

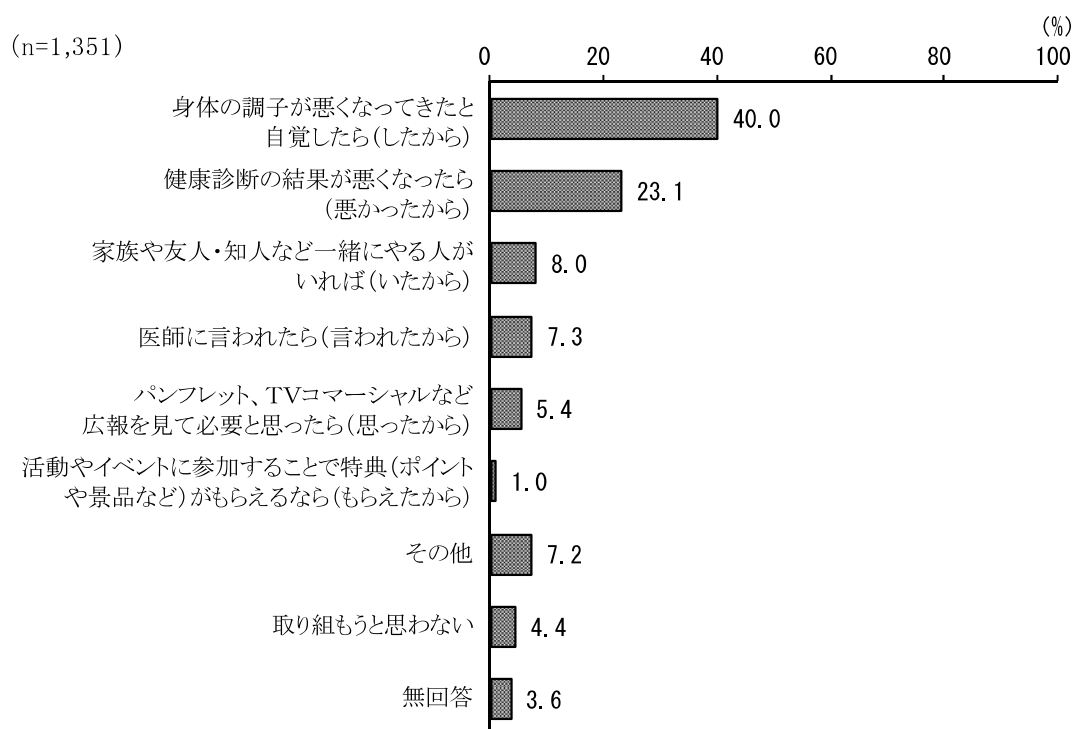
7 介護予防の取組について

7-1 介護予防の取組へのきっかけ

◎「身体の調子が悪くなってきたと自覚したら（したから）」が40.0%

問23 あなたは、あなた自身が健康であるために、どのようなきっかけによって、介護予防（例えば、バランスの良い食事、体操などの軽い運動、地域での様々な活動等）に取り組もうと思えますか（取り組み始めましたか）。最もあてはまるものを1つだけお選びください。（○は1つだけ）

