第４章　集計結果

政府統計

高齢者の健康に関する調査

基数表示のないものは、n=2,414

2022年１０月

【ご記入にあたってのお願い】

※調査票には、あて名のご本人がお答えください。もし、ご本人によるご記入が難しい場合には、ご家族の方などが、ご本人のお考えを聞かれて代わりにご記入いただいても構いません。

※調査票の右上にある番号は、謝礼（図書カード ５００円）をお送りするための識別番号になりますので、切り取らずにそのままお送りください。謝礼のご送付は１２月中旬を予定しております。

※ページの順に、矢印等の指示に従って進み、選択肢番号に○をつけることでお答えください。また、○を１つだけつける質問と○を複数つけてよい質問がありますので、質問文の指示に従ってください。

※ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒に入れて、切手を貼らずに、**１１月２４日（木）必着となるよう、**ご投函ください。

※この調査はインターネットでも回答できます。インターネットで回答される場合は、「インターネットでの回答の仕方」をご覧ください。

◆調査実施　株式会社日本リサーチセンター
〒130-0022 東京都墨田区江東橋4-26-5
フリーダイヤル ０１２０-７８９-３３２（平日9時半～18時）
ホームページ　https://www.nrc.co.jp

◆調査企画　内閣府 政策統括官（政策調整担当）付　高齢社会対策担当
〒100-8914 東京都千代田区永田町 1-6-1
内閣府ホームページ
【高齢社会対策に関する調査について】
https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/kenkyu.html
【「共生社会」を実現するための各種調査にご協力下さい！】
https://www8.cao.go.jp/souki/survey/onegai.html
※　調査の実施は上記調査機関に委託しております。

⇒ 質問は次のページから始まります。

ご回答を統計的にまとめるため、はじめに、あなたご自身のことについてお伺いします。

【全員の方にお伺いします。】

F1.　あなたの性別をお答えください。（○は１つ）

47.2 男	**52.8** 女

F2.　あなたは、満年齢でおいくつですか。

21.3	６５～６９歳	**16.2**	８０～８４歳	**0.7**	９５歳以上	〔平均〕
29.7	７０～７４歳	**8.5**	８５～８９歳			**75.6歳**
20.4	７５～７９歳	**3.1**	９０～９４歳			

F3.　あなたは、現在、結婚していますか。事実婚も含めて次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

4.4	結婚したことがない
68.5	現在、配偶者あるいはパートナーがいる
4.8	配偶者あるいはパートナーとは離婚している
21.3	配偶者あるいはパートナーとは死別している

1.1 不明・無回答

F4.　あなたは、現在、どなたと一緒に暮らしていますか。養子の方も含めてください。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

15.9	同居者はいない（ひとり暮らし）
65.2	配偶者（夫又は妻（パートナーも含む。））
3.7	親（配偶者の親を含む。）
39.6	子（子の配偶者を含む。）
3.5	その他（親族以外も含む。）

0.7 不明・無回答

Ｆ４_１.　あなたが同居している方の人数を、<u>あなた自身を含めて</u>お答えください。

15.9	１人（ひとり暮らし）	**19.3**	３人	**3.4**	５人	〔平均〕
47.9	２人	**7.9**	４人	**4.1**	６人以上	**2.5人**

1.4 不明・無回答

F5.　あなたは、現在、お子さんはいらっしゃいますか。同居、別居について養子の方も含めて次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

13.7	子供あり（同居のみ）	25.5	子供あり（同居・別居ともに）
50.2	子供あり（別居のみ）	9.7	子供はいない

0.9 不明・無回答

F6.　あなたが、最後に卒業（中退）したのは、どんな学校でしたか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

21.6	小学校・中学校
45.2	高等学校
13.5	短期大学・高専・専門学校
17.7	大学・大学院
1.0	その他

0.9 不明・無回答

F7.　あなたが同居されているご家庭の収入（年金を含む。）をすべて合計すると、税込みで１か月当たりの平均額（ボーナスがある場合は、それを含めて平均した額）はおよそいくらくらいになりますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。

（○は１つ）

1.5	５万円未満（年額では 60 万円未満）
7.3	５万円～10 万円未満（年額では 60 万円～120 万円未満）
9.6	10 万円～１５万円未満（年額では 120 万円～180 万円未満）
13.4	15 万円～20 万円未満（年額では 180 万円～240 万円未満）
15.1	20 万円～25 万円未満（年額では 240 万円～300 万円未満）
12.1	25 万円～30 万円未満（年額では 300 万円～360 万円未満）
13.1	30 万円～40 万円未満（年額では 360 万円～480 万円未満）
12.8	40 万円～60 万円未満（年額では 480 万円～720 万円未満）
4.7	60 万円～80 万円未満（年額では 720 万円～960 万円未満）
4.0	80 万円以上（年額では 960 万円以上）
1.2	収入はない

