

血圧及び健康度と生活形態に関する調査研究

山本, 教人
Institute of Health Science Kyushu University

徳永, 幹雄
Institute of Health Science Kyushu University

金崎, 良三
Faculty of Education Saga University

多々納, 秀雄
Institute of Health Science Kyushu University

他

<https://doi.org/10.15017/622>

出版情報 : 健康科学. 16, pp.155-164, 1994-03-15. 九州大学健康科学センター
バージョン :
権利関係 :



血圧及び健康度と生活形態に関する調査研究

山本 教人 徳永 幹雄 金崎 良三*
多々納 秀雄 橋本 公雄 高柳 茂美

A Research Study on the Relation between Living Form and Blood Pressure, Health Degree

Norihito YAMAMOTO, Mikio TOKUNAGA, Ryozo KANEZAKI*,
Hideo TATANO, Kimio HASHIMOTO, Shigemi TAKAYANAGI

はじめに

従来より、血圧には遺伝、年齢、性、人種、肥満などの個体因子と、食塩の摂取量、ストレス、嗜好品の有無などに代表される環境因子とが影響を及ぼすことが明らかにされてきた。血圧とこれら個々の要因との関連が詳しく検討される一方で、これまでの研究は、個人の生活全体との関わりあいの中で、当該個人の健康問題を見直すという視点をややもすると軽視する傾向にあったことは指摘しておくべき重要な問題であろう。このことと関連して述べるなら、血圧といえば食塩の摂取量が問題とされるのが常であるが、ネパールなどの山岳地域においては、日本人と殆ど変わらない量の食塩を摂取していても、高血圧者の割合は有意に少ないとの報告¹⁾もあり、個人の食塩に対する感受性の問題と共に、広くは運動の程度や生活の送り方そのものと血圧との関連の検討が必要であることが指摘されている。

健康科学センターでは、「生活処方」をキーワードに、これまで、狭くは睡眠や休養、飲酒、喫煙、衣服や住居、生活環境等と健康との関わりを、そして広くは運

動や栄養、ストレスそれ自体が重要な生活行動、あるいは生活形態の反映であるとの観点から、個人の健康生活に関連を有する内的、外的要因の見直しを積極的に行ってきた。

ここでは、当センターがこれまで健康を考える際に用いてきた概念枠を血圧に転用し、家族と生育歴、健康状態や健康不安、体力、スポーツの実施程度、飲酒や喫煙等を含む生活習慣、ストレスと関連の深い労働、職場の要因、社会関係や生活環境、さらには、生活意識と個人の血圧、健康度との関連を検討した。

方 法

1. 調査の対象と方法

本研究で調査の対象となったのは、福岡市に本店を置くC銀行の男女行員であった。調査票は、C銀行の全国の支店及び福岡市の本店に配布され、回収された。1990年4月から5月にかけて実施された調査から、男子614名、女子644名、計1,258名の有効な回答が得られた。

2. 質問紙の構成と質問項目

既存の文献等に示されている血圧関連要因を取り出したところ、300にも及ぶ膨大な要因が抽出された。これを、アンケート調査に耐え得るボリュームにするために精選を重ね、最終的には①フェイスシート関係6項目、②家族と生育歴関係20項目、③健康・体力・スポーツ関係29項目、④生活習慣関係37項目、⑤労働・職場関係39項目、⑥社会関係・生活環境について18項目、⑦生活意識関係23項目の7要因群に関する合計172項目からなる質問紙を作成した。

3. 分析の方法

上記7要因群の②～⑦を構成する全ての項目と血圧の関連を検討し、併せて、これらの項目で健康状態、健康についての不安の程度に違いがあるのかどうかの検討も行った。血圧については、自分の血圧が高いとする者は、おそらく過去に、健康診断等を通じてそのようにいわれた経験がある者だと判断し、認知血圧の高低を基準に各項目との関連を検討した。健康状態については、「非常に良い」、「やや良い」、「やや悪い」、「非常に悪い」の4段階で、健康についての不安は、(不安が)「非常にある」、「かなりある」、「あまりない」、「全くない」の4段階で回答してもらい、各項目との関連を検討した。要因間の関連の検討には、 χ^2 検定を用いた。また、 2×2 クロスにはイエーツの補正を加え、 χ^2 検定を行った。

4. 研究の限界

基礎集計の結果、血圧が高いと認知している者は、男子で10.1% (62名)、女子では僅か1.4% (9名)にすぎなかった。これは、おそらく調査対象者が20歳台、30歳台の年齢層に偏ったためであると判断される。こ

