

表28 生活習慣得点

要介護度	人数	平均値	標準偏差	t検定
要支援	3,859	4.0	2.0	***
要介護1	3,714	3.6	2.0	

*** $P < 0.001$

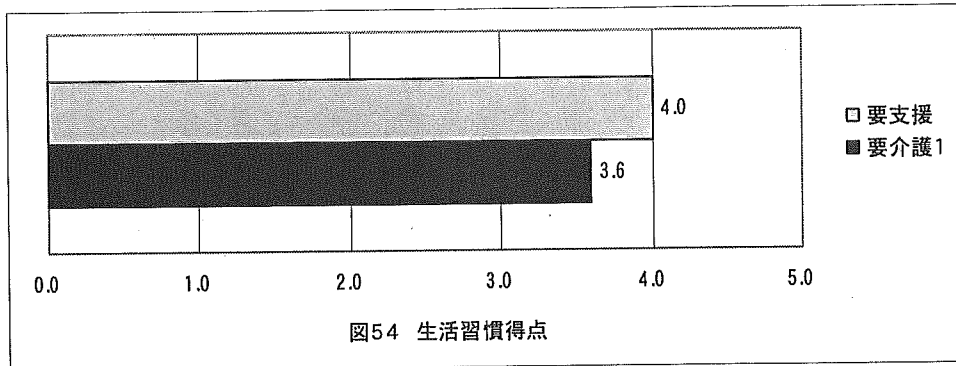


表29 規則正しい生活をしているか

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)
規則正しい	645 (17.9)	661 (18.8)
ほぼ規則正しい	2,247 (62.4)	2,087 (59.4)
あまり規則正しくない	601 (16.7)	624 (17.8)
不規則	106 (2.9)	141 (4.0)
計	3,599 (100.0)	3,513 (100.0)

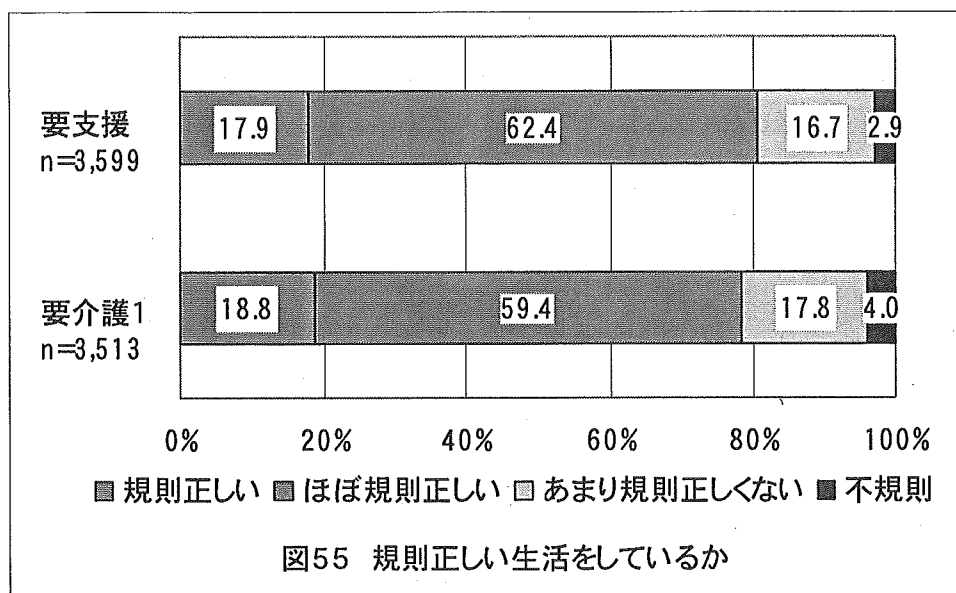
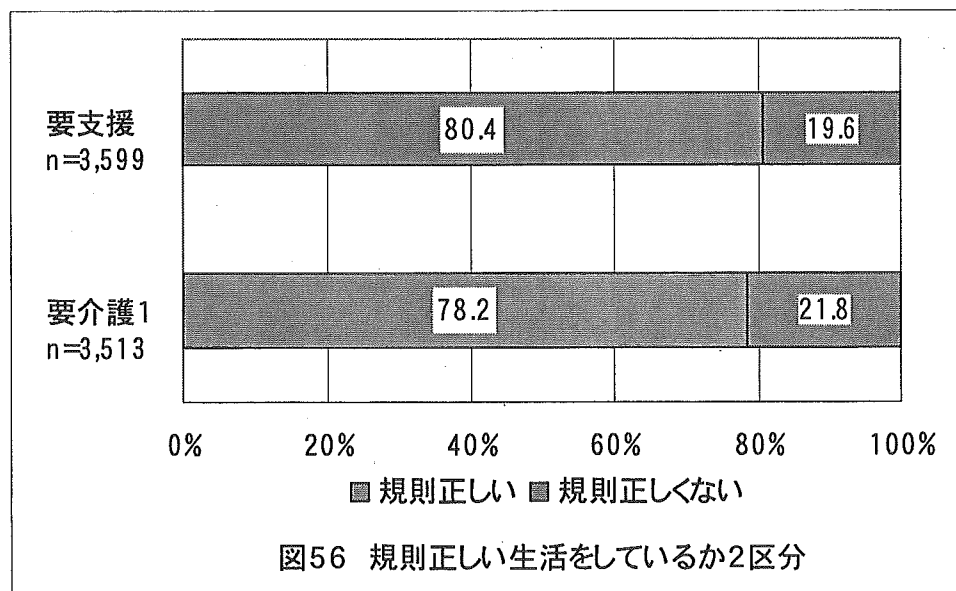


表30 規則正しい生活をしているか2区分

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)	χ^2 検定
規則正しい	2,892 (80.4)	2,748 (78.2)	*
規則正しくない	707 (19.6)	765 (21.8)	
計	3,599 (100.0)	3,513 (100.0)	

* $P < 0.05$



9) 咀嚼能力

「食べ物の固さではどのくらいのものがかめるか」については、要支援および要介護1ともに、「たいていのものがかめる」が最も多く5割強を占めていたが、「あまりかめない」および、「ほとんど又はまったくかめない」を合わせると要支援では3割強を占めており、要介護1では4割弱を占めていた。(表 31、32、図 57、58)

「かめる」と回答した者と「かめない」と回答した者の平均年齢は、要支援および要介護1ともに「かめない」と回答した者の方が平均年齢は有意に高かった。(表 33、図 59、60)

表31 食べ物の固さではどのくらいのものがかめるか

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)
なんでもかめる	485 (13.3)	396 (11.1)
たいていのものはかめる	2,018 (55.2)	1,829 (51.1)
あまりかめない	1,093 (29.9)	1,260 (35.2)
ほとんど又はまったくかめない	63 (1.7)	94 (2.6)
計	3,659 (100.0)	3,579 (100.0)

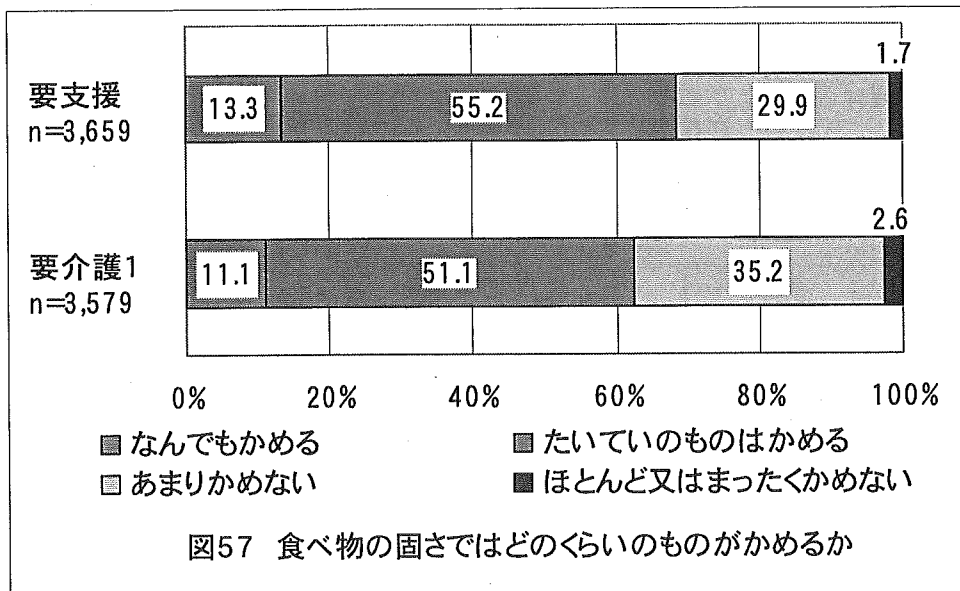


表32 食べ物の固さではどのくらいのものがかめるか2区分

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)	χ^2 検定
かめる	2,503 (68.4)	2,225 (62.2)	***
かめない	1,156 (31.6)	1,354 (37.8)	
計	3,659 (100.0)	3,579 (100.0)	

