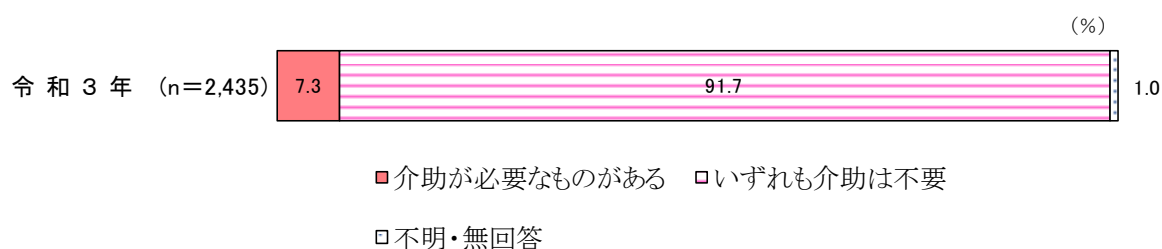


(8) 食事・入浴・着替え・移動（家の中）・排泄での介助（お手伝い）の必要性
(問8)

問8 あなたはふだんの生活の中で、食事・入浴・着替え・移動（家の中）・排泄のいずれかで、介助（お手伝い）が必要ですか。次の中から1つだけ選んでお答えください。(○は1つ)

食事・入浴・着替え・移動（家の中）・排泄での介助（お手伝い）の必要性をみると、「いずれも介助は不要」が91.7%、「介助が必要なものがある」は7.3%である。

図表2-2-8-1 食事・入浴・着替え・移動（家の中）・排泄での介助（お手伝い）の必要性
(問8)(択一回答)



性別でみると、大きな差はみられない。

性・年齢でみると、男女とも70代までは「介助が必要なものがある」が1割に満たないが、80歳以上になると「介助が必要なものがある」が男性は14.3%、女性は24.2%である。

未婚でみると、「介助が必要なものがある」は、配偶者あるいはパートナーは死亡している者(15.7%)と結婚したことがない者(14.3%)で高い。

同居者でみると、子どもの配偶者と同居する者は「介助が必要なものがある」(14.1%)が高い。

現在の収入のある仕事でみると、収入の伴う仕事はしていない者の約1割は「介助が必要なものがある」(10.3%)と回答している。

経済的な暮らし向きでみると、家計が心配である者ほど「介助が必要なものがある」が高い傾向にある。

現在の健康状態でみると、健康状態が良くない者は、約半数が「介助が必要なものがある」(48.7%)と回答している。

図表2-2-8-2 食事・入浴・着替え・移動(家の中)・排泄での介助(お手伝い)の必要性

(問8)(択一回答)

