

Table 11 平均睡眠時間

平均睡眠時間 (65歳~69歳)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	15
男	1	0	3	16	87	124	128	14	13	0	0	0	0
	(0.3)	(0)	(0.8)	(4.2)	(22.5)	(32.1)	(33.2)	(3.6)	(3.4)	(0)	(0)	(0)	(100.0)
女	0	0	6	55	158	196	125	20	3	0	0	0	0
	(0)	(0)	(1.1)	(9.8)	(28.1)	(34.8)	(22.2)	(3.6)	(0.5)	(0)	(0)	(0)	(100.0)
Total	1	0	9	71	245	320	253	34	16	0	0	0	949

()内は%

平均睡眠時間 (70歳~74歳)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	15
男	0	2	3	16	51	106	90	33	9	0	2	0	0
	(0)	(0.6)	(1)	(5.1)	(16.4)	(34)	(28.9)	(11)	(2.9)	(0)	(0.6)	(0)	(100.0)
女	1	3	9	33	110	150	109	33	8	1	0	0	0
	(0.2)	(0.7)	(2)	(7.2)	(24.1)	(32.8)	(23.9)	(7.2)	(1.8)	(0.2)	(0)	(0)	(100.0)
Total	1	5	12	49	161	256	199	66	17	1	2	0	769

()内は%

平均睡眠時間 (75歳~80歳)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	15
男	0	1	2	6	31	65	71	28	9	6	1	0	1
	(0)	(0.5)	(0.9)	(2.7)	(14)	(29.4)	(32.1)	(13)	(4.1)	(2.7)	(0.5)	(0)	(100.0)
女	0	4	14	35	73	102	115	26	14	1	1	1	0
	(0)	(1)	(3.6)	(9.1)	(18.9)	(26.4)	(29.8)	(6.7)	(3.6)	(0.3)	(0.3)	(0)	(100.0)
Total	0	5	16	41	104	167	186	54	23	7	2	1	607

()内は%

(10) 昼寝の有無

昼寝の有無について Table12 に示した。年齢が上がるにつれて昼寝「あり」が少しずつ低くなる傾向であった。

Table 12 昼寝の有無
昼寝の有無(65歳~69歳)

	あり	なし	Total
男	308 (32.4)	80 (8.4)	388 (40.8)
女	433 (45.5)	130 (13.7)	563 (59.2)
Total	741 (77.9)	210 (22.1)	951 (100.0)

()内は%

昼寝の有無(70歳~74歳)

	あり	なし	Total
男	221 (28.7)	91 (11.8)	312 (40.5)
女	332 (43.0)	127 (16.5)	459 (59.5)
Total	553 (71.7)	218 (28.3)	771 (100.0)

()内は%

昼寝の有無(75歳~80歳)

	あり	なし	Total
男	153 (25.1)	70 (11.5)	223 (36.6)
女	273 (44.7)	114 (18.7)	387 (63.4)
Total	426 (69.8)	184 (30.2)	610 (100.0)

()内は%

(11) 外出頻度

外出頻度について Table13 に示した。「ほとんど毎日」と「週に2, 3日」において、年齢が上がるにつれて少なくなる傾向であった。

Table 13 外出頻度
外出頻度(男性)

	ほとんど毎日	週に2, 3日	週に1日程度	週1日より少ない	Total
65歳～ 69歳	309 (79.8)	58 (15.0)	12 (3.1)	8 (2.1)	387 (100.0)
70歳～ 74歳	237 (76.0)	50 (16.0)	15 (4.8)	10 (3.2)	312 (100.0)
75歳～ 80歳	148 (66.4)	60 (26.9)	4 (1.8)	11 (4.9)	223 (100.0)

()内は%

外出頻度(女性)

	ほとんど毎日	週に2, 3日	週に1日程度	週1日より少ない	Total
65歳～ 69歳	452 (80.3)	101 (18.0)	7 (1.2)	3 (0.5)	563 (100.0)
70歳～ 74歳	336 (73.2)	108 (23.5)	9 (2.0)	6 (1.3)	459 (100.0)
75歳～ 80歳	246 (63.6)	107 (27.6)	15 (3.9)	19 (4.9)	387 (100.0)

