

## 認知症の人と家族へのアンケート調査結果について

### 1 要旨・目的

「都道府県認知症施策推進計画」（以下「認知症施策推進計画」という。）の策定に向け、認知症の人と家族の思いを聴き、認知症の人が地域で暮らしていく上での課題等を把握するために実施した「認知症の人と家族へのアンケート調査」について、調査結果を取りまとめたので報告する。

### 2 現状・背景

- 現在、本県の認知症施策の推進に関する計画については、現行の「第9期ひろしま高齢者プラン」において、3年間（令和6年度～令和8年度）の施策を定めている。
- 「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（令和5年法律第65号。以下「法」という。）により、都道府県は、認知症施策推進計画を策定するよう努めることとされており、次期「第10期ひろしま高齢者プラン」の策定に合わせ、同プランと一体的に策定する。
- また、法において、認知症施策推進計画策定に当たっては、あらかじめ、認知症の人及び家族等の意見を聴くよう努めることとされている。

### 3 概要

#### (1) 調査対象

認知症の人（本人） 68人

認知症の人の家族（介護経験者） 283人

#### (2) 調査期間

令和6年11月1日～令和7年3月31日

#### (3) 調査結果

（別紙1）認知症の人（本人）へのアンケート調査結果

（別紙2）認知症の人の家族（介護経験者）へのアンケート調査結果

#### (4) 今後の対応

認知症施策推進計画の策定過程において、本調査結果を踏まえた課題分析・整理結果を基に、職能団体、事業者団体、市町等の代表者で構成する「認知症地域支援体制推進会議」において、取り組むべき施策の方向性を検討・協議し、反映させる。

### 4 その他

調査結果については、広島県ホームページに掲載する。

（掲載場所）<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/ninntisyoutaisaku/survey.html>

（令和7年9月25日（木）15:00公開予定）



# 認知症の人(本人)へのアンケート調査結果

(認知症の人と家族へのアンケート調査)

広島県 健康福祉局 地域共生社会推進課  
(令和7年9月)

# 調査概要（本人）

## 目的

- 「都道府県認知症施策推進計画」の策定に向け、認知症の人（本人）の思いを聴き、認知症の人が地域で暮らしていく上での課題等を把握すること。

## 実施方法

- 対象者：認知症の人（本人）
- 調査員：（公社）認知症の人と家族の会 広島県支部
- 調査方法：調査員による個別聞き取り
- 調査場所：本人の自宅、市町役場・集会所、介護施設、認知症カフェ等
- 調査期間：令和6年11月1日～令和7年3月31日

## 回答者数

- 認知症の人（本人）：68人

# 調査内容（本人）

| 設問  | 内容                                                               |
|-----|------------------------------------------------------------------|
| 問1  | あなたの基本情報をお尋ねします。                                                 |
| 問2  | 最初に「認知症では」と気づいたときの状況をお尋ねします。                                     |
| 問3  | 認知症の診断を受けたときの状況をお尋ねします。                                          |
| 問4  | 医療機関についての思いや、希望することは、どのようなことですか。                                 |
| 問5  | お仕事についてお尋ねします。                                                   |
| 問6  | 楽しみ、やりがいについてお尋ねします。                                              |
| 問7  | 認知症と診断されてから困っていることや、つらいことはありますか。<br>それはどのようなことですか。               |
| 問8  | 認知症と診断された人との、本人同士の交流についてお尋ねします。                                  |
| 問9  | ご家族や地域の人にしてほしいこと、してほしくないことや、<br>言ってほしい言葉、言ってほしくない言葉は、どのようなことですか。 |
| 問10 | これから認知症の診断を受けるかもしれない人やご家族に対し、<br>伝えたいこと(知っておいてほしいこと)はどのようなことですか。 |
| 補足  | 調査員からの補足事項等があれば記載                                                |

# 調査結果（本人）

## 問1：本人の基本情報（1/3）

### ①年代と性別

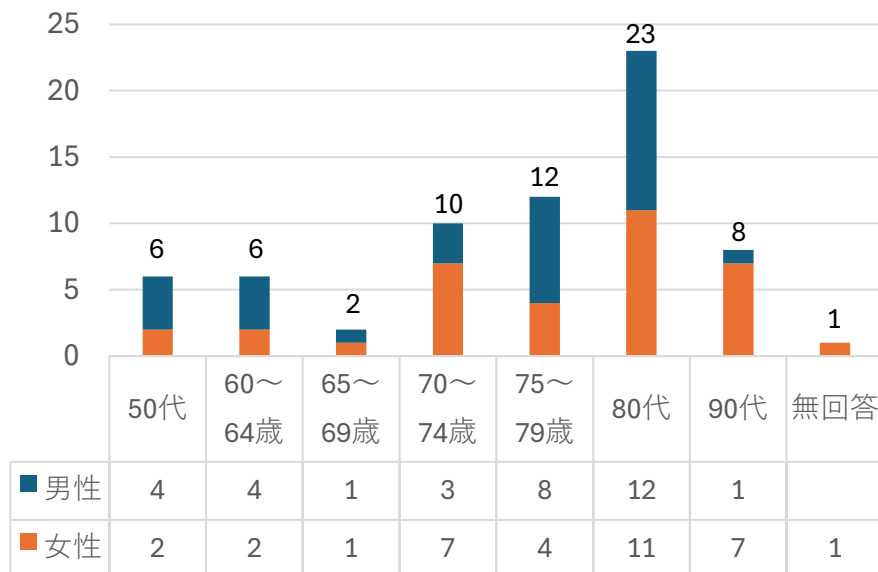
#### 年代

後期高齢者（75歳以上）からの回答が多く、  
68人中43人（63.2%）だった。

#### 性別

男性33人（48.5%）、女性35人（51.5%）であった。

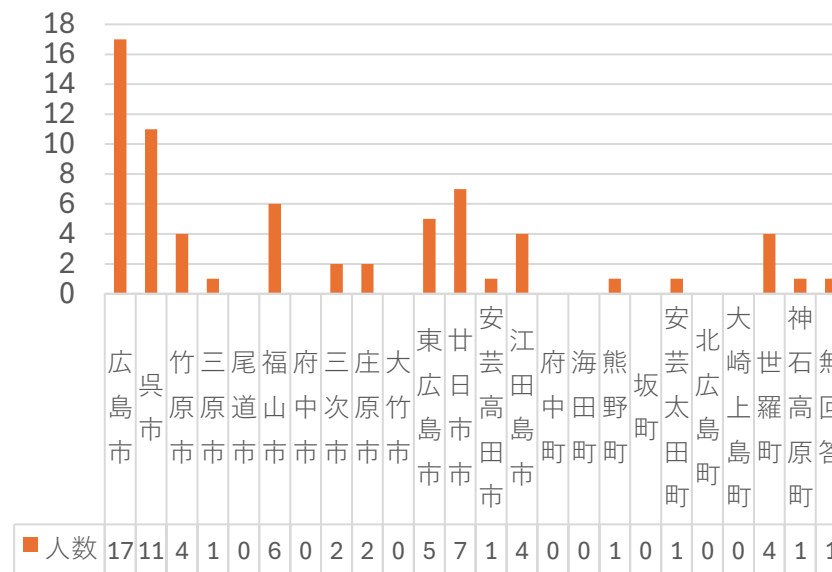
本人の年代・性別



### ②居住地

県内23市町中、15市町にお住まいのご本人から  
回答をいただいた。  
広島市が68人中17人（25.0%）と最も多く、次い  
で呉市が11人（16.2%）であった。

居住地



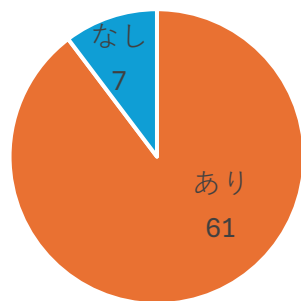
# 調査結果（本人）

## 問1：本人の基本情報（2/3）

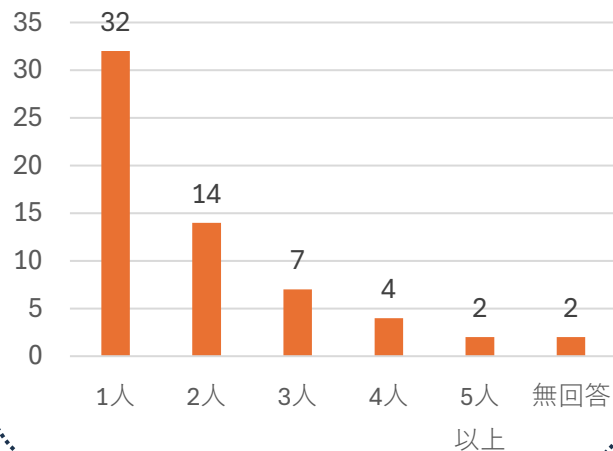
### ③同居家族

同居家族ありは68人中61人(89.7%)だった。  
同居家族の人数は、1人(2人暮らし)が最も多く、  
61人中32人(52.5%)であった。

同居家族の有無



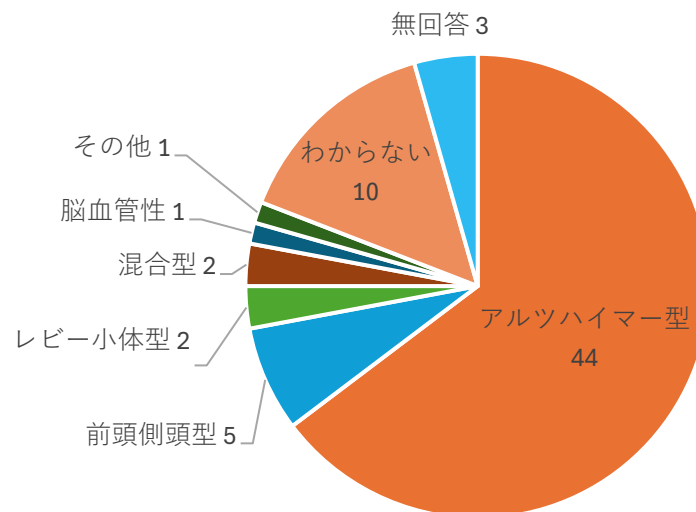
同居家族（61人）の人数内訳



### ④認知症の診断名

アルツハイマー型認知症が68人中44人  
(64.7%)で最も多く、次いで前頭側頭型  
認知症の5人(7.4%)であった。

認知症の診断名

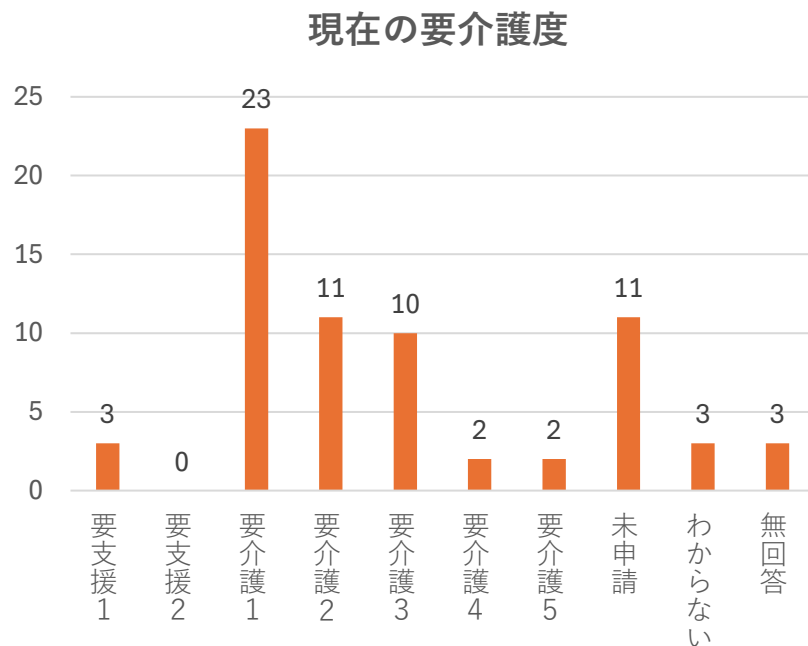


# 調査結果（本人）

## 問1：本人の基本情報（3/3）

### ⑤現在の要介護度

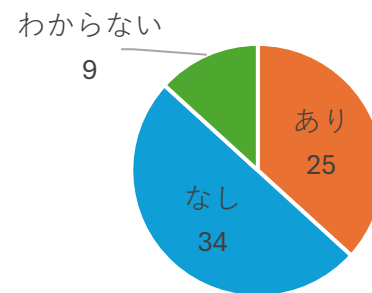
要介護1が68人中23人（33.8%）で最も多く、次いで要介護2、未申請が11人（16.2%）であった。



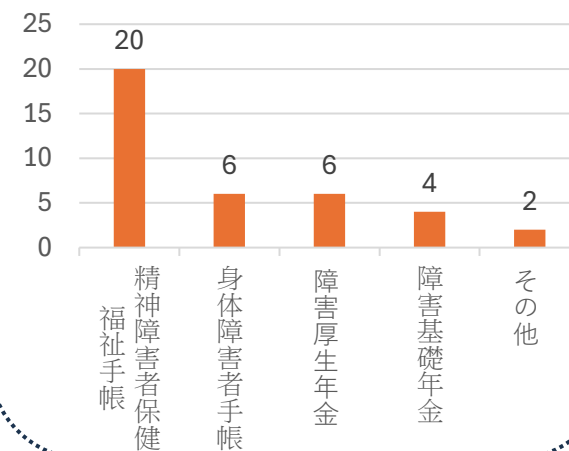
### ⑥現在の障害認定の有無

障害認定ありは68人中25人（36.8%）であった。障害認定の内訳は、精神障害者保健福祉手帳を取得が25人中20人（80.0%）で最も多かった。

#### 現在の障害認定の有無



#### 障害認定（25人）の内訳（複数回答）



※精神障害者保健福祉手帳（20人）の等級：

1級（4人）、2級（7人）、3級（6人）、申請中（1人）、無回答（2人）

※身体障害者手帳（6人）の等級：1級（1人）、2級（1人）、3級（1人）、無回答（3人）

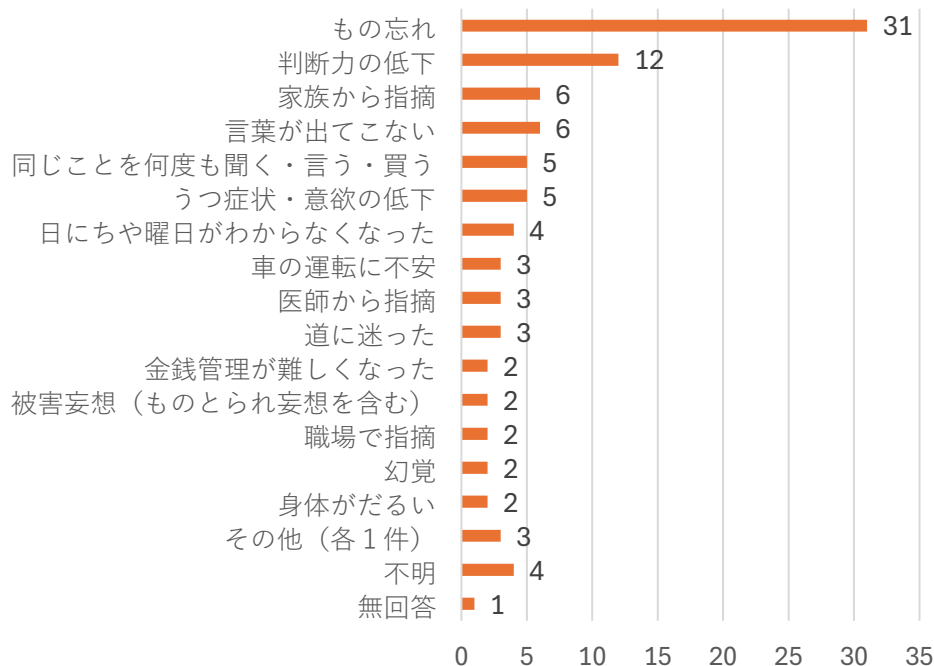
# 調査結果（本人）

## 問2：最初に「認知症では」と気づいたときの状況（1/2）

### ①どのような状況

「もの忘れ」や「判断力の低下」が多い。  
「家族から指摘」や「言葉が出てこない」ことが気づきのきっかけになったという人もいた。

気づいたときの状況  
(複数回答)



### 「もの忘れ」(31件)

#### 本人の声(抜粋)

- 通帳のことや日々のこと等、**色々なことを忘れるようになった。**
- もの忘れがはげしい。絵を覚えておく検査があり、それができなかったショックが大きかった。

### 「判断力の低下」(12件)

#### 本人の声(抜粋)

- **商品の数が数えられなくなった。**どこの店にどれだけ持って行くのか分からなくなった。
- 買い物ができなくなった。

### 「家族から指摘」(6件)

#### 本人の声(抜粋)

- 家族に言われて診断を受けた。

### 「言葉が出てこない」(6件)

#### 本人の声(抜粋)

- 言葉が出ない。(会話にならない。)



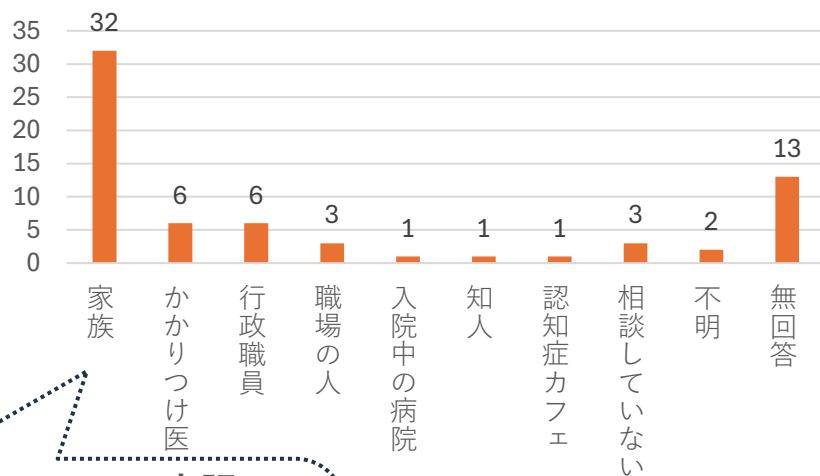
# 調査結果（本人）

## 問2：最初に「認知症では」と気づいたときの状況（2/2）

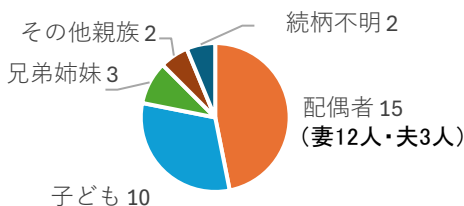
### ②はじめに相談した人

家族が最も多く、68人中32人（47.1%）だった。  
家族の内訳としては、配偶者へ相談した人が多く、  
32人中15人（46.9%）だった。

はじめに相談した人



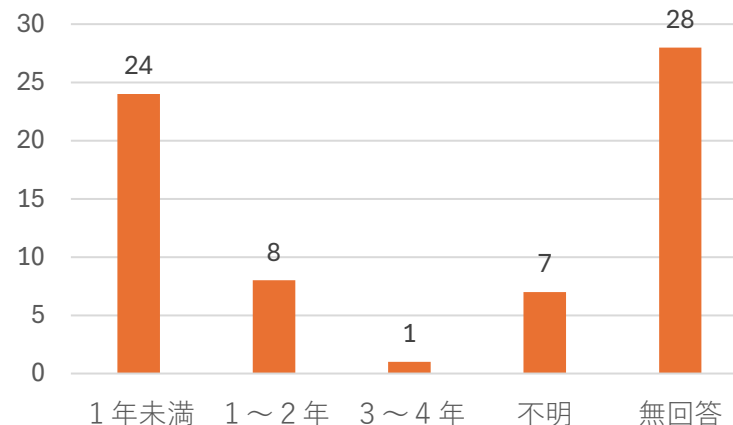
#### 家族（32人）の内訳



### ③はじめに相談するまでの期間

無回答が多かったが、回答された人の中  
では1年未満が多く、68人中24人  
（35.3%）だった。

はじめに相談するまでの期間



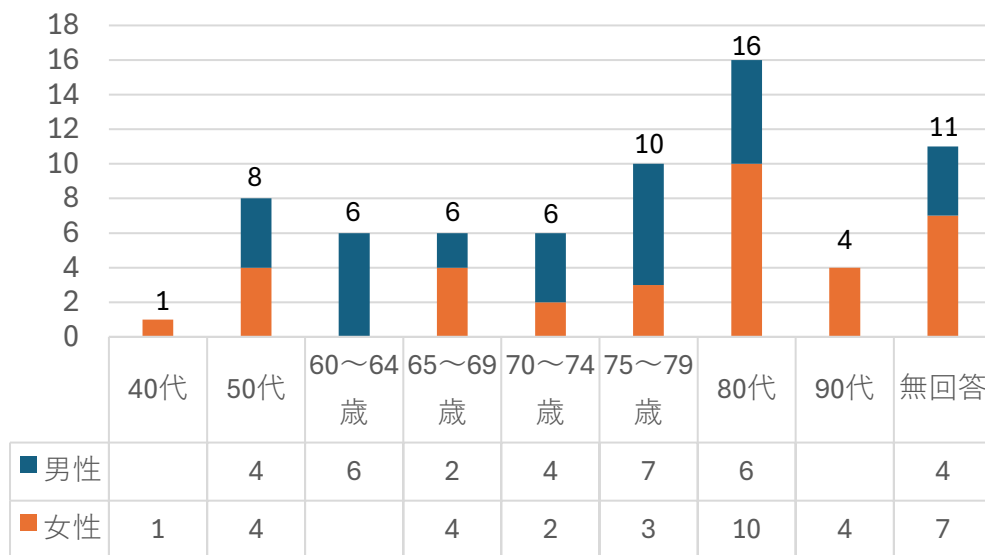
# 調査結果（本人）

## 問3：認知症の診断を受けたときの状況（1/2）

### ① 診断を受けたときの年代

高齢期（65歳以上）に診断を受けた人が多く、68人中42人（61.8%）だった。  
一方で、65歳未満で診断を受けた人（若年性認知症）も15人（22.1%）いた。

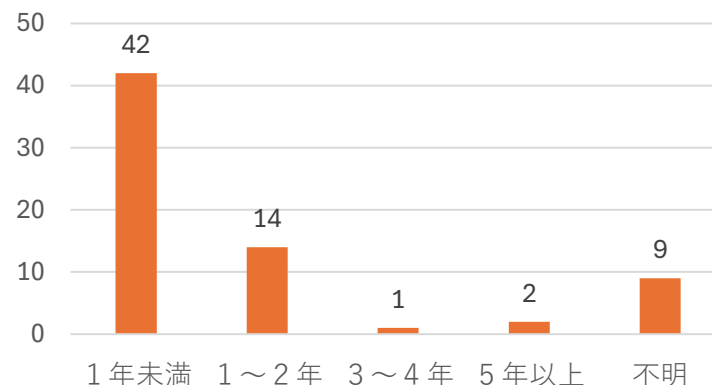
診断時の年代・性別



### ② 気づきから診断までの期間

1年未満が最も多く、68人中42人（61.8%）だった。  
一方で、最長で7年という回答もあった。

気づきから診断までの期間



#### ※気づきから診断までの期間

問3(ア) 認知症の診断を受けたときの年齢から、  
問2(ア) 最初に「認知症では」と気づいたときの年齢を差し引いて算出した。  
いずれかまたは両方の設問が無回答であり、算出不可の場合は、「不明」とした。

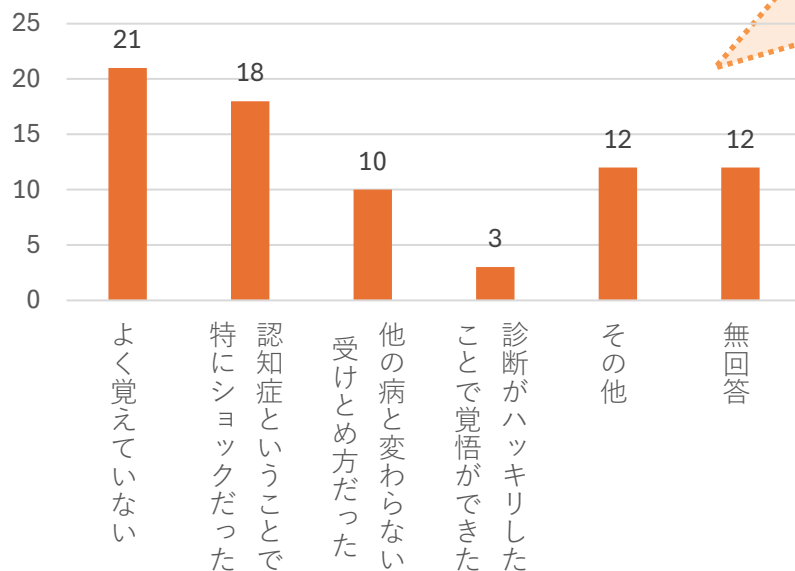
# 調査結果（本人）

## 問3：認知症の診断を受けたときの状況（2/2）

### ③ 診断を受けたときの気持ち

「よく覚えていない」が68人中21人(30.9%)と最も多かったが、次いで多かったのが「認知症ということで特にショックだった」の18人(26.5%)だった。その他の気持ちとして、「仕方ない」「受け入れられなかった」という回答も見られた。

診断を受けたときの気持ち  
(複数回答)



