

伯耆町

高齢者の健康づくりと介護予防のための
アンケート集計結果

令和8年7月

I はじめに

1 目的

伯耆町が令和8年3月に実施した「高齢者の健康づくりと介護予防のためのアンケート調査票」を集計し、町および地区としての健康課題の把握を行い、健康づくり事業や介護予防事業に活用する。

2 アンケート実施方法

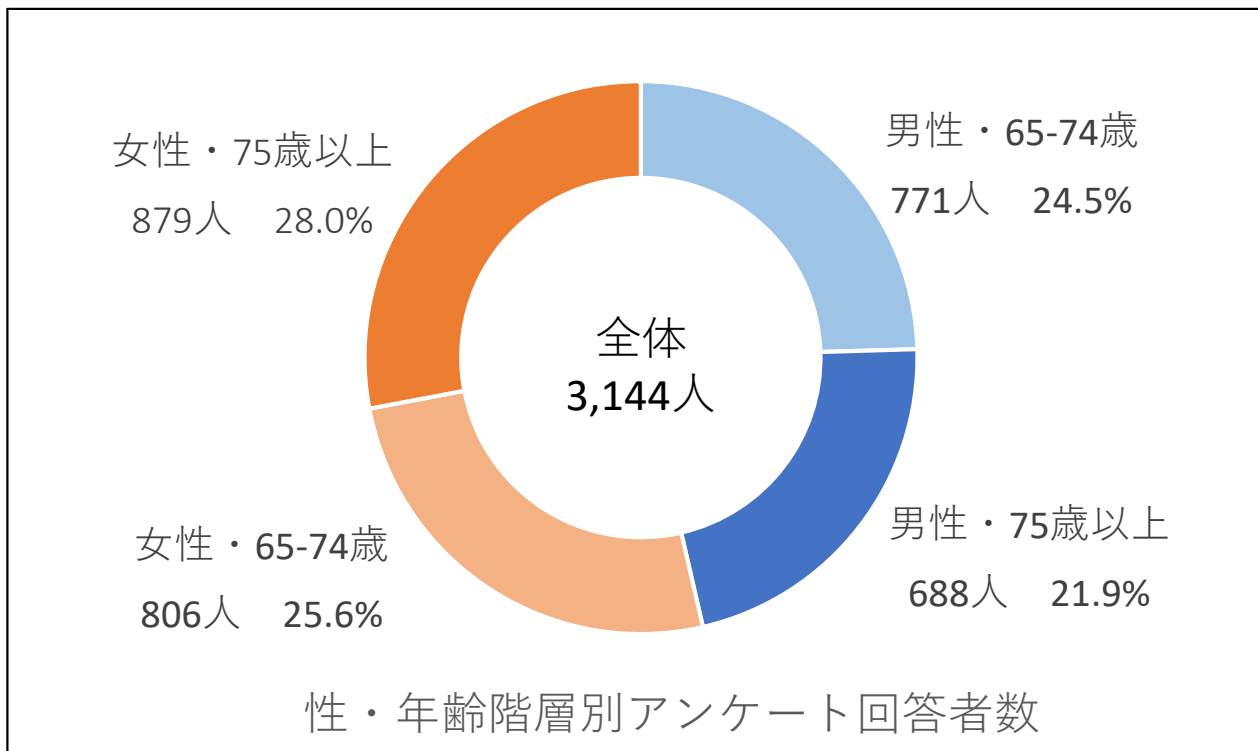
【対象者】

伯耆町の65歳以上の方（令和8年3月末時点）3,453人
ただし、要支援・要介護認定者、住所地特例者などを除いている。

【アンケート回収方法】

保健委員により対象者への配布回収を行う。
ただし、自治体未加入者については郵送とする。

3 アンケート回答状況



※未回答項目がある人も含め、回答を行った人を集計した。

4 その他

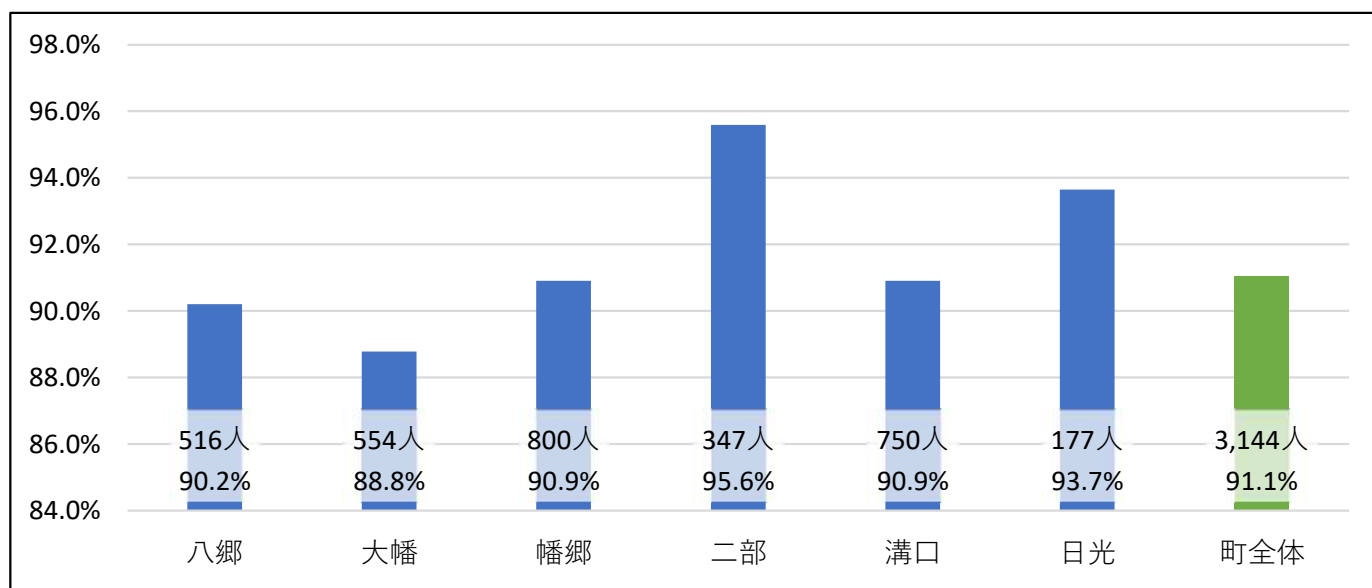
【未回答の取り扱い】

原則、各集計項目において、未回答項目があり、かつ、リスク該当者と判断できないデータは除いて集計する。

Ⅱ) データ集計

1. 地区別アンケート回答状況

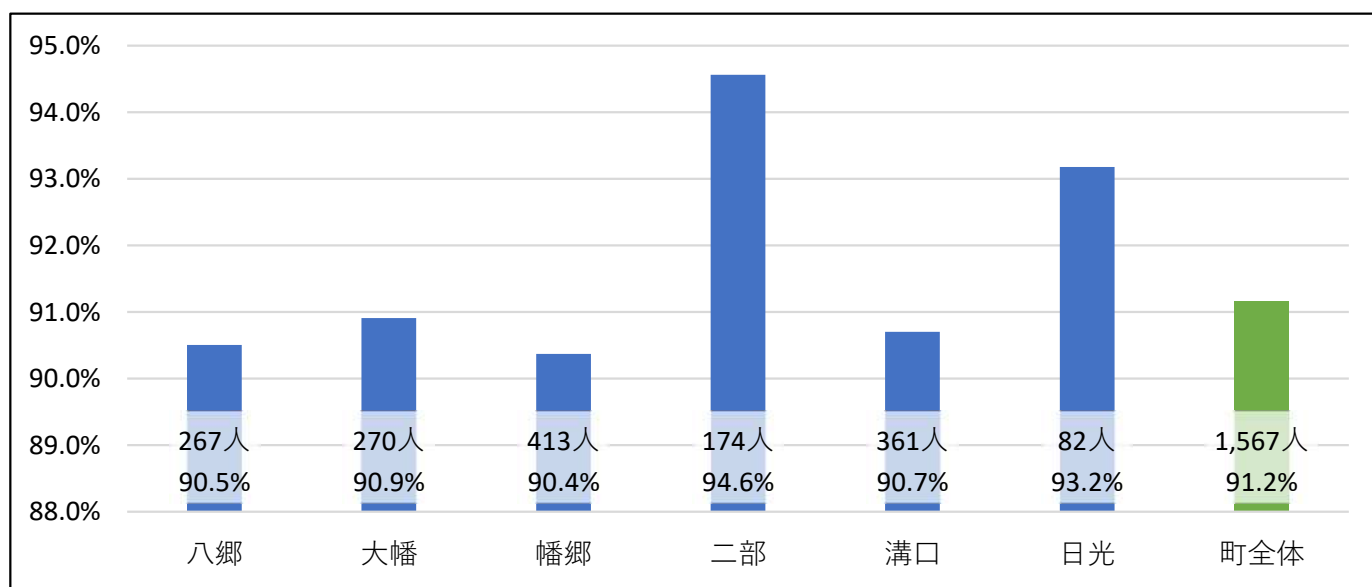
町全体で3,144人がアンケートに協力し、回収率は9割強を占め、多くの方にご協力いただいた。回収率が最も低い大幡においても約88.8%である。



