

「認知症」に関するアンケート 【市民】

報告書

令和6年12月

上田市

I. 調査実施概要

1.調査目的

高齢者の約5人に1人が認知症を発症すると推計されている中で、上田市では、認知症になっても生きがいと希望を持って、安心して暮らし続けることができるまちにするため、「認知症希望宣言(仮称)」の策定に取り組んでいる。

「認知症希望宣言(仮称)」とは、市民一人ひとりが認知症に対する理解を深め、行動を明確にするための指針であり、市全体で「宣言」をするものである。アンケートの実施により、上田市の認知症に対する課題を明らかにし、今後の認知症背策事業や、希望宣言策定に役立てる事を目的とする。

2.調査設計

(1) 調査の対象者

上田市在住または上田市に通勤通学されている方で18歳以上の男女2,500人

(2) 調査対象者の抽出方法

住民基本台帳から無作為抽出

(3) 調査方法及び調査期間

郵送配布・回収、無記名方式

令和6年10月8日(火)～令和6年11月29日(金)

(4) 調査項目

- ・回答者属性(性別、年齢、日常生活圏域)
- ・認知症についての理解度
- ・認知症に対するイメージ
- ・認知症について知りたいこと
- ・自身や家族が認知症になったときの生活について
- ・認知症の人やその家族を支える仕組み、地域づくりについて
- ・上田市で実施してる認知症事業について

3.調査票の回収結果

配布件数 2,500 件

有効回答数（率） 1,078 件（43.1%）

4.報告書記載事項について

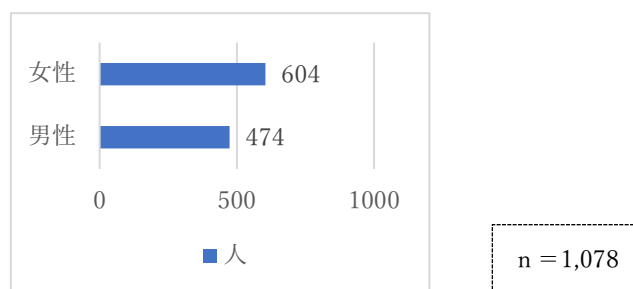
- ・比率は全て、各設問の不明・無回答を含む集計対象者数に対する百分率（%）を表している。一人の対象者に2つ以上の回答を求める設問（複数回答設問）では、百分率（%）の合計は、100.0%を超える場合がある。
- ・百分率（%）は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位までを表示した。
- ・回答が未記入のものについては、入力できないため、百分率の合計が100.0%を下回る場合がある。
- ・図表中の「n」は、集計対象者数を示し、各選択肢の回答比率は「n」を集計母数として計算した。