()内は%

(12) 外出目的

外出目的について Table14 に示した。「仕事」「運動」において、男性の方が女性よりも高い傾向であった。また、年齢が上がるにつれて低くなる傾向であった。「通院」において、女性の方が男性よりも高い傾向であり、また年齢が上がるにつれて高くなる傾向であった。

Table 14 外出目的
外出目的(男性)

	仕事	通院	買い物	散歩	趣味	デイ ホーム	町会や老 人クラブ の会合	運動	友人・知 人のところ へ行く	子供や親 戚のところ へ行く	その他	外出は ほとんど しない	Total
65歳～69歳	203 (17.3)	94 (8.0)	228 (19.4)	187 (15.9)	172 (14.6)	3 (0.3)	14 (1.2)	113 (9.6)	78 (6.6)	44 (3.7)	37 (3.1)	3 (0.3)	1176 (100.0)
70歳～74歳	102 (11.4)	110 (12.3)	189 (21.2)	163 (18.3)	117 (13.1)	2 (0.2)	30 (3.4)	61 (6.8)	53 (5.9)	34 (3.8)	29 (3.3)	3 (0.3)	893 (100.0)
75歳～80歳	57 (9.4)	95 (15.7)	127 (21.0)	129 (21.3)	59 (9.7)	1 (0.2)	17 (2.8)	36 (5.9)	32 (5.3)	21 (3.5)	27 (4.4)	5 (0.8)	606 (100.0)

()内は%

外出目的(女性)

	仕事	通院	買い物	散歩	趣味	デイ ホーム	町会や老 人クラブ の会合	運動	友人・知 人のところ へ行く	子供や親 戚のところ へ行く	その他	外出は ほとんど しない	Total
65歳～69歳	118 (6.5)	198 (10.9)	512 (28.1)	230 (12.6)	252 (13.9)	3 (0.2)	22 (1.2)	117 (6.4)	193 (10.6)	111 (6.1)	63 (3.5)	0 (0.0)	1819 (100.0)
70歳～74歳	67 (4.7)	224 (15.8)	410 (29.0)	150 (10.6)	197 (13.9)	2 (0.1)	33 (2.3)	75 (5.3)	121 (8.5)	78 (5.5)	59 (4.2)	2 (0.1)	1418 (100.0)
75歳～80歳	27 (2.4)	232 (20.8)	326 (29.2)	140 (12.5)	120 (10.7)	7 (0.6)	33 (2.9)	46 (4.1)	97 (8.7)	38 (3.4)	44 (3.9)	9 (0.8)	1119 (100.0)

()内は%

(13) 家族・親戚との交際頻度

家族・親戚との交際について Table15 に示した。各年齢群において「電話をする」が最も高く、次いで「よく会う」が高かった。「冠婚葬祭時のみ」は「ほとんど付き合いがない」より高い傾向であった。

Table 15 家族・親戚との交際頻度
家族・親戚との交際頻度(65歳～69歳)

	電話をする	よく会う	冠婚葬祭時のみ	ほとんど付き合いがない	家族・親類はいない	Total
男	151 (15.9)	149 (15.7)	47 (5.0)	36 (3.8)	1 (0.1)	384 (40.5)
女	323 (34.1)	187 (19.8)	36 (3.8)	16 (1.7)	1 (0.1)	563 (59.5)
Total	474 (50.0)	336 (35.5)	83 (8.8)	52 (5.5)	2 (0.2)	947 (100.0)

()内は%

家族・親戚との交際頻度(70歳～74歳)

	電話をする	よく会う	冠婚葬祭時のみ	ほとんど付き合いがない	家族・親類はいない	Total
男	148 (19.2)	100 (13.0)	34 (4.4)	26 (3.4)	3 (0.4)	311 (40.4)
女	258 (33.6)	150 (19.5)	31 (4.0)	17 (2.2)	2 (0.3)	458 (59.6)
Total	406 (52.8)	250 (32.5)	65 (8.4)	43 (5.6)	5 (0.7)	769 (100.0)

