

第2回

「これからの認知症予防と支え合いのまちづくり」の進め方
～長期の自粛生活が高齢者にもたらしたものは何か～

アンケート結果

2022年 3月

認定 NPO 法人認知症予防ネット神戸 理事長
「認知症予防と支え合いのまちづくり」地域推進会議
事務局長 伊藤米美

無償ボランティアグループ柳鶴会 代表
「認知症予防と支え合いのまちづくり」地域推進会議
代表 ミチコ・プラトリー

【ひょうごボランティア基金 地域づくり活動 NPO 助成事業】

1) あなたについて

居住地	市 区 町
年齢・性別	年齢 歳 (a 男 ・ b 女)
家族構成	a 独居 b 2人 (夫婦、親子、姉妹・兄弟、その他：) c 3人以上 ()
所属団体 (複数回答可)	a 自治会 b 老人会 c 婦人会 d 民生委員 e その他団体・サークルなど () 所属団体において役員・世話役を (a している ・ b していない)
介護認定	㊶ なし ㊷ あり (要支援 1 ・ 2 要介護 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5)
神戸モデル 認知症検診 について	㊶ 知っている a 検診を受けた b 受ける予定 c 受けない ㊷ 知らない
コロナ・ ワクチン について	㊶ 受けた (1回 ・ 2回) ㊷ 受けていない a 受ける予定 b 受けない c 迷っている
昨年実施の 第1回アンケ ートについて	㊶ 回答した ㊷ 今回が初めて ㊸ わからない

2) 本年1月～6月、新型コロナウイルス感染症予防のための自粛生活を、どのように過ごされましたか？

① 本年1月～6月の外出頻度について

自粛期間中の 外出頻度	コロナウィルスが流行する前と比べて ㊶ 変化なし ㊷ 減少 ㊸ 増加
自粛期間中の 外出回数	㊶ ほぼ外出無し ㊷ 週1～2回 ㊸ 週3～4回 ㊹ ほぼ毎日
外出理由 (複数回答可)	㊶ 通院 ㊷ 買い物 ㊸ 散歩 ㊹ 運動 ㊺ 介護サービス利用 ㊻ 仕事 ㊼ 家族の介護等 ㊽ 会合 ㊾ 友人と会う ㊿ その他 ()

② 自粛期間中の居場所やサークル活動などの参加について

㊶ 不参加 (a 活動が中止に b 自主的に休んだ c もともと参加していない)
㊷ 参加 (a 回数は変わらない b 以前より増えた c 以前より減った)

③ 自粛生活中、心身の健康状態について、困った事・不安に思った事がありましたか？

㊦ 特になかった

㊧ あった（複数回答可）

- a 運動不足で体力・筋力が低下した
- b 気分が落ち込み、元気・意欲が低下した
- c 親しい友人などとの会話ができなくなった
- d 生活のリズムが乱れ、ぼーっとする事が多くなった
- e しっかりと熟睡できない日が多くなった
- f 物忘れが増えるなど、認知症の症状が増えた
- g 感染や日常生活への不安で、気が休まらななかつた
- h ワクチン接種に対して不安があった
- i イライラが高まり、お酒やたばこの量が増えた
- j その他

④ 自粛生活中、日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事がありましたか？

㊦ 特になかった

㊧ あった（複数回答可）

- a 自分や家族のデイサービスや集まりの場が減り、家族の負担が増えた
- b 高齢者の自粛生活の過ごし方等の相談場所やサポートがなかった
- c 自粛生活の長期化で、家族間がギスギスするなど、関係が悪化した
- d 認知症等、介護が必要な本人を置いて買い物などに行けなかった
- e 帰省や介護等、家族との行き来ができなかった
- f 世帯の収入減少や支出増加など経済的な不安を感じた
- g テレビやラジオで楽しく活用できる番組がなかった
- h 詐欺的な電話や訪問があった
- i その他

⑤ 自粛による孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫したことはありましたか？

㊦ 特になかった

㊧ あった（複数回答可）

- a 困り事など、なんでも家族に相談した
- b 親しい友人と電話で会話を楽しんだり連絡を取り合った
- c 込み合わない時間・場所を選び、散歩・運動を続けた
- d 食事や栄養・運動など認知症予防につながる生活を心掛けた
- e テレビ等でラジオ体操や好きな番組を楽しんだ
- f パソコンやスマートフォンを使って、新しい事に挑戦し始めた
- g 日頃できなかった事（読書・料理、片づけ等）に取り組んだ
- h その他

アンケート結果 (2020年度アンケート結果を含む)

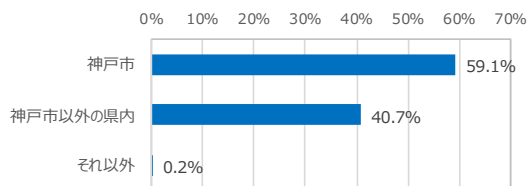
2021年 統計数 (N=602)

2020年 統計数 (N=576)

1) あなたについて

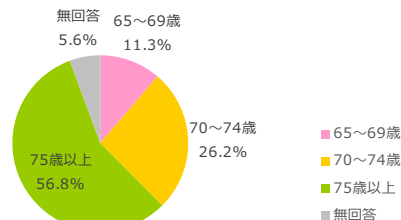
居住地

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
神戸市	356	59.1%	158	27.4
神戸市以外の県内	245	40.7%	294	51.0
それ以外	1	0.2%	4	0.7
不明			13	2.3
計	602	100.0%	576	100%



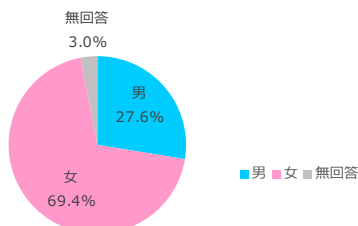
年齢

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
65～69歳	68	11.3%	76	13.2
70～74歳	158	26.2%	153	26.6
75歳以上	342	56.8%	327	56.8
無回答	34	5.6%	20	3.5
計	602	100.0%	576	100.0



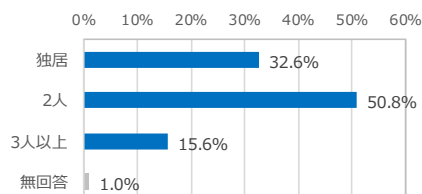
性別

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
a 男	166	27.6%	186	32.3
b 女	418	69.4%	369	64.1
無回答	18	3.0%	21	3.6
計	602	100.0%	576	100.0



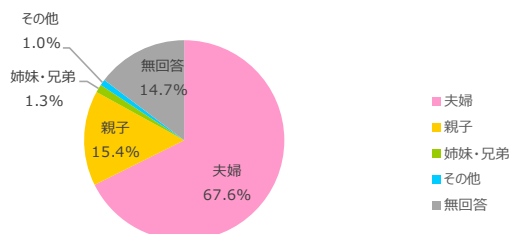
家族構成

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
a 独居	196	32.6%	169	29.3
b 2人	306	50.8%	306	53.1
c 3人以上	94	15.6%	89	15.5
無回答	6	1.0%	12	2.1
計	602	100.0%	576	100.0



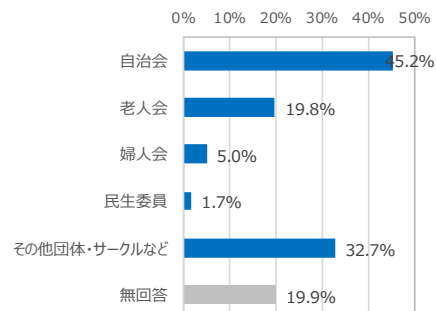
家族構成 (b.2人の内訳)

2021 (n=306)	
	%
夫婦	67.6%
親子	15.4%
姉妹・兄弟	1.3%
その他	1.0%
無回答	14.7%
計	100.0%



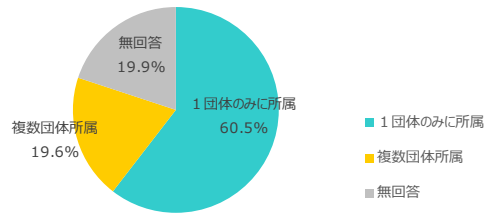
所属団体 (複数回答)

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
a 自治会	272	45.2%	200	34.7
b 老人会	119	19.8%	84	14.6
c 婦人会	30	5.0%	16	2.8
d 民生委員	10	1.7%	2	0.3
e その他団体・サークルなど	197	32.7%	166	28.8
なし			202	35.1
無回答	120	19.9%	14	2.4
計	748	124.3%	684	118.8



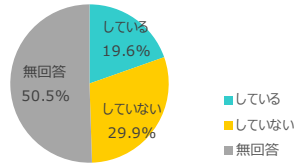
所属団体（1団体のみor複数団体）

2021 (N=602)		
	回答数	%
1団体のみ所属	364	60.5%
複数団体所属	118	19.6%
無回答	120	19.9%
計	602	100.0%



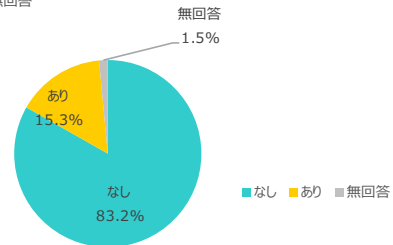
所属団体において、役員・世話役を

2021 (N=602)		
	回答数	%
a している	118	19.6%
b していない	180	29.9%
無回答	304	50.5%
計	602	100.0%



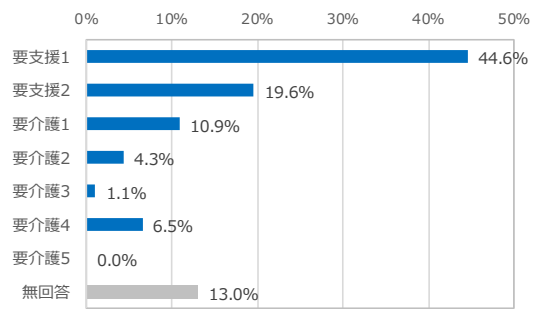
介護認定

2021 (N=602)			2020 (N=576)		
	回答数	%	回答数	%	
ア なし	501	83.2%	443	76.9%	
イ あり	92	15.3%	123	21.4%	
無回答	9	1.5%	10	1.7%	
計	602	100.0%	576	100.0%	



(介護認定「イ.あり」の方のみ) 介護認定内容

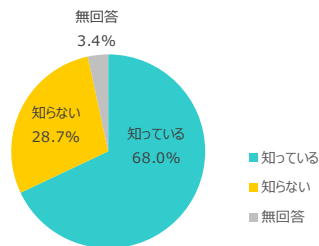
2021 (n=92)			2020 (n=123)		
	回答数	%	回答数	%	
要支援1	41	44.6%	44	35.8%	
要支援2	18	19.6%	24	19.5%	
要介護1	10	10.9%	30	24.4%	
要介護2	4	4.3%	16	13.0%	
要介護3	1	1.1%	3	2.4%	
要介護4	6	6.5%	5	4.1%	
要介護5	0	0.0%	1	0.8%	
無回答	12	13.0%	0	0.0%	
計	92	100.0%	123	100.0%	



(居住地が「神戸市」の方のみ)

神戸モデル認知症検診について

2021 (n=356)			2020 (n=158)		
	回答数	%	回答数	%	
ア 知っている	242	68.0%	201	75.8%	
イ 知らない	102	28.7%	64	24.2%	
無回答	12	3.4%			
計	356	100.0%	265	100.0%	



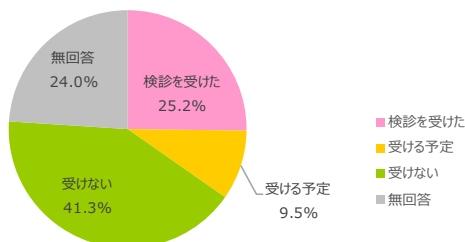
クロス集計 (年齢別)	知っている		知らない		無回答		計	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
65~69歳	23	57.5%	16	40.0%	1	2.5%	40	100.0%
70~74歳	63	69.2%	26	28.6%	2	2.2%	91	100.0%
75歳以上	151	70.9%	55	25.8%	7	3.3%	213	100.0%
	237		97		10		344	

クロス集計 (家族構成別)	知っている		知らない		無回答		計	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
独居	75	62.5%	40	33.3%	5	4.2%	120	100.0%
2人	130	74.3%	43	24.6%	2	1.1%	175	100.0%
3人以上	37	62.7%	17	28.8%	5	8.5%	59	100.0%
	242		100		12		354	

(居住地が「神戸市」で「ア.知っている」方のみ)

神戸モデル認知症検診の受診

2021 (n=242)		
	回答数	%
a 検診を受けた	61	25.2%
b 受ける予定	23	9.5%
c 受けない	100	41.3%
無回答	58	24.0%
計	242	100.0%



コロナ・ワクチンについて

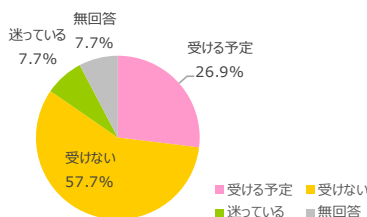
2021 (N=602)		
	回答数	%
ア 受けた	572	95.0%
イ 受けていない	26	4.3%
無回答	4	0.7%
計	602	100.0%

(ワクチンを「ア.受けた」方のみ) コロナ・ワクチン接種回数

2021 (n=572)			
	回答数	%	%
1回	6	1.0%	1.0%
2回	557	97.4%	97.4%
無回答	9	1.6%	1.6%
計	572	100.0%	100.0%

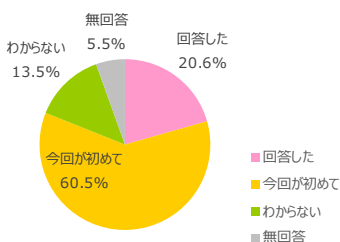
(ワクチンを「イ.受けていない」方のみ)
コロナ・ワクチン接種について

	回答数	%
a 受ける予定	7	26.9%
b 受けない	15	57.7%
c 迷っている	2	7.7%
無回答	2	7.7%
計	26	100.0%



昨年実施の第1回アンケートについて

2021 (N=602)		
	回答数	%
ア 回答した	124	20.6%
イ 今回が初めて	364	60.5%
ウ わからない	81	13.5%
無回答	33	5.5%
計	602	100.0%

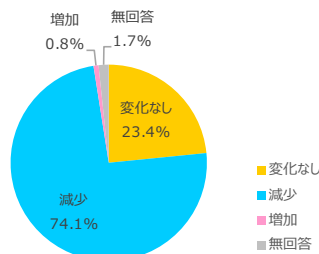


2) 本年1月～6月、新型コロナ感染症予防のための自粛生活を、どのように過ごされましたか？

① 本年1月～6月の外出頻度について

自粛期間中の外出頻度 (コロナ前と比べて)

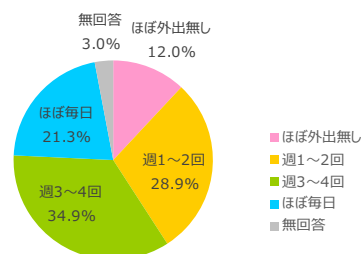
	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 変化なし	141	23.4%	174	30.2%
イ 減少	446	74.1%	398	69.1%
ウ 増加	5	0.8%	3	0.5%
無回答	10	1.7%	1	0.2%
計	602	100.0%	576	100.0%



外出頻度減少割合は前年度より増加

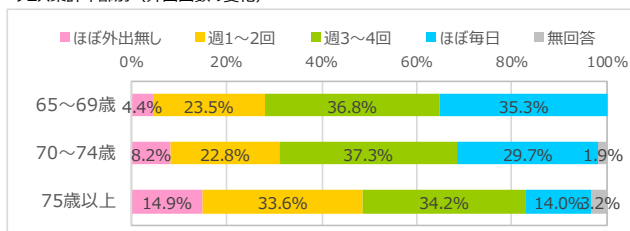
自粛期間中の外出回数

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア ほぼ外出無し	72	12.0%	86	14.9%
イ 週1～2回	174	28.9%	183	31.8%
ウ 週3～4回	210	34.9%	167	29.0%
エ ほぼ毎日	128	21.3%	127	22.0%
無回答	18	3.0%	13	2.3%
計	602	100.0%	576	100.0%

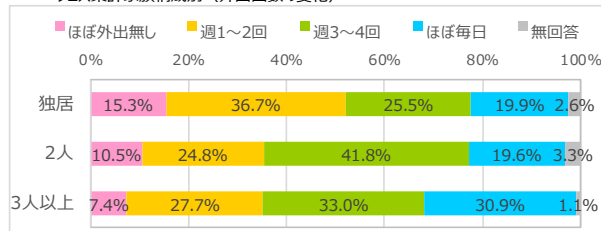


外出回数週3～4回が前年より増加

クロス集計年齢別 (外出回数の変化)



クロス集計家族構成別 (外出回数の変化)

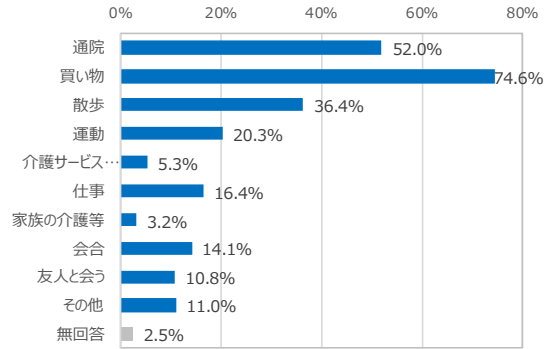


年齢が高くなる程外出回数は減少

外出理由（複数回答）

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 通院	313	52.0%	245	42.5
イ 買い物	449	74.6%	390	67.7
ウ 散歩	219	36.4%	208	36.1
エ 運動	122	20.3%	64	11.1
オ 介護サービス利用	32	5.3%	53	9.2
カ 仕事	99	16.4%	77	13.4
キ 家族の介護等	19	3.2%	8	1.4
ク 会合	85	14.1%	31	5.4
ケ 友人と会う	65	10.8%	39	6.8
コ その他（※）	66	11.0%	37	6.4
無回答	15	2.5%	22	3.8
計	1,484	246.5%	1,174	203.8

※回答「その他」記述一覧A 参照



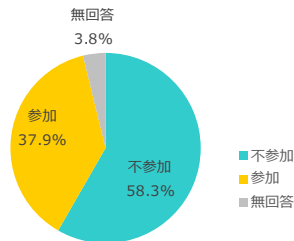
外出理由ベスト5

	2021	2020 (%)
1	買い物 74.6%	買い物 67.7
2	通院 52.0%	通院 42.5
3	散歩 36.4%	散歩 36.1
4	運動 20.3%	仕事 13.4
5	仕事 16.4%	運動 11.1

