

5 食事、くつろぎ、就寝場所

(1) 食事の姿勢

家の中での食事の姿勢をみると、「テーブルで椅子に掛けて食べる」が 62.0%と最も高く、「畳や床に座って食べる」が 37.5%、「ベッドの上で食べる」が 0.2%となっている。

年齢階級別にみると、84 歳までは「テーブルで椅子に掛けて食べる」が6割台となっているが、85 歳以上では、「テーブルで椅子に掛けて食べる」と「畳や床に座って食べる」が半々になっている。

健康状態別にみると、「テーブルで椅子に掛けて食べる」は、健康状態の良くない人ほど低い割合となっている。

住宅の種類別、住宅の建て方別にみると、「持家」及び「一戸建て」で「テーブルで椅子に掛けて食べる」が 6 割を超えている。

表 5-1 家の中での食事の姿勢

	総 数	テーブル で椅子に 掛けて食 べる	畳や床に 座って食 べる	ベッドの上 で食べる	その他
【総 数】(実数)	2,226	1,380	835	5	6
(構成比)		62.0%	37.5%	0.2%	0.3%
【都市規模別】					
大都市	383	57.4	41.5	0.3	0.8
中都市	760	62.9	36.7	0.3	0.1
小都市	453	65.1	34.2	0.4	0.2
町村	630	61.4	38.4	—	0.2
【男女別】					
男	1,017	63.6	35.6	0.3	0.5
女	1,209	60.6	39.1	0.2	0.1
【年齢階級別】					
60～64 歳	535	62.4	37.2	—	0.4
65～69 歳	670	61.8	37.6	0.1	0.4
70～74 歳	523	60.8	38.6	0.4	0.2
75～79 歳	322	65.5	34.2	0.3	—
80～84 歳	124	62.1	37.1	0.8	—
85 歳以上	52	50.0	50.0	—	—
【健康状態別】					
良い	683	66.6	33.1	—	0.3
まあ良い	464	64.7	34.9	—	0.4
普通	593	59.2	40.6	—	0.2
あまり良くない	401	57.6	41.6	0.7	—
良くない	83	51.8	44.6	2.4	1.2
【住宅の種類別】					
持家	1,977	64.9	34.5	0.3	0.3
借家	246	38.6	61.0	—	0.4
【住宅の建て方別】					
一戸建て	2,029	63.7	35.8	0.2	0.2
集合住宅	193	44.6	54.9	—	0.5

一方、希望する食事の姿勢をみると、「テーブルで椅子に掛けて食べる」が 63.1%、「畳や床に座って食べる」が 35.8%となっており、現状の食事の姿勢に比べ「テーブルで椅子に掛けて食べる」が若干高くなっているものの、年齢階級別、健康状態別、住宅の種類別、住宅の建て方別のいずれもが、現状と同じ傾向をみせている。

表 5-2 希望する食事の姿勢

	総 数	テーブル で椅子に 掛けて食 べる	畳や床に 座って食 べる	ベッドの上 で食べる	その他	無回答
【総 数】(実数)	2,226	1,405	798	3	6	14
(構成比)		63.1%	35.8%	0.1%	0.3%	0.6%
【都市規模別】						
大都市	383	60.1	38.9	0.3	0.3	0.5
中都市	760	64.6	34.9	0.1	0.1	0.3
小都市	453	65.1	33.3	0.2	0.4	0.9
町村	630	61.7	37.0	—	0.3	1.0
【男女別】						
男	1,017	64.1	35.1	0.2	—	0.6
女	1,209	62.3	36.5	0.1	0.5	0.7
【年齢階級別】						
60～64 歳	535	64.5	34.6	—	0.2	0.7
65～69 歳	670	63.9	35.2	—	0.3	0.6
70～74 歳	523	61.6	37.3	0.4	0.4	0.4
75～79 歳	322	64.9	33.9	0.3	0.3	0.6
80～84 歳	124	62.1	37.1	—	—	0.8
85 歳以上	52	46.2	51.9	—	—	1.9
【健康状態別】						
良い	683	66.5	33.2	—	0.1	0.1
まあ良い	464	65.1	34.5	—	0.4	—
普通	593	61.9	36.9	—	0.3	0.8
あまり良くない	401	59.4	38.4	0.5	0.2	1.5
良くない	83	53.0	43.4	1.2	—	2.4
【住宅の種類別】						
持家	1,977	65.5	33.6	0.2	0.3	0.5
借家	246	44.3	54.1	—	—	1.6
【住宅の建て方別】						
一戸建て	2,029	64.6	34.5	0.1	0.3	0.5
集合住宅	193	48.2	50.3	—	—	1.6