()内は%

(14) 身近にいる友人の種類

身近にいる友人の種類を Table16 に示した。どの年齢群においても「電話をする」が最も高い傾向であった。「友人はいない」は年齢が上がるにつれて少しずつ高くなる傾向であった。

Table 16 身近にいる友人の種類
身近な友人(65歳~69歳)

	電話をする	お茶を飲み、おしゃべりする	一緒に食事を する	一緒に旅行す る	共通の趣味が ある	その他	友人はいない	Total
男	185 (7.1)	131 (5.0)	169 (6.5)	125 (4.8)	194 (7.5)	54 (2.1)	41 (1.6)	899 (34.6)
女	372 (14.3)	379 (14.6)	339 (13.1)	274 (10.6)	284 (10.9)	29 (1.1)	20 (0.8)	1697 (65.4)
Total	557 (21.4)	510 (19.6)	508 (19.6)	399 (15.4)	478 (18.4)	83 (3.2)	61 (2.4)	2596 (100.0)

()内は%

身近な友人(70歳~74歳)

	電話をする	お茶を飲み、おしゃべりする	一緒に食事を する	一緒に旅行す る	共通の趣味が ある	その他	友人はいない	Total
男	149 (7.8)	96 (5.1)	125 (6.5)	96 (5.0)	134 (7.0)	37 (1.9)	31 (1.6)	668 (34.9)
女	304 (15.8)	271 (14.1)	239 (12.5)	169 (8.8)	212 (11.1)	26 (1.4)	27 (1.4)	1248 (65.1)
Total	453 (23.6)	367 (19.2)	364 (19.0)	265 (13.8)	346 (18.1)	63 (3.3)	58 (3.0)	1916 (100.0)

()内は%

身近な友人(75歳~80歳)

	電話をする	お茶を飲み、おしゃべりする	一緒に食事を する	一緒に旅行す る	共通の趣味が ある	その他	友人はいない	Total
男	95 (7.0)	66 (4.9)	72 (5.3)	52 (3.8)	82 (6.1)	38 (2.8)	27 (2.0)	432 (31.9)
女	217 (16.1)	210 (15.5)	144 (10.7)	122 (9.0)	160 (11.8)	32 (2.4)	35 (2.6)	920 (68.1)
Total	312 (23.1)	276 (20.4)	216 (16.0)	174 (12.8)	242 (17.9)	70 (5.2)	62 (4.6)	1352 (100.0)

()内は%

(15) この半年間における大きな体調の変化

「この半年間に大きな体調の変化がありましたか」について Table17 に示したように、「いいえ」の方が「はい」よりも高かった。そして年齢が上がるにつれて、「はい」が高くなる傾向であった。

Table 17 半年間の体調変化
半年間の体調変化(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	331 (34.8)	57 (6.0)	388 (40.8)
女	475 (49.9)	88 (9.3)	563 (59.2)
Total	806 (84.7)	145 (15.3)	951 (100.0)

()内は%

半年間の体調変化(70歳～74歳)

	はい	いいえ	Total
男	264 (34.2)	48 (6.2)	312 (40.4)
女	356 (46.2)	103 (13.4)	459 (59.6)
Total	620 (80.4)	151 (19.6)	771 (100.0)

()内は%

半年間の体調変化(75歳～80歳)

	はい	いいえ	Total
男	189 (31.0)	34 (5.6)	223 (36.6)
女	289 (47.4)	98 (16.0)	387 (63.4)
Total	478 (78.4)	132 (21.6)	610 (100.0)

()内は%

(16) 既往歴

「今まで大きな病気にかかりましたか」について、Table18 に示したように、69 歳以下では「いいえ」の方が「はい」よりも高い傾向であったが、70 歳以上では、「はい」の方が高い傾向であった。

Table 18 既往歴
既往歴(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	217 (22.8)	171 (18.0)	388 (40.8)
女	317 (33.3)	246 (25.9)	563 (59.2)
Total	534 (56.1)	417 (43.9)	951 (100.0)

()内は%

既往歴(70歳～74歳)

	はい	いいえ	Total
男	139 (18.1)	173 (22.4)	312 (40.5)
女	217 (28.1)	242 (31.4)	459 (59.5)
Total	356 (46.2)	415 (53.8)	771 (100.0)