#### 本人の声：その他の気持ち（抜粋）

- ああ、そう。
- やっぱりかー。
- 年だから仕様がな。
- しょうがないね。
- しっくりこない、受け入れきれていない。
- 納得できず受け入れられなかった。
- 受け入れられなかった。認知症なんかじゃ無いと思う。病気じゃあ無い。どこがおかしいか分からない。
- もしかしたらと思っていたが、まさかと思う気持ちもあり、今後のことが心配になった。
- 母も一緒(認知症)だった。あそこまでいってはいけんと思った。しっかりせんといけん。

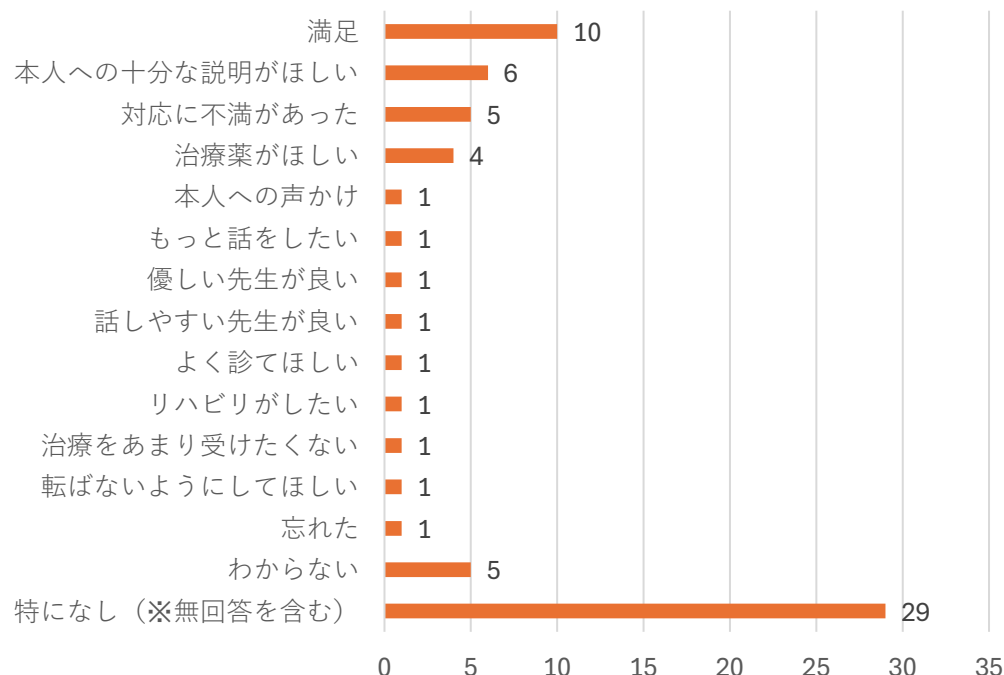
# 調査結果（本人）

## 問4：医療機関についての思いや、希望すること

### ○医療機関への思いや希望

「特になし」が最も多かったが、「満足」も多かった。  
医師からの「本人への十分な説明」が、満足感に  
繋がるという回答が多く見受けられた。

医療機関への思いや希望



### 「満足」(10件)

#### 本人の声(抜粋)

- 現在の病院は女医で話がしやすく、**本人に向かって話をしてくれる。**
- Dr.はよく話を聞いてくれる。自分に合っている。働き先を紹介してくれた。
- どちらの病院もやさしく親切にしてもらっている。

### 「本人への十分な説明がほしい」(6件)

#### 本人の声(抜粋)

- 最初に診断を受けた時は、もっぱら医師と妻が話をして、自分にはよく分からなかった。通院をしているので、はっきりと認知症の原因や現れる結果について**自分にも教えてもらいたい。**

### 「対応に不満があった」(5件)

#### 本人の声(抜粋)

- もっと会話をしてほしい。**「何を言っても分からない、理解出来ないだろう」というような言い方だった。それが悔しかった。**

# 調査結果（本人）

## 問5：仕事の状況（1/2）

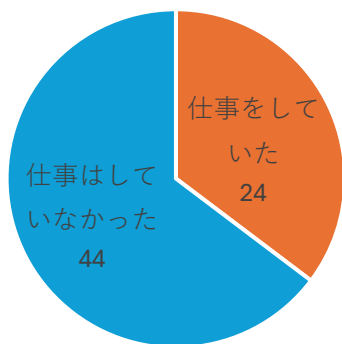
### ① 診断を受けたときの就労状況と経過

診断時に「仕事をしていた」は、68人中24人（35.3%）だった。

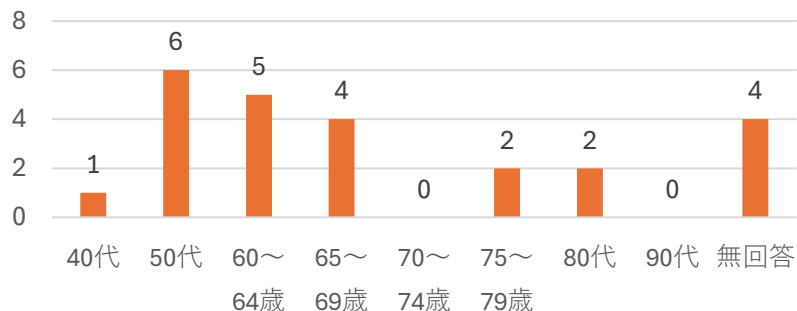
65歳未満は24人中12人（50.0%）で、職業は「会社員・公務員」が多く、24人中16人（66.7%）だった。

診断後は、24人中13人（54.2%）が「辞めて今は何も仕事はしていない」という回答だった。【理由は次ページへ掲載】

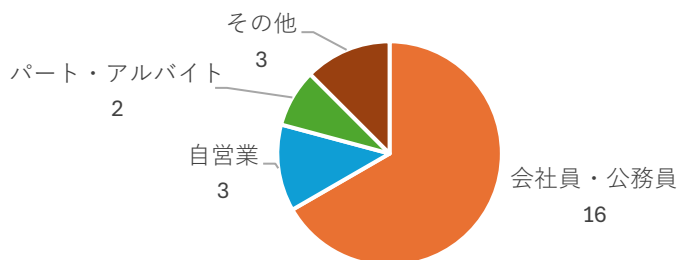
診断時の就労状況



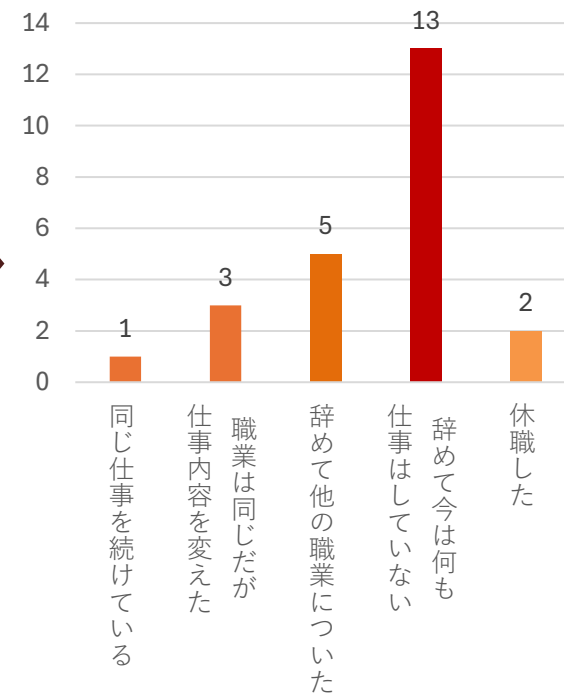
仕事をしていました人（24人）の年代



仕事をしていました人（24人）の職業



仕事をしていました人（24人）の診断後の経過



# 調査結果（本人）

## 問5：仕事の状況（2/2）

### ②診断後に仕事を辞めたり、変更した理由

#### 「診断後に辞めて他の職業についた」(5人)

##### 本人の声(抜粋)

- お金関係の計算をする仕事が難しくなったため。
- 仕事上のミスが発生し、**職場から休むように言われた**ため。

#### 「診断後に辞めて今は何も仕事はしていない」(13人)

##### 本人の声(抜粋)

- **勤務日を忘れていて、ショックで、もう辞めようと思った。**
- 受診日と仕事の日が重なることが多くなったので、仕事をやめた。
- 薬を飲み始めて、車の運転もする仕事だったのでやめた。
- 字が書けなくなるなど、思うように行動ができなくなったため。
- **職場の人に迷惑をかけたくなかったから。**
- 自分の思うように体がついていかなかった。でも仕事のことは少し気になったが、やっぱり体がついていかない。60年頑張った仕事のため、辞めるのは寂しいし、悔しい。
- 診断を受けてはっきりして、自分から辞める気持ちはあったのでやめた。ただし、人員の補充もないし、もう少し居た方が職場に迷惑をかけないから良いと思っていたが、**職場の上司が気にせず治療に専念するように言ってくれたので退職した。**

# 調査結果（本人）

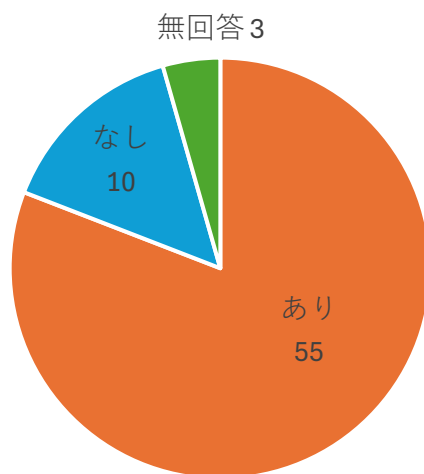
## 問6：楽しみ、やりがい（1/3）

### ① 日頃から楽しんでいる趣味や活動

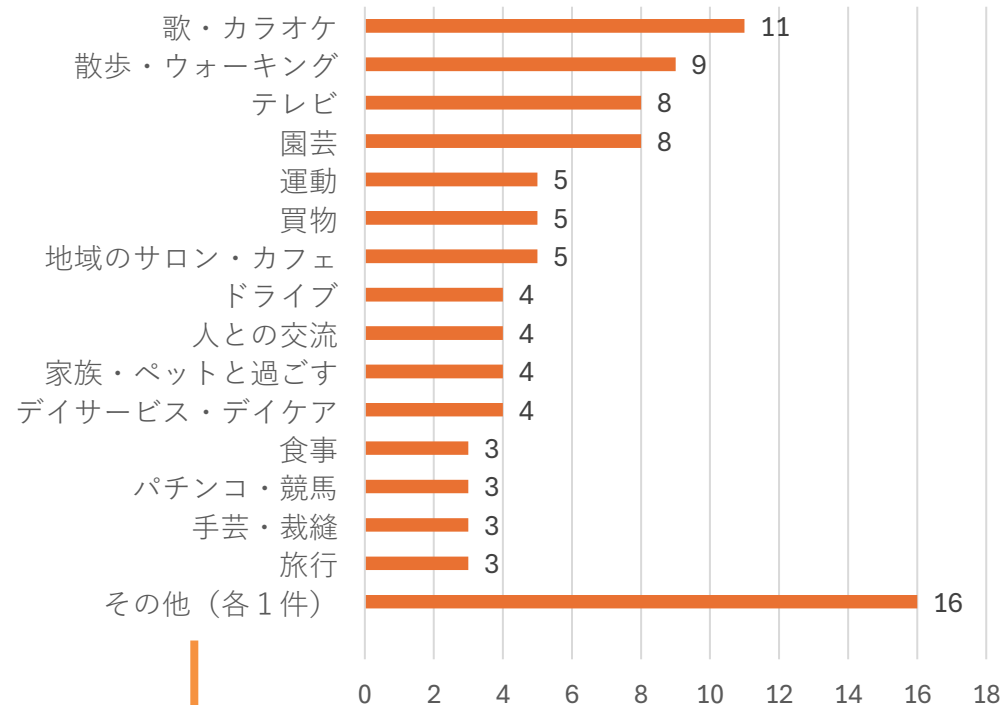
「あり」が68人中55人であり、80.9%の人が日頃から楽しんでいる趣味や活動があることがわかった。

内訳は多種多様であったが、「歌・カラオケ」、「散歩・ウォーキング」が多かった。

趣味や活動の有無



趣味や活動の内訳（55人）  
（複数回答）



#### ※その他（各1件）の内訳

料理、昼寝、風呂、新聞、麻雀、絵を描く、ゴルフ、山登り、自転車、ギター、講演活動、就労継続支援B型事業所へ通う、花を見る、脳トレ、囲碁、陶芸

# 調査結果（本人）

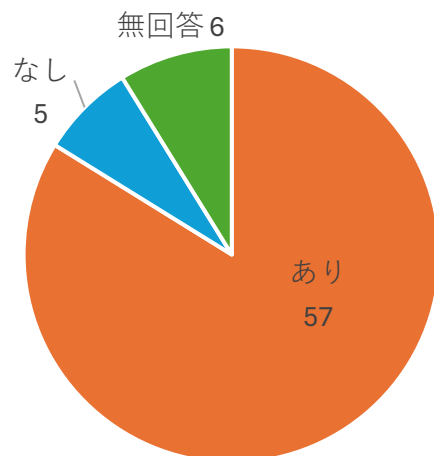
## 問6：楽しみ、やりがい（2/3）

### ② 普段から出かける場所

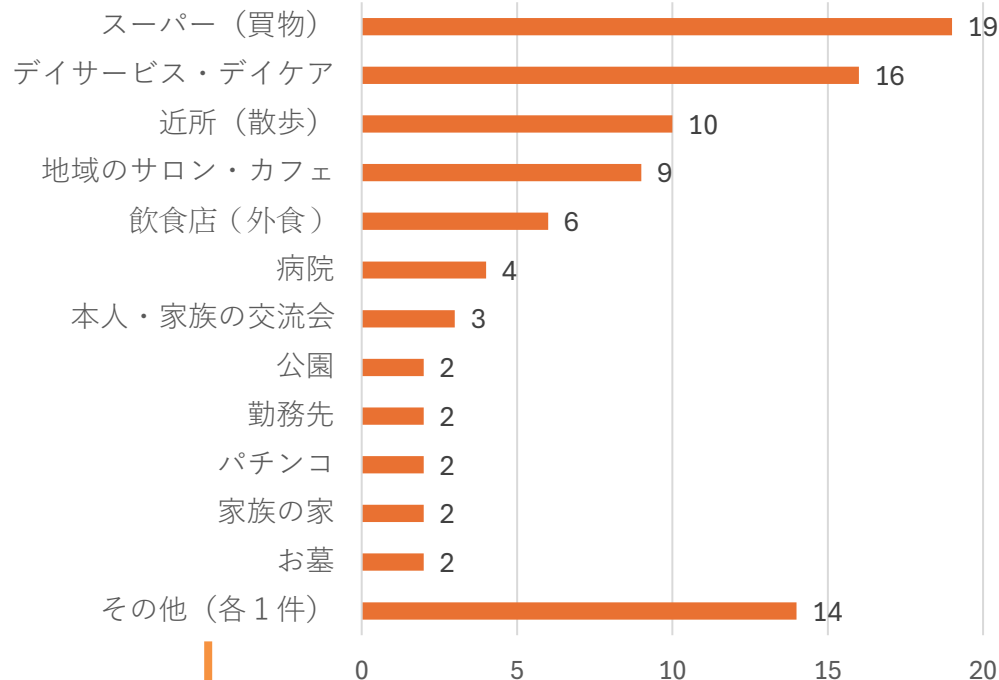
「あり」が68人中57人であり、83.8%の人が普段から出かける場所があることがわかった。

内訳は、「スーパー」、「デイサービス・デイケア」が多かった。

出かける場所の有無



出かける場所の内訳（57人）  
（複数回答）



#### ※その他（各1件）の内訳

美容院、陶芸教室、スーパー銭湯、ペットショップ、寺社、市役所、山、畑、ボート場、サービスエリア、プール・ジム、別荘、本屋、コーラス



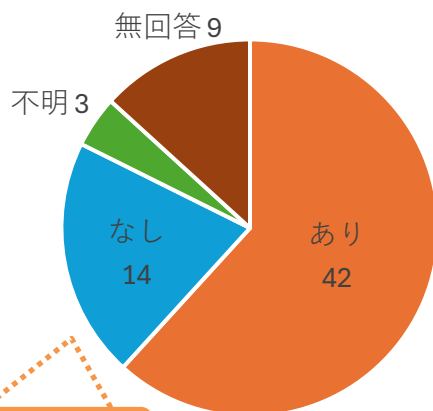
# 調査結果（本人）

## 問6：楽しみ、やりがい（3/3）

### ③やりたいことや行きたいところ

「あり」が68人中42人（61.8%）だった。  
内訳は、「旅行」、「外出」、「故郷」、「温泉」等、外出に関わる回答が多く見受けられた。

やりたいことや行きたいところの有無

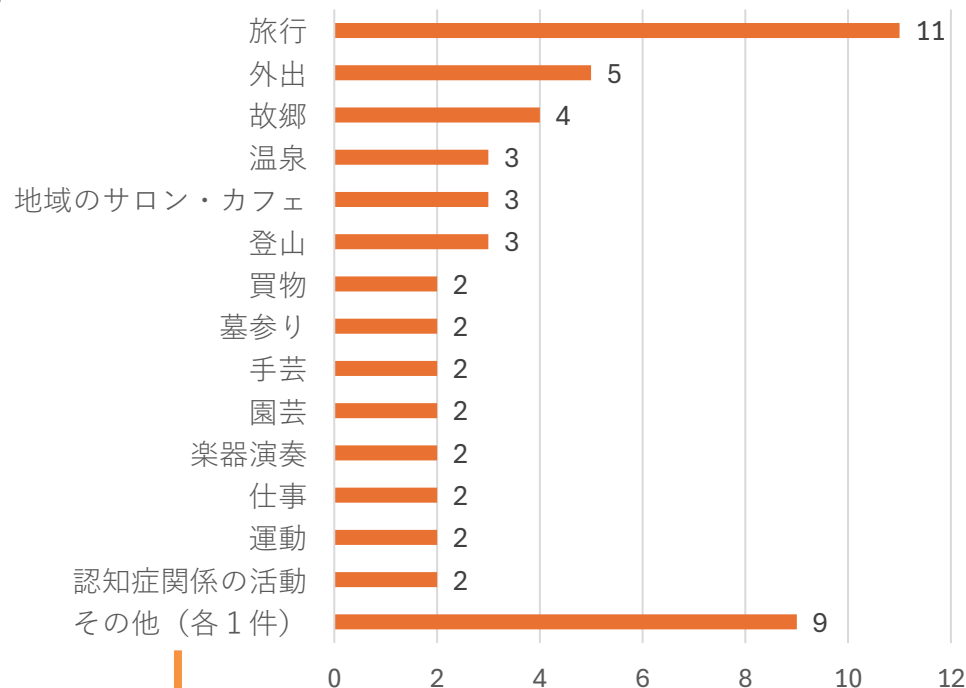


#### 本人の声（抜粋）

##### 「なし」

- 今まで忙しかったので、家でのおんびり過ごすのが一番幸せ。
- 今はやる気が出ない。

やりたいことや行きたいところの内訳（42人）  
（複数回答）



#### ※その他（各1件）の内訳

本人・家族の交流会、お見舞い、近所づきあい、外食、料理、歌、リハビリ、テレビ、パチンコ

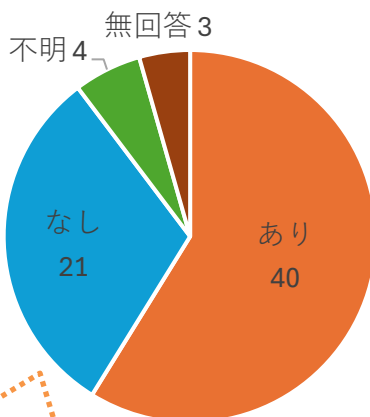
# 調査結果（本人）

## 問7：困っていること、つらいこと（1/2）

### ○困っていること、つらいこと

「あり」が68人中40人（58.8%）だった。  
内訳は、「外出が難しいこと」、「仕事のこと」、「もの忘れ」、「家族から怒られること」が多く見受けられた。

困っていることやつらいことの有無

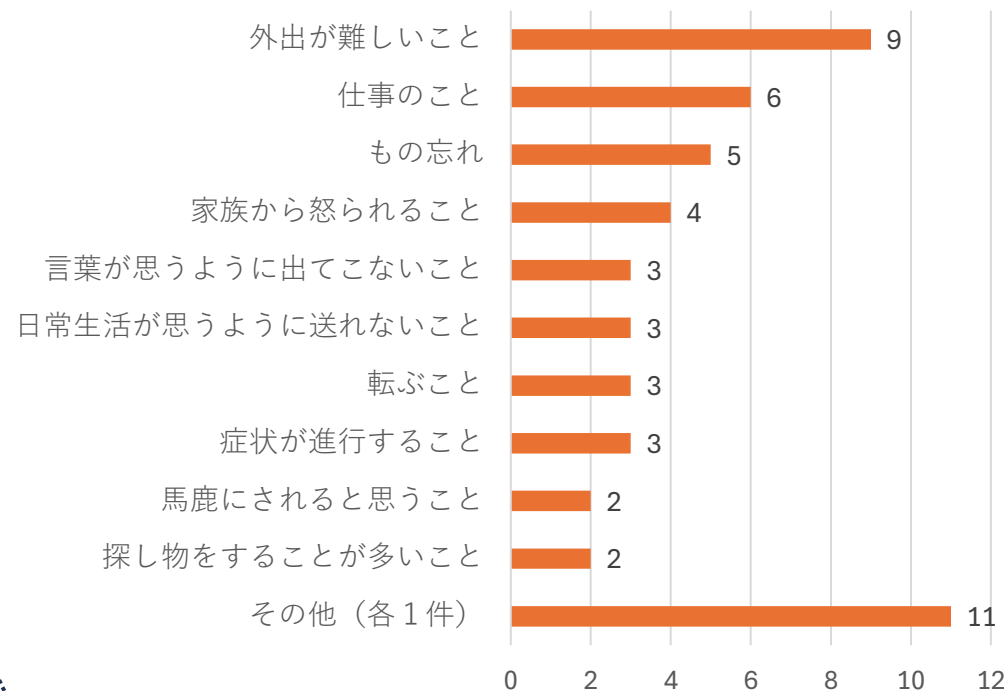


#### 本人の声（抜粋）

##### 「なし」

- 妻と一緒にいれば大丈夫。
- 今の自分を受け入れるしかない。  
別につらいとは思っていない。

### 困っていることやつらいことの内訳（40人） （複数回答）



# 調査結果（本人）

## 問7：困っていること、つらいこと（2/2）

### 「外出が難しいこと」(9件)

#### 本人の声(抜粋)

- 運転免許返納と視力低下で、**自力外出が困難**で困っている。
- 一人で出歩くことがなくなった。**道に迷うことが怖い。**

### 「仕事のこと」(6件)

#### 本人の声(抜粋)

- 自分が周りの人と比べて作業に時間がかかったり、**分からないことが多くなっているのがつらい**ときがある。

### 「もの忘れ」(5件)

#### 本人の声(抜粋)

- 同じ事を何回も聞からしい。忘れてすぐ聞く。
- 忘れることがある。忘れないよう予定をカレンダーに書いている。

### 「家族から怒られること」(4件)

#### 本人の声(抜粋)

- 何をどうしてよいかわからなくなる。**お父さんによく怒られる。**
- 妻の声が大きく、他人に使うような言葉を私に言う。(親近感が薄れてきたような気がする。)

### 「言葉が思うように出てこないこと」(3件)

#### 本人の声(抜粋)

- こういうストレートな質問(困っていること、つらいこと)によろ答えられない。そういうことが困る。言いたいことが、なかなか返せない。(中略)ぱっと答えられない。1つのストーリーになって答えたいのに、言葉がうかんでこない。**単純なやりとりならできる。変化球になると、もういけん。つなぐことができん。**てきばきと受けこたえしている人を見ると、うらやましいと思う。

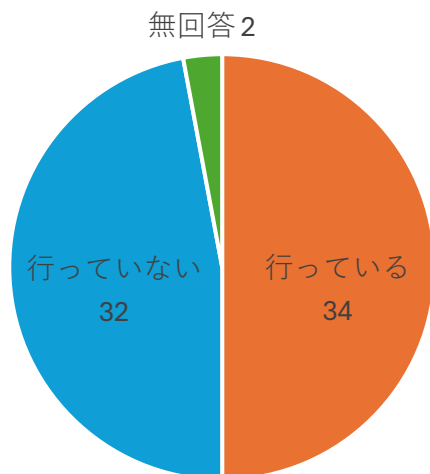
# 調査結果（本人）

## 問8：本人同士の交流（1/2）

### ①本人同士の交流を行っているか

「行っている」が68人中34人であり、50.0%の人が本人同士の交流を行っていることがわかった。  
交流の方法としては、定期開催されている集いや交流会、地域の認知症カフェやデイサービスに行くという回答が見られた。

本人同士の交流の状況



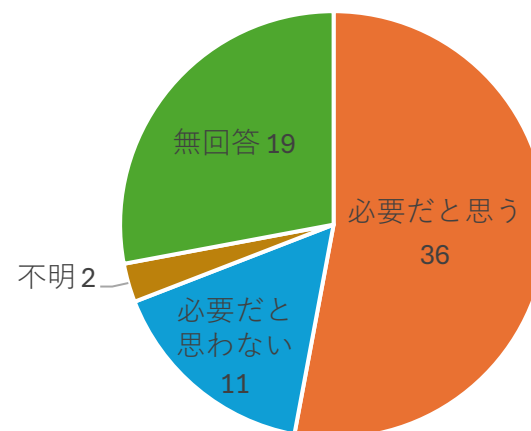
#### ※どのように行っているか

- 認知症の人と家族の会の集い
- 病院の交流会
- 行政の交流会
- 認知症カフェ
- デイサービス 等

### ②本人同士の交流の機会が必要か

「必要だと思う」が68人中36人であり、52.9%の人が本人同士の交流の機会の必要性を感じていることがわかった。  
【理由は次ページへ掲載】

本人同士の交流の機会



# 調査結果（本人）

## 問8：本人同士の交流（2/2）

### ③本人同士の交流の機会が**必要だと思う理由**（36人）

#### 本人の声（抜粋）

- 親近感がわき、何でも話し合える。
- 同じ悩みを共有できる。
- 交流が楽しい。
- 息抜きの場になる。
- 気が晴れるから。
- 話が合うから楽しい。何かあった時にも声を掛けられるから。
- 会話が必要。お互い情報交換し、良い所はとりいれて、症状の進行も防げたらよい。
- 私以外の人の様子がわかる。症状やどんなふう頑張っているか等。そして真似することができるから。町内であると良い。