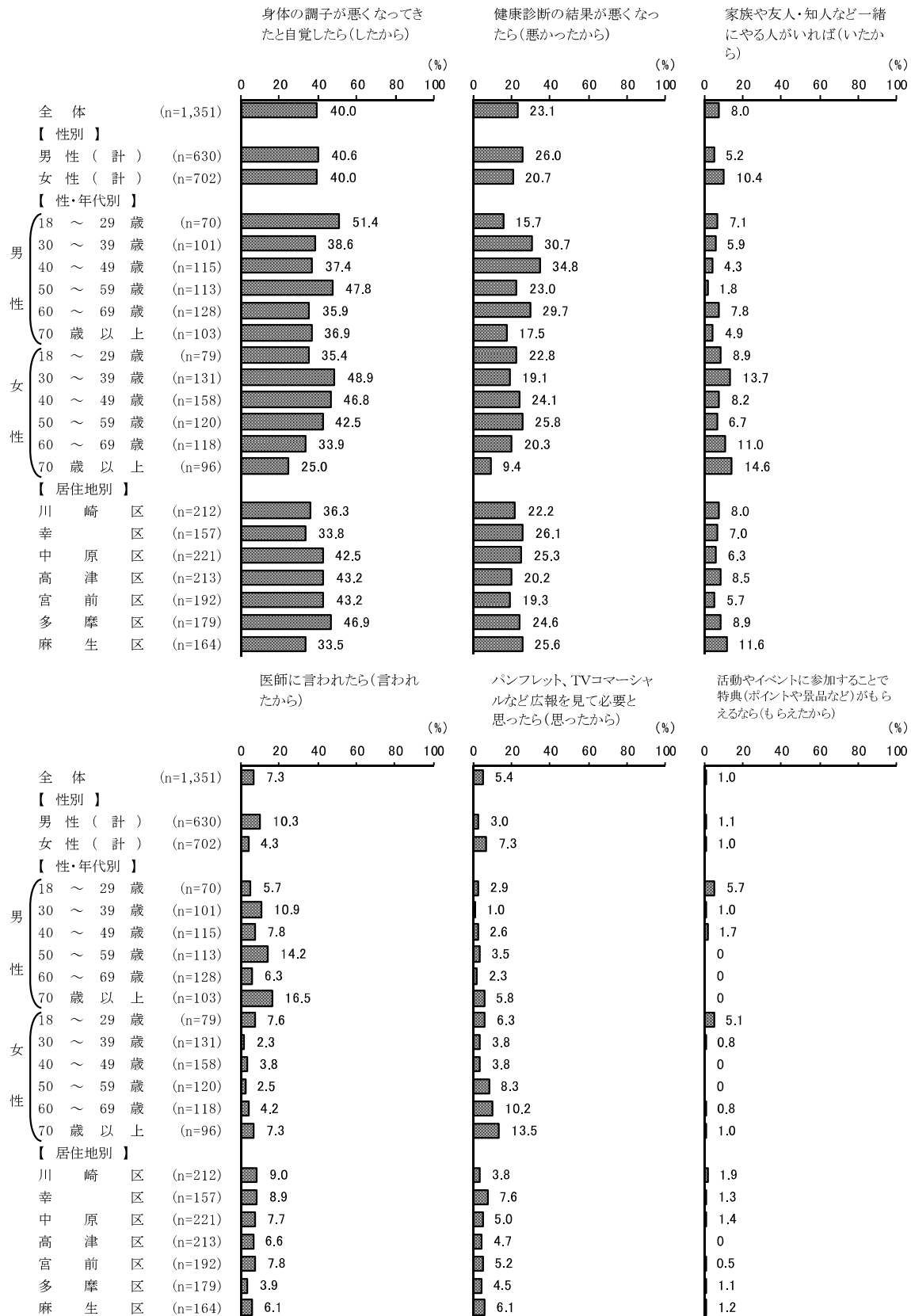
図表7-1 介護予防の取組へのきっかけ



介護予防の取組へのきっかけは、「身体の調子が悪くなってきたと自覚したら（したから）」（40.0%）が最も高く、次いで「健康診断の結果が悪くなった（悪かったから）」（23.1%）の順となっている。

(第2回アンケート)

図表 7-2 介護予防の取組へのきっかけ(性/年齢別・居住区別、上位6項目)



性/年齢別では、「身体が調子が悪くなってきたと自覚したら(したから)」は、男性の18～29歳(51.4%)で高く、女性の30～39歳(48.9%)で高い。「健康診断の結果が悪くなった(悪かったから)」は、男性の40～49歳(34.8%)で高い。

