

## 名古屋市の老人クラブに所属する高齢者の食生活調査

### I. 対象者の基本的属性

續 順子・伊藤万里・佐宗洋子\*・中島けい子

The Dietary Life of the Elderly in Nagoya

### I. General survey

Junko TSUDZUKI, Mari ITO, Yoko SASO and Keiko NAKASHIMA

我が国では、医学の進歩、生活水準の向上による食生活状況の改善等によって、急速に平均寿命は延び、高齢化が進んできている。1995年の統計によれば、日本人男性は76.57歳、女性は82.98歳となっている。

いわゆる高齢化社会とは、65歳以上の高齢者人口が7%を越えた社会をいうが、日本ではすでに1970年に高齢化社会になっている。さらに1994年には14%を越え、この超高齢化社会に達するのにわずか24年、フランスの130年、アメリカの70年はもとより西ドイツの45年に比べても、急速に高齢化は進み、政府・関係官庁はその対応に追われているのが現状といえよう。

一方で、女性の社会進出は著しく、そのバックアップもなされるようになってきている。名古屋市では、女性企画室主催で「男女共生社会実現のため」の懇話会が開かれ、名古屋市に対して提言を行ってきている。その第6期委員として、女性が社会で働くために家庭に残される高齢者の食生活ケヤーについての提言<sup>1)</sup>をした。しかし、平成4年当時名古屋市では、東京都や大阪市のような高齢者所帯の食生活に関する調査資料<sup>2)</sup>はほとんどなく、東京や大阪など他市の調査結果をもとに提言を行ったが、その有効性については、判断資料がないままであった。

そこで、名古屋市における実態を知り、その対策の基礎データとするため、名古屋市民局高齢者福祉対策課の指導と援助を得て、名古屋市における高齢者の食生活の実態調査を行ったので報告する。

### I. 調査方法

#### 1. 調査対象者と調査方法

名古屋市民局高齢者福祉対策課の援助により、名古屋市全市の老人クラブ代表者の集會に提案し受入れに応じた、名古屋市周辺部が編入された守山区、新興住宅地の多い緑区および旧市街である中村区の老人クラブに所属し、集會に出席可能な60歳以上の健常者を対象に質問用紙調査を行った。

---

\* 東邦ガス株式会社 商品開発部

守山区と緑区については、調査担当者が老人クラブの集会に参加し、調査書を逐次説明しながら記入してもらった。

中村区は調査書を高齢者クラブで集会時に配付、各自記入のうえ返送してもらよう依頼した。

これら老人クラブの加入年齢は60歳であるが、回答されたうちから65歳以上の該当者を抽出し統計処理した。これは平成5年度の個別訪問調査<sup>3)</sup>において対象高齢者を65歳以上としたのに合わせたものである。

調査項目は、属性、生活活動状況、健康状態、食生活意識、食生活状況、食事、食生活ケヤー、調理機器、嗜好調査の9項目とした。

### 3. 調査期間

守山区は平成6年9月26日月曜日、緑区は平成6年10月19日月曜日に調査を実施し、中村区は平成6年10月26日水曜日に調査書を配付し11月30日水曜日までに回収した。

## II. 調査結果および考察

### 1. 調査対象者の基本的属性

#### 1) 男 女 比

調査対象者の男女比は男性124名(66.7%)、女性62名(33.3%)であった。これは平成5年度の個別家庭訪問調査の、それぞれ35.0%と65.0%<sup>3)</sup>に比べ、男性が多かった。この事実、女性が家庭にあり、男性が外出するというパターンを表しているものと推定される。

#### 2) 各区分人数割合とその男女比

今年度は、老人クラブの協力の得られた区に限られたため、平成5年度個別訪問調査のように全市全区にわたる調査対象者は得られなかった。男性は守山区20名(16.1%)、緑区23名(18.5%)、中村区81名(65.3%)であった。女性は守山区38名(61.3%)、緑区2名(3.2%)、中村区22名(35.5%)であった。この各区の男女比の違いは調査したときの集会の目的や内容の相違によるものと判断される。

