

高齢者の健康管理態度に関する研究

— 適応指標としてのMHLCの有用性について —

筑波大学医療技術短期大学部

山本 亨子

<目的>

教育水準の向上やマスメディアの発達は、専門的な保健・医療情報を医療専門家以外の人々が気軽に入手することを可能にした。また、平均寿命の伸びや自分の健康に対するセルフケアの自覚は、様々な保健行動を促進する結果となっている。高齢者においても、自分の健康のレベルにあった、より健康的な生活を送りたいというニーズが高まっている。病院から地域へと看護の場が拡大する中で、マスメディアの発達や家庭や地域の社会的環境が保健行動にどのように影響するかを改めて検討する必要に迫られている。

そこで本研究では、健康行動をとるための心理的準備状態の一つである、病気や健康に対する認識、仕事やつきあい満足度、生活満足度を調査し、それらが、年齢や性でどのように異なっているか、健康的な高齢者の生活状況は、年齢や性でどのように異なっているのかを明らかにした。

<研究方法>

調査対象は、茨城県U市、T市に在住する65歳以上(平均年齢73.4歳 SD=16.1)の高齢者486名。地域の老人クラブ活動に積極的に参加している者である。老人クラブの活動場所に数回出向き、質問紙による集合調査法を行った。

測定した内容は次の5つである。

- (A) Health Locus of Control (HLC)
- (B) 健康感と身体的健康度
- (C) 仕事や付き合いの内容と満足度
- (D) 人生満足度
- (E) 一週間の生活の実態

以下その内容を簡単に説明する

(A) Health Locus of Control は、Wallstoneら(1978)によって開発された Multidimensional Health

Locus of Control Scale (MHLC) の form A を日本語に訳したものである。18の質問項目には、「自分自身のコントロール下にあると考えている (INTERNAL: IHLC)」「医師や家族などに重要他者のコントロール下にあると考える (POWERFUL OTHERS: PHLC)」「幸運や不運によるものとする (CHANCE HEALTH: CHLC)」の3つのHLCに該当する内容が6項目ずつ含まれている。質問の内容に対する賛成の程度を6段階で得点化した(信頼係数 $\alpha=0.741$)。

(B) 健康感とは、健康状態の自覚である。一般に健康感はその後の死亡の発生や保健行動や楽観的な感覚に有意に関連すると考えられている。

(C) 高齢者の生活のあり方を仕事や家庭での役割と日常的な付き合いの内容に対する満足度を、3段階で得点化した。

(D) 長期的で広範な事柄に関する満足度を測定する目的で、生活に対する満足度合を Neugerten の生活満足度スケールで測定した。

(E) 高齢者の一週間の日常生活活動を日記式に記述し、活動時間と頻度を調査した。

<結果>

(A)~(D)の平均値で性別、年齢差がみられたものについて述べる(表1)。

① 男性は、75歳以上でCHLCが高くなった。生活満足度も高くなった。

② 女性は、75歳以上でIHLCが高くなった。

次に(A)~(D)の項目相互の関連を検討した。

③ 男性は、65-74歳でIHLCとPHLCの関連がみられた($\gamma=0.47$)。75歳以上では、MHLCはその他の項目と関連しなかった。

④ 女性は、65-74歳でIHLCとPHLC、PHLCと

表1 MHL C と健康感 生活満足度にみられる性・年齢差

	n	MHL C			健康感	仕事 満足度	付き合 い満足度	生活 満足度	
		IHLC	PHLC	CHLC					
全 体	405	27.6	28.7	23.9	2.2	3.1	3.2	41.1	
男 65-74歳	81	27.0	28.3	22.0	**	2.2	3.1	3.2	39.5
性 75-歳	68	29.0	29.7	24.7					
女 65-74歳	132	26.8	28.0	24.6	**	2.1	3.2	3.1	40.7
性 75-歳	92	28.6	29.9	25.3					

**p <0.01

CHLC, IHLC と CHLC とが関連した (順に $\gamma = 0.44$, $\gamma = 0.50$, $\gamma = 0.67$)。75歳以上では, PHLC と CHLC のみが関連した ($\gamma = 0.42$)。女性の生活満足度と MHL C との関連では, 65歳-74歳は IHLC ($\gamma = 0.46$), PHLC ($\gamma = 0.60$)であった。特に75歳以上では生活満足度と CHLC の関連が強くなった ($\gamma = 0.86$)。

⑤ 仕事満足度は, 各HLC とは関連しなかった。しかし, 仕事と付き合い満足の度合に関連がみられた (全体で $\gamma = 0.68$)。女性に比べて男性は仕事と付き合いの関連が強かった (65-74歳では $\gamma = 0.90$, 75歳以上では $\gamma = 0.86$)。

⑥ 健康感と各HLC との関連はみられなかった。

⑦ 健康な高齢者の日常生活ぶりをみると, 全体の余暇活動時間は, 一週間を通じて女性が25分長かった。65-74歳では, 女性は家事時間が長く, 男性はスポーツや社会参加の時間が長かった。75歳以上になると男性はテレビ時間, 家事, 会話時間が長くなり, 訪問, 社会参加, スポーツ, 趣味時間が短縮した。女性は, 75歳以上になると家事, スポーツ, 会話が延長し, テレビ時間は短縮した。全体の余暇活動時間は女性は75歳以上で増加した。その結果, 男性と女性との差は, 一週間で約3.5時間に拡大した。

⑧ 生活満足度は, 75歳以上がそれ以下の年代より高かった。男性は, 65-74歳では女性より満足度が低いが75歳以上になると女性より高くなった。男性の年代別生活満足度の差は有意であった。

以上のように, (A)~(D) の項目の値や関連性の一部には性や年齢差がみられた。また, 今回の結果では⑥に示すように, 健康感には各HLC には関連しなかった。

そこで, 得点のパターンを8つに分類し, さらに検討した。

⑧ CHLC のみが高い群, PHLC と CHLC が高い群, 3つのHLC が全て低い群には, 健康感, 人生満足度, 仕事やつきあい満足度, テレビとみている時間などがその他の群にくらべて長いという共通の傾向がみられた。

健康な高齢者は, 全体としては自分の健康をコントロールしているのは, 必ずしも自分の力だけでなく, 家族や友人, 時には運命であるというように非常に柔軟に考えていることが明らかになった。生活満足度では, 女性でのみ MHL C の一部と関連があった。75歳以上になると, 男性の生活満足度は高くなった。しかし, 余暇活動の内容や活動時間はむしろ減少しているという傾向がみられた。