のため以下では、極めて不十分な女子のサンプルについてはあえて分析を加えず、男子のサンプルのみを分析の対象とし、血圧、健康状態、健康不安の順に各項目との関連を検討する。

結果と考察

1. 家族・生育歴と認知血圧、健康度

表1には、家族・生育歴を構成する20項目と、認知血圧、健康度との関連が示してある。

認知血圧の高低は、「子供数」、「兄弟姉妹数」と有意な関連が認められた。つまり、「子供数」は「2人」、「3人」、「4人」と答えた者において血圧が高いと判断する者の割合が高く、「1人」、「子供はいない」、「独身」とした者で高くないとする者の割合が高かった。このような結果を帰結する背後要因は複雑であると考えられるが、一般に血圧は加齢と共に高くなる傾向があるため、年齢という要因の影響があるのかもしれないと推察された。兄弟姉妹数についての結果は、解釈が困難であった。

健康状態は、「父親の職業」を除く全ての項目でその程度に有意な差異を生じたが、結果の妥当な解釈は不可能であった。

また健康不安についても、「父親の職業」を除く全ての項目において違いが生じた。「家族形態」の「独身所帯」では、健康度についての不安が「非常にある」とする者と「全くない」とする者の割合がそれぞれ3割で、二分化の傾向を示した。また「家族の経済状態」では、経済的に恵まれていると思う者ほど健康度についての不安がないという結果であった。これらの結果は、健康不安と家族形態、所得水準との間に何らかの関連がありそうだとことを示唆しているが、その他の項目と同様に解釈は困難であった。

Table 1. Relation between Family, Growing History and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 家 族 数		***	***	11 父 親 の 職 業			
2 子 供 数	*	***	***	12 母 親 の 職 業		*	**
3 家 族 形 態		***	***	13 最 終 学 歴		***	***
4 配 偶 者 の 勤 務 状 況		***	**	14 兄 弟 姉 妹 数	*	***	***
5 介 護 者 の 有 無		***	***	15 子 供 時 代 の 居 住 地		***	***
6 幼 児 ・ 受 験 者 の 有 無		***	***	16 父 親 の し つ け		***	**
7 家 族 の 心 配 事		***	***	17 母 親 の し つ け		***	***
8 家 庭 の 経 済 状 態		***	***	18 健 康 生 活		***	***
9 コミュニケーション		***	***	19 運 動 生 活		***	***
10 不 幸 な 出 来 事		***	***	20 食 生 活		***	**

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

Table 2. Relation between General Malaise and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 頭 痛 ・ 肩 こ り		***	***	14 食 欲 の 減 退		***	*
2 関 節 痛				15 耳 な り	*		
3 腰 痛		**	**	16 吐 き 気		***	***
4 歯 痛		**	*	17 足 ・ 腰 の だ る さ		***	***
5 めまい・立ちくらみ		**	**	18 咳 ・ タ ン		**	***
6 手足のまひ・しびれ		**	***	19 喉 の 乾 き			*
7 動悸・息切れ	***	***	***	20 か ゆ み			
8 胸 や け		***		21 汗 を か く			
9 胸のしめつけ・痛み	*	**	**	22 寝 汗			
10 尿量の増減		*		23 む く み		*	*
11 下 痢		**	**	24 手 足 の 冷 え	***		*
12 便 秘		*		25 そ の 他			
13 腹 痛		**	**				

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

2. 不定愁訴と認知血圧, 健康度

表2には, 健康・体力・スポーツ関係の29項目の中から, 愁訴についての項目を取り出し, 認知血圧, 健康度との関連を検討した結果が示してある。

「動悸・息切れ」, 「胸のしめつけ・痛み」, 「耳なり」, 「手足の冷え」の4項目が認知血圧の程度と有意な関連を有しており, 血圧が高いとする者において, 以上のような愁訴があるとする者の割合が高かった。

健康状態の程度は, 「関節痛」, 「耳なり」, 「喉の乾き」, 「かゆみ」, 「汗をかく」, 「寝汗」, 「手足の冷え」, 「その他」以外の全ての項目と有意な関連を有していた。有意な関連のある項目の内, 「手足のまひ・しびれ」, 「尿量の増減」, 「むくみ」以外では, 不定愁訴のある者は健康状態が悪いとした者に多く, 良いとした者において少ない傾向を示した。個人の健康状態についての善し悪しの判断は, 身体の不調があるか否かによって大きく影響されるということを物語る結果であろう。

