

2 健康の状況

(1)健康状態の変化

健康状態が「第1回からずっと「よい」と思っている者の割合は、調査回を追うごとに減少、「その他の変化」の者の割合は増加

第1回調査から各調査回までの健康状態の変化をみると、「第1回からずっと「よい」と思っている者は、第14回では43.7%、第18回では37.2%と、調査回を追うごとに減少している。一方、「その他の変化」(第1回から各調査回までに「よい」・「わるい」を繰り返している)の者は、第14回では39.2%、第18回では43.6%と増加している。(表2)

表2 第1回調査から各調査回までの健康状態の変化

(単位:%)

	第1回調査からの健康状態の変化					
	総数	第1回からずっと「よい」	「わるい」から「よい」に変化	第1回からずっと「わるい」	「よい」から「わるい」に変化	その他の変化
第14回	100.0	43.7	1.9	1.8	3.6	39.2
第15回	100.0	42.1	1.8	1.7	3.3	40.5
第16回	100.0	40.7	1.7	1.6	2.9	41.8
第17回	100.0	38.8	1.6	1.5	3.5	42.5
第18回	100.0	37.2	1.5	1.5	3.3	43.6

注:総数には第1回調査からの健康状態の変化の不詳を含む。

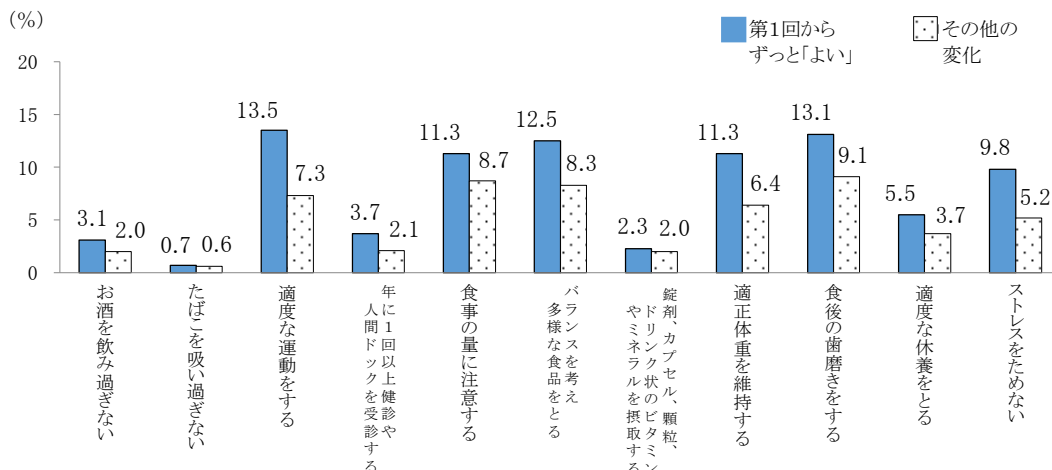
(2)健康維持のために心がけていること

第1回調査から継続して健康維持のために心がけていることについて、健康状態が「第1回からずっと「よい」と思っている者と「その他の変化」の者を比べると、「適度な運動をする」で最も差が大きい

第1回調査から継続して健康維持のために心がけていることを健康状態の変化別にみると、「第1回からずっと「よい」と思っている者は、「適度な運動をする」13.5%、「食後の歯磨きをする」13.1%などが高く、「その他の変化」(第1回から第18回までに「よい」・「わるい」を繰り返している)の者は、「食後の歯磨きをする」9.1%、「食事の量に注意する」8.7%などが高い。

全ての項目で「その他の変化」の者より「第1回からずっと「よい」と思っている者の割合が上回っているが、最も差が大きいものは、「適度な運動をする」の6.2ポイント差となっている。(図2)

図2 健康状態が「第1回からずっと「よい」と思っている者、「その他の変化」の者の第1回調査から継続して健康維持のために心がけていること(複数回答)



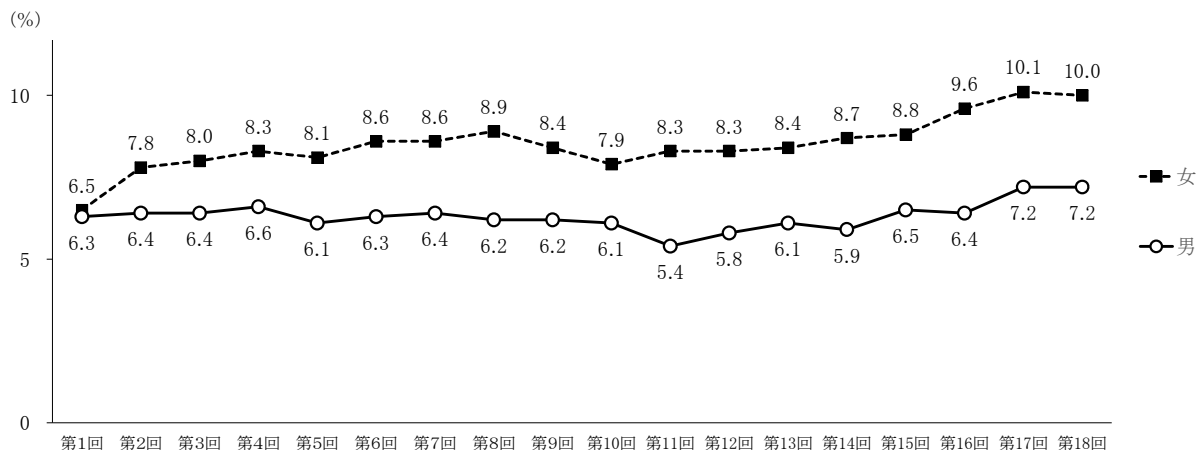
注:第18回の「第1回からずっと「よい」と思っている者、「その他の変化」の者の総数を100としたときの割合である。

