平成２２年度
老人保健健康増進等事業
による研究報告書

平成２２年度

認知症介護研究報告書

〈地域在住高齢者の軽度認知機能低下者スクリーニングと
介護予防に向けた介入のための包括的調査研究事業〉

社会福祉法人　仁至会
認知症介護研究・研修大府センター

地域在住高齢者の軽度認知機能低下者スクリーニングと介護予防に向けた介入のための包括的調査研究事業

主任研究者　小長谷陽子（認知症介護研究・研修大府センター）
分担研究者　渡邉　智之（認知症介護研究・研修大府センター，
愛知学院大学心身科学部）

A. 研究目的

地域在住高齢者に対する介護予防事業は、特定高齢者を把握し、予防介入を行って、要介護者を増やさないようにすることや、介護度の重症化を遅らせることが目的である。特定高齢者のチェックリストでは、認知機能に関する項目は少なく、軽度の認知機能障害を見つけるには不十分である。

従って、効果的な認知機能のチェック方法を用いて、軽度の認知機能低下者を把握することが求められる。さらに地域在住高齢者の生活実態の包括的なデータ（日常生活動作、健康管理、介護保険利用状況、気分障害の有無、食習慣、運動習慣、生活の質：QOL、慢性疾患の有無等）を蓄積し、これらを解析して、認知機能低下やその予防に関連する要因を抽出すれば、認知症の早期発見、早期予防が可能となり、適切な医療につなげることが可能となるだけでなく、要介護者の増加抑制を図ることができる。

B. 研究方法

平成 22 年 8 月 10 日現在の愛知県大府市在住の 65 歳以上の住民 14,949 人に対し、郵送で「高齢者生活実態調査」の調査票を送った。この中では、日常生活動作、健康管理、介護保険利用状況、気分障害の有無、食習慣、運動習慣、QOL、慢性疾患の有無等を質問し、回答してもらった。

さらに、電話による認知機能検査(TICS-J)に対する協力を求めた。電話調査に関しては、返事を以って同意とし、同意した人には電話番号と電話するのに都合のよい日時を書いてもらった。TICS-J はすでに報告した方法により、訓練した専門職（医師、看護師等）が行った。

今回はこれに加えて、認知機能スクリーニングの一つである、「時計描画テスト」も行った。「時計描画テスト」は調査票とともに送った別紙に、円を描いてこれに時計の文字盤の数字と 10 時 10 分を表すように指示をした。採点は Freedman らの方法により、全体像（2 点）、数字（6 点）、針（6 点）および中心点の計 15 点満点で評価した。

C. 研究結果

1）高齢者生活実態調査の結果：

14,949 人のうち、9,479 人から回答を得た（回収率 63.4%）。そのうち有効な回答数は 9,475 通であった（有効率：99.95%）。

表 1-1. 対象者内訳

人数(%)

性別	65～74 歳	75 歳以上	合計
男性	2,862　(63.8%)	1,626　(36.2%)	4,488　(100%)
女性	2,921　(58.6%)	2,066　(41.4%)	4,987　(100%)
合計	5,783　(61.0%)	3,692　(39.0%)	9,475　(100%)

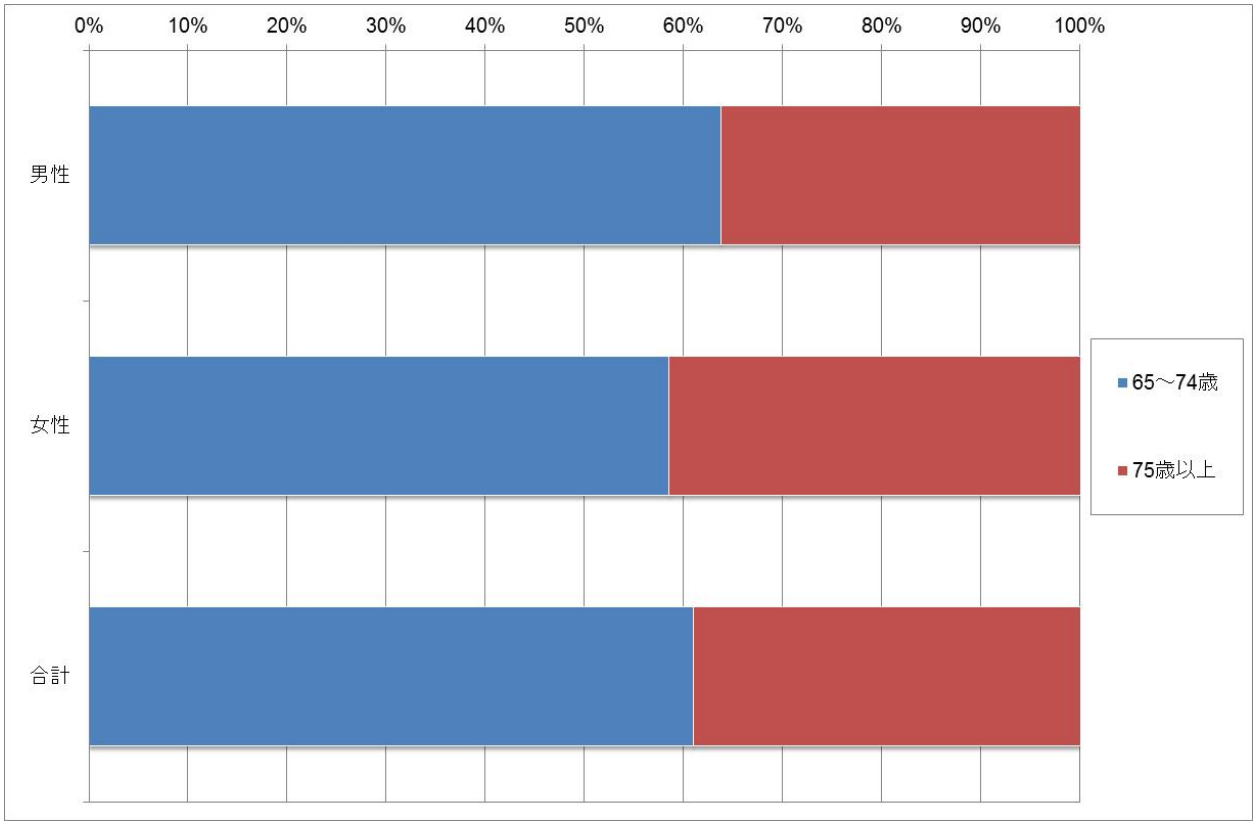


図 1-1. 対象者内訳

65 歳から 74 歳の男性は 2,862 人、女性は 2,921 人、合計 5,783 人であり、75 歳以上の男性は 1,626 人、女性は 2,066 人、合計 3,692 人であった（表 1-1、図 1-1）。

それぞれの項目の結果は以下のとおりである。

表 1-2. 現在、治療中の病気はありますか？（複数回答可） *表中の%は回答者数に対する割合

人数(%)

問[1]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
治療中の病気はない	729 (25.5%)	713 (24.4%)	1,442 (24.9%)	243 (14.9%)	216 (10.5%)	459 (12.4%)	972 (21.7%)	929 (18.6%)	1,901 (20.1%)
脳卒中	100 (3.5%)	48 (1.6%)	148 (2.6%)	94 (5.8%)	76 (3.7%)	170 (4.6%)	194 (4.3%)	124 (2.5%)	318 (3.4%)
高血圧	948 (33.1%)	942 (32.2%)	1,890 (32.7%)	572 (35.2%)	929 (45.0%)	1,501 (40.7%)	1,520 (33.9%)	1,871 (37.5%)	3,391 (35.8%)
心臓病	277 (9.7%)	148 (5.1%)	425 (7.3%)	257 (15.8%)	281 (13.6%)	538 (14.6%)	534 (11.9%)	429 (8.6%)	963 (10.2%)
癌（がん）	123 (4.3%)	77 (2.6%)	200 (3.5%)	120 (7.4%)	50 (2.4%)	170 (4.6%)	243 (5.4%)	127 (2.5%)	370 (3.9%)
糖尿病	393 (13.7%)	248 (8.5%)	641 (11.1%)	239 (14.7%)	196 (9.5%)	435 (11.8%)	632 (14.1%)	444 (8.9%)	1,076 (11.4%)
骨折	17 (0.6%)	42 (1.4%)	59 (1.0%)	33 (2.0%)	101 (4.9%)	134 (3.6%)	50 (1.1%)	143 (2.9%)	193 (2.0%)
胃腸病	113 (3.9%)	101 (3.5%)	214 (3.7%)	146 (9.0%)	157 (7.6%)	303 (8.2%)	259 (5.8%)	258 (5.2%)	517 (5.5%)
肺や気管の病気	113 (3.9%)	86 (2.9%)	199 (3.4%)	126 (7.7%)	99 (4.8%)	225 (6.1%)	239 (5.3%)	185 (3.7%)	424 (4.5%)
関節や筋肉の病気	213 (7.4%)	369 (12.6%)	582 (10.1%)	214 (13.2%)	471 (22.8%)	685 (18.6%)	427 (9.5%)	840 (16.8%)	1,267 (13.4%)
その他	542 (18.9%)	689 (23.6%)	1,231 (21.3%)	329 (20.2%)	465 (22.5%)	794 (21.5%)	871 (19.4%)	1,154 (23.1%)	2,025 (21.4%)

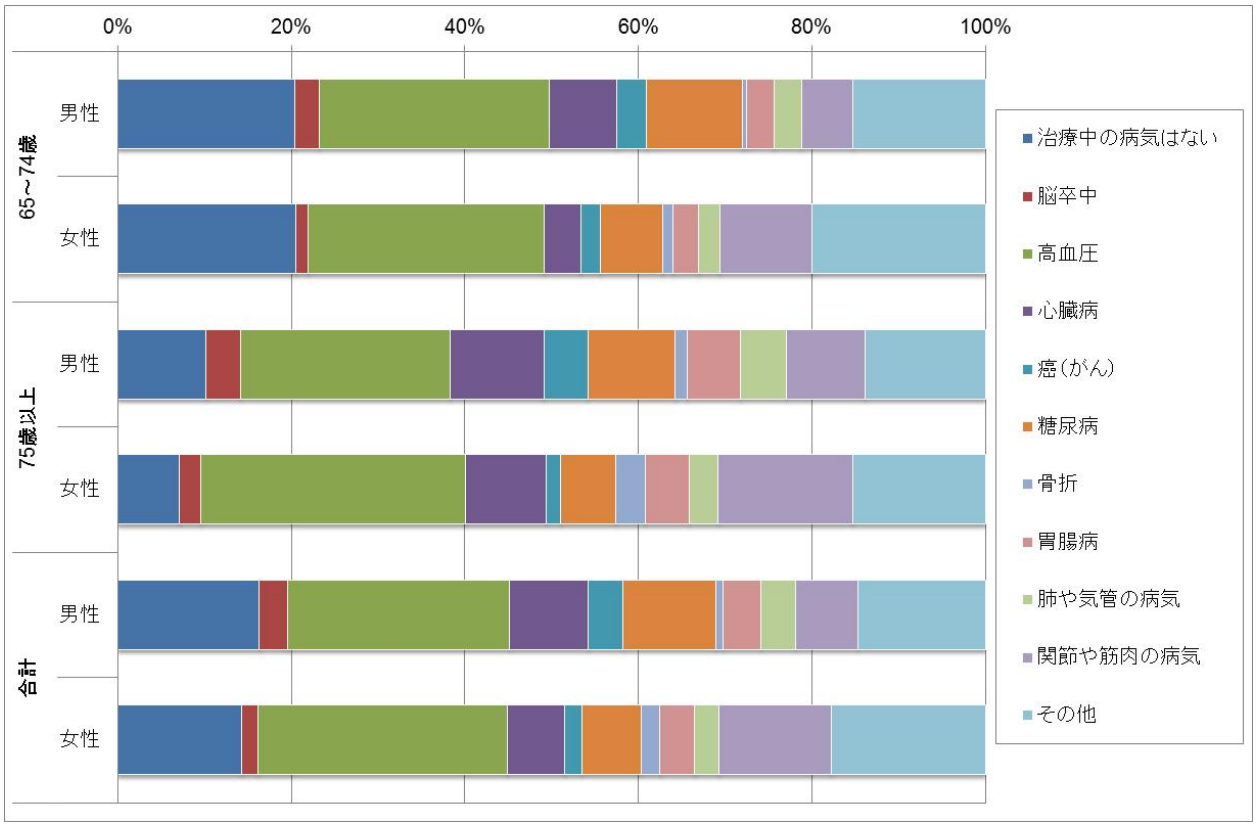


図 1-2.　現在、治療中の病気はありますか？（複数回答可）

「現在、治療中の病気はありますか？」という問いについては、全体の 20.1%が「ない」と答え、79.9%の人は何らかの病気で治療中であった。 治療中の病気で最も多かったのは「高血圧」(35.8%)、次いで、「関節や筋肉の病気」(13.4%)、「糖尿病」(11.4%)、「心臓病」(10.2%)であった。男女別では、男性では、「高血圧」、「糖尿病」、「心臓病」、の順で多く、女性では、「高血圧」、「関節や筋肉の病気」、「糖尿病」の順であった（表 1-2、図 1-2）。

表 1-3. 日常生活での移動の状況について

人数(%)

問[1]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
自転車、車、バス、電車を使って一人で外出できる	2,740 (95.7%)	2,714 (92.9%)	5,454 (94.3%)	1,261 (77.6%)	1,214 (58.8%)	2,475 (67.0%)	4,001 (89.1%)	3,928 (78.8%)	7,929 (83.7%)
家庭内及び隣近所では、ほぼ不自由なく動き活動できるが、一人で遠出はできない	41 (1.4%)	106 (3.6%)	147 (2.5%)	150 (9.2%)	397 (19.2%)	547 (14.8%)	191 (4.3%)	503 (10.1%)	694 (7.3%)
庭に出たり家庭内なら少しは歩ける	28 (1.0%)	39 (1.3%)	67 (1.2%)	96 (5.9%)	243 (11.8%)	339 (9.2%)	124 (2.8%)	282 (5.7%)	406 (4.3%)
起きているがあまり歩けない	22 (0.8%)	18 (0.6%)	40 (0.7%)	44 (2.7%)	75 (3.6%)	119 (3.2%)	66 (1.5%)	93 (1.9%)	159 (1.7%)
寝たり起きたりしている（床が常時敷いてあり、食事等のために起き上がる）	10 (0.3%)	11 (0.4%)	21 (0.4%)	28 (1.7%)	60 (2.9%)	88 (2.4%)	38 (0.8%)	71 (1.4%)	109 (1.2%)
一日中床で過ごす	3 (0.1%)	2 (0.1%)	5 (0.1%)	16 (1.0%)	28 (1.4%)	44 (1.2%)	19 (0.4%)	30 (0.6%)	49 (0.5%)
無回答	18 (0.6%)	31 (1.1%)	49 (0.8%)	31 (1.9%)	49 (2.4%)	80 (2.2%)	49 (1.1%)	80 (1.6%)	129 (1.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

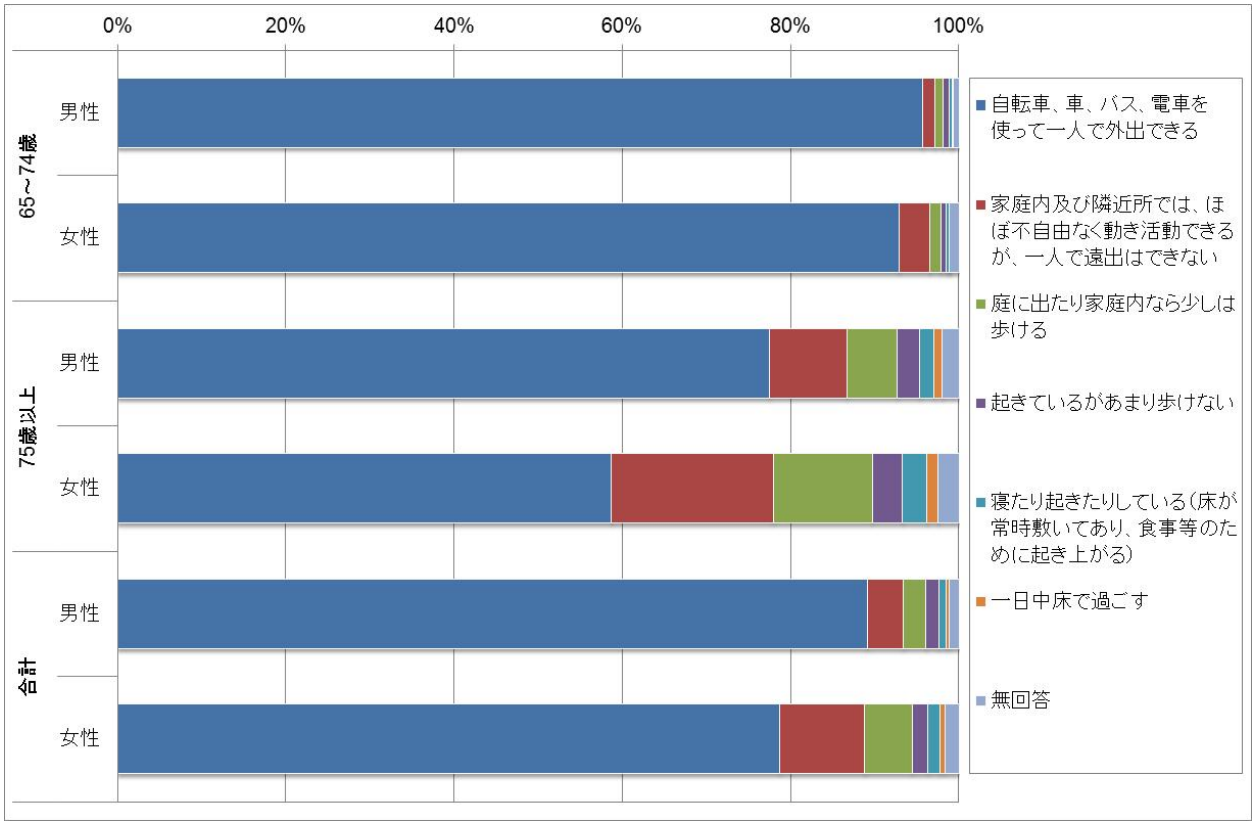


図 1-3. 日常生活での移動の状況について

日常生活での移動の状況については、 全体では 83.7%の人が、「自転車、車、バス、電車を使って一人で外出できる」と答えており、自立度が高いと考えられた。しかし、男女別で見ると、男性では、75 歳以上でも 77.6%が「一人で外出できる」と答えているのに対して、女性では、75 歳以上では、58.8%が「一人で外出できる」と答えているのみであった。「寝たり起きたりしている(床が常時敷いてあり、食事等のために起き上がる)」と答えた人と「一日中床で過ごす」と答えた人を合わせると、1.7%であり、いわゆる「寝たきり」と考えられる。この中間に属する人は自立度低下の予備軍と考えられる(表 1-3、図 1-3)。

表 1-4. 目、耳や歯について日常生活に困ることは何ですか？(複数回答可) *表中の%は回答者数に対する割合

人数(%)

問[1]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
困ることはない	2,250 (78.6%)	2,314 (79.2%)	4,564 (78.9%)	944 (58.1%)	1,100 (53.2%)	2,044 (55.4%)	3,194 (71.2%)	3,414 (68.5%)	6,608 (69.7%)
目が見えにくく日常生活で困ることがある (眼鏡を使用した状態で)	173 (6.0%)	179 (6.1%)	352 (6.1%)	227 (14.0%)	357 (17.3%)	584 (15.8%)	400 (8.9%)	536 (10.7%)	936 (9.9%)
耳が聞こえにくく日常生活で困ることがある (補聴器を使用した状態で)	143 (5.0%)	79 (2.7%)	222 (3.8%)	270 (16.6%)	316 (15.3%)	586 (15.9%)	413 (9.2%)	395 (7.9%)	808 (8.5%)
歯や入れ歯の具合が悪くて食事が十分取れないことがある	236 (8.2%)	148 (5.1%)	384 (6.6%)	262 (16.1%)	321 (15.5%)	583 (15.8%)	498 (11.1%)	469 (9.4%)	967 (10.2%)
その他	99 (3.5%)	92 (3.1%)	191 (3.3%)	64 (3.9%)	130 (6.3%)	194 (5.3%)	163 (3.6%)	222 (4.5%)	385 (4.1%)

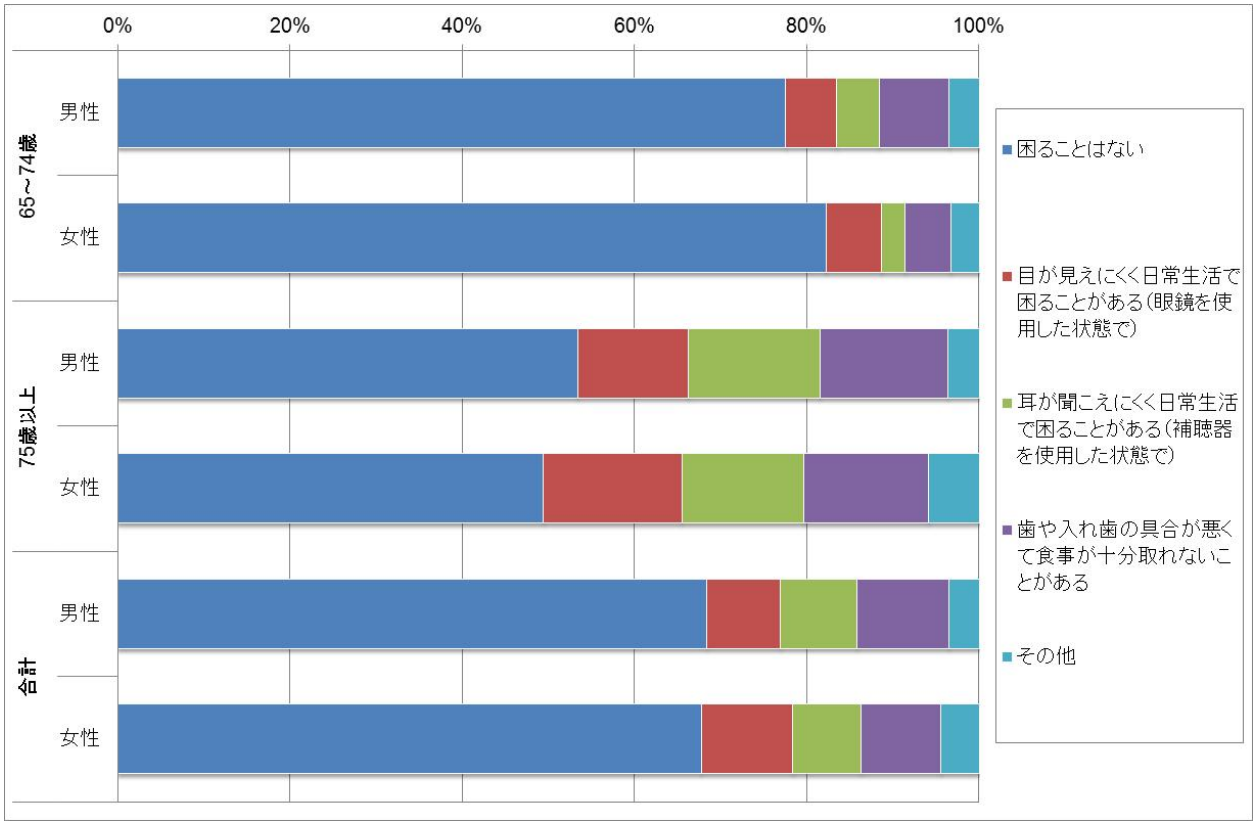


図 1-4. 目、耳や歯について日常生活に困ることは何ですか？(複数回答可)

目、耳や歯について日常生活に困ることについては、「困ることはない」と答えた人が多く、全体では、69.7%であった。困ることの中で最も多かったのは、「歯や入れ歯の具合が悪くて食事が十分取れないことがある」(10.2%)であり、ついで「目が見えにくく日常生活で困ることがある(眼鏡を使用した状態で)」(9.9%)であった。男女差はあまりなかったが、年齢層別では 75 歳以上になると困ることの割合が、どの項目でも 65 歳から 74 歳の倍以上であった(表 1-4、図 1-4)。

表 1-5. 定期的に健康診断を受けていますか？

人数(%)

問[1]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
全く受けていない	196 (6.8%)	197 (6.7%)	393 (6.8%)	179 (11.0%)	195 (9.4%)	374 (10.1%)	375 (8.4%)	392 (7.9%)	767 (8.1%)
数年に 1 回受けている	356 (12.4%)	442 (15.1%)	798 (13.8%)	172 (10.6%)	217 (10.5%)	389 (10.5%)	528 (11.8%)	659 (13.2%)	1,187 (12.5%)
毎年 1 回受けている	2,107 (73.6%)	2,051 (70.2%)	4,158 (71.9%)	1,016 (62.5%)	1,271 (61.5%)	2,287 (61.9%)	3,123 (69.6%)	3,322 (66.6%)	6,445 (68.0%)
わからない	0 (0.0%)	8 (0.3%)	8 (0.1%)	10 (0.6%)	18 (0.9%)	28 (0.8%)	10 (0.2%)	26 (0.5%)	36 (0.4%)
その他	162 (5.7%)	162 (5.5%)	324 (5.6%)	190 (11.7%)	258 (12.5%)	448 (12.1%)	352 (7.8%)	420 (8.4%)	772 (8.1%)
無回答	41 (1.4%)	61 (2.1%)	102 (1.8%)	59 (3.6%)	107 (5.2%)	166 (4.5%)	100 (2.2%)	168 (3.4%)	268 (2.8%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

