

第二章 菱刈町における高齢者の食生活と日常生活に関する聞き取り調査

はじめに

今日、わが国は急速に高齢社会になってきている。1997年推計人口では65才以上の高齢者は1949万人、高齢化率15.5%であった¹⁾。鹿児島県は日本のなかでも従来から高齢化率が高く、1997年3月現在の推計で全国第4位、20.8%である²⁾。これは全国の高齢者人口が19.6%になると推計されている2005年の値よりもさらに高い³⁾。

菱刈町の人口は1995年10月現在、10,621人、65歳以上の高齢者は3,029人で、高齢化率28.5%であり⁴⁾、さらに2000年には高齢化率31.6%に達すると予測されている⁵⁾。28.5%という高齢化率は、鹿児島県の中では2番目に高いグループである(1995年現在)⁶⁾。この数値はまた、2030年の全国の高齢化率(将来推計)28.0%と2035年の29.0%の中間に位置する高い水準である⁷⁾。

菱刈町では1955(昭和30)年から1995(平成7)年までの40年間に人口が18,246人から10,621人へと、率にして41.8%減少した⁸⁾。これは日本のいたるところに見られる過疎化が菱刈町でも起こったことを示している。これに加え、近年では、平均寿命の伸び、生産年齢層の流出、出生者数の減少などの結果、高齢化が進んでいる。

多くの人々が健康で長生きすることを願っている。その願いを実現するために重要な課題のひとつに食生活の問題がある。鹿児島県における高齢者の食生活を調査することは、将来の日本の高齢者の食生活を予測することにつながるものと思われる。

筆者のひとり、先に鹿児島県大隈半島の佐多町における漁村および山間地域での高齢者の食生活調査をおこなった^{9,10)}。今回再び、鹿児島県北部に位置する農村地帯である

¹⁾ 総務庁統計局：平成9年5月1月現在男女・年齢階級別全国推計人口(1997)

²⁾ 総務庁統計局：住民基本台帳調査(1997)

³⁾ 総務庁：平成9年版高齢社会白書，大蔵省印刷局(1997)，17[原資料：厚生省国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」(平成9年1月推計)(中位推計)]

⁴⁾ 菱刈町：第3次菱刈町総合振興計画 いきいきと輝く町ひしかり／だれもが住みたい／住みたくなるまちをめざして 基本構想／基本計画 自平成7年4月至平成17年3月(1995)，18

⁵⁾ 菱刈町：めざせ豊かな長寿社会 自立・参加・協力ー高齢者保健福祉計画，菱刈町役場住民課福祉係(1993)，9

⁶⁾ 鹿児島県：鹿児島すこやか長寿プランー鹿児島県老人保健福祉計画ー，鹿児島県(1994)，16

⁷⁾ 総務庁：平成9年版高齢社会白書，大蔵省印刷局(1997)，17[原資料：厚生省国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」(平成9年1月推計)(中位推計)]

⁸⁾ 菱刈町：第3次菱刈町総合振興計画(1995)，18

菱刈町において高齢者の食生活実態を調査する機会を得たので、ここに報告する。

第1節 高齢者の食生活に関するアンケート調査結果

菱刈町の高齢者の食生活と日常生活に関するアンケート調査を1996年12月に実施した。その結果の詳細は、すでに別のところで明らかにした^{11,12)}。ここでは、その概要を示しておく。

- (1) アンケート調査は1996年12月、鹿児島県菱刈町の65歳以上の在宅高齢者を対象に食生活・日常生活についておこなった。調査対象者数は250人、有効回収数187票、回収率75%であった。
- (2) 対象者は男性52.1%，女性44.3%，有配偶61.9%，無配偶32.0%であった。一人暮らし25.7%，夫婦世帯47.6%であり、高齢者核家族率は73.3%でほぼ3/4にあたる。男性では有配偶(84.2%)で夫婦世帯(65.4%)が多く、女性では無配偶(55.8%)で独居(45.4%)が多かった。平均居住年数は44.4年であった。主な収入源は各種の年金、支出の多い項目は食費と交際費であった。日常の主な仕事は、家事一般、庭・住居の手入れ、畑仕事・農業であった。余暇は友人・知人とのつきあい、テレビ・ラジオ・新聞などで過ごしている。栄養・食事、睡眠・休養、運動、規則正しい生活など、健康には気をつけている。特に、運動をするものの割合は全国の2倍にのぼる。
- (3) 食事時刻は朝昼夕とも規則正しく、全体的に早く、時間帯も集中していた。食事にする時間は15分から30分が最も多く、夕食には多少時間をかけていた。主食は「ごはん」がほとんどであった。一緒に食事をする人は配偶者が56.0%，同居の家族が12.1%，一人が29.9%である。食事の内容は、一緒に食事をする人と「同じ」がほとんどである。食事を作る人は、男性では配偶者(82.2%)，女性では本人(93.0%)が多かった。買い物についても同様で、男性では配偶者(73.3%)が，女性では本人(84.9%)がその担い手であった。買い物の頻度は週3，4回が最も多く，買い物するところはスーパーマーケットが最も多かった。惣菜やインスタント食品の利用は全国的傾向とほぼ同様で，週1，2