5.3 不明・無回答

あなたの健康状態と日常生活について、いくつかの質問をお伺いします。

【全員の方にお伺いします。】

問１　あなたの、現在の健康状態はいかがですか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

11.8	良い
19.2	まあ良い
41.7	普通
20.5	あまり良くない
4.2	良くない

2.7 不明・無回答

問２　あなたの日常生活での次の（イ）～（チ）の活動について、あてはまる番号を１つずつお答えください。（○は１つずつ）

	している	できるが、していない	できない	不明・無回答
（イ）階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	55.7	19.5	20.9	3.9
（ロ）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	69.7	10.9	15.9	3.5
（ハ）15 分位続けて歩いていますか	69.3	15.9	11.5	3.3
（ニ）バスや電車、自家用車を使って１人で外出していますか	77.3	6.5	12.7	3.5
（ホ）自分で食品・日用品の買物をしていますか	73.6	13.2	10.5	2.8
（ヘ）自分で食事の用意をしていますか	61.6	22.4	13.0	3.0
（ト）自分で請求書の支払いをしていますか	73.5	12.9	10.5	3.1
（チ）自分で預貯金の出し入れをしていますか	76.3	11.4	9.4	2.9

【全員の方にお伺いします。】

問３　あなたは、ふだん、（散歩なども含め）どのくらいの頻度で外出しますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

59.0	ほとんど毎日		
24.2	２～３日に１回	0.7	年に数回
7.2	週に１回	3.6	ほとんど外出をしない
2.7	月に１～２回		

2.7 不明・無回答

問４　あなたは、ふだん、親しくしている友人・仲間がどの程度いますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

8.0	たくさんいる	14.1	ほとんどいない
41.7	普通にいる	2.8	持っていない
31.0	少しいる		

2.3 不明・無回答

問５　あなたは、ふだん、どの程度、家族や友人などと、あいさつ程度の会話や世間話をしますか。直接会っての会話だけでなく、電話での会話も含めて、次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

70.8	ほとんど毎日		
13.3	２～３日に１回	1.9	年に数回
5.5	週に１回	2.3	ほとんど会話をしない
3.9	月に１～２回		

2.3 不明・無回答

問６　あなたは、ご自分の日常生活全般について満足していますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

21.3	満足している
60.0	まあ満足している
12.6	やや不満である
3.9	不満である

2.2 不明・無回答

あなたの医療・福祉について、いくつかの質問をお伺いします。

【全員の方にお伺いします。】

問７　あなたは、健康について心がけていますか。（○は１つ）

90.1	心がけている
7.8	心がけていない　⇒　問１０へお進みください。

2.0 不明・無回答

【問７で「1」の「心がけている」を答えた方にお伺いします。】

問８　それはいつごろから心がけていますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

〔n=2,176〕

17.7	40 代以前
25.6	50 代
39.2	60 代
16.5	70 代以降

1.0 不明・無回答

【問７で「1」の「心がけている」を答えた方にお伺いします。】

問９　あなたが、日頃心がけているのはどんなことですか。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

〔n=2,176〕

67.3	休養や睡眠を十分にとる
65.8	栄養のバランスのとれた食事をとる
67.7	健康診査などを定期的に受ける
31.9	酒やタバコを控える（やめる）
50.9	散歩やスポーツをする
20.1	地域の活動に参加する
50.1	気持ちをなるべく明るくもつ
48.6	趣味をもつ
43.6	医療・健康に関する知識を持つ
2.4	その他

1.0 不明・無回答

【全員の方にお伺いします。】

問１０　あなたは、日頃から、どのように身体を動かしていますか。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

29.6	仕事をする
25.9	家庭菜園などの農作業をする
55.0	調理や掃除など家事をする
39.5	庭の手入れなどをする
40.8	散歩をする
64.6	買い物に出かける
22.6	ウォーキングをする
17.6	運動をする（ジョギング、水泳等）
7.7	その他
5.3	特に身体を動かしていない

1.0 不明・無回答

問１１　あなたは、「医療サービス」を利用するにあたって、困っていることなどがありますか。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

8.3	医療機関が近くにない
2.7	医療機関に行く交通手段がない
19.8	診察に時間がかかりすぎる
2.7	病院に一緒に行ってくれる人がいない
12.4	費用がかかりすぎる
4.9	往診に来てくれる医者（かかりつけ医等）がいない
1.1	医療機関に行く時間がない
4.1	どの医療機関に行ったらいいかわからない
2.5	その他
57.8	特に困っていることはない

5.1 不明・無回答

【全員の方にお伺いします。】

問１２　あなたは、病院や診療所など医療施設への通院や、往診に来てもらうなどの「医療サービス」を日頃どのくらい利用しますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

