

1. 事業名
佐世保市「歯の健康優良高齢者コンテスト」
参加者を対象としたアンケート調査
2. 申請者名
申請団体：一般社団法人佐世保市歯科医師会
代表者名：会長 七熊 正
担当者名：理事 疊屋 文人
3. 実施組織
一般社団法人佐世保市歯科医師会
4. 事業の概要
調査報告者：疊屋 文人／須田 晶／
太田 信知／寺 俊憲／田中 淳／矢内 雄太
* 共同研究者（調査協力）：
長崎大学病院予防歯科室 講師 福田 英輝

【目的】

佐世保市歯科医師会では毎年、佐世保市と共催で「歯の健康優良高齢者コンテスト」を実施している。8020達成者を応募資格とし、診査の上、優良者については表彰を行っている。平成6年度からはじまり、今年度で節目の20回を迎え、これまでの応募者は、のべ約150名となった。そこで、今回は、「歯の健康優良高齢者コンテスト」参加者における現在の日常生活習慣、全身の健康状態、および口腔内状態などについて改めて調査を実施し、8020達成者の現状を明らかにすることを目的とした調査を実施した。本調

査の結果は、高齢期において多数の残存歯を有することがQOLの向上につながることを示すことにつながり、市民の歯科保健の意識向上に寄与できると考えられる。

5. 事業の内容

【対象と方法】

本研究の対象者は、平成17年度から平成25年度までに行われた佐世保市「歯の健康優良高齢者コンテスト」に参加した90名とした。

平成25年度の参加者に対しては、コンテスト当日に聞き取りによる調査を行った。また、平成17年度から平成24年度のコンテスト参加者に対しては、郵送法にて、アンケート調査を行った。平成25年度のコンテスト参加者への聞き取り調査は、すべての参加者18名から回答を得た。また、平成17年度から平成24年度までのコンテスト参加者72名に対しては、平成25年12月に郵送し、翌年1月を締め切りとして回収を行い、46名から回答を得た（回収率63.9%）。

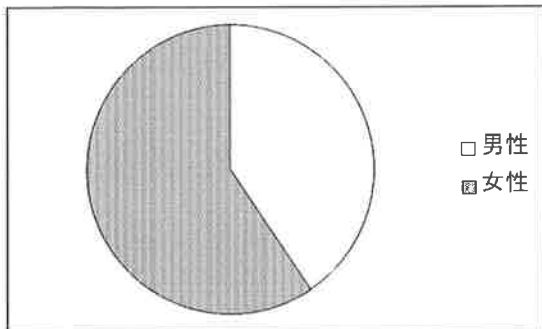
アンケートの質問項目は、回答者の属性、日常生活における健康習慣、自己申告による身長と体重、老研式活動能力指標、およびGOHAIとした。なおGOHAIについては、「咀嚼能力とQOLとの関連」の研究の一環として特定非営利活動法人健康医療評価研究機構から使用許可をいただいている。



【結果】

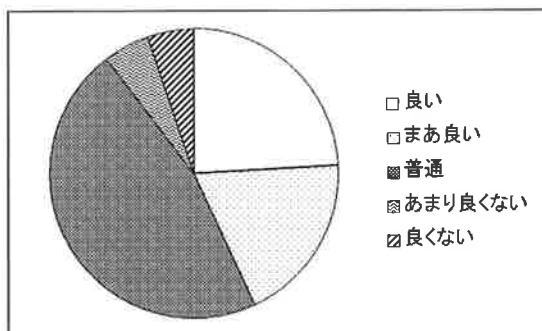
1) 対象者の属性

対象者の性別は、男性 26 名 (41%)、女性 38 名 (59%) であった。対象者の平均年齢は、85.8 歳、年齢の範囲は 80 歳から 94 歳であった。



