

**「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**

2020年 11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

「認知症予防と支え合いのまちづくり」地域推進会議

代表 高田寛子

【赤い羽根助成事業】

実施目的

新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言は5月末にようやく解除されたが、数か月に及ぶ厳しい自粛生活が続き、先の見えない不安で苦しい毎日を余儀なくされた。また、その後も引き続き長期にわたっての自粛生活が求められている。

- ・アンケートの実施により、長期の自粛後の「地域の高齢者の健康や生活の現状と課題」を明らかにする。
- ・地域の高齢者の健康や生活の現状と課題について広く地域に発信していく。
- ・地域の身近なネットワークの中で、地域の高齢者の現状や課題を共有し、今後の「新しい地域の繋がりや支え合いのまちづくりの進め方」について検討し、感染症予防と高齢者の健康向上ができる町づくりに取り組む。

アンケート概要

内 容 :

I 基本調査 : 年齢・性別・世帯構成・居住地・所属団体・介護認定・認知症検診

II 感染予防のための自粛生活の過ごし方

- ・ 外出頻度
- ・ 心身の健康や日常生活での困った事や不安
- ・ 元気な毎日を送る為に、工夫したこと
- ・ 自粛生活中の嬉しかったこと、楽しかったこと・ほっとしたこと

III 自粛期間中の介護サービスの利用について

IV 長期の自粛による、心身の健康状態への影響

- ・ 健康状態の変化について
- ・ 運動能力の変化について
- ・ 物忘れについて
- ・ 意欲・元気度について
- ・ 自粛期間中のスマートフォンやインターネットの利用経験や今後の使用について

実施期間 : 2020年6月~7月

調査対象者 : 地域の自治会、老人会、医療介護の関係団体及び法人認知症予防教室の参加者・家族、法人の会員など、65才以上の方

調査方法：地域の医療介護の関係団体や連携する自治会・老人会等の地縁団体に口頭で説明を行い、関係団体の判断の上に、対象者には自由意思にて参加いただいた。
 認知症予防教室の参加者・家族、法人の会員には、文書の郵送や口頭で説明を行い、自由意思にて返信いただいた。

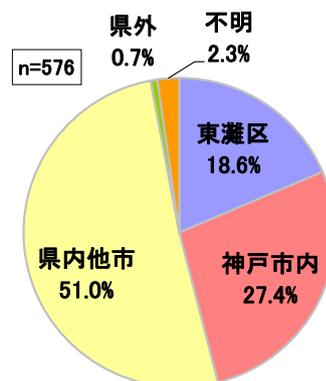
回答者数：576人

結 果

I 基本調査

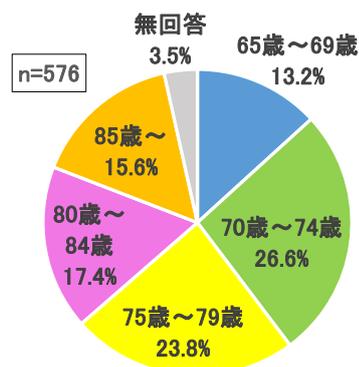
①居住地

	回答数	%
全体	576	100.0
1 東灘区	107	18.6
2 神戸市内	158	27.4
3 県内他市	294	51.0
4 県外	4	0.7
5 不明	13	2.3



②年齢

	回答数	%
全体	576	100.0
1 65歳～69歳	76	13.2
2 70歳～74歳	153	26.6
3 75歳～79歳	137	23.8
4 80歳～84歳	100	17.4
5 85歳～	90	15.6
無回答	20	3.5



「前期高齢者」は約40%229人、「後期高齢者」は約57%327人であった。

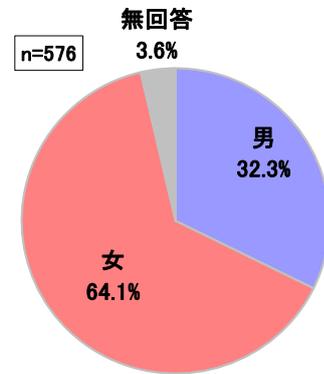
		65歳～69歳	70歳～74歳	75歳～79歳	80歳～84歳	85歳～	無回答	(%)	
(n=)									
全体	(576)	13.2	26.6	23.8	17.4	15.6	3.5		
東灘区	(107)	16.8	27.1	25.2	14.0	9.3	7.5		
地域別	神戸市全体	(265)	11.7	26.4	28.7	14.7	12.8	5.7	
	神戸市以外の他都市	(298)	14.8	25.5	20.1	20.5	17.8		
全体	(576)	13.2	26.6	23.8	17.4	15.6	3.5		
世帯別	独居	(169)	6.5	18.3	21.9	21.3	27.8	4.1	
	二人以上	(395)	16.5	29.9	24.3	15.9	10.4	3.0	
所属団体等	所属無し	(202)	14.9	24.8	17.8	20.8	18.3	3.5	
	所属1つ	(268)	14.2	29.9	25.4	12.7	13.8	4.1	
	所属2つ以上	(92)	8.7	23.9	30.4	22.8	12.0		

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (1):年齢層>

③性別

		回答数	%
全体		576	100.0
1	男	186	32.3
2	女	369	64.1
	無回答	21	3.6



<参考資料> 神戸市全体の男女別、東灘区の年齢別人口

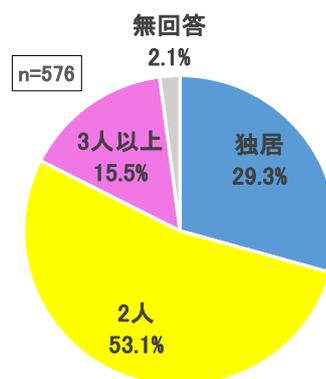
		神戸市全体		東灘区	
	全体	431,797	%	52,422	%
1	男	184,260	42.7	21,896	41.8
2	女	247,537	57.3	30,526	58.2

		神戸市全体		東灘区	
	65歳以上人口	431,797	65歳以上の%	52,422	65歳以上の%
1	65歳～69歳	96,923	22.4	11,799	22.5
2	70歳～74歳	111,576	25.8	13,550	25.8
3	75歳～79歳	87,376	20.2	10,163	19.4
4	80歳～84歳	64,248	14.9	7,709	14.7
5	85歳～	71,674	16.6	9,201	17.6

(住民基本台帳年齢別人口/令和2年7月末日現在)

④ 家族構成

	回答数	%
全体	576	100.0
1 独居	169	29.3
2 2人	306	53.1
3 3人以上	89	15.5
無回答	12	2.1



		独居	2人	3人以上	無回答
(n=)					
全体	(576)	29.3	53.1	15.5	
東灘区	(107)	22.4	58.9	15.0	3.7
地域別	神戸市全体	32.5	52.1	13.2	
	神戸市以外の他都市	26.5	54.7	16.8	
全体	(576)	29.3	53.1	15.5	
年齢別	65歳～69歳	14.5	61.8	23.7	
	70歳～74歳	20.3	58.8	18.3	
	75歳以上	36.7	49.5	11.6	
所属団体等	所属無し	31.2	49.0	17.3	
	所属1つ	28.0	57.1	14.2	
	所属2つ以上	29.3	55.4	12.0	3.3

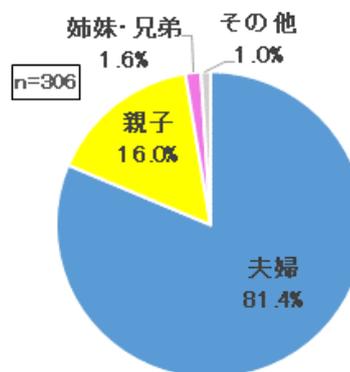
※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (2) : 家族構成 A>

家族構成は、「2 人家族」が全体の約 53%と多く、次いで「独居」約 30%、3 人以上は約 16%であった。東灘区では、「独居」がやや少なく、2 人家族がやや多くなっている。

家族構成が2人、2人以上と答えた方/同居人について

	回答数	%
全体	306	100.0
1 夫婦	249	81.4
2 親子	49	16.0
3 姉妹・兄弟	5	1.6
4 その他	3	1.0



2 人家族の内訳は、「夫婦」約 81%、「親子」16%であった。

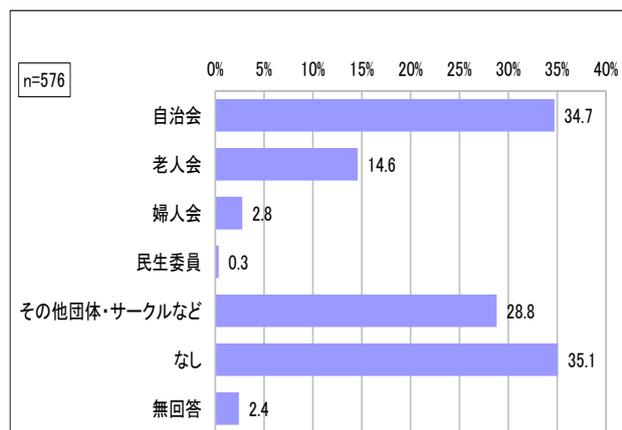
		夫婦	親子	姉妹・兄弟	その他	(%)
(n=)						
全体	(306)	81.4			16.0	
東灘区	(63)	82.5			15.9	
地域別	神戸市全体	78.3			20.3	
	神戸市以外の他都市	83.4			12.9	
全体		81.4			16.0	
年齢別	65歳～69歳	76.6			19.1	4.3
	70歳～74歳	86.7			12.2	
	75歳以上	79.6			17.3	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (3) : 家族構成 B>

⑤所属団体

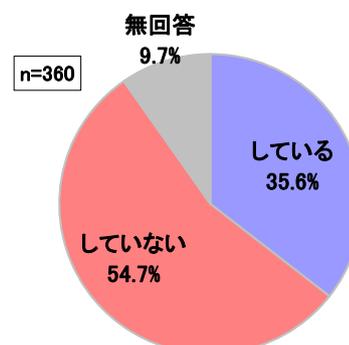
		回答数	%
全体		576	100.0
1	自治会	200	34.7
2	老人会	84	14.6
3	婦人会	16	2.8
4	民生委	2	0.3
5	その他団体・サークルなど	166	28.8
6	なし	202	35.1
	無回答	14	2.4



<クロス集計 (4) : 所属団体>

所属団体のある方/所属団体において役員・世話役をしているか

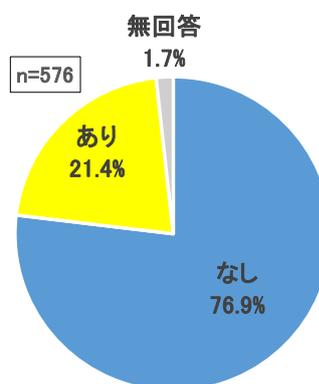
		回答数	%
全体		360	100.0
1	している	128	35.6
2	していない	197	54.7
	無回答	35	9.7



何かしらの団体への所属率は約 64%で、所属先は、自治会・老人会・その他団体やサークルが多く、所属先で「役員や世話役をしている」人も、約 36% 128 人であった。

⑥介護認定・介護度

	回答数	%
全体	576	100.0
1 なし	443	76.9
2 あり	123	21.4
無回答	10	1.7



		なし	あり	無回答	(%)
	(n=)				
	全体 (576)	76.9	21.4		
	東灘区 (107)	85.0	13.1		
地域別	神戸市全体 (265)	77.7	20.0		
	神戸市以外の他都市 (298)	76.5	22.1		
	全体 (576)	76.9	21.4		
年齢別	65歳～69歳 (76)	92.1	7.9		
	70歳～74歳 (153)	91.5	7.2		
	75歳以上 (327)	66.7	30.9		
世帯別	独居 (169)	67.5	29.0	3.6	
	二人以上 (395)	81.5	17.5		
団体所属等	所属無し (202)	66.3	31.7		
	所属1つ (268)	82.5	16.0		
	所属2つ以上 (92)	90.2	9.8		

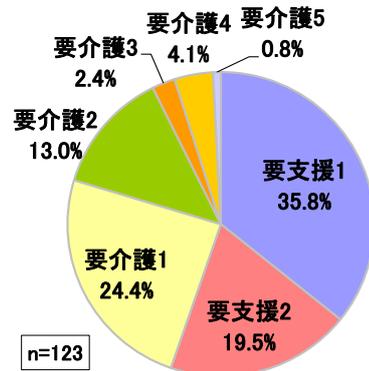
※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (5) : 介護認定>

介護認定を受けている人は、約 21% 123 人であったが、東灘区は神戸市全体より 8%ほど低かった。

介護認定「あり」と回答の方/介護度について

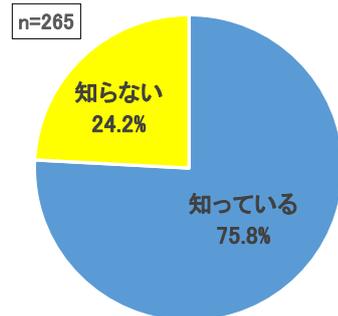
	回答数	%
全体	123	100.0
1 要支援1	44	35.8
2 要支援2	24	19.5
3 要介護1	30	24.4
4 要介護2	16	13.0
5 要介護3	3	2.4
6 要介護4	5	4.1
7 要介護5	1	0.8



今回のアンケートは、介護認定者では比較的介護度の低い「要支援1・2、要介護1・2」の人までが回答していた。

⑦神戸モデル認知症検診について（神戸市内在住のみ回答）

	回答数	%
全体	265	100.0
1 知っている	201	75.8
2 知らない	64	24.2



		知っている	知らない	(%)
		(n=)		
	全体	265	75.8	24.2
	東灘区	107	85.0	15.0
地域別	神戸市全体	265	75.8	24.2
	神戸市以外の他都市	(0)		
	全体	265	75.8	24.2
年齢別	65歳～69歳	(31)	74.2	25.8
	70歳～74歳	(70)	78.6	21.4
	75歳以上	(149)	73.8	26.2
世帯別	独居	(86)	75.6	24.4
	二人以上	(173)	75.1	24.9
団体等所属	所属無し	(81)	65.4	34.6
	所属1つ	(135)	77.8	22.2
	所属2つ以上	(49)	87.8	12.2

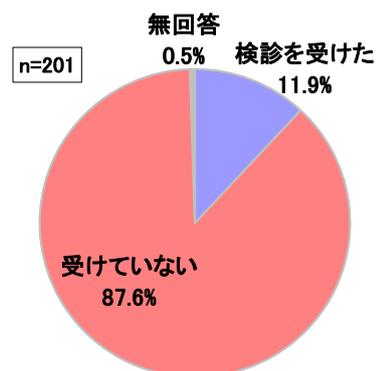
<クロス集計 (6)：神戸モデル認知症検診について>

神戸モデル認知症検診は、約 76%が「知っている」と答えたが、東灘区での認知度は 85%と神戸市全体より約 10%高かった。

また、所属団体が無い人よりも 1 つ 2 つ以上と増えるほど認知度が高くなっている。

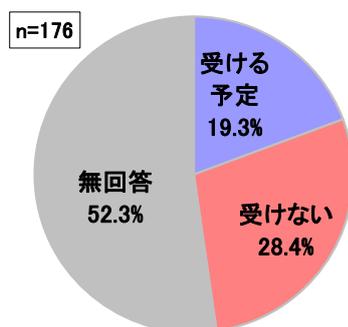
神戸モデル認知症検診について「知っている」と回答の方/受診について

	回答数	%
全体	201	100.0
1 検診を受けた	24	11.9
2 受けていない	176	87.6
無回答	1	0.5



神戸モデル認知症検診を「受けていない」と回答の方/受診予定について

	回答数	%
全体	176	100.0
1 受ける予定	34	19.3
2 受けない	50	28.4
無回答	92	52.3



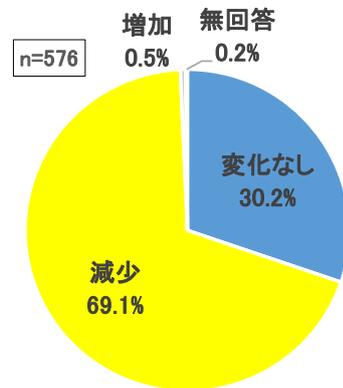
認知症検診を「知っている」201 人中、すでに「検診を受けた」人は 24 人、今後「受ける予定」が 34 人あったが、検診に対する抵抗感やまだ大丈夫との思いの表れなのか、「受けない」「無回答」92 人であった。

