

8 健康管理

(1) 健康について心がけていること

健康づくりでどんなことに心がけているかということについては、「毎日の食事や栄養に気をつけている」(61.6%)、「なるべく歩いたりして体を動かしている」(55.2%)、「睡眠や休養を十分にとるなどして規則正しい生活を心がけている」(50.2%)の3項目を5割以上の方があげています。

「適度のスポーツ・運動をしている」「酒やタバコをなるべくひかえるようにしている」「特に心がけていない」以外は、男性より女性が高くなっています。年齢別では、「適度のスポーツ・運動をしている」が加齢とともに低くなる傾向がある以外に特徴的な傾向はみられません。多くの項目で日常生活自立度が高いほど高くなる傾向がみられます。

表2-3 健康づくりで心がけていること(複数回答)

単位：Nは人、他は%

区 分		N	毎を 日づ のけ け食 て事 い や る 栄 養 に 気	定 け 期 的 に 健 康 診 断 を 受	睡 る 生 活 や ど を 休 し 心 養 を 規 け 十 則 て 分 正 い に し る と い	な 体 を 動 く か 歩 し て い た い り し て	適 を 度 し て ス ポ ー ツ ・ 運 動	酒 ひ る や か た え バ コ を う な し る し て く い	特 に 心 が け て い な い	そ の 他	無 回 答
全 体		2,162	61.6	45.7	50.2	55.2	17.4	11.2	4.7	3.5	4.3
性 別	男 性	918	55.7	43.1	48.0	52.5	18.6	19.6	6.1	3.2	3.8
	女 性	1,178	67.8	48.3	53.1	58.2	16.6	4.8	3.7	3.7	3.9
年 齢	65 ~ 69 歳	775	62.8	44.1	48.3	53.0	22.8	11.7	4.9	3.2	3.2
	70 ~ 74 歳	632	61.7	49.7	51.3	54.3	15.7	12.2	5.3	2.8	3.0
	75 ~ 79 歳	383	61.1	46.5	52.2	60.1	16.4	10.2	4.2	4.2	6.0
	80 ~ 84 歳	212	62.3	42.9	50.0	62.3	10.8	9.0	3.3	3.3	4.7
	85 歳 以 上	123	61.0	40.7	56.1	55.3	8.9	10.6	4.0	6.5	4.9
家 族 構 成	ひとり暮らし	287	69.0	41.8	50.9	56.1	11.8	5.6	5.2	5.9	3.5
	高齢者のみの世帯	807	65.8	51.8	50.9	56.1	22.2	15.6	3.7	2.7	3.1
	その他の世帯	1,006	57.7	42.8	50.4	54.9	15.6	9.4	5.3	3.3	4.5
日 常 生 活 自 立 度	健 康	1,112	64.6	43.5	52.6	58.1	23.4	10.0	4.9	3.0	3.3
	生 活 自 立	929	61.1	49.8	49.3	55.5	11.5	12.9	4.1	4.1	3.3
	要 支 援	27	59.3	44.4	44.4	18.5	3.7	18.5	7.4	7.4	7.4
	要 介 護	31	35.5	32.3	35.5	32.3	3.2	6.5	9.7	-	22.6

「その他」等として以下の記述がありました。

通院中。(11件)

酒、たばこはやめた。(5件)

たばこは吸わない。(2件)

人とのコミュニケーションを大切にしている。(2件)

酒もたばこもやらない。(2件)

犬の散歩に毎日出かける。(2件)