*** $P < 0.001$

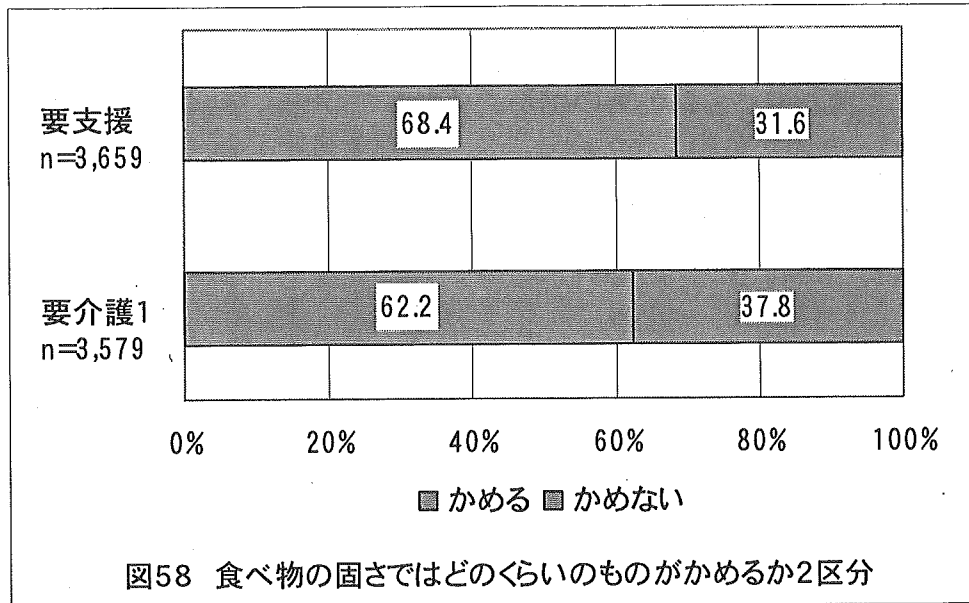


図58 食べ物の固さではどのくらいのものがかめるか2区分

表33 かめる・かめないの平均年齢

要介護度	項目	人数	平均値	標準偏差	t検定
要支援	かめる	2,448	78.6	7.0	**
	かめない	1,132	79.4	6.7	
要介護1	かめる	2,190	79.0	8.5	***
	かめない	1,332	80.1	7.7	

** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$

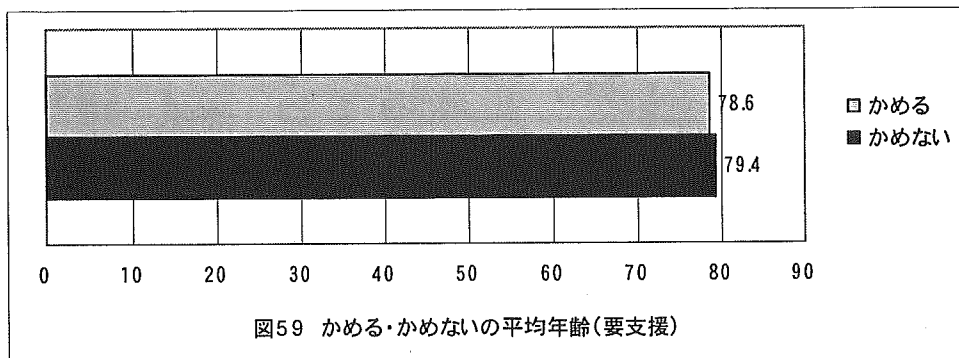


図59 かめる・かめないの平均年齢(要支援)

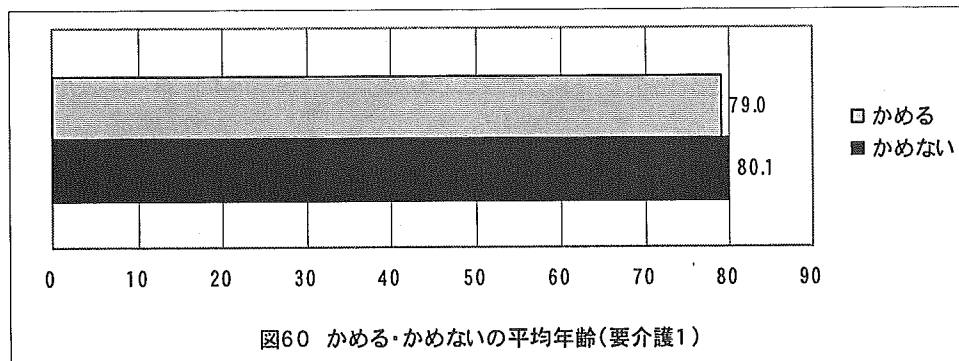


図60 かめる・かめないの平均年齢(要介護1)

10) ADL

ADL は、いずれの項目も、要支援に比べて要介護1の方が「介助が必要」である者や、大小便の失敗が「ある」者が有意に多かった。(表 34、図 61~67)

ADL 得点は、要介護1に比べ要支援の方が有意に高かった。(表 35、図 68)

性別における ADL 得点は、要支援および要介護1ともに「男性」より「女性」の方が有意に高かった。(表 36)

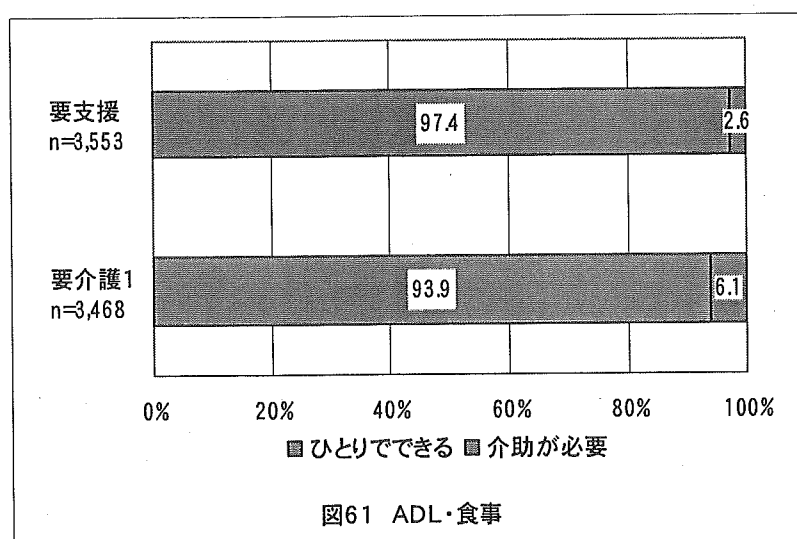
年齢別における ADL 得点は、要支援および要介護1ともに年齢が高くなるにつれて ADL 得点は低くなる傾向があった。(表 37)