居住区別では、「身体が調子が悪くなってきたと自覚したら(したから)」は、多摩区(46.9%)で高い。

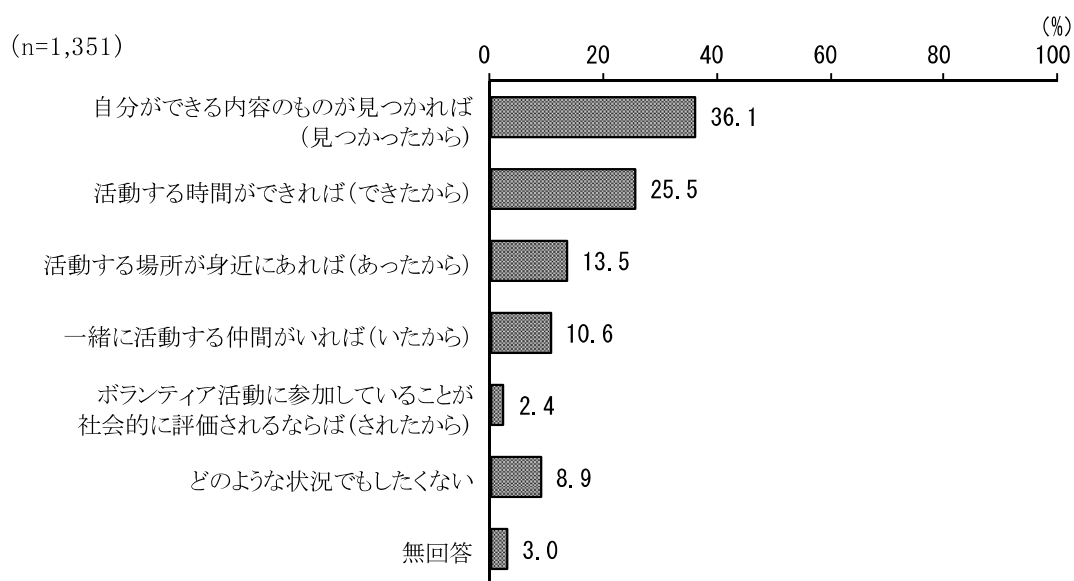
8 ボランティアについて

8-1 ボランティア活動を始めるときの状況

◎「自分ができる内容のものが見つければ（見つかったから）」が36.1%

問24 あなたは、どのような状況になれば、ボランティア活動をしたいと思いますか。（どのような状況によって、ボランティア活動を始めましたか）最もあてはまるものを1つだけお選びください。（○は1つだけ）

