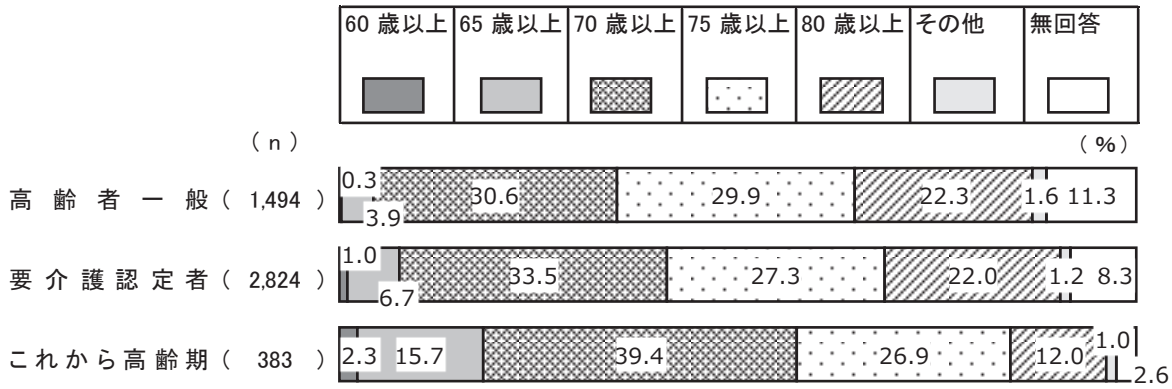
６　社会参加

（１）高齢者だと思う年齢

○いずれの調査においても、「70 歳以上」が最も高く、約３～４割となっている。
○高齢者一般、要介護認定者では、「80 歳以上」が２割超となっている。
○“75 歳以上”　（「75 歳以上」と「80 歳以上」の合計）は、高齢者一般で５割超、要介護認定者で約５割、これから高齢期で４割近くであった。

■高齢者だと思う年齢



【経年比較】

○平成 25 年度の調査結果と比較すると、平成 28 年度の調査結果は「75 歳以上」が高齢者一般では５割超、これから高齢期では４割近くと、いずれもポイントが高くなっている。

■高齢者だと思う年齢

＜高齢者一般：経年比較＞

（％）

	n	60歳以上	65歳以上	70歳以上	75歳以上	その他	無回答
平成28年度	1,494	0.3	3.9	30.6	52.2	1.6	11.3
平成25年度	1,583	0.5	7.6	42.1	41.2	6.1	2.5

＜これから高齢期：経年比較＞

（％）

	n	60歳以上	65歳以上	70歳以上	75歳以上	その他	無回答
平成28年度	383	2.3	15.7	39.4	38.9	1.0	2.6
平成25年度	450	2.7	20.0	44.2	28.7	3.3	1.1

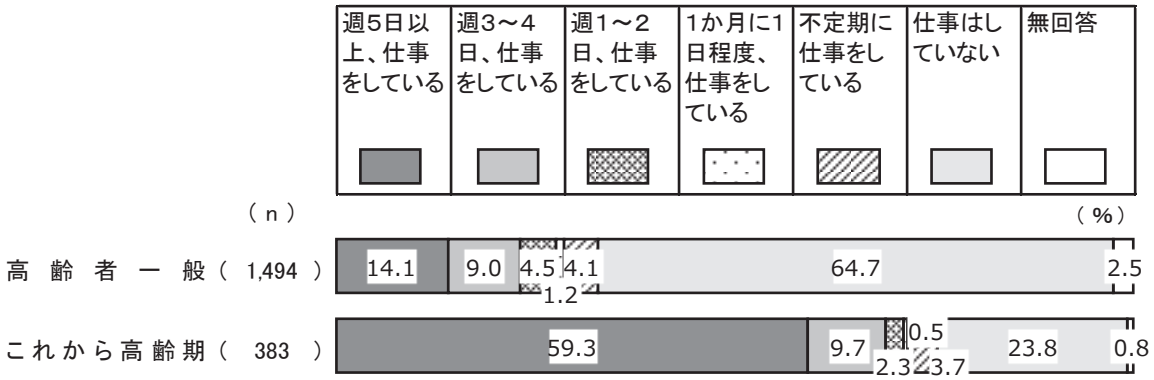
※　平成 25 年度の調査は「80 歳以上」を聞いていないため、「75 歳以上」として再集計を行った

（２）就労状況

①　就労状況

○“仕事をしている”（「仕事はしていない」を除く）人は、高齢者一般で 32.9%、これから高齢期で 75.5%であった。

■就労状況



【高齢者一般】

○年代別にみると、『前期高齢者』は“仕事をしている”人は５割近くで、『後期高齢者』（約２割）と比べて高い。「週５日以上、仕事をしている」人は、『前期高齢者』では２割超となっている。

