

## 名古屋市の老人クラブに所属する高齢者の食生活調査

### Ⅱ. 食生活状況とガス機器に対する意識調査

續 順子・佐宗洋子\*・中島けい子

The Dietary Life of the Eldery in Nagoya

Ⅱ. The Dietary and Cooking-gas-tables

Junko TSUDZUKI, Yoko SASO and Keiko NAKASHIMA

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提言を行った<sup>1)</sup>。しかし、1992年当時、名古屋市については、東京都や大阪市のような高齢者の食生活に関する調査資料<sup>2)</sup>はほとんどなかった。そこで、名古屋市におけるその実態を知り、対策の基礎データとするため、名古屋市市民局高齢者福祉対策課の指導と援助を得て、名古屋市の老人クラブに所属する高齢者の食生活の実態調査を行いその一部、調査対象者の男女比、年齢構成、家族構成等基本的属性や、起床・就寝時刻、趣味と楽しみ、外出頻度等の生活活動状況、あるいは現在の健康状態、健康に対する認識、食欲の有無等の健康状態について報告した<sup>3)</sup>。

今回は、高齢者の食生活状況を対象として調査をすすめた。また、調理機器についての設問も行った。これは、ガス調理器と電気調理器を比較するとき、電気機器は安全でクリーンを強調している、これに対応して、安全で使いやすいガス機器の開発は、超高齢者社会にとって重要な課題である。今回は特に高齢者にとって、使いやすいガス機器の開発を目的とし、毎日の調理に利用されているガステーブルについて、高齢者の使用状況や使いやすさ、その改善意識について検討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

先に報告した<sup>3)</sup>ように、守山区、緑区および中村区の老人クラブに所属し、集会に出席可能な健常者を対象に質問用紙調査を行った。

守山区と緑区は、調査担当者が老人クラブの集会に参加し、ガス機器については、実物を提示し、逐次説明しながら記入してもらった。中村区は集会時に質問用紙と各種ガス機器（ガステーブル）の操作部分の写真をプリントして配付し、自己記入のうえ返送してもらうよう依頼した。

---

\* 東邦ガス株式会社 商品開発部

また、これら老人クラブの加入年齢は60歳であるが、先に報告したように<sup>3)</sup>回答されたうちから65歳以上の該当者を抽出して統計処理した。これは1993年の個別訪問調査<sup>4)</sup>の対象者の年齢に合わせたものである。

調査項目は、属性、生活活動状況、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。

## 2 調査期間

先に報告<sup>3)</sup>したように、調査期間は1994年9月から11月であった。

## II. 調査結果および考察

### 1 調査対象者の基本的属性、生活活動状況、健康状態

調査対象者の基本的属性、生活活動状況、健康状態についてはすでに報告した<sup>3)</sup>。

(1) 男女比は、男性124名(67%)、女性62名(33%)で、男性が多い。これは、男性は外へ、女性は家庭にという傾向が現れ、老人クラブ集会参加者に男性が多かったためと推定さる。

(2) 年齢構成は、65歳以上を対象としたため、70歳台が男女ともに68%で最も多く、85歳以上は男性の3%のみであった。

(3) 家族構成は、独居者は男性が3%、女性が13%で、男性は夫婦のみの所帯が43%と高く、同居は二世帯、三世帯合わせて約50%を占め、女性の64%が同居している。

(4) 住居形態は、一戸建てが約80%と圧倒的に多く、二世帯住宅が男性5%、女性16%で、マンション暮らしも男性の6%のみであった。

(5) 居住年数は21年以上が62%を占め、長期間居住者が多い。

(6) 外出頻度は、毎日が17%、週に2、3日が45%、月に4～6日が30%で、外出しないのは、3%にすぎなかった。

(7) 趣味と楽しみは、男女とも「旅行」が最も多く、「スポーツ・散歩」、「テレビ・ラジオ」の順になっているが、特徴的なこととして「なし」の回答が全くなかった。

(8) 健康状態は、「非常に健康」が12%、「まあまあ健康」が57%で、健康に自信を持っている高齢者が多い。しかし、現在の健康状態を聞くと「足腰が弱い」「目が見えにくい」などの不調を訴える高齢者が多く、「特になし」とした人は17%にすぎなかった。

(9) 食欲は、32%が「ある」と答えているが、これには男女差があり男性は25%、女性は45%であった。「普通」は64%で、「なし」はほとんどなかった。

### 2 食生活状況

以上の様な基本的属性、生活活動状況、健康状態にある高齢者について、食生活状況調査を行った。

#### (1) 食生活で注意している点

高齢者アンケート結果によると、緑黄色野菜を多くとる、栄養のバランスに注意する、乳製品を毎日とるの順になった。乳製品は、嗜好調査<sup>4)</sup>によると、あまり好まれていないが、骨粗しょう症予防の認識があつて、カルシウムの摂取に心掛けているものと判断され

