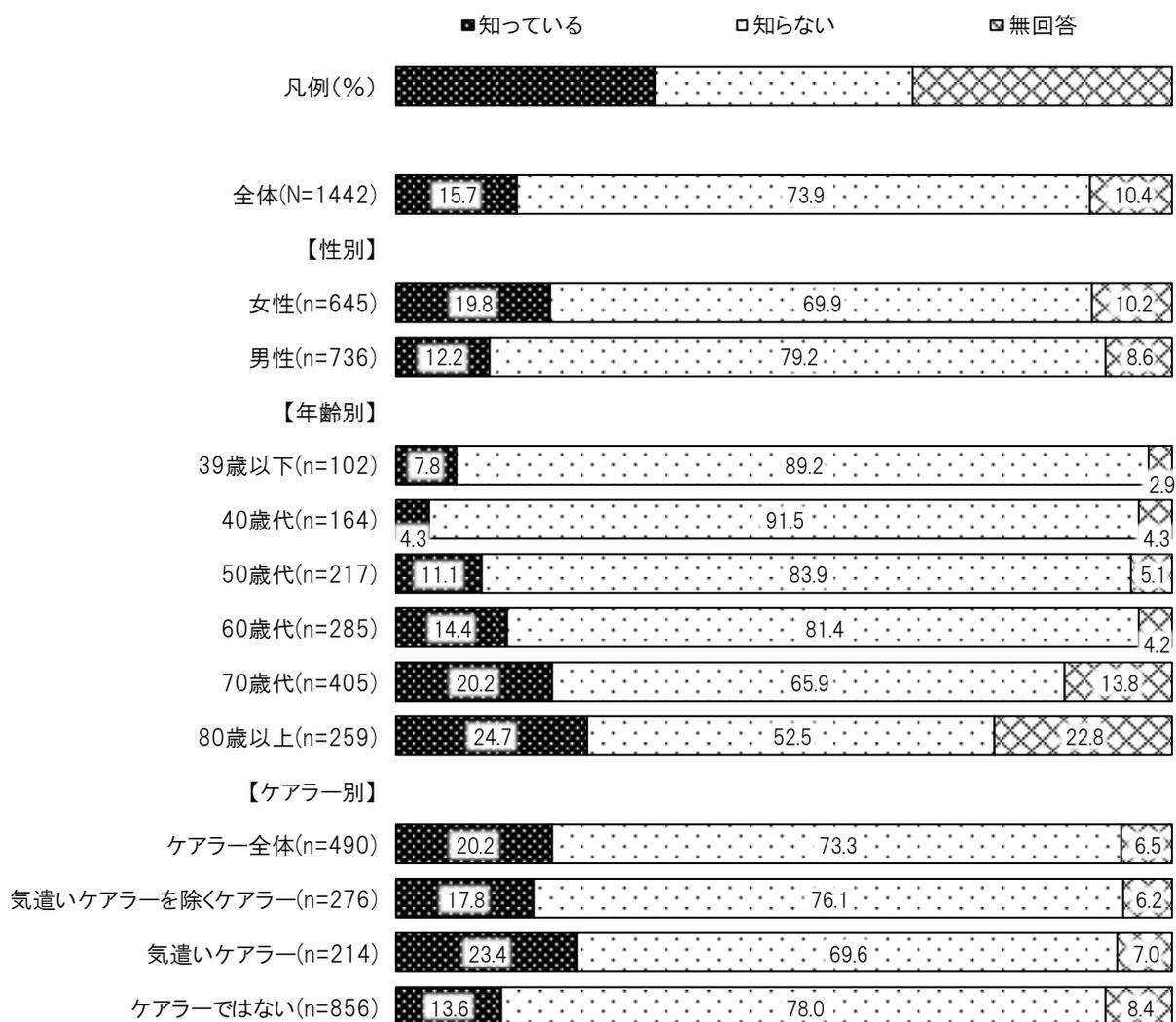
<知名度>

リフレッシュ講座、くらしの勉強会については、「知っている」が15.7%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「知っている」の割合が高くなっている。

年齢別では、おおむね年齢が上がるほど「知っている」の割合が増える傾向にある。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「知っている」の割合が高くなっている。



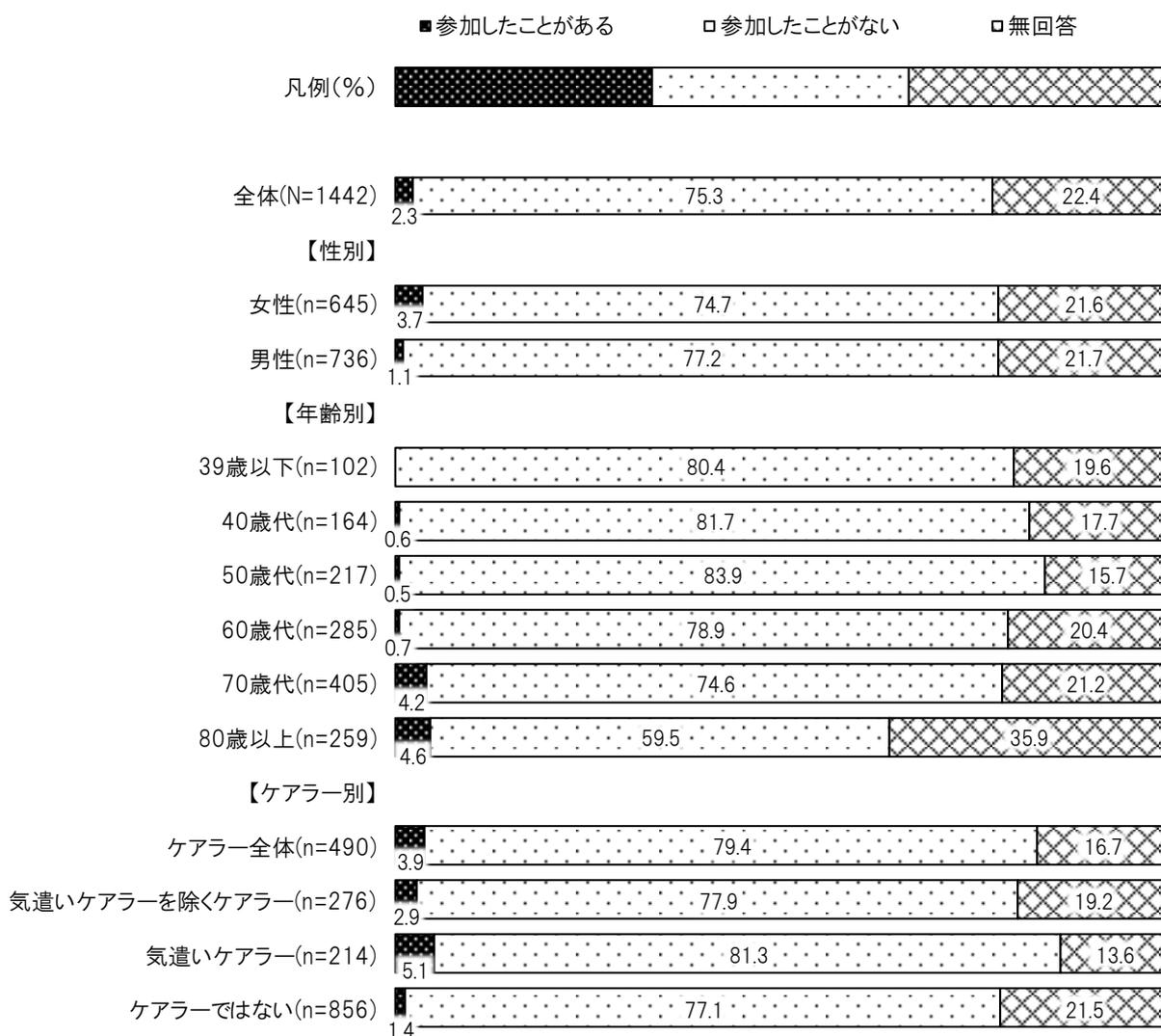
<参加状況>

リフレッシュ講座、くらしの勉強会については、「参加したことがある」が2.3%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「参加したことがある」の割合がやや高くなっている。

年齢別では、70歳代以上で「参加したことがある」の割合が他の年齢層をやや上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「参加したことがある」の割合がやや高くなっている。

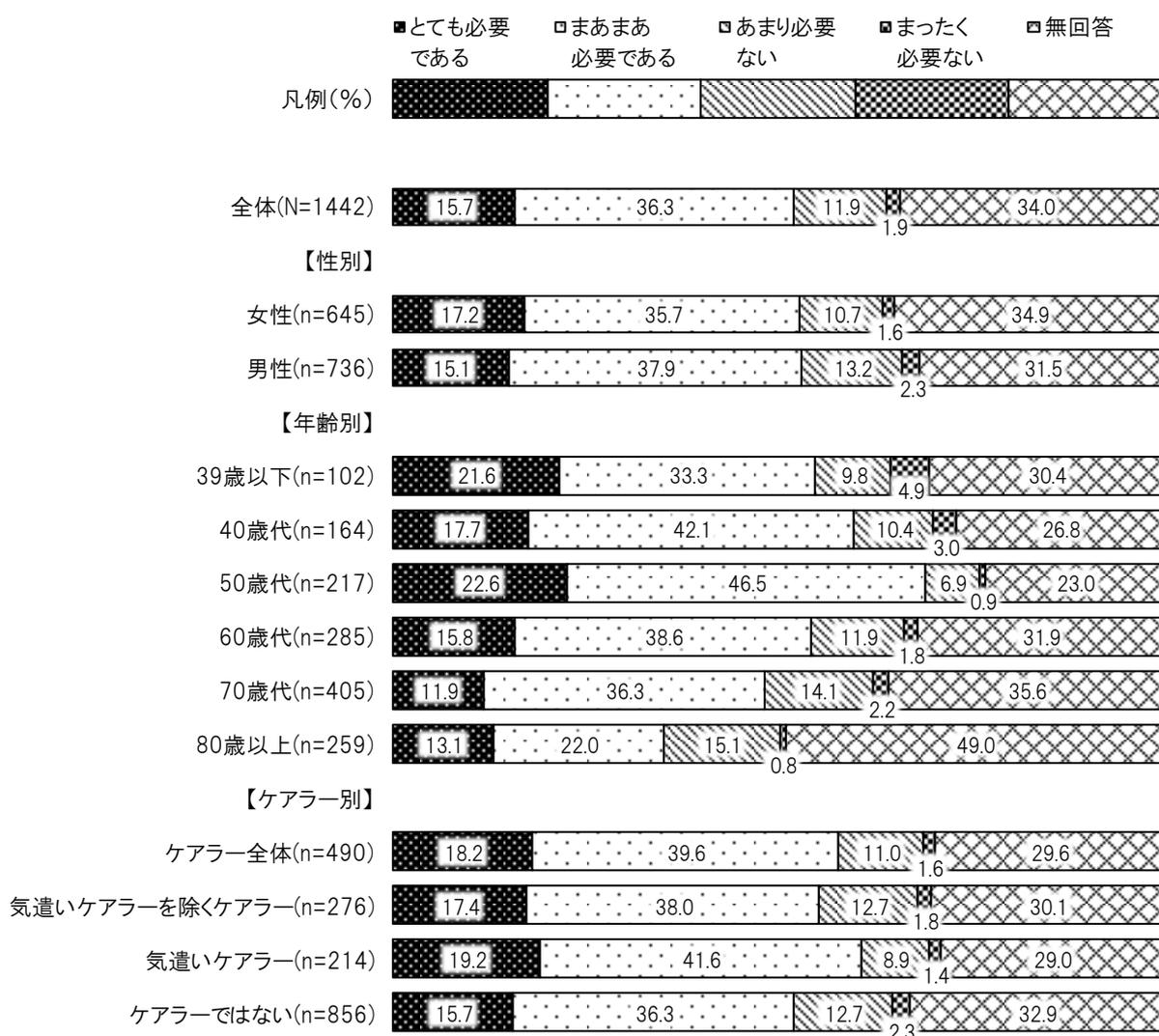


<必要度>

リフレッシュ講座、くらしの勉強会については、「とても必要である」が15.7%、「まあまあ必要である」が36.3%で、合計52.0%が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要ない」(11.9%)、「まったく必要ない」(1.9%)の合計は13.8%であった。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、50歳代で『必要である(合計)』の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて『必要である(合計)』の割合が高くなっている。



④ふれあいサロン

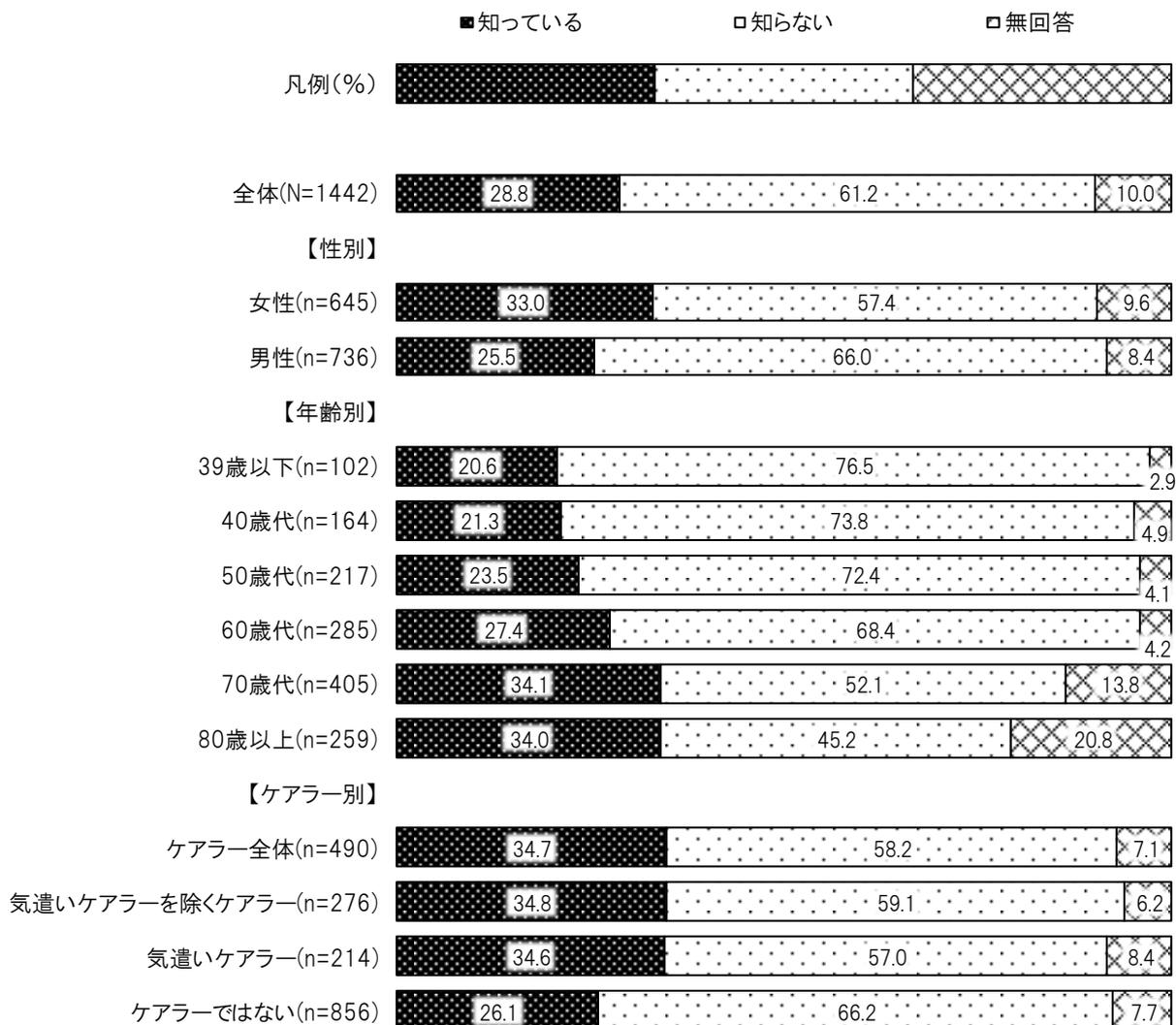
<知名度>

ふれあいサロンについては、「知っている」が28.8%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「知っている」の割合が高くなっている。

年齢別では、年齢が上がるほど「知っている」の割合が増える傾向にある。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「知っている」の割合が高くなっている。

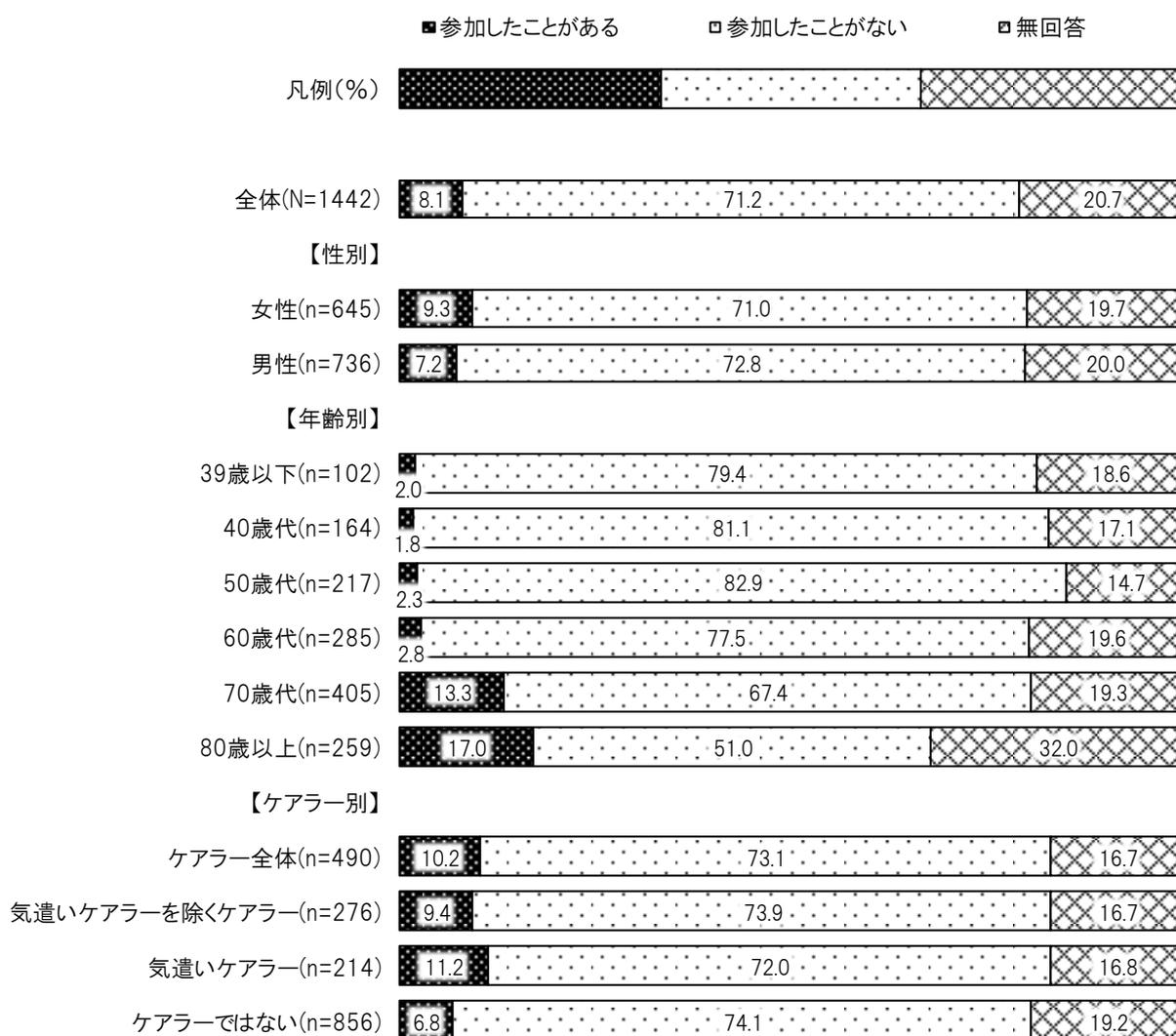


<参加状況>

ふれあいサロンについては、「参加したことがある」が8.1%となっている。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、70歳代以上で「参加したことがある」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人比べて「参加したことがある」の割合がやや高くなっている。

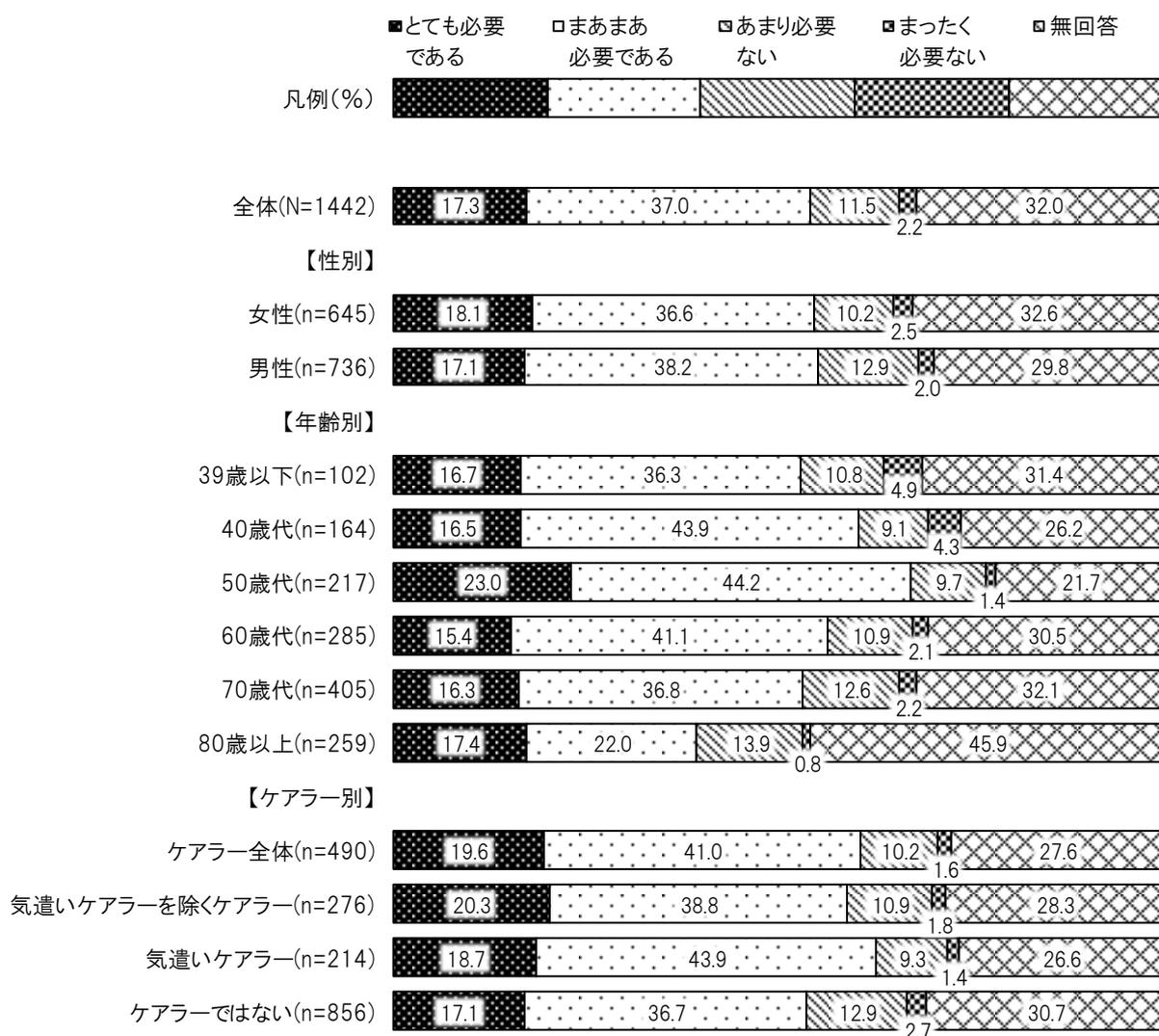


<必要度>

ふれあいサロンについては、「とても必要である」が17.3%、「まあまあ必要である」が37.0%で、合計54.3%が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要ない」(11.5%)、「まったく必要ない」(2.2%)の合計は13.7%であった。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、50歳代で「とても必要である」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて『必要である(合計)』の割合が高くなっている。



⑤ケアラー相談支援専門員「スマイルサポーター」

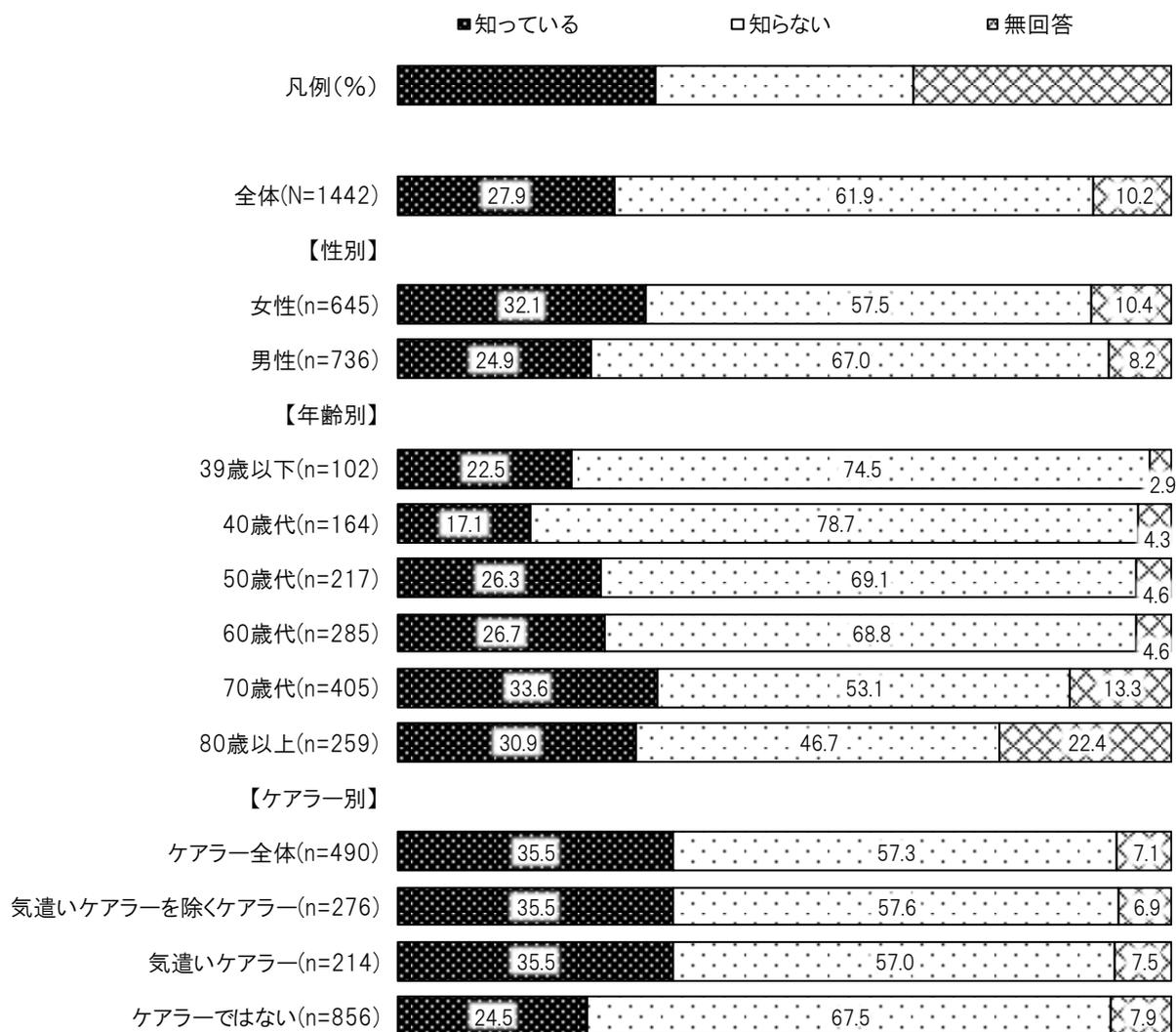
<知名度>

ケアラー相談支援専門員「スマイルサポーター」については、「知っている」が27.9%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「知っている」の割合が高くなっている。

年齢別では、70歳代以上で「知っている」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人は「知っている」の割合がケアラーではない人を大きく上回っている。



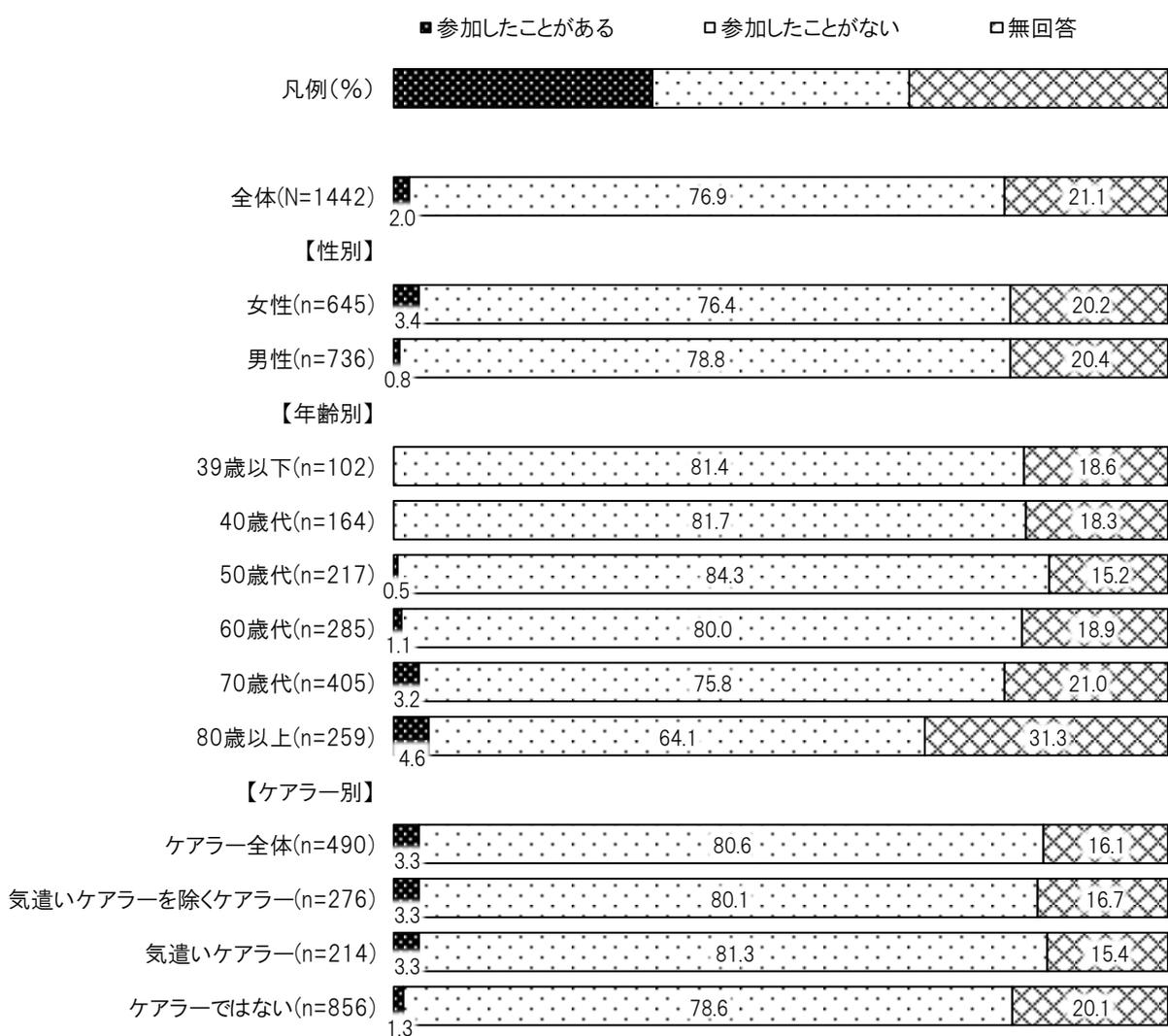
<参加状況>

ケアラー相談支援専門員「スマイルサポーター」については、「参加したことがある」が2.0%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「参加したことがある」の割合がやや高くなっている。

年齢別では、70歳代以上で「参加したことがある」の割合が他の年齢層をやや上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人比べて「参加したことがある」の割合がやや高くなっている。



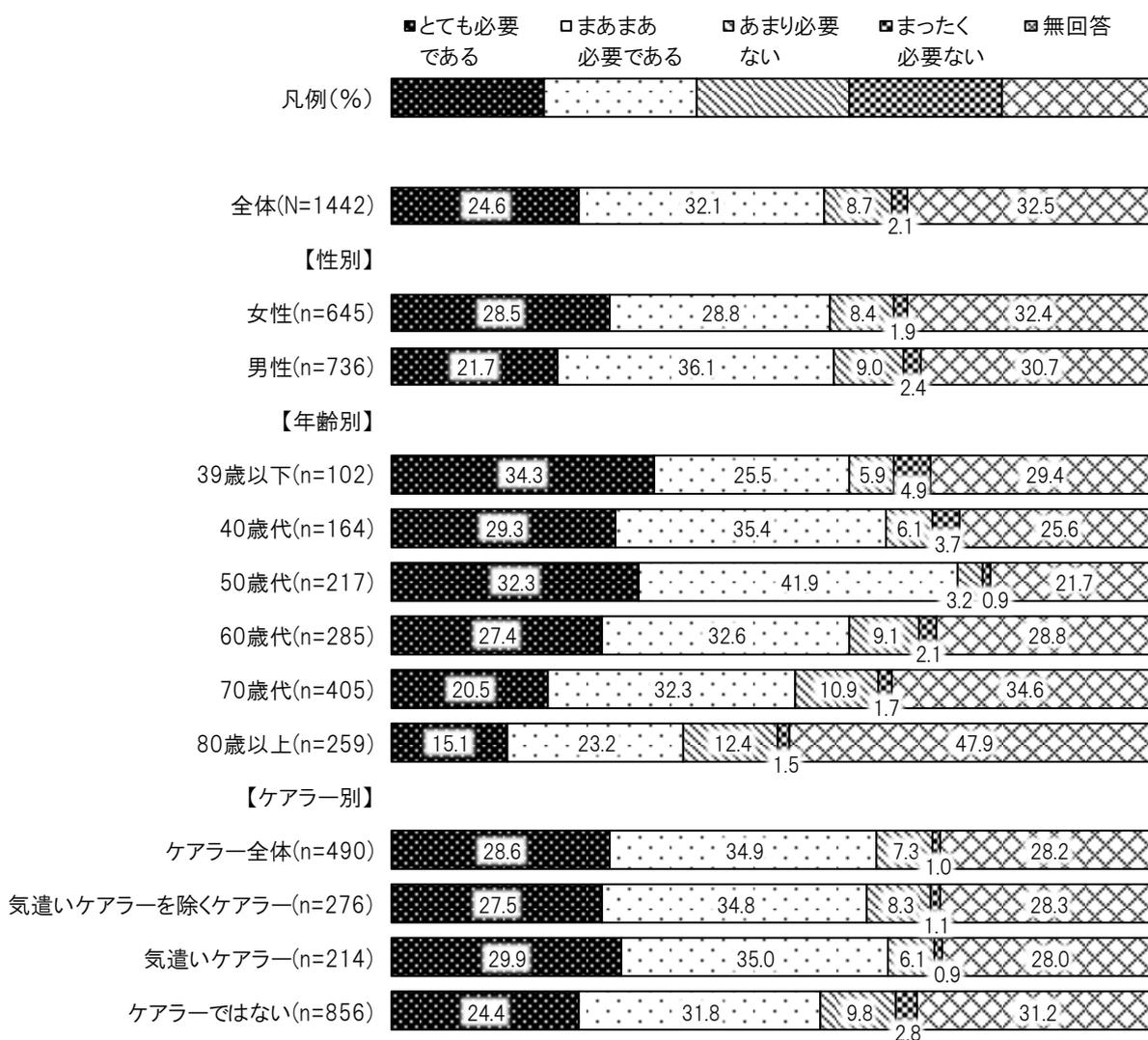
<必要度>

ケアラー相談支援専門員「スマイルサポーター」については、「とても必要である」が24.6%、「まあまあ必要である」が32.1%で、合計56.7%が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要ない」(8.7%)、「まったく必要ない」(2.1%)の合計は10.8%であった。

性別では、女性は男性に比べ「とても必要である」の割合が高くなっている。

年齢別では、50歳代で『必要である(合計)』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人比べて『必要である(合計)』の割合が高くなっている。