■就労状況＜高齢者一般：年代別＞

（%）

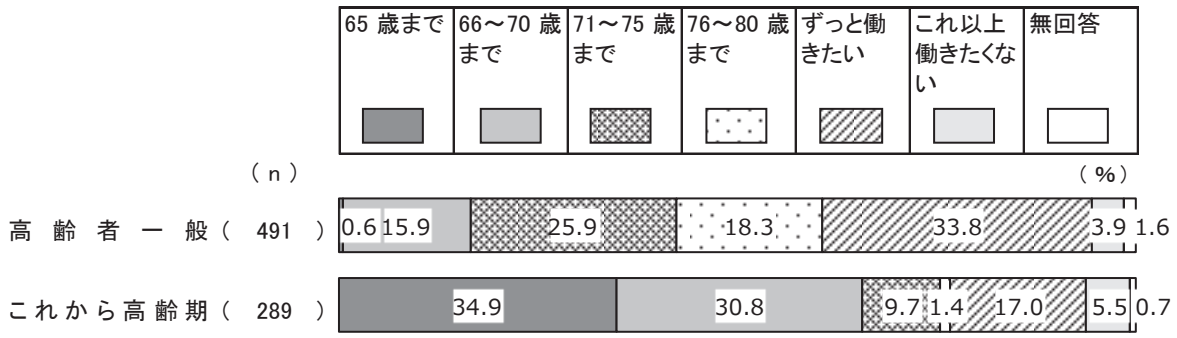
	n	週5日以上、仕事をしている	週3～4日、仕事をしている	週1～2日、仕事をしている	1か月に1日程度、仕事をしている	不定期に仕事をしている	仕事はしていない	無回答
高齢者一般	1,494	14.1	9.0	4.5	1.2	4.1	64.7	2.5
前期高齢者（65-74歳）	661	22.1	13.6	5.4	0.8	5.6	51.6	0.9
後期高齢者（75歳以上）	771	7.3	5.1	3.5	1.4	3.0	76.5	3.2

②　働き続けたい年齢

○“仕事をしている”人の働き続けたい年齢は、高齢者一般では「ずっと働きたい」が最も高く 33.8%であった。

○これから高齢期では、「65 歳まで」が 34.9%、「66～70 歳まで」が 30.8%となっている。

■働き続けたい年齢

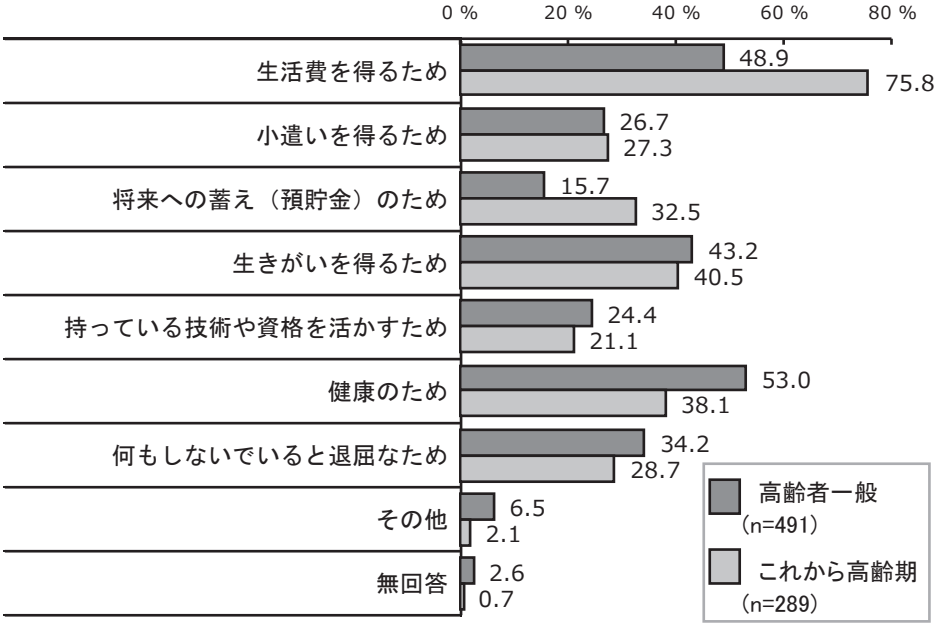


③　働く理由

○“仕事をしている”人の働く理由は、高齢者一般では、「健康のため」（53.0%）が最も高く、「生活費を得るため」（48.9%）、「生きがいを得るため」（43.2%）、「何もしないでいると退屈なため」（34.2%）と続いている。

○これから高齢期では、「生活費を得るため」(75.8%)が最も高く、「生きがいを得るため」(40.5%)、「健康のため」（38.1%）、「将来への蓄え（預貯金）のため」（32.5%）、「何もしないでいると退屈なため」（28.7%）と続いている。

■働く理由（複数回答）



【経年比較】

○平成25年度の調査結果と比較すると、平成28年度の高齢者一般の調査結果は「何もしないでいると退屈なため」が３割超と高くなっている。

■働く理由（複数回答）＜高齢者一般：経年比較＞

（%）

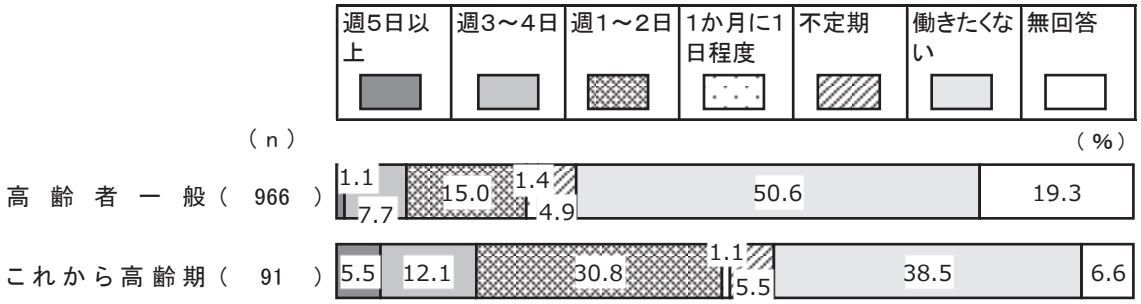
	n	健康のため	生活費を得るため	生きがいを得るため	何もしないでいると退屈なため	小遣いを得るため	持っている技術や資格を活かすため	将来への蓄え（預貯金）のため	その他	無回答
平成28年度	491	53.0	48.9	43.2	34.2	26.7	24.4	15.7	6.5	2.6
平成25年度	486	43.0	47.1	39.9	17.7	20.6	24.5	16.5	4.5	6.4

