

半田市岩滑区における高齢者の暮らしに対応した 住宅と地域の検討（2）

—買物行動の移動手段と圏域—

小川 正光, 中林 見知子*, 長谷川 裕紀*, 奥野 舞美*

1. はじめに

現在の高齢者のうち、一人暮らし世帯は、31.4%となっている。一人暮らしの高齢者における問題としては、交流関係が減少し、住居内で過ごす時間が長くなることで、社会的孤立状態に陥りやすい。社会から孤立した高齢者にとって、外出する機会は限られてくる。そのような生活の中で、必然的に社会とかわりを持つのが、食べるための食品の買物行動と考えられる。「食べること」は、生きるために必要なことであり、毎日の生活の中で、欠かすことのできない行為である。食べることで栄養を摂取し、健康な体や、生活のリズムをつくる。また、旬の食材を食べることで、季節を感じ、家族や友人と食卓を囲むことで、心を豊かにすることができる。

社会の現実としては、「訪問介護における家事支援が最も多い」のは「食べること」であると述べられている¹⁾。

また、「家事等の維持が介護予防」になるとして食事の重要さが注目されている。同時に、「買物・調理等の家事を行っている高齢者ほど、一日の歩数が多いことから歩行能力の向上や、障害自立度が向上する」ということも言われている。一人暮らしの高齢者は、自分一人で食事内容を見直し、食材を調達・調理しなければならない。しかし、体の機能が年齢と共に低下していく中で、若い時と同じ方法での買物を続けていくことが難しくなる傾向が強くなるため、食事内容が軽視され、健康の低下を招きやすい。

たとえ年齢を重ねても、自ら買物を行い、食事を作るという毎日の家事を行うことで、健康を維持することが期待できる。本編では、岩滑区一人暮らし高齢者の調理・買物の現状を調べ、高齢者の生活様式をもとに、買物がしやすい地域のあり方について検討した。

2. 調査方法

各高齢者の調理、食事内容、買物行動については、それぞれの住戸を訪問し、調査票の項目をもとに聞き取り調査を行い、データを取得した。調査概要と調査期間は、第1編と同様である。また、地域における身近な食材の購買施設である朝市の利用状況を観察調査した。大型店舗や、公共交通機関の設置状況については、岩滑区の地図を用いて調査し、考察した。

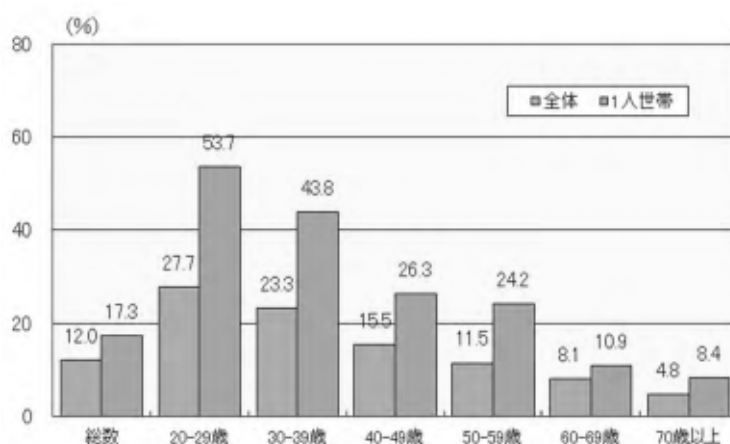
*家政教育講座・学生

3. 岩滑区一人暮らし高齢者の調理・食事の現状

岩滑区の一入暮らし高齢者は、一日の食事は、三食自分で準備・調理して、自宅で食べる人がほとんどであった(18/22名)。特に朝食は、22名全員が自分で準備・調理して自宅で食べていた。

全国的には、70歳以上の1人暮らし世帯は8.4%が朝食を欠食しているというデータがある²⁾(図1)。この全国のデータと比較すると、岩滑区では、基本的な生活習慣を行っていることがわかった。

食事に関心の高い居住者と、食事に関心の低い居住者、そして介護認定者との食事の質の差を埋める必要がある。そのためには、まず食に関する知識を向上させることが大切である。



※) 出典：厚生労働省，平成21年度国民健康・栄養調査

図1 全国朝食欠食率調査

4. 一人暮らし高齢者の買物行動

食材の調達のためには、買物が不可欠である。調査対象者も、22名中21名が買物をなんらかの方法で、自分で行っていた。ここでは、ヘルパーに依頼している人の場合でも、自分の意思で商品選択していたので、本論文では「買物をしている」と定義した。まず、買物における移動手段や、頻度、店舗と自宅までの距離について検討した。

