

## 5. 健康状態について

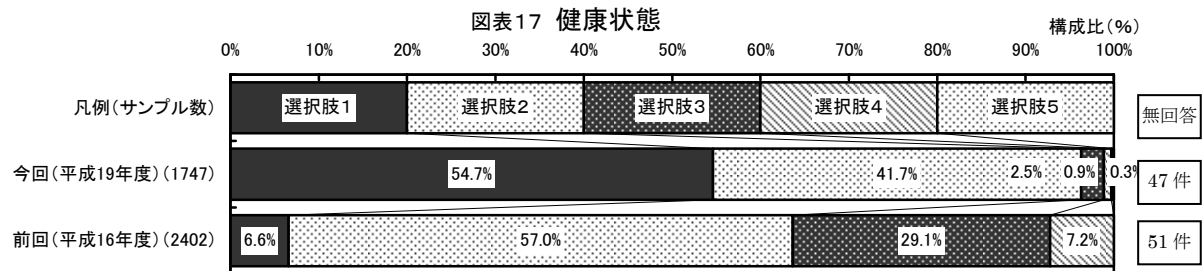
問17 あなた(ご本人)の健康状態についてお答え下さい。

- 「大した病気も障害もなく、普通に生活している」が5割以上で、「何らかの病気や障害はあるが、日常生活は、ほぼ自分でできるし、外出も一人で出来る」を含めて9割が日常生活を一人でできる状態である。

今回の回答では「大した病気や障害もなく、普通に生活している」が54.7%、「何らかの病気や障害はあるが、日常生活は、ほぼ自分でできるし、外出も一人でできる」が41.7%で、介助が必要な人は3.7%と低い。前回は「非常に健康である」「健康である」「あまり健康ではない」「健康ではない」の4択であったので比較しがたいが、前回は「非常に健康である」と「健康である」を合わせて健康と答えた人が63.6%であったのに対して、今回は「大した病気も障害もなく普通に生活している」と答えた人が54.7%と減少している。

性別では女性の方が57.9%と男性の51.3%に比べ、健康状態が良い結果となった。

年齢別にみると「大した病気も障害もなく、普通に生活している」が最も低いのは、男女ともに80～84歳となっている。



※ 前回における「健康状態」を尋ねる選択肢

- 選択肢1：「非常に健康である」
- 選択肢2：「健康である」
- 選択肢3：「あまり健康でない」
- 選択肢4：「健康ではない」

※ 今回における「健康状態」を尋ねる選択肢

- 選択肢1：「大した病気も障害もなく、普通に生活している」
- 選択肢2：「何らかの病気や障害はあるが、日常生活は、ほぼ自分でできるし、外出も一人でできる」
- 選択肢3：「何らかの病気や障害はあって、日常生活は、ほぼ自分でできるが、外出は介助なしではできない」
- 選択肢4：「何らかの病気や障害はあって、家の中での生活は誰かの手助けが必要である」
- 選択肢5：「何らかの病気や障害はあって、食事、着替え、トイレなど日常生活について全面的に介助が必要である」

図表17性・年齢別 健康状態

項目 ( )内はサンプル数		普通に生活している、 大した病気も障害もなく、	できる、日常の生活や外出も一人で行ける、 何らかの病気や障害はない、	して、日常生活や外出はほぼ自分で行ける、 何らかの病気や障害はない、	のて、家族の世話が必要である、 何らかの病気や障害はない、	的など、日常生活に支障はない、 何らかの病気や障害はない、	無回答件数
男性	男性合計(832)	51.3%	46.0%	1.8%	0.7%	0.1%	18件
	65～69歳(279)	63.9%	35.4%	0.7%	0.0%	0.0%	5件
	70～74歳(243)	52.7%	45.6%	0.8%	0.8%	0.0%	4件
	75～79歳(155)	38.6%	57.5%	2.6%	1.3%	0.0%	2件
	80～84歳(96)	36.6%	59.1%	3.2%	1.1%	0.0%	4件
	85～89歳(37)	45.7%	54.3%	0.0%	0.0%	0.0%	2件
	90歳以上(20)	42.1%	26.3%	21.1%	5.3%	5.3%	1件
女性	女性合計(939)	57.9%	37.9%	2.9%	1.0%	0.3%	27件
	65～69歳(292)	70.0%	28.6%	1.0%	0.3%	0.0%	8件
	70～74歳(241)	58.7%	37.9%	1.7%	0.9%	0.9%	7件
	75～79歳(163)	48.5%	47.9%	2.5%	0.6%	0.6%	2件
	80～84歳(126)	43.5%	53.2%	1.6%	1.6%	0.0%	5件
	85～89歳(67)	56.1%	36.4%	4.5%	3.0%	0.0%	3件
	90歳以上(48)	53.2%	21.3%	23.4%	2.1%	0.0%	1件

