

**1. 心身の状況についておたずねします。**

問1 あなたの今の健康状態にあてはまるものはどれですか。(○は1つ)

- 1 健康でこれといった病気はない
- 2 体調で気になっている点はあるが、受診するほどではない
- 3 定期的に受診はしているが、生活に支障はない
- 4 持病があり、生活に支障が生じている

**2. 健康づくり・健康管理・介護予防についておたずねします。**問2 あなたは、健康を維持するためにしていることや、心がけていることがありますか。  
(○はいくつでも)

- |                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| 1 定期的に主治医の診察を受けている   | 2 健康づくりに関するイベントに参加している    |
| 3 たばこを吸わないようにしている    | 4 専門職(医師、保健師)等の健康相談を受けている |
| 5 歩数を計って歩くことを心がけている  | 6 生きがいや趣味をもっている           |
| 7 友だちと楽しく話す          | 8 地域の行事に参加している            |
| 9 塩分を摂り過ぎないように心がけている | 10 野菜を食べるように心がけている        |
| 11 休息や睡眠をとるようにしている   | 12 自分なりのストレス解消法をもっている     |
| 13 定期的に歯医者で検診を受けている  | 14 入浴を心がけている              |
| 15 規則正しい生活を心がけている    | 16 健康に関する情報を自ら収集している      |
| 17 お薬手帳を活用している       | 18 その他( )                 |
| 19 特にない              |                           |

問3 あなたは、運動を週1回以上習慣的に行っていますか。(どちらかに○)

※運動とは、日常生活行動とは別に時間を設けて意識的に体を動かすことをいい、生活上の工夫(例: 買い物はなるべく歩いて行くようにしている等)は含みません。

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 行っている | 2 行っていない |
|---------|----------|

問4 あなたは、現在、かかりつけの医師や歯科医師、薬局はありますか。以下のA～Cそれぞれについてお答えください。(○はそれぞれ1つ)

※かかりつけの医師とは、現に通院していなくても、何かあれば通院や相談のできる医師をいいます。

A 医師	1 いる	2 いない
B 歯科医師	1 いる	2 いない
C 薬局	1 ある	2 ない

問5 あなたは、定期的(1年に1回以上)に健診(特定健康診査や人間ドックなど)を受診していますか。(○は1つ)

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| 1 定期的に受診している   | 2 1年以内には受診していない |
| 3 今まで受診したことはない |                 |

問5で選択肢「3」とお答えの方にお聞きします。

問6 あなたが健診(検診)を受診したことがない理由は何ですか。(○は近いものに1つ)

- |                                   |              |
|-----------------------------------|--------------|
| 1 心配があるときに医療機関を受診できるから            | 2 費用の負担があるから |
| 3 健診(検診)の申し込み手続きなどが面倒だから          | 4 体調が悪くないから  |
| 5 治療中だから                          |              |
| 6 仕事が忙しく健診を受ける時間がとれないから           |              |
| 7 育児や家事が忙しく健診を受ける時間がとれないから        |              |
| 8 介護や見守りが必要な家族がおり、健診を受ける時間がとれないから |              |
| 9 その他( )                          |              |

### 3. 地域とのかかわりについておたずねします。

問7 あなたは、近所づきあいをどの程度されていますか。(○は1つ)

- 1 近所にちょっとした頼みごとができる人がたくさんいる
- 2 近所にちょっとした頼みごとができる人が少しいる
- 3 会えば親しく話をする人がいる
- 4 挨拶程度がほとんど
- 5 近所づきあいをほとんどしていない

問8 地域で行われる行事や活動等への参加について、近年、あなたが参加したことがある行事等にはどのようなものがありますか。(○はいくつでも)

- |                    |                             |
|--------------------|-----------------------------|
| 1 地域のお祭りや運動会       | 2 地域の自主防災・防犯活動、交通安全活動       |
| 3 地域の清掃などの美化活動     | 4 地域の敬老行事                   |
| 5 子どもや高齢者の見守り活動    | 6 自治会や老人クラブ、マンションの管理組合などの役員 |
| 7 自治会や老人クラブなどの地域活動 | 8 その他 ( )                   |
| 9 参加したことがない        |                             |

