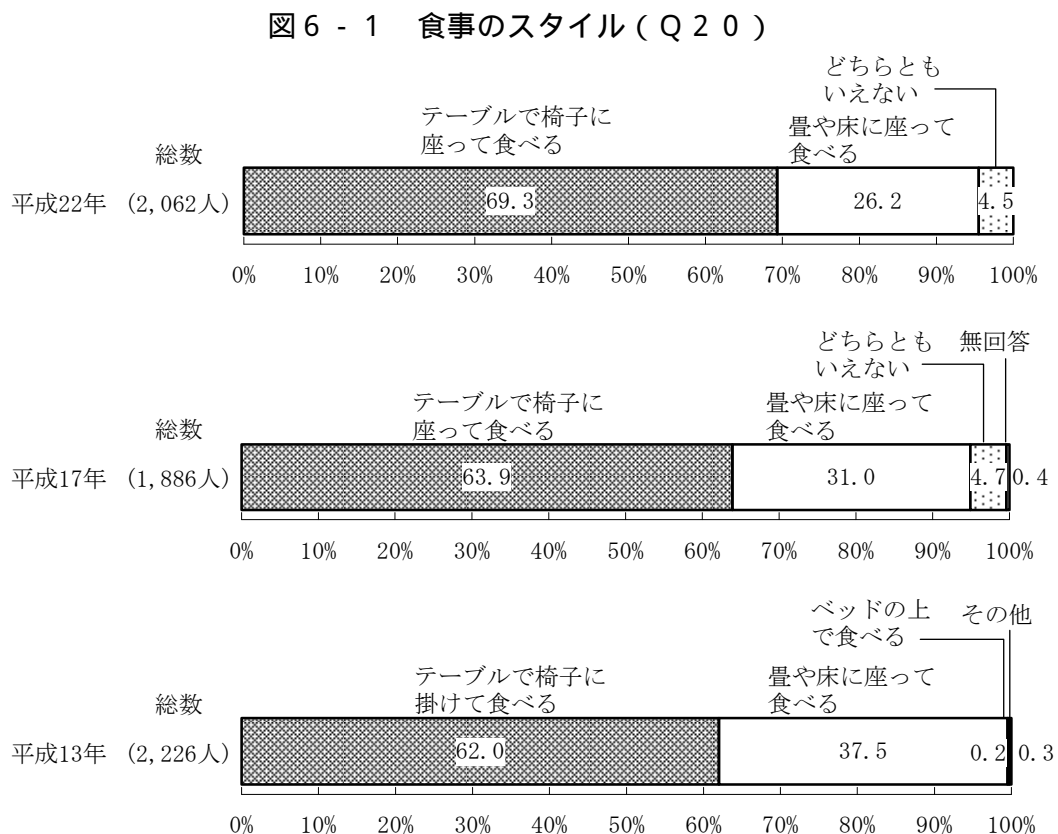


## 6 生活のスタイル

### (1) 食事のスタイル(Q20)

家の中での食事のスタイルについてみると、「テーブルで椅子に座って食べる」が69.3%と約7割を占め、「畳や床に座って食べる」は26.2%となっている。

過去の調査と比較すると、「テーブルで椅子に座って食べる」の割合は平成13年以降続けて増加している。



(注) 平成13年の質問は「あなたは家の中で、主に食事をどのような姿勢で取られますか。」

年齢階級別にみると、大きな差はみられない。

健康状態別にみると、大きな差はみられないが、良くない人で「テーブルで椅子に座って食べる」はやや低い割合となっている。

住宅の種類別みると、「テーブルで椅子に座って食べる」は借家(52.5%)では5割に過ぎないが、持ち家(71.5%)では7割を超えている。

住宅の建て方別にみると、大きな差はみられない。

表 6 - 1 食事のスタイル (%)

