九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

健康度診断検査についての研究

松本, 壽吉
Institute of Health Science Kyushu University

https://doi.org/10.15017/483

出版情報：健康科学. 9, pp.159-180, 1987-03-28. Institute of Health Science,Kyushu University
バージョン：
権利関係：

J. Health Sci., 9: 159−180, 1987.

研究資料

健康度診断検査についての研究

松本壽吉

A Study on Diagnostic Test of the Degree of Health

Jukichi MATSUMOTO*

はじめに

近年，健康増進や健康づくりという言葉をよく聞くようになった。これは，高齢者の増加，生活様式の変化やモータリゼーションの普及等の影響による身体機能の弱化，成人病や神経症など半健康人の増加傾向が顕著に現われており、これを予防することはもちろんであるが，身体的・精神的・社会的健康の維持増進を図ることが必要となったからである。

一般に健康維持増進の必要性については十分に認識されている。国民の生活意識をNHK放送世論調査所[1]の「日本人の健康観」(昭和56年）でみると、生活の諸側面のうち「なにが一番大切か」との質問に対して，「健康」が61%で首位を占めている。このことは，健康が生活の基礎をなすものであり，なにものにもかえがたいものとして，人間の基本的欲求に深くかかわっているものであり，多くの国民が健康に対しての価値観や関心を非常に強くもっているということである。

しかし，健康の維持増進のためにどのような生活実践をすべきかについての理解とその方法が身についていないのが現状である。総理府[2]の「自己の健康状態についての調査」をみると，50歳以上では20%以上が「あまり健康ではない」と答えており，また「健康に対する注意についての調査」をみると、「留意している人」と「留意していない人」がそれぞれ3割いる。これを年齢によってみると高齢者は常に留意している人が多いのに対して若い男性はあまり留意していないようである。そして「健康に心がけている事項についての調査」では，全体としては，「栄養・食事に気をつけている」が約5割，「睡眠・休養をよくとる」が4割，「運動をする」が3割，「規則正しい生活をする」が2割となっている。

これらのことから，高齢者は健康についての意識が高く，積極的な健康づくりに努めているようであるが，現在は健康に異常がない若年者ほど健康のための生活実践をしていないようである。しかし，健康な若年者であっても，日常生活における不摂生や，生活環境の影響によって，いつか健康を損なうことにもなる。健康を損なって医療機関で治療をするようになってからでは，本人はもちろん，家族や同僚にも迷惑をかけることになる。転ばぬ前の杖という言葉があるように，普段から健康には十分注意をはらって，積極的に健康の維持増進のための生活実践をすることが大切である。

多くの人々はおそらく自分の健康状態を知って，どのような生活をすべきかを知りたがっている筈である。この指導をすることが健康処方であると考える。健康を維持増進させるためには，まず個人の総合的健康の状態を調べなければならない。そしてもし運動が必要であると思われる人には運動処方を，栄養摂取に注意すべき人には食事指導を，生活全般について注意すべき人には生活改善の指導を行い，個々人が日常生活の中に健康維持増進のための生活活動を取り入れるように指導するものである。このことが健康処方の方法といえよう。以上のことから松本[3]は「健康処方とは，個人の健康状態を総合的に診断し，健康の維持増進に役立つ生活実践を指導することである。」と定義している。また健康処方システムを図1のように作成してみた。

*Institute of Health Science, Kyushu University 11, Kasuga 816, Japan.

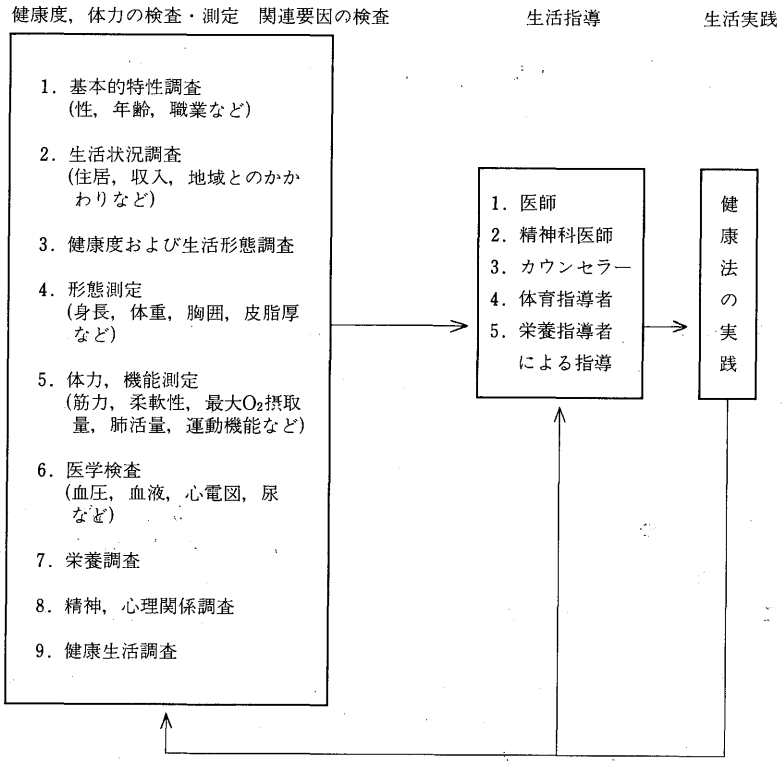

図1　九州大学健康科学センターにおける健康処方システム

そしてその内容については健康科学センターが設置された昭和53年から，スタッフ全員がそれぞれのプロジェクトによって継続的研究を推進してきている。ここでは，松本がかかわった研究の内容，とくに健康度診断検査について報告する。

健康科学センターにおけるこれらの研究は，広域・総合的研究の特色を活かして，科学研究（文部省）と特定研究の二本の柱で，それぞれのテーマについて研究がおこなわれた。研究テーマを年次順にあげると下記の通りである。

生活実態と健康度に関する総合的研究
　昭和54年　特定研究
健康度診断指標の設定に関する研究
　昭和55年～57年　科学研究　一般研究（B）
生活形態と健康度に関する総合的研究
　昭和56年，57年　特定研究
健康指標に関する基礎的研究
　昭和58年，59年　特定研究
健康度の診断と健康生活の指導に関する研究
　昭和60年～63年　科学研究　一般研究（A）
健康処方の適用と効果に関する総合的研究
　昭和60年，61年　特定研究

研究目的

健康についての定義はいろいろ述べられているが，そのうちで多くの人に認められているのは，WHO（世界保健機構）の憲章である。この憲章は「健康とは，単に疾病や病弱でないというだけでなく，身体的，精神的そして社会的に完全に良好な状態である。」と述べている。しかし，この定義はまことに抽象的である。

これまで具体的に健康状態を調べるために用いられていた指標は，単に身体的健康のみに重きをおいたり，精神的健康のみに重きをおいたものはあっても，社会的健康をも含めた，総合的な健康の状態を調べるための診断指標はほとんどない。このことは総合的健康診断指標の作成がいかに困難であるかを如実に物語っている。

そこで松本らは[4]，健康科学センターに学生や一般健常人が健康の相談に訪れたとき，医学的検査や体力

検査を受検する前に，質問紙による問診のかたちで総合的健康度を診断する指標と生活形態を調べる項目を作成するために，医学，心理学，体育学の研究者によるプロジェクト研究を始めたわけである。

この研究の目的は，学生や一般健常人の総合的健康状態を客観的に診断できる，健康度診断の指標を設定し，健康度の標準尺度を検討することである。

いま一つ，個人の健康度は，個人や集団の生活形態や生活状況と関連が深いものと考えられる。そこで，個人の年令，性別，職業などの基礎項目および，健康度と関連があると思われる生活時間，生活行動，運動生活，食生活，家族，住居，労働，健康生活など生活形態構造の諸側面についての調査項目を設定することを目的とした。

研　究　組　織

研究代表者

松本壽吉

身体的健康度診断指標について

岡部弘道，徳永幹雄，藤島和孝，吉川和利，小室史恵

精神的健康度診断指標について

山田裕章，村山正治，峰松　修，冷川昭子

社会的健康度診断指標について

金崎良三，多々納秀雄

生活形態調査について

岡部弘道，金崎良三，多々納秀雄

研　究　経　過

松本ら[4]の「健康度診断指標の設定に関する研究」は，昭和53年に九州大学健康科学センターが設置されて，「健康度診断検査の試作」のプロジェクト研究にとりかかったのが，この研究の始まりである。したがって，昭和55年度文部省科学研究費が交付されるまでが予備研究であり，昭和55年度以降，第1次研究，第2次研究，第3次研究，第4次研究を実施してきたことになる。

予備研究（昭和53年，54年度）

総合的健康度診断指標を作成するために，まず，身体的，精神的，社会的三面にわたり，具体的な健康状態の項目をできるだけ多く挙げてみることにした。

その方法は，大学生を対象に，身体的，精神的，社会的健康のそれぞれについて，具体的健康状態を記述させた。

そして，三領域別にそれぞれ列挙された項目の頻数を調べて，頻数の多い項目を中心に健康状態の項目を考察した。この段階では，総合的健康状態が診断できないので，三領域別に検討することにした。

第1次研究（昭和55年度）

それぞれの領域別に，予備調査の結果と，各領域に関連した検査の内容を参考にして，健康度の調査を実施した。

身体的健康に関する研究グループでは，「身体的健康についての調査」を作成し，大学生を対象に調査を行った。

精神的健康に関する研究グループでは，「PHIの調査」を使用して，高校生，大学生を対象に調査を行った。

社会的健康に関する研究グループでは，「大学生の社会的健康度についての調査」を作成し，大学生を対象に調査を行った。

そして，各領域別に調査結果を分析し，総合的健康状態を調べるために必要な項目の検討を行った。

第2次研究（昭和56年度）

第1次研究での各領域別調査項目の検討結果をふまえて，総合的健康度診断のための項目を110項目にした。「健康についての調査」がこれである。

この診断指標の内容は，身体的健康に関係したものが42項目，精神的健康に関係したものが31項目，社会的健康に関係したものが34項目，身体，精神両面の健康に関係したものが3項目となっている。

この110項目の質問に対して，日ごろの健康状態や考えによって，それぞれ「よくあてはまる」，「少しあてはまる」，「あまりあてはまらない」，「まったくあてはまらない」の4段階で答えてもらうことにした。

この調査は10歳代から60歳代までの学生，生徒，一般人1765名を対象に実施した。

この調査結果について，各個人の総合点を求め，その度数分布，平均値，標準偏差等の基本統計量を算出した。なお，総合点と各項目との関連度から妥当性の検討をした。また，各領域別と全体について，因子分析法を適用して，各領域と全体の因子構造を知ることにした。

またこの調査では，個人的属性として，いくつかの生活形態についての質問を行っているが，健康度と関連が深いと考えられる生活形態をより正確に把握する必要があるので，生活形態の調査項目を検討することにした。そして「健康度と生活形態についての基礎調査」を作成した。

