

# 北区高齢者実態把握調査2025

## 報告書

2026（令和8）年3月

地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター研究所

東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター

# 目 次

<b>第 1 章 調査の概要</b> .....	1
1. 調査の目的 .....	1
2. 調査の対象 .....	1
3. 調査時期・内容 .....	2
4. 回収結果 .....	2
5. 調査結果を見る上での注意事項 .....	2
6. 回答者の属性 .....	3
<b>第 2 章 調査結果の詳細</b> .....	4
1. ご本人のこと .....	4
(1) 家族構成 .....	4
(2) 世帯人数 .....	4
(3) 就業状況 .....	5
(4) 今後の就業希望 .....	5
(5) 住居形態 .....	6
(6) 通学年数 .....	6
(7) 経済状況 .....	7
2. 日常生活・生活習慣 .....	8
(1) 喫煙状況 .....	8
(2) 飲酒状況 .....	8
(3) 普段の行動 .....	9
(4) - 1 歩行や転倒 .....	10
(4) - 2 運動器機能低下リスク .....	10
(5) 外出頻度 .....	11
(6) - 1 外出頻度の変化 .....	11
(6) - 2 閉じこもりリスク .....	12
(7) 運動頻度 .....	12
(8) 1日の運動・座位時間 .....	13
3. 栄養・口腔 .....	14
(1) 体重減少 .....	14
(2) - 1 BMI .....	14
(2) - 2 低栄養リスク .....	15
(3) 1日3食の摂取 .....	15
(4) - 1 最近1週間の摂取した食品群 .....	16
(4) - 2 多様な食品の摂取 .....	17
(5) 共食の機会 .....	17
(6) - 1 口腔機能 .....	18
(6) - 2 口腔機能低下リスク .....	18

4. 健康	19
(1) 通院中の病気	19
(2) 主観的健康状態	19
(3) - 1 認知機能	20
(3) - 2 認知機能低下リスク	20
(4) - 1 心の健康	21
(4) - 2 うつ傾向リスク	22
(5) フレイル	23
(6) フレイルの認知度	23
(7) - 1 幸福感	24
(7) - 2 幸福感が高い	24
5. 交流	25
(1) - 1 家族、親戚、友人との交流状況	25
(1) - 2 社会的孤立あり	25
(2) 近所付き合いの程度	26
(3) 近隣住民への信頼度	26
(4) 近隣住民の互助意識	27
(5) 地域の人からの役割期待	27
6. 地域活動	28
(1) 各年齢層と会話をする機会	28
(2) - 1 活動への参加頻度	29
(2) - 2 活動への参加状況	30
(3) 活動に参加しない理由	30
(4) 災害時・緊急時の手助け	31
7. 移動・交通手段	32
(1) 自動車の所有	32
(2) 自動車運転免許の保有状況	32
(3) 自動車の運転	33
(4) 自動二輪車の所有	33
(5) 自動二輪車運転免許の保有状況	34
(6) 自動二輪車の運転	34
(7) 自転車の所有	35
(8) 自転車の運転	35
(9) 日常的な活動範囲	36
(10) 最寄り駅およびバス停	39
(11) - 1 活動内容ごとの外出頻度	41
(11) - 2 活動内容ごとの移動手段	42
(12) 公共交通機関の利用頻度	46
(13) 外出場所	47
(14) シルバーパスの保有状況	48

(15) シルバーパスの所有期間	48
(16) シルバーパスの種別	49
(17) シルバーパスを用いた外出頻度	49
(18) シルバーパスを利用した外出目的	50
8. 通信手段および情報	51
(1) 通信・通話機器の利用状況	51
(2) 通信・通話機器の利用目的	51
(3) 日常の情報源	52
(4) 高齢者あんしんセンターの認知度	52
9. 通いの場参加と健康の関連	53

【資料1】性別、前期・後期高齢者別のクロス集計

# 第1章 調査の概要

## 1. 調査の目的

東京都の62自治体のP D C Aサイクルに沿った施策の推進に向けて、各自治体で通いの場の効果評価を行うためのマニュアルを作成することを目的として、北区在住の高齢者を対象に、アウトカム指標となる一人ひとりの日常の生活状況や健康状態、地域とのかかわり、社会参加状況などの項目について、郵送による調査を行った。

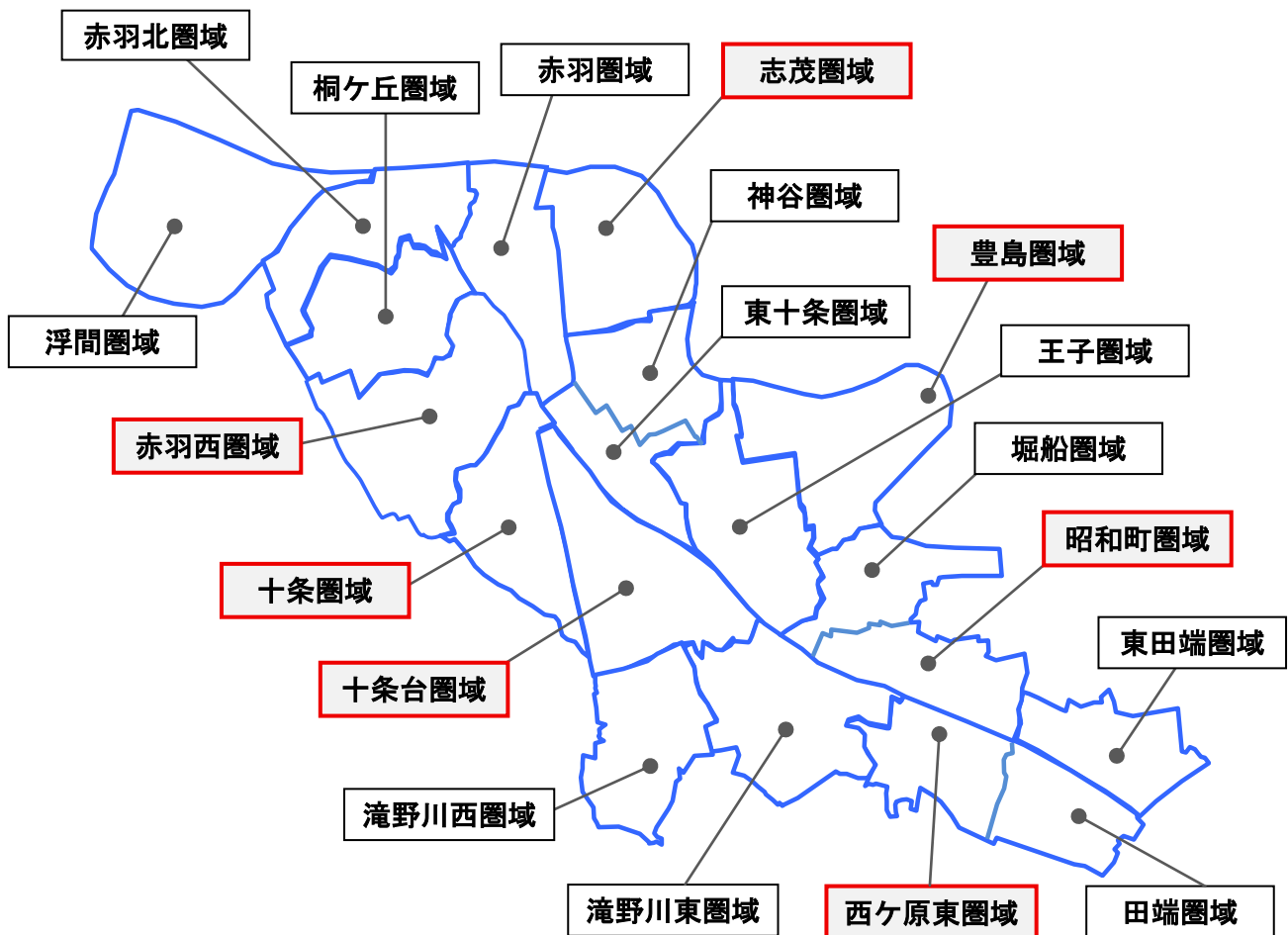
## 2. 調査の対象

対象者は、2021年度「北区全高齢者実態把握調査<sup>※1</sup>」協力者の内、2025年7月18日時点で7圏域に在住の方とした。

<sup>※1</sup>対象者は2021年10月1日時点で北区在住の満65歳以上で要介護認定を受けていない方全員

日常生活圏域図

本調査の対象7圏域は十条台、豊島、十条、赤羽西、志茂、西ヶ原東、昭和町



### 3. 調査時期・内容

調査方法：郵送配布・郵送回収（督促はがき1回）

調査期間：2025年7月29日（火）～8月29日（金）

調査内容：

- |               |               |
|---------------|---------------|
| (1) ご本人のこと    | (5) 交流        |
| (2) 日常生活・生活習慣 | (6) 地域活動      |
| (3) 栄養・口腔     | (7) 移動・交通手段   |
| (4) 健康        | (8) 通信手段および情報 |

### 4. 回収結果

対象者数 18,363人／有効回収数 14,044件／有効回収率 76.5%

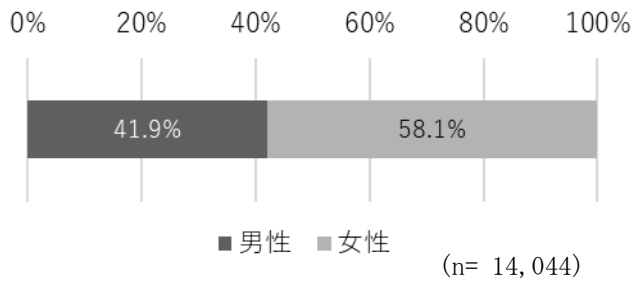
圏域	対象者数	有効回答数	有効回答率
十条台	2,737	2,104	76.9%
豊島	4,554	3,504	76.9%
十条	2,174	1,651	75.9%
赤羽西	3,210	2,489	77.5%
志茂	2,497	1,847	73.9%
西ヶ原東	1,953	1,515	77.6%
昭和町	1,238	934	75.4%
合計	18,363	14,044	76.5%

### 5. 調査結果を見る上での注意事項

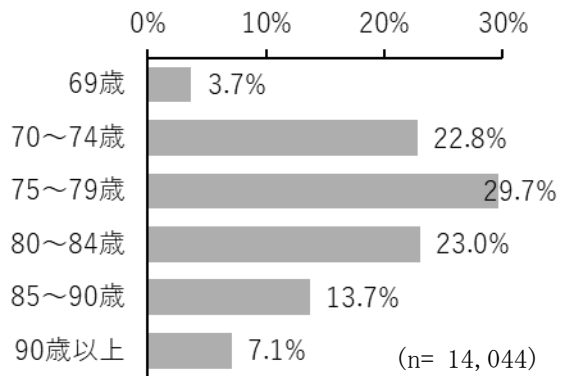
- ・本文、表、グラフなどに使われる「n」は、各設問に対する回答者数である。
- ・百分率（%）の計算は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示した。したがって、単数回答（1つだけ選ぶ問）においても、四捨五入の影響で、%を足し合わせて100%にならない場合がある。
- ・複数回答（2つ以上選んでよい問）においては、%の合計が100%を超える場合がある。
- ・本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部簡略化している場合がある。

## 6. 回答者の属性

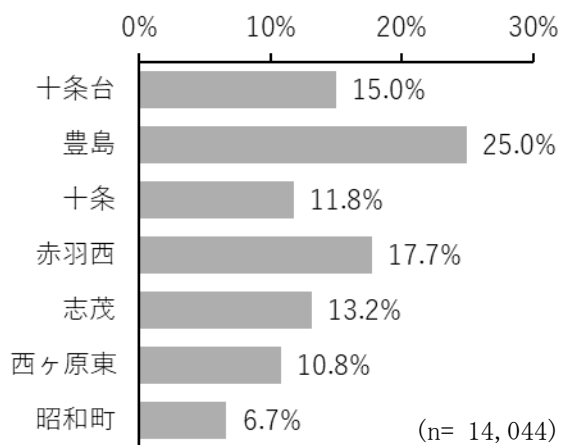
### (1) 性別



### (2) 年齢



### (3) 日常生活圏域



## 第2章 調査結果の詳細

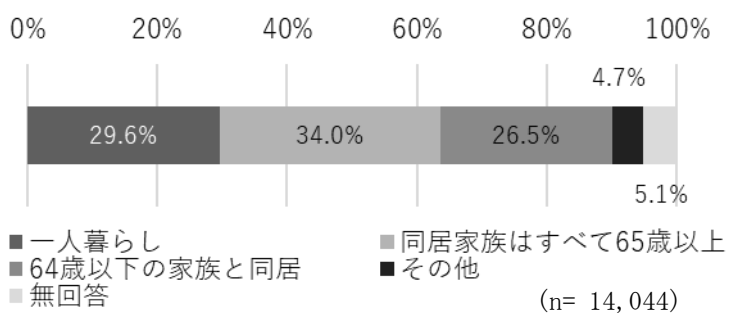
### 1. ご本人のこと

#### (1) 家族構成

- 一人暮らしが29.6%

問 家族構成を教えてください。(○は1つ)

家族構成では、「同居家族はすべて65歳以上」が34.0%で最も高く、次いで「一人暮らし」が29.6%であった。

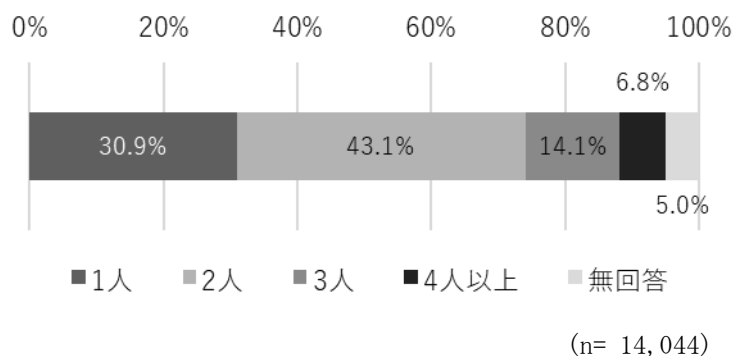


#### (2) 世帯人数

- 2人世帯が43.1%

問 あなたを含め、生計を共にしている世帯の人数は何人ですか。(○は1つ)

世帯人数では、「2人」が43.1%で最も高く、「1人」が30.9%、「3人」が14.1%であった。

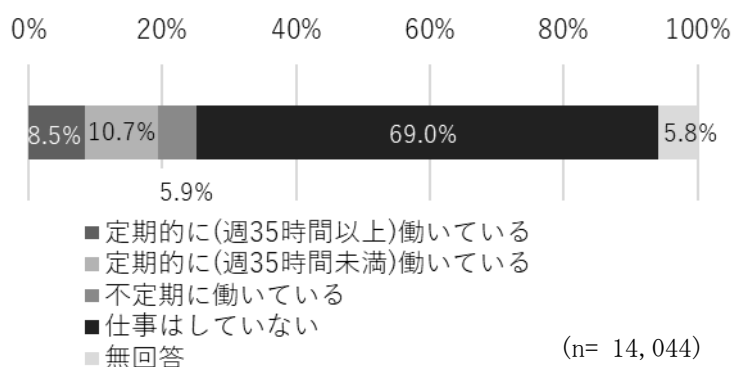


### (3) 就業状況

■ 働いているが25.1%

問 あなたは、現在、収入を伴う仕事（パート・アルバイト・自営業を含む）をしていますか。（○は1つ）

就業状況では、「仕事はしていない」が69.0%で最も高かった。一方、「定期的に（週35時間以上）働いている」（8.5%）、「定期的に（週35時間未満）働いている」（10.7%）、「不定期に働いている」（5.9%）を合わせた「働いている」は25.1%であった。

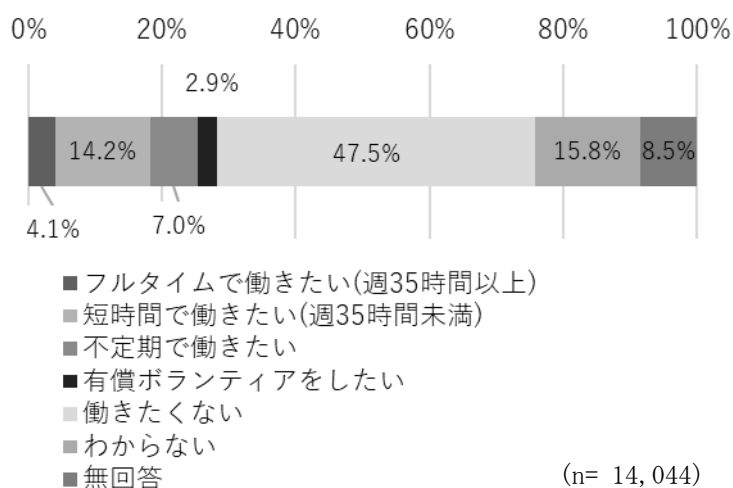


### (4) 今後の就業希望

■ 働きたいが25.3%

問 あなたは今後働きたいと思いますか。現在働いている方も、今後どのように働きたいかをお答えください。（○は1つ）

今後の就業希望では、「働きたくない」が47.5%で最も高かった。一方、「フルタイムで働きたい（週35時間以上）」（4.1%）、「短時間で働きたい（週35時間未満）」（14.2%）、「不定期で働きたい」（7.0%）を合わせた「働きたい」は25.3%であった。

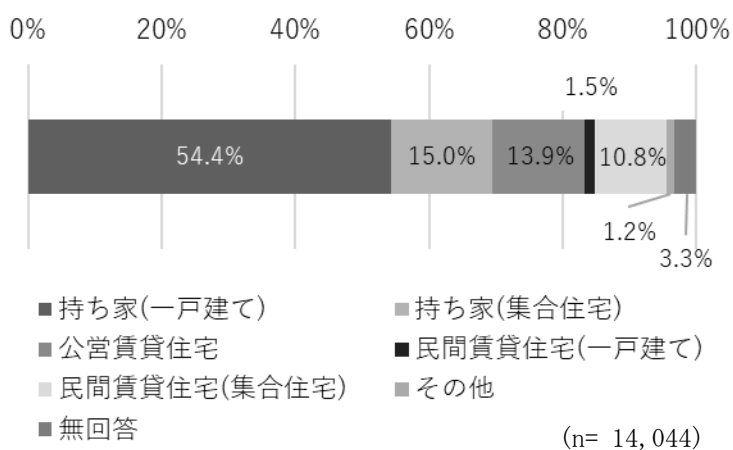


## (5) 住居形態

- 持ち家（一戸建て）が54.4%

問 どのような住宅にお住まいですか。（○は1つ）

住居形態では、「持ち家（一戸建て）」が54.4%で最も高く、「持ち家（集合住宅）」は15.0%、「公営賃貸住宅」は13.9%、「民間賃貸住宅（集合住宅）」は10.8%であった。

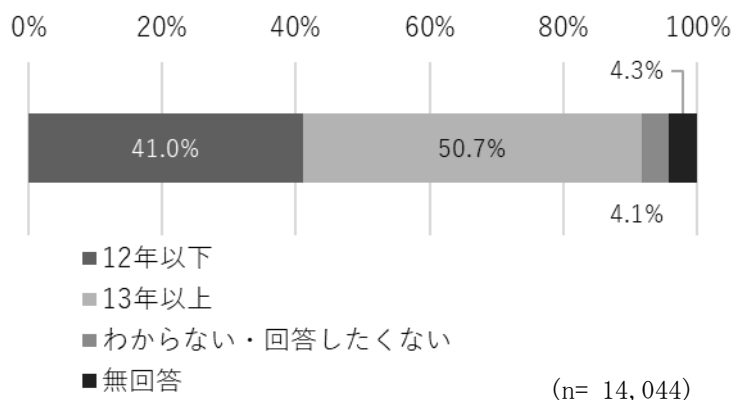


## (6) 通学年数

- 通学年数13年以上が50.7%

問 学校には何年間通いましたか。（○は1つ）

通学年数では、「12年以下」が41.0%、「13年以上」が50.7%であった。

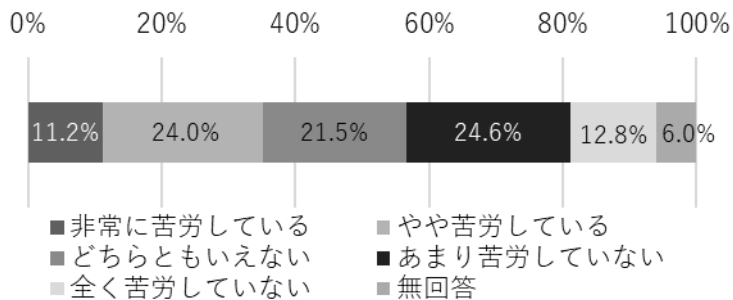


## (7) 経済状況

- 「苦勞している」「苦勞していない」ともに3割台半ば

問 お宅では、毎月のやりくりはいかがですか。(○は1つ)

