



株式会社LIXIL

健康×入浴×介護に関する

実態レポート

LIXIL × ostance



目次

01 健康に関する実態レポート

02 入浴に関する実態レポート

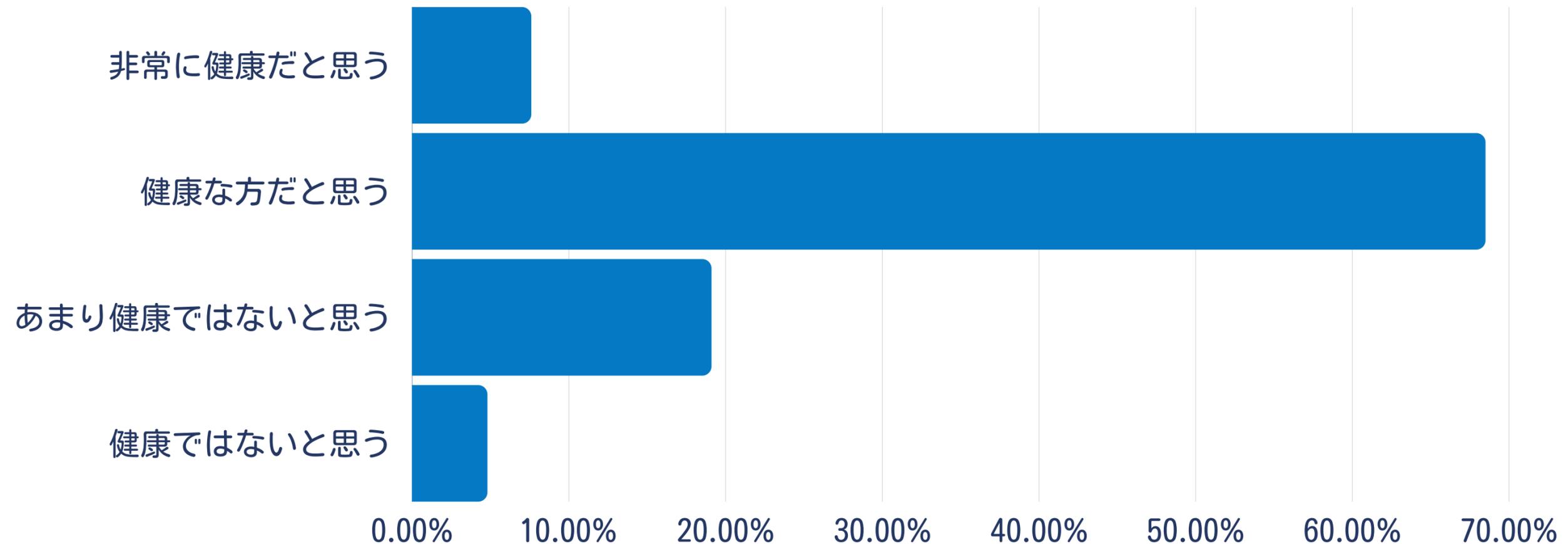
03 介護に関する実態レポート

01

健康に関する実態レポート



Q.1 あなたは普段、健康だと感じていますか。



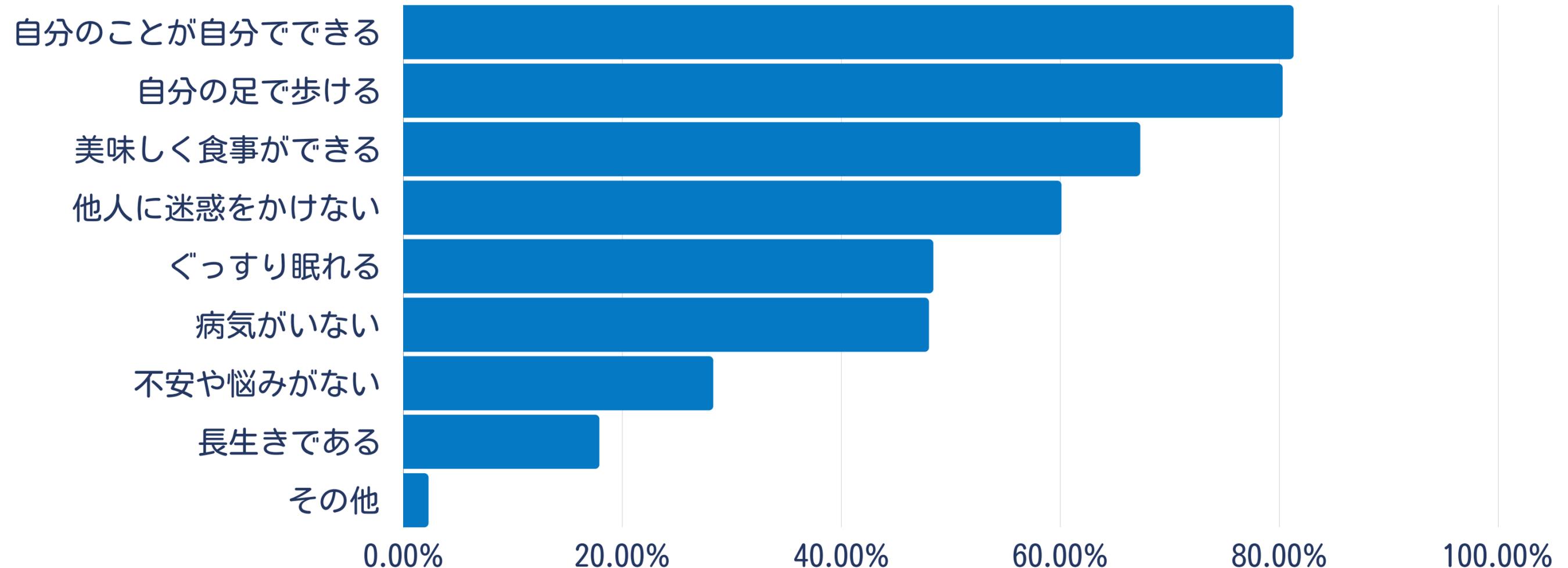
調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