9) 倉元綾子・小住フミ子：鹿児島県佐多町における高齢者の日常生活および食生活に関するアンケート調査，鹿児島県立短期大学紀要自然科学篇，No.46，19-35(1995)

10) 倉元綾子：高齢者の日常生活と食生活－聞き取り調査－，研究年報，No.25，68-86(1996)

11) 拙稿：鹿児島県菱刈町における高齢者の日常生活に関するアンケート調査，鹿児島県立短期大学紀要自然科学篇，No.48，31-41(1997)

12) 拙稿：鹿児島県菱刈町における高齢者の食生活に関するアンケート調査，食生活学会誌，投稿中

回28.9%，月1，2回28.3%，使わない21.4%であった。利用する最大の理由には，調理が簡単で手間が省けることがあげられた。食事や野菜などのやりとりは活発で，最も多かったのは，月1，2回で33.2%であった。鹿児島市に比べ，やりとりしない割合は有意に低かった。食生活や栄養に対する関心は高く，野菜を多く食べる，海草を週3回以上食べる，うす味にする，規則正しい食事，が上位にあげられた。食生活に対する満足の度合いは高かった。

- (4) 将来に対して不安を感じているのは約半数で，全国平均よりはるかに低かった。また，将来，自立して日常生活を営むことができなくなった場合には子どもの世話になることを希望する者が約半数であった。

以上のように，菱刈町では高齢者が食生活・日常生活を積極的に営み，健康や食生活に対する関心や意識も高いことが示された。

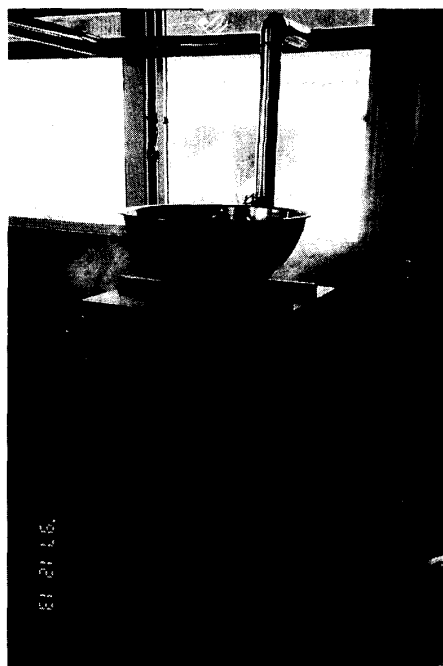
第2節 高齢者の食生活と日常生活についての聞き取り調査

上記のアンケート調査に加え，1997年12月13日，高齢者の食生活と日常生活についての聞き取り調査を実施した。

聞き取りは，食生活改善グループの方々を対象に，菱刈町生活改善センターでおこなった。当日，同所ではグループの柚餅子(ゆべし)と「たれ」作りが行われた(その模様は図1，2，3，4に示すとおりである。)

なお，以上のような事情から，対象者は全員女性であること，一般の場合よりも食生活に関心が高いこと，また同居者に同時に話を聞くことはできなかったことをあらかじめお断りしておく。





聞き取りの結果を、属性、仕事、収入・支出、健康状態、日常生活、食生活(食事時刻、食事内容、食事作り、買い物、気をつけていること、惣菜などの利用、食事などのやりとり、満足度)など、先のアンケート調査を基礎に項目別に記述した。