5.回答者の属性

回答者の属性は、以下のとおりである

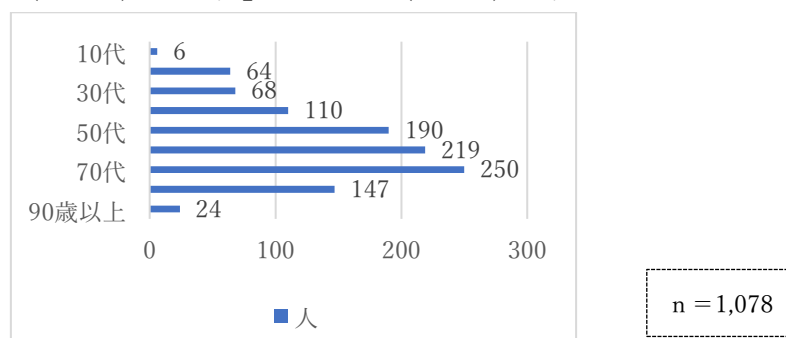
① 性別

回答者の性別は、「女性」が604人（56%）、「男性」が474人（44%）となり、女性の回答者数が多い結果となった。



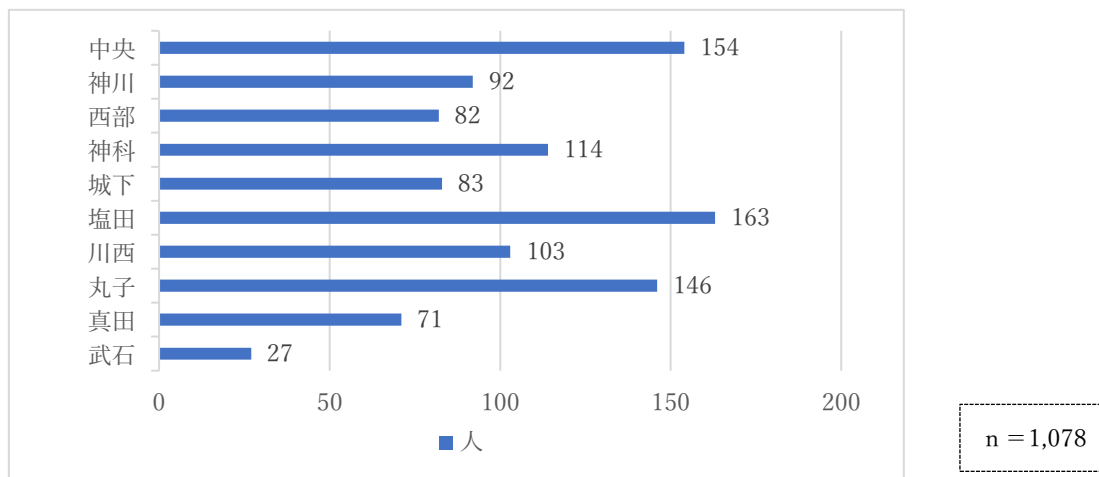
②年齢

回答者の年齢は、「70代」が250人（23.2%）で最も多く、以下「60代」が219人（20.3%）、「50代」が190人（17.6%）と続いている。



③お住まいの地域

回答者の地域は、「塩田」圏域で 163 人（15.1%）と最も多く、以下「中央」「丸子」と続いている。



II.調査結果

問 1.認知症についてどの程度知っていますか （○は一つ）

○認知症について「ある程度知っている」と回答した人数が最も多く 66.8%となる。

「よく知っている」と合わせると 80.4%が『知っている』と回答している。

○「まったく知らない」と回答した割合は、1 割以下となっている。

順位		人数	%
1	ある程度知っている	720	66.8
2	あまり知らない	203	18.8
3	よく知っている	147	13.6
4	まったく知らない	8	0.7

問 2.65 歳未満で発症する「若年性認知症」について知っていますか （○は一つ）

- 「若年性認知症」の認知状況は、「ある程度知っている」が最も多く 56.7%となる。
「よく知っている」と合わせると 67.2%が『知っている』と回答している。
- 「認知症」について「あまり知らない」と「まったく知らない」の『知らない』と回答した人は 19.5%だったのに対し、「若年性認知症」について『知らない』と回答した人は 30.3%で認知度が低い結果となった。

順位		人数	%
1	ある程度知っている	611	56.7
2	あまり知らない	323	30.0
3	よく知っている	113	10.5
4	まったく知らない	31	2.9

問 3.認知症に対するイメージはどのようなものですか （○は3つまで）

- 「周りのサポートを受けながら、地域で生活できる」と回答した人が 62.9%であり、最も高い結果となった。
- 「人に迷惑をかけてしまう」「何もできなくなる」と、否定的なイメージがある人がそれぞれ約 5 割の結果となった。

順位		人数	%
1	周りのサポートを受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活できる	678	62.9
2	暴言や暴力等で周りの人に迷惑をかけてしまう	534	49.5
3	症状が進行していき、何もできなくなる	463	42.9
4	介護施設へ入所が必要	362	33.6
5	出来ないことを自ら工夫して補いながら、自立的に生活できる	319	29.6

【その他の意見】

・周囲の状況によって症状が変わる ・一人での生活が困難になる

- 市民の回答に比べて、民生児童委員や千曲高等学校、長野大学生、居宅支援事業所、地域包括支援センターのように、日常的に福祉について学んだり、認知症と接する機会が多いと、「出来ないことを自ら工夫して補いながら、自立的に生活できる」という肯定的なイメージを持っている方が多い結果となった。

問4.あなたが認知症について知りたいことはどんなことですか (○は3つまで)