		n	必要な介助がある	介助は不要	不明・無回答
			(%)	(%)	(%)
〔性〕	全体	2,435	7.3	91.7	1.0
	男性	1,188	6.1	93.1	0.8
〔性〕	女性	1,247	8.3	90.4	1.3
〔性×年齢〕	男性	60～64歳	2.0	97.5	0.5
	65～69歳	254	3.5	96.5	-
	70～74歳	311	4.8	94.5	0.6
	75～79歳	202	6.9	92.1	1.0
	80歳以上	217	14.3	83.9	1.8
	65歳以上(再掲)	984	7.0	92.2	0.8
	75歳以上(再掲)	419	10.7	87.8	1.4
	女性	60～64歳	1.1	97.8	1.1
	65～69歳	230	1.7	97.0	1.3
	70～74歳	315	2.9	96.5	0.6
	75～79歳	198	5.6	93.9	0.5
	80歳以上	322	24.2	73.3	2.5
	65歳以上(再掲)	1,065	9.6	89.1	1.3
	75歳以上(再掲)	520	17.1	81.2	1.7
〔未婚〕	結婚したことがない	147	14.3	85.7	-
	現在、配偶者あるいはパートナーがいる	1,706	4.7	94.3	1.1
	配偶者あるいはパートナーとは離別している	137	5.1	94.2	0.7
	配偶者あるいはパートナーは死亡している	440	15.7	83.2	1.1
	不明・無回答	5 *	-	80.0	20.0
〔有無〕	子供あり(同居のみ)	341	8.8	88.6	2.6
	子供あり(別居のみ)	1,149	5.8	93.5	0.7
	子供あり(同居・別居ともに)	659	7.7	91.4	0.9
	子供はいない	274	10.2	89.1	0.7
	不明・無回答	12 *	8.3	91.7	-
〔同居者〕	ひとり暮らし	368	9.0	89.9	1.1
	配偶者(夫又は妻)	1,591	4.6	94.6	0.8
	あなた又は配偶者の親	151	2.0	97.4	0.7
	子ども	884	7.9	91.0	1.1
	子どもの配偶者	191	14.1	85.3	0.5
	孫	239	7.5	90.4	2.1
	兄弟姉妹	58	8.6	91.4	-
	その他	32 *	43.8	56.3	-
	不明・無回答	50	14.0	82.0	4.0
〔現在の収入〕	自営農林漁業(家族従業者も含む)	93	1.1	98.9	-
	自営商工サービス業(家族従業者も含む)	143	4.2	95.1	0.7
	会社または団体の役員	148	2.0	95.9	2.0
	フルタイムの被雇用者	198	1.5	97.5	1.0
	パートタイム・臨時の被雇用者	318	1.6	97.8	0.6
	収入の伴う仕事をしている(再掲)	900	2.0	97.1	0.9
	収入の伴う仕事はしていない	1,493	10.3	88.7	1.0
	不明・無回答	42 *	11.9	83.3	4.8
〔住居形態〕	持家(一戸建て)	1,814	6.2	92.6	1.2
	持家(分譲マンション等の集合住宅)	307	3.9	95.4	0.7
	賃貸住宅(一戸建て)	49 *	16.3	83.7	-
	賃貸住宅(アパート、マンション、公営・公団等の集合住宅)	211	9.5	90.0	0.5
	給与住宅(社宅・官公舎など)	8 *	12.5	87.5	-
	高齢者向け住宅・施設	24 *	75.0	25.0	-
	その他	17 *	23.5	76.5	-
	不明・無回答	5 *	20.0	80.0	-
	持家(再掲)	2,121	5.9	93.0	1.1
	賃貸住宅(再掲)	260	10.8	88.8	0.4
	家計にゆとりがあり、まったく心配なく暮らしている	303	4.3	94.4	1.3
〔暮らしている〕	家計にあまりゆとりはないが、それほど心配なく暮らしている	1,347	6.3	92.8	0.9
	家計にゆとりがなく、多少心配である	596	8.6	90.4	1.0
	家計が苦しく、非常に心配である	181	13.8	84.5	1.7
	不明・無回答	8 *	37.5	62.5	-
〔健康状態〕	良い	315	2.2	97.5	0.3
	まあ良い	493	0.8	98.2	1.0
	普通	981	3.7	95.5	0.8
	あまり良くない	525	13.7	84.6	1.7
	良くない	113	48.7	49.6	1.8
	不明・無回答	8 *	37.5	62.5	-
〔規模〕	大都市(東京都23区・政令指定都市)	608	7.6	91.8	0.7
	中都市(人口10万人以上の市)	1,036	7.4	91.3	1.3
	小都市(人口10万人未満の市)	567	6.9	92.2	0.9
	町村	224	6.7	92.0	1.3

(9) 日ごろ特に心がけている点や活動 (問9)

問9 あなたは、ご自身が日ごろ暮らしていく中で、どのような点や活動を特に心がけていますか。次の中からいくつでもお答えください。(〇はいくつでも)

日ごろ特に心がけている点や活動をみると、「健康管理（栄養、睡眠、運動、健康診断、早期治療など）」(70.3%)と「食事（食べ物、回数、時間など）」(70.2%)が高い。次いで、「住まい（清掃、補修、庭や外周の管理、温度調節など）」(55.2%)、「家事（掃除・洗濯など家の中・家のまわりの仕事）」(53.5%)、「衣服（時候、場所、目的にあった服、おしゃれなど）」(51.5%)などが続く。

