

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う自粛中の生活に関する調査結果

I 調査の概要

1 目的

今回の新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う外出自粛により、福祉センターを利用していた方々の生活や健康面、また生活意識等の変化を調査し、今後予想される第2波に備え、住み慣れた自宅で生活を続けていくために必要な支援のあり方を検討する。

今回の調査結果に各地区で把握した情報を加えることで、市域における共通課題や各地区の課題を整理し、地域包括支援センター、生活支援コーディネーターが協力し、地域の特色を生かした支援につなげることを目的とする。

2 実施主体 地域包括支援センター、生活支援コーディネーター、高齢福祉課が協働で実施。

3 対象者 各福祉センターの利用者

4 調査期間 令和2年7月10日（金）～7月31日（金）
※福祉センターの利用再開は6月1日から

5 調査場所 安城市内福祉センター（8か所）

6 回収数 722件

7 回答者の属性

	男	女	未記入
性別	266	451	5
割合	37%	62%	1%

	一人暮らし	夫婦のみ	家族と同居	未記入
家族構成	160	246	284	32
割合	22%	34%	39%	4%

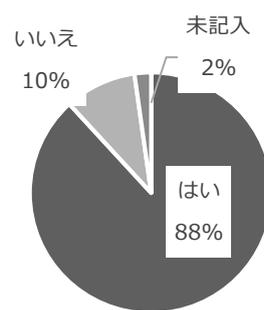
	60歳未満	60～64歳	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80歳以上	未記入
年齢	5	11	123	183	201	190	9
割合	1%	2%	17%	25%	28%	26%	1%

地区名	東山地区	中部地区	作野地区	中央地区	安祥地区	西部地区	明祥地区	桜井地区	市外
包括名	さとまち	中部	八千代	更生	松井	あんのん館	ひがしばた	小川の里	未記入
居住	91	95	113	86	99	91	63	76	8
割合	13%	13%	16%	12%	14%	13%	9%	11%	1%

II 調査結果

1 自粛期間中、外出の頻度は減りましたか？

	はい	いいえ	未記入
件数	636	69	17
割合	88%	10%	2%

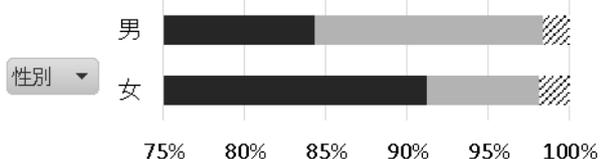


高齢福祉課が令和元年11月から令和2年1月に実施した高齢者実態調査で「昨年と比べて外出の回数が減っていますか」という設問で、「とても減っている」「減っている」人は19.8%で、加齢により外出回数が減る人が20%程度存在していることが分かります。

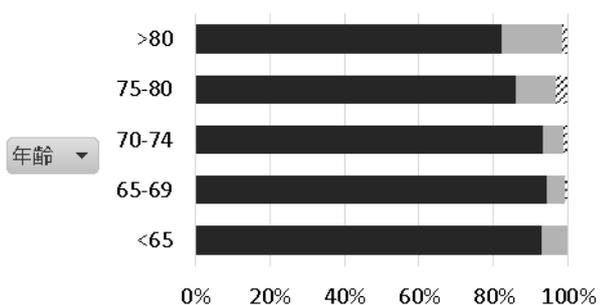
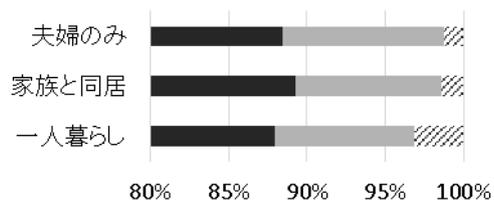
これに対し、今回の結果は約90%となっているので、加齢に伴うものではなく、コロナの影響で外出頻度が減った人が多いことが分かります。