Ⅱ 予防のための自粛生活の過ごし方

①自粛生活中的の外出頻度

①-1 自粛期間中の外出頻度の変化

	回答数	%
全体	576	100.0
1 変化なし	174	30.2
2 減少	398	69.1
3 増加	3	0.5
無回答	1	0.2



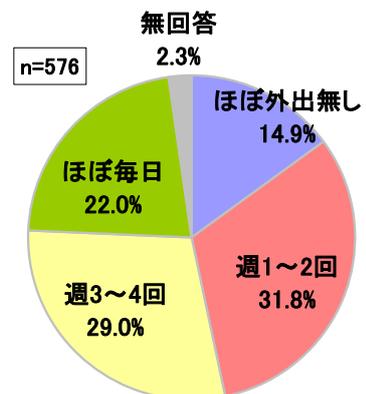
		変化なし	減少	増加	無回答	(%)
(n=)						
	全体 (576)	30.2	69.1			
	東灘区 (107)	29.0	70.1			
地域別	神戸市全体 (265)	27.9	71.3			
	神戸市以外の他都市 (298)	32.9	66.4			
	全体 (576)	30.2	69.1			
年齢別	65歳～69歳 (76)	35.5	64.5			
	70歳～74歳 (153)	24.2	75.8			
	75歳以上 (327)	32.1	66.7			
世帯別	独居 (169)	29.6	69.8			
	二人以上 (395)	30.1	69.1			
団体所属等	所属無し (202)	33.2	66.3			
	所属1つ (268)	30.6	68.7			
	所属2つ以上 (92)	19.6	80.4			

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (7) : 外出頻度の変化>

①-2 外出回数の変化

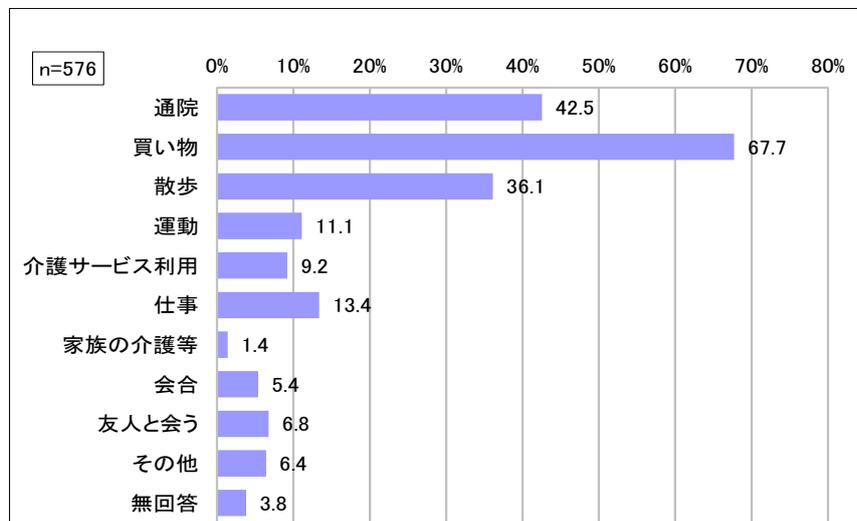
	回答数	%
全体	576	100.0
1 ほぼ外出無し	86	14.9
2 週1～2回	183	31.8
3 週3～4回	167	29.0
4 ほぼ毎日	127	22.0
無回答	13	2.3



約 70%の人の外出頻度が減少しており、「ほぼ外出無し」「週 1～2 回」が 47%であった。
 年齢別では、「70～74 歳」の外出頻度減少が他の年齢層よりも10%ほど高かった。
 また、所属団体が「2 つ以上」の人の外出頻度減少が高く、集まりの中止が影響しているのであろうか。

①- 3 外出理由

	回答数	%
全体	576	100.0
1 通院	245	42.5
2 買い物	390	67.7
3 散歩	208	36.1
4 運動	64	11.1
5 介護サービス利用	53	9.2
6 仕事	77	13.4
7 家族の介護等	8	1.4
8 会合	31	5.4
9 友人と会う	39	6.8
10 その他	37	6.4
無回答	22	3.8

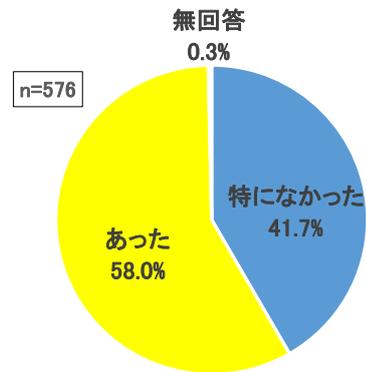


<クロス集計 (8) : 外出理由>

外出理由は、「買い物」「通院」の生活上最低限必要なもの、そして「散歩」が続いている。

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？

	回答数	%
全体	576	100.0
1 特になかった	240	41.7
2 あった	334	58.0
無回答	2	0.3



		特になかった	あった	無回答	(%)
		(n=)			
全体		(576)	41.7	58.0	
地域別	東灘区	(107)	35.5	64.5	
	神戸市全体	(265)	35.5	64.5	
	神戸市以外の他都市	(298)	48.7	50.7	
全体		(576)	41.7	58.0	
年齢別	65歳～69歳	(76)	48.7	51.3	
	70歳～74歳	(153)	33.3	66.7	
	75歳以上	(327)	44.0	55.4	
世帯別	独居	(169)	37.3	62.1	
	二人以上	(395)	43.8	55.9	
団体所属等	所属無し	(202)	44.1	55.4	
	所属1つ	(268)	40.3	59.7	
	所属2つ以上	(92)	40.2	59.8	

※3.0未満のラベルは非表示

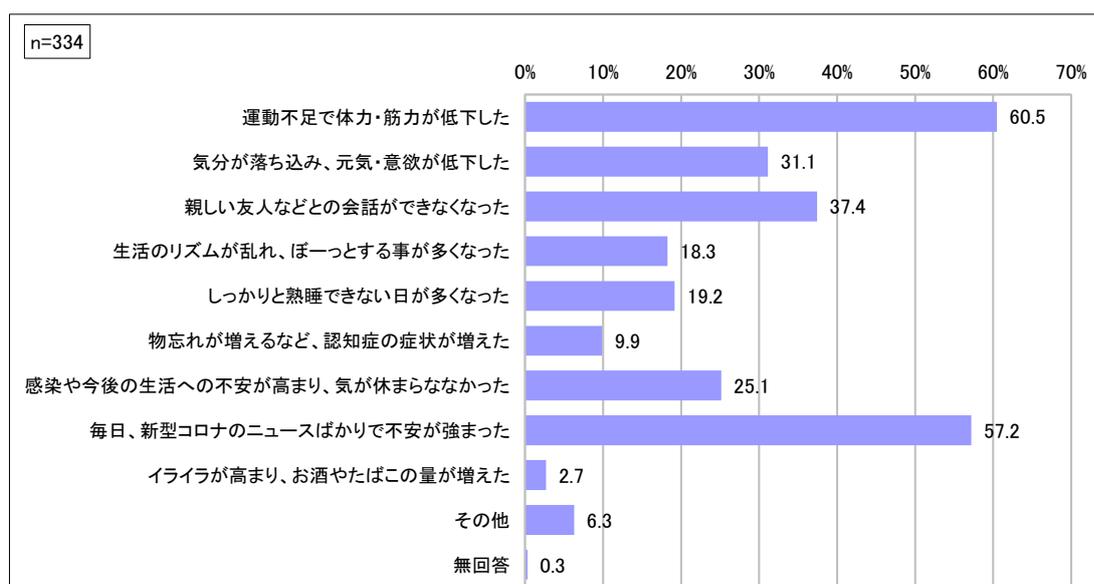
<クロス集計 (9)：心身の健康状態について困った事・不安に思った事>

●58%の人が、自粛生活での「心身の健康状態に困り事・不安」が「あった」と回答している。特に「70～74歳」では、約67%の人に、また「独居」の人が「2人以上家族」の人よりも、困り事や不安を多く感じていた。

困った事・不安に思った事があったと答えた方/具体的な内容について（選択）

		回答数	%
全体		334	100.0
1	運動不足で体力・筋力が低下した	202	60.5
2	気分が落ち込み、元気・意欲が低下した	104	31.1
3	親しい友人などとの会話ができなくなった	125	37.4
4	生活のリズムが乱れ、ぼーっとする事が多くなった	61	18.3
5	しっかりと熟睡できない日が多くなった	64	19.2
6	物忘れが増えるなど、認知症の症状が増えた	33	9.9
7	感染や今後の生活への不安が高まり、気が休まらなかった	84	25.1
8	毎日、新型コロナのニュースばかりで不安が強まった	191	57.2
9	イライラが高まり、お酒やたばこの量が増えた	9	2.7
10	その他	21	6.3
	無回答	1	0.3

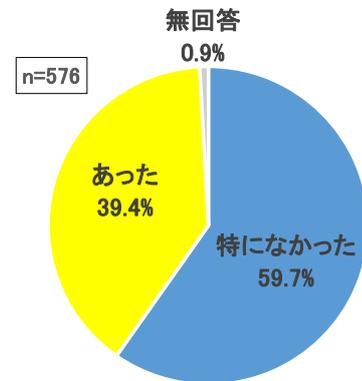
<クロス集計（10）：心身の健康状態について困った事・不安に思った事の内容>



●困り事や不安の内容として、「運動不足で体力・筋力が低下」「新型コロナのニュースばかりで不安」を半数以上の人が、約37%の人が「友人との会話ができなくなった」を選択した。

自粛生活中、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？

	回答数	%
全体	576	100.0
1 特になかった	344	59.7
2 あった	227	39.4
無回答	5	0.9



		特になかった	あった	無回答	(%)
	(n=)				
	全体	59.7	39.4		
地域別	東灘区	57.0	43.0		
	神戸市全体	55.5	44.5		
	神戸市以外の他都市	64.1	34.2		
	全体	59.7	39.4		
年齢別	65歳～69歳	47.4	52.6		
	70歳～74歳	51.0	49.0		
	75歳以上	68.5	30.0		
世帯別	独居	60.4	39.1		
	二人以上	59.5	39.7		
団体所属等	所属無し	63.9	35.1		
	所属1つ	55.6	44.0		
	所属2つ以上	62.0	38.0		

※3.0未満のラベルは非表示

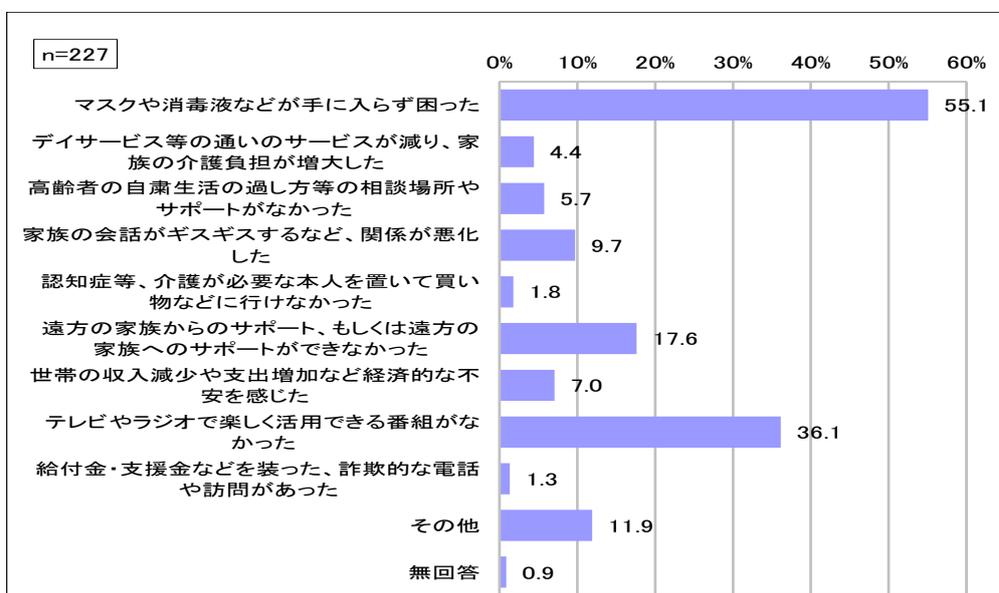
<クロス集計 (11)：日常生活や家族間の状況について困った事・不安に思った事>

「日常生活や家族間での困り事・不安が特になかった」人が約60%であった。

「困り事・不安があった」人は全体で約40%だが、65～69歳で約53%と多く、75歳以上になると逆に30%となり、年齢が上がる程「困り事・不安」の減少が見られた。

困った事・不安に思った事があったと答えた方/具体的な内容について（選択）

		回答数	%
全体		227	100.0
1	マスクや消毒液などが手に入らず困った	125	55.1
2	デイサービス等の通いのサービスが減り、家族の介護負担が増大した	10	4.4
3	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	13	5.7
4	家族の会話がギスギスするなど、関係が悪化した	22	9.7
5	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	4	1.8
6	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
7	世帯の収入減少や支出増加など経済的な不安を感じた	16	7.0
8	テレビやラジオで楽しく活用できる番組がなかった	82	36.1
9	給付金・支援金などを装った、詐欺的な電話や訪問があった	3	1.3
10	その他	27	11.9
	無回答	2	0.9



<クロス集計 (12)：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>

		回答数	55.1	36.1	17.6	9.7	7.0	5.7	4.4	1.8	1.3	11.9	0.9	
			マスクや消毒液などが手に入らず困った	テレビやラジオで楽しく活用できる番組がなかった	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	家族の会話がギスギスするなど、関係が悪化した	世帯の収入減少や支出増加など経済的な不安を感じた	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	家族の介護負担が増大した	デイサービス等の通いのサービスが減り、本人を置いて買い物などに行けなかった	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	給付金・支援金などを装った、詐欺的な電話や訪問があった	その他	無回答
全体	227	55.1	36.1	17.6	9.7	7.0	5.7	4.4	1.8	1.3	11.9	0.9		
年齢別														
65歳～69歳	40	65.0	27.5	25.0	10.0	15.0	2.5	5.0	0.0	2.5	10.0	0.0		
70歳～74歳	75	58.7	40.0	14.7	13.3	6.7	2.7	0.0	0.0	1.3	8.0	0.0		
75歳以上	98	44.9	37.8	18.4	7.1	4.1	9.2	7.1	3.1	1.0	14.3	2.0		

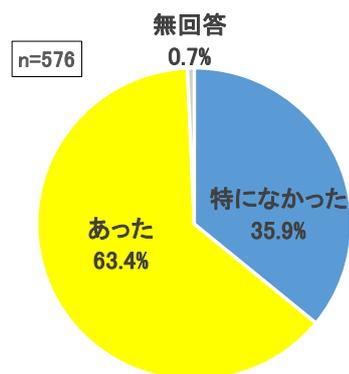
※「その他」「無回答」列を除いた全体行で降順ソート

「日常生活や家族間での困り事・不安」の内容は、「マスクや消毒液が手に入らない」ことが最も多かった。次いで「テレビやラジオで楽しい番組がなかった」が続いたが、年齢層が上がる则该項目選択が増加し、情報源がテレビやラジオであることが伺えた。

また、「65～69歳」では「遠方の家族間サポートができない」を多く選ぶ結果となった。

④ 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？

	回答数	%
全体	576	100.0
1 特になかった	207	35.9
2 あった	365	63.4
無回答	4	0.7



		特になかった	あった	無回答	(%)
(n=)					
	全体 (576)	35.9	63.4		
	東灘区 (107)	36.4	63.6		
地域別	神戸市全体 (265)	34.7	65.3		
	神戸市以外の他都市 (298)	38.6	60.1		
	全体 (576)	35.9	63.4		
年齢別	65歳～69歳 (76)	32.9	67.1		
	70歳～74歳 (153)	34.6	65.4		
	75歳以上 (327)	36.7	62.1		
世帯別	独居 (169)	27.8	71.0		
	二人以上 (395)	39.7	60.0		
団体等所属	所属無し (202)	42.1	56.9		
	所属1つ (268)	33.2	66.4		
	所属2つ以上 (92)	28.3	71.7		