○「進行を遅らせる方法」について知りたい人が最も多く、74.6%が知りたいという結果となった。続いては「接し方」について約半数が知りたいと回答した。

○3位以下については、大きな差は見られなかった。

順位		人数	%
1	予防、進行を遅らせる方法	804	74.6
2	接し方	500	46.4
3	症状（記憶障害、妄想等）	373	34.6
4	介護方法	365	33.9
5	相談窓口	337	31.3
6	原因となる病気	323	30.0

【その他の意見】

・治療 ・新薬 ・受け入れ施設の状況

●市民の回答と比較しても、福祉関係者の結果でも「知りたいこと」の上位2つは同じ結果となった。

問5.認知症の疑いがある場合に、どこに（誰に）相談しますか (○は3つまで)

○「かかりつけ医」に相談する（56.6%）が最も多く、「家族」「専門の医療機関」が続く。また約一割の人が、「どこに相談して良いかわからない」と相談先について知らない状況がある。

順位		人数	%
1	かかりつけ医	610	56.6
2	家族	539	50.0
3	専門の医療機関	484	44.9
4	地域包括支援センター	327	30.3
5	市役所などの公的機関	206	19.1
6	介護保険サービス事業所	190	17.6
7	どこに相談していいか不明	104	9.6
8	近所の人や友人	60	5.6
9	民生委員	50	4.6

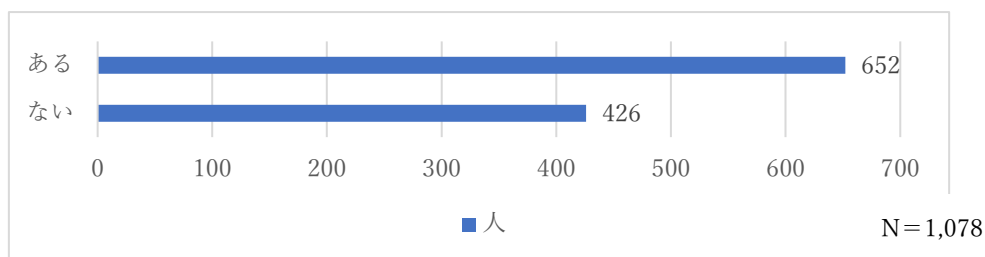
【その他の意見】

・インターネット

- 民生児童委員では、日頃から関わりのある「地域包括支援センター」に相談すると回答した割合が約6割となり最も多く、続いて「かかりつけ医」「専門の医療機関」となった。市民に比べて、「どこに相談して良いかわからない」を感じている人（2.8%）は少なかった。
- 千曲高等学校では、回答者が10代ということもあり、公的な相談場所というよりは「家族」に相談（55.2%）が最も多い数字となった。「どこに相談して良いかわからない」と回答した割合は全ての回答者の中で最も多い（10.4%）結果となった。
- 居宅支援事業所では、専門の知識を多く持っているということもあり「かかりつけ医」「専門の医療機関」が7割以上の大多数を占めた。「どこに相談して良いかわからない」と回答した人は一人もいなかった。

問6.あなた自身が認知症になった場合のことを、考えたことがありますか

- 自身が認知症になった場合の事を考えた事が「ある」が652人で60.5%となり、考えたことが「ない」と比べて多い結果となった。



- 仕事や生活で福祉関係に携わる機会が多い方や回答者の年齢が高くなるにつれて考える機会が増える傾向がある。
- 10代と20代の回答者が多い「千曲高等学校」「長野大学生」でも、考えたことが「ある」が5割以上を超える結果となった。

問6-1.「ある」と回答した方で最も不安に思うことは何ですか（○は3つまで）

- 「認知症の症状」「日常生活」について、の不安が上位1位、2位を占めた。

順位		人数	%
1	日常生活について	459	42.6
2	認知症の症状	433	40.2
3	経済的なこと	250	23.2
4	介護のこと	248	23.0

5	家族や周囲の人の反応	196	18.2
6	認知症に関する相談先	133	12.3

【その他の意見】

・金銭管理 ・障害のある家族 ・入所先

- 居宅介護支援事業所や地域包括支援センターの専門職では、「経済的」なことを心配している割合が他の回答者の属性と比較して多い結果となった。

問 7.あなた自身が認知症になったら、または認知症の診断が出ている場合、どのように暮らしたいですか (○は2つまで)