図表2-2-9-1 日ごろ特に心がけている点や活動(問9)(複数回答)

※「その他」「特にない」「不明・無回答」以外の選択肢(%)の高い順に並べ替え。

	n	断、眠、健康 早期管理(栄養、睡眠、 運動、健康診断など)	食事(食べ物、回数、時間など)	理、修、住 庭や外周の管、補 温度調節など)	り家事(掃除・洗濯など家の中・家のまわりの仕事)	し衣服(時候、場所、目的にあった服、おしゃれなど)	外に出ること	あ家族・親戚とのつきあい	の隣、友人、仲間とのつきあい	ス教養、学習、趣味、スポーツ活動	仕事(職業、家業)	社会奉仕、ボランティア活動	その他	特にない	無不明 回答・
令和3年	2,435	70.3	70.2	55.2	53.5	51.5	42.3	42.1	40.3	33.8	26.4	11.9	0.5	3.9	0.7

性別でみると、「教養、学習、趣味、スポーツ活動」(男性 33.7%、女性 33.9%)に大きな男女差はみられないが、「仕事（職業、家業）」(男性 31.8%、女性 21.2%)と「社会奉仕、ボランティア活動」(男性 14.2%、女性 9.7%)以外は、女性が男性を上回っている。

性・年齢でみると、男性の 60～64 歳は「仕事」(61.3%)と「食事」(61.3%)が最も高い。一方、女性の 70 代までは「食事」と「家事」が、「健康管理」よりも高い傾向がある。

未婚でみると、結婚したことがない者は「健康管理」(57.1%)よりも「食事」(67.3%)が上位にあげられている。配偶者あるいはパートナーは死亡している者は「家事」(63.9%)、「家族・親戚とのつきあい」(48.9%)、「近隣、友人、仲間とのつきあい」(47.3%)が高い。

同居者でみると、自身又は配偶者の親と同居する者は「仕事」(44.4%)が高い。

現在の収入のある仕事でみると、収入の伴う仕事をしている者(再掲)は、「食事」(70.2%)、「健康管理」(69.1%)に次いで、「仕事」(65.1%)が高い。

住居形態でみると、持家(集合住宅)居住者は「食事」(82.4%)が最も高い。

経済的な暮らし向きでみると、家計にゆとりがあり、まったく心配なく暮らしている者は「食事」(76.2%)、「健康管理」(75.6%)に次いで、「住まい」(61.1%)、「衣服」(60.1%)が6割を上回っている。

現在の健康状態でみると、健康状態が良い者ほど日ごろ心がけている点や活動の回答が多い。現在の健康状態が良くない者は「特にない」が 15.9%である。

都市規模でみると、「外に出ること」は都市規模が大きいほど、「近隣、友人、仲間とのつきあい」は都市規模が小さいほど高い傾向にある。

図表2-2-9-2 日ごろ特に心がけている点や活動(問9)(複数回答)