健康不安の程度は, 「関節痛」, 「胸やけ」, 「尿量の増減」, 「便秘」, 「耳なり」, 「かゆみ」, 「汗をかく」, 「寝汗」, 「その他」以外の項目と有意な関連が認められたが, 健康状態の結果同様, そのような愁訴を有する者の割合は健康に不安のある群において高かった。

3. 健康・体力・スポーツと認知血圧, 健康度

健康・体力・スポーツ関係の29項目の内, 上記不定愁訴に関する項目を除外した合計33の要因と, 血圧, 健康度との関連を検討したものが表3である。

認知血圧に関しては, 「本人の高血圧の有無」は同じ質問項目とのクロスであるため有意な関連が認められ

るのは当然としても, その他にも「健康についての不安」, 「母親の高血圧の有無」, 「兄弟姉妹の高血圧の有無」, 「食事内容に注意」, 「身体の定期的検査」, 「その他」, 「体型」の7要因と有意な関連を有していることがわかる。「健康についての不安」が「かなりある」とする者の割合は, 血圧の高いとする者において最も高く, 逆に「あまりない」とする者の割合は, 血圧に異常を感じていない群において最も高いという対照的な結果を示した。血圧が健康不安を規定する重要な要因になっていることが理解できる。「母親」, 「兄弟姉妹」の血圧は, 本人の血圧と肯定的な関連が認められた。血圧に影響を及ぼす要因の内, 家族歴は最も重要な要因とされているが, 以上の結果は, このことを裏付けるものである判断された。また, 血圧の高いとする者は, そうでない者と比較した場合, 「食事内容に注意」しており, 「身体の状態を定期的に検査する」とする者の割合が高いという理解しやすい結果を示した。最後に, 「体型」については, 血圧が高いとする者は, そうでない者に比べ「肥満型」であると判断する者の割合が2倍近くに及び, 体型, 特に肥満度と血圧の関連を示唆している。

ところで今日, 軽度の運動が降圧効果を有することは一般に認められており³⁾, 医学と体育学の接点として注目を集めているところであるが, 今回の調査では, 血圧は運動関係の何れの項目とも関連を持たなかった。

健康状態の程度は, 「健康についての不安」, 「運動・スポーツ実施」, 「趣味を楽しむ」, 「体型」, 「体力への自信」, 「階段上がり」, 「運動実施の有無」と有意な関連を有していた。しかしながら, 認知血圧と健康状態

Table 3. Relation between Health, Fitness, Sport and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 健康状態		***	***	18 仕事量の調整			**
2 健康についての不安	***	***	***	19 健康番組の視聴			
3 本人の高血圧の有無	***		***	20 何もしていない			
4 父親 //				21 その他	*		
5 母親 //	*			22 体 型	**	***	*
6 祖父 //				23 体力への自信		***	***
7 祖母 //				24 階段上がり		***	***
8 兄弟姉妹 //	**			25 運動実施の有無		***	
9 睡眠・休養を十分とる				26 運動の実施種目			
10 食事内容に注意	*			27 運動の実施程度			
11 喫煙減らす・禁煙			*	28 運動の実施強度			
12 飲酒量減らす・禁酒			*	29 運動の実施時間			
13 身体の定期的検査	***		***	30 運動の実施目的			
14 栄養剤の服用				31 中学時代の運動経験			
15 マッサージに通う			**	32 青年時代の運動経験			
16 運動・スポーツ実施		***		33 卒業後の運動経験			
17 趣味を楽しむ		*					

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

との間には何ら有意な関連は認められなかった。高血圧は、別名「陰の殺し屋」とも呼ばれるように、一般に特別な自覚症状を伴わないが、このことが血圧の高い群の健康状態についての判断を鈍らせているのかもしれない。「健康についての不安」は健康状態が悪い者ほど高く、両者が密接な関連を有していることが理解できる。健康状態が「非常に良い」とする者の内、健康維持のために「運動・スポーツを実施」している者の割合は5割を越えるが、それ以外では非実施者が過半数を越える結果を示した。特に、健康状態が「やや悪い」とする者では、7割以上が非実施者であった。また、健康状態が良い者ほど、健康のために「趣味を楽しむ」傾向も強かった。「体型」については、健康状態が悪い者ほど、「肥満型」だと判断する者の割合が高くなっている。ことに、健康状態が「非常に悪い」者においては半数がそう回答している。「体力への自信」が「非常にある」とする者、「階段上がり」が「なんともない」とする者の割合は、健康状態が「非常に良い」とする者において最も高かった。「運動実施の有無」については、健康状態が悪くなるほど「行っていない」者の割合が高くなる傾向を示した。

