

# 平成28年度高齢期の幸福度に関する調査報告書（一部抜粋版\*）

亀岡市健康福祉部高齢福祉課

平成29年3月

\*亀岡市が平成28年度介護予防事業において「高齢期の幸福度に関する調査に係る分析業務」を委託した地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所研究員増井幸恵氏による調査結果報告書の一部を抜粋したものである。

## 1 調査目的

今回の調査は、亀岡市『介護予防・日常生活支援総合事業』を平成29年度から実施するにあたり、亀岡市における有効な地域包括ケアシステムの下、幸せで健康的な高齢期を創設する為の実証的で客観的なデータの蓄積を行うことを目的とした。

幸福度調査においては、幸福感の一つである精神的健康（メンタルヘルス）と老年的超越について、①2つの指標の亀岡市における基本特性、②幸福感に健康度（基本チェックリスト）や老年的超越が影響するか、③それらの関係の年齢層（前期高齢者、後期高齢者、超高齢者）の間の違いについて、検討を行った。

## 2 調査項目と手続き

### ○ 調査項目

#### ①主観的健康感：1項目

自分の健康状態がよいか悪いかの自己評価を「とても健康だ」から「健康でない」までの4段階で評定するものである。得点が高いほど、健康感がよいことを示している。

#### ②精神的健康感（幸福感）：5項目

精神的健康の測定に、日本語版 WHO5-J 精神健康状態表（以下、WHO5-J）を用いた。この質問票は5項目からなる質問票であり、各質問について6段階で評定を行うものである。得点の範囲は0点から25点であり、得点が高いほど精神的健康がよいとされている。

#### ③日本版老年的超越質問紙改訂版：27項目

老年的超越とは、若さへの固執を捨て、あるがままを受け入れ、他の人とのつながりや感謝の気持ちが高まっている状態を指す。27項目から構成される質問票であり、各項目は「あてはまる」から「ややあてはまらない」の4段階で評定される。得点が高いほど、その領域の老年的超越が高いことを示している。

#### ④厚生労働省 基本チェックリスト（KCL）：25項目

### ○ 調査手続き

調査は、対象者全戸に対して訪問を行い、調査員による聞き取り調査を実施した。

### ◆基本チェックリスト

人との交流や食事・歩行の状況、体重の増減など25項目の質問に高齢者が主観的に回答し、生活機能を評価するもの。介護予防等を考えるうえで参考資料とされる。厚生労働省が定めたもので全国共通。

また、前半20項目の得点は、個人の全般的な健康度に対応しており、得点が低いほど全般的な健康度が悪いことを示している。また、10点以上の場合、要介護状態になる可能性が高いとされている。

### 3 調査対象者

亀岡市に在住する 70 歳から 72 歳、80 歳から 82 歳、90 歳から 92 歳の者で、要介護認定を受けていない市民を対象として実施した。なお、要支援認定者については、地域包括支援センターが把握するケースの中で、専門的支援（認知症（主治医意見書あり）、精神疾患、要身体介護者）が必要のない人をピックアップし、調査を行った。

また、調査は市内にある地域包括支援センター（5 包括で 900 件）、社会福祉協議会（100 件）、社会福祉会（150 件）、亀岡市（150 件）の 4 者で分担して調査を実施した。

この報告書ではこのうち平成 28 年 7 月期、9 月期のデータを集計したものを報告する。

### 4 調査期間

平成 28 年 7 月 1 日から平成 29 年 3 月 31 日

### 5 まとめ

#### ① 亀岡市住民の健康度の年齢差と男女差

図 1 に基本チェックリスト 20 項目の合計得点について、年齢別男女別に示した。得点が高いほど、健康度が低いことを示している。調査結果からは、年齢と共に健康度が低くなることが確認された。特に女性は男性と比べると、75 歳以降、健康度が低くなり、要介護状態になる可能性が高まっていることが示された。逆の視点からみれば、超高齢であっても、健康度が悪くなくても、女性の場合、在宅で生活を維持しやすいという可能性を示しているとも考えられる。