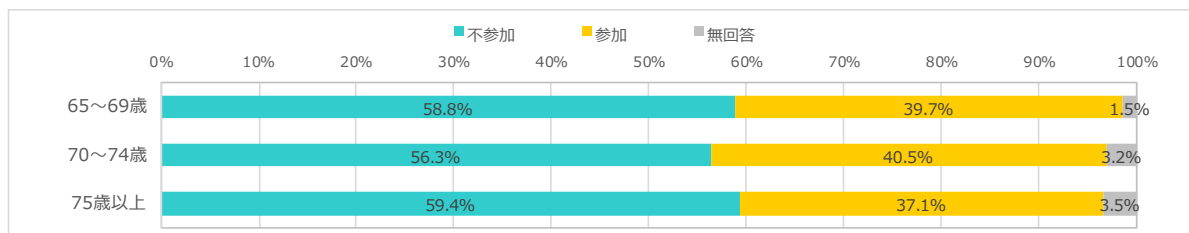
年齢が低いほど仕事による外出が多い

② 自粛期間中の居場所やサークル活動などの参加について

2021 (N=602)		
	回答数	%
ア 不参加	351	58.3%
イ 参加	228	37.9%
無回答	23	3.8%
計	602	100.0%



クロス集計 (家族構成別)	不参加		参加		無回答		計	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
独居	103	52.6%	85	43.4%	8	4.1%	196	100.0%
2人	187	61.1%	109	35.6%	10	3.3%	306	100.0%
3人以上	58	61.7%	33	35.1%	3	3.2%	94	100.0%

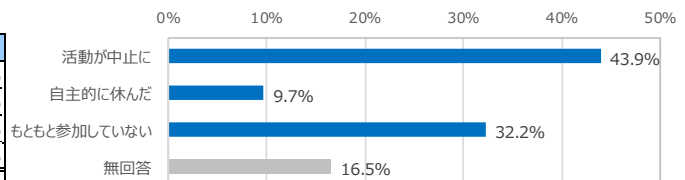


年齢による差は見られないが、独居者の方が参加率が高い

(活動について「ア.不参加」の方のみ)

不参加理由

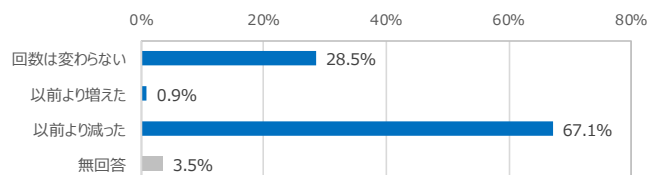
2021 (n=351)		
	回答数	%
a 活動が中止に	154	43.9%
b 自主的に休んだ	34	9.7%
c もともと参加していない	113	32.2%
無回答	58	16.5%
計	359	102.3%



(活動について「イ.参加」の方のみ)

参加回数

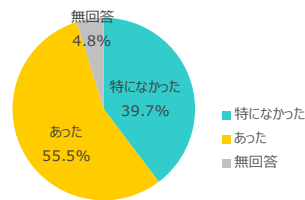
2021 (n=228)		
	回答数	%
a 回数は変わらない	65	28.5%
b 以前より増えた	2	0.9%
c 以前より減った	153	67.1%
無回答	8	3.5%
計	228	100.0%



不参加は、活動自体が中止による不参加が多く、参加であっても参加回数は減少している

③ 自粛生活中、心身の健康状態について、困った事・不安に思った事がありましたか？

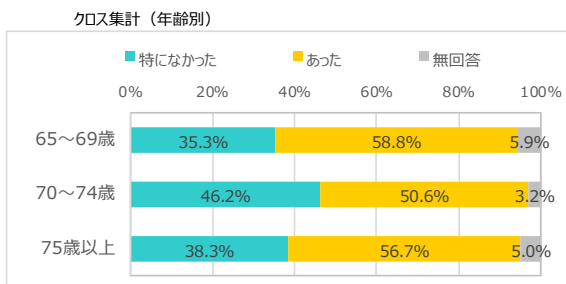
	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 特になかった	239	39.7%	240	41.7%
イ あった	334	55.5%	334	58.0%
無回答	29	4.8%	2	0.3%
計	602	100.0%	576	100.0%



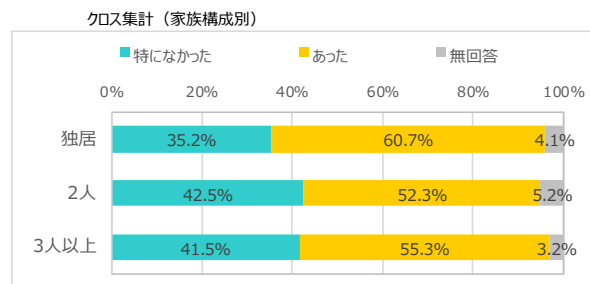
半数以上の55.5%が不安を感じている

クロス集計 (年齢別)	特になかった		あった		無回答		計	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
65~69歳	24	35.3%	40	58.8%	4	5.9%	68	100.0%
70~74歳	73	46.2%	80	50.6%	5	3.2%	158	100.0%
75歳以上	131	38.3%	194	56.7%	17	5.0%	342	100.0%

クロス集計 (家族構成別)	特になかった		あった		無回答		計	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
独居	69	35.2%	119	60.7%	8	4.1%	196	100.0%
2人	130	42.5%	160	52.3%	16	5.2%	306	100.0%
3人以上	39	41.5%	52	55.3%	3	3.2%	94	100.0%



年齢では、65~69歳の割合が高い



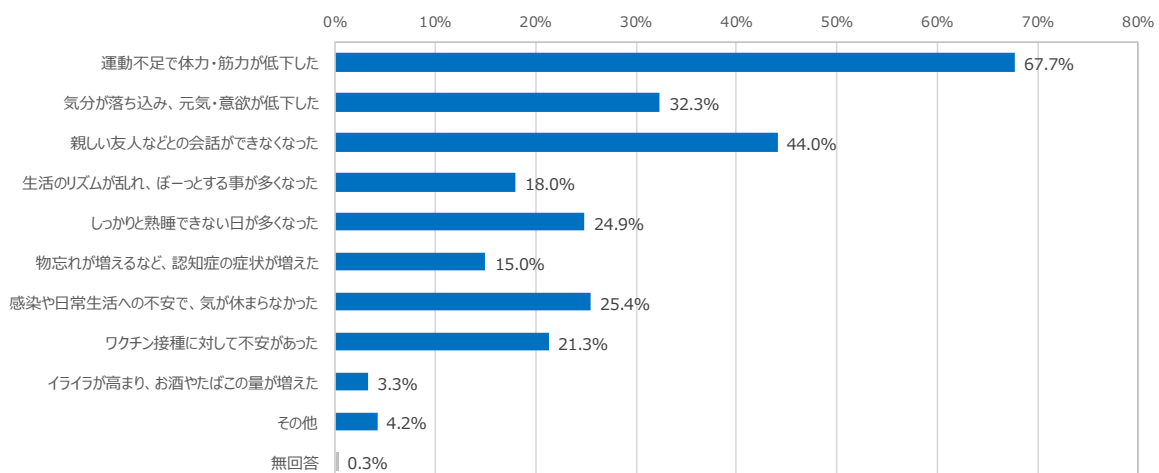
一人暮らしの方が不安を感じている

(心身の状態について困った・不安に思った事「イ.あった」の方のみ) その内容 (複数選択)

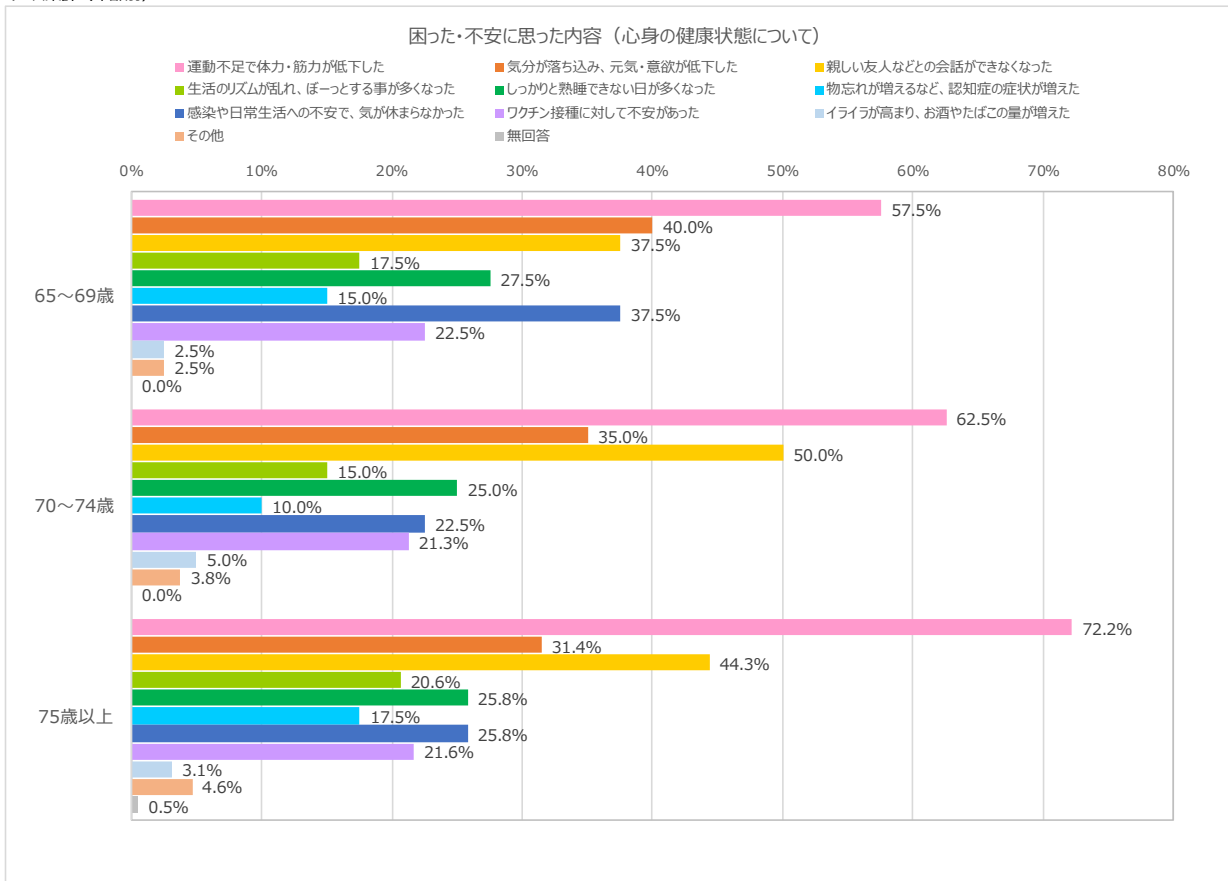
	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
a 運動不足で体力・筋力が低下した	226	67.7%	202	60.5%
b 気分が落ち込み、元気・意欲が低下した	108	32.3%	104	31.1%
c 親しい友人などの会話ができなくなった	147	44.0%	125	37.4%
d 生活のリズムが乱れ、ぼーっとする事が多くなった	60	18.0%	61	18.3%
e しっかりと熟睡できない日が多くなった	83	24.9%	64	19.2%
f 物忘れが増えるなど、認知症の症状が増えた	50	15.0%	33	9.9%
g 感染や日常生活への不安で、気が休まらなかった	85	25.4%	84	25.1%
毎日、新型コロナウイルスのニュースばかりで不安が強まった			191	57.2%
h ワクチン接種に対して不安があった	71	21.3%		
i イライラが高まり、お酒やたばこの量が増えた	11	3.3%	9	2.7%
j その他	14	4.2%	21	6.3%
無回答	1	0.3%	1	0.3%
計	856	256.3%	895	268.0%

※回答「その他」記述一覧B 参照

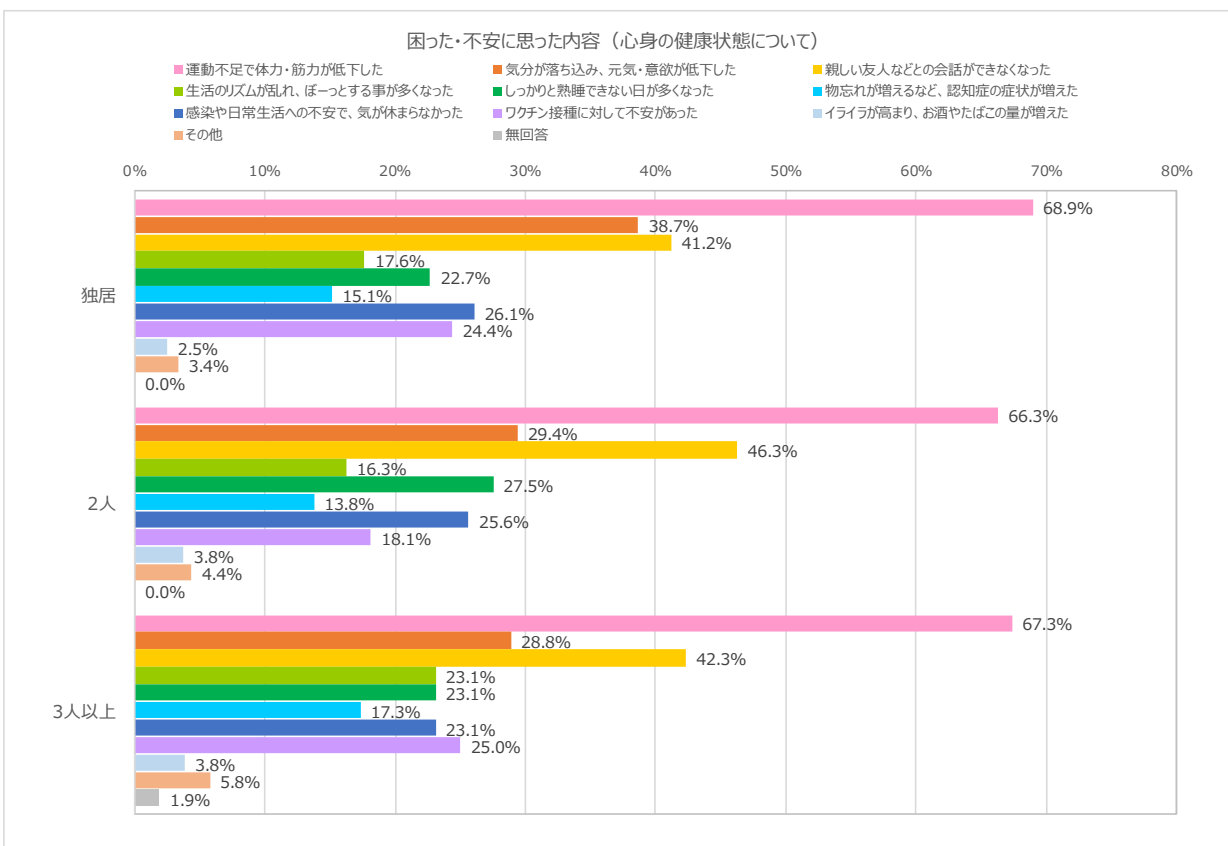
困った・不安に思った内容 (心身の健康状態について)



クロス集計（年齢別）

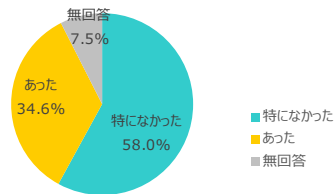


クロス集計（家族構成別）



④ 自粛生活中、日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事がありましたか？

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 特になかった	349	58.0%	344	59.7
イ あった	208	34.6%	227	39.4
無回答	45	7.5%	5	0.9
計	602	100.0%	576	100.0



年齢別では65～69歳が「あった」と多く回答

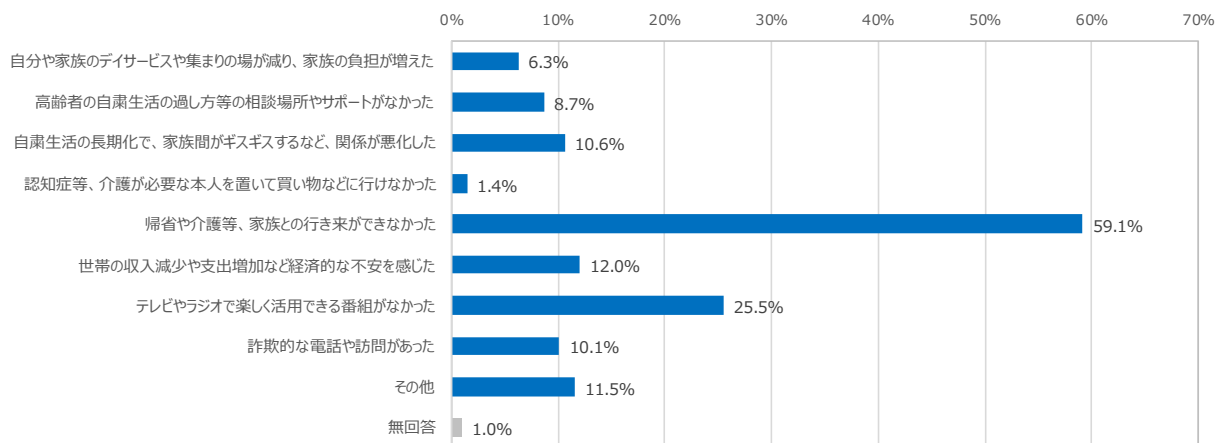
(日常生活や家族間の状況について困った・不安に思った事「イ.あった」の方のみ) その内容 (複数選択)

	2021 (n=208)		2020 (n=227)		
	回答数	%	回答数	%	%
マスクや消毒液などが手に入らず困った			125	55.1	55.1
a 自分や家族のデイサービスや集まりの場が減り、家族の負担が増えた	13	6.3%	10	4.4	4.4
b 高齢者の自粛生活の過し方等の相談場所やサポートがなかった	18	8.7%	13	5.7	5.7
c 自粛生活の長期化で、家族間がギスギスするなど、関係が悪化した	22	10.6%	22	9.7	9.7
d 認知症等、介護が必要な本人を置いて買い物などに行けなかった	3	1.4%	4	1.8	1.8
遠方の家族からのサポート、もしくは遠方の家族へのサポートができなかった			40	17.6	17.6
e 帰省や介護等、家族との行き来ができなかった	123	59.1%			
f 世帯の収入減少や支出増加など経済的な不安を感じた	25	12.0%	16	7.0	7.0
g テレビやラジオで楽しく活用できる番組がなかった	53	25.5%	82	36.1	36.1
h 詐欺的な電話や訪問があった	21	10.1%	3	1.3	1.3
i その他	24	11.5%	27	11.9	11.9
無回答	2	1.0%	2	0.9	0.9
計	304	146.2%	344	151.5	151.5