### ④本人同士の交流の機会が**必要だと思わない理由**（11人）

#### 本人の声（抜粋）

- 一人で読書したりするのが好き。他の人と話すのがめんどくさい。
- デイサービスで（他の人と）話しているので、あえて（本人同士は）必要ない。
- あればよいとは思いますが、会話のキャッチボールができないからです。

# 調査結果（本人）

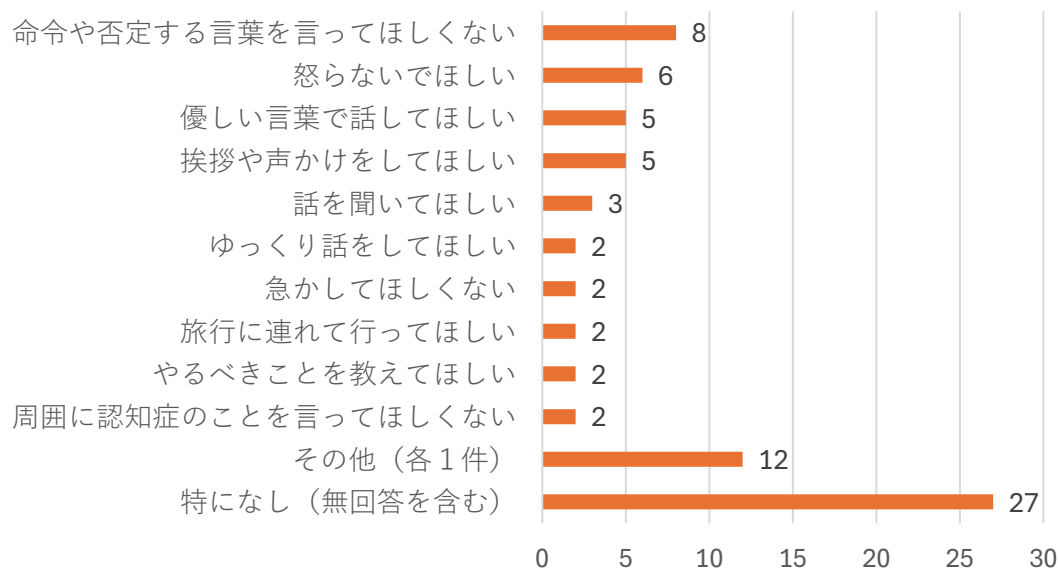
## 問9：家族や地域の人への思いや希望

### ○家族や地域の人への思いや希望

【設問の内容】ご家族や地域の人にしてほしいこと、してほしくないことや、  
言ってほしい言葉、言ってほしくない言葉は、どのようなことですか。

「特になし」が最も多かったが、話しかける時の言葉遣いや口調に対する思いを述べられた方が多かった。

家族や地域の人への思いや希望  
(複数回答)



### 「命令や否定する言葉を言ってほしくない」(8件)

#### 本人の声(抜粋)

- 言われる内容がわからず返答に困ると、「黙っていてはわからない」と言われたり、「うん、うんと言うだけじゃあダメ」と言われると困る。

### 「怒らないでほしい」(6件)

#### 本人の声(抜粋)

- 色々わからないから聞くと、「今、言うたじゃないか」と怒ったように言われる。

### 「優しい言葉で話してほしい」(5件)

#### 本人の声(抜粋)

- 優しい言葉をかけてほしい。みんな優しくしてくれる。

### 「挨拶や声かけをしてほしい」(5件)

#### 本人の声(抜粋)

- 「ありがとう」「美味しかったよ」「ごちそうさま」と言ってほしい。何でも良いから言ってほしい。

# 調査結果（本人）

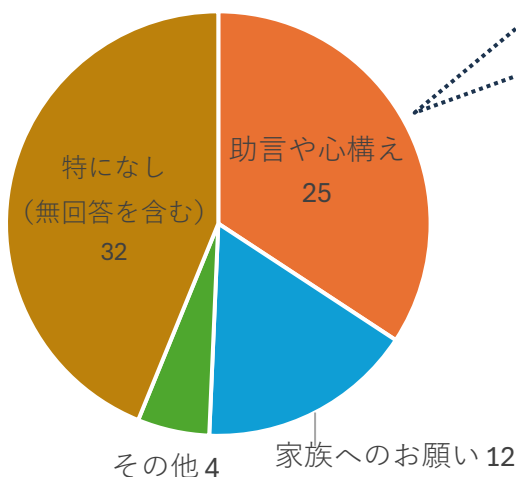
## 問10：認知症になるかもしれない人や家族へ伝えたいこと（1/5）

※問10：家族からの説明等、本人自身の発言でないものは除外して集計した。

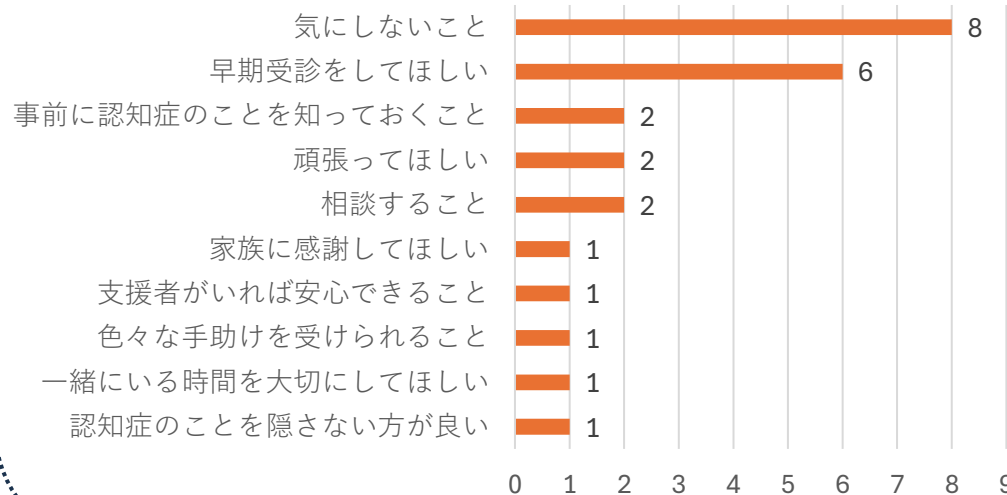
### 〇伝えたいこと（知っておいてほしいこと）

「特になし」が最も多かったが、これから認知症になるかもしれない人に対する助言や心構えとして、「気にしないこと」、「早期受診をしてほしい」が多かった。  
また、日常生活での家族へのお願いを述べられた方もいた。【各項目の内訳は次ページから記載】

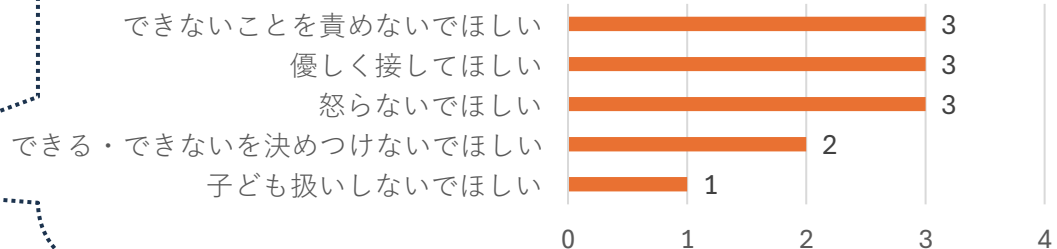
#### 本人からのメッセージ （複数回答）



#### 助言や心構え（25件） （複数回答）



#### 家族へのお願い（12件） （複数回答）



# 調査結果（本人）

## 問10：認知症になるかもしれない人や家族へ伝えたいこと（2/5）

### 〇助言や心構え

#### 「気にしないこと」(8件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 認知症と診断されても気にすることなく、集会所での活動などに参加してもらいたい。共に楽しみたい。
- 1人で考えすぎないように。なかなか人には言いづらい。
- **認知症になっても、それなりの生活ができるので、気にしない。**自分が困らないよう工夫して、日常生活が過ごせば良い。
- 認知症と診断されても、**気にせず人と付き合うこと。**
- なるべくにしかならない。くよくよしない。
- 気にしてもしょうがない。**あんまり考えこまずに、自分で飲みこんで、のほほんとしておくのが一番。自分のできるところで、できることをすれば良い。**
- あまり深く考えんように。
- 大丈夫。まだ大丈夫。

#### 「早期受診をしてほしい」(6件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- **おかしいと思ったら、すぐに診断を受けること。**
- 早く病院に行ってほしい。
- 歳をとったら早目に病院に行ってほしい。
- **早目に、いつもと違ったこと、行動に気付いてほしい。**
- 自分でわかるのであれば、早く病院に行った方がよい。
- 確かな医師に早く診断してもらって下さい。



# 調査結果（本人）

## 問10：認知症になるかもしれない人や家族へ伝えたいこと（3/5）

### ○助言や心構え

#### 「事前に認知症のことを知っておくこと」(2件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 事前に認知症の事を知っておく事が必要だと思う。
- 特定の人にだけでなく、全ての人に「認知症」について繰り返し繰り返し、さりげなく広報する必要がある。(誰もがなり得る事をもとにして)

#### 「頑張してほしい」(2件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 私も一緒にじゃけえ、がんばろうね。
- 頑張ってください。無理せずに皆さん体に気をつけて。

#### 「家族に感謝してほしい」(1件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 家族の人に感謝してほしい。お父さんが居なければ生きていけない。自分も大事にしてもらって嬉しい。

#### 「支援者がいれば安心できること」(1件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 自分を支えてくれる人がいたら安心...自分がそうだった。時々しんどくなることがあるが、一緒にいてくれるので助かっている。

#### 「一緒にいる時間を大切にしてほしい」(1件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 会話をし、一緒にいる時間を大切にしてほしい。

#### 「相談すること」(2件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- すぐ相談すること。
- かかりつけの先生に相談してほしい。

#### 「色々な手助けを受けられること」(1件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 認知症になっても、いろいろな手助けを受けられることをお伝えしたい。

#### 「認知症のことを隠さない方が良い」(1件)

##### 本人の声(回答全数記載)

- 隠さないこと。隠そうと思わないこと。ありのままを出すというスタンスに立たないと苦む。自分の体験してきたことをストレートに話す。こういうことがあるよ、と伝えてあげるのが一番。人間だから、きれいに見せようとするが、これが認知症にとって一番、悪い。これを繰り返すことで、頭の中がぐちゃぐちゃになる。意固地になる。こういうことはやめましょう。

# 調査結果（本人）

## 問10：認知症になるかもしれない人や家族へ伝えたいこと（4/5）

### ○家族へのお願い

#### 「できないことを責めないでほしい」（3件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- 自分自身やりたくてもどうしていいか分からなくなってしまうますが、人から見ると、なんでこんなことができないのか理解できないと思います。ただ、他の人がどうなのかは全く分かりません。ご家族の支えが絶対に必要ですので、簡単なことができなくても、そのことを責めることなく、優しく介護されることを望みます。
- **できることができなくなっても、責めてはいけない。**驚かせずに見守ってほしい。
- できないことは無理にさせないで。

#### 「優しく接してほしい」（3件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- 忘れること等を理解して優しく接してほしい。きつい言葉は傷つく。
- 優しくしてほしい。（2件）

#### 「怒らないでほしい」（3件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- 怒らないでほしい。
- 怒らないようにしてほしい。（2件）

#### 「できる・できないを決めつけないでほしい」（2件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- 認知症の人にならないとわからないことが多いので「センニューカン」で決めつけてはいけないと思う。（できない、わかるわからない）
- **「できる」「できない」を決めつけて話をしてほしくない。**

#### 「子ども扱いしないでほしい」（1件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- 子ども扱いをするような言葉かけはしてほしくない。

# 調査結果（本人）

## 問10：認知症になるかもしれない人や家族へ伝えたいこと（5/5）

### ○その他

#### 「認知症の人と話をしたい」（1件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- よくわかりませんが、認知症をかかえるような状態の方と話がしたい。何か話ができれば、いいようになる...そうしていきたい。

#### 「楽しく暮らしていること」（1件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- あまり考えたことがないが、ここ（施設）はええ。しんどい時はベル（ナースコール）を押したら、すぐ来てくれる。家に一人でおったら大変。たまに息子や娘が訪ねてくれるのが楽しみ。

#### 「伝えたいことが理解してもらえないことがあること」（1件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- 言われたことに対して理解して話すことが難しいため、伝えたいことが家人にもわからない。

#### 「美味しいご飯を食べたい」（1件）

##### 本人の声（回答全数記載）

- お母さんに毎日おいしいごはんを作ってほしい。

# 調査結果（本人）

## 補足：調査員からの補足事項等

### 調査員からの補足事項等（抜粋）

- 過去の履歴はスマホを見て答えられていました。スマホがちゃんと活用できると生活する際のアドバンテージになると思いました。
- 本人同士の交流会に参加されていますが、ご本人で話ができる方が他におられず、寂しくされています。病状が同レベルの人が集まれる場があれば良いと思います。
- 自分一人ではできないことが多くなり、悲しいと思っておられるようです。普段は、自分の病気のことをあまり意識していないようで、カフェやデイなどで（本人と交流しても）、本人同士という考えはないのでは。その場を楽しく過ごしておられるようです。
- ご本人のやさしい、前向きな考え方をされている様子が、よく伝わりました。終始、笑顔でこたえてくださいました。「交流したい」「自分の体験を話したい」という希望がありましたので、（中略）ご経験を生かせる場を提供できればと強く思いました。
- 当事者同士のつながりが大切だと思いました。本人の思いはあるけど、聞きとりするのは少々難しい状況でした。
- 「何か変だな」と感じ始めた時、どこの病院に行けばよいかわからず、受診までに時間がかかったとのことです。
- ご自身でもできないことが多くあり、残念な気持ちはあるが、時間がかかっても1人でやりたいと思っているようです。
- 1人暮らしであり、不安の中で生活されているようです。（地域で見守り、声かけを行っている。）
- 自分は認知症という自覚はなく、「困っていることも心配なこともない」と答えられました。

# 調査結果のまとめ（本人）

## ○本調査からわかったこと

### 認知症と診断されたときの気持ち

- 「他の病と変わらない受けとめ方だった」よりも「**認知症ということ**で特にショックだった」が多い。

### 診断を受けたときの就労状況と経過

- 診断時に仕事をしていた人のうち、**診断後に仕事を辞めた人が過半数を占めた。**

### 普段の生活・本人同士の交流

- 回答された認知症の人の**80.9%**が**日頃から楽しんでいる趣味や活動があり**、やりたいことは外出（旅行等）が多い。
- 出かける場所は、**スーパーやデイサービス・デイケア**が多い。
- 本人同士の交流を行っている人や、交流の機会が必要だと思っている人は、いずれも50%程度だった。

### 困っていること・つらいこと

- 「**外出が難しい**」、「**仕事のこと**」、「**もの忘れ**」、「**家族から怒られること**」が多い。

### 家族や地域の人への思いや希望

- 話しかける時の言葉遣いや口調に対する思いを述べられた方が多い。

### 本人からの助言や心構え

- 「**気にしないこと**」、「**早期受診をしてほしい**」という声が多い。



元気、  
美味しい、  
暮らしやすい  
ENERGY OF PEACE  
ひろしま

## 参考：調査票

## 認知症の人と家族への調査票【本人用】

調査方法：聞き取り調査

調査日：令和 年 月 日

調査場所：\_\_\_\_\_

調査員氏名：\_\_\_\_\_

調査員連絡先：\_\_\_\_\_

### 問1 あなたの基本情報をお尋ねします。

- (ア) 年齢：( ) 歳 (イ) 性別： 男性 ・ 女性 ・ その他
- (ウ) 居住地：( ) 市・町 (エ) 同居家族： 無 ・ 有 ( ) 人
- (オ) 認知症の診断名：  
 アルツハイマー型 ・ 脳血管性 ・ レビー小体型 ・  
 前頭側頭型 ・ その他 ( ) ・ わからない
- (カ) 現在の要介護度：  
 要支援 1 ・ 2 要介護 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5  
 未申請 ・ その他 ( ) ・ わからない
- (キ) 現在の障害認定の有無：  
 1. 有 ⇒具体的に(あてはまるものすべてに○)  
 a. 身体障害者手帳(等級： 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 ・ 6 ・ 7 )  
 b. 精神障害者保健福祉手帳(等級： 1 ・ 2 ・ 3 )  
 c. 障害基礎年金を受給  
 d. 障害厚生年金を受給  
 e. その他 ( )  
 2. 無  
 3. わからない

### 問2 最初に「認知症では」と気づいたときの状況をお尋ねします。

- (ア) いつ：( ) 歳のとき
- (イ) どのような状況：( )  
 \_\_\_\_\_
- (ウ) はじめに相談した人：( )  
 \_\_\_\_\_
- (エ) はじめに相談するまでの期間：気づいてから ( ) 日 ・ 月 ・ 年 後

### 問3 認知症の診断を受けたときの状況をお尋ねします。

- (ア) いつ：( ) 歳のとき
- (イ) 診断を受けたときのお気持ち：  
 1. 他の病と変わらない受けとめ方だった  
 2. 認知症ということで特にショックだった  
 3. 診断がハッキリしたことで覚悟ができた  
 4. よく覚えていない  
 5. その他 ( )

### 問4 医療機関についての思いや、希望することは、どのようなことですか。

\_\_\_\_\_

### 問5 お仕事についてお尋ねします。

- (ア) 診断を受けた時のお仕事：  
 1. 会社員(業種や職種等： )  
 2. 自営業(業種や職種等： )  
 3. パート・アルバイト(業種や職種等： )  
 4. 仕事はしていなかった  
 5. その他 ( )
- (イ) 現在のお仕事：  
 1. 診断を受けた時と同じ仕事を続けている  
 2. 診断後に辞めて今は何も仕事はしていない  
 3. 診断後に辞めて他の職業について  
 (業種や職種等： )  
 4. 診断後に職業は同じだが仕事内容を変えた  
 (業種や職種等： )  
 5. その他 ( )

(ウ) 診断後に仕事を辞めたり、変更した場合は、その理由をお教えてください。

\_\_\_\_\_



問6 楽しみ、やりがいについてお尋ねします。

(ア) 日頃から楽しんでいる趣味や活動はありますか。それはどのようなことですか。

[

]

(イ) 普段から出かける場所がありますか。それはどのようなところですか。

[

]

(ウ) やりたいことや行きたいところはありますか。その内容や場所をお教えてください。

[

]

問7 認知症と診断されてから困っていることや、つらいことはありますか。  
それはどのようなことですか。

問8 認知症と診断された人との、本人同士の交流についてお尋ねします。

(ア) 本人同士の交流を行っていますか。

[

1. 行っている (どのように :
2. 行っていない

]

(イ) 本人同士の交流の機会が必要だと思いますか。

[

1. 必要だと思う (理由 :
2. 必要だと思わない (理由 :

]

問9 ご家族や地域の人にしてほしいこと、してほしくないことや、  
言ってほしい言葉、言ってほしくない言葉は、どのようなことですか。

問10 これから認知症の診断を受けるかもしれない人やご家族に対し、  
伝えたいこと(知っておいてほしいこと)はどのようなことですか。

以上で質問は終わりです。ご協力ありがとうございました。

※ 調査員の方へ⇒ 調査時の補足事項等がありましたら、下記に記載をお願いします。





# 認知症の人の家族（介護経験者）への アンケート調査結果

（認知症の人と家族へのアンケート調査）

広島県 健康福祉局 地域共生社会推進課  
（令和7年9月）

## 目的

- 「都道府県認知症施策推進計画」の策定に向け、認知症の人の家族（介護経験者）の思いを聴き、認知症の人及びその家族が地域で暮らしていく上での課題等を把握すること。

## 実施方法

- 対象者：認知症の人の家族（介護経験者）
- 調査員：（公社）認知症の人と家族の会 広島県支部
- 調査方法：アンケート用紙回収
- 調査期間：令和6年11月1日～令和7年3月31日

## 回答者数

- 認知症の人の家族（介護経験者）：283人

# 調査内容（家族）

| 設問  | 内容                                               |
|-----|--------------------------------------------------|
| 問1  | あなたの基本情報をお尋ねします。                                 |
| 問2  | あなたが介護している(いた)認知症の人の基本情報をお尋ねします。                 |
| 問3  | 認知症の診断を受けたときの状況と、その後の対応についてお尋ねします。               |
| 問4  | あなたと、介護している(いた)認知症の人のお住まいについてお尋ねします。             |
| 問5  | あなたのこれまでの介護の状況についてお尋ねします。                        |
| 問6  | 認知症の人の介護に対する思いについてお尋ねします。                        |
| 問7  | 介護情報の収集方法をお尋ねします。                                |
| 問8  | あなたの気晴らしなどについてお尋ねします。                            |
| 問9  | あなたのお仕事と介護についてお尋ねします。(※介護を始めたときに、お仕事をされていた方のみ回答) |
| 問10 | 認知症の人の意思表示についてお尋ねします。                            |
| 問11 | あなたのお住まいの地域にあったらいいなと思う施設やサービスは、どのようなものですか。       |
| 問12 | 介護中の家族の皆さまへ、伝えたいことはどのようなことですか。                   |

# 調査結果（家族）

## 問1：家族の基本情報（1/2）

### （1）年代と性別

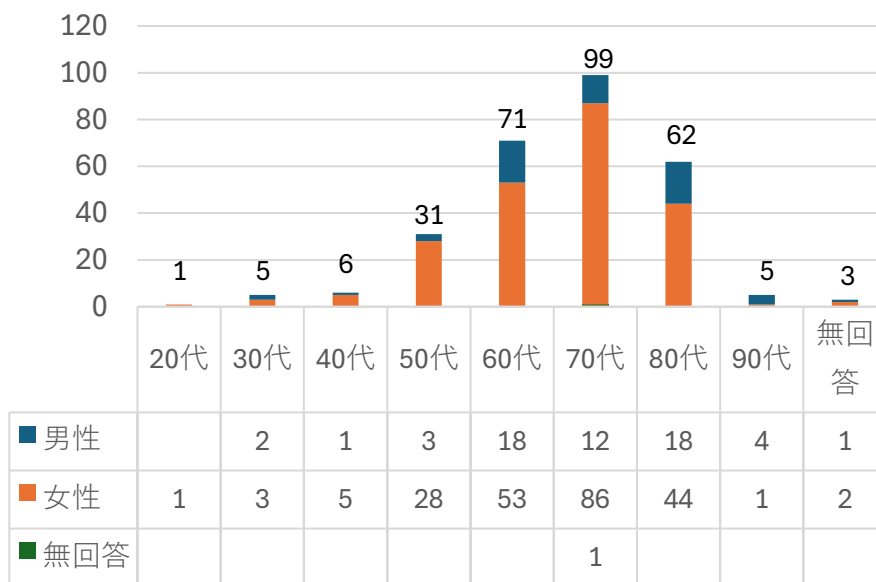
#### 年代

70代からの回答が多く、283人中99人と、全体の35.0%を占めた。

#### 性別

男性59人（20.8%）、女性223人（78.8%）であった。

家族の年代・性別

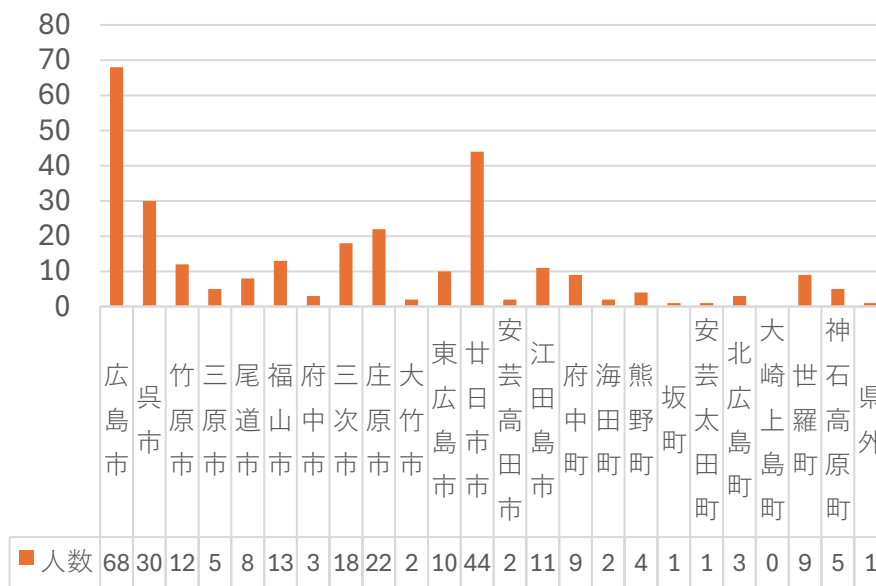


### （2）居住地

県内23市町中、22市町にお住まいのご家族から回答をいただいた。

広島市が283人中68人（24.0%）と最も多く、次いで廿日市市が44人（15.5%）であった。

家族の居住地



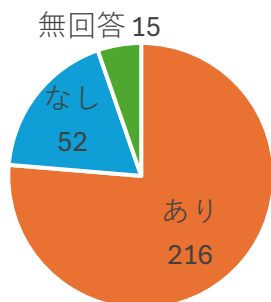
# 調査結果（家族）

## 問1：家族の基本情報（2/2）

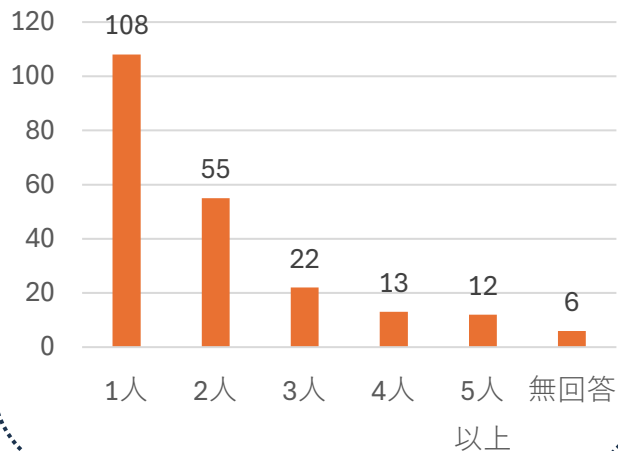
### （3）同居家族

同居家族が多く、283人中216人（76.3%）だった。同居家族の人数は、1人（2人暮らし）が最も多く、216人中108人（50.0%）であった。

#### 同居家族の有無



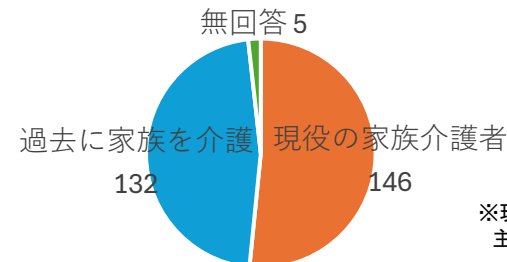
#### 同居家族（216人）の人数内訳



### （4）家族（回答者）の立場と就労状況

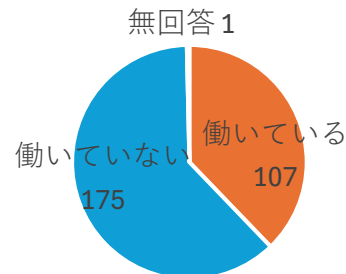
家族（回答者）の立場について、現役の介護者・過去の介護者の割合は、おおよそ半々であった。就労状況については、「働いている」は283人中107人（37.8%）であった。