この調査は，20歳代以上の一般社会人360人を対象

表1　健康度診断項目の因子行列表

項目＼因子	F_1	F_2	F_3	F_4	F_5	F_6	F_7	F_8	F_9
1．腹痛をおこす。	.104	−.015	.116	−.003	.002	.024	−.072	.048	**.201**
2．かぜをひきやすい。	.134	−.025	.109	.019	−.018	.008	.005	.025	.059
3．仕事や勉学の後，体がだるい。	.146	.054	.226	.151	−.010	.130	−.013	.117	.025
4．物忘れをしない。	.007	−.011	.034	.013	.018	.035	−.081	−.007	−.054
5．家庭にいると心身のリラックスができる。	.065	.092	.030	−.063	**.658**	−.059	−.016	−.021	.014
6．よく耳鳴りがする。	.067	.046	.284	.043	−.127	.022	−.062	−.033	.062
7．自分は他人にとっても価値がある。	−.107	**.426**	−.119	.042	**.214**	**−.282**	.088	−.009	−.006
8．ふとり(やせ)すぎで，勉強・仕事に支障あり。	−.011	.053	**.357**	**.316**	−.024	.110	.091	.027	.059
9．人に会っても，おどおどする。	**.412**	−.076	.063	.039	−.008	**.373**	−.064	−.022	.100
10．人にひけ目を感じる。	**.423**	−.083	.049	.050	−.059	**.295**	−.084	.004	.104
11．物事に，サッととりかかれない。	.253	−.075	.039	.125	−.017	.163	−.073	.120	.070
12．仕事や勉強が十分できない。	.137	−.016	.083	.067	−.089	.152	−.026	.028	.033
13．遊び・娯楽を十分に行っている。	.002	.064	−.013	−.193	.115	−.050	−.043	.062	−.014
14．ちょっとした事をいつでも気にする。	**.722**	−.055	.098	.082	.005	.080	−.000	.024	.028
15．排便はあまり規則でない。	.107	−.029	.000	.060	.005	.047	−.001	.082	**.761**
16．地域の幾つかの組織に加入している。	−.020	.074	.007	.042	−.044	−.024	**.756**	.013	−.004
17．かぜでもないのにくしゃみがよくでる。	.098	−.018	.033	.040	−.013	−.022	.002	−.037	−.015
18．おできはできにくい。	−.020	.053	.040	−.018	.082	−.005	.017	.035	−.102
19．人と話していて，会話がききとれない。	.252	−.085	.043	−.073	−.047	.125	−.062	−.027	.061
20．毎日ぐっすり眠れる。	−.119	.015	−.236	−.019	.114	−.000	−.004	−.092	−.018
21．自由時間にストレスを十分解消していない。	.204	−.025	.070	.008	−.103	.093	−.013	.064	.043
22．気分はいつもすっきりしている。	−.290	−.114	−.184	.003	**.251**	−.060	.067	−.121	−.055
23．家庭に満足している。	−.099	.079	−.053	.019	**.720**	−.072	.026	−.073	−.042
24．〝物をかむ〟，〝歯みがき〟の時歯ぐきから出血。	.097	−.024	.116	.048	−.019	.001	.058	.031	.014
25．仕事・勉強中に目まいや立ちくらみ。	.141	.066	**.371**	.038	−.054	−.024	.012	−.006	**.120**
26．仕事・勉強がはかどらない。	.098	−.020	.082	.032	−.081	.179	−.065	.104	.019
27．自分自身を向上させるよう努力をしている。	.023	**.587**	−.014	−.067	−.001	−.047	.045	−.006	−.078
28．毎日の生活が充実していると感じる。	−.142	**.326**	−.023	.054	**.206**	−.010	.128	−.066	−.062
29．長時間の仕事・勉強にも耐える体力がある。	−.189	.140	−.156	**−.336**	.040	−.041	.037	.000	.008
30．親・他人の忠告を受けいれるほう。	.045	.145	−.041	−.042	.186	−.159	.019	−.007	−.051
31．精神的なゆとりを持って生活。	−.243	.249	−.074	.017	**.245**	−.087	.000	−.131	**−.116**
32．排便は気持ちよくできる。	−.045	.080	−.107	−.038	.071	−.020	.028	−.058	**−.748**
33．他人とうまく協力できない。	.136	−.039	.090	.053	−.074	**.673**	.021	.057	.049
34．特別な仕事をしなくても腰が痛む。	.024	−.119	**.490**	.120	−.060	.063	.050	.012	−.017
35．かぜでもないのにタンがつまる。	.001	−.061	.210	−.004	−.010	.087	.101	.118	.042
36．他人と比べ排尿回数が多い。	.110	.005	.187	.048	.038	.070	.065	.012	−.015
37．地域行事の為情報獲得に努力。	−.103	.199	.048	−.001	−.005	.011	**.732**	.006	−.048
38．階段を休まず上がると息切れする。	.137	−.026	**.482**	**.323**	−.012	.068	−.008	.097	.080

F_{10}	F_{11}	F_{12}	F_{13}	F_{14}	F_{15}	F_{16}	F_{17}	F_{18}	F_{19}	F_{20}	F_{21}	F_{22}	F_{23}	F_{24}	F_{25}	F_{26}
−.034	.181	−.027	.021	.075	.045	.048	.033	−.088	.008	.032	.010	.015	.023	**.651**	.034	−.119
.034	.159	−.097	−.071	**.336**	.002	−.034	−.010	−.034	**.128**	−.013	.023	−.115	.007	**.554**	.073	.111
.111	.224	.002	−.076	.118	**.213**	.051	.008	−.054	−.055	−.085	−.022	−.051	**.127**	**.447**	.071	.082
−.014	−.121	.048	.085	−.042	.015	−.029	.001	.023	**.741**	−.001	−.010	−.025	−.067	.100	.038	−.031
−.034	−.037	.060	**.126**	.004	−.011	−.012	−.094	.086	.111	−.021	−.068	−.020	−.031	.021	−.010	−.063
.040	.133	.015	−.008	**.173**	.055	−.072	.017	−.052	−.033	.070	**.227**	−.021	**.192**	.094	**.335**	.013
.113	−.050	.013	.083	.022	.095	−.033	.004	.033	**.173**	**−.178**	−.038	.217	.042	.031	.008	−.144
.179	.187	−.007	−.091	.052	−.004	−.002	**.242**	.041	.010	−.064	.029	.022	.057	−.072	.006	**−.301**
.030	.256	−.044	.027	.096	−.054	.057	.094	−.081	−.080	.120	.001	.090	.124	−.015	−.093	**−.219**
.030	**.392**	.046	.083	.080	−.058	.111	.111	−.002	−.096	.101	.020	.007	.105	.048	−.023	**−.206**
.065	**.639**	−.023	.006	.115	−.001	.005	−.047	−.027	−.075	.052	.022	−.017	−.024	.084	.002	−.101
.105	**.680**	−.071	−.007	.024	.059	.096	.029	−.069	−.039	−.029	.030	−.023	.024	.134	.049	−.020
−.660	.075	−.010	.024	.013	−.056	.008	.121	−.026	.053	−.045	−.019	.018	.055	.071	−.014	.070
.027	.086	−.002	−.039	.029	.025	.090	−.016	.000	.005	−.032	.023	−.024	.061	.079	.049	−.034
.010	.129	−.026	−.022	.032	.036	.021	.129	−.016	.006	.065	−.009	−.039	.028	.045	−.003	.086
.023	−.060	.072	.098	.009	−.002	−.065	−.041	.020	−.070	−.025	−.015	.057	.021	−.026	.004	−.035
−.022	.093	−.008	−.011	**.689**	.017	.031	−.017	.021	.026	−.050	.054	−.097	−.016	.054	.028	.103
.000	−.032	−.007	**.683**	−.031	−.037	.076	.014	.022	.032	.068	−.038	−.072	.061	.013	**.204**	−.009
.032	.277	−.049	−.012	**.283**	.122	−.013	.153	.002	−.006	.076	**.187**	−.051	**.173**	−.058	**.229**	.050
−.151	−.047	−.020	**.152**	−.090	.014	−.045	.192	**.364**	.115	.191	.066	−.123	**.271**	.042	**−.198**	−.113
.460	.277	.009	−.024	.099	.139	.158	.127	−.104	−.029	−.135	.020	.102	.041	.055	**.194**	.081
−.220	−.218	.064	.094	.010	−.061	−.131	**.240**	.140	.082	**.243**	.026	.035	.077	−.114	−.133	.021
−.100	−.134	.108	.013	−.033	.000	−.196	.089	.118	.037	.090	.064	.043	−.004	−.050	.005	.029
.053	.014	.006	−.001	.071	.013	.020	−.051	−.015	−.040	−.010	.001	.047	**.742**	.074	.101	.028
.059	.197	−.087	−.052	.090	**.164**	.006	−.004	−.010	−.089	−.057	.091	−.201	**.279**	.103	**.233**	.072
.053	**.667**	−.036	−.019	.047	.130	.115	.028	−.004	−.064	−.029	.084	−.040	**.141**	.091	.060	.030
−.010	−.215	.227	.080	−.043	.019	−.065	.160	.028	.010	.118	.070	.029	−.003	.039	.113	−.026
−.172	**−.385**	.097	−.001	−.036	−.034	**−.271**	.224	.125	.014	.167	.064	.123	.046	−.027	.125	.041
−.019	**−.318**	.034	.063	−.094	−.084	−.003	**.236**	**.198**	.103	**.205**	.034	**.297**	−.040	−.112	.057	.007
−.007	−.043	.206	.007	−.007	.005	−.034	.092	.070	−.062	**.617**	−.050	.004	−.035	.064	.049	.046
−.258	−.218	.076	.016	.022	−.054	−.183	.159	.047	.033	**.323**	−.075	.081	−.003	−.038	−.010	.134
−.044	−.048	.078	.013	−.058	−.048	−.079	.062	.149	−.009	.100	−.042	.089	−.030	.025	−.036	.000
.066	.153	−.095	−.070	.069	.029	.073	.054	−.034	.024	**−.187**	.035	.013	−.032	.006	.044	.018
−.003	−.033	.005	−.000	.019	.121	.046	−.068	.000	**−.118**	.084	**.229**	.121	.086	**.227**	.096	.004
.026	−.048	−.010	−.002	**.564**	.050	.073	.025	−.046	−.101	.045	.074	.187	.064	.086	−.044	**−.214**
.095	.039	.003	.052	**.150**	.062	−.004	−.005	−.049	−.019	−.069	**.702**	−.017	−.004	−.011	−.083	.000
−.057	−.060	.162	−.053	.047	−.020	−.028	.088	−.018	.028	.019	.079	.025	−.004	−.034	−.042	−.032
.168	.057	.058	−.027	.038	.087	−.055	**.270**	.057	.033	−.045	−.022	−.074	.040	−.016	−.065	−.006