### 4. 安全・安心についておたずねします。

問9 あなたやあなたの身近な人(配偶者や親など)について、どのような不安なことがありますか。「あなた」と「身近な人」それぞれについてお答えください。

《あなた自身について不安なこと》(○は主なもの3つまで)

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| 1 健康状態や身体の衰え | 2 家事や介護        | 3 物忘れ(認知症)        |
| 4 火のもとの始末    | 5 近所の防犯体制      | 6 災害時の避難方法や場所     |
| 7 財産管理       | 8 悪質商法や詐欺などの被害 | 9 高齢者虐待           |
| 10 住宅の安全性    | 11 老後の蓄え       | 12 介護が必要になった場合の蓄え |
| 13 孤立死       | 14 その他 ( )     |                   |
| 15 特になし      |                |                   |

《身近な人について不安なこと》(○は主なもの3つまで)

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| 1 健康状態や身体の衰え | 2 家事や介護        | 3 物忘れ(認知症)        |
| 4 火のもとの始末    | 5 近所の防犯体制      | 6 災害時の避難方法や場所     |
| 7 財産管理       | 8 悪質商法や詐欺などの被害 | 9 高齢者虐待           |
| 10 住宅の安全性    | 11 老後の蓄え       | 12 介護が必要になった場合の蓄え |
| 13 孤立死       | 14 その他 ( )     |                   |
| 15 特になし      |                |                   |

※孤立死とは、地域で亡くなられた事に近隣の方々が気づかず、相当日数を経過してから発見されることを指します。

問10 あなたは、地震や台風などの自然災害があったときを想定した地域の避難訓練に参加したことがありますか。(どちらかに○)

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1 参加したことがある | 2 参加したことがない |
|-------------|-------------|

問11 あなたは、地震や台風などの自然災害があったとき、避難所などへどう逃げるか、考えていますか。(○は1つ)

- 1 自分で逃げるができる
- 2 避難のときに手助けが必要だが、手助けしてもらえる人がいる
- 3 避難のときに手助けが必要だが、手助けしてもらえない
- 4 わからない

## A 若年者用

問12 あなたは、あなたがお住まいの地区を担当する民生委員がどなたかを知っていますか。(どちらかに○)

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問13 あなたは、「若年性認知症」とはどのような病気か知っていますか。(○は1つ)

- |            |             |
|------------|-------------|
| 1 知っている    | 2 ある程度知っている |
| 3 ほとんど知らない | 4 知らない      |

問14 あなたは、認知症の相談・支援機関としてどのような機関を知っていますか。(○はいくつでも)

- |  |
|--|
| 1 地域包括支援センター                                       |
| 2 認知症初期集中支援チーム                                     |
| 3 認知症地域支援推進員                                       |
| 4 認知症疾患医療センター(ハートランドしぎさん、吉田病院、奈良県立医科大学附属病院、秋津鴻池病院) |
| 5 認知症の人と家族の会奈良県支部 電話相談                             |
| 6 奈良県若年性認知症サポートセンター                                |
| 7 認知症カフェ(オレンジカフェ)                                  |
| 8 チームオレンジ  |
| 9 知っているところはない                                      |

問15 あなたは、「成年後見制度」について知っていますか。(○はいくつでも)

- |                             |
|-----------------------------|
| 1 知らない・聞いたことがない             |
| 2 詳しくは知らないが聞いたことはある         |
| 3 後見人ができること、できないことが何かを知っている |
| 4 成年後見制度利用が必要と思われるケースが分かる   |
| 5 成年後見制度の利用についての相談窓口を知っている  |
| 6 市町村長による申立てが可能であることを知っている  |
| 7 任意後見制度があることを知っている         |
| 8 日常生活自立支援事業があることを知っている     |

問16 あなたは、自身や家族が何らかの理由により判断力が低下してきた場合に、安否確認を目的に誰かに見守りをしてもらいたいと思いますか。(○は1つ)

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1 見守りをしてほしい | 2 見守りをしてほしくない |
| 3 わからない     |               |

問17 あなたの認知症に対するイメージに最も近いものをお答えください。

(○は主なものを3つまで)