#### 家族（回答者）の立場

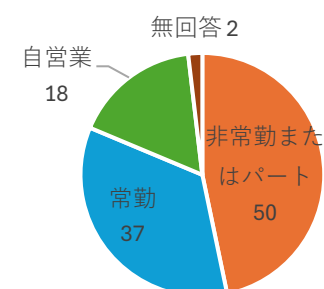


※現役・過去のいずれも、主介護者でない場合を含む。

#### 家族（回答者）の就労状況



#### 働いている人（107人）の雇用形態



# 調査結果（家族）

## 問2：認知症の人の基本情報（1/6）

### （1）年代と性別

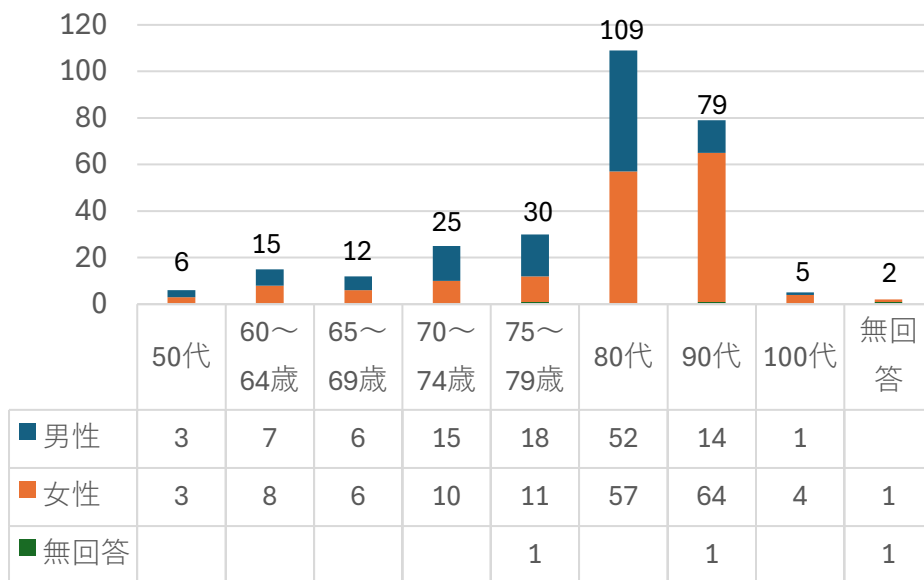
#### 年代（※現在または死亡時の年齢）

認知症の人の年代は80代が多く、283人中109人で、全体の38.5%を占めた。

#### 性別

認知症の人の性別は男性116人（41.0%）、女性164人（58.0%）であった。

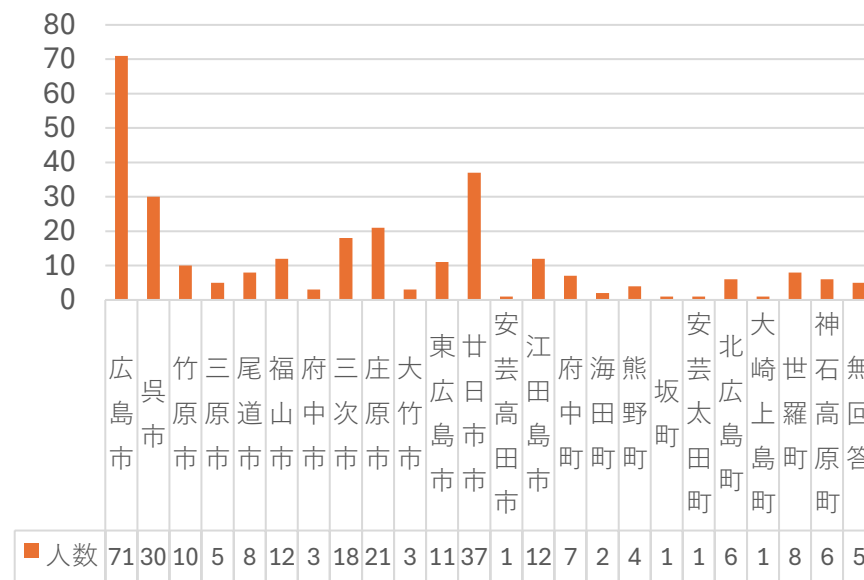
認知症の人の年代・性別



### （2）居住地

認知症の人の居住地は、広島市が283人中71人（25.1%）と最も多く、次いで廿日市市の37人（13.1%）であった。

認知症の人の居住地



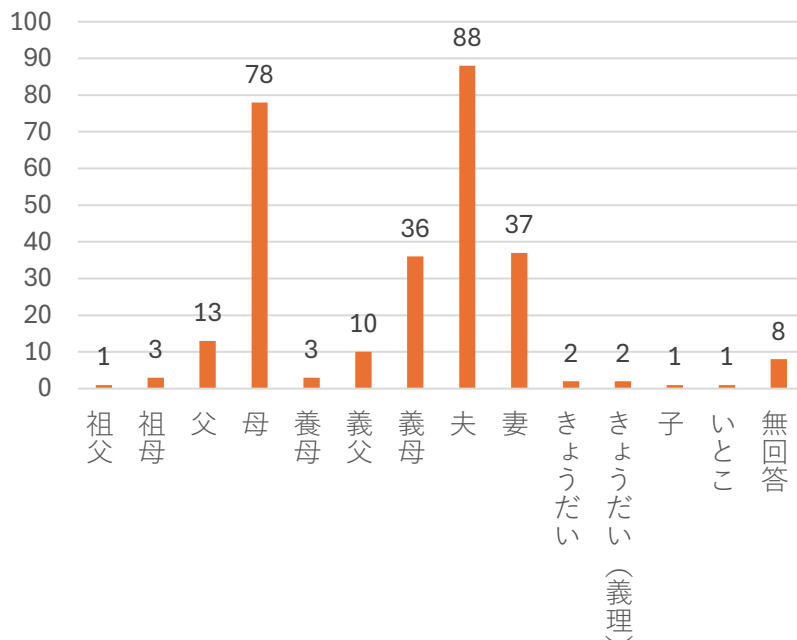
# 調査結果（家族）

## 問2：認知症の人の基本情報（2/6）

### （3）認知症の人の家族（回答者）から見た続柄

認知症の人の続柄は、夫が283人中88人（31.1%）で最も多く、次いで母が78人（27.6%）、妻が37人（13.1%）、義母が36人（12.7%）であった。

認知症の人の家族（回答者）から見た続柄

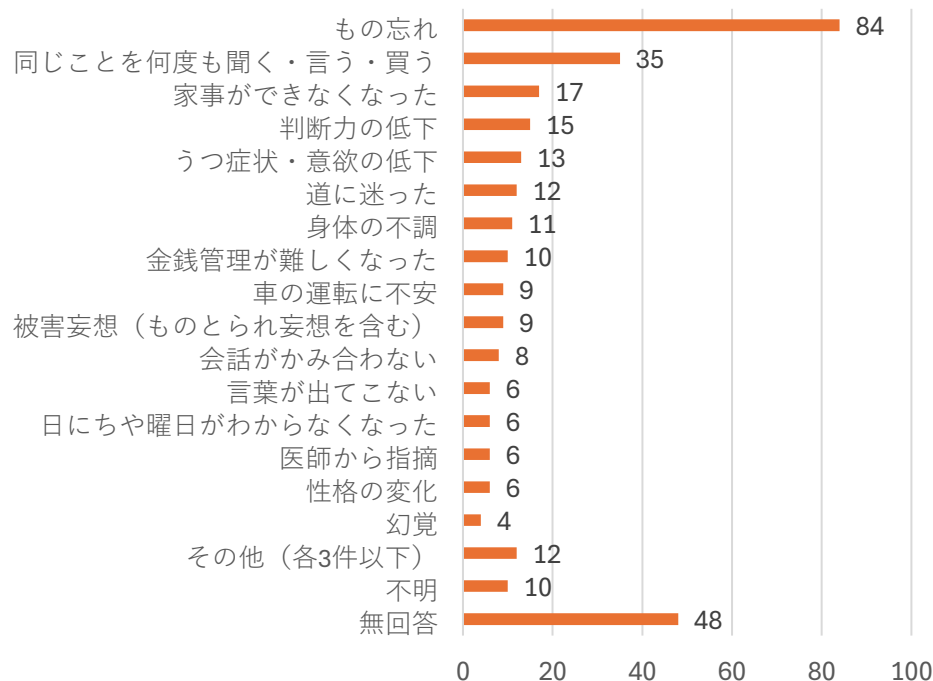


### （4）「認知症では」と気づいたときの状況

家族の気づきとして、「もの忘れ」が最も多く、次いで「同じことを何度も聞く・言う・買う」が多かった。

気づいたときの状況

（複数回答）



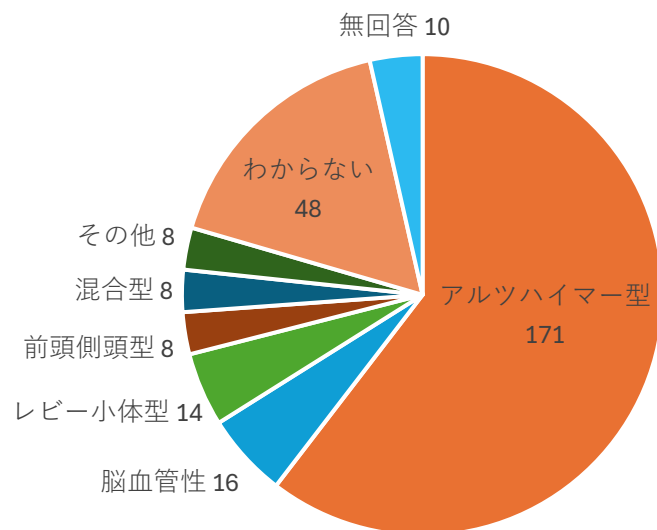
# 調査結果（家族）

## 問2：認知症の人の基本情報（3/6）

### （5）認知症の診断名

アルツハイマー型が283人中171人で最も多く、全体の60.4%を占めた。  
「わからない」は48人で、全体の17.0%だった。

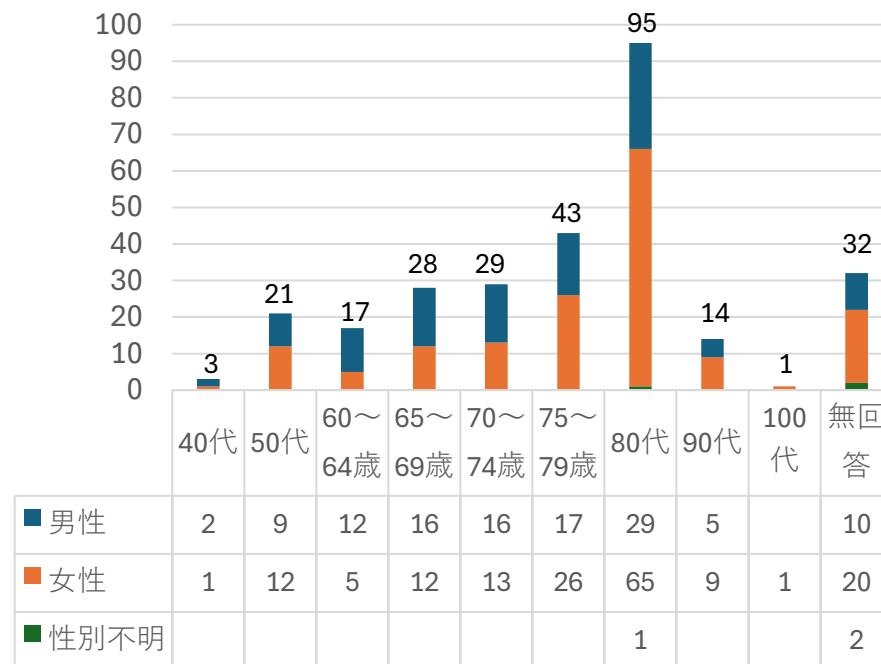
認知症の診断名



### （6）診断を受けたときの年代

80代に診断を受けた人が283人中95人で多く、全体の33.6%を占めた。  
一方で、65歳未満で診断を受けた人（若年性認知症）は41人で、全体の14.5%だった。

診断時の年代・性別





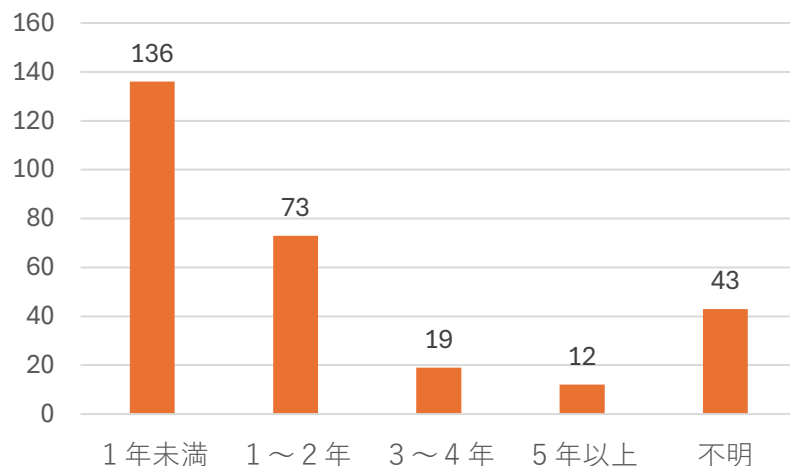
# 調査結果（家族）

## 問2：認知症の人の基本情報（4/6）

### （7）気づきから診断までの期間

1年未満が283人中136人（48.1%）で最も多く、次いで1～2年の73人（25.8%）だった。

気づきから診断までの期間



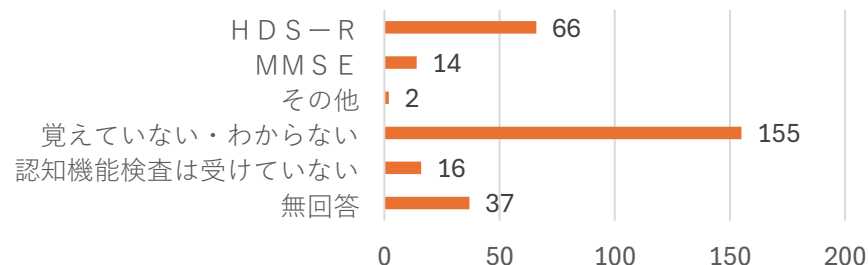
※気づきから診断までの期間

問2(キ)認知症の診断を受けた時の年齢から、  
問2(オ)「認知症では」と気づいた時の年齢を差し引いて算出した。  
いずれかまたは両方の設問が無回答であり、算出不可の場合は、「不明」とした。

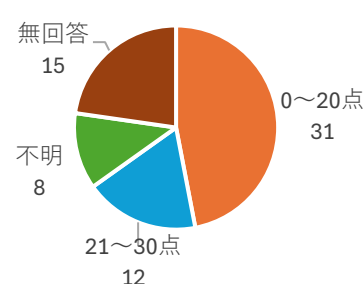
### （8）診断時の認知機能検査の結果

「覚えていない・わからない」が283人中155人で全体の54.8%を占めた。

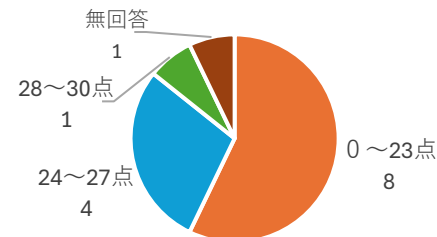
診断時の認知機能検査の実施状況  
（複数回答）



HDS-Rの得点（66人）



MMSEの得点（14人）



※HDS-R（改訂長谷川式認知症スケール）…30点満点中20点以下が認知症疑い

※MMSE（ミニメンタルステート検査）…30点満点中23点以下が認知症疑い、27点以下がMCI疑い

# 調査結果（家族）

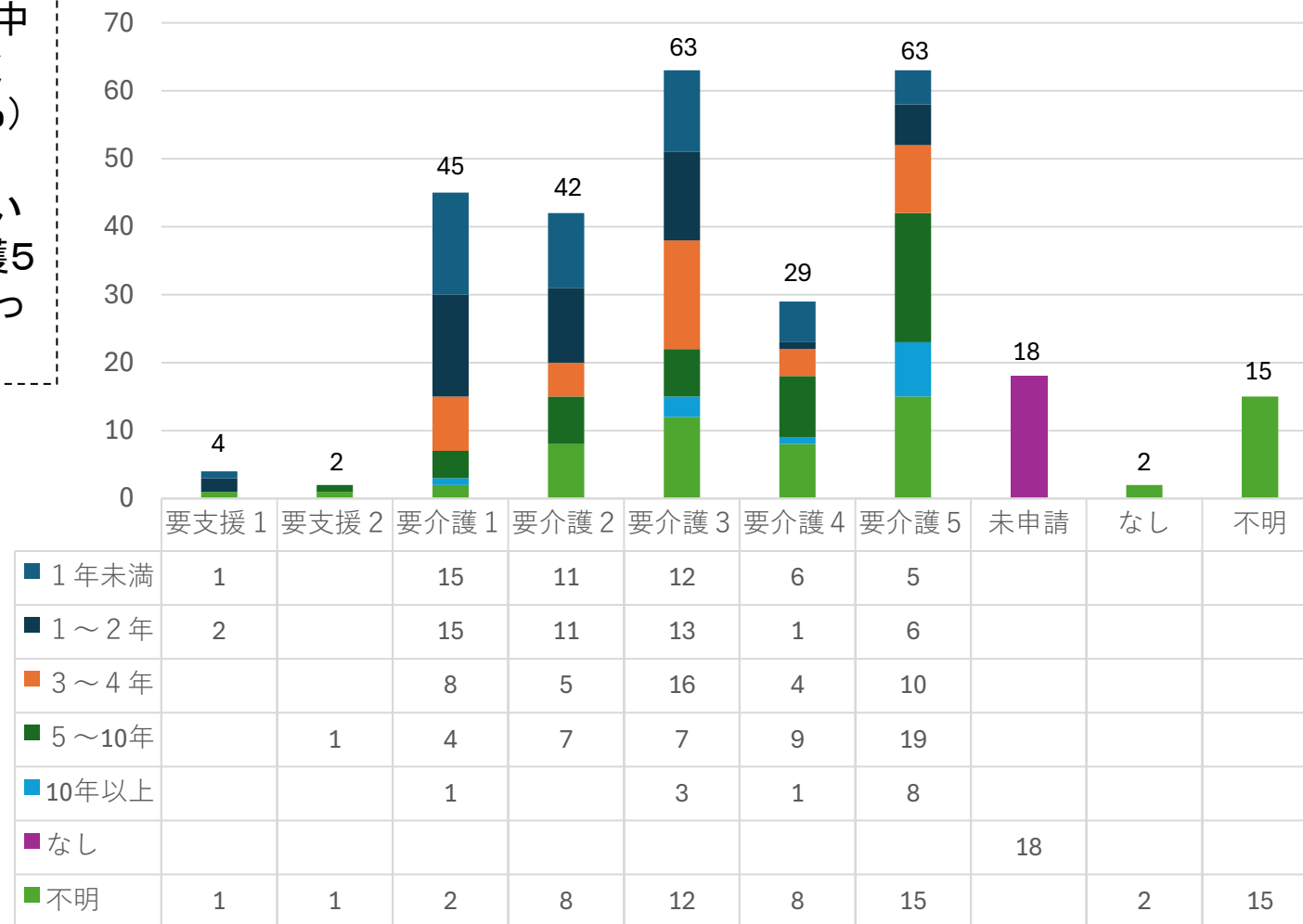
## 問2：認知症の人の基本情報（5/6）

### （9）要介護度と経過期間（※現在または死亡時の要介護度）

要介護3・要介護5が283人中  
63人（22.3%）で最も多く、次  
いで要介護1の45人（15.9%）  
であった。

経過期間は、要介護1につい  
ては1年未満が多く、要介護5  
については5～10年が多かつ  
た。

要介護度と経過期間



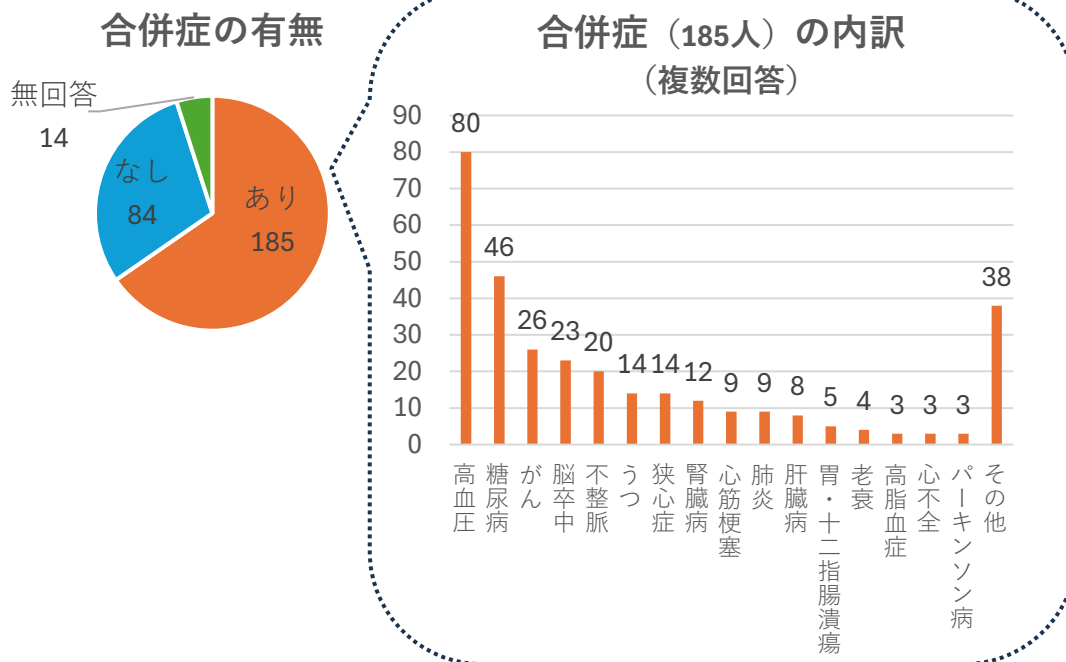
※不明は無回答を含む。

# 調査結果（家族）

## 問2：認知症の人の基本情報（6/6）

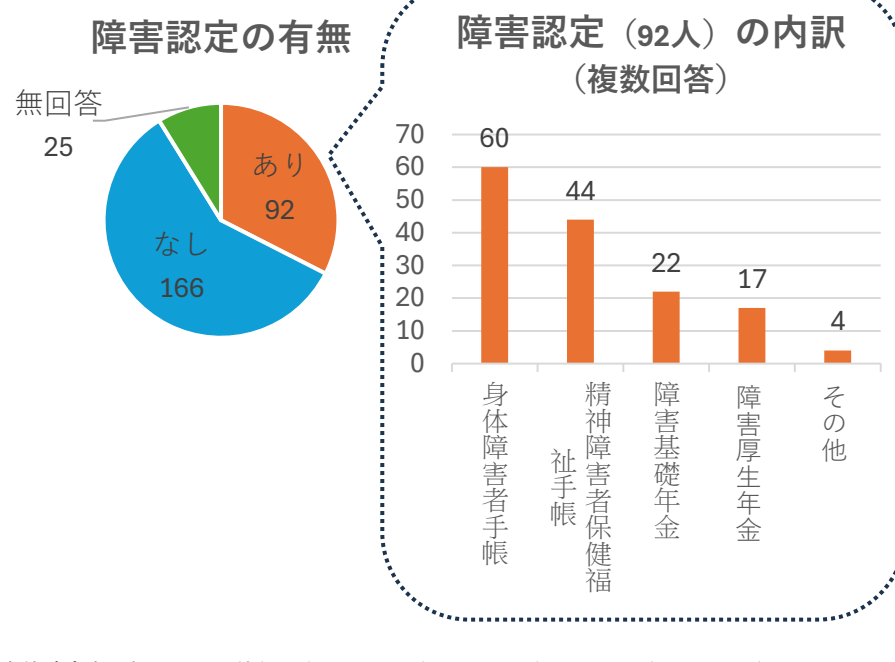
### （10）合併症の有無（※現在または死亡時の合併症）

合併症ありは283人中185人で、全体の65.4%を占めた。  
内訳としては、高血圧が185人中80人（43.2%）で最も多く、次いで糖尿病が46人（24.9%）であった。



