

# 「新型コロナウイルス感染症流行による暮らし、こころやからだへの影響に関するアンケート」の結果について

## 1 調査趣旨

新型コロナウイルス感染症の流行により新しい生活様式の中で、高齢者の生活や身体にどのような影響を与えているのか、現在の状態について実態把握を行うためのアンケート調査を実施しました。アンケートの結果を分析し、コロナ禍における高齢者の実態を把握するとともに、必要な施策を整える基礎資料とします。

## 2 調査概要

- (1) 調査対象者：市内に居住する65歳以上の要介護1～5の認定を受けていない方
- (2) 抽出方法：無作為抽出
- (3) 調査期間：令和3年8月20日～令和3年9月6日
- (4) 調査方法：郵送による配布・回収
- (5) 配布数：8,000
- (6) 回収数：4,554（回答率：56.9%）

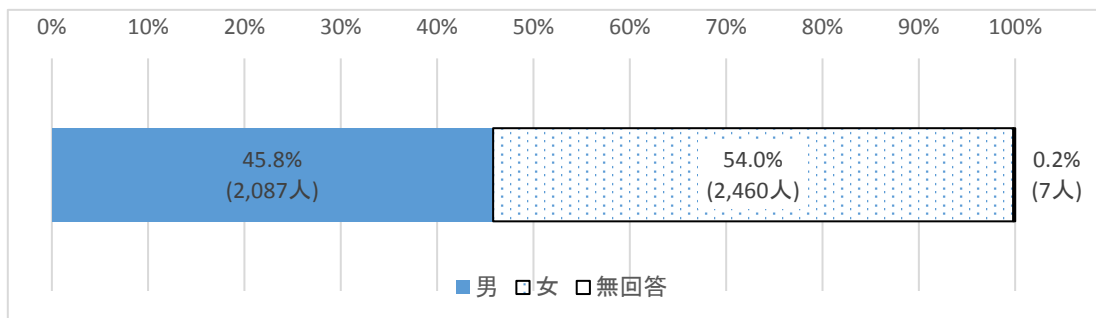
令和3年12月  
大津市 長寿政策課

### 3 調査結果

#### (1) 回答者の属性

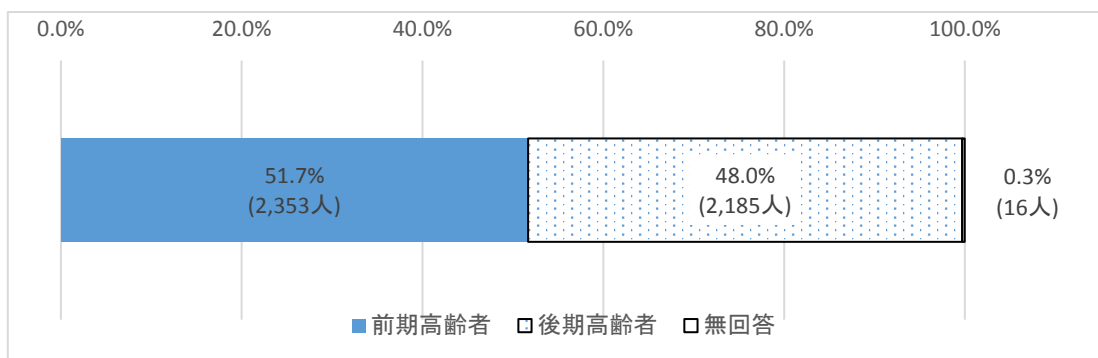