健康不安は、「健康についての不安」を除く9要因でその程度に有意な違いが生じた。つまり、「健康状態」、「本人の高血圧の有無」、「飲酒量減らす・禁酒」、「身体の定期的検査」、「マッサージに通う」、「仕事量の調

整」、「体型」、「体力への自信」、「階段上がり」である。この内、「健康状態」との関連の高さについては先に指摘しておいた。「本人の高血圧」の高さは、「健康状態」とは有意な関連を持たなかったが、「健康についての不安」とは有意な関連を示した。つまり、健康に不安を抱えている者は血圧の高い群において多く、低い群で少ないという結果を示した。また、健康に不安を抱えている者ほど、健康のために「飲酒量や回数、禁酒」、「マッサージに通う」、「仕事量の調整」に気をつけているということが明らかとなった。健康のために「身体の定期的検査」に気をつけるとする者は、「健康についての不安」が「全くない」者で最も高い値を示し、検査結果に裏打ちされた健康への自信の反映であると解釈された。健康不安の高い者の割合は、「肥満型」、「細長型」に高く、「筋肉型」において低かった。「体力への自信」と「階段上がり」と健康不安の間にはネガティブな関連が認められた。つまり、健康不安のない者ほど体力に自信があり、階段上がりを苦にできなかった。

4. 生活習慣と認知血圧、健康度

生活習慣についての37項目と、血圧、健康度との関連を検討したものが表4である。

血圧は、「飲酒状況」、「服用薬等の有無」、「朝の目覚め」の3要因と有意な関連が認められた。「飲酒状況」

Table 4. Relation between Life Habit and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 牛肉の摂取程度				20 夕食の規則性		**	**
2 魚・鶏肉 //				21 朝食の方法			***
3 植物性蛋白食品 //		*	**	22 昼食 //		*	
4 植物油 //		**	*	23 夕食 //			
5 海藻類 //				24 服用薬等の有無	***	**	**
6 緑黄色野菜 //				25 食生活満足度		***	***
7 野菜 //				26 睡眠時間			
8 果物類 //				27 朝の目覚め	**	***	**
9 キノコ類 //				28 睡眠中断の有無		**	***
10 インスタント食品 //				29 寝つきの良さ			
11 乳製品 //				30 心身の時間的調子			
12 炭水化物 //				31 入浴頻度			***
13 コーヒー・紅茶 //				32 入浴時間		**	
14 塩分 //				33 入浴温度		*	***
15 味噌汁等の味の濃さ				34 平日の休養・休息			
16 喫煙状況		**		35 休日の休養・休息			***
17 飲酒状況	*			36 休み明けの体調		***	***
18 朝食の規則性		*		37 疲労時のつきあい			
19 昼食の規則性		*					

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

については、血圧が高い者は、「飲まない」で僅か8.7%であったのに対して、日本酒にして「一日平均2合以上」、「一日平均3合以上」では反対に高い値を示し、飲酒と血圧との関連が極めて密接であるとする従来の報告²⁾を支持する結果を示した。「服用薬等の有無」については、「医師の処方による薬」で血圧が高い者とそうでない者との差異が最も顕著に現れた。以上の結果は、血圧の高い者において降圧剤を服用している者の存在を暗示しているように思われた。「朝の目覚め」では、血圧の高い者はそうでない者と比較して、「起きられる」割合が高く、「やや起きにくい」、「非常に起きにくい」で低かった。

健康状態の程度とは、「植物性蛋白食品摂取程度」、「植物油摂取程度」、「喫煙状況」、「朝食の規則性」、「昼食の規則性」、「夕食の規則性」、「昼食の方法」、「服用薬等の有無」、「食生活満足度」、「朝の目覚め」、「睡眠中断の有無」、「入浴時間」、「入浴温度」、「休み明けの体調」の14要因が有意な関連を示した。この内、「喫煙状況」については、健康状態が「非常に良い」、「やや良い」で「喫わない」者の割合が高くなっている一方、「やや悪い」、「非常に悪い」では「1日30本以上」と「1日20~29本」で4割以上を占めている。「朝食の規則性」についての結果は対照的であった。つまり、健康状態が良い者の4割以上が「きちんと食べている」