単位:構成比%

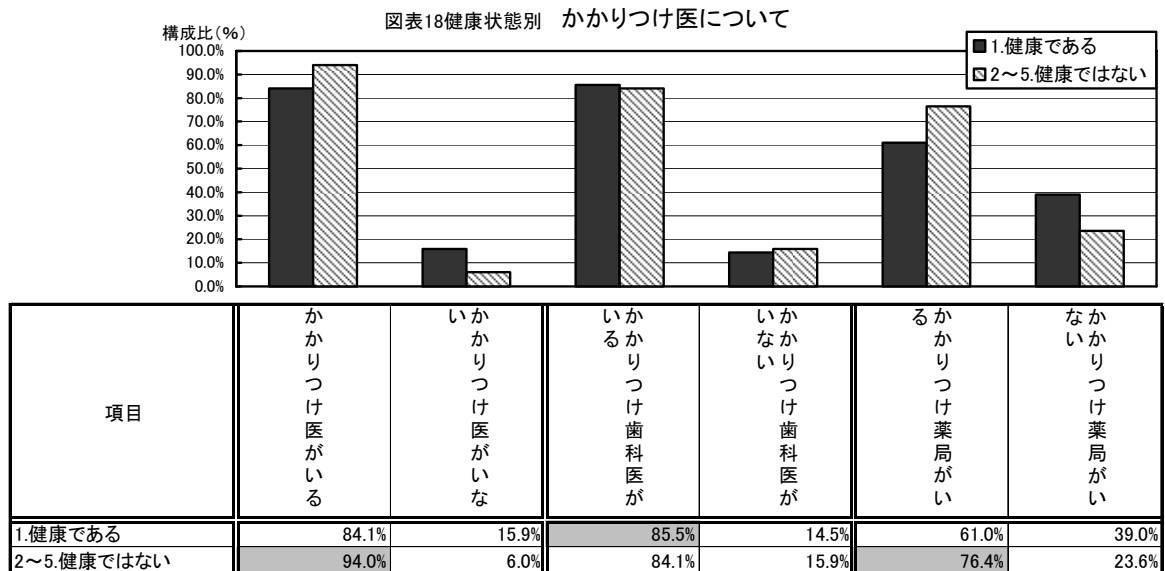
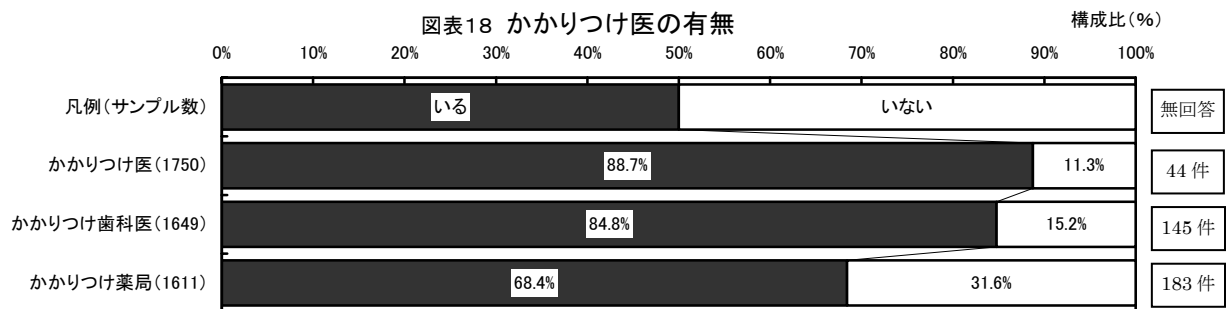
各カテゴリの上位3位の項目

問18 あなた(ご本人)は、治療や健康について相談する、かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局がありますか。