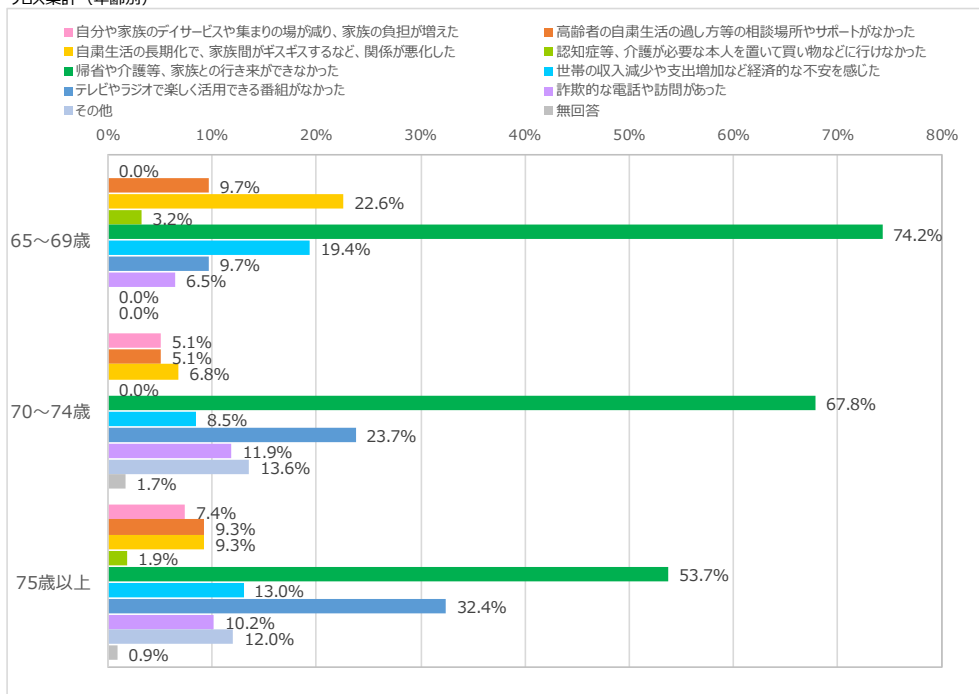
※回答「その他」記述一覧C 参照

hの増加が目立っている

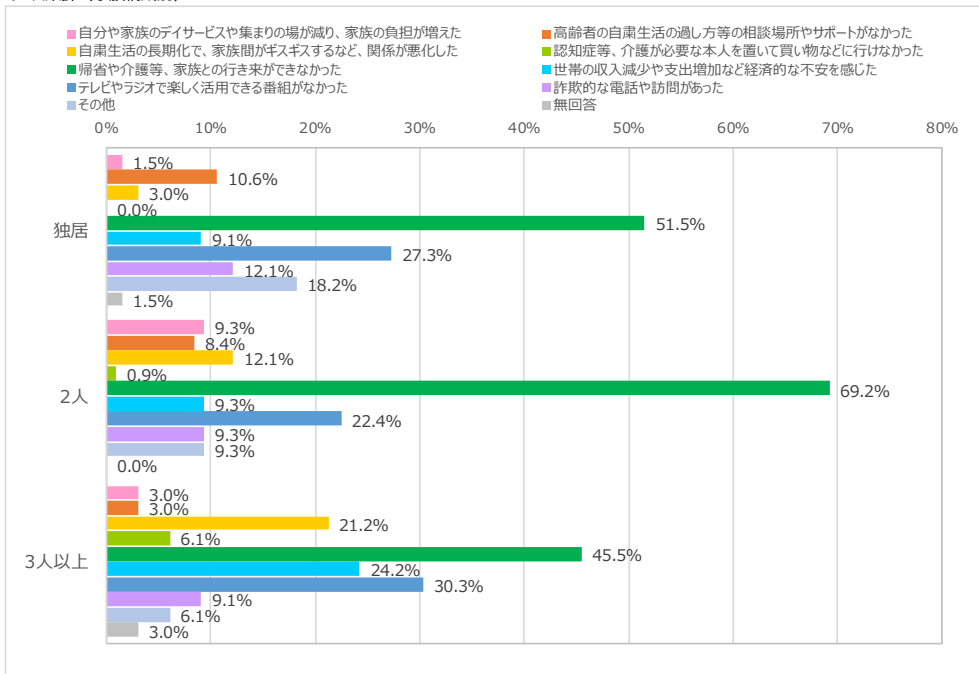
困った・不安に思った内容 (日常生活や家族間の状況について)



クロス集計 (年齢別)

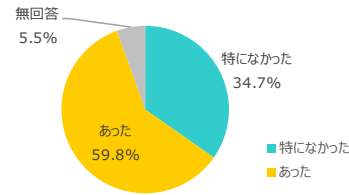


クロス集計（家族構成別）



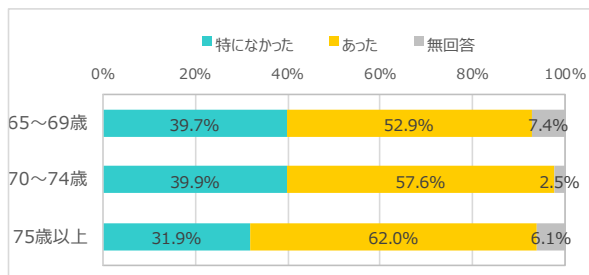
⑤ 自粛による孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫したことはありましたか？

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 特になかった	209	34.7%	207	35.9
イ あった	360	59.8%	365	63.4
無回答	33	5.5%	4	0.7
計	602	100.0%	576	100.0



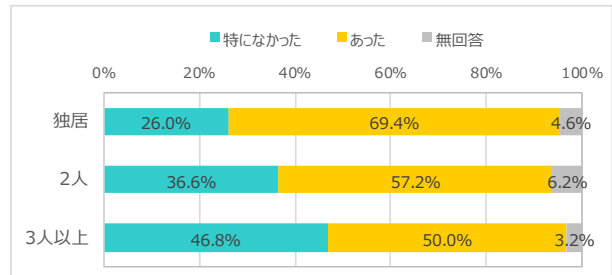
前年度より「あった」の回答は減少

クロス集計（年齢別）



75歳以上及び独居者が「あった」の割合が高い

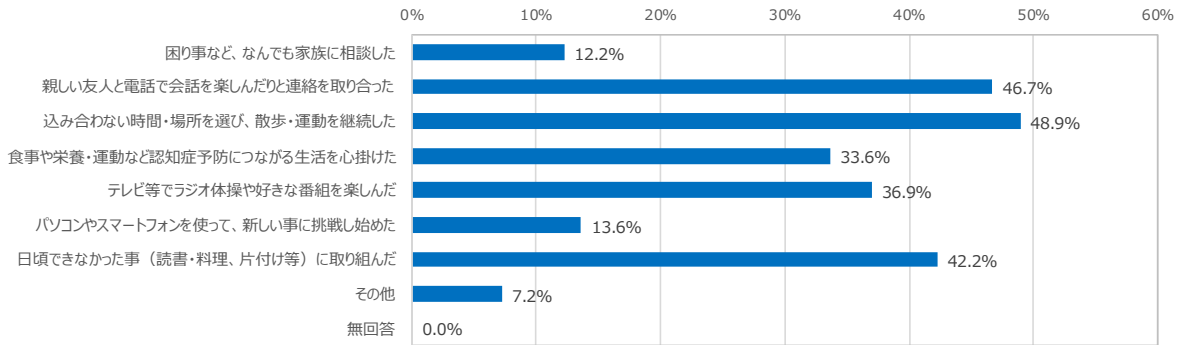
クロス集計（家族構成別）



(自粛による孤立を防ぎ元気な毎日を送るために工夫したこと「イ.あった」の方のみ) その内容 (複数回答)

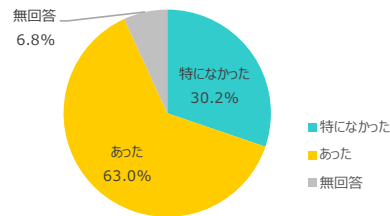
	2021 (n=360)		2020 (n=365)	
	回答数	%	回答数	%
a 困り事など、なんでも家族に相談した	44	12.2%	41	11.2
b 親しい友人と電話で会話を楽しんだりと連絡を取り合った	168	46.7%	151	41.4
c 込み合わない時間・場所を選び、散歩・運動を続けた	176	48.9%	162	44.4
d 食事や栄養・運動など認知症予防につながる生活を心掛けた	121	33.6%	113	31.0
e テレビ等でラジオ体操や好きな番組を楽しんだ	133	36.9%	108	29.6
f パソコンやスマートフォンを使って、新しい事に挑戦し始めた	49	13.6%	51	14.0
g 日頃できなかった事（読書・料理、片付け等）に取り組んだ	152	42.2%	152	41.6
h その他	26	7.2%	38	10.4
無回答	0	0.0%	3	0.8
計	869	241.4%	819	224.4

※回答「その他」記述一覧D 参照



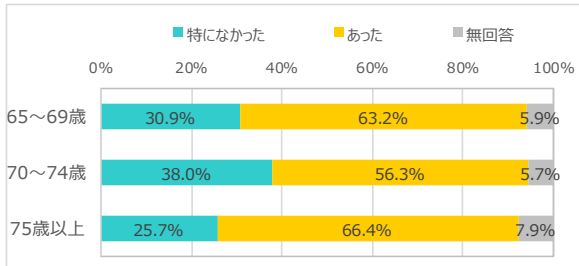
⑥ 自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたことがありましたか？

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 特になかった	182	30.2%	236	41.0
イ あった	379	63.0%	336	58.3
無回答	41	6.8%	4	0.7
計	602	100.0%	576	100.0



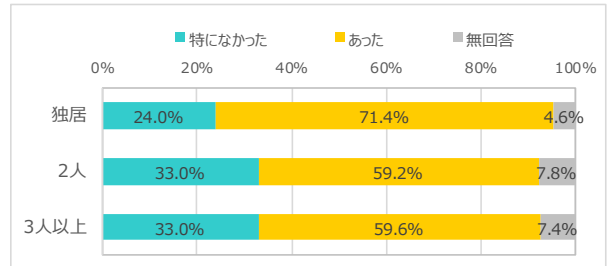
「あった」の回答がわずかだが増加

クロス集計（年齢別）



75歳以上や特に独居者に「あった」の回答割合が高い

クロス集計（家族構成別）

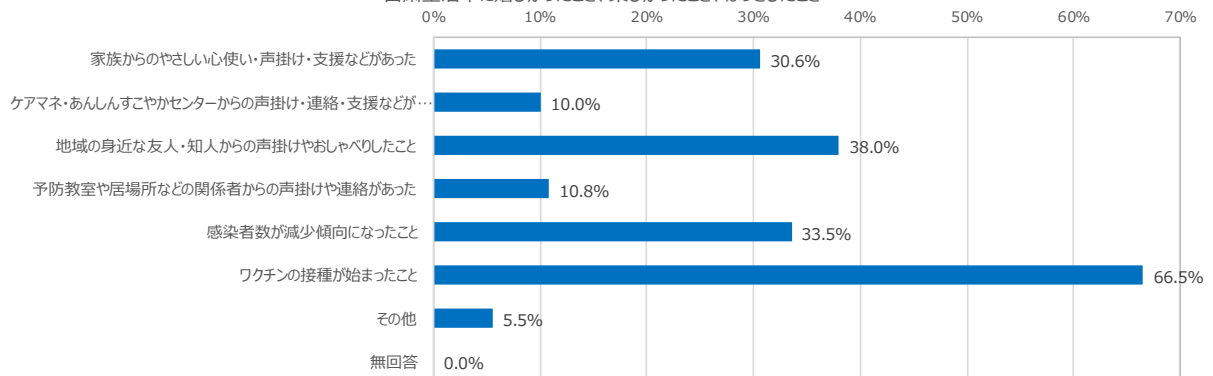


自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたこと「イ.あった」の方のみ）その内容（複数回答）

	2021 (n=379)		2020 (n=336)	
	回答数	%	回答数	%
a 家族からのやさしい心使い・声掛け・支援などがあった	116	30.6%	121	36.0
家族からの買い物・食事などの具体的な手伝い・支援があった			90	26.8
c ケアマネ・あんしんすこやかセンターからの声掛け・連絡・支援などがあった	38	10.0%	58	17.3
d 地域の身近な友人・知人からの声掛けやおしゃべりしたこと	144	38.0%	140	41.7
e 予防教室や居場所などの関係者からの声掛けや連絡があった	41	10.8%	45	13.4
f 感染者数が減少傾向になったこと	127	33.5%	124	36.9
g ワクチンの接種が始まったこと	252	66.5%		
政府からの支援が開始されたこと			59	17.6
h その他	21	5.5%	38	11.3
無回答	0	0.0%	4	1.2
計	739	195.0%	679	202.1

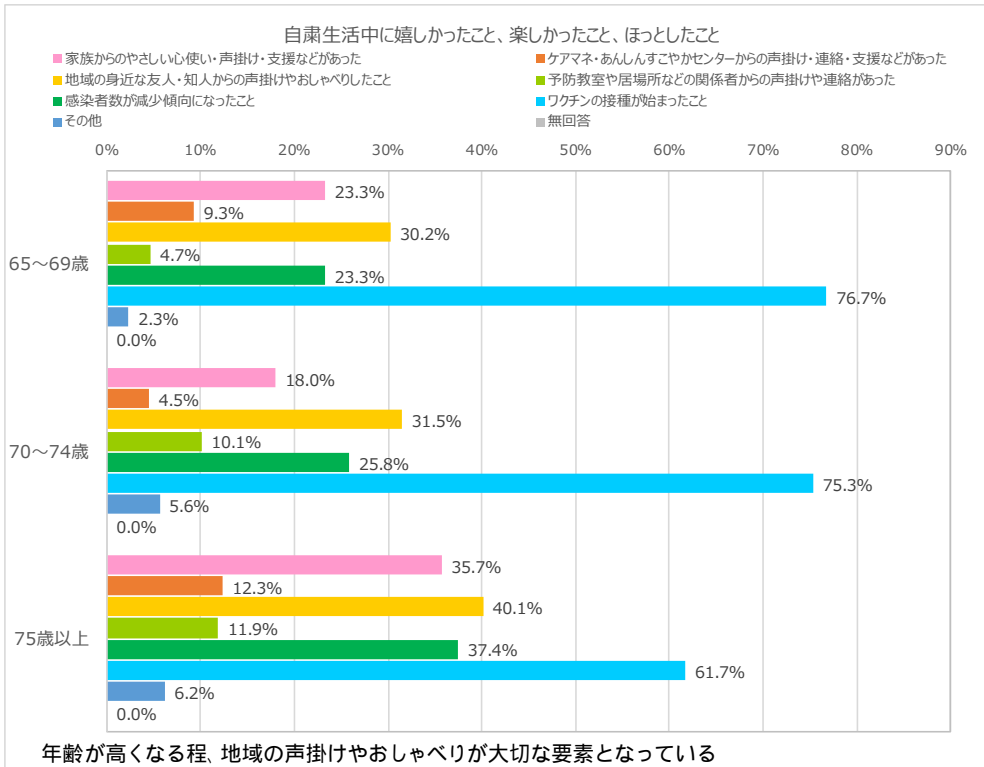
※回答h「その他」記述一覧E 参照

自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたこと

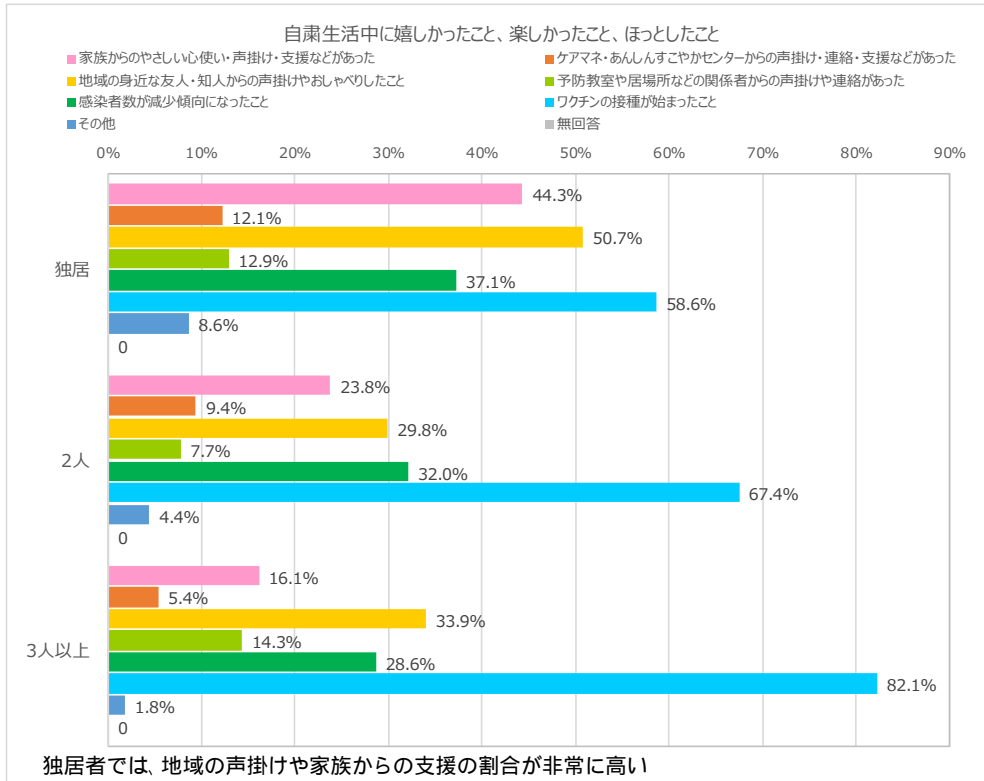


ワクチン接種開始によりほっとしたが突出しているが、「地域の友人・知人からの声掛け」や「家族からの声掛け」は大きい

クロス集計（年齢別）



クロス集計（家族構成別）

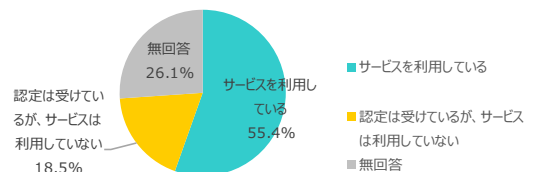


3) 介護サービスの利用について

(要支援・要介護の認定を受けている方のみ回答)

※ 介護認定「イあり」と回答された方

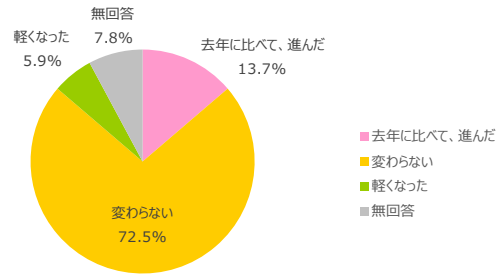
		2021 (n= 92)	
		回答数	%
ア	サービスを利用している	51	55.4%
イ	認定は受けているが、サービスは利用していない	17	18.5%
	無回答	24	26.1%
計		92	100.0%



介護度について（サービスを利用している場合）

		2021 (n= 51)	
		回答数	%
a	去年に比べて、進んだ	7	13.7%
b	変わらない	37	72.5%
c	軽くなった	3	5.9%
	無回答	4	7.8%
計		51	100.0%

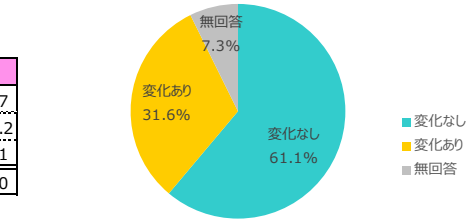
介護度の変化はあまり見られなかった



4) 長期の自粛期間による、心身の健康状態への影響・変化について

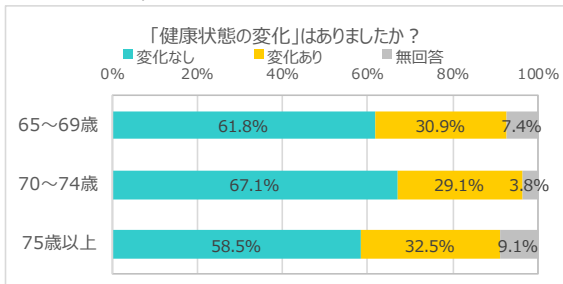
① 「健康状態の変化」はありましたか？

		2021 (N=602)		2020 (N=576)	
		回答数	%	回答数	%
ア	変化なし	368	61.1%	488	84.7%
イ	変化あり	190	31.6%	70	12.2%
	無回答	44	7.3%	18	3.1%
計		602	100.0%	576	100.0%