表1-その2　健康度診断項目の因子行列表

項目＼因子	F_1	F_2	F_3	F_4	F_5	F_6	F_7	F_8	F_9
39. 規則正しい生活をしている。	−.003	.143	−.047	.032	.128	−.018	.052	**−.674**	−.097
40. 皮膚がかぶれやすい。	.171	.111	.273	−.043	−.007	.012	−.038	−.036	.075
41. 新聞・雑誌を1～2時間読むと目が疲れる。	.106	−.054	.133	.068	−.007	.018	.014	−.011	.017
42. 寝る時刻・起きる時刻は一定していない。	.083	−.023	.043	.047	−.054	.030	−.008	**.746**	.046
43. 様々な情報を生活に利用。	−.081	**.542**	.046	.013	.097	−.069	**.217**	−.029	−.094
44. 仕事・勉強中に目が痛くなる。	.105	.049	.130	.045	−.001	.064	−.072	.066	.064
45. 食事の回数・時刻が不規則である。	.009	.020	.055	−.013	−.016	.048	−.009	**.748**	.036
46. 地域の行事などに参加している。	−.022	.052	.017	−.042	.033	−.072	**.798**	−.059	−.042
47. 物事を始めるとそれに集中できる。	−.059	.260	−.022	−.055	.102	.007	.084	−.073	−.054
48. 多くの友人を得ようと，努力している。	.031	.273	−.050	−.200	−.005	−.254	.120	.073	−.014
49. とっさの場合でも，すばやく体を動かせる。	−.125	.233	−.103	**−.413**	.033	−.171	.002	−.081	**−.130**
50. 仕事・勉強をすることは非常に重要。	.044	.259	−.037	−.038	.079	.028	−.011	.006	−.074
51. 疲れのため，肌のはり，つやがない。	.171	−.014	.262	.140	−.073	.083	.127	**.213**	.053
52. 自由時間を十分に活用していない。	.128	−.021	.059	−.013	.090	.134	.013	.121	−.020
53. 緊張しやすい。	**.685**	−.068	.043	.022	.073	.056	.011	−.014	.044
54. 寝つき，目ざめがよくない。	.294	−.010	.218	.002	.019	.025	.044	**.276**	**.130**
55. 家庭はなごやかな雰囲気。	−.050	.007	−.029	−.050	**.704**	−.098	−.014	−.097	−.058
56. 自分の生き方に満足できない。	.215	−.066	.061	−.065	−.154	.103	−.065	.119	.038
57. かぜでもないのに鼻水がでる。	.101	−.000	.089	−.063	−.045	.048	−.083	.080	.091
58. 急激な体重の増減はない。	.062	.107	.038	−.065	.048	−.027	−.075	−.028	.030
59. 気持ちを素直に表現できず，悔やむ。	**.581**	−.051	.066	−.056	−.122	.155	.036	.039	.057
60. 社会的な義務・責任を果たしている。	−.015	**.345**	−.055	.109	.143	.183	**.245**	−.109	−.058
61. 食後よく吐き気がする。	.051	.084	**.453**	−.117	.011	.032	.006	.031	−.021
62. 特別な仕事をしないのに関節が痛む。	.047	−.044	**.660**	.089	−.020	.067	.050	.044	.071
63. 少し歩いただけで動悸がする。	.089	−.087	**.673**	.184	.065	.076	−.029	.066	.005
64. 物をかむとき歯が痛くなる。	.078	−.057	**.375**	.008	−.028	.033	.047	.045	.067
65. 頭が痛くなることがよくある。	.214	−.010	**.472**	.064	−.045	−.038	.038	.009	.047
66. 容姿をとても気にしている。	.305	.228	.186	−.094	−.056	.029	−.012	−.000	**.160**
67. 文化的趣味によって，自分自身を向上できる。	.018	**.666**	−.035	−.077	−.003	−.033	.095	−.058	.010
68. 自分のペースで生活している。	−.228	.205	−.062	.085	.098	−.027	−.021	−.077	.035
69. 仕事・勉強の後，いつもイライラしている。	.251	−.070	.174	.059	−.019	.212	.040	**.134**	.005
70. 人づきあいがうまくいかない。	.294	−.056	.039	.026	−.058	**.601**	−.043	.027	.015
71. 友人から十分信頼されている。	−.066	.316	−.046	.109	.120	**−.454**	.068	.032	−.107
72. 社会に貢献すべきと思う。	.016	**.335**	−.016	.098	.070	−.071	.026	.035	−.062
73. 息苦しくなることはない。	−.030	−.034	−.230	.017	.028	−.083	.102	−.028	−.032
74. かぜでもないのに咳がでる。	−.004	−.011	.130	.073	.017	.094	.071	.068	.001
75. 家事によく参加する。	.027	.094	.193	.120	.026	−.169	**.255**	**−.222**	.061
76. 他人との協調性がない。	.135	−.064	.051	.080	−.071	**.671**	−.046	.091	−.031

F_{10}	F_{11}	F_{12}	F_{13}	F_{14}	F_{15}	F_{16}	F_{17}	F_{18}	F_{19}	F_{20}	F_{21}	F_{22}	F_{23}	F_{24}	F_{25}	F_{26}
−.037	−.088	.071	.003	−.041	−.004	−.204	.042	.112	−.105	.099	.030	−.000	−.012	−.004	−.019	.111
.238	.302	.023	−.014	.029	.059	**.437**	−.007	.006	.029	−.056	.030	.005	−.031	.014	**−.259**	.064
−.018	.086	−.041	.024	**.717**	−.014	.063	−.066	.026	.025	−.022	.111	−.134	.045	.016	.051	.063
−.039	.040	.059	**.663**	.054	.027	−.063	.008	.085	−.011	−.092	.057	.040	−.006	−.071	−.138	.053
−.088	.248	−.025	.072	.077	.054	.080	.054	.040	.050	.110	.054	−.032	−.019	−.044	.002	−.052
.095	−.270	.222	.040	.005	−.058	−.079	.054	−.019	.041	−.022	.005	**.296**	.087	−.051	.007	.082
−.005	.095	−.125	−.114	.107	.027	.186	−.052	**−.212**	.086	.033	.106	.025	.023	.143	.038	−.177
−.087	.084	−.007	−.004	.128	.034	.082	−.132	.073	.002	.018	.107	.107	−.005	.092	.012	.058
.037	.079	.028	−.085	.122	.017	.109	.088	.094	−.006	−.046	−.003	−.115	**.139**	−.117	−.041	−.060
−.002	.054	−.004	−.021	.041	.138	.131	−.015	−.102	.026	−.041	.057	−.061	**.546**	−.045	−.134	−.050
.106	.041	−.027	.049	.080	**.239**	.114	−.050	−.008	−.037	−.027	.026	−.224	.126	**.202**	−.037	.062
.078	.186	−.099	.028	.012	.103	.115	**.286**	.035	.001	.045	.032	**−.276**	−.109	−.013	−.127	−.162
−.153	.026	.181	.080	.000	−.048	−.049	.019	.002	−.017	.026	−.045	−.061	−.046	−.051	−.069	.087
−.089	−.200	.062	.085	−.011	−.015	−.179	.023	.058	.024	.061	.003	**.238**	.071	−.063	−.038	**.466**
.096	.117	−.046	**−.141**	.048	**.219**	**.350**	.060	.006	−.030	−.140	**.160**	−.058	.058	.022	.176	−.021
.123	.249	−.086	−.002	.067	.043	.137	−.063	−.041	−.000	−.000	.061	.006	.048	.010	.019	−.077
−.025	−.221	.174	−.002	.028	−.034	−.134	.142	.003	.007	.012	−.038	**.235**	.020	−.079	−.036	.070
−.008	−.090	**.651**	.073	.003	.004	−.017	−.036	.038	−.042	.060	.033	.122	.015	−.074	−.105	.006
−.104	−.074	.042	**.510**	−.105	.069	−.106	−.038	.026	**.163**	.047	.025	.208	−.118	.029	−.083	.020
.017	.033	−.045	−.069	**.614**	.125	.089	.050	−.154	−.074	.065	.060	.100	.047	.144	−.034	−.150
.147	−.094	.049	.021	−.128	−.000	−.015	.005	**.277**	−.021	**.254**	−.092	−.150	−.028	−.074	.039	**.226**
−.012	.077	−.154	−.031	.040	.062	−.149	−.041	.056	.028	−.043	.018	−.044	−.027	.058	−.038	.060
−.068	−.089	.138	.034	−.039	−.050	−.129	.045	**.696**	−.030	.078	−.082	.089	−.026	.011	−.045	.089
−.007	.009	**.345**	.072	−.061	.058	−.094	**.253**	**.352**	−.039	.127	−.000	.072	−.037	.036	−.086	.152
−.073	−.081	.180	−.063	−.032	−.021	**−.439**	.163	**.217**	.055	.003	.022	.015	−.030	.062	.123	.022
−.031	−.035	.033	−.015	.043	.031	.016	−.079	−.146	.021	**−.228**	.089	.037	.044	**.145**	−.011	.119
−.534	−.008	.061	.035	.095	−.010	−.097	.070	.038	.019	−.065	−.074	−.001	−.077	−.057	.061	.154
.135	.205	.067	−.032	.047	.049	**.558**	−.014	−.048	.010	.063	.022	−.004	.046	.035	**−.259**	.033
−.009	−.191	.067	−.025	−.031	.007	−.056	.092	.131	.061	.139	−.011	.047	−.035	−.072	.005	.111
.043	.031	−.107	**−.259**	**.161**	.130	.021	−.001	.064	.033	−.053	**.213**	−.019	−.006	.099	**−.321**	.069
.059	.078	.065	.032	.032	**.817**	.000	.019	−.042	.012	.004	.018	.063	.022	.039	−.047	.010
.004	.075	.018	.022	.044	.033	.010	.070	.032	.044	.066	−.019	−.015	−.004	.026	−.054	.087
−.121	−.068	.105	.018	−.058	−.003	.035	−.126	.100	−.098	.105	.006	.017	−.029	.069	−.133	−.016
−.009	.133	−.036	.005	.097	**.743**	.096	.008	−.060	−.033	.016	.007	−.090	.061	.058	.055	−.039
.044	.050	−.057	−.041	.054	.026	.049	.020	−.044	−.003	.009	.074	.023	.026	.003	.051	−.055
.016	−.129	.163	−.052	−.019	−.015	−.031	.007	.022	−.015	.034	−.007	.005	.079	−.011	.011	.064
−.040	**−.432**	.125	.040	−.041	−.069	−.083	.169	.041	.003	.054	−.102	.139	−.053	.058	.006	**.266**
−.175	−.054	.226	−.033	−.019	.045	.063	**.435**	.054	−.002	.085	.002	−.068	−.092	.113	.098	−.037