①外出頻度

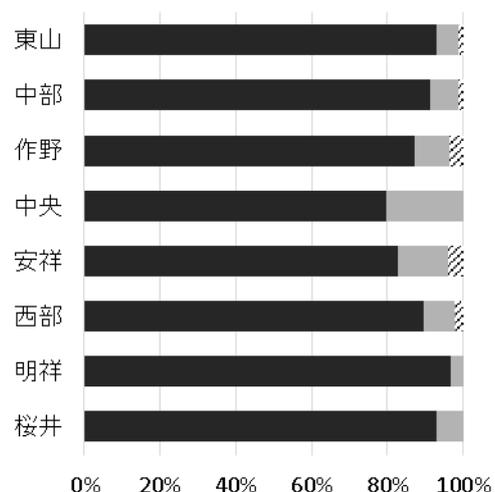
- 減った
- 減っていない
- ⦿ 未記入



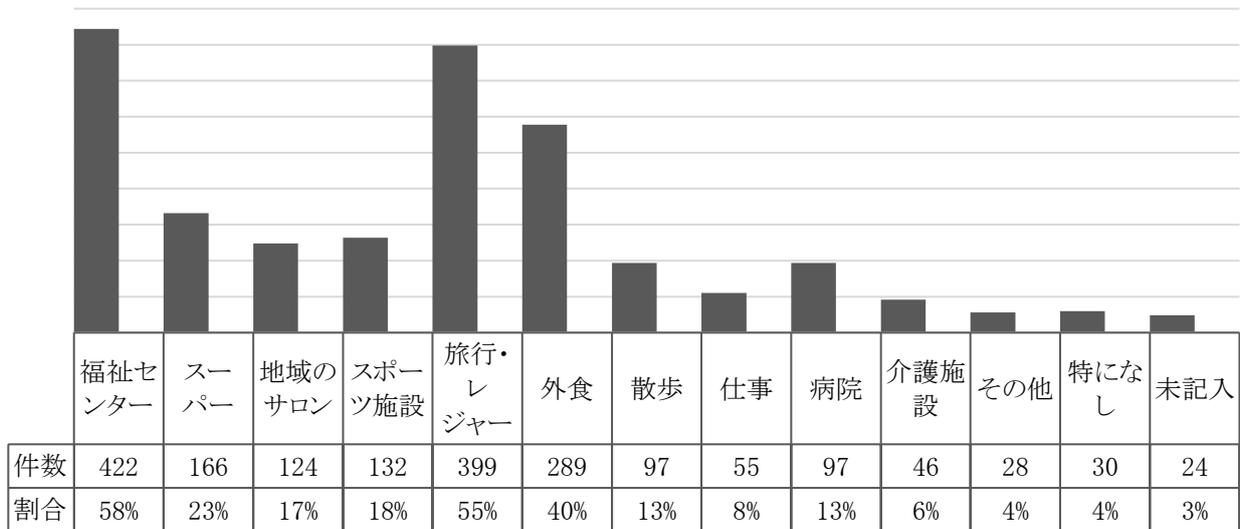
家族構成



地区



2 自肅前は出かけていたが、自肅により行かなくなった場所や、やらなくなったことはありますか？（複数回答可）

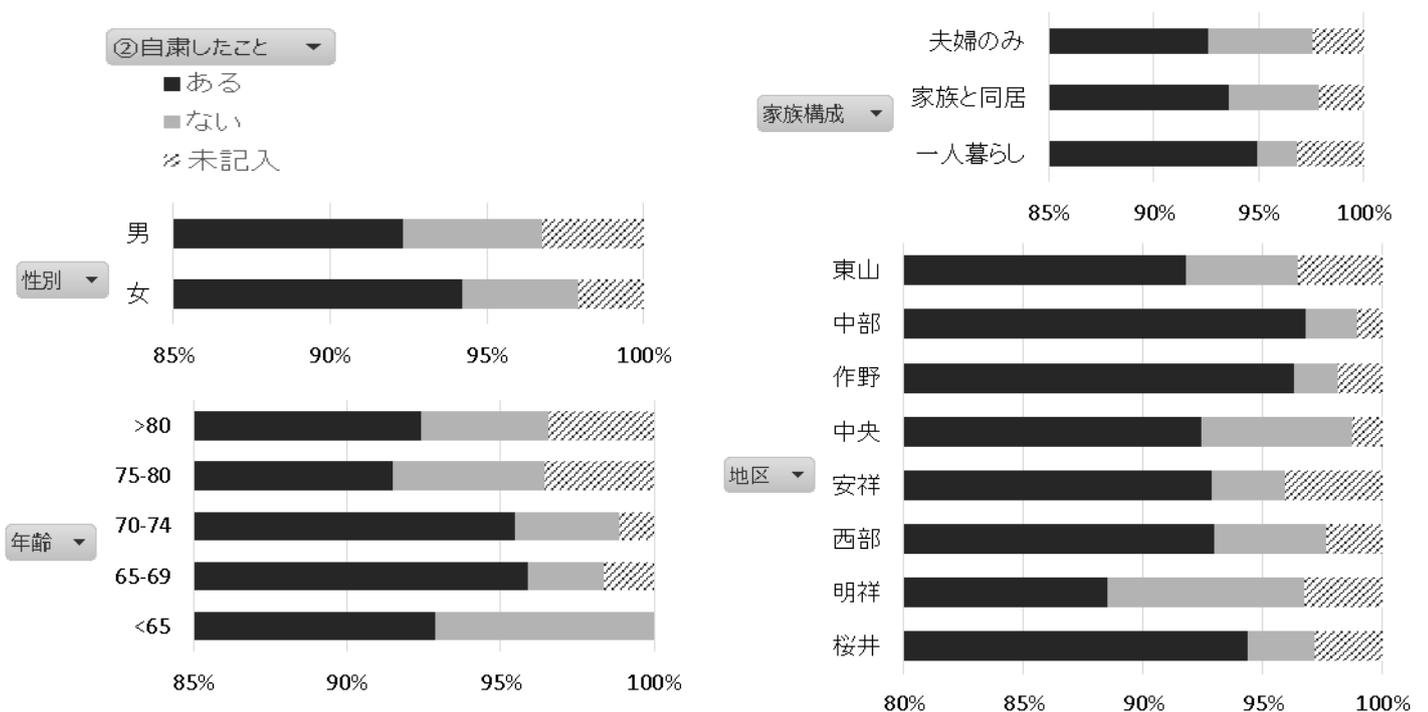


福祉センターの内訳	入浴	ヘルストロン	囲碁・将棋	すっきり・しゃっきり健康教室
件数	163	101	41	133
割合	39%	24%	10%	32%

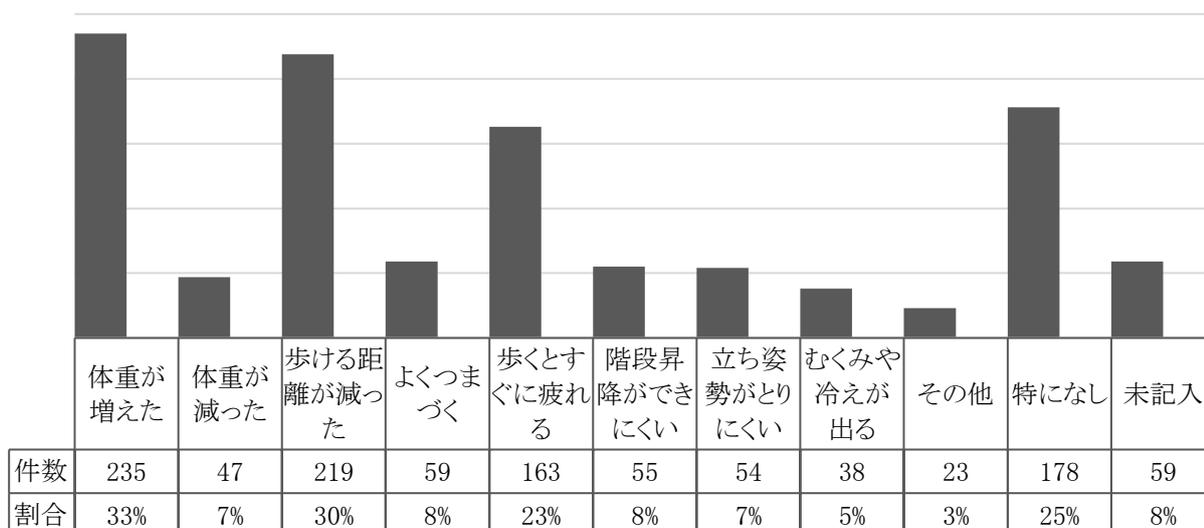
「福祉センター」、「地域のサロン」、「スポーツ施設」は自肅期間中に休止しており、割合が高い傾向があります。地域のサロンは休止していたのに行かなくなった人が17%あり、回答者でサロンを定期的に使っていたのは2割弱と考えられます。

「福祉センター」以外の項目で、「旅行・レジャー」及び「外食」を自肅した人の割合が高い傾向があります。

また、「スーパー」、「仕事」、「病院」、「介護施設」も一定数の割合があり、生活上で必要はずの場所まで自肅の対象になったことが分かります。



3 自肅前と比べて体で気になる変化や心配なことはありますか？（複数回答可）



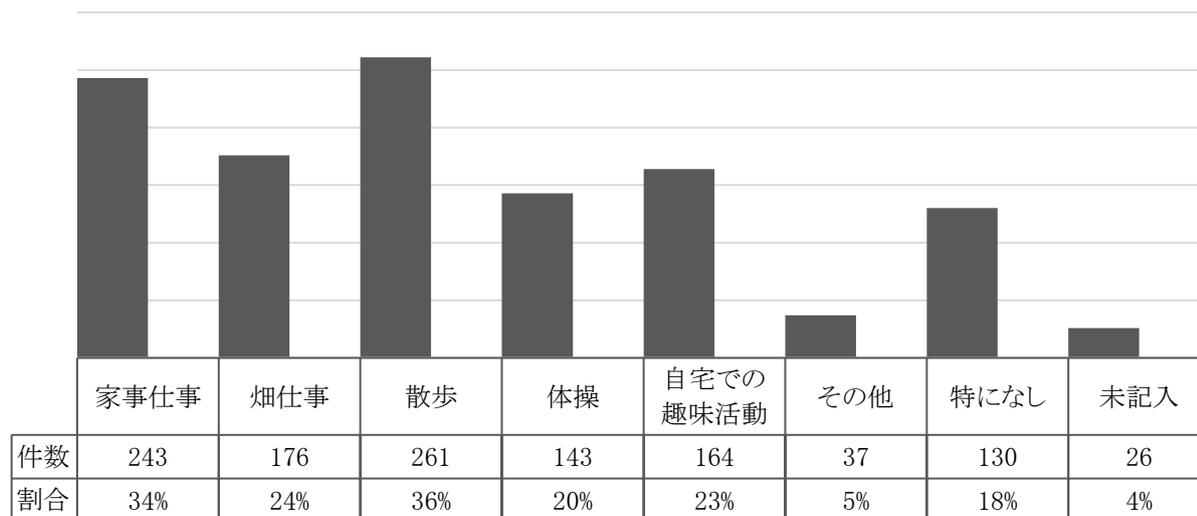
自肅中の生活で、外出しないことによる「体重が増えた」、「歩ける距離が減った」の割合が高い傾向がみられます。

その一方で、「特になし」が25%あり、自主的に意識し、活動している層も一定数あることが分かります。

また、「体重が減った」が7%あり、自肅中の生活の中で、環境の変化があった状況がうかがえます。



4 自粛中、意識的にやられていたことはありますか？（複数回答可）

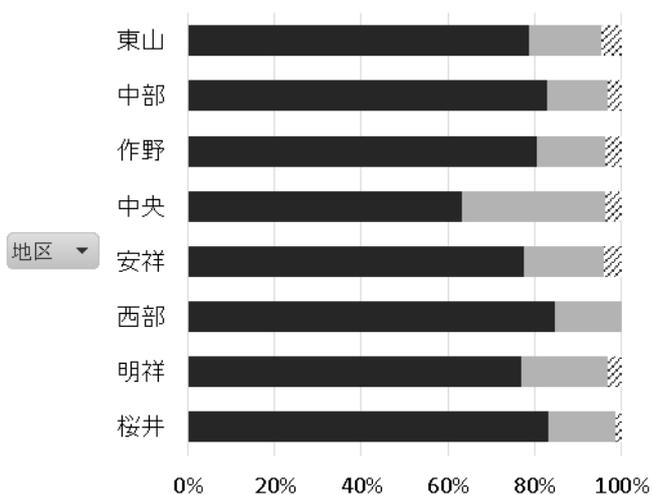
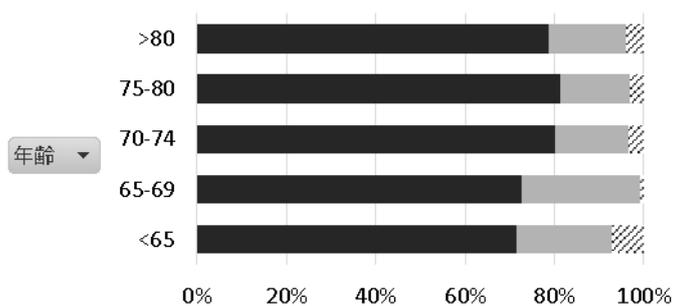
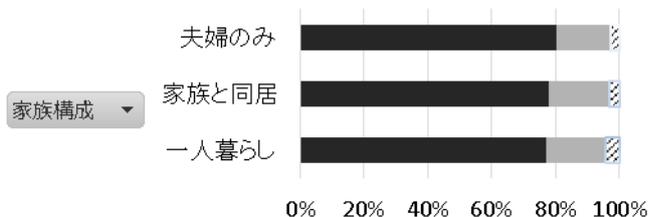
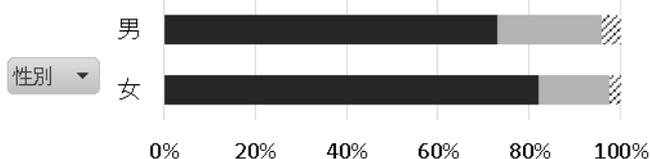