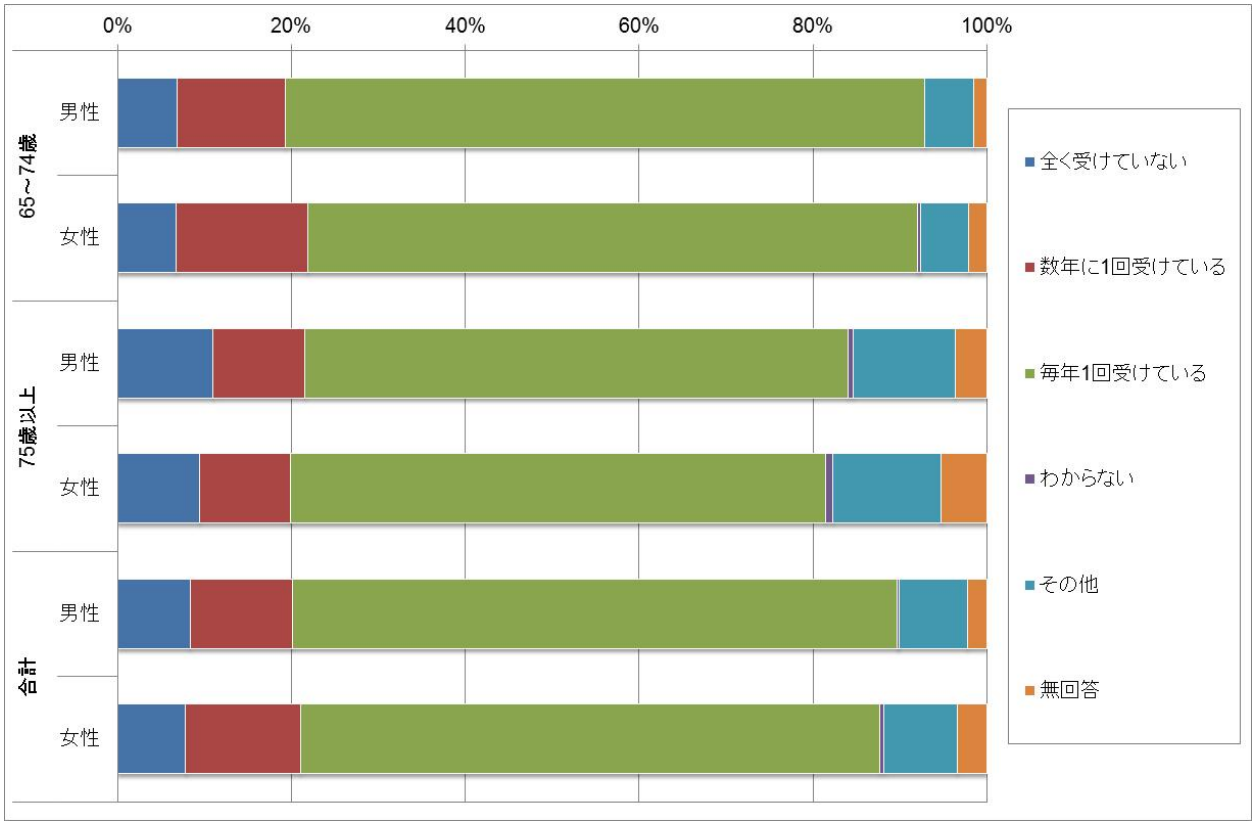


図 1-5. 定期的に健康診断を受けていますか？

「定期的に健康診断を受けていますか？」という問いに対しては、受けていない人は 8.1%であり、大部分の人は定期的に健康診断を受けていた。最も多いのは、「毎年1回以上受けている」の、68.0%で、「数年に 1 回受けている」人は 12.5%であった（表 1-5、図 1-5）。

表 1-6. 健康について誰に相談していますか？（複数回答可） *表中の%は回答者数に対する割合

人数(%)

問[1]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
相談する必要はない	433 (15.1%)	350 (12.0%)	783 (13.5%)	157 (9.7%)	103 (5.0%)	260 (7.0%)	590 (13.1%)	453 (9.1%)	1,043 (11.0%)
相談できる人がいない	56 (2.0%)	29 (1.0%)	85 (1.5%)	27 (1.7%)	24 (1.2%)	51 (1.4%)	83 (1.8%)	53 (1.1%)	136 (1.4%)
知人	222 (7.8%)	540 (18.5%)	762 (13.2%)	91 (5.6%)	180 (8.7%)	271 (7.3%)	313 (7.0%)	720 (14.4%)	1,033 (10.9%)
家族親戚	1,214 (42.4%)	1,525 (52.2%)	2,739 (47.4%)	690 (42.4%)	1,115 (54.0%)	1,805 (48.9%)	1,904 (42.4%)	2,640 (52.9%)	4,544 (48.0%)
医師	1,797 (62.8%)	1,799 (61.6%)	3,596 (62.2%)	1,186 (72.9%)	1,516 (73.4%)	2,702 (73.2%)	2,983 (66.5%)	3,315 (66.5%)	6,298 (66.5%)
保健委員などの地域のボランティア	7 (0.2%)	8 (0.3%)	15 (0.3%)	22 (1.4%)	22 (1.1%)	44 (1.2%)	29 (0.6%)	30 (0.6%)	59 (0.6%)
市町村の保健師等の職員	27 (0.9%)	19 (0.7%)	46 (0.8%)	17 (1.0%)	25 (1.2%)	42 (1.1%)	44 (1.0%)	44 (0.9%)	88 (0.9%)
その他	22 (1%)	20 (1%)	42 (1%)	23 (1%)	54 (3%)	77 (2%)	45 (1%)	74 (1%)	119 (1%)

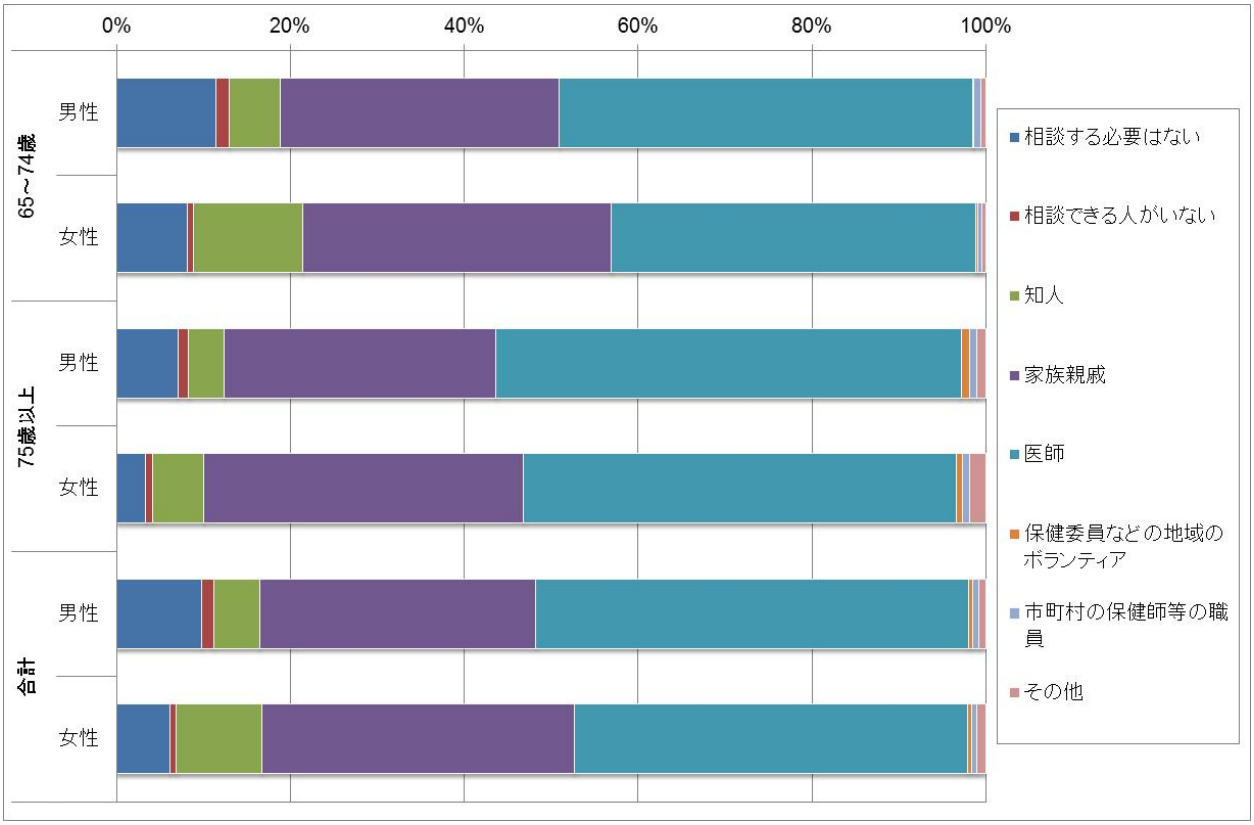


図 1-6. 健康について誰に相談していますか？（複数回答可）

健康について相談するのはどの年代でも、「医師」が最も多く、全体では 66.5%、次いで「家族・親戚」の 48.0%であった（表 1-6、図 1-6）。

表 1-7. 健康に関することを話したり、聞いたりするのはどんな機会ですか？（複数回答可）
***表中の%は回答者数に対する割合**

人数(%)

問[1]-(6)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
機会はない	60 (2.1%)	28 (1.0%)	88 (1.5%)	37 (2.3%)	38 (1.8%)	75 (2.0%)	97 (2.2%)	66 (1.3%)	163 (1.7%)
知人、友人、家族等との会話	1,683 (58.8%)	2,132 (73.0%)	3,815 (66.0%)	788 (48.5%)	1,227 (59.4%)	2,015 (54.6%)	2,471 (55.1%)	3,359 (67.4%)	5,830 (61.5%)
診察の時	1,625 (56.8%)	1,586 (54.3%)	3,211 (55.5%)	1,072 (65.9%)	1,371 (66.4%)	2,443 (66.2%)	2,697 (60.1%)	2,957 (59.3%)	5,654 (59.7%)
テレビ、ラジオ、新聞、雑誌	1,418 (49.5%)	1,806 (61.8%)	3,224 (55.7%)	785 (48.3%)	1,052 (50.9%)	1,837 (49.8%)	2,203 (49.1%)	2,858 (57.3%)	5,061 (53.4%)
健康教室や講演会	191 (6.7%)	360 (12.3%)	551 (9.5%)	130 (8.0%)	155 (7.5%)	285 (7.7%)	321 (7.2%)	515 (10.3%)	836 (8.8%)
その他	17 (0.6%)	12 (0.4%)	29 (0.5%)	24 (1.5%)	48 (2.3%)	72 (2.0%)	41 (0.9%)	60 (1.2%)	101 (1.1%)

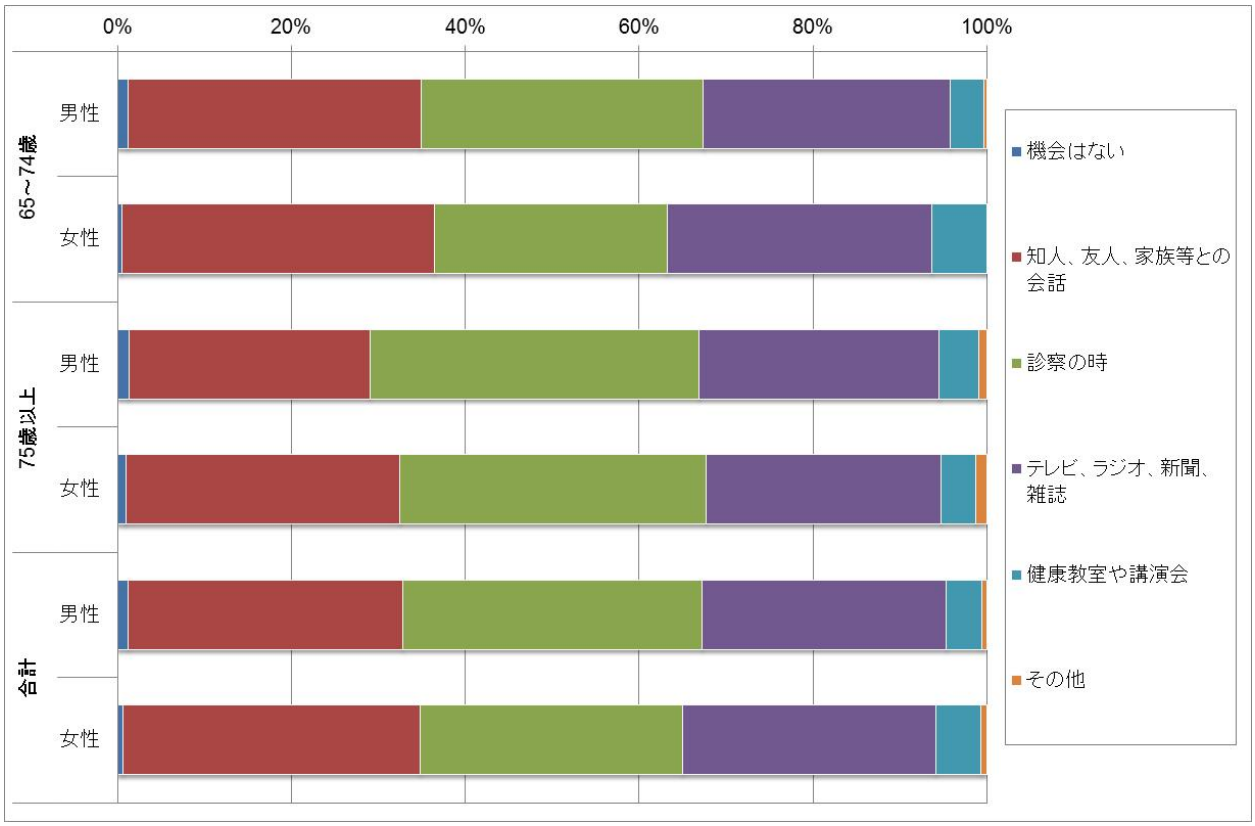


図 1-7. 健康に関することを話したり、聞いたりするのはどんな機会ですか？（複数回答可）

健康に関することを話したり、聞いたりするのは「知人、友人、家族等との会話」が最も多く、61.5%、ついで、「診察の時」(59.7%)、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌」(53.4%)であった（表 1-7、図 1-7）。

表 1-8.　この一年間で体重の変動がありましたか？

人数(%)

問[1]-(7)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
わからない	96	49	145	61	98	159	157	147	304
	(3.4%)	(1.7%)	(2.5%)	(3.8%)	(4.7%)	(4.3%)	(3.5%)	(2.9%)	(3.2%)
変わらない	2,081	2,176	4,257	1,146	1,385	2,531	3,227	3,561	6,788
	(72.7%)	(74.5%)	(73.6%)	(70.5%)	(67.0%)	(68.6%)	(71.9%)	(71.4%)	(71.6%)
2～3Kg 以上減った	395	378	773	298	409	707	693	787	1,480
	(13.8%)	(12.9%)	(13.4%)	(18.3%)	(19.8%)	(19.1%)	(15.4%)	(15.8%)	(15.6%)
2～3Kg 以上増えた	262	289	551	86	130	216	348	419	767
	(9.2%)	(9.9%)	(9.5%)	(5.3%)	(6.3%)	(5.9%)	(7.8%)	(8.4%)	(8.1%)
無回答	28	29	57	35	44	79	63	73	136
	(1.0%)	(1.0%)	(1.0%)	(2.2%)	(2.1%)	(2.1%)	(1.4%)	(1.5%)	(1.4%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

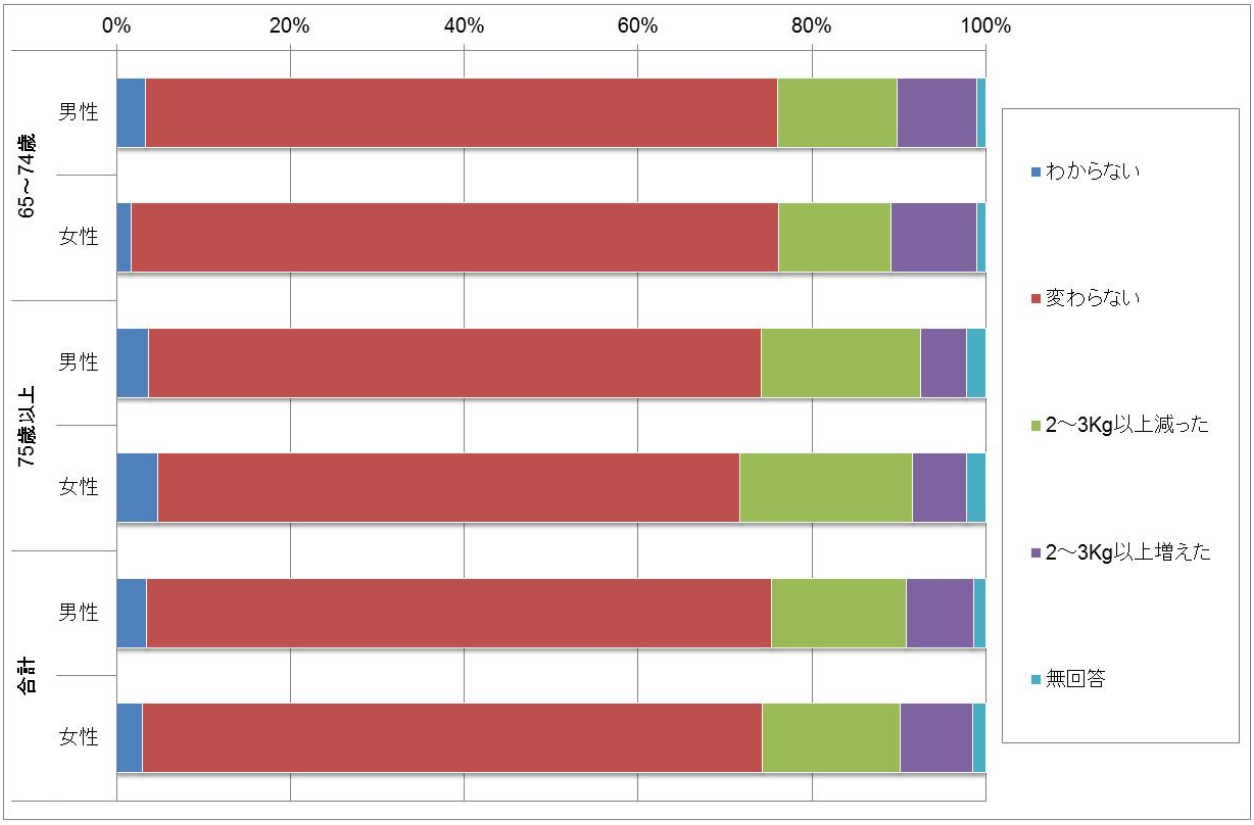


図 1-8.　この一年間で体重の変動がありましたか？

「この一年間で体重の変動がありましたか？」 という問いには、71.6%の人は「変わらない」と答え、「2~3kg 以上減った」のは、15.6%であり、「2~3kg 以上増えた」(8.1%)人より、若干多かった（表 1-8、図 1-8）。

表 1-9. 介護保険の要介護認定を受けていますか？

人数(%)

問[1]-(8)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
申請していない	2,636 (92.1%)	2,581 (88.4%)	5,217 (90.2%)	1,234 (75.9%)	1,265 (61.2%)	2,499 (67.7%)	3,870 (86.2%)	3,846 (77.1%)	7,716 (81.4%)
「自立」と認定された	17 (0.6%)	16 (0.5%)	33 (0.6%)	29 (1.8%)	21 (1.0%)	50 (1.4%)	46 (1.0%)	37 (0.7%)	83 (0.9%)
「要支援」と認定された	28 (1.0%)	47 (1.6%)	75 (1.3%)	79 (4.9%)	244 (11.8%)	323 (8.7%)	107 (2.4%)	291 (5.8%)	398 (4.2%)
「要介護」と認定された	50 (1.7%)	62 (2.1%)	112 (1.9%)	162 (10.0%)	291 (14.1%)	453 (12.3%)	212 (4.7%)	353 (7.1%)	565 (6.0%)
無回答	131 (4.6%)	215 (7.4%)	346 (6.0%)	122 (7.5%)	245 (11.9%)	367 (9.9%)	253 (5.6%)	460 (9.2%)	713 (7.5%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

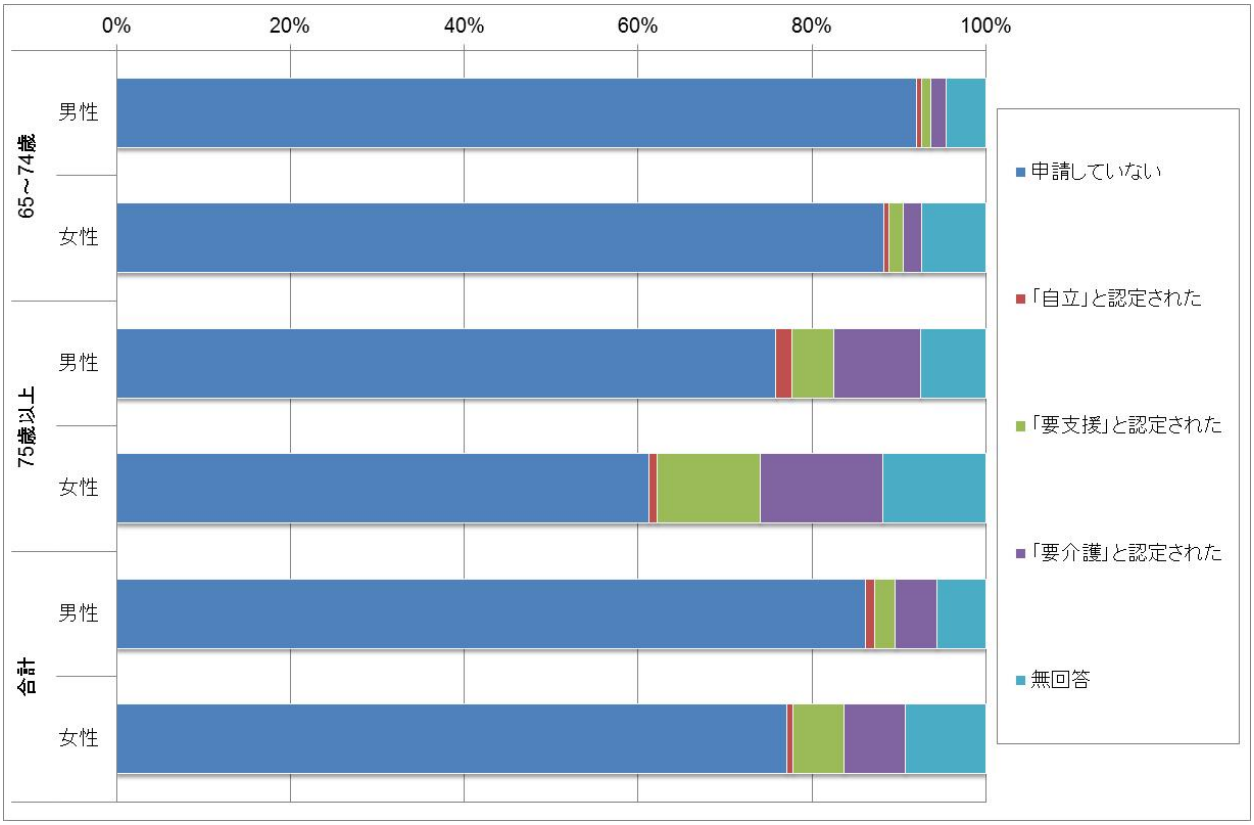


図 1-9. 介護保険の要介護認定を受けていますか？

表 1-10. 介護保険の要介護認定を受けていますか？（要支援・要介護度）

人数(%)

問[1]-(9)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
要支援 1	14 (21.0%)	15 (16.5%)	29 (18.7%)	26 (12.9%)	89 (19.5%)	115 (17.5%)	40 (15.0%)	104 (19.0%)	144 (17.7%)
要支援 2	4 (6.0%)	19 (20.9%)	23 (14.8%)	27 (13.4%)	96 (21.1%)	123 (18.7%)	31 (11.7%)	115 (21.0%)	146 (18.0%)
要介護 1	12 (18.0%)	23 (25.3%)	35 (22.6%)	49 (24.3%)	71 (15.6%)	120 (18.2%)	61 (22.9%)	94 (17.2%)	155 (19.1%)
要介護 2	11 (16.5%)	16 (17.6%)	27 (17.4%)	43 (21.3%)	71 (15.6%)	114 (17.3%)	54 (20.3%)	87 (15.9%)	141 (17.3%)
要介護 3	11 (16.5%)	7 (7.7%)	18 (11.6%)	21 (10.4%)	60 (13.2%)	81 (12.3%)	32 (12.0%)	67 (12.2%)	99 (12.2%)
要介護 4	5 (7.5%)	6 (6.6%)	11 (7.1%)	17 (8.4%)	41 (9.0%)	58 (8.8%)	22 (8.3%)	47 (8.6%)	69 (8.5%)
要介護 5	7 (10.5%)	5 (5.5%)	12 (7.7%)	19 (9.4%)	28 (6.1%)	47 (7.1%)	26 (9.8%)	33 (6.0%)	59 (7.3%)
合計	67 (100%)	91 (100%)	155 (100%)	202 (100%)	456 (100%)	658 (100%)	266 (100%)	547 (100%)	813 (100%)

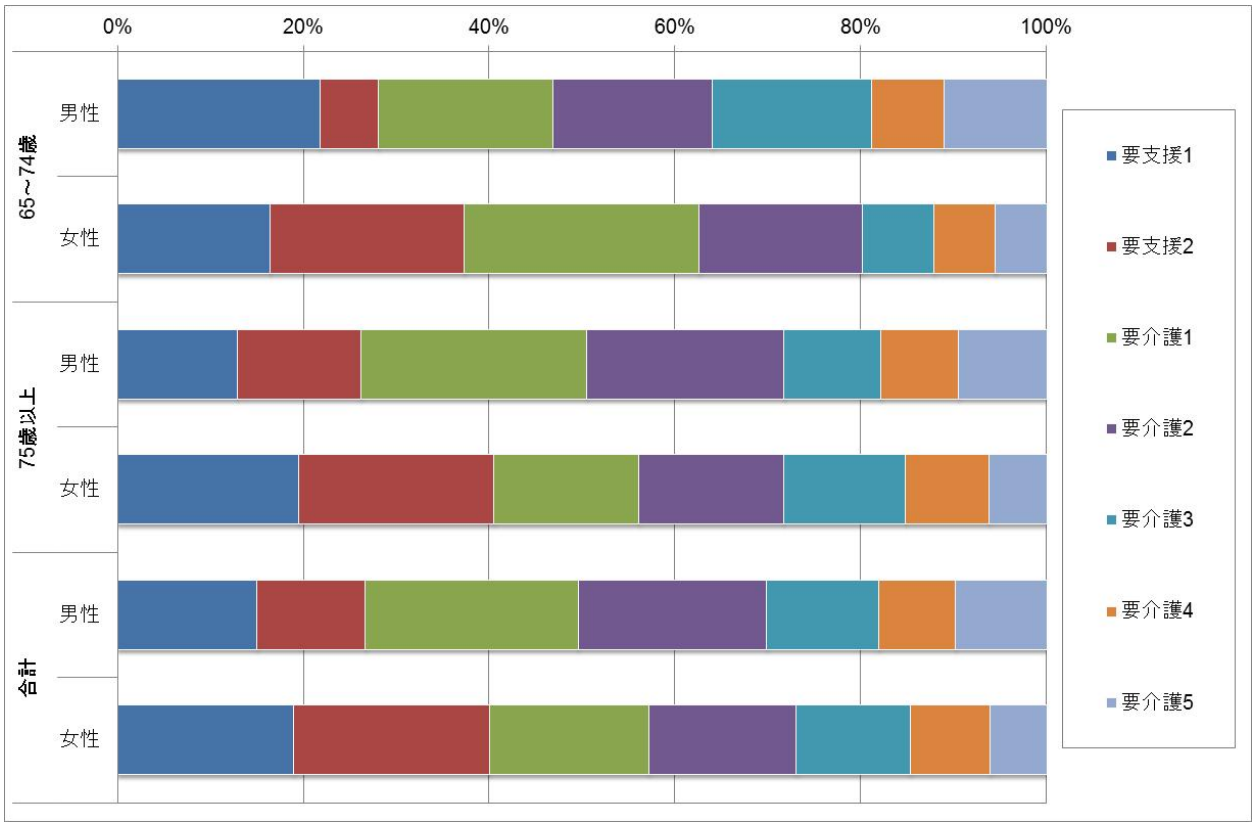


図 1-10. 介護保険の要介護認定を受けていますか？（要支援・要介護度）

介護保険の要介護認定については、81.4%に人は申請していなかった。申請して「自立」とされた人は、83 人、「要支援」は 398 人、「要介護」は、565 人であった。「要支援 1」と「要支援 2」はほぼ同率で、約 18%であった。「要介護」では、「要介護 1」が 19.1%と最も多く、ついで、「要介護 2」(17.3%)であった（表 1-9～10、図 1-9～10）。