0.5	ほとんど毎日	
0.4	週に４、５回くらい	
3.1	週に２、３回くらい	
3.7	週に１回くらい	
14.3	月に２、３回くらい	
35.3	月に１回くらい	
18.4	年に数回	
20.7	利用していない	⇒　問１４へお進みください。

問１３へ
お進みください。

3.6 不明・無回答

【問 12 で「1～7」と答えた、日頃医療サービスを利用している方にお伺いします。】

問 13　「医療サービス」を利用するときの、あなたの主な移動手段は何ですか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

〔n=1,827〕

13.7	徒歩
9.1	自転車(電動車いすも含む)
43.2	自分で運転する自動車等(バイク、スクーターも含む)
9.9	バスや電車などの公共交通機関
12.3	家族による送迎
4.5	タクシーの利用
1.9	その他
1.5	自宅などへの往診

3.9 不明・無回答

【全員の方にお伺いします。】

問 14　あなたは、どのような病気や症状がありますか。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

21.7	内分泌・代謝障害（糖尿病、脂質異常症 等）
2.4	うつ病、その他こころの病気
2.9	認知症
1.6	パーキンソン病、その他の神経の病気
23.7	目の病気
7.4	耳の病気
45.1	循環器系（高血圧症、脳卒中、狭心症 等）
10.8	呼吸器系（鼻炎、ぜんそく 等）
10.5	消化器系（胃・十二指腸の病気、肝臓の病気 等）
7.0	皮膚（アトピー性皮膚炎 等）
23.9	筋骨格系（痛風、関節リウマチ、腰痛症、骨粗しょう症 等）
10.8	尿路生殖器系（腎臓の病気、前立腺肥大症 等）
3.6	損傷（骨折、けが・やけど 等）
3.3	貧血・血液の病気
4.7	悪性新生物（がん）
7.3	その他
9.4	特に病気や症状はない

3.0 不明・無回答

【全員の方にお伺いします。】

問１５　あなたは、将来、身体が虚弱になって、日常生活を送る上で、排せつ等の介護が必要な状態（要介護２程度）になると考えた時、具体的にどんなことが不安ですか。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

65.6	家族に肉体的・精神的負担をかけること
14.0	介護をしてくれる家族がいないこと
40.0	介護に要する経済的負担が大きいこと
13.4	収入がなくなること
13.7	現在の住宅の構造に問題があること
13.8	施設の空きがないため、希望する介護施設等に入れないこと
29.4	費用が高いため、希望する介護施設等に入れないこと
1.9	身元保証人がいないため、介護施設等に入れないこと
5.0	緊急の場合に対応できる病院や診療所が近くにないこと
8.8	介護に関する情報が少ないこと
53.6	身体の自由がきかなくなること
29.8	人生の楽しみが感じられなくなること
10.1	介護サービスの利用方法や手続きがわからないこと
33.5	特に理由はないが、漠然と不安を感じる
3.6	特に不安なことはない
2.4	現在すでに介護を受けている　⇒　問１８へお進みください。

5.3 不明・無回答

【問１５で「1～15」と答えた方にお伺いします。】

問１６　あなたは、将来、身体が虚弱になって、日常生活を送る上で、排せつ等の介護が必要な状態になった時、どなたに介護を頼みたいと思いますか。次の中から主なものを１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）　〔n=2,228〕

30.6	配偶者	－	友人・知人
12.9	子	46.8	ヘルパーなど介護サービスの人
1.0	子の配偶者	1.2	その他
0.8	兄弟姉妹	4.3	特にない
0.4	その他の家族・親族		

1.9 不明・無回答

【問１５で「1～15」と答えた方にお伺いします。】

問１７　あなたは、将来、身体が虚弱になって、日常生活を送る上で、排せつ等の介護が必要な状態になった時、介護に係る費用は、どのようにしてまかなうことになると思いますか。次の中から主なものを１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）　〔n=2,228〕

63.8	年金等の収入でまかなう
18.3	貯蓄でまかなう
3.1	収入や貯蓄ではまかなえないが、資産を売却するなどして自分でまかなう
4.3	子などの家族・親戚からの経済的な援助を受けることになると思う
8.3	特に考えていない

2.2 不明・無回答

【全員の方にお伺いします。】

問１８　医療や健康に関する情報について、自分自身で探したり利用したりする次の行動のうち、あなたができるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

	新聞、本、雑誌、テレビ、インターネットなどから、情報を集めることができる	たくさんの情報の中から、自分の求める情報を調べることができる	情報を理解し、人に伝えることができる	情報がどの程度信頼できるかを判断できる	情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる	この中でできることはない	不明・無回答
あなたができる行動に○をつけてください。（○はいくつでも）	71.1	48.8	40.6	37.9	40.4	13.2	3.8