### （11）障害認定の有無（※現在または死亡時の障害認定）

障害認定ありは283人中92人で、全体の32.5%だった。  
障害認定の内訳は、身体障害者手帳を取得が92人中57人（62.0%）で最も多かった。



※身体障害者手帳（60人）の等級：1級（22人）、2級（12人）、3級（10人）、4級（7人）、5級（2人）、6級（1人）、7級（0人）、不明（2人）、無回答（4人）

※精神障害者保健福祉手帳（44人）の等級：1級（23人）、2級（12人）、3級（5人）、不明（1人）、無回答（3人）

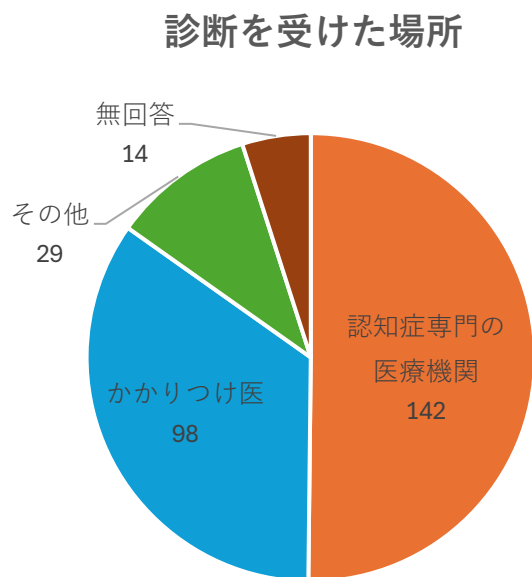
※その他・・・各2件以下または詳細不明

# 調査結果（家族）

## 問3：認知症の診断を受けたときの状況と、その後の対応（1/3）

### （1）診断を受けた場所

認知症専門の医療機関（認知症疾患医療センター・認知症サポート医・もの忘れ外来等）が283人中142人（50.2%）で最も多く、過半数を占めた。

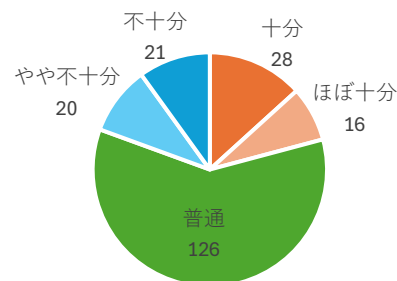


### （2）家族から見た診断の伝え方

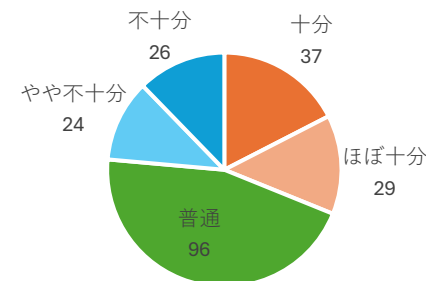
※家族が診断時に同席した場合のみの回答のため、無回答は除外して集計した。

3項目（説明時間・わかりやすさ・情報量）のうち、「（やや）不十分」が「（ほぼ）十分」を上回った項目は、情報量であったため、診断で伝えられる情報量が少ないと感じた家族が多いことがわかった。

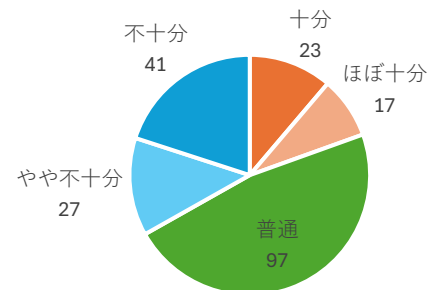
診断の説明時間（回答者211人）



診断のわかりやすさ（回答者212人）



診断の情報量（回答者205人）



# 調査結果（家族）

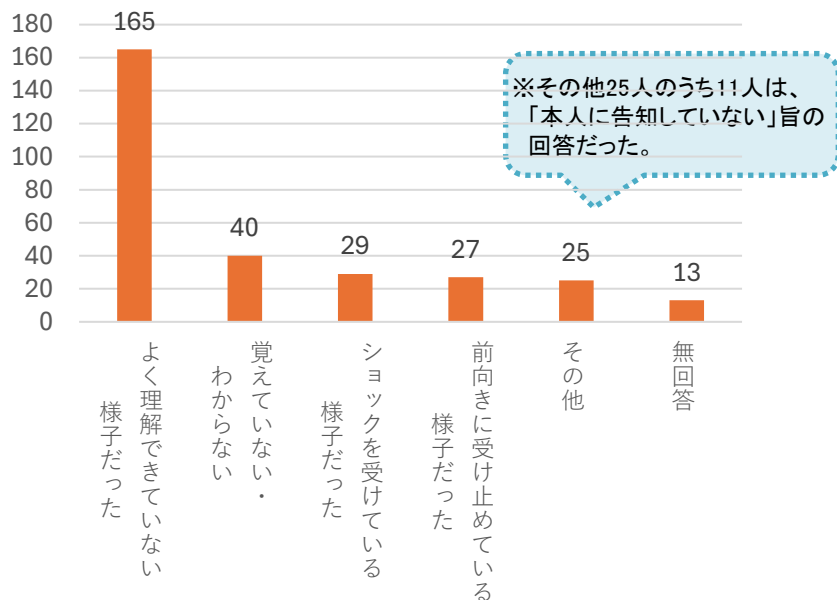
## 問3：認知症の診断を受けたときの状況と、その後の対応（2/3）

### (3) 家族から見た本人の受け止め方

（※診断を受けた時または受けた後）

「よく理解できていない様子だった」が283人中165人(58.3%)で最も多かった。  
その他として、「本人には告知していない」という回答も見られた。

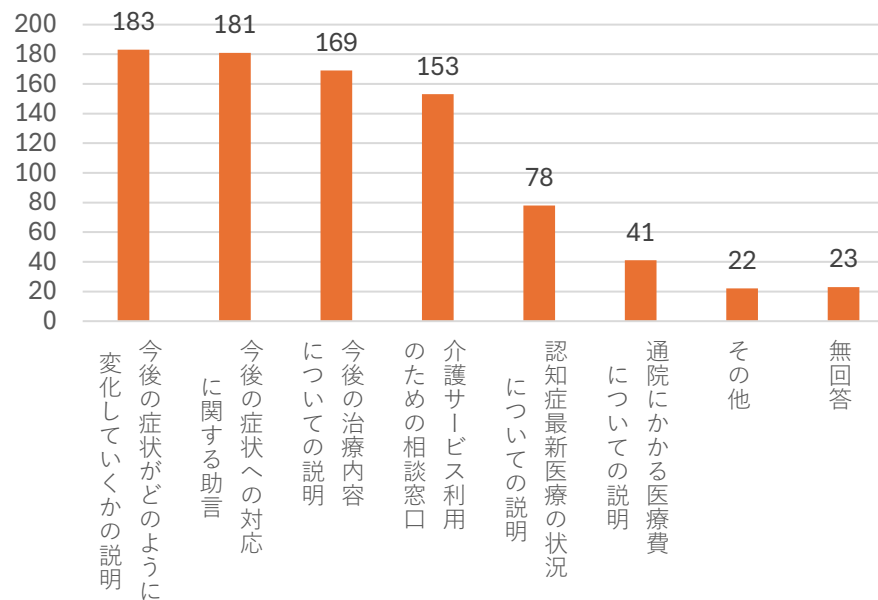
家族から見た本人の受け止め方  
（複数回答）



### (4) 診断時に家族が教えてほしい情報

「今後の症状がどのように変化していくかの説明」、「今後の症状への対応に関する助言」が多く、診断時に、今後の症状変化とそれに対する助言を教えてほしいという家族が多いことがわかった。

診断時に家族が教えてほしい情報  
（複数回答）



# 調査結果（家族）

## 問3：認知症の診断を受けたときの状況と、その後の対応（3/3）

### （5）介護サービスの利用状況

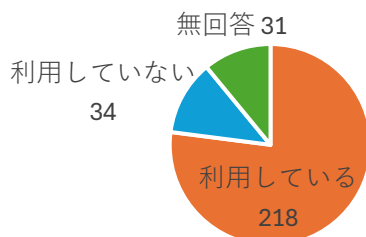
「利用している」が283人中218人で、全体の77.0%を占めた。  
診断後に利用開始するまでの期間は、1年未満が218人中95人（43.6%）で最も多かった。

介護サービスの利用状況

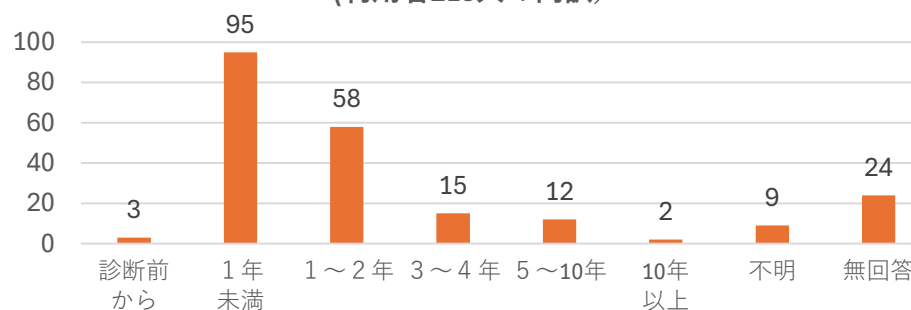
#### 家族の声（抜粋）

##### 「利用していない理由」

- もう少し様子を見たいため。
- 本人が拒否するため。



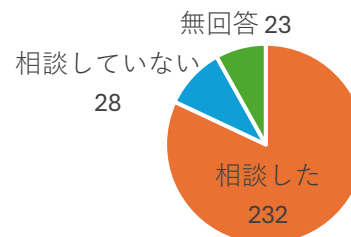
診断後に介護サービスを利用するまでの期間  
(利用者218人の内訳)



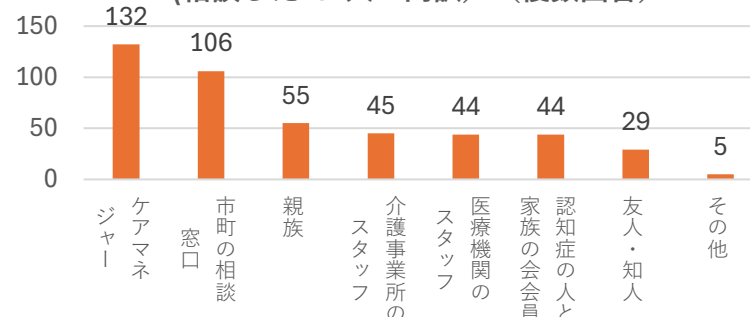
### （6）介護サービス利用についての相談

「相談した」が283人中232人で、全体の82.0%を占めた。  
相談した相手は、ケアマネジャーが232人中132人（56.9%）で最も多かった。

介護サービス利用の相談



介護サービス利用を相談した相手  
(相談した232人の内訳) (複数回答)



# 調査結果（家族）

## 問4：家族と認知症の人の住まいの状況

### (1) 認知症の人との同居の有無

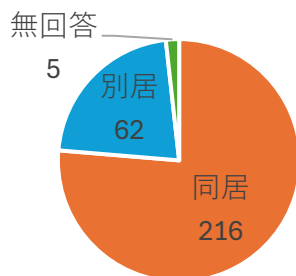
認知症の人と同居している家族が283人中216人で、全体の76.3%を占めた。  
別居の場合の距離感は、「車や交通機関で30分～1時間程度」が62人中24人(38.7%)で最も多かった。

### (2) 認知症の人の住まい

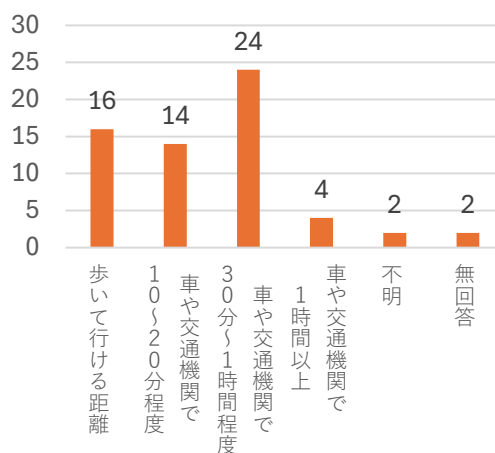
(※認知症の人が主に暮らしている(いた)場所)

「認知症の人の自宅」が最も多く、次いで「特別養護老人ホーム」、「家族(回答者)の自宅」であった。

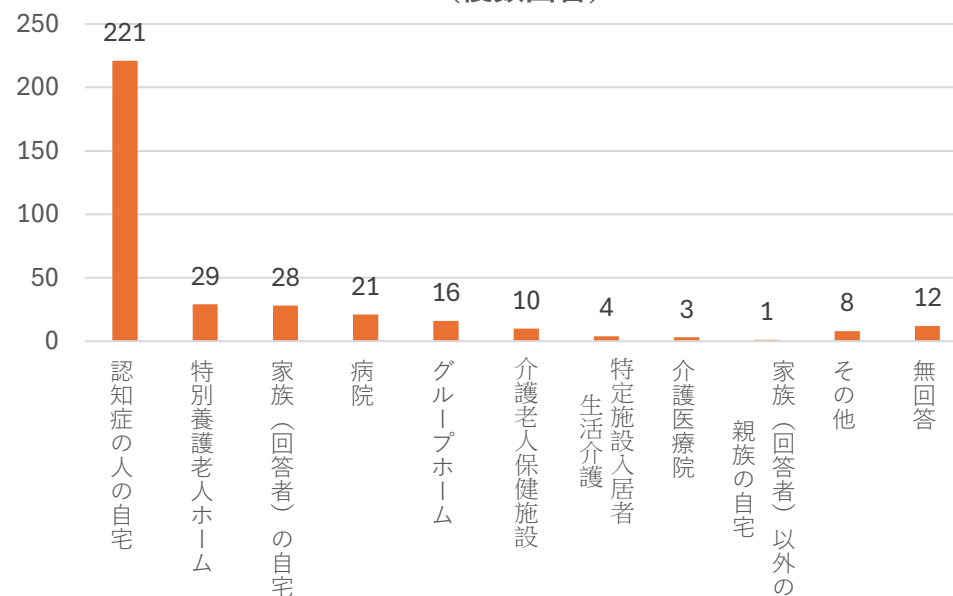
認知症の人との同居の有無



別居の場合の距離感  
(62人の内訳)



認知症の人の住まい  
(複数回答)



※同居の場合の同居期間については、設問の注意書きの不足により、「認知症の診断以前からの期間」と思われる回答と、「診断後の期間」の回答に二分されたため、集計及び分析から除外することとした。

※「認知症の人が主に暮らしている(いた)場所」という設問であったが、移動の状況を全て記載した回答も全て集計し、複数回答とした。

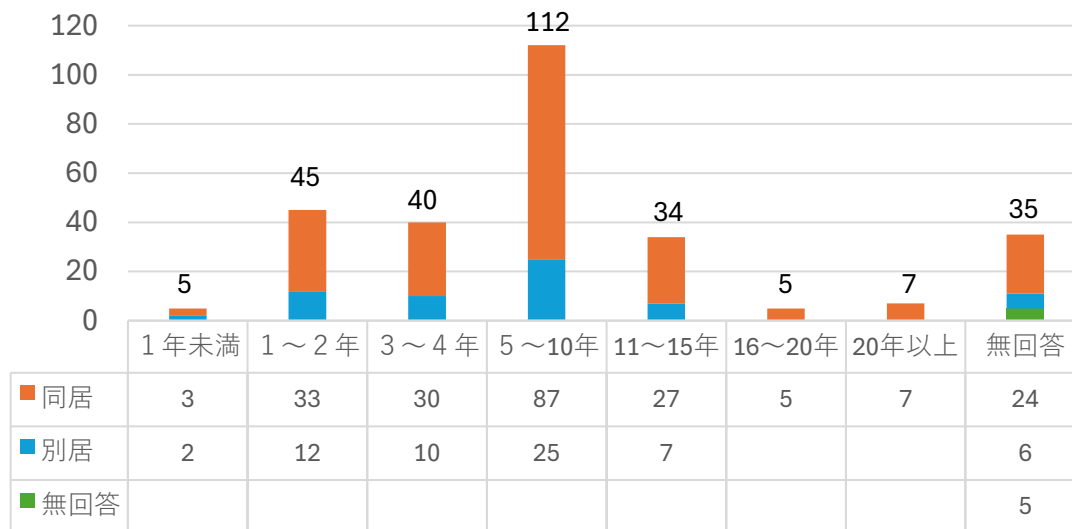
# 調査結果（家族）

## 問5：これまでの介護の状況（1/2）

### （1）介護をしている（いた）期間

「5～10年」が283人中112人で最も多く、全体の39.6%を占めた。

介護をしている（いた）期間

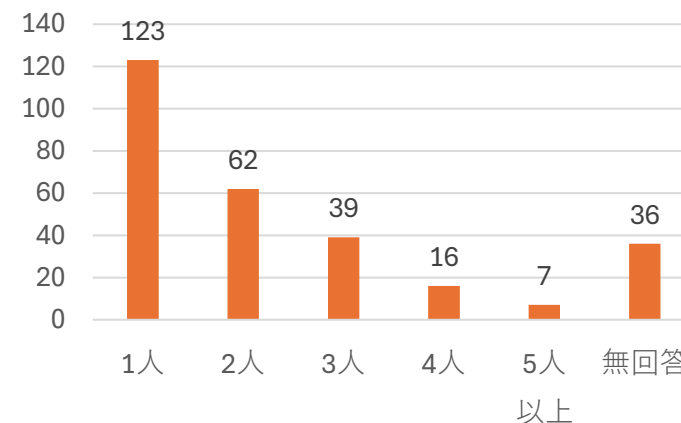


### （2）介護に携わっている（いた）

#### 家族等の人数（※回答者である家族を含めた人数）

「1人」が283人中123人で最も多く、全体の43.5%を占めた。

介護に携わっている（いた）  
家族等の人数





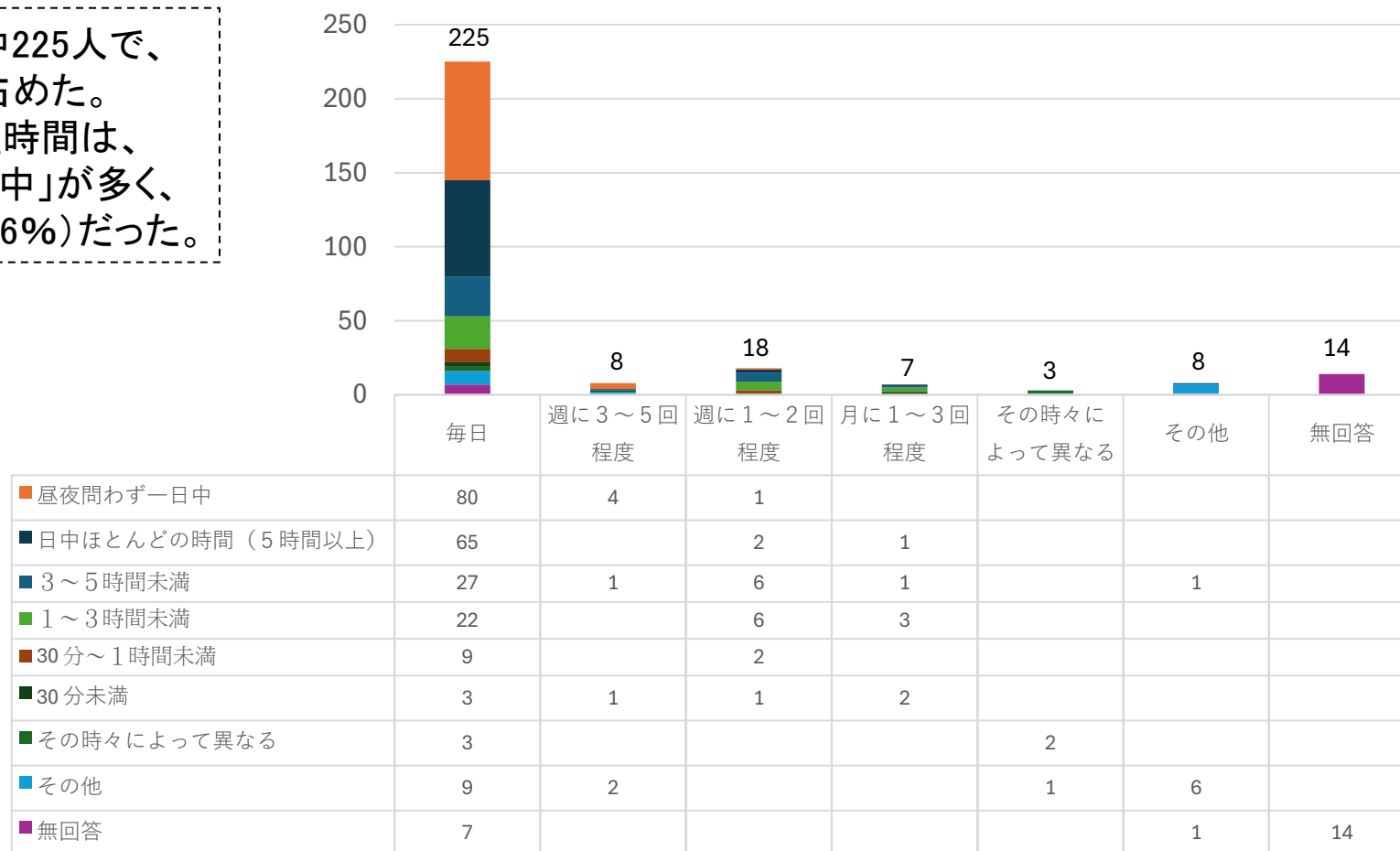
# 調査結果（家族）

## 問5：これまでの介護の状況（2/2）

### （3）介護をする（した）頻度と 1日あたりの介護時間

「毎日」が283人中225人で、  
全体の79.5%を占めた。  
1日あたりの介護時間は、  
「昼夜問わず1日中」が多く、  
225人中80人（35.6%）だった。

介護の頻度と1日あたりの介護時間



# 調査結果（家族）

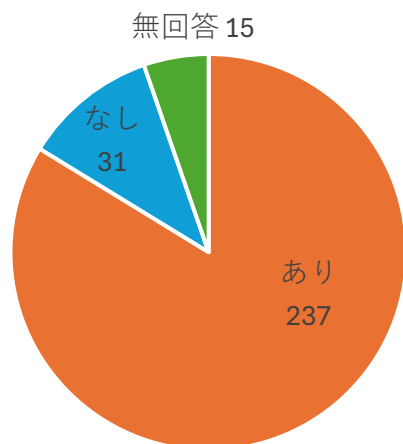
## 問6：認知症の人の介護に対する思い（1/12）

### （1）困っていること、つらいこと

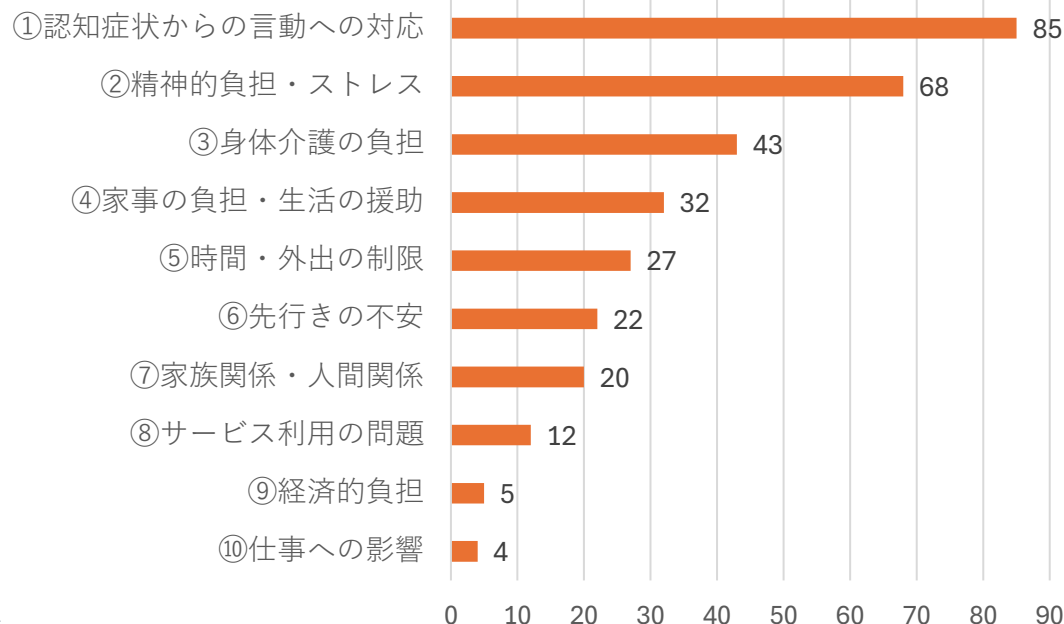
「あり」が283人中237人で、全体の83.7%を占めた。

内訳は、「認知症状からの言動への対応」、「精神的負担・ストレス」、「身体介護の負担」が多く見受けられた。  
【各項目の内訳は次ページから掲載】

#### 困っていることやつらいことの有無



#### 困っていることやつらいこと（237人）の内容 （複数回答）



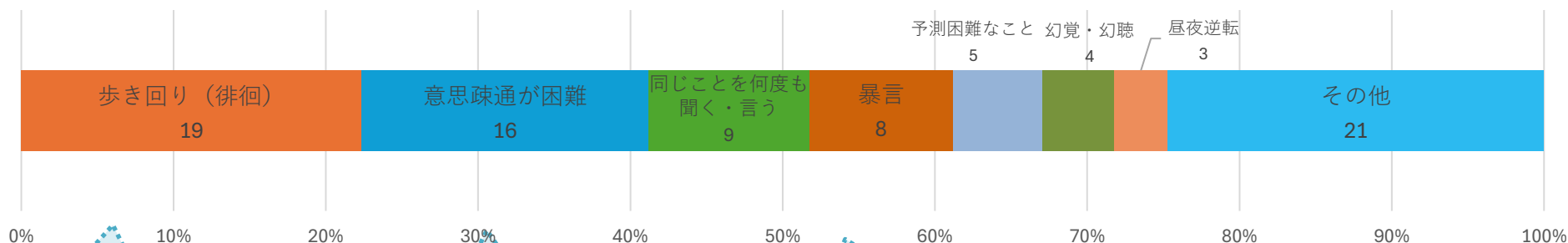
# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（2/12）

