

厚生労働科学研究費補助金  
循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

70 歳、80 歳、90 歳の高齢者の歯・口腔の状態が  
健康長寿に及ぼす影響についての前向きコホート研究

平成 26 年度～28 年度 総合研究報告書

研究代表者 前田 芳信

平成 29 年 (2017 年) 5 月

## 目 次

I. 総括研究報告	----- 1
70 歳、80 歳、90 歳の高齢者の歯・口腔の状態が健康長寿に及ぼす影響についての前向きコホート研究	
前田芳信	
(資料) 健康長寿研究のアンケート用紙	
II. 研究成果の刊行に関する一覧表	----- 135

厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）

（総合）研究報告書

70歳、80歳、90歳の高齢者の歯・口腔の状態が  
健康長寿に及ぼす影響についての前向きコホート研究

研究代表者 前田 芳信 大阪大学大学院歯学研究科 教授

研究要旨：本研究では、高齢者のコホートを対象とした前向き大規模観察研究を実施した。歯・口腔の状態と健康・長寿との関係を明らかにすることを目的とし、対象者の歯および歯周組織の状態の評価、口腔機能評価、体重、BMI、栄養摂取状況の調査、頸動脈中膜内膜複合体（IMT）の測定を行った。①70歳時と73歳時の両調査に参加した610名を対象に分析を行ったところ、70歳時よりも73歳時の方が、健康維持に重要な野菜類や肉類などの摂取が多かった。②80歳時と83歳時の両調査に参加した554名を対象に分析を行ったところ、咬合支持のない者は歩行速度ならびに認知機能が低下しやすいことが明らかになった。③90歳時と93歳時の両調査に参加した74名を対象に咬合支持と動脈硬化について検討を行ったところ、有意な関連を認めなかった。一方、70歳から73歳の追跡調査のデータを基に、歯周病と動脈硬化との関連についての検討を行ったところ、動脈硬化発症群の方が歯周病あり群の割合が高かった。本結果より、高齢の歯周病患者は動脈硬化を発症しやすいことが縦断研究モデルにおいて明らかになった。これらの結果より、後期高齢者の身体機能やQOLの維持において、歯科医療が果たすべき役割が非常に大きいことが示されたと考える。

研究分担者

池邊一典：大阪大学大学院歯学研究科 准教授

村上伸也：大阪大学大学院歯学研究科 教授

北村正博：大阪大学大学院歯学研究科 准教授

楽木宏実：大阪大学大学院医学系研究科 教授

神出 計：大阪大学大学院医学系研究科 教授

新井康通：慶應義塾大学医学部 専任講師

権藤恭之：大阪大学大学院人間科学研究科 准教授

石崎達郎：東京都健康長寿医療センター研究所老人総合研究所 研究部長

増井幸恵：東京都健康長寿医療センター研究所老人総合研究所 研究員

新谷 歩：大阪市立大学・医学研究科・消化器内科学 特命教授

## A. 研究目的

本研究は歯・口腔の状態と健康・長寿との関係を、70歳約1000名、80歳約1000名、90歳約300名の高齢者を対象にして、前向きコホート研究によって明らかにすることを目的とした。対象地域は、関西と関東のそれぞれ都市部と農村部とし、地域の中の特定の地区の全住民を対象とした悉皆調査である。

これまで、生活習慣病や運動・認知機能の低下と歯・口腔の健康との関係についての報告は多いが、ほとんどが欧米の研究であり、歯の評価は、自己評価や、歯科医が診たとしても歯数や義歯の有無であり、口腔機能を検査した報告は皆無である。さらに、歯と健康・長寿との関係には、全身疾患や社会経済的、心理学的な要因の交絡が数多くあるものの、それらの要因について十分考慮されているとは言えない。

大阪大学と東京都健康長寿医療センターを中心とした我々の研究グループは、歯学のみならず、医学、栄養学、心理学、社会学、臨床統計学の各分野の専門家が参加した健康長寿に関する学際的な研究を進めている。また、基本属性、社会・経済的側面、ライフスタイル、歯ならびに口腔機能、生活習慣病（問診、血液検査、理学検査）、運動能力、認知機能、栄養摂取状況などについてのベースライン調査は既に完了している。口腔機能については、歯と歯周組織の検査に加えて、咀嚼能率、咬合力、唾液分泌などの客観

評価を行った。さらに、会場ならびに訪問調査による追跡調査を行い、同様の検査項目の変化や疾患の発症を観察した。

さらに、縦断研究の結果より、健康日本21（第二次）に掲げられている「生活習慣病の発症予防・重症化予防」・「健康寿命の延伸」のための「歯・口腔の健康や咀嚼機能の維持」の役割、ならびに介護予防事業における「口腔機能の向上」の効果を明らかにすることを本研究の目的とした。

## B. 研究方法

### 1. 歯ならびに口腔機能の評価

#### a) 歯の状態と歯科治療状況、歯周組織検査

各被験者につき、一名の歯科医師により、口腔内の残存歯数、補綴状況、義歯使用の有無、歯周ポケット深さを記録した。

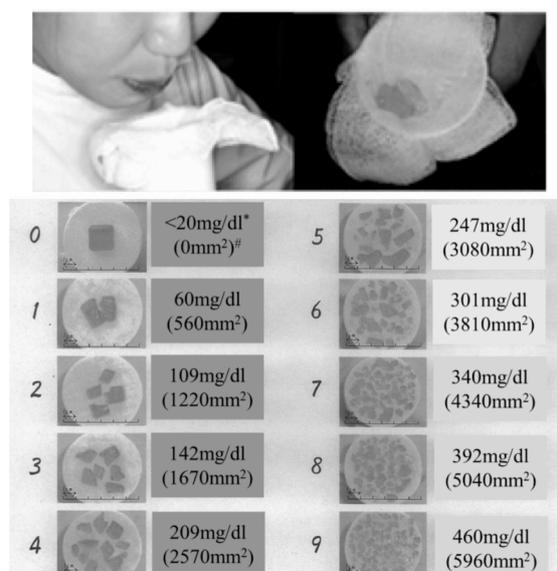


図1. 咀嚼能率

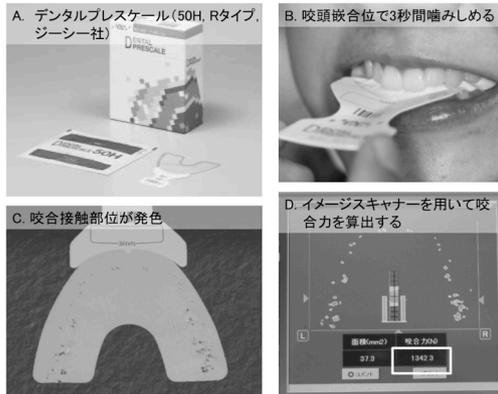


図 2. 咬合力の測定

#### b) 咀嚼能率検査

検査用グミゼリーを食事と同様に 30 回咀嚼するよう指示し、粉碎の程を観察しスコア化した (Nokubi T *et al. Gerodontology* 2013)。スコア化の際は、2 名以上の歯科医師が同時に、スコア表に照らし合わせ行った (図 1)。

#### c) 咬合力検査

咬合力は、デンタルプレスケール (50HR タイプ、ジーシー社、図 2) を用いて測定した。これは、厚さ 98  $\mu\text{m}$  の感圧シートで、ポリエチレンテレフタラートのシートの中に、発色剤を含むマイクロカプセルが含まれているものである。圧力が加わると、そのマイクロカプセルが崩壊し、赤色に発色する。圧力の大きさにより発色の濃度が高くなり、その面積と濃度をイメージスキャナー (オクルーザー FPD-707、ジーシー社、図 2) で読み取り、咬合力を算出した。

対象者には、デンタルプレスケールを、咬頭嵌合位にて 3 秒間可及的に強

い力で噛みしめてもらった。また義歯装着者は、義歯を装着した状態で測定した。これにより、義歯装着者においては、義歯装着の効果も反映した歯列全体の状態を評価することができる

(Ikebe K *et al. J Dent* 2005, Hidaka O *et al. J Dent Res* 1999)。咬合力の測定は、大阪大学歯学部附属病院咀嚼補綴科に所属しており、トレーニングを受けた経験豊富な歯科医師が行った。

#### d) 唾液分泌速度測定

パラフィンワックス (Ivoclar Vivadent 社) を 2 分間咀嚼させた際に分泌された、1 分間あたりの分泌量を記録した。

#### e) 最大開口量測定

最大開口時の上下顎中切歯切端間距離 (前歯部に義歯を使用している場合は中切歯人工歯の切端間距離) と、垂直的被蓋量をノギスにより計測し、それぞれを合計したものを最大開口量として記録した。

#### f) 口腔乾燥感、歯科保健行動ならびに摂取可能食品の調査

食事中の口の渇き、夜間の口の渇き、つまり・むせ、歯磨き回数、かかりつけ歯科医の有無、定期歯科検診受診の有無、10 種の食品の摂取可能状態について、事前質問票を用いて記録した。

#### 2. 栄養摂取状況の調査 (研究協力者: 東京大学医学系研究科 佐々木 敏)

食品・栄養摂取の評価には、簡易型自記式食事歴法質問票 (BDHQ: a brief-type self-administered diet history questionnaire)

を用いた。これは、過去 1 か月間の各食品の摂取頻度、摂取量、普段の食行動、調理方法を回答する質問票であり、各食品は我が国において一般的なもの 58 種類としている。日本人の食事摂取基準に基づいて開発された、専用の栄養価計算プログラムにより、15 種類の食品群(穀類、豆類、いも類、菓子類、果実類、緑黄色野菜、その他の野菜、魚介類、肉類、卵類、乳類、甘味料類、油脂類、調味料・香辛料類、嗜好飲料類)と多数の栄養素(たんぱく質、脂質、炭水化物、灰分、ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウム、リン、鉄、亜鉛、銅、マンガン、レチノール、ビタミン D、ビタミン E、ビタミン K、ビタミン B<sub>1</sub>、ビタミン B<sub>2</sub>、ナイアシン、ビタミン B<sub>6</sub>、ビタミン B<sub>12</sub>、葉酸、パントテン酸、ビタミン C、飽和脂肪酸、一価不飽和脂肪酸、多価不飽和脂肪酸、コレステロール、食物繊維、食塩、ショ糖、アルコール、n-3 系脂肪酸、n-6 系脂肪酸など)の摂取重量を算出することができる(Kobayashi S *et al. Public Health Nutr* 2011, Kobayashi S *et al. J Epidemiol* 2012)。対象者には自宅で BDHQ に回答するよう指示し、調査会場にて東京大学大学院医学系研究科の研究者(管理栄養士)または大阪大学歯学部附属病院咀嚼補綴科に所属している歯科医師が、BDHQ の回答内容の確認を行った。各食品群・栄養素の摂取量に関しては、過大申告や過少申告による影響を最小限にするために密度法を用い、1000 kcal あたり

の摂取量である、“摂取重量”を用いた。また、エネルギーを産生する栄養素については、総エネルギーのうちのその栄養素の割合を示す、%エネルギー(下記)を用いた。

(各食品群・栄養素の摂取重量) = (各食品群・栄養素の摂取量) / (総エネルギー摂取量) × 1000

栄養調査による対象者の除外基準は、1) 総エネルギー摂取量が 600 kcal 以下または 4000 kcal 以上の者、2) 医師や栄養士に食事指導を受けて食事のコントロールをしている者、またはこの 1 年間に意識的に食事習慣を変更した者とした。

### 3. 運動機能、認知機能の評価

筋力の指標として握力を測定し、運動能力の指標として 8 フィート(約 2.44 m)の歩行時間を測定した。また、認知機能の評価には軽度認知障害のスクリーニング検査に用いられる日本語版 Montreal Cognitive Assessment (MoCA-J) を用いた。

### 4. 統計解析

残存歯数、刺激時唾液分泌速度、開口量について、ベースラインデータと追跡データとの間に有意な差があるか、対応のある *t* 検定、Wilcoxon の符号付き順位検定を用いて検討した。また、栄養摂取状況の調査結果の分析では、同一被験者における各食品群と栄養素のベースラインデータと追跡データとの中央値と四分位範囲を示し、その比較には、Wilcoxon の符号付き順位和検定を用いた統計学的分析を行った。

## 5. 倫理面への配慮

### a) 研究への参加に関する任意性

本研究に参加しても、被験者の口腔機能や症状の改善に繋がるものでないことを説明した。また、被験者が研究への参加、不参加、辞退のいずれを選択した場合にかかわらず、その後には不利益が生じないことを十分に説明した。その上で、インフォームド・コンセントが得られた被験者に対して、大阪大学所定の書式に沿った研究参加同意書に署名を得た。

### b) 被験者のプライバシー確保に関する対策

個人情報保護には細心の注意を払った。データの分析は、匿名化した後に行った。研究結果を学会、学術誌に発表する際には、被験者個人を特定不可能な形式(集団の平均等)を用いた。

### c) 被験者から採取した生体材料及び個人データの取り扱いについて

i) 個人情報と計測データは連結可能匿名化の後に電子ファイルでパーソナルコンピュータに保管した。連結情報媒体は、分担研究者の権藤恭之が管理し、大阪大学大学院人間科学研究科臨床死生学・老年行動学研究室に保管した。

ii) 電子ファイルのリムーバブルメディア等による研究室外へのデータの持ち出し、私物コンピュータへのコピーは禁止とした。

iii) パーソナルコンピュータの使用権

限は主任・分担研究者のみに与え、パスワードで管理を行った。

iv) 紙媒体に記録された資料は、施設管理された研究室(顎口腔機能再建学講座 歯科補綴学第二教室 第6研究室)に保管した。資料のコピーは禁止とし、研究終了後に資料を裁断後に廃棄処分する予定である。

d) 本研究は、大阪大学大学院歯学研究科(H22-E9)ならびに大阪大学ゲノム研究の倫理審査委員会(445)の承認を得ている。

## C. 研究結果

<平成26年度>

70歳時と73歳時の両調査に参加した分析対象者は610名(男性302名、女性308名)であった。

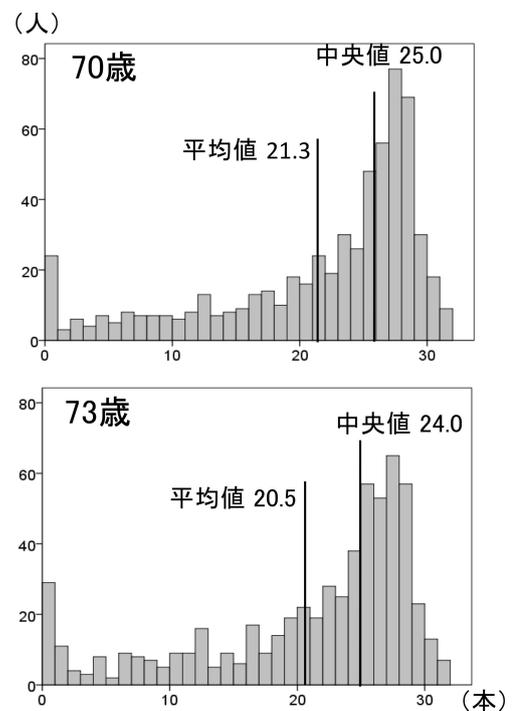


図3. 残存歯数

表 1. 残存歯数、刺激時唾液分泌速度、開口量の平均値および中央値（全被験者 n=610）

		平均値	95% 信頼区間	<i>p</i>	中央値	25%値	75%値	<i>p</i>
残存歯数 (本)	70 歳	21.3	20.6-21.9	<0.01	25.0	17.0	27.0	<0.01
	73 歳	20.5	19.8-21.2		24.0	16.0	27.0	
唾液分泌速度 (ml/min)	70 歳	1.56	1.48-1.63	<0.01	1.38	0.86	2.00	<0.01
	73 歳	1.79	1.70-1.87		1.60	1.03	2.38	
開口量 (mm)	70 歳	50.1	49.5-50.8	0.074	50.0	46.0	55.0	0.297
	73 歳	50.8	50.3-51.3		50.0	47.0	55.0	

表 2. 残存歯数、刺激時唾液分泌速度、開口量の平均値および中央値（男性 n=302）

		平均値	95% 信頼区間	<i>p</i>	中央値	25%値	75%値	<i>p</i>
残存歯数 (本)	70 歳	21.1	20.1-22.1	<0.01	25.0	16.0	27.0	<0.01
	73 歳	20.3	19.3-21.4		24.0	14.0	27.0	
唾液分泌速度 (ml/min)	70 歳	1.76	1.65-1.88	<0.01	1.57	1.00	2.34	<0.01
	73 歳	2.14	2.01-2.27		1.90	1.30	2.90	
開口量 (mm)	70 歳	51.9	51.0-52.7	0.451	51.0	47.0	56.0	0.932
	73 歳	52.0	51.1-52.8		51.0	47.0	57.0	

表 3. 残存歯数、刺激時唾液分泌速度、開口量の平均値および中央値（女性 n=308）

		平均値	95% 信頼区間	<i>p</i>	中央値	25%値	75%値	<i>p</i>
残存歯数 (本)	70 歳	21.4	20.6-22.3	<0.01	24.0	18.0	27.0	<0.01
	73 歳	20.7	19.8-21.7		24.0	18.0	27.0	
唾液分泌速度 (ml/min)	70 歳	1.36	1.26-1.45	0.016	1.16	0.79	1.76	0.012
	73 歳	1.45	1.35-1.54		1.30	0.85	1.89	
開口量 (mm)	70 歳	48.8	47.9-49.7	0.021	49.0	45.0	53.0	0.109
	73 歳	49.8	49.2-50.5		50.0	46.0	53.0	

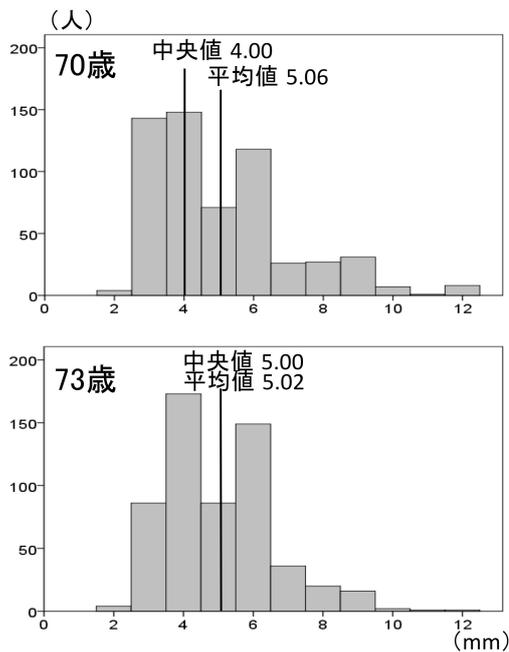


図 4. 最大ポケット深さ

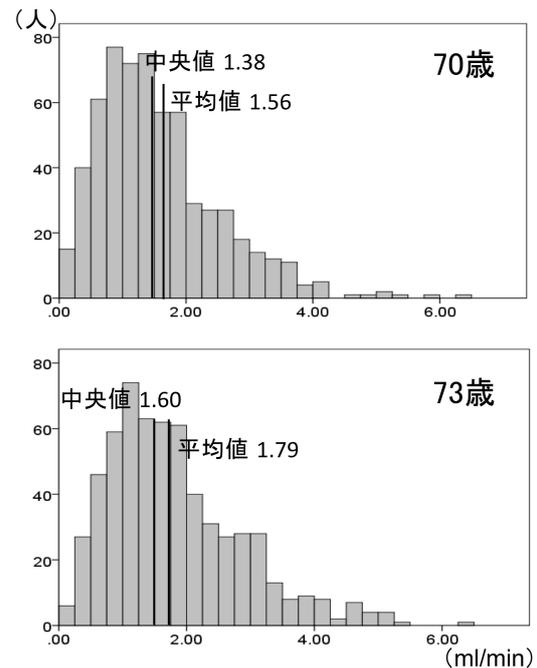


図 5. 刺激時唾液分泌速度

#### 1. 歯数・歯周組織の状態 (図 3、表 1~3)

70 歳時の残存歯数の平均値は 21.3 本、中央値は 25.0 本、73 歳時の残存歯数の平均値は 20.5 本、中央値は 24.0 本であり、73 歳時には平均値で 0.8 本、中央値で 1.0 本歯が減少した ( $p<0.01$ 、 $p<0.01$ )。男性では、70 歳時の残存歯数の平均値は 21.1 本、中央値は 25.0 本、73 歳時の残存歯数の平均値は 20.3 本、中央値は 24.0 本であり、73 歳時には平均値で 0.8 本、中央値で 1.0 本歯が減少した ( $p<0.01$ 、 $p<0.01$ )。女性では、70 歳時の残存歯数の平均値は 21.4 本、中央値は 24.0 本、73 歳時の残存歯数の平均値は 20.7 本、中央値は 24.0 本であり、73 歳時には平均値で 0.8 本の歯が減少した ( $p<0.01$ 、 $p<0.01$ )。

最大ポケット深さは、70 歳時には 3 mm 以下の者が 24.0%、4~5 mm の者が 37.3%、

6 mm 以上の者が 34.8%であったのに対し、73 歳時には 3 mm 以下の者が 15.2%、4~5 mm の者が 43.4%、6 mm 以上の者が 36.4%であった (図 4)。

#### 2. 唾液分泌速度 (図 5、表 1~3)

70 歳時の刺激時唾液分泌速度の平均値は 1.56 ml/min、中央値は 1.38 ml/min、73 歳時の平均値は 1.79 ml/min、中央値は 1.60 ml/min であり、73 歳時には平均値で 0.23 ml/min、中央値で 0.22 ml/min 刺激時唾液分泌速度が増加した ( $p<0.01$ 、 $p<0.01$ )。男性では、70 歳時の刺激時唾液分泌速度の平均値は 1.76 ml/min、中央値は 1.57 ml/min、73 歳時の平均値は 2.14 ml/min、中央値は 1.90 ml/min であり、73 歳時には平均値で 0.38 ml/min、中央値で 0.33 ml/min 刺激時唾液分泌速度が増加した ( $p<0.01$ 、 $p<0.01$ )。女性では、70 歳時の

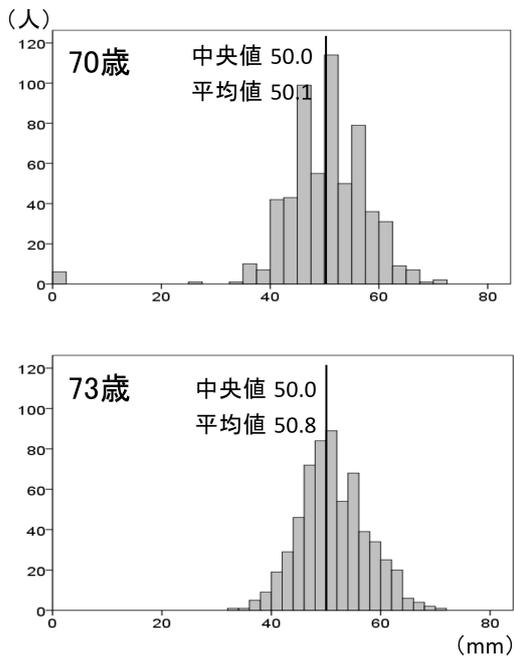


図 6. 開口量

刺激時唾液分泌速度の平均値は 1.36 ml/min、中央値は 0.79 ml/min、73 歳時の平均値は 1.45 ml/min、中央値は 1.30 ml/min であり、73 歳時には平均値で 0.09 ml/min、中央値で 0.14 ml/min 刺激時唾液分泌速度が増加した ( $p=0.016$ 、 $p=0.012$ )。

### 3. 最大開口量 (図 6、表 1～3)

70 歳時の開口量の平均値は 50.1 mm、中央値は 50.0 mm、73 歳時の開口量の平均値は、50.8 mm、中央値は 50.0 mm であり、有意差は認められなかった ( $p=0.074$ 、 $p=0.297$ )。男性では、70 歳時の開口量の平均値は 51.9 mm、中央値は 47.0 mm、73 歳時の開口量の平均値は 52.0 mm、中央値は 47.0 mm であり、有意差は認められな

表 4. 口腔乾燥感

	70 歳時	なし		あり	
	73 歳時	なし	あり	なし	あり
食事時の渇き (%)	89.8	3.6	3.6	3.0	3.0
夜間の渇き (%)	47.4	13.7	11.3	27.6	27.6

表 5. つまり、むせ

	70 歳時	なし		あり	
	73 歳時	なし	あり	なし	あり
つまり、むせ (%)	65.7	9.7	10.9	13.7	13.7

表 6. 1 日あたりの歯磨き回数

	70 歳時	1 回以下		2 回以上	
	73 歳時	1 回以下	2 回以上	1 回以下	2 回以上
1 日あたりの歯磨き回数 (%)	20.0	5.5	3.1	71.4	71.4

表 7. かかりつけ歯科医，定期健診受診の有無

	70 歳時	なし		あり	
	73 歳時	なし	あり	なし	あり
かかりつけ歯科医 (%)		3.4	5.4	2.6	88.6
定期検診受診 (%)		16.8	12.9	7.7	62.6

表 8. 食品摂取可能状況

	70 歳時	摂取可能		摂取不可能	
	73 歳時	可能	不可能	可能	不可能
ごはん		99.7	0.3	0.0	0.0
焼いた食パン		98.8	0.7	0.0	0.5
生キャベツ		98.7	1.0	0.1	0.2
りんご		97.6	1.3	0.6	0.5
こんにゃく		98.7	0.5	0.3	0.5
かまぼこ		99.3	0.3	0.2	0.2
焼いた牛肉		97.0	1.2	1.0	0.8
ピーナッツ		93.1	3.6	1.5	1.8
堅焼きせんべい		89.1	4.6	2.8	3.5
グミゼリー		85.6	6.6	4.3	3.5

かった ( $p=0.451$ ,  $p=0.932$ )。女性では、70 歳時の開口量の平均値は 48.8 mm、中央値は 49.0 mm、73 歳時の開口量の平均値は、49.8 mm 中央値は 50.0 mm であり、平均値では 1.0 mm 開口量は増加した ( $p=0.021$ ) が、中央値では有意差は認められなかった ( $p=0.109$ )。

#### 4. 口腔乾燥感 (表 4)

食事時の口の渇きについて、渇いていると回答した者は 70 歳時、73 歳時ともに 6.6%、渇いていないと回答した者は 70 歳時、73 歳時ともに 93.4%であった。夜間

の渇きについて、70 歳時に渇いていると回答した者は 38.9%、渇いていないとした者は 61.1%であったのに対し、73 歳時には、渇いていると回答した者は 41.3%、渇いていないと回答した者は 58.7%だった。

#### 5. つまり、むせ (表 5)

つまりやむせの有無について、70 歳時にありと回答した者は 24.6%、なしと回答した者は 75.4%であったのに対し、73 歳時にはありと回答した者は 23.4%、なしと回答した者は 76.6%だった。

#### 6. 歯科保健行動 (表 6、7)

歯磨き回数について、70歳時に1回/日以下と回答した者は25.5%、2回/日以上と回答した者は74.5%であったのに対し、73歳時には1回/日以下と回答した者は23.1%、2回/日以上と回答した者は76.9%だった。また、かかりつけ歯科医の有無について、70歳時にありと回答した者は91.2%、なしと回答した者は8.8%であったのに対し、73歳時にはありと回答した者は94.0%、なしと回答した者は6.0%であった。定期検診について、70歳時に受けていると回答した者は70.3%、なしと回答した者は29.7%であったのに対し、73歳時には受けていると回答した者は75.5%、受けていないと回答した者は24.5%であった。

#### 7. 食品摂取可能状況（表8）

ご飯（米）について、70歳時に食べられると回答した者は100%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は99.7%、食べられないと回答した者は0.3%であった。焼いた食パンについて、70歳時に食べられると回答した者は99.5%、食べられないと回答した者は0.5%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は98.8%、食べられないと回答した者は1.2%であった。生キャベツについて、70歳時に食べられると回答した者は99.7%、食べられないと回答した者は0.3%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は98.8%、食べられないと回答した者は1.2%であった。りんごについて、70歳時に食べられると回答