④　希望する就労の頻度

○仕事はしていないと回答した人の働きたい頻度は、高齢者一般では、「週１～２日」が 15.0%、「不定期」が 4.9%であった。また、「働きたくない」が 50.6%であった。

○これから高齢期では、「週１～２日」が 30.8%、「週３～４日」が 12.1%であった。また、「働きたくない」が 38.5%であった。

■希望する就労の頻度



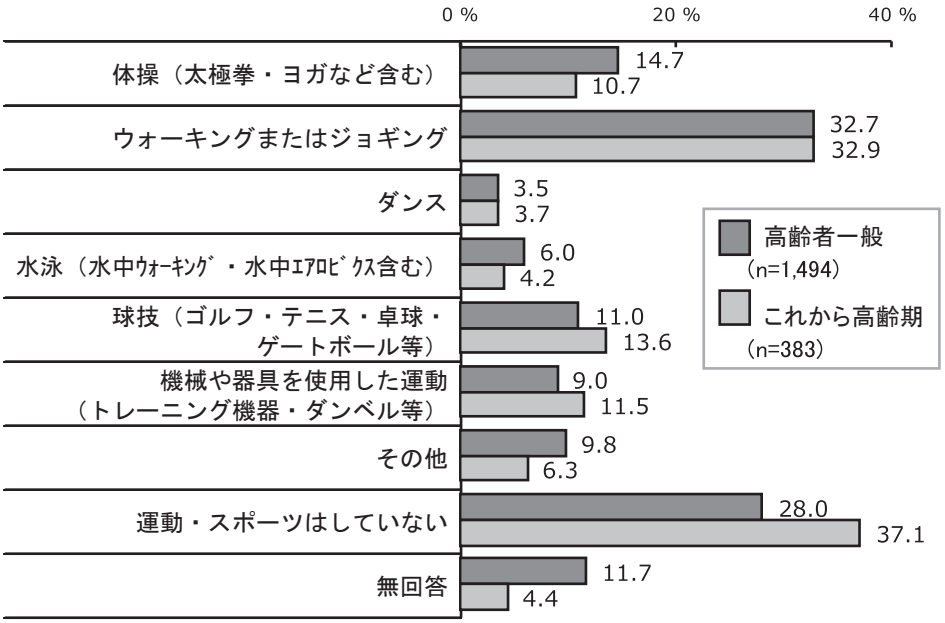
（３）運動やスポーツの取組状況

①　運動やスポーツの取組状況

○何らかの運動・スポーツをしていると回答した人の取り組んでいる運動やスポーツは、いずれの調査においても「ウォーキングまたはジョギング」が最も高く、高齢者一般で 32.7%、これから高齢期で 32.9%であった。

○「運動・スポーツはしていない」は、高齢者一般で 28.0%、これから高齢期で 37.1%であった。

■運動やスポーツの取組状況（複数回答）



【高齢者一般】

○性別にみると、『男性』は「ウォーキングまたはジョギング」（４割超）、「球技（ゴルフ・テニス・卓球・ゲートボール等）」（２割近く）が『女性』と比べて高い。『女性』は「体操（太極拳・ヨガなど含む）」（２割近く）が『男性』と比べて高い。

■運動やスポーツの取組状況（複数回答）＜高齢者一般：性別＞

（%）

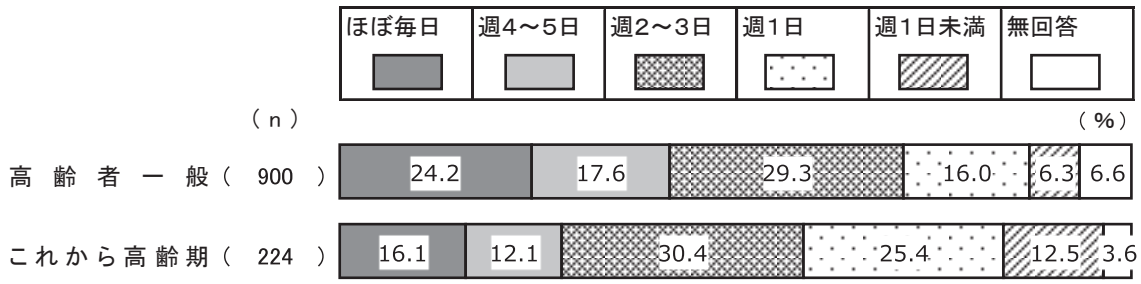
	n	ウォーキングまたはジョギング	体操（太極拳・ヨガなど含む）	球技（ゴルフ・テニス・卓球・ゲートボール等）	機械や器具を使用した運動（トレーニング機器・ダンベル等）	水泳（水中ウォーキング・水中エアロビクス含む）	ダンス	その他	運動・スポーツはしていない	無回答
高齢者一般	1,494	32.7	14.7	11.0	9.0	6.0	3.5	9.8	28.0	11.7
男性	615	42.3	10.1	17.4	9.4	4.6	2.3	8.6	28.8	8.5
女性	834	26.5	18.6	6.7	9.0	7.3	4.4	10.8	27.1	13.5