※「その他」「特にない」「不明・無回答」以外の選択肢(%)の高い順に並べ替え。

		n	早期 治療など	健康 管理（栄養、 睡眠、 運動、 健康診断、 など）	食事（食 べ物、回 数、 時間など）	住 まい （家事 ・家の まわり の事）	調 節（清 掃、補 修、 温度 など）	住 まい （家事 ・掃除 ・洗濯 など）	衣 服（時 候、場 所、目 的にあ った服 、おし やれな ど）	外 に出 るこ と	家 族・親 戚との つきあ い	近 隣、友 人、仲 間との つきあ い	ボ ーッ 活 動	教 養、学 習、趣 味、ス ポーツ 活動	仕 事（職 業、家 業）	社 会奉 仕、ボ ランテ ィア活 動	そ の 他	特 に な い	不 明・無 回 答	(%)
	全体	2,435	70.3	70.2	55.2	53.5	51.5	42.3	42.1	40.3	33.8	26.4	11.9	0.5	3.9	0.7				
〔性〕	男性	1,188	68.4	61.7	50.8	34.4	39.7	39.7	35.6	34.0	33.7	31.8	14.2	0.6	4.5	0.7				
	女性	1,247	72.3	78.3	59.3	71.7	62.8	44.7	48.2	46.3	33.9	21.2	9.7	0.4	3.4	0.7				
〔性×年齢〕	男性	60～64歳	204	60.3	61.3	42.2	26.5	32.4	27.0	32.4	27.5	29.4	61.3	9.3	0.5	5.9	-			
		65～69歳	254	66.9	63.0	51.6	32.7	38.6	39.4	29.9	32.3	36.6	43.3	13.0	1.2	4.7	0.4			
		70～74歳	311	72.3	62.1	51.1	34.1	40.5	40.2	36.0	34.7	34.4	24.1	14.8	0.3	3.5	1.0			
		75～79歳	202	70.3	60.9	54.0	38.1	42.1	44.6	38.6	37.1	40.1	18.3	16.3	-	3.5	1.0			
		80歳以上	217	70.0	60.8	54.4	41.0	44.7	47.0	41.9	38.2	27.2	14.3	17.5	0.9	5.5	0.9			
		65歳以上（再掲）	984	70.0	61.8	52.5	36.1	41.3	42.4	36.3	35.4	34.6	25.7	15.2	0.6	4.3	0.8			
		75歳以上（再掲）	419	70.2	60.9	54.2	39.6	43.4	45.8	40.3	37.7	33.4	16.2	16.9	0.5	4.5	1.0			
	女性	60～64歳	182	68.1	83.5	63.2	70.3	59.3	33.0	44.0	38.5	35.7	49.5	8.2	-	2.2	-			
		65～69歳	230	68.7	79.6	60.9	72.2	64.8	40.9	45.7	46.5	33.9	28.7	10.4	-	2.6	0.4			
		70～74歳	315	78.4	80.3	63.5	75.9	64.8	48.9	50.5	49.2	38.7	17.5	12.7	0.6	1.0	0.6			
		75～79歳	198	75.8	83.3	62.6	84.3	68.2	55.6	55.1	51.5	37.9	14.6	10.1	-	1.5	-			
		80歳以上	322	68.9	69.6	50.0	60.2	58.1	43.2	46.0	44.4	25.8	7.5	6.8	0.9	8.1	1.9			
		65歳以上（再掲）	1,065	73.0	77.5	58.7	71.9	63.4	46.7	48.9	47.6	33.6	16.3	10.0	0.5	3.6	0.8			
		75歳以上（再掲）	520	71.5	74.8	54.8	69.4	61.9	47.9	49.4	47.1	30.4	10.2	8.1	0.6	5.6	1.2			
〔未既婚〕	結婚したことがない	147	57.1	67.3	38.1	46.3	37.4	32.0	19.0	27.9	32.0	23.1	8.2	2.7	10.9	-				
	現在、配偶者あるいはパートナーがいる	1,706	72.3	71.3	57.7	51.6	52.1	42.2	43.7	40.7	35.7	29.2	13.5	0.2	2.7	0.8				
	配偶者あるいはパートナーとは離別している	137	64.2	67.9	40.9	50.4	46.0	40.9	25.5	27.7	27.0	31.4	6.6	-	5.8	0.7				
	配偶者あるいはパートナーは死亡している	440	69.1	67.7	55.2	63.9	55.9	46.4	48.9	47.3	29.1	14.5	8.6	0.7	5.9	0.7				