名古屋市の老人クラブに所属する高齢者の食生活調査

る。さらに、塩分やカロリーの取りすぎにも注意を払っており、「特に気を付けていない」は、いつも食事の用意をしてる女性では75～79歳の3名のみであった。男性は65～79歳の範囲のそれぞれ各年齢層に、合計17名存在しており（図1）、食事への関心がやや低い傾向が認められた。男性も、女性同様に食事に対する意識をもつことが望まれる。しかし、

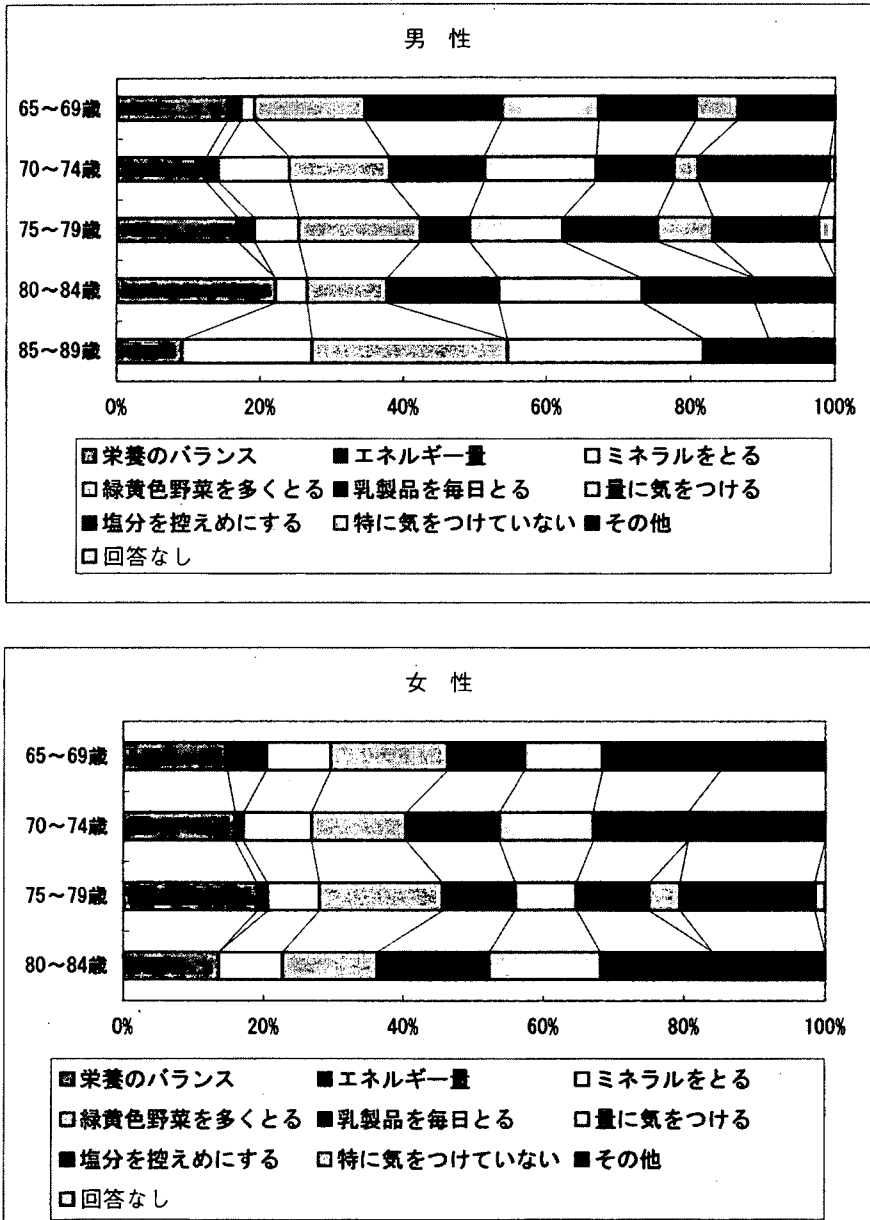


図1. 食生活について注意している事項

家庭訪問調査結果<sup>4)</sup>と比較すると、老人クラブに所属する高齢者の方が、健康に関わる食生活への関心度は高い。

一方で、男性女性共に、現在の食生活への満足度は約80%で、改善意識は低く、約85%が現状を肯定<sup>5)</sup>しており、女性でも食生活への関心はあるものの、改善意識は高くないと判断される。