② 運動やスポーツの取組頻度

○何らかの運動・スポーツをしていると回答した人の取組頻度は、高齢者一般では、「ほぼ毎日」が24.2%、「週４～５日」が17.6%、「週２～３日」が29.3%、「週１日」が16.0%、「週１日未満」が6.3%であった。

○これから高齢期では、「ほぼ毎日」が16.1%、「週４～５日」が12.1%、「週２～３日」が30.4%、「週１日」が25.4%、「週１日未満」が12.5%であった。

■運動やスポーツの取組頻度



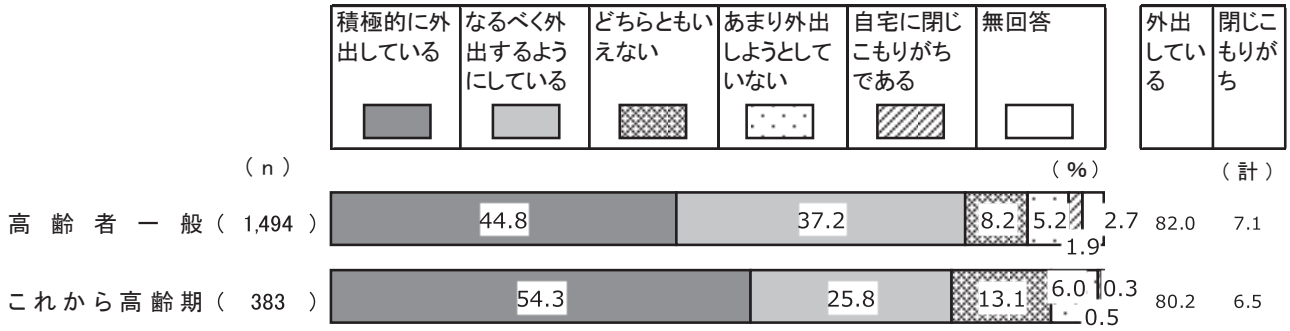
（4）外出状況

① 外出に対する積極性

○いずれの調査においても「積極的に外出している」が最も高く、高齢者一般で44.8%、これから高齢期で54.3%であった。

○「自宅に閉じこもりがちである」は、高齢者一般で1.9%、これから高齢期で0.5%であった。

■外出に対する積極性



※ “外出している”は、「積極的に外出している」と「なるべく外出するようにしている」の合計

【高齢者一般】

○情報機器の利用別にみると、各情報機器を利用している人の方が“外出している”が高い。

■外出に対する積極性＜高齢者一般：パソコン利用別＞

（%）

	n	積極的に外出している	なるべく外出するようにしている	どちらともいえない	あまり外出しようとしていない	自宅に閉じこもりがちである	無回答	（計）外出している	（計）閉じこもりがち
高齢者一般	1,494	44.8	37.2	8.2	5.2	1.9	2.7	82.0	7.1
パソコンを使う	411	57.2	31.1	5.6	3.2	1.2	1.7	88.3	4.4
パソコンを使わない	715	39.4	39.3	10.5	6.3	2.0	2.5	78.7	8.3

■外出に対する積極性＜高齢者一般：スマートフォン利用別＞

（%）

	n	積極的に外出している	なるべく外出するようにしている	どちらともいえない	あまり外出しようとしていない	自宅に閉じこもりがちである	無回答	（計）外出している	（計）閉じこもりがち
高齢者一般	1,494	44.8	37.2	8.2	5.2	1.9	2.7	82.0	7.1
スマートフォンを使う	262	58.0	34.7	4.2	1.5	0.4	1.1	92.7	1.9
ｽﾏｰﾄﾌｫﾝを使わない	824	41.6	37.4	9.8	6.4	2.1	2.7	79.0	8.5

■外出に対する積極性＜高齢者一般：携帯電話利用別＞

（%）

	n	積極的に外出している	なるべく外出するようにしている	どちらともいえない	あまり外出しようとしていない	自宅に閉じこもりがちである	無回答	（計）外出している	（計）閉じこもりがち
高齢者一般	1,494	44.8	37.2	8.2	5.2	1.9	2.7	82.0	7.1
携帯電話を使う	738	50.7	36.6	6.2	3.1	1.1	2.3	87.3	4.2
携帯電話を使わない	432	36.8	37.0	12.0	9.0	2.5	2.5	73.8	11.6