	不明・無回答	5 *	80.0	60.0	60.0	100.0	60.0	40.0	20.0	-	40.0	40.0	-	20.0	-					
〔有無〕	子供あり（同居のみ）	341	67.7	68.6	53.7	55.1	54.0	43.7	46.6	44.0	23.2	24.9	10.3	-	3.8	2.1				
	子供あり（別居のみ）	1,149	74.2	72.5	58.7	55.1	52.6	44.7	43.4	39.9	37.5	24.9	12.3	0.2	3.6	0.4				
	子供あり（同居・別居ともに）	659	68.4	67.8	55.5	52.7	53.3	39.2	45.1	43.1	33.1	30.5	13.4	0.8	3.0	0.6				
	子供はいない	274	62.0	69.0	41.6	46.7	40.1	38.3	24.5	30.3	32.8	24.5	9.1	1.8	8.0	0.4				
	不明・無回答	12 *	75.0	58.3	41.7	58.3	50.0	25.0	16.7	50.0	41.7	25.0	8.3	-	-	-				
〔同居者〕	ひとり暮らし	368	67.1	70.4	48.9	56.0	49.7	42.1	31.5	35.9	32.9	22.6	8.7	1.1	6.8	0.5				
	配偶者（夫又は妻）	1,591	72.7	71.8	58.4	52.0	52.0	42.1	43.9	41.0	36.3	29.4	13.5	0.3	2.6	0.5				
	あなた又は配偶者の親	151	72.8	68.9	60.9	49.0	51.7	35.1	37.1	43.7	31.8	44.4	17.2	-	2.0	-				
	子ども	884	68.8	68.9	56.1	54.3	53.6	40.5	46.3	43.8	30.5	29.1	12.1	0.5	3.3	1.0				
	子どもの配偶者	191	63.9	66.5	57.6	56.5	56.0	43.5	52.9	47.1	29.3	26.2	14.7	0.5	3.7	2.1				
	孫	239	68.6	66.1	60.7	55.6	56.1	43.1	51.9	50.2	31.0	25.9	12.1	0.8	3.3	2.1				
	兄弟姉妹	58	51.7	58.6	34.5	46.6	39.7	37.9	29.3	29.3	17.2	10.3	1.7	6.9	-					
	その他	32 *	43.8	59.4	21.9	28.1	40.6	18.8	13.3	15.6	9.4	21.9	6.3	-	21.9	-				
	不明・無回答	50	78.0	72.0	52.0	56.0	54.0	50.0	40.0	34.0	34.0	18.0	10.0	4.0	8.0	-				
〔現在の収入の〕	自営農林漁業（家族従業者も含む）	93	69.9	61.3	67.7	52.7	46.2	32.3	54.8	53.8	34.4	72.0	19.4	1.1	2.2	1.1				
	自営商工サービス業（家族従業者も含む）	143	63.6	69.9	54.5	36.4	45.5	30.1	37.8	34.3	35.0	65.7	18.9	-	2.8	0.7				
	会社または団体の役員	148	73.0	70.9	48.6	36.5	48.6	39.2	41.9	36.5	34.5	65.5	12.2	1.4	2.7	0.7				
	フルタイムの被雇用者	198	68.7	66.7	48.5	39.9	50.5	29.8	40.4	35.4	34.8	74.7	7.1	-	1.5	0.5				
	パートタイム・臨時の被雇用者	318	69.8	74.8	59.1	55.3	55.7	47.8	40.9	40.9	34.9	56.6	17.3	0.3	1.6	-				
	収入の伴う仕事をしている（再掲）	900	69.1	70.2	55.2	45.6	50.8	38.0	41.9	39.2	34.8	65.1	14.7	0.4	2.0	0.4				
	収入の伴う仕事はしていない	1,493	71.2	70.3	55.3	58.5	51.8	44.7	42.3	41.1	33.0	3.5	10.2	0.5	5.2	0.9				
	不明・無回答	42 *	66.7	66.7	47.6	45.2	57.1	47.6	38.1	35.7	40.5	9.5	14.3	2.4	2.4	-				
	持家（一戸建て）	1,814	70.6	69.8	59.9	55.8	51.6	41.3	44.2	43.2	34.0	26.7	13.0	0.6	3.4	0.9				