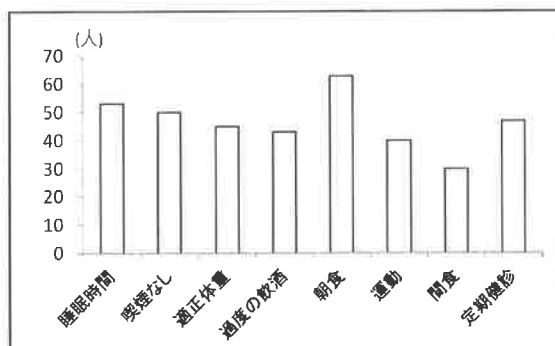
2) 健康状態

自覚的な健康感については、「普通」とした者が最も多く 27 名 (47%)、ついで「良い」14 名、「まあ良い」11 名であった。「あまり良くない」および「良くない」とした者は、それぞれ 3 名ずつであった。



3) 健康習慣

健康の維持や増進を目的として行っている健康習慣については、「朝食を毎日食べている」が最も多く 63 名、ついで「適切な睡眠時間をとっている」53 名、「喫煙していない」50 名であった。

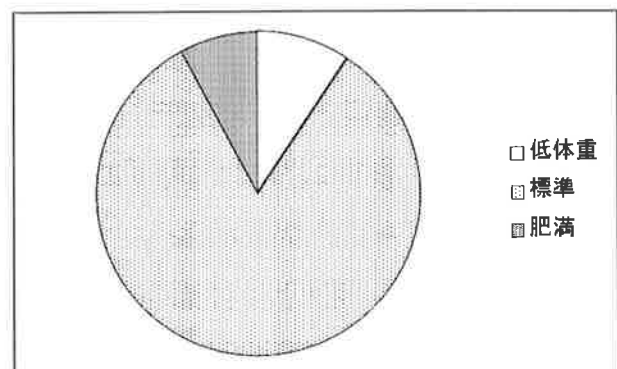


ブレスローの 7 つの健康習慣である「適切な睡眠時間をとっている」「喫煙をしていない」「適正体重を維持している」「過度の飲酒をしない」「朝食を毎日食べている」「定期的に運動をしている」「間食をしない」のうち、7 つとも実施していると回答した者は 17 名 (27%) であった。

4) 自己申告による体格

自己申告による身長と体重をもとに個人の BMI を算出した。BMI 値を参考に、低体重 (BMI 18.5 未満)、標準 (BMI が 18.5 以上 25 未満)、肥満 (BMI が 25 以上) の 3 つに区分した。

「標準」と区分された者が最も多く 53 名 (83%) であった。「肥満」と区分された者はわずかに 5 名 (8%) であった。



5) 老研式活動能力指標

老研式活動能力指標の合計点 (13 点満点) の平均値は、全体では 10.3 (SD=3.0) であった。年齢区分では、85 歳未満では 11.6 (SD=1.9)、85 歳以上では 9.7 (SD=3.3) であった。

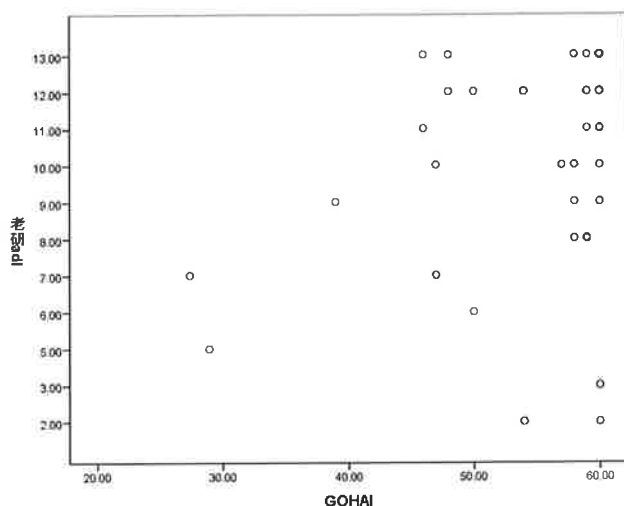
老研式活動能力指標の合計点区分別の割合は、「0~5 点」9%、「6~10 点」31%、「11~12 点」36%、「13 点満点」24%であった。