### (1) 困っていること、つらいこと

#### 回答① 認知症状からの言動への対応（85件）

認知症状からの言動への対応（85件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「歩き回り（徘徊）」

- 徘徊を始めた。鍵をつけたが、外へ出たがって公園を一周歩いた。
- 夜間（深夜）、「家に帰る」と言って外出しようとするが、1週間のうち4～5日続いた。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「意思疎通が困難」

- 本人の思っている事を言葉で伝えるにくなっているの、大切な事をしっかり話し合えない。相談しても「わからん」しか言ってもらえない。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「同じことを何度も聞く・言う」

- 同じことを問われ、同じ回答を繰り返すこと。

##### 「暴言」

- 自己主張（作り話）が多く、否定すると怒り出す。

##### 「予測困難なこと」

- 思いがけない行動をする。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「幻覚・幻聴」

- 幻視、幻聴があったので、夜中困りました。

##### 「昼夜逆転」

- 夜トイレに起きるが、本人は朝と思っており、本人への対応に困る。

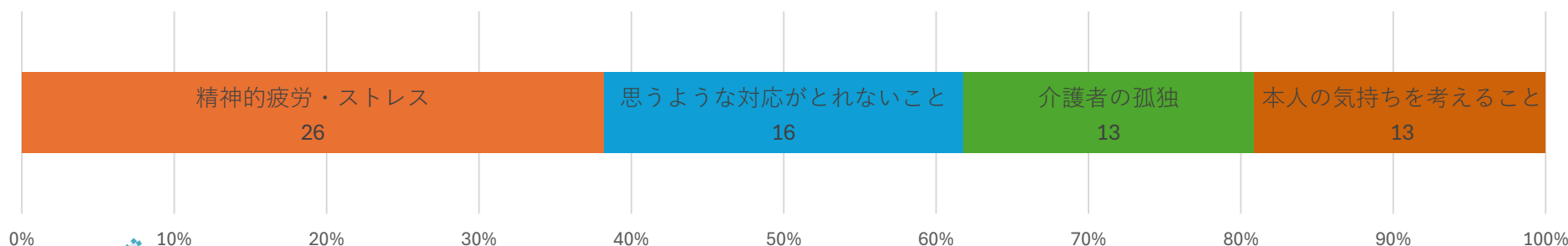
# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（3/12）

### (1)困っていること、つらいこと

#### 回答②精神的負担・ストレス（68件）

精神的負担・ストレス（68件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「精神的疲労・ストレス」

- 自分の自由な時間が減って、追いつめられた心理状態になる。
- 素早く対応してますが、ストレスがたま一方です。
- **自分の貴重な時間を奪われていると感じる事がある。**

#### 家族の声（抜粋）

##### 「思うような対応がとれないこと」

- **やさしい言葉をかけたいと思いながら、ついつい強い言葉になる時はつらいです。**
- 何度も同じことを聞かれそれに答えるとき、度重なると口調が厳しくなる。そうならないよう気をつけているけど、守ることができない。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「介護者の孤独」

- **他に協力者がいない。**
- こぼす人がいない。身内には心配されるので言えない。

##### 「本人の気持ちを考えること」

- 本人と口論になることが増えました。今の状態を受け入れることが本人も難しいようで、その姿をみると悲しい気持ちになります。

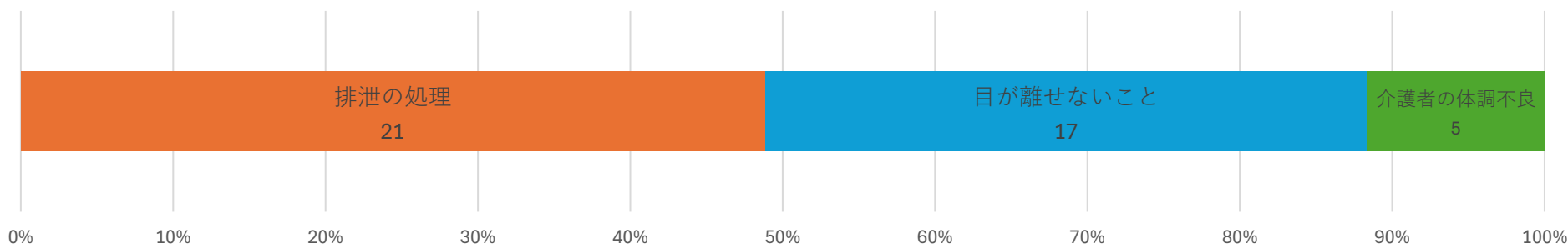
# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（4/12）

### (1) 困っていること、つらいこと

#### 回答③ 身体介護の負担（43件）

身体介護の負担（43件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「排泄の処理」

- 排泄処理の時、自分の言うことを理解してもらえず動くので、尿や便、汚染で度々困った。
- トイレの失敗。下着が汚れて、自分で洗濯できないこと。
- 自分の排泄物をさわったり、衣類を汚すが着替えに抵抗して中々出来ない。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「目が離せないこと」

- 常に時間に追われてる気がしてました。目が離せない。
- 常時目が離せない。睡眠時間が不安定で、深夜に起こされる等。
- 行動の色々を常に確認しなければならない。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「介護者の体調不良」

- 自分も倒れて入院したりしました。
- 実家が遠いので、休みのたびに行くのですが、体力的にも休めないので疲れる。

# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（5/12）

### (1)困っていること、つらいこと

#### 回答④家事の負担・生活の援助（32件）

##### 家族の声（抜粋）

###### 「家事の負担」

- 発病前は家のことは本人がすべて行っていたが、発病後はすべて介護者が行わないといけなくなったこと。そのことについて、**引き継ぎがなく突然しなければならなくなったこと。**

###### 「生活の援助」

- 家にいる時は、**衣服の調整をしなければならない。**
- 心臓病もあり、薬・水量の制限があったが管理困難だった。また、心臓治療のための貼り薬をすぐ取り、大変だった。

#### 回答⑤時間・外出の制限（27件）

##### 家族の声（抜粋）

###### 「自分の時間がない」

- 泊まりがけでの出張もできなくなるなど、**私自身の時間が取れなくなりました。**
- 時間のやりくりと夜間の不眠。

###### 「外出の制限」

- 私は車の運転ができないし、**夫も車の運転ができなくなったので、外出が難しくなりました。**食品等の買い物は、同居の娘がやってくれるが、娘は仕事が忙しく、それ以上頼めなく、バスは不便で困っています。

# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（6/12）

### (1)困っていること、つらいこと

#### 回答⑥先行きの不安（22件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「先行きの不安」

- 軽度なため、そんなにつらいと思うより、これから先の不安におびえる。
- だんだん変化してゆく母に、先が見えない不安がずっと続き、認知症を理解していなかった私にとって毎日が驚きでした。

#### 回答⑦家族関係・人間関係（20件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「家族関係」

- 父が最初の頃、認知症の事をあまり理解していなくて、トラブルが多かった。
- 姉の支援もなく悲しかった。

##### 「周囲との人間関係」

- 今は慣れたけれど他人の目、うわさ話がつらかった。
- 認知症への理解が得られないことがつらかったです。近所の人に迷惑をかけないように気を使った。理解してくれる人ばかりではない。病気になりたくなかったわけではないのに。
- 人から「親だからしっかり見てあげなさい」、「親子だから何を言ってもいいではないか」等と言われた。

# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（7/12）

### (1)困っていること、つらいこと

#### 回答⑧サービス利用の問題（12件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「サービス利用の問題」

- 地域によってできること、できないこと（制度上）があったが、よくわからなかった。
- 必要であると思われる介護サービスの導入について（本人が）消極的なため、導入までに時間がかかる。

#### 回答⑨経済的負担（5件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「経済的負担」

- 金銭的に介護の費用の支援は、私の年金と医療費控除以外は、市からのタクシー券以外、他に何もありませんでした。

#### 回答⑩仕事への影響（4件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「仕事への影響」

- 自分の仕事を辞めて、介護にあたらなければいけなくなった。



# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（8/12）

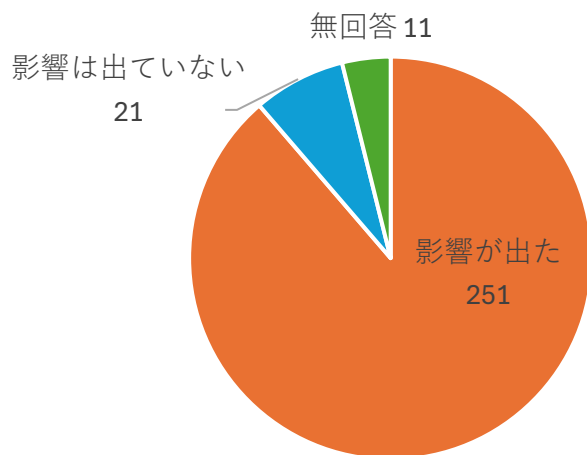
### （2）生活への影響

「影響が出た」が283人中251人で、全体の88.7%を占めた。

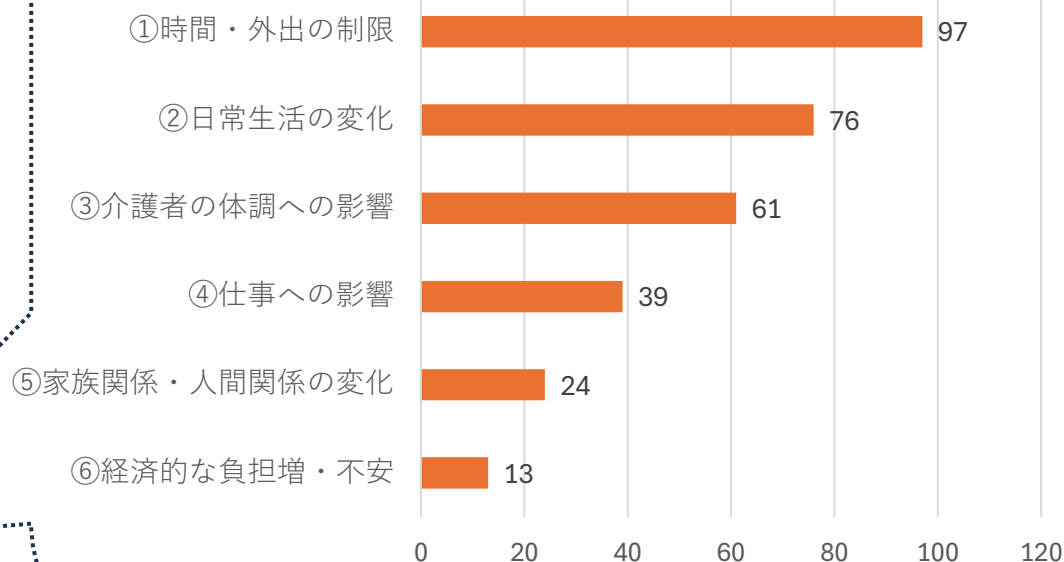
内訳は、「時間・外出の制限」、「日常生活の変化」、「介護者の体調への影響」が多く見受けられた。

【各項目の内訳は次ページから掲載】

#### 生活への影響の有無



#### 生活に影響が出たこと（251人）の内容 （複数回答）



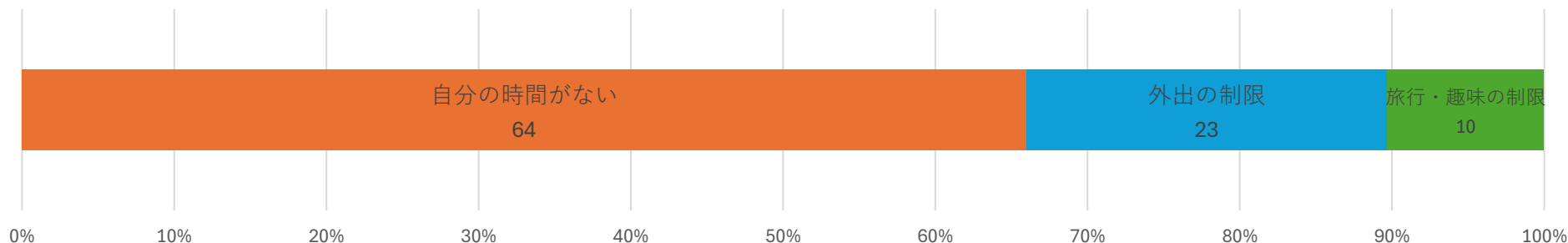
# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（9/12）

### (2)生活への影響

#### 回答①時間・外出の制限（97件）

時間・外出の制限（97件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「自分の時間がない」

- すべてにおいて1人で対応していかないとけなくなった。**介護中心で自分の時間は無くなった。**
- 現在、兄弟姉妹で担当の日を決めて介護をしているので、時間の使い方を上手に調整しているが、以前は常に気がかりで自分の時間を持ちづらかった。
- デイサービスを利用するまでは、私の自由がなくなった。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「外出の制限」

- **一人で留守番させるのが不安で、ほぼ外出ができなくなりました。**通院の付き添いも大変でした。
- 留守が心配（火事等）のため、外出が制限される。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「旅行・趣味の制限」

- ショートステイを利用しても、いつ急変するかわからないため、家族での遠出、旅行に行けないこと。
- **今まで通っていた趣味、習い事の全て、欠席している状態。**

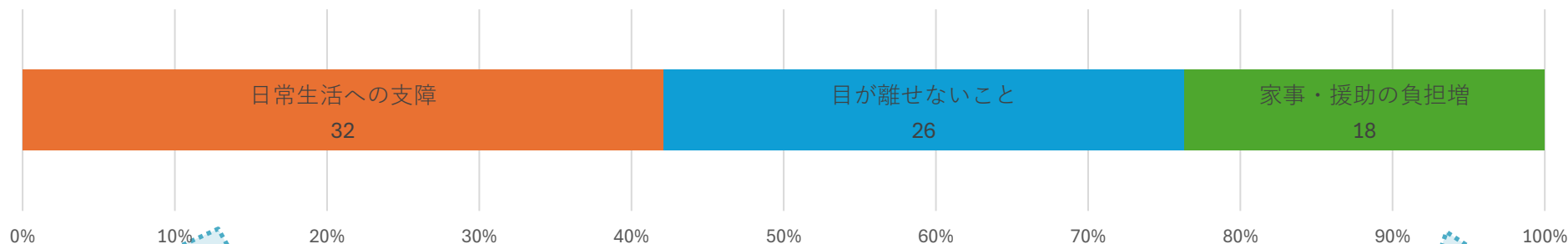
# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（10/12）

### (2)生活への影響

#### 回答②日常生活の変化（76件）

日常生活の変化（76件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「日常生活への支障」

- 仕事に行く前の準備、帰宅後の確認作業が増え、**自分の食事や休養が後回しになっている。**
- 本人から何度も電話があったこと。
- 別宅に一人住まいのために、呼び出されることも多く、気をつけなければいけない。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「目が離せないこと」

- 夫は無断で外出し、帰り道が分からなくなることが多いので、目が離せません。
- 目が離せなくなった。（外出時は本人に言ってからボードに書く様にする。時間も。）
- **夫の行動に細かく注意がいる。**

#### 家族の声（抜粋）

##### 「家事・援助の負担増」

- **子供の学校の世話等、食事の準備等をすべて1人でするようになった。**
- 介護者の家事が増え、外出しても食事の時間に間に合うように急いで帰宅しなければならない。

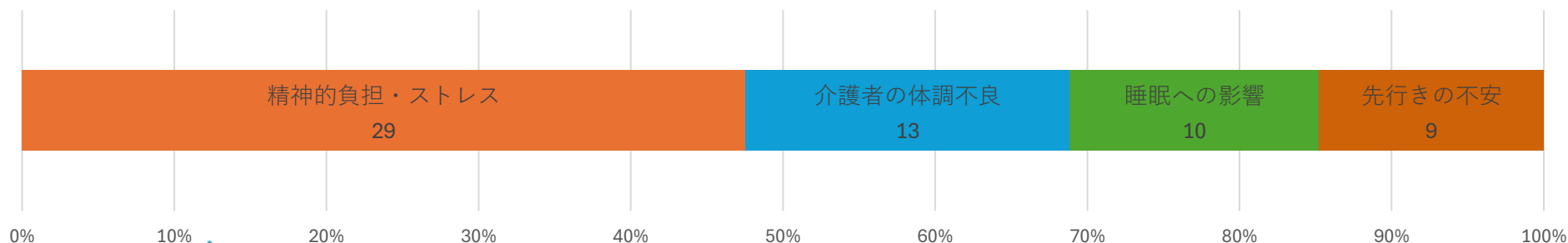
# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（11/12）

### (2)生活への影響

#### 回答③介護者への体調への影響（61件）

介護者の体調への影響（61件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「精神的負担・ストレス」

- 何かにつけ、介助がいり、気が休まらない。
- わかっているつもりでも気持ちが柔軟になれず、しんどいことが多かった。
- 身内であることで、ついつい文句を言うことが多くなった。自分も我慢ができないため、怒ることがあった。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「介護者の体調不良」

- 介護する者の健康面が後回しになる。
- 介護者の体調不良の頻度が増え、自己嫌悪に陥る頻度も増加。
- 身体をこわし入院等もした。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「睡眠への影響」

- 夜に眠らず家中を歩きまわるため、介護する私が目が離せず不眠になった。

##### 「先行きの不安」

- 自分の今後の生活や仕事について、考えることが多くなり、悩みがつきない。（将来的に同居すべきかどうかなど）

# 調査結果（家族）

## 問6：認知症の人の介護に対する思い（12/12）

### (2)生活への影響

#### 回答④仕事への影響（39件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「仕事の制限」

- 仕事帰りに通ったり、緊急入院になって仕事をぬけないといけなかった。当時は病院に勤務していたが、**休みを多くとらないといけなかったし、早退も増えた。**

##### 「退職」

- 仕事で出張が困難となり、役職をはたすことができず、退職した。

#### 回答⑤家族関係・人間関係の変化（24件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「家族関係・人間関係の変化」

- 息子の反抗期と重なり、**家庭がごちゃごちゃしていた。**高校生の娘は、勉強をする環境ではなかった。もう少し私自身に余裕があったら違ったように思う。

#### 回答⑥経済的な負担増・不安（13件）

##### 家族の声（抜粋）

##### 「経済的な負担増・不安」

- **歩く、座る、寝る、の備品を借りるのに出費がある。**2人の年金で生活している私たちには大変な出費です。

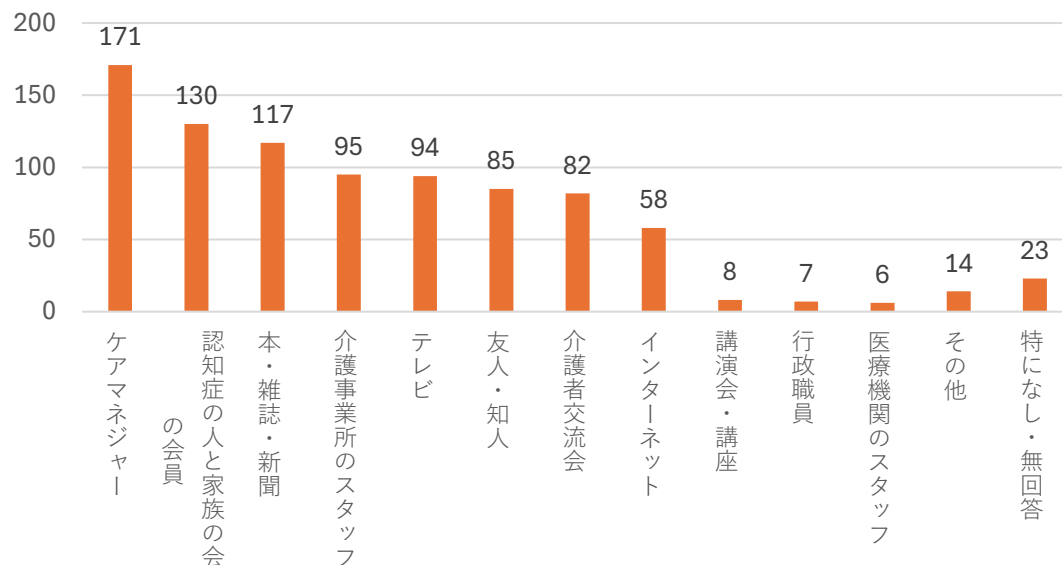
# 調査結果（家族）

## 問7：介護情報の収集方法

### (1) 介護に関する情報源

「ケアマネジャー」が最も多く、次いで「認知症の人と家族の会の会員」、「本・雑誌・新聞」と続いた。

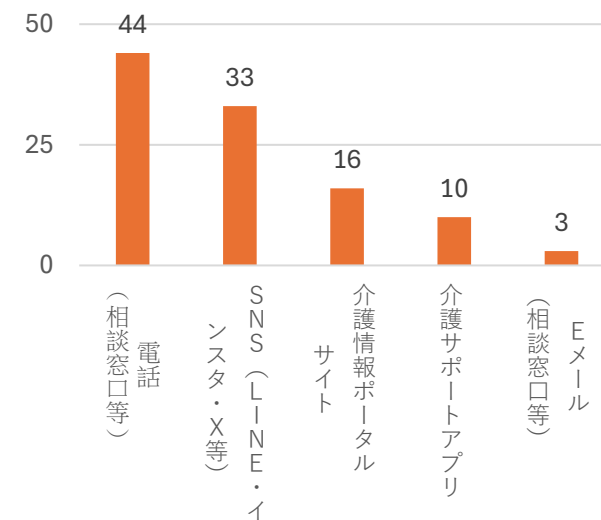
介護に関する情報源  
(複数回答)



### (2) 介護に関する情報を得るために利用中のツール

「電話」が最も多く、次いで「SNS」が多かった。

介護に関する情報を得るために利用中のツール  
(複数回答)



※設問の表現の不備により、「その他」で情報源(ケアマネジャー等)の回答があったが、「(1) 介護に関する情報源」の回答と重複するため、集計及び分析から除外することとした。

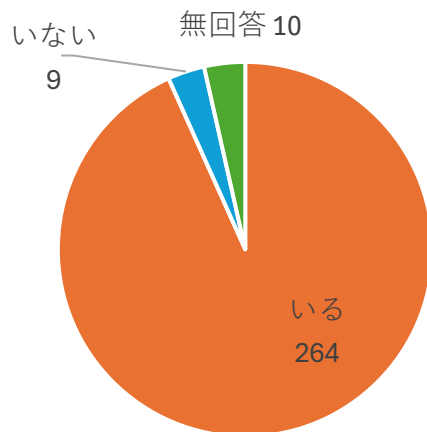
# 調査結果（家族）

## 問8：家族の気晴らし（1/2）

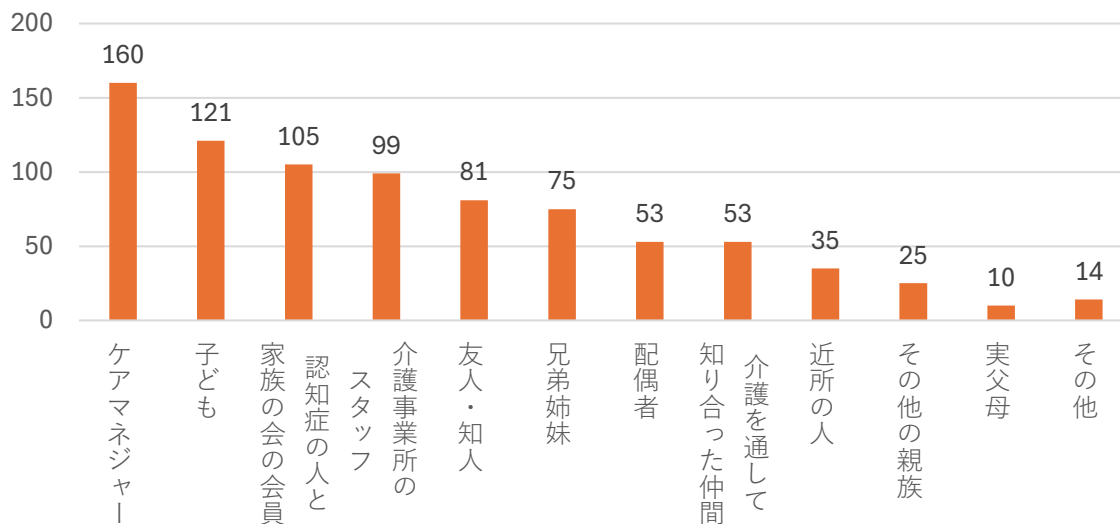
### （1）介護の相談相手

「いる」が283人中264人で、全体の93.3%を占めた。相談相手は、「ケアマネジャー」が264人中160人（60.6%）で最も多く、次いで「子ども」が121人（45.8%）であった。

