

柏崎市

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

集計結果（概要版）

1 調査の概要

（1）調査の目的

柏崎市では、令和9年度からの新たな3か年の高齢者保健福祉施策や介護予防事業を進めるにあたり、令和8年度に第10期介護保険事業計画の策定を行うこととしています。本調査は、地域包括ケアシステムの構築に向け、日常生活圏域ごとの高齢者の生活実態、健康状態、介護環境等を調査し、地域の課題やニーズを抽出・整理し、計画づくりの基礎資料とすることを目的に実施しました。

（2）調査の対象と実施方法

- 調査地域：柏崎市全域
- 調査対象者：令和7年11月7日現在、市内にお住まいの65歳以上の要介護・要支援認定を受けていない方、介護予防・総合事業対象者、要支援1～2の認定を受けている方
- 調査期間：令和7年12月15日（月）～令和8年1月13日（火）
- 調査方法：郵送配布・回収
- 配布・回収：

配布数	回収数	回収率	有効回答数	有効回答率
4,795 票	3,638 票	75.9%	3,637 票	75.8%

（3）報告書の見方

この調査の分析結果を読む際の留意点は以下のとおりです。

- 調査結果の図表は、原則として回答者の構成比（百分率）で表現しています。
- 図表中の「n」は、「Number of case」の略で、その設問に回答すべき対象者数を示しています。一部の人に回答を求めている設問などがあるため、nの値は設問によって異なります。
- 百分率による集計では、回答者数（該当質問においては該当者数）を100%として算出しています。本文及び図中の数字に関しては、全て小数第2位を四捨五入し、小数第1位までを表記します。このため、全ての割合の合計が100%にならないことがあります。また、複数回答の設問では、全ての割合の合計が100%を超えることがあります。
- 図表中の「0.0」は四捨五入の結果又は回答者が皆無であることを表します。また、一部図表においては「0.0」の表記を省略しているものがあります。

2 前回調査から改善された施策と強み

(1) 外出自粛傾向の改善と活動性の回復

令和7年度調査（問2（8））において、外出を控えているかについて「はい」（外出を控えている）は27.5%となり、令和4年度調査（問2（8））の36.4%から約9ポイント改善しました。令和7年度調査では「いいえ」（外出を控えていない）が約7割を占めており、新型コロナウイルス感染症流行の影響による閉じこもり傾向から市民の活動性が回復しつつあります。外出機会の確保は、体力維持だけでなく閉じこもり防止や認知症予防の第一歩となる重要な生活習慣であり、市民の活動性が再び高まっている点は市の強みです。

(2) スマートフォン等のデジタル活用能力の向上

令和7年度調査（問10（1））において、スマートフォンやタブレットを日常で「まったく利用していない」は32.4%となり、令和4年度調査（問10（1））の41.5%から約9ポイント低下しました。また、「よく利用している」と「ときどき利用している」を合計した『利用している（計）』は57.7%に達しています。令和4年度調査では「まったく利用していない」が最も高かったのに対し、デジタル活用が着実に普及していることがうかがえます。デジタルを通じた情報収集や交流が新たな生活習慣として定着しつつあることが考えられ、こうした点は、将来の施策推進に向けた強みとなります。

(3) 良好な非喫煙習慣の維持と健康意識の定着

令和7年度調査（問8（5））において、タバコを「もともと吸っていない」は62.9%となり、令和4年度調査（問7（5））の62.1%からほぼ横ばいで、高い水準を維持しています。また、令和7年度調査で「吸っていたがやめた」の27.8%を合わせると、約9割が現在非喫煙の状態にあります。喫煙は生活習慣病の大きなリスク要因ですが、非喫煙習慣が定着していくことは、市民の健康に対する意識の高さを示すものとなり、がんや循環器疾患の予防、さらには健康寿命の延伸を支える重要な強みとなっています。

(4) 誰かと食事をとる「共食」習慣の拡大

令和7年度調査（問3（8））において、どなたかと食事をとる機会が「毎日ある」は58.8%と、令和4年度調査（問3（8））の56.3%から2.5ポイント上昇しました。誰かと食事することは、栄養バランスの向上だけでなく、会話を通じた社会的なつながりの維持や、認知症・フレイル予防にも有効な手段です。「ほとんどない」と回答した孤独食の割合を抑え、日常的な共食習慣が高い水準で維持されている点は、市民の生活の質（QOL）を支える良好な生活基盤といえます。

