

大木町高齢者実態把握委託事業

令和3年度「高齢者等実態把握調査」報告書

～大木町内在住75歳以上の高齢者の実態～

社会福祉法人 大木町社会福祉協議会

目次

- I. 調査の背景および目的
- II. 調査期間
- III. 調査概要
 - (ア) 調査対象
 - (イ) 調査項目
 - (ウ) 調査手続き
 - (エ) 統計処理
- IV. 調査結果
- V. 考察
- VI. まとめ
- VII. 参考:各クロス集計結果(抜粋)

I. 調査の背景および目的

令和2年から猛威を振るう新型コロナウイルス感染症は全国に広がり、福岡県でも4度の緊急事態宣言が発出されるなど、不要不急の外出を自粛するよう呼びかけられた。多くのイベントが中止となり、飲食店の営業短縮が行われるなど、外出の機会が減少している状況にある。当社会福祉協議会でも元気クラブ(買い物支援)の事業短縮、高齢者のデイサービスの事業中止等を実施したため、参加予定だった高齢者は居宅待機を強いられ、運動の機会が減ることとなった。

新型コロナウイルス感染症の出現から2年が経過し、長期化する中、住民の暮らしはこれまでにない新しい生活様式の中で過ごさなければならないこととなった。

大木町では、これまで地域の通いの場等利用していた方々をはじめ、多くの高齢者が外出を控え居宅で長い時間を過ごしている状況の中、高齢者の心身機能が低下する懸念を案じ、何らかの支援を必要としている高齢者を必要な支援につなげるとともに、新たな取り組みの方向性について検討することを目的として2回目となる経過調査・実態調査を行った。

II. 調査期間

令和3年10月1日～令和4年3月31日

III. 調査概要

(ア) 調査対象者

- ・75歳以上の独居高齢者および高齢者のみ世帯(町が作成した名簿に基づく)
- ・65歳以上の高齢者で支援が必要と考えられる人(通いの場等の参加者を含む)
- ・その他必要と考えられる人

※すでに介護認定を受けている高齢者は除く

(イ) 調査項目

質問票は、介護予防・日常生活支援事業の対象者選定の際に使用している「基本チェックリスト」を基本に、後期高齢者健康診査の際の高齢者特性を踏まえた健康状態を総合的に把握するための「後期高齢者の質問票」と合わせて町が作成したものを利用し、新型コロナウイルス感染症に関わる独自の項目も追加した。

総合チェックリスト

住所 大木町大字 (行政区) No. 地図
 氏名 電話番号 携帯
 生年月日 (歳) 訪問日時 年 月 日 () 時間 : ~ : (.)

