

RAPPORTER

87/22

FRILUFTSLIV OG HELSE

AV
TIRIL VOGT

STATISTISK SENTRALBYRÅ
CENTRAL BUREAU OF STATISTICS OF NORWAY

RAPPORTER FRA STATISTISK SENTRALBYRÅ 87/22

FRILUFTSLIV OG HELSE

AV
TIRIL VOGT

STATISTISK SENTRALBYRÅ
OSLO—KONGSVINGER 1987

ISBN 82-537-2562-0
ISSN 0332-8422

EMNEGRUPPE

18 Naturmiljø, levekår og økonomi

ANDRE EMNEORD

Fysisk aktivitet

Miljø

Mosjon

Livsstil

FORORD

Denne publikasjonen presenterer noen hovedresultater fra prosjektet MILJØ OG LEVEKÅR, som er utført ved Forskningsavdelingen i Statistisk Sentralbyrå. Arbeidet med MILJØ OG LEVEKÅR har vært konsentrert om å studere og teste eventuelle samvariasjoner mellom fysiske miljøforhold og virkninger på folks helse - innenfor delprosjekter for FRILUFTSLIV OG HELSE, STØY OG HELSE og VANNKVALITET OG HELSE.

I denne rapporten presenteres noen resultater fra arbeidet med FRILUFTSLIV OG HELSE, hvor det bl.a. er studert sammenhenger mellom utøvelse av friluftsliv og eventuelle virkninger på folks helse. Grunnlaget for analysene har vært SSB's forskjellige intervjuundersøkelser om bl.a. ferie og friluftsliv.

I MILJØ OG LEVEKÅR er det til nå publisert hovedresultater fra delprosjektet om VANNKVALITET OG HELSE og noen resultater fra FRILUFTSLIV OG HELSE. Hovedresultater fra STØY OG HELSE er under publisering.

Arne Faye har bidratt vesentlig i arbeidet med denne rapporten. Eystein Glattre ved Krefregisteret har vært medisinsk-epidemiologisk rådgiver for MILJØ OG LEVEKÅR.

Miljøverndepartementet har bidratt til finansieringen av prosjektet.

Statistisk Sentralbyrå, Oslo, 27 november 1987

Gisle Skancke

INNHold

	Side
Tabellregister.....	6
Figurrégister.....	8
Sammendrag.....	9
1. INNLEDNING	
1.1 Sammenheng mellom helse, fysisk miljø og aktivitet.....	11
1.2 Sammenheng mellom friluftaktivitet og helse.....	12
1.3 Datagrunnlag.....	13
1.4 Analyse måte og ambisjonsnivå.....	15
2. UTØVELSE AV FRILUFTSAKTIVITETER: OMFANG OG MULIGHETER	
2.1 Bruk av tid generelt.....	17
2.2 Friluftsliv i ulike befolkningsgrupper.....	19
2.3 Muligheter for å utøve og holdninger til å drive friluftsliv.....	30
2.4 Variasjon i friluftsliv etter tid og sted.....	34
3. SAMVARIASJON MELLOM HELSE, MILJØ-/LEVEKÅRSFAKTORER OG UTØVELSE AV FRILUFTSAKTIVITET	
3.1 Sammensatt helse-indikator.....	38
3.2 Fysisk aktivitet.....	40
3.3 Samvariasjon mellom fysisk aktivitet og helse.....	41
3.4 Samvariasjon mellom omfang av friluftsliv og helse.....	42
3.5 Bosted - aktivitet.....	46
3.6 Boforhold, aktivitet og helse.....	46
3.7 Plager i bomiljøet, aktivitet og helse.....	49
3.8 Plager i arbeidsforhold, aktivitet og helse.....	51
4. FRILUFTSLIV I OPPVEKSTEN OG HELSETILSTAND I VOKSEN ALDER	
4.1 Friluftsliv i oppveksten.....	53
4.2 Friluftaktivitet iflg. Friluftslivundersøkelsen 1974....	57
4.3 Sammenheng mellom aktivitet i oppveksten og i voksen alder.....	57
4.4 Forskjellige mål for friluftaktivitet.....	59
4.5 Sammenheng mellom friluftaktivitet og rørlighet/helse...	63
Referanser - litteratur.....	69
VEDLEGG I: UNDERSØKELSER I SSB MED OPPLYSNINGER OM FRILUFTSLIV, MILJØFORHOLD OG HELSE.....	70
VEDLEGG II: PROSJEKTET MILJØ OG LEVEKÅR.....	72
Utkommet i serien Rapporter fra Statistisk Sentralbyrå etter 1. juli 1986 (RAPP)	75

TABELLREGISTER

	Side
Tabell 1. Undersøkelser i SSB med opplysninger om friluftsliv, miljøforhold og helse.....	14
Tabell 2. Deltaking i ulike friluftslivaktiviteter og gjennomsnittlig antall ganger pr. år. Personer 16-74 år. 1982.....	21
Tabell 3. Friluftslivaktiviteter i ferier og på helgeturer.....	29
Tabell 4. Bilhold etter husholdningens forbruksutgift i alt og hovedinntektstakerens alder. 1977-1979.....	30
Tabell 5. Årsaker til for lite friluftsliv etter alder/friluftslivaktiviteter i alt.....	32
Tabell 6. Årsaker til å drive med friluftsliv og idrett etter viktighetsgrader. 1974.....	33
Tabell 7. Ulike typer friluftslivaktiviteter etter om de foregår i eller utenfor nærmiljøet. 1980-81.....	36
Tabell 8. Personer med ulik helsetilstand i grupper for kjønn og alder.....	39
Tabell 9. Personer i grupper for kjønn/alder etter fysisk aktivitet i fritiden siste 12 mnd.....	40
Tabell 10. Personer i ulike aktivitetsgrupper, etter helsetilstand/sykelighet.....	41
Tabell 11. Personer i grupper for kjønn og alder, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd.....	43
Tabell 12. Personer med ulik førlighet (fysisk evne), etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd.....	44
Tabell 13. Andel personer som i løpet av de siste 6 mnd. - ofte, av og til eller aldri - har vært plaget av nervøsitet, angst eller rastløshet, etter omfang av friluftsliv siste 6 mnd.....	45
Tabell 14. Andel personer som i løpet av de siste 6 mnd. - jevnlig, av og til eller aldri - har brukt beroligende midler/nervemedisin, etter omfang av friluftsliv siste 6 mnd.....	45
Tabell 15. Personer i ulike bostedsstrøk, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd.....	46
Tabell 16. Andel personer i ulike hustyper, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd.....	47

Tabell 17.	Personer i ulike hustyper, etter helsetilstand/sykelighet.....	48
Tabell 18.	Andel personer i bolig/leilighet med og uten dusj/bad, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd.....	49
Tabell 19.	Andelen personer som i bomiljøet er plaget av både luftforurensninger og støy, en av delene eller ingen av delene, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd.	50
Tabell 20.	Andel personer som i bomiljøet er mye plaget av luftforurensninger og støy, begge delene eller ingen av delene, etter helsetilstand/sykelighet.....	50
Tabell 21.	Personer i grupper med ulik antall plagsomme arbeidsplassforhold, etter fysisk aktivitet siste 12 mnd...	51
Tabell 22.	Personer i grupper med ulik antall plagsomme arbeidsplassforhold, etter helsetilstand/sykelighet.....	52
Tabell 23.	Andel av personer i grupper for kjønn, alder, utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, med høy/henholdsvis lav friluftslivaktivitet i oppveksten, som har høy aktivitet i dag.....	59
Tabell 24.	Personer i grupper for kjønn, alder, utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, etter aktivitetsforløp....	61
Tabell 25.	Personer i grupper for kjønn, alder, utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, etter førlighet.....	62

FIGURREGISTER

		Side
Figur 1.	Sammenhengen mellom antall aktiviteter og samlet antall turer pr. år. 1982.....	22
Figur 2.	Friluftsliv i alt etter kjønn og alder. Antall ganger. 1982.....	23
Figur 3.	Friluftslivaktivitet blant personer med forskjellig utdanning. Antall turer pr. år.....	24
Figur 4.	Friluftslivaktivitet etter husholdningsinntekt. Antall turer pr. år.....	27
Figur 5.	Friluftslivaktivitet i ulike geografiske områder. Prosent av antall aktiviteter i alt.....	37
Figur 6.	Personer i grupper for kjønn og alder, etter egen vurdering av friluftslivaktivitet i oppveksten.....	55
Figur 7.	Personer i grupper for kjønn og alder, etter friluftslivaktivitet i dag (1974).....	56
Figur 8.	Personer i grupper for utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, etter friluftslivaktivitet i dag (1974)	58
Figur 9.	Andel av personer i grupper for friluftslivaktivitet som har redusert rørlighet. Prosent. Alle personer, menn og kvinner.....	65
Figur 10.	Andel av personer i grupper for friluftslivaktivitet som har redusert rørlighet. Prosent. Aldersgrupper..	65
Figur 11.	Andel av personer i grupper for friluftslivaktivitet som har redusert rørlighet. Prosent. Utdanningsgrupper.....	66
Figur 12.	Andel av personer i grupper for friluftslivaktivitet som har redusert rørlighet. Prosent. Sosioøkonomiske grupper.....	66
Figur 13.	Andel av kvinner i grupper for friluftslivaktivitet, som har redusert rørlighet. Prosent. Aldersgrupper..	67
Figur 14.	Andel av menn i grupper for friluftslivaktivitet, som har redusert rørlighet. Prosent. Aldersgrupper..	67

S A M M E N D R A G

Som underliggende hypotese for arbeidet med FRILUFTSLIV OG HELSE er det antatt at fysisk aktivitet har en positiv virkning på folks helse. Dette er imidlertid en hypotese som foreløpig i liten grad har vært testet i Norge.

Kapittel 1 omhandler sammenheng mellom helse, fysisk miljø og aktiviteter i fritiden generelt. Datakildene (undersøkelsene) som er benyttet, er også omtalt. For en nærmere redegjørelse for de forskjellige undersøkelsene, henvises imidlertid leseren til disse. Det er viktig å merke seg at det ikke er samlet inn data spesielt for arbeidet med FRILUFTSLIV OG HELSE.

Kapittel 2 omhandler folks utøvelse av fritidsaktiviteter, omfang av slike aktiviteter og folks muligheter (begrensninger) til å utøve friluftsliv. I denne sammenheng er det lagt vekt på å presentere folks bruk av sin tid generelt og i fritiden spesielt. Her er også tatt med folks holdninger til å drive friluftsliv og idrett og hvordan utøvelse av friluftsliv varierer bl.a. over tid, etter sosioøkonomiske grupper og etter hvor man bor. - Dataene som er benyttet, viser bl.a. at utøvelse av friluftsliv øker klart med inntekt. Det viktigste motiv for å drive friluftsliv er å holde kroppen i form og å få bedre fysisk helse.

Kapittel 3 presenterer samvariasjoner mellom helse og friluftsliv. Dette er bl.a. illustrert ved å studere to og to variabler. Det er konstruert en "sammensatt helseindikator" for å beskrive samvariasjonene. Det er i tillegg lagt vekt på å beskrive hvordan fysiske miljøfaktorer påvirker folks helse og utøvelse av friluftsliv. - Resultatene viser at det er en klar samvariasjon mellom utøvelse av forskjellige fritidsaktiviteter og folks helsetilstand. Personer som bor i områder med forurensning og støy i nærmiljøet og personer som bor i høyhus og boliger uten dusj/bad, ser ut til å være mindre aktive mht. friluftsliv enn personer som ikke er utsatt for plagsomme miljøforhold og som har dusj/bad og bor i enebolig.

Kapittel 4 omhandler testing av en hypotese om at UTØVELSE AV FRILUFTSLIV I OPPVEKSTEN/TIDLIG ALDER FØRER TIL BEDRE HELSE SENERE. Hypotesen er testet ved bruk av data fra SSB's Friluftslivundersøkelse, 1974. Dette er den eneste undersøkelsen i SSB som gir opplysninger om friluftslivaktivitet både i oppveksten og på intervju-tidspunktet - og om helse på intervju-tidspunktet. Undersøkelsen gir imidlertid ikke data om aktivitet over livsløpet. - Resultatene viser at andelen personer som har redusert rørlighet/helse på intervju-tidspunktet (1974), avtar med økende omfang av friluftsliv - både i oppveksten og på intervju-tidspunktet. Dette kan til en viss grad være utslag av en seleksjonsmekanisme, dvs. at "de friske" driver friluftslivaktiviteter fordi de er friske - de har ikke blitt eller holdt seg friske av å drive med friluftsliv. Det er imidlertid viktig å merke seg at dataene som er benyttet, viser at det ikke bare er "de friske" som driver med friluftsliv!

VEDLEGG I gir oversikt over undersøkelser i SSB med opplysninger om friluftsliv, forskjellige miljøforhold og om helse. I VEDLEGG II er det gitt en generell omtale av prosjektet MILJØ OG LEVEKÅR.

Generelt for denne rapporten gjelder at en mangler data for livsløpet til personene i undersøkelsene som er benyttet som datakilder. Det er svært mange faktorer som kan spille inn og påvirke folks helsetilstand over livsløpet (arv, sykdom, livsstil mv.) - og som ikke kommer frem i undersøkelsene. Undersøkelsene gir stort sett opplysninger om tilstanden på intervju-tidspunktet. Slike faktorer vil påvirke både folks grad av utøvelse av friluftsliv senere i livet og holdninger til friluftsliv.

For å kunne studere forholdet og eventuelt sammenhengen mellom utøvelse av friluftsliv over livsløpet og virkninger på folks helse, må det samles inn data spesielt for dette. Datamaterialet vil dermed være mer tilpasset de problemstillinger man ønsker å ta opp. En panelundersøkelse om friluftsliv og helse kunne danne grunnlag for en livsløpsanalyse og gi bedre grunnlag for å avklare eventuelle årsaks/virkningssammenhenger.