健康な方だと思うと回答した方が全体の約69%を占めた一方で、健康ではない・あまり健康ではないと思うと回答した方が全体の約24%を占め、4人に1人が健康に対する不安を抱えていることがわかりました。

Q.2

健康の度合いを判断する際に重視する点を教えてください。



調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

「自分のことが自分でできること」や「自分の足で歩けること」など、自らの力で生活できることが健康の度合いを判断する際に重視されていることがわかりました。

Q.3 健康に関してどのような不安を抱えていますか。

持病が悪化しないか不安

血圧が高め

少しずつ体力が衰えている
ような気がする

身内に認知症の人がおり
今後自分も発症しないか心配

睡眠の質が悪い

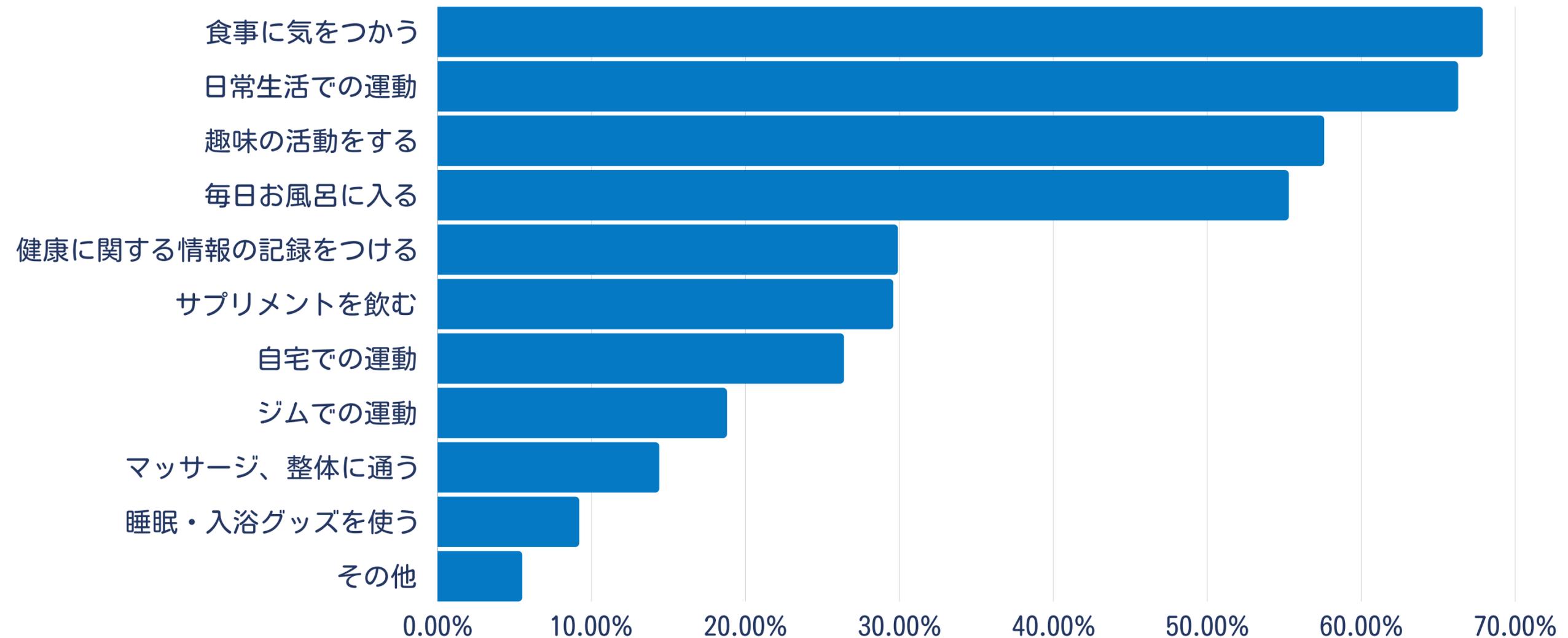
心配免疫力が下がっていて
体調を崩しやすい

調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

高血圧や持病のような病気への不安や、睡眠や免疫力、体力の衰えなどの身体機能への不安を抱える人が多くいる一方、認知機能への不安を抱える人もいることがわかりました。

Q.4 健康のために実践していることを教えてください。



調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

食事や趣味、毎日の入浴など、日々の生活習慣を整えようと心掛けている人が多くいました。また、運動やマッサージへの取り組みも多くみられ、体力作りに力を入れていることがわかりました。

