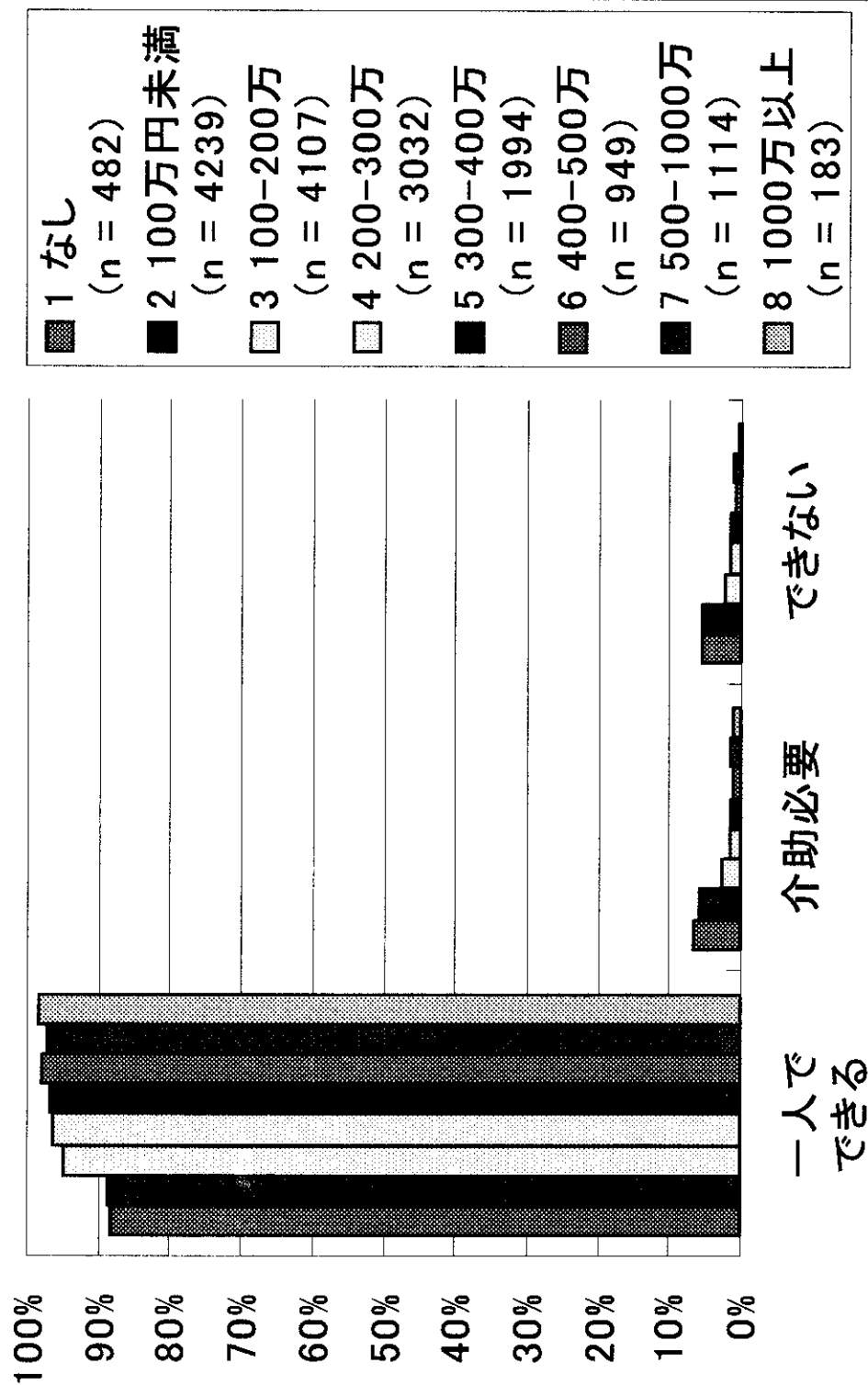
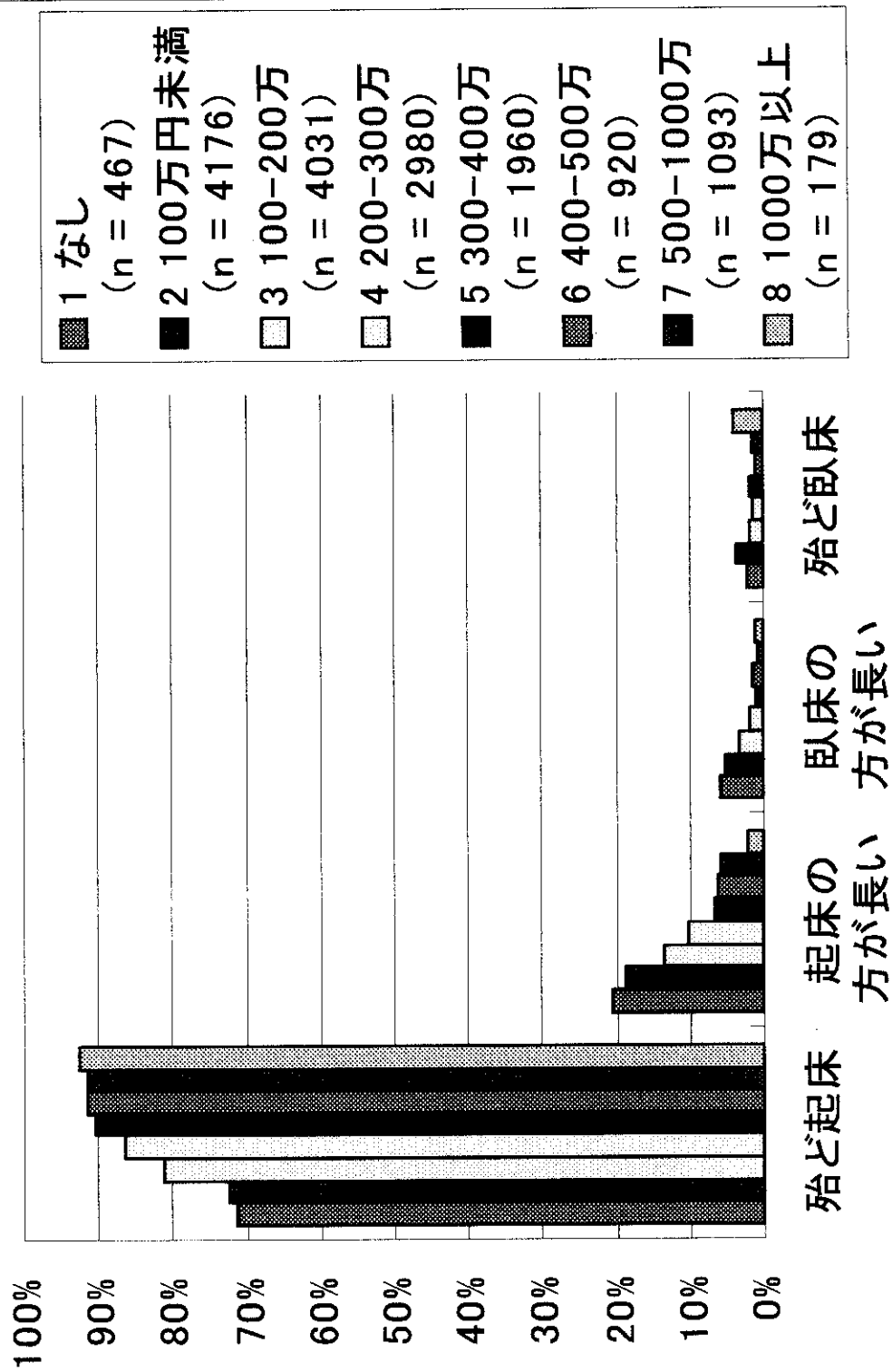