1. INNLEDNING

Friluftsliv er ikke et entydig begrep. SSB's Rapport 84/12, "Friluftsliv i Norge 1970-1982", setter kriterier for å skille mellom friluftsliv og fysisk aktivitet:

- "Det mest typiske for friluftsliv er naturopplevelse og rekreasjon, mens fysisk aktivitet er det mest karakteristiske for mosjon. Det som først og fremst preger idretten er konkurransemomentet. Et felles-trekk for alle de tre gjøremålene er at de stort sett utøves i fritiden."

I denne rapporten er det benyttet fritidsaktiviteter som samlebegrep for friluftsliv og fysisk aktivitet i fritiden. Det er imidlertid brukt flere forskjellige datakilder. Alle datakildene bruker forskjellige uttrykk som er omtalt der de første gang er referert til.

1.1 Sammenheng mellom helse, fysisk miljø og aktivitet

Folks helse må antas å avhenge av en rekke faktorer. I første omgang arv og medfødte skader og lidelser, deretter sykdom og skader som en blir utsatt for opp gjennom årene. Forholdene vi lever under spiller også en betydelig rolle for helsetilstanden, som f.eks. livsstil (kosthold, røyking, bruk av alkohol mv.), familieforhold, bolig, arbeidsforhold og utøvelse av forskjellige former for fritidsaktivitet mv.

De fysiske miljøfaktorene virker antakeligvis inn på helsetilstanden ved at gunstige miljøforhold øker folks motstandskraft mot sykdom. I noen tilfeller kan gunstige miljøforhold som f.eks. frisk luft kombinert med mosjon, være en del av behandlingen for sykdom, - god allmenntilstand er av betydning for hvor raskt en kommer seg etter sykdom. Det er nokså nærliggende å anta at en fornuftig form for fysisk aktivitet i fritiden kan forebygge eller helbrede sykdommer og skader i bevegelsesorganene og andre fysiske plager. Et godt miljø i arbeid og fritid og rimelig grad av fysisk aktivitet kan antakelig forhindre eller dempe høyt stress, som kan være en sykdom i seg selv,

men som også kan være årsak til langt alvorligere sykdommer av fysisk og psykisk karakter. Økt fysisk aktivitet kan føre til bedre førlighet og trivsel, og kanskje også mer overskudd til innsats i arbeids- og familieliv, kulturelle aktiviteter osv.

Verdens helseorganisasjon (WHO) har definert helse som - "en tilstand av fullkomment kroppslig, mentalt og sosialt velvære, og ikke bare fravær av sykdom eller svakhet" (inntatt i WHO's grunnlov fra 1946).

1.2 Sammenheng mellom friluftaktivitet og helse

Arbeidet med FRILUFTSLIV OG HELSE er basert på følgende hovedhypotese: FYSISK AKTIVITET HAR EN POSITIV VIRKNING PÅ MENNESKERS HELSE. - Virkningen av fysisk aktivitet er dels langsiktig, ved at muskler, sener og vev utvikles på en slik måte at en oppnår fysisk styrke. Fysisk aktivitet er spesielt viktig i oppveksten for å sikre at kroppen utvikler seg harmonisk og at en unngår utviklingsdefekter.

Voksne mennesker i dagens samfunn har en livsstil som ofte er preget av moderat fysisk aktivitet. Dagliglivet er mye preget av stillesittende arbeids- og fritidsaktiviteter. Mange mennesker vil derfor ha behov for "tilskudd" av fysisk aktivitet for å holde kroppen ved like, f.eks. i form av friluftaktivitet, mosjon og idrett.

Folks dagligliv er preget av at bare deler av kroppen brukes, - f.eks. fingrene på tastaturet, foten på gasspedalen, osv. Nyttan av daglig mosjon eller friluftaktivitet er først og fremst å bruke alle deler av kroppen ved f.eks. å gå, sykle, løpe, svømme, drive gymnastikk, eller f.eks. i forbindelse med hagearbeid. Den kortsiktige virkningen av fysisk aktivitet er først og fremst å bruke kroppen, holde den i funksjon. Perioder av fysisk forfall forekommer i de fleste menneskers liv, f.eks. på grunn av sterkt arbeidspress i yrkes- eller familieliv, mangel på muligheter eller motivering for å drive med fysisk aktivitet. Langsiktige virkninger av fysisk aktivitet kan også være gjenvinning av førlighet og fysisk styrke etter sykdom, eller etter en langvarig periode av fysisk forfall.

Mangel på tid er for mange et vesentlig moment. Arbeid ute og hjemme, arbeidsreise mv. krever en stor del av dagen, slik at fritiden blir begrenset og ikke på langt nær strekker til for de fritidsaktiviteter en kunne tenke seg å utøve. I en slik situasjon kan fysisk aktivitet i form av friluftsliv, mosjon og idrett komme til å tape overfor mer prioriterte (og enklere) aktiviteter som sosialt samvær, fjernsyn, radio, lesing osv.

Den psykiske virkningen av å drive friluftsliv, mosjon og idrett i fritiden er for mange det viktigste. Her er det trolig av stor betydning hva slags aktivitet en driver med og hvor en gjør det. Det vil også være viktig at en gjør noe en har lyst til, f.eks. fiske, spasere i nabolaget eller dra på båttur, selv om disse aktivitetene ikke medfører særlig stor fysisk aktivitet. For mange betyr det mye å komme ut i fri natur. Aktiviteter som forener fysisk utfoldelse og naturopplevelse, det vi kaller for friluftslivaktiviteter, kommer i en særstilling, fordi en må anta at de fremmer både fysiske og psykiske sider av helsen.

1.3 Datagrunnlag

Det er ikke samlet inn data spesielt for arbeidet med friluftsliv og helse. Det meste av tallmaterialet i denne rapporten er hentet fra fem av SSB's intervjuundersøkelser gjort på utvalgsbasis: Friluftslivsundersøkelsen 1974, Helseundersøkelsen 1975, Levekårsundersøkelsen 1980, Boforholdsundersøkelsen 1981 og Ferieundersøkelsen 1982. I tillegg er det benyttet data fra Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81, Forbruksundersøkelsene og data fra enkelte andre undersøkelser. Tabell 1 viser SSB's undersøkelser som inneholder opplysninger om friluftsliv, miljøforhold og helse. Se også VEDLEGG I side 70, som viser en oversikt over undersøkelser og spørsmålsformuleringene i disse - med opplysninger om ferie og friluftsliv, fysiske miljøfaktorer og helse.

Tabell 1 Undersøkelser i SSB med opplysninger om friluftsliv, miljøforhold og helse.

Undersøkelse	År	Utvalgsstørrelse ¹	Populasjon
Bolig/Boforhold	1967	3126 [*]	-
Boforhold	1973	3773 [*]	-
"	1981	3046 [*]	-
Ferie	1982	2996	15-74 år
Forbruk	1980-82	ca. 2000 [*]	-
Friluftsliv og ferie	1970	3053	15-74 år
Friluftsliv	1974	3013	"
Fritidshus	1967-68	5019 ^{*5}	-
"	1970	2243 [*]	-
"	1978	2959	15-74 år
Helse	1968	11130 [*]	alle aldre
"	1975	12438 ^{*4}	" "
Levekår	1973	3874 ²	≥ 17 år
"	1980	5080 ³	16-79 år
"	1983	ca. 5000 ³	"
Tidsnyttning	1971-72	ca. 3000	15-74 år
"	1980-81	5049	16-74 år

* Gjelder husholdninger, ikke enkeltpersoner

¹ Frafall er ikke trukket fra

² Trukket fra 4707 husholdninger som deltok i Forbruksundersøkelsen 1973

³ Levekårsutvalgene i 1980 og 1983, sammen med forbruksutvalgene i hhv. 1979 og 1982, inngikk som deler av utvalgene til Inntekts- og formueundersøkelsene i hhv. 1979 og 1982

⁴ 500 av disse inngikk i utvalget til Levekårsundersøkelsen 1980

⁵ Samme utvalg som i Forbruksundersøkelsen 1967

Sammenhengen mellom folks helse, fysisk miljø og utøvelse av aktivitet i fritiden er samlebegreper som det vil kreve en stor mengde data for å beskrive fullstendig. Undersøkelsene som er benyttet i denne rapporten, inneholder en rekke opplysninger om helse, miljø og forskjellige former for fritidsaktiviteter. De fleste opplysningene gjelder imidlertid situasjonen på intervjutidspunktet. Dette innebærer at en i noen tilfeller må bruke noen få variabler til å indikere situasjonen på et område som omfatter en serie med kjennemerker. Et eksempel er at en nytter friluftaktivitet i oppveksten og friluftaktivitet på intervjutidspunktet som uttrykk for aktivitet over livsløpet mellom tidspunktene, se kapittel 4.

Under er presentert noen hovedtrekk ved opplegg og gjennomføring av undersøkelsene som er benyttet mest som datakilder i denne rapporten.

- Friluftslivundersøkelsen 1974 bygger på et utvalg på 3013 personer i alderen 15-74 år. Intervjuingen ble foretatt i tidsrommet 15 september til 15 oktober 1974. Oppgaver ble gitt fra 2255 personer, frafallet var 25 prosent. Av størst interesse for arbeidet med friluftsliv og helse er opplysninger om friluftsliv i oppveksten, detaljert informasjon om friluftslivaktivitet på intervjutidspunktet og opplysninger om førligheten på intervjutidspunktet i 1974.

- Helseundersøkelsen 1975 bygger på opplysninger fra alle personer i et utvalg på 4053 husholdninger, i alt 11014 personer. Frafallet var lavt, 11.4 prosent. Intervjuingen foregikk i oktober 1975. Undersøkelsen har detaljerte opplysninger om medfødte og kroniske sykdommer, syketilfeller siste 14 dager, besøk hos lege osv. Det finnes også opplysninger om bl.a. bolig- og arbeidsmiljø og om fritidsaktiviteter siste 12 mnd.

- Levekårsundersøkelsen 1980 har et utvalg på ca. 5000 personer i alderen 16-79 år, frafallet var på ca. 20 prosent. Undersøkelsen har informasjon om en lang rekke levekårskomponenter som f.eks. inntekt- og arbeidsforhold, helse, boforhold og fritidsaktiviteter, hyppighet siste 12 måneder av hagearbeid, turer og sport, detaljerte opplysninger om helse (syketilfeller, legebesøk mv.) og opplysninger om førlighet mv. Utgangspunktet for Levekårsundersøkelsen var en definisjon av levekårsbegrepet ved hjelp av levekårsfaktorer (jfr. VEDLEGG II). Formålet med levekårsundersøkelsen er å beskrive folks levekår generelt og å analysere årsaker til ulikheter i levekårene.

Det er gjennomført levekårsundersøkelser i 1973, 1980 og 1983. Dette representerer et rikt materiale for analyse av helse, miljø og aktivitet i sammenheng med andre levekårsfaktorer. I denne rapporten er det imidlertid benyttet materiale fra Levekårsundersøkelsen 1980.

- Boforholdsundersøkelsen 1981 gir opplysninger om boligen, - boligens standard, boligøkonomi og om boligens omgivelser. Fra undersøkelsen er det her vesentlig brukt opplysninger om boligens fysiske omgivelser - som støy, luftforurensning mv. Boforholdsundersøkelsen 1981 er basert på et utvalg av 3046 husholdninger.

- Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81 bygger på dagbøker som ble ført av et utvalg på 5049 personer, og i tillegg på intervjuer med de samme personene. I undersøkelsen er det lagt vekt på å belyse sammenhenger mellom ulike typer aktiviteter og på den tidsmessige og sosiale rammen aktivitetene foregår innenfor.

- Ferieundersøkelsen 1982 gir opplysninger om ferie- og fritidsaktiviteter for et utvalg på 2996 personer i 1981/82.

1.4 Analysemåte og ambisjonsnivå

Det er benyttet forskjellige analyser og framstillingsmåter i denne rapporten. - Det er først og fremst gitt en bred beskrivelse av samvariasjon mellom enkeltfaktorer på forskjellige områder, som er pre-

sentert ved hjelp av tabeller og diagrammer og kommentarer til disse. Framstillingen er derfor stort sett av beskrivende karakter. Eksempelvis er det beskrevet andelen av befolkningen som har problemer med førlighet eller helse generelt, sett i forhold til omfanget av fysisk aktivitet, miljøproblemer mv. Som regel vil det være slik at både helsetilstand og fysisk aktivitet "avtar" med økende alder. Samvariasjon mellom helse og aktivitet er derfor studert innenfor relativt snevre aldersgrupper.

De problemstillinger som undersøkes og arten av de data som benyttes for å belyse eventuelle sammenhenger, er av en slik karakter at en ikke kan snakke om bevis i vitenskapelig forstand. I de fleste tilfeller kan en imidlertid peke på eller antyde en mulig sammenheng. Dette er imidlertid ikke uten verdi, fordi resultatene kan støtte eller avkrefte antagelser. En slik beskrivelse av et problemområde vil også kunne føre til at en finner fram til mer fruktbare måter å sammenstille dataene på, eller at en kan peke på måter å organisere framtidige datainnsamlinger på som kan gi bedre muligheter for denne type analyser.

2. UTØVELSE AV FRILUFTSAKTIVITETER: OMFANG OG MULIGHETER

Mangel på tid er for mange mennesker en begrensning for deres mulighet til å utøve friluftsliv. Dette kan bety at det forebyggende helsearbeid som friluftsliv representerer (jfr. kapittel 3 og 4), ofte vil "tape" overfor mer prioriterte aktiviteter som f.eks. arbeid, sosialt samvær, fjernsynsseing mv. I dette kapitlet er det derfor presentert en del tall om omfang av friluftsliv i Norge, folks bruk av tid til forskjellige aktiviteter, folks muligheter (eller eventuelt begrensninger) til å drive friluftsliv, og om spesielle levekårsfaktorer (bosted, inntekt mv.) innvirker på folks utøvelse av friluftsliv.

- Som hovedkilde for dette kapitlet er benyttet SSB's Rapport 84/12, "Friluftsliv i Norge", 1970-82. Rapporten bygger på data fra Friluftslivundersøkelsen 1974. I tillegg er det i dette kapitlet brukt data fra Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81, Helseundersøkelsen 1975, Forbruksundersøkelsen 1980-82 og Ferieundersøkelsen 1982.