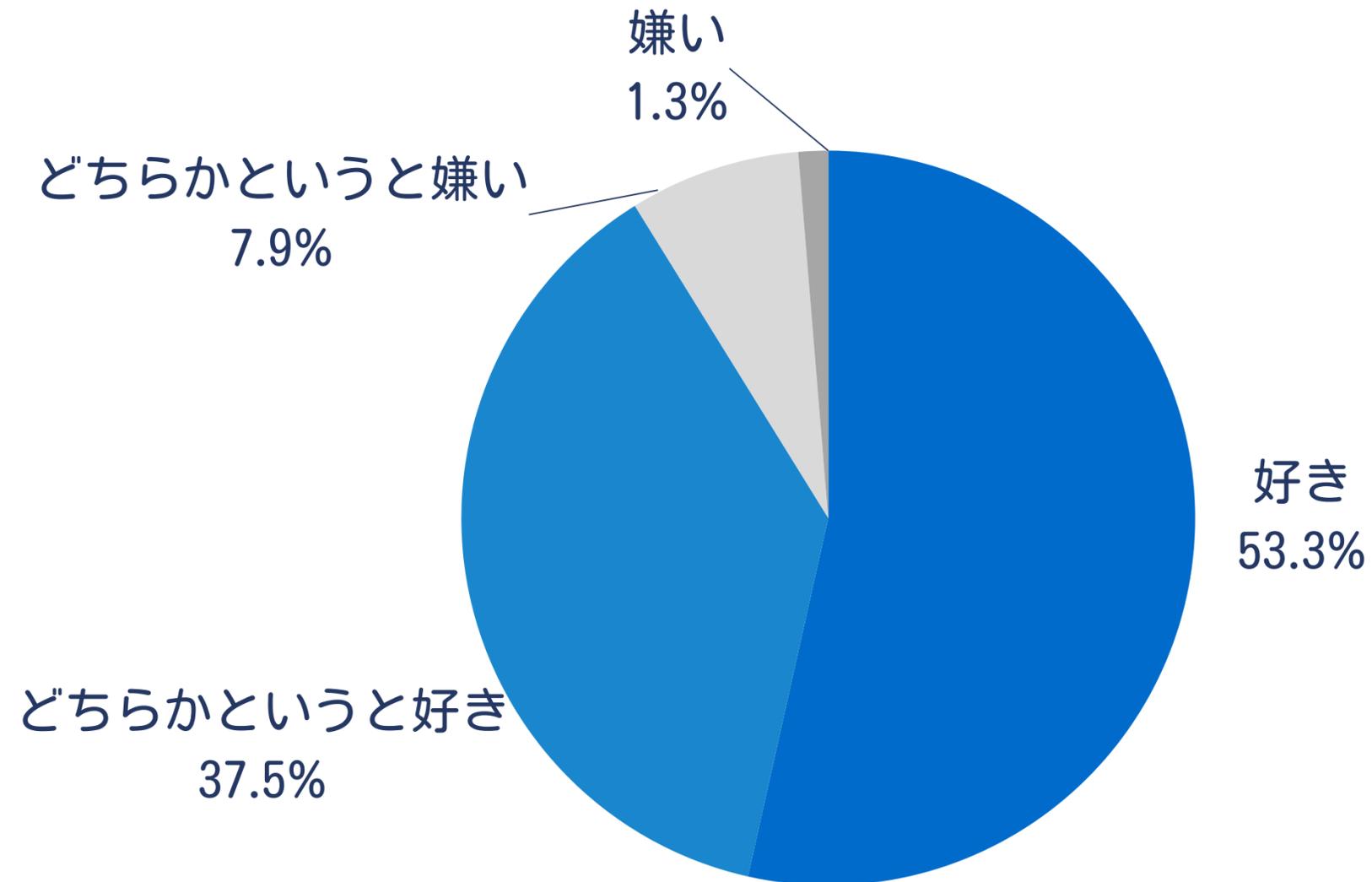
02

入浴に関する実態レポート



Q.5

あなたは入浴（お風呂）が好きですか。



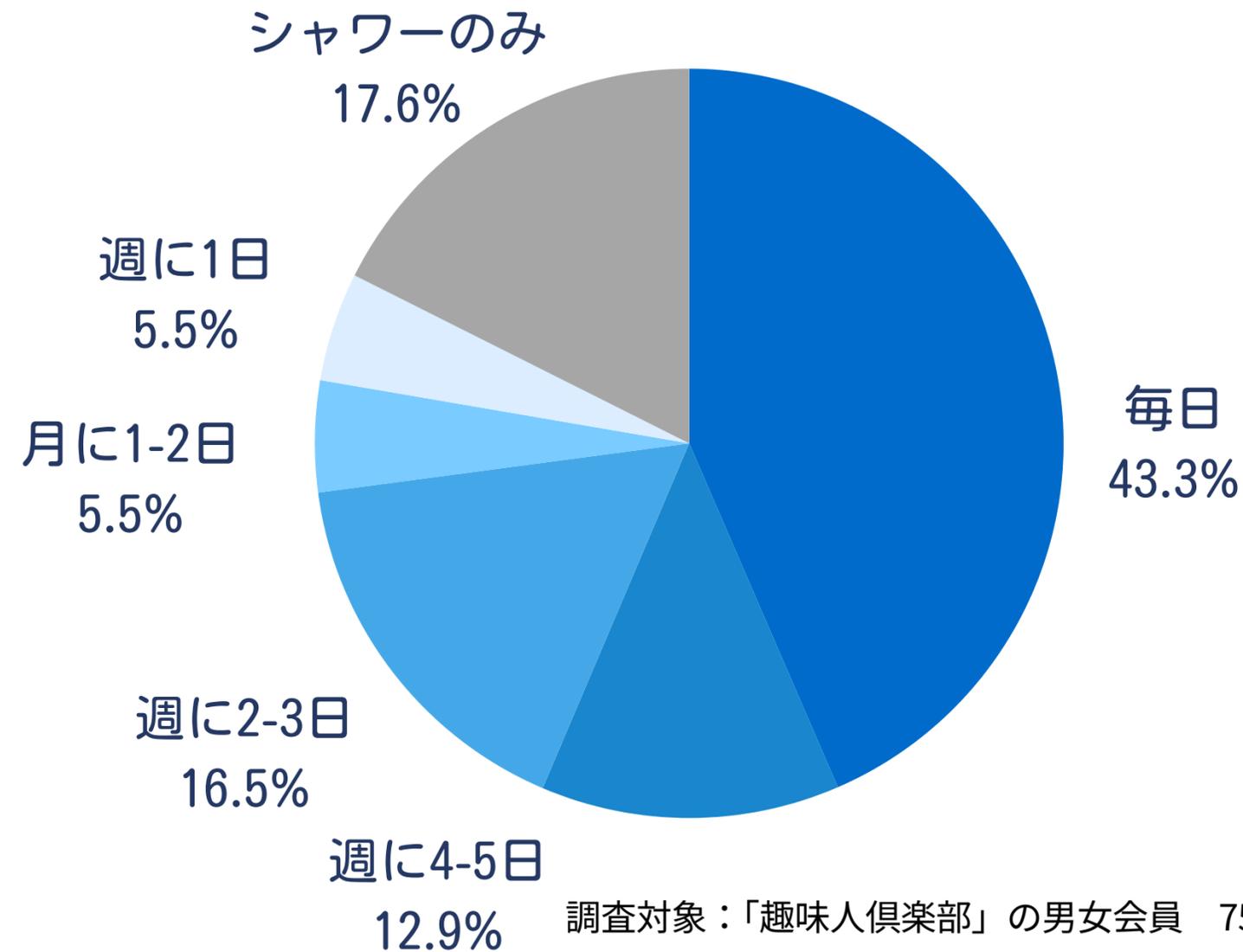
調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

約92%の人がお風呂を好きだと回答しました。