2. 地区別アンケート回答状況（75歳以上）

75歳以上のみのアンケート回収率も9割強となっており、全体の回収率（91.1%）よりもわずかに高くなっている。

また、各地区の回収率は、大幡地区は前回と変わらず、その他の地区は、日光地区を除いて前回よりも上昇しており、特に八郷地区で約4%上昇した。



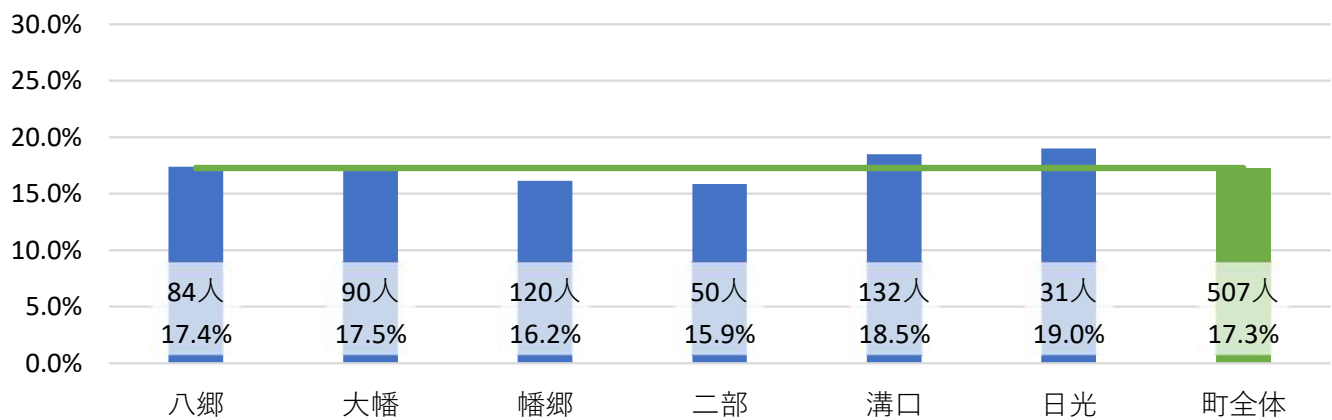
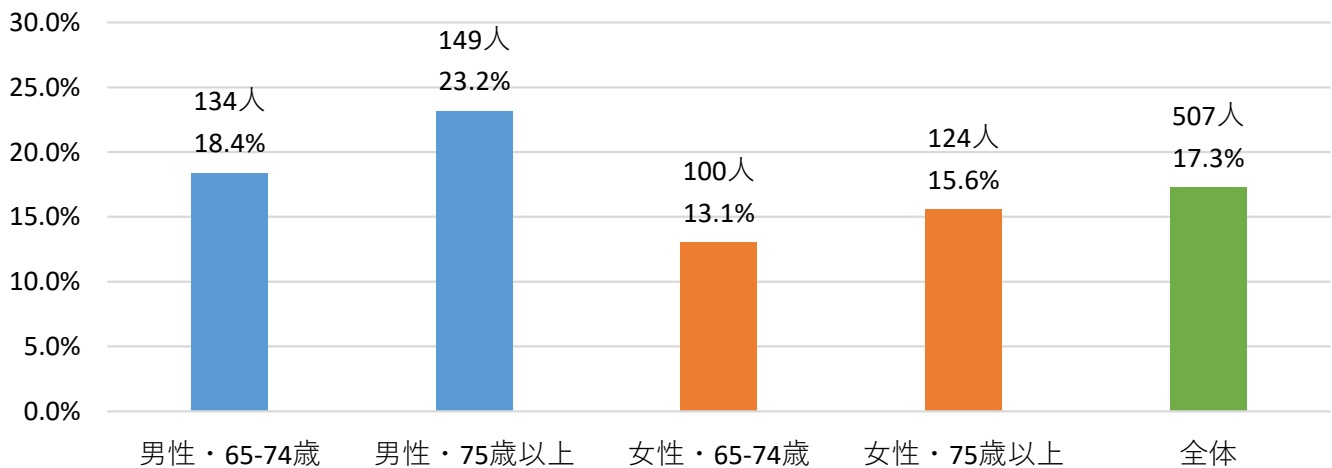
Ⅱ) データ集計

3. ①心身の健康状態リスク（いずれかに該当する人）

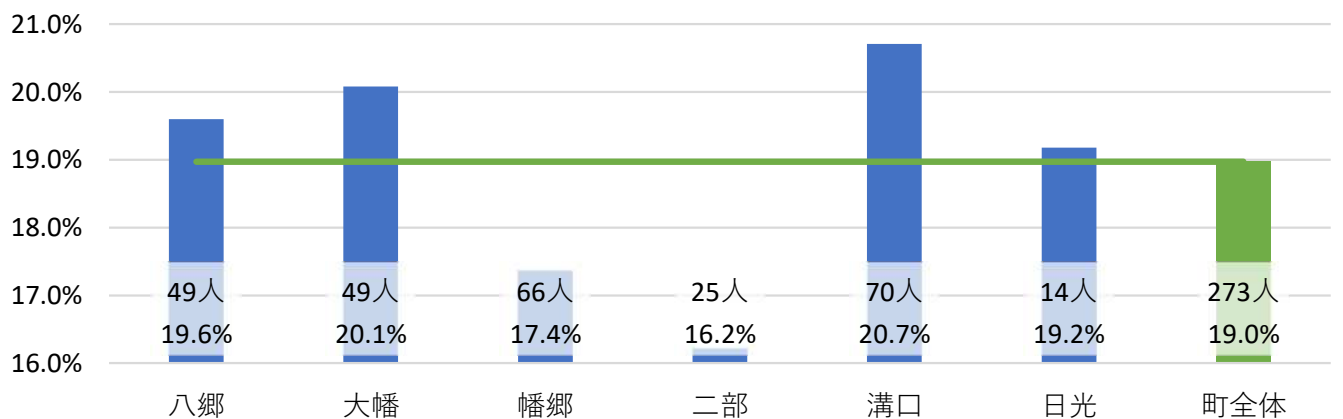
- ・ あなたの現在の健康状態はいかがですか→「あまりよくない」「よくない」
- ・ 毎日の生活に満足していますか→「やや不満」「不満」

心身のいずれかに不調、不満を抱えている人の割合は、女性よりも男性のほうが高く、65-74歳よりも75歳以上のほうが高い。（前年同様）

心身の健康状態のリスクを抱える人の割合が特に高い地区は、日光、溝口地区である。（前年二部、日光地区） 75歳以上に限定した場合、町全体より、八郷地区は0.6ポイント、大幡地区は1.1ポイント、溝口地区は1.7ポイント高くなっている。（前年△0.3ポイント、+0.7ポイント、+0.2ポイント）



地区別該当者割合



（再掲）75歳以上地区別該当者割合

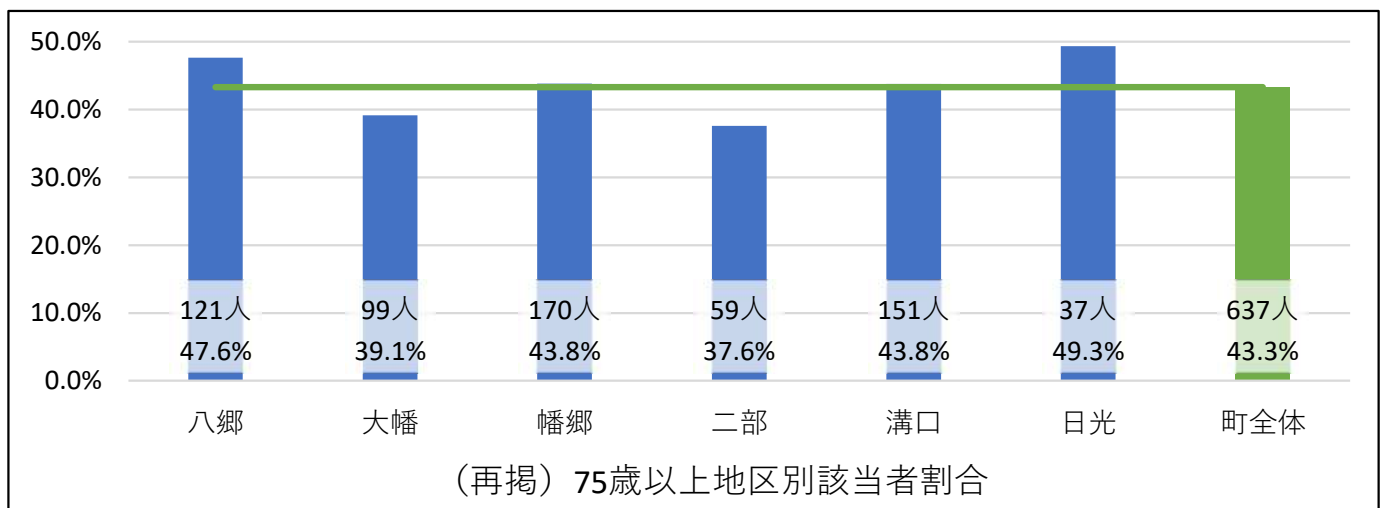
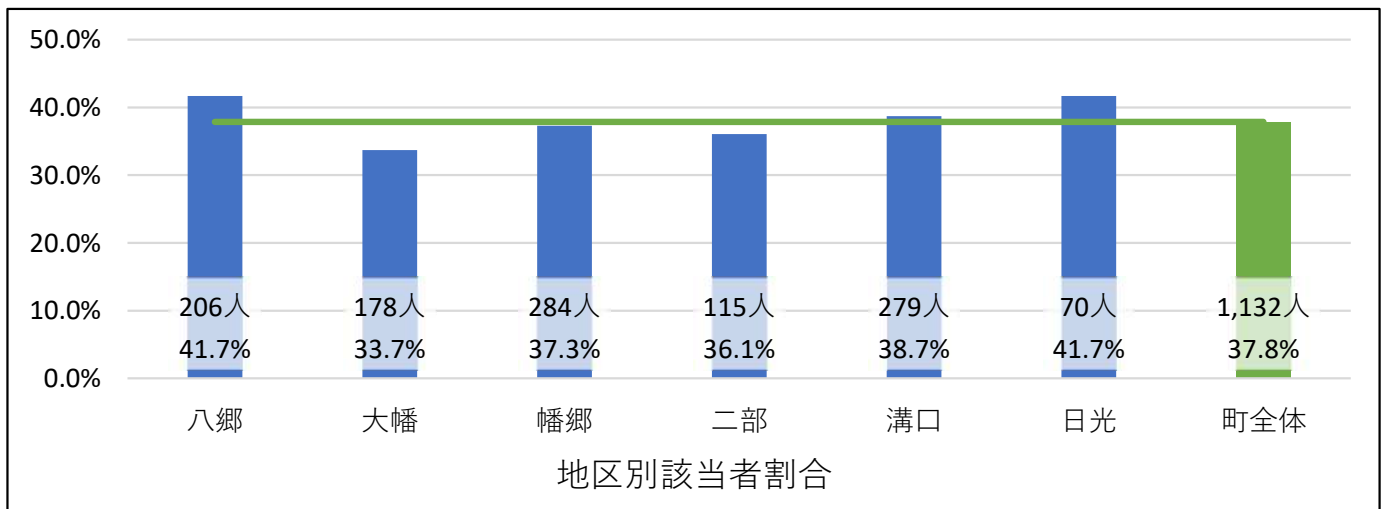
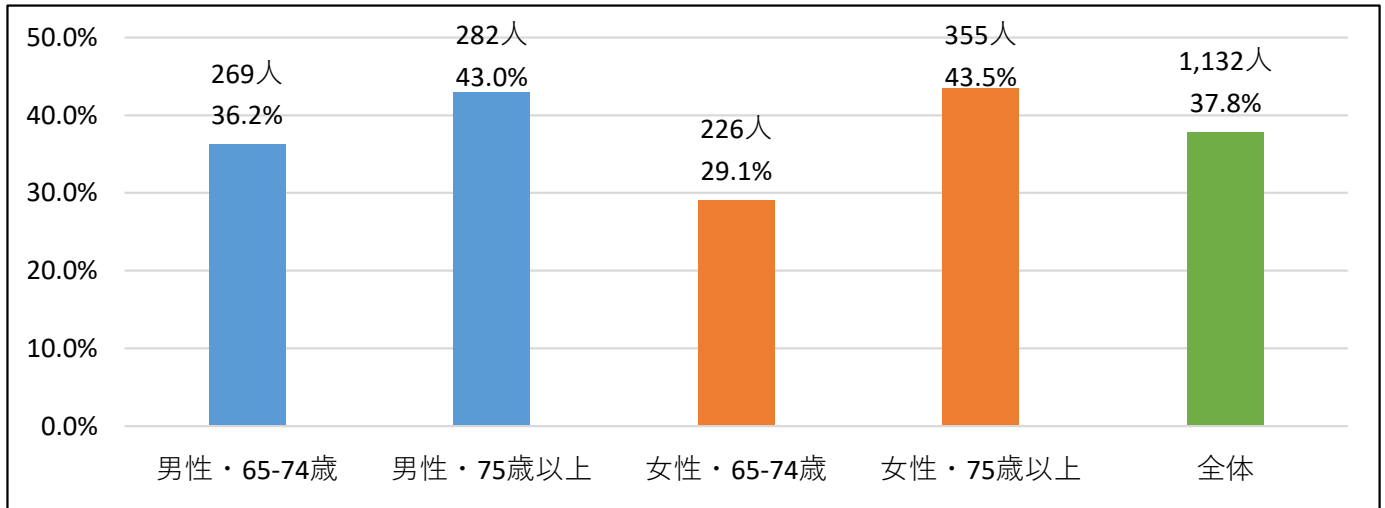
Ⅱ) データ集計

