調査結果の概要

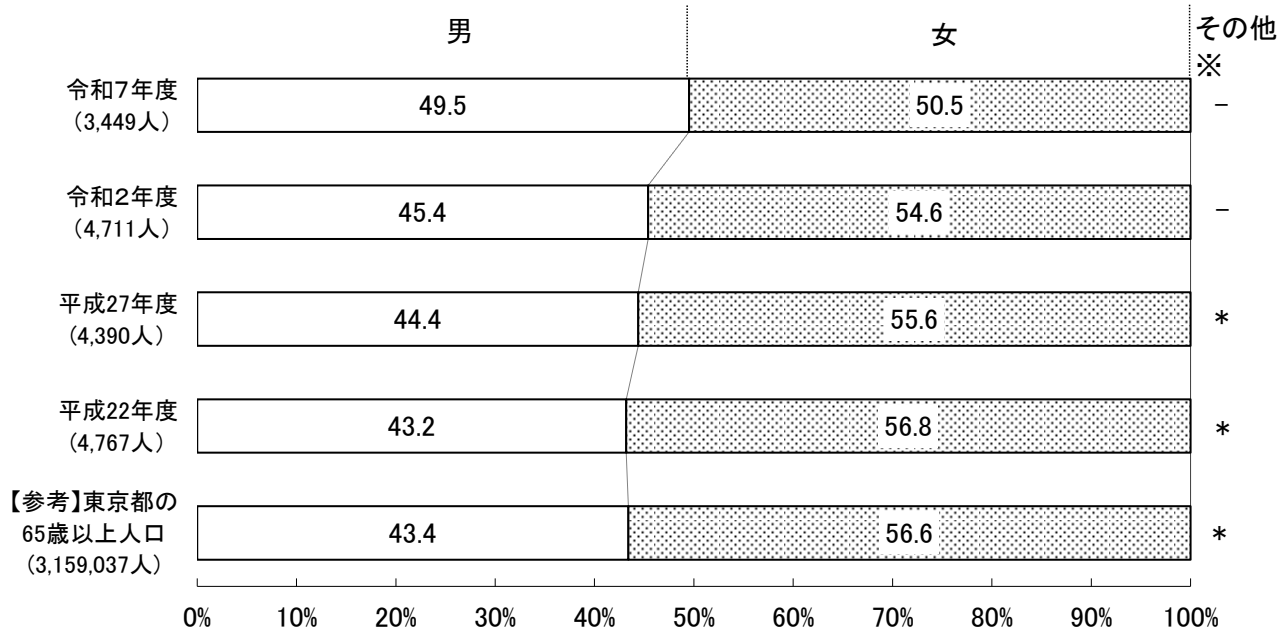
・集計対象者　3,449 人の回答結果を掲載している。
　（回答者　対象者本人 3,197 人、代理回答 252 人）
・「0.0」は四捨五入により数値を丸めた結果、表示すべき最下位の桁の１に達していないもの、「-」は皆無又は該当数値なしのもの、「＊」は該当数値が不詳又は不明なものを示す。
・比率の単位は「%」、実数の単位は「人」又は「世帯」である。
・比率は小数点以下第２位を四捨五入しているため、内訳の計と合計は必ずしも一致しない。
・平成 27 年度までの調査は全て調査員による聞き取り調査(面接他計式)で実施していたが、令和２年度調査は郵送による自計式へと調査方法を変更した。そのため、令和２年度と平成 27 年度以前の調査結果を比較する場合には、異なる調査方法によって得られた回答結果であることに注意が必要である。
　また、今回調査では、郵送・インターネットによる自計式とし、調査方法を変更した。

第１章　調査対象者の基本的属性

１　性別

集計対象者の性別は、男性 49.5%、女性 50.5%となっている。(図 1-1　本文 11ｐ)

図 1-1　性別－過去調査との比較



（注１）※は、平成 27 年度以前の調査では選択肢を設けていなかった。

（注２）【参考】は、「住民基本台帳による東京都の世帯と人口（令和８年１月１日)」(総務局）による。

２　年齢階級

集計対象者の平均年齢は、76.5 歳であり、75 歳以上の後期高齢者の割合が 57.0%となっている。

性別でみると、後期高齢者の割合は、男性 52.3%、女性 61.6%となっている。（表 1-1 本文 11ｐ）

表 1-1　年齢階級－令和２年度調査との比較

		総　数	65～69歳	70～74歳	（再掲）65～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	（再掲）75歳以上	平均（歳）
令和7年度		100.0 (3,449)	21.4	21.6	43.0	25.4	16.0	15.6	57.0	76.5
	男	100.0 (1,708)	24.2	23.5	47.7	25.6	15.0	11.6	52.3	75.5
	女	100.0 (1,741)	18.7	19.8	38.4	25.1	16.9	19.6	61.6	77.4
令和2年度		100.0 (4,711)	20.8	27.7	48.5	22.0	15.8	13.7	51.5	75.9
	男	100.0 (2,138)	23.0	29.1	52.1	21.5	14.4	12.0	47.9	75.2
	女	100.0 (2,573)	19.0	26.5	45.5	22.4	17.0	15.1	54.5	76.4
【参考】東京都の65歳以上人口		100.0 (3,159,037)	21.0	20.0	40.9	22.9	16.7	19.5	59.1	－
	男	100.0 (1,370,995)	24.0	22.1	46.1	23.9	15.5	14.5	53.9	－
	女	100.0 (1,788,042)	18.6	18.4	37.0	22.2	17.5	23.3	63.0	－

（注）　性別の「その他」については、該当者がいなかったため省略した。また、次項以降の各項目においても、同様に省略している。

第２章　家族

１　世帯

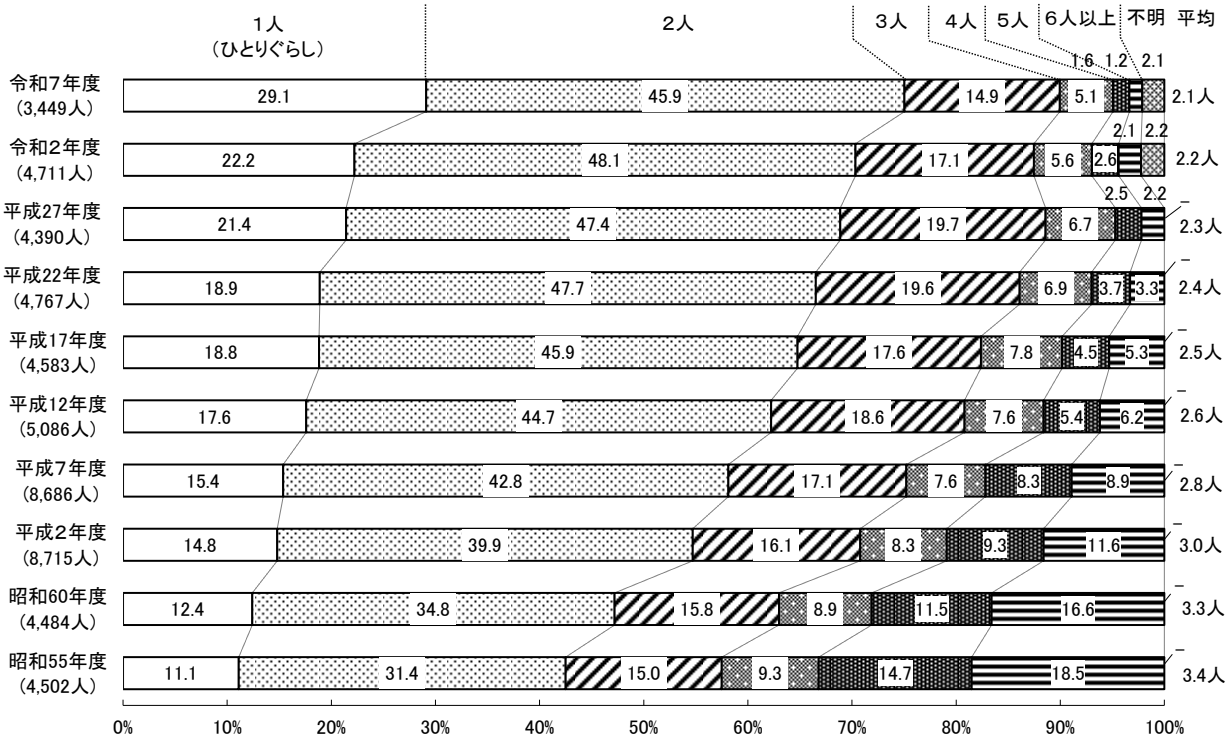
（１）世帯人員

世帯人員の平均は 2.1 人で、昭和 55 年度の調査開始以来、減少が続いている。

世帯人員は「２人」の割合が 45.9％で最も高く、次いで「１人」が 29.1％、「３人」が 14.9％となっている。

ひとりぐらしである「１人」の割合は、令和２年度調査（22.2％）と比べて 6.9 ポイント、昭和 55 年度調査（11.1％）と比べて 18.0 ポイント増加している。（図 2-1　本文 13 p）

図 2-1　世帯人員－過去調査との比較



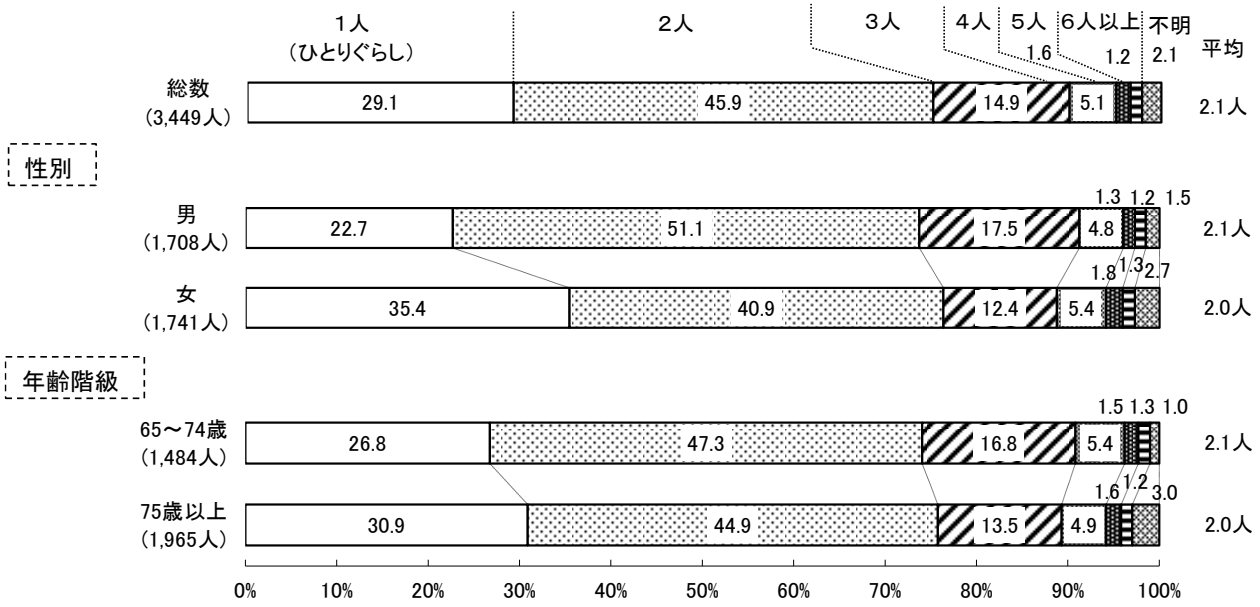
（２）世帯人員－性、年齢階級別

ひとりぐらしの高齢者は、男性 22.7%、女性 35.4%

世帯人員を性別でみると、ひとりぐらしである「１人」の割合は、男性 22.7%、女性 35.4%で、女性の方が 12.7 ポイント高くなっている。

年齢階級別にみると、「１人」の割合は、前期高齢者（65～74 歳）が 26.8%、後期高齢者（75 歳以上）が 30.9%となっている。（図 2-2　本文 14ｐ）

図 2-2　世帯人員－性、年齢階級別

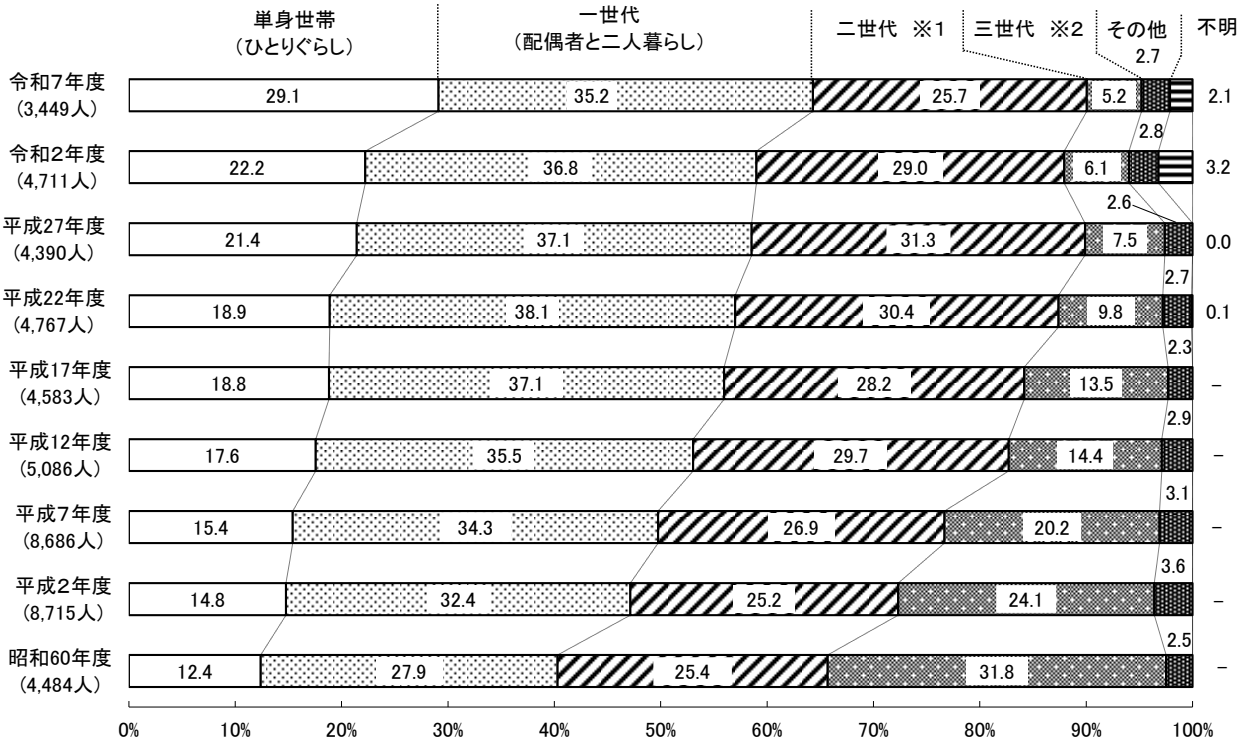


（３）世帯構成（世代）

世帯構成を世代別にみると、「一世代（配偶者と二人暮らし）」の割合が 35.2％で最も高くなっている。

「単身世帯（ひとりぐらし）」は昭和 60 年度調査（12.4％）と比べて、16.7 ポイント増加し、29.1％となっている。また、「三世代」は昭和 60 年度調査（31.8％）と比べて 26.6 ポイント減少し、5.2％となっている。（図 2-3　本文 15ｐ）

図 2-3　世帯構成（世代）－過去調査との比較



（注１）昭和 55 年度は、世代の集計を行っていない。

（注２）※１は、「二世代（親と同居）」と「二世代（子供と同居）」の合算値である。

（注３）※２は、「三世代（親、子供と同居）」と「三世代（子供、孫（またはその配偶者）と同居）」の合算値である。

（４）世帯構成（世代）－性・年齢階級、地域別

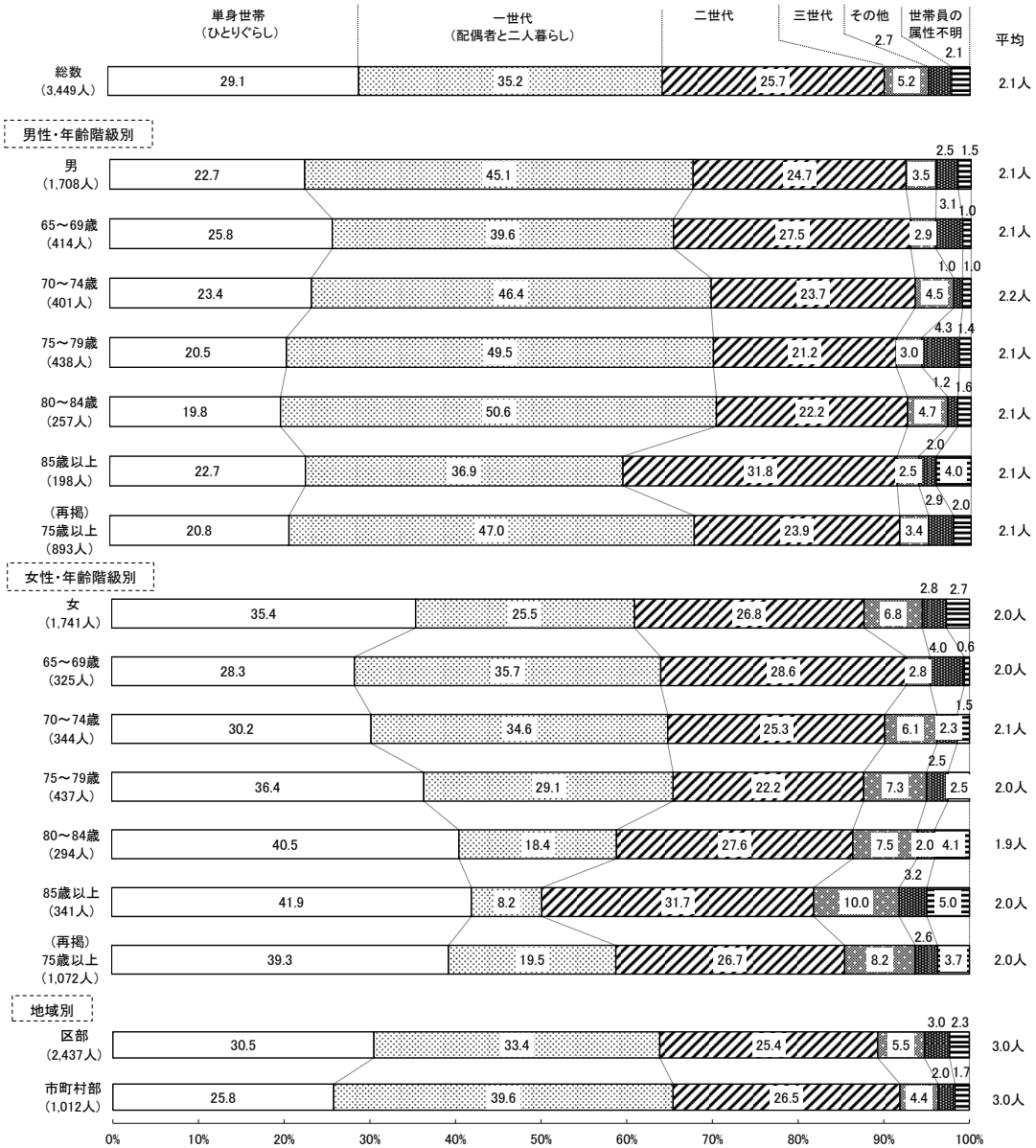
75 歳以上の「単身世帯（ひとりぐらし）」の割合は、男性 20.8%、女性 39.3%

世帯構成（世代）を性別でみると、男性では「一世代（配偶者と二人暮らし）」の割合が 45.1%、「二世代」が 24.7%、「単身世帯（ひとりぐらし）」が 22.7%となっている。女性では単身世帯（ひとりぐらし）」の割合が 35.4%、「二世代」が 26.8%、「一世代（配偶者と二人暮らし）」が 25.5%となっている。

性・年齢階級別にみると、後期高齢者（75 歳以上）の「単身世帯（ひとりぐらし）」の割合は、男性 20.8%、女性 39.3%で、女性の方が 18.5 ポイント高くなっている。

地域別にみると、「単身世帯（ひとりぐらし）」の割合は、区部 30.5%、市町村部 25.8%で区部の方が 4.7 ポイント高くなっている。 一方、「一世代（配偶者と二人暮らし）」は、区部 33.4%、市町村部 39.6%で、市町村部の方が 6.2 ポイント高くなっている。（図 2-4　本文 16ｐ）

図 2-4　世帯構成（世代）－性・年齢階級、地域別



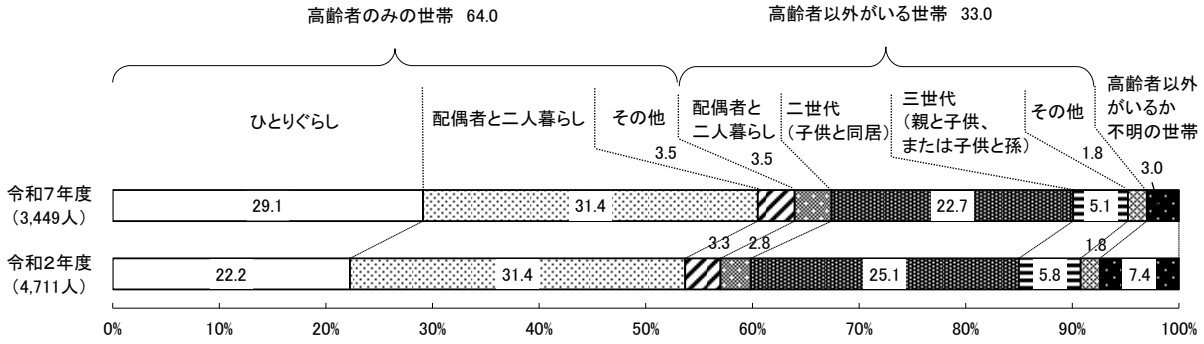
（５）世帯類型

「高齢者のみの世帯」の割合は 64.0%

世帯構成を世帯類型別でみると、「高齢者のみの世帯」の割合は 64.0%、「高齢者以外がいる世帯」が 33.0%となっている。

高齢者以外がいる世帯では、「二世代（子供と同居)」の割合が回答者全体の 22.7%で最も高くなっている。(図 2-5　本文 17ｐ)

