

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 7 年 7 月

伯耆町健康対策課



# I はじめに

## 1 目的

伯耆町が令和7年3月に実施した生活機能に関する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7年3月末時点）3,445人

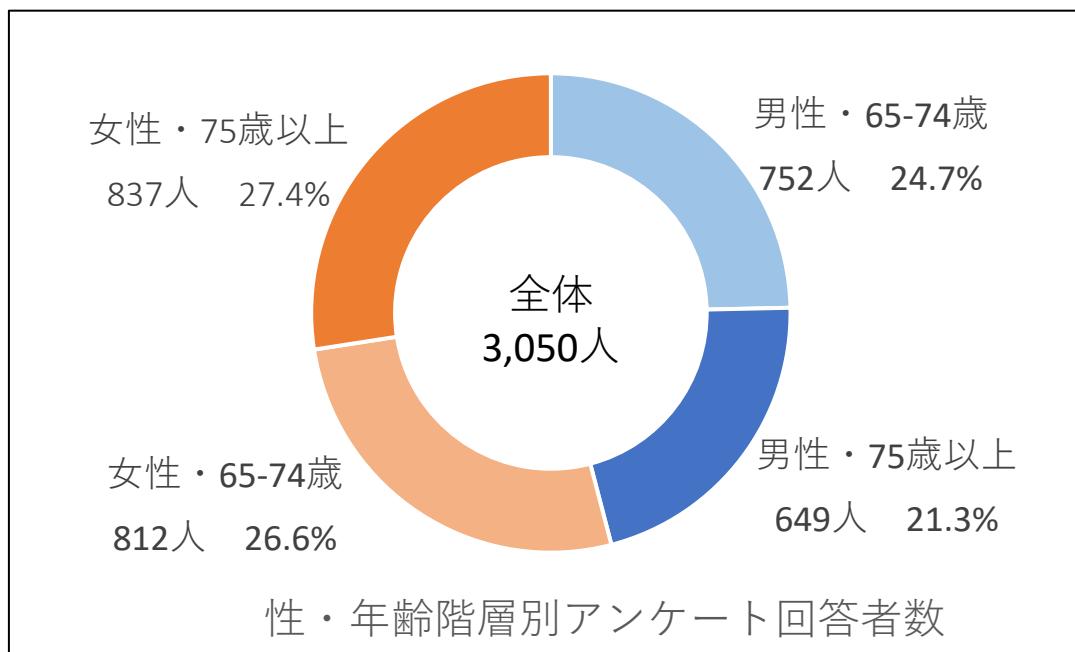
ただし、要支援・要介護認定者、住所地特例者などを除いている。

### 【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



※1問目に有効な回答がなかった人も含め、回答を行った人を集計した。

## 4 その他

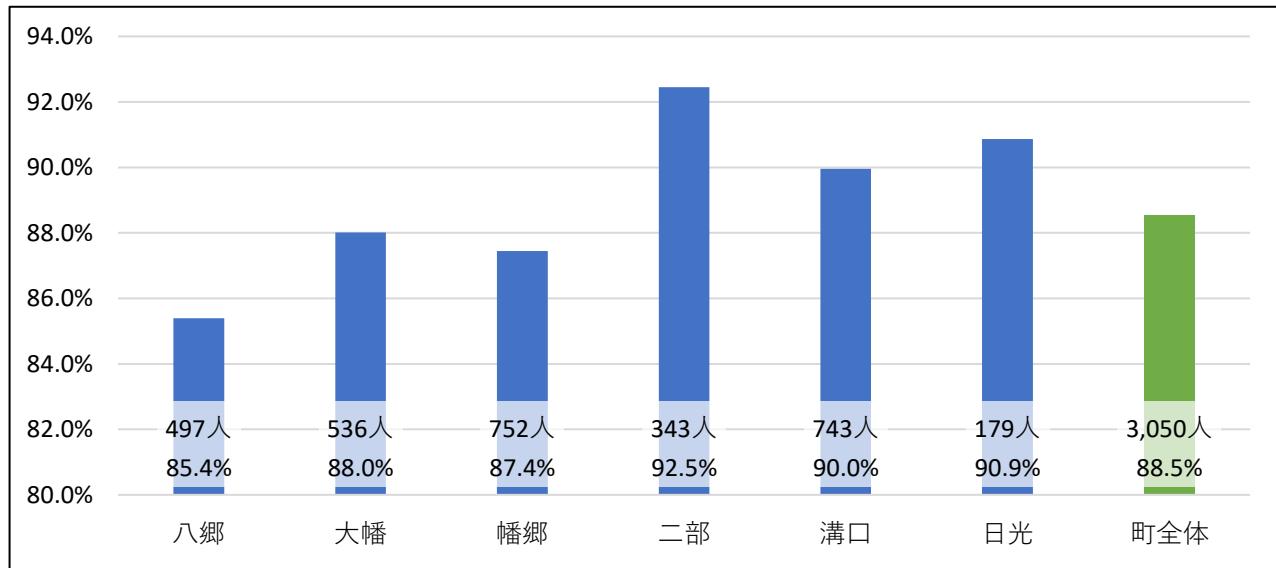
### 【未回答の取り扱い】

原則、各集計項目において、未回答項目がある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

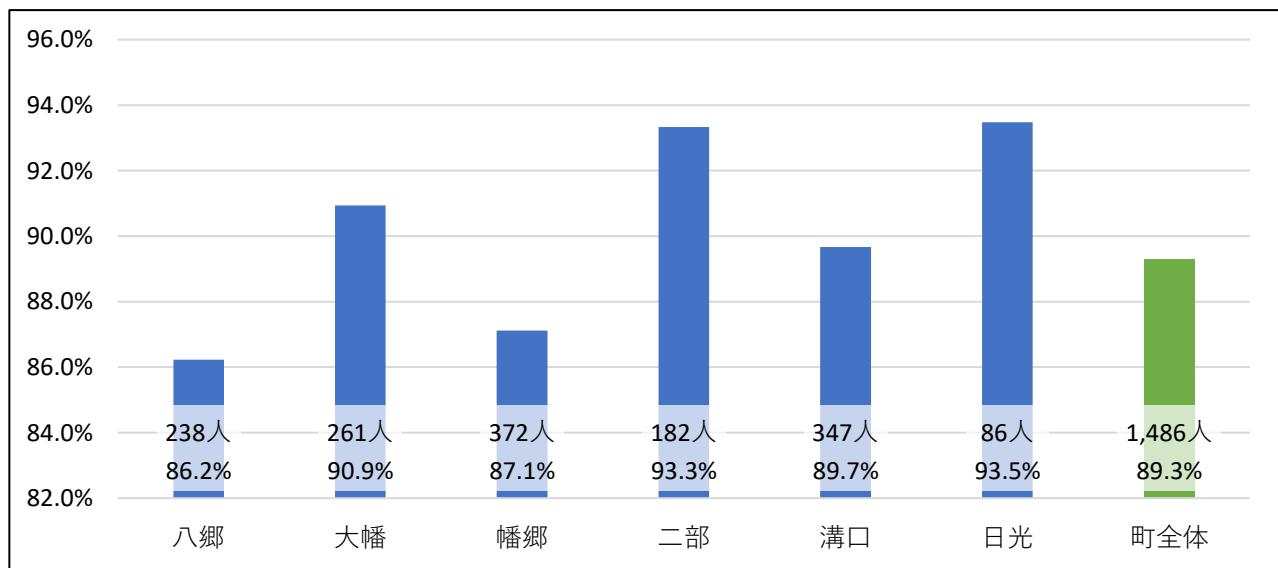
町全体で3,050人がアンケートに協力し、回収率は9割弱を占め、多くの方にご協力いただいた。回収率が最も低い八郷においても約85.4%である。