#### 3) 年 齢 構 成

年齢構成は、65歳以上を対象としたため、表1に示したように、70歳台が男性67.5%、女性67.7%で最も多かった。一方、85歳以上は男性の3.3%のみであった。平成5年度の訪問調査で、85歳以上が男性7.6%、女性10.4%<sup>3)</sup>あったのと比較すると少なかった。

表1 調査対象者の年齢構成

		65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85～89歳	90歳～
平成 6 年 度	男 性	20 (16.3)	38 (30.9)	45 (36.6)	16 (13.0)	4 ( 3.3)	—
	女 性	10 (16.1)	22 (35.5)	20 (32.3)	10 (16.1)	—	—

上段＝人数 下段＝%

#### 4) 家族構成

これら調査対象者の家族構成は、表2に示したように、独り暮らしが6.5%，夫婦のみが34.8%，二世帯同居が17.4%，三世帯同居が37.5%，その他が3.8%であった。これを男女別に見ると、独り暮らしの男性は極めて少なく4名（3.3%）にすぎなかった。一方、女性は8名（12.3%）あり、東京都<sup>2)</sup>とよく似ていた。これは女性のほうが平均寿命が長いことと、独り暮らしがしやすいことに関係があるものと推定される。これに対して、男性は夫婦のみの所帯が42.6%と多く、さらに半数が二世帯と三世帯同居であった。この点では大阪市の調査結果<sup>2)</sup>と類似していた。女性も64.3%が同居していて、東京都と大阪市の中間にあった。またこの傾向は平成5年度の調査結果<sup>3)</sup>とも一致し、「名古屋市は一人暮らしの高齢者が少なく、家族の中でケアーされている。」という第6期女性懇話会での名古屋市長の発言は必ずしも当を得てはいない。

表2 調査対象者の家族構成

		独り暮らし	夫婦のみ	二世帯同居	三世帯同居	その他
平成 6 年度	男 性	4 ( 3.3)	52 (42.6)	17 (13.9)	44 (36.1)	5 ( 4.1)
	女 性	8 (12.9)	12 (19.4)	15 (24.2)	25 (40.3)	2 ( 3.2)

上段＝人数 下段＝%

#### 5) 住居形態

調査対象者の住居形態は、圧倒的に一戸建住居が多く80.9%もあった。これを男女別に見ると、男性82.3%，女性78.1%であった。最近、玄関や台所を別にする2所帯住宅が住宅建設会社の宣伝によく見受けられるものの、調査結果では8.5%にすぎず、男女別に統計処理すると、男性4.6%，女性15.6%であった。またマンション暮らしも敬遠されがちで、3.7%とさらに低く、しかも男性の4.8%のみで、女性は無かった。これを昨年度の訪問調査結果の男性11.7%，女性19.7%<sup>3)</sup>と比較してみても、極めて少ないといえる（表3）。

表3 調査対象者の住居形態

		一戸建て	二世帯住宅	アパートマンション	その他	回答なし
平成 6 年度	男 性	102 (82.3)	6 ( 4.8)	7 ( 5.6)	5 ( 4.0)	4 ( 3.2)
	女 性	50 (78.1)	10 (15.6)	4 ( 6.3)	—	—

上段＝人数 下段＝%

#### 6) 居住年数

対象者の居住年数は長く「生まれた時から」とか「戦後からずっと」と答える人が多く、居住年数21年以上が全体で62.4%あり、男女別に統計処理すると男性63.8%，女性59.0%と、共に過半数以上が長期に居住していると判断される（表3）。この調査結果は平成5年度の訪問調査結果ともよく一致していた。