経済状況は、「非常に苦勞している」(11.2%)、「やや苦勞している」(24.0%)を合わせた「苦勞している」は35.2%、「あまり苦勞していない」(24.6%)、「全く苦勞していない」(12.8%)を合わせた「苦勞していない」は37.3%であった。



(n= 14,044)

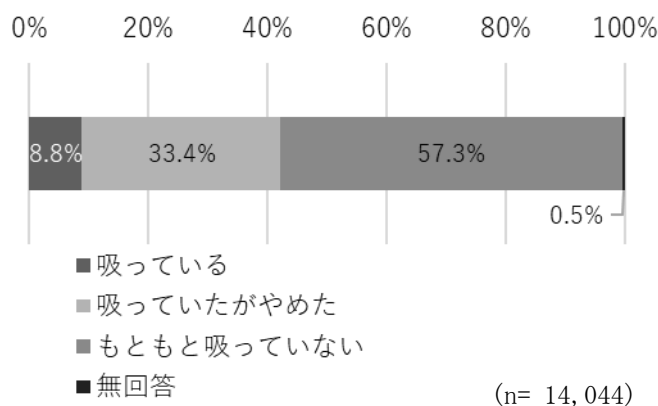
## 2. 日常生活・生活習慣

### (1) 喫煙状況

- 喫煙者が8.8%

問 あなたは、タバコを吸っていますか。(○は1つ)

喫煙状況としては、「吸っている」の8.8%に対して、「もともと吸っていない」(57.3%)と「吸っていたがやめた」(33.4%)を合わせた《吸っていない》は90.7%を占めていた。

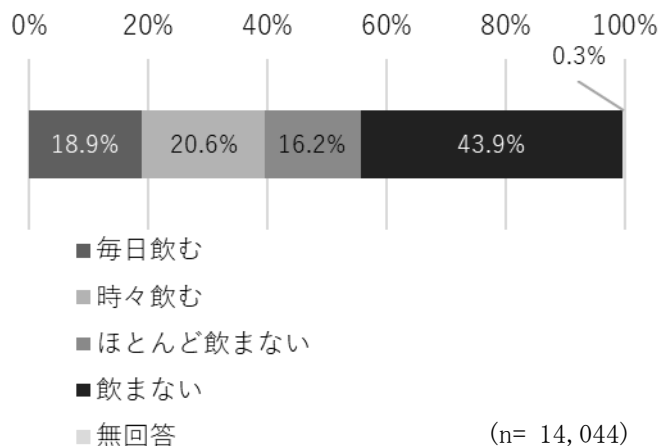


### (2) 飲酒状況

- 飲酒をする人が39.5%

問 あなたは、お酒（アルコール）を飲みますか。(○は1つ)

飲酒状況としては、「毎日飲む」(18.9%)と「時々飲む」(20.6%)を合わせた《飲む》が39.5%、「ほとんど飲まない」(16.2%)と「飲まない」(43.9%)を合わせた《飲まない》が60.2%であった。

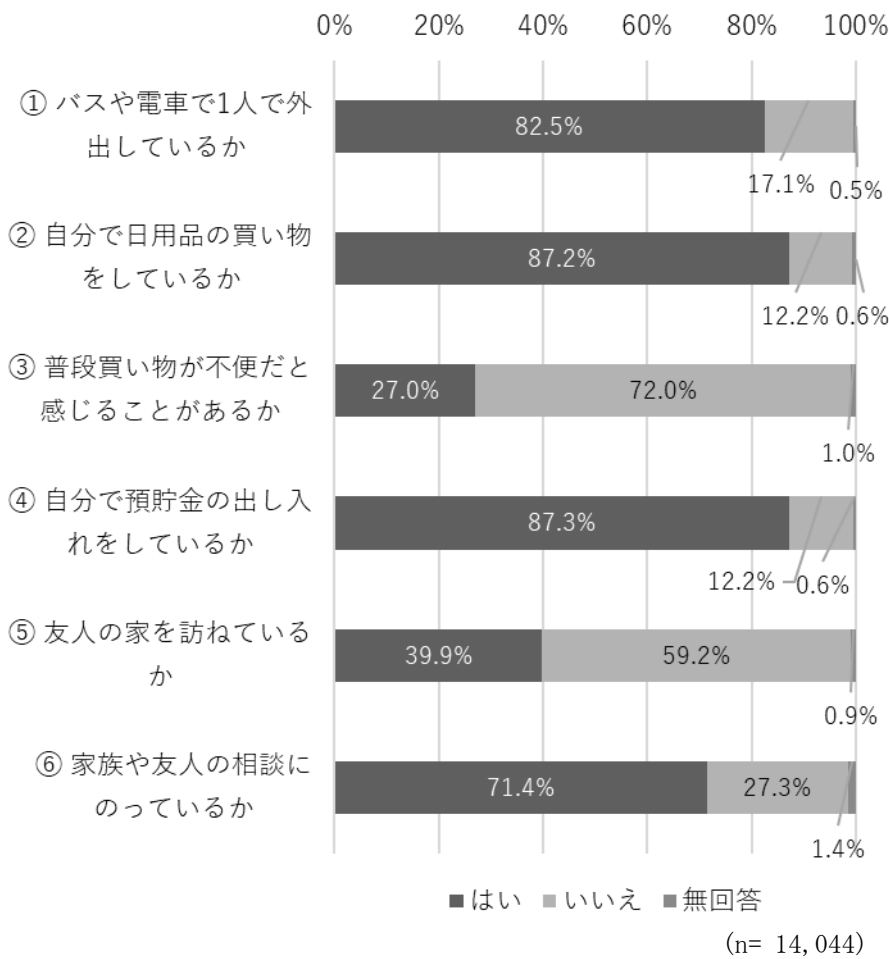


### (3) 普段の行動

- 友人宅への訪問をしていないが59.2%

問 あなたの普段の行動についてお答えください。(〇は1つつ)

普段の行動に関して、各項目を尋ねたところ、していない、感じるという回答は、【交通機関を利用した1人での外出】が17.1%、【自分で日用品の買い物】が12.2%、【普段買い物が不便】が27.0%、【自分で預貯金の出し入れ】が12.2%、【友人宅への訪問】が59.2%、【家族や友人の相談にのる】が27.3%であった。

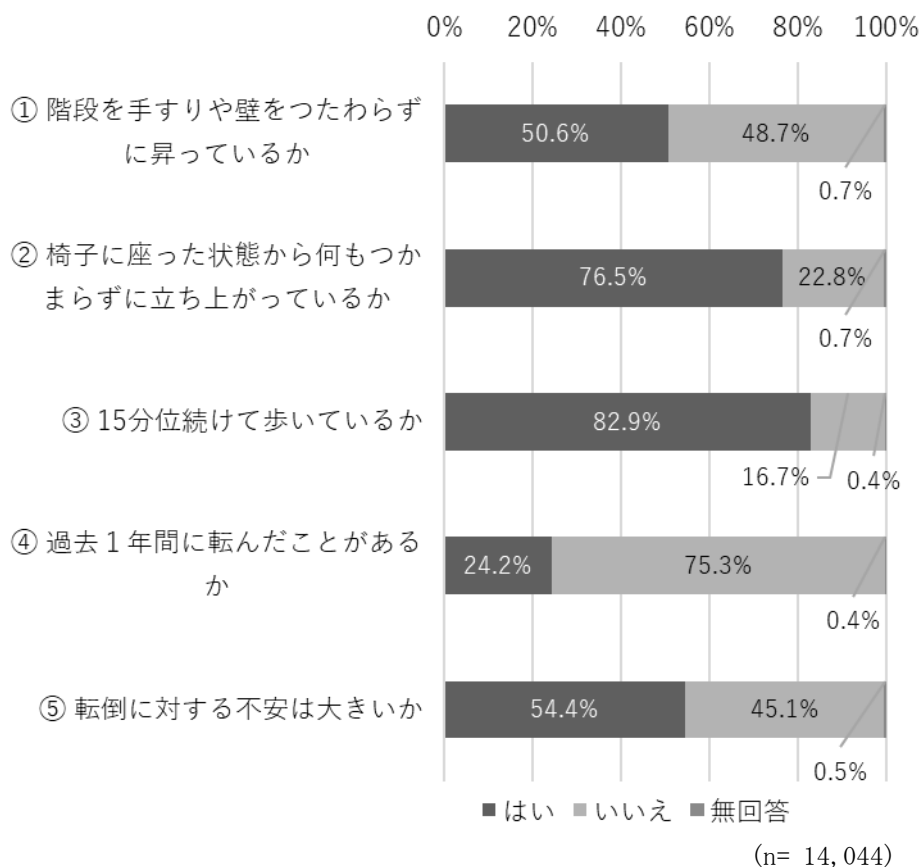


#### (4) - 1 歩行や転倒

■ 転倒に対する不安がある人が54.4%

問 質問ごとに「はい」または「いいえ」でお答えください。(○は1つずつ)

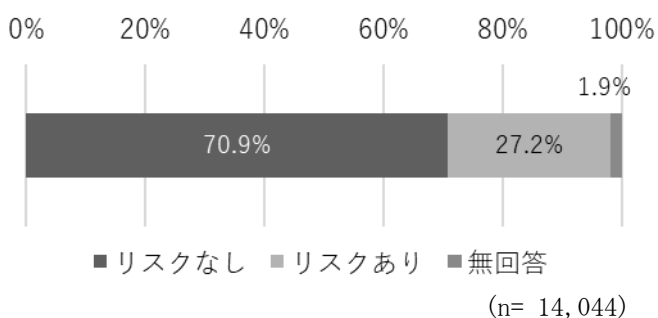
歩行や転倒に関して各項目を尋ねたところ、運動器機能の低下につながる回答は、【階段を手すりなど無しで昇る】が48.7%、【椅子から何もつかまらず立ち上がる】が22.8%、【15分程度の歩行】が16.7%、【この1年間での転倒】が24.2%、【転倒に対する不安】が54.4%であった。



#### (4) - 2 運動器機能低下リスク

■ 運動器機能低下リスクがある人は27.2%

上記5項目のうち3項目以上で運動器機能の低下につながる回答だった方を「リスクあり」と判定すると、27.2%が該当していた。5項目のうち1つでも無回答があった者は、無回答とした。

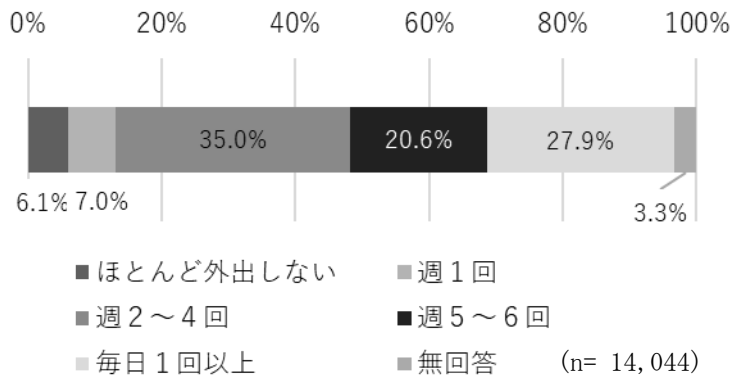


## (5) 外出頻度

- 外出頻度毎日1回以上が27.9%

問 週に外出する頻度はどれくらいですか。(○は1つ)

外出頻度としては、「週2～4回」が35.0%、「毎日1回以上」が27.9%と高かった。一方、頻度が低い「週1回」は7.0%「ほとんど外出しない」が6.1%であった。

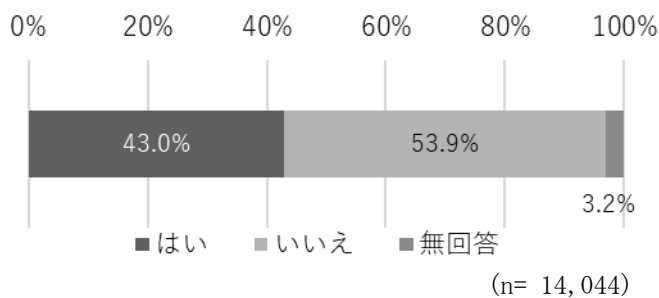


## (6) - 1 外出頻度の変化

- 昨年より外出が減っている人が43.0%

問 昨年と比べて外出の回数が減っていますか。(○は1つ)

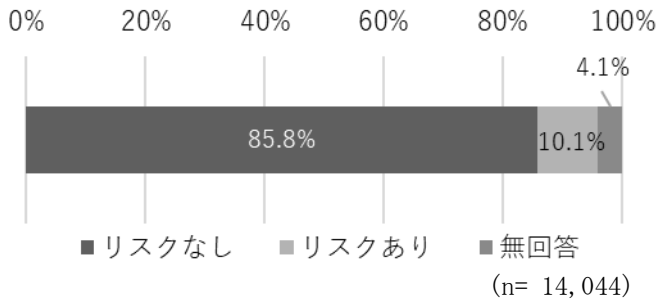
昨年と比べて外出の回数が減ったかについては、「はい」が43.0%、「いいえ」は53.9%であった。



## (6) - 2 閉じこもりリスク

### ■ 閉じこもりリスクがある人が10.1%

外出頻度が週1回以下、かつ昨年と比較して外出頻度が減少した方を「閉じこもりリスクあり」と判定すると、10.1%が該当した。

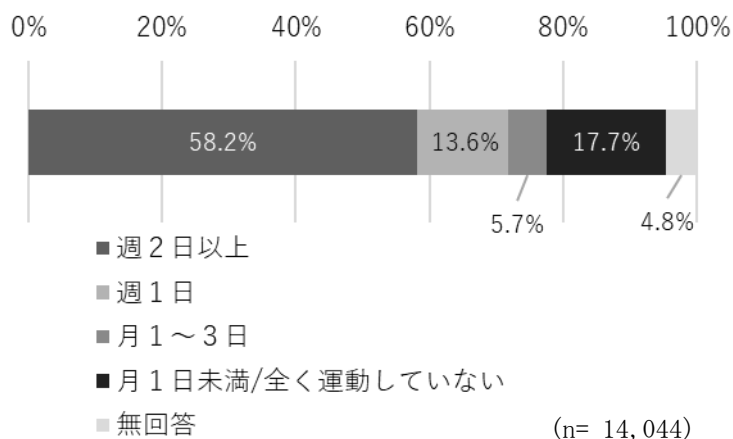


## (7) 運動頻度

### ■ 週1日以上運動をしている人が71.8%

問 現在、あなたはどのくらいの頻度で運動をしていますか。※運動とは散歩や体操等、「意識的に体を動かすこと」とします。(○は1つ)

運動頻度としては、「週2日以上」が58.2%で、「週1日」(13.6%)を合わせた週1日以上運動をしている人が71.8%を占めていた。一方、「月1日未満/全く運動していない」は17.7%であった。



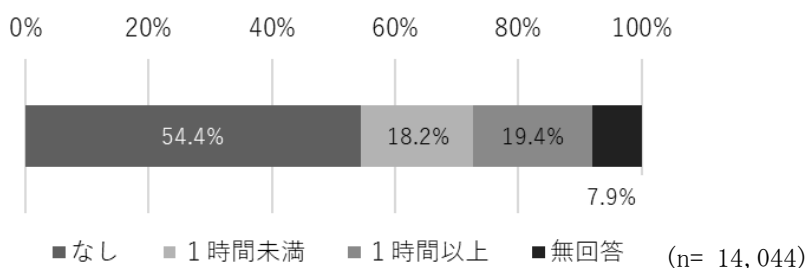
## (8) 1日の運動・座位時間

- 1日のなかで3時間以上座っているという人は71.3%

問 ふだん1日に、仕事を含めて体を動かす時間はどれくらいですか。(〇は1つずつ)
① 肉体労働や激しいスポーツの時間
② 歩いたり立っている時間
③ 座っている時間

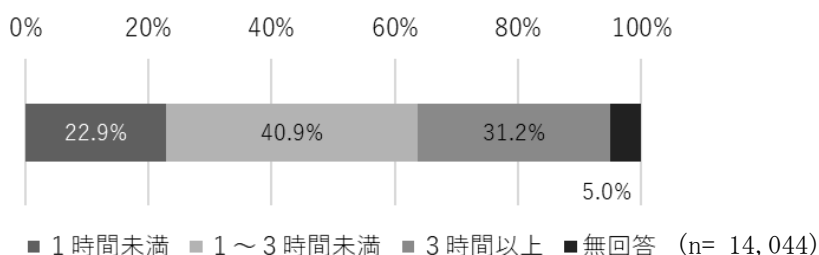
### ① 肉体労働や激しいスポーツの時間

1日のなかで肉体労働や激しいスポーツの時間は、「1時間未満」(18.2%)、「1時間以上」(19.4%)を合わせた《ある》は37.6%であった。一方、「なし」は54.4%であった。



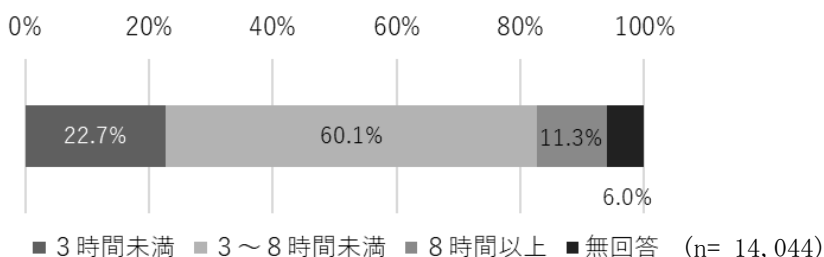
### ② 歩いたり立っている時間

歩いたり立っている時間としては、「1～3時間未満」が40.9%、「3時間以上」が31.2%、「1時間未満」が22.9%であった。



### ③ 座っている時間

座っている時間としては、「3～8時間未満」が60.1%と高く、「8時間以上」(11.3%)と合わせた《3時間以上》は71.3%であった。また、「3時間未満」は22.7%であった。



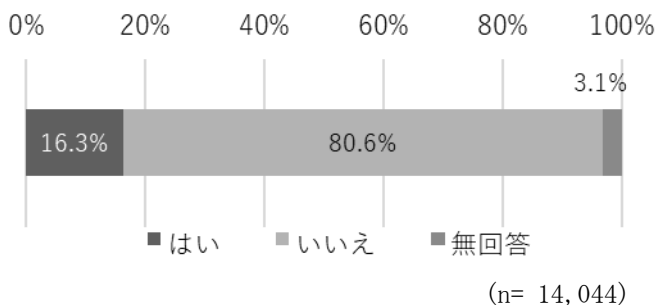
### 3. 栄養・口腔

#### (1) 体重減少

- この半年で2～3kg以上の体重減少があった人が16.3%

問 6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。(○は1つ)

6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少があった人は16.3%であった。

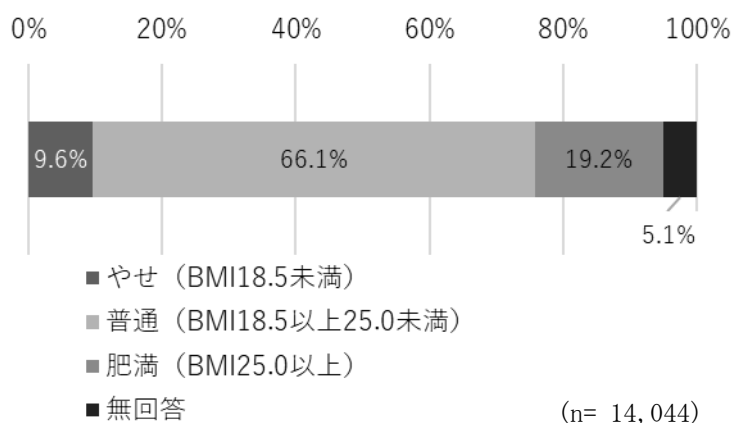


#### (2) -1 BMI

- BMIで見ると、「肥満」19.2%、「やせ」9.6%

問 身長・体重をご記入ください。

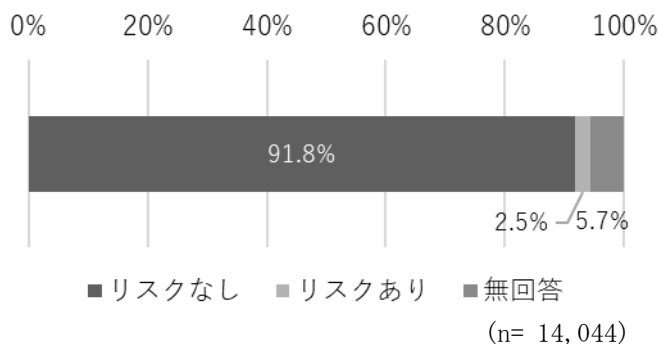
身長と体重から算出される肥満度を表す体格指数をBMI (体重 (kg) ÷ {身長 (m) × 身長 (m)}) といい、「普通 (BMI 18.5以上25.0未満)」が66.1%で最も高く、「肥満 (BMI 25.0以上)」は19.2%、「やせ (BMI 18.5未満)」は9.6%となっていた。