### 2. 地区別アンケート回答状況（75歳以上）

75歳以上の回答回収率も9割弱となっており、全体の回収率（81.5%）よりも高くなっている。

また、各地区の回収率は、八郷地区を除いて前回よりも上昇しており、特に大幡地区で約27%上昇した。



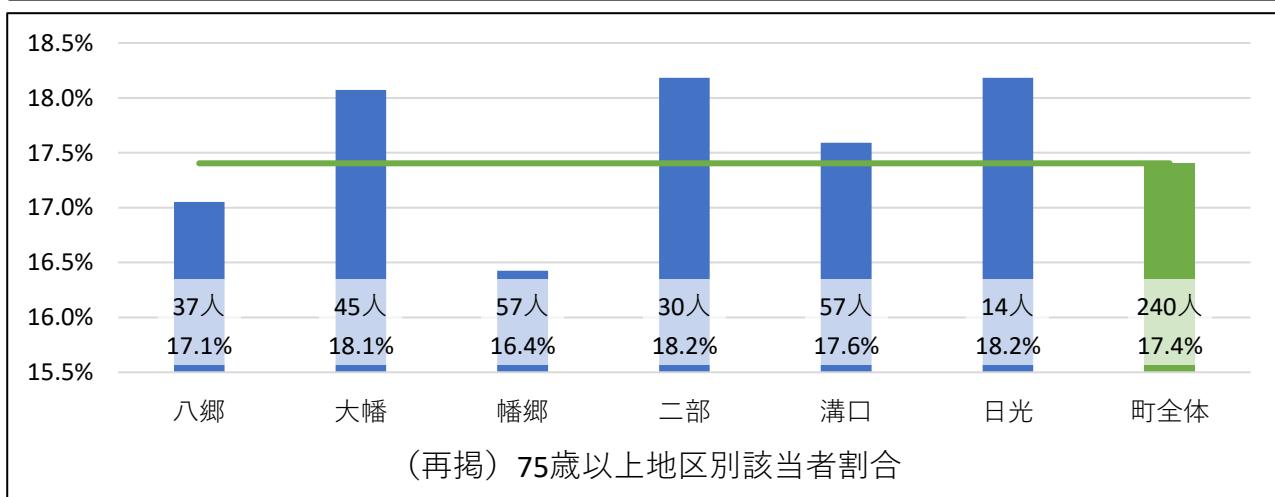
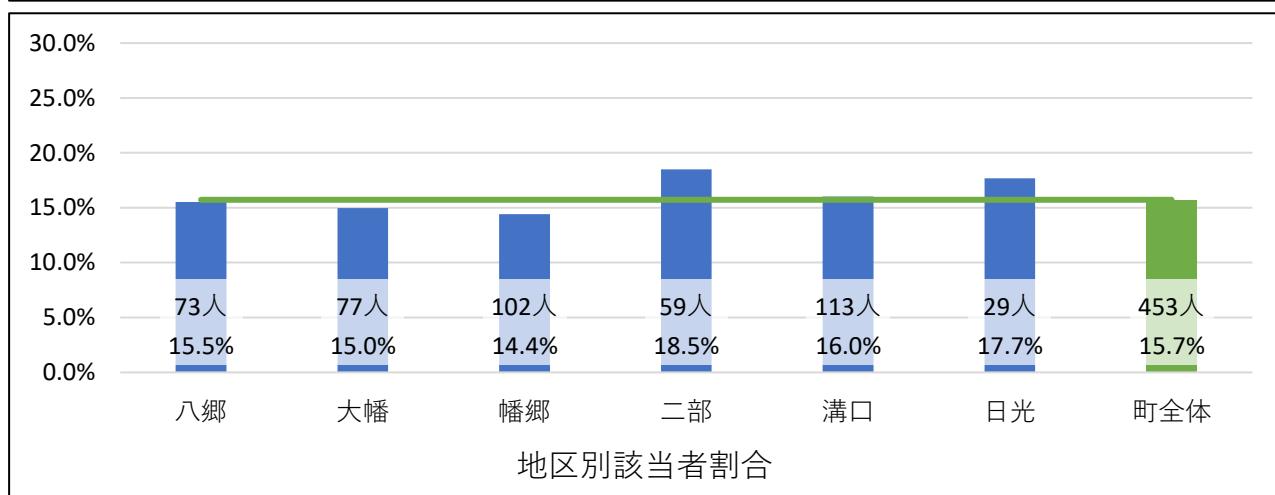
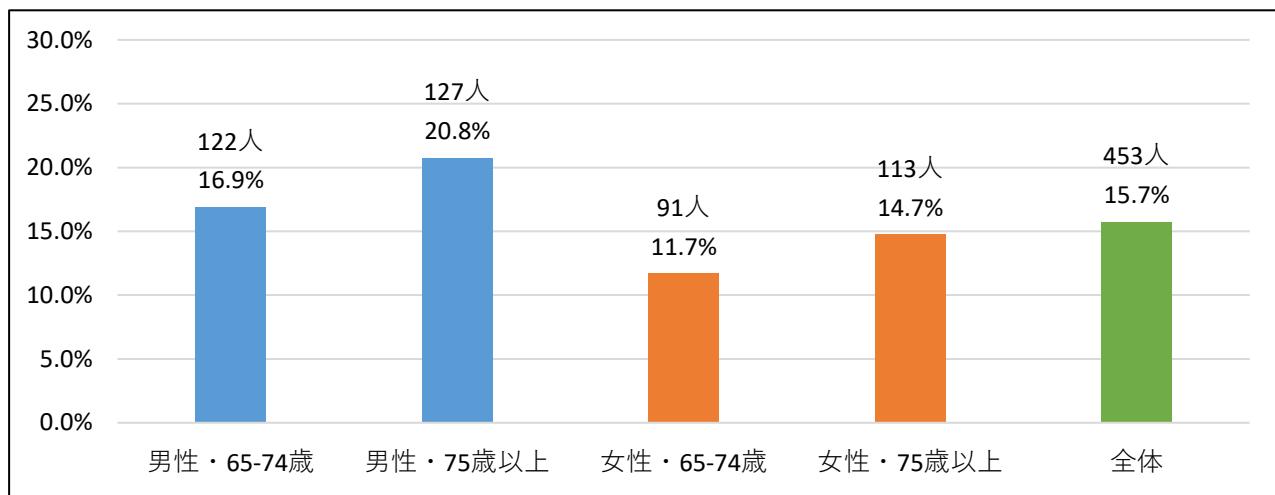
## II) データ集計

### 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歳以上の方が高い。（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、二部、日光地区である。（前年同様） 75歳以上に限定した場合、町全体より、大幡地区は0.7ポイント、日光地区は0.8ポイント、二部地区は0.8ポイント高くなっている。（前年4.2ポイント、3.8ポイント、0.9ポイント高）



## II) データ集計

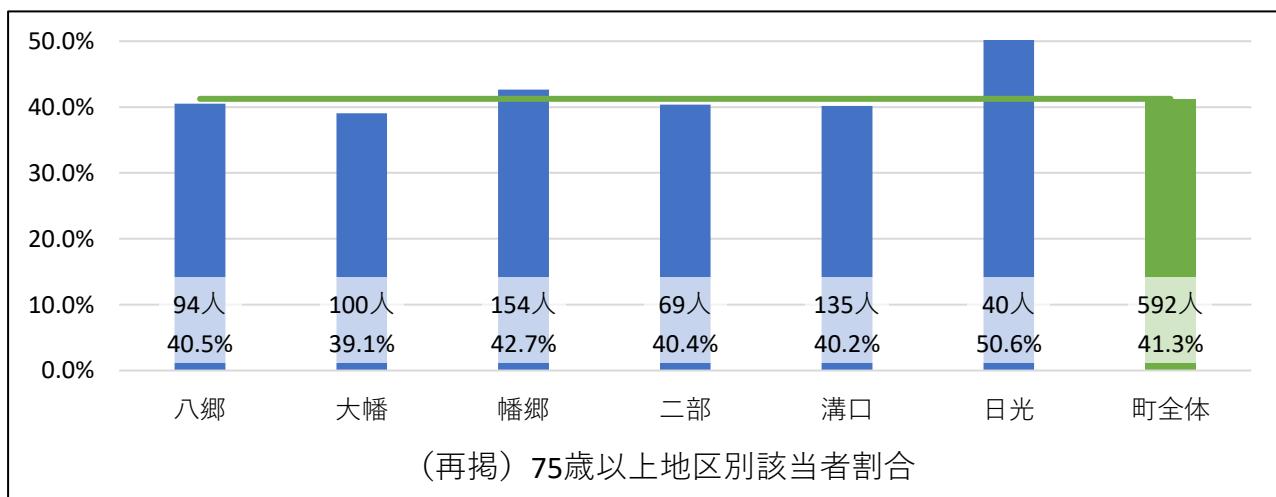
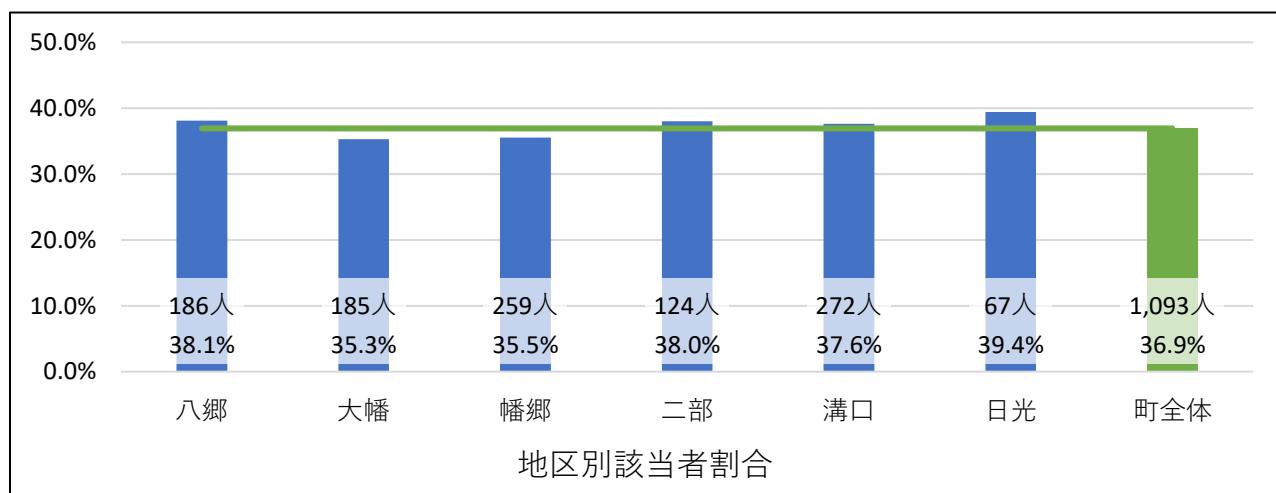
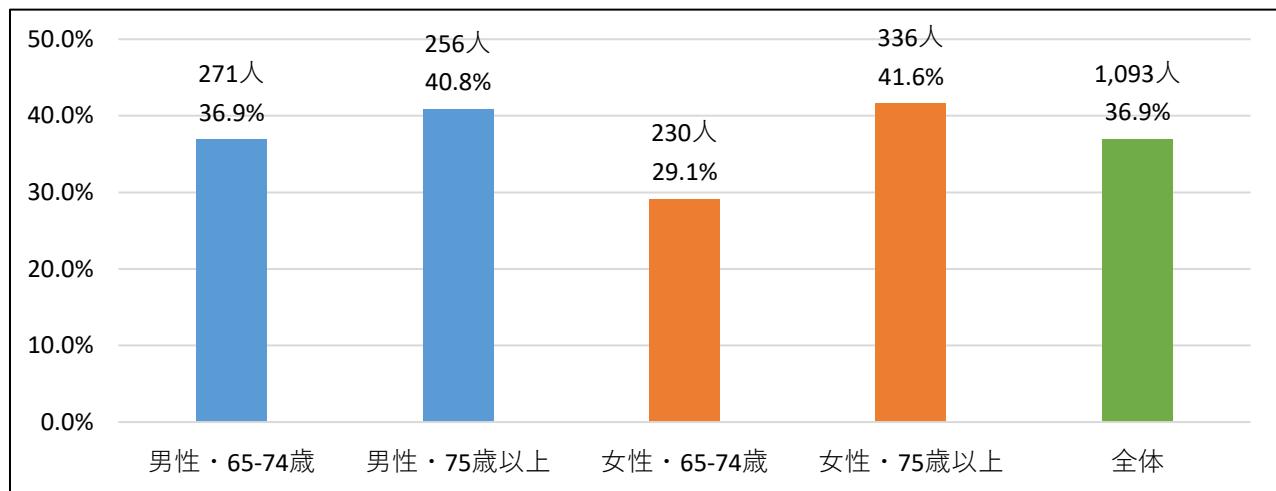
### 4. ②口腔機能リスク（いずれかに該当する人）