剣道の素振り、青竹ふみ。

腰痛に苦しんでいるが、できるだけ動くようにしている。

喘息と糖尿のため運動できず。

野菜づくりをやっている。

気にはなるが、やる気がない。

スイミング。

70歳にしてやっと自分の体のことが分かりかけてきた。十分気をつけて朝夕体に問いかけています。自分で守らなくては。

無理をしないこと。

高血圧と腰足痛で長らく医者にかかっている。

2週間に1度通院している。

持病について、健康食を取り入れている。また通院している。

「対話を明るく」を心がけ、刺激を求め、なるべく町や自然にふれる。

主人の介護で忙しい。

足腰は大変衰えを感じますが、毎日畑に出るようにしています。

上記の良いことは理解しているが、腰痛などで十分にできない状態。

現在の文化的な生活をなるべく避け、体を使う生活を心がけている。

1はなかなかできない。2は十分ではない。

昨年まで定期的に検診を受けていた。

気ままに過ごしている。酒とたばこに依存している。

毎日20~30分歩くようにしている。

家族の食事を作ること。

お風呂に入った時いろいろな運動をしています。

生き甲斐にしている趣味があること。

軽い農作業をすること。

新聞の夕刊配達、カラオケ、グランドゴルフ等で楽しく暮らしている。

たばこの煙を避けている。やめてもらいたい。

365日乾布摩擦をかかさない。そして体をマッサージするのを数年続けている。今年90歳で元気に暮らしている。

ゆっくり歩くだけ。

心臓バイパス手術をして1年2か月になるが、まだ十分快復していないのでスポーツ等は控えている。

仕事に就いています。

毎日朝夕は運動する。

社交ダンスを50歳の時からしています。75か80歳までは続けたいです。

好きなものを食べて運動はしない。テレビを見るか、ベッドでごろごろしている。「歩いた方がいい」と言っても「歩けなくなってもいい」と言って歩かない。

社交ダンス、フォークダンス、カラオケなどしています。

多少の病気で定期通院して医師のいわれることを守る。

若いときにできなかったことにトライする。旅に出る。

今仕事をしているので、無職の方がやっておられるようなこと（ジョギングや軽スポーツ等）はできません。

山登りを毎週のようにやっている。

まだ会社に行き仕事をしている。

栄養食品を食べている。

趣味を通して楽しい時間を過ごす。

毎日おつかいに自転車に乗っている。

室内犬とよく運動をする。散歩等。ボケ防止。

毎日欠かさず1日6キロ程度の歩行を実行している。毎日体操を欠かさず実施している。

過労や風邪にならないように心掛けている。

自分で日課を決めて実行する（ウォーキング等）。

毎日の健康のため、歩くことは大変身体にいいと思っても、なかなか実行できませんので残念です。

年1回くらいは健康診断を受けています。

2年前に胃ガンで全部胃を取ったので、無理はできないが、少しずつ頑張っ家事をや

っております。

朝、テレビ体操。

たばこは止めて20年以上となる。

健康補助食品等を飲用。

高齢者としての心のあり方を学ぶ。

たばこは少量、ほかは手がけない。

今は健康です。

軽度の狭心症で月1回通院。全般的な健診は非定期。

不眠症。

毎月1回健康診断。

(2) 健康について知りたいこと

健康について知りたいこととして、「痴呆の予防について」(27.2%)、「がんや高血圧などの生活習慣病の予防について」(26.6%)および「食生活のあり方について」(20.4%)が高い率を示しています。また、「特にない」も25.5%あります。

「ストレスの解消等について」「ねたきりの予防について」「痴呆の予防について」「その他」以外は、女性より男性が高くなっています。年齢別では、「ねたきりの予防について」「特にない」は加齢とともに高くなる傾向がみられ、この2項目以外は加齢とともに低くなる傾向がみられます。家族構成別にみると、多くの項目で高齢者のみの世帯が最も高くなっています。日常生活自立度別では、「ねたきりの予防について」「痴呆の予防について」は要支援が高く、それ以外の項目については生活自立・健康が高くなっています。

表2 - 4 健康について知りたいこと(複数回答)

単位：Nは人、他は%

区 分		N	が習慣や高血圧などの生活	食生活のあり方について	健康増進(運動など)の方法について	ストレスの解消等について	健康など診査の内容や受け方	ねたきりの予防について	歯の健康について	痴呆の予防について	特にない	その他	無回答
全 体		2,162	26.6	20.4	15.6	16.8	9.4	15.5	7.8	27.2	25.5	2.2	10.1
性 別	男 性	918	28.2	21.2	19.6	14.4	10.8	12.7	8.0	23.1	26.1	2.0	7.5
	女 性	1,178	25.9	19.9	12.5	18.8	8.6	18.2	7.6	30.9	25.4	2.4	11.5
年 齢	65 ~ 69 歳	775	30.5	23.6	19.1	19.9	10.1	14.2	9.3	28.4	23.5	1.8	7.5
	70 ~ 74 歳	632	29.4	20.9	14.7	16.5	10.9	15.0	8.2	28.5	23.7	2.4	9.7
	75 ~ 79 歳	383	22.7	18.8	13.6	16.7	9.4	14.6	7.0	24.3	29.2	1.8	11.7
	80 ~ 84 歳	212	21.2	17.0	9.9	13.7	6.1	19.8	4.7	28.8	26.9	2.4	14.2
	85 歳 以上	123	13.0	12.2	14.6	8.9	3.3	22.8	4.1	22.8	34.1	4.1	10.6
家 族 構 成	ひとり暮らし	287	23.7	23.0	13.9	16.4	10.5	15.0	8.4	27.5	27.9	3.8	11.1
	高齢者のみの世帯	807	30.5	24.4	19.1	17.7	10.4	16.5	9.4	27.8	22.0	1.6	8.7
	その他の世帯	1,006	24.9	17.1	13.3	16.8	8.5	15.2	6.3	26.9	27.7	2.0	10.0
日 常 生 活 自 立 度	健 康	1,112	27.9	20.7	15.8	15.8	9.4	13.6	8.4	26.3	29.3	2.0	9.0
	生 活 自 立	929	26.6	21.7	16.0	18.5	10.1	16.7	7.3	28.7	22.6	2.3	9.0
	要 支 援	27	14.8	7.4	3.7	18.5	7.4	48.1	7.4	29.6	25.9	-	7.4
	要 介 護	31	19.4	3.2	6.5	12.9	-	35.5	-	19.4	3.3	9.7	32.3

「その他」等として以下の記述がありました。

テレビ、ラジオ、新聞等で健康についてできるだけ吸収するようにしている。(11件)

常に健康に心がけている。

毎月通院療養中。

生活習慣病と長年つきあっています。

健康については何でも知りたい。特に痴呆の予防。

歯医者にいつている。

自分の歯がないのがさみしいです。

上記のことは理解しているが、自分の体は思うようにいかない。

老化を遅らせる方法。

3月ごとに血液検査はしている。

決められても行けるときと行けないときがあります。

今の住居に変わって以来、ストレスがたまっている。

定期的に医者に行っている。

糖尿、血糖についての食生活を具体的に知りたい。

機会があれば知りたいと思う。

分からない。

歯医者さんが訪問してくださる。

今は夫の介護で望めない。

健康のことは何も考えていない。病気になってもいいという感じで自由でマイペースで生活し、食事は作ってもらっている。

月1回の検診、1年に2回の歯科、旅行に毎月2回行きます。

常に体には気をつけ、心がけて勉強している。

今のところ自分で心がけている。

メディカル・チェックについての書籍等の名称、出版社等の資料がほしい。

総入れ歯なので今までに4、5件の歯医者で作ってもらいましたが、どうもうまくいきません。6か月間は保険で作れないので、せめて2、3か月にしていただけないでしょうか。半年間はろくに食べられません。

テレビ等で知っていますが、なかなか実行とか知識を身につけることは難しい。

アルツハイマーの予防法があれば教えてほしい。

毎日決まった食事をすること。

ストレスについて、自分の気持ちの持ちようだと思うが、解消法があれば教えてほしい。

月1回の定期検診を受けている。

現在、高血圧、糖尿病で通院（2週間に1回）、医師に相談しながら治療中。

歯が1本もないから、食べ物に気をつけている。

痴呆にはなりたくない。

常に勉強しているので、だいたいことは知っている。

ストレスの件ですが、長男夫婦、孫と同居をしています。昔と現在との生き方で大変違います。長男が情けないから……。私一人が遺族です。ストレスが解消しないときは友達と発散しています。もう少し若夫婦に思いやりがほしいです。

