

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査 結果概要

1. 調査概要

(1) 調査目的

本調査は、「第9期守山市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」の策定に向けて、高齢者の生活状況や心身の状態、地域における活動等の状況、普段感じていることなどを把握し、介護保険事業計画をはじめとする高齢者福祉施策の検討や、介護予防の充実に向けた基礎資料とするために実施しました。

(2) 実施概要

調査対象	要介護1～5の方を除く65歳以上の高齢者から無作為に抽出した方
実施方法	郵送配布、郵送回収、期間中に1度礼状兼督促はがきを送付
実施期間	令和4年12月21日(水)～令和5年1月18日(水)

(3) 配布件数、有効回答件数及び回答率 ※ () 内は前回調査

配布件数	有効回収件数	有効回収率
2,000件(2,000件)	1,501件(1,384件)	75.1%(69.2%)

(4) 留意点

分析結果を見る際の留意点は以下の通りとなっている。

- 「n」は「number」の略で、比率算出の母数。
- 単数回答の場合、本文および図表の数字に関しては、すべて小数点第2位以下を四捨五入し、小数点第1位までを表記。このため、百分率の合計が100.0%とならない場合がある。
- 複数回答の場合、図中にMA(Multiple Answer=いくつでも)、3LA(3 Limited Answer=3つまで)、2LA(2 Limited Answer=2つまで)と記載している。また、不明(無回答)はグラフ・表から除いている場合がある。
- 各種リスク等判定結果は、母数から判定不能を除いている。

2. 回答者の属性

上段：実数、下段：割合(%)

		全体	守山学区	吉身学区	小津学区	玉津学区	河西学区	速野学区	中洲学区
全体		1501	357	302	159	107	304	215	57
		100.0	23.8	20.1	10.6	7.1	20.3	14.3	3.8
性・年齢	男性前期高齢者	338	82	72	35	25	57	53	14
		100.0	24.3	21.3	10.4	7.4	16.9	15.7	4.1
	男性後期高齢者	385	91	68	52	27	79	52	16
		100.0	23.6	17.7	13.5	7.0	20.5	13.5	4.2
性・年齢	女性前期高齢者	384	89	77	38	28	79	57	16
		100.0	23.2	20.1	9.9	7.3	20.6	14.8	4.2
	女性後期高齢者	394	95	85	34	27	89	53	11
		100.0	24.1	21.6	8.6	6.9	22.6	13.5	2.8
状況 認定該当	一般高齢者	1431	347	286	153	102	293	199	51
		100.0	24.2	20.0	10.7	7.1	20.5	13.9	3.6
状況 認定該当	要支援1・2	70	10	16	6	5	11	16	6
		100.0	14.3	22.9	8.6	7.1	15.7	22.9	8.6

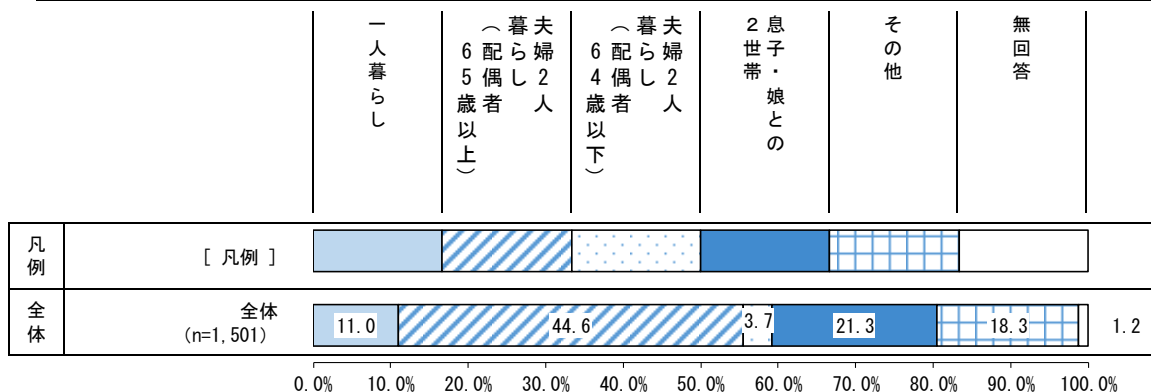
3. 結果の概要

1. 家族や生活状況について

回答者のうち、“高齢者のみの世帯”は5割以上、“介護・介助が必要な方”は約1割となっている。

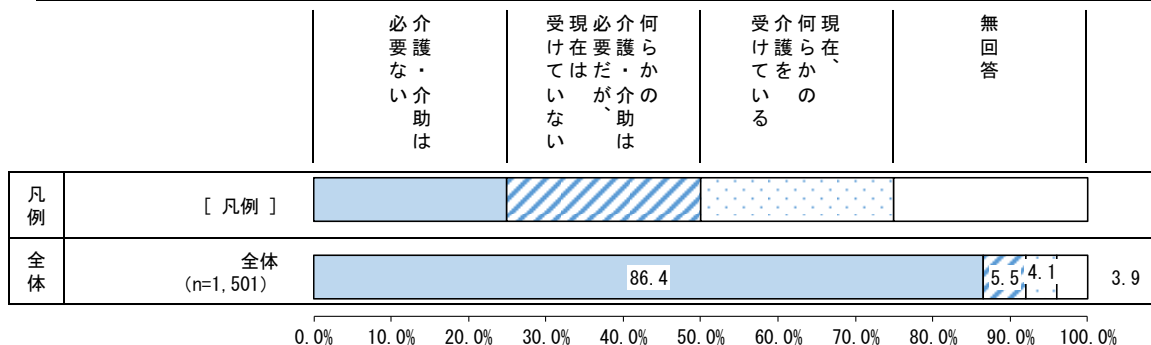
●問1.1 家族構成をお教えてください。(1つだけ)

- 家族構成について、「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」が44.6%で最も多く、次いで「息子・娘との2世帯」が21.3%、「その他」が18.3%となっています。
- 「一人暮らし」「夫婦2人暮らし(配偶者65歳以上)」を合わせた“高齢者のみの世帯”は55.6%で、5割を超えています。



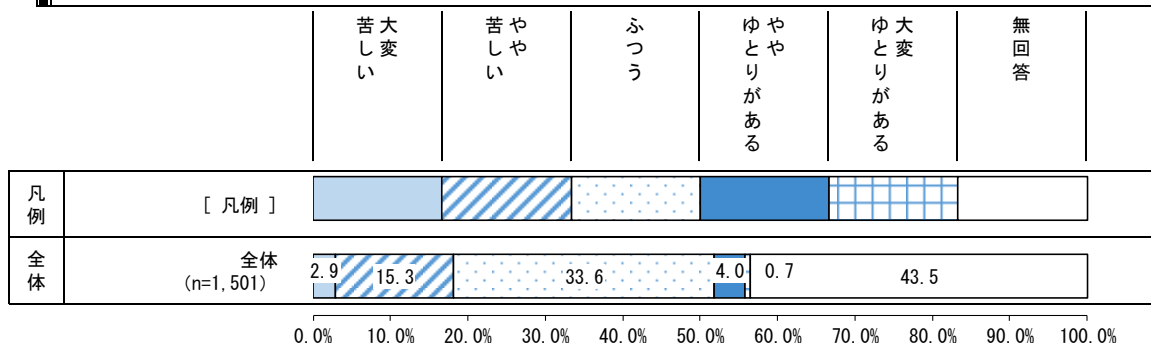
●問1.2 あなたは、普段の生活でどなたかの介護・介助が必要ですか。(1つだけ)

- 介護・介助の必要性について、「介護・介助は必要ない」が86.4%で最も多く、次いで「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」が5.5%、「現在、何らかの介護を受けている」が4.1%となっています。「何らかの介護・介助は必要だが、現在は受けていない」「現在、何らかの介護を受けている」を合わせた“介護・介助が必要”は9.6%で、約1割となっています。



●問1.3 現在の暮らしの状況を経済的にみてどう感じていますか。(1つだけ)

- 経済状況について、「ふつう」が33.6%で最も多く、次いで「やや苦しい」が15.3%、「ややゆとりがある」が4.0%となっています。「大変苦しい」「やや苦しい」を合わせた“苦しい方”は18.2%で、約2割となっています。



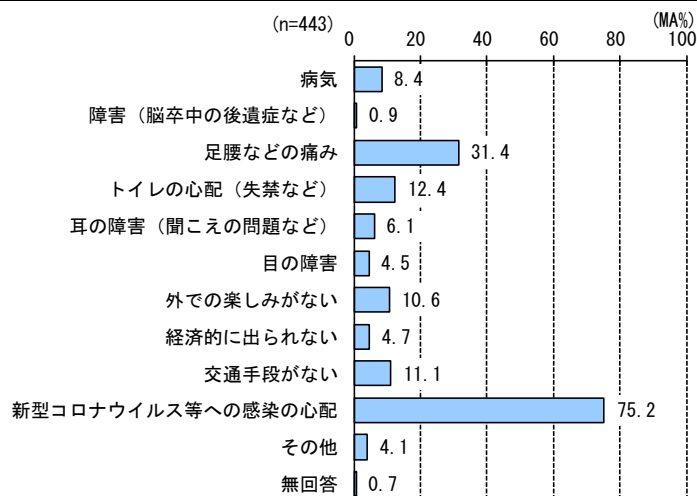
2. 外出について

外出の際の移動手段として、自動車を自分で運転している人が約5割となっている。また、その中では運転するときに若い頃に比べて不安を感じる人が約5割であり、不安の内容としては注意力の低下や視力の低下が多くなっている。