##### ア 性別

性別は、「男性」が45.8%、「女性」が54.0%となっています。



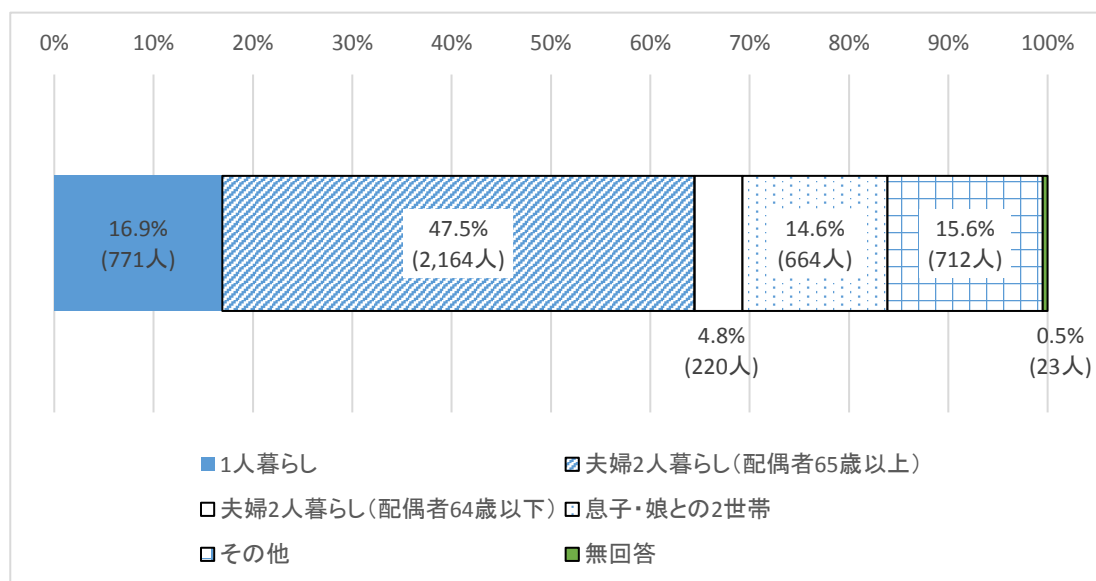
##### イ 前期・後期高齢者

「前期高齢者」が51.7%、「後期高齢者」が48.0%となっています。



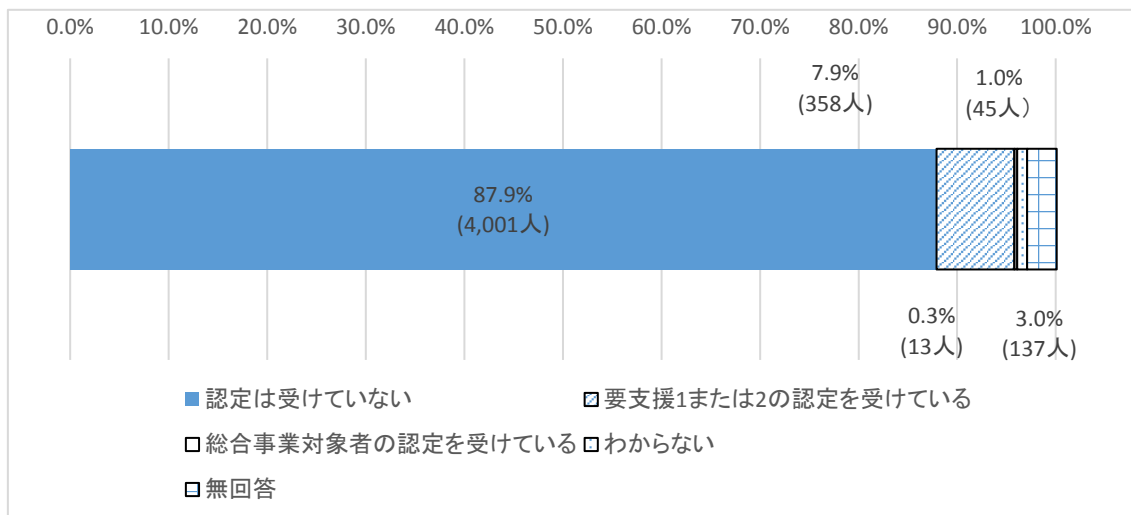
##### ウ 家族構成

家族構成では、「夫婦2人暮らし（配偶者65歳以上）」が47.5%と最も多く、次いで「1人暮らし」、「その他」、「息子・娘との2世帯」の順となっています。



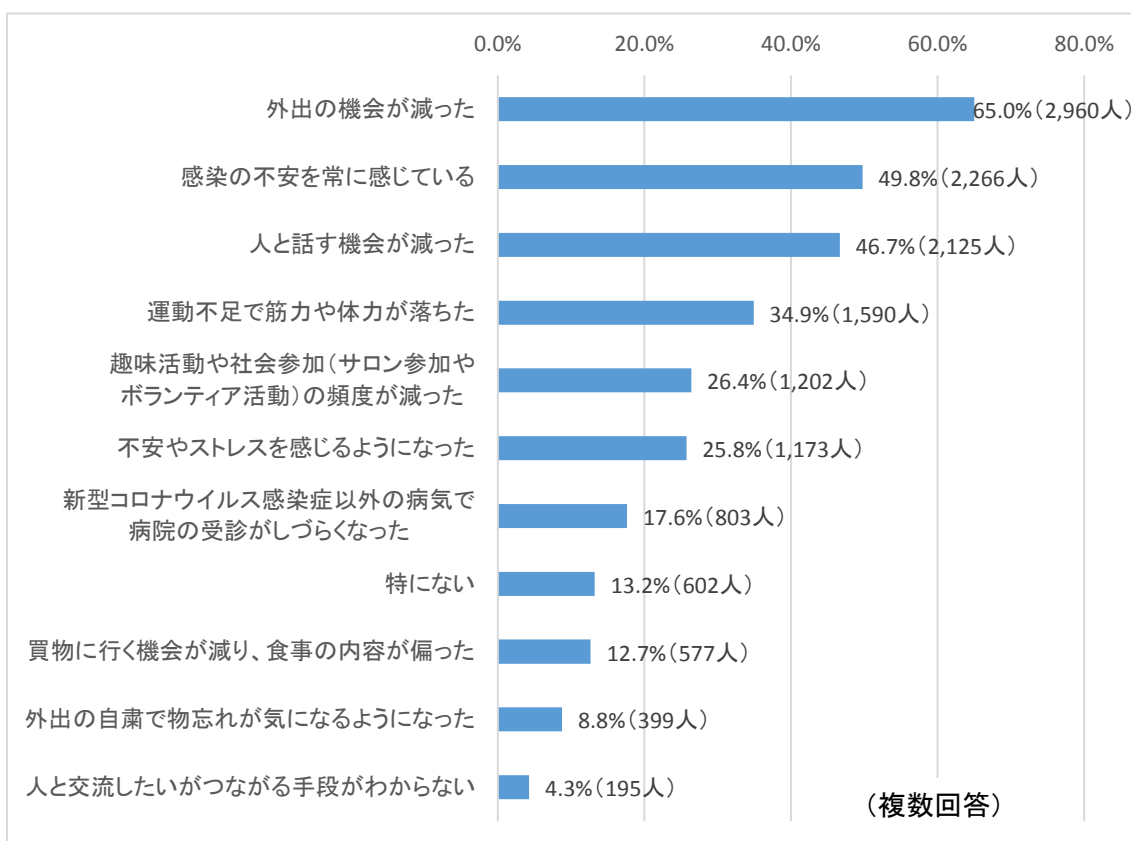
## エ 要介護認定

要介護認定では、「認定は受けていない」が87.9%と最も多く、次いで「要支援1または2の認定を受けている」、「無回答」の順となっています。



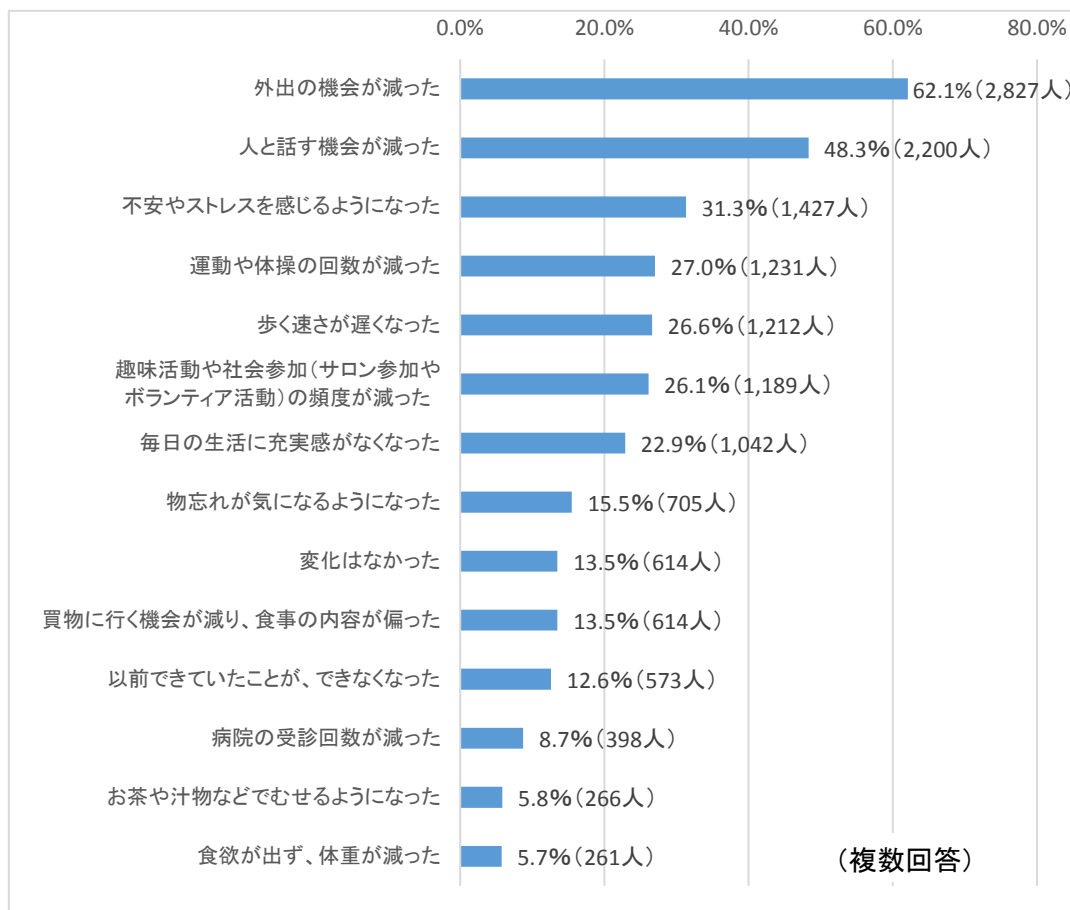
## (2) 新型コロナウイルス感染症が長期間に渡り流行していることでの困りごと