表 1-11.　現在の生活に満足していますか？

人数(%)

問[2]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,454 (85.7%)	2,555 (87.5%)	5,009 (86.6%)	1,295 (79.6%)	1,658 (80.3%)	2,953 (80.0%)	3,749 (83.5%)	4,213 (84.5%)	7,962 (84.0%)
いいえ	351 (12.3%)	299 (10.2%)	650 (11.2%)	242 (14.9%)	280 (13.6%)	522 (14.1%)	593 (13.2%)	579 (11.6%)	1,172 (12.4%)
無回答	57 (2.0%)	67 (2.3%)	124 (2.1%)	89 (5.5%)	128 (6.2%)	217 (5.9%)	146 (3.3%)	195 (3.9%)	341 (3.6%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-12.　健康だと感じていますか？

人数(%)

問[2]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,126 (74.3%)	2,195 (75.1%)	4,321 (74.7%)	957 (58.9%)	1,103 (53.4%)	2,060 (55.8%)	3,083 (68.7%)	3,298 (66.1%)	6,381 (67.3%)
いいえ	678 (23.7%)	657 (22.5%)	1,335 (23.1%)	565 (34.7%)	812 (39.3%)	1,377 (37.3%)	1,243 (27.7%)	1,469 (29.5%)	2,712 (28.6%)
無回答	58 (2.0%)	69 (2.4%)	127 (2.2%)	104 (6.4%)	151 (7.3%)	255 (6.9%)	162 (3.6%)	220 (4.4%)	382 (4.0%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-13. 体調がすぐれないことが多いですか？

人数(%)

問[2]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	366 (12.8%)	394 (13.5%)	760 (13.1%)	361 (22.2%)	563 (27.3%)	924 (25.0%)	727 (16.2%)	957 (19.2%)	1,684 (17.8%)
いいえ	2,423 (84.7%)	2,431 (83.2%)	4,854 (83.9%)	1,134 (69.7%)	1,283 (62.1%)	2,417 (65.5%)	3,557 (79.3%)	3,714 (74.5%)	7,271 (76.7%)
無回答	73 (2.6%)	96 (3.3%)	169 (2.9%)	131 (8.1%)	220 (10.6%)	351 (9.5%)	204 (4.5%)	316 (6.3%)	520 (5.5%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-14. 毎日気分良く過ごせますか？

人数(%)

問[2]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,394 (83.6%)	2,423 (83.0%)	4,817 (83.3%)	1,171 (72.0%)	1,417 (68.6%)	2,588 (70.1%)	3,565 (79.4%)	3,840 (77.0%)	7,405 (78.2%)
いいえ	394 (13.8%)	422 (14.4%)	816 (14.1%)	343 (21.1%)	465 (22.5%)	808 (21.9%)	737 (16.4%)	887 (17.8%)	1,624 (17.1%)
無回答	74 (2.6%)	76 (2.6%)	150 (2.6%)	112 (6.9%)	184 (8.9%)	296 (8.0%)	186 (4.1%)	260 (5.2%)	446 (4.7%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-15. 元気だと感じていますか？

人数(%)

問[2]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,376	2,405	4,781	1,082	1,267	2,349	3,458	3,672	7,130
	(83.0%)	(82.3%)	(82.7%)	(66.5%)	(61.3%)	(63.6%)	(77.0%)	(73.6%)	(75.3%)
いいえ	422	441	863	430	627	1,057	852	1,068	1,920
	(14.7%)	(15.1%)	(14.9%)	(26.4%)	(30.3%)	(28.6%)	(19.0%)	(21.4%)	(20.3%)
無回答	64	75	139	114	172	286	178	247	425
	(2.2%)	(2.6%)	(2.4%)	(7.0%)	(8.3%)	(7.7%)	(4.0%)	(5.0%)	(4.5%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

表 1-16. 将来に不安を感じていますか？

人数(%)

問[2]-(6)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	1,091	1,273	2,364	654	962	1,616	1,745	2,235	3,980
	(38.1%)	(43.6%)	(40.9%)	(40.2%)	(46.6%)	(43.8%)	(38.9%)	(44.8%)	(42.0%)
いいえ	1,704	1,561	3,265	857	931	1,788	2,561	2,492	5,053
	(59.5%)	(53.4%)	(56.5%)	(52.7%)	(45.1%)	(48.4%)	(57.1%)	(50.0%)	(53.3%)
無回答	67	87	154	115	173	288	182	260	442
	(2.3%)	(3.0%)	(2.7%)	(7.1%)	(8.4%)	(7.8%)	(4.1%)	(5.2%)	(4.7%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

表 1-17. 寂しいと感じることがありますか？

人数(%)

問[2]-(7)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	510	573	1,083	406	668	1,074	916	1,241	2,157
	(17.8%)	(19.6%)	(18.7%)	(25.0%)	(32.3%)	(29.1%)	(20.4%)	(24.9%)	(22.8%)
いいえ	2,274	2,270	4,544	1,090	1,221	2,311	3,364	3,491	6,855
	(79.5%)	(77.7%)	(78.6%)	(67.0%)	(59.1%)	(62.6%)	(75.0%)	(70.0%)	(72.3%)
無回答	78	78	156	130	177	307	208	255	463
	(2.7%)	(2.7%)	(2.7%)	(8.0%)	(8.6%)	(8.3%)	(4.6%)	(5.1%)	(4.9%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

表 1-18.　自分が無力だと感じることがありますか？

人数(%)

問[2]-(8)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	732	806	1,538	562	938	1,500	1,294	1,744	3,038
	(25.6%)	(27.6%)	(26.6%)	(34.6%)	(45.4%)	(40.6%)	(28.8%)	(35.0%)	(32.1%)
いいえ	2,050	2,010	4,060	929	931	1,860	2,979	2,941	5,920
	(71.6%)	(68.8%)	(70.2%)	(57.1%)	(45.1%)	(50.4%)	(66.4%)	(59.0%)	(62.5%)
無回答	80	105	185	135	197	332	215	302	517
	(2.8%)	(3.6%)	(3.2%)	(8.3%)	(9.5%)	(9.0%)	(4.8%)	(6.1%)	(5.5%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

表 1-19.　気分が落ち込むことがありますか？

人数(%)

問[2]-(9)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	719 (25.1%)	964 (33.0%)	1,683 (29.1%)	461 (28.4%)	837 (40.5%)	1,298 (35.2%)	1,180 (26.3%)	1,801 (36.1%)	2,981 (31.5%)
いいえ	2,079 (72.6%)	1,874 (64.2%)	3,953 (68.4%)	1,031 (63.4%)	1,043 (50.5%)	2,074 (56.2%)	3,110 (69.3%)	2,917 (58.5%)	6,027 (63.6%)
無回答	64 (2.2%)	83 (2.8%)	147 (2.5%)	134 (8.2%)	186 (9.0%)	320 (8.7%)	198 (4.4%)	269 (5.4%)	467 (4.9%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-20.　将来に夢や希望がありますか？

人数(%)

問[2]-(10)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	1,652 (57.7%)	1,686 (57.7%)	3,338 (57.7%)	689 (42.4%)	704 (34.1%)	1,393 (37.7%)	2,341 (52.2%)	2,390 (47.9%)	4,731 (49.9%)
いいえ	1,124 (39.3%)	1,104 (37.8%)	2,228 (38.5%)	794 (48.8%)	1,136 (55.0%)	1,930 (52.3%)	1,918 (42.7%)	2,240 (44.9%)	4,158 (43.9%)
無回答	86 (3.0%)	131 (4.5%)	217 (3.8%)	143 (8.8%)	226 (10.9%)	369 (10.0%)	229 (5.1%)	357 (7.2%)	586 (6.2%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-21. 生きがいをお持ちですか？

人数(%)

問[2]-(11)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,181 (76.2%)	2,279 (78.0%)	4,460 (77.1%)	1,108 (68.1%)	1,253 (60.6%)	2,361 (63.9%)	3,289 (73.3%)	3,532 (70.8%)	6,821 (72.0%)
いいえ	599 (20.9%)	551 (18.9%)	1,150 (19.9%)	396 (24.4%)	620 (30.0%)	1,016 (27.5%)	995 (22.2%)	1,171 (23.5%)	2,166 (22.9%)
無回答	82 (2.9%)	91 (3.1%)	173 (3.0%)	122 (7.5%)	193 (9.3%)	315 (8.5%)	204 (4.5%)	284 (5.7%)	488 (5.2%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-22. 毎日の生活で気力を感じますか？

人数(%)

問[2]-(12)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,246 (78.5%)	2,350 (80.5%)	4,596 (79.5%)	1,093 (67.2%)	1,297 (62.8%)	2,390 (64.7%)	3,339 (74.4%)	3,647 (73.1%)	6,986 (73.7%)
いいえ	536 (18.7%)	468 (16.0%)	1,004 (17.4%)	409 (25.2%)	584 (28.3%)	993 (26.9%)	945 (21.1%)	1,052 (21.1%)	1,997 (21.1%)
無回答	80 (2.8%)	103 (3.5%)	183 (3.2%)	124 (7.6%)	185 (9.0%)	309 (8.4%)	204 (4.5%)	288 (5.8%)	492 (5.2%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

現在の生活の満足度や気持ちについての問いに対しては、84.0%の人が、「現在の生活に満足している」と答えた。67.3%の人が健康だと感じていた。これは、前述の治療中の病気がある人が 79.9%であるのとあわせて考えると治療中の病気があっても、健康と感じている人が多いことがわかった。「体調がすぐれないことが多い」と答えたのは、わずかで 17.8%であった。78.2%の人は「毎日気分良く過ごしている」と答えている。「元気だと感じている」人は、75.8%であった。「将来に不安を感じている」人(42.0%)は、感じていない人(53.3%)より 10 ポイント以上少なかった。「寂しいと感じることがある」人は、22.8%であり、「ない」人は、72.3%であった。また、32.1%の人は「自分が無力だと感じることがある」と答えているが、62.5%の人は無力とは感じていなかった。「気分が落ち込むことがある」人は、31.5%であり、63.6%の人は「いいえ」と答えた。約半数の人は、「将来に夢や希望があり」、72.0%は、「生きがいを持っている」と答えた。また、73.7%の人が、「毎日の生活で気力を感じる」と答えた。すなわち、性別や年齢層で多少の差はあるが、高齢者の多くは健康だと感じ、生きがいを持って暮らしていると考えられた(表 1-11～22、図 1-11～22)。

表 1-23. 周りの人とうまくいっていますか？

人数(%)

問[3]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,632 (92.0%)	2,754 (94.3%)	5,386 (93.1%)	1,421 (87.4%)	1,843 (89.2%)	3,264 (88.4%)	4,053 (90.3%)	4,597 (92.2%)	8,650 (91.3%)
いいえ	165 (5.8%)	114 (3.9%)	279 (4.8%)	113 (6.9%)	114 (5.5%)	227 (6.1%)	278 (6.2%)	228 (4.6%)	506 (5.3%)
無回答	65 (2.3%)	53 (1.8%)	118 (2.0%)	92 (5.7%)	109 (5.3%)	201 (5.4%)	157 (3.5%)	162 (3.2%)	319 (3.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-24. 友人とのつきあいに満足していますか？

人数(%)

問[3]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,462 (86.0%)	2,664 (91.2%)	5,126 (88.6%)	1,266 (77.9%)	1,666 (80.6%)	2,932 (79.4%)	3,728 (83.1%)	4,330 (86.8%)	8,058 (85.0%)
いいえ	316 (11.0%)	189 (6.5%)	505 (8.7%)	233 (14.3%)	232 (11.2%)	465 (12.6%)	549 (12.2%)	421 (8.4%)	970 (10.2%)
無回答	84 (2.9%)	68 (2.3%)	152 (2.6%)	127 (7.8%)	168 (8.1%)	295 (8.0%)	211 (4.7%)	236 (4.7%)	447 (4.7%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-25. 家族とのつきあいに満足していますか？

人数(%)

問[3]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,556 (89.3%)	2,628 (90.0%)	5,184 (89.6%)	1,411 (86.8%)	1,776 (86.0%)	3,187 (86.3%)	3,967 (88.4%)	4,404 (88.3%)	8,371 (88.3%)
いいえ	231 (8.1%)	231 (7.9%)	462 (8.0%)	126 (7.7%)	176 (8.5%)	302 (8.2%)	357 (8.0%)	407 (8.2%)	764 (8.1%)
無回答	75 (2.6%)	62 (2.1%)	137 (2.4%)	89 (5.5%)	114 (5.5%)	203 (5.5%)	164 (3.7%)	176 (3.5%)	340 (3.6%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-26. 気楽に用事を頼める人がいますか？

人数(%)

問[3]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,429 (84.9%)	2,565 (87.8%)	4,994 (86.4%)	1,326 (81.5%)	1,727 (83.6%)	3,053 (82.7%)	3,755 (83.7%)	4,292 (86.1%)	8,047 (84.9%)
いいえ	369 (12.9%)	310 (10.6%)	679 (11.7%)	200 (12.3%)	235 (11.4%)	435 (11.8%)	569 (12.7%)	545 (10.9%)	1,114 (11.8%)
無回答	64 (2.2%)	46 (1.6%)	110 (1.9%)	100 (6.2%)	104 (5.0%)	204 (5.5%)	164 (3.7%)	150 (3.0%)	314 (3.3%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-27. 近所づきあいに満足していますか？

人数(%)

問[3]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,240 (78.3%)	2,463 (84.3%)	4,703 (81.3%)	1,245 (76.6%)	1,612 (78.0%)	2,857 (77.4%)	3,485 (77.7%)	4,075 (81.7%)	7,560 (79.8%)
いいえ	535 (18.7%)	378 (12.9%)	913 (15.8%)	249 (15.3%)	302 (14.6%)	551 (14.9%)	784 (17.5%)	680 (13.6%)	1,464 (15.5%)
無回答	87 (3.0%)	80 (2.7%)	167 (2.9%)	132 (8.1%)	152 (7.4%)	284 (7.7%)	219 (4.9%)	232 (4.7%)	451 (4.8%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

周囲の人とのおつきあいの様子については、大多数の人(91.3%)は「周りの人とうまくいっている」と答え、「友人とのつきあいに満足しており」(85.0%)、「家族とのつきあいに満足している」(88.3%)ことがわかった。「気楽に用事を頼める人がいる」人も多く(84.9%)、「近所づきあいに満足している」のは、79.8%と他の項目に比べれば、若干低い数値ではあるが、8 割近くの人は周囲の人との良い関係が築かれていた（表 1-23～27、図 1-23～27）。

表 1-28. 現在、給料や謝礼を得るような仕事をしていますか？

人数(%)

問[4]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
していない	1,651 (57.7%)	2,110 (72.2%)	3,761 (65.0%)	1,374 (84.5%)	1,828 (88.5%)	3,202 (86.7%)	3,025 (67.4%)	3,938 (79.0%)	6,963 (73.5%)
週に 1 回以下	170 (5.9%)	135 (4.6%)	305 (5.3%)	63 (3.9%)	34 (1.6%)	97 (2.6%)	233 (5.2%)	169 (3.4%)	402 (4.2%)
週に 2～4 回	527 (18.4%)	307 (10.5%)	834 (14.4%)	69 (4.2%)	60 (2.9%)	129 (3.5%)	596 (13.3%)	367 (7.4%)	963 (10.2%)
週に 5 回以上	459 (16.0%)	328 (11.2%)	787 (13.6%)	67 (4.1%)	44 (2.1%)	111 (3.0%)	526 (11.7%)	372 (7.5%)	898 (9.5%)
無回答	55 (1.9%)	41 (1.4%)	96 (1.7%)	53 (3.3%)	100 (4.8%)	153 (4.1%)	108 (2.4%)	141 (2.8%)	249 (2.6%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

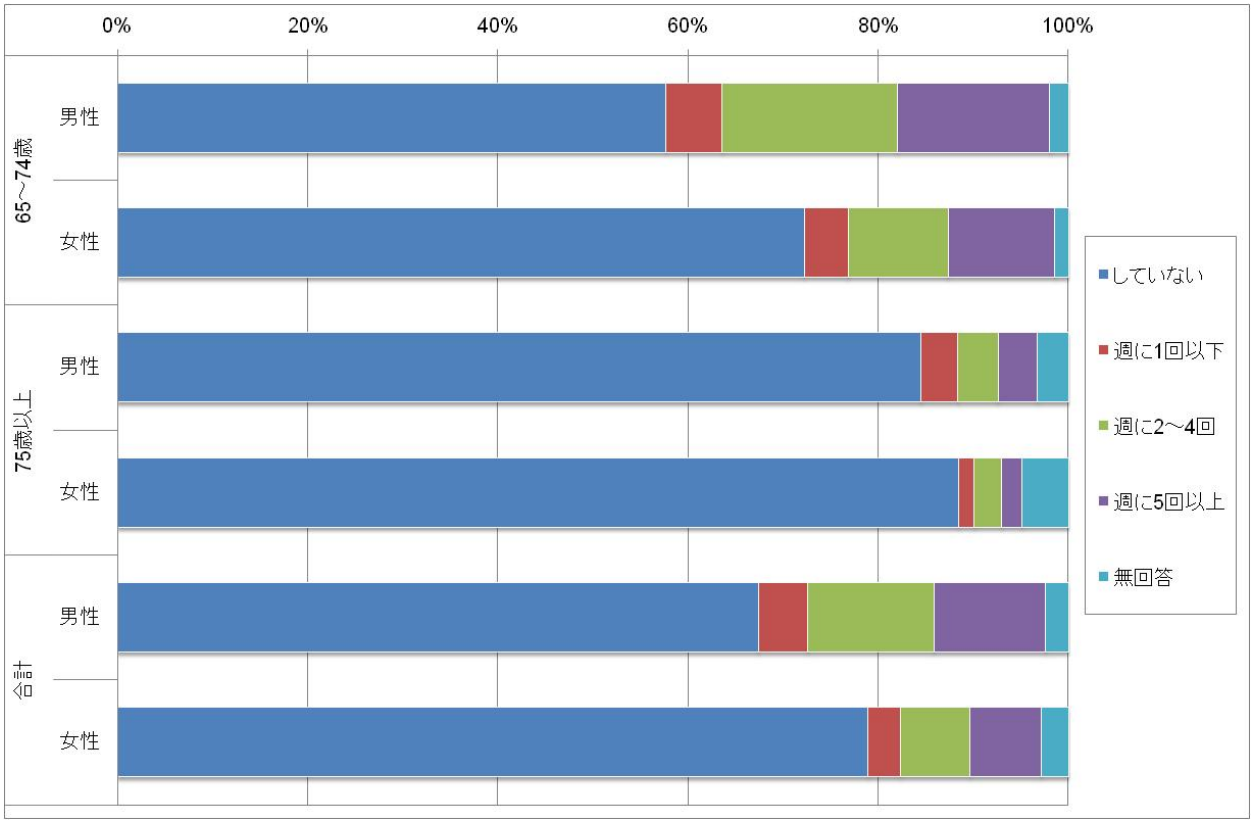


図 1-11. 現在、給料や謝礼を得るような仕事をしていますか？

表 1-29. 家事や家の中の作業、家庭菜園等、収入を得ない仕事・作業をしていますか？

人数(%)

問[4]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
していない	775	514	1,289	646	815	1,461	1,421	1,329	2,750
	(27.1%)	(17.6%)	(22.3%)	(39.7%)	(39.4%)	(39.6%)	(31.7%)	(26.6%)	(29.0%)
週に 1 回以下	424	135	559	196	127	323	620	262	882
	(14.8%)	(4.6%)	(9.7%)	(12.1%)	(6.1%)	(8.7%)	(13.8%)	(5.3%)	(9.3%)
週に 2～4 回	913	460	1,373	367	330	697	1,280	790	2,070
	(31.9%)	(15.7%)	(23.7%)	(22.6%)	(16.0%)	(18.9%)	(28.5%)	(15.8%)	(21.8%)
週に 5 回以上	704	1,757	2,461	366	701	1,067	1,070	2,458	3,528
	(24.6%)	(60.2%)	(42.6%)	(22.5%)	(33.9%)	(28.9%)	(23.8%)	(49.3%)	(37.2%)
無回答	46	55	101	51	93	144	97	148	245
	(1.6%)	(1.9%)	(1.7%)	(3.1%)	(4.5%)	(3.9%)	(2.2%)	(3.0%)	(2.6%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

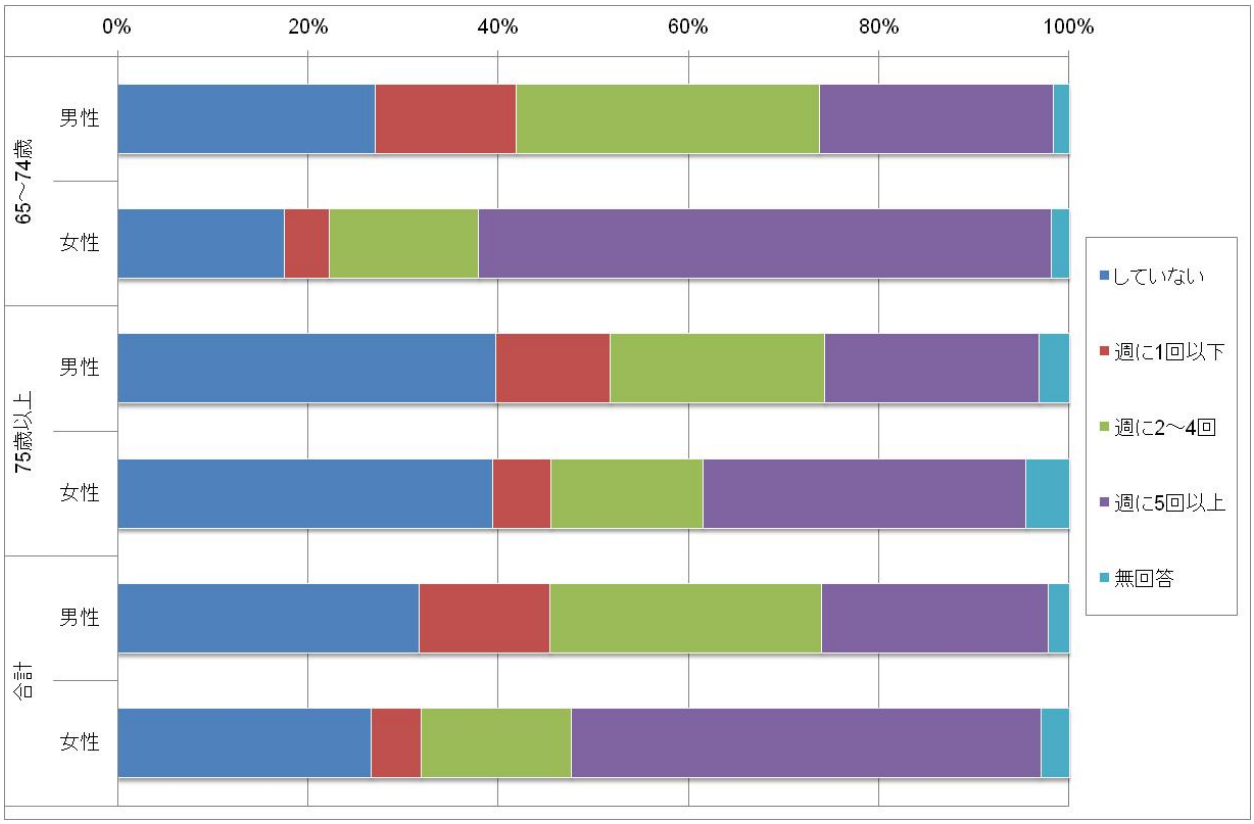


図 1-12. 家事や家の中の作業、家庭菜園等、収入を得ない仕事・作業をしていますか？

表 1-30. 町内会の作業、ボランティア活動などの地域活動をしていますか？

人数(%)

問[4]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
していない	2,033 (71.0%)	2,163 (74.0%)	4,196 (72.6%)	1,206 (74.2%)	1,721 (83.3%)	2,927 (79.3%)	3,239 (72.2%)	3,884 (77.9%)	7,123 (75.2%)
週に 1 回以下	521 (18.2%)	517 (17.7%)	1,038 (17.9%)	237 (14.6%)	177 (8.6%)	414 (11.2%)	758 (16.9%)	694 (13.9%)	1,452 (15.3%)
週に 2～4 回	208 (7.3%)	124 (4.2%)	332 (5.7%)	81 (5.0%)	45 (2.2%)	126 (3.4%)	289 (6.4%)	169 (3.4%)	458 (4.8%)
週に 5 回以上	33 (1.2%)	32 (1.1%)	65 (1.1%)	15 (0.9%)	3 (0.1%)	18 (0.5%)	48 (1.1%)	35 (0.7%)	83 (0.9%)
無回答	67 (2.3%)	85 (2.9%)	152 (2.6%)	87 (5.4%)	120 (5.8%)	207 (5.6%)	154 (3.4%)	205 (4.1%)	359 (3.8%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