(5) 高齢者の自立した日常生活機能の維持

令和7年度調査（問4（3））において、自分で食品・日用品の買物を「できるし、している」は74.9%となり、令和4年度調査（問4（3））の73.5%と同等の高い水準を保っています。また、自分で請求書の支払いを「できるし、している」は79.1%、預貯金の出し入れを「できるし、している」は77.3%に達しています。令和4年度調査時から一貫して、多くの市民が高い自立意識を持って生活を営んでいる点は市の強みであり、こうした状態を維持、向上させていくことが健康寿命の延伸につながると考えられます

(6) 医療・行政専門職への相談ネットワークの浸透

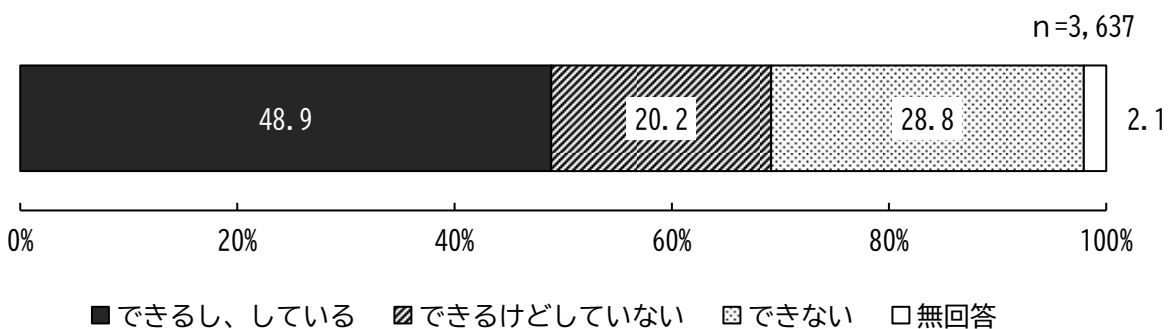
令和7年度調査（問7（5））において、家族や友人・知人以外で何かあったときに相談する相手として「地域包括支援センター・役所・役場」は26.1%となりました。令和4年度調査（問6（5））の23.6%から上昇しており、市民が専門的な支援を頼りやすい環境にあることが分かります。医療・行政・介護の信頼関係が築かれていることは、将来的に住み慣れた地域で在宅医療・介護サービスを安心して受けるための強固な支援基盤となり、令和4年度調査時と比較しても相談体制の浸透が進んでいることが考えられます。

3 アンケート結果からみえる今後の課題と対応への方向性

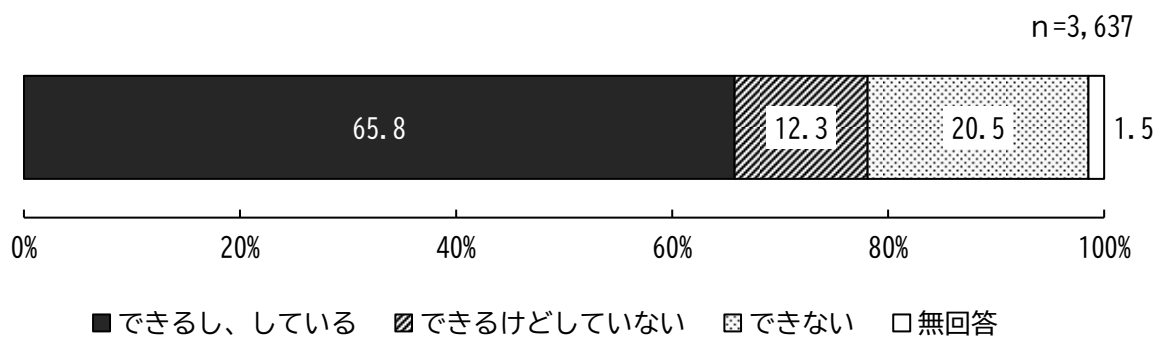
(1) 身体機能（昇段・起立）の低下に伴うフレイル対策の強化

令和7年度調査（問2（1））において、階段を手すりや壁をつたわずに昇ることが「できない」は28.8%となり、令和4年度調査（問2（1））の27.7%から1.1ポイント低下しました。一方で、椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がることが「できない」は、令和7年度調査（問2（2））で20.5%となり、令和4年度調査（問2（2））の21.9%から1.4ポイント低下しているものの、依然として高齢者の5人に1人程度が身体機能に支障を感じている状況にあります。特に階段昇降の悪化は外出機会の減少に直結するため、地域での「コツコツ貯筋体操」などの介護予防の場への参加率向上を図るとともに、リハビリテーション専門職等による早期介入を強化し、日常的な身体活動を支える施策が求められます。