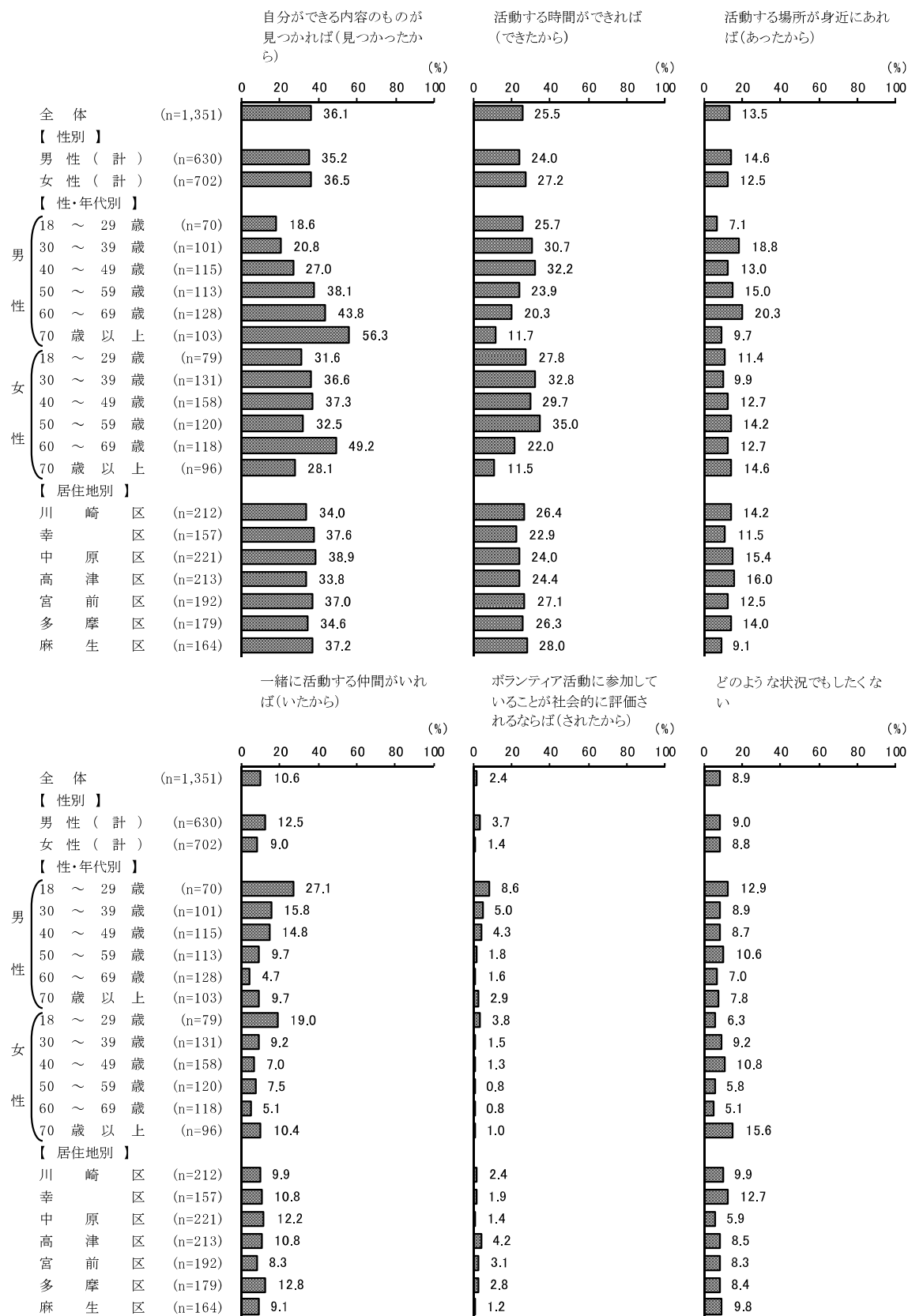
図表8-1 ボランティア活動を始めるときの状況



ボランティア活動を始めるときの状況は、「自分ができる内容のものが見つければ（見つかったから）」（36.1%）が最も高く、次いで「活動する時間ができれば（できたから）」（25.5%）の順となっている。

(第2回アンケート)

図表8-2 ボランティア活動を始めるための状況(性/年齢別・居住区別)



性/年齢別では、「自分ができる内容のものが見つければ(見つかったから)」は、男性の70歳以上(56.3%)、女性の60～69歳(49.2%)で高い。「活動する時間ができれば(できたから)」は、女性の30～39歳(32.8%)、50～59歳(35.0%)で高い。

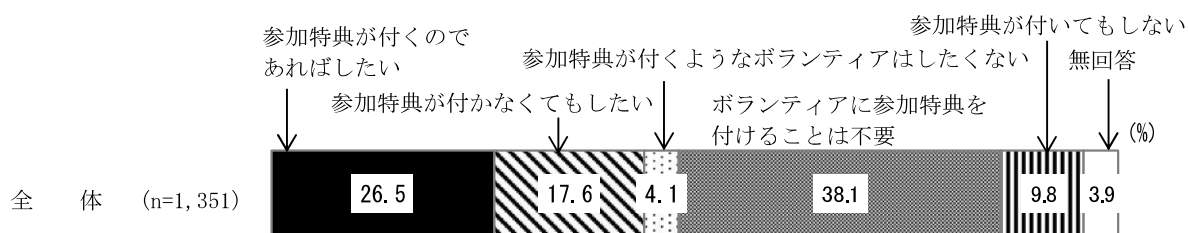
居住区別では、特に目立った点は見られない。

8-2 ボランティア活動の参加特典について

◎「ボランティアに参加特典を付けることは不要」が38.1%

問25 あなたは、ボランティア活動をすることによって参加特典が付くのであれば、ボランティアをしたいと思いますか。なお、参加特典とは、少額の現金やクーポン券、商品またはこれらと引き換えができるポイントのことを言います。最もあてはまるものを1つだけお選びください。(〇は1つだけ)