2.1 Bruk av tid generelt

SSB's Tidsnyttingsundersøkelse 1980-81 viser at personer i alderen 16-74 år på en gjennomsnittlig dag brukte:

- 3.5 timer til inntektsgivende arbeid
- 3.4 timer til husholdsarbeid
- 0.5 timer til utdanning
- 10.2 timer til personlige behov, inklusive søvn
- 0.5 timer til idrett og friluftsliv
- 5.9 timer til annen fritid

Tallet for inntektsgivende arbeid er et gjennomsnitt for alle personer, yrkesaktive og ikke yrkesaktive og gjelder for ukens 7 dager. Tilsvarende gjelder for de andre tallene. Personer som utførte inntektsgivende arbeid, hadde en gjennomsnittlig arbeidstid på 7.6 timer pr. dag. Arbeidsreise utgjorde 0.3 timer i gjennomsnitt for alle personer, 0.8 timer eller 48 minutter for de som hadde slik reise.

Ifølge Helseundersøkelsen 1975 hadde 29 prosent av de yrkesaktive stillesittende arbeid, 44 prosent sto eller gikk mye i arbeidet, 18 prosent hadde arbeid hvor de gikk og løftet mye, mens 10 prosent oppga at de hadde tungt kroppsarbeid. Omlag 70 prosent av de yrkesaktive har altså en god del fysisk aktivitet i arbeidet. Dette kan ha positiv eller negativ betydning for helse og førlighet, og kan virke inn på interessen for fysisk aktivitet i fritiden. Se også kapittel 3.

Hovedgruppen husholdsarbeid består av:

- husarbeid (2 timer pr. dag), hvor de viktigste aktivitetene er matlaging og rengjøring med 0.6 timer hver
- vedlikehold (0.4 timer), hvor hagearbeid utgjør halvparten
- omsorgsarbeid (0.6 timer), hvor arbeid med barn utgjør 2/3
- innkjøp (0.4 timer)

Husholdsarbeid innebærer i betydelig grad fysisk aktivitet, men kan på samme måte som inntektsgivende arbeid være ensidig og lite lystbetont, i motsetning til f.eks. fysisk aktivitet i fritiden.

Personer i alderen 16-74 år brukte gjennomsnittlig 0.5 timer pr. dag til utdanning, medregnet lesing av faglitteratur og voksenopplæring. Aldersgruppen 16-24 år brukte i gjennomsnitt 2.1 timer til utdanning, og de som gikk på skole eller studerte i denne aldersgruppen (34 prosent), brukte 6.2 timer pr. dag til dette.

Av døgnets 24 timer går ca. 10 timer med til å dekke personlige behov. Viktigst er søvn og hvile med ca. 8 timer, måltider med vel en time og personlig hygiene med snaut en time.

I 1980-81 hadde nordmenn gjennomsnittlig 6 timer fritid pr. dag. Av dette ble 0.5 timer, eller 8 prosent av fritiden, brukt til idrett og friluftsliv. Idrett og friluftsliv omfatter i Tidsnyttingsundersøkelsen følgende aktiviteter: Skiturer, fotturer i skog og mark, spaser-turer, sykkel-turer, bading og soling, båtturer, fisketurer og andre turer (f.eks. jakt).

Utøvelse av idrett og friluftsliv utgjør 3.5 timer pr. uke. Ifølge Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81 var gjennomsnittlig varighet av skiturer 2.5 timer, fotturer 2.0 timer, bading og soling 1.4 timer og

fisketurer 2.7 timer. Tar en også med reiser til fots eller med sykkel i forbindelse med arbeid, husholdsarbeid, utdanning og fritid (0.4 timer pr. dag), kommer en fram til et tall for fysisk aktivitet i friluft på omlag 0.9 timer pr. dag eller 6.5 timer pr. uke. - Dette er beskjedne tall, sammenliknet med at nordmenn for eksempel bruker 2 timer pr. dag til sosialt samvær (besøk, selskap, samtaler mv.), 1.3 timer til fjernsynsseing og 0.7 timer til lesing. Mesteparten av dette er stillesittende gjøremål.

Hovedhypotesen i denne rapporten er at fysisk aktivitet har en positiv helsemessig virkning, se kapittel 3 og 4. Hvor mye fysisk aktivitet som er "nødvendig", vet en imidlertid ikke. Gjennomsnittstallet på 0.5 timer idrett og friluftsliv pr. dag, dekker over store individuelle forskjeller. Noen er langt mer aktive, andre mer passive, enn gjennomsnittet.

Ferieundersøkelsen 1982 viser at 6 prosent av alle personene ikke utøvde friluftsliv i det hele tatt. 20 prosent hadde vært på mellom 1 og 24 turer i 1982, det vil si mindre enn 1 tur hver 14. dag. 18 prosent hadde 25-49 turer og 29 prosent 50-99, det vil si 1 til 2 turer pr. uke. 27 prosent av personene hadde vært på 100 eller flere turer i 1982. Gjennomsnittet for alle personer var 68 turer pr. år. Aktiviteten avtar med alderen, - f.eks. i gruppen 65-74 år var gjennomsnittet 47 turer pr. år for menn og 17 for kvinner.

Det kan være grunn til å tro, blant annet fordi gjennomsnittsaktiviteten er såpass lav, at enkelte befolkningsgrupper har en så lav aktivitet at dette i seg selv kan føre til redusert førlighet. På den annen side kan ekstremt høy aktivitet også føre til skader, for eksempel muskel- og seneskader mv.

2.2 Friluftsliv i ulike befolkningsgrupper

Endringer i tidsbruk etter alder

Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81 viser at omfanget av inntektsgivende arbeid ligger på ca. 4 timer pr. dag i aldersgruppene 25-44 år og

45-66 år, mens det er omtrent halvparten i alderen 16-24 år og omkring en fjerdedel i alderen 67-74 år.

Innslaget av husholdsarbeid blir fordoblet fra gruppen 16-24 år til gruppen 25-44 år og ligger på samme nivå - ca. 4 timer pr. dag - for de høyere aldersgruppene. Kvinner bruker gjennomgående dobbelt så mye tid som menn til husarbeid, mens det motsatte gjelder for inntekts-givende arbeid. De eldste personene bruker omtrent en time mer pr. døgn til personlige behov enn de som er yngre, henholdsvis 11 og 10 av døgnets 24 timer. De yngste og de eldste personene har vel en time mer fritid pr. dag enn de mellom 25 og 66 år. Mens de yngste bruker "den ekstra timen" til friluftsliv, sosialt samvær og reiser, bruker de eldste økningen i fritid til fjernsynsseing, lesing og radiolytting. De eldste personene bruker like mye tid til idrett og friluftsliv som befolkningen sett under ett. For kvinnene var dette hovedsakelig spa-serturer, mens mennene i noe større grad også deltok i andre friluft-aktiviteter, som skiturer og fisketurer.

Ved vurderingen av de eldste personenes tidsbruk må en også ta i be-traktning at de utfører husholdsarbeid i større grad enn befolkningen ellers, for eksempel matlaging og rengjøring, hagearbeid og innkjøp.

Omfang av friluftsliv

I SSB's Ferie- og friluftslivundersøkelser er det stilt spørsmål om omtrent hvor mange ganger i løpet av de siste 12 måneder oppgave-giveren har utøvet 11 forskjellige friluftaktiviteter. Svarene er gitt i intervaller: 0, 1-5, 6-9, 10-19 og 20 ganger og over. Til-svarende opplysninger er hentet inn for kortere mosjonsturer langs gater, veier, i parker o.l. Det er videre beregnet antall turer pr. år for hver enkelt aktivitet og for friluftsliv i alt. Kortere mosjons-turer, som gjennomsnittlig utgjorde 22 turer pr. år, er ikke tatt med i begrepet friluftsliv i alt.

Ferieundersøkelsen 1982 viser at 94 prosent av befolkningen mellom 16-74 år hadde utøvd en eller annen form for friluftsliv i løpet av de siste 12 måneder. Gjennomsnittlig antall turer var 68. De mest popu-

lære aktivitetene var bading med 15 ganger pr. år, løping og jogging 10 ganger, fotturer 10 ganger, skiturer 8 ganger og sykkelturner 7 ganger. De øvrige friluftaktivitetene som ble registrert er - regnet etter omfang av utøving i 1982 - fiske, roing og padling, overnatting ute og jakt, med fra 6 til 1 turer pr. år i gjennomsnitt for alle voksne. Se tabell 2.

Tabell 2 Deltaking i ulike friluftslivaktiviteter og gjennomsnittlig antall ganger pr. år. Personer 16-74 år. 1982.

Aktiviteter	I alt	Ikke deltatt	Deltatt, antall ganger pr. år					Gjennomsnitt pr. år		Pers. som svarte
			I alt	1-5	6-9	10-19	20 og over	Alle personer	Deltakere	
			Prosent					Antall ganger		Antall
Friluftsliv i alt...	100	6	94	:	:	:	:	68	72	2387
Bærtur, sopptur....	100	50	50	38	7	4	2	3	5	2342
Motorbåttur, seiltur	100	55	45	22	6	8	10	5	11	2339
Roing, padling.....	100	69	31	18	4	4	5	3	9	2337
Overnatting ute.....	100	75	25	15	4	4	3	2	8	2340
Løpetur, joggetur...	100	60	40	9	4	7	21	10	25	2338
Sykkeltur.....	100	65	35	10	5	6	15	7	19	2341
Jakt.....	100	91	9	4	1	2	2	1	9	2338
Bading ute.....	100	30	70	13	8	15	34	15	21	2329
Fottur i skog, mark, fjell.....	100	29	71	22	11	15	23	10	14	2330
Skitur.....	100	39	61	17	11	15	18	8	14	2336
Fiske.....	100	51	49	20	9	10	11	6	11	2328
Kortere mosjonsturer ¹	100	37	63	8	5	9	41	22	35	2326

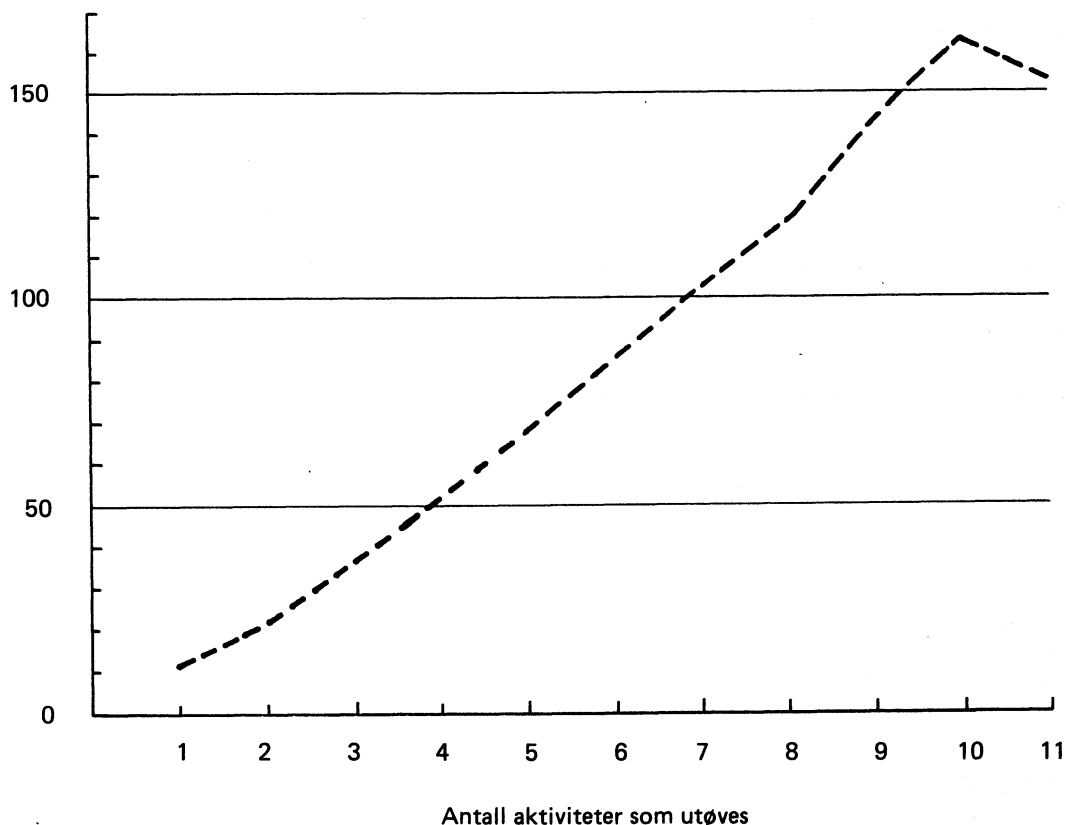
¹ Ikke regnet med i Friluftsliv i alt.

Kilde: Ferieundersøkelsen 1982.

Det er en klar positiv sammenheng mellom hvor mange forskjellige friluftaktiviteter som utøves og samlet antall turer, se fig. 1. - Stort sett vil det altså være slik at de som driver mest friluftsliv, deltar i et stort antall forskjellige aktiviteter, mens antall ganger de utøver hver enkelt aktivitet ikke avviker så mye fra gjennomsnittet. Dette skyldes nok at mange friluftaktiviteter (bading, skigåing) er sesongpreget, og at det med den fritid som står til rådighet, er begrenset hvor mange turer det er mulig å ta pr. år.

FIGUR 1. SAMMENHENGEN MELLOM ANTALL AKTIVITETER OG SAMLET ANTALL TURER PR. ÅR. 1982

Antall turer pr. år



Kilde : Ferieundersøkelsen 1982.