「散歩」の割合が一番多く、気軽に高齢者が取り組みやすいことが分かります。約80%の人が自粛中に意識的に何かをしていた傾向がみられます。

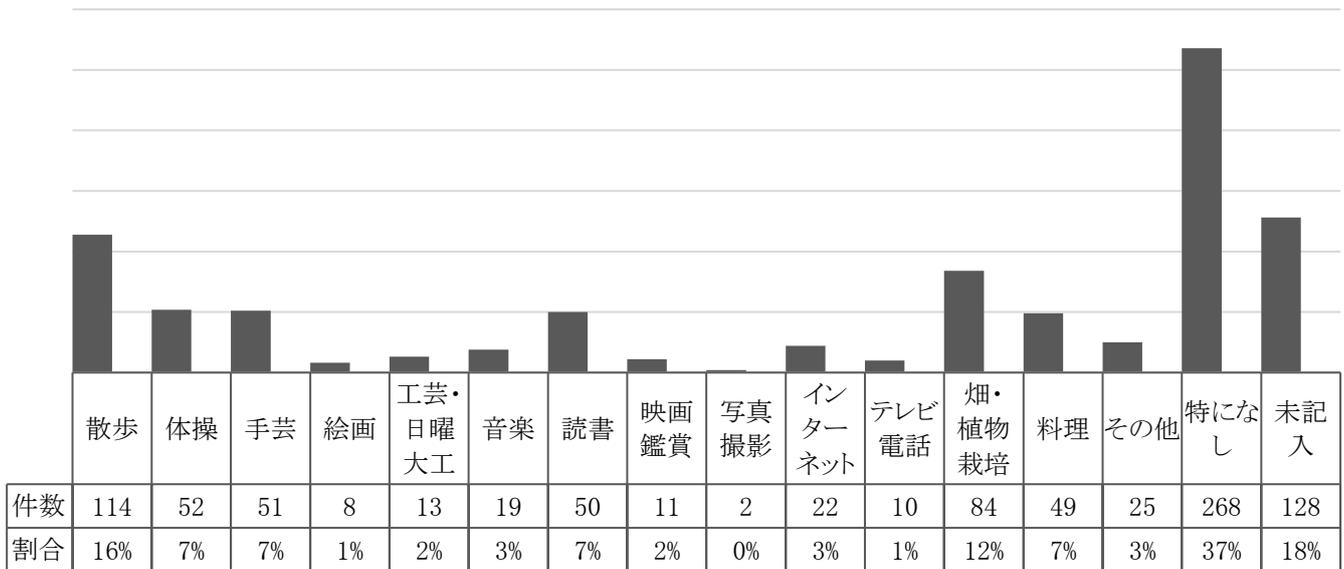
特に70代以上の方が、より意識的に何かをしていたという傾向がみられます。

④自粛中の活動

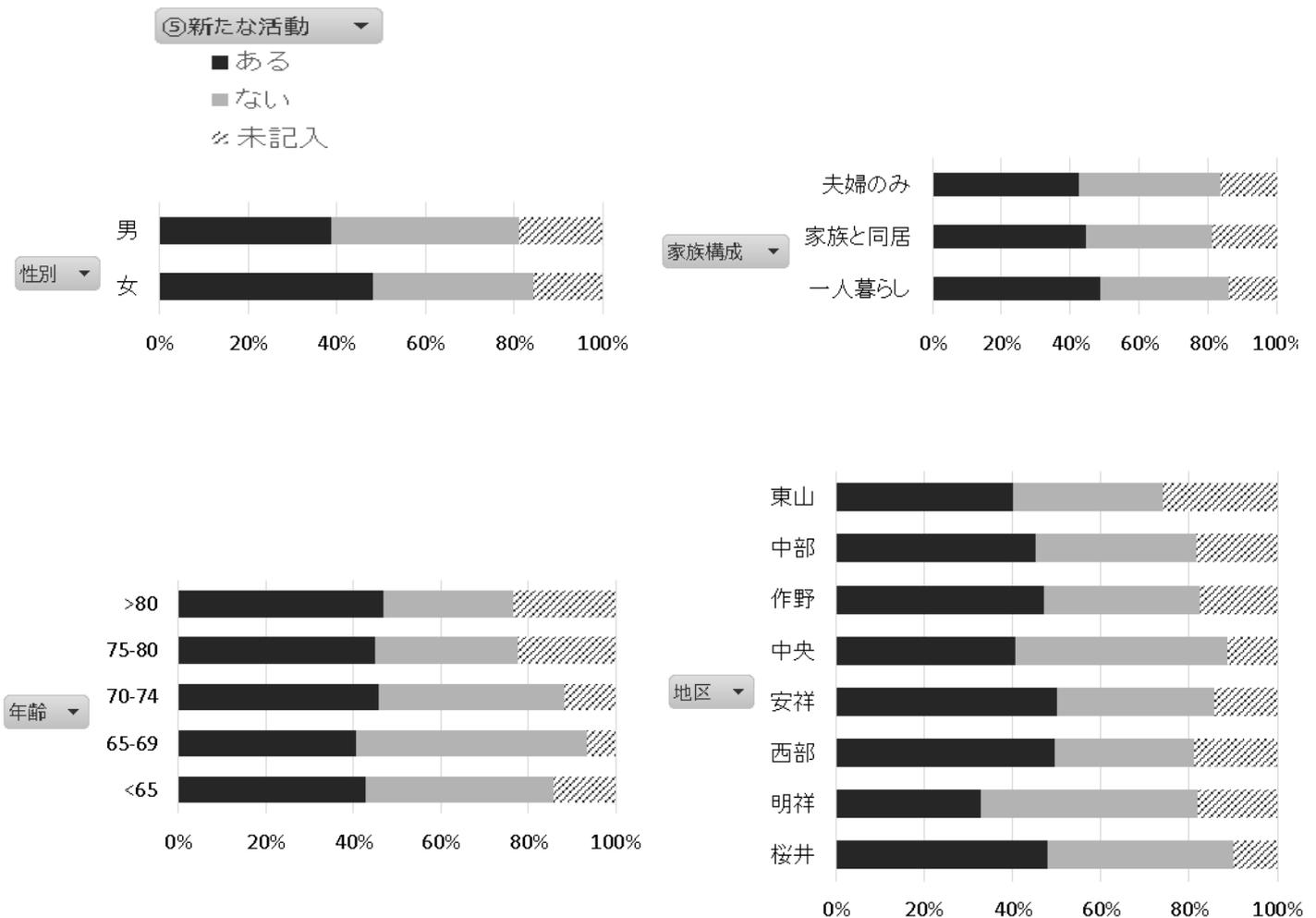
- ある
- ない
- ※ 未記入



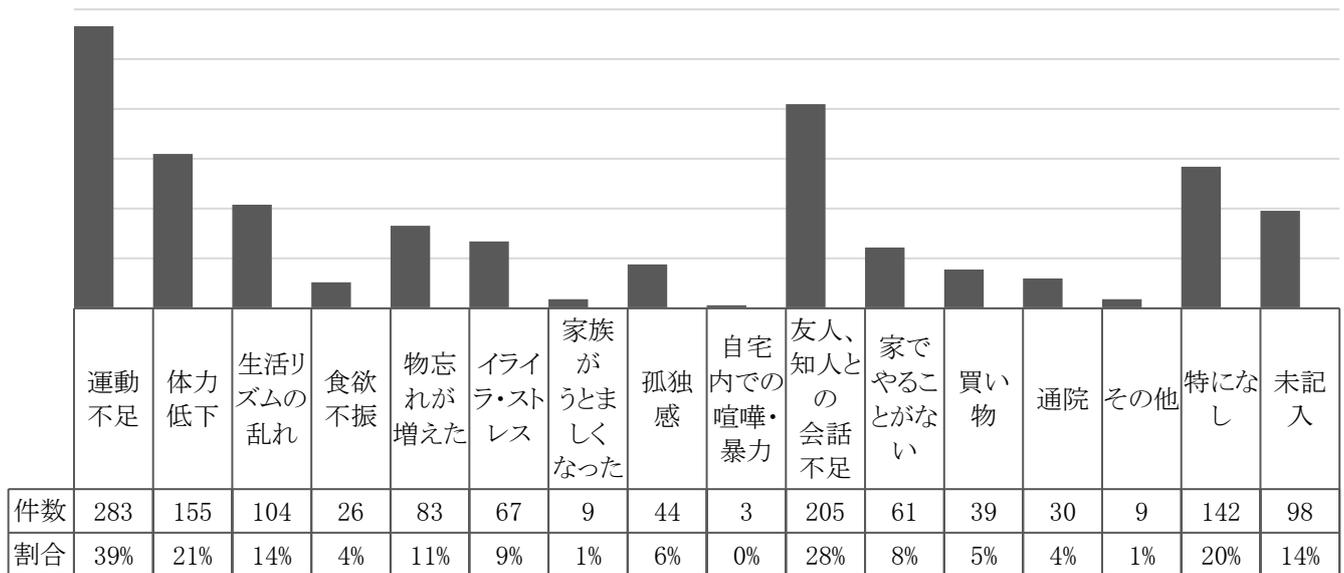
5 自粛期間中に新たに始めたことはありますか？（複数回答可）



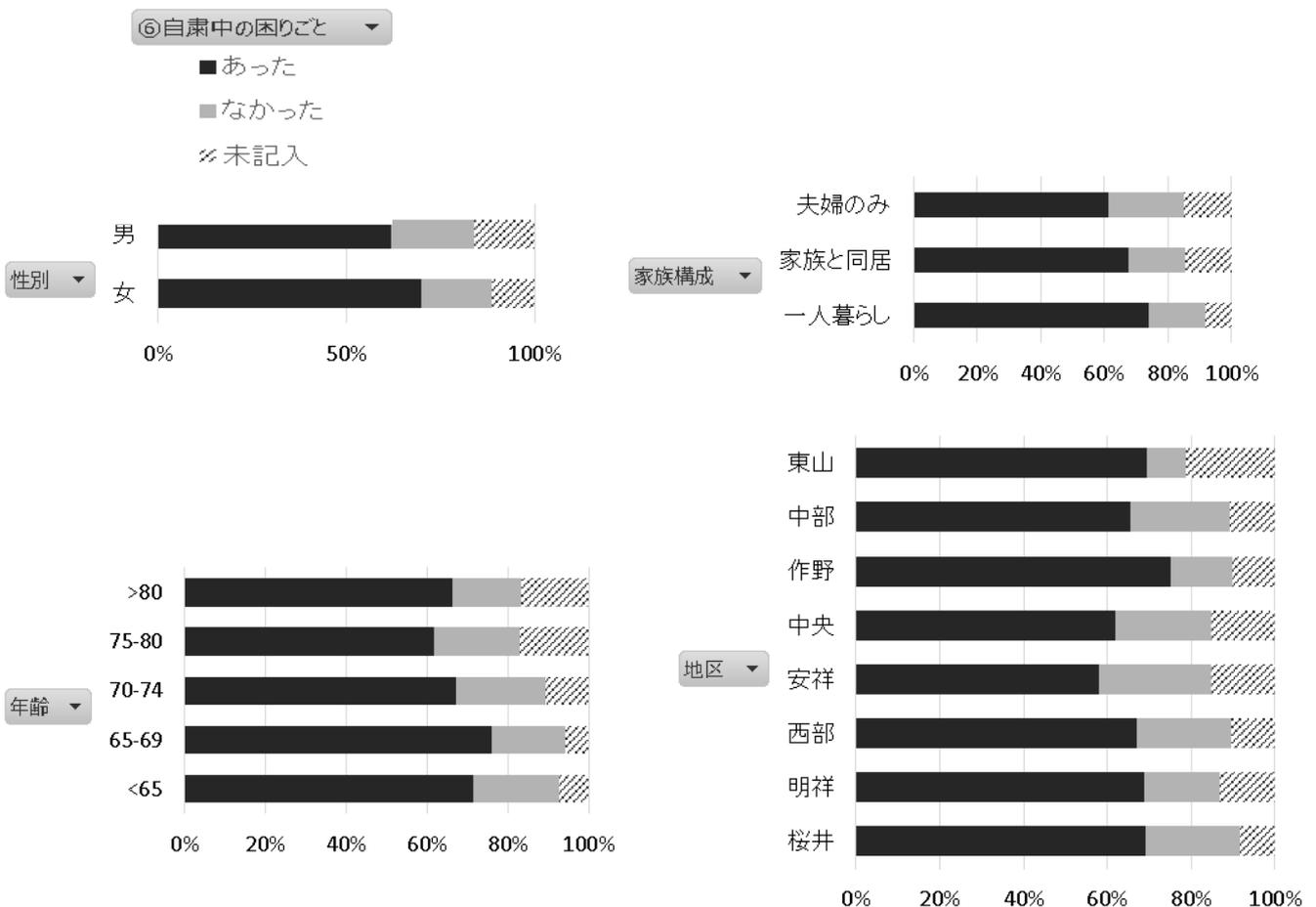
4と同様、「散歩」の割合が一番多く、高齢者が新たに取り組みやすいことが分かります。新たに始めた割合としては女性の方が多いが、男性でも約40%の方が新たに何かを始めたことが分かります。一方で、約40%の方が新たに始めたことは、特になしことも分かります。