■外出に対する積極性＜高齢者一般：タブレット型端末利用別＞

（%）

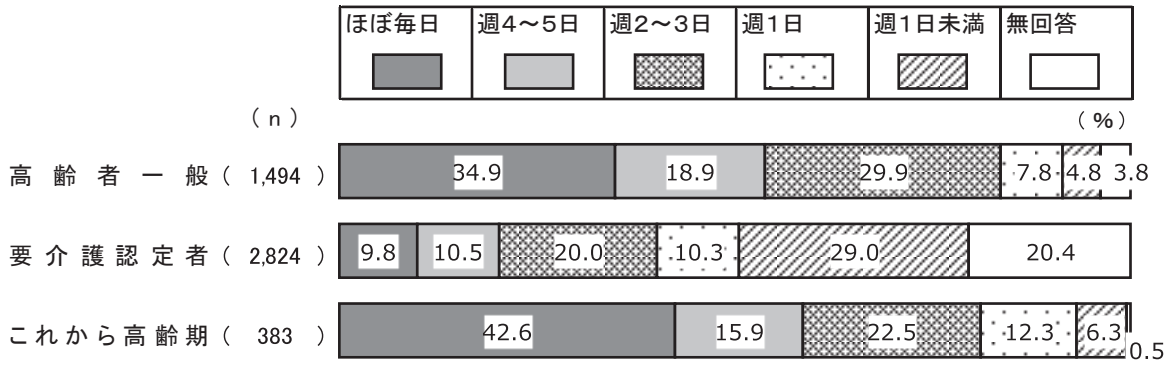
	n	積極的に外出している	なるべく外出するようにしている	どちらともいえない	あまり外出しようとしていない	自宅に閉じこもりがちである	無回答	（計）外出している	（計）閉じこもりがち
高齢者一般	1,494	44.8	37.2	8.2	5.2	1.9	2.7	82.0	7.1
タブレット型端末を使う	129	58.9	29.5	7.8	2.3	－	1.6	88.4	2.3
ﾀﾌﾞﾚｯﾄ型端末を使わない	906	42.8	37.9	9.2	5.7	2.0	2.4	80.7	7.7