## (2) 食や調理の情報への関心

図2に示したように、男性の約50%、女性の約60%が「興味がある」と答え、女性の方

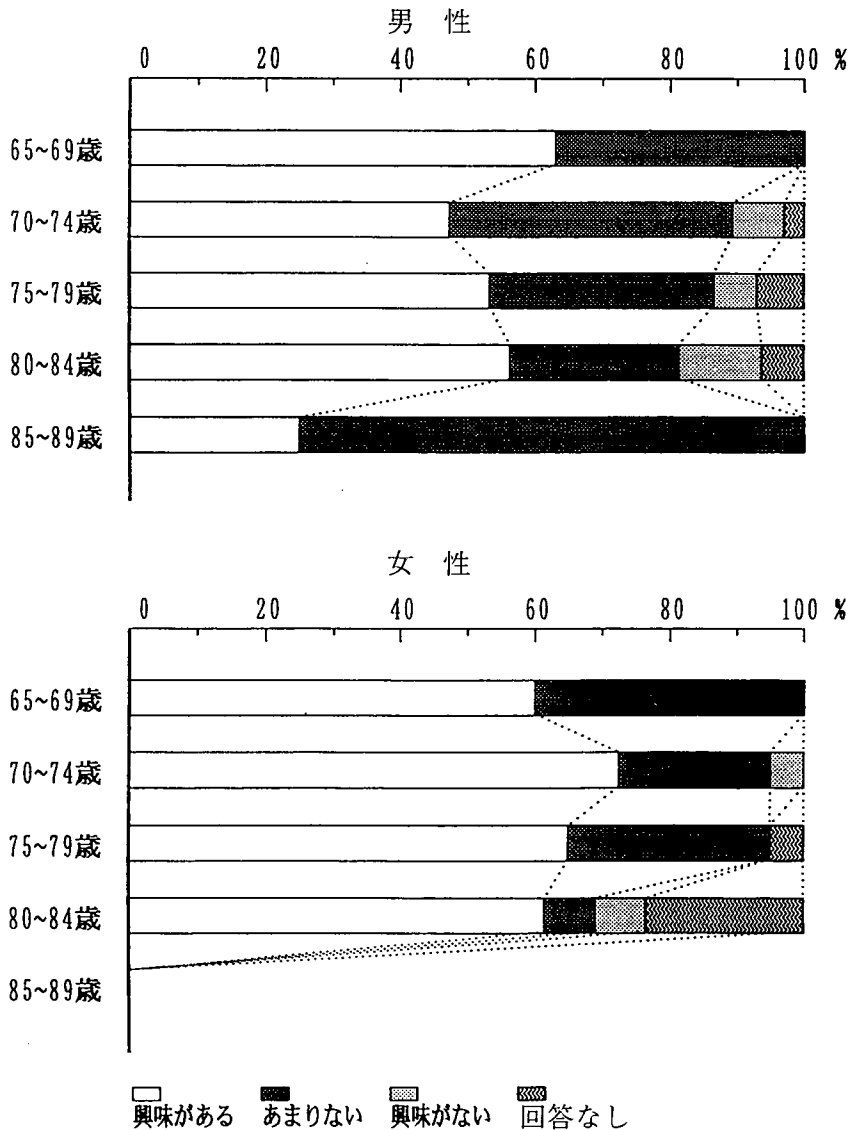


図2. 食や料理の情報への興味

名古屋市の老人クラブに所属する高齢者の食生活調査

が関心が深いのは、後に述べるように、直接食事の支度に関わる度合いが大きいためと判断される。「興味がない」と答えた高齢者は、男女共に数%にすぎなかった。また、女性は年齢に関係なく関心を持つが、男性は加齢と共に関心が薄れる傾向が認められた。さらに、その情報は主としてテレビや周囲の人達から得ており<sup>5)</sup>、映像文化が高齢者にも浸透しているものと判断される。

(3) 食事の支度について

独居あるいは夫婦のみの所帯の女性は、高齢者でも100%が毎日食事の支度をしている。しかし、同居家族が増えるに従い低下し、三世帯では毎日食事の支度をするのは40%以下

