

## 健康と暮らしの調査から見た「入浴サービス、筋トレルームの効果評価」

健康と暮らしの調査（2022）では「入浴サービス、筋トレルーム」の利用状況を調査した。そこで、これらの施策の利用状況と健康度自己評価の関連について分析を行った。なお、健康度自己評価は、高齢者の生命予後との関連等が確認されており、簡便な健康指標として多くの研究で利用されている。

具体的には、2019年の調査で健康度自己評価が、「よいグループ」と「よくないグループ」に層別化し、同一の人物が2022年の健康度自己評価において、悪化、変化なし、改善しているかについて分析した。

この結果、「よいグループ」では、入浴サービスの利用有無と健康度の変化に関連がなかったが、「よくないグループ」では、入浴サービスを利用している人で健康度が悪化した人が少なかった。（ただ、統計的な有意性は84%程度に留まった。学術的には95%程度が必要とされる。）また、筋トレルームについても、対象者数が少ないため統計的な有意性はさらに低いものの、同様の傾向があった。

