

# 健康と生活に関する調査（結果のお知らせ）

平成24年10月

この調査は、葛飾区にお住まいの65～84歳の高齢者、および同居されるご家族の方の健康と生活に関する実態を把握して、区民の健康づくり等の施策へ役立てることを目的に、平成23年12月に実施したものです。

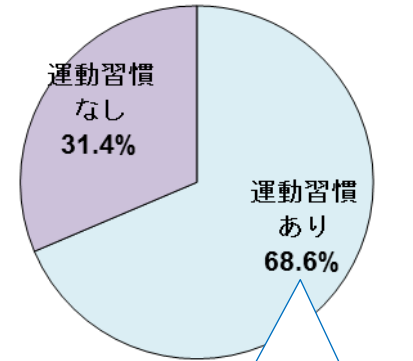
実施にあたっては、葛飾区が後援し、東京都健康長寿医療センターと福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座が協同で行ないました。

区の住民基本台帳より無作為に抽出された65～84歳までの高齢者の方2,000人を対象にアンケート用紙を配布し、1,198人（回収率60.0%）の回答がありました。

また同居されるご家族からは836人から回答が得られました。集計結果を簡略にまとめてお知らせします。

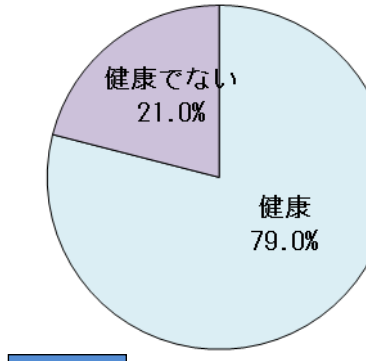
調査対象者ご本人

結果2 運動習慣について

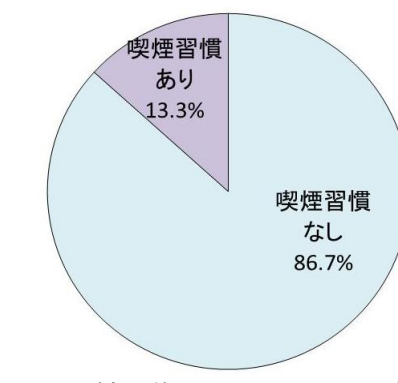


- 運動習慣の内訳
- ◇ ほとんど毎日している 39.2%
  - ◇ 週2～4回程度している 40.8%
  - ◇ 週1回程度している 16.8%
  - ◇ その他 3.2%

結果1 健康観について



結果3 喫煙習慣について



## 健康習慣の特徴

「健康である」と感じている方が79.0%（結果1）。「運動習慣がある」方は約7割でした。このうち、「週2～4回程度している」が40.8%で最も多く、「ほとんど毎日している」39.2%、「週1回程度している」16.8%でした（結果2）。

「喫煙習慣あり」は13.3%でした。JT全国喫煙調査では、60歳以上の喫煙率が23.9%ですので、区民の皆様の喫煙率は低めであると言えます（結果3）。

## 家族や地域との交流

家族や親戚、友人との付き合いの程度や人数について調査したところ、305人（25.9%）の方が「家族や地域との交流が少ない」という結果でした。

他者との交流が少ない方の場合、運動習慣がなく、喫煙習慣があり、生活機能が低いこととの関連が認められました（結果4～6）。

## ご家族の状況

ご家族の方と調査対象者ご本人との続柄は、配偶者が約7割でした（結果7）。

調査対象者ご本人のご家庭での日頃のやり取りについては、「困ったときに相談にのってもらう」、「私の家族には一体感がある」において、あてはまると回答した人がいずれも8割を超えており、「食事を別々に取ることが多い」は、あてはまらないと回答した人が7割を超えていました（結果8）。