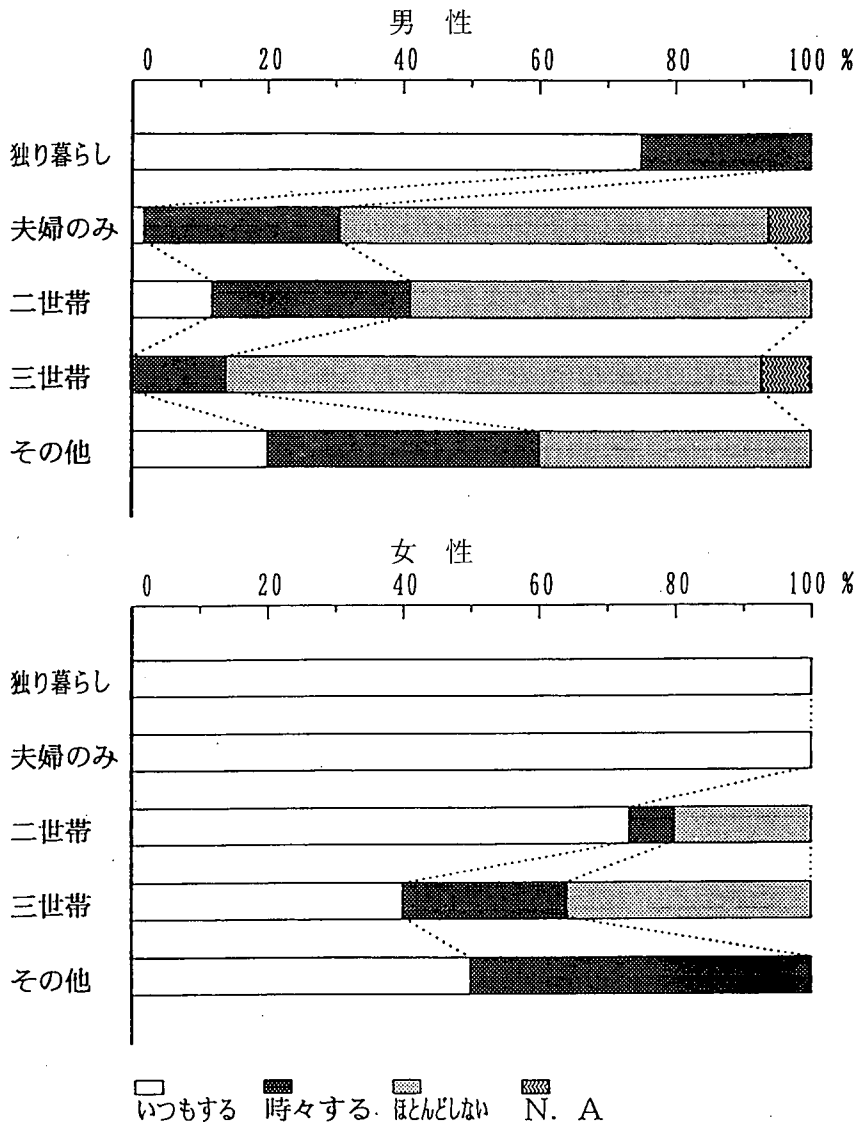


図3. 食事の支度への関与

になる。一方男性は独居高齢者でも、いつも食事の支度をするのは75%以下で、その他の所帯では約69%がほとんど支度をしていない(図3)。これは訪問調査結果<sup>4)</sup>よりも低く、老人クラブに参加する男性は、配膳もほとんどせず、食事の支度・配膳をするのは、主として配偶者である女性と判断される。

(4) 調理方法(図4)