- 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、日光、八郷、二部地区である。（前年日光、溝口、八郷地区）

75歳以上については、地区の傾向は変わらない。



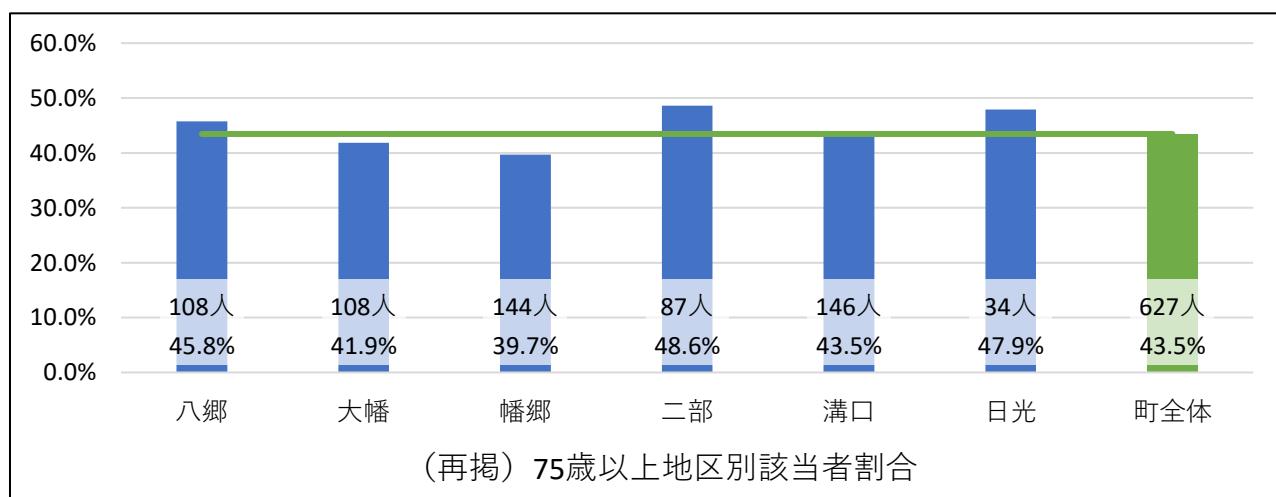
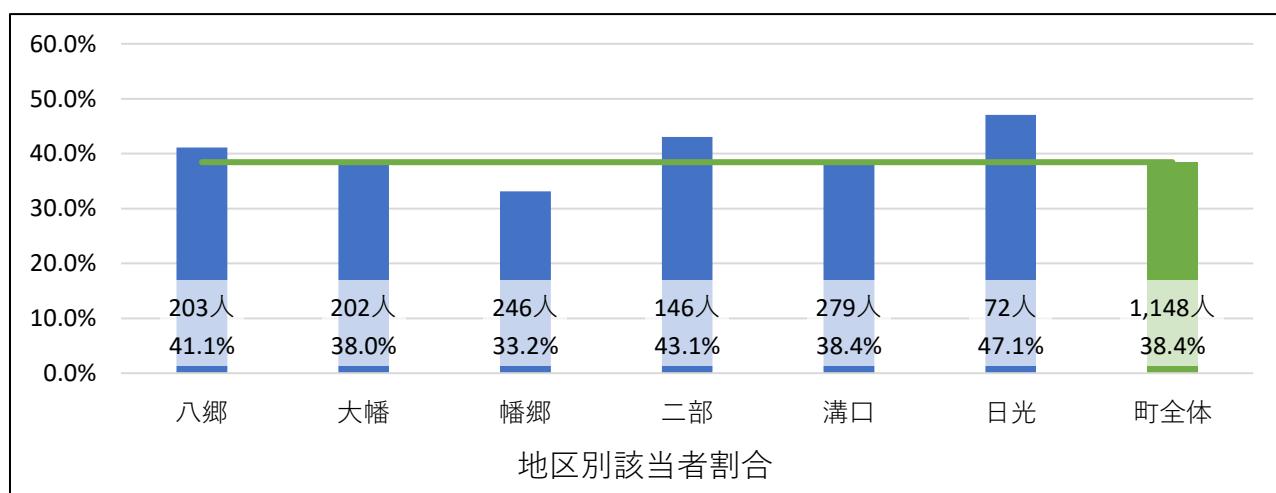
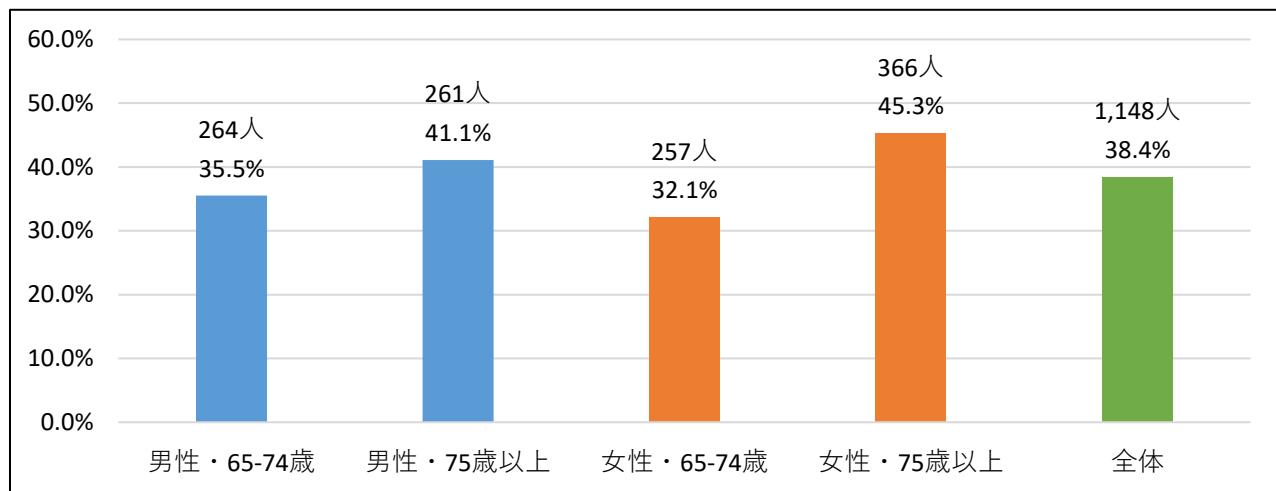
## II) データ集計

