

鹿児島県佐多町における高齢者の食生活(第1報)

鹿児島県立短大 ○小住フミ子, 倉元綾子

《目的》全国的高齢化の中で、とりわけ鹿児島県の過疎と高齢は高いと言われる。佐多町は本土最南端の農漁村で、人口4578人、65歳以上が1528人、1994年5月31日現在の高齢化率は33.4%である。北緯31度を町内に持つ大隅半島突端の交通不便な地域である。町民は海岸線にそって、せまりくる山の裾野に居を構え、農林水産漁業従事者57%の町である。演者らは、同町の65歳以上の高齢者を対象に食生活および日常生活の実態について調査した。

《方法》予め質問用紙を準備し、佐多町の65歳以上の高齢者居宅家庭に調査を依頼した。調査は1994年12月、質問紙法、留置法で行った。有効回収数117票、回収率78%であった。調査内容は食生活および日常生活である。分析は項目別に単純集計、必要に応じてクロス集計を行った。

《結果》(1)調査対象者は男53%、女45%、平均年齢71歳であった。年齢構成は65歳～74歳64%、75歳以上34%であった。独居1/4、一世代世帯1/2、居住期間は52年と長い。子供や社会との交流は活発で、「寂しい」と感じる人は少なかった。主な収入源は国民年金等の年金であった。(2)食事時刻は規則正しく、時間帯は集中している。食事に要する時間は短い傾向にある。欠食、好き嫌い、外食はほとんどない。食生活改善や栄養に関する関心や知識は極めて高い。(3)佐多町では農漁業従事者が多く、仲間との交流も盛んで、意識的な体操や運動をすることなしに、日常生活の中で自ら健康の維持増進がなされていると思われる。