問2（1） 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか



問2（2） 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか

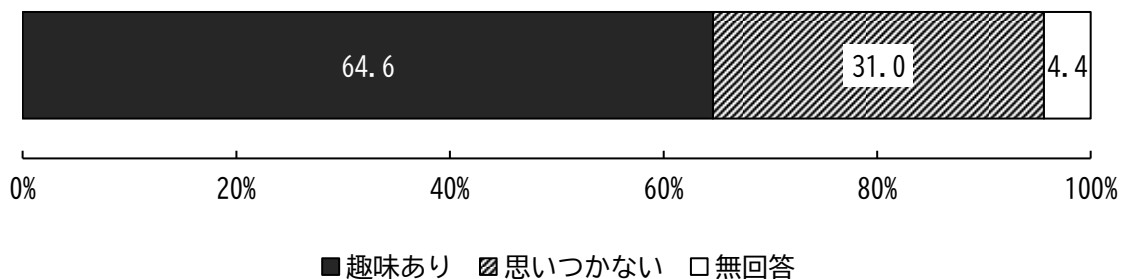


(2)「生きがい・趣味」の維持と社会活動の活性化

令和7年度調査（問4（8））において「生きがいあり」は53.5%となり、令和4年度調査（問4（8））の56.1%から2.6ポイント低下しました。また、令和7年度調査（問4（7））で「趣味あり」も64.6%となり、令和4年度調査（問4（7））の66.7%から2.1ポイント低下しています。精神的な健康感の維持は社会的な孤立を防止する上でも重要です。生きがいや趣味をきっかけとした社会参加の促進は精神的な健康維持に重要な役割を果たすため、これらの個人の楽しみを地域での活動につなげていく取組を進めていくことが求められます。多様な興味関心に応じた「居場所づくり」を支援し、高齢者が地域社会の中で役割を持ち続けられる環境を整えることが、精神的なフレイル予防において不可欠となります。