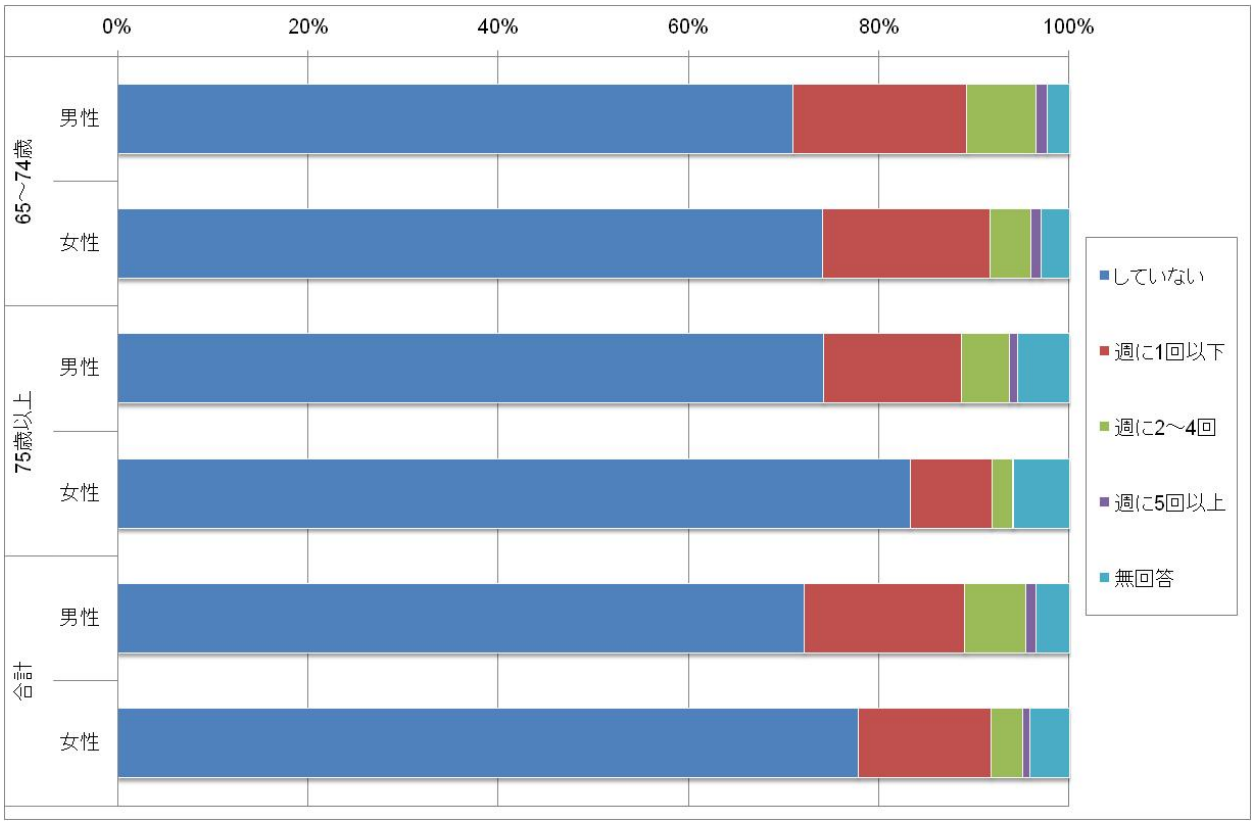


図 1-13. 町内会の作業、ボランティア活動などの地域活動をしていますか？

表 1-31.　自分以外の人の用事や世話をしていますか？

人数(%)

問[4]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
していない	1,699 (59.4%)	1,412 (48.3%)	3,111 (53.8%)	1,079 (66.4%)	1,388 (67.2%)	2,467 (66.8%)	2,778 (61.9%)	2,800 (56.1%)	5,578 (58.9%)
週に 1 回以下	489 (17.1%)	351 (12.0%)	840 (14.5%)	201 (12.4%)	132 (6.4%)	333 (9.0%)	690 (15.4%)	483 (9.7%)	1,173 (12.4%)
週に 2～4 回	402 (14.0%)	366 (12.5%)	768 (13.3%)	175 (10.8%)	156 (7.6%)	331 (9.0%)	577 (12.9%)	522 (10.5%)	1,099 (11.6%)
週に 5 回以上	197 (6.9%)	715 (24.5%)	912 (15.8%)	85 (5.2%)	274 (13.3%)	359 (9.7%)	282 (6.3%)	989 (19.8%)	1,271 (13.4%)
無回答	75 (2.6%)	77 (2.6%)	152 (2.6%)	86 (5.3%)	116 (5.6%)	202 (5.5%)	161 (3.6%)	193 (3.9%)	354 (3.7%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

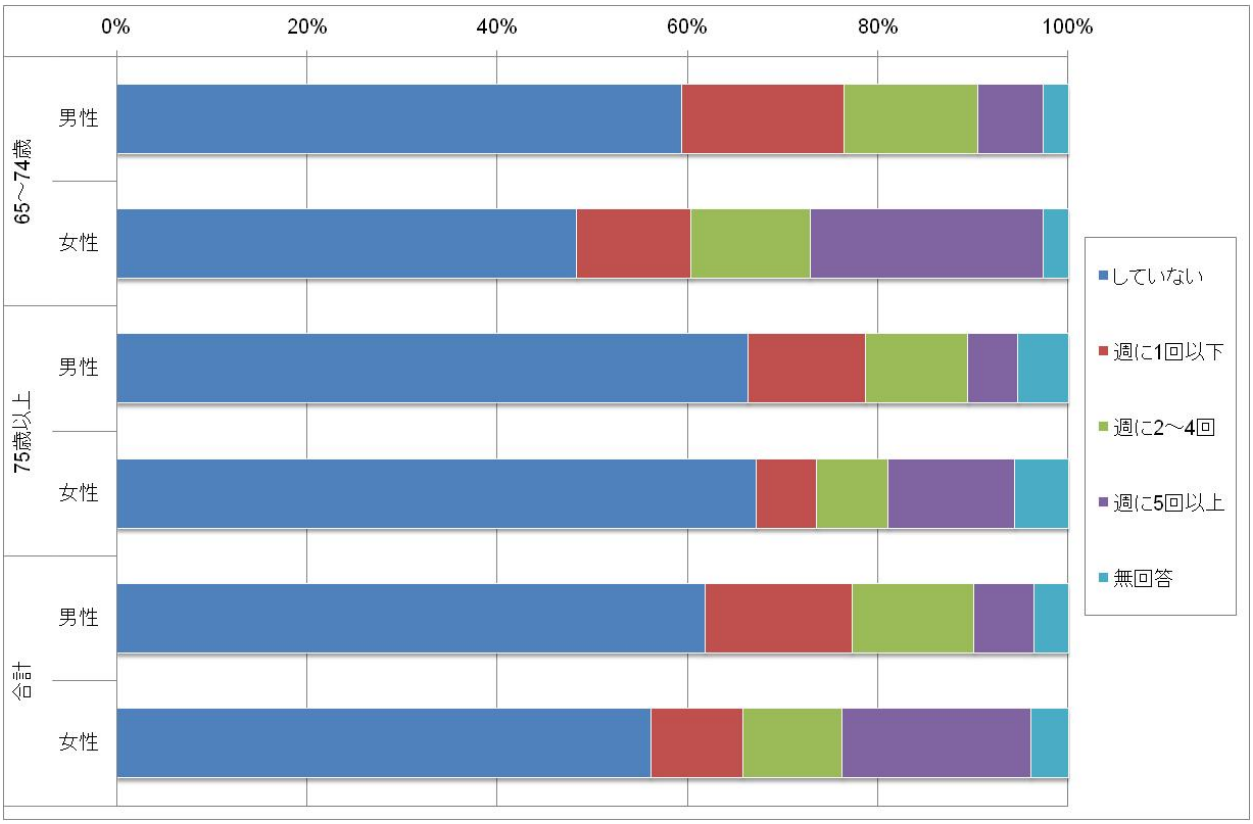


図 1-14.　自分以外の人の用事や世話をしていますか？

表 1-32. 市民講座、老人学級の趣味の教室など学習的活動に参加していますか？

人数(%)

問[4]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
参加したことはない	2,048 (71.6%)	1,545 (52.9%)	3,593 (62.1%)	1,055 (64.9%)	1,154 (55.9%)	2,209 (59.8%)	3,103 (69.1%)	2,699 (54.1%)	5,802 (61.2%)
現在は参加していないが、ここ 1 年のうちに参加したことがある	259 (9.0%)	281 (9.6%)	540 (9.3%)	163 (10.0%)	208 (10.1%)	371 (10.0%)	422 (9.4%)	489 (9.8%)	911 (9.6%)
現在参加している	498 (17.4%)	1,041 (35.6%)	1,539 (26.6%)	339 (20.8%)	601 (29.1%)	940 (25.5%)	837 (18.6%)	1,642 (32.9%)	2,479 (26.2%)
無回答	57 (2.0%)	54 (1.8%)	111 (1.9%)	69 (4.2%)	103 (5.0%)	172 (4.7%)	126 (2.8%)	157 (3.1%)	283 (3.0%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

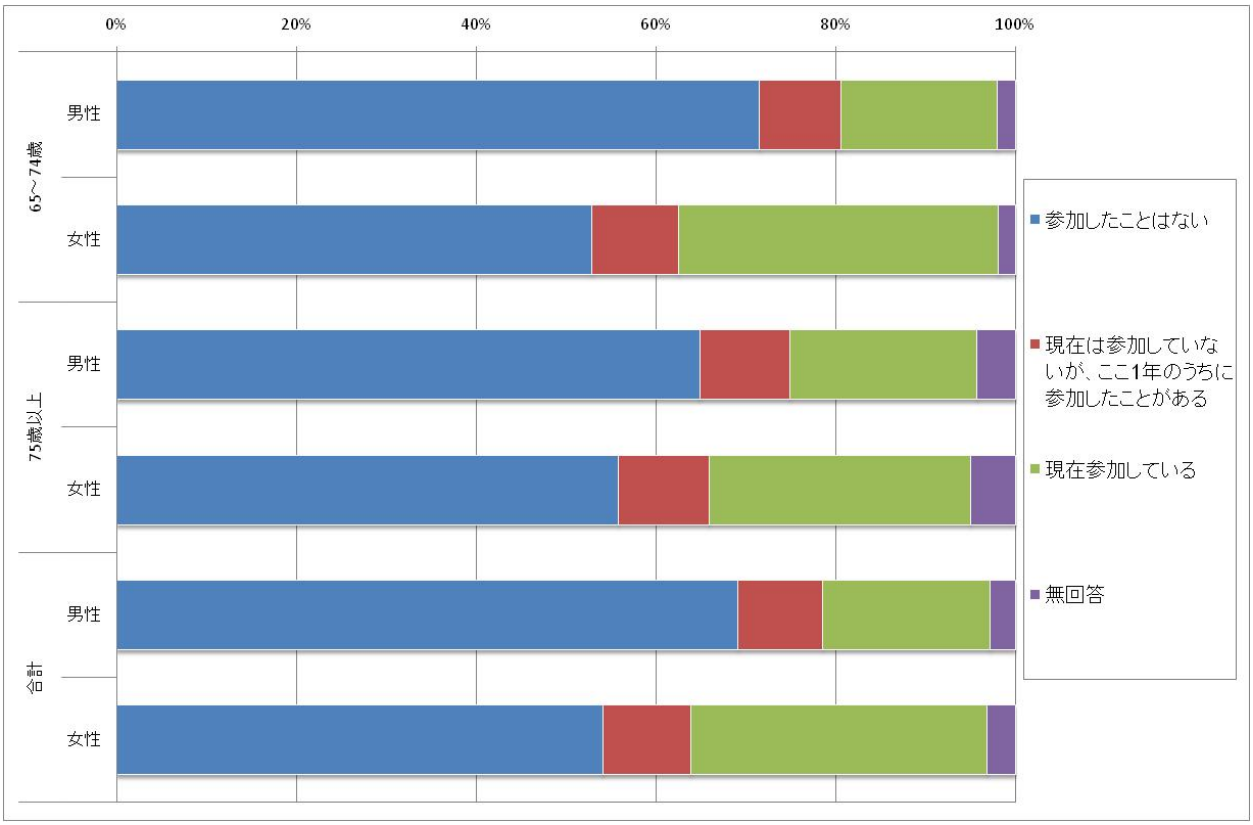


図 1-15. 市民講座、老人学級の趣味の教室など学習的活動に参加していますか？

表 1-33. 新聞や本は読みますか？

人数(%)

問[4]-(6)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
読まない	97 (3.4%)	174 (6.0%)	271 (4.7%)	128 (7.9%)	326 (15.8%)	454 (12.3%)	225 (5.0%)	500 (10.0%)	725 (7.7%)
週に 1 回以下	73 (2.6%)	101 (3.5%)	174 (3.0%)	52 (3.2%)	97 (4.7%)	149 (4.0%)	125 (2.8%)	198 (4.0%)	323 (3.4%)
週に 2～4 回	223 (7.8%)	411 (14.1%)	634 (11.0%)	123 (7.6%)	275 (13.3%)	398 (10.8%)	346 (7.7%)	686 (13.8%)	1,032 (10.9%)
週に 5 回以上	2,415 (84.4%)	2,198 (75.2%)	4,613 (79.8%)	1,260 (77.5%)	1,297 (62.8%)	2,557 (69.3%)	3,675 (81.9%)	3,495 (70.1%)	7,170 (75.7%)
無回答	54 (1.9%)	37 (1.3%)	91 (1.6%)	63 (3.9%)	71 (3.4%)	134 (3.6%)	117 (2.6%)	108 (2.2%)	225 (2.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)



図 1-16. 新聞や本は読みますか？

社会活動については、「現在、給料や謝礼を得るような仕事をしている」人は、23.9%であった。この中では、週に 2~4 回という人が最も多く、週に 5 回以上の人は、9.5%であった。男女別では、「していない」人の割合が、男性(67.4%)より女性(79.0%)で多かった。一方、「家事や家の中の作業、家庭菜園等、収入を得ない仕事・作業をしている」人は、68.3%と多く、週に 5 回以上している人が最も多かった(37.2%)。男女別では、「していない」人の割合が男性では 31.7%、女性では、26.6%であった。「町内会の作業、ボランテイア活動などの地域活動」はしていない人が多く、75.2%であった。していると答えた人でも「週に 1 回以下」が最も多かった(15.3%)。「自分以外の人

の用事や世話」はしていない人が多く、58.9%であった。していると答えた男性では、週に 1 回以下が最も多く(15.4%)、女性は週に 5 回以上が最も多かった(19.8%)。「市民講座、老人学級や趣味の教室など学習的活動への参加」は、していない人が多かった(61.2%)。「現在参加している」と答えた人は26.2%であり、4 人に1 人は何らかの学習的活動に参加していた。「現在参加している」と答えた女性の割合は(32.9%)は男性 (18.6%)より多かった。90.0%の人は、「新聞や本を読む」と答え、75.7%は週に 5 回以上読んでいた。読まない人の割合は男性(5.0%)より、女性(10.0%)で多かった（表 1-28～33、図 1-11～16）。

表 1-34.　ある程度お金に余裕がありますか？

人数(%)

問[5]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	1,439 (50.3%)	1,754 (60.0%)	3,193 (55.2%)	879 (54.1%)	1,264 (61.2%)	2,143 (58.0%)	2,318 (51.6%)	3,018 (60.5%)	5,336 (56.3%)
いいえ	1,297 (45.3%)	1,012 (34.6%)	2,309 (39.9%)	583 (35.9%)	549 (26.6%)	1,132 (30.7%)	1,880 (41.9%)	1,561 (31.3%)	3,441 (36.3%)
無回答	126 (4.4%)	155 (5.3%)	281 (4.9%)	164 (10.1%)	253 (12.2%)	417 (11.3%)	290 (6.5%)	408 (8.2%)	698 (7.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-35. 小遣いに満足していますか？

人数(%)

問[5]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	1,815 (63.4%)	1,961 (67.1%)	3,776 (65.3%)	1,007 (61.9%)	1,397 (67.6%)	2,404 (65.1%)	2,822 (62.9%)	3,358 (67.3%)	6,180 (65.2%)
いいえ	903 (31.6%)	785 (26.9%)	1,688 (29.2%)	436 (26.8%)	393 (19.0%)	829 (22.5%)	1,339 (29.8%)	1,178 (23.6%)	2,517 (26.6%)
無回答	144 (5.0%)	175 (6.0%)	319 (5.5%)	183 (11.3%)	276 (13.4%)	459 (12.4%)	327 (7.3%)	451 (9.0%)	778 (8.2%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-36. 何かの時のためにお金の蓄えはありますか？

人数(%)

問[5]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	1,796 (62.8%)	2,088 (71.5%)	3,884 (67.2%)	1,021 (62.8%)	1,387 (67.1%)	2,408 (65.2%)	2,817 (62.8%)	3,475 (69.7%)	6,292 (66.4%)
いいえ	922 (32.2%)	680 (23.3%)	1,602 (27.7%)	438 (26.9%)	434 (21.0%)	872 (23.6%)	1,360 (30.3%)	1,114 (22.3%)	2,474 (26.1%)
無回答	144 (5.0%)	153 (5.2%)	297 (5.1%)	167 (10.3%)	245 (11.9%)	412 (11.2%)	311 (6.9%)	398 (8.0%)	709 (7.5%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

経済状況について、「ある程度お金に余裕がある」人は、56.3%であった。また、「小遣いに満足している」人は 65.2%と多かった。さらに、「何かの時のためにお金の蓄えがある」人も 66.4%と多く、多数の人が経済的には困っていないことがわかった（表 1-34～36）。

表 1-37. バスや電車を使って一人で外出できますか？

人数(%)

問[6]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,634 (92.0%)	2,696 (92.3%)	5,330 (92.2%)	1,209 (74.4%)	1,249 (60.5%)	2,458 (66.6%)	3,843 (85.6%)	3,945 (79.1%)	7,788 (82.2%)
いいえ	167 (5.8%)	186 (6.4%)	353 (6.1%)	326 (20.0%)	712 (34.5%)	1,038 (28.1%)	493 (11.0%)	898 (18.0%)	1,391 (14.7%)
無回答	61 (2.1%)	39 (1.3%)	100 (1.7%)	91 (5.6%)	105 (5.1%)	196 (5.3%)	152 (3.4%)	144 (2.9%)	296 (3.1%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-38. 日用品の買い物が自分でできますか？

人数(%)

問[6]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,705 (94.5%)	2,800 (95.9%)	5,505 (95.2%)	1,301 (80.0%)	1,487 (72.0%)	2,788 (75.5%)	4,006 (89.3%)	4,287 (86.0%)	8,293 (87.5%)
いいえ	104 (3.6%)	98 (3.4%)	202 (3.5%)	249 (15.3%)	506 (24.5%)	755 (20.4%)	353 (7.9%)	604 (12.1%)	957 (10.1%)
無回答	53 (1.9%)	23 (0.8%)	76 (1.3%)	76 (4.7%)	73 (3.5%)	149 (4.0%)	129 (2.9%)	96 (1.9%)	225 (2.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-39. 食事の支度が自分でできますか？

人数(%)

問[6]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,153 (75.2%)	2,838 (97.2%)	4,991 (86.3%)	1,003 (61.7%)	1,574 (76.2%)	2,577 (69.8%)	3,156 (70.3%)	4,412 (88.5%)	7,568 (79.9%)
いいえ	631 (22.0%)	59 (2.0%)	690 (11.9%)	525 (32.3%)	405 (19.6%)	930 (25.2%)	1,156 (25.8%)	464 (9.3%)	1,620 (17.1%)
無回答	78 (2.7%)	24 (0.8%)	102 (1.8%)	98 (6.0%)	87 (4.2%)	185 (5.0%)	176 (3.9%)	111 (2.2%)	287 (3.0%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-40.　自分の身の回りのことができますか？

人数(%)

問[6]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,690 (94.0%)	2,872 (98.3%)	5,562 (96.2%)	1,392 (85.6%)	1,849 (89.5%)	3,241 (87.8%)	4,082 (91.0%)	4,721 (94.7%)	8,803 (92.9%)
いいえ	111 (3.9%)	26 (0.9%)	137 (2.4%)	151 (9.3%)	164 (7.9%)	315 (8.5%)	262 (5.8%)	190 (3.8%)	452 (4.8%)
無回答	61 (2.1%)	23 (0.8%)	84 (1.5%)	83 (5.1%)	53 (2.6%)	136 (3.7%)	144 (3.2%)	76 (1.5%)	220 (2.3%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-41. 金銭の管理や計算は自分でできますか？

人数(%)

問[6]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,663 (93.0%)	2,850 (97.6%)	5,513 (95.3%)	1,359 (83.6%)	1,744 (84.4%)	3,103 (84.0%)	4,022 (89.6%)	4,594 (92.1%)	8,616 (90.9%)
いいえ	139 (4.9%)	45 (1.5%)	184 (3.2%)	188 (11.6%)	254 (12.3%)	442 (12.0%)	327 (7.3%)	299 (6.0%)	626 (6.6%)
無回答	60 (2.1%)	26 (0.9%)	86 (1.5%)	79 (4.9%)	68 (3.3%)	147 (4.0%)	139 (3.1%)	94 (1.9%)	233 (2.5%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-42.　宗教的な心を大切にしていますか？

人数(%)

問[6]-(6)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	1,751 (61.2%)	2,236 (76.5%)	3,987 (68.9%)	1,110 (68.3%)	1,582 (76.6%)	2,692 (72.9%)	2,861 (63.7%)	3,818 (76.6%)	6,679 (70.5%)
いいえ	1,000 (34.9%)	577 (19.8%)	1,577 (27.3%)	397 (24.4%)	362 (17.5%)	759 (20.6%)	1,397 (31.1%)	939 (18.8%)	2,336 (24.7%)
無回答	111 (3.9%)	108 (3.7%)	219 (3.8%)	119 (7.3%)	122 (5.9%)	241 (6.5%)	230 (5.1%)	230 (4.6%)	460 (4.9%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-43. 生活時間は規則的ですか？

人数(%)

問[6]-(7)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,480 (86.7%)	2,643 (90.5%)	5,123 (88.6%)	1,295 (79.6%)	1,690 (81.8%)	2,985 (80.9%)	3,775 (84.1%)	4,333 (86.9%)	8,108 (85.6%)
いいえ	309 (10.8%)	238 (8.1%)	547 (9.5%)	231 (14.2%)	267 (12.9%)	498 (13.5%)	540 (12.0%)	505 (10.1%)	1,045 (11.0%)
無回答	73 (2.6%)	40 (1.4%)	113 (2.0%)	100 (6.2%)	109 (5.3%)	209 (5.7%)	173 (3.9%)	149 (3.0%)	322 (3.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

表 1-44. 趣味をお持ちですか？

人数(%)

問[6]-(8)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
はい	2,239 (78.2%)	2,292 (78.5%)	4,531 (78.4%)	1,086 (66.8%)	1,249 (60.5%)	2,335 (63.2%)	3,325 (74.1%)	3,541 (71.0%)	6,866 (72.5%)
いいえ	558 (19.5%)	582 (19.9%)	1,140 (19.7%)	443 (27.2%)	709 (34.3%)	1,152 (31.2%)	1,001 (22.3%)	1,291 (25.9%)	2,292 (24.2%)
無回答	65 (2.3%)	47 (1.6%)	112 (1.9%)	97 (6.0%)	108 (5.2%)	205 (5.6%)	162 (3.6%)	155 (3.1%)	317 (3.3%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

現在の日常生活については、大多数の 82.2%が「バスや電車を使って一人で外出できる」とこたえている。75 歳以上の女性では「バスや電車を使って一人で外出できる」のは 60.5%であり、男性(74.4%)より低い割合であった。「日用品の買い物が自分でできる」人は、87.5%であった。「食事の支度が自分でできる」人の割合は、全体では約 8 割であったが、男性では 70.3%と、女性(88.5%)より低かった。「自分の身の回りのことができる」人の割合は 92.9%であり、男女差はさほどなかった。「金銭の管理や計算は自分でできる」人の割合も多く、90.9%であった。「宗教的な心を大切にしている」と答えた人は 70.5%であった。女性では(76.6%)、男性(63.7%)より、その割合が高かった。85.6%の人は「生活時間は規則的である」と答えている。「趣味を持っている」人は、全体では、72.5%、男性は 74.1%と、女性(71.0%)より若干多かった（表 1-37～44）。

表 1-45. 1 日に睡眠は何時間くらいとりますか？

人数(%)

問[7]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
4 時間未満	8 (0.3%)	17 (0.6%)	25 (0.4%)	10 (0.6%)	20 (1.0%)	30 (0.8%)	18 (0.4%)	37 (0.7%)	55 (0.6%)
4-5 時間	56 (2.0%)	71 (2.4%)	127 (2.2%)	33 (2.0%)	70 (3.4%)	103 (2.8%)	89 (2.0%)	141 (2.8%)	230 (2.4%)
5-6 時間	228 (8.0%)	412 (14.1%)	640 (11.1%)	123 (7.6%)	224 (10.8%)	347 (9.4%)	351 (7.8%)	636 (12.8%)	987 (10.4%)
6-7 時間	674 (23.5%)	847 (29.0%)	1,521 (26.3%)	252 (15.5%)	415 (20.1%)	667 (18.1%)	926 (20.6%)	1,262 (25.3%)	2,188 (23.1%)
7-8 時間	882 (30.8%)	923 (31.6%)	1,805 (31.2%)	384 (23.6%)	464 (22.5%)	848 (23.0%)	1,266 (28.2%)	1,387 (27.8%)	2,653 (28.0%)
8-9 時間	713 (24.9%)	482 (16.5%)	1,195 (20.7%)	441 (27.1%)	446 (21.6%)	887 (24.0%)	1,154 (25.7%)	928 (18.6%)	2,082 (22.0%)
9-10 時間	141 (4.9%)	53 (1.8%)	194 (3.4%)	121 (7.4%)	118 (5.7%)	239 (6.5%)	262 (5.8%)	171 (3.4%)	433 (4.6%)
10-11 時間	69 (2.4%)	32 (1.1%)	101 (1.7%)	112 (6.9%)	89 (4.3%)	201 (5.4%)	181 (4.0%)	121 (2.4%)	302 (3.2%)
11-12 時間	1 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (0.0%)	5 (0.3%)	4 (0.2%)	9 (0.2%)	6 (0.1%)	4 (0.1%)	10 (0.1%)
12 時間以上	5 (0.2%)	1 (0.0%)	6 (0.1%)	27 (1.7%)	39 (1.9%)	66 (1.8%)	32 (0.7%)	40 (0.8%)	72 (0.8%)
無回答	85 (3.0%)	83 (2.8%)	168 (2.9%)	118 (7.3%)	177 (8.6%)	295 (8.0%)	203 (4.5%)	260 (5.2%)	463 (4.9%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