また、60代までは年齢が上がるにつれ入浴が好きだと回答した方が増えた一方、70歳を超えるとその割合は徐々に減少していきことがわかりました。

Q.6

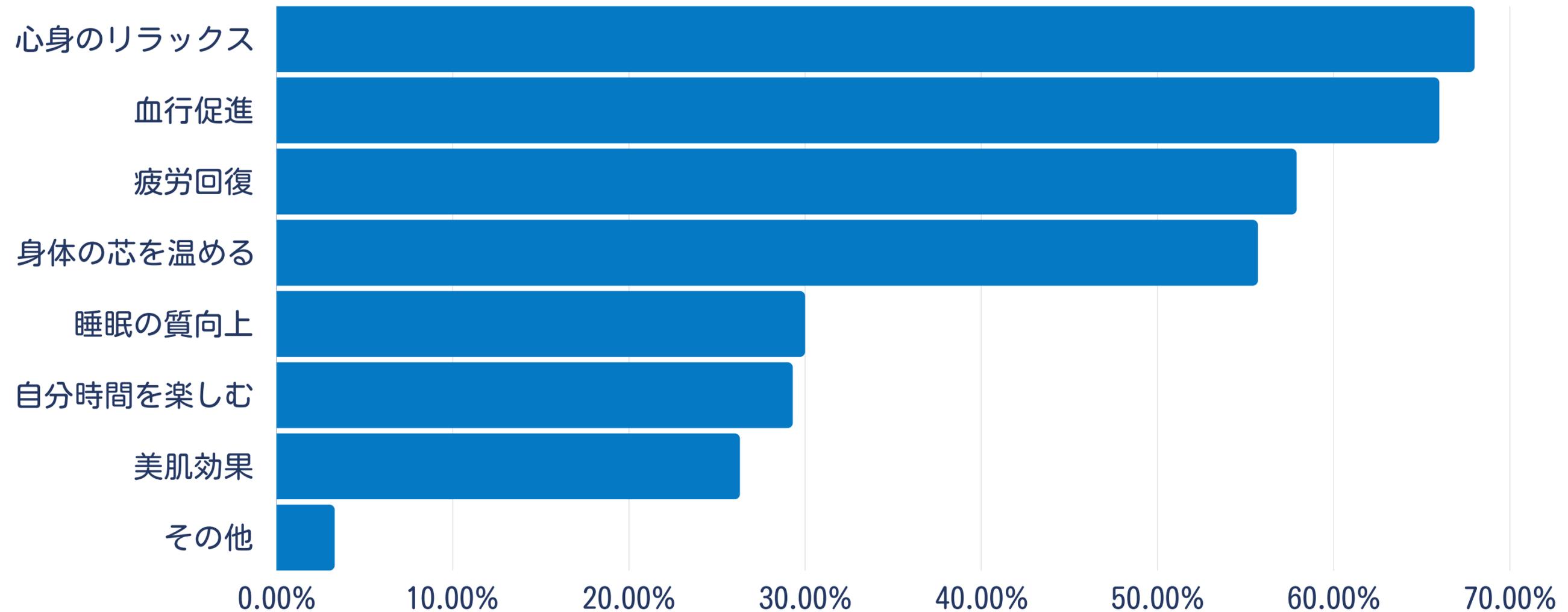
湯船に浸かる頻度を教えてください。



Q5では約92%の方がお風呂を好きだと回答しましたが、毎日湯船につかるという方は約44%に留まり、お風呂には入らずシャワーのみで済ませるといふ人が約18%いることがわかりました。

