

【ポスター発表】

学習活動参加者における健康度自己評価の関連要因に関する研究

—シニア大学受講者を対象とした調査から—

○ 東北福祉大学 村山 くみ (5666)

百瀬 ちどり (松本短期大学・8059)

キーワード：主観的健康感 健康寿命 社会参加活動

1. 研究目的

我が国の平均寿命は、平成 25 (2013) 年現在、男性 80.21 年、女性 86.61 年、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は男性が 71.19 年、女性が 74.21 年となっている。平均寿命、健康寿命ともに延びてはいるものの、健康寿命の延びが平均寿命の延びを上回るには至っていない。高齢期が長期化する現代社会においては、いかに自立し、心豊かに生きるか、健康寿命の延伸を推進するための環境づくりが火急の課題となっている。そこで本研究では、健康寿命の延伸に重要な役割を果たしているとされる健康度自己評価の関連要因についてライフスタイルや社会とのかかわりに着目しつつ検討することを目的とする。

2. 研究の視点および方法

(1) 研究の視点

本研究の視点は、健康寿命の延伸において重要な要因の一つとされる社会参加活動に積極的に取組もうとしている地域中高年者を対象に、健康度自己評価の状況とその関連要因の検討を通して健康寿命の延伸を推進するための環境づくりの基盤的視座を得ることである。

(2) 研究の方法

本研究の調査対象は、A 県 B 市保健福祉事務所が主催するシニア大学に平成 24 (2012) 年度ならびに平成 25 (2013) 年度に入学した受講者である。シニア大学開講期間中の平成 24 年 6 月と平成 25 年 8 月に同一内容の質問紙を用いた集合調査を実施した。

調査の手順は、①シニア大学主催者に研究の趣旨と実施方法について文章と口頭で説明し調査実施に関する許可を得た。②研究の趣旨及び方法、倫理的配慮について受講者全員に対して文書と口頭で説明を行った。③調査票を 1 部ずつ配布し、記入の方法について説明を行った。④調査票の回収については主催者の協力を得て、回収箱を設置した。

調査内容は、①基本属性に関する項目（年齢、性別、世帯構成、職業、参加のきっかけ、同伴者の有無、死別体験の有無）②社会関連性尺度、③健康度自己評価、④健康生活習慣等（健康生活習慣実践指標、通院、入院、健康診断の受診状況）、⑤日頃の交流関係である。

分析は、調査項目の全体を把握するためすべての項目において単純集計を行った。統計

処理は、表計算ソフト Excel を用いてデータセットを作成し、統計解析ソフト (IBM SPSS Statistics 22) を使用した。健康度自己評価による差の有意性を検討するため、得られた回答を「健康群」と「非健康群」に、年齢と交流関係の人数を除くその他の項目についても2群に分類し分析を行った。カテゴリ変数は、 χ^2 検定、連続変数は t 検定を使用し、検定の際の有意水準は 5% に設定した。

3. 倫理的配慮

本研究では調査への回答を無記名とし、統計的に処理することで個人が特定されないようにすること、調査に対し非協力であっても何の不利益も生じないこと、研究目的以外にデータを使用することは無いことを、文書と口頭で説明し、質問紙の提出をもって同意とした。調査票は研究担当者の責任において厳重に保管・管理し、個人情報外部に出ないよう十分に配慮した。

4. 研究結果

調査により得られた回答票は平成 24 年度調査が 249 名、平成 25 年度調査が 223 名であり、基本属性と健康度自己評価のすべてに記入のあった調査票を有効票として扱った。平成 24 年度調査における有効票は 248 (99.6%)、平成 25 年度調査における有効票は 221 (99.1%) であった。

基本属性を比較した結果、健康群と非健康群では性別や年齢、世帯状況に有意な違いはみられなかった。しかし、就労状況と半年以内の親しい方との死別経験において有意な関連が示された。社会と関わりでは、職業や家事などの決まった役割、生活の規則性の2項目で有意な差が認められ、健康群において役割がいつもある、とても規則的と回答した者の割合が高い結果となった。医療受診および健康診断受診状況では、1ヵ月以内の通院、1年以内の入院の2項目で有意な関連がみられた。生活習慣では、食事や労働、ストレスに有意な違いは確認されなかったが、睡眠において有意な差があることが確認された。日頃の交流関係では、親しくしている親戚、親しくしている近所の方、近所以外で親しくしている知人・友人に分類し、その規模(人数)と頻度への回答を求めたが有意な差はみられなかった。

5. 考察

中高年者の健康度自己評価には通院や入院といった既往症のほかに、就労や家事といった社会的役割が関連していることが明らかとなった。高齢者が自らの経験と知識を活かし社会的な役割や責任を遂行することで達成感や充実感を獲得し、それが自己の健康に対する自信となっている可能性が示唆された。高齢者の能力を活用するためには地域を基盤とした総合的な取り組みを検討していくことが求められる。