新型コロナウイルス感染症の流行に関する困りごとについては、「外出の機会が減った」と回答した方が6割以上を占めて最も多く、次いで「感染の不安を常に感じている」、「人と話す機会が減った」、「運動不足で筋力や体力が落ちた」の順に高い割合となっています。



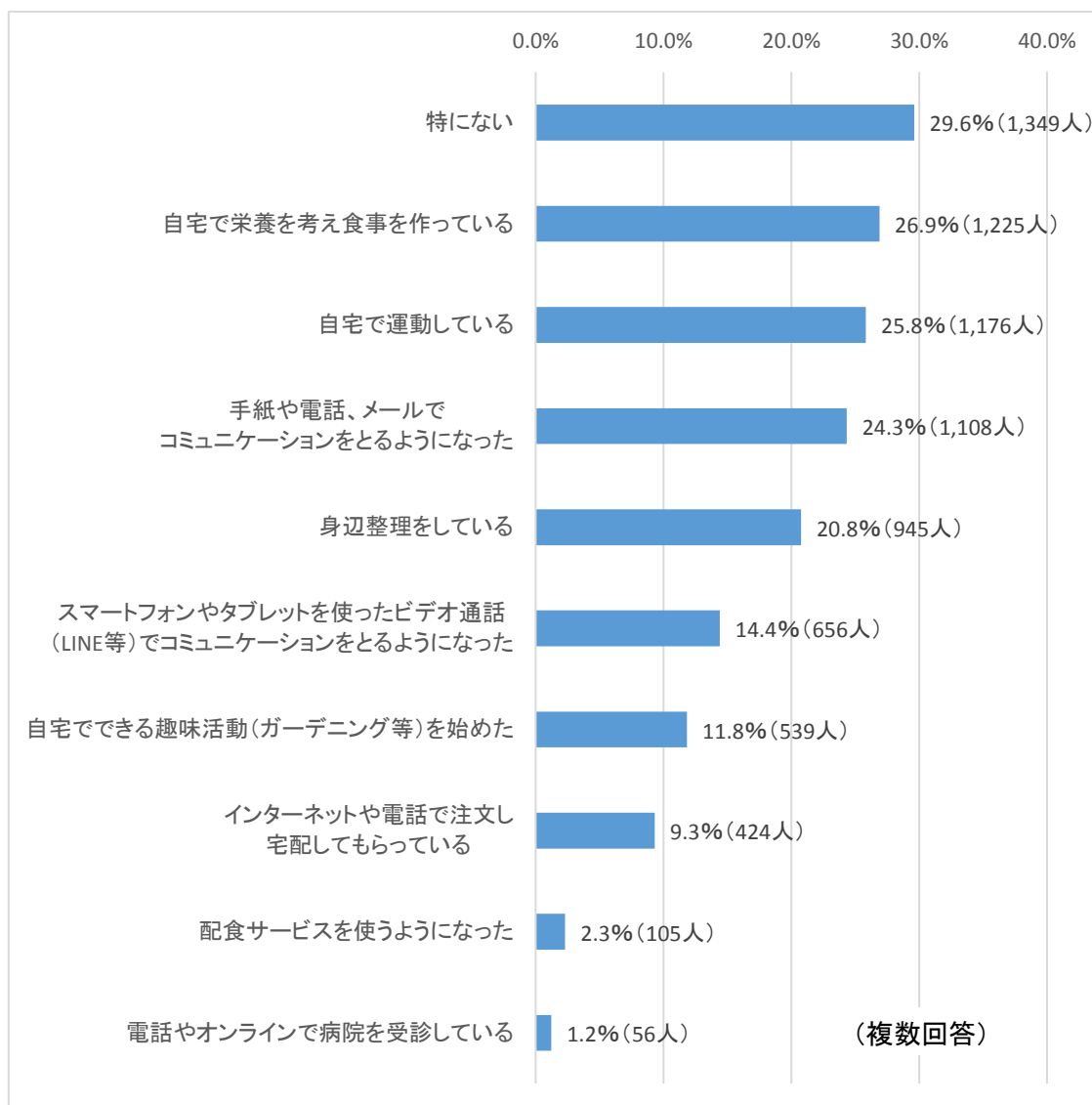
(3) 新型コロナウイルス感染症が流行し、長期間経った、暮らしや体調、気持ちの変化

暮らしや体調、気持ちの変化について、「外出の機会が減った」と回答した方が6割以上を占めて最も多く、次いで「人と話す機会が減った」、「不安やストレスを感じるようになった」「運動や体操の回数が減った」の順に高い割合となっています。