### 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。



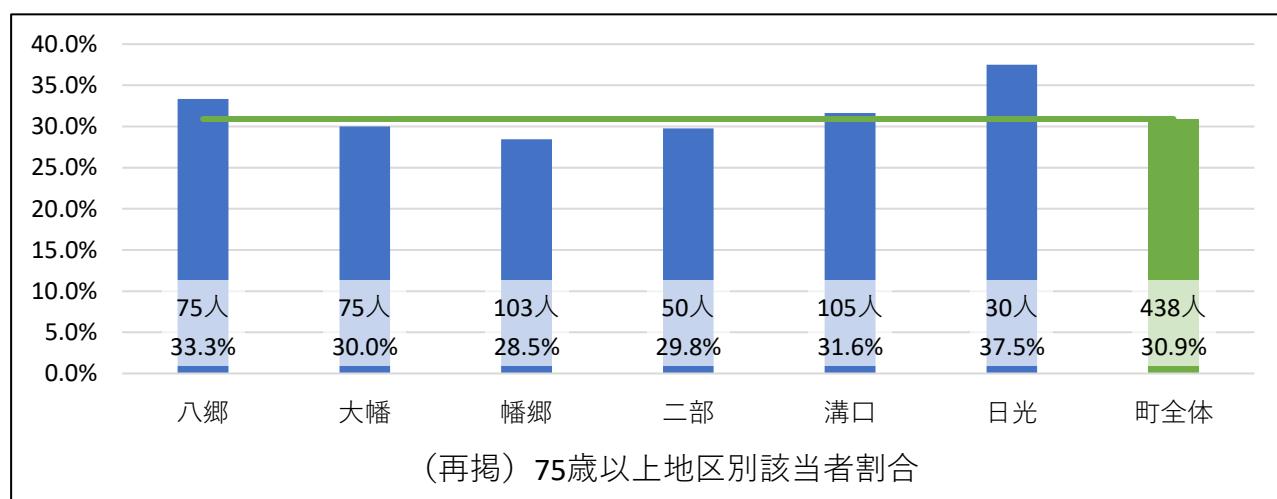
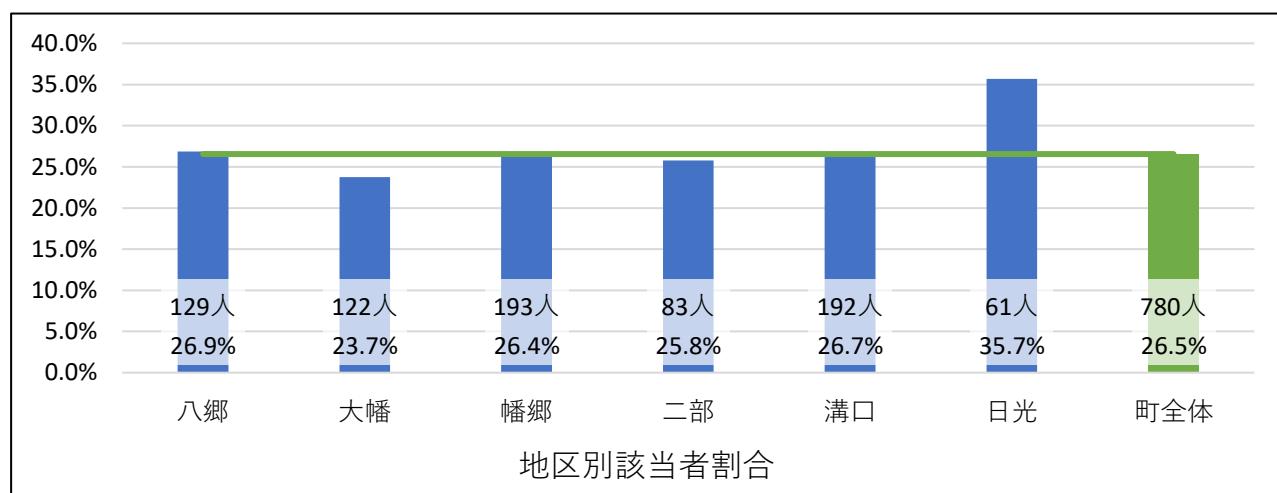
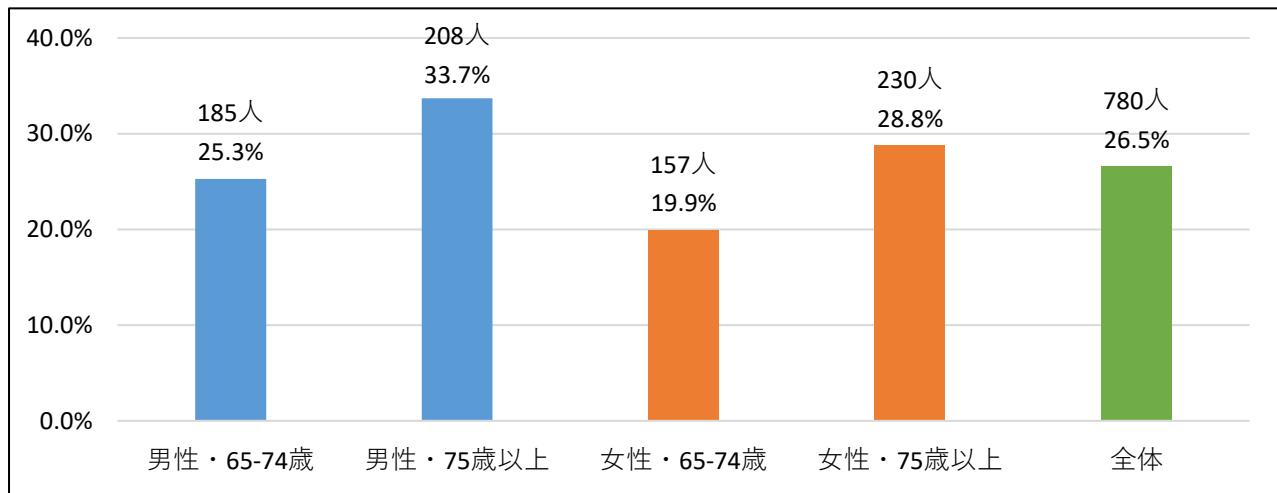
## II) データ集計

### 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ていますか→「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1.3~1.4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、八郷、溝口地区だが、75歳以上についても地区の傾向は変わらない。