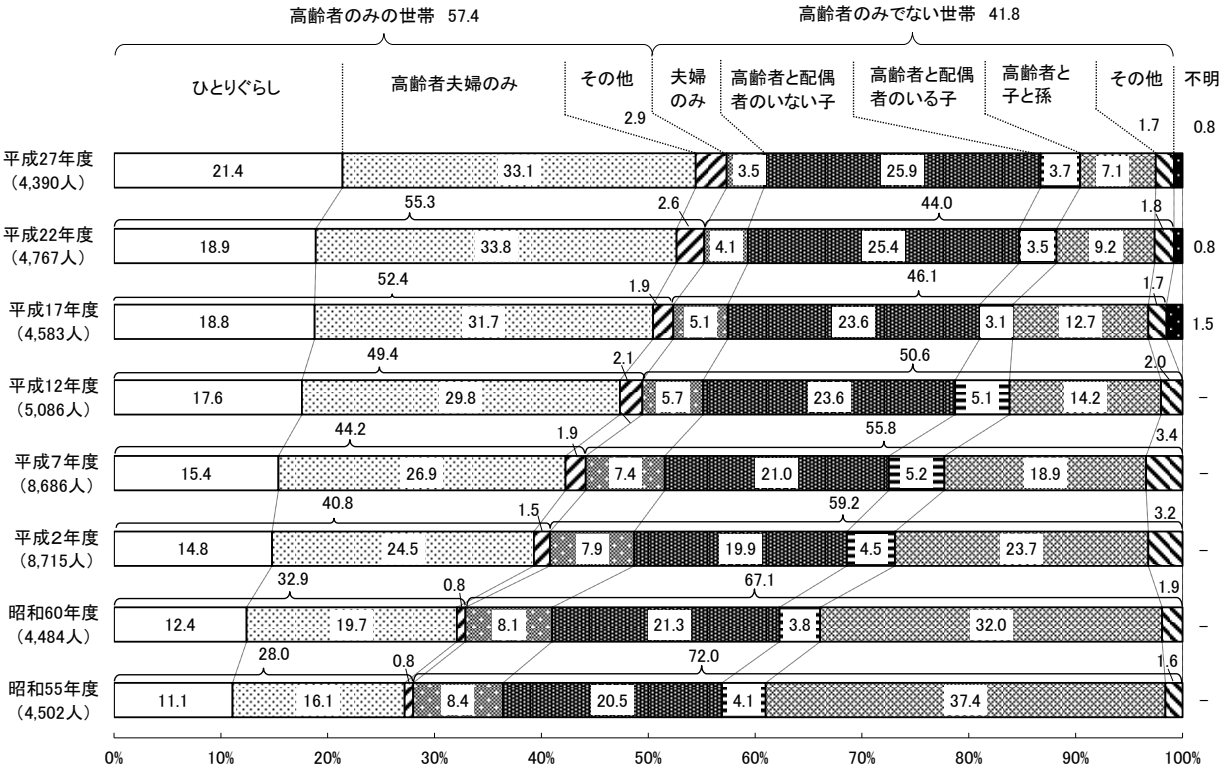
図 2-5　世帯類型－過去調査との比較



(注１) 高齢者は、65 歳以上の世帯員（本人を含む。）を指す。

(注２) 令和２年度調査以降は、世帯員の調査方法を変更したため、これまでの世帯類型の分類から変えている。

【参考】

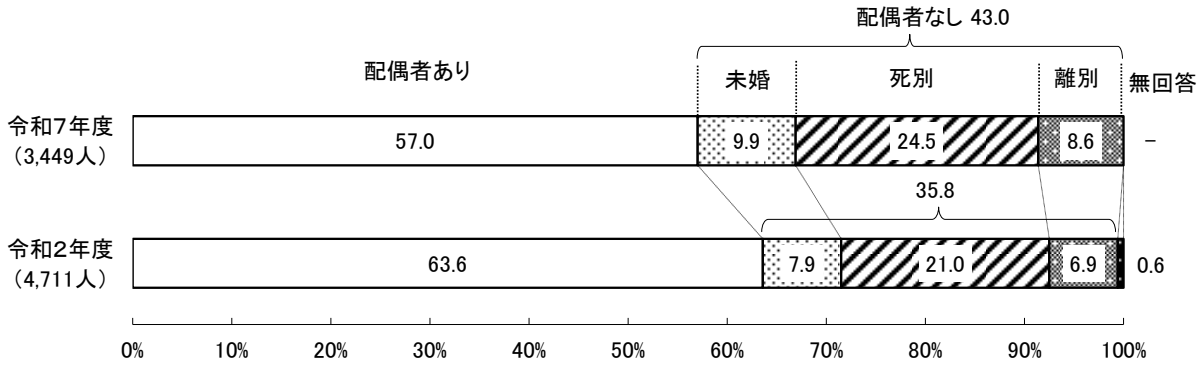


（６）配偶者の有無

「配偶者あり」の割合は 57.0%

配偶者の有無について聞いたところ、「配偶者あり」の割合が 57.0%、「配偶者なし」が 43.0%となっている。（図 2-7　本文 19ｐ）

図 2-7　配偶者の有無－過去調査との比較

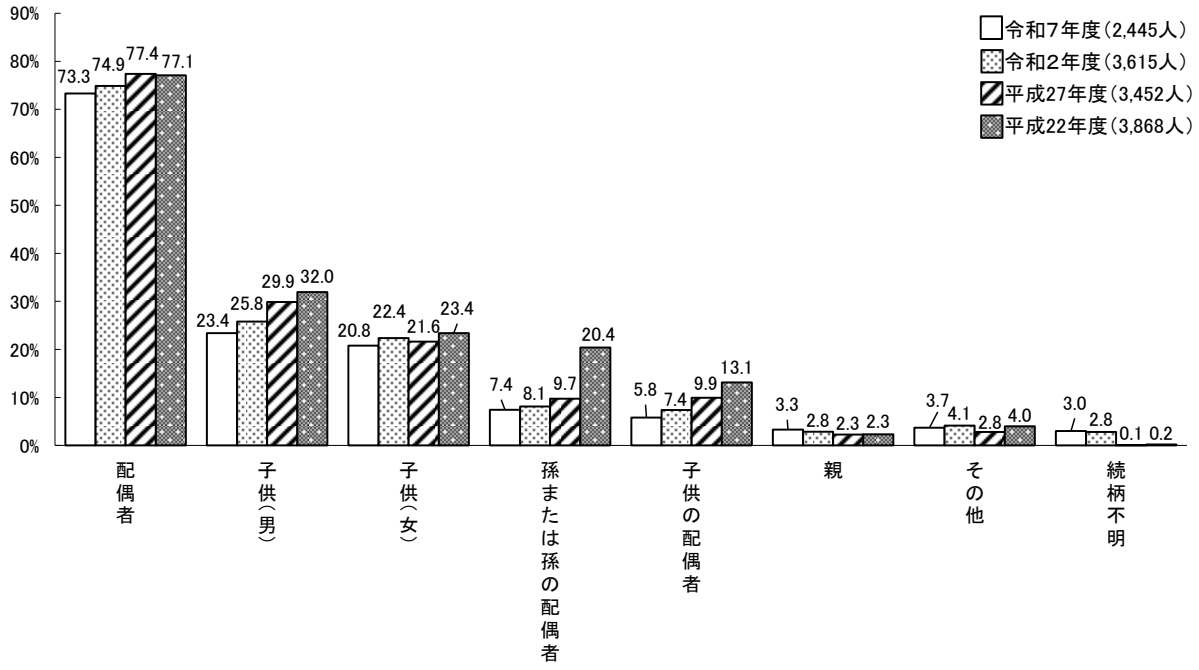


（７）世帯員の状況〔複数回答〕

同居の親族は、「配偶者」の割合が 73.3%

ひとりぐらし以外の人（2,445 人）に世帯員の状況を聞いたところ、「配偶者」の割合が 73.3%で最も高く、次いで「子供（男）」が 23.4%、「子供（女）」が 20.8%となっている。（図 2-8　本文 20ｐ）

図 2-8　世帯員の状況〔複数回答〕－過去調査との比較



2　子供との関係

（１）子供の有無・人数

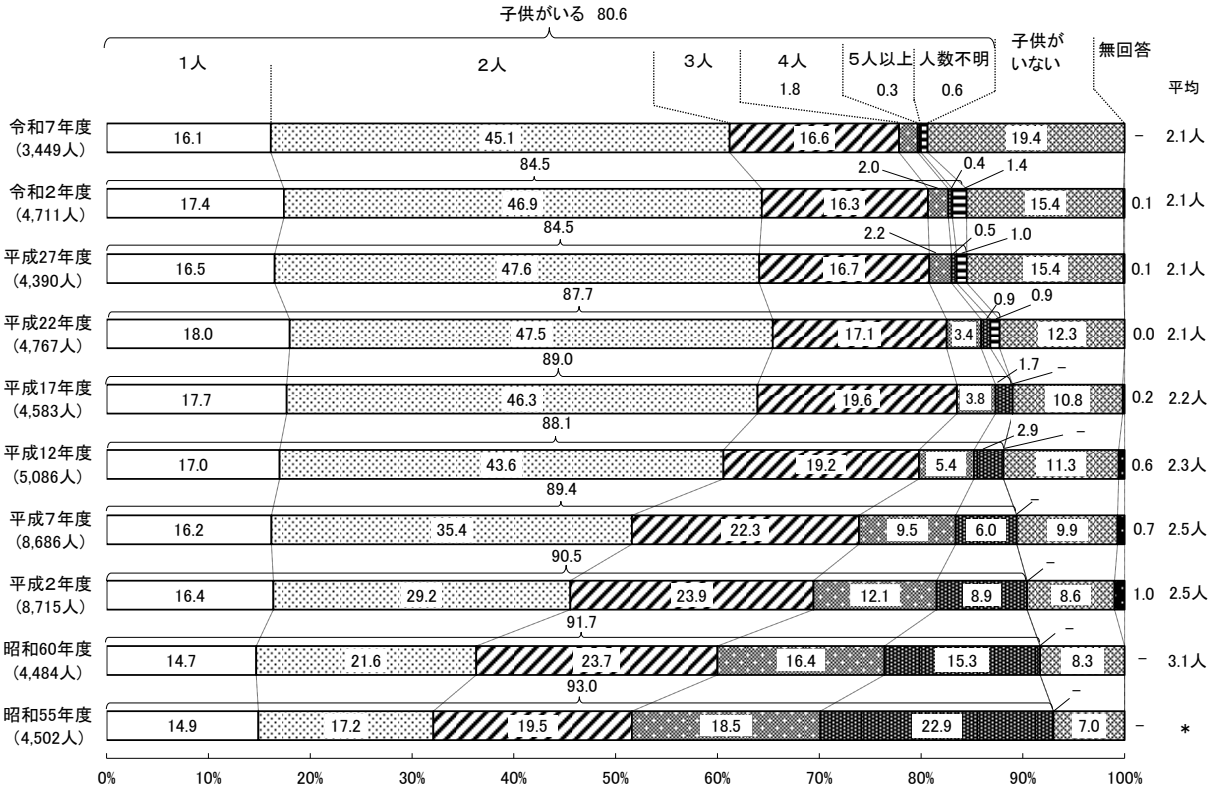
「子供がいる」人の割合は 80.6%

子供の有無について聞いたところ、「子供がいる」人の割合は 80.6%、「子供がいない」人の割合は 19.4%となっている。

「子供がいる」人の割合は、昭和 55 年度調査（93.0%）と比べて、12.4 ポイント減少している。

子供の人数についてみると、「２人」の割合が 45.1%で最も高くなっている。（図 2-11 本文 24ｐ）

図 2-11　子供の有無・人数－過去調査との比較



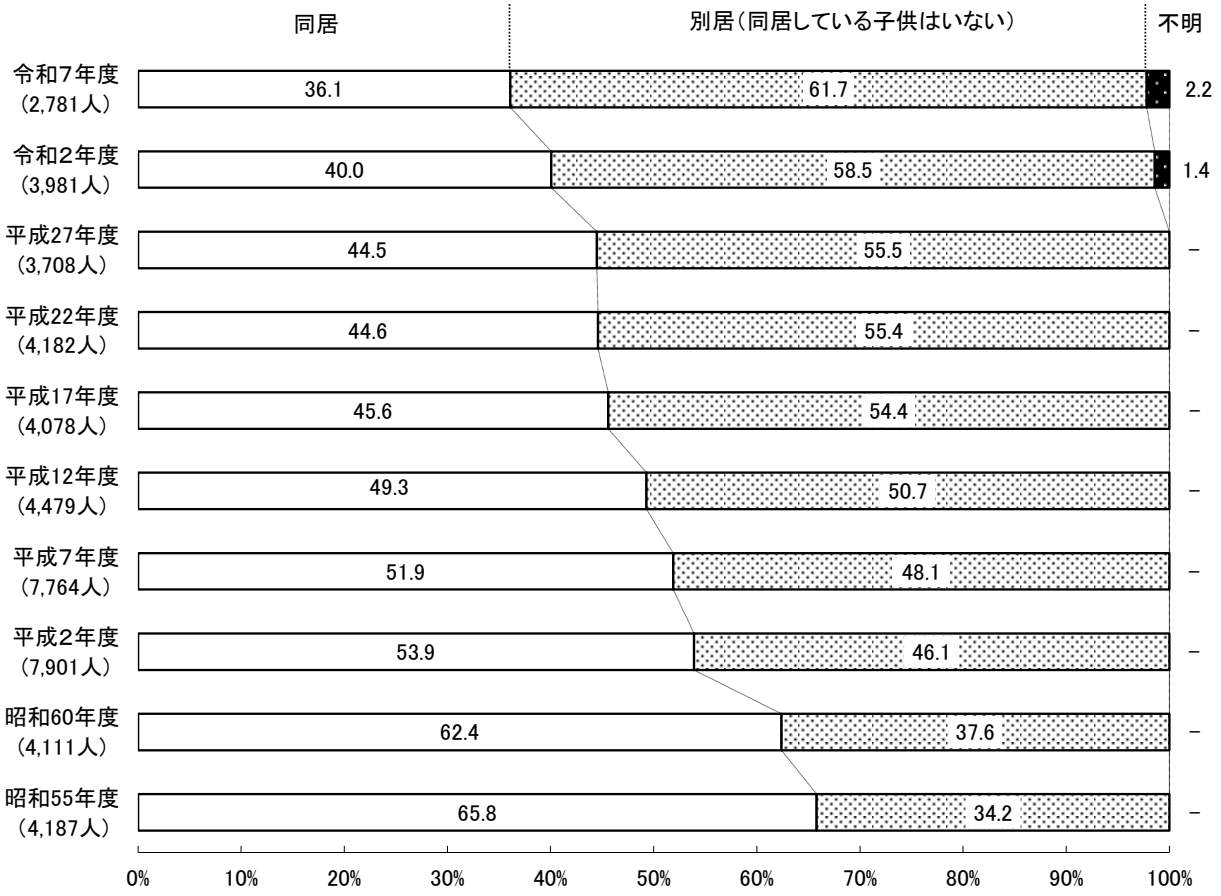
（２）子供との同居・別居の状況

子供と「同居」している人の割合は、45 年間で 29.7 ポイント減少

子供がいる人（2,781 人）に、子供との同居の有無について聞いたところ、「同居」の割合が 36.1％、「別居」が 61.7％となっている。

「同居」の割合は令和２年度調査と比べて 3.9 ポイント、昭和 55 年度調査と比べて 29.7 ポイント減少している。（図 2-13　本文 26ｐ）

図 2-13　子供との同居・別居の状況－過去調査との比較



３　介護の状況（対象者本人が介護をしている状況）

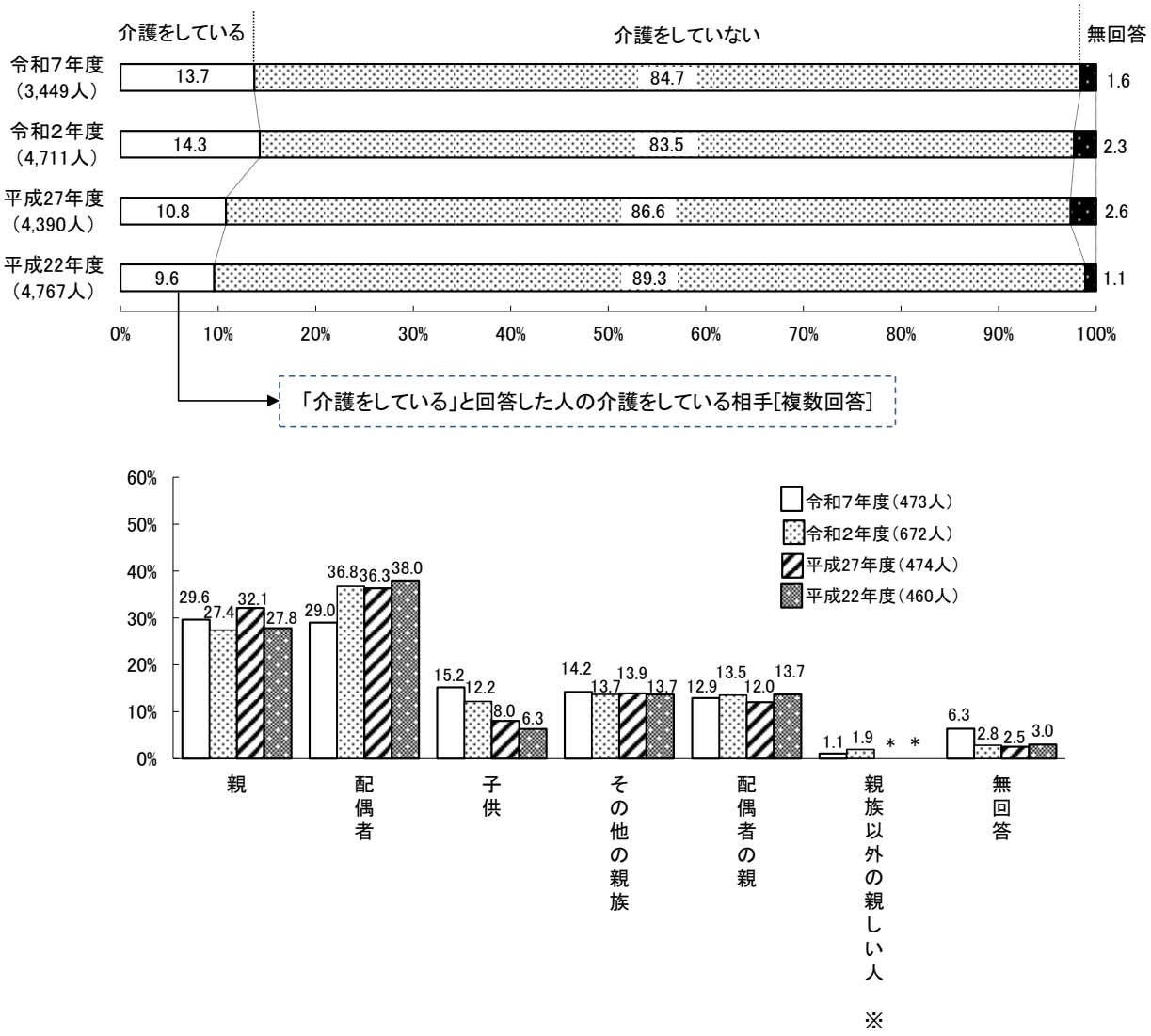
（１）介護の状況と介護をしている相手〔複数回答〕

家族・親族等の「介護をしている」人の割合は 13.7%、介護の相手は親が最も多い

調査対象者本人が、同居・別居、時間の長短に関わらず、家族・親族等の介護（世話・見守りなどを含む。）をしているか聞いたところ、「介護をしている」人の割合が 13.7%、「介護をしていない」人が 84.7%となっている。平成 22 年度調査と比べて、「介護をしている」人の割合は 4.1 ポイント増加している。

また、介護をしている人（473 人）に、介護をしている相手について聞いたところ、「親」の割合が 29.6%で最も高く、次いで「配偶者」が 29.0%となっている。（図 2-15　本文 29ｐ）

図 2-15　介護の状況と介護をしている相手〔複数回答〕－過去調査との比較



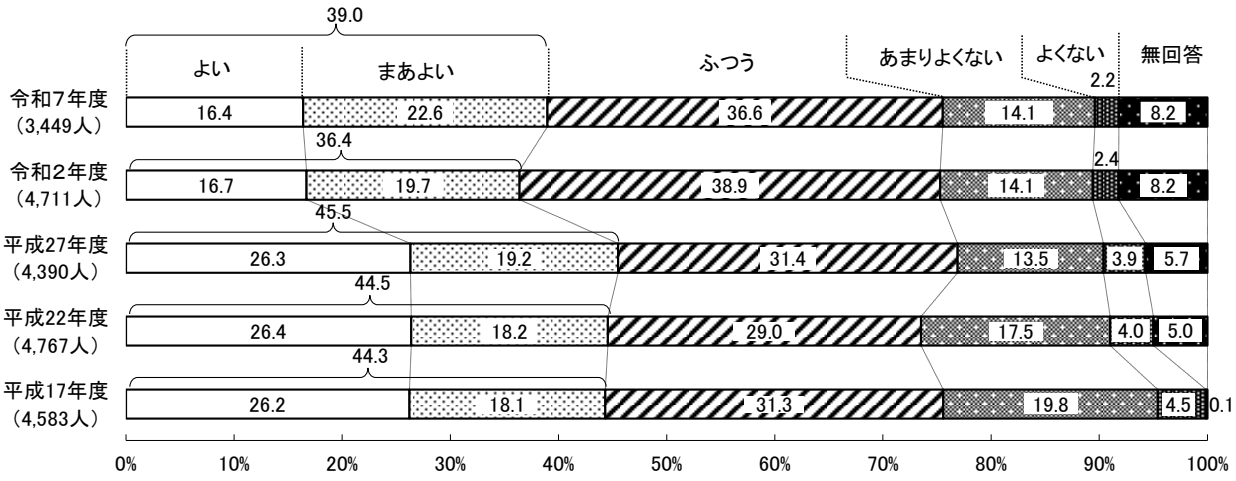
（注）※は、平成 22 年度及び平成 27 年度調査では選択肢を設けていなかった。

第３章　健康

１　健康状態

健康状態をどのように感じているか聞いたところ、「ふつう」の割合が 36.6％で最も高く、次いで「まあよい」が 22.6％となっている。また、「よい」と「まあよい」を合わせた割合は 39.0％となっている。（図 3-1　本文 31ｐ）

図 3-1　健康状態－過去調査との比較

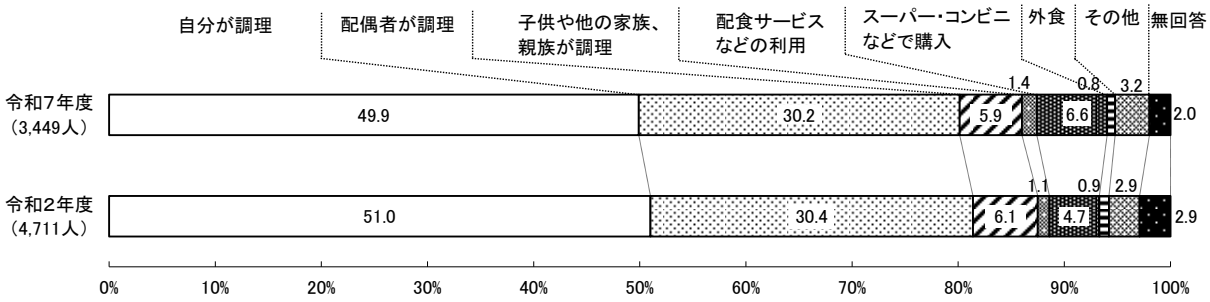


２　食事の状況

普段の食事の用意は、「自分が調理」の割合が最も高く、約５割

普段の食事の状況について聞いたところ、食事の用意は「自分が調理」の割合が 49.9％で最も高く、次いで「配偶者が調理」が 30.2％となっている。（図 3-4　本文 34ｐ）

図 3-4　食事の状況－令和２年度調査との比較

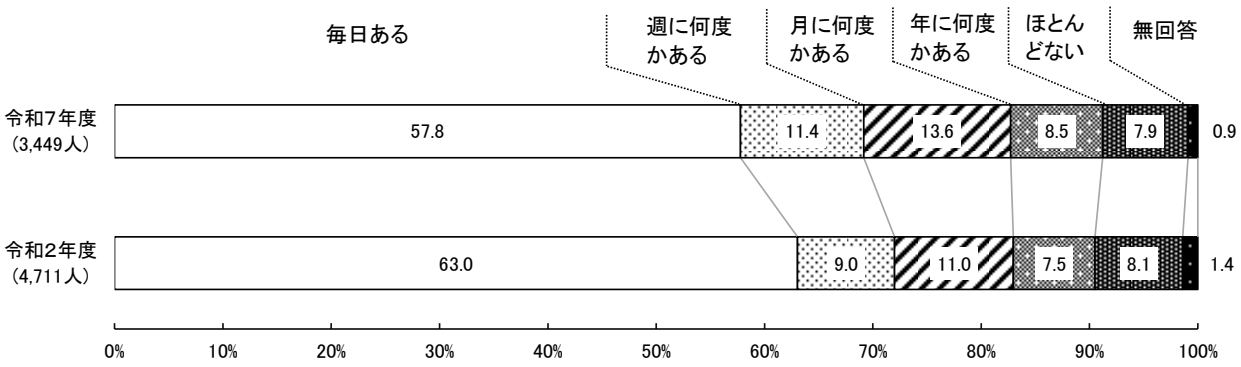


３　誰かと一緒に食事をする機会

誰かと一緒に食事をする機会は、「毎日ある」割合が最も高く、57.8%

誰かと一緒に食事をする機会がどれくらいあるか聞いたところ、「毎日ある」割合が57.8%で最も高く、次いで「月に何度かある」が 13.6%となっている。(図 3-5　本文 36ｐ)