※3.0未満のラベルは非表示

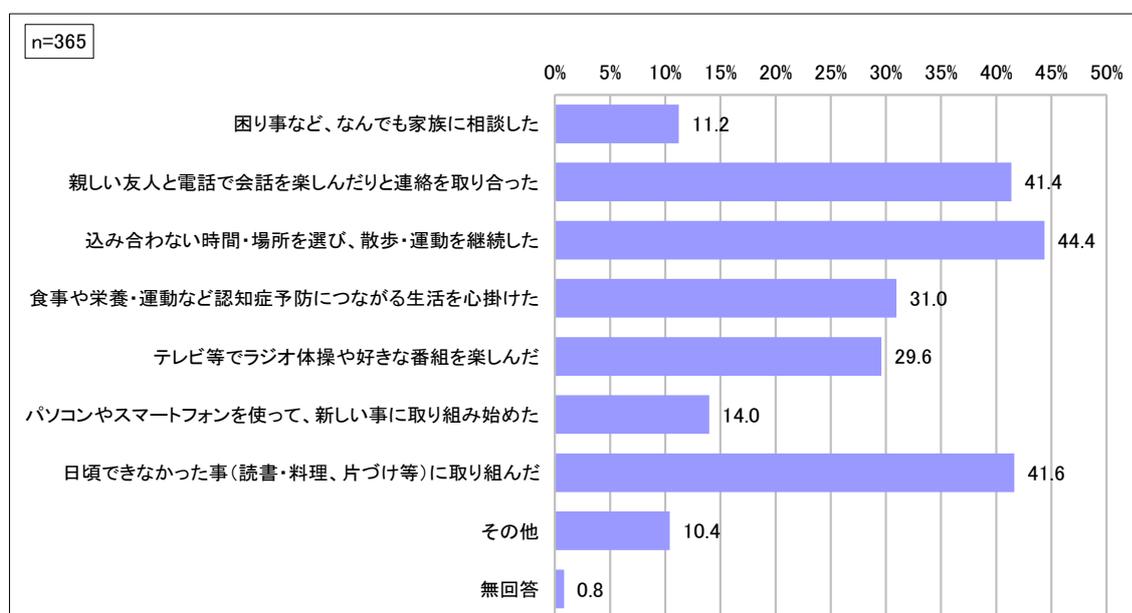
<クロス集計 (13) : 孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫したことはありましたか？>

「元気に過ごすための工夫したことがあった」人が、約63%であった。

同居家族がある人よりも「独居」の人の方が、また「所属団体が多い人」ほど「工夫したことがあった」と回答した。

孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫したことが「あった」と回答/具体的な内容

	回答数	%
全体	365	100.0
1 困り事など、なんでも家族に相談した	41	11.2
2 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	151	41.4
3 込み合わない時間・場所を選び、散歩・運動を続けた	162	44.4
4 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	113	31.0
5 テレビ等でラジオ体操や好きな番組を楽しんだ	108	29.6
6 パソコンやスマートフォンを使って、新しい事に取り組み始めた	51	14.0
7 日頃できなかった事(読書・料理、片づけ等)に取り組んだ	152	41.6
8 その他	38	10.4
無回答	3	0.8

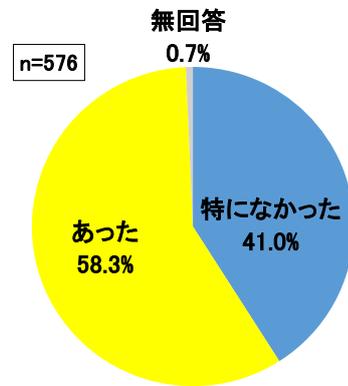


<クロス集計 (14) : 孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫した具体的な内容>

●工夫した選択内容は、「込み合わない時間・場所を選び、散歩・運動」、「日頃できなかった事に取り組んだ」、「友人と電話で会話を楽しんだり、連絡を取り合った」が40%強であった。「その他」の記述には、「花や野菜を育てる・庭いじり」や、「家の中で体操」、「断捨離」などがあった。

⑤自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたことがありましたか？

	回答数	%
全体	576	100.0
1 特になかった	236	41.0
2 あった	336	58.3
無回答	4	0.7



		特になかった	あった	無回答
(n=)				
全体	(576)	41.0	58.3	
地域別				
	東灘区 (107)	41.1	58.9	
	神戸市全体 (265)	39.2	60.8	
	神戸市以外の他都市 (298)	43.0	55.7	
	全体 (576)	41.0	58.3	
年齢別				
	65歳～69歳 (76)	44.7	55.3	
	70歳～74歳 (153)	48.4	51.6	
	75歳以上 (327)	36.7	62.1	
世帯別				
	独居 (169)	30.2	68.6	
	二人以上 (395)	45.8	53.9	
団体所属等				
	所属無し (202)	42.6	56.4	
	所属1つ (268)	43.7	56.3	
	所属2つ以上 (92)	30.4	69.6	

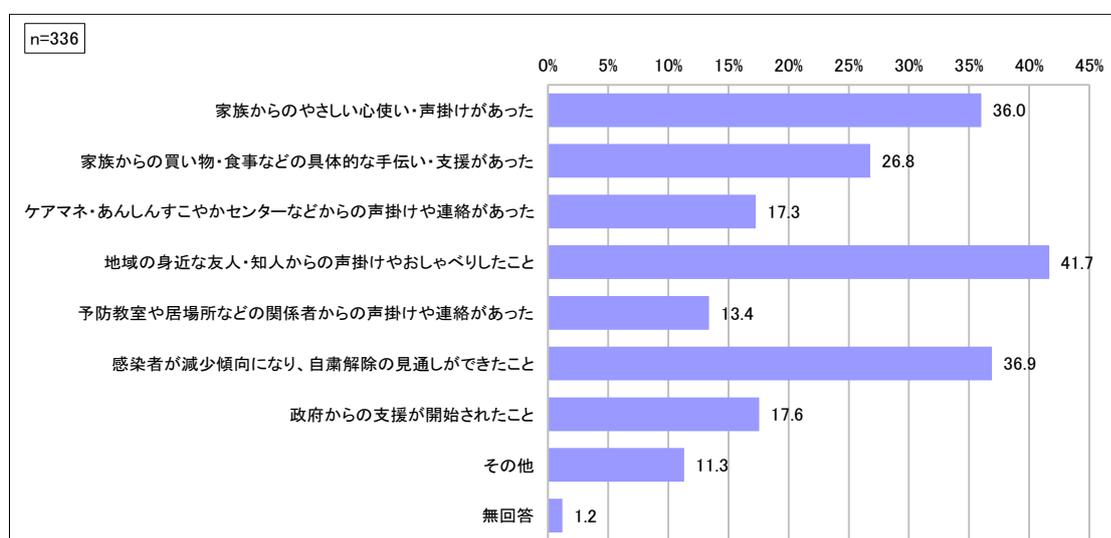
※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (15)：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？>

「嬉しかったことなどがあった」人は、全体では約58%であったが、「75歳以上」でやや高く約62%の人が、「独居の人」は約69%と「同居家族のある人」の53%より16%も高い。また、「所属団体2つ以上の人」は約70%、「所属団体のない人」の約56%よりも高かった。

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「あった」の具体的な内容

		回答数	%
全体		336	100.0
1	家族からのやさしい心使い・声掛けがあった	121	36.0
2	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
3	ケアマネ・あんしんすこやかセンターなどからの声掛けや連絡があった	58	17.3
4	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	140	41.7
5	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	45	13.4
6	感染者が減少傾向になり、自粛解除の見通しができたこと	124	36.9
7	政府からの支援が開始されたこと	59	17.6
8	その他	38	11.3
	無回答	4	1.2



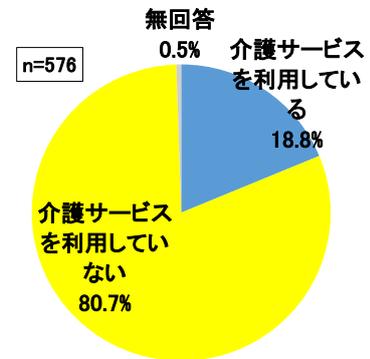
<クロス集計 (16) : 嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたことが「あった」の具体的な内容>

●内容選択では、「地域の身近な友人・知人からの声掛けやおしゃべり」「感染者が減少傾向になり、自粛解除の見通しができたこと」「家族からのやさしい心使い・声掛けがあった」が多かった。その他には、「デイサービスに行けた」「デイサービスで楽しく過ごせた」との記述も複数あり、通所サービスが継続されていたことで行き場があり、人と接することが支えになっていたようだ。

Ⅲ 自粛期間中の介護サービスの利用について

自粛期間中の介護サービスの利用について

	回答数	%
全体	576	100.0
1 介護サービスを利用している	108	18.8
2 介護サービスを利用していない	465	80.7
無回答	3	0.5



		介護サービスを利用している (%)	介護サービスを利用していない (%)	無回答 (%)
(n=)				
全体	(576)	18.8	80.7	
東灘区	(107)	11.2	88.8	
地域別				
神戸市全体	(265)	17.0	83.0	
神戸市以外の他都市	(298)	20.5	78.5	
全体	(576)	18.8	80.7	

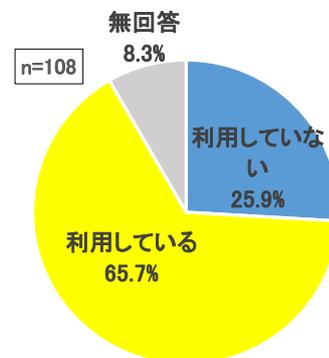
※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (17): 介護サービス利用の有無>

●介護認定を受けていると答えたのは 123人(設問 I -⑥)であったが、サービス利用者は 108 人で、サービスに結び付いていない人と認定を受けていない人が約 81%であった。

①-1: 「介護サービスを利用している」と回答の方/デイサービス等の通所サービス利用

	回答数	%
全体	108	100.0
1 利用していない	28	25.9
2 利用している	71	65.7
無回答	9	8.3



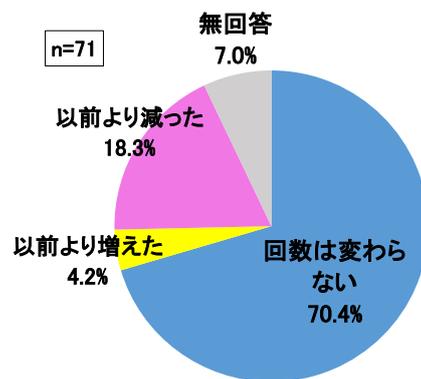
		利用していない	利用している	無回答	(%)
(n=)					
全体	(108)	25.9	65.7	8.3	
東灘区	(12)	58.3	41.7		
地域別					
神戸市全体	(45)	37.8	62.2		
神戸市以外の他都市	(61)	16.4	68.9	14.8	
全体	(108)	25.9	65.7	8.3	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (18)：デイサービス等の通所サービス利用の有無>

①-2：介護サービスを「利用している」と回答の方/
 デイサービス等の通所サービスの利用回数の増減

	回答数	%
全体	71	100.0
1 回数是不変	50	70.4
2 以前より増えた	3	4.2
3 以前より減った	13	18.3
無回答	5	7.0



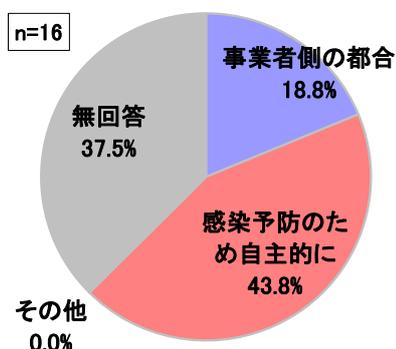
		回数是不変	以前より増えた	以前より減った	無回答	(%)
(n=)						
全体	(71)	70.4	4.2	18.3	7.0	
東灘区	(5)	60.0	20.0	20.0		
地域別						
神戸市全体	(28)	67.9	3.6	25.0	3.6	
神戸市以外の他都市	(42)	73.8	4.8	11.9	9.5	
全体	(71)	70.4	4.2	18.3	7.0	
年齢別						
65歳～69歳	(5)	40.0	60.0			
70歳～74歳	(3)	66.7	33.3			
75歳以上	(60)	75.0	3.3	15.0	6.7	
世帯別						
独居	(31)	71.0	22.6	6.5		
二人以上	(37)	70.3	8.1	16.2	5.4	
団体所属等						
所属無し	(37)	70.3	21.6	8.1		
所属1つ	(23)	69.6	4.3	21.7	4.3	
所属2つ以上	(5)	80.0	20.0			

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (19)：デイサービス等の通所サービス利用回数の増減>

①-3：デイサービス等の通所サービスの利用回数増減の理由

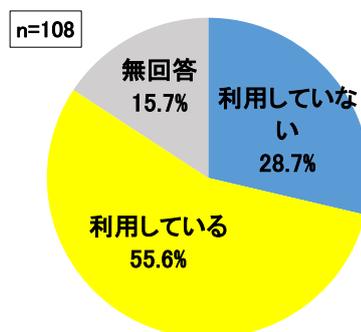
	回答数	%
全体	16	100.0
1 事業者側の都合	3	18.8
2 感染予防のため自主的に	7	43.8
3 その他	0	0.0
無回答	6	37.5



自粛期間中、通所サービス利用者 71 人のうち、約70% 50 人の人は利用回数に変化はなかった。回数が以前より減った人は 13 人、回数変更をした人の変更理由は「感染予防のため自主的に」がほぼ半数であった。

②-1：「介護サービスを利用している」と回答の方/訪問介護・訪問看護・訪問リハビリテーション等
訪問サービス利用の有無

	回答数	%
全体	108	100.0
1 利用していない	31	28.7
2 利用している	60	55.6
無回答	17	15.7



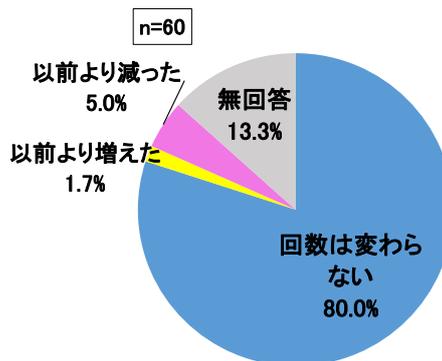
		利用していない	利用している	無回答	(%)
		(n=)			
全体	(108)	28.7	55.6	15.7	
東灘区	(12)	33.3	66.7		
地域別	神戸市全体 (45)	26.7	71.1		
	神戸市以外の他都市 (61)	31.1	42.6	26.2	
全体	(108)	28.7	55.6	15.7	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (20)：訪問サービス利用の有無>

②-2：訪問サービス利用回数の増減

	回答数	%
全体	60	100.0
1 回数是不変	48	80.0
2 以前より増えた	1	1.7
3 以前より減った	3	5.0
無回答	8	13.3



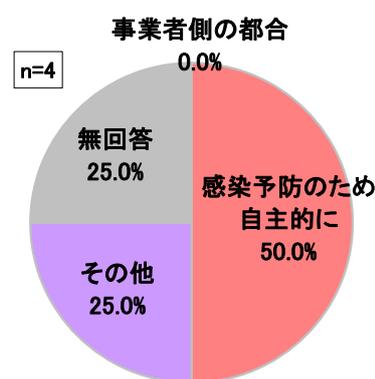
		回数是不変	以前より増えた	以前より減った	無回答	(%)
(n=)						
全体	(60)	80.0			5.0	13.3
東灘区	(8)	62.5				37.5
地域別	神戸市全体 (32)	84.4			3.1	9.4
	神戸市以外の他都市 (26)	73.1		7.7		19.2
全体	(60)	80.0			5.0	13.3

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (21)：訪問サービス利用回数の増減>

②-3：訪問サービス利用回数の増減理由

	回答数	%
全体	4	100.0
1 事業者側の都合	0	0.0
2 感染予防のため自主的に	2	50.0
3 その他	1	25.0
無回答	1	25.0

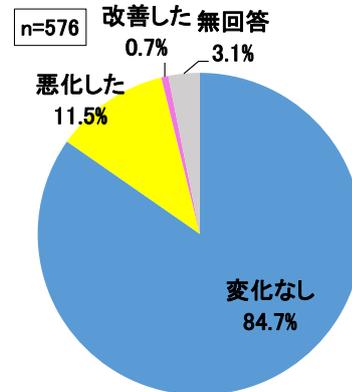


自粛期間中、訪問サービス利用者 60 人のうち、80% 48 人の利用回数に変化はなかった。

IV 長期の自粛による、心身の健康状態への影響

① 「健康状態の変化」はありましたか？

	回答数	%
全体	576	100.0
1 変化なし	488	84.7
2 悪化した	66	11.5
3 改善した	4	0.7
無回答	18	3.1



		変化なし	悪化した	改善した	無回答	(%)
(n=)						
	全体	(576)	84.7	11.5	0.7	3.1
	東灘区	(107)	84.1	14.0		
地域別	神戸市全体	(265)	83.0	14.7		
	神戸市以外の他都市	(298)	86.6	8.1		5.0
	全体	(576)	84.7	11.5		3.1
年齢別	65歳～69歳	(76)	89.5			10.5
	70歳～74歳	(153)	85.6			11.1
	75歳以上	(327)	83.5			11.6 4.9
世帯別	独居	(169)	82.2			14.8
	二人以上	(395)	85.8			10.4
団体所属等	所属無し	(202)	88.1			8.9
	所属1つ	(268)	81.7			14.2
	所属2つ以上	(92)	87.0			9.8