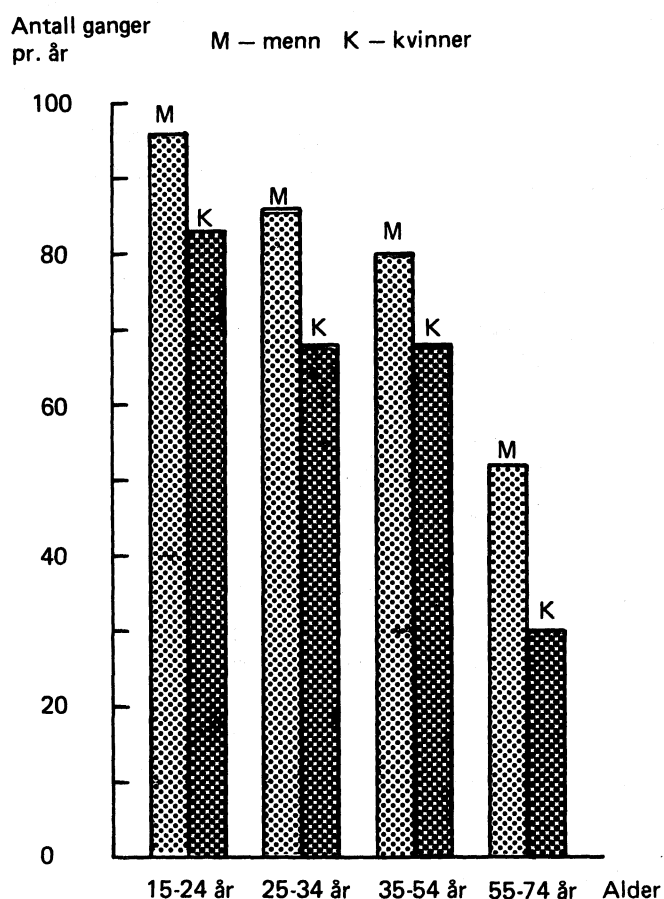
Kjønn og alder

I 1982 var gjennomsnittlig antall friluftsturer 76 for menn og 61 for kvinner. Gjennomsnittet for begge kjønn sett under ett var 68 ganger. Forskjellen er altså ikke særlig stor og den er blitt betydelig mindre enn i 1974 da gjennomsnittet var 82 turer for menn og 42 turer for kvinner (Friluftslivundersøkelsen 1974).

Figur 2 viser at friluftslivaktivitet regnet i antall turer er høyest i de yngste aldersgrupper og at tallene for aldersgruppen 35-54 år ligger ca. 20 prosent lavere enn for 15-24 år. Fra aldersgruppen 35-54 år til aldersgruppen 55-74 år, går antall turer ned med 35 prosent for menn og 56 prosent for kvinner, til henholdsvis 52 og 30 turer pr. år. Gjennomsnittlig antall turer pr. år for menn gikk ned fra 61 til 47,

og for kvinner fra 40 til 17. Aktiviteten for de eldste avtar langt raskere for kvinner enn for menn. Fra aldersgruppen 55-64 år til aldersgruppen 65-74 år øker andelen av menn som ikke utøvde friluftsliv fra 7 til 10 prosent, mens den for kvinner øker fra 14 til 39 prosent.

**FIGUR 2. FRILUFTSLIV I ALT ETTER KJØNN OG ALDER.
ANTALL GANGER. 1982**



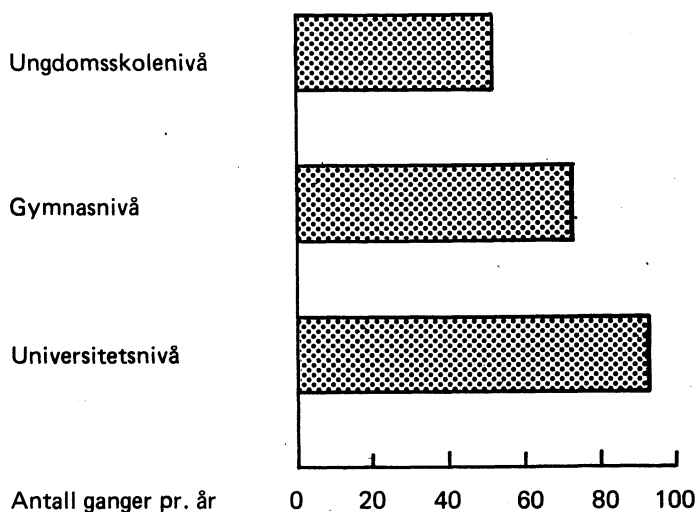
Kilde: Ferieundersøkelsen 1982.

Det er mulig at nedsatt førlighet er en av årsakene til at eldre kvinner i så liten grad driver friluftsliv. Manglende motivering, dårlige muligheter for transport og mangel på noen å gå sammen med, kan også være årsaker til lav deltaking i denne gruppen. En medvirkende faktor kan være at personene i den eldste aldersgruppen er født i 1930 og tidligere, - de er vokst opp i en tid med en langt mindre positiv innstilling til kvinners friluftsliv enn i våre dager. Se også kapittel 3 og 4.

Utdanning, sosioøkonomisk status

Ferieundersøkelsen 1982 viser at mens personer med utdanning på ungdomsskolenivå (7-9 års utdanning) utøvde friluftsliv 52 ganger pr. år, var aktiviteten blant personer med utdanning på gymnasnivå (10-12 års utdanning) 72 ganger, og for personer med utdanning på universitetsnivå (over 12 års utdanning) 94 ganger pr. år. Se figur 3. Forskjellene er ganske store. Den samme tendensen går igjen i alle aldersgrupper - både for kvinner og for menn.

FIGUR 3. FRILUFTSLIVAKTIVITET BLANT PERSONER MED FORSKJELLIG UTDANNING. ANTALL TURER PR. ÅR



Kilde: Ferieundersøkelsen 1982.

Noen av forskjellene mellom personer på ulike utdanningsnivåer kan forklares ut fra andre data i undersøkelsen. Som regel vil folks inntekt øke med utdanning. Økt inntekt fører til at folk i større utstrekning skaffer seg bil, hytte, båt, får råd til å reise mer på helgeturer, ferieturer osv. Undersøkelsen viser at tilgang til de typer utstyr som er nevnt over, kan føre til økt friluftslivsaktivitet. Folk med lang utdanning har oftere mer stillesittende arbeid enn de med kortere utdanningstid. Dette kan føre til at behovet for fysisk aktivitet i fritiden blir større (jfr. kapittel 3). Det kan også

tenkes at lang utdanning har betydning for omfanget av friluftsliv - ved at man tillæres ferdigheter og et positivt miljø for utøving av idrett og friluftsliv. En regner vanligvis med at de erfaringene en får i oppveksten er av stor betydning for aktivitet senere i livet.

Nedenfor er vist en rangering etter omfang av friluftsliv i forskjellige sosioøkonomiske grupper:

<i>Sosioøkonomisk status</i>	<i>Antall turer/år</i>
<i>Elever, studenter.....</i>	<i>101</i>
<i>Ansatte utenom industri mv.....</i>	<i>81</i>
<i>Ansatte i industri, bygg, anlegg, gruvedrift....</i>	<i>75</i>
<i>Selvstendige utenom jordbruk mv.....</i>	<i>73</i>
<i>Selvstendige i jordbruk, skogbruk, fiske.....</i>	<i>51</i>
<i>Hjemmearbeidende.....</i>	<i>49</i>
<i>Pensjonister mv.....</i>	<i>32</i>

Kilde: Ferieundersøkelsen 1982

- Skoleelever og studenter er mest aktive med 101 turer pr. år, mens gjennomsnittet for alle personer 15-74 år var 68 turer pr. år. Skoleelever og studenter er også mer aktive enn annen ungdom som ikke er under utdanning (aldersgruppen 15-24 år). Gruppene hjemmearbeidende og pensjonister har lavest aktivitet, henholdsvis 49 og 32 turer pr. år. At hjemmearbeidende har lav aktivitet kan delvis forklares ved at de ofte har relativt tungt husarbeid eller er bundet av ansvar for små barn, eldre mv. Dette gjelder i mindre grad pensjonistene. Den lave aktiviteten blant disse skyldes nok vesentlig manglende motivering, og til en viss grad nedsatt førlighet.

Blant de yrkesaktive har jordbrukere og fiskere lavest aktivitetsnivå (51 turer), mens den for andre yrkesaktive ligger på 70-80 turer pr. år. Det lave tallet for jordbrukere og fiskere kan nok delvis forklares ved at de tilbringer en stor del av arbeidsdagen i friluft, de har derfor ikke så stort behov som andre for friluftaktiviteter i fritiden. Disse gruppene har i tillegg ofte tyngre kroppsarbeid, som til en viss grad vil kompensere for utøvelse av friluftsliv generelt.

Helseundersøkelsen 1975 viser at faglærte arbeidere oftere er mer aktive enn ufaglærte. Også innenfor gruppen funksjonærer er det klar samvariasjon mellom høyere utdanningsnivå og økende omfang av friluftsliv. Undersøkelsen viser at gruppen ufaglærte arbeidere og funksjonærer på lavere nivå ser ut til å utøve omtrent like mye friluftsliv som hjemmearbeidende og andre ikke-yrkesaktive. Funksjonærer i høyeste utdanningsgruppe er - ifølge Helseundersøkelsen - oftere mer aktive enn skoleelever/studenter. Det er imidlertid ikke mulig å sammenlikne direkte på tvers av undersøkelsene som er referert over, da de benytter uensartede definisjoner og grupper/inndelinger.

Økonomiske faktorer

Figur 4 viser at utøvelse av friluftaktivitet øker klart med husholdningsinntekt, med unntak for personer med inntekt under kr. 40 000 pr. år. En kan anta at den relativt høye aktiviteten for personer i inntektsgruppen under kr. 40 000 skyldes en høy andel av unge personer med egen husholdning og høy friluftaktivitet. Figuren indikerer at personer - unge og eldre - i husholdninger med høy inntekt, har høyere friluftaktivitet enn personer i husholdninger med lavere inntekt. At skoleelever og studenter i stor utstrekning er knyttet til husholdninger med forholdsvis høy inntekt, forsterker tendensen til samvariasjon mellom inntekt og friluftsliv.

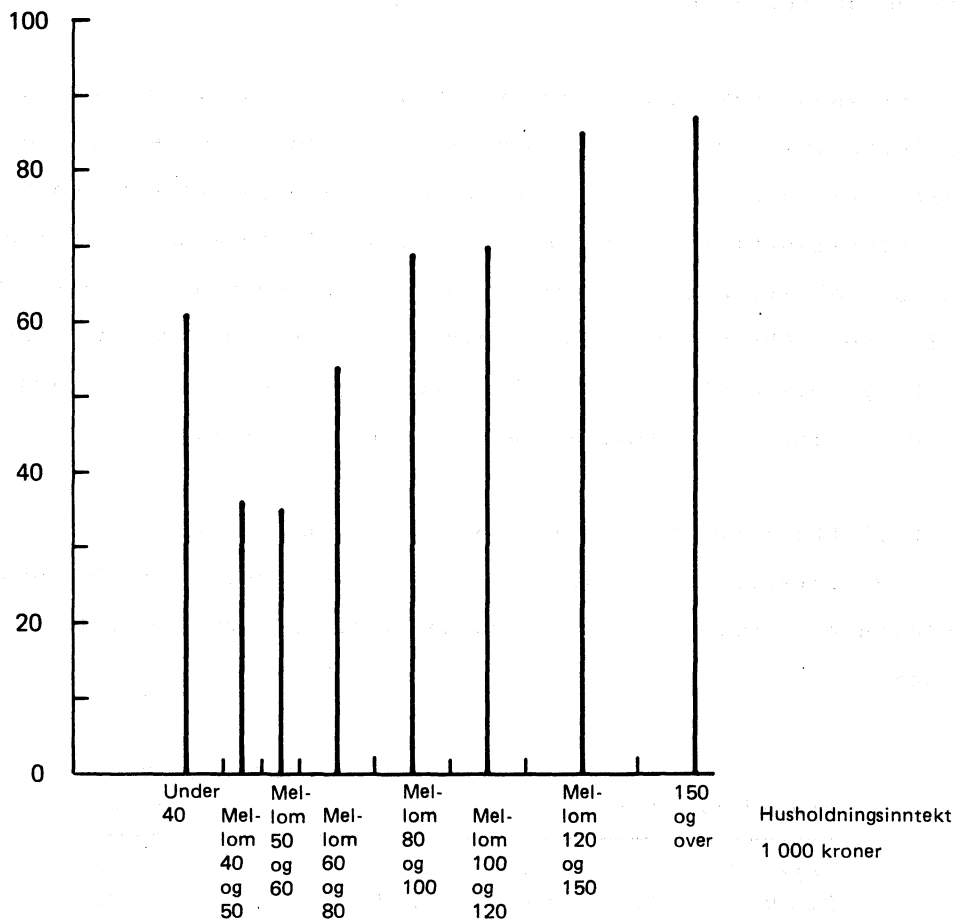
Data fra både Levekårsundersøkelsen 1980 og Helseundersøkelsen 1975 viser også at aktivitetsnivået øker med økende disponibel husholdningsinntekt pr. forbruksenhet.

Det er ikke grunn til å tro at husholdningenes inntekt i seg selv er årsak til variasjonen i friluftaktivitet. Tvert imot er høy inntekt ofte et resultat av lang arbeidsdag, eller at begge ektefellene har inntektsgivende arbeid i tillegg til husholdsarbeid, som fører til at det blir lite tid til overs for friluftsliv. Ofte er det imidlertid slik at høy aktivitet på et område også fører til høy aktivitet på andre områder.

**FIGUR 4. FRILUFTSLIVAKTIVITET ETTER HUSHOLDNINGS-
INNTekt, ANTALL TURER PR. ÅR**

Turer pr. år

Kilde : Ferieundersøkelsen 1982.



Den viktigste årsaken til at friluftslivaktivitet øker med inntekt, er nok at personer i husholdninger med høy inntekt i større grad har tilgang til bil, hytte, fritidsbåt osv. og bedre råd til å reise på ferie- og helgeturer mv. Ferieundersøkelsene og andre undersøkelser viser at tilgang til bil, hytte osv. øker friluftslivaktiviteten i betydelig grad, og at en stor del av friluftslivet utøves i forbindelse med ferier og helgeturer. Det er altså folks muligheter (her uttrykt ved høyere inntekt) som påvirker folks utøvelse av friluftslivaktiviteter.