4. ②口腔機能リスク（いずれかに該当する人）

- ・ 半年前に比べて固いもの（さきいか、たくあんなど）が食べにくくなりましたか→「はい」
- ・ お茶や汁物等でむせることがありますか→「はい」

口腔ケアが必要と思われる人の割合は、65-74歳では男性のほうが高いが、75歳以上では女性のほうがわずかに高く、逆転している。（前年同様）

口腔ケアが必要と思われる人の割合が特に高い地区は、八郷、日光、溝口地区である。（前年日光、八郷、二部地区） 75歳以上に限定した場合、町全体より、幡郷地区は0.5ポイント高くなっている。（前年+1.4ポイント）



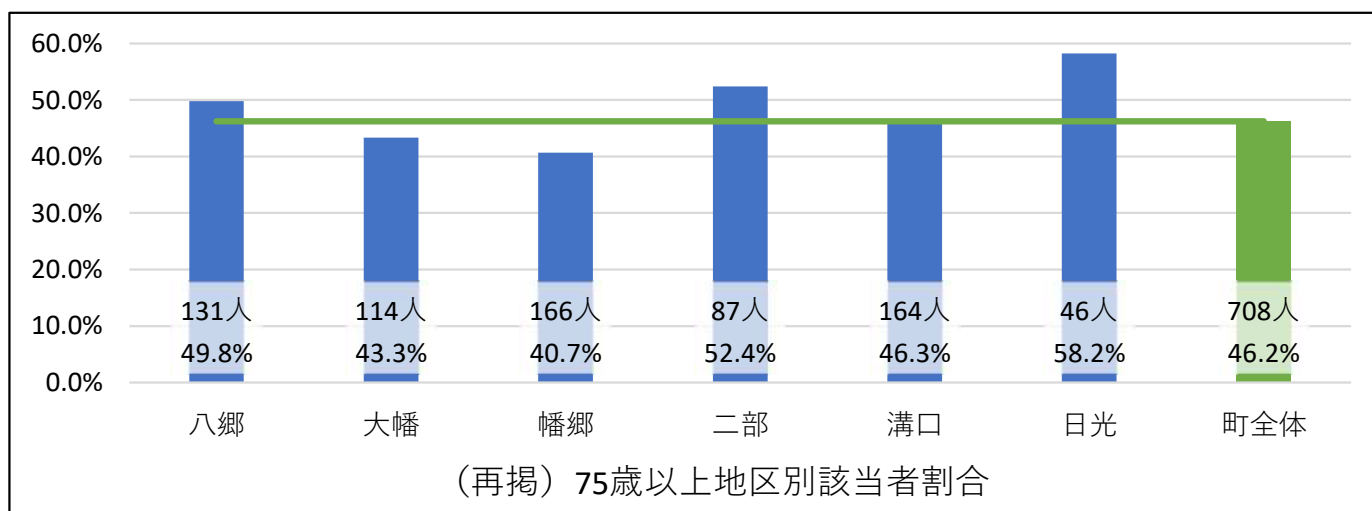
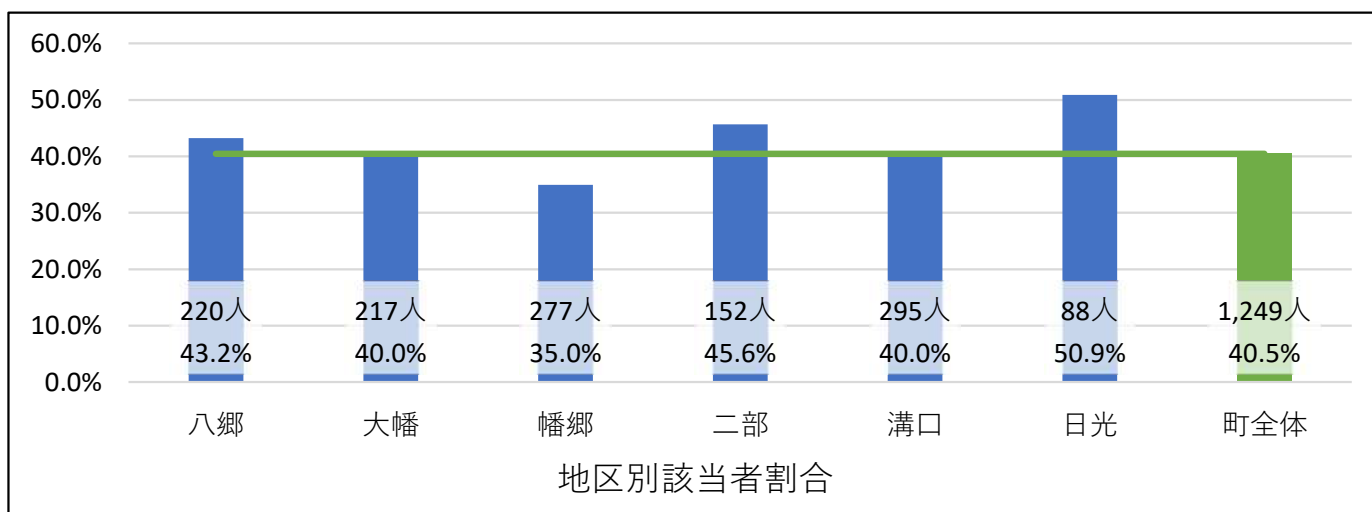
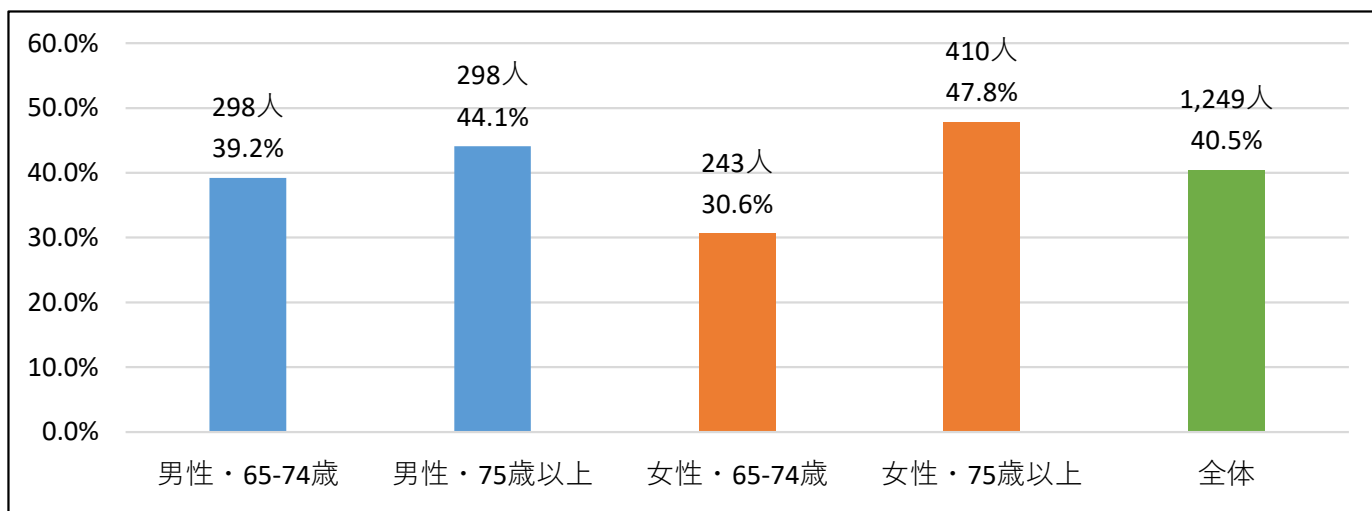
Ⅱ) データ集計

5. ③運動転倒リスク（以下の2項目以上に該当する人）

- ・ 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか→「はい」
- ・ この1年間に転んだことがありますか→「はい」
- ・ ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか→「いいえ」