表4 調査対象者の居住年数

		1～5年	6～10年	11～15年	16～20年	21年～	回答なし
平成 6 年度	男 性	3 ( 2.4)	5 ( 3.9)	5 ( 3.9)	7 ( 5.5)	81 (63.8)	26 (20.5)
	女 性	5 ( 8.2)	4 ( 6.6)	2 ( 3.3)	36 (59.0)	14 (23.0)	—

上段=人数 下段=%

## 2. 生活活動状況

### 1) 起床時刻

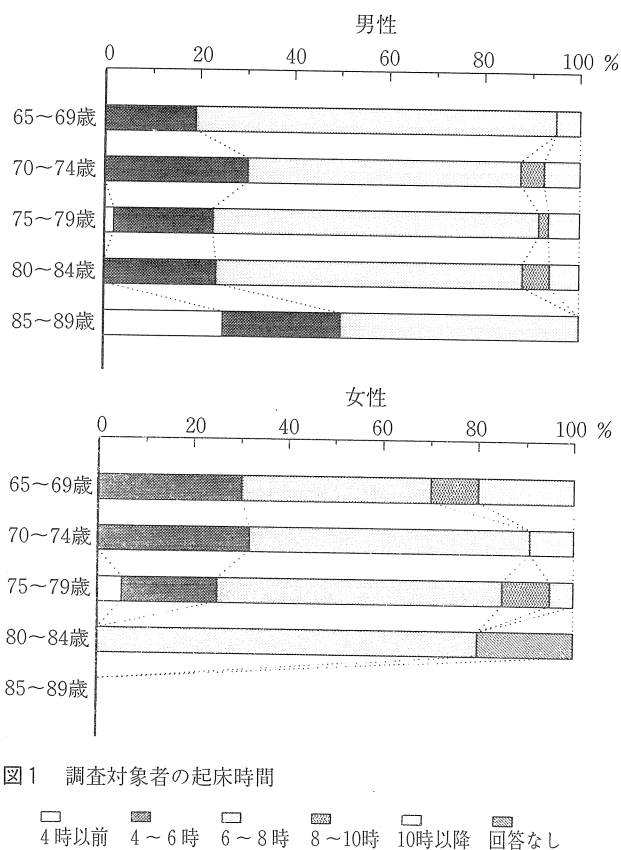


図1 調査対象者の起床時間

高齢者の生活活動状況を把握するための調査項目の一つとして、起床と就寝時刻の質問を設定した。

起床時刻は4時以前は1.6%、4～6時が23.8%、6～8時が66.5%、8～10時が3.8%、以降は3.4%であった。4時以前はわずか男性2名、女性1名であった。6～8時が最も多く、全体の67%を占め、男女別に見ても男性68.9%、女性59.7%で男女共にこの時間帯が多かった。この起床時刻を所帯の形態別、区別あるいは年齢別に統計処理<sup>3)</sup>しても、同様の傾向が認められた。次いで4～6時が多く、「高齢者は朝が早い」という通説を裏付けているといえよう。またこの傾向は、平成5年度の個別訪問調査結果<sup>3)</sup>にも認められた。