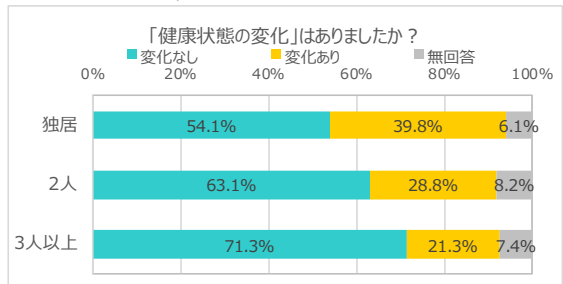


変化ありが前年度より大きく増加

クロス集計（年齢別）



クロス集計（家族構成別）

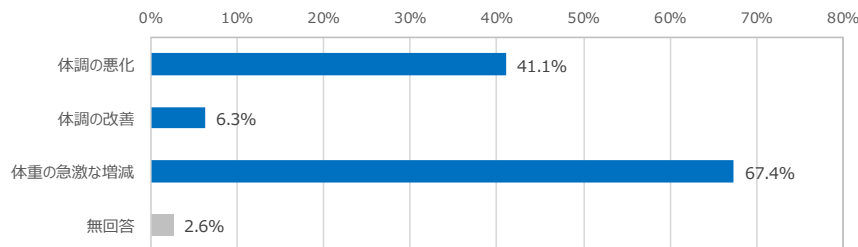


独居者の変化あり割合が高い

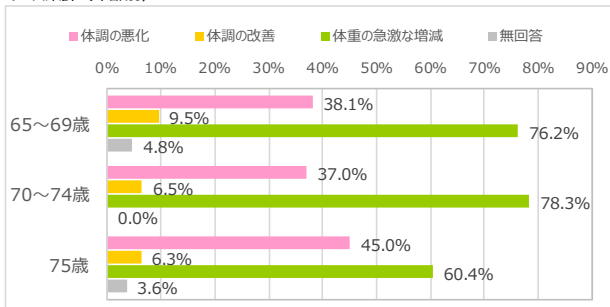
（体調の変化について「イ.変化あり」の方）複数回答

		2021 (n= 190)		2020 (n=70)	
		回答数	%	回答数	%
a	体調の悪化	78	41.1%	66	94.3%
b	体調の改善	12	6.3%	4	5.7%
c	体重の急激な増減	128	67.4%		
	無回答	5	2.6%		
計		223	117.4%	70	100.0%

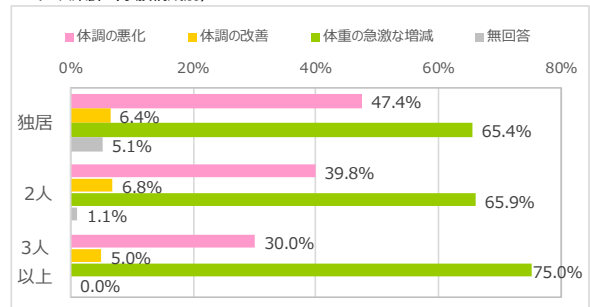
※「今までの病気が悪化」記述一覧F・「新たな病気や症状の出現」記述一覧G 参照



クロス集計（年齢別）

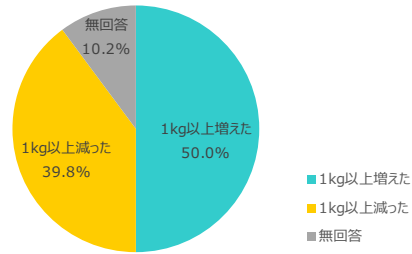


クロス集計（家族構成別）



(体調について「c.体重の急激な増減」に回答された方のみ) 体重の急激な増減について

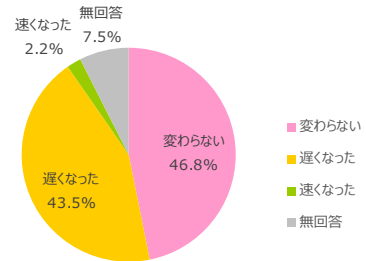
2021 (n= 128)		
	回答数	%
1kg以上増えた	64	50.0%
1kg以上減った	51	39.8%
無回答	13	10.2%
計	128	100.0%



② 「運動能力の変化」はありましたか？

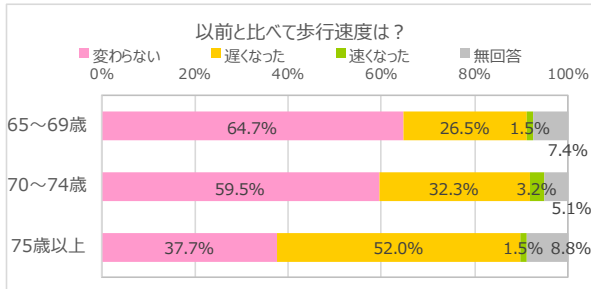
ア 以前と比べて歩行速度は？

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 変わらない	282	46.8%	366	63.5%
イ 遅くなった	262	43.5%	186	32.3%
ウ 速くなった	13	2.2%	6	1.0%
無回答	45	7.5%	18	3.1%
計	602	100.0%	576	100.0%

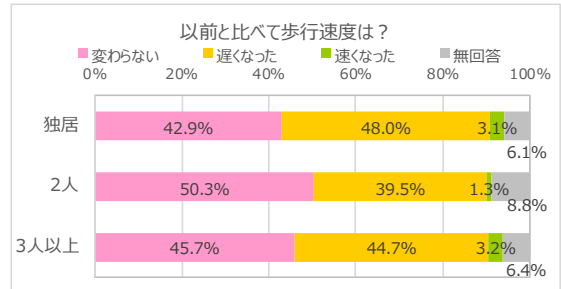


前年度より変化なしは減少し、遅くなった割合が増加

クロス集計 (年齢別)



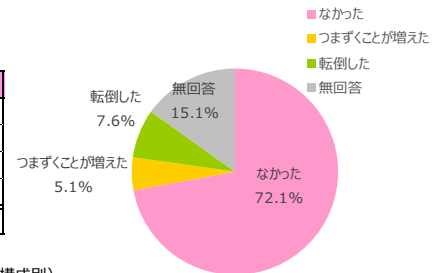
クロス集計 (家族構成別)



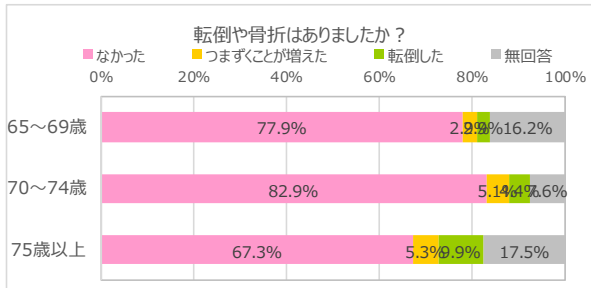
歩行速度が遅くなった割合は、75歳以上、及び独居者が高い

イ 転倒や骨折はありましたか？

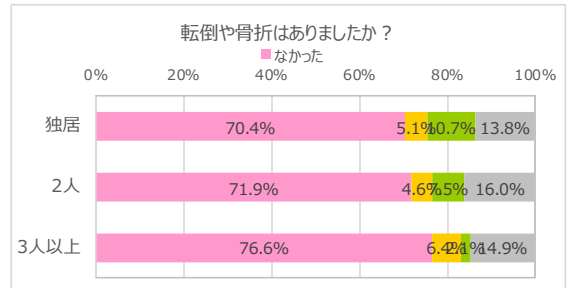
	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
a なかった	434	72.1%	512	88.9%
b つまづくことが増えた	31	5.1%	17	3.0%
c 転倒した	46	7.6%	27	4.7%
無回答	91	15.1%	20	3.5%
計	602	100.0%	576	100.0%



クロス集計 (年齢別)

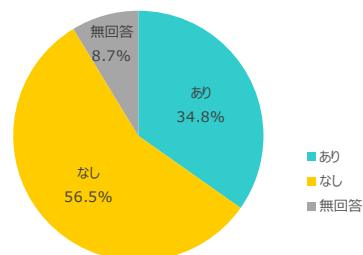


クロス集計 (家族構成別)



(転倒骨折について「c.転倒した」と回答された方のみ) 骨折について

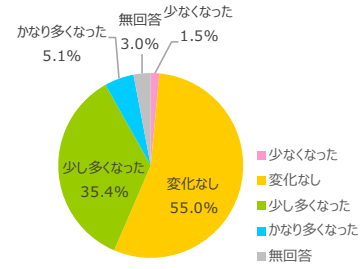
2021 (n=46)		
	回答数	%
あり	16	34.8%
なし	26	56.5%
無回答	4	8.7%
計	46	100.0%



転倒した人の3分の1が骨折

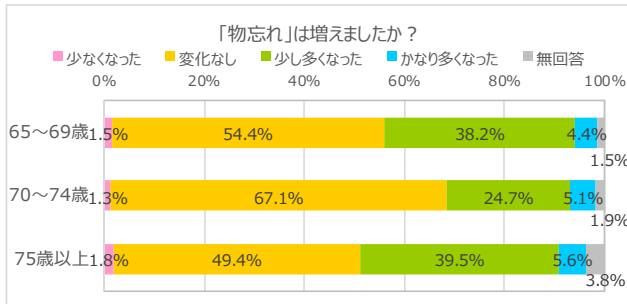
③ 「物忘れ」は増えましたか？

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 少なくなった	9	1.5%	10	1.7%
イ 変化なし	331	55.0%	400	69.4%
ウ 少し多くなった	213	35.4%	140	24.3%
エ かなり多くなった	31	5.1%	11	1.9%
無回答	18	3.0%	15	2.6%
計	602	100.0%	576	100.0%

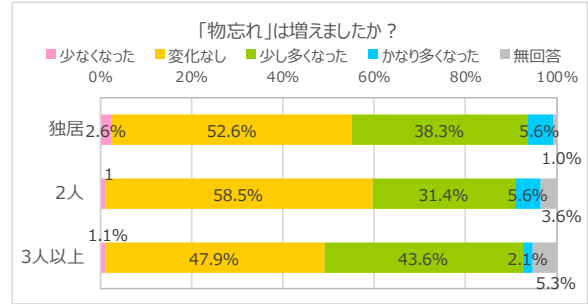


物忘れが多くなった(少し・かなり)回答割合は前年度より増加

クロス集計 (年齢別)

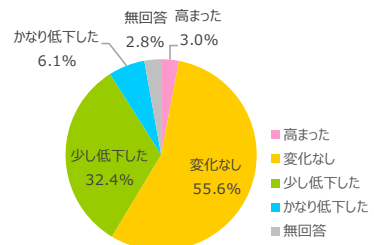


クロス集計 (家族構成別)



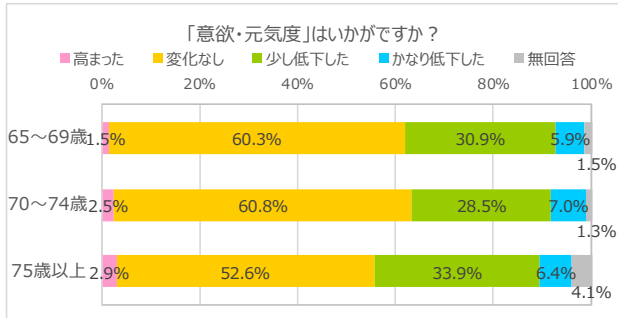
④ 「意欲・元気度」はいかがですか？

	2021 (N=602)		2020 (N=576)	
	回答数	%	回答数	%
ア 高まった	18	3.0%	26	4.5%
イ 変化なし	335	55.6%	355	61.6%
ウ 少し低下した	195	32.4%	157	27.3%
エ かなり低下した	37	6.1%	23	4.0%
無回答	17	2.8%	15	2.6%
計	602	100.0%	576	100.0%

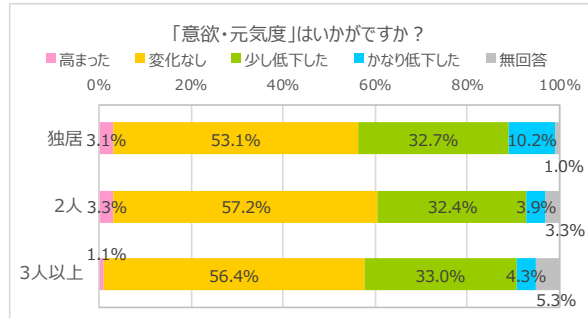


低下した(少し・かなり)回答割合は前年度より増加

クロス集計 (年齢別)



クロス集計 (家族構成別)

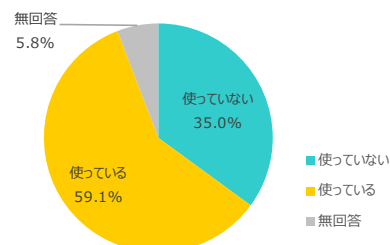


5) 自粛期間中のスマートフォンやインターネット使用について

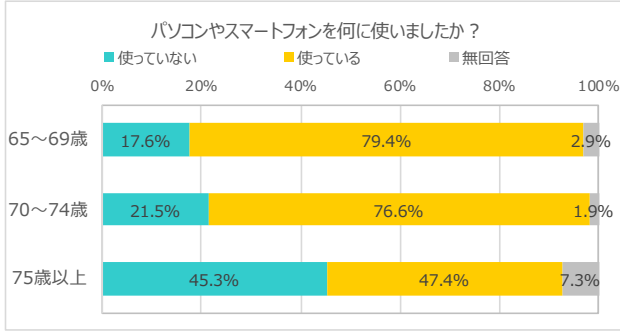
① パソコンやスマートフォンを何に使いましたか？

	2021 (N=602)	
	回答数	%
ア 使っていない	211	35.0%
イ 使っている	356	59.1%
無回答	35	5.8%
計	602	100.0%

使っている割合が前年度より増加



クロス集計（年齢別）

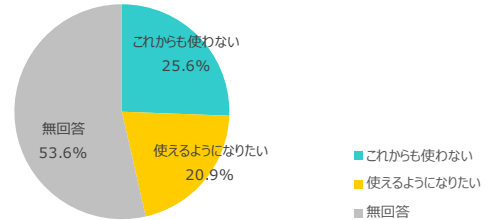
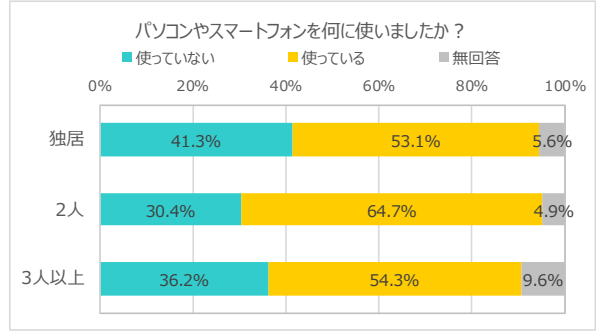


65～74歳では、75%以上が使用している

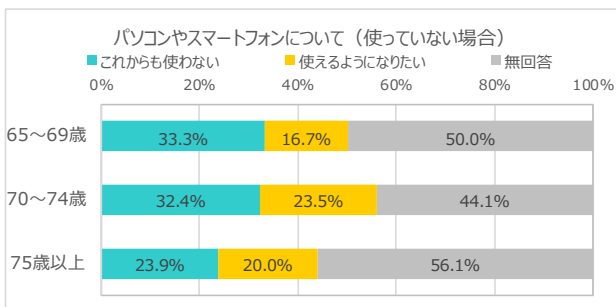
使っていない場合

		2021 (n=211)	
		回答数	%
a	これからは使わない	54	25.6%
b	使えるようになりたい	44	20.9%
	無回答	113	53.6%
	計	211	100.0%

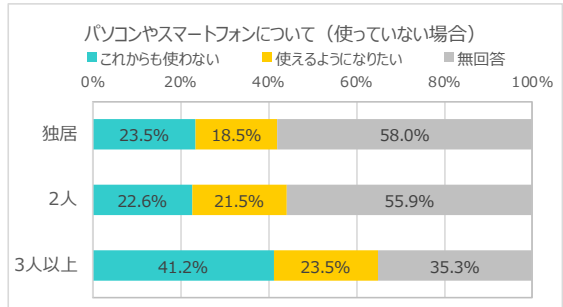
クロス集計（家族構成別）



クロス集計（年齢別）



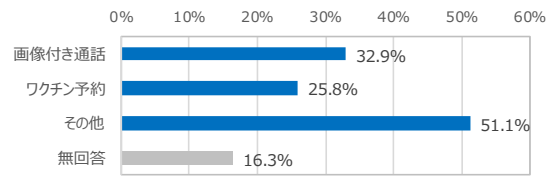
クロス集計（家族構成別）



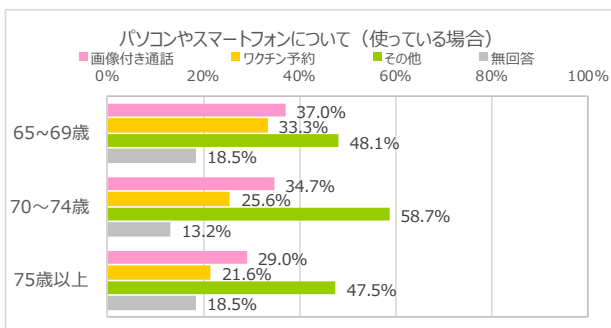
使っている場合（複数回答）

		2021 (n=356)	
		回答数	%
a	画像付き通話	117	32.9%
b	ワクチン予約	92	25.8%
c	その他	182	51.1%
	無回答	58	16.3%
	計	449	126.1%

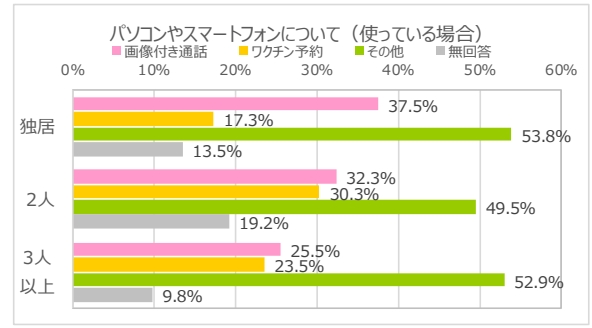
※回答「その他」記述一覧H 参照（ネットニュース、LINE、ゲームなど）



クロス集計（年齢別）



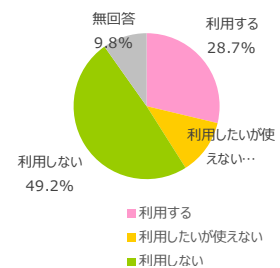
クロス集計（家族構成別）



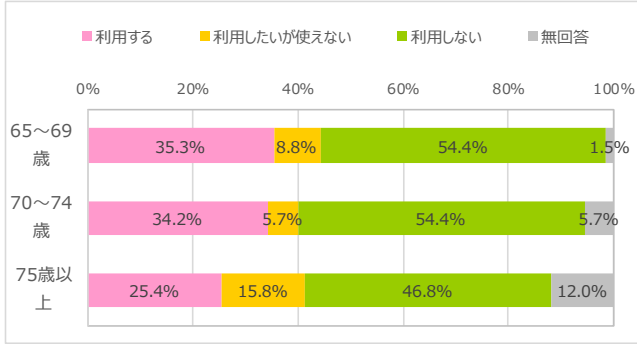
② パソコンやスマートフォンで 認知症予防講座や運動講座の動画があれば利用しますか？