介護の相談相手の有無



介護の相談相手（264人）の内訳  
（複数回答）



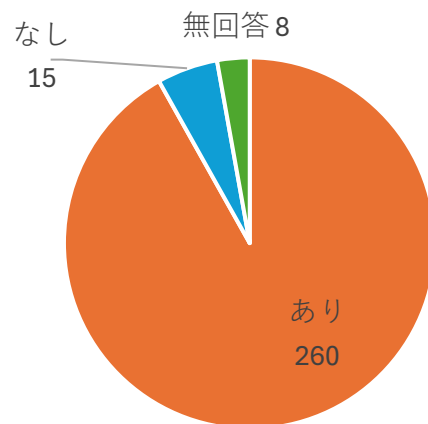
# 調査結果（家族）

## 問8：家族の気晴らし（2/2）

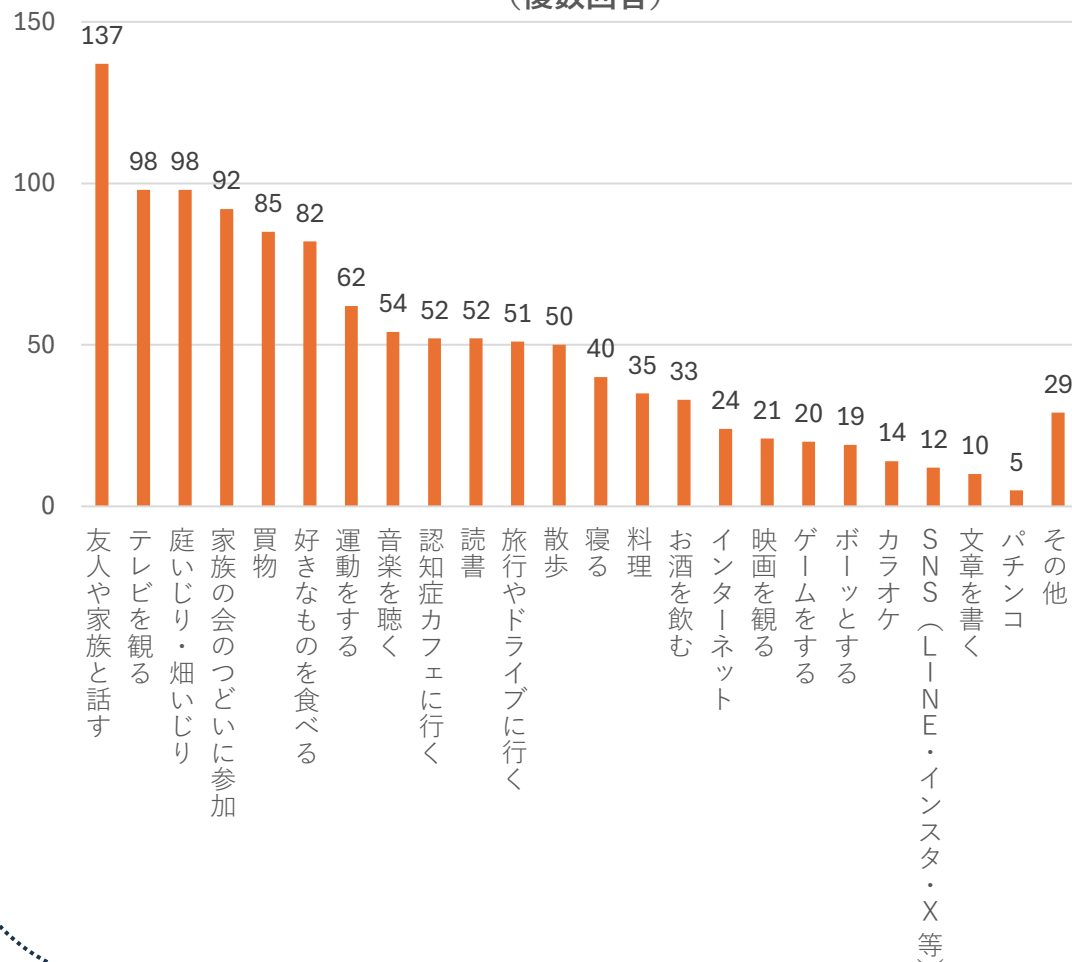
### （2）普段の気晴らし

「あり」が283人中260人で、全体の91.9%を占めた。  
気晴らしの方法は、「友人や家族と話す」が260人中137人（52.7%）で最も多かった。

気晴らしの機会の有無



気晴らしの方法（260人）  
（複数回答）





# 調査結果（家族）

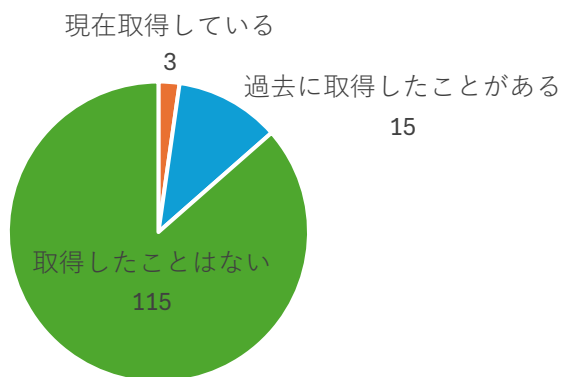
## 問9：家族の仕事と介護の状況（1/2）

※問9：家族が介護を始めたときに仕事をしていた場合のみの回答のため、無回答は除外して集計した。

### （1）介護休暇（休業）の取得状況

介護を始めた時に仕事をしていた人（回答者133人）のうち、介護休暇（休業）を取得した経験がある人は18人で、全体の13.5%にとどまった。

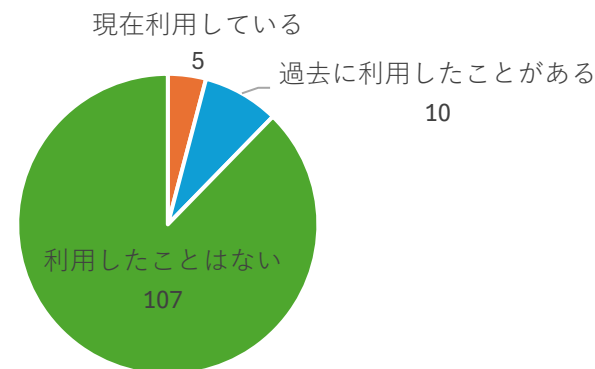
介護休暇（休業）の取得状況  
（回答者133人）



### （2）短時間勤務またはフレックスタイム制の利用状況

介護を始めた時に仕事をしていた人（回答者122人）のうち、短時間勤務またはフレックスタイム制を利用した経験がある人は15人で、全体の12.3%にとどまった。

短時間勤務またはフレックスタイム制の利用状況  
（回答者122人）



※介護休暇（休業）を取得した経験がある人の取得期間は、母数が少ないため、集計及び分析から除外することとした。

# 調査結果（家族）

## 問9：家族の仕事と介護の状況（2/2）

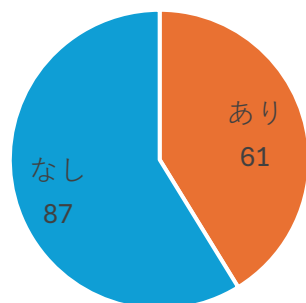
※問9：家族が介護を始めたときに仕事をしていた場合のみの回答のため、無回答は除外して集計した。

### （3）介護が原因で仕事を辞めたり、変更したこと

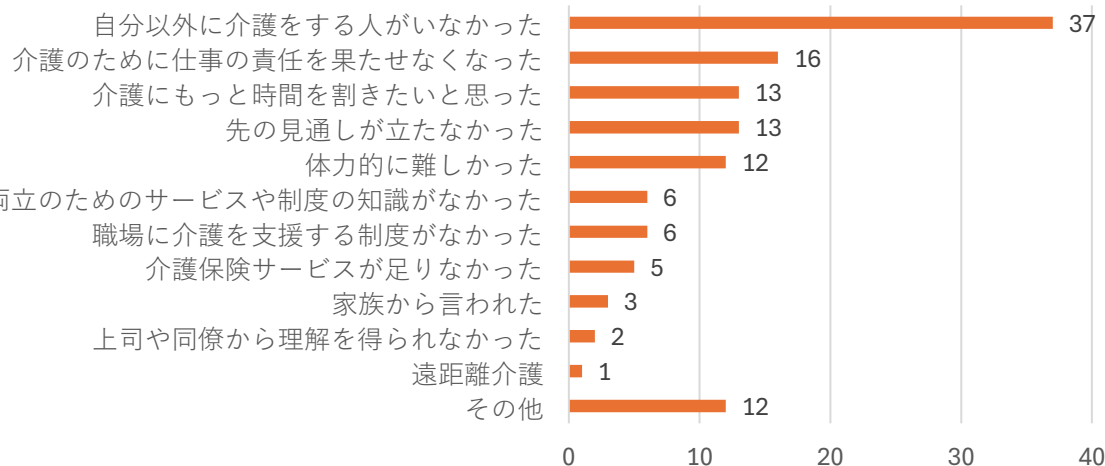
介護を始めた時に仕事をしていた人（回答者148人）のうち、介護が原因で仕事を辞めたり、変更した経験がある人は61人で、全体の41.2%を占めた。

辞めたり変更した理由としては、「自分以外に介護をする人がいなかった」が最も多かった。

介護が原因で仕事を辞めたり、  
変更したこと（回答者148人）



介護が原因で仕事を辞めたり、変更した（61人）理由  
（複数回答）



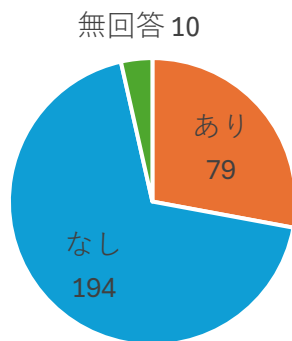
# 調査結果（家族）

## 問10：認知症の人の意思表示

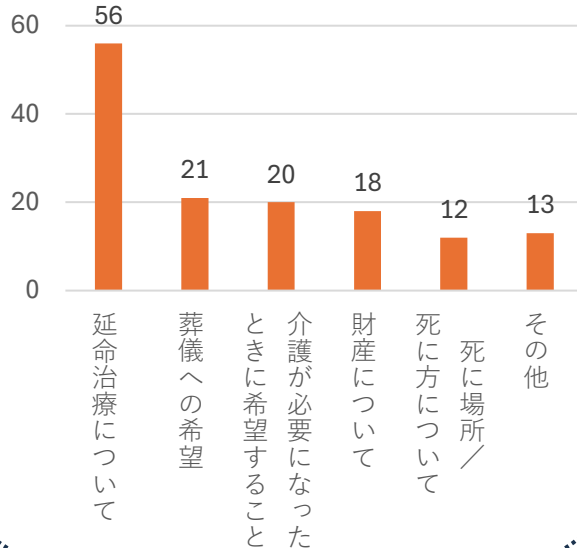
### ○人生の最終段階に向けた話し合い

「あり」が283人中79人で全体の27.9%だった。  
内容は、「延命治療」が最も多く、時期は「認知症の診断前」、  
きっかけは「家族の提案」、記録は「残していない」が多かった。

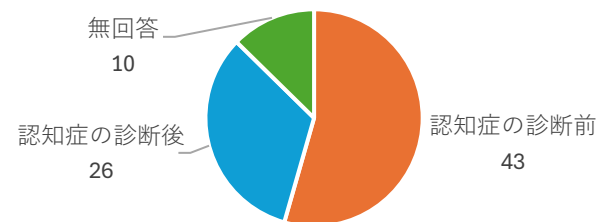
人生の最終段階に向けた  
話し合いの有無



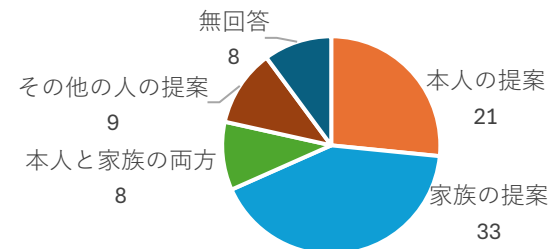
話し合った（79人）内容内訳  
（複数回答）



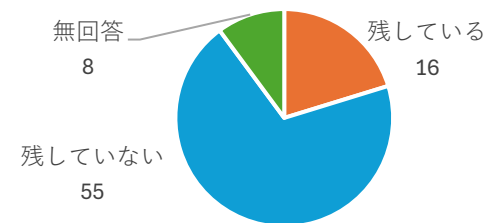
話し合いをした時期（回答者79人）



話し合いをしたきっかけ（回答者79人）



話し合いの記録（回答者79人）



※話し合いをした時期の「認知症の診断後」の具体的な時期について、「わからない」が多かったため、集計及び分析から除外することとした。

# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（1/7）

※問11：無回答・特になしは除外して集計した。

### ○居住地域にほしい施設やサービス

回答者178人のうち、認知症の人やその家族が気軽に集える「集いの場等」がほしいという人が最も多く、57人（32.0%）だった。

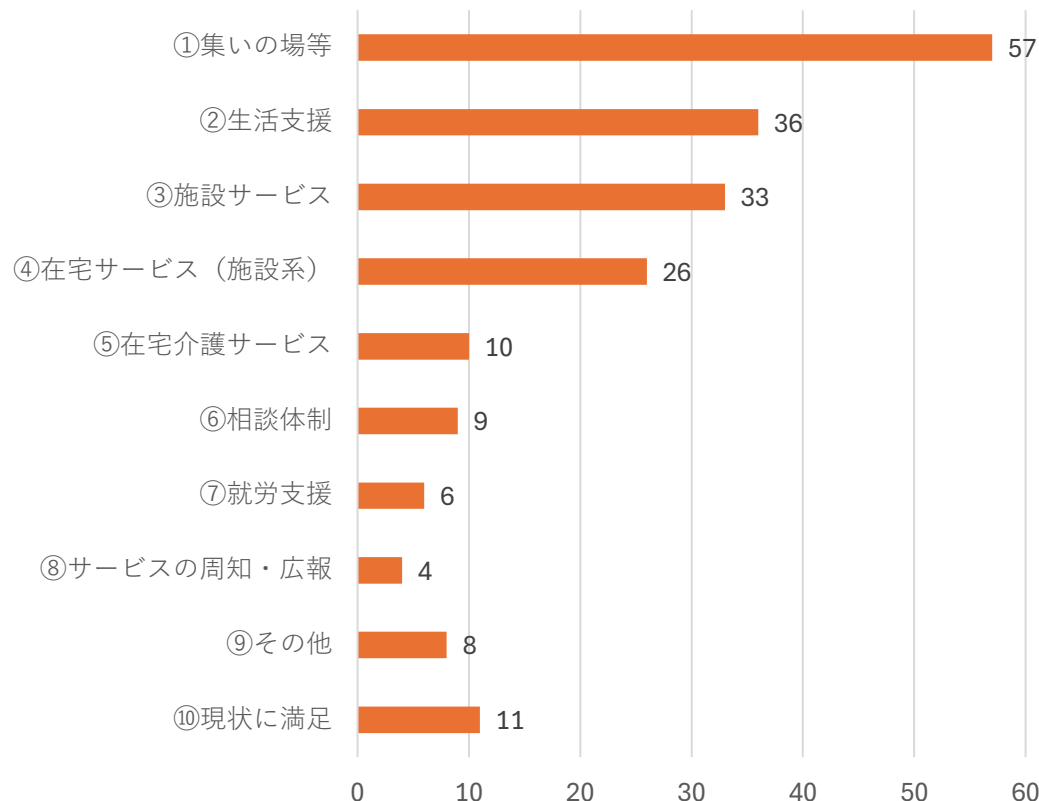
次いで、外出支援サービスや家事援助サービス等の「生活支援」がほしいという人が多く、36人（20.2%）だった。

また、居住地の近くに、充実した介護施設がほしいということで、「施設サービス」がほしいという人も多く、33人（18.5%）だった。

【各項目の内訳は次ページから掲載】

### 居住地域にほしい施設やサービス

（回答者178人）（複数回答）

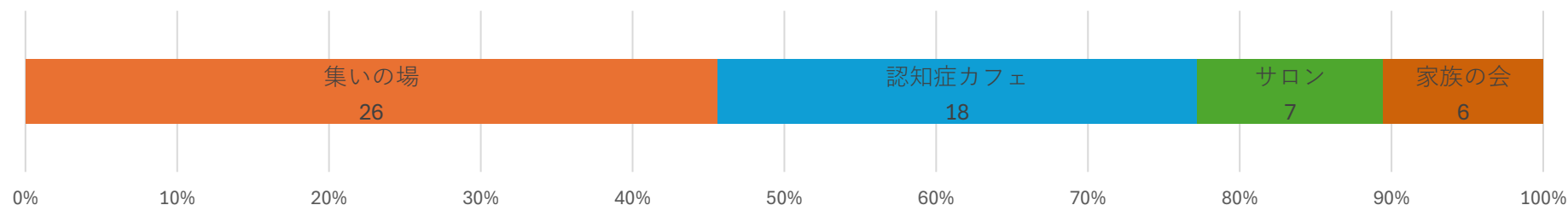


# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（2/7）

### 回答①集いの場等がほしい（57件）

集いの場等（57件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「集いの場等」

- 介護者と認知症本人が受け入れてもらえる所（時間を過ごせる所）
- 介護をしている人が集まってリフレッシュできる場所があればと思います。60歳以上の方が集まれる場所がありますが、**私のような50代でも、近くに気軽に参加できる場があれば、息抜きができて助かります。**

#### 家族の声（抜粋）

##### 「認知症カフェ」

- 認知症カフェを月に1度だけでなく、もっと多く開いて欲しい。
- 近くにカフェが有ると良い。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「サロン・家族の会」

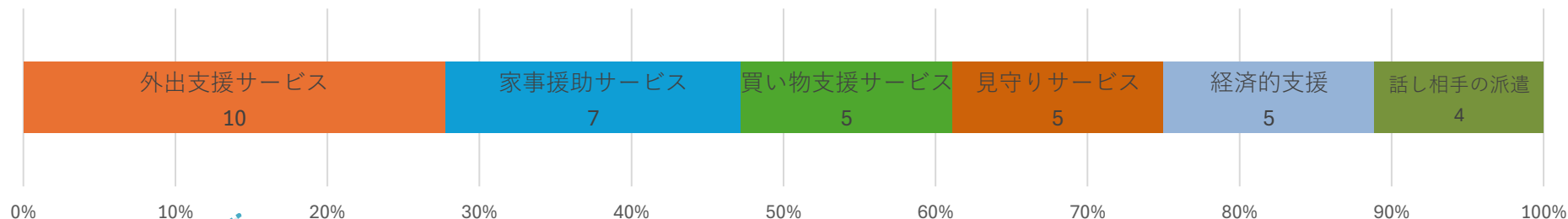
- **認知症等の情報共有が積極的に行える「サロン」的な会があれば良いと思う。**
- 家族の会、男性介護の会など定期的に話せるところ。

# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（3/7）

### 回答②生活支援がほしい（36件）

生活支援（36件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「外出支援サービス」

- 老人世帯だと交通手段がなくなるので送迎のできるシステムがほしいなと思っていました。
- 家族のいない方のために、通院など付き添いのサービスがあると良いと思います。
- 巡回車（病院、買い物など遠いため）

#### 家族の声（抜粋）

##### 「家事援助サービス」

- 生活の支援でゴミ出し
- 歯の悪い人でも食べられる食事の配達

##### 「買い物支援サービス」

- 食品のお買い物代行

##### 「見守りサービス」

- 見守りカメラの貸し出し

#### 家族の声（抜粋）

##### 「経済的支援」

- オムツの割引サービス（市等からのサービス）

##### 「話し相手の派遣」

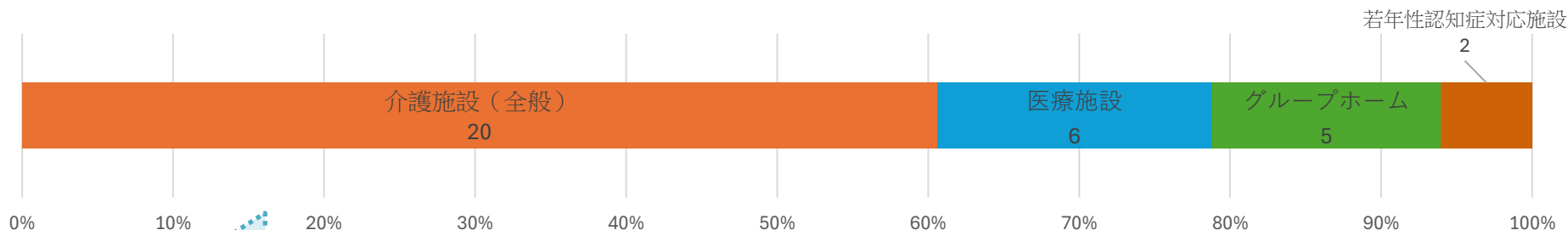
- 自宅に話し相手になってくれる人を紹介してくれるサービス

# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（4/7）

### 回答③施設サービスがほしい（33件）

施設サービス（33件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「介護施設（全般）」

- 認知症の方で施設入所を拒否し困難な場合であっても、**本人が慣れて落ち着くまで根気強く対応してくれる施設**があるといいなと思います。
- 信頼して預けられる施設やサービスを強く希望します。**施設やサービスで働かれていますスタッフの方々の資質向上**を願っています。そのためにもスタッフの方々の待遇を向上させてほしい。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「医療施設」

- 認知症専門病院
- 認知症の人に付き添いを付けて、健康診断をしてくれる病院

##### 「グループホーム」

- 家庭のように生活して、利用者さんたちが楽しめるグループホーム

#### 家族の声（抜粋）

##### 「若年性認知症対応施設」

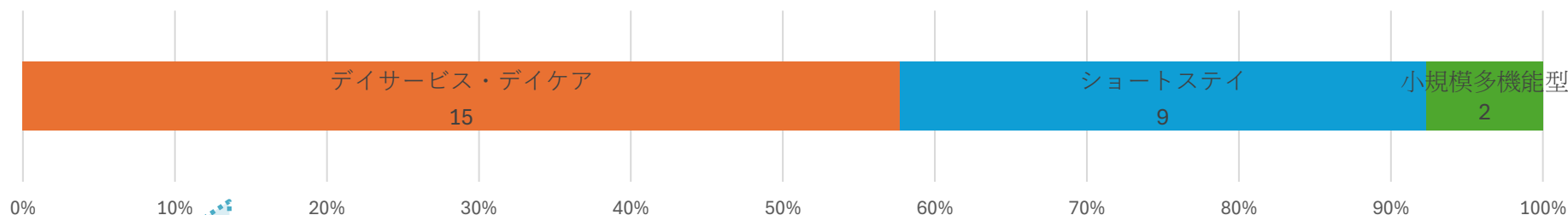
- **若年性認知症に特化したサービス**がほしかった。若年性認知症専門のスタッフがいる施設があれば心強いと思う。

# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（5/7）

### 回答④在宅サービス（施設系）がほしい（26件）

在宅サービス（施設系）（26件）の内訳



#### 家族の声（抜粋）

##### 「デイサービス・デイケア」

- 50～60代の若い世代が通って楽しく過ごせるデイサービスが増えたらいいと思います。
- 仕事をつづける上での夕方デイ。デイサービス帰宅から仕事がおわるまでの時、訪問介護では時間が足りず…。あとちょっとした時に、1～2時間預けられる仕組み。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「ショートステイ」

- 気軽に使えるショートステイ施設。
- 介護者が急病などで家庭介護が出来なくなった時に、緊急で一時的に預かってもらえる場所があると安心できます。

#### 家族の声（抜粋）

##### 「小規模多機能型施設」

- 小規模多機能のような、色々なニーズに素早く対応してもらえる施設があれば嬉しい。



# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（6/7）

### 回答⑤在宅介護サービスがほしい（10件）

#### 家族の声（抜粋）

##### 「在宅介護サービス」

- 夜も頼める介護サービスを提供してくれる所
- 訪問医療の充実（少ない）
- 今は訪問入浴のサービスがなくなった。私は訪問入浴に本当に助けられた。利用した本人も、本当に気持ちよかったと思う。（中略）ぜひまた復活してほしい。

### 回答⑥相談体制を整備してほしい（9件）

#### 家族の声（抜粋）

##### 「相談体制の整備」

- 1か所で全て相談できる窓口。なにを聞いたらいいか分からなかったのも、あらゆる情報を幅広く出してくれるサービス。
- 困った時に気軽に相談できる方。色々な情報が若い時は得られるが、高齢になれば、そのフットワークがない時も懸念される。