将来の免許自主返納の意向のある人は47.4%で、自主返納後に必要だと思う支援としては「代替交通手段の充実」「タクシーの料金割引」が5割を超え多い。

●問2.8-1 外出を控えている理由は、次のどれですか。(いくつでも)

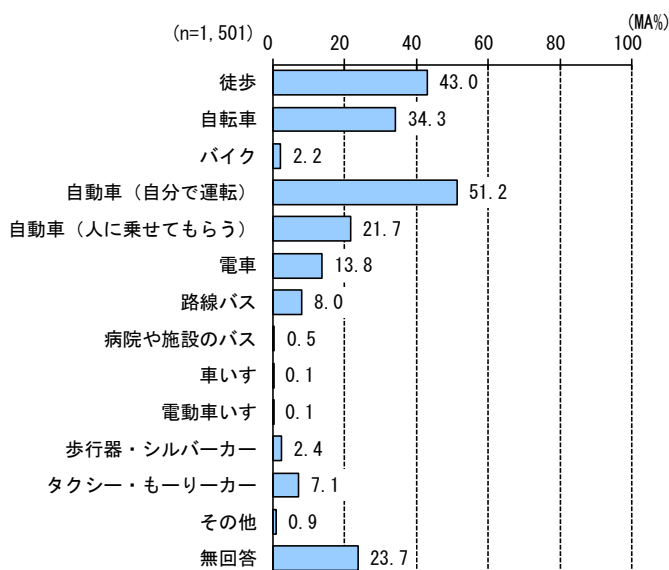
○ 外出を控えている人の外出を控えている理由では、「新型コロナウイルス等への感染の心配」が75.2%で最も多く、7割を超えています。次いで、「足腰などの痛み」が31.4%、「トイレの心配(失禁など)」が12.4%となっています。



●問2.9 外出する際の移動手段は何ですか。(いくつでも)

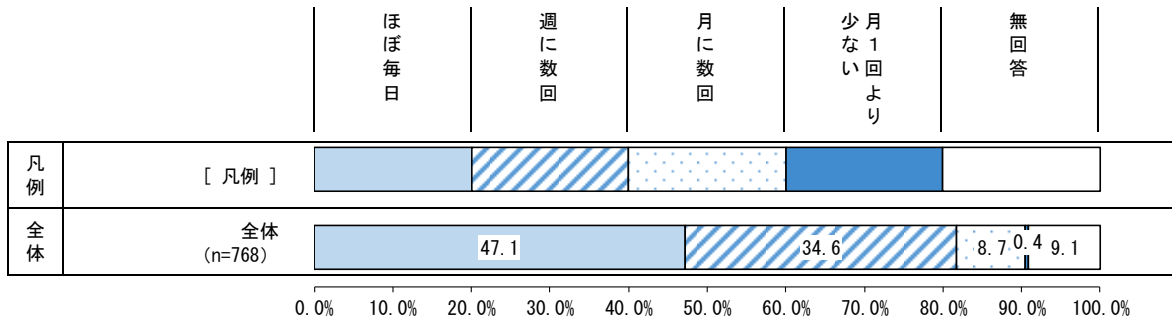
○ 外出する際の移動手段について、「自動車(自分で運転)」が51.2%で最も多く、次いで「徒歩」が43.0%、「自転車」が34.3%となっています。

○ 徒歩、自転車、自動車(自分で運転)等の自力での移動が多いため、今後のさらなる高齢化とともに移動支援が重要となると考えられます。



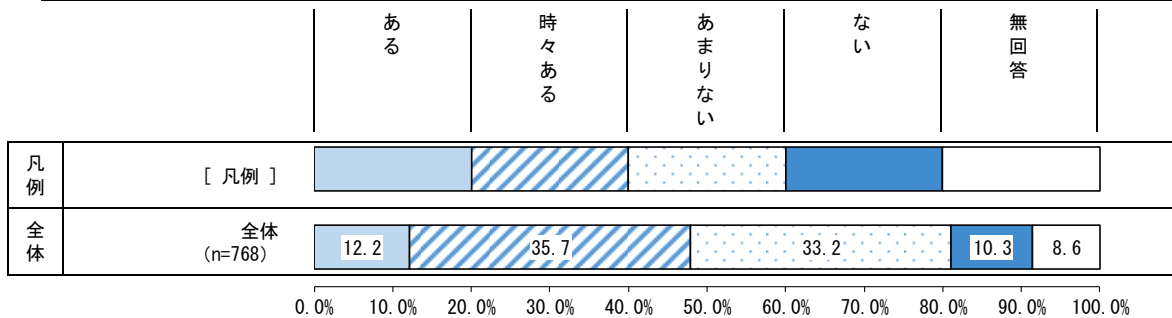
●問2. 9-1 あなたは自動車の運転をどの程度されていますか。(1つだけ)

- 自動車を自分で運転する方がどの程度しているかについて、「ほぼ毎日」が47.1%で約5割となっています。次いで、「週に数回」が34.6%、「月に数回」が8.7%となっています。
- 自動車を運転する方の中では、8割以上が毎週運転しています。



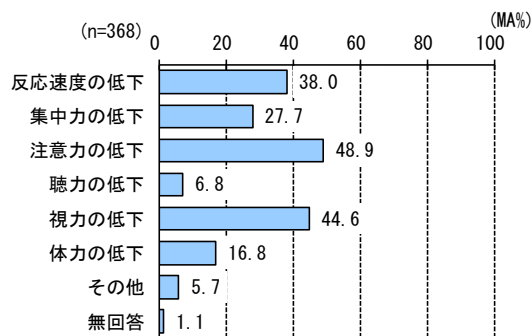
●問2. 9-2 あなたは自動車を運転する時、若い頃と比べて不安を感じることはありますか。(1つだけ)

- 自動車を自分で運転する方が若い頃と比べて不安を感じることに、「時々ある」が35.7%で最も多く、次いで「あまりない」が33.2%、「ある」が12.2%となっています。
- 「ある」「時々ある」を合わせた“不安のある”方は47.9%で、約5割となっています。



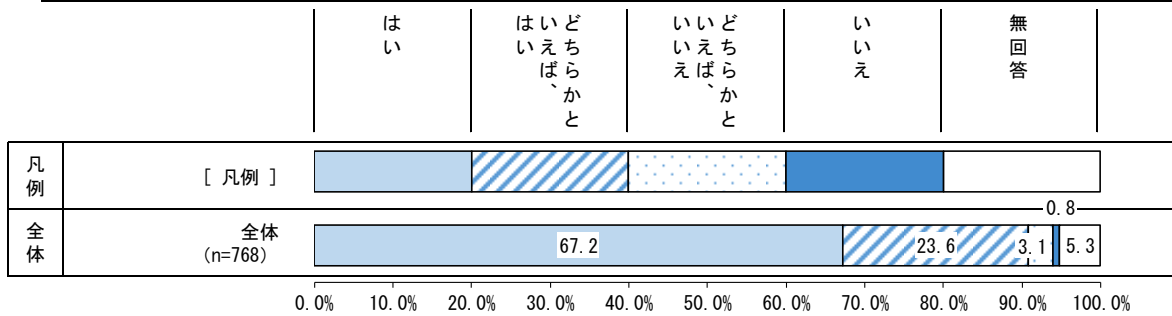
●問2. 9-3 運転時に感じる不安はどのようなことですか。(いくつでも)

- “不安のある”方が運転時に感じる不安について、「注意力の低下」が48.9%で最も多く、次いで「視力の低下」が44.6%、「反応速度の低下」が38.0%となっています。



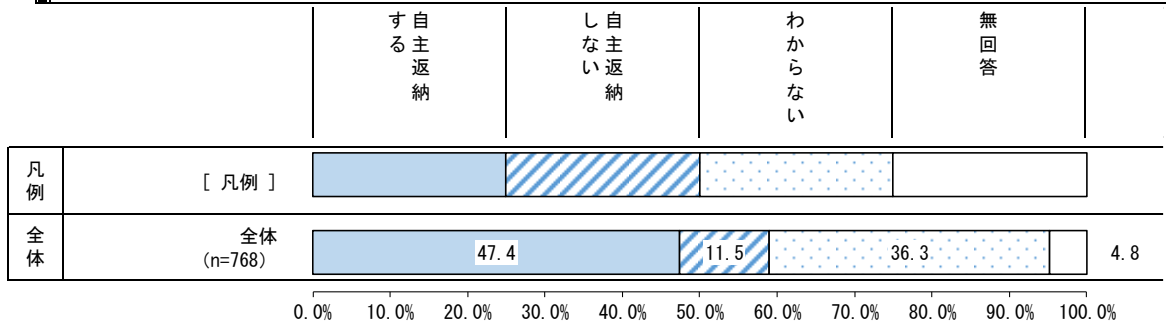
●問2. 9-4 あなたにとって自動車の利用は、生活に欠かせませんか。(1つだけ)