図 3-5　誰かと一緒に食事をする機会－令和２年度調査との比較

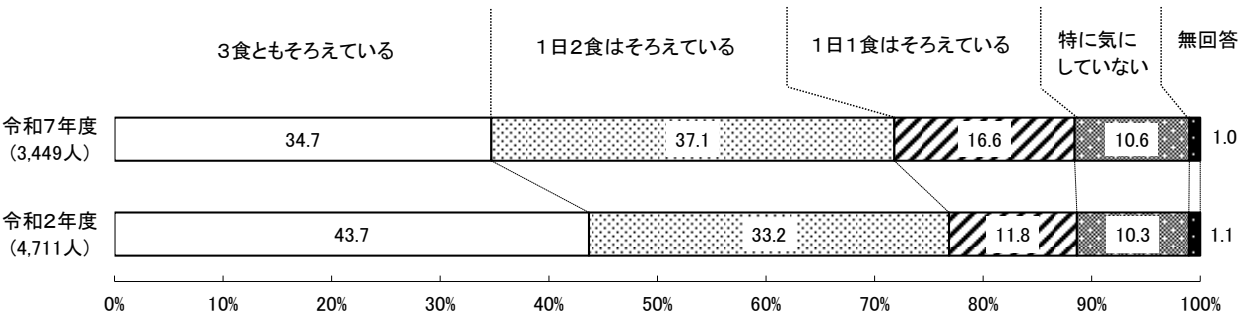


４　食事のバランス

普段の食事で主食・主菜・副菜を「１日２食はそろえている」割合が最も高く、37.1%

普段の食事で主食（ご飯、パン、麺類など)、主菜（肉、魚、卵、豆腐などの大豆製品を使ったおかず)、副菜（野菜を使ったおかず）をそろえた食事をしているか聞いたところ、「１日２食はそろえている」割合が 37.1%で最も高くなっている。次いで「３食ともそろえている」割合が 34.7%で、令和２年度調査に比べて 9.0 ポイント減少している。(図 3-6　本文 38ｐ)

図 3-6　食事のバランス－令和２年度調査との比較



５　日常生活動作（ＡＤＬ）（総合）

日常生活動作（ＡＤＬ）を総合的にみるため、下記の表 3-5 の段階に分けて聞いたところ、「日常生活のことはほぼ自分でできﾞ、ひとりで外出できる」自立した人の割合が 84.4％で最も高くなっている。（図 3-11　本文 48ｐ）

図 3-11　日常生活動作（ＡＤＬ）（総合）－過去調査との比較

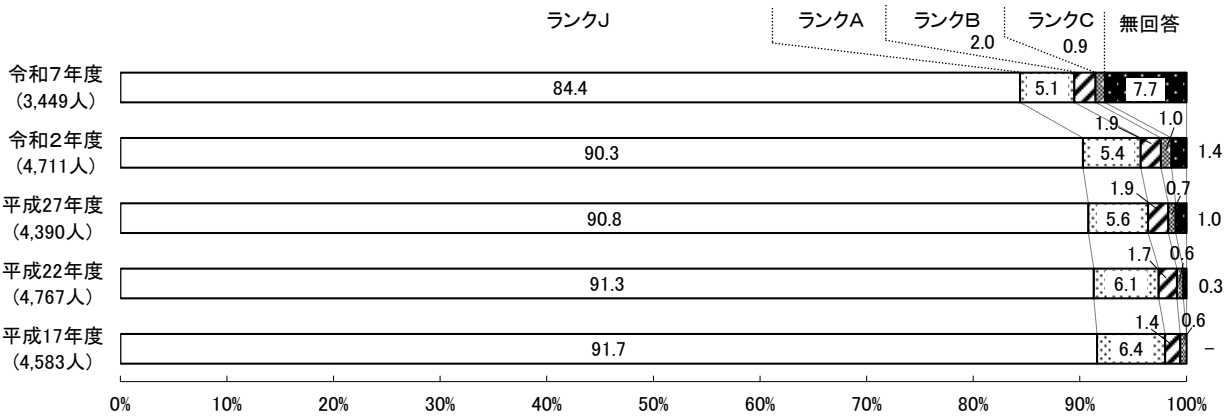


表 3-5　日常生活動作（総合）

ランクＪ	生活自立	①日常生活のことはほぼ自分でできﾞ、ひとりで外出できる （１）公共交通機関を利用してひとりで外出できる （２）隣近所へならひとりで外出できる
ランクＡ	準寝たきり	②屋内での生活はほぼ自分でできるが、外出するには介助が必要である （３）介助によりしばしば外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する （４）外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている
ランクＢ	寝たきり	③屋内での生活は部分的に介助が必要であり、日中もベッドでの生活が主であるが、椅子などに座ることができる （５）自分で車椅子などに座り、食事・排せつは介助が必要であるが、ベッドから離れて行うことができる （６）介助により車椅子などに座り、食事・排せつは介助が必要である
ランクＣ		④食事、着替え、排せつの全てで全面的な介助が必要であり、１日中ベッドの上で過ごす （７）　自力で寝返りをうてる （８）　自力で寝返りをうてない

（注）ランクの区分は「障害高齢者の日常生活自立度（寝たきり度）判定基準」（厚生労働省）による。

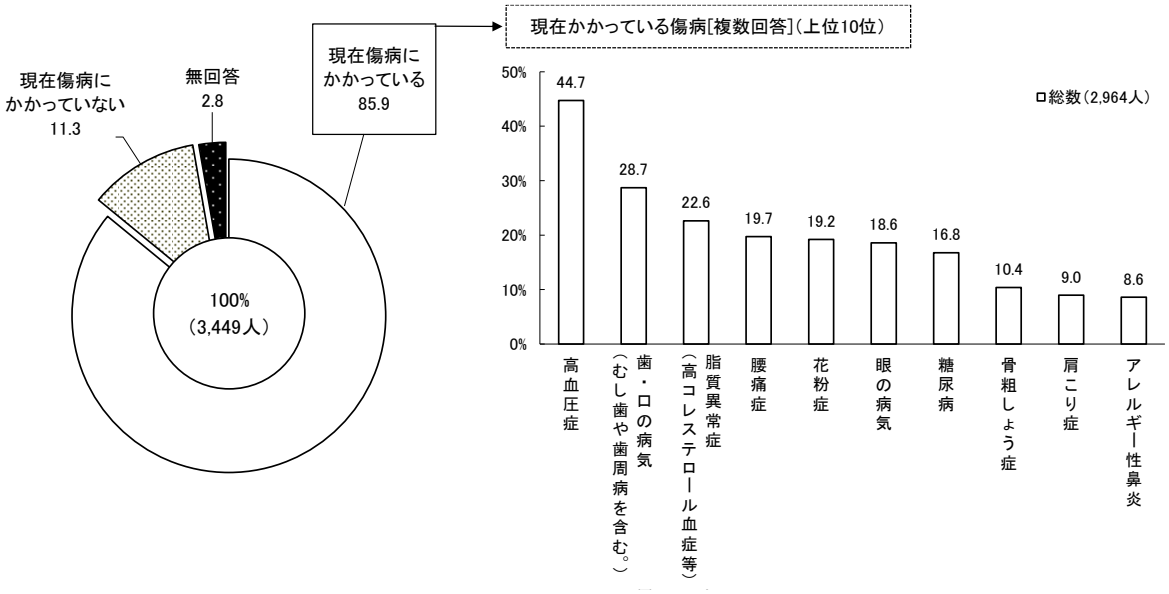
６　傷病等の状況

（１）現在かかっている傷病の有無と傷病名〔複数回答〕

現在、何らかの傷病にかかっている人の割合は 85.9%

現在、何らかの傷病にかかっているか聞いたところ、「現在傷病にかかっている」人の割合は 85.9%となっている。また、現在かかっている傷病名をみると、「高血圧症」の割合が 44.7%で最も高く、次いで「歯・口の病気（むし歯や歯周病を含む)」28.7%、「脂質異常症（高コレステロール血症等)」が 22.6%となっている。一方、「現在傷病にかかっていない」人は 11.3%となっている。(図 3-13、図 3-14　本文 52ｐ)

図 3-13　現在かかっている傷病の有無　　図 3-14　現在かかっている傷病名〔複数回答〕



（２）　かかりつけ医の有無－性、年齢階級、動作能力類型別

かかりつけ医が「いる」人の割合は 83.5%で、「いない」人の割合は 12.5%

かかりつけ医の有無を聞いたところ、「いる」人の割合は 83.5％で、「いない」は 12.5％であった。

年齢階級別にみると、80～84 歳において「いる」人の割合は 91.1%で最も高くなっている。（図 3-16　本文 55ｐ）

図 3-16　かかりつけ医の有無－性、年齢階級、動作能力類型別

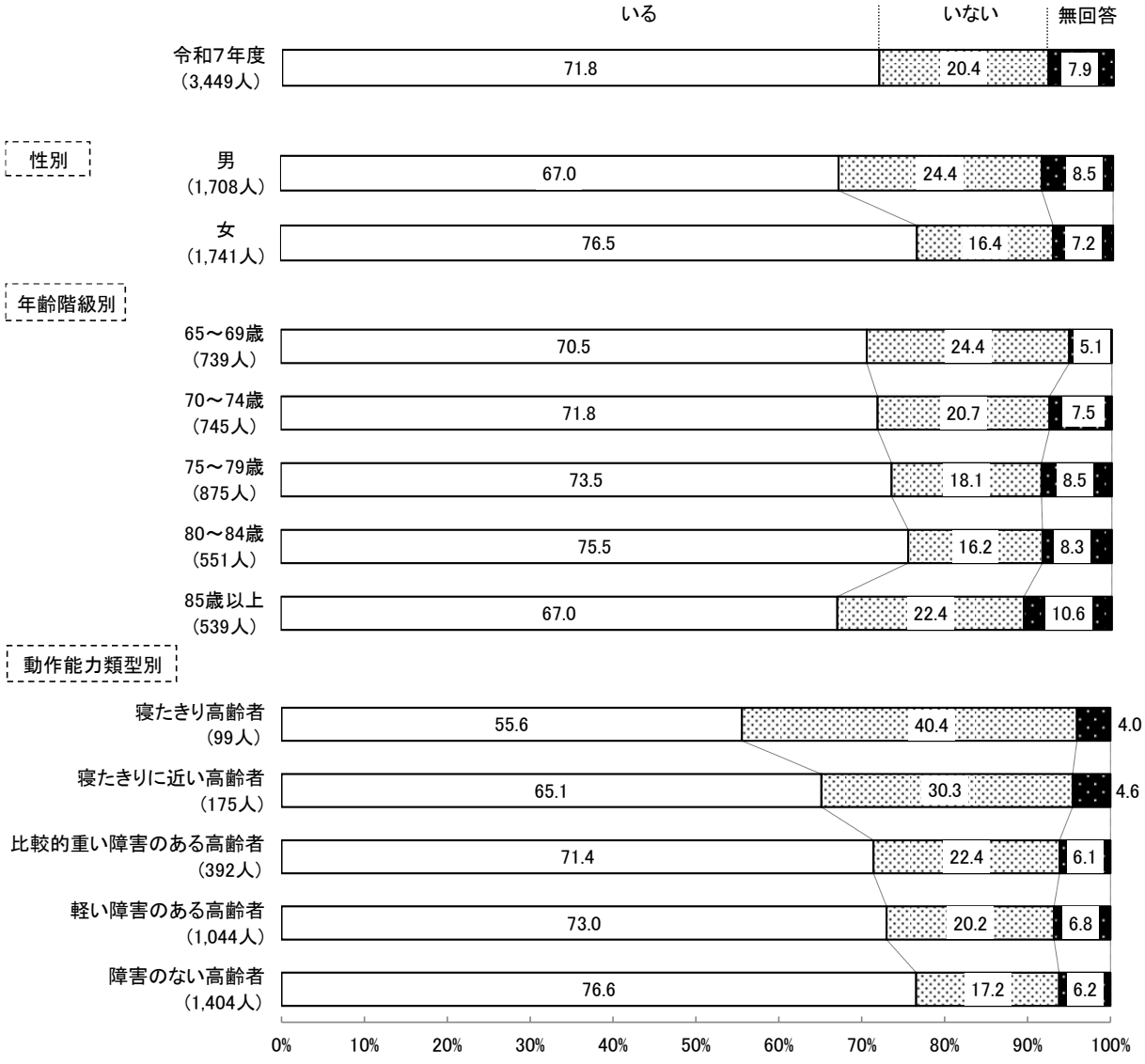
（３）　かかりつけ歯科医の有無－性、年齢階級、動作能力類型別

かかりつけ歯科医が「いる」人の割合は 71.8%で、「いない」人の割合は 20.4%

かかりつけ歯科医の有無を聞いたところ、「いる」人の割合は 71.8%で、「いない」は 20.4%であった。

年齢階級別にみると、80～84 歳において「いる」人の割合は 75.5%で最も高くなっている。（図 3-17　本文 56ｐ）

図 3-17　かかりつけ歯科医の有無－性、年齢階級、動作能力類型別

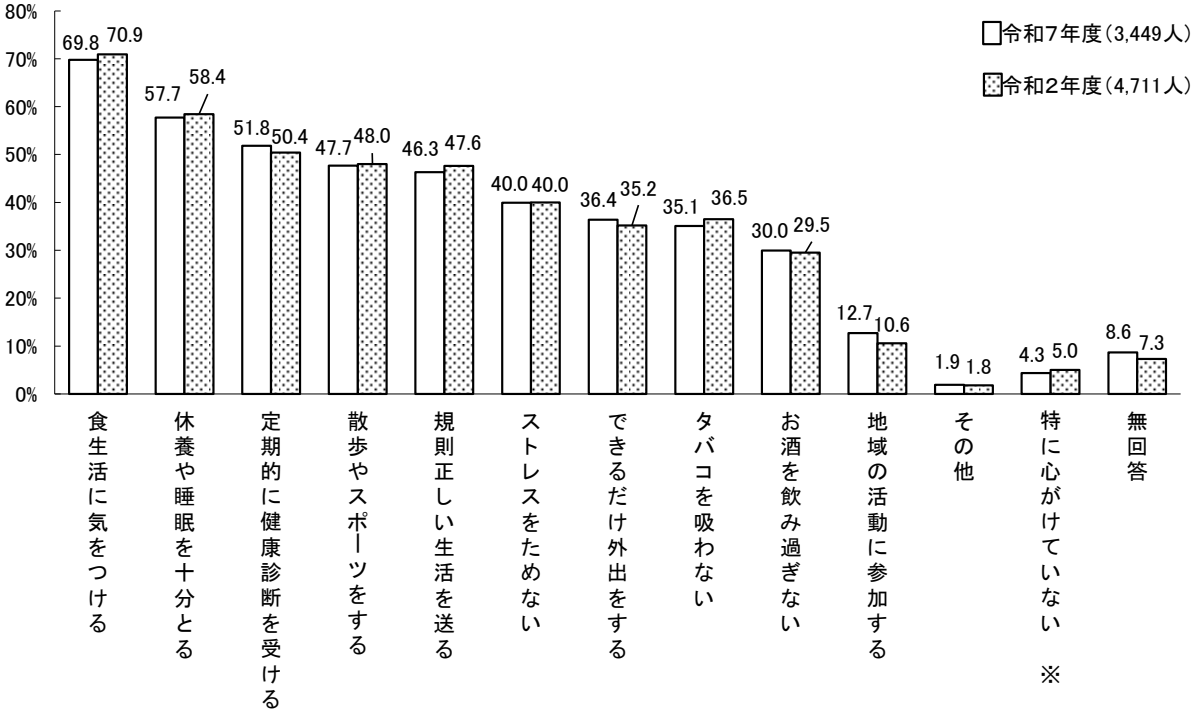


7　健康のために心がけていること

健康のために心がけていることは、「食生活に気をつける」の割合が最も高く、69.8%

健康の維持増進のために心がけていることを聞いたところ、「食生活に気をつける」の割合が 69.8%で最も高くなっている。（図 3-18　本文 57ｐ）

図 3-18　健康のために心がけていること〔複数回答〕



（注１）本設問は、令和２年度調査では設問文を「どのようなことに気をつけていますか」としていた。

（注２）※は、令和２年度調査では「特に気をつけていない」としていた。

８　終末期に受けたい医療

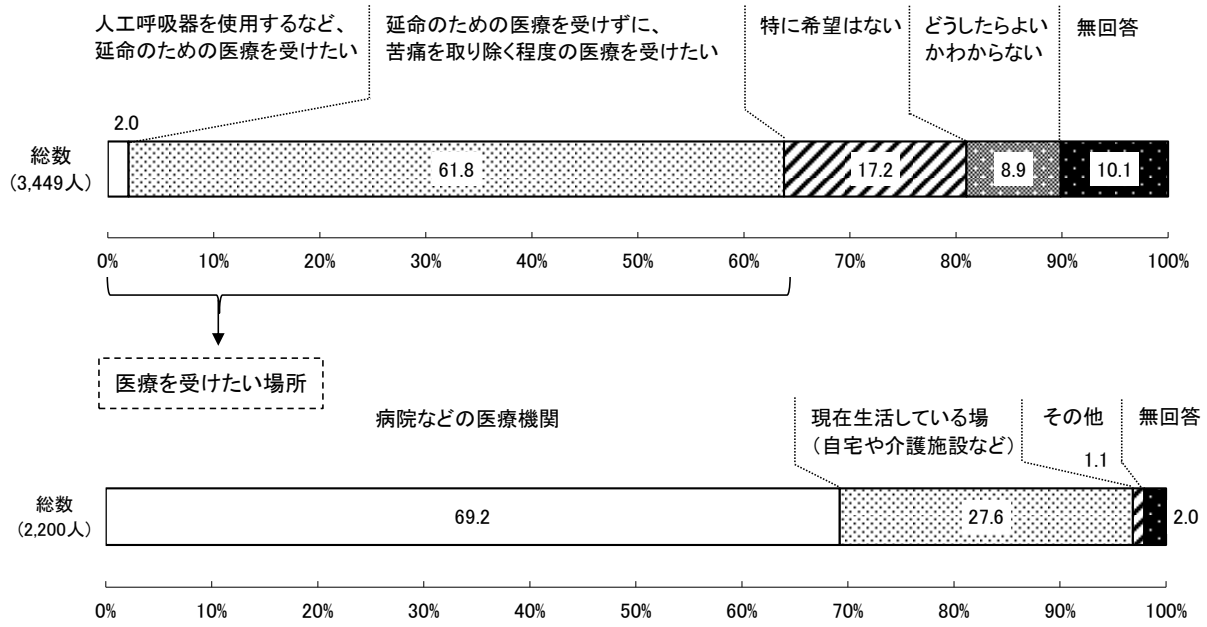
（１）　終末期に受けたい医療の内容、医療を受けたい場所

終末期は、「延命のための医療を受けずに、苦痛を取り除く程度の医療を受けたい」の割合が最も高く、61.8%

末期のがんや重い病気により、体調が回復しないで自分の死が近いと感じた場合、どのような医療を受けたいか聞いたところ、「延命のための医療を受けずに、苦痛を取り除く程度の医療を受けたい」の割合が 61.8%で最も高く、次いで「特に希望はない」が 17.2%となっている。

また、「延命のための医療を受けたい」又は「苦痛を取り除く程度の医療を受けたい」と回答した人（2,200 人）に医療を受けたい場所を聞いたところ、「病院などの医療機関」の割合が 69.2%で最も高くなっている。（図 3-19　本文 59ｐ）

図 3-19　終末期に受けたい医療の内容、医療を受けたい場所－令和２年度調査との比較



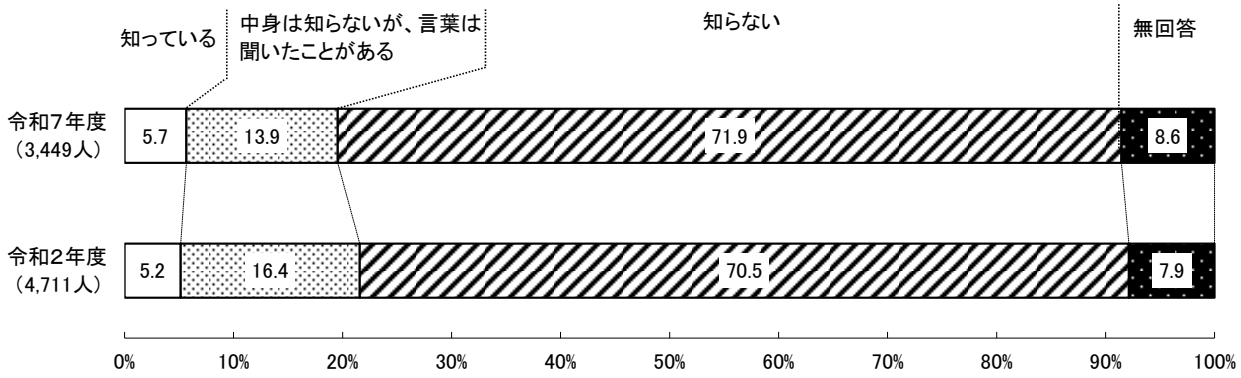
９　アドバンス・ケア・プランニング（ＡＣＰ）の認知度

アドバンス・ケア・プランニング（ＡＣＰ）を「知っている」人の割合は 5.7%

「アドバンス・ケア・プランニング（ＡＣＰ）」又は「人生会議」という言葉を知っているか聞いたところ、「知っている」の割合が 5.7%、「中身は知らないが、言葉は聞いたことがある」が 13.9%となっている。一方、「知らない」の割合は 71.9%となっている。（図 3-20　本文 62ｐ）

図 3-20　アドバンス・ケア・プランニング（ＡＣＰ）の認知度

－令和２年度調査との比較



※ **アドバンス・ケア・プランニング（ＡＣＰ）**とは

自らが望む人生の最終段階における医療・ケアについて、前もって考え、家族や大切な人、医療・介護ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組をいう。

「人生会議」の愛称で呼ばれることもある。

10　終末期に受けたい医療についての話し合い

自身の人生の最終段階で受けたい医療について、家族や医療関係者等と話し合っているか聞いたところ、「詳しく話し合っている」と「一応話し合っている」を合わせた「話し合っている」割合が 23.5%となっている。また、「話し合ったことはないが、今後話し合いたい」割合は 54.3%となっている。（図 3-21　本文 64ｐ）

「話し合っている」と回答した人（812 人）に話し合った相手と話し合った内容を聞いたところ、話し合った相手では「家族・親族」の割合が 94.7%で最も高く、話し合った内容では「延命のための医療を受けたいか」が 49.3%で最も高くなっている。（図 3-22、図 3-23　本文 64ｐ）

また、「話し合ったことはないが、今後話し合いたい」と回答した人（1,872 人）に今後話し合いたい相手と話し合いたい内容を聞いたところ、今後話し合いたい相手では、「話し合っている」と回答した人と同様に「家族・親族」の割合が 82.8%で最も高くなっている。今後話し合いたい内容では、「話し合っている」と回答した人とは異なり、「医療・療養を受けたい場所」が 33.7%で最も高くなっている。（図 3-22、図 3-23　本文 64ｐ）

図 3-21　終末期に受けたい医療についての話し合いの有無

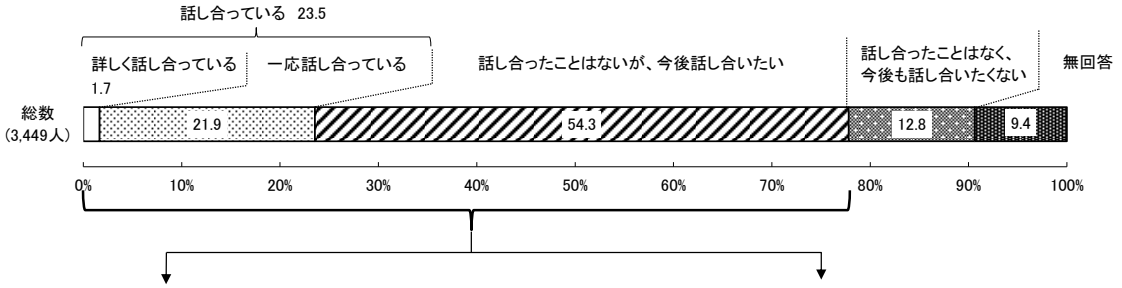


図 3-22　話し合った相手・話し合いたい相手［複数回答］

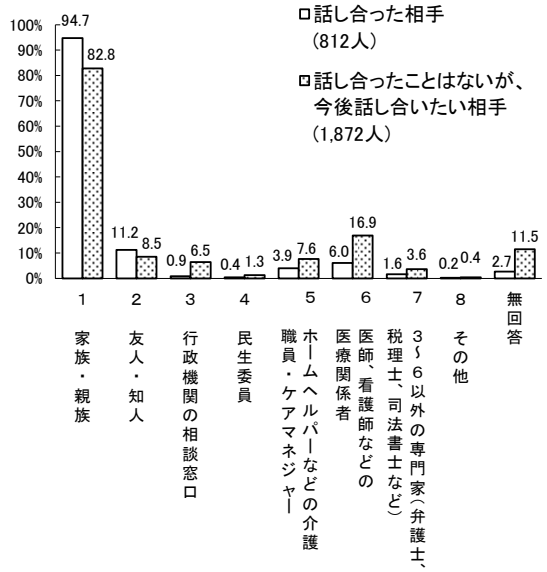
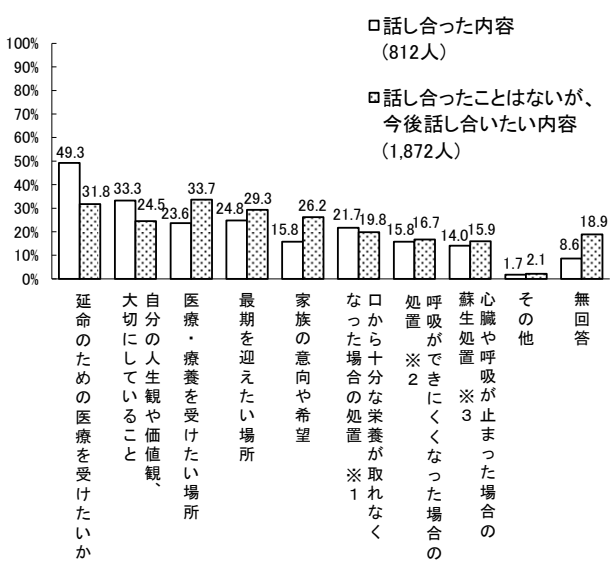