No.	質問項目	回 答 (いずれかに○をお付けください)	
1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	1 よい 2 まあよい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない	
2	あなたはたばこを吸いますか	1 吸っている 2 吸っていない 3 やめた	
3	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	1 はい	2 いいえ
3-2	1 はいの人へ 相談する相手はだれですか	a 家族・親戚 b 友人・知人 c 地域の人 d 民生委員 e その他	
4	バスや電車などで1人で外出していますか	1 はい	2 いいえ
4-2	1 はいの人へ 手段は何ですか	a バス・電車 b 自転車 c バイク d 自家用車 e タクシー f 徒歩 g その他	
5	日用品の買物をしていますか	1 はい	2 いいえ
5-2	1 はいの人へ 買い物の手段は何ですか	a バス・電車 b 自転車 c バイク d 自家用車 e 他者の車 f タクシー g 徒歩 h 生協や通販 i その他	
5-3	2 いいえの人へ	a 家族・親戚が買ってくる b 友人・知人が買ってくる c 地域の人が買ってくる d 買い物はしない e その他	
6	預貯金の出し入れをしていますか	1 はい	2 いいえ
7	友人の家を訪ねていますか	1 はい	2 いいえ
8	家族や友人の相談にのっていますか	1 はい	2 いいえ
9	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	1 はい	2 いいえ
10	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	1 はい	2 いいえ
11	15分間続けて歩いていますか	1 はい	2 いいえ
12	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	1 はい	2 いいえ
13	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	1 いいえ	2 はい
14	この1年間に転んだことがありますか	1 いいえ	2 はい
15	転倒に対する不安は大きいですか	1 いいえ	2 はい
16	6ヶ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	1 いいえ	2 はい
17	身長 cm 体重 kg (BMI=)	1 非該当	2 該当
18	1日3食きちんと食べていますか	1 はい	2 いいえ
19	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1 いいえ	2 はい
20	お茶や汁物などでむせることがありますか	1 いいえ	2 はい
21	口の渇きが気になりますか	1 いいえ	2 はい
22	週に1回以上は外出していますか	1 はい	2 いいえ
23	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1 いいえ	2 はい
24	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1 いいえ	2 はい
25	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	1 はい	2 いいえ
26	今日が何月何日かわからない時がありますか	1 いいえ	2 はい
27	毎日の生活に満足していますか	1 満足 2 やや満足 3 やや不満 4 不満 5 どちらともいえない	
28	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1 いいえ	2 はい
29	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1 いいえ	2 はい
30	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1 いいえ	2 はい
31	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1 いいえ	2 はい
32	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1 いいえ	2 はい
33	コロナ禍になる前と今では変化はありましたか?	1 いいえ	2 はい
33-2	1 はいの人 具体的にどんなことですか?	a 外出の機会が減った b 人との交流が少なくなった c 心身機能の低下 d 家族・親戚と会えなくなった e その他	

(ウ) 調査手続き

- 町が抽出した対象者リストにより対象者の確認をした。
- 総合チェックリストを基に、訪問する職員を対象に行政から質問対応の説明会を実施した。
- 民生委員・児童委員連絡協議会において本事業の実施について説明し、必要に応じ、民生委員から対象者への訪問について周知頂く事をお願いした。信頼関係のある民生委員からの伝達により、実施した訪問対象者の大半が調査に協力的でスムーズに聞き取りを行うことが出来た。
- 当社協内部では、訪問担当者が複数回にわたり、調査対象者への調査内容についての説明方法、判断基準の統一、声掛け等を詳細に決め実行した。
- 一部の対象者においては、民生委員が同行して調査を行っている。
- 調査実施は、2人体制で行い、リストの住所を地図上で確認しながら身長計・体重計を持って行った。対象者がマスクを着用していない時は、必ずマスク着用の下行った。
- 訪問した際に不在の場合は、不在連絡票を入れ、本人の所在確認がとれるまで連絡をとった。
- 調査する中で、対象者からの具体的な相談などに対し、何らかの支援が早急に必要と考えられる事案については随時行政に報告を行った。

(エ) 統計処理

調査した回答は、全て個人別に数値に替え入力を行い、統計処理はカイ2乗検定(有意水準を片側検定の5%とした)、および複数項目のクロス集計を行った。

IV. 調査結果

全体	調査実施者：383名、うち127名は前回からの継続調査
大溝校区	調査実施者：155名、うち56名は前回からの継続調査
木佐木校区	調査実施者：167名、うち50名は前回からの継続調査
大莞校区	調査実施者：61名、うち21名は前回からの継続調査

[集計結果と前回比較]

「令和3年度」及び「令和2年度」の列は各年の単純集計結果であり、調査対象者が変更になっている(令和2年度では70歳以上の独居高齢者、3年度では75歳以上の独居高齢者及び高齢者のみ世帯)点に留意が必要である。

「継続調査分」及び「前回」の表は、令和2年度及び3年度で継続して調査を行った人(同一人物)のみを対象にした集計で、より正確な変化を表す。そのため合計値は基本的に同一(127名)であるが、一部無回答があるため数値に差異があることがある。