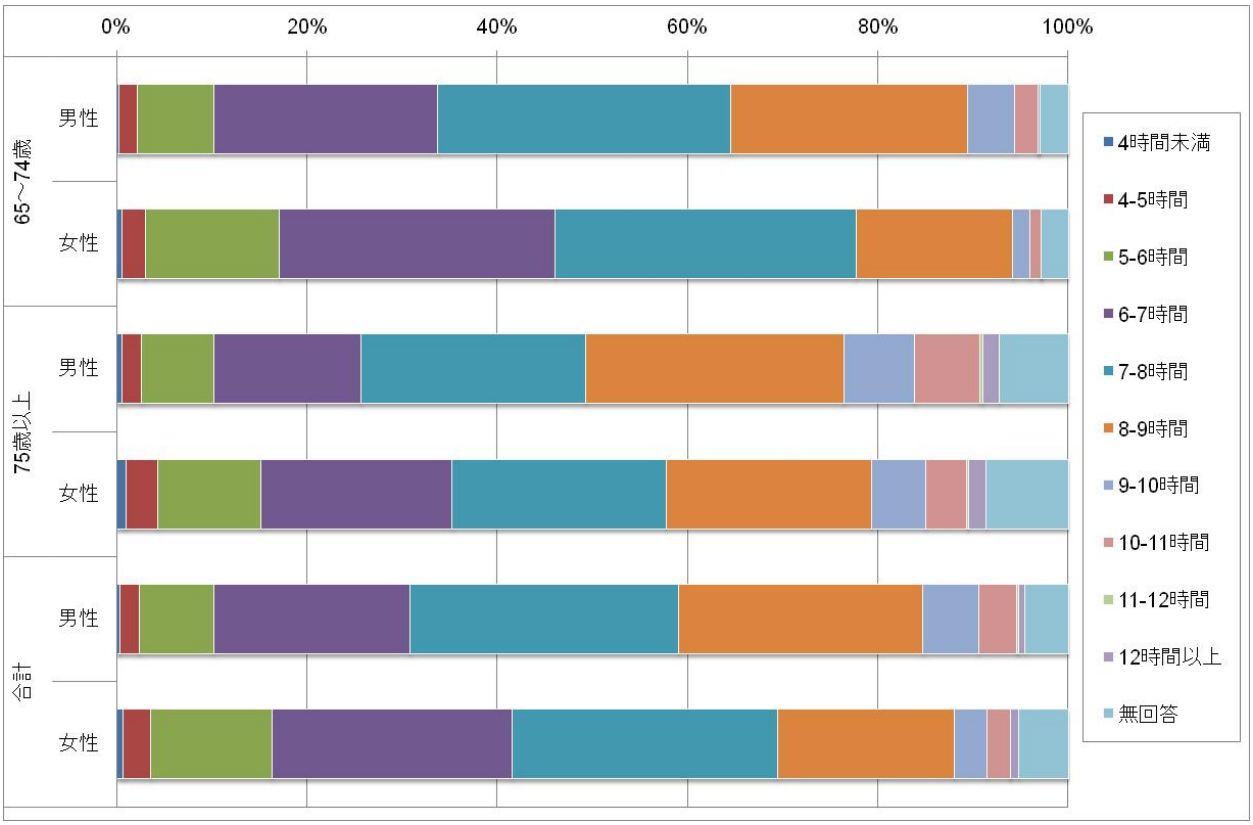


図 1-17. 1 日に睡眠は何時間くらいとりますか？

表 1-46.　睡眠に関して週に 3～4 回以上困ることがありますか？（複数回答可）
*表中の%は回答者数に対する割合

人数(%)

問[7]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
なかった	1,653 (57.8%)	1,450 (49.6%)	3,103 (53.7%)	812 (49.9%)	795 (38.5%)	1,607 (43.5%)	2,465 (54.9%)	2,245 (45.0%)	4,710 (49.7%)
寝床についてから 30 分以内に 眠ることができなかった	487 (17.0%)	758 (26.0%)	1,245 (21.5%)	387 (23.8%)	640 (31.0%)	1,027 (27.8%)	874 (19.5%)	1,398 (28.0%)	2,272 (24.0%)
夜中に眼が覚めた	979 (34.2%)	1,067 (36.5%)	2,046 (35.4%)	642 (39.5%)	926 (44.8%)	1,568 (42.5%)	1,621 (36.1%)	1,993 (40.0%)	3,614 (38.1%)
朝早く目が覚めて 再び眠ることができなかった	455 (15.9%)	526 (18.0%)	981 (17.0%)	307 (18.9%)	519 (25.1%)	826 (22.4%)	762 (17.0%)	1,045 (21.0%)	1,807 (19.1%)
眠るために薬を使用した	203 (7.1%)	430 (14.7%)	633 (10.9%)	226 (13.9%)	480 (23.2%)	706 (19.1%)	429 (9.6%)	910 (18.2%)	1,339 (14.1%)
その他	64 (2.2%)	54 (1.8%)	118 (2.0%)	52 (3.2%)	73 (3.5%)	125 (3.4%)	116 (2.6%)	127 (2.5%)	243 (2.6%)

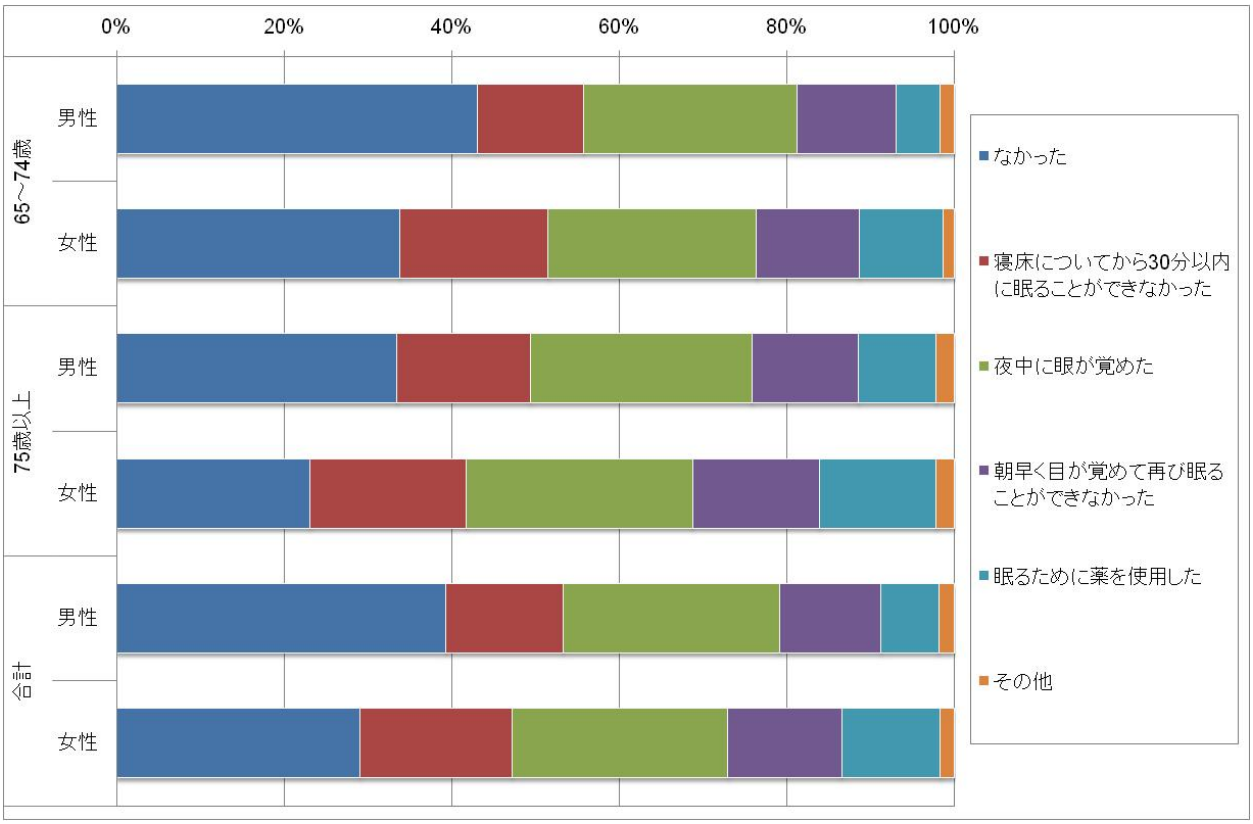


図 1-18.　睡眠に関して週に 3～4 回以上困ることがありますか？（複数回答可）

表 1-47. 昼寝をしますか？

人数(%)

問[7]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
しない	1,171 (40.9%)	1,203 (41.2%)	2,374 (41.1%)	495 (30.4%)	653 (31.6%)	1,148 (31.1%)	1,666 (37.1%)	1,856 (37.2%)	3,522 (37.2%)
週に 1～2 回	788 (27.5%)	852 (29.2%)	1,640 (28.4%)	362 (22.3%)	471 (22.8%)	833 (22.6%)	1,150 (25.6%)	1,323 (26.5%)	2,473 (26.1%)
週に 3～4 回	485 (16.9%)	522 (17.9%)	1,007 (17.4%)	334 (20.5%)	425 (20.6%)	759 (20.6%)	819 (18.2%)	947 (19.0%)	1,766 (18.6%)
週に 5 回以上	355 (12.4%)	296 (10.1%)	651 (11.3%)	359 (22.1%)	433 (21.0%)	792 (21.5%)	714 (15.9%)	729 (14.6%)	1,443 (15.2%)
無回答	63 (2.2%)	48 (1.6%)	111 (1.9%)	76 (4.7%)	84 (4.1%)	160 (4.3%)	139 (3.1%)	132 (2.6%)	271 (2.9%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

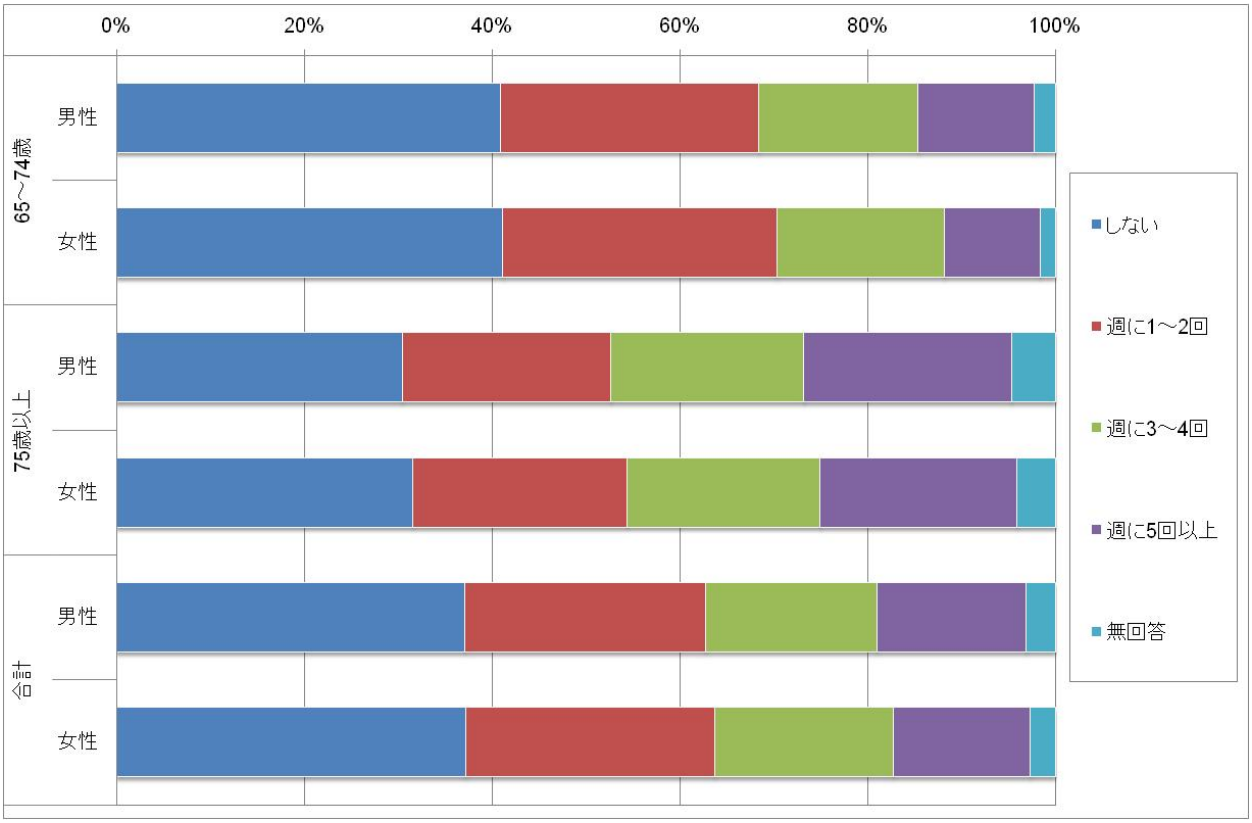


図 1-19. 昼寝をしますか？

睡眠については1 日の睡眠時間は、「7~8 時間」が最も多く、28.0%、ついで、「6~7 時間(23.1%)」、「8~9 時間(22.0%)」、であり、睡眠時間は十分とれていると考えられた。一方、睡眠に関して困ることについては、49.7%の人は何もないと答えた。困ることで最も多かったのは「夜中に目が覚めた」(38.1%)で、ついで、「寝床についてから 30 分以内に眠ることができなかった」(24.0%)、であった。「昼寝をする」と答えたのは、約 6 割の 59.9%であった。週に 1~2 回が最も多く、26.1%であった（表 1-45～47、図 1-17～19）。

表 1-48.　外出などにより 1 日に合計 30 分以上歩きますか？

人数(%)

問[8]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
歩かない	466	425	891	447	632	1,079	913	1,057	1,970
	(16.3%)	(14.5%)	(15.4%)	(27.5%)	(30.6%)	(29.2%)	(20.3%)	(21.2%)	(20.8%)
週に 1～2 回	558	569	1,127	311	457	768	869	1,026	1,895
	(19.5%)	(19.5%)	(19.5%)	(19.1%)	(22.1%)	(20.8%)	(19.4%)	(20.6%)	(20.0%)
週に 3～4 回	664	780	1,444	298	429	727	962	1,209	2,171
	(23.2%)	(26.7%)	(25.0%)	(18.3%)	(20.8%)	(19.7%)	(21.4%)	(24.2%)	(22.9%)
週に 5 回以上	1,116	1,108	2,224	496	467	963	1,612	1,575	3,187
	(39.0%)	(37.9%)	(38.5%)	(30.5%)	(22.6%)	(26.1%)	(35.9%)	(31.6%)	(33.6%)
無回答	58	39	97	74	81	155	132	120	252
	(2.0%)	(1.3%)	(1.7%)	(4.6%)	(3.9%)	(4.2%)	(2.9%)	(2.4%)	(2.7%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

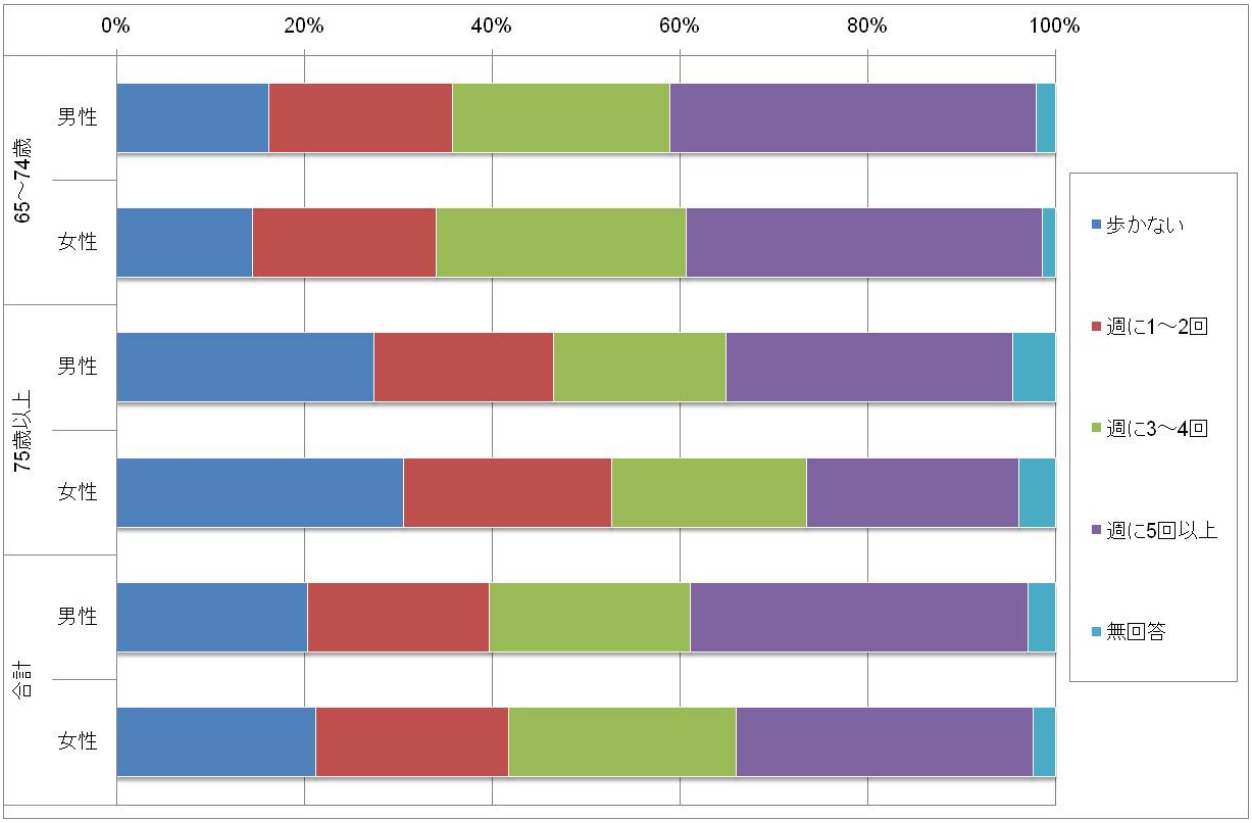


図 1-20.　外出などにより 1 日に合計 30 分以上歩きますか？

表 1-49. 歩く速さは同じ年齢の人に比べて早いほうだと思いますか？

人数(%)

問[8]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
速い	806	793	1,599	269	314	583	1,075	1,107	2,182
	(28.2%)	(27.1%)	(27.7%)	(16.5%)	(15.2%)	(15.8%)	(24.0%)	(22.2%)	(23.0%)
同じくらい	1,315	1,394	2,709	599	656	1,255	1,914	2,050	3,964
	(45.9%)	(47.7%)	(46.8%)	(36.8%)	(31.8%)	(34.0%)	(42.6%)	(41.1%)	(41.8%)
遅い	525	535	1,060	562	806	1,368	1,087	1,341	2,428
	(18.3%)	(18.3%)	(18.3%)	(34.6%)	(39.0%)	(37.1%)	(24.2%)	(26.9%)	(25.6%)
わからない	143	157	300	106	188	294	249	345	594
	(5.0%)	(5.4%)	(5.2%)	(6.5%)	(9.1%)	(8.0%)	(5.5%)	(6.9%)	(6.3%)
無回答	73	42	115	90	102	192	163	144	307
	(2.6%)	(1.4%)	(2.0%)	(5.5%)	(4.9%)	(5.2%)	(3.6%)	(2.9%)	(3.2%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

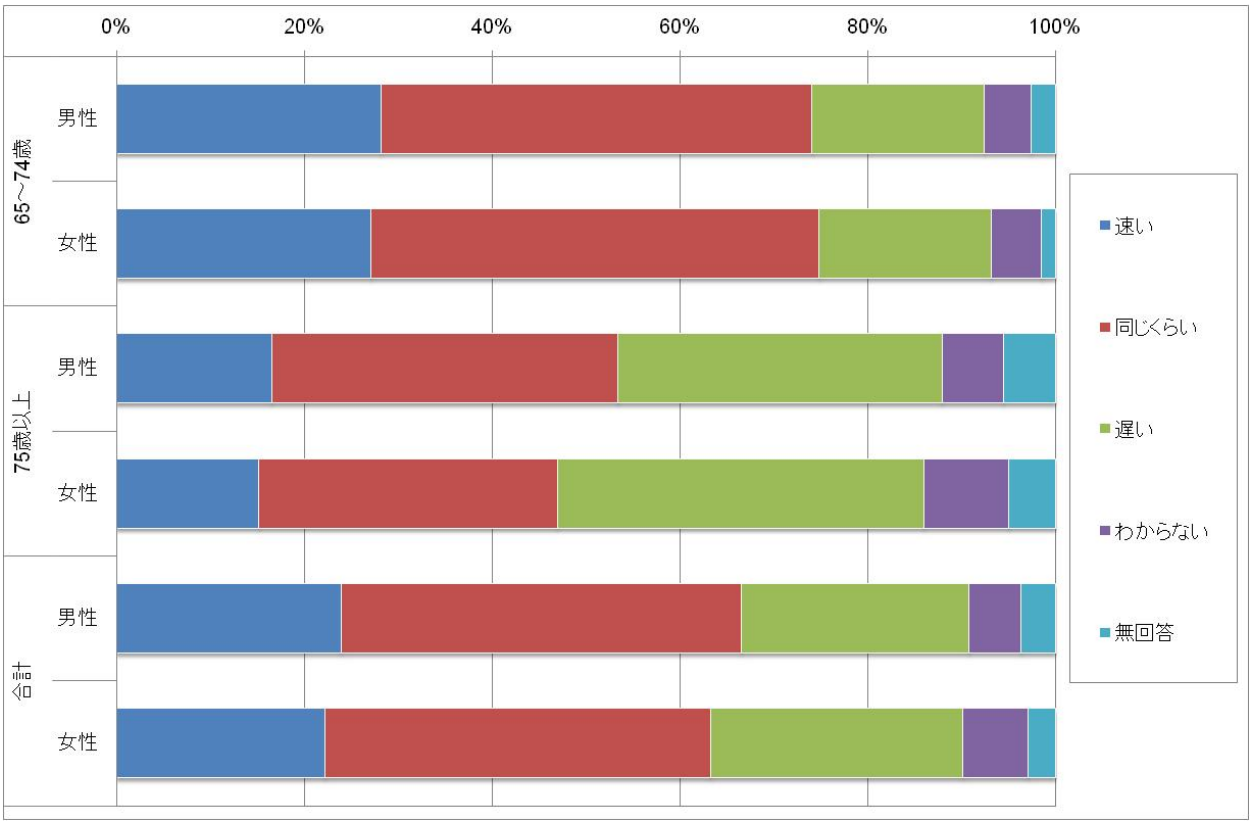


図 1-21. 歩く速さは同じ年齢の人に比べて早いほうだと思いますか？

表 1-50.　1 日に 30 分以上の運動（体操、ゲートボール、散歩、ハイキングなど）をしていますか？

人数(%)

問[8]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
しない	939 (32.8%)	953 (32.6%)	1,892 (32.7%)	689 (42.4%)	1,098 (53.1%)	1,787 (48.4%)	1,628 (36.3%)	2,051 (41.1%)	3,679 (38.8%)
週に 1～2 回	515 (18.0%)	606 (20.7%)	1,121 (19.4%)	248 (15.3%)	329 (15.9%)	577 (15.6%)	763 (17.0%)	935 (18.7%)	1,698 (17.9%)
週に 3～4 回	568 (19.8%)	637 (21.8%)	1,205 (20.8%)	233 (14.3%)	262 (12.7%)	495 (13.4%)	801 (17.8%)	899 (18.0%)	1,700 (17.9%)
週に 5 回以上	760 (26.6%)	670 (22.9%)	1,430 (24.7%)	371 (22.8%)	277 (13.4%)	648 (17.6%)	1,131 (25.2%)	947 (19.0%)	2,078 (21.9%)
無回答	80 (2.8%)	55 (1.9%)	135 (2.3%)	85 (5.2%)	100 (4.8%)	185 (5.0%)	165 (3.7%)	155 (3.1%)	320 (3.4%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

