

## 第2章 調査結果の概要

### 1 健康状態に関する事項

#### (1) 現在の健康状態 (Q1)

現在の健康状態についてみると、「良い」が24.8%、「まあ良い」が22.6%となっており、両方を合わせた『良い』は47.4%と半数近くを占めている。

一方、「あまり良くない」20.4%と「良くない」6.1%を合わせた『良くない』の割合は26.6%と4人に1人以上となっている。また、「普通」の割合は25.8%となっている。

図1 - 1 現在の健康状態 (Q1)

(単位：%)



性別にみると、『良い』(男性49.9%、女性45.6%)は、男性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、『良い』の割合は65~74歳(以下「前期高齢者」という。)で52.9%と半数を超えているのに対し、75歳以上(以下「後期高齢者」という。)では39.5%となっている。一方、『良くない』の割合は年齢が高くなるにつれて拡大し、後期高齢者では3割を超えている(75~79歳32.8%、80歳以上35.6%)。

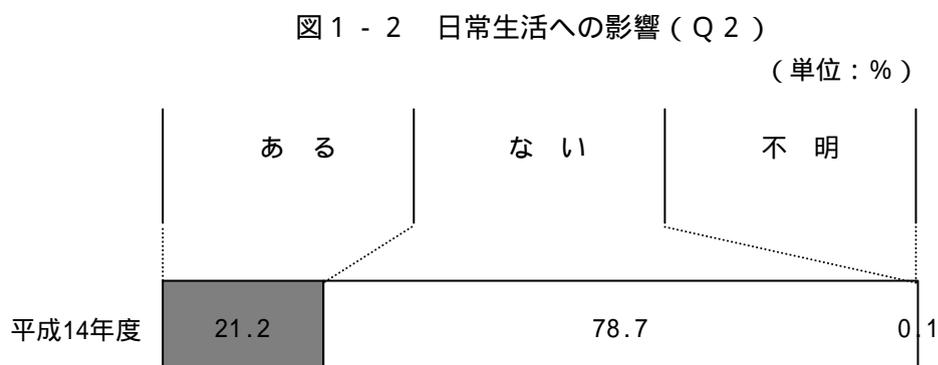
性・年齢階級別にみると、『良い』は全ての年齢階級で、男性の割合が高くなっている。

表 1 - 1 現在の健康状態 ( Q 1 )

	総 数	良い			普 通	良くない			わからない
		(計)	良 い	まあ良い		(計)	あまり良くない	良くない	
【総 数】(実数)	2,307	1,094	571	522	596	613	472	142	5
(構成比)		47.4 %	24.8 %	22.6 %	25.8 %	26.6 %	20.4 %	6.1 %	0.2 %
【性別】									
男性	965	49.9	28.7	21.1	25.1	25.0	17.8	7.2	0.1
女性	1,342	45.6	21.9	23.7	26.4	27.7	22.3	5.3	0.3
【年齢】									
65～69歳	728	54.8	33.6	21.2	24.9	20.2	15.0	5.1	0.2
70～74歳	627	50.8	24.1	26.7	26.3	22.7	18.0	4.6	0.2
75～79歳	522	38.7	20.2	18.5	28.2	32.8	26.0	6.8	0.3
80歳以上	430	40.5	16.3	24.2	23.7	35.6	26.3	9.2	0.2
65～74歳(計)	1,356	52.9	29.2	23.7	25.6	21.3	16.4	4.9	0.2
75歳以上(計)	952	39.5	18.5	21.1	26.2	34.0	26.2	7.9	0.3
【性・年齢階級別】									
男性65～69歳	347	56.4	37.5	18.9	26.1	17.5	12.5	5.0	-
70～74歳	281	51.5	26.0	25.6	26.0	22.5	16.3	6.2	-
75～79歳	197	40.0	23.0	17.0	26.3	33.3	24.1	9.3	0.4
80歳以上	139	44.0	20.4	23.6	18.8	37.2	25.1	12.0	-
65～74歳(計)	629	54.2	32.3	21.9	26.0	19.7	14.2	5.5	-
75歳以上(計)	337	41.6	21.9	19.7	23.2	34.9	24.5	10.4	0.2
女性65～69歳	381	53.3	30.0	23.2	23.8	22.6	17.3	5.3	0.3
70～74歳	346	50.2	22.5	27.6	26.6	22.9	19.5	3.4	0.3
75～79歳	325	38.0	18.6	19.4	29.3	32.5	27.2	5.2	0.3
80歳以上	291	38.9	14.3	24.6	26.0	34.8	26.9	7.9	0.3
65～74歳(計)	727	51.8	26.5	25.3	25.2	22.7	18.3	4.4	0.3
75歳以上(計)	615	38.4	16.6	21.8	27.8	33.6	27.1	6.5	0.3

(2) 日常生活への影響 (Q2)

「健康上の問題で日常生活に影響があるか」についてみると、「ある」が 21.2%、「ない」が 78.7%となっている。



性別にみると、「ある」(男性 18.5%、女性 23.2%) は、女性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「ある」の割合は年齢が高くなるほど高くなり、80 歳以上では 34.4%と 3 割を超えている。

性・年齢階級別にみると、「ある」(男性前期高齢者 13.8%、女性前期高齢者 16.1%)、(男性後期高齢者 27.3%、女性後期高齢者 31.6%) は、女性の割合が高くなっている。

現在の健康状態別にみると、「ある」の割合は健康状態が『良い』と答えた人では 8.8%と 1 割を下回っているのに対し、健康状態が『良くない』と答えた人では 53.0%と半数を超えている。

表1 - 2 日常生活への影響 ( Q 2 )

	総 数	あ る	な い	不 明
【総 数】(実数)	2,307	490	1,815	2
(構成比)		21.2 %	78.7 %	0.1 %
【性別】				
男性	965	18.5	81.3	0.1
女性	1,342	23.2	76.7	0.1
【年齢】				
65～69歳	728	12.0	87.8	0.2
70～74歳	627	18.5	81.5	-
75～79歳	522	26.6	73.4	-
80歳以上	430	34.4	65.4	0.2
65～74歳(計)	1,356	15.0	84.9	0.1
75歳以上(計)	952	30.1	69.8	0.1
【性・年齢階級別】				
男性65～69歳	347	9.6	90.0	0.4
70～74歳	281	18.9	81.1	-
75～79歳	197	25.6	74.4	-
80歳以上	139	29.8	70.2	-
65～74歳(計)	629	13.8	86.0	0.2
75歳以上(計)	337	27.3	72.7	-
女性65～69歳	381	14.2	85.8	-
70～74歳	346	18.1	81.9	-
75～79歳	325	27.2	72.8	-
80歳以上	291	36.5	63.2	0.3
65～74歳(計)	727	16.1	83.9	-
75歳以上(計)	615	31.6	68.2	0.1
【現在の健康状態】				
良い(計)	1,094	8.8	91.2	-
普通	596	11.4	88.4	0.2
良くない(計)	613	53.0	46.9	0.1

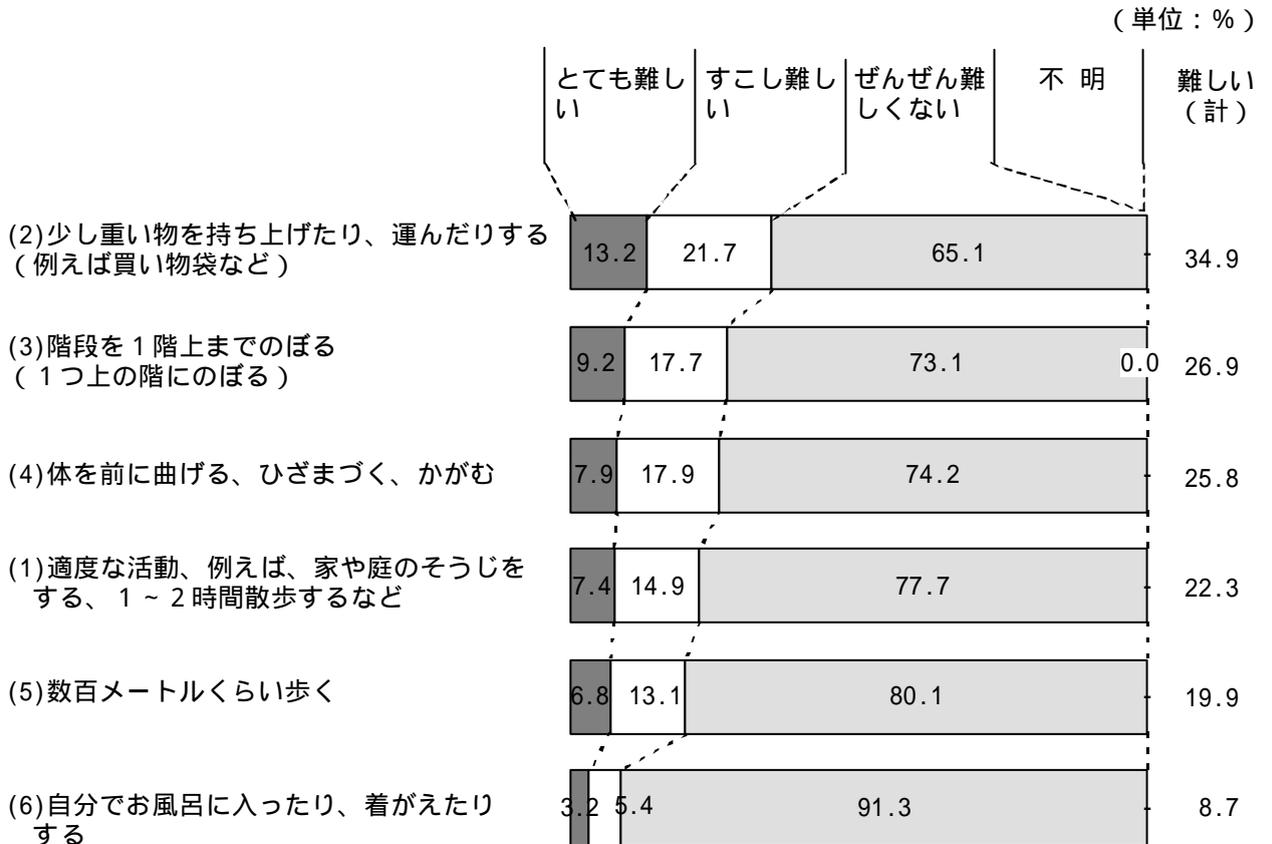
(3) 日常活動の状況 (Q3)