と答えているのに対し、悪い者の4割以上が「いつも欠食する」とすると答えている。「昼食の規則性」、「夕食の規則性」についても、健康状態が悪い者ほど「いつも欠食」の割合が高くなっている。特に、健康状態が「非常に悪い」では5割が昼食や夕食を「いつも欠食」するとしている。このことを反映した結果であろうか、「食生活満足度」についても、健康状態が悪い者ほど低い結果を示している。「朝の目覚め」は、健康状態が良い者の4割以上が「起きられる」のに対して、「非常に悪い」では4割の者が「非常に起きにくい」と答えている。このことと関連があると思われるが、健康状態の悪い4~6割の者が「睡眠中断」が「よくある」、「たまにある」としている。「休み明けの体調」は、健康状態が「非常に良い」者の7割近くが「非常に良い」、「かなり良い」としている一方で、健康状態の悪い者の6割は「やや悪い」、「非常に悪い」と答えている。

健康不安の程度は、「植物性蛋白食品摂取程度」、「植物油摂取程度」、「夕食の規則性」、「朝食の方法」、「服用薬等の有無」、「食生活満足度」、「朝の目覚め」、「睡眠中断の有無」、「入浴頻度」、「入浴温度」、「休日の休養・休息」、「休み明けの体調」の12要因と関連を有していた。「植物性蛋白食品摂取程度」は健康不安があるとする者において高かったが、食事要因と健康不安と

Table 5. Relation between Characteristic of Labor and Workplace and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 勤 務 年 数				11 通 勤 時 間			
2 勤 務 先 規 模			***	12 通 勤 での 疲 労			**
3 職 場 での 地 位・役 職			***	13 昼 休 みの 休 養		**	***
4 現 地 位 での 勤 務 年 数				14 帰 宅 時 間 の 規 則 性		*	*
5 業 務 での 役 割				15 帰 宅 時 刻			
6 仕 事 の 内 容		*		16 寄 り 道 の 有 無			
7 現 仕 事 での 勤 務 年 数				17 寄 り 道 の 目 的			
8 労 働 時 間				18 家 族 と の ふ れ あ い		***	**
9 残 業 時 間				19 年 次 休 暇 の 消 化			**
10 通 勤 方 法		*					

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

の関連は説明が困難であった。服用薬に関しては、服用薬がないとする者は健康についての不安もない傾向にあり、健康不安がある者は、ビタミン剤や栄養剤を摂取する傾向にあった。健康不安が高い者ほど食生活に「非常に不満足」であり、朝「非常に起きにくい」と答え、睡眠中断が「よくある」傾向にあった。健康に不安のない者の8割は「休日の休養・休息」を取っており、不安のある群ではその割合が低い傾向にあった。また、「休み明けの体調」も健康不安の低い群において「非常に良い」とする者が多かった。

5. 労働・職場の特性と認知血圧、健康度

労働・職場関係の39項目の中で、現在の仕事に関する事柄と、血圧、健康度との関連を検討したものが表5である。

認知血圧の程度と有意な関連を有する要因の存在は認められなかった。

健康状態は、「仕事の内容」、「勤務方法」、「昼休みの休養」、「帰宅時間の規則性」、「家族とのふれあい」でその程度に有意な差異を生じた。健康状態の良い者と悪い者とは、「昼休みの休養」と「家族とのふれあい」において対照的な結果を示した。つまり、健康状態の良い者は悪い者と比較した場合、「昼休みの休養」を「とっている」、「家族とのふれあい」が「とれている」の割合が高い一方、「全くとっていない」、「ほとんどとれない」の割合は低くなっている。

健康不安の程度とは、「勤務先規模」、「職場での地位・役職」、「通勤での疲労」、「昼休みの休養」、「帰宅時間の規則性」、「家族とのふれあい」、「年次休暇の消費」の7要因が関連を有していた。健康不安の全くない者

の割合は、他の地位・役職に比較して「一般・その他」において非常に高い割合を示した。通勤のために非常に疲れる者、帰宅時間がかかなり不規則な者は、健康不安がある群において高値を示した。逆に「家族とのふれあい」の時間が「かなりとれる」者の割合は、健康不安が「全くない」で4割以上を占めた。

