



ビジネスのヒントとなる 高齢者の インサイト・隠れた本音集

経済産業省
令和5年度ヘルスケア産業基盤高度化推進事業
(サステナブルな高齢化社会実現及び当事者参画型開発普及に向けた関連事業)



令和6年3月
株式会社日本総合研究所

ビジネスのヒントとなる高齢者のインサイト・隠れた本音集 (目次)

高齢者のインサイト・隠れた本音	ジャンル
（独居で頼れる親族や近隣住民等がおらず、ケアマネジャーにすべて連絡・相談している高齢者）ケアマネジャー以外に気軽に相談できる人が欲しい	安全・安心
スーパーまで自力で行くのは難しいが、調理をする中で頻繁に食材が足りなくなるため、自力で必要な食材を調達したい	暮らし
難聴がありコミュニケーションが困難であっても、趣味の活動に参加したい、気兼ねなくサービスを利用したい	暮らし
家庭においてすべきこと（家事など）や責任感から逃れて、自分だけの時間を過ごせる場所（いわゆる「サードプレイス」）が欲しい	活動・参加
自動車免許返納後も自宅でできる趣味を見つけたい、自宅でこれまでの趣味を継続したい	活動・参加
交流や社会参加には関心が薄いですが、特定の趣味活動（例えば釣り）であれば行きたい、仲間とも交流したい	活動・参加
高齢になってから息子と一緒に暮らすために転居したため、友人も地縁もないが、人との交流は続けたい	活動・参加
喫茶店のモーニングで近所の仲間と集っていたが、喫茶店自体が閉店する予定。仲間とのつながりは維持したいが、ほかに集まれる場所がない	活動・参加

高齢者のニーズ

(独居で頼れる親族や近隣住民等がおらず、ケアマネジャーにすべて連絡・相談している高齢者) ケアマネジャー以外に気軽に相談できる人が欲しい

高齢者のホンネ

- ・ 人付き合いは苦手だが、ひとりで無音で生活していると寂しい
- ・ 骨折などの緊急時はケアマネジャーしか頼れず、毎回申し訳なく感じる

どんな人？



77歳／女性／要支援2／戸建て（昔ながらの平屋）／

独居（結婚歴なし、一人っ子、市内外にいとこが2名）／BMI14.6（虚弱）

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 左大腿骨、左ひじ、右ひじを相次いで骨折しており痛みが継続している。「痛くて全然ダメ」が口ぐせ。すり足でゆっくり歩いている
- ・ 143cm、30kgであり、近年大幅な体重の増減はないものの、虚弱状態

食事の状況

- ・ 歯がなく、入れ歯も合っていないため、週1・2回、約300m先の商店で買ってきた総菜を自ら加工して食べている（昔から通っている商店であり、食べなれた味の総菜を好んでいる）

通院・買い物の状況

- ・ 近所の商店まで歩行器を使って行き、総菜を購入して食べている
- ・ 月3回市の買い物同行支援を活用し、スーパーマーケットで日用品等を購入している

交流・娯楽の状況

- ・ 人付き合いは苦手的交流は週1回のデイサービス程度
- ・ 「音がないとなんだか寂しいからね」と毎日ラジオをつけて生活している

フォーマルサービス

- ✓ 通所型サービス：週1回
- ✓ 歩行器、上がり框手すりレンタル

インフォーマルサービス

- ✓ 買い物同行支援：月3回
- ✓ 自宅の木の剪定：年1回

本人の
望む暮らし

- ・ 近所の商店まで徒歩で行き、総菜を買うことを続けたい
- ・ 自宅での生活を継続したい

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 今は自分のペースで自宅での生活を続けているが、歩けなくなってしまうと買い物・食事を含め生活が成り立たない可能性がある
- ・ 独居で頼れる親族がおらず、骨折などの緊急時はケアマネジャーに連絡がある。日ごろの困りごとの相談相手もない

高齢者のニーズ

**難聴がありコミュニケーションが困難であっても、
趣味の活動に参加したい、気兼ねなくサービスを利用したい**

高齢者のホンネ

- ・ 高度の難聴があり、デイサービスや体操教室などでは会話の際に聞き返してしまふことが多いので、遠慮があり楽しめない
- ・ 調理やウィンドウショッピングなど好きなことは今後も続けたい