表1-その3　健康度診断項目の因子行列表

項目＼因子	F_1	F_2	F_3	F_4	F_5	F_6	F_7	F_8	F_9
77. 食事はいつもおいしく食べている。	−.040	.091	−.100	−.000	**.201**	−.083	.002	−.064	−.059
78. 人づきあいは，大切である。	.046	.056	−.015	−.060	−.032	**−.258**	.000	.026	−.057
79. 人生に希望・夢をもっている。	−.004	**.391**	−.097	−.075	.050	−.121	.020	.007	−.028
80. 神経質である。	**.611**	.146	.022	.045	−.040	.038	−.050	.018	−.025
81. 教養・趣味的活動を十分行っている。	−.039	**.409**	−.032	−.134	.053	.045	.093	−.042	−.015
82. 生きがいがないと思う事がよくある。	.224	−.096	.083	−.025	−.152	.090	−.108	.069	.055
83. 友人との交際に満足している。	−.162	.073	−.041	.021	**.172**	**−.330**	.100	−.050	−.040
84. 米袋(10kg)を持ち運ぶぐらいの筋力がある。	−.015	.071	−.059	**−.259**	−.019	−.044	.080	.018	−.078
85. 不運・困難に立ち向かう自信がある。	−.231	.325	.048	−.193	−.018	−.052	.000	−.006	.007
86. 社会的奉仕活動をすべきと思う。	−.016	.158	−.019	−.007	.054	−.057	.094	−.012	−.017
87. 食欲がある。	.001	.036	−.125	−.068	.116	−.046	.019	−.093	−.096
88. 地域の行事などに参加すべきだと思う。	−.038	.064	.017	−.017	.083	−.077	**.411**	−.037	−.013
89. いろいろな事がすぐ不安になる。	**.654**	−.042	.063	.060	−.051	.097	−.082	.060	.073
90. 社会的道徳やきまりを守っている。	.110	.234	.069	.087	.147	−.155	.051	**−.180**	−.077
91. 人に会うと疲れやすい。	**.395**	.117	.123	.196	.044	**.286**	.003	.007	.075
92. 多くの友人がいる。	−.130	.224	.014	−.144	.065	**−.421**	.084	.078	−.023
93. 便秘や下痢をすることが多い。	−.105	.059	−.059	−.015	.024	−.026	.077	−.048	**−.646**
94. 社会的奉仕活動は行いたくない。	.020	−.038	−.009	.104	−.045	.161	**−.136**	.079	−.013
95. 仕事・勉強する時間が，気分本意である。	.204	−.094	.109	−.027	−.022	−.004	−.097	**.134**	.013
96. 地域の祭りやスポーツがしたい。	−.011	.044	−.012	**−.348**	.037	−.053	**.386**	−.025	.012
97. みじめで生きていくはりがない。	.126	−.015	.062	.106	−.101	.180	−.032	.043	.063
98. 他人に迷惑をかけないよう努力している。	.131	.177	.092	.071	−.007	−.166	.020	−.116	−.037
99. 排尿しても残っているような気がする。	.089	−.018	.111	.035	−.023	.052	−.010	.077	**.154**
100. ひと思いに死んでしまえたらとよく思う。	.165	−.032	.119	.049	**−.179**	.070	−.061	−.019	.031
101. 激しくスポーツや運動をする自信がない。	.113	.004	.154	**.708**	−.036	.027	−.048	−.000	.002
102. 心や体の事を専門家に相談しないと不安。	.157	.035	.129	**.352**	.014	.134	**.168**	.073	−.052
103. 仕事や勉強への意欲がない。	.104	−.248	.037	**.226**	−.050	.091	−.044	.048	−.004
104. 水たまり(直径1m)をとびこせない。	.016	−.082	.152	**.612**	−.042	.018	.057	−.049	.092
105. 迷いがちで，決断できない。	**.481**	−.191	.036	.176	−.001	.091	−.082	.039	.084
106. 通常の仕事・勉強では，肩や首はこらない。	−.061	.066	**−.287**	−.049	.083	−.020	.111	−.001	−.056
107. 相手の立場ばかり考えて自分は控えがち。	**.442**	−.006	.065	.023	−.057	−.004	.034	.014	.015
108. 好き嫌いなく何でも食べる。	−.079	.195	.036	−.001	.088	−.004	.087	.035	−.026
109. 背筋を伸ばして，仕事・勉強をする。	−.186	.325	.053	−.010	−.013	−.100	.130	**−.134**	.050
110. 自分の生き方は，それなりに意味がある。	−.056	**.464**	−.091	−.005	.072	−.084	−.008	−.019	−.052

F_{10}	F_{11}	F_{12}	F_{13}	F_{14}	F_{15}	F_{16}	F_{17}	F_{18}	F_{19}	F_{20}	F_{21}	F_{22}	F_{23}	F_{24}	F_{25}	F_{26}
−.066	−.291	.071	−.019	−.058	−.012	.003	.121	.061	.110	.004	.101	**.224**	−.010	.047	.028	.176
.151	−.161	**.432**	.096	−.122	.029	−.100	.047	.095	−.009	.164	.068	.066	.027	−.003	−.121	**.204**
.210	.090	−.100	−.113	.011	**.261**	.067	.002	.031	−.106	−.011	.099	−.085	**.147**	.053	−.061	.148
.531	.283	.034	.005	.027	−.061	.182	.089	−.063	−.021	−.035	.033	.020	.079	.054	−.056	.145
.058	.037	.066	.048	.011	.042	.002	.048	−.017	−.030	.057	.022	.007	.013	.044	−.070	.045
.086	.168	−.117	.019	.120	.056	.109	−.060	−.143	−.064	−.131	−.095	.046	−.067	.070	**.235**	**.251**
−.372	−.112	.068	.007	.018	−.012	−.182	**.315**	.076	−.072	.023	−.080	.178	−.085	−.079	.042	**.185**
−.000	−.027	.057	.063	−.053	−.011	−.085	−.056	**.236**	−.035	−.024	.045	**.618**	−.015	−.075	−.033	.035
.008	−.228	**.261**	−.004	−.002	−.009	−.158	.077	.061	.019	.043	−.093	**.404**	−.033	−.014	.049	.061
−.050	−.037	**.797**	.025	−.040	.007	−.041	.049	.077	−.028	.005	.017	.067	.006	−.038	.019	−.000
−.058	−.019	.192	.070	−.051	−.065	−.107	.103	**.667**	−.029	−.076	−.061	.118	−.080	−.034	−.039	−.026
.003	−.077	**.665**	−.044	−.001	−.008	−.025	.030	.155	.080	.029	−.003	.058	.009	−.051	.039	.080
.031	.181	−.002	−.076	.040	.093	.254	−.013	.016	−.033	.007	.059	−.090	.044	.080	.057	−.055
.089	−.101	**.364**	.049	−.028	−.043	−.163	−.046	.095	.109	.101	**−.134**	**.276**	.036	−.064	−.032	.128
.120	.108	−.091	−.000	.085	**.204**	.154	−.161	−.058	−.097	.068	−.036	−.027	.018	.006	.058	−.023
−.303	−.003	.097	−.000	−.007	.027	−.051	**.400**	.117	−.040	−.074	**−.147**	.051	−.112	.007	.014	−.006
.011	.029	−.000	.083	−.018	−.009	−.027	.099	−.013	**.135**	.027	−.112	−.037	−.014	**−.270**	.025	.114
.020	.053	**−.674**	.036	.009	.008	.147	.035	−.042	.000	.022	.075	.154	.030	−.050	−.070	.143
−.118	**.554**	−.153	−.037	.031	.050	.228	.030	−.026	.104	.000	.040	−.020	−.119	.115	−.075	.069
−.103	.042	**.427**	−.002	.038	.006	−.045	.125	.122	**.138**	.048	.013	−.012	−.078	.001	.116	−.052
.122	.132	−.148	.002	.088	.006	**.625**	.018	−.126	−.068	−.024	.007	−.059	.054	−.007	.012	−.059
.025	−.089	**.375**	**.144**	−.077	−.015	−.169	.061	.110	.060	.129	−.121	**.297**	−.003	−.037	.014	.106
.010	.149	−.034	−.020	**.140**	−.045	.154	−.012	−.124	−.001	.010	**.658**	.010	.048	.031	.104	−.033
−.018	.057	−.038	−.039	.071	.011	**.638**	.018	−.037	.011	−.052	.099	−.066	.046	.004	.193	−.079
.103	.050	.016	.053	−.023	.052	.021	−.084	−.023	−.057	−.030	.060	−.013	.045	.052	−.064	.072
−.045	.016	−.068	−.108	.095	**.152**	**.295**	−.119	−.017	−.023	−.078	**.161**	.049	.079	.141	.162	−.139
−.034	**.424**	−.201	−.025	.054	.097	**.427**	.030	−.042	.001	−.003	.101	−.002	−.058	.067	.059	.037
.096	.075	−.049	**−.121**	.005	.052	.133	.067	.005	**.136**	.074	.032	−.138	−.029	.003	.143	.013
−.007	**.339**	−.002	.007	.023	.049	.244	−.009	.086	.046	.169	.068	−.130	−.044	.019	.034	−.047
−.149	.060	−.041	.025	.005	−.136	−.043	−.027	−.037	**.475**	.012	−.032	.096	.102	**−.200**	−.186	.111
.048	.151	−.017	−.025	.086	.055	.007	−.221	−.007	**.126**	**.501**	−.000	.041	.001	−.116	−.047	−.071
.060	−.039	.089	−.004	.051	−.034	−.016	**−.250**	**.543**	.107	.059	−.085	.103	−.006	**−.242**	.148	−.072
.147	−.101	.200	**−.155**	−.067	**.172**	−.119	−.138	.166	.050	**.168**	−.009	.144	.022	**−.210**	.048	.111
−.078	−.096	.173	−.062	−.038	.023	**−.415**	.018	.156	.070	−.073	.014	.159	.017	−.100	.092	.007

に調査した。この調査対象者の一部140名は，九州大学健康科学センターの特定研究「生活形態と健康度に関する総合的研究」の対象者であり，医学検査と体力検査をも実施している。そこで，調査による健康度と生活形態の結果と医学検査，体力検査の結果とを総合的に考察し，健康度診断指標と生活形態調査項目の妥当性の検討も行った。

第3次研究（昭和57年度）

第2次研究における調査結果からの項目の妥当性の検討や，因子分析結果をふまえて，健康度診断の項目を50項目にしぼった。「健康度と生活形態についての基礎調査」および「健康度と生活形態についての調査」がそれである。

この健康度診断項目の内容は，身体的健康に関係したものが20項，精神的健康，社会的健康に関係したものがそれぞれ15項目ずつである。

生活形態の調査内容は，中学生から一般人まで使用できるように考慮した。

この調査は，高校生から60歳代の一般人までの2970名を対象として調査した。なお一部対象者に対しては医学検査と体力検査も行っている。これらの調査と検査結果の検討考察を加え，健康度の標準尺度を作成した。

第4次研究（昭和58年度以降）

健康診断検査を使用しての個人の健康度と，医学検査，体力検査，生活形態調査の結果から総合的健康度の診断を行い，健康生活の指導に役立てている。なお昭和61年6月「健康度診断検査用紙」を作成した。

研究結果の考察

健康度診断項目の因子

第2次研究において作成した「健康についての調査」を使用して，10歳代から60歳代までの生徒・学生・一般人1765名を対象に調査を実施した。その結果から，個人の健康度得点を求め，総合的健康度診断項目の因子分析を行ない，健康の因子構造を知ることができた。

表1-その1～表1-その3は健康度診断項目(110項目)の因子行列表である。そして表2はこの因子分析によって明らかになった健康に関する26の因子である。これを身体的健康，精神的健康，社会的健康の三領域に区分してみるとつぎのような因子であると考えられる。

身体的健康の因子

からだの調子，体力，排便，カゼ，目，食事，排尿，歯

精神的健康の因子

情緒，生活リズム，仕事意欲，いきがい，心の調子

社会的健康の因子

教養娯楽，家庭，人間関係，行事参加，自由時間の活動，社会奉仕，友人，行動規則

第3次研究では第2次研究における調査結果の因子構造を考慮して，健康度診断項目を50項目にしぼって作成した健康度調査を使用して，2970名を対象に調査を実施した。その結果から，集体的健康，精神的健康，社会的健康および総合的健康の項目の因子分析を行ない，それぞれの健康の因子構造を知ることができた。表3-1～表3-4がその因子行列表である。

この結果から総合的健康の13因子を明らかにすることができた。これをあげるとつぎのようになる。

身体的健康の因子

身体的愁訴，体力，体調，身体的疲労度

精神的健康の因子

いきがい，対人的適応度，生活意欲度，社会適応度

社会的健康の因子

社会奉仕度，趣味活動，友人との交際度，地域活動参加度

第4次研究では第3次研究における調査結果の因子構造を考慮して，健康度診断項目50項目を10因子にそ

表2． 健康に関する因子

因子名	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	第5因子	第6因子	第7因子	第8因子	第9因子
	情緒	教養娯楽	からだの調子	体力	家庭	人間関係	行事参加	生活リズム	排便
因子名	第10因子	第11因子	第12因子	第13因子	第14因子	第15因子	第16因子	第17因子	第18因子
	余暇の活動	仕事意欲	社会奉仕	からだの調子	カゼ	目	いきがい	友人	食事
因子名	第19因子	第20因子	第21因子	第22因子	第23因子	第24因子	第25因子	第26因子	
	心の調子	行動規則	排尿	生活意欲	歯	からだの調子	からだの調子	仕事意欲	