した者は98.9%、食べられないと回答した者は1.1%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は98.2%、食べられないと回答した者は1.8%であった。こんにゃくについて、70歳時に食べられると回答した者は99.2%、食べられないと回答した者は0.8%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は99.0%、食べられないと回答した者は1.0%であった。かまぼこについて、70歳時に食べられると回答した者は99.6%、食べられないと回答した者は0.4%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は99.5%、食べられないと回答した者は0.5%であった。焼いた牛肉について、70歳時に食べられると回答した者は98.2%、食べられないと回答した者は1.8%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は98.0%、食べられないと回答した者は2.0%であった。ピーナッツについて、70歳時に食べられると回答した者は96.7%、食べられないと回答した者は3.3%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は94.6%、食べられないと回答した者は5.4%であった。堅焼きせんべいについて、70歳時に食べられると回答した者は93.7%、食べられないと回答した者は6.3%であったのに対し、73歳時には食べられると回答した者は91.9%、食べられないと回答した者は8.1%であった。グミゼリーについて、70歳時に食べられると回答した者は92.2%、食べられないと回答した者は7.8%であったのに対し、73

表 9. 70 歳（平成 22 年度）と 73 歳（平成 25 年度）の各食品群の  
1000 kcal あたりの摂取重量の比較

食品群 (g/1000 kcal)	70 歳時		73 歳時		$p^{**}$
	中央値	IQR*	中央値	IQR*	
穀類	208	170-252	194	151-246	<0.001
いも類	27	13-43	28	13-42	0.748
砂糖類	2.6	1.8-4.1	2.6	1.7-4.2	0.620
豆類	35	22-55	36	23-53	0.671
緑黄色野菜	63	42-85	65	42-94	0.042
その他の野菜	100	73-126	99	70-137	0.307
果実類	73	42-115	75	41-118	0.083
魚介類	52	33-73	51	33-71	0.911
肉類	30	21-41	33	23-53	<0.001
卵類	17	11-28	17	11-29	0.665
乳類	73	26-105	84	34-113	0.025

\*IQR (Interquartile range) : 25、75 パーセンタイル値

\*\*Wilcoxon の符号付き順位検定

70 歳時には食べられると回答した者は 89.9%、食べられないと回答した者は 10.1%であった。

#### 8. 食品栄養摂取状況

70 歳時と 73 歳時の両方のデータがあり、栄養調査の除外基準に該当しなかった、今回の分析対象者は 426 人（男性 216 人、女性 210 人）であった。

同一被験者の、70 歳時の総エネルギー摂取量は  $1956 \pm 612$  kcal であり、73 歳時は  $1985 \pm 548$  kcal であった。同被験者の主要な食品群の摂取重量について、70 歳時と 73 歳時との間に有意な差が認められるか、Wilcoxon の符号付き順位検定を用いて検

討した（表 9、10）。その結果、穀類の摂取重量は、70 歳時に比べて 73 歳時の方が小さかった ( $p < 0.001$ )。その一方で、緑黄色野菜 ( $p = 0.042$ )、肉類 ( $p < 0.001$ )、乳類 ( $p = 0.025$ ) の摂取重量は、70 歳時に比べて、73 歳時の方が大きかった。その他の食品群については、有意な差は認められなかった。

次に、同被験者の主要な栄養素の摂取重量について、70 歳時と 73 歳時との間に有意な差が認められるか、同様にして Wilcoxon の符号付き順位検定を用いて検討した。その結果、炭水化物の%エネルギーは、70 歳時に比べて 73 歳時の方が小さ

表 10. 70 歳（平成 22 年度）と 73 歳（平成 25 年度）の  
各栄養素の%エネルギーまたは 1000 kcal あたりの摂取重量

栄養素	70 歳時		73 歳時		<i>p</i> <sup>**</sup>
	中央値	IQR <sup>*</sup>	中央値	IQR <sup>*</sup>	
タンパク質 (%エネルギー)	15.8	13.8-18.2	16.1	14.0-18.4	0.015
脂質 (%エネルギー)	25.3	21.5-28.3	26.4	22.8-29.4	<0.001
n-3 系脂肪酸 (%エネルギー)	1.4	1.1-1.7	1.5	1.3-1.9	<0.001
炭水化物 (%エネルギー)	54.2	49.2-59.1	53.3	47.5-58.7	0.006
カリウム (mg/1000 kcal)	1543	1268-1833	1580	1277-1874	0.009
カルシウム (mg/1000 kcal)	336	267-420	345	284-434	0.026
マグネシウム (mg/1000 kcal)	151	128-176	153	130-175	0.078
リン (mg/1000 kcal)	612	526-724	621	533-728	0.004
ビタミン A (1000 kcal)	444	325-589	446	318-583	0.920
ビタミン C (mg/1000 kcal)	78	55-102	82	56-106	0.016
ビタミン D (mg/1000 kcal)	9.6	5.7-13.3	9.2	5.9-13.1	0.876
ビタミン E (mg/1000 kcal)	4.3	3.6-5.0	4.4	33.7-5.1	0.001
ビタミン B <sub>1</sub> (mg/1000 kcal)	0.45	0.39-0.52	0.47	0.39-0.53	<0.001
ビタミン B <sub>2</sub> (mg/1000 kcal)	0.78	0.64-0.91	0.79	0.66-0.92	0.058
ナイアシン (mg/1000 kcal)	9.5	7.9-11.4	9.6	8.0-11.5	0.043
ビタミン B <sub>6</sub> (mg/1000 kcal)	0.75	0.64-0.89	0.75	0.65-0.91	0.006
ビタミン B <sub>12</sub> (μg/1000 kcal)	6.0	4.0-8.0	6.0	4.2-7.8	0.942
葉酸 (μg/1000 kcal)	215	175-269	218	175-272	0.362
パントテン酸 (mg/1000 kcal)	3.7	3.2-4.2	3.7	3.2-4.4	<0.001
食物繊維 (g/1000 kcal)	7.4	6.1-8.8	7.5	6.0-9.2	0.067

\*IQR (Interquartile range) : 25、75 パーセンタイル値

\*\*Wilcoxon の符号付き順位検定

かった ( $p<0.001$ )。その一方で、タンパク質 ( $p=0.015$ )、脂質 ( $p<0.001$ )、n-3 系脂肪酸 ( $p<0.001$ ) の%エネルギーは、70 歳時に比べて、73 歳時の方が大きかった。また、カリウム ( $p=0.009$ )、カルシウム

( $p=0.026$ )、リン ( $p=0.004$ )、ビタミン C ( $p=0.016$ )、ビタミン E ( $p=0.001$ )、ビタミン B<sub>1</sub> ( $p<0.001$ )、ナイアシン ( $p=0.043$ )、ビタミン B<sub>6</sub> ( $p=0.006$ )、パントテン酸 ( $p<0.001$ ) の摂取重量は、70 歳時に比べ

表 11. 各疾患の罹患状況と 70 歳時の歯科データとの関連

		残存歯数 (本)	<i>p</i>	最大ポケット 深さ (mm)	<i>p</i>	唾液分泌速度 (ml/min)	<i>p</i>
脳卒中	発症なし (n=540)	21.3	0.859	4.99	0.012	1.54	0.167
	73 歳時に新規 発症 (n=18)	22.2		4.44		1.77	
	70 歳時から罹 患 (n=28)	20.8		6.04		1.85	
心疾患	発症なし (n=473)	21.6	0.151	4.98	0.465	1.56	0.687
	73 歳時に新規 発症 (n=33)	19.5		5.18		1.57	
	70 歳時から罹 患 (n=85)	20.2		5.25		1.65	
高血圧	発症なし (n=315)	21.2	0.907	4.90	0.198	1.62	0.365
	73 歳時に新規 発症 (n=58)	21.8		5.07		1.48	
	70 歳時から罹 患 (n=231)	21.2		5.21		1.51	
糖尿病	発症なし (n=445)	21.5	0.468	4.99	0.583	1.56	0.107
	73 歳時に新規 発症 (n=27)	20.1		5.38		1.22	
	70 歳時から罹 患 (n=125)	20.6		5.08		1.66	

て、73 歳時の方が大きかった。

#### 9. 口腔状態と全身疾患 (表 11)

脳卒中、心疾患、高血圧、糖尿病について、70 歳から 73 歳の 3 年間の間に発症し

ていない者、73 歳時点で新規に発症した者、70 歳時点ですでに発症していた者の 70 歳時点での残存歯数、最大ポケット深さ、刺激時唾液分泌速度の状態を分析す

表 12. 認知機能、握力、歩行速度、IADL、精神的健康の変化と  
70 歳時の歯科データとの関連

		残存歯数 (本)	<i>p</i>	最大ポケット 深さ (mm)	<i>p</i>	唾液分泌速度 (ml/min)	<i>p</i>
認知機能	低下 (n=98)	21.6	0.013	4.98	0.419	1.75	0.030
	低維持 (n=244)	19.9		5.00		1.43	
	高維持 (n=181)	22.4		5.01		1.62	
	改善 (n=88)	22.1		5.39		1.60	
握力	低下 (n=42)	20.7	0.529	5.00	0.403	1.51	<0.01
	低維持 (n=121)	20.7		4.76		1.24	
	高維持 (n=394)	21.2		5.12		1.67	
	改善 (n=43)	22.8		4.95		1.65	
歩行速度	低下 (n=141)	21.2	0.190	5.05	0.012	1.53	0.393
	低維持 (n=167)	22.4		4.80		1.58	
	高維持 (n=191)	20.5		5.39		1.65	
	改善 (n=104)	20.8		4.70		1.46	
IADL	低下 (n=105)	20.9	0.060	5.28	0.094	1.49	0.318
	低維持 (n=218)	20.6		5.12		1.57	
	高維持 (n=242)	22.3		4.82		1.62	
	改善 (n=47)	19.7		5.05		1.36	
精神的健康	低下 (n=86)	21.7	0.457	5.06	0.739	1.67	0.463
	低維持 (n=279)	20.7		5.07		1.58	
	高維持 (n=177)	21.9		4.93		1.52	
	改善 (n=76)	21.0		5.24		1.44	

るために、一元配置分散分析を行った。  
70 歳時から脳卒中を発症していた者は、  
発症していない者、73 歳時に脳卒中を新  
規発症した者に比べて、最大ポケット深  
70 歳時から脳卒中を発症していた者は、  
発症していない者、73 歳時に脳卒中を新  
規発症した者に比べて、最大ポケット深

さが深かったが、それ以外では、各疾患  
の罹患状況と 70 歳時の口腔状態との間に  
有意な関連は認められなかった。

#### 10. 口腔状態と認知機能・運動機能・精神的健康 (表 12)

認知機能、握力、歩行速度、IADL、精神的健康について、70 歳から 73 歳の 3 年間

表 13. 残存歯数、刺激時唾液分泌速度、開口量の平均値および中央値 (n=554)

		平均値	95%信頼区間	<i>p</i>
残存歯数 (本)	80 歳	16.0	15.4-17.1	<0.01
	83 歳	15.1	14.5-16.3	
咬合力 (N)	80 歳	344	327-374	<0.01
	83 歳	204	193-227	
唾液分泌速度 (ml/min)	80 歳	1.57	1.49-1.66	0.25
	83 歳	1.53	1.45-1.62	
開口量 (mm)	80 歳	49.1	48.7-49.8	0.10
	83 歳	48.7	48.1-49.3	
握力 (kgf)	80 歳	22.3	21.8-23.1	<0.01
	83 歳	21.0	20.5-21.7	
歩行時間 (秒)	80 歳	2.79	2.72-2.86	0.03
	83 歳	2.87	20.5-21.7	
MoCA-J スコア	80 歳	21.6	21.5-22.2	0.71
	83 歳	21.7	21.5-22.2	

の間に低下した群、低い水準で維持した群、高い水準で維持した群、改善した群において、それぞれ 70 歳時点での残存歯数、最大ポケット深さ、刺激時唾液分泌速度の状態を分析するために、一元配置分散分析を行った。

認知機能を低い水準で維持した群は、高い水準で維持した群に比べて残存歯数が低かった。また、握力を低い水準で維持した群は、高い水準で維持した群に比べて有意に唾液分泌量が低かった。歩行速度を低い水準で維持した群・改善群は、高い水準で維持した群に比べて最大ポケット深さが浅かった。

<平成 27 年度>

#### 1. 縦断研究対象者のプロフィール

残存歯数を比較したところ、80 歳時に平均 16.0 本であったが、83 歳時には平均 15.1 本となった。また、握力は 80 歳時に平均 22.3 kgf であったが、83 歳時には平均 21.0 kgf となり、有意差が認められた。さらに、歩行時間を比較したところ、80 歳時の平均が 2.79 秒であったが、83 歳時には平均 2.87 秒となり、有意差が認められた。MoCA-J スコアは、80 歳時に平均 21.6、83 歳時には平均 21.7 であり、有意差は認められなかった。咬合力を比較したところ、80 歳時の平均が 344 N、83 歳時の平均が 204 N であり、有意差が認め

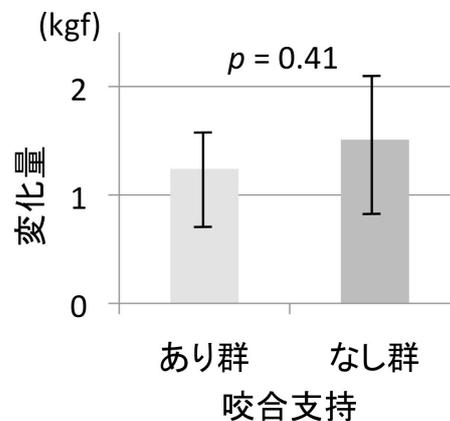
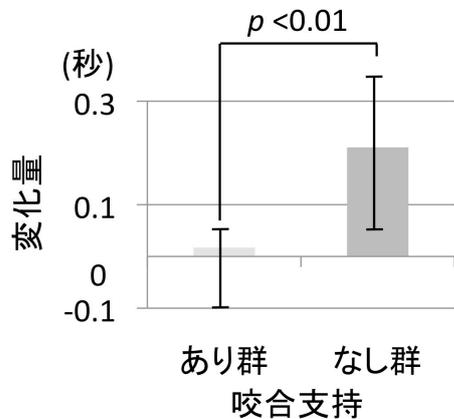
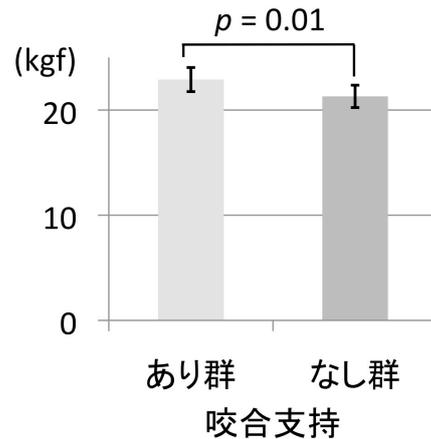
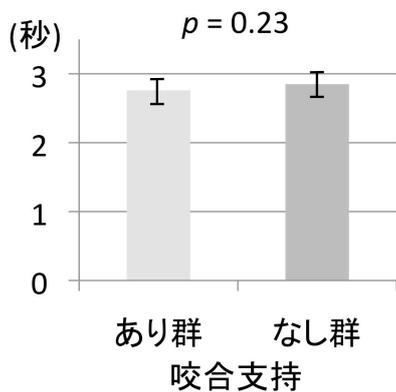


図 7. 咬合支持と歩行時間

図 8. 咬合支持と握力

られた。刺激時唾液分泌速度は、80 歳時に平均 1.57 ml/min、83 歳時には平均 1.53 ml/min であり、有意差は認められなかった。開口量は、80 歳時に平均 49.1 mm、83 歳時には平均 48.7 mm であり、有意差は認められなかった (表 13)。

## 2. 口腔と運動機能 (歩行速度) との関連

80 歳時の平均歩行時間は、咬合支持あり群 (Eichner A、B 群、366 名) では平均 2.76 秒、咬合支持なし群 (Eichner C 群、188 名) では平均 2.85 秒であり、有意差は認められなかった。83 歳時の平均歩行時間は、咬合支持あり群では平均 2.78 秒、

咬合支持なし群では平均 3.07 秒であり、有意差が認められた。

また、3 年間での歩行時間の変化を比較したところ、80 歳時に咬合支持ありの群では平均 0.01 秒増加したのに対し、咬合支持なしの群では平均 0.21 秒延長し、両者の間に有意差を認めた (図 7)。

ベースライン時の咬合支持の状態と 3 年間での歩行速度の変化との関連について検討するために、従属変数を 3 年間での歩行時間の変化 (変化の少ない 4 分の 3 群と変化の大きい 4 分の 1 群とに二群化)、独立変数を性別、BMI、咬合支持の状態

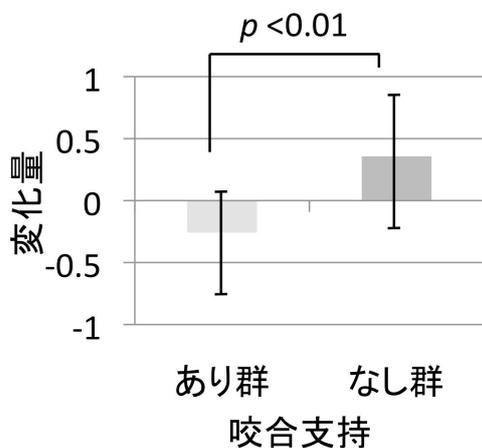
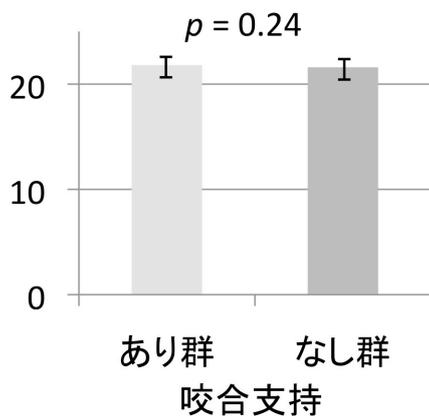


図9. 咬合支持と認知機能

として、ロジスティック回帰分析を行った結果、80歳時咬合支持がなかった群は、80歳時咬合支持があった群に比べ、歩行時間が長くなった者の割合が高かった（オッズ比：1.71、95%信頼区間：1.13-2.57、 $p=0.01$ ）。一方、咬合力、刺激時唾液分泌速度、開口量と歩行速度の変化との間に、有意な関連は認められなかった。本結果より、咬合支持のない者は3年後の歩行速度が低下しやすいことが示唆された。

### 3. 口腔と運動機能（握力）との関連

80歳時の平均握力は、咬合支持あり群

では平均 22.8 kgf、咬合支持なし群では平均 21.3 kgf であり、両者の間に有意差を認めた。83歳時の平均握力は、咬合支持あり群では平均 21.6 kgf、咬合支持なし群では平均 19.7 kgf であり、有意差を認めた。

また、3年間での握力の変化について比較したところ、80歳時に咬合支持ありの者では、平均 1.24 kgf の減少、咬合支持なしの者では、平均 1.44 kgf の低下を認め、有意差は認められなかった（図8）。

ベースライン時の咬合支持の状態と、3年後の握力の変化との関連について検討するため、従属変数を3年間での握力の変化（変化の少ない4分の3群と変化の大きい4分の1群とに二群化）、独立変数を性別、BMI、咬合支持の状態として、ロジスティック回帰分析を行った。その結果、握力の変化とベースライン時の咬合支持の状態との間に有意な関連を認めなかった（オッズ比：1.17、95%信頼区間：0.78-1.77、 $p=0.45$ ）。また、咬合力、刺激時唾液分泌速度、開口量と握力との変化との間に有意な関連は認められなかった。

### 4. 口腔と認知機能との関連

80歳時の平均 MoCA-J スコアは、咬合支持あり群の平均は 21.9、咬合支持なし群の平均が 21.5 であり、有意差は認められなかった。83歳時の平均 MoCA-J スコアは、咬合支持あり群の平均は 22.0、咬合支持なし群の平均が 21.1 であり、有意差が認められた。

また、3年間での MoCA-J スコアの変化について比較したところ、80歳時に咬合

表 14. 口腔機能, 体重, 中膜内膜複合体 (IMT) の平均値と 95%信頼区間

	90 歳群 (n=272)		93 歳群 (n=370)	
	平均値	95%信頼区間	平均値	95%信頼区間
残存歯数 (本)	9.3	8.2-10.4	10.3	9.4-11.3
咬合力 (N)	194	171-217	142	123-160
刺激時唾液分泌速度 (ml/min)	1.34	1.24-1.44	1.27	1.18-1.37
体重 (kg)	49.9	47.8-51.9	50.4	49.5-51.3
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	22.1	21.4-22.7	22.0	21.7-22.3
左右の平均 IMT (mm)	0.91	0.88-0.93	0.91	0.89-0.93
最大 IMT (mm)	2.19	2.02-2.35	1.82	1.71-1.92

\*90 歳群, 93 歳群は別集団である。

表 15. 追跡調査参加者のみの、90 歳時, 93 歳時における口腔機能, 体重, 中膜内膜複合体 (IMT) の平均値と 95%信頼区間 (n=74)

		平均値	95%信頼区間	p 値
残存歯数 (本)	90 歳時	11.1	9.0-13.3	0.14
	93 歳時	10.6	8.4-12.7	
咬合力 (N)	90 歳時	232	177-287	<0.01
	93 歳時	145	107-183	
刺激時唾液分泌速度 (ml/min)	90 歳時	1.45	1.24-1.65	<0.01
	93 歳時	1.14	0.93-1.34	
体重 (kg)	90 歳時	52.4	49.1-55.6	<0.01
	93 歳時	50.7	47.5-54.0	
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	90 歳時	22.6	21.5-23.6	0.09
	93 歳時	22.2	21.1-23.2	
平均 IMT (mm)	90 歳時	0.90	0.86-0.94	0.15
	93 歳時	0.94	0.89-0.98	
最大 IMT (mm)	90 歳時	1.99	1.72-2.26	0.69
	93 歳時	2.04	1.83-2.24	

支持ありの群では、平均 0.27 増加、咬合支持なしの群では、平均 0.40 以下し、有意差が認められた (図 9)。

ベースライン時の咬合支持の状態と、3 年間の認知機能の変化との関連について検討するために、従属変数を 3 年間の MoCA-J スコアの変化 (変化の少ない 4 分の 3 群と変化の大きい 4 分の 1 群とに二群化)、独立変数を性別、教育年数、咬合支持の状態として、ロジスティック回帰分析を行った結果、80 歳時咬合支持がなかった群は、咬合支持があった群に比べ、認知機能低下群の割合が高かった (オッズ比 : 1.63、95%信頼区間 : 1.11-2.39、 $p=0.01$ )。一方、咬合力、刺激時唾液分泌速度、開口量と MoCA-J の変化との間に有意な関連は認められなかった。本結果より、80 歳時に咬合支持のない者は 3 年後の認知機能が低下しやすいことが示唆された。

<平成 28 年度>

#### 1. 縦断研究対象者のプロフィール

まず、90 歳群 ( $n=272$ )、93 歳群 ( $n=370$ )、それぞれの集団における口腔機能、体重、BMI、頸動脈中膜内膜複合体 (IMT) の平均値について検討を行った (表 14)。残存歯数は、90 歳群では 9.3 本、93 歳群では 10.3 本であった。咬合力は、90 歳群で 194 N、93 歳群では 142 N であった。刺激時唾液分泌速度は、90 歳群では 1.34 ml/min、93 歳群では 1.27 ml/min であった。体重は、90 歳群では 49.9 kg、93 歳群では 50.4 kg

であった。BMI は、90 歳群では  $22.1 \text{ kg/m}^2$ 、93 歳群では  $22.0 \text{ kg/m}^2$  であった。左右の平均 IMT は、90 歳群では 0.91 mm、93 歳群で 0.91 mm であった。最大 IMT は、90 歳群では 2.19 mm、93 歳群では 1.82 mm であった。次に、追跡調査参加者のみ ( $n=74$ ) の口腔機能、体重、BMI、IMT の 90 歳時、93 歳時における平均値について検討を行った (表 15)。残存歯数は、90 歳時には 11.1 本、93 歳時には 10.6 本となり、有意差は認められなかった ( $p=0.14$ )。咬合力は、90 歳時には 232 N、93 歳時には 145 N であり、有意差が認められた ( $p<0.01$ )。刺激時唾液分泌速度は、90 歳時には 1.45 ml/min、93 歳時には 1.14 ml/min であり、有意差が認められた ( $p<0.01$ )。体重は、90 歳時には 52.4 kg、93 歳時には 50.7 kg であり、有意差が認められた ( $p<0.01$ )。BMI は、90 歳時には  $22.6 \text{ kg/m}^2$ 、93 歳時には  $22.2 \text{ kg/m}^2$  であり、有意差は認められなかった ( $p=0.09$ )。平均 IMT は、90 歳時には 0.90 mm、93 歳時には 0.94 mm であり、有意差は認められなかった ( $p=0.15$ )。最大 IMT は、90 歳時には 1.99 mm、93 歳時には 2.04 mm であり、有意差は認められなかった ( $p=0.69$ )。

#### 2. 口腔と体重、BMI との関連

90 歳の体重は、咬合支持あり群 (Eichner A1-B3、 $n=35$ ) では 51.7 kg、咬合支持なし群 (Eichner B4-C3、 $n=71$ ) では 49.0 kg であり、有意差は認められなかった ( $p=0.22$ 、図 10 上)。93 歳の体重は、咬合支持あり群 ( $n=119$ ) では 51.1 kg、咬合

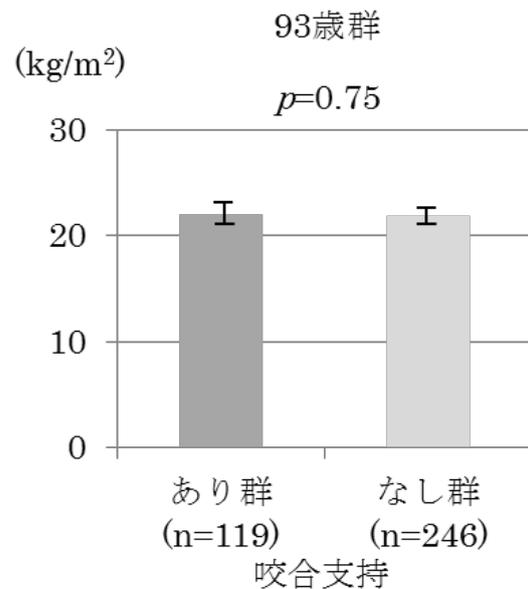
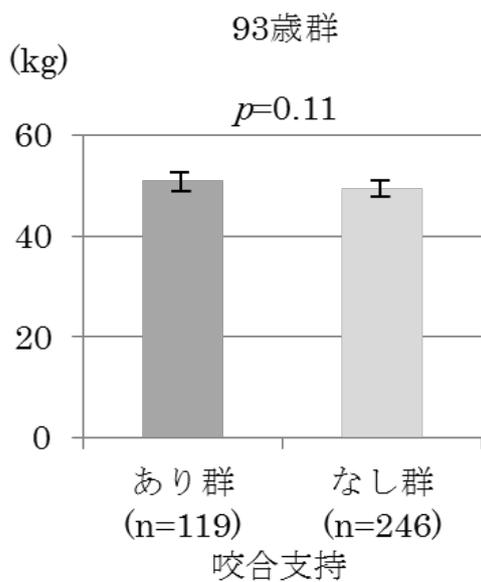
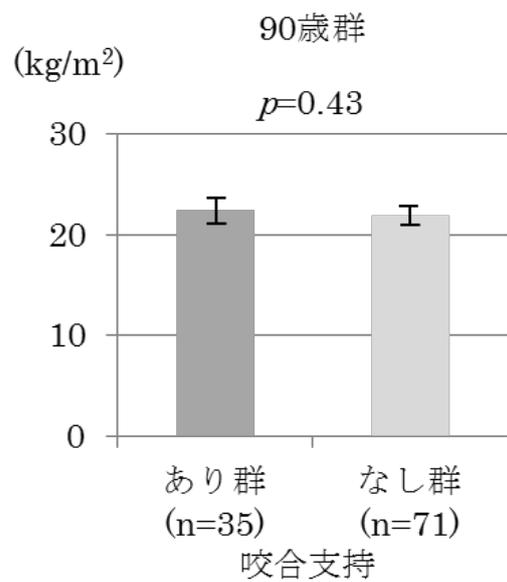
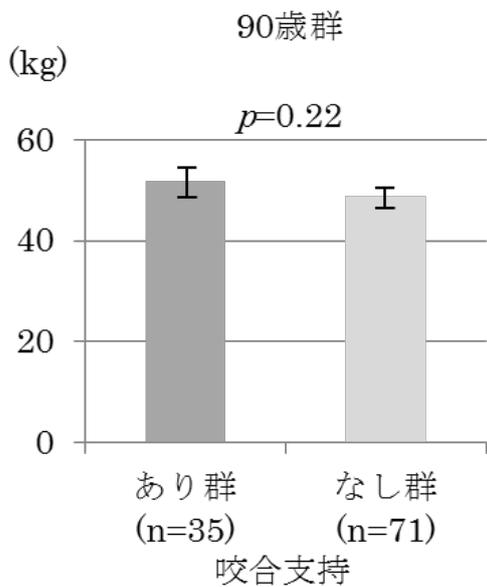