6) GOHAI (General [Geriatric] Oral Health Assessment Index)

口腔に関連した包括的な健康関連 QOL を測定する尺度として開発された GOHAI 平均点は、全体では 55.8 (SD=6.9) であった。年齢区分では、85 歳未満では 56.0 (SD=5.5)、85 歳以上では 55.7 (SD=7.7) であった。

7) GOHAI と老研式活動能力指標との関連

GOHAI の合計得点と老研式活動能力指標の合計得点については、正の相関がみられた。両得点間におけるスピアマンの相関係数は 0.314 であり、統計的に有意であった ($p<0.05$)。



【考察】

今回の調査対象者は、平成 17 年度から平成 25 年度までに佐世保市が実施した 8020 コンテストに参加した者 64 名とした（「8020 達成者」とする）。対象者の平均年齢は 85.8 歳、80 歳から 94 歳までの者であった。

1) 8020 達成者の健康状態

8020 達成者の自覚的な健康感は、内閣府が行った「平成 24 年度・高齢者の健康に関する意識調査」の結果と比較すると、「とても良い」とした者の割合が大きく、「あまり良くない」とした者の割合が小さいことがわかった（参考資料 1）。

(参考資料 1)

	高齢者の健康調査 ¹⁾	8020 達成者
とても良い	15%	24%
まあ良い	22%	19%
普通	30%	47%
あまり良くない	29%	5%
良くない	4%	5%

¹⁾ 内閣府 平成 24 年度 高齢者の健康に関する意識調査

高齢者の生活機能の自立性を評価する目的の

ため、「老研式活動能力指標」を実施した。その結果、古谷野らが行った全国調査と比較すると、8020 達成者では平均値は高く、高得点の者の割合が大きい結果が得られた（参考資料 2、3）。

(参考資料 2)

	全国調査 ¹⁾	8020 達成者
老研式活動能力指標	8.0±4.2	10.3±3.0

¹⁾ 古谷野ら. 地域老人の生活機能. 日本公衛誌, 1993 ; 40 : 468-474.

(参考資料 3)

	全国調査 ¹⁾	8020 達成者
0-5 点	29%	9%
6-10 点	34%	31%
11-12 点	20%	36%
13 点	17%	24%

¹⁾ 古谷野ら. 地域老人の生活機能. 日本公衛誌, 1993 ; 40 : 468-474.

口腔に関連した包括的な健康関連 QOL を測定するため、GOHAI を実施した。その結果、内藤らが示した国民標準値と比較すると、8020 達成者では平均値が高いことが明らかとなった（参考資料 4）。

(参考資料 4)

	国民標準値 ¹⁾	8020 達成者
平均値	50.8±8.8 (70-79 歳)	55.8±6.9 (80-94 歳)

¹⁾ GOHAI 国民標準値 <http://www.i-hope.jp/activities/qol/list/pdf/gohai_norm.pdf>

以上のことから、8020 達成者では、良好な健康感を有する者、自立した生活機能を有する者、および良好な口腔状態を有している者が高い可能性が示唆された。

2) 8020 達成者における口腔内の健康状態と生活機能の自立

GOHAI の合計得点と老研式活動能力指標の合計得点については、正の相関がみられた。すな

わち、口腔状態が良好であるほど、日常の生活機能が自立していることが示された。高齢期において自立した生活機能を維持するためには、良好な口腔内状態を保持することが重要であることが示唆された。

【8020 達成者に対する調査結果 集計表】

1) 調査回答者の属性

性別	人数	%
男性	26	40.6
女性	38	59.4
合計	64	100.0

年齢	人数	%
80歳	2	3.1
81歳	1	1.6
82歳	9	14.1
83歳	7	10.9
84歳	5	7.8
85歳	4	6.3
86歳	11	17.2
87歳	10	15.6
88歳	3	4.7
89歳	2	3.1
90歳	2	3.1
91歳	4	6.3
92歳	2	3.1
93歳	1	1.6
94歳	1	1.6
合計	64	100.0