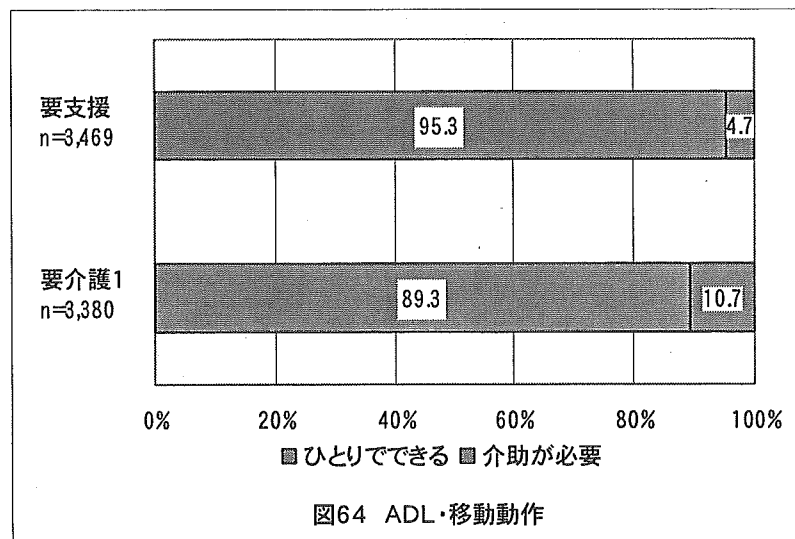
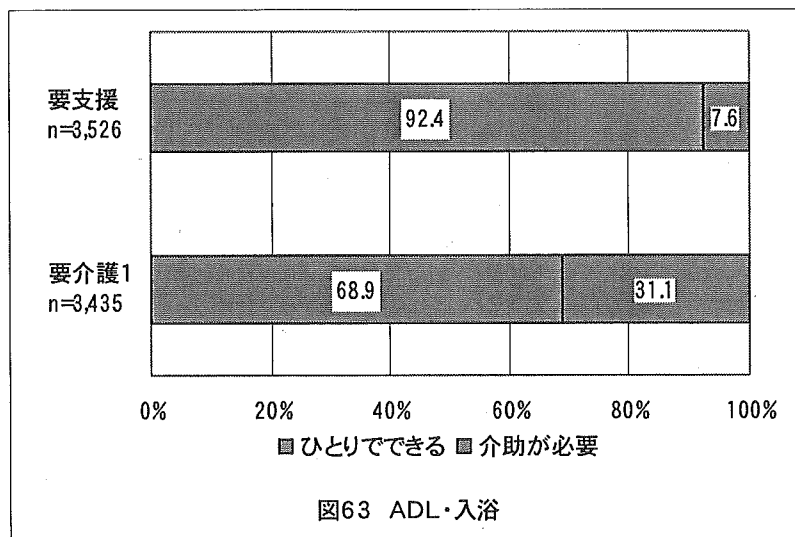
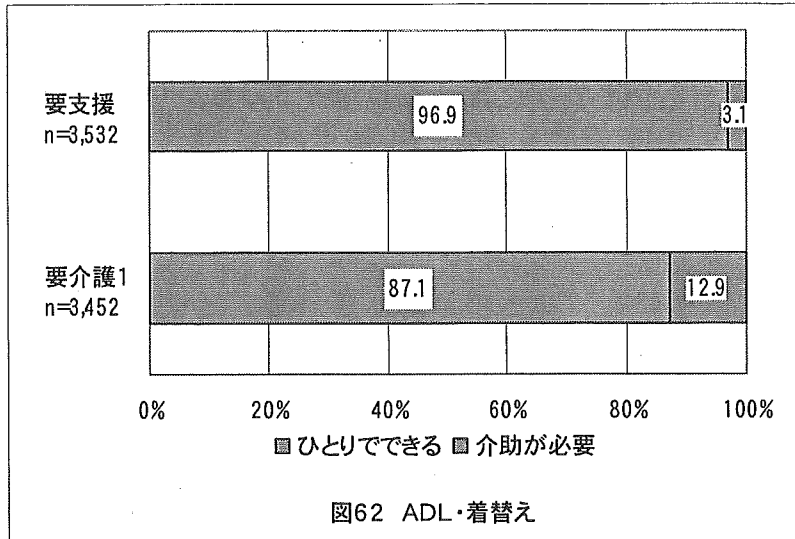
家族構成別における ADL 得点は、要支援および要介護1ともに「一人暮らし」「夫婦二人」が高かった。(表 38)

表34 ADL

項目		要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)	χ^2 検定
食事 (7,021人)	ひとりでできる	3,459 (97.4)	3,256 (93.9)	***
	介助が必要	94 (2.6)	212 (6.1)	
着替え (6,984人)	ひとりでできる	3,421 (96.9)	3,006 (87.1)	***
	介助が必要	111 (3.1)	446 (12.9)	
入浴 (6,961人)	ひとりでできる	3,259 (92.4)	2,367 (68.9)	***
	介助が必要	267 (7.6)	1,068 (31.1)	
移動動作 (6,849人)	ひとりでできる	3,305 (95.3)	3,019 (89.3)	***
	介助が必要	164 (4.7)	361 (10.7)	
歩行 (6,657人)	ひとりでできる	3,085 (91.2)	2,449 (74.8)	***
	介助が必要	297 (8.8)	826 (25.2)	
トイレに行く (7,027人)	ひとりでできる	3,494 (98.2)	3,196 (92.2)	***
	介助が必要	65 (1.8)	272 (7.8)	
大小便の失敗 (7,171人)	ない	2,355 (65.0)	1,820 (51.3)	***
	ある	1,269 (35.0)	1,727 (48.7)	

*** $P < 0.001$





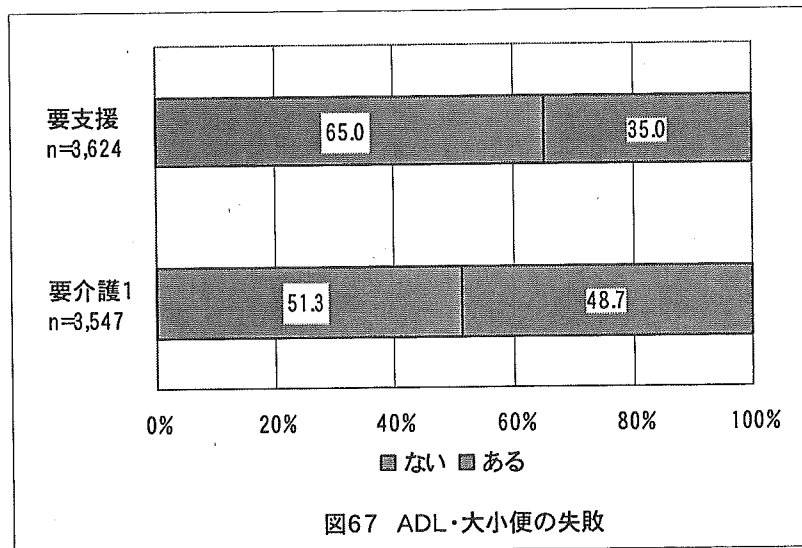
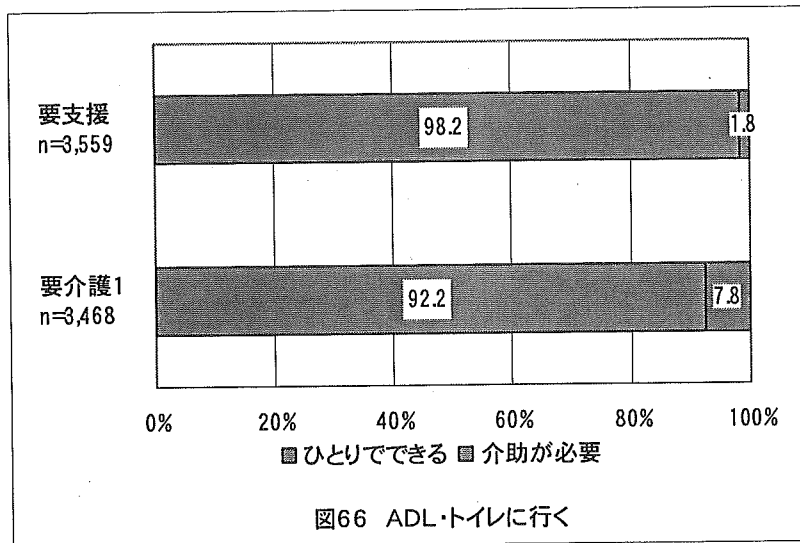
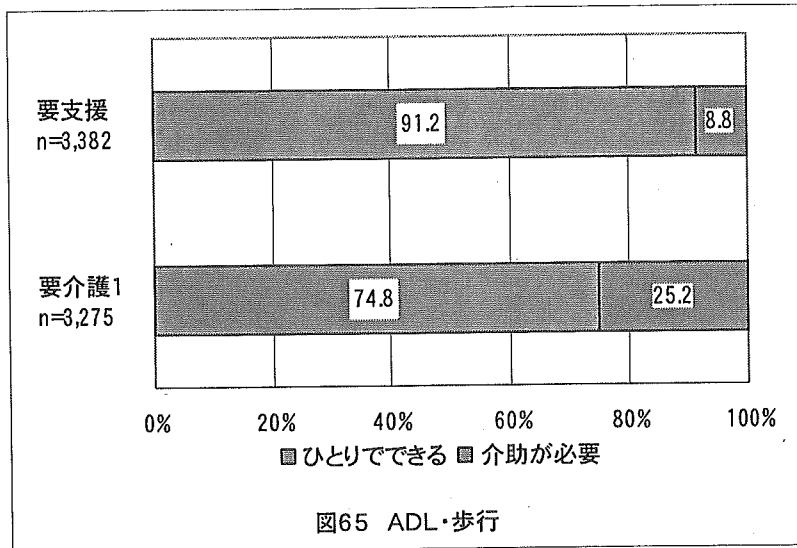