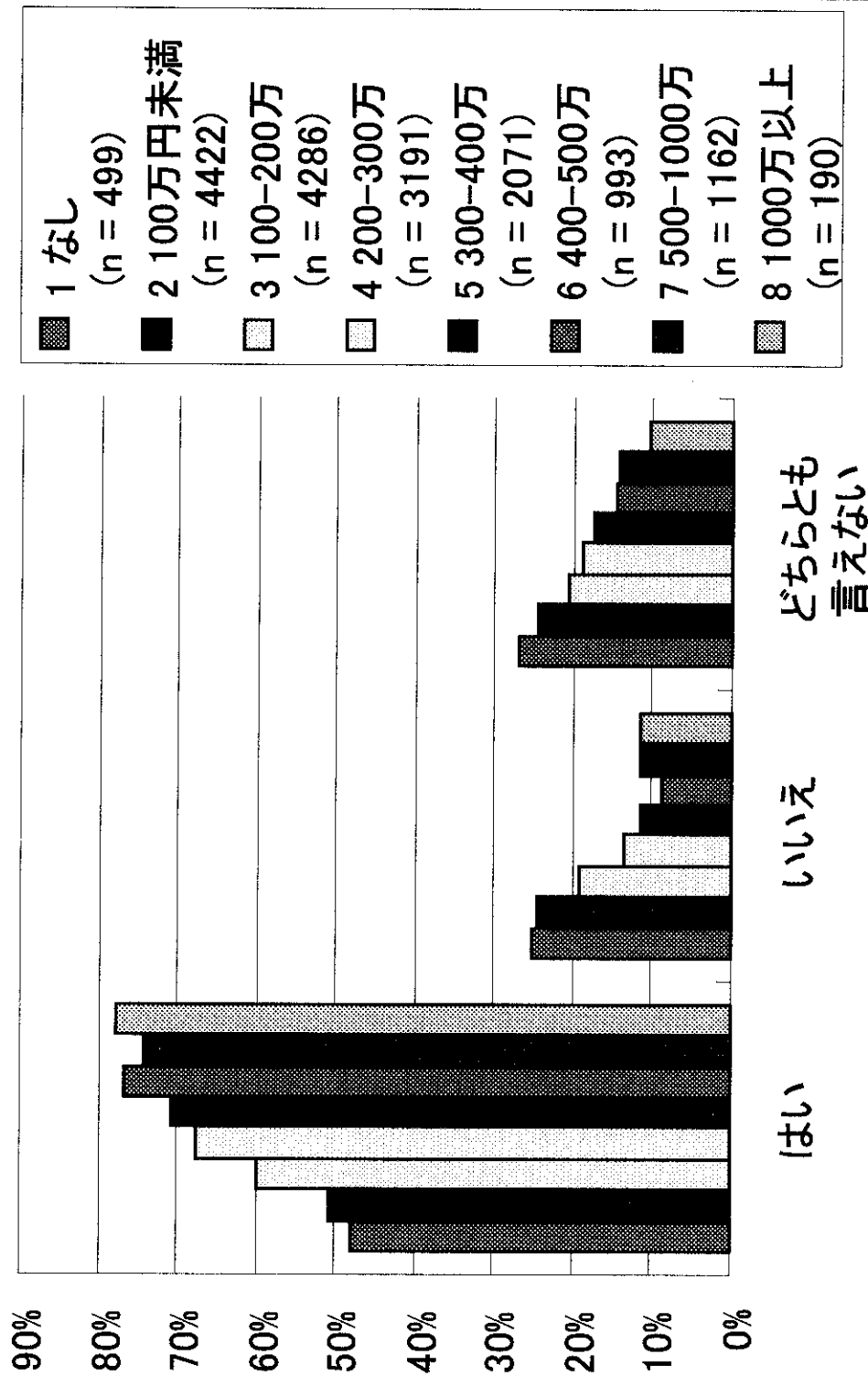
近所への外出—収入



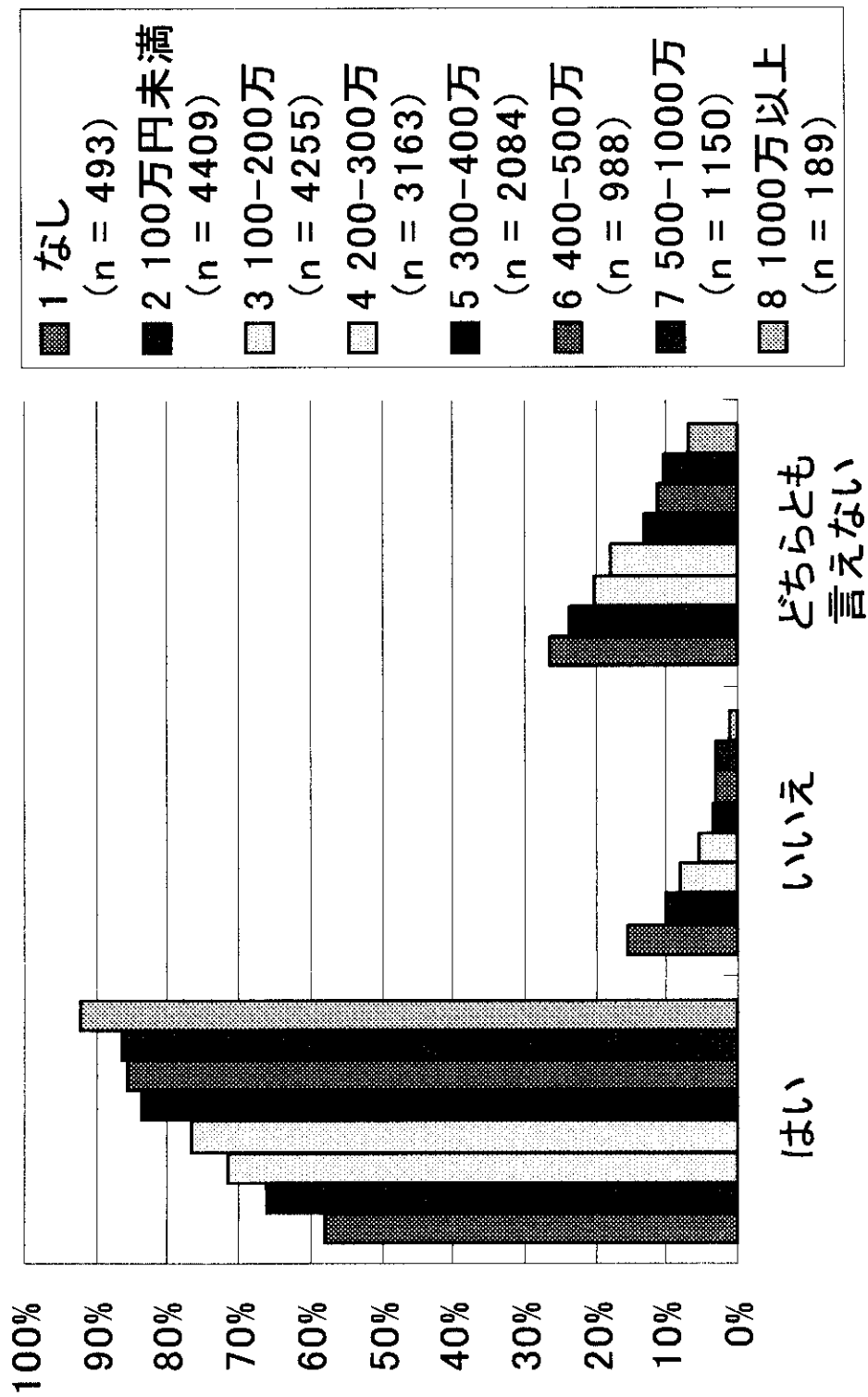
「日中、寝床にどのくらい就いていますか」—収入



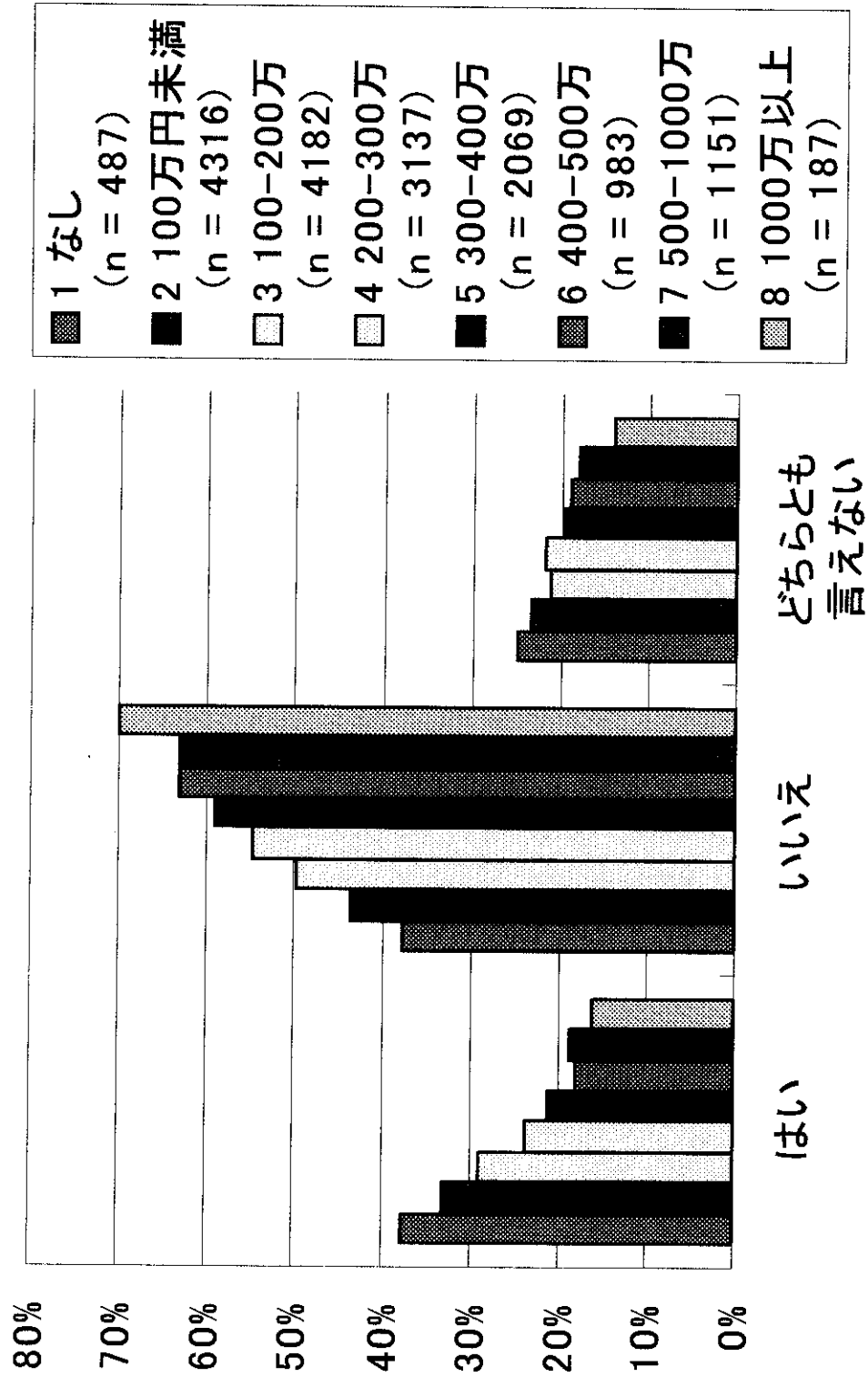
「去年と変わらず元氣」-収入



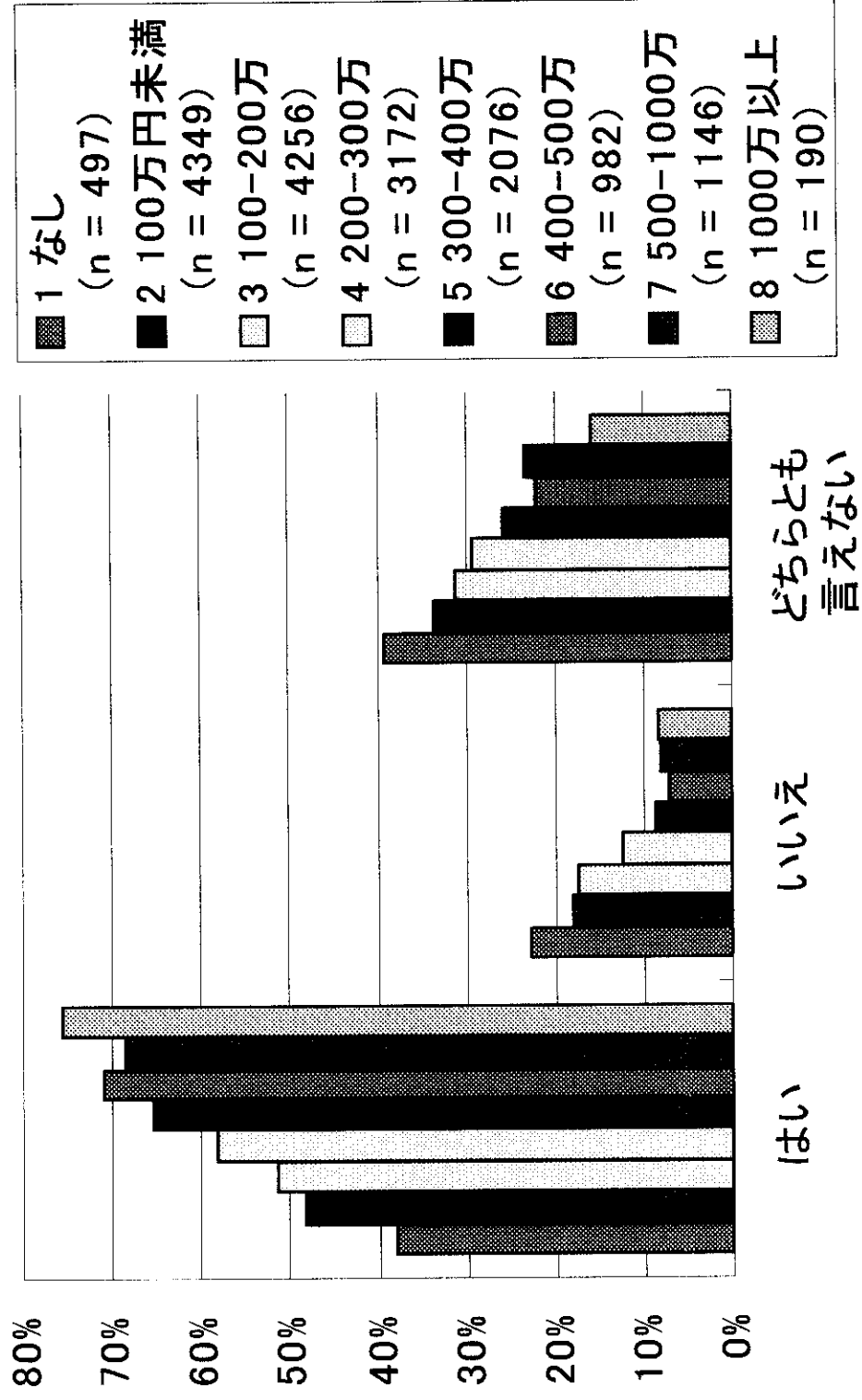