## (2) - 2 低栄養リスク

### ■ 低栄養リスクがある人は2.5%

6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少があり、かつBMIで「やせ（BMI 18.5未満）」判定が出た方を「低栄養リスクあり」とすると、2.5%が該当した。

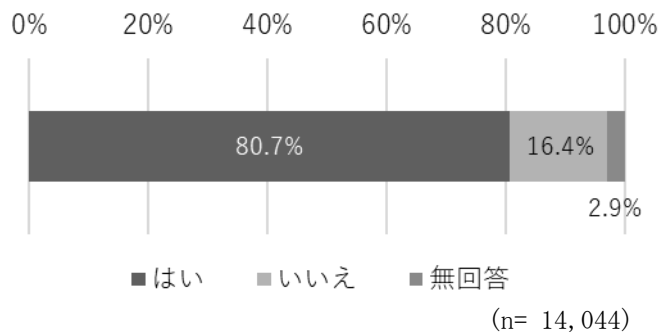


## (3) 1日3食の摂取

### ■ きちんと3食食べている人が80.7%

問 1日3食きちんと食べていますか。(○は1つ)

1日3食きちんと食事をとっているかきいたところ、「はい」は80.7%、「いいえ」は16.4%であった。

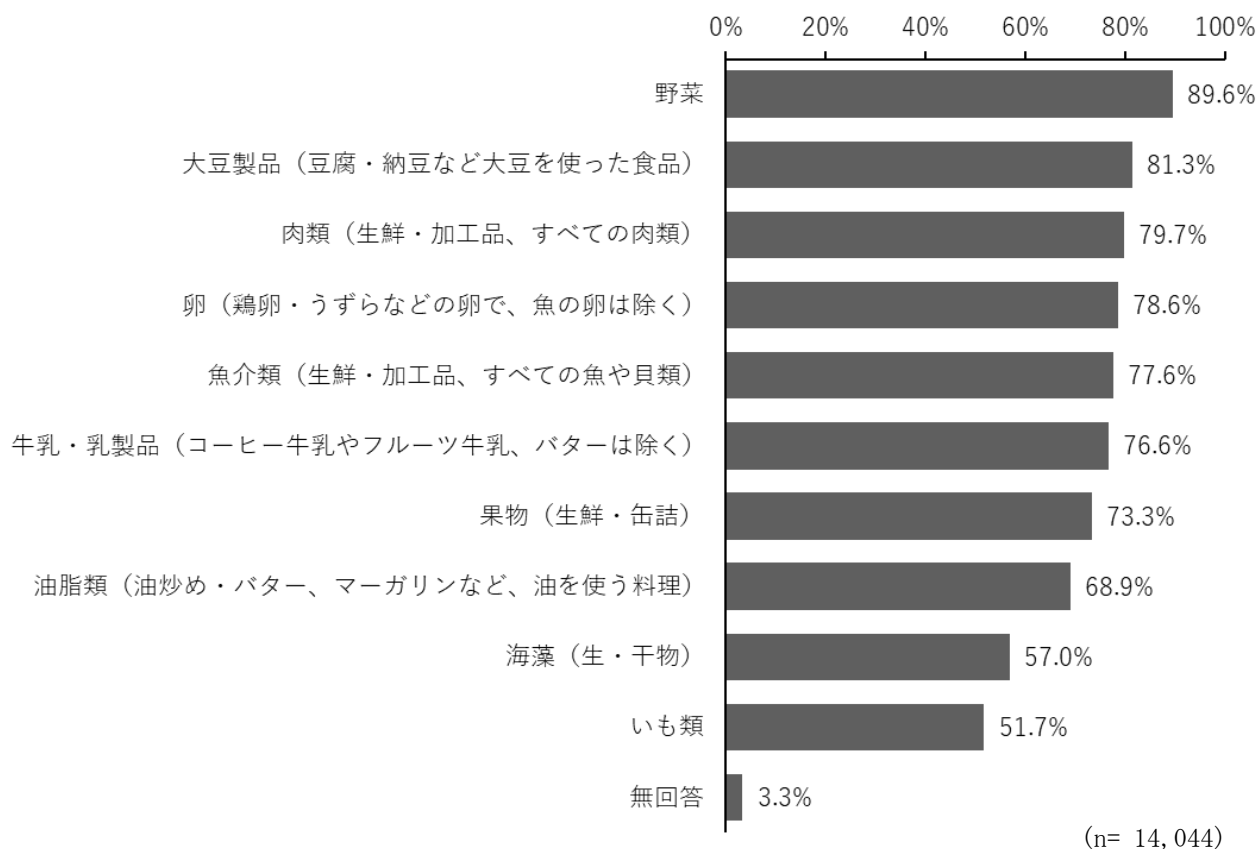


#### (4) - 1 最近1週間の摂取した食品群

- 最近1週間でほぼ毎日「野菜」を食べた人が89.6%

問 最近1週間ぐらいの食事について、ほぼ毎日（週5日以上）食べた食品群に○をつけてください。（○はあてはまるものすべて）

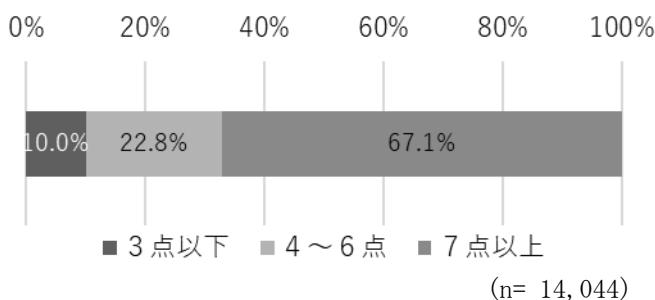
最近1週間ぐらいで毎日摂取した食品としては、「野菜」が89.6%で最も高く、以下、「大豆製品（豆腐・納豆など大豆を使った食品）」（81.3%）、「肉類（生鮮・加工品、すべての肉類）」（79.7%）、「卵（鶏卵・うずらなどの卵で、魚の卵は除く）」（78.6%）、「魚介類（生鮮・加工品、すべての魚や貝類）」（77.6%）、「牛乳・乳製品（コーヒー牛乳やフルーツ牛乳、バターは除く）」（76.6%）、「果物（生鮮・缶詰）」（73.3%）が続いた。



#### (4) - 2 多様な食品の摂取

- 多様な食品を摂取できていない（3品目以下）人が10.0%

上記の10食品群のうち、「ほぼ毎日食べる」ものが3品目以下（0点の無回答を含む）の方を「多様な食品を摂取できていない」と判定すると、10.0%が該当した。また、フレイル予防の観点では、7品目以上を目標とすることが推奨されている。7品目以上は67.1%であった。

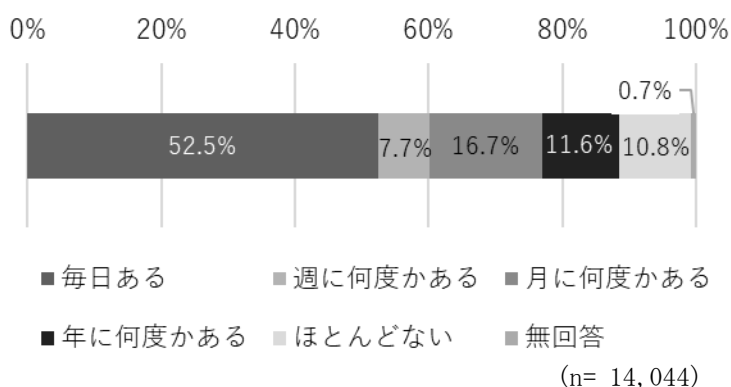


#### (5) 共食の機会

- 共食の機会が毎日あるが52.5%

問 どなたかと食事をとる機会がありますか。(○は1つ)

どなたかと食事をとる機会を、「毎日ある」(52.5%)が半数を占めており、「ほとんどない」は10.8%であった。

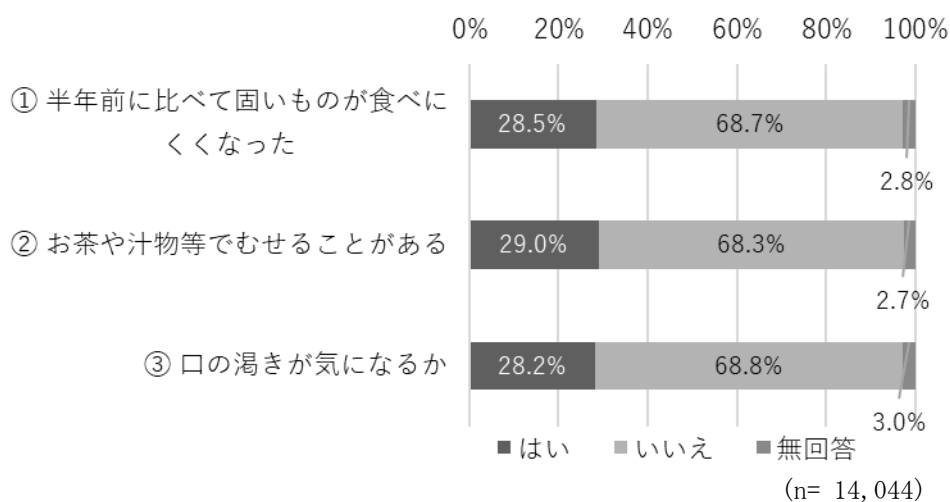


### (6) - 1 口腔機能

- 半年前より固いものが食べにくくなった人、お茶や汁物等でむせることがある人、口の渇きが気になる人、ともに約3割

問 ①半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。(〇は1つ)
問 ②お茶や汁物等でむせることがありますか。(〇は1つ)
問 ③口の渇きが気になりますか。(〇は1つ)

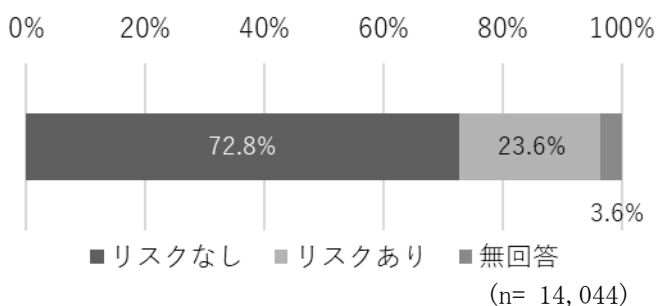
「半年前に比べて固いものが食べにくくなった」が28.5%、「お茶や汁物等でむせることがある」が29.0%、「口の渇きが気になる」が28.2%であった。



### (6) - 2 口腔機能低下リスク

- 口腔機能低下リスクがある人は23.6%

前述の3項目中2項目で「はい」と回答した方を「口腔機能低下リスクあり」と判定すると、23.6%が該当した。3項目のうち1つでも無回答があった者は、無回答とした。



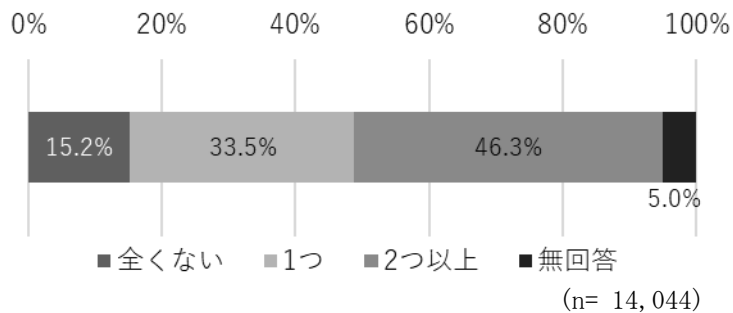
## 4. 健康

### (1) 通院中の病気

- 通院中の人が79.8%

問 通院中の病気がありますか。(○は1つ)

通院中の病気の有無について尋ねたところ、「2つ以上」(46.3%)と「1つ」(33.5%)が高くなっており、それらを合わせた《ある》は79.8%を占めていた。一方、「全くない」は15.2%であった。

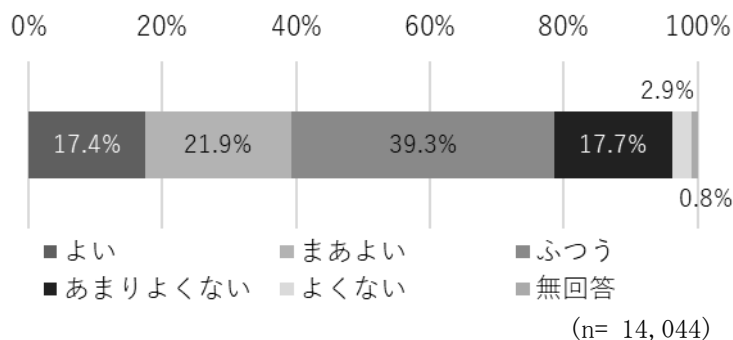


### (2) 主観的健康状態

- 主観的健康状態が「よい」39.2%、「よくない」20.6%

問 あなたの現在の健康状態はいかがですか。(○は1つ)

健康状態としては、「ふつう」が39.3%で最も高く、「よい」(17.4%)と「まあよい」(21.9%)を合わせた《よい》は39.2%、「よくない」(2.9%)と「あまりよくない」(17.7%)を合わせた《よくない》は20.6%であった。

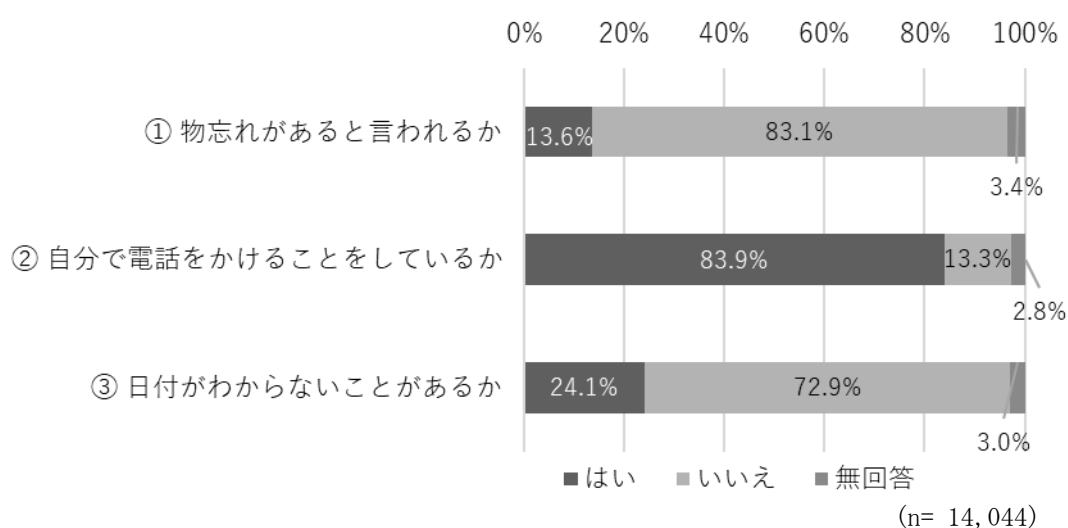


### (3) - 1 認知機能

■ 今日の日付をわからないときがあるという人は24.1%

① 周りの人から「いつも同じことを聞く」等の物忘れがあるとされますか。(○は1つ)
② 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。(○は1つ)
③ 今日が何月何日かわからないときがありますか。(○は1つ)

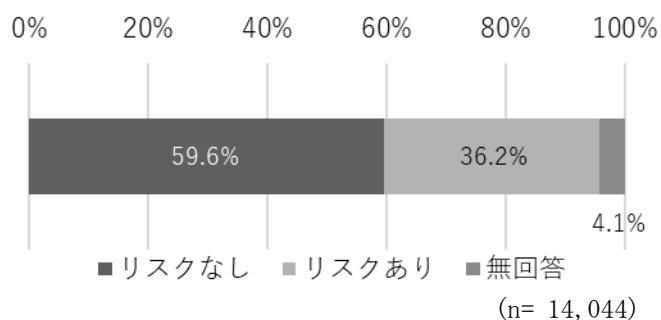
「周りの人から物忘れがあるとされる」が13.6%、「自分で電話をかけることをしていない」が13.3%、「今日の日付がわからないことがある」が24.1%であった。



### (3) - 2 認知機能低下リスク

■ 認知機能低下リスクがある人は36.2%

前述の①物忘れがあるとされるで「はい」、②自ら電話番号を調べてかけることで「いいえ」、③日付がわからないことで「はい」に、いずれかひとつでも回答した方を、「認知機能低下リスクあり」と判定すると、36.2%が該当した。3項目のうち1つでも無回答があった者は、無回答とした。

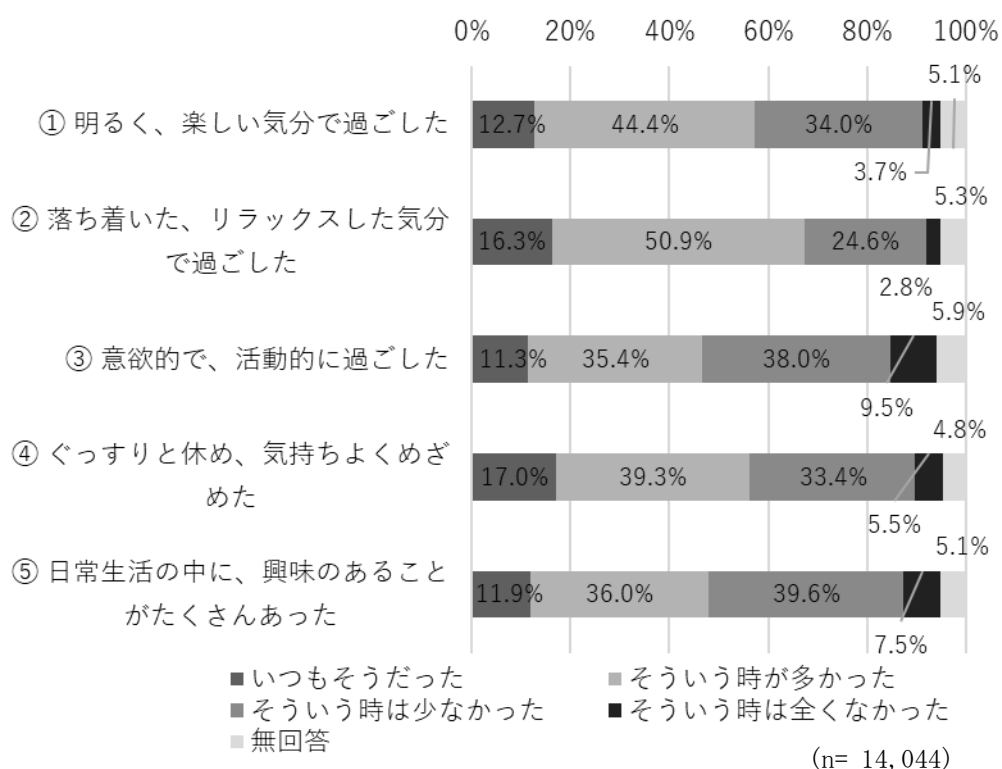


#### (4) - 1 心の健康

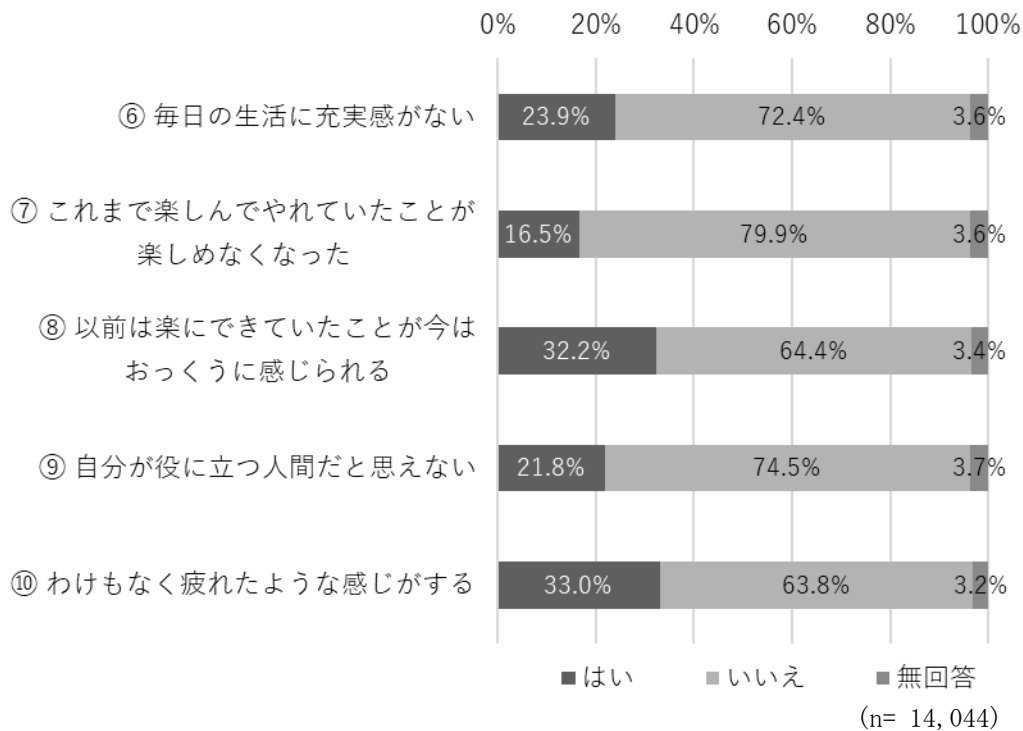
■ 以前は楽にできたことがおっくうに感じられるという人は32.2%

問 最近2週間のあなたの気持ちや心の状態にもっともあてはまる回答をお選びください。  
(○は1つずつ)