(2) くつろぎの姿勢

家の中で普段くつろいでいるときの姿勢をみると、「畳や床に座ったり寝ころんだり」が61.7%と最も高く、「ソファや椅子に腰掛ける」が26.0%、「どちらの場合もある」が11.1%となっている。

住宅の種類別及び住宅の建て方別にみると、「ソファや椅子に腰掛ける」割合は、「持家」や「一戸建て」で高くなっている。

表5-3 家の中でのくつろぎの姿勢

	総数	ソファや椅子に腰掛ける	畳や床に座ったり寝ころんだり	どちらの場合もある	その他	無回答
【総数】(実数)	2,226	578	1,373	248	20	7
(構成比)		26.0%	61.7%	11.1%	0.9%	0.3%
【都市規模別】						
大都市	383	25.6	59.3	13.1	2.1	-
中都市	760	29.5	56.6	13.0	0.4	0.5
小都市	453	26.9	59.4	12.8	0.9	-
町村	630	21.3	71.0	6.5	0.8	0.5
【男女別】						
男	1,017	27.8	60.1	10.8	0.9	0.4
女	1,209	24.4	63.0	11.4	0.9	0.2
【年齢階級別】						
60～64歳	535	28.0	57.4	13.1	0.7	0.7
65～69歳	670	23.0	64.8	11.5	0.6	0.1
70～74歳	523	25.6	63.5	9.4	1.1	0.4
75～79歳	322	28.3	59.6	11.8	0.3	-
80～84歳	124	29.0	59.7	7.3	4.0	-
85歳以上	52	25.0	65.4	9.6	-	-
【健康状態別】						
良い	683	26.4	59.4	13.3	0.4	0.4
まあ良い	464	27.8	59.7	11.4	0.4	0.6
普通	593	22.4	65.6	11.3	0.5	0.2
あまり良くない	401	28.9	62.8	7.0	1.2	-
良くない	83	24.1	57.8	9.6	8.4	-
【住宅の種類別】						
持家	1,977	27.4	60.1	11.2	0.9	0.4
借家	246	14.6	74.0	10.6	0.8	-
【住宅の建て方別】						
一戸建て	2,029	26.6	61.2	11.0	0.9	0.3
集合住宅	193	19.7	66.8	12.4	1.0	-

一方、今後希望するくつろぎの姿勢をみると、「畳や床に座ったり寝ころんだり」が 58.9%、「ソファーや椅子に腰掛ける」が 27.2%、「どちらでもよい」が 12.5%となっており、現状のくつろぎの姿勢に比べ、「ソファーや椅子に腰掛ける」が若干高くなっているものの、年齢階級別、健康状態別、住宅の種類別、住宅の建て方別のいずれもが、現状と同じ傾向をみせている。

表5-4 希望するくつろぎの姿勢

	総数	ソファーや椅子に腰掛ける	畳や床に座ったり寝ころんだり	どちらでもよい	その他	無回答
【総数】(実数)	2,226	606	1,312	278	18	12
(構成比)		27.2%	58.9%	12.5%	0.8%	0.5%
【都市規模別】						
大都市	383	27.4	56.4	15.1	1.0	-
中都市	760	30.8	54.2	13.9	0.5	0.5
小都市	453	26.3	58.1	13.9	0.9	0.9
町村	630	23.5	66.8	8.1	1.0	0.6
【男女別】						
男	1,017	28.2	57.1	13.2	0.7	0.8
女	1,209	26.4	60.5	11.9	0.9	0.3
【年齢階級別】						
60～64歳	535	28.6	54.2	16.3	0.4	0.6
65～69歳	670	25.2	62.2	11.8	0.3	0.4
70～74歳	523	27.2	60.8	9.9	1.5	0.6
75～79歳	322	28.9	57.5	13.0	0.3	0.3
80～84歳	124	29.0	56.5	9.7	3.2	1.6
85歳以上	52	25.0	61.5	11.5	1.9	-
【健康状態別】						
良い	683	27.2	58.7	13.5	0.1	0.4
まあ良い	464	29.7	59.1	9.7	0.9	0.6
普通	593	23.9	59.4	15.3	0.7	0.7
あまり良くない	401	29.2	59.9	9.2	1.2	0.5
良くない	83	27.7	53.0	14.5	4.8	-
【住宅の種類別】						
持家	1,977	28.5	57.8	12.3	0.9	0.4
借家	246	17.1	67.5	13.8	-	1.6
【住宅の建て方別】						
一戸建て	2,029	27.9	58.6	12.2	0.9	0.4
集合住宅	193	19.2	63.2	16.1	-	1.6