4.1 主な移動手段

外出先を問わず、外出する際に主に使用する移動手段について、表1に示した。主な移動手段について検討する。

主な移動手段においては、全体の64%にあたる14名が「車」での移動であった。ここでは、「ヘルパー」や「タクシー」などの移動も含めた。

移動手段の詳細を見ると、一番多かったのは、「自分で運転する車での移動」(8名)で、二番目に多かったのは、「家族の運転する車で移動する」(3名)、「自転車」(3名)、「徒歩」(3名)で同数であった。

年齢別に見ると、80代になると「自分の運転する車」(3名)が減り、「家族の運転する車」(1名)や、「ヘルパー」(1名)、「タクシー」(1名)など、自分ではなく、他者の存在に頼る移動手段の割合が増加している。

これらのうち、介護認定者である4名に限っては、主な移動手段は表2のようになっていた。これをみると、自分だけで移動できる手段は、「徒歩」のみしかないことがわかった(11番)。買物の際は、「ヘルパー」に頼み、自分では外出しない。外出するときは、「タクシー」、「家族の車」など、誰かに頼らざるを得なくなっている。心身の状態を考えると、介護認定を受けた人は、外出においては不自由であり、誰かに支援を受けて移動することは、外出機会を減少させる要因になっている。介護認定者には、身の回りの世話を依頼できる「ヘルパー」や、「タクシー」より代金を払うことなく移動できる手段の援助が必要と考えられる。

表1 一人暮らしの高齢者の主な移動手段

移動手段	70代	80代	計
車(自分)	5	3	8
車(家族)	2	1	3
車(友人)	1	0	1
タクシー	0	1	1
ヘルパー	0	1	1
原付	1	0	1
自転車	2	1	3
徒歩	1	2	3
その他	1	0	1
計	13	9	22

表2 介護認定者の主な移動手段

NO	介護度	主な交通手段
11	要支援1	徒歩, ヘルパー, タクシー
17	要支援2	家族の車
2	要介護1	ヘルパー, タクシー
13	要介護1	家族の車

4.2 食品の買物における移動手段

次に、食品の買物に限定して、利用する移動手段について、表3に示した。22名のうち、1名は自分が経営している会社従業員に買物の全てを依頼し、自分で買物を行っていなかったで「その他」とした。そして2名が、複数回答していたため、件数としては計24名を交通手段の分析に用いた。

食品の買物においては、「車」での移動が70%を占めていた。これには、「ヘルパー」や「タクシー」移動も含めた。主な移動手段の分析(表1)では、14名だった「車」移動者が、食品の買物になると16名に増加していた。増加した2名における食品買物の移動手段は、「ヘルパー」の利用であった。「主な移動手段(外出する時に主に使用する移動手段)」と、「食品の買物での移動手

段（食品の買物の時に主に使用する移動手段）」に違いが生じたのは、購入した食品の運搬能力も必要になってくるからと考えられる。

実際に、介護認定者は、「買物は重労働」と述べていた。「ヘルパー」を利用しない時には、顔見知りのタクシーの運転手に、荷物運びも依頼していた。

つまり、「主な移動手段」と、「食品の買物における移動手段」の結果を見ると、80代や介護認定者への買物支援方法を考える際には、車での移動手段援助と、ヘルパーの代わりになる買物を手伝ってくれるボランティアの存在が必要である。

表 3 食品の買物における移動手段

移動手段	70代	80代	計
車(自分)	5	3	8
車(家族)	2	1	3
車(友人)	1	0	1
タクシー	1	1	2
ヘルパー	1	2	3
原付	1	0	1
自転車	2	1	3
徒歩	1	1	2
その他	0	1	1
計	14	10	24

表 4 食品の買物頻度

頻度	70代	80代	計
毎日	2	1	3
週に2,3回	4	4	8
週に1回	5	4	9
月に1,2回	2	1	3
その他	0	1	1
計	13	11	24

※表4と表5は、複数回答が、2名。

4.3 買物の頻度

食品の買物の頻度を見ると(表4)、「週に2,3回」(8名)、「週に1回」(9名)と回答した割合が高かった。「毎日」(3名)を含めると、「週に1回以上」買物に行く居住者が20名になる。「その他」と回答した1名は、自分が経営する会社の従業員に買物を任せており、本人が買物頻度を把握していなかった。1週間に1回未満の買物を行う残りの3名は、介護認定者である。