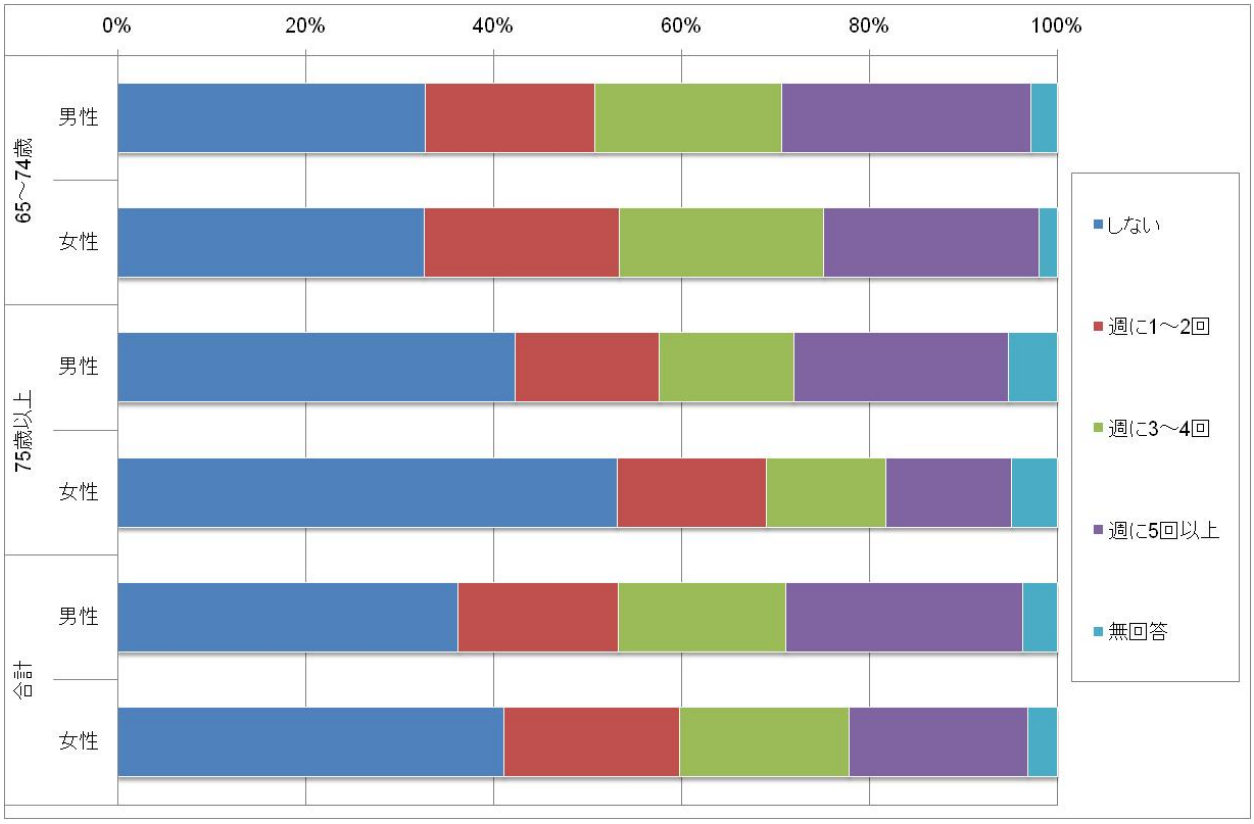


図 1-22.　1 日に 30 分以上の運動（体操、ゲートボール、散歩、ハイキングなど）をしていますか？

表 1-51.　1 日に合計 30 分以上の体を動かす作業（農作業、庭仕事、大工仕事、家事など）をしていますか？

人数(%)

問[8]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
しない	623	226	849	528	550	1,078	1,151	776	1,927
	(21.8%)	(7.7%)	(14.7%)	(32.5%)	(26.6%)	(29.2%)	(25.6%)	(15.6%)	(20.3%)
週に 1～2 回	595	227	822	309	241	550	904	468	1,372
	(20.8%)	(7.8%)	(14.2%)	(19.0%)	(11.7%)	(14.9%)	(20.1%)	(9.4%)	(14.5%)
週に 3～4 回	590	392	982	260	300	560	850	692	1,542
	(20.6%)	(13.4%)	(17.0%)	(16.0%)	(14.5%)	(15.2%)	(18.9%)	(13.9%)	(16.3%)
週に 5 回以上	986	2,035	3,021	456	873	1,329	1,442	2,908	4,350
	(34.5%)	(69.7%)	(52.2%)	(28.0%)	(42.3%)	(36.0%)	(32.1%)	(58.3%)	(45.9%)
無回答	68	41	109	73	102	175	141	143	284
	(2.4%)	(1.4%)	(1.9%)	(4.5%)	(4.9%)	(4.7%)	(3.1%)	(2.9%)	(3.0%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)



図 1-23.　1 日に合計 30 分以上の体を動かす作業（農作業、庭仕事、大工仕事、家事など）をしていますか？

表 1-52. この一年間に転んだことがありますか？

人数(%)

問[8]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
一度もない	2,328 (81.3%)	2,312 (79.2%)	4,640 (80.2%)	1,118 (68.8%)	1,262 (61.1%)	2,380 (64.5%)	3,446 (76.8%)	3,574 (71.7%)	7,020 (74.1%)
1～2 回ある	425 (14.8%)	506 (17.3%)	931 (16.1%)	395 (24.3%)	610 (29.5%)	1,005 (27.2%)	820 (18.3%)	1,116 (22.4%)	1,936 (20.4%)
よく転ぶ	47 (1.6%)	52 (1.8%)	99 (1.7%)	48 (3.0%)	105 (5.1%)	153 (4.1%)	95 (2.1%)	157 (3.1%)	252 (2.7%)
無回答	62 (2.2%)	51 (1.7%)	113 (2.0%)	65 (4.0%)	89 (4.3%)	154 (4.2%)	127 (2.8%)	140 (2.8%)	267 (2.8%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

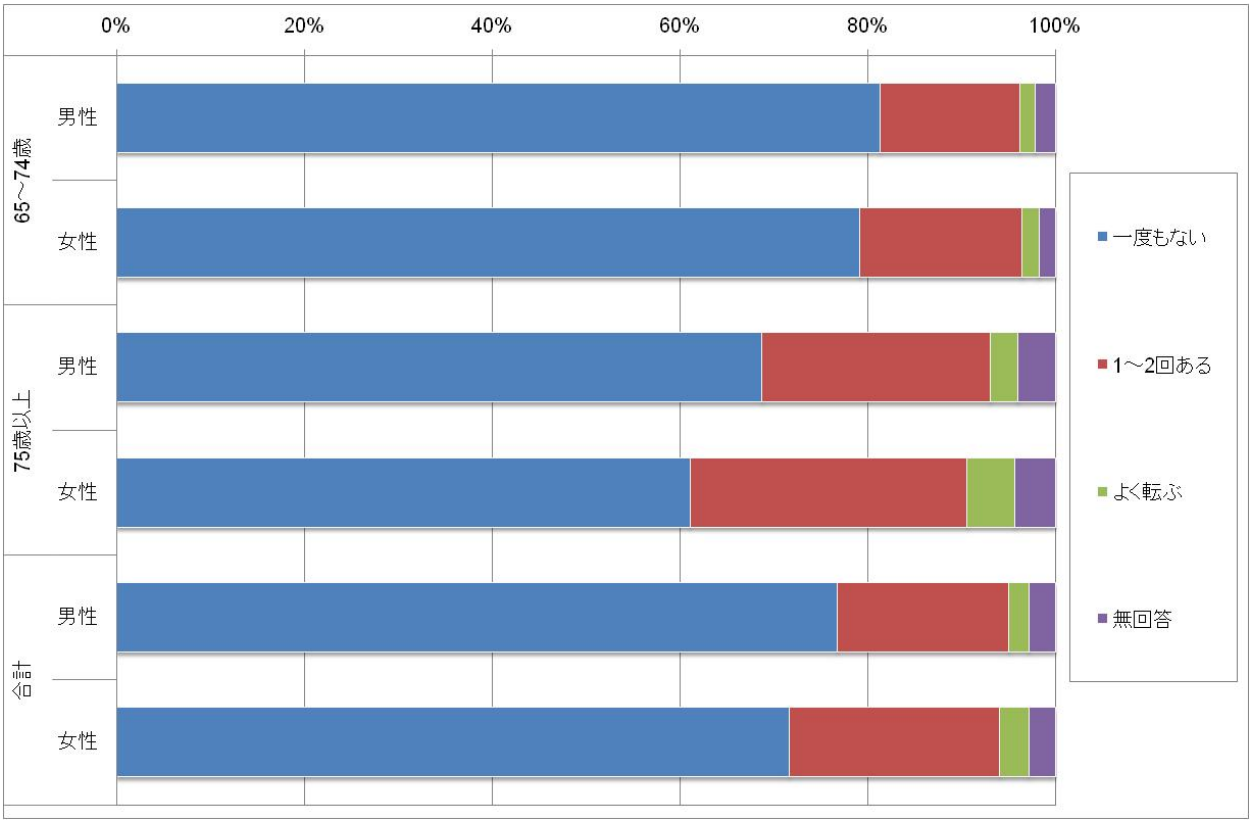


図 1-24. この一年間に転んだことがありますか？

運動や体の動かし方については、多くの人(76.5%)が「外出などにより 1 日に合計 30 分以上あるく」と答えた。週に 5 回以上歩く人が最も多く、33.6%であった。「歩く速さは同じ年齢の人に比べて同じくらい」と思う人が最も多く、41.8%であった。同年齢より、遅いと思う人は、25.6%、速いと思う人は、23.0%であった。半数以上の人(57.7%)が、「1 日に 30 分以上の運動(体操、ゲートボール、散歩、ウオーキング、ハイキングなど)をしている)と答えた。頻度は「週に 5 回以上(21.9%)」が最も多く、次いで「週に 1~2 回(17.9%)」、「週に 3~4 回(17.9%)」が同程度であった。ほぼ 4 人に 3 人が「1 日に合計 30 分以上の体を動かす作業(農作業、庭仕事、大工仕事、家事など)をしてい

る」と答えた(76.7%)。週に 5 回以上している人がもっとも多く、45.9%であった。男性の 25.6%はしないと答えているが、女性でしない人は 15.6%であった。「この一年間に転んだことがない」人は、全体の 74.1%であり、男性では 76.8%と、女性(71.7%)より、多かった。転倒の頻度は 1~2 回が 20.4%であったが、よく転ぶと答えた人が 2.7%いた(表 1-48～52、図 1-20～24)。

表 1-53. 1 日の食事の回数は何回でしたか？

人数(%)

問[9]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
1 日に 1 回	18 (0.6%)	9 (0.3%)	27 (0.5%)	5 (0.3%)	7 (0.3%)	12 (0.3%)	23 (0.5%)	16 (0.3%)	39 (0.4%)
1 日に 2 回	131 (4.6%)	101 (3.5%)	232 (4.0%)	74 (4.6%)	79 (3.8%)	153 (4.1%)	205 (4.6%)	180 (3.6%)	385 (4.1%)
1 日に 3 回	2,641 (92.3%)	2,774 (95.0%)	5,415 (93.6%)	1,485 (91.3%)	1,917 (92.8%)	3,402 (92.1%)	4,126 (91.9%)	4,691 (94.1%)	8,817 (93.1%)
1 日に 4 回以上	19 (0.7%)	9 (0.3%)	28 (0.5%)	16 (1.0%)	14 (0.7%)	30 (0.8%)	35 (0.8%)	23 (0.5%)	58 (0.6%)
無回答	53 (1.9%)	28 (1.0%)	81 (1.4%)	46 (2.8%)	49 (2.4%)	95 (2.6%)	99 (2.2%)	77 (1.5%)	176 (1.9%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)



図 1-25. 1 日の食事の回数は何回でしたか？

表 1-54.　肉・魚・大豆製品（豆腐、納豆など）・卵などを含むおかずを食べましたか？

人数(%)

問[9]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
ほとんど食べなかった	24 (0.8%)	14 (0.5%)	38 (0.7%)	19 (1.2%)	22 (1.1%)	41 (1.1%)	43 (1.0%)	36 (0.7%)	79 (0.8%)
1 日に 1 回くらいは食べた	1,086 (37.9%)	899 (30.8%)	1,985 (34.3%)	579 (35.6%)	686 (33.2%)	1,265 (34.3%)	1,665 (37.1%)	1,585 (31.8%)	3,250 (34.3%)
1 日に 2 回くらい食べた	645 (22.5%)	763 (26.1%)	1,408 (24.3%)	379 (23.3%)	596 (28.8%)	975 (26.4%)	1,024 (22.8%)	1,359 (27.3%)	2,383 (25.2%)
毎食食べた	1,053 (36.8%)	1,214 (41.6%)	2,267 (39.2%)	590 (36.3%)	704 (34.1%)	1,294 (35.0%)	1,643 (36.6%)	1,918 (38.5%)	3,561 (37.6%)
無回答	54 (1.9%)	31 (1.1%)	85 (1.5%)	59 (3.6%)	58 (2.8%)	117 (3.2%)	113 (2.5%)	89 (1.8%)	202 (2.1%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

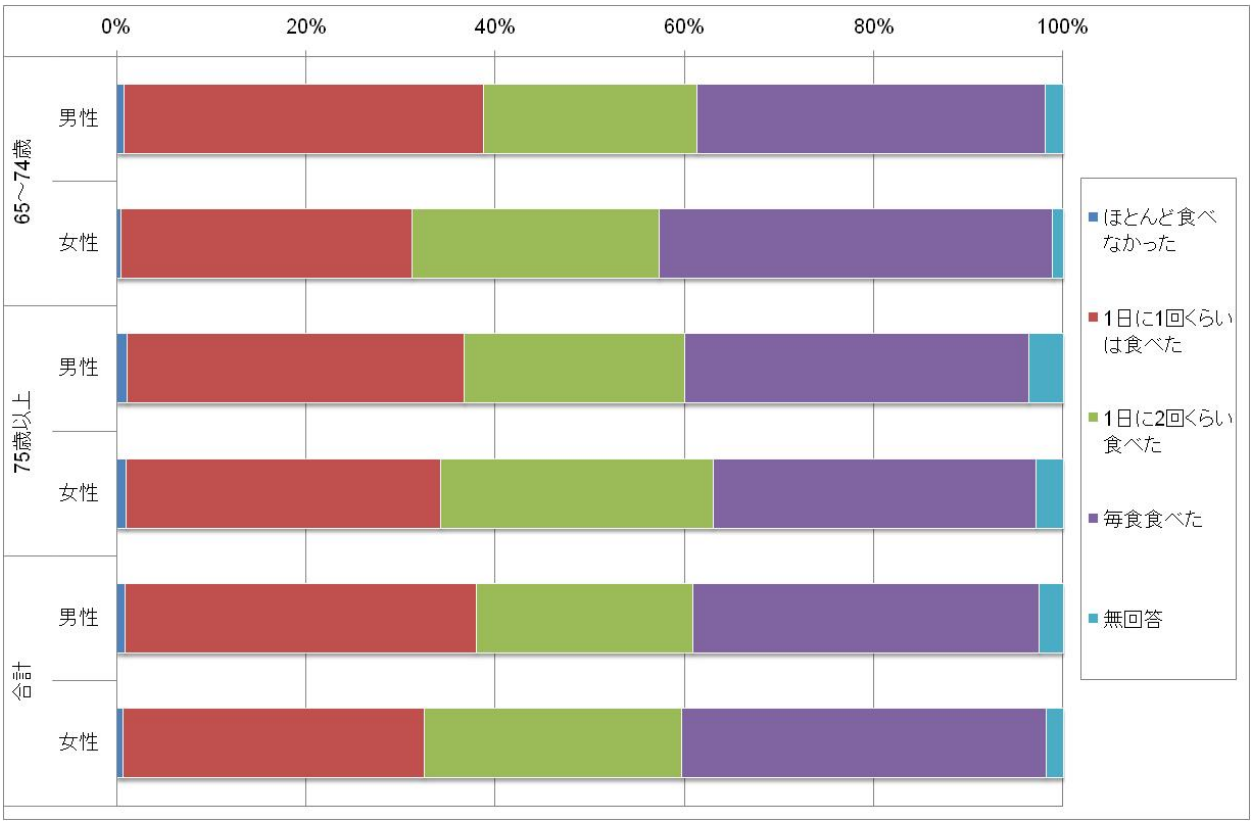


図 1-26.　肉・魚・大豆製品（豆腐、納豆など）・卵などを含むおかずを食べましたか？

表 1-55. 毎日野菜を食べましたか？

人数(%)

問[9]-(3)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
ほとんど食べなかった	83 (2.9%)	28 (1.0%)	111 (1.9%)	52 (3.2%)	27 (1.3%)	79 (2.1%)	135 (3.0%)	55 (1.1%)	190 (2.0%)
1 日に 1 回くらいは食べた	1,037 (36.2%)	660 (22.6%)	1,697 (29.3%)	481 (29.6%)	448 (21.7%)	929 (25.2%)	1,518 (33.8%)	1,108 (22.2%)	2,626 (27.7%)
1 日に 2 回くらい食べた	645 (22.5%)	740 (25.3%)	1,385 (23.9%)	414 (25.5%)	593 (28.7%)	1,007 (27.3%)	1,059 (23.6%)	1,333 (26.7%)	2,392 (25.2%)
毎食食べた	1,038 (36.3%)	1,456 (49.8%)	2,494 (43.1%)	625 (38.4%)	930 (45.0%)	1,555 (42.1%)	1,663 (37.1%)	2,386 (47.8%)	4,049 (42.7%)
無回答	59 (2.1%)	37 (1.3%)	96 (1.7%)	54 (3.3%)	68 (3.3%)	122 (3.3%)	113 (2.5%)	105 (2.1%)	218 (2.3%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

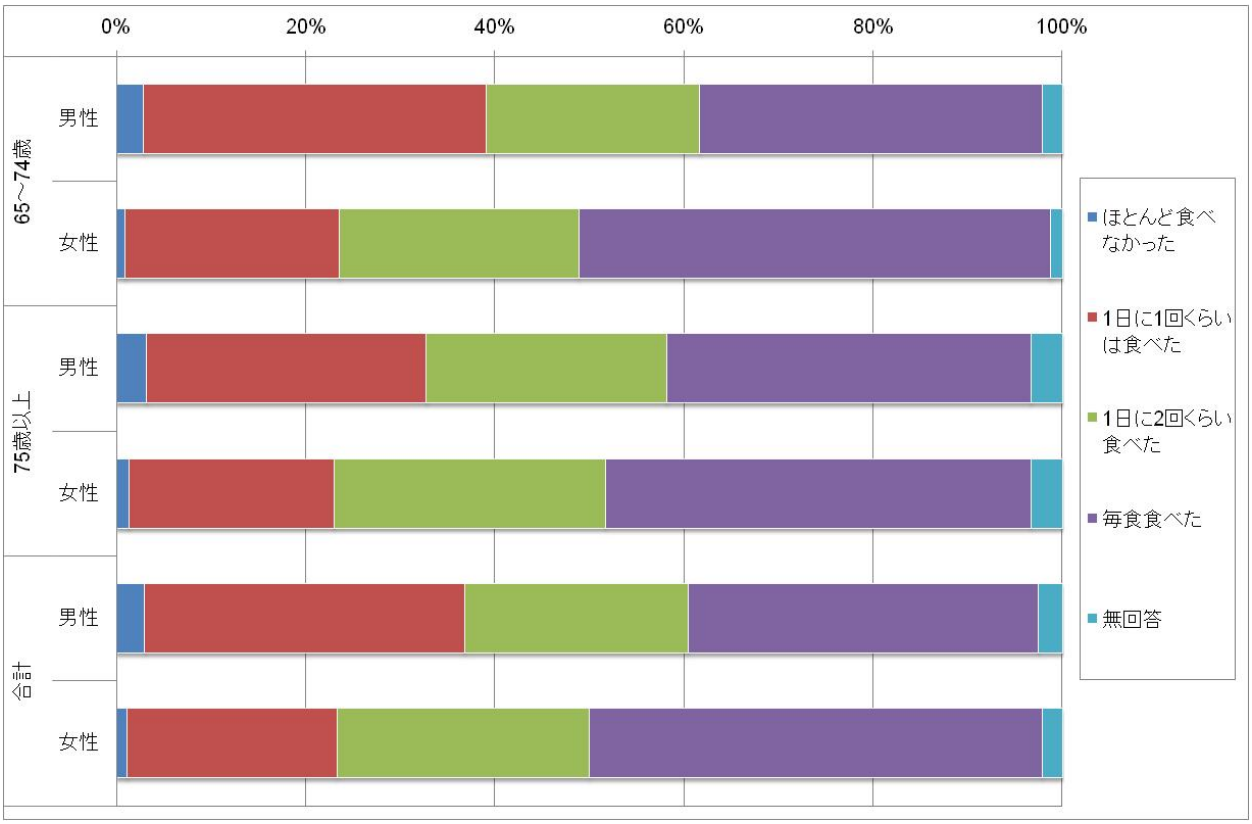


図 1-27. 毎日野菜を食べましたか？

表 1-56. 緑黄色野菜（ほうれん草やかぼちゃなど）を良く食べますか？

人数(%)

問[9]-(4)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
ほとんど食べなかった	364 (12.7%)	148 (5.1%)	512 (8.9%)	149 (9.2%)	94 (4.5%)	243 (6.6%)	513 (11.4%)	242 (4.9%)	755 (8.0%)
1 日に 1 回くらいは食べた	1,647 (57.5%)	1,578 (54.0%)	3,225 (55.8%)	851 (52.3%)	1,008 (48.8%)	1,859 (50.4%)	2,498 (55.7%)	2,586 (51.9%)	5,084 (53.7%)
1 日に 2 回くらい食べた	415 (14.5%)	653 (22.4%)	1,068 (18.5%)	313 (19.2%)	517 (25.0%)	830 (22.5%)	728 (16.2%)	1,170 (23.5%)	1,898 (20.0%)
毎食食べた	368 (12.9%)	481 (16.5%)	849 (14.7%)	244 (15.0%)	343 (16.6%)	587 (15.9%)	612 (13.6%)	824 (16.5%)	1,436 (15.2%)
無回答	68 (2.4%)	61 (2.1%)	129 (2.2%)	69 (4.2%)	104 (5.0%)	173 (4.7%)	137 (3.1%)	165 (3.3%)	302 (3.2%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

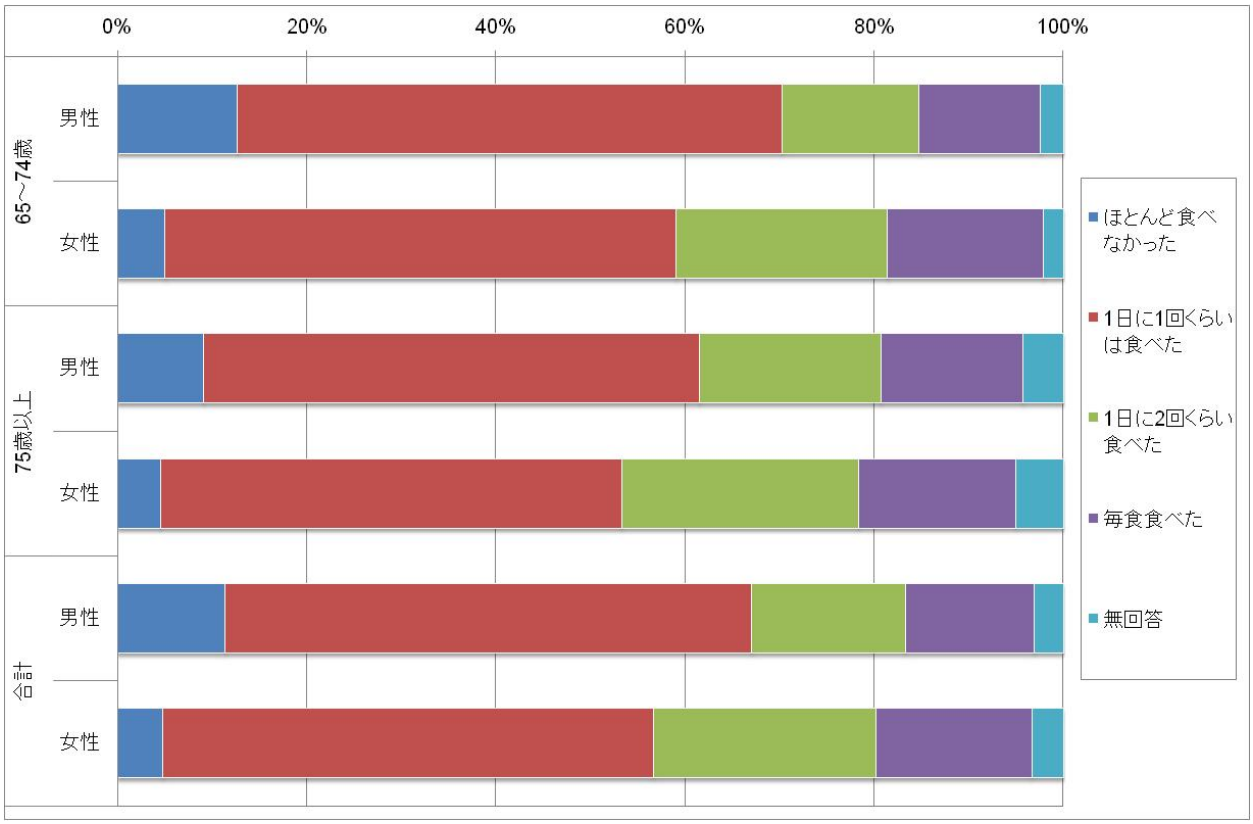


図 1-28. 緑黄色野菜（ほうれん草やかぼちゃなど）を良く食べますか？

表 1-57. 緑茶は 1 日に何杯くらい飲みましたか？

人数(%)

問[9]-(5)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
ほとんど飲まなかった	614 (21.5%)	397 (13.6%)	1,011 (17.5%)	205 (12.6%)	204 (9.9%)	409 (11.1%)	819 (18.2%)	601 (12.1%)	1,420 (15.0%)
1 日に 1～3 杯	1,145 (40.0%)	951 (32.6%)	2,096 (36.2%)	567 (34.9%)	596 (28.8%)	1,163 (31.5%)	1,712 (38.1%)	1,547 (31.0%)	3,259 (34.4%)
1 日に 4～6 杯	764 (26.7%)	1,070 (36.6%)	1,834 (31.7%)	592 (36.4%)	842 (40.8%)	1,434 (38.8%)	1,356 (30.2%)	1,912 (38.3%)	3,268 (34.5%)
1 日に 7 杯以上	267 (9.3%)	446 (15.3%)	713 (12.3%)	193 (11.9%)	341 (16.5%)	534 (14.5%)	460 (10.2%)	787 (15.8%)	1,247 (13.2%)
無回答	72 (2.5%)	57 (2.0%)	129 (2.2%)	69 (4.2%)	83 (4.0%)	152 (4.1%)	141 (3.1%)	140 (2.8%)	281 (3.0%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