最近2週間の気持ちや心の状態について尋ねたところ、「いつもそうだった」と「そういう時が多かった」を合わせた《そうだった》は、【明るく楽しい気分で過ごした】は57.1%、【落ち着いた、リラックスした気分で過ごした】は67.2%、【意欲的、活動的に過ごした】は46.7%、【気持ちよく目覚めた】は56.3%、【興味のあることがたくさんあった】は47.9%であった。



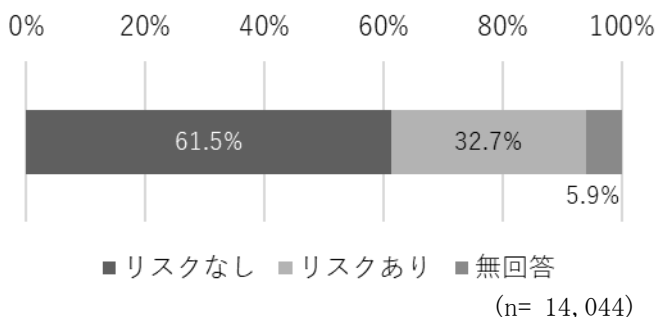
同様に下記5項目できいたところ、「はい」は【生活に充実感がない】は23.9%、【楽しんでやれていたことが楽しめなくなった】は16.5%、【以前は楽にできたことがおっくうに感じられる】は32.2%、【自分が役に立つ人間だと思えない】は21.8%、【疲れたような感じがする】33.0%であった。



#### (4) - 2 うつ傾向リスク

■ うつ傾向リスクがある人は32.7%

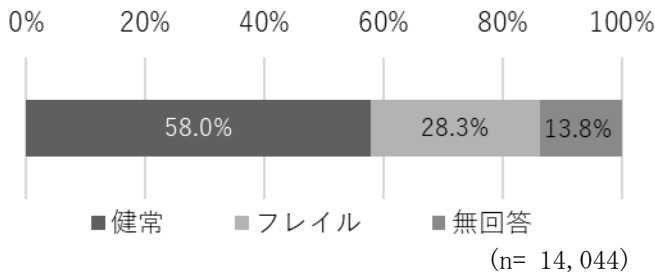
前述の6～10の5項目中2項目以上で「はい」と回答された方を、「うつ傾向リスクあり」と判定すると、32.7%が該当した。5項目のうち1つでも無回答があった者は、無回答とした。



## (5) フレイル

- フレイルの人は28.3%

日常生活や健康に関連する設問25項目（基本チェックリスト）中8項目以上に該当した人を「フレイル」と判定すると、28.3%が該当した。

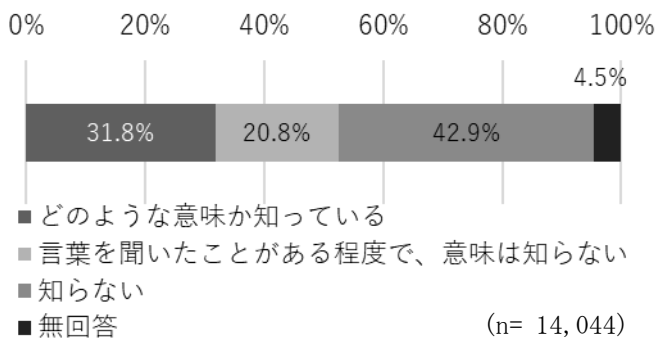


## (6) フレイルの認知度

- フレイルの意味を知っているが31.8%

問 「フレイル」という言葉をご存じですか。(○は1つ)

「フレイル」への認知度を尋ねたところ、「どのような意味か知っている」が31.8%、「言葉を聞いたことがある程度」が20.8%、「知らない」が42.9%であった。

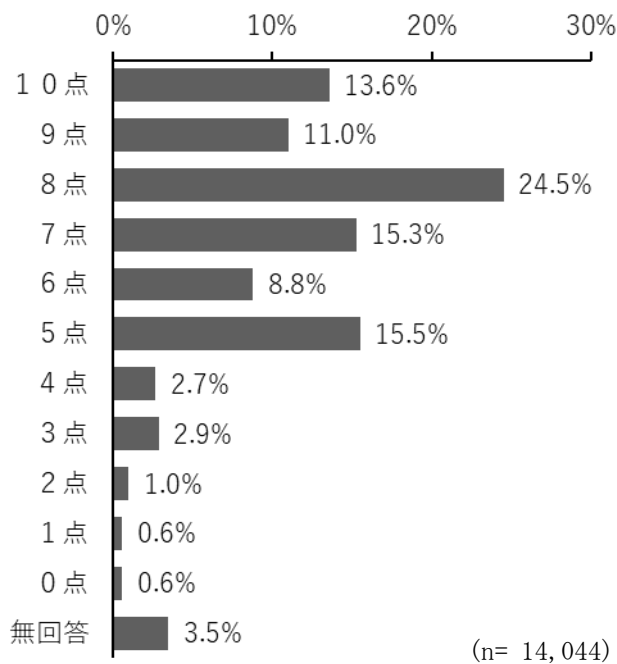


## (7) - 1 幸福感

### ■ 幸福感の中央値は8点

問 あなたは、現在どの程度幸せですか（「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点として、あてはまる点数1つに○をつけてください）。

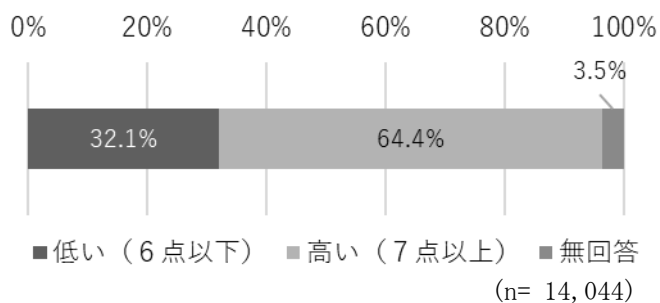
現在の幸福さに10点満点で点数をつけてもらったところ、「8点」が24.5%で最も高く、以下「5点」（15.5%）、「7点」（15.3%）、「10点」（13.6%）であった。平均値（標準偏差）は7.2点（2.1）、中央値（四分位範囲）は8点（6, 9）であった。



## (7) - 2 幸福感が高い

### ■ 幸福感が高い人は64.4%

10点満点中7点以上の方を、「幸福感が高い」と判定すると、64.4%が該当した。



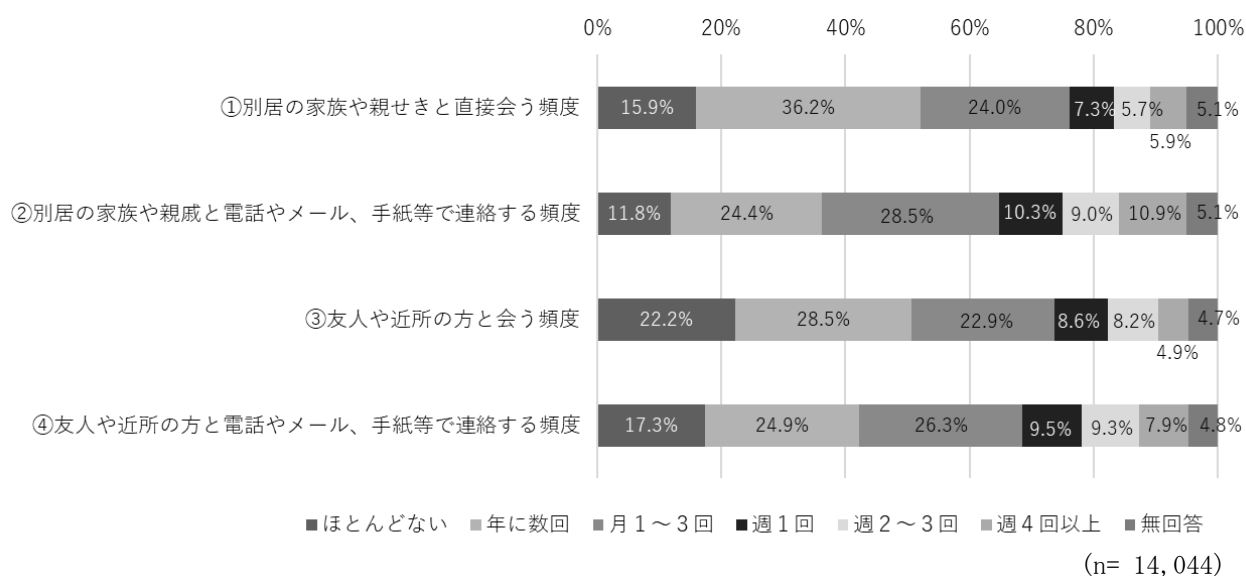
## 5. 交流

### (1) - 1 家族、親戚、友人との交流状況

- 友人・知人と直接会う頻度はほとんどないが22.2%

問 あなたの家族、親戚、友人との交流状況についてお答えください。(〇は1つずつ)

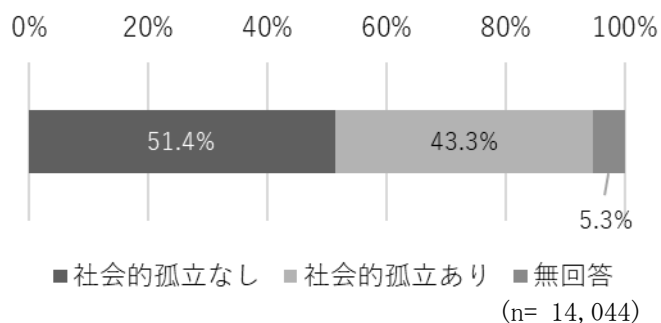
家族、親戚、友人との交流状況を尋ねたところ、【別居の家族や親戚と直接会う】では「年に数回」が36.2%、【別居の家族や親戚と電話等で連絡する】では「月1～3回」が28.5%、【友人・知人と直接会う】では「年に数回」が28.5%、【友人・知人と電話等で連絡する】では「月1～3回」が26.3%で、それぞれ高かった。



### (1) - 2 社会的孤立あり

- 社会的孤立がある人は43.3%

いずれの項目も「週1回未満」だった方を、「社会的孤立あり」と判定すると、43.3%が該当した。4項目のうち1つでも無回答があった者は、無回答とした。

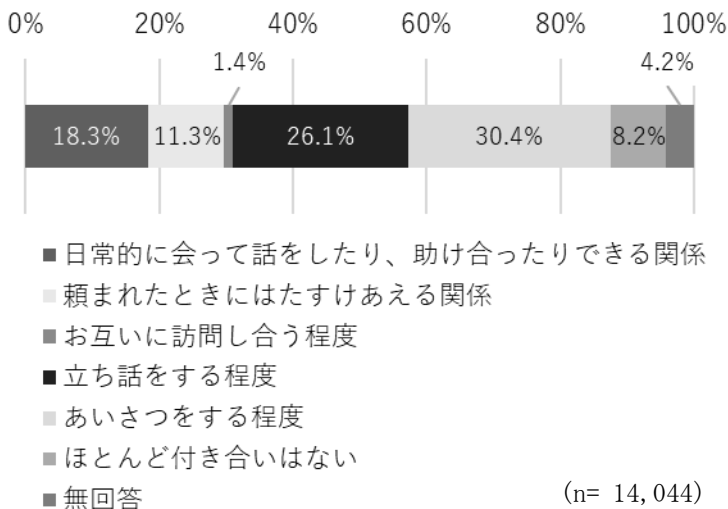


## (2) 近所付き合いの程度

- 近所の方とたすけあえる関係が29.6%

問 ご近所の方との程度付き合いをしていますか。(○は1つ)

近所付き合いの程度を尋ねたところ、全体では「あいさつをする程度」が30.4%、「立ち話をする程度」が26.1%と高かった。また、「日常的に会って話をしたり、たすけあったりできる関係」(18.3%)と「頼まれたときにはたすけあえる関係」(11.3%)を合わせた《たすけあえる関係》は29.6%であった。一方、「ほとんど付き合いはない」は8.2%であった。

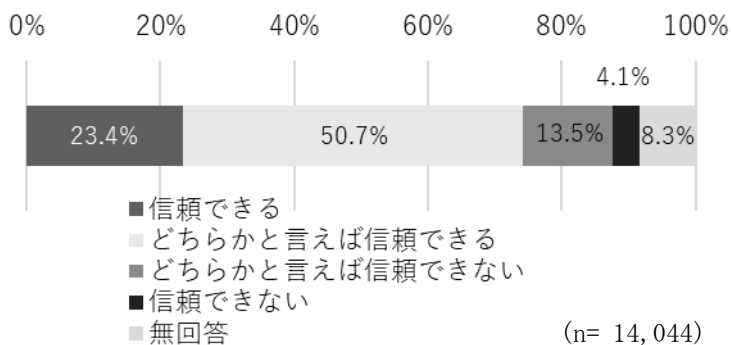


## (3) 近隣住民への信頼度

- 近隣住民を信頼できるが74.1%

問 あなたはご近所の方を信頼できますか。(○は1つ)

ご近所の信頼度については、「どちらかと言えば信頼できる」が50.7%で最も高く、「信頼できる」(23.4%)を合わせた《信頼できる》は74.1%であった。一方、「どちらかと言えば信頼できない」(13.5%)と「信頼できない」(4.1%)を合わせた《信頼できない》は17.6%であった。

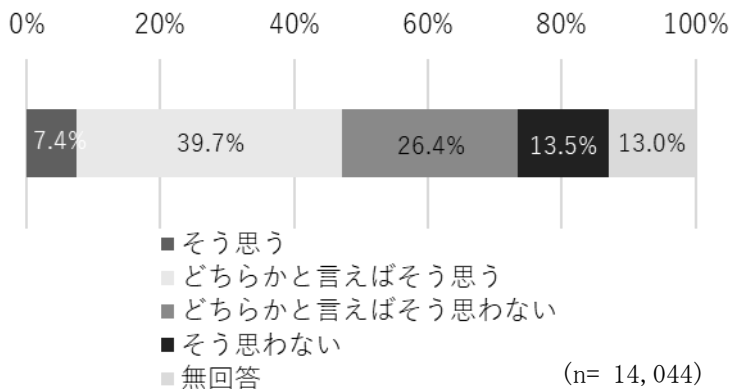


#### (4) 近隣住民の互助意識

- 近隣住民は互助意識があると思うが47.1%

問 ご近所の方々は、多くの場合、他の人の役に立とうと思いませんか。(〇は1つ)

近所の方が周囲に役立とうと思うかを尋ねたところ、「どちらかと言えばそう思う」が39.7%で最も高く、「そう思う」(7.4%)を合わせた《思う》は47.1%であった。一方、「どちらかと言えばそう思わない」(26.4%)と「そう思わない」(13.5%)を合わせた《思わない》は39.9%であった。

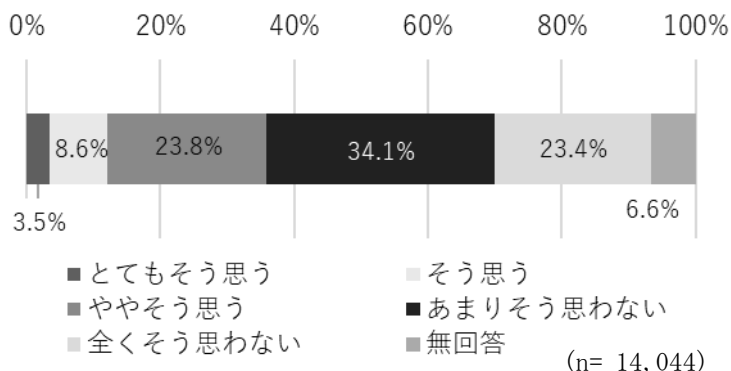


#### (5) 地域の人からの役割期待

- 地域の人から役割を期待されていると「思う」35.9%、「思わない」57.5%

問 あなたは、お住まいの地域の人から何らかの役割を期待されたり、頼りにされたりしていると思いませんか。(自分なりにできること、会・グループでの分担、隣近所のちょっとしたこと、お手伝いやお願い事、等) (〇は1つ)

地域の人から頼りにされたりしていると思うかを尋ねたところ、「あまりそう思わない」が34.1%で最も高く、「全くそう思わない」(23.4%)を合わせた《思わない》は57.5%であった。一方、「とてもそう思う」(3.5%)、「そう思う」(8.6%)、「ややそう思う」(23.8%)を合わせた《思う》は35.9%であった。



## 6. 地域活動

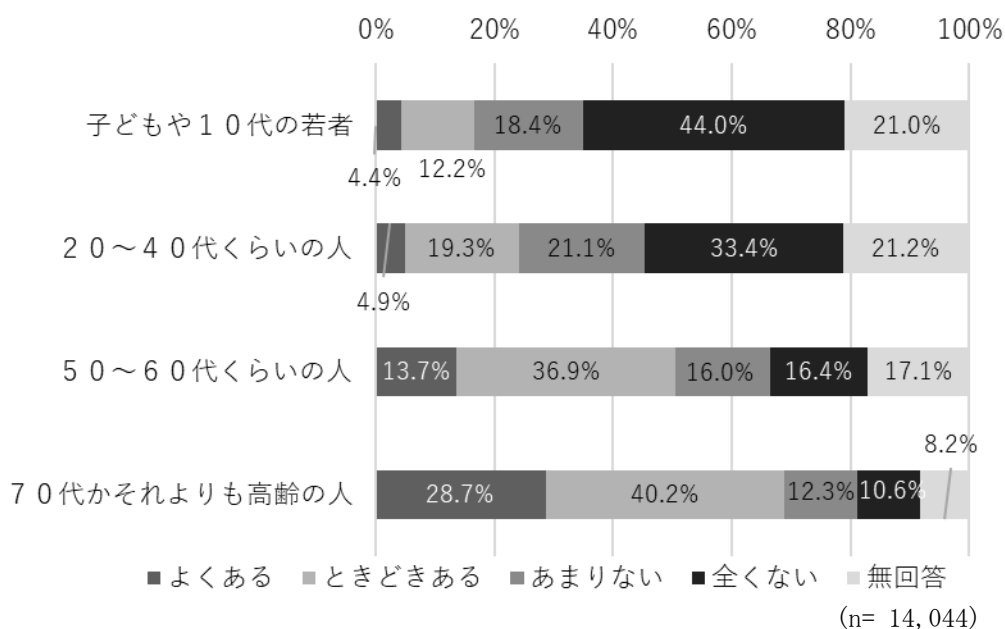
### (1) 各年齢層と会話をする機会

#### ■ 相手の年齢が下がるにつれ、機会が少ない

問 近所づきあいや、地域活動・余暇活動の中で、あなたは、次のような年齢層の方と会話をする機会が、どのくらいありますか。ご家族や親戚、仕事関係の人は除きます。

(○は1つずつ)

各年齢層と会話をする機会について尋ねたところ、会話をする相手の年齢が下がるにつれ、その機会が少なくなっていた。【子どもや10代の若者】では、「全くない」が44.0%、【70代かそれより高齢の人】では「よくある」が28.7%、「ときどきある」が40.2%であった。