図 3-23　話し合った内容・話し合いたい内容［複数回答］



（注１）※１の「口から十分な栄養が取れなくなった場合の処置」とは、点滴、経鼻栄養、胃ろうなどを指す。
（注２）※２の「呼吸ができにくくなった場合の処置」とは、気管に管を入れて人工呼吸器につなげるなどを指す。
（注３）※３の「心臓や呼吸が止まった場合の蘇生処置」とは、心臓マッサージ、電気ショック、人工呼吸などを指す。

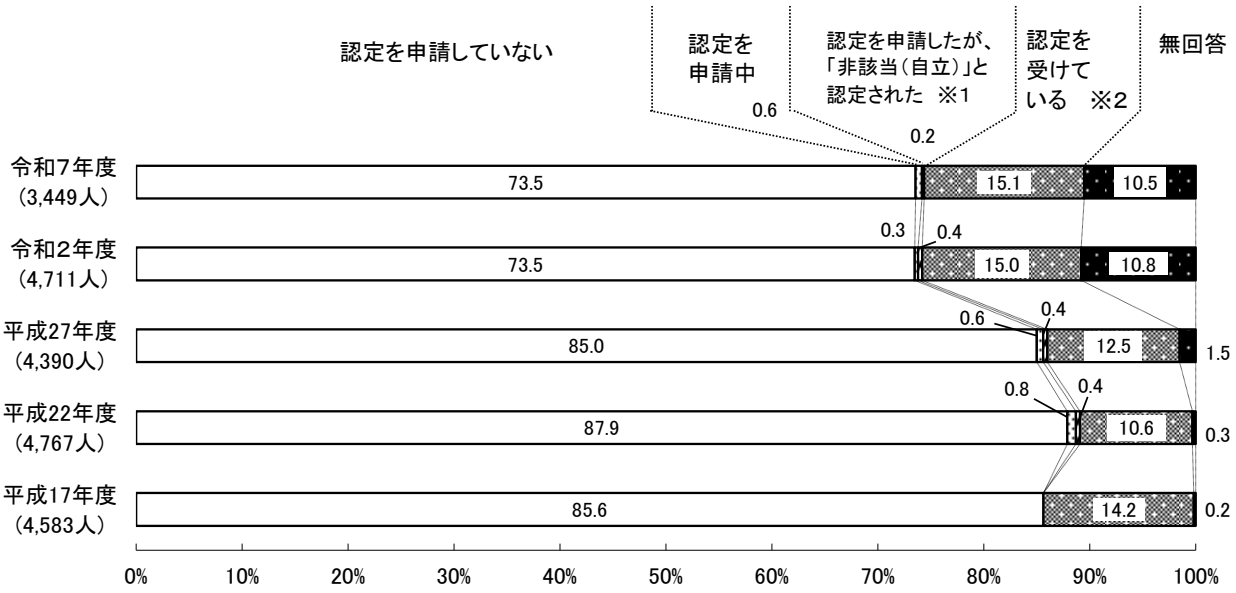
第４章　介護保険制度

１　要介護認定（要支援認定を含む。）申請の有無

「認定を受けている」人の割合は 15.1%

介護保険制度の要介護認定（要支援認定を含む。）を受けているか聞いたところ、「認定を申請していない」人の割合が 73.5%、「認定を受けている」人が 15.1%となっている。（図 4-1　本文 73ｐ）

図 4-1　要介護認定（要支援認定を含む。）申請の有無－過去調査との比較



（注１）※１は、平成 17 年度調査では選択肢を設けていなかった。

（注２）※２は、平成 17 年度調査では「認定を申請中」を含む。

2　要支援・要介護度及び介護の状況

（１）要支援・要介護度－性、年齢階級、動作能力類型、世帯類型別

要介護認定（要支援認定を含む。）を受けている人のうち、「要支援１」の割合が21.5%、「要支援２」が19.2%

要介護認定（要支援認定を含む。）を受けている人（522人）の要支援・要介護度をみると、「要支援１」の割合が21.5%で最も高く、次いで「要支援２」が19.2%となっている。

性別にみると、男女とも「要支援１」割合が最も高くなっている（男性21.6%、女性21.4%）。（表4-2　本文75ｐ）

表4-2　要支援・要介護度－性、年齢階級、動作能力類型、世帯類型別

		総数	要支援１	要支援２	要介護１	要介護２	要介護３	要介護４	要介護５	要支援・要介護度はわからない
総数		100.0 (522)	21.5	19.2	16.9	13.0	10.3	6.1	6.1	6.9
性別	男	100.0 (190)	21.6	18.4	16.8	12.1	10.5	4.7	3.7	12.1
	女	100.0 (332)	21.4	19.6	16.9	13.6	10.2	6.9	7.5	3.9
年齢階級別	65～74歳	100.0 (59)	15.3	18.6	15.3	8.5	10.2	8.5	1.7	22.0
	75～84歳	100.0 (197)	27.9	23.4	14.2	12.2	5.6	4.1	4.6	8.1
	85歳以上	100.0 (266)	18.0	16.2	19.2	14.7	13.9	7.1	8.3	2.6
	（再掲）75歳以上	100.0 (463)	22.2	19.2	17.1	13.6	10.4	5.8	6.7	5.0
動作能力類型別	寝たきりなどの高齢者	100.0 (238)	7.6	12.6	20.6	18.1	18.1	10.5	11.3	1.3
	比較的重い障害のある高齢者	100.0 (71)	33.8	23.9	12.7	15.5	5.6	2.8	－	5.6
	軽い障害のある高齢者	100.0 (80)	36.3	22.5	17.5	3.8	3.8	－	1.3	15.0
	障害のない高齢者	100.0 (42)	52.4	19.0	11.9	－	－	2.4	－	14.3
世帯類型別	高齢者のみの世帯	100.0 (335)	26.0	19.7	17.3	11.9	7.5	5.1	5.7	6.9
	ひとりぐらし	100.0 (188)	24.5	24.5	16.0	9.0	7.4	4.3	6.9	7.4
	配偶者と二人暮らし	100.0 (120)	29.2	15.0	16.7	15.0	8.3	4.2	5.0	6.7
	その他	100.0 (27)	22.2	7.4	29.6	18.5	3.7	14.8	－	3.7
	高齢者以外（65歳未満）がいる世帯	100.0 (156)	12.8	19.2	16.0	16.0	14.7	7.7	7.1	6.4
令和2年度≪参考≫		100.0 (706)	22.5	18.6	14.2	14.0	8.5	7.9	5.8	8.5

（２）介護の状況（対象者が介護を受けている状況）

介護を受けている人のうち、介護者が「子供」である割合が 52.6%で最も高い

要介護認定（要支援認定を含む。）を受けている人（522 人）に、家で介護を受けているか聞いたところ、「介護を受けている」割合は 72.4%、「介護を受けていない」は 22.6%となっている。（図 4-2　本文 76ｐ）

介護を受けていると回答した人（378 人）に、介護をしている人は誰か聞いたところ、「子供」の割合が 52.6%で最も高く、次いで「ホームヘルパーなどの介護職員」が 39.4%、「配偶者」が 27.2%となっている。（図 4-3　本文 76ｐ）

さらに、介護をしている人のうち、最も介護をしている時間が長い人は誰か聞いたところ、「子供」の割合が 35.4%で最も高く、次いで「配偶者」が 24.6%、「ホームヘルパーなどの介護職員」が 24.3%となっている。（図 4-4　本文 76ｐ）

図 4-2　介護の有無－令和２年度調査との比較

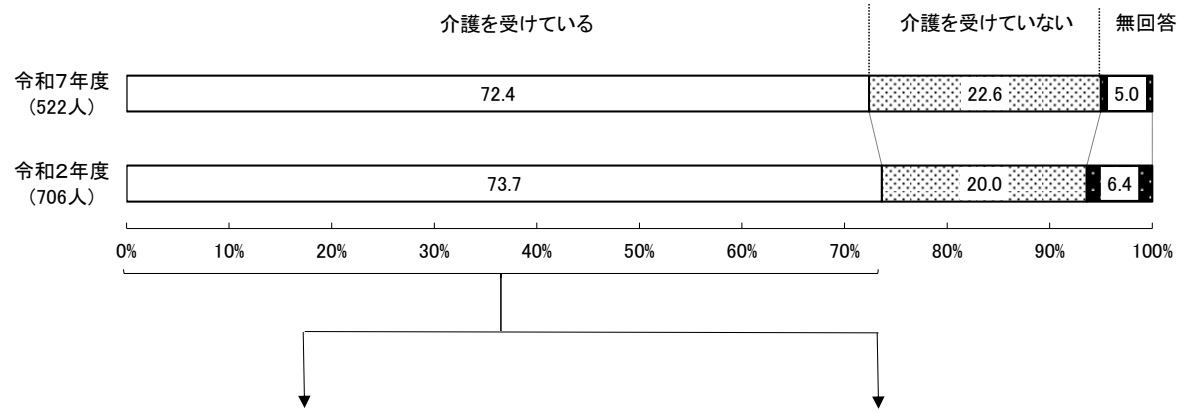


図 4-3　対象者本人の介護をしている人〔複数回答〕－令和２年度調査との比較

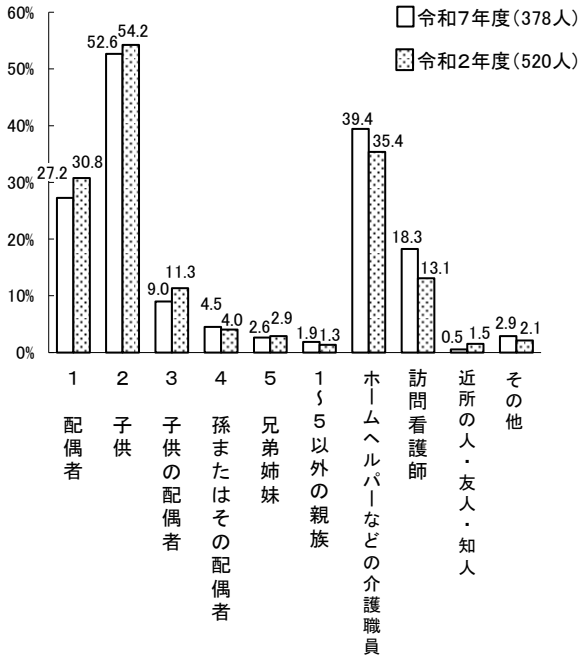
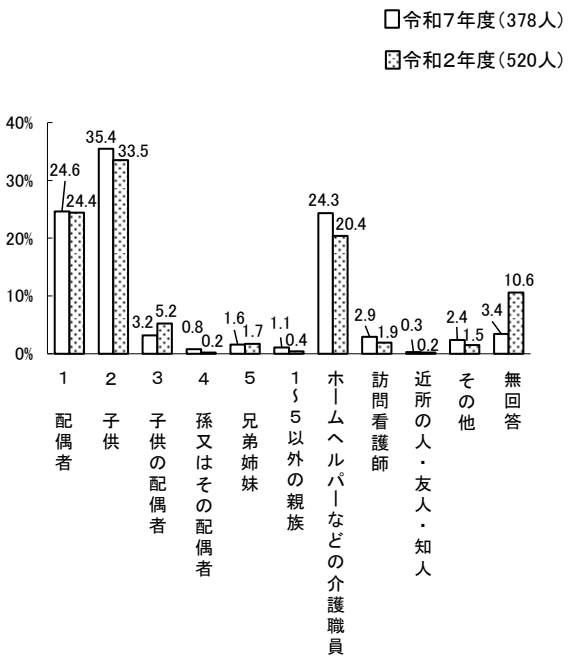


図 4-4　最も介護をしている時間が長い人－令和２年度調査との比較



３　日常生活支援サービス

（１）日常生活支援サービスの現在の利用状況

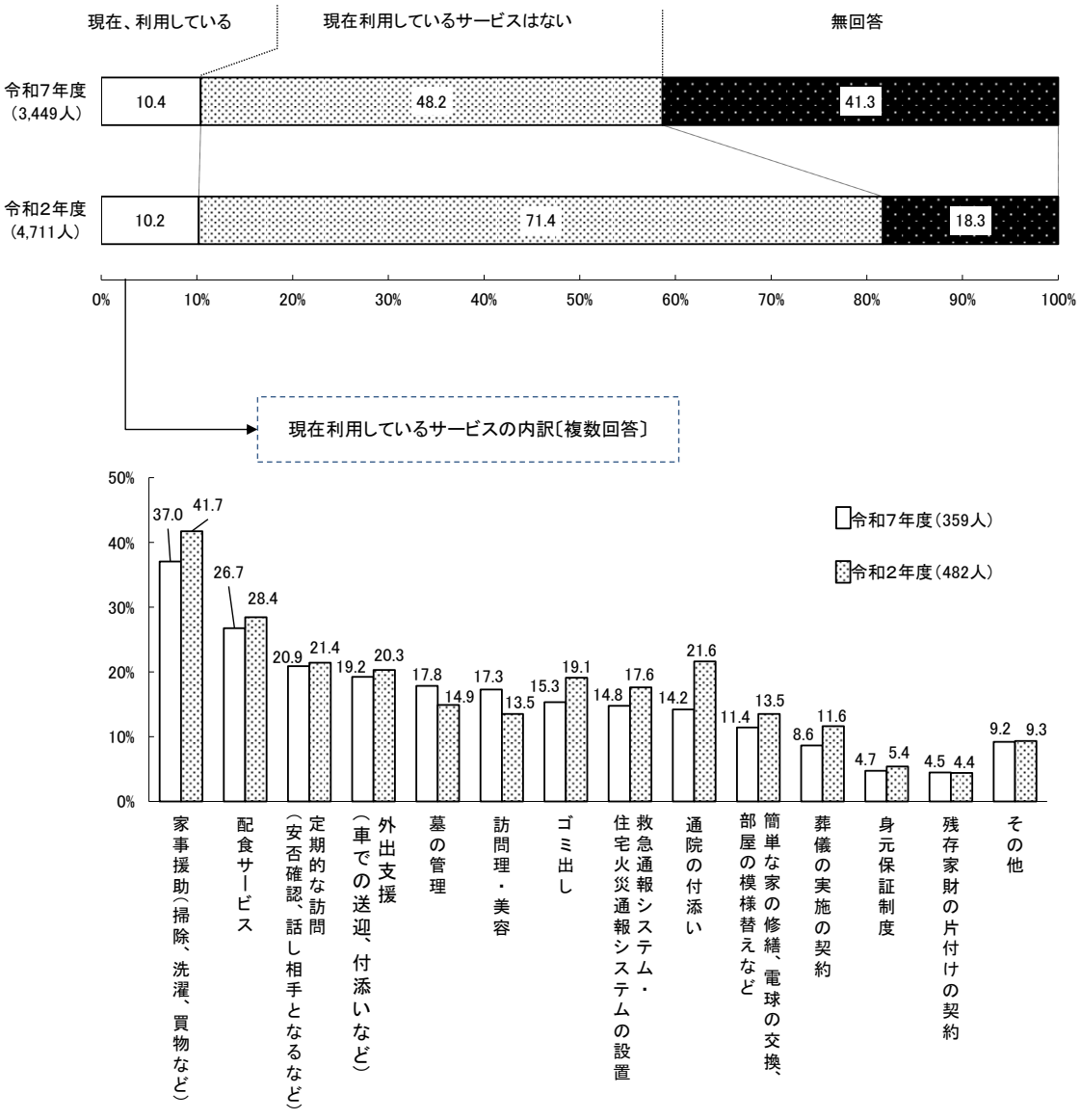
日常生活支援サービスを「現在、利用している」人の割合は 10.4%

日常の生活を支援するサービス（民間・公的を問わない）の利用状況について聞いたところ、「現在利用しているサービスはない」の割合が 48.2%で、「現在、利用している」人は 10.4%となっている。

「現在、利用している」と回答した人（359 人）に利用しているサービスについて聞いたところ、「家事援助（掃除、洗濯、買物など）」の割合が 37.0%で最も高く、次いで「配食サービス」が 26.7%となっている。

令和２年度調査と比べて、「通院の付添い」の割合は 7.4 ポイント減少している。（図 4-5　本文 81ｐ）

図 4-5　日常生活支援サービスの現在の利用状況〔複数回答〕－令和２年度調査との比較



（２）日常生活支援サービスの今後の利用意向

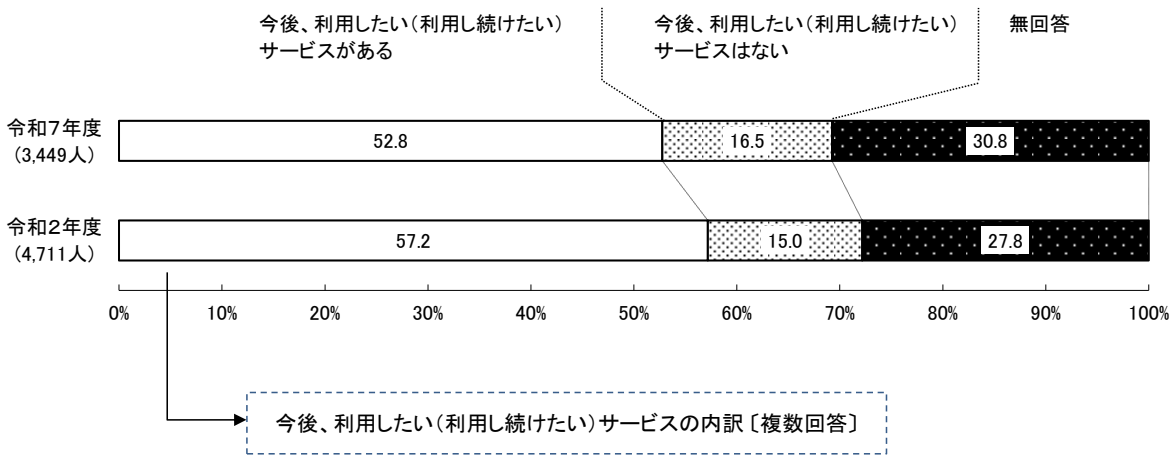
「今後、利用したい（利用し続けたい）サービスがある」人の割合は 52.8%

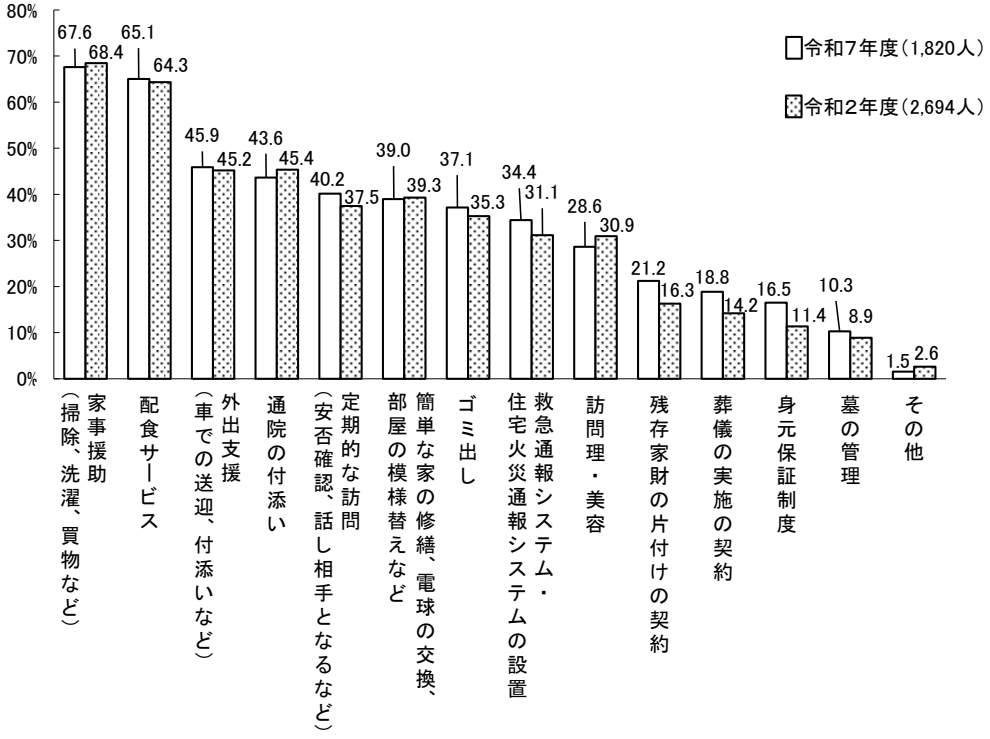
日常の生活を支援するサービス（民間・公的を問わない。）の今後の利用意向を聞いたところ、「今後、利用したい（利用し続けたい）サービスがある」人の割合は 52.8%で、「今後、利用したい（利用し続けたい）サービスはない」が 16.5%となっている。

「今後、利用したい（利用し続けたい）サービスがある」と回答した人（1,820 人）に利用したいサービスについて聞いたところ、「家事援助（掃除・洗濯・買物など）」の割合が 67.6%で最も高く、次いで「配食サービス」が 65.1%となっている。

令和２年度調査と比べて、「身元保証制度」の割合は 5.1 ポイント増加している。（図 4-6　本文 84ｐ）

図 4-6　日常生活支援サービスの今後の利用意向〔複数回答〕－令和２年度調査との比較





4　介護予防

（１）運動の状況

「運動している」人の割合は 58.3%

現在、介護予防や健康づくりのために運動をしているか聞いたところ、「運動している」人の割合が 58.3%、「運動していない」人が 34.0%となっている。（図 4-7　本文 86ｐ）

運動している人（2,011 人）に運動頻度を聞いたところ、「週２回以上」の割合が 70.9%で、最も高くなっている。（図 4-8　本文 86ｐ）

また、運動の継続期間を聞いたところ、「15 年以上」の割合が 28.6%で最も高くなっている。（図 4-9　本文 86ｐ）

図 4-7　運動の有無

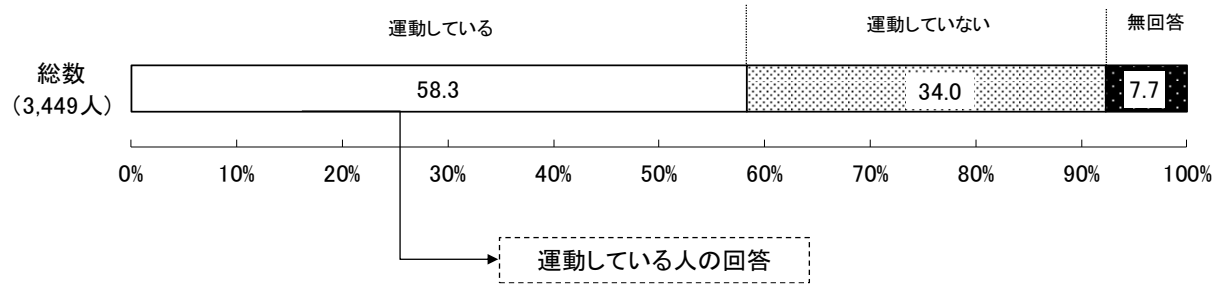


図 4-8　運動頻度

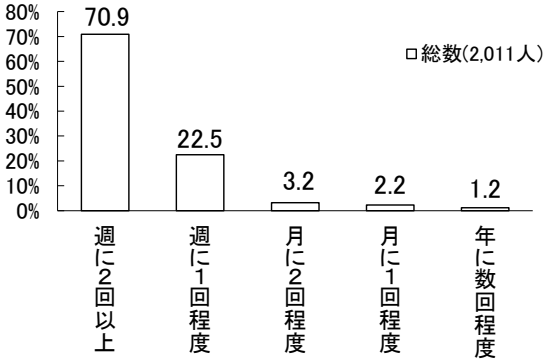
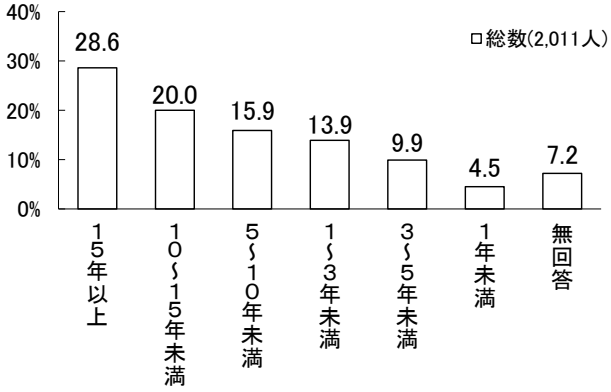