## II) データ集計

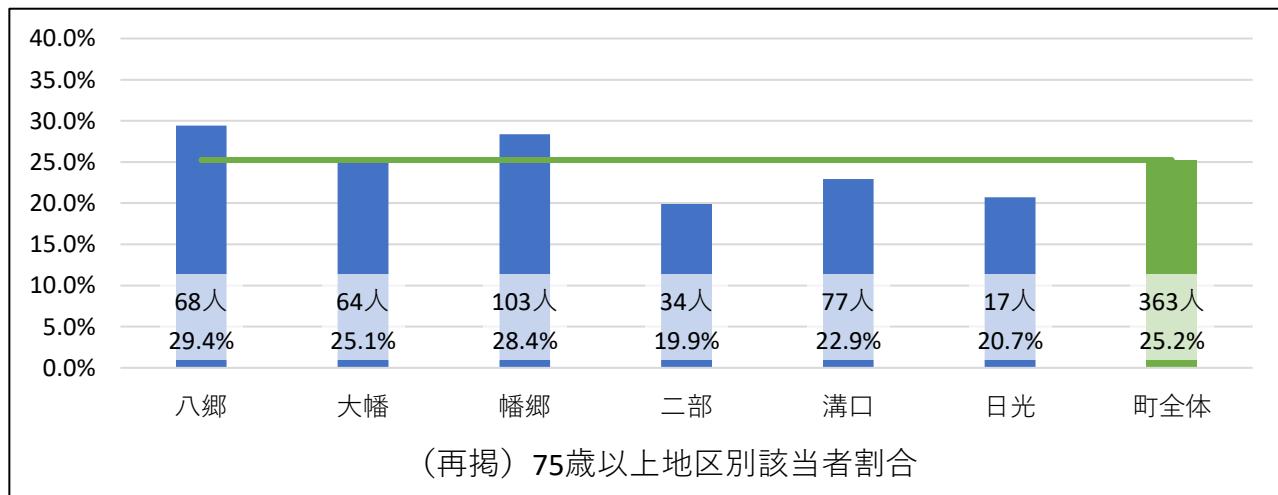
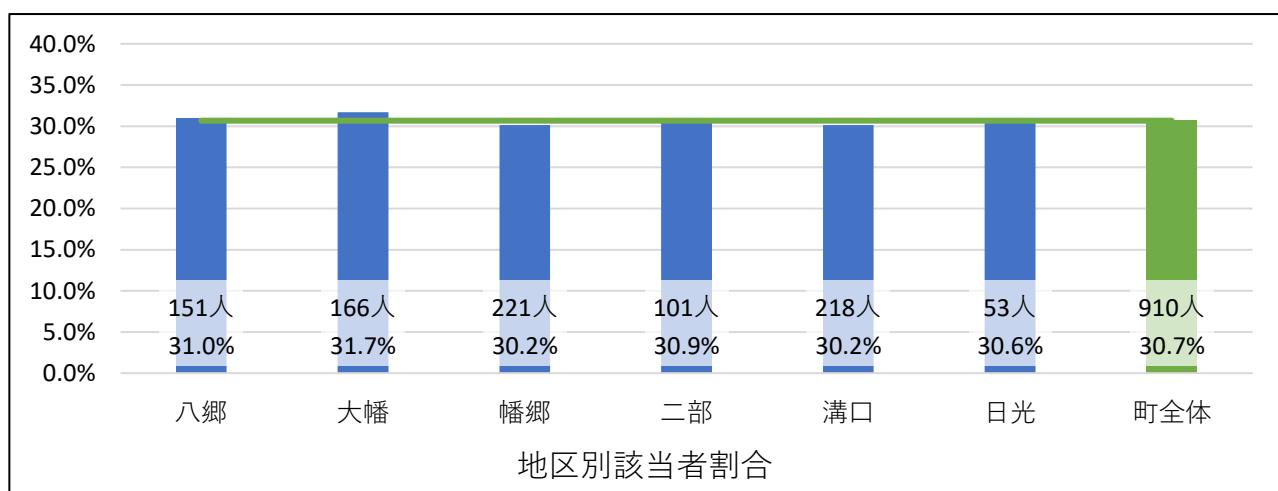
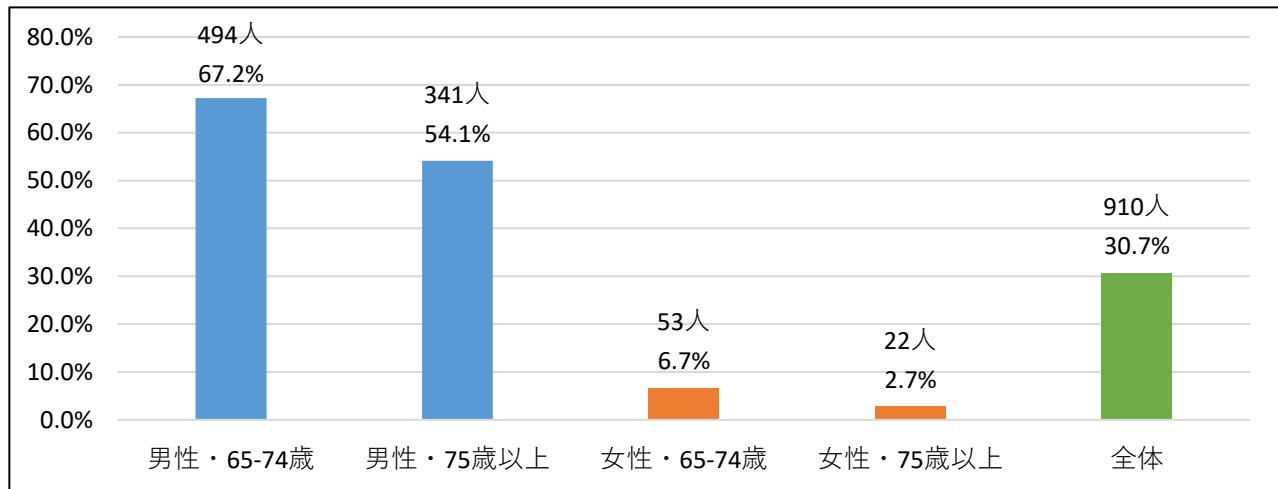
### 7. 喫煙リスク

- 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、大幡、八郷、二部地区である。（前年、幡郷、日光、大幡地区）

また、75歳以上については、八郷、幡郷が町全体よりも高い。（前年同様）



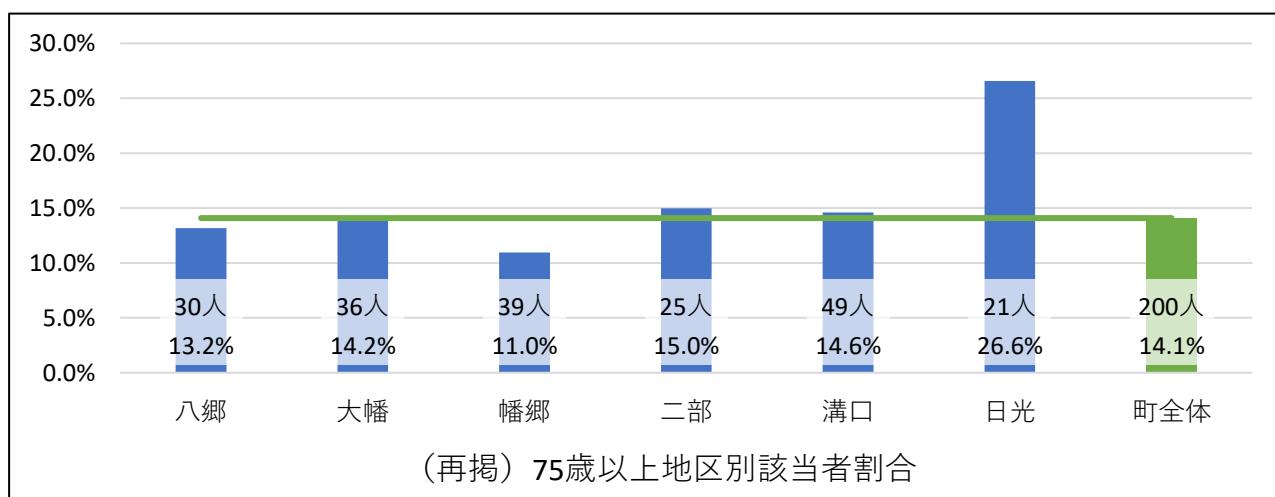
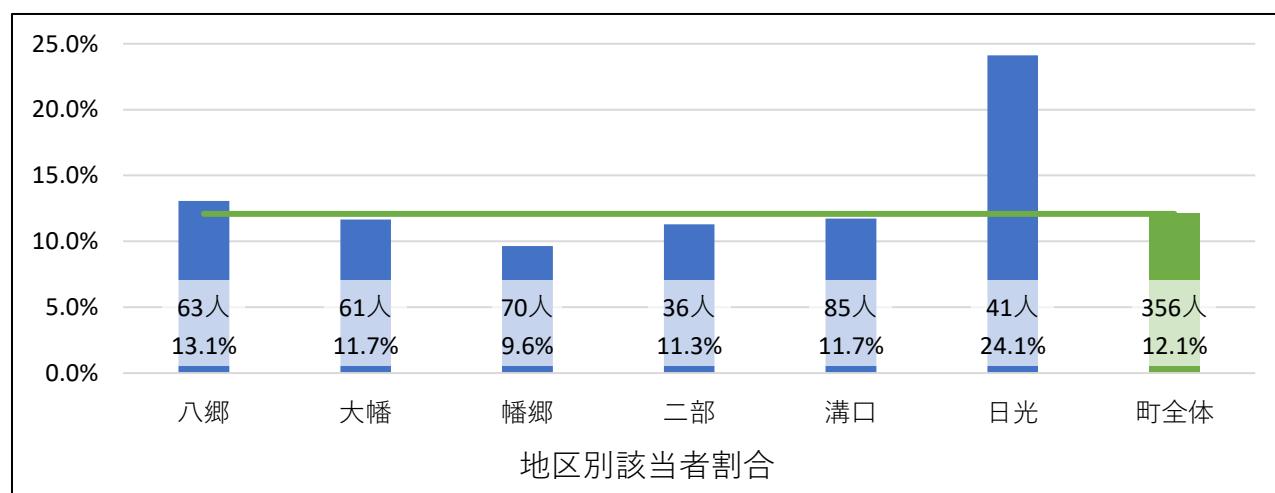
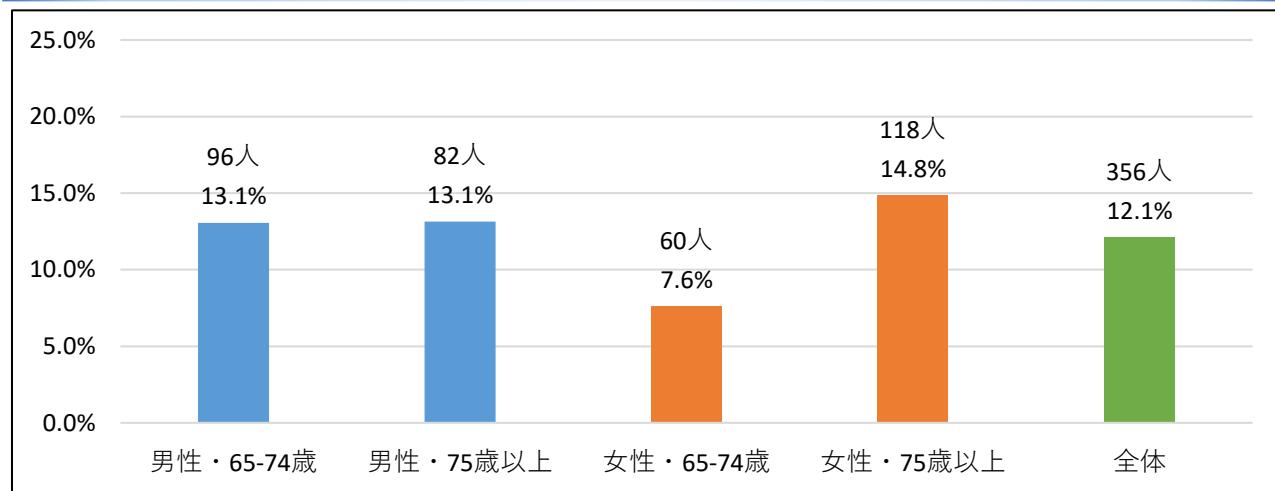
## II) データ集計