1. Aさん(66才, 女性) , Bさん(68才, 男性)(下線は聞き取り対象者)

(1) 属性

Aさん夫妻は現在夫婦二人暮らしである。Aさんは菱刈町に住んで35年になる。Bさんは55才の定年まで外国航路に乗船しており、留守が多かったが、定年後は自宅にいる。夫妻の子ども2人はそれぞれ独立し、大口市と福岡に在住している。5人の孫がある。93才になるAさんの実母は、Aさんの兄弟姉妹のうち長男が同居して世話をしている。

(2) 仕事、収入・支出

日常には畑仕事や庭の手入れ、花や苗づくりをしている。朝・昼あわせて4時間くらいを費やしている。Aさんの国民年金、Bさんの船員年金で暮している。支出では子どもや孫のこづかい、交際費が多い。

(3) 健康状態

Aさんには、現在膝痛がある。以前は脂肪肝を指摘されたこともあるため、検診は欠かさない。また、特別に運動をしてはいないが、上記のように毎日数時間にわたって、

畑仕事などを行っている。

(4) 日常生活

Aさんは以前から専業主婦のかたわら、洋裁、和裁や手芸の仕事をボランティア的に請け負うこともあった。現在では趣味・ボランティアとしておこなっている。また、夫妻は、車を使って霧島など比較的近いところの温泉めぐりをしている。

子どもの家族との交流は緊密で、しばしば子どもが実家に立寄ったり、日曜日ごとに電話をくれたりする。また、3日以上のお休みには必ず実家へ帰省してきてくれる。友だちづきあい・近所づきあいもあり、特に近所とは食べ物、作物などのやりとりをしている。親戚づきあいもしている。93才のAさんの実母が風邪で入院した半年間、毎日おみまいにいった。ボランティア活動には積極的に関わっている。老人会や踊りに参加している。また、大口市のシニア・ボランティアにも登録し、啓明園や寿園などの老人施設で食事の介助などをおこなっていた。1997年には、県の主催する「ときわ木学園」に、月2回ずつ全12回通った。たいへん勉強になったし、京都旅行にも行った。ニュースへの関心もある。

(5) 食生活

(a) 食事時刻、食事内容

朝食は7時30分から8時まで(30分)、食事内容はごはん、みそ汁、めざし、納豆、海苔などである。牛乳が好きでないので、牛乳を飲む代わりに、みそ汁にスキムミルクを1杯入れている。

昼食は12時から13時まで(1時間)、ごはん、魚、煮つけなどである。

夕食は早めで、17時から18時まで1時間くらいである。これは、年間を通じて変わらない。夫のBさんが、夏はビール、冬は焼酎で必ず晩酌をし、ごはん、さしみなどの食事を摂るためである。

間食は特にしない。しかし、時には10時に果物、アロエ、にんじんなどをミキサーにかけて作る自家製野菜ジュースを飲む。15時にきなこドリンク(牛乳+きなこ)を摂ることもある。

(b) 食事作り、買い物

食事作りは妻であるAさんがする。買い物は毎日2人です。大口市にあるスーパー、Aコープなどへ出かける。

(c) 食生活で気をつけていることは以下のとおりである。

☐ほとんど毎日、肉、魚または卵を食べる(肉と魚は交互に摂るようにしている)。

☐いも類を1日1回は食べる。

☐乳、乳製品(チーズ、ヨーグルト、スキムミルク)を1日1回は食べる。

☐昆布、わかめ、海苔など、海藻を1日1回は食べる。昆布やワカメを、みそ汁、煮

たき物や酢の物にして食べている。

☐食事は腹八分にとどめている。

☐野菜をたくさん食べる。

☐漬物、おやつ、おこわなどなんでも自分で作る。生活改善グループの集まりなどにも持参する。

☐食事は規則正しくとる

(d) 惣菜、インスタント食品は利用していない。

(e) 食事などのやりとり

近所に一人暮らしのおばあさんが多いので、週2回くらい、食べ物や手芸で作ったものを持っていく。

(f) 食生活の満足度

食事はおいしい、楽しいと感じるし、食べたいものを食べている。食卓の雰囲気は明るく、食欲もある。好き嫌いはない。外食は月2回くらいしている。食事が待ち遠しいとまでは思わない。しかし、全体として食生活には満足している。