6つの日常よく行われる活動について、「健康上の理由でこうした活動をするのが難しいと感じるか」について尋ねたところ、次のとおりとなっている。

「(2)少し重い物を持ち上げたり、運んだりする(例えば買い物袋など)」を「とても難しい」と感じる人が13.2%、「すこし難しい」と感じる人が21.7%となっており、両方合わせた『難しい』が34.9%と、6つの日常よく行われる活動のなかで最も高い割合となっている。

また、「(3)階段を1階上までのぼる(1つ上の階にのぼる)」を「とても難しい」と感じる人は9.2%、「すこし難しい」と感じる人は17.7%、両方合わせた『難しい』が26.9%、「(4)体を前に曲げる、ひざまづく、かがむ」を「とても難しい」7.9%、「すこし難しい」17.9%、両方合わせた『難しい』25.8%、「(1)適度な活動、例えば、家や庭のそうじをする、1~2時間散歩するなど」を「とても難しい」7.4%、「すこし難しい」14.9%、両方合わせた『難しい』22.3%、「(5)数百メートルくらい歩く」を「とても難しい」6.8%、「すこし難しい」13.1%、両方合わせた『難しい』19.9%と、以上4つの日常よく行われる活動について『難しい』と感じる人は2割前後となっている。一方、「(6)自分でお風呂に入ったり、着がえたりする」を「とても難しい」と感じる人は3.2%、「すこし難しい」と感じる人は5.4%、両方合わせた『難しい』が8.7%と1割を下回っている。

図1-3 日常活動の状況 (Q3)



性別にみると、『難しい』と感じる人は6つの日常よく行われる活動のいずれも女性の割合が高く、その差は「(2)少し重い物を持ち上げたり、運んだりする(例えば買い物袋など)」(男性25.7%、女性41.5%)は15.8ポイント、「(4)体を前に曲げる、ひざまづく、かがむ」(男性17.5%、女性31.8%)14.3ポイント、「(3)階段を1階上までのぼる(1つ上の階にのぼる)」(男性19.3%、女性32.3%)13.0ポイント、「(5)数百メートルくらい歩く」(男性13.5%、女性24.5%)11.0ポイント、「(1)適度な活動、例えば、家や庭のそうじをする、1~2時間散歩するなど」(男性16.9%、女性26.1%)9.2ポイント、「(6)自分でお風呂に入ったり、着がえたりする」(男性6.9%、女性10.0%)3.1ポイントとなっている。

年齢階級別にみると、『難しい』と感じる人の割合は、6つの日常よく行われる活動のいずれも年齢が高くなるほど高くなっている。

現在の健康状態別にみると、『難しい』と感じる人は、健康状態が『良くない』と答えた人で割合が高く、「(2)少し重い物を持ち上げたり、運んだりする(例えば買い物袋など)」は69.8%、「(3)階段を1階上までのぼる(1つ上の階にのぼる)」は57.9%、「(1)適度な活動、例えば、家や庭のそうじをする、1~2時間散歩するなど」は54.9%、「(4)体を前に曲げる、ひざまづく、かがむ」は53.5%といずれも5割を超えている。また、「(5)数百メートルくらい歩く」が47.2%と5割弱となっているが、「(6)自分でお風呂に入ったり、着がえたりする」は25.7%となっている。

表1 - 3 日常活動の状況 ( Q 3 )

	総 数	少し重い物を持ち上げたり、運んだりする (例えば買い物袋など)				階段を1階上までのぼる(1つ上の階にのぼる)				不 明
		難しい (計)	とても難 しい	すこし難 しい	ぜんぜん 難しくない	難しい (計)	とても難 しい	すこし難 しい	ぜんぜん 難しくない	
【総 数】(実数) (構成比)	2,307	805 34.9 %	305 13.2 %	500 21.7 %	1,503 65.1 %	620 26.9 %	213 9.2 %	407 17.7 %	1,687 73.1 %	1 0.0 %
【性別】										
男性	965	25.7	8.6	17.1	74.3	19.3	6.5	12.8	80.6	0.1
女性	1,342	41.5	16.5	25.0	58.5	32.3	11.2	21.1	67.7	-
【年齢】										
65～69歳	728	20.4	6.6	13.9	79.6	14.0	4.1	9.9	86.0	-
70～74歳	627	29.7	9.9	19.7	70.3	20.9	7.3	13.6	79.1	-
75～79歳	522	41.6	14.8	26.8	58.4	31.8	9.1	22.7	68.2	-
80歳以上	430	58.7	27.3	31.4	41.3	51.5	21.0	30.5	48.3	0.2
65～74歳(計)	1,356	24.7	8.1	16.6	75.3	17.2	5.6	11.6	82.8	-
75歳以上(計)	952	49.3	20.5	28.9	50.7	40.7	14.4	26.2	59.2	0.1
【現在の健康状態】										
良い(計)	1,094	17.8	4.4	13.4	82.2	12.0	2.6	9.4	88.0	-
普 通	596	30.2	6.8	23.3	69.8	22.0	5.2	16.9	78.0	-
良くない(計)	613	69.8	35.0	34.8	30.2	57.9	25.1	32.8	42.0	0.1

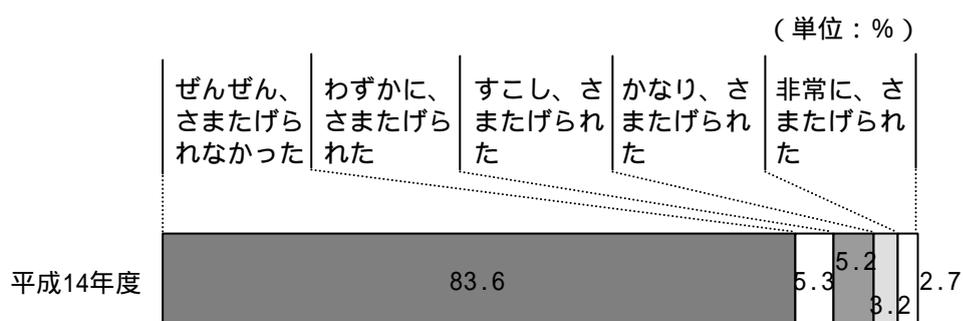
	総 数	体を前に曲げる、ひざまづく、かがむ				適度な活動、例えば、家や庭のそうじをする、1～2時間散歩するなど			
		難しい (計)	とても難 しい	すこし難 しい	ぜんぜん 難しくない	難しい (計)	とても難 しい	すこし難 しい	ぜんぜん 難しくない
【総 数】(実数) (構成比)	2,307	595 25.8 %	182 7.9 %	413 17.9 %	1,712 74.2 %	514 22.3 %	170 7.4 %	344 14.9 %	1,793 77.7 %
【性別】									
男性	965	17.5	5.7	11.7	82.5	16.9	6.3	10.6	83.1
女性	1,342	31.8	9.4	22.3	68.2	26.1	8.1	18.0	73.9
【年齢】									
65～69歳	728	13.0	3.6	9.4	87.0	9.9	3.5	6.4	90.1
70～74歳	627	21.6	6.5	15.1	78.4	18.1	5.2	12.8	81.9
75～79歳	522	31.1	9.6	21.5	68.9	26.8	7.9	18.8	73.2
80歳以上	430	47.1	15.1	32.1	52.9	44.0	16.4	27.6	56.0
65～74歳(計)	1,356	17.0	5.0	12.0	83.0	13.7	4.3	9.4	86.3
75歳以上(計)	952	38.3	12.1	26.3	61.7	34.6	11.7	22.8	65.4
【現在の健康状態】									
良い(計)	1,094	12.1	2.7	9.5	87.9	7.7	1.8	5.9	92.3
普 通	596	22.1	4.5	17.6	77.9	15.3	3.1	12.2	84.7
良くない(計)	613	53.5	20.3	33.1	46.5	54.9	21.5	33.4	45.1