問１９　では、次にパソコンやスマートフォンなどによりインターネットで情報を収集することについてお伺いします。あなたは、医療や健康に関する情報をインターネットで調べることがありますか。

インターネットで調べることがある方は、どのような情報を得ているか、次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

30.1	病院などの医療機関
39.0	病気について（病名や症状、処置方法等）
25.1	薬の効果や副作用
14.4	栄養バランスのとれた食事
7.1	健康食品や滋養強壮剤
19.7	自分でできる運動（体操ストレッチ等）やマッサージの方法
2.9	その他
36.5	インターネットで調べることはない

13.3 不明・無回答

あなたの、現在の就労状況や社会活動（グループや団体、複数の人で行っている社会や家族を支える活動）への参加について、いくつかの質問をお伺いします。

問２０　あなたは、現在、収入のある仕事をしていますか。次の中から１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）

28.7	収入のある仕事をしている
1.6	収入のある仕事はしていないが、仕事を探している
63.0	収入のある仕事はしていない

問 24 へお進みください。

6.7 不明・無回答

【問 20 で「1」と答えた、現在、「収入のある仕事をしている」方にお伺いします。】

問２１　あなたがしている仕事の勤務形態を、次の中から１つだけ選んでお答えください。複数の仕事をしている場合は、収入の最も多いものをお答えください。

（○は１つ）　**〔n= 693〕**

10.8	自営農林漁業（家族従業者も含む）
13.6	自営商工サービス業（家族従業者も含む）
11.0	会社又は団体の役員
10.1	フルタイムの被雇用者
38.8	パートタイム・臨時の被雇用者
14.0	その他

1.7 不明・無回答

【問 20 で「1」と答えた、現在、「収入のある仕事をしている」方にお伺いします。】

問２２　あなたのこの１週間の合計勤務時間は何時間くらいですか。残業時間も含めて、全ての仕事の合計時間をお答えください。　**〔n= 693〕**

この１週間の合計勤務時間・・・（　　）時間程度						〔平均〕
20 時間未満	**31.3**	30～35 時間未満	**7.8**	45～50 時間未満	**3.8**	**26.2 時間**
20～25 時間未満	**13.9**	35～40 時間未満	**6.3**	50～55 時間未満	**3.0**	
25～30 時間未満	**5.5**	40～45 時間未満	**12.3**	55 時間以上	**4.5**	

11.7 不明・無回答

【問 20 で「1」と答えた、現在、「収入のある仕事をしている」方にお伺いします。】

問２３　あなたが、現在、仕事をしているのは、主にどのような理由からですか。次の中から主なものを１つだけ選んでお答えください。（○は１つ）　**〔n= 693〕**

41.6	収入がほしいから
17.0	仕事そのものが面白いから、自分の活力になるから
4.0	仕事を通じて友人や仲間を得ることができるから
20.2	働くのは体によいから、老化を防ぐから
8.9	その他

問２５へお進みください。

8.2 不明・無回答

【問 20 で「2～3」と答えた「収入のある仕事はしていない」方にお伺いします。】

問２４　あなたが、現在、収入のある仕事をしていない理由について、次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）　〔n=1,559〕

3.2	希望する収入を得られる仕事がないため
8.9	希望する就労形態で働ける仕事がないため
4.2	希望する勤務地域で働ける仕事がないため
27.8	健康上の理由
4.9	家族の介護のため
8.8	趣味や社会活動などに力を注ぐため
35.2	貯蓄や年金収入で生活でき、働く必要がないため
12.5	その他
17.1	特に理由はない

5.5 不明・無回答

【全員の方にお伺いします。】

問２５　あなたは、この1年間に個人または友人とあるいはグループや団体で自主的に行われている次のような活動を行った、または参加しましたか。次の中からあてはまるものをすべてお答えください。（○はいくつでも）

14.9	趣味（俳句、詩吟、陶芸等）
25.8	健康・スポーツ（体操、歩こう会、ゲートボール等）
6.6	生産・就業（生きがいのための園芸・飼育、シルバー人材センター等）
4.6	教育関連・文化啓発活動（学習会、子ども会の育成、郷土芸能の伝承等）
9.0	生活環境改善（環境美化、緑化推進、まちづくり等）
4.7	安全管理（交通安全、防犯・防災等）
2.8	高齢者の支援（家事援助、移送等）
2.7	子育て支援（保育への手伝い等）
12.8	地域行事（祭りなどの地域の催しものの世話等）
6.3	その他（具体的に：　　）
43.2	活動または参加したものはない

5.3 不明・無回答

問２６　あなたは、現在、どの程度生きがい（喜びや楽しみ）を感じていますか。

（○は１つ）

30.6	十分感じている
47.0	多少感じている
18.4	あまり感じていない
3.0	全く感じていない

1.0 不明・無回答

～～　長い時間ご協力ありがとうございました。～～