図 4-9　継続期間



（２）フレイルの認知度

「フレイル」という言葉を「知っている」割合は 36.3%

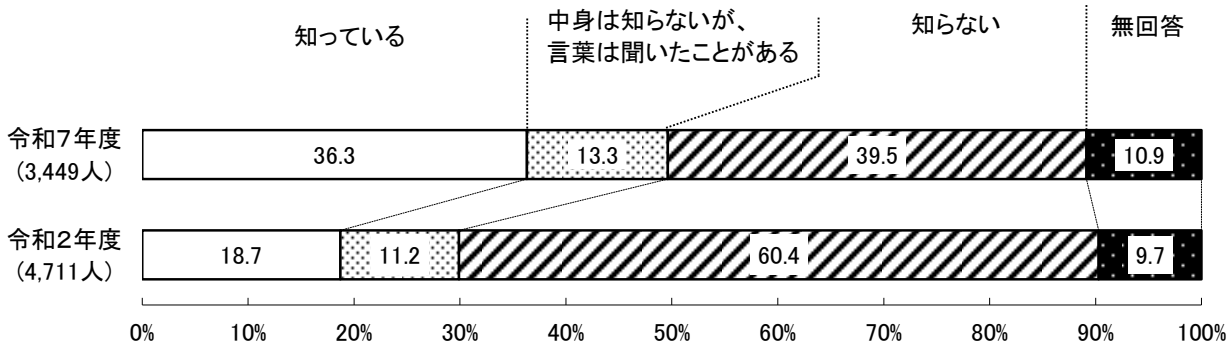
「フレイル」という言葉を知っているか聞いたところ、「知っている」割合が 36.3%、「中身は知らないが、言葉は聞いたことがある」が 13.3%となっている。一方、「知らない」の割合は 39.5%となっている。令和２年度調査と比べて、「知っている」割合は 17.6 ポイント増加している。（図 4-14　本文 91ｐ）

※ フレイルとは

年齢とともに心身の活力（筋力や認知機能など）が低下して、要介護状態となるリスクが高い状態で、「健康」と「要介護」の中間をいう。

多くの高齢者が、フレイルの段階を経て徐々に要介護状態に至るとされている。

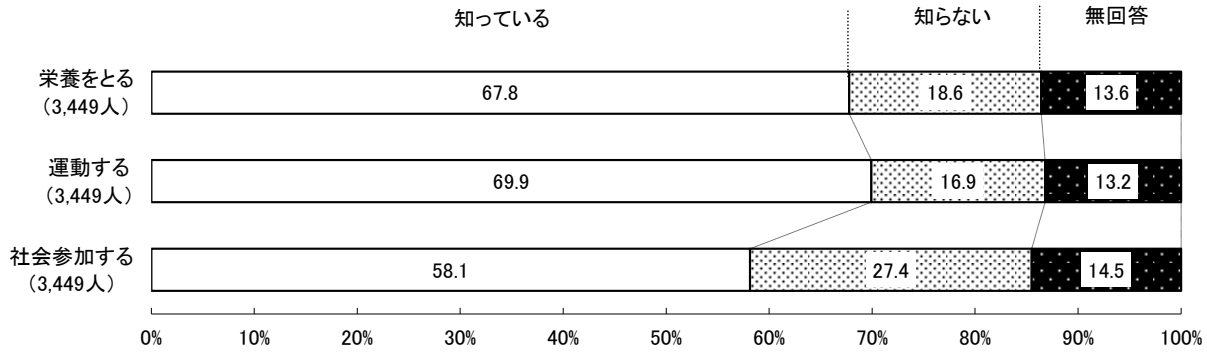
図 4-14　フレイルの認知度－令和２年度調査との比較



（３）フレイルの予防方法の認知度

「栄養をとる」、「運動する」及び「社会参加する」ことがフレイルの予防方法であることを知っているか聞いたところ、「知っている」人の割合は、「栄養をとる」が 67.8%、「運動する」が 69.9%、「社会参加する」が 58.1%となっている。（図 4-15　本文 93ｐ）

図 4-15　フレイルの予防方法の認知度



第５章　認知症と成年後見制度等

１　認知症

（１）認知症について気になっている、不安に感じていること〔複数回答〕ー性・年齢階級別

認知症について気になっている、不安に感じていることは、「家族や周囲に負担がかかるか」の割合が最も高く、45.9%

認知症について気になっていること、不安に感じていることを聞いたところ、「家族や周囲に負担がかかるか」の割合が 45.9%で最も高く、次いで「日常生活（買物、家事など）を続けられるか」が 43.8%となっている。一方で、「特にない」は 17.2%となっている。

性別でみると、男性では「家族や周囲に負担がかかるか」の割合が 44.4%で最も高く、次いで「日常生活（買物、家事など）を続けられるか」が 38.9%、「医療・介護にどのくらい費用がかかるか」が 35.5%となっている。女性では「日常生活（買物、家事など）を続けられるか」の割合が 48.6%で最も高く、次いで「家族や周囲に負担がかかるか」が 47.3%、「医療・介護にどのくらい費用がかかるか」が 38.6%となっている。（表 5-1 本文 100ｐ）

表 5-1　認知症について気になっている、不安に感じていること〔複数回答〕

ー性・年齢階級別

		総数	どこに相談、受診すればよいか	自分を介護してくれる人がいるか	家族や周囲に負担がかかるか	医療・介護にどのくらい費用がかかるか	予防策や進行を遅らせる対策があるか	自分の性格や行動がどのように変わるか	日常生活（買物、家事など）を続けられるか	友人・知人との交流が続けられるか	詐欺などの犯罪に巻き込まれないか	その他	特にない	無回答
総数		100.0 (3,449)	24.6	21.2	45.9	37.1	29.5	32.0	43.8	20.9	23.3	0.8	17.2	11.5
性・年齢階級別	男	100.0 (1,708)	25.8	20.8	44.4	35.5	27.7	26.6	38.9	18.7	21.4	0.6	20.3	10.3
	65～69歳	100.0 (414)	29.2	28.0	51.9	43.0	32.1	33.8	42.5	19.3	26.6	－	17.4	5.3
	70～74歳	100.0 (401)	29.4	24.4	50.6	38.7	32.2	26.9	41.9	18.5	23.2	0.2	18.5	6.2
	75歳以上	100.0 (893)	22.6	15.8	38.2	30.7	23.6	23.2	35.8	18.6	18.3	1.0	22.5	14.4
	女	100.0 (1,741)	23.3	21.7	47.3	38.6	31.3	37.2	48.6	23.0	25.2	1.1	14.1	12.6
	65～69歳	100.0 (325)	27.1	29.5	57.8	51.7	32.6	50.8	56.0	25.2	32.0	1.5	12.3	3.4
	70～74歳	100.0 (344)	27.0	22.7	53.2	41.6	31.4	41.6	52.3	23.8	27.3	1.5	11.3	6.7
	75歳以上	100.0 (1,072)	21.0	18.9	42.3	33.7	30.9	31.6	45.1	22.0	22.5	0.8	15.5	17.4

第６章　住まい

１　住まいの種類

現在、住んでいる住宅の種類を聞いたところ、「持家（一戸建て）」の割合が 54.9％で最も高く、次いで「持家（分譲マンションなど）」が 20.4％、「民間賃貸住宅（賃貸マンション・アパートなど）」が 13.0％となっている。

持家・借家別にみると、「持家」の割合が 75.2％、「借家・賃貸住宅など」が 21.1％となっている。（表 6-1　本文 105ｐ）

表 6-1　住まいの種類－過去調査との比較

	総数	持家	持家（一戸建て）	持家（分譲マンションなど）	借家・賃貸住宅など	民間賃貸住宅（一戸建て）※１	民間賃貸住宅（賃貸マンション・アパートなど）※２	都・区市町村の公営賃貸住宅	都市再生機構・地方住宅供給公社などの公的賃貸住宅 ※３	社宅など給与住宅 ※４	高齢者向け住宅 ※５	その他	無回答
令和7年度	100.0 (3,449)	75.2	54.9	20.4	21.1	1.0	13.0	3.4	1.7	0.7	1.4	1.0	2.6
令和2年度	100.0 (4,711)	78.6	59.2	19.3	17.7	1.2	11.4	1.8	1.7	＊	1.7	1.5	2.2
平成27年度	100.0 (4,390)	76.4	60.1	16.3	22.6	1.1	12.8	5.6	2.4	＊	0.7	0.6	0.4
平成22年度	100.0 (4,767)	78.4	61.1	17.3	21.1	1.3	8.6	5.2	5.5	＊	0.5	0.3	0.2
平成17年度	100.0 (4,583)	79.5	69.4	10.1	19.7	1.2	9.0	7.9	1.2	＊	0.5	0.6	0.2

（注１）※１は、平成 17 年度から令和２年度の調査では「借家（一戸建て）」としていた。

（注２）※２は、平成 17 年度から令和２年度の調査では「民間賃貸住宅」としていた。

（注３）※３は、平成 17 年度調査では「都市機構（旧公団）・公社などの賃貸住宅」、平成 22 年度及び平成 27 年度調査では「都市再生機構（旧公団）・公社などの賃貸住宅」としていた。

（注４）※４は、平成 17 年度から令和２年度の調査では選択肢を設けていなかった。

（注５）※５は、「高齢者向け住宅」とは、シルバーピア、サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム、ケアハウス、認知症高齢者グループホームなどを指す。平成 17 年度調査では「高齢者向け住宅（シルバーピア、高齢者向け優良賃貸住宅、有料老人ホーム、ケアハウス、認知症高齢者グループホームなど）」、平成 22 年度調査では「高齢者向け住宅等（シルバーピア、高齢者専用賃貸住宅、有料老人ホーム、ケアハウス、認知症高齢者グループホームなど）」としていた。

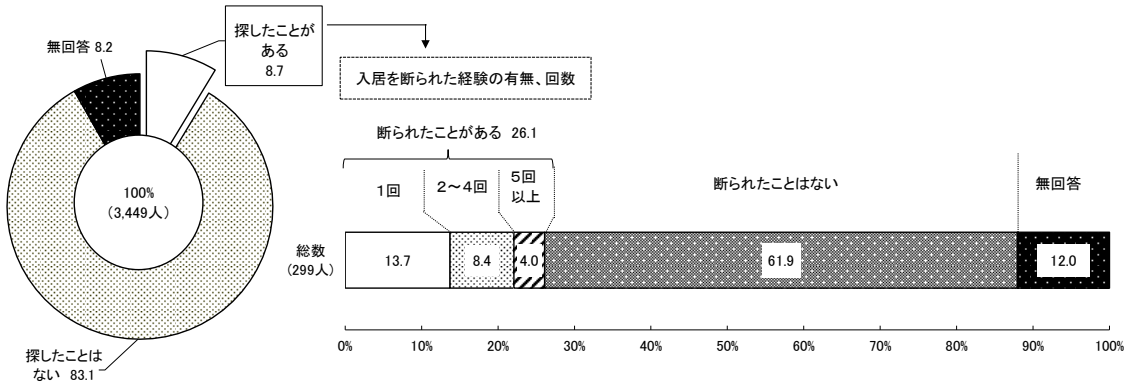
2　65 歳を超えてから賃貸住宅を探した経験、入居を断られた経験の有無等

65 歳を超えてから賃貸住宅を「探したことがある」割合は 8.7%

65 歳を超えてから賃貸住宅を探した経験の有無を聞いたところ、「探したことがある」の割合が 8.7%となっている。

「探したことがある」と回答した人（299 人）に不動産会社等に入居を断られた経験の有無及び回数を聞いたところ、「断られたことがある」の割合は 26.1%となっている。（図 6-5　本文 112ｐ）

図 6-5　65 歳を超えてから賃貸住宅を探した経験、入居を断られた経験の有無等

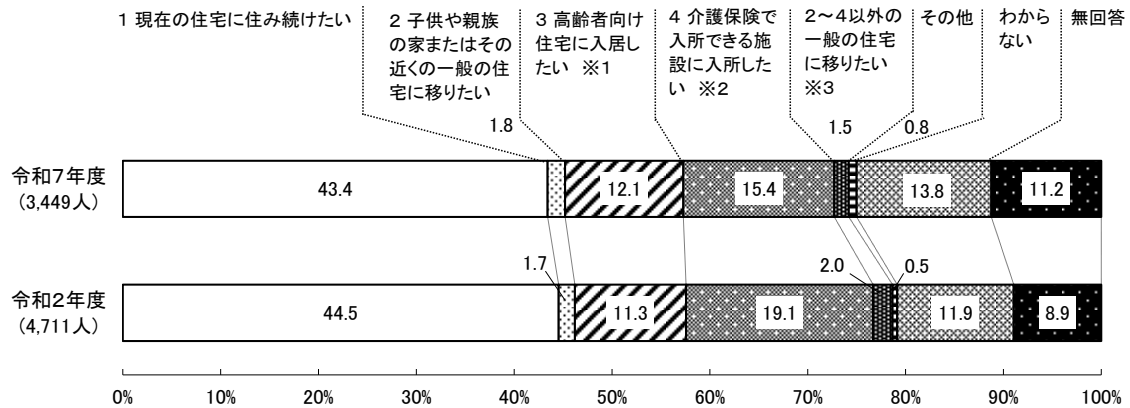


3　介護が必要になったときの高齢期の住まい

介護が必要になったとき、「現在の住宅に住み続けたい」割合が最も高く、43.4%

介護が必要になったときに住みたい場所について聞いたところ、「現在の住宅に住み続けたい」の割合が 43.4%で最も高く、次いで「介護保険で入所できる施設（特別養護老人ホームなど）に入所したい」が 15.4%となっている。（図 6-6　本文 113ｐ）

図 6-6　介護が必要になったときの高齢期の住まいー令和２年度調査との比較



（注１）※１の「高齢者向け住宅」とは、サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホームなどを指す。

（注２）※２の「介護保険で入所できる施設」とは、特別養護老人ホームなどを指す。

（注３）※３の「２～４以外の一般の住宅」とは、自然環境の良いところ、生まれ育ったところなどを指す。

第７章　デジタルの利用

１　日常生活における各活動でのデジタルの利用状況

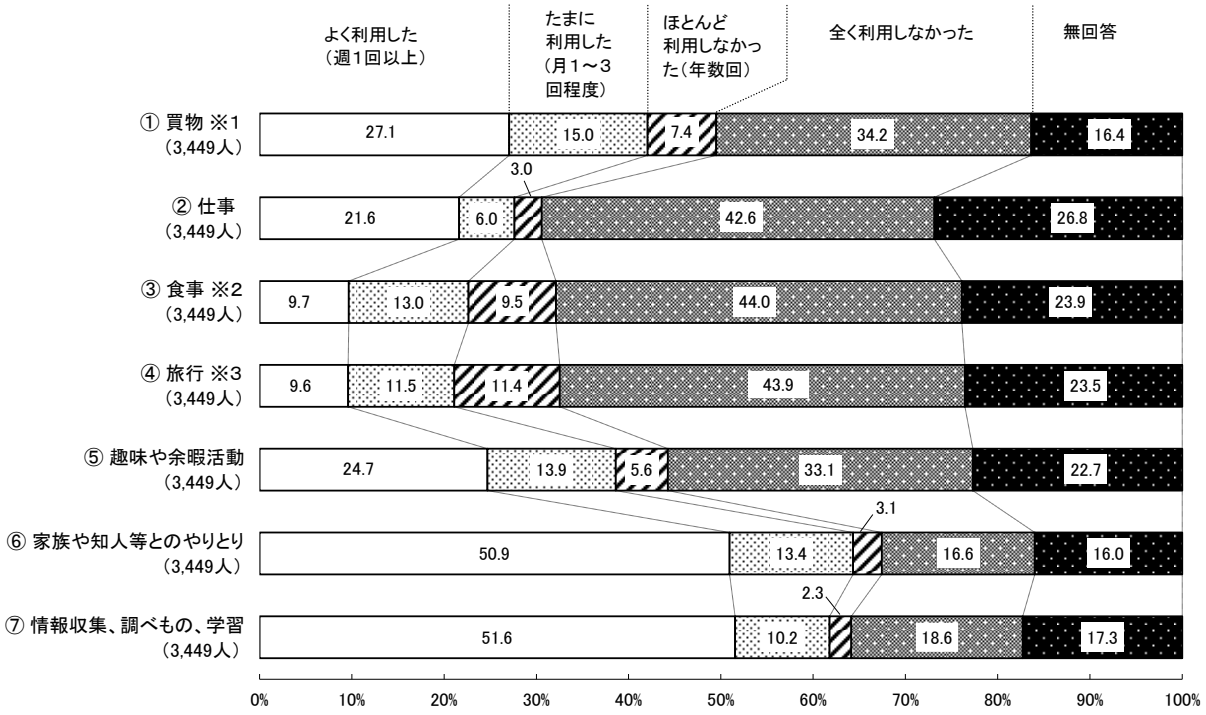
日常生活でデジタルを「よく利用した（週１回以上）」の割合は、「情報収集、調べもの、学習」が最も高く、約５割

日常生活における以下の①～⑦の各活動でのデジタルの利用状況を聞いたところ、「よく利用した（週１回以上）」の割合は「⑦情報収集、調べもの、学習」が 51.6％で最も高く、次いで「⑥家族や知人等とのやりとり」が 50.9％となっている。（図 7-1　本文 119ｐ）

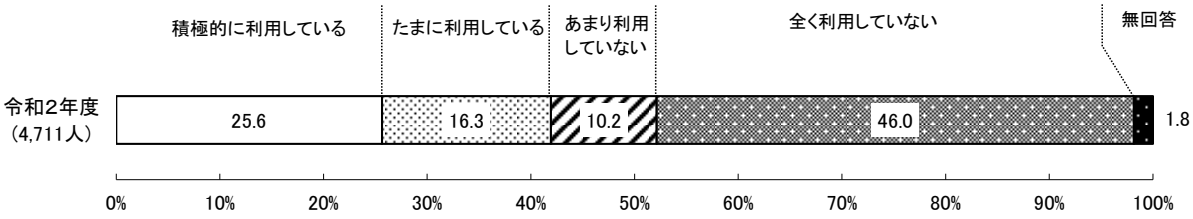
※ デジタルの利用とは

パソコン、スマートフォンなどを使いインターネットでウェブサイト（ホームページ）から情報を得ること、アプリの利用、メール、ＳＮＳの投稿や特定の相手とのやり取りなど広く含む。

図 7-1　日常生活における各活動でのデジタルの利用状況



【参考】インターネットや情報通信機器の利用状況



（注１）※１の「買物」とは、ネットショッピングの利用や、キャッシュレス決済などを指す。

（注２）※２の「食事」とは、レストランの予約や、配達サービスの利用などを指す。

（注３）※３の「旅行」とは、交通機関の予約や、ホテルの予約などを指す。

2　日常生活における各活動でのデジタルを利用しなかった理由

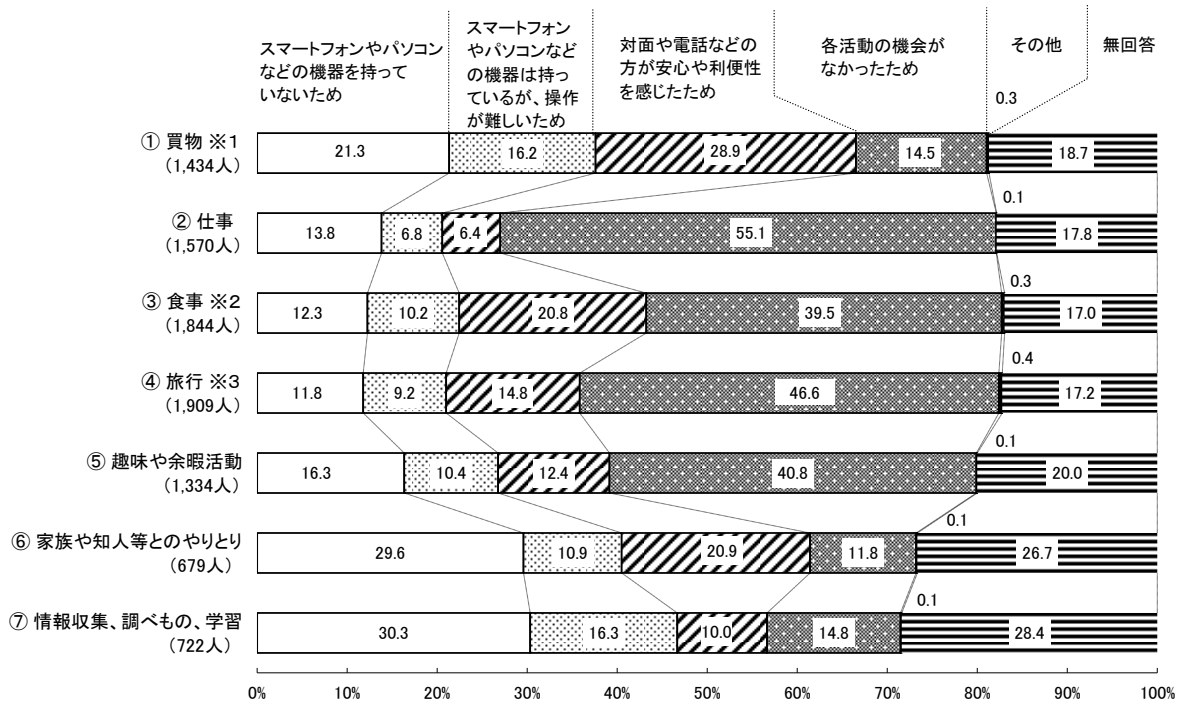
日常生活における以下の①～⑦の各活動でのデジタルの利用状況において、「ほとんど利用しなかった（年数回)」と「全く利用しなかった」と回答した人に理由を聞いた。

「②仕事」、「③食事」、「④旅行」及び「⑤趣味や余暇活動」ではいずれも「各活動の機会がなかったため」の割合が最も高くなっている（39.5%～55.1%)。

また、「⑥家族や知人等とのやりとり」及び「⑦情報収集、調べもの、学習」では「スマートフォンやパソコンなどの機器を持っていないため」が最も高くなっている（29.6%、30.3%)。