1. あなたの現在の健康状態はいかがですか

	令和3年度	令和2年度	昨年比	継続調査分	前回	前回比
よい	96 (25.1%)	62 (41.6%)	-16.5%	33 (26.0%)	53 (41.7%)	-15.7%
まあよい	77 (20.1%)	16 (10.7%)	9.4%	29 (22.8%)	12 (9.4%)	13.4%
ふつう	126 (32.9%)	47 (31.5%)	1.4%	39 (30.7%)	41 (32.3%)	-1.6%
あまりよくない	77 (20.1%)	17 (11.4%)	8.7%	21 (16.5%)	16 (12.6%)	3.9%
よくない	7 (1.8%)	7 (4.7%)	-2.9%	5 (3.9%)	5 (3.9%)	0.0%
合計	383	149		127	127	

継続調査では1年間で「よい」から20人が減り、「まあよい」以下が増えている。

2. あなたはたばこを吸いますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比	継続調査分	前回	前回比
吸っている	21 (5.5%)	7 (4.7%)	0.8%	7 (5.5%)	6 (4.7%)	0.8%
吸っていない	324 (84.6%)	130 (87.2%)	-2.7%	113 (89.0%)	110 (86.6%)	2.4%
やめた	38 (9.9%)	12 (8.1%)	1.9%	7 (5.5%)	11 (8.7%)	-3.1%
合計	383	149		127	127	

3. 体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比	継続調査分	前回	前回比
はい	372 (97.1%)	139 (93.3%)	3.8%	120 (94.5%)	119 (93.7%)	0.8%
いいえ	11 (2.9%)	10 (6.7%)	-3.8%	7 (5.5%)	8 (6.3%)	-0.8%
合計	383	149		127	127	

3-2. 1 はいの人へ 相談する相手はだれですか

	今回
家族・親戚	355 (95.4%)
友人・知人	22 (5.9%)
地域の人	21 (5.6%)
民生委員	12 (3.2%)
その他	3 (0.8%)
回答者数	372

4. バスや電車などで1人で外出していますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比	継続調査分	前回	前回比
はい	313 (81.7%)	54 (36.2%)	45.5%	103 (81.1%)	49 (38.6%)	42.5%
いいえ	70 (18.3%)	95 (63.8%)	-45.5%	24 (18.9%)	78 (61.4%)	-42.5%
合計	383	149		127	127	

単純集計でも継続調査分でも、1人での外出が増えていることが分かる。

4-2. 1 はいの人へ 手段は何ですか

	今回
バス・電車	79 (25.1%)
自転車	66 (21.0%)
バイク	12 (3.8%)
自家用車	197 (62.5%)
タクシー	26 (8.3%)
徒歩	21 (6.7%)
その他	8 (2.5%)
回答者数	315

5. 日用品の買物をしていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	341 (89.0%)	132 (88.6%)	0.4%
いいえ	42 (11.0%)	17 (11.4%)	-0.4%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
113 (89.0%)	113 (89.0%)	0.0%
14 (11.0%)	14 (11.0%)	0.0%
127	127	

5-2. 1 はいの人へ買物の手段は何ですか

	今回
バス・電車	18 (5.3%)
自転車	61 (17.9%)
バイク	11 (3.2%)
自家用車	200 (58.7%)
他者の車	58 (17.0%)
タクシー	7 (2.1%)
徒歩	28 (8.2%)
生協や通販	17 (5.0%)
その他	13 (3.8%)
回答者数	341

5-3. 2 いいえの人へ

	今回
家族・親戚が買ってくる	38 (90.5%)
友人・知人が買ってくる	1 (2.4%)
地域の人が買ってくる	1 (2.4%)
買ひ物はしない	1 (2.4%)
その他	3 (7.1%)
回答者数	42

6. 預貯金の出し入れをしていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	325 (84.9%)	130 (87.2%)	-2.4%
いいえ	58 (15.1%)	19 (12.8%)	2.4%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
110 (86.6%)	111 (87.4%)	-0.8%
17 (13.4%)	16 (12.6%)	0.8%
127	127	