⑥命のバトン配付事業

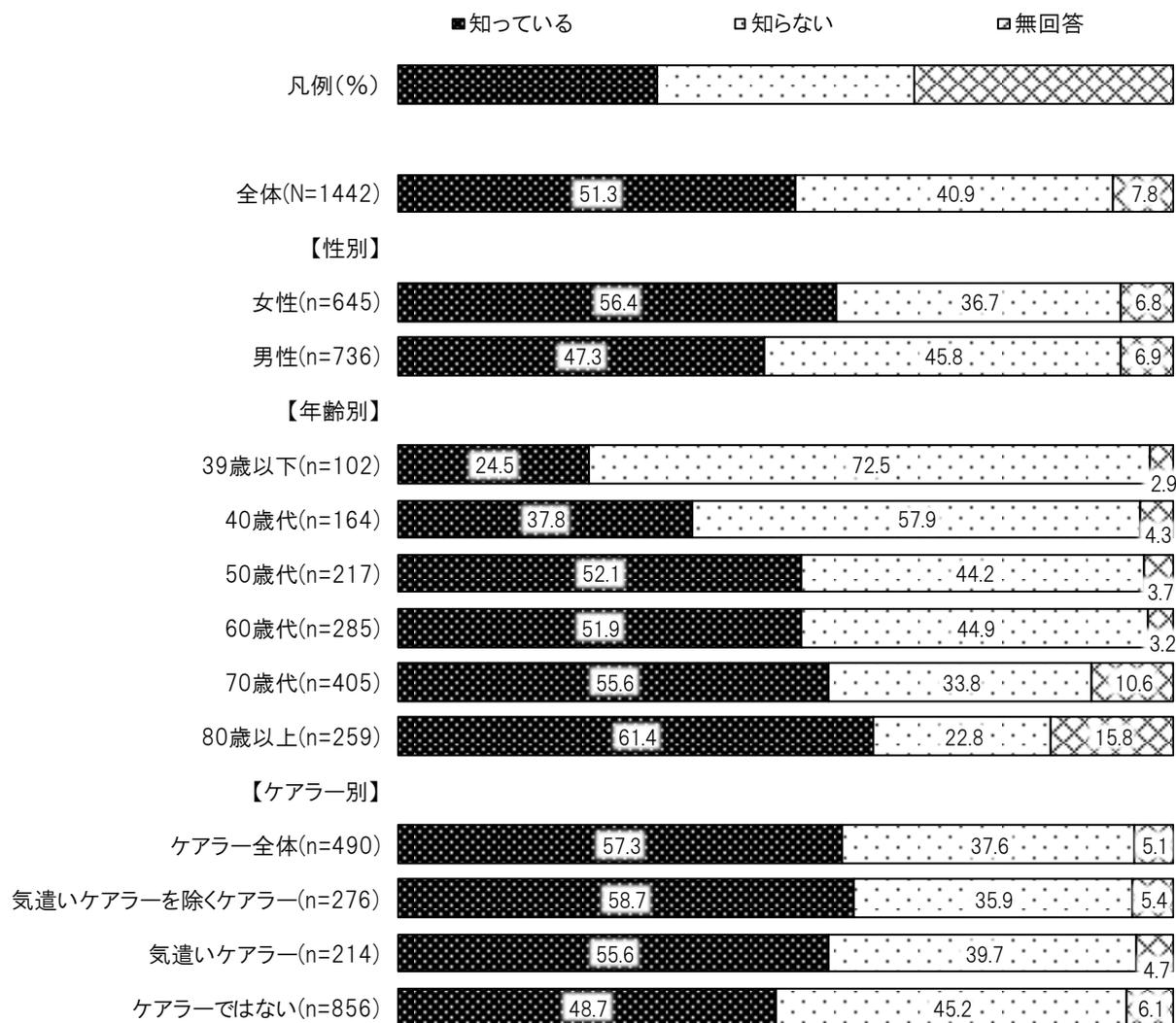
<知名度>

命のバトン配付事業については、「知っている」が51.3%となっている。

性別では、女性は「知っている」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、年齢が上がるほど「知っている」の割合が増える傾向にある。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「知っている」の割合が高くなっている。



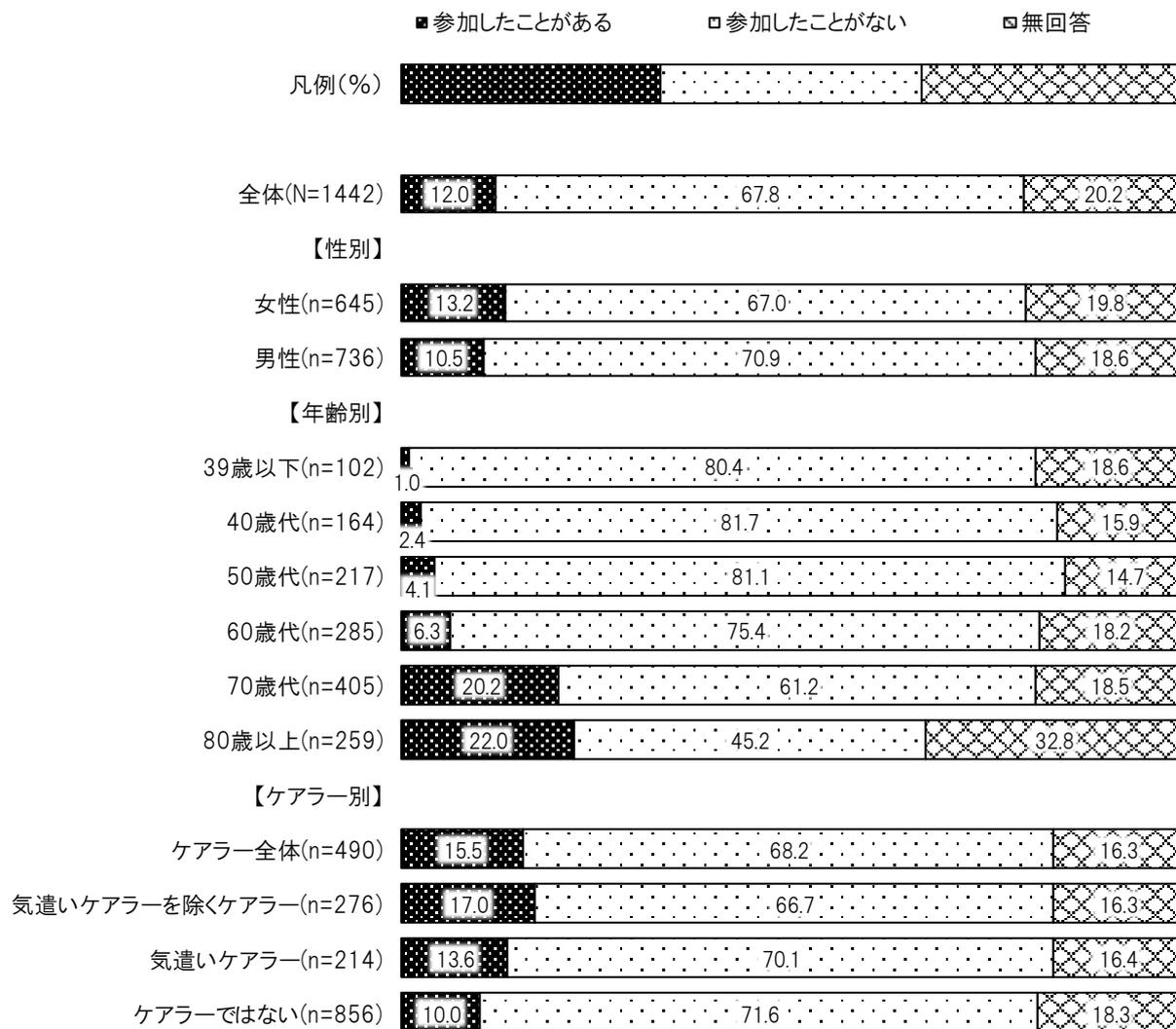
<参加状況>

命のバトン配付事業については、「参加したことがある」が12.0%となっている。

性別では、女性は「参加したことがある」の割合が男性をやや上回っている。

年齢別では、70歳代以上で「参加したことがある」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて、「参加したことがある」の割合が高くなっている。



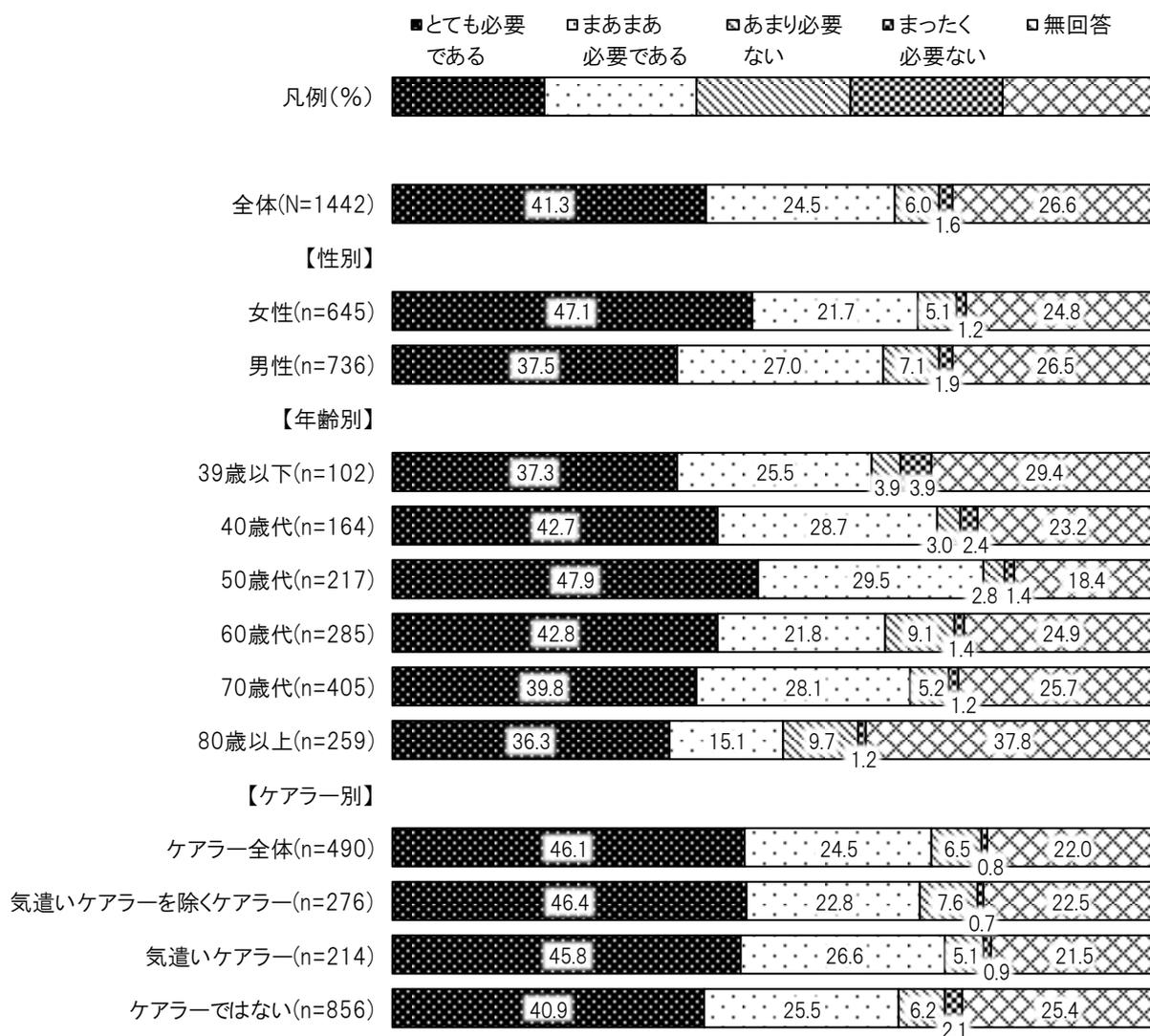
<必要度>

命のバトン配付事業については、「とても必要である」が41.3%、「まあまあ必要である」が24.5%で、合計65.8%が『必要である』と回答している。一方、「あまり必要ない」(6.0%)、「まったく必要ない」(1.6%)の合計は7.6%であった。

性別では、女性は「とても必要である」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、50歳代で『必要である(合計)』の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人はケアラーではない人に比べて「とても必要である」の割合が高くなっている。

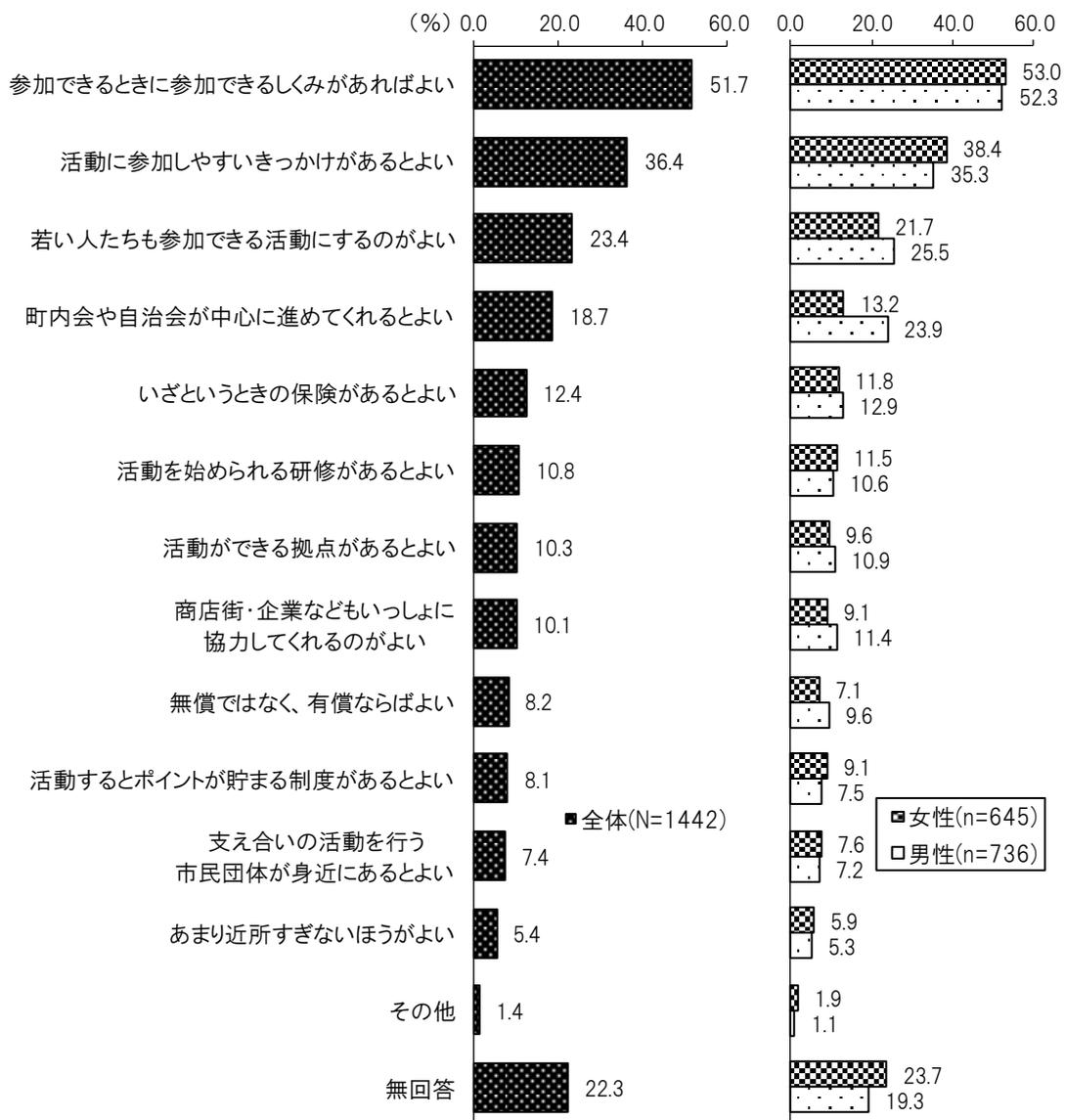


13 活動に参加しやすい条件

2-6 【全員】 支援する活動に＜支え手として＞参加しやすい条件があるとしたら、どのようなことが考えられますか。（複数回答可）

活動に参加しやすい条件については、「参加できるときに参加できるしくみがあればよい」の割合が 51.7%と最も高く、次いで「活動に参加しやすいきっかけがあるとよい」（36.4%）、「若い人たちも参加できる活動にするのがよい」（23.4%）、「町内会や自治会が中心に進めてくれるとよい」（18.7%）の順となっている。

性別では、男性は「町内会や自治会が中心に進めてくれるとよい」の割合が女性を大きく上回っている。



年齢別では、39歳以下で「無償ではなく、有償ならばよい」、70歳代以上で「町内会や自治会が中心に進めてくれるとよい」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高く、若い年齢層ほど「若い人たちも参加できる活動にするのがよい」の割合が増える傾向にある。

単位 (%)	く参加ができる あればよい	活動に参加し やすいきっかけ がある	若い人たちが 参加できる活 動に	町内会や自治 会が中心に進 めて	いざという時 の保険がある と	活動を始めら れる研修があ ると	活動ができる 拠点があると よい	商店街・企業 などもいつし よに	無償ではなく 、有償ならば よい	活動があると ポイントが貯 まる制	支え合いの活 動を行う市民 団体	あまり近所す ぎないほうが よい	その他
全体(N=1442)	51.7	36.4	23.4	18.7	12.4	10.8	10.3	10.1	8.2	8.1	7.4	5.4	1.4
【年齢別】													
39歳以下(n=102)	60.8	47.1	49.0	4.9	17.6	8.8	9.8	12.7	28.4	17.6	8.8	2.0	3.9
40歳代(n=164)	65.9	37.8	34.1	11.0	11.6	6.7	6.7	17.1	15.9	12.8	4.9	6.7	0.6
50歳代(n=217)	65.9	41.0	29.5	11.5	17.5	18.4	13.4	13.4	10.1	9.2	9.2	8.8	2.3
60歳代(n=285)	55.1	42.5	23.5	16.8	11.9	14.7	14.7	10.9	5.3	6.3	6.0	8.1	0.7
70歳代(n=405)	46.4	34.6	16.5	25.4	12.1	9.6	10.6	7.7	4.2	7.4	7.9	3.2	1.2
80歳以上(n=259)	31.7	23.9	11.6	26.3	7.3	5.8	5.0	5.0	3.5	3.9	7.3	3.5	1.2

【2】 ケアの実情について

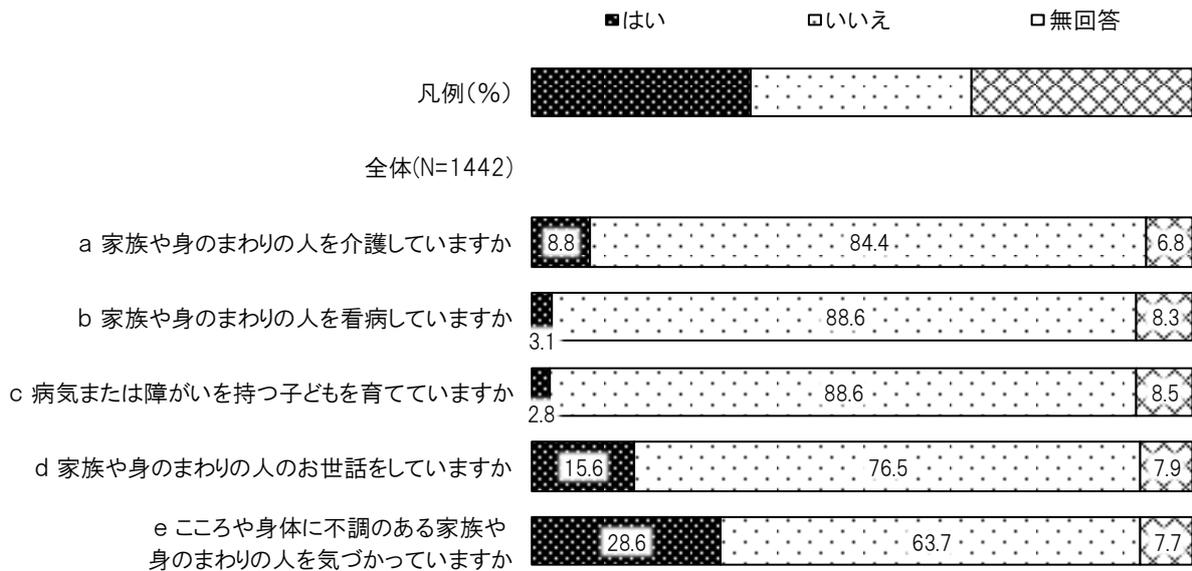
1 ケアの実情

問3【全員】 あなたの現在のケアの実情についてうかがいます。

3-1 あなたは現在、ケアをしていますか。以下の質問それぞれにお答えください。

ケアについて「はい」の割合をみると、「e ところや身体に不調のある家族や身のまわりの人を気づかっていますか」の割合が28.6%と最も高く、次いで「d 家族や身のまわりの人のお世話をしていますか」（15.6%）、「a 家族や身のまわりの人を介護していますか」（8.8%）の順となっている。

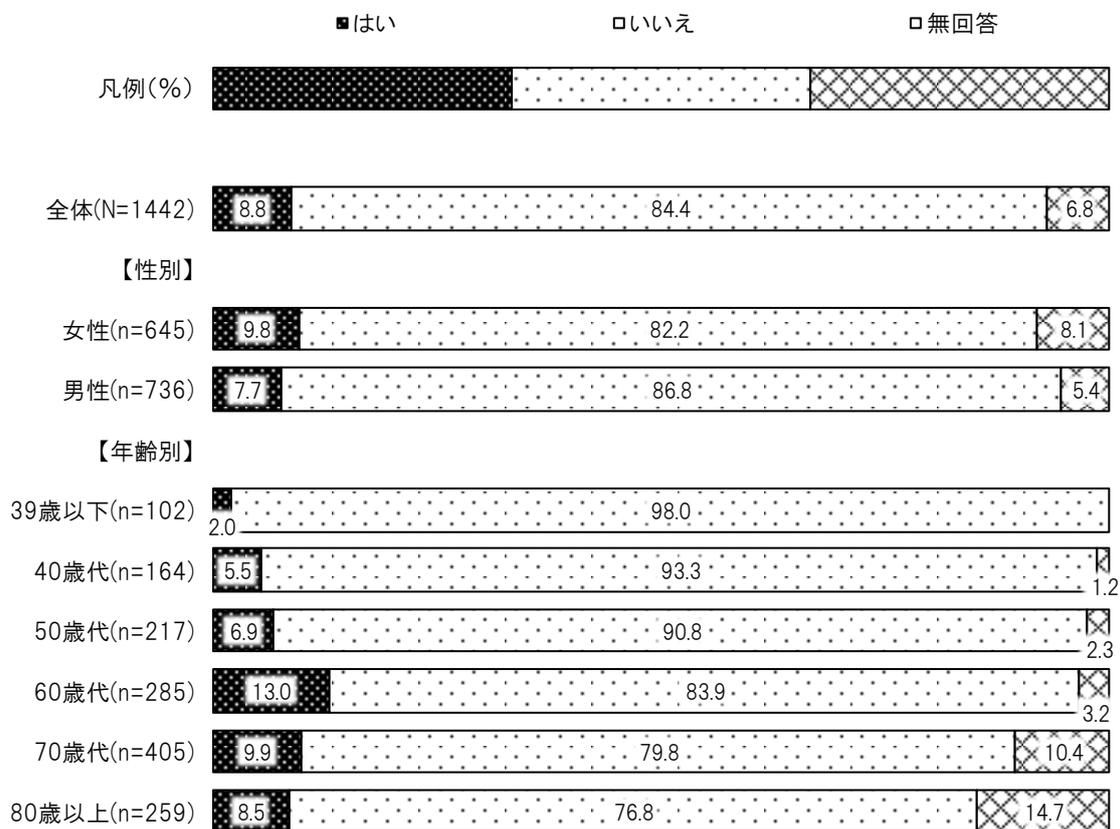
なお、「e ところや身体に不調のある家族や身のまわりの人を気づかっていますか」のみ「はい」の割合が14.8%（気遣いケアラー）、それ以外で「はい」の割合（2項目以上「はい」と回答した者を含む）が19.1%（気遣いケアラーを除くケアラー）であり、全体では33.9%（ケアラー全体）となっている。



a あなたは現在、家族や身のまわりの人を介護していますか

家族や身のまわりの人を介護することについては、「はい」が8.8%となっている。

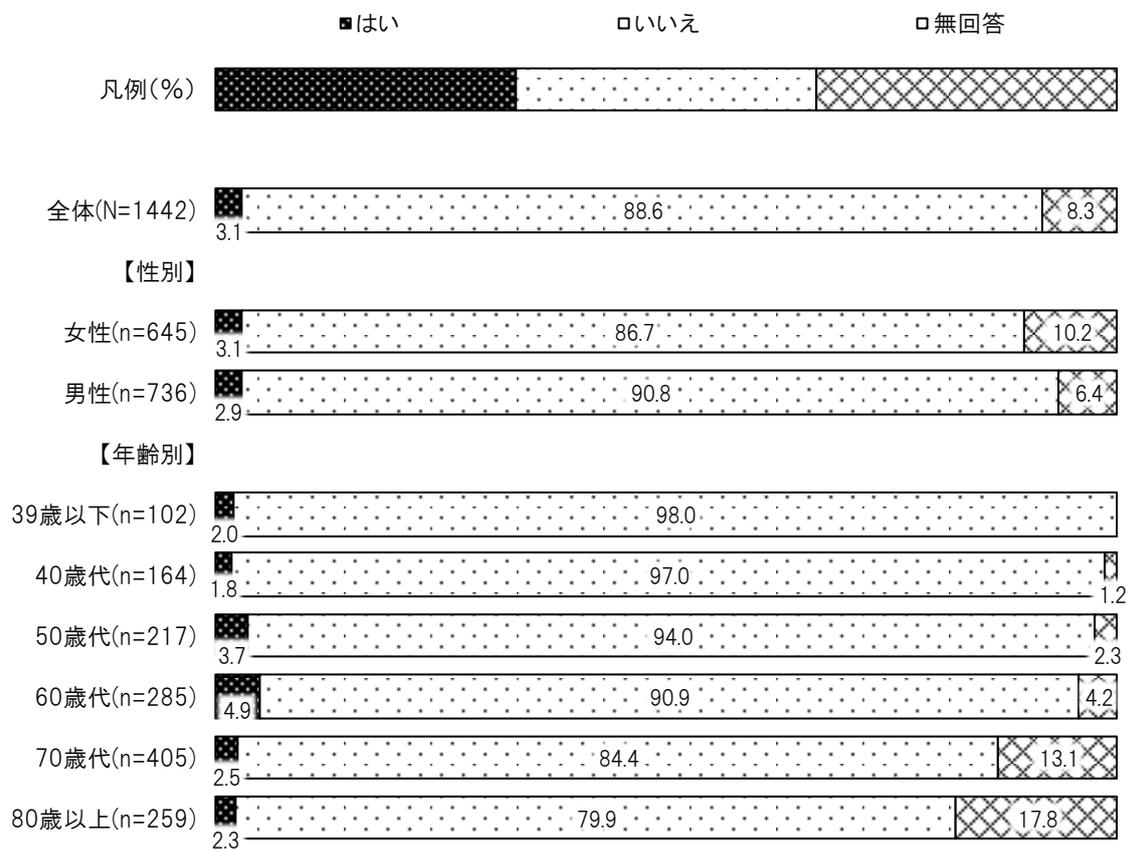
性別では大きな差はみられないが、年齢別では、60歳代で「はい」の割合が他の年齢層に比べてやや高くなっている。



b あなたは現在、家族や身のまわりの人を看病していますか

家族や身のまわりの人を看病することについては、「はい」が3.1%となっている。

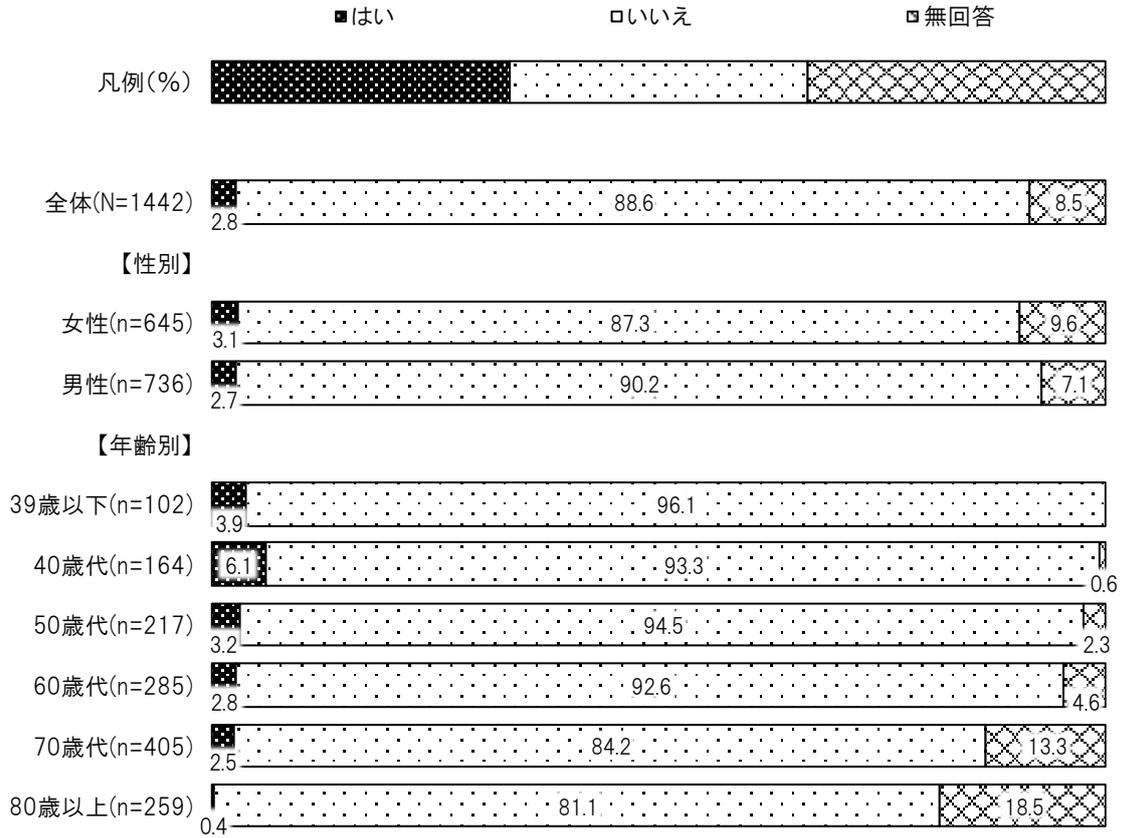
性別では大きな差はみられないが、年齢別では、50～60歳代で「はい」の割合が他の年齢層に比べてやや高くなっている。



c あなたは現在、病気または障がいを持つ子どもを育てていますか

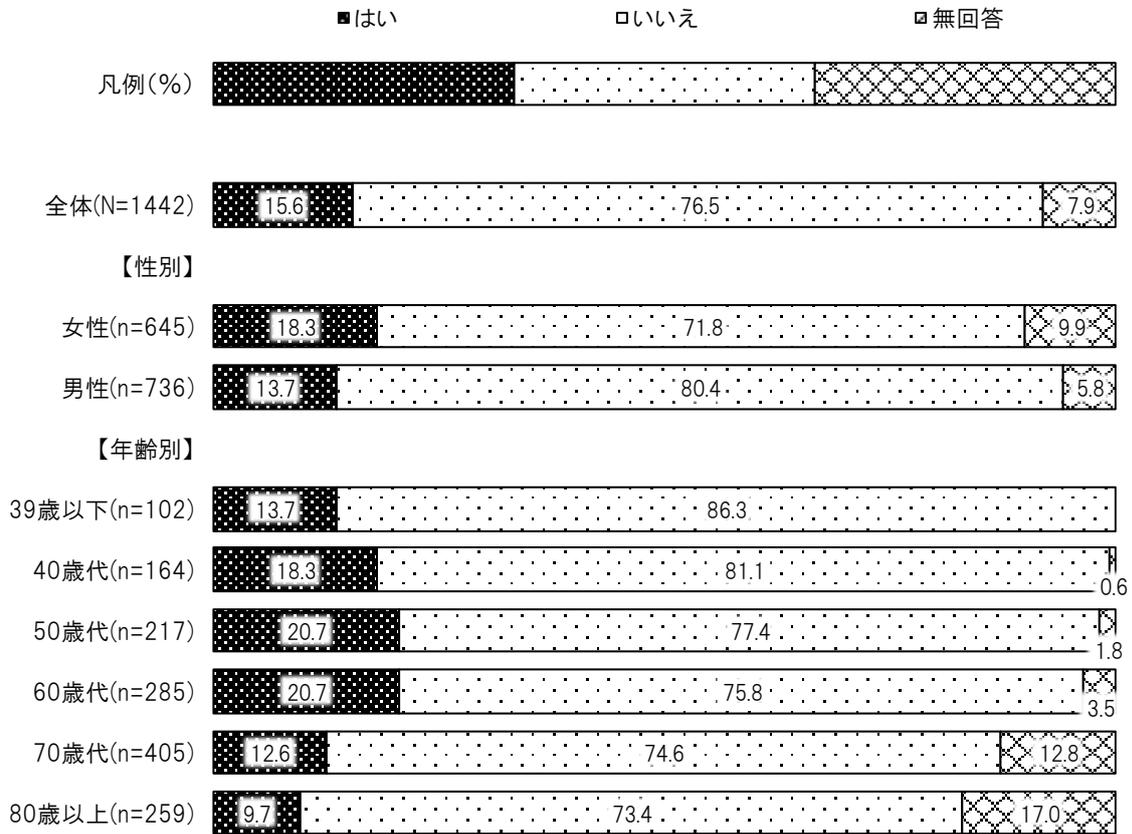
病気または障がいを持つ子どもを育てることについては、「はい」が2.8%となっている。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、40歳代で「はい」の割合が他の年齢層に比べてやや高くなっている。



d あなたは現在、家族や身のまわりの人のお世話をしていますか

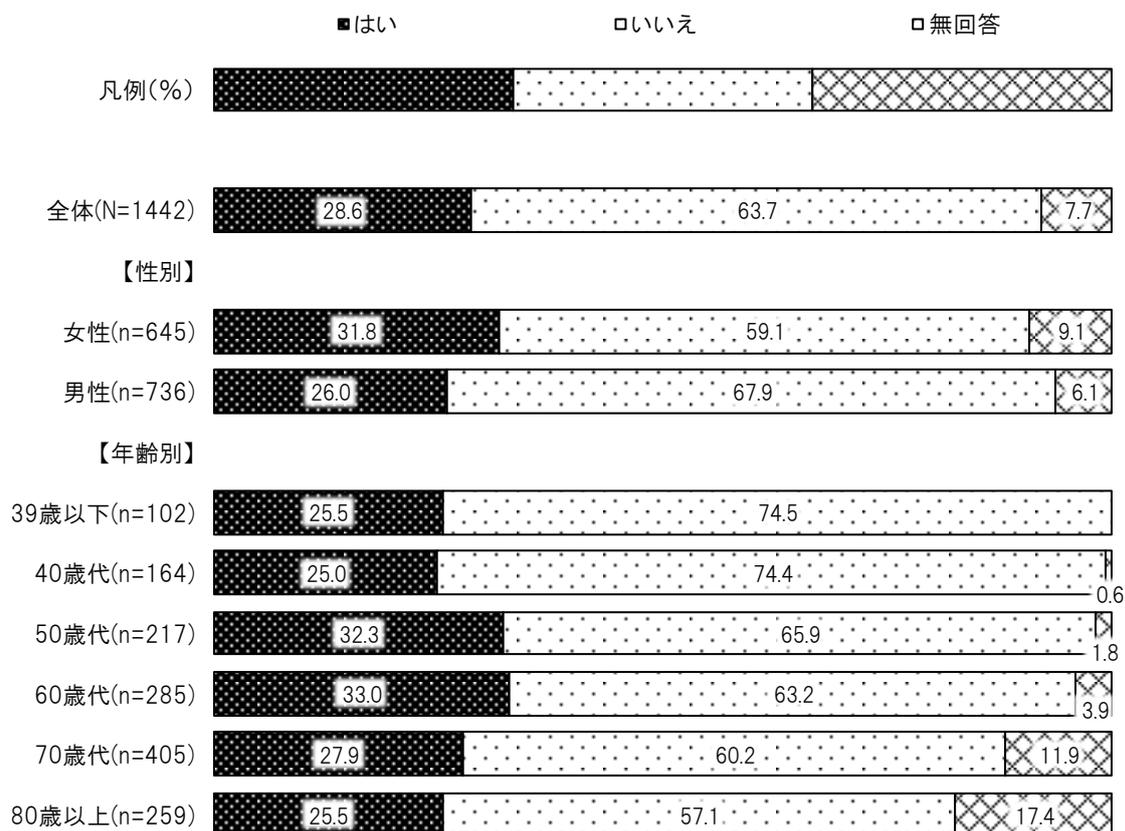
家族や身のまわりの人の世話をすることについては、「はい」が15.6%となっている。
 性別では、女性は男性に比べ「はい」の割合がやや高くなっている。
 年齢別では、40～60歳代で「はい」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



e あなたは現在、こころや身体に不調のある家族や身のまわりの人を気づかっていますか
 こころや身体に不調のある家族や身のまわりの人を気づかうことについては、「はい」が28.6%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「はい」の割合が高くなっている。

年齢別では、50～60歳代で「はい」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



【3】 ケアラーとしての役割について

1 ケアラーとしての経験の有無

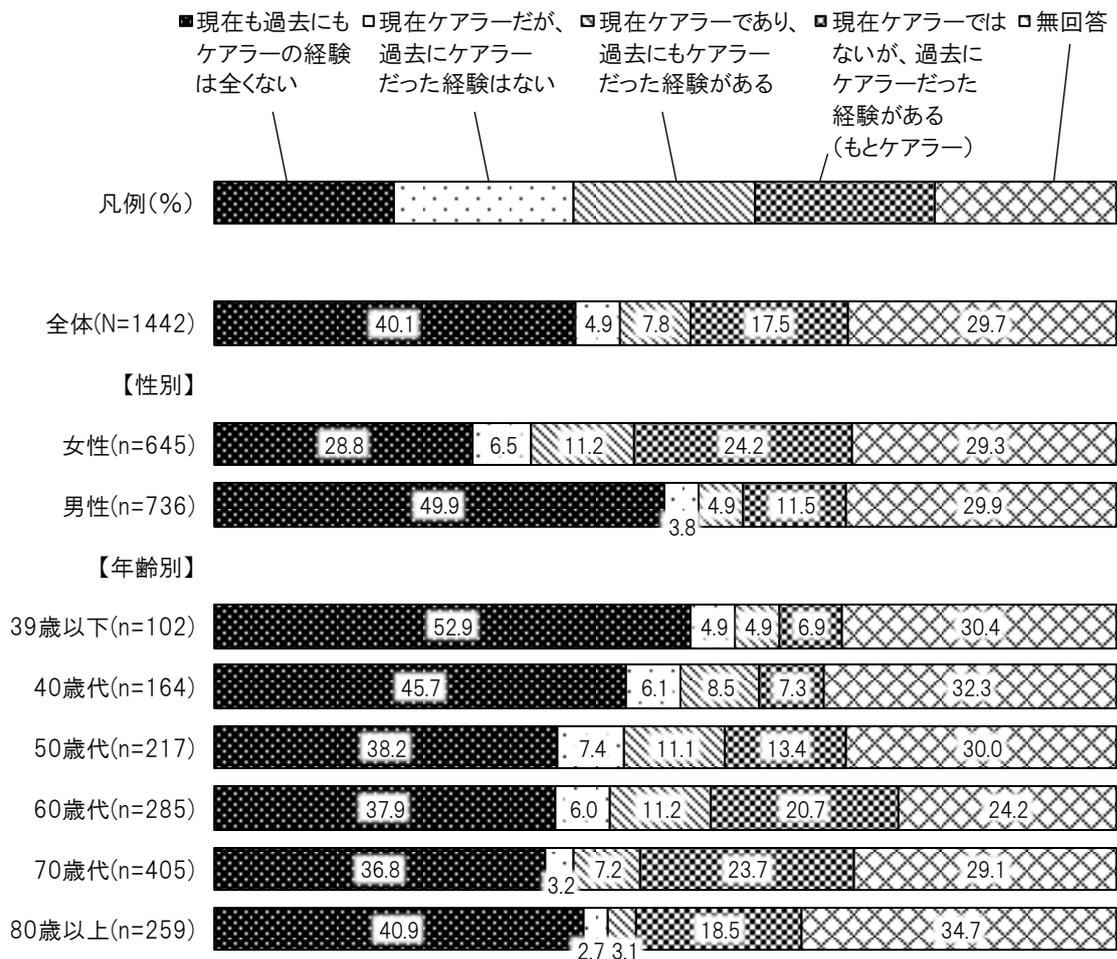
問4【全員】 これまでのあなたのケアラーとしての役割と、今後（将来）のケアやケアラーとしての役割についてうかがいます。