年齢別に比較すると、全体の人数分布と大きな変化がみられなかった。歳をとった場合も、週に1回以上食品の買物をしている人がほとんどであった。

つまり、食品は、保存する設備が充実してきたとはいえ、鮮度があるうちに食事することが求められるため、週に1回以上買う必要がある。週に1回以上の移動手段の援助を利用できるようになれば、例えば歩行能力(又は、移動能力)や、運搬能力が低下したとしても現在の生活を維持できるということである。家事能力も維持できるので介護予防としての効果も期待できる。

4.4 高齢者の買物移動範囲

食品の買物は、週に1回以上行う必要があり、また基本的に実施されていることがわかったが、その食品の買物が一体どの程度の距離の移動を伴うものなのか、地図を用いて、移動範囲を調べた。方法としては、対象者の居住地から、回答された店舗のうちで、その対象者が食品の買物で利用する店舗を直線で結び、直線距離を調べた。店舗が特定できたもののみを分析対象とした。

全体のサンプルにおける移動の平均距離は、1155mであった。移動手段別に分けてみると、表5のようになった。

「自分で運転する車」は平均1351mで、「徒歩」の平均は、532mであった。「車(自分)」と「徒歩」を比較すると、車は2.5倍もの距離を移動している。徒歩で最も遠くまで移動していた距離の範囲は、773mであり、車を使えるか、使えないかで移動距離範囲で大きな差が出ていた。

年齢別では、移動距離の平均を比較したものが、表6である。「自転車」以外の移動手段では、70代に比べ、80代の方が、移動距離が短くなった。80代になると、移動できる距離が短くなることがわかった。「徒歩」での移動も、80代は443mと短くなり、荷物の運搬能力(荷物の重さ、生鮮食品など)や、高齢者の体力や疲労を考えると、500m圏内程度が「徒歩」での移動可能な範囲と考えられる。

移動手段によって、距離可能範囲に大きな差がでると同時に、加齢と共に移動距離範囲は短くなっていくことがわかった。移動手段や移動可能距離の限られた80代の人にとって、買物をしやすい環境を作ることは、地域住民の全員が買物しやすい環境になることだと考えられる。80代の移動可能距離を考慮すると、「車(自分)」では、半径1km圏内、「徒歩」では、半径500m以内に食品を購入するのに必要な店舗が立地していることが望まれる。

表5 移動距離の平均

移動手段	平均移動距離(m)	サンプル数
車(自分)	1351	8
車(家族)	1038	3
車(友人)	判定不能	1
タクシー	750	2
ヘルパー	739	3
原付	1125	1
自転車	1038	3
徒歩	532	2
計		24

表 6 年齢別平均移動距離

移動手段	70 代		80 代	
	平均移動距離 (m)	サンプル数	平均移動距離 (m)	サンプル数
車(自分)	1529	5	995	3
車(家族)	1045	2	1023	1
徒歩	591	1	443	1
自転車	1068	2	1114	1

5. 大型店舗の立地範囲

高齢者にとって、安心して買物できるためには、徒歩圏内に店舗があることが求められる。すなわち、半径 500m 圏内に食品を売る施設が必要になってくる。対象者があげた店舗の中で、必要な食品を置いている大型店舗(主食、野菜、肉、惣菜など)の設置状態を、地図で確認した。岩滑区には、商店街のような小型店舗が連なった場所は存在していないため、ここでは大型店舗に限って来店可能な範囲の分析を行った(表 7)。

今回、対象の高齢者があげた店舗は、8 店舗であった。まず、徒歩の移動可能範囲である 500 m 圏内の各対象者の住宅の立地状況を検討した(図 2)。各大型店舗から 500m の円弧を描き、その中に含まれる住戸の立地をみると、いずれの大型店舗の 500m 圏内に位置しているのは、22 戸中 3 戸であった。「徒歩」で買物するには、困難な状況であることがわかった。

次に、各店舗から「車」での移動圏内である 1km 圏内の様子を見ていく。22 戸の内、18 戸が店舗から 1km 圏内に存在した。残りの 4 戸が、どのような店舗からも 1km の圏外である。この 4 戸は、どの店舗からも遠く、孤立した立地になる。本編では、どの大型店からも 1km 以上離れている地区を、「空白の地区」とした。