Q.7

湯船に浸かることで期待している効果を教えてください。



調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

湯船につかることに身体的な回復を求める声に加え、リラックス効果を得るためや自分時間を楽しむためなど、精神的なケアを期待する声も多く上がりました。

Q.8 湯船に浸からない場合、その理由を教えてください。

浸かっていると息苦しいから

浴室との温度差でめまいがする

夫がデイサービスで入ってきたときは、私一人だけにお湯を張るのがもったいない

心不全で、湯船に入ると水圧で体調が悪くなる

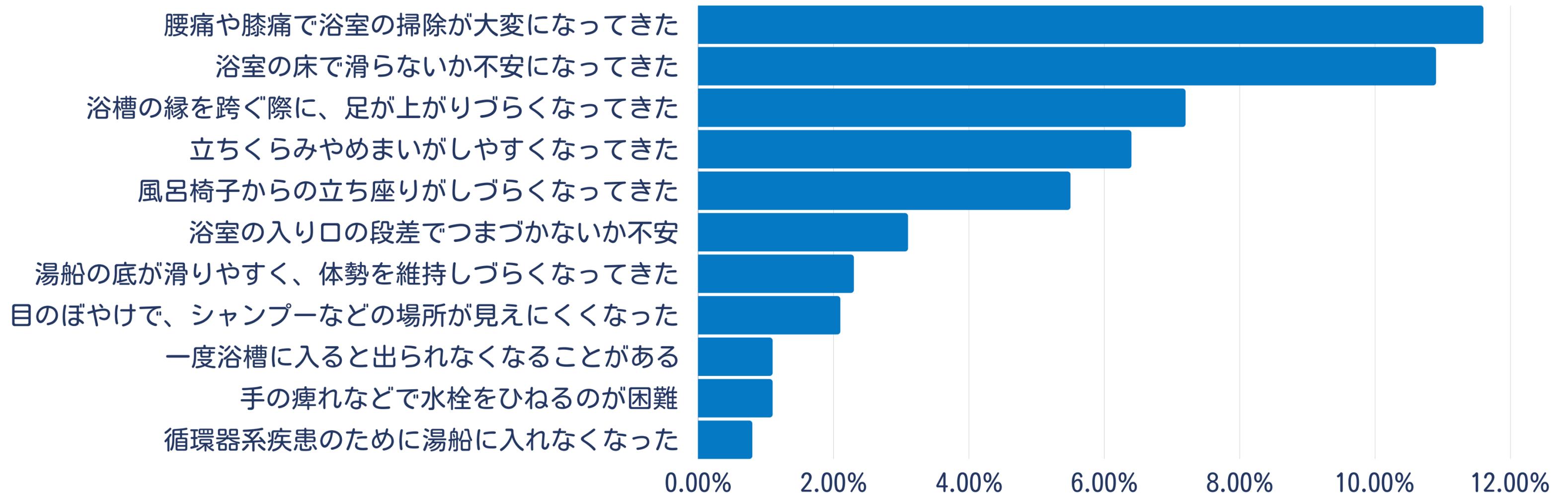
調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

夏場に限ってはシャワーで済ませるという方が多くいました。また、季節に限らず、掃除の手間や光熱費を考えると湯船につからない方が良いと考える方もいることがわかりました。

Q.9

入浴に関して、以前と比べて困難や不安を感じることはありますか。



調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

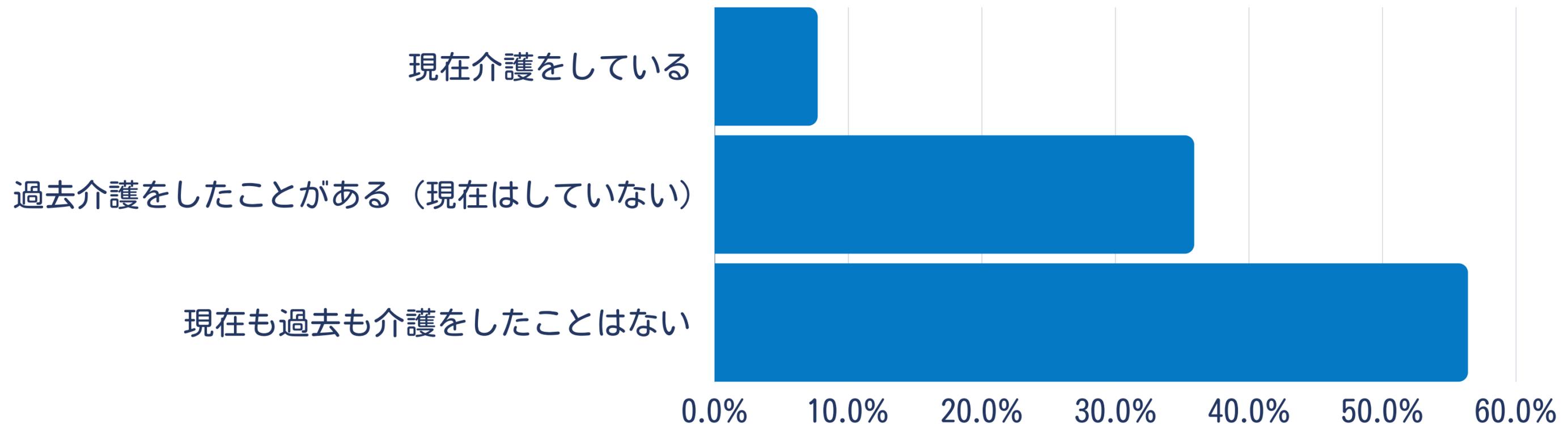
身体の衰えに伴い、掃除中や入浴中の動作に困難を感じる人が多くいることがわかりました。また、水場では特に滑りやすさや段差でのつまづきやすさに不安を感じてることがわかります。