4-1 あなたは、これまでにケアラーとしての役割を担ったことがありますか。

ケアラーとしての経験については、「現在も過去にもケアラーの経験は全くない」の割合が40.1%と最も高く、次いで「現在ケアラーではないが、過去にケアラーだった経験がある（もとケアラー）」（17.5%）、「現在ケアラーであり、過去にもケアラーだった経験がある」（7.8%）、「現在ケアラーだが、過去にケアラーだった経験はない」（4.9%）となっており、現在ケアラーである人は合計で12.7%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「現在ケアラーではないが、過去にケアラーだった経験がある（もとケアラー）」の割合が高く、男性は「現在も過去にもケアラーの経験は全くない」の割合が女性を大きく上回っている。

年齢別では、60歳代以上で「現在ケアラーではないが、過去にケアラーだった経験がある（もとケアラー）」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



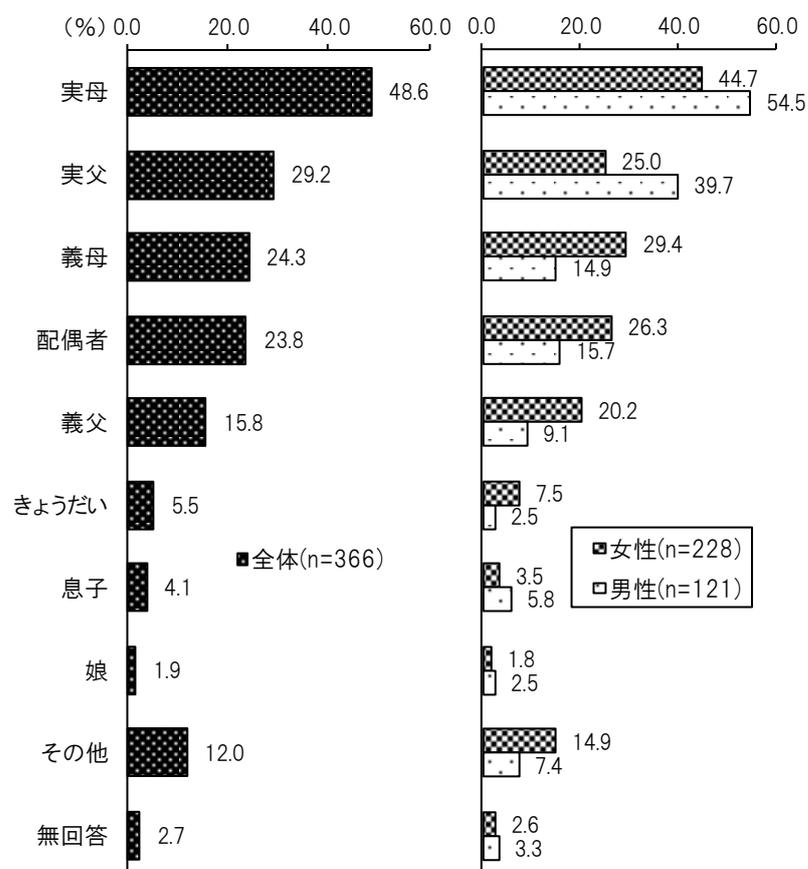
2 過去のケアの対象

1) 【過去にケアラーだった経験のある方のみ】過去にあなたはどなたのケアラーでしたか。(複数回答可)

過去のケアの対象については、「実母」の割合が48.6%と最も高く、次いで「実父」(29.2%)、「義母」(24.3%)、「配偶者」(23.8%)の順となっている。また「その他」では、「祖父母」「おじ、おば」などの回答がみられた。

性別では、女性は「義母」「配偶者」「義父」の割合が男性を大きく上回っており、男性は女性に比べ「実母」「実父」の割合が高くなっている。

年齢別では、60～70歳代で「実母」、60歳代以上で「義母」、70歳代以上で「配偶者」の割合がそれぞれ他の年齢層を大きく上回っている。



単位 (%)	実母	実父	義母	配偶者	義父	きょうだい	息子	娘	その他
全体(n=366)	48.6	29.2	24.3	23.8	15.8	5.5	4.1	1.9	12.0
【年齢別】									
39歳以下(n=12)	8.3	8.3	0.0	16.7	8.3	0.0	0.0	16.7	58.3
40歳代(n=26)	34.6	23.1	7.7	15.4	11.5	7.7	15.4	3.8	38.5
50歳代(n=53)	39.6	35.8	13.2	11.3	11.3	1.9	11.3	3.8	15.1
60歳代(n=91)	65.9	37.4	28.6	9.9	18.7	2.2	1.1	0.0	7.7
70歳代(n=125)	51.2	27.2	29.6	28.8	18.4	9.6	2.4	1.6	5.6
80歳以上(n=56)	35.7	19.6	28.6	53.6	14.3	5.4	1.8	0.0	7.1

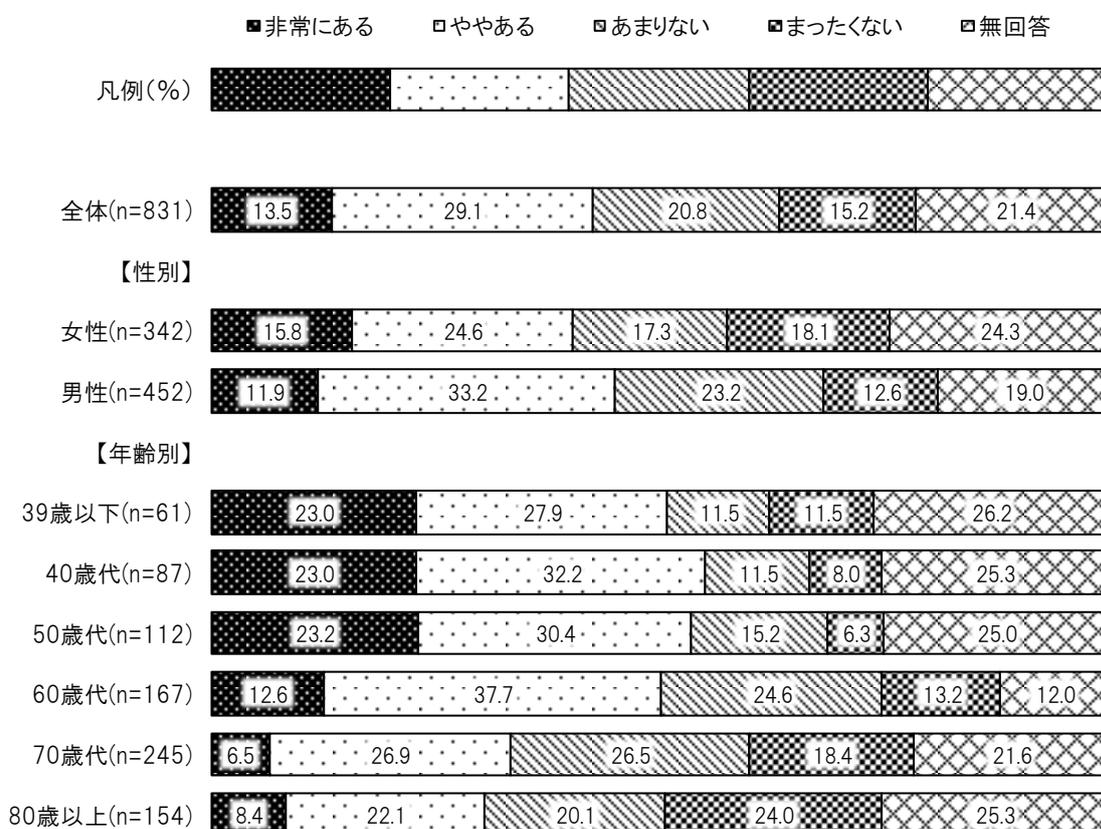
3 将来、ケアラーになる可能性について

2) 【現在ケアラーではない方のみ】将来あなたがケアラーになる可能性はありますか。

将来、ケアラーになる可能性については、「非常にある」が13.5%、「ややある」が29.1%で、合計42.6%が『ある』と回答している。一方、「あまりない」(20.8%)、「まったくない」(15.2%)の合計は36.0%であった。

性別では、女性は男性に比べ「まったくない」の割合が高く、男性は「ややある」の割合が女性を上回っている。

年齢別では、50歳代以下で「非常にある」、70歳代以上で「まったくない」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。



4 将来のケアの対象

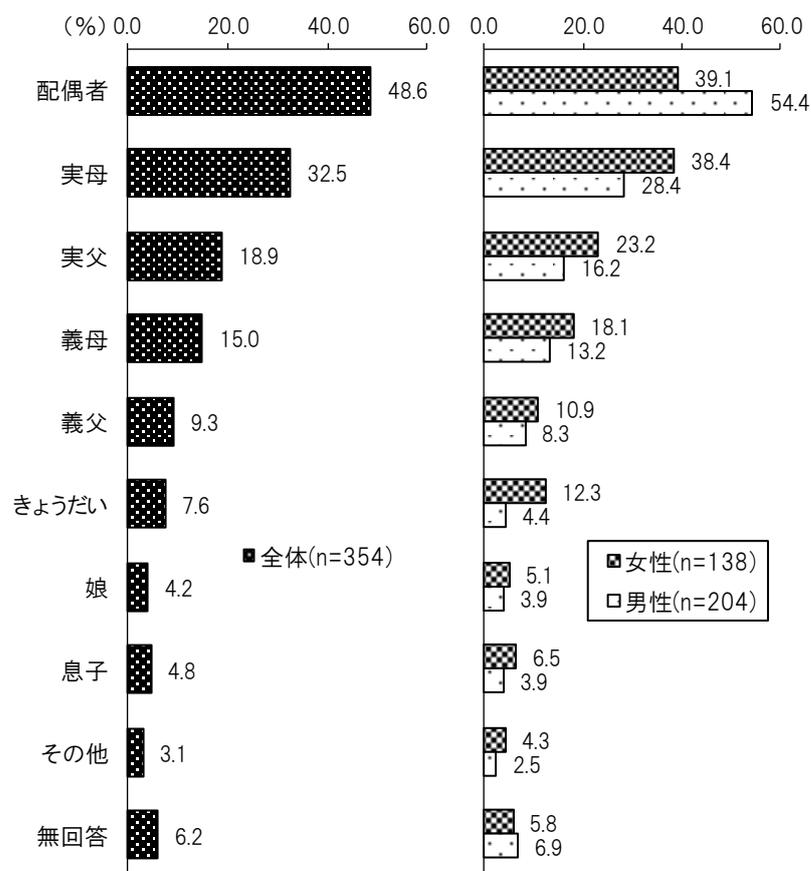
(1) 【可能性のある方のみ】

① 今後（将来）、あなたはどなたのケアラーになりそうですか。（複数回答可）

将来のケアの対象については、「配偶者」の割合が48.6%と最も高く、次いで「実母」(32.5%)、「実父」(18.9%)、「義母」(15.0%)の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「実母」「実父」「きょうだい」などの割合が高く、男性は「配偶者」の割合が女性を大きく上回っている。

年齢別では、39歳以下で「実母」、40歳代で「義母」、60歳代以上で「配偶者」の割合がそれぞれ他の年齢層を大きく上回っている。



単位 (%)	配偶者	実母	実父	義母	義父	きょうだい	娘	息子	その他
全体(n=354)	48.6	32.5	18.9	15.0	9.3	7.6	4.2	4.8	3.1
【年齢別】									
39歳以下(n=31)	12.9	87.1	58.1	22.6	22.6	9.7	0.0	3.2	16.1
40歳代(n=48)	20.8	64.6	58.3	41.7	31.3	8.3	6.3	4.2	0.0
50歳代(n=60)	28.3	61.7	26.7	18.3	10.0	6.7	1.7	3.3	3.3
60歳代(n=84)	60.7	16.7	3.6	16.7	6.0	10.7	1.2	0.0	3.6
70歳代(n=82)	64.6	6.1	2.4	1.2	0.0	4.9	4.9	8.5	0.0
80歳以上(n=47)	76.6	0.0	0.0	0.0	0.0	6.4	12.8	10.6	2.1

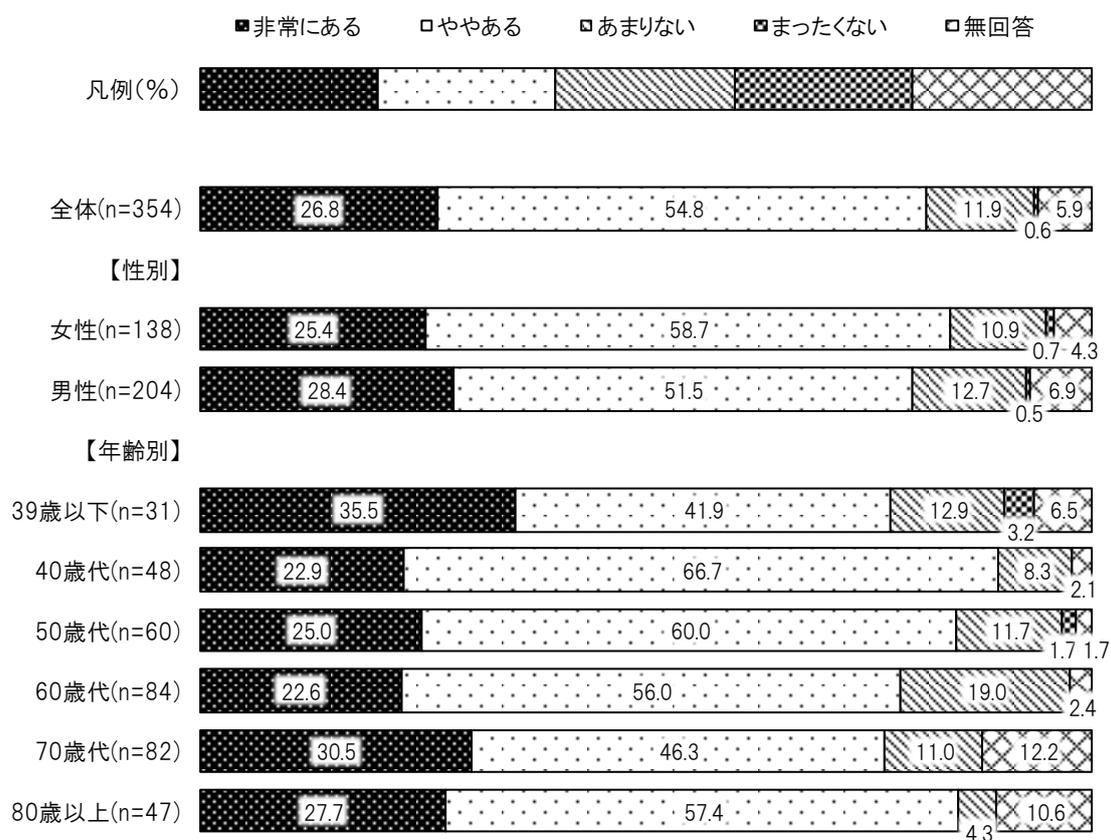
5 ケアラーになることへの不安の有無

② 今後（将来）、あなたがケアラーとしての役割を担うことに不安がありますか。

ケアラーになることへの不安については、「非常にある」が26.8%、「ややある」が54.8%で、合計81.6%が『ある』と回答している。一方、「あまりない」（11.9%）、「まったくない」（0.6%）の合計は12.5%であった。

性別では、女性は男性に比べ「ややある」の割合が高くなっている。

年齢別では、39歳以下で「非常にある」、60歳代で「あまりない」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。



6 ケアラーになった場合の不安について

③ 今後（将来）、ケアラーになった場合に、ケアに関してこんな問題や不安・悩みが生まれそうだとすることがありますか。具体的にお書きください。

ケアラーになった場合の不安について、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。なお、類似回答については、まとめて掲載している。

回答件数	回答内容
25	自分が高齢になり活動できなくなること、老々介護の可能性はある
21	自分の健康状態への不安
15	金銭面での不安
15	一人でケアできるか不安、介護に対する精神的な不安
13	仕事と両立できるか不安
10	離れて暮らすことへの不安
9	知識がないことへの不安、必要なケアの程度が現時点では分からない
7	生活の場選び、すぐに施設に入居できるか心配
6	認知症、暴言、暴力
5	入浴やトイレの介助、オムツの取り替え
4	自分の時間、趣味の時間が減る
3	食事・洗濯・清掃など家事への不安
2	移動の介助、通院や買物等の送迎
2	自分がいなくなった後の息子のこと、娘が障がい者だから心配
2	介護に関する相談先
2	本人が施設や病院に入りたがらない可能性がある
1	他者のケアラーになった場合、事故やアクシデントへの対応に不安、自分の家族の世話と両立ができるのか不安 など

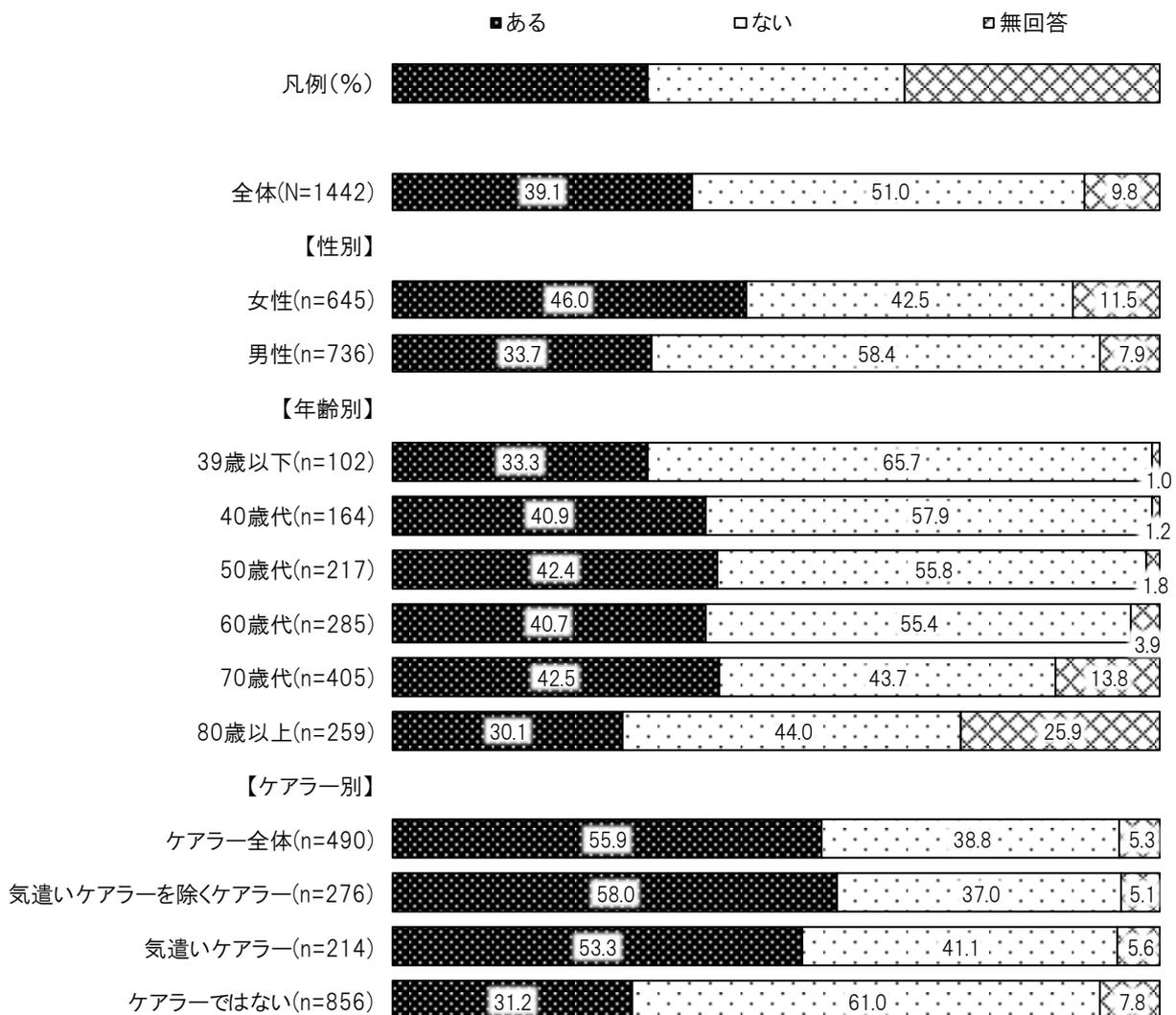
【4】地域のケアラーとのかかわりについて

1 地域でケアラーに気づくこと

問5【全員】地域のケアラーとのかかわりについてうかがいます。

5-1 地域で家族等を介護している人（ケアラー）に気づくことはありますか。

地域でケアラーに気づくことについては、「ある」が39.1%となっている。
 性別では、女性は「ある」の割合が男性を大きく上回っている。
 年齢別では、39歳以下で「ない」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。
 ケアラー別では、ケアラーの人は「ある」の割合がケアラーではない人を大きく上回っている。



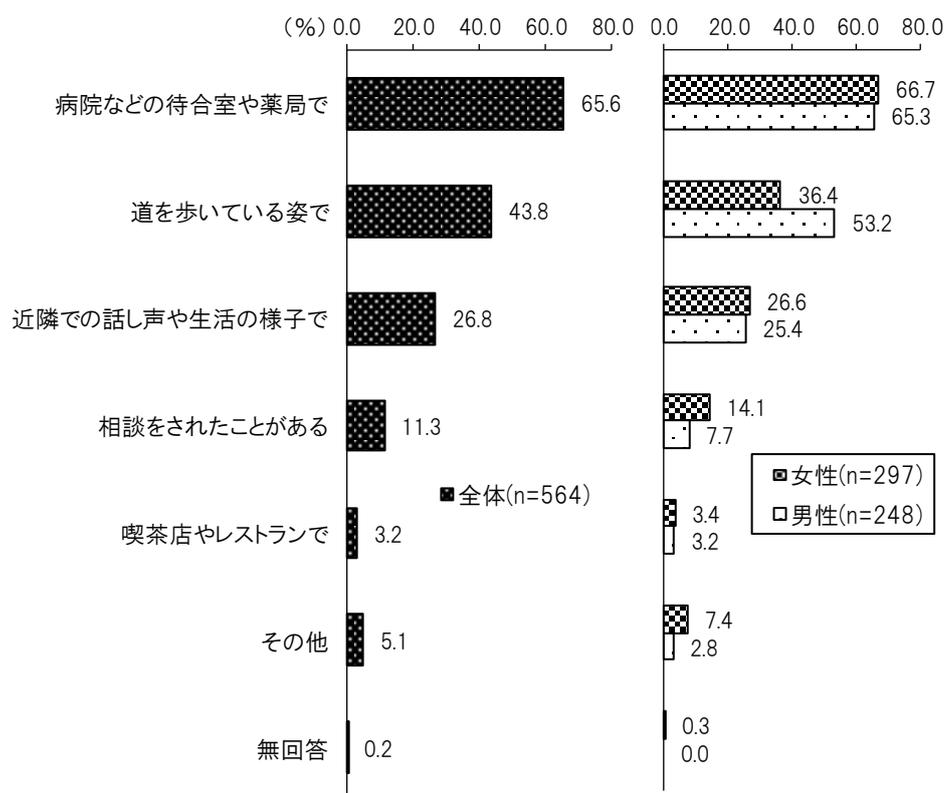
2 地域でケアラーに気づく場面

1) 【「ある」と答えた方】 あるとしたら、どのような場面ですか。（複数回答可）

地域でケアラーに気づく場面については、「病院などの待合室や薬局で」の割合が 65.6% と最も高く、次いで「道を歩いている姿で」（43.8%）、「近隣での話し声や生活の様子で」（26.8%）、「相談をされたことがある」（11.3%）の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「相談をされたことがある」の割合が高く、男性は「道を歩いている姿で」の割合が女性を大きく上回っている。

年齢別では、39歳以下で「道を歩いている姿で」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。



単位 (%)	室病 や院 薬な 局ど の待 合	姿道 でを 歩い てい る	や近 生隣 活で のの 様子 話し で声	と相 が談 をあ るを され たこ	ラ喫 ン茶 店 やレ スト	そ 他
全体(n=564)	65.6	43.8	26.8	11.3	3.2	5.1
【年齢別】						
39歳以下(n=34)	55.9	55.9	17.6	11.8	5.9	14.7
40歳代(n=67)	76.1	40.3	19.4	3.0	10.4	10.4
50歳代(n=92)	77.2	45.7	22.8	7.6	4.3	2.2
60歳代(n=116)	64.7	44.0	26.7	12.9	1.7	3.4
70歳代(n=172)	59.3	44.8	33.1	15.1	1.2	4.1
80歳以上(n=78)	61.5	35.9	28.2	10.3	1.3	5.1

3 地域のケアラーとのかかわりの有無

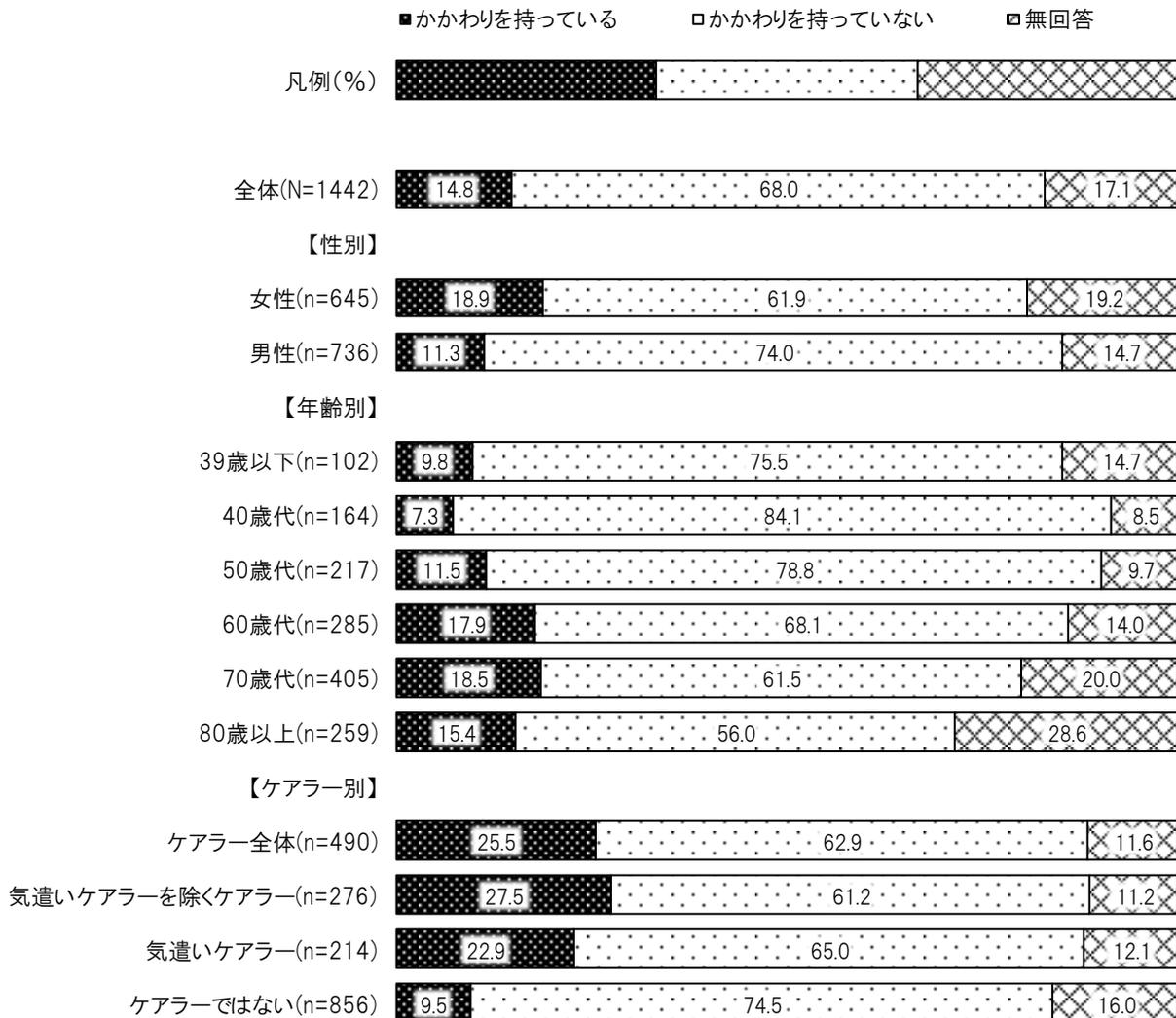
5-2 地域住民として、地域のケアラーと何らかのかかわりを持っていますか。

地域のケアラーとのかかわりについては、「かかわりを持っている」が14.8%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「かかわりを持っている」の割合が高くなっている。

年齢別では、60歳代以上で「かかわりを持っている」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、ケアラーの人は「かかわりを持っている」の割合がケアラーではない人を大きく上回っている。

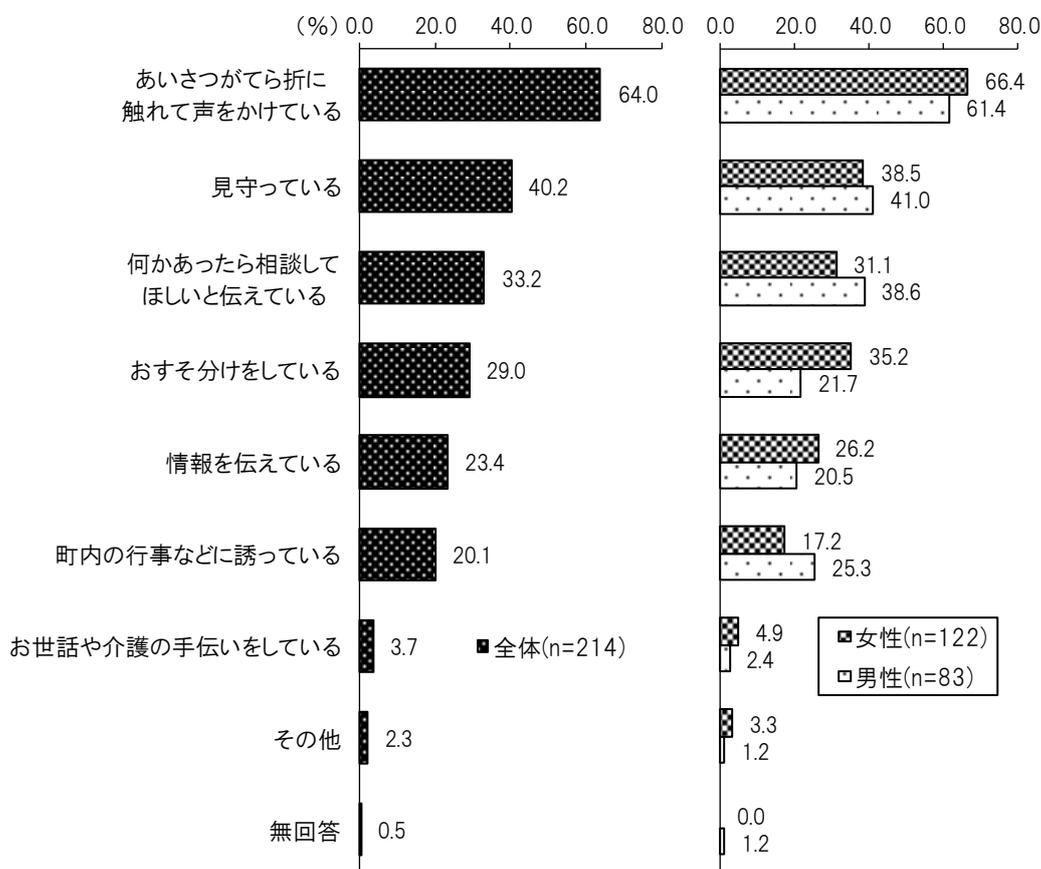


4 地域のケアラーとのかかわり方

1) 【「かかわりを持っている」と答えた方】 あるとしたら、どのようなものでしょうか。（複数回答可）

地域のケアラーとのかかわり方については、「あいさつがてら折に触れて声をかけている」の割合が64.0%と最も高く、次いで「見守っている」（40.2%）、「何かあったら相談してほしいと伝えている」（33.2%）、「おすそ分けをしている」（29.0%）の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「おすそ分けをしている」「情報を伝えている」などの割合が高く、男性は「何かあったら相談してほしいと伝えている」「町内の行事などに誘っている」の割合が女性を上回っている。



年齢別では、39歳以下で「見守っている」「何かあったら相談してほしいと伝えている」、70歳代以上で「町内の行事などに誘っている」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。

ケアラー別では、気遣いケアラーで「あいさつがてら折に触れて声をかけている」「何かあったら相談してほしいと伝えている」、気遣いケアラーを除くケアラーで「情報を伝えている」、ケアラーではない人で「町内の行事などに誘っている」の割合がそれぞれ他の層に比べて高くなっている。

単位 (%)	をあいさつがてら折に触れて声をかけている	見守っている	何かあったら相談してほしいと伝えている	おすそ分けをしている	情報を伝えている	町内の行事などに誘っている	お世話や介護の手伝いをして	その他
全体(n=214)	64.0	40.2	33.2	29.0	23.4	20.1	3.7	2.3
【年齢別】								
39歳以下(n=10)	60.0	50.0	50.0	20.0	30.0	0.0	0.0	0.0
40歳代(n=12)	66.7	33.3	16.7	16.7	33.3	0.0	8.3	0.0
50歳代(n=25)	68.0	44.0	28.0	20.0	28.0	16.0	8.0	8.0
60歳代(n=51)	58.8	37.3	31.4	29.4	17.6	11.8	2.0	0.0
70歳代(n=75)	61.3	44.0	37.3	30.7	24.0	29.3	5.3	2.7
80歳以上(n=40)	72.5	35.0	32.5	37.5	22.5	27.5	0.0	2.5
【ケアラー別】								
ケアラー全体(n=125)	68.0	51.2	34.4	32.8	27.2	16.8	3.2	2.4
気遣いケアラーを除くケアラー(n=76)	63.2	51.3	28.9	31.6	31.6	17.1	2.6	2.6
気遣いケアラー(n=49)	75.5	51.0	42.9	34.7	20.4	16.3	4.1	2.0
ケアラーではない(n=81)	56.8	25.9	34.6	23.5	18.5	24.7	4.9	2.5

5 近隣のケアラーやその家族に対して心配なこと、手助けしたいこと

5-3 近隣のケアラーやその家族（要介護者を含む）について、心配なことやもっと手助けしたいと思うことはありますか。具体的にお書きください。

近隣のケアラーやその家族に対して心配なこと、手助けしたいことについて、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。なお、類似回答については、まとめて掲載している。

①心配なこと

回答件数	回答内容
40	一人で悩みを抱え込むこと、孤立すること、ケアラーのメンタル面
20	高齢者の一人世帯が多いこと
14	ケアラーの体調、高齢化
10	近隣の情報、近隣とのかかわりがいいこと
9	急変時の対応、緊急時の手助け
8	高齢者世帯が多いこと、老々介護
8	安否確認、姿が見えないと心配
6	手助けしたいと思っても拒否されること、助けを求めてこない
6	歩くことがつらいこと、通院困難、移動手段
6	個人情報の問題があるので、どうかかわっていいのかわからない
3	ゴミの分別、衛生面
3	除雪
3	介護保険などを有効に使えているのか
2	経済的負担
2	今後が心配
1	認知症、言葉の暴力、火の元、必要としていることがわからない など

②手助けしたいこと

回答件数	回答内容
29	話し相手
15	声かけ
15	介助や食事面でのケア、買物、散歩の付き添い
14	自分にできることは手助けしたい、力仕事など
11	相談相手、援助窓口の紹介
10	見守り
10	除雪
4	車で通院の手助け
4	ケアラーの悩みを聞く、休憩時間をつくる
2	庭の管理、掃除
2	安否確認
1	災害など、緊急時の対応、様々なふれあいの機会 など

6 ケアラーやその家族が孤立しないために必要なこと

5-4 ケアラーやその家族（要介護者を含む）が地域で孤立しないために、どのようなことが必要だと思いますか。具体的にお書きください。

孤立しないために必要なことについて、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。なお、類似回答については、まとめて掲載している。

回答件数	回答内容
76	声かけ、挨拶
30	家庭訪問、定期的な巡回訪問
25	近所付き合い、地域での支えあい、地域と役場との連携
24	見守り、町内会での見守り
22	気軽に相談できる場
19	地域内での情報共有
18	話を聞く
15	ケアラーへの支援、ケアラー同士の交流会、ケアラーの相談場所
10	家族以外の方とコミュニケーションがとれる場、地域住民との交流
9	地域の行事に誘う、外出を増やす
7	介護施設、サービスの充実、介護認定などの手続きをスムーズにする
4	ケアラーに時間と休息の場を与える
2	ヘルパーとかかわりを持ち、現状を見てもらう機会をつくる
2	支援員の意見を聞く環境をつくる
1	緊急時の対応を把握する、友人をつくる など

