

# 高齢者の健康増進と QOLの向上にむけて (2)

平成15年6月19日

北海道大学大学院医学研究科  
予防医学講座 老年保健医学分野  
玉城 英彦

# 講義の概略

- ◆ 健康とQOLの概念
- ◆ ライフステージの捉え方
- ◆ 平均寿命の男女差の意味
- ◆ 文明の成熟度
- ◆ 高齢者の健康と関連要因
- ◆ 年齢による差別

# 平均寿命の男女差は ジェンダー問題か

- ◆ジェンダーとは？
- ◆その解決手段は？

# 文明の成熟度と 行動の自由度

日本	—	子供
米国	—	ティーン
欧州	—	高齢者

# 文明の成熟度と 種々の指標

- ◆ 平均初婚年齢
- ◆ 初婚年齢の男女差
- ◆ 結婚適齢期の幅
- ◆ 離婚率

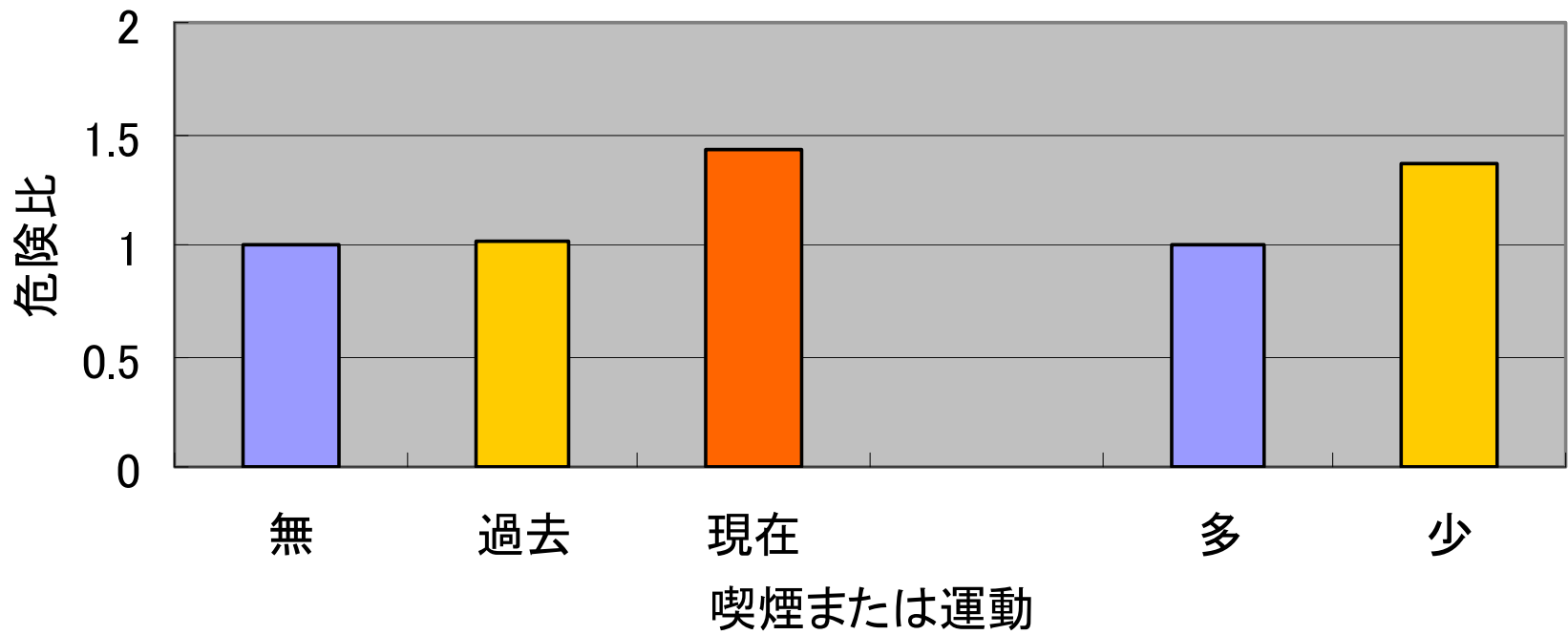