	総 数	数百メートルくらい歩く				自分でお風呂に入ったり、着がえたりする			
		難しい (計)	とても難 しい	すこし難 しい	ぜんぜん 難しくない	難しい (計)	とても難 しい	すこし難 しい	ぜんぜん 難しくない
【総 数】(実数) (構成比)	2,307	460 19.9 %	157 6.8 %	303 13.1 %	1,848 80.1 %	201 8.7 %	75 3.2 %	126 5.4 %	2,107 91.3 %
【性別】									
男性	965	13.5	5.1	8.4	86.5	6.9	3.2	3.7	93.1
女性	1,342	24.5	8.0	16.5	75.5	10.0	3.2	6.7	90.0
【年齢】									
65～69歳	728	8.9	3.1	5.8	91.1	3.6	1.3	2.3	96.4
70～74歳	627	16.9	5.6	11.3	83.1	4.8	2.1	2.7	95.2
75～79歳	522	22.9	7.0	15.9	77.1	11.4	2.6	8.8	88.6
80歳以上	430	39.5	14.5	25.0	60.5	19.5	8.8	10.7	80.5
65～74歳(計)	1,356	12.6	4.2	8.3	87.4	4.2	1.7	2.5	95.8
75歳以上(計)	952	30.4	10.4	20.0	69.6	15.1	5.4	9.7	84.9
【現在の健康状態】									
良い(計)	1,094	7.4	1.4	6.0	92.6	1.6	0.4	1.3	98.4
普 通	596	14.7	4.0	10.7	85.3	4.0	2.0	2.0	96.0
良くない(計)	613	47.2	19.1	28.1	52.8	25.7	9.5	16.2	74.3

#### (4) ふだんのつきあいのさまたげ状況 (Q4)

過去1か月間に「ふだんのつきあいが、身体的あるいは心理的理由で、どのくらいさまたげられたか」についてみると、「ぜんぜん、さまたげられなかった」が83.6%を占めている。一方、「わずかに、さまたげられた」が5.3%、「すこし、さまたげられた」が5.2%、「かなり、さまたげられた」が3.2%、「非常に、さまたげられた」が2.7%と、いずれも1割を下回っている。

図1 - 4 ふだんのつきあいのさまたげ状況 (Q4)



性別にみると、「ぜんぜん、さまたげられなかった」(男性86.4%、女性81.5%)は、男性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「ぜんぜん、さまたげられなかった」は、年齢が低いほど割合が高く、65~69歳では90.6%と9割を超え、70~74歳(86.7%)、75~79歳(82.5%)で8割強を占めているが、80歳以上では68.3%と7割を下回っている。一方、「わずかに、さまたげられた」、「すこし、さまたげられた」、「かなり、さまたげられた」、「非常に、さまたげられた」は年齢が高くなるほど割合が高くなっている。

外出の頻度別にみると、「ぜんぜん、さまたげられなかった」の割合は、外出頻度がほとんど毎日(89.2%)及び週に4~5日(89.0%)では9割近く、週に2~3日(82.6%)で8割を占めているが、週に1日以下では64.3%と低くなっている。逆に外出の頻度が週に1日以下では「非常にさまたげられた」(9.1%)や「かなり、さまたげられた」(11.5%)の割合が他の外出頻度を答えた人より高くなっている。

表1 - 4 ふだんのつきあいのさまたげ状況 ( Q 4 )

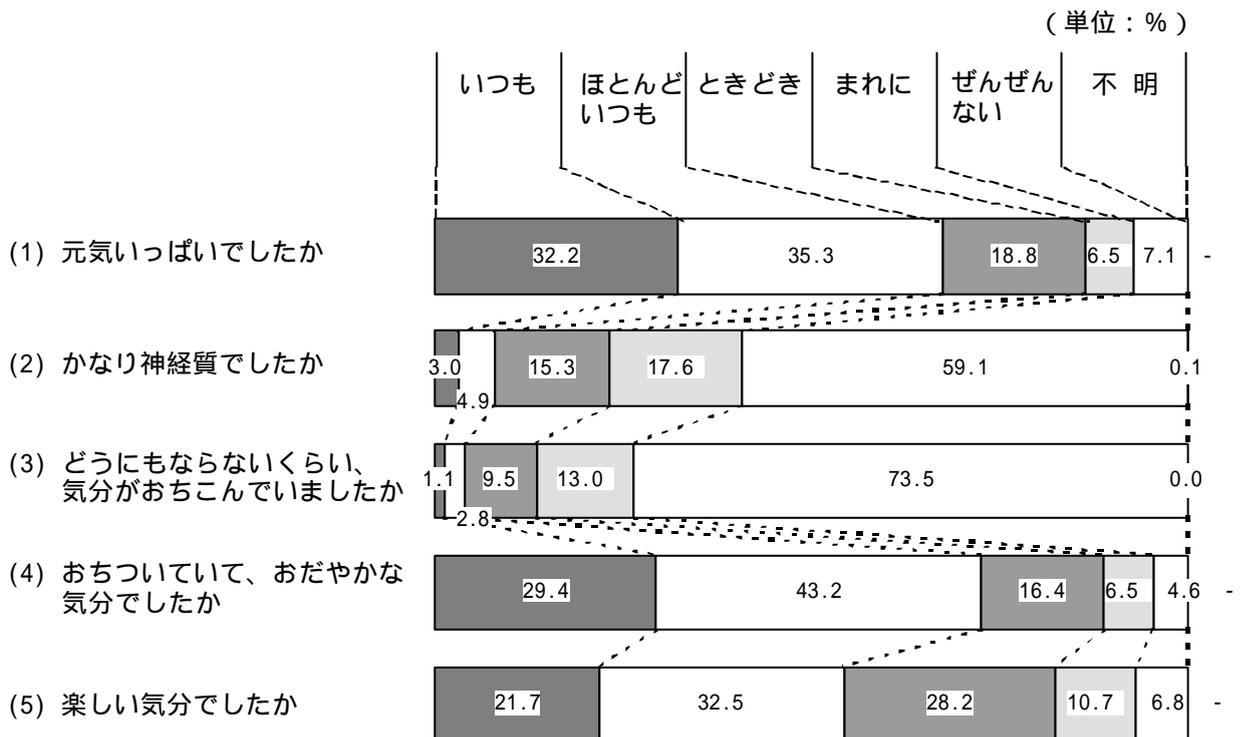
	総 数	ぜんぜん、 さまたげら れなかった	わずかに、 さまたげら れた	すこし、さ またげられ た	かなり、さ またげられ た	非常に、さ またげられ た
【総 数】(実数)	2,307	1,928	122	121	74	62
(構成比)		83.6 %	5.3 %	5.2 %	3.2 %	2.7 %
【性別】						
男性	965	86.4	4.3	4.3	2.5	2.6
女性	1,342	81.5	6.0	6.0	3.8	2.7
【年齢】						
65～69歳	728	90.6	3.8	2.6	1.8	1.1
70～74歳	627	86.7	3.8	4.6	2.1	2.7
75～79歳	522	82.5	5.4	5.9	3.3	2.9
80歳以上	430	68.3	9.8	9.8	7.1	4.9
65～74歳(計)	1,356	88.8	3.8	3.6	1.9	1.9
75歳以上(計)	952	76.1	7.4	7.6	5.1	3.8
【外出の頻度】						
ほとんど毎日	962	89.2	4.7	3.3	1.3	1.5
週に4～5日	396	89.0	3.4	5.1	1.5	0.9
週に2～3日	581	82.6	6.8	6.5	2.3	1.8
週に1日以下	367	64.3	6.5	8.6	11.5	9.1

(5) 1 か月間の気分 ( Q 5 )