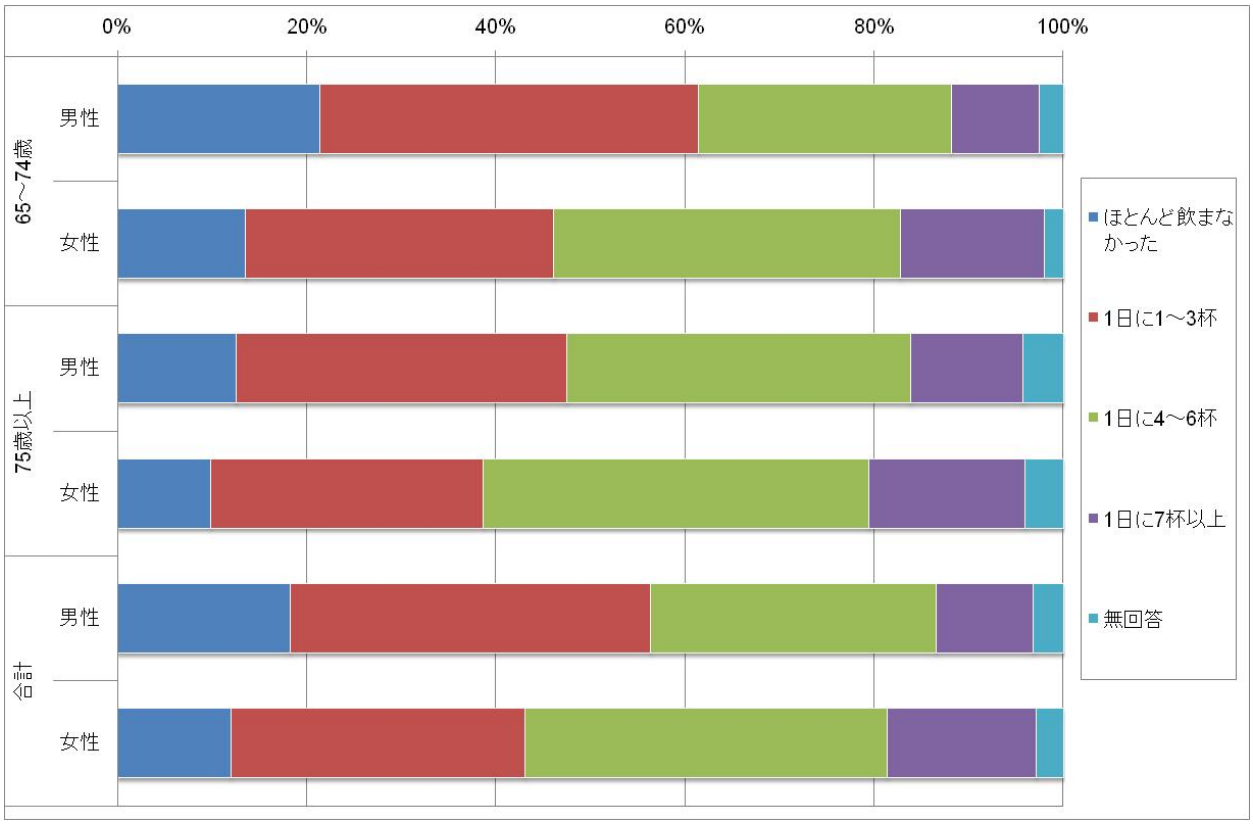


図 1-29. 緑茶は 1 日に何杯くらい飲みましたか？

表 1-58. 食欲はありますか？

人数(%)

問[9]-(6)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
あまりない	214	192	406	205	294	499	419	486	905
	(7.5%)	(6.6%)	(7.0%)	(12.6%)	(14.2%)	(13.5%)	(9.3%)	(9.7%)	(9.6%)
ある	2,578	2,680	5,258	1,352	1,683	3,035	3,930	4,363	8,293
	(90.1%)	(91.7%)	(90.9%)	(83.1%)	(81.5%)	(82.2%)	(87.6%)	(87.5%)	(87.5%)
無回答	70	49	119	69	89	158	139	138	277
	(2.4%)	(1.7%)	(2.1%)	(4.2%)	(4.3%)	(4.3%)	(3.1%)	(2.8%)	(2.9%)
合計	2,862	2,921	5,783	1,626	2,066	3,692	4,488	4,987	9,475
	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)	(100%)

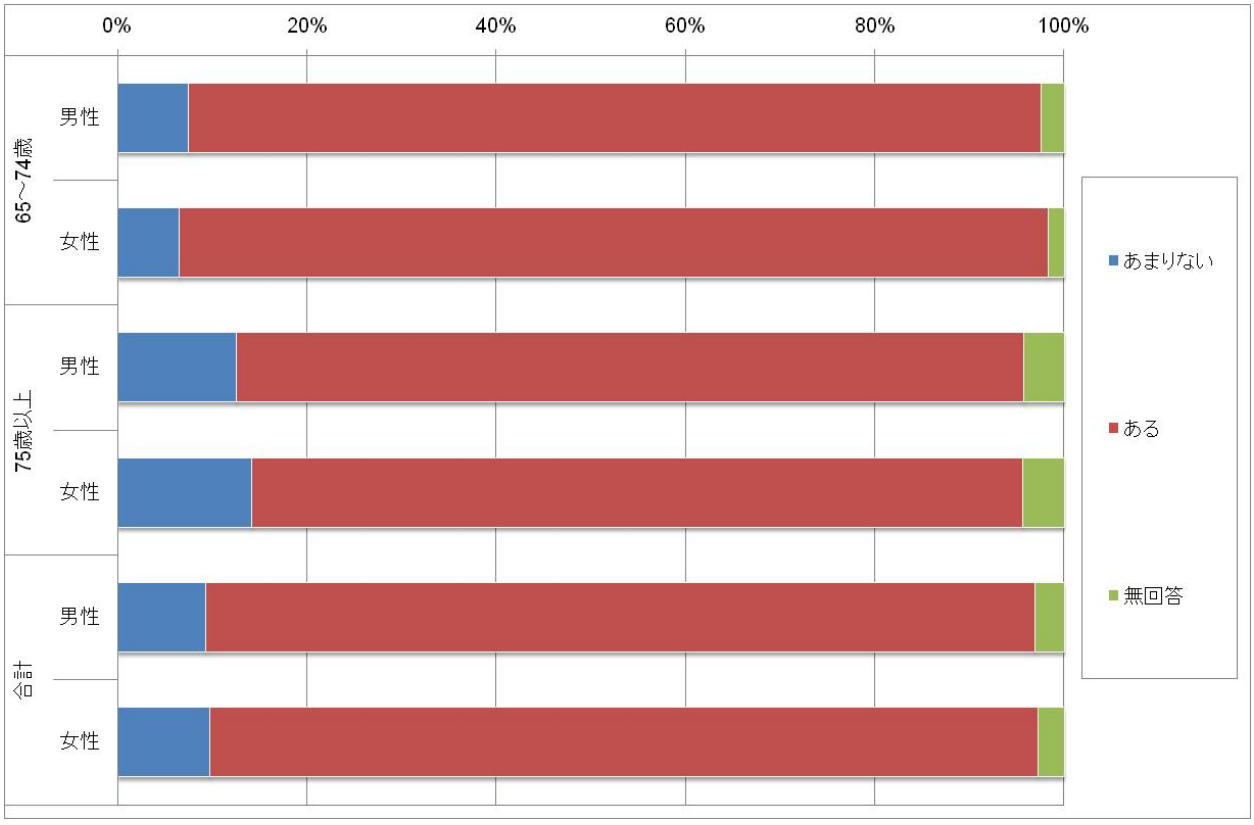


図 1-30. 食欲はありますか？

この 1 ヶ月くらいの食事については、1 日の食事の回数はほとんどの人が 1 日に 3 回であった。肉・魚・大豆製品(豆腐、納豆など)・卵などを含むおかずを食べたのは、毎食食べた人が最も多く、37.6%、ついで、「1 日に 1 回くらいは食べた」人が 34.3%であった。年齢や男女差は大きくなかった。野菜に関しては、毎食食べた人が最も多く、42.7%であり、1 日に 1 回と 2 回をあわせると、ほとんどの人が毎日食べていた。その中で、緑黄色野菜（ほうれん草やかぼちゃなど）に関しては、1 日に 1 回くらいは食べた人が最も多く、53.7%であった。緑茶に関しては、1 日に 4～6 杯　飲む人が最も多く、34.5%であった。ついで、1 日に 1~3 杯飲む人が 34.4%とほぼ同程度に見られた。いっぽう、ほとんど飲まなかった人は、15.0%であった。87.5%の人は食欲があると答えているが、9.6%は無いと答えている（表 1-53～58、図 1-25～30）。

表 1-59. お酒は飲みますか？

人数(%)

問[10]-(1)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
飲まない・ほとんど飲まない	1,150 (40.2%)	2,393 (81.9%)	3,543 (61.3%)	908 (55.8%)	1,775 (85.9%)	2,683 (72.7%)	2,058 (45.9%)	4,168 (83.6%)	6,226 (65.7%)
週に 1～3 回	348 (12.2%)	249 (8.5%)	597 (10.3%)	183 (11.3%)	95 (4.6%)	278 (7.5%)	531 (11.8%)	344 (6.9%)	875 (9.2%)
週に 4～6 回	323 (11.3%)	102 (3.5%)	425 (7.3%)	135 (8.3%)	37 (1.8%)	172 (4.7%)	458 (10.2%)	139 (2.8%)	597 (6.3%)
毎日飲む	988 (34.5%)	130 (4.5%)	1,118 (19.3%)	348 (21.4%)	47 (2.3%)	395 (10.7%)	1,336 (29.8%)	177 (3.5%)	1,513 (16.0%)
無回答	53 (1.9%)	47 (1.6%)	100 (1.7%)	52 (3.2%)	112 (5.4%)	164 (4.4%)	105 (2.3%)	159 (3.2%)	264 (2.8%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

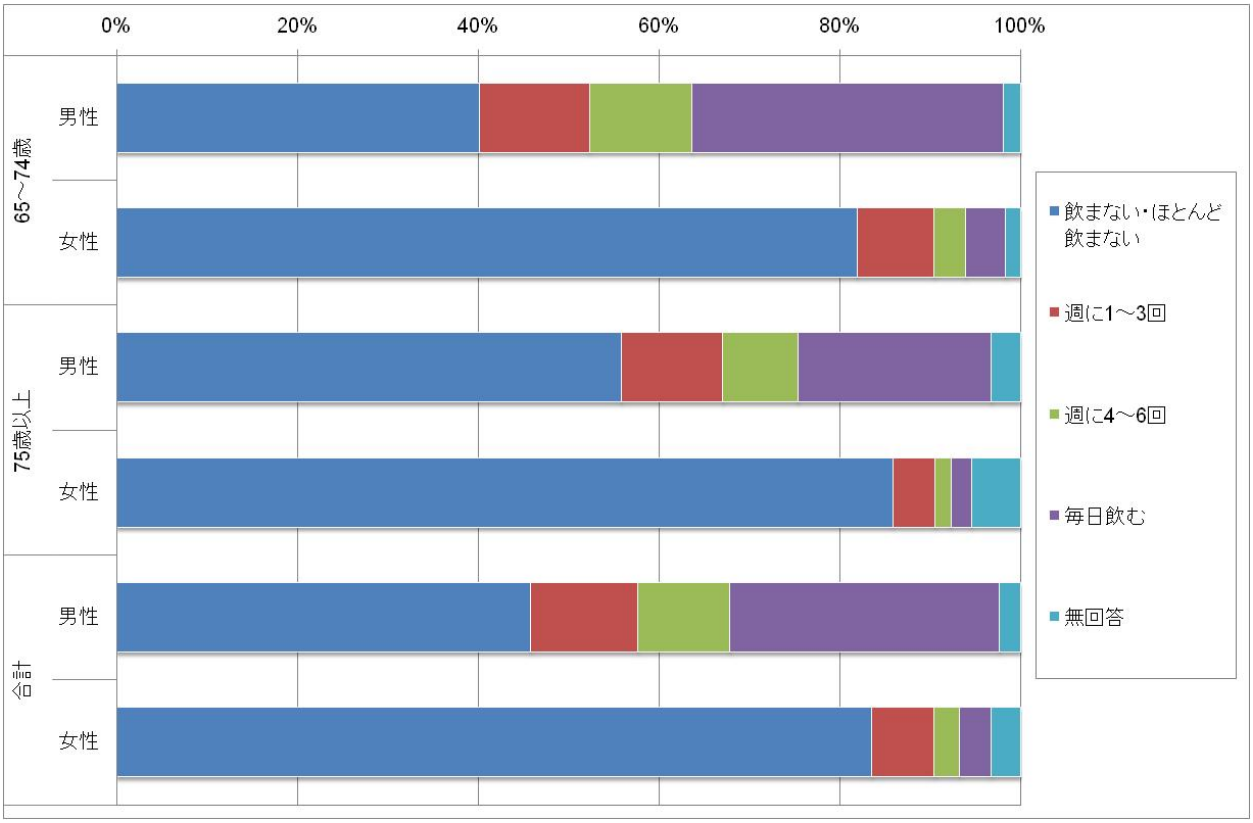


図 1-31. お酒は飲みますか？

表 1-60. タバコを吸いますか？

人数(%)

問[10]-(2)	65～74 歳			75 歳以上			合計		
	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計	男性	女性	男女計
吸わない	1,580 (55.2%)	2,708 (92.7%)	4,288 (74.1%)	988 (60.8%)	1,898 (91.9%)	2,886 (78.2%)	2,568 (57.2%)	4,606 (92.4%)	7,174 (75.7%)
以前吸っていたが今は吸わない	659 (23.0%)	64 (2.2%)	723 (12.5%)	384 (23.6%)	30 (1.5%)	414 (11.2%)	1,043 (23.2%)	94 (1.9%)	1,137 (12.0%)
吸っている	567 (19.8%)	93 (3.2%)	660 (11.4%)	202 (12.4%)	33 (1.6%)	235 (6.4%)	769 (17.1%)	126 (2.5%)	895 (9.4%)
無回答	56 (2.0%)	56 (1.9%)	112 (1.9%)	52 (3.2%)	105 (5.1%)	157 (4.3%)	108 (2.4%)	161 (3.2%)	269 (2.8%)
合計	2,862 (100%)	2,921 (100%)	5,783 (100%)	1,626 (100%)	2,066 (100%)	3,692 (100%)	4,488 (100%)	4,987 (100%)	9,475 (100%)

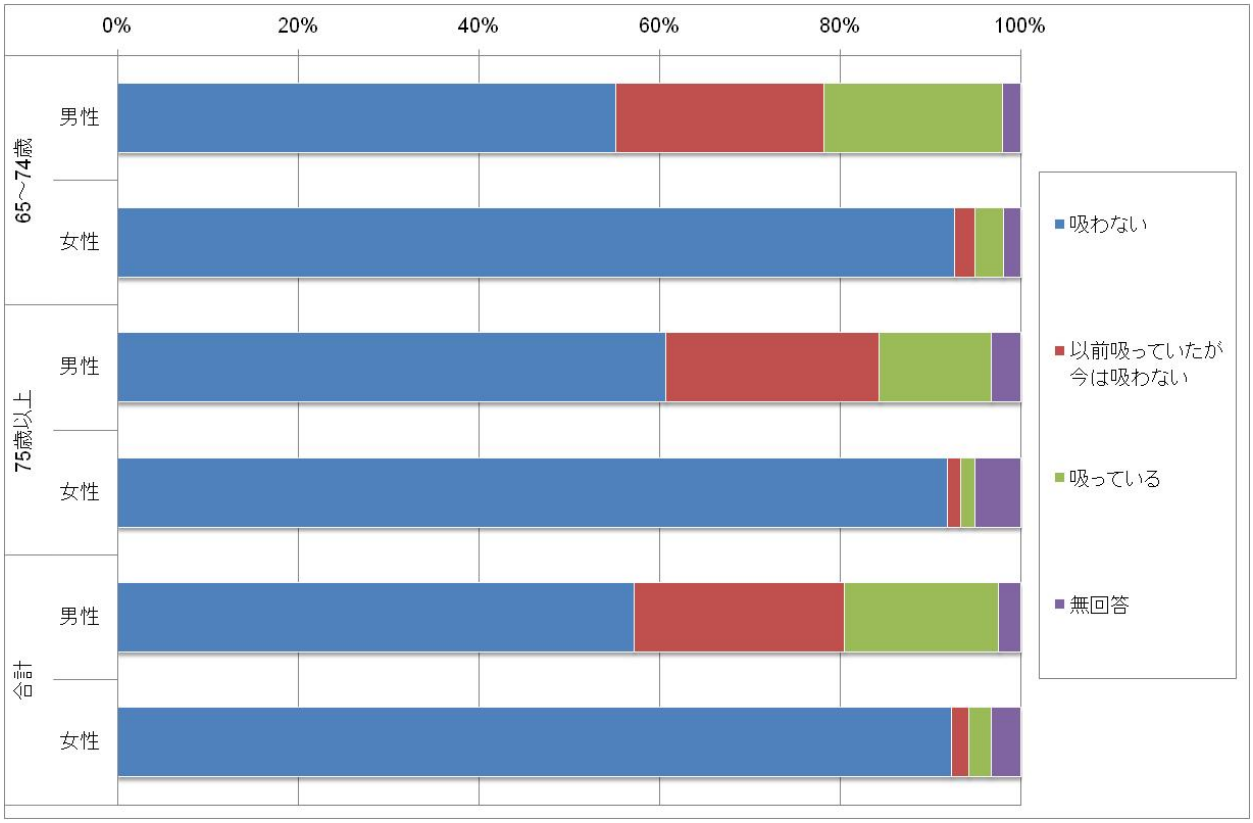


図 1-32. タバコを吸いますか？

お酒については、飲まない・ほとんど飲まない人が最も多く、65.7％であった。男性では飲まない・ほとんど飲まない人が、45.9％であったのに対し、女性では、83.6％と性差が見られた。飲むと答えた人では、毎日飲む人が多く、16.0％であった。タバコに関しては、吸わない（75.7％）、以前吸っていたが今は吸わない(12.0％)をあわせると 87.7％であり、吸っていると答えた人（9.4％）を大幅に上回っていた（表 1-59～60、図 1-31～32）。

2）電話による認知機能検査の結果：

生活実態調査票を送った 14,949 人のうち、3,782 人から電話による認知機能検査に対する同意を得た。実際に電話した時に、体調不良、難聴、入院、施設への入所などの理由で施行できなかったのは 130 人、電話番号違い、電話番号不記載などによる通話不能が 119 人、電話をした時点での辞退や検査途中で中止した人が 462 人であり、最後まで施行できたのは 3,071 人であった。データが不完全な 78 人を除いた有効回答は 2,993 人であり、このうち、教育歴が聞けたのは 2,975 人（男性 1,384 人、平均年齢 : 73.1±6.1 歳、平均教育歴 : 11.6±2.7 年、女性 1,591 人、73.5±6.2 歳、10.5±2.2 年）であり、以降の解析はこの 2,975 人で行った（表 2-1）。

TICS-J の総得点はほぼ正規分布し、平均値は全体で、35.3±3.6 点であった。男性では 35.0±3.4 点、女性では 35.6±3.8 点であった（表 2-1、図 2-1）。総得点の平均値は、教育歴が 11 年未満の群で、34.3±4.0 点、11 年以上の群では 36.2±3.0 点と、教育歴が短い群より有意に高かった（表 2-1、図 2-2）。年齢は 5 歳ごとに 4 群に分けた。総得点の平均値は、65 歳から 69 歳の群では 36.2±2.7 点、70 歳から 74 歳の群では 35.9±3.2 点、75 歳から 79 歳の群では 35.2±3.3 点、80 歳上の群では 32.9±4.9 点であった。総得点に関しては、4 群間に有意差があり、年齢が高くなるほど総得点が低下した（表 2-1、図 2-3）。

TICS のマニュアルでは、総得点の評価について、33 点以上は認知機能障害なし、26~32 点は認知機能低下の疑い、21~25 点は軽度認知機能低下、20 点以下は中等度以上の認知機能低下としている。本研究の結果に当てはめてみると、表 2-2 の如く、33 点未満で認知機能の低下が疑われるのは 16.5%であり、内訳は 26~32 点は 438 人（14.7%）、21~25 点は 44 人（1.5%）、20 点以下は 10 人（0.3%）であった。

表 2-1 対象者特性

		性別			教育歴（年）			年齢（歳）					計 (n=2,975)
		男性 (n=1,384)	女性 (n=1,591)	p-value[1]	< 11 (n=1,318)	≧11 (n=1,657)	p-value[1]	65-69 (n=1,037)	70-74 (n=812)	75-79 (n=619)	≧80 (n=507)	p-value[2]	
年齢（歳）	（平均±SD）	73.1±6.1	73.5±6.2	0.072	74.9±6.5	72.0±5.6	< 0.001	67.1±1.4	72.0±1.5	76.8±1.4	83.6±3.2	< 0.001	73.3±6.2
教育歴（年）	（平均±SD）	11.6±2.7	10.5±2.2	< 0.001	8.7±1.0	12.9±1.7	< 0.001	11.7±2.4	11.4±2.3	10.5±2.6	9.6±2.5	< 0.001	11.0±2.5
TICS-J（点）	（平均±SD）	35.0±3.4	35.6±3.8	< 0.001	34.3±4.0	36.2±3.0	< 0.001	36.2±2.7	35.9±3.2	35.2±3.3	32.9±4.9	< 0.001	35.3±3.6

[1] t-test
[2] one-way ANOVA

表 2-2. TICS-J 総得点の分布の割合

TICS-J	性別					
	男性 (n=1,384)		女性(n=1,591)		合計(n=2,975)	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)
≤20	3	(0.2%)	7	(0.4%)	10	(0.3%)
21-25	21	(1.5%)	23	(1.4%)	44	(1.5%)
26-32	227	(16.4%)	211	(13.3%)	438	(14.7%)
≥33	1,133	(81.9%)	1,350	(84.9%)	2,483	(83.5%)