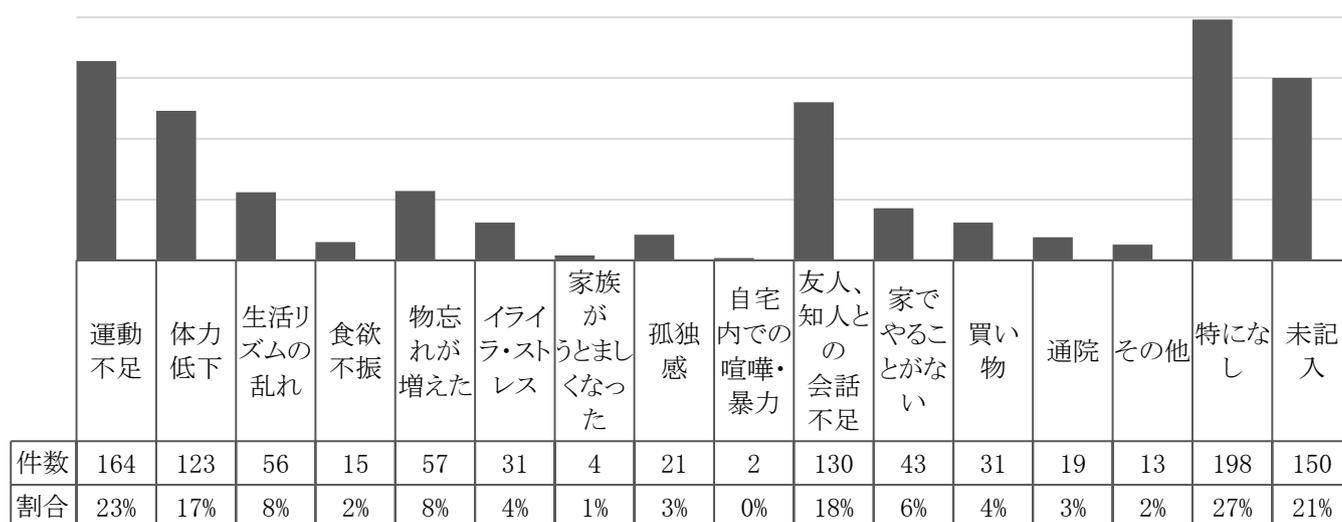
6 自肅中、自宅での生活の中での困りごとはありませんか？（複数回答可）



約40%の方が「運動不足」と回答され、更に「体力低下」を感じている方が20%余りいます（どちらかに回答された方は46%）。約30%の方が、「友人、知人との会話不足」と回答しており、「イライラ・ストレス」、「孤独感」、「家でやることがない」など、精神的な困りごとの割合も多い傾向がみられます。



7 現在も引き続き困っていることはありますか？（複数回答可）



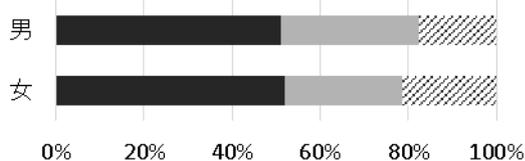
6と比較して「買い物」、「通院」は、自粛中の生活に関わらず、一定数の困りごととしてある傾向がみられます。