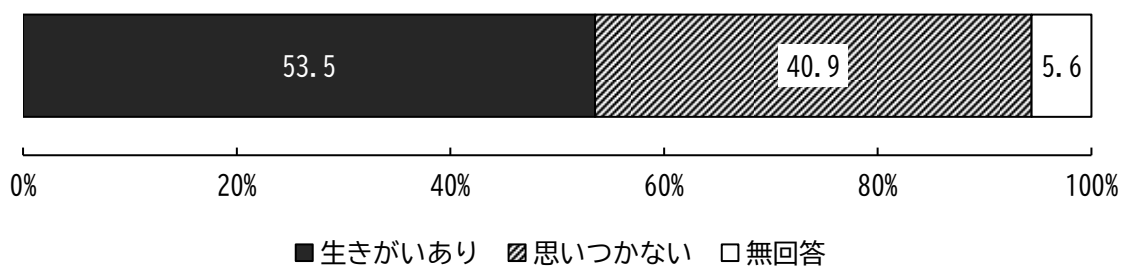
問4（7）趣味はありますか

n=3,637



問4（8）生きがいはありますか

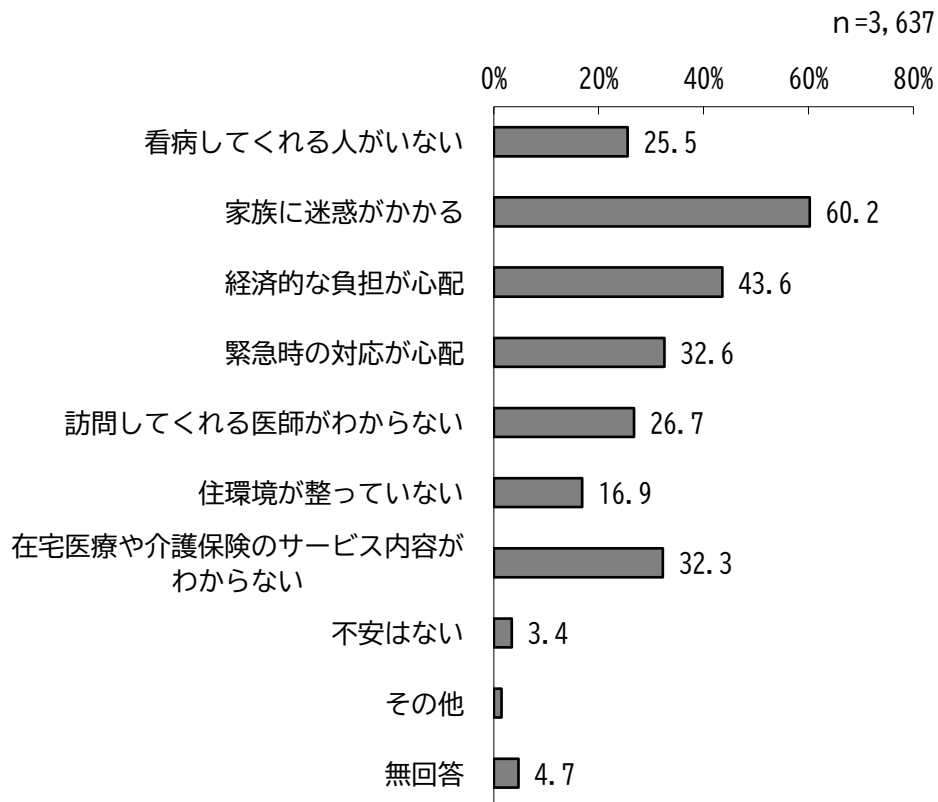
n=3,637



(3) 在宅介護における「家族への負担感」と経済的不安の軽減

令和7年度調査（問11（1））において、あなたが自宅で医療（在宅医療）を受けることになった場合の不安として「家族に迷惑がかかる」は60.2%に達し、令和4年度調査（問11（1））の57.6%から2.6ポイント上昇しました。また、「経済的な負担が心配」も令和7年度調査で43.6%となり、令和4年度調査の42.3%から高水準で推移しています。家族への心理的・経済的障壁は適切なサービス利用の妨げとなるため、レスパイトケア（家族の休息支援）を充実させるとともに、介護保険サービスを利用した際の具体的な公的支援や自己負担額の目安を丁寧に提示していくなど、不安感の軽減を図っていく必要があります。そして、家族だけで介護を抱え込まない「地域での支え合い」を周知し、安心感を醸成していくことが求められます。

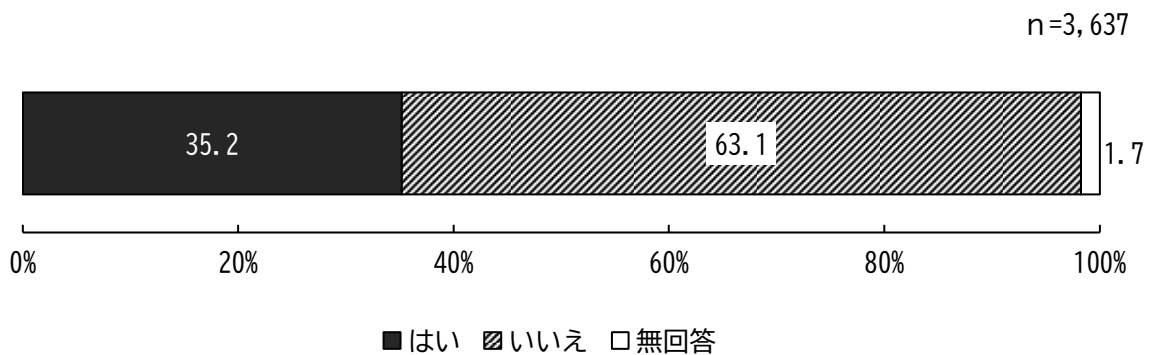
問11（1）あなたが自宅で医療（在宅医療）を受けることになった場合、不安に思うことは何ですか（いくつでも）