このような状況下で行われている調理方法は、女性の場合、焼く、煮る、茹でるで、ほ

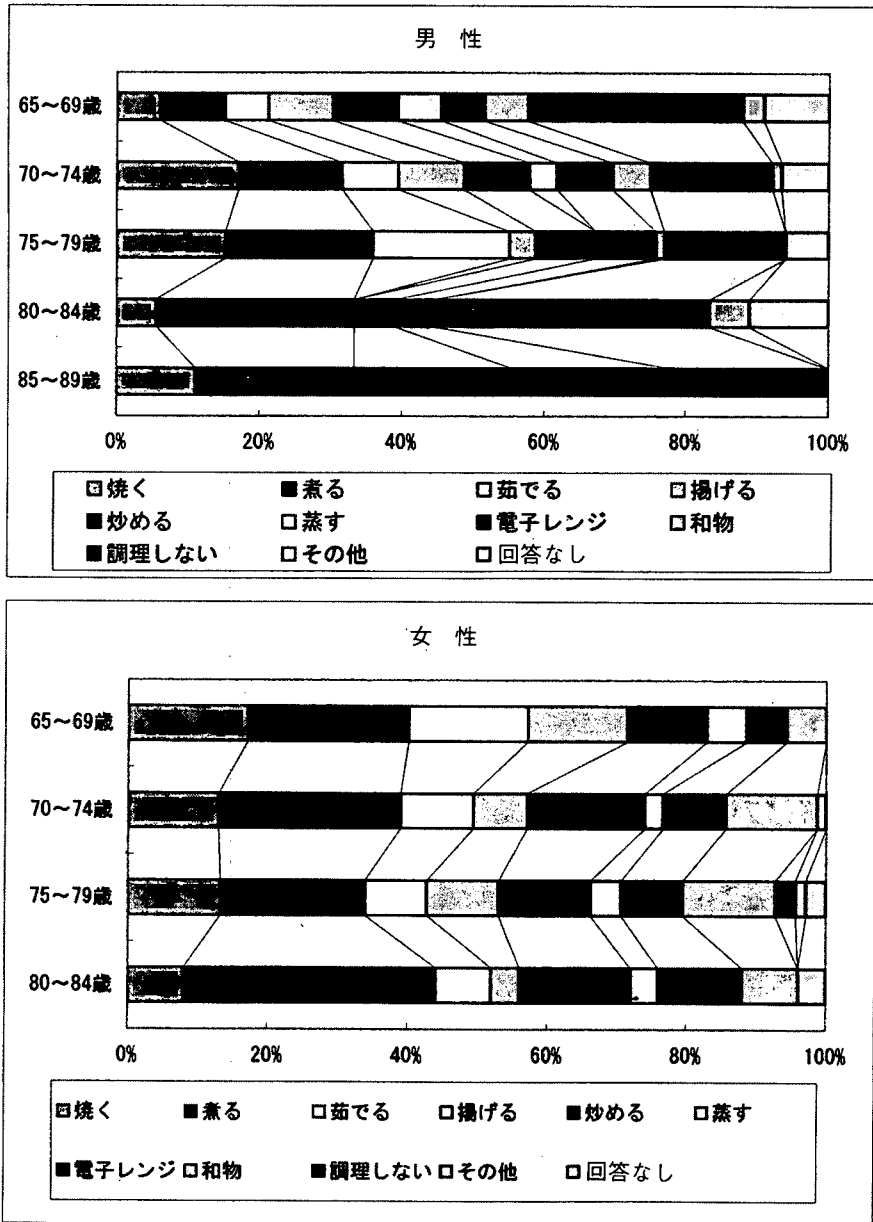


図4. 高齢者が行う調理方法

は半数を占めている。また、揚げ物、炒め物、蒸し物も行っているが、高齢になるに従い揚げる、焼くが減少し、煮物や簡単な電子レンジ調理が増加する傾向が認められ、揚げる、焼くというような調理操作が、高齢者にとって、危険あるいは困難になるものと判断される。この点で、後に述べるように、両面焼きのグリルや温度調節機能付きのガスバーナー<sup>5)</sup>は安全性に優れており、今後普及率が高くなるものと期待できる。男性の場合、自分で調理する頻度が高くないためか「回答なし」も目立つ。比較的若い65～69歳でも、簡単な電子レンジ調理が約30%を占めている（図4）。また、先に述べた比較的よく食事の支度をする独居高齢者でも、同様の傾向を示し<sup>5)</sup>、高齢になるにつれて、簡単調理が望まれるものと判断される。

### 3 ガス機器の使用について

以上のような高齢者について、ガス機器、特に毎日調理に利用していると推定されるガステーブルについて、アンケート調査した。

#### (1) ガステーブルの使用状況（図5、図6）

ガステーブルは高齢者の80%以上が使用している。中でも主として調理を行っている女性は、87%が使用していて、きわめて高い使用状況にあるといえる（図5）。

現在使用しているガステーブルの使用年数は、3年以内が約50%で比較的新しい機器を使用している。さらに、5年以内にする74%に及び、7年以上はわずか14%にすぎず、買い換え時期は5年以内と判定され、新しい機能を持ったガステーブルの普及は、比較的短期間で行われるものと推定できる。また、女性と男性を比較すると、女性の方が3年未満がやや少なく、長く使用する傾向が認められた（図6）。

このように、新しいガステーブルが多いためか、グリルは片面焼きと両面焼きがほぼ同数で、両面焼きの普及率がかなり高い<sup>5)</sup>。これは、裏返し操作が不要で、操作が簡単で安全