6. 労働意識と認知血圧、健康度

労働・職場関係の項目の内、仕事に関する意識、労働・職場についての満足度に関する項目と、血圧、健康度との関連を検討したものが表6である。

どの要因も認知血圧とは有意な関連が認められなかった。

健康状態の程度は、「客との接触」、「企業での位置」、「職場での存在価値」、「競争意識」、「OA機器への適応」、「職場環境の満足度」、「生活の生きがい」以外の要因と有意な関連が認められた。有意な関連の認められた項目の殆どにおいて、健康状態が良い者と悪い者は相対立する結果を示した。即ち、「職場の雰囲気」では、健康状態が良い者ほど働く雰囲気がはつらつとしていると判断する者の割合が高く、悪い者においては「思わない」とする者の割合が高くなっている。同様に、「仕事への適性」では、健康状態が良い者は、仕事「あっている」とし、悪い者では「あっていない」とする割合が高い。「出勤時の気持ち」については、今日も頑張るぞという気持ちで出勤している者は健康状態の良い者に多く、「全くそうでない」者は悪い者に多い。「仕事の単調さ」、「私生活の犠牲度」、「仕事量の多さ」、「仕事と地位」についても、ほぼ同じような結果であった。

健康不安は、「職場の雰囲気」、「競争意識」、「職場環境の満足度」、「時短と賃金の意識」、「生活の生きがい」以外の項目でその程度に差異が生じた。健康不安がない者は、客との接触が「楽しく」、健康不安のある者はそうでない傾向を示した。今の仕事が自分にあっていない者、今日も頑張るぞという気持ちがあったくない者は、健康に不安が「非常にある」群において多かったが、あっているとする者、そういう気持ちをする者の割合も相対的に高かった。「仕事の単調さ」、「企業での位置」、「私生活の犠牲度」、「仕事量の多さ」、「仕事と地位」、「仕事による不眠」、「生活満足度」と健康不安との関連は何れも同じようなパターンを示したが、「職場での存在価値」については、健康に不安の「全くない」者において、存在価値が認められているとする者の割合が最も低く、逆に認められてるとは思わない者の割合が最も高いという結果を示した。

7. 社会関係・生活環境と認知血圧, 健康度

社会関係・生活環境の18項目と、血圧、健康度との関連を検討したものが表7である。

認知血圧と有意な関連を有する項目は、「地域組織への加入」、「地域生活満足度」、「勤め先の場所」、「居住地の汚染公害」の4要因であったが、何れの結果についてもその解釈は困難であった。

健康状態は、「職場での相談相手」、「人間関係のストレス」の2要因でその程度に有意な差を生じた。「人間関係のストレス」が「あまりない」とする者の割合は、健康状態が良い者において高く、「時々感じる」、「しばしば感じる」者の割合は、健康状態が悪い者で高かった。

健康不安については、「人間関係のストレス」、「近所とのつきあい」、「相談できる知人親戚」、「住居形態」、「新環境への適応」の5要因で差異を生じた。人間関係でストレスを「しばしば感じる」者、近所とのつきあいが「ほとんどない」者は、健康不安が高くなるにつれ多くなる傾向にあった。

Table 6. Relation between Labor Consciousness and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 職場の雰囲気		*		11 仕事と地位		*	***
2 客との接触			**	12 仕事による不眠		***	***
3 仕事への適性		**	***	13 O A 機器への適応			**
4 出勤時の気持ち		**	**	14 職場環境の満足度			
5 仕事の単調さ		***	**	15 職場の人間関係		**	*
6 企業での位置			*	16 仕事への生きがい		*	**
7 私生活の犠牲度		**	*	17 労働時間の満足度		***	**
8 仕事量の多さ		***	*	18 時短と賃金の意識		*	
9 職場での存在価値			***	19 生活満足度		**	***
10 競争意識				20 生活の生きがい			

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Table 7. Relation between Social Relationship, Living Environment and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 職場での相談相手		*		10 住居の住みごころ			
2 同僚・上司との交流				11 現地域の居住年数			
3 人間関係のストレス		**	*	12 勤め先の場所	*		
4 近所とのつきあい			*	13 新環境への適応			***
5 相談できる知人親戚			*	14 住居周辺の騒音			
6 地域組織への加入	*			15 居住地の汚染公害	*		
7 地域生活満足度	*			16 交通の便			
8 「よかトピア」見物				17 居住地の自然環境			
9 住居形態			*	18 居住地の文化環境			