5つの質問について、「過去1か月間にどのように感じたか」尋ねたところ、次のとおりとなっている。

「(1)元気いっぱいでしたか」についてみると、「いつも」が32.2%、「ほとんどいつも」が35.3%、「ときどき」が18.8%、「まれに」が6.5%、「ぜんぜんない」が7.1%となっている。「(2)かなり神経質でしたか」についてみると、「いつも」が3.0%、「ほとんどいつも」が4.9%、「ときどき」が15.3%、「まれに」が17.6%、「ぜんぜんない」が59.1%となっている。「(3)どうにもならないくらい、気分がおちこんでいましたか」についてみると、「いつも」が1.1%、「ほとんどいつも」が2.8%、「ときどき」が9.5%、「まれに」が13.0%、「ぜんぜんない」が73.5%となっている。「(4)おちついていて、おだやかな気分でしたか」についてみると、「いつも」が29.4%、「ほとんどいつも」が43.2%、「ときどき」が16.4%、「まれに」が6.5%、「ぜんぜんない」が4.6%となっている。「(5)楽しい気分でしたか」についてみると、「いつも」が21.7%、「ほとんどいつも」が32.5%、「ときどき」が28.2%、「まれに」が10.7%、「ぜんぜんない」が6.8%となっている。

図1 - 5 1 か月間の気分 ( Q 5 )



5つの質問別に属性をみると、次のとおりとなっている。

(1)元気いっぱいでしたか

性別にみると、男性は「いつも」が 38.7%、女性は「ほとんどいつも」が 36.9%で最も高い割合となっている。

年齢階級別にみると、「いつも」は、年齢が高いほど割合が低く、80歳以上で 23.0%となっている。「ほとんどいつも」は全ての年齢階級で 3割強の割合で差が少ないが、「ぜんぜんない」は年齢が高いほど割合が高くなり、80歳以上で 13.2%と 1割を超えている。

世帯構成別にみると、「いつも」の割合は夫婦のみの世帯で 36.1%と高く、単身世帯で 25.5%と低くなっている。

現在の健康状態別にみると、「いつも」の割合は健康状態が『良い』と答えた人で 48.8%とほぼ半数を占めているが、『良くない』と答えた人では 6.8%となっている。『良くない』と答えた人では「ときどき」が 34.1%で最も高い割合となっている。

表 1 - 5 1か月の気分 (1)元気いっぱいでしたか (Q5 - 1)

	総数	いつも	ほとんどいつも	ときどき	まれに	ぜんぜんない
【総数】(実数)	2,307	744	816	434	150	164
(構成比)		32.2 %	35.3 %	18.8 %	6.5 %	7.1 %
【性別】						
男性	965	38.7	33.2	16.4	4.6	7.2
女性	1,342	27.6	36.9	20.5	7.9	7.1
【年齢】						
65～69歳	728	39.3	35.3	17.9	3.8	3.8
70～74歳	627	34.9	36.1	16.9	6.1	6.0
75～79歳	522	26.8	36.3	20.1	8.6	8.1
80歳以上	430	23.0	33.1	21.6	9.2	13.2
65～74歳(計)	1,356	37.2	35.7	17.4	4.9	4.8
75歳以上(計)	952	25.1	34.9	20.8	8.8	10.4
【世帯構成】						
単身世帯	308	25.5	37.5	20.5	7.7	8.8
夫婦のみ世帯	803	36.1	33.3	17.9	6.3	6.4
二世帯世帯	464	29.9	36.5	18.7	7.5	7.3
三世帯世帯	600	31.6	37.3	17.5	6.1	7.5
その他の世帯	132	36.0	29.7	26.2	3.5	4.6
【現在の健康状態】						
良い(計)	1,094	48.8	36.5	9.7	2.9	2.1
普通	596	27.9	44.0	19.9	6.1	2.1
良くない(計)	613	6.8	25.2	34.1	13.1	20.8

(2)かなり神経質でしたか

性別にみると、「ぜんぜんない」(男性 63.6%、女性 55.9%)は、男性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「ぜんぜんない」は、年齢が低いほど割合が高く、65～69歳では63.6%となっているが、80歳以上でも53.9%と5割を超えている。

世帯構成別にみると、「ぜんぜんない」は夫婦のみの世帯で61.7%と高く、単身世帯で53.8%と低くなっている。

現在の健康状態別にみると、「ぜんぜんない」は健康状態が『良い』と答えた人では71.8%と7割を超えるが、『良くない』と答えた人では36.7%と低い割合になっている。『良くない』と答えた人は「まれに」(20.7%)、「ときどき」(24.6%)、「ほとんどいつも」(11.5%)、「いつも」(6.3%)の割合が『良い』、「普通」と答えた人よりも高くなっている。

表1 - 6 1か月の気分 (2)かなり神経質でしたか(Q5-2)

	総 数	いつも	ほとんどい つも	ときどき	まれに	ぜんぜんな い	不 明
【総 数】(実数)	2,307	68	114	353	406	1,365	1
(構成比)		3.0 %	4.9 %	15.3 %	17.6 %	59.1 %	0.1 %
【性別】							
男性	965	2.6	3.9	14.4	15.5	63.6	-
女性	1,342	3.2	5.7	15.9	19.1	55.9	0.1
【年齢】							
65～69歳	728	2.5	2.9	13.1	17.9	63.6	-
70～74歳	627	2.7	6.0	16.1	15.0	60.1	0.2
75～79歳	522	4.1	6.3	15.6	17.9	56.2	-
80歳以上	430	2.8	5.1	17.5	20.7	53.9	-
65～74歳(計)	1,356	2.6	4.3	14.5	16.5	62.0	0.1
75歳以上(計)	952	3.5	5.8	16.4	19.2	55.1	-
【世帯構成】							
単身世帯	308	4.6	7.2	13.0	21.4	53.8	-
夫婦のみ世帯	803	3.4	4.3	14.8	15.6	61.7	0.1
二世帯世帯	464	3.2	5.4	16.0	19.0	56.4	-
三世帯世帯	600	1.9	4.4	15.3	17.8	60.6	-
その他の世帯	132	0.6	3.8	21.3	14.9	59.4	-
【現在の健康状態】							
良い(計)	1,094	1.5	2.0	8.8	16.0	71.8	-
普 通	596	2.3	3.4	17.5	17.6	59.2	-
良くない(計)	613	6.3	11.5	24.6	20.7	36.7	0.2

(3) どうにもならないくらい、気分がおちこんでいましたか

性別にみると、「ぜんぜんない」(男性 78.7%、女性 69.8%)は、男性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「ぜんぜんない」は、年齢が低いほど割合が高く 65～69 歳では 79.2%となっているが、80 歳以上でも 64.9%と 6 割を超えている。

世帯構成別にみると、「ぜんぜんない」は、夫婦のみの世帯で 77.8%と最も割合が高く、単身世帯で 65.3%と低くなっている。

現在の健康状態別にみると、「ぜんぜんない」は、健康状態が『良い』と答えた人では 84.8%と 8 割強を占めるが、『良くない』と答えた人では 50.8%となっている。『良くない』と答えた人では「まれに」(19.3%)、「ときどき」(20.6%)、「ほとんどいつも」(6.7%)、「いつも」(2.6%)の割合が『良い』、「普通」と答えた人よりも高くなっている。

表 1 - 7 1 か月の気分 (3) どうにもならないくらい、気分がおちこんでいましたか (Q 5 - 3)

	総 数	いつも	ほとんどい つも	ときどき	まれに	ぜんぜんな い	不 明
【総 数】(実数)	2,307	25	66	219	301	1,697	1
(構成比)		1.1 %	2.8 %	9.5 %	13.0 %	73.5 %	0.0 %
【性別】							
男性	965	1.5	2.2	6.5	10.9	78.7	0.1
女性	1,342	0.7	3.3	11.6	14.6	69.8	-
【年齢】							
65～69歳	728	1.2	1.6	5.9	12.0	79.2	-
70～74歳	627	1.2	3.1	8.4	11.5	75.8	-
75～79歳	522	1.1	3.0	12.9	13.2	69.9	-
80歳以上	430	0.7	4.4	13.0	16.8	64.9	0.2
65～74歳(計)	1,356	1.2	2.3	7.1	11.8	77.7	-
75歳以上(計)	952	0.9	3.6	12.9	14.8	67.7	0.1
【世帯構成】							
単身世帯	308	0.5	5.9	14.8	13.6	65.3	-
夫婦のみ世帯	803	1.5	1.8	8.3	10.5	77.8	-
二世帯世帯	464	1.7	3.7	8.5	14.6	71.4	-
三世帯世帯	600	0.3	2.2	8.9	14.3	74.3	0.1
その他の世帯	132	0.9	2.2	10.1	15.7	71.0	-
【現在の健康状態】							
良い(計)	1,094	0.4	1.3	4.6	8.8	84.8	-
普通	596	0.7	1.6	7.1	14.0	76.5	0.1
良くない(計)	613	2.6	6.7	20.6	19.3	50.8	-