【5】 ケアの状況と協力者について

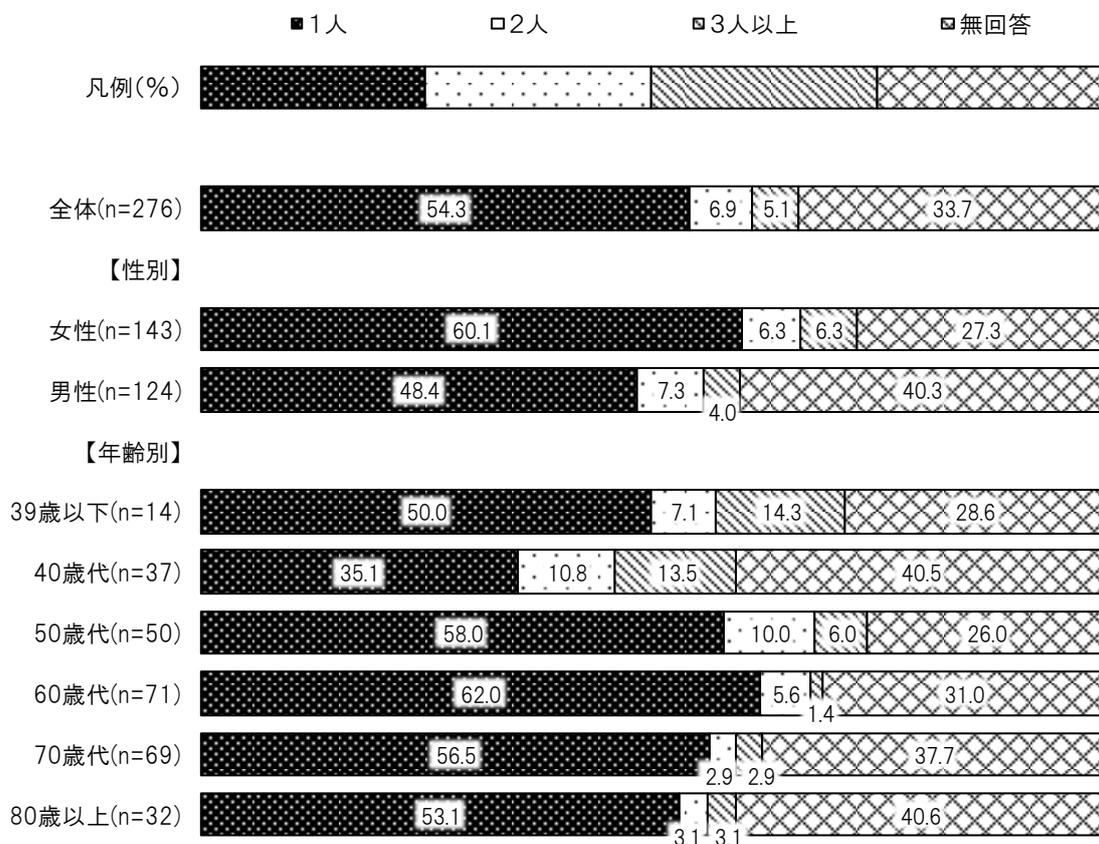
1 ケアをしている人数

問6【ケアラーの方】 あなた自身の生活とあなたの協力者についてうかがいます。
6-1 あなたが現在、ケアをしている人は何人ですか。

ケアをしている人数については、「1人」の割合が54.3%と最も高く、次いで「2人」(6.9%)、「3人以上」(5.1%)の順となっている。

性別では、女性は「1人」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、40歳代以下で「3人以上」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



注：問6以降の全体母数は「気遣いケアラーを除くケアラー」で集計している。

	回答件数	平均	最小値	最大値
3人以上のケア人数	6件	5.0人	3.0人	12.0人

2 通算ケア期間

6-2 あなたがケアするようになってから何年ですか。

通算ケア期間については、平均で8.5年となっている。

	回答件数	平均	最小値	最大値
通算ケア期間	173件	8.5年	2.0か月	45.0年

3 主なケアラーについて

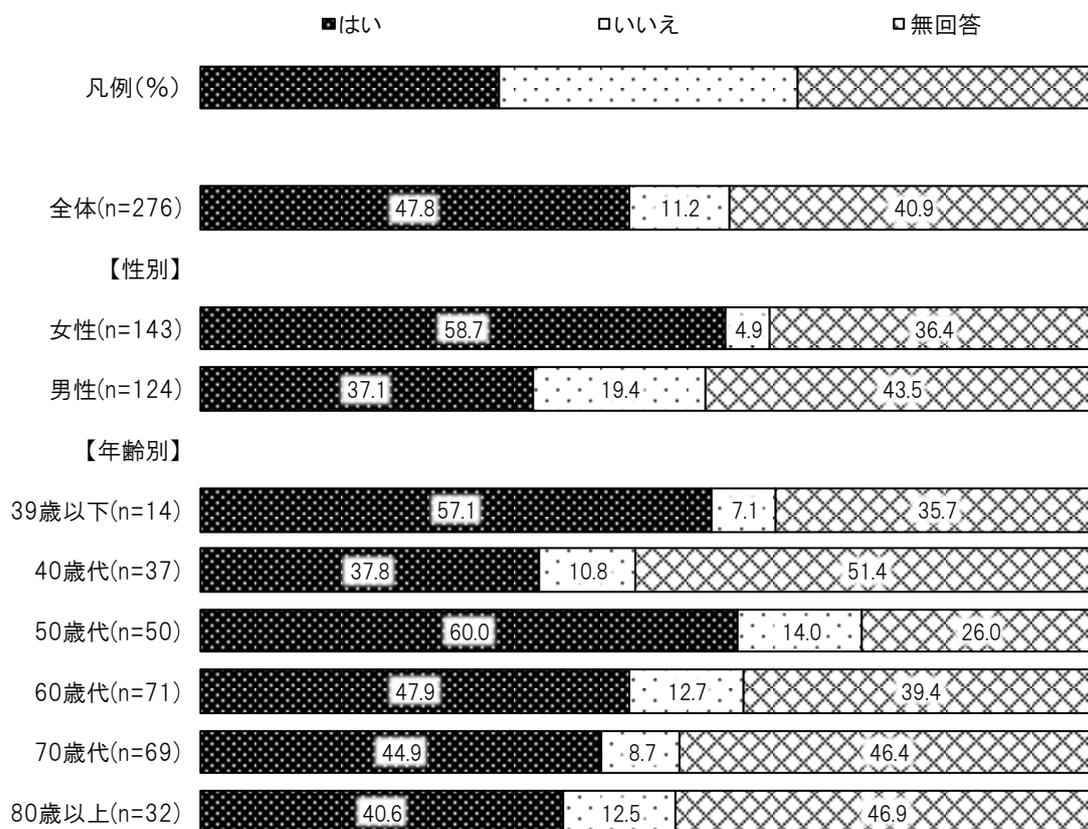
6-3 あなたは、主なケアラーですか。

*何人もケアしている方はどなたか1名についてお答えください。

主なケアラーであることについては、「はい」が47.8%となっている。また「いいえ」と回答した人では、主なケアラーは「妻」という回答が多くみられた。

性別では、女性は「はい」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、39歳以下や50歳代で「はい」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



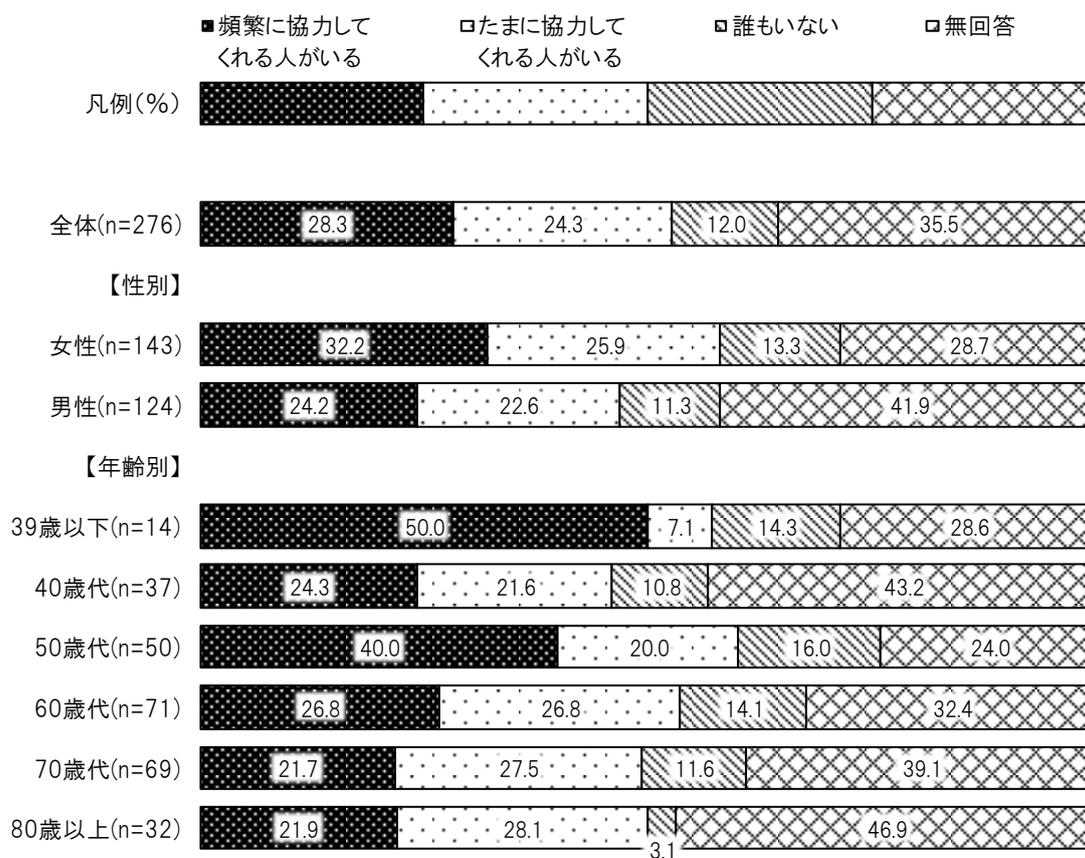
4 ケアへの協力者の有無

6-4 あなたのケアに協力してくれる人（事業者以外）はいますか。

ケアへの協力者については、「頻繁に協力してくれる人がいる」の割合が28.3%、「たまに協力してくれる人がいる」が24.3%、「誰もいない」が12.0%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「頻繁に協力してくれる人がいる」の割合が高くなっている。

年齢別では、39歳以下や50歳代で「頻繁に協力してくれる人がいる」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

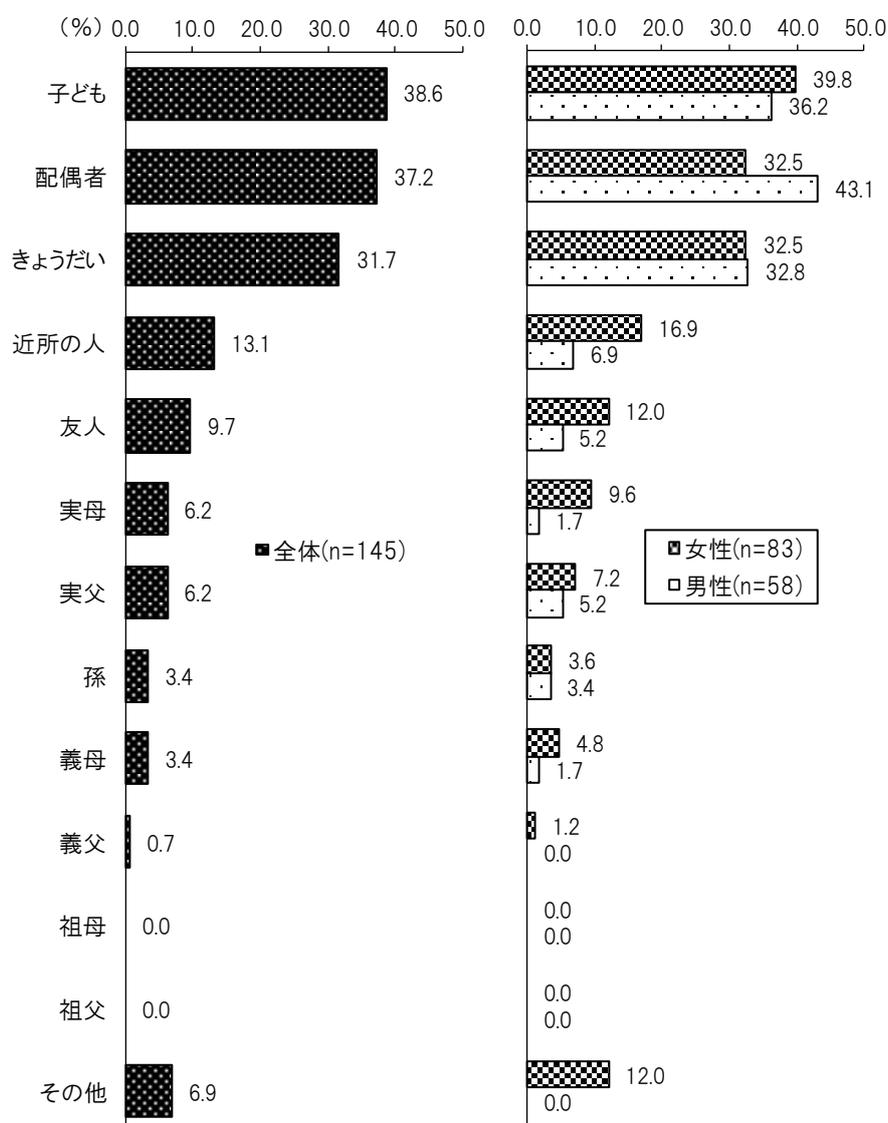


5 ケアに協力してくれる人

1) 【「頻繁に協力してくれる人がいる」または「たまに協力してくれる人がいる」と答えた方】 あなたのケアに協力してくれる人はどのような関係の人ですか。
(複数回答可)

ケアに協力してくれる人については、「子ども」の割合が38.6%と最も高く、次いで「配偶者」(37.2%)、「きょうだい」(31.7%)、「近所の人」(13.1%)の順となっている。

性別では、女性は男性に比べ「近所の人」「友人」「実母」の割合が高く、男性は「配偶者」の割合が女性を大きく上回っている。



年齢別では、40歳代で「配偶者」、70歳代で「友人」、80歳以上で「子ども」「孫」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。

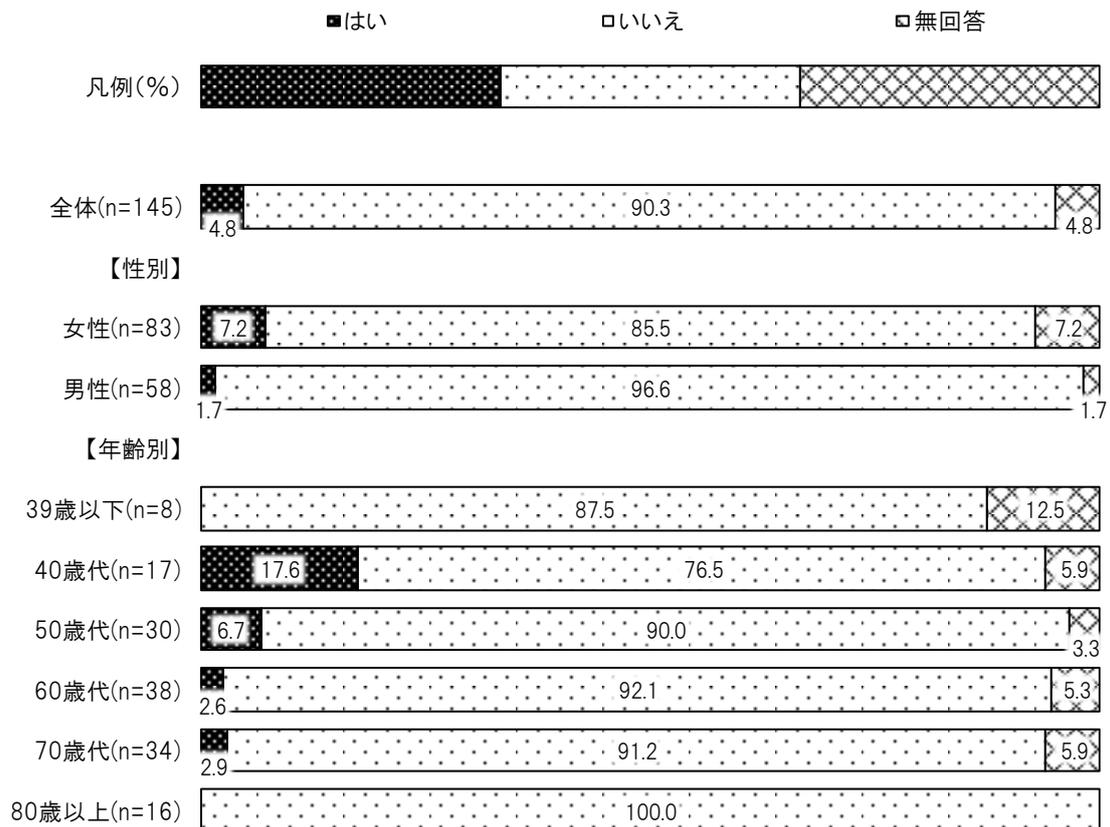
単位 (%)	子ども	配偶者	きょうだい	近所の人	友人	実母	実父	孫	義母	義父	その他
全体(n=145)	38.6	37.2	31.7	13.1	9.7	6.2	6.2	3.4	3.4	0.7	6.9
【年齢別】											
39歳以下(n=8)	12.5	75.0	0.0	12.5	12.5	62.5	50.0	0.0	25.0	12.5	0.0
40歳代(n=17)	35.3	52.9	35.3	11.8	0.0	5.9	17.6	0.0	11.8	0.0	23.5
50歳代(n=30)	36.7	43.3	40.0	13.3	6.7	6.7	3.3	0.0	3.3	0.0	6.7
60歳代(n=38)	26.3	44.7	36.8	7.9	5.3	2.6	2.6	2.6	0.0	0.0	7.9
70歳代(n=34)	41.2	20.6	29.4	17.6	20.6	0.0	0.0	2.9	0.0	0.0	2.9
80歳以上(n=16)	81.3	6.3	18.8	18.8	12.5	0.0	0.0	18.8	0.0	0.0	0.0

注: 39歳以下については、件数(n)が少ないため参考値として参照。

6 18歳未満の協力者の有無

2) 協力してくれる人の中に、18歳未満のお子さんはいいますか。

18歳未満の協力者がいることについては、「はい」が4.8%となっている。
性別では、女性は男性に比べ「はい」の割合が高くなっている。
年齢別では、40歳代で「はい」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。



注: 39歳以下については、件数(n)が少ないため参考値として参照。

7 18歳未満の協力者の性別、年齢

- | |
|---------------|
| (1) そのお子さんの性別 |
| (2) そのお子さんの年齢 |

<子どもの性別>

協力してくれる子どもの性別については、「女性」が4件、「男性」が1件となっている。

<子どもの年齢>

子どもの年齢については、平均で13.2歳となっている。

	回答件数	平均	最小値	最大値
子どもの年齢	6件	13.2歳	10.0歳	16.0歳

8 18歳未満の子が協力してくれること

- | |
|------------------------|
| (3) そのお子さんはどんな協力をしますか。 |
|------------------------|

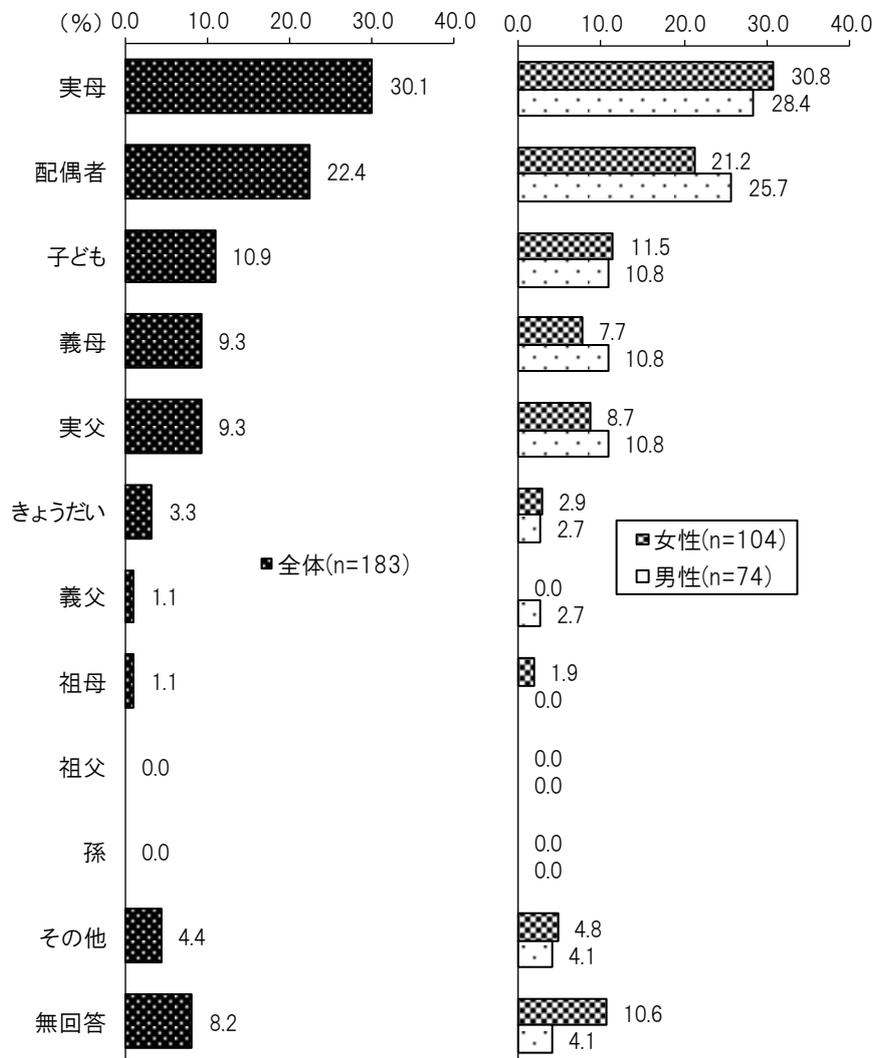
18歳未満の子が協力してくれることについて、自由記述方式で尋ねたところ、「買物」「話し相手」「家事」「草取り」などの回答がみられた。

【6】ケアをしている人について

1 1番多くケアしている人との関係性について

問7 【ケアラーの方】あなたがケアしている人についてうかがいます。
 ＊何人もケアしている方は、質問7-1～7-3にお1人ずつの状況をお答えください。
 7-1 あなたが現在、1番多くケアしている方についてお答えください。
 1) あなたとの関係性

1番多くケアしている人との関係性については、「実母」の割合が30.1%と最も高く、次いで「配偶者」（22.4%）、「子ども」（10.9%）の順となっている。
 性別では、男性は女性に比べ「配偶者」の割合がやや高くなっている。



年齢別では、40歳代以下で「子ども」、50歳代で「実父」、60歳代で「実母」、70歳代以上で「配偶者」の割合がそれぞれ他の年齢層を大きく上回っている。

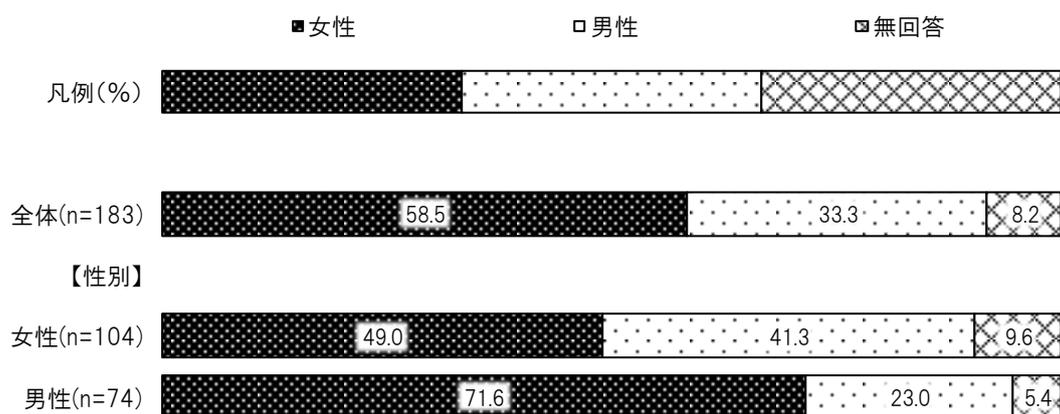
単位 (%)	実母	配偶者	子ども	義母	実父	きょうだい	義父	祖母	その他
全体(n=183)	30.1	22.4	10.9	9.3	9.3	3.3	1.1	1.1	4.4
【年齢別】									
39歳以下(n=10)	10.0	10.0	50.0	0.0	0.0	0.0	10.0	20.0	0.0
40歳代(n=22)	31.8	9.1	27.3	4.5	13.6	0.0	0.0	0.0	0.0
50歳代(n=37)	40.5	5.4	5.4	18.9	24.3	0.0	0.0	0.0	0.0
60歳代(n=49)	51.0	12.2	6.1	12.2	8.2	0.0	2.0	0.0	2.0
70歳代(n=43)	14.0	44.2	9.3	4.7	2.3	14.0	0.0	0.0	4.7
80歳以上(n=19)	0.0	57.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	26.3

2 1番多くケアしている人の性別

2) 性別

1番多くケアしている人の性別については、「女性」が58.5%、「男性」が33.3%となっている。

性別では、男性は「女性」の割合が高くなっている。



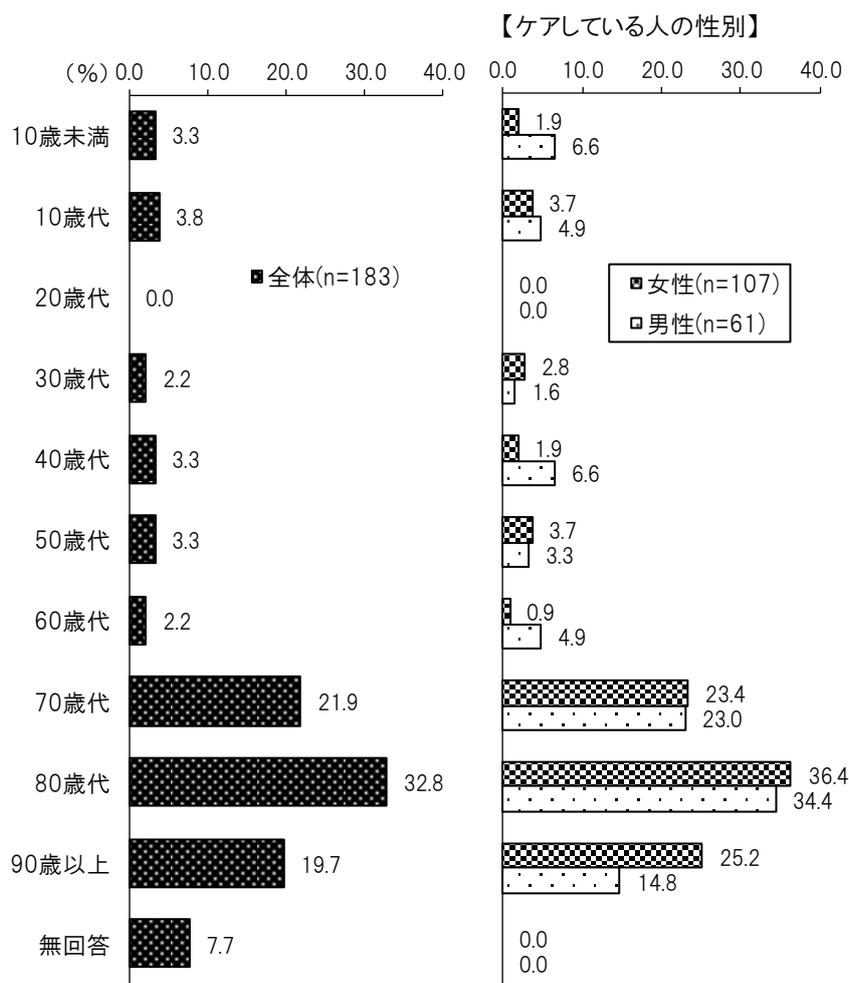
3 1番多くケアしている人の年齢

3) 年齢

1番多くケアしている人の年齢については、「80歳代」の割合が32.8%と最も高く、次いで「70歳代」（21.9%）、「90歳以上」（19.7%）の順となっている。

ケアしている人の性別でみると、女性は「90歳以上」の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、40歳代で「70歳代」、50歳代で「80歳代」、60歳代で「90歳以上」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。



凡例 (%)	10歳未満	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	90歳以上
全体(n=183)	3.3	3.8	0.0	2.2	3.3	3.3	2.2	21.9	32.8	19.7
【年齢別】										
39歳以下(n=10)	40.0	10.0	0.0	10.0	0.0	0.0	0.0	10.0	20.0	10.0
40歳代(n=22)	4.5	22.7	0.0	0.0	9.1	4.5	0.0	50.0	0.0	4.5
50歳代(n=37)	2.7	0.0	0.0	0.0	2.7	8.1	0.0	21.6	54.1	5.4
60歳代(n=49)	0.0	2.0	0.0	6.1	0.0	0.0	8.2	4.1	32.7	40.8
70歳代(n=43)	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	2.3	0.0	34.9	30.2	18.6
80歳以上(n=19)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.3	0.0	10.5	42.1	21.1

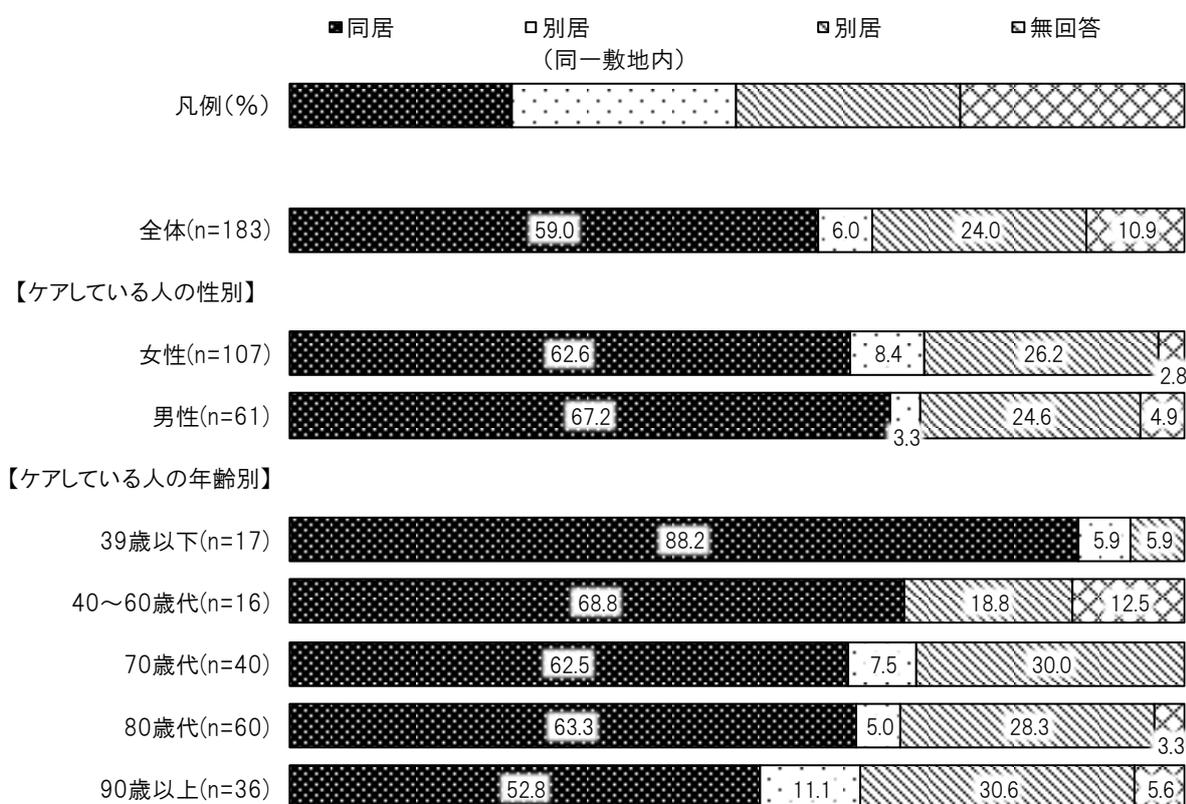
4 1 番多くケアしている人の同居の有無

4) 同／別居

1 番多くケアしている人の同居の有無については、「同居」の割合が 59.0%と最も高く、次いで「別居」(24.0%)、「別居(同一敷地内)」(6.0%)の順となっている。別居の場合、ケアしている人のもとへ行くのにかかる時間は、平均で 36.9 分となっている。

ケアしている人の性別で見ると、女性は男性に比べ「別居(同一敷地内)」の割合が高く、男性は「同居」の割合が女性を上回っている。

ケアしている人の年齢別では、39 歳以下で「同居」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。



	回答件数	平均	最小値	最大値
別居 所要時間	42 件	36.9 分	3.0 分	5.0 時間

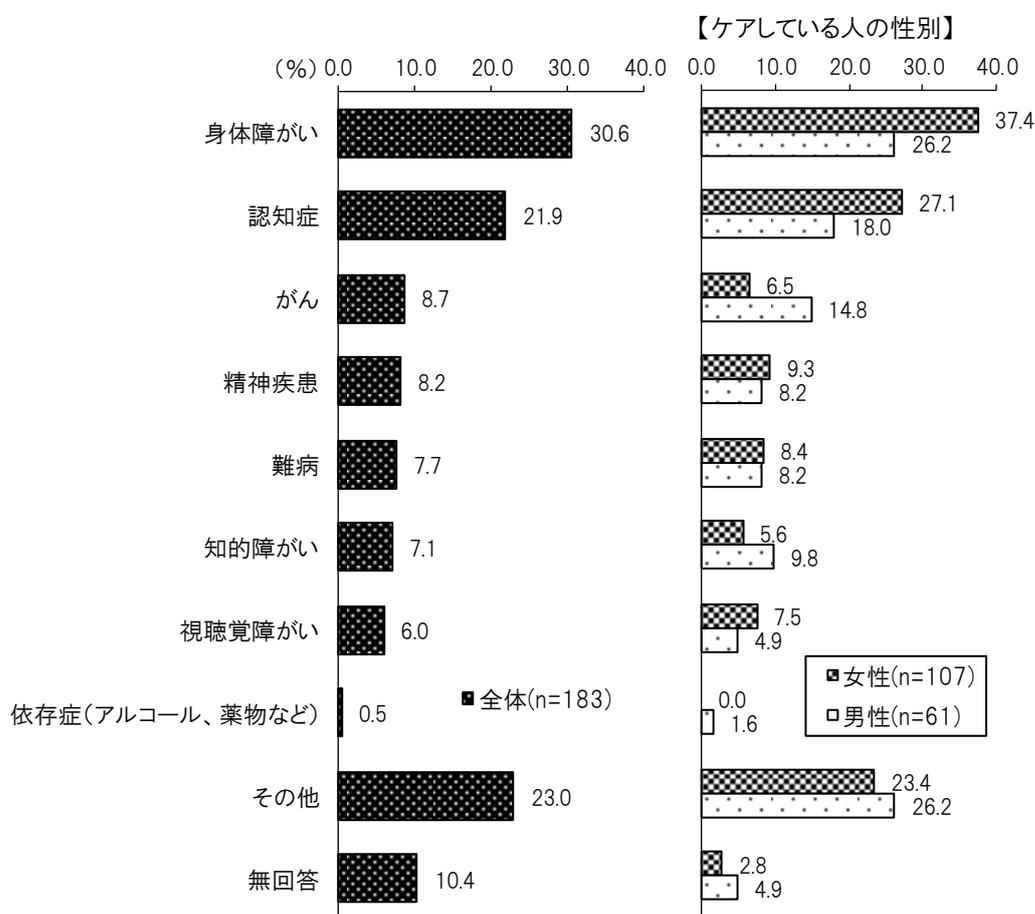
5 1 番多くケアしている人の病気や障がいの状態

5) その方の病気や障がいの状態は、以下のどれにあてはまりますか。(複数回答可)

1 番多くケアしている人の病気や障がいの状態については、「身体障がい」の割合が 30.6%と最も高く、次いで「認知症」(21.9%)、「がん」(8.7%)の順となっている。また「その他」では、「足が不自由」「心臓疾患」などの回答がみられた。

ケアしている人の性別でみると、女性は「身体障がい」「認知症」の割合が男性を大きく上回っており、男性は女性に比べ「がん」の割合が高くなっている。

ケアしている人の年齢別では、39 歳以下で「知的障がい」、40～60 歳代で「精神疾患」、70 歳代で「がん」、80 歳代以上で「認知症」の割合がそれぞれ他の年齢層を大きく上回っている。