れぞれ5項目ずつふくむものとして健康度診断検査を作成した。

この10因子はつぎのとおりである。

身体的健康の因子

身体的愁訴，身身体的疲労度，体力，体調

精神的健康の因子

いきがい，対人的適応度，生活意欲度

社会的健康の因子

社会奉仕活動，友人との交際度，趣味活動

表3－1．因子行列表

I 身体的健康項目	PF_1	PF_2	PF_3	PF_4	PF_5	PF_6
(1) 仕事や勉強のあと，からだがなんとなくだるい。	.285	**.463**	.149	.089	.039	.080
(2) 腹痛をおこすことがある。	−.019	**.513**	−.010	.238	.145	−.025
(3) 仕事や勉強中にめまいや頭痛がよくある。	.326	**.516**	.105	.067	.034	.051
(4) 人と話していて，会話が聞きとれないことがある。	.202	.224	.127	.247	.008	.037
(5) かぜをひきやすい。	.199	.248	.111	.404	.073	−.032
(6) 毎日ぐっすり眠れる。	.091	.038	.100	.050	.125	**.660**
(7) 長時間の仕事や勉強をしても耐えるだけの体力がある。	.155	.179	**.548**	.029	.123	.288
(8) 排便は気持ちよくできる。	.030	.145	.246	−.008	.193	**.310**
(9) 新聞や雑誌を1～2時間読むと目が疲れる。	**.342**	.165	.068	.039	−.072	.066
(10) 寝る時刻や起きる時刻は一定していない。	.160	.159	−.021	.117	.044	.102
(11) とっさの場合でもすばやく体を動かせる。	.133	.028	**.687**	.059	.065	.066
(12) 他人と比べて排尿回数が多い。	.277	.018	.055	.168	−.022	.086
(13) カゼでもないのに鼻がつまったり，鼻みずがでる。	.109	.125	−.018	**.570**	.025	.004
(14) 急激な体重の増減はない。	.050	−.038	.087	−.050	.114	.128
(15) 特別な仕事をしないのに関節(肩や腰など)が痛む。	**.468**	.173	.120	.064	.044	.099
(16) 食事はいつもおいしく食べている。	.086	.046	.086	.085	**.572**	.208
(17) 少し歩いただけで，動悸(胸がドキドキ)がする。	**.493**	.102	.255	.090	.070	.033
(18) ものをかむとき，歯が痛くなる。	**.456**	.057	.014	.018	.083	−.015
(19) カゼでもないのに，せきがでることが多い。	**.409**	.017	−.029	.281	.097	.017
(20) 好き嫌いなく何でも食べる。	.004	.106	.046	.037	**.509**	.041
	身体的愁訴	身体的疲労度	体力	身体的愁訴	食欲	体調

表3－2．因子行列表

II 精神的健康項目	MF_1	MF_2	MF_3
(21) 対人関係でおどおどする。	.178	.330	**.498**
(22) ものごとにサッととりかかれない。	.188	**.550**	.281
(23) 気分はいつもすっきりしている。	.353	.408	.163
(24) 仕事や勉強がはかどらず，こまる。	.152	**.692**	.207
(25) 人にひけめを感じる。	.280	.424	**.482**
(26) ちょっとしたことをいつまでも気にする。	.202	.205	**.619**
(27) 毎日の生活が充実していると感じている。	.479	**.472**	−.021
(28) 緊張しやすいほうである。	.006	.032	**.561**
(29) 自分の人生に希望や夢をもっている。	**.660**	.058	.027
(30) 精神的なゆとりを持って生活している。	**.561**	.320	.104
(31) 不運や困難にたちむかう自信がある。	**.514**	.218	.217
(32) 生きがいがないと思うことがよくある。	**.550**	.208	.206
(33) みじめで生きていくはりがない。	**.564**	.174	.216
(34) いつもイライラしている。	.403	.223	.264
(35) 自分の生き方はそれなりに意味がある。	**.583**	.106	.045
	いきがい	生活意欲度	対人的適応度

表3－3．因子行列表

Ⅲ社会的健康項目	SF_1	SF_2	SF_3	SF_4
(36) 仕事や勉強が十分にできない。	.040	.062	.427	.075
(37) 地域のいくつかの組織に加入している。	.127	.105	.060	**.692**
(38) 親や他人の忠告を受け入れるほうである。	.243	.072	.295	.111
(39) 他人とうまく協力できない。	.149	.125	**.493**	.065
(40) 地域での行事などに参加している。	.152	.016	.233	**.760**
(41) 自由時間を十分に活用していない。	－.083	.240	.315	.049
(42) 社会に貢献すべきと思う。	**.717**	.080	.094	.107
(43) 家庭はなごやかなふんいきである。	.221	.048	.421	.047
(44) 社会的な義務・責任を果たしている。	.323	.078	**.441**	.267
(45) 文化的趣味・教養活動によって自分自身を向上できる。	.263	**.495**	.230	.077
(46) 友人との交際に満足している。	.117	.279	**.552**	.087
(47) 他人に迷惑をかけないよう努力している。	.374	.047	.407	.119
(48) 社会的奉仕活動をすべきと思う。	**.736**	.124	.185	.146
(49) 多くの友人がいる。	.127	.360	.414	.081
(50) 教養・趣味的活動を十分行なっている。	.059	**.868**	.128	.045
	社会奉仕活動	趣味活動	友人との交際度	地域活動参加度

健康度得点の尺度

第3次研究の調査結果から健康度得点の尺度化を行なった。50項目（身体的健康20項目，精神的健康15項目，社会的健康15項目）の質問項目について各人の日頃の健康状態や考えをありのまま答えてもらうように準備をし，「よくあてはまる」，「少しあてはまる」，「あまりあてはまらない」，「まったくあてはまらない」の4段階で答えてもらった。なお質問の表現は肯定・否定を半分ずつにし，そして健康度の重みづけをして各項目に対する得点を4点，3点，2点，1点とした。したがって健康度得点は，身体的健康が20点～80点，精神的健康と社会的健康が15点～60点であり，総合的健康は50点～200点となる。

それぞれの健康度得点の頻数分布を図2によってみるとおおむね正常分布曲線であると考えられる。そこでその健康度得点から平均値，標準偏差を求め，健康度尺度（5段階）を算出したものが表4である。

表4．健康度尺度表

		A	B	C	D	E
身体的健康度	男	80～ 74	73～ 65	64～ 57	56～ 48	47～ 20
	女	80～ 72	71～ 64	63～ 56	55～ 48	47～ 20
精神的健康度	男	60～ 56	55～ 48	47～ 40	39～ 31	30～ 15
	女	60～ 54	53～ 49	48～ 39	38～ 31	30～ 15
社会的健康度	男	60～ 56	55～ 48	47～ 40	39～ 33	32～ 15
	女	60～ 55	54～ 48	47～ 41	40～ 34	33～ 15
総合的健康度	男	200～177	176～158	157～140	139～121	120～ 50
	女	200～172	171～156	155～139	138～123	122～ 50

健康度診断検査の作成

第3次研究までの結果をもとにして，健康度診断検査を作成した。検査用紙の内容はつぎのように構成されている。

健康度診断検査

（中学生～成人用）

作者のことば

わたしたちは，自分の健康状態についてどの程度まで，正しく知っているのでしょうか。ここでは，自分の健康の状態を総合的に調べてみたいと思います。

次の項目は日常生活での健康状態（身体的健康，精神的健康，社会的健康）に関係した50項目からできております。はじめから一つ一つ全部についてあなたの日頃の健康状態や考えをありのまま答えてください。

記入のしかた

1．検査のやり方は順番に説明しますから，終るまで指図通りにやって下さい。
2．鉛筆またはボールペンを使用してください。
3．下記のような質問を順々に読み，答え（よくあてはまる，少しあてはまる，あまりあてはまらない，まったくあてはまらない）の中からあてはまるものを選び，○の上をなぞって，○印を記入してください。

