

# 豪雪地域に暮らす後期高齢者の生活と健康の実態調査報告書

著者	中島 紀恵子, 齋藤 智子, 籠 玲子, 飯吉 令枝, 唐澤 千登勢, 菅原 峰子, 朝倉 京子, 大友 康博, 北川 公子, 小林 恵子, 佐々木 美佐子, 田中 キミ子, 津田 さとみ, 中川 泉, 中野 正春, 野地 有子, 橋本 明浩, 平澤 則子
発行年	2005-03
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10631/465">http://hdl.handle.net/10631/465</a>

## はじめに

近年、高齢者支援対策においては、健康寿命の延伸が重要な課題として注目され、特に2000年の介護保険導入以降、高齢者の要介護状態の期間短縮をゴールにおき、生活機能の向上という観点から地域のヘルスプロモーションをプランニングし、評価するアプローチが重要視されるようになった。

新潟県は、全市町村が豪雪地帯であり、上越地域においては、海岸部を除き全国でも有数の豪雪地帯である。特に山間部では冬季間の降雪量が5メートルにも達するなど降雪量が多い地域となっている。このような山間豪雪地帯においては、市街地、平野部への人口の流出が進み、高齢化、過疎化が著しく進行し、高齢者単身世帯や高齢者世帯の増加、世帯の家族員数の減少が見られている。

このような地域に生活する高齢者は、春から秋にかけては、豊かな自然環境の特徴を活かし、農業を営みながら生活を送る人が大半であるが、積雪の多い冬季間は雪によって生活は閉ざされがちになる。高齢者はこうした自然環境、社会的環境の影響を受けやすく、特に後期高齢者では、これらの影響を強く受け、心身活動性や生活活動の低下をきたしやすいことが考えられる。

現在、介護保険の要介護認定率は、おおむね10～20%程度で推移しているが、年齢が上がるにしたがい、要介護者の割合は増加する。後期高齢者は、特に要介護状態に移行しやすい状態にあるといえる。しかし、高齢者を対象とした研究では、しばしば65歳以上高齢者として一括的に説明されやすく、75歳以上の後期高齢者、あるいは数の少ない80歳以上の高齢者に特有な健康と生活の問題に焦点が当てられないことが多い。

そこで、我々はこうした自然的・社会的不利益をはね返し、山間豪雪地帯のよき文化的風土を見出しつつ、「元気に長生き、元気に死のう」をメインテーマとし、山間豪雪地帯に暮らす後期高齢者の健康と生活に関する実態調査を行うこととした。

「元気に長生き、元気に死のう」を達成することは、高齢者の誰もが持つ希望であり、小家族化・高齢化が進む山間豪雪地帯においては、健康や生活の自立をいかに保持していくかが、住みなれた地域で生活を継続していくための大きな鍵となる。特に、健康と要介護の境界域に存在し、容易に要介護状態に陥りやすい後期高齢者の心身の健康と生活に焦点を当て、季節変化や年齢による心身活動性の変化の特徴を明らかにすることは、地域特性や年齢を考慮した介護予防の戦略や高齢者の地域支援体制を拡充していく上で大変重要であると考えられる。

本研究が、今後の高齢者支援対策の実践に役立てれば幸いである。

2005年3月

研究代表者 中島 紀恵子