		2021 (N=602)		2020 (N=576)	
		回答数	%	回答数	%
ア	利用する	173	28.7%	123	21.4%
イ	利用したいが使えない	74	12.3%	81	14.1%
ウ	利用しない	296	49.2%	345	59.9%
	無回答	59	9.8%	27	4.7%
	計	602	100.0%	576	100.0%

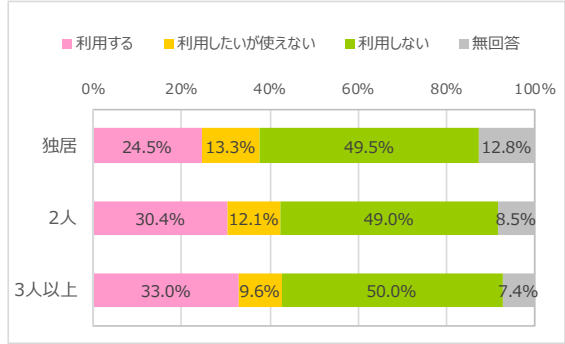
動画講座の利用希望は増加



クロス集計（年齢別）



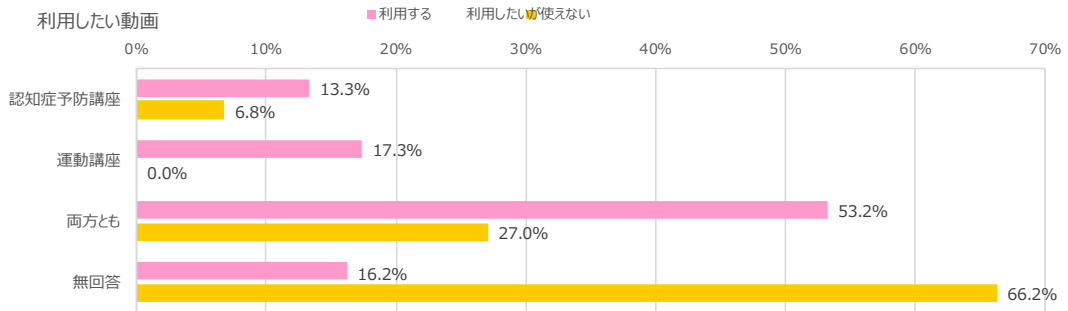
クロス集計（家族構成別）



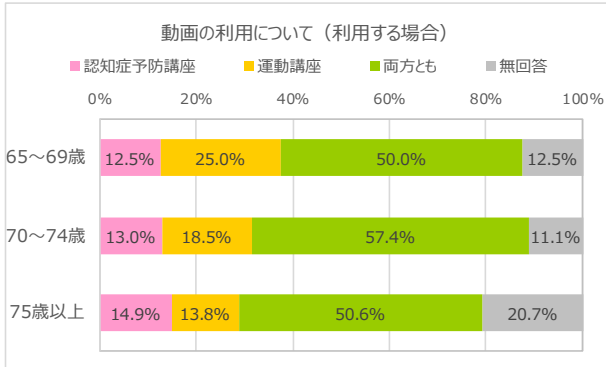
(ア.利用する、イ.利用したいが使えない、と答えた方のみ)

	2021 (n=173)		2021 (n=74)		2021 (n=247)		
	利用する		利用したいが使えない		合計		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	%
a 認知症予防講座	23	13.3%	5	6.8%	28	11.3%	11.3%
b 運動講座	30	17.3%	0	0.0%	30	12.1%	12.2%
c 両方とも	92	53.2%	20	27.0%	112	45.4%	45.3%
無回答	28	16.2%	49	66.2%	77	31.2%	31.2%
計	173	100.0%	74	100.0%	247	100.0%	100.0%

利用希望者の半数が両講座と回答

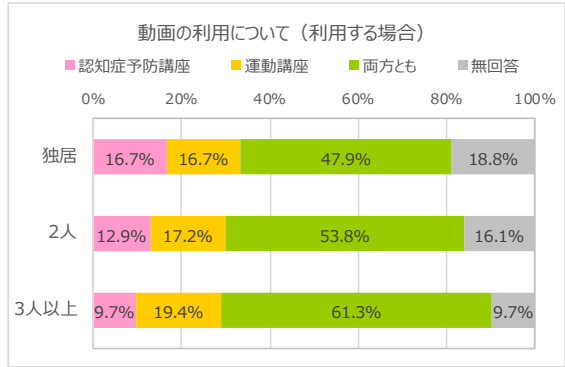


クロス集計（年齢別）



認知症予防講座は年齢が高くなる程、
運動講座は逆に年齢が低いほど希望割合が多くなっている

クロス集計（家族構成別）



独居の方が認知症予防講座を希望

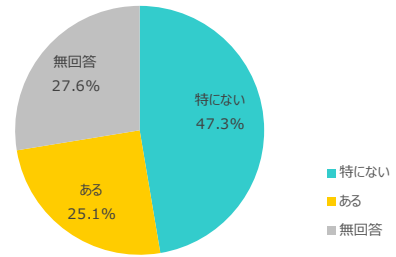
6) その他

あなたの地域にこんなものがあつたらいいな、こんな地域になってほしいな、と思うものはありますか？

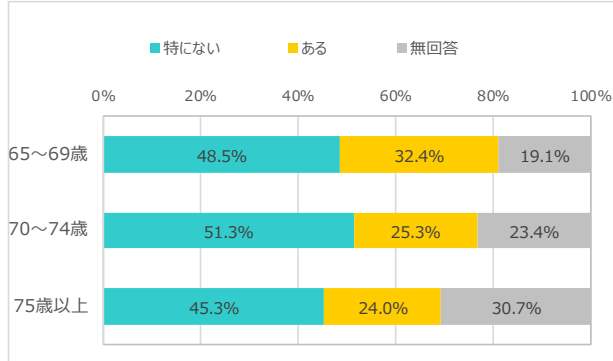
2021 (N=602)

	回答数	%
ア 特にない	285	47.3%
イ ある	151	25.1%
無回答	166	27.6%
計	602	100.0%

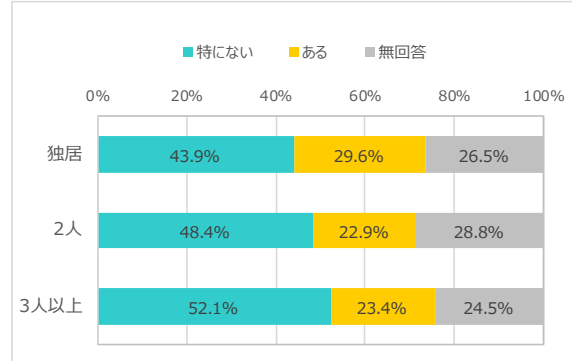
※自由記載参照



クロス集計 (年齢別)



クロス集計 (家族構成別)

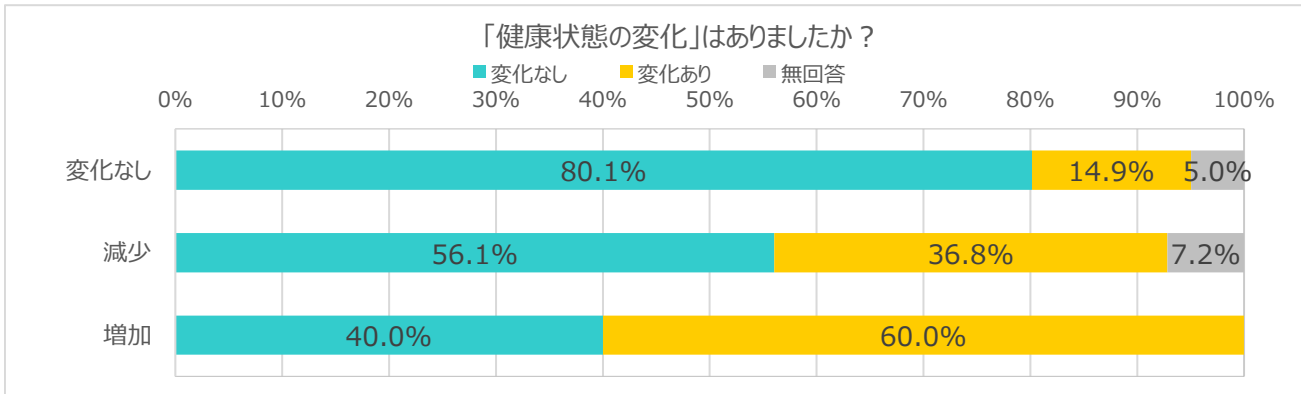


自由記載では、「土地的・人的な環境の改善」、「自由に使える場所」、「参加しやすいイベントや教室」、「高齢になっても活躍できる居場所」を希望

4) 長期の自粛期間による、心身の健康状態への影響・変化について

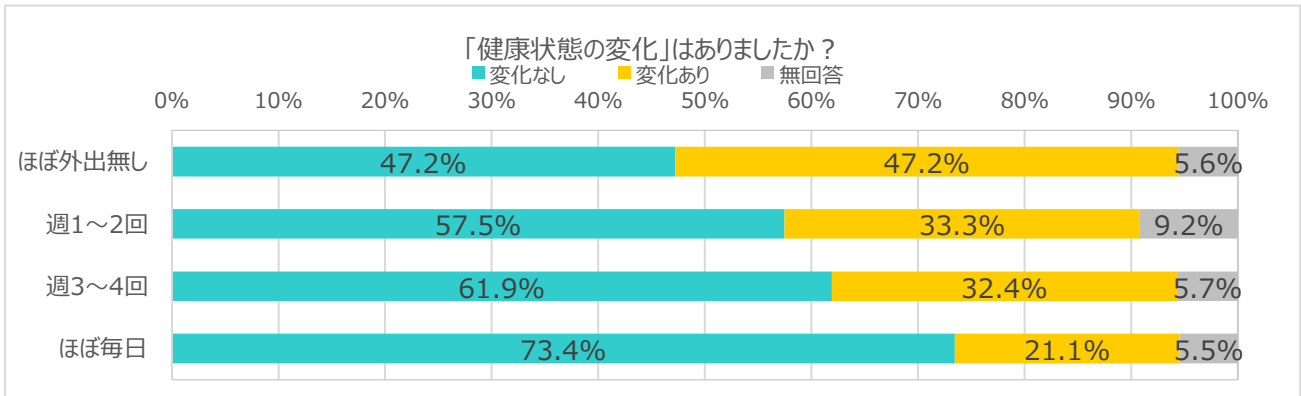
4)①「健康状態の変化」はありましたか？

2)①-1自粛期間中の外出頻度（コロナウイルスが流行する前と比べて）



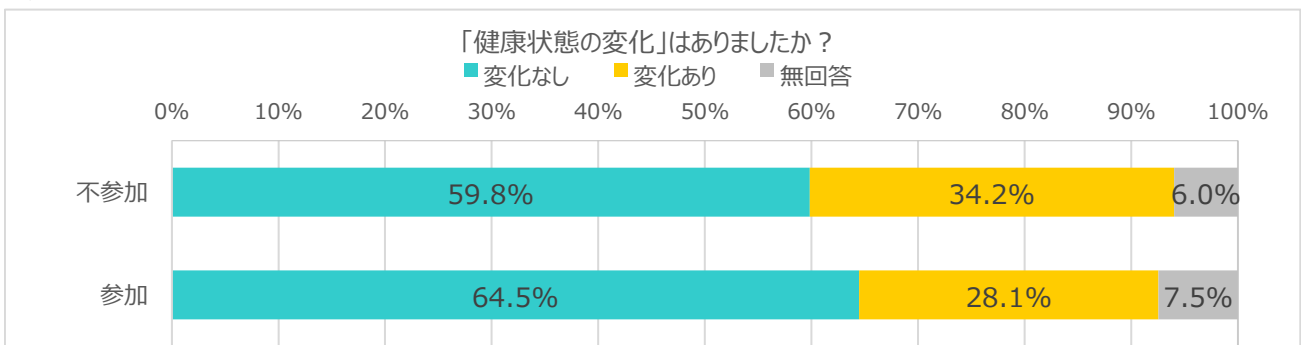
外出頻度が減少した人は、外出頻度変化なし14.9%に対して36.8%が健康状態に変化ありと回答

2)①-2 自粛期間中の外出回数（コロナウイルスが流行する前と比べて）



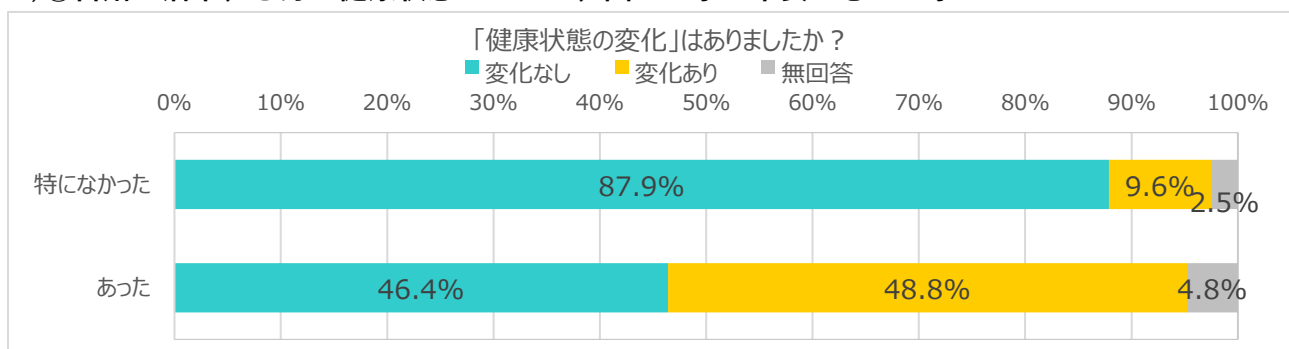
ほぼ外出無しの人は、健康状態の変化あり・なしがほぼ半数ずつ、外出回数が増加するとともに健康状態の変化ありは減少

2)②自粛期間中の居場所やサークル活動などの参加



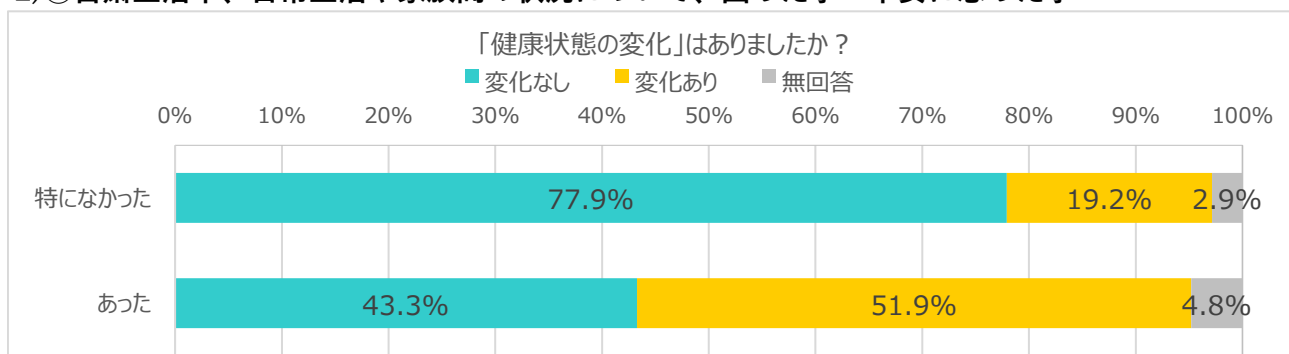
居場所やサークル活動に参加した人の方がやや健康状態の変化が少ない

2)③自粛生活中、心身の健康状態について、困った事・不安に思った事



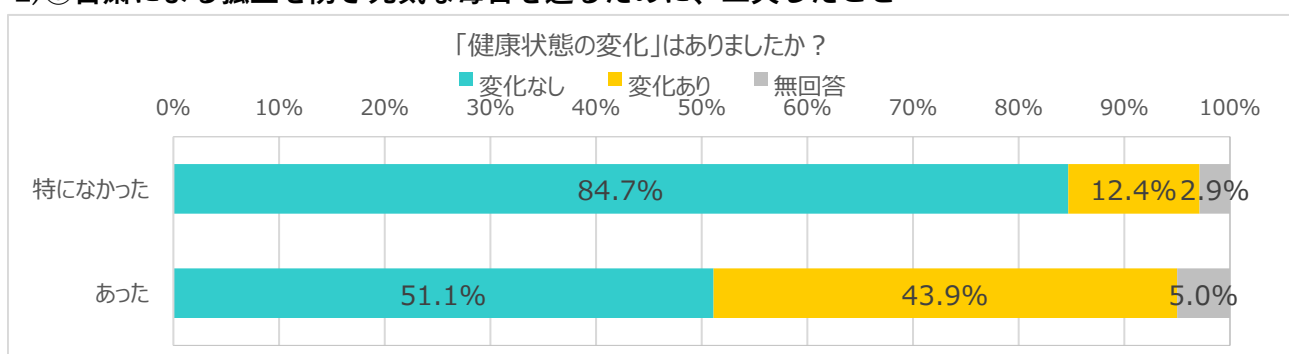
心身の健康状態に困ったこと・不安があった人は、なかった人の9.6%に対して、約半数の48.8%が健康状態に変化があったと回答

2)④自粛生活中、日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事



日常生活や家族間で困ったこと・不安があった人は、なかった人の19.2%に対して51.9%の人に体調の変化があったと回答

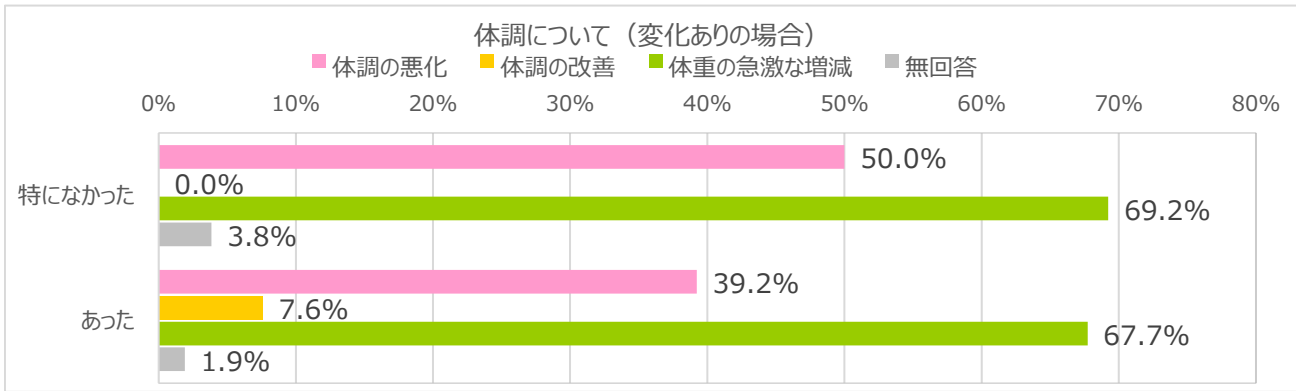
2)⑤自粛による孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫したこと