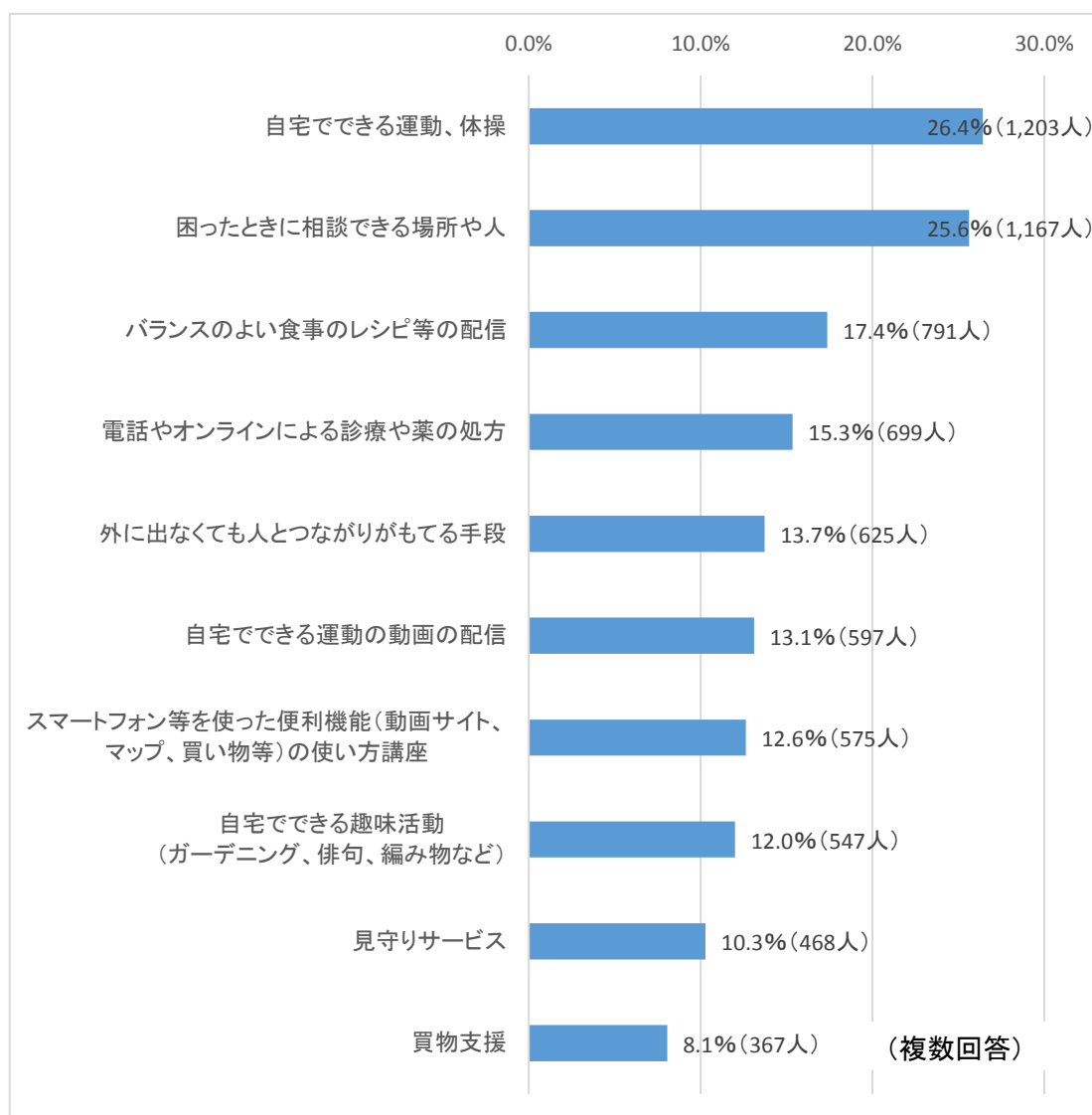
#### (4) 自粛生活のなかで、新たに行なっていること、工夫していること

新たに行なっていること、工夫していることについては、「特にない」と回答した方が 29.6%と最も多く、次いで「自宅で栄養を考え食事を作っている」、「自宅で運動している」、「手紙や電話、メールでコミュニケーションをとるようになった」の順に高い割合となっています。



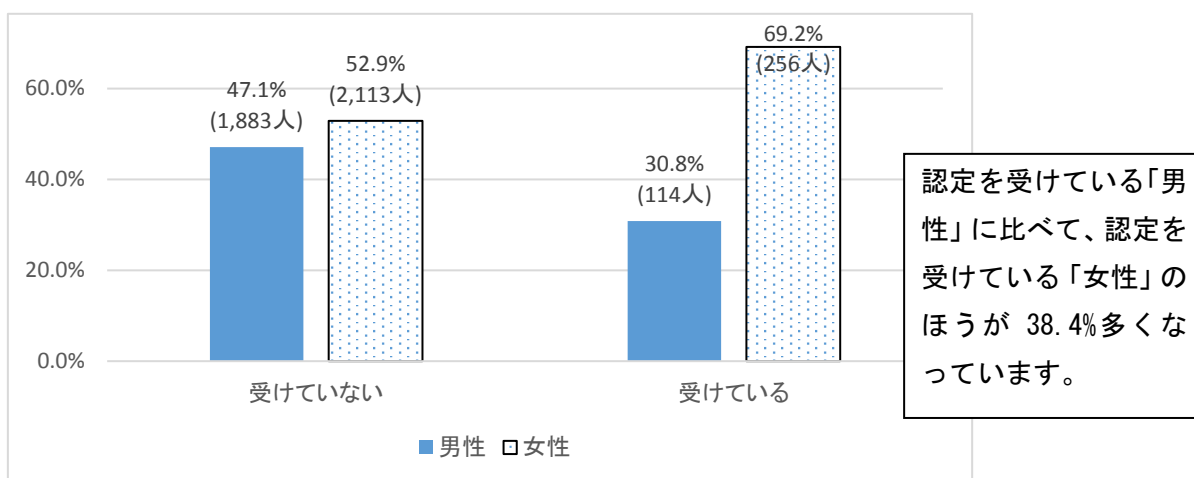
(5) 新型コロナウイルス感染症の流行以降、暮らしのあり方が変化したなかで、今後このようなサービスがあればよいと思うこと

今後このようなサービスがあればよいと思うことについては、「自宅でできる運動、体操」と回答した方が2.5割以上を占めて最も多く、次いで「困ったときに相談できる場所や人」、「バランスのよい食事のレシピ等の配信」、「電話やオンラインによる診療や薬の処方」の順に高い割合となっています。

