

2003 年度森泰吉郎記念研究振興資金

研究成果報告書

在宅高齢者の健康水準の実態とその関連要因

2004 年（平成 16 年）2 月

慶応義塾大学大学院 政策・メディア研究科
小 山 裕

1. 調査目的

本調査は、在宅高齢者の健康維持・増進のための支援のあり方を検討するために、高齢者の心身機能からみた健康水準の実態を包括的に把握し、心身機能全般の健康維持・増進に関連する要因を検証することを目的とした。

2. 調査対象

調査対象は、藤沢市在住の老人クラブに参加している 65 歳以上の方である。

3. 調査方法

藤沢市内の 15 地区の老人クラブ代表者に対して自記式質問紙を配布した。さらに、この地区代表者がそれぞれの地区にある各老人クラブの代表者に調査票を配布した。そして、この各クラブ代表者がそれぞれのクラブ会員のうち任意に 3 名を選び、個々の高齢者に質問紙を配布・回収した。最終的には、地区単位で一括して回収をした。

4. 調査期間

2003 年 9 月 12 日（金）～10 月 20 日（月）

5. 回収結果

配布件数	回収件数	回収率
567 件	512 件	90.29%

6. 調査結果の集計にあたって

本調査では、512 件の回収票のうち、109 名（白紙 6 名、入所入院 2 名、年齢対象外 13 名、1 項目以上に欠損値あり 87 名）を除いた 403 名（71.07%）を解析に用いた。

7. 調査結果の要約

(1) 高齢者の心身機能の健康水準の実態について

生活機能の自立度

老研式活動能力得点の 13 点満点取得者の全体の割合は 52.9%、また、全体の平均得点は 11.9 ± 1.6 点であった。

健康度自己評価

「非常に健康」または「まあ健康」と回答した方は、全体の 84.1%を占めているが、一方で、15.9%の方が「あまり健康でない」または「健康でない」と回答していた。

抑うつ症状

対象者全体における抑うつ症状の有症率は 22.3%であった。

(2) 高齢者の心身機能の健康水準の関連要因について

生活機能の自立度の関連要因

生活機能の自立度の関連要因を分析したところ、男性においては、年齢が低いこと、独居世帯であること、学歴が高いこと、「7~8時間」の適度な睡眠習慣を継続して行っていること、「適切」な量の飲酒習慣を継続して行っていること、散歩や軽い運動を継続して行っていること、友人や近所などとの豊富なネットワークを継続して持っていることが生活機能の自立度の維持・増進に関連し、過去1年間に健康診断の受診があることは阻害要因であった。一方、女性においては、「7~8時間」の適度な睡眠習慣を継続して行っていること、毎日朝食を摂取する習慣を継続して行っていること、地域活動や趣味活動に参加し豊富なネットワークを継続して持っていること、情緒的なサポートを提供してくれる人を継続して持っていることが生活機能の自立度の維持・増進と関連していた。

健康度自己評価の関連要因

健康度自己評価の関連要因を分析したところ、男性においては、散歩や軽い運動を継続して行っていること、情緒的なサポートを提供してくれる人を継続して持っていることが健康度自己評価の高維持に関連していた。一方、女性においては、学歴が高いこと、年収が200万円以上であること、手段的なサポートを提供してくれる人を継続して持っていることが健康度自己評価の高維持に関連し、過去1年間に転倒経験があること、疾病の個数が多いことは健康度自己評価高維持の阻害要因であった。

抑うつ症状の関連要因

抑うつの関連要因を分析したところ、男性においては、年齢が低いこと、現在職があること、年収が200万円以上であること、散歩や軽い運動を継続して行っていること、過去1年間に健康診断の受診があること、過去1年間に健康教室への参加経験があること、情緒的なサポートを提供してくれる人を継続して持っていることが精神的健康の高維持（抑うつ症状の低下）に関連していた。一方、女性においては、現在職があること、学歴が高いこと、情緒的なサポートを提供してくれる人を継続して持っていること、手段的なサポートを提供してくれる人を継続して持っていること精神的健康の高維持（抑うつ症状の予防）に関連していた。