

「意欲的」高齢者の生活活動状況等の実態について
堀江祥允* 竹島伸生** 堀江和代*** ○菅瀬君子****

(* 名古屋市立大・人社, ** 名古屋市立大・自然セ, *** 愛知学泉大・家政,
**** 愛知学泉女短大)

【目的】高齢者が元気に生き延びる要因を模索する目的で、1997年度に竹島の「健康づくりプロジェクト研究」の運動による筋力向上訓練に意欲的に参加した高齢者の生活活動状況等を調査し、「超健康的」と思われる興味ある実態がみられたので報告する。

【方法】調査に応じた対象者は全員名古屋市在住で、男性15名(62-80歳)、女性15名(60-77歳)の計30名である。調査項目は、既報のプロジェクト研究で用いた「非栄養的調査項目」⁽¹⁾の内の14種類である。調査は1998年3月に調査員が自宅訪問しておこなった。

【結果】記憶、身体的状況(特に視聴力・嗅味覚、嚥下、眼鏡以外の補助具)、精神的状況(特に些細事を気にしない、毎日の幸福感)、睡眠、喫煙、健康状況(よいとの自覚、一年間病気なし、など)、外出(特に週5回以上)や日常活動(特に毎日の歩行、家事、助けをかりずに諸活動)、社会的活動(特に野外スポーツ、読書、旅行)、人間関係、全てにわたって良好な高齢者が圧倒的に多く、演者らがこの学会で既に報告してきた高齢者とは大変大きな違いが認められた。⁽¹⁾ Food habits in later life-A cross cultural study, CD-ROM edition, Asia Paci. J. Clin. Nutr. Soc. and UNU刊(1995)