2 健康の状況

(1)健康状態の変化

第 21 回(70～79 歳)調査では、第1回調査から減少していた、健康状態が「よい」と思っている者の割合が増加した

第1回調査から 20 年間の健康状態の変化をみると、「よい」と思っている者は、第1回 85.3%から第 20 回 75.2%と減少しているが、第 21 回で 77.5%と増加している(図2)。

また、第1回の健康状態別に第 21 回の健康状態をみると、「よい」から「わるい」に変化した割合は 17.4%となっている(表2)。

図2 第1回調査からの健康状態の変化

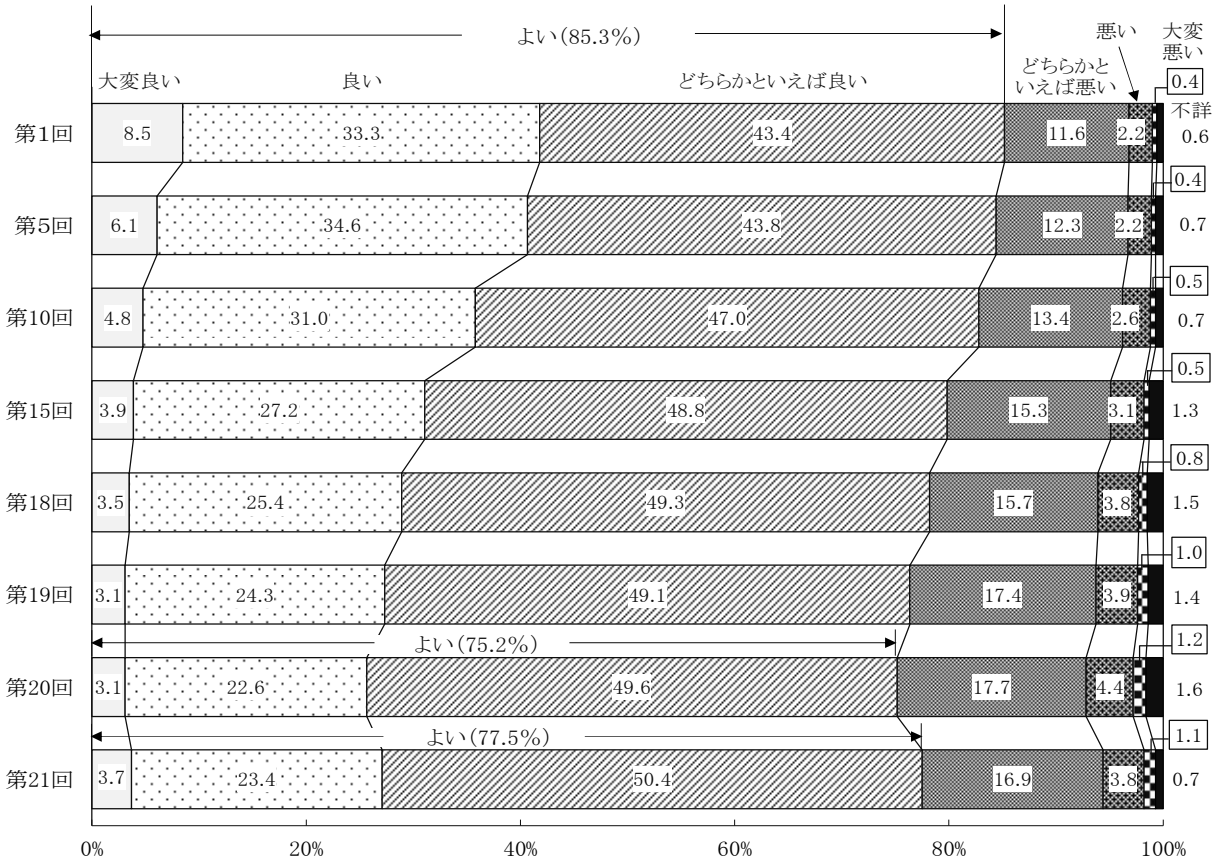


表2 第1回の健康状態別にみた第 21 回の健康状態

(単位:%)