どんな人？



83歳／女性／要支援2／戸建て／独居（夫他界）・娘家族近居（5分程度）

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 脊柱管狭窄症により中長距離の歩行は困難。腰痛と下肢痛があり5分も歩けない。外出時にはサイドシルバーカーや歩行器を使用している
- ・ 高度の難聴があり、身体障害者手帳（6級）を所持。左耳はほとんど聞こえず、右耳もかなり大きな声でないと聞こえないため、コミュニケーションが困難

家事の状況

- ・ 家事全般は自立。買い物は近くの食料品店へ行き、店内ではカートを押して歩いている。娘がネットスーパーで頼んだものを自宅に届けてくれる
- ・ 調理も自分でしており、好きな物を作って食べるのが好きである

外出の状況

- ・ 歩行器を使用してバスや電車で外出し、不定期でショッピングモールに出かけている
- ・ 体操教室や認知症カフェに以前は参加していたが、掴まる箇所がないことや難聴を理由に利用を中止した。

交流・娯楽の状況

- ・ 難聴により正面や耳元で声をかけてもらう必要があり、デイサービスでも交流することに遠慮があり孤立しやすい

フォーマルサービス

✓ 介護予防通所型サービス：週2回

インフォーマルサービス

✓ 娘による安否確認、調子の悪い時の通院介助

本人の
望む暮らし

- ・ 身の回りのことや家事は引き続き自分でやりたい
- ・ 出かけることやウィンドウショッピングが好きで、今後も続けたい

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 家族の訪問や友人との交流はあるが、難聴のため交流機会が減少してきた
- ・ 下肢筋力の低下や眩暈により転倒の可能性がある

高齢者のニーズ

スーパーまで自力で行くのは難しいが、調理をする中で頻繁に食材が足りなくなるため、自力で必要な食材を調達したい

高齢者のホンネ

- ・ 週に1度の訪問介護でヘルパーに買い物代行を依頼しているが、大量の買い物を依頼するのは申し訳なく、どうしても食材が足りなくなる
- ・ 特に豆腐や牛乳など、週に何度も使うものがなくなってしまう

どんな人？



76歳／女性／要支援2／戸建て／独居（次男：電話でのやり取りあり、甥：近居で適宜相談可能）／BMI23.5

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 大腿骨頸部骨折等の影響により、右上下肢の痛みや体力の低下で徒歩での移動が困難
- ・ 以前は徒歩15分程度のショッピングモールまで歩いて買い物に行けていたが、現在は5分程で歩行がきつくなってしまう、徒歩でショッピングモールに行くことは難しい

家事の状況

- ・ 訪問介護を週2回利用しており、週1回はヘルパーが食料品、日用品などの買い物を代行している

外出・交流の状況

- ・ 転倒により骨折する前は自家用車で友人に会いに行ったり、友人と近くのスーパーや市内商店街などでウィンドウショッピングをしていたが、転倒を機に免許返納をしてからは外出機会が週2回の通所介護等に限られている

フォーマルサービス

- ✓ 訪問介護：週2回、通所介護：週2回

インフォーマルサービス

- ✓ 福祉委員の定期訪問
- ✓ 知人による支援：月1回程度／通院・買い物の付き添い

本人の
望む暮らし

- ・ 自力で食材を調達したい
- ・ 一人または友人知人とウィンドウショッピングなどに出かけて楽しみを作りたい

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 食料品をはじめとする生活必需品について、週1回ヘルパーの買い物代行を利用し、月に1回の通院のついでにスーパーで買い出しをしているが、大量の買い物を依頼することを申し訳なく感じてしまい、牛乳や豆腐などの食品が足りずに困ることがある

高齢者のニーズ

家庭においてすべきこと（家事など）や責任感から逃れて、
自分だけの時間を過ごせる場所（いわゆる「サードプレイス」）が欲しい

高齢者のホンネ

- ・ 同居している長女夫婦の家事も担当しており、自分だけの時間が欲しい
- ・ デイサービスは送迎がついており、運動だけでなくカードゲームなどの娯楽、食事、友人との交流ができ、楽しい

どんな人？



82歳／女性／要支援2／戸建て（田んぼの中にポツンとある一軒家）／
長女夫婦と同居・日中独居・H30年に夫が他界／BMI 24.5

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 過去に変形性脊椎症などを発症しており、腰や下肢にしびれや痛みがあるため歩行が不安
- ・ 自宅内では建具などにつかまり、屋外では杖を使用。30分弱であれば自力で歩行可能