7. 友人の家を訪ねていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	207 (54.0%)	87 (58.4%)	-4.3%
いいえ	176 (46.0%)	62 (41.6%)	4.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
68 (53.5%)	75 (59.1%)	-5.5%
59 (46.5%)	52 (40.9%)	5.5%
127	127	

問4では1人での外出が増えている結果だったが、友人の家への訪問は減っている。友人付き合の低下は孤立・孤独へとつながり、コロナ禍において深刻化が懸念されている。(参考:人々のつながりに関する基礎調査(令和3年))

8. 家族や友人の相談にのっていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	304 (79.4%)	114 (76.5%)	2.9%
いいえ	79 (20.6%)	35 (23.5%)	-2.9%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
92 (72.4%)	94 (74.0%)	-1.6%
35 (27.6%)	33 (26.0%)	1.6%
127	127	

9. 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	304 (79.4%)	114 (76.5%)	2.9%
いいえ	79 (20.6%)	35 (23.5%)	-2.9%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
92 (72.4%)	94 (74.0%)	-1.6%
35 (27.6%)	33 (26.0%)	1.6%
127	127	

10. 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	271 (70.8%)	113 (75.8%)	-5.1%
いいえ	112 (29.2%)	36 (24.2%)	5.1%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
91 (71.7%)	97 (76.4%)	-4.7%
36 (28.3%)	30 (23.6%)	4.7%
127	127	

11. 15分間続けて歩いていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	302 (78.9%)	117 (78.5%)	0.3%
いいえ	81 (21.1%)	32 (21.5%)	-0.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
105 (82.7%)	100 (78.7%)	3.9%
22 (17.3%)	27 (21.3%)	-3.9%
127	127	

12. ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	268 (70.0%)	105 (70.5%)	-0.5%
いいえ	115 (30.0%)	44 (29.5%)	0.5%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
97 (76.4%)	93 (73.2%)	3.1%
30 (23.6%)	34 (26.8%)	-3.1%
127	127	

13. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	115 (30.0%)	54 (36.2%)	-6.2%
はい	268 (70.0%)	95 (63.8%)	6.2%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
36 (28.3%)	44 (34.6%)	-6.3%
91 (71.7%)	83 (65.4%)	6.3%
127	127	

14. この1年間に転んだことがありますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	312 (81.5%)	113 (75.8%)	5.6%
はい	71 (18.5%)	36 (24.2%)	-5.6%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
100 (78.7%)	95 (74.8%)	3.9%
27 (21.3%)	32 (25.2%)	-3.9%
127	127	

15. 転倒に対する不安は大きいですか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	194 (50.7%)	74 (49.7%)	1.0%
はい	189 (49.3%)	75 (50.3%)	-1.0%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
57 (44.9%)	58 (45.7%)	-0.8%
70 (55.1%)	69 (54.3%)	0.8%
127	127	

16. 6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	339 (88.5%)	127 (85.2%)	3.3%
はい	44 (11.5%)	22 (14.8%)	-3.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
112 (88.2%)	114 (89.8%)	-1.6%
15 (11.8%)	13 (10.2%)	1.6%
127	127	

17. 実際に計測の結果、体重減少に該当するか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
非該当	334 (87.2%)	137 (91.9%)	-4.7%
該当	49 (12.8%)	12 (8.1%)	4.7%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
113 (89.0%)	117 (92.1%)	-3.1%
14 (11.0%)	10 (7.9%)	3.1%
127	127	

18. 1日3食きちんと食べていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	361 (94.3%)	141 (94.6%)	-0.4%
いいえ	22 (5.7%)	8 (5.4%)	0.4%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
115 (90.6%)	121 (95.3%)	-4.7%
12 (9.4%)	6 (4.7%)	4.7%
127	127	