- Personer som eier eller disponerer personbil utøver f.eks. omtrent 50 prosent mer friluftsliv enn personer som ikke har tilgang til bil. De som har fritidshus driver ca. 35 prosent mer med friluftsliv enn de som ikke har det. Andelen som har bil, hytte, fritidsbåt mv., øker

klart med inntekten. De som har tilgang til slikt utstyr vil også være mindre avhengig av tilgang til friluftsområder i nærheten av bostedet, mens tilgjengelighet for de mindre ressurssterke kan være avgjørende for om de driver friluftsliv eller ikke.

I Ferieundersøkelsen 1982 er det stilt spørsmål om utøving av en del friluftslivaktiviteter på den lengste sommerferien dette året (altså i 1982). For aktiviteter som er sammenliknbare med spørsmål om friluftslivaktivitet de siste 12 måneder i samme undersøkelse, finner en at aktiviteten i ferien utgjør 26 prosent av aktiviteten gjennom hele året. Aktivitetene det gjelder er: Båtturer, bading, fotturer og fiske. Disse aktivitetene ble utøvd gjennomsnittlig 6 ganger pr. uke i ferien mot ca. 1 gang pr. uke i resten av året.

I Friluftslivundersøkelsen 1974 er det spurt om hvor stor del av bading, fotturer, fiske og skiturer som foregikk på ferieturer og på helgeturer. Oppgavegiverne kunne velge mellom følgende svaralternativer:

<i>Svaralternativ</i>	<i>Antatt gjennom- snittsandel</i>
<i>Ingen turer.....</i>	<i>0</i>
<i>Mindre enn halvparten (1-39%).....</i>	<i>20</i>
<i>Omtrent halvparten (40-59%).....</i>	<i>50</i>
<i>Mer enn halvparten (60-79%).....</i>	<i>70</i>
<i>Alle, nesten alle (80-100%).....</i>	<i>90</i>

På grunnlag av fordelingen av observasjonene på svaralternativer og de omtalte gjennomsnittsandeler vist ovenfor, kan en regne ut hvor stor del av aktivitetene som foregår henholdsvis i ferier og på helgeturer, se tabell 3. Tallene tyder på at halvparten av all bading og fiske foregår i ferier og på helgeturer. For skiturer og fotturer ser andelen ut til å ligge på omkring 40 prosent.

Tabell 3 Friluftaktiviteter i ferier og på helgeturer. Beregnede prosentandeler.

Aktiviteter	Andel av turene	
	I ferier	På helgeturer
Skiturer.....	25	19
Bading.....	39	14
Fotturer.....	20	18
Fisking.....	34	20

Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974

Personbilen dominerende transportmiddel i forbindelse med friluftsliv

Vel 70 prosent av Norges befolkning bor i dag i tettbygde strøk. Det betyr at mange har behov for et transportmiddel for å komme til brukbare friluftsområder. Dette gjelder imidlertid også for personer som bor i spredtbygde strøk. De offentlige kommunikasjonsmidlene er relativt godt utbygd når det gjelder arbeids- og innkjøpsreiser, men i langt mindre grad for reiser til områder for friluftsliv. Det vil si at de som må reise for å komme fram til utgangspunkter for friluftsliv, stort sett er henvist til bruk av private transportmidler - hovedsakelig bil.

Ifølge Forbruksundersøkelsen 1980-82 hadde 64 prosent av husholdningene bil. Av disse hadde 54 prosent 1 bil og 10 prosent 2 eller flere biler. Andelen som har bil øker sterkt med samlet forbruksutgift. Den øker med hovedinntektstakerens alder fram til aldersgruppen 30-49 år, for deretter å avta. Se tabell 4.

Fordelingen etter alder i tabell 4 viser at mens behovet for privat transport for å kunne utøve friluftsliv øker med alder, avtar egne transportmuligheter sterkt, spesielt for pensjonistene hvor mindre enn 1/4 har bil.

Tabell 4 Bilhold etter husholdningens forbruksutgift i alt og hovedinntektstakerens alder, 1977-1979. Prosent.

	I alt	Har ikke bil	Har bil			Husholdningene	
			I alt	1 bil	2 el.fl.	Antall	Prosent
ALLE	100	36	64	54	10	3444	100
Forbruksutg. i alt:							
Under 20 000 kr.....	100	86	14	14	0	353	10
30 000-39 900 "	100	57	43	40	3	710	21
40 000-69 900 "	100	29	71	64	7	1054	31
70 000-99 900 "	100	16	84	70	14	658	19
≥ 100 000 kr.....	100	7	94	71	23	669	19
Hovedinntektstakerens alder:							
Under 30 år.....	100	30	70	54	6	454	13
30-49 år.....	100	14	87	73	14	1207	35
50-66 "	100	36	64	52	12	1142	33
≥ 67 år	100	75	24	23	1	641	19

Kilde: Forbruksundersøkelsen 1980-82

Undersøkelsene gir ikke opplysninger om hva slags transportmiddel folk bruker for å komme fram til utgangspunktet for turer mv. I Friluftslivundersøkelsen 1974 ble det imidlertid stilt spørsmål til dem som hadde gått fottur på hjemstedet, om de vanligvis gikk fram til fotturterrenget eller brukte noe framkomstmiddel, og i tilfelle hvilket. 59 prosent svarte at de gikk fram til fotturterrenget, 33 prosent brukte bil, 3 prosent motorsykkel eller sykkel, 3 prosent kollektive transportmidler og 2 prosent at dette varierer. Tallene er imidlertid mer enn 10 år gamle, og det er grunn til å tro at andelen som går fram til utgangspunktet for fotturen er langt lavere i dag. Tallene antyder klart at personbilen er det dominerende transportmiddel for turer i forbindelse med friluftsliv.

2.3 Muligheter for å utøve og holdninger til å drive friluftsliv

Mulighetene for å drive friluftsliv på bostedet

Friluftslivundersøkelsen 1974 viser at 70 prosent av personene mellom 16-74 år mente at mulighetene for å drive friluftsliv på bostedet var svært gode, 27 prosent mente de var ganske bra og 3 prosent at de var nokså dårlige. Det er liten variasjon mellom landsdelene, men andelen

som syntes forholdene er ganske bra eller nokså dårlige er noe høyere på Sørlandet og Vestlandet enn i de andre landsdelene - henholdsvis 37 og 33 prosent. Disse andelene er også noe høyere blant kvinner (33 prosent) enn blant menn (27 prosent), og blant yngre, 16-24 år (40 prosent) enn blant eldre (28 prosent). Andelen som mente at forholdene var svært gode, økte med omfanget av friluftsliv siste 12 måneder, fra 59 prosent for de som ikke hadde vært på noen turer til 80 prosent for de som hadde vært på 125 turer eller mer.

Ønsker om å utøve mer friluftsliv

Friluftslivundersøkelsen 1974 viser at andelen personer som ønsker å utøve mer friluftaktiviteter er i alt 57 prosent, henholdsvis 60 og 55 prosent for menn og kvinner. Dette avtar imidlertid sterkt med alderen. For aldersgruppen 16-44 år ligger andelen på 64 prosent, men går ned til 53 prosent i alderen 45-66 år og til 29 prosent i alderen 67-74 år. Det er altså de yngre som allerede er aktive, som ønsker å drive mer friluftsliv. De eldre som på forhånd er lite aktive, har i langt mindre grad ønsker om å drive mer friluftsliv.

Av de som ønsker å utøve mer friluftsliv ønsker 45 prosent å gå mer fotturer, løpeturer og skiturer, 15 prosent ønsker å drive mer sportsfiske og 14 prosent bading utendørs. Ønsket om å drive mer med fotturer, løpeturer og skiturer er langt sterkere hos kvinner enn hos menn, henholdsvis 54 og 36 prosent. Kvinnene er ellers mest interessert i å drive mer med bading utendørs (19 prosent) og sykkelturner (9 prosent), mens mennene gjerne vil utøve mer sportsfiske (25 prosent) og jakt (10 prosent) - aktiviteter som kvinner bare i liten grad er interessert i.

Årsaker til at folk ikke utøver mer friluftsliv

15-20 prosent av de spurte var fornøyd med sin egen utøvelse av friluftslivaktivitet. Andelen som synes at de driver passe mye med friluftsliv øker med aktivitetsnivå, fra 5 prosent i laveste til 29 prosent i høyeste aktivitetsgruppe.

Tabell 5 viser årsaker til at folk ikke utøvde mer friluftsliv i 1981-82, basert på tall fra Ferieundersøkelsen 1982. - De årsakene som gir varierer sterkt med alder. Årsakene "for lite fritid" og "opptatt med andre fritidsgjøremål" er spesielt aktuelle for personer i yrkesaktiv alder, 16-66 år. For personer i alderen 45-66 år og spesielt i alderen 67-74 år, er helseproblemer en svært vanlig begrunnelse for at en ikke utøver mer friluftsliv.

Av personer som ikke utøvde noen friluftslivaktivitet i 1981/82, oppgav 66 prosent helseproblemer som årsak. Bare 2 prosent av de som var på 125 eller flere turer pr. år nevner helse som årsak til at de ikke er mer aktive. Mangel på fritid er en årsak som øker i betydning med aktivitetsnivå, fra 11 prosent for de som ikke var på tur siste år til 40 prosent for de som hadde 125 eller flere friluftsturer siste år.

Tabell 5 Årsaker til for lite friluftsliv etter alder/friluftslivaktivitet i alt. Prosent.

I alt	Misfornøyd med egen aktivitet										Antall personer
	Utøver										
	passe fri- lufts- liv	For lite fritid	Andre fri- tids- gjøre- mål	Mangler utstyr	Tungvint å komme til fri- lufts- områder	Ingen å være sammen med	Mangler til- taks- lyst	Ikke god nok helse	Annet		
	Prosent										
ALLE.....	100	17	32	16	1	2	2	15	13	2	2 368
<u>Alder:</u>											
16-24 år..	100	15	39	19	1	3	3	17	1	2	446
25-44 " ..	100	15	39	18	1	2	2	16	3	3	929
45-66 " ..	100	18	27	14	-	1	2	14	22	2	774
67-74 " ..	100	24	4	6	1	1	2	7	53	3	219
<u>Friluftsliv- aktivitet i alt, ganger pr. år:</u>											
0.....	100	5	11	6	-	-	1	6	66	4	140
1-24.....	100	11	28	14	1	2	3	18	22	3	468
25-49.....	100	13	29	16	1	3	3	19	14	1	438
50-99.....	100	17	35	16	1	1	3	18	6	3	690
100-124...	100	23	36	21	1	3	1	10	3	3	258
≥ 125	100	29	40	16	1	3	1	7	2	1	374

Kilde: Ferieundersøkelsen 1982.

Holdninger til friluftsliv og idrett

I Friluftslivundersøkelsen 1974 ble oppgavegiverne forelagt i alt 9 forskjellige utsagn om årsaker til at folk driver med friluftsliv og idrett, de ble bedt om å svare på om disse grunnene var svært viktige eller mindre viktige. Fordelingen av svarene er gitt i tabell 6.

Tabell 6 Årsaker til å drive med friluftsliv og idrett etter viktighetsgrad. 1974.
Prosent.

Utsagn	I alt	Svært viktig	Nokså viktig	Mindre viktig	Vet ikke, uoppgitt
1. Friluftsliv holder kroppen i form og gir bedre fysisk helse.....	100	86	12	1	1
2. Friluftsliv gir avkobling og trivsel.....	100	82	16	1	1
3. Friluftsliv gir fine naturopplevelser....	100	77	19	3	1
4. Ved å delta i idrett bygger en opp kroppen og kommer i god fysisk form.....	100	81	16	1	2
5. Det er morsomt og spennende å konkurrere med andre som er omtrent like gode som en selv.....	100	38	36	22	4
6. Gjennom idretten kommer en i et hyggelig miljø og får gode venner.....	100	65	28	4	3
7. God innsats på idrettsbanen fører gjerne til at en blir omtalt i aviser og kringkasting.....	100	8	14	75	3
8. Det er lettere for de fleste å trene og mosjonere tilstrekkelig når de har noen konkurranser å gå inn for.....	100	36	42	17	5
9. Idretten gir avkobling og trivsel.....	100	70	26	2	2

Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974

- Hele 86 prosent av personene mente at det å holde kroppen i form og få bedre fysisk helse, er en svært viktig grunn for å drive med friluftsliv. Også avkopling/trivsel og naturopplevelser er svært viktige grunner for å drive med friluftsliv. En må anta at svarene stort sett er basert på personlige erfaringer. Det vil si at folk føler seg i bedre fysisk og psykisk form når de driver med friluftsliv.

- 81 prosent av personene mente at det å bygge opp kroppen og komme i god form er en svært viktig grunn til å drive med idrett. At andelen er litt lavere for idrett enn for friluftsliv, kan skyldes at enkelte har lagt vekt på skader som kan oppstå i forbindelse med idrettsutøving. Forøvrig øker andelen fra 77 prosent for de som ikke hadde

utøvd noen idretts- eller mosjonsaktivitet siste år, til 88 prosent for de som hadde utøvd slike aktiviteter 100 ganger eller mer.

Oppgavegiverne legger langt mindre vekt på konkurransemomentet som begrunnelse for å drive med idrett (utsagn nr. 5). Menn legger større vekt på konkurransemomentet enn kvinner, henholdsvis 43 og 32 prosent mente dette var svært viktig. Andelen er noe høyere blant dem som deltok i konkurranseidrett siste år, 50 prosent. Omtrent samme fordeling av svarene gjelder påstanden om at det er lettere å trene når en har konkurranser å gå inn for (utsagn nr. 8).

