

大妻女大 家政 ○前川當子 長嶺晋吉 八倉巻和子 吹野洋子
伊藤令子 飯島利津子 小澤真紀子

目的 急速に高齢化社会の構造に向っているわが国において、社会保障等福祉に関する社会の対応は遅れている。中高年齢層の人達は自主自衛の手段として、健康・経済そして生活の保全についての願望は強い。健康で活動できる年齢の延長を求めて本研究を始めた。

今回は生活環境と食生活が健康な高齢者とどのような関係があるかを解明するため、前回の調査対象の中から被験者を選び次の事項について実測・調査を行った。

方法 被験者は栃木県烏山・南那須・小川町の元気にうごける高齢者女子26名(65~98歳)男子12名(71~85歳)を選んだ。指定の場所に集合してもらい、身長・体重・皮脂厚・血圧そして血液・尿検査を実施した。並行して生活時間調査・食物摂取量調査を行った。日時・場所は昭和57年3月4日~4月30日。健康管理センター、老人いこいの家、公民館。

結果 I. 被験者の共通点をあげると次のようである。1. 生活環境が良い。自然環境、家族関係(三世代家族9割以上)、住居環境が良好である。2. 習慣的な食生活を行い、それが合理的である。3. 健康についての関心と実践につとめている。血圧、血液組成の各ファクターは多少の個人差はあるが優れている。4. 常に体をまめに動かしている。特に女性はその傾向が強い。性格も明るい。

II. 男女の比較、65歳以上98歳迄の高齢者について細かく比較検討してみると、労作量、食物摂取量の状態ともに女性の方が好ましい。また、年齢別男女の構成比をみると73歳位で男女の逆転を示し、男子の人口が減少しているなどいくらかの知見を得た。

III. 95歳以上の女子3名については、事例研究として報告する。