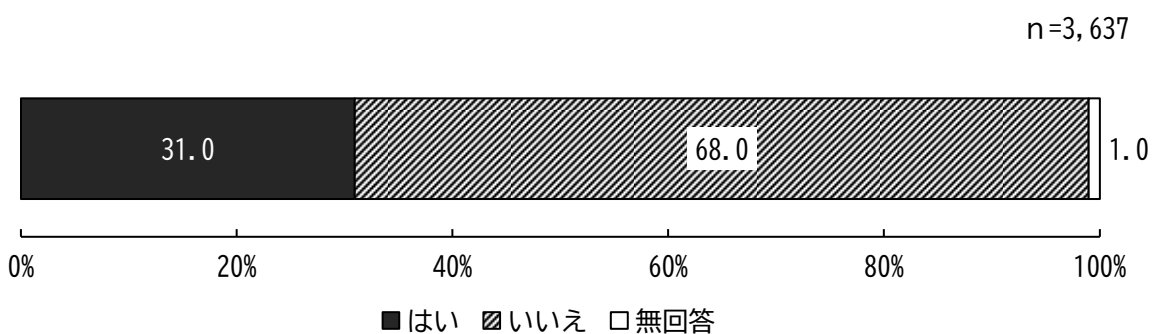
(4) 口腔機能（オーラルフレイル）の改善停滞と嚥下リスクへの対応

令和7年度調査（問3（3））において、お茶や汁物等でむせることがあるかという設問で「はい」は31.0%と、令和4年度調査（問3（3））の29.8%から1.2ポイント上昇しました。令和7年度調査の（問3（2））で半年前に比べて固いものが食べにくくなったかでも「はい」は35.2%に達しており、令和4年度調査（問3（2））の35.1%から横ばいとなっています。口腔機能の低下は低栄養や誤嚥性肺炎を招く重大なリスクであり、今後は歯科健診の受診勧奨を一層強化するとともに、食事前の嚥下体操等を日常習慣として定着させるための実践的な啓発活動を、地域のサロンや通いの場等を通じて推進していく必要があります。