図 10. 咬合支持の有無による  
90歳群と93歳群の体重の比較

図 11. 咬合支持の有無による90歳群と  
93歳群のBMIの比較

支持なし群 (n=246) では 49.5 kg であり、有意差は認められなかった ( $p=0.11$ 、図 10 下)。90歳のBMIは、咬合支持あり群では  $22.5 \text{ kg/m}^2$ 、咬合支持なし群 (n=71) では  $21.9 \text{ kg/m}^2$  であり、有意差は認められなかった ( $p=0.43$ 、図 11 上)。93歳のBMI

は、咬合支持あり群 (n=119) では  $22.0 \text{ kg/m}^2$ 、咬合支持なし群 (n=246) では  $21.9 \text{ kg/m}^2$  であり、有意差は認められなかった ( $p=0.75$ 、図 11 下)。

### 3. 口腔の状態と動脈硬化との関連

さらに、90歳時と93歳時における咬合

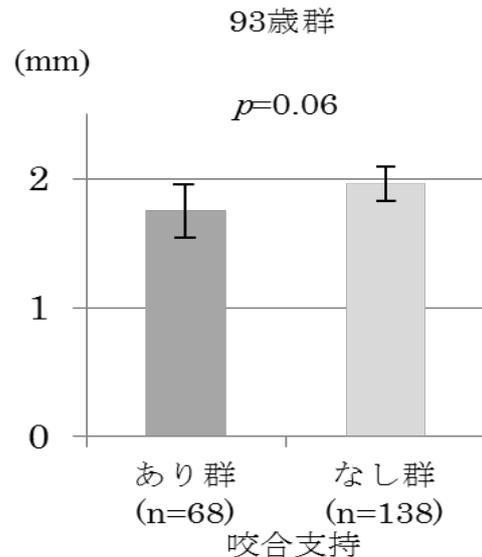
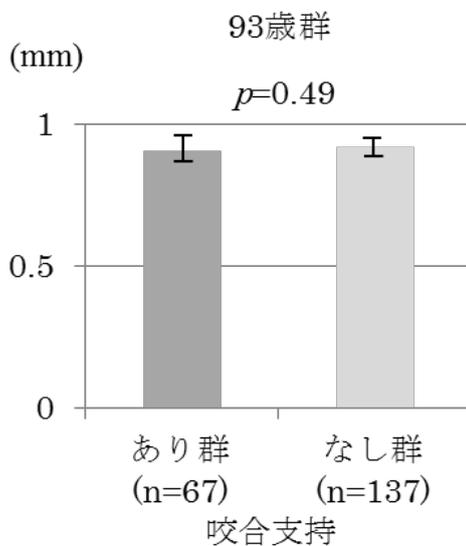
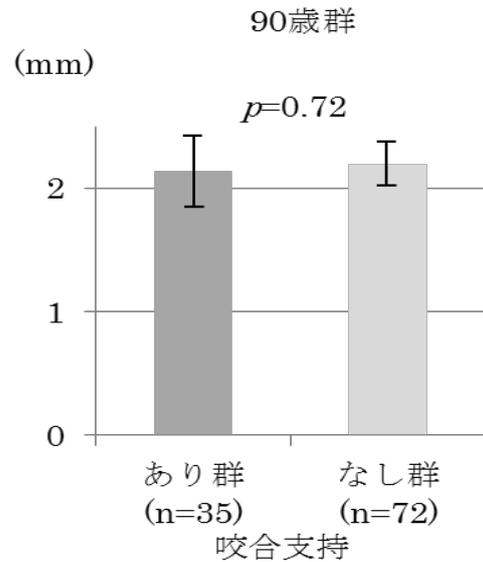
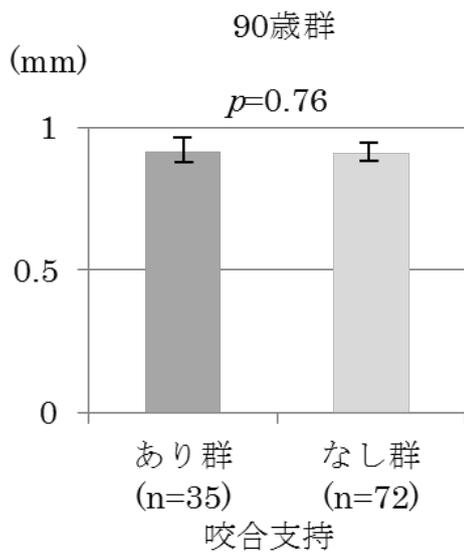


図 12. 咬合支持の有無による 90 歳群と 93 歳群の左右平均 IMT の比較

図 13. 咬合支持の有無による 90 歳群と 93 歳群の最大 IMT の比較

支持と動脈硬化について検討を行った。90 歳の平均 IMT は、咬合支持あり群 (n=35) で 0.92 mm、咬合支持なし群 (n=72) では 0.91 mm であり、有意差は認められなかった ( $p=0.76$ 、図 12 上)。93 歳の平均 IMT は、咬合支持あり群 (n=67) では 0.90 mm、咬合支持なし群 (n=137) では 0.92 mm

であり、有意差は認められなかった ( $p=0.49$ 、図 12 下)。90 歳の最大 IMT は、咬合支持あり群 (n=35) では 2.14 mm、咬合支持なし群 (n=72) では 2.20 mm であり、有意差は認められなかった ( $p=0.72$ 、図 13 上)。93 歳の最大 IMT は、咬合支持あり群 (n=68) では 1.76 mm、咬合支持

表 16. 歯周病と動脈硬化との関連についてのロジスティック回帰分析の結果

	オッズ比	95%信頼区間	p 値
性別	0.40	0.11-1.47	0.166
喫煙	0.69	0.16-2.97	0.619
肥満	0.33	0.02-6.17	0.459
高血圧	15.36	1.86-127.00	0.011
高脂血症	1.96	0.45-8.59	0.375
糖尿病	3.47	0.58-20.66	0.173
最大ポケット深さ	3.04	1.00-9.19	0.049

従属変数：動脈硬化（0=未発症群、1=発症群）

独立変数：性別（0=男性、1=女性）

喫煙（0=なし、1=あり）

肥満（0=なし、1=あり）

高血圧（0=なし、1=あり）

高脂血症（0=なし、1=あり）

糖尿病（0=なし、1=あり）

最大ポケット深さ（0=3 mm 以下、1=4 mm 以上）

なし群（n=138）では 1.96 mm であり、有意差は認められなかった（ $p=0.06$ 、図 13 下）。

また、これまでに収集した 70-73 歳の追跡調査のデータを基に、歯周病と動脈硬化との関連についての検討を行った。最大ポケット深さが 4 mm 以上の者を歯周病あり群とし、平均あるいは最大 IMT のどちらかが 1.1 mm より大きい者を動脈硬化あり群とした。70 歳時には、44%に動脈硬化がみられた。動脈硬化がみられなかった 56%のうち、73 歳時には、歯周病なし群では 58%、歯周病あり群では 79%

が動脈硬化を発症した。そこで、70 歳時に動脈硬化がみられなかった者の中で、73 歳時に動脈硬化を発症した群と動脈硬化を発症しなかった群のベースライン時の状態を比較した。その結果、発症群の方が、歯周病あり群の割合が高く、性別、喫煙、肥満、高血圧、高脂血症、糖尿病を調整したロジスティック回帰分析を行ったところ、歯周病は、動脈硬化に対して、有意な変数となった（オッズ比:3.04、95%信頼区間:1.00-9.19、 $p=0.049$ 、表 16）。本結果より、最大ポケット深さが 4 mm 以上である者は、3 年後に動脈硬化を発症し

やすいことが示唆された。

#### D. 考察

大阪大学と東京都健康長寿医療センターを中心とした本研究チームは、歯学をはじめ、医学、栄養学、心理学、社会学、臨床統計学の各分野の専門家が参画しており、循環器系疾患や認知・運動機能など各領域の収集データ精度が極めて高い。また、我が国における循環器疾患を中心とした生活習慣病の治療に対しては莫大な医療費が投じられているばかりか、死亡者数の大部分をも占める。さらに、認知症や運動機能の低下は要介護状態に陥る主因である。こうした生活習慣病や運動・認知機能の低下と歯・口腔の健康との関係についての報告は多数みられるが、その大部分が欧米発であり、我が国の研究成果の蓄積は乏しい。また、口腔機能と健康・長寿との関係には全身疾患や社会経済的、心理学的な要因の交絡が数多くあると考えられるが、それらについても十分考慮に入れられているとは言えない。本研究は、各専門領域のデータを統合することにより健康長寿に関連する因子を多角的に検討し、包括的に健康長寿の要因を探求する学際的な老年学の研究である。

平成 26 年度に実施した 70-73 歳の追跡調査参加者のデータの分析結果では、残存歯数が 70 歳時よりも 73 歳時の方が 0.8 本減少し、唾液分泌速度は、70 歳時よりも 73 歳時の方が 0.23 ml/min 増加した。

一方、開口量や口腔乾燥感、つまりやむせの有無、歯科保健行動において有意な変化は見られなかった。唾液分泌量は通常、加齢とともに穏やかに減少すると考えられるが、本研究結果では反対に増加している。原因としては、追跡調査時には初回調査時のような緊張感が減ったために副交感神経が優位となり、リラックスした状態で検査を受けることができた被験者が多かった可能性がある。その他の項目は、70 歳から 73 歳の 3 年間では著明な変化を認めなかった。すなわち、口腔状態は維持されたと考えられるが、今後さらに長期的なコホート研究を続けることにより、口腔状態を良好に維持することに関連する要因、あるいは悪化に関連する要因を検討していく必要があると考える。

栄養摂取調査結果によると、70 歳時よりも 73 歳時の方が、健康維持に重要な野菜類や肉類などの摂取が多かった。この理由として、自立して生活しており、さらに 3 年ぶりに 2 回目の調査に参加するような被験者は、特に健康意識が高く、加齢に従い、一般的に健康維持に重要であるとされている食品を、積極的に摂取している可能性が考えられる。我々の仮説においては、「加齢により、口腔の状態が悪化すると、健康維持に重要な野菜類や肉類などの栄養の摂取が少なくなる」と考えている。この 3 年間では、歯数など口腔の状態に大きな変化が起こっている被験者が少なかったため、我々の仮説

を検討するには追跡期間が十分ではなかったと思われる。

歯周疾患の指標のひとつである最大ポケット深さは、本結果において70歳以前より脳卒中に罹患している者が、脳卒中を発症していない者、および73歳時点で脳卒中を新規に発症した者に比べて高値であった。歯周病原菌は血流を通じて全身へ伝搬され、脳卒中の原因となる動脈硬化を引き起こす可能性が示唆されている。しかし、今回3年後の追跡調査に参加した対象者は比較的健康な集団と考えられる。そのため、70歳から73歳の3年間では各疾患ともに新たに罹患した者は多くなく、それぞれの罹患状況と歯科データとの関連が認められなかった可能性がある。さらに、認知機能を低い水準で維持した群は、高い水準で維持した群に比べて残存歯数が低かったが、これまで報告されてきたように、歯数が減少すると咀嚼機能が低下し、認知機能が低下したと考えられる。

平成27年度に実施した縦断研究の解析結果より、咬合支持のない者は歩行速度ならびに認知機能が低下しやすいことが明らかになった。これは、口腔機能の低下が運動機能や認知機能にネガティブな影響を与えることを意味している。すなわち、後期高齢者の身体機能やQOLの維持において、歯科医療が果たすべき役割が非常に大きいことが示されたと考える。

平成28年度に実施した90-93歳の追跡調査参加者のデータの分析では、咬合力、

刺激時唾液分泌速度、体重は3年間で有意に低下していた。BMIは、有意差はないが低下傾向にあることがわかり、平均IMTならびに最大IMTは、有意差はないが増加傾向であった。一方、追跡調査に参加しなかった者も含めた90歳群と93歳群との比較においては、残存歯数は93歳群の方が多く、最大IMTは93歳群の方が小さい傾向が明らかとなった。このことより、93歳群は、90歳群と比較すると健康な者が多く含まれていると考えられる。

70-73歳の縦断研究の解析より、最大ポケットが深い者は動脈硬化を発症しやすいことが明らかとなった。これは、歯周病が、動脈硬化の発症に関与していることを意味している。すなわち、高齢者の動脈硬化発症予防において、歯科医療、特に歯周病治療・予防が果たす役割が非常に大きいことが示されたと考えられる。

現在、ベースライン調査より6年を経過した70歳コホートの追跡調査を進めている。また今後、ベースライン調査より6年を経過した80歳コホートの追跡調査を予定している。今後行っていく6年経過コホートの解析においては、これまで行ってきた3年経過の縦断的解析では、変化量が小さかったために抽出されなかった因子が新たに抽出される可能性が高い。すなわち、口腔と健康長寿に関連する因子のさらに詳細な解析が可能になり、有意義な知見が得られることが予想される。

## E. 結論

70 歳コホートの縦断研究モデルの分析において歯周病と動脈硬化との関連を認めた。また、80 歳時に咬合支持のない者は、咬合支持のある者に比べ 3 年後の歩行速度ならびに認知機能が低下しやすいことが明らかになった。これらの結果から、後期高齢者の身体機能や QOL の維持において、歯科医療が果たすべき役割が非常に大きいことが示された。

## F. 研究発表

### 1. 論文発表

- 1) Inomata C, Ikebe K, Kagawa R *et al.* Significance of occlusal force for dietary fiber and vitamin intakes in independently living 70-year-old Japanese: from SONIC (Septuagenarians, Octogenarians, Nonagenarians Investigation with Centenarians) Study. *J Dent.* 2014; 42: 556-564.
- 2) Yoshinaka M, Ikebe K, Furuya-Yoshinaka M *et al.* Prevalence of torus mandibularis among a group of elderly Japanese and its relationship with occlusal force. *Gerodontology.* 2014; 31: 117-122.
- 3) Okada T, Ikebe K, Inomata C *et al.* Association of periodontal status with occlusal force and food acceptability in 70-year-old adults. *J Oral Rehabil.* 2014; 41: 912-919.
- 4) Inomata C, Ikebe K, Okubo H *et al.*

Impact on dietary intake of removable partial dentures replacing a small number of teeth. *Int J Prosthodont.* 2015; 28: 583-585.

- 5) Takeshita H, Ikebe K, Kagawa R *et al.* Association of personality traits with oral health-related quality of life independently of objective oral health status: A study of community-dwelling elderly Japanese. *J Dent.* 2014; 43: 342-349.
- 6) 北村正博, 村上伸也. 糖尿病. 内分泌・糖尿病・代謝内科 2015; 40: 115-120.
- 7) Okada T, Ikebe K, Kagawa R *et al.* Lower Protein Intake Mediates Association Between Lower Occlusal Force and Slower Walking Speed: From the Septuagenarians, Octogenarians, Nonagenarians Investigation with Centenarians Study. *J Am Geriatr Soc.* 2015; 63: 2382-2327.
- 8) Ikebe K. Significance of Oral Function for Dietary Intakes in Old People. *J Nutr Sci Vitaminol.* 2015; 61: Suppl:S74-75.
- 9) Yoshinaka M, Ikebe K, Uota M *et al.* Age and sex differences in the taste sensitivity of young adult, young-old and old-old Japanese. *Geriatr Gerontol Int.* 2016; 16: 1281-1288.
- 10) Uota M, Ogawa T, Ikebe K *et al.* Factors related to taste sensitivity in elderly: cross-sectional findings from

- SONIC study. *J Oral Rehabil.* 2016; 43: 943-952.
- 11) Ogawa T, Uota M, Ikebe K *et al.* Taste detection ability of elderly nursing home residents. *J Oral Rehabil.* 2016; 43: 505-510.
  - 12) Takeshita H, Ikebe K, Gondo Y *et al.* Association of Occlusal Force with Cognition in Independent Older Japanese People. *JDR Clin Transl Res.* 2016; 1: 69-76.
  - 13) Ogawa T, Uota M, Ikebe K *et al.* Longitudinal study of factors affecting taste sense decline in old-old individuals. *J Oral Rehabil.* 2017; 44: 22-29.
  - 14) Inomata C, Ikebe K, Okubo H *et al.* Dietary intake is associated with occlusal force rather than number of teeth in 80-y-old Japanese. *JDR Clin Trans Res.* 2017; 2:187-197.
2. 学会発表
- 1) 池邊一典. 健康長寿についての歯科医学・栄養学・内科学・心理学の共同研究：歯科補綴学からのアプローチ. 日本補綴歯科学会疫学調査委員会・学術委員会共同シンポジウム. 2014年. 東京.
  - 2) 池邊一典. 高齢者の口腔機能と全身の運動機能との関連：栄養摂取の介在について-SONIC 研究より-. 「これからの健康科学」～産業保健におけるダイバーシティ・マネジメントストラテジー～. 第 87 回日本産業衛生学会. 2014. 岡山.
  - 3) 池邊一典. 高齢者の歯と口腔機能が健康長寿に及ぼす影響:文理融合型コホート研究より. 歯学教育改革コンソーシアム設立記念シンポジウム. 2014. 岡山.
  - 4) 池邊一典. 口腔機能と栄養. 高齢者の自立喪失の様相と栄養の役割. 日本臨床栄養学会. 2014年. 東京.
  - 5) 池邊一典, 岡田匡史, 猪俣千里ほか. 高齢者の歯と口腔機能が健康長寿に及ぼす影響:文理融合型前向きコホート研究より. 第 30 回歯科医学を中心とした総合的な研究を推進する集い. 2014年. 東京.
  - 6) 池邊一典, 三原佑介, 前田芳信ほか. 歯の欠損と心血管系疾患との関連についての遺伝・環境要因の解明. 「口の難病」プロジェクト研究, 2014 年度上半期成果報告会. 2014. 大阪.
  - 7) Ikebe K, Mihara Y, Uota M *et al.* Cognitive function and oral perception in independently-living octogenarians. American Association for Dental Research Annual Meeting. 2014. Charlotte, U.S.A.
  - 8) 岡田匡史, 池邊一典, 香川良介ほか. 咬合力と歩行の速さの関連 タンパク質摂取の媒介の検証-SONIC study より-. 日本補綴歯科学会. 2014. 仙台.
  - 9) 猪俣千里, 池邊一典, 香川良介ほか. Eichner B1-B2 群の部分床義歯使用の有無と栄養摂取との関連-SONIC

- Study より-. 日本補綴歯科学会. 2014. 仙台.
- 10) 三原佑介, 池邊一典, 松田謙一ほか.  
高齢者における唾液分泌と栄養摂取との関連-SONIC STUDY より-. 日本老年歯科医学会. 2014. 福岡.
- 11) 魚田真弘, 池邊一典, 松田謙一ほか.  
70歳の歯数, 咬合力とBMIとの関係-SONIC STUDY より-. 日本老年歯科医学会. 2014. 福岡.
- 12) Mihara Y, Ikebe K, Inomata C *et al.*  
Association of salivary flow rate with dietary intakes in elderly. 92nd International Association for Dental Research General Session. 2014. Cape Town, South Africa.
- 13) 岡田匡史, 池邊一典, 猪俣千里ほか.  
握力と嚥下機能 (RSST) との関連について-SONIC study 73歳調査より-. サルコペニアフレイル研究会. 2014年. 東京.
- 14) Inomata C, Ikebe K, Gondo Y *et al.*  
Occlusal force is a better indicator for dietary intakes than number of teeth in 80-year-old persons. Gerontological Society of America Scientific Meetings. 2014. Washington DC, USA.
- 15) Uota M, Ikebe K, Okada T *et al.* Factors related to the taste acuity among Japanese older people. Annual meeting of Japanese Association for Dental Research General Session. 2014. Osaka.
- 16) Mihara Y, Ikebe K, Matsuda K *et al.* Background factors of edentulousness in Japanese octogenarians. Annual meeting of Japanese Association for Dental Research General Session. 2014. Osaka.
- 17) Tada S, Ikebe K, Okada T *et al.* Relationship between Posterior Occlusal Support and Atherosclerosis Among 70-years Adults. 93rd International Association for Dental Research General Session. 2015. Boston, USA.
- 18) 武下肇, 池邊一典, 猪俣千里, 魚田真弘, 三原佑介, 松田謙一, 小川泰治, 多田紗弥夏, 榎木香織, 八田昂大, 前田芳信. 生活機能が高く維持された高齢者における咬合力と認知機能との関連. 第124回日本補綴歯科学会. 2015年5月30日. 大宮.
- 19) 三原佑介, 松田謙一, 池邊一典, 小川泰治, 榎木香織, 多田紗弥夏, 猪俣千里, 武下肇, 魚田真弘, 八田昂大, 前田芳信. 老年的超越と口腔関連QOLとの関連についての検討. 第124回日本補綴歯科学会. 2015年5月30日. 大宮.
- 20) 小川泰治, 魚田真弘, 八田昂大, 吉備政仁, 池邊一典, 前田芳信. 要介護高齢者の全身状態と口腔細菌叢との関連の検討. 第26回日本老年歯科学会. 2015年6月14日. 横浜.
- 21) 三原佑介, 松田謙一, 魚田真弘, 八田昂大, 山本雅章, 池邊一典, 小野高裕, 前田芳信. 後期高齢者の筋肉量・握力と咀嚼・嚥下機能との関係-

- SONIC Study よりー. 第 26 回日本老年歯科医学会. 2015 年 6 月 14 日. 横浜.
- 22) 八田昂大, 池邊一典, 三原佑介, 松田謙一, 榎木香織, 多田紗弥夏, 猪俣千里, 武下肇, 魚田真弘, 前田芳信. 後期高齢者の歯の喪失に関わる因子についての検討ーSONIC Study よりー. 第 26 回日本老年歯科医学会. 2015 年 6 月 14 日. 横浜.
- 23) 魚田真弘, 池邊一典, 小川泰治, 松田謙一, 榎木香織, 岡田匡史, 猪俣千里, 武下肇, 三原佑介, 前田芳信. 縦断調査による 80 歳の味覚の関連因子ーSONIC Study よりー. 第 26 回日本老年歯科医学会. 2015 年 6 月 14 日. 横浜.
- 24) Tada S, Allen F, Ikebe K, Zheng H, Shintani A, Maeda Y. Impact of the crown-root ratio on survival of abutment teeth. The 16th Meeting of the International College of Prosthodontics. Sep 17, 2015. Seoul, Korea.
- 25) Matsuda K, Mihara Y, Hatta K, Ikebe K, Gondo Y, Nakagawa T, Kamide K, Masui Y, Ishizaki T, Maeda Y. Relationship between the psychological factor “Gerotranscendence” and Oral health-related Quality of life. The 12th annual meeting of the European College of Gerodontology. Oct 2, 2015. Belfast, Ireland.
- 26) Enoki K, Matsuda K, Ikebe K, Murai S, Yoshida M, Maeda Y. Influence of contracting hypertension on loss of teeth among older people in a 10-year longitudinal study. The 12th annual meeting of the European College of Gerodontology. Oct 2, 2015. Belfast, Ireland.
- 27) Tada S, Ikebe K, Okada T, Inomata C, Takeshita H, Mihara Y, Uota M, Gondo Y, Kamide K, Oguro R, Nakama C, Masui Y, Ishizaki Y, Arai Y, Maeda Y, Shintani A. Association between posterior occlusion and dietary intakes specific for atherosclerosis. The 12th annual meeting of the European College of Gerodontology. Oct 2, 2015. Belfast, Ireland.
- 28) 八田昂大, 榎木香織, 松田謙一, 池邊一典, 前田芳信. 10 年コホートにおける歯の喪失が高血圧の罹患に及ぼす影響. 日本補綴歯科学会関西支部総会・学術大会. 2015 年 11 月 8 日. 神戸.
- 29) 池上久仁子, 山下元三, 中村友美, 柳田学, 野崎剛徳, 山田聡, 北村正博, 村上伸也. 老化歯根膜細胞における細胞外基質蛋白の発現変動. 第 142 回日本歯科保存学会 2015 年度春季大会. 2015 年 6 月 26 日. 福岡.
- 30) 池上久仁子, 山下元三, 柳田学, 野崎剛徳, 北村正博, 村上伸也. 老化歯根膜細胞による炎症性サイトカイン (SASP 蛋白) の産生. 第 36 回日本炎症・再生医学会. 2015 年 7 月 22 日.

- 東京.
- 31) Ikegami K, Yamashita M, Miki K, Kubota M, Suzuki M, Yanagita M, Nozaki T, Yamada Y, Kitamura M, Murakami S. Impaired production of extracellular matrix protein in senescent human periodontal ligament cells. 第63回国際歯科研究学会学術大会. 2015年10月30日. 福岡.
- 32) Inomata C, Ikebe K, Takeshita H, Mihara Y, Hatta K, Tada S, Matsuda K, Ogawa T, Maeda Y. The associations between masticatory performance and dietary intakes in independently living 73-year-old Japanese. European College of Prosthodontics Annual Congress. Jun 4, 2016. Paris, France.
- 33) 福武元良, 八田昂大, 三原佑介, 池邊一典, 前田芳信. 臼歯部咬合支持が歩行速度に及ぼす影響について-SONIC研究の縦断的分析より-. 日本スポーツ歯科医学会. 2016年6月12日. 愛知.
- 34) 八田昂大, 三原佑介, 池邊一典, 猪俣千里, 武下肇, 小川泰治, 松田謙一, 前田芳信. 臼歯部咬合支持が認知機能低下に及ぼす影響についての検討-SONIC Study 3年間の縦断研究より-. 老年歯科医学会. 2016年6月18日. 徳島.
- 35) Uota M, Ogawa T, Ikebe K, Kamide K, Arai Y, Gondo Y, Masui Y, Mihara Y, Ishizaki T, Maeda Y. Factors related to taste sensitivity in elderly: from SONIC Study. International Federation of Aging. 21 Jun, 2016. Brisbane, Australia.
- 36) Hatta K, Mihara Y, Ikebe K, Inomata C, Takeshita H, Ogawa T, Matsuda K, Gondo Y, Kamide K, Masui Y, Inagaki H, Ishizaki T, Arai Y, Maeda Y. Influence of occlusal support on cognitive decline: A longitudinal study. International Association for Dental Research. 24 Jun, 2016. Seoul, Korea.
- 37) Ikebe K. Association of occlusal condition with cognition in older people. International Association for Dental Research. 24 Jun, 2016. Seoul, Korea.
- 38) Inomata C, Ikebe K, Takeshita H, Mihara Y, Hatta K, Fukutake M, Matsuda K, Ogawa T, Okubo H, Gondo Y, Kamide K, Masui Y, Ishizaki T, Arai Y, Maeda Y. Importance of occlusal force for dietary intakes in 80-year-old Japanese. International Association for Dental Research. 25 Jun, 2016. Seoul, Korea.
- 39) 三原佑介, 松田謙一, 池邊一典, 八田昂大, 猪俣千里, 武下肇, 榎木香織, 小川泰治, 前田芳信. 高齢者における筋力と口腔機能との関連. 日本補綴歯科学会. 2016年7月10日. 金沢.
- 40) 池邊一典. 高齢者の口腔と全身の健康との関係. Handai-Asahi 中之島塾. 2016年8月20日. 大阪.
- 41) 池邊一典. 歯が良い人はなぜ健康で

長生きなのか. 大阪大学公開講座.  
2016年10月7日. 大阪.

42) 福武元良, 八田昂大, 池邊一典, 新井康通, 神出計, 前田芳信. 高齢者における唾液分泌と栄養摂取との関連-SONIC STUDY より-. 第38回日本臨床栄養学会総会. 2016年10月7日. 大阪.

43) 松田謙一, 池邊一典, 小川泰治, 北村正博, 村上伸也, 前田芳信, 天野敦雄. 大阪大学歯学部を取組について～大規模調査, SONIC 研究への参加～. 健康長寿社会を担う歯科医学教育改革平成28年度連携シンポジウム. 2016年10月24日. 福岡.

44) 小川泰治, 松田謙一, 池邊一典, 前田芳信, 天野敦雄. 大阪大学歯学部を取組について～要介護者シミュレーターを用いた実習～. 健康長寿社会を担う歯科医学教育改革平成28年度連携シンポジウム. 2016年10月24日. 福岡.