- 自動車の利用は、生活に欠かせないかについて、「はい」が67.2%で最も多く、次いで「どちらかといえば、はい」が23.6%、「どちらかといえば、いいえ」が3.1%となっています。
- 「はい」「どちらかといえば、はい」を合わせた“生活に欠かせない”は90.8%となっています。



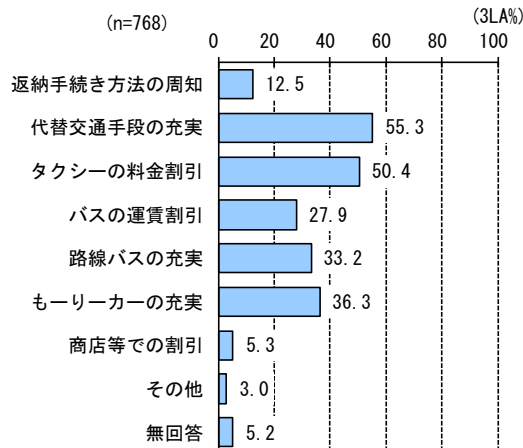
●問2. 9-5 運転免許証の自主返納制度がありますが、あなたは将来的に自主返納しようと思われませんか。(1つだけ)

- 将来的に自主返納しようと思うかについて、「自主返納する」が47.4%で最も多く約5割となっています。「自主返納しない」は11.5%となっています。
- 「わからない」が36.3%と多くなっていることから、自主返納についての周知・啓発が重要と考えられます。



●問2. 9-6 あなたが、今後運転免許証を返納することになった場合、どのような支援等が必要だと思いますか。(いくつでも)

- 今後運転免許証を返納することになった場合、どのような支援等が必要かについて、「代替交通手段の充実」が55.3%で最も多く、次いで「タクシーの料金割引」が50.4%、「モーリーカーの充実」が36.3%となっています。
- 交通手段の充実や公共交通機関等の利用料金の割引についての回答が多くなっています。

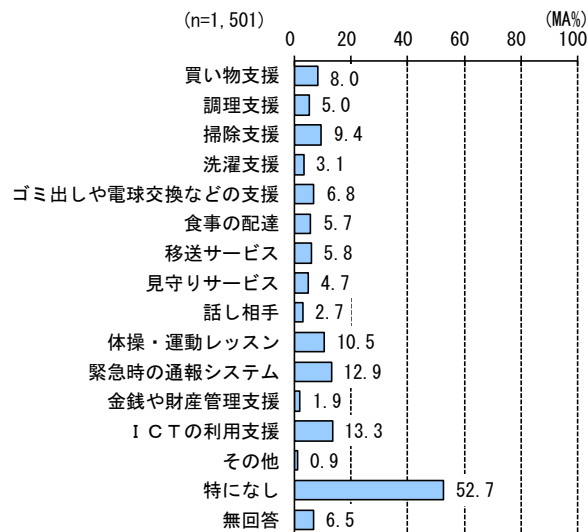


3. 毎日の生活について

将来の不安や心配は、自分や家族の健康に関することが多いほか、災害に関することや介護が必要になった時の相談先、将来の独居生活の回答も約2割となっている。

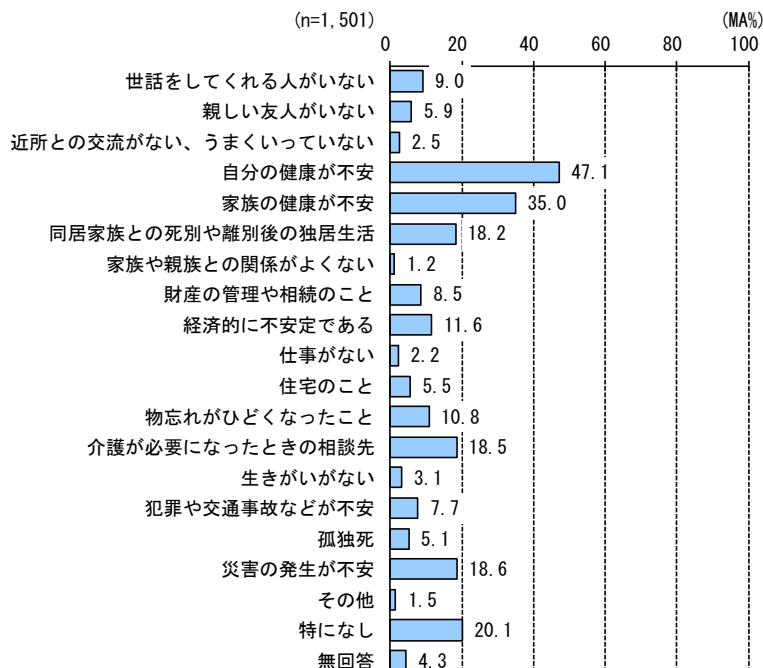
●問4.9 日常生活を送る上で、どのようなサービスや支援を利用したいですか。(いくつでも)

- 日常生活を送る上で利用したいサービスや支援について、「特になし」が52.7%で最も多くなっています。
- サービスや支援の種類では、「ICTの利用支援」が13.3%が最も多く、次いで「緊急時の通報システム」が12.9%、「体操・運動レッスン」が10.5%となっています。その他の支援・サービスは1割を下回っています。



●問4.10 日常生活を送る上で、将来、不安や心配されていることはありますか。(いくつでも)

- 日常生活を送る上で、将来の不安や心配について、「自分の健康が不安」が47.1%で最も多く、次いで「家族の健康が不安」が35.0%と、健康に関する回答が多くなっています。また、「特になし」は20.1%となっています。
- 「災害の発生が不安」「介護が必要になった時の相談先」「同居家族との死別や離別後の独居生活」も約2割となっています。

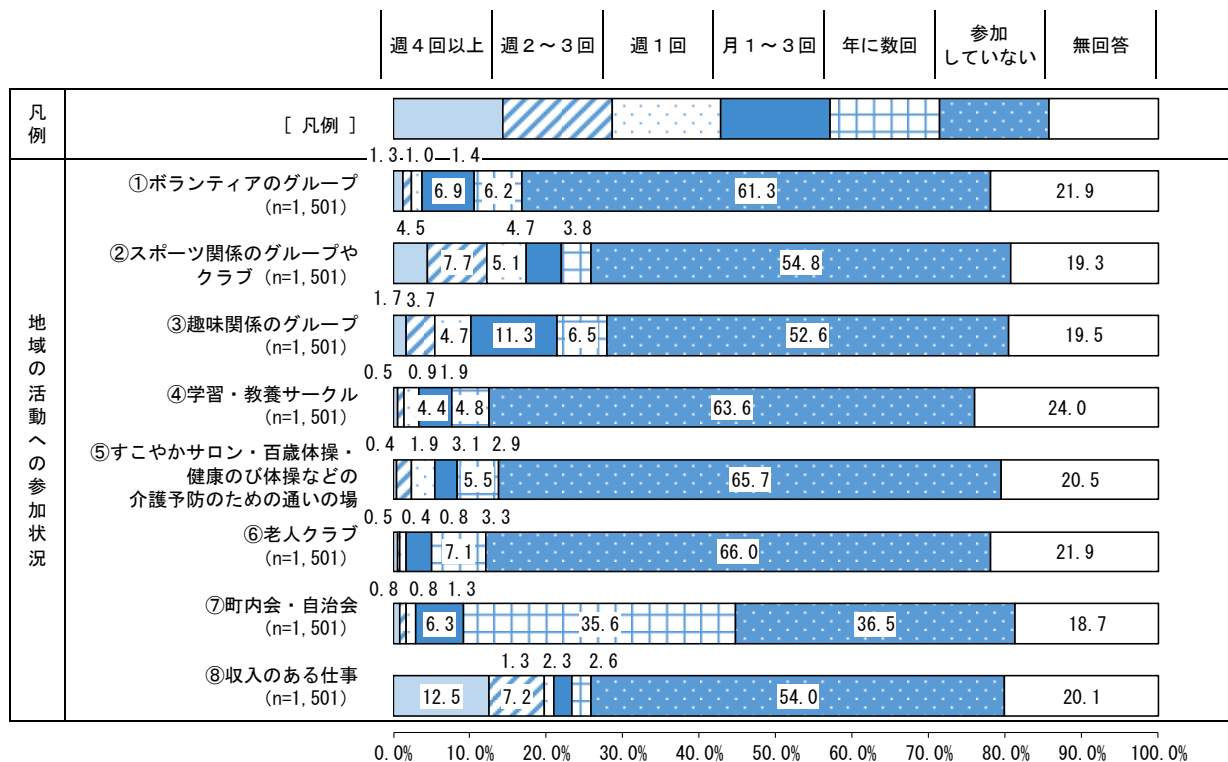


4. 地域での活動について

通いの場に月1回以上参加している人は1割未満だがスポーツ関係のグループやクラブでは2割を超え、通いの場以外で何らかの健康づくりをしている人もいることがわかる。地域づくり活動への参加者としての参加意向は、約6割と多い。

●問5.1 以下のような会・グループ等にどのくらいの頻度で参加していますか。
(それぞれ1つだけ)