問3（2）半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか



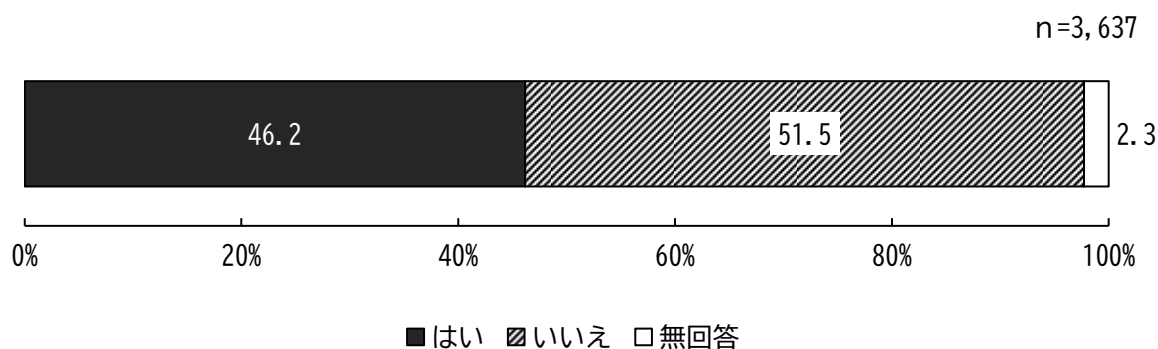
問3（3）お茶や汁物等でむせることがありますか



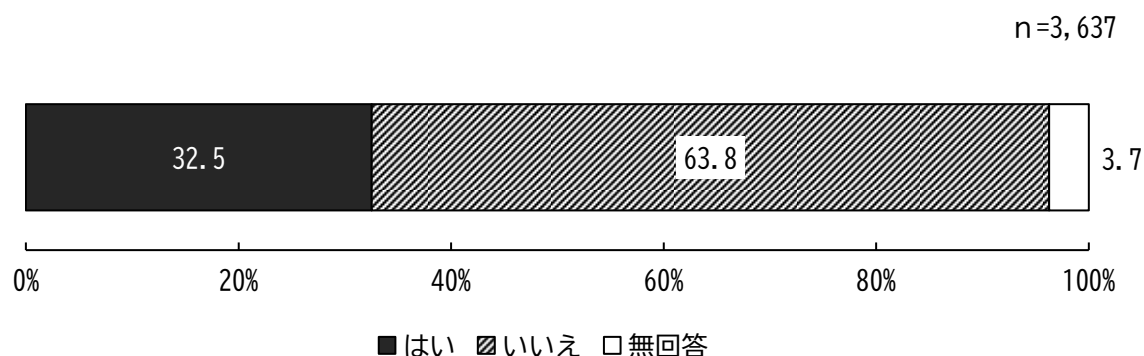
(5) 認知症に関する相談窓口の周知と物忘れ不安の解消

令和7年度調査（問9（2））の、認知症に関する相談窓口を知っているかについて、「いいえ」は63.8%と、令和4年度調査（問8（2））の65.7%からは1.9ポイント低下しましたが、依然として6割以上の市民が適切な相談先を把握していない状況にあります。一方で、物忘れが多いと感じるかについて「はい」は令和7年度調査（問4（1））で46.2%となり、令和4年度調査（問4（1））の47.1%と同様に約半数の市民が不安を抱えています。早期相談は重症化予防の鍵であるため、広報誌やデジタル媒体による窓口情報の更なる周知を図るとともに、誰もが気軽に相談できる環境の整備を進め、市民の不安に寄り添う支援を行っていくことが求められます。