表35 ADL得点

要介護度	人数	平均値	標準偏差	t検定
要支援	3,249	5.5	0.8	***
要介護1	3,131	4.8	1.3	

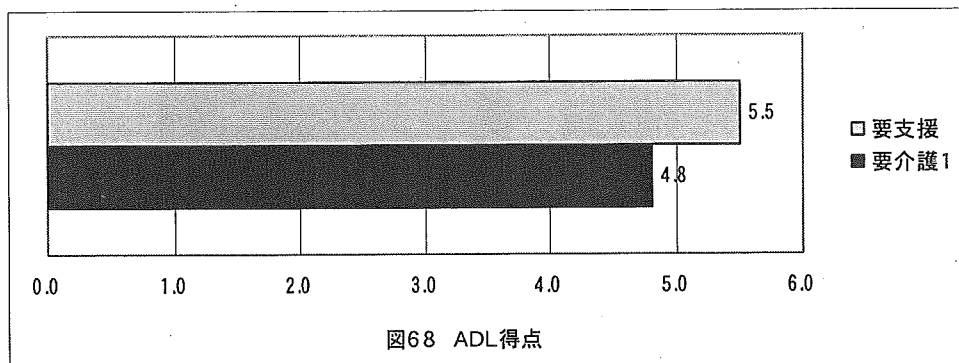


表36 性別のADL得点

要介護度	性別	人数	平均値	標準偏差	t検定
要支援 (3,219人)	男性	893	5.3	0.9	***
	女性	2,326	5.5	0.8	
要介護1 (3,104人)	男性	868	4.7	1.4	***
	女性	2,236	4.9	1.3	

***P<0.001

表37 年齢別のADL得点

要介護度	年齢区分	人数	平均値	標準偏差
要支援	～64歳	51	5.5	0.7
	65歳～74歳	781	5.5	0.8
	75歳～84歳	1,671	5.5	0.8
	85歳～	686	5.4	0.9
	計	3,189	5.5	0.8
要介護1	～64歳	136	4.9	1.3
	65歳～74歳	667	5.0	1.3
	75歳～84歳	1,392	4.9	1.3
	85歳～	897	4.6	1.4
	計	3,092	4.8	1.3

表38 家族構成別のADL得点

要介護度	家族構成区分	人数	平均値	標準偏差
要支援	一人暮らし	1,167	5.5	0.8
	夫婦二人	963	5.5	0.8
	その他	1,030	5.4	0.9
	有料老人ホーム・施設等に入所	51	5.3	1.2
	計	3,211	5.5	0.8
要介護1	一人暮らし	807	5.2	1.0
	夫婦二人	845	4.9	1.4
	その他	1,298	4.7	1.4
	有料老人ホーム・施設等に入所	152	4.4	1.4
	計	3,102	4.8	1.3

11) 外出頻度、外出範囲、屋内・外出時の家屋上の制限

外出頻度は、「2～3日に1回程度」が要支援では4割弱、要介護1では3割強を占め最も多かったが、「ほとんど外出しない」が要支援では2割弱、要介護1では約3割を占めていた。(表39、図69)

外出範囲は、「徒歩で行ける範囲」が要支援では約4割、要介護1では約3割と最も多かったが、「ほとんど家の中」と「自宅の敷地内」を合わせたものが要支援では約2割、要介護1では4割弱を占めていた。(表40、図70)

家の中に段差等不便な場所があり行動が制限されることの有無は、「あり」が要支援は3割弱、要介護1は4割を占め、家の中に段差等不便な場所があり行動が制限される者は、要支援に比べて要介護1の方が有意に多かった。(表41、図71)

家から出るときに段差等があり外出が制限されることの有無は、「あり」が要支援は3割弱、要介護1は4割強を占め、家から出るときに段差等があり外出が制限される者は、要支援に比べて要介護1の方が有意に多かった。(表42、図72)

性別の外出頻度は、「1週間に1回以上」が要支援では男性に比べて女性の方が有意に多かったが、要介護1では男性と女性の間には有意な差は見られなかった。(表43)

年齢2区分にみた外出頻度は、「1週間に1回以上」が要支援および要介護1ともに「75歳以上の後期高齢者」に比べて「74歳以下」の方が有意に多かった。(表44)

家族構成2区分にみた外出頻度は、「1週間に1回以上」が要支援および要介護1ともに「一人暮らし以外」に比べて「一人暮らし」の方が有意に多かった。(表45)

過去1年間の転倒経験の有無における外出頻度は、「1週間に1回以上」については要支援および要介護1ともに「なし」に比べて「あり」の方が有意に多かった。(表46)

家から出るときに段差等があり外出が制限されることの有無における外出頻度は、「1週間に1回以上」が要支援および要介護1ともに「制限あり」に比べて「制限なし」の方が有意に多かった。(表47)

表39 外出頻度

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)
毎日1回以上	1,027 (28.7)	615 (17.7)
2～3日に1回程度	1,394 (39.0)	1,127 (32.3)
1週間に1回程度	619 (17.3)	702 (20.1)
ほとんど外出しない	537 (15.0)	1,040 (29.9)
計	3,577 (100.0)	3,484 (100.0)

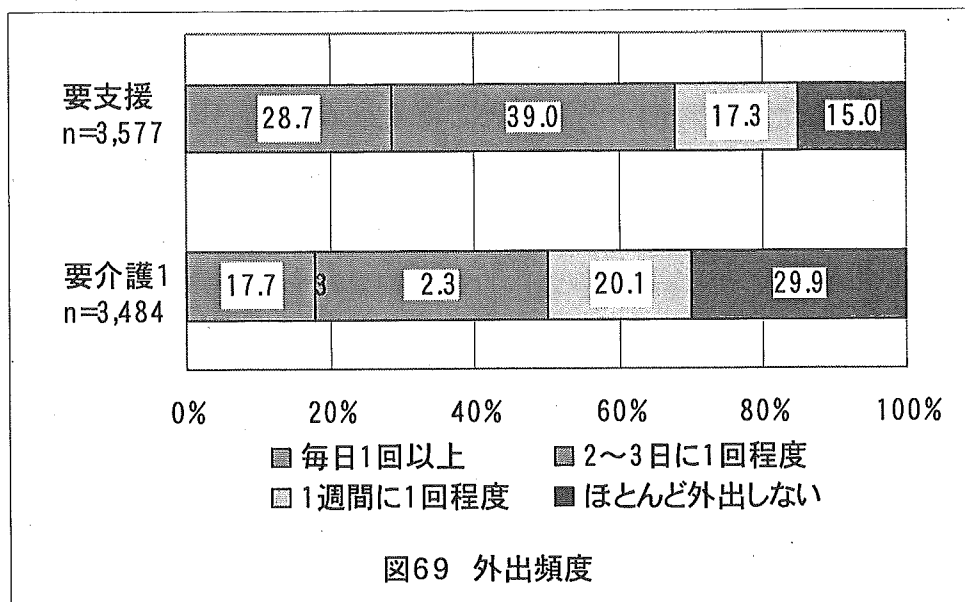


表40 外出範囲

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)
ほとんど家の中	460 (12.8)	874 (25.0)
自宅の敷地内	253 (7.1)	386 (11.1)
隣近所	392 (10.9)	391 (11.2)
徒歩で行ける範囲	1,407 (39.3)	1,016 (29.1)
乗り物を利用して行く場所	1,070 (29.9)	825 (23.6)
計	3,582 (100.0)	3,492 (100.0)