② 買物で外出する頻度

○“週１日以上外出している”人は、高齢者一般で 91.4%、要介護認定者で 50.6%、これから高齢期で 93.2%であった。

○「週１日未満」は、高齢者一般で 4.8%、要介護認定者で 29.0%、これから高齢期で 6.3%であった。

■買物で外出する頻度

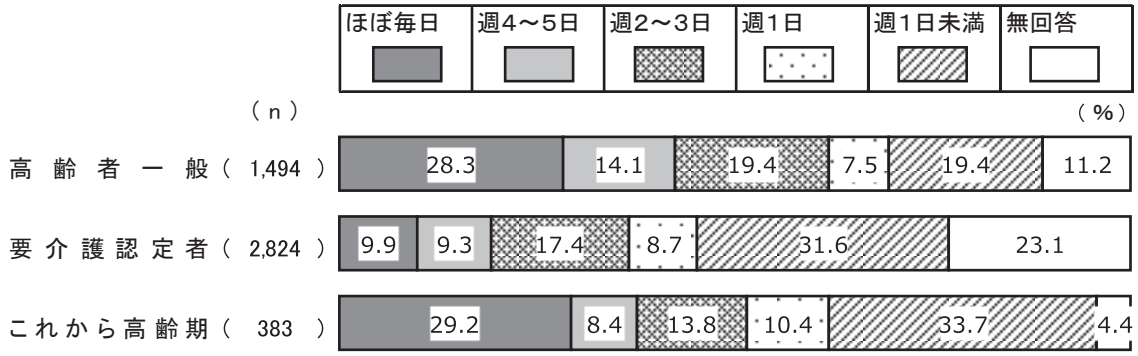


③ 散歩で外出する頻度

○“週１日以上外出している”人は、高齢者一般で 69.3%、要介護認定者で 45.3%、これから高齢期で 61.9%であった。

○「週１日未満」は、高齢者一般で 19.4%、要介護認定者で 31.6%、これから高齢期で 33.7%であった。

■散歩で外出する頻度

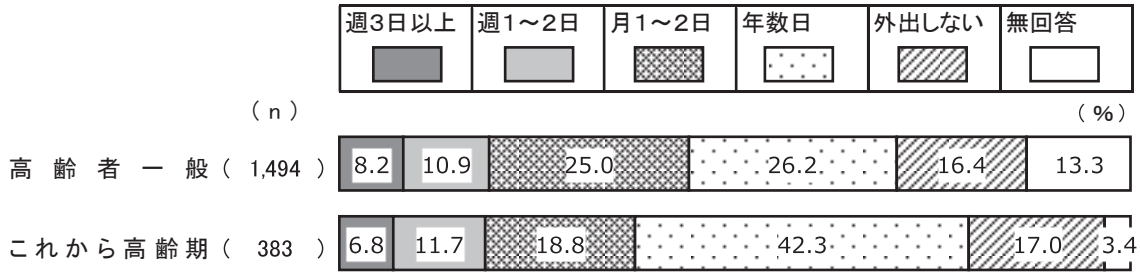


④ 家族・親せきや友人・知人の家を訪れる頻度

○“週１日以上外出している”人は、高齢者一般で 19.1%、これから高齢期で 18.5%であった。

○“週１日未満”は、高齢者一般で 67.7%、これから高齢期で 78.1%であった。

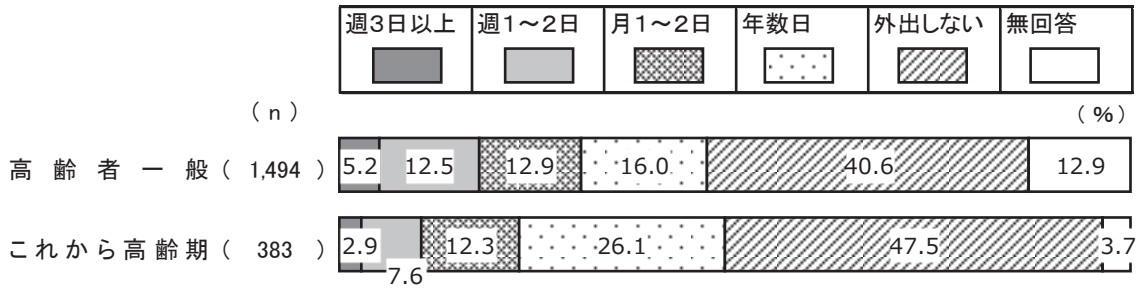
■家族・親せきや友人・知人の家を訪れる頻度



⑤　図書館、体育館、プールなどの区立施設を訪れる頻度

○“週１日以上外出している”人は、高齢者一般で 17.7%、これから高齢期で 10.4%であった。

■図書館、体育館、プールなどの区立施設を訪れる頻度

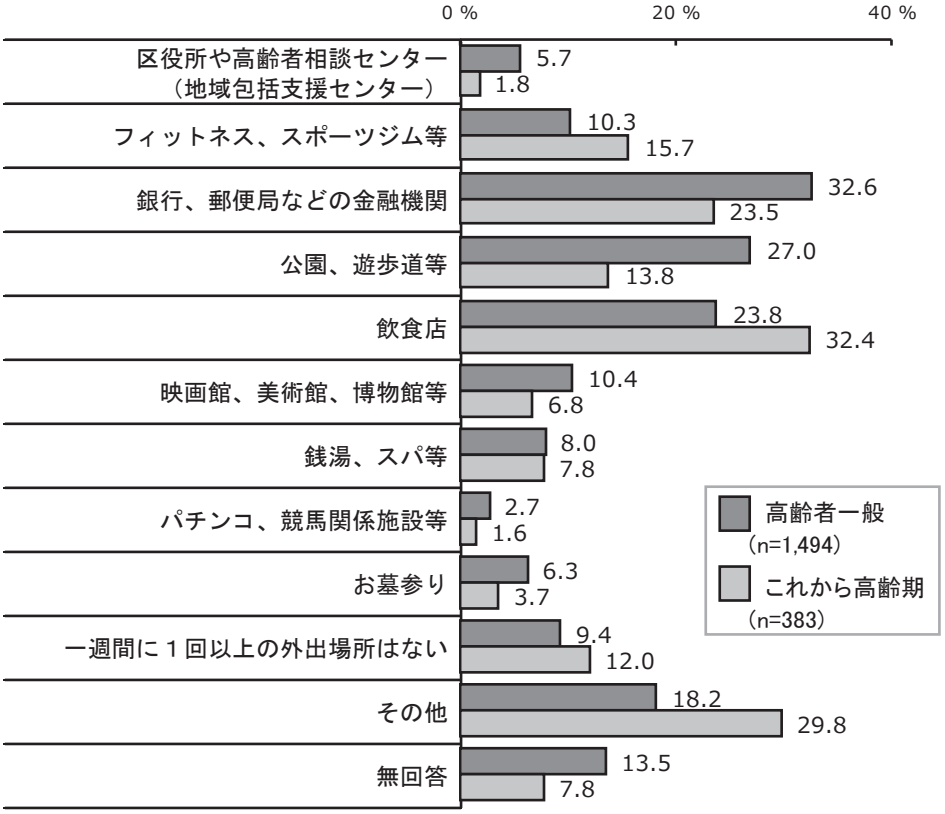


⑥　一週間に１回以上外出する場所

○高齢者一般では、「銀行、郵便局などの金融機関」(32.6%)が最も高く、「公園、遊歩道等」(27.0%)、「飲食店」（23.8%）と続いている。

○これから高齢期では、「飲食店」(32.4%)が最も高く、「銀行、郵便局などの金融機関」(23.5%)、「フィットネス、スポーツジム等」（15.7%）と続いている。

■一週間に１回以上外出する場所（複数回答）



【高齢者一般】

○性別にみると、『男性』の外出場所は「公園、遊歩道等」が３割半ばで、『女性』（２割超）と比べて高い。

■一週間に１回以上外出する場所（複数回答）＜高齢者一般：性別＞

（%）

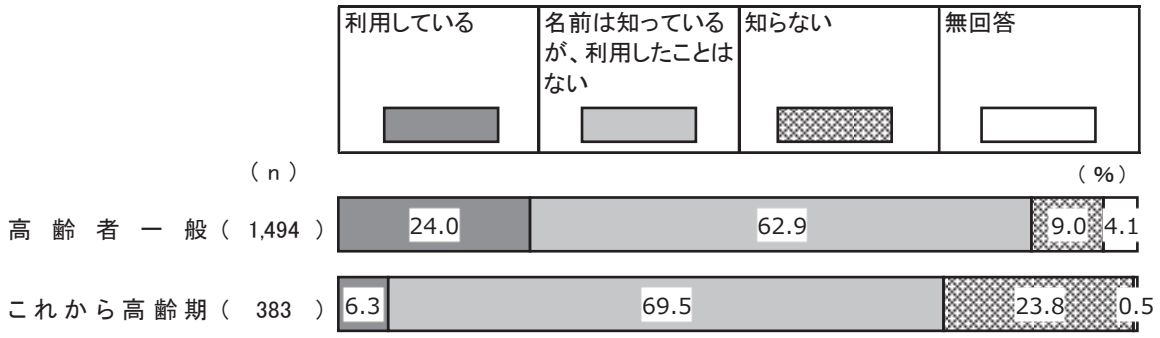
	n	銀行、郵便局などの金融機関	公園、遊歩道等	飲食店	映画館、美術館、博物館等	フィットネス、スポーツジム等	銭湯、スパ等	お墓参り	区役所や高齢者相談センター	パチンコ、競馬関係施設等	一週間に1回以上の外出場所はない	その他	無回答
高齢者一般	1,494	32.6	27.0	23.8	10.4	10.3	8.0	6.3	5.7	2.7	9.4	18.2	13.5
男性	615	28.3	34.5	28.8	9.4	8.0	9.8	4.9	4.1	5.7	8.6	17.7	11.7
女性	834	35.5	21.8	20.0	11.2	12.2	6.7	7.4	7.0	0.6	10.2	19.1	14.1