孤立を防ぎ元気な毎日を送るための工夫をした人は、特にしなかった人12.4%に対して、43.9%の人が健康状態に変化があったと回答

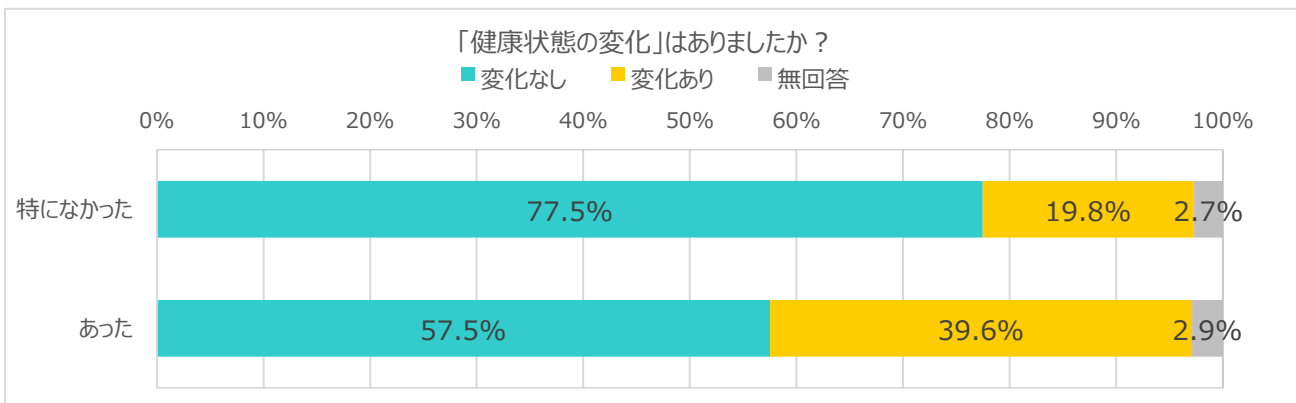
体調変化を感じることで、元気に過ごすための努力をしているのか？

4) ①～④×2) ①～⑥クロス集計評価

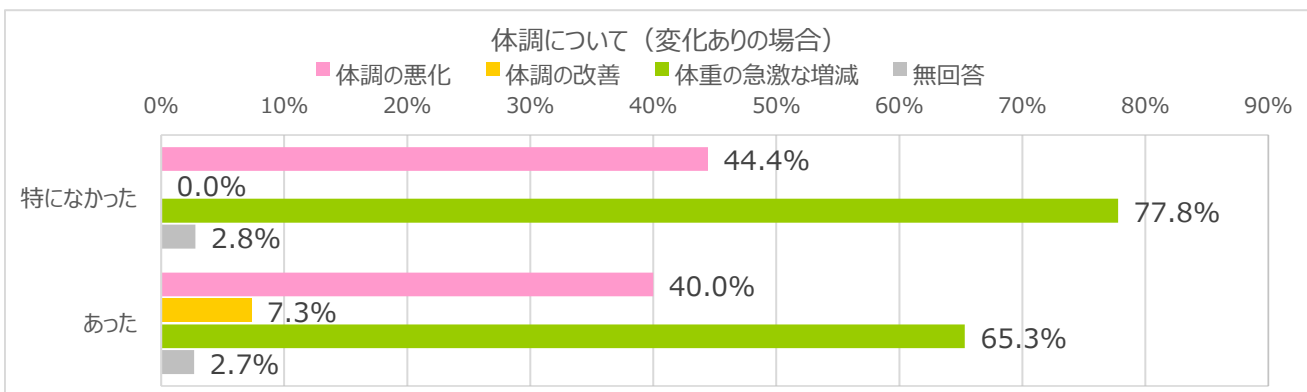


体調に変化のあった人で元気に過ごすための工夫をした人の場合、体調が改善した人も見られた

2)⑥自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたこと



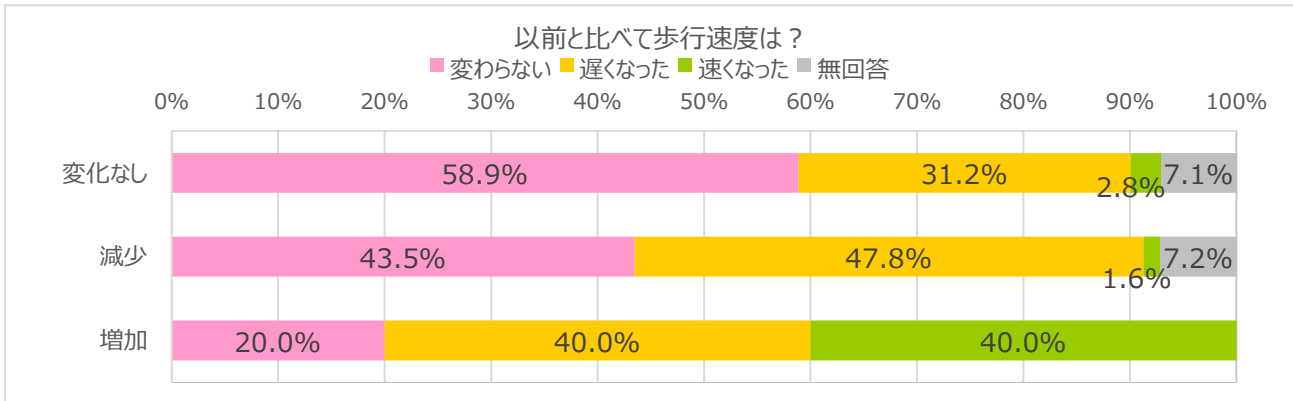
嬉しいこと・楽しいことなどがあった人は、特になかった人19.8%に対して、39.6%の人が体調の変化があったと回答



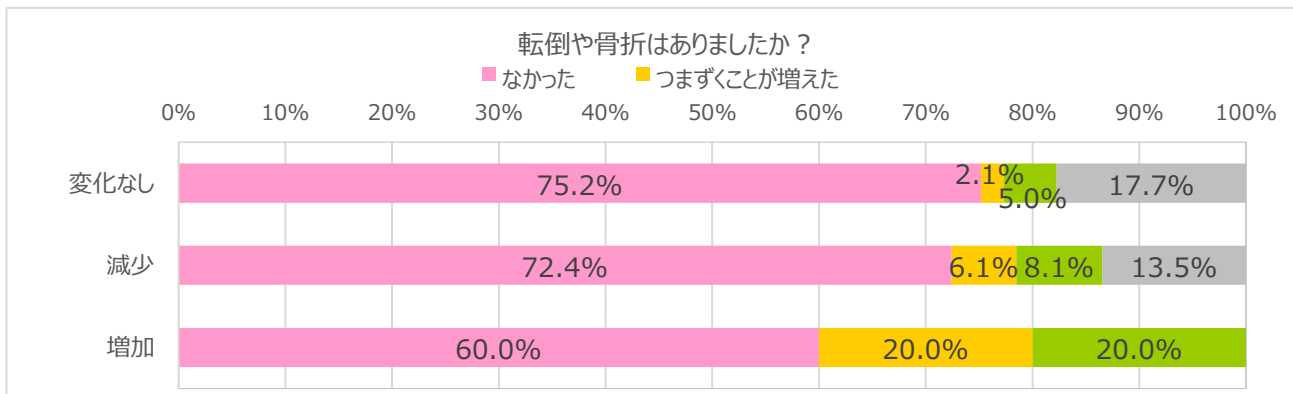
体調に変化があった人で、嬉しいこと・楽しいことなどがあった人には体調が改善した人も見られた

4)②「運動能力の変化」はありましたか？ 歩行速度・転倒骨折

2)①-1自肅期間中の外出頻度（コロナウイルスが流行する前と比べて）



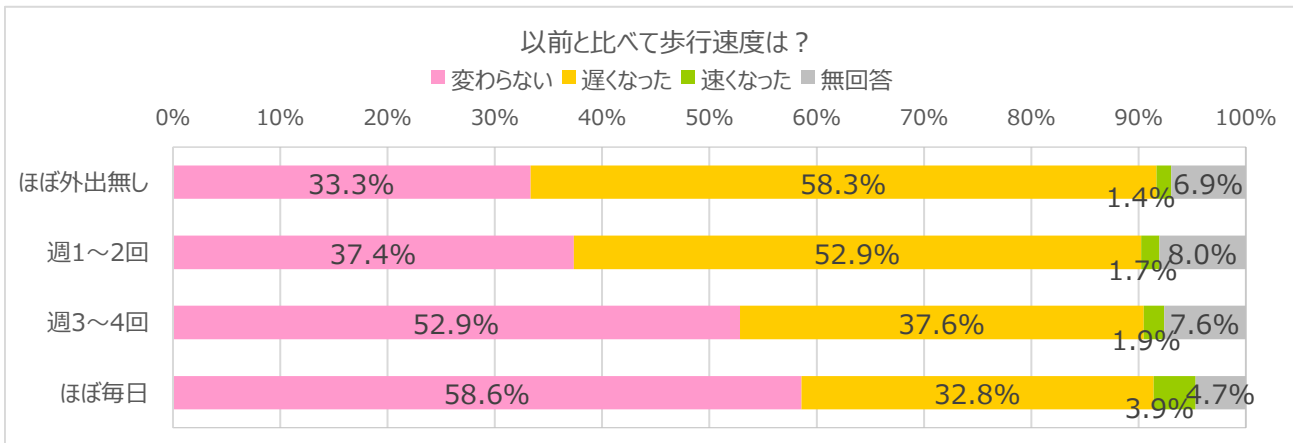
外出頻度が減少した人は、外出頻度に変化にない人が31.2%に対して、47.8%が歩行速度が遅くなったと回答



(増加回答はサンプル数が少なく評価除外)

外出頻度が減少した人は、つまずき・転倒が外出頻度変化なしの2倍

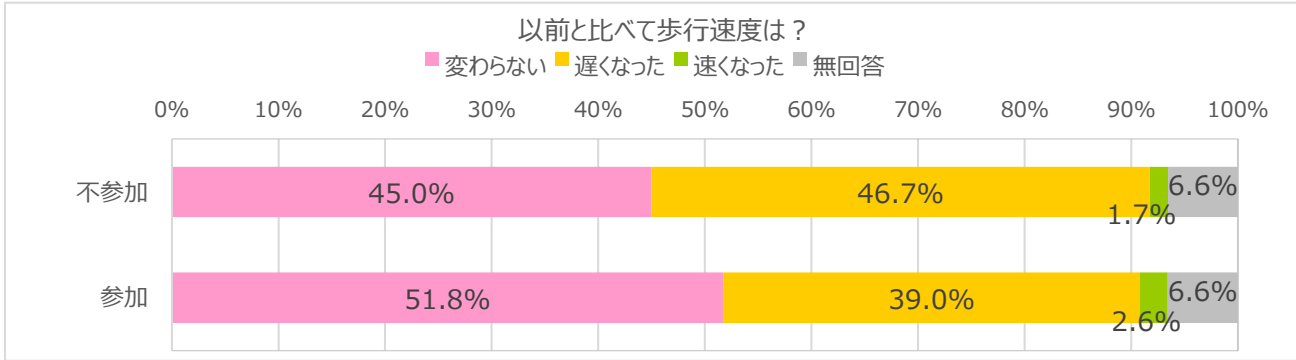
2)①-2 自肅期間中の外出回数（コロナウイルスが流行する前と比べて）



外出ほぼ無し・1～2回の人50%強が歩行速度が遅くなったと回答

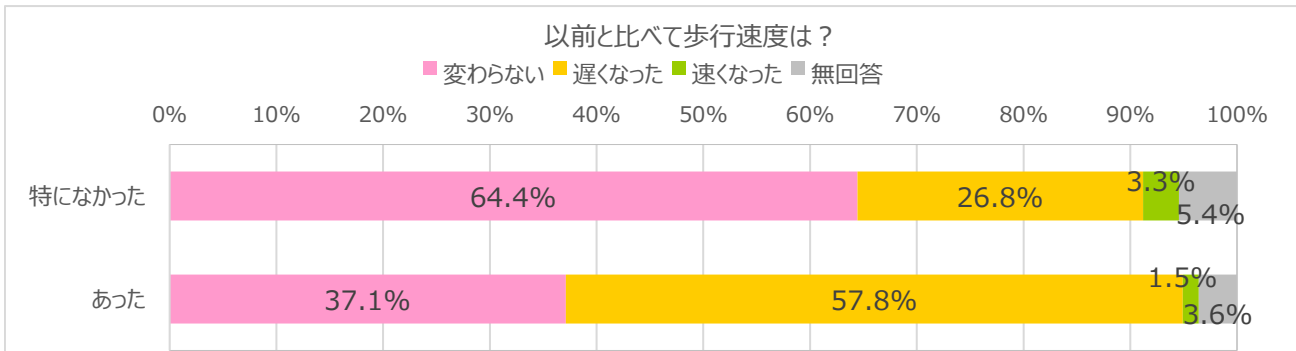
外出回数の少ない人ほど、遅くなったの回答割合が高い

2)②自肅期間中の居場所やサークル活動などの参加

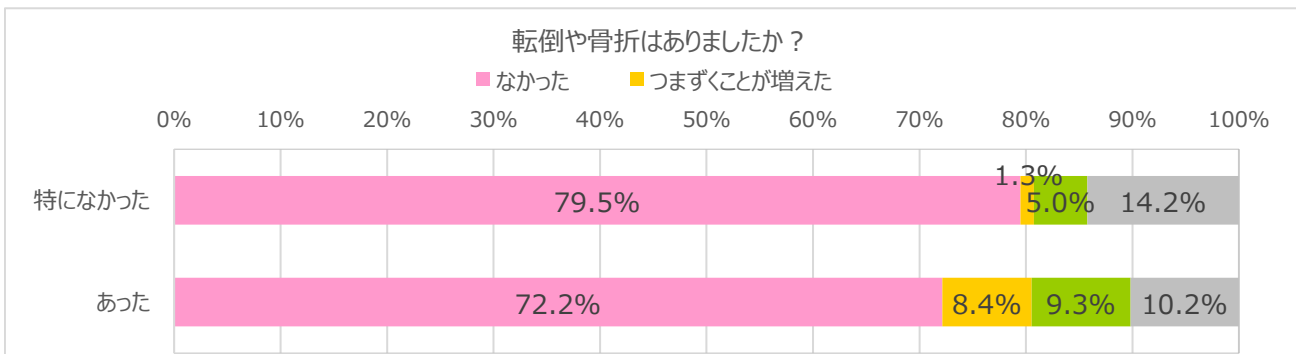


居場所やサークル活動に参加していない人の方が歩行速度が遅くなったの回答割合がやや高い

2)③自肅生活中、心身の健康状態について、困った事・不安に思った事

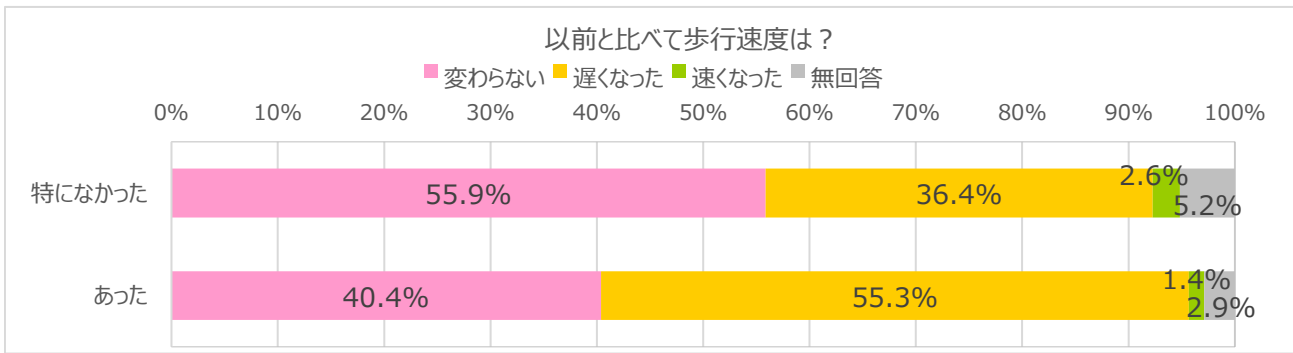


心身の健康状態に困ったこと・不安があった人は、特になかった人26.8%に対して2倍の57.8%の人が歩行速度が遅くなったと回答

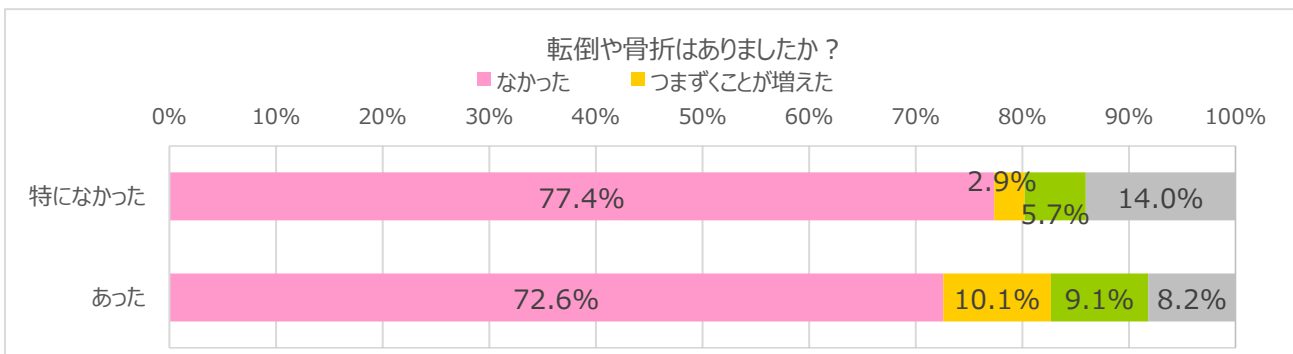


心身の健康状態に困ったこと・不安があった人の方が、つまずきや転倒も多い傾向にある

2)④自粛生活中、日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事



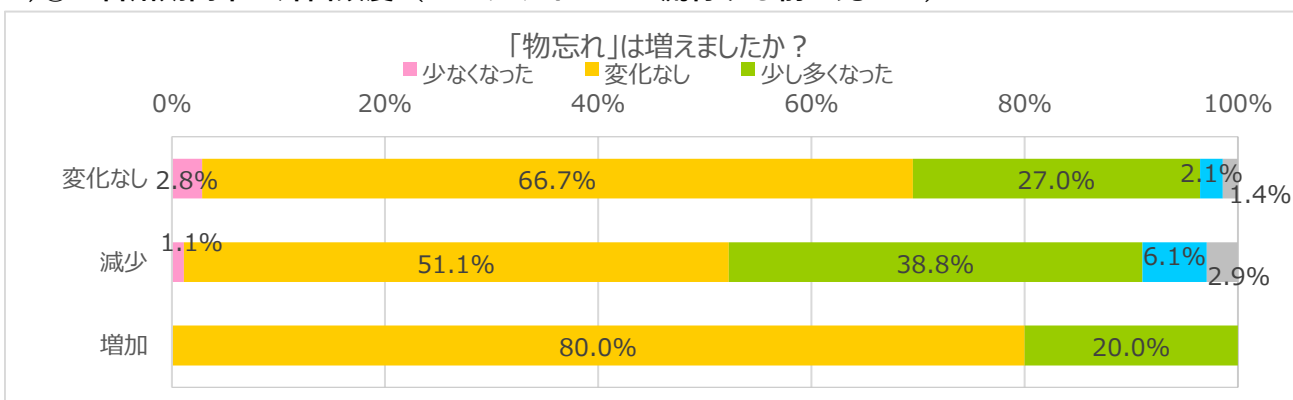
日常生活や家族間に困ったこと・不安があった人は、なかった人の36.4%に対して55.3%が歩行速度が遅くなったと回答