#### **G. 知的財産権の出願・登録状況**

1. 特許取得  
該当事項なし
2. 実用新案登録  
該当事項なし
3. その他  
該当事項なし

## 「健康長寿研究」当日アンケート

調査員記入欄

		チェック	備考欄
事前	事前アンケート	<input type="checkbox"/>	
	唾液	<input type="checkbox"/>	

心理	当日アンケート 質問3・4・6	<input type="checkbox"/>	
	残り	<input type="checkbox"/>	
	仕事・家事	<input type="checkbox"/>	
	視力	<input type="checkbox"/>	

認知機能 運動機能	認知機能 (ADAS)	<input type="checkbox"/>	
	運動機能	<input type="checkbox"/>	
	認知機能 (MOCA)	<input type="checkbox"/>	
	握力	<input type="checkbox"/>	

医学		<input type="checkbox"/>	
----	--	--------------------------	--

歯学		<input type="checkbox"/>	
----	--	--------------------------	--

【質問1】あなたの健康状態についてお尋ねします。

<p>現在のあなたの健康状態について、最も当てはまるものを1つ選んで○を●のように黒く塗りつぶしてください。</p>	<p>① 健康ではない ② あまり健康でない ③ まあ健康な方だ ④ とても健康だ</p>
--	---

【質問2】最近のあなたの状況についてお尋ねします。

<p>[2-1] 以下の文章を読んで、あなたの状況に当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。</p>	はい	いいえ
--	----	-----

- |                                      |   |   |
|--------------------------------------|---|---|
| 1 自分の生活に満足していますか.....                | ① | ② |
| 2 退屈と覚えることがよくありますか.....              | ① | ② |
| 3 自分が無力と覚えることがよくありますか.....           | ① | ② |
| 4 外に出て新しい物事をするより自分の家にいるほうが好きですか..... | ① | ② |
| 5 自分の現在の状態はまったく価値がないものと感じますか.....    | ① | ② |

<p>[2-2] 以下の文章を読んで、<b>最近2週間の</b>あなたの状態に最も当てはまる番号を黒く塗りつぶして下さい。</p>	まったく ない	ほんの たまた まに	半分 以下 の期 間を	半分 以上 の期 間を	ほとん どい つも	い つも
---	------------	------------------	----------------------	----------------------	-----------------	---------

- |                                |   |   |   |   |   |   |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 1 明るく、楽しい気分でもごした.....          | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 2 落ち着いた、リラックスした気分でもごした.....    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 3 意欲的で、活動的にでもごした.....          | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 4 ぐっすりともめ、気持ちよくめざめた.....       | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 5 日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった..... | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |

**【質問3】** あなたが目標や目的(\*)をどのように決めているのか、  
目標や目的を達成するためにどのような方法をとるのか、についてお尋ねします。

以下の文章を読み、AとBを比べてください。

あなたに当てはまる方を、黒く塗りつぶしてください。

〔 \* 目標や目的は、「へそくりを貯める」、「趣味活動を行う」といった小さな目標から、  
「健康で長生きする」、「仕事や商売で成功する」といった大きな目標まであります。 〕

1 私は持てるエネルギーを

A ○ たくさんのことに振り分ける。

B ○ ひとつのことに集中して注ぐ。

2 以前と同じように物事がうまくいかない時には

A ○ 1つか2つの大切な目標や目的を、選ぶようにする。

B ○ それでも、すべての目標や目的に向かい、がんばり続ける。

3 計画がうまくいかない時は

A ○ 様々な工夫をして成功するまで努力を続ける。

B ○ そんなには他のやり方を試さない。

4 物事が、かつてのようによくいかない時

A ○ それを受け入れる。

B ○ 前と同じになるように、色々試してみる。

5 何かをする時は

A ○ 目標や目的をいくつも設定して、同時に取り組む。

B ○ その時々で、もっとも大事なことに集中する。

6 何か重要なことが、以前の方法でうまくいかない時

A ○ 目標や目的とは関係ない他のことに、エネルギーを振り分ける。

B ○ それに代わるような、新しい目標や目的を探す。

AとBを比べ、あなたに当てはまる方を黒く塗りつぶしてください。

7 何か問題が生じた時

A ○ あらゆる努力をして、解決しようとする。

B ○ しばらく様子を見て、成り行きを見守る。

8 以前のように事がうまく運ばなくなった時

A ○ 他の人に助けや助言を求める。

B ○ 他には頼らず、自分だけでどうするか決める。

9 これからの人生において、何が必要か考えた時

A ○ 目標や目的をしぼらずに、他の選択肢を残しておく。

B ○ 1つか2つの最も大事な目標や目的に専念する。

10 以前できたことがうまくいかない時

A ○ 成り行き任せにする。

B ○ 何が、自分にとって本当に大切なのか、考え直す。

11 自分にとって重要な物事に対して

A ○ 全力で取り組むことはなかなかできない。

B ○ 精一杯の力で取り組む。

12 以前と同じ結果を得るのが、難しくなってきた時には

A ○ 同じ結果になるように、一層がんばり続ける。

B ○ もう潮時だと考える。

13 目標や目的は

A ○ 多大な努力を要するものであっても選ぶ。

B ○ 努力しなくても達成できるものを選ぶ。

14 物事がうまく進んでいない時

A ○ そのことは打ち切りにして、やめる。

B ○ まず最も大切な目標に向かう。

AとBを比べ、あなたに当てはまる方を黒く塗りつぶしてください。

15 かつてのやり方では物事がうまくいかない時は

- A  達成するための他のやり方を探す。
- B  その状態を受け止める。

16 自分の注意はいつでも

- A  同時にいくつもの目標に向いている。
- B  最も大事な目標に向いている。

17 以前ほどうまくできない時

- A  できなくてもそれでいいと考える。
- B  うまくできるように、他のやり方や手段を見つけ出す。

18 何が大切で何が大切でないかを

- A  あまり深く考えずに行動する。
- B  よく考えてから行動する。

19 以前のようにうまくいかなかった時

- A  状況が良くなるのを待つ。
- B  いくつかの目標や目的をあきらめ、より大切なものに集中する。

【質問4】あなたご自身についてお伺いします。

次の文章は、どれくらい自分にあてはまると思われますか。

どちらかといえは  
 どちらかといえは  
 そうでない  
 そうだ

- |    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 1  | 周りの人の支えがあるからこそ私は生きていける.....                     | ① | ② | ③ | ④ |
| 2  | ひとりでいるのも悪くない.....                               | ① | ② | ③ | ④ |
| 3  | 善悪の区別をすることは難しい.....                             | ① | ② | ③ | ④ |
| 4  | 神様や仏様のような人智を超えた存在があると思う.....                    | ① | ② | ③ | ④ |
| 5  | 人がやっていることに、つい口を出したくなる.....                      | ① | ② | ③ | ④ |
| 6  | 自分がいなくなっても、未来に何かが伝わると思う.....                    | ① | ② | ③ | ④ |
| 7  | 人の気持ちがよくわかるようになった.....                          | ① | ② | ③ | ④ |
| 8  | 体が悪くても気にならない.....                               | ① | ② | ③ | ④ |
| 9  | 先人（過去の人々）のおかげで今の自分があるのだと思う.....                 | ① | ② | ③ | ④ |
| 10 | あれこれ、ひとりで考え事をするのが好きだ.....                       | ① | ② | ③ | ④ |
| 11 | もう死んでもいいという気持ちと<br>もう少し生きていたいという気持ちが同居している..... | ① | ② | ③ | ④ |
| 12 | 生きているものはみな自分の仲間だと思える.....                       | ① | ② | ③ | ④ |
| 13 | 他の人のことを羨ましい思うことがある.....                         | ① | ② | ③ | ④ |
| 14 | 自分の人生は意義のあるものだったと思う.....                        | ① | ② | ③ | ④ |
| 15 | 昔より思いやりが深くなったと思う.....                           | ① | ② | ③ | ④ |
| 16 | 今の自分にとって過去の業績（昔、してきたこと）は関係ない.....               | ① | ② | ③ | ④ |
| 17 | ひとりで静かに過ごす時間は大切だ.....                           | ① | ② | ③ | ④ |
| 18 | ご先祖様との繋がりを強く感じる.....                            | ① | ② | ③ | ④ |
| 19 | 毎日が楽しい.....                                     | ① | ② | ③ | ④ |
| 20 | 細かいことが気にならなくなった.....                            | ① | ② | ③ | ④ |

【質問5】あなたの日常の活動についてお尋ねします。

[5-1]

以下の文章を読んで、当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

はい

いいえ

- |    |                              |   |   |
|----|------------------------------|---|---|
| 1  | バスや電車を使って一人で外出できますか.....     | ① | ② |
| 2  | 日用品の買い物ができますか.....           | ① | ② |
| 3  | 自分で食事の用意ができますか.....          | ① | ② |
| 4  | 請求書の支払いができますか.....           | ① | ② |
| 5  | 銀行預金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか..... | ① | ② |
| 6  | 年金などの書類が書けますか.....           | ① | ② |
| 7  | 新聞を読んでいますか.....              | ① | ② |
| 8  | 本や雑誌を読んでいますか.....            | ① | ② |
| 9  | 健康についての記事や番組に関心がありますか.....   | ① | ② |
| 10 | 友人の家を尋ねていますか.....            | ① | ② |
| 11 | 家族や友達の相談にのっていますか.....        | ① | ② |
| 12 | 病人を見舞うことができますか.....          | ① | ② |
| 13 | 若い人に自分から話しかけることがありますか.....   | ① | ② |

[5-2]

あなたは、以下の電気製品を一人で使うことができますか。

当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

はい

いいえ

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | エアコン（クーラーを含む）を一人で使えますか.....                         | ① | ② |
| 2 | ATM（郵便局や銀行などにあるお金をおろしたり、<br>預けたりする機械）を一人で使えますか..... | ① | ② |
| 3 | 携帯電話を一人で使えますか.....                                  | ① | ② |
| 4 | 携帯電話のメールを一人で書いて送れますか.....                           | ① | ② |

【質問6】あなたご自身についてお尋ねします。

[6-1]

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

全くあてはまらない  
あてはまらない  
あまりあてはまらない  
どちらともいえない  
ややあてはまる  
あてはまる  
非常にあてはまる

- |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1  | 外交的だ。熱中しやすい。・・・・・・・・・・・・・・・・                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 2  | 批判的だ。負けず嫌いだ。・・・・・・・・・・・・・・・・                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 3  | 頼りになる。自分を厳しく律する。・・・・・・・・・・                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 4  | 不安になりやすい。動揺しやすい。・・・・・・・・・・                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 5  | 新しい経験を受け入れやすい。<br>いろいろ考えたりすることが好きだ。・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 6  | 控えめだ。無口だ。・・・・・・・・・・・・・・・・・・                 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 7  | 思いやりがある。あたたかみがある。・・・・・・・・                   | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 8  | きちんとしていない。いい加減だ。・・・・・・・・・・                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 9  | 冷静だ。感情が安定している。・・・・・・・・・・                    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 10 | 社会常識に従う。工夫をしない。・・・・・・・・・・                   | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |

引き続き、あなたご自身についてお尋ねします。

[6-2]

次の文章は、どれくらい自分に当てはまると思えますか。

全く  
そうでない  
そうではない  
そう  
非常に  
そうだ

- |    |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 1  | 私は心配性ではない。・・・・・・・・・・・・・・・・                              | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2  | 大勢の人と一緒にいるのが好きだ。・・・・・・・・                                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3  | 空想にふけて時間を無駄にするのは好きではない。・・・・・・・・                         | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4  | 私は、誰にでも好意を持って接しようとする。・・・・・・・・                           | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5  | 時間どおりに物事をやり終えるよう、<br>自分のペース（歩調）を守るのが得意だ。・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6  | 劣等感を持つことがよくある。・・・・・・・・                                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7  | 特にほがらかな人間ではない。・・・・・・・・                                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8  | 学生に対しては、いろいろな意見や考え方があることを<br>教えるのではなく、一つの考え方を教えるだけで十分だ。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9  | 私のことを自分勝手に、自分のことしか<br>考えていない人間だと思っている人がいる。・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10 | 几帳面ではない。・・・・・・・・  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11 | ストレスが多いと、自分が「めちゃくちゃ」に<br>なるように感じることもある。・・・・・・・・         | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12 | 何かする場合は、一人でやる方が好きだ。・・・・・・・・                             | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13 | 詩を読んでも何も感じない。・・・・・・・・                                   | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 14 | 人の考えを皮肉っぽく疑いの目で見がちだ。・・・・・・・・                            | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 15 | 明確な目標を持っており、<br>それに向かって整然としたやり方で取り組んでいる。・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

続きです。	全く そうでない	そうでない	ど こ ど こ も ない	そう だ	非 常 に そ う だ
16 悲しくなったり、落ち込んだりすることはほとんどない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
17 元気があふれて、じっとしてられない事がよくある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
18 新しい、珍しい食べ物を試してみることがよくある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
19 私を冷たく計算高いと見ている人がいる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
20 人の期待にそったり、約束を守ったり しなければならぬのに、時々そうではない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
21 どうしようもなく、その問題を誰かに 解決してもらいたいと思うことがよくある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
22 元気で、はつらつとした人間だ。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
23 詩を読んだり芸術作品を見ていると、 ぞくぞくしたり感情の高まりを感じる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
24 嫌いな人には、そう知らせてやる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
25 バリバリと仕事をやって、それをやり遂げる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
26 穴があったら入りたいと思うほど、 恥ずかしいことがたまにある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
27 非常に活動的な人間だ。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
28 宇宙の本質や人類が置かれている状態に 思いをめぐらすことにはほとんど興味がない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
29 自分の望むものを手に入れるためなら、 人を操（あやつ）ることもためらわない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
30 人は私のことを、きちんとした人間とは思っていない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤

**【質問7】 あなたの心の健康についてお尋ねします。**

過去1ヶ月間に、以下のように感じたことがどれくらいありましたか？

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

全く感じなかった  
たまに感じた  
時々感じた  
しばしば感じた  
いつも感じた

- |   |                             |   |   |   |   |   |
|---|-----------------------------|---|---|---|---|---|
| 1 | 気分がいい・・・・・・・・・・・・・・・・       | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2 | 全てが骨折り損であると感じる・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3 | とても幸せだ・・・・・・・・・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4 | 落ち着かない、そわそわする・・・・・・・・       | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5 | 満足している・・・・・・・・・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6 | 緊張で神経が高ぶっている・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7 | 悲しすぎて、何をしても全然元気が出ない・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

**【質問8】 あなたの人生に対する考え方についてお尋ねします。**

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

全くあてはまらない  
あてはまらない  
あまりあてはまらない  
どちらともいえない  
ややあてはまる  
あてはまる  
非常にあてはまる

- |   |                             |   |   |   |   |   |   |   |
|---|-----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | これまでの人生に満足している・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 2 | 思っていた通りの人生を歩めた・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 3 | わたしはよい人生を送ってきた・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 4 | もう一度同じ人生を歩みたいと思う・・・・・・・・    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 5 | これまでの望みは、だいたいかなってきた・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |

【質問9】

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、  
黒く塗りつぶして下さい。

全く当てはまらない  
あまり当てはまらない  
どちらともいえない  
まあ当てはまる  
非常に当てはまる

- |    |                                       |   |   |   |   |   |
|----|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | この先は明るいと思う・・・・・・・・・・・・・・・・            | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2  | これからも生きていこうと強く思っている・・・・・・・・           | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3  | 今ある目標はかなう・・・・・・・・・・・・・・・・             | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4  | 困難に出会ってもなんらかの方法で切り抜けられると思う・・・・・・・・    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5  | 誰もがあきらめても、私は問題の解決方法を見つけられるだろう・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6  | 今私が生きていることは何かの役に立っている・・・・・・・・         | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7  | 私は人生をもっと良くしようと思う・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8  | とても大切に思うものを手に入れるために、あれこれ考える・・・・・・・・   | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9  | 信仰心、または道徳的な教えに従って生きている・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10 | 自分の力で望みをかなえられると思う・・・・・・・・             | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11 | 私にとって生きていることは意味がある・・・・・・・・            | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12 | 信心や信念があるから、私は前向きな態度でいられる・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13 | 私は、毎日のように新しい楽しみを見つけられる・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

【質問 10】 耳の機能状態についてお尋ねします。

[10-1]		とても困難だ	困難だ	少し困難だ	まったく困難でない
まず、聞こえについてお聞きします。 以下の項目がどの程度困難だと感じますか。					
※ 普段補聴器を使用されている方は、 つけた状態でお答えください。					
1	普通の会話で言葉を聞き取ったり、理解したりすること・・・	①	②	③	④
2	電話で言葉をはっきり聞くこと・・・・・・・・・・・・・・・・	①	②	③	④
3	騒がしい部屋で会話を続けること (十分な大きさを聞き取れないため)・・・・・・・・	①	②	③	④
4	誰かに声をかけられた時、 どの方向から話しかけられたかすぐわかること・・・	①	②	③	④
5	洗濯機や炊飯器など家電から聞こえるお知らせの音や 水が流れている音に気づくこと・・・・・・・・	①	②	③	④
6	テレビやラジオの音量を大きくせずに、 話している内容を聞き取ったり、理解したりすること・・	①	②	③	④
7	「さ・し・す・せ・そ」の音を聞きとること・・・・・・・・	①	②	③	④

<p>[10-2]</p> <p>耳が悪いために 生活の範囲が狭くなっていますか。</p>	<p>① あてはまらない</p> <p>② あまりあてはまらない</p> <p>③ ややあてはまる</p> <p>④ とてもあてはまる</p>
<p>[10-3]</p> <p>耳が悪いために人とのコミュニケーションが 少なくなっていますか。</p>	<p>① あてはまらない</p> <p>② あまりあてはまらない</p> <p>③ ややあてはまる</p> <p>④ とてもあてはまる</p>

【質問 11】目の機能状態についてお尋ねします。

[11-1]

見え方についてお聞きします。  
以下の項目がどの程度困難だと感じますか。

※ 普段、眼鏡やコンタクトを使用されている方は、  
つけた状態でお答えください。

まったく困難でない  
少し困難だ  
困難だ  
とても困難だ

- |   |  |   |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|
| 1 | 夜、道路標識をきちんと読み取ること・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 2 | 道路の向こう側にいる友人を識別すること・・・・・・・・            | ① | ② | ③ | ④ |
| 3 | 新聞を読むこと・・・・・・・・                        | ① | ② | ③ | ④ |
| 4 | 電光掲示板など流れる文字を読むこと・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 5 | 自分の周りに物や人が近づいていることに気づくこと・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 6 | 電車やバスの路線図を見て目的地を探し出すこと・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 7 | 細かい文字を読むこと・・・・・・・・                     | ① | ② | ③ | ④ |
| 8 | 暗がりや薄明かりの中で物を見ること・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 9 | 向こうから近づいてくる自転車や、<br>走ってくる人との距離を把握すること・ | ① | ② | ③ | ④ |

[11-2]

目が悪いために  
生活の範囲が狭くなっていますか。

- ① あてはまらない
- ② あまりあてはまらない
- ③ ややあてはまる
- ④ とてもあてはまる

[11-3]

目が悪いために人とのコミュニケーションが  
少なくなっていますか。

- ① あてはまらない
- ② あまりあてはまらない
- ③ ややあてはまる
- ④ とてもあてはまる

以上でアンケートへの記入を一旦終わってください。お疲れさまでした。

以下では、調査員が仕事と家事に関する聞き取りを行います。



① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨

最長職名： \_\_\_\_\_

[12-1] 文章や数字を書いたり読んだりするような側面についてうかがいます。 あてはまる側面すべてに○をしてください。		具体例 (あくまで目安)
①	比較・照合 観察が容易に可能な、文章や数字・人・物の機能的、構造的、構成的特徴が 明確な基準と類似しているか、異なっているかの判断。 (伝票のチェック、血圧や体温の記録、作物や商品を目で見て検査する)	
②	複写・ 文書作成 文章や数字の転写・転記、入力、提示。書類の作成や読むことも含む。 (伝票・作業日誌の作成、伝票・説明書・商品テストの結果を読む)	
③	計算 数学的な計算、それに関連する行為の報告や実行 *ただし会計は含まない。	レジ、 郵便局や銀行の窓口業務
④	収集整理 データ・人・物について情報の収集、照合、分類。それらの情報に関連する 規定の行為の報告や実施も含む。 (教材や専門誌を読む、編集、手順の決まったテストの実施、 設計図や下図作成、単価・費用計算、給料・売り上げ・見積もりなどの計算)	会計業務
⑤	分析 データを調べたり評価すること。評価結果に対して代替行為を示すこと。 (設計、経営報告、カルテ・稟議書の作成、費用計算、写真のコメント)	教員、医者
⑥	調整・判断 ・決定 データ分析に基づいて、作業・操作手順、時間、場所を決定したり、 仕事の方針や生じている問題の新しい目的、政策、手続き決定したり実行し たりすること。また、重要事項の報告を行うことも含む。 (作業命令書や作業基準書の作成)	管理的業務、会計・税理士、 アナウンサー、設計士 コンサルタント、情報技術者
⑦	総合 新しい事実や理論の発見や検証を行ったり、新製品や装置を発明したり、 創造的なものをつくるために、総合的にデータを分析すること。 (実験データのまとめ、論文の作成など)	学者、技術者、芸術家
⑧	その他 (具体的に記入 )	
⑨	いずれにも当てはまらない (具体的に記入 )	

～聞き取りメモ～

[13-2] 直接、人に接する側面についてうかがいます。 あてはまる側面すべてに○をしてください。			具体例 (あくまで目安)
①	指示の受け取り	指示通りに動けばよい簡単な仕事をする。 技能を必要としない手伝い。	手伝い
②	給仕・奉仕 ・世話	人や動物の要求や要請、人の表情や暗黙の希望に注意し、すぐに 対応すること。お客さんに対していろいろな世話やサービスをする。 品物の受け渡し(命令指示を受ける/物の受け渡し)	注文の受付、お茶出し、 レジ、風呂屋の番頭
③	報告・伝達	同僚や部下に仕事上の連絡をしたり、助力者や補佐に作業の指示 や合図をする。上司から指示を受ける。他の部局から情報を収集 する。上役に報告する。	電話対応、 クリーニング取次 組合への出席
④	勧誘・説得	お客さんに直接、製品やサービスを売る。お客さんを勧誘する。 特定の意見を支持するよう働きかける。接客。	販売店主、店員、 保険外交、取引先接待
⑤	慰安	多くの人の前でいろいろな演技・演奏をして、人々に娯楽を提供 する。他人を楽しませる。	音楽家、落語家
⑥	監督・管理	仕事の効率をあげるために、仕事の手順を決定したり、伝えたり、 特定の任務を割り当てたりして組織を指揮・監督する。職場の人 間関係を調整する。(作業命令、作業監督、部下への側面指示、工程管理)	寮母、役員、主任
⑦	教授・教示	説明、デモンストレーションなどを通して、製品の使い方などの 説明をする。技術や知識、専門的な学問を教える、訓練する。	先生、稽古事の教師、 講師、保育士
⑧	交渉・協議	同僚・上司・部下と方針・企画の決定、結論、解決に共同でたど りつくために、考え、情報、意見を他の人たちと交換すること。 顧客と商談取引をすること。 (電話交渉、事故処理相談、苦情相談、業者との打ち合わせ、商談、営業)	外交員、管理的業務
⑨	専門的助言 ・指導	法的・科学的・臨床的・精神的、他の専門的法則によって解決さ れるかもしれない問題に対して、相談にのったり、専門的な助言 や指導をする。	コンサルタント、治療、 診察、専門的教育
⑩	その他	(具体的に記入 )	
⑪	いずれにも当てはまらない	(具体的に記入 )	

～聞き取りメモ～

[13-3] 手や道具や機械を使う側面内容についてうかがいます。 あてはまる側面すべてに○をしてください。			具体例 (あくまで目安)
①	運搬・整理	掃除、手や運搬車を使って材料や製品を運んだり整理する。 特別な作業基準はなく、常識的に処理。	部品の運搬、清掃、 野菜や食器洗い、草取り
②	加工材料の 取付・取外し	流れ作業などで機械に材料や部品を取り付けたり、できあがった加工品をとりはずしたり、切断、接着すること。サッシを取り付ける、くぎ打ち、ビニール加工など。	箱詰め、原材料の投入、 取付・取外し、包装、 コピー機使用
③	看視作業 ・手入れ	メーターを見たりライトにスイッチを入れ、自動化した機械や装置などがスムーズに動いているかチェックする。機械装置の振興を監視、ほとんど自主的判断を要しない。	レンズ検査、目方を測る、 パン焼き器を見る
④	手腕作業	手や腕や工具を使って物をつくったり組み立てたりする。物や材料を運んだり置いたりする。身体各部や工具・用具を用いて加工材料を扱う、作業手順はかなり標準化されているが、ある程度の自主的判断が必要。タイプ、ブロックをつむ、そろばん、レジ、理容・和裁・包丁など	木材の加工、ミシン、クーラー・冷蔵庫の組立、セメント・壁塗り、車の内装、 寿司をにぎる、刀をとぐ
⑤	運転・操作	クランクやハンドルを回す。ギヤーのリフトやレバーを押ししたり引いたりする。クレーン、コンベヤー、トラクター、溶鉱炉投入装置、塗装機械、工作機械、オンライン端末を含む。*一輪車など人力の機械は除外。	車の運転、 耕耘機で畑を耕す、 ワード、エクセルの操作
⑥	操作・制御	物や材料を制作したり加工したりするために設計された機械や装置の進行を開始、停止、制御、調整をする。機械や装置の簡単な点検・調整をする。温度、圧力、液体の流れ、ポンプの速度、材料の反応などの要因を統制することも含む。 油圧機械の操作、印刷機などの操作。	大工、配管工事の指揮、 ガス器具の修理、 旋盤操作、
⑦	精密作業	指先や精密な工具やパソコンをつかって、精巧な製品を加工したりつくったりする。工具・材料選択、道具の調整などの習熟を要する条件判断が含まれる。(旋盤で金型のもとをつくる、測定機械でテストする、カッター・ドリルで冷暖房設備をつける)	指圧師、印刷原版作成、 書道教授、染色、 楽器職人
⑧	調整・保守 ・設定	機能を実行したり、性能を変えたり、もし壊れても修復するように機械や設備を調整する。様々な種類の機械を操作する。機械の装置の分解や修理・メンテナンスや調整をする。	高級料理をつくる
⑨	その他	(具体的に記入 )	
⑩	いずれにも当てはまらない		

～聞き取りメモ～

次に、これまでなさってきた家事について伺います。

<p>[14-1] 学校を卒業して以降で、 家事をされてきた期間を教えてください。</p>	<p>(            歳) ~ (            歳)</p>
<p>[14-2] これまで専業主婦だった期間を教えてください。 *お仕事をされている期間は含めないでください。</p>	<p>(            歳) ~ (            歳)</p>

<p>【質問 15】</p>	<p>とても 嫌 い</p>	<p>嫌 い ・ 不 得 意 だ</p>	<p>普 通</p>	<p>好 き ・ 得 意 だ</p>	<p>好 き</p>	<p>と て も 得 意 だ</p>
	<p>①</p>	<p>②</p>	<p>③</p>	<p>④</p>	<p>⑤</p>	<p>⑤</p>

- 1 家事全般は好きですか(でしたか)..... ① ② ③ ④ ⑤
- 2 家事全般は得意ですか(でしたか)..... ① ② ③ ④ ⑤

<p>[16-1] 手や道具や機械を使う家事についてお答えください。 下記の中であなたが普段している(いた)あるいは、していなかった(していない)ものをすべて選んで○して下さい。</p> <p>草取り・水まき、ゴミ出し、窓や網戸の水洗い、消臭プラグの付け替え、食器洗い、 季節に応じて布団や衣類、扇風機などを出し入れする、自転車の空気入れ、 洗濯物を干す・取り入れる・たたむ、掃除機・洗濯機を使う、電気や電池の交換、 部屋の整理・整頓をする、車での家族の送り迎え、アイロンがけ、ボタンやほつれの補修、 名前などの刺繍、電化製品の掃除、お弁当作り・ふつうの料理、仏壇・神棚・お墓などの掃除、 漆器・家具・床みがき、ふつうの園芸や家庭菜園、座布団・枕カバーなどを縫う、 セータの手洗い・シャツののりづけ、簡単な編み物や裁縫、家族の服をつくる、ミシンによる洋裁、 手のこんだ料理(前日から仕込む料理など)、家具の修理、服のリフォーム、障子やふすまの貼りかえ、 技術のいる園芸、パソコンを使う(インターネット、ワード、エクセルなど)、 特別な料理(懐石料理、コース料理など)、家の修理</p> <p>その他 (具体的に記入 )</p> <p>どれもしていない</p>
---