(6) その他

食事サービスは知っているが、自分たちは受けていない。

健康で生活し続けられるかどうかは将来の最も大きい不安であるが、できるだけ自宅で生活したいと思っている。

2. Cさん(68才, 女性)(下線は聞き取り対象者)

(1) 属性

Cさんは息子さん(町会議員)夫妻と同居している。生まれてから68年間、今の土地に住んでいる。

Cさんの子ども4人は独立して、2人が東京に、1人が埼玉に、そしてもう1人が同居の息子さんである。孫も10人いる。孫のうち、同居している息子さん夫妻の子どもは3人だが、教員、大学生、高校生で、現在はいずれも家を離れている。

亡くなった夫の兄弟姉妹や自分の実父、おば、兄弟姉妹が近くに住んでいる。実父は89才で一人暮らしで、Cさんが買い物を、Cさんの妹さんが食事作りを担当して、その生活を助けている。

(2) 仕事、収入・支出

仕事は酪農を中心とする農業である。乳牛(25頭、子牛4頭)を飼い、米作りもしている。農業に従事する時間は1日5時間くらい、家事などを合わせると11時間くらいになる。息子夫妻と3人で毎日よく働いている。

Cさん個人の収入は、国民年金が13.8万/2ヶ月、農業者年金・養老年金 21万/3ヶ月

と息子さんからのこづかい（賃金）が8万/月（うち、3万/月は食費として息子さん夫妻に渡している）である。したがって、平均すると毎月20万程度の収入がある。

一方、支出で多いのは、交際費、孫へのこづかいである。また、毎月1.4万と、年11万の積み立て貯蓄をしているのと、年29万になる保険金は大きい支出である。

(3) 健康状態

3年ほど前から左膝痛の持病がある。おそらく長年重いものをもってきたからではないかと考えている。

健康のために、毎朝5時30分に温泉に行く。温泉には82才のおばあさん4人が毎朝連れ立ってくる。温泉は健康のためだけではなく、気分転換にもなり、多くの人たちとの交流は楽しみである。

(4) 日常生活

現在は生花を週1回やっている。以前にはこのほかに民謡の集まりにも出ていた。

子どもとの交流は、長男以外は遠方であるため、電話のやりとりが主であるが、どちらかといえばある。友だちづきあいや近所づきあい・親戚づきあいはあるが、日常の仕事が忙しいから多くはない。ニュースへの関心もある。しかし、ボランティア活動は、現在のところ、農業が忙しいのでしていない。

(5) 食生活

(a) 食事時刻、食事内容

朝食は7時から7時20分くらいで、内容はごはん、みそ汁、目玉焼き、サラダである。サラダは、キャベツとリンゴに、酢・砂糖・マヨネーズに決めている。

昼食は12時30分から13時である。ごはん、汁、魚料理(焼き魚など)である。

夕食は先に風呂に入るため、20時から21時くらいで、ごはん、汁、野菜、肉(魚)である。

間食は10時にお菓子と牛乳、15時にはお茶とお菓子または果物を摂る。

(b) 食事作り、買い物

食事作りは、嫁と分担しておこなっており、朝食はCさん、昼食はCさんまたは嫁、夕食は嫁が作る。

買い物も、Cさんと嫁とで週3回程度する。外出したついでに足りないものを買うことも多い。嫁は週1回生協の共同購入も利用している。Cさんは、一人暮らしの実父のために4日に1度は必ず買い物をする。買い物をするのは、Aコープや町内のスーパーである。

(c) 気をつけていること

☐ 息子さんが高血圧気味なので減塩し、うす味に心がけている。

☐ ほとんど毎日、肉、魚または卵を食べる。

- ☐肉より魚を食べる。
- ☐野菜を多く食べるようにしている。
- ☐いも類を1日1回は食べる。
- ☐乳、乳製品(チーズ、ヨーグルト、スキムミルク)を1日1回は食べる。
- ☐昆布、わかめ、海苔など、海藻を一週間に3回以上は食べる。
- ☐漬物、味噌などを手作りする。
- ☐旬のものを食べるようにしている。
- ☐食事は規則正しくとる。