03

介護に関する実態レポート



Q.10 これまでにご家族や身のまわりの方の介護をした経験はありますか。

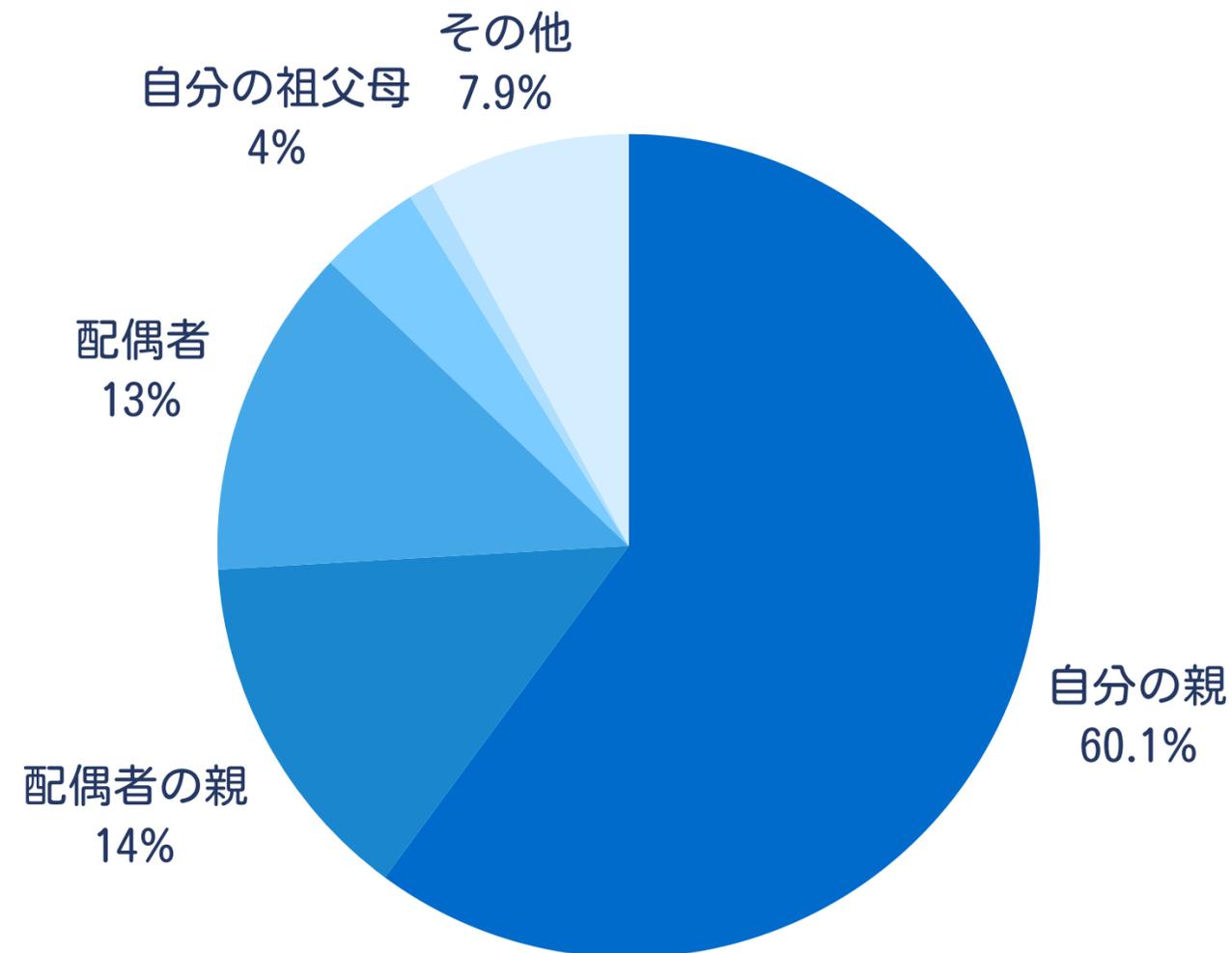


調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

半数近くの方が、現在もしくは過去に介護を経験していると回答しました。また、その割合は女性の方が高いことがわかりました。

Q.11 介護を要する方との関係を教えてください。