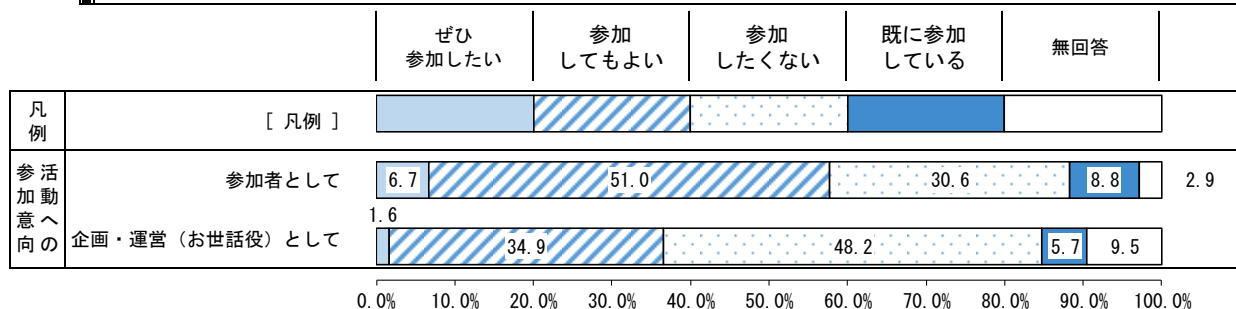
○ 会・グループへの参加状況について、「週4回以上」「週2～3回」「週1回」「月1～3回」を合わせた“月に1回以上参加”が最も多いのは⑧収入のある仕事で、23.3%となっています。また、②スポーツ関係のグループやクラブ（22.0%）、③趣味関係のグループ（21.4%）も約2割で多くなっています。



●問5.2 地域住民の有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか。(1つだけ)

●問5.3 企画・運営(お世話役)として参加してみたいと思いますか。(1つだけ)

○ 地域づくり活動への参加意向について、「ぜひ参加したい」「参加してもよい」「すでに参加している」を合わせた“参加意向あり”は、参加者としての参加では66.5%、企画・運営(お世話役)としての参加では42.2%となっています。
○ 企画・運営(お世話役)としての参加意向はあるが、まだ参加していない方が36.5%であることから、これらの人を活動への参加につなげる取組みが必要と考えられます。



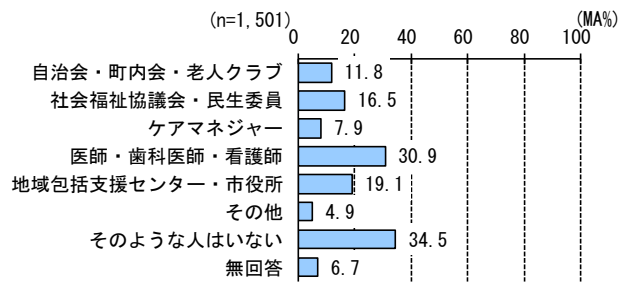
5. たすけあいについて

家族や友人・知人以外の相談相手が「いない」人が34.5%となっている。

約7割の人が近所で何らかの手助けや協力ができると回答しており、このような人と支援を必要とする人のマッチングが重要と考えられる。

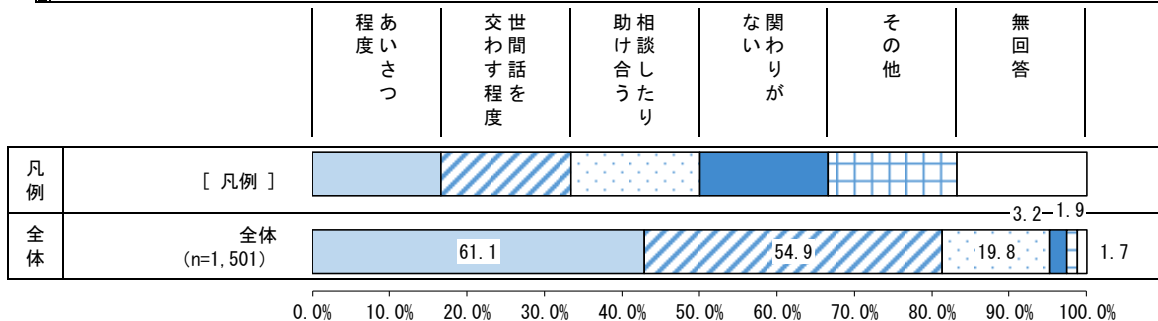
- 問6.5 家族や友人・知人以外で、何かあったときに相談する相手を教えてください。(いくつでも)

○ 家族や知人以外での相談相手について、回答のあった相談相手では、「医師・歯科医師・看護師」が30.9%で最も多く、次いで「地域包括支援センター・市役所」が19.1%、「社会福祉協議会・民生委員」が16.5%となっています。また、「そのような人はいない」は34.5%と多いため、相談窓口の周知が重要と考えられます。



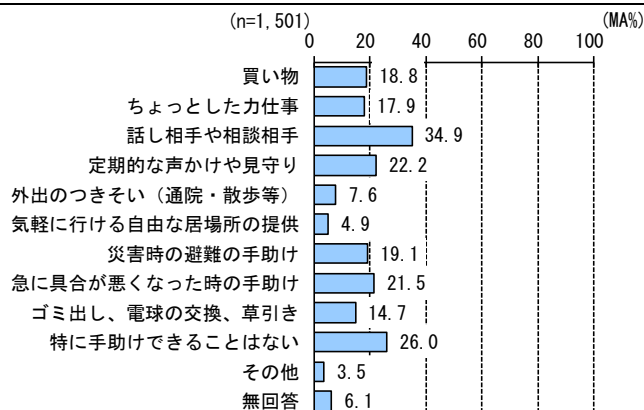
- 問6.8 あなたが実際に行っている近所づきあいほどのようなものですか。(1つだけ)

○ 近所づきあいについて、「あいさつ程度」が61.1%で最も多く、次いで「世間話を交わす程度」が54.9%、「相談したり助け合う」が19.8%となっています。
○ 「関わりがない」は3.2%と少なく、「相談したり助け合う」といった深い付き合いのある方は約2割となっています。



- 問6.9 あなたご自身がご近所で手助けや協力ができることがありますか。(いくつでも)

○ ご自身がご近所で手助けや協力できることについて、「話し相手や相談相手」が34.9%で最も多くなっています。また、「定期的な声かけや見守り」(22.2%)、「急に具合が悪くなった時の手助け」(21.5%)、「災害時の手助け」(19.1%)等が約2割となっています。
○ 「特に手助けできることはない」は26.0%となっていますが、約7割の方が何らかの手助けができると回答しています。



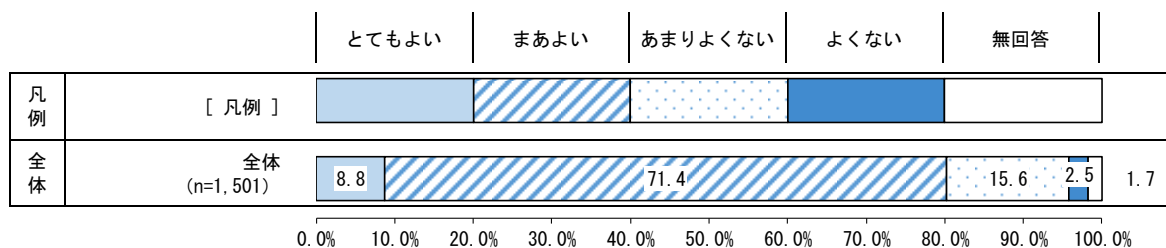
6. 健康について

約8割が健康と感じており、約7割が幸せと感じている。

介護予防や健康づくりに取り組んでいる人は7割以上で、その内容では食事や運動への配慮が多い。取り組んでいない人の理由では、「具体的な取組方がわからない」「きっかけがない」が多いため、介護予防・健康づくりの内容の周知やきっかけづくりが重要と考えられる。

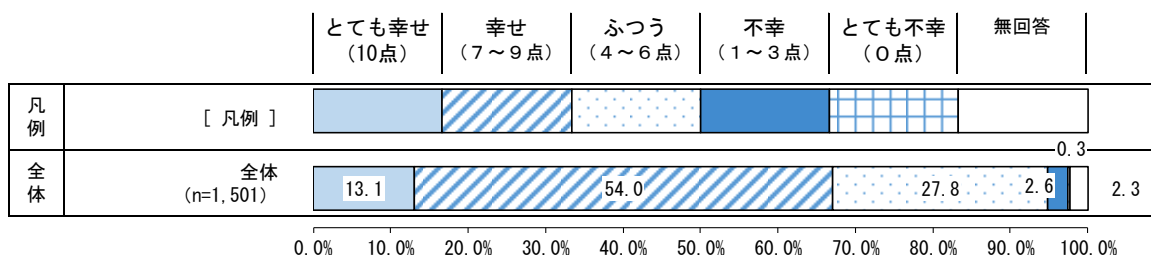
●問7.1 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(1つだけ)

○ 主観的健康感について、「まあよい」が71.4%で最も多く、次いで「あまりよくない」が15.6%、「とてもよい」が8.8%となっています。「とてもよい」「まあよい」を合わせた“よい方”は80.2%で8割を超えています。