(d) 惣菜、インスタント食品の利用

お惣菜やインスタント食品の利用は、嫁が仕事が忙しいとき、週1回くらいしている。

(e) 食事などのやりとり

食事などのやりとりは近所や親戚のおばなどと月1、2回くらいしている。

(f) 食生活の満足度

食事はおいしい、楽しいと感じている。好き嫌いはないが、から揚げ、カレー、ウインナーなどは食べない。Cさん自身は外食はしない。息子夫婦は時々している。全体として食生活には満足している。

(6) その他

将来への不安はなにより健康のことである。

お嫁さんに世話をかけることになるから健康を損ねたら入院したいと考えている。

3. Dさん(66才, 女性), Eさん(79才, 男性)(下線は聞き取り対象者)

(1) 属性

DさんとEさんは夫婦二人暮らしである。Dさんは今の土地に45年ずっと住んでいる。

子ども3人は独立し、娘は奈良、長男は京都、次男は川内に暮している。また、Dさん、Eさん双方の兄弟姉妹は近くに住んでいる。

(2) 仕事、収入・支出

日常には、菜園や家事を仕事にしている。主な収入は、妻のDさんが国民年金、夫のEさんが農林年金(農協)である。支出は、保険金、交際費(外食費を含む)が大きい。

(3) 健康状態

夫のEさんは身体障害者である。また、Eさんは以前は仕事上のつきあいなどで酒を飲むことが多かったので、肝臓を悪くし一時入院していた。

(4) 日常生活

Dさんの趣味は編み物である。その他、新聞を丹念に読む。

子どもとの交流はある方だ。京都に住む長男が、出張のついでに月1回帰省してくれる。友だちづきあい、近所づきあい、親戚づきあいはふつうだと思う。ニュースへの関心も高い。しかし、夫が身体障害者で介護が必要であり、時間の余裕はない。したがってボランティア活動はしていない。

(5) 食生活

(a) 食事時刻, 食事内容

朝食は夫が喘息のため遅くなる。9時から10時で、やきいもまたはパン、牛乳、くだものなどを摂る。

昼食は13時から14時で、めん類(そうめん、うどん、やきそばなど)、野菜を食べている。

夕食は19時から20時で、ごはん、野菜、豆腐などである。

間食はしない。

(b) 食事作り, 買い物

食事作りは妻のDさんがする。

買い物は2人で、車でスーパーやAコープに、週3回行く。新鮮な牛乳を切らさないようにしている。

(c) 気をつけていること

☐ 夫のEさんが厳しい食事制限を必要とするので、食事は野菜中心にしている。

☐ 食事は規則正しくとる。

☐ 肉より魚を食べる。

☐ いも類を1日1回は食べる。

☐ 乳、乳製品(チーズ、ヨーグルト、スキムミルク)を1日1回は食べる。

☐ 昆布、わかめ、海苔など、海藻を一週間に3回以上は食べる。

☐ 味付けは薄味にしている。

☐ 味噌、めんつゆ、たれなどなんでも手作りしている。

☐ 旬のものを取り入れる。

☐ 果物をよく食べる。

(d) 惣菜, インスタント食品は利用しない。

(e) 食事などのやりとりはしていない。かえって迷惑になるのではないか、と考えて控えている。

(f) 食生活の満足度

食事はおいしく、だいたいにおいて楽しい。食べたいものを食べている。食欲もあり、食事は待ち遠しいと思う。好き嫌いはない。外食は、孫がきた時にはすることもあるが、いつもはしない。全体として食生活に満足している。

(6) その他

将来は自宅または施設で暮したい。

食事サービスについては知っている。妻のDさんが食事を作れなくなったとき、Eさんは食事サービスを受けるつもりである。

4. Fさん(70才, 女性), Gさん(72才, 男性)(下線は聞き取り対象者)

(1) 属性

Fさんは夫のGさんと夫婦二人暮らしで、現在の土地で暮して40年になる。その間に、夫のGさんが13年、Fさんが10年ほど大阪の化学会社(ダイキン)に勤務し、家族一緒に大阪で暮していた。この間の農業は祖父母が担った。

子どもは3人で、熱海、加古川市、交野市に在住している。

(2) 仕事, 収入・支出

現在の仕事は、米作りを中心とする農業である。主な収入は、2人とも厚生年金である。それに加えて、農業の収入と夫のGさんが農閑期に臨時で土木建設の労働に従事する際の収入がある。支出の多いものは交際費である。