この「空白の地区」には、スーパーの跡地と、区民館がある。以前立地したスーパーは、店主が高齢のために、店を畳んでしまった。この店舗が再開すれば、岩滑区全体が店舗から 1km 圏内に収まる。スーパーが再開することで、この「空白の地区」でも、買物をしやすくなるし、移動手段の点で、1km 圏内の移動で収まるためにコストが抑えられる。例えば、高齢者が仲間を集めて、タクシーなどで買物に行くことで、交通費を削減できるようになる。

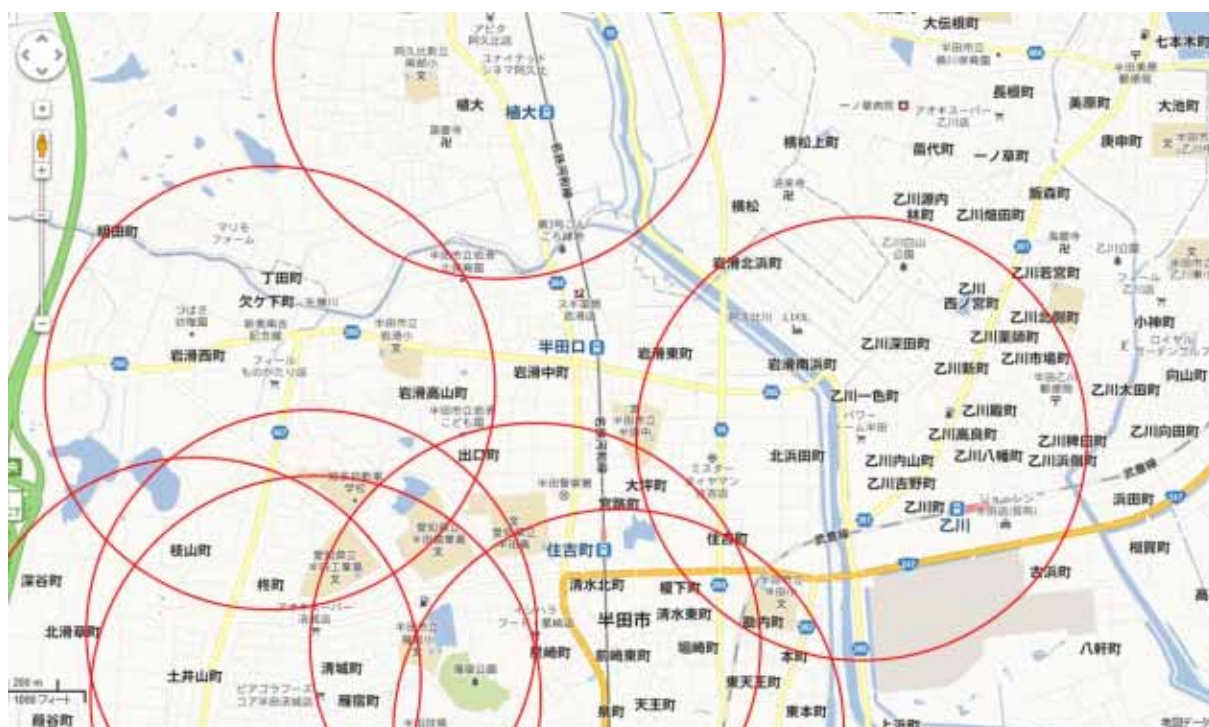
この元スーパーは、現在事務所として再利用されはじめた。しかし、岩滑区に必要なのは、スーパーの再開であると考えられる。大型店舗を設ける以外に、考えられる買物施設として、駐車場を利用して日時を限定した市場のような移動販売店を設けることも可能である。岩滑区は、古い住宅地であり、道路も狭く、家が密集している。半田口駅へとつながる 265 号線は、常に渋滞しており、歩行者用の道路も整備できていないのが現状である。大型店舗のように、広い土地を

必要とする店を新たに建てるより、「徒歩」で行ける範囲内に、小型店舗を点在させて建てるのが現実的と考えられる。

「空白の地区」において、このような小規模で食材を扱う徒歩圏内の店舗として、野菜を中心に販売する朝市がある。岩滑区民館で土曜日に行われている「やなべ朝市」である。

表 7 大型店舗からの距離別，立地戸数

距離範囲	圏内(戸)	圏外(戸)	計
500m	3	19	22
1km	18	4	22



※それぞれの円弧が、各店舗から1kmの圏域である。半田口駅周辺が、「空白の地区」である。

図 2 各大型店舗からの1km圏域

6. 朝市の利用状況

「空白の地区」に存在する朝市が、どのように置営され、利用されているかを、観察と聞き取りより実態を調査した。

朝市は、市場などに大量に野菜を出品することのできない岩滑区の小規模農家が、野菜を売る場所を確保することを大きな目的として実施されている。同時に、地元の野菜が欲しいという消費者側の要望に応じている。

