大阪市高齢者実態調査及び日常生活圏域ニーズ調査の結果（抜粋）

★大阪市高齢者実態調査 日常生活の不安

日常の食事づくり 15.8% 前回調査 10.0%

日常の食事づくりへの不安 男性 17.3% 女性 14.8%

日常の食事づくりへの不安は 前期高齢者 10.8% 後期高齢者 19.5%

と年齢が上がるにつれて不安を感じている

また、在宅継続のための支援では

毎日の食事や掃除・洗濯など家事を手伝ってもらえること 42.2%

特に男性は 45.6% 女性 40.2%と 男性は家事に対しての支援を求める傾向がある

★日常生活圏域ニーズ調査より

・よく会う友人・知人はどんな関係

一般高齢者

近所・同じ地域の人 40.6%

仕事での同僚・元同僚 29.1%

趣味や関心が同じ友人 28.1%

・介護予防についての意識

一般高齢者（各解答男女割合）

①意識していると回答 男性 36.6%（3,733人） 女性 63.4%（6,469人）

②やや意識していると回答 男性 43.2%（5,138人） 女性 56.8%（6,760人）

③あまり意識していないと回答 **男性 58.1%（3,635人）** 女性 41.9%（2,621人）

④意識していないと回答 **男性 67.8%（1,518人）** 女性 32.3%（725人）

男性全体に対する③④の割合 35.8%

女性全体に対する③④の割合 19.3% 男性と女性では約 15 ポイントの差

・介護予防として今後取り組みたいこと

体操や運動により体力を維持する 49.6%

掃除や洗濯、調理など自分でできることは自分でする 48.6%

栄養バランスの取れた食事をとる 47.9%

⇒ 介護予防の取組の上記回答において、男性で「あまり意識していない」、「意識していない」の合計が 5,153 人 そのうち、介護予防として今後取り組みたいこと「栄養バランスの取れた食事をとる」の回答は 36.9% (1,904 人)

・趣味の関係に参加

一般高齢者は、月1～3回が7.2%と参加している回答では多く、あと57.0%は参加していない。月1回程度が参加しやすい傾向にある。

ぜひ参加したい、参加してもよいとする回答が50%

・介護予防として今取り組んでいること

掃除や洗濯、調理など自分でできることは自分でする 72.3%

歯磨きや入れ歯の手入れを行い、口のなかの健康を保つ 67.5%

栄養バランスの取れた食事をとる 61.6%

・自分で食事の用意をしていますか

一般高齢者 (31,779 人) できるし、している 75.8% (24,079)

24,079 人の内訳 ⇒ 男性 32.2% (7,760 人) 女性 67.8% (16,319 人)