(3) 健康状態

Fさんには右足股関節脱臼があり、7才の頃から身体障害者である。冬の寒さはこたえる。

しかし、毎日午後にゲートボールをやるのが大きな楽しみである。13時30分から16時まで、1回25分の試合を5回する。

(4) 日常生活

日常は農業と好きな編み物で過ごしている。

子どもとの交流はあり、米を月1回送っている。熱海に住む子どもは魚を送ってくる。友だちや近所とのつきあいはある方だと思う。特に親戚とのつきあいは、Fさん、Gさんとも兄弟姉妹が8人ずついるため、活発である。ニュースへの関心はある。今は孫の成長が楽しみである。ボランティア活動は、かつてはしていたが、今はしていない。

(5) 食生活

(a) 食事時刻, 食事内容

朝食は6時30分から7時に、ごはん、みそしる、つけものなどを食べる。

昼食は12時から12時30分で、ごはんが主食である。

夕食は18時30分から19時30分で、晩酌をしつつ、ごはん、さしみ、焼き魚などを摂る。肉は週1回だけにし、他の日は魚にしている。

間食は10時と15時に、甘いものとコーヒーである。15時にはゲートボール会場で撮ることになる。

(b) 食事作り, 買い物

食事作りは妻のFさんがやる。

買い物は, 二人で車を使って, 週2回, 大口市のスーパーに, 広告をみて安いところに出かける。

(c) 気をつけていること

☐ いも類を1日1回は食べる。

☐ 牛乳・乳製品(チーズ, ヨーグルト, スキムミルクなど)は, Fさんは摂取していないが, 夫のGさんは摂っている。

☐ 昆布, わかめ, 海苔など, 海藻を一週間に3回以上は食べる。

☐ 食事は規則正しくとる。

☐ 手作りに心がけている。

(d) 惣菜, インスタント食品はほとんど利用しない。

(e) 食事などのやりとり

食事などのやりとりは週1, 2回程度している。

(f) 食生活の満足度

食事はおいしく, 楽しい。食べたいものを食べている。食欲はあるが, 食事が待ち遠しいというほどではない。好き嫌いはなく, 外食もしない。現在の食生活に満足している。

(6) その他

夫のGさんに先だたれるのは不安である。その時は子どもの世話になりたい。

近所の78才になる口のきけないおばあさんの面倒を長年(何十年も)みてきた。朝・昼の食事, 土曜日・日曜日の食事(平日の夕食は食事サービスを受けている), 衣服などの世話をしている。

5. Hさん(67才, 女性), Iさん(71才, 男性) (下線は聞き取り対象者)

(1) 属性

Hさんは, Iさんと夫婦二人暮らしである。Hさんは, 結婚してから45年間, 今の土地に住んでいる。

一人息子は独立し, 鹿児島市に住んでいる。Hさんの妹が熊本と帖佐に, Iさんの兄弟姉妹4人は町内に在住している。

(2) 仕事, 収入・支出,

仕事は農業である。畑作, 水田のほか, 牛, にわとりなどを飼育している。主な収入源は農業からのものである。このほか, Iさんが土木建設に従事した時の臨時収入, 二人の国民年金がある。また, Hさんの妹が仕送りをしてきている。