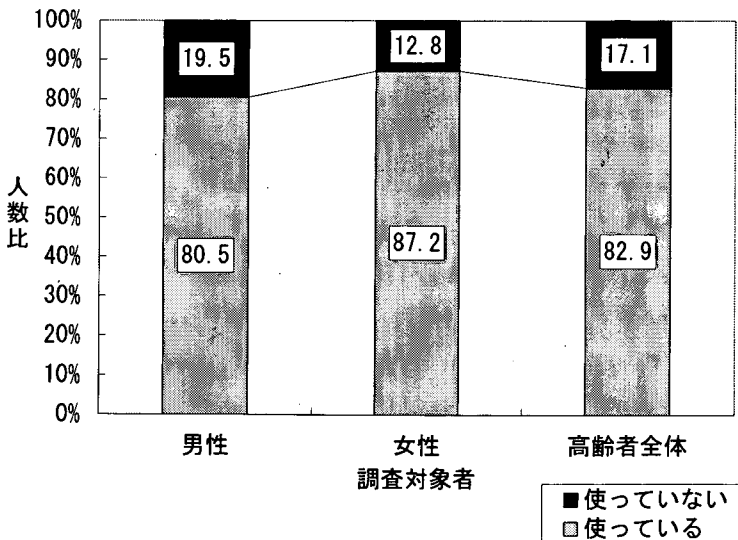


図5. ガステーブルの使用状況

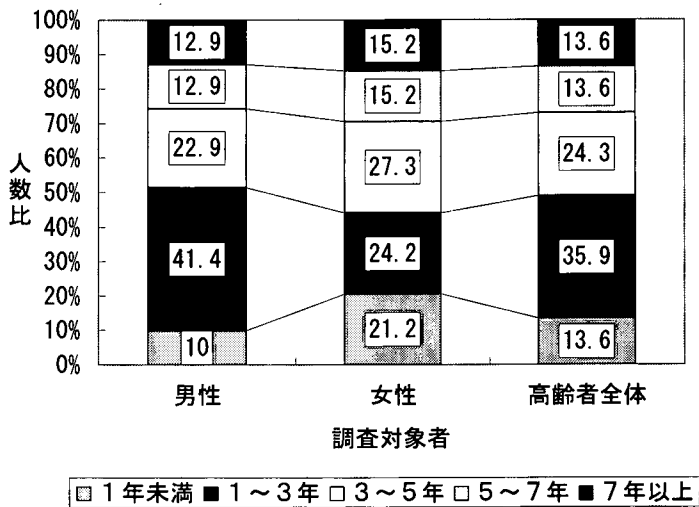


図6. ガステーブルの使用年数

という利点が、先に述べたような現状肯定派の多い高齢者にも受け入れたか、あるいは高齢者を抱える家族が、高齢者を配慮して購入したものと推定される。

## (2) ガステーブルのつまみの形状

高齢者になるに従い体力は低下し、手先の細かな操作もしにくくなるのが現状である。そこで、ガス機器の操作部分の形状は、高齢者がガス機器を使用する時の「操作しやすさ」に重大な影響を与える。そこで、先ず今回は一番よく使用される点火つまみの形状について調査を行った。

現在使用中のガステーブルのつまみの形状は、押してひねって回す、という複雑な構造をもつ押し回し式を使用している高齢者が62%、押すだけで操作が簡単なプッシュ式は38%で、現状はまだまだ従来からの押し回し式が多くなっている（図7）。これは後に述べるように、買い換えるときでも、現在使用している機器と同じ構造を選択する傾向が強いため、ガステーブルの買い換え状況が、先にも述べたように3年以内に約50%と、かなり速いにもかかわらず、従来からの押し回し式が普及しているものと思われる。

## (3) 操作しやすいつまみの形状

このように、現在使用されている点火つまみは、押し回し式が多いものの、このアンケート調査で、ガステーブルのつまみのモデルを提示したり、写真の入った説明書を用いて、使用方法を説明したときの回答は、押し回し式が使いやすいとした高齢者とプッシュ式が使いやすいとした高齢者が共に45%であった。ただし、日常ガステーブルを使用している女性では押し回し式が41%に対しプッシュ式が47%と、プッシュ式を操作しやすいとする者が押し回し式を使いやすいとする者を上回っている（図8）。

さらに、現在押し回し式を使用している高齢者のみを取り上げてみると、現在押し回し式を使用しているにもかかわらず、プッシュ式の方が操作しやすいとした者が33%もあった。それに対して現在プッシュ式を使用している高齢者で、押し回しがよいとしたのは5%