自粛前と比較して、現在も半数の方に困り事が継続しており、以前の身体的、精神的状態を取り戻していないことが分かります。

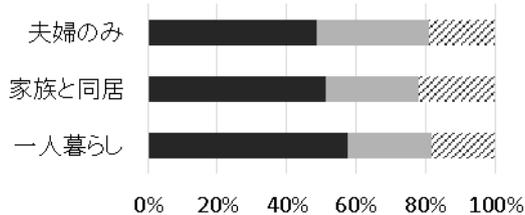
⑦現在の困りごと

- ある
- ない
- ※ 未記入

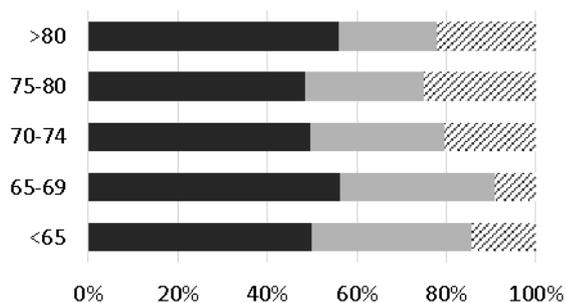
性別



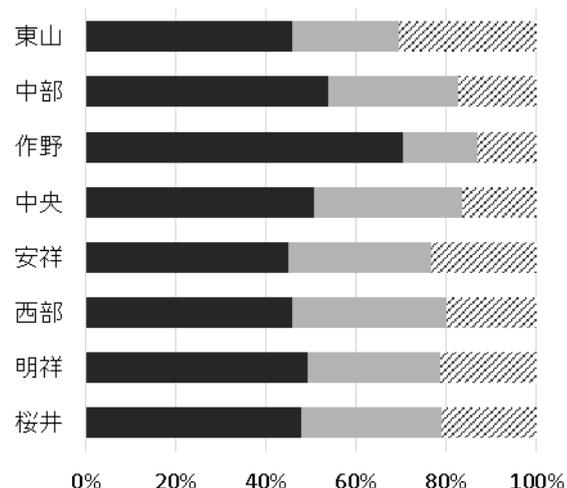
家族構成



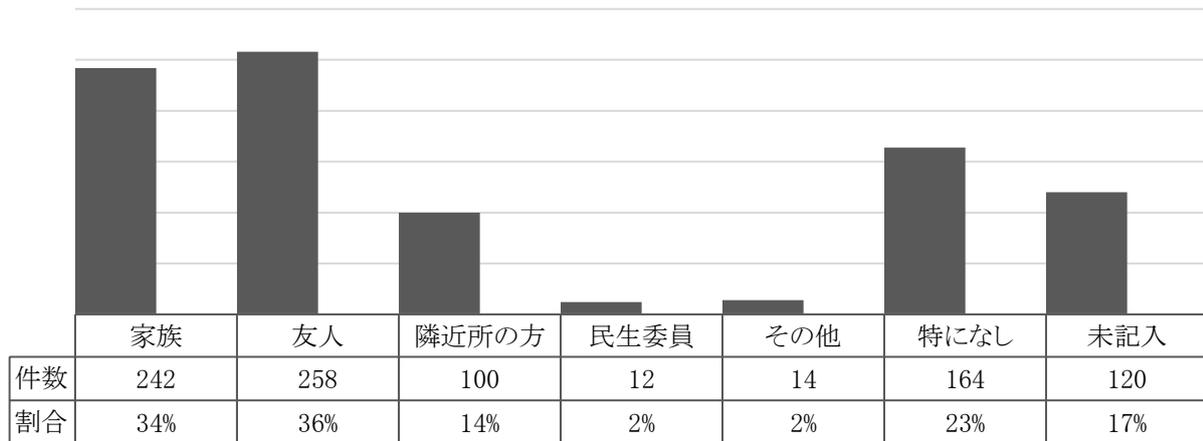
年齢



地区



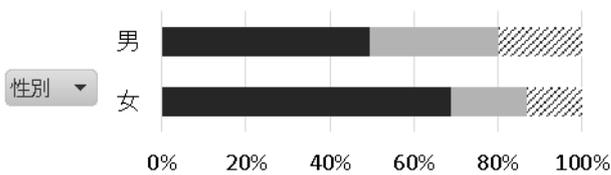
8 自粛期間中、どなたかと連絡を取り合いましたか？（複数回答可）



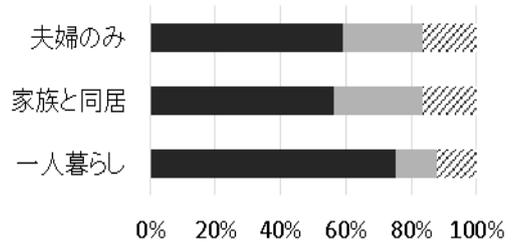
ひとり暮らしの方は、どなたかと連絡を取り合う傾向があります。年齢が高くなるほど「連絡を取り合った」割合が減少しています

⑤交流相手

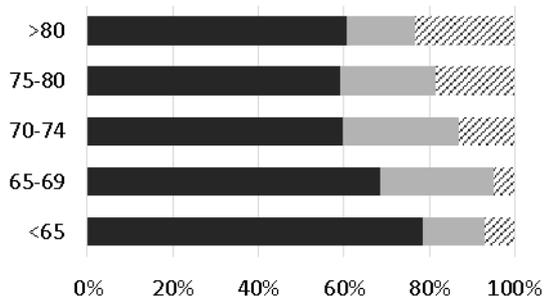
- 連絡を取り合った
- 特になし
- ▨ 未記入



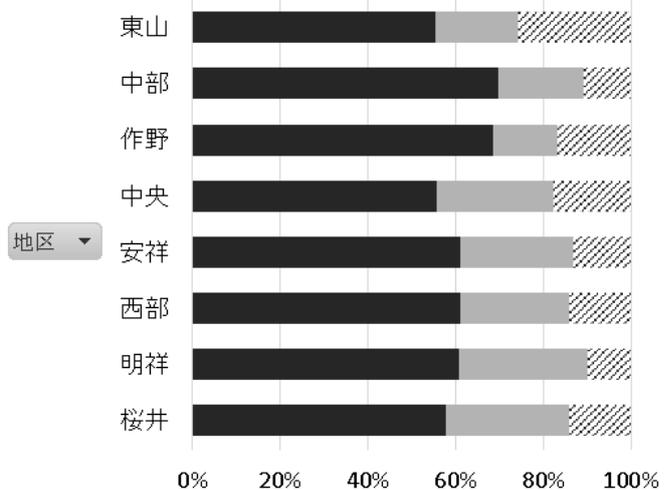
家族構成



年齢

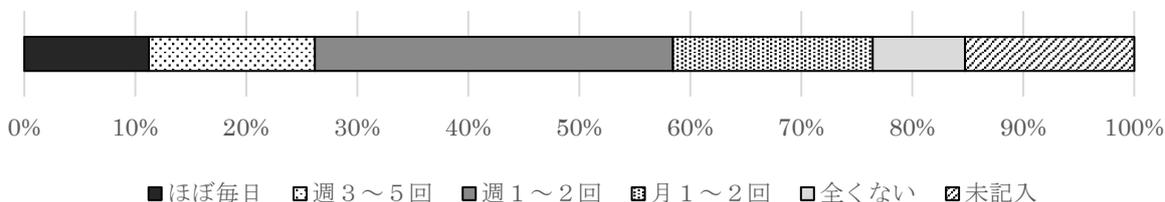


データの個数 / 通番



9 家族以外の方との交流頻度（電話等も含む）は、どのくらいありましたか？

	ほぼ毎日	週3～5回	週1～2回	月1～2回	全くない	未記入
件数	81	108	233	130	60	110
割合	11%	15%	32%	18%	8%	15%

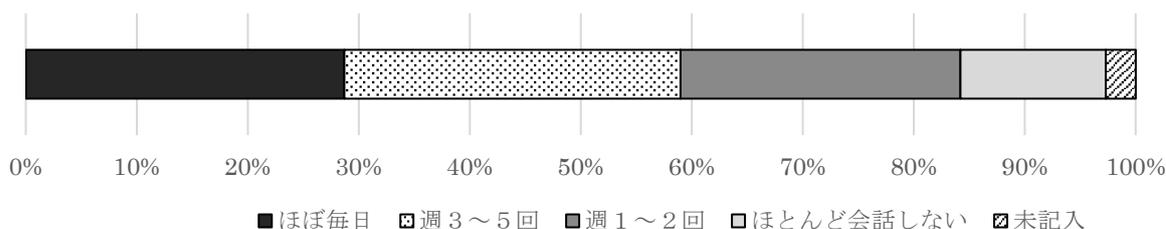


高齢福祉課が令和元年11月から令和2年1月に行った高齢者実態調査の割合と比べると、今回の調査の方が、「ほぼ毎日」「週3～5回」と回答している割合が少ない傾向がみられます。また、ひとり暮らしや夫婦のみ世帯の方が、家族以外との交流頻度が高い傾向が見られます。