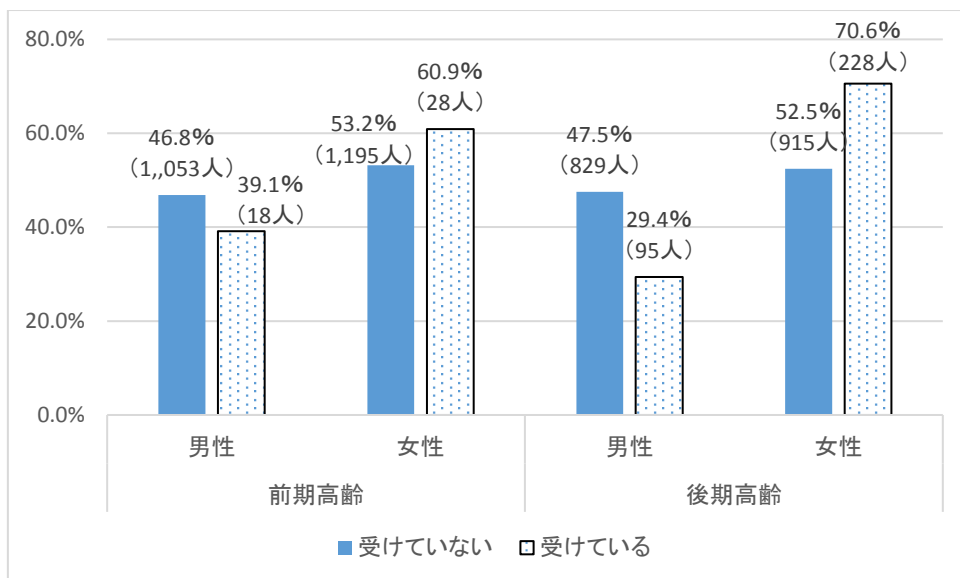


【クロス集計の結果】

○性別×要支援・事業対象者の認定



○性別×前期・後期高齢者×要支援・事業対象者の認定

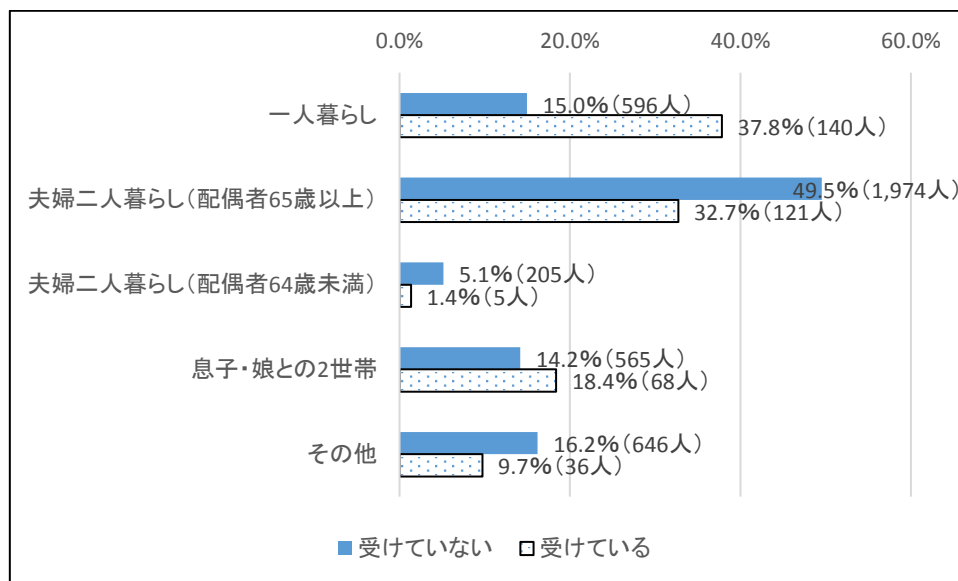


前期・後期高齢者ともに認定を受けている「女性」の割合が認定を受けていない「女性」に比べて高くなっています（それぞれ 7.7%、18.1% 高くなっています）。しかし、前期・後期高齢者ともに認定を受けている「男性」の割合が認定を受けていない「男性」に比べて低くなっています（それぞれ 7.7%、18.1% 低くなっています）。