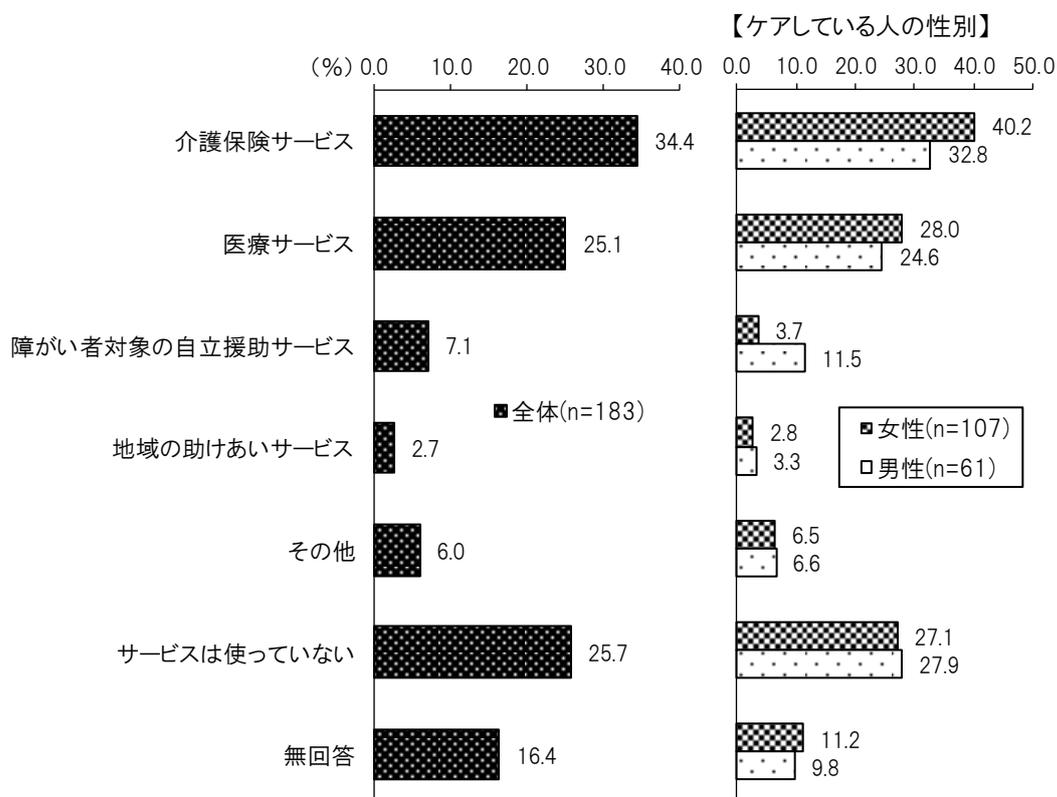
単位 (%)	身体障がい	認知症	がん	精神疾患	難病	知的障がい	視聴覚障がい	薬物依存症(アルコール)	その他
全体(n=183)	30.6	21.9	8.7	8.2	7.7	7.1	6.0	0.5	23.0
【ケアしている人の年齢別】									
39歳以下(n=17)	11.8	0.0	0.0	23.5	5.9	41.2	0.0	0.0	35.3
40～60歳代(n=16)	31.3	6.3	0.0	43.8	0.0	25.0	0.0	0.0	25.0
70歳代(n=40)	45.0	10.0	27.5	5.0	17.5	2.5	5.0	2.5	15.0
80歳代(n=60)	25.0	33.3	3.3	3.3	8.3	0.0	8.3	0.0	31.7
90歳以上(n=36)	44.4	41.7	8.3	0.0	2.8	0.0	11.1	0.0	19.4

6 1 番多くケアしている人の利用しているサービス

6) その方は、次のようなサービスを利用していますか。(複数回答可)
また、利用しているサービスの内容をカッコ内に具体的に記入して下さい。

1 番多くケアしている人の利用しているサービスについては、「サービスは使っていない」の割合が 25.7%となっているが、利用しているサービスでは「介護保険サービス」が 34.4%と最も高く、次いで「医療サービス」が 25.1%で続いている。

ケアしている人の性別で見ると、女性は男性に比べ「介護保険サービス」の割合が高く、男性は「障がい者対象の自立援助サービス」の割合が女性を上回っている。



ケアしている人の年齢別では、39歳以下で「障がい者対象の自立援助サービス」、40～60歳代で「医療サービス」、80歳代以上で「介護保険サービス」の割合がそれぞれ他の年齢層に比べて高くなっている。

単位 (%)	介護保険サービス	医療サービス	障がい者対象の自立援助サービス	地域の助けあいサービス	その他	サービスは使っていない
全体(n=183)	34.4	25.1	7.1	2.7	6.0	25.7
【ケアしている人の年齢別】						
39歳以下(n=17)	0.0	35.3	23.5	0.0	17.6	23.5
40～60歳代(n=16)	18.8	43.8	12.5	0.0	0.0	18.8
70歳代(n=40)	35.0	25.0	7.5	5.0	5.0	35.0
80歳代(n=60)	50.0	26.7	3.3	5.0	1.7	31.7
90歳以上(n=36)	44.4	16.7	0.0	0.0	13.9	19.4

利用しているサービスについて、具体的な内容を自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。

サービス種別	具体的な内容
介護保険サービス	デイサービス、通所リハビリ、特別養護老人ホームに入居 など
医療サービス	通院、訪問診療、訪問看護、人工透析、訪問リハビリ など
障がい者対象の自立援助サービス	就労支援 B 型、発達サポートセンター、放課後等デイサービス など
地域の助けあいサービス	愛らぶ事業で助成の利用、保健所主催の家族会 など
その他	配食、入浴、掃除、体操教室や集いの場 など

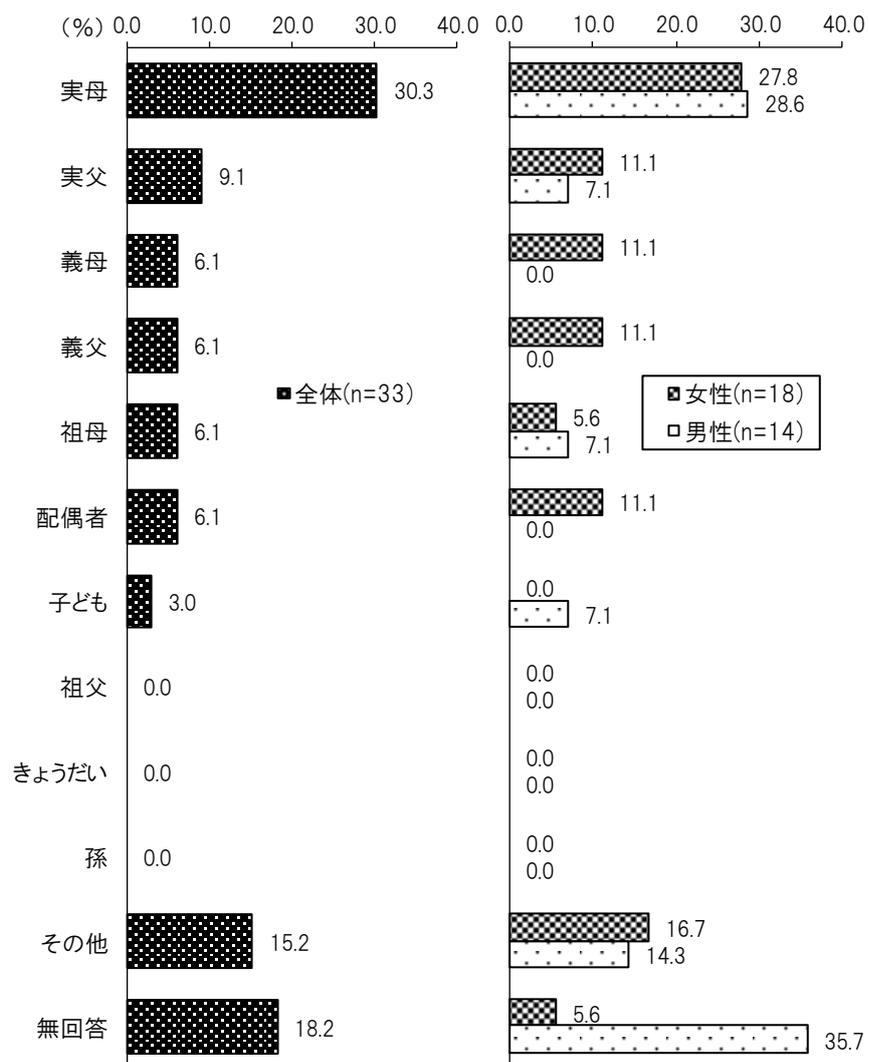
7 2番目に多くケアしている人との関係性について

7-2 あなたが現在、2番目に多くケアしている方についてお答えください。

1) あなたとの関係性

2番目に多くケアしている人との関係性については、「実母」の割合が30.3%と最も高く、次いで「実父」(9.1%)が続いている。

性別では、女性は男性に比べ「義母」「義父」「配偶者」の割合が高くなっている。

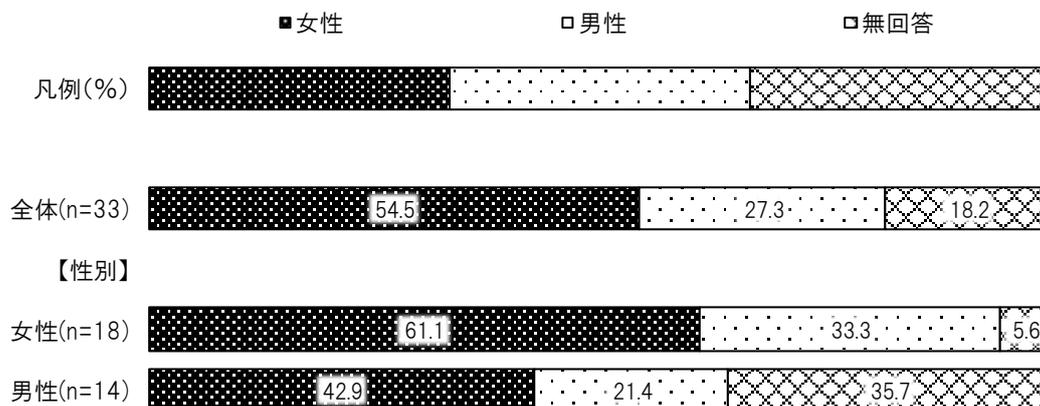


8 2番目に多くケアしている人の性別

2) 性別

2番目に多くケアしている人の性別については、「女性」が54.5%、「男性」が27.3%となっている。

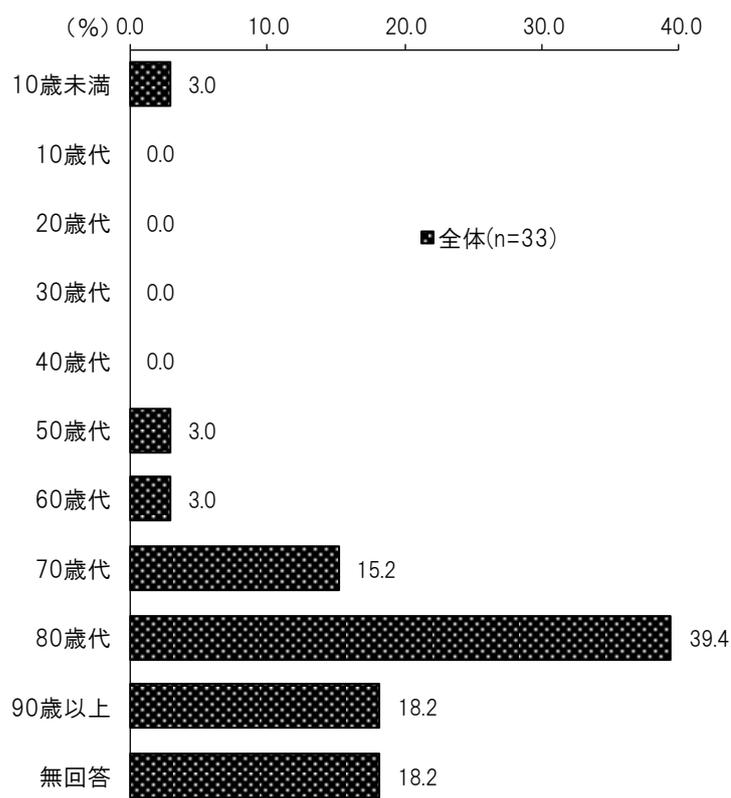
性別では、女性は男性に比べ「女性」の割合が高くなっている。



9 2番目に多くケアしている人の年齢

3) 年齢

2番目に多くケアしている人の年齢については、「80歳代」の割合が39.4%と最も高く、次いで「90歳以上」(18.2%)、「70歳代」(15.2%)の順となっている。



10 2番目に多くケアしている人の同居の有無

4) 同／別居

2番目に多くケアしている人の同居の有無については、「別居」の割合が39.4%と最も高く、次いで「同居」（24.2%）、「別居（同一敷地内）」（12.1%）の順となっている。別居の場合、ケアしている人のもとへ行くのにかかる時間は、平均で25.3分となっている。

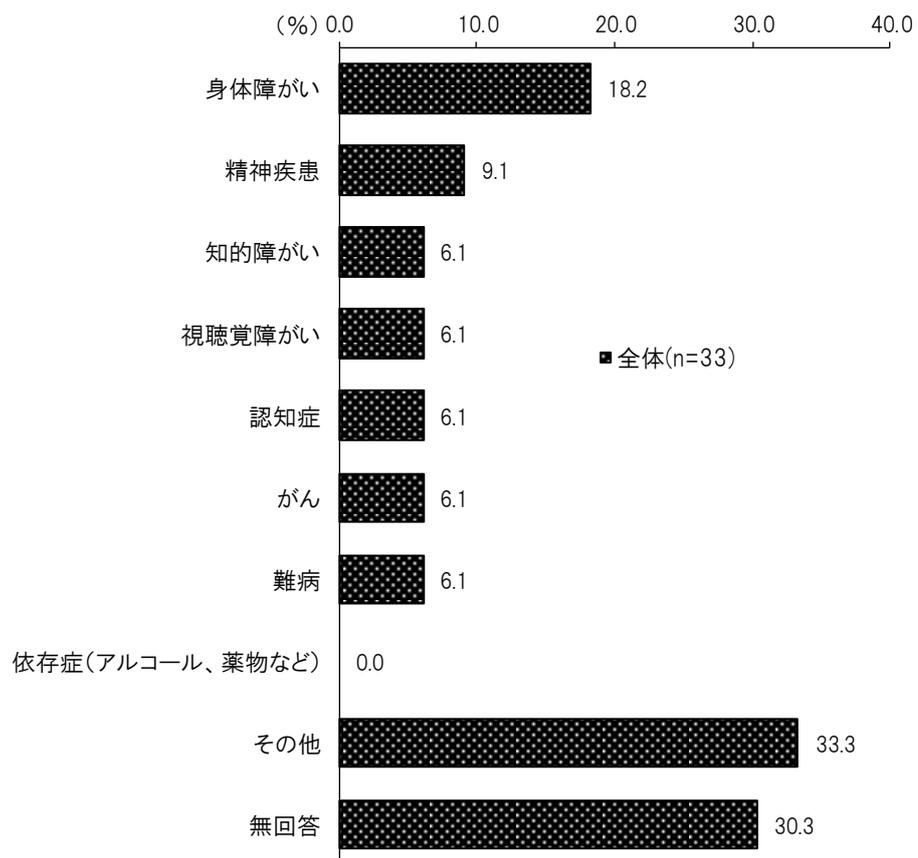


	回答件数	平均	最小値	最大値
別居 所要時間	11件	25.3分	3.0分	2.0時間

11 2番目に多くケアしている人の病気や障がいの状態

5) その方の病気や障がいの状態は、以下のどれにあてはまりますか。(複数回答可)

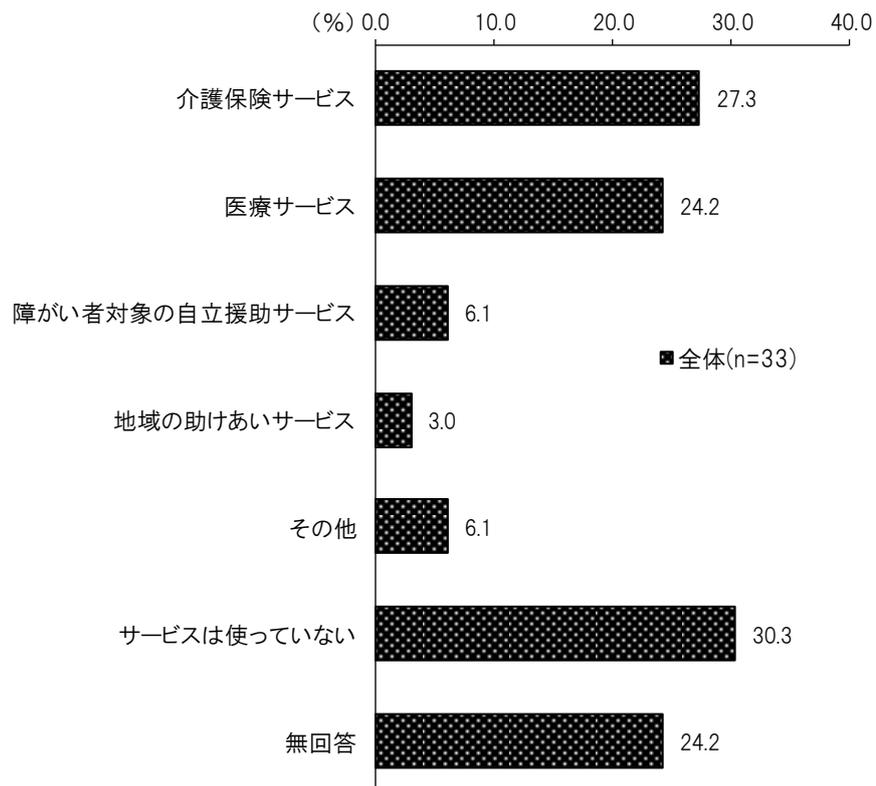
2番目に多くケアしている人の病気や障がいの状態については、「身体障がい」の割合が18.2%と最も高く、次いで「精神疾患」(9.1%)が続いている。また「その他」では、「歩行困難」などの回答がみられた。



12 2番目に多くケアしている人の利用しているサービス

6) その方は、次のようなサービスを利用していますか。(複数回答可)
また、利用しているサービスの内容をカッコ内に具体的に記入して下さい。

2番目に多くケアしている人の利用しているサービスについては、「サービスは使っていない」の割合が30.3%となっているが、利用しているサービスでは「介護保険サービス」が27.3%と最も高く、次いで「医療サービス」が24.2%で続いている。



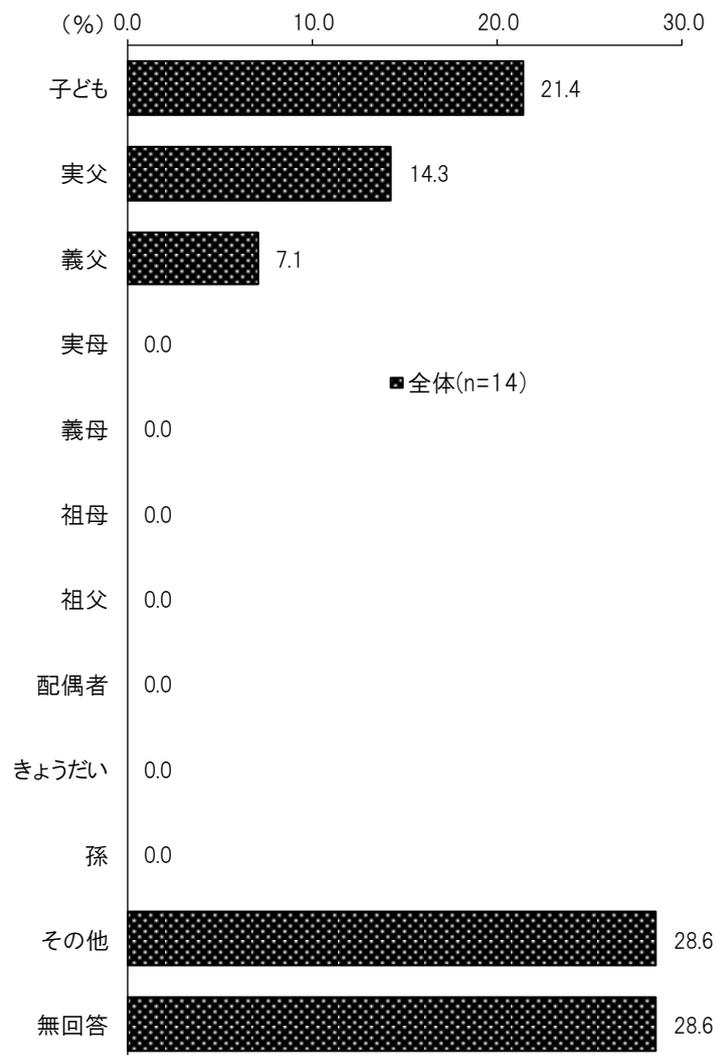
13 3番目に多くケアしている人との関係性について

7-3 あなたが現在、3番目に多くケアしている方についてお答えください。

1) あなたとの関係性

3番目に多くケアしている人との関係性については、「子ども」の割合が21.4%と最も高く、次いで「実父」(14.3%)、「義父」(7.1%)の順となっている。

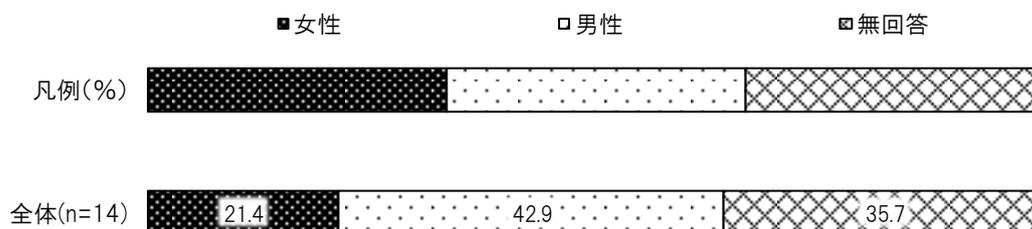
また「その他」では、「友人」などの回答がみられた。



14 3番目に多くケアしている人の性別

2) 性別

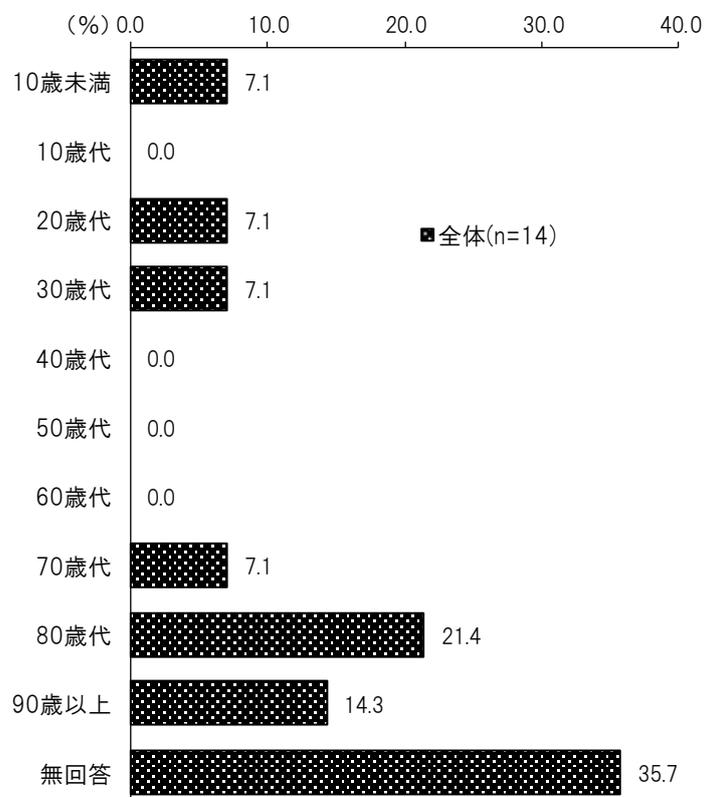
3番目に多くケアしている人の性別については、「女性」が21.4%、「男性」が42.9%となっている。



15 3番目に多くケアしている人の年齢

3) 年齢

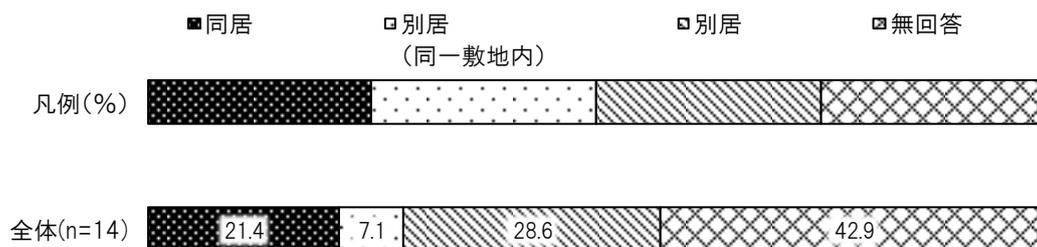
3番目に多くケアしている人の年齢については、「80歳代」の割合が21.4%と最も高く、次いで「90歳以上」(14.3%)が続いている。



16 3番目に多くケアしている人の同居の有無

4) 同／別居

3番目に多くケアしている人の同居の有無については、「別居」の割合が28.6%と最も高く、次いで「同居」(21.4%)、「別居(同一敷地内)」(7.1%)の順となっている。別居の場合、ケアしている人のもとへ行くのにかかる時間は、平均で42.5分となっている。

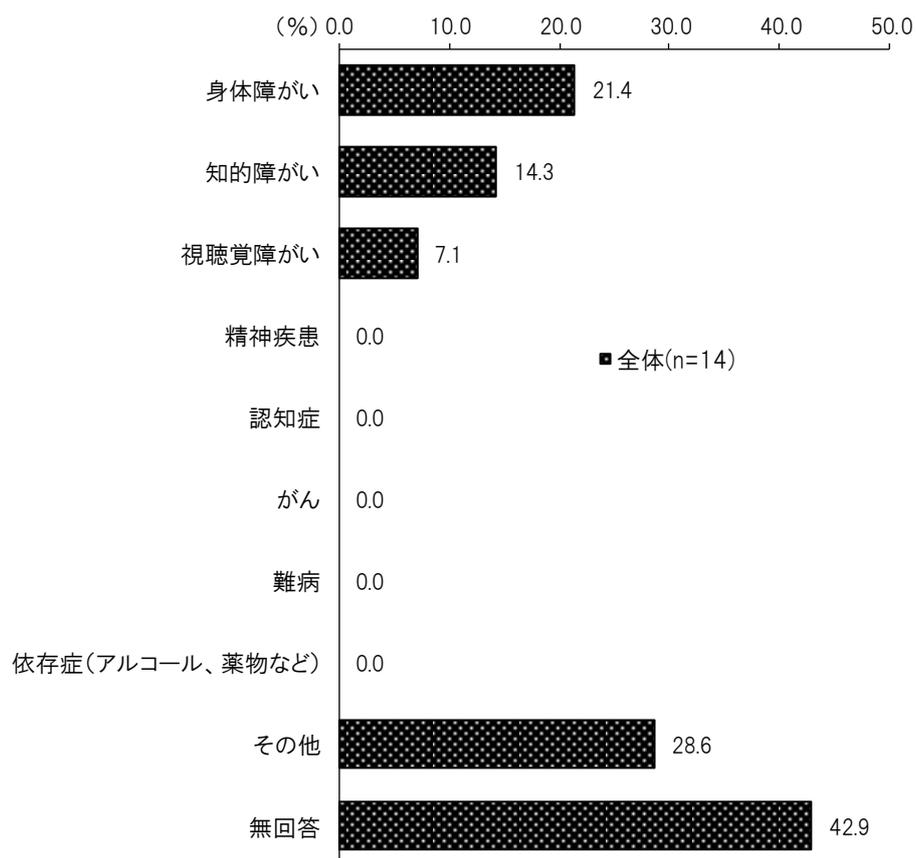


	回答件数	平均	最小値	最大値
別居 所要時間	4件	42.5分	5.0分	1.5時間

17 3番目に多くケアしている人の病気や障がいの状態

5) その方の病気や障がいの状態は、以下のどれにあてはまりますか。(複数回答可)

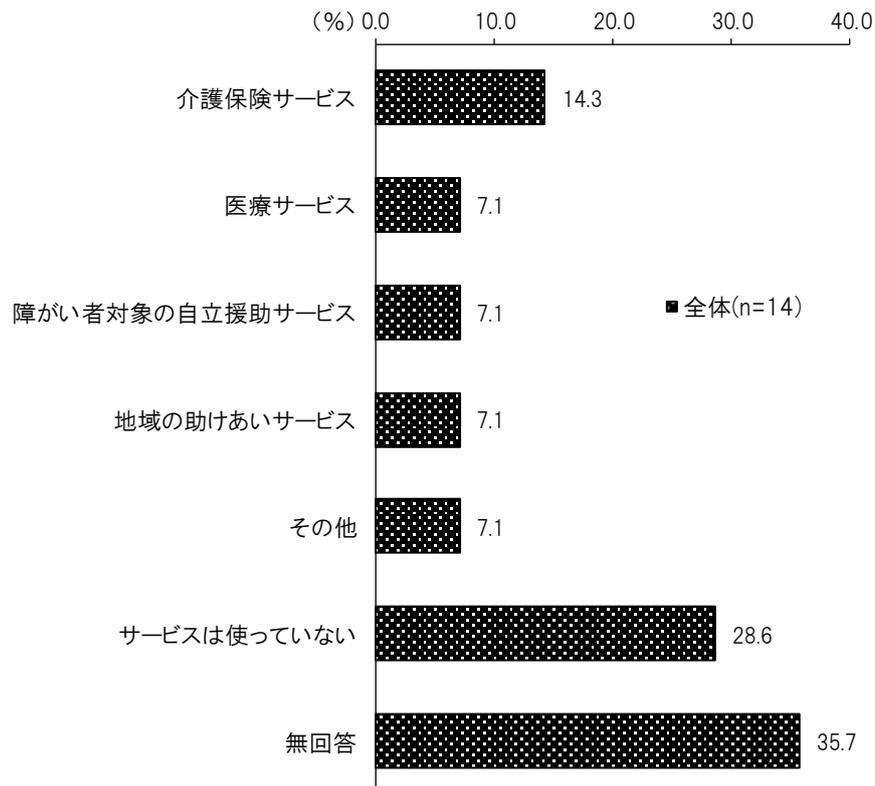
3番目に多くケアしている人の病気や障がいの状態については、「身体障がい」の割合が21.4%と最も高く、次いで「知的障がい」が14.3%で続いている。また「その他」では、「老衰」などの回答がみられた。



18 3番目に多くケアしている人の利用しているサービス

6) その方は、次のようなサービスを利用していますか。(複数回答可)
また、利用しているサービスの内容をカッコ内に具体的に記入して下さい。

3番目に多くケアしている人の利用しているサービスについては、「サービスは使っていない」の割合が28.6%となっているが、利用しているサービスでは「介護保険サービス」が14.3%となっている。



【7】健康状態について

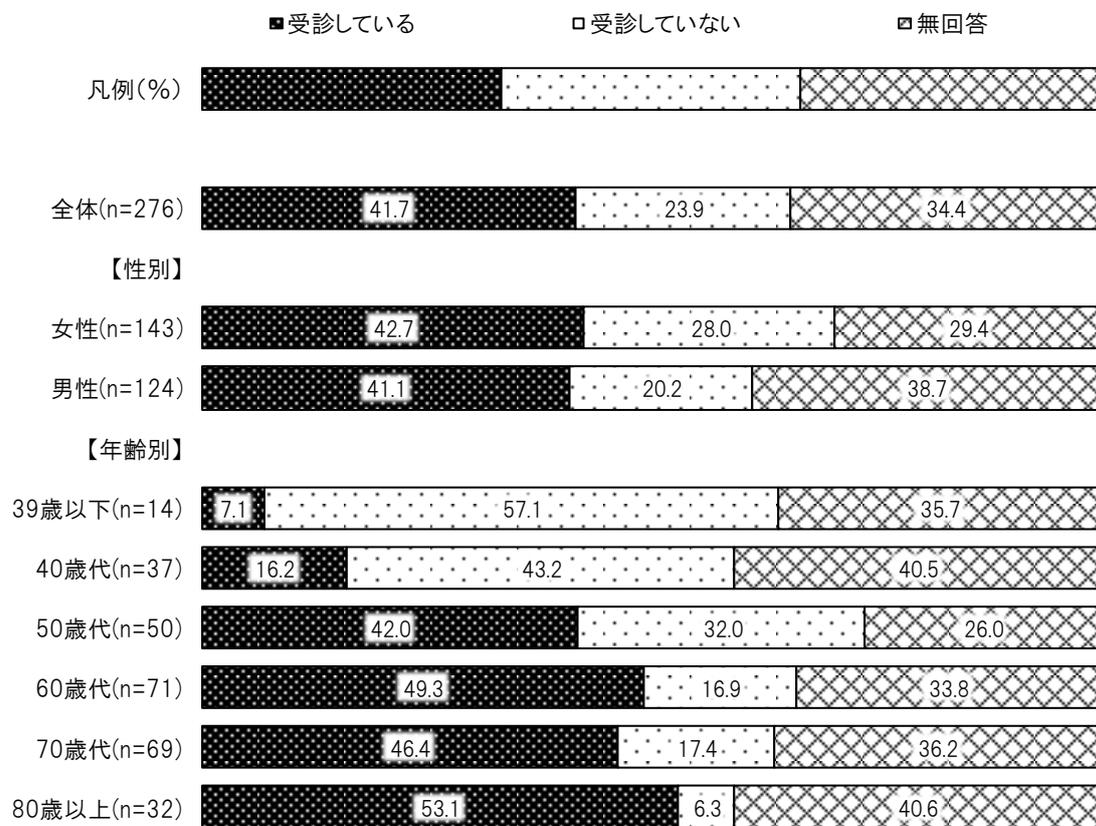
1 身体の不調による医療機関の受診状況

問8 【ケアラーの方】あなた自身の健康状態についてうかがいます。

8-1 身体の不調で医療機関を受診していますか。

身体の不調による医療機関の受診状況については、約4割（41.7%）が「受診している」と回答している。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、50歳代以上で「受診している」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

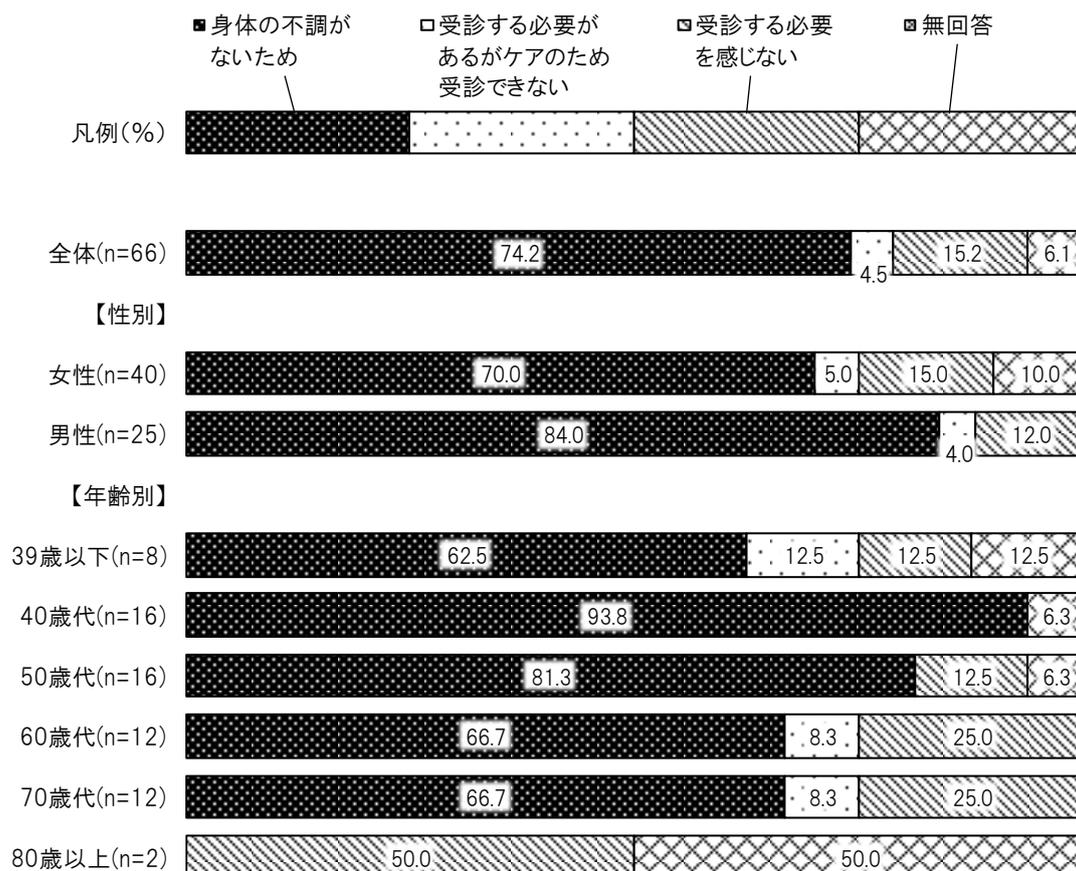


<受診していない理由>

受診していない理由については、「身体の不調がないため」の割合が74.2%と最も高く、次いで「受診するの必要を感じない」が15.2%、「受診する必要があるがケアのため受診できない」が4.5%となっている。

性別では、男性は「身体の不調がないため」の割合が女性を大きく上回っている。

年齢別では、40～50歳代で「身体の不調がないため」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



注:39歳以下及び80歳以上については、件数(n=)が少ないため参考値として参照。

2 現在抱えている病気や身体的問題

1) 現在抱えている病気や身体的問題を具体的にお書きください。

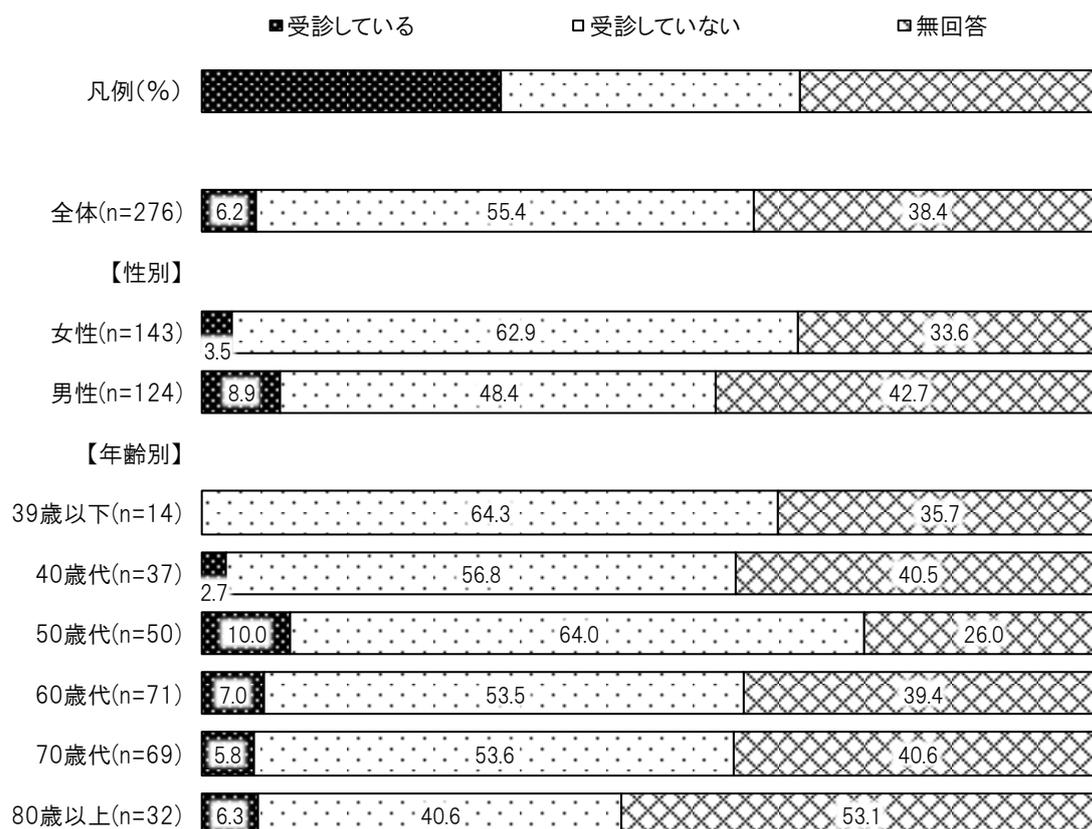
現在抱えている病気や身体的問題については、「高血圧」「糖尿病」「腰痛」「高脂血症」などの回答が多くみられた。