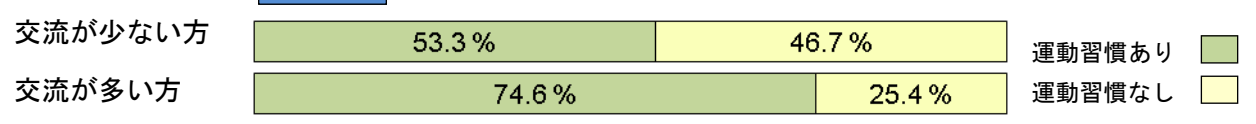
## まとめ

以上から、区民の皆様の健康習慣が良好でご家族とのやりとりも充実しているようです。一方で、高齢者の皆さんがいきいきと生活されるには他者との交流を保ち、社会的な孤立を解消・予防していくことが重要な課題といえます。

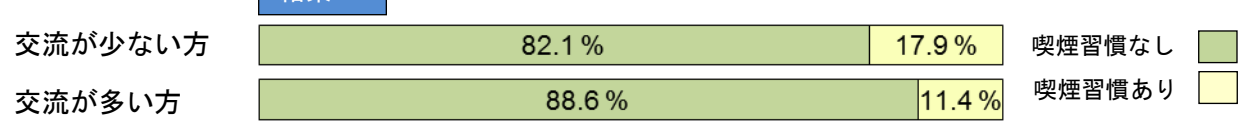
◇調査にご協力頂いた皆様に感謝を申し上げます。また昨年度ご協力頂いた方には本年度も改めて健康状態の変化などをお伺いさせていただきます。ご協力を宜しくお願い申し上げます。

※この調査は平成23年度科学研究費補助金、基盤研究C（代表者・中野匡子）、一部を若手研究B（代表者・山崎幸子）と、平成21年度ユニバーサル財団助成（代表者・山崎幸子）により実施しました。

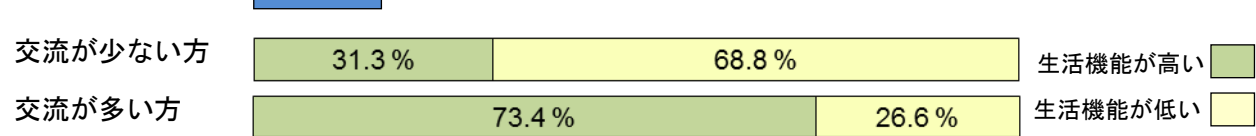
結果4 運動習慣との関連



結果5 喫煙習慣との関連

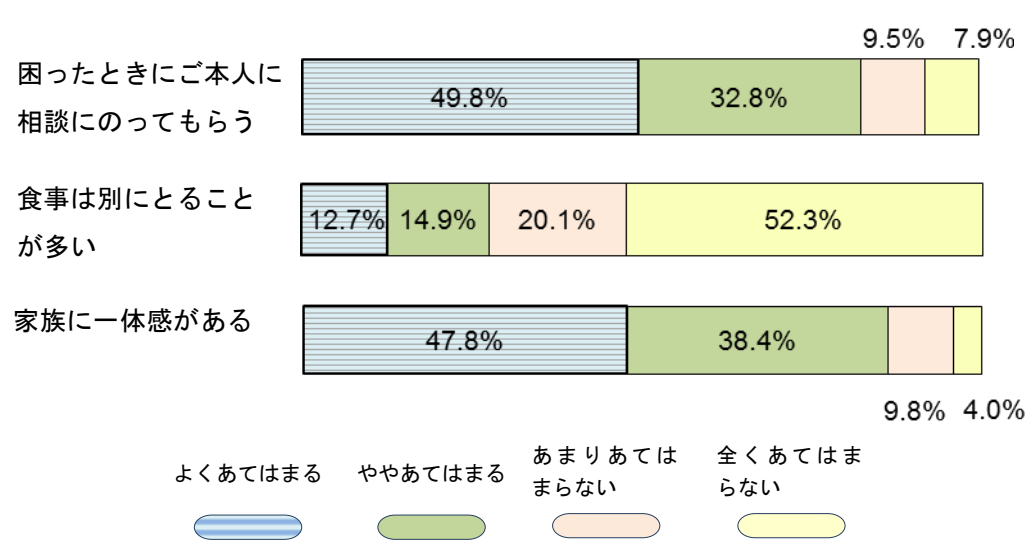


結果6 生活機能との関連



ご家族

結果8 調査対象者ご本人との日頃のやり取り



結果7 調査対象者との続柄

