

高齢者の生活環境と健康・食生活についての総合的研究(第3報)その2
 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
 小澤真紀子 森岡加代 入江恵美子 飯島利律子

I 目的、II 方法はその1と同じである。

III 結果 (1)長寿者：65歳以上の人口に占める80歳以上の人の割合を長寿率と規定すると、今回のB地区の長寿者は男15.8%、女22.6%となり、全国比に比べてかなり高率である。

(2) 高齢者の年齢別構成：B地区の高齢者年齢別比率をみると、65～73歳までは男が女を上回っているが、それ以降の各年齢段階では、女が男を上回っている。特に85歳以上では男3.3%に対して女9.1%と高率を示し、女の方が長寿であることの一端がうかがえる。

(3) 事例：ケース1 男(O・M)87歳、現在海老網を業としている。血圧130～70mmHg、Hb 13.0g/dl。日常摂取する食品数は多く、塩辛いものは好まない。ケース2 男(S・S)83歳、土木業。血圧156～90mmHg、Hb 13.4g/dlと正常。一人暮らしであるが、好嫌なく何んでも好んで食べる。ケース3 女(T・A)94歳。海浜地区では最高年齢者である。10年前までは農業をしていた。腰は曲っているが、一人で調査にも参加し、階段の昇降もできる。家族は87歳の妹と二人暮らし。念仏講には月に2～3回出かける。自由な時間は自家野菜を作っている。その他、本対象地区の高齢者の事例を示し、その特質について論究する。

(4) 高齢者の特徴：①家族や近隣との人間関係が円満であり、精神的に安定している。(2)よく働き、経済的自立が確立している。③食生活は海産物を豊富に食し、栄養的に良好である。④身体状況については、体位は全国平均を上回り、血液性状は良好である。しかし、血圧は正常域にあるものは1割のみで、血圧のコントロールを必要とするものが過半数である。⑤早寝早起を常とし、食事は3食規則正しく摂っているなどが明らかとなった。