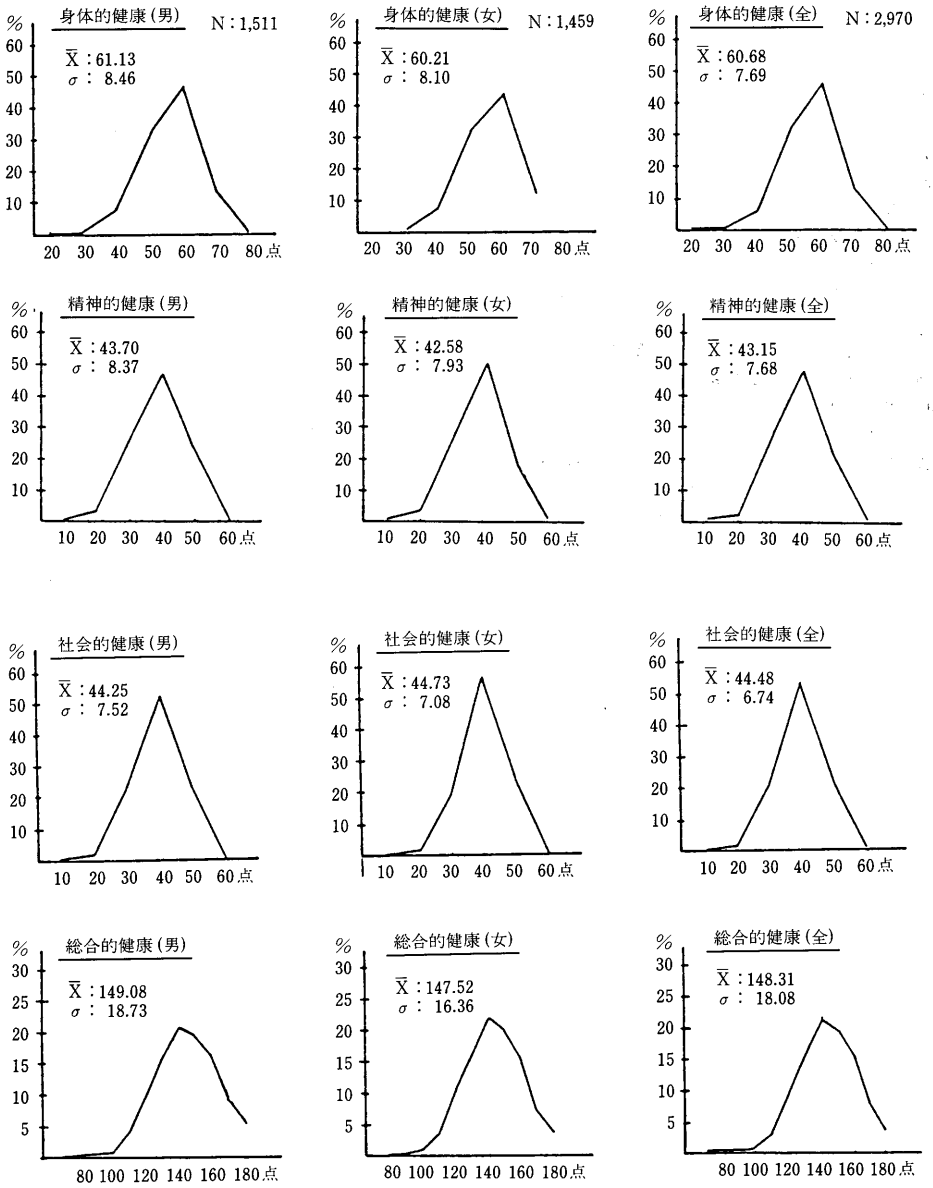

図2 健康度の分布図および平均値と標準偏差

表3－4．因子行列表

総合的健康項目	TF_1	TF_2	TF_3	TF_4
(1) 仕事や勉強のあと，からだがなんとなくだるい。	.096	.345	.064	.035
(2) 頭痛をおこすことがある。	.074	.097	.135	.042
(3) 仕事や勉強中にめまいや頭痛がよくある。	.060	.403	.109	.059
(4) 人と話していて、会話が聞きとれないことがある。	.038	.261	.154	.048
(5) かぜをひきやすい。	.045	.299	.095	.009
(6) 毎日ぐっすり眠れる。	.060	.112	.037	.023
(7) 長時間の仕事や勉強をしても耐えるだけの力がある。	.097	.214	.014	.030
(8) 排便は気持ちよくできる。	.022	.083	.076	－.006
(9) 新聞や雑誌を1～2時間読むと目が疲れる。	－.002	.358	.074	－.015
(10) 寝る時刻や起きる時刻は一定していない。	.049	.167	.015	.068
(11) とっさの場合でもすばやく体を動かせる。	.150	.179	.105	.035
(12) 他人と比べて排尿回数が多い。	.038	.332	.038	－.022
(13) カゼでもないのに鼻がつまったり，鼻みずがでる。	.076	.194	.056	.023
(14) 急激な体重の増減はない。	.041	.067	－.008	.040
(15) 特別な仕事をしないのに関節(肩や腰)が痛む。	.019	**.479**	－.000	－.008
(16) 食事はいつもおいしく食べている。	.124	.091	－.011	.027
(17) 少し歩いただけで，動悸(胸がドキドキ)がする。	.089	**.497**	.062	.031
(18) ものをかむとき，歳が痛くなる。	.062	**.413**	.037	－.020
(19) カゼでもないのに，せきがでることが多い。	.042	**.422**	.004	－.000
(20) 好き嫌いなく何でも食べる。	.087	.024	.026	.084
(21) 仕事や勉強が十分にできない。	.136	.250	.053	.061
(22) 地域のいくつかの組織に加入している。	.044	－.069	.024	.124
(23) 親や他人の忠告を受け入れるほうである。	.160	.078	－.148	.214
(24) 他人とうまく協力できない。	.141	.202	.175	.174
(25) 地域での行事などに参加している。	.080	－.095	.029	.156
(26) 自由時間を十分に活用していない。	.129	.103	.122	－.054
(27) 社会に貢献すべきと思う。	.191	.002	－.024	**.672**
(28) 家庭はなごやかなふんいきである。	.258	.025	.010	.176
(29) 社会的な義務・責任をはたしている。	.241	－.072	.081	.271
(30) 文化的趣味・教養活動によって自分自身を向上できる。	.236	.068	.030	.197
(31) 友人との交際に満足している。	.242	－.024	.049	.086
(32) 他人に迷惑をかけないよう努力している。	.147	－.072	.008	.335
(33) 社会的奉仕活動をすべきと思う。	.150	－.018	－.003	**.794**
(34) 多くの友人がいる。	.234	.085	.111	.126
(35) 教養・趣味的活動を十分行なっている。	.178	.138	.020	.049
(36) 対人関係でおどおどする。	.167	.104	**.512**	.028
(37) ものごとにサッととりかかれない。	.180	.096	.270	.063
(38) 気分はいつもすっきりしている。	.243	.042	.153	.073
(39) 仕事や勉強がはかどらず，こまる。	.170	.059	.190	.040
(40) 人にひけめを感じる。	.310	.065	**.473**	.033
(41) ちょっとしたことをいつまでも気にする。	.197	.088	**.607**	.004
(42) 毎日の生活が充実していると感じている。	**.432**	－.088	－.004	.061
(43) 緊張しやすいほうである。	.000	.117	**.566**	－.056
(44) 自分の人生に希望や夢をもっている。	**.587**	.084	.008	.147
(45) 精神的なゆとりを持って生活している。	**.469**	－.019	.123	.102
(46) 不運や困難にたちむかう自信がある。	**.449**	－.012	.224	.153
(47) 生きがいがないと思うことがよくある。	**.572**	.180	.162	.050
(48) みじめで生きていくはりがない。	.602	.189	.142	.071
(49) いつもイライラしている。	.384	.213	.224	.072
(50) 自分の生き方はそれなりに意味がある。	**.511**	.044	.029	.156
	いきがい	身体的愁訴	対人的適応度	社会奉仕度

TF_5	TF_6	TF_7	TF_8	TF_9	TF_{10}	TF_{11}	TF_{12}	TF_{13}
.001	.115	.254	.088	.011	.074	**.358**	.049	−.043
−.063	−.016	.144	.153	.000	.068	**.350**	.249	.127
−.028	.100	.113	.037	.005	.044	**.421**	.048	.032
−.020	.084	.230	.040	.124	.015	.051	.165	.119
−.028	.073	.053	.085	−.026	.049	.166	**.428**	−.028
−.000	.133	.065	−.073	.071	**.447**	.041	−.007	−.168
.020	**.587**	.163	−.011	.061	.286	.074	.003	−.092
.036	.248	.028	.035	.075	**.355**	.124	−.016	.000
.062	.056	.135	−.023	.003	−.014	.052	−.004	−.060
.041	−.052	.251	.039	−.002	.102	.067	.060	−.029
.056	**.530**	.108	.030	.077	.117	−.004	−.023	.086
.008	.021	.017	−.061	.034	.051	−.087	.095	−.034
−.041	−.053	.153	.047	.094	.014	.024	**.443**	.033
.021	.059	−.038	.014	−.061	.195	−.036	−.066	.002
.079	.116	.031	−.026	.025	.079	.143	.047	−.024
.069	.017	.075	.027	.108	**.496**	.033	.116	.080
.002	.188	.001	.004	.013	.088	.066	.022	.028
.016	−.013	.041	−.032	−.003	.045	.019	−.025	.055
.015	−.075	.012	−.018	.025	.099	−.047	.225	.021
.051	.004	.054	.078	−.006	**.348**	.040	.095	.143
.023	.142	**.524**	.054	.047	.118	.023	.065	.063
.113	.008	.071	**.707**	.030	.017	.070	.050	−.007
.057	−.082	.088	.128	.159	.228	−.038	−.032	.205
.036	.032	.172	.098	**.333**	.162	−.056	.000	.204
−.002	.026	.175	**.706**	.131	.079	.051	.071	.106
.238	−.011	.353	.046	.091	.053	.021	−.016	−.036
.059	.041	.008	.121	.018	.108	.006	−.002	.048
.008	−.069	.249	.025	.161	.278	.082	−.023	.139
.154	.123	.295	.226	.054	.110	.123	.086	**.350**
.595	.075	.042	.077	.082	.103	−.021	−.044	.186
.196	.022	.198	.060	**.580**	.099	.147	.110	.101
.081	.039	.197	.082	.151	.155	.107	.060	**.330**
.094	.026	.078	.129	.135	.057	.060	.033	.003
.203	.171	.008	.107	**.650**	.052	−.031	.032	−.050
.652	.031	.085	.065	.215	.092	−.028	−.060	.076
−.002	.141	.247	.073	.183	−.027	.000	.069	.186
.046	.162	**.509**	.102	.038	−.034	.086	.109	.088
.075	.068	.298	.070	.194	.289	**.376**	.118	−.021
−.025	.098	**.691**	.075	.044	.005	.104	.068	.059
−.016	.074	.345	.090	.077	−.014	.075	.084	.201
.004	.026	.147	.018	.076	.097	.145	.059	−.020
.123	.037	.400	.127	.184	.147	.163	.112	.013
.066	.016	.049	−.027	−.024	.010	.020	.024	−.089
.197	.158	.043	−.011	.070	.079	−.068	.093	.002
.260	.011	.260	.009	.115	.193	.181	.119	.026
.214	.308	.146	.043	.000	.088	.056	.075	.129
.025	.042	.186	.090	.076	.069	.025	.018	−.029
−.064	−.023	.147	.054	.168	.122	.067	.034	.055
−.034	−.080	.162	.010	.153	.192	.255	.057	−.007
.189	.110	.080	.014	.061	.099	.028	.040	.094
趣味活動	体力	生活意欲度	地域活動参加度	友人との交際度	体調	身体的疲労度	身体的愁訴	社会適応度

表5　採点表

																						粗点	小計
身体的健康	身体的愁訴	1	1	2	3	4	11	1	2	3	4	21	1	2	3	4	31	1	2	3	4	41	1	2	3	4		
	身体的疲労度	2	1	2	3	4	12	1	2	3	4	22	1	2	3	4	32	1	2	3	4	42	1	2	3	4		
	体力	3	1	2	3	4	13	4	3	2	1	23	4	3	2	1	33	4	3	2	1	43	1	2	3	4		
	体調	4	4	3	2	1	14	4	3	2	1	24	4	3	2	1	34	4	3	2	1	44	1	2	3	4		
精神的健康	いきがい	5	4	3	2	1	15	1	2	3	4	25	4	3	2	1	35	4	3	2	1	45	1	2	3	4		
	対人的適応度	6	1	2	3	4	16	1	2	3	4	26	1	2	3	4	36	1	2	3	4	46	1	2	3	4		
	生活意欲度	7	4	3	2	1	17	1	2	3	4	27	4	3	2	1	37	1	2	3	4	47	4	3	2	1		
社会的健康	社会奉仕活動	8	4	3	2	1	18	4	3	2	1	28	4	3	2	1	38	4	3	2	1	48	4	3	2	1		
	友人との交際度	9	4	3	2	1	19	4	3	2	1	29	1	2	3	4	39	4	3	2	1	49	4	3	2	1		
	趣味活動	10	4	3	2	1	20	4	3	2	1	30	1	2	3	4	40	4	3	2	1	50	1	2	3	4		
																							合計					

健康度検査項目

1. かぜをひきやすい。
2. 仕事や勉強中にめまいや頭痛がよくある。
3. 少し歩いただけで、動悸（胸がドキドキ）がする。
4. 排便は気持ちよくできる。
5. 自分の生き方はそれなりに意味がある。
6. 対人関係で，おどおどする。
7. 精神的なゆとりを持って生活している。
8. 社会的奉仕活動をすべきと思う。
9. 親や他人の忠告を受け入れるほうである。
10. 教養・趣味的活動を十分行なっている。
11. 腹痛をおこすことがある。
12. 人と話していて，会話が聞きとれないことがある。
13. とっさの場合でもすばやく体を動かせる。
14. 好き嫌いなく何でも食べる。
15. みじめで生きていくはりがない。
16. 緊張しやすいほうである。
17. 仕事や勉強がはかどらず，こまる。
18. 地域のいくつかの組織に加入している。
19. 多くの友人がいる。
20. 家庭はなごやかなふんいきである。
21. カゼでもないのに鼻がつまったり，鼻みずがでる。
22. 新聞や雑誌を1～2時間読むと目が疲れる。
23. 急激な体重の増減はない。
24. 毎日ぐっすり眠れる。
25. 自分の人生に希望や夢をもっている。
26. 人にひけめを感じる。
27. 毎日の生活が充実していると感じている。
28. 社会に貢献すべきと思う。
29. 他人とうまく協力できない。
30. 自由時間を十分に活用していない。
31. ものをかむとき，歯が痛くなる。
32. 寝る時刻や起きる時刻は一定していない。
33. 長時間の仕事や勉強をしても耐えるだけの体力がある。
34. 食事はいつもおいしく食べている。
35. 不運や困難にたちむかう自信がある。
36. ちょっとしたことをいつまでも気にする。
37. ものごとにサッととりかかれない。
38. 社会的な義務・責任をはたしている。
39. 友人との交際に満足している。
40. 文化的趣味・教養活動によって自分自身を向上できる。
41. カゼでもないのに，せきがでることが多い。