●ほとんどの高齢者はかかりつけ医師がいる。かかりつけ薬局は約7割と比較的低い。

「かかりつけ医がいる」と答えた人は88.7%あり、「かかりつけ歯科医がいる」も84.8%と高い。一方、かかりつけ薬局は68.4%と、かかりつけ医に比べると低い。

健康状態別に見ると、「健康ではない」人の方が、かかりつけ医がいる事がうかがえる。



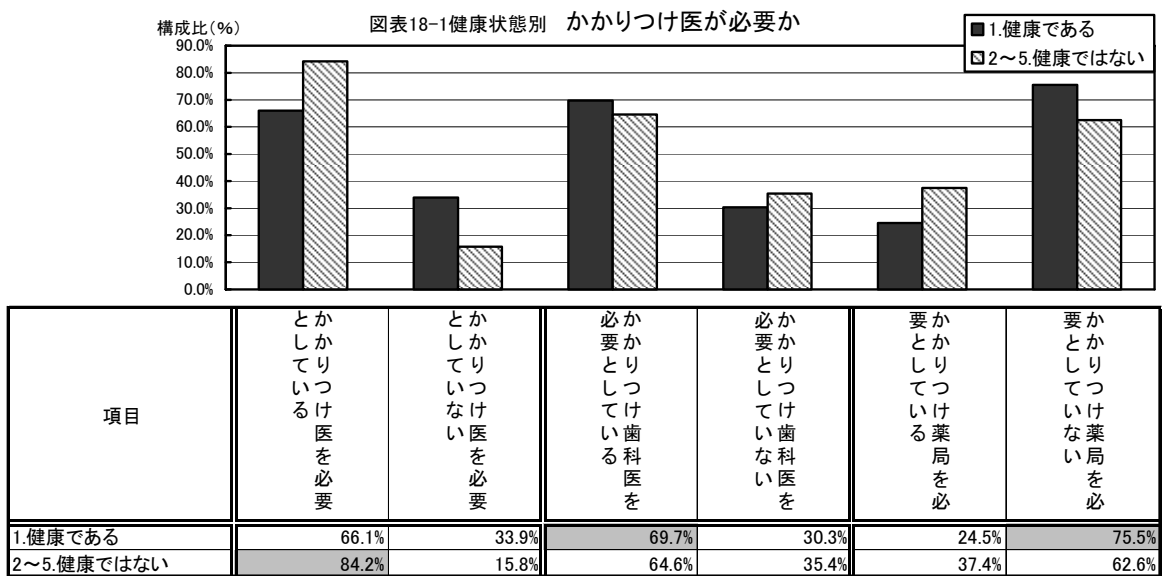
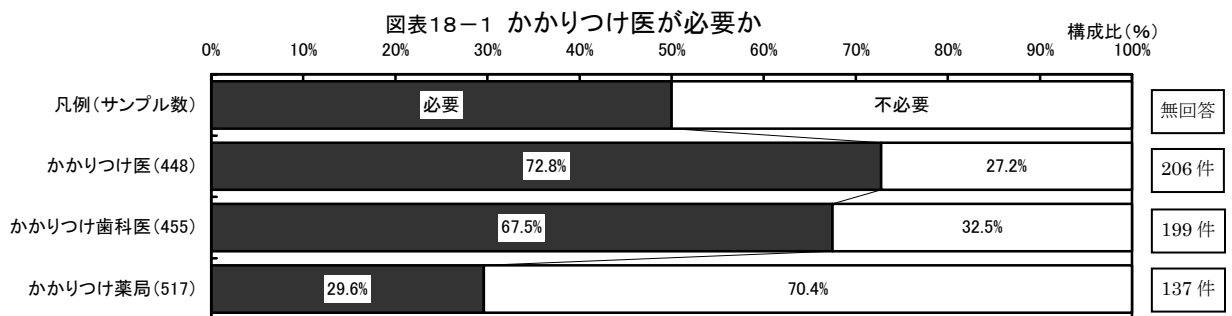
■ 各問の上位1位の項目

問18-1 あなた(ご本人)は、治療や健康について相談する、かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を必要としていますか。

●かかりつけ医を必要としている人は約7割であるが、一方、かかりつけ薬局を必要としている人の割合は低い。

「かかりつけ医を必要としている」が72.8%、「かかりつけ歯科医を必要としている」が67.5%と高い。一方「かかりつけ薬局を必要としている」は29.6%と低い。

健康状態別に見ると、「健康ではない」人の84.2%が、かかりつけ医を必要としている。



■ 各問の上位1位の項目

単位: 構成比%

問19 あなた(ご本人)は、毎年、健康診断やがん検診を受けていますか。

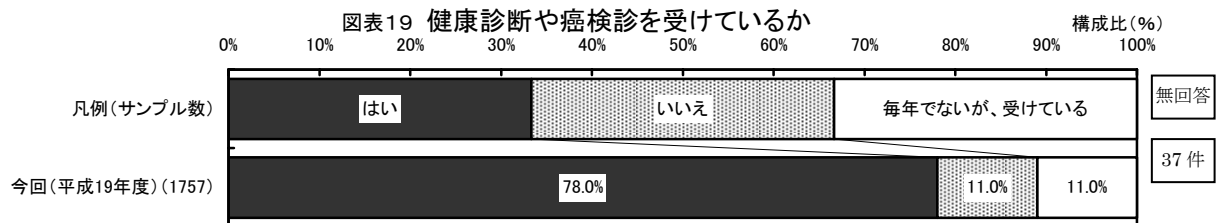
●4人に3人は毎年健康診断を受けており、毎年ではなくても受けている高齢者を合わせると9割に近い。