商品の内容は、岩滑農業生産組合に加盟している農家が出産し、季節の野菜を中心に販売している。家庭菜園のものも、組合員に個人的に頼み、持ち込み形式で販売される場合がある。区の農家だけでは、品物が限られるため、卸業者を介して、半田青果卸売市場の野菜も取り扱っている。基本的に売られているのは、野菜である。手作りの味噌や漬物が売られることもある。観察と利用者に対する聞き取りは、2012年11月24日に行った。8時から12時までの4時間の開催時間内に、92名が朝市に訪れていた(表8)。

時間帯別に見ると、集会があることとあわせて、買物に来るという合理的な時間の使い方がなされていた。表9、表10により、朝市の改善点をみると、すぐに実行できる改善点としては、「野菜の小売量を減らす」ことである。朝市の利用者にも様々な家族形態があると考えられるので、袋売り以外にもバラで売ることや、売り手と買い手が会話しながら買いたい量を交渉できることが望ましい。

他の改善点としてあげられたことは、肉や卵などの需要があった。しかし、食中毒の危険性が高いために、野外での実現が難しいと考えられる。また、野菜の種類が偏ってしまうのは、朝市のシステム上仕方のないことである。市場での仕入れの際に、意識的に菓物を増やすようにすることが考えられる。花については、切花は痛みやすいためまず鉢植えや種の販売し、洗剤のような常温でも品質が変わらないものを少しずつ販売していく試みが必要と考えられる。

朝市は、写真で示したように、主催者の努力により運営され、地元の人々に愛されていることがわかった。そして、たくさんの人々が、つながる場所になっていくこともわかった。このような小規模な店舗を地区内に、分散的に拡充していくことが、高齢者の生活を活性化するためにも、必要である。

表8 朝市の時間帯別,来訪者数

時間帯	人数
前半(8:00~10:00)	86
後半(10:00~12:00)	6
計	92

表9 新しく置いてほしい商品の希望

野菜	葉物
	種類を増やす
品ぞろえ	お肉, 卵
	洗剤
	切り花, 仏様
	鉢植え

表 10 朝市の改善点に対する要望

改善点	内 容
野菜（3）	白菜などの葉物が欲しい
	1人の食事分には、野菜の小売の量が多すぎる。
	野菜の種類を増やして欲しい。
品ぞろえ （5）	お肉や、卵が置いて欲しい。お肉は難しいかもしれないけれど、卵なら常温なので置くこともできるのではないかなと思う。
	お花を置いて欲しい。切花や、仏様のお花。
	食べ物以外が安心。洗剤や、重い物。外に買いに行きづらいもの。（要約：将来的には車での買い物はできなくなり、徒歩で買い物することになる。だから、洗剤などの重い物を朝市のように近いところで販売してくれれば、徒歩での買い物でもどうにかできるのではないかという考え。）
	新しいものを扱えるならやってほしい。
	野菜の他に、お花を売って欲しい。鉢植えがいい。



↑代金は、各自で計算して箱にいれる。



↑買物したものは、立ち話の間は置いておく。↑旬の地元野菜が並ぶ。

7. 公共交通機関を用いた買物の可能性

高齢になり、車が使えなくなると、徒歩や自転車、バスや電車等の公共交通機関を用いて移動することになる。高齢者に徒歩での移動が可能な範囲である 500m 圏内に公共交通機関があるのか、岩滑区の地図を用いて、検討した(表 11, 図 3)。

バス停が設置されている距離の間隔をみると、およそ 300~500m 程度である。同様に、電車の駅が設置されている距離の間隔は、およそ 1 km 程度である。電車は、岩滑地区には 1 駅しかなく、生鮮食品などを購入する買物を行うのには、適しておらず、バスの方が利用できる可能性が高い。