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (22) : 健康状態の変化について>

健康状態について、約85%の人は「変化なし」と回答。

約12% 66人が悪化したと回答した。悪化、新たな病気・症状の内容は後述参照。

		変化なし	悪化した	改善した	無回答	(%)
(n=)						
全体	(576)	84.7	11.5	3.1		
外出頻度	変化なし	(174)	89.1	6.9	4.0	
	減少	(398)	82.7	13.6		
心身の健康状態について、困った事、不安に思った事の有無	特になかった	(240)	95.0	3.3		
	あった	(334)	77.5	18.6		
日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事の有無	特になかった	(344)	88.4	8.1	3.5	
	あった	(227)	79.7	16.3		
孤立を防ぎ元気な毎日を送る為に工夫したこと	特になかった	(207)	91.3	7.2		
	あった	(365)	81.1	14.0	3.8	
自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたことの有無	特になかった	(236)	90.3	7.6		
	あった	(336)	81.5	14.3	3.3	

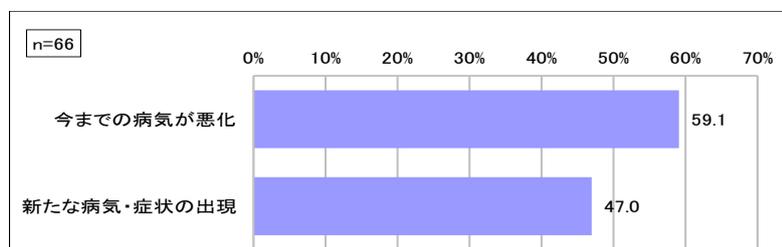
※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (31)：健康状態の変化について>

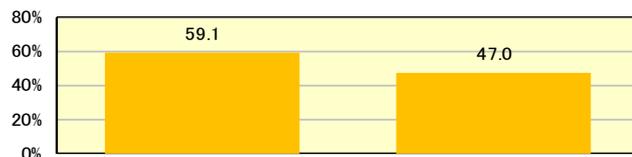
「健康状態が悪化した」人は、「外出頻度が減少した」人の約 14%、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約 19%、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約 16%に見られ、それぞれ「なかった」人の 2 倍以上であった。

「悪化した」と回答の方/症状について

	回答数	%
全体	66	100.0
1 今までの病気が悪化	39	59.1
2 新たな病気・症状	31	47.0



<クロス集計 (23)：健康状態の症状について>



	回答数	今までの病気が悪化	新たな病気・症状の出現	
全体	66	59.1	47.0	
地域別	東灘区	15	53.3	53.3
	神戸市全体	39	53.8	51.3
	神戸市以外の他都市	24	70.8	37.5
	全体	66	59.1	47.0
年齢別	65歳～69歳	8	50.0	62.5
	70歳～74歳	17	52.9	47.1
	75歳以上	38	63.2	44.7
世帯別	独居	25	60.0	48.0
	二人以上	41	58.5	46.3
所属団体等	所属無し	18	50.0	50.0
	所属1つ	38	63.2	44.7
	所属2つ以上	9	55.6	55.6

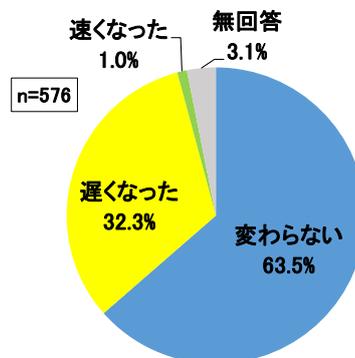
健康状態の悪化、新たな病気・症状の記述

- ・心の病
- ・糖尿病
- ・体重増加
- ・心臓病
- ・足腰が弱くなった
- ・膝痛、腰痛
- ・血圧の上昇
- ・閉じこもりがちで気力の低下
- ・胃腸の調子が悪い
- ・ヘルペス
- ・不安感が強い
- ・発熱
- ・重度の便秘
- ・腸炎
- ・股関節脱臼
- ・歩行困難
- ・なんとなくやる気がなくなった
- ・神経性胃炎
- ・体に力が入らない
- ・フラフラする など
- ・自信喪失
- ・めまい
- ・不眠
- ・日時の感覚不覚 など

② 「運動能力の変化」はありましたか？

②-1：歩行速度の変化

	回答数	%
全体	576	100.0
1 変わらない	366	63.5
2 遅くなった	186	32.3
3 速くなった	6	1.0
無回答	18	3.1



		変わらない	遅くなった	速くなった	無回答	(%)
(n=)						
全体	(576)	63.5	32.3	3.1		
地域別	東灘区	(107)	59.8	37.4		
	神戸市全体	(265)	59.6	37.7		
	神戸市以外の他都市	(298)	68.5	25.8	5.0	
年齢別	全体	(576)	63.5	32.3	3.1	
	65歳～69歳	(76)	80.3	17.1		
	70歳～74歳	(153)	69.3	29.4		
世帯別	75歳以上	(327)	56.9	37.0	5.2	
	独居	(169)	62.7	33.1		
団体所属等	二人以上	(395)	63.8	31.9	3.3	
	所属無し	(202)	65.8	29.2	4.5	
	所属1つ	(268)	63.4	33.2		
	所属2つ以上	(92)	57.6	38.0		

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (24)：歩行速度の変化>

歩行速度は「変わらない」と答えた人は、約64%であったが、「遅くなった」と感じた人が約32%あった。「遅くなった」と感じた人は、年齢が高くなる程割合が高くなり、「75歳以上」では37%に及んだ。また、「所属団体2つ以上」の人が、「所属なし」の人よりも割合が多かった。

		変わらない	遅くなった	速くなった	無回答	(%)
(n=)						
全体	(576)	63.5	32.3	3.1		
外出頻度	変化なし	(174)	75.9	19.0	4.6	
	減少	(398)	58.0	38.4		
心身の健康状態について、困った事、不安に思った事の有無	特になかった	(240)	80.0	15.4	3.8	
	あった	(334)	52.1	44.6		
日常生活や家族間の状況について、困った事・不安に思った事の有無	特になかった	(344)	68.9	26.7	3.2	
	あった	(227)	55.9	40.5		
孤立を防ぎ元気な毎日を送る為に工夫したこと	特になかった	(207)	72.0	25.1		
	あった	(365)	58.9	36.7	3.0	
自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたことの有無	特になかった	(236)	70.3	27.1		
	あった	(336)	59.2	36.3	3.6	

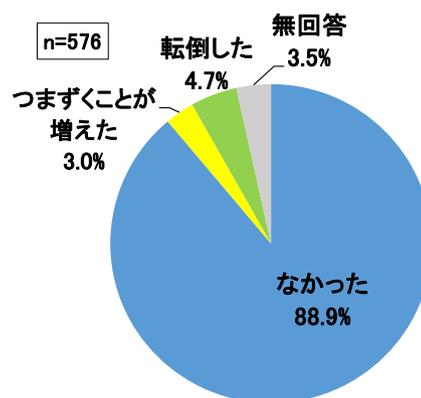
※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (33)：歩行速度の変化>

❶「歩行速度が遅くなった」と感じた人は、「外出頻度が減少した」人の約 38%、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約 45%、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約 41%に見られ、それぞれ「なかった」人の約3倍、1.5 倍であった。

②-2：転倒や骨折の有無

		回答数	%
	全体	576	100.0
1	なかった	512	88.9
2	つまづくことが増えた	17	3.0
3	転倒した	27	4.7
	無回答	20	3.5



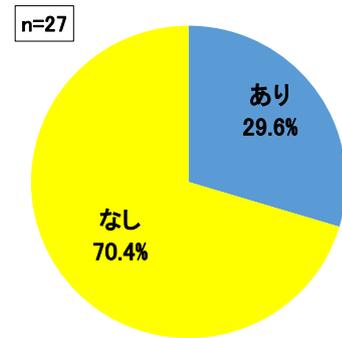
		なかった	つまづくことが増えた	転倒した	無回答	(%)
	(n=)					
	全体 (576)	88.9	3.0	4.7	3.5	
地域別	東灘区 (107)	90.7		5.6		
	神戸市全体 (265)	90.6	3.0	5.3		
	神戸市以外の他都市 (298)	87.6	4.4	5.4		
	全体 (576)	88.9	4.7	3.5		
年齢別	65歳～69歳 (76)	97.4				
	70歳～74歳 (153)	94.1				
	75歳以上 (327)	84.1	4.0	6.7	5.2	
世帯別	独居 (169)	84.6	5.9	5.3	4.1	
	二人以上 (395)	90.6	4.3	3.3		
団体等所属	所属無し (202)	86.6	5.9	4.5		
	所属1つ (268)	90.7	4.1			
	所属2つ以上 (92)	91.3	3.3	3.3		

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (25)：転倒・骨折の有無>

②-3：「転倒した」と回答の方/骨折の有無

		回答数	%
全体		27	100.0
1	あり	8	29.6
2	なし	19	70.4



		あり	なし	(%)
(n=)				
全体		29.6	70.4	
年齢別	65歳～69歳	100.0		
	70歳～74歳	25.0	75.0	
	75歳以上	31.8	68.2	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (26)：転倒した方/骨折の有無>

❶「つまずくことが増えた」「転倒した」人が、合わせて全体の約8%あった。

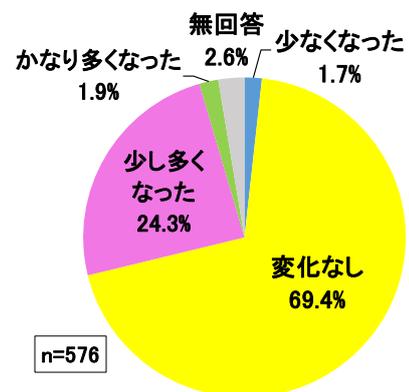
年齢が高くなる程、その割合は増えている。

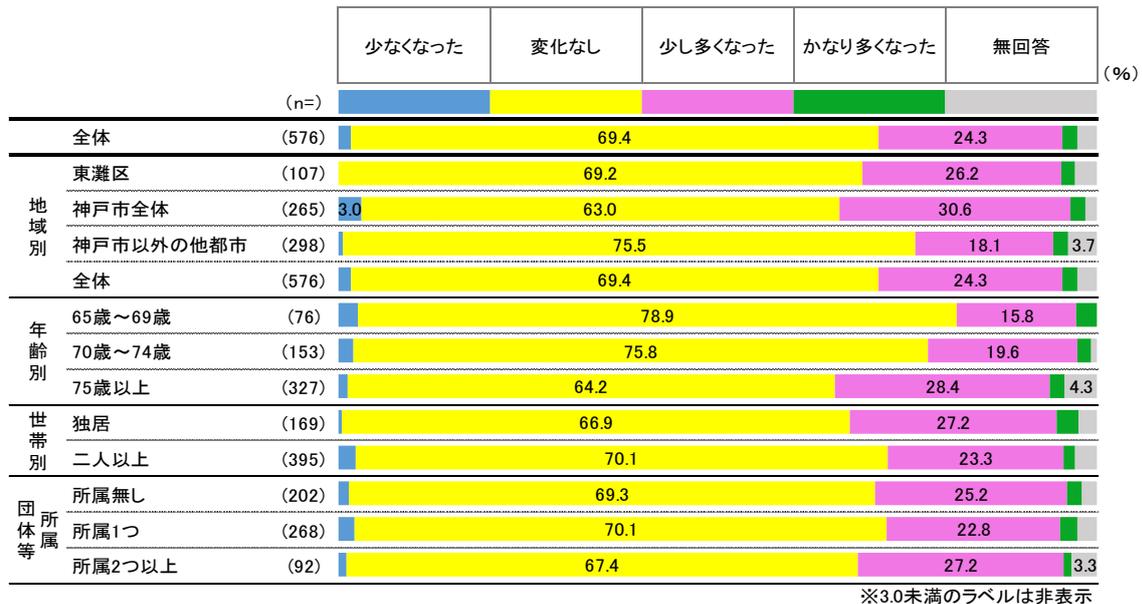
「転倒した」人は 27 人、そのうち 75 歳以上の方が 22 人を占め、うち 7 人が骨折に至っていた。

また、わずかではあるが、「独居」の人の方がつまずいていた。

③：「物忘れ」は増えましたか？

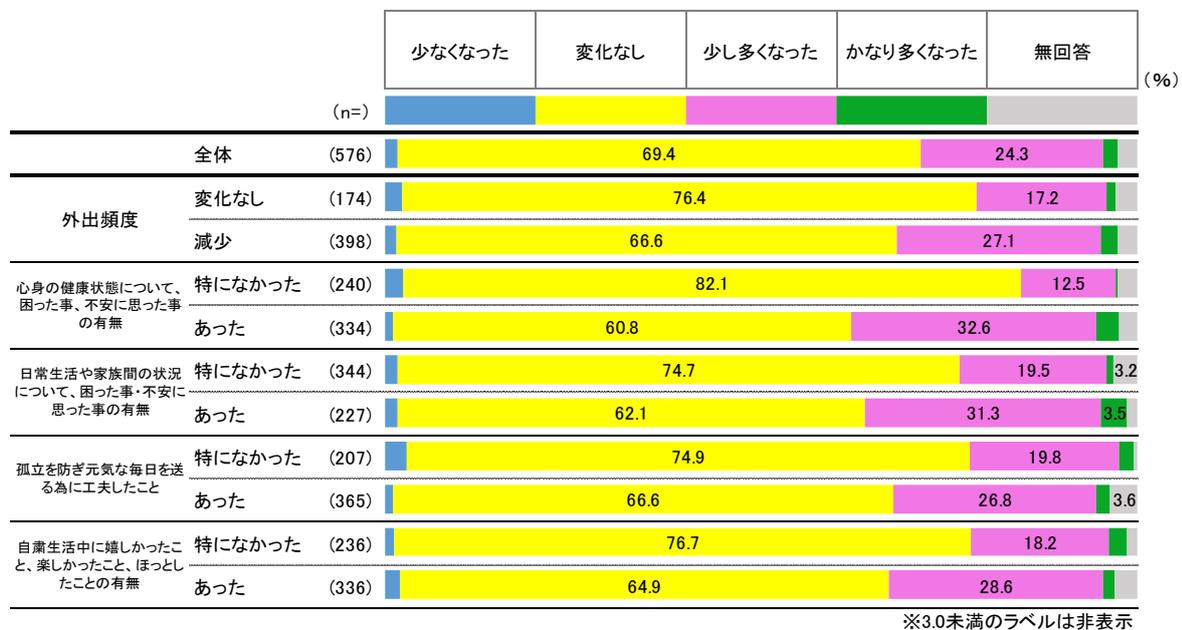
		回答数	%
全体		576	100.0
1	少なくなった	10	1.7
2	変化なし	400	69.4
3	少し多くなった	140	24.3
4	かなり多くなった	11	1.9
	無回答	15	2.6





<クロス集計 (27)：物忘れについて>

●「物忘れ」が、「少し多くなった」「かなり多くなった」を合わせると、感じている人が、約26%あった。年齢は高くなる程、また「独居」の人の方が「物忘れ」が多くなったと回答している。

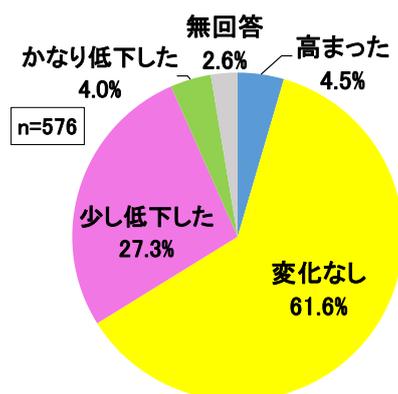


<クロス集計 (36)：物忘れについて>

「物忘れが多くなった(少し・かなり)」と感じた人は、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約36%で「なかった」人約13%の約3倍、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約35%に見られ、「なかった」人の約20%の1.8倍程であった。

④ 「意欲・元気度」について

	回答数	%
全体	576	100.0
1 高まった	26	4.5
2 変化なし	355	61.6
3 少し低下した	157	27.3
4 かなり低下した	23	4.0
無回答	15	2.6