2) 健康状態

あなたは、現在の自分の健康状態をどう感じていますか。

	人数	%
良い	14	24.1
まあ良い	11	19.0
普通	27	46.6
あまり良くない	3	5.2
良くない	3	5.2
合計	58	100.0
無回答	6	

3) 生活習慣

生活習慣	人数	%
適切な睡眠時間をとっている	53	82.8
喫煙をしていない	50	78.1
適正体重を維持している	45	70.3
過度の飲酒をしない	43	67.2
朝食を毎日食べている	63	98.4
定期的に運動をしている	40	62.5
間食をしない	30	46.9
定期健康診断を受けている	47	73.4
合計	64	100.0

ブレスロー得点	度数	%
1点	3	4.7
2点	3	4.7
3点	6	9.4
4点	10	15.6
5点	12	18.8
6点	13	20.3
7点	17	26.6
合計	64	100.0

ブレスローの健康習慣とは：適切な睡眠時間をとる、喫煙しない、適正体重維持、過度の飲酒をしない、朝食を食べる、定期的な運動をする、および間食をしないの7つの項目からなる健康習慣をいう。生命予後と関係があることが知られている。

4) 肥満度

BMI平均値	平均値	人数	標準偏差	最小値	最大値
BMI	21.79	64	2.66	13.07	29.67

$$BMI = \text{体重 (Kg)} / (\text{身長 m})^2$$

BMI区分	度数	%
低体重	6	9.4
標準	53	82.8
肥満	5	7.8
合計	64	100.0

低体重：BMIが18.5未満、標準：BMIが18.5以上25未満、肥満：BMIが25以上

5) 老研式活動能力指標

手段的ADL

	人数	%
バスや電車を使って1人で外出できますか	33	78.6
日用品の買い物ができますか	39	92.9
自分で食事の用意ができますか	30	71.4
請求書の支払いができますか	38	90.5
銀行書金・郵便貯金の出し入れができますか	39	92.9
合計	45	100.0

知的ADL

	人数	%
年金などの書類が書けますか	37	84.1
新聞を読んでいますか	39	88.6
本や雑誌を読んでいますか	37	84.1
健康についての記事や番組に関心がありますか	42	95.5
合計	45	100.0

社会的ADL

	人数	%
友達の家を訪ねることがあります	28	65.1
家族や友達の相談にのることがあります	35	81.4
病人を見舞うことがあります	33	76.7
若い人に自分から話しかけることがあります	32	74.4
合計	45	100.0

老研式ADL

	人数	%
2点	2	4.4
3点	1	2.2
5点	1	2.2
6点	1	2.2
7点	2	4.4
8点	4	8.9
9点	3	6.7
10点	4	8.9
11点	4	8.9
12点	12	26.7
13点	11	24.4
合計	45	100.0
無回答	19	

手段ADL

	人数	%
0点	3	6.7
1点	3	6.7
2点	1	2.2
3点	3	6.7
4点	10	22.2
5点	25	55.6
合計	45	100.0
無回答	19	

知的ADL

	人数	%
0点	1	2.2
1点	1	2.2
2点	4	8.9
3点	10	22.2
4点	29	64.4
合計	45	100.0
無回答	19	

社会的ADL

	人数	%
0点	2	4.4
1点	6	13.3
2点	7	15.6
3点	12	26.7
4点	18	40.0
合計	45	100.0
無回答	19	

老研式ADL

年齢区分	平均値	人数	標準偏差
84歳以下	11.57	14	1.87
85歳以上	9.68	31	3.28
合計	10.27	45	3.03

全国代表サンプルによる ADL 得点 80歳以上：8.0±4.2

(古屋野ら 日本公衆衛生雑誌 40:468-474.1993)

6) GOHAI

口の中の調子が悪いせいで、食べ物の種類や食べる量を控えることができましたか？

	人数	%
よくあった	2	3.2
時々あった	4	6.3
めったになかった	12	19.0
まったくなかった	45	71.4
合計	63	100.0
無回答	1	

食べ物をかみ切ったり、かんだりしにくいことがありましたか？(例:かたい肉やリンゴなど)