(4)おちついていて、おだやかな気分でしたか

性別にみると、「いつも」(男性 32.1%、女性 27.5%)は、男性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「いつも」は、年齢が低いほど割合高く 65～69 歳では 32.5%となっている。「ほとんどいつも」は全ての年齢階級で 4 割を超え最も高い割合となっている。

世帯構成別にみると、「いつも」は、三世帯世帯(32.4%)で、「ほとんどいつも」は夫婦のみ世帯(45.4%)で高い割合となっている。

現在の健康状態別にみると、「いつも」は、健康状態が『良い』と答えた人(38.9%)で割合が高く、『良くない』と答えた人は「ときどき」(27.1%)、「まれに」(15.8%)、「ぜんぜんない」(7.7%)の割合が、健康状態が『良い』、「普通」と答えた人よりも高くなっている。

表 1 - 8 1 か月の気分 (4)おちついていて、おだやかな気分でしたか(Q5 - 4)

	総 数	いつも	ほとんどい つも	ときどき	まれに	ぜんぜん ない
【総 数】(実数)	2,307	678	996	379	150	105
(構成比)		29.4 %	43.2 %	16.4 %	6.5 %	4.6 %
【性別】						
男性	965	32.1	42.0	14.2	6.7	5.0
女性	1,342	27.5	44.0	18.0	6.3	4.2
【年齢】						
65～69歳	728	32.5	44.2	14.7	4.6	4.0
70～74歳	627	31.3	41.0	15.9	7.2	4.6
75～79歳	522	27.0	43.7	18.1	7.0	4.2
80歳以上	430	24.2	43.9	18.0	8.1	5.8
65～74歳(計)	1,356	31.9	42.7	15.3	5.8	4.3
75歳以上(計)	952	25.7	43.8	18.0	7.5	4.9
【世帯構成】						
単身世帯	308	28.2	42.0	18.7	7.8	3.4
夫婦のみ世帯	803	28.9	45.4	14.5	5.8	5.4
二世帯世帯	464	27.3	42.4	17.6	7.5	5.2
三世帯世帯	600	32.4	41.6	15.4	6.3	4.2
その他の世帯	132	28.3	42.1	23.2	4.8	1.6
【現在の健康状態】						
良い(計)	1,094	38.9	43.8	10.3	3.0	4.0
普通	596	29.2	48.7	16.6	3.3	2.3
良くない(計)	613	12.7	36.8	27.1	15.8	7.7

(5)楽しい気分でしたか

現在の健康状態別にみると、健康状態が『良い』と答えた人では「いつも」(31.1%)と「ほとんどいつも」(37.9%)の割合が「普通」、『良くない』と答えた人より高く、『良くない』と答えた人は、「まれに」(20.9%)、「ぜんぜんない」(15.0%)の割合が『良い』、「普通」と答えた人よりも高くなっている。

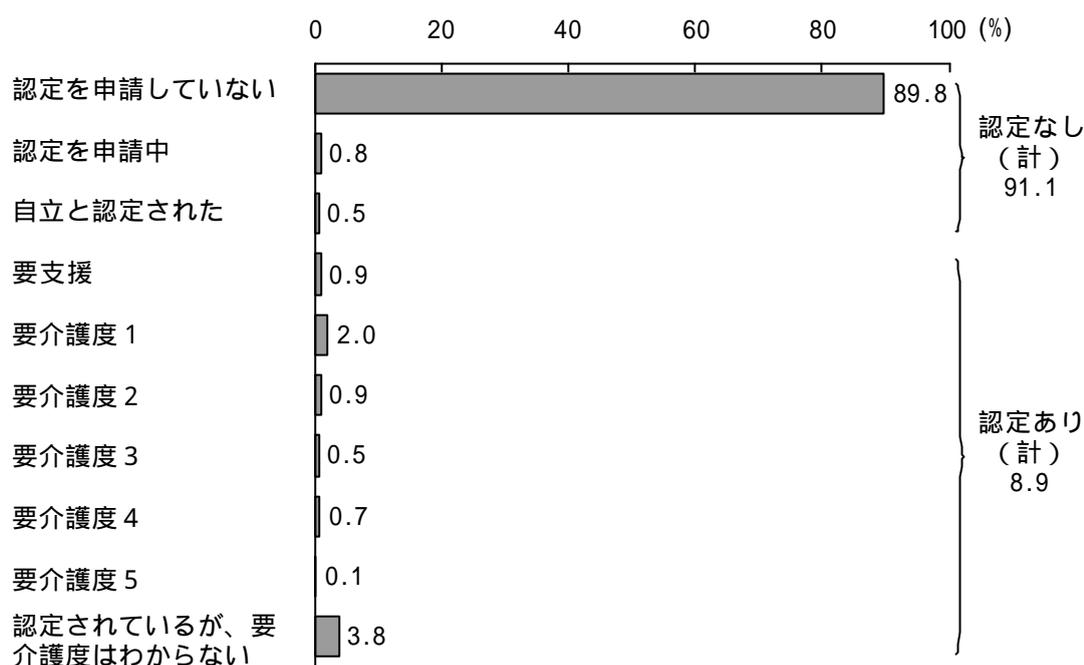
表1 - 9 1か月の気分 (5)楽しい気分でしたか (Q5 - 5)

	総 数	いつも	ほとんどい つも	ときどき	まれに	ぜんぜんな い
【総 数】(実数)	2,307	502	750	651	248	157
(構成比)		21.7 %	32.5 %	28.2 %	10.7 %	6.8 %
【性別】						
男性	965	23.8	31.0	27.0	11.0	7.2
女性	1,342	20.3	33.6	29.1	10.5	6.6
【年齢】						
65～69歳	728	22.8	35.0	29.0	9.4	3.8
70～74歳	627	25.2	30.7	26.3	11.2	6.5
75～79歳	522	18.7	34.1	28.3	11.0	7.9
80歳以上	430	18.6	29.0	29.5	11.9	10.9
65～74歳(計)	1,356	23.9	33.0	27.8	10.2	5.1
75歳以上(計)	952	18.7	31.8	28.9	11.4	9.3
【世帯構成】						
単身世帯	308	19.4	28.6	29.6	12.6	9.8
夫婦のみ世帯	803	23.2	33.5	28.2	10.2	4.9
二世帯世帯	464	18.9	32.5	26.2	11.6	10.9
三世帯世帯	600	22.3	34.3	27.8	9.9	5.8
その他の世帯	132	25.9	27.3	34.5	10.2	2.1
【現在の健康状態】						
良い(計)	1,094	31.1	37.9	21.7	5.8	3.6
普 通	596	19.3	33.0	34.0	9.3	4.5
良くない(計)	613	7.5	22.2	34.5	20.9	15.0

(6) 要介護度の状況 (Q6)

「要介護の認定の有無及び要介護度」についてみると、「認定を申請していない」が 89.8%とほぼ 9 割を占めており、「認定を申請中」0.8%と「自立と認定された」0.5%とを合わせた『認定なし』が 91.1%になっている。一方、要介護等の認定を受けている割合は 8.9%で、「要支援」が 0.9%、「要介護度 1」が 2.0%、「要介護度 2」が 0.9%、「要介護度 3」が 0.5%、「要介護度 4」が 0.7%、「要介護度 5」が 0.1%、「認定されているが、要介護度はわからない」が 3.8%となっている。

図 1 - 6 要介護度の状況 (Q6)



年齢階級別にみると、『認定なし』の割合は、年齢が低くなるほど高く 65～69 歳で 95.5%となっており、75～79 歳でも 90.8%と 9 割を超えているが、80 歳以上では 79.6%と 8 割を下回っている。

表 1 - 10 要介護度の状況 ( Q 6 )

	総 数	認定なし			
		(計)	認定を申請していない	認定を申請中	自立と認定された
【総 数】(実数)	2,307	2,102	2,071	19	11
(構成比)		91.1 %	89.8 %	0.8 %	0.5 %
【性別】					
男性	965	91.9	91.2	0.6	0.2
女性	1,342	90.5	88.8	1.0	0.7
【年齢】					
65～69歳	728	95.5	94.6	0.8	0.2
70～74歳	627	94.0	93.1	0.4	0.6
75～79歳	522	90.8	88.7	0.9	1.1
80歳以上	430	79.6	78.1	1.3	0.2
65～74歳(計)	1,356	94.8	93.9	0.6	0.3
75歳以上(計)	952	85.7	83.9	1.1	0.7