(3) 健康状態

Hさんの健康状態は悪くはない、という程度である。37才の時に過労から体調を崩し、以来16年間灸に通っており、食事と健康には人一倍気を使っている。

(4) 日常生活

毎日、4時に起床、20時に就寝するという規則正しい生活を送っている。

Hさんの趣味は書道である。

子どもとの交流はあるが、友だち、近所、親戚とのつきあいはあまりない。ニュースへの関心は高い方だ。

毎日、夕食の後で家から5分のところにある温泉に行くことにしている。

(5) 食生活

(a) 食事時刻、食事内容

朝食は5時から5時30分に摂る。ごはん、リンゴ、卵、豆腐、野菜、海草などである。

昼食は12時から12時30分あるいは13時で、ごはんが主食である。

夕食は18時から19時で、主食はごはんである。

間食はあまり摂らないが、摂るときはお茶や果物である。

(b) 食事作り、買い物

食事作りは妻であるHさんがしている。

買い物もHさんが、週3回、Aコープなどへ出かける。

(c) 気をつけていること

☐ 腹八分にする。

☐ 食事と休養に特に気をつけている。

☐ 食事は規則正しくとる。

☐ ほとんど毎日、肉、魚または卵を食べる。

☐ 肉より魚を食べる。

☐ 野菜を多く食べるようにしている。

☐ いも類を1日1回は食べる。

☐ 乳、乳製品(チーズ、ヨーグルト、スキムミルクなど)を1日1回は食べる。

☐ 昆布、わかめ、海苔など、海藻を一週間に3回以上は食べる。

☐ 味付けは薄味にしている。

☐ 手作りに心がけている。

(d) 惣菜、インスタント食品は使わない。

(e) 食事などのやりとりは月1、2回である。

(f) 食生活の満足度

食事はおいしく、楽しいし、食べたいものを食べている。食欲はあり、お腹が減っ

た時には食事が待ち遠しい。好き嫌いはないし、外食もしない。全体として食生活には満足している。

(6) その他

将来への不安はない。ずっと自宅で暮したいと思っている。

食事サービスは知っている。

若いころはたいへん苦労をした。

おわりに

1997年12月、菱刈町の高齢者5人に食生活・日常生活のようすを聞き取り調査した。その結果は、先のアンケート調査の結果を裏付けるものであった。今回の聞き取り調査のなかで注目すべき点は以下のとおりである。

(1) 食生活が自給自足的に営まれている。

米、野菜は自給している家庭が多い。また、味噌、たれ、などを共同して作る活動も活発におこなわれている。聞き取り対象者の家庭では、肉、魚、卵、牛乳などのような自給しにくいものを買う物する以外には、自給的に食生活を営んでいた。

(2) 健康や楽しみのために温泉を日常的に利用している。

菱刈鉾山が鉾石と同時に噴出する温泉湯を町に供給しており、町内ではあちこちに温泉がある。そのため、町民が容易に温泉を利用することができることもあり、健康や楽しみのために温泉に行くことが生活に根づいている。

(3) 食生活をはじめとする地域内の相互扶助が活発に行われている。

アンケート調査の結果でも、食事等のやりとりは月1、2回行う割合が多かった。今回の聞き取り調査では、調査対象者よりもさらに高齢な隣人に対して、頻繁に食事の援助をしている例が2例ほど見られた。このことは、地域内の相互扶助が活発に行われていることを示している。これは、食事サービスは良く知られているものの、その利用が必ずしも多くない要因のひとつでもあろう。

(4) 生活に欠かせない道具として車がある。

今回の聞き取り対象者がおおむね60代であることにもよると思われるが、買い物等、生活に欠かせない道具として車が利用されている様子がうかがわれた。このことは、自家用車のない高齢者にとっては少なくない不便が存在することを予想させる。

最後に、残された問題について触れ、今後の検討課題としたい。

まず、男性高齢者の家事能力の問題がある。そのために、食事サービスを広く受けられ

るようにするか、あるいは男の料理教室など何らかの対策が望まれる。男性高齢者の家事従事者の状況をみると、アンケート調査では夫婦世帯の82.2%で、聞き取り調査では夫婦世帯のすべてで、妻が食事作りを担っている。男性高齢者にとって家事能力を身につけるのは容易ではないかもしれない。しかし、阪神大震災後の仮設住宅内でみられた高齢者の孤独死の要因のひとつが男性高齢者の家事能力の不足であること¹³⁾を考えると、何らかの方策が必要である。

次に、「食事が待ち遠しい」割合が低いことである。高齢者は基礎代謝が低下すること、運動量が不足しがちであることなど、さまざまな理由が考えられる。とはいえ、食生活の満足度の調査でこの項目だけが低い値を示している要因については検討の必要があろう。

謝辞

今回の聞き取り調査にあたり、菱刈町役場の関係諸機関および食生活改善グループの皆さまにご協力いただきました。特に、比江島幸子さんには調査場所の設定や連絡など、たいへんお世話になりました。記して深く感謝いたします。

(倉元綾子・土井順子)

¹³⁾ 井上えり子、橋本幸子、東靖男、山本容子、佐々木和子：阪神・淡路大震災とジェンダーバイアス—女性問題は震災でどのようにあらわれたか、『第2回市民とNGOの「防災」国際フォーラム報告書阪神・淡路大震災から2年くらし再建道筋ここから1997/1/17-19』市民とNGOの「防災」国際フォーラム実行委員会, 4 (1997)