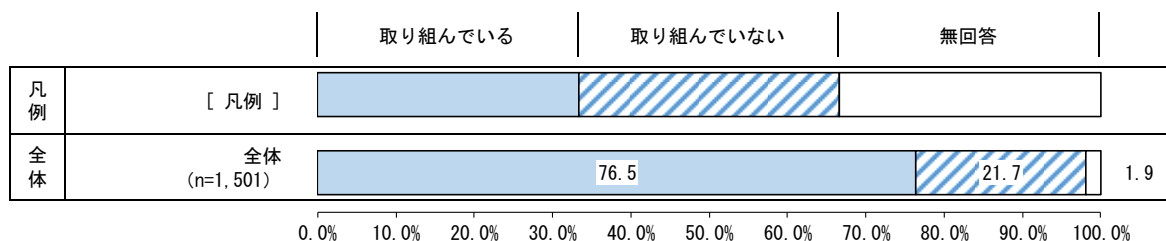
●問7.4 あなたは、現在どの程度幸せですか。(1つだけ)

○ 幸福感について、「幸せ」が54.0%で最も多く、次いで「ふつう」が27.8%、「とても幸せ」が13.1%となっています。「とても幸せ」「幸せ」を合わせた“幸せ”は、約7割となっています。



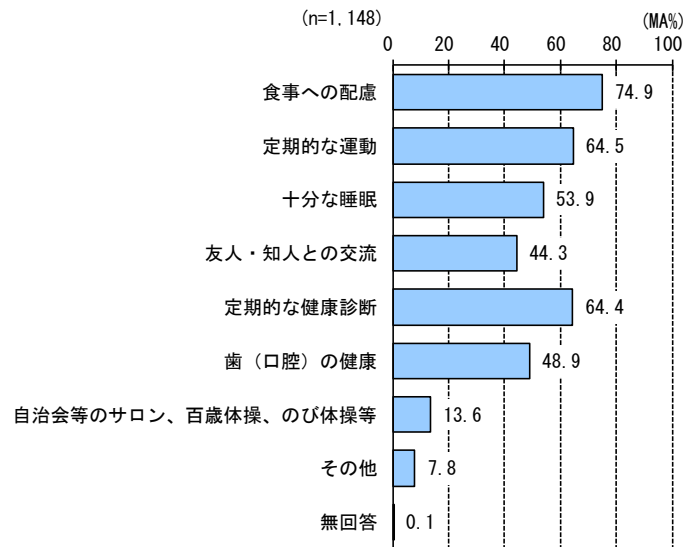
●問7.8 介護状態にならないように、介護予防や健康づくりに取り組んでいますか。(1つだけ)

○ 介護予防や健康づくりへの取り組みについて、「取り組んでいる」が76.5%、「取り組んでいない」が21.7%となっています。



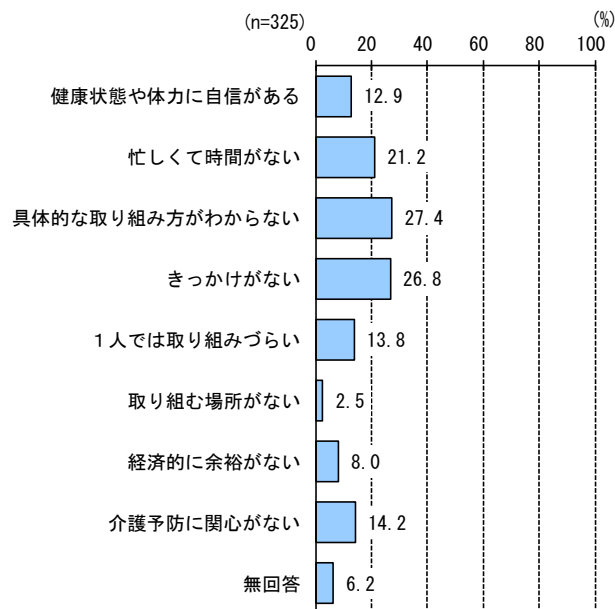
●問7.8-1 どのようなことに取り組んでいますか。(いくつでも)

- 介護予防や健康づくりの取り組みの内容について、「食事への配慮」が 74.9%で最も多くなっています。「定期的な運動」(64.5%)、「定期的な健康診断」(64.4%)、「十分な睡眠」(53.9%)も5割を超え多くなっています。



●問7.8-2 介護予防や健康づくりに取り組まれている理由は何ですか。(いくつでも)

- 介護予防や健康づくりに取り組んでいない理由について、「具体的な取り組み方がわからない」が 27.4%で最も多く、次いで「きっかけがない」が 26.8%、「忙しくて時間がない」が 21.2%となっています。
- 「介護予防に関心はない」は 14.2%となっていますが、取り組み方の周知や取り組むきっかけを作ることで参加する方もいると考えられます。

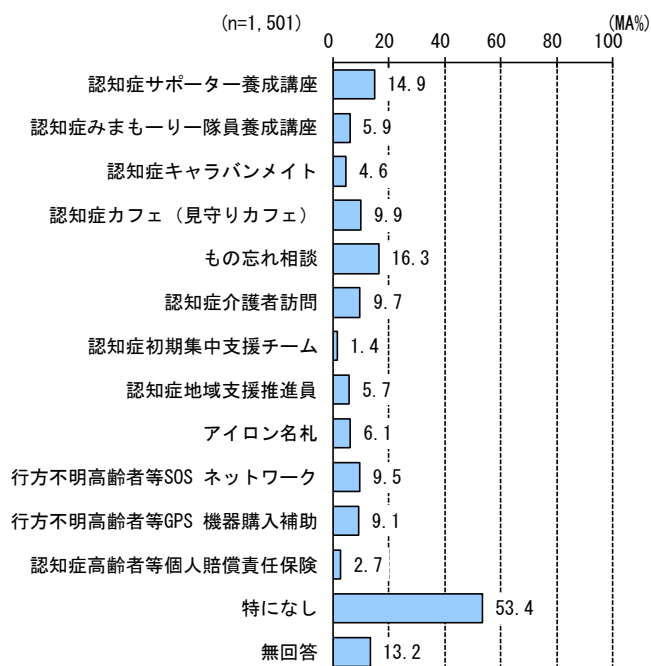


7. 認知症について

市の認知症施策のいずれかを知っている人は 33.4%、認知症に関する相談窓口を知っている人は 37.4%である。

- 問8.5 市が実施している認知症施策について、知っているものはありますか。
(いくつでも)

- 市が実施している認知症施策の認知状況について、「もの忘れ相談」が 16.3%で最も多く、次いで「認知症サポーター養成講座」が 14.9%、「認知症カフェ（見守りカフェ）」が 9.9%となっています。
- 「特になし」は 53.4%であるため、認知症施策に関する情報のさらなる発信が必要となっています。

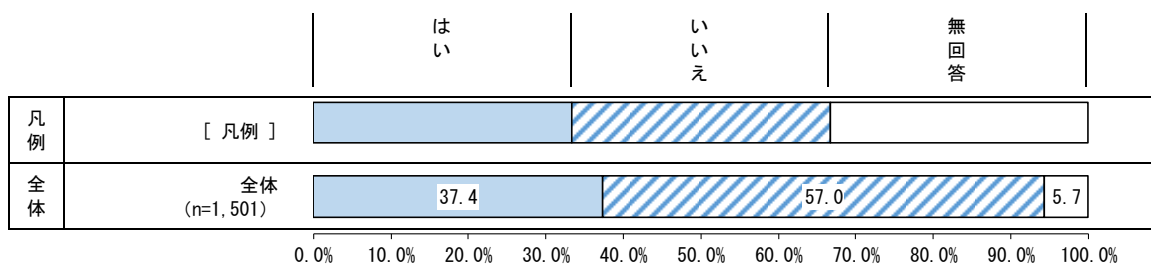


- 問8.3 認知症に関する相談窓口を知っていますか。(○は1つ)

【全体】

- 認知症に関する相談窓口の認知状況について、「はい」が 37.4%、「いいえ」が 57.0%となっています。

【認知症に関する相談窓口の周知状況】



8. 地域における暮らしについて

地域について、かかりつけ医の重要性や必要性に対する認識が高い、生活の利便性が高いと感じている人が多い。

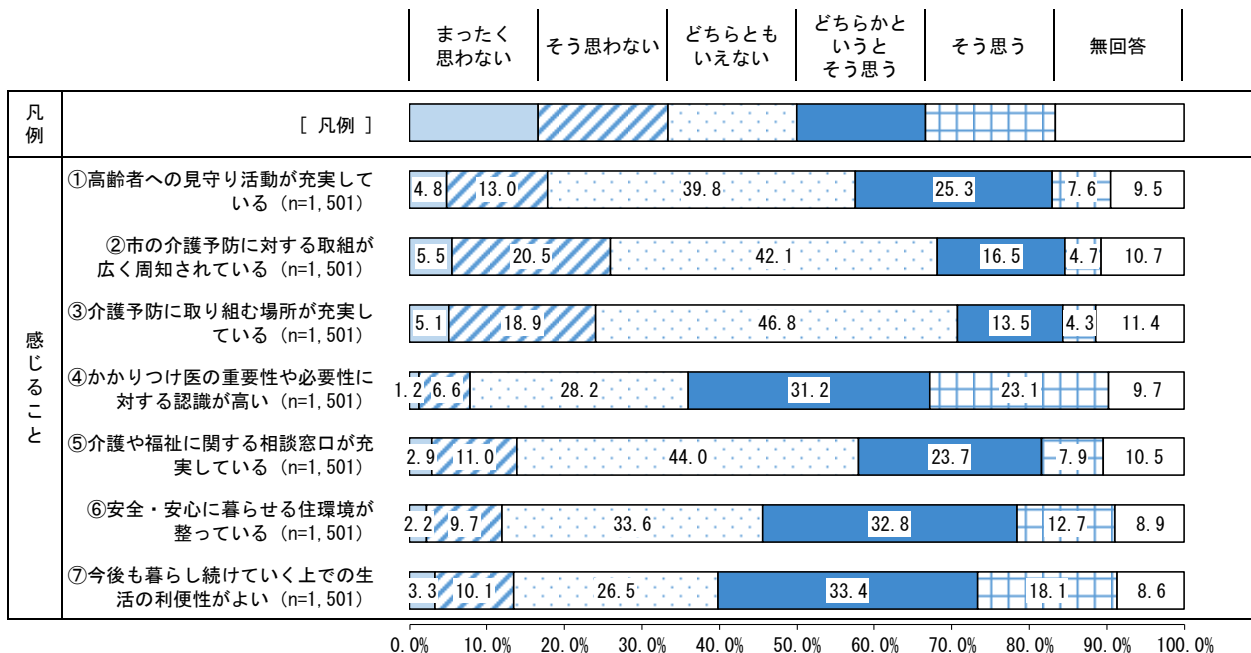
新型コロナウイルス感染症の影響により行動の変化がある人が約8割、また約3割が何らかの不調を感じている。