問4（1）物忘れが多いと感じますか



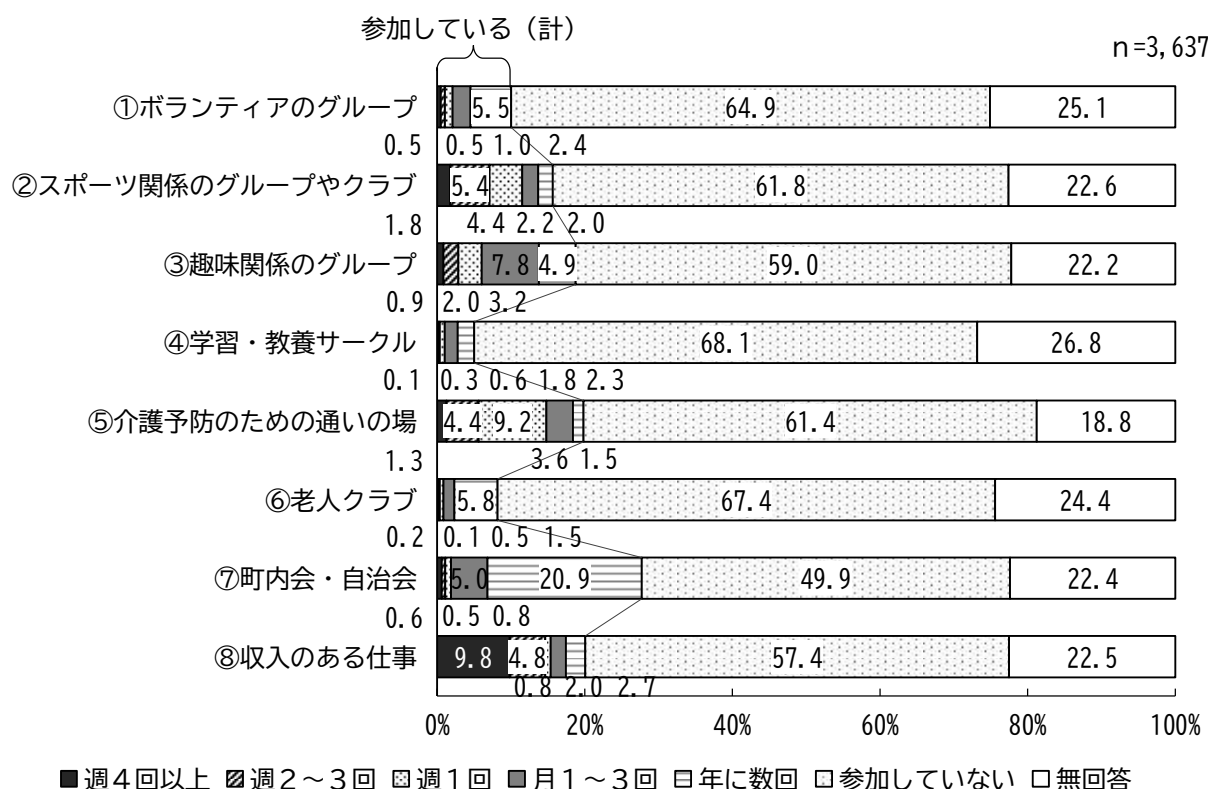
問9（2）認知症に関する相談窓口を知っていますか



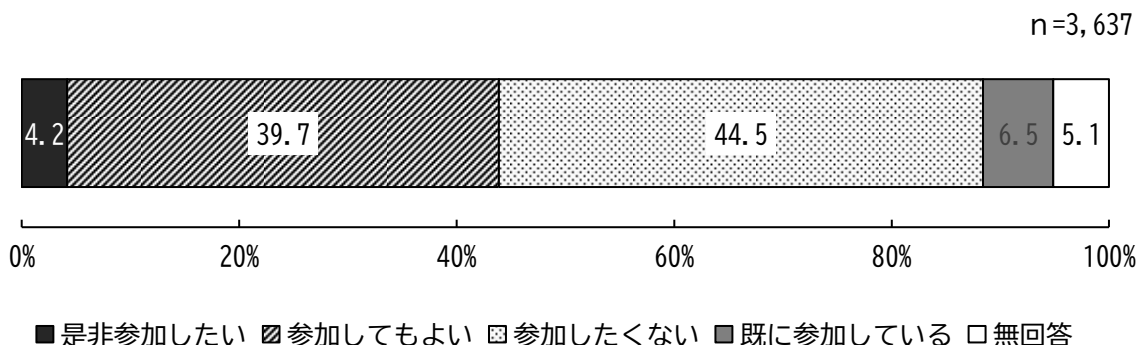
(6) 社会活動への不参加による孤立防止と潜在的な参加意欲の活用

令和7年度調査(問5(1))において、多くの地域活動で「参加していない」が6割前後を占めています。令和4年度調査(問5(1))においても「参加していない」は同様の傾向となっており、依然として多くの市民が活動につながっていない状況です。一方で、地域活動への参加者としての参加意欲については、令和7年度調査(問5(2))で「是非参加したい」(4.2%)と「参加してもよい」(39.7%)を合計した『参加意向あり(計)』が43.9%に達しています。この潜在的な意欲を実際の活動につなげるため、柔軟な趣味グループ等への支援や、未参加層が参加しやすいきっかけづくりを推進していく必要があります。

問5(1) 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか



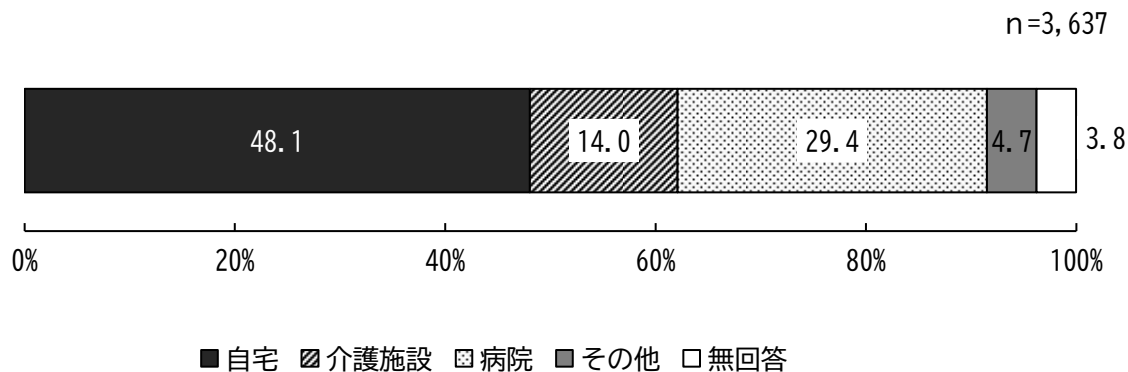
問5(2) 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか