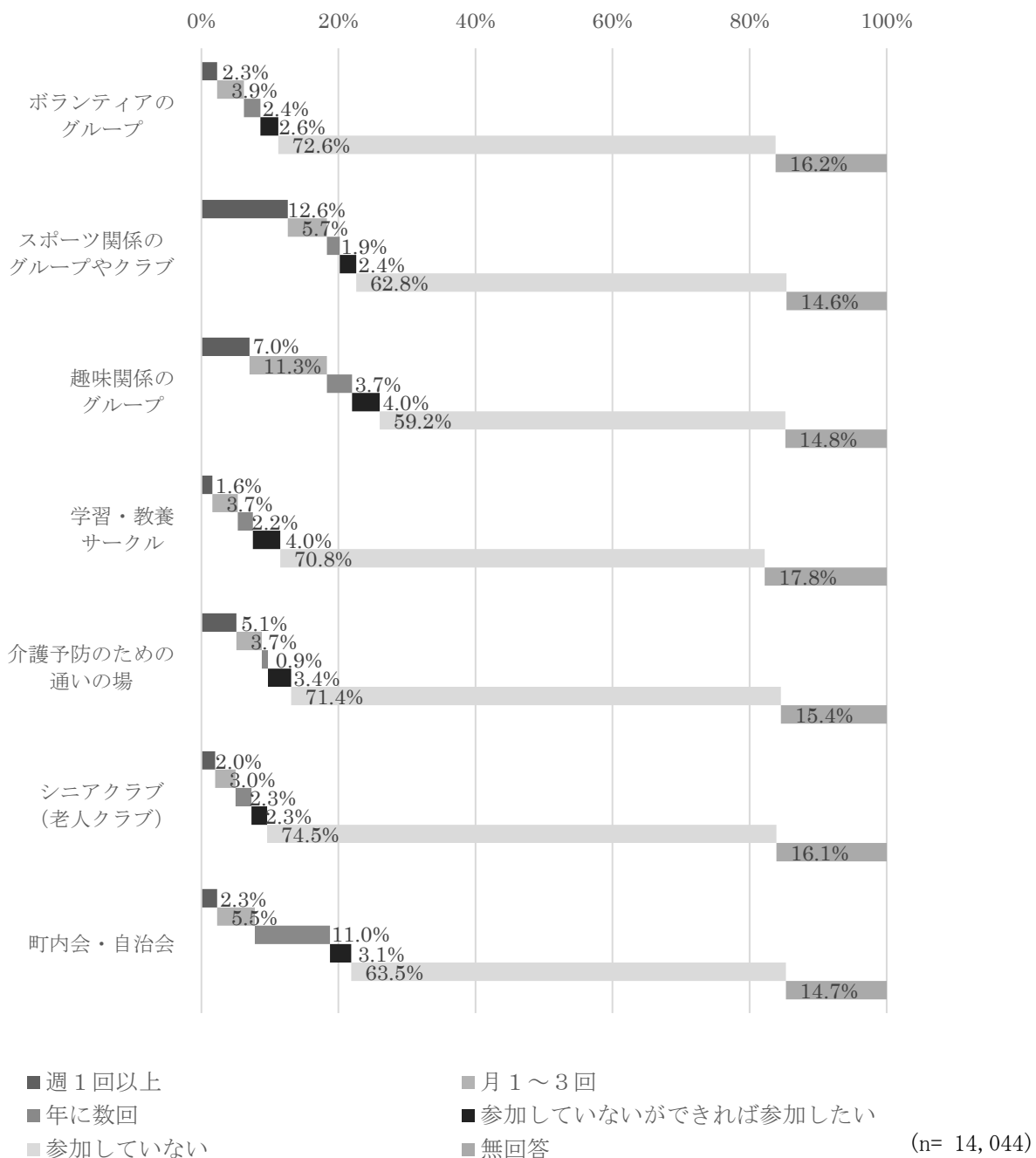


## (2) - 1 活動への参加頻度

■ 【趣味関係】【スポーツ関係】のグループに参加しているがどちらも約2割

問 以下のような会・集まりに、どのくらいの頻度で参加しましたか。(〇は1つずつ)

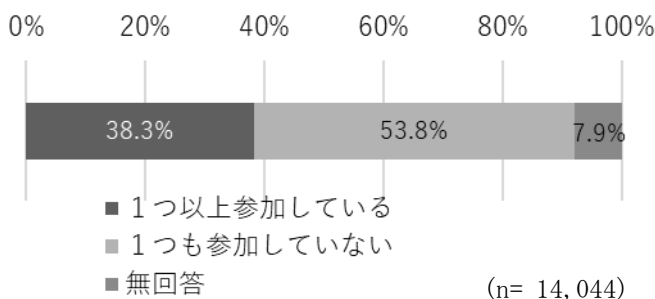
各活動への参加頻度を尋ねたところ、「週1回以上」から「年に数回」までを合わせた《参加している》は、【趣味関係のグループ】が22.0%で他項目より高く、以下【スポーツ関係のグループやクラブ】(20.2%)、【町内会・自治会】(18.8%)、と続いていた。また、【スポーツ関係のグループやクラブ】では「週1回以上」が12.6%と、他項目より高頻度であった。



## (2) - 2 活動への参加状況

- 1つ以上のグループに参加している人は38.3%

前述の7項目中1つでも月1回以上参加している人は、38.3%であった。

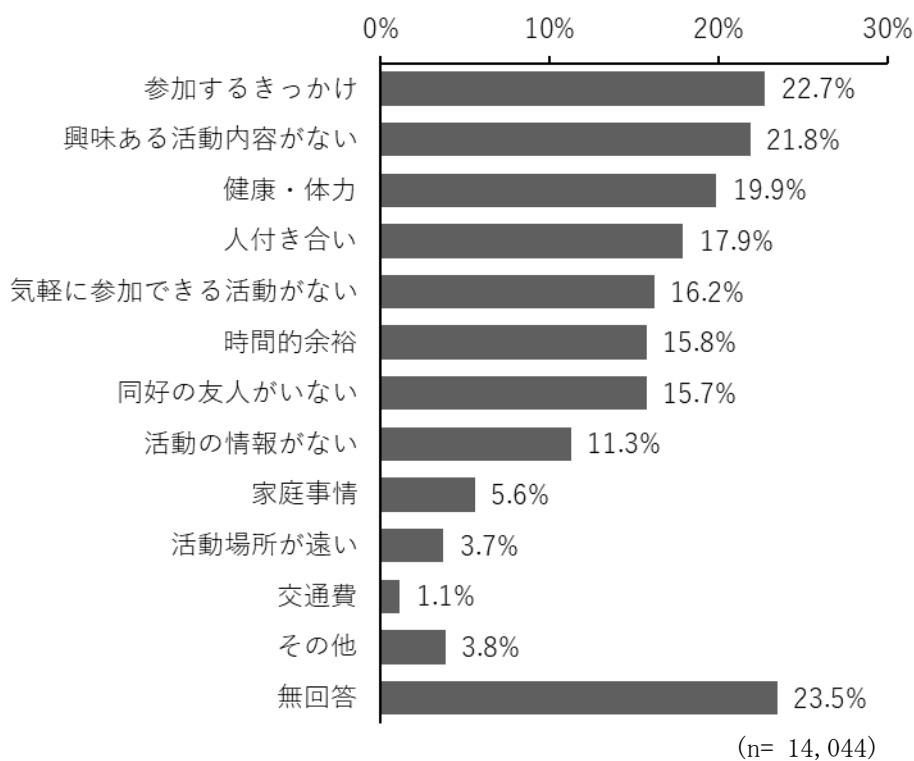


## (3) 活動に参加しない理由

- 「参加するきっかけ」「興味ある活動内容」「健康・体力への自信」がないがそれぞれ約2割

問 上記のグループ活動に参加していない理由があれば教えてください。(〇はいくつでも)

活動に参加しない理由をきいたところ、「参加するきっかけがない」(22.7%)、「興味ある活動内容がない」(21.8%)、「健康・体力に自信がない」(19.9%)の項目の割合が高かった。

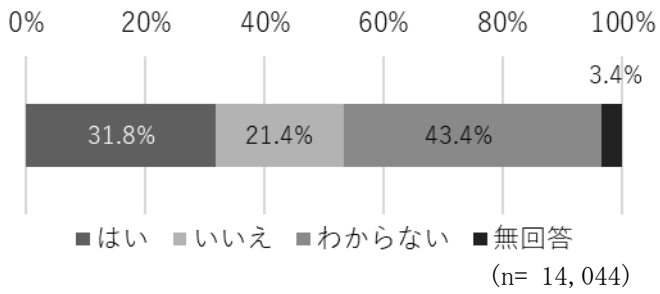


#### (4) 災害時・緊急時の手助け

- 手助けができるかに「はい」が32.0%

問 あなたは災害時・緊急時に人の手助けができますか。(〇は1つ)

災害時・緊急時に人の手助けができるかを尋ねたところ、「はい」が31.8%、「いいえ」が21.4%であった。また、「わからない」が43.4%と最も高かった。



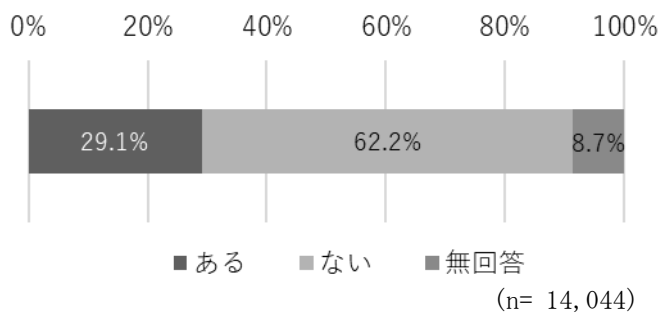
## 7. 移動・交通手段

### (1) 自動車の所有

- 本人または同居家族の自動車所有は29.1%

問 現在、あなたまたは同居しているご家族は、自動車（二輪車を除く）を所有していますか。（○は1つ）

本人または同居家族が自動車（二輪車を除く）を所有している割合は、29.1%であった。

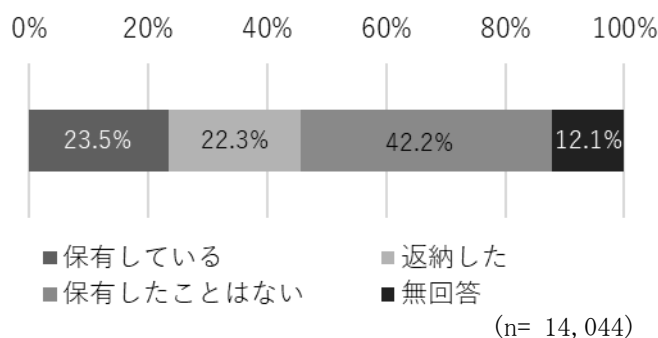


### (2) 自動車運転免許の保有状況

- 自動車運転免許の保有率は23.5%

問 あなたは自動車運転免許を保有していますか。（○は1つ）

自動車運転免許の保有に関しては、「保有している」が23.5%、「返納した」が22.3%、「保有したことはない」が42.2%であった。

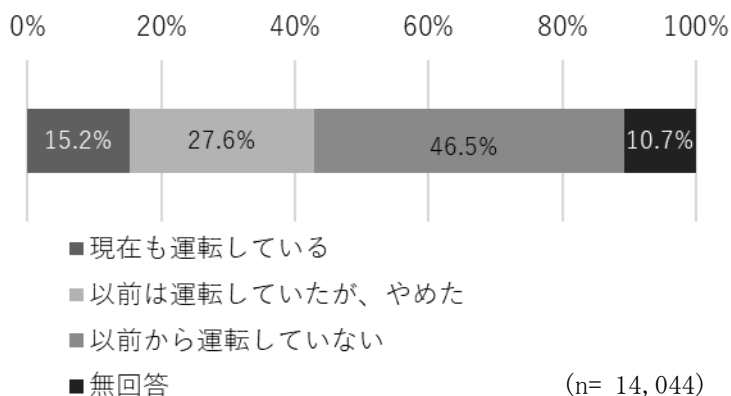


### (3) 自動車の運転

- 自動車を運転しているが15.2%

問 自動車の運転について、どれに当てはまりますか。(○は1つ)

自動車の運転に関しては、「現在も運転している」が15.2%、「以前は運転していたが、やめた」が27.6%、「以前から運転していない」が46.5%であった。

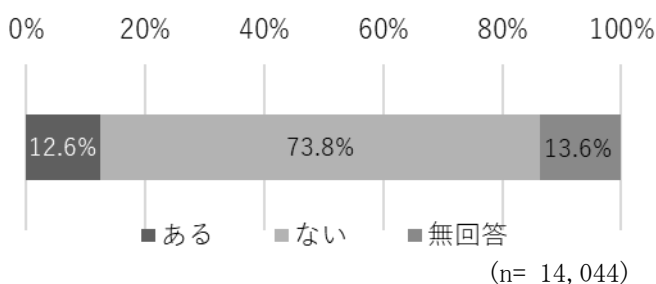


### (4) 自動二輪車の所有

- 本人または同居家族の自動二輪車所有は12.6%

問 現在、あなたまたは同居しているご家族は、自動二輪車（原動機付自転車を含む）を所有していますか。(○は1つ)

本人または同居家族が自動二輪車（原動機付自転車を含む）を所有している割合は、12.6%であった。

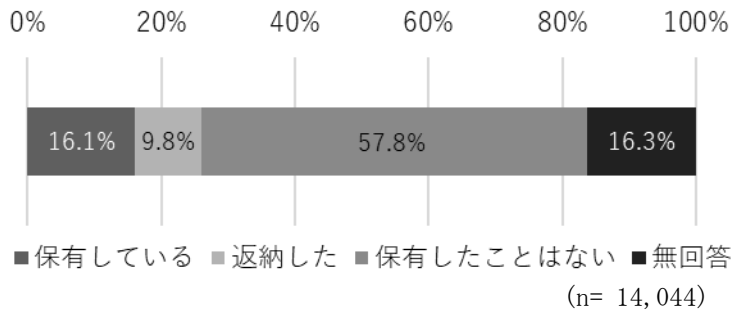


### (5) 自動二輪車運転免許の保有状況

- 自動二輪車運転免許の保有率は16.1%

問 自動二輪車の運転免許を保有していますか。※原付を含む（○は1つ）

自動二輪車の運転免許の保有に関しては、「保有している」が16.1%、「返納した」が9.8%、「保有したことはない」が57.8%であった。

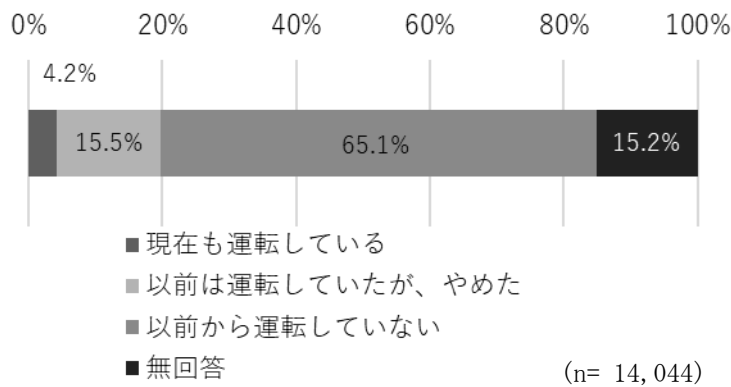


### (6) 自動二輪車の運転

- 自動二輪車を運転しているが4.2%

問 自動二輪車の運転について、どれに当てはまりますか。※原付を含む（○は1つ）

自動二輪車の運転に関しては、「現在も運転している」が4.2%、「以前は運転していたが、やめた」が15.5%、「以前から運転していない」が65.1%であった。

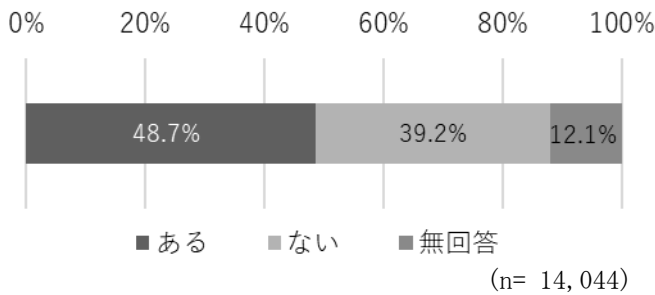


## (7) 自転車の所有

- 本人または同居家族の自転車所有は48.7%

問 現在、あなたまたは同居しているご家族は、自転車（電動アシスト自転車を含む）を所有していますか。（○は1つ）

本人または同居家族が自転車（電動アシスト自転車を含む）を所有している割合は、48.7%であった。

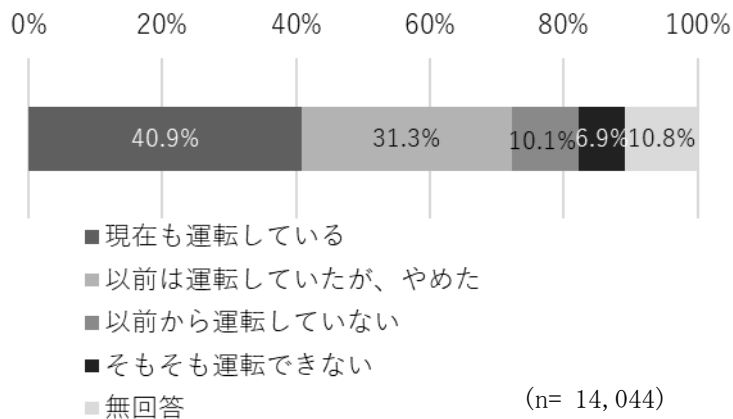


## (8) 自転車の運転

- 自転車を運転しているが40.9%

問 自転車の運転について、どれに当てはまりますか。（○は1つ）

自転車の運転に関しては、「現在も運転している」が40.9%、「以前は運転していたが、やめた」が31.3%、「以前から運転していない」が10.1%、「そもそも運転できない」が6.9%であった。



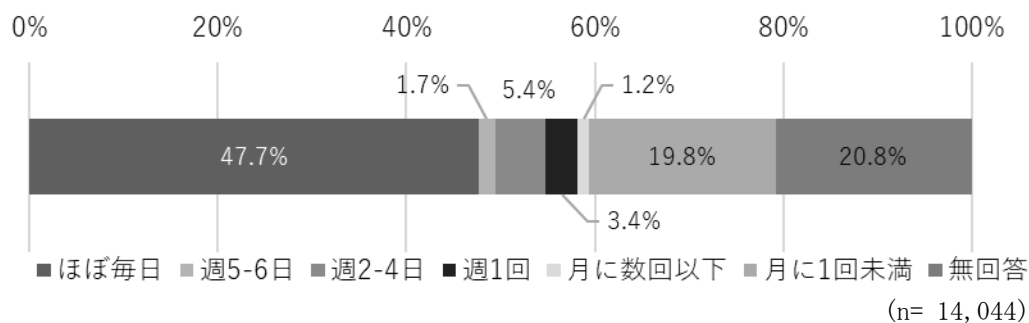
## (9) 日常的な活動範囲

### ■ 町内までの外出がほぼ毎日2割

問 最近4週間のあなたの活動範囲についておたずねします。(○はそれぞれ1つ)