⑦　高齢者センター・敬老館・地域集会施設の利用状況

○高齢者一般では、「利用している」が 24.0%、「名前は知っているが、利用したことはない」が 62.9%、「知らない」が 9.0%であった。

○これから高齢期では、「利用している」が 6.3%、「名前は知っているが、利用したことはない」が 69.5%、「知らない」が 23.8%であった。

■高齢者センター・敬老館・地域集会施設の利用状況

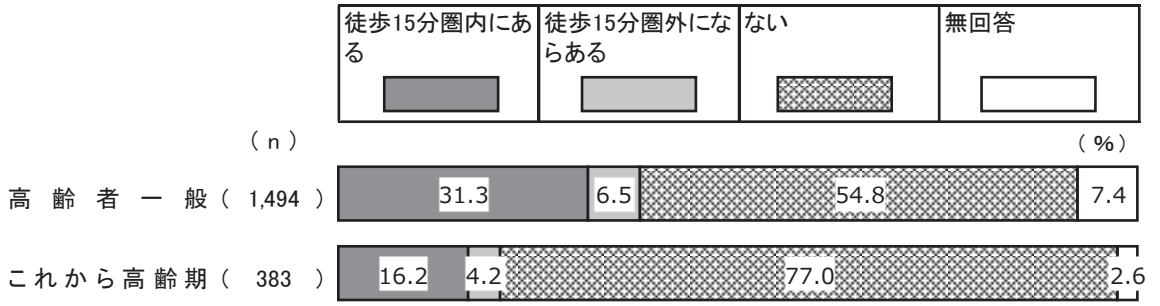


⑧　日中、徒歩圏内で気軽に立ち寄れる場所

○高齢者一般では、「徒歩 15 分圏内にある」が 31.3%、「ない」が 54.8%であった。

○これから高齢期では、「徒歩 15 分圏内にある」が 16.2%、「ない」が 77.0%であった。

■日中、徒歩圏内で気軽に立ち寄れる場所



【高齢者一般】

○近所付き合いの程度別にみると、『何かあったときに助け合える関係』では「徒歩 15 分圏内にある」が５割超で、『ほとんど付き合いはない』（１割半ば）と比べて高く、近所付き合いの程度が深いほど、徒歩圏内に気軽に立ち寄れる場所がある人が多いことが伺える。

■日中、徒歩圏内で気軽に立ち寄れる場所＜高齢者一般：近所付き合いの程度別＞

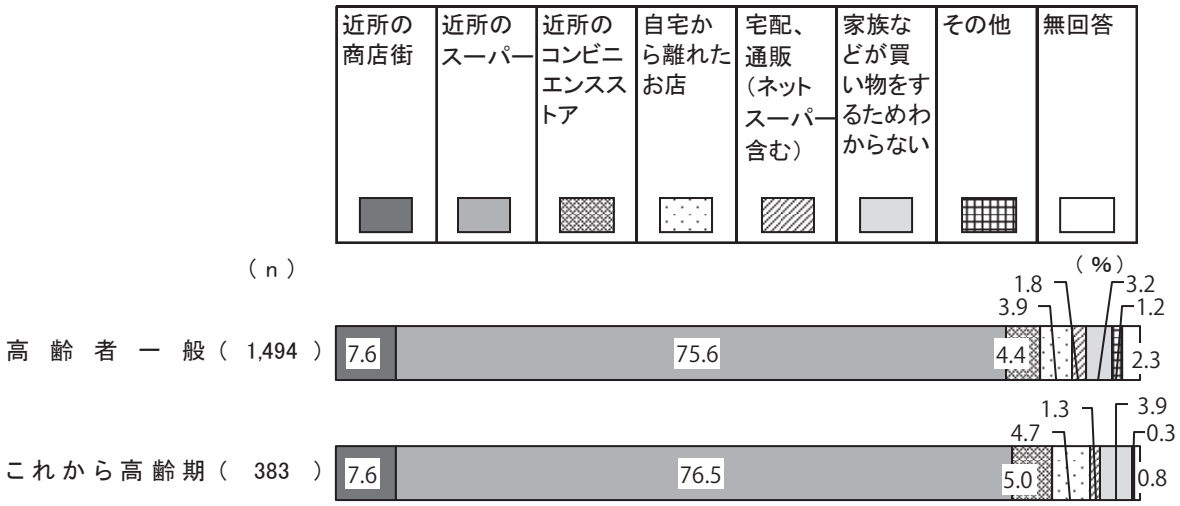
（%）

	n	徒歩15分圏内にある	徒歩15分圏外にある	ない	無回答
高齢者一般	1,494	31.3	6.5	54.8	7.4
何かあったときに助け合える関係	238	51.3	3.8	37.4	7.6
互いに訪問し合う関係	76	57.9	11.8	17.1	13.2
立ち話をする程度	474	31.9	7.0	55.7	5.5
あいさつをする程度	463	20.1	7.3	66.5	6.0
ほとんど付き合いはない	99	14.1	4.0	71.7	10.1
どんな人が住んでいるのか知らない	40	17.5	2.5	80.0	－