19. 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	289 (75.5%)	108 (72.5%)	3.0%
はい	94 (24.5%)	41 (27.5%)	-3.0%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
95 (74.8%)	89 (70.1%)	4.7%
32 (25.2%)	38 (29.9%)	-4.7%
127	127	

20. お茶や汁物などでむせることがありますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	298 (77.8%)	105 (70.5%)	7.3%
はい	85 (22.2%)	44 (29.5%)	-7.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
95 (74.8%)	89 (70.1%)	4.7%
32 (25.2%)	38 (29.9%)	-4.7%
127	127	

21. 口の渇きが気になりますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	289 (75.5%)	118 (79.2%)	-3.7%
はい	94 (24.5%)	31 (20.8%)	3.7%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
95 (74.8%)	100 (78.7%)	-3.9%
32 (25.2%)	27 (21.3%)	3.9%
127	127	

22. 週に1回以上は外出していますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	351 (91.6%)	137 (91.9%)	-0.3%
いいえ	32 (8.4%)	12 (8.1%)	0.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
117 (92.1%)	119 (93.7%)	-1.6%
10 (7.9%)	8 (6.3%)	1.6%
127	127	

23. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	260 (67.9%)	100 (67.1%)	0.8%
はい	123 (32.1%)	49 (32.9%)	-0.8%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
77 (60.6%)	87 (68.5%)	-7.9%
50 (39.4%)	40 (31.5%)	7.9%
127	127	

継続調査分での前回比では、外出の回数が減っている。問4では1人での外出は増え、問7では友人の家への訪問が減っていることから、外出の回数が減り、更にその少ない外出も1人であることが多い可能性がある。

24. 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	349 (91.1%)	129 (86.6%)	4.5%
はい	34 (8.9%)	20 (13.4%)	-4.5%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
114 (89.8%)	110 (86.6%)	3.1%
13 (10.2%)	17 (13.4%)	-3.1%
127	127	

25. 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
はい	369 (96.3%)	147 (98.7%)	-2.3%
いいえ	14 (3.7%)	2 (1.3%)	2.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
122 (96.1%)	126 (99.2%)	-3.1%
5 (3.9%)	1 (0.8%)	3.1%
127	127	

26. 今日が何月何日かわからない時がありますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	294 (76.8%)	101 (67.8%)	9.0%
はい	89 (23.2%)	48 (32.2%)	-9.0%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
89 (70.1%)	88 (69.3%)	0.8%
38 (29.9%)	39 (30.7%)	-0.8%
127	127	

27. 毎日の生活に満足していますか

	令和3年度	令和2年度	昨年比
満足	164 (42.8%)	65 (47.8%)	-5.0%
やや満足	150 (39.2%)	71 (52.2%)	-13.0%
やや不満	28 (7.3%)	0 (0.0%)	7.3%
不満	11 (2.9%)	0 (0.0%)	2.9%
どちらともいえない	30 (7.8%)	0 (0.0%)	7.8%
合計	383	136	

継続調査分	前回	前回比
47 (37.0%)	62 (53.4%)	-16.4%
57 (44.9%)	54 (46.6%)	-1.7%
8 (6.3%)	0 (0.0%)	6.3%
5 (3.9%)	0 (0.0%)	3.9%
10 (7.9%)	0 (0.0%)	7.9%
127	116	

継続調査では、前回よりも「満足」の回答数が15減っており、「やや満足」以下が増える結果となっており、生活への満足感が低下している。

28. (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	334 (87.2%)	133 (89.9%)	-2.7%
はい	49 (12.8%)	15 (10.1%)	2.7%
合計	383	148	

継続調査分	前回	前回比
108 (85.0%)	113 (89.7%)	-4.6%
19 (15.0%)	13 (10.3%)	4.6%
127	126	

29. (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	319 (83.3%)	122 (81.9%)	1.4%
はい	64 (16.7%)	27 (18.1%)	-1.4%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
105 (82.7%)	107 (84.3%)	-1.6%
22 (17.3%)	20 (15.7%)	1.6%
127	127	

