研究・調査報告書

報告書番号	担当
２２８	独立行政法人酒類総合研究所

題名（原題／訳）

Physical condition and fitness, living habits, dietary habits, subjective health in association with life satisfaction among elderly people.

高齢者の身体状況、体力、生活習慣、食生活状況および主観的健康感と生活満足度の関連

執筆者

小西史子、SUN LinLin、木村靖夫

掲載誌（番号又は発行年月日）

日本健康教育学会誌、Vol.17 No.1 Page.14-23 (2009)

キーワード

主観的健康感、食生活、飲酒習慣、生活満足度、高齢者

要　旨

本研究では、高齢者の身体状況、体力、生活習慣、食生活状況、主観的健康感、生活満足度の実態と関連を調べ、生活満足度に関わる因子を明らかにした。佐賀県のデイケアセンターに訪れた高齢者(男性 91 人、女性 149 人)を対象とし、聞き取り調査を行った。調査項目は身体状況（下半身の痛み)、体力（身体的自立に必要な体力の評価方法)、生活習慣（飲酒・喫煙習慣)、食生活状況（週当たりの食品摂取頻度)、主観的健康感および生活満足度であり、それらの関連を一元配置分散分析で調べた。主観的健康感に関わる因子を明らかにするために、ロジスティック回帰分析を用いた。この結果、女性の方が男性より身体状況が悪く、体力は男性に比べて有意に低かった。飲酒習慣について、毎日飲まない人（62.2%)、時々飲む人（18.1%)、ほぼ毎日飲む人（19.7%）であった。喫煙習慣については、吸わない人（86.3%）であった。食生活状況の平均値は前期高齢期（65～74 歳）よりも後期高齢期（75 歳～）で有意に高かった。主観的健康感については、非常に健康（11.3%)、まあ健康（68.3%)、あまり健康でない（16.6%)、健康でない（3.7%）であった。主観的健康感と年齢、性別、居住形態、飲酒習慣、喫煙習慣、食生活状況により差は見られなかったが、下半身に痛みがある人ほど主観的健康感が有意に低く、体力が平均以上の人は主観的健康感が有意に高かった。生活満足度については、おおいに満足 (23.0%)、まあ満足（69.9%）であった。生活満足度と年齢、性別、居住形態、下半身の痛みと差は見られなかったが、飲酒習慣、喫煙習慣、食生活状況、主観的健康感によって有意な差が見られた。ロジスティック回帰分析の結果、生活満足度は主観的健康感｛オッズ比 1.66(95%信頼区間 1.03-2.70)｝、飲酒習慣｛オッズ比 3.586(95%信頼区間 1.29-9.80)｝と関連を示した。以上より、飲酒習慣のあること、主観的健康感の良好であることは、より高い生活満足度と関連することが明らかになった。