運動習慣が定着できていない人や転倒したことのある人の割合は、65-74歳では男性のほうが高いが、75歳以上では女性のほうが高く、逆転している。（前年同様）

運動習慣の定着や転倒防止の注意が必要と思われる人の割合が特に高い地区は、日光、二部、八郷地区だが、75歳以上についても地区の傾向は変わらない。（前年同様）



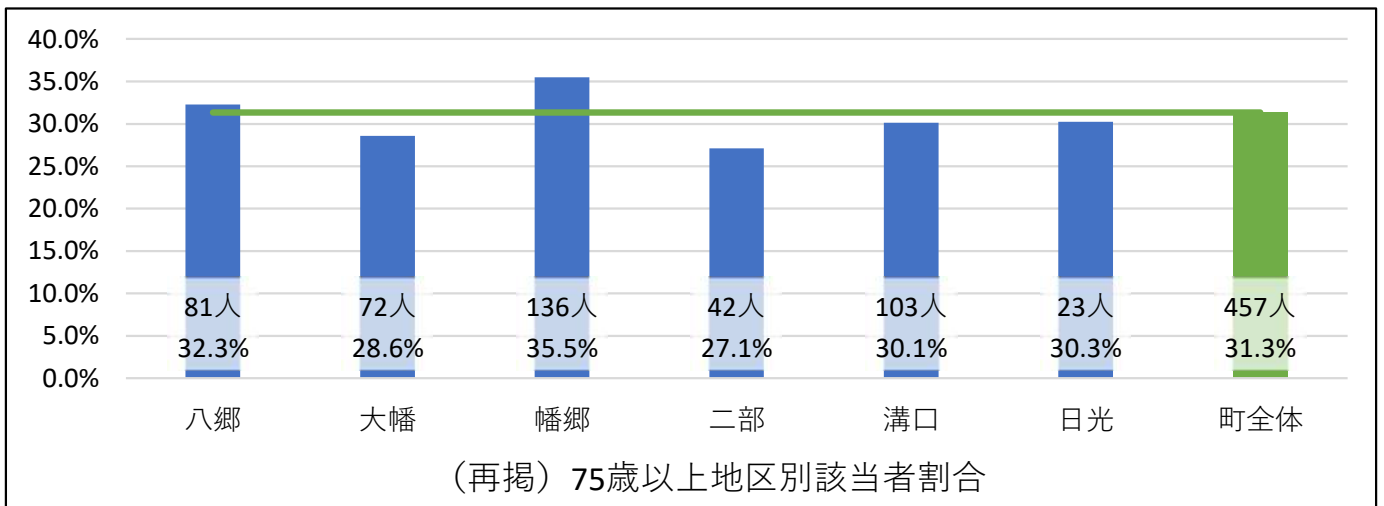
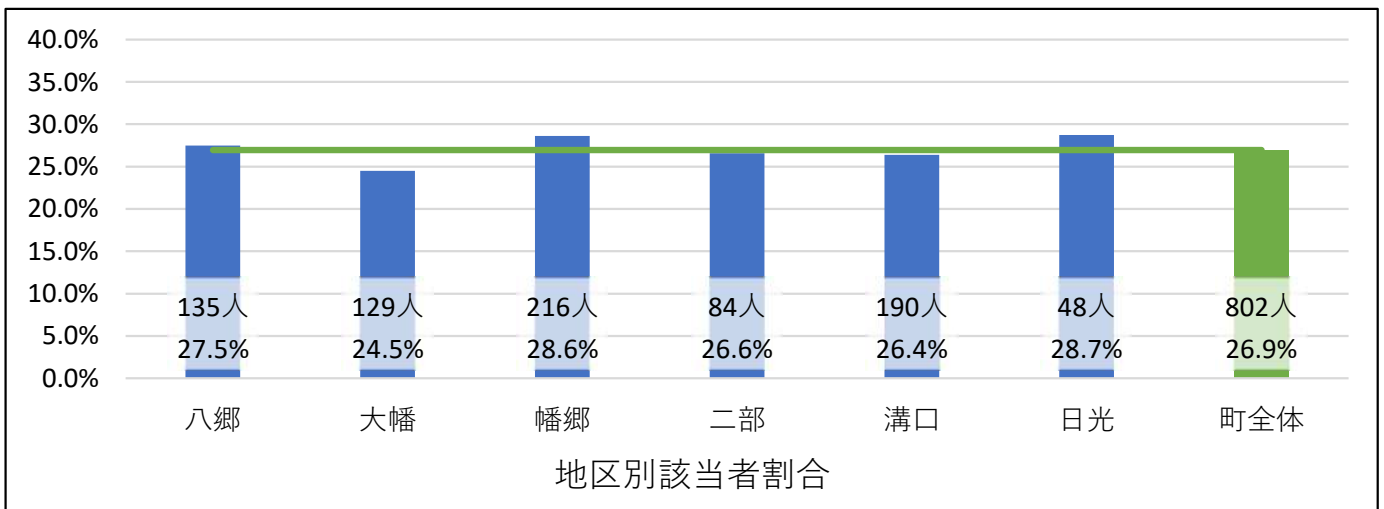
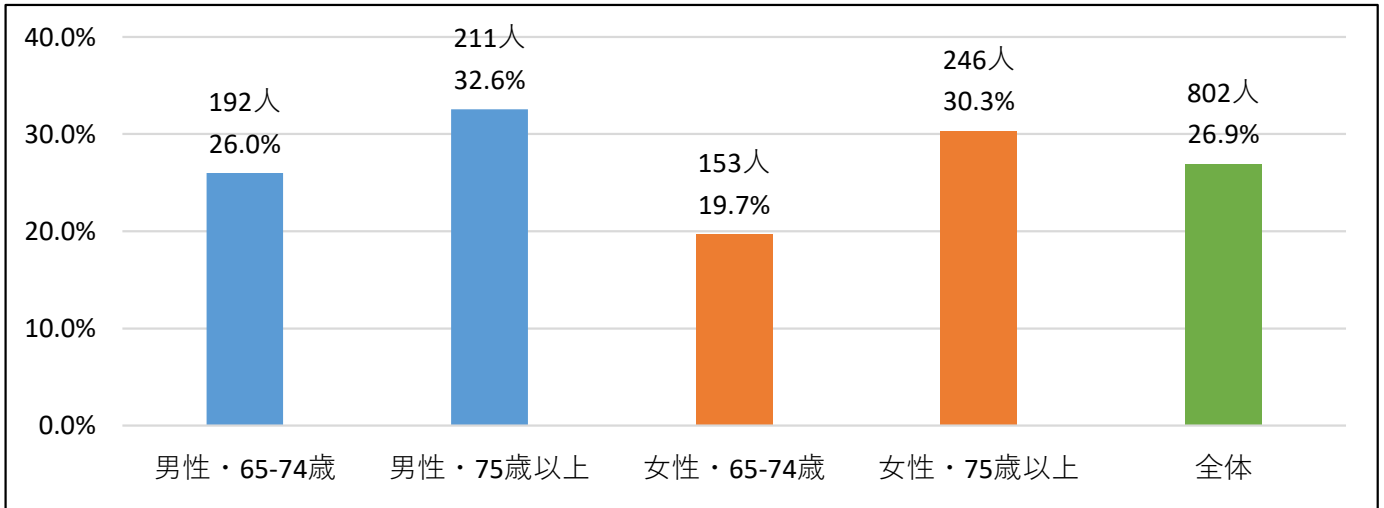
Ⅱ) データ集計

6. ④ 認知機能リスク（いずれかに該当する人）

- ・ 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの、物忘れがあると言われますか→「はい」
- ・ 今日が何月何日か分からない時がありますか→「はい」

認知機能に不安がある人の割合は、女性より男性のほうが割合が高く、65-74歳と比較すると75歳以上のほうが約1.2～1.3倍増加している。

認知機能に不安がある人の割合が高い地区は、日光、幡郷、八郷地区である。（前年日光、八郷、溝口地区） 75歳以上に限定した場合、町全体より、八郷地区は1.0ポイント、幡郷地区は4.2ポイント高くなっている。（前年+2.4ポイント、△2.4ポイント）



Ⅱ) データ集計

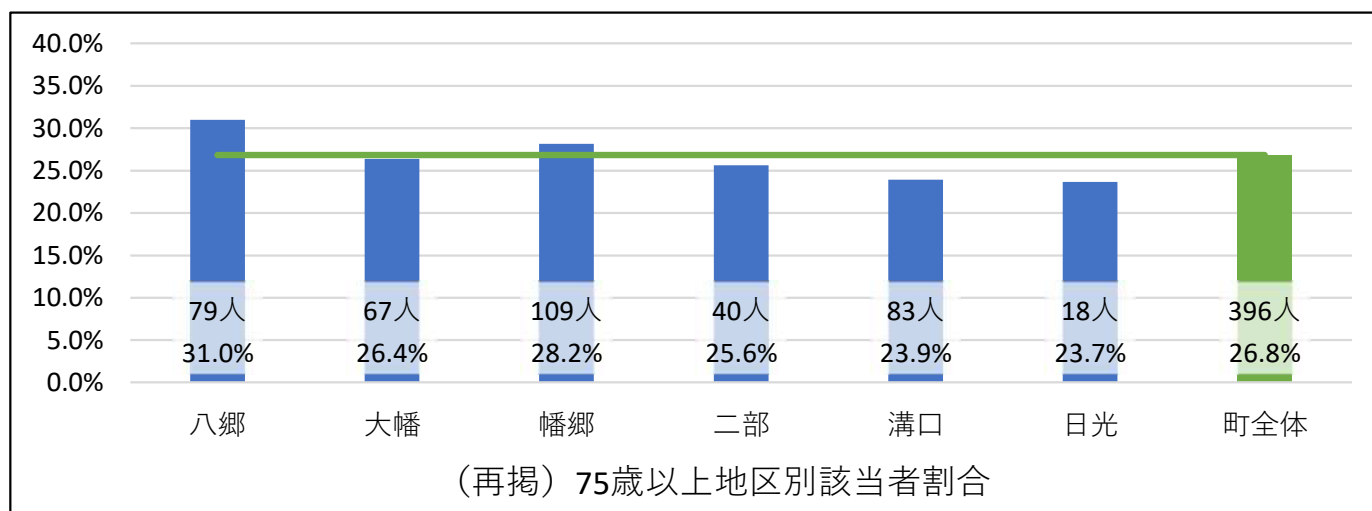
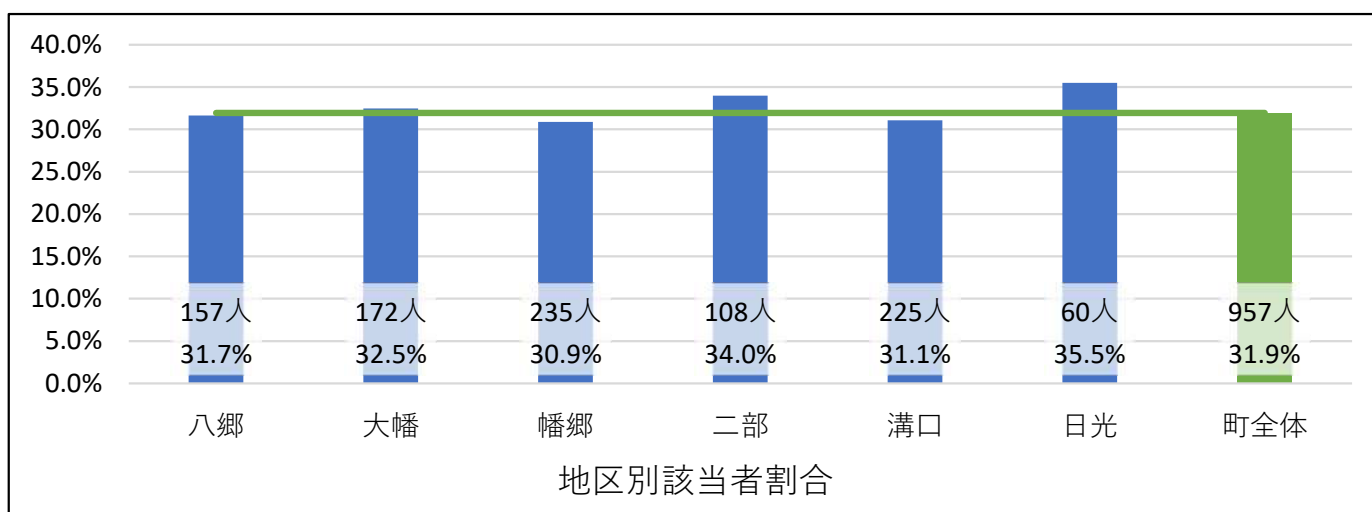
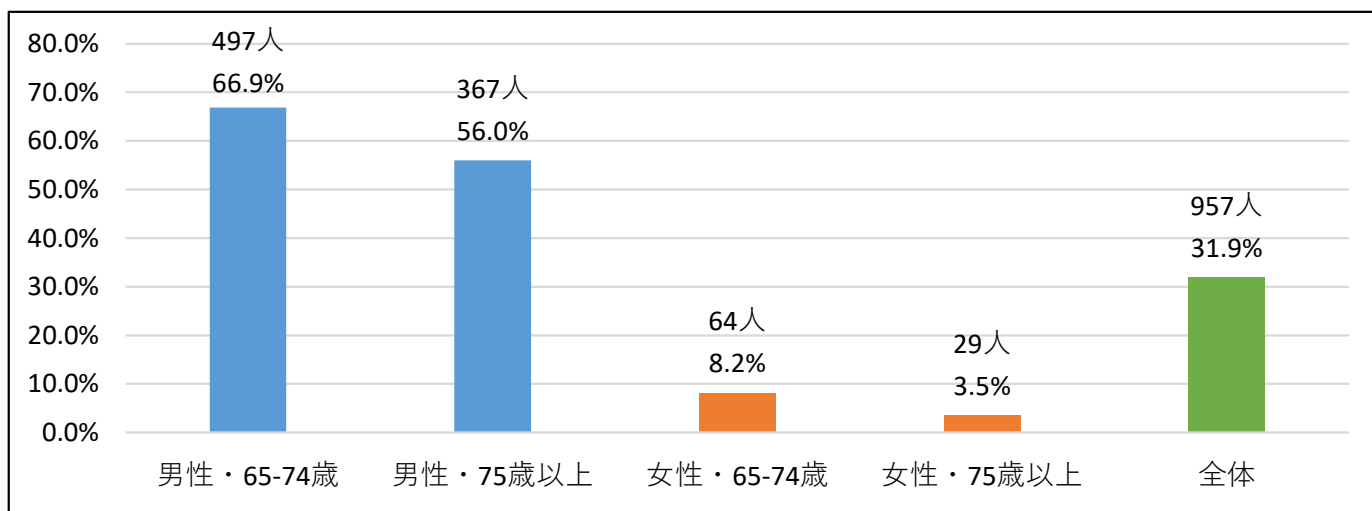
7. 喫煙リスク