さらに、「①買い物」は「対面や電話などの方が安心や利便性を感じたため」が 28.9%と最も高くなっている。（図 7-3　本文 121ｐ）

図 7-3　日常生活における各活動でのデジタルを利用しなかった理由



（注１）※１の「買物」とは、ネットショッピングの利用や、キャッシュレス決済などを指す。

（注２）※２の「食事」とは、レストランの予約や、配達サービスの利用などを指す。

（注３）※３の「旅行」とは、交通機関の予約や、ホテルの予約などを指す。

３　行政サービスを受ける際にデジタルを利用しなかった理由

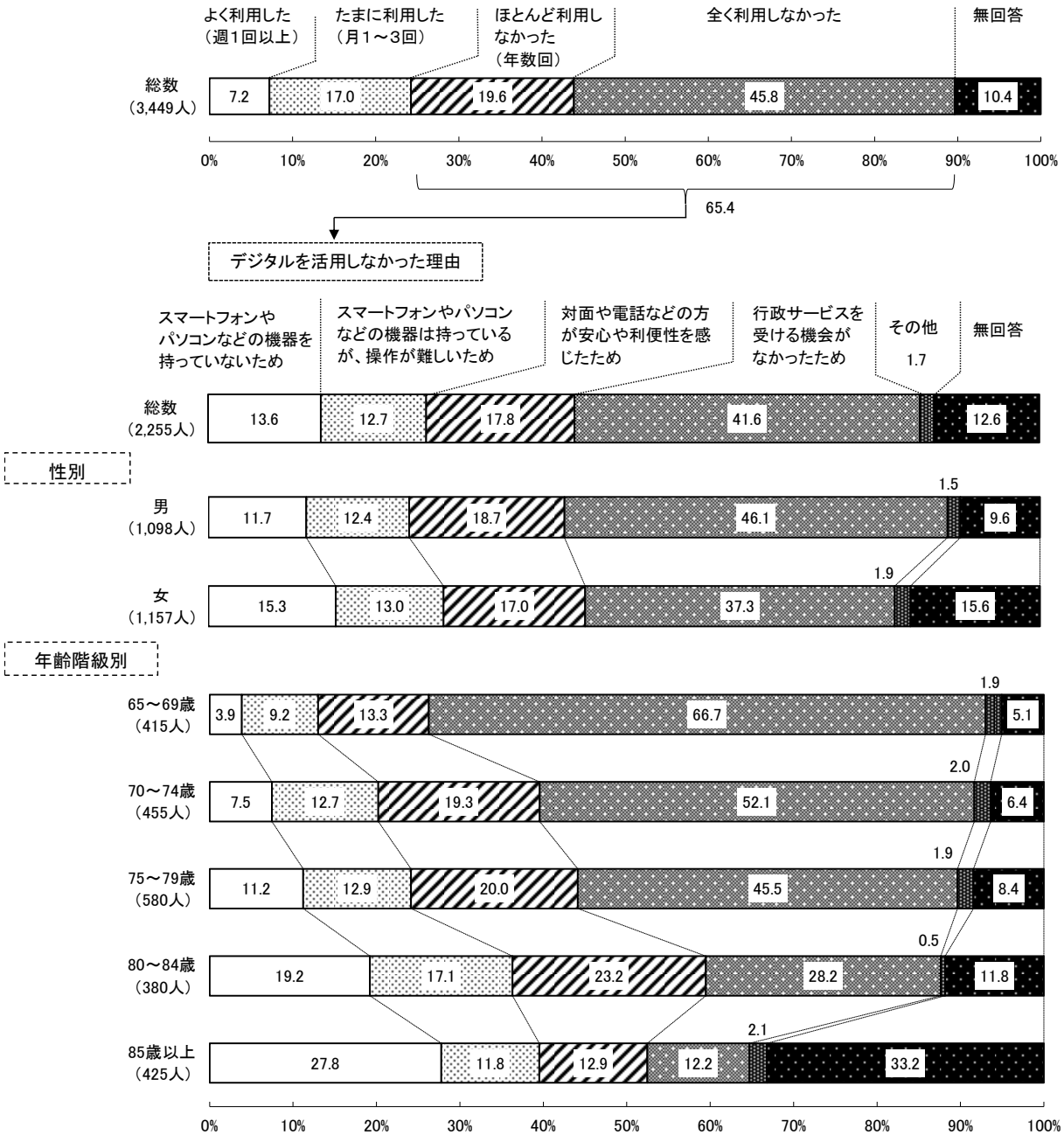
行政サービスを受ける際にデジタルを利用しなかった理由は、男女ともに「行政サービスを受ける機会がなかったため」の割合が最も高い

行政サービスを受ける際のデジタルの利用状況を聞いたところ、「ほとんど利用しなかった（年数回）」と「全く利用しなかった」を合わせた割合は 65.4％となっている。

また、「ほとんど利用しなかった（年数回）」又は「全く利用しなかった」と回答した人（2,255 人）に理由を聞いたところ、男女ともに「行政サービスを受ける機会がなかったため」の割合が最も高く（男性 46.1％、女性 37.3％）、次いで「対面や電話などの方が安心や利便性を感じたため」となっている（男性 18.7％、女性 17.0％）。（図 7-5　本文 124ｐ）

図 7-5　行政サービスを受ける際のデジタルの利用状況、利用しなかった理由

－性、年齢階級別



第８章　コミュニケーション

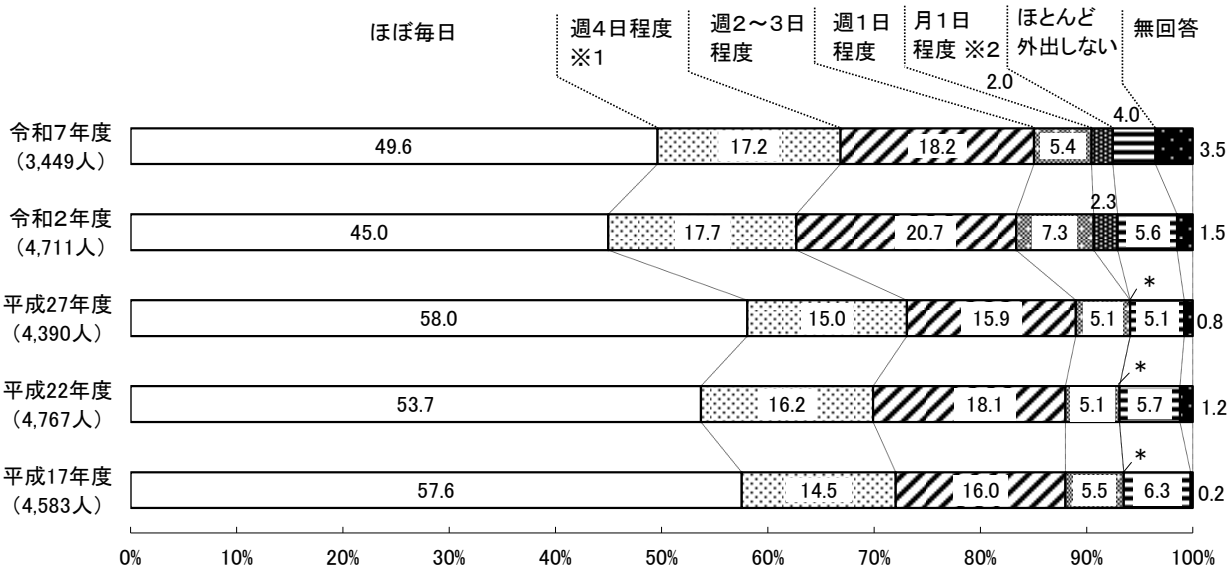
１　外出の頻度

外出の頻度は、「ほぼ毎日」の割合が最も高く、49.6%

通常どれくらいの頻度で外出するかを聞いたところ、「ほぼ毎日」の割合が 49.6%で最も高く、次いで「週２～３日程度」が 18.2%、「週４日程度」が 17.2%となっている。

令和２年度調査と比べると、「ほぼ毎日」の割合は 4.6 ポイント増加している。（図 8-1 本文 129ｐ）

図 8-1　外出の頻度－過去調査との比較



（注１）平成 27 年度以前の「週○日程度」の選択肢は、いずれも「週○回程度」と回数表記であり、１日に２回以上外出する場合は、１回と数えた。

（注２）※１は、平成 17 年度調査では「週４回以上」としていた。

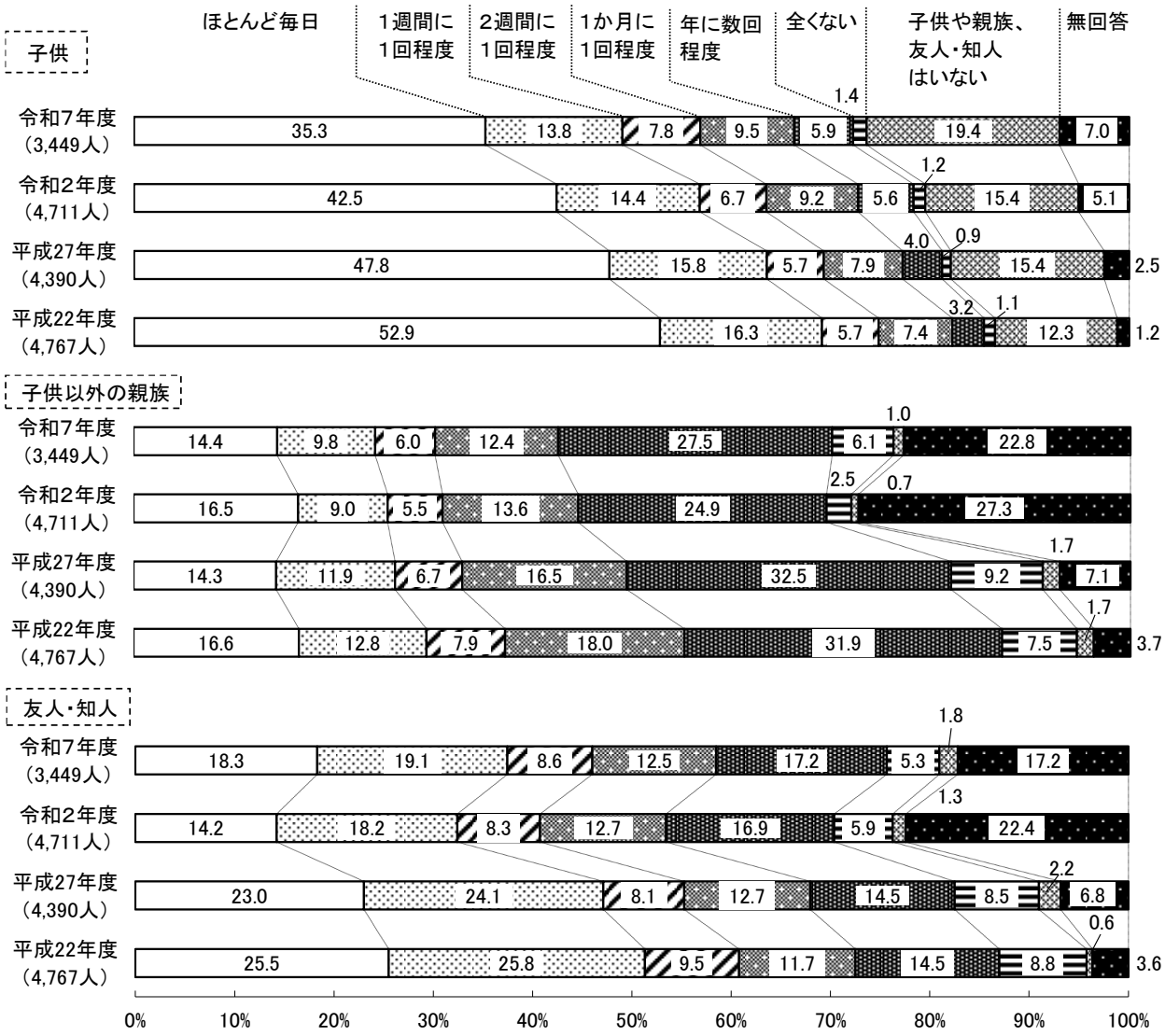
（注３）※２は、平成 17 年度から平成 27 年度調査では選択肢を設けていなかった。

2　交流の頻度

子供との交流は「ほとんど毎日」の割合が最も高く、35.3%

同居・別居に関わらず、どれくらいの頻度で、子供、親族、友人・知人と交流（話す、会う、電話、メールなど）するかを聞いたところ、子供については「ほとんど毎日」の割合が35.3%、子供以外の親族については「年に数回程度」が27.5%、友人・知人については「1週間に1回程度」が19.1%とそれぞれ最も高くなっている。（図8-3　本文132ｐ）

図8-3　交流の頻度－過去調査との比較

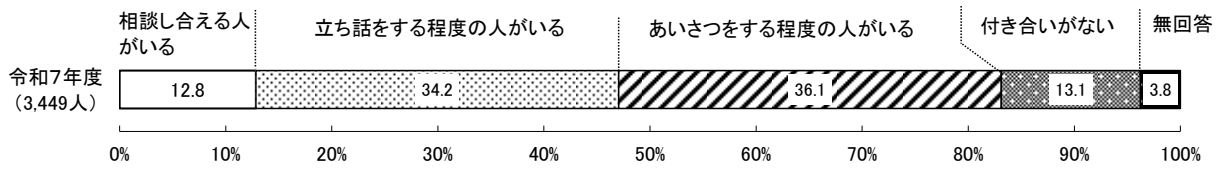


３　近所付き合いの程度

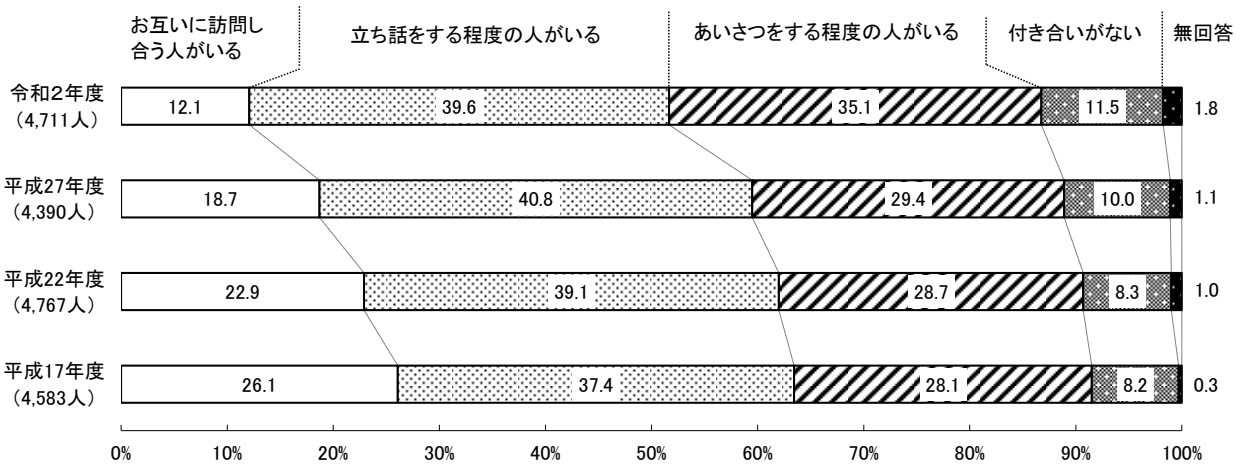
「あいさつをする程度の人がいる」の割合が最も高く、36.1%

近所付き合いの程度を聞いたところ、「あいさつをする程度の人がいる」の割合が 36.1%で最も高く、次いで「立ち話をする程度の人がいる」が 34.2%となっている。（図 8-4　本文 138ｐ）

図 8-4　近所付き合いの程度－過去調査との比較



【参考】



（注）令和７年度調査では、平成 17 年度から令和２年度調査の「お互いに訪問し合う人がいる」を、「相談し合える人がいる」と選択肢を変更した。

（１）近所付き合いの程度－性、年齢階級、地域、世帯構成（世代）別

単身世帯（ひとりぐらし）では、「付き合いがない」の割合が 17.3%で、他の世帯構成に比べて高い

近所付き合いの程度を性別でみると、「相談し合える人がいる」の割合は、男性 7.8%、女性は 17.8%で、女性の方が 10.0 ポイント高くなっている。

世帯構成（世代）別にみると、単身世帯（ひとりぐらし）では、「付き合いがない」の割合が 17.3%で、他の世帯構成に比べて高くなっている。（表 8-7　本文 139ｐ）

表 8-7　近所付き合いの程度－性、年齢階級、地域、世帯構成（世代）別

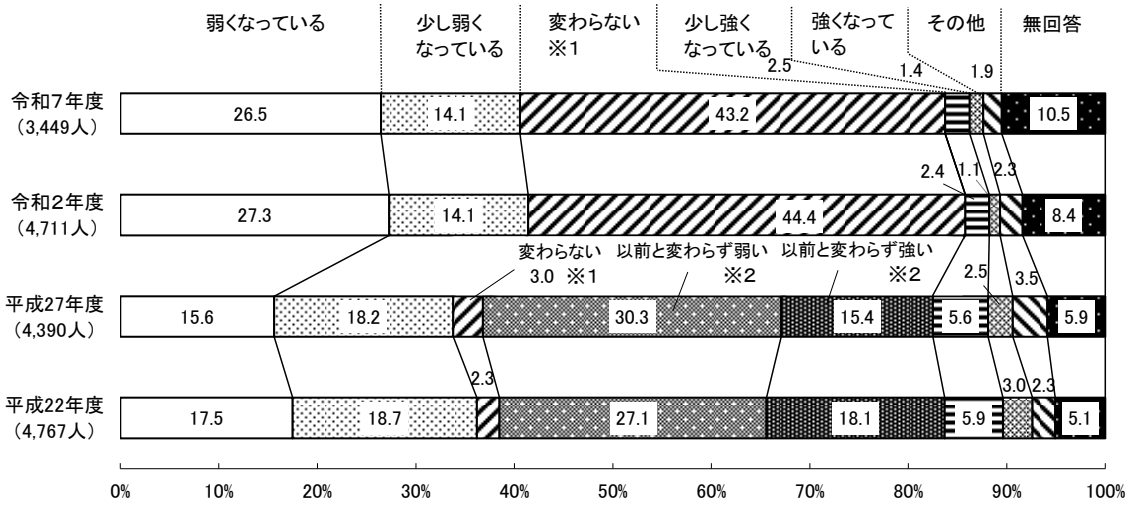
		総数	相談し合える人がいる	立ち話をする程度の人がいる	あいさつをする程度の人がいる	付き合いがない	無回答
総数		100.0 (3,449)	12.8	34.2	36.1	13.1	3.8
性別	男	100.0 (1,708)	7.8	29.7	43.7	15.3	3.5
	女	100.0 (1,741)	17.8	38.6	28.5	11.0	4.1
年齢階級別	65～69歳	100.0 (739)	9.1	29.8	41.8	16.4	3.0
	70～74歳	100.0 (745)	11.4	33.0	40.4	12.1	3.1
	75～79歳	100.0 (875)	13.6	37.7	33.1	11.9	3.7
	80～84歳	100.0 (551)	19.6	36.1	30.5	10.3	3.4
	85歳以上	100.0 (539)	11.9	34.3	32.7	14.8	6.3
地域別	区部　計	100.0 (2,437)	12.8	33.2	35.8	14.4	3.9
	区中央部	100.0 (176)	17.6	31.8	30.1	16.5	4.0
	区南部	100.0 (320)	13.4	29.4	38.1	14.7	4.4
	区西南部	100.0 (353)	12.7	30.6	40.5	12.7	3.4
	区西部	100.0 (333)	11.7	34.8	35.4	13.8	4.2
	区西北部	100.0 (573)	9.2	36.6	37.2	12.2	4.7
	区東北部	100.0 (333)	15.9	30.6	33.9	15.0	4.5
	区東部	100.0 (349)	13.8	35.0	31.5	18.3	1.4
	市町村部　計	100.0 (1,012)	12.9	36.8	36.8	10.0	3.6
	西多摩	100.0 (71)	8.5	42.3	39.4	8.5	1.4
	南多摩	100.0 (286)	19.2	35.3	33.6	8.7	3.1
	北多摩西部	100.0 (178)	12.4	38.2	36.5	9.0	3.9
	北多摩南部	100.0 (280)	10.0	35.0	38.9	12.1	3.9
	北多摩北部	100.0 (197)	10.2	38.1	37.6	10.2	4.1
世帯構成（世代）別	単身世帯（ひとりぐらし）	100.0 (1,004)	16.4	31.4	30.7	17.3	4.2
	一世代（配偶者と二人暮らし）	100.0 (1,214)	11.0	36.0	40.0	9.5	3.5
	二世代	100.0 (888)	11.4	35.7	37.4	13.0	2.6
	三世代	100.0 (178)	12.4	36.5	33.7	13.5	3.9

4　地域の方々とのつながり

地域の方々とのつながりは、以前と比べて「変わらない」の割合が最も高く、４割超

地域とのつながり（近所付き合い、交流など）について以前と比べてどのように感じているか聞いたところ、「変わらない」の割合が 43.2%で最も高く、次いで「弱くなっている」が 26.5%となっている。（図 8-6　本文 141ｐ）

図 8-6　地域の方々とのつながりー過去調査との比較



（注１）※１は、平成 22 年度及び平成 27 年度調査では選択肢を設けておらず、「その他」の回答の中で「変わらない」と回答した数値である。

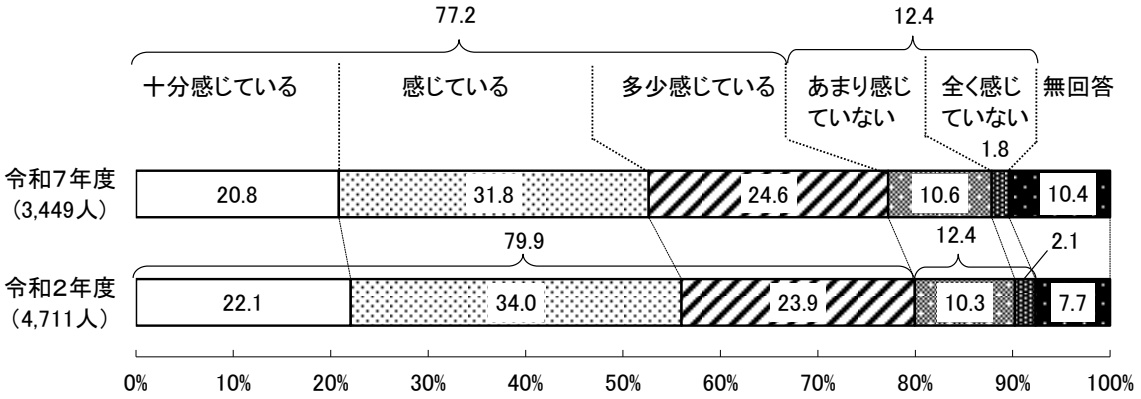
（注２）※２は、令和２年度及び令和７年度調査では選択肢を設けていない。

5　生きがいを感じているか

生きがいを感じている人の割合は 77.2%

現在、どの程度生きがい（喜びや楽しみ）を感じているか聞いたところ、「十分感じている」と「感じている」と「多少感じている」を合わせた割合が 77.2%となっている。一方、「あまり感じていない」と「全く感じていない」を合わせた割合は 12.4%となっている。（図 8-8　本文 147ｐ）