「毎年ではないが受けている」を加えると 89.0%が診断を受けており、健康に関することが、高齢者の大きな関心であることを示す調査結果となった。

性別にみると、受診している率に大差はなく、年齢別にみると 70 歳から 84 歳までの受診率が比較的高い。

家族構成別でもほとんど差はなく、「ひとり暮らし」でも健康に気をつけていることがわかる。

健康状態で比較しても大差なく、健康診断に対してはほとんどの高齢者が同じように検診を受けていることがうかがえる。

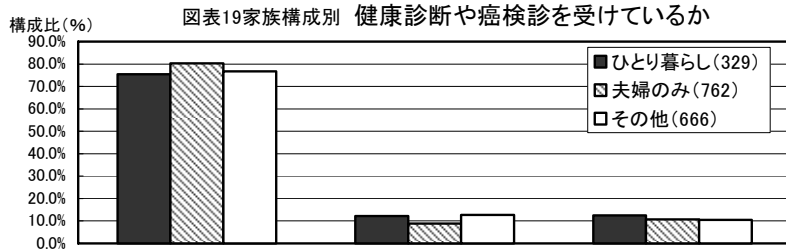


図表19性・年齢別 健康診断や癌検診を受けているか

項目 ( )内はサンプル数	はい	いいえ	受毎年 け年 てで はな い が、	無回 答 件 数
男性合計(817)	76.6%	12.0%	11.4%	18件
65～69歳(276)	67.0%	15.9%	17.0%	3件
70～74歳(240)	80.4%	10.4%	9.2%	5件
75～79歳(149)	84.6%	8.1%	7.4%	6件
80～84歳(95)	82.1%	10.5%	7.4%	2件
85～89歳(35)	82.9%	8.6%	8.6%	2件
90歳以上(20)	65.0%	20.0%	15.0%	0件
女性合計(930)	79.2%	10.2%	10.5%	19件
65～69歳(287)	73.5%	13.9%	12.5%	8件
70～74歳(239)	82.8%	7.1%	10.0%	3件
75～79歳(162)	83.3%	4.9%	11.7%	3件
80～84歳(127)	85.8%	7.9%	6.3%	2件
85～89歳(67)	77.6%	14.9%	7.5%	2件
90歳以上(47)	66.0%	21.3%	12.8%	1件

単位:構成比%

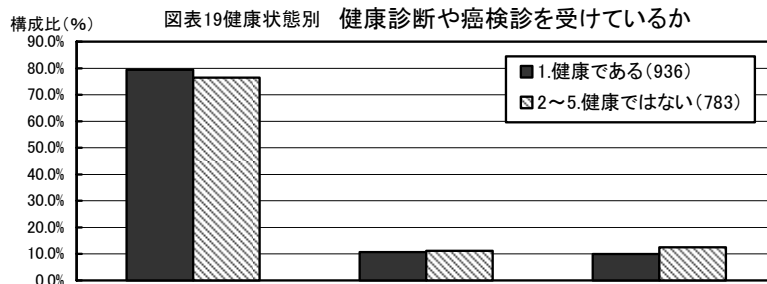
各カテゴリーの上位1位の項目



項目 ( )内はサンプル数	はい	いいえ	受けていないが、毎年ではないが、	無回答件数
ひとり暮らし(329)	75.4%	12.2%	12.5%	7件
夫婦のみ(762)	80.3%	8.9%	10.8%	16件
その他(666)	76.7%	12.8%	10.5%	14件

単位:構成比%

各カテゴリの上位1位の項目



項目 ( )内はサンプル数	はい	いいえ	受けていないが、毎年ではないが、	無回答件数
1.健康である(936)	79.4%	10.7%	9.9%	19件
2~5.健康ではない(783)	76.4%	11.1%	12.5%	9件