# 調査結果（家族）

## 問11：居住地域にほしい施設やサービス（7/7）

### 回答⑦就労支援がほしい（6件）

#### 家族の声（抜粋）

##### 「就労支援」

- 若年性アルツハイマーのため、本人は若いので体力がまだあるので働きたい思いが強い。社会とも関わりたいという気持ちも強いので、**本人が本人らしく働ける場**が地域であればよい。病状の程度にもよるのだと思うけど、就労支援のA型・B型とは異なるものがほしい。

### 回答⑧サービスの周知・広報が必要（4件）

#### 家族の声（抜粋）

##### 「サービスの周知・広報」

- 施設やサービスは充実していると思うけど、利用する人が少ない。**もっと皆に知らせることが大事**と思う。

### 回答⑨その他（8件）

#### 家族の声（抜粋）

- 気軽に行けるバリアフリーの喫茶店やショッピングセンター等。
- VR療法、AIによるさまざまな試み。
- サービスはあるがその場所へ行く気になれない。

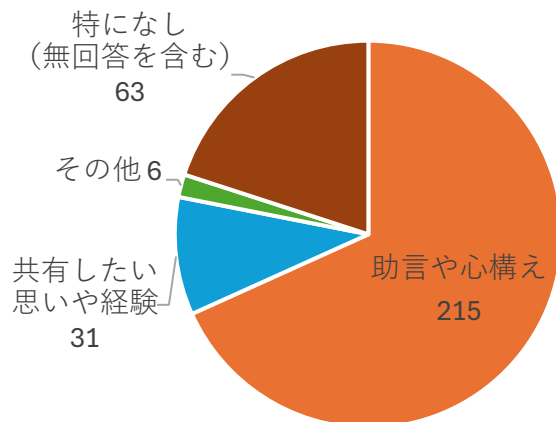
# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（1/7）

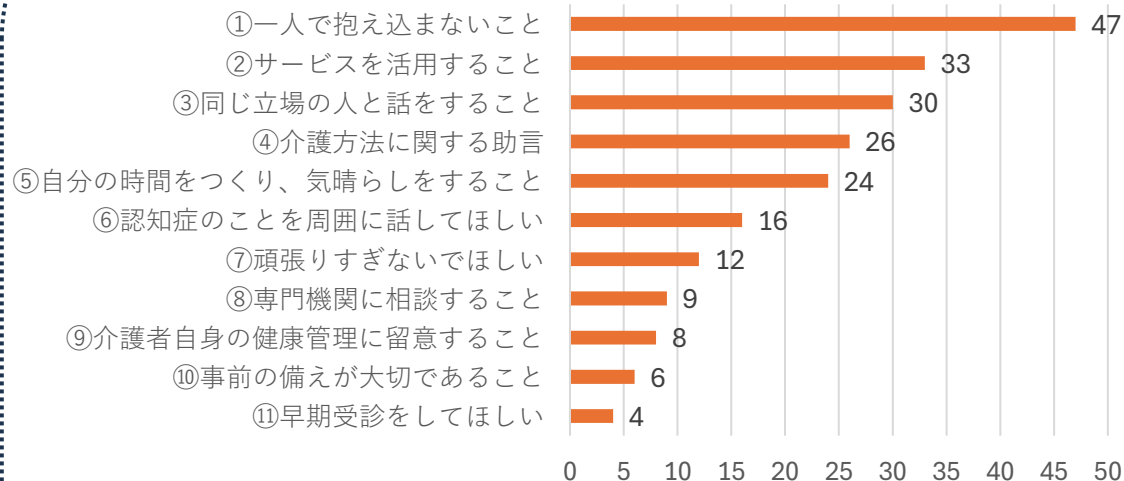
### ○介護中の家族へ伝えたいこと

介護をする上での助言や心構えを回答された方が多く、その他、自身の思いや経験を述べられた方もいた。  
助言や心構えの内容としては、「一人で抱え込まないこと」、「サービスを活用すること」が多かった。  
【各項目の内訳は次ページから掲載】

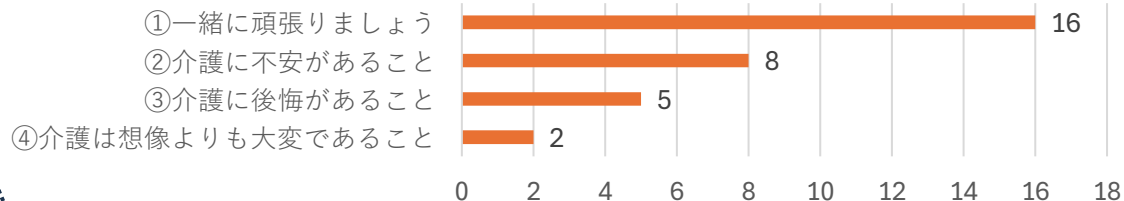
家族からのメッセージ  
(複数回答)



助言や心構え (215件)  
(複数回答)



共有したい思いや経験 (31件)  
(複数回答)



# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（2/7）

### 〇助言や心構え

#### 回答①一人で抱え込まないこと（47件）

##### 家族の声（抜粋）

- 介護は精神的にも肉体的にも大変なことです。相手が親なら、心がくじける事もあります。**一人で孤立しないように誰かに相談**して下さい。地域包括センターなどで、情報を手に入れて下さい。
- ひとりで悩まないで欲しい。周りの人の力を借りていいんですよ、と伝えたい。
- 1人で何もかも抱えて頑張らないように。今は色々な利用方法があるので、**情報アンテナを張り巡らしてみよう**。経験されておられる方のお話を聞いたり、話したりすると、気持ちが落ち着きます。

#### 回答②サービスを活用すること（33件）

##### 家族の声（抜粋）

- **「介護は家族で」という時代ではなくなりました。各種のサービスを利用しつつ、自分が元気でいてほしい。**
- 認知症のタイプも人それぞれです。一人で抱え込まずにケアマネジャー等に相談したら良いと思います。デイサービス、ショートステイ等を利用すると良いです。
- 悩み等ひとりでかかえこまないで、仕事はできるだけ辞めず、**利用できるサービスは可能な限り利用された方がよい。**

# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（3/7）

### 〇助言や心構え

#### 回答③ 同じ立場の人と話をすること（30件）

##### 家族の声（抜粋）

- 辛い、しんどい、という思いをぜひ、周りに伝えて欲しいです。がんばっているつもりは自分ではなくても、身体も心もつかれ切っていることもあります。同じような状況の仲間と話すことは、とても気が楽になると思います。
- 介護をしている人同士のつながりが大切。分かってくれる人の存在は専門家の話にも増して心を軽くしてくれる。
- 現在、介護をされているから、差し迫った困りごとの解決策を話し合える場は本当に有意義だと思います。ぜひ参加されるといいと思います。

#### 回答④ 介護方法に関する助言（26件）

##### 家族の声（抜粋）

- 個人差はあると思いますが、母の場合、家から外へ出かける事をボケない秘訣と言っています。他者との関わりを楽しんでほしいです。
- 細かいことをあまり気にせず、見守る。
- 一人ずつ症状が違いますが、命令型ではなく、口調をていねいにやさしくすれば、とても穏やかになると思います。

# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（4/7）

### 〇助言や心構え

#### 回答⑤自分の時間をつくり、積極的に気晴らしをすること（24件）

##### 家族の声（抜粋）

- 私は若年性アルツハイマーの夫をもつ介護者です。いつまで続くか分からない不安感とストレス、疲弊の日々ですが、少しでも自分の楽しみをみつけ、時にはその事を優先してでも自分をねぎらい、自分の人生も後悔しないように生きていきたいと思います。
- 自分へのご褒美は月に1～2回あっても良いですよ。いつか通る道かもです。イライラする事だれでもありますよ。介護者の方へ、趣味を持ちましょう。
- 介護者は、要介護者と完全に離れられる時間を確保する必要があると思います。24時間365日の介護、**リフレッシュが不可欠**です。

#### 回答⑥認知症のことを周囲に話してほしい（16件）

##### 家族の声（抜粋）

- 認知症は恥ずかしいことだと強く思わずオープンにすると介護者の気持ちも楽になり、また、皆が助けてくれる。
- **認知症である事を周囲の人にも知らせ、理解してもらって、協力してもらえようようにすることが大切であり、必要なことだと思う。**
- 近所に話して、理解と協力をして貰うこと。お風呂から出られなくなり、近所の人に助けて貰いました。

# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（5/7）

### 〇助言や心構え

#### 回答⑦頑張りすぎないでほしい（12件）

##### 家族の声（抜粋）

- 主人が認知症だと診断されてから、今まで頑張ってきてくれたので、今度は私が（家族）面倒を見ようと思いましたが、症状が進むにつれて人格が変わっていく主人に、私の気持ちが折れてしまって、メンタルを崩してしまいました。**頑張りすぎず、まわりの人に頼る事が大切**だと思います。
- 介護は、一生懸命やらないこと。「よい加減」ということ。介護は無理をせず、介護する人も介護される人も気持ちにゆとりが持てるのが一番だと思う。
- 長期戦になることが多いので、助けてもらえることは利用して、頑張りすぎない方がいいです。

#### 回答⑧専門機関に相談すること（9件）

##### 家族の声（抜粋）

- 専門職の方は、家族と距離が違う分、お互い冷静に関われるので、是非、**家族で抱え込まず、どこかへ相談した方が良く**と思います。
- 知り合いの方は、仕事を介護のために退職したりしているが、家族は犠牲になってはいけないと思う。ケアマネさんが重要な役目。あと、私は最初に地域包括センターに電話をして、担当者の方が介護認定がつくまでも良くして頂き、感謝です。まず、包括センターに相談することはみなさん知らないと思うので、市の広報に大きく掲載したらいいと思います。



# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（6/7）

### 〇助言や心構え

#### 回答⑨介護者自身の健康管理に留意すること（8件）

##### 家族の声（抜粋）

- 認知症の本人といつまでもよりよい関係でいるためには、**まず自分が心身ともに元気であることが重要**だと思った。まだまだ日々試行錯誤中です。
- 介護する者が元気であることが一番です。

#### 回答⑩事前の備えが大切であること（6件）

##### 家族の声（抜粋）

- 外出で行方不明になる方が増えているので、まだ大丈夫と思わないで、万が一にそなえて、**「SOSネットワーク」**などへ登録しておいてほしい。
- 本人と色んなことを話し合い出来る時にしておいた方が良いでしょう。していなかったことを後悔しています。

#### 回答⑪早期受診をしてほしい（4件）

##### 家族の声（抜粋）

- 認知の症状に早く気づき受診をすすめたい。高齢でも健康診断は必要で、**かかりつけ医を決めると良い**と思う。



# 調査結果（家族）

## 問12：介護中の家族の皆さまへ、伝えたいこと（7/7）

### 〇共有したい思いや経験

#### 回答①一緒に頑張りましょう（16件）

##### 家族の声（抜粋）

- おたがいがんばりましょう。
- いつかは自分が。認知症の母親がありがとうと言ってくれるのでがんばってます。

#### 回答②③介護に不安があること（8件）・後悔があること（5件）

##### 家族の声（抜粋）

- 毎日とまどうことばかりで不安。色々な経験、どうしたら良いのか対処の仕方を教えてほしい。
- 発症初期の頃が一番大変ですが、ずっと続くこと（徘徊、暴力等）はありません。私の経験ですが、徐々に体が不自由になると徘徊もなくなり、身体介助が大変になりますが、穏やかな夫に戻ってくれました。現在は先輩介護者の方々の「女優になりなさい」がよく分かります。気持ちに余裕がなく夫にも強い口調で対応してしまい、申し訳なかったです。

#### 回答④介護は想像よりも大変であること（2件）

##### 家族の声（抜粋）

- 介護している人は、人にはわからない大変なことばかりです。認知症の人へ接する時のアドバイスなどの話・情報ばかり多いように思います。介護している人への、ほんの少しのやさしさ、思いやりは、とても救われることを実感しています。

# 調査結果のまとめ（家族）

## ○本調査からわかったこと

### 家族のこれまでの介護状況

- 介護期間は長期化（5～10年以上）する人が多い。
- 1人で介護している（いた）人が43.5%を占めた。

### 困っていること・つらいこと

- 83.7%の家族が困りごとやつらいことを抱えており、内容は「認知症状からの言動への対応」、「精神的負担・ストレス」、「身体介護の負担」が多い。

### 介護による生活への影響

- 88.7%の家族が介護による生活への影響を感じており、内容は「時間・外出の制限」、「日常生活の変化」、「介護者への体調への影響」が多い。

### 介護の情報を得るために利用するツール

- 利用するツールは電話（相談窓口等）、SNSが多い。

### 仕事と介護状況（※介護を始めた時に仕事をしていた場合）

- 介護休暇（休業）や、短時間勤務またはフレックスタイム制を利用した経験がある人は、いずれも10%程度だった。
- 介護が原因で仕事を辞めたり、変更した経験がある人は41.2%で、理由は「自分以外に介護をする人がいなかった」が多い。

### 認知症の人の意思表示

- 27.9%の家族が人生の最終段階に向けた話し合いをしており、内容は延命治療に関することが多い。

### 居住地域にほしい施設やサービス

- 気軽に通える「集いの場」、外出支援や家事援助等の「生活支援」、充実した介護施設等の「施設サービス」が多い。

### 家族からの助言や心構え

- 「一人で抱え込まないこと」、「サービスを活用すること」、「同じ立場の人と話をすること」、「自分の時間をつくり、積極的に気晴らしをすること」、「認知症のことを周囲に話してほしい」という声が多かった。



認知症サポーターキャラバン マスコットキャラクター「ロバ隊長」



元気、  
美味しい、  
暮らしやすい  
ENERGY OF PEACE  
ひろしま

## 参考：調査票

## 認知症の人と家族への調査票【家族用】

※このアンケートは、「認知症の人を介護された経験がある家族の方」を対象としています。

記入日： 令和 年 月 日

### 問1 あなたの基本情報をお尋ねします。

(ア) 年齢：( ) 歳 (イ) 性別： 男性 ・ 女性 ・ その他

(ウ) 居住地：( ) 市・町 (エ) 同居家族： 無 ・ 有 ( ) 人

(オ) あなたの立場： 1. 現役の家族介護者  
2. 過去に介護者として家族を介護していた  
3. その他 ( )

(カ) あなたの仕事の状況： 1. 働いている ⇒ 雇用形態： 常勤 ・ 非常勤（パート） ・ 自営業  
2. 働いていない

### 問2 あなたが介護している（いた）認知症の人の基本情報をお尋ねします。

※複数の認知症の人を介護している（いた）場合は、ここからは、お一人を思い浮かべてお答えください。

(ア) 現在の年齢：( ) 歳 (イ) 性別： 男性 ・ 女性 ・ その他  
※亡くなっている場合は、死亡時の年齢

(ウ) 居住地：( ) 市・町 (エ) あなたから見た続柄：( )

(オ) 「認知症では」と気づいた時の状況： ※わかる場合にご記入ください。  
⇒いつ：( ) 歳のとき  
⇒どのような状況：( )

(カ) 認知症の診断名： アルツハイマー型 ・ 脳血管性 ・ レビー小体型 ・  
前頭側頭型 ・ その他 ( ) ・ わからない

(キ) 認知症の診断を受けた時の年齢：( ) 歳

(ク) 診断時の認知機能検査（スクリーニング検査）の結果：  
1. HDS-R（改訂長谷川式認知症スケール）⇒ ( ) 点/30点  
2. MMSE（ミニメンタルステート検査）⇒ ( ) 点/30点  
3. その他 ( )  
4. 覚えていない・わからない

(ケ) 現在の要介護度： 要支援 1 ・ 2 要介護 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5  
※亡くなっている場合は、死亡時の要介護度  
未申請 ・ その他 ( )

(コ) 現在の要介護度になってからの経過期間：約 ( ) 年 ( ) ヵ月

(サ) 現在の合併症の有無： ※亡くなっている場合は、死亡時の合併症

1. 有 ⇒具体的に（あてはまるものすべてに○）  

|        |         |        |             |
|--------|---------|--------|-------------|
| a. 脳卒中 | d. 心筋梗塞 | g. 糖尿病 | j. 胃・十二指腸潰瘍 |
| b. 腎臓病 | e. 高血圧  | h. 肝臓病 | k. うつ       |
| c. 狭心症 | f. 不整脈  | i. がん  | l. その他 ( )  |

2. 無

(シ) 現在の障害認定の有無： ※亡くなっている場合は、死亡時の障害認定

1. 有 ⇒具体的に（あてはまるものすべてに○）  

|                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| a. 身体障害者手帳（等級： 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 ・ 6 ・ 7 ）<br>b. 精神障害者保健福祉手帳（等級： 1 ・ 2 ・ 3 ）<br>c. 障害基礎年金を受給<br>d. 障害厚生年金を受給<br>e. その他 ( ) |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

2. 無

### 問3 認知症の診断を受けたときの状況と、その後の対応についてお尋ねします。

(ア) 認知症の人が診断を受けた場所は、どこですか。  
1. かかりつけ医  
2. 認知症専門の医療機関（認知症疾患医療センター・認知症サポート医・物忘れ外来等）  
3. その他 ( )

(イ) 診断はどのように伝えられましたか。  
※あなたが診断の説明を受けていない（同席していない）場合は、次の設問にお進みください。

|          | 不十分               | 普通 | 十分 |
|----------|-------------------|----|----|
| ・説明時間：   | 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 |    |    |
| ・わかりやすさ： | 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 |    |    |
| ・情報量：    | 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 |    |    |

(ウ) 診断を受けた時（受けた後）、ご本人（認知症の人）はどのような様子に見えましたか。  
1. 前向きに受け止めている様子だった 4. 覚えていない・わからない  
2. ショックを受けている様子だった 5. その他 ( )  
3. よく理解できていない様子だった

(エ) 診断時には、どのような情報を教えてほしいですか。（あてはまるものすべてに○）  
1. 今後の治療内容についての説明  
2. 今後の症状がどのように変化していくかの説明  
3. 今後の症状への対応に関する助言  
4. 介護サービス利用のための相談窓口（市町の相談窓口・地域包括支援センター等）  
5. 認知症最新医療の状況についての説明  
6. 通院にかかる医療費についての説明  
7. その他 ( )

(オ) 認知症の診断後、介護サービスの利用を開始するまでの期間はどのくらいでしたか。

1. 利用している ⇒ 診断後 約 ( ) 日 ・ 月 ・ 年 後  
2. 利用していない ⇒ (理由: )

(カ) 認知症の診断後、介護サービスの利用について、誰かに相談されましたか。

1. 相談した ⇒ 具体的にどこですか。(あてはまるものすべてに○)  
a. 医療機関のスタッフ (社会福祉士等) e. 認知症の人と家族の会会員  
b. 親族 f. 介護事業所のスタッフ  
c. 友人・知人 g. ケアマネジャー  
d. 市町の相談窓口 (地域包括支援センターを含む) h. その他 ( )  
2. 相談していない

#### 問4 あなたと、介護している (いた) 認知症の人のお住まいについてお尋ねします。

(ア) あなたと認知症の人の同居の有無

1. 同居 ⇒ 同居期間: 約 ( ) 年 ( ) ヵ月  
2. 別居 ⇒ 距離: ( 徒歩 ・ 車 ・ 交通機関 ) で ( ) 分 ・ 時間 程度

(イ) 認知症の人が主に暮らしている (いた) 場所

1. 認知症の人の自宅 7. 特別養護老人ホーム (介護老人福祉施設)  
2. あなたの自宅 (もともとの認知症の人の自宅ではない) 8. グループホーム  
3. あなた以外の親族の自宅 9. 特定施設入居者生活介護  
(有料老人ホーム、ケアハウス、  
サービス付き高齢者住宅等)  
4. 病院  
5. 介護医療院  
6. 介護老人保健施設 10. その他 ( )

#### 問5 あなたのこれまでの介護の状況についてお尋ねします。

(ア) あなたの介護している (いた) 期間: ( ) 年 ( ) ヵ月

(イ) あなたを含めて、介護に携わっている (いた) ご家族等の人数: ( ) 人

(ウ) あなたの介護をする (した) 頻度: A. 毎日  
B. 週に ( ) 回程度  
C. 月に ( ) 回程度  
D. その他 ( )

(エ) あなたの一日の介護時間: A. 30分未満 F. 昼夜間問わず一日中  
B. 30分～1時間未満 G. その他 ( )  
C. 1～3時間未満  
D. 3～5時間未満  
E. 日中ほとんどの時間 (5時間以上)

#### 問6 認知症の人の介護に対する思いについてお尋ねします。

(ア) あなたのご家族が認知症になって、つらいことや困っていることはありますか。

1. ある  
2. ない

(イ) 前の質問で「1. ある」とお答えになった方: それはどのようなことですか。

(ウ) 介護をするようになって、生活に影響が出ましたか。

1. 影響が出た  
2. 影響は出ていない

(エ) 前の質問で「1. 影響が出た」とお答えになった方: それはどのようなことですか。

#### 問7 介護情報の収集方法をお尋ねします。

(ア) 介護に関する情報源 (あてはまるものすべてに○)

1. テレビ 6. ケアマネジャー  
2. 本・雑誌・新聞 7. 介護者交流会  
3. インターネット 8. 介護事業所のスタッフ  
4. 友人・知人 9. 特になし  
5. 認知症の人と家族の会の会員 10. その他 ( )

(イ) 介護に関する情報を得るため、日頃から利用しているもの (あてはまるものすべてに○)

1. 介護サポートアプリ 4. Eメール (相談窓口等)  
2. 介護情報ポータルサイト 5. 電話 (相談窓口等)  
3. SNS (LINE・インスタ・X等) 6. その他 ( )

問8 あなたの気晴らしなどについてお尋ねします。

(ア) あなたの認知症の人の介護について、相談にのってくれる人：

1. いる ⇒その人は誰ですか（あてはまるものすべてに○）

- |         |              |                  |
|---------|--------------|------------------|
| a. 配偶者  | e. その他の親族（ ） | i. 介護事業所のスタッフ    |
| b. 子ども  | f. 近所の人      | j. 認知症の人と家族の会の会員 |
| c. 実父母  | g. 友人・知人     | k. 介護を通して知り合った仲間 |
| d. 兄弟姉妹 | h. ケアマネジャー   | l. その他（ ）        |

2. いない

(イ) 普段、気晴らしをする機会

1. ある ⇒何をして気晴らしをしますか（あてはまるものすべてに○）

- |                |                       |               |
|----------------|-----------------------|---------------|
| a. 運動をする       | i. 読書                 | q. 庭いじり・畑いじり  |
| b. 友人や家族と話す    | j. 寝る                 | r. 文章を書く      |
| c. 家族の会のつどいに参加 | k. ゲームをする             | s. カラオケ       |
| d. 認知症カフェに行く   | l. SNS (LINE・インスタ・X等) | t. ボーッとする     |
| e. 好きなものを食べる   | m. インターネット            | u. 散歩         |
| f. 買物          | n. パチンコ               | v. 料理         |
| g. 映画を観る       | o. お酒を飲む              | w. 旅行やドライブに行く |
| h. テレビを観る      | p. 音楽を聴く              | x. その他（ ）     |

2. ない

問9 あなたのお仕事と介護についてお尋ねします。

※介護を始めたときに、お仕事をされていた方のみ、お答えください。

(ア) 介護休暇（休業）の取得状況：

1. 介護休暇（休業）を現在取得している ⇒取得期間：約（ ）年（ ）か月  
 2. 過去に取得したことがある ⇒取得期間：約（ ）年（ ）か月  
 3. 取得したことはない

(イ) 短時間勤務またはフレックスタイム制の利用状況：

1. 現在利用している  
 2. 過去に利用したことがある  
 3. 利用したことはない

(ウ) 介護が原因で仕事を辞めたり、変更したこと：

1. ある ⇒その理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

- |                                |                         |
|--------------------------------|-------------------------|
| a. 介護にもっと時間を割きたいと思った           | g. 遠距離介護                |
| b. 自分以外に介護をする人がいなかった           | h. 介護保険サービスが足りなかった      |
| c. 先の見通しが立たなかった                | i. 体力的に難しかった            |
| d. 介護と仕事の両立のためのサービスや制度の知識がなかった | j. 家族から言われた             |
| e. 職場に介護を支援する制度がなかった           | k. 介護のために仕事の責任を果たせなくなった |
| f. 上司や同僚から理解を得られなかった           | l. その他（ ）               |

2. ない

問10 認知症の人の意思表示についてお尋ねします。

(ア) 認知症のひと、人生の最終段階に向けた話し合いをした経験はありますか。

1. ある ⇒どのような内容を話し合いましたか。（あてはまるものすべてに○）

- |                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| a. 延命治療について           | d. 死に場所、死に方について |
| b. 介護が必要になったときに希望すること | e. 葬儀への希望       |
| c. 財産について             | f. その他（ ）       |

2. ない

(イ) 前の質問で「1. ある」とお答えになった方：具体的に教えてください。

- ・話し合いをした時期： 認知症の診断前 ・ 認知症の診断後  
 ⇒約（ ）日・月・年 後
- ・話し合いをしたきっかけ： 本人の提案 ・ あなたの提案 ・ その他の人の提案  
※認知症の人
- ・話し合いをした内容を書面等で： 残している ・ 残していない

問11 あなたのお住まいの地域にあったらいいと思う施設やサービスは、どのようなものですか。

問12 介護中の家族の皆さまへ、伝えたいことはどのようなことですか。

※アンケートで書ききれなかったことは、上記の自由記述欄や別紙にてお書きください。

以上で終わります。ご協力に心から感謝します。