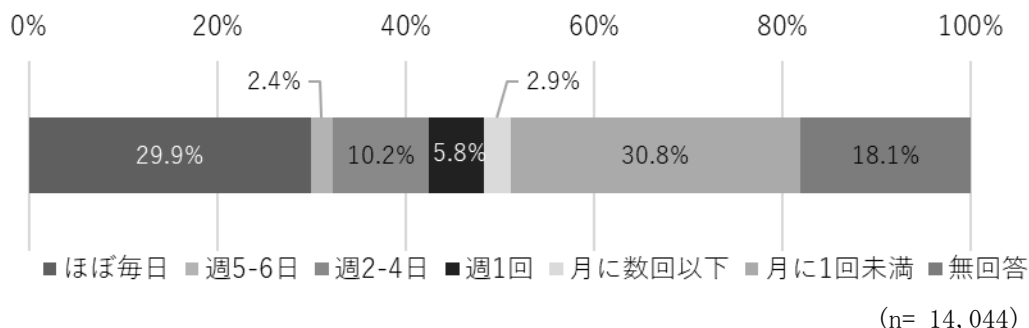
#### 1) 寝室以外の自宅での活動

寝室以外の自宅内での活動をしている割合は、「ほぼ毎日」が47.7%、週1回以上（「ほぼ毎日」「週5-6日」「週2-3日」「週1回」を含む）が58.2%であった。



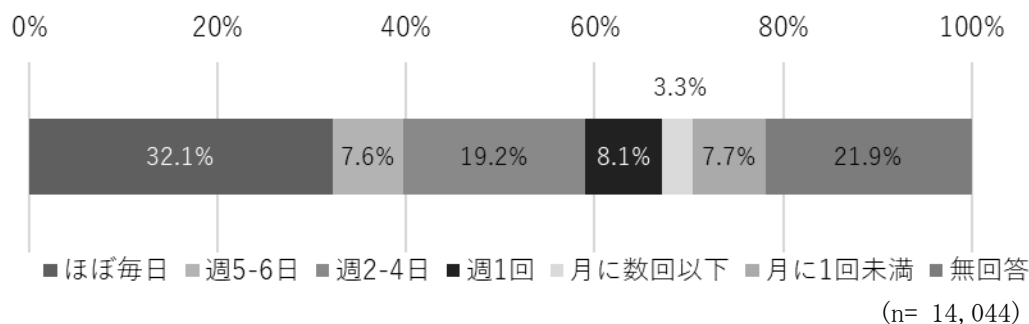
#### 2) 自宅の庭先やベランダでの活動

自宅の庭先やベランダでの活動をしている割合は、「ほぼ毎日」が29.9%、週1回以上が48.3%であった。



#### 3) 自宅周辺（隣近所）までの外出

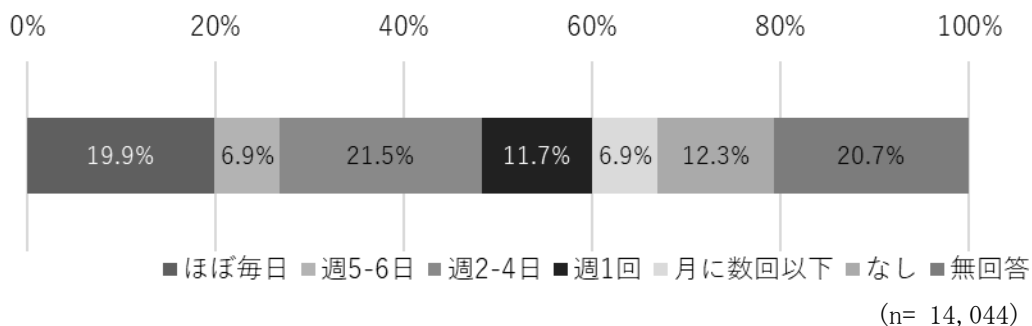
自宅周辺までの外出をしている割合は、「ほぼ毎日」が32.1%、週1回以上が67.1%であった。



4) 隣近所より離れた場所（ただし町内まで）までの外出

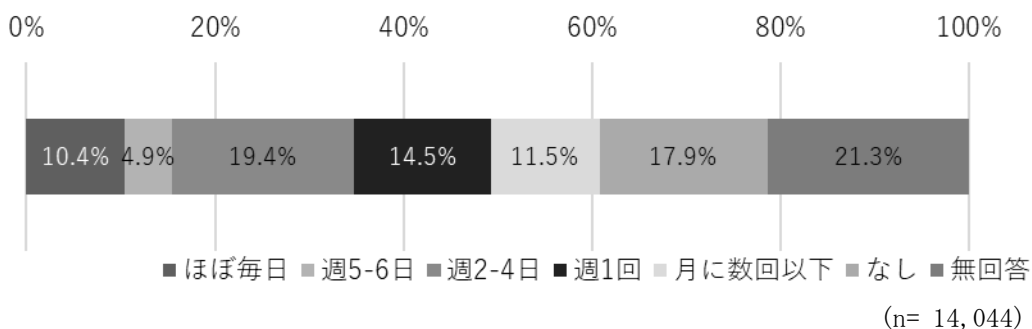
※町内：在住の町目内、1 km程度の範囲

町内までの外出をしている割合は、「ほぼ毎日」が19.9%、週1回以上が60.0%であった。一方で、「月に1回未満」が12.3%であった。



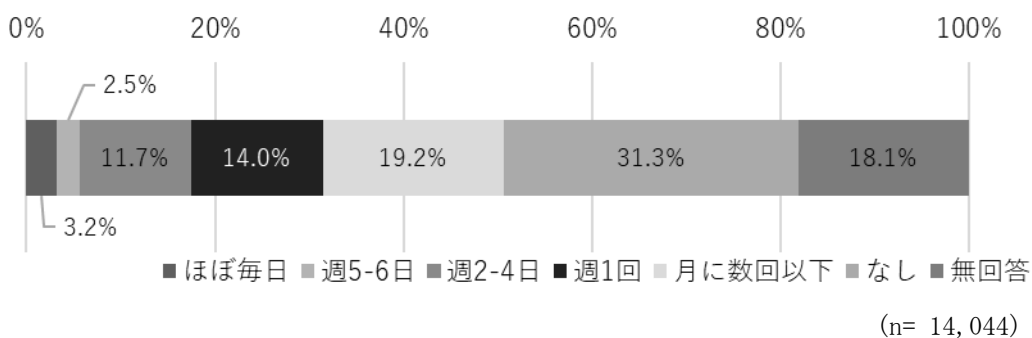
5) 町外（ただし区内まで）への外出

区内までの外出をしている割合は、「ほぼ毎日」が10.4%、週1回以上が49.3%であった。一方で、「月に1回未満」が17.9%であった。



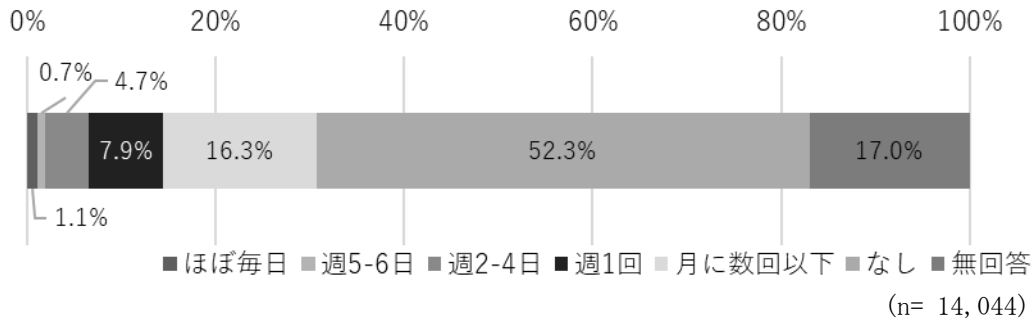
6) 区外（ただし23区内まで）への外出

23区内までの外出をしている割合は、「ほぼ毎日」が3.2%、週1回以上が31.4%、「月に数回以下」が19.2%、「月に1回未満」が31.3%であった。



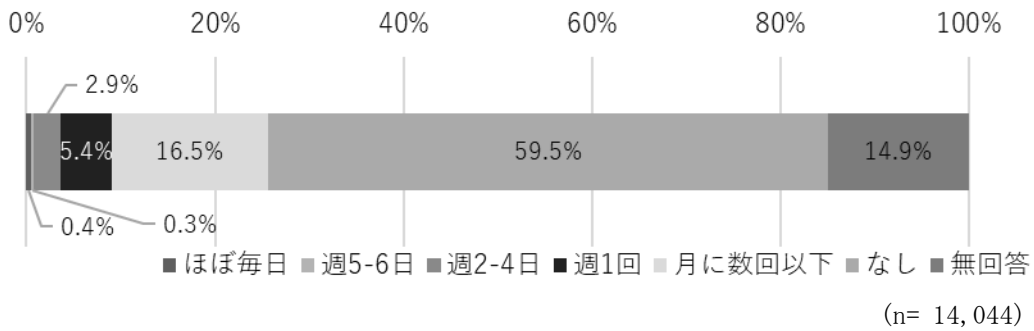
7) 23区外（ただし東京都内）への外出

都内までの外出をしている割合は、「ほぼ毎日」が1.1%、週1回以上が14.5%、「月に数回以下」が16.3%、「月に1回未満」が52.3%であった。



8) 都外への外出

都外への外出をしている割合は、「ほぼ毎日」が0.4%、週1回以上が9.0%、「月に数回以下」が16.5%、「月に1回未満」が59.5%であった。



## (10) 最寄り駅およびバス停

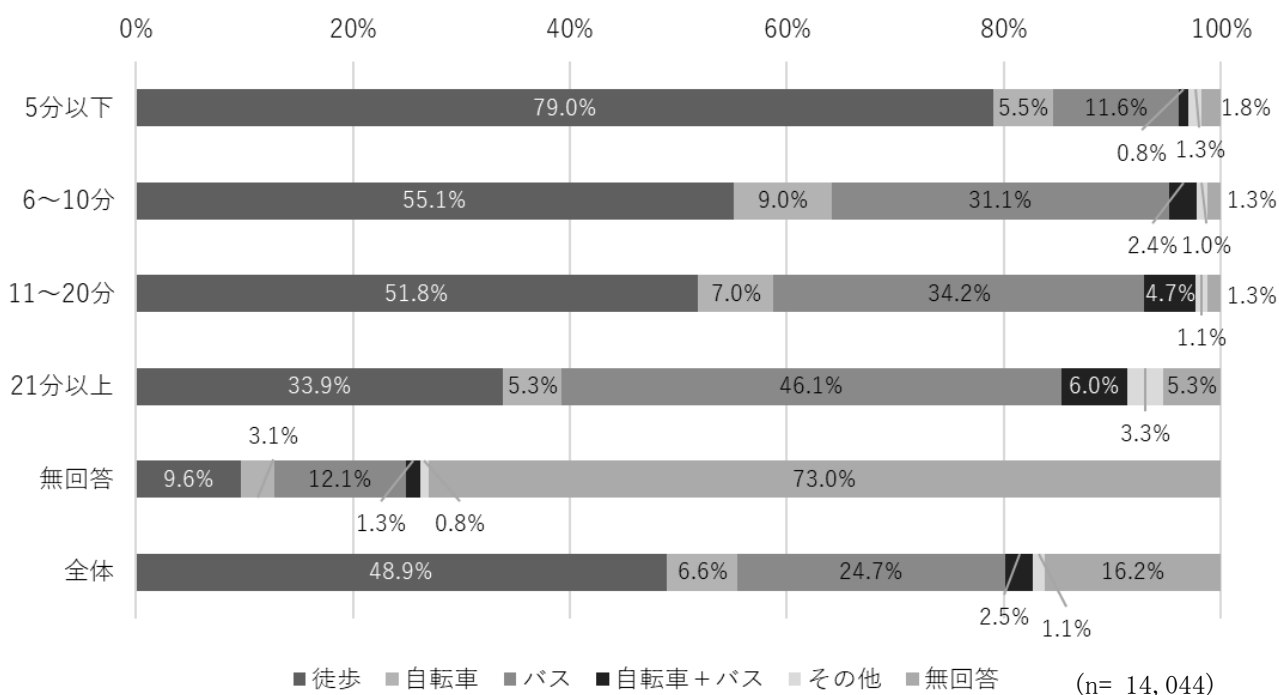
■ 最寄り駅まで徒歩での移動は48.9%、最寄りバス停までの徒歩での移動は65.0%

問 最寄りの駅およびバス停までの、移動手段と総所要時間についてお答えください。

### 1) 最寄り駅までの所要時間別の移動手段

最寄り駅までの移動手段を所要時間別に尋ねたところ、所要時間が長くなるほど「徒歩」の割合が低下し（5分以下は79.0%、6～10分は55.1%、11～20分は51.8%、21分以上では33.9%）、「バス」の割合が増加していた（5分以下は11.6%、6～10分は31.1%、11～20分は34.2%、21分以上では46.1%）。

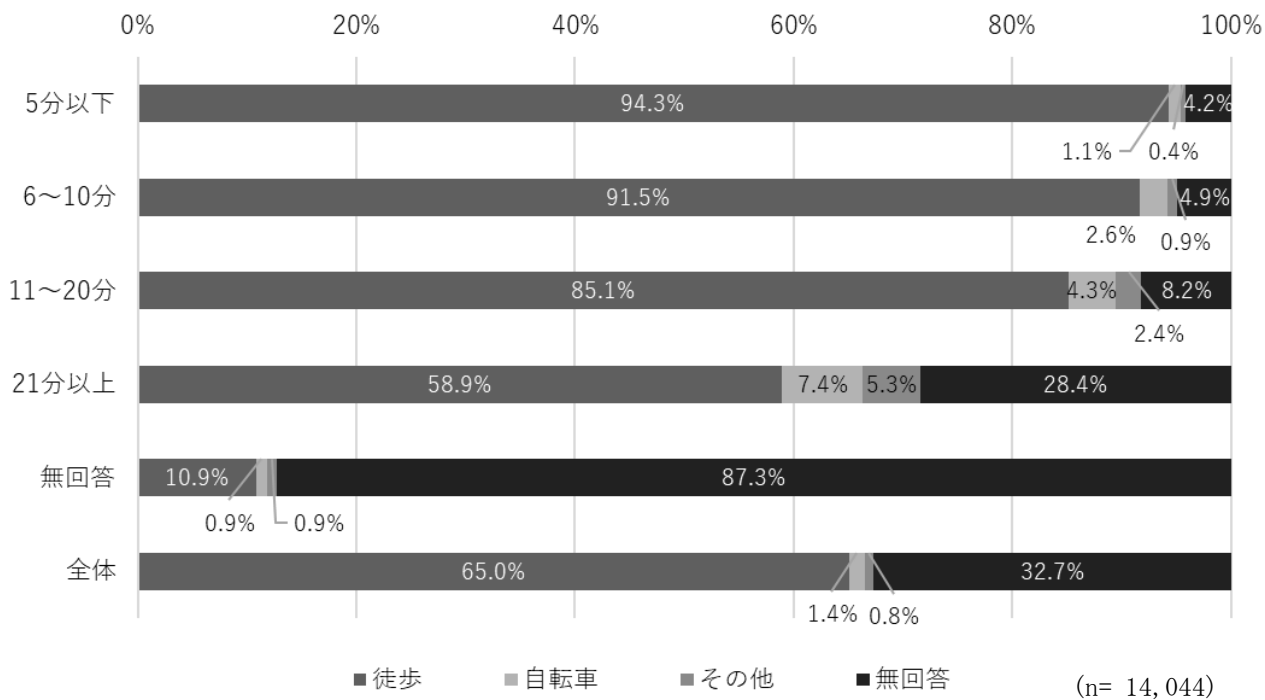
自転車の利用割合は、所要時間が5分以下では5.5%、6～10分で9.0%、11～20分で7.0%、21分以上では5.3%であった。



## 2) 最寄りバス停までの所要時間別の移動手段

最寄りバス停までの移動手段を所要時間別に尋ねたところ、所要時間が長くなるほど「徒歩」の割合が低下していた（5分以下は94.3%、6～10分は91.5%、11～20分は85.1%、21分以上では58.9%）。

自転車の利用割合は、5分以下で1.1%、6～10分が2.6%、11～20分が4.3%、21分以上では7.4%であった。



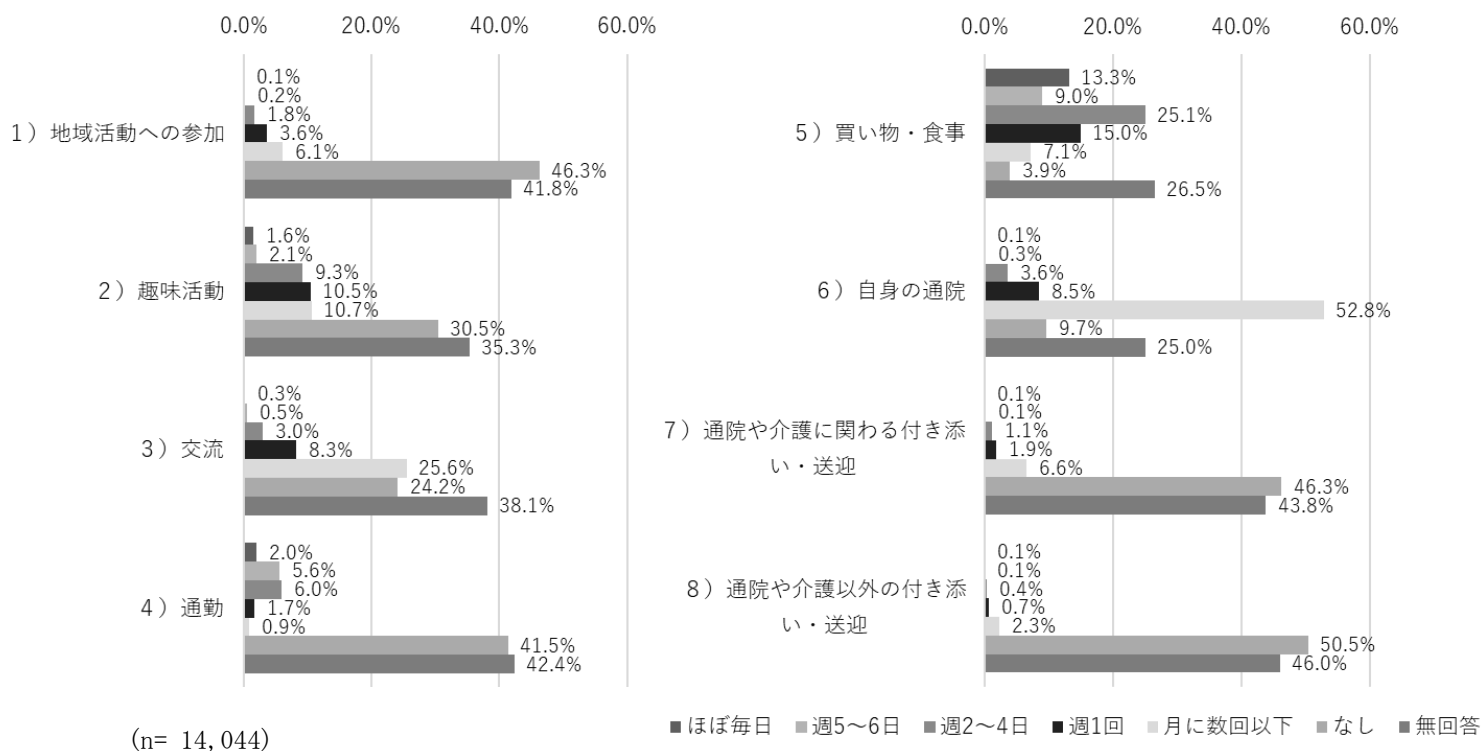
## (11) - 1 活動内容ごとの外出頻度

- 地域活動への参加の外出頻度が週に1回以上は5.8%

問 以下1)～8)の活動について、現在の外出頻度を教えてください。

各活動への参加のための外出頻度について尋ねたところ、【週1回以上している割合（ほぼ毎日、週5～6日、週2～4日、週1回を含む）】は、「地域活動への参加」が5.8%、「趣味活動」が23.5%、「交流」が12.1%、「通勤」が15.2%、「買い物・食事」が62.4%、「自身の通院」が12.4%、「通院や介護に関わる付き添い・送迎」が3.3%、「通院や介護以外の付き添い・送迎」が1.2%であった。

【月に1回以上の割合（ほぼ毎日、週5～6日、週2～4日、週1回、月に数回以下を含む）】は、「地域活動への参加」が11.9%、「趣味活動」が34.1%、「交流」が37.7%、「通勤」が16.1%、「買い物・食事」が69.6%、「自身の通院」が65.2%、「通院や介護に関わる付き添い・送迎」が9.9%、「通院や介護以外の付き添い・送迎」が3.5%であった。



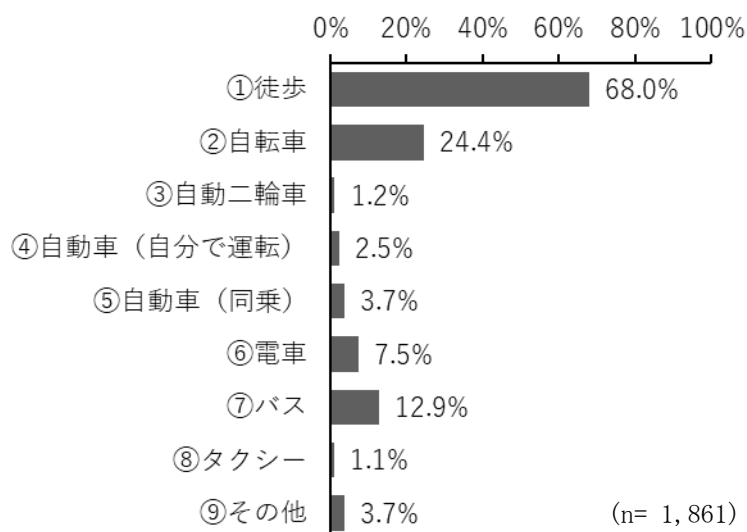
## (11) - 2 活動内容ごとの移動手段

### ■ 地域活動への移動手段は、徒歩が68.0%

上記のうち、各活動で外出している場合、  
それぞれの外出で使用している移動手段に○をつけてください。(○はいくつでも)