- ・ あなたはたばこを吸いますか→「吸っている」または「やめた」

喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人の割合は、女性よりも男性のほうが非常に高く、75歳以上よりも65-74歳のほうが高い。（前年同様）

喫煙リスクを抱えている人の割合が高い地区は、日光、二部、大幡地区である。（前年大幡、八郷、二部地区）

75歳以上については、八郷、幡郷地区が町全体よりも高くなっている。（前年同様）



Ⅱ) データ集計

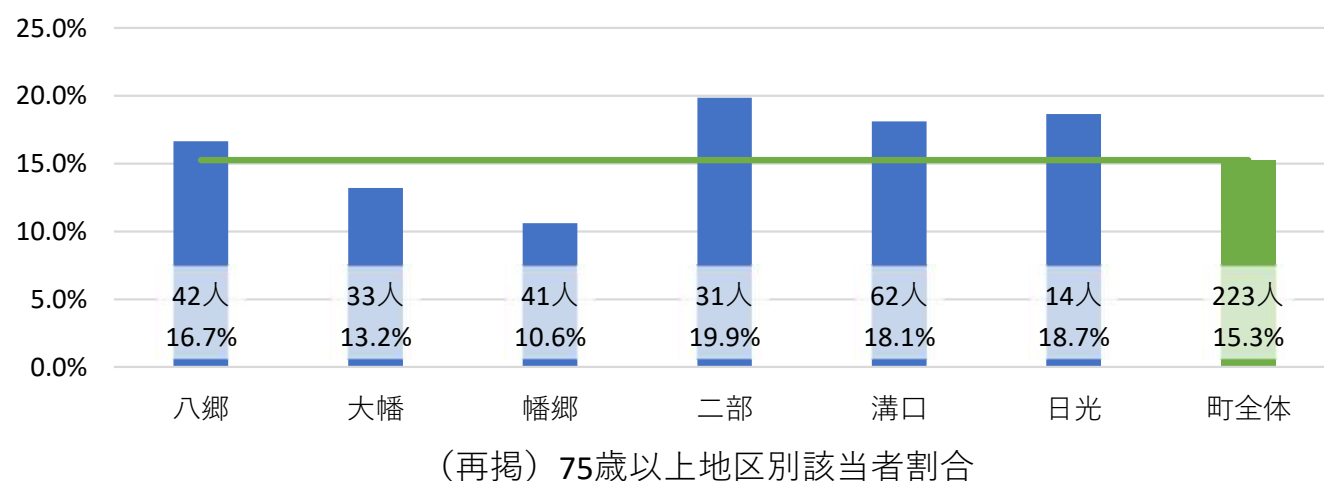
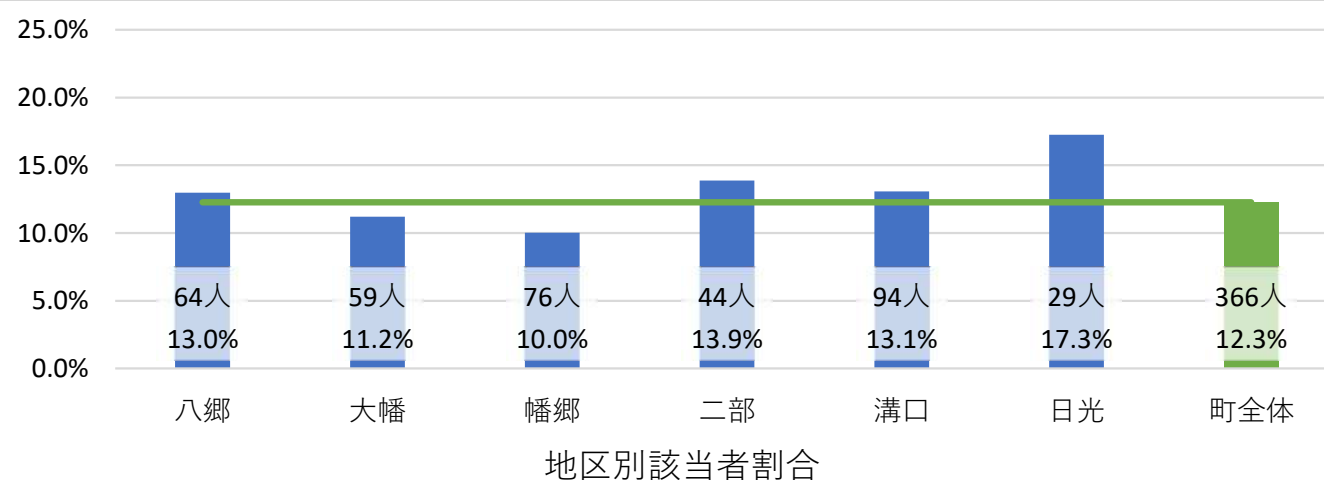
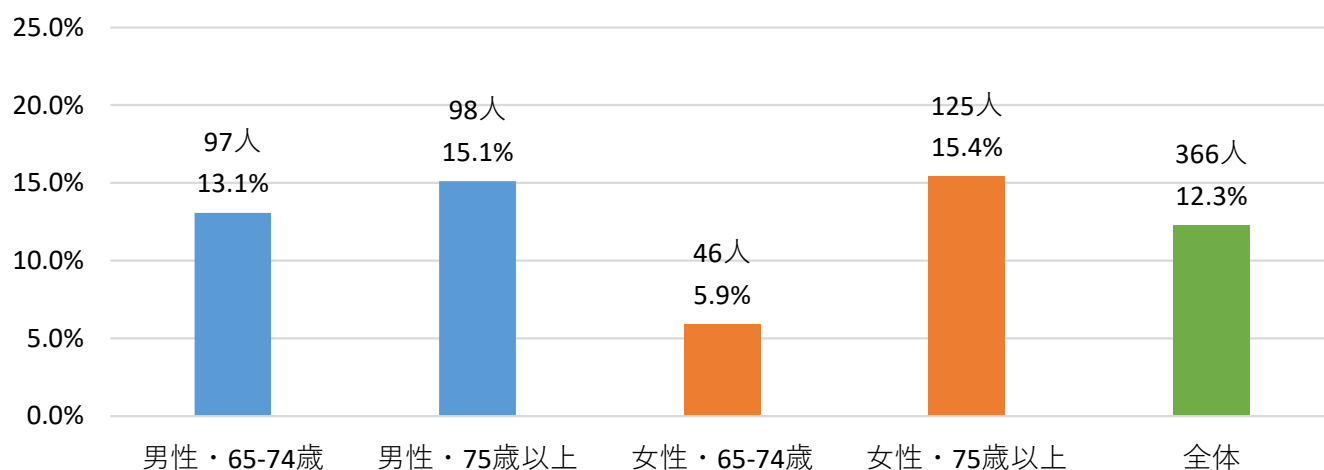
8. 社会参加等リスク（いずれかに該当する人）

- ・ 週に1回以上は外出していますか→「いいえ」
- ・ ふだんから家族や友人と付き合いがありますか→「いいえ」
- ・ 体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか→「いいえ」

付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人の割合は、65-74歳では男性のほうが高いが、75歳以上では女性のほうが高く、逆転している。（前年同様）

社会参加等リスクを抱えている人の割合が高い地区は、日光、二部、溝口、八郷地区である。（前年日光、八郷地区）

75歳以上については、地区の傾向は変わらない。



Ⅱ) データ集計

9. フレイルのハイリスク者

①判定方法について

後期高齢者の質問票に該当する項目のうち、フレイル関連12項目（下表の黄色項目）において、健康リスクにつながる回答（灰色項目）が4項目以上該当する人をハイリスク者とする。

類型名	No.	質問項目	回答	
健康状態	1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう	④あまりよくない ⑤よくない
心の健康状態	2	毎日の生活に満足していますか	①満足 ②やや満足	③やや不満 ④不満
食習慣	3	1日3食きちんと食べていますか	①はい	②いいえ
口腔機能	4	半年前に比べて固いもの（※）が食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい	②いいえ
	5	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい	②いいえ
体重変化	6	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい	②いいえ
運動・転倒	7	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい	②いいえ
	8	この1年間に転んだことがありますか	①はい	②いいえ
	9	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	①はい	②いいえ
認知機能	10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの、物忘れがあると言われますか	①はい	②いいえ
	11	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい	②いいえ
喫煙	12	あなたはたばこを吸いますか	①吸っている	②吸っていない ③やめた
社会参加	13	週に1回以上は外出していますか	①はい	②いいえ
	14	ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	①はい	②いいえ
ソーシャルサポート	15	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい	②いいえ