## 2) 就寝時刻

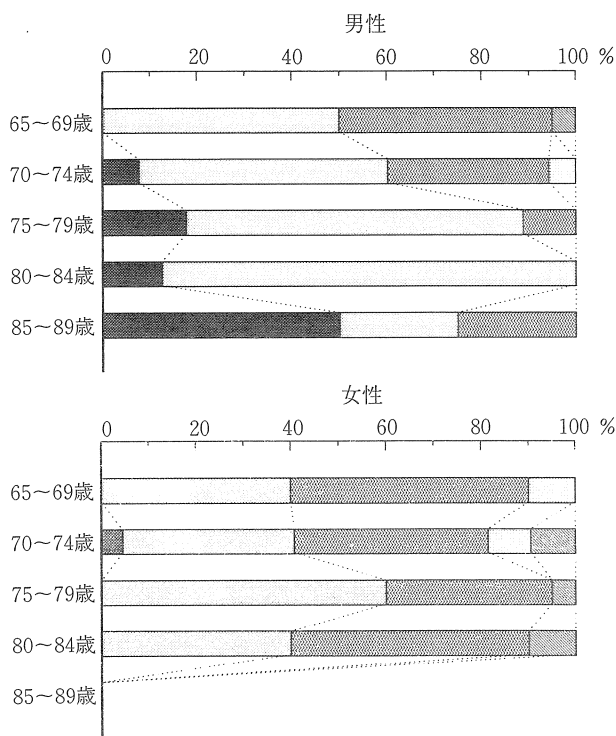


図2 調査対象者の就寝時間

起床時刻同様に、生活活動の基本の一つとして、就寝時刻を設定項目とした。

調査対象者全体としては、55.9%が20～22時に就寝する。これを男女別に統計処理すると男性は62.8%に対し、女性は45.2%とやや低かった。その代わりに22～24時が多く、女性は家事などを男性就寝後も行っているものと推定される。

この調査を年齢別に処理すると(図2)、年齢が高くなるに従い就寝時刻は早くなる傾向が認められた。この傾向は、平成5年度の個別訪問調査では明確でなく、老人クラブに所属し、健康で外出可能な高齢者は、自己の生活のコントロールに認識を持ち、生活のリズムを保つ努力を行っているものと推定される。

## 3) 趣味と楽しみ

スポーツ・散歩、園芸、囲碁・将棋、テレビ・ラジオ、読書・新聞、美術・工芸、短歌・俳句、旅行、生け花・手芸、なしの10選択肢を設定し、選択してもらったが、特徴的なこととして、“なし”と回答した高齢者が一人もいなかった(表5)。平成5年度の個別訪問調査では、23%の人が“なし”と回答している。老人クラブに所属している人達は、生き

表5 調査対象者の趣味と楽しみ

男 性	スポーツ 散歩	園芸	囲碁・将棋	テレビ ラジオ	読書・新聞	美術・工芸	短歌・俳句	旅行	生け花 手芸	なし	その他	回答なし
65～69歳	13 (16.0)	10 (12.3)	6 (7.4)	7 (8.6)	11 (13.6)	1 (1.2)	0	14 (17.3)	0	0	19 (23.5)	0
70～74歳	21 (14.0)	11 (7.3)	5 (3.3)	22 (14.7)	18 (12.0)	8 (5.3)	2 (1.3)	29 (19.3)	2 (1.3)	0	32 (21.3)	0
75～79歳	28 (18.7)	15 (9.7)	8 (5.2)	20 (13.0)	15 (9.7)	7 (4.5)	4 (2.6)	24 (15.6)	2 (1.3)	0	31 (20.1)	0
80～84歳	9 (15.5)	12 (20.7)	3 (5.2)	10 (17.2)	7 (12.1)	1 (1.7)	1 (1.7)	11 (19.0)	0	0	4 (6.9)	0
85～89歳	3 (27.3)	0	1 (9.1)	1 (9.1)	1 (9.1)	0	0	3 (27.3)	0	0	2 (18.2)	0

女 性

	スポーツ 散歩	園芸	囲碁・将棋	テレビ ラジオ	読書・新聞	美術・工芸	短歌・俳句	旅行	生け花 手芸	なし	その他	回答なし
65～69歳	3 ( 7.3)	5 (12.2)	0	5 (12.2)	3 ( 7.3)	0	3 ( 7.3)	7 (17.1)	4 ( 9.8)	0	11 (26.8)	0
70～74歳	11 (12.2)	8 ( 8.9)	0	11 (12.2)	9 (10.0)	3 ( 3.3)	2 ( 2.2)	13 (14.4)	7 ( 7.8)	0	25 (27.8)	1 ( 1.1)
75～79歳	13 (15.7)	6 ( 7.2)	0	10 (12.0)	9 (10.8)	1 ( 1.2)	3 ( 3.6)	14 (16.9)	6 ( 7.2)	0	21 (25.3)	0
80～84歳	2 ( 5.9)	4 (11.8)	0	4 (11.8)	3 ( 8.8)	0	2 ( 5.9)	8 (23.5)	1 ( 2.9)	0	10 (29.4)	0