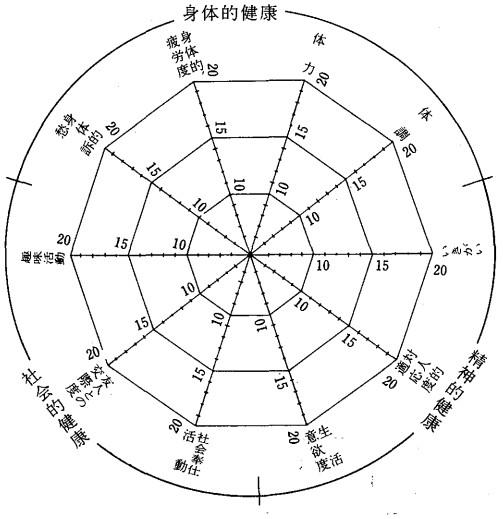

図3　健康度のパターン

表6　健康度のプロフィール

		A	B	C	D	E
身体的健康	男	80　75	70　65	60	55　50	45　40　35　30　25　20
	女	80　75	70　65	60　55	50　45	40　35　30　25　20
精神的健康	男	60	55　50	45　40	35	30　25　20　15
	女	60　55	50	45　40	35	30　25　20　15
社会的健康	男	60	55　50	45　40	35	30　25　20　15
	女	60	55　50	45　40	35	30　25　20　15
総合的健康	男	200　190　180	170　160	150	140　130　120	110　100　90　80　70　60　50
	女	200　190　180	170　160	150	140　130　120	110　100　90　80　70　60　50

42．特別な仕事をしないのに関節（肩や腰など）が痛む。
43．仕事や勉強のあと，からだがなんとなくだるい。
44．他人と比べて排尿回数が多い。
45．生きがいがないと思うことがよくある。
46．いつもイライラしている。
47．気分はいつもすっきりしている。
48．地域での行事などに参加している。
49．他人に迷惑をかけないよう努力している。
50．仕事や勉強が十分にできない。

採点および記入のしかた

＊採点表　（表5）

1．各尺度（横の欄）の○印のついた数を加えて粗点とする。
2．1行目から4行目まで，5行目から7行目まで，8行目から10行目までの粗点を加えて小計とする。
3．3つの小計を加えて合計とする。

＊健康のパターン（図3）

1．各尺度別の粗点をパターンのあてはまる所に○印をつける。
2．すべての○印を線で結ぶ。

＊健康度のプロフィール（表6）

1．各健康度は小計の点を，総合的健康度は合計の点をプロフィールのあてはまる所に○印をつける。
2．すべての○印を線で結ぶ。

結果の判定

＊健康度のパターン

1．線が外側に広がっているほど健康である。
2．線の凸凹が少ないほど健康のバランスがとれている。
3．へこんでいるところに注意して生活をする。

＊健康度のプロフィール

1．中央が平均的健康度である。
2．線が左側によっているほど健康度が高い。
3．線が右側によっているほど健康度が低い。
4．線が直線に近いほどすべての健康のバランスがとれている。
5．右側によっているところに注意して生活をする。

関連研究について

1）健康度と生活形態との関連

研究目的で述べた通り，松本らは，個人の健康度が個人や集団の生活形態や生活状況と関連が深いものと考えられることから，個人の年令，性別，職業などの基礎事項および，健康度と関連があると思われる，生活時間，生活行動，運動生活，食生活，家族，住居，労働，健康生活など生活形態構造の諸側面についての調査項目を設定し，調査の結果と健康度との関連を明らかにし，個人の健康生活の指導に資することにした。

ここでは，徳永[5]，岡部，金崎[6]，多々納ら[7]によっ

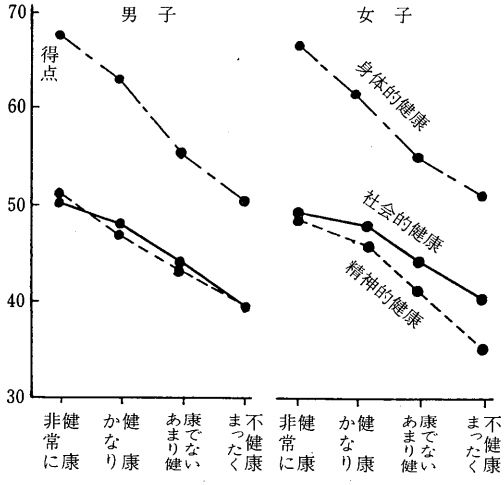

図4　健康度得点と健康の自己評価の関係

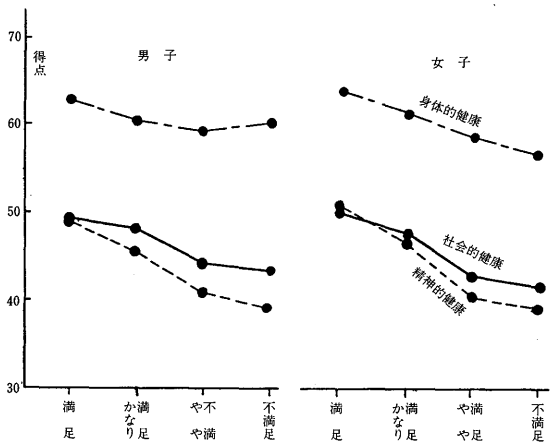

図5　健康度得点と生き方への満足度の関係

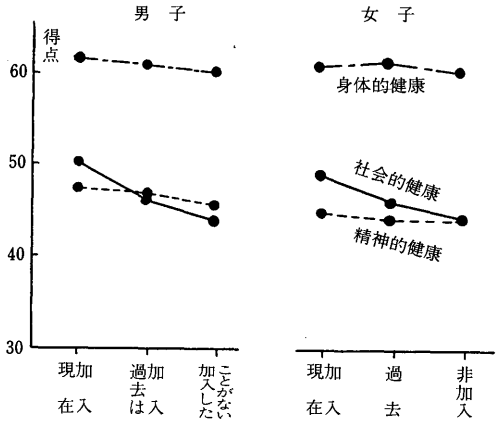

図6　健康度得点と地域団体への加入の関係

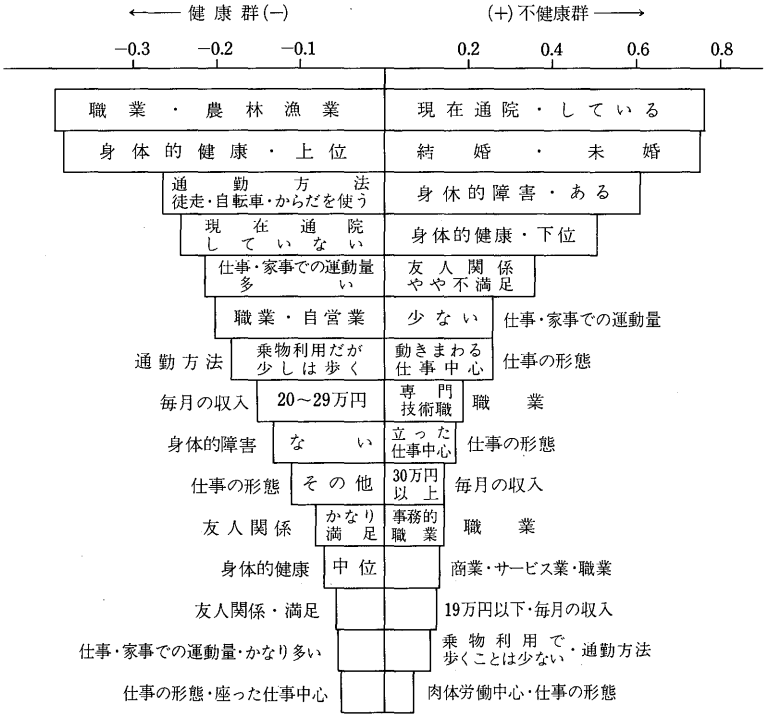

図7　カテゴリーの寄与と方向（男子）

てまとめられた内容を引用して，健康度と生活形態との関連について述べることにする。

徳永[5]らによる「健康度診断指標とその関連要因」は昭和57年度特定研究「生活形態と健康度に関する総合的研究」の一部である。研究対象者は福岡県大野城市の社会人男女2200人である。

その結果のまとめを以下の通り述べている。

健康度と生活形態・意識との間に男女共通して顕著な関係がみられた変数は次のとおりであった。

身体的健康度では健康の自己評価が最も高く，身体

的障害，過去や現在の通院，栄養剤を飲むことなどが少なく，スポーツを実施していることが関与していた。

精神的健康度では自分自身の生き方への満足度が最も高く，友人関係，家庭生活，社会生活，収入などへの満足度や健康の自己評価が関与していた。

社会的健康では地域団体への加入状態や円満な人間関係に注意していることが高く，近所づきあいや習いごとけいこごとへの参加が多いこと，生き方，友人関係，社会生活などへの満足度や健康の自己評価が高いことが関与していた。

総合的健康度では生き方への満足度や健康の自己評価が最も高く，友人関係，家庭生活，社会生活などへの満足度や円満な人間関係への注意が高く，健康のためにスポーツ実施の意図が高いことが関与していた。

そのほか，男子では仕事での肉体的疲労や精神的疲労などの職場生活に関すること，女子では生活程度の評価や過食・栄養への注意などが高く関与していたと述べている。

ここで身体的健康度と健康の自己評価との関係を図4で，精神的健康度と生き方への満足度との関係を図5で，社会的健康度と地域団体への加入状態との関係を図6で示すことにした。

金崎ら[6]による「社会人の健康を規定する要因の研究」は昭和57年度特定研究「生活形態と健康度に関する総合的研究」の一部である。研究対象者は大野城市の社会人男女2200人である。健康状態を個人の自己評価でとらえ，「非常に健康」および「かなり健康」と評価した者を健康群，「あまり健康でない」および「まったく健康でない」と評価した者を不健康群とし，この健康群，不健康群を基準として生活形態の状態をみている。標本数は健康群は男子628人，女子594名，不健康群は男子208人，女子228人である。カテゴリーの寄与は図7，図8，のとおりである。そして，カテゴリーの寄与については，男子は職業「農林漁業」，身体的健康「上位」，通勤方法「徒歩・自転車利用でからだを使う」，現在通院「していない」，仕事・家事での運動量「多い」などのカテゴリーが，健康群に大きく寄与している。女子は，身体的健康「上位」，精神的健康「中位」，仕事・家事での運動量「多い」，過去通・入院「ない」，生活環境「かなり満足」などが健康群に寄与している。また，男子の職場生活要因に関しては，職場環境「かなり良い」，仕事の単調性「単調で