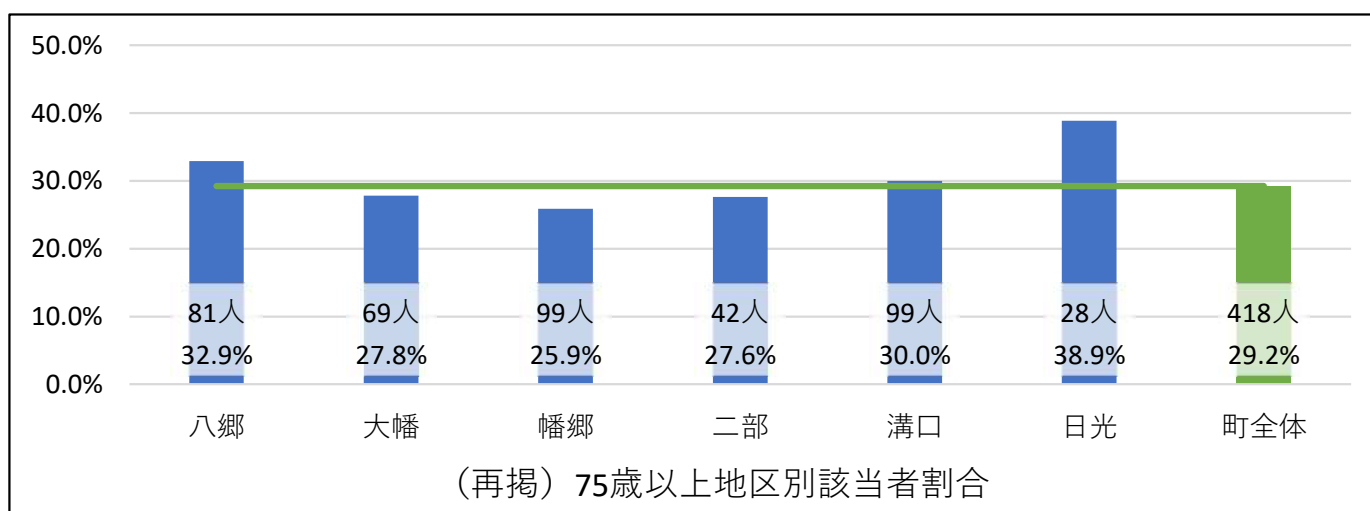
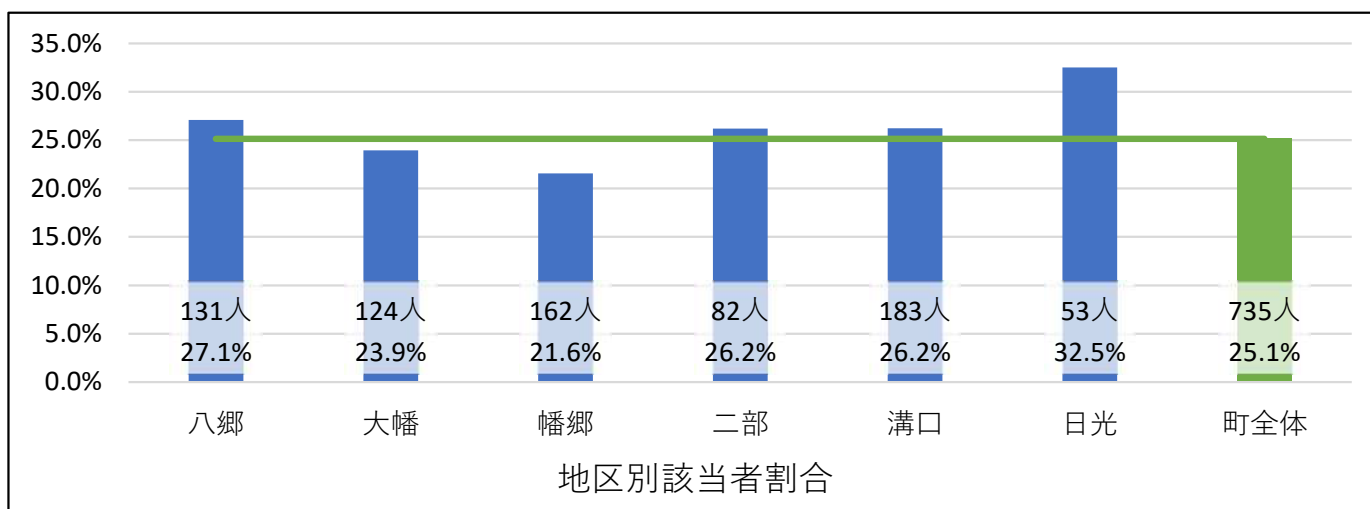
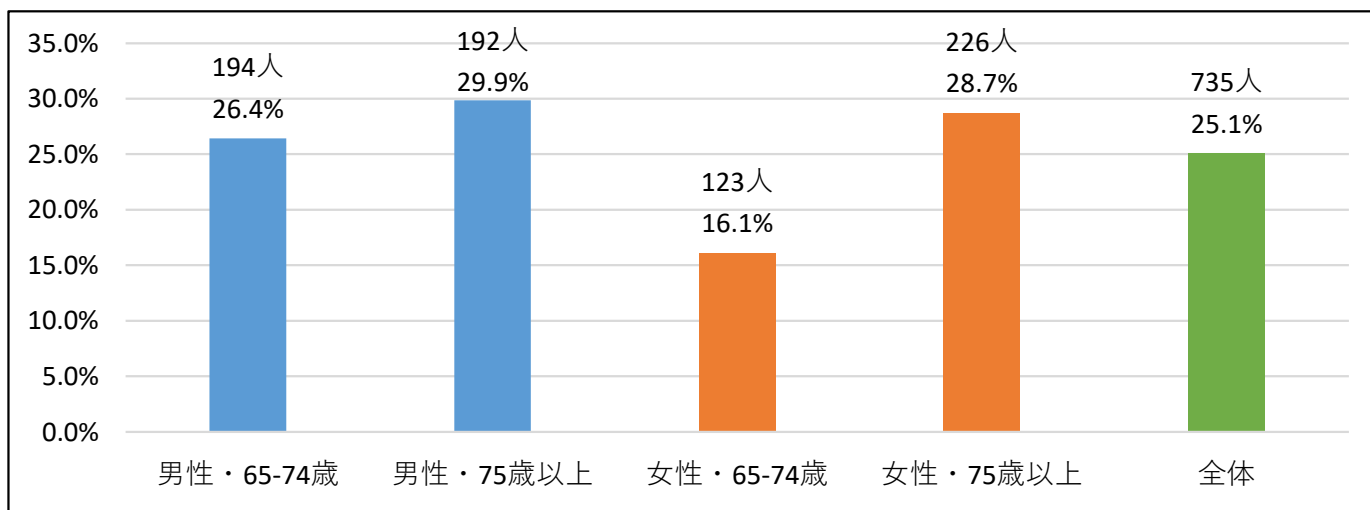
Ⅱ) データ集計

②フレイルのハイリスク者の該当者割合

フレイルのハイリスク者の割合は女性よりも男性のほうが高く、65-74歳よりも75歳以上の割合のほうが高く、特に女性は約1.7～1.8倍高くなっている。

フレイルのハイリスク者の割合が高い地区は、日光、八郷、二部、溝口地区である。（前年日光、溝口、二部地区）

75歳以上については、日光、八郷、溝口地区が町全体より高くなっている。（前年日光、溝口、大幡地区）



Ⅲ）圏域の傾向

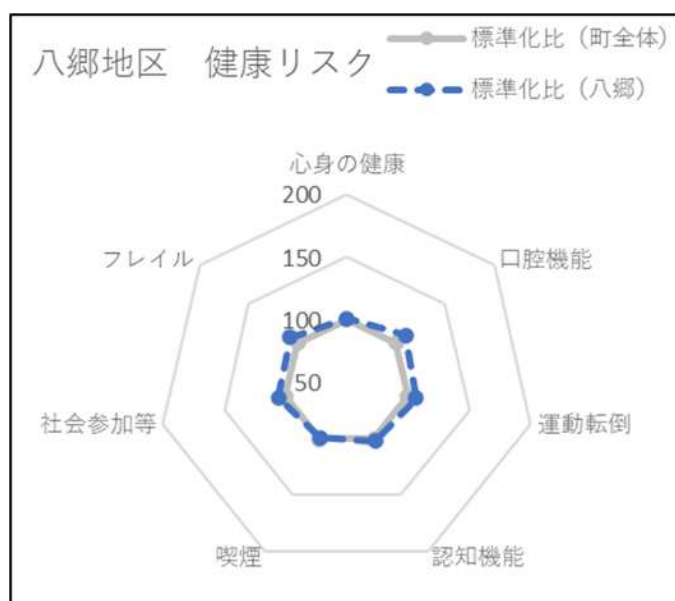
1. 圏域の傾向

各圏域のレーダーチャートから、各圏域の考察を行う。

【表およびレーダーチャートの説明】（例として、八郷地区を示す）

- ・各リスクはp.4～9の条件により集計し、健康リスクの保有者の人数および割合を集計している。
- ・標準化比とは、町全体の割合を100としたときの当該地区の状況を示しており、数値が100を超えている場合は町全体より対象者割合が高く、標準化比が高いほど、対象者割合が高いことを示す。
- ・レーダーチャートは、外側に出ているほど、対象者割合が高いことを示す。
- ・昨年度同様、レーダーチャートの軸の境界値の最大値を200とし、軸の単位を50としている。

リスク	人数	割合 (八郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	516人	—	—	—
心身の健康	84人	17%	17%	101
口腔機能	206人	42%	38%	110
運動転倒	220人	43%	40%	107
認知機能	135人	27%	27%	102
喫煙	157人	32%	32%	99
社会参加等	64人	13%	12%	106
フレイル	131人	27%	25%	108



Ⅲ) 圏域の傾向

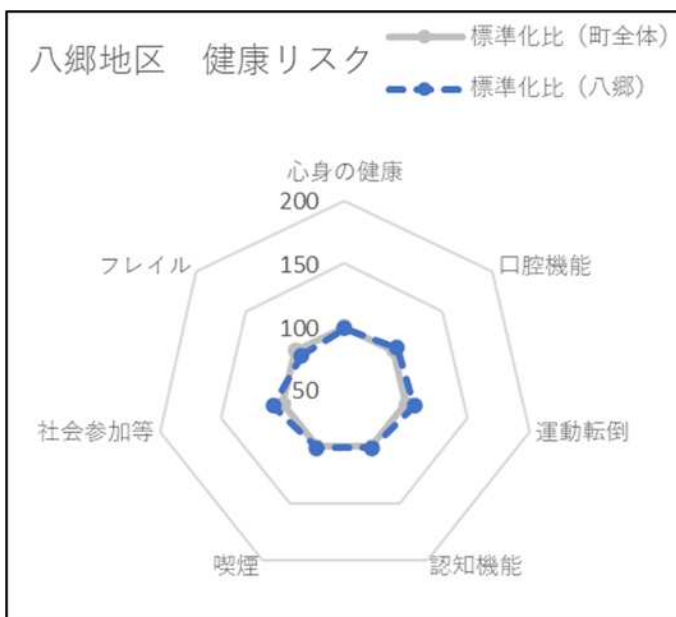
①八郷地区

【令和7年】

付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人、運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人、口腔ケアが必要と思われる人の割合が町全体より高い。