上段＝人数 下段＝％

甲斐になる趣味や楽しみを持ち、活き活きとした生活をしているものと推定される。また、男女共に“旅行が楽しみ”という人が最も多く、次いでスポーツ・散歩やテレビ・ラジオを楽しみとしているが、“その他”も多く、クラブに参加している高齢者は様々な趣味を持ち、自分なりに、それぞれ楽しく生活しているものと判断される。

4) 外出頻度

「老人クラブを除いて何日外出するか」という質問に対して、毎日が16.7％、週に1～

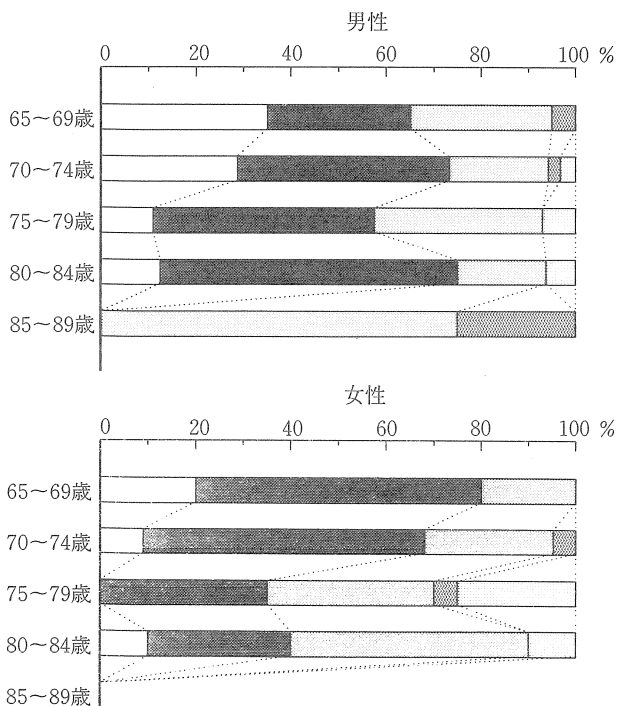


図3 調査対象者の外出頻度

□ 毎日    ■ 週1～3日    □ 月4～6日    ■ 出かけない    □ 回答なし

3日が44.6％、月に4～6日が30.1％、出掛けないはずかに2.7％にすぎなかった。他に回答なしが5.9％あった。これは所帯の形態や区による差はほとんどなく、男女を比較すると、毎日外出する割合は男性が高く、とくに65～69歳では35％が毎日外出している。これは、65歳以上になっても職を持つ人達がいるためと思われるが、年齢を65歳以上としたためか、東京の77.8％や大阪の60％<sup>2)</sup>には及ばなかった。また、年齢が高くなるにつれて、毎日外出する人は減少し、85歳を越えると、男性でも毎日外出しなくなる(図3)。この点、平成5年度の個別訪問調査では、男女共に90歳以上でも毎日外出する人があったのとは異なっていた。