[16-5] 文章を読んだり書いたりする家事についてお答えください。

下記の中であなたが普段していた（いる）あるいは、していなかった（していない）ものをすべて選んで○して下さい。

回覧板、連絡帳などに必要事項を記入する、家事に関する本や記事を読む、  
料理の作り方をメモして整理する、年間行事予定をたてる、1週間ごとに献立をたてる、  
商品のラベルを読む、家族活動のスケジュールをたてる、家計簿をつける、手紙を書く、  
病院選び、家族の人生設計をたてる（子どもの進学や受験に関することも含む）、収支の確認をする、  
大きな買い物の計画・決定、家計予算をたてる、欠陥商品への抗議文を書く、子どもの勉強をみる、  
家事に関する新しい一般書を書く、各種申告書の準備、納税書類の準備、  
将来に備えて預貯金や保険を管理する、  
その他（具体的に記入 \_\_\_\_\_）  
どれもしていない

[16-4] 直接、人に接する家事についてお答えください。

下記の中であなたが普段していた（いる）あるいは、していなかった（していない）ものをすべて選んで○して下さい。

家族から用事を聞く、親戚づきあいをする、訪問客や修理の人と話す、家族の話し相手になる、  
共同購入の世話をする、近所づきあいをする、子どもの先生や同級生の親と話す、電話の応対をする、  
家族の仕事関係者とつきあう、家族の日常的な身の回りの世話をする（食事を出す、衣類を渡す）、  
姑や嫁・娘の家事の手伝いをする、家族の代わりにお見舞いに行ったり・葬儀に参列する、  
お盆・正月・法事など多数の人を接待する、家族や近所の人との相談にのりアドバイスする、  
地域・自治会の役員やPTAの役員をする、欠陥商品の修理・返品など店員を説得する、  
ペットの世話をする、育児をする、家族の介護・看病をする、  
家屋を買う交渉をする、改築の交渉をする、  
その他（具体的に記入 \_\_\_\_\_）  
どれもしていない

仕事と家事に関する聞き取りは以上です。

以下では、視力検査を行います。

[18-1]  
視力を含めた見え具合をご自身で評価していただくとすると、  
次のどれに該当しますか。

はい  
いいえ

- 1 近眼用めがねやコンタクトレンズを使用している・・・・・・・・① ②
- 2 遠近両用めがねや老眼鏡を使用している・・・・・・・・① ②

[18-2]  
視力を含めた見え具合をご自身で評価していただくとすると、  
次のどれに該当しますか。

とても悪い  
悪い  
普通  
良い  
とても良い

- 1 手元や小さな文字を読む時の見え具合・・・・・・・・① ② ③ ④ ⑤
- 2 遠くの人や物を見る時の見え具合・・・・・・・・① ② ③ ④ ⑤

**1. 遠視力（5m） 両眼裸眼 C文字の切れ目**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
上	右	下	左	上	右	上	右	下	左	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

**2. 遠視力 両眼矯正（矯正がない場合は次へ進む）**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
上	右	下	左	上	右	上	右	下	左	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

**3. 近視力（30cm） 両眼裸眼 E文字の切れ目**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
下	左	右	上	上	左	下	右	左	下	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

**4. 近視力 両眼矯正（矯正がない場合はこれで視力検査は終了）**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
下	左	右	上	上	左	下	右	左	下	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

以下では、運動機能と認知機能の測定を行います。

**調査員注:** 認知機能の測定は任意のタイミングで行っていただく、また転倒に関して聞き取りを行う。

	とても困難	やや困難	普通	やや簡単	とても簡単
[18-1] あなたの普段の行動についてお尋ねします。					
1 誰かと会話をしながら歩くことができますか.....	①	②	③	④	⑤
2 カレンダーやスケジュール帳を確認しながら 会話することができますか.....	①	②	③	④	⑤
3 相手の話を聞きながら返答を考えることができますか.....	①	②	③	④	⑤

[18-2] あなたは、この1年間（8月1日～今年7月末日まで）に 転んだことがありますか。）	① 転んだことがある ② 転んだことがない
---	--------------------------

[18-3] この1年間に何回転びましたか。 <b>調査員注:</b> 無数(数え切れない)は『99』とする。	回位
---	----

- |   |   |
|---|---|
| ① | ① |
| ② | ② |
| ③ | ③ |
| ④ | ④ |
| ⑤ | ⑤ |
| ⑥ | ⑥ |
| ⑦ | ⑦ |
| ⑧ | ⑧ |
| ⑨ | ⑨ |



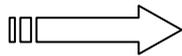
2) 歩行2. 44m (床にテープを貼る)

1回目				2回目				
秒				秒				
0	0	0	0	0	0	0	0	① できる
1	1	1	1	1	1	1	1	② できない
2	2	2	2	2	2	2	2	
3	3	3	3	3	3	3	3	① 自立
4	4	4	4	4	4	4	4	② 補助具使用
5	5	5	5	5	5	5	5	① 杖
6	6	6	6	6	6	6	6	② 歩行器
7	7	7	7	7	7	7	7	③ その他
8	8	8	8	8	8	8	8	
9	9	9	9	9	9	9	9	

3) 椅子からの立ち上がり (腕を体の前で組み、補助を使わない)

3-1 1回立ち上がり

- ① できる
- ② できない



できた場合、3-2へ  
 できなかった場合、ここで終了し、4)へ

3-2 5回立ち上がり (5回立ち上がるのにかかった時間を測定)

調査員註：5回できてもできなくても、そこまでの時間を測定

0 1 2 3 4 5 回

秒			
0	0	0	0
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
9	9	9	9

#### 4) 座位ステップングテスト

4-1 20秒間で足を開閉できる回数

- ① できる
- ② できない

		回
①	①	①
②	②	②
③	③	③
④	④	④
⑤	⑤	⑤
⑥	⑥	⑥
⑦	⑦	⑦
⑧	⑧	⑧
⑨	⑨	⑨

4-2

100から順に、100、99、98、97・・・とさかのぼって、  
数を数えながら、20秒間で足を開閉できる回数

- ① できる
- ② できない

ステップング数		カウントの最後の数	
①	①	①	①
②	②	②	②
③	③	③	③
④	④	④	④
⑤	⑤	⑤	⑤
⑥	⑥	⑥	⑥
⑦	⑦	⑦	⑦
⑧	⑧	⑧	⑧
⑨	⑨	⑨	⑨

運動機能の測定は以上です。

以下では、歯学調査に関する質問を行います。

調査員記入欄

**【質問8】 あなたの口の状態についてお尋ねします。**

<p>(1) 食事中、口の中が乾いて食べにくいことがありますか。</p>	<p>① はい ② いいえ</p>
<p>(2) 夜間や起床時にのどが乾いていますか。</p>	<p>① 乾いている ② 乾いていない</p>
<p>(3) 食物を咬むことについて満足されていますか。 (義歯を使っている方は、義歯を入れた状態としてお答え下さい)</p>	<p>① 満足 ② どちらでもない ③ 不満</p>
<p>(4) 食べ物や飲み物を飲み込むとき、のどに詰まりかけたり、むせたりすることがありますか。</p>	<p>① はい ② いいえ</p>
<p>(5) 味覚（食べ物の味の感じ方）について満足されていますか。</p>	<p>① 満足 ② どちらでもない ③ 不満</p>
<p>(6) 1日に何回歯をみがきますか。</p>	<p>① みがかない日もある ② 1日1回 ③ 1日2回 ④ 1日3回以上</p>





【質問 11】 過去1年間に、以下のことをどのくらいの頻度で経験したかお答え下さい。

(1) 歯や義歯の調子が悪いため、食べ物の種類や量を制限され（十分とれなかった）  
ましたか。

- |                |                |
|----------------|----------------|
| ① いつも制限されていた   | ② 非常にしばしば制限された |
| ③ しばしば制限された    | ④ 時々制限された      |
| ⑤ ほとんど制限されなかった | ⑥ 全く制限されなかった   |

(2) 食物（例えば硬い肉やりんごなど）を噛んだり咀嚼したりするのに困難を感じましたか。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| ① いつも感じていた   | ② 非常にしばしば感じた |
| ③ しばしば感じた    | ④ 時々感じた      |
| ⑤ ほとんど感じなかった | ⑥ 全く感じなかった   |

(3) 不快感なく嚥下（物を飲み込むこと）ができましたか。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| ① いつもできていた   | ② ほとんどいつもできた |
| ③ 時々できなかった   | ④ しばしばできなかった |
| ⑤ ほとんどできなかった | ⑥ いつもできなかった  |

(4) 歯や義歯の調子が悪いため、思いどおりに発音できないことがありましたか。

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| ① いつもできなかった  | ② 非常にしばしばできなかった |
| ③ しばしばできなかった | ④ 時々できなかった      |
| ⑤ ほとんどできた    | ⑥ いつもできた        |

続きです。過去1年間に、以下のことをどのくらいの頻度で経験しましたか。

(5) 不快感なくどんなものでも食べることができましたか。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| ① いつもできていた   | ② ほとんどいつもできた |
| ③ 時々できなかった   | ④ しばしばできなかった |
| ⑤ ほとんどできなかった | ⑥ いつもできなかった  |

(6) 歯や義歯の調子が悪いため、他人と会うのを避けたことがありましたか。

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| ① いつも避けていた       | ② 非常にしばしば避けていた |
| ③ しばしば避けていた      | ④ 時々避けていた      |
| ⑤ ほとんど避けることはなかった | ⑥ 全く避けることはなかった |

(7) 歯や歯ぐき、義歯の外見（見た目）に満足していましたか。

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| ① いつも満足していた     | ② ほとんどいつも満足していた |
| ③ 時々満足できなかった    | ④ しばしば満足していなかった |
| ⑤ ほとんど満足していなかった | ⑥ 全く満足していなかった   |

(8) 口や歯の痛みや不快感を和らげるため、薬を使ったことがありましたか。

- |              |                |
|--------------|----------------|
| ① いつも使っていた   | ② ほとんどいつも使っていた |
| ③ しばしば使っていた  | ④ 時々使っていた      |
| ⑤ ほとんど使わなかった | ⑥ 全く使わなかった     |

続きです。過去1年間に、以下のことをどのくらいの頻度で経験しましたか。

(9) 歯や歯ぐき、義歯の不調について気になった（悩んだ）ことはありましたか。

- |                |                  |
|----------------|------------------|
| ① いつも気になっていた   | ② 非常にしばしば気になっていた |
| ③ しばしば気になっていた  | ④ 時々気になった        |
| ⑤ ほとんど気にならなかった | ⑥ 全く気にならなかった     |

(10) 歯や歯ぐき、義歯の不調について神経質になった（イライラした）ことがありましたか。

- |            |             |
|------------|-------------|
| ① いつもなっていた | ② 非常に頻繁にあった |
| ③ 頻繁にあった   | ④ 時々あった     |
| ⑤ ほとんどなかった | ⑥ 全くなかった    |

(11) 歯や義歯の不調のため、他人と会食するのに気がすまないことがありましたか。

- |            |             |
|------------|-------------|
| ① いつもあった   | ② 非常に頻繁にあった |
| ③ 頻繁にあった   | ④ 時々あった     |
| ⑤ ほとんどなかった | ⑥ 全くなかった    |

(12) 熱い物、冷たい物、甘い物で歯や歯ぐきがしみたことはありましたか。

- |            |             |
|------------|-------------|
| ① いつもあった   | ② 非常に頻繁にあった |
| ③ 頻繁にあった   | ④ 時々あった     |
| ⑤ ほとんどなかった | ⑥ 全くなかった    |

歯学調査に関する質問は以上です。次のページにお進みください。

以下では、医学調査に関する質問を行います。

調査員記入欄

【質問 13】 あなたの身長、体重、腹囲をお尋ねします。

身長 (cm)	体重 (kg)	腹 囲 (cm)
( ) cm	( ) kg	( ) cm

【質問 14】 次に、あなたのご病気についてお尋ねします。

現在、以下の病気にかかっていますか。	はい	いいえ	発症日	治療期間
1 高血圧	①	②	年 月 日	年
2 糖尿病	①	②	年 月 日	年
3 高脂血症	①	②	年 月 日	年
4 高尿酸血症	①	②	年 月 日	年
5 腎臓病	①	②	年 月 日	年
その他にあれば、以下にご記入ください。			発症日	治療期間
1 _____			年 月 日	年
2 _____			年 月 日	年
3 _____			年 月 日	年

過去に、以下の病気にかかったことがありますか。					はい	いいえ	発症日		
-------------------------	--	--	--	--	----	-----	-----	--	--

1	心臓病	[詳細:	]	①	②	年	月	日
2	脳卒中	[詳細:	]	①	②	年	月	日
3	悪性腫瘍	[詳細:	]	①	②	年	月	日
4	骨折	[部位:	]	①	②	年	月	日
5	手術	[部位:	]	①	②	年	月	日

その他にあれば、以下にご記入ください。					発症日				
---------------------	--	--	--	--	-----	--	--	--	--

1	[詳細:	]	年	月	日
2	[詳細:	]	年	月	日
3	[詳細:	]	年	月	日

**【質問 15】 ご家族のご病気についてお尋ねします。**

あなたのご家族は、過去に次の病気にかかったことがありますか。  
**※兄弟、子供が複数いても、全員ひとまとめとして考えてください。**  
 あてはまるすべての番号を塗りつぶしてください（複数回答可）。

	高血圧	糖尿病	心臓病	悪性腫瘍 （がん）	その他	
父	①	②	③	④	⑤	( )
母	①	②	③	④	⑤	( )
兄弟	①	②	③	④	⑤	( )
子供	①	②	③	④	⑤	( )

【質問 16】 あなたの喫煙習慣についてお尋ねします。

現在、習慣的にタバコを吸っていらっしゃいますか。	① 吸っていない。または、ごくたまにしか吸わない。 ② 吸っている。⇒ <span style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 150px; height: 30px; vertical-align: middle;"></span> ( ) 本／一日
--------------------------	---

以前は、日常的に吸っていらっしゃいましたか。	
① はい ⇒ ② いいえ	<span style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 200px; height: 30px;"></span> ( ) 歳まで ( ) 本／一日

【質問 17】 あなたの飲酒習慣についてお尋ねします。

現在、習慣的にお酒を飲んでいらっしゃいますか（果実酒や薬用酒は除く）。	
① ② ③	① 飲んでいない。または、たまにしか飲まない。 (飲酒日が平均週 1 日未満)  ② 飲酒の習慣はあるが、大量には飲まない。 (飲酒日が平均週 1 日以上 3 日未満。もしくは、1 日の平均量が日本酒で 3 合、ビール中瓶で 3 本、ウイスキーで 180ml 未満)  ③ 習慣的に大量にお酒を飲んでいる。 (週 3 日以上飲酒し、かつ 1 日の平均量が日本酒 3 合、ビール中瓶 3 本以上、ウイスキーで 180ml 以上)

以前は、習慣的にお酒を飲むことがありましたか。	
① はい ⇒ ② いいえ	<span style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 150px; height: 30px;"></span> ( ) 歳まで

【質問 18】最後に、現在、内服している薬や過去に内服した薬を、  
わかる範囲でお書きください。

薬剤名	1回量 (例 ; 5mg)	飲み方	開始日・内服期間
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)
		1回 錠×1日 回	年 月 日( 年)

書き足りない場合、以下の余白をお使い下さい。

## 「健康長寿研究」当日アンケート

調査員記入欄

		チェック	備考欄
事前	事前アンケート	<input type="checkbox"/>	
	唾液	<input type="checkbox"/>	

心理	当日アンケート 質問3・4・6	<input type="checkbox"/>	
	残り	<input type="checkbox"/>	
	仕事・家事	<input type="checkbox"/>	
	視力	<input type="checkbox"/>	

認知機能 運動機能	認知機能 (ADAS)	<input type="checkbox"/>	
	運動機能	<input type="checkbox"/>	
	認知機能 (MOCA)	<input type="checkbox"/>	
	握力	<input type="checkbox"/>	

医学		<input type="checkbox"/>	
----	--	--------------------------	--

歯学		<input type="checkbox"/>	
----	--	--------------------------	--

【質問1】 あなたの健康状態についてお尋ねします。

<p>現在のあなたの健康状態について、最も当てはまるものを1つ選んで○を●のように黒く塗りつぶしてください。</p>	<p>① 健康ではない ② あまり健康でない ③ まあ健康な方だ ④ とても健康だ</p>
--	---

【質問2】 最近のあなたの状況についてお尋ねします。

<p>[2-1] 以下の文章を読んで、あなたの状況に当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。</p>	はい	いいえ
--	----	-----

- |                                      |   |   |
|--------------------------------------|---|---|
| 1 自分の生活に満足していますか.....                | ① | ② |
| 2 退屈と覚えることがよくありますか.....              | ① | ② |
| 3 自分が無力と覚えることがよくありますか.....           | ① | ② |
| 4 外に出て新しい物事をするより自分の家にいるほうが好きですか..... | ① | ② |
| 5 自分の現在の状態はまったく価値がないものと感じますか.....    | ① | ② |

<p>[2-2] 以下の文章を読んで、<b>最近2週間の</b>あなたの状態に最も当てはまる番号を黒く塗りつぶして下さい。</p>	まったく ない	ほんの たまた まに	半分 以下 の期 間を	半分 以上 の期 間を	ほとん どい つも	い つも
---	------------	------------------	----------------------	----------------------	-----------------	---------

- |                                |   |   |   |   |   |   |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 1 明るく、楽しい気分でもごした.....          | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 2 落ち着いた、リラックスした気分でもごした.....    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 3 意欲的で、活動的にでもごした.....          | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 4 ぐっすりともめ、気持ちよくめざめた.....       | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 5 日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった..... | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |

**【質問3】** あなたが目標や目的(\*)をどのように決めているのか、  
目標や目的を達成するためにどのような方法をとるのか、についてお尋ねします。

以下の文章を読み、AとBを比べてください。

あなたに当てはまる方を、黒く塗りつぶしてください。

〔 \* 目標や目的は、「へそくりを貯める」、「趣味活動を行う」といった小さな目標から、  
「健康で長生きする」、「仕事や商売で成功する」といった大きな目標まであります。 〕

1 私は持てるエネルギーを

A ○ たくさんのことに振り分ける。

B ○ ひとつのことに集中して注ぐ。

2 以前と同じように物事がうまくいかない時には

A ○ 1つか2つの大切な目標や目的を、選ぶようにする。

B ○ それでも、すべての目標や目的に向かい、がんばり続ける。

3 計画がうまくいかない時は

A ○ 様々な工夫をして成功するまで努力を続ける。

B ○ そんなには他のやり方を試さない。

4 物事が、かつてのようによくいかない時

A ○ それを受け入れる。

B ○ 前と同じになるように、色々試してみる。

5 何かをする時は

A ○ 目標や目的をいくつも設定して、同時に取り組む。

B ○ その時々で、もっとも大事なことに集中する。

6 何か重要なことが、以前の方法でうまくいかない時

A ○ 目標や目的とは関係ない他のことに、エネルギーを振り分ける。

B ○ それに代わるような、新しい目標や目的を探す。

AとBを比べ、あなたに当てはまる方を黒く塗りつぶしてください。

7 何か問題が生じた時

- A  あらゆる努力をして、解決しようとする。
- B  しばらく様子を見て、成り行きを見守る。

8 以前のように事がうまく運ばなくなった時

- A  他の人に助けや助言を求める。
- B  他には頼らず、自分だけでどうするか決める。

9 これからの人生において、何が必要か考えた時

- A  目標や目的をしぼらずに、他の選択肢を残しておく。
- B  1つか2つの最も大事な目標や目的に専念する。

10 以前できたことがうまくいかない時

- A  成り行き任せにする。
- B  何が、自分にとって本当に大切なのか、考え直す。

11 自分にとって重要な物事に対して

- A  全力で取り組むことはなかなかできない。
- B  精一杯の力で取り組む。

12 以前と同じ結果を得るのが、難しくなってきた時には

- A  同じ結果になるように、一層がんばり続ける。
- B  もう潮時だと考える。

13 目標や目的は

- A  多大な努力を要するものであっても選ぶ。
- B  努力しなくても達成できるものを選ぶ。

14 物事がうまく進んでいない時

- A  そのことは打ち切りにして、やめる。
- B  まず最も大切な目標に向かう。

A と B を比べ、あなたに当てはまる方を黒く塗りつぶしてください。

15 かつてのやり方では物事がうまくいかない時は

- A  達成するための他のやり方を探す。
- B  その状態を受け止める。

16 自分の注意はいつでも

- A  同時にいくつもの目標に向いている。
- B  最も大事な目標に向いている。

17 以前ほどうまくできない時

- A  できなくてもそれでいいと考える。
- B  うまくできるように、他のやり方や手段を見つけ出す。

18 何が大切で何が大切でないかを

- A  あまり深く考えずに行動する。
- B  よく考えてから行動する。

19 以前のようにうまくいかなかった時

- A  状況が良くなるのを待つ。
- B  いくつかの目標や目的をあきらめ、より大切なものに集中する。

【質問4】あなたご自身についてお伺いします。

次の文章は、どれくらい自分にあてはまると思われますか。

ど  
ち  
ら  
か  
と  
い  
え  
ば  
ど  
ち  
ら  
か  
と  
い  
え  
ば  
そ  
う  
だ  
そ  
う  
だ  
そ  
う  
で  
な  
い  
そ  
う  
で  
な  
い

- |    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 1  | 周りの人の支えがあるからこそ私は生きていける.....                     | ① | ② | ③ | ④ |
| 2  | ひとりでいるのも悪くない.....                               | ① | ② | ③ | ④ |
| 3  | 善悪の区別をすることは難しい.....                             | ① | ② | ③ | ④ |
| 4  | 神様や仏様のような人智を超えた存在があると思う.....                    | ① | ② | ③ | ④ |
| 5  | 人がやっていることに、つい口を出したくなる.....                      | ① | ② | ③ | ④ |
| 6  | 自分がいなくなっても、未来に何かが伝わると思う.....                    | ① | ② | ③ | ④ |
| 7  | 人の気持ちがよくわかるようになった.....                          | ① | ② | ③ | ④ |
| 8  | 体が悪くても気にならない.....                               | ① | ② | ③ | ④ |
| 9  | 先人（過去の人々）のおかげで今の自分があるのだと思う.....                 | ① | ② | ③ | ④ |
| 10 | あれこれ、ひとりで考え事をするのが好きだ.....                       | ① | ② | ③ | ④ |
| 11 | もう死んでもいいという気持ちと<br>もう少し生きていたいという気持ちが同居している..... | ① | ② | ③ | ④ |
| 12 | 生きているものはみな自分の仲間だと思える.....                       | ① | ② | ③ | ④ |
| 13 | 他の人のことを羨ましい思うことがある.....                         | ① | ② | ③ | ④ |
| 14 | 自分の人生は意義のあるものだったと思う.....                        | ① | ② | ③ | ④ |
| 15 | 昔より思いやりが深くなったと思う.....                           | ① | ② | ③ | ④ |
| 16 | 今の自分にとって過去の業績（昔、してきたこと）は関係ない.....               | ① | ② | ③ | ④ |
| 17 | ひとりで静かに過ごす時間は大切だ.....                           | ① | ② | ③ | ④ |
| 18 | ご先祖様との繋がりを強く感じる.....                            | ① | ② | ③ | ④ |
| 19 | 毎日が楽しい.....                                     | ① | ② | ③ | ④ |
| 20 | 細かいことが気にならなくなった.....                            | ① | ② | ③ | ④ |

【質問5】あなたの日常の活動についてお尋ねします。

[5-1]

以下の文章を読んで、当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

はい

いいえ

- |    |                              |   |   |
|----|------------------------------|---|---|
| 1  | バスや電車を使って一人で外出できますか.....     | ① | ② |
| 2  | 日用品の買い物ができますか.....           | ① | ② |
| 3  | 自分で食事の用意ができますか.....          | ① | ② |
| 4  | 請求書の支払いができますか.....           | ① | ② |
| 5  | 銀行預金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか..... | ① | ② |
| 6  | 年金などの書類が書けますか.....           | ① | ② |
| 7  | 新聞を読んでいますか.....              | ① | ② |
| 8  | 本や雑誌を読んでいますか.....            | ① | ② |
| 9  | 健康についての記事や番組に関心がありますか.....   | ① | ② |
| 10 | 友人の家を尋ねていますか.....            | ① | ② |
| 11 | 家族や友達の相談にのっていますか.....        | ① | ② |
| 12 | 病人を見舞うことができますか.....          | ① | ② |
| 13 | 若い人に自分から話しかけることがありますか.....   | ① | ② |

[5-2]

あなたは、以下の電気製品を一人で使うことができますか。

当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

はい

いいえ

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | エアコン（クーラーを含む）を一人で使えますか.....                         | ① | ② |
| 2 | ATM（郵便局や銀行などにあるお金をおろしたり、<br>預けたりする機械）を一人で使えますか..... | ① | ② |
| 3 | 携帯電話を一人で使えますか.....                                  | ① | ② |
| 4 | 携帯電話のメールを一人で書いて送れますか.....                           | ① | ② |

【質問6】 あなたご自身についてお尋ねします。

<p>[6-1]</p> <p>以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。</p>	全くあてはまらない あてはまらない あまりあてはまらない どちらともいえない ややあてはまる あてはまる 非常にあてはまる
--	---

- |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1  | 外交的だ。熱中しやすい。・・・・・・・・・・                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 2  | 批判的だ。負けず嫌いだ。・・・・・・・・・・                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 3  | 頼りになる。自分を厳しく律する。・・・・・・・・                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 4  | 不安になりやすい。動揺しやすい。・・・・・・・・                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 5  | 新しい経験を受け入れやすい。<br>いろいろ考えたりすることが好きだ。・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 6  | 控えめだ。無口だ。・・・・・・・・・・                     | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 7  | 思いやりがある。あたたかみがある。・・・・・・・・               | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 8  | きちんとしていない。いい加減だ。・・・・・・・・                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 9  | 冷静だ。感情が安定している。・・・・・・・・                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 10 | 社会常識に従う。工夫をしない。・・・・・・・・                 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |

引き続き、あなたご自身についてお尋ねします。

[6-2]

次の文章は、どれくらい自分に当てはまると思えますか。

全く  
そうでない  
そうではない  
そう  
非常に  
そうだ

- |    |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 1  | 私は心配性ではない。・・・・・・・・・・・・・・・・                              | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2  | 大勢の人と一緒にいるのが好きだ。・・・・・・・・                                | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3  | 空想にふけて時間を無駄にするのは好きではない。・・・・・・・・                         | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4  | 私は、誰にでも好意を持って接しようとする。・・・・・・・・                           | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5  | 時間どおりに物事をやり終えるよう、<br>自分のペース（歩調）を守るのが得意だ。・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6  | 劣等感を持つことがよくある。・・・・・・・・                                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7  | 特にほがらかな人間ではない。・・・・・・・・                                  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8  | 学生に対しては、いろいろな意見や考え方があることを<br>教えるのではなく、一つの考え方を教えるだけで十分だ。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9  | 私のことを自分勝手に、自分のことしか<br>考えていない人間だと思っている人がいる。・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10 | 几帳面ではない。・・・・・・・・  | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11 | ストレスが多いと、自分が「めちゃくちゃ」に<br>なるように感じることもある。・・・・・・・・         | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12 | 何かする場合は、一人でやる方が好きだ。・・・・・・・・                             | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13 | 詩を読んでも何も感じない。・・・・・・・・                                   | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 14 | 人の考えを皮肉っぽく疑いの目で見がちだ。・・・・・・・・                            | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 15 | 明確な目標を持っており、<br>それに向かって整然としたやり方で取り組んでいる。・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

続きです。	全く そうでない	そうでない	ど こ ど こ も ない	そう だ	非 常 に そ う だ
16 悲しくなったり、落ち込んだりすることはほとんどない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
17 元気があふれて、じっとしてられない事がよくある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
18 新しい、珍しい食べ物を試してみることがよくある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
19 私を冷たく計算高いと見ている人がいる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
20 人の期待にそったり、約束を守ったり しなければならぬのに、時々そうではない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
21 どうしようもなく、その問題を誰かに 解決してもらいたいと思うことがよくある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
22 元気で、はつらつとした人間だ。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
23 詩を読んだり芸術作品を見ていると、 ぞくぞくしたり感情の高まりを感じる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
24 嫌いな人には、そう知らせてやる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
25 バリバリと仕事をやって、それをやり遂げる。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
26 穴があったら入りたいと思うほど、 恥ずかしいことがたまにある。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
27 非常に活動的な人間だ。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
28 宇宙の本質や人類が置かれている状態に 思いをめぐらすことにはほとんど興味がない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
29 自分の望むものを手に入れるためなら、 人を操（あやつ）ることもためらわない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤
30 人は私のことを、きちんとした人間とは思っていない。 . . . . .	①	②	③	④	⑤