### 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、八郷地区だが、75歳以上については特に二部、溝口、大幡地区が町全体より高くなっている。



## 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考える。

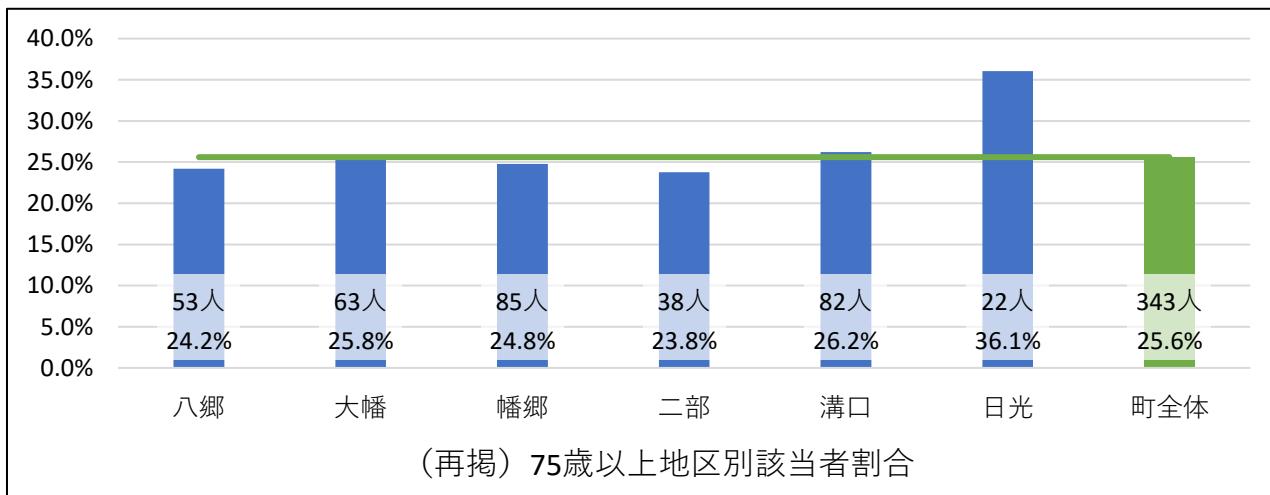
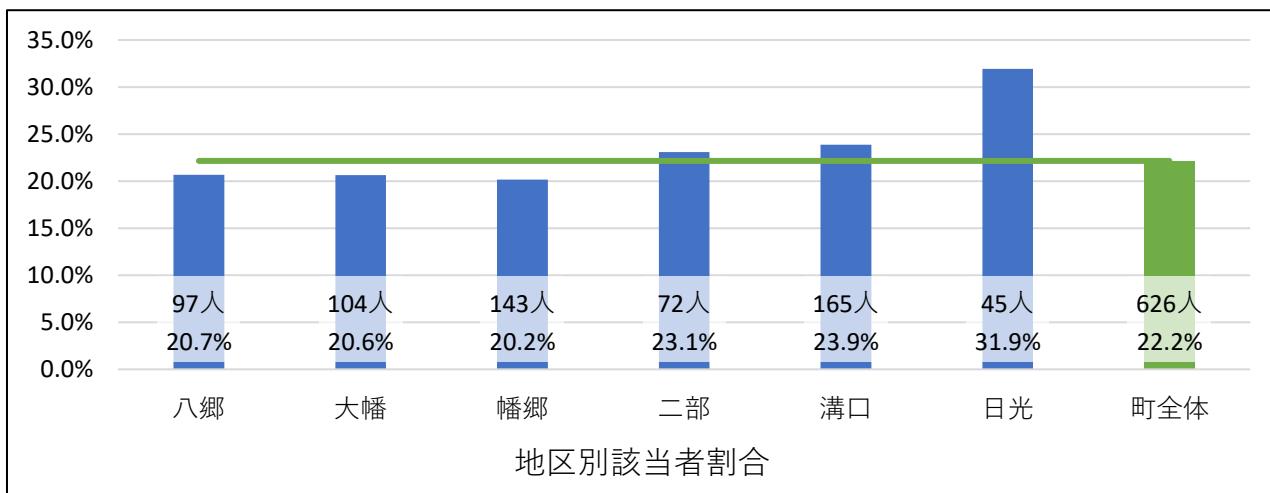
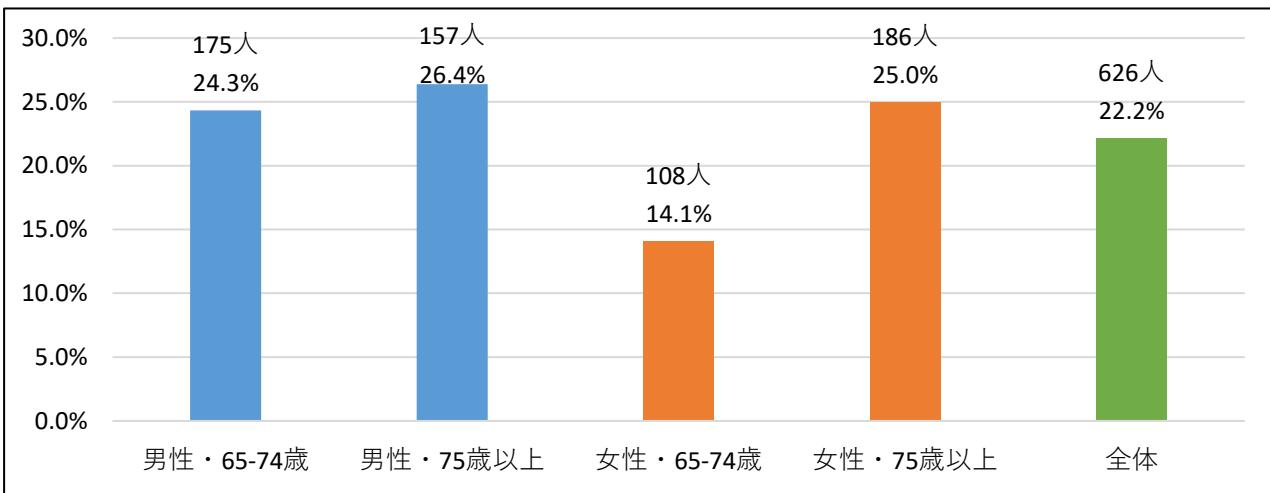
類型名	No.	質問項目	回答	
健康状態	1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう	④あまり よくない ⑤よくない
心の健康状態	2	毎日の生活に満足していますか	①満足 ②やや満足	③やや不満 ④不満
食習慣	3	1日3食きちんと食べていますか	①はい	②いいえ
口腔機能	4	半年前に比べて固いもの（※）が食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい	②いいえ
	5	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい	②いいえ
体重変化	6	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい	②いいえ
運動・転倒	7	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いませんか	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ていますか	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、溝口、二部地区であり、75歳以上については、日光、溝口、大幅が高くなっている。



### III) 圏域の傾向

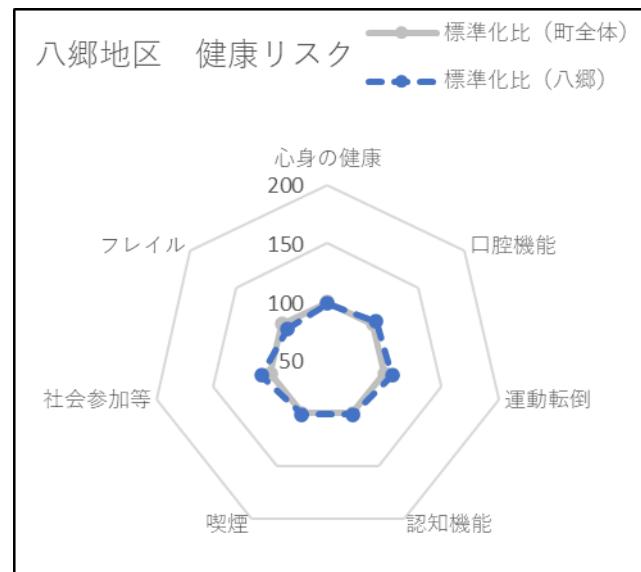
#### 1. 圏域の傾向

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、八幡地区を示す）

- 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的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。
- レーダーチャートの軸の境界値の最大値を、令和6年度は150だったが、令和7年度は200とし、軸の単位を25から50に変更している。

リスク	人数	割合 (八郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	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