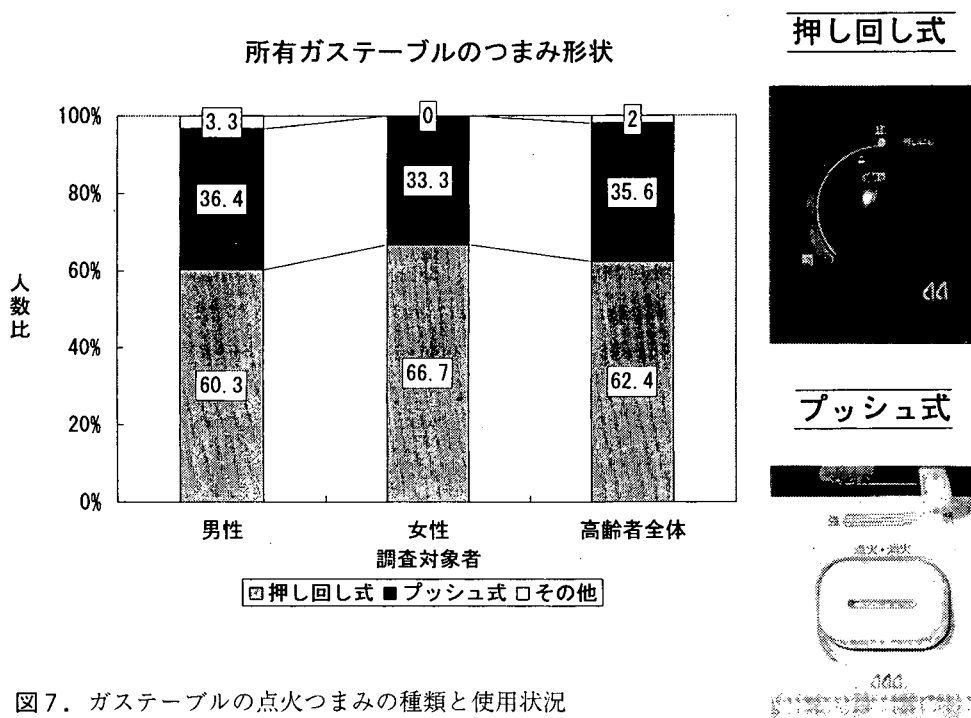


図7. ガステーブルの点火つまみの種類と使用状況

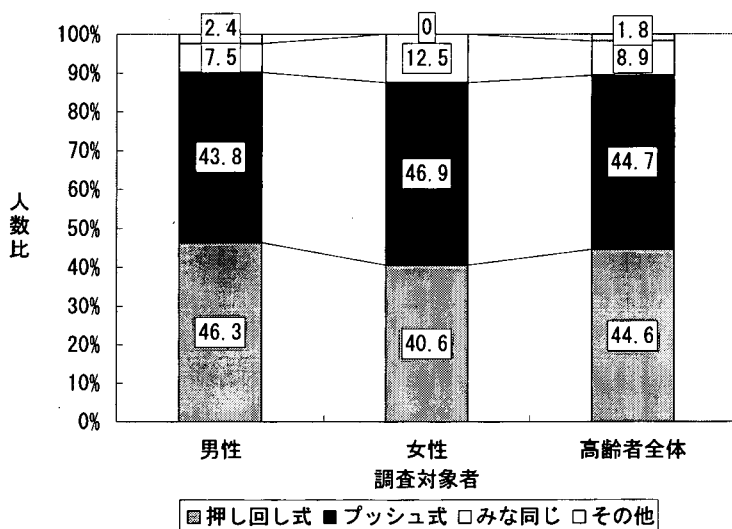


図8. 高齢者が使用しやすい点火つまみの形状

にすぎなかった(図9)。この結果を検討すると、まだ押し回し式の利用率が高いものの、一度プッシュ式を経験すると、その使いやすさを認め、プッシュ式を選択するようになるものと判断され、今後、高齢者を配慮したガステーブルの開発と普及に重要な示唆を与え

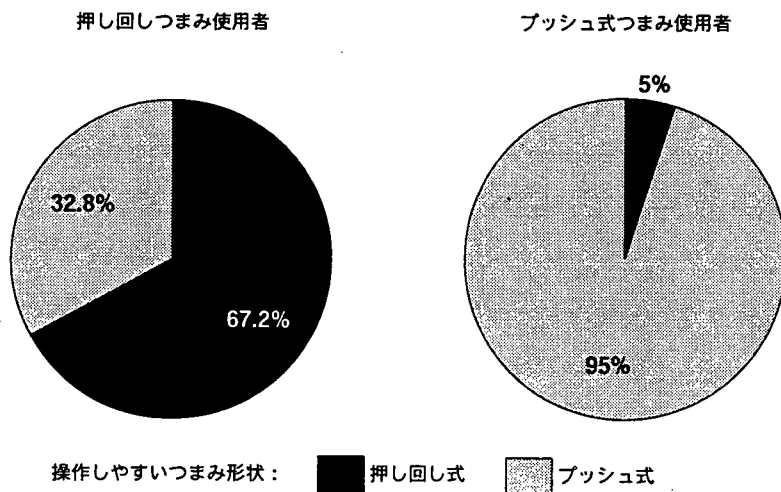


図9. 高齢者の点火つまみの選択

るものといえよう。

#### (4) つまみの選択理由

そこで、さらにその選択理由を調査した結果(図10), 押し回し式を選択した高齢者は51%が「今までと同じだから」と答えており「操作しやすい」という回答は14%にすぎなかった。しかし、点火消火の位置が分かりやすいとしたものが30%もあり、この点で、現在