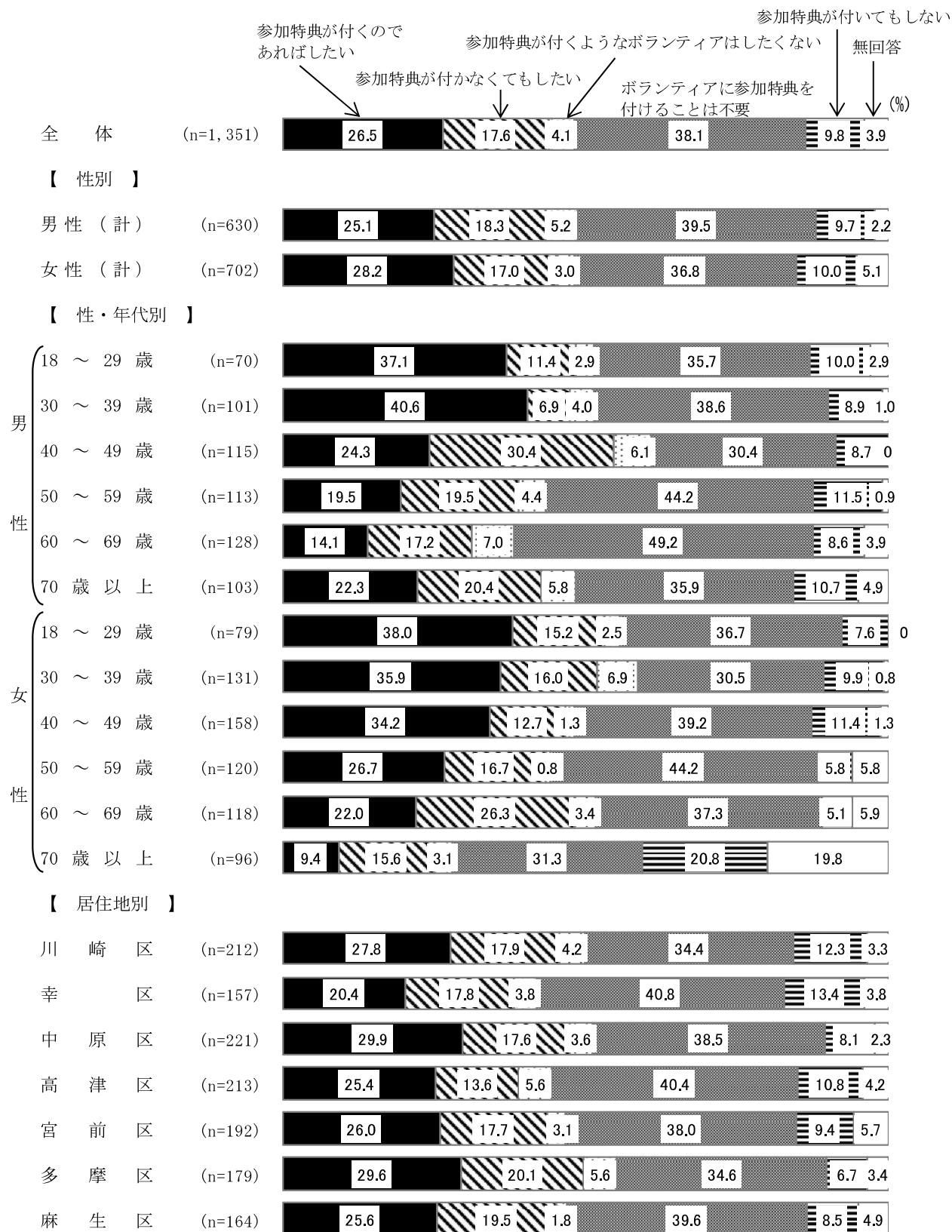
図表8-3 ボランティア活動の参加特典について



ボランティア活動の参加特典については、「ボランティアに参加特典を付けることは不要」(38.1%)が最も高く、次いで「参加特典が付くのであればしたい」(26.5%)、「参加特典が付かなくてもしたい」(17.6%)の順となっている。

(第2回アンケート)

図表8-4 ボランティア活動の参加特典について(性/年齢別・居住区別)



性/年齢別では、「ボランティアに参加特典を付けることは不要」は、男性の 60～69 歳（49.2%）で高い。「参加特典が付くのであればしたい」は、男性の 18～29 歳（37.1%）、30～39 歳（40.6%）で高く、女性の 18～29 歳（38.0%）、30～39 歳（35.9%）、40～49 歳（34.2%）で高い。

居住区別では、特に目立った点は見られない。