(3) ころの状態

この 17 年間のころの状態に関する回答を点数化(K6 による尺度)し、10 点以上(心理的苦痛を感じている)の者の割合は、女は第 1 回から第 15 回まで緩やかに増加から横ばいに転じていたが、第 16 回以降増加、男は第 1 回から第 16 回まで横ばいだったが、第 17 回から増加傾向

この 17 年間のころの状態が 10 点以上の者の割合をみると、各調査回とも女が男より高くなっており、第 18 回のころの状態は、男が 7.2%、女が 10.0%となっている(図3)。

図3 性別にみた第1回調査から第18回調査までのころの状態が10点以上の者の割合



第1回 第2回 第3回 第4回 第5回 第6回 第7回 第8回 第9回 第10回 第11回 第12回 第13回 第14回 第15回 第16回 第17回 第18回

注:1) 「ころの状態」の点数とは、過去1か月間のころ状態について、6つの質問の回答を5段階(0~4点)で点数化して合計したものである。「ころの状態」については、用語の定義を参照。

2) 第18回の性別ごとの点数不詳を除いた総数を100としたときの割合である。

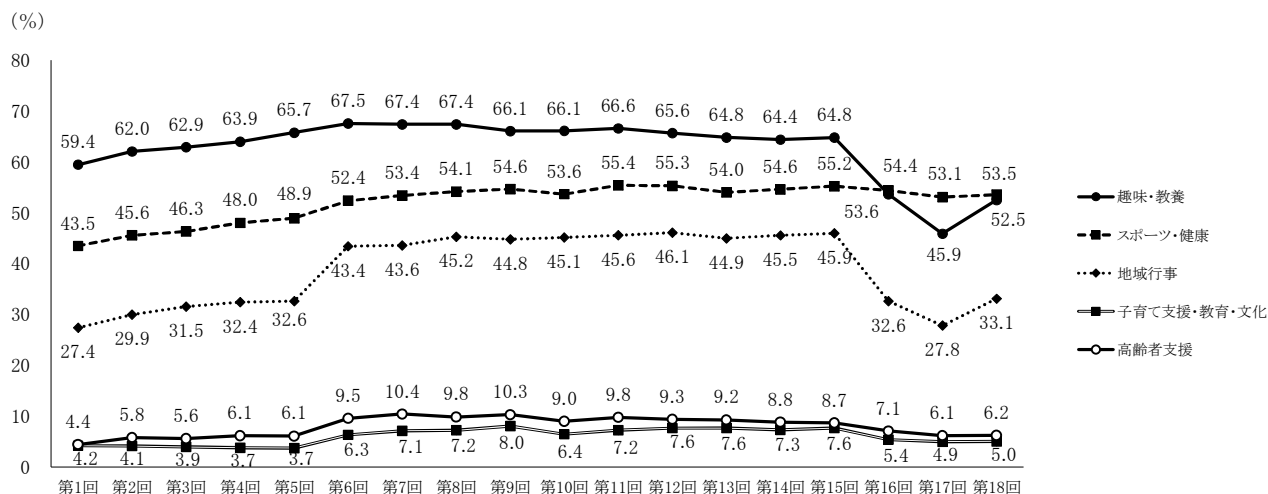
3 社会参加活動の状況

この 17 年間で「趣味・教養」、「スポーツ・健康」、「地域行事」は第 1 回から第 15 回まで緩やかに増加から横ばいに転じていたが、第 16 回、第 17 回に「趣味・教養」、「地域行事」の割合が減少したものの第 18 回で再び増加

この 17 年間の社会参加活動別に社会参加活動「あり」の者の割合をみると、「趣味・教養」、「スポーツ・健康」、「地域行事」が高くなっており、「高齢者支援」、「子育て支援・教育・文化」は低くなっている。

第 18 回の社会参加状況をみると、「スポーツ・健康」53.5%、「趣味・教養」52.5%、「地域行事」33.1%、「高齢者支援」6.2%、「子育て支援・教育・文化」5.0%となっている。(図4)

図4 第1回調査から第18回調査までの社会参加活動「あり」の者の割合



注:第18回の総数を100としたときの割合である。