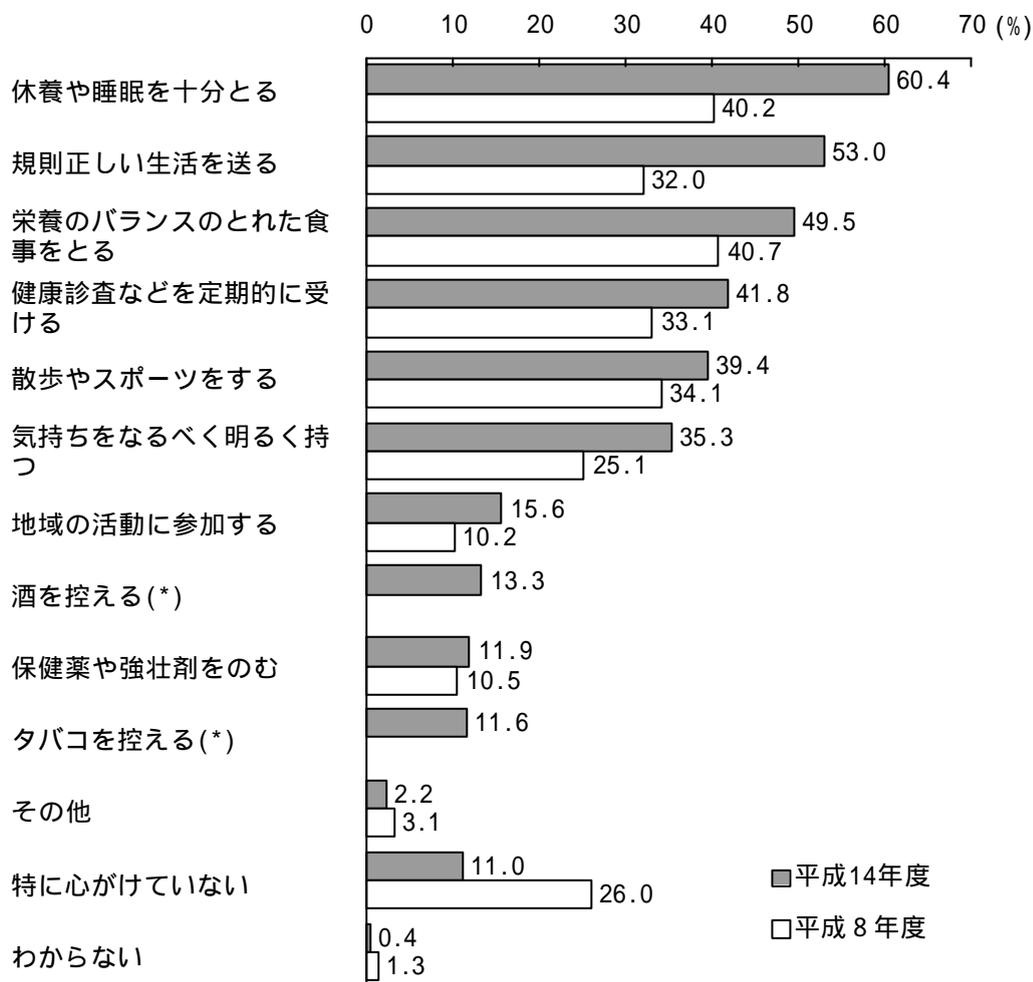
	総 数	認定あり							
		(計)	要支援	要介護度 1	要介護度 2	要介護度 3	要介護度 4	要介護度 5	認定されているが、要介護度はわからない
【総 数】(実数)	2,307	206	20	46	20	12	16	3	89
(構成比)		8.9 %	0.9 %	2.0 %	0.9 %	0.5 %	0.7 %	0.1 %	3.8 %
【性別】									
男性	965	8.1	0.7	1.8	0.6	0.5	0.7	0.2	3.7
女性	1,342	9.5	1.0	2.2	1.1	0.5	0.7	0.1	3.9
【年齢】									
65～69歳	728	4.5	-	0.7	-	0.2	-	-	3.6
70～74歳	627	6.0	0.4	1.7	0.4	0.4	0.4	-	2.7
75～79歳	522	9.2	1.1	2.6	0.9	0.3	0.9	0.2	3.4
80歳以上	430	20.4	2.8	4.0	3.0	1.5	2.1	0.5	6.4
65～74歳(計)	1,356	5.2	0.2	1.2	0.2	0.3	0.2	-	3.2
75歳以上(計)	952	14.3	1.9	3.2	1.9	0.8	1.4	0.3	4.7

(7) 健康の維持増進のために心がけていること (Q7)

「健康の維持増進のために心がけていること」についてみると、「休養や睡眠を十分とる」が60.4%と最も多く、以下、「規則正しい生活を送る」53.0%、「栄養のバランスのとれた食事をとる」49.5%、「健康診査などを定期的に受ける」41.8%、「散歩やスポーツをする」39.4%、「気持ちをなるべく明るく持つ」35.3%等の順になっている。また、「特に心がけていない」は11.0%となっている。

前回調査と比較すると、「特に心がけていない」が15.0ポイント減少し、具体的にあげられた各項目の割合が増加している。特に、「規則正しい生活を送る」は21.0ポイント増加して、前回5番目の割合から2番目の割合に、「休養や睡眠を十分とる」は20.2ポイント増加して、前回2番目の割合から最も高い割合となっている。なお、前回最も高い割合の「栄養のバランスのとれた食事をとる」は8.8ポイント増加しているが、3番目に高い割合となっている。

図1-7 健康の維持増進のために心がけていること (Q7) (複数回答)



(\*) 平成8年度調査では、「酒やタバコをひかえる」と尋ねており、12.4%の割合となっている。

性別にみると、「散歩やスポーツをする」(男性 44.0%、女性 36.1%)、「酒を控える」(男性 24.4%、女性 5.4%)、「タバコを控える」(男性 20.6%、女性 5.1%)は男性が、「栄養のバランスのとれた食事をとる」(男性 46.6%、女性 51.6%)、「気持ちをなるべく明るく持つ」(男性

31.4%、女性 38.1%) は女性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「栄養のバランスのとれた食事をとる」、「健康診査などを定期的に受ける」、「散歩やスポーツをする」、「地域の活動に参加する」は、前期高齢者の割合が高くなっている。

世帯構成別にみると、「地域の活動に参加する」、「保健薬や強壮剤をのむ」を除き、具体的に健康の維持増進のために心がけているとする項目で、夫婦のみの世帯の割合が高くなっている。

現在の健康状態別にみると、「保健薬や強壮剤をのむ」、「タバコを控える」を除き、具体的に健康の維持増進のために心がけているとする項目で、健康状態が『良い』と答えた人の割合が高くなっている。特に「散歩やスポーツをする」(『良い』47.7%、『良くない』25.1%)は『良くない』と答えた人と22.6ポイントの差が見られる。一方、『良くない』と答えた人は「保健薬や強壮剤をのむ」、「タバコを控える」の割合が、健康状態が『良い』、「普通」と答えた人よりも高くなっている。

表1 - 11 健康の維持増進のために心がけていること（Q7）（複数回答）

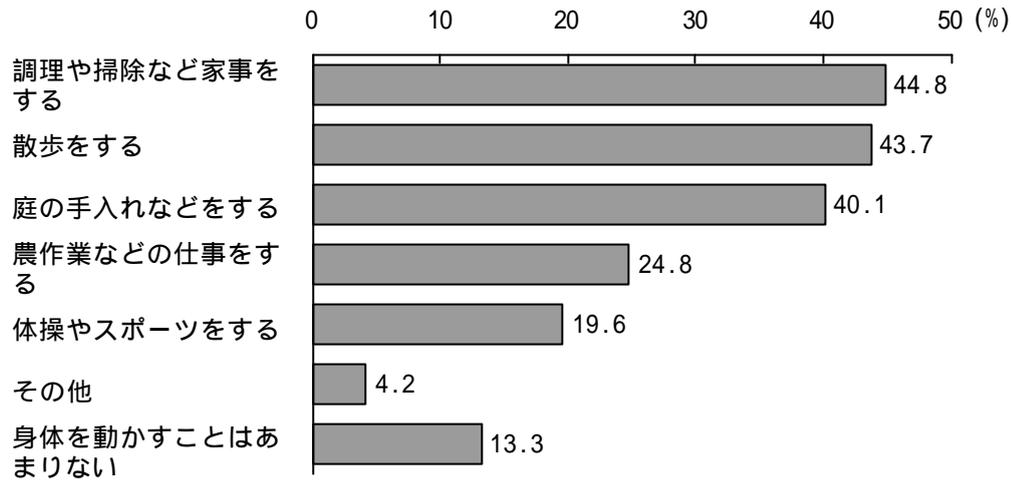
	総数	休養や睡眠を十分とる	規則正しい生活を送る	栄養のバランスのとれた食事をとる	健康診査などを定期的に受ける	散歩やスポーツをする	気持ちをなごるべく明るく持つ	地域の活動に参加する
【総数】(実数)	2,307	1,393	1,223	1,143	964	909	814	360
(構成比)		60.4 %	53.0 %	49.5 %	41.8 %	39.4 %	35.3 %	15.6 %
【性別】								
男性	965	58.1	52.4	46.6	42.1	44.0	31.4	17.7
女性	1,342	62.0	53.4	51.6	41.5	36.1	38.1	14.1
【年齢】								
65～69歳	728	59.4	52.4	52.0	43.3	41.8	36.0	15.4
70～74歳	627	61.3	54.9	51.2	44.4	42.6	37.8	20.4
75～79歳	522	61.2	54.2	48.5	43.6	37.6	34.7	14.6
80歳以上	430	59.4	49.8	44.3	33.3	32.7	31.2	10.2
65～74歳（計）	1,356	60.3	53.5	51.6	43.8	42.2	36.8	17.7
75歳以上（計）	952	60.4	52.2	46.6	38.9	35.4	33.1	12.6
【世帯構成】								
単身世帯	308	57.3	51.8	47.4	41.3	40.9	36.5	15.0
夫婦のみ世帯	803	63.2	58.0	55.1	45.0	44.4	37.8	16.0
二世帯世帯	464	57.9	50.5	49.2	35.6	32.8	32.5	13.2
三世帯世帯	600	60.9	49.5	45.5	43.6	37.8	35.2	16.8
その他の世帯	132	55.9	49.9	40.3	36.9	35.8	27.5	17.9
【現在の健康状態】								
良い（計）	1,094	65.7	59.0	56.6	44.4	47.7	40.2	21.9
普通	596	54.6	49.9	41.2	39.4	38.7	33.5	14.4
良くない（計）	613	56.5	45.2	44.9	39.4	25.1	28.1	5.4