### 3. 健康状態

#### 1) 自己の健康に対する認識

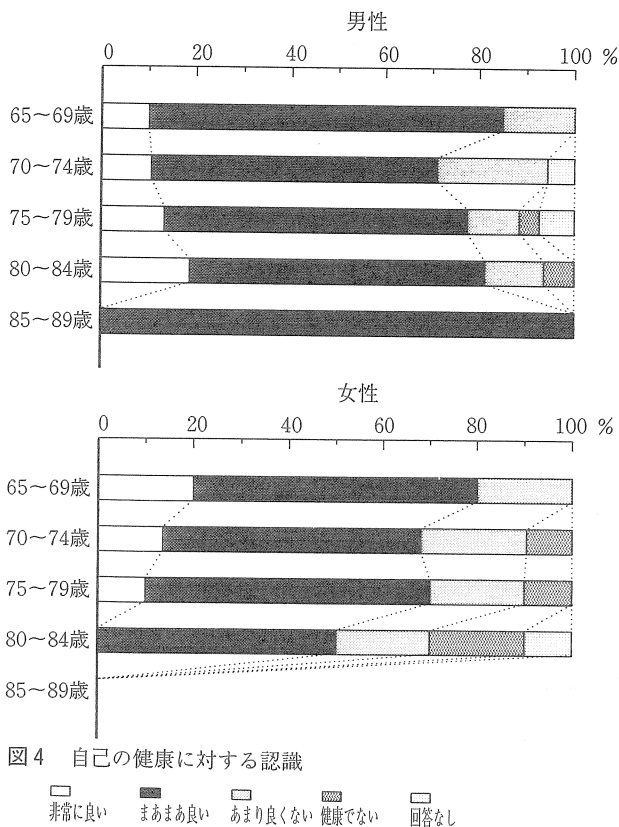


図4 自己の健康に対する認識

“健康だと思いますか”という質問に対し、“非常に良い”は12.4%で、東京都や大阪市<sup>2)</sup>より低かった。まあまあ健康が57.3%で、健康でないのは5.0%に過ぎなかったものの他都市より多かった。高齢者クラブに所属する人達は健康に自信を持っている人が多いといえる。男女別に統計処理すると、男性77.7%、女性67.7%で、男性の方が自信を持っている人が多い。世帯や区による差はほとんどなかったが、女性は年齢が高くなるにつれて“非常に良い”が減少し、80歳以上になるとなくなる一方で“健康でない”と答えた人が増加し、加齢によって、何らかの病気を抱えるようになるものと推定される(図4)。

#### 2) 現在の健康状態

健康状態について、9項目の選択肢を設定し回答を得たが、先の質問でまあまあ健康と答えながらも“足腰が弱い”“眼が見えにくい”等の不調を訴えた人が多く、“特になし”とした人は17%程度に止まり、先の“非常に良い”とした12%によく対応していた。また

表6 現在の健康状態

男 性	足腰	耳	目	虫歯	糖尿病	高血圧	胃腸	特になし	その他	回答なし
65~69歳	3 (12.0)	0	2 ( 8.0)	4 (16.0)	2 ( 8.0)	5 (20.0)	1 ( 4.0)	7 (28.0)	1 ( 4.0)	0
70~74歳	7 (14.3)	8 (16.3)	6 (12.2)	1 ( 2.0)	3 ( 6.1)	8 (16.3)	8 (16.3)	5 (10.2)	1 ( 2.0)	2 ( 4.1)
75~79歳	8 (15.4)	4 ( 4.4)	8 (15.4)	5 ( 9.6)	4 ( 4.4)	8 (15.4)	3 ( 5.8)	7 (13.5)	2 ( 3.8)	3 ( 5.8)
80~84歳	5 (22.7)	3 (13.6)	3 (13.6)	2 ( 9.1)	0	4 (18.2)	2 ( 9.1)	2 ( 9.1)	1 ( 4.5)	0
85~89歳	2 (33.3)	0	0	0	1 (16.7)	1 (16.7)	0	1 (16.7)	1 (16.7)	0