入れ歯の具合が悪くて難儀しています。

骨密度を健康診査の中に入れてほしい。

脳疾患。

運動などについてはテレビを見てやっています。ストレスについてはテレビを見て、娘に電話をかける。歯についてはかかりつけ医にて月1回歯の掃除。

犬と共に歩く。外気に触れる。高血圧症。総入れ歯なので食べる物に注意している。犬の友達が私の健康を守っているように思い、感謝しております。

医師に聞く。

台所の日が怖い。

自分の体は気をつけている。

不眠。

テレビ番組や雑誌、単行本等情報が過多となっていて、その弊害の方が大きい。

9 相談相手

「健康や福祉のことで困ったとき、誰に相談しますか」という設問に対しては、「家族・親族」を73.6%の人があげ、次いで「かかりつけの医師など」が55.7%となっています。福祉に関する相談相手では、「民生委員」(8.2%)、「シルバー110番」(4.6%)、「社会福祉協議会」(2.7%)、「在宅介護支援センター」(2.7%)など低い率でした。

表2 - 5 健康や福祉についての相談相手（複数回答）

単位：Nは人、他は%

区 分		N	家族・親族	友人	民生委員	保 健 婦 （ 保 健 所 ）	市役所の相談窓口	社会福祉協議会	か か り つ け の 医 師 な ど	在 宅 介 護 支 援 セ ン タ ー	シ ル バ ー 1 1 0 番	い な い	そ の 他	無 回 答
全 体		2,162	73.6	12.0	8.2	2.8	13.5	2.7	55.7	2.7	4.6	0.7	0.8	5.8
性 別	男 性	918	73.4	8.6	8.2	3.1	16.1	3.1	57.5	1.7	4.2	0.4	0.7	4.2
	女 性	1,178	74.6	14.7	7.9	2.5	11.8	2.4	55.0	3.5	5.1	0.9	0.9	6.2
年 齢	65 ~ 69 歳	775	73.0	14.6	7.0	3.1	15.6	2.3	55.9	2.5	5.5	1.2	0.8	4.5
	70 ~ 74 歳	632	72.2	12.3	8.9	3.3	16.1	3.8	55.9	2.8	4.3	0.9	0.5	5.5
	75 ~ 79 歳	383	75.5	10.7	9.1	2.3	9.7	2.3	55.9	3.4	5.0	0.3	0.8	6.3
	80 ~ 84 歳	212	77.8	8.5	9.0	1.4	7.1	2.4	53.3	2.4	4.2	-	1.4	7.5
	85 歳 以上	123	77.2	4.1	8.1	0.8	11.4	0.8	61.0	1.6	0.8	-	1.6	4.9
家 族 構 成	ひとり暮らし	287	62.7	20.2	16.4	1.7	12.2	2.1	52.3	3.1	5.2	2.1	1.7	6.6
	高齢者のみの世帯	807	73.1	12.3	8.7	3.0	15.7	3.0	57.9	3.2	5.7	0.6	0.9	4.5
	その他の世帯	1,006	78.4	9.4	5.3	2.9	12.4	2.6	56.1	2.3	3.7	0.3	0.4	5.9
日 常 生 活 自 立 度	健 康	1,112	74.8	14.0	8.5	3.1	14.8	2.6	54.6	3.3	4.7	0.4	0.8	5.1
	生 活 自 立	929	74.7	9.9	7.9	2.4	12.5	2.8	58.0	2.0	4.8	1.2	0.6	4.5
	要 支 援	27	70.4	7.4	11.1	-	3.7	-	63.0	7.4	3.7	3.7	3.7	7.4
	要 介 護	31	54.8	6.5	6.5	-	12.9	6.5	51.6	-	-	-	-	19.4

「その他」として以下の記述がありました。

ラジオ

保健婦さんを頼りにしています。月2回は会いたいです。

いよいよとなったら遠くに住む子どもであるが、あまり心配をかけたくない。

養護老人ホームの職員

遠方なので家族とは電話で。

今までに困ったことなし。至って健康

薬屋

10 介護が必要になったとき

「今後、仮にあなたが介護が必要になった場合、どのようにしたいですか」という設問に対しては、「自宅で、家族などを中心に介護してほしい」(33.9%)、「自宅で、訪問介護や通所介護などを活用しながら生活したい」(28.7%)、「老人ホームや老人病院などに入所(入院)したい」(17.6%)の順になっています。

家族介護の希望は、性別では男性、年齢別では加齢とともに高くなる傾向がみられます。

図2-24 介護が必要になったとき

		0	20	40	60	80	100 (%)	N
全 体		33.9	28.7	17.6	14.0	5.8	2,162	
性 別	男 性	43.7	26.3	15.8	10.9	3.4	918	
	女 性	26.7	31.1	19.4	16.0	6.8	1,178	
年 齢	65～69歳	30.1	33.9	18.1	14.6	3.4	775	
	70～74歳	32.8	27.5	19.9	15.3	4.4	632	
	75～79歳	36.6	24.8	17.2	13.3	8.1	383	
	80～84歳	38.7	26.4	13.2	11.8	9.9	212	
	85歳以上	49.6	21.1	14.6	8.1	6.5	123	
家 族 構 成	ひとり暮らし	11.8	30.3	30.0	20.2	7.7	287	
	高齢者のみの世帯	32.1	31.5	18.3	14.6	3.5	807	
	その他の世帯	42.3	26.9	13.4	11.2	6.1	1,006	
日 常 生 活 自 立 度	健 康	33.1	30.6	16.1	14.8	5.4	1,112	
	生活自立	35.8	27.2	19.8	12.7	4.4	929	
	要 支 援	33.3	29.6	18.5	14.8	3.7	27	
	要 介 護	25.8	32.3	16.1	9.7	16.1	31	