()内は%

既往歴(75歳～80歳)

	はい	いいえ	Total
男	82 (13.4)	141 (23.2)	223 (36.6)
女	172 (28.2)	215 (35.2)	387 (63.4)
Total	254 (41.6)	356 (58.4)	610 (100.0)

()内は%

(17) 大怪我

「今までに大きなけがをしましたか」について、Table19 に示したように、「いいえ」の方が「はい」よりも高かった。そして年齢が上がるにつれて「はい」が高くなる傾向であった。

Table19 大怪我の有無
大怪我(65歳~69歳)

	はい	いいえ	Total
男	305 (32.1)	83 (8.7)	388 (40.8)
女	456 (47.9)	107 (11.3)	563 (59.2)
Total	761 (80.0)	190 (20.0)	951 (100.0)

()内は%

大怪我(70歳~74歳)

	はい	いいえ	Total
男	253 (32.8)	59 (7.7)	312 (40.5)
女	344 (44.6)	115 (14.9)	459 (59.5)
Total	597 (77.4)	174 (22.6)	771 (100.0)

()内は%

大怪我(75歳~80歳)

	はい	いいえ	Total
男	179 (29.3)	44 (7.2)	223 (36.5)
女	284 (46.6)	103 (16.9)	387 (63.5)
Total	463 (75.9)	147 (24.1)	610 (100.0)

()内は%

(18) 半年間の環境の変化

「この半年間に大きな環境の変化がありましたか」について、Table20に示したように、「いいえ」の方が「はい」よりも高かった。

Table20 半年間の環境変化
半年間の環境変化(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	350 (36.8)	38 (4.0)	388 (40.8)
女	511 (53.7)	52 (5.5)	563 (59.2)
Total	861 (90.5)	90 (9.5)	951 (100)

()内は%

半年間の環境変化(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	292 (37.9)	20 (2.6)	312 (40.5)
女	407 (52.8)	52 (6.79)	459 (59.5)
Total	699 (90.7)	72 (9.3)	771 (100)

()内は%

半年間の環境変化(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	200 (32.8)	23 (3.8)	223 (36.6)
女	343 (56.2)	44 (7.2)	387 (63.4)
Total	543 (89.0)	67 (11.0)	610 (100)

()内は%

(19) 半年間の家族の変化

「この半年間でご家族に大きな変化がありましたか」について、Table21 に示したように、「いいえ」の方が「はい」よりも高かった。そして年齢が上がるにつれて、「はい」が少しずつ高くなる傾向であった。

Table21 半年間の家族の変化
半年間の家族変化(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	334 (35.1)	54 (5.7)	388 (40.8)
女	465 (48.9)	98 (10.3)	563 (59.2)
Total	799 (84.0)	152 (16.0)	951 (100.0)

()内は%

半年間の家族変化(70歳～74歳)

	はい	いいえ	Total
男	276 (35.9)	35 (4.5)	311 (40.4)
女	383 (49.7)	76 (9.9)	459 (59.6)
Total	659 (85.6)	111 (14.4)	770 (100.0)

()内は%

半年間の家族変化(75歳～80歳)

	はい	いいえ	Total
男	204 (33.4)	19 (3.1)	223 (36.5)
女	322 (52.8)	65 (10.7)	387 (63.5)
Total	526 (86.2)	84 (13.8)	610 (100.0)

()内は%

(20) 視覚と聴覚

「見ることに不自由していますか」と「聞くことに不自由していますか」について、Table22, Table23 に示したように、「いいえ」の方が「はい」よりも高かった。そして年齢が上がるにつれて「はい」が少しずつ高くなる傾向であった。

Table22 視覚不自由

視覚不自由(65歳~69歳)

	はい	いいえ	Total
男	331 (34.8)	57 (6.0)	388 (40.8)
女	477 (50.2)	86 (9.0)	563 (59.2)
Total	808 (85.0)	143 (15.0)	951 (100.0)

()内は%

視覚不自由(70歳~74歳)