スマートフォン等を通話以外でも利用している人は6割以上で、そのうち5割以上が情報収集にも活用している。

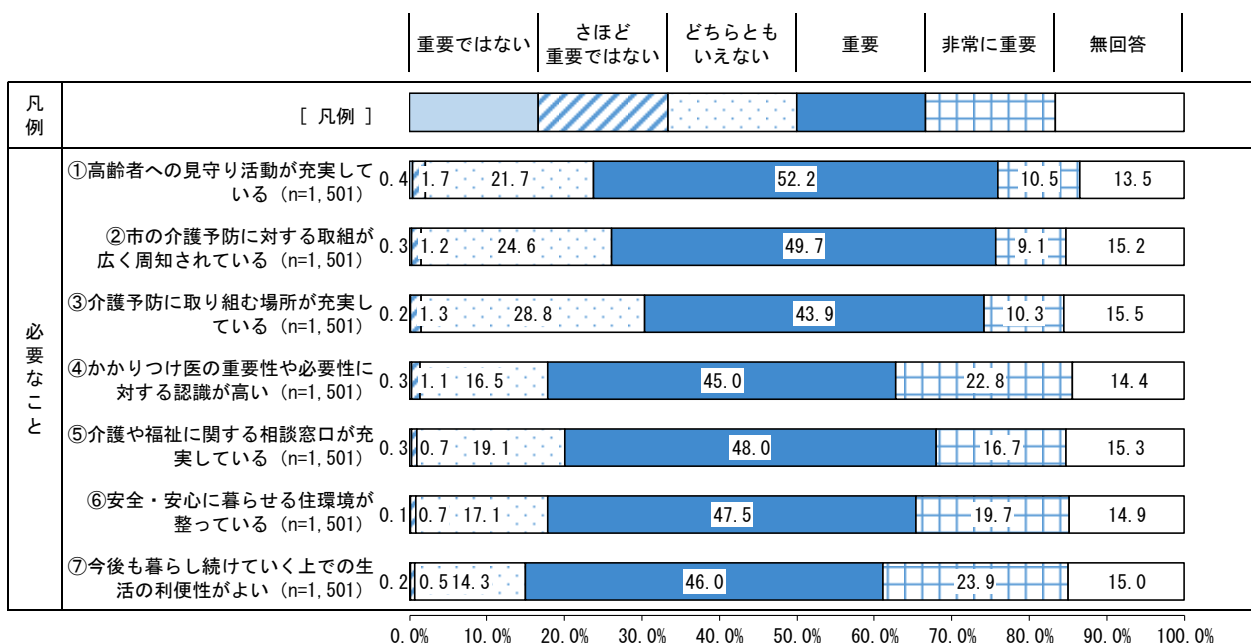
- 問10.1 あなたが住んでいる地域について「感じること」「必要なこと」は何ですか。それぞれの回答欄にあてはまるものをお教えてください。(それぞれ1つだけ)

- 地域について感じることで、「どちらかというと思う」「そう思う」を合わせた“感じる”が多いのは、[④かかりつけ医の重要性や必要性に対する認識が高い]で54.3%、[⑦今後も暮らし続けていく上での生活の利便性がよい]で51.5%などとなっています。
- 逆に“感じない”が多いのは、[②市の介護予防に対する取組が広く周知されている]で26.0%、[③介護予防に取り組む場所が充実している]が24.0%などとなっています。
- 必要なことでは、「重要」「非常に重要」を合わせた“重要”が多いのは、[⑦今後も暮らし続けていく上での生活の利便性がよい]で69.9%、[④かかりつけ医の重要性や必要性に対する認識が高い]で67.8%となっています。
- [②市の介護予防に対する取組が広く周知されている][③介護予防に取り組む場所が充実している][⑤介護や福祉に関する相談窓口が充実している]では、“重要”と回答した方の割合に対し、“感じる”と回答した方の割合が少なく、今後施策等の充実が必要と考えられます。

【感じること】

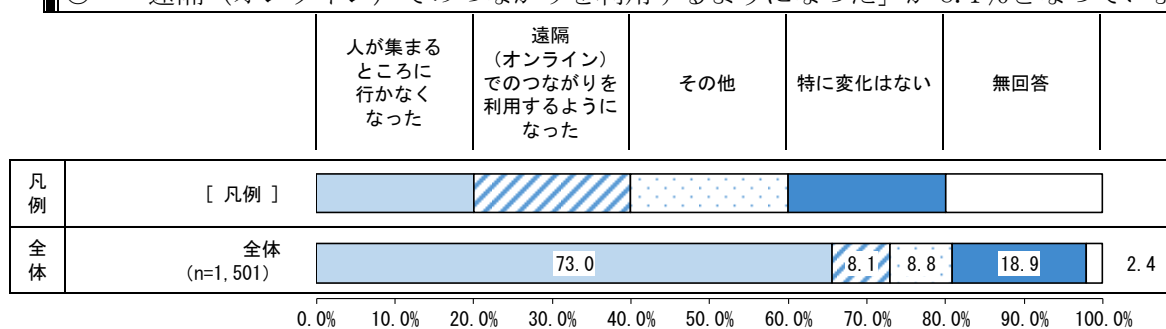


【重要なこと】



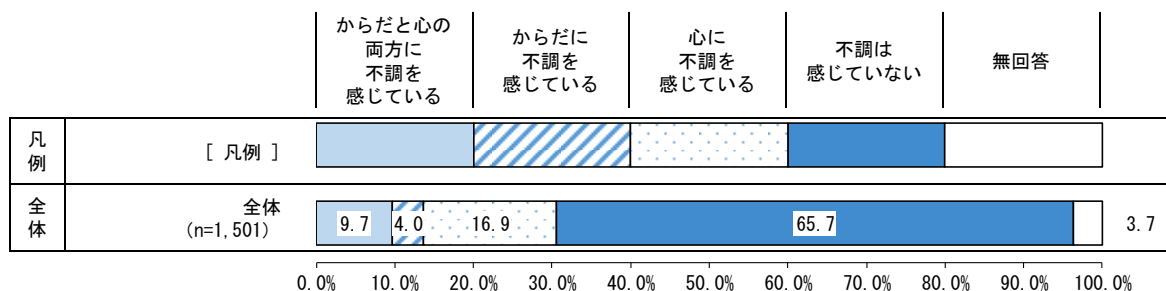
●問10.2 新型コロナウイルス感染症の流行を受けて、あなたの行動に変化はありましたか。(1つだけ)

- 新型コロナウイルス感染症の流行を受けての行動の変化について、「人が集まるところに行かなくなった」が 73.0%で最も多く、次いで「特に変化はない」が 18.9%、「その他」が 8.8%となっています。
- 「遠隔（オンライン）でのつながりを利用するようになった」が 8.1%となっています。



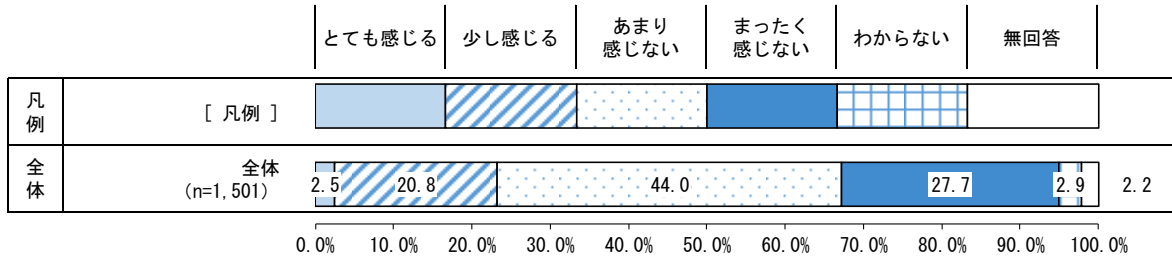
●問10.3 新型コロナウイルス感染症の流行を受けて、あなたの心身に変化はありましたか。(1つだけ)