	持家（分譲マンション等の集合住宅）	307	77.5	82.4	54.4	52.8	57.0	50.5	41.4	36.8	41.7	23.5	11.7	-	2.3	-				
〔住居形態〕	賃貸住宅（一戸建て）	49 *	57.1	57.1	36.7	55.1	55.1	51.0	36.7	34.7	30.6	22.4	8.2	-	4.1	2.0				
	賃貸住宅（アパート、マンション、公営・公団等の集合住宅）	211	66.8	65.4	28.4	41.7	45.0	42.7	29.4	27.5	25.1	28.9	6.2	0.5	5.7	-				
	給与住宅（社宅・官公舎など）	8 *	75.0	50.0	12.5	12.5	75.0	12.5	50.0	50.0	62.5	87.5	12.5	-	-	-				
	高齢者向け住宅・施設	24 *	29.2	25.0	12.5	16.7	25.0	12.5	4.2	4.2	-	4.2	-	-	50.0	-				
	その他	17 *	47.1	64.7	29.4	29.4	47.1	29.4	41.2	17.6	17.6	23.5	5.9	-	11.8	-				
	不明・無回答	5 *	100.0	80.0	60.0	60.0	40.0	-	60.0	20.0	40.0	40.0	-	-	-	-				
	持家（再掲）	2,121	71.6	71.6	59.1	55.4	52.4	42.7	43.8	42.3	35.1	26.2	12.8	0.5	3.2	0.8				
	賃貸住宅（再掲）	260	65.0	63.8	30.0	44.2	46.9	44.2	30.8	28.8	26.2	27.7	6.5	0.4	5.4	0.4				
	〔暮らし向〕	家計にゆとりがあり、まったく心配なく暮らしている	303	75.6	76.2	61.1	59.7	60.1	46.2	49.8	45.2	44.6	33.0	10.9	1.0	2.0	1.0			
		家計にあまりゆとりはないが、それほど心配なく暮らしている	1,347	72.0	70.8	56.5	54.0	52.9	43.2	42.5	42.3	36.7	24.8	13.9	0.4	3.0	0.7			
家計にゆとりがなく、多少心配である		596	66.9	69.0	53.7	52.3	49.2	39.1	41.3	36.9	27.0	27.0	10.2	0.3	5.9	0.8				
家計が苦しく、非常に心配である		181	62.4	59.7	40.9	44.2	35.9	38.7	30.4	28.7	17.1	25.4	5.0	0.6	8.3	-				
不明・無回答		8 *	25.0	75.0	37.5	37.5	37.5	50.0	-	25.0	25.0	12.5	-	-	-	-				
健康状態	良い	315	76.8	79.7	64.8	55.9	61.6	51.4	50.2	49.5	46.7	39.0	17.8	0.3	2.2	-				
	まあ良い	493	72.2	72.8	58.4	56.0	55.6	46.0	42.2	44.2	43.0	29.2	17.6	0.2	1.0	0.8				
	普通	981	70.8	70.3	56.6	56.0	51.8	43.4	42.7	41.5	33.1	27.7	10.2	0.7	3.2	0.6				
	あまり良くない	525	66.9	65.5	49.3	50.9	46.1	36.2	38.3	33.3	23.8	18.1	7.8	0.6	6.5	1.0				
	良くない	113	57.5	54.9	30.1	28.3	30.1	18.6	30.1	20.4	9.7	5.3	1.8	-	15.9	1.8				
規模	大都市（東京都23区・政令指定都市）	608	71.7	73.2	52.1	50.8	55.6	46.1	39.3	36.2	37.2	27.1	10.5	0.5	4.1	0.3				
	中都市（人口10万人以上の市）	1,036	69.7	69.1	54.6	54.0	49.8	42.2	40.0	38.1	32.8	23.8	11.5	0.3	4.3	1.0				
	小都市（人口10万人未満の市）	567	70.9	68.1	58.9	54.7	50.6	40.0	47.6	46.0	31.9	28.7	13.2	0.2	3.4	0.7				
	町村	224	68.3	72.8	56.3	55.8	50.9	37.9	45.1	46.9	33.9	29.9	14.3	2.2	3.1	0.4				
	不明・無回答	8 *	50.0	50.0	37.5	37.5	37.5	50.0	50.0	25.0	37.0									