※クロス集計のため合計が回収数と合致しない場合があります

※「認定を受けている」：アンケートの質問に対して「要支援1または2の認定を受けている」又は「総合事業対象者の認定を受けている」と答えた方です

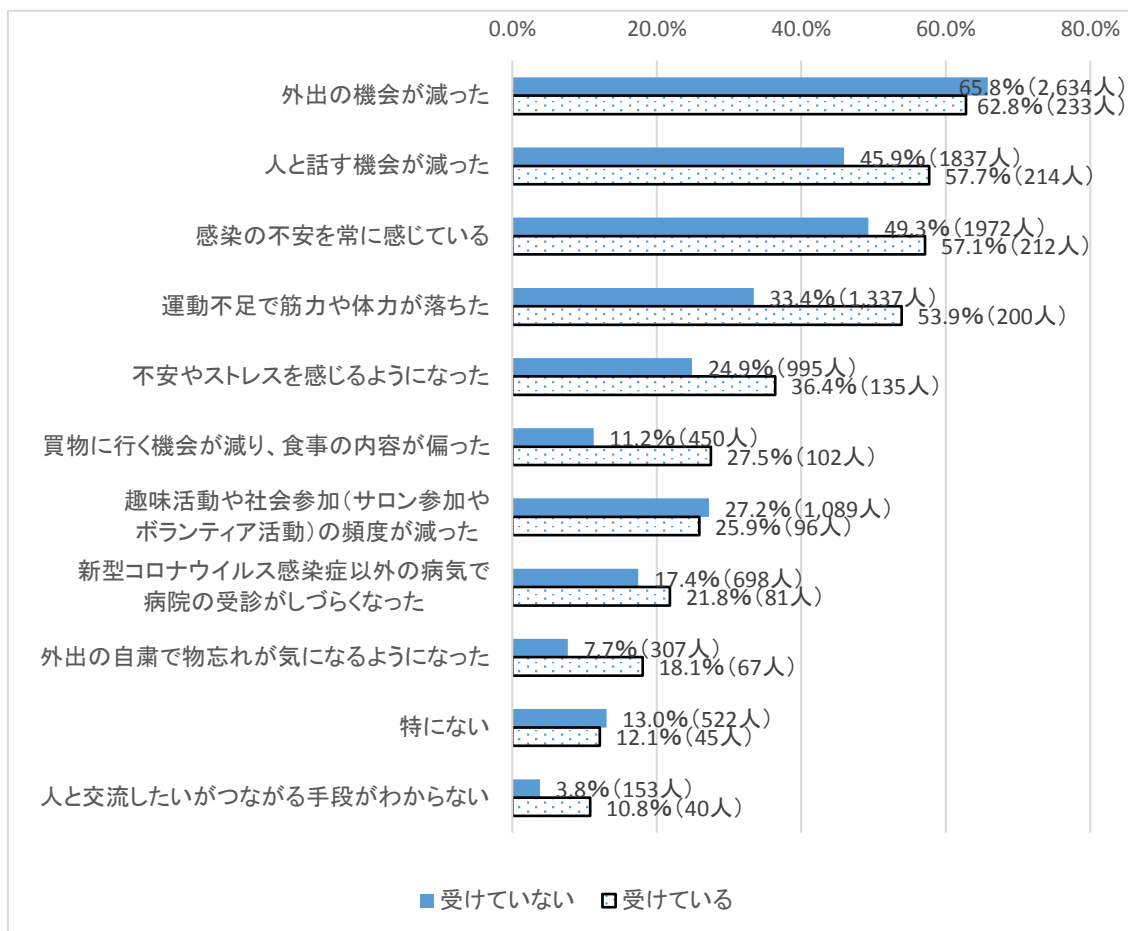
○家族構成×要支援・事業対象者の認定



認定を受けている対象者で、「一人暮らし」と回答した者の割合が同居している配偶者や親族がいる方に比べて最も多くなっています。一方で、認定を受けていない対象者で、「夫婦二人暮らし（配偶者 65 歳以上）」と回答した方の割合が最も多くなっています。



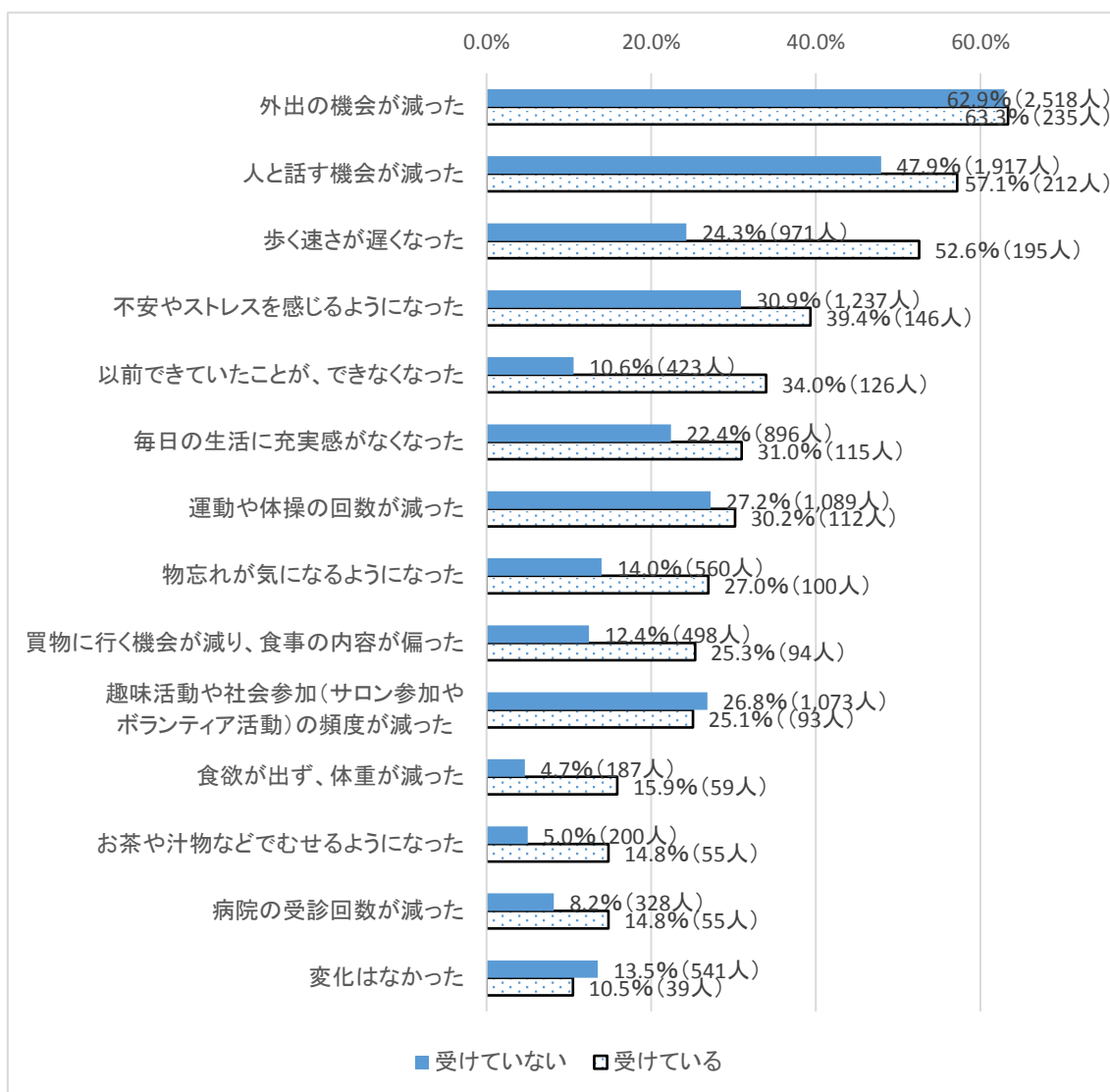
## ○困りごと×要支援・事業対象者の認定



認定を受けている対象者で、「外出の機会が減った」と回答した者の割合が最も多くなっています。次いで「人と話す機会が減った」、「感染の不安を常に感じている」の順に高い割合となっています。一方で、認定を受けていない対象者では、「外出の機会が減った」と回答した者の割合が最も多く、次いで「感染の不安を常に感じている」、「人と話す機会が減った」の順に高い割合となっています。

また、「運動不足で筋力や体力が落ちた」という質問に対してはいと回答した認定を受けている者の割合が認定を受けていない者の割合よりも多くなっています。「買い物に行く機会が減り、食事の内容が偏った」、「外出の自粛で物忘れが気になるようになった」、「人と交流したいがつながる手段がわからない」の質問に対しても同様の結果が得られました。

○暮らしや体調、気持ちの変化×要支援・事業対象者の認定



認定を受けている対象者で、「外出の機会が減った」と回答した者の割合が最も多くなっています。次いで「人と話す機会が減った」、「歩く速度が遅くなった」の順に高い割合となっています。一方で、認定を受けていない対象者で、「外出の機会が減った」と回答した者の割合が最も多くなっています。次いで「人と話す機会が減った」、「不安やストレスを感じるようになった」の順に高い割合となっています。