		第21回の健康状態									
		総数		よい	大変良い	良い	どちらかといえば良い	わるい	どちらかといえば悪い	悪い	大変悪い
第1回の健康状態	総数	(100.0)	100.0	77.5	3.7	23.4	50.4	21.8	16.9	3.8	1.1
	よい	(85.3)	100.0	81.9	4.1	26.0	51.8	17.4	13.8	2.8	0.8
	大変良い	(8.5)	100.0	90.4	17.5	39.9	33.0	8.9	6.7	1.8	0.5
	良い	(33.3)	100.0	86.4	3.9	33.5	49.0	13.1	10.1	2.2	0.8
	どちらかといえば良い	(43.4)	100.0	76.8	1.6	17.4	57.7	22.4	17.9	3.6	0.9
	わるい	(14.1)	100.0	51.3	1.2	8.1	42.0	48.1	35.5	9.5	3.0
	どちらかといえば悪い	(11.6)	100.0	53.6	1.4	8.1	44.0	45.8	35.3	8.4	2.2
	悪い	(2.2)	100.0	43.1	－	8.4	34.7	56.3	36.3	14.8	5.1
	大変悪い	(0.4)	100.0	31.1	－	6.6	24.6	68.9	37.7	14.8	16.4

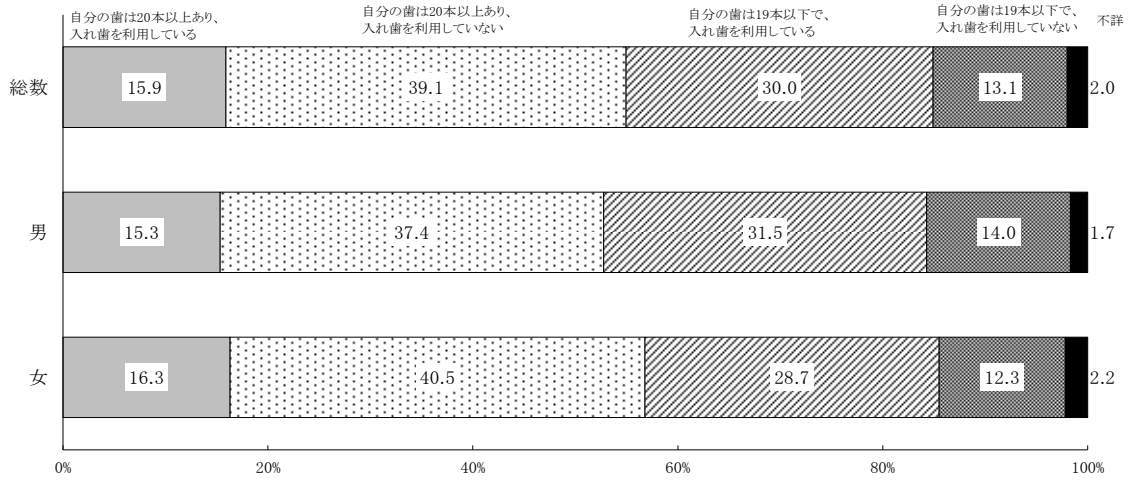
注:総数には第1回及び第 21 回の健康状態の不詳を含む。

(2)歯の数と入れ歯の利用状況

第 21 回(70～79 歳)調査では、「自分の歯は 20 本以上あり、入れ歯を利用していない」者の割合が男女ともに最も多い

第 21 回調査で歯の数と入れ歯の利用状況を性別でみると、「自分の歯は 20 本以上あり、入れ歯を利用していない」が、「男」で 37.4%、「女」で 40.5%となっている(図3)。