De viktigste grunnene for å drive med friluftsliv og idrett er altså at det gir bedre fysisk helse og dessuten avkopling og trivsel - for utøvelse av friluftsliv i noe høyere grad enn for å drive idrett. Naturopplevelse synes å være viktig. Langt færre ser konkurranseinnslaget i idretten som en svært viktig årsak til å delta. Bare en liten brøkdel av personene legger størst vekt på mulighetene for omtale i aviser og kringkasting på grunn av god innsats på idrettsbanen.

2.4 Variasjon i friluftsliv etter tid og sted

Dag- og ukevariasjon

Utøvelse av friluftsliv har en klar døgn- og ukevariasjon, dette følger en tilsvarende variasjon i folks fritid. Organiseringen av arbeidslivet vil i stor grad bestemme døgn- og ukevariasjonen i friluftsliv både for yrkesaktive og ikke yrkesaktive personer. - Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81 viser at mens vi hadde 6 timer fritid pr. dag for alle ukedager sett under ett, utgjør fritiden i løpet av uken:

- mandag til torsdag.... 5.1 timer pr. dag
- fredag..... 5.7 timer " "
- lørdag..... 7.7 timer " "
- søndag..... 8.5 timer " "

Tallene viser at nordmenn har ganske mye fritid på vanlige hverdager og at helgene ikke blir ren fritid, fordi husholdsarbeid og andre

gjøremål også må utføres.

Sesongvariasjon

Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81 viser at friluftslivet i alt er nokså jevnt fordelt over hele året. Det er selvsagt en sterk sesongvariasjon i utøvelsen av de ulike friluftslivaktiviteter. Juli-august er likevel den klart mest aktive friluftslivperioden, da hver 4. nordmann i gjennomsnitt driver med slike aktiviteter hver dag, og da bading og soling utgjør nesten halvparten av aktivitetene. I vår/sommermånedene mars-juni er aktivitetsnivået noe høyere enn om vinteren, men likevel klart lavere enn i de mest aktive sommermånedene.

Konkurransesidrett, trening og jogging foregår jevnt over hele året. Ellers følger de ulike aktivitetene det forventede sesongmønster. Folk går imidlertid turer til fots hele året - også litt om vinteren.

Mønsteret for friluftslivet over dag, uke og år, har ikke vist noen særlige endringer i perioden fra Tidsnyttingsundersøkelsen i 1971-72 til Tidsnyttingsundersøkelsen i 1980-81.

Geografisk variasjon

Tabell 7 viser at omlag 1/4 av alle friluftslivaktiviteter foregår på egen tomt og omlag like stor andel foregår i nærmiljøet. - Nærmiljøet er definert som områder innenfor gangavstand fra boligen. Gangavstand er stort sett mellom 500 m og 2 km fra boligen. Områder utenfor gangavstand fra boligen er regnet til kategorien "utenfor nærmiljøet". Halvparten av alle aktivitetene foregår altså utenfor nærmiljøet.

Tabell 7 viser andel av aktiviteter som foregår i nærmiljøet (ikke hvor stor del av samlet tid til friluftsliv som skjer i nærmiljøet). En må gå ut fra at flertallet av aktivitetene i nærmiljøet tar relativt kortere tid pr. aktivitet enn friluftsliv som skjer lenger borte fra boligen. Mer enn halvparten av samlet tid brukt til friluftslivaktiviteter skjer altså utenfor nærmiljøet.

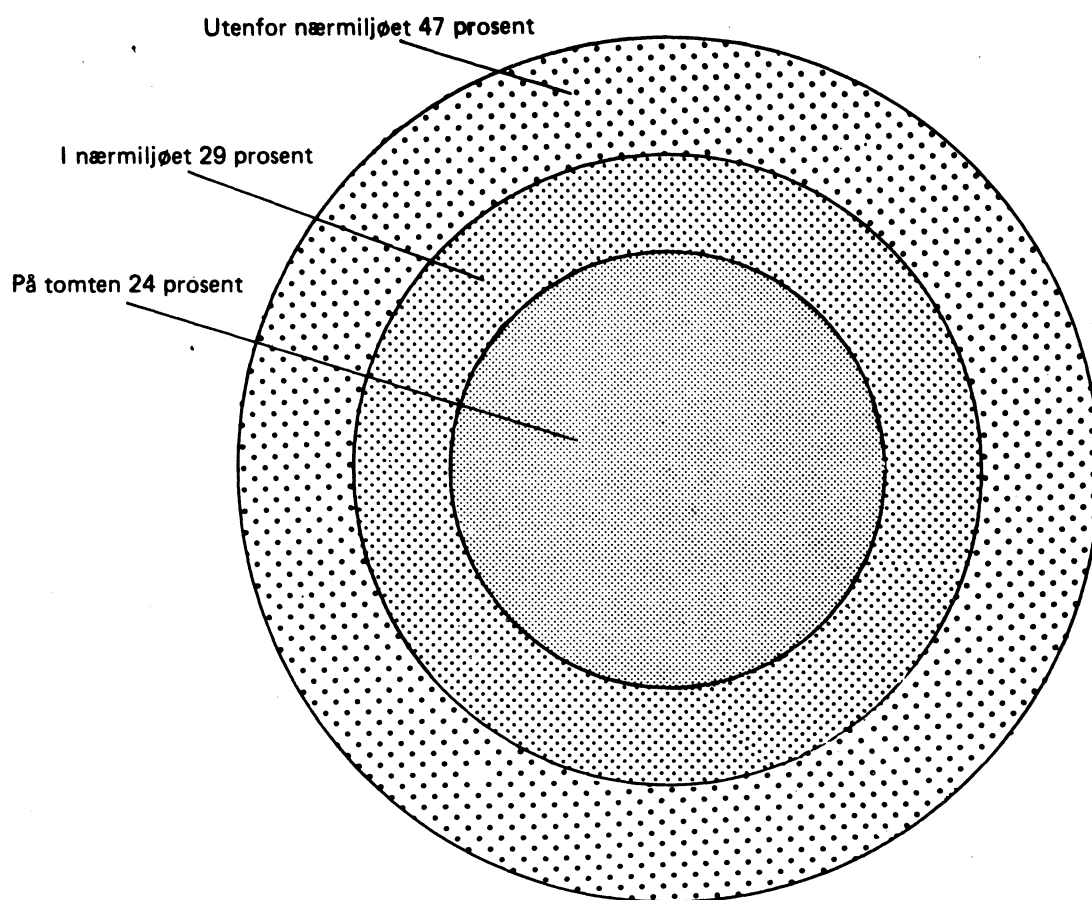
Tradisjonelle friluftslivturer som fotturer, skiturer, bærturer, båtturer og fisketurer foregår som ventet først og fremst utenfor nærmiljøet. 30-50 prosent av fot- og skiturene foregår likevel i nærmiljøet. Mer overraskende er det at nesten 2/3 av sykkelturene foregår i nærmiljøet. Over halvparten av all soling foregår på egen tomt. Av konkurranseidrett, trening og jogging foregår omlag en like stor andel i nærmiljøet som utenfor nærmiljøet. En overraskende stor del foregår også her på egen tomt. Dette må være trening med ulike treningsapparat og trening eller lek med ball o.l. på egen tomt og i egen bolig.

Tabell 7 Ulike typer friluftslivaktiviteter etter om de foregår i eller utenfor nærmiljøet. 1980-81. Prosent.

	I alt	på tomten	I nærmil- jøet ellers	Utenfor nær- miljøet	Antall aktiviteter
			Prosent		
FRILUFTSLIV I ALT.....	100	24	29	47	1228
Fottur i skog og mark.....	100	-	46	54	151
Bær- og sopptur.....	100	-	17	83	35
Skitur.....	100	-	30	70	175
Båttur.....	100	-	26	74	66
Sykkeltur.....	100	2	61	37	99
Fisketur.....	100	-	18	82	136
Bading og soling.....	100	57	6	37	397
Konkurranseidrett, trening, jogging.....	100	28	36	36	669

Kilde: Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81

Figur 5 illustrerer fordeling av friluftslivaktivitetene på ulike geografiske områder. Arealet av sirklene er proporsjonalt med antall turer (aktiviteter) i de ulike typer områder.

FIGUR 5. FRILUFTSLIVAKTIVITET I ULIKE GEOGRAFISKE OMRÅDER. PROSENT AV ANTALL TURER I ALT

Kilde: Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81.

3. SAMVARIASJON MELLOM HELSE, MILJØ-/LEVEKÅRSFAKTORER OG UTØVELSE AV FRITIDSAKTIVITETER

Dette kapitlet presenterer samvariasjoner mellom helseindikatorer, miljø-/levekårshfaktorer og forskjellige former for utøvelse av fritidsaktiviteter. Som datakilder er det benyttet Helseundersøkelsen 1975 og Levekårsundersøkelsen 1980. Se omtale av undersøkelsene i pkt. 1.3 og spørsmålsformuleringer i VEDLEGG II. Resultatene i dette kapitlet viser at det er en klar samvariasjon mellom utøvelse av fritidsaktiviteter og folks helse.

3.1 Sammensatt helse-indikator

De enkelte helsemålene som inngår i Helseundersøkelsen 1975 fanger inn spesielle sider ved folks helsetilstand. Hver for seg kan helsemålene synes noe grove og lite egnet for analytiske formål. For å få et bedre mål på helsetilstanden, er det konstruert en samlet helseindikator, SHI, som er satt sammen av følgende enkeltindikatorer fra Helseundersøkelsen 1975. SHI er nærmere beskrevet i IN 86/14, "Helse, fritidsaktivitet, yrke og inntekt".

- (1) Nedsatt aktivitet: Om vedkommende har hatt nedsatt aktivitet i de daglige gjøremål siste 14 dager pga. sykdom, skade o.l.
- (2) Fravær fra arbeid: Antall dager med fravær fra arbeid siste 14 dager p.g.a. skade eller sykdom.
- (3) Tid siden kontakt med lege: Hvor lenge siden siste kontakt med lege i eller utenfor institusjon.
- (4) Førlighet/fysisk evne: Om vedkommende uten vanskelighet kan - gå i trapper, gå en 15 min. tur i noenlunde raskt tempo, løpe 50 m. (evt. ulike kombinasjoner av disse ferdigheter).
- (5) Kontakt med helsetjenesten: Antall ganger kontakt med helsetjenesten (arbeid/hjemme) siste 14 dager pga. sykdom/skade (allmennpraktiker, spesialist, lege på poliklinikk/sykehus, kiropraktor o.l).
- (6) Kontakt med helsetjenesten (av mer alvorlig karakter): Antall ganger kontakt med helsetjenesten siste 14 dager av mer alvorlig karakter (besøk av sykepleier, innlagt i institusjon, hos lege

for observasjon).

(7) Nervøse/psykiske plager: Om lege har sagt at man har hatt nervøse/psykiske plager.

(8) Bruk av beroligende midler/nervemedisin: Om man noengang har brukt beroligende midler eller nervemedisin.

Alle de åtte enkeltindikatorerne er veiet på en slik måte at de er gitt samme relative betydning i SHI. - Personer over 14 år som deltok i Helseundersøkelsen, kan deles inn i fire grupper. De som får lavest verdi målt med SHI er klassifisert som personer med - "dårlig helse/-stor sykkelighet" (11 prosent av utvalget). 19 prosent er karakterisert som personer med - "mindre god helse/relativt mye plaget av sykdom", og 52 prosent som personer med - "god helse/alminnelig syk av og til". Personer som får forholdsvis høy verdi på det samlede helsemål, er i gruppen med - "meget god helse/liten eller ingen sykkelighet" (18 prosent av utvalget). Disse inndelingene er brukt videre i dette kapitlet.

Tabell 8 viser at sykkelighet øker med alderen, og er større for kvinner enn for menn i alle aldersgrupper. Omlag halvparten av alle personene faller i gruppen "alminnelig syke av og til".

Tabell 8 Personer med ulik helsetilstand i grupper for kjønn og alder. Prosent.

	Dårlig helse/- stor syke- lighet	Mindre god helse/ganske mye plaget av sykdom	God helse/- alminnelig syk av og til	Meget god helse/liten eller ingen sykelighet	Antall personer
I alt					
		Prosent			
ALLE PERSONER.... 100	11	19	52	18	7845
Menn:					
15 - 34 år..... 100	4	11	64	21	1449
35 - 54 år..... 100	7	16	54	23	1190
over 54 år..... 100	14	21	47	17	1211
Kvinner:					
15 - 34 år..... 100	6	17	62	15	1493
35 - 54 år..... 100	13	24	46	17	1229
over 54 år..... 100	20	31	39	10	1273

Kilde: Helseundersøkelsen 1975

3.2 Fysisk aktivitet

Helsetundersøkelsen 1975 gir opplysning om omfanget av fysisk aktivitet i fritiden siste 12 mnd. Personene i undersøkelsen ble bedt om å si - "hva som passer best som beskrivelse på deres aktivitet i fritiden". Det ble benyttet følgende fire aktivitetsgrupper:

- Stillesittende: Leste, så på fjernsyn eller hadde annen stillesittende beskjeftigelse
- Lett mosjon: Spaserte, syklet eller hadde annen lettere mosjon minst 4 timer i uken (gange/sykling til og fra arbeidssted, hagearbeid, søndagsturer mv. er inkludert)
- Tung mosjon: Mosjonsidrett, tyngre hagearbeid o.l. minst 4 timer i uken
- Hard trening: Trente hardt eller drev konkurranseidrett - regelmessig eller flere ganger i uken.

Tabell 9 Personer i grupper for kjønn/alder etter fysisk aktivitet i fritiden siste 12 mnd. Prosent.

I alt	Aktivitetsgruppe				Antall personer
	Stille-sittende	Lett mosjon	Tung mosjon	Hard trening	
	Prosent				
ALLE.....100	33	51	13	3	7648
Menn:					
15-34 år.....100	27	37	24	12	1355
35-54 år.....100	28	49	21	2	1189
≥55 år.....100	34	53	13	0	1209
Kvinner:					
15-34 år.....100	31	55	11	3	1395
35-54 år.....100	33	59	8	0	1228
≥55 år.....100	46	50	4	-	1272

Kilde: Helsetundersøkelsen 1975

Tabell 9 viser at fysisk aktivitet avtar med alder og at den i alle aldersgrupper er høyere for menn enn for kvinner. En tredjedel av de spurte oppga "stillesittende aktivitet" som mest beskrivende for deres aktivitet i fritiden det siste året. Se også tabell 2, kapittel

2, - omfang av type aktiviteter som utøves.