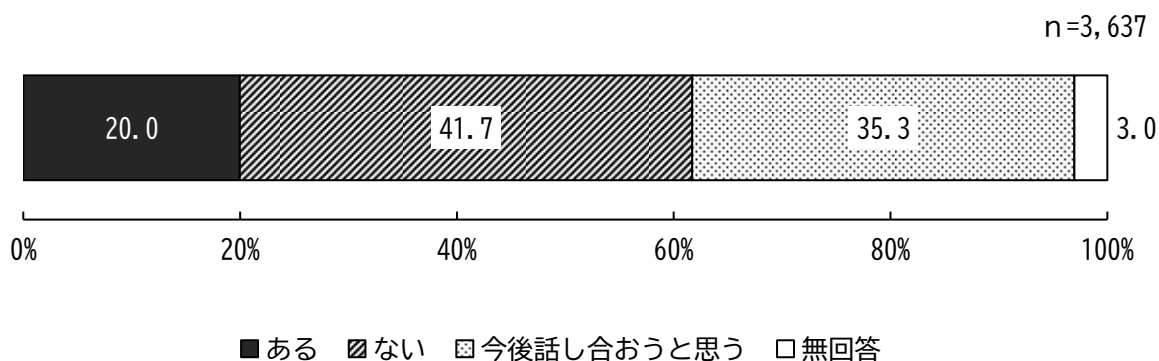
(7) 人生の最期の迎え方に関する家族間対話の促進

令和7年度調査（問11（5））において、人生の最期の迎え方について家族と話し合ったことが「ない」は41.7%と、令和4年度調査（問11（4））の41.5%からほとんど変わっていません。一方で、人生の最期（看取り）を迎えたい場所として「自宅」を希望した人は、令和7年度調査（問11（4））で48.1%となり、令和4年度調査（問11（3））の49.3%と同様に約半数の高い希望が維持されています。希望する看取りを実現するためには、家族等との事前の対話が不可欠であり、「人生会議（ACP）」の普及に向けて、家族での対話を促すリーフレットの配布や、在宅看取りの実例紹介を通じた文化醸成などに取り組み、本人の意思を尊重できる体制を構築する必要があります。

問11（4）あなたは人生の最期（看取り）をどこで迎えたいですか



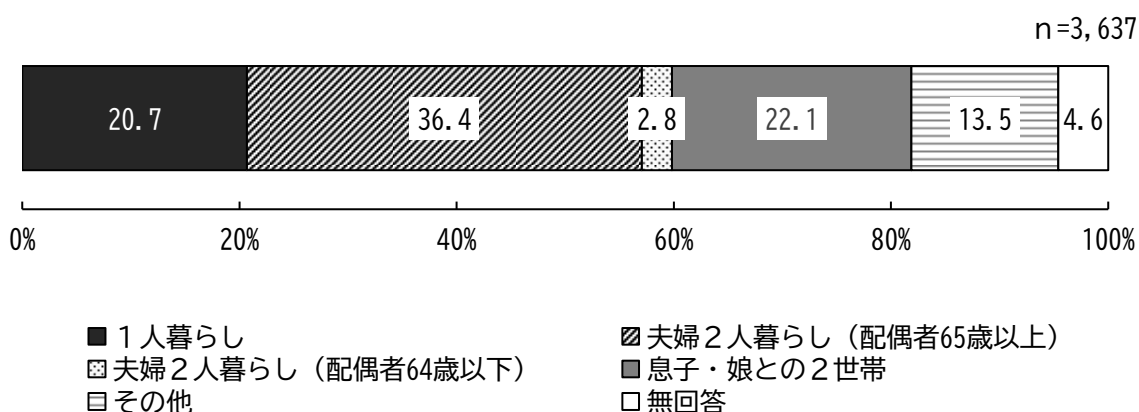
問11（5）人生の最期の迎え方について家族と話し合ったことはありますか



(8) 支援を必要とする層への確実なリーチとアウトリーチの強化

令和7年度調査（問1（2））において、「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」は9.2%と、令和4年度調査（問1（2））の9.7%から0.5ポイントの微減に留まっています。また、令和7年度調査（問1（1））で「1人暮らし」の高齢者が20.7%を占めており（令和4年度調査（問1（1））は21.5%）、支援が必要ながサービスにつなげていない状況への対応が必要です。独居高齢者を地域全体で見守り、訪問支援（アウトリーチ）によって適切な相談窓口やサービスへつなげる体制を一層強化するとともに、手続きの簡素化や相談しやすい窓口の多角化を進めていくことが、孤立防止の観点からも求められています。

問1（1） 家族構成をお教えてください



問1（2） あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか