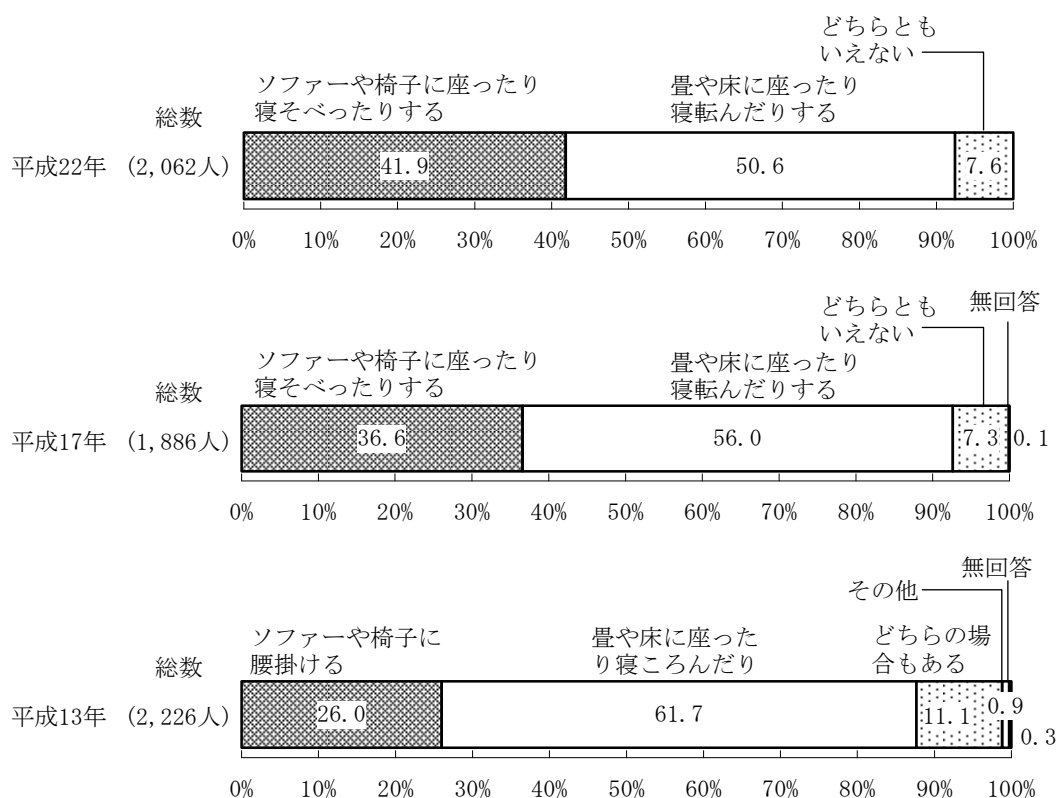
	総数	テーブル で椅子に 座って食 べる	畳や床に 座って食 べる	どちらと もいえな い
【 総 数 】	2062	69.3	26.2	4.5
【都市規模別】				
大都市	472	72.0	22.9	5.1
中都市	867	70.2	25.8	3.9
小都市	522	65.9	28.9	5.2
町村	201	67.7	28.4	4.0
【性別】				
男性	979	69.6	26.0	4.4
女性	1083	69.1	26.3	4.6
【年齢階級別】				
60～64歳	574	68.5	25.4	6.1
65～69歳	500	70.0	25.0	5.0
70～74歳	457	67.2	28.2	4.6
75～79歳	322	71.7	26.4	1.9
80～84歳	147	72.8	24.5	2.7
85歳以上	62	66.1	30.6	3.2
【健康状態別】				
良い	787	70.9	24.9	4.2
まあ良い	379	69.1	25.1	5.8
普通	533	68.3	27.6	4.1
あまり良くない	293	68.6	27.6	3.8
良くない	70	62.9	30.0	7.1
良好（計）	1166	70.3	25.0	4.7
不良（計）	363	67.5	28.1	4.4
【身体の状況別】				
手の不自由さを感じる	124	74.2	21.0	4.8
足に不自由さを感じる	343	74.1	23.0	2.9
目に不自由さを感じる	227	67.4	27.3	5.3
耳に不自由さを感じる	190	73.7	22.6	3.7
特に不自由さは感じない	1449	68.3	26.8	4.9
【住宅の種類別】				
持ち家	1826	71.5	24.1	4.4
借家	236	52.5	42.4	5.1
【住宅の建て方別】				
一戸建て住宅	1770	69.5	25.9	4.5
集合住宅	286	67.5	28.0	4.5

## (2) くつろぎのスタイル(Q21)

家の中でのくつろぎのスタイルについてみると、「ソファや椅子に座ったり寝そべったりする」は41.9%、「畳や床に座ったり寝転んだりする」が50.6%で半数を占めている。

過去の調査と比較すると、「ソファや椅子に座ったり寝そべったりする」の割合は平成13年以降続けて増加している。

図6-2 くつろぎのスタイル(Q21)



(注) 平成13年の質問は「あなたは家の中で、普段どのような姿勢でくつろいでいますか。」

都市規模別にみると、都市規模が大きいほど「ソファや椅子に座ったり寝そべったりする」の割合が高くなっており、「大都市」では、「ソファや椅子に座ったり寝そべったりする」(47.2%)が、「畳や床に座ったり寝転んだりする」(44.5%)を上回っている。

身体の状態(複数回答)別にみると、「ソファや椅子に座ったり寝そべったりする」は、足に不自由さを感じる人で半数を超えている。

住宅の種類、建て方別にみると、いずれも大きな差はみられない。

表6 - 2 くつろぎのスタイル (%)

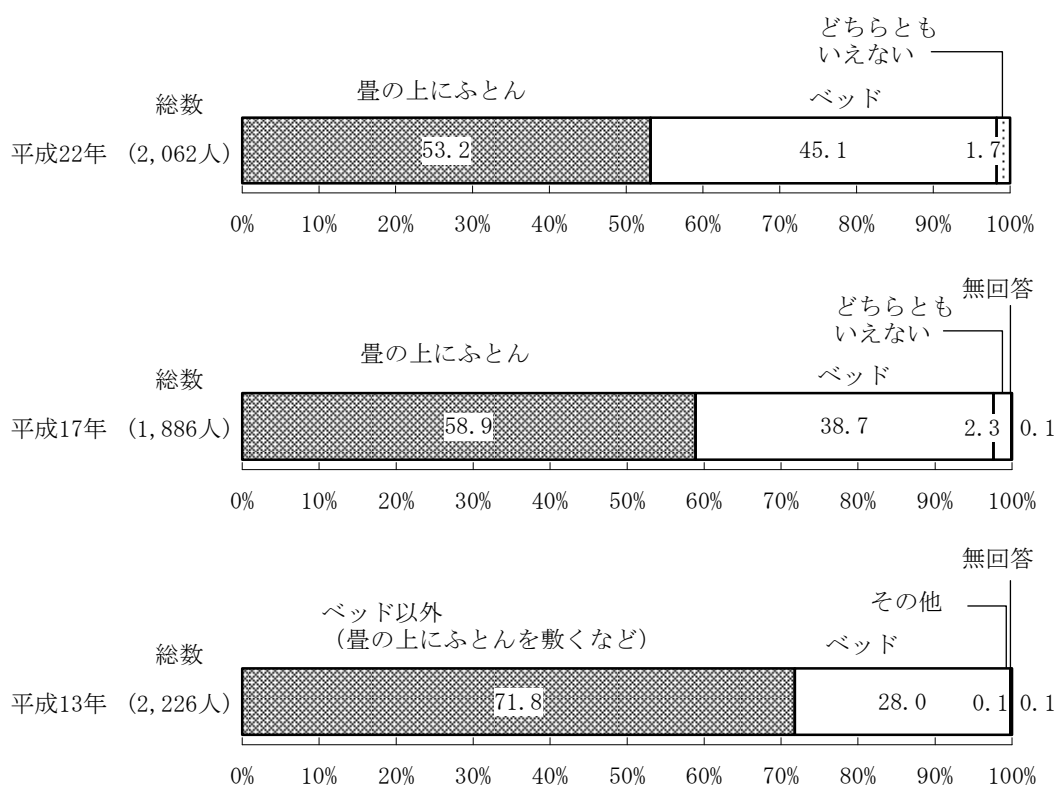
	総数	ソファや 椅子に座っ たり寝そ べったりす る	畳や床に座 ったり寝転 んだりする	どちらとも いえない
【総数】	2062	41.9	50.6	7.6
【都市規模別】				
大都市	472	47.2	44.5	8.3
中都市	867	43.8	48.6	7.6
小都市	522	36.6	55.6	7.9
町村	201	34.3	60.7	5.0
【性別】				
男性	979	41.2	50.9	8.0
女性	1083	42.5	50.3	7.2
【年齢階級別】				
60～64歳	574	41.8	50.2	8.0
65～69歳	500	40.4	52.6	7.0
70～74歳	457	40.3	52.1	7.7
75～79歳	322	43.5	48.8	7.8
80～84歳	147	49.0	43.5	7.5
85歳以上	62	40.3	53.2	6.5
【健康状態別】				
良い	787	44.1	48.3	7.6
まあ良い	379	38.3	53.3	8.4
普通	533	39.4	53.1	7.5
あまり良くない	293	44.0	50.5	5.5
良くない	70	45.7	42.9	11.4
良好（計）	1166	42.2	49.9	7.9
不良（計）	363	44.4	49.0	6.6
【身体状況別】				
手の不自由さを感じる	124	46.8	44.4	8.9
足に不自由さを感じる	343	51.0	42.0	7.0
目に不自由さを感じる	227	42.3	52.9	4.8
耳に不自由さを感じる	190	40.5	47.9	11.6
特に不自由さは感じない	1449	40.4	52.0	7.6
【住宅の種類別】				
持ち家	1826	42.3	49.7	7.9
借家	236	38.1	57.2	4.7
【住宅の建て方別】				
一戸建て住宅	1770	41.1	51.1	7.8
集合住宅	286	46.2	47.6	6.3

### (3) 就寝のスタイル(Q22)

好ましい就寝のスタイルについてみると、「畳の上にふとん」が53.2%で過半数を占め、「ベッド」は45.1%となっている。

過去の調査と比較すると、「ベッド」の割合は平成13年以降続けて増加している。

図6-3 就寝のスタイル(Q22)



(注) 平成13年の質問は「あなたは夜間、どこで寝ていますか。」

性別にみると、「ベッド」の割合は、男性(42.2%)に比べて女性(47.6%)で高くなっている。

年齢階級別にみると、80歳以上では「ベッド」の割合が半数以上を占めており、特に80~84歳(57.8%)では約6割に達している。

健康状態別にみると、健康状態が不良の人では「ベッド」の割合が半数を超えている。

身体状況(複数回答)別にみると、手に不自由さを感じる人及び足に不自由さを感じる人では、「ベッド」の割合が半数を超えている。

住宅の建て方別にみると、一戸建て住宅では「畳の上にふとん」の割合が半数を超えている。

表 6 - 3 就寝のスタイル (%)

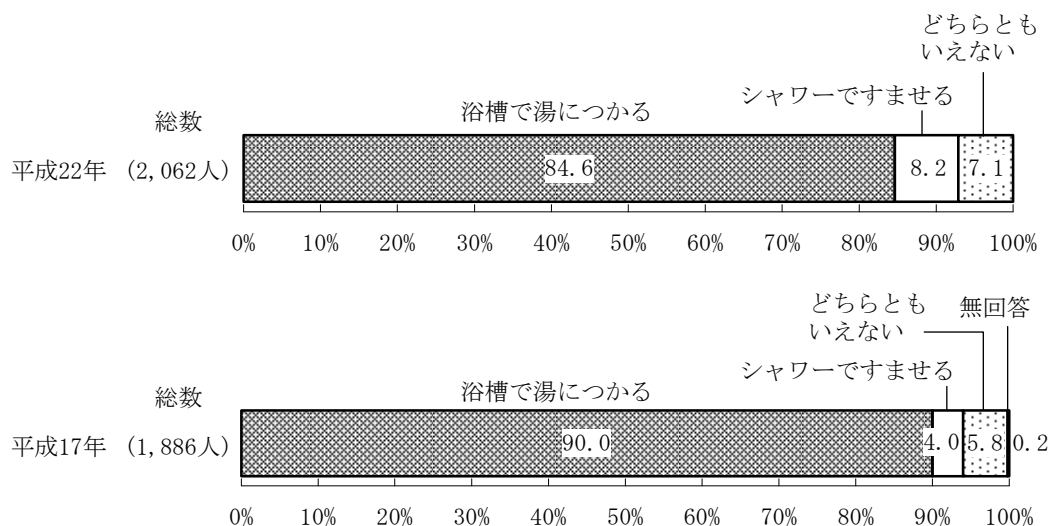
	総数	畳の上に ふとん	ベッド	どちらとも いえない
【 総 数 】	2062	53.2	45.1	1.7
【都市規模別】				
大都市	472	51.1	47.7	1.3
中都市	867	53.6	43.6	2.8
小都市	522	54.8	44.3	1.0
町村	201	52.2	47.3	0.5
【性別】				
男性	979	55.8	42.2	2.0
女性	1083	50.9	47.6	1.5
【年齢階級別】				
60～64歳	574	52.4	45.8	1.7
65～69歳	500	56.6	42.0	1.4
70～74歳	457	57.5	40.5	2.0
75～79歳	322	50.9	47.5	1.6
80～84歳	147	40.1	57.8	2.0
85歳以上	62	43.5	53.2	3.2
【健康状態別】				
良い	787	52.5	46.1	1.4
まあ良い	379	56.5	40.6	2.9
普通	533	58.9	39.8	1.3
あまり良くない	293	43.0	54.9	2.0
良くない	70	42.9	55.7	1.4
良好 (計)	1166	53.8	44.3	1.9
不良 (計)	363	43.0	55.1	1.9
【身体の状況別】				
手の不自由さを感じる	124	43.5	56.5	-
足に不自由さを感じる	343	42.0	56.6	1.5
目に不自由さを感じる	227	49.8	49.3	0.9
耳に不自由さを感じる	190	49.5	47.4	3.2
特に不自由さは感じない	1449	55.4	42.9	1.7
【住宅の種類別】				
持ち家	1826	52.8	45.5	1.8
借家	236	56.4	41.9	1.7
【住宅の建て方別】				
一戸建て住宅	1770	54.1	44.1	1.8
集合住宅	286	48.6	49.7	1.7

#### (4) 入浴のスタイル(Q23)

身体が少し衰えてきたときの入浴のスタイルについてみると、「浴槽で湯につかる」が84.6%と大多数を占め、「シャワーですませる」は8.2%となっている。

前回調査(平成17年)と比較すると、「シャワーですませる」の割合は増加傾向がみられる。

図6-4 入浴のスタイル(Q23)



都市規模別にみると、都市規模が小さいほど「浴槽で湯につかる」の割合が高く、町村(91.0%)では9割に達している。

年齢階級別にみると、「シャワーですませる」の割合は、60~64歳(11.7%)で1割を超えている。

健康状態別にみると、「浴槽で湯につかる」の割合は、良い人でやや高くなっている。

住宅の種類、建て方別にみると、「浴槽で湯につかる」の割合は、持ち家及び一戸建て住宅で高くなっている。

表 6 - 4 入浴のスタイル

(%)

	総数	浴槽で湯につかる	シャワーですませる	どちらともいえない
<b>【総数】</b>	2062	84.6	8.2	7.1
<b>【都市規模別】</b>				
大都市	472	79.4	10.4	10.2
中都市	867	84.7	9.1	6.2
小都市	522	86.8	6.1	7.1
町村	201	91.0	5.0	4.0
<b>【性別】</b>				
男性	979	84.3	8.5	7.3
女性	1083	84.9	8.0	7.0
<b>【年齢階級別】</b>				
60～64歳	574	80.7	11.7	7.7
65～69歳	500	85.6	8.4	6.0
70～74歳	457	85.1	6.6	8.3
75～79歳	322	88.2	6.5	5.3
80～84歳	147	87.1	4.1	8.8
85歳以上	62	85.5	6.5	8.1
<b>【健康状態別】</b>				
良い	787	87.2	7.5	5.3
まあ良い	379	82.8	8.4	8.7
普通	533	83.3	9.4	7.3
あまり良くない	293	84.0	7.5	8.5
良くない	70	78.6	10.0	11.4
良好（計）	1166	85.8	7.8	6.4
不良（計）	363	82.9	8.0	9.1
<b>【身体の状況別】</b>				
手の不自由さを感じる	124	79.0	12.1	8.9
足に不自由さを感じる	343	85.7	6.7	7.6
目に不自由さを感じる	227	82.8	8.8	8.4
耳に不自由さを感じる	190	84.7	5.3	10.0
特に不自由さは感じない	1449	84.3	8.8	6.9
<b>【住宅の種類別】</b>				
持ち家	1826	85.4	7.7	6.8
借家	236	78.4	12.3	9.3
<b>【住宅の建て方別】</b>				
一戸建て住宅	1770	86.0	7.2	6.8
集合住宅	286	76.2	14.7	9.1