	総数	酒を控える	保健薬や強壮剤をのむ	タバコを控える	その他	特に心がけていない	わからない	回答計
【総数】(実数)	2,307	308	275	267	51	255	9	7,971
(構成比)		13.3 %	11.9 %	11.6 %	2.2 %	11.0 %	0.4 %	345.5 %
【性別】								
男性	965	24.4	11.1	20.6	1.9	12.7	0.1	363.3
女性	1,342	5.4	12.5	5.1	2.4	9.8	0.6	332.7
【年齢】								
65～69歳	728	13.5	10.0	12.4	1.6	11.8	0.3	350.1
70～74歳	627	15.9	14.0	12.9	1.9	7.7	-	365.0
75～79歳	522	12.5	10.4	10.7	1.9	10.9	0.2	340.9
80歳以上	430	10.5	13.9	9.3	3.8	14.7	1.4	314.5
65～74歳（計）	1,356	14.6	11.9	12.7	1.8	9.9	0.2	357.0
75歳以上（計）	952	11.6	12.0	10.1	2.8	12.6	0.7	329.0
【世帯構成】								
単身世帯	308	9.9	14.1	9.5	1.5	10.6	0.3	336.1
夫婦のみ世帯	803	17.3	13.0	14.5	1.5	9.0	0.3	374.9
二世帯世帯	464	10.7	10.7	10.3	2.9	11.5	1.0	319.0
三世帯世帯	600	11.5	11.2	9.8	2.6	12.3	0.1	337.0
その他の世帯	132	15.2	7.9	11.2	4.1	16.7	0.6	320.0
【現在の健康状態】								
良い（計）	1,094	14.5	11.3	11.8	1.8	8.1	0.1	383.1
普通	596	12.0	10.4	10.8	2.1	13.9	-	321.0
良くない（計）	613	12.8	14.6	12.0	3.0	13.4	1.4	301.8

(8) 身体を動かすことの有無 ( Q 8 )

「日頃から身体を動かしているか」についてみると、「調理や掃除など家事をする」が 44.8% と最も割合が高く、次いで、「散歩をする」43.7%、「庭の手入れなどをする」40.1%、「農作業などの仕事をする」24.8%、「体操やスポーツをする」19.6%の順となっている。また、「身体を動かすことはあまりない」は 13.3%となっている。

図 1 - 8 身体を動かすことの有無 ( Q 8 ) ( 複数回答 )



性別にみると、「調理や掃除など家事をする」(男性 16.9%、女性 64.9%)は女性の割合が 48.0 ポイント、「農作業などの仕事をする」(男性 29.8%、女性 21.2%) は男性の割合が 8.6 ポイント高くなっている。また、「身体を動かすことはあまりない」(男性 15.6%、女性 11.7%) は男性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、身体を動かしているとしている全ての項目で、前期高齢者の割合が高くなっている。一方、「身体を動かすことはあまりない」の割合は後期高齢者で高くなっている。

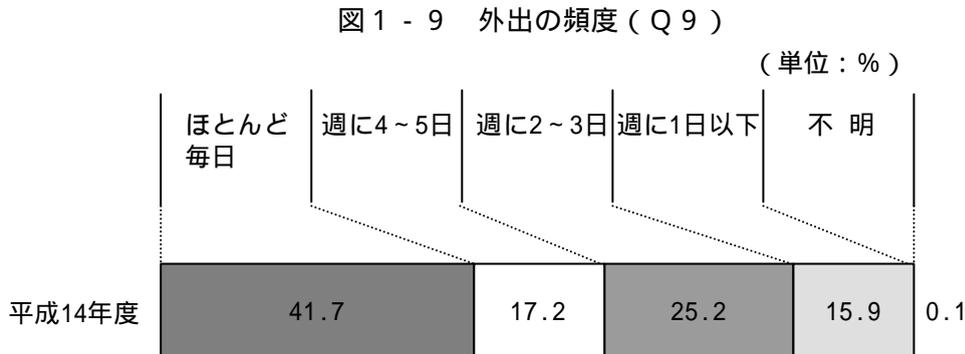
現在の健康状態別にみると、具体的に身体を動かしているとしている 5 項目では、健康状態が『良い』と答えた人の割合が、『良くない』と答えた人よりも 10 ポイント以上高くなっている。また、「身体を動かすことはあまりない」(『良い』5.9%、『良くない』29.5%)の割合は、『良くない』と答えた人が『良い』と答えた人よりも 23.6 ポイント高くなっている。

表 1 - 12 身体を動かすことの有無 ( Q 8 ) ( 複数回答 )

	総 数	調理や掃除 など家事を する	散歩をする	庭の手入れ などをする	農作業など の仕事をする	体操やス ポーツをする	その他	身体を動か すことはあ まりない	回答計
【 総 数 】 ( 実数 )	2,307	1,035	1,008	925	572	453	96	308	4,396
( 構成比 )		44.8 %	43.7 %	40.1 %	24.8 %	19.6 %	4.2 %	13.3 %	190.5 %
【 性別 】									
男性	965	16.9	44.7	37.7	29.8	22.2	5.4	15.6	172.2
女性	1,342	64.9	42.9	41.8	21.2	17.7	3.3	11.7	203.6
【 年齢 】									
65 ~ 69歳	728	47.5	43.0	40.2	26.2	24.7	5.8	8.1	195.5
70 ~ 74歳	627	47.9	46.8	43.0	28.8	21.6	4.5	9.7	202.2
75 ~ 79歳	522	43.6	43.8	40.3	22.7	17.0	3.1	15.6	186.1
80歳以上	430	37.2	40.2	35.5	19.2	11.2	2.2	24.8	170.4
65 ~ 74歳 ( 計 )	1,356	47.7	44.7	41.5	27.4	23.3	5.2	8.8	198.6
75歳以上 ( 計 )	952	40.7	42.2	38.1	21.1	14.4	2.7	19.8	179.0
【 現在の健康状態 】									
良い ( 計 )	1,094	50.2	47.8	46.3	28.5	26.0	5.3	5.9	210.2
普 通	596	44.9	45.6	42.5	28.0	16.7	4.0	10.5	192.3
良くない ( 計 )	613	35.2	34.4	26.5	14.8	10.9	2.1	29.5	153.4

(9) 外出の頻度 (Q9)

「週に何日くらい出かけるか」についてみると、「ほとんど毎日」が41.7%と最も高く、「週に2~3日」が25.2%、「週に4~5日」が17.2%、「週に1日以下」が15.9%となっている。



性別にみると、「ほとんど毎日」(男性46.7%、女性38.1%)は男性が、「週に1日以下」(男性12.6%、女性18.3%)は女性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「ほとんど毎日」は年齢が低いほど割合が高く、65~69歳では52.2%と半数を超えているのに対し、80歳以上では29.8%となっている。「週に1日以下」は年齢が高いほど割合が高く、80歳以上で30.7%と3割を超えている。

都市規模別にみると「ほとんど毎日」は大都市(48.2%)で割合が高くなっている。「週に1日以下」は大都市(7.1%)で割合が低く、町村(21.6%)と小都市(20.0%)では2割を超えている。