# どちらが要支援？

- ◆65歳以上の要支援・要介護は13%以下
- ◆30歳未満の要支援・要介護は80%以上

# 17年間ににおける健康リスクの変化

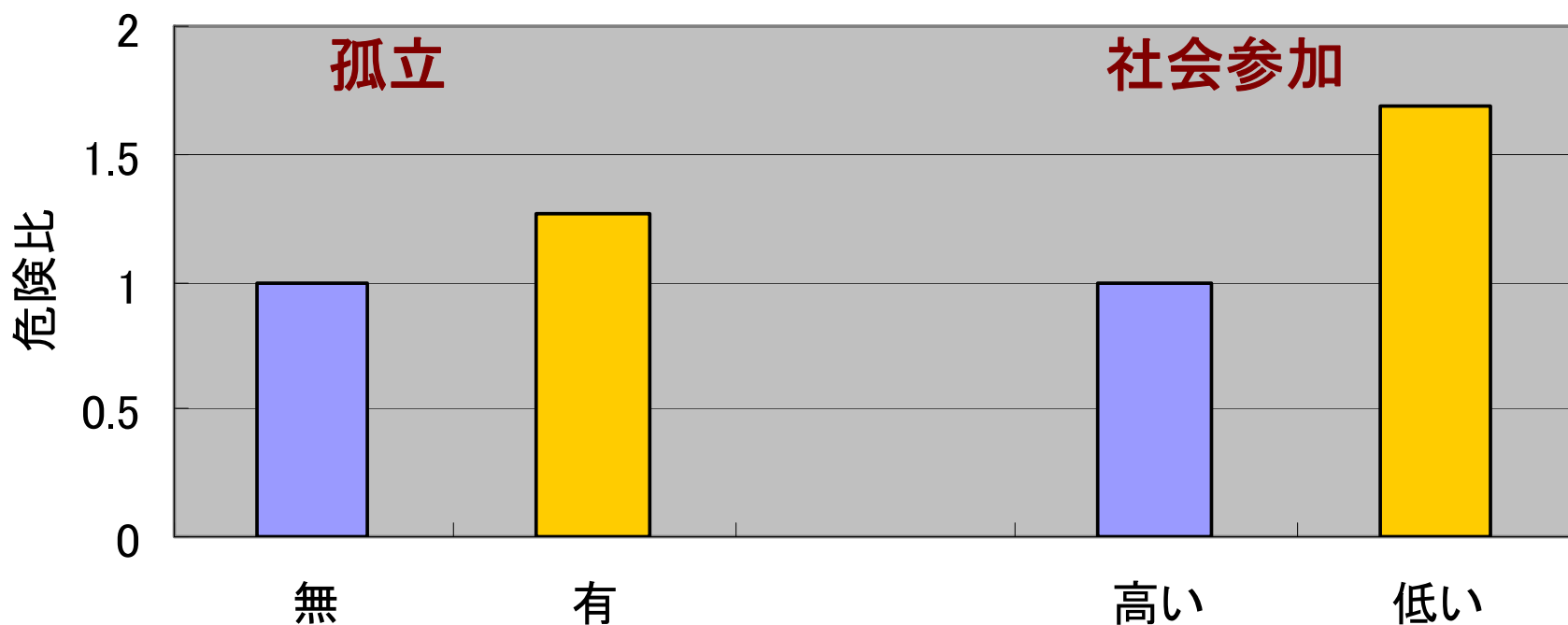
## 70 - 89歳

喫煙と運動



# 17年間ににおける健康リスクの変化 70 - 89歳

孤立と社会参加





# ソーシャルネットワーク

- ◆ 親しい友人・親戚は何人？
- ◆ 少なくとも月1回程度合う友人・親戚(家族)は？
- ◆ ものや少額の金を借りたり、使いを頼む友人・親戚は？

# ソーシャルサポート

- ◆ 信頼して打つ明けられたり話したり出来る人は？
- ◆ 医者に連れて行ってくれる人は？
- ◆ 食事を作ってくれる人は？

《続き》