### Ⅲ) 圈域の傾向

#### ①八郷地区

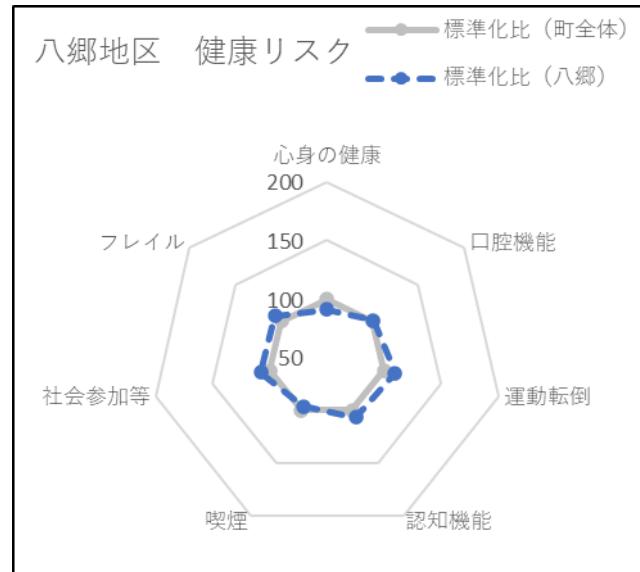
#### 【令和6年】

運動習慣が定着していない人や転倒したことのある人の割合が高く、社会参加等やフレイルリスクに該当する人の割合も高い。

運動教室などで実施する内容を初めてでも参加しやすいものにしたり、レクリエーションを中心に地区の人と親しくなるようなものにするよう検討することができる。

運動習慣が定着したり、地域とのつながりが強くなることは、フレイルリスクの減少や認知機能の低下の改善にも効果があると思われる。

リスク	人数	割合 (八郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	503人	—	—	—
心身の健康	70人	16%	17%	91
口腔機能	162人	35%	35%	101
運動転倒	206人	41%	37%	110
認知機能	119人	26%	24%	107
喫煙	130人	28%	29%	96
社会参加等	61人	13%	12%	108
フレイル	101人	23%	21%	107

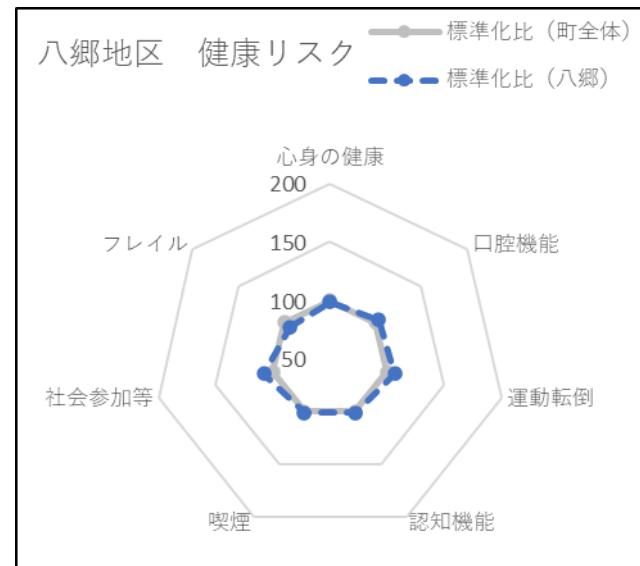


#### 【令和7年】

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、口腔ケアが必要と思われる人の割合が高い。

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



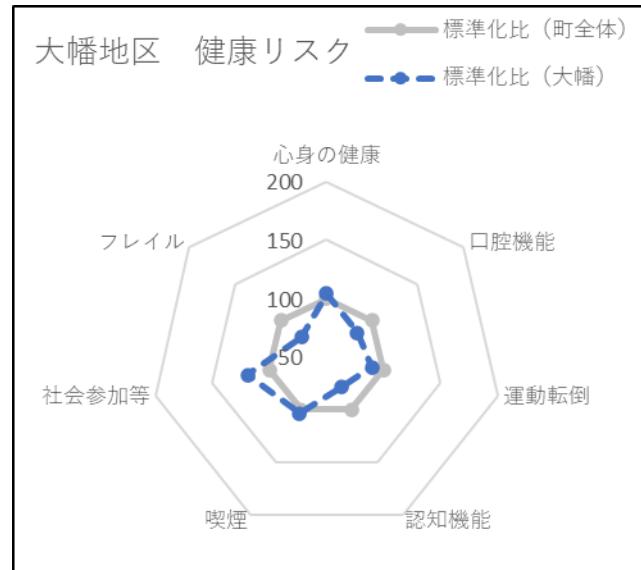
### Ⅲ) 圏域の傾向

#### ②大幡地区

【令和6年】

フレイルリスクの該当者や認知機能に不安を感じている人の割合が非常に低い。  
相談できる人や付き合いのある人が、身近にいない人が多いため、通いの場など地区の活動に初めてでも参加しやすい工夫を行うことができる。身近な相談相手ができることで、身体の不調や不安なことなどの解消につなげることができる。

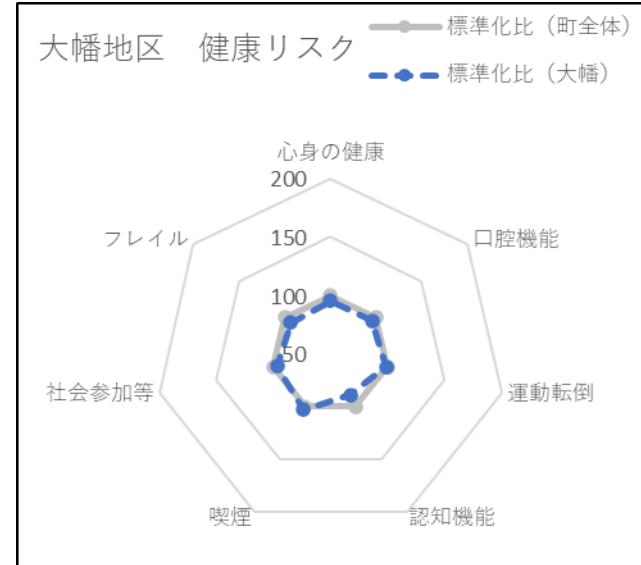
リスク	人数	割合 (大幡)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	409人	—	—	—
心身の健康	65人	18%	17%	104
口腔機能	107人	29%	35%	83
運動転倒	135人	33%	37%	90
認知機能	69人	19%	24%	79
喫煙	111人	30%	29%	103
社会参加等	53人	15%	12%	119
フレイル	57人	17%	21%	77



【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



### III) 圈域の傾向

#### ③幡郷地区

【令和6年】

運動習慣が定着している人や、社会とのつながりがある人、フレイルリスクに該当しない人の割合が高い。

一方で、認知機能に不安を抱えている人の割合が高い。

そのため、身近な人と一緒に認知症予防教室に参加することができるよう、事業内容を検討することができる。

リスク	人数	割合 (幡郷)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	689人	—	—	—
心身の健康	101人	17%	17%	100
口腔機能	216人	35%	35%	101
運動転倒	226人	32%	37%	87
認知機能	159人	26%	24%	107
喫煙	188人	31%	29%	106
社会参加等	62人	10%	12%	83
フレイル	114人	19%	21%	90

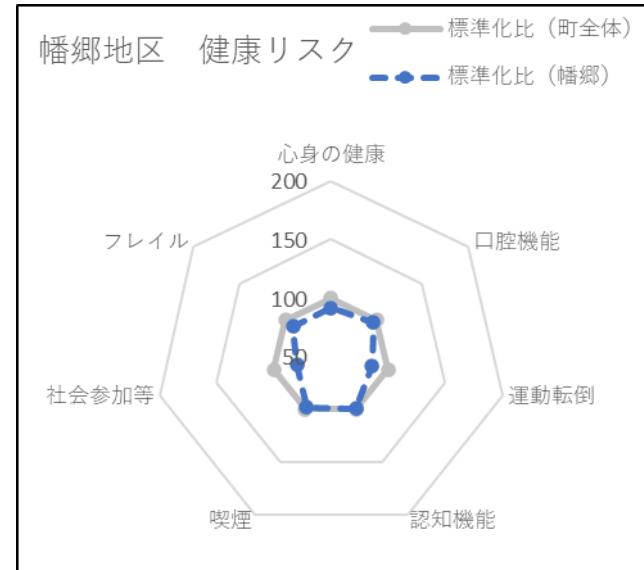


【令和7年】

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の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



### III) 圈域の傾向

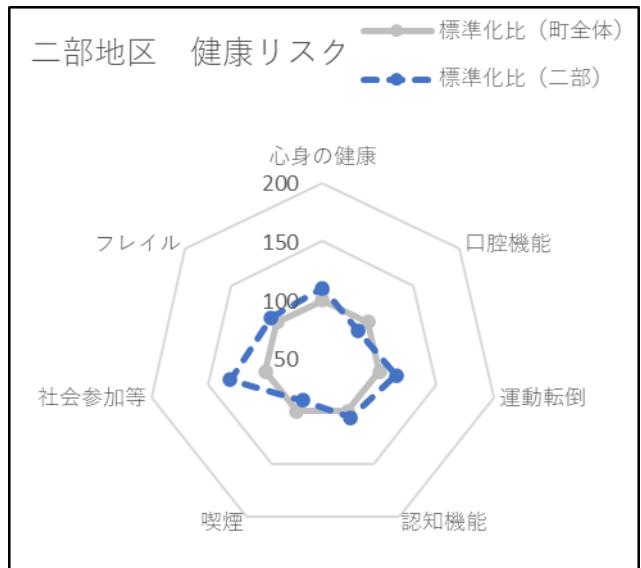
#### ④二部地区

#### 【令和6年】

社会とのつながりがある人が多く、認知機能に不安を抱えている人が少ない一方で、口腔ケアが必要な人が多い。

そのため、食事の際にかみにくい、むせることがある人を重点的に、歯科受診につなげることができる。また、治療後や自分の口腔状態は良いと感じている人でも、定期的に歯科受診を行い、口腔ケアを行うことの重要性、特にフレイル対策や認知機能の低下にもつながることを啓発することができる。