単位:構成比%

各カテゴリの上位1位の項目

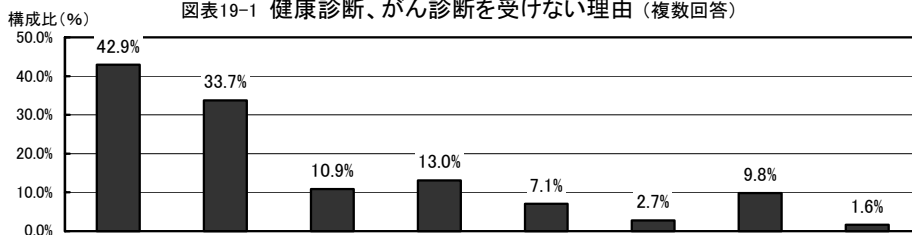
問19-1 あなた(ご本人)が、健康診断やがん検診を受けない理由はなぜですか。

●「体調が良いので検診を受ける必要がないから」と「日頃、通院や治療をしているので検診を受ける必要がないから」人を合わせて7割強であるが、気になっていても行かない人や、行く所がわからない人が合わせて約2割いる。

「体調が良いので、検診を受ける必要がないから」42.9%と「日頃、通院や治療をしているので、検診を受ける必要がないから」33.7%は合わせて76.6%であるが、「気にかかることはあるが、悪いところがあると怖いから」や「かかりつけ医もなく、どこの医院(病院)で受けてよいかわからないから」、「どのような検診があるのか、よくわからないから」は合わせて22.8%あり、気になっていても行かないか、行く所がわからない人が合わせて約2割いる。

健康別でみると、「健康である」人は約5割の人が体調が良いので受診せず、「健康でない」人は約4割の人が日頃の通院や治療で分かっているため受診はしていない。

図表19-1 健康診断、がん診断を受けない理由(複数回答)



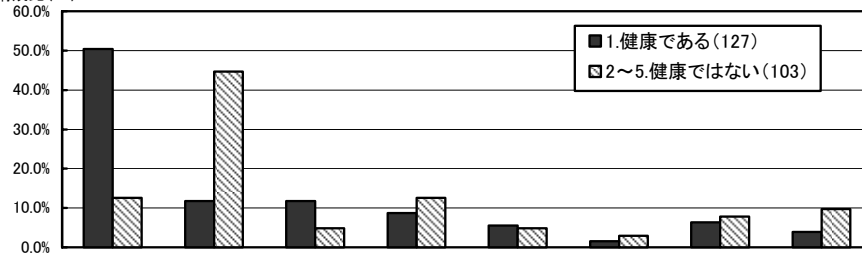
項目	受診調 るが良 いので ない、 健康診 を	日頃、 通院や 治療を 受けて いる	忙し いので、 健康診 を受けない	気が 悪いか、 怖いから	かかり つけ医 もなく、 どこの 医院(病 院)で 受けて よいか わから ないから	どの よ様な 健康診 がある のか	健康 診断の 費用が 高いから	その他	無 回 答
今回(平成19年度)(184)	42.9%	33.7%	10.9%	13.0%	7.1%	2.7%	9.8%	1.6%	9件

( )内はサンプル数

単位:構成比(%)

各カテゴリの上位3位の項目

構成比(%) 図表19-1健康状態別 健康診断、がん診断を受けない理由(複数回答)



項目 ( )内はサンプル数	受ける必要がないから	日頃、通院や治療をしていないから	が忙しく、健康診断を受ける暇がない	怖いか、悪いところがあるから	このかかりつけの病院(クリニック)で受けてほしい	かど、よくな健診がないから	健診の費用が高いから	その他	無回答件数
1.健康である(127)	50.4%	11.8%	11.8%	8.7%	5.5%	1.6%	6.3%	3.9%	4件
2~5.健康ではない(103)	12.6%	44.7%	4.9%	12.6%	4.9%	2.9%	7.8%	9.7%	4件