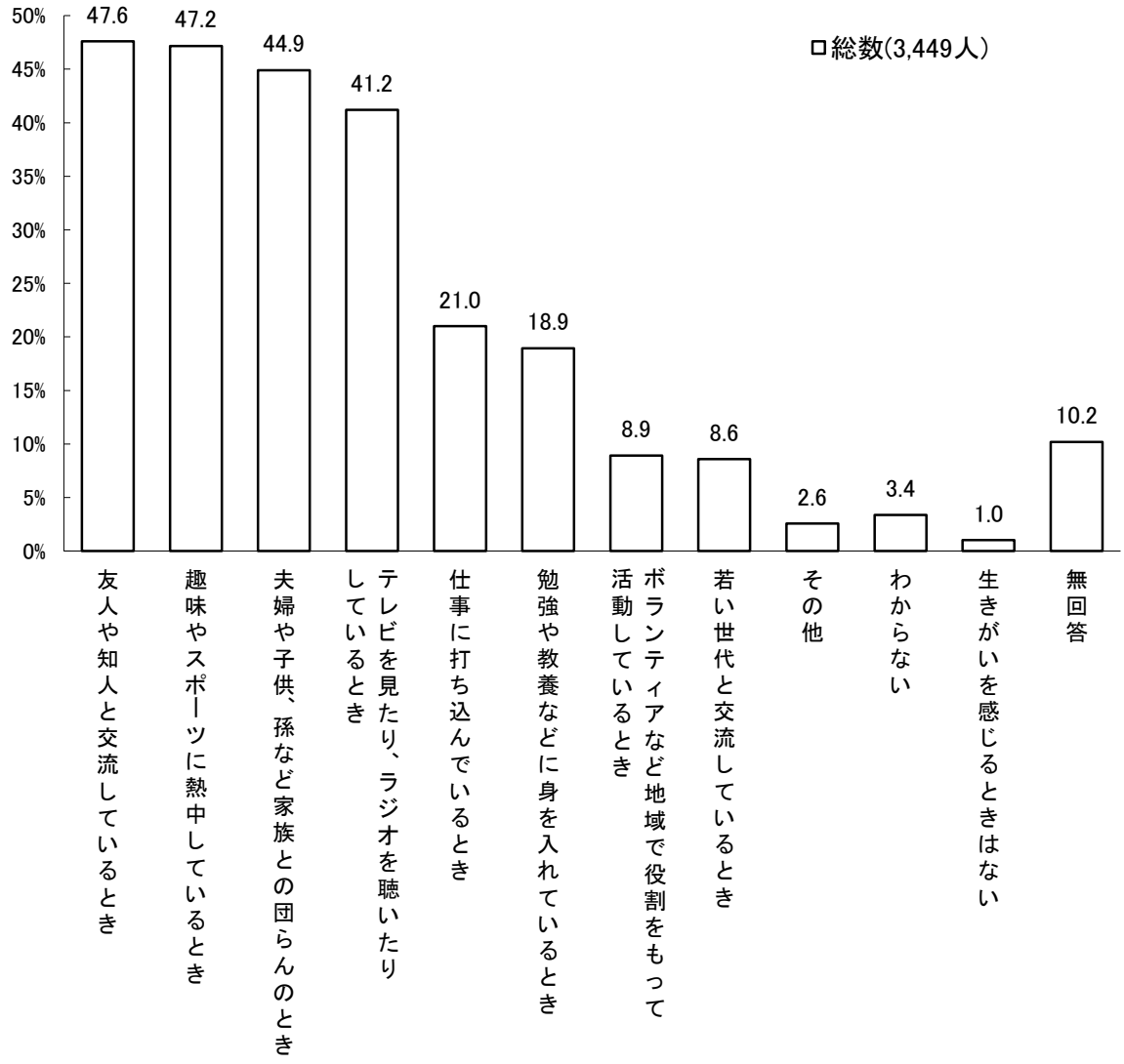
図 8-8　生きがいを感じているかー令和２年度調査との比較



６　生きがいを感じるとき〔複数回答〕

生きがい（喜びや楽しみ）を感じるときはどのようなときか聞いたところ、「友人や知人と交流しているとき」、「趣味やスポーツに熱中しているとき」、「夫婦や子供、孫など家族との団らんのとき」、「テレビを見たり、ラジオを聴いたりしているとき」の割合がいずれも４割を超えている（47.6％～41.2％）。（図 8-9　本文 149ｐ）

図 8-9　生きがいを感じるとき〔複数回答〕



7　孤独であると感じることがあるか－性、年齢階級、世帯類型別

孤独であると感じることが、「たまにある」、「時々ある」及び「しばしばある・常にある」を合わせた割合は 33.0%

どの程度、孤独であると感じることがあるか聞いたところ、「たまにある」、「時々ある」及び「しばしばある・常にある」を合わせた割合は 33.0%になっている。

一方、孤独であると感じることが「ほとんどない」の割合が 43.6%、「決してない」が 13.2%となっている。

世帯類型別でみると、ひとりぐらしでは、「たまにある」、「時々ある」及び「しばしばある・常にある」を合わせた割合は 49.3%で、総数の割合（33.0%）と比べ、16.3 ポイント高くなっている。（表 8-14　本文 151ｐ）

表 8-14　孤独であると感じることがあるか－性、年齢階級、世帯類型別

		総数	決してない	ほとんどない	たまにある	時々ある	しばしばある・常にある	無回答
総数		100.0 (3,449)	13.2	43.6	21.7	7.6	3.7	10.2
						33.0		
性別	男	100.0 (1,708)	14.5	45.8	20.1	6.8	4.4	8.3
	女	100.0 (1,741)	11.9	41.4	23.2	8.4	3.0	12.1
年齢階級別	65～74歳	100.0 (1,484)	14.1	47.7	21.4	7.5	4.0	5.3
	75～84歳	100.0 (1,426)	13.7	44.7	22.7	7.2	3.3	8.3
	85歳以上	100.0 (539)	9.1	29.3	19.7	8.9	3.9	29.1
世帯類型別	高齢者のみの世帯	100.0 (2,206)	12.3	43.0	22.8	8.6	4.4	8.9
	ひとりぐらし	100.0 (1,004)	7.0	34.7	29.1	12.8	7.4	9.1
						49.3		
	配偶者と二人暮らし	100.0 (1,083)	17.1	50.8	16.9	5.0	1.8	8.5
	その他	100.0 (119)	13.4	42.0	24.4	5.9	2.5	11.8
	高齢者以外（65歳未満）がいる世帯	100.0 (1,139)	14.6	45.6	19.8	5.6	2.5	11.9

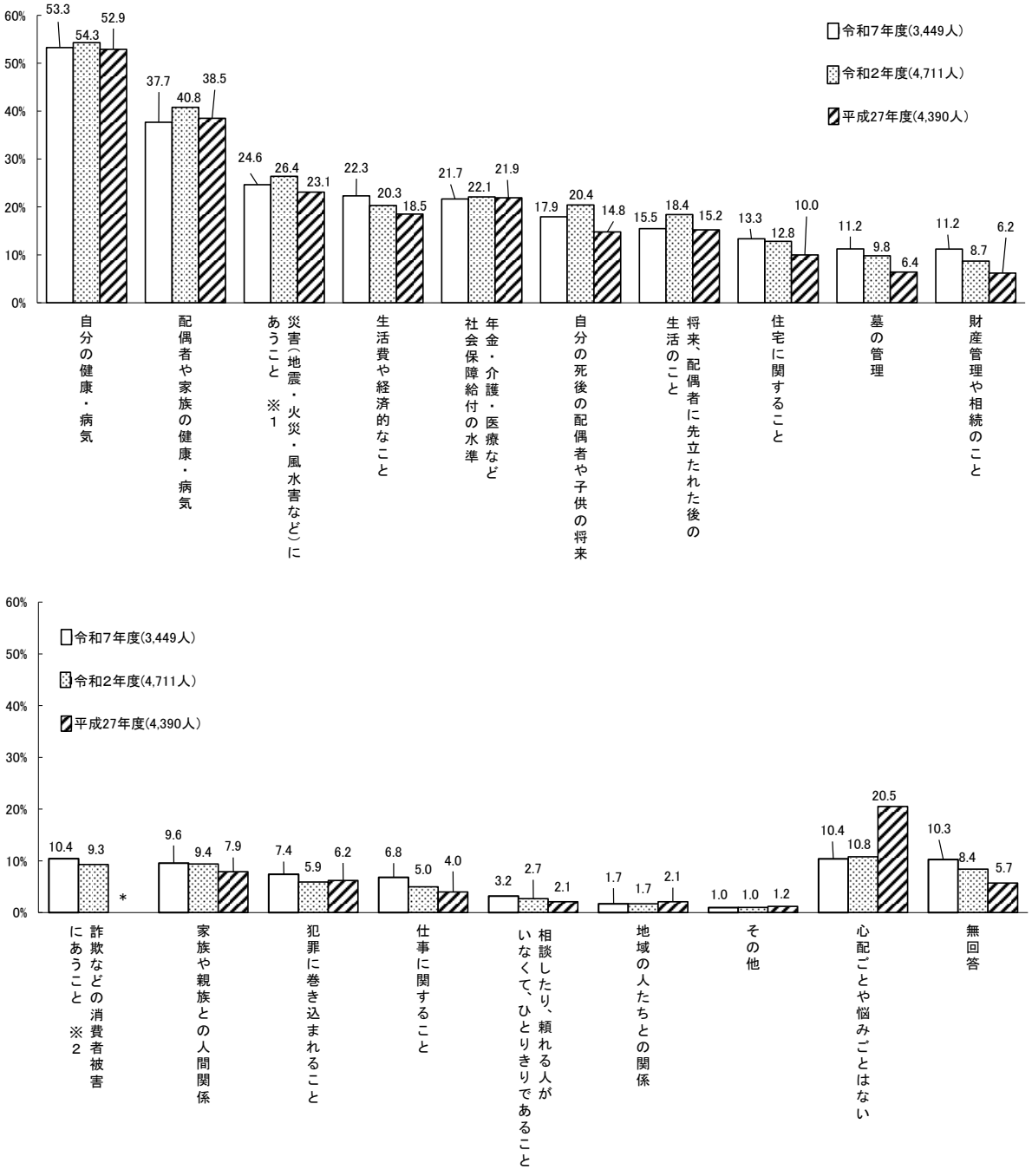
8　心配ごとや悩みごとの内容〔複数回答〕

心配ごとや悩みごとは「自分の健康・病気」の割合が最も高く、53.3%

現在、心配ごとや悩みごとがあるか聞いたところ、「自分の健康・病気」の割合が 53.3%で最も高く、次いで「配偶者や家族の健康・病気」が 37.7%となっている。

一方、「心配ごとや悩みごとはない」の割合は、平成 27 年度調査（20.5%）から減少しており、10.4%となっている。（図 8-10　本文 152ｐ）

図 8-10　心配ごとや悩みごとの内容〔複数回答〕－過去調査との比較



（注１）※１は、平成 27 年度調査では「地震などの災害にあうこと」としていた。

（注２）※２は、平成 27 年度調査では選択肢を設けていなかった。

９　心配ごとや悩みごとの相談相手

（１）心配ごとや悩みごとの相談相手〔複数回答〕－性、世帯構成（世代）別

心配ごとや悩みごとの相談相手は、男女とも「世帯員」の割合が最も高く、男性 55.8%、女性 41.8%

心配ごとや悩みごとができた場合、誰に相談するのかを性別でみると、男女ともに「世帯員」の割合が最も高く（男性 55.8%、女性 41.8%）、次いで「友人・知人」の割合が高くなっている（男性 24.9%、女性 41.5%）。「世帯員」については、男性の方が 14.0 ポイント高く、「友人・知人」は、女性の方が 16.6 ポイント高くなっている。

世帯構成（世代）別にみると、単身世帯（ひとりぐらし）では「相談する人はいない」の割合が 11.8%で、他の世帯構成に比べて高い割合になっている。（表 8-16　本文 155ｐ）

表 8-16　心配ごとや悩みごとの相談相手〔複数回答〕－性、世帯構成（世代）別

		総数	1 世帯員	2 世帯員以外の親族	3 友人・知人	4 賃貸住宅の貸主や集合住宅の管理人	5 地域包括支援センター	6 5以外の行政機関の相談窓口	7 民生委員	8 ホームヘルパーなどの介護職員・ケアマネジャー	9 医師、看護師などの医療従事者	10 5～9以外の専門家（弁護士、税理士、司法書士など）	11 その他	12 相談する人はいない	無回答
総数		100.0 (3,449)	48.7	28.0	33.3	0.5	4.6	1.4	1.6	3.6	9.8	4.8	1.7	6.7	12.2
性別	男	100.0 (1,708)	55.8	23.3	24.9	0.5	4.6	1.4	1.8	2.8	11.1	5.6	1.6	9.8	9.4
	女	100.0 (1,741)	41.8	32.6	41.5	0.5	4.7	1.4	1.4	4.4	8.6	4.0	1.8	3.7	15.0
世帯構成（世代）別	単身世帯（ひとりぐらし）	100.0 (1,004)	－	37.3	42.4	1.1	5.0	1.9	2.8	4.5	10.9	4.4	2.8	11.8	15.1
	一世代（配偶者と二人暮らし）	100.0 (1,214)	72.1	26.9	30.0	0.3	4.9	0.9	0.8	2.4	10.0	4.9	1.1	4.5	8.9
	二世代 ※1	100.0 (888)	68.2	21.8	28.4	0.1	3.9	1.2	1.4	4.3	9.3	5.6	1.2	5.3	11.5
	三世代 ※2	100.0 (178)	65.7	18.5	30.3	0.6	3.4	2.8	1.1	2.2	7.9	3.4	0.6	2.2	19.1

（注１）※１とは、「二世帯（親と同居）」と「二世帯（子供と同居）」の合計値である。

（注２）※２とは、「三世帯（親、子供と同居）」と「三世帯（子供、孫（またはその配偶者）と同居）」の合計値である。

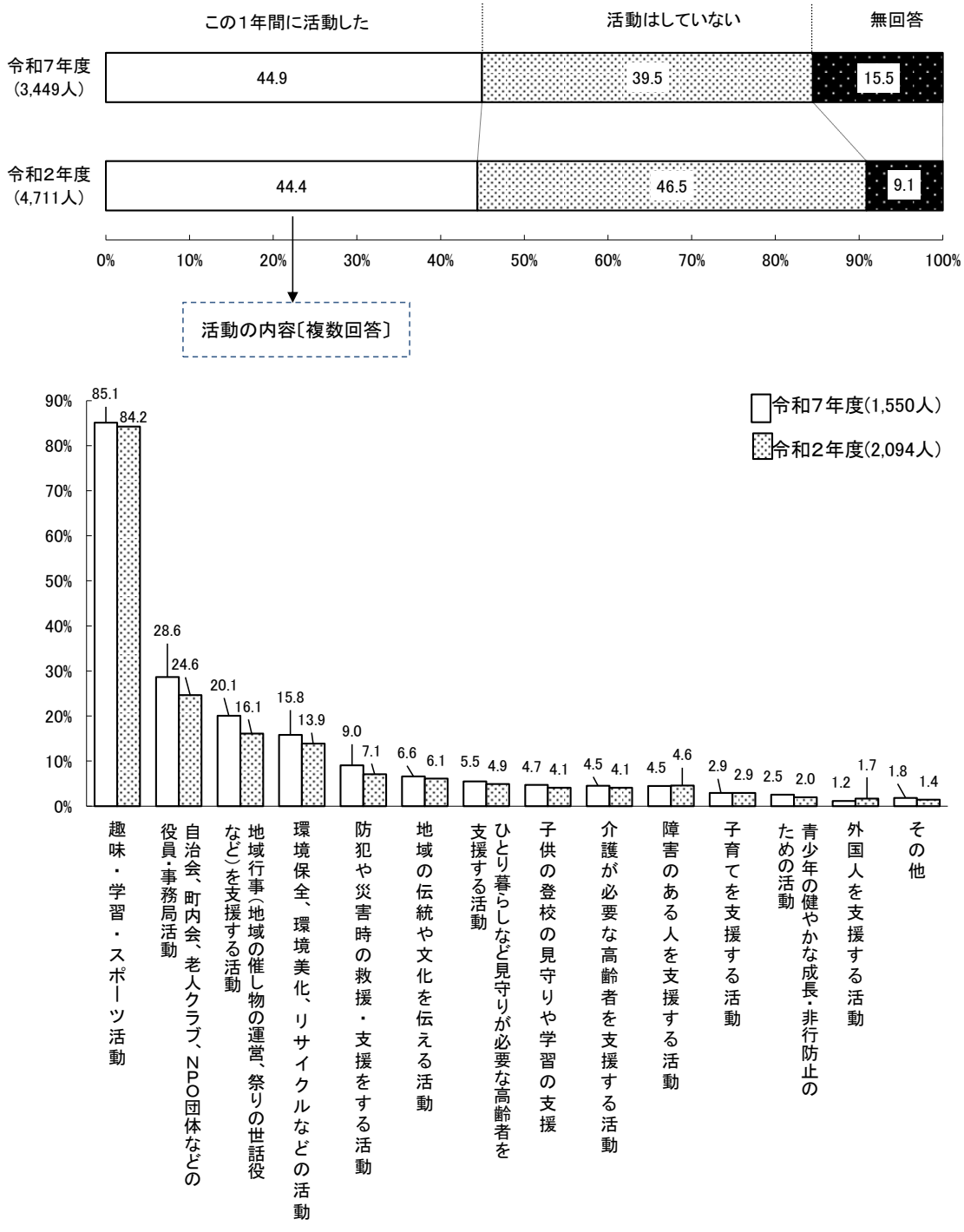
第９章　社会参加

１　１年間に行った活動の状況と活動内容〔複数回答〕

１年間に趣味やスポーツ、地域活動などを行ったか聞いたところ、「この１年間に活動した」の割合が 44.9％で、「活動はしていない」が 39.5％となっている。

「この１年間に活動した」と回答した人（1,550 人）にどのような活動を行ったかについて聞いたところ、「趣味・学習・スポーツ活動」の割合が 85.1％で最も高く、次いで「自治会、町内会、老人クラブ、ＮＰＯ団体などの役員・事務局活動」が 28.6％となっている。（図 9-1　本文 159ｐ）

図 9-1　１年間に行った活動の状況と活動内容〔複数回答〕－令和２年度調査との比較



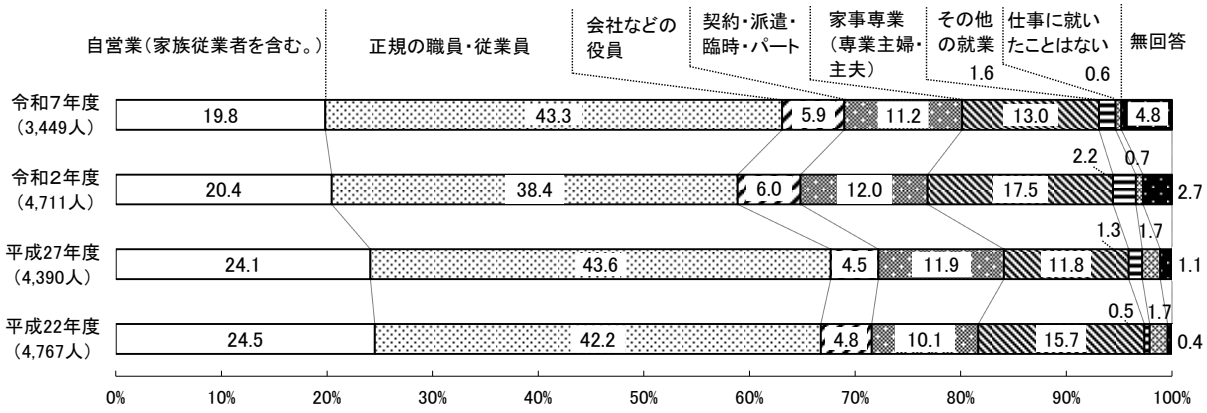
第 10 章　就業・経済

1　最長職業

今までに一番長く従事した仕事は、「正規の職員・従業員」の割合が最も高く、４割超

今までに一番長く従事した仕事を聞いたところ、「正規の職員・従業員」の割合が 43.3%で最も高く、次いで「自営業（家族従業者を含む。）」が 19.8%となっている。（図 10-1　本文 173ｐ）

図 10-1　最長職業－過去調査との比較

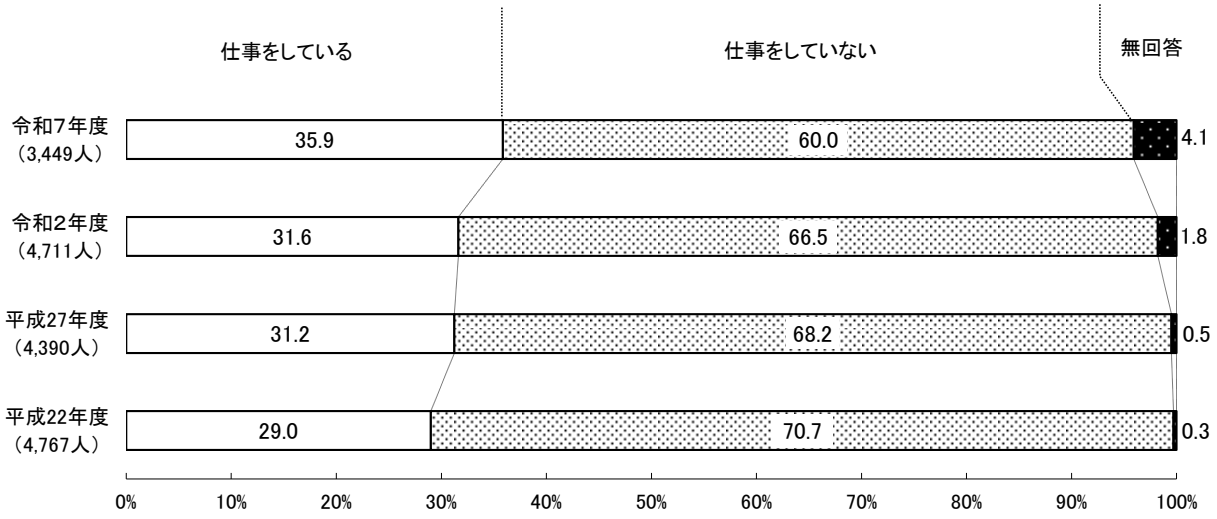


2　現在の仕事の有無

現在、「仕事をしている」割合は３割超

収入のある仕事をしているか聞いたところ、「仕事をしている」割合が 35.9%、「仕事をしていない」が 60.0%となっている。（図 10-2　本文 175ｐ）

図 10-2　現在の仕事の有無－過去調査との比較

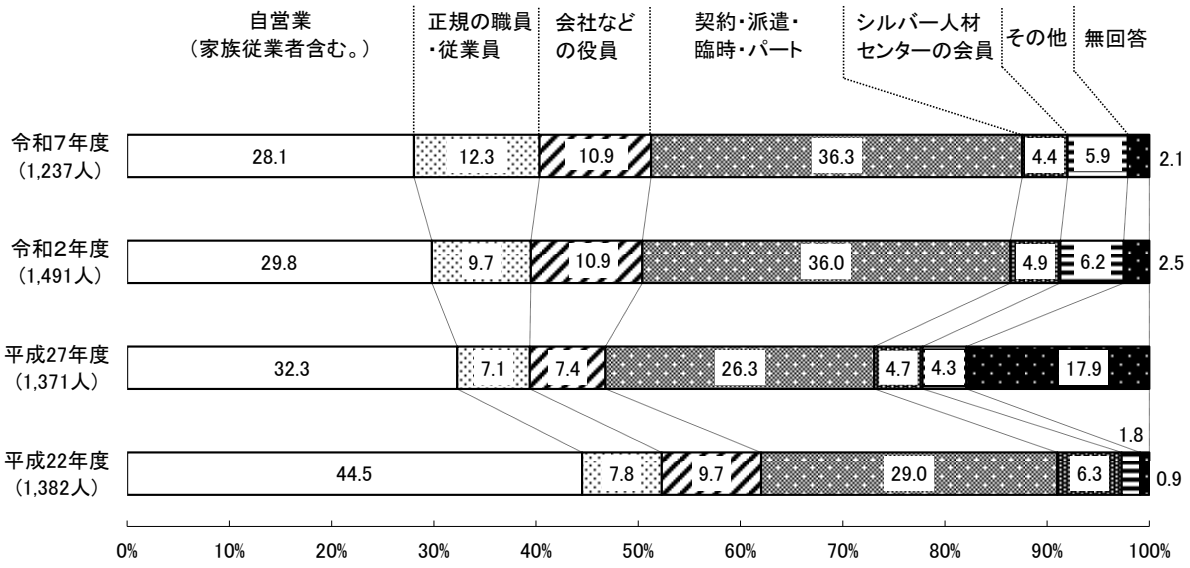


３　現在の仕事の就労形態

現在の仕事の就労形態は、「契約・派遣・臨時・パート」の割合が最も高く、36.3%

収入のある仕事をしている人（1,237 人）に仕事（複数の仕事をしている場合は、収入の最も多いもの）の就労形態を聞いたところ、「契約・派遣・臨時・パート」の割合が 36.3%で最も高く、次いで「自営業（家族従業者を含む。）」が 28.1%となっている。（図 10-5　本文 178ｐ）