- Friluftsliv er i Helseundersøkelsen definert som opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse. Fysisk aktivitet omfatter også idrett og andre aktiviteter som ikke er utført i friluft.

3.3 Samvariasjon mellom fysisk aktivitet og helse

Datamaterialet gir ikke grunnlag for å si at fysisk aktivitet gir bedre helse - eller at det er dårlig helse som fører til mindre aktivitet. Sannsynligvis foreligger det en gjensidig påvirkning mellom aktivitet og helse. (Se også kapittel 4 - om betydningen av friluftaktivitet i oppveksten for førligheten senere i livet).

Tabell 10 Personer i ulike aktivitetsgrupper, etter helsetilstand/sykelighet. Prosent

Fysisk aktivitet	I alt	Dårlig helse/- stor syke- lighet	Mindre god helse/ganske mye plaget av sykdom	God helse/- alminnelig syk av og til	Meget god helse/liten eller ingen sykelighet	Antall personer
		Prosent				
<u>ALLE PERSONER</u>	100	11	19	52	18	7 648
Stillesittende....	100	16	23	45	16	2 531
Lett mosjon.....	100	10	19	53	18	3 863
Tung mosjon.....	100	4	12	60	24	1 024
Hard trening.....	100	2	12	73	13	230

Kilde: Helseundersøkelsen 1975

Tabell 10 viser hvordan helsetilstanden varierer mellom grupper med ulik fysisk aktivitet. - Det er klar samvariasjon mellom økende aktivitet og bedre helse/mindre sykkelighet. Men gruppen med tung mosjon har relativt flere med meget god helse enn de med hard trening. (En mulig forklaring kan være at hard trening kan føre til belastningsskader o.l.). Det underliggende materialet viser at samvariasjonen mellom aktivitet og helse er noe svakere for menn i aldersgruppen 15-34 år og 35-54 år enn for hele utvalget, det samme gjelder for kvinner mellom 15 og 34 år.

Tabell 10 viser at 11 prosent av personene i undersøkelsen faller innenfor gruppen med dårlig helse/stor sykkelighet og 19 prosent i gruppen med mindre god helse. Imidlertid er det hele 10 og 19 prosent av personene som driver lett mosjon, som tilhører gruppene med henholdsvis dårlig og mindre god helse, og 12 prosent av personene som driver både tung mosjon og hard trening, som har mindre god helse. Dette kan tyde på at folk med dårlig og mindre god helse faktisk driver med både lett og tung mosjon og/eller hard trening i sin fritid.

3.4 Samvariasjon mellom omfang av friluftsliv og helse

Omfang av friluftsliv

Levekårsundersøkelsen 1980 gir opplysninger om hvor mange ganger (omtrent) man de siste 12 mnd.:

- gikk lengre fotturer eller skiturer i skog og mark eller på fjellet
- mosjonerte på annen måte eller drev med sport eller idrett
- drev med hagearbeid i sesongen

Svarene ble gitt i intervaller: 0, 1-2, 3-9, 10-39 og 40 ganger og over. Det er her konstruert et samlet mål for antall friluftaktiviteter de siste 12 mnd. Samlet antall friluftaktiviteter er delt inn i intervaller: 0-16, 17-44, 45-59, 60-89 og 90 ganger eller mer. Målet som her brukes på omfang av friluftsliv inneholder aktiviteter som strengt tatt ikke regnes som friluftsliv, men som grenser nært opp til det. Likevel synes det å være et bedre mål på omfang av friluftsliv, enn det som benyttes i Helseundersøkelsen 1975 (fysisk aktivitet siste 12 mnd.).

- Tabell 11 viser hvordan omfanget av friluftsliv varierer mellom personer i grupper for kjønn og alder. - Menn er generelt mer aktive

Tabell 11 Personer i grupper for kjønn og alder, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd. Prosent.

	I alt	Gjennomsnittlig antall ganger siste 12 mnd.					Antall personer
		0-16	17-44	45-59	60-89	≥ 90	
		Prosent					
ALLE PERSONER	100	19	22	23	16	20	3 885
Menn:							
16-34 år	100	16	19	22	18	25	650
35-54 år	100	11	18	22	18	31	622
55-79 år	100	22	22	25	15	16	597
Kvinner:							
16-34 år	100	20	25	21	17	17	644
35-54 år	100	13	23	27	19	18	656
55-79 år	100	33	23	21	12	11	716

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

enn kvinner. Det er en tendens til at personer i aldersgruppen 35-54 år er de mest aktive. De minst aktive - naturlig nok - er de høyeste aldersgruppene, både for menn og kvinner.

Omfang av friluftsliv og førlighet

Levekårsundersøkelsen 1980 gir opplysninger om førlighet, nervøse/psykiske plager og bruk av beroligende midler - i tillegg til omfang av friluftsliv. I denne undersøkelsen brukes full førlighet for de som:

- kan gå i trapper uten besvær
- kan gå en fem minutters tur i noenlunde raskt tempo uten vansker
- kan løpe en kortere strekning (omlag 100 m) om de har det travelt

Til gruppen med noe redusert fysisk evne regnes de som uten vansker kan gå i trapper og som kan gå en fem minutters tur noenlunde raskt. Sterkere redusert førlighet betyr at man bare kan gå i trapper eller en fem minutters tur. Gruppen med ingen ferdighet kan ikke utføre noen av disse aktivitetene (eventuelt ikke uten vansker). Tabell 12 viser hvordan omfanget av friluftsliv varierer mellom grupper med ulik fysisk evne.

Tabell 12 Personer med ulik førlighet (fysisk evne), etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd. Prosent.

Førlighet	I alt	Gjennomsnittlig antall ganger siste 12 mnd.					Antall personer
		0-16	17-44	45-59	60-89	≥ 70	
		Prosent					
<u>ALLE PERSONER</u>	100	19	22	23	16	20	3 885
Full førlighet	100	15	22	23	18	22	3 179
Noe redusert førlighet	100	31	21	28	12	8	318
Sterkere redusert førlighet	100	40	22	22	7	9	197
Ingen førlighet	100	59	18	15	3	5	191

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

Tabell 12 viser en klar samvariasjon mellom økende fysisk evne og økende friluftslivsaktivitet. Det underliggende materialet viser at de fleste under 55 år har full førlighet. Det er for aldersgruppen 55-79 år at samvariasjonen mellom førlighet og friluftslivsaktivitet er sterkest. Det er imidlertid overraskende at såpass mange med ingen ferdighet og sterkere redusert fysisk evne har et middels og til dels høyt aktivitetsnivå. Også data fra Levekårsundersøkelsen indikerer altså at det ikke kun er folk med full førlighet (god helse) som driver med friluftslivsaktiviteter.

Omfang av friluftsliv og nervøse/psykiske plager

Levekårsundersøkelsen 1980 gir opplysninger om personene i løpet av de siste 6 mnd. - ofte, av og til eller aldri - hadde vært plaget av nervøsitet, angst eller rastløshet. - Det er en relativ klar tendens

til at friluftslivaktiviteten avtar med økende nervøse/psykiske plager (se tabell 13). Gruppen som aldri er berørt av disse plagene har et gjennomgående høyere aktivitetsnivå enn de som er plaget av og til. De som ofte er plaget av nervøsitet, angst eller rastløshet synes å være de minst aktive. Samvariasjonen er sterkest for kvinner over 54 år og til en viss grad også for menn i samme aldersgruppe.

Tabell 13 Andel personer som i løpet av de siste 6 mnd. - ofte, av og til eller aldri - har vært plaget av nervøsitet, angst eller rastløshet, etter omfang av friluftsliv siste 6 mnd. Prosent.

Nervøse/ Psykiske plager	I alt	Gjennomsnittlig antall ganger siste 12 mnd.					Antall personer
		0-16	17-44	45-59	60-89	90 og over	
Prosent							
ALLE PERSONER	100	19	22	23	16	20	3 885
Ofte	100	34	19	25	11	11	206
Av og til	100	23	22	24	16	15	724
Aldri	100	17	22	23	17	21	2 939

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

Omfang av friluftsliv og bruk av beroligende midler/nervemedisin

Levekårsundersøkelsen 1980 gir også opplysninger om personene i løpet av de siste 6 mnd. - jevnlig, av og til eller aldri - hadde brukt beroligende midler/nervemedisin forordnet av lege. Tabell 14 viser sammenhengen mellom bruk av slike midler og aktivitetsnivå. - Det ser ut til å være en klar samvariasjon mellom økt omfang av friluftsliv og mindre bruk av slike midler. Sammenhengen er sterkest for menn over 54 år og - til dels også for kvinner - i alderen 35-54 år, selv om tendensen finnes hos begge kjønn og i alle aldersgrupper. Samvariasjonen mellom økende aktivitet og mindre bruk av beroligende midler/nervemedisin er sterkere enn samvariasjonen mellom økende aktivitet og mindre nervøse/psykiske plager. En mulig forklaring på dette kan være at det er lettere å besvare spørsmål om eget medisinbruk og bruk av medikamenter enn spørsmål om egne nervøse/psykiske plager.

Tabell 14 Andel personer som i løpet av de siste 6 mnd. - jevnlig, av og til eller aldri - har brukt beroligende midler/nervemedisin, etter omfang av friluftsliv siste 6 mnd. Prosent.

Bruk av beroligende midler/nervemedisin	I alt	Gjennomsnittlig antall ganger siste 12 mnd.					Antall personer
		0-16	17-44	45-59	60-89	≥ 90	
Prosent							
ALLE PERSONER	100	19	22	23	16	20	3 885
Jevnlig	100	42	18	24	8	8	194
Av og til	100	29	23	23	14	11	281
Aldri	100	17	22	23	17	21	3 410

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

3.5 Bosted - aktivitet

Tabell 15 viser omfang av friluftsliv i ulike typer bostedsstrøk. Det er brukt følgende inndeling for aktivitetsnivå (brukt også i avsnitt 3.6, 3.7 og 3.8):

- 0-16 ganger siste 12 mnd.: "Lavt nivå"
- 17-89 " " " : "Middels nivå"
- 90 ganger eller mer : "Høyt nivå"

Tabell 15 Personer i ulike bostedsstrøk, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd. Prosent.

Bostedsstrøk	I alt	Aktivitetsnivå			Antall personer
		Lavt nivå	Middels nivå	Høyt nivå	
Prosent					
ALLE	100	19	61	20	3 881
Storbykommuner ¹ ...	100	23	58	19	794
Bykommuner ²	100	19	59	22	493
Tettbygd for øvrig	100	16	60	24	1 319
Spredtbygd	100	20	65	15	1 275

¹ Oslo, Bergen, Trondheim og Stavanger

² Tettbygd, 20 000 innbyggere eller mer

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

- Personer i bykommuner og tettbygde strøk synes å ha noe høyere aktivitetsnivå enn de som er bosatt i storbykommuner og spredtbygde strøk. For kvinner i alderen 15 til 34 år er det liten forskjell mellom bostedsstrøkene. Kvinner over 54 år som er bosatt i storbykommuner, er gjennomgående de minst aktive.

3.6 Boforhold, aktivitet og helse

Nesten halvparten av friluftaktivitetene foregår i nærmiljøet (jfr. kapittel 2). Det synes rimelig å anta at omgivelsene rundt småhus, i forhold til ulike typer høyhus, i større grad innbyr til ulike friluftaktiviteter.

Hustype og sanitærtilstand kan til en viss utstrekning ses på som meningsfulle boforholdsindikatorer. Lavinntektshusholdninger bor sjeldnere i de "populære" hustypene (enebolig, horisontaldelte tomannsboliger, enebolig i kjede/rekke o.l.), og oftere i høyhus (jfr. SØS 46, "Inntektsfordeling og Levekår"). Likevel kan ikke det å bo i småhus betraktes som en meningsfull boforholdsindikator i spredtbygde strøk, der så og si hele boligmassen består av småhus. Husholdninger med lav inntekt bor oftere i boliger med mangelfull sanitærstandard.

Levekårsundersøkelsen 1980 deler hustypene inn i tre hovedgrupper:

- Frittliggende enebolig
 - andre småhus 1-2 etg. (enebolig i kjede/rekke, horisontalt/-vertikaldelt tomannsbolig)
 - høyhus (hus med 3 etg. eller mer)
- Personer bosatt i frittliggende eneboliger synes å være mer aktive enn de som bor i "andre småhus" (jfr. tabell 16). Folk i høyhus synes å være de minst aktive. Samvariasjonen mellom boligtype og friluftaktivitetsnivå er sterkest for kvinner over 54 år.

Helseundersøkelsen 1975 benytter følgende inndeling av hustyper:

- Frittliggende enebolig
- andre småhus (enebolig i kjede/rekke, horisontalt eller vertikalt delt tomannsbolig, tre eller firemannsbolig)
- høyhus (hus med fem eller flere leiligheter, ikke rekke eller kjedehus).

Tabell 16 Andel personer i ulike hustyper, etter omfang av fri-luftsliv siste 12 mnd. Prosent.

Hustype	I alt	Aktivitetsnivå			Antall personer
		Lavt nivå	Middels nivå	Høyt nivå	
		Prosent			
ALLE	100	18	61	21	3881
Frittliggende enebolig.....	100	13	63	24	1876
Andre småhus, 1-2 etg.....	100	20	59	21	850
Høyhus	100	31	58	11	655

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

- Variasjonen i fysisk aktivitetsnivå mellom personer bosatt i de ulike hustyper viser samme tendens som resultatet over. Tabell 17 viser samvariasjon mellom boligtype og helsetilstand.