⑨　食料品や日用品を買う場所

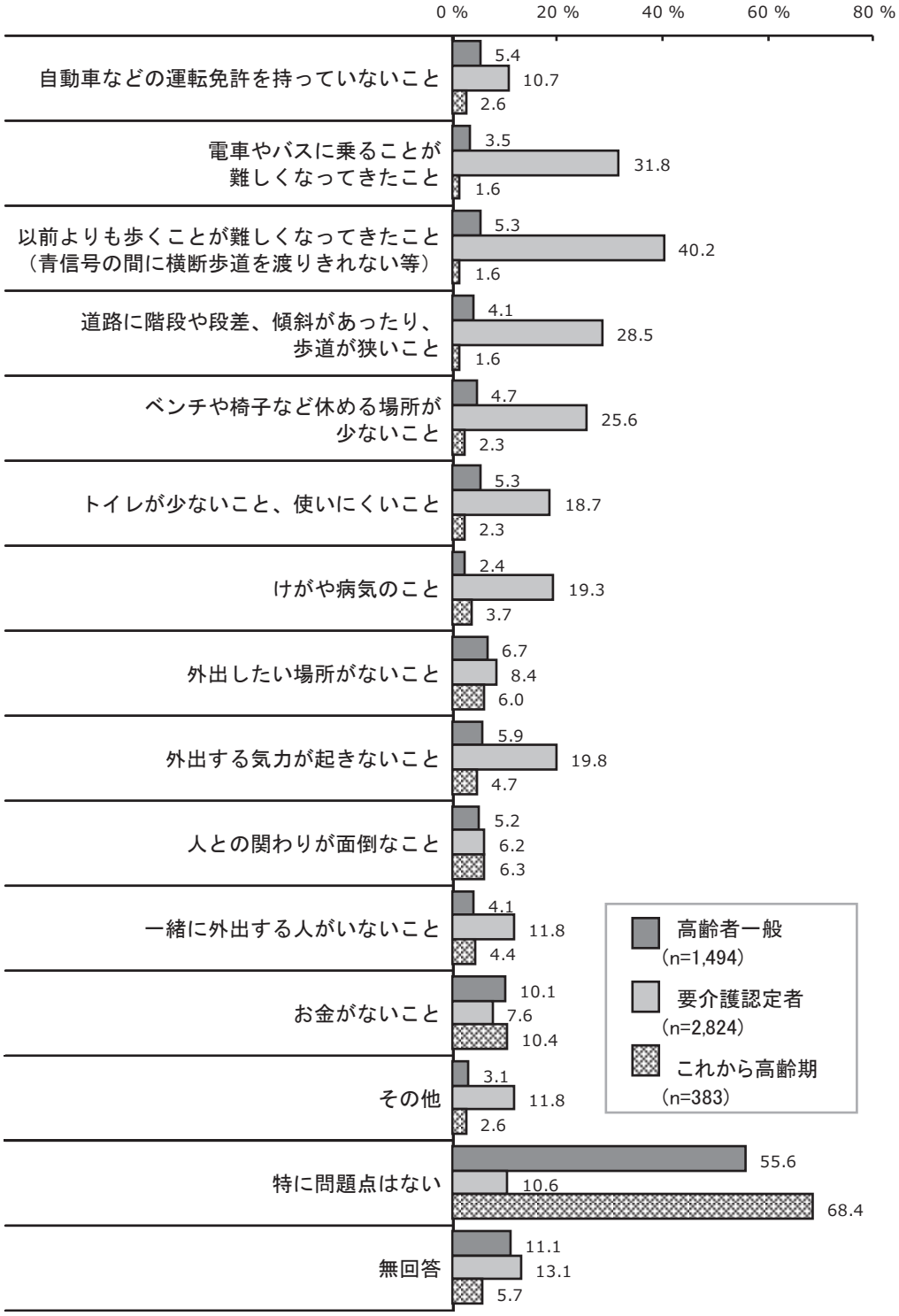
○いずれの調査においても、「近所のスーパー」が最も高く、７割半ばとなっている。

■食料品や日用品を買う場所



⑩　外出をためらってしまうような問題点

○高齢者一般、これから高齢期では、「特に問題点はない」が最も高く、それぞれ 55.6%、68.4%であった。問題点として、「お金がないこと」が１割程度となっている。

○要介護認定者では、「以前よりも歩くことが難しくなってきたこと（青信号の間に横断歩道を渡りきれない等）」が 40.2%で最も高く、次いで、「電車やバスに乗ることが難しくなってきたこと」（31.8%）、「道路に階段や段差、傾斜があったり、歩道が狭いこと」（28.5%）、「ベンチや椅子など休める場所が少ないこと」（25.6%）と続いている。

■外出をためらってしまうような問題点（複数回答）