	人数	%
よくあった	2	3.2
時々あった	8	12.7
めったになかった	5	7.9
まったくなかった	48	76.2
合計	63	100.0
無回答	1	

食べ物や飲み物を、楽にずっと飲みこめないことがありましたか？

	人数	%
よくあった	1	1.6
時々あった	4	6.3
めったになかった	11	17.5
まったくなかった	47	74.6
合計	63	100.0
無回答	1	

口の中の調子のせいで、思い通りにしゃべられないことがありましたか？

	人数	%
よくあった	1	1.6
時々あった	2	3.2
めったになかった	9	14.5
まったくなかった	50	80.6
合計	62	100.0
無回答	2	

口の中の調子のせいで、楽に食べられないことがありましたか？

	人数	%
よくあった	1	1.6
時々あった	4	6.3
めったになかった	8	12.7
まったくなかった	50	79.4
合計	63	100.0
無回答	1	

口の中の調子のせいで、人とのかわりを控えることがありましたか？

	人数	%
よくあった	1	1.6
めったになかった	7	11.3
まったくなかった	54	87.1
合計	62	100.0
無回答	2	

口の中の見た目について、不満に思うことがありましたか？

	人数	%
よくあった	1	1.6
時々あった	5	8.2
めったになかった	7	11.5
まったくなかった	48	78.7
合計	61	100.0
無回答	3	

口や口のまわりの痛みや不快感のために、薬を使うことがありましたか？

	人数	%
よくあった	1	1.6
時々あった	6	9.5
めったになかった	7	11.1
まったくなかった	49	77.8
合計	63	100.0
無回答	1	

口の中の調子の悪さが、気になることがありましたか？

	人数	%
よくあった	2	3.2
時々あった	10	15.9
めったになかった	7	11.1
まったくなかった	44	69.8
合計	63	100.0
無回答	1	

口の中の調子が悪いせいで、人目を気にすることがありましたか？

	人数	%
いつもそうだった	1	1.6
時々あった	2	3.2
めったになかった	5	8.1
まったくなかった	54	87.1
合計	62	100.0
無回答	2	

口の中の調子が悪いせいで、人前で落ち着いて食べられないことがありましたか？

	人数	%
時々あった	3	4.8
めったになかった	6	9.7
まったくなかった	53	85.5
合計	62	100.0
無回答	2	

口の中で、熱いものや冷たいものや甘いものがしみることはありましたか？

	人数	%
時々あった	10	15.9
めったになかった	9	14.3
まったくなかった	44	69.8
合計	63	100.0
無回答	1	

GOHAI

	人数	%
27点	1	1.6
29点	1	1.6
39点	1	1.6
46点	2	3.2
47点	2	3.2
48点	2	3.2
50点	2	3.2
52点	2	3.2
53点	1	1.6
54点	4	6.3
56点	2	3.2
57点	1	1.6
58点	8	12.7
59点	8	12.7
60点	26	41.3
合計	63	100.0
無回答	1	

GOHAI

年齢区分	平均値	人数	標準偏差
84歳以下	56.0	24	5.5
85歳以上	55.7	39	7.7
合計	55.8	63	6.9

GOHAI 国民標準値 70-79 歳 : 50.8±8.8

P-1. 佐世保市「歯の健康優良高齢者コンテスト」参加者を対象としたアンケート調査

○須田 晶¹, 壘屋文人¹, 八谷成紀¹, 谷脇伸彦¹, 太田信知¹, 小林正剛¹, 村上真一¹, 壘屋睦人¹, 寺崎俊憲¹, 田中 淳¹, 品川兼一¹, 矢内雄太², 福田英輝³

¹一般社団法人佐世保市歯科医師会, ²国家公務員共済組合連合会佐世保共済病院

³長崎大学病院周術期口腔管理センター

【目的】佐世保市歯科医師会は、平成6年から佐世保市と共催して8020達成者を対象とした「歯の健康優良高齢者コンテスト」を実施している。当コンテストは、今年度が20回目であり、のべ約150名の参加があった。