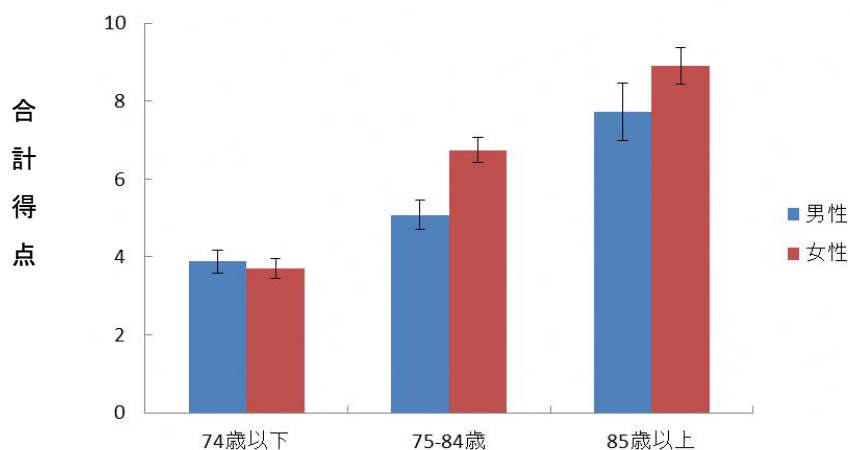


図 1. 年齢群と性別ごとの基本チェックリスト 20 項目合計得点

#### ② 亀岡市住民の精神的健康（幸福感）の年齢差と男女差

図 2 に WHO5-J の合計得点を年齢別男女別に示した。得点が高いほど精神的に健やかであり、幸福感が高いことを示している。年齢や性別による違いはみられなかったが、85 歳以上の男性でやや低い可能性がある。①の身体の健康度（基本チェックリスト得点）と比較すると、年齢が高くなるにつれ身体の健康度は低下するが、後期高齢者、超高齢者の幸福感

は高く維持されている。多少、地域で幸福感が高いままで暮らしている様子うかがえる。

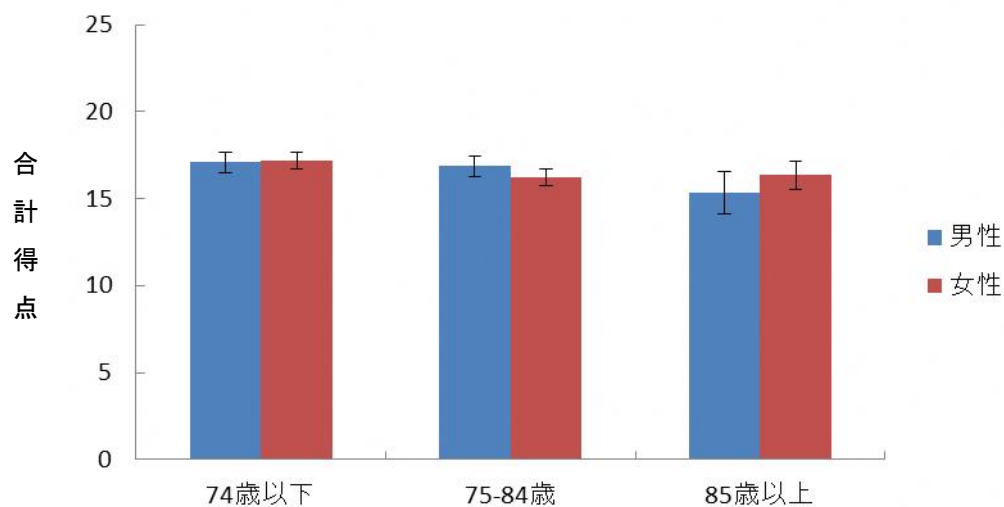


図2. 年齢群と性別ごとのWH05-J合計得点

### ③ 亀岡市住民の老年的超越の年齢差と性差

図3は日本版老年的超越尺度の合計得点について年齢別男女別に示したものである。得点が高いほど、若さへのこだわりがなく、あるがままを受け入れ、他の人とのつながりや感謝の気持ちが高まっていることを示している。年齢が高くなるほどこの得点が高まること、また女性が男性よりも高く、85歳以上の女性が最も高いことがわかった。