日常生活に困ったこと・不安があった人の方が、つまづきや転倒が多い傾向にある

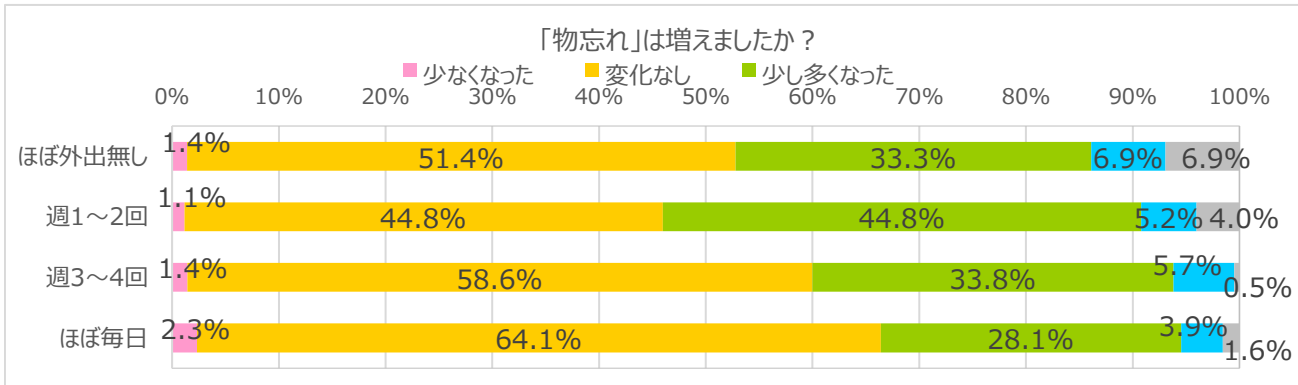
③「物忘れ」は増えましたか？

2)①-1自粛期間中の外出頻度（コロナウイルスが流行する前と比べて）



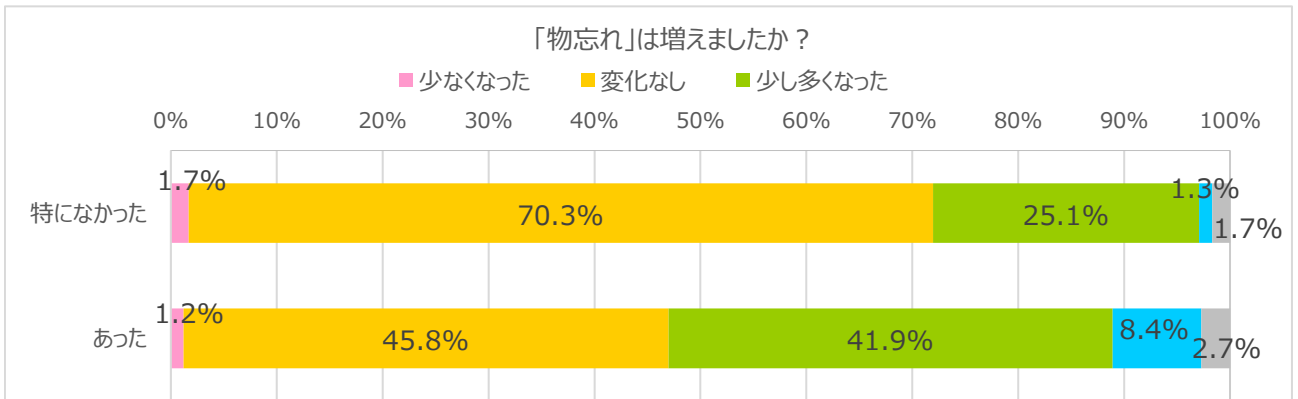
外出頻度が減少した人は、変化なしの人29.1%（少し・かなり）に対して44.9%が物忘れ（少し・かなり）が多くなったと回答

2)①-2 自粛期間中の外出回数（コロナウイルスが流行する前と比べて）



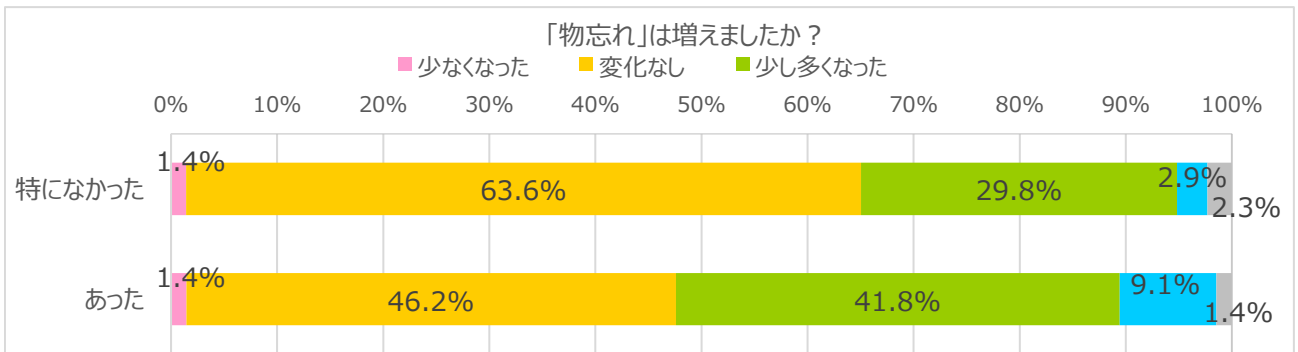
外出週1～2回の方は、他の回数（なし・3回以上）よりやや物忘れが多くなったと回答

2)③自粛生活中、心身の健康状態について、困った事・不安に思った事



心身の健康状態について困ったこと・不安があった人は、特になかった人の26.4%（少し・かなり）に対して、2倍の50.3%が物忘れ（少し・かなり）が多くなったと回答

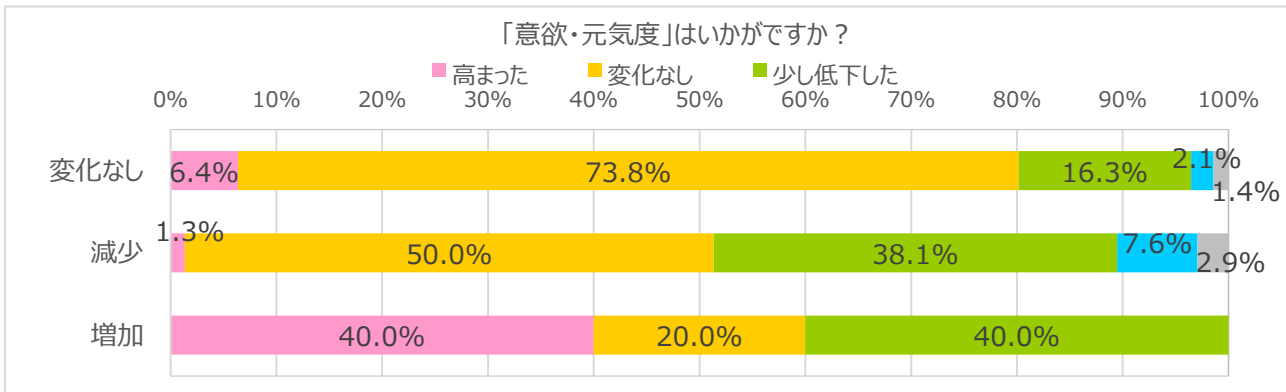
2)④自粛生活中、日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事



日常生活や家族間に困ったこと・不安があった人は、特になかった人32.7%（少し・かなり）に対して50.9%の人が物忘れ（少し・かなり）が多くなったと回答

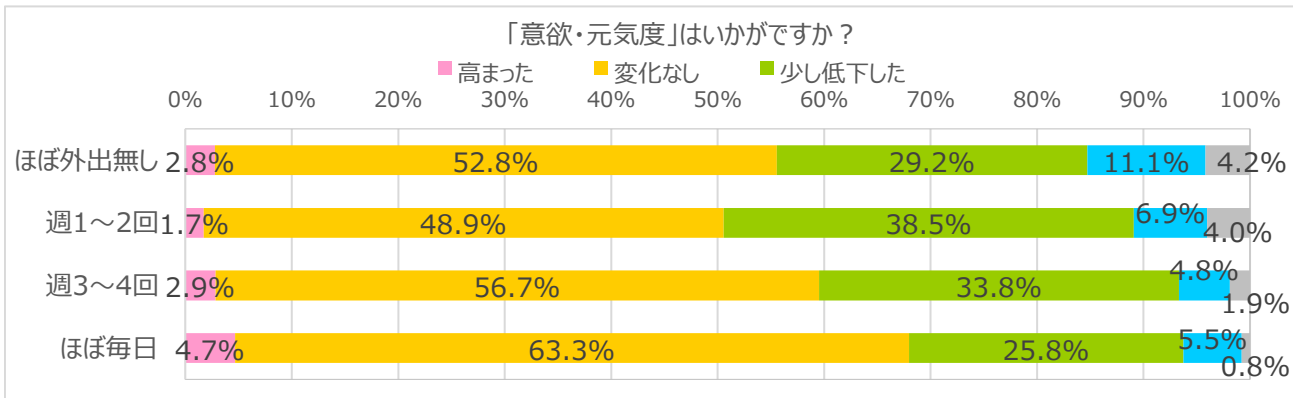
④「意欲・元気度」はいかがですか？

2)①-1自粛期間中の外出頻度（コロナウイルスが流行する前と比べて）



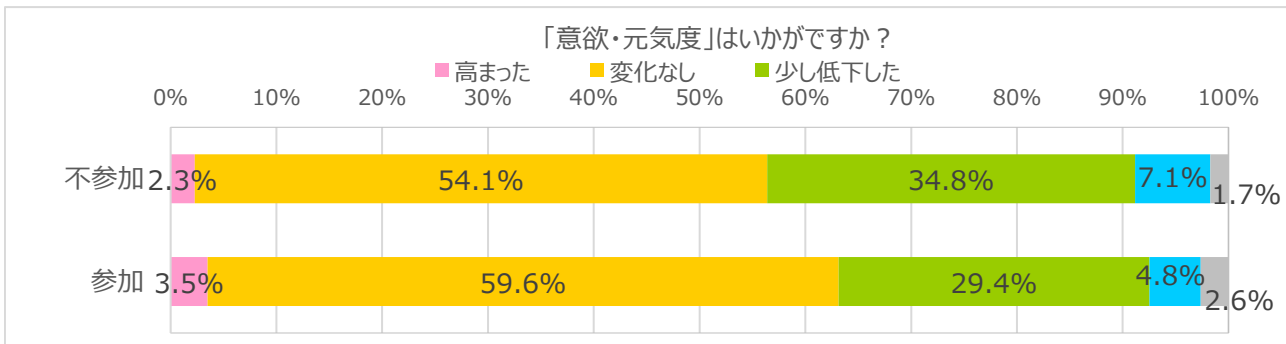
外出頻度が減少した人は、変化のない人18.4%（少し・かなり）に対して45.7%と2.5倍 意欲・元気度（少し・かなり）が低下したと回答

2)①-2 自粛期間中の外出回数（コロナウイルスが流行する前と比べて）



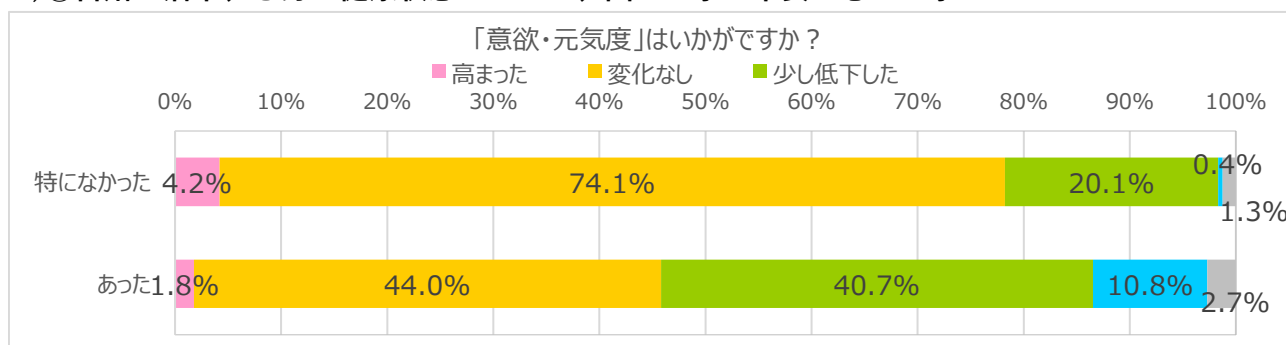
外出回数週1～2回の方は、他の回数（なし・3回以上）の人よりも意欲・元気度が低下がやや多い
ほぼ毎日外出している人は意欲・元気度の変化は無く高まった人も見られる

2)②自粛期間中の居場所やサークル活動などの参加



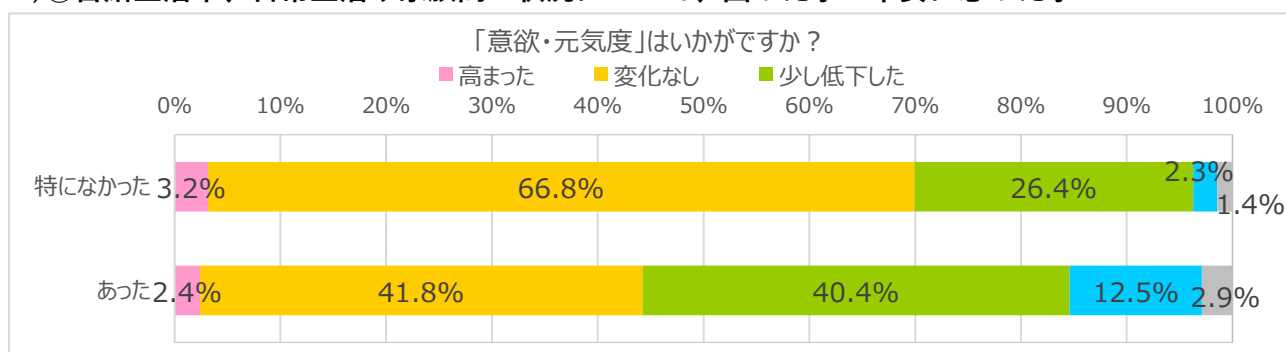
居場所・サークル活動に参加していない人は、参加している人34.2%（少し・かなり）低下したのに対して41.9%意欲・元気度（少し・かなり）低下したと回答

2)③自肅生活中、心身の健康状態について、困った事・不安に思った事



心身の健康状態に困ったこと・不安があった人は、なかった人20.5%（少し・かなり）低下したのに対して51.5%と2.5倍の人が意欲・元気度が低下（少し・かなり）したと回答

2)④自肅生活中、日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事



日常生活や家族間に困ったこと・不安があった人は、なかった人28.7%（少し・かなり）に対して、52.9%が意欲・元気度（少し・かなり）が低下したと回答

アンケートの結果から見えてきたもの

※ 1)～6)は、アンケート項目と合わせています。

1)【基本調査】

- ・居住地：神戸市 59% 356人 神戸市以外 40.7% 245人
(前回調査比較 神戸市内 13ポイント 91人 増加)
- ・年齢：前期高齢者(65～74才) 37.5% 226人
後期高齢者(75才以上) 56.8% 342人
(前回調査比較 前期高齢者 2.3ポイント 3人 減少)
- ・性別：男性 27.6% 166人
女性 69.4% 418人
(前回調査比較 男性 4.7ポイント 20人 減少
女性 5.3ポイント 49人 増加)
- ・家族構成：独居 32.6% 196人
2人 50.8% 306人
3人以上 15.6% 94人
(前回調査比較 独居 3.3ポイント 27人 増加)
- ・所属団体：自治会 45.2% 272人
老人会 19.8% 119人
その他団体・サークルなど 32.7% 197人
(前回調査比較 自治会 10.5ポイント 72人 増加
老人会 5.2ポイント 32人 増加
サークルは 3.9ポイント 31人 増加)
- ・介護認定：介護認定無し 83.2% 501人
介護認定あり 15.3% 92人
(前回調査比較 認定無し 6.3ポイント 58人 増加
認定あり 6.1ポイント 31人 減少)

2) 【感染予防の為の自粛生活の過ごし方】

①外出頻度・外出理由

感染予防の為に求められた自粛生活について、約74%（446人）が外出頻度減少と回答した。

外出理由は「買い物」・「通院」「散歩」が前回同様に1・2・3位を占めた。

前回調査より「通院」9.5ポイント（68人）、「運動」9.2ポイント（58人）「会合」8.7ポイント（54人）、「買い物」6.9ポイント（59人）の順に増加。

②居場所やサークル活動への参加

不参加が58.3% 351人で、参加は37.9% 228人、独居の方の参加率が43.4% 85人と一番高かった。不参加の理由は活動中止が43.9% 154人で、自主的に休んだが9.7% 34人であった。

③自粛生活中の心身の健康状態について、困った事・不安に思った事について

自粛期間中「心身の健康について困った事・不安になった事」があった人は、55.5%（334人）。内容1位は67.7%（226人）「運動不足で筋力が低下した」、2位は44%（147人）「親しい友人等との会話ができなくなった」、3位は32.3%（108人）「気分が落ち込み元気・意欲が低下した」、その他「しっかり熟眠できない日が多くなった」があった。

④元気な生活を送る為に工夫・自粛生活中に嬉しかった・、楽しかったこと

「元気な生活を送る為に工夫したこと」内容1位は「込み合わない時間・場所を選び散歩・運動をした」49%（176人）、2位は「親しい友人と電話で会話を楽しんだ」46.7%（168人）、3位は「日頃できなかったことに取り組んだ」で42.2%（152人）であった。

⑤自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたこと

「自粛生活中に嬉しかったこと・楽しかったこと・ほっとしたこと」内容の1位は、「ワクチンの接種が始まった事」66.5%（252人）、2位は「地域の身近な友人・知人からの声掛けやおしゃべりしたこと」38%（144人）、3位は「感染者数が減少傾向になった事」33.5%（127人）であった。