3 こころの不調による医療機関の受診状況

8-2 こころの不調で医療機関を受診していますか。

こころの不調による医療機関の受診状況については、「受診している」が6.2%となっている。

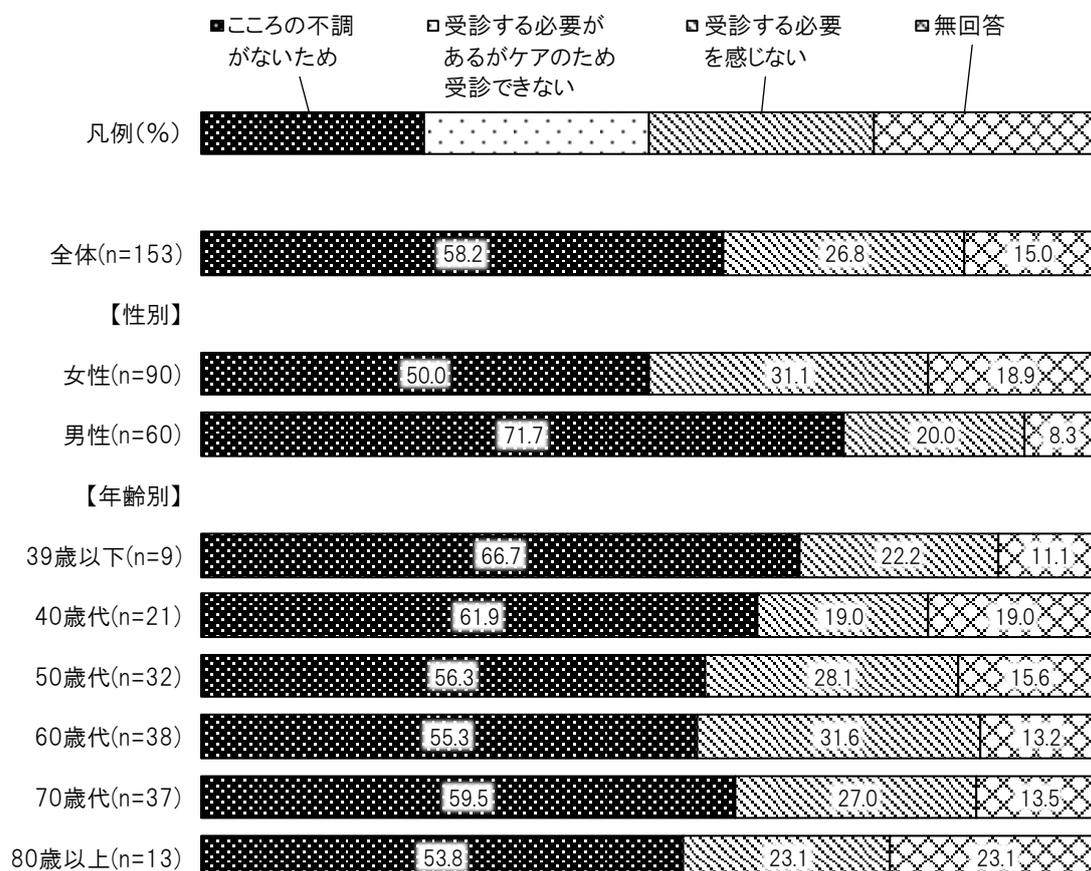
性別では、男性は女性に比べ「受診している」の割合が高くなっている。
年齢別では、大きな差はみられない。



<受診していない理由>

受診していない理由については、「こころの不調がないため」の割合が58.2%、「受診するの必要を感じない」が26.8%となっている。

性別では、男性は「こころの不調がないため」の割合が女性を大きく上回っている。年齢別では、大きな差はみられない。



注:39歳以下については、件数(n=)が少ないため参考値として参照。

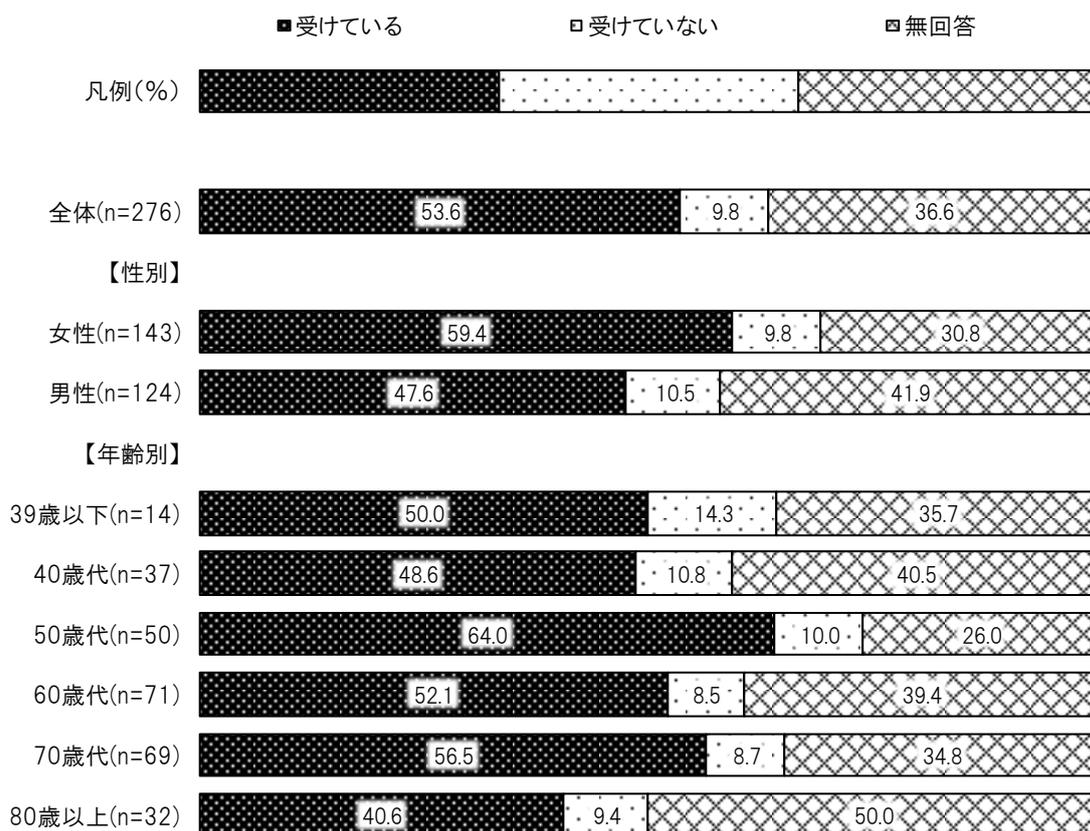
4 健康診断の受診状況

8-3 あなたは自分の健康診断を受けていますか。

健康診断の受診状況については、半数以上（53.6%）が「受けている」と回答している。

性別では、女性は「受けている」の割合が男性を大きく上回っている。

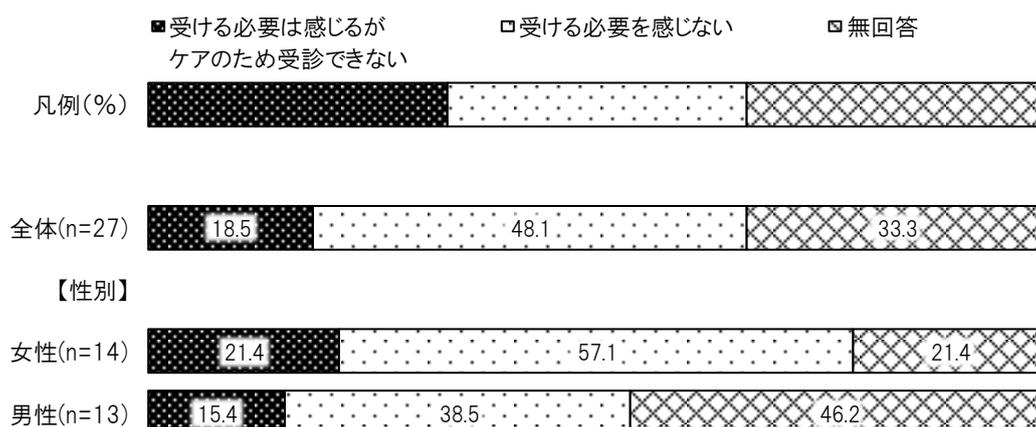
年齢別では、50歳代で「受けている」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



<受けていない理由>

受けていない理由については、「受ける必要は感じるがケアのため受診できない」が18.5%、「受ける必要を感じない」が48.1%となっている。

性別では、女性は「受ける必要を感じない」の割合が男性を大きく上回っている。



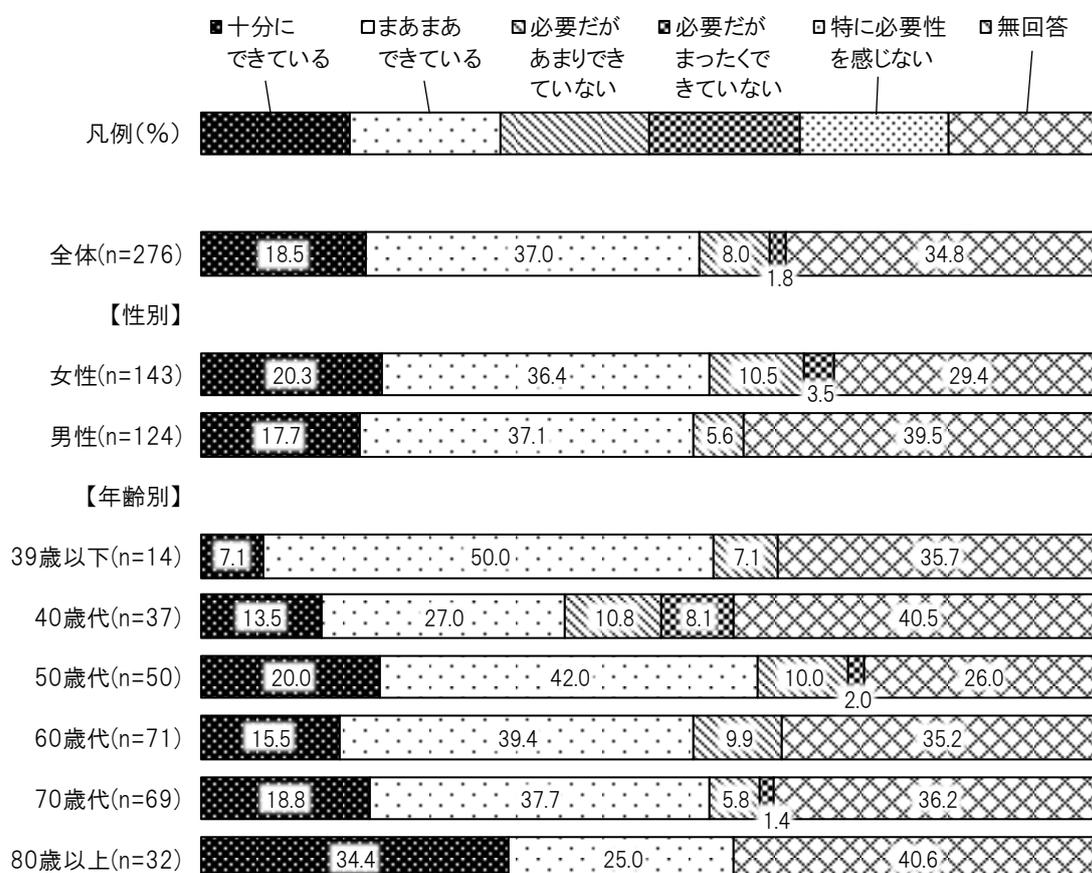
5 健康維持に時間をかけること

8-4 ご自身の健康維持（休息、気分転換、運動、食事、通院など）に時間をかけることが出来ますか。

健康維持に時間をかけることについては、「十分にできている」が18.5%、「まあまあできている」が37.0%で、合計55.5%が『できている』と回答している。一方、「必要だがあまりできていない」(8.0%)、「必要だがまったくできていない」(1.8%)の合計は9.8%であった。

性別では、女性は男性に比べ『できていない（合計）』の割合が高くなっている。

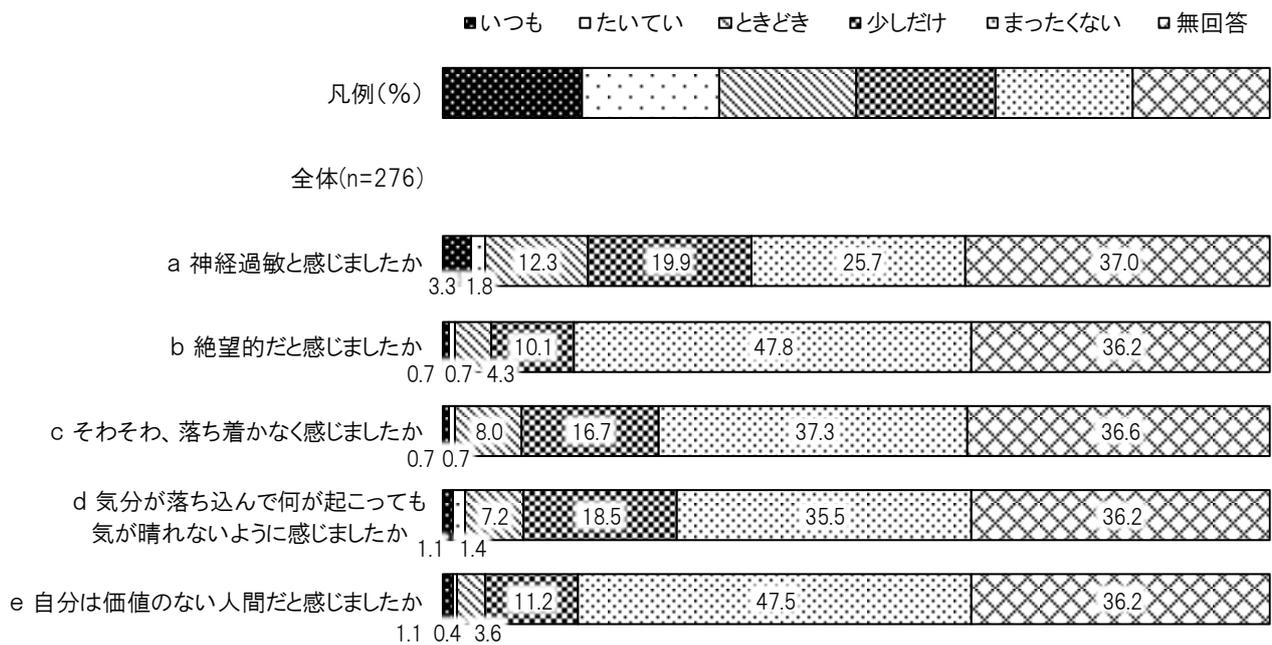
年齢別では、80歳以上で「十分にできている」の割合が他の年齢層を大きく上回っている。



6 過去1か月の精神状態について

8-5 以下の質問について、過去1か月の間はどのようであったか、5つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

過去1か月の精神状態については、『感じる（「いつも」～「少しだけ」の合計）』の割合が高い順に「a 神経過敏と感じましたか」（37.3%）、「d 気分が落ち込んで何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか」（28.2%）、「c そろそろ、落ち着かなく感じましたか」（26.1%）となっている。



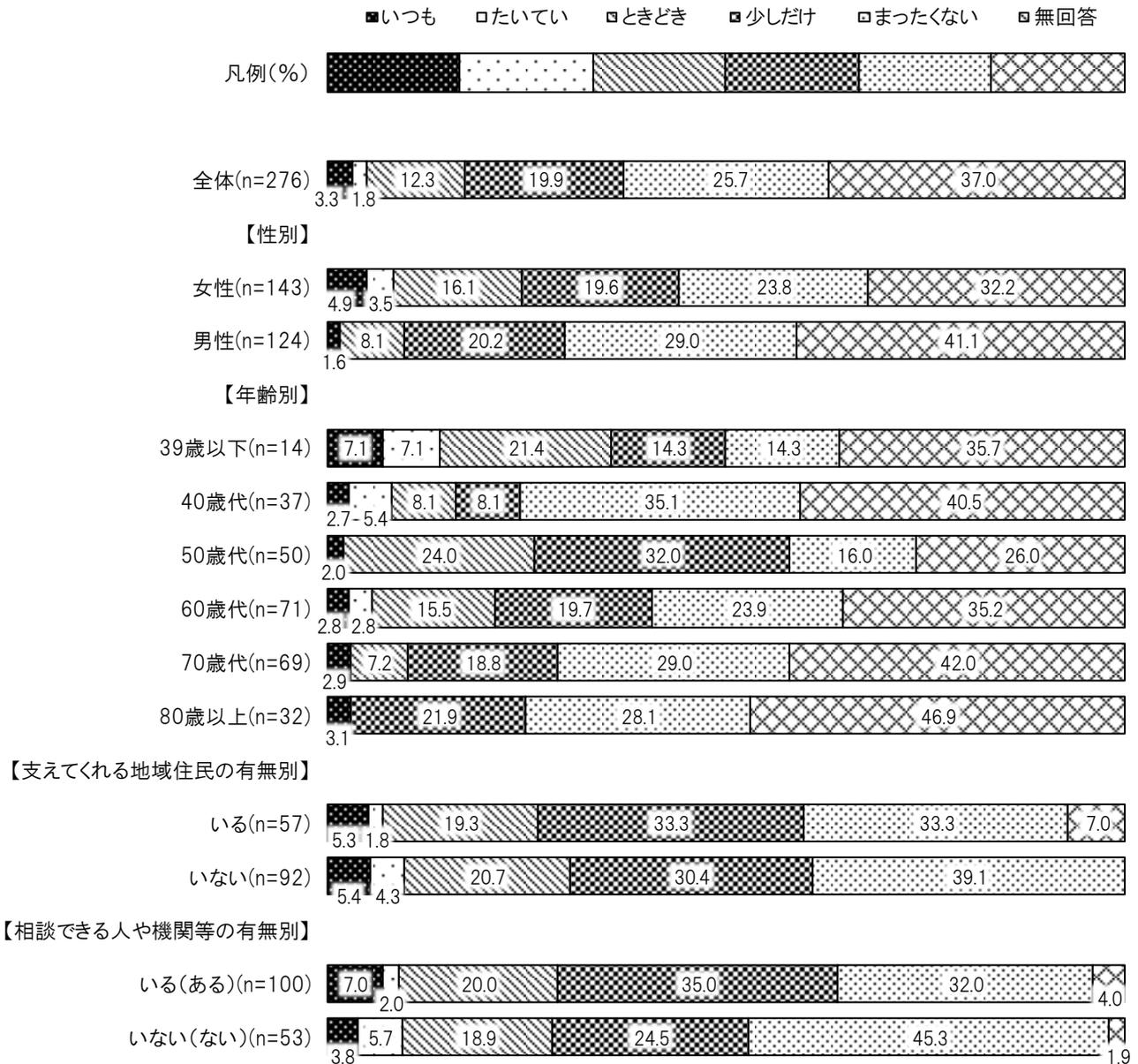
a 神経過敏と感じましたか

神経過敏と感ずることについては、「少しだけ」の割合が19.9%、「ときどき」が12.3%となっており、『感じる（合計）』は37.3%となっている。

性別では、女性は『感じる（合計）』の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、50歳代で『感じる（合計）』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

相談できる人や機関等の有無別（問10）では、いると回答した人はいない人に比べて「少しだけ」の割合が高くなっている。



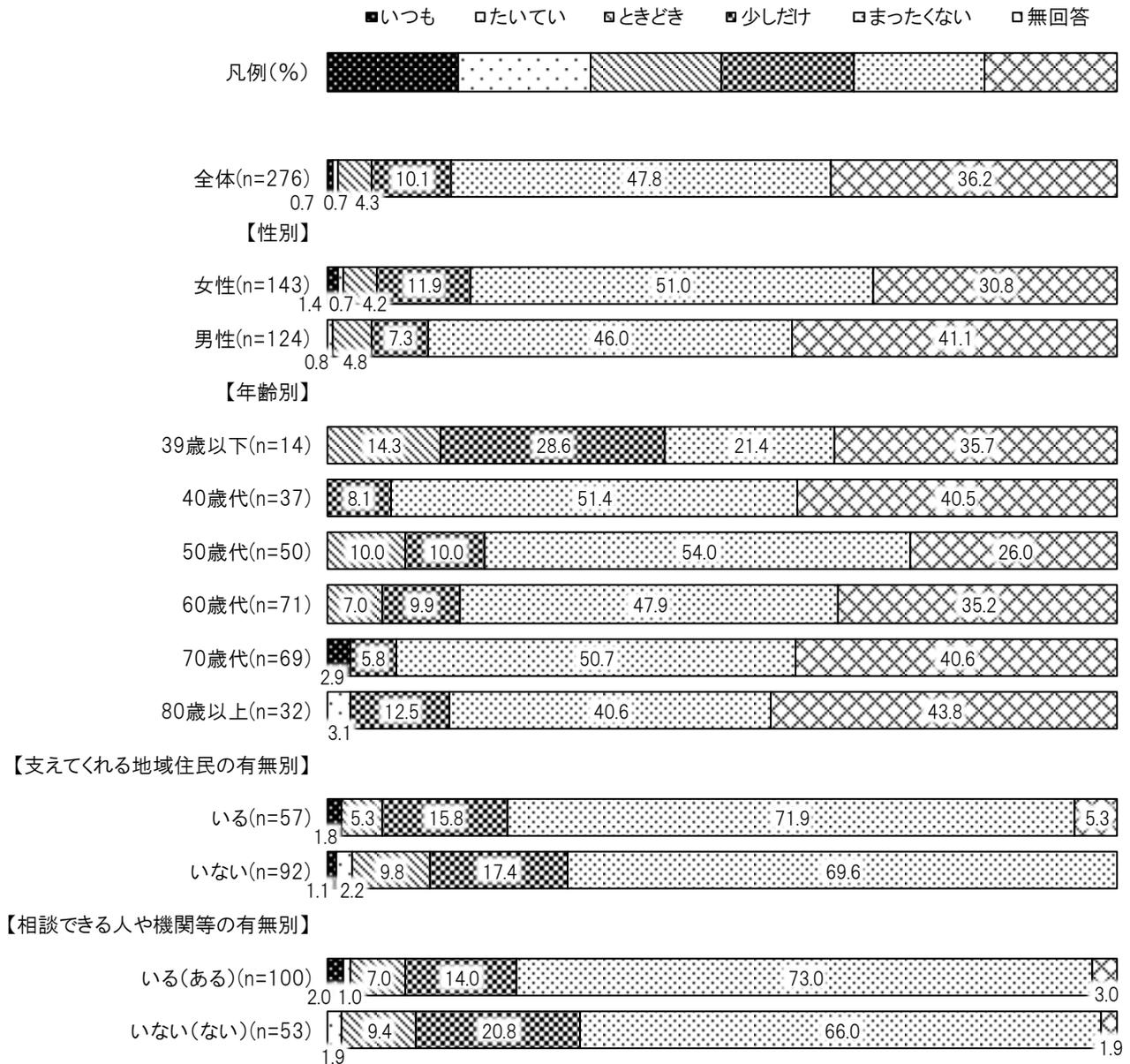
b 絶望的だと感じましたか

絶望的だと感じることについては、「少しだけ」の割合が10.1%、「ときどき」が4.3%となっており、『感じる（合計）』は15.8%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「少しだけ」の割合がやや高くなっている。

年齢別では、39歳以下で『感じる（合計）』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

支えてくれる地域住民や相談できる人、機関等の有無別では、いないと回答した人はいる人に比べて『感じる（合計）』の割合が高くなっている。



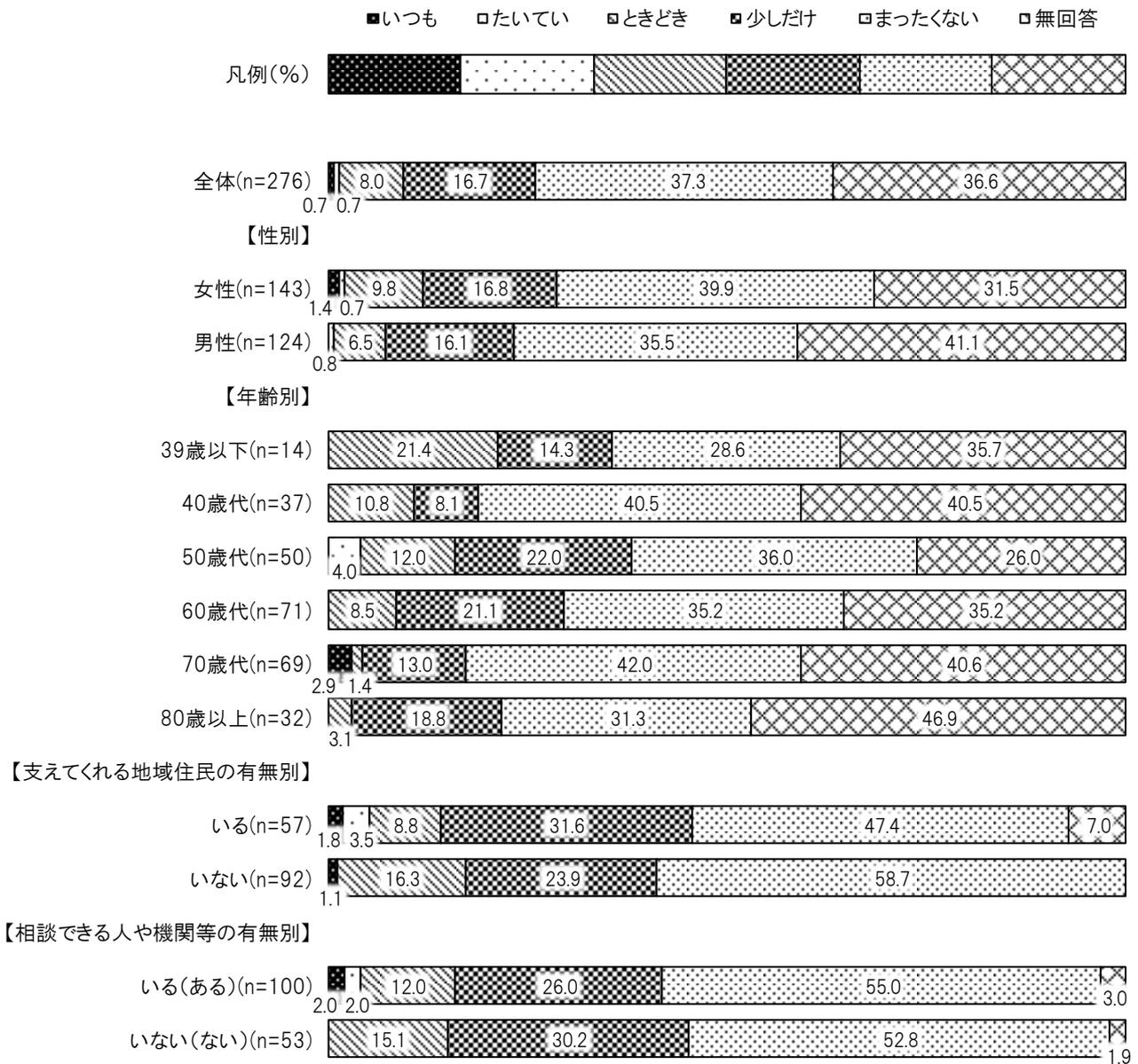
c そわそわ落ち着かなく感じましたか

そわそわ落ち着かなく感じることは、「少しだけ」の割合が16.7%、「ときどき」が8.0%となっており、『感じる（合計）』は26.1%となっている。

性別では、女性は男性に比べ『感じる（合計）』の割合が高くなっている。

年齢別では、39歳以下や50歳代で『感じる（合計）』の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

支えてくれる地域住民の有無別では、いると回答した人はいない人に比べて「少しだけ」の割合が高くなっている。



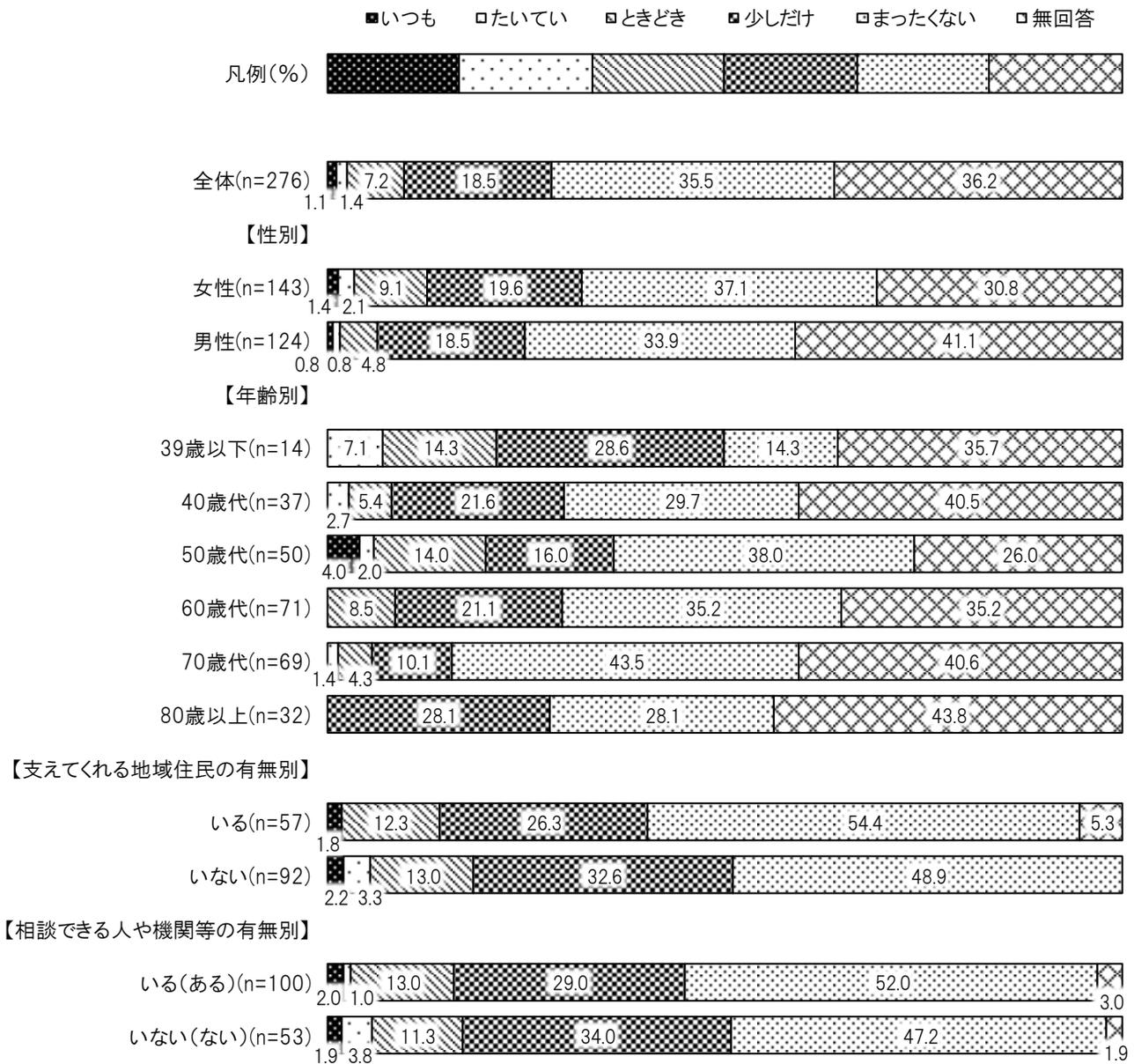
d 気分が落ち込んで何が起っても気が晴れないように感じましたか

気分が落ち込んで何が起っても気が晴れないように感じることは、「少しだけ」の割合が18.5%、「ときどき」が7.2%となっており、『感じる（合計）』は28.2%となっている。

性別では、女性は男性に比べ『感じる（合計）』の割合が高くなっている。

年齢別では、39歳以下で『感じる（合計）』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

支えてくれる地域住民や相談できる人、機関等の有無別では、いないと回答した人はいる人に比べて「少しだけ」の割合が高くなっている。

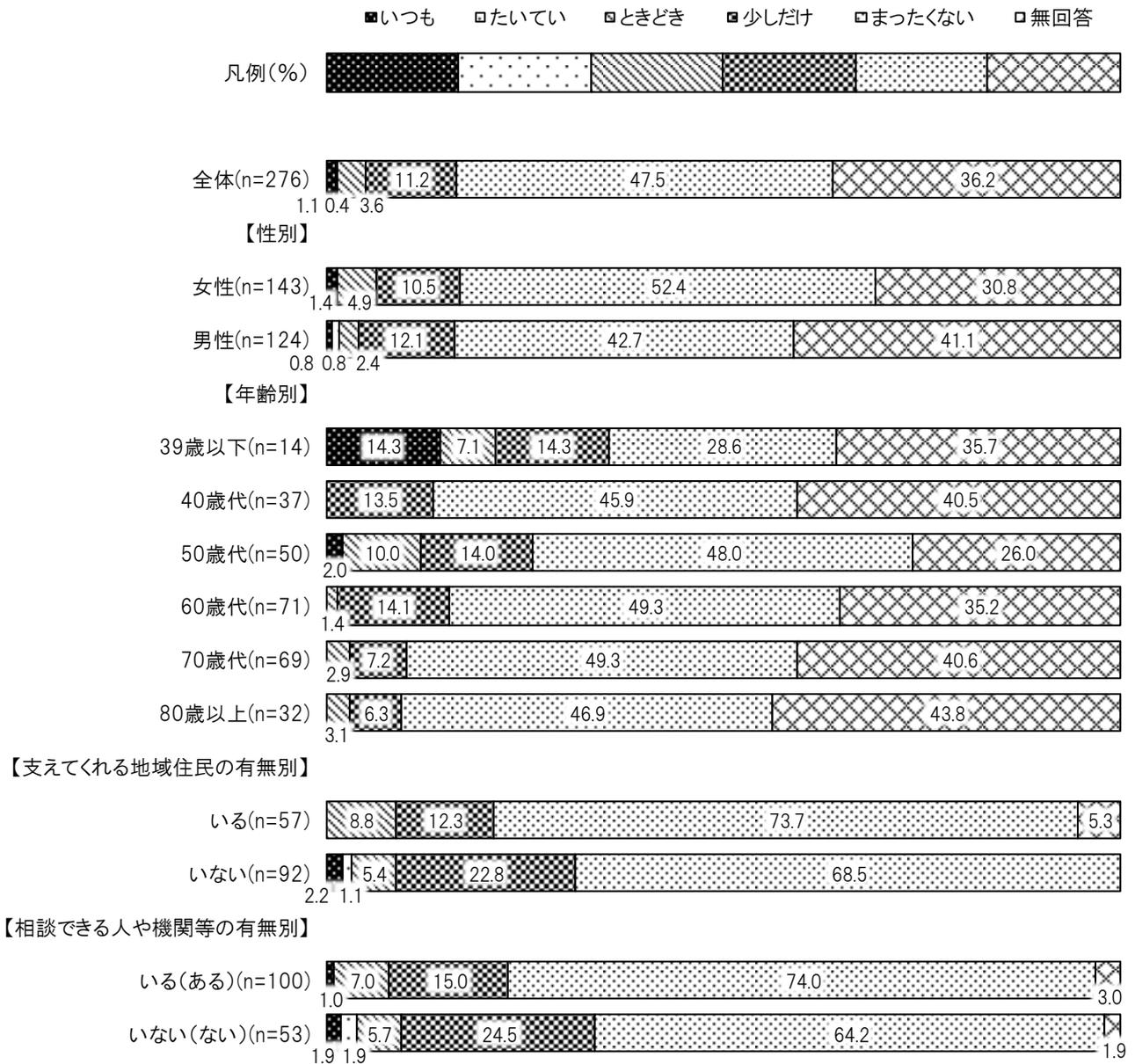


e 自分は価値のない人間だと感じましたか

自分は価値のない人間だと感じることは、「少しだけ」の割合が11.2%、「ときどき」が3.6%となっており、『感じる（合計）』は16.3%となっている。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、39歳以下や50歳代で『感じる（合計）』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

