

百寿者の Quality of Life 維持とその関連要因

オザキ アキコ オギワラ リュウジ ウチヤマ マコト オオタ トシキ
 尾崎 章子* 荻原 隆二^{2,3*} 内山 真* 太田 壽城^{4*}
 マエダ キヨシ シバタ ヒロシ コイタヤノリコ ヤマミ ノブオ
 前田 清^{5*} 柴田 博^{6*} 小坂谷典子^{7*} 山見 信夫^{3*}
 マノ ヨシヒロ オオイダ タカシ ソネ ケイチ
 眞野 喜洋^{3*} 大井田 隆^{8*} 曾根 啓一^{2*}

目的 100歳以上の長寿者（百寿者）のQOLを調べ、男女差、地域差を明らかにするとともに、100歳を超えてもなお高いQOLを実現している百寿者に関して生活習慣、生活環境との関連について検討を行った。

方法 1999年度の「全国高齢者名簿」に登録された100歳以上の高齢者11,346人を母集団とした。男性は全数、女性は1/2の比率で無作為抽出を行った。死亡、住所不明、不参加の者を除く1,907人（男性566人、女性1,341人）に対し、個別に訪問し、質問紙を用いて聞き取り調査を行った（2000年4～6月）。本研究では百歳老人のQOLについてa.日常生活動作の自立、b.認知機能の保持、c.心の健康の維持の観点から検討した。独立変数は、食生活、栄養、運動、睡眠、喫煙習慣、飲酒習慣、身体機能、家族とした。分析はSPSS11.0Jを使用し、男女別に多重ロジスティック回帰分析を行った。

結果 1. 男性の百寿者は女性の百寿者と比較して数は少ないものの、QOLの高い百寿者の割合は日常生活動作、認知機能、心の健康のすべてにおいて男性が女性に比べ多かった。

2. 百寿者数は西日本に多いものの、QOLの高い百寿者の割合に関して地域による有意な差は男女とも認められなかった。

3. ①日常生活動作の自立の関連要因：男性では、運動習慣あり、視力の保持、自然な目覚め、常食が食べられる、同居の家族がいるの5要因が、女性では、運動習慣あり、常食が食べられる、視力の保持、自然な目覚め、食欲あり、同居の家族がいる、転倒経験なしの7要因が日常生活動作の自立と有意な関係にあった。②認知機能の保持の関連要因：男性では、自然な目覚め、視力の保持、運動習慣あり、よく眠れている、常食が食べられるの5要因が、女性では、聴力の保持、自然な目覚め、視力の保持、食欲あり、同居の家族がいる、運動習慣ありの6要因が認知機能の保持と有意な関係にあった。③心の健康の維持の関連要因：男性では、視力の保持、運動習慣あり、よく眠れている、常食が食べられるの4要因が、女性では、視力の保持、食欲あり、運動習慣あり、1日3回食事を食べる、同居の家族がいる、常食が食べられる、自然な目覚めの7要因が心の健康の維持と有意な関係にあった。

結論 百寿者の日常生活動作の自立、認知機能の保持、心の健康の維持に共通して関連が認められた要因は、男性では運動習慣、身体機能としての視力、食事のかたさであり、女性では、運動習慣、身体機能としての視力、自然な目覚め、食欲、同居家族であった。これらの検討から、QOLの高い百寿者の特徴は、男性では、①運動習慣がある②身体機能としての視力が保持されている③普通のかたさの食事が食べられる、女性では①運動習慣がある②身体機能としての視力が保持されている③自分から定時に目覚める④食事を自らすすんで食べる（食欲がある）、⑤同居の家族がいること、が明らかになった。これらの要因の維持が超高齢者の高いQOLの実現に関与している可能性が示唆された。

Key words : 百寿者, QOL, 生活習慣, 横断調査

* 国立精神・神経センター 精神保健研究所 精神生理部

2* 健康・体力づくり事業財団

3* 東京医科歯科大学大学院

4* 国立療養所中部病院・長寿医療研究センター

5* 尾張事務所中央児童・障害者相談センター

6* 桜美林大学大学院

7* 国際学院・埼玉短期大学

8* 日本大学医学部 公衆衛生学教室

連絡先：〒272-0827 千葉県市川市国府台 1-7-3

国立精神・神経センター 精神保健研究所 精神生理部 内山 真