	はい	いいえ	Total
男	263 (34.1)	49 (6.4)	312 (40.5)
女	384 (49.8)	75 (9.7)	459 (59.5)
Total	647 (83.9)	124 (16.1)	771 (100.0)

()内は%

視覚不自由(75歳~80歳)

	はい	いいえ	Total
男	185 (30.3)	38 (6.2)	223 (36.5)
女	297 (48.7)	90 (14.8)	387 (63.5)
Total	482 (79.0)	128 (21.0)	610 (100.0)

()内は%

Table23 聴覚不自由
聴覚不自由(64歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	368 (38.7)	20 (2.1)	388 (40.8)
女	515 (54.2)	48 (5.0)	563 (59.2)
Total	883 (92.9)	68 (7.1)	951 (100.0)

()内は%

聴覚不自由(70歳～74歳)

	はい	いいえ	Total
男	266 (34.5)	46 (6.0)	312 (40.5)
女	411 (53.3)	48 (6.2)	459 (59.5)
Total	677 (87.8)	94 (12.2)	771 (100.0)

()内は%

聴覚不自由(75歳～80歳)

	はい	いいえ	Total
男	175 (28.7)	48 (7.9)	223 (36.6)
女	311 (51.0)	76 (12.4)	387 (63.4)
Total	486 (79.7)	124 (20.3)	610 (100.0)

()内は%

(21) 発話

「話すことに不自由していますか」について、Table24 に示したように、「はい」と回答した割合はわずかであった。

Table24 発話不自由
発話不自由(65歳~69歳)

	はい	いいえ	Total
男	377 (39.6)	11 (1.2)	388 (40.8)
女	554 (58.3)	9 (0.9)	563 (59.2)
Total	931 (97.9)	20 (2.1)	951 (100.0)

()内は%

発話不自由(70歳~74歳)

	はい	いいえ	Total
男	298 (38.7)	14 (1.8)	312 (40.5)
女	452 (58.6)	7 (0.9)	459 (59.5)
Total	750 (97.3)	21 (2.7)	771 (100.0)

()内は%

発話不自由(75歳~80歳)

	はい	いいえ	Total
男	217 (35.6)	6 (1.0)	223 (36.6)
女	381 (62.4)	6 (1.0)	387 (63.4)
Total	598 (98.0)	12 (2.0)	610 (100.0)

()内は%

(22) 歩行不自由の有無

「歩くことに不自由していますか」について、Table25 に示したように、「いいえ」の方が「はい」よりも高かったが、年齢が上がるにつれて高くなる傾向であった。

Table25 歩行不自由
歩行不自由(65歳～69歳)

	はい	いいえ	Total
男	359 (37.7)	29 (3.1)	388 (40.8)
女	496 (52.2)	67 (7.0)	563 (59.2)
Total	855 (89.9)	96 (10.1)	951 (100.0)

()内は%

歩行不自由(70歳～74歳)

	はい	いいえ	Total
男	264 (34.3)	48 (6.2)	312 (40.5)
女	365 (47.3)	94 (12.2)	459 (59.5)
Total	629 (81.6)	142 (18.4)	771 (100.0)

()内は%

歩行不自由(75歳～80歳)

	はい	いいえ	Total
男	177 (29.1)	46 (7.5)	223 (36.6)
女	260 (42.7)	126 (20.7)	386 (63.4)
Total	437 (71.8)	172 (28.2)	609 (100.0)

()内は%

(23) 歩行能力

歩行能力について、Figure2 に示した。男性の方が女性よりも歩行能力得点が高い傾向であった。また、年代が上がるにつれて、歩行能力得点が低くなる傾向であった。

(24) 老研式活動能力指標

老研式活動能力指標（ADL）について、Figure3 に示した。女性の方が男性よりも ADL 得点が高い傾向であった。また、年齢が上がるにつれて、ADL 得点が低くなる傾向であった。