支えてくれる地域住民や相談できる人、機関等の有無別では、いないと回答した人はいる人に比べて「少しだけ」の割合が高くなっている。



7 生活の満足度について

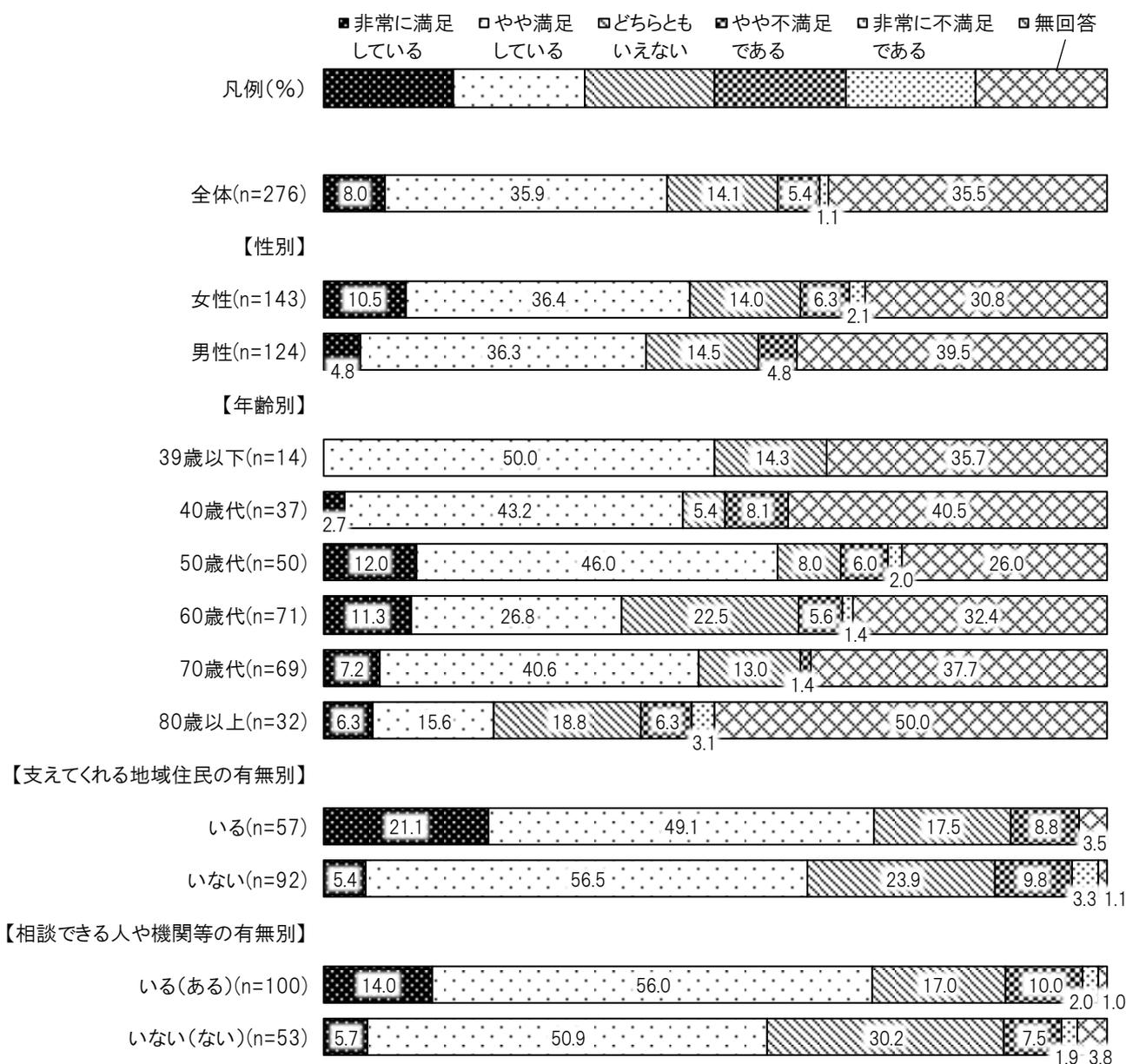
8-6 あなたはあなたの現在の生活について、どの程度、満足を感じていますか。

生活の満足度については、「非常に満足している」が8.0%、「やや満足している」が35.9%で、合計4割以上（43.9%）が『満足している』と回答している。一方、「やや不満足である」（5.4%）、「非常に不満足である」（1.1%）の合計は6.5%であった。

性別では、女性は男性に比べ「非常に満足している」の割合が高くなっている。

年齢別では、50歳代で『満足している（合計）』の割合が他の年齢層を大きく上回っている。

支えてくれる地域住民や相談できる人、機関等の有無別では、いると回答した人はいない人に比べて『満足している（合計）』の割合が高くなっている。

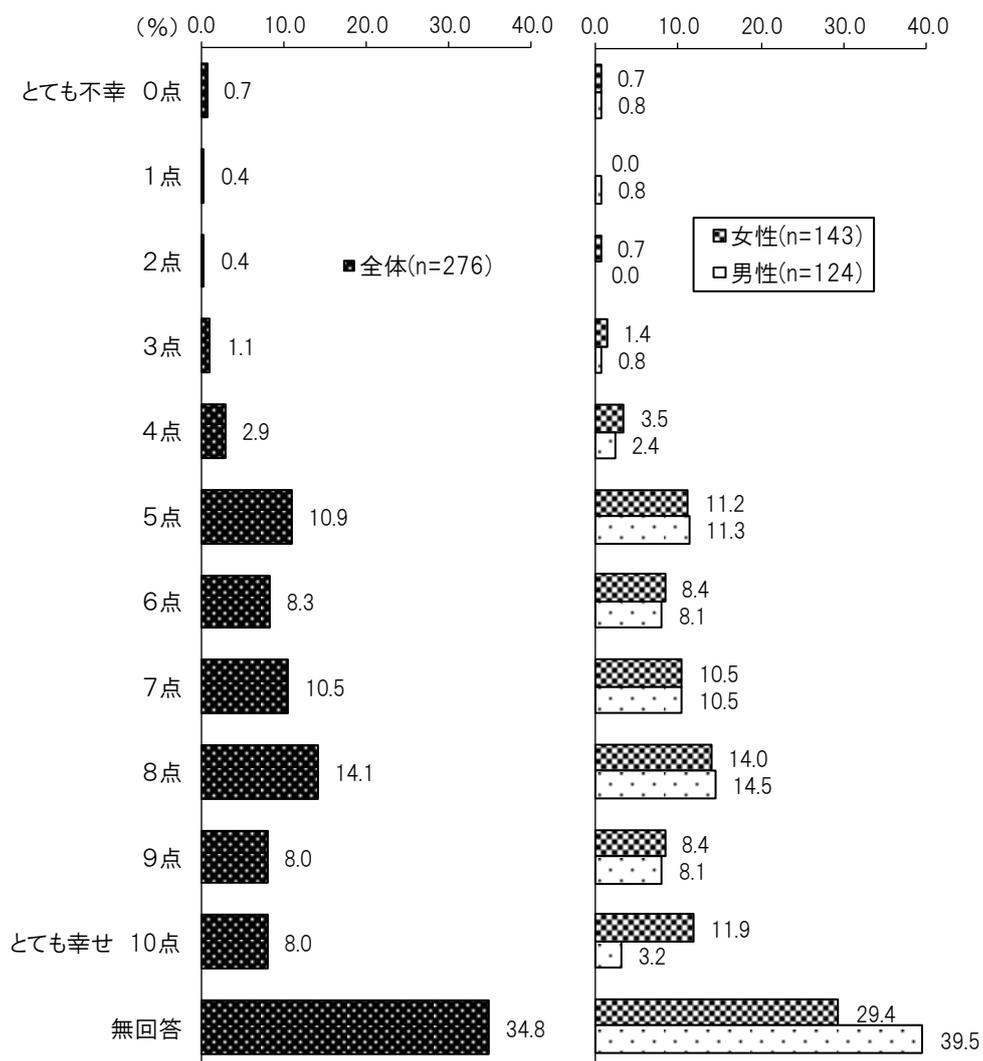


8 幸福度について

8-7 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とすると、何点くらいになると思いますか。この中からひとつだけお答えください。

幸福度については、「8点」の割合が14.1%と最も高く、次いで「5点」(10.9%)、「7点」(10.5%)の順となっており、平均点数は7.0点であった。

性別では、女性は男性に比べ「10点」の割合が高く、女性の平均点数は7.2点、男性は6.8点となっている。



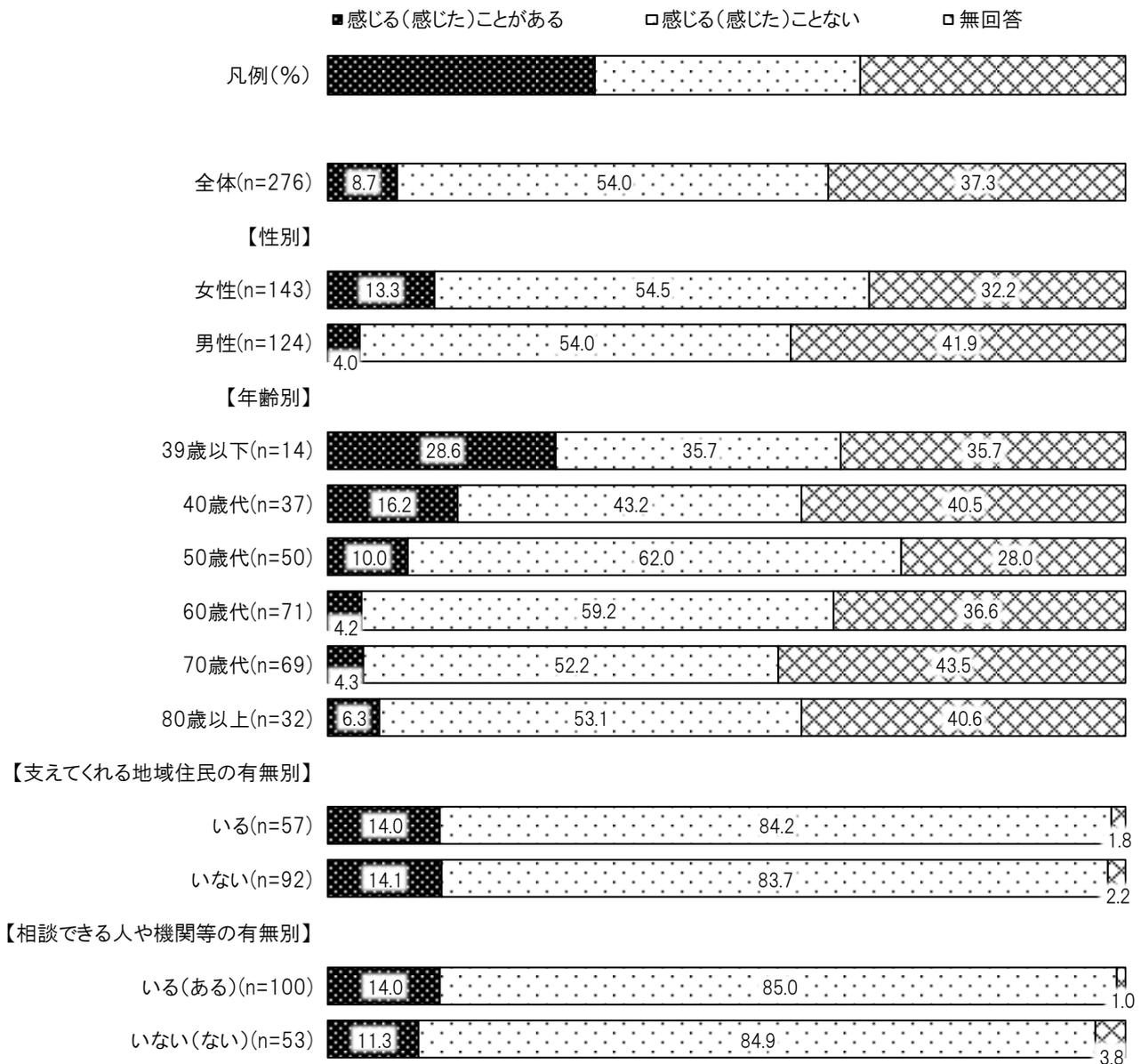
	平均(点)
全体(n=276)	7.0
女性(n=143)	7.2
男性(n=124)	6.8

10 孤立を感じること

8-8 ケアをしていることで「自分は孤立している」と感じる（感じた）ことはありますか。

孤立を感じることについては、「感じる（感じた）ことがある」が8.7%となっている。性別では、女性は男性に比べ「感じる（感じた）ことがある」の割合が高くなっている。年齢別では、39歳以下で「感じる（感じた）ことがある」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

支えてくれる地域住民や相談できる人、機関等の有無別では、大きな差はみられない。



11 孤立を感じた理由

1) 【「感じる（感じた）ことがある」と答えた方】どうして、そう感じた（感じた）のですか。具体的にお書きください。

孤立を感じた理由について、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。

- ・思いが伝わらないとき。
- ・先が見えないとき。
- ・困ったときに、手伝ってくれる人がいないとき。
- ・仕事をしながら全て自分が行う必要があるとき。
- ・課題が他の人と共有されないとき。
- ・身内が自分の気持ちを理解してくれないとき。
- ・話し相手が少ない。 . . . など

12 ケアラーとしての不安や悩みについて

8-9 現在、あなたはケアラーとして、どんな問題や不安・悩みがありますか。ご自由にお書きください。

ケアラーとしての不安や悩みについて、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。

- ・親がいつまで一人で自分のことができるのか。
- ・いつまでこの悩みが続くのかという不安。
- ・介護サービスをかたくなに拒むため、どう対応したらよいかが悩み。
- ・気持ちが引きずられて、つらくなる時が多い。
- ・金銭的に不安。
- ・ケアのために、仕事ができなくなる（制限される）こと。
- ・ケアラーの健康状態。
- ・自分も年老いていく不安。
- ・障がい者の未来が見通せない。
- ・自分が体調不良のとき、誰が親や配偶者の面倒を見るのか。
- ・小さなことでも気にかかることを話せる人がいない。
- ・同居家族の理解が得にくいとき。
- ・コロナ禍で面会できないこと。 . . . など

13 自分のためにできればと思うこと

8-10 あなたが、自分のためにせめてこんなことができればと思うことはどんなことですか。ちょっとしたことでもかまいませんので、ご自由にお書きください。

自分のためにできればと思うことについて、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。

- ・自分の時間の確保。
- ・運動すること。外に出ること。
- ・サークル活動に参加。旅行。
- ・読書する時間。
- ・休息。
- ・心に余裕を持ちたい。
- ・人間ドックの受診。
- ・いろいろな勉強会に参加。
- ・移動手段の充実。
- ・電話での会話。
- ・障がい者が楽しく生活できる場所、施設。・・・など

14 介護の負担感について

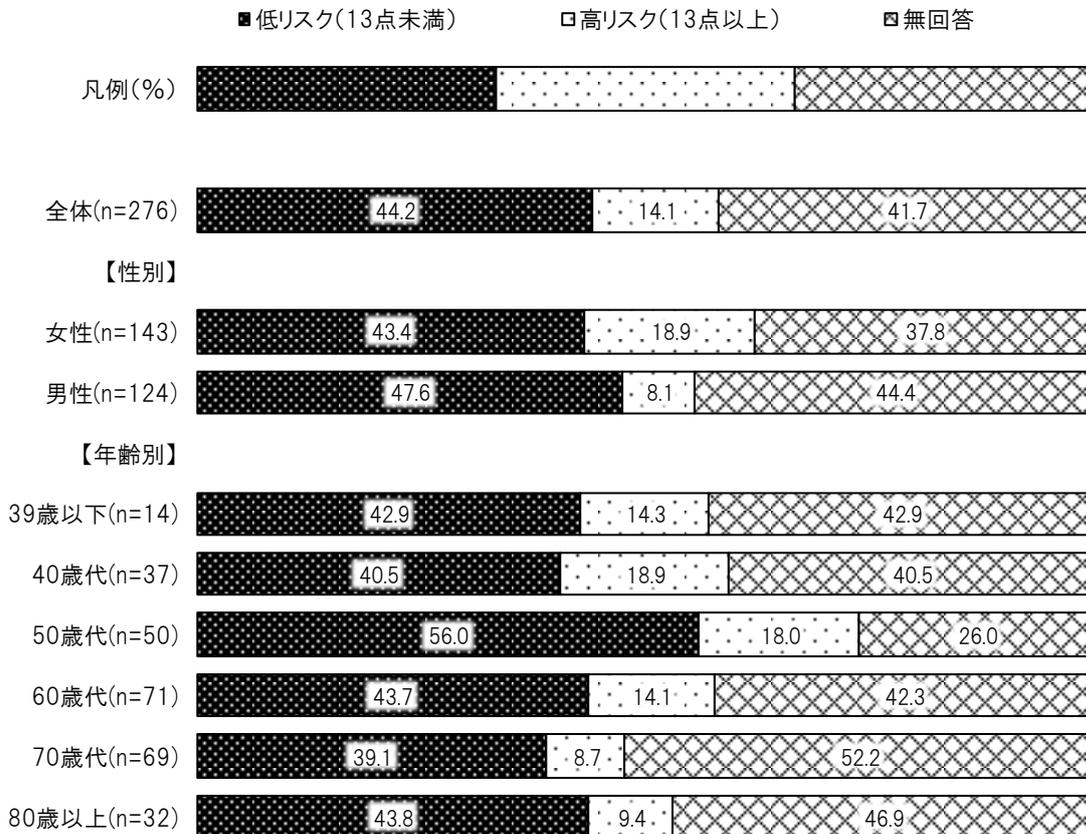
8-11 次の各質問について、あなたの気持ちにもっともあてはまると思う番号に○をつけてください。

ここでは、短縮版 Zarit 介護負担尺度日本語版 (J-ZBI_8) 1-2) を用いた。J-ZBI_8 は、主観的な介護負担感に関する 8 項目の質問に対して「いつも思う～思わない」の 5 段階で回答するもので、8 項目の総得点は 0～32 点であり、信頼性・妥当性が検証されている 1) 2)。本報告書においては、先行研究 2) の基準にもとづき 8 項目の合計点が 13 点以上を介護負担の高リスク群とした。

<文献>

- 1) 荒井由美子, 田宮菜奈子, 矢野栄二. Zarit 介護負担尺度日本語版の短縮版 (J-ZBI_8) の作成: その信頼性と妥当性に関する検討. 日本老年医学会雑誌 2003 ; 40(5) : 497-503.
- 2) 荒井由美子著: Zarit 介護負担尺度日本語版/短縮版 使用手引. 三京房, 2018 年.

介護の負担感については、「高リスク (13 点以上)」が 14.1%となっている。
性別では、女性は「高リスク (13 点以上)」の割合が男性を大きく上回っている。
年齢別では、40～50 歳代で「高リスク (13 点以上)」の割合が他の年齢層に比べてやや高くなっている。



【8】ケアに要する時間や日々の生活について

1 介護サービス利用日数

問 9 【ケアラーの方】あなた自身の時間の状況や日々の生活への思いについてうかがいます。

9-1 典型的な1週間の、ケアが必要な方の介護サービス利用状況とあなたのケア時間についてうかがいます。

1) 1週間のうち、少しでも介護サービスを利用するのはおおよそ何日間ですか。

1週間の介護サービス利用日数については、平均で1.7日となっている。

	回答件数	平均	最小値	最大値
1週間の介護サービス利用日数	118件	1.7日	0.0日	7.0日

2 ケア時間について

2) ケアラーであるあなたのおおよそのケア時間についてお聞きします（厳密になりすぎる必要はありません）。サービスを利用した日と、サービスを利用しなかった日にかけて、1日あたりのケア時間をお答えください。

（注）ケアの時間が発生していない項目については、「0時間」と記載してください。ほぼ30分を目安に、四捨五入して、たとえば1時間20分の場合は、1.5時間とお答えください。

1日あたりのケア時間については、以下のとおりである。

【サービスを利用した日】

	回答件数	平均	最小値	最大値
直接的な介護の時間	45件	1.3時間	0.0時間	7.0時間
間接的な介護の時間	45件	1.5時間	0.0時間	9.0時間
見守りの時間	45件	2.1時間	0.0時間	13.0時間

【サービスを利用しなかった日】

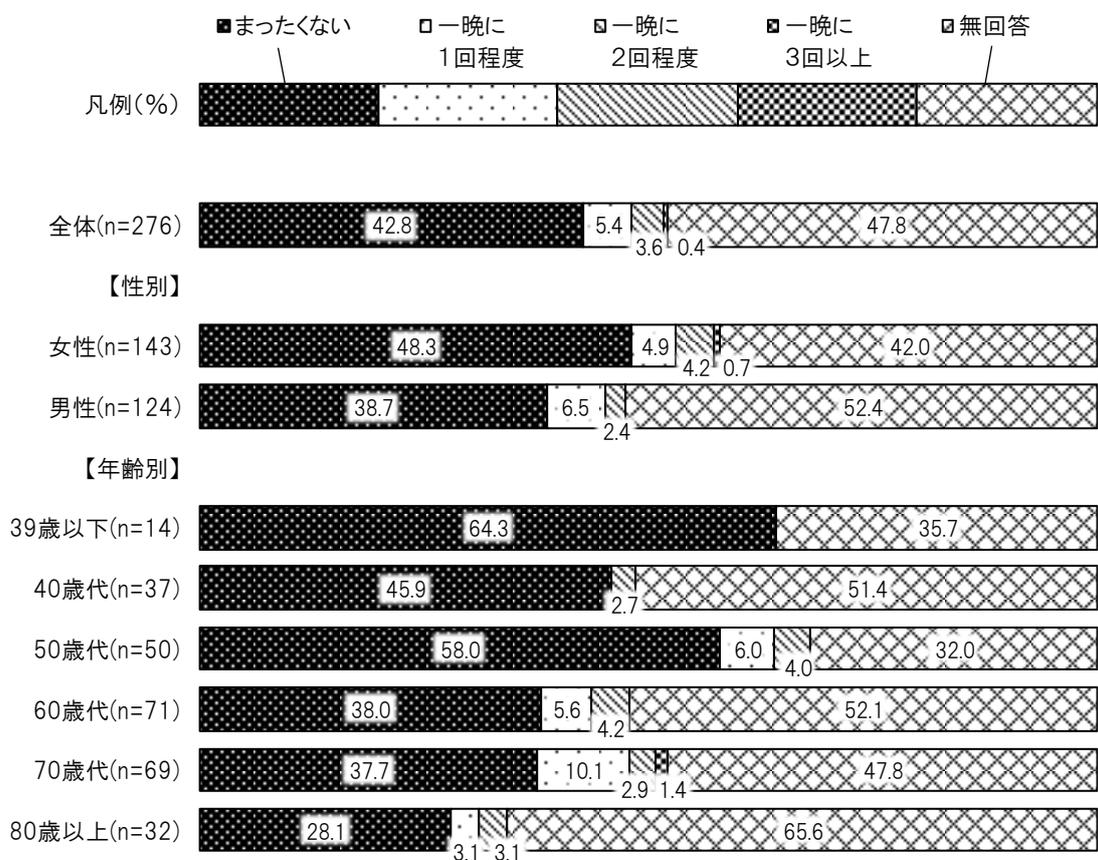
	回答件数	平均	最小値	最大値
直接的な介護の時間	61件	1.9時間	0.0時間	12.0時間
間接的な介護の時間	63件	2.7時間	0.0時間	12.0時間
見守りの時間	66件	4.0時間	0.0時間	14.0時間

3 ケアのために睡眠が中断されること

9-2 深夜（午前0時から5時）の時間帯に、ケアのために睡眠が中断されることがありますか。

ケアのために睡眠が中断されることについては、「一晩に1回程度」の割合が5.4%、「一晩に2回程度」が3.6%、「一晩に3回以上」が0.4%、合計で約1割（9.4%）となっている。

性別では大きな差はみられないが、年齢別では、50～70歳代で『ある（合計）』の割合が他の年齢層に比べてやや高くなっている。



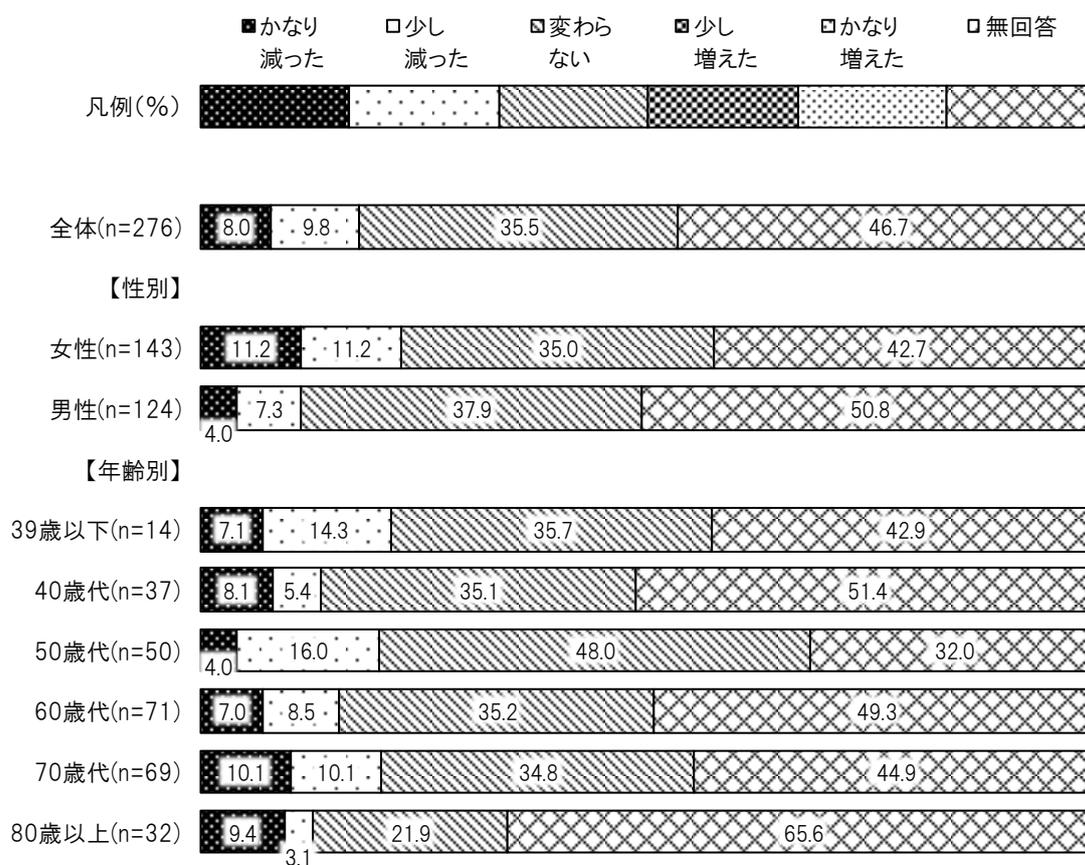
6 社会活動の機会について

9-5 ケアのために、ケアをする以前に行っていた趣味やボランティア、サークル活動などの社会活動の機会が減りましたか。

社会活動の機会については、「かなり減った」が 8.0%、「少し減った」が 9.8%、合計で 17.8%が『減った』と回答している。

性別では、女性は『減った（合計）』の割合が男性を大きく上回っている。

年齢別では、39歳以下や50歳代、70歳代で『減った（合計）』の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



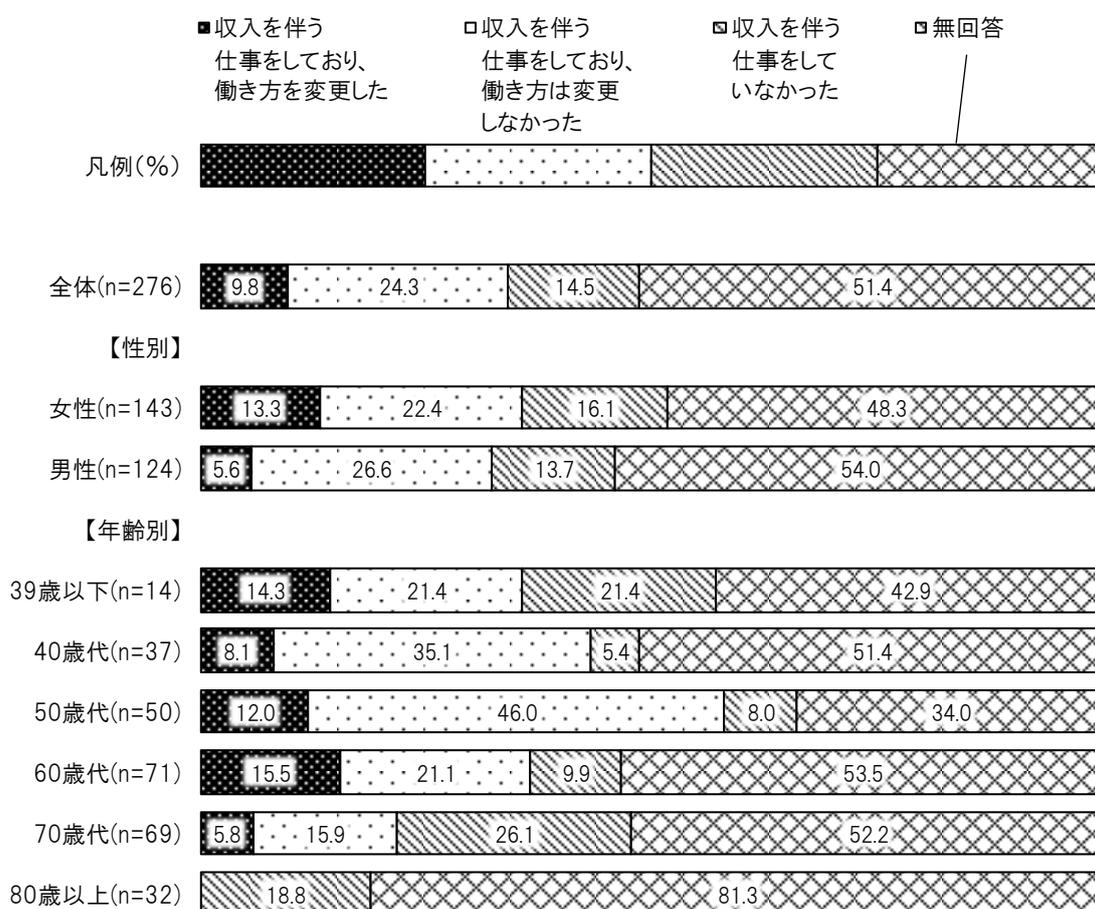
7 ケアのための働き方の変更について

9-6 ケアのために、収入を伴う仕事の仕方を変更（仕事時間削減、転職、退職等）したことがありますか。

ケアのための働き方の変更については、「収入を伴う仕事をしており、働き方を変更した」の割合が9.8%となっている。

性別では、女性は男性に比べ「収入を伴う仕事をしており、働き方を変更した」の割合が高くなっている。

年齢別では、39歳以下や50～60歳代で「収入を伴う仕事をしており、働き方を変更した」の割合が他の年齢層に比べてやや高くなっている。

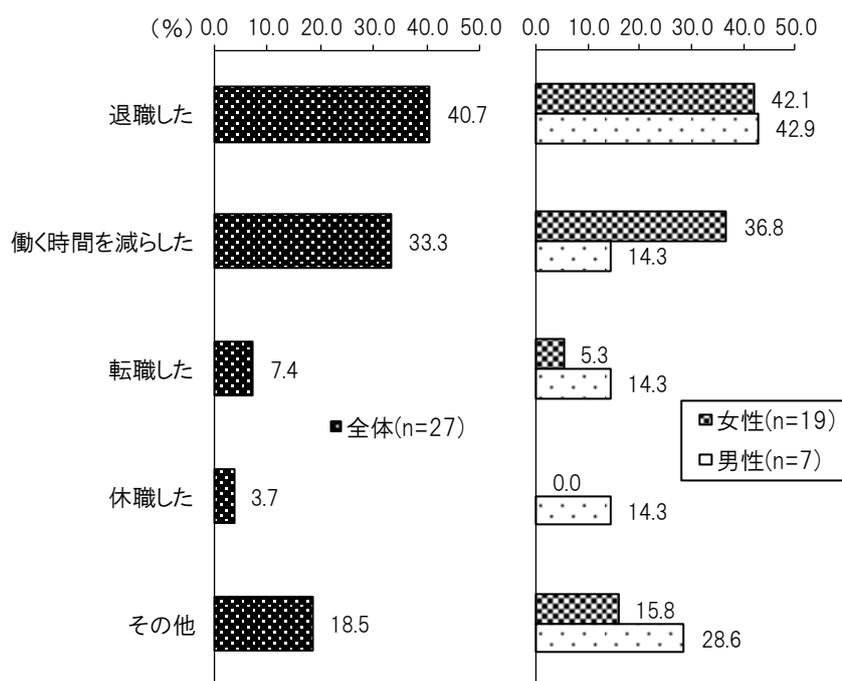


8 働き方の変更内容

1) 【「変更した」と答えた方にうかがいます】 あてはまるものに○をしてください。（複数回答可）

働き方の変更内容については、「退職した」の割合が40.7%と最も高く、次いで「働く時間を減らした」（33.3%）、「転職した」（7.4%）の順となっている。また「その他」では、「在宅勤務」「転勤」などの回答がみられた。

性別では、女性は男性に比べ「働く時間を減らした」の割合が高くなっている。



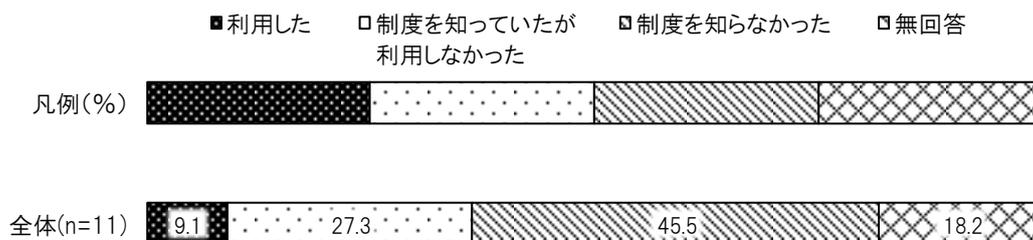
注：男性については、件数(n)が少ないため参考値として参照。

9 介護休業制度の利用について

2) 【「退職した」方のみ。何回かある方は最近のことをお答えください。】

(1) 勤め先の介護休業制度を利用しましたか。

介護休業制度の利用については、「利用した」の割合が 9.1%、「制度を知っていたが利用しなかった」が 27.3%、「制度を知らなかった」が 45.5%となっている。



10 退職しないために必要な支援

(2) どのような支援があれば、退職しないですんだと思いますか。（複数回答可）

退職しないために必要な支援については、「ほかに介護を分担してくれる家族がいること」「適切な介護サービスが受けられること」「入社・退社時刻を自分の都合で決められること」などの回答がみられた。

【9】必要な支援について

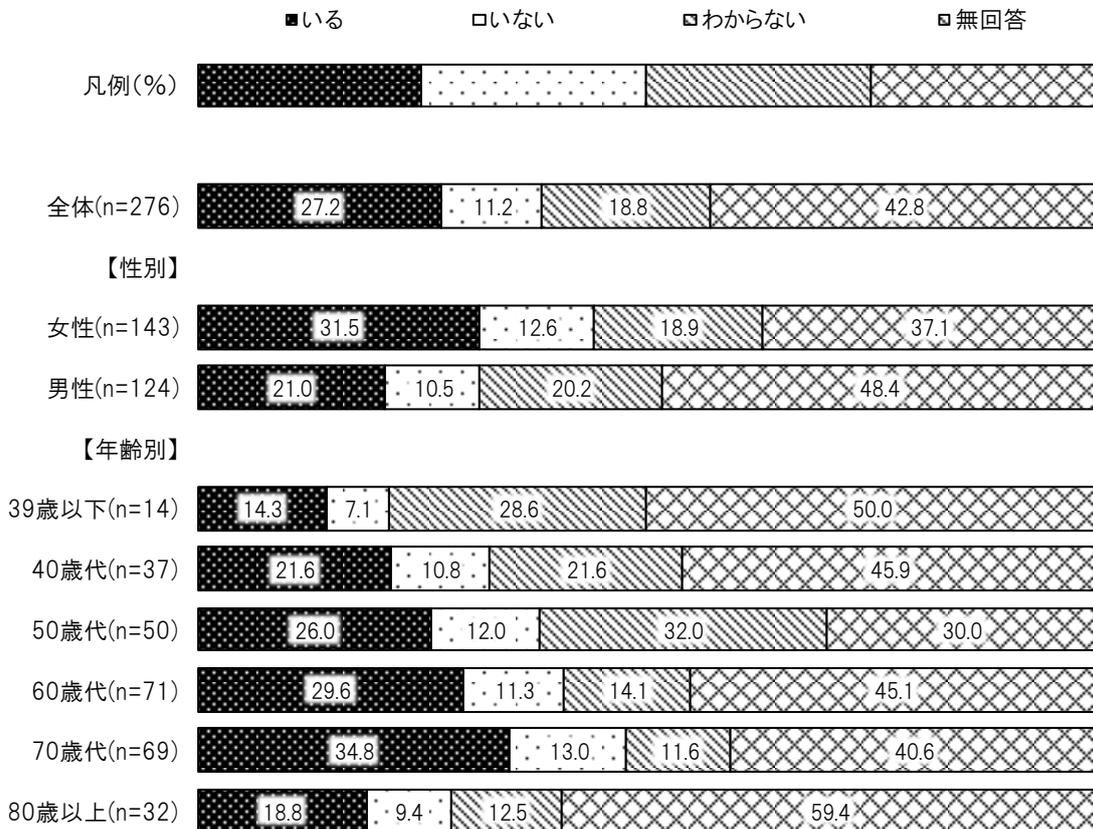
1 ケアラーだと気づいてくれる地域住民の有無

問 10 【ケアラーの方】あなたがほしい支援についてうかがいます。
 10-1 あなたがケアラーだということについて、気づいてくれる地域住民はいますか。

ケアラーだと気づいてくれる地域住民については、「いる」の割合が27.2%となっている。

性別では、女性は「いる」の割合が男性を大きく上回っている。

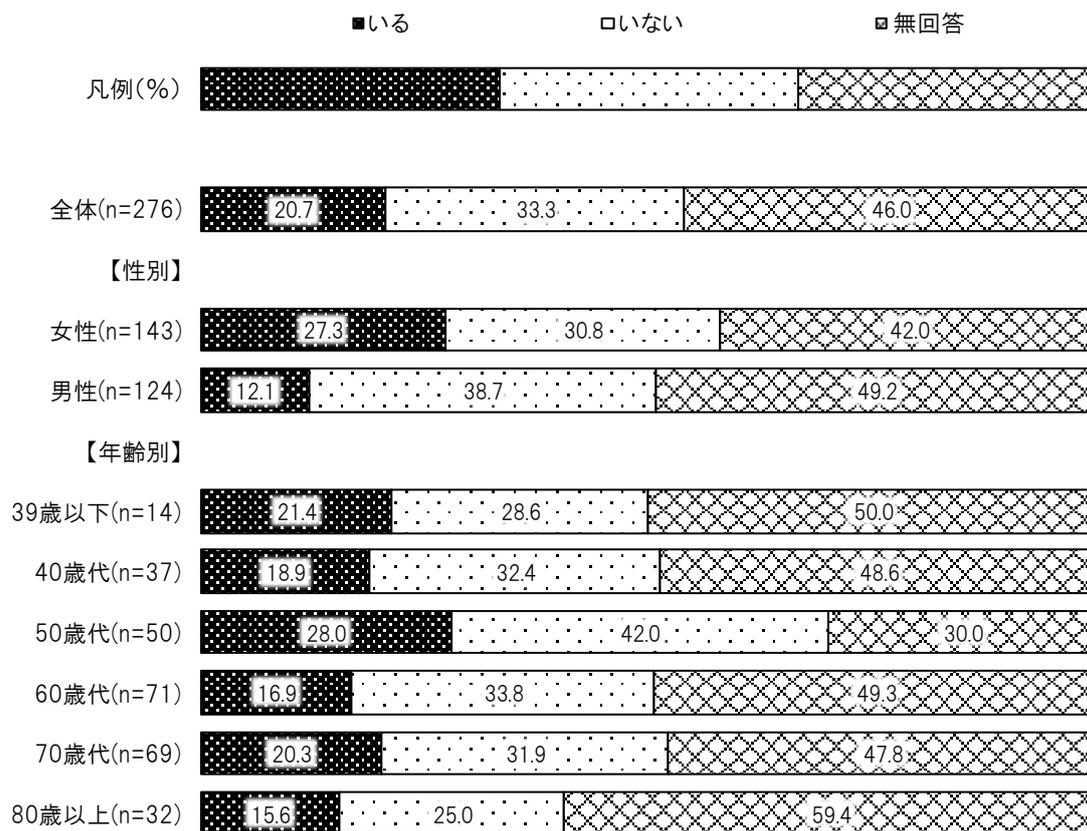
年齢別では、おおむね年齢が上がるほど「いる」の割合が増える傾向にある。



2 支えてくれる地域住民の有無

1) ケアラーであるあなたを支えてくれる地域住民はいますか。

支えてくれる地域住民については、約2割（20.7%）が「いる」と回答している。
性別では、女性は「いる」の割合が男性を大きく上回っている。
年齢別では、50歳代で「いる」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。