- 自宅で、家族などを中心に介護してほしい
 自宅で、訪問介護や通所介護などを活用しながら生活したい
 老人ホームや老人病院などに入所(入院)したい
 わからない 無回答

本設問の添え書きとして、以下の記述がありました。

現実に介護が必要になってみなくては分からない。(4件)

ケースバイケースです。(2件)

子どもたちの家族の生活は自分のために壊したくないので、そのときに考えます。(2件)

単身故あまり長続きしないと思う。その時は老人ホームなどに入所したい。

家が狭くて介護者が入れない。

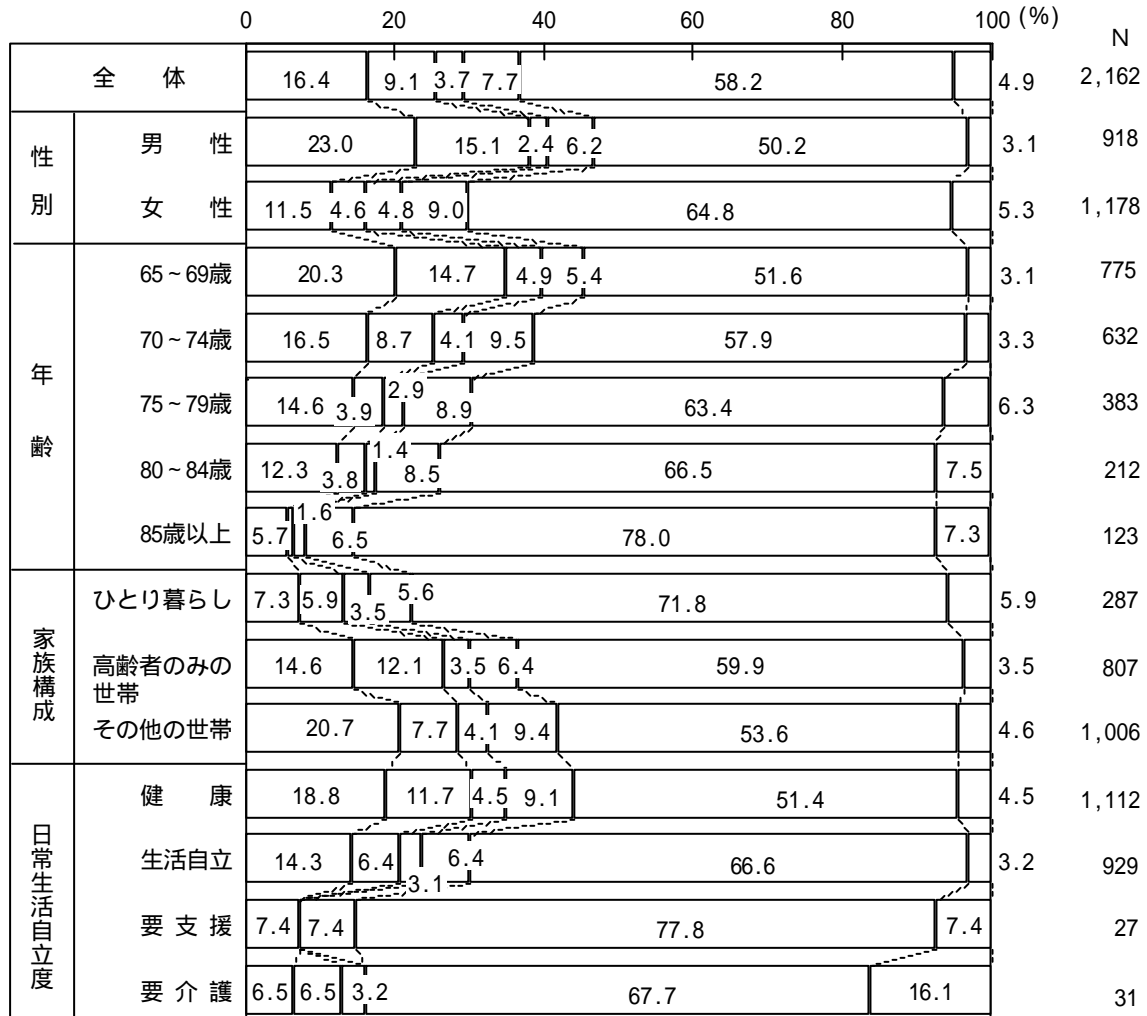
11 就 労

(1) 就業状況

仕事をしているとみなされる「自営業（農林漁業、小売店など）をしている」「勤めに出ている」「自宅で内職をしている」の3項目を合わせると29.2%であり、「仕事はしていない」は58.2%です。

「自営業（農林漁業、小売店など）をしている」と「勤めに出ている」の合計は、男性が38.1%、女性が16.1%と大きな差があります。年齢別では、前期高齢者ほど就業している率が高いのは当然ですが、後期高齢者でもかなりの方が仕事をされているのには驚かされます。