家事の状況

- ・ 家事全般は自立。同居している長女夫婦の家事も担当

通院・買い物の状況

- ・ 居住市町村が提供する高齢者向けの安価なタクシーサービスを利用し、通院・買い物ともに自分で行っている ※本人に運転免許はなし

交流・娯楽の状況

- ・ これという趣味はないが、通所型サービス（週2回）で友人とのカードゲームを楽しむ。通所型サービスで実施している道の駅にも買い物イベントにも参加
- ・ 月2回程度タクシーを使って3～4km離れた喫茶店に友人とモーニングに出かけたり、同じ友人の家で寿司の出前を取りランチすることがある

フォーマルサービス：

✓ 通所型サービス：週2回

※ 同居している長女家族の家事炊事を担っていることもあり、デイサービスは自分だけの時間を過ごせる場所として楽しみにしている。デイサービスは送迎付きで通いやすく、運動できるほか、友人に会いカードゲームをすることも、食事をとることもできる。

本人の
望む暮らし

- ・ 引き続き家事などを自立して行う
- ・ 自宅から約500mの位置にある夫のお墓参りに歩いて行く

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 基本的に自立であるが、今後、疼痛などによる活動量の低下から身体機能が低下するおそれがある。また、転倒に対する不安がある

高齢者のニーズ

自動車免許返納後も自宅でできる趣味を見つけない、
自宅でこれまでの趣味を継続したい

高齢者のホンネ

- ・ 川柳が好きで免許返納後も教室に通い続けたいが、趣味のために家族に送迎を頼むことはできない
- ・ 無理して教室に行くよりも、自宅で楽しめるものがあれば自宅で楽しみたい

どんな人？



83歳／女性／要支援 1 ／戸建て／長女と二人暮らし（長女は精神疾患で
病状が不安定。市外に次女）／BMI27.0

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 腰部の痛み、両下肢の痺れを発症後、2か月ほどで軽快したが腰痛を強く不安視
- ・ 左下肢から足先までの痺れがある

家事の状況

- ・ 車で買い物に行っている。自分で季節の食材を調達し、料理をすることが好き

通院の状況

- ・ 通院先は自宅から徒歩5分であり、基本的に徒歩で行っている

交流・娯楽の状況

- ・ 川柳が趣味で、川柳が上手になりたいとの思いから川柳教室に10年間通っている（月1回）
- ・ 川柳教室までは車移動であり、家からバス停が遠いことから、免許返納後にどこで川柳を習えばいいのかわからない不安視している

フォーマルサービス

- ✓ 通所リハビリテーション
- ✓ 歩行器の貸与

インフォーマルサービス

- ✓ 川柳教室

本人の
望む暮らし

- ・ 免許返納後も川柳を引き続き楽しみたい
- ・ 免許返納後も季節の食材を調達し、料理を楽しみたい
- ・ 長女に頼ることなく、外出や身の回りのことを自身で行いたい

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 免許返納の予定があるが、買い物や趣味の川柳教室等に車で行っており、免許返納後の買い物の継続、趣味の継続に不安

高齢者のニーズ

交流や社会参加には関心が薄い、特定の趣味活動（例えば釣り）であれば行いたい、仲間とも交流したい

高齢者のホンネ

- ・ 以前の楽しみといえば陸釣りをすることで、それ以外に趣味はない
- ・ 家族やケアマネジャーの介入もなるべく受けたくない、紹介されたデイサービスには行きたくない。自由気ままに過ごしたい

どんな人？



77歳／男性／要支援2／戸建て／独居（妻・長女家族：市外在住、車で1時間程度の距離。兄夫婦：隣家に居住）／BMI22.5

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 変形性腰椎症、腰椎圧迫骨折、変形性頸椎症などを相次いで発症している
- ・ 左上下肢片麻痺。力が入りにくく膝崩れあり

健康管理・通院の状況

- ・ 「気を張って移動しているときには膝折れしないため転倒の心配はない」との発言があり、自分の判断で通院や内服を止めている

買い物の状況

- ・ 体調が良く、気が向いた時はスーパーに行き、総菜を購入（自宅から約150m、徒歩）

交流・娯楽の状況

- ・ 釣りが趣味で、以前は陸釣りをしており、釣り場で仲間と交流することもあった

フォーマルサービス

- ✓ 福祉用具貸与：キッチン・通路・階段の手すり

※デイサービスの利用を調整したが、本人の希望で利用を中止

インフォーマルサービス

- ✓ 長女：通院時等の訪問
- ✓ 兄夫婦：日常生活の見守り・声かけ、不定期な食事の提供

本人の
望む暮らし

- ・ 自由気ままに過ごしたい。
- ・ 交流や社会参加には関心が薄い、釣りには行きたい。

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 片麻痺などの影響で一人で釣り場に行けず、趣味である釣りが再開できない
- ・ 長女や兄夫婦は、通院の再開と運動機能の向上を希望