(3) 就寝場所

普段の就寝場所をみると、「ベッド以外(畳の上にふとんを敷くなど)」が 71.8%を占め、「ベッド」は 28.0%となっている。

男女別にみると、「ベッド」の割合は、男性(24.3%)より女性(31.2%)が高くなっている。

年齢別にみると、高齢者ほど「ベッド」の割合が高くなり、85 歳以上では 42.3%となっている。

健康状態別にみると、「良くない」人の 43.4%、「あまり良くない」人の 33.2%が「ベッド」となっている。

表 5-5 就寝場所

	総 数	ベッド	ベッド以外 (畳の上に ふとんを敷 くなど)	その他	無回答
【総 数】(実数) (構成比)	2,226	624 28.0%	1,598 71.8%	2 0.1%	2 0.1%
【都市規模別】					
大都市	383	24.0	76.0	-	-
中都市	760	28.8	71.1	-	0.1
小都市	453	31.6	68.4	-	-
町村	630	27.0	72.5	0.3	0.2
【男女別】					
男	1,017	24.3	75.4	0.2	0.1
女	1,209	31.2	68.7	-	0.1
【年齢階級別】					
60～64 歳	535	26.2	73.5	0.2	0.2
65～69 歳	670	23.9	76.0	0.1	-
70～74 歳	523	27.3	72.7	-	-
75～79 歳	322	34.2	65.5	-	0.3
80～84 歳	124	39.5	60.5	-	-
85 歳以上	52	42.3	57.7	-	-
【健康状態別】					
良い	683	26.8	72.9	0.1	0.1
まあ良い	464	26.9	73.1	-	-
普通	593	24.6	75.4	-	-
あまり良くない	401	33.2	66.3	0.2	0.2
良くない	83	43.4	56.6	-	-
【住宅の種類別】					
持家	1,977	28.6	71.2	0.1	0.1
借家	246	23.6	76.4	-	-
【住宅の建て方別】					
一戸建て	2,029	28.3	71.5	0.1	0.1
集合住宅	193	24.4	75.6	-	-

一方、今後希望する就寝場所をみると、「ベッド以外(畳の上にふとんを敷くなど)」が60.5%と現状より11ポイント減少し、逆に「ベッド」が38.9%と現状より11ポイント増加している。

年齢階級別にみると、高齢者ほど「ベッド」を希望する人の割合が高く、「75～79歳」で43.2%、80歳以上では半数以上が「ベッド」を希望している。

表5-6 希望する就寝場所

	総数	ベッド	ベッド以外 (畳の上に ふとんを敷 くなど)	その他	無回答
【総数】(実数) (構成比)	2,226	867 38.9%	1,347 60.5%	5 0.2%	7 0.3%
【都市規模別】					
大都市	383	32.4	67.1	0.5	-
中都市	760	42.5	57.0	-	0.5
小都市	453	40.2	59.2	0.7	-
町村	630	37.8	61.7	-	0.5
【男女別】					
男	1,017	32.8	66.6	0.2	0.4
女	1,209	44.1	55.4	0.2	0.2
【年齢階級別】					
60～64歳	535	39.1	60.4	0.2	0.4
65～69歳	670	35.1	64.5	0.3	0.1
70～74歳	523	37.3	62.0	0.4	0.4
75～79歳	322	43.2	56.2	-	0.6
80～84歳	124	50.8	49.2	-	-
85歳以上	52	50.0	50.0	-	-
【健康状態別】					
良い	683	37.0	61.9	0.6	0.4
まあ良い	464	39.7	60.1	-	0.2
普通	593	35.2	64.2	0.2	0.3
あまり良くない	401	44.6	55.4	-	-
良くない	83	49.4	49.4	-	1.2
【住宅の種類別】					
持家	1,977	39.4	60.1	0.3	0.3
借家	246	35.4	63.8	-	0.8
【住宅の建て方別】					
一戸建て	2,029	39.4	60.1	0.2	0.2
集合住宅	193	33.7	65.3	-	1.0