図2 - 25 就業状況



- 自営業（農林漁業、小売店など）をしている
- 勤めに出ている
- 自宅で内職をしている
- その他
- 仕事はしていない
- 無回答

「その他」等として以下の記述がありました。

家事（24件）

畑仕事（13件）

専業主婦（10件）

農業（9件）

家庭菜園（6件）

軽い農作業（5件）

岐阜市シルバー人材センター（5件）

茶華道教授（4件）

お手伝い（3件）

子育て（共働きの家庭3人の育児）（2件）

野菜作り、庭木の剪定など（2件）

庭木の手入れで精一杯（2件）

ボランティアとか趣味（2件）

趣味を仕事としている（2件）

夫の介護（2件）

会社経営（2件）

不動産賃貸業（2件）

貸し農園をお借りして適当に農作業をしています（2件）

田畑の耕作に苦痛を感じつつ、頑張っている。

自宅の仕事がいっぱい。

お稽古ごと

病気を持っていても、生活がかかっているから、たとえパートでも働かざるを得ない。

家族の炊事、洗濯が日課

自治会などで地域の奉仕活動をしている。

遺跡発掘作業員として時々参加している。

草取り、庭掃除、花作り

収入のある仕事という意味でしょうか。

福祉活動

勤めているがもうすぐやめなければならぬ。働きたいです。

職人で月に7～10日くらい働く。

趣味（お茶とお花）を生かして遊んでいます。

着物着付け教授

理容一般

人形を作り、さし上げている。

老人会活動

シルバーセンターで月2回華道、茶道を教えている。

著述

時々勤めに出ている。

自営業の手伝い

建築

時々している。

週1回の勤め

自分でできる仕事をしている。

たまにアルバイト

体調が良ければ畑に出ている。

菜園作業、家事大工修繕等工芸品作成、ペンキ作業

団体職員、無報酬に近い。

不定期な業務

1か月15日ほどアルバイト

自宅で教室、外で講座

非常勤講師

週何回かホームヘルパーをしている。

息子の仕事を手伝っている。

年金生活なのでボランティアを少し。

畑仕事のほか生け花師範をしている。

月に何回かは会社の方へ出かける。

マンションの管理

健康のため気ままに勤めに出ている。

家事と孫の世話

妻の介護

曾孫の洋服を作って楽しんでいます。これからは毛糸編みをしたいと思っています。

趣味を持っている。

色々やりたいことがあって時間に縛られるため。

非常勤

心臓、肝臓が大変悪く入院、通院をしている。家では寝てばかり。

今の所では住んでいる家の南で、私が食べる野菜作りや仏様のお花を作っています。身の回りの物はほとんど自分で作ってき着ています。自給自足で頑張っています。

障害者（3級）

コンサルタント（企業経営等）

ボランティア、社会事業

宗教法人、教会長です。

塾経営をしていて教育に専念している。

田圃、畑、家のこと

野菜など家で食べるだけ作っている。

宗教団体で奉仕活動

洗濯、炊事などをできる範囲でできるだけ手伝いしたいとつとめています。

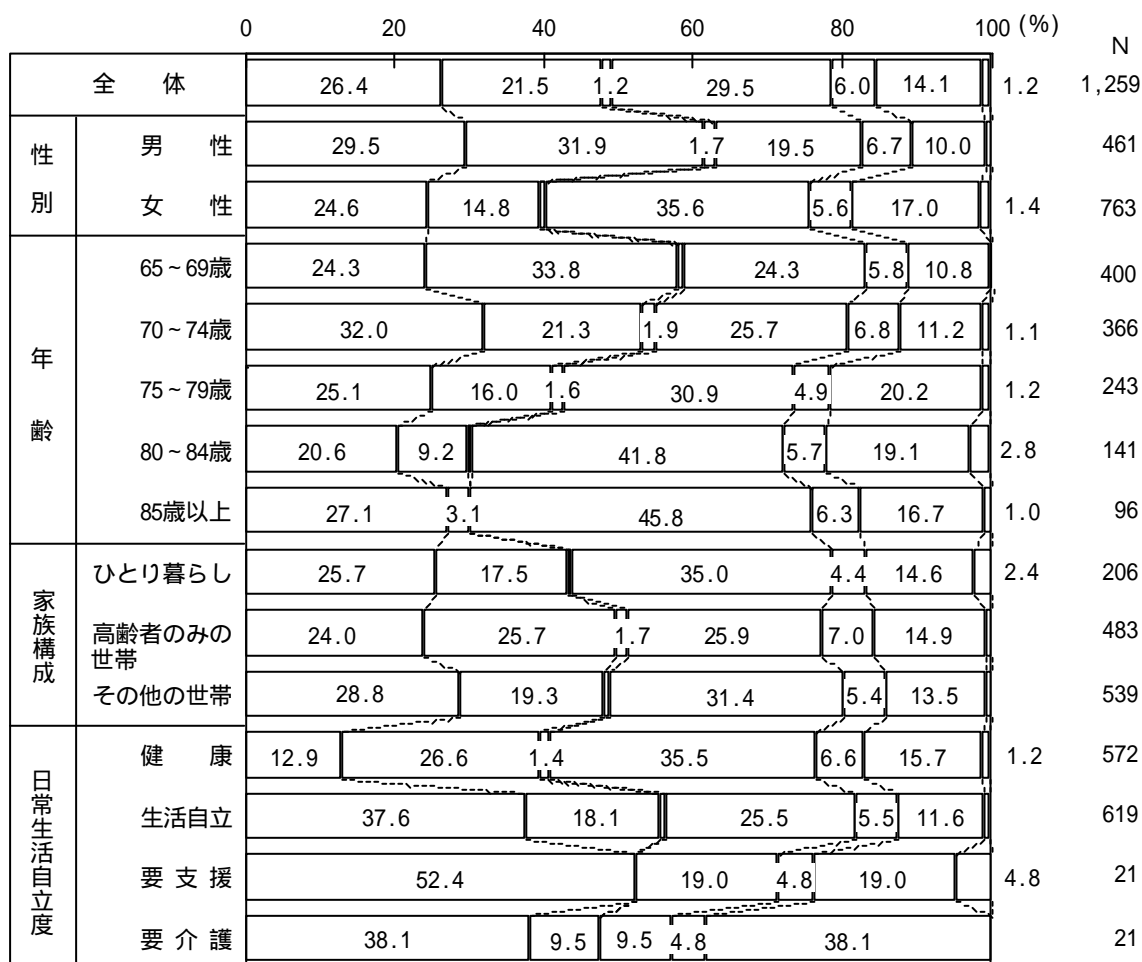
娘の孫の子守

(2) 仕事をしていない理由

前問で「仕事はしていない」と答えた1,259人に、仕事をしていない一番大きな理由をお聞きしたところ、「働く必要がない」(29.5%)、「働きたいが、からだの無理が無理がきかない」(26.4%)および「働きたいが、適当な仕事がない」(21.5%)の3項目が20%台でした。なお、「働きたい」の3項目の合計は、49.1%にもなります。