**【質問7】 あなたの心の健康についてお尋ねします。**

過去1ヶ月間に、以下のように感じたことがどれくらいありましたか？

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

全く感じなかった  
たまに感じた  
時々感じた  
しばしば感じた  
いつも感じた

- |   |                             |   |   |   |   |   |
|---|-----------------------------|---|---|---|---|---|
| 1 | 気分がいい・・・・・・・・・・・・・・・・       | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2 | 全てが骨折り損であると感じる・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3 | とても幸せだ・・・・・・・・・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4 | 落ち着かない、そわそわする・・・・・・・・       | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5 | 満足している・・・・・・・・・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6 | 緊張で神経が高ぶっている・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7 | 悲しすぎて、何をしても全然元気が出ない・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

**【質問8】 あなたの人生に対する考え方についてお尋ねします。**

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、黒く塗りつぶしてください。

全くあてはまらない  
あてはまらない  
あまりあてはまらない  
どちらともいえない  
ややあてはまる  
あてはまる  
非常にあてはまる

- |   |                             |   |   |   |   |   |   |   |
|---|-----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | これまでの人生に満足している・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 2 | 思っていた通りの人生を歩めた・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 3 | わたしはよい人生を送ってきた・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 4 | もう一度同じ人生を歩みたいと思う・・・・・・・・    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |
| 5 | これまでの望みは、だいたいかなってきた・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ |

【質問9】

以下の文章を読んで、あなたに最も当てはまる番号を、  
黒く塗りつぶして下さい。

全く当てはまらない  
あまり当てはまらない  
どちらともいえない  
まあ当てはまる  
非常に当てはまる

- |    |                                       |   |   |   |   |   |
|----|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | この先は明るいと思う・・・・・・・・・・・・・・・・            | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2  | これからも生きていこうと強く思っている・・・・・・・・           | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3  | 今ある目標はかなう・・・・・・・・・・・・・・・・             | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4  | 困難に出会ってもなんらかの方法で切り抜けられると思う・・・・・・・・    | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5  | 誰もがあきらめても、私は問題の解決方法を見つけられるだろう・・・・・・・・ | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6  | 今私が生きていることは何かの役に立っている・・・・・・・・         | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7  | 私は人生をもっと良くしようと思う・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8  | とても大切に思うものを手に入れるために、あれこれ考える・・・・・・・・   | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9  | 信仰心、または道徳的な教えに従って生きている・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10 | 自分の力で望みをかなえられると思う・・・・・・・・             | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11 | 私にとって生きていることは意味がある・・・・・・・・            | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12 | 信心や信念があるから、私は前向きな態度でいられる・・・・・・・・      | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13 | 私は、毎日のように新しい楽しみを見つけられる・・・・・・・・        | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

【質問 10】 耳の機能状態についてお尋ねします。

[10-1]		とても 困難だ	困難だ	少し 困難だ	まったく 困難でない
まず、聞こえについてお聞きします。 以下の項目がどの程度困難だと感じますか。					
※ 普段補聴器を使用されている方は、 つけた状態でお答えください。					
1	普通の会話で言葉を聞き取ったり、理解したりすること・・・	①	②	③	④
2	電話で言葉をはっきり聞くこと・・・・・・・・・・・・・・・・	①	②	③	④
3	騒がしい部屋で会話を続けること (十分な大きさを聞き取れないため)・・・・・・・・	①	②	③	④
4	誰かに声をかけられた時、 どの方向から話しかけられたかすぐわかること・・・	①	②	③	④
5	洗濯機や炊飯器など家電から聞こえるお知らせの音や 水が流れている音に気づくこと・・・・・・・・	①	②	③	④
6	テレビやラジオの音量を大きくせずに、 話している内容を聞き取ったり、理解したりすること・・	①	②	③	④
7	「さ・し・す・せ・そ」の音を聞きとること・・・・・・・・	①	②	③	④

<p>[10-2]</p> <p>耳が悪いために 生活の範囲が狭くなっていますか。</p>	<p>① あてはまらない</p> <p>② あまりあてはまらない</p> <p>③ ややあてはまる</p> <p>④ とてもあてはまる</p>
<p>[10-3]</p> <p>耳が悪いために人とのコミュニケーションが 少なくなっていますか。</p>	<p>① あてはまらない</p> <p>② あまりあてはまらない</p> <p>③ ややあてはまる</p> <p>④ とてもあてはまる</p>

【質問 11】目の機能状態についてお尋ねします。

[11-1]

見え方についてお聞きします。  
以下の項目がどの程度困難だと感じますか。

※ 普段、眼鏡やコンタクトを使用されている方は、  
つけた状態でお答えください。

まったく困難でない  
少し困難だ  
困難だ  
とても困難だ

- |   |  |   |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|
| 1 | 夜、道路標識をきちんと読み取ること・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 2 | 道路の向こう側にいる友人を識別すること・・・・・・・・            | ① | ② | ③ | ④ |
| 3 | 新聞を読むこと・・・・・・・・                        | ① | ② | ③ | ④ |
| 4 | 電光掲示板など流れる文字を読むこと・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 5 | 自分の周りに物や人が近づいていることに気づくこと・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 6 | 電車やバスの路線図を見て目的地を探し出すこと・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 7 | 細かい文字を読むこと・・・・・・・・                     | ① | ② | ③ | ④ |
| 8 | 暗がりや薄明かりの中で物を見ること・・・・・・・・              | ① | ② | ③ | ④ |
| 9 | 向こうから近づいてくる自転車や、<br>走ってくる人との距離を把握すること・ | ① | ② | ③ | ④ |

[11-2]

目が悪いために  
生活の範囲が狭くなっていますか。

- ① あてはまらない
- ② あまりあてはまらない
- ③ ややあてはまる
- ④ とてもあてはまる

[11-3]

目が悪いために人とのコミュニケーションが  
少なくなっていますか。

- ① あてはまらない
- ② あまりあてはまらない
- ③ ややあてはまる
- ④ とてもあてはまる

以上でアンケートへの記入を一旦終わってください。お疲れさまでした。

以下では、調査員が仕事と家事に関する聞き取りを行います。



- ① ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
 ① ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
 ① ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨

最長職名： \_\_\_\_\_

[12-1] 文章や数字を書いたり読んだりするような側面についてうかがいます。 あてはまる側面すべてに○をしてください。		具体例 (あくまで目安)
①	比較・照合 観察が容易に可能な、文章や数字・人・物の機能的、構造的、構成的特徴が 明確な基準と類似しているか、異なっているかの判断。 (伝票のチェック、血圧や体温の記録、作物や商品を目で見て検査する)	
②	複写・ 文書作成 文章や数字の転写・転記、入力、提示。書類の作成や読むことも含む。 (伝票・作業日誌の作成、伝票・説明書・商品テストの結果を読む)	
③	計算 数学的な計算、それに関連する行為の報告や実行 *ただし会計は含まない。	レジ、 郵便局や銀行の窓口業務
④	収集整理 データ・人・物について情報の収集、照合、分類。それらの情報に関連する 規定の行為の報告や実施も含む。 (教材や専門誌を読む、編集、手順の決まったテストの実施、 設計図や下図作成、単価・費用計算、給料・売り上げ・見積もりなどの計算)	会計業務
⑤	分析 データを調べたり評価すること。評価結果に対して代替行為を示すこと。 (設計、経営報告、カルテ・稟議書の作成、費用計算、写真のコメント)	教員、医者
⑥	調整・判断 ・決定 データ分析に基づいて、作業・操作手順、時間、場所を決定したり、 仕事の方針や生じている問題の新しい目的、政策、手続き決定したり実行し たりすること。また、重要事項の報告を行うことも含む。 (作業命令書や作業基準書の作成)	管理的業務、会計・税理士、 アナウンサー、設計士 コンサルタント、情報技術者
⑦	総合 新しい事実や理論の発見や検証を行ったり、新製品や装置を発明したり、 創造的なものをつくるために、総合的にデータを分析すること。 (実験データのまとめ、論文の作成など)	学者、技術者、芸術家
⑧	その他 (具体的に記入 )	
⑨	いずれにも当てはまらない (具体的に記入 )	

～聞き取りメモ～

[13-2] 直接、人に接する側面についてうかがいます。 あてはまる側面すべてに○をしてください。			具体例 (あくまで目安)
①	指示の受け取り	指示通りに動けばよい簡単な仕事をする。 技能を必要としない手伝い。	手伝い
②	給仕・奉仕 ・世話	人や動物の要求や要請、人の表情や暗黙の希望に注意し、すぐに 対応すること。お客さんに対していろいろな世話やサービスをする。 品物の受け渡し(命令指示を受ける/物の受け渡し)	注文の受付、お茶出し、 レジ、風呂屋の番頭
③	報告・伝達	同僚や部下に仕事上の連絡をしたり、助力者や補佐に作業の指示 や合図をする。上司から指示を受ける。他の部局から情報を収集 する。上役に報告する。	電話対応、 クリーニング取次 組合への出席
④	勧誘・説得	お客さんに直接、製品やサービスを売る。お客さんを勧誘する。 特定の意見を支持するよう働きかける。接客。	販売店主、店員、 保険外交、取引先接待
⑤	慰安	多くの人の前でいろいろな演技・演奏をして、人々に娯楽を提供 する。他人を楽しませる。	音楽家、落語家
⑥	監督・管理	仕事の効率をあげるために、仕事の手順を決定したり、伝えたり、 特定の任務を割り当てたりして組織を指揮・監督する。職場の人 間関係を調整する。(作業命令、作業監督、部下への側面指示、工程管理)	寮母、役員、主任
⑦	教授・教示	説明、デモンストレーションなどを通して、製品の使い方などの 説明をする。技術や知識、専門的な学問を教える、訓練する。	先生、稽古事の教師、 講師、保育士
⑧	交渉・協議	同僚・上司・部下と方針・企画の決定、結論、解決に共同でたど りつくために、考え、情報、意見を他の人たちと交換すること。 顧客と商談取引をすること。 (電話交渉、事故処理相談、苦情相談、業者との打ち合わせ、商談、営業)	外交員、管理的業務
⑨	専門的助言 ・指導	法的・科学的・臨床的・精神的、他の専門的法則によって解決さ れるかもしれない問題に対して、相談にのったり、専門的な助言 や指導をする。	コンサルタント、治療、 診察、専門的教育
⑩	その他	(具体的に記入 )	
⑪	いずれにも当てはまらない	(具体的に記入 )	

～聞き取りメモ～

[13-3] 手や道具や機械を使う側面内容についてうかがいます。 あてはまる側面すべてに○をしてください。			具体例 (あくまで目安)
①	運搬・整理	掃除、手や運搬車を使って材料や製品を運んだり整理する。 特別な作業基準はなく、常識的に処理。	部品の運搬、清掃、 野菜や食器洗い、草取り
②	加工材料の 取付・取外し	流れ作業などで機械に材料や部品を取り付けたり、できあがった加工品をとりはずしたり、切断、接着すること。サッシを取り付ける、くぎ打ち、ビニール加工など。	箱詰め、原材料の投入、 取付・取外し、包装、 コピー機使用
③	看視作業 ・手入れ	メーターを見たりライトにスイッチを入れ、自動化した機械や装置などがスムーズに動いているかチェックする。機械装置の振興を監視、ほとんど自主的判断を要しない。	レンズ検査、目方を測る、 パン焼き器を見る
④	手腕作業	手や腕や工具を使って物をつくったり組み立てたりする。物や材料を運んだり置いたりする。身体各部や工具・用具を用いて加工材料を扱う、作業手順はかなり標準化されているが、ある程度の自主的判断が必要。タイプ、ブロックをつむ、そろばん、レジ、理容・和裁・包丁など	木材の加工、ミシン、クーラー・冷蔵庫の組立、セメント・壁塗り、車の内装、 寿司をにぎる、刀をとぐ
⑤	運転・操作	クランクやハンドルを回す。ギヤーのリフトやレバーを押ししたり引いたりする。クレーン、コンベヤー、トラクター、溶鉱炉投入装置、塗装機械、工作機械、オンライン端末を含む。*一輪車など人力の機械は除外。	車の運転、 耕耘機で畑を耕す、 ワード、エクセルの操作
⑥	操作・制御	物や材料を制作したり加工したりするために設計された機械や装置の進行を開始、停止、制御、調整をする。機械や装置の簡単な点検・調整をする。温度、圧力、液体の流れ、ポンプの速度、材料の反応などの要因を統制することも含む。 油圧機械の操作、印刷機などの操作。	大工、配管工事の指揮、 ガス器具の修理、 旋盤操作、
⑦	精密作業	指先や精密な工具やパソコンをつかって、精巧な製品を加工したりつくったりする。工具・材料選択、道具の調整などの習熟を要する条件判断が含まれる。(旋盤で金型のもとをつくる、測定機械でテストする、カッター・ドリルで冷暖房設備をつける)	指圧師、印刷原版作成、 書道教授、染色、 楽器職人
⑧	調整・保守 ・設定	機能を実行したり、性能を変えたり、もし壊れても修復するように機械や設備を調整する。様々な種類の機械を操作する。機械の装置の分解や修理・メンテナンスや調整をする。	高級料理をつくる
⑨	その他	(具体的に記入 )	
⑩	いずれにも当てはまらない		

～聞き取りメモ～

次に、これまでなさってきた家事について伺います。

<p>[14-1] 学校を卒業して以降で、 家事をされてきた期間を教えてください。</p>	<p>(            歳) ~ (            歳)</p>
<p>[14-2] これまで専業主婦だった期間を教えてください。 *お仕事をされている期間は含めないでください。</p>	<p>(            歳) ~ (            歳)</p>

<p>【質問 15】</p>	<p>とても 嫌 い</p>	<p>嫌 い ・ 不 得 意 だ</p>	<p>普 通</p>	<p>好 き ・ 得 意 だ</p>	<p>好 き</p>	<p>と て も 得 意 だ</p>
	<p>①</p>	<p>②</p>	<p>③</p>	<p>④</p>	<p>⑤</p>	<p>⑤</p>

- 1 家事全般は好きですか(でしたか)..... ① ② ③ ④ ⑤
- 2 家事全般は得意ですか(でしたか)..... ① ② ③ ④ ⑤

[16-1] 手や道具や機械を使う家事についてお答えください。

下記の中であなたが普段している(いた)あるいは、していなかった(していない)ものをすべて選んで○して下さい。

草取り・水まき、ゴミ出し、窓や網戸の水洗い、消臭プラグの付け替え、食器洗い、  
季節に応じて布団や衣類、扇風機などを出し入れする、自転車の空気入れ、  
洗濯物を干す・取り入れる・たたむ、掃除機・洗濯機を使う、電気や電池の交換、  
部屋の整理・整頓をする、車での家族の送り迎え、アイロンがけ、ボタンやほつれの補修、  
名前などの刺繍、電化製品の掃除、お弁当作り・ふつうの料理、仏壇・神棚・お墓などの掃除、  
漆器・家具・床みがき、ふつうの園芸や家庭菜園、座布団・枕カバーなどを縫う、  
セータの手洗い・シャツののりづけ、簡単な編み物や裁縫、家族の服をつくる、ミシンによる洋裁、  
手のこんだ料理(前日から仕込む料理など)、家具の修理、服のリフォーム、障子やふすまの貼りかえ、  
技術のいる園芸、パソコンを使う(インターネット、ワード、エクセルなど)、  
特別な料理(懐石料理、コース料理など)、家の修理

その他 (具体的に記入 )

どれもしていない

[16-5] 文章を読んだり書いたりする家事についてお答えください。

下記の中であなたが普段していた（いる）あるいは、していなかった（していない）ものをすべて選んで○して下さい。

回覧板、連絡帳などに必要事項を記入する、家事に関する本や記事を読む、  
料理の作り方をメモして整理する、年間行事予定をたてる、1週間ごとに献立をたてる、  
商品のラベルを読む、家族活動のスケジュールをたてる、家計簿をつける、手紙を書く、  
病院選び、家族の人生設計をたてる（子どもの進学や受験に関することも含む）、収支の確認をする、  
大きな買い物の計画・決定、家計予算をたてる、欠陥商品への抗議文を書く、子どもの勉強をみる、  
家事に関する新しい一般書を書く、各種申告書の準備、納税書類の準備、  
将来に備えて預貯金や保険を管理する、  
その他（具体的に記入 \_\_\_\_\_）  
どれもしていない

[16-4] 直接、人に接する家事についてお答えください。

下記の中であなたが普段していた（いる）あるいは、していなかった（していない）ものをすべて選んで○して下さい。

家族から用事を聞く、親戚づきあいをする、訪問客や修理の人と話す、家族の話し相手になる、  
共同購入の世話をする、近所づきあいをする、子どもの先生や同級生の親と話す、電話の応対をする、  
家族の仕事関係者とつきあう、家族の日常的な身の回りの世話をする（食事を出す、衣類を渡す）、  
姑や嫁・娘の家事の手伝いをする、家族の代わりにお見舞いに行ったり・葬儀に参列する、  
お盆・正月・法事など多数の人を接待する、家族や近所の人との相談にのりアドバイスする、  
地域・自治会の役員やPTAの役員をする、欠陥商品の修理・返品など店員を説得する、  
ペットの世話をする、育児をする、家族の介護・看病をする、  
家屋を買う交渉をする、改築の交渉をする、  
その他（具体的に記入 \_\_\_\_\_）  
どれもしていない

仕事と家事に関する聞き取りは以上です。

以下では、視力検査を行います。

[18-1]  
視力を含めた見え具合をご自身で評価していただくとすると、  
次のどれに該当しますか。

はい  
いいえ

- 1 近眼用めがねやコンタクトレンズを使用している・・・・・・・・① ②
- 2 遠近両用めがねや老眼鏡を使用している・・・・・・・・① ②

[18-2]  
視力を含めた見え具合をご自身で評価していただくとすると、  
次のどれに該当しますか。

とても悪い  
悪い  
普通  
良い  
とても良い

- 1 手元や小さな文字を読む時の見え具合・・・・・・・・① ② ③ ④ ⑤
- 2 遠くの人や物を見る時の見え具合・・・・・・・・① ② ③ ④ ⑤

**1. 遠視力（5m） 両眼裸眼 C文字の切れ目**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
上	右	下	左	上	右	上	右	下	左	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

**2. 遠視力 両眼矯正（矯正がない場合は次へ進む）**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
上	右	下	左	上	右	上	右	下	左	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

**3. 近視力（30cm） 両眼裸眼 E文字の切れ目**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
下	左	右	上	上	左	下	右	左	下	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

**4. 近視力 両眼矯正（矯正がない場合はこれで視力検査は終了）**

0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	1.2	1.5
下	左	右	上	上	左	下	右	左	下	上	右
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

以下では、運動機能と認知機能の測定を行います。

**調査員注:** 認知機能の測定は任意のタイミングで行っていただく、また転倒に関して聞き取りを行う。

	とても困難	やや困難	普通	やや簡単	とても簡単
[18-1] あなたの普段の行動についてお尋ねします。					
1 誰かと会話をしながら歩くことができますか.....	①	②	③	④	⑤
2 カレンダーやスケジュール帳を確認しながら 会話することができますか.....	①	②	③	④	⑤
3 相手の話を聞きながら返答を考えることができますか.....	①	②	③	④	⑤

[18-2] あなたは、この1年間（8月1日～今年7月末日まで）に 転んだことがありますか。）	① 転んだことがある ② 転んだことがない
---	--------------------------

[18-3] この1年間に何回転びましたか。 <b>調査員注:</b> 無数(数え切れない)は『99』とする。	回位
---	----

- |   |   |
|---|---|
| ① | ① |
| ② | ② |
| ③ | ③ |
| ④ | ④ |
| ⑤ | ⑤ |
| ⑥ | ⑥ |
| ⑦ | ⑦ |
| ⑧ | ⑧ |
| ⑨ | ⑨ |



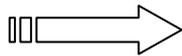
2) 歩行2. 44m (床にテープを貼る)

1回目				2回目				
秒				秒				
0	0	0	0	0	0	0	0	① できる
1	1	1	1	1	1	1	1	② できない
2	2	2	2	2	2	2	2	
3	3	3	3	3	3	3	3	① 自立
4	4	4	4	4	4	4	4	② 補助具使用
5	5	5	5	5	5	5	5	① 杖
6	6	6	6	6	6	6	6	② 歩行器
7	7	7	7	7	7	7	7	③ その他
8	8	8	8	8	8	8	8	
9	9	9	9	9	9	9	9	

3) 椅子からの立ち上がり (腕を体の前で組み、補助を使わない)

3-1 1回立ち上がり

- ① できる
- ② できない



できた場合、3-2へ  
 できなかった場合、ここで終了し、4)へ

3-2 5回立ち上がり (5回立ち上がるのにかかった時間を測定)

調査員註：5回できてもできなくても、そこまでの時間を測定

0 1 2 3 4 5 回

秒			
0	0	0	0
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
9	9	9	9

#### 4) 座位ステップングテスト

4-1 20秒間で足を開閉できる回数

- ① できる
- ② できない

	回
--	---

- |   |   |
|---|---|
| ① | ① |
| ② | ② |
| ③ | ③ |
| ④ | ④ |
| ⑤ | ⑤ |
| ⑥ | ⑥ |
| ⑦ | ⑦ |
| ⑧ | ⑧ |
| ⑨ | ⑨ |

4-2

100から順に、100、99、98、97・・・とさかのぼって、  
数を数えながら、20秒間で足を開閉できる回数

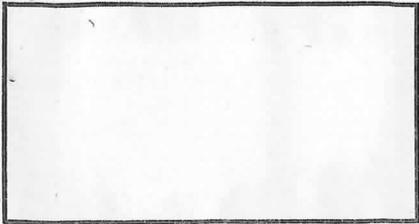
- ① できる
- ② できない

ステップング数	カウントの最後の数
---------	-----------

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| ① | ① | ① | ① |
| ② | ② | ② | ② |
| ③ | ③ | ③ | ③ |
| ④ | ④ | ④ | ④ |
| ⑤ | ⑤ | ⑤ | ⑤ |
| ⑥ | ⑥ | ⑥ | ⑥ |
| ⑦ | ⑦ | ⑦ | ⑦ |
| ⑧ | ⑧ | ⑧ | ⑧ |
| ⑨ | ⑨ | ⑨ | ⑨ |

運動機能の測定は以上です。

# 診察票(伊丹)



被験者名 \_\_\_\_\_ ID \_\_\_\_\_

診査者 \_\_\_\_\_ 補助者 \_\_\_\_\_ 平成 年 月 日実施

## I. チェック

- 問診表チェック
- 食事アンケートチェック

## II. 機能検査

- 唾液飲み込みテスト(1分間に唾液を飲み込む回数)  
\_\_\_\_\_ 回 (3回以下は嚥下障害の疑い)
- 2分間の咀嚼時唾液 他の刺激による影響を除くため必ず他の検査に先立って行う。
  - パラフィンペレットを唾液とともに紙コップに吐き出す. \_\_\_\_\_ ml
  - ペリオスクリーン
- 50H デンタルプレスケール (ICPで3秒間、食事の時の口腔内状態で)
- スワブ(ストマスタット:上顎口蓋66間一往復スワブ)
- 口腔立体認知能 (別紙記入)
- 味覚 (別紙記入)

## 顎関節

雑音 左側 (click crepitus なし) 右側 (click crepitus なし)

疼痛 (ありなし)

開口量 (開口時切端間距離): A \_\_\_\_\_ mm over bite: B \_\_\_\_\_ mm

開口量: A+B \_\_\_\_\_ mm

## III. 口腔内(歯式、歯周病検査)

### 咬合検査

咬合支持の有無(□に○,×を記入)

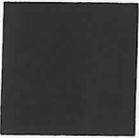
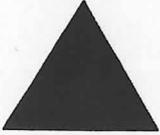
8	7	6	5	4	3	2	1		1	2	3	4	5	6	7	8
8	7	6	5	4	3	2	1		1	2	3	4	5	6	7	8
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Eichner 分類 \_\_\_\_\_

残存歯数 : 上顎 本 下顎 本

ID \_\_\_\_\_

名前 \_\_\_\_\_

	指差した形	指差すまでの時間
		
		
		
		
		
		

甘	1	2	3	4	5
酸	1	2	3	4	5
塩	1	2	3	4	5
苦	1	2	3	4	5

※分からなければ×を、  
分かれば○をつけてください。  
分かるまで行ってください。



検査日 年 月 日

ID (通し番号)

名前

生年月日 年 月 日 年齢 才

血圧 ① / mmHg ② / mmHg

心拍数 /分

腹囲(臍部 呼気終末で) cm

頰部エコー

IMT (far wall、 Bulb より 1.5cm 付近で 1 cm あけて 2 箇所測定)

Rt ① mm ② mm

Lt ① mm ② mm

Stenosis あり なし

(以下は Stenosis あった場合に記載)

Max IMT(1.1mm 以上かつ最大部) Rt: mm , Lt: mm

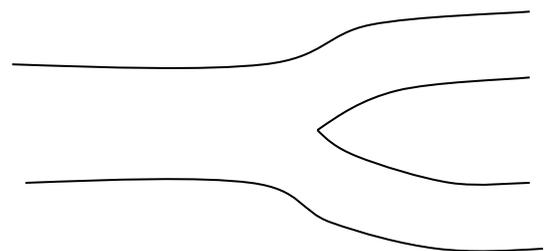
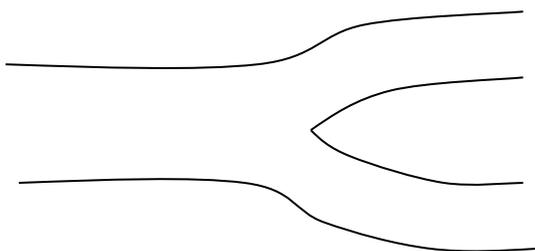
Pulse Wave Doppler

Rt Systolic flow cm/sec, Diastolic flow cm/sec

Lt Systolic flow cm/sec, Diastolic flow cm/sec

Rt

Lt



# 「健康長寿研究」事前アンケート

## \*回答方法\*

- (1) アンケートのご回答には「正しい答え」や「間違った答え」というものはありません。あまり深く考えずに思ったとおりにお答えください。  
記入漏れがございますと、データとして使用できない場合がありますので質問は飛ばさずにお答えください。  
ただし、答えたくない質問がありましたら、ご回答いただかなくても構いません。
- (2) ご回答して頂いた結果につきましては、統計的に処理いたしますので、個々人のご回答を外部に公表しないことをお約束いたします。
- (3) 調査当日までに事前アンケートにご回答いただき、調査当日にご持参ください。

\*\*\*\*\*

**お問い合わせ** ご質問等がございましたら、下記までご連絡ください。

〒565-0871 大阪府吹田市山田丘 1-2

大阪大学大学院人間科学研究科 健康長寿研究会

研究責任者 権藤恭之

担当者 中川威、立平起子、小園麻里菜、美納悠生、辻祐美

電話：090-9280-1369 ファックス：06-6879-8061

調査員記入欄

### 【記入方法】

- \* 当てはまる数字に○をつけてください。
- \* 間違った場合は、×をつけて訂正してください。

### 【記入例】

Q. 今日の気分はいかがですか。

1.  とても良い
2.  まあまあ良い
3.  少し悪い
4.  とても悪い

**【質問1】あなたのお生まれについてお尋ねします。**

[1-1] お生まれになられた場所（都道府県・市町村）は どちらですか。	
--	--

[1-2] 子どもの頃に住んでいらっしゃった場所は どちらですか。 幼少時代を主に過ごされた場所を教えてください。	
--	--

[1-3] ここに暮らして何年になりますか。	(            ) 年
---------------------------	------------------

**【質問2】あなたご自身についてお尋ねします。**

[2-1] あなたが現在、同居している方すべてに○をつけてください。（複数回答可）
1. 一人暮らし                      2. 配偶者                      3. 父・母（義父・義母） 4. 子ども（嫁・婿）              5. 孫（孫の嫁・婿）              6. その他
[2-2] 現在、配偶者の方と同居されていない場合、 配偶者の方との現在のご関係を教えてください。
1. 死別                      2. 別居（施設入所を含む）                      3. 離別                      4. 未婚