- |  |
|--|
| 1 規則正しい健康的な生活をするこは、認知症予防につながる                |
| 2 認知症と単なるもの忘れは違う                             |
| 3 認知症のような症状があっても早期発見して適切な治療を受けることで治る可能性がある   |
| 4 自分や身近な人がいずれなるかもしれない病気である                   |
| 5 認知機能にあわせて仕事や作業を担い、自分の力を発揮することができる          |
| 6 医療・介護などのサポートを利用しながら、今まで暮らしてきた地域で生活ができる     |
| 7 認知症が進行すると身の回りのことができなくなり、介護施設に入ってサポートが必要となる |
| 8 認知症が進行すると何もわからなくなってしまう                     |

問18 あなたは、認知症と診断された方の経験談や思いを聴いてみたいと思いますか。(○は1つ)

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 1 ぜひ聴いてみたい   | 2 機会があれば聴いてみたい |
| 3 あまり興味を感じない |                |





## A 若年者用

問29 介護保険制度を持続可能なものとするため、あなたが必要と思うものはどれですか。  
(○はいくつでも)

- |   |   |
|---|---|
| 1 | 地域で協力するなどして介護予防に取り組み、介護が必要になる人の増加を抑える                       |
| 2 | 必要な人が必要なサービスを受けられるよう、過剰なサービス利用を見直す                          |
| 3 | 人材不足に対応するため、介護サービスの効率化を進める (A I (人工知能)・I C T (情報通信技術) の活用等) |
| 4 | 保険料の公的負担割合を増やす  |
| 5 | 本人の所得や資産に応じて、介護サービス利用者の負担割合を見直す                             |
| 6 | その他 ( )   |

## 6. あなたご自身のことについておたずねします。

問30 あなたの満年齢はいくつですか。(○は1つ) (令和7年9月1日現在でお答えください)

- |   |        |   |        |   |        |   |        |   |        |
|---|--------|---|--------|---|--------|---|--------|---|--------|
| 1 | 40～44歳 | 2 | 45～49歳 | 3 | 50～54歳 | 4 | 55～59歳 | 5 | 60～64歳 |
|---|--------|---|--------|---|--------|---|--------|---|--------|

問31 あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

- |   |    |   |    |   |     |
|---|----|---|----|---|-----|
| 1 | 男性 | 2 | 女性 | 3 | その他 |
|---|----|---|----|---|-----|

問32 あなたがお住まいの市町村はどこですか。(○は1つ)

- |    |      |    |       |    |       |    |      |    |      |
|----|------|----|-------|----|-------|----|------|----|------|
| 1  | 奈良市  | 2  | 大和高田市 | 3  | 大和郡山市 | 4  | 天理市  | 5  | 橿原市  |
| 6  | 桜井市  | 7  | 五條市   | 8  | 御所市   | 9  | 生駒市  | 10 | 香芝市  |
| 11 | 葛城市  | 12 | 宇陀市   | 13 | 山添村   | 14 | 平群町  | 15 | 三郷町  |
| 16 | 斑鳩町  | 17 | 安堵町   | 18 | 川西町   | 19 | 三宅町  | 20 | 田原本町 |
| 21 | 曽爾村  | 22 | 御杖村   | 23 | 高取町   | 24 | 明日香村 | 25 | 上牧町  |
| 26 | 王寺町  | 27 | 広陵町   | 28 | 河合町   | 29 | 吉野町  | 30 | 大淀町  |
| 31 | 下市町  | 32 | 黒滝村   | 33 | 天川村   | 34 | 野迫川村 | 35 | 十津川村 |
| 36 | 下北山村 | 37 | 上北山村  | 38 | 川上村   | 39 | 東吉野村 |    |      |

問33 あなたの世帯の世帯員数をご記入ください。

あなたを含めて ( ) 人 うち65歳以上の高齢者 ( ) 人

問34 あなたは、現在、収入のある仕事をしていますか。(○は主なもの1つ)

- |   |                                 |   |                  |
|---|---------------------------------|---|------------------|
| 1 | 常勤の社員・職員                        | 2 | 非常勤、嘱託、パート、アルバイト |
| 3 | 自営業主・自営業主手伝い                    | 4 | 農業、林業            |
| 5 | 専門的職業 (医師・弁護士等)                 | 6 | シルバー人材センターの就労    |
| 7 | 会社役員など                          | 8 | その他 ( )          |
| 9 | 仕事はしていない (年金収入のみ、専業主婦 (主夫) を含む) |   |                  |

調査にご協力いただき、ありがとうございました。