※参考（安城市高齢者実態調査）

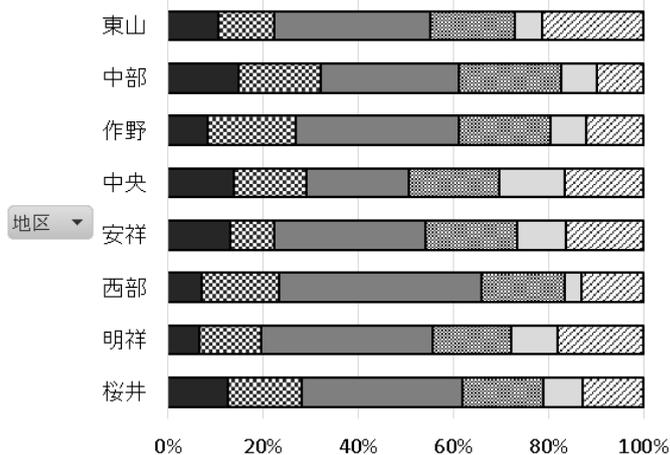
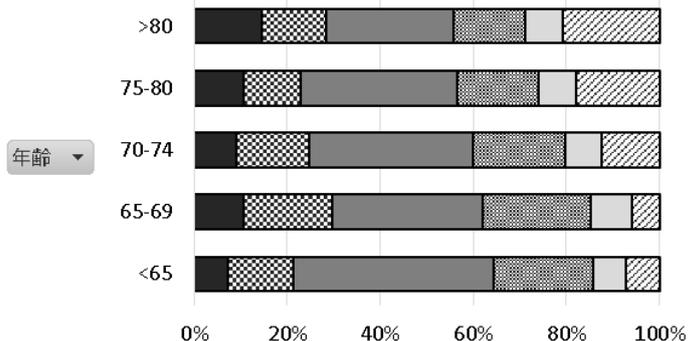
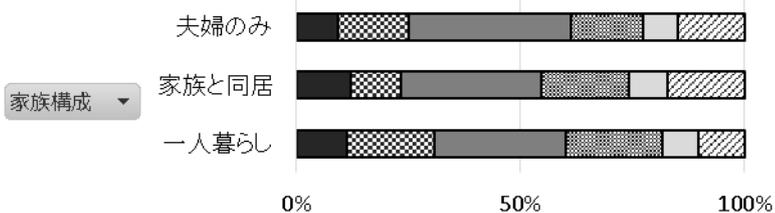
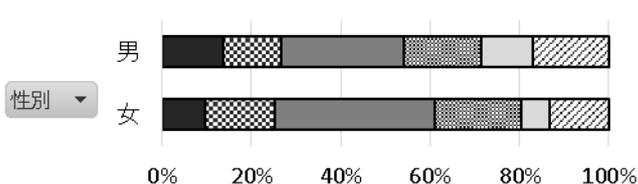
設問)1週間に知人・友人・近所の人(家族以外)と話す頻度

ほぼ毎日 28.7%、週3～5回 30.3%、週1～2回 25.2%、ほとんど会話しない 13.1%

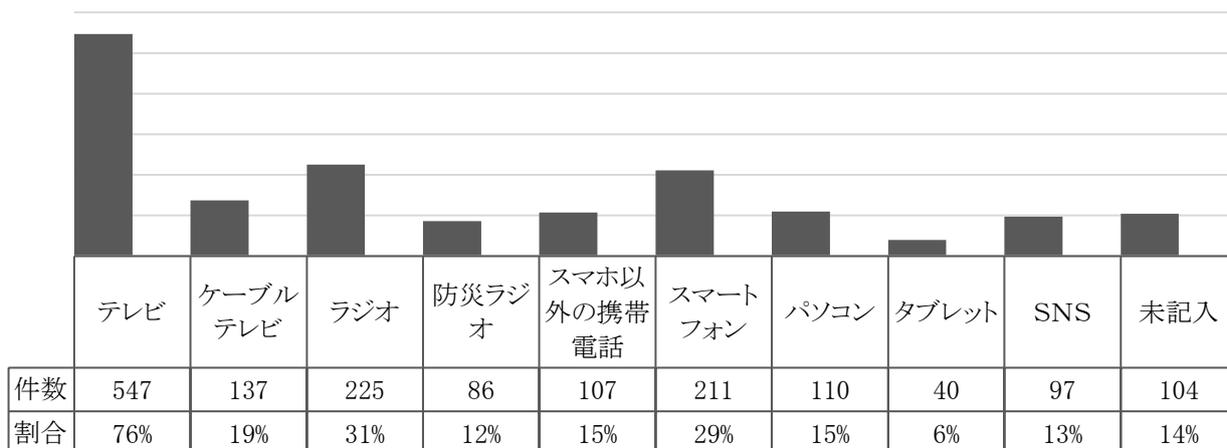


⑨交流頻度

■ほぼ毎日 □週3～5回 ■週1～2回 □月1～2回 □全くない □未記入



10 現在、使用されているものがありますか？（複数回答可）

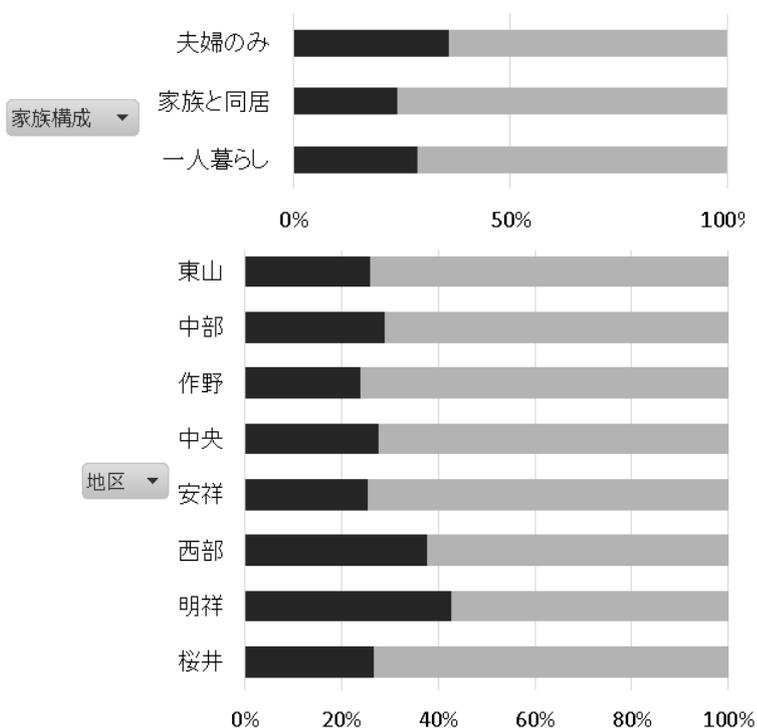
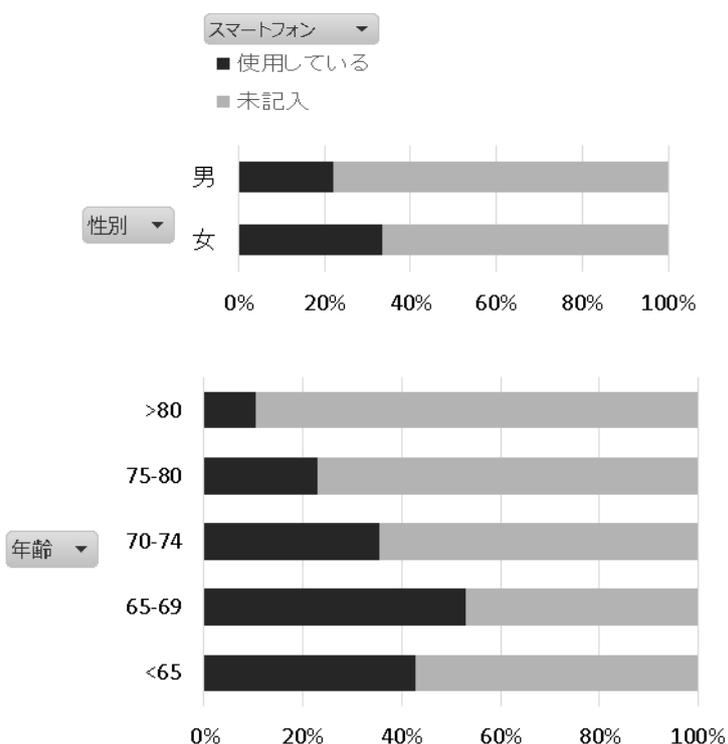


SNSの内訳	メール	LINE	Facebook	Twitter
件数	49	65	7	2
割合	51%	67%	7%	2%

スマホ普及率は各統計結果によると60代と70代で差があり、70歳未満の回答者が多かった明祥地区は、スマホ使用割合が多くなっています。

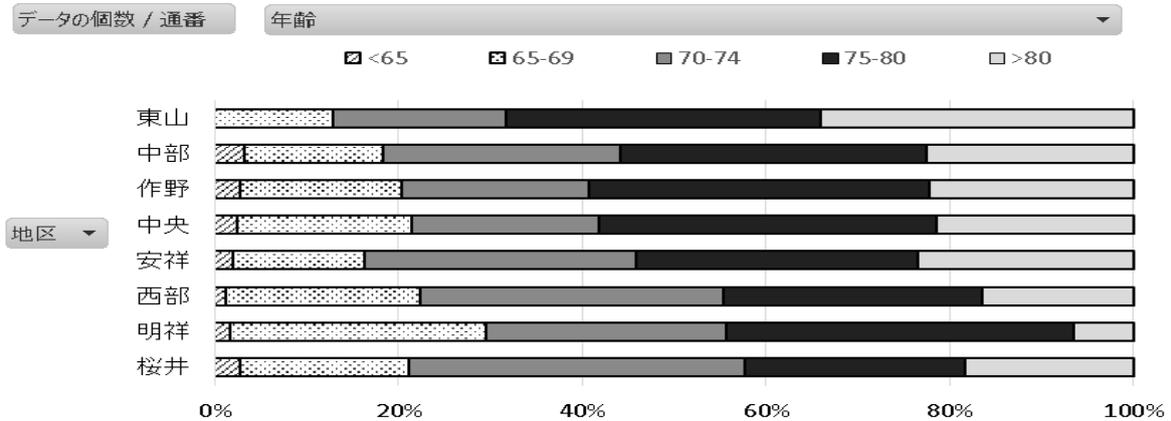
SNSを利用している人の中で、「LINE」が67%と「メール」よりも多くなっています。高齢者のツールの一つとして「LINE」が定着しつつあります。