[2-3] 現在のあなたの経済状況について、 最も当てはまるものを1つ選んで○をつけてください。	1. 全くゆとりがない 2. あまりゆとりがない 3. 普通である 4. ややゆとりがある 5. 非常にゆとりがある
--	--



[3-6]		はい	いいえ
あなたのまわりの人たち（ご家族を含む）の中で、 以下にあてはまるような人はいますか。			
1 あなたが心配事や困りごとがあるとき、 あなたの言うことに耳をかたむけてくれる人はいますか.....	1	2	
2 いたわりや思いやりを示してくれる人はいますか.....	1	2	
3 あなたが病気になったとき、 まわりの人たちでお世話をあてにできる人はいますか.....	1	2	
4 あなたが経済的に援助が必要になったとき、 まわりの人たちの中であてにできる人はいますか.....	1	2	
5 日頃の生活で、ちょっとした手助けが必要なとき、 手助けしてくれる人はいますか.....	1	2	
6 ホームヘルプ、デイサービスなど保健福祉サービスについて 詳しく知りたいときに相談できる人や窓口を知っていますか.....	1	2	

[3-7] 普段、買い物、散歩、通院などで 外出する頻度はどれくらいですか。	1. 1週間に1回未満 2. 1週間に1、2回 3. 1週間に3、4回 4. 1週間に5、6回 5. 毎日
--	---

**【質問4】 これまでのご経験についてお尋ねします。**

[4-1] 子育ての経験がありますか。	1. 中心となってやった 2. 手伝い程度 3. していない
[4-2] ご家族の方を介護した経験がありますか (現在介護されている場合も含む)。	1. 中心となってやった 2. 手伝い程度 3. していない

【質問5】 あなたの考えについてお尋ねします。

以下の文章を読んで、 あなたの考えに最も当てはまる番号に○をつけてください。		全く当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらともいえない	まあ当てはまる	非常に当てはまる
1	自分の経験や知識を人に伝えるようにしている・・・・・・・・	1	2	3	4	5
2	私が人のためにしてきたことは、後世にも残ると思う・・・・	1	2	3	4	5
3	私が死んでも、人は私のことを覚えていてくれるだろう・・・・	1	2	3	4	5
4	何かに向かって前進していると感じる・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
5	無理のない範囲で募金したい・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5

【質問6】 あなたの普段の行動についてお尋ねします。

以下の文章を読んで、 あなたの普段の行動に最も当てはまる番号に○をつけてください。		全く当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらともいえない	まあ当てはまる	非常に当てはまる
1	一日一回は声を出して笑おうと心がけている・・・・・・・・	1	2	3	4	5
2	逆境になっても、へこたれない・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
3	つらい思い出より楽しい思い出を人に話す・・・・・・・・	1	2	3	4	5
4	崖っぷちでも、あきらめない・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
5	失敗しても頑張れる・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
6	悪いニュースより良いニュースを先に見たり聞いたりする・・・・	1	2	3	4	5

【質問7】現在あなたが行っている余暇活動についてお尋ねします。

仕事・家事以外の余暇活動で、現在あなたが行っている内容すべてに☑してください。

行っている余暇活動の左マスにチェックしてください。

例) 身体的活動

<input type="checkbox"/>	健康体操
<input checked="" type="checkbox"/>	ゴルフ
<input type="checkbox"/>	魚釣り

1. 身体的活動

<input type="checkbox"/>	散歩
<input type="checkbox"/>	ウォーキング
<input type="checkbox"/>	ジョギング
<input type="checkbox"/>	ハイキング
<input type="checkbox"/>	山歩き
<input type="checkbox"/>	登山
<input type="checkbox"/>	アウトドア
<input type="checkbox"/>	スキー
<input type="checkbox"/>	畑仕事
<input type="checkbox"/>	魚釣り
<input type="checkbox"/>	自転車
<input type="checkbox"/>	野球
<input type="checkbox"/>	グランドゴルフ
<input type="checkbox"/>	ゲートボール
<input type="checkbox"/>	ゴルフ
<input type="checkbox"/>	ミニゴルフ
<input type="checkbox"/>	テニス
<input type="checkbox"/>	バウンドテニス
<input type="checkbox"/>	輪投げ
<input type="checkbox"/>	ダンス
<input type="checkbox"/>	バドミントン
<input type="checkbox"/>	ラケットボール
<input type="checkbox"/>	インディアカ
<input type="checkbox"/>	バレーボール
<input type="checkbox"/>	ボーリング
<input type="checkbox"/>	重量挙げ
<input type="checkbox"/>	筋力トレーニング
<input type="checkbox"/>	体力づくり
<input type="checkbox"/>	空手
<input type="checkbox"/>	健康体操
<input type="checkbox"/>	太極拳
<input type="checkbox"/>	気功
<input type="checkbox"/>	ストレッチ
<input type="checkbox"/>	ピラティス
<input type="checkbox"/>	ボディヒーリング
<input type="checkbox"/>	ヨガ
<input type="checkbox"/>	エアロビクス
<input type="checkbox"/>	アクアビクス
<input type="checkbox"/>	水泳
<input type="checkbox"/>	水中ウォーキング
<input type="checkbox"/>	帆走

2. 趣味活動

<input type="checkbox"/>	折り紙
<input type="checkbox"/>	マジック
<input type="checkbox"/>	手遊び
<input type="checkbox"/>	裁縫
<input type="checkbox"/>	手工芸
<input type="checkbox"/>	機織り
<input type="checkbox"/>	フラワーアレンジメント
<input type="checkbox"/>	園芸や盆栽、ガーデニング
<input type="checkbox"/>	家事以外の買い物
<input type="checkbox"/>	家事以外の料理やお菓子作り
<input type="checkbox"/>	写経
<input type="checkbox"/>	書道
<input type="checkbox"/>	華道
<input type="checkbox"/>	茶道
<input type="checkbox"/>	日本舞踊
<input type="checkbox"/>	着付け
<input type="checkbox"/>	切手などの収集
<input type="checkbox"/>	吟行
<input type="checkbox"/>	音楽鑑賞
<input type="checkbox"/>	芸術鑑賞(観劇など)
<input type="checkbox"/>	美術鑑賞
<input type="checkbox"/>	カラオケ
<input type="checkbox"/>	コーラス
<input type="checkbox"/>	詩吟
<input type="checkbox"/>	仕事に関係のないビジネス(株・投資など)
<input type="checkbox"/>	バードウォッチング
<input type="checkbox"/>	自然観察
<input type="checkbox"/>	狩猟
<input type="checkbox"/>	図書館へ行く
<input type="checkbox"/>	新聞を読む
<input type="checkbox"/>	雑誌を読む
<input type="checkbox"/>	本を読む
<input type="checkbox"/>	民謡を歌う
<input type="checkbox"/>	骨董
<input type="checkbox"/>	陶芸
<input type="checkbox"/>	彫刻
<input type="checkbox"/>	手紙を書く
<input type="checkbox"/>	日記をつける
<input type="checkbox"/>	動物の飼育
<input type="checkbox"/>	ツーリング
<input type="checkbox"/>	ドライブ
<input type="checkbox"/>	競馬
<input type="checkbox"/>	パチンコ
<input type="checkbox"/>	ビリヤード

3. 修理・組立

<input type="checkbox"/>	機械の修理
<input type="checkbox"/>	家財道具の修理
<input type="checkbox"/>	日曜大工
<input type="checkbox"/>	組立の必要なもの 購入や計画

4. ゲーム

<input type="checkbox"/>	カードゲーム
<input type="checkbox"/>	クロスワードパズル
<input type="checkbox"/>	言葉遊び
<input type="checkbox"/>	ジグソーパズル
<input type="checkbox"/>	数独(ナンプレ)
<input type="checkbox"/>	そろばん
<input type="checkbox"/>	知識ゲーム
<input type="checkbox"/>	テレビゲーム
<input type="checkbox"/>	パソコンゲーム
<input type="checkbox"/>	ボードゲーム
<input type="checkbox"/>	麻雀
<input type="checkbox"/>	囲碁
<input type="checkbox"/>	将棋

5. テレビ・ラジオの視聴

<input type="checkbox"/>	テレビを見る
<input type="checkbox"/>	ラジオを聞く

6. 個人的な社会活動

<input type="checkbox"/>	外出
<input type="checkbox"/>	外食
<input type="checkbox"/>	会話(対面)
<input type="checkbox"/>	誕生日会など パーティーへの出席
<input type="checkbox"/>	デイサービスの利用
<input type="checkbox"/>	電話
<input type="checkbox"/>	友達と食事会を開く
<input type="checkbox"/>	友達や親戚宅への訪問

7. 公的な社会活動

<input type="checkbox"/>	会議への参加
<input type="checkbox"/>	クラブ活動への参加
<input type="checkbox"/>	催し物への参加
<input type="checkbox"/>	政治活動への参加
<input type="checkbox"/>	講演活動
<input type="checkbox"/>	自治会活動
<input type="checkbox"/>	商工会活動
<input type="checkbox"/>	町内会活動
<input type="checkbox"/>	老人会活動
<input type="checkbox"/>	ボランティア活動
<input type="checkbox"/>	民生委員

8. 宗教活動

<input type="checkbox"/>	祈りや瞑想
<input type="checkbox"/>	教会や礼拝堂への出席
<input type="checkbox"/>	寺や神社への参拝
<input type="checkbox"/>	墓参り

9. 学習活動

<input type="checkbox"/>	絵画・描画
<input type="checkbox"/>	記事のスクラップ
<input type="checkbox"/>	講演会への参加
<input type="checkbox"/>	講習会への参加
<input type="checkbox"/>	仕事の一環として 本を読む
<input type="checkbox"/>	仕事のスキルアップ
<input type="checkbox"/>	カルチャースクールや 高齢者大学への参加
<input type="checkbox"/>	小説や詩の創作
<input type="checkbox"/>	俳句・短歌の創作
<input type="checkbox"/>	外国語の勉強
<input type="checkbox"/>	漢字練習
<input type="checkbox"/>	計算ドリル
<input type="checkbox"/>	脳トレ

10. テクノロジーの利用

<input type="checkbox"/>	楽器演奏
<input type="checkbox"/>	算術計算
<input type="checkbox"/>	写真撮影
<input type="checkbox"/>	税金の支払い
<input type="checkbox"/>	ソフトウェアの利用
<input type="checkbox"/>	パソコンや インターネット
<input type="checkbox"/>	メール

11. 旅行

<input type="checkbox"/>	県外への旅行
<input type="checkbox"/>	国外への旅行
<input type="checkbox"/>	県内への旅行
<input type="checkbox"/>	旅行の計画や準備

12. 休息・リラックス

<input type="checkbox"/>	飲酒
<input type="checkbox"/>	入浴
<input type="checkbox"/>	温泉に行く
<input type="checkbox"/>	ぶらぶらする
<input type="checkbox"/>	ごろ寝
<input type="checkbox"/>	昼寝
<input type="checkbox"/>	マッサージ

13. その他

具体的にご記入ください  
( )  
( )  
( )

最近1週間の余暇活動（仕事や家事以外の活動）を行った日数と時間をお答え下さい。

※余暇活動には、テレビを見る、新聞を読む、ごろ寝をするなども含まれます。

	活動の種類	頻度
例	詩吟	1週間 <u>3</u> 日 1日 約 <u>1</u> 時間 <u>30</u> 分
1		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
2		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
3		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
4		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
5		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
6		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
7		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
8		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
9		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分
10		1週間 _____ 日 1日 約 _____ 時間 _____ 分

【質問8】 過去3年間（平成22年以降）に次のようなことがありましたか。

「あった」と答えた方は、それがいつあったかお答え下さい。

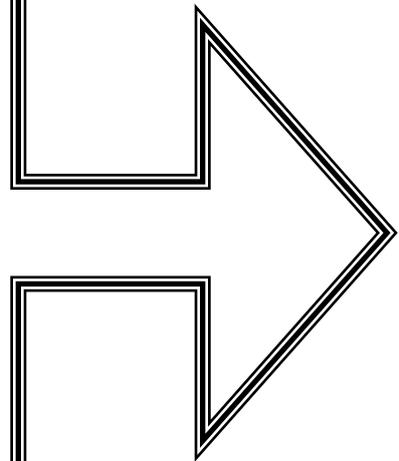
※お子様やお孫さんに関する質問は、同別居を問わず全ての方についてお考え下さい。

この3年間に 以下の出来事がありましたか？	な か っ た	あ っ た	「あった」場合 いつの出来事ですか。
例 <b>宝くじがあたった</b>	1	②	平成 <b>22</b> 年 <b>3</b> 月
(1) 自分が大きな病気やけがをした	1	2	平成 年 月
(2) 家族が大きな病気やけがをした	1	2	平成 年 月
(3) 自分の子どもの結婚 (子どものいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(4) 孫の誕生 (孫がいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(5) 自分の子どもの入学(孫は対象外) (子どものいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(6) 引っ越し	1	2	平成 年 月
(7) 住環境の変化 (例:日照権、公害)	1	2	平成 年 月
(8) 財産や資産の損失、獲得 (例遺産相続、家の新築・購入)	1	2	平成 年 月
(9) 暮らし向きの急変 (例:収入の大幅減少、大きな借金)	1	2	平成 年 月
(10) 夫婦関係のトラブル (配偶者のいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(11) 家庭内で問題が起きた	1	2	平成 年 月
(12) 親戚とのトラブル	1	2	平成 年 月
(13) 友人や隣人とのトラブル	1	2	平成 年 月
(14) 事故、犯罪などの被害、訴訟 (例:交通事故、泥棒、詐欺)	1	2	平成 年 月
(15) 自分の子どもとの同居 (子どものいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月

この3年間に 以下の出来事がありましたか？	な か っ た	あ っ た	「あった」場合 いつの出来事ですか。
(16) 自分子どもとの別居 (子どものいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(17) 自分の完全な退職・引退	1	2	平成 年 月
(18) 配偶者の完全な退職・引退 (配偶者のいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(19) 自分が 再就職、転職、就職、事業を始めた	1	2	平成 年 月
(20) 自分子どもが 再就職、転職、就職、事業を始めた (子どものいない方は「1 なかった」)	1	2	平成 年 月
(21) 配偶者との死別	1	2	平成 年 月
(22) 自分子どもとの死別 (嫁、婿も含む)	1	2	平成 年 月
(23) 親しい友人との死別	1	2	平成 年 月
(24) 親との死別(義父母も含む)	1	2	平成 年 月
(25) きょうだいとの死別 (義理のきょうだいも含む)	1	2	平成 年 月
(26) 家族・親族・友人の介護	1	2	平成 年 月
(27) その他自分にとって重要であった出来事 (具体的に: )	1	2	平成 年 月
(28) その他自分にとって重要であった出来事 (具体的に: )	1	2	平成 年 月

次のページからは、歯学の質問です。

次のページからは、  
歯学に関する質問です。  
よろしくお願いします。



以下では、歯学調査に関する質問を行います。

**【質問9】 あなたの口の状態についてお尋ねします。**

[9-1] 食事中、口の中が乾いて食べにくいことがありますか。	1. はい 2. いいえ
[9-2] 夜間や起床時にのどが乾いていますか。	1. 乾いている 2. 乾いていない
[9-3] 食物を咬むことについて満足されていますか。 (義歯を使っている方は、義歯を入れた状態としてお答え下さい)	1. 満足 2. どちらでもない 3. 不満
[9-4] 食べ物や飲み物を飲み込むとき、のどに詰まりかけたり、 むせたりすることがありますか。	1. はい 2. いいえ
[9-5] 味覚（食べ物の味の感じ方）について満足されていますか。	1. 満足 2. どちらでもない 3. 不満
[9-6] 1日に何回歯をみがきますか。	1. みがかない日もある 2. 1日1回 3. 1日2回 4. 1日3回以上

[9-7] かかりつけの歯科医院はありますか。	1. はい 2. いいえ
-------------------------	-----------------

[9-8] 歯科の定期検診を受けておられますか。	1. 1~3ヶ月に一度 2. 半年に一度 3. 1年に一度 4. 数年に一度 5. 受けていない
--------------------------	--

[9-9] 歯について気になることがありますか。 (義歯ではなく自分の残っている歯についてお答えください) あなたにあてはまるすべての番号に○をつけてください(複数回答可)。	
1. 特にな 3. 痛くはないが虫歯やかけたところがある 5. 見た目が悪い(色や歯並びなど)	2. 痛い、しみることもある 4. 歯がグラグラ動く 6. その他( )

[9-10] 歯ぐきや口の粘膜について気になることがありますか。 (義歯ではなく自分の残っている歯についてお答えください) あなたにあてはまるすべての番号に○をつけてください(複数回答可)。	
1. 特にな 4. 歯ぐきがやせている 6. 口内炎がよくできる	2. 歯ぐきが痛い 3. 歯ぐきがはれている 5. 歯ぐきから血やうみが出る 7. その他( )

**【質問10】 義歯についてお尋ねします。**

[10-1] あなたは取り外し式の義歯をお使いですか。	1. はい 2. いいえ
-----------------------------	-----------------



【質問12】食事のことについてお尋ねします。

<p>[12-1] この3年で味覚が低下したと感じますか。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 低下した</li><li>2. 変わらない</li><li>3. 敏感になった</li></ol>
<p>[12-2] この3年で食べる量が変わりましたか。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 大変減った</li><li>2. 少し減った</li><li>3. 変わらない</li><li>4. 少し増えた</li><li>5. 大変増えた</li></ol>
<p>[12-3] あなたの食事は主に誰が作られていますか。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 自分</li><li>2. 配偶者</li><li>3. その他の家族</li><li>4. ヘルパーなど</li><li>5. その他（買った物、外食、宅配サービスの利用等）</li></ol>
<p>[12-4] 食べる物を選ぶ、または食事を作る時に 現在の歯の状態を考えていますか。</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 食べにくい物は避ける</li><li>2. 食べにくい物でも工夫して食べている</li><li>3. 特に気にしていない</li></ol>

次のページからは、医学の質問です。

以下では、医学調査に関する質問を行います。

【質問13】 あなたの身長、体重をお尋ねします。

身長	体重
(                      ) cm	(                      ) kg

【質問14】 あなたのご病気についてお尋ねします。

今までに 以下の病気にかかったことがありますか。	はい	いいえ	最初に治療を受けた年もしくは年齢 (分かるほうで記入)			治療中のものに○
			昭・平	年	歳	
1 高血圧	1	2	昭・平	年	歳	
2 糖尿病	1	2	昭・平	年	歳	
3 高脂血症 (コレステロールや中性脂肪が高いなど)	1	2	昭・平	年	歳	
4 高尿酸血症	1	2	昭・平	年	歳	
5 腎臓病	1	2	昭・平	年	歳	
6 骨粗鬆症	1	2	昭・平	年	歳	
7 心臓病 [詳細:                      ]	1	2	昭・平	年	歳	
8 脳卒中 [詳細:                      ]	1	2	昭・平	年	歳	
9 悪性腫瘍 (がん) [詳細:                      ]	1	2	昭・平	年	歳	
10 骨折 [部位:                      ]	1	2	昭・平	年	歳	
11 手術 [部位:                      ]	1	2	昭・平	年	歳	

その他にあればご記入ください。		最初に治療を受けた年もしくは年齢 (分かるほうで記入)		治療中のものに○
1	病名[ ]	昭・平	年	歳
2	病名[ ]	昭・平	年	歳
3	病名[ ]	昭・平	年	歳
4	病名[ ]	昭・平	年	歳
5	病名[ ]	昭・平	年	歳
6	病名[ ]	昭・平	年	歳
7	病名[ ]	昭・平	年	歳
8	病名[ ]	昭・平	年	歳
9	病名[ ]	昭・平	年	歳
10	病名[ ]	昭・平	年	歳

【質問15】 ご家族のご病気についてお尋ねします。

[15-1] あなたのご家族は、過去に次の病気にかかったことがありますか。

あてはまるすべての番号に○をつけてください（複数回答可）。

※ご兄弟、お子様が複数おられた場合は、全員ひとまとめとして考えてください。

	高血圧	糖尿病	心臓病	悪性腫瘍 (がん)	脳卒中	その他
父	1	2	3	4	5	6 [詳細: ]
母	1	2	3	4	5	6 [詳細: ]
兄弟	1	2	3	4	5	6 [詳細: ]
子ども	1	2	3	4	5	6 [詳細: ]

[15-2] あなたのお父様は現在ご存命ですか。	
1. はい、 現在 ( ) 歳です。	2. いいえ、 ( ) 歳で亡くなりました。
[15-3] あなたのお母様は現在ご存命ですか。	
1. はい、 現在 ( ) 歳です。	2. いいえ、 ( ) 歳で亡くなりました。

**【質問16】あなたの血圧についてお尋ねします。**

[16-1] 日頃から定期的に血圧を測っていますか。	1. はい
	<u>2. いいえ</u>

2. いいえを選ばれた方は、次のページの【質問17】に進んでください。

[16-1] で1. はいとお答えの方に質問です。

[16-2] 血圧はどこで測っていますか。	1. 自宅 2. 病院 3. デイサービスなど 4. その他 ( )
[16-3] 血圧を測る時間はいつも決まっていますか。	1. はい 2. いいえ
[16-4] 血圧は大体いつ頃測られていますか。おおよその時間を教えてください。	( ) 時頃

血圧手帳やデイサービスの血圧記録など、日頃の血圧が分かるものを調査時にご持参ください。

【質問17】現在、内服している薬や過去に内服した薬についてお聞きします。

最近受け取ったお薬の説明書やお薬手帳を調査時にご持参ください。

なお、それが難しいようであれば、下記に分かる範囲でお書きください。

	薬剤名	1回量 (例; 5mg)	飲み方	服薬され始めた 年もしくはお歳 (分かるほうで記入)
1			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
2			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
3			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
4			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
5			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
6			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
7			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
8			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
9			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
10			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
11			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
12			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
13			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
14			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳
15			1回 錠×1日 回	昭・平 年 歳

**【質問 18】 普段のお薬の飲み方についてお聞きします。**

<p>[18-1] 今までにお薬を飲み忘れたことがありますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[18-2] お薬を飲むことを時々忘れますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[18-3] 調子が良い時、お薬を飲むのを止めることがありますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[18-4] お薬を飲んだあと調子が悪く感じたときに、 お薬を飲むことを止めますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>

**【質問 19】 あなたの最近の体調についてお尋ねします。**

<p>[19-1] 医師から病気のため 運動や日常生活の制限が必要と言われたことがありますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[19-2] 最近3か月以内に入院しましたか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[19-3] 運動時あるいは安静時に 5-10分持続する胸の痛みを感じることがありますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[19-4] 体を動かすと息切れすることがありますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>[19-5] 腰や関節に痛みを感じることがありますか。</p>	<p>1. はい 2. いいえ</p>

以上でアンケートは終わりです。お疲れ様でした。  
お手数ですが、最後に記入漏れがないかご確認ください。  
最後までお答え頂き、誠にありがとうございます。

この調査に関するご意見・ご感想がございましたら、下の空欄にご自由にお書きください。  
ご協力いただきましたことに、厚く御礼申し上げます。

ご意見・ご感想

# 「健康長寿研究」当日アンケート

調査員記入欄

## \*注 意 点\*

- (1) 事前アンケートと同様に、調査当日にもこのアンケートに回答をお願いいたします。
- (2) アンケートは、次のページから14ページまでです。
- (3) 質問の意味がわからない場合は、調査員にお尋ねください。
- (4) 希望に応じて、調査員が質問を読み上げ、みなさまの回答を代わりに記入いたします。ご希望の方は、調査員に申し付けください。

## 【マーク記入方法】

- \* 当てはまる数字に○をつけてください。
- \* 間違った場合は、×をつけて訂正してください。

### 【記入例】

Q. 今日の気分はいかがですか。

1. とても良い
2. まあまあ良い
3. 少し悪い
4. とても悪い

【質問1】 あなたの健康状態についてお尋ねします。

現在のあなたの健康状態について、 最も当てはまるものを1つ選んで○を つけてください。	1. 健康ではない 2. あまり健康でない 3. まあ健康な方だ 4. とても健康だ
---	---

【質問2】 最近のあなたの状況についてお尋ねします。

[2-1] 普段は何でもないことが煩わしいと思う	1. ほとんど、もしくはまったく感じることはなかった (1日未満) 2. たまには、もしくは少々は感じたことがあった (1-2日程度) 3. しばしば、もしくは結構感じたことはあった (3-4日程度) 4. ほとんど、もしくはずっと感じていた (5-7日程度)
[2-2] 何をするのも億劫だ・面倒だ	1. ほとんど、もしくはまったく感じることはなかった (1日未満) 2. たまには、もしくは少々は感じたことがあった (1-2日程度) 3. しばしば、もしくは結構感じたことはあった (3-4日程度) 4. ほとんど、もしくはずっと感じていた (5-7日程度)

[2-3] 以下の文章を読んで、 <b>最近2週間の</b> あなたの状態に 最も当てはまる番号に○をつけてください。		ま つ た く な い	ほ ん の た ま に	半 分 以 下 の 期 間 を	半 分 以 上 の 期 間 を	ほ と ん ど い つ も	い つ も
1 明るく、楽しい気分で過ごした.....	1	2	3	4	5	6	
2 落ち着いた、リラックスした気分で過ごした.....	1	2	3	4	5	6	
3 意欲的で、活動的に過ごした.....	1	2	3	4	5	6	
4 ぐっすりと休め、気持ちよくめざました.....	1	2	3	4	5	6	
5 日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった.....	1	2	3	4	5	6	

【質問3】あなたご自身についてお伺いします。

次の文章は、どれくらい自分に当てはまると思われますか。		そうでない	どちらかといえ そうでないば	どちらかといえ そうだば	そうだ
1	人のありがたさを実感している・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
2	ひとりで過ごすのはつまらない・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
3	死後の世界があると思う・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
4	つい見栄を張ってしまう・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
5	振り返ってみると、「自分はよくやってきた」と思う・・・	1	2	3	4
6	生かされていると感じることがある・・・・・・・・	1	2	3	4
7	過去のことでまだこだわっていることがある・・・・・・・・	1	2	3	4
8	良いことも悪いことも、あまり考えない・・・・・・・・	1	2	3	4
9	よいことがあると、他の人のおかげだと思う・・・・・・・・	1	2	3	4
10	私の気持ちは昔と今を行ったり来たりしている・・・・・・・・	1	2	3	4
11	自分のことより人のことをまず考える・・・・・・・・	1	2	3	4
12	できないことがあってもくよくよしない・・・・・・・・	1	2	3	4
13	周りの人の支えがあるからこそ私は生きていける・・・・	1	2	3	4
14	ひとりでいるのも悪くない・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
15	善悪の区別をすることは難しい・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
16	神様や仏様のような人智を超えた存在があると思う・・・・	1	2	3	4
17	人がやっていることに、つい口を出したくなる・・・・・・・・	1	2	3	4
18	自分がいなくなっても、未来に何かが伝わると思う・・・・	1	2	3	4
19	人の気持ちがよくわかるようになった・・・・・・・・	1	2	3	4
20	もう死んでもいいという気持ちと もう少し生きていたいという気持ちが同居している・・・	1	2	3	4

<p>(続きです)</p> <p>次の文章は、どれくらい自分にあてはまると思えますか。</p>	<p>そうでない</p>	<p>どちらかといえ ば そうでない</p>	<p>どちらかといえ ば そうだ</p>	<p>そうだ</p>
21 他人のことを羨ましいと思うことがある・・・・・・・・	1	2	3	4
22 自分の人生は意義のあるものだったと思う・・・・・・・・	1	2	3	4
23 昔より思いやりが深くなったと思う・・・・・・・・	1	2	3	4
24 ひとりで静かに過ごす時間は大切だ・・・・・・・・	1	2	3	4
25 ご先祖様との繋がりを強く感じる・・・・・・・・	1	2	3	4
26 毎日が楽しい・・・・・・・・	1	2	3	4
27 細かいことが気にならなくなった・・・・・・・・	1	2	3	4

【質問4】 あなたの日常の活動についてお尋ねします。

以下の文章を読んで、当てはまる番号に○をつけてください。		はい	いいえ
1	バスや電車を使って一人で外出できますか・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
2	日用品の買い物ができますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
3	自分で食事の用意ができますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
4	請求書の支払いができますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
5	銀行預金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか・・・・・・・・	1	2
6	年金などの書類が書けますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
7	新聞を読んでいますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
8	本や雑誌を読んでいますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
9	健康についての記事や番組に関心がありますか・・・・・・・・	1	2
10	友人の家をたずねていますか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
11	家族や友達の相談にのっていますか・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
12	病人を見舞うことができますか・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2
13	若い人に自分から話しかけることがありますか・・・・・・・・	1	2