- 新型コロナウイルス感染症の流行を受けての心身の変化について、「不調は感じていない」が 65.7%で最も多く、次いで「心に不調を感じている」が 16.9%、「からだと心の両方に不調を感じている」が 9.7%となっています。
- 何らかの不調を感じている人は 30.6%となっています。



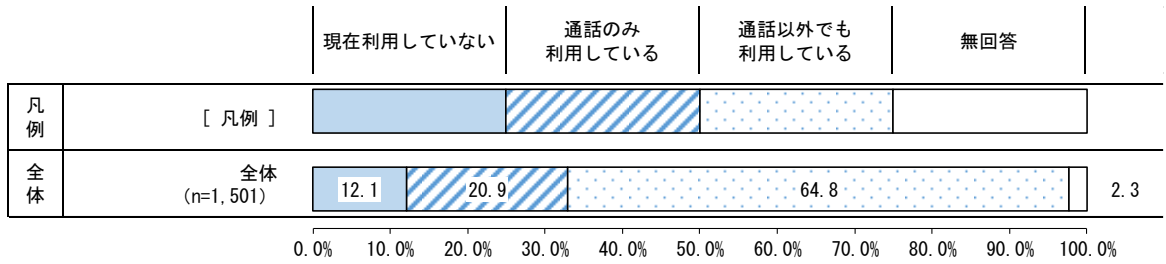
●問10.4 あなたは、普段「孤独」と感じることはありませんか。(1つだけ)

- 普段「孤独」と感じることに、「あまり感じない」が44.0%で最も多く、次いで「まったく感じない」が27.7%、「少し感じる」が20.8%となっています。
- 「とても感じる」「少し感じる」を合わせた“感じる”は23.3%、「あまり感じない」「全く感じない」を合わせた“感じない”は71.7%となっています。



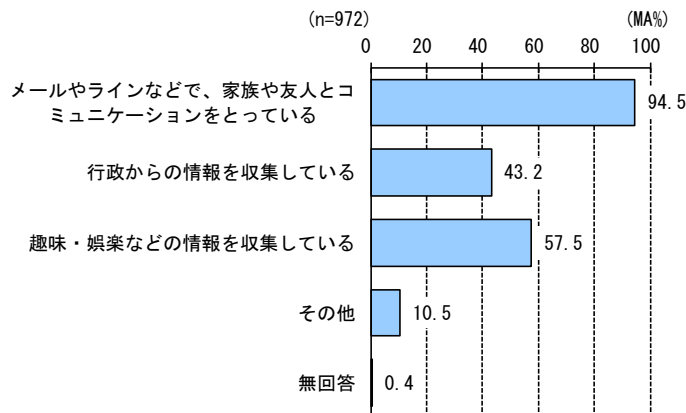
●問10.5 携帯電話（スマートフォン含む）の利用状況についてお聞きします。(1つだけ)

- 携帯電話（スマートフォン含む）の利用状況について、「通話以外でも利用している」が64.8%で最も多く、次いで「通話のみ利用している」が20.9%、「現在利用していない」が12.1%となっています。



●問10.5-1 通話以外の利用方法はどのようなものがありますか。(いくつでも)

- 通話以外の利用方法について、「メールやラインなどで、家族や友人とコミュニケーションをとっている」が94.5%で最も多く、次いで「趣味・娯楽などの情報を収集している」が57.5%、「行政からの情報を収集している」が43.2%となっています。
- 通話以外で利用している方のうち4割以上が行政からの情報を収集していることから、インターネット等を通じた情報発信の方法を工夫することで、より広く情報を届けられると考えられます。



9. 高齢者福祉・介護保険に関する制度・サービス等について

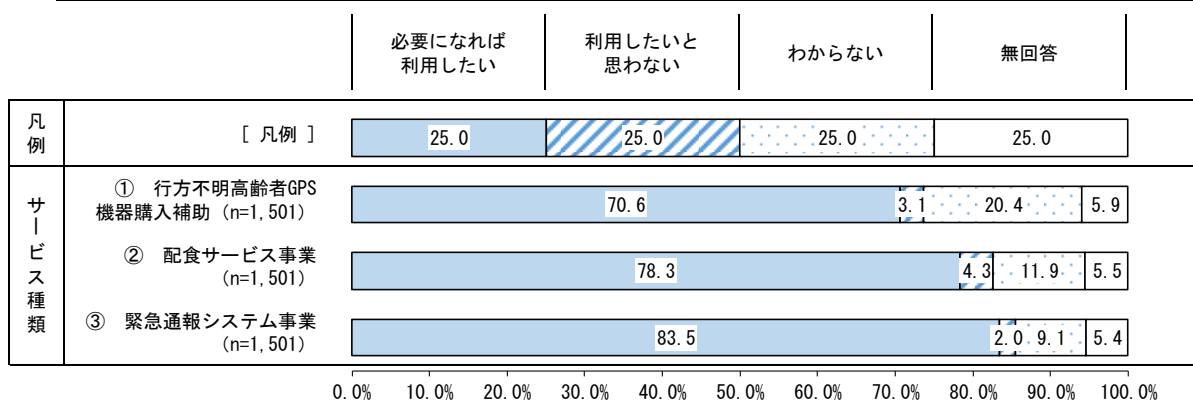
地域包括支援センターを知っている人は約5割である。

要介護状態になった場合、自宅でサービスを受けながら暮らしたい人が約6割、施設等に入所したい人が約3割である。

保険料と入所施設増設に対する考えについて、「在宅サービスを充実させ、保険料への影響はなるべく抑えたほうがよい」が45.9%、「介護の負担を軽減するため、保険料に影響があっても施設の充実を優先させたほうがよい」が18.1%であり、保険料の増加を抑えたい意見が多くなっている。

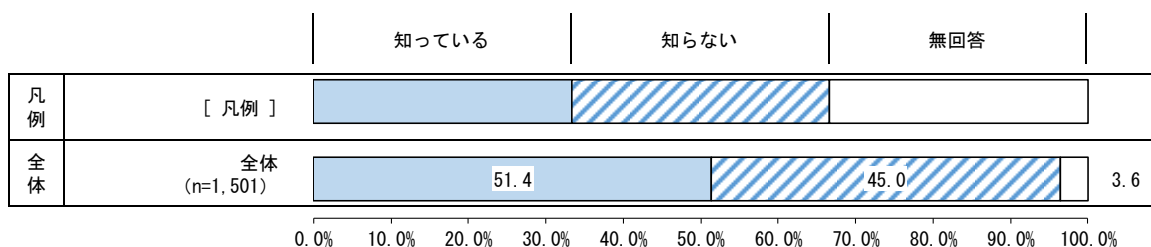
- 問11.1 今後、福祉サービスが必要になった時に次のような市の高齢者福祉サービスを利用したいと思いますか。(それぞれ1つだけ)

○ 市の高齢者福祉サービスの利用意向について、すべてのサービスで「必要になれば利用したい」が7割を超えており、特に【③緊急通報システム】では、83.5%となっています。



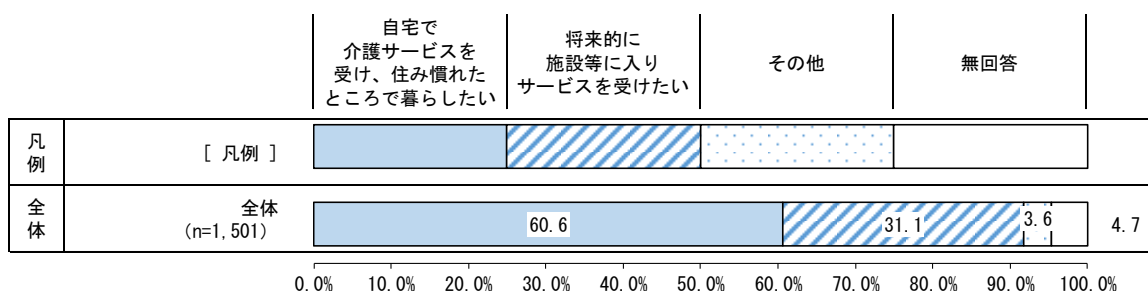
- 問12.1 地域包括支援センターを知っていますか。(1つだけ)

○ 地域包括支援センターの認知状況について、「知っている」が51.4%、「知らない」が45.0%となっています。地域包括支援センターの認知度が低いため、さらなる周知啓発が重要です。