だが、この岩滑地区のバスは、平日のみ 1 日往復 6 本運行と、本数が少ないために、時刻表にあわせて、買物に行く必要がある。

22 戸のうち、電車の駅から 500m 圏外にあるのは、全体の半数の 11 戸であり、バス停から 500m 圏外なのは 6 戸であった。バス停からも電車からも、500m 圏外にある家は、1 戸 (14 番) であった。残りの 21 戸は、いずれも公共交通機関から 500m 範囲の内にあるので、徒歩だけが移動手段になっても公共交通機関を使用することが可能と考えられる。しかし、14 番の居住者が、車や自転車の移動手段を利用することができなくなり、徒歩での移動手段のみになったら、タクシーなどの民間の業者に移動援助を頼まなければ、長距離の移動が自力では不可能になるということである。

今回、地図などを用いることにより、公共交通機関から孤立している住戸が 1 戸あることを見つけたことができた。自分から動いたり、支援を受けている人に加えて、公共交通機関から孤立している人々へも行政側から支援を呼びかける仕組みが必要と考えられる。

表 11 公共交通機関から住戸までの距離別，戸数

	バス(戸)	電車(戸)	バスと電車(戸)
500m内	16	11	21
500m外	6	11	1
計	22	22	22



※それぞれの円弧が、公共交通機関から500mの圏域である。中央のトーンをかけた地区が、500m圏外の地区である。

図 3 公共交通機関からの500m圏域

8. まとめ

本編では、一人暮らしの高齢者の生活を確保するために重要な食事にかかわる買物に行くための、施設への移動手段について検討した。

調理・買物を続けていくためには、食の知識を身につける機会をつくることと、週に1回以上買物に行ける移動手段の援助と、買物ボランティアの存在が必要であることがみられた。

食の知識を身につける場としては、区民館の調理室を使い、高齢者や、区民同士のつながりをつくる場にする。移動手段援助としては、援助を望む高齢者が申請するだけでなく、公共

交通機関から徒歩圏外に立地する高齢者に対しての支援を保障する必要があるのではないだろうか。また、NPO 団体などと提携したり、買物ボランティアを普及させていくことも提案される。

まちづくりとしては、高齢者の徒歩の可能な移動範囲が 500m 圏内であることや、店舗の設置状況、公共交通機関の配置範囲を配慮し、空き店舗、やなべ朝市などを発展させることで岩滑区全体として、高齢者でも自ら買物しやすく、区民同士がお互いを支えやすくなると考えられる。

現在の生活を維持していくことは、行動範囲が限られた高齢者の個人の力だけでは、解決できない状況がみられた。岩滑区は以前から、区民が地域に対して愛着を持っており、つながりを大切にした取り組みが、盛んに行われてきたところで、区民館やふれあいセンターなどの、人を集め、地域の人々がつながりを深められる場所や、人の心の基盤が出来ていると評価される。それらを生かして、地域の人とのつながりを大切にしながら、さらに高齢者への支援を発展させていくことが必要である。高齢者の住みやすい街は、岩滑区の人全員にとって住みやすい街となるであろう。

参考文献

- 1) 川合承子：要支援・要介護認定を受けたひとり暮らし在宅高齢者の買物・調理と日常生活自立度との関連および実行に必要な要因についての検討，国際医療福祉大学紀要国際医療福祉大学紀要 16(1/2)，p. 54～62，2011-08-31
- 2) 厚生労働省：平成 21 年度国民健康・栄養調査，平成 21 年度
- 3) 豊田能丈：高齢者の買物行動に関する考察—大規模店舗来訪時から帰宅まで—，日本建築学会近畿支部研究報告書，第 42 号，p. 345～348，2002-05-24
- 4) 岩滑体育振興会：岩滑体振の歩み 30 周年記念誌，1999
- 5) 厚生労働省：都道府県別要介護認定者数，平成 24 年度
- 6) 厚生労働省：厚生労働省政策レポート（介護予防）要介護認定者数の推移，平成 20 年度
- 7) 厚生労働省：厚生労働省政策レポート（介護予防）要介護認定者数の推移，平成 23 年度
- 8) 筒井由紀子他：アクティブシニアのライフスタイルの現状—その 3—井原市在住高齢者の日常生活における外出について—，福山市立女子短期大学研究教育公開センター年報 5，p. 47～54，2008
- 9) 厚生労働省：健康日本 2 1（第 2 次）の推進に関する参考資料，平成 24 年度
- 10) 岩滑区 HP：www.ipc-tokai.or.jp/~yanabeku/ - 45k
- 11) 愛知県 HP：<http://www.pref.aichi.jp>
- 13) MISAWA HP：<http://www.misawa.co.jp>