ワクチン接種開始によりほっとしたが突出しているが、次に「地域の身近な友人からの声掛け」や「家族からの声掛け」の選択が多く見られた。

年齢が高くなるほど、地域の声掛けやおしゃべりが大切な要素となっており、独居者では、地域の声掛けや家族からの支援の割合が高くなっている。

4) 長期の自粛期間による健康状態の変化

①健康状態の変化

健康状態に変化があった人は、31.6%（190人）で、前回調査の12.2%（70人）を大きく上回っている。

独居者の人は39.8%と変化ありの割合が高かった。

変化の内容では、体重の急激な増減は67.4%（128人）と最も多かった。

②運動能力の変化

歩行速度が遅くなった人は43.5%（262人）で、前回調査の32.3%（186人）より11.2ポイント増加した。75才以上及び独居者の増加割合が多い。

③物忘れの変化

「物忘れ」が、「多くなった（少し・かなり）」人は40.5%（244人）で、前回調査の26%（151人）より14.5ポイント（94人）増加した。

70～74才（29.8%）、2人世帯（36%）は物忘れを感じている人の割合が低かった。

④意欲・元気度

「意欲元気度が低下した（少し・かなり）」と感じた人は38.5%（232人）で前回調査の31.3%（180人）より7.2ポイント（52人）増えた。

5) インターネットの利用

自粛期間中、59.1%（356人）が利用し、前回調査の21%（118人）より38.1ポイント（238人）と大幅に増加した。

年代別では、65才～74才の前期高齢者で75%以上の方が使用し大幅に増えている。

6) あなたの地域にあったらいい、こんな地域になってほしいこと

「地域的・人的な環境の改善」、「自由に使える場所」、「参加しやすいイベントや教室」、「高齢になっても活躍できる居場所」等の希望が出された。

今後の課題

新型コロナウイルス感染症予防の為に自粛生活が2年となる中、2020年度に引き続き、「長期の自粛生活が高齢者にもたらしたものは何か」アンケートの2回目を実施した。

今回のアンケートでは、外出頻度が減少した人が増加し、又その状態が長期に及んだ為2020年度のアンケートと比べて、更に健康障害が広がっている事が明らかとなった。

2020年度調査（自粛期間3か月後の調査）では、介護サービスを受けていない、主に前期高齢者の人たちが地域の居場所などの高齢者の交流の場が閉ざされたため、一気に行き場を失い、社会的に孤立・閉じこもりの状態に追い込まれ、目に見えないところで複合的に健康障害が起こっていたため、『感染予防を基本にしながらも、人との交流・社会参加の機会を早期に復活・開設していきましょう』と呼びかけてきたが、居場所の活動の再開・開設は低迷しており、高齢者の健康障害がさらに進んでいる状況にある。

高齢者一人一人の社会参加への一歩をどう進めるのか、居場所の再開をどう進められるのかが課題であるが、個人や1団体だけでは限界があると感じている。

個人も団体も、身近な人や団体の経験・活動に学びながら取り組んでいく事が重要だと感じている。

今後の活動の取り組み

2020年度の第1回のアンケート後、私たちは以下の様な取り組みを発信した。

『感染予防対策を徹底しながら高齢者が健康で元気な毎日の生活を送る為、「交流と社会参加の居場所の活動」の早期再開・開設に向けて、地域住民と地域に関わる行政・専門職等が共に考え、取り組む活動を進めましょう。』

しかし、この1年自粛期間は更に長期に及び、居場所・交流の場の再開・開設は思うように進まないだけでなく、居場所の運営団体の体制や活動はほぼ半減する状況となっている。

今後は、高齢者の一人一人や各居場所の運営団体だけでなく、身近な人や他団体の経験や活動に学ぶ・繋がる活動を重視し、以下の様な取り組みを進めていく。

- ① 「アンケートの結果」と「予防と共に人との交流・社会参加の重要性」についてを更に広く広報していく。
- ② 地域の居場所・交流の場の再開・開設に向けて、また居場所の継続と参加者定着に向けて、連携体制を強く太く構築すべく、行政や専門職とも協働して取り組んでいく。手始めとして、すでに居場所実施状況アンケートと居場所交流会を実施し、意見交換を行った。今後は運営団体の繋がりや連携もさらに進めていく。

6) その他 要望など (家族構成別)

独居	1	自粛が長期間となり、人とのつながりが更にできにくくなった。せめて地域の住人が体操や散歩などに声かけできる機会があればよい。
	2	ひとり暮らしの方々が増えているので、なるべく出て気軽に話ができる場所があったらいいのではと思います。
	3	おしゃべりが気軽にできる場所。
	4	誰でもいつでも行ける場所に行っておくさんの人と話し合いたい。場所がたくさんできると良いと思います。
	5	家から徒歩数分の範囲で気軽に立ち寄ってお茶や軽食のできる場所があるといいなと思います。
	6	①気軽に立ち寄れるカフェ ②軽食を食べられるレストラン(年寄は少量で満足!) ③道の駅のような野菜売場、地域の特産品等を売る店
	7	美しい広い公園、年寄りが集まれる談話室
	8	交流の場。転居してきました。隣りは住んでいるが表札が出ていない。つき合っはいけないのでしょうか。
	9	既に「囲碁道場」をお世話している。
	10	地域の施設が使えなかった。図書館や憩いの施設など制限される。休む場所が少なくなった。
	11	安全安心な安価なみんながつかえる会場があればうれしい。
	12	お互いに自分の周囲の人達を気遣える様なコミュニティがあり、そんな町づくりができればいいなと思います。
	13	地域でいつも気軽に立ち寄れる場所がほしい。
	14	スロープのある道
	15	老人会=呼び名が悪いです。集合する主人公達は老人に変わりはないのですが、だれでも通る道に同年齢になってもその仲間と共に過ごせるひとときがあるのも楽しみが少ない者達の至福のものになるのではと思います。場所や回数等は今決められない一番大変なものです。その場所へ行くのに巡回バス等で参加出来ないものだろうか? 家族の保護のない方もその場所に行けば仲間の素振りつながりをうれしく感じられるのではないのでしょうか。子供会から婦人会そしてつれづれ会? とあるのも考えられないでしょうか。子供会→婦人会→つれづれ会…思いついた名前ですが。
	16	気軽に立ち寄り、話の出来る場所(ちょっとめんどうな気もする)。急に一人暮らしになり、話す機会が減った。ペットロスもあり、立ち直り方法を考え中。
	17	健康体操教室
	18	ネット神戸の長田区での講座開講を希望。
	19	運動機能の予防教室(65歳未満の為、集計対象外)
	20	運動や会話や交流ができる小さな公園や文化センターみたいな処
	21	高齢者用の公園(運動や体操ができる設備のあるようなのも良い)
	22	とくに思いつきません。
	23	太極拳が気軽にできる場所があればよい。
	24	高齢者がのんびりできる公園や会館等。
	25	介護の方が集まって話せる場所。
	26	高齢者が運動する場所等。
	27	文化センターの様な場所がほしい。
	28	気楽に集まれる集会室、会議室。以前は葺合文化センターが近くにあつて、頻繁に使っていた。今は遠くの高層ビルの中に移って使いにくい。
	29	習い事教室等
	30	文化センター等自由に出入りができる場所やのんびり出来る公園。
	31	電話で相談出来る所があればいいと思います。
	32	ボランティアの経験交流会
	33	だれかいつも出会えてお茶とか飲めるところ。
	34	場所と時間が決まっていて自由に話ができる空間。
	35	スマホ講座、週1回位。

36	高齢者が気軽に参加できる教室など。
37	町内会、マンション建設の反対(運動とまでいかなかったが)で近隣の人達と連絡を取り合い何とか「建設中止」とな
38	た。マンションの役員や「庚申塚を守る会」のメンバーとは話し合いしたりできたが、最終段階で「町内会長さんの人が必要だねえ～」となった次第です。それと「会場」も。
39	ふらっとたずねて、休憩などできるところ。気軽な趣味の会。
40	一日も早いコロナ禍の収束を願っています。緑の多い当地は心いやされます。どうぞ緑を増やす運動を！
41	おしゃべり出来る空間がほしい。今はお茶飲みながらのおしゃべりが出来ないの、空間があっても利用出来ないです
42	よね。毎日が息苦しい感じです。
43	温泉
44	本屋さん、メガネ屋さんがないので、ぜひ共誘致を！
45	手作りお食事会、手作り弁当の購入
46	地域の人員間の距離を近くへ。
47	ひとり暮らしの人など、不安な事やさみしい時に気軽に声をかけられる人、場所。自分から動けない人に声をかけてく
48	れる人や場所。認知の有無に関係なく、心の安定を保てる状況がみんなにあれば良いと思います。
49	公園に行きたいが、草ボーボーで葉ダコにさされて赤くなったりする。草のないようにしてほしい。
50	コロナの以前の様に戻るのはむずかしいと思うが、交流会等が役所、行政が積極的に催しを進めてほしい。
51	精神科医の往診
	色々な方と会える場所があると良い！
	認知症予防、共生に係わる勉強会+経験交流会の開催参加、上記活動リーダー養成講座開設(中期展望をもつ
	ひとり暮らしなので会話できる場所、コミュニティがあればと思う。
2人	1 家族に認知症のものがいることをかくす風潮があります。認知症のいる家の家族を何とか支えていきたい気持ちがあり
	2 活動が中止になっている。
	3 認知症になっても安心して過ごせる場所。
	4 多種サークル
	5 地域の福祉センターでのふれまちの活動が昨年3月よりずっと禁止になっています。(週1回ひだまり倶楽部を主催して
	6 いました)毎回参加していた高齢者が道で出会うと泣くようにさみしいと言われる。何か繋がっていきける方法があれば
	7 教えていただきたいと思います。
	8 地域のお祭があるとよいなと思っています。子供会の秋まつりは精道小グラウンドでみこし等ありますが、シーサイドタウ
	9 ンでお祭りのできる場がほしい。
	10 介護タクシー代が高すぎる。もう少し安くならないのかと思います。年金生活の中、やりくりするのが大変です。
	11 自転車修理業者があれば助かります。(特にパンク修理等) 1ヶ月2日程度でOK。自転車が団地界隈に普及し
	12 ていますのに修理業者が身近に1店もないのが残念です。
	13 高齢者にはスーパーや百貨店の様な施設より、商店街や市場の方が声を出しやすく話しやすいし、買い物しやすい。少量で買える。私は月に3~4回神戸の水道筋商店街にランチ、買い物に行っている。プラブラと歩き、市場の人としゃべり、神戸市の事を聴いている。
	14 大人用の運動遊具を公園に設置してほしい。
	15 会社の駐車場を借りていて利用しているが、駐車わくの真ん中に車を駐車する「決まり」になっているが、右側の車が
	16 左線いっぱい駐車されて(数回)その左側わく内に自車をとめても車の右ドア(運転席)から(右車とのスキ間がせまく)
	17 降車出来ない。公社にも写真を持ち、話に行ったが注意書きを配られただけで解決していない！何とかしてほしい！
	18 駐車に関しての相談する所がほしい。
	19 窓口のある銀行。シーサイドセンター内にある駐車場を24時間制にしてほしい。子供達が遊びに来た時近くに止める
	20 所がなく不便。
	21 臨港線の東西に一時間に一本の割合でバスの運行が有ればよい。(この間に小さな映画館が有ればよい。)100円で
	22 コーヒーが飲める喫茶店が有れば。浜のダイエーの食品の質がよくなれば。(値段が安くない。味がまずい。果実が高
	23 い。まずい。)

14	コーラス等歌える場所、機会
15	手芸等、気の合った仲間と一緒に利用出来る部屋(人数5~6名くらい、月2回くらい使用出来たら嬉しいのですが…)使用料金も安く利用出来たらお互いに教えあって楽しい時間を過ごす事が高齢者にはいいのでは?と思っています。数年前までボランティア活動で介護施設で手芸を教えていましたが(10人ぐらいのボランティア)手芸に興味のある介護施設の方が(利用者さん)「生き生き」されていてとても嬉しかったです。(現在はしていません)現在はパソコン、スマートフォンがあって当然のように使用しないといけないうのですが、年配の方などは持っていない方もいると思うのですが…。ない人はどうするのか不安! 私自身もパソコンはない。(必要ないので)年配の方には暮らしにくい世の中になってきていると思う。※ワクチン接種予約の件…芦屋市は直接病院に「問い合わせをしないように」との事で、当日9時~15時ずっと電話をしていましたが、なかなかつながらず、やっとかかっても録音テープが流れて予約も出来ず、次の日にやっと予約が取れましたが、パソコンを持っていない人は知り合いに頼むよう言われましたが、人に迷惑までかけてはいけないといけないうのが考えられない。(西宮市は直接病院で予約を取れたようですが?)
16	車イスの無料貸し出しが駅近くなどに設置されて24時間貸し出し、返却できるシステム作り。
17	スマートフォンの講座を自治会でやって下さるという事で使ってますが、未だに開催されず使いこなせなく困っている。
18	書店とかTEA ROOMがあれば良い。
19	食事会
20	小さくてもいいので寛げる喫茶店などあれば…と思いますが。
21	喫茶店、レストランがあったら?
22	時短料理を教えるところ。あみものを(手軽にあめる帽子など)懇切丁寧に教えてほしい。
23	公園にトイレ。
24	芦屋市内や宮川沿に椅子を置いてほしい。芦屋市のバス停が雨風にさらされて、おとしより、バス待ちの人が座れないので、駅の待合室にあるようなボックス式のバス停が出来たらいいです。
25	弁当配達システム
26	オリックスファンの集い
27	今のままで充分満足しています。
28	自治会の体操や掲示板楽しみで満足しています。
29	市営バス等の無料化、様々なスポーツ場所と器具(無料or割引)
30	今の所はないが、高齢化が進み、何かと生活に不便が生じた場合の支援、フォロー体制が心配です。
31	ハイキングや運動のクラブがあればいいと思う。
32	監視カメラの設置(駅周辺、阪急御影)
33	気楽に立ち寄れる場所。ちょっと休憩出来る所。本等が置いてあるといいなあと思います。
34	いつでも自由に集える場所
35	割安のプール(公的)、高齢期の人向け卓球など体育館や会館(割安の)
36	詳しくは知らないが神戸の認知症検診が各自治体があれば受けやすいのと思う。
37	野良猫・犬にエサをやる人が居る。無責任な人が多い。
38	以前のように地域の行事、活動が早く復活してほしいです。
39	演奏会や音楽界など楽しむ催しがあればいいなあと思います。
40	もっとイベントがあったらよいと思います。あれば参加したい。
41	居場所(気軽に参加できる場所で無料提供してほしい)
42	地域が高齢化し、空室が増えている。神戸市が募集しない。便利な市営住宅なので外部の人を入居させてほしい。
43	バスを利用しているが、バス停に屋根と椅子を設置してほしい。
44	自治会、婦人会、老人会等、役所とすこやかセンターとの協力で街作り運動あるが、全体として参加人数が少なく広がらない。
45	眼科、耳鼻科通院、町のスーパー
46	お話出来る所

47	班ごとのウォーキングの会
48	市バスの運行(43号線より南側)15分毎の運行
49	安全への確認、日頃の会話
50	趣味の活動サークル
51	朝のラジオ体操などだけでなく、午後夕方以降、地域で運動(軽いもの)ができるような集まりがあれば参加したいと思います。
52	「認知症カフェ」「健脳カフェ」認知症の人や家族が集ったり予防のために脳の健康づくりを目指す。音楽やカラオケで脳を刺激したり運動したり集う場所がほしいです。
53	居場所
54	3B体操
55	ストレッチ体操やスマホ教室、歩こう会、ラジオ体操毎日出来る集まり。
56	映画館、飲食店、洋品店、電気店、スーパー
57	御近所が助け合える環境
58	Facebook又はInstagram
59	高齢者が集える場所、お茶やお菓子を楽しめ、おしゃべりが自由にできる場所。安くフレイル予防体操や口座をしてくれる場、機会(認知予防も)。
60	映画館、電気屋
61	毎日の生活が人に迷惑をかけないよう過ごすのが精一杯です。
62	散歩道におじょうさんがあればと思っています。歩きながらいつも思っています。丁度良い場所があり、もし作ってくれたら私がお世話したいと思います。これはむりな話。

3人	1	自分から参加すれば色々なイベントや行事が行われている。
	2	COOPさんが出店してくれれば嬉しいです。リンクやファッションマートが以前のように店が再開して島(六甲アイランド)に活気が戻ってほしいですね。
	3	地域福祉センターで医療講座がされているが、認知症予防の常設講座、体操教室などがあれば住民から歓迎されると思う、参加する人も増えて、予防の運動が前進すると思います。
	4	図書館や居場所
	5	気楽に出入りが出来てちょっと体調を計測出来る物があるといいなと思います。とにかくコロナで街を歩いても誰にも出会わない、そんな日々が続きましたので。
	6	健康についてちょっとした不安、心配に答えてくれる所があれば、相談に乗ってくれたらありがたい。介護保険の利用について、階段、手すりなど設置の時の補助が介護認定を受けてなくても受けられないか教えてほしい。
	7	だれでも自由に集まれる無料の場所があったら嬉しいです。
	8	公園に老人用の遊具があれば良い。
	9	低年金者でも入所出来る老人施設があると安心です。
	10	いつでも自由に行けて、好きなことが出来る居場所があればうれしい。
	11	コンビニ。誰でも気軽に立ち寄れる集会所みたいな場所。バス停近くなど便利な所にお茶か水だけ置いて貰い異世代間交流の場。コロナ時代には難しいと思いますが。
	12	地域の集いの場、たまり場、立ち寄りカフェなど。
	13	クラブをふやしてほしい。麻雀、卓球など。
	14	引っ越して間もなくコロナが流行して自粛生活になりまだ何もわからない状態です。近所付き合いもないのでいろんな情報を得たいです。
	15	室内プール(健康水泳教室)、老人向けヨガ教室、老人向け料理教室、絵手紙教室
	16	今休会になっているものが早くはじまってほしいです。
	17	神戸モデル(詳しくは知りませんが)が導入されたらもっと気軽に認知症の検査が受けられて本人も周りも助かるのではないかと思います。

- 18 やはり集える場所を作りたいです。
- 19 近くに郵便局があったら…。
- 20 音楽療法を長い期間仕事としてやってきました。現在はお休み中です。(主に老人介護施設などで)コロナが収まり声を出してよい状態になればボランティアで認知予防の発声など歌やリズム体操などお手伝いできればやりたいと思っています。河田律子090-9272-7735住吉本町3丁目3-14-201。アイと関係のないことですが。
- 21 近所にお店が少なく便利が悪いです。できたらお店を誘致してほしい。住宅ばかりで何もありません。
- 22 歩行がとても悪くなった。時々誰かと話したいと思う時が何度かあった。この年で出かける事が出来ない為。もう少し高齢者に声かけ等楽しくなる様な事があったらよいなァーと思う事あります。
- 23 あつたらいいなどはないのですが、地域福祉センターの利用に関する事で気象警報が出たら休館するセンターとそうでないセンター、緊急事態宣言で休館するセンターとそうでないセンター、利用料金の違い等、同じ方がわかりやすいかなと。
- 24 運動教室等
- 25 コロナ禍の様な状況の時に自治会や老人会などでこの様なアンケートをとって対応してほしいと思いました。
- 26 若者(30,40,50代)たちにもう少し地域活動に参加してもらってその人たちが楽しんで年寄りを引っ張ってほしい。
- 27 大変お世話になっております。
- 28 ベンチ。道路にも構内にも。
- 29 ベンチ。芦屋市が国際都市と言えるか！15年前から言っているのに座るところがない！

[発行]



認定NPO法人 認知症予防ネット神戸

事務局 〒658-0051神戸市東灘区住吉本町2-13-7 2F

tel, fax 078-841-4982

e-mail: n_yobounetkobe@yahoo.co.jp

<http://npoyobounet-kobe.jimdo.com>

[発行日 2022年 3月]