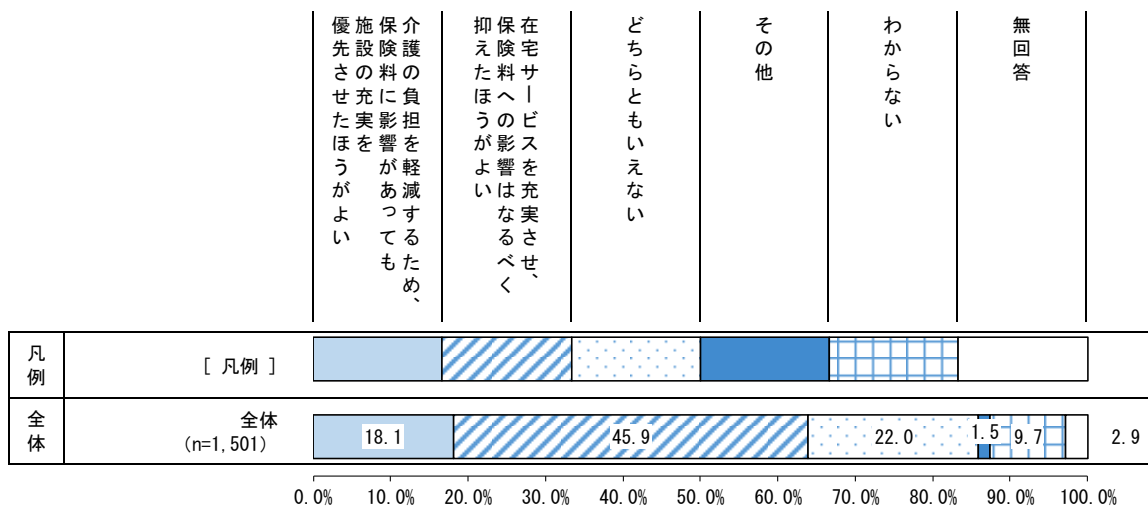
●問13.1 あなたご自身が要介護状態になった場合、どのようにしたいと思いますか。(1つだけ)

○ 要介護状態になった場合の意向について、「自宅で介護サービスを受け、住み慣れたところで暮らしたい」が60.6%で最も多く、次いで「将来的に施設等に入りサービスを受けたい」が31.1%、「その他」が3.6%となっています。



●問13.4 今後、高齢化が進み、高齢者が増えていくと、介護保険施設（特別養護老人ホーム等の入所施設）が不足することも想定されます。入所施設が増えると保険料への影響が大きくなりますが、あなたの考えに最も近いものはどれですか。(1つだけ)

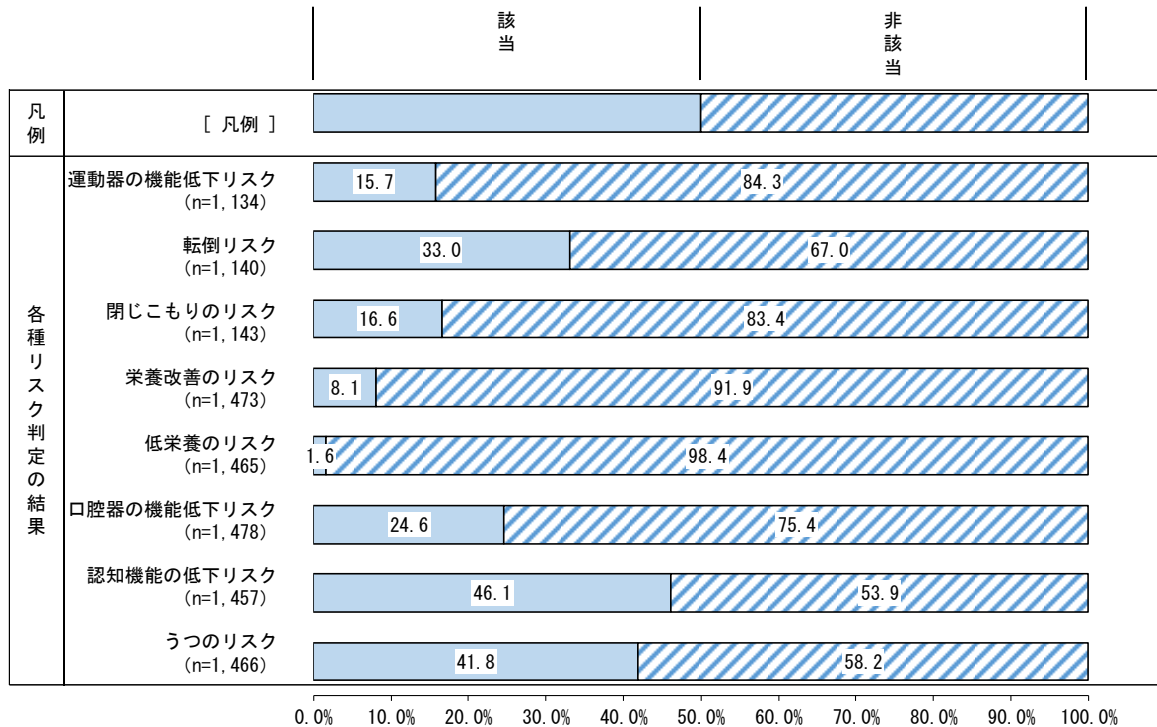
○ 保険料と入所施設増設に対する考えについて、「在宅サービスを充実させ、保険料への影響はなるべく抑えたほうがよい」が45.9%で最も多く、次いで「どちらともいえない」が22.0%、「介護の負担を軽減するため、保険料に影響があっても施設の充実を優先させたほうがよい」が18.1%となっています。



◆各種リスク等について

◆各種リスクの判定結果

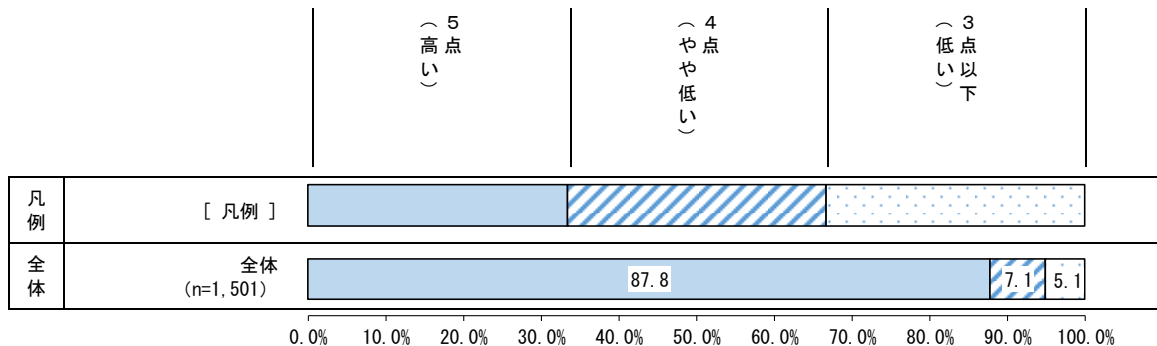
- 認知機能の低下リスク（46.1%）、うつ病のリスク（41.8%）では、「該当」が4割を超えて多くなっています。
- また、転倒のリスクでは3人に1人、口腔器の機能低下リスクでは4人に1人が「該当」となっています。



◆手段的自立度（IADL）の判定

【全体】

- IADLについて、「5点（高い）」が87.8%、「4点（やや低い）」が7.1%、「3点以下（低い）」が5.1%となっています。



◆各種リスク等の判定方法

- 運動器の機能低下リスクの判定方法：以下の設問に対して5問中3問以上該当する場合

設問	選択肢
問 2.1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	できない
問 2.2 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	できない
問 2.3 15分位続けて歩いていますか	できない
問 2.4 過去1年間に転んだ経験がありますか	何度もある／1度ある
問 2.5 転倒に対する不安は大きいですか	とても不安である／やや不安である

- 転倒リスクの判定方法：以下の設問に対して該当する場合

問 2.4 過去1年間に転んだ経験がありますか	何度もある／1度ある
-------------------------	------------

- 閉じこもりのリスクの判定方法：以下の設問に対して該当する場合

問 2.6 週に1回以上は外出していますか	ほとんど外出しない／週1回
-----------------------	---------------

- 口腔機能の低下リスクの判定方法：以下の設問に対して3問中2問該当する場合

【咀嚼機能低下】問 3.2 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい
【嚥下機能低下】問 3.3 お茶や汁物等でむせることがありますか	はい
【肺炎発症リスク】問 3.4 口の渇きが気になりますか	はい

- 栄養改善のリスクの判定方法：以下の設問に対して該当する場合

問 3.1 身長・体重から算出されるBMI（体重（kg）÷身長（m） ² ）	18.5未満
---	--------

- 低栄養のリスクの判定方法：以下の設問に対して2問中2問該当する場合

問 3.1 身長・体重から算出されるBMI（体重（kg）÷身長（m） ² ）	18.5未満
問 3.6 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい

- 認知機能の低下リスクの判定方法：以下の設問に対して該当する場合

問 4.1 物忘れが多いと感じますか	はい
--------------------	----

- うつ病のリスクの判定方法：以下の設問に対して2問中いずれか1つでも該当する場合

問 7.3 この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか	はい
問 7.4 この1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか	はい

- 手段的自立度（IADL）の判定

以下の設問を5点満点で判定：5点「高い」、4点：「やや低い」、3点以下：「低い」。

設問	選択肢	配点
問 4.4 バスや電車で一人で外出していますか（自家用車でも可）	できるし、している／できるけどしていない	1点
問 4.5 自分で食品・日用品の買物をしていますか	できるし、している／できるけどしていない	1点
問 4.6 自分で食事の用意をしていますか	できるし、している／できるけどしていない	1点
問 4.7 自分で請求書の支払いをしていますか	できるし、している／できるけどしていない	1点
問 4.8 自分で預貯金の出し入れをしていますか	できるし、している／できるけどしていない	1点

※手段的自立度（IADL）とは、『手段的日常生活動作』と訳され、日常生活を送る上で必要な動作のうち、買い物や洗濯、掃除等の家事全般や、金銭管理や服薬管理、外出して乗り物に乗ることなどを指します。