調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

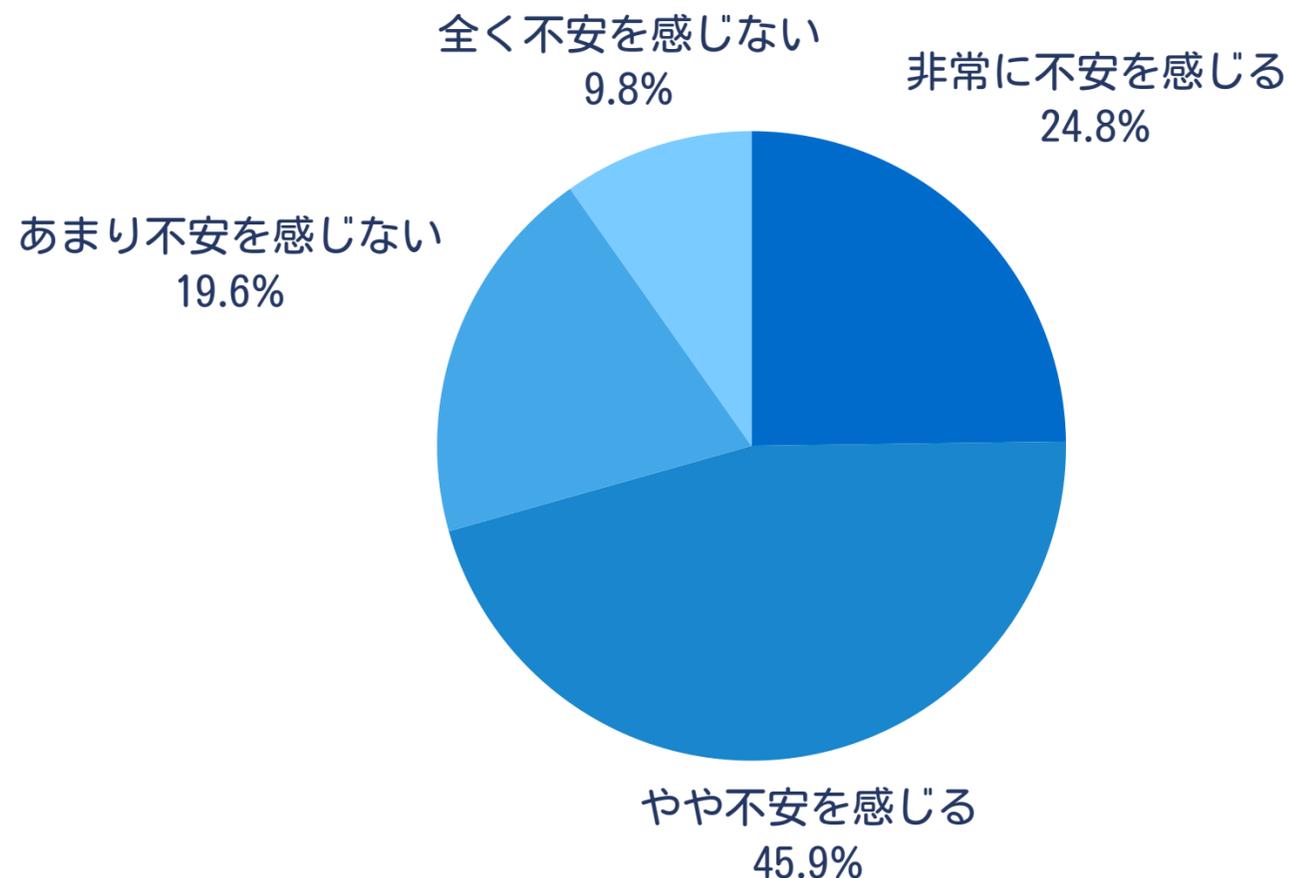
(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

介護経験者の約60%が自分の親を介護を経験し、約14%が配偶者の親の介護を経験してたと回答しました。自分だけでなく配偶者の親世代の介護を経験する場合も多くあることがわかりました。