本調査の目的は、「歯の健康優良高齢者コンテスト」参加者に対し、全身、あるいは口腔の健康状態を調査し、8020達成者における現状を明らかにすることである。



平成25年度 コンテスト参加者

【対象と方法】対象者は、平成17年度から平成25年度までに「歯の健康優良高齢者コンテスト」に参加した90名であった。調査票の送付、および回収は、郵送によって行った。調査項目は、自覚的な健康感、老研式活動能力指標、およびGOHAI (General Oral Health Assessment Index) などであった。

【結果】

1) 自覚的な健康感

自覚的な健康感については、「普通」とした者が最も多く27名(47%)、ついで「良い」14名、「まあ良い」11名であった。「あまり良くない」および「良くない」とした者は、それぞれ3名ずつであった。

2) 老研式活動能力指標

老研式活動能力指標の合計点(13点満点)の平均値は、全体では10.3であった。年齢区分では、85歳未満では11.6、85歳以上では9.7であった。合計点区分別の割合は、「0~5点」9%、「6~10点」31%、「11~12点」36%、「13点満点」24%であった。

3) GOHAI

口腔に関連した包括的な健康関連QOLを測定する尺度として開発されたGOHAI平均点は、全体では55.8であった。年齢区分では、85歳未満では56.0、85歳以上では55.7であった。

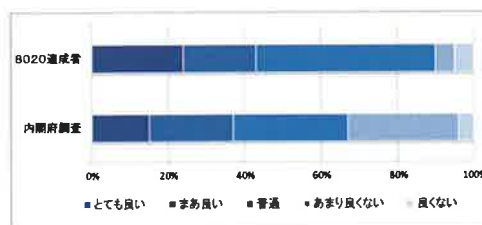
【参考文献】

- 1)平成24年度「高齢者の健康に関する意識調査結果」 <http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h24/sougou/gaiyo/pdf/kekka_1.pdf>
- 2)古谷野ら. 地域老人の生活機能. 日本公衛誌, 1993;40:468-474.
- 3)GOHAI国民標準値 <http://www.i-hope.jp/activities/qol/list/pdf/gohai_norm.pdf>

4) 全国値との比較

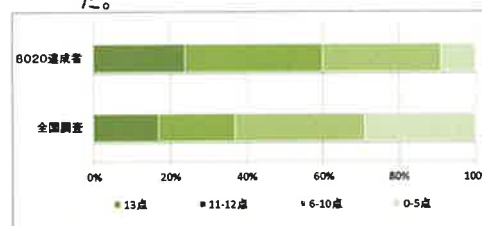
a) 自覚的な健康感

内閣府が行った「平成24年度・高齢者の健康に関する意識調査」¹⁾の結果(80歳以上)と比較すると、「とても良い」とした者の割合が大きく、「あまり良くない」とした者の割合が小さかった。



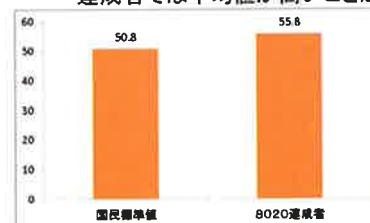
b) 老研式活動能力指標

古谷野らが行った「老研式活動能力指標」全国調査²⁾(80歳以上)と比較すると、8020達成者では高得点区分の者の割合が大きかった。



c) GOHAI

内藤らが示した国民標準値³⁾と比較すると、8020達成者では平均値が高いことが明らかと



【考察】佐世保市「歯の健康優良高齢者コンテスト」参加者を対象として、郵送法による調査を実施した。その結果、参加者である8020達成者は、良好な健康感を有する者、自立した生活機能を有する者、および良好な口腔状態を有している者が高い可能性が示唆された。

本調査は、8020推進財団 平成25年度歯科保健活動事業助成により実施した。