「今の生活は幸せ」—収入



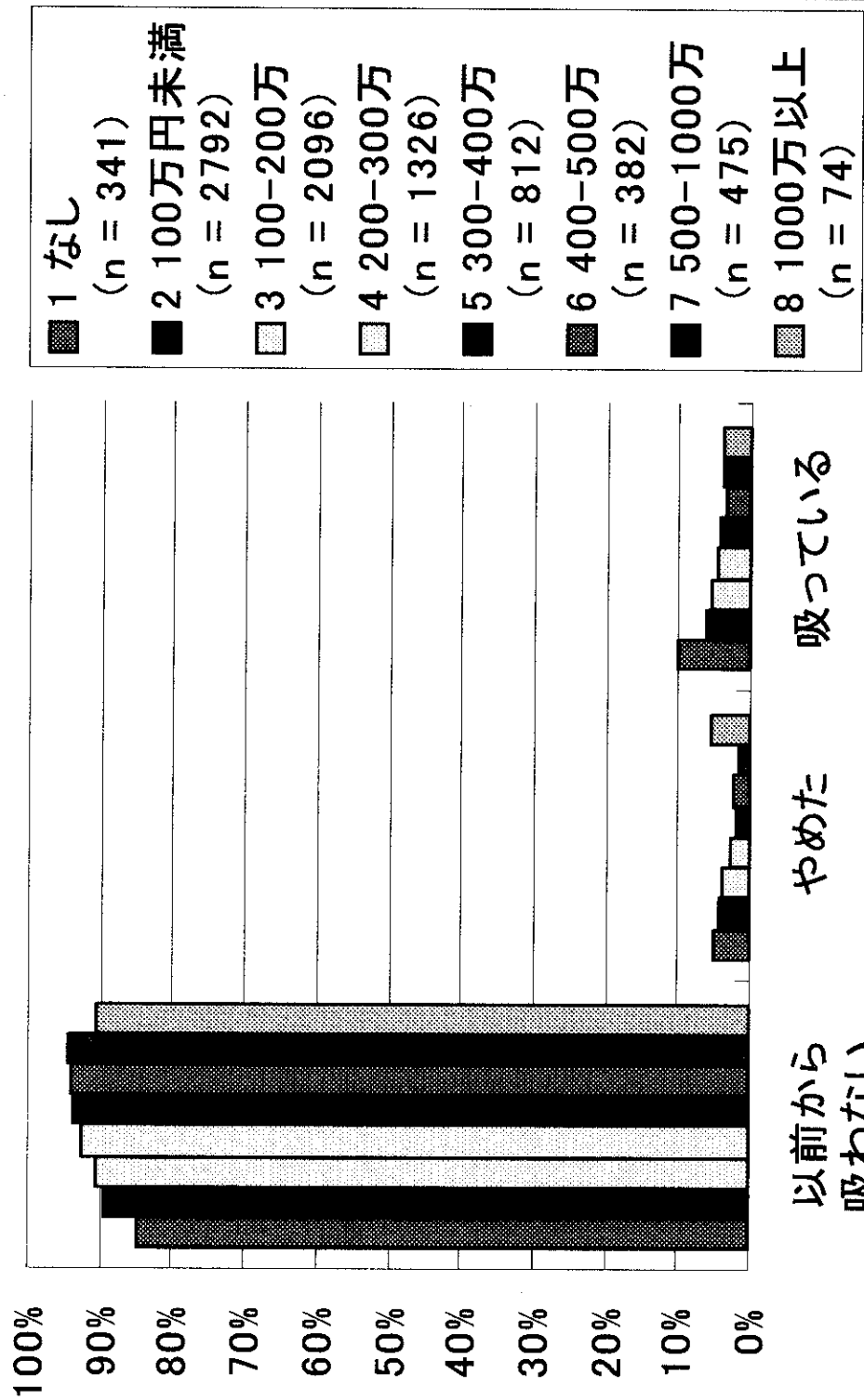
「最近小さな事が気になるようになった」ー収入



「振り返って自分の人生に満足」ー収入



喫煙—収入（女性）



平成11年1月11日

各位

菊池市長 牧 俊郎

いきいきした高齢社会のためのアンケート調査のお願い

平素より市の保健衛生行政に対しましては、格別のご理解とご協力をいただき深く感謝申し上げます。

だれもがいきいきとして暮らせる社会は市民すべての願いであり、まちづくりの基本となるものであります。市ではそのような社会を“健康なまち”と位置づけ、各種事業を行っておりますが、今回その一環として、東京都立大学の協力を得てアンケート調査を実施することになりました。

皆様からご返答いただいたアンケートは全てコンピュータ処理し、本調査の目的以外に使用することは決してありません。お忙しいところ誠に申し訳ありませんが、趣旨をご理解いただき調査にご協力お願いいたします。