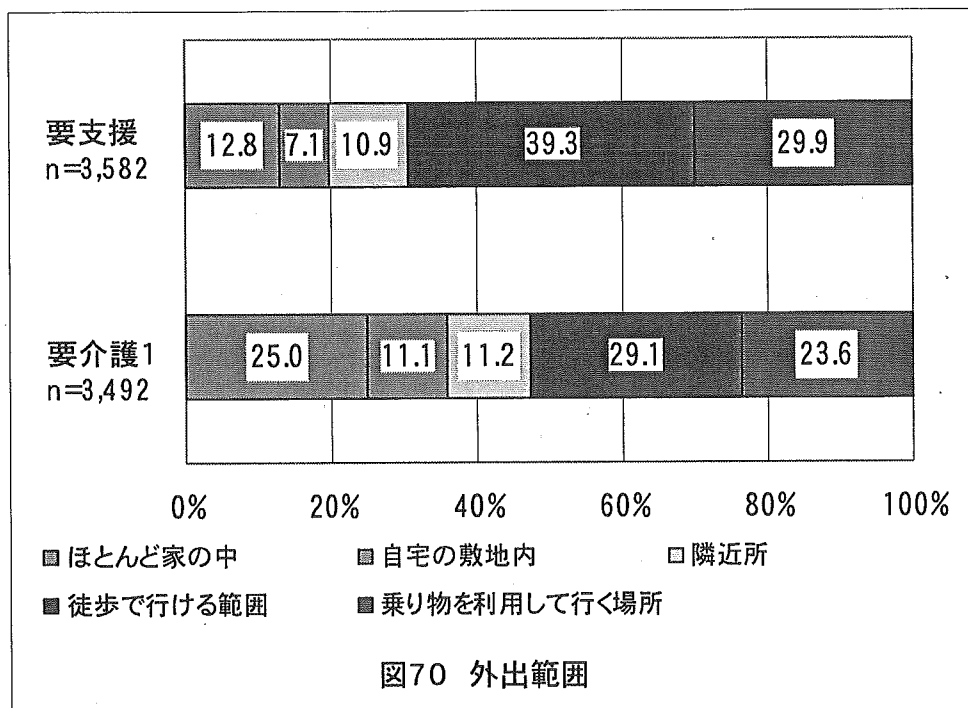


表41 家の中に段差等不便な場所があり行動が制限される

制限の有無	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)	χ^2 検定
あり	1,000 (28.9)	1,363 (40.0)	***
なし	2,459 (71.1)	2,045 (60.0)	
計	3,459 (100.0)	3,408 (100.0)	

*** $P < 0.001$

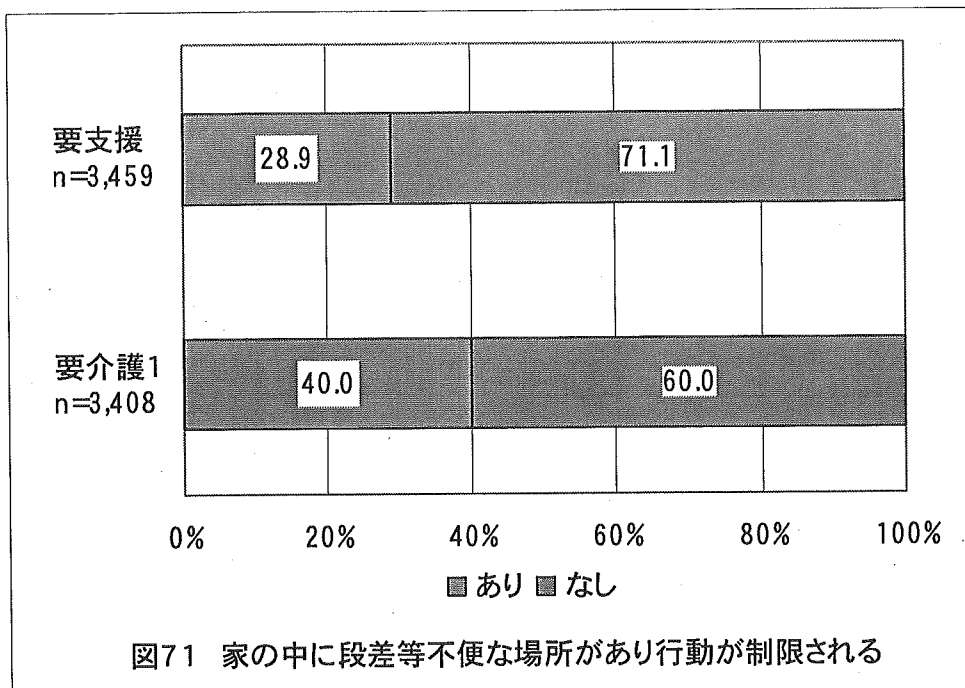


図71 家の中に段差等不便な場所があり行動が制限される

表42 家から出るときに段差等があり、外出が制限される

制限の有無	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)	χ^2 検定
あり	923 (26.5)	1,426 (42.1)	***
なし	2,560 (73.5)	1,965 (57.9)	
計	3,483 (100.0)	3,391 (100.0)	

*** $P < 0.001$

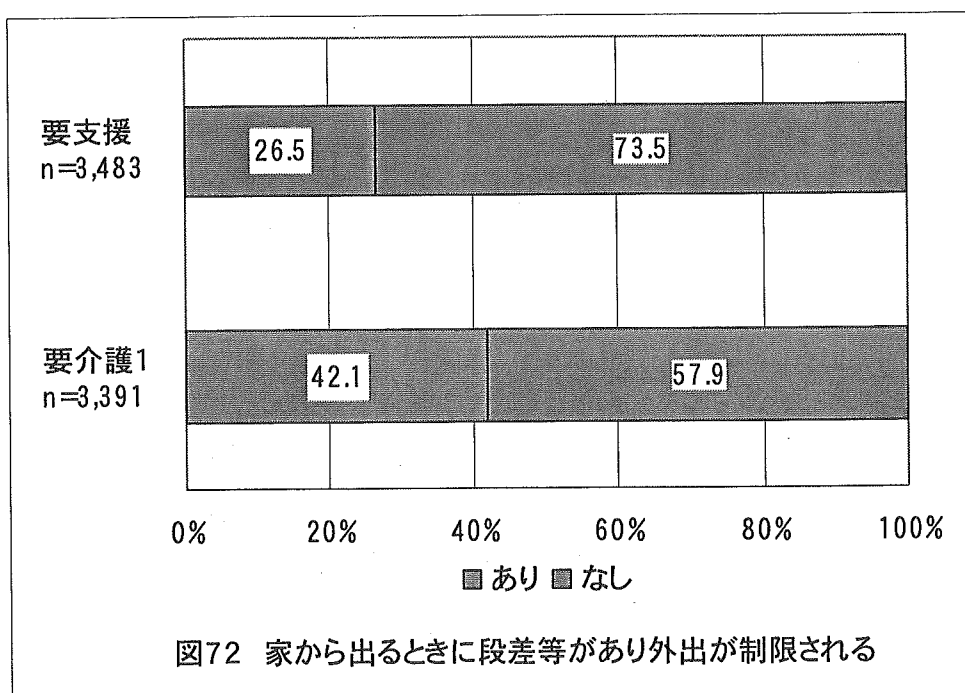


図72 家から出るときに段差等があり外出が制限される

表46 過去1年間の転倒経験有無の外出頻度

要介護度	項目	転倒経験あり		転倒経験なし		χ ² 検定
		人数	(%)	人数	(%)	
要支援	1週間に1回以上	1,483	(86.6)	1,415	(83.2)	**
	ほとんど外出しない	230	(13.4)	285	(16.8)	
	計	1,713	(100.0)	1,700	(100.0)	
要介護1	1週間に1回以上	1,013	(71.5)	1,342	(69.3)	n.s.
	ほとんど外出しない	403	(28.5)	595	(30.7)	
	計	1,416	(100.0)	1,937	(100.0)	

n.s.not significant, ** $P < 0.01$

表47 家から出るときに段差等あり行動制限の有無の外出頻度

要介護度	項目	行動制限あり		行動制限なし		χ ² 検定
		人数	(%)	人数	(%)	
要支援	1週間に1回以上	676	(74.8)	2,222	(88.8)	***
	ほとんど外出しない	228	(25.2)	279	(11.2)	
	計	904	(100.0)	2,501	(100.0)	
要介護1	1週間に1回以上	838	(60.6)	1,486	(77.4)	***
	ほとんど外出しない	544	(39.4)	433	(22.6)	
	計	1,382	(100.0)	1,919	(100.0)	