「働きたい」の3項目は男性が高く、「働く必要がない」「その他」は女性が高くなっています。年齢別にみると「働きたいが、からだの無理がきかない」は70~74歳が高く、「働きたいが、適当な仕事がない」は若年齢層ほど、「働く必要がない」は高年齢層ほど高くなっています。

図2 - 26 仕事をしていない理由



- 働きたいが、からだの無理がきかない
- 働きたいが、適当な仕事がない
- 働きたいが、周囲の人の理解が得られない
- 働く必要がない
- 働きたくない
- その他
- 無回答

「その他」等として、以下の記述がありました。

高齢のため。(41件)

病気のため。(23件)

家事一切している。(18件)

病人がいるため。(7件)

家族の介護のため。(7件)

家事をできる限り手伝っている。(7件)

家事、孫の面倒をみている。(5件)

ボランティア活動なら。(4件)

目が悪い。(3件)

年齢と体の弱さ(2件)

少し畑仕事(2件)

年金で生活できる。(2件)

年で若い者が願っていないので、家の中の掃除、片付け、草刈り又野菜作りをしている。
外に出るのがいやになった。

働きたいけど81歳ですので、好きな短歌や詩を書いてお友達に聞いてもらっております。

年金生活者で年齢的にも無理

家の仕事だけで勤めに行っているより忙しい。1日3回の食事の支度、公園の掃除、畑仕事など。

夫のことで精一杯

体の続く限りは収入は度外視して少しでも働けるものなら働きたいが、80歳を超えての働き場所はないと思う。

若夫婦がお勤めしているので、食事のことや庭の手入れで留守を守っています。

縫製の仕事をしていたが今はない。

現在通院中で仕事ができない。体がよくなっても年齢的に仕事がないと思う。

健康に暮らせることを仕事にと思って暮らしています。

77歳では毎日の生活だけでいっぱいです。腰痛に困っています。

高齢で体が故障してははこの間に答えられない。家事を何とかこなしていくことも「仕事」ではないか。

家事や簡単な畑仕事

家事労働で体力的にも時間的にも精一杯

二人暮らしで主人が病人だからとても疲れる。

自営業だが、今は少し無理が利かないので休んでいます。

近所の掃除や手伝いをして食事代をいただいている。

家事の手伝い、趣味の習字などで充実している。

よく働いてきたので、家だけの仕事で結構です。

収入になる仕事は年金をもらっているのでできないが、家の仕事やボランティアを時々している。

腰痛のため。

畑仕事と家事

高齢者がいるので家を留守にできない。

家族と一緒に年金がいただけるから。子守はしている。

78歳になったのでボツボツ生活しています。

定年まで働いたので少しのんびりしたい。和裁が好きなので頼まれたときは作っている。

身体障害者2級

息子と同居しており、会社から役員報酬がある。

技能がない。

家の留守番

目が不自由で耳が遠い。

仕事といわれると定時に決まった場所へ行って働くということなら、私の場合は仕事とは言えないが、いろいろ対外的に随時行っている奉仕がある。

自分の体がこれ以上悪くならないように心がけたい。

通院しながらお世話にならないよう毎日を過ごす。

花を作っている。

何年も働いたことがない。

65歳で退職して間がない。

あまり無理までしてできない。

障害者3級のため。

少ない年金でやっとの生活だが、残りの人生は趣味やボランティアで生きがいを見つきたいと思っている。

家族が心配する。

主人が74歳まで自営業をしていたのでその手伝いをしていたが、平成13年に廃業したの

で、それ以来のんびり家事をしています。

できるだけ働くようにしている。

家の都合

休職3年目。体調を元に戻したい。

ボランティアをしたり、友人との交流、趣味

僅かの農作業をしている。約60坪

先祖からの家計調査を継続中である。

自分のことがやっとだから。

1日に1～2時間くらいの仕事で、用事のあるときにはお休みできるようなことがあればやっても良い。

勤めに出ていなくても家の内外で私を必要とする仕事が残っている。

息子夫婦、孫3人で、お昼は皆留守で、家事のお手伝いをしています。食事も皆一緒にすから、何でも食べて友人とも出かけて楽しい人生を送っております。呆れたくないと思って趣味は持っております。友人もたくさんおります。