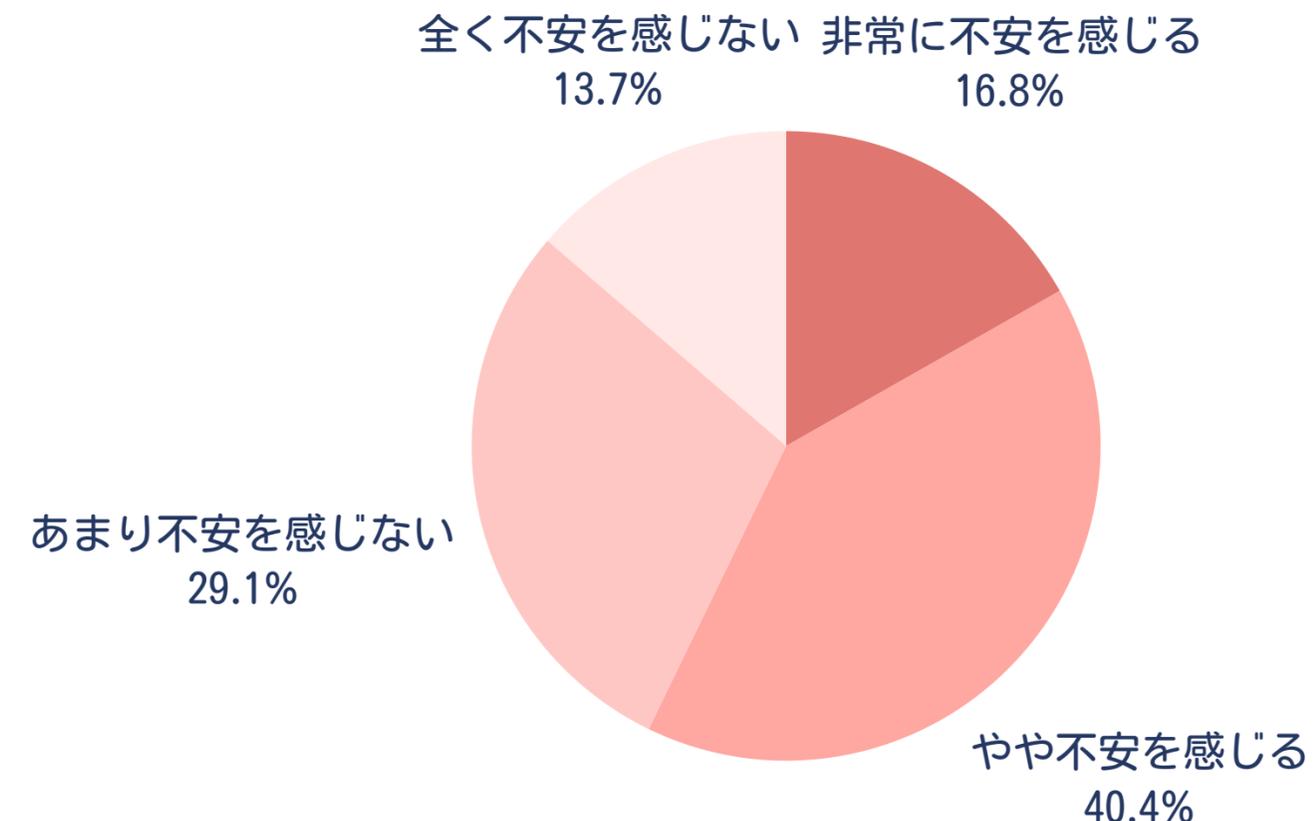
Q.12

今後、あなたのご家族もしくは身のまわりの方を介護することにどのくらい不安を感じていますか。

介護経験あり



介護経験なし

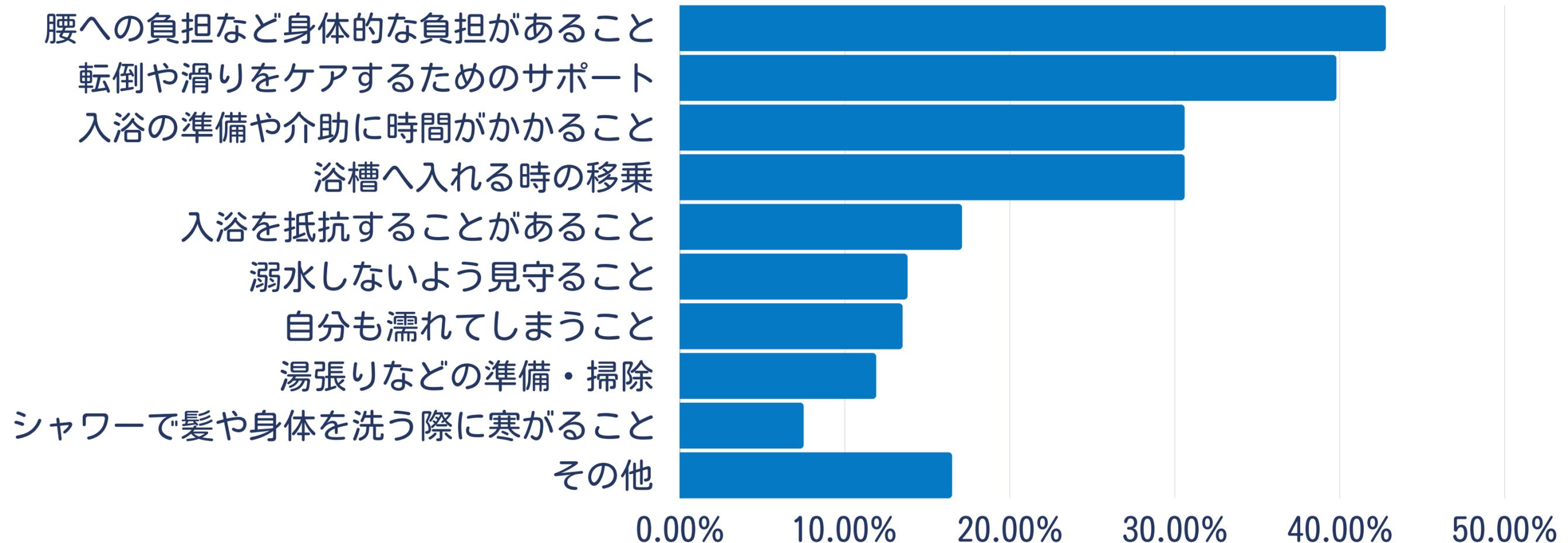


調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

介護を経験したことがある人の約71%が今後の介護に不安を感じると回答したのに対し、介護経験がない人はその割合が約57%に留まりました。介護の大変さを知る人ほど不安を感じていることがわかります。

Q.13 入浴介助に関して、大変だったことを教えてください。



調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

介助時、自らの体への負担を感じる人が多くいる一方、時間がかかることや入浴を抵抗されることがあるなど、毎日の介助の中で精神的に困難を感じる人も多くいることがわかりました。

Q.14 入浴介助に関して、ご自宅ではどのような対策をしたことがありますか。

浴室用手すり

シャワーチェア

シャワー用車いす

転倒防止マット

シャワーヘア

シャンプーハット

調査対象：「趣味人倶楽部」の男女会員 750人

(40代未満0.3%、40代2.0% 50代12.9% 60代34%、70代以上36.6%、80代以上14.3%)

入浴をスムーズに進めるために椅子やハットといったグッズを使ったという声や、事故防止のために手すりをつけたりマットを敷いたり転倒防止対策を打っているという声が見られました。