3Gガラケーがau：2022年3月、ソフトバンク：2024年1月、NTTドコモ：2026年3月にサービス終了を予定しています。それに伴い、今後、ますますスマートフォン等によるSNSの利用割合が増えることが予想されます。

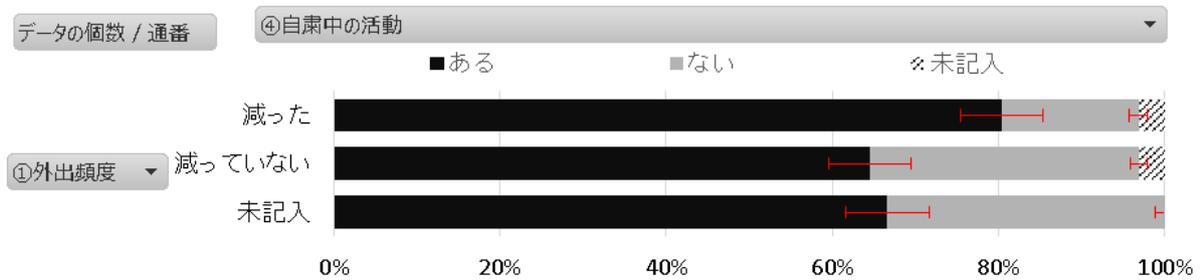


●項目間クロス集計 「赤いバー」は誤差範囲を示しています。

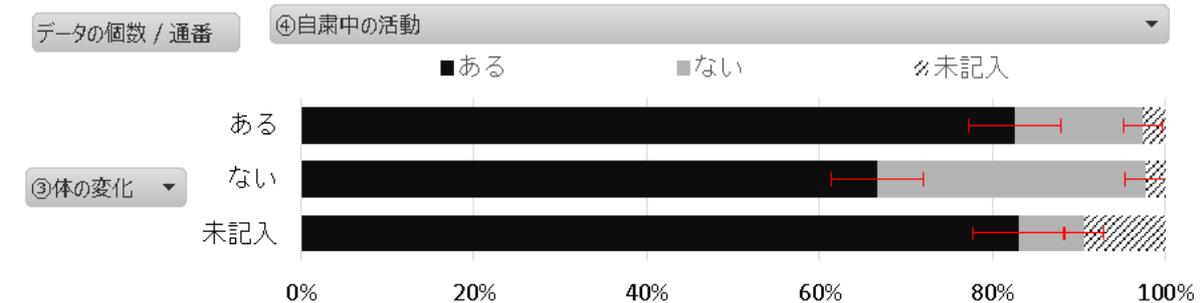
回答者は、東山地区は 80 歳以上が多く、明祥地区は 70 歳未満が多い。



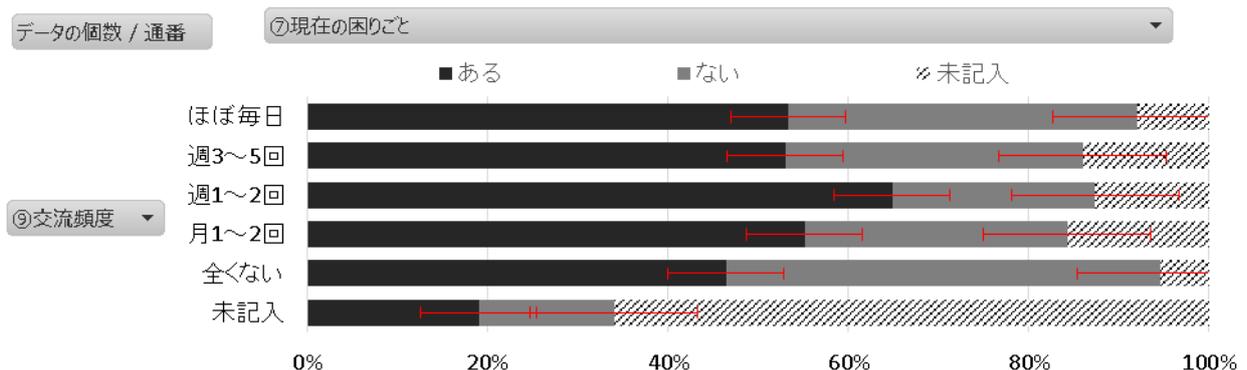
外出頻度が減った人は、減っていない人に比べて、体で気になる変化がある割合が多い。



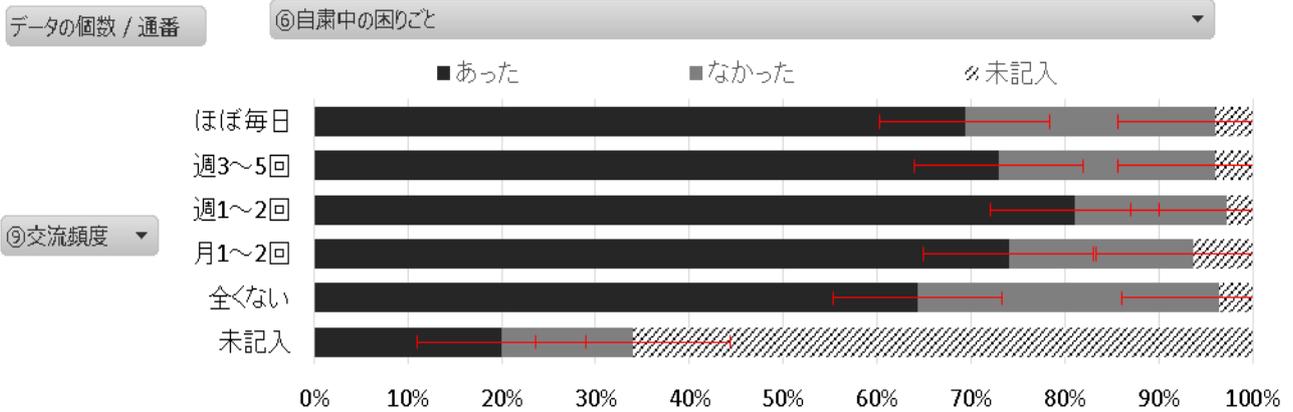
体で気になる変化がある人は、ないと回答した人に比べて、自粛中、意識的に行っていた活動がある割合が高い。



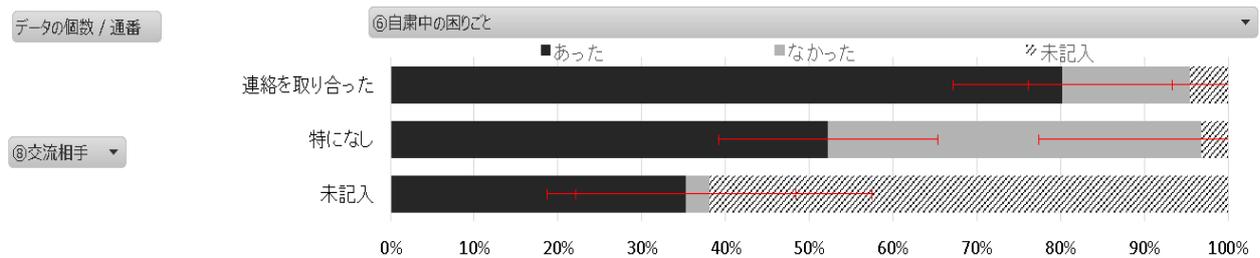
家族以外との交流頻度が全くない人は、週 1~2 回の人と比べると、現在困っていると回答している割合が低い。