記入方法

お答えは、あてはまる番号を○でかこんでください。

アンケートの回答は、1月22日（金）までに返信用封書にてご返送ください。

アンケートについてのお問い合わせは、下記までお願いいたします。

菊池市役所健康管理課保健予防係 Tel25-1111 内線 181・186

この調査票は、できるだけ、ご本人がお答えください。
 ご本人がお答えできない場合はご家族の方が記入されても結構です。

1. この調査は誰が回答
 しましたか？

- | |
|--------------|
| 1. 本人 |
| 2. 本人以外の代理の方 |

2. ご本人がお答えできない理由をお選びください。

- | | | |
|-------------|---------------|----------------|
| 1. 痴呆・理解力なし | 2. 多忙 | 3. 聴力障害 |
| 4. 視力障害 | 5. 言語障害 | 6. 拒否 7. 病気・けが |
| 8. 不在 | 9. その他(_____) | |

3. あなた(高齢者)ご自身のことについてお答え下さい。

年齢	満	歳	性別	1.男	2.女	電話	—
----	---	---	----	-----	-----	----	---

ここに住所タックシールを貼る

あなたのお体の状態についておたずねします。

問 1 あなたが、最近、痛みを感じる所があれば、すべてに○をつけてください。

1. 腰 2. 膝 3. 腕 4. 足 5. 首 6. 肩 7. その他 8. ない

問 2 あなたが、現在治療を受けている疾病がありますか？
 あてはまるものすべてに○をつけてください。

- | | |
|--------|---------------------------|
| 1. 高血圧 | 2. 脳卒中 (脳梗塞、脳出血、くも膜下出血など) |
| 3. 糖尿病 | 4. 心臓病 (心筋梗塞、狭心症、不整脈など) |
| 5. 肝臓病 | 6. その他 |
| | 7. ない |

あなたの健康感についておたずねします。

問 3 あなたは、普段ご自分で健康だと思えますか？（一つだけ選んでください。）

1. とても健康である
2. まあまあ健康である
3. あまり健康ではない
4. 健康でない

あなたの生活機能についておたずねします。

問 4 あなたの日常の家事や行動範囲についてはいかがですか。今のあなたの状態に最も近いものを一つだけ選んでください。したことがなくても、たぶん出来ると思われる方は、はいとしてください。

- ① 自分で日用品の買い物ができますか？ 1. はい 2. いいえ
- ② 自分で食事の用意ができますか？ 1. はい 2. いいえ
- ③ 自分で預貯金の出し入れができますか？ 1. はい 2. いいえ
- ④ 自分で年金や保険の書類が書けますか？ 1. はい 2. いいえ
- ⑤ 新聞や書物を読んでいますか？ 1. はい 2. いいえ
- ⑥ バスや電車を使って外出できますか？
1. 一人でできる 2. 介助があればできる 3. できない
- ⑦ 一人で隣近所へは外出できますか？
1. 一人でできる 2. 介助があればできる 3. できない
- ⑧ 日中、寝床にどのくらい就いてますか？
1. ほとんど床から離れている
2. 離れている時間の方がやや長い
3. 床に就いている時間の方がやや長い
4. ほとんど床に就いている

裏のアンケートにもぜひお答え下さい。

あなたの生活満足度と日常生活習慣についておたずねします。

問 5 あなたの現在の生活満足度と生活習慣についておたずねします。
当てはまる番号を選んでください。

- ① 去年と比べて同様に元気だと思えますか？
1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない
- ② 全体として、あなたの今の生活は幸せであると思えますか？
1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない
- ③ 最近、小さなことを気にするようになったと思えますか？
1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない
- ④ あなたの人生をふりかえてみて満足できますか？
1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない
- ⑤ 朝食を毎日食べていますか？
1. ほぼ毎日食べる 2. 時々食べる 3. ほとんど食べない
- ⑥ お酒を飲んでいますか？
1. ほとんど飲まない 2. 週1-2回 3. 週3-5回 4. ほぼ毎日
- ⑦ タバコを吸っていますか？
1. 以前から吸わない 2. やめた 3. 吸っている
- ⑧ 昼寝も含めて1日の睡眠時間は何時間くらいですか？
1. 6時間以下 2. 7-8時間 3. 9時間以上
- ⑨ 散歩や軽い運動をしていますか？
1. ほとんど毎日 2. 週に3~4回位 3. 週に1回位 4. 月に1回位
- ⑩ 地域活動やボランティア活動をしていますか？
1. よくしている 2. たまにする 3. ほとんどしていない
- ⑪ 旅行や行楽を楽しんでいますか？
1. よくしている 2. たまにする 3. ほとんどしていない
- ⑫ 趣味を持っていますか？
1. 二つ以上持っている 2. 一つだけ持っている 3. 持っていない

あなたの家庭環境と人間関係についておたずねします。

問6 現在、誰と一緒に暮らしていますか？ 当てはまる全てに○を囲んでください。

1. 一人暮らし 2. 配偶者（夫または妻） 3. 子供
4. 子供の嫁 5. 孫 6. その他（ ）

問7 あなたの日頃のおつきあいについてうかがいます。

- ① 外出することがどのくらいありますか？
1. ほとんど毎日 2. 週に3～4回ぐらい
3. 月に4～5回ぐらい 4. 月に1回ぐらい
- ② 友人や近所の方とおつきあいをしていますか？
1. ほとんど毎日 2. 週に3～4回ぐらい
3. 月に4～5回ぐらい 4. 月に1回ぐらい
- ③ 身の回りに、一緒にいてほっとする人がいますか？
1. とても多くいる 2. かなりいる 3. ほとんどいない 4. いない
- ④ 身の回りにちょっとした用事やお使いをしてくれた人がいますか？
1. とても多くいた 2. いた 3. ほとんどいなかった 4. いなかった
- ⑤ ペット（犬や猫など）の世話をしていますか
1. よくしている 2. たまにする 3. ほとんどしない 4. しない
- ⑥ 牛や豚などの家畜の世話をしていますか
1. よくしている 2. たまにする 3. ほとんどしない 4. しない

問8 あなたが、一ヶ月で自由に使えるお金（おこづかい）はいくらですか？

一ヶ月で、自由に使えるお金は、 _____ 万円です。

問9 去年1年間のあなた方（ご夫妻の合計）の収入はどのくらいでしたか？
（年金や仕送りも含めてください。）

1. なし 7. 500～700万円未満
2. 100万円未満 8. 700～800万円未満
3. 100～200万円未満 9. 800～900万円未満
4. 200～300万円未満 10. 900～1000万円未満
5. 300～400万円未満 11. 1000万円以上
6. 400～500万円未満 12. 答えたくない