また、「歩く速度が遅くなった」の質問に対してはいと回答した認定を受けている者の割合が認定を受けていない者の割合よりも多くなっています。「以前できていたことが、できなくなった」、「買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った」、「食欲が出ず、体重が減った」、「お茶や汁物などでむせるようになった」の質問に対しても同様の結果が得られました。

○新たに行なっていること、工夫していること×要支援・事業対象者の認定

	受けている	受けていない
自宅で栄養を考え食事を作っている	32.1% (1位)	26.5% (2位)
手紙や電話、メールでコミュニケーションをとるようになった	29.4% (2位)	24.1%
自宅で運動している	28.8% (3位)	25.4% (3位)
特にない	27.8%	29.6% (1位)
身辺整理をしている	25.1%	20.5%
インターネットや電話で注文し宅配してもらっている	13.2%	9.2%
自宅でできる趣味活動（ガーデニング等）を始めた	9.2%	12.1%
配食サービスを使うようになった	9.2%	1.7%
スマートフォンやタブレットを使ったビデオ通話（LINE等）でコミュニケーションをとるようになった	8.9%	15.2%
電話やオンラインで病院を受診している	2.4%	1.1%

認定を受けている対象者における回答の上位3つは、「自宅で栄養を考え食事を作っている」、「手紙や電話、メールでコミュニケーションをとるようになった」、「自宅で運動している」でした。一方で、認定を受けていない対象者における回答の上位3つは、「特にない」、「自宅で栄養を考え食事を作っている」、「自宅で運動している」でした。

○あるとよい活動やサービス×要支援・事業対象者の認定

	受けている	受けていない
自宅でできる運動、体操	34.0% (1位)	26.0% (1位)
困ったときに相談できる場所や人	28.6% (2位)	25.6% (2位)
バランスのよい食事のレシピ等の配信	19.4% (3位)	17.4% (3位)
外に出なくても人とつながりがもてる手段	18.3%	13.5%
買物支援	18.1%	7.3%
見守りサービス	15.4%	9.8%
電話やオンラインによる診療や薬の処方	12.9%	15.7%
自宅でできる運動の動画の配信	12.9%	13.3%
自宅でできる趣味活動（ガーデニング、俳句、編み物など）	10.0%	12.1%
スマートフォン等を使った便利機能（動画サイト、マップ、買い物等）の使い方講座	9.4%	13.3%

認定を受けている対象者と受けていない対象者ともに上位3つは、「自宅でできる運動、体操」、「困ったときに相談できる場所や人」、「バランスのよい食事のレシピ等の配信」でした。

○困りごと×家族構成

	一人暮らし	夫婦二人暮らし (配偶者 65 歳以上)	夫婦二人暮らし (配偶者 64 歳未満)	息子・娘との 2 世帯	その他
外出の機会が減った	62.3%	67.8%	67.3%	60.2%	63.3%
人と話す機会が減った	49.7%	49.1%	38.2%	44.3%	40.7%
感染の不安を常に感じている	47.9%	51.0%	47.7%	49.2%	49.4%
運動不足で筋力や体力が落ちた	40.3%	35.2%	28.6%	35.8%	29.5%
不安やストレスを感じるようになった	28.3%	26.7%	20.9%	22.9%	23.6%
趣味活動や社会参加（サロン参加やボランティア活動）の頻度が減った	25.6%	29.3%	24.1%	24.7%	20.9%
買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った	18.3%	13.1%	7.3%	11.7%	7.9%
新型コロナウイルス感染症以外の病気で病院の受診がしづらくなった	17.3%	18.8%	14.1%	19.0%	14.7%
特にない	13.4%	12.7%	11.8%	14.9%	13.6%
外出の自粛で物忘れが気になるようになった	11.9%	7.9%	6.4%	9.6%	7.7%
人と交流したいがつながる手段がわからない	6.4%	4.1%	4.5%	4.2%	2.5%

「外出の機会が減った」と回答した割合は夫婦二人暮らし（配偶者 65 歳以上）、夫婦二人暮らし（配偶者 64 歳未満）の順に多くなっています。「運動不足で筋力や体力が落ちた」と回答した一人暮らしの割合が同居している配偶者や親族がいる方に比べて最も多くなっています。また、「人と話す機会が減った」、「不安やストレスを感じるようになった」、「買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った」、「外出の自粛で物忘れが気になるようになった」、「人と交流したいがつながる手段がわからない」の質問についてもはいと回答した一人暮らしの割合は他の世帯構成に比べて最も多くなっています。

○暮らしや体調、気持ちの変化×家族構成

	一人暮らし	夫婦二人暮らし (配偶者 65 歳以上)	夫婦二人暮らし (配偶者 64 歳未満)	息子・娘との2世帯	その他
外出の機会が減った	59.9%	64.6%	61.8%	59.2%	59.7%
人と話す機会が減った	51.8%	50.3%	40.0%	48.3%	41.0%
歩く速さが遅くなった	33.7%	25.2%	14.5%	29.7%	23.3%
不安やストレスを感じるようになった	31.8%	31.9%	26.8%	31.0%	30.2%
毎日の生活に充実感がなくなった	26.3%	23.3%	19.5%	20.2%	21.2%
運動や体操の回数が減った	26.2%	29.3%	22.7%	27.1%	22.3%
趣味活動や社会参加（サロン参加やボランティア活動）の頻度が減った	24.9%	28.8%	19.1%	24.7%	22.8%
買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った	20.4%	13.8%	9.5%	10.8%	8.8%
以前できていたことが、できなくなった	18.8%	11.2%	7.7%	12.2%	11.5%
物忘れが気になるようになった	18.7%	14.5%	9.5%	17.5%	14.7%
変化はなかった	14.4%	12.3%	15.9%	14.9%	14.0%
病院の受診回数が減った	10.8%	8.0%	8.6%	8.7%	8.3%
食欲が出ず、体重が減った	10.4%	4.8%	3.2%	5.9%	4.4%
お茶や汁物などでむせるようになった	7.3%	5.4%	6.8%	6.8%	4.1%

「外出の機会が減った」と回答した割合は夫婦二人暮らし（配偶者 65 歳以上）、夫婦二人暮らし（配偶者 64 歳未満）の順に多くなっています。「歩く速さが遅くなった」と回答した一人暮らしの割合が同居している配偶者や親族がいる者に比べて最も多くなっています。また、「人と話す機会が減った」、「毎日の生活に充実感がなくなった」、「買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った」、「以前できていたことが、できなくなった」、「物忘れが気になるようになった」、「食欲が出ず、体重が減った」、「お茶や汁物などでむせるようになった」の質問についてもはいと回答した一人暮らしの割合は他の世帯構成に比べて最も多くなっています。