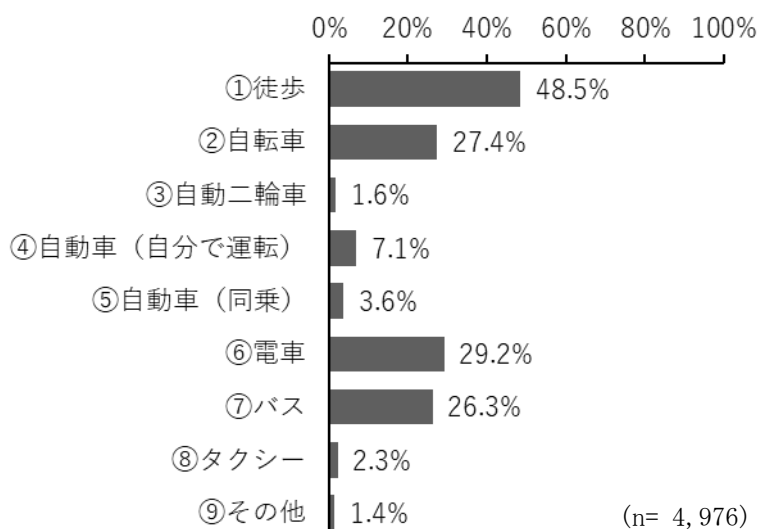
#### 1) 地域活動への参加

老人クラブやボランティアなどの地域活動への参加のための移動手段は、「徒歩」(68.0%)、「自転車」(24.4%)、「バス」(12.9%)の割合が高かった。



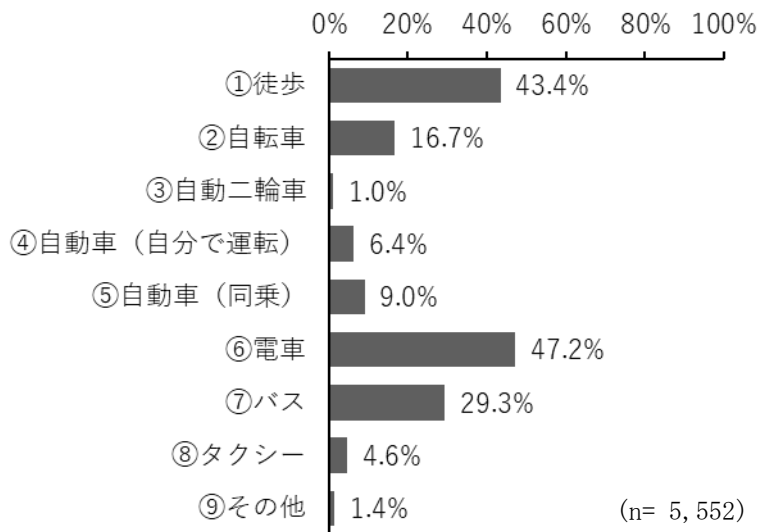
#### 2) 趣味活動

教養、娯楽、スポーツなどの趣味活動への参加のための移動手段は、「徒歩」(48.5%)、「電車」(29.2%)、「自転車」(27.4%)、「バス」(12.9%)の割合が高かった。



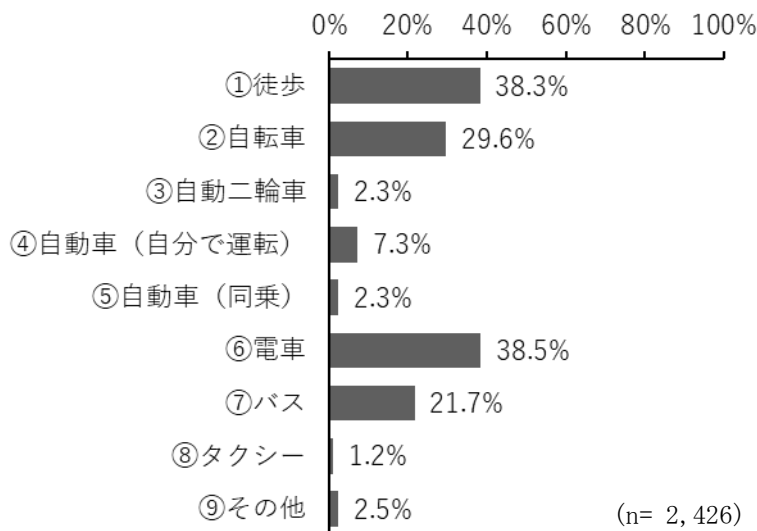
### 3) 交流

友人や親族との外出や訪問などの交流のための移動手段は、「電車」(47.2%)、「徒歩」(43.4%)、「バス」(29.3%)の割合が高かった。



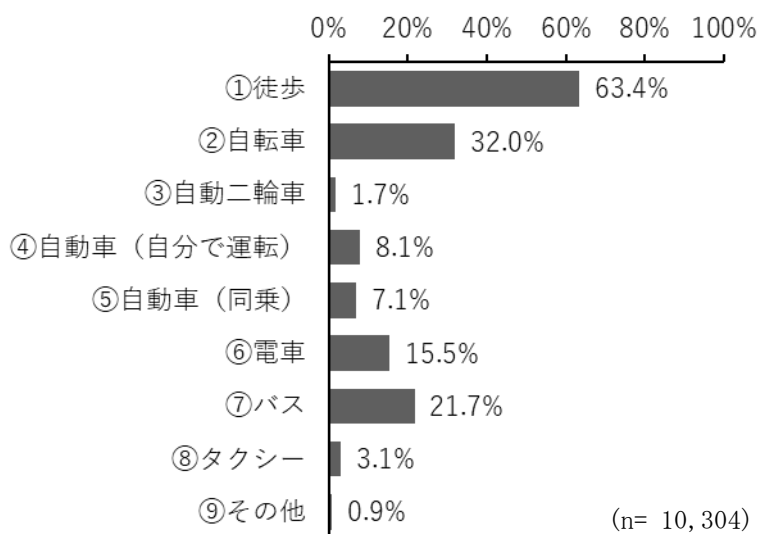
### 4) 通勤

通勤のための移動手段は、「電車」(38.5%)、「徒歩」(38.3%)、「自転車」(29.6%)の割合が高かった。



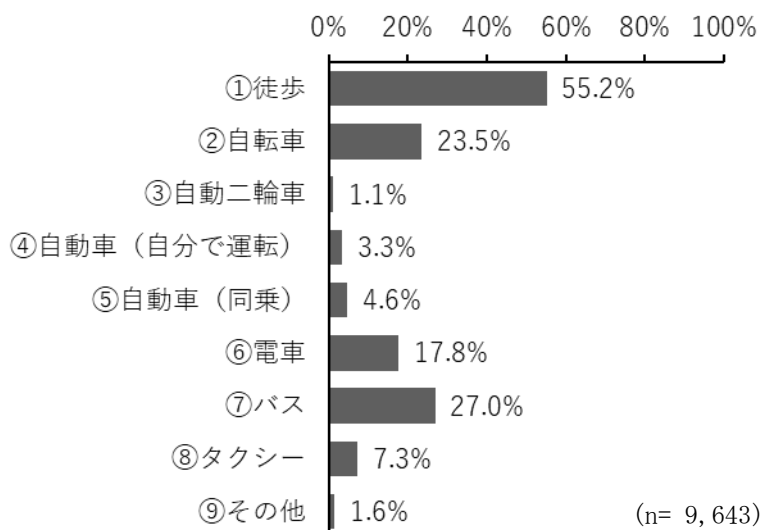
### 5) 買い物・食事

スーパーや外食など買い物・食事のための移動手段は、「徒歩」(63.4%)、「自転車」(32.0%)、「バス」(21.7%)の割合が高かった。



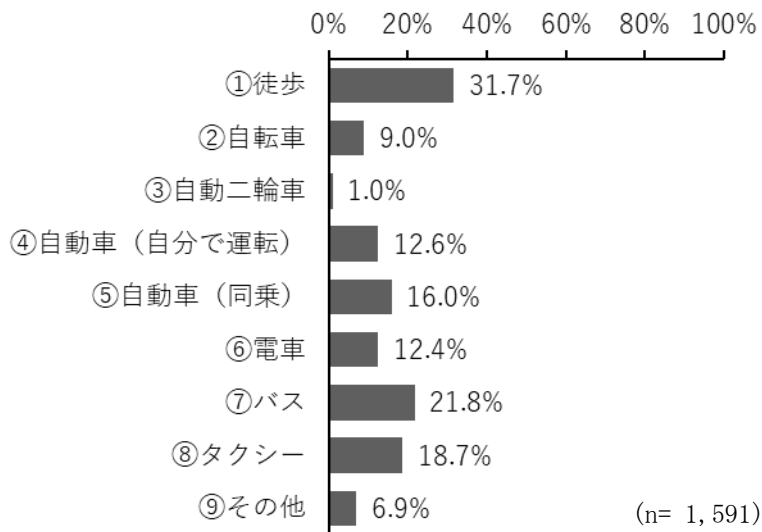
### 6) 自身の通院

病院や診療所など自身の通院のための移動手段は、「徒歩」(55.2%)、「バス」(27.0%)、「自転車」(23.5%)の割合が高かった。



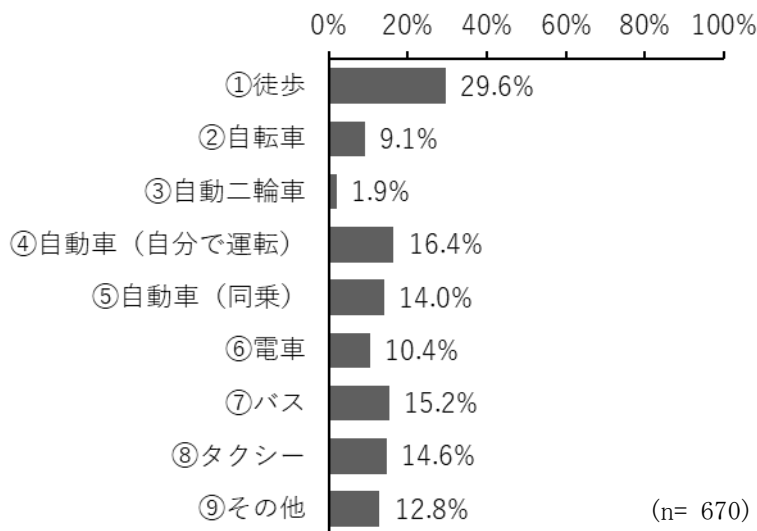
7) 通院や介護に関わる付き添い・送迎

通院や介護に関わる付き添い・送迎のための移動手段は、「徒歩」(31.7%)、「バス」(21.8%)、「タクシー」(18.7%)、「自動車(同乗)」(16.0%)の割合が高かった。



8) 通院や介護以外の付き添い・送迎

通院や介護以外の付き添い・送迎のための移動手段は、「徒歩」(29.6%)、「自動車(自分で運転)」(16.4%)、「バス」(15.2%)の順で割合が高かった。



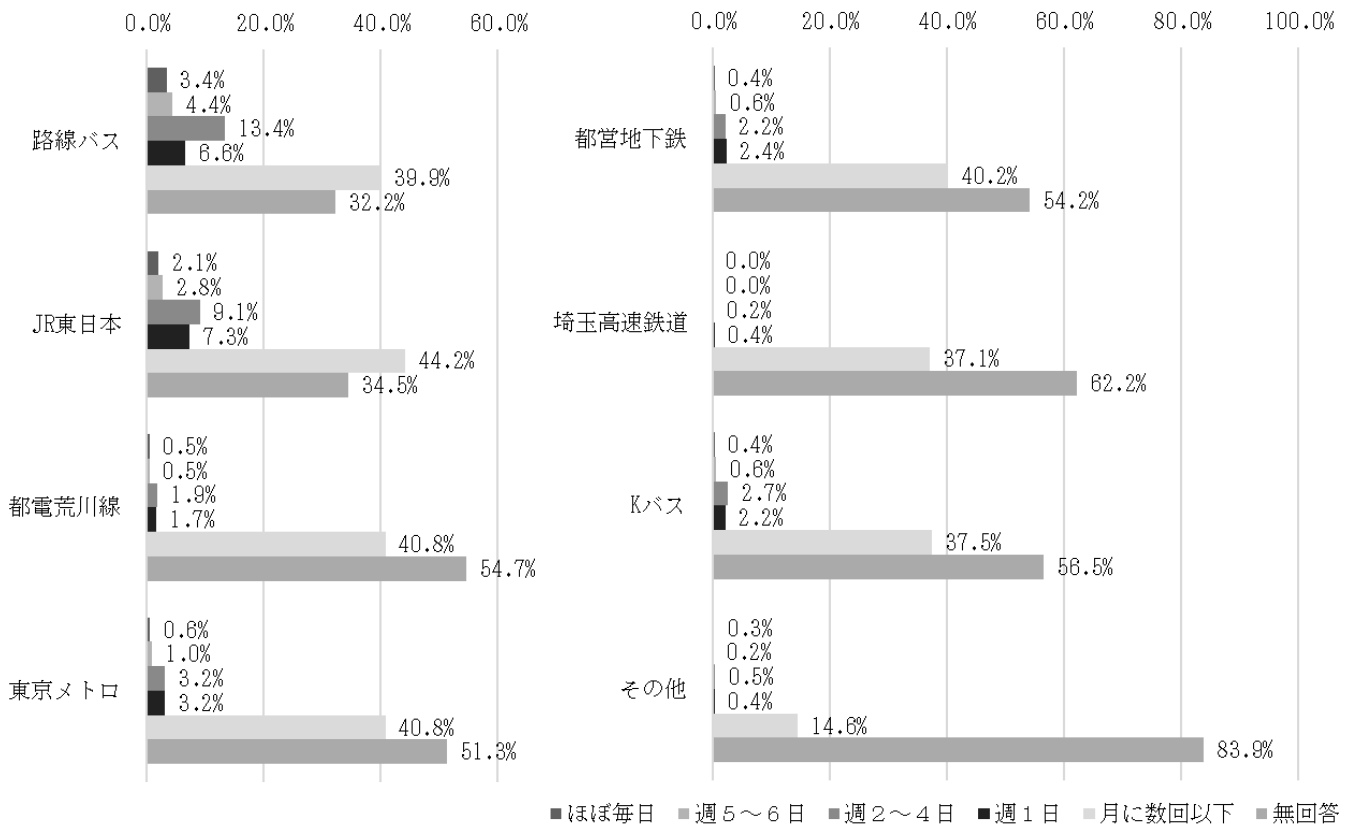
## (12) 公共交通機関の利用頻度

- 《週1日以上》の利用割合が「路線バス」が27.8%、「JR東日本」が21.3%

問 最近4週間の公共交通機関の利用頻度について、もっとも当てはまるのはどれですか。  
(○はそれぞれ1つ)

把握した公共交通機関の種類は、「路線バス」「JR東日本」「都電荒川線」「東京メトロ」「都営地下鉄」「埼玉高速鉄道」「Kバス」の7種類とした。全7種類において、「月に数回以下」の割合がもっとも高く約4割であった。

「路線バス」と「JR東日本」は、《週1日以上》の利用割合が一定数おり、「路線バス」が27.8%、「JR東日本」が21.3%であった。「週2～4日」の利用割合が「路線バス」が13.4%、「JR東日本」が9.1%であった。



(n= 14,044)

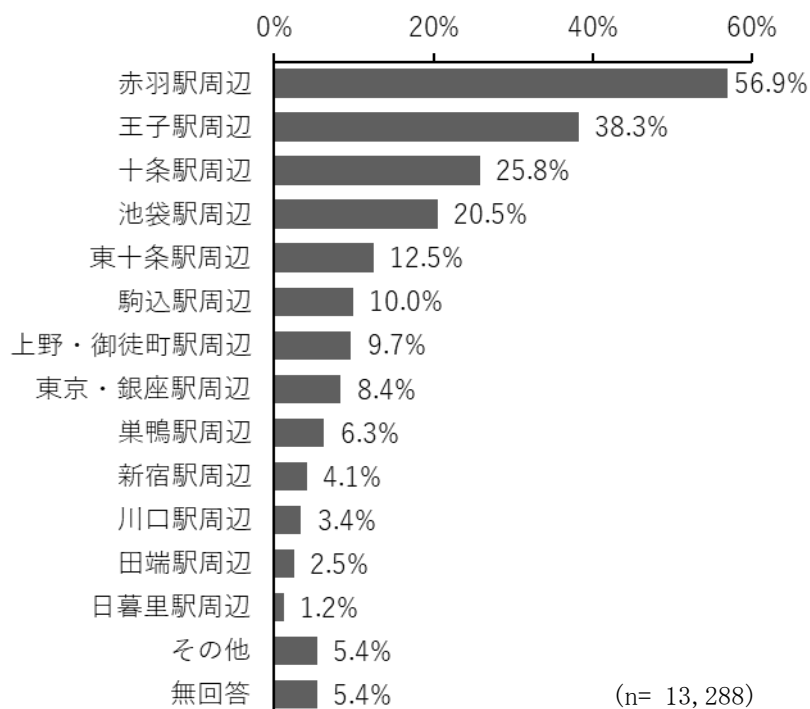
### (13) 外出場所

- 外出先として「赤羽駅周辺」が56.9%で最多

問 外出先として多い場所として、当てはまるのはどれですか。(〇は最大3つ)

最大3つで回答を求めたため、4項目以上回答していた756名は除いた (n= 13,288)。

外出先として多い場所は、「赤羽駅周辺」(56.9%)、「王子駅周辺」(38.3%)、「十条駅周辺」(25.8%)、「池袋駅周辺」(20.5%)の割合が高かった。



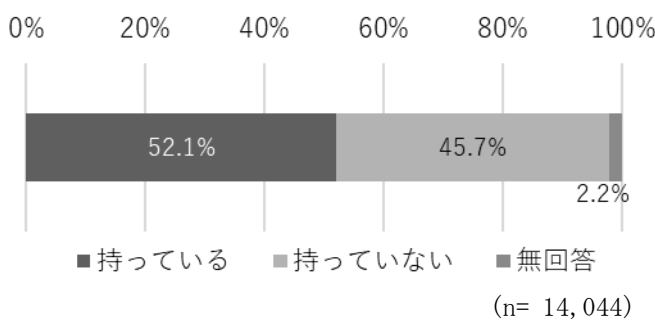
#### (14) シルバーパスの所有状況

- シルバーパス所有は52.1%

問 あなたは、シルバーパスはお持ちですか。(○は1つ)

東京都シルバーパスは、70歳以上の都民であれば、年間1,000円または20,510円で都内の公共交通機関（都内の民営バスと都営交通、八丈町営バス、三宅村営バス）を利用できるパスである。調査実施後の2025年10月1日より、年間1,000円または12,000円に金額が変更された。

シルバーパスを所有している割合は、52.1%であった。



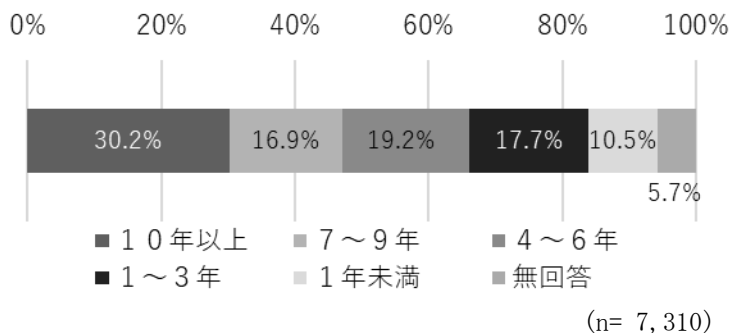
#### (15) シルバーパスの所有期間

- シルバーパス所有期間「10年以上」が30.2%

問 シルバーパスの所有期間はどのくらいですか。(○は1つ)

シルバーパスを所有している者を対象に結果を示す (n= 7,310)。

シルバーパスの所有期間は、「10年以上」が30.2%で最も高く、1年以上が83.8%であった。

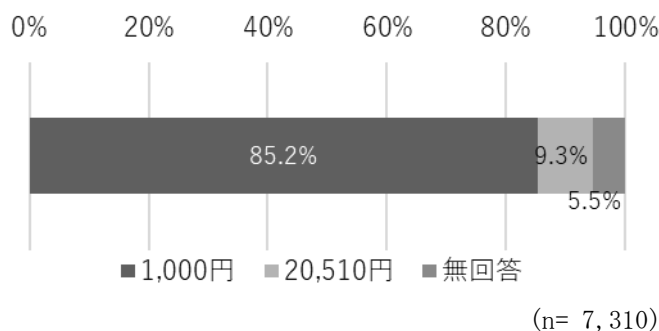


## (16) シルバーパスの種別

- シルバーパスの種別「1,000円」が85.2%

問 お持ちのシルバーパスの種別はどちらですか。(〇は1つ)