30. (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	271 (70.8%)	102 (68.5%)	2.3%
はい	112 (29.2%)	47 (31.5%)	-2.3%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
86 (67.7%)	87 (68.5%)	-0.8%
41 (32.3%)	40 (31.5%)	0.8%
127	127	

31. (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	346 (90.3%)	120 (80.5%)	9.8%
はい	37 (9.7%)	29 (19.5%)	-9.8%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
109 (85.8%)	102 (80.3%)	5.5%
18 (14.2%)	25 (19.7%)	-5.5%
127	127	

32. (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする

	令和3年度	令和2年度	昨年比
いいえ	322 (84.1%)	129 (86.6%)	-2.5%
はい	61 (15.9%)	20 (13.4%)	2.5%
合計	383	149	

継続調査分	前回	前回比
103 (81.1%)	110 (86.6%)	-5.5%
24 (18.9%)	17 (13.4%)	5.5%
127	127	

33. コロナ禍になる前と今では変化はありましたか？

	今回
いいえ	196 (51.2%)
はい	187 (48.8%)
合計	383

33-2. はいの人 具体的にどんなことですか？

	今回
外出の機会が減った	131 (68.9%)
人との交流が少なくなった	90 (47.4%)
心身機能の低下	26 (13.7%)
家族・親戚と会えなくなった	48 (25.3%)
その他	12 (6.3%)
回答者数	190

V. 考察

上記をクロス集計した結果、ほぼすべての設問に対して、因果関係を証明することができた。いくつか代表的な項目を抜粋する。

「1.あなたの現在の健康状態はいかがですか」の問いに対し、

- 4.バスや電車などで1人で外出していますか
- 5.日用品の買物をしていますか
- 7.友人の家を訪ねていますか
- 8.家族や友人の相談にのっていますか
- 9.階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
- 10.椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか
- 11.15分間続けて歩いていますか
- 12.ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか
- 13.以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか
- 15.転倒に対する不安は大きいですか
- 16.6ヶ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか
- 18.1日3食きちんと食べていますか
- 19.半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- 21.口の渇きが気になりますか
- 22.週に1回以上は外出していますか
- 23.昨年と比べて外出の回数が減っていますか
- 27.毎日の生活に満足していますか
- 28.(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない
- 29.(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
- 30.(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる
- 31.(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない
- 32.(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする
- 33.コロナ禍になる前と今では変化はありましたか？

以上の設問とのポジティブな関係が認められた。日常の生活において、定期的な外出や運動、健康的な生活を行っている(回答している(意識している)人は、自身の健康が良好であると認識している。

また、家族友人から相談を受けることも、よい健康状態との関係がある結果となっている。話をすることや、相談を受ける(頼られる)ことが心身の健康意識につながっていると言える。

続いて、「28.(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない」に対して、

- 3.体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか
- 4.バスや電車などで1人で外出していますか
- 7.友人の家を訪ねていますか
- 8.家族や友人の相談にのっていますか
- 9.階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
- 10.椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか
- 11.15分間続けて歩いていますか
- 12.ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか
- 13.以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか
- 14.この1年間に転んだことがありますか
- 15.転倒に対する不安は大きいですか
- 16.6ヶ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか
- 18.1日3食きちんと食べていますか
- 19.半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- 20.お茶や汁物などでむせることがありますか
- 21.口の渇きが気になりますか
- 22.週に1回以上は外出していますか
- 23.昨年と比べて外出の回数が減っていますか
- 24.周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか
- 25.自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか
- 26.今日が何月何日かわからない時がありますか
- 27.毎日の生活に満足していますか
- 29.(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
- 30.(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる
- 31.(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない
- 32.(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする
- 33.コロナ禍になる前と今では変化はありましたか？