高齢者のニーズ

高齢になってから息子と一緒に暮らすために転居したため、友人も地縁もないが、人との交流は続けたい

高齢者のホンネ

- ・ 転居前は友人がたくさんいたが、転居後は離れ離れになってしまった
- ・ 息子家族と仲が悪いわけではないが、積極的な交流はなく、外で話し相手を見つけない

どんな人？



80歳／女性／事業対象者／戸建て／長男夫婦・嫁の母と3世帯5人暮らし
(夫は約20年前に他界、1年前に、鹿児島から長男宅に転居)／BMI22.3

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 20年前より、高血圧で通院し、内服治療中。足の上が悪く、昨年歩行中に転倒。

家事の状況

- ・ 徒歩で散歩や買い物に行っている。

交流・娯楽の状況

- ・ 転居前は独居であったが、友人が多かった。デイサービスに2回通っており、友人と手芸やパソコンを楽しんでいた。
- ・ 1年前に住み慣れた県を離れて長男宅に転居したが、長男夫婦と積極的な交流はなく、家の外で友人や話し相手を見つけない

フォーマルサービス

✓ 通所C

インフォーマルサービス

✓ 介護予防教室、地域のサロン（いずれも徒歩約10分）

本人の
望む暮らし

- ・ 家の外で友人や話し相手を見つけない
- ・ 歩行や階段昇降をスムーズに行い、遠方に住む子どもの家へ電車で遊びに行きたい

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 転居前は友人との交流があったが、転居を機に交友関係が大きく変化した。長男夫婦と積極的な交流もない
- ・ 歩行が不安定になることや筋力低下についての不安がある

高齢者のニーズ

喫茶店のモーニングで近所の仲間と集っていたが、喫茶店自体が閉店する予定。仲間とのつながりは維持したいが、ほかに集まれる場所がない

高齢者のホンネ

- ・ 閉店した喫茶店は徒歩圏内であり、行きやすかった。通いの場やサロンがあることは知っているが、遠いうえ、通い慣れていないため不安
- ・ 近所の仲間とは自然に集っており、喫茶店がなくなるとつながりがとぎれてしまう

どんな人？



85歳／女性／要支援2／認知症高齢者の日常生活自立度Ⅲa／BMI 25.2
／戸建て／夫婦2人暮らし・息子家族が敷地内に居住／

本人の
生活の様子・
利用サービス

身体の状態

- ・ 屋外はシルバーカーを使用。近所であれば夫の付き添いのもと外出可能
- ・ 数年前から、薬の飲み忘れや火の消し忘れなどが見られるようになった

家事の状況

- ・ 掃除・洗濯や調理を担当。調理は短時間で簡単なもののみ
- ・ 買い物は週に1回、息子の介助のもと近隣のスーパーへ行く（夫も同行）

外出・交流の状況

- ・ 週2回徒歩15分ほどの距離の喫茶店に夫婦で1台のシルバーカーを押して行き、友人・仲間5～6人と話をしている。ただし喫茶店は店主が高齢であることを理由に今春閉店予定
- ・ デイサービスに週1回夫婦一緒に通っている。デイサービスでも夫婦で行動を共にし、脳トレをしながら同席の方と談話したり、施設内を散歩したりしている
- ・ 喫茶店（週2回）、デイサービス（週1回）、買い物（週1回）以外の外出はない
- ・ 町外在住のひ孫に会うことを夫婦ともにとっても楽しみにしている

フォーマルサービス

- ✓ 通所介護：週1回
- ✓ 短期入所：月に1泊2日

インフォーマルサービス

- ✓ 通いの場となっている喫茶店（週2回）での友人との交流
- ✓ 息子による買い物や通院の介助、服薬や金銭管理の見守り

本人の
望む暮らし

- ・ 今できている家事を続け、夫婦一緒に自宅で生活をしたい
- ・ 夫婦で一緒に外出し、友達との交流を続けたい

望む暮らしを
踏まえた
生活課題

- ・ 通いの場となっている喫茶店が閉店してしまうと、外出・交流の機会が減少してしまう