*** $P < 0.001$

12) 他者との交流

同居の家族との付き合いの程度は、要支援および要介護1ともに「よく話す」が5割前後を占め、「ときどき話す」とを合わせると9割強を占めていた。(表48、図73)

別居の親戚や兄弟姉妹との付き合いの程度は、要支援および要介護1ともに「よく話す」が2割前後、「ときどき話す」とを合わせると8割前後を占めていた。(表49、図74)

友人・知人との付き合いの頻度は、要支援および要介護1ともに「毎日」が1割前後であり、「週1~2回」とを合わせると要支援では約5割、要介護1では約4割を占めていた。一方、「月1回未満」は要支援では3割弱、要介護1では4割弱を占めていた。(表50、図75)

近所付き合いは、要支援および要介護1ともに「会えば挨拶する程度」が5割弱を占め最も多く、次いで「ときどき世間話をする」が要支援では3割弱、要介護1では2割強であった。「困ったときにお互い相談したり助け合ったりする」と「気軽に行き来する」とを合わせても要支援および要介護1ともに2割に満たなかった。(表51、図76)

表48 同居の家族との付き合いの程度

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)
よく話す	1,190 (51.5)	1,216 (47.8)
ときどき話す	939 (40.6)	1,143 (44.9)
ほとんど話をしない	181 (7.8)	186 (7.3)
計	2,310 (100.0)	2,545 (100.0)

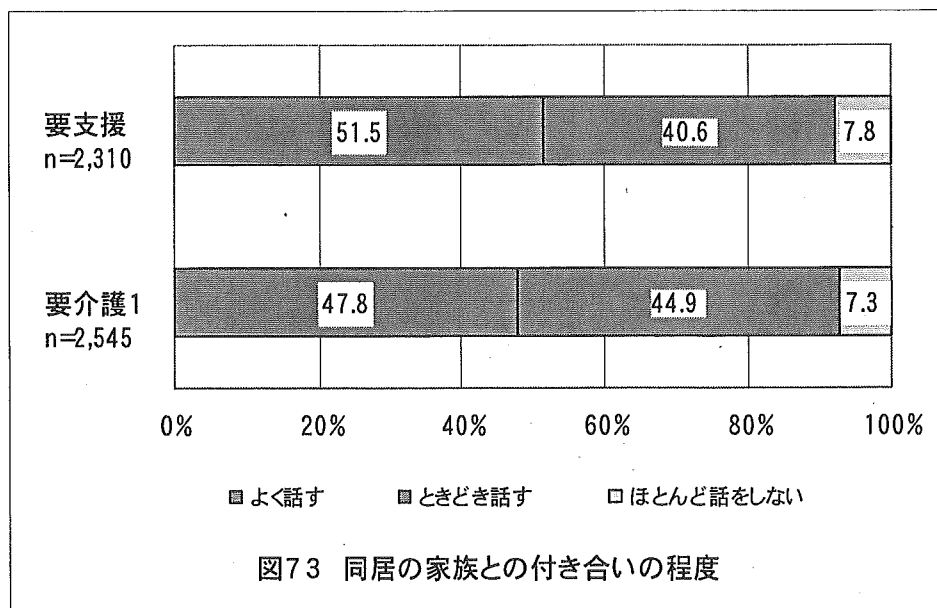


表49 別居の親戚や兄弟姉妹との付き合いの程度

項目	要支援		要介護1	
	人数	(%)	人数	(%)
よく話す	803	(23.5)	617	(18.5)
ときどき話す	1,976	(57.9)	1,863	(56.0)
ほとんど話をしない	635	(18.6)	849	(25.5)
計	3,414	(100.0)	3,329	(100.0)

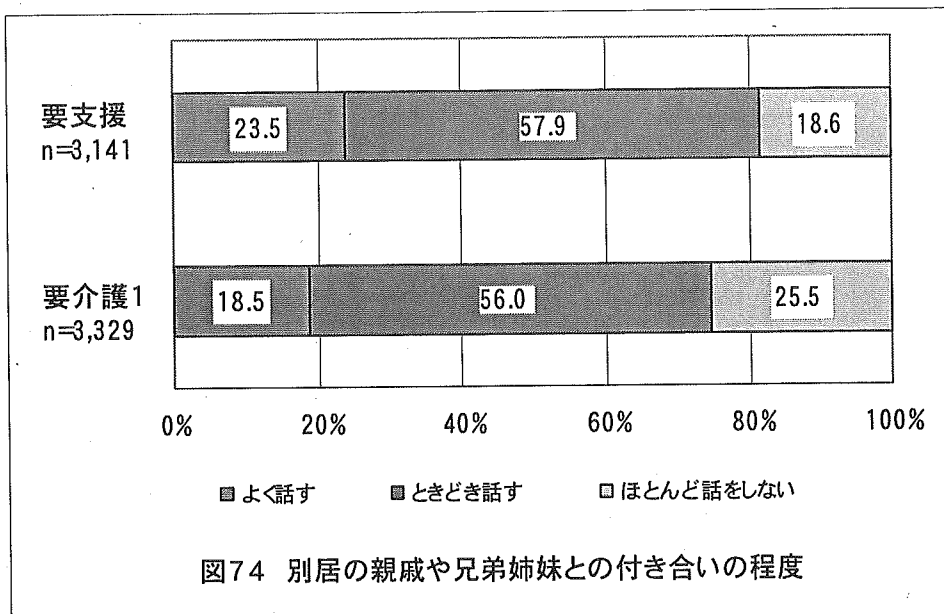


表50 友人・知人との付き合いの頻度

項目	要支援		要介護1	
	人数	(%)	人数	(%)
毎日	410	(12.6)	304	(9.9)
週1~2回	1,232	(37.9)	948	(30.9)
月1~2回	790	(24.3)	713	(23.3)
月1回未満	815	(25.1)	1,100	(35.9)
計	3,247	(100.0)	3,065	(100.0)