ご協力ありがとうございました。お元気にてお過ごしください。ぜひご返送下さい。

「生涯現役推進事業」総括マニュアル V.2.0

平成11年度厚生科学研究：健康科学総合研究補助金事業

2000/4/03

I.全体のねらい

II.事業内容と方法

- 2-1.生涯現役自己申告書の作成配布
- 2-2.教育方法と教育媒体

III.環境整備としての場の設定

IV.調査計画を推進する年次計画

V.生涯現役推進事業を推進する研究背景と推進条件

- 5-1.地域高齢者の願いと関係者が目指したい方向性
- 5-2.健康規定要因の整理と新しい健康づくり
- 5-3.新しい健康づくりを推進させる総合戦略と共通理解
- 5-4.新しい健康づくり推進条件の整備

I.生涯現役推進事業全体のねらい

生涯現役推進事業のねらいは、高齢者自身の問題<<長寿社会の中で高齢者自身が現役引退後、その長い余生をいかに過ごすべきか？>>と社会的課題<<高齢者を社会負担から社会資源と位置づけるパラダイムシフト>>に対して一つのモデルを設定し、これからの社会のあり方を示唆する基礎資料を得ることです。この生涯現役推進事業は、一つの仮説<<高齢者は生涯にわたり現役で過ごすことを希望しており、ひいてはそれが社会的価値として還元される>>をたてて実施していますから、調査研究事業であり、あくまで一つのモデルです。

事業内容の特性は、従来の医学モデルに加えて、毎日の生活を重視する生活モデルを用いていることです。つまり、地域高齢者の意思と主体性を尊重し、地域高齢者の日々の努力と、公的機関を含む組織的な支援、つまり日々の生活モデルが人を健康にさせるのではないかという仮説を設定しました。

「高齢者が生涯にわたって現役で過ごせる」という事業の効果が、数量的に証明できる時期は、2001年3月を予定しています。

<達成したい最終的な評価指標>

生涯現役推進事業で達成したい目標は、東京都老人総合研究所で開発された健康指標である、生活活動能力(TMIG-index)が主な評価指標の一つです。これらと関連している、主観的健康感、ネットワーク、生活満足度も向上させたい目標の一つです。

・達成したい目標となる評価指標

- ・高次生活活動能力
- ・社会的ネットワーク
- ・主観的健康感
- ・生活満足度
- ・日常生活習慣

<目標を達成するために活用する具体的なプログラム>

生涯現役推進事業で用いるプログラムは、地域高齢者自身の主体的な意思決定によって、自分にあった方法を選択してもらう方法です。そのための事業の一つは、「生涯現役自己申告書」の自己記載です。生涯現役事業を地域高齢者主体ですめる上で、最も重要な教材の一つです。

本事業で提供している健康情報は、「生活習慣病を防ぐ8つのポイント」と、「ときめきエルダー、きらめき人生」、それに「毎日が発見」です。いずれの健康教育教材も、病気やリスクを探索するネガティブ志向を基盤とした、方法論ではありません。「いきいきと生きる」こと、つまり単純にいえばもっと楽しく、好奇心に満ちた毎日を送ることが人生の目標であり、健康維持はそのための一つの手段にすぎないという発想と若干の持病や障害があっても、ある程度受容することが大切だとするポジティブ志向型の健康情報です。

- ・目標を達成するためのプログラムのkey concept
 - ・生涯現役自己申告書
 - ・ポジティブ志向の健康情報
 - ・自主グループ活動
 - ・環境整備、施設整備

<事業を推進する上での理念>

この事業を推進させていく上での基本理念は、様々な意思決定を地域高齢者ないし、市町村にしてもらうことです。また、地域高齢者ないし市町村が決定したそれぞれの選択肢に対して、価値付けはしません。よって、大学が市町村を「指導する」、ないし専門家が地域高齢者を「指導する」という様式や言葉は使用しません。

市町村や地域高齢者に対する大学や研究機関の役割は、新しい科学的な健康情報の提供と、全国的にみて健康づくりの上で優れた事例を紹介し、同時に各地域ごとの活動効果を明確にすることを支援するつもりです。また、市町村では、「生涯現役」を推進する個々人の役割を明示しそのセルフケア能力が高まるように促すと共に、個人レベルでは対処できにくい、「場の確保、しくみづくり」などについて、市町村毎の地域責任能力が発揮されるように支援します。

市町村の主要な具体的な役割は、自主グループの立ち上げ、健康支援活動、集会場の設定、補助金の支援、情報提供などですが、地方版の健康日本21計画策定も支援します。

- ・事業推進する上での理念
 - ・意思決定は、地域高齢者がする
 - ・意思決定は、市町村
 - ・大学の役目は科学的な情報提供と事例紹介
 - ・おしつけの指導はしない、価値付けもしない→支援
 - ・個人の努力と公的機関の努力を明示する

II. 事業内容と具体的な方法

2-1. 生涯現役自己申告書の作成配布

「生涯現役自己申告書」を作成配布します。

・趣旨とねらい

- ：地域高齢者が、自分自身の将来展望として、生涯にわたって現役で過ごすことを自分で確認する。
- 地域高齢者が、生涯にわたり現役ですごすという意思表示を、支援者側と共有する。
- 地域高齢者が、日常生活において生涯現役で過ごす意思表示を視覚的に確認する証とする。

・配布記載条件

- ：ねらいを確認し、自己申告と自己選択、自己記載を原則とする。

・作成方法と記載方法

- ：自己申告、自己選択、自己記載を原則とする。
- 生涯現役を推進するための方策について、自分で具体的に意志表示してもらう。
- 具体的な内容は、自分で記載してもらう。

事例を示します。

事例 I

私は、生涯にわたって現役で過ごせるよう、次のことを実行します。

楽しい日々を送るために「絵を描きに公園へ行きます。」 します。

役割を持った生きがいがづくりとして「書道教室を開き子供に書道の素晴らしさを教え」ます。

社会的なつながりを保つために「友人の誕生日には必ず、電話や訪問」 します。

以上、確認します。

アンダーラインは、地域高齢者が、自分自身で記載します。記載しない自由もありますし、この申告書自体を、使うか使わないかは、自分が決めます。

アンダーラインの内容を選択するときの具体的な事例

<楽しい日々を送るために>

- ・つりをします。
- ・生け花をします。
- ・碁をします。
- ・本を読みます。
- ・インターネットに挑戦します。
- ・旅行をします。
- ・将棋をします。
- ・俳句をつくります。

<役割を持った生きがいがづくりとして>

- ・家の家事を担当します。
- ・動物を飼育します。
- ・小遣いを稼ぎます。
- ・今年こそ富士山に登ります。
- ・野菜を作ります。
- ・〇〇のボランティアをします。
- ・推進委員をします。

<社会的なつながりや、ネットワークづくり>

- ・友人の誕生日には電話をします。
- ・〇〇のボランティアをします。
- ・〇〇同好会に参加します
- ・囲碁の同好会で大会を企画します。

<支援機関・大本山・東京保久里寺の扱いについて>

生涯現役をすすめる支援団体は、東京都立大学並びに、大本山・東京保久里寺を予定していましたが、しかしながら、都立大学当局は、宗教法人まがいと一緒の記載は困るという指示があり、生涯現役自己申告書から、大学名、大学の住所を削除しました。

この申告書を活用してもらう高齢者の中には、宗教法人名があることを気にする人もいるはずですから、その場合は、「大本山・東京保久里寺」の部分をはさみなどで削除してお使いください。

意思決定は、地域高齢者にしてもらいます。東京都多摩市の高齢者に対して、どちらの文面が適切かを伺った予備調査の結果では、高齢者の約8割が、「大本山・東京保久里寺が記載されている方」を選択しました。ですから、削除されるケースはそれほど多くはないと思います。

私は、生涯現役を誓います

私は、生涯にわたって現役で過ごすことを誓います。よって、次のことを実行することになります。

・ 役割を持った生きがいがいづくりとして、
「書道教室を開き子供達に書道の素晴らしさを伝え」ます。

・ 楽しい日々を送るために、
「○公園へ通い四季折々の花を描き」ます。

・ 社会的なつながりを保つために、
「友人の誕生日には必ず、電話を」します。

・ 以上のことを誓います。平成__年__月__日

本人署名 _____

支援機関 市町村名
協賛寺 大本山・東京保久里寺 印

宣言

生涯現役を誓います!!