		高まった	変化なし	少し低下した	かなり低下した	無回答	(%)
(n=)							
全体	(576)	4.5	61.6	27.3	4.0		
地域別							
	東灘区 (107)		58.9	33.6	4.7		
	神戸市全体 (265)	4.5	59.6	32.1	3.0		
	神戸市以外の他都市 (298)	4.4	64.4	22.1	4.7	4.4	
年齢別							
	全体 (576)	4.5	61.6	27.3	4.0		
	65歳～69歳 (76)	5.3	61.8	28.9			
	70歳～74歳 (153)	5.2	62.7	26.1	5.2		
	75歳以上 (327)	4.0	61.5	26.6	4.0	4.0	
世帯別							
	独居 (169)	4.7	58.0	27.2	6.5	3.6	
	二人以上 (395)	4.6	63.3	27.3			
団体所属等							
	所属無し (202)	3.5	65.3	23.3	5.4		
	所属1つ (268)	5.2	59.7	30.2			
	所属2つ以上 (92)	5.4	59.8	28.3	3.3	3.3	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (28) : 意欲・元気度について>

「意欲・元気度」が、「少し低下した」「かなり低下した」と感じている人が、合わせて約31%に及んだ。「独居」の人の「かなり低下した」の割合が約7%と他の条件に比べて高くなっている。逆に「高まった」と感じた人も、全体では約5%見られた。自粛生活を乗り切るためにと自らを奮い立たせたのか、普段の忙しさから解放されたことも考えられるかもしれない。

		高まった	変化なし	少し低下した	かなり低下した	無回答	(%)
(n=)							
全体	(576)	4.5	61.6	27.3	4.0		
外出頻度	変化なし	(174)	5.7	74.7	13.8	4.0	
	減少	(398)	4.0	56.3	32.9	5.0	
心身の健康状態について、 困った事、不安に思った事 の有無	特になかった	(240)	6.3	80.4	10.4		
	あった	(334)	3.3	48.5	39.5	6.9	
日常生活や家族間の状況 について、困った事・不安に 思った事の有無	特になかった	(344)	4.7	72.7	17.4		
	あった	(227)	4.4	45.4	41.9	6.6	
孤立を防ぎ元気な毎日を送 る為に工夫したこと	特になかった	(207)	5.8	70.5	20.8		
	あった	(365)	3.8	56.7	31.2	4.9	3.3
自粛生活中に嬉しかったこ と、楽しかったこと、ほっとし たことの有無	特になかった	(236)	3.4	71.6	22.0		
	あった	(336)	5.4	55.4	31.3	5.1	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (37)：意欲・元気度について>

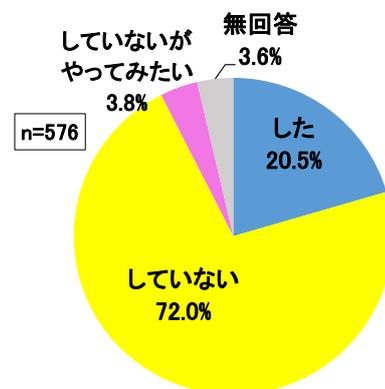
「意欲・元気度が低下した(少し・かなり)」と感じた人は、「外出頻度が減少した」人が約 38%で「変化なし」の人約 16%の 2 倍以上、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約 46%で「なかった」人約 10%の約 4.5 倍、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約 49%に見られ、「なかった」人の約20%の約 2.5 倍であった。

また、いずれの項目でも「意欲・元気度が高まった」の回答も見られた。

⑤自粛期間中のスマートフォンやインターネットの使用について

⑤-1：パソコンやスマートフォンでビデオ通話（画面を見ながら会話）をしましたか？

	回答数	%
全体	576	100.0
1 した	118	20.5
2 していない	415	72.0
3 していないがやってみたい	22	3.8
無回答	21	3.6



		した	していない	していないが やってみたい	無回答	(%)
(n=)						
全体		(576)	20.5	72.0	3.8	3.6
東灘区		(107)	16.8	77.6		3.7
地域別	神戸市全体	(265)	18.5	76.2		4.2
	神戸市以外の他都市	(298)	22.1	68.5	3.4	6.0
全体		(576)	20.5	72.0	3.8	3.6
年齢別	65歳～69歳	(76)	36.8	61.8		
	70歳～74歳	(153)	24.8	70.6		3.3
	75歳以上	(327)	14.7	74.9	4.6	5.8
世帯別	独居	(169)	13.0	75.1	6.5	5.3
	二人以上	(395)	24.3	70.1		
団体等 所属	所属無し	(202)	17.3	76.2		3.5
	所属1つ	(268)	23.9	68.7	4.1	3.4
	所属2つ以上	(92)	19.6	72.8	4.3	3.3

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (29):パソコンやスマートフォンなどでビデオ通話をしましたか?>

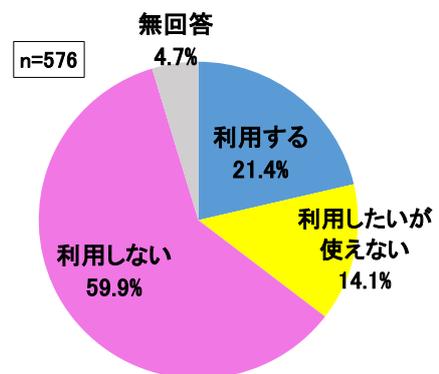
☑️パソコンやスマートフォンでのビデオ通話など、「した」人が約21%あり、「やってみたい」人も約4%あった。

「した」人の年齢層は「65～69歳」がやはり一番多く、年齢が高くなると少なくなる。

しかし、「75歳以上」の約5% 15人、「独居」の人の約7% 11人が「やってみたい」と答えている。

⑤-2: パソコンやスマートフォンで認知症予防講座や運動の動画があれば利用しますか?

		回答数	%
全体		576	100.0
1	利用する	123	21.4
2	利用したいが使えない	81	14.1
3	利用しない	345	59.9
	無回答	27	4.7



		利用する	利用したいが使えない	利用しない	無回答	(%)
(n=)						
全体	(576)	21.4	14.1	59.9	4.7	
地域別						
東灘区	(107)	29.9	14.0	54.2		
神戸市全体	(265)	24.9	15.5	58.5		
神戸市以外の他都市	(298)	17.4	13.1	61.4	8.1	
年齢別						
全体	(576)	21.4	14.1	59.9	4.7	
65歳～69歳	(76)	34.2	9.2	56.6		
70歳～74歳	(153)	28.1	13.7	55.6		
75歳以上	(327)	14.4	15.3	63.3	7.0	
世帯別						
独居	(169)	13.6	20.7	60.9	4.7	
二人以上	(395)	25.1	11.1	59.5	4.3	
団体等所属						
所属無し	(202)	17.3	14.4	63.9	4.5	
所属1つ	(268)	25.0	11.9	58.2	4.9	
所属2つ以上	(92)	21.7	18.5	56.5	3.3	

※3.0未満のラベルは非表示

<クロス集計 (30) : パソコンやスマートフォンで認知症予防講座や運動の動画があれば利用しますか? >

●パソコンやスマートフォンを利用した講座について、約21%の人が「利用する」と回答した。年齢層「65～69歳」では約34%、年齢が高くなると減少傾向となった。また、「2人家族以上」の人の方が、「独居」の人よりも「利用する」の回答が10%程多かった。しかし、「75歳以上」の約15%の人、「独居」の約21%の人が、「利用したいが使えない」と回答した。使ってみたいが使用できない現状が伺えた。

アンケートの結果から見てきたもの

I【基本調査】

・居住地

東灘区 約19% 107人 その他神戸市内 27% 158人 神戸市外 52% 298人であった。

・年齢

前期高齢者(65～74才)約4割 229人 後期高齢者(75才以上) 57% 327人

・所属団体

所属有りは約6割360人、所属先1位は自治会、2位はサークル等で、約36%128人が役員・世話役を務めていた。

・介護認定

介護認定無しは77% 443人で、年齢別で見ると、前期高齢者は92%、後期高齢者は67%の人が認定無しであった。

介護認定あり21% 123人の内訳は、要支援55% 68人、要介護45% 55人であった。介護サービス利用については、全体の81% 465人がサービスを利用しておらず、19% (108人)が利用している。東灘区の利用者の割合は11%と全体より8%低い。

介護サービスを利用していない人は、前期高齢者65～69才で93%・70～74才で95%と後期高齢者71%に比べて20%以上高くなっている。

また、介護サービス利用者は、介護認定者の88%であった。

II【感染予防の為に自粛生活の過ごし方】

① 外出頻度・外出理由

・感染症予防の為に求められた自粛生活について、約7割(396人)の人の外出頻度が減少し、外出理由は「買い物」と「通院」が1位、2位を占め、3位は「込み合わない時間・場所を選んでの散歩」であり、予防対策、を正しく理解した自主的な行動であった事が伺えた。

② 心身の健康状態の不安・変化

・自粛期間中の「心身の健康で困った事や不安」があった人は、58%(334人)で、1位は、61%(202人)が「運動不足で体力・筋力が低下した」、2位は「毎日、新型コロナのニュースばかりで不安が強まった」、3位は「親しい友人などとの会話ができなくなった」で、その他、気分の低下や不眠の訴えがあった。

・「健康状態が悪化した」人は、「外出頻度が減少した」人の約14%、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約19%、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約16%に見られ、それぞれ「なかった」人の2倍以上であった。

・悪化した人の内、59%(39人)が今までの病気が悪化し、47%(31人)が新たな病気・症状の出現であった。

③ 元気な毎日を送る為に工夫したこと、自粛生活中に嬉しかったこと・楽しかったこと

・「元気な毎日を送る為に工夫したこと」の内容の1位は「込み合わない時間・場所を選び、散歩・運動を継続した」で44%162人、2位は「日頃できなかった事に取り組んだ」42%152人、3位「親しい友人と電話で会話を楽しんだ」41%151人であった。

・「自粛生活中に嬉しかったこと・楽しかった事」の1位は「地域の身近な友人・知人からの声掛けやおしゃべりをしたこと」で42%140人であった。地域の中の身近な繋がりが高齢者の元気な生活を支えている事が伺えた。

④ 運動能力の変化

・「歩行速度が遅くなった」と感じた人は、32%(186人)で、「外出頻度が減少した」人の38%、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約45%、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約41%に見られ、それぞれ「なかった」人の約3倍、1.5倍であった。

⑤ 物忘れの変化

・「物忘れ」が、「少し多くなった」「かなり多くなった」と感じている人が、約26%あった。年齢は高くなる程、また「独居」の人の方が「物忘れ」が多くなったと回答している。
・「物忘れが多くなった(少し・かなり)」と感じた人は、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約36%で「なかった」人約13%の約3倍、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約35%に見られ、「なかった」人の約20%の1.8倍程であった。

⑥ 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、「外出頻度が減少した」人が約38%で「変化なし」の人約16%の2倍以上、「心身の健康状態に困り事・不安があった」人の約46%で「なかった」人約10%の約4.5倍、「日常生活や家族間で困り事・不安があった」人の約49%に見られ、「なかった」人の約20%の約2.5倍であった。

⑦ インターネット等の利用

・自粛期間中、21%(118人)が利用し、72%(415人)は利用していないが、年齢が上がるにつれ利用者が減少している。(65~69歳:62%、70~74歳:71%、75歳以上:75%)。また、4%(22人)は、していないがやってみたいと意欲を見せている。
・インターネットを使つての予防講座等への参加について、21%(123人)が意欲を見せている。

今後の課題

・コロナ感染症予防の為に外出や、人との交流、社会参加を控える事が有効であることが明らかになってきたが、一方で、長期の自粛生活が高齢者の健康状態に負の影響を与えることがアンケートの結果からも見えてきた。

JAGESの研究では、「新型コロナウイルス感染症流行時に外出、人との交流、社会参加が長時間制限されることにより、高齢者のうつ、認知症、要介護及びその後の重症化、早期死亡のリスクが高まることが予想された。こうした将来的なリスクも考慮した上で、感染症対策を講じる必要がある。(中略) 密を避けながら交流を続けることで、感染リスクも将来的な健康リスクも抑制することが可能であろう。」*と結論付けている。(※引用文献 参照)

・今回のアンケートでは、介護サービスをうけている人は、19%108人であった。介護サービスを利用している人は利用回数の減少はあったものの、介護サービスを継続しており生活環境悪化への影響は一定程度に抑えられていたと思われる。一方で、81%(465人)の人が介護サービスを受けていない。主には介護認定を受けていない未認定の段階の人で、年齢的には前期高齢者が中心となっている。この間、地域の居場所などの高齢者の交流の場は閉鎖され、そのような人たちは一気に行き場を失い、否応なしに社会的孤立、閉じこもりの状態に長期間追い込まれてしまった。

自粛開始から約8か月後の現在、地域の高齢者の居場所の活動は、再開の取り組みが始まったばかりである。

・コロナ感染症への対応は、今後も数年にわたり継続する事が必要であり、感染予防を基本しつつも、人との交流や社会参加の機会をいかに早期に復活・開設していくかが課題となっている。

・今回のアンケート結果から、インターネットなどをすでに利用し、家族や友人との交流を行った方、あるいは利用してみたいとの回答もある程度見られた。今後、高齢者の交流方法の一つとしてオンライン利用も模索する必要がある。完全なオンライン化は困難であっても、オンラインと対面の混合など、交流の場が再開されている現状下で早急に準備を行っていくことも必要だと考える。

今後の活動の取り組み

今日まで、地域で取り組まれてきた居場所や交流の場づくりは、地域づくり、介護予防を目的に国や自治体と地域が連携して積み上げてきた活動である。そんな居場所・交流の場の再開については、地縁団体等の判断や力だけでは困難な状況にある。行政や専門職等の後ろ盾、支えがあることが活動をすすめる為のポイントになると思われる。

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を送るため、「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、取り組む体制を、以下のように構築していく。

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、広く広報していく。

・地域の小さな単位で、交流しながら双方向に学べる機会を広げる。

・高齢者の交流の場、居場所の活動などを運営する自治会、老人会、NPO法人などへの広報は重視する

・行政や社会福祉協議会と医療や介護の専門職への広報を重視する。

② 地域の居場所・交流の場の再開・開設に向けて、行政や専門職、地域が協働して取り組んでいく。

・現在、居場所の活動は少しずつ再開が始まっているが、居場所に戻ってこれない人も少なくない状況にある。自粛が長期に及んだことから、参加への意欲を失ったり、体力の低下や転倒・骨折などで居場所に行けない人や、まだまだ不安で動けない人たちも一定数おられる。

・どのようにしたら、3密を避け、居場所が再開できるのか、参加者が戻って来られるのか、行政や社会福祉協議会、専門職などと地域の団体が協働して、取り組んでいく。

・あんしんすこやかセンターや更に小さな地域単位で、可能な所から取り組んでいく。

※ 引用・参考文献

「新型コロナウイルス感染症流行下での高齢者の生活への示唆：JAGES研究の知見から」

木村美也子 尾島俊之 近藤克則

日本健康開発雑誌 第41号 P3～13 2020年

JAGES：日本老年学的評価研究 代表：近藤克則先生

（健康長寿社会を目指した予防政策の科学的な基盤づくりを目的とした団体）

**アンケート結果
クロス集計参考資料**

<クロス集計(1)：年齢>

		回答数	1 65歳～	2 70歳～	3 75歳～	4 80歳～	5 85歳～	無回答
全体		576 100.0	76 13.2	153 26.6	137 23.8	100 17.4	90 15.6	20 3.5
地域別	東灘区	107 100.0	18 16.8	29 27.1	27 25.2	15 14.0	10 9.3	8 7.5
	神戸市全体	265 100.0	31 11.7	70 26.4	76 28.7	39 14.7	34 12.8	15 5.7
	神戸市以外の他都市	298 100.0	44 14.8	76 25.5	60 20.1	61 20.5	53 17.8	4 1.3
	全体	576 100.0	76 13.2	153 26.6	137 23.8	100 17.4	90 15.6	20 3.5
世帯別	独居	169 100.0	11 6.5	31 18.3	37 21.9	36 21.3	47 27.8	7 4.1
	二人以上	395 100.0	65 16.5	118 29.9	96 24.3	63 15.9	41 10.4	12 3.0

<クロス集計(2)：家族構成A>

		回答数	1 独居	2 2人	3 3人以上	無回答
全体		576 100.0	169 29.3	306 53.1	89 15.5	12 2.1
地域別	東灘区	107 100.0	24 22.4	63 58.9	16 15.0	4 3.7
	神戸市全体	265 100.0	86 32.5	138 52.1	35 13.2	6 2.3
	神戸市以外の他都市	298 100.0	79 26.5	163 54.7	50 16.8	6 2.0
	全体	576 100.0	169 29.3	306 53.1	89 15.5	12 2.1
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	11 14.5	47 61.8	18 23.7	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	31 20.3	90 58.8	28 18.3	4 2.6
	75歳以上	327 100.0	120 36.7	162 49.5	38 11.6	7 2.1