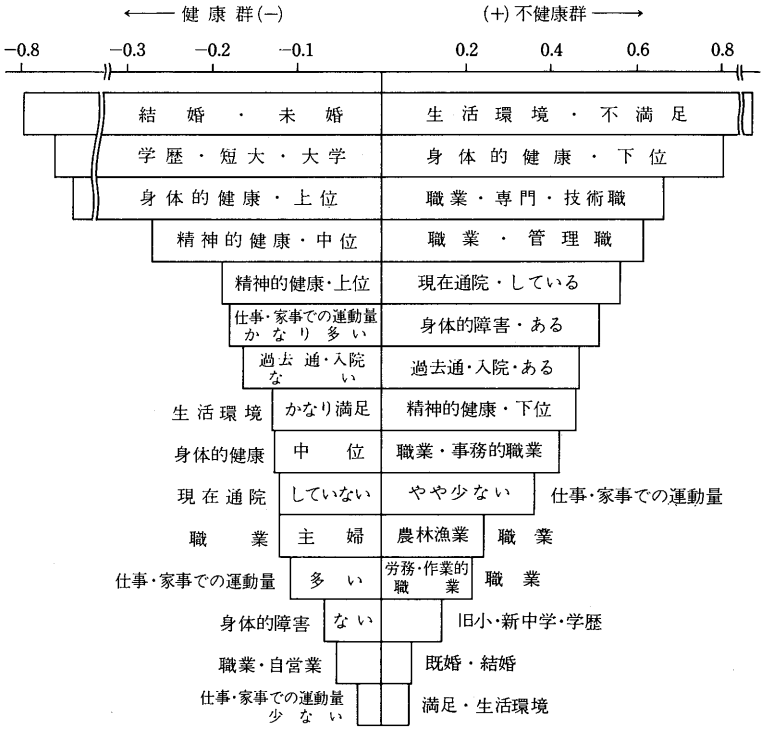

図8　カテゴリーの寄与と方向（女子）

表7．クラスターの健康度および生活形態のプロフィール

クラスター	健康度			基礎的要因				生活時間・行為				スポーツ		嗜好・食事		社会参加	家族 家庭 環境	職場・労働			疾病・健康			生活満足度
	身体的	社会的	精神的	年令	学歴	収入	出身地／職業	文化・趣味	睡眠	自由時間	娯楽	過去	現在	酒・タバコ	食事栄養			規模 役職 単調性	肉体疲労	精神疲労	労働内容	疾病・障害	健康法	自己評価	
(I) コツコツ型 (N=206)	△	○	○	かなり高い	×	○	小都市 農村 ／ 管理 事務	△	△	×	○	○	◎	◎なし	○	◎	・やや核家族型 ・末子成長 ・家族行動が少ない	◎ ◎ ◎	◎	△	座業 肉体	×多い	○	△	○
(II) イライラ型 (N=171)	△	××	×	最も若い	△	××	大都市 ／ 専門 労務	××	○	×	×	×	××	××多い	××	××	・核家族型 ・末子が幼い ・持ち家が少ない ・悪い生活環境	× ×	△	○	活動的 ／ 座業	○少ない	×	×	××
(III) ハツラツ型 (N=138)	◎	◎	◎	やや高い	○	◎	／ 管理 自由業	◎	男×× 女◎	△	◎	◎	○	△	◎	○	・親族型 ・持ち家が多い ・環境に恵まれる ・家族行動が多い	◎ ○ ×	××	××	やや 座業	◎	◎	◎	◎
(IV) フラフラ型 (N=127)	××	×	××	最も高い	××	××	大都市 ／ 労務 無職	×	×	○	×	××	××	○	××	○	・親族型 ・末子は成長 ・環境に恵まれない ・家族行動が少ない	× × ○	◎	◎		××	×	××	×
(V) ユウユウ型 (N=180)	○	△	○	やや若い	◎	△	／ 管理 事務	△	○	男○ 女××	△	△	△	×	△	△	・核家族型 ・末子幼い ・持ち家が少ない ・家族行動が多い	△ ◎ ×	△	△	座業	◎	△	○	△

(注) ◎ ○ △ × ××の順と「良好・高い・多い・実施・あり」の程度が高い。
但し、酒・タバコ、疾病・障害は表中の表示に従う。
また空欄は特徴的傾向が認められないことを示す。

表8．Y・G類型別健康度(平均値)

性別	健康度	Y・G類型 A	B	C	D	E	向性 積極型 B＋D	消極型 C＋E	情緒・社会適応 安定適応 C＋D	不安定不適応 B＋E
男子	N	54	10	14	45	17	55	31	59	27
	身体	3.51	3.30	3.42	3.88	2.76	3.78	3.06	3.78	2.96
	精神	3.01	2.90	2.92	3.84	2.05	3.67	2.45	3.63	2.37
	社会	2.98	3.10	2.92	3.53	2.47	3.45	2.68	3.39	2.70
	総合	3.16	3.20	2.92	3.91	2.23	3.78	2.55	3.68	2.59
女子	N	17	4	5	19	5	23	10	24	9
	身体	3.64	2.75	3.20	3.68	2.60	3.52	2.90	3.58	2.67
	精神	2.82	2.25	3,00	3.42	2.20	3.39	2.60	3.33	2.67
	社会	3.00	3.50	3.00	3.31	3.00	3.35	3.00	3.25	3.22
	総合	3.23	2.00	3.00	3.63	2.40	3.35	2.70	3.50	2.22

はない」「あまり単調ではない」などのカテゴリーが健康群に大きく寄与していると述べている。

多々納[7]らによる「健康度パターンと生活形態の関係に関する研究」は昭和58年度特定研究「健康指標に関する基礎的研究」の一部である。

その結果のまとめを以下の通り述べている。

健康度を測定するための50項目に関する因子分析に基づく，因子負荷量を指標とする非階層的クラスター分析の結果，5つのクラスターが抽出され，そのクラスターと生活形態関連要因の関係が考察された。各クラスターの健康度および生活形態に関する諸特性は次のように要約されよう。

①Ⅰ（コツコツ型）……社会的・精神的健康度はかなり高いが，身体的健康度は必ずしも高くはなく，健康への不安も大きい。年令がやや高く，社会・経済的に恵まれ，また生活行為の諸側面においてかなり積極的で満足度も高い。

②Ⅱ（イライラ型）……年令がやや若いため，身体的には良好であるが，精神的・社会的健康は著しく低く，また社会・経済的に恵まれず，生活行為および健康問題に消極的あるいは無関心で，生活満足度も非常に低い。

③Ⅲ（ハツラツ型）……健康度の諸側面において最もすぐれ，社会・経済的にも著しく恵まれ，生活行為および健康問題に対して関心が強く極めて積極的に取組み，生活満足度も非常に高い。

④Ⅳ（フラフラ型）……年令がやや高く，身体的および精神的健康度に著しく劣り，疾病や障害も多いにもかかわらず，生活行為や健康問題に対して消極的あるいは無関心である。社会・経済的条件にも恵まれず，生活満足度も非常に低い。

⑤Ⅴ（ユウユウ型）……健康状態あるいは社会・経済的諸要因など種々の条件においてかなり良好あるいは恵まれた状態にあるが，それらの現状に満足し，より健康的・建設的な意欲と行為にやや欠けている傾向にある。

上記のような結果の他にも，健康度と生活形態関連要因の関係について種々の知見を得たが，基本的傾向としては健康度を構成する身体的・社会的・精神的な三側面は相互に密接に連関していること，そして健康度の高い者ほど過去および現在において社会・経済的諸条件に恵まれ，また生活行為および健康問題に対する関心と行動において積極的であること，等々が認められた。

ここに表7クラスターの健康度および生活形態のプロフィールを示しておく

健康度と性格との関連

松本は健康度診断検査とYG性格検査を用いて健康度と性格との関連を明らかにしたのである。対象者は九州大学1年生男子140人，女子50人である。この健康度得点は健康度尺度の5段階をそれぞれ5点～1点と換算している。

YG性格検査の類型別と健康度の平均値から関連の

傾向をみると，表8のとおりである。

すなわち，男子では，身体的健康度，精神的健康度，社会的健康度，総合的健康度のすべてにおいてD類型の者が上位である。女子では身体的健康度，精神的健康度，総合的健康度においてD類型が，社会的健康度においてはB類型の者が上位である。

向性の積極型（B類型とD類型）と消極型（C類型とE類型）によって比べてみると，積極型の者が男女ともすべての健康度が上位である。

情緒安定，社会適応の安定適応型（C類型とD類型）と不安定不適応型（B類型とE類型）によって比べてみると，安定適応型の者が男女ともすべての健康度が上位であった。

おわりに

健康度診断検査の作成過程における種々の研究の経過および健康度との関連研究について述べてきた。このほかにおそらく関連した研究の結果が健康科学第九号に掲載されているものと思う。

これらの研究の積み重ねによって，近い将来には九州大学健康科学センターの健康外来システムの設定ができるものと確信している。昭和60年より研究を開始した「健康度の診断と健康生活の指導に関する研究」（科学研究一般研究（A））は4年間継続であり，現在進行中である。

この研究の目的には「国民の健康は現在の生活環境などの影響によって，不健康になりつつある。すべての国民が生涯を通じて健康で幸福な生活をおくるためには，個々人の健康状態を診断し，健康生活の指導をする必要がある。病人に対しては医学面の診断処方が十分に行なわれているが，一般健常人の健康に対しての診断と指導はあまり行なわれていないのが現状である。

ところが近年になって国民の健康づくりが盛んに唱えられてきている。そこで一般健常人の健康管理を指導するためには，まず個々人の健康状態を客観的に診断しなければならない。そのために，まず，健康状態を身体的・精神的・社会的面からの総合的診断項目を設定して診断を行ない，その診断の結果と生活状態とを検討して，個々人の健康生活の指導に役立てることがこの研究の目的である。」と述べている。

研究組織

研究代表者

松本壽吉

健康度（体力面）の診断に関する研究

緒方道彦，小宮秀一，大柿哲朗

健康度（医学面）の診断に関する研究

川崎晃一，藤野武彦，金谷正蔵，上園慶子

健康度（精神面）の診断に関する研究

山田裕章，峰松　修，冷川昭子

健康度（社会心理面）の診断に関する研究

徳永幹雄，多々納秀雄

健康生活の指導に関する研究

岡部弘道，藤島和孝，金崎良三，吉川和利，小室史恵

研究の内容は，高齢者を対象とした歩行，軽スポーツ，水泳の指導，軽症高血圧者を対象とした歩行，軽スポーツ，テニスの指導，中年婦人を対象としたテニス指導，肥満者を対象とした歩行の指導が主なものである。これらの対象者すべてに指導の前後に医学検査，体力機能測定，形態測定，栄養調査，健康度および生活形態調査，精神心理関係調査，健康生活調査を実施している。

健康生活指導によって，すべての診断項目において効果がみとめられているのである。この研究，指導が今後も継続されることによって九州大学健康科学センターにおける健康外来システムが設定されるのである。

文献

1) NHK 放送世論調査所：日本人の健康観，日本放送出版協会，1981.
2) 総理府広報室：体力・スポーツに関する世論調査，1982.
3) 九州大学健康科学センター編：健康の科学，学術図書出版社，1986.
4) 研究代表者松本壽吉：健康度診断指標の設定に関する研究，昭和57年度科学研究費補助金，一般研究（B）研究成果報告書
5) 徳永幹雄他：健康度診断指標の検討とその関連要因，健康科学，6: 155−164, 1984.
6) 金崎良三他：社会人の健康を規定する要因の研究，健康科学，6: 79−95, 1984.
7) 多々納秀雄他：健康度パターンと生活形態の関係に関する研究，健康科学，6: 97−111, 1984.