リスク	人数	割合 (二部)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	333人	—	—	—
心身の健康	56人	19%	17%	110
口腔機能	95人	31%	35%	89
運動転倒	142人	43%	37%	115
認知機能	79人	26%	24%	106
喫煙	81人	26%	29%	90
社会参加等	49人	16%	12%	131
フレイル	66人	23%	21%	106

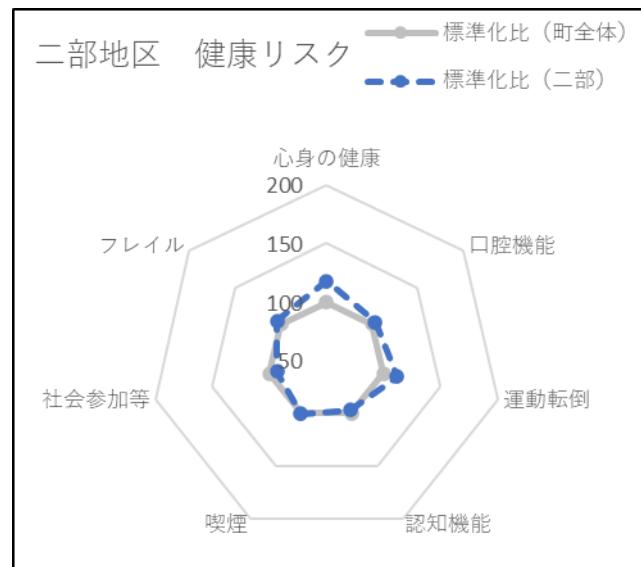


#### 【令和7年】

全体的に、各種リスクが町全体より少しづつ高い。

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



### III) 圈域の傾向

#### ⑤溝口地区

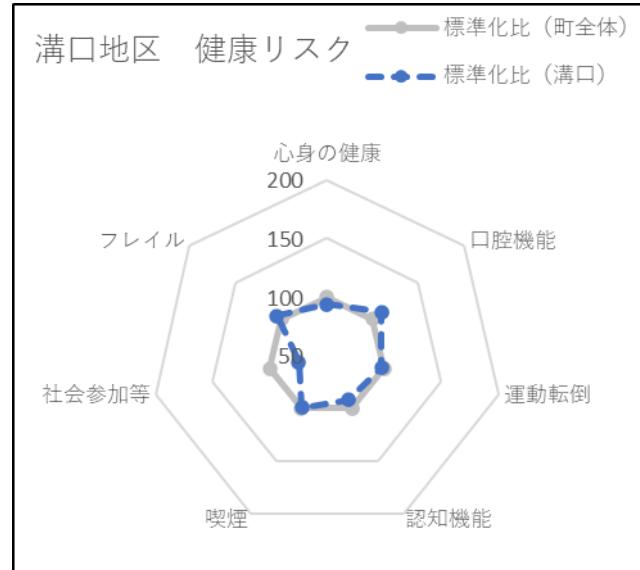
#### 【令和6年】

相談できる人や付き合いのある人が、身近にいない人が多く、運動習慣が定着していない人や転倒したことがある人が多い。

運動教室などで実施する内容を初めてでも参加しやすいものにしたり、レクリエーションを中心に地区の人と親しくなるようなものにするよう検討することができる。

社会や地域とのつながりができることによって、心身の健康やフレイルリスクを抱えていても相談しやすくなり、より早期の段階で必要な医療受診や支援につながるものと思われる。

リスク	人数	割合 (溝口)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	731人	—	—	—
心身の健康	105人	16%	17%	94
口腔機能	257人	38%	35%	109
運動転倒	266人	36%	37%	98
認知機能	149人	22%	24%	92
喫煙	194人	29%	29%	99
社会参加等	61人	9%	12%	75
フレイル	145人	22%	21%	105

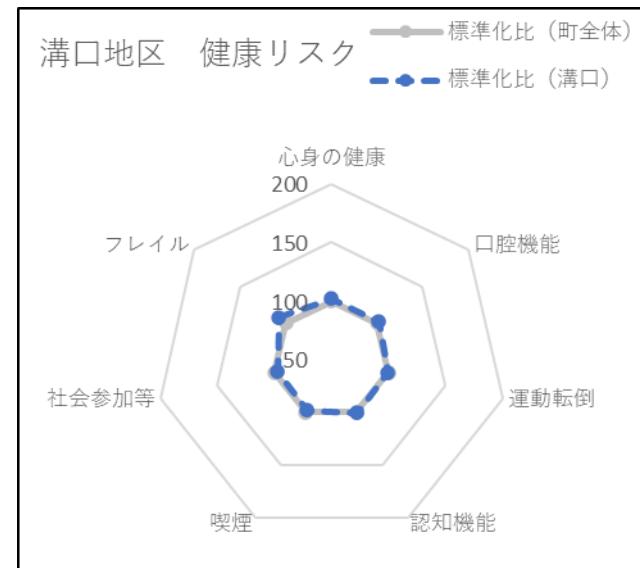


#### 【令和7年】

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



### Ⅲ) 圈域の傾向

#### ⑥日光地区

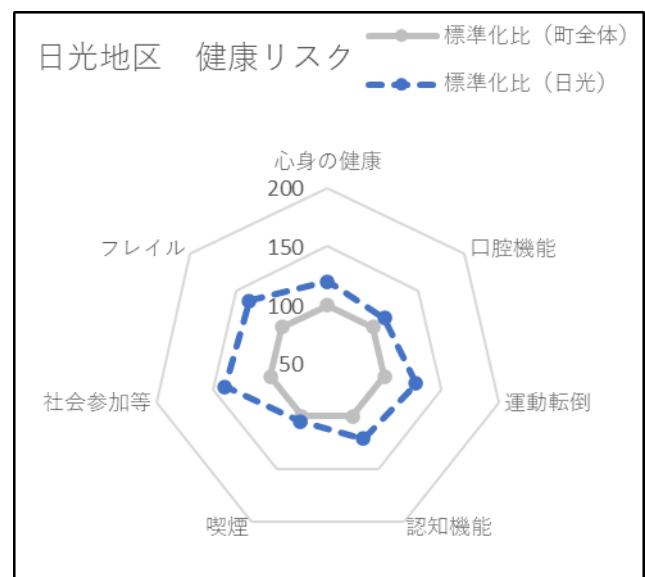
【令和6年】

すべての項目において、町全体よりも高い状況にある。

特に、社会参加、フレイルリスク、運動転倒に関するリスク該当者の割合が高い。

運動教室を初めてでも参加しやすい内容に工夫したり、レクリエーションを中心に地区の人と親しくなるようなものにするよう検討することができる。また、困っていることを気軽に相談できるブースの併設も検討することができる。

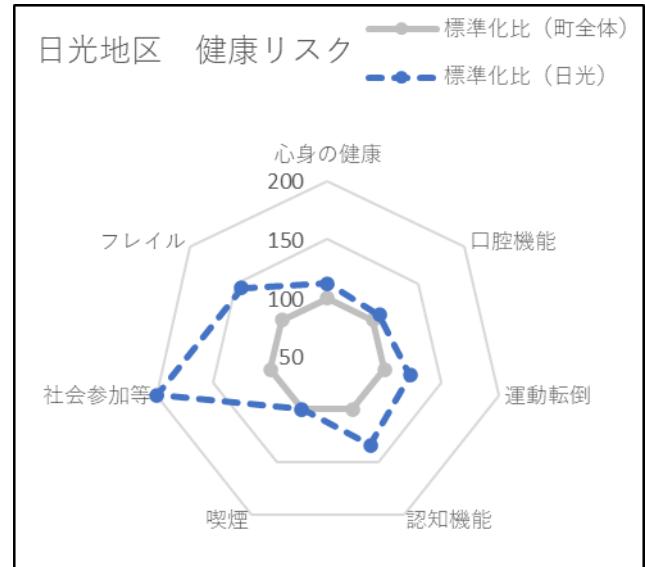
リスク	人数	割合 (日光)	割合 (町全体)	標準化比
回答者数	188人	—	—	—
心身の健康	34人	20%	17%	120
口腔機能	66人	39%	35%	113
運動転倒	89人	47%	37%	128
認知機能	49人	29%	24%	121
喫煙	52人	31%	29%	105
社会参加等	29人	17%	12%	140
フレイル	47人	29%	21%	136



【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、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



## IV) 地区別マップ