シルバーパスを所有している者を対象に結果を示す (n= 7,310)。シルバーパスの種別は、「1,000円」が85.2%、「20,510円」が9.3%であった。

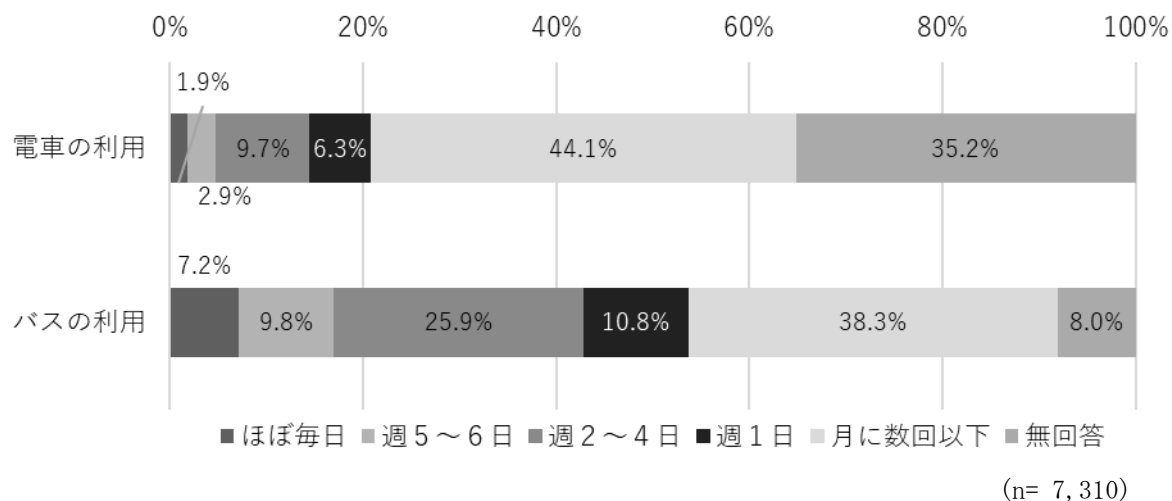


## (17) シルバーパスを用いた外出頻度

- シルバーパスを用いた外出が週1日以上のは、電車利用が20.7%、バス利用が53.7%

問 シルバーパスを用いて外出する頻度について、もっとも当てはまるのはどれですか。(〇はそれぞれ1つ)

シルバーパスを所有している者を対象に結果を示す (n= 7,310)。  
 シルバーパスを用いた外出頻度を尋ねたところ、【電車】では「月に数回以下」が44.1%、【バス】では「月に数回以下」が38.3%、「週2～4日」が25.9%で、それぞれ高かった。週1日以上の利用に関しては、【電車】が20.7%、【バス】が53.7%であった。



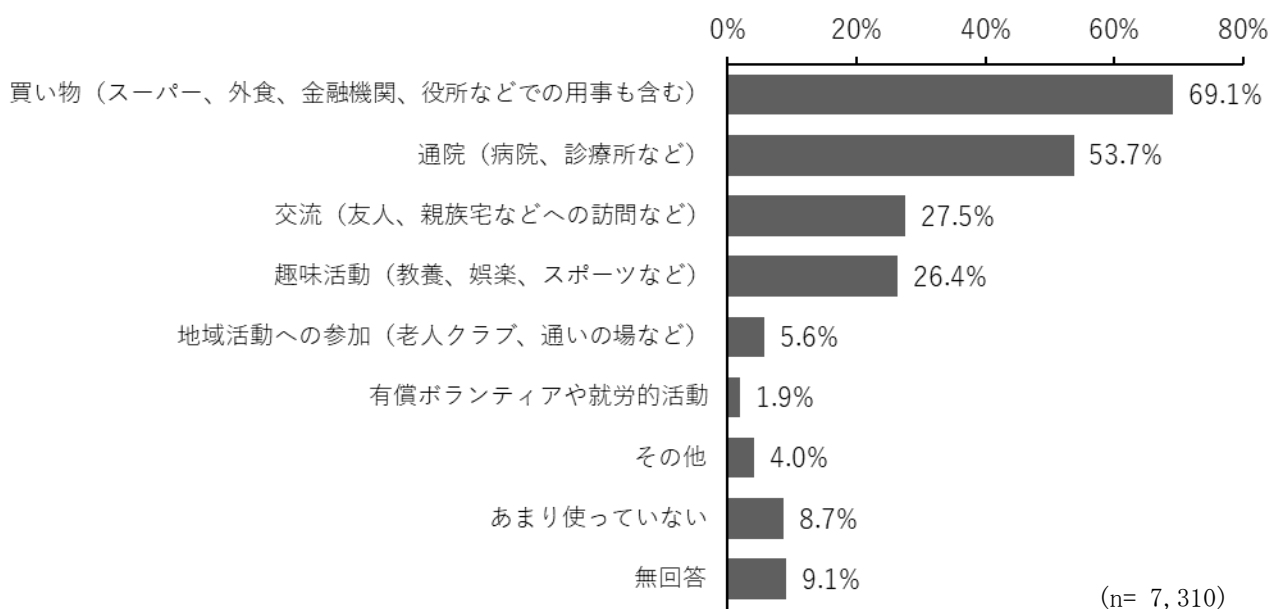
## (18) シルバーパスを利用した外出目的

- シルバーパスを利用した外出の主な目的は「買い物」が69.1%、「通院」が53.7%、「交流」・「趣味活動」がそれぞれ約3割

問 シルバーパスを利用した外出の主な目的は何ですか。(〇はいくつでも)

シルバーパスを所有している者を対象に結果を示す (n= 7, 310)。

シルバーパスを利用した外出の主な目的は、「買い物（スーパー、外食、金融機関、役所などでの用事も含む）」(69.1%)、「通院（病院、診療所など）」(53.7%)の割合が高く、次いで「交流（友人、親族宅などへの訪問など）」(27.5%)、「趣味活動（教養、娯楽、スポーツなど）」(26.4%)の割合が高かった。「あまり使っていない」が8.7%であった。



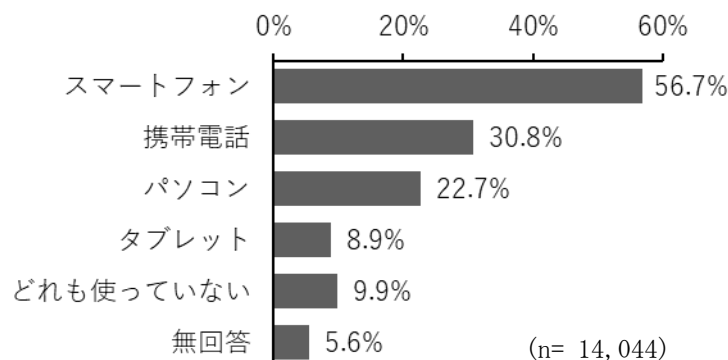
## 8. 通信手段および情報

### (1) 通信・通話機器の利用状況

- スマートフォンを使用している人は56.7%

問 通信・通話機器を使っていますか。(あてはまるものすべてに○)

通信・通話機器の利用状況としては、「スマートフォン」が56.7%で最も高く、次いで「携帯電話」が30.8%であった。一方、「どれも使っていない」は9.9%であった。



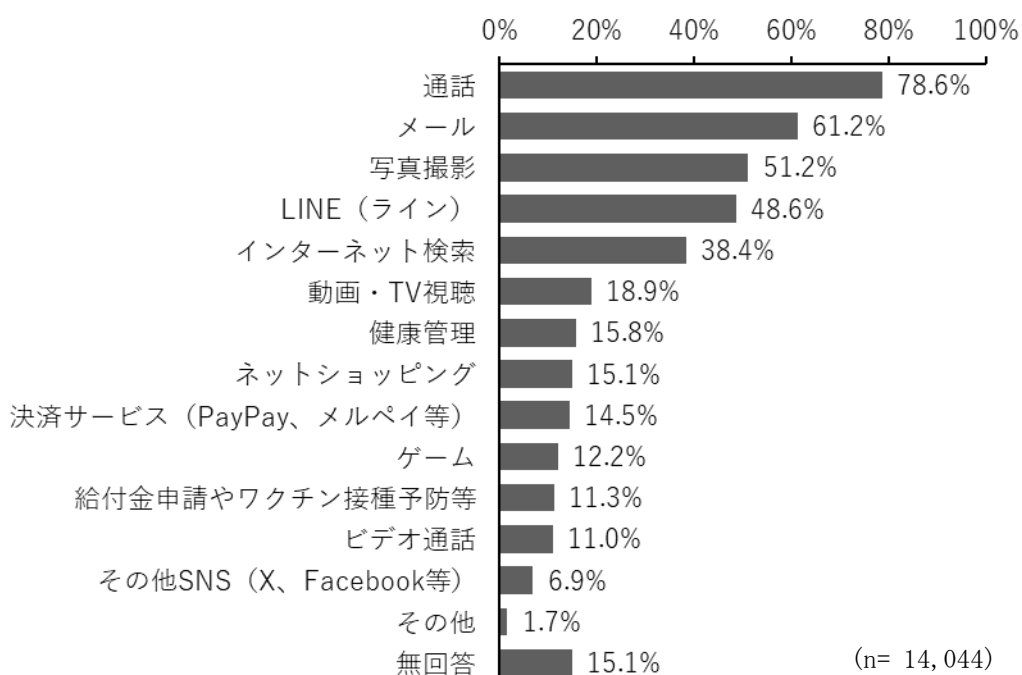
### (2) 通信・通話機器の利用目的

- 「通話」が最多で78.6%

利用状況でいずれかに○をつけた方に

問 どのようなことに使用していますか。(あてはまるものすべてに○)

通信・通話機器を利用している方に、その目的を尋ねたところ、「通話」が78.6%で最も高く、以下「メール」(61.2%)、「写真撮影」(51.2%)、「LINE (ライン)」(48.6%)、「インターネット検索」(38.4%)と続いていた。

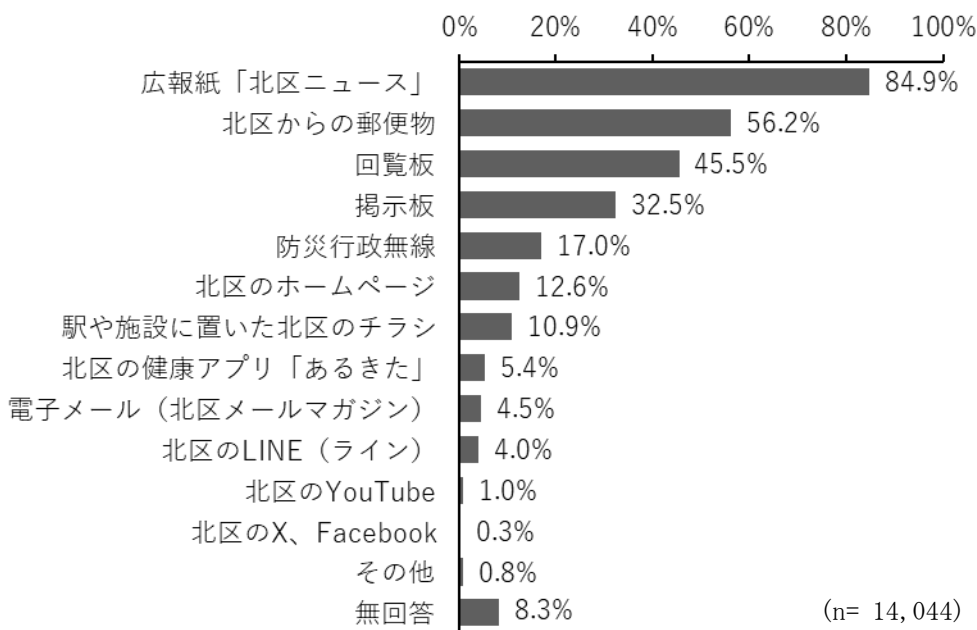


### (3) 日常の情報源

- 最多は広報紙「北区ニュース」の84.9%

問 北区では下記の方法で情報を発信しています。普段から見聞きしているものはありますか。(あてはまるものすべてに○)

普段から見聞きしている情報媒体としては、「広報紙『北区ニュース』」が84.9%と最も高く、以下「北区からの郵便物」(56.2%)、「回覧板」(45.5%)、「掲示板」(32.5%)と続いた。

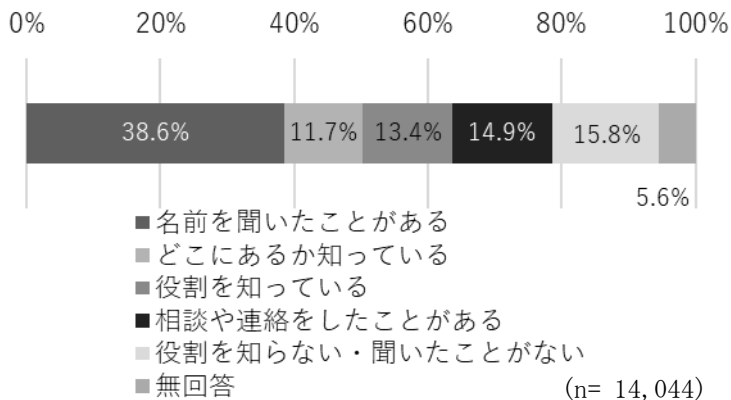


### (4) 高齢者あんしんセンターの認知度

- 高齢者あんしんセンターを知っているが78.6%

問 高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）について、どの程度ご存じですか。(○は1つ)

高齢者あんしんセンターへの認知度を尋ねたところ、「相談や連絡をしたことがある」(14.9%)から「名前を聞いたことがある」(38.6%)までを含めた《知っている》は、78.6%であった。



## 9. 通いの場参加と健康の関連

地域活動への参加で把握した、「ボランティアのグループ」「スポーツ関係のグループやクラブ」「趣味関係のグループ」「学習・教養サークル」「介護予防のための通いの場」「シニアクラブ（老人クラブ）」「町内会・自治会」の7項目中1つでも月1回以上参加している人は、38.3%であった（6.（2）に掲載）。そして、7項目中1つでも月1回以上参加している人を「通いの場参加群」とし、健康アウトカムとの関連を検証した。

健康アウトカムは『PDCAサイクルに沿った「通いの場」の取組を推進するための手引き』（2023年）を参考に、下記13項目とした。

### 健康アウトカム一覧

項目	結果の掲載箇所	
短期的 効果指標	① 運動頻度（週1回以上）	2.（7）
	② 多様な食品の摂取（4点以上）	3.（4）－2
	③ 閉じこもりリスク	2.（6）－2
	④ 社会的孤立あり	5.（1）－2
	⑤ 地域の人からの役割期待あり	5.（5）
中期的 効果指標	⑥ 運動器機能低下リスク	2.（4）－2
	⑦ 低栄養リスク	3.（2）－2
	⑧ 口腔機能低下リスク	3.（6）－2
	⑨ うつ傾向リスク	4.（4）－2
	⑩ フレイル	4.（5）
	⑪ 近隣住民への信頼あり	5.（3）
	⑫ 近隣住民の互助意識あり	5.（4）
効果指標 長期的	⑬ 幸福感が高い（7点以上）	4.（7）

### 分析方法

各健康アウトカムを目的変数、通いの場参加有無を曝露変数、性別、年齢（連続値）、経済状況（連続値、1＝非常に苦勞している～5＝全く苦勞していない）を調整変数とし、修正済みポアソン回帰分析を実施し有病率比（Prevalence Ratio, PR）と有病率差（Prevalence Difference, PD）を算出した。P < 0.05 を有意とした。

## 結果

- 13全ての健康アウトカムにおいて、通いの場非参加群と比べて通いの場参加群は、良好な状態である傾向があった。

※今回の分析は、1時点の横断データで関連を検証したものであり、因果関係を検証することはできない点は、注意が必要である。

### • 短期的効果指標

#### ① 運動頻度（週1回以上）

通いの場への参加と運動習慣の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、運動習慣を有する割合が1.30倍高い傾向にあり、実数としても20.3ポイントの差があった。

#### ② 多様な食品の摂取（4点以上）

通いの場への参加と多様な食品の摂取の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、多様な食品を摂取している割合が1.04倍高い傾向にあり、実数としても3.7ポイントの差があった。

#### ③ 閉じこもりリスク

通いの場への参加と閉じこもりリスクの間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、閉じこもりリスクありの割合が0.32倍高い傾向にあり、実数としても-9.7ポイントの差があった。

#### ④ 社会的孤立あり

通いの場への参加と社会的孤立の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、社会的孤立ありの割合が0.63倍高い傾向にあり、実数としても-19.6ポイントの差があった。

#### ⑤ 地域の人からの役割期待あり

通いの場への参加と地域の人からの役割期待の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、地域の人からの役割期待ありの割合が2.07倍高い傾向にあり、実数としても28.0ポイントの差があった。

### • 中期的効果指標

#### ⑥ 運動器機能低下リスク

通いの場への参加と運動器機能低下リスクの間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、運動器機能低下リスクありの割合が0.71倍高い傾向にあり、実数としても-8.8ポイントの差があった。

⑦ 低栄養リスク

通いの場への参加と低栄養リスクの間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、低栄養リスクありの割合が0.57倍高い傾向にあり、実数としても-1.3ポイントの差があった。

⑧ 口腔機能低下リスク

通いの場への参加と口腔機能低下リスクの間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、口腔機能低下リスクありの割合が0.89倍高い傾向にあり、実数としても-2.9ポイントの差があった。

⑨ うつ傾向リスク

通いの場への参加とうつ傾向リスクの間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、うつ傾向リスクありの割合が0.75倍高い傾向にあり、実数としても-9.5ポイントの差があった。

⑩ フレイル

通いの場への参加とフレイルの間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、フレイルの割合が0.62倍高い傾向にあり、実数としても-14.3ポイントの差があった。

⑪ 近隣住民への信頼あり

通いの場への参加と近隣住民への信頼の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、近隣住民への信頼ありの割合が1.12倍高い傾向にあり、実数としても9.0ポイントの差があった。

⑫ 近隣住民の互助意識あり

通いの場への参加と近隣住民の互助意識の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、近隣住民の互助意識ありの割合が1.21倍高い傾向にあり、実数としても10.3ポイントの差があった。

• 長期的効果指標

⑬ 幸福感が高い（7点以上）

通いの場への参加と幸福感の間には、統計的に有意な関連が認められた。参加群は非参加群に比べ、幸福感が高い人の割合が1.21倍高い傾向にあり、実数としても13.1ポイントの差があった。

表1. 各アウトカムと通いの場参加有無との関連

	分析対象者数 (n)	PR	(95%CI)	P	PD	(95%CI)	P
<b>短期的効果指標</b>							
運動頻度	11,914	1.30	(1.27, 1.33)	<0.01	20.3	(18.8, 21.8)	<0.01
多様な食品の摂取	12,340	1.04	(1.03, 1.05)	<0.01	3.7	(2.7, 4.6)	<0.01
閉じこもりリスク	11,977	0.32	(0.28, 0.37)	<0.01	-9.7	(-10.7, -8.7)	<0.01
社会的孤立	11,941	0.63	(0.61, 0.66)	<0.01	-19.6	(-21.4, -17.8)	<0.01
地域の人からの役割期待	11,795	2.07	(1.97, 2.18)	<0.01	28.0	(26.2, 29.8)	<0.01
<b>中期的効果指標</b>							
運動器機能低下リスク	12,169	0.71	(0.67, 0.76)	<0.01	-8.8	(-10.3, -7.2)	<0.01
低栄養リスク	11,818	0.57	(0.45, 0.73)	<0.01	-1.3	(-1.9, -0.8)	<0.01
口腔機能低下リスク	12,008	0.89	(0.83, 0.95)	<0.01	-2.9	(-4.4, -1.3)	<0.01
うつ傾向リスク	11,789	0.75	(0.71, 0.79)	<0.01	-9.5	(-11.2, -7.8)	<0.01
フレイル	10,951	0.62	(0.59, 0.66)	<0.01	-14.3	(-16, -12.6)	<0.01
近隣住民への信頼	11,903	1.12	(1.10, 1.14)	<0.01	9.0	(7.6, 10.4)	<0.01
近隣住民の互助意識	11,452	1.21	(1.17, 1.25)	<0.01	10.3	(8.4, 12.2)	<0.01
<b>長期的効果指標</b>							
幸福感	12,049	1.21	(1.18, 1.24)	<0.01	13.1	(11.5, 14.7)	<0.01

※各アウトカムで欠損数が異なるため、分析対象者数が異なる。

※各アウトカムの結果は、通いの場「参加なし」群をReferenceとした時の「参加あり」群の結果を示した。

※性別、年齢、経済状況を調整した。

図1. 各アウトカムと通いの場参加有無との関連