雑用が多くて働けない。

高齢で、主人が身障者

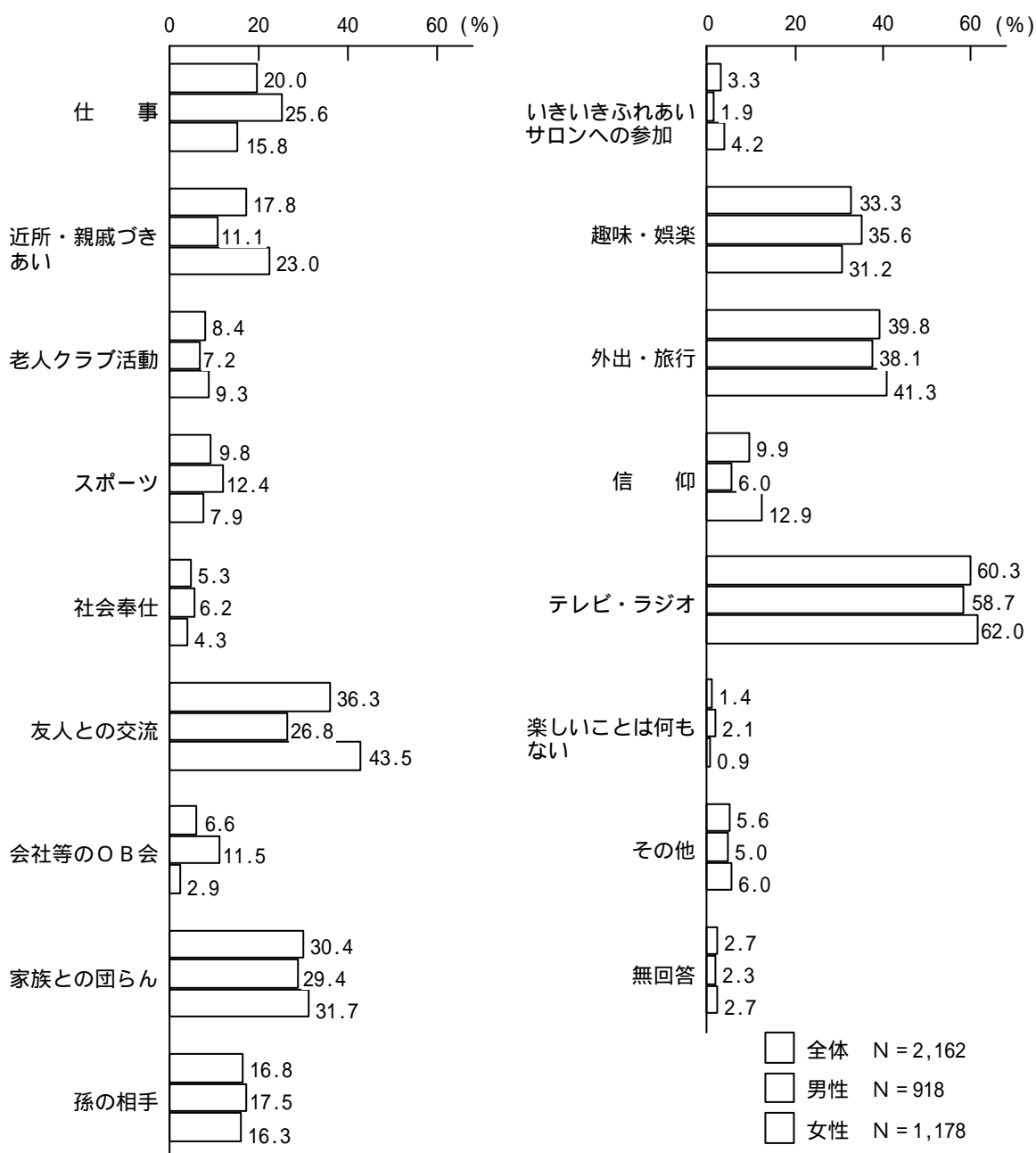
ボランティアをしたり、友人との交流、趣味

花、野菜、里芋

12 日頃の楽しみ

日頃の楽しみとしては、「テレビ・ラジオ」(60.3%)、「外出・旅行」(39.8%)、「友人との交流」(36.3%)、「趣味・娯楽」(33.3%)、「家族との団らん」(30.4%)の5項目が3割を超えています。男性が女性をかなり上回っている項目として、「仕事」「スポーツ」「会社等のOB会」などがあり、逆に女性が男性をかなり上回っている項目として「近所・親戚づきあい」「友人との交流」「信仰」などがあります。

図2 - 27 日頃の楽しみ(複数回答)



「その他」等として、以下の記述がありました。

読書（12件）

パソコン（9件）

カラオケ（7件）

花育て（7件）

山歩き（4件）

気ままに畑仕事（4件）

散歩（4件）

畑仕事、園芸（3件）

愛犬との散歩やふれあい。（3件）

ショッピング（3件）

囲碁（2件）

編み物（2件）

同窓会（2件）

俳句作り（2件）

ペットの相手（2件）

ビデオ撮影、編集（2件）

スイミング

兄弟づきあい

人様の相談に乗ること。

読書会、講演会、サークル活動

好きなことをしたくてもお金がかかるのであまりできません。

デジタルカメラ

写経

新聞を読む（経済）

作詞をする。

仕事によって収入を得ないといけない。年金も少額

植物を育てて自然に帰している。

インターネット、DV編集

ゴルフ、釣り

楽しいことはないが、外出やテレビ・ラジオでカバーしている。

中国語を勉強中

講座、講演を受ける。

音楽会

近所の友人と年5回くらい旅行に行く。

お参り

酒とたばこ

自宅の清掃（除草）

外出したくても病気のため出かけられない。

手術して運動ができないので時々娘達や実姉との電話を楽しむ。

クラシック音楽鑑賞

死に神の住所が知りたい。早く迎えにくるように手紙を出したい。

スポーツを見ること

小鳥の世話

耳が聞こえないので、楽しいことは何もない。

同人誌の発行

死にたいと思ったことはない。

自由にする。昼食を済ませて昼寝をすること。

クリーニング取次所でいろいろな人と話す。

週1回のカラオケ教室、ラドンセンター

遠方に住む娘や孫と話をするのが一番楽しい。

岐阜市シルバー人材センター

学生時代に習得した司法関係のディスカッションの場と傍聴等

ダンス

生け花

喫茶店に毎日行くだけで後は何もない。

ふれあい菜園

自然の美しさにふれる外出

妹たちとの会話、食事会

東洋運命術、古典・歴史・暦術に関する読書

友達と毎日歩きに行くこと

生涯学習講座への参加

縫い物

ママさんコーラス、公民館体操

読書とスポーツが趣味で生きる喜びを感謝

マージャン、三十三か所参り

魚釣り

水墨画

お弟子さん方とお会いできる日

足が悪く外出できないので、庭の草引きと家の掃除

温泉、キャンプ、食べること

もうそろそろ暇を作り、奉仕活動をとっている。

音楽(ドラム練習)(ジャズ)