- 「医療や介護サービスを受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活」を望む回答が704人で65.3%と最も多かった。
- 「家族」「地域」の協力を得ながら『自宅』で「サービス」を利用して生活していくより、『介護施設等』の入所をして生活を希望する回答が多い。

順位		人数	%
1	医療や介護サービスを受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活	704	65.3
2	介護施設等で、必要な支援・介護を受けて生活	474	44.0
3	家族の介護を受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活	387	35.9
4	地域の人たちの支援を受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活	99	9.2

【その他の意見】

・認知症の症状により異なる ・家族に迷惑だけはかけたくない
・家族の指示に従う ・死にたい

- 福祉関係者の回答では最も多いのは「医療や介護サービスを受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活」で変わらなかったが、2番目に多いのは、「介護施設」と回答した割合が高い結果となった。

問 8.あなたの「家族」が認知症になったら、どのように暮らして欲しいですか (○は2つまで)

- 問7の「自分」が認知症になったらと同様に、「家族」が認知症になった場合も「医療や介護サービスを受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活」を希望する回答者が50%以上で最も多かった。

順位		人数	%
1	医療や介護サービスを受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活	577	53.5
2	介護施設等で、必要な支援・介護を受けて生活	321	29.8
3	家族の介護を受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活	240	22.3
4	地域の人たちの支援を受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活	43	4.0

【その他の意見】

・家族が対応できる間は家で ・症状や進行度によって異なる

- 福祉関係者の回答で2番目に多かったのは、「家族の介護を受けながら、今まで暮らしてきた地域で生活」であり、症状にもよるが、できる限り在宅で介護をしたいという意向が読み取れる結果となった。

問9.あなたが地域で暮らす認知症の人にできる（できそうな）支援について
（当てはまるもの全てに○）

- 「見守り」「声がけ」と回答した割合が最も多く5割以上の方ができそうな支援となった。続いて「声掛けをする」が2番目に多かった。
- 「話し相手になる」「ゴミ出しなどの家事の手伝い」「買い物や近くの外出と一緒にでかける」の割合は低く、時間を要したり、より親密な関係になってからではないと支援が難しいという結果になった。

順位		人数	%
1	見守り	636	59.0
2	声がけをする	598	55.5
3	災害時には安否確認をする	555	51.5
4	病気などの緊急時に救急車を呼ぶなどの手助け	546	50.6
5	話し相手になる	366	34.0
6	ゴミ出しなどのちょっとした家事の手伝い	346	32.1
7	買い物等の近くの外出と一緒に出かける	136	12.6

【その他の意見】

・状況によって変わる ・わからない ・仕事を辞めたらできる
・怖くて勇気がない ・極力関わりをもちたくない

- 福祉関係の回答でも「見守り」「声掛け」が上位の割合が高く、最もできそうな支援とわかる。

- 千曲高等学校では、日常の授業で行っている「話し相手」と回答した割合が高かった。

問 10. 認知症の方が住み慣れた地域で「希望」をもって暮らすには、
何が必要だと思いますか（○は3つまで）

- 「家族の協力と理解」が70%以上で最も多く、以下「地域住民の理解と協力」と続いている。

順位		人数	%
1	家族の協力と理解	761	70.6
2	介護保険サービス等の充実	495	45.9
3	地域住民の理解と協力	437	40.5
4	困りごとの相談や共有できる場所があること	372	34.5
5	友人や仲間がいること	266	24.7
6	生きがいをもつこと	231	21.4
7	認知症の偏見をなくすこと	223	20.7
8	分からない	42	3.9

【その他の意見】

- ・経済的援助 ・わからない ・認知症や同世代の仲間

- 福祉関係の回答では、「介護保険サービスの充実」よりも「地域住民の理解と協力」と回答した割合が高いことが分かった。
- ことぶき大学院生は、日常的に交流が多いと予測される「友人や仲間」がいることが大切であると回答する割合が多かった。