Tabell 17 Personer i ulike hustyper, etter helsetilstand/sykelighet. Prosent

Hustype	I alt	Dårlig helse/ stor syke- lighet	Mindre god helse/ganske mye plaget av sykdom	God helse/ alminnelig syk av og til	Meget god helse/liten eller ingen sykelighet	Antall personer
		Prosent				
ALLE PERSONER ...	100	11	19	53	17	6 720
Frittliggende enebolig.....	100	10	18	54	18	3 352
Andre småhus	100	11	20	53	16	1 812
Høyhus	100	13	21	51	15	1 556

Kilde: Helseundersøkelsen 1975

Personer som bor i frittliggende enebolig synes å være minst plaget av dårlig helse. Gruppen som bor i høyhus har noe oftere dårlig og mindre god helse enn personer bosatt i de andre hustypene. For menn over 54 år ser det ut til å være liten sammenheng mellom helsetilstand og type bolig.

Levekårsundersøkelsen 1980 gir opplysninger om boligen/leiligheten har dusj eller bad. 7.5 prosent av boligmassen hadde ingen av delene. Personer som verken har bad eller dusj synes å drive mindre friluftsliv enn andre (jfr. tabell 18).

Tabell 18 Andel personer i bolig/leilighet med og uten dusj/bad, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd. Prosent.

Om boligen har dusj/bad eller ikke	I alt	Aktivitetsnivå			Antall personer
		Lavt nivå	Middels nivå	Høyt nivå	
		Prosent			
<u>ALLE</u>	100	19	61	20	3861
Dusj/Bad.....	100	18	62	20	3570
Ikke dusj/bad.....	100	36	56	8	291

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

3.7 Plager i bomiljøet (forurensning og støy), aktivitet og helse

Plager i bomiljøet som forurensninger og støy kan gjøre det mindre attraktivt å utøve ulike friluftaktiviteter i nærmiljøet. - Levekårsundersøkelsen 1980 gir opplysninger om personer som var plaget av en eller flere typer luftforurensninger eller en eller flere støykilder i bomiljøet. Det er skilt mellom: De som var plaget av både luftforurensning og støy, av en av delene, og de som ikke var plaget.

Tabell 19 viser at det er en tendens til at personer som er utsatt for både luftforurensninger og støy i bomiljøet, er mindre aktive enn de som er plaget av ingen eller en av delene. Dette gjelder i mindre grad for menn og kvinner over 54 år.

Helseundersøkelsen 1975 gir opplysninger om personer som i sitt bomiljø var mye plaget av støy og forurenset luft (røyk, støv, lukt). Resultatene støtter opp om resultatene i tabell 19, - personer som er mye plaget av både luftforurensninger og støy har oftere stillesittende aktivitet i fritiden enn de som ikke er mye plaget av noen av delene.

Tabell 19 Andelen personer som i bomiljøet er plaget av både luftforurensninger og støy, en av delene eller ingen av delene, etter omfang av friluftsliv siste 12 mnd. Prosent.

Plager i bomiljøet	I alt	Aktivitetsnivå			Antall personer
		Lavt nivå	Middels nivå	Høyt nivå	
Prosent					
<u>ALLE PERSONER</u>	100	19	61	20	3855
Personer plaget av:					
- luftforurensning og støy.....	100	27	56	17	309
- luftforurensning eller støy.....	100	18	63	19	835
- ingen av delene.	100	19	61	20	2 711

Kilde: Levekårsundersøkelsen 1980

Tabell 20 Andel personer som i bomiljøet er mye plaget av luftforurensninger og støy, begge delene eller ingen av delene, etter helsetilstand/sykelighet. Prosent

Plager i bomiljøet	I alt	Dårlig helse/- stor syk-	Mindre god helse/ganske mye plaget av sykdom	God helse/- alminnelig syk av og til	Meget god helse/liten eller ingen sykkelighet	Antall personer
		lighet				
Prosent						
<u>ALLE PERSONER</u>	100	11	19	52	18	7 660
Plaget av:						
-luftforurensninger og støy	100	20	25	46	9	221
-luftforurensninger eller støy.....	100	14	24	47	15	504
-ingen av delene ...	100	10	19	52	19	6 935

Kilde: Helseundersøkelsen 1975

Tabell 20 viser samvariasjon mellom plager i bomiljøet og helsetilstand. Det er klar positiv samvariasjon mellom økende plager i bomiljøet og dårligere helse. De som er mye plaget av både luftforurensninger og støy har oftere dårligere helsetilstand enn de som er mye plaget av en av delene. Personer som ikke er mye plaget, har gjennomgående bedre helsetilstand enn de som er mye plaget av en av delene. Det er klareste tendens for kvinner over 54 år.

3.8 Plager i arbeidsforhold, aktivitet og helse

Det å være utsatt for ulike plager på arbeidsplassen kan føre til mindre trivsel og direkte helseproblemer. Resultatet kan også være mindre fysisk aktivitet i fritiden.

Helseundersøkelsen 1975 gir opplysninger om man på sin arbeidsplass var mye plaget av støy, forurenset luft (røyk, støv, lukt), vonde arbeidsstillinger, trekk og høyt arbeidstempo. På grunnlag av dette er det konstruert et samlet mål på antall plagsomme arbeidsforhold. - Tabell 21 viser at det er en tendens til at personer som mener at de er mye plaget av fire eller fem ulike plagsomme forhold på arbeidsplassen, er mindre aktive enn andre. Dette synes å gjelde for begge kjønn og i alle aldersgrupper.

Tabell 21 Personer i grupper med ulikt antall plagsomme arbeidsforhold, etter fysisk aktivitet siste 12 mnd. Prosent.

Antall plager på arbeidsplass	I alt	Aktivitetsgruppe				Antall personer
		Stille-sittende	Lett mosjon	Tung mosjon	Hard trening	
		Prosent				
<u>ALLE PERSONER...</u>	100	31	50	16	3	4758
<u>Antall plager:</u>						
- ingen.....	100	30	52	15	3	2487
- 1.....	100	31	49	17	3	1216
- 2-3.....	100	32	48	16	4	861
- 4-5.....	100	38	45	16	1	194

Kilde: Helseundersøkelsen 1975

Tabell 22 viser samvariasjon mellom sykkelighet og antall plagsomme forhold på arbeidsplassen. - Personer som ikke er mye plaget av noen plagsomme forhold ved arbeidsplassen, har noe oftere bedre helsetilstand enn gruppen med 1-3 meget plagsomme arbeidsplassforhold. Det er også en tendens til at personer med flest plagsomme forhold, oftere har dårligere helsetilstand enn andre (spesielt øker andelen i gruppen med dårlig helse/"stor sykkelighet").

Tabell 22 Personer i grupper med ulikt antall plagsomme arbeidsforhold, etter helse- tilstand/sykkelighet. Prosent.

Antall plagsomme forhold på arbeidsplassen	I alt	Dårlig helse/- stor sykkelighet	Mindre god helse/ganske mye plaget av sykdom	God helse/- alminnelig syk av og til	Meget god helse/liten eller ingen sykkelighet	Antall personer
		Prosent				
ALLE PERSONER.....	100	8	16	56	20	4 752
Plager:						
-ingen	100	7	15	57	21	2 485
-1.....	100	8	19	54	19	1 214
-2-3	100	10	18	55	17	861
-4-5	100	17	16	47	20	192

Kilde: Helseundersøkelsen 1975

4. UTØVELSE AV FRILUFTSLIV I OPPVEKSTEN OG HELSETILSTAND I I VOKSEN ALDER

Man går som regel ut fra at det er en klar positiv sammenheng mellom utøvelse av friluftslivaktiviteter og folks helse. I kapittel 3 er det vist eksempler på hvordan utøvelse av fritidsaktiviteter bl.a. samvarierer med folks helsetilstand. Dette gjelder imidlertid for intervjupersonene på tidspunktet for intervjuingen og aktiviteter personene utøvde i løpet av de siste 6 eller 12 mnd. Undersøkelsene som er benyttet i kapittel 3, gir ikke opplysninger om utøvelse av aktiviteter i oppveksten eller over livsløpet - og om dette eventuelt har ført til bedre helse.

- Friluftslivundersøkelsen 1974 inneholder blant annet opplysninger om folks utøvelse av friluftslivaktiviteter i oppveksten og om friluftslivaktivitet og fysisk førlighet på undersøkelsestidspunktet (1974). Dette er den eneste undersøkelsen i SSB som gir data for aktivitet i oppveksten og folks helse i dag. Undersøkelsen har gjort det mulig å teste følgende hypotese: UTØVELSE AV FRILUFTSLIV I OPPVEKSTEN/TIDLIG ALDER FØRER TIL BEDRE HELSE SENERE. Undersøkelsen har ikke opplysninger om folks aktiviteter i tidsrommet mellom oppvekst og intervjutidspunktet.

- I dette kapitlet er det undersøkt om det er utsagnskraftige forskjeller i fysisk førlighet mellom personer som har hatt høy og lav friluftslivaktivitet i oppveksten og på intervjutidspunktet. Dette er gjort for alle personene (2255 personer i alderen 15-74 år), for menn og kvinner særskilt og i forskjellige alders-, utdannings- og yrkesgrupper. Resultatene i dette kapitlet viser at andelen personer som har redusert førlighet (og altså redusert helse) avtar klart med økende omfang av friluftsliv i oppveksten.

4.1 Friluftsliv i oppveksten

Friluftslivundersøkelsen 1974 gir opplysninger om hvor mye folk

badet, gikk på fottur, fisket og gikk på ski i oppveksten (før fylte 15 år). Svaralternativene var:

- *Svært mye*
- *Forholdsvis mye*
- *Forholdsvis lite*
- *Ikke, omtrent ikke*
- *Husker ikke, vet ikke*

For hver person i undersøkelsen er svarene for de 4 aktivitetene gitt vekt tall fra 4 (svært mye) til 0 (husker ikke, vet ikke) og summert til en indeks som vil ha verdier fra 0-16. Indekstallene er delt inn i følgende grupper for aktivitetsnivå i oppveksten:

1. *Svært høy (13-16 poeng)*
2. *Nokså høy (9-12 poeng)*
3. *Nokså lav (5-8 poeng)*
4. *Svært lav (0-4 poeng)*

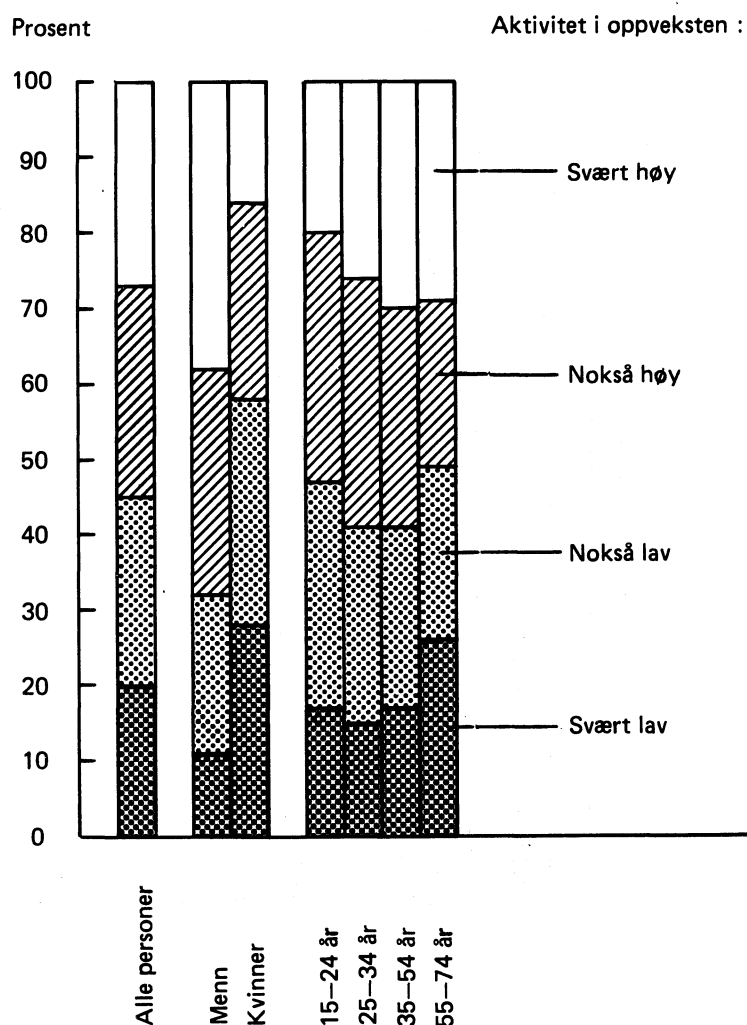
Hver av gruppene omfatter ca. en fjerdedel av personene i utvalget.

Erfaringer i oppvekstårene, dvs. tiden før en fyller 15 år, vil på mange måter være avgjørende for adferd senere i livet. Stort sett vil de fleste være friske nok til å drive friluftsliv i oppveksten. I hvilken grad de gjør det, vil avhenge av mulighetene for å drive friluftsliv, egen innstilling og egne interesser, motivering og læring gjennom foreldre, skole og venner, tilgang til utstyr osv. Den innstilling til friluftsliv som skapes i oppveksten vil ofte kunne vare gjennom hele livet. På den annen side vil de som får lite motivering og erfaring med friluftsliv i oppveksten, ofte ha problemer med å komme i gang senere, for eksempel fordi de ikke har lært å sykle, svømme eller gå på ski i ung alder. Omtrent halvparten av personene i utvalget hadde sin oppvekst før 1945 - i en tid hvor for eksempel holdningene til kvinnenes friluftslivaktivitet var en annen enn i dag.

- Andelen som oppga at de hadde svært høy friluftslivaktivitet i oppveksten var 38 prosent blant menn og 16 prosent blant kvinner. 28

prosent av kvinnene og 11 prosent av mennene oppgav svært lav aktivitet. Tallene viser en betydelig forskjell i menns og kvinners vurdering av egen friluftslivaktivitet i oppveksten. Det er grunn til å tro at dette er utrykk for faktiske forskjeller.

FIGUR 6. PERSONER I GRUPPER FOR KJØNN OG ALDER, ETTER EGEN VURDERING AV FRILUFTSLIVAKTIVITET I OPPVEKSTEN. PROSENT