<クロス集計(3)：家族構成B>

		回答数	1 夫婦	2 親子	3 姉妹・ 兄弟	4 その他
全体		306 100.0	249 81.4	49 16.0	5 1.6	3 1.0
地域別	東灘区	63 100.0	52 82.5	10 15.9	0 0.0	1 1.6
	神戸市全体	138 100.0	108 78.3	28 20.3	1 0.7	1 0.7
	神戸市以外の他都市	163 100.0	136 83.4	21 12.9	4 2.5	2 1.2
	全体	306 100.0	249 81.4	49 16.0	5 1.6	3 1.0
年齢別	65歳～69歳	47 100.0	36 76.6	9 19.1	2 4.3	0 0.0
	70歳～74歳	90 100.0	78 86.7	11 12.2	1 1.1	0 0.0
	75歳以上	162 100.0	129 79.6	28 17.3	2 1.2	3 1.9

クロス集計参考資料

<クロス集計(4):所属団体>

		回答数	1	2	3	4	5	6	無回答
			自治会	老人会	婦人会	民生委	その他	なし	
全体		576 100.0	200 34.7	84 14.6	16 2.8	2 0.3	166 28.8	202 35.1	14 2.4
地域別	東灘区	107 100.0	35 32.7	24 22.4	10 9.3	1 0.9	41 38.3	27 25.2	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	70 26.4	36 13.6	15 5.7	2 0.8	117 44.2	81 30.6	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	128 43.0	45 15.1	1 0.3	0 0.0	42 14.1	117 39.3	14 4.7
	全体	576 100.0	200 34.7	84 14.6	16 2.8	2 0.3	166 28.8	202 35.1	14 2.4
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	25 32.9	5 6.6	1 1.3	2 2.6	22 28.9	30 39.5	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	59 38.6	12 7.8	4 2.6	0 0.0	51 33.3	50 32.7	1 0.7
	75歳以上	327 100.0	113 34.6	64 19.6	10 3.1	0 0.0	85 26.0	115 35.2	13 4.0
世帯別	独居	169 100.0	46 27.2	33 19.5	6 3.6	0 0.0	51 30.2	63 37.3	4 2.4
	二人以上	395 100.0	151 38.2	50 12.7	9 2.3	2 0.5	112 28.4	134 33.9	8 2.0
所属団体等	所属無し	202 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	202 100.0	0 0.0
	所属1つ	268 100.0	118 44.0	29 10.8	4 1.5	1 0.4	116 43.3	0 0.0	0 0.0
	所属2つ以上	92 100.0	82 89.1	55 59.8	12 13.0	1 1.1	50 54.3	0 0.0	0 0.0

<クロス集計(5):介護認定>

		回答数	1	2	無回答
			なし	あり	
全体		576 100.0	443 76.9	123 21.4	10 1.7
地域別	東灘区	107 100.0	91 85.0	14 13.1	2 1.9
	神戸市全体	265 100.0	206 77.7	53 20.0	6 2.3
	神戸市以外の他都市	298 100.0	228 76.5	66 22.1	4 1.3
	全体	576 100.0	443 76.9	123 21.4	10 1.7
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	70 92.1	6 7.9	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	140 91.5	11 7.2	2 1.3
	75歳以上	327 100.0	218 66.7	101 30.9	8 2.4
世帯別	独居	169 100.0	114 67.5	49 29.0	6 3.6
	二人以上	395 100.0	322 81.5	69 17.5	4 1.0
所属団体等	所属無し	202 100.0	134 66.3	64 31.7	4 2.0
	所属1つ	268 100.0	221 82.5	43 16.0	4 1.5
	所属2つ以上	92 100.0	83 90.2	9 9.8	0 0.0

<クロス集計(6)：神戸モデル認知症検診について>

		回答数	1	2
			知っている	知らない
全体		265 100.0	201 75.8	64 24.2
地域別	東灘区	107 100.0	91 85.0	16 15.0
	神戸市全体	265 100.0	201 75.8	64 24.2
	神戸市以外の他都市	0 100.0	0 0.0	0 0.0
	全体	265 100.0	201 75.8	64 24.2
年齢別	65歳～69歳	31 100.0	23 74.2	8 25.8
	70歳～74歳	70 100.0	55 78.6	15 21.4
	75歳以上	149 100.0	110 73.8	39 26.2
世帯別	独居	86 100.0	65 75.6	21 24.4
	二人以上	173 100.0	130 75.1	43 24.9
所属団体等	所属無し	81 100.0	53 65.4	28 34.6
	所属1つ	135 100.0	105 77.8	30 22.2
	所属2つ以上	49 100.0	43 87.8	6 12.2

<クロス集計(7)：外出頻度の変化>

		回答数	1	2	3	
			変化なし	減少	増加	無回答
全体		576 100.0	174 30.2	398 69.1	3 0.5	1 0.2
地域別	東灘区	107 100.0	31 29.0	75 70.1	1 0.9	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	74 27.9	189 71.3	2 0.8	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	98 32.9	198 66.4	1 0.3	1 0.3
	全体	576 100.0	174 30.2	398 69.1	3 0.5	1 0.2
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	27 35.5	49 64.5	0 0.0	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	37 24.2	116 75.8	0 0.0	0 0.0
	75歳以上	327 100.0	105 32.1	218 66.7	3 0.9	1 0.3
世帯別	独居	169 100.0	50 29.6	118 69.8	1 0.6	0 0.0
	二人以上	395 100.0	119 30.1	273 69.1	2 0.5	1 0.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	67 33.2	134 66.3	1 0.5	0 0.0
	所属1つ	268 100.0	82 30.6	184 68.7	2 0.7	0 0.0
	所属2つ以上	92 100.0	18 19.6	74 80.4	0 0.0	0 0.0

<クロス集計(8)：外出理由>

		回答数	1 通院	2 買い物	3 散歩	4 運動	5 介護	6 仕事	7 家族の	8 会合	9 友人と	10 その他	無回答
全体		576 100.0	245 42.5	390 67.7	208 36.1	64 11.1	53 9.2	77 13.4	8 1.4	31 5.4	39 6.8	37 6.4	22 3.8
地域別	東灘区	107 100.0	41 38.3	74 69.2	43 40.2	10 9.3	3 2.8	17 15.9	1 0.9	8 7.5	9 8.4	7 6.5	5 4.7
	神戸市全体	265 100.0	126 47.5	183 69.1	98 37.0	28 10.6	20 7.5	29 10.9	2 0.8	26 9.8	24 9.1	23 8.7	7 2.6
	神戸市以外の他都市	298 100.0	116 38.9	197 66.1	106 35.6	34 11.4	33 11.1	48 16.1	6 2.0	4 1.3	15 5.0	14 4.7	14 4.7
	全体	576 100.0	245 42.5	390 67.7	208 36.1	64 11.1	53 9.2	77 13.4	8 1.4	31 5.4	39 6.8	37 6.4	22 3.8
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	20 26.3	55 72.4	32 42.1	11 14.5	1 1.3	26 34.2	1 1.3	2 2.6	0 0.0	5 6.6	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	57 37.3	115 75.2	58 37.9	17 11.1	3 2.0	31 20.3	3 2.0	11 7.2	12 7.8	13 8.5	4 2.6
	75歳以上	327 100.0	159 48.6	203 62.1	111 33.9	33 10.1	46 14.1	16 4.9	3 0.9	18 5.5	26 8.0	19 5.8	18 5.5
世帯別	独居	169 100.0	85 50.3	109 64.5	65 38.5	24 14.2	24 14.2	15 8.9	2 1.2	8 4.7	13 7.7	7 4.1	7 4.1
	二人以上	395 100.0	158 40.0	276 69.9	140 35.4	39 9.9	29 7.3	58 14.7	6 1.5	23 5.8	26 6.6	30 7.6	11 2.8
所属団体等	所属無し	202 100.0	82 40.6	121 59.9	53 26.2	26 12.9	26 12.9	30 14.9	1 0.5	3 1.5	3 1.5	13 6.4	13 6.4
	所属1つ	268 100.0	110 41.0	190 70.9	105 39.2	24 9.0	19 7.1	40 14.9	6 2.2	18 6.7	22 8.2	15 5.6	5 1.9
	所属2つ以上	92 100.0	47 51.1	73 79.3	48 52.2	13 14.1	4 4.3	6 6.5	1 1.1	10 10.9	13 14.1	8 8.7	2 2.2

<クロス集計(9)：心身の健康状態について困った事・不安に思った事>

		回答数	1 特にな かった	2 あった	無回答
全体		576 100.0	240 41.7	334 58.0	2 0.3
地域別	東灘区	107 100.0	38 35.5	69 64.5	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	94 35.5	171 64.5	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	145 48.7	151 50.7	2 0.7
	全体	576 100.0	240 41.7	334 58.0	2 0.3
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	37 48.7	39 51.3	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	51 33.3	102 66.7	0 0.0
	75歳以上	327 100.0	144 44.0	181 55.4	2 0.6
世帯別	独居	169 100.0	63 37.3	105 62.1	1 0.6
	二人以上	395 100.0	173 43.8	221 55.9	1 0.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	89 44.1	112 55.4	1 0.5
	所属1つ	268 100.0	108 40.3	160 59.7	0 0.0
	所属2つ以上	92 100.0	37 40.2	55 59.8	0 0.0

<クロス集計(10)：心身の健康状態について困った事・不安に思った事の内容>

		回答数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
			運動不足で体力・筋力が低下した	気分が落ち込み、元気が低下した	親しい友人などの会話ができなくなった	生活のリズムが乱れ、ぼーっとすることが多くなった	しっかりと熟睡できない日が多くなった	物忘れが増えるなど、認知症の症状が増えた	感染や今後の生活への不安が高まり、気が休まらない	毎日、新型コロナのニュースばかりで不安が強まった	イライラがあまり、お酒やたばこの量が増えた	その他	無回答
全体		334 100.0	202 60.5	104 31.1	125 37.4	61 18.3	64 19.2	33 9.9	84 25.1	191 57.2	9 2.7	21 6.3	1 0.3
地域別	東灘区	69 100.0	46 66.7	24 34.8	30 43.5	12 17.4	14 20.3	7 10.1	17 24.6	43 62.3	3 4.3	2 2.9	0 0.0
	神戸市全体	171 100.0	107 62.6	53 31.0	65 38.0	36 21.1	34 19.9	18 10.5	39 22.8	95 55.6	5 2.9	12 7.0	1 0.6
	神戸市以外の他都市	151 100.0	88 58.3	48 31.8	55 36.4	23 15.2	27 17.9	14 9.3	41 27.2	90 59.6	3 2.0	7 4.6	0 0.0
	全体	334 100.0	202 60.5	104 31.1	125 37.4	61 18.3	64 19.2	33 9.9	84 25.1	191 57.2	9 2.7	21 6.3	1 0.3
年齢別	65歳～69歳	39 100.0	20 51.3	10 25.6	14 35.9	4 10.3	4 10.3	0 0.0	13 33.3	23 59.0	2 5.1	0 0.0	0 0.0
	70歳～74歳	102 100.0	56 54.9	31 30.4	42 41.2	21 20.6	17 16.7	12 11.8	24 23.5	59 57.8	4 3.9	7 6.9	1 1.0
	75歳以上	181 100.0	116 64.1	56 30.9	64 35.4	32 17.7	41 22.7	20 11.0	42 23.2	102 56.4	3 1.7	11 6.1	0 0.0
世帯別	独居	105 100.0	71 67.6	37 35.2	37 35.2	25 23.8	34 32.4	15 14.3	32 30.5	62 59.0	3 2.9	12 11.4	1 1.0
	二人以上	221 100.0	126 57.0	65 29.4	85 38.5	34 15.4	28 12.7	16 7.2	49 22.2	124 56.1	5 2.3	9 4.1	0 0.0
所属団体等	所属無し	112 100.0	68 60.7	38 33.9	39 34.8	20 17.9	22 19.6	16 14.3	31 27.7	64 57.1	2 1.8	4 3.6	1 0.9
	所属1つ	160 100.0	96 60.0	47 29.4	60 37.5	29 18.1	25 15.6	12 7.5	33 20.6	95 59.4	6 3.8	15 9.4	0 0.0
	所属2つ以上	55 100.0	34 61.8	14 25.5	25 45.5	12 21.8	14 25.5	5 9.1	19 34.5	27 49.1	1 1.8	1 1.8	0 0.0

<クロス集計(11)：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>

		回答数	1	2	
			特になかった	あった	無回答
全体		576 100.0	344 59.7	227 39.4	5 0.9
地域別	東灘区	107 100.0	61 57.0	46 43.0	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	147 55.5	118 44.5	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	191 64.1	102 34.2	5 1.7
	全体	576 100.0	344 59.7	227 39.4	5 0.9
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	36 47.4	40 52.6	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	78 51.0	75 49.0	0 0.0
	75歳以上	327 100.0	224 68.5	98 30.0	5 1.5
世帯別	独居	169 100.0	102 60.4	66 39.1	1 0.6
	二人以上	395 100.0	235 59.5	157 39.7	3 0.8
所属団体等	所属無し	202 100.0	129 63.9	71 35.1	2 1.0
	所属1つ	268 100.0	149 55.6	118 44.0	1 0.4
	所属2つ以上	92 100.0	57 62.0	35 38.0	0 0.0

<クロス集計(12)：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>

		回答数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
			マスク や消毒 液などが 手に入ら ず困った	デイ サービ ス等の 通いの サービ スが減 り、家 族の介 護負担 が増大 した	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	家族の 会話が ギスギ スする など、 関係が 悪化し た	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	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	世帯の 収入減 少や支 出増加 など経 済的な 不安を 感じた	テレビ やラジ オで楽 しく活 用でき る番組 がな かった	給付 金・支 援金な どを 装っ た、詐 欺的な 電話や 訪問が あった	その他	無回答
全体		227 100.0	125 55.1	10 4.4	13 5.7	22 9.7	4 1.8	40 17.6	16 7.0	82 36.1	3 1.3	27 11.9	2 0.9
地域別	東灘区	46 100.0	29 63.0	1 2.2	1 2.2	7 15.2	1 2.2	10 21.7	3 6.5	16 34.8	0 0.0	6 13.0	1 2.2
	神戸市全体	118 100.0	63 53.4	5 4.2	6 5.1	13 11.0	3 2.5	30 25.4	8 6.8	46 39.0	1 0.8	13 11.0	2 1.7
	神戸市以外の他都市	102 100.0	59 57.8	5 4.9	7 6.9	7 6.9	1 1.0	9 8.8	8 7.8	35 34.3	2 2.0	13 12.7	0 0.0
	全体	227 100.0	125 55.1	10 4.4	13 5.7	22 9.7	4 1.8	40 17.6	16 7.0	82 36.1	3 1.3	27 11.9	2 0.9
年齢別	65歳～69歳	40 100.0	26 65.0	2 5.0	1 2.5	4 10.0	0 0.0	10 25.0	6 15.0	11 27.5	1 2.5	4 10.0	0 0.0
	70歳～74歳	75 100.0	44 58.7	0 0.0	2 2.7	10 13.3	0 0.0	11 14.7	5 6.7	30 40.0	1 1.3	6 8.0	0 0.0
	75歳以上	98 100.0	44 44.9	7 7.1	9 9.2	7 7.1	3 3.1	18 18.4	4 4.1	37 37.8	1 1.0	14 14.3	2 2.0
世帯別	独居	66 100.0	35 53.0	1 1.5	7 10.6	1 1.5	1 1.5	12 18.2	9 13.6	28 42.4	2 3.0	9 13.6	1 1.5
	二人以上	157 100.0	89 56.7	9 5.7	6 3.8	18 11.5	3 1.9	27 17.2	6 3.8	52 33.1	1 0.6	18 11.5	1 0.6
所属団体等	所属無し	71 100.0	41 57.7	5 7.0	3 4.2	4 5.6	3 4.2	11 15.5	5 7.0	24 33.8	1 1.4	8 11.3	0 0.0
	所属1つ	118 100.0	68 57.6	4 3.4	6 5.1	14 11.9	1 0.8	22 18.6	7 5.9	38 32.2	2 1.7	13 11.0	2 1.7
	所属2つ以上	35 100.0	15 42.9	1 2.9	4 11.4	3 8.6	0 0.0	7 20.0	4 11.4	19 54.3	0 0.0	6 17.1	0 0.0