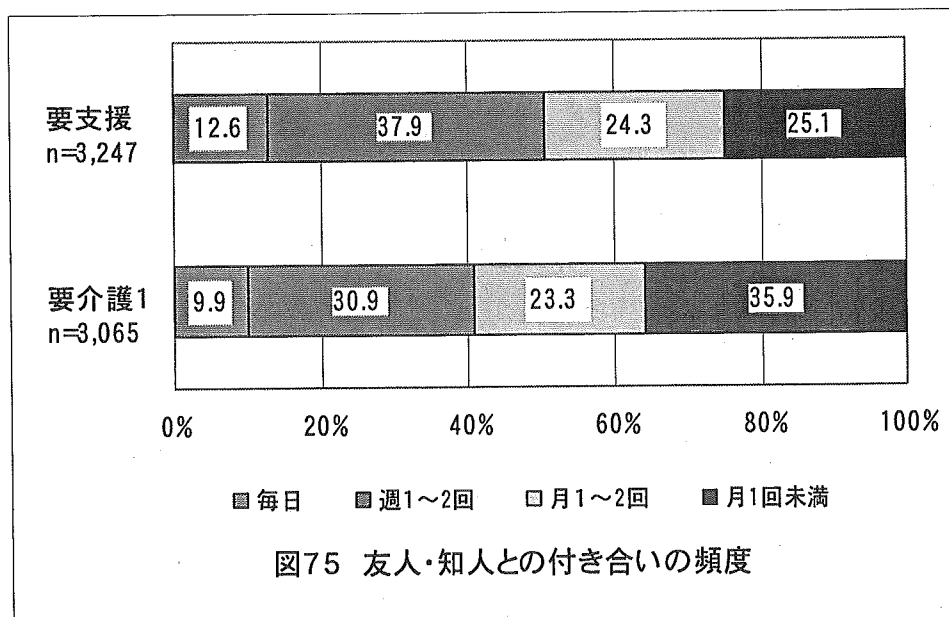
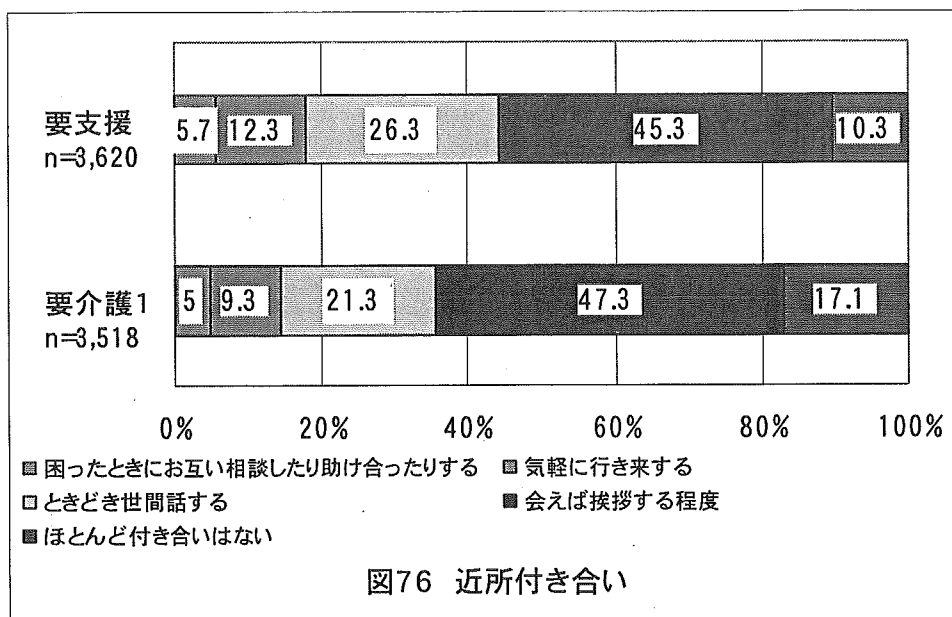


表51 近所付き合い

項目	要支援 人数(%)	要介護1 人数(%)
困ったときにお互い相談したり助け合ったりする	208 (5.7)	177 (5.0)
気軽に行き来する	445 (12.3)	327 (9.3)
ときどき世間話する	953 (26.3)	750 (21.3)
会えば挨拶する程度	1,641 (45.3)	1,664 (47.3)
ほとんど付き合いはない	373 (10.3)	600 (17.1)
計	3,620 (100.0)	3,518 (100.0)



13) 役割・活動への参加

家庭内での役割は、「あり」が要支援では5割強、要介護1では4割弱を占めており、家庭内での役割は、要支援の方が要介護1に比べて「あり」が有意に多かった。(表52、図77)

地域での役割は、「あり」が要支援では約1割、要介護1では約5分であり、地域での役割は、要支援が要介護1に比べて「あり」が有意に多かった。(表52、図78)

地域での活動への参加は、「あり」が要支援では3割弱、要介護1では2割弱であり、地域での活動への参加は、要支援が要介護1に比べて「あり」が有意に多かった。(表52、図79)

性別にみた家庭内での役割および地域での活動への参加は、「あり」が要支援、要介護1ともに「男性」に比べて「女性」が有意に多かった。地域での役割は、「男性」と「女性」の間に有意な差は見られなかった。(表53)

年齢2区分にみた家庭内での役割は、「あり」が要支援、要介護1ともに「75歳以上の後期高齢者」に比べて「74歳以下」の方が「あり」は有意に多かった。地域での役割は、要支援では「75歳以上の後期高齢者」に比べて「74歳以下」の方が「あり」は有意に多かった。地域での活動への参加は、「74歳以下」と「75歳以上」の間で有意な差は見られなかった。(表54)。

家族構成2区分における家庭内での役割は、「あり」が要支援では「一人暮らし」に比べて「一人暮らし以外」が有意に多かったが、要介護1では「一人暮らし以外」に比べ「一人暮らし」が有意に多かった。地域での役割および地域での活動への参加は、「あり」が要支援および要介護1ともに「一人暮らし以外」に比べて「一人暮らし」が有意に多かった。(表55)

主観的健康感2区分にみた地域での活動への参加は、「あり」が要支援および要介護1ともに「健康でない」に比べて「健康である」が有意に多かった。(表56)

老研式活動能力指標得点は、要支援および要介護1ともに家庭内での役割、地域での役割および地域での活動への参加のすべてにおいて、「なし」に比べて「あり」が有意に高くなっていた。(表57)

認知症得点は、家庭内での役割および地域での役割において、「なし」に比べて「あり」が有意に低くなっていた。(表58)

表52 役割・活動参加

項目	有無	要支援		要介護1		χ ² 検定
		人数	(%)	人数	(%)	
家庭内での役割	あり	1,751	(53.1)	1,225	(37.0)	***
	なし	1,545	(46.9)	2,088	(63.0)	
	計	3,296	(100.0)	3,313	(100.0)	
地域での役割	あり	353	(10.1)	181	(5.3)	***
	なし	3,129	(89.9)	3,260	(94.7)	
	計	3,482	(100.0)	3,441	(100.0)	
地域での活動への参加	あり	1,010	(28.4)	599	(17.1)	***
	なし	2,545	(71.6)	2,899	(82.9)	
	計	3,555	(100.0)	3,498	(100.0)	

***P<0.001

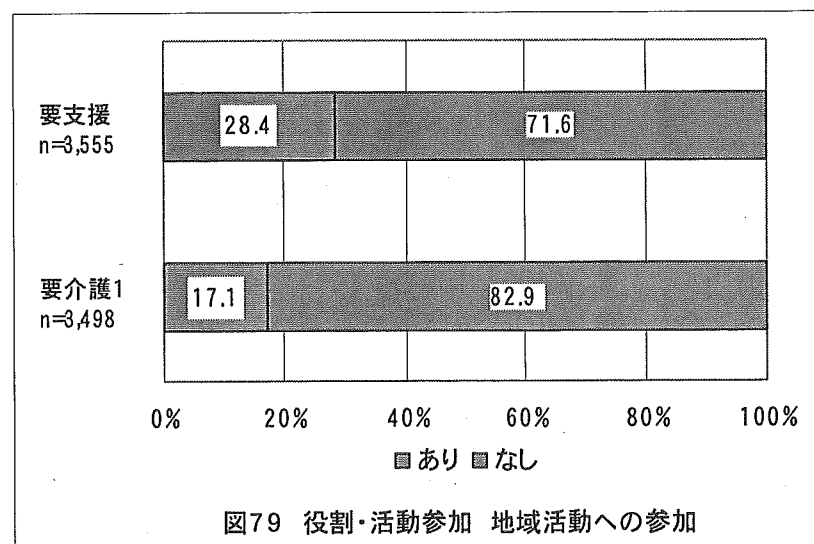
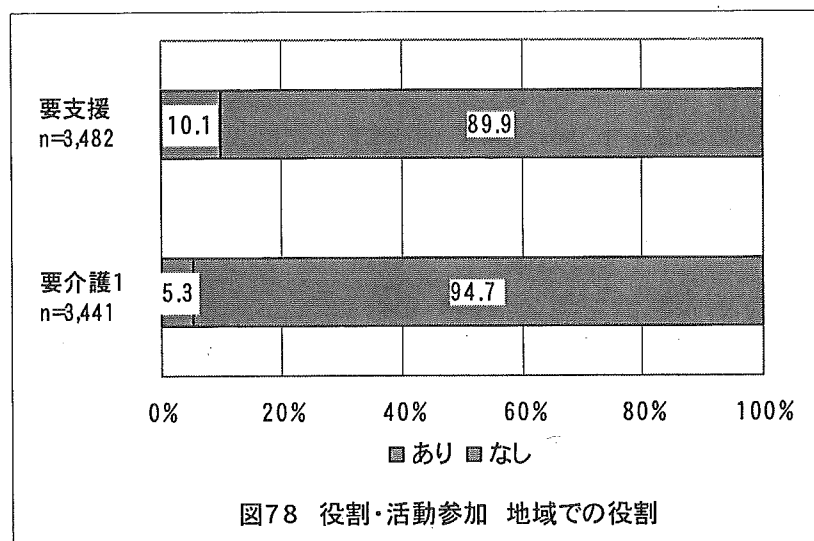
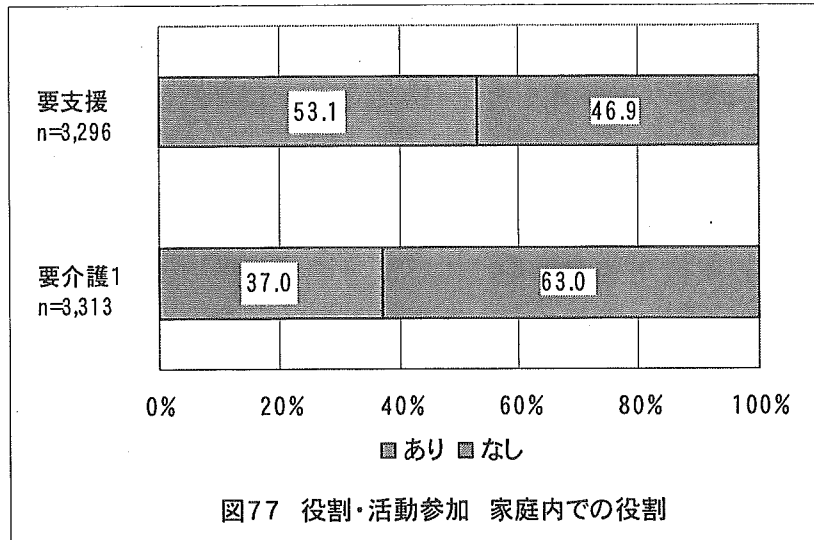