図3 第 21 回(70～79 歳)調査の歯の数と入れ歯の利用状況



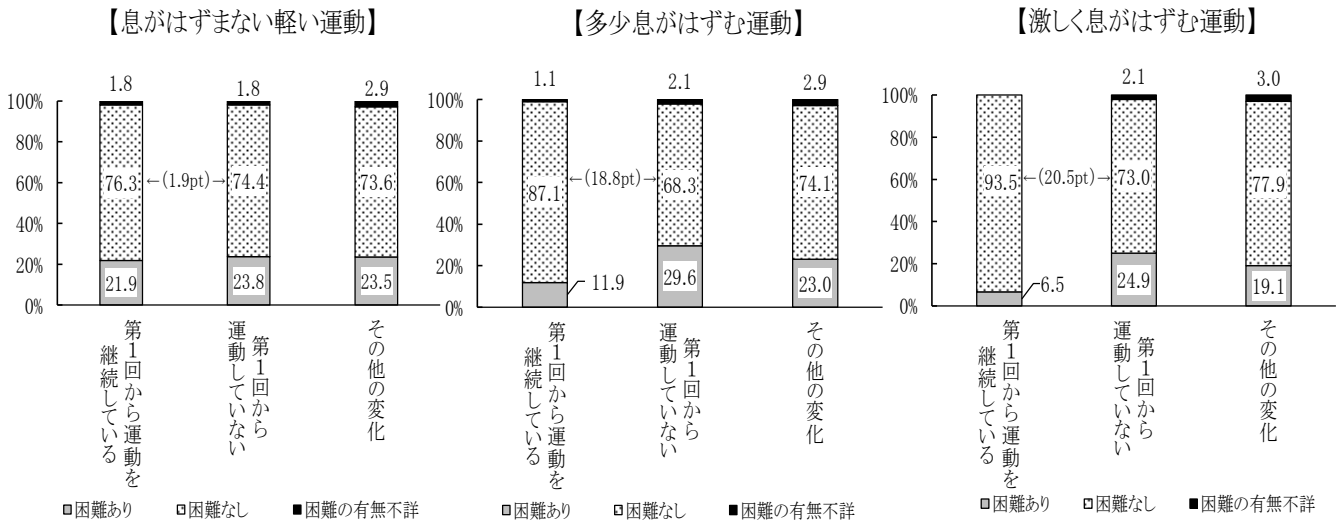
(3)運動の状況と日常生活活動の困難の有無

第 21 回(70～79 歳)調査では、第1回調査から 20 年間継続して運動している者は、「日常生活活動で困難なし」と感じる者の割合が多い

運動の状況別に第 21 回調査の日常生活活動の困難の有無をみると、「困難なし」と感じる者は、第1回から「息がはずまない軽い運動」を継続している者で 76.3%、「多少息がはずむ運動」を継続している者で 87.1%、「激しく息がはずむ運動」を継続している者で 93.5%となっている。

また、第1回から運動を継続している者と第1回から運動していない者で「困難なし」と感じる者を比較すると、「多少息がはずむ運動」で 18.8 ポイント、「激しく息がはずむ運動」で 20.5 ポイントの差となっている。(図4)

図4 運動の状況別にみた第 21 回(70～79 歳)調査の日常生活活動の困難の有無



注:1)「第1回から運動を継続している」及び「第1回から運動していない」とは、それぞれの運動について、第1回から第 21 回までの全ての調査で、「運動している」と回答した者又は「運動していない」と回答した者をいう。

2)( )の数値は、日常生活活動で「困難なし」と感じる者の割合における「第1回から運動を継続している」と「第1回から運動していない」の差である。

(4)日常生活でできること

第 21 回(70～79 歳)調査では、日常生活でできることのいずれの項目においても「問題なくできる」者の割合が多い

第 21 回調査では、日常生活でできることのいずれの項目においても「問題なくできる」者の割合が多い。

これを年齢階級別にみると、「70～74 歳」では「自分で電話番号を調べて、電話をかけることができる」が 91.3%、「75～79 歳」では「自分で正しい時に正しい量の薬を飲むことができる」が 86.1%と多くなっている。(図5)

図5 第 21 回(70～79 歳)調査の年齢階級別にみた日常生活でできること