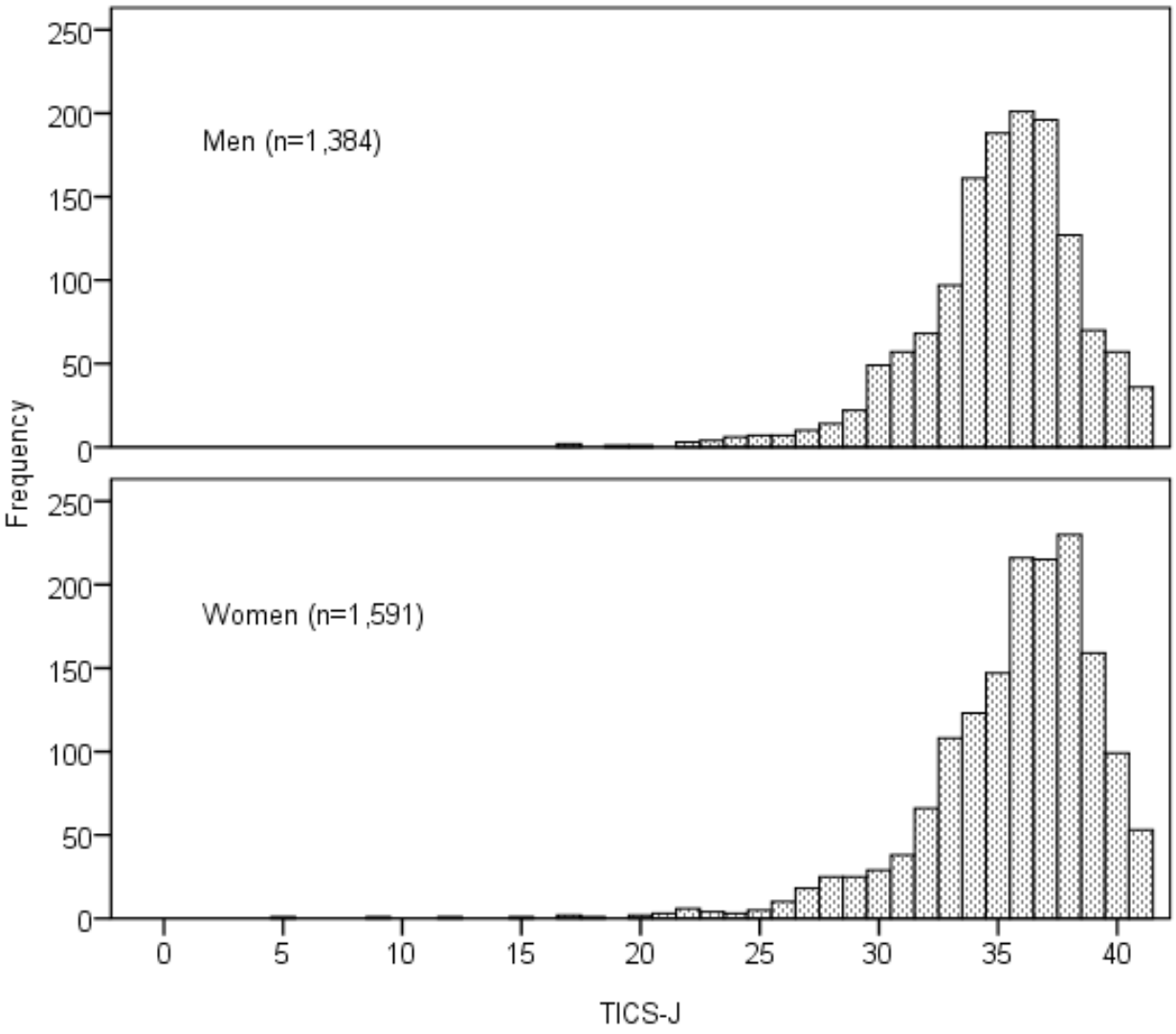


図 2-1. TICS-J 総得点の性別分布、男性（上）、女性（下）

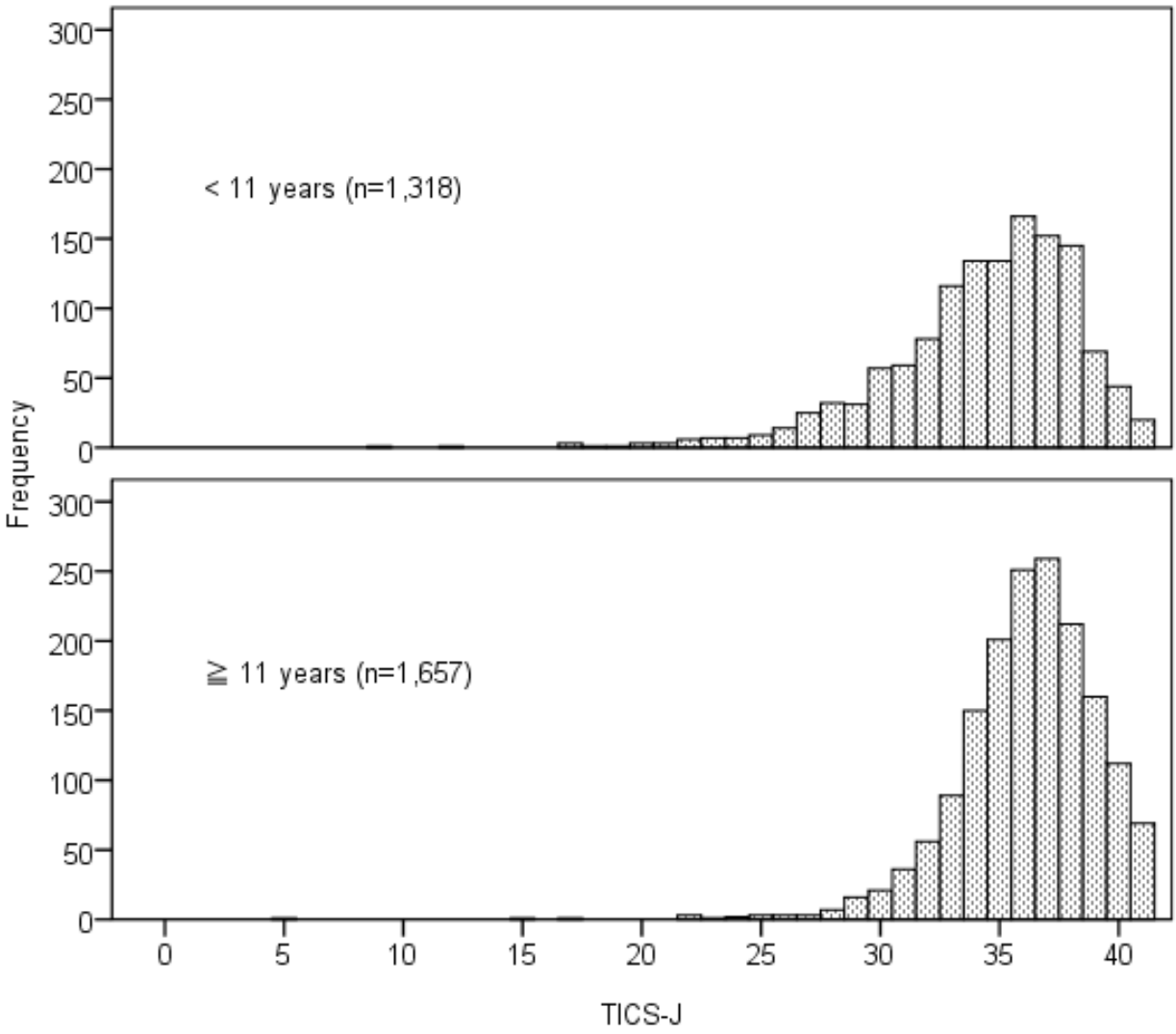


図 2-2. TICS-J 総得点の教育歴別分布

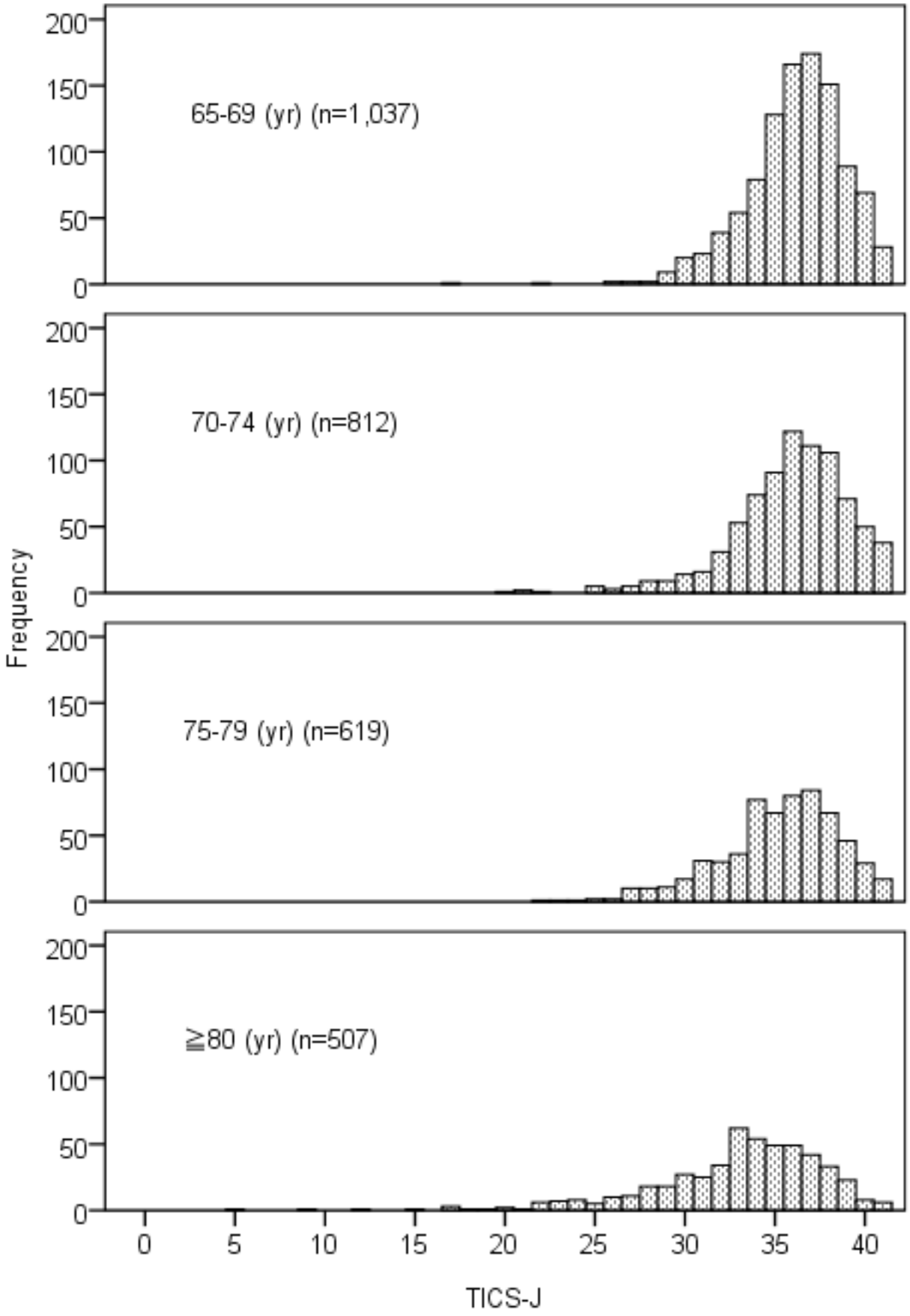


図 2-3. TICS-J 総得点の年齢別分布

3）時計描画テストの結果：

生活実態調査票を送った 14,949 人のうち、8,761 人から回答を得た。このうち、明らかな代筆などを除いた有効回答、8,679 人（男性：4,115 人、平均年齢：73.1±6.2 歳、平均教育歴：11.4±2.8 年、女性：4,564 人、73.8±6.7 歳、10.3±2.2 年）について解析した（表 3-1）。

各項目の正答率は、項目ごとにばらつきがあり、「算用数字」を使う、「数字の順が正しい」、「中心が設定されている」については、男性では年齢を問わず、95%以上の正答率であった。これらに加え、「用紙を回転させない」、「2 本の針を有す」は、男女とも年齢を問わず、90%以上の正答率であった。一方、「円の大きさが適切」は性、年齢に関係なく、正答率が低かった。「適切に時を指す」、「適切に分を指す」、「分針の方が長い」、「余計な印がない」については、男女とも、年齢が上がると正答率が低下する傾向にあった（表 3-2）。

総得点の年齢、性別比率では、15 点満点の人の割合は、男女とも年齢とともに減少し、特に 90 歳以上では、明らかな低下がみられた。総得点の平均値に関しても男性では、90 歳以上、女性では 85 歳以上で低下が明らかであった（表 3-3）。

表 3-1　対象者特性（n=8,679）

性別	対象者数							年齢		教育歴	
	65-69 歳	70-74 歳	75-79 歳	80-84 歳	85-89 歳	90 歳以上	全体	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
男性	1,473	1,182	791	440	178	51	4,115	73.06	6.17	11.39	2.81
女性	1,541	1,188	912	538	279	106	4,564	73.81	6.73	10.32	2.20

*教育歴は n=7,403（男性：3,524、女性：3,879）

表 3-2　正答率*（%）（n=8,679）

評価項目＼性・年齢	男性							女性						
	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90≦	全体	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90≦	全体
1. 整った外周円	93.60	92.40	90.10	89.30	86.00	86.30	91.70	97.30	94.30	94.10	89.60	89.60	78.30	94.00
2. 円の大きさが適切	82.80	83.70	84.20	83.00	85.40	84.30	83.50	86.00	85.40	86.40	85.10	80.60	74.50	85.20
3. 数字は 1～12 のみ	92.40	91.60	92.50	94.50	96.60	92.20	92.60	96.80	95.20	98.00	96.80	93.90	85.80	96.20
4. 算用数字	96.90	97.00	97.60	98.40	98.90	96.10	97.30	99.20	98.70	99.50	99.30	97.10	94.30	98.90
5. 数字の順が正しい	96.90	96.60	97.50	97.70	98.30	96.10	97.10	99.00	98.50	99.50	98.50	96.40	91.50	98.60
6. 用紙を回転させない	96.90	96.80	97.20	97.30	97.20	90.20	96.90	98.70	98.50	99.20	97.20	95.30	91.50	98.20
7. 数字の位置が正しい	92.00	90.80	91.50	92.00	91.60	88.20	91.50	96.80	94.30	97.10	92.60	91.00	76.40	94.90
8. 円のなかにある	88.90	87.80	89.60	92.50	91.60	88.20	89.20	94.20	93.40	95.00	93.30	90.30	90.60	93.70
9. 2 本の針を有す	99.50	99.30	99.90	98.00	96.60	94.10	99.20	99.80	99.50	99.80	98.10	95.30	91.50	99.10
10. 適切に時を指す	96.90	95.70	95.80	95.00	94.90	86.30	95.90	97.40	96.00	97.00	94.80	91.00	87.70	96.00
11. 適切に分を指す	96.80	94.90	95.80	93.90	93.80	80.40	95.40	97.50	95.60	96.90	93.50	89.60	84.90	95.60
12. 分針の方が長い	94.00	94.10	91.00	93.60	90.40	76.50	93.00	96.70	94.40	95.80	91.10	85.70	78.30	94.10
13. 余計な印がない	93.50	93.60	95.40	92.70	90.40	86.30	93.60	97.70	95.90	94.00	92.40	88.20	78.30	94.80
14. 2 本の針が結合する	94.40	94.50	95.10	92.70	94.40	92.20	94.40	98.80	95.90	96.80	92.60	88.50	82.10	95.90
15. 中心が設定されている	98.70	99.30	99.10	98.60	96.60	96.10	98.80	99.50	99.00	99.20	97.80	96.40	93.40	98.80

*正答率（%）=各評価項目を満たす人数/全体の人数×100

表 3-3　総得点の比率*（%）および平均値、標準誤差（n=8,679）

性・年齢 / 総得点	男性							女性						
	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90≦	全体	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90≦	全体
0 点	0.10	0.10	0.00	0.50	0.00	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	0.20	0.70	0.90	0.10
1 点	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.10	0.00	0.00	0.40	1.90	0.10
2 点	0.10	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
3 点	0.10	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	0.20	0.70	1.90	0.10
4 点	0.10	0.20	0.10	0.00	1.10	0.00	0.10	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.90	0.00
5 点	0.60	0.40	0.60	0.20	0.00	0.00	0.50	0.10	0.10	0.10	0.60	1.40	1.90	0.30
6 点	0.70	0.80	0.90	0.70	0.00	5.90	0.80	0.30	0.50	0.00	0.20	0.70	0.00	0.30
7 点	0.20	0.60	0.30	0.20	0.60	2.00	0.40	0.00	0.10	0.00	0.90	0.70	0.00	0.20
8 点	0.80	0.60	0.10	0.70	0.60	2.00	0.60	0.30	0.40	0.10	0.70	1.40	0.90	0.40
9 点	0.70	1.00	0.80	1.10	0.60	0.00	0.80	0.50	0.70	0.50	0.40	0.40	2.80	0.60
10 点	0.50	0.70	1.00	1.10	0.60	0.00	0.70	0.50	0.50	0.30	0.40	0.40	2.80	0.50
11 点	1.40	1.50	1.40	1.60	0.60	3.90	1.40	0.60	1.20	1.00	2.00	2.50	0.90	1.10
12 点	3.10	2.20	3.00	3.00	3.90	5.90	2.90	1.30	2.90	2.60	2.80	3.90	8.50	2.50
13 点	7.70	9.10	9.50	8.40	9.60	9.80	8.70	4.50	6.80	5.40	10.00	10.80	15.10	6.60
14 点	25.50	25.20	25.70	24.30	29.20	31.40	25.60	18.10	22.00	22.30	21.70	22.60	31.10	20.90
15 点	58.50	57.40	56.60	58.20	52.80	39.20	57.30	73.80	64.80	67.70	59.90	53.40	30.20	66.30
平均値	14.18	14.16	14.15	14.15	14.18	13.46	14.1	14.57	14.38	14.56	14.16	13.82	13.19	14.34
標準誤差	0.05	0.05	0.06	0.09	0.12	0.35	0.03	0.03	0.04	0.03	0.08	0.15	0.31	0.02

*総得点の比率（%）=当該総得点の人数/全体の人数×100

D. 考察

1）生活実態調査について：

全高齢者の 63.4％から回答を得られたことは、健康問題についての市民の関心の高さを示しており、前 2 回に行った調査でも、同程度の回収率であった。

約 8 割の人が、高血圧や関節・筋肉の病気などの何らかの慢性疾患を抱えていたが、日常生活での移動の状況については、 全体では 83.7%の人が、「自転車、車、バス、電車を使って一人で外出できる」と答えており、また、介護保険の要介護認定については、81.4%に人は申請しておらず、全体としては、自立度が比較的高いと考えられた。しかし、男女別で見ると、男性では、75 歳以上でも 77.6%が「一人で外出できる」と答えているのに対して、75 歳以上の女性では、「一人で外出できる」人は 60%以下にとどまり、「寝たり起きたりしている（床が常時敷いてあり、食事等のために起き上がる）」と答えた人と「一日中床で過ごす」と答えた人を合わせると、1.7%であり、いわゆる「寝たきり」状態と考えられる。この中間の状態と考えられる人は自立度低下の予備軍と考えられる。このような自立度の程度には男女で差がみられた。

目、耳や歯について日常生活に困ることについては、 7 割の人が、「困ることはない」と答えたが、「歯や入れ歯の具合が悪くて、食事が十分取れないことがある」人や、「目が見えにくく日常生活で困ることがある(眼鏡を使用した状態で)」がおのおの約 1 割であり、日常生活に不便を感じていた。歯の状態に関しては、歯がなかったり、入れ歯をしていないことは、身体的な健康だけでなく、認知機能にも影響するという報告もあり、関連性を検討する必要がある。

健康診断や、健康に関する相談相手にも不足はなく、自分自身の健康管理にも高い関心がはらわれていた。大府市は健康づくり都市宣言をしているので、市民の健康に対する意識の高さがうかがえる。

現在の生活に対する満足度も高く、経済的にもゆとりがある人が多かった。7 割近くの人が自分は健康だと感じていたが、これは、前述の治療中の病気がある人が約 8 割であるのとあわせて考えると、治療中の病気があっても、自立度が高く、健康感を持っている人が多いことがわかった。また、夢や希望・生きがいを持って暮らしていると言う回答も多く、性別や年齢層で多少の差はあるが、この地域の高齢者の多くは健康だと感じ、生きがいを持って暮らしていると考えられた。

さらに、周囲の人や、家族・友人との人間関係についても、8 割近くの人は良い関係が築かれており、地域でのつながりが十分あると考えられた。

社会活動については、「現在、給料や謝礼を得るような仕事をしている」人は、4 分の1以下であったが、「家事や家の中の作業、家庭菜園等、収入を得ない仕事・作業をしている」人は、7 割近くと多く、週に 5 回以上している人が最も多かった。一方、「町内会の作業、ボランテイア活動などの地域活動」や「市民講座、老人学級や趣味の教室など学習的活動への参加」はしていない人が多く、その原因や背景を探ることは今後の課題である。

現在の日常生活については、前述の自立度の高さを反映して、8 割以上の人が「バスや電車を使って一人で外出できる」と答えているが、75 歳以上の女性では、男性より低い割合であった。一方、「食事の支度が自分でできる」人の割合は、全体では約 8 割であったが、男性では女性より低かった。このように日常生活に関する各項目では、男女に差がみられるものもあった。

睡眠については 1 日の睡眠時間は、「7~8 時間」が最も多く、ついで、「6~7 時間」、「8~9 時間」であり、睡眠時間は十分とれていると考えられた。一方、睡眠に関して困ることについては、約半数の人は何もないと答えたが、「夜中に目が覚めた」り、「寝床についてから30 分以内に眠ることができなかった」りする人も見られた。高齢者では一般的に睡眠障害が増加するとされているが、今回の対象者では、概ね十分な睡眠時間が確保されていた。

8 割近くの人は、「外出などにより 1 日に合計 30 分以上歩く」と答え、週に 5 回以上歩く人が最も多かった。「歩く速さは同じ年齢の人に比べて同じくらい」と思う人も多く、半数以上の人が、「1 日に 30 分以上の運動(体操、ゲートボール、散歩、ウオーキング、ハイキングなど）をしている)と答えた。前述の健康管理への意識の高さを反映し、実際に運動などで体を動かしている人が多いと

考えられた。その結果、「この一年間に転んだことがない」人は、全体の約4分の3であり、よく転ぶと答えた人はわずかであった。

食事の内容に関しては、7 割以上の人が、肉・魚・大豆製品(豆腐、納豆など)・卵などを含むおかずを毎食ないし 1 日に 1 回くらい食べており、野菜については、毎食食べた人が最も多く、1 日に 1 回と 2 回をあわせると、ほとんどの人が毎日食べていた。その中で、緑黄色野菜(ほうれん草やかぼちゃなど)に関しては、1 日に 1 回くらいは食べた人が最も多く、高齢者においても栄養のバランスを考えた食事をとっていることがわかった。

今回の対象者は、高齢化率が低く、健康に関心を持っている人が多い市域の住民であるというバイアスはあるが、比較的自立度が高く、QOL も高いことがわかった。このことが、どのような要因と関連しているのかを調べる必要があり、今後の課題である。

2）電話による認知機能検査について：

日本の高齢者人口は増加の一途をたどり、それに伴って認知症高齢者の数も増えており、2015 年には 250 万人になると推定されている。認知症の進行予防や早期治療には早期発見・早期受診が不可欠である。したがって、高齢者の健康調査においては認知機能が重要な情報であり、地域住民における認知機能低下者の把握や、大規模な疫学調査、早期発見、予防には簡便で有効な認知機能スクリーニングが求められている。

われわれは、これまでに Mini-Mental State Examination (MMSE)を元に作られた、電話による認知機能スクリーニングの日本語版を作成し、その妥当性と有用性を示した。Telephone Interview for Cognitive Status (TICS)は 1988 年、MMSE を元にして Brandt らによって開発され、名前、時間及び場所の見当識、数字の逆唱、10 単語の即時再生、引き算の7シリーズ、言語、文章の反復、近時記憶、実技、反対語の 11 項目からなっている。このうち、時間の見当識、引き算の7シリーズは MMSE と同一であり、場所の見当識と文章の反復は一部共通である。TICS は MMSE とよく相関し、再現性にすぐれ、認知障害を感知する感受性と特異性も十分であるとされ、米国を始め多くの国で、一般的に使用されている。

今回、対象とした地域は高齢化率が 17.3%と日本全体の平均値(23.1%)より低く、地理的には太平洋側のほぼ中央にあり、商業、工業、農業などの産業のバランスが取れた小都市である。健康づくり都市宣言をしていて、健康問題に関心が高い地域で、電話による認知機能検査は 2 回目の試みであったが、25%以上の人が検査に理解を示し、実際には 20%以上の人に施行できた。これは電話調査を承諾した人の 81.2%に施行できたことになる。検査ができなかった人の中には、難聴なのに承諾した人が多く、書面での説明が充分ではなかった可能性がある。また、途中中止の人の中には、見当識の質問に答えたくない人や、10 単語の再生でつまずいた人が多かった。さらに検査前の説明なども含め、検査時間が長くなり、来客などの理由で中止した人も見られた。今後は説明の方法や、時間配分にも工夫が必要である。

MMSE で評価される知的機能は、見当識、記憶、注意・計算、言語、視空間構成能力、実行機能など幅広く含まれている。TICS-J にはこのうち視空間構成能力以外のすべての要素が含まれ、かつ記憶の項目が MMSE では 3 語であるのに対し、TICS-J では 10 語であり、やや難度が高くなっている。したがって、健常人や若年者に対する MMSE で見られるような天井効果はなく、ほぼ正規分布を示す。

地域住民のスクリーニングで、リスクのある人を把握する方法はいくつか考えられる。本調査では、TICS-J の総得点がほぼ正規分布をしており、既報告で示した TICS-J のカットオフ値、33 点に満たない点数のものを TICS-J における低得点者と考えた。これは英語版の TICS マニュアルで定義されている評価基準とも矛盾しない。これらの 492 人(16.5%)には、軽度の認知症や Aging-associated cognitive decline (AACD)などが含まれる可能性がある。ま

た、何らかの原因で認知機能が低下していると評価されている場合もあり、早期診断・早期治療のために、医療機関への受診を促したり、地域の保健行政として認知症予防の介入を行う指標となりうる。

地域住民での認知機能検査は、対象者の検査に対する認識の問題や、面接による場合にはスクリーニングに要する時間とコストがかかるなどの課題が多い。TICS-J は受け入れられやすく簡便であり、大規模な疫学調査などを始めとする地域在住の高齢者のスクリーニングに適していると考えられる。また、臨床面での応用も可能であり、医療機関に来られない場合や、定期的なフォローアップにも応用できる。さらに地域の保健センターなどとの連携により、早期受診、早期診断につながる一次スクリーニングとしての活用が期待できる。

3）時計描画テストについて：

「時計描画検査」は、従来は視空間機能の評価法として用いられてきたが、次第に、認知機能のスクリーニング法としても用いられるようになった。「時計描画検査」には、理解、プランニング、視覚記憶と図形イメージの再構成、視空間機能、運動プログラムと実行、数字の認識、抽象概念、集中力（注意力）などが含まれる。すなわち、長期記憶と情報再生、視知覚と視覚運動能力、注意、同時処理、そして実行機能である。

多くの研究で、認知症の人では、時計描画の点数が対象者に比べて低く、他の認知機能検査の結果と相関すると報告している。また、認知症の重症度とも相関するとする報告もある。

わが国では、近年、75 歳以上の高齢者の自動車運転免許証更新時に認知機能検査が取り入れられ、その課題の一つとして時計描画を取り入れている。

時計描画を健常人に行った報告は少なく、在宅の高齢者に行った研究はほとんどない。時計描画は一般的には、面接で行う検査であるが、大規模な調査では、面接法は効率的でない。

そこで、今回は郵送法で、時計描画検査を行い、地域在住高齢者の認知機能スクリーニングとして有用かを検討した。

各項目の正答率は、項目ごとにばらつきがあり、「算用数字」を使う、「数字の順が正しい」「2 本の針を有す」「中心が設定されている」については、性、年齢を問わず、90%以上の正答率であった。一方、「円の大きさが適切」は性、年齢に関係なく、正答率が低かった。今回使用した紙は A4 の大きさであるが、極端に小さな円がみられた一方、はみ出すほどの大きな円もあり、視空間の認知機能に関連すると考えられた。

「適切に時を指す」「適切に分を指す」「分針の方が長い」「余計な印がない」については、男女とも、年齢が上がると正答率が低下する傾向にあった。これは指示された時刻を理解できない、それを表す方法を想起できない、時計の時針と分針の概念が理解できないなどの理由によると考えられる。

総得点の年齢、性別比率では、15 点満点の人の割合は、男女とも年齢とともに減少し、特に 90 歳以上では、明らかな低下がみられた。得点の平均値に関しても、男性では 90 歳以上、女性では 85 歳以上で低下が明らかであった。

初期の認知症の可能性があると考えられる異常な事例は、数字が全くない（126 例）、円がない（27 例）、円でなく四角（27 例）や八角形（3 例）、その他の形（5 例）を描く、針がない（41 例）、時でなく分の数字を書く（9 例）、数字でなく言葉や記号を書く（3 例）、数字が反時計回り（1 例）、数字が時計面の真ん中に書かれている（1 例）、針が 3 本（1 例）あるいは 4 本（1 例）ある、13 以上の数字を書くなど（1 例）がみられた。

E. 結論

今回は、地域在住高齢者の軽度認知機能低下者スクリーニングと介護予防に向けた介入のための包括的調査研究のなかで、8 年前からコホート研究を行っている地域の高齢者を対象に、生活実態調査を行い、認知機能スクリーニングとしては、電話による認知機能検査と時計描画テストを行った。今後は、これらのデータをより詳細に解析して、認知機能低下や自立度の低下（要介護度の変化）に及ぼす要因を探っていく必要がある。

参考文献

1) 小長谷陽子、渡邉智之、鷲見幸彦、服部英幸、武田章敬、他。大規模調査に有用な新しい認知機能検査、TICS-J の開発。BRAIN and NERVE 59(1): 67-71, 2007

2) Yoko Konagaya, Yukihiko Washimi, Hideyuki Hattori, Akinori Takeda, Tomoyuki Watanabe, et al.: Validation of the Telephone Interview for Cognitive Status (TICS) in Japanese. Int J Geriatr Psychiatry 22(7): 695-700, 2007

3） Brandt J, Spencer M, Folstein M : The Telephone Interview for Cognitive Status. Neuropsychiatry Neuropsychol Behav Neurol 1:111-117, 1988

4） Brandt J, Folstein MF: TICS Telephone Interview for Cognitive Status professional manual. Psychological Assessment Resources, Inc., 2003, pp5-7,

5） Freedman M, Leach L, Kaplan E, Winocur G, et al.: Clock drawing. A neuropsychological analysis. 1st ed., 3-78, Oxford University Press, New York, 1994

6） Paganini-Hill A, Clark LJ, Henderson VW, Birge SJ: Clock drawing: Analysis in a retirement community. JAGS 49: 941-947, 20

平成 22 年度老人保健健康増進等事業による研究報告書

平成 22 年度　認知症介護研究報告書

〈地域在住高齢者の軽度認知機能低下者スクリーニングと
介護予防に向けた介入のための包括的調査研究事業〉

発　行：平成 23 年 3 月
編　集：社会福祉法人　仁至会
認知症介護研究・研修大府センター
〒474－0037　愛知県大府市半月町三丁目 294 番地
TEL(0562)44－5551　　FAX(0562)44－5831

発行所：若葉印刷有限会社
〒462－0852　愛知県名古屋市北区猿投町 26 番地
TEL(052)991－5537　　FAX(052)914－7933