表53 性別の役割・活動参加

要介護度	項目	有無	男性		女性		χ^2 検定
			人数	(%)	人数	(%)	
要支援	家庭内での役割 (3,260人)	あり	384	(42.0)	1,346	(57.4)	***
		なし	530	(58.0)	1,000	(42.6)	
	地域での役割 (3,441人)	あり	102	(10.8)	246	(9.9)	n.s.
なし		844	(89.2)	2,249	(90.1)		
要介護1	家庭内での役割 (3,279人)	あり	250	(26.8)	962	(41.0)	***
		なし	683	(73.2)	1,384	(59.0)	
	地域での役割 (3,406人)	あり	58	(6.0)	116	(4.8)	n.s.
なし		907	(94.0)	2,325	(95.2)		
	地域での活動への参加 (3,514人)	あり	204	(21.4)	798	(31.2)	***
		なし	749	(78.6)	1,763	(68.8)	
	地域での活動への参加 (3,460人)	あり	138	(14.3)	450	(18.1)	**
なし		829	(85.7)	2,043	(81.9)		

n.s.not significant, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$

表54 年齢2区分の役割・活動参加

要介護度	項目	有無	～74歳		75歳～		χ^2 検定
			人数	(%)	人数	(%)	
要支援	家庭内での役割 (3,232人)	あり	546	(62.5)	1,173	(49.7)	***
		なし	327	(37.5)	1,186	(50.3)	
	地域での役割 (3,412人)	あり	119	(13.0)	226	(9.1)	**
なし		799	(87.0)	2,268	(90.9)		
要介護1	家庭内での役割 (3,263人)	あり	253	(27.1)	739	(29.0)	n.s.
		なし	682	(72.9)	1,808	(71.0)	
	地域での役割 (3,389人)	あり	392	(45.5)	812	(33.8)	***
なし		469	(54.5)	1,590	(66.2)		
	地域での活動への参加 (3,443人)	あり	57	(6.4)	119	(4.8)	n.s.
		なし	838	(93.6)	2,375	(95.2)	
	地域での活動への参加 (3,443人)	あり	137	(15.1)	451	(17.8)	n.s.
なし		768	(84.9)	2,087	(82.2)		

n.s.not significant, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$

表55 家族構成2区分の役割・活動参加

要介護度	項目	有無	1人暮らし		それ以外		χ^2 検定
			人数	(%)	人数	(%)	
要支援	家庭内での役割 (3,248人)	あり	486	(45.8)	1,238	(56.6)	***
		なし	575	(54.2)	949	(43.4)	
	地域での役割 (3,431人)	あり	149	(12.2)	199	(9.0)	**
なし		1,076	(87.8)	2,007	(91.0)		
要介護1	家庭内での役割 (3,276人)	あり	456	(35.8)	539	(24.2)	***
		なし	816	(64.2)	1,691	(75.8)	
	地域での活動への参加 (3,502人)	あり	336	(41.6)	875	(35.4)	**
なし		471	(58.4)	1,594	(64.6)		
	地域での役割 (3,404人)	あり	72	(8.0)	104	(4.2)	***
		なし	826	(92.0)	2,402	(95.8)	
	地域での活動への参加 (3,457人)	あり	206	(22.3)	384	(15.2)	***
なし		717	(77.7)	2,150	(84.8)		

** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$

表56 主観的健康感2区分の役割・活動参加

要介護度	項目	有無	健康である 人数(%)	健康でない 人数(%)	χ^2 検定
要支援	家庭内での役割 (3,222人)	あり	615 (54.4)	1,094 (52.3)	n.s.
		なし	516 (45.6)	997 (47.7)	
	地域での役割 (3,395人)	あり	147 (12.5)	193 (8.7)	***
		なし	1,027 (87.5)	2,028 (91.3)	
地域での活動への参加 (3,466人)	あり	438 (36.0)	539 (24.0)	***	
	なし	778 (64.0)	1,711 (76.0)		
要介護1	家庭内での役割 (3,242人)	あり	377 (37.1)	821 (36.9)	n.s.
		なし	638 (62.9)	1,406 (63.1)	
	地域での役割 (3,368人)	あり	59 (5.6)	113 (4.9)	n.s.
		なし	995 (94.4)	2,201 (95.1)	
	地域での活動への参加 (3,421人)	あり	230 (21.5)	349 (14.8)	***
		なし	838 (78.5)	2,004 (85.2)	

n.s.not significant, *** $P < 0.001$

表57 役割・活動参加の老研式活動能力指標得点

要介護度	項目	有無	人数	平均値	標準偏差	t検定
要支援	家庭内での役割 (2,823人)	あり	1,514	9.3	2.9	***
		なし	1,309	7.0	3.5	
	地域での役割 (2,958人)	あり	288	10.3	2.6	***
		なし	2,670	8.1	3.4	
地域での活動への参加 (3,008人)	あり	828	9.8	2.9	***	
	なし	2,180	7.7	3.4		
要介護1	家庭内での役割 (2,865人)	あり	1,043	7.9	3.2	***
		なし	1,822	4.6	3.1	
	地域での役割 (2,956人)	あり	146	9.6	3.1	***
		なし	2,810	5.6	3.4	
	地域での活動への参加 (2,982人)	あり	496	8.1	3.4	***
		なし	2,486	5.4	3.3	

n.s.not significant, *** $P < 0.001$

表58 役割・活動参加の認知症得点

要介護度	項目	有無	人数	平均値	標準偏差	t検定
要支援	家庭内での役割 (3,060人)	あり	1,639	2.8	1.2	***
		なし	1,421	3.1	1.1	
	地域での役割 (3,221人)	あり	316	2.7	1.2	***
		なし	2,905	3.0	1.2	
地域での活動への参加 (3,280人)	あり	911	2.9	1.1	n.s.	
	なし	2,369	2.9	1.2		
要介護1	家庭内での役割 (3,113人)	あり	1,140	2.9	1.2	***
		なし	1,973	3.1	1.1	
	地域での役割 (3,222人)	あり	160	2.8	1.2	*
		なし	3,062	3.1	1.1	
	地域での活動への参加 (3,260人)	あり	544	3.0	1.2	n.s.
		なし	2,716	3.1	1.1	

n.s.not significant, * $P < 0.05$, *** $P < 0.001$