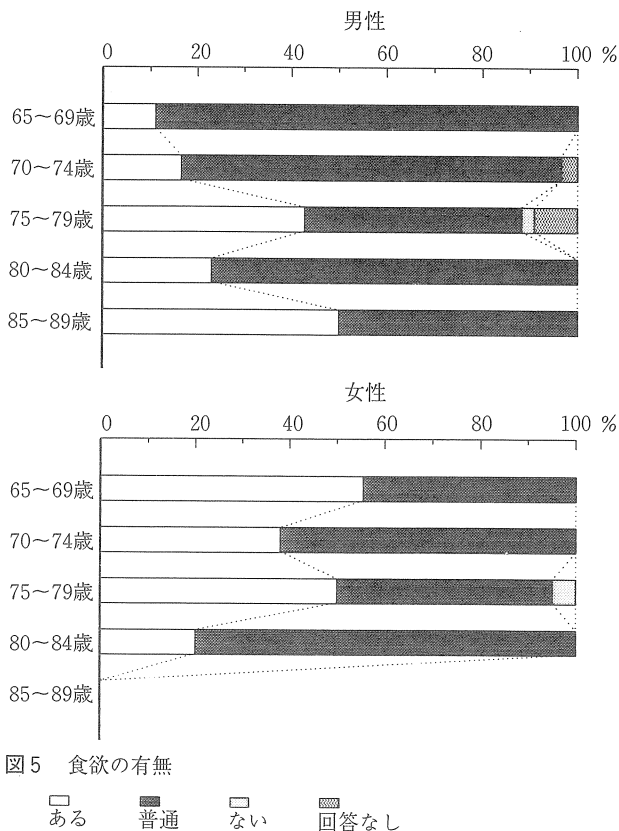
女 性

	足腰	耳	目	虫歯	糖尿病	高血圧	胃腸	特になし	その他	回答なし
65～69歳	3 (25.0)	1 ( 8.3)	3 (25.0)	0	0	0	2 (16.7)	2 (16.7)	1 ( 8.3)	0
70～74歳	6 (18.2)	2 ( 6.1)	7 (21.2)	3 ( 9.1)	2 ( 6.1)	4 (12.1)	4 (12.1)	3 ( 9.1)	2 ( 6.1)	0
75～79歳	9 (22.0)	4 ( 9.8)	10 (24.4)	3 ( 7.3)	2 ( 4.9)	6 (14.6)	4 ( 9.8)	3 ( 7.3)	0	0
80～84歳	9 (31.0)	3 (10.3)	5 (17.2)	1 ( 3.4)	1 ( 3.4)	3 (10.3)	5 (17.2)	1 ( 3.4)	1 ( 3.4)	0

上段=人数 下段=%

加齢とともに、“特になし”が減少し、“足腰が弱い”とする人が増加している（表6）。

3) 食欲の有無



調査対象者の31.9%が食欲があると答え、普通とした人が63.8%で、ないと答えた人はほとんどなかった。これは、世帯、年齢や区による相違はほとんど見られなかったが、男女による差はあり、男性の25%に対し、女性は45%が“食欲がある”としており、女性の方が高い（図5）。また一般に“独りでの食事は美味しくなく、食欲を減退させる”といわれているが、今回の調査で見ると、男女共に“食欲なし”とした独居者は一人もいなかった<sup>3)</sup>。