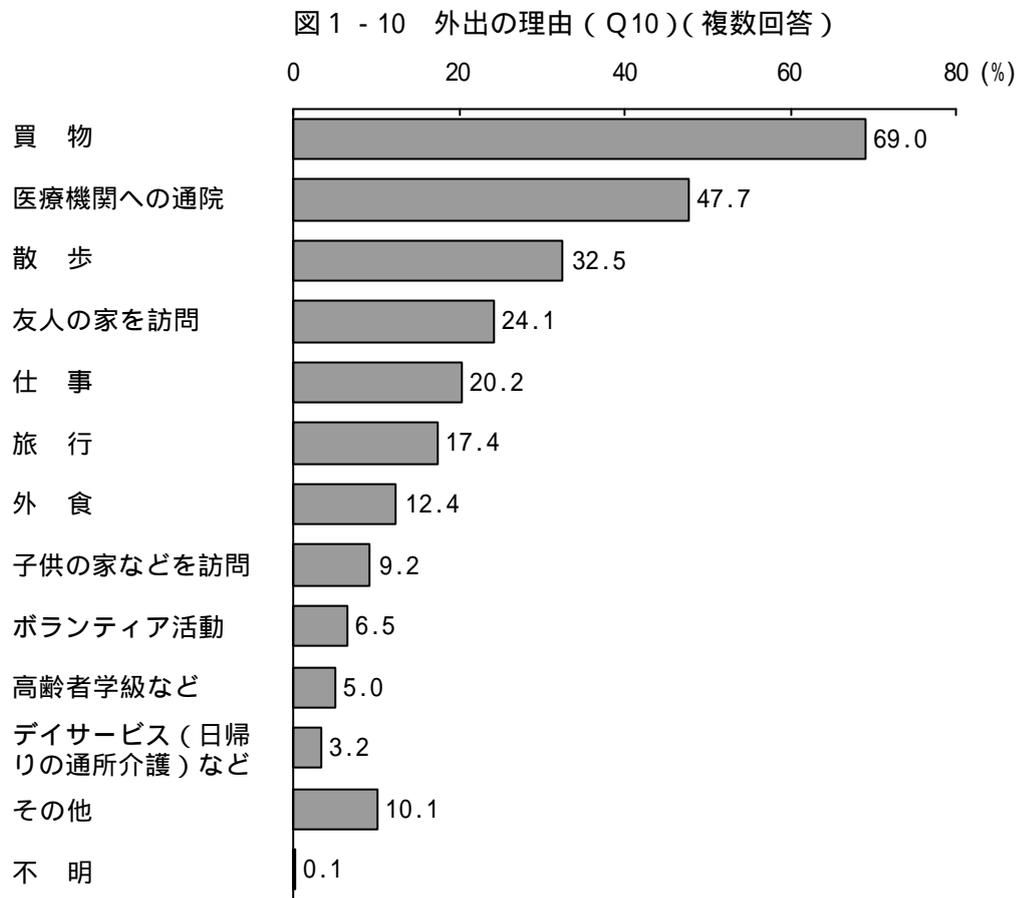
現在の健康状態別にみると、「ほとんど毎日」は健康状態が『良い』と答えた人で割合が高く50.7%と半数を超えており、「普通」は39.7%、『良くない』は27.6%と健康状態が悪くなるほど割合が下がっている。「週に1日以下」の割合は『良い』(10.0%)、「普通」(13.0%)と答えた人に比べ『良くない』(29.2%)と答えた人で10ポイント以上高くなっている。

表1 - 13 外出の頻度 ( Q 9 )

	総 数	ほとんども 毎 日	週に4~5日	週に2~3日	週に1日以 下	不 明
【総 数】(実数)	2,307	962	396	581	367	1
(構成比)		41.7 %	17.2 %	25.2 %	15.9 %	0.1 %
【性別】						
男性	965	46.7	16.1	24.5	12.6	0.1
女性	1,342	38.1	18.0	25.7	18.3	-
【年齢】						
65~69歳	728	52.2	17.8	21.9	8.1	-
70~74歳	627	41.2	17.5	27.3	13.8	0.2
75~79歳	522	37.4	20.3	25.2	17.0	-
80歳以上	430	29.8	11.8	27.7	30.7	-
65~74歳(計)	1,356	47.1	17.7	24.4	10.7	0.1
75歳以上(計)	952	34.0	16.5	26.3	23.2	-
【都市規模】						
大都市	412	48.2	18.4	26.3	7.1	-
中都市	799	42.7	19.3	24.3	13.5	0.2
小都市	450	38.4	15.1	26.6	20.0	-
町 村	646	38.6	15.2	24.6	21.6	-
【現在の健康状態】						
良い(計)	1,094	50.7	17.3	22.0	10.0	-
普 通	596	39.7	20.2	27.1	13.0	-
良くない(計)	613	27.6	14.1	28.9	29.2	0.2

(10) 外出の理由 (Q10)

「何のために外出するか」についてみると、「買物」が69.0%と最も高く、以下、「医療機関への通院」47.7%、「散歩」32.5%、「友人の家を訪問」24.1%、「仕事」20.2%、「旅行」17.4%、「外食」12.4%等の順になっている。



性別にみると、「散歩」(男性 38.6%、女性 28.2%)、「仕事」(男性 29.5%、女性 13.6%)は男性が、「買物」(男性 57.3%、女性 77.5%)、「医療機関への通院」(男性 40.9%、女性 52.6%)、「友人の家を訪問」(男性 20.7%、女性 26.6%)は女性の割合が高くなっている。

年齢階級別にみると、「医療機関への通院」と「デイサービス(日帰りの通所介護)など」は後期高齢者で、これ以外の具体的に外出の理由としている項目は前期高齢者の割合が高くなっている。

都市規模別にみると、「買物」は中都市(73.6%)と大都市(72.5%)で、「散歩」は大都市(40.1%)で、「医療機関への通院」と「仕事」は町村(医療機関への通院 52.3%、仕事 25.3%)で割合が高くなっている。

表1 - 14 外出の理由 ( Q10)( 複数回答)

	総 数	買 物	医療機関へ の通院	散 歩	友人の家を 訪問	仕 事	旅 行	外 食
【総 数】(実数) (構成比)	2,307	1,593 69.0 %	1,101 47.7 %	750 32.5 %	557 24.1 %	467 20.2 %	401 17.4 %	285 12.4 %
【性別】								
男性	965	57.3	40.9	38.6	20.7	29.5	18.1	12.6
女性	1,342	77.5	52.6	28.2	26.6	13.6	16.9	12.2
【年齢】								
65～69歳	728	75.1	34.5	32.4	26.7	33.3	22.2	17.1
70～74歳	627	70.6	48.2	33.7	25.8	21.1	19.8	14.2
75～79歳	522	71.3	56.5	35.5	23.6	11.6	15.0	7.5
80歳以上	430	53.7	58.7	27.2	18.1	7.3	8.6	7.6
65～74歳(計)	1,356	73.0	40.8	33.0	26.3	27.6	21.1	15.8
75歳以上(計)	952	63.4	57.5	31.8	21.1	9.7	12.1	7.5
【都市規模】								
大都市	412	72.5	47.2	40.1	17.2	18.3	18.8	14.5
中都市	799	73.6	46.4	33.2	23.1	18.3	18.3	13.0
小都市	450	66.8	43.9	31.0	28.9	18.2	16.4	12.3
町 村	646	62.9	52.3	27.8	26.5	25.3	16.0	10.3

	総 数	子供の家な どを訪問	ボランティ ア活動	高齢者学級 など	デイサービ ス(日帰り の通所介 護)など	その他	不 明	回答計
【総 数】(実数) (構成比)	2,307	212 9.2 %	150 6.5 %	116 5.0 %	74 3.2 %	232 10.1 %	2 0.1 %	5,940 257.4 %
【性別】								
男性	965	8.5	7.8	3.9	1.6	11.1	0.1	250.5
女性	1,342	9.7	5.6	5.9	4.3	9.3	0.1	262.4
【年齢】								
65～69歳	728	11.4	7.8	3.8	1.1	10.3	-	275.6
70～74歳	627	10.0	9.3	7.1	1.5	9.4	-	270.7
75～79歳	522	7.1	4.6	5.1	4.0	9.8	0.1	252.0
80歳以上	430	6.8	2.5	4.0	8.2	10.9	0.2	213.8
65～74歳(計)	1,356	10.7	8.5	5.3	1.3	9.9	-	273.3
75歳以上(計)	952	7.0	3.7	4.6	5.9	10.3	0.2	234.7
【都市規模】								
大都市	412	8.7	6.6	4.4	2.7	9.9	-	261.0
中都市	799	8.9	7.0	4.9	2.8	11.4	0.2	261.0
小都市	450	10.0	5.7	4.9	3.0	7.6	-	248.6
町 村	646	9.3	6.3	5.6	4.2	10.3	-	256.8