<クロス集計(13)：孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫したことがありましたか？>

		回答数	1 特にな かった	2 あった	無回答
全体		576 100.0	207 35.9	365 63.4	4 0.7
地域別	東灘区	107 100.0	39 36.4	68 63.6	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	92 34.7	173 65.3	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	115 38.6	179 60.1	4 1.3
	全体	576 100.0	207 35.9	365 63.4	4 0.7
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	25 32.9	51 67.1	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	53 34.6	100 65.4	0 0.0
	75歳以上	327 100.0	120 36.7	203 62.1	4 1.2
世帯別	独居	169 100.0	47 27.8	120 71.0	2 1.2
	二人以上	395 100.0	157 39.7	237 60.0	1 0.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	85 42.1	115 56.9	2 1.0
	所属1つ	268 100.0	89 33.2	178 66.4	1 0.4
	所属2つ以上	92 100.0	26 28.3	66 71.7	0 0.0

<クロス集計(14)：孤立を防ぎ元気な毎日を送るために、工夫した内容>

		回答数	1	2	3	4	5	6	7	8	
			困り事 など、 なんでも 家族に 相談し た	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	込み合 わない 時間・ 場所を 選び、 散歩・ 運動を 継続し た	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	テレビ 等でラ ジオ体 操や好 きな番 組を楽 しんだ	パソコ ンやス マート フォン を使っ て、新 しい事 に取り 組み始	日頃で きな かった 事(読 書・料 理、片 づけ 等)に 取り組	その他	無回答
全体		365 100.0	41 11.2	151 41.4	162 44.4	113 31.0	108 29.6	51 14.0	152 41.6	38 10.4	3 0.8
地域別	東灘区	68 100.0	8 11.8	32 47.1	33 48.5	20 29.4	23 33.8	10 14.7	34 50.0	0 0.0	1 1.5
	神戸市全体	173 100.0	19 11.0	75 43.4	75 43.4	52 30.1	53 30.6	25 14.5	72 41.6	20 11.6	2 1.2
	神戸市以外の他都市	179 100.0	22 12.3	70 39.1	84 46.9	53 29.6	52 29.1	23 12.8	74 41.3	16 8.9	1 0.6
	全体	365 100.0	41 11.2	151 41.4	162 44.4	113 31.0	108 29.6	51 14.0	152 41.6	38 10.4	3 0.8
年齢別	65歳～69歳	51 100.0	6 11.8	24 47.1	29 56.9	9 17.6	11 21.6	11 21.6	24 47.1	3 5.9	0 0.0
	70歳～74歳	100 100.0	10 10.0	43 43.0	43 43.0	31 31.0	29 29.0	16 16.0	46 46.0	10 10.0	0 0.0
	75歳以上	203 100.0	23 11.3	82 40.4	84 41.4	69 34.0	64 31.5	23 11.3	78 38.4	24 11.8	3 1.5
世帯別	独居	120 100.0	12 10.0	51 42.5	48 40.0	43 35.8	38 31.7	14 11.7	49 40.8	20 16.7	1 0.8
	二人以上	237 100.0	29 12.2	98 41.4	113 47.7	68 28.7	68 28.7	37 15.6	99 41.8	17 7.2	2 0.8
所属団体等	所属無し	115 100.0	13 11.3	40 34.8	45 39.1	32 27.8	41 35.7	13 11.3	36 31.3	15 13.0	0 0.0
	所属1つ	178 100.0	20 11.2	77 43.3	75 42.1	55 30.9	45 25.3	29 16.3	80 44.9	18 10.1	2 1.1
	所属2つ以上	66 100.0	7 10.6	31 47.0	41 62.1	24 36.4	20 30.3	9 13.6	34 51.5	5 7.6	1 1.5

<クロス集計(15)：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?>

		回答数	1	2	
			特にな かった	あった	無回答
全体		576 100.0	236 41.0	336 58.3	4 0.7
地域別	東灘区	107 100.0	44 41.1	63 58.9	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	104 39.2	161 60.8	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	128 43.0	166 55.7	4 1.3
	全体	576 100.0	236 41.0	336 58.3	4 0.7
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	34 44.7	42 55.3	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	74 48.4	79 51.6	0 0.0
	75歳以上	327 100.0	120 36.7	203 62.1	4 1.2
世帯別	独居	169 100.0	51 30.2	116 68.6	2 1.2
	二人以上	395 100.0	181 45.8	213 53.9	1 0.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	86 42.6	114 56.4	2 1.0
	所属1つ	268 100.0	117 43.7	151 56.3	0 0.0
	所属2つ以上	92 100.0	28 30.4	64 69.6	0 0.0

クロス集計参考資料

<クロス集計(16)：嬉しかったこと、楽しかったこと、ほっとしたことが「あった」の具体的な内容>

		回答数	1	2	3	4	5	6	7	8	その他	無回答
			家族からのやさしい心使い・声掛けがあった	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	ケアマネ・あんしんすこやかセンターなどから声掛けや連絡があった	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	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	感染者が減少傾向になり、自粛解除の見通しができたこと	政府からの支援が開始されたこと			
全体		336 100.0	121 36.0	90 26.8	58 17.3	140 41.7	45 13.4	124 36.9	59 17.6	38 11.3		4 1.2
地域別	東灘区	63 100.0	25 39.7	17 27.0	8 12.7	34 54.0	4 6.3	29 46.0	13 20.6	5 7.9		1 1.6
	神戸市全体	161 100.0	53 32.9	33 20.5	33 20.5	76 47.2	31 19.3	56 34.8	18 11.2	26 16.1		2 1.2
	神戸市以外の他都市	166 100.0	65 39.2	53 31.9	24 14.5	60 36.1	14 8.4	64 38.6	39 23.5	9 5.4		2 1.2
	全体	336 100.0	121 36.0	90 26.8	58 17.3	140 41.7	45 13.4	124 36.9	59 17.6	38 11.3		4 1.2
年齢別	65歳～69歳	42 100.0	13 31.0	11 26.2	3 7.1	12 28.6	6 14.3	18 42.9	13 31.0	6 14.3		0 0.0
	70歳～74歳	79 100.0	18 22.8	18 22.8	7 8.9	34 43.0	10 12.7	35 44.3	12 15.2	11 13.9		1 1.3
	75歳以上	203 100.0	85 41.9	59 29.1	46 22.7	88 43.3	29 14.3	67 33.0	33 16.3	19 9.4		3 1.5
世帯別	独居	116 100.0	50 43.1	28 24.1	22 19.0	52 44.8	22 19.0	44 37.9	18 15.5	14 12.1		1 0.9
	二人以上	213 100.0	69 32.4	60 28.2	34 16.0	84 39.4	21 9.9	77 36.2	39 18.3	23 10.8		3 1.4
所属団体等	所属無し	114 100.0	42 36.8	40 35.1	31 27.2	37 32.5	21 18.4	34 29.8	18 15.8	15 13.2		0 0.0
	所属1つ	151 100.0	52 34.4	29 19.2	18 11.9	69 45.7	16 10.6	56 37.1	28 18.5	18 11.9		2 1.3
	所属2つ以上	64 100.0	24 37.5	18 28.1	7 10.9	32 50.0	6 9.4	30 46.9	8 12.5	5 7.8		2 3.1

<クロス集計(17)：介護サービス利用の有無>

		回答数	1	2	無回答
			介護サービスを利用している	介護サービスを利用していない	
全体		576 100.0	108 18.8	465 80.7	3 0.5
地域別	東灘区	107 100.0	12 11.2	95 88.8	0 0.0
	神戸市全体	265 100.0	45 17.0	220 83.0	0 0.0
	神戸市以外の他都市	298 100.0	61 20.5	234 78.5	3 1.0
	全体	576 100.0	108 18.8	465 80.7	3 0.5
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	5 6.6	71 93.4	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	7 4.6	146 95.4	0 0.0
	75歳以上	327 100.0	91 27.8	233 71.3	3 0.9
世帯別	独居	169 100.0	44 26.0	124 73.4	1 0.6
	二人以上	395 100.0	61 15.4	333 84.3	1 0.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	61 30.2	139 68.8	2 1.0
	所属1つ	268 100.0	35 13.1	232 86.6	1 0.4
	所属2つ以上	92 100.0	6 6.5	86 93.5	0 0.0

<クロス集計(18)：デイサービス等の通所サービス利用の有無>

		回答数	1	2	無回答
			利用していない	利用している	
全体		108 100.0	28 25.9	71 65.7	9 8.3
地域別	東灘区	12 100.0	7 58.3	5 41.7	0 0.0
	神戸市全体	45 100.0	17 37.8	28 62.2	0 0.0
	神戸市以外の他都市	61 100.0	10 16.4	42 68.9	9 14.8
	全体	108 100.0	28 25.9	71 65.7	9 8.3
年齢別	65歳～69歳	5 100.0	0 0.0	5 100.0	0 0.0
	70歳～74歳	7 100.0	1 14.3	3 42.9	3 42.9
	75歳以上	91 100.0	25 27.5	60 65.9	6 6.6
世帯別	独居	44 100.0	12 27.3	31 70.5	1 2.3
	二人以上	61 100.0	16 26.2	37 60.7	8 13.1
所属団体等	所属無し	61 100.0	16 26.2	37 60.7	8 13.1
	所属1つ	35 100.0	11 31.4	23 65.7	1 2.9
	所属2つ以上	6 100.0	1 16.7	5 83.3	0 0.0

<クロス集計(19)：デイサービス等の通所サービス利用回数の増減>

		回答数	1	2	3	無回答
			回数はいずれも変わらない	以前より増えた	以前より減った	
全体		71 100.0	50 70.4	3 4.2	13 18.3	5 7.0
地域別	東灘区	5 100.0	3 60.0	0 0.0	1 20.0	1 20.0
	神戸市全体	28 100.0	19 67.9	1 3.6	7 25.0	1 3.6
	神戸市以外の他都市	42 100.0	31 73.8	2 4.8	5 11.9	4 9.5
	全体	71 100.0	50 70.4	3 4.2	13 18.3	5 7.0
年齢別	65歳～69歳	5 100.0	2 40.0	0 0.0	3 60.0	0 0.0
	70歳～74歳	3 100.0	2 66.7	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	75歳以上	60 100.0	45 75.0	2 3.3	9 15.0	4 6.7
世帯別	独居	31 100.0	22 71.0	0 0.0	7 22.6	2 6.5
	二人以上	37 100.0	26 70.3	3 8.1	6 16.2	2 5.4
所属団体等	所属無し	37 100.0	26 70.3	0 0.0	8 21.6	3 8.1
	所属1つ	23 100.0	16 69.6	1 4.3	5 21.7	1 4.3
	所属2つ以上	5 100.0	4 80.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0

<クロス集計(20)：訪問サービス利用の有無>

		回答数	1 利用し ていな い	2 利用し ている	無回答
全体		108 100.0	31 28.7	60 55.6	17 15.7
地域別	東灘区	12 100.0	4 33.3	8 66.7	0 0.0
	神戸市全体	45 100.0	12 26.7	32 71.1	1 2.2
	神戸市以外の他都市	61 100.0	19 31.1	26 42.6	16 26.2
	全体	108 100.0	31 28.7	60 55.6	17 15.7
年齢別	65歳～69歳	5 100.0	1 20.0	4 80.0	0 0.0
	70歳～74歳	7 100.0	3 42.9	4 57.1	0 0.0
	75歳以上	91 100.0	25 27.5	49 53.8	17 18.7
世帯別	独居	44 100.0	9 20.5	30 68.2	5 11.4
	二人以上	61 100.0	22 36.1	27 44.3	12 19.7
所属団体等	所属無し	61 100.0	16 26.2	35 57.4	10 16.4
	所属1つ	35 100.0	10 28.6	20 57.1	5 14.3
	所属2つ以上	6 100.0	2 33.3	3 50.0	1 16.7

<クロス集計(21)：訪問サービス利用回数の増減>

		回答数	1 回数 は 変 わ ら な い	2 以前 よ り 増 え た	3 以前 よ り 減 っ た	無回答
全体		60 100.0	48 80.0	1 1.7	3 5.0	8 13.3
地域別	東灘区	8 100.0	5 62.5	0 0.0	0 0.0	3 37.5
	神戸市全体	32 100.0	27 84.4	1 3.1	1 3.1	3 9.4
	神戸市以外の他都市	26 100.0	19 73.1	0 0.0	2 7.7	5 19.2
	全体	60 100.0	48 80.0	1 1.7	3 5.0	8 13.3
年齢別	65歳～69歳	4 100.0	4 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳～74歳	4 100.0	1 25.0	0 0.0	2 50.0	1 25.0
	75歳以上	49 100.0	42 85.7	1 2.0	1 2.0	5 10.2
世帯別	独居	30 100.0	28 93.3	0 0.0	0 0.0	2 6.7
	二人以上	27 100.0	19 70.4	1 3.7	3 11.1	4 14.8
所属団体等	所属無し	35 100.0	28 80.0	1 2.9	2 5.7	4 11.4
	所属1つ	20 100.0	19 95.0	0 0.0	1 5.0	0 0.0
	所属2つ以上	3 100.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	2 66.7

<クロス集計 (22) : 健康状態の変化について>

		回答数	1 変化な し	2 悪化し た	3 改善し た	無回答
全体		576 100.0	488 84.7	66 11.5	4 0.7	18 3.1
地域別	東灘区	107 100.0	90 84.1	15 14.0	0 0.0	2 1.9
	神戸市全体	265 100.0	220 83.0	39 14.7	3 1.1	3 1.1
	神戸市以外の他都市	298 100.0	258 86.6	24 8.1	1 0.3	15 5.0
	全体	576 100.0	488 84.7	66 11.5	4 0.7	18 3.1
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	68 89.5	8 10.5	0 0.0	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	131 85.6	17 11.1	3 2.0	2 1.3
	75歳以上	327 100.0	273 83.5	38 11.6	0 0.0	16 4.9
世帯別	独居	169 100.0	139 82.2	25 14.8	0 0.0	5 3.0
	二人以上	395 100.0	339 85.8	41 10.4	4 1.0	11 2.8
所属団体等	所属無し	202 100.0	178 88.1	18 8.9	0 0.0	6 3.0
	所属1つ	268 100.0	219 81.7	38 14.2	3 1.1	8 3.0
	所属2つ以上	92 100.0	80 87.0	9 9.8	1 1.1	2 2.2

<クロス集計 (23) : 健康状態の症状について>

		回答数	1 今まで の病気 が悪化	2 新たな 病気・ 症状の 出現
全体		66 100.0	39 59.1	31 47.0
地域別	東灘区	15 100.0	8 53.3	8 53.3
	神戸市全体	39 100.0	21 53.8	20 51.3
	神戸市以外の他都市	24 100.0	17 70.8	9 37.5
	全体	66 100.0	39 59.1	31 47.0
年齢別	65歳～69歳	8 100.0	4 50.0	5 62.5
	70歳～74歳	17 100.0	9 52.9	8 47.1
	75歳以上	38 100.0	24 63.2	17 44.7
世帯別	独居	25 100.0	15 60.0	12 48.0
	二人以上	41 100.0	24 58.5	19 46.3
所属団体等	所属無し	18 100.0	9 50.0	9 50.0
	所属1つ	38 100.0	24 63.2	17 44.7
	所属2つ以上	9 100.0	5 55.6	5 55.6

<クロス集計(24)：歩行速度の変化>

		回答数	1	2	3	無回答
			変わらない	遅くなった	速くなった	
全体		576 100.0	366 63.5	186 32.3	6 1.0	18 3.1
地域別	東灘区	107 100.0	64 59.8	40 37.4	2 1.9	1 0.9
	神戸市全体	265 100.0	158 59.6	100 37.7	4 1.5	3 1.1
	神戸市以外の他都市	298 100.0	204 68.5	77 25.8	2 0.7	15 5.0
	全体	576 100.0	366 63.5	186 32.3	6 1.0	18 3.1
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	61 80.3	13 17.1	2 2.6	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	106 69.3	45 29.4	1 0.7	1 0.7
	75歳以上	327 100.0	186 56.9	121 37.0	3 0.9	17 5.2
世帯別	独居	169 100.0	106 62.7	56 33.1	2 1.2	5 3.0
	二人以上	395 100.0	252 63.8	126 31.9	4 1.0	13 3.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	133 65.8	59 29.2	1 0.5	9 4.5
	所属1つ	268 100.0	170 63.4	89 33.2	3 1.1	6 2.2
	所属2つ以上	92 100.0	53 57.6	35 38.0	2 2.2	2 2.2