私は、生涯にわたって現役であり続けることを誓います。
よって、次のことを実行します。

● **生きがい** づくりのために

の **役割** を持ちます。

● **毎日楽しく** 過ごすために

をします。

● 社会的な **つながり** を保つために

をします。

平成 年 月 日 本人署名

● 支援機関

● 協 賛 大本山・東京保久利寺



2-2.教育方法と教育媒体

2-2-1.教育方法

<健康教育の基本理念と教育をすすめる方法>

ここでは、地域高齢者の健康づくりを支援する基本理念と健康教育支援方法を示します。

1)Patient First (患者第一主義) を推進する

健康な地域づくりにおいて最も大切な基本理念の一つは、住民自治や社会正義とも連動する、Patient First (患者第一主義) です。この理念は、地域レベルだけでなく、学校や職場での健康づくりでも同様です。住民や患者や児童生徒やPTAや労働者が、中核に位置づけられることを意味しています。

2)Informed Choice (情報提供と本人の意思決定と選択) を推進する

健康教育に関与している専門職の役割は、健康面でのデメリットやメリットについて最新情報を対象者に提供したり、本人が希望するならば行動変容のための情報を提供し、住民の意思決定を支援することになります。健康教育の場では、専門家が判断する「最も望ましい姿」を指導したり、強要することではなく、「住民自身が自分自身の体重をどのようにするか」、「禁煙するか節煙するかしないか」の判断は、住民や患者自身が決めるというInformed Choiceを重視することが大切です。

3)Non Judgement with Value (専門家が価値をつけて判断しないこと) を推進する

個々人や人々がどのような選択をしても、その選択に対して「正しい」とか「悪い」とかの「価値づけ」をしないこと (Non Judgement with Value) も大切です。その背景と理由は、すべての人にメリットがある画一的な選択肢はあり得ないからです。一方、多様な選択肢が保障されて、個人がどのような選択をしても、その責任は、個人がもっていることを同時に確認することが大切です。

4)Supportive Empowerment (住民の能力向上を支援する) を推進する

WHOは、新しい健康教育の考え方として、「健康教育活動の方法は、従来から活用されてきた他者依存型で、専門家を主導とした方法から脱皮しなくてはならない」とことと、具体的な健康教育方法としては、「人々が自主的で主体的に参加することの大切さと、好ましい健康習慣を維持する環境整備の大切さ」を述べています。

これからの健康教育で活用していく方策は、「指導」ではなく、対象者のセルフケア能力が高まる (empowerment) ように、支援していくことが示されています。表2.2.1は、WHOの提言にそって、健康教育の理念と教育方法をまとめたものです。

5)専門職としての最終目標 1)から4)については対地域高齢者(住民)への理念を述べました。5)では専門職自らの最終目標について少し触れておきます。生涯現役推進事業の当該地区における具体的な目標設定したり、事業の優先順位を決定していくための基本情報を収集・分析するシステムを確立していくことも求められます。事業実施前の初期状況を把握したり、中間評価や事後評価のための戦略にはこうした基本情報システムを構築する事が大切です。その成果として地域高齢者(住民)や他の関係者・関係団体に対して健康づくりに関する世界的にみた科学的な事実を情報公開していくとともに、評価した活動効果や目標の達成状況を情報公開していくことができれば最高です。なお、5)における情報システムの詳細については別の機会にご紹介いたしますので本総括マニュアルにおいては軽くご留意いただくだけで結構です。

<具体的な教育方法>

1] 地域高齢者に対する情報提供と情報交換

地域高齢者に対する健康情報の提供では、一般的な健康情報は、町が提供する広報を活用しますし、地域の新聞を活用することが大切でしょう。

一方、疾病を持った特定少数に対する個別特性に応じた健康情報は、主治医ないし保健婦などが提供する個別特性に応じた情報が最も効果的です。

2] 口コミを活用する

一般的な健康情報源としては、友人、知人による口コミ情報も大切です。特に、断酒会活動などのグループ情報は、説得力があるととても意義のある情報です。自主グループなどの健康情報も大切にします。

3] 月刊誌の紹介

楽しく生きる生涯現役を目指す、特集を組んだ雑誌として、「毎日が発見」を紹介します。同誌の詳細は2-2-2.教育媒体<毎日が発見の活用方法>を参照下さい。継続的な購読は、地域高齢者の意思決定に依存します。

表2.2.1 健康教育の理念と方法

	従来の健康教育	新しい健康教育
理念	<ul style="list-style-type: none"> ・対象者は指導の対象 ・トップが決定権を持つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・対象者が中心で中核 (Patient First) ・対象者が決定する (Informed Choice) ・基本的人権
方法	<ul style="list-style-type: none"> ・他者依存型、専門家主導型 ・人々の意識変革と行動変容 ・一方向性 ・専門家の指示が中心 ・行動変容 	<ul style="list-style-type: none"> ・人々の主体的参画 ・保健従事者の態度変容 ・相互方向、相互学習 ・各専門家と人々との共同作業 ・環境整備

2-2-2.教育媒体

<ときめきエルダーの活用>

本教材はパンフレット形式の季刊です。その特色は以下の通りです。

- ①毎号メインテーマ（明示してませんが潜在的なkey concept）を設定します。ちなみに第1号では今後のダイジェストと共に「高齢者の能力と尊厳」です。
- ②各地区や団体等で学習会や日常の活動の中で「議論のネタ」として話題提供できればと願っております。
- ③具体的な「議論のツボ」については別紙の「ときめきエルダー支援者用マニュアル」を参照のこと。

<生活習慣病を防ぐ八つのポイントの活用>

「生涯現役推進事業テキスト」であるこの本は、生活習慣病を防ぐための情報とともに、何故故に今生活習慣を重視した健康づくりが必要かについてまとめています。「健康日本21」に活用されているアメリカ合衆国の「healthy people」の主要部分である、生活習慣の意義、健康づくりの具体的な方法についても紹介しています。