3 支えられていると感じるとき

2) 【「いる」と答えた方】どんな時に、支えられていると感じますか。具体的にお書きください。

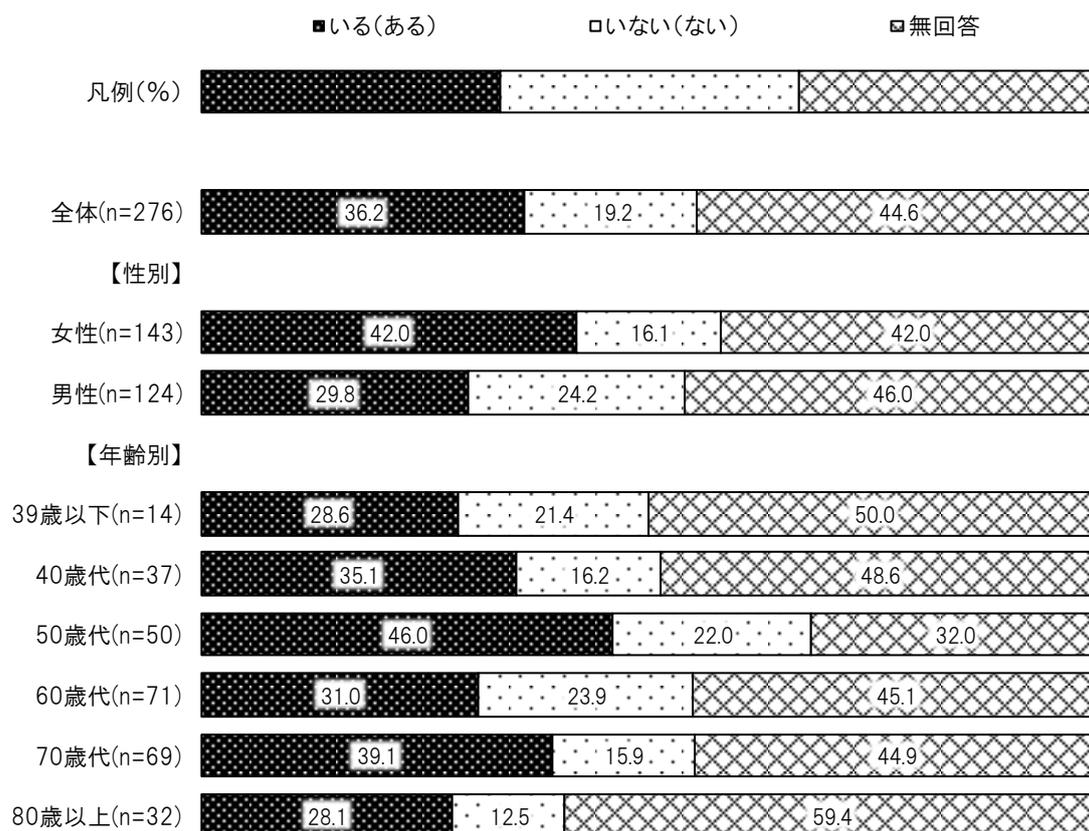
支えられていると感じるときについて、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。

- ・挨拶がわりに体調のことを聞いてくれるとき。
- ・話をきちんと聞いてくれて、共感してくれるとき。
- ・近所の方が声をかけてくれる。
- ・相談できる方がいる。
- ・電話をくれる。
- ・お茶などに誘ってくれる。
- ・イベントに誘ってくれる。
- ・同じ障がい児を育てる親と交流ができたとき。
- ・重い物を持っていると手伝ってくれる。
- ・草取り、除雪、ゴミ出しの手伝いをしてくれる。
- ・友達、近所の人、知人、職場の人、地域包括の人。
- ・ボランティアサークル仲間。 ・ ・ ・ など

4 相談できる人や機関・窓口の有無

10-2 ケアについて、あなたが信頼して相談できる人や機関・窓口はありますか。

相談できる人や機関・窓口については、3割以上(36.2%)が「いる(ある)」と回答しており、「ケアマネジャー」「家族」「友人」「親族」などの回答が多くみられた。性別では、女性は「いる(ある)」の割合が男性を大きく上回っている。年齢別では、50歳代で「いる(ある)」の割合が他の年齢層に比べて高くなっている。

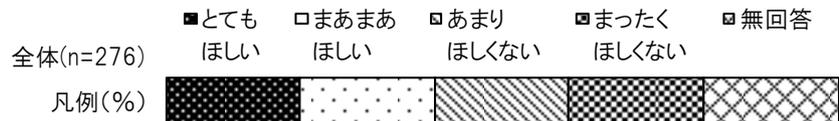


5 必要な支援

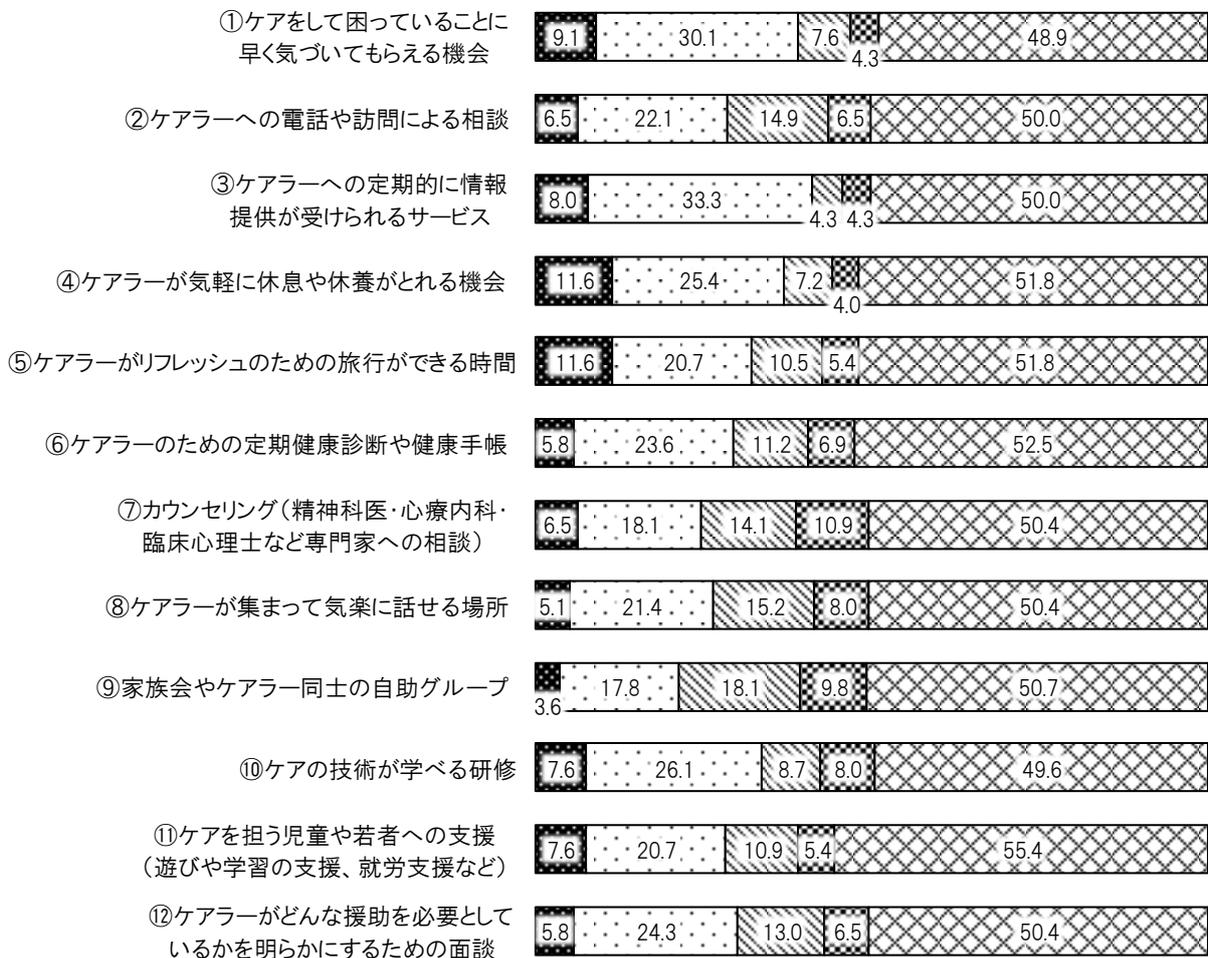
10-3 次の各支援について、あなたの思いに一番近い項目の番号に○を一つつけてください。

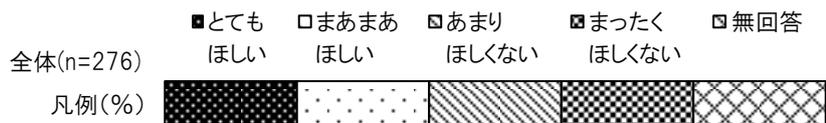
必要な支援については、「とてもほしい」「まあまあほしい」を合計した割合が高い順に「⑱ケアラーの緊急時に、ケアが必要な人へのサービス」（47.4%）、「⑱ケアが必要な人へのサービスや制度の充実」（46.0%）、「㉑地域や職場等、社会がケアラーへの理解を深めるようにする」（41.7%）、「③ケアラーへの定期的に情報提供が受けられるサービス」「⑳専門職や行政職員がケアラーへの理解を深めるようにする」（各41.3%）となっている。

一方、「あまりほしくない」「まったくほしくない」を合計した割合が高い順に「⑨家族会やケアラー同士の自助グループ」（27.9%）、「⑦カウンセリング（精神科医・心療内科・臨床心理士など専門家への相談）」（25.0%）、「⑧ケアラーが集まって気楽に話せる場所」（23.2%）、「②ケアラーへの電話や訪問による相談」（21.4%）となっている。



【a ケアラー(介護者)への直接サービス】

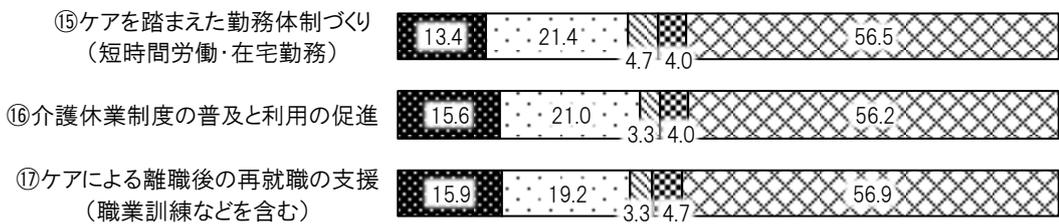




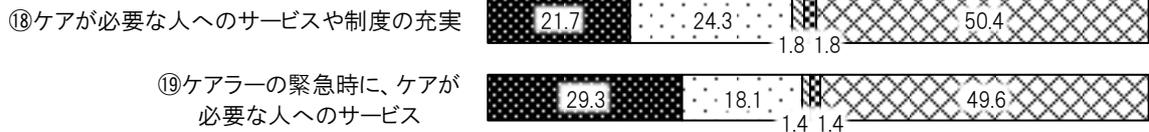
【b ケアラー(介護者)の所得の保障】



【c 仕事と介護の両立】



【d ケアが必要な人へのサービス】



【e ケアラー(介護者)の経験を活かし、ケアラーへの理解を深める活動】



6 ケアラーに対してあったらよいと思う支援

10-4 上記以外で、ケアラー自身に対してあったらよいと思われる支援について、具体的にご記入ください。

ケアラーに対してあったらよいと思う支援について、自由記述方式で尋ねたところ、以下のような回答がみられた。

- ・車椅子で通院するので、介助する支援。仕事を退職しないで済むように介護の補助金。
- ・仕事と介護の両立のための、介護サービスの充実。経営者に対する支援。自営業者や中小企業の経営者は、ケア＝廃業となりかねないが、助成等支援があるのか。
- ・家の中や外で、手に負えない仕事起きたときに、助けてほしい。
- ・生きていくための生活費が大切なのではないでしょうか。
- ・ケアラーがどんな援助をするのか、皆さんに知ってもらうこと。
- ・ケアラーの先輩が話を聞いてくれるので助かっています。一人で抱え込まず、相談できる人がいることは大切だと思います。
- ・社協の相談支援専門員が永久的に採用できればよいが、何かの都合で欠員になったときは「ケアラー支援事業」が継続できるか心配です。社協ではなく、町が責任を持って実施すべき事業だと思います。
- ・ショートステイの事前予約は利用していますが、ケアラーの緊急時にも対応してほしいです。
- ・どこの施設もケアラーが不足しているので、どうかしてください。
- ・町の支援。
- ・丸一日でなくていいので、少し手伝ってもらえるなど、気軽に頼んだり相談できたりする場があるといい。
- ・若い人がもっと先頭に立って頑張してほしい。
- ・介護をしている私の介護保険を免除してほしい。
- ・誰もが迎える高齢化に対し、格差のない行政と対策をお願いします。
- ・定年退職後の経済的な支援。
- ・訪問診療の充実。

2020年11月

地域における支えあいの可能性とケアをする人の生活に関する調査

調査主体:栗山町社会福祉協議会
調査協力:栗山町、北海道科学大学



独立行政法人福祉医療機構
社会福祉振興助成事業

この調査には、各世帯1名の方がお答えください。

「ケアをする人」とは、こころやからだに不調がある人の「介護」、「看病」、「療育」、「世話」、「気づかい」など、ケアの必要な家族や近親者、友人、知人などを無償でケアする人のことです。

ここでは、こうしたケアをする人を「ケアラー」と呼んでいます。

世帯の中にケアラーがいる場合は、おもなケアラーの方1名がお答えください。

世帯の中にケアラーがいない場合は、もとケアラー、これからケアをするかもしれない方など、ケアにかかわりや関心のある方、世帯主の方など、どなたか1名がお答えください。

本調査にご協力いただける場合は下記の「 同意する」にとチェックした上でアンケートに回答してください。アンケート回答後は同封の返信用封筒にてご返送ください。

ご協力いただけない場合は、アンケートに回答しなくて結構です(返送も不要です)。

わたしは本調査への協力を 同意する

※回答者が16歳未満の場合は、保護者の方が下記の同意欄にチェックをしてください。

保護者は子どもの本調査への協力を 同意する

設問に(複数回答可)とある場合は、いくつでも○をお付けください。それ以外は、一つだけ○を付けてください。

問1【全員】あなた自身のことについて、うかがいます。

1-1 あなたの性別と年齢(2020年12月1日現在)を教えてください。

1)性別 1. 女性 2. 男性

2)年齢

歳

1-2 あなたを含めてご家族(同居している方)は何人ですか。

人

1-3 世帯主はあなたからみて、次のどれにあてはまりますか。

1. 本人(あなた自身) 2. 配偶者 3. 親 4. その他()

1-4 【同居家族がいる方にお聞きします】家族構成(同居している方)は、あなたにとって、以下のどれにあてはまりますか。あてはまるすべてに○をつけてください。(複数回答可)

1. 実母 2. 義母 3. 実父 4. 義父 5. 祖母 6. 祖父 7. 配偶者
8. きょうだい 9. 子ども 10. 孫 11. その他()

1-5 家族(同居している方)に小学校にあがる前の子どもはいますか。

1. いる (人) 2. いない

1-6 あなたは、現在、職業をおもちですか。

1. 雇用者(正規採用) 2. 雇用者(非正規雇用:パート・アルバイト等) 3. 自営業
4. 家族従事者 5. 失業中 6. 生徒・学生 7. 働いていない
8. その他()

1-7 あなたは、現在、次のような活動をなさっていますか(複数回答可)。

1. 町内会・自治会の活動 2. ボランティア活動や市民活動 3. 老人会(老人クラブ)の活動
4. 趣味の活動(老人会以外) 5. その他の活動(具体的に:)
6. 活動していない

問2 【全員】地域(町)のつながりや支えあい活動についてうかがいます。

2-1 あなたは、日常的な地域の人同士のつながりや助け合いの活動が必要だと思いますか。

1. 必要である 2. やや必要である 3. あまり必要でない 4. 必要でない

2-2 あなたは、日ごろの生活の中で、地域に暮らす誰かに手伝ってほしいことがありますか。

1. ある(具体的に:)
2. 特にない

2-3 地域の支えあい活動のプログラム(メニュー)づくりのためにお聞きします。

1) 次の活動の中から、地域で暮らす住民としてご自分がお手伝いできることの番号に○をつけて下さい。(複数回答可)

1. 見守り
2. ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート(話を聴く・不安時の観察や対応)
3. ケアラーの話し相手・感情面のサポート(話を聴く)
4. 介護や子育て・家族関係等の情報提供や相談に応じる
5. 生活や人生についての情報提供や相談に応じる
6. 家事全般(掃除・洗濯・料理・買い物など)
7. 家庭の維持管理(家の修繕・家具の移動・パソコン・電化製品の取り扱い・書類や手続きの代行など)
8. 外回り(ゴミ出し・草木の水やり、草取り、植木の剪定など)
9. 外出の支援(通院・散歩・買い物などの付き添いや車いすの介助など)
10. 車での送迎(外出支援や病院送迎など)
11. ケアが必要な人の一時預かり

12. 子どもの世話(学習・遊ぶ・読み聞かせ・食事・送迎など)
13. 身の回りの世話(食事や着替え、薬取りなど)
14. 身体介助(入浴やトイレの介助など)
15. 講師ができる(例:パソコン・歌ごえ・料理・書道・工作・語学・体操など)
16. 支えあいを行う団体の運営のお手伝い(企画・パソコン事務・経理など)

(1) 上記の 1～16 の活動から特にお手伝いしてみたいことを下の枠の中に 5 つ以内で番号を記入して下さい。

--	--	--	--	--

2) 次の活動の中から、ご自分や家族が地域住民にお手伝いしてほしいことの番号に○をつけて下さい。
(複数回答可)。

1. 見守り
2. ケアが必要な人の話し相手・感情面のサポート(話を聴く・不安時の観察や対応)
3. ケアラーの話し相手・感情面のサポート(話を聴く)
4. 介護や子育て・家屋関係等の情報提供や相談に応じる
5. 生活や人生についての情報提供や相談に応じる
6. 家事全般(掃除・洗濯・料理・買い物など)
7. 家庭の維持管理(家の修繕・家具の移動・パソコン・電化製品の取り扱い・書類や手続きの代行など)
8. 外回り(ゴミ出し・草木の水やり、草取り、植木の剪定など)
9. 外出の支援(通院・散歩・買い物などの付き添いや車いすの介助など)
10. 車での送迎(外出支援や病院送迎など)
11. ケアが必要な人の一時預かり
12. 子どもの世話(学習・遊ぶ・読み聞かせ・食事・送迎など)
13. 身の回りの世話(食事や着替え、薬取りなど)
14. 身体介助(入浴やトイレの介助など)

(1) 上記の 1～14 の活動から特にお手伝いしてほしいことを下の枠の中に 5 つ以内で番号を記入して下さい。

--	--	--	--	--

3) この他に思いつく支えあい活動のプログラム(メニュー)があればお書きください。

1. あなたが手伝えそうな支えあい活動

--

2. あなたがお手伝いしてほしい支えあい活動

--

2-4 地域でつながりをつくったり、安心して相談ができたたりおしゃべりができる地域の人たちがつどう(つどい場)についてうかがいます。

1) あなたは地域、地域の人たちがつどう場が、必要だと思いますか。

1. 必要である 2. やや必要である 3. あまり必要でない 4. 必要でない

2-6 【全員】支援する活動に＜支え手として＞参加しやすい条件があるとしたら、どのようなことが考えられますか(複数回答可)。

1. 参加できるときに参加できるしくみがあればよい。
2. 無償ではなく、有償ならばよい。
3. 活動するとポイントが貯まる制度があるとよい。
4. いざというときの保険があるとよい。
5. あまり近所すぎないほうがよい。
6. 活動に参加しやすいきっかけがあるとよい。
7. 活動ができる拠点があるとよい。
8. 活動を始められる研修があるとよい。
9. 町内会や自治会が中心に進めてくれるとよい。
10. 若い人たちも参加できる活動にするのがよい。
11. 支え合いの活動を行う市民団体が身近にあるとよい。
12. 商店街・企業などもいっしょに協力してくれるのがよい。
13. その他()

問 3【全員】あなたの現在のケアの実情についてうかがいます。

3-1 あなたは現在、ケアをしていますか。以下の質問それぞれにお答えください。

a. あなたは現在、家族や身のまわりの人を介護していますか。	1. はい	2. いいえ
b. あなたは現在、家族や身のまわりの人を看病していますか。	1. はい	2. いいえ
c. あなたは現在、病気または障がいを持つ子どもを育てていますか。	1. はい	2. いいえ
d. あなたは現在、家族や身のまわりの人のお世話をしていますか。	1. はい	2. いいえ
e. あなたは現在、こころや身体に不調のある家族や身のまわりの人を気づかっていますか。	1. はい	2. いいえ

ひとつでも「はい」を選んだ人は【ケアラーの方】です。

問 4～問 10 まで全ての質問にお答えください。

全部「いいえ」を選んだ人

問 5 まで【全員】を対象とする質問のみお答えください。

問 4【全員】これまでのあなたのケアラーとしての役割と、今後(将来)のケアやケアラーとしての役割についてうかがいます。

4-1 あなたは、これまでにケアラーとしての役割を担ったことがありますか。

1. 現在も過去にもケアラーの経験は全くない
2. 現在ケアラーだが、過去にケアラーだった経験はない
3. 現在ケアラーであり、過去にもケアラーだった経験がある
4. 現在ケアラーではないが、過去にケアラーだった経験がある(もとケアラー)

5-3 近隣のケアラーやその家族(要介護者を含む)について、心配なことやもっと手助けしたいと思うことはありますか。具体的に書きください。

1) 心配なこと

2) 手助けしたいと思うこと

5-4 ケアラーやその家族(要介護者を含む)が地域で孤立しないために、どのようなことが必要だと思いますか。具体的に書きください。

ケアラーでない方はこれで終了です。お忙しい中、アンケートにご協力いただきありがとうございました。

【ケアラーの方】は、最後までアンケートにお答えください。

問 6【ケアラーの方】あなた自身の生活とあなたの協力者についてうかがいます。

6-1 あなたが現在、ケアをしている人は何人ですか。

1. 1人 2. 2人 3. 3人以上:(人)

6-2 あなたがケアするようになってから何年ですか。

* 何人もケアをしている(してきた)方は通算でお答えください。

約 年 カ月

6-3 あなたは、おもなケアラーですか。 * 何人もケアしている方はどなたか **1名** についてお答えください。

1. はい 2. いいえ (おもなケアラーはどなたですか:)

6-4 あなたのケアに協力してくれる人(事業者以外)はいますか。

1. 頻繁に協力してくれる人がいる 2. たまに協力してくれる人がいる 3. 誰もいない

↓

1) 【「頻繁に協力してくれる人がいる」または「たまに協力してくれる人がいる」と答えた方】

あなたのケアに協力してくれる人はどのような関係の人ですか。(複数回答可)

1. 配偶者 2. 子ども 3. きょうだい 4. 孫 5. 実母 6. 義母 7. 実父
8. 義父 9. 祖母 10. 祖父 11. 近所の人 12. 友人 11. その他()

2) 協力してくれる人の中に、18歳未満のお子さんはいますか。

1. はい 2. いいえ

↓

(1) そのお子さんの性別 1. 男性 2. 女性

(2) そのお子さんの年齢

歳

(3) そのお子さんはどんな協力をしますか。
(例: 家事、買い物、きょうだいの世話など)

問7 【ケアラーの方】あなたがケアしている人についてうかがいます。

* 何人もケアしている方は、質問7-1~7-3にお1人ずつの状況をお答えください

7-1 あなたが現在、1番多くケアしている方についてお答えください。

1) あなたとの関係性

1. 実母 2. 義母 3. 実父 4. 義父 5. 祖母 6. 祖父 7. 配偶者
8. きょうだい 9. 子ども 10. 孫 11. その他()

2) 性別 1. 女性 2. 男性

3) 年齢 1. 10歳未満 2. 10歳代 3. 20歳代 4. 30歳代 5. 40歳代
6. 50歳代 7. 60歳代 8. 70歳代 9. 80歳代 10. 90歳以上

4) 同/別居 1. 同居 2. 別居(同一敷地内)
3. 別居(ケアしている人のもとへ行くまでの時間は(時間 分))

5) その方の病気や障がいの状態は、以下のどれにあてはまりますか(複数回答可)

1. 身体障がい 2. 知的障がい 3. 視聴覚障がい 4. 精神疾患 5. 認知症
6. がん 7. 難病 8. 依存症(アルコール、薬物など) 9. その他()

6) その方は、次のようなサービスを利用していますか(複数回答可)。
また、利用しているサービスの内容をカッコ内に具体的に記入して下さい。

1. 医療サービス (具体的に)
2. 介護保険サービス (具体的に)
3. 障がい者対象の自立援助サービス (具体的に)
4. 地域の助けあいサービス (具体的に)
5. その他 (具体的に)
6. サービスは使っていない

ケアしている方が1名のみの場合は、問8におすすみください。

*【何人もケアしている方】は、以下の設問にもお答えください。

7-2 あなたが現在、2番目に多くケアしている方についてお答えください。

1) あなたとの関係性

1. 実母 2. 義母 3. 実父 4. 義父 5. 祖母 6. 祖父 7. 配偶者
8. きょうだい 9. 子ども 10. 孫 11. その他()

2) 性別 1. 女性 2. 男性

3) 年齢 1. 10歳未満 2. 10歳代 3. 20歳代 4. 30歳代 5. 40歳代
6. 50歳代 7. 60歳代 8. 70歳代 9. 80歳代 10. 90歳以上

4) 同／別居 1. 同居 2. 別居(同一敷地内)
3. 別居(ケアしている人のもとへ行くまでの時間は(時間 分)

5) その方の病気や障がいの状態は、以下のどれにあてはまりますか(複数回答可)

1. 身体障がい 2. 知的障がい 3. 視聴覚障がい 4. 精神疾患 5. 認知症
6. がん 7. 難病 8. 依存症(アルコール、薬物など) 9. その他()

6) その方は、次のようなサービスを利用していますか(複数回答可)。
また、利用しているサービスの内容をカッコ内に具体的に記入して下さい。

1. 医療サービス (具体的に)
2. 介護保険サービス (具体的に)
3. 障がい者対象の自立援助サービス (具体的に)
4. 地域の助けあいサービス (具体的に)
5. その他 (具体的に)
6. サービスは使っていない

*【何人もケアしている方】は、以下の設問にもお答えください。

7-3 あなたが現在、3番目に多くケアしている方についてお答えください。

1) あなたとの関係性

1. 実母 2. 義母 3. 実父 4. 義父 5. 祖母 6. 祖父 7. 配偶者
8. きょうだい 9. 子ども 10. 孫 11. その他()

2) 性別 1. 女性 2. 男性

3) 年齢 1. 10歳未満 2. 10歳代 3. 20歳代 4. 30歳代 5. 40歳代
6. 50歳代 7. 60歳代 8. 70歳代 9. 80歳代 10. 90歳以上

4) 同／別居 1. 同居 2. 別居(同一敷地内)
3. 別居(ケアしている人のもとへ行くまでの時間は(時間 分)

5) その方の病気や障がいの状態は、以下のどれにあてはまりますか(複数回答可)

1. 身体障がい 2. 知的障がい 3. 視聴覚障がい 4. 精神疾患 5. 認知症
6. がん 7. 難病 8. 依存症(アルコール、薬物など) 9. その他()

6) その方は、次のようなサービスを利用していますか(複数回答可)。
また、利用しているサービスの内容をカッコ内に具体的に記入して下さい。

- 1. 医療サービス (具体的に)
- 2. 介護保険サービス (具体的に)
- 3. 障がい者対象の自立援助サービス (具体的に)
- 4. 地域の助けあいサービス (具体的に)
- 5. その他 (具体的に)
- 6. サービスは使っていない

問8 【ケアラーの方】あなた自身の健康状態についてうかがいます。

8-1 身体の不調で医療機関を受診していますか。

- 1. 受診している
- 2. 受診していない



理由: 1. 身体の不調がないため 2. 受診する必要があるがケアのため受診できない
3. 受診する必要を感じない

1) 現在抱えている病気や身体的問題を具体的にお書きください。

(例: 高血圧、腰痛・・・)(複数可)

8-2 こころの不調で医療機関を受診していますか。

- 1. 受診している
- 2. 受診していない



理由: 1. こころの不調がないため 2. 受診する必要があるがケアのため受診できない
3. 受診する必要を感じない

8-3 あなたは自分の健康診断を受けていますか。

- 1. 受けている
- 2. 受けていない



理由: 1. 受ける必要は感じるがケアのため受診できない 2. 受ける必要を感じない

8-4 ご自身の健康維持(休息、気分転換、運動、食事、通院など)に時間をかけることができますか。

- 1. 十分にできている 2. まあまあできている 3. 必要だがあまりできていない
- 4. 必要だがまったくできていない 5. 特に必要性を感じない

8-5 以下の質問について、過去1カ月の間はどのようなようであったか、5つの項目それぞれのあてはまる番号1つに○をつけてください。

	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったくない
a. 神経過敏と感じましたか	1	2	3	4	5
b. 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
c. そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
d. 気分が落ち込んで何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
e. 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

8-6 あなたはあなたの現在の生活について、どの程度、満足を感じていますか。

1. 非常に満足している 2. やや満足している 3. どちらともいえない
4. やや不満足である 5. 非常に不満足である

8-7 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とすると、何点くらいになると思えますか。この中からひとつだけお答えください。

とても 不幸	0点	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10点	とても 幸せ
-----------	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-----	-----------

1) あなたは介護している生活の中でどのような時に幸せを感じますか。

8-8 ケアをしていることで「自分は孤立している」と感じる(感じた)ことはありますか。

1. 感じる(感じた)ことがある 2. 感じる(感じた)ことない

↓

1) 【「感じる(感じた)ことがある」と答えた方】どうして、そう感じた(感じた)のですか。具体的にお書きください。

8-9 現在、あなたはケアラーとして、どんな問題や不安・悩みがありますか。ご自由にお書きください。

8-10 あなたが、自分のためにせめてこんなことができればと思うことはどんなことですか。ちょっとしたことでもかまいませんので、ご自由にお書きください。

8-11 次の各質問について、あなたの気持ちにもっともあてはまると思う番号に○をつけてください。

ここでは、短縮版 Zarit 介護負担尺度日本語版(J-ZBI_8)を使用しています。質問項目は著作権の観点に基づき公開しておりません。

問9 【ケアラーの方】あなた自身の時間の状況や日々の生活への思いについてうかがいます。

9-1 典型的な1週間の、ケアが必要な方の介護サービス利用状況とあなたのケア時間についてうかがいます。

1) 1週間のうち、少しでも介護サービスを利用するのはおおよそ何日間ですか。

1 週間のうち
日間

2) ケアラーであるあなたのおおよそのケア時間についてお聞きします(厳密になりすぎる必要はありません)。サービスを利用した日と、サービスを利用しなかった日にわけて、1日あたりのケア時間をお答えください。

(注)ケアの時間が発生していない項目については、「0時間」と記載してください。

ほぼ30分を目安に、四捨五入して、たとえば1時間20分の場合は、**1.5時間**とお答えください。

	あなたが行っている 直接的な介護の時間 (排泄、食事、整容、歩行、入浴など)	あなたが行っている 間接的な介護の時間 (買い物、食事の支度、掃除、洗濯、交通機関の利用、薬の管理、お金の管理など)	あなたが行っている 見守りの時間 (家事など別のことをしながら、被介護者を見る時間)
例 サービスを利用した日	1日あたりおおよそ 1.5時間	1日あたりおおよそ 2時間	1日あたりおおよそ 2時間
例 サービスを利用しなかった日	1日あたりおおよそ 2時間	1日あたりおおよそ 6時間	1日あたりおおよそ 5.5時間
サービスを利用した日	1日あたりおおよそ 時間	1日あたりおおよそ 時間	1日あたりおおよそ 時間
サービスを利用しなかった日	1日あたりおおよそ 時間	1日あたりおおよそ 時間	1日あたりおおよそ 時間

9-2 深夜(午前0時から5時)の時間帯に、ケアのために睡眠が中断されることがありますか。

1. まったくない 2. 一晩に1回程度 3. 一晩に2回程度 4. 一晩に3回以上:(回)

9-3 現在、睡眠、食事、入浴の時間、家事やケア、学校や仕事に費やす時間を除いて、1日のうち、あなたが自分のために自由に使える時間はおおよそ何時間くらいですか。

約 時間

9-4 あなたは、上記(9-3)で答えた時間におもに何をしていますか。

--

9-5 ケアのために、ケアをする以前に行っていた趣味やボランティア、サークル活動などの社会活動の機会が減りましたか。

1. かなり減った 2. 少し減った 3. 変わらない 5. 少し増えた 6. かなり増えた

9-6 ケアのために、収入を伴う仕事の仕方を変更(仕事時間削減、転職、退職等)したことがありますか。

1. 収入を伴う仕事をしており、働き方を変更した
2. 収入を伴う仕事をしており、働き方は変更しなかった
3. 収入を伴う仕事をしていなかった ⇒問10へ

1) 【「変更した」と答えた方にうかがいます】 あてはまるものに○をしてください (複数回答可)。

1. 働く時間を減らした 2. 転職した 3. 休職した 4. 退職した
5. その他()

10-3 次の各支援について、あなたの思いに一番近い項目の番号に○を一つつけてください。

		とてもほしい	まあまあほしい	あまりほしくない	まったくほしくない
a ケアラー（介護者）への直接サービス					
1	ケアをして困っていることに早く気づいてもらえる機会	1	2	3	4
2	ケアラーへの電話や訪問による相談	1	2	3	4
3	ケアラーへの定期的に情報提供が受けられるサービス	1	2	3	4
4	ケアラーが気軽に休息や休養がとれる機会	1	2	3	4
5	ケアラーがリフレッシュのための旅行ができる時間	1	2	3	4
6	ケアラーのための定期健康診断や健康手帳	1	2	3	4
7	カウンセリング（精神科医・心療内科・臨床心理士など専門家への相談）	1	2	3	4
8	ケアラーが集まって気楽に話せる場所	1	2	3	4
9	家族会やケアラー同士の自助グループ	1	2	3	4
10	ケアの技術が学べる研修	1	2	3	4
11	ケアを担う児童や若者への支援（遊びや学習の支援、就労支援など）	1	2	3	4
12	ケアラーがどんな援助を必要としているかを明らかにするための面談	1	2	3	4
b ケアラー（介護者）の所得の保障					
1	在宅介護者手当（介護を社会的労働とみなす）	1	2	3	4
2	年金受給要件に介護期間を考慮する	1	2	3	4
c 仕事と介護の両立					
1	ケアを踏まえた勤務体制づくり（短時間労働・在宅勤務）	1	2	3	4
2	介護休業制度の普及と利用の促進	1	2	3	4
3	ケアによる離職後の再就職の支援（職業訓練などを含む）	1	2	3	4
d ケアが必要な人へのサービス					
1	ケアが必要な人へのサービスや制度の充実	1	2	3	4
2	ケアラーの緊急時に、ケアが必要な人へのサービス	1	2	3	4
e ケアラー（介護者）の経験を活かし、ケアラーへの理解を深める活動					
1	専門職や行政職員がケアラーへの理解を深めるようにする	1	2	3	4
2	地域や職場等、社会がケアラーへの理解を深めるようにする	1	2	3	4

10-4 上記以外で、ケアラー自身に対してあったらよいと思われる支援について、具体的にご記入ください。

【ケアラーの方】への質問はこれで終了です。お忙しい中アンケートにご協力いただきありがとうございました。



WAM助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

**地域における支えあいの可能性と
ケアをする人の生活に関する調査
報告書**

発行／令和3年3月
発行者／社会福祉法人 栗山町社会福祉協議会
〒069-1513 北海道夕張郡栗山町朝日4丁目9番地36
TEL (0123) 72-1322
FAX (0123) 72-5121
調査協力／栗山町・北海道科学大学

この調査は独立行政法人福祉医療機構「令和2年度社会福祉振興助成事業」の助成を受けて実施したアンケート調査です。