<クロス集計(25)：転倒・骨折の有無>

		回答数	1	2	3	無回答
			なかった	つまずくことが増えた	転倒した	
全体		576 100.0	512 88.9	17 3.0	27 4.7	20 3.5
地域別	東灘区	107 100.0	97 90.7	3 2.8	6 5.6	1 0.9
	神戸市全体	265 100.0	240 90.6	8 3.0	14 5.3	3 1.1
	神戸市以外の他都市	298 100.0	261 87.6	8 2.7	13 4.4	16 5.4
	全体	576 100.0	512 88.9	17 3.0	27 4.7	20 3.5
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	74 97.4	1 1.3	1 1.3	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	144 94.1	3 2.0	4 2.6	2 1.3
	75歳以上	327 100.0	275 84.1	13 4.0	22 6.7	17 5.2
世帯別	独居	169 100.0	143 84.6	10 5.9	9 5.3	7 4.1
	二人以上	395 100.0	358 90.6	7 1.8	17 4.3	13 3.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	175 86.6	6 3.0	12 5.9	9 4.5
	所属1つ	268 100.0	243 90.7	8 3.0	11 4.1	6 2.2
	所属2つ以上	92 100.0	84 91.3	3 3.3	3 3.3	2 2.2

<クロス集計 (26) : 転倒した方/骨折の有無>

		回答数	1	2
			あり	なし
全体		27 100.0	8 29.6	19 70.4
地域別	東灘区	6 100.0	2 33.3	4 66.7
	神戸市全体	14 100.0	5 35.7	9 64.3
	神戸市以外の他都市	13 100.0	3 23.1	10 76.9
	全体	27 100.0	8 29.6	19 70.4
年齢別	65歳～69歳	1 100.0	0 0.0	1 100.0
	70歳～74歳	4 100.0	1 25.0	3 75.0
	75歳以上	22 100.0	7 31.8	15 68.2
世帯別	独居	9 100.0	1 11.1	8 88.9
	二人以上	17 100.0	7 41.2	10 58.8
所属団体等	所属無し	12 100.0	2 16.7	10 83.3
	所属1つ	11 100.0	5 45.5	6 54.5
	所属2つ以上	3 100.0	1 33.3	2 66.7

<クロス集計 (27) : 物忘れについて>

		回答数	1	2	3	4	
			少なく なった	変化な し	少し多 くなっ た	かなり 多く なった	無回答
全体		576 100.0	10 1.7	400 69.4	140 24.3	11 1.9	15 2.6
地域別	東灘区	107 100.0	0 0.0	74 69.2	28 26.2	2 1.9	3 2.8
	神戸市全体	265 100.0	8 3.0	167 63.0	81 30.6	5 1.9	4 1.5
	神戸市以外の他都市	298 100.0	2 0.7	225 75.5	54 18.1	6 2.0	11 3.7
	全体	576 100.0	10 1.7	400 69.4	140 24.3	11 1.9	15 2.6
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	2 2.6	60 78.9	12 15.8	2 2.6	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	3 2.0	116 75.8	30 19.6	3 2.0	1 0.7
	75歳以上	327 100.0	4 1.2	210 64.2	93 28.4	6 1.8	14 4.3
世帯別	独居	169 100.0	1 0.6	113 66.9	46 27.2	5 3.0	4 2.4
	二人以上	395 100.0	9 2.3	277 70.1	92 23.3	6 1.5	11 2.8
所属団体等	所属無し	202 100.0	3 1.5	140 69.3	51 25.2	4 2.0	4 2.0
	所属1つ	268 100.0	6 2.2	188 70.1	61 22.8	6 2.2	7 2.6
	所属2つ以上	92 100.0	1 1.1	62 67.4	25 27.2	1 1.1	3 3.3

<クロス集計 (28)：意欲・元気度について>

		回答数	1 高まった	2 変化なし	3 少し低下した	4 かなり低下した	無回答
全体		576 100.0	26 4.5	355 61.6	157 27.3	23 4.0	15 2.6
地域別	東灘区	107 100.0	2 1.9	63 58.9	36 33.6	5 4.7	1 0.9
	神戸市全体	265 100.0	12 4.5	158 59.6	85 32.1	8 3.0	2 0.8
	神戸市以外の他都市	298 100.0	13 4.4	192 64.4	66 22.1	14 4.7	13 4.4
	全体	576 100.0	26 4.5	355 61.6	157 27.3	23 4.0	15 2.6
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	4 5.3	47 61.8	22 28.9	2 2.6	1 1.3
	70歳～74歳	153 100.0	8 5.2	96 62.7	40 26.1	8 5.2	1 0.7
	75歳以上	327 100.0	13 4.0	201 61.5	87 26.6	13 4.0	13 4.0
世帯別	独居	169 100.0	8 4.7	98 58.0	46 27.2	11 6.5	6 3.6
	二人以上	395 100.0	18 4.6	250 63.3	108 27.3	11 2.8	8 2.0
所属団体等	所属無し	202 100.0	7 3.5	132 65.3	47 23.3	11 5.4	5 2.5
	所属1つ	268 100.0	14 5.2	160 59.7	81 30.2	8 3.0	5 1.9
	所属2つ以上	92 100.0	5 5.4	55 59.8	26 28.3	3 3.3	3 3.3

<クロス集計 (29)：パソコンやスマートフォンなどでビデオ通話をしましたか？>

		回答数	1 した	2 していない	3 していないがやってみたい	無回答
全体		576 100.0	118 20.5	415 72.0	22 3.8	21 3.6
地域別	東灘区	107 100.0	18 16.8	83 77.6	4 3.7	2 1.9
	神戸市全体	265 100.0	49 18.5	202 76.2	11 4.2	3 1.1
	神戸市以外の他都市	298 100.0	66 22.1	204 68.5	10 3.4	18 6.0
	全体	576 100.0	118 20.5	415 72.0	22 3.8	21 3.6
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	28 36.8	47 61.8	1 1.3	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	38 24.8	108 70.6	5 3.3	2 1.3
	75歳以上	327 100.0	48 14.7	245 74.9	15 4.6	19 5.8
世帯別	独居	169 100.0	22 13.0	127 75.1	11 6.5	9 5.3
	二人以上	395 100.0	96 24.3	277 70.1	11 2.8	11 2.8
所属団体等	所属無し	202 100.0	35 17.3	154 76.2	7 3.5	6 3.0
	所属1つ	268 100.0	64 23.9	184 68.7	11 4.1	9 3.4
	所属2つ以上	92 100.0	18 19.6	67 72.8	4 4.3	3 3.3

<クロス集計(30)：パソコンやスマートフォンで認知症予防講座や運動の動画があれば利用しますか？>

		回答数	1 利用する	2 利用したいが 使えない	3 利用しない	無回答
全体		576 100.0	123 21.4	81 14.1	345 59.9	27 4.7
地域別	東灘区	107 100.0	32 29.9	15 14.0	58 54.2	2 1.9
	神戸市全体	265 100.0	66 24.9	41 15.5	155 58.5	3 1.1
	神戸市以外の他都市	298 100.0	52 17.4	39 13.1	183 61.4	24 8.1
	全体	576 100.0	123 21.4	81 14.1	345 59.9	27 4.7
年齢別	65歳～69歳	76 100.0	26 34.2	7 9.2	43 56.6	0 0.0
	70歳～74歳	153 100.0	43 28.1	21 13.7	85 55.6	4 2.6
	75歳以上	327 100.0	47 14.4	50 15.3	207 63.3	23 7.0
世帯別	独居	169 100.0	23 13.6	35 20.7	103 60.9	8 4.7
	二人以上	395 100.0	99 25.1	44 11.1	235 59.5	17 4.3
所属団体等	所属無し	202 100.0	35 17.3	29 14.4	129 63.9	9 4.5
	所属1つ	268 100.0	67 25.0	32 11.9	156 58.2	13 4.9
	所属2つ以上	92 100.0	20 21.7	17 18.5	52 56.5	3 3.3

<クロス集計(31)：「健康状態の変化」はありましたか？>

		回答数	1 変化なし	2 悪化した	3 改善した	無回答
全体		576 100.0	488 84.7	66 11.5	4 0.7	18 3.1
外出頻度	変化なし	174 100.0	155 89.1	12 6.9	0 0.0	7 4.0
	減少	398 100.0	329 82.7	54 13.6	4 1.0	11 2.8
心身の健康状態について、 困った事、不	特になかった	240 100.0	228 95.0	4 1.7	0 0.0	8 3.3
	あった	334 100.0	259 77.5	62 18.6	4 1.2	9 2.7
日常生活や家族間の状況について、困っ	特になかった	344 100.0	304 88.4	28 8.1	0 0.0	12 3.5
	あった	227 100.0	181 79.7	37 16.3	4 1.8	5 2.2
孤立を防ぎ元気な毎日を送る為に工夫し	特になかった	207 100.0	189 91.3	15 7.2	0 0.0	3 1.4
	あった	365 100.0	296 81.1	51 14.0	4 1.1	14 3.8
自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかった	特になかった	236 100.0	213 90.3	18 7.6	1 0.4	4 1.7
	あった	336 100.0	274 81.5	48 14.3	3 0.9	11 3.3

<クロス集計(32)：【(31)で「悪化した」と回答の方】「健康状態の変化」はありましたか？/悪化した>

		回答数	1 今までの病気が悪化	2 新たな病気・症状の出現
全体		66 100.0	39 59.1	31 47.0
外出頻度	変化なし	12 100.0	6 50.0	6 50.0
	減少	54 100.0	33 61.1	25 46.3
心身の健康状態について、困った事、不	特になかった	4 100.0	3 75.0	1 25.0
	あった	62 100.0	36 58.1	30 48.4
日常生活や家族間の状況について、困っ	特になかった	28 100.0	15 53.6	14 50.0
	あった	37 100.0	23 62.2	17 45.9
孤立を防ぎ元気な毎日を送る為に工夫し	特になかった	15 100.0	10 66.7	5 33.3
	あった	51 100.0	29 56.9	26 51.0
自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかった	特になかった	18 100.0	12 66.7	7 38.9
	あった	48 100.0	27 56.3	24 50.0

<クロス集計(33)：「運動能力の変化」はありましたか？/以前と比べて歩行速度は？>

		回答数	1 変わらない	2 遅くなった	3 速くなった	無回答
全体		576 100.0	366 63.5	186 32.3	6 1.0	18 3.1
外出頻度	変化なし	174 100.0	132 75.9	33 19.0	1 0.6	8 4.6
	減少	398 100.0	231 58.0	153 38.4	5 1.3	9 2.3
心身の健康状態について、困った事、不	特になかった	240 100.0	192 80.0	37 15.4	2 0.8	9 3.8
	あった	334 100.0	174 52.1	149 44.6	4 1.2	7 2.1
日常生活や家族間の状況について、困っ	特になかった	344 100.0	237 68.9	92 26.7	4 1.2	11 3.2
	あった	227 100.0	127 55.9	92 40.5	2 0.9	6 2.6
孤立を防ぎ元気な毎日を送る為に工夫し	特になかった	207 100.0	149 72.0	52 25.1	1 0.5	5 2.4
	あった	365 100.0	215 58.9	134 36.7	5 1.4	11 3.0
自粛生活中に嬉しかったこと、楽しかった	特になかった	236 100.0	166 70.3	64 27.1	3 1.3	3 1.3
	あった	336 100.0	199 59.2	122 36.3	3 0.9	12 3.6

<クロス集計(34)：「運動能力の変化」はありましたか？/転倒や骨折はありましたか？>

		回答数	1 なかった	2 つまり くこと が増え た	3 転倒し た	無回答
全体		576 100.0	512 88.9	17 3.0	27 4.7	20 3.5
外出頻度	変化なし	174 100.0	152 87.4	5 2.9	9 5.2	8 4.6
	減少	398 100.0	357 89.7	12 3.0	18 4.5	11 2.8
心身の健康状態について、 困った事、不	特になかった	240 100.0	220 91.7	4 1.7	7 2.9	9 3.8
	あった	334 100.0	292 87.4	13 3.9	20 6.0	9 2.7
日常生活や家族間の状況に ついて、困っ	特になかった	344 100.0	310 90.1	8 2.3	14 4.1	12 3.5
	あった	227 100.0	200 88.1	9 4.0	13 5.7	5 2.2
孤立を防ぎ元 気な毎日を送 る為に工夫し	特になかった	207 100.0	190 91.8	6 2.9	8 3.9	3 1.4
	あった	365 100.0	320 87.7	11 3.0	19 5.2	15 4.1
自粛生活中に 嬉しかったこ と、楽しかつ	特になかった	236 100.0	218 92.4	6 2.5	7 3.0	5 2.1
	あった	336 100.0	293 87.2	11 3.3	20 6.0	12 3.6

<クロス集計(35)：【(34)で「転倒した」と回答の方】「運動能力の変化」はありましたか？/転倒や骨折はありましたか？/骨折>

		回答数	1 あり	2 なし
全体		27 100.0	8 29.6	19 70.4
外出頻度	変化なし	9 100.0	2 22.2	7 77.8
	減少	18 100.0	6 33.3	12 66.7
心身の健康状態について、 困った事、不	特になかった	7 100.0	2 28.6	5 71.4
	あった	20 100.0	6 30.0	14 70.0
日常生活や家族間の状況に ついて、困っ	特になかった	14 100.0	5 35.7	9 64.3
	あった	13 100.0	3 23.1	10 76.9
孤立を防ぎ元 気な毎日を送 る為に工夫し	特になかった	8 100.0	3 37.5	5 62.5
	あった	19 100.0	5 26.3	14 73.7
自粛生活中に 嬉しかったこ と、楽しかつ	特になかった	7 100.0	3 42.9	4 57.1
	あった	20 100.0	5 25.0	15 75.0

<クロス集計(36)：「物忘れ」は増えましたか？>

		回答数	1 少なく なった	2 変化な し	3 少し多 くなっ た	4 かなり 多くな った	無回答
全体		576 100.0	10 1.7	400 69.4	140 24.3	11 1.9	15 2.6
外出頻度	変化なし	174 100.0	4 2.3	133 76.4	30 17.2	2 1.1	5 2.9
	減少	398 100.0	6 1.5	265 66.6	108 27.1	9 2.3	10 2.5
心身の健康状態について、 困った事、不	特になかった	240 100.0	6 2.5	197 82.1	30 12.5	1 0.4	6 2.5
	あった	334 100.0	4 1.2	203 60.8	109 32.6	10 3.0	8 2.4
日常生活や家族間の状況について、困っ	特になかった	344 100.0	6 1.7	257 74.7	67 19.5	3 0.9	11 3.2
	あった	227 100.0	4 1.8	141 62.1	71 31.3	8 3.5	3 1.3
孤立を防ぎ元 気な毎日を送 る為に工夫し	特になかった	207 100.0	6 2.9	155 74.9	41 19.8	4 1.9	1 0.5
	あった	365 100.0	4 1.1	243 66.6	98 26.8	7 1.9	13 3.6
自粛生活中に 嬉しかったこ と、楽しかつ	特になかった	236 100.0	3 1.3	181 76.7	43 18.2	6 2.5	3 1.3
	あった	336 100.0	7 2.1	218 64.9	96 28.6	5 1.5	10 3.0

<クロス集計(37)：「意欲・元気度」はいかがですか？>

		回答数	1 高まっ た	2 変化な し	3 少し低 下した	4 かなり 低下し た	無回答
全体		576 100.0	26 4.5	355 61.6	157 27.3	23 4.0	15 2.6
外出頻度	変化なし	174 100.0	10 5.7	130 74.7	24 13.8	3 1.7	7 4.0
	減少	398 100.0	16 4.0	224 56.3	131 32.9	20 5.0	7 1.8
心身の健康状態について、 困った事、不	特になかった	240 100.0	15 6.3	193 80.4	25 10.4	0 0.0	7 2.9
	あった	334 100.0	11 3.3	162 48.5	132 39.5	23 6.9	6 1.8
日常生活や家族間の状況について、困っ	特になかった	344 100.0	16 4.7	250 72.7	60 17.4	8 2.3	10 2.9
	あった	227 100.0	10 4.4	103 45.4	95 41.9	15 6.6	4 1.8
孤立を防ぎ元 気な毎日を送 る為に工夫し	特になかった	207 100.0	12 5.8	146 70.5	43 20.8	5 2.4	1 0.5
	あった	365 100.0	14 3.8	207 56.7	114 31.2	18 4.9	12 3.3
自粛生活中に 嬉しかったこ と、楽しかつ	特になかった	236 100.0	8 3.4	169 71.6	52 22.0	6 2.5	1 0.4
	あった	336 100.0	18 5.4	186 55.4	105 31.3	17 5.1	10 3.0

[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 2020年11月22日]