単位:構成比%

各カテゴリの上位3位の項目



問20 あなた(ご本人)は、現在、何か病気をかかえていますか。

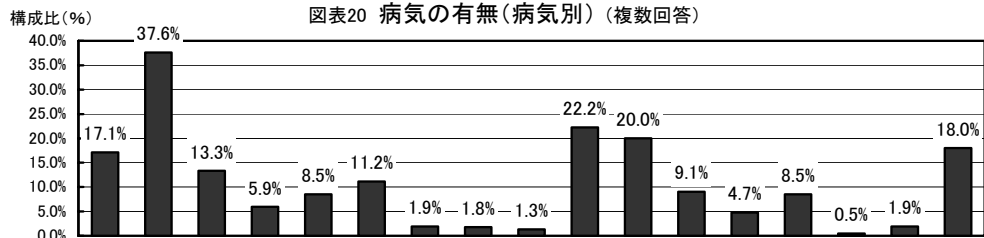
●約8割の高齢者は何らかの病気をかかえている。

「かかえている病気はない」と回答した人は17.1%で、残りの82.9%の人が何らかの病気をかかえている。

性別にみると、女性は男性に比べて「骨粗しょう症」のパーセンテージが高いのが目立ち、次いで「目の病気」、「リュウマチ・神経痛」がやや高い。

一方、「糖尿病」と「胃腸病」と「歯・歯周病」は男性の方が高い。

図表20 病気の有無(病気別) (複数回答)



項目	かかえていない病気はない	高血圧症	心臓病	呼吸器疾患	胃腸病	糖尿病	肝臓病	腎疾患	骨折	歯・歯周病	目の病気	耳鼻の疾患	リュウマチ・神経痛	骨粗しょう症	認知症	うつ	その他	無回答
今回(平成19年度)(1666)	17.1%	37.6%	13.3%	5.9%	8.5%	11.2%	1.9%	1.8%	1.3%	22.2%	20.0%	9.1%	4.7%	8.5%	0.5%	1.9%	18.0%	128件

( )内はサンプル数

単位:構成比(%)

各カテゴリの上位3位の項目

図表20性・年齢別 病気の有無(病気別) (複数回答)

項目 ( )内はサンプル数	かか えて い る 病 気 は な い	高 血 圧 症	心 臓 病	呼 吸 器 疾 患	胃 腸 病	糖 尿 病	肝 臓 病	腎 疾 患	骨 折	歯 ・ 歯 周 病	目 の 病 気	耳 鼻 の 疾 患	リ ュ ウ マ チ ・ 神 経 痛	骨 粗 し よ う 症	認 知 症	う つ	そ の 他	無 回 答 件 数
	男性合計(787)	17.0%	35.7%	14.1%	7.2%	10.7%	14.2%	2.8%	2.8%	0.9%	25.5%	16.0%	9.8%	3.7%	1.3%	0.4%	1.3%	19.7%
65～69歳(267)	19.5%	31.1%	10.9%	1.9%	9.7%	16.5%	3.7%	1.5%	1.1%	30.3%	12.0%	6.0%	4.5%	1.1%	0.4%	1.1%	16.1%	5件
70～74歳(229)	18.8%	35.8%	13.1%	10.0%	10.5%	13.5%	2.6%	1.7%	0.9%	22.7%	16.2%	6.6%	4.4%	0.4%	0.0%	0.0%	17.5%	4件
75～79歳(149)	12.1%	36.9%	14.1%	6.7%	11.4%	14.8%	2.7%	4.0%	0.0%	27.5%	20.1%	16.1%	2.0%	0.7%	0.7%	4.7%	24.2%	2件
80～84歳(88)	11.4%	44.3%	20.5%	13.6%	11.4%	11.4%	2.3%	5.7%	1.1%	22.7%	23.9%	13.6%	2.3%	3.4%	1.1%	0.0%	26.1%	4件
85～89歳(33)	18.2%	45.5%	24.2%	18.2%	15.2%	9.1%	0.0%	3.0%	0.0%	9.1%	15.2%	18.2%	3.0%	3.0%	0.0%	0.0%	27.3%	2件
90歳以上(19)	15.8%	36.8%	26.3%	5.3%	10.5%	10.5%	0.0%	10.5%	5.3%	21.1%	5.3%	21.1%	5.3%	5.3%	0.0%	0.0%	21.1%	1件
女性合計(871)	17.3%	39.3%	12.3%	4.6%	6.7%	8.3%	2.1%	0.9%	1.7%	19.3%	23.5%	8.3%	5.6%	14.9%	0.6%	2.5%	15.6%	27件
65～69歳(266)	22.9%	31.6%	5.3%	3.8%	3.0%	7.5%	2.3%	0.8%	0.4%	20.7%	17.3%	7.1%	3.8%	9.4%	0.0%	3.8%	19.2%	8件
70～74歳(229)	14.4%	39.7%	11.4%	3.1%	7.4%	9.6%	1.3%	1.3%	3.1%	21.8%	25.8%	10.5%	6.1%	11.8%	0.4%	1.7%	15.7%	7件
75～79歳(158)	10.1%	39.9%	19.0%	5.7%	7.0%	9.5%	3.8%	1.3%	1.3%	25.9%	29.7%	7.0%	8.9%	22.8%	0.6%	2.5%	17.7%	2件
80～84歳(115)	21.7%	47.0%	22.6%	9.6%	14.8%	6.1%	1.7%	0.9%	1.7%	13.0%	27.8%	7.0%	5.2%	22.6%	0.9%	0.9%	9.6%	5件
85～89歳(59)	8.5%	49.2%	10.2%	3.4%	3.4%	8.5%	1.7%	0.0%	3.4%	8.5%	25.4%	11.9%	6.8%	18.6%	1.7%	3.4%	15.3%	3件
90歳以上(43)	25.6%	48.8%	11.6%	2.3%	7.0%	7.0%	0.0%	0.0%	2.3%	2.3%	14.0%	7.0%	2.3%	11.6%	2.3%	2.3%	2.3%	1件