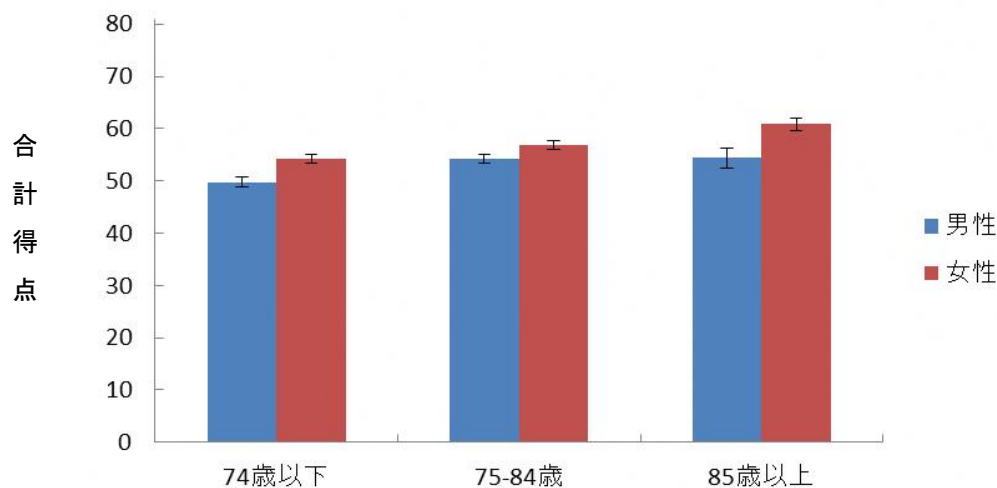


図3. 年齢群と性別ごとの老年的超越合計得点

### ④ 他地域 (SONIC 研究) との比較

右の表は老年的超越について、SONIC 研究 (増井ら、2013) の調査データと比較したものである。SONIC は、兵庫県および東京都の一部の地域で実施されているものであり、年齢構成はほぼ今回の調査と同じである。

この表からわかるように男女とも老年的超越については、亀岡市と SONIC の地域とで大きな差はなかったが、70 歳前後の高齢者においてはやや亀岡市の方が高い傾向がみられた。

また、精神的健康を示す WHO5-J の平均値は、亀岡市 16.7 点、SONIC16.3 点であり、ほぼ同じであった。

◆SONIC  
健康長寿研究。①加齢に伴う心身の変化を明らかにすること、②健康に長生きする人にはどのような特徴があるのかという2つの疑問を明らかにするために2010年に大阪大学・東京都健康長寿医療センターが開始した調査。現在も継続中。

表 1. 亀岡市と SONIC 研究における老年的超越得点の比較

	男性		
	70歳	80歳	90歳
SONIC	46.08	51.96	55.46
亀岡市	48.67	53.85	54.00
	女性		
	70歳	80歳	90歳
SONIC	50.55	57.50	59.93
亀岡市	53.34	56.49	60.94

#### ⑤ 幸福感と健康、老年的超越の関係

図4は、基本チェックリストにおいて10点以上だった健康度の低い者と10点未満の健康度の高い人において、精神的健康と老年的超越の関係を示したものである。健康度が高くても、低くても老年的超越の高い人では、精神的健康（幸福感）が高いことが示された。

このことから、ある程度健康度が悪くなくても、地域で幸せに暮らし続けるためには、老年的超越を高く持つことが重要であることが示された。また、健康がよい人でも、老年的超越はより幸福感を高めることがわかった。

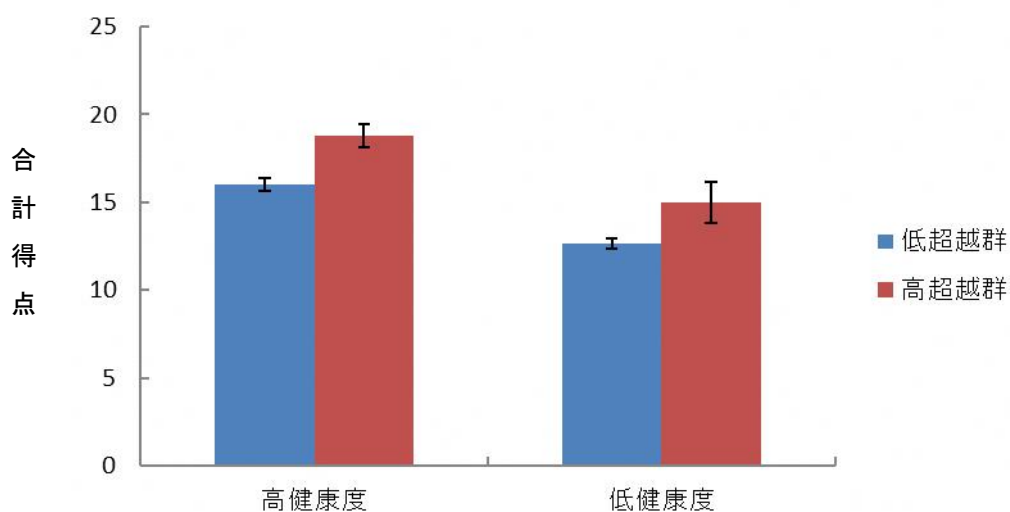


図 4. 老年的超越・健康度の高さ別の WHO5-J 合計得点