以上の設問との関係が認められた。外出や、友人の家を訪ねること、日常的な運動を行うことにより、日々の充実感につながる。

そしてそれは栄養状態や口腔機能にも影響があると考えられる。

なお、今年新設した設問である「33.コロナ禍になる前と今では変化はありましたか？」に対しては、

- 1.あなたの現在の健康状態はいかがですか
- 2.あなたはたばこを吸いますか

- 13.以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか
- 15.転倒に対する不安は大きいですか
- 23.昨年と比べて外出の回数が減っていますか
- 28.(ここ 2 週間)毎日の生活に充実感がない
- 29.(ここ 2 週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
- 31.(ここ 2 週間)自分が役に立つ人間だと思えない
- 32.(ここ 2 週間)わけもなく疲れたような感じがする

以上の比較的少ない数の設問との関係が認められた。他の設問に比べると設問間の因果関係が少ないことが伺える。これはコロナ禍の変化は生活習慣とは関係が少なく、個人の環境に依存するということを示していると考えられる。

本チェックリストは設問間の強い結びつきがあることは先述の通りであり、これを活用することで各個人の健康状態についてかなり正確な状況の確認ができると言える。一方で、コロナ禍による変化にはあまり対応していないとも言えるため、各個人の状況を把握する際には予期せぬ環境の変化に留意する必要がある。

VI. まとめ

今回の高齢者実態把握調査では、Web フォームも活用したことで去年よりも効率的な調査を行うことが出来た。高齢者に接する際には、去年同様、統一した質問を行うことや、民生委員の協力を得たことで、信憑性の高い回答が得られている。

単純集計では、継続調査 127 名のうち 20 名が「(自身の健康状態が)よい」からそれ以下に 1 年間で転落している。また、外出の回数が減り、更に 1 人での外出が増え、友人の訪問が減っていることから、孤立・孤独が深刻化している懸念がある。生活満足度の低下もうかがえるが、それ以外ではあまり 1 年間での変化はない。

クロス集計では多くの設問において有意な関連を示し、本調査で用いた「総合チェックリスト」の完成度の高さが確認できた。日常生活において外出し、友人や家族と会話をする。ウォーキング等を行い、転倒などへの不安がないと確認すること。自身の体重(栄養状態)について把握すること。食事を意識し、口腔機能に問題がないことを確認すること。定期的な外出を意識すること。物忘れがないか、今日が何日かを意識すること。毎日の生活の満足や、充実感を確認すること。これらが心身の健康と相互に関係していることが改めて明らかになった。

反対にこの調査では、「自身が健康である」と認識することもまた、外出や運動などの健康に対するポジティブな行動へ結びついていると言える。つまり、健康へのポジティブな行動は自身の健康認識へとつながり、自身の健康認識は健康へのポジティブな行動へとつながる、正のループとなっている。よって、現在正のループを構築できている人に対しては、負のループ(健康へのネガティブ意識)とならないようにすること。逆に負のループとなっている人に対しては、チェックリスト

のうちひとつでも良いので健康的な行動をすることで、少しずつ健康認識を持ち、正方向へのループを構築することが肝要である。特に注意すべき点としては、健康的な行動は「ひとつでよい」ことであると考え。チェックリスト全てを一度に(完璧に)する必要はなく、ひとつのポジティブな行動だけで、正のループは成り立つと考えられる。

昨年の調査では、特に食生活の重要性をまとめている。正のループのきっかけ・第一歩、あるいは負のループとならないための防波堤として、大木町として地域農産物の活用を含め、食生活の意識向上・啓発の充実をひとつのテーマ(特に集中すべきポイント)としても良いのではないだろうか。

また、新型コロナウイルス感染症による外出機会の減少などの状況が続いている。先述の通り、これは生活習慣などとは比較的關係が薄く、各個人の環境による、「ループ外」のものとなっている。これによる心身状態の変化は、各個人と接する際に留意すべきであり、それぞれ異なる対応が必要と考える。