温泉

主人の看病で、婦人科医の役員、趣味も中止してきましたので、外へ出るのも身体が十分でなく、元気になればと思っています。

絵を描くこと、歌をうたうこと、食事を作ること。

家事、飲酒

脳梗塞で入院中の愚妻を毎日見舞うこと

天理教へ参拝に行く。

著作

新聞、愛犬とともに歩く。

旅行などしたいが経済が許さない。

家庭菜園、ふれあいサロンの回数を増やしてほしい。ゲームなどが楽しみです。

寝たきりの老人ではありませんが主人がいますから。

絵

遠い将来になるが、日本社会が民主社会に変革されること。

囲碁、書道

13 日頃不安に思っていること

「あなたが日頃生活する中で不安に思っていることはありますか」という設問に対しては、「病気など健康状態が悪くなったときのこと」を72.0%の人があげています。性別にみると、「仕事を続けられなくなったり、やめたときのこと」「経済的に苦しくなったときのこと」「特にない」などは男性が高く、「火事や盗難にあうこと」「強引な訪問販売や電話セールス、押し売りのこと」などは女性が高くなっています。年齢別では、多くの項目で高齢層ほど低くなっています。また、ひとり暮らしは、「いざというときに頼れる人がいないこと」「火事や盗難にあうこと」「強引な訪問販売や電話セールス、押し売りのこと」が高くなっています。

表2 - 6 日頃不安に思っていること（複数回答）

単位：Nは人、他は%

区分	N	病気など健康状態が悪くなったときのこと	仕事を続けられなくなったり、やめたときのこと	いざというときに頼れる人がいないこと	火事や盗難にあうこと	経済的に苦しくなったときのこと	財産管理や相続のこと	強引な訪問販売や電話セールス、押し売りのこと	生活意欲がなくなること	住宅問題のこと	特にない	その他	無回答	
全体	2,162	72.0	10.1	5.8	23.1	24.8	4.7	11.9	11.4	5.0	12.6	1.9	4.9	
性別	男性	918	70.4	14.4	4.0	19.0	27.1	5.3	8.4	10.7	3.9	14.9	1.5	3.4
	女性	1,178	73.5	7.0	7.5	26.1	22.9	4.4	14.6	12.1	5.6	10.9	2.0	5.5
年齢	65～69歳	775	78.3	15.1	6.8	20.8	32.8	4.4	10.6	14.5	6.1	9.2	1.5	3.4
	70～74歳	632	72.2	11.2	6.3	25.0	23.4	4.3	12.7	10.9	5.7	12.8	2.2	3.8
	75～79歳	383	67.1	3.9	5.2	23.0	20.4	5.5	14.6	9.1	3.7	16.2	1.3	6.3
	80～84歳	212	64.2	4.2	3.8	25.0	14.2	6.6	11.3	7.1	2.4	16.1	2.4	8.5
	85歳以上	123	63.4	3.3	3.3	24.4	15.4	4.1	9.8	8.1	1.6	15.5	1.6	7.3
家族構成	ひとり暮らし	287	77.7	7.3	18.1	35.2	25.4	3.8	15.3	11.8	9.1	6.6	3.1	4.2
	高齢者のみの世帯	807	77.4	12.0	5.7	24.7	27.9	5.2	11.6	13.9	6.1	9.3	1.9	3.6
	その他の世帯	1,006	66.6	9.4	2.3	18.4	22.3	4.7	10.9	9.3	2.9	17.0	1.4	5.5
日常生活自立度	健康	1,112	68.5	12.0	4.3	21.9	20.7	4.8	11.1	11.5	4.3	15.2	1.4	5.1
	生活自立	929	77.6	8.5	7.5	25.1	30.1	4.7	12.8	11.7	5.5	9.7	2.4	3.1
	要支援	27	66.7	-	11.1	22.2	29.6	11.1	22.2	11.1	7.4	14.8	-	3.7
	要介護	31	64.5	6.5	3.2	9.7	19.4	-	6.5	3.2	6.5	12.9	-	19.4

「その他」として以下の記述がありました。

現在経済的に苦しい。(2件)

農家なので仕事が重荷。若い者と別居のため。

家が古いので地震が心配

同居者(主人)が病気のため、未のことを思うと不安。

建築物が古くなり、雨漏りがひどいので防水をしたいが、200万円以上かかるというので困っています。

死後の世界、後生について。

不安にならないよう日常の暮らしを十分心がけたい。

国民年金で生活ができないこと。

病気のこと。

ひとり暮らしになったとき。

足が痛くなってきた。

台風、大雨の時、家が古いため床下浸水の経験があるので心配です。

独り膳で食事の手抜き限りなく、その深淵に涙がこぼれる。

精神病2級の末弟のことが心配

人が亡くなったとき。

死亡したとき。

定年退職後の妻の変心

特に急病の時、娘が遠方（千葉と九州）なので困ります。

子供がいないので老人ホームのことについて心配している。もっと良いところに、高額でもいいので、心配のないところを作ってください。

目が悪い、耳が遠く聞こえにくい、足が弱い、字が書けない。

今のところこの上なく平凡に暮らしています。ありがたいと思っています。

大正、昭和の生き証人として真実の史観を遺したい。

健康状態が悪くなり、要介護1の70歳の主人の世話ができなくなること。

腎臓癌による療養中の不安

4月に急性心筋梗塞で一命は取り留めましたが、不安があります。

一人で家にいるときが多いから、倒れたときに連絡する何かがほしいと思います。

妻が病弱なため、私より先に行く不安

娘達と一緒に暮らすようになりまして不安はございません。

特に物忘れがひどくなり、出火させたら大変

痴呆症になったとき。

不安は作らないこと、不安と思わないこと、健康でいること。

鬱病で在宅（仕事もしていない）している息子のこと。

歩くことができなくなったとき。

愛犬がいなくなったとき。女房が10数年前に死亡して現在息子の世帯に生活している。
二世帯住宅です。孫がないので若夫婦は勤めで、夫に先立たれて私一人になったときが心配
今まで頼りにしていた商店がどんどん閉店廃業していき、老人に優しい商店がなくなっていくこと。