問 11. 認知症予防として効果があると思うもの（当てはまるもの全てに○）

- 「人と話す」ことが認知症予防に効果があると回答する方が、最も多くなっている。

続いて、「運動」「趣味活動や学習」を効果があると回答する方が半数以上を占める。

- 7.7%が認知症予防を「わからない」と答え認知症予防の知識や実施が不足している。

順位		人数	%
1	お茶のみ会など、人と合って話す	787	73.0
2	趣味活動や学習	737	68.4
3	運動をする	718	66.6
4	バランスの良い食事	529	49.1
5	質の良い睡眠	512	47.5
6	健康診断の受診	429	39.8
7	分からない	83	7.7

【その他の意見】

・日記をつける ・生きがいを持つ ・農作業 ・太陽にあたる ・仕事をする

問 12.今後認知症対策を進めるうえで、どのようなことに重点を置くべきか
(○は3つまで)

○「医療・介護・地域が連携した早期発見・早期診療の仕組みづくり」に重点を置くべきだと半数以上が回答している。

○加えて、「当事者や家族が気軽に交流できる場」や「介護方法についての研修」を37%が答えており、市民が必要と感じている項目になっている。

順位		人数	%
1	医療・介護・地域が連携した早期発見・早期診療の仕組みづくり	753	69.9
2	認知症の方や家族が気軽に交流できる場	409	37.9
3	認知症の介護・コミュニケーション方法等、家族向け研修会の開催	399	37.0
4	認知症を見守るボランティアなどの仕組みづくり	262	24.3
5	予防教室や講演会など市民に対する啓発	253	23.5
6	若年性認知症に対する支援	195	18.1
7	介護従事者に対する研修	135	12.5
8	成年後見制度や虐待防止などの制度の充実	125	11.6
9	わからない	69	6.4

問 13.上田市が実施している認知症関係の事業を知っていますか（すべてに○）

○上田市の認知症関係の事業で、もっとも多かったのは「わからない」が692人で64.2%と最も多く、認知症事業について6割以上の市民が知らないことが分かった。

○知っている認知症事業でも多くて1割程度と認知度が低い結果となった。

順位		人数	%
1	わからない	692	64.2
2	認知症予防教室	157	14.6
3	オレンジ（認知症）カフェ	137	12.7
4	認知症サポーター養成講座	106	9.8
5	認知症見守りネットワーク	91	8.4
6	ヘルプカード	65	6.0

7	認知症初期集中支援チーム	41	3.8
8	あたまの健康チェック®	39	3.6
9	認知症高齢者等支援ネットワーク協議会	38	3.5
10	認知症ケアパス	21	1.9
11	本人ミーティング	9	0.8

●福祉関係の回答のうち、地域包括支援センターでは、ほぼすべての認知症事業の認知度が高かったが、居宅介護支援事業所等サービスを提供する関係者では、認知症関係の事業の普及率が低いことがわかる。

希望宣言制定に向けて

◎認知症の理解の促進、啓発

「周りのサポートを受けながら、地域で生活できる」と回答した人も多い一方、「人に迷惑をかけてしまう」「何もできなくなる」と、否定的なイメージを多くの市民が感じている。認知症の症状や特徴を理解することで、対応方法の理解に繋げ、また適切ななかかわりにより、認知症の症状やBPSDの軽減につながっていく。

認知症について正しく学ぶ機会を得ることが必要と考える。

◎本人意思

自分や家族が認知症になっても「医療や介護サービスを受けながら、今まで暮らしてきた地域」で生活することが希望をもって暮らしていることにつながると考える市民が多い。しかしその実現に向けて「家族や地域住民の協力と理解」が必要と感じているため、本人の意思を尊重しながら希望をもって生活できるための本人意思決定の尊重を大切にしていく。

◎予防

認知症予防について「人と話す」「趣味活動」など人と交流し外出することが認知症予防を感じている人が多いが、上田市で実施している認知症事業について「知らない」と回答した方が最も多かった。地域で行っている認知症予防・介護予防についての情報発信が不足していることが分かったため、認知症予防についての情報発信・情報共有の場の提供を進めるべきだと分かった。

◎まちづくり

認知症の方のできる支援として「見守り」「声掛け」「安否確認」をできると回答した人が多かったため、近隣住民同士などで、より認知症の方の支援の輪を広げていくため、市民の多くが必要としている「医療・介護・地域が連携した早期発見・早期診療の仕組みづくり」の構築や「交流できる場」づくりを進めていく必要がわかった。