単位：構成比%

■ 各カテゴリの上位3位の項目

問21 あなた(ご本人)が健康のために、気をつけていることは何ですか。

- 運動、食事、睡眠の三大要素をあげている。特に運動をあげる高齢者が増加した。
- 健康のために気をつけるパーセンテージが高いのは、男性は運動、女性は食事。

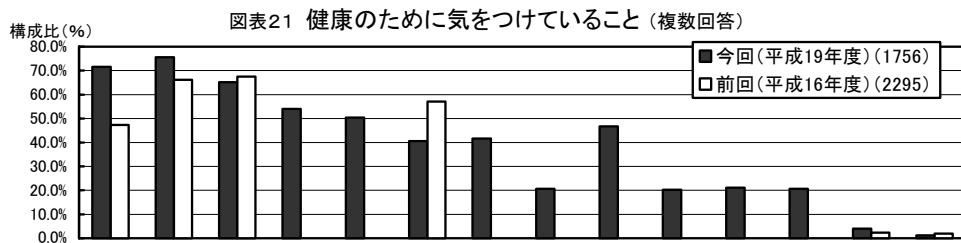
「適度な運動」や、「食事・栄養バランス」を挙げた人が、それぞれ71.6%、75.6%と多い。「十分な睡眠」が65.2%であった。

前回調査でのこれら健康の三大要素をみると、それぞれ、47.3%、66.2%、67.5%であったのに比較すると、運動、食事バランスについての大きな意識変化がみられる。

性・年齢別に見ると、「適度な運動」に対しては男性が75.7%に対して、女性は65.6%と10パーセントほど低い、「食事・栄養バランス」になると、男性が72.9%に対し、女性は77.7%と女性のほうがやや高く、男性は運動、女性は食事に気をつけている傾向がある。

年齢的には、「適度な運動」は男女とも70歳～74歳が一番多くあげている。「食事・栄養バランス」に関しては65歳～69歳が高いが、年齢の増加とともに下がっていく。

健康状態で比較すると健康な人が、ほとんどの項目で健康でない人よりも高数値をあげており、結果的には、気をつけて生活した人が健康ということになると推測される。唯一異なるのは、「転倒や骨折に注意する」が健康な人が46.6%に対し、健康でない人は54.9%となっていて、健康でない人の方が行動時に注意していることが考えられる。



項目	適度な運動	食事・栄養バラ	十分な睡眠	規則正しい生活	転倒や骨折に注意する	ストレスをためない	人との交流を持つ	間食をしない	頭を使う（読書など）	禁煙	適度な飲酒	レクリエーションを楽しむ	特に気をつけていない	その他	無回答
今回(平成19年度)(1756)	71.6%	75.6%	65.2%	54.0%	50.4%	40.5%	41.6%	20.6%	46.8%	20.3%	21.1%	20.6%	4.0%	1.2%	38件
前回(平成16年度)(2295)	47.3%	66.2%	67.5%	-	-	57.1%	-	-	-	-	-	-	2.3%	1.9%	158件

( )内はサンプル数

単位:構成比(%)