一方、フレイルのハイリスク者に該当する人や心身のいずれかに不調、不満を抱えている人の割合が町全体より低い。

リスク	人数	割合 (八郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	483人	—	—	—
心身の健康	73人	16%	16%	99
口腔機能	186人	38%	37%	103
運動転倒	203人	41%	38%	107
認知機能	129人	27%	27%	101
喫煙	151人	31%	31%	101
社会参加等	63人	13%	12%	108
フレイル	97人	21%	22%	93

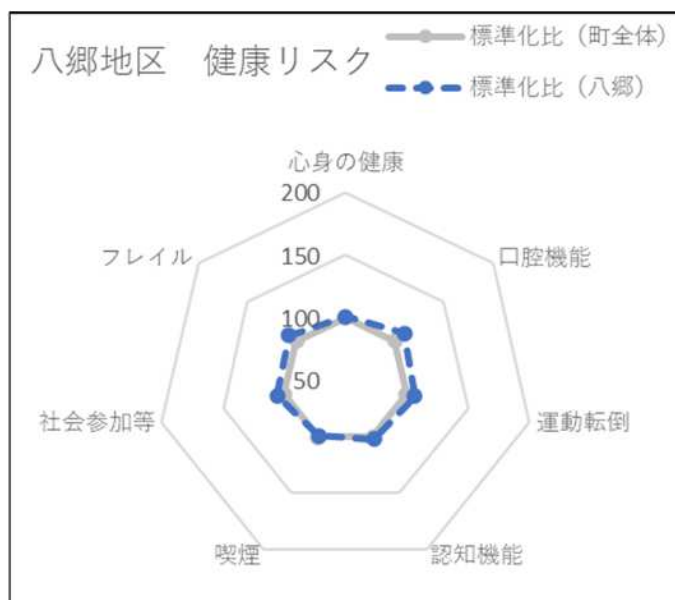


【令和8年】

口腔ケアが必要と思われる人、フレイルのハイリスク者に該当する人、運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人の割合が町全体より高い。

一方、喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人の割合が町全体よりやや低い。

リスク	人数	割合 (八郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	516人	—	—	—
心身の健康	84人	17%	17%	101
口腔機能	206人	42%	38%	110
運動転倒	220人	43%	40%	107
認知機能	135人	27%	27%	102
喫煙	157人	32%	32%	99
社会参加等	64人	13%	12%	106
フレイル	131人	27%	25%	108



Ⅲ) 圏域の傾向

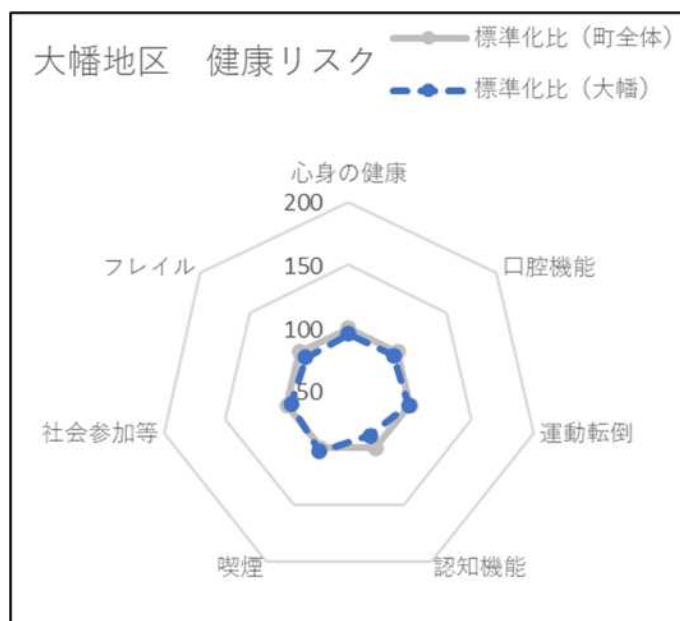
②大幡地区

【令和7年】

喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人の割合が町全体より高い。

一方、認知機能に不安がある人やフレイルのハイリスク者に該当する人、心身のいずれかに不調、不満を抱えている人の割合が町全体より低い。

リスク	人数	割合 (大幡)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	528人	—	—	—
心身の健康	77人	15%	16%	95
口腔機能	185人	35%	37%	96
運動転倒	202人	38%	38%	99
認知機能	122人	24%	27%	89
喫煙	166人	32%	31%	103
社会参加等	61人	12%	12%	96
フレイル	104人	21%	22%	93

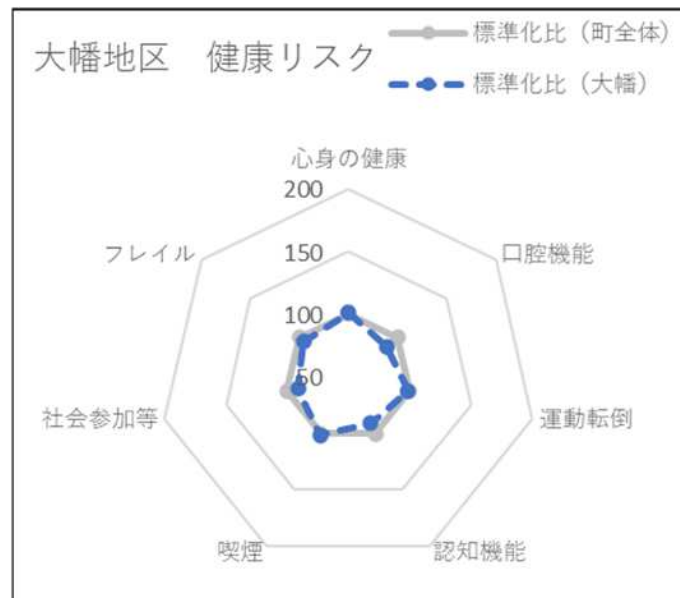


【令和8年】

喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人の割合が町全体より高い。

一方、口腔ケアが必要と思われる人や認知機能に不安がある人、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人、フレイルのハイリスク者に該当する人の割合が町全体より低い。

リスク	人数	割合 (大幡)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	554人	—	—	—
心身の健康	90人	17%	17%	101
口腔機能	178人	34%	38%	89
運動転倒	217人	40%	40%	99
認知機能	129人	24%	27%	91
喫煙	172人	32%	32%	102
社会参加等	59人	11%	12%	91
フレイル	124人	24%	25%	95



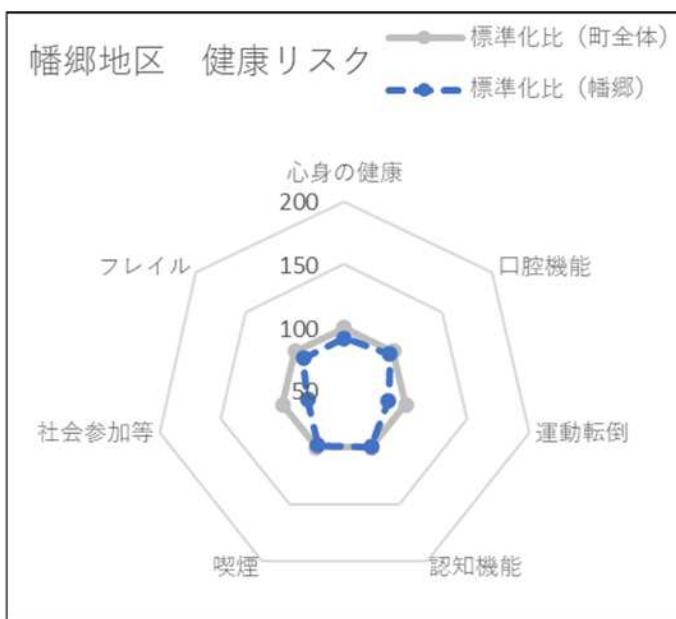
Ⅲ) 圏域の傾向

③ 幡郷地区

【令和7年】

全体的に、各種リスクが全て町全体に比べて低い。
特に、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人や運動習慣が定着していない人や転倒したことがある人の割合が低い。

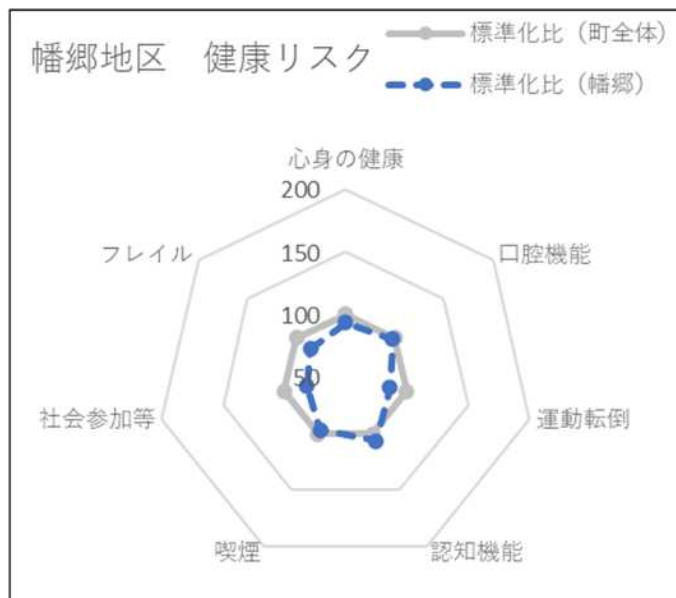
リスク	人数	割合 (幡郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	728人	—	—	—
心身の健康	102人	14%	16%	92
口腔機能	259人	36%	37%	96
運動転倒	246人	33%	38%	86
認知機能	193人	26%	27%	99
喫煙	221人	30%	31%	98
社会参加等	70人	10%	12%	80
フレイル	143人	20%	22%	91



【令和8年】

認知機能に不安がある人の割合が町全体より高い。
一方、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人や、運動習慣が定着していない人や転倒したことがある人、フレイルのハイリスク者に該当する人、心身のいずれかに不調、不満を抱えている人の割合が町全体より低い。

リスク	人数	割合 (幡郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	800人	—	—	—
心身の健康	120人	16%	17%	93
口腔機能	284人	37%	38%	99
運動転倒	277人	35%	40%	86
認知機能	216人	29%	27%	106
喫煙	235人	31%	32%	97
社会参加等	76人	10%	12%	82
フレイル	162人	22%	25%	86



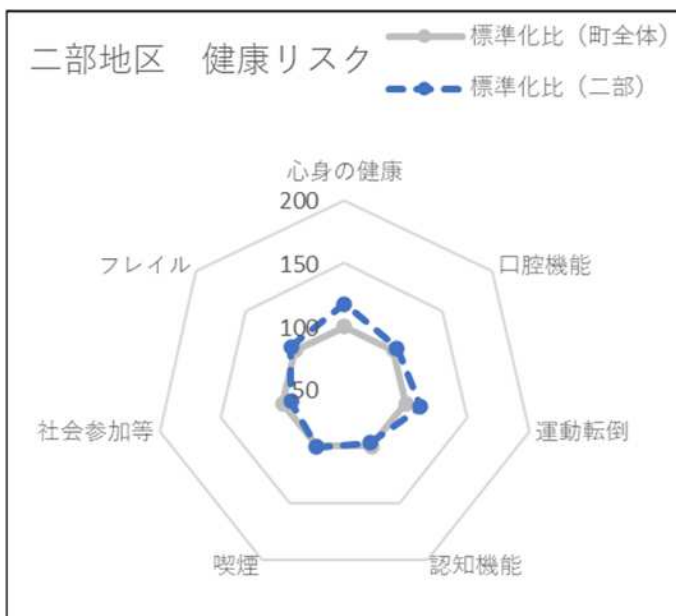
Ⅲ) 圏域の傾向

④二部地区

【令和7年】

全体的に、各種リスクが町全体より少しずつ高い。
特に、心身のいずれかに不調、不満を抱えている人や運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人の割合が高い。