図 10-5　現在の仕事の就労形態－過去調査との比較

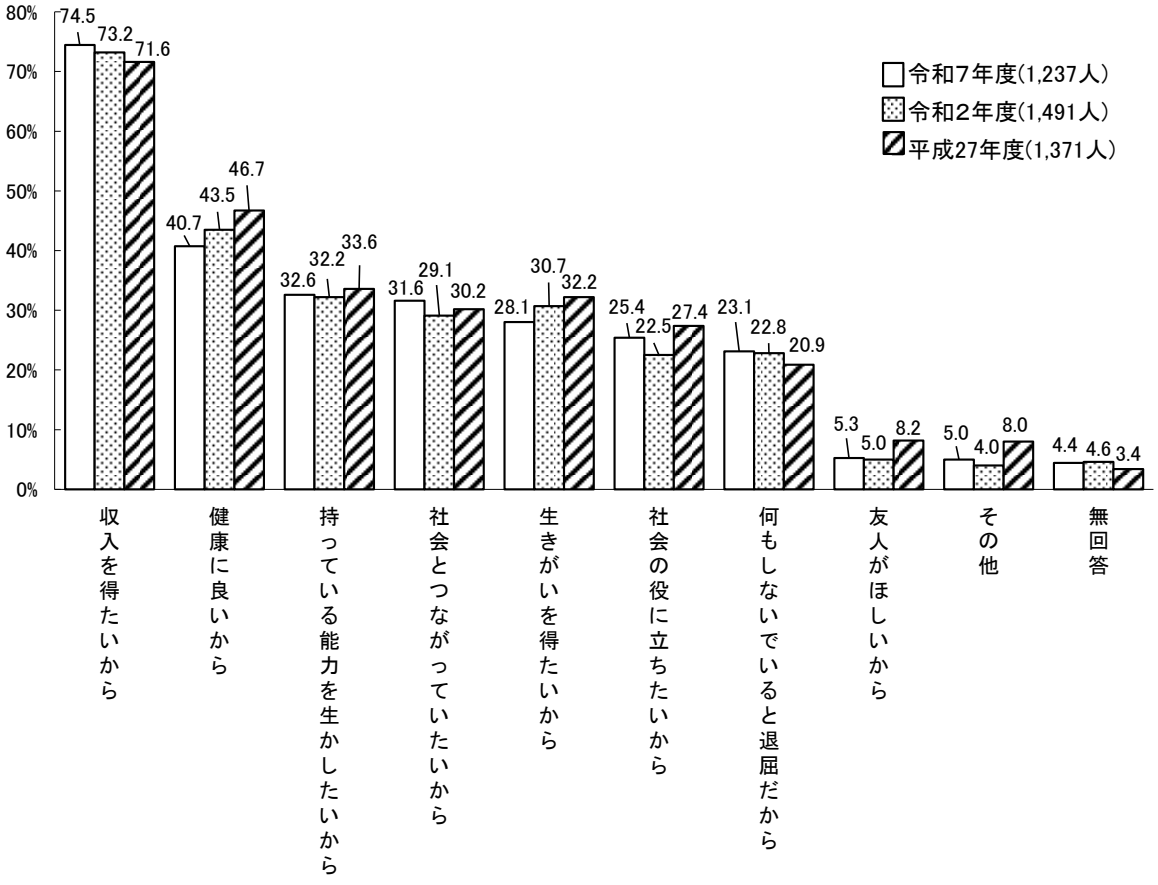


４　仕事をしている理由〔複数回答〕

仕事をしている理由は、「収入を得たいから」の割合が最も高く、74.5%

収入のある仕事をしている人（1,237 人）に仕事をしている理由を聞いたところ、「収入を得たいから」の割合が 74.5%で最も高く、次いで「健康に良いから」が 40.7%となっている。（図 10-6　本文 180ｐ）

図 10-6　仕事をしている理由〔複数回答〕－過去調査との比較



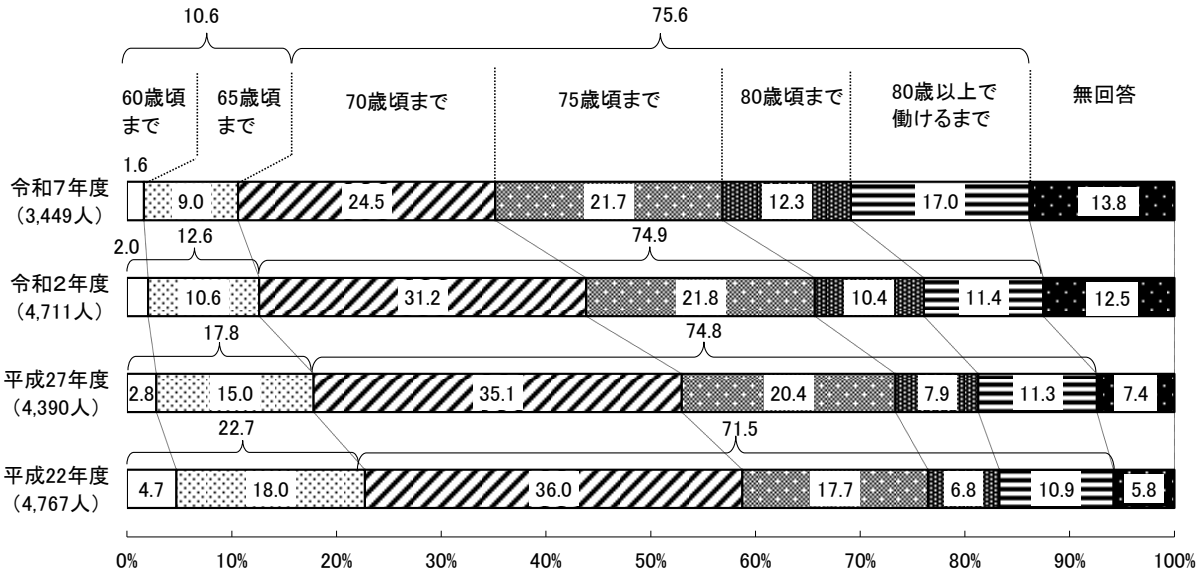
５　理想の就業年齢（何歳頃まで働ける社会が理想か）

理想の就業年齢は、「70 歳頃まで」の割合が最も高く、24.5%

何歳頃まで働ける社会が理想であるか聞いたところ、「70 歳頃まで」の割合が 24.5%で最も高く、次いで「75 歳頃まで」が 21.7%となっている。

「70 歳頃まで」、「75 歳頃まで」、「80 歳頃まで」、「80 歳以上で働けるまで」を合わせた割合は 75.6%となっている。一方、「60 歳頃まで」と「65 歳頃まで」を合わせた割合は 10.6%となっている。（図 10-7　本文 184ｐ）

図 10-7　理想の就業年齢（何歳頃まで働ける社会が理想か）－過去調査との比較



６　収入の種類〔複数回答〕・主な収入源

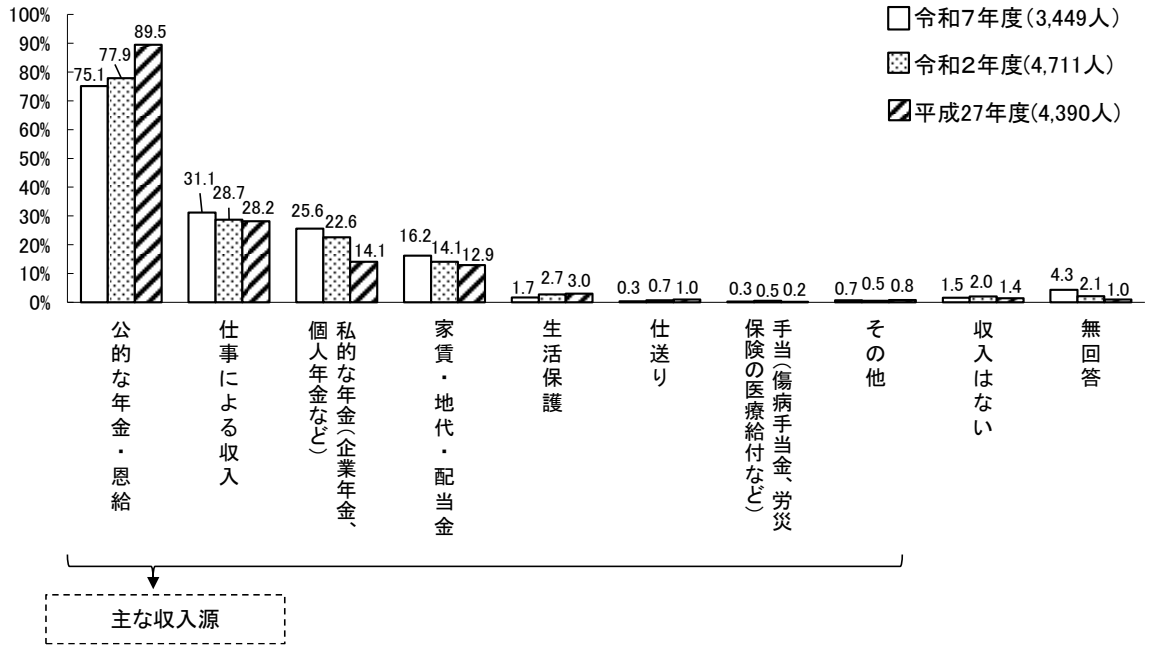
主な収入源は、「公的な年金・恩給」の割合が最も高く、７割超

令和６年（2024 年）中の収入の種類を聞いたところ、「公的な年金・恩給」の割合が 75.1％で最も高く、次いで「仕事による収入」が 31.1％、「私的な年金（企業年金、個人年金など）」が 25.6％となっている。

令和２年度調査と比べて、「公的な年金・恩給」の割合は 2.8 ポイント減少している一方、「私的な年金（企業年金、個人年金など）」が 3.0 ポイント増加している。

また、収入がある人（3,248 人）に主な収入源を聞いたところ、「公的な年金・恩給」の割合が 59.3％で最も高く、次いで「仕事による収入」が 19.5％となっている。（図 10-8　本文 186ｐ）

図 10-8　収入の種類〔複数回答〕・主な収入源 －過去調査との比較



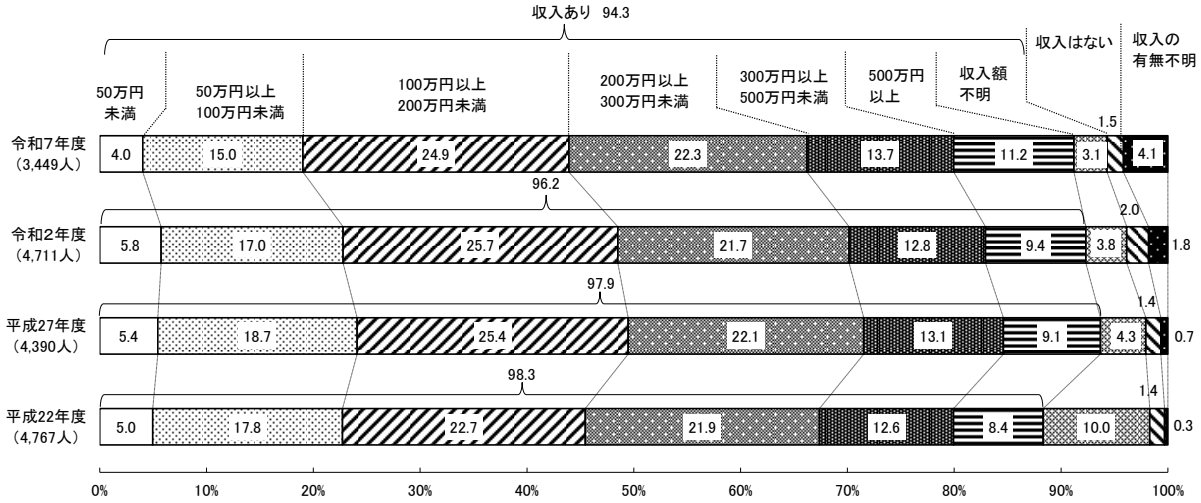
	総数	公的な年金・恩給	仕事による収入	私的な年金（企業年金、個人年金など）	家賃・地代・配当金	生活保護	仕送り	手当（傷病手当金、労災保険の医療給付など）	その他	無回答
令和7年度	100.0 (3,248)	59.3	19.5	7.4	6.4	1.4	0.2	0.1	0.3	5.5
令和2年度	100.0 (4,515)	60.0	16.9	6.8	5.3	2.1	0.2	0.2	0.3	8.2
平成27年度	100.0 (4,283)	69.9	16.3	2.2	6.9	2.6	0.3	－	0.4	1.4

7　本人の年収

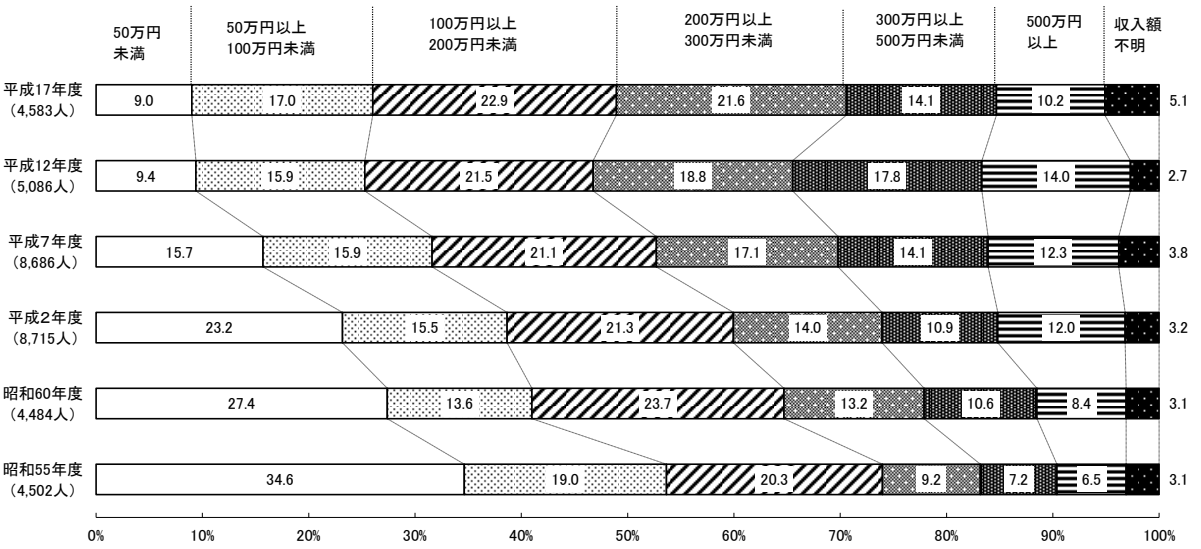
年収は「100 万円以上 200 万円未満」の割合が最も高く、24.9%

対象者個人の令和６年（2024 年）中の総収入（税込み）を聞いたところ、「100 万円以上 200 万円未満」の割合が 24.9%で最も高く、次いで「200 万円以上 300 万円未満」が 22.3%、「50 万円以上 100 万円未満」が 15.0%となっている。（図 10-9　本文 190ｐ）

図 10-9　本人の年収－過去調査との比較



【参考】

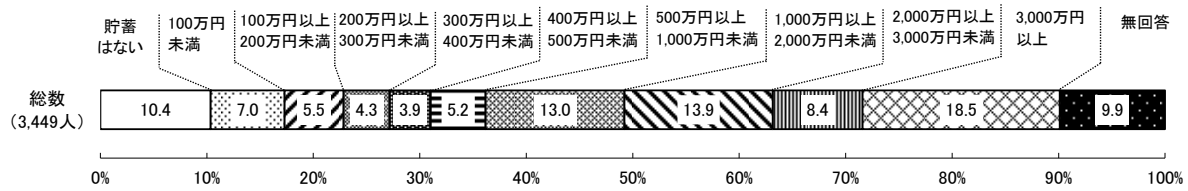


（注）平成 17 年度調査以前は、質問方法が異なるため、収入のない人は、「50 万円未満」又は「収入額不明」に含まれる。

８　世帯の貯蓄

対象者の世帯の貯蓄（預貯金・信託・債権・株式・保険など）はおおよそいくらか聞いたところ、「3,000 万円以上」の割合が 18.5％で最も高く、次いで「1,000 万円以上 2,000 万円未満」が 13.9％、「500 万円以上 1,000 万円未満」が 13.0％となっている。一方、「貯蓄はない」の割合は 10.4％となっている。（図 10-11　本文 193ｐ）

図 10-11　世帯の貯蓄



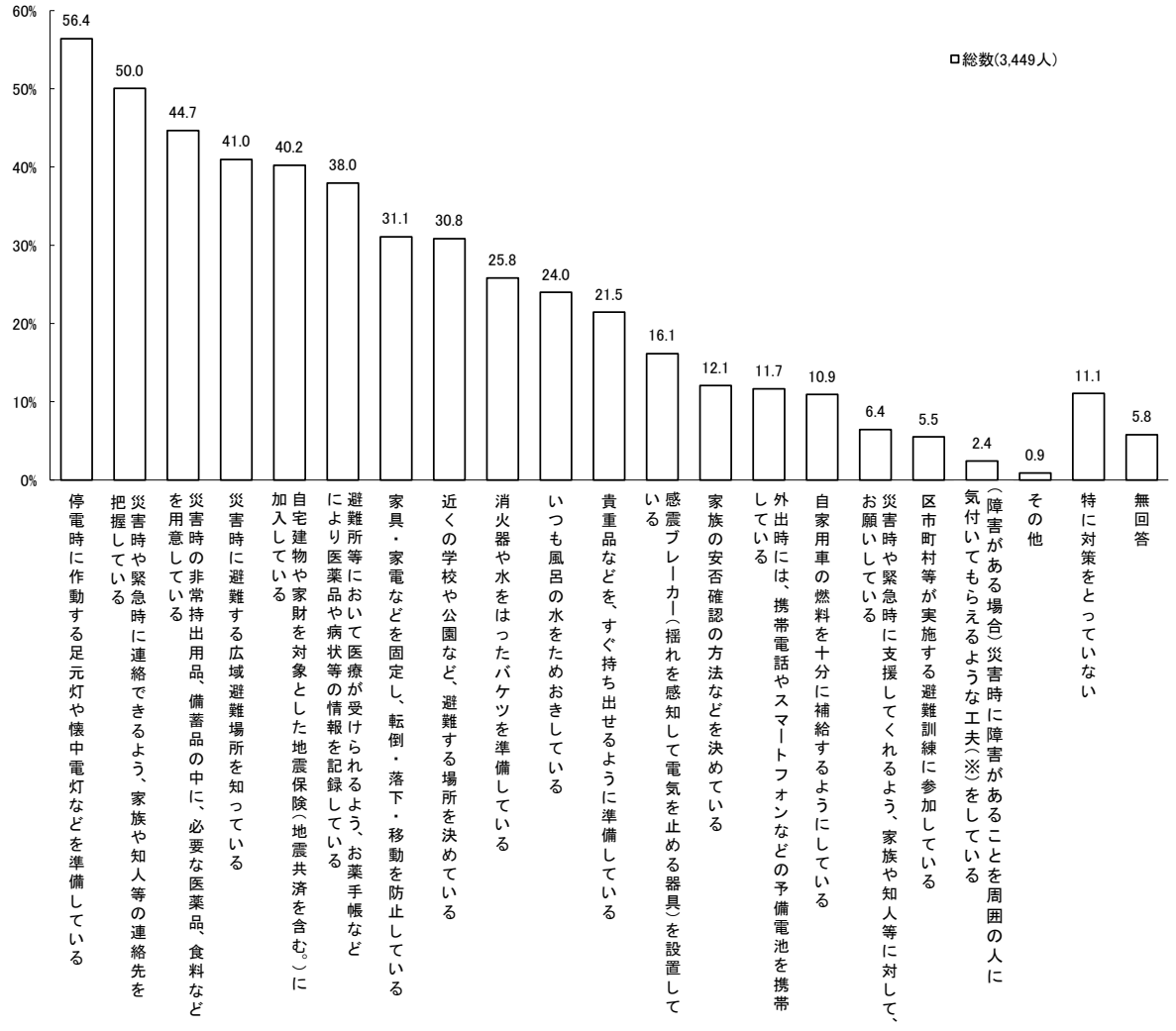
第 11 章　災害に備えた対策

1　災害に備えた対策〔複数回答〕

災害に備えた対策は、「停電時に作動する足元灯や懐中電灯などを準備している」の割合が最も高く、56.4%

災害に備えた対策をとっているか聞いたところ、「停電時に作動する足元灯や懐中電灯などを準備している」の割合が 56.4%で最も高く、次いで「災害時や緊急時に連絡できるよう、家族や知人等の連絡先を把握している」が 50.0%となっている。 一方、「特に対策をとっていない」の割合は 11.1%となっている。(図 11-1　本文 195 p)

図 11-1　災害に備えた対策〔複数回答〕



(注) ※の「障害があることを周囲の人に気付いてもらえるような工夫」とは、ヘルプマーク、ヘルプカード、災害バンダナ等を指す。

第 12 章　東京都への要望等

1　高齢者に対して必要な行政の施策や支援〔複数回答〕

高齢者に対する必要な行政の施策や支援は、「年金や医療など国の社会保障制度」の割合が最も高く、51.0%

大切だと思う高齢者に対する行政の施策や支援は何か聞いたところ、「年金や医療など国の社会保障制度」の割合が 51.0%で最も高く、次いで「ひとり暮らし高齢者に対する支援」が 48.4%、「特別養護老人ホームなどの施設の充実」が 46.8%となっている。(図 12-1　本文 197 p)

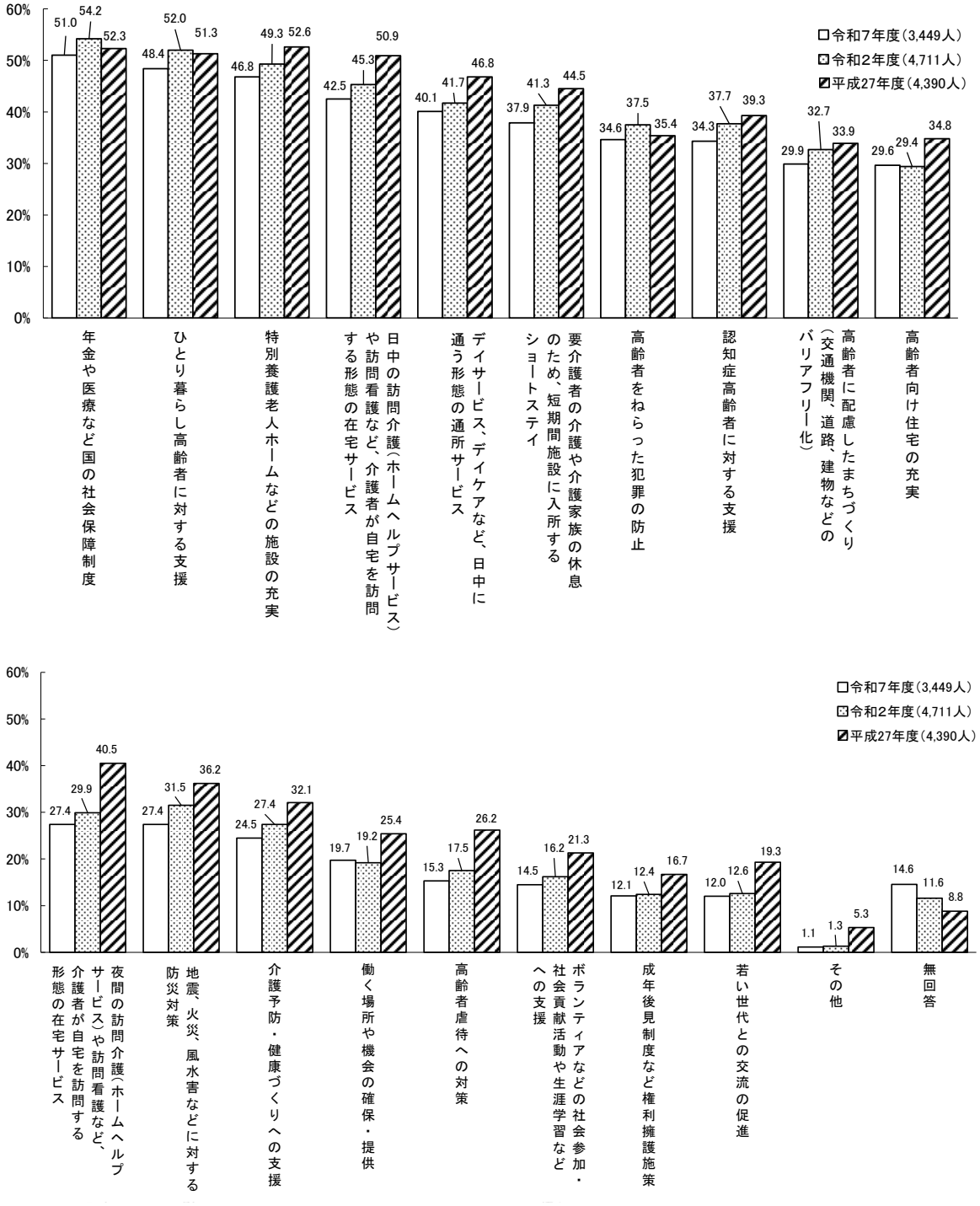



図 12-1　高齢者に対して必要な行政の施策や支援〔複数回答〕