【質問5】あなたが目標や目的（\*）をどのように決めているのか、  
目標や目的を達成するためにどのような方法をとるのか、についてお尋ねします。

以下の文章を読み、1と2を比べてください。あなたに当てはまる方に○をつけてください。

〔 \* 目標や目的は、「へそくりを貯める」、「趣味活動を行う」といった小さな目標から、  
「健康で長生きする」、「仕事や商売で成功する」といった大きな目標まであります。 〕

1 私は持てるエネルギーを

- 1 たくさんのことに振り分ける。
- 2 ひとつのことに集中して注ぐ。

2 物事が、かつてのようによくいかない時

- 1 それを受け入れる。
- 2 前と同じになるように、色々試してみる。

3 何かをする時は

- 1 目標や目的をいくつも設定して、同時に取り組む。
- 2 その時々で、もっとも大事なことに集中する。

4 何か問題が生じた時

- 1 あらゆる努力をして、解決しようとする。
- 2 しばらく様子を見て、成り行きを見守る。

5 以前できたことがうまくいかない時

- 1 成り行き任せにする。
- 2 何が、自分にとって本当に大切なのか、考え直す。

6 自分にとって重要な物事に対して

- 1 全力で取り組むことはなかなかできない。
- 2 精一杯の力で取り組む。

続きです。

以下の文章を読み、1と2を比べてあなたに当てはまる方に○をつけてください。

7 目標や目的は

- 1 多大な努力を要するものであっても選ぶ。
- 2 努力しなくても達成できるものを選ぶ。

8 物事がうまく進んでいない時

- 1 そのことは打ち切りにして、やめる。
- 2 まず最も大切な目標に向かう。

9 かつてのやり方では物事がうまくいかない時は

- 1 達成するための他のやり方を探す。
- 2 その状態を受け止める。

10 自分の注意はいつでも

- 1 同時にいくつもの目標に向いている。
- 2 最も大事な目標に向いている。

11 以前ほどうまくできない時

- 1 できなくてもそれでいいと考える。
- 2 うまくできるように、他のやり方や手段を見つけ出す。

12 以前のようにうまくいかなかった時

- 1 状況が良くなるのを待つ。
- 2 いくつかの目標や目的をあきらめ、より大切なものに集中する。

【質問6】 あなたの日常の活動についてお尋ねします。

以下の文章を読んで、当てはまる番号に○をつけてください。		はい	いいえ
1	初めての場所でも行き方を調べて出かけることができますか.....	1	2
2	病人の看病ができますか.....	1	2
3	ビデオやDVDプレイヤーの操作ができますか.....	1	2
4	携帯電話を使うことができますか.....	1	2
5	携帯電話やパソコンのメールができますか.....	1	2
6	ATMを使うことができますか.....	1	2
7	教育・教養番組を視聴していますか.....	1	2
8	美術品、映画、音楽を鑑賞することがありますか.....	1	2
9	健康に関する情報の信ぴょう性について判断できますか.....	1	2
10	自分なりの健康法がありますか.....	1	2
11	外国のニュースや出来事に興味がありますか.....	1	2
12	関心のあることについて調べることがありますか.....	1	2
13	詐欺、ひったくり、空き巣等の被害にあわないように対策をしていますか.....	1	2
14	生活の中でちょっとした工夫をすることがありますか.....	1	2
15	町内会・自治会で活動していますか.....	1	2
16	地域のお祭りや行事などに参加していますか.....	1	2
17	孫や家族、知人の世話をしていますか.....	1	2
18	自治会やグループ活動の世話役や役職を引き受けることができますか.....	1	2
19	奉仕活動やボランティア活動をしていますか.....	1	2
20	散歩や軽い体操を定期的に行っていますか.....	1	2

【質問7】 あなたの心の健康についてお尋ねします。

過去1ヶ月間に、 以下のように感じたことがどれくらいありましたか？  以下の文章を読んで、 あなたに最も当てはまる番号に○をつけてください。		全く感じなかった	たまに感じた	時々感じた	しばしば感じた	いつも感じた
1	気分がいい・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
2	全てが骨折り損であると感じる・・・・・・・・	1	2	3	4	5
3	とても幸せだ・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
4	落ち着かない、そわそわする・・・・・・・・	1	2	3	4	5
5	満足している・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
6	緊張で神経が高ぶっている・・・・・・・・	1	2	3	4	5
7	悲しすぎて、何をしても全然元気が出ない・・・・・・・・	1	2	3	4	5

【質問8】 あなたの人生に対する考え方についてお尋ねします。

以下の文章を読んで、 あなたに最も当てはまる番号に○をつけてください。		全くあてはまらない	あてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	あてはまる	非常にあてはまる
1	これまでの人生に満足している・・・・・・・・	1	2	3	4	5	6	7
2	思っていた通りの人生を歩めた・・・・・・・・	1	2	3	4	5	6	7
3	わたしはよい人生を送ってきた・・・・・・・・	1	2	3	4	5	6	7
4	もう一度同じ人生を歩みたいと思う・・・・・・・・	1	2	3	4	5	6	7
5	これまでの望みは、だいたいかなってきた・・・・・・・・	1	2	3	4	5	6	7

【質問9】日頃の健康行動についてお尋ねします。

以下の項目は、どれくらいあなたに当てはまりますか。 あてはまるものに1つ○をつけてください。	とても当てはまる	まあ当てはまる	あまり当てはまらない	全く当てはまらない
1 栄養バランスに気をつける・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
2 規則的な食生活をする・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
3 お酒を控え、飲みすぎない (お酒を飲まない方は「1. とても当てはまる」)・・・・・・・・	1	2	3	4
4 タバコを控え、吸わない (タバコを吸わない方は「1. とても当てはまる」)・・・・・・・・	1	2	3	4
5 お菓子を控え、食べ過ぎない・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
6 太りすぎや痩せすぎに注意し、体重管理する・・・・・・・・	1	2	3	4
7 定期的に運動を行う、または運動不足にならない工夫をする・・・	1	2	3	4
8 規則的に睡眠をとる、または十分な休息をとる・・・・・・・・	1	2	3	4

<p><b>【質問10】</b></p> <p>以下の文章を読んで、 あなたに最も当てはまる番号に○をつけてください。</p>	全く当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらともいえない	まあ当てはまる	非常に当てはまる
1 この先は明るいと思う・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
2 今ある目標はかなう・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4	5
3 困難に出会ってもなんらかの方法で切り抜けられると思う・・・	1	2	3	4	5
<p>4 誰もがあきらめても、 私は問題の解決方法を見つけられるだろう・・・・・・・・</p>	1	2	3	4	5
5 信仰心、または道徳的な教えに従って生きている・・・・・・・・	1	2	3	4	5
6 信心や信念があるから、私は前向きな態度でいられる・・・・・・・・	1	2	3	4	5
7 私は、毎日のように新しい楽しみを見つけられる・・・・・・・・	1	2	3	4	5

【質問 1 1】 耳の機能状態についてお尋ねします。

<p>[1 1 - 1]</p> <p>まず、聞こえについてお聞きします。 以下の項目がどの程度困難だと感じますか。</p> <p>※ 普段補聴器を使用されている方は、 つけた状態でお答えください。</p>	とても困難だ	困難だ	少し困難だ	まったく困難でない
<p>1 普通の会話で言葉を聞き取ったり、理解したりすること・・・</p>	1	2	3	4
<p>2 騒がしい部屋で会話を続けること (十分な大きさに聞き取れないため)・・・・・・・・</p>	1	2	3	4
<p>3 テレビやラジオの音量を大きくせずに、 話している内容を聞き取ったり、理解したりすること・・・</p>	1	2	3	4

<p>[1 1 - 2]</p> <p>耳が悪いために 生活の範囲が狭くなっていますか。</p>	<p>1. あてはまらない</p> <p>2. あまりあてはまらない</p> <p>3. ややあてはまる</p> <p>4. とてもあてはまる</p>
<p>[1 1 - 3]</p> <p>耳が悪いために人とのコミュニケーションが 少なくなっていますか。</p>	<p>1. あてはまらない</p> <p>2. あまりあてはまらない</p> <p>3. ややあてはまる</p> <p>4. とてもあてはまる</p>

【質問12】目の機能状態についてお尋ねします。

[12-1] 見え方についてお聞きします。 以下の項目がどの程度困難だと感じますか。  ※ 普段、眼鏡やコンタクトを使用されている方は、 つけた状態でお答えください。	とても 困難だ	困難だ	少し 困難だ	まったく 困難でない
1 道路の向こう側にいる友人を識別すること・・・・・・・・・・	1	2	3	4
2 細かい文字を読むこと・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4
3 暗がりや薄明かりの中で物を見ること・・・・・・・・・・・・・・・・	1	2	3	4

[12-2] 目が悪いために 生活の範囲が狭くなっていますか。	1. あてはまらない 2. あまりあてはまらない 3. ややあてはまる 4. とてもあてはまる
[12-3] 目が悪いために人とのコミュニケーションが 少なくなっていますか。	1. あてはまらない 2. あまりあてはまらない 3. ややあてはまる 4. とてもあてはまる

ここまでの記入が終わりましたら、  
 調査員に声をかけてください。

【質問13】以下の質問は、みなさまが日常生活の中でどのように身体活動を行っているか(どのように体を動かしているか)を調べるものです。平均的な1週間を考えた場合、あなたが1日にどのくらいの時間、体を動かしているのかをお尋ねしていきます。身体活動(体を動かすこと)とは、仕事での活動、通勤や買い物などいろいろな場所への移動、家事や庭仕事、余暇活動の運動やレジャーなどのすべての身体的な活動を含んでいることに留意して下さい。

以下の質問では、**1回につき少なくとも10分以上続けて**行う身体活動についてのみ考えて、お答えください。

[13-1]

平均的な1週間では、身体的にきつと感じるような、かなり呼吸が乱れるような**強い**身体活動(重い荷物の運搬、自転車で坂道を上がる、ジョギング、テニスのシングルスなど)を行う日は何日ありますか。また、強い身体活動を行う日は、通常、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いますか。

1. 週 \_\_\_\_\_ 日、1日合計して \_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

2. な い

[13-2]

平均的な1週間では、身体的にやや負担がかかり、少し息がはずむような**中等度の**身体活動(軽い荷物の運搬、子供との鬼ごっこ、ゆっくり泳ぐこと、テニスのダブルス、カートを使わないゴルフなど)を行う日は何日ありますか。**歩行やウォーキングは含めないで**お答えください。また、中等度の身体活動を行う日は、通常、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いますか。

1. 週 \_\_\_\_\_ 日、1日合計して \_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

2. な い

[13-3]

平均的な1週間では、10分間以上続けて**歩く**ことは何日ありますか。ここで、**歩く**とは仕事や日常生活で歩くこと、ある場所からある場所へ移動すること、あるいは趣味や運動としてのウォーキング、散歩など、全てを含みます。また、そのような日には、通常、1日合計してどのくらいの時間歩きますか。

1. 週\_\_\_\_\_日、1日合計して\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_分

2. な い

[13-4]

最後の質問は、毎日座ったり寝転んだりして過ごしている時間（工作中、自宅で、勉強中、余暇時間など）についてです。すなわち、机に向かったり、友人とおしゃべりをしたり、読書をしたり、座ったり、寝転んでテレビを見たり、といった全ての時間を含みます。なお、睡眠時間は**含めない**で下さい。

**平日には**、通常、1日合計してどのくらいの時間**座ったり寝転んだりして**過ごしますか。  
※食事や入浴時間は含めてください。

1日合計して\_\_\_\_\_時間\_\_\_\_\_分

以上でアンケートへの記入は終わりです。ご協力ありがとうございました。

# 診察票

被験者名 \_\_\_\_\_ ID \_\_\_\_\_ 番 \_\_\_\_\_

調査員記入欄

診査者 \_\_\_\_\_ 補助者 \_\_\_\_\_ 平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日実施

RSST \_\_\_\_\_ 回/30秒

SSFR \_\_\_\_\_ ml/2分

BW \_\_\_\_\_ kg

顎関節

雑音 L (click crepitus なし) R (click crepitus なし)

疼痛 (ありなし)

開口量(切端間距離): \_\_\_\_\_ mm OB: \_\_\_\_\_ mm

開口量: A+B \_\_\_\_\_ mm

50Hデンタルプレスケール (ICPで3秒間、食事の時の口腔内状態)

味覚

甘	4	5	6	7	9	
酸	2	3	4	5	9	
塩	2	3	4	5	9	
苦	2	3	4	5	6	9

味覚を認知できなかった人は9(Burst)に○をする

グミ(スコア法) \_\_\_\_\_ スコア



検査日： \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日

ID（通し番号）： \_\_\_\_\_

名前： \_\_\_\_\_

生年月日： \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日

年齢： \_\_\_\_\_才

調査員記入欄

【体調チェック】

	項目	該当箇所に○
1	体調チェック項目（運動の制限、入院、胸の痛み、息切れ）に1つでも該当 ※事前票 18 ページ[19-5]以外	
2	心臓病の既往に該当 ※事前票 14 ページ【質問 14】 7 心臓病	
3	体温 _____度 →37.5 度以上	
4	血中酸素飽和度 _____% →95%以下	

1、3、4いずれか一つでも該当 ⇒ 問診から開始

2に該当 ⇒ 運動検査の前に問診へ案内

すべて当てはまらない ⇒ 体調チェック終了

※当日ファイルにチェックを入れてください！

問診コメント

**【要介護認定】**

要介護認定を受けていますか。				
1. 受けている	2. 受けていない			
要介護認定を受けている方のみお答えください。 現在の認定は、以下のどれですか。				
1. 要支援 1	2. 要支援 2			
3. 要介護 1	4. 要介護 2	5. 要介護 3	6. 要介護 4	7. 要介護 5

**【体重の変化】**

この1年間で、体重が変化しましたか。 (意図的な減量の場合は含みません)	1. はい 2. いいえ
どのくらい変化しましたか。具体的に教えてください。	(                    )kg

**【喫煙習慣】**

現在、習慣的にタバコを吸っていらっしゃいますか。	1. 吸っていない。または、ごくたまにしか吸わない。 2. 吸っている。⇒ (                    )本/一日
--------------------------	---

↓

以前は、日常的に吸っていらっしゃいましたか。	1. はい ⇒ (                    )歳まで (                    )本/一日 2. いいえ
------------------------	--

**【飲酒習慣】**

現在、習慣的にお酒を飲んでいらっしゃいますか（果実酒や薬用酒は除く）。

- 1. 飲んでいない。または、たまにしか飲まない。（飲酒日が平均週 1 日未満）
- 2. 飲酒の習慣はあるが、大量には飲まない。  
（飲酒日が平均週 1 日以上 3 日未満。もしくは、1 日の平均量が日本酒で 3 合、ビール中瓶で 3 本、ウイスキーで 180ml 未満）
- 3. 習慣的に大量にお酒を飲んでいる。  
（週 3 日以上飲酒し、かつ 1 日の平均量が日本酒 3 合、ビール中瓶 3 本以上、ウイスキーで 180ml 以上）

以前は、習慣的にお酒を飲むことがありましたか。

- 1. はい ⇒  ( ) 歳まで
- 2. いいえ

**【家庭血圧】**

	測定日時	収縮期血圧 (最高血圧)	拡張期血圧 (最低血圧)	脈拍数 (回/分)	測定部位
第1日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第2日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第3日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第4日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第5日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指

1 日 2 回測定されている方は、2 回目の血圧を下の欄に記載してください。

第1日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第2日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第3日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第4日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指
第5日	月 日 時	[ ]mmHg	[ ]mmHg		肘・手首・指

病名	(SQ1で「ある」と答えた病気について)						
	SQ1			SQ2	SQ3		
	病気の経験			発病	現在、医師の処方薬を服用(使用)		
	ある	ない	不明	年齢	はい	いいえ	不明
(1) 脳卒中(脳梗塞、脳いっ血、脳出血、くも膜下出血、虚血発作、硬膜下血腫など)	1	2	3	歳	1	2	3
(2) 心臓の病気(狭心症、心筋梗塞、心房細動、不整脈、弁膜症、ペースメーカーなど)	1	2	3	歳	1	2	3
(3) 高血圧	1	2	3	歳	1	2	3
(4) 糖尿病	1	2	3	歳	1	2	3
(5) 高脂血症(高コレステロール、高中性脂肪)	1	2	3	歳	1	2	3
(6) 肺の病気(結核、喘息、肺気腫、肺炎など)	1	2	3	歳	1	2	3
(7) 胃腸、肝臓、胆のうの病気(逆流性食道炎、胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、便秘、肝炎、胆石、盲腸など)	1	2	3	歳	1	2	3
(8) 腎臓の病気(急性腎炎、慢性腎炎、腎盂腎炎、人工透析など)	1	2	3	歳	1	2	3
(9) 前立腺の病気(男性のみお答えください)	1	2	3	歳	1	2	3
(10) 甲状腺の病気(バセドー病、橋本病、甲状腺機能亢進症、甲状腺機能低下症など)	1	2	3	歳	1	2	3
(11) パーキンソン病	1	2	3	歳	1	2	3
(12) 膠原病(リウマチ、SLEなど)	1	2	3	歳	1	2	3
(13) 白内障	1	2	3	歳	1	2	3
(14) 骨粗しょう症	1	2	3	歳	1	2	3
(15) 膝や股関節など関節の変形、痛み(変形性関節症)	1	2	3	歳	1	2	3
(16) 骨折(箇所を具体的に )	1	2	3	歳	1	2	3
(17) がん(箇所を具体的に )	1	2	3	歳	1	2	3
(18) 手術(箇所を具体的に )	1	2	3	歳	1	2	3
(19) 認知症	1	2	3	歳	1	2	3

【血圧】

右：① \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ mmHg      ② \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ mmHg

左：① \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ mmHg      ② \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ mmHg

心拍数： \_\_\_\_\_ / 分

【頸部エコー】

IMT (far wall、Bulb より 1.5cm 付近で 1cm あけて 2 箇所測定)

Rt: ① \_\_\_\_\_ mm      ② \_\_\_\_\_ mm

Lt: ① \_\_\_\_\_ mm      ② \_\_\_\_\_ mm

Stenosis      あり      なし

(以下は Stenosis あった場合に記載)

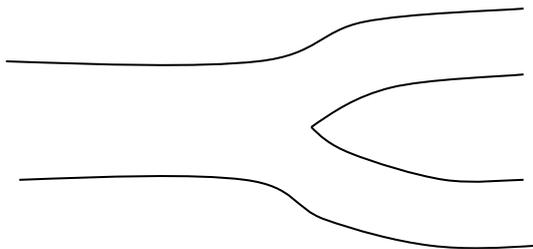
Max IMT (1.1mm 以上かつ最大部) Rt: \_\_\_\_\_ mm,      Lt: \_\_\_\_\_ mm

Pulse Wave Doppler

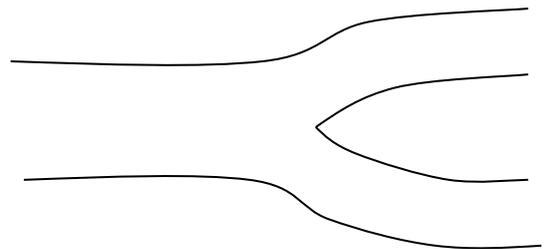
Rt: Systolic flow \_\_\_\_\_ cm/sec,      Diastolic flow \_\_\_\_\_ cm/sec

Lt: Systolic flow \_\_\_\_\_ cm/sec,      Diastolic flow \_\_\_\_\_ cm/sec

Rt



Lt



【肺機能】

%VC: \_\_\_\_\_ %

F FEV1.0%: \_\_\_\_\_ %

肺年齢: \_\_\_\_\_ 歳

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
増井幸恵, 中川威, 榎藤恭之, 小川まどか, 石岡良子, 立平起子, 池邊一典, 神出計, 新井康通, 高橋龍太郎	日本版老年的超越質問紙改訂版の妥当性および信頼性の検討	老年社会科学	35	49-59	2013
増井幸恵	老年的超越研究の動向と課題	老年社会科学	35	365-373	2013
中川 威, 榎藤恭之, 増井幸恵, 石岡良子, 田淵恵, 神出 計, 池邊一典, 新井康通, 高橋龍太郎	Valuation of Life (VOL) 尺度の作成	心理学研究	84	37-46	2013
Inomata C, Ikebe K, Kagawa R, Okubo H, Sasaki S, Okada T, Takeshita H, Tada S, Matsuda K, Kurushima Y, Kitamura M, Murakami S, Gondo Y, Kamide K, Masui Y, Takahashi R, Arai Y, Maeda Y	Significance of occlusal force for dietary fiber and vitamin intakes in independently living 70-year-old Japanese: from SONIC (Septuagenarians, Octogenarians, Nonagenarians Investigation with Centenarians) Study	Journal of Dentistry	42	556-564	2014
Yoshinaka M, Ikebe K, Furuya-Yoshinaka M, Maeda Y	Prevalence of torus mandibularis among a group of elderly Japanese and its relationship with occlusal force.	Gerodontology	31	117-122	2014
Okada T, Ikebe K, Inomata C, Takeshita H, Uota M, Mihara Y, Matsuda K, Kitamura M, Murakami S, Gondo Y, Kamide K, Masui Y, Takahashi R, Arai Y, Maeda Y	Association of periodontal status with occlusal force and food acceptability in 70-year-old adults: from SONIC Study.	Journal of Oral Rehabilitation	41	912-919	2014
Takeshita H, Ikebe K, Kagawa R, Okada T, Gondo Y, Nakagawa T, Ishioka Y, Inomata C, Tada S, Matsuda K, Kurushima Y, Enoki K, Kamide K, Masui Y, Takahashi R, Arai Y, Maeda Y	Association of personality traits with oral health-related quality of life independently of objective oral health status: A study of community-dwelling elderly Japanese.	Journal of Dentistry	43	342-349	2014

Kabayama M, Kamide K, Sakakibara K, Hayakawa K	The Role of Public Health Nurses in Japanese Long-term Care Prevention Projects in the Community	Journal of Nursing and Care	3	166	2014
増井幸恵, 権藤恭之, 中川威, 小川まどか, 高橋龍太郎	超高齢者の精神的健康の維持に寄与する対人関係のあり方に関する研究ー老年的超越の発達を指標としてー	日本興亜福祉財団平成24年度ジェロントロジー研究報告	11	37-47	2014
北村正博, 村上伸也	糖尿病	内分泌・糖尿病・代謝内科	40	115-120	2015
増井幸恵	高齢期後半の心理発達	月刊福祉	98	54-55	2015
Okada T, Ikebe K, Kagawa R, Inomata C, Takeshita H, Gondo Y, Ishioka Y, Okubo H, Kamide K, Masui Y, Takahashi R, Arai Y, Thomson WM, Maeda Y.	Lower Protein Intake Mediates Association Between Lower Occlusal Force and Slower Walking Speed: From the Septuagenarians, Octogenarians, Nonagenarians Investigation with Centenarians Study.	Journal of American Geriatric Society	63	2382-7	2015
Inomata C, Ikebe K, Okada T, Takeshita H, Maeda Y.	Impact on Dietary Intake of Removable Partial Dentures Replacing a Small Number of Teeth.	International Journal of Prosthodontics	28	538-5	2015
Ikebe K.	Significance of Oral Function for Dietary Intakes in Old People.	Journal of Nutritional Science and Vitaminology	61	S74-5	2015
石岡良子, 権藤恭之, 増井幸恵, 中川威, 田渕恵, 小川まどか, 神出計, 池邊一典, 新井康通, 石崎達郎, 高橋龍太郎.	仕事の複雑性と高齢期の記憶および推論能力との関連	心理学研究	86	219-229	2015
増井幸恵, 権藤恭之, 中川威, 稲垣宏樹, 高山緑.	後期高齢者の精神的健康に及ぼす老年的超越の影響の縦断的検討ーネガティブイベントの悪影響に対する緩衝効果の検討ー	公益財団法人明治安田こころの健康財団研究助成論文集	50	168-175	2015

増井幸恵.	高齢期後半の心理発達 (解説)	月刊福祉	98	54-55	2015
Kabayama M, Mikami H, Kamide K.	Factors associated with risk for assisted living among community-dwelling older Japanese.	Archives of Gerontology and Geriatrics	65	63-69	2016
Brody H, Woolf C, Andersen S, Barzilai N, Brayne C, Cheung KS, Corrada MM, Crawford JD, Daly C, Gondo Y, Hagberg B, Hirose N, Holstege H, Kawas C, Kaye J, Kochan NA, Lau BH, Lucca U, Marcon G, Martin P, Poon LW, Richmond R, Robine JM, Skoog I, Slavin MJ, Szewieczek J, Tettamanti M, Viña J, Perls T, Sachdev PS.	ICC-dementia (International Centenarian Consortium - dementia): an international consortium to determine the prevalence and incidence of dementia in centenarians across diverse ethnorracial and sociocultural groups.	BMC Neurology	21	52	2016
Yoshinaka M, Ikebe K, Uota M, Ogawa T, Okada T, Inomata C, Takeshita H, Mihara Y, Gondo Y, Masui Y, Kamide K, Arai Y, Takahashi R, Maeda Y.	Age and sex differences in the taste sensitivity of young adult, young-old and old-old Japanese.	Geriatrics and Gerontology International	16	1281-1288	2016
Ryuno H, Kamide K, Gondo Y, Kabayama M, Sugimoto K, Nakagawa T, Ikebe K, Inagaki H, Masui Y, Arai Y, Ishizaki T, Rakugi H.	OS 34-01 association of combination of hypertension and diabetes with cognitive function among the 70-years-old Japanese	Journal of Hypertension	34	e396	2016
Uota M, Ogawa T, Ikebe K, Arai Y, Kamide K, Gondo Y, Masui Y, Ishizaki T, Inomata C, Takeshita H, Mihara Y, Maeda Y.	Factors related to taste sensitivity in elderly: cross-sectional findings from SONIC study.	Journal of Oral Rehabilitation	43	943-952	2016
Ogawa T, Uota M, Ikebe K, Notomi Y, Iwamoto Y, Shirobayashi I, Kibi M, Masayasu S, Sasaki S, Maeda Y.	Taste detection ability of elderly nursing home residents.	Journal of Oral Rehabilitation	43	505-510	2016

Ryuno H, Kamide K, Gondo Y, Nakama C, Oguro R, Kabayama M, Kawai T, Kusunoki H, Yokoyama S, Imaizumi Y, Takeya M, Yamamoto H, Takeda M, Takami Y, Itoh N, Yamamoto K, Takeya Y, Sugimoto K, Nakagawa T, Ikebe K, Inagaki H, Masui Y, Ishizaki T, Takayama M, Arai Y, Takahashi R, Rakugi H.	Differences in the association between high blood pressure and cognitive functioning among the general Japanese population aged 70 and 80 years: The SONIC study.	Hypertension Research	39	557-563	2016
Takeshita H, Ikebe K, Gondo Y, Inagaki H, Masui Y, Inomata Y, Mihara Y, Uota M, Matsuda K, Kamide K, Takahashi R, Arai Y, Maeda Y.	Association of occlusal force with cognition in independent older Japanese people	JDR Clinical & Translational Research	1	69-76	2016
Ogawa T, Uota M, Ikebe K, Arai Y, Kamide K, Gondo Y, Masui Y, Ishizaki T, Inomata C, Takeshita H, Mihara Y, Hatta K, Maeda Y.	Longitudinal study of factors affecting taste sense decline in old-old individuals.	Journal of Oral Rehabilitation	44	22-29	2017
Inomata C, Ikebe K, Okubo H, Takeshita H, Mihara Y, Hatta K, Tada S, Enoki K, Ogawa T, Matsuda K, Gondo Y, Masui Y, Kamide K, Takahashi R, Arai Y, Maeda Y.	Dietary intake is associated with occlusal force rather than number of teeth in 80-y-old Japanese.	JDR Clinical & Translational Research	2	187-197	2017
Ryuno H, Kamide K, Gondo Y, Kabayama M, Sugimoto K, Ikebe K, Ishizaki T, Arai Y, Rakugi H.	Reply to 'Differences in the association between high blood pressure and cognitive functioning among the general Japanese population aged 70 and 80 years'.	Hypertension Research	in press		