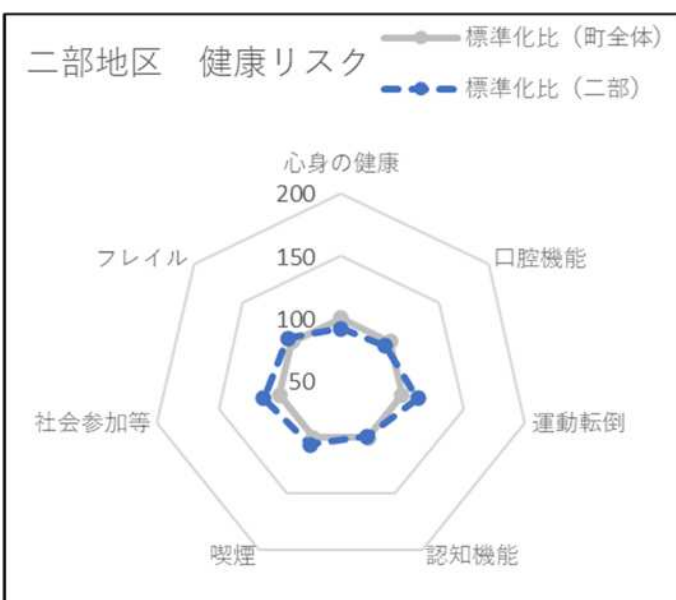
リスク	人数	割合 (二部)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	335人	—	—	—
心身の健康	59人	18%	16%	118
口腔機能	124人	38%	37%	103
運動転倒	146人	43%	38%	112
認知機能	83人	26%	27%	97
喫煙	101人	31%	31%	101
社会参加等	36人	11%	12%	93
フレイル	72人	23%	22%	104



【令和8年】

運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人、相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人、喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人、フレイルのハイリスク者に該当する人の割合が町全体より高い。
一方、心身のいずれかに不調、不満を抱えている人や口腔ケアが必要と思われる人の割合が町全体より低い。

リスク	人数	割合 (二部)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	347人	—	—	—
心身の健康	50人	16%	17%	92
口腔機能	115人	36%	38%	95
運動転倒	152人	46%	40%	113
認知機能	84人	27%	27%	99
喫煙	108人	34%	32%	106
社会参加等	44人	14%	12%	113
フレイル	82人	26%	25%	104



Ⅲ) 圏域の傾向

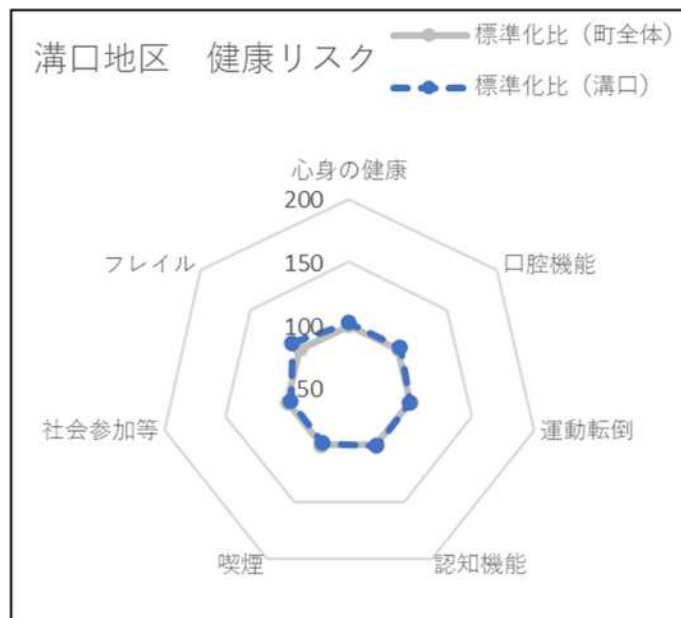
⑤ 溝口地区

【令和7年】

フレイルのハイリスク者に該当する人や心身のいずれかに不調、不満を抱えている人、口腔ケアが必要と思われる人の割合が町全体より高い。

一方、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人や喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人の割合が町全体より低い。

リスク	人数	割合 (溝口)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	724人	—	—	—
心身の健康	113人	16%	16%	102
口腔機能	272人	38%	37%	102
運動転倒	279人	38%	38%	100
認知機能	192人	27%	27%	101
喫煙	218人	30%	31%	98
社会参加等	85人	12%	12%	97
フレイル	165人	24%	22%	108

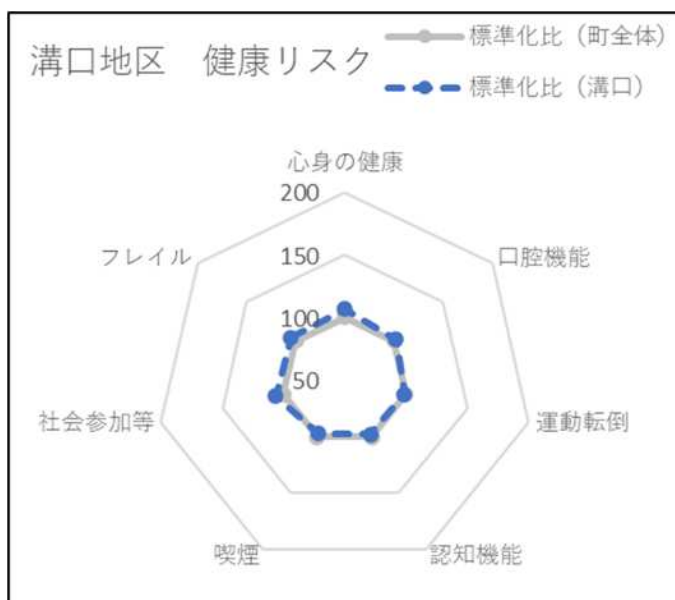


【令和8年】

心身のいずれかに不調、不満を抱えている人や、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人、フレイルのハイリスク者に該当する人、口腔ケアが必要と思われる人の割合が町全体より高い。

一方、喫煙リスク（喫煙を行っているまたは喫煙をやめたと回答）を抱えている人や認知機能に不安がある人の割合が町全体よりやや低い。

リスク	人数	割合 (溝口)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	750人	—	—	—
心身の健康	132人	18%	17%	107
口腔機能	279人	39%	38%	102
運動転倒	295人	40%	40%	99
認知機能	190人	26%	27%	98
喫煙	225人	31%	32%	97
社会参加等	94人	13%	12%	107
フレイル	183人	26%	25%	104



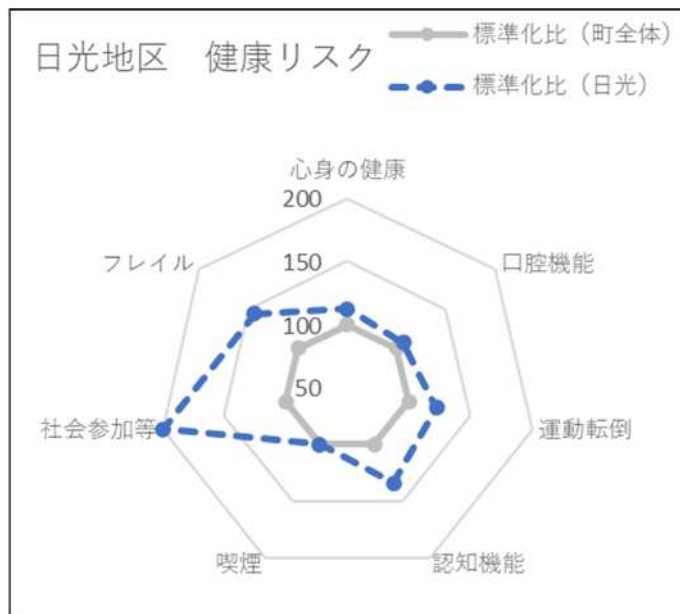
Ⅲ) 圏域の傾向

⑥日光地区

【令和7年】

付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人の割合が、町全体の2倍となっている。その他にも、フレイルのハイリスク者に該当する人や認知機能に不安がある人、運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人の割合が特に町全体より高い。

リスク	人数	割合 (日光)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	171人	—	—	—
心身の健康	29人	18%	16%	112
口腔機能	67人	39%	37%	107
運動転倒	72人	47%	38%	122
認知機能	61人	36%	27%	134
喫煙	53人	31%	31%	100
社会参加等	41人	24%	12%	200
フレイル	45人	32%	22%	144

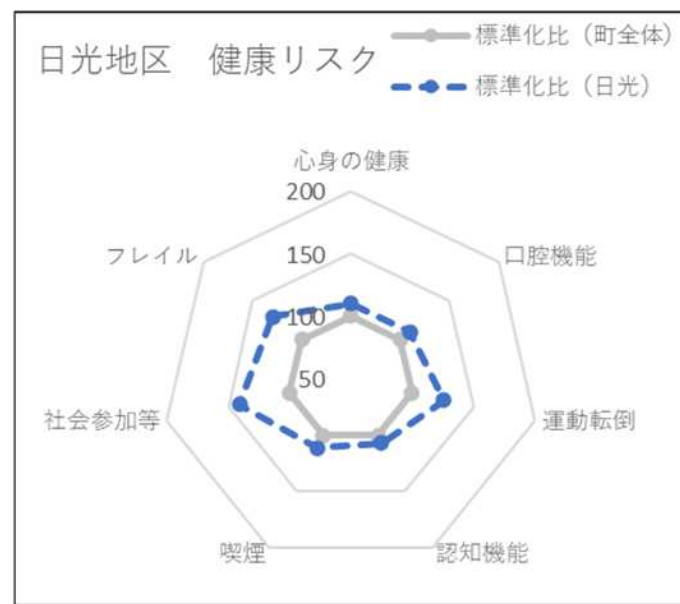


【令和8年】

全体的に、各種リスクが町全体より高い。

特に、付き合いのある人や相談できる人がいない等と回答した社会参加等リスクを抱えている人やフレイルのハイリスク者に該当する人、運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人の割合が非常に高い。

リスク	人数	割合 (日光)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	177人	—	—	—
心身の健康	31人	19%	17%	110
口腔機能	70人	42%	38%	110
運動転倒	88人	51%	40%	126
認知機能	48人	29%	27%	107
喫煙	60人	36%	32%	111
社会参加等	29人	17%	12%	141
フレイル	53人	33%	25%	129



Ⅳ) 地区別マップ