名古屋市の老人クラブに所属する高齢者の食生活調査

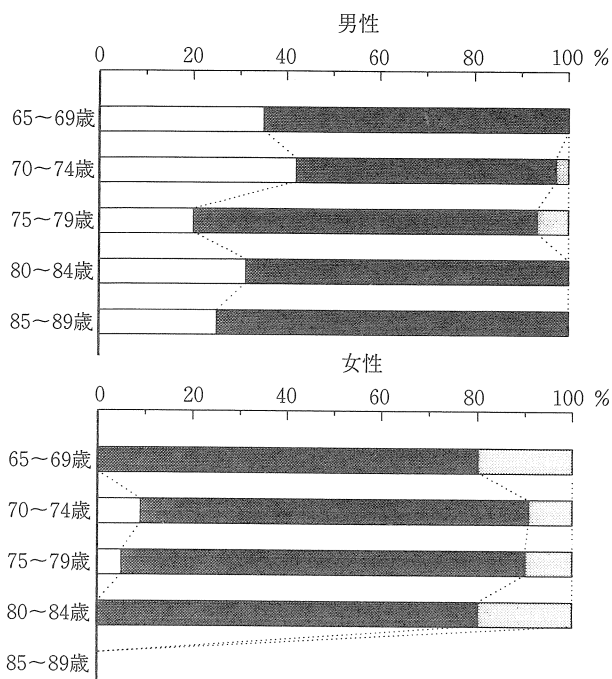


図6 喫煙状況

□ はい   ■ いいえ   □ 回答なし

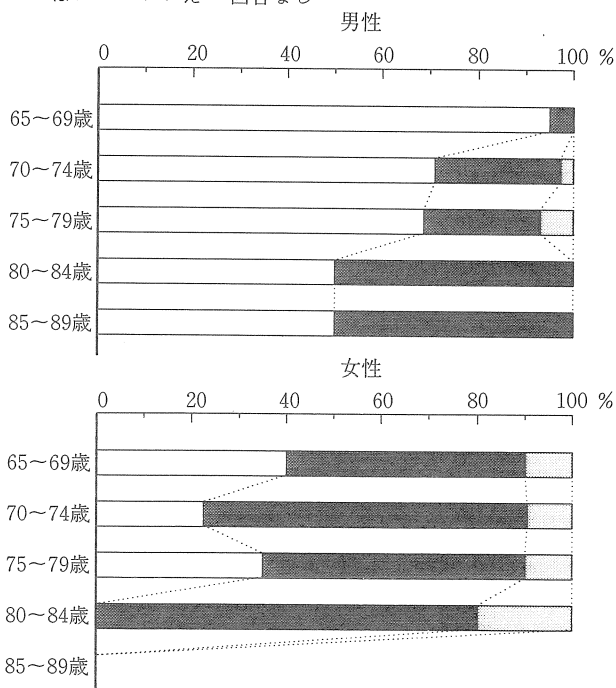


図7 飲酒状況

□ はい   ■ いいえ   □ 回答なし

4) 喫煙状況

男女合わせて22.2%が喫煙すると答えたが、喫煙については男女差が大きく、男性の30.9%に対し、女性は4.8%にすぎなかった。世帯や年齢による差は認められなかった(図6)。

5) 飲酒状況

男女合わせて56.0%が飲酒すると答えているが、喫煙同様に男女差が大きく、男性が70.8%に対し、女性は27.4%で、男性の飲酒する割合が高かった。また世帯による差は明確でなかったが、年齢が高くなると男女共に減少する傾向が認められた(図7)。これは健康上の問題と推定される。

### Ⅲ 要 約

1. 中村区、緑区、守山区の老人クラブに所属する65歳以上の高齢者の食生活調査を平成6年9～11月におこなった。その調査対象者の基礎的属性について検討した。
2. 調査対象者は、男性124名（66.7%）と女性62名（33.3%）であった。年齢構成は70歳台が男女共に最も多かった。家族構成は男性は夫婦のみが最も多く、女性は3世帯同居が最も多かった。住居形態は一戸建てが80%を越え、居住年数は21年以上が69%以上あって多かった。
3. 生活活動状況は、6～8時に起床、20～22時に就寝、趣味と楽しみをもち、週に1～3日外出をする。
4. 健康状態は、食欲は普通にあり、まあまあ健康と思っている人が多いが、足腰や眼の弱り等を訴え、“特になし”は少なかった。
5. 飲酒・喫煙は男女差が大きく、飲酒は加齢とともに低下する。

### 文 献

- 1) 名古屋市第6期女性懇話会報告書、平成4年3月、名古屋市
- 2) 高齢者の食行動調査報告書、平成3年3月、食生活情報サービスセンター
- 3) 未発表データ、續順子、中島けい子