○困りごと×前期・後期高齢者

	前期高齢	後期高齢
外出の機会が減った	66.5%	63.2%
感染の不安を常に感じている	48.7%	51.0%
人と話す機会が減った	44.3%	49.6%
運動不足で筋力や体力が落ちた	30.4%	40.6%
趣味活動や社会参加（サロン参加やボランティア活動）の頻度が減った	26.2%	26.6%
不安やストレスを感じるようになった	26.1%	25.3%
新型コロナウイルス感染症以外の病気で病院の受診がしづらくなった	19.2%	15.6%
特にない	12.5%	14.1%
買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った	10.0%	16.0%
外出の自粛で物忘れが気になるようになった	5.1%	13.3%
人と交流したいがつながる手段がわからない	3.7%	5.0%

前期・後期高齢者ともに「外出の機会が減った」と回答した対象者の割合が最も多く、「感染の不安を常に感じている」、「人と話す機会が減った」の順に高い割合を示しています。また、コロナ感染の影響で「運動不足で筋力や体力が落ちた」ことや「食事の内容が偏った」ことや「物忘れが気になるようになった」と感じている後期高齢者の割合が前期高齢者に比べて多くなっています。

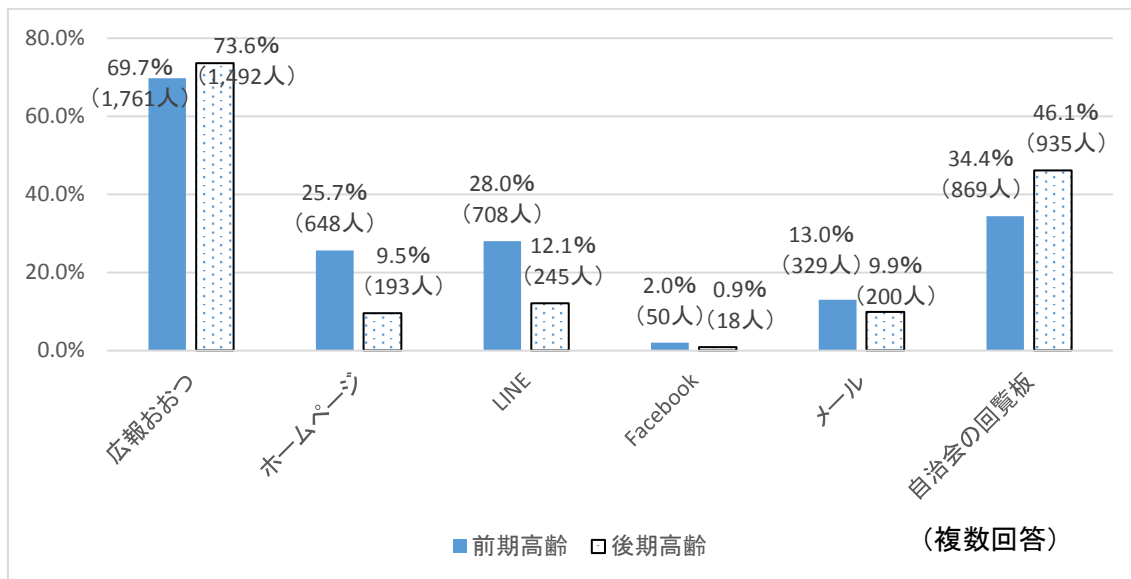
○暮らしや体調、気持ちの変化×前期・後期高齢者

	前期高齢	後期高齢
外出の機会が減った	64.0%	59.7%
人と話す機会が減った	46.0%	51.2%
不安やストレスを感じるようになった	32.4%	30.0%
趣味活動や社会参加（サロン参加やボランティア活動）の頻度が減った	26.1%	26.1%
運動や体操の回数が減った	25.7%	28.7%
毎日の生活に充実感がなくなった	22.6%	23.3%
歩く速さが遅くなった	17.4%	38.1%
変化はなかった	13.2%	13.8%
買物に行く機会が減り、食事の内容が偏った	10.8%	16.8%
物忘れが気になるようになった	9.7%	22.7%
病院の受診回数が減った	9.0%	8.4%
以前できていたことが、できなくなった	8.6%	17.5%
お茶や汁物などでむせるようになった	4.4%	7.7%
食欲が出ず、体重が減った	3.0%	9.1%

前期高齢者は、「外出の機会が減った」と回答した対象者が最も多く、次いで「人と話す機会が減った」、「不安やストレスを感じるようになった」の順に高い割合となっています。後期高齢者は、「外出の機会が減った」と回答した対象者が最も多く、次いで「人と話す機会が減った」、「歩く速さが遅くなった」の順に高い割合を示しました。また、コロナ感染の影響で「歩く速さが遅くなったこと」や「以前できていたことができなくなった」ことを感じている後期高齢者の割合が前期高齢者に比べて多くなっています。



## ○情報発信の場所×前期・後期高齢者



前期・後期高齢者ともに、「広報おおつ」と回答した対象者が最も多く、「自治会の回覧板」、「LINE」の順に高い割合を示しました。さらに、後期高齢者は紙媒体で情報を得ている割合が前期高齢者よりも多くなっています。

## 4 考察

新型コロナウイルス感染症の流行によって本調査の対象者は感染の不安やストレスを感じるようになっただけでなく、筋力や体力が落ちたと感じる者も多いことが明らかになりました。これは、外出頻度の低下による活動量の低下や食欲の低下による体重や筋肉量の減少が考えられます。中でも要支援・事業対象者の認定を受けている対象者や一人暮らし高齢者において筋力や体力の低下また歩く速さが遅くなったと感じる割合が多かったことから、よりコロナによる影響を大きく受けやすいことが考えられます。

一方で、自粛生活のなかで、新たにおこなっていること、工夫していることとして、「自宅で栄養を考え食事を作っている」、「自宅で運動している」といった回答が約 30%程度あるなど高齢者自身の取組も明らかになりました。

## 5 アンケート調査を踏まえた今後の対応について

今回のアンケート調査を踏まえ、対象者に応じて、栄養について学んでもらう機会の提供や高齢者向けレシピの紹介、運動や口腔機能向上に向けた教室の実施など、参加者がそれぞれに応じたフレイル予防や健康づくりを継続できるよう事業に取り組んでいきます。