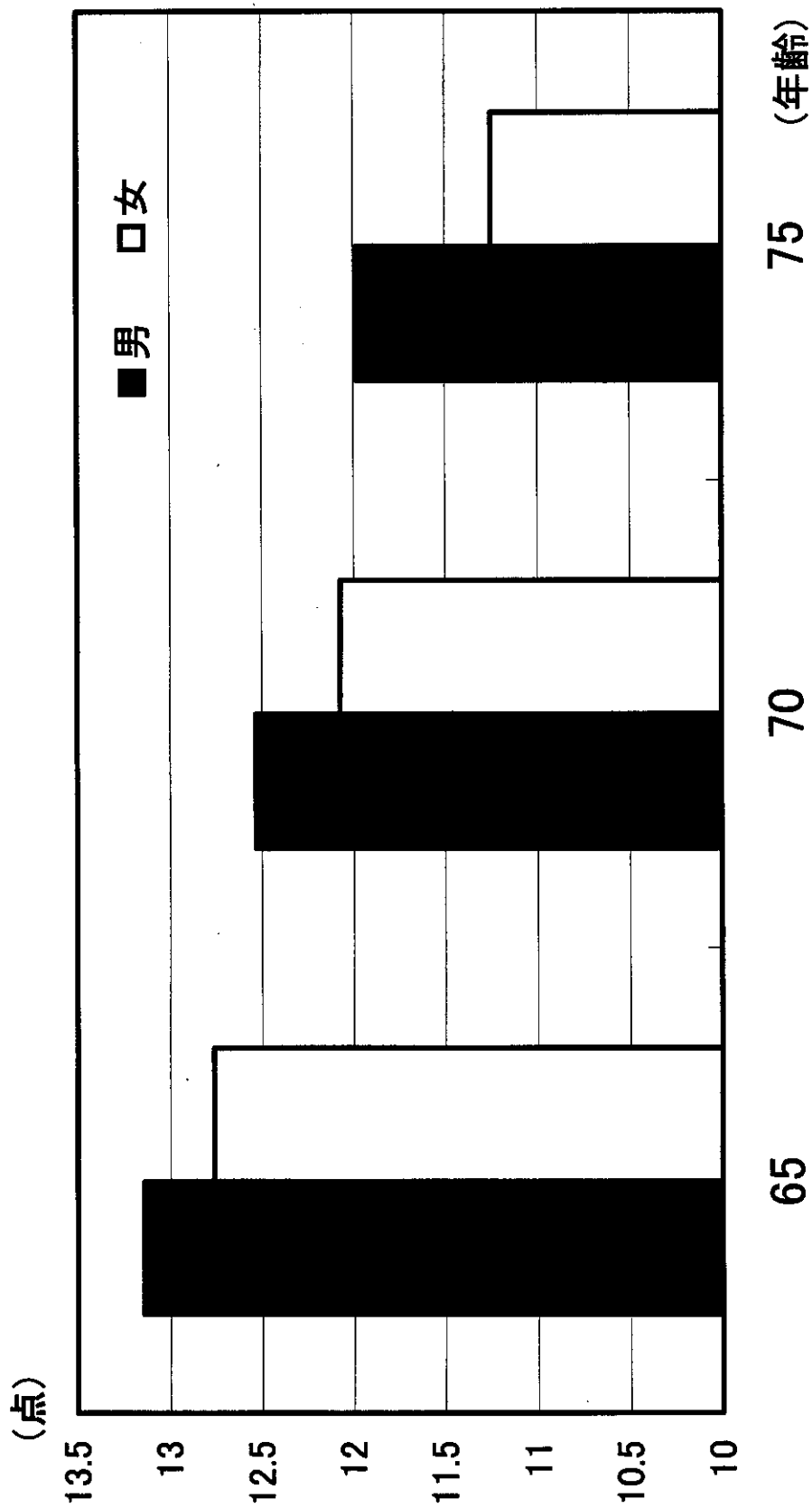


Figure2 歩行能力

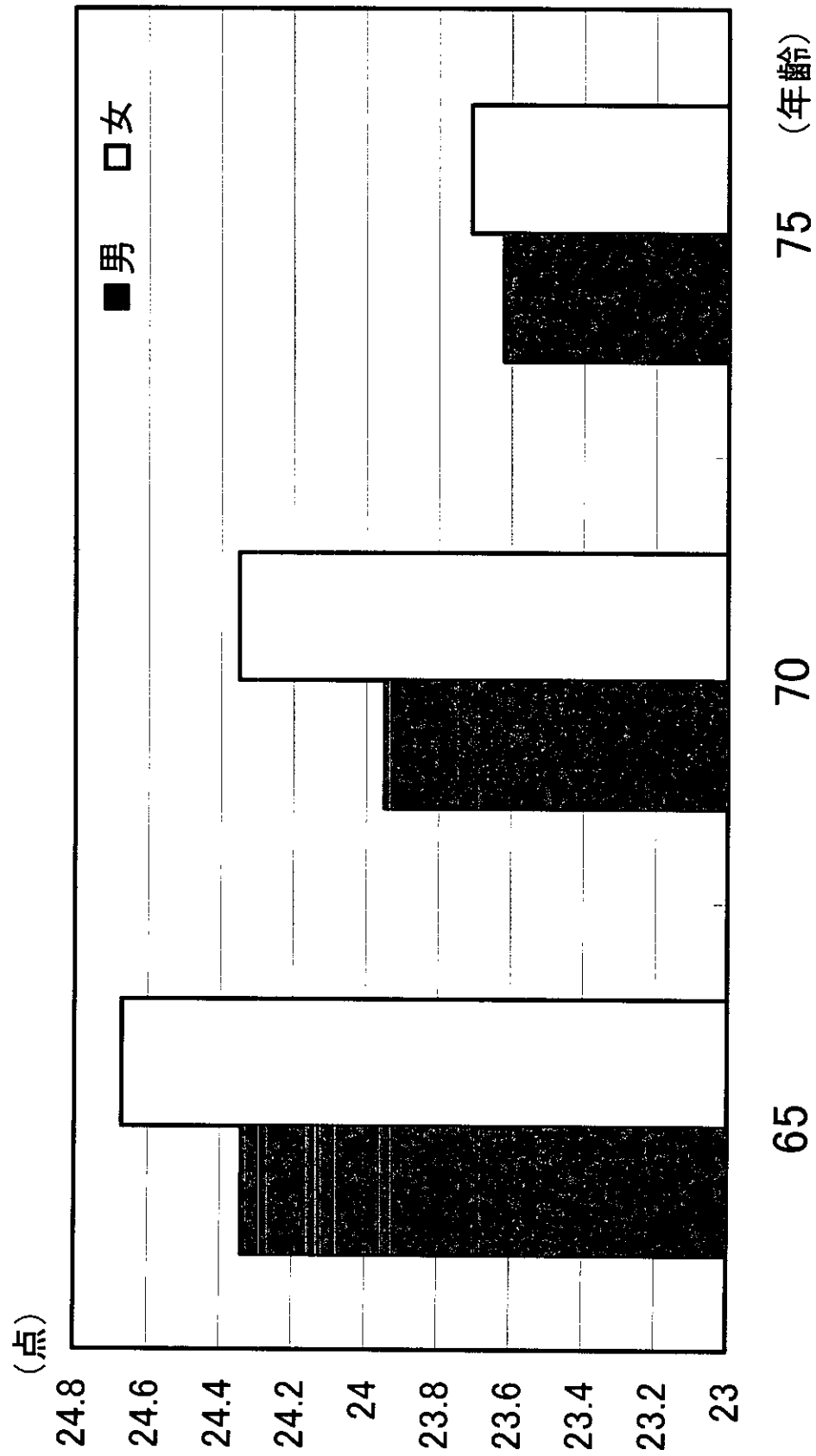


Figure3 ADL

II 心理属性

以下に調査対象者の心理属性をあげる。それぞれの図は、心理属性を年齢区分、性別に示している。

(1) うつスケール

うつスケールは、得点が低いとうつ傾向が高いことを示す。うつスケール得点について、Figure4に示した。男性の方が女性よりも得点が高い傾向であった。また、年齢が上がるにつれて得点が低くなる傾向であった。

(2) 自覚的 QOL

自覚的 QOL について、Figure5に示した。男性の方が女性よりも QOL 得点が高い傾向であった。また、年齢が上がるにつれて、QOL 得点が低くなる傾向であった。



Figure4 うつスケール得点