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

8. 生活意識と認知血圧, 健康度

生活意識に関する23項目の要因と, 血圧, 健康度との関連を検討した結果が表8に示してある。

認知血圧は, 「競争心の強さ」, 「周囲からの評価」, 「目標達成意欲」, 「時間的切迫感」, 「仕事休むことの不安」, 「同時並行的仕事」, 「責任感の強さ」, 「仕事への積極性」, 「積極的思考」, 「新仕事への興味」の10要因と有意な関連を有していた。これらの項目は, 何れも虚血性心疾患の危険因子であるA型行動パターンの特徴とされるもの⁹⁾であるが, 血圧と関連を有していることは非常に興味深い。しかしながらその関連は, 「目標達成意欲」を除く全ての項目で, 血圧に異常を感じていない者ほど上記の特徴をより強く有しているという予想に反するようなものであった。何故このような結果を示したのかについては推測の域を出ないが, 血圧に異常を感じている者は, そのことを十分に自覚しているが故に, あえてリラックスした行動をとるように努めていると考えることができるかもしれない。何れにせよ, この点に関してはより詳細な検討が必要であろう。

健康状態の程度は, 「疲労感」, 「他者への冷淡さ」, 「燃え尽きた気持ち」, 「他者への依存心」, 「くよくよする程度」の各要因と有意な関連が認められた。「疲労感」は健康状態と肯定的な関連を有していた。つまり, 疲労を強く感じる者ほど健康状態は悪いと答えている。仕事に「燃え尽きた気持ち」になることが「全くない」者は, 健康状態が良い者に多く, そうでない者において少ないという傾向を示した。また, 「くよくよする程度」の高い者は, 健康状態の悪い者に多く, そうでな

い者において低かった。

健康不安は, 「疲労感」, 「他者への冷淡さ」, 「価値ある仕事遂行」, 「くよくよする程度」, 「率直な感情表現」, 「何かに熱中」の6要因との関連が認められた。仕事で疲れた, 他者に対して冷淡になってきている, くよくよする, 率直に感情を表現する者は健康不安が「非常にある」群で最も高い割合を示した。

おわりに

以上, 生活関連要因と認知血圧, 健康度との間には, 数多くの有意な関連が認められたが, その背後要因の解釈は困難を極めた。特に, A型行動パターンと血圧との関連は興味深いものであったが, 予測とは逆の関連を示した。このような結果は, 既に自己の健康状態についての情報をしっかりと把握しているが故に, 健康阻害要因を助長しないよう生活管理を行っているとも判断され, 今後, 健康度とそれらの要因との詳細な検討が必要であると結論された。

【本稿は, 九州大学健康科学センター編(1993): 成人病因子の個体内変動に関する総合的研究—血圧関連要因について—, 九州大学健康科学センター特定研究報告書, Pp.199.の一部に若干の加筆・修正を加えたものである。】

文 献

- 1) 川崎晃一編: ネパールにおける高血圧発症要因の比較疫学的研究, 第二次・第三次健康科学調査報告書, 1991. Pp.107.
- 2) 多々納秀雄: 「血圧と生活処方」, 徳永幹雄, 川崎

Table 8. Relation between Life Consciousness and Cognitive Blood Pressure, Health Degree.

要 因	血 圧	健 康 度		要 因	血 圧	健 康 度	
		状 態	不 安			状 態	不 安
1 競争心の強さ	***			13 他者への好影響			
2 周囲からの評価	***			14 他者への冷淡さ		*	***
3 目標達成意欲	**			15 燃え尽きた気持ち		**	
4 時間的切迫感	**			16 価値ある仕事遂行			**
5 仕事休むことの不安	**			17 周囲への無関心			
6 同時並行的仕事	**			18 他者への依存心		**	
7 責任感の強さ	*			19 くよくよする程度		***	**
8 仕事への積極性	**			20 気分を紛らす程度			
9 積極的思考	**			21 自分の立場の説明			
10 新仕事への興味	***			22 率直な感情表現			**
11 神経質				23 何かに熱中			*
12 疲労感		***	***				

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

-
- 晃一編, 高血圧の健康処方, 九州大学出版会, 1990.
pp.121-144.
- 3) 徳永幹雄, 川崎晃一編: 高血圧の健康処方, 九州
大学出版会, 1990. Pp.226.
- 4) 筒井末春: ストレス状態と心身医学的アプローチ,
診断と治療社, 1989, pp.148-160.