生活習慣を防ぐこの本の原価は250円です。住民に配布する場合は、100円程度の料金を取って売ってください。買った本と、無料配布の本では、買った本の方が、読まれる傾向が強いです。

<新しい健康手帳(試行版)の活用>

厚生省老人保健課の委託を受けた、2年後に全国の市町村で使用されることが予定されている新しい健康手帳を先取りして試行的に使います。まだ試行版であり、試行錯誤によって、より使いやすい手帳を目指しています。この健康手帳は、次の事をねらっています。

- ・地域高齢者のセルフケア能力とセルフチェック能力の向上をめざす。
- ・健康関連データを蓄積する。
- ・保健医療福祉専門職が健康づくりを効果的に支援するデータを蓄積する。

地域高齢者には、健康教育、健康学習での教材を配布するとともに、それを支援する保健婦(士)には、健康手帳活用マニュアルを配布します。この健康手帳を活用するマニュアルを作成しているねらいは、地域高齢者のセルフケア能力が向上していくことと、蓄積された健康情報を本人の健康づくりにとって有効に活用していくことをねらって策定されています。

健康診査の結果や自己測定血圧値などを自己記入することと、自己目標の設定項目を設けています。

ただし、本健康手帳はその主旨、目的、及び予算の関係上、本年度はこの手帳に関する使用前、使用後の意識調査等、精力的にご協力をいただける市町村において優先的に導入を予定しております。本年度、導入されなかった市町村におかれましては本年度の調査結果も踏まえて、さらにバージョンアップした手帳を次年度より順次、希望に応じ導入する予定であります。

<毎日が発見～一般誌副読本の利用>

健康情報収集における一般誌副読本の利用の背景：情報交換とマスコミの重要性

「あなたの健康情報をどこから得ていますか」とする全国調査結果をみると、マスコミから健康情報を得ているという回答が最も多く、約50%を占めているのに対して、保健所市町村窓口から健康情報を得ている割合は、4.9%にすぎませんでした。保健所や市町村から提供される情報は、対象特性に応じ、双方向で健康情報を提供するメリットがありますが、より多くの人に効率よく最新情報を提供するためには、マスコミの役割は極めて重要です。

影響力のある地域のラジオ・テレビ・新聞・雑誌などと共同して、地域の特性に合わせた健康関連情報を発信していくことが大切です。その際、重要な一つの視点としてマスコミ的效果とミニコミ的效果

の融合が挙げられます。身近な例で言うと、最近、「思いっきり生テレビ」と「今日の健康」の二つの番組を比較してみましょう。前者は最近、主婦層を中心に非常に話題を呼んでいるワイドショー番組の健康コーナーでありゲスト・視聴者が参加するクイズ方式であり、後者はNHKの教育番組であり、聞き手と専門家の問答方式であり、かなり専門用語も登場します。両番組とも「健康」をテーマに設定しており、根強い人気を持つ長寿番組です。しかし、両者には表2.2.2で示すような明らかな相違が見られます。

表2.2.2 健康情報番組のタイプ

	レクチャー型番組	バラエティ型番組
対象	・比較的限定	・広く一般的
ねらい	・疾病ごとの専門的知識の提供	・予防・セルフチェック法の提供
形態	・問答方式	・クイズ方式
登場人物	・聞き手と専門家	・ゲスト（専門家・タレント）、視聴者、司会者
表現法	・教科書的	・ビジュアル的（食物の目分量を現物で例示等）
情報の方向性	・一方向性	・相互方向、相互学習（ゲスト、視聴者が代弁）
イメージ	・難しい、かたい	・平易、楽しい
例	・「今日の健康」	・「思いっきり生テレビ」

「生涯現役推進事業」では個別の疾患に対する健康情報の提供よりはむしろ、地域高齢者全般に対して身体的・精神的・社会的側面からの健康情報を提供することを主眼にしています。こうしたねらいからするとバラエティ型健康情報をコンセプトの方が主旨に合致するといえます。そこで、当研究班がかねてよりもっとも注目している高齢者向け一般雑誌が今回紹介する「毎日が発見」です。同誌を副読本とすることで全国の情報がオンタイムに流入するという点でのマスコミ的効果と「自分（達）も取材される」「自分たちもイベントやアイデアを提案できる」といったミニコミ的効果の両方を期待したいものです。さらに自分の記事が単に地域の「保健だより」ではなく全国の読者に向けて情報発信される点やその記事が藤本義一ら著名人のエッセイや世界の一流ブランドの紹介コーナーと同等（？）に扱われることへの優越感が取材された人（または団体）の自信につながるのです。また取材されなかった読者についても「毎日が発見」を購読すること自体に一つの価値を見いだしていただくことができれば、これは本事業が一つの「高齢者文化」の創造を支援したことになります。我々は幼少期にはおもちゃやアニメ、思春期以降にはアイドル、ファッション、スポーツ、グルメといった具合に衣食住遊すべての分野に世代ごとのあるいはその時代その時代ごとの「流行」を意識し、その少し先に行くことに優越感を感じてきたものです。同じような感覚が果たして従来の高齢者に見られたでしょうか？「流行」を意識し楽しむ感覚さらには自分達が発信した情報が「新しい高齢者の流行」を生み出す可能性もあるということは「生涯現役」を目指す高齢者にとって非常に重要な因子だと考えています。つまり「毎日が発見」を購読すること自体にステータスを見だし、自分は「昔の年寄りとはちょっと違う、周りの老人とはちょっと違うんだ」というプライドを持つことも重要なのです。（もちろん「毎日が発見」はあくまで一つの例であり、逆に他にも適したメディアをご紹介いただければうれしい限りです。）

<毎日が発見の特徴と購入方法>

1] 「毎日が発見」の特徴

同誌が従来の健康情報提供雑誌と異なる特徴としては以下の点が挙げられます。

- ①衣食住の側面は言うに及ばず、毎日の楽しみなど生活全般を好奇心と快適性そして遊び心から見直す切り口を持ち（健康のために生きるのではなく、今の楽しい暮らしを維持するないしワンランク上を狙うために健康情報を一つの手段としてとらえている）
- ②比較的、壮年層から前期高齢者を対象としている。
- ③比較的、都市型高齢者を対象としている。

そこで、より広い読者層の支持を得て、当研究班と同誌の共通コンセプト<<生涯現役の推進>>を普及啓発するために、当研究事業の一環として同誌に関してのモニタリング調査を一部の地域において実施します。（平成11年8月下旬）

なお、その結果からも予想されますが既に一部により指摘されている②については文字の大きさや用語等③については記事内容や取材先等を検討し同誌出版社とともに更なるバージョンアップを進める予定です。

2] 「毎日が発見」の購入方法

毎日が発見の8月号特集は、「定年後の生きがい大研究」でした。8月号の本の現物と申込用紙を、各調査フィールド市町村に現物を送付いたします。生涯現役をキーワードとするこの月刊本の意義と主旨を住民に情報提供してください。出版社の厚意により本事業に賛同いただく高齢者については特別割引申し込み用はがきを活用すれば、400円ほど割引になります。もちろん、住民に対して購入するよう