各カテゴリの上位3位の項目

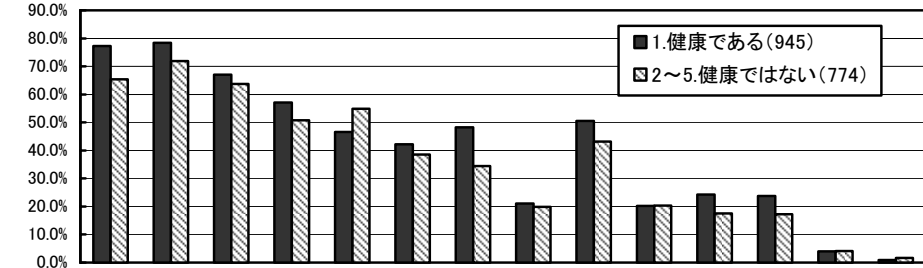
図表21性・年齢別 健康のために気をつけていること

項目 ( )内はサンプル数	適度な運動	食事・栄養バラ	十分な睡眠	規則正しい生活	転倒や骨折に注意	ストレスをためない	人との交流を持つ	間食をしない	頭を使う(読書など)	禁煙	適度な飲酒	レクリエーションを楽しむ	特に気をつけていない	その他	無回答件数
男性合計(819)	77.2%	72.9%	66.5%	53.1%	33.1%	34.3%	33.2%	20.9%	42.2%	30.4%	36.0%	20.0%	3.9%	1.2%	16件
65～69歳(273)	77.3%	75.5%	63.4%	52.0%	17.9%	36.3%	34.1%	19.4%	36.6%	28.6%	41.0%	20.5%	5.5%	0.0%	6件
70～74歳(241)	82.6%	73.4%	67.2%	51.9%	31.5%	34.0%	36.1%	21.6%	44.4%	28.6%	35.3%	25.7%	1.7%	0.8%	4件
75～79歳(153)	76.5%	74.5%	63.4%	57.5%	39.2%	34.6%	35.9%	27.5%	46.4%	34.0%	38.6%	18.3%	3.9%	2.6%	2件
80～84歳(95)	72.6%	65.3%	71.6%	53.7%	53.7%	32.6%	25.3%	15.8%	45.3%	28.4%	29.5%	13.7%	3.2%	3.2%	2件
85～89歳(36)	75.0%	69.4%	83.3%	55.6%	63.9%	33.3%	27.8%	19.4%	38.9%	47.2%	27.8%	11.1%	5.6%	2.8%	1件
90歳以上(19)	47.4%	68.4%	78.9%	36.8%	63.2%	21.1%	15.8%	10.5%	57.9%	31.6%	5.3%	5.3%	10.5%	0.0%	1件
女性合計(930)	67.0%	77.7%	64.4%	55.2%	65.5%	46.0%	49.2%	20.3%	51.1%	11.3%	8.0%	21.2%	4.2%	1.2%	19件
65～69歳(291)	71.5%	82.8%	62.2%	55.7%	54.0%	48.5%	52.2%	18.9%	46.4%	12.0%	10.7%	26.5%	4.1%	0.3%	4件
70～74歳(238)	76.1%	80.3%	69.3%	58.0%	66.8%	52.9%	56.7%	24.4%	52.5%	13.9%	9.7%	27.3%	2.9%	2.1%	4件
75～79歳(162)	72.8%	77.2%	61.1%	55.6%	72.2%	43.8%	45.7%	23.5%	54.3%	11.7%	4.9%	19.8%	5.6%	2.5%	3件
80～84歳(124)	56.5%	70.2%	62.9%	54.8%	75.0%	43.5%	47.6%	18.5%	59.7%	9.7%	6.5%	12.1%	3.2%	0.0%	5件
85～89歳(68)	44.1%	76.5%	67.6%	52.9%	66.2%	33.8%	38.2%	17.6%	45.6%	4.4%	1.5%	7.4%	4.4%	0.0%	1件
90歳以上(46)	34.8%	58.7%	63.0%	41.3%	80.4%	26.1%	23.9%	4.3%	47.8%	6.5%	6.5%	4.3%	8.7%	2.2%	2件

単位:構成比%

各カテゴリの上位3位の項目

図表21健康状態別 健康のために気をつけていること (複数回答)



項目 ( )内はサンプル数	適度な運動	食事・栄養バラ	十分な睡眠	規則正しい生活	転倒や骨折に注意	ストレスをためない	人との交流を持つ	間食をしない	頭を使う(読書など)	禁煙	適度な飲酒	レクリエーションを楽しむ	特に気をつけていない	その他	無回答件数
1.健康である(945)	77.2%	78.4%	67.0%	57.1%	46.6%	42.2%	48.3%	21.1%	50.6%	20.2%	24.3%	23.7%	4.0%	0.8%	10件
2～5.健康ではない(774)	65.4%	71.8%	63.7%	50.8%	54.9%	38.5%	34.5%	19.9%	43.2%	20.3%	17.6%	17.2%	4.1%	1.7%	18件

単位:構成比%

各カテゴリの上位3位の項目