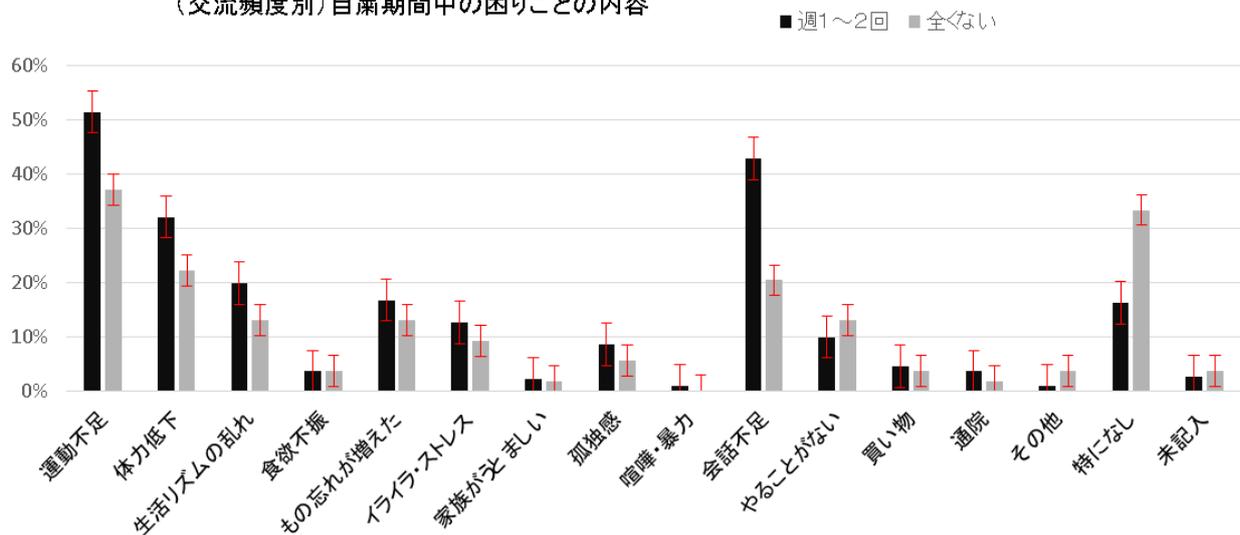
家族以外との交流頻度が全くない人は、週1~2回の人と比べると、自粛中困りごとがあったと回答している割合がやや低い。



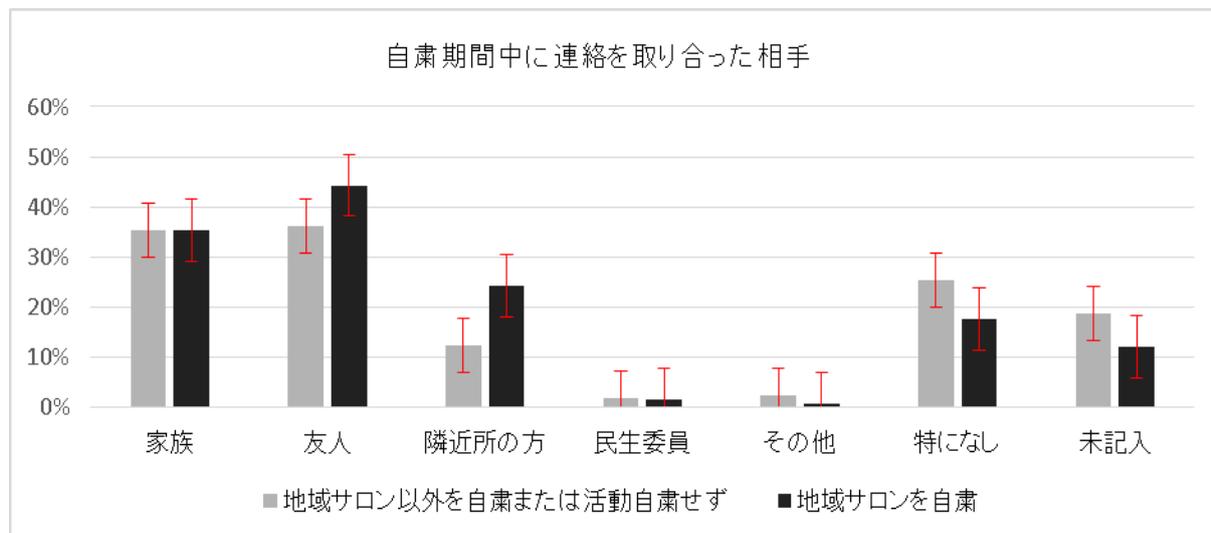
自粛期間中にだれかと連絡を取り合った人と特に連絡をしなかった人と比べると、連絡を取り合った人の方が、自粛中困りごとがあったと回答した割合がやや多い。



(交流頻度別)自粛期間中の困りごとの内容



地域のサロン活動を自粛された方で、自粛期間中に「隣近所の方」と連絡を取り合った方の割合は、サロン活動以外を自粛もしくは何も自粛されなかった方よりも多くみられています。



Ⅲ 調査結果のまとめ

安城市では、近隣他市に比べると早い段階（令和2年6月2日から）に市内各福祉センターを再開したことで、高齢者が風呂の利用や福祉センターサロンに参加することが出来るようになり、生きがいつくり、健康づくり、仲間づくりのための場の提供という地域福祉の拠点施設としての役割を果たすことができました。

そこで、福祉センター利用者の自粛中の生活や健康、意識の変化について、本アンケートを実施し、センター再開1か月後の利用者の状況を調査することができました。

福祉センター利用の高齢者（前期・後期とも）は自粛生活により気になる変化や心配なことに、「体力低下」、「筋力の衰え」、「体重の増加」がありました。

一方で、健康への意識も高く、約80%の人が家事仕事・散歩・畑仕事で身体を動かす機会を持ち、また、趣味活動を行っていることが分かりました。

困りごととして、「運動不足」「体力低下」「生活リズムの乱れ」「物忘れが増えた」「知人、家族との会話不足」等、フレイルの要素を挙げています。また、「会話不足」や「イライラ・ストレス」「孤独感」など、精神的な悩みも多くありました。

現在も引き続き困っていることとして「運動不足」「体力低下」「友人、知人との会話不足」を回答した人が、約20%の割合でありました。また70代以上では、自粛中に自分から活動を行う傾向がみられています。

誰かと連絡を取ったかとの質問では、男性約50%、女性約70%の人が連絡を取り合い、70代以上の世代では60%程度がどなたかと連絡を取り合っているものの、70代未満の世代よりは連絡を取る割合が低くなっています。

また、性別及び家族形態を問わずすべての年代で半数以上の方が連絡を取り合っており、誰かとつながりを持ち生活をしていることが分かります。

その中でも一人暮らしの方は70%以上の方が連絡を取り合っています。これは地域での様々な支援体制がひとり暮らしの方を中心としており整備されていることはもちろん、それが故にひとり暮らしの方自身が「連絡を取る」ことへの意識が高く、実際の行動に移された結果ではないとでないかと思われます。

また、情報を得る手段として、スマートフォンの利用が29%、LINEの利用が67%あり、SNSのツールとして定着しつつあります。

IV アンケート結果から見えた課題

(1) 自粛生活での体力低下、筋力の衰え、体重の増加

短期的な自粛であったが、約30%が体重増加や歩ける距離が減ったという結果でありました。また、約40%が自粛中に新たに始めたことは特になくという結果でありました。

<課題>

今後予想される感染拡大の波が来た時に、体力低下等を防ぐ方法を検討する必要があります。

また、自粛生活になってから何かを新たに始めるということは容易ではないことから、できるだけ年齢が若いうちから、かつ、常日頃からの生活の中で介護予防に向けた取り組みが習慣づけられるようなアプローチを行う必要があります。

(2) 自粛中の困りごとへの対応

運動不足や体力低下が挙げられ、自粛後も引き続き高い割合で困っているという結果でありました。また、友人などとの会話不足やイライラ・ストレスなど精神的な悩みを持っている方も多い結果となりました。

<課題>

自粛後の通いの場などに「行けないのか」、「行かないのか」を把握し、運動不足や体力低下に対して、既存の各資源（通いの場やオンラインの動画、あんじょう健康マイレージなど）の広報を行い、その人に応じた形で取り組める環境を整備する必要があります。

また、各世代で60%以上の方が自粛中に困りごとを抱え、自粛解除後も半数の方が継続していることを考えると、意欲的な生活が送れるように、状況の変化や各年代に応じた意識付けと活動内容の支援が必要となります。

更に、友人などとの会話不足やイライラ・ストレスなどの精神的な悩みの解決方法の一つとして、顔の見える関係やふれあいを求める部分ほどの世代にとっても重要であり、今まで行ってきた訪問、手紙、電話といった生の声を直接つなぐ活動をベースとしつつ、コロナ禍により新しい方法を見出す必要があります。

その一つとして考えられるものがオンラインでのコミュニケーションです。アンケートではスマホの利用者が約30%あり、今後のつながりや働きかけのツール

として活用が期待できます。

令和元年度総務省の通信利用動向調査によるとスマートフォンの保有率について50代が85.6%、60代が64.7%、70代が33.8%となっており、こちらも各世代に応じたアプローチを行う必要があります。