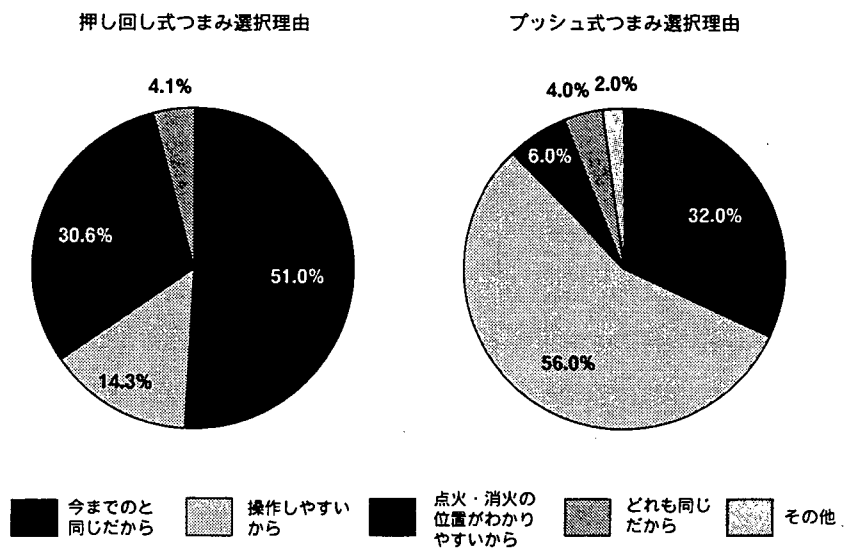


図10. ガステーブルの点火つまみの選択理由

のプッシュ式は改良の余地があると思われる。一方、プッシュ式を選択した高齢者は、56%が操作しやすいという機能面を選択理由としている。ただ、プッシュ式選択者も、その32%は「今までのと同じ」を選択理由としており、先に述べた食生活調査にも現れているように、現状肯定・維持派が多いといえる。この傾向は、家庭訪問調査結果<sup>4)</sup>にも強く現れており、高齢者の食生活や、それにかかわるより良い調理機器の選択・導入は、高齢者自身というよりは、むしろ同居家族を始めとする周囲の人達の配慮に負うところ大きいと判断され、1995年度は、高齢者を抱える家庭の主婦を対象に家庭訪問調査を行っている。

#### 4 ま と め

- 1) 名古屋市の老人クラブに所属する健常者の食生活およびそれに伴う調理機器についてアンケート調査を行った。調査対象者は守山区、緑区、中村区に居住する65歳以上の男性124名、女性62名であった。
- 2) 食生活で注意している点は、栄養のバランス、緑黄色野菜や乳製品の摂取、過食、塩分であったが、特に気を付けていないのは、男性に17名あった。
- 3) 食や調理への関心は高く、50%以上が興味を持っており、興味がなかったのは数%にすぎなかった。
- 4) 食事の支度は、独居および夫婦のみの所帯では100%女性が毎日行っているが、所帯が大きくなるとその割合は減少し、三世帯では40%であった。
- 5) 調理方法は、女性では焼く、煮る、茹でるが約50%を占める。男女共に、高齢になると揚げる、焼くが減少し、簡単な電子レンジ調理が増加する。
- 6) ガステーブルは80%以上が使用し、使用年数は3年以内が50%、5年以内が74%で比較的新しい機器を使用している。
- 7) 現在使用しているガステーブルのつまみの形状は、従来型の押し回し式が62%、新しいプッシュ式が32%であった。
- 8) 「使いやすさ」は押し回し式とプッシュ式がともに45%であった。
- 9) つまみの選択理由は、押し回し式は「今までと同じだから」が51%、プッシュ式は操作しやすいという機能面での選択が56%であった。
- 10) 現在押し回し式を使用している高齢者でプッシュ式をよいとしたのは33%、プッシュ式を使用していて押し回し式をよいとしたのは5%にすぎず、今後プッシュ式が普及するものと推定される。

#### 文 献

- 1) 名古屋市第6期女性懇話会報告書、名古屋市（1992）
- 2) 高齢者の食行動調査報告書、食生活情報サービスセンター（1991）
- 3) 續 順子、伊藤万里、佐宗洋子、中島けい子、椋山女学園大学研究論集、27、117（1996）
- 4) 中島けい子、續 順子、佐宗洋子、未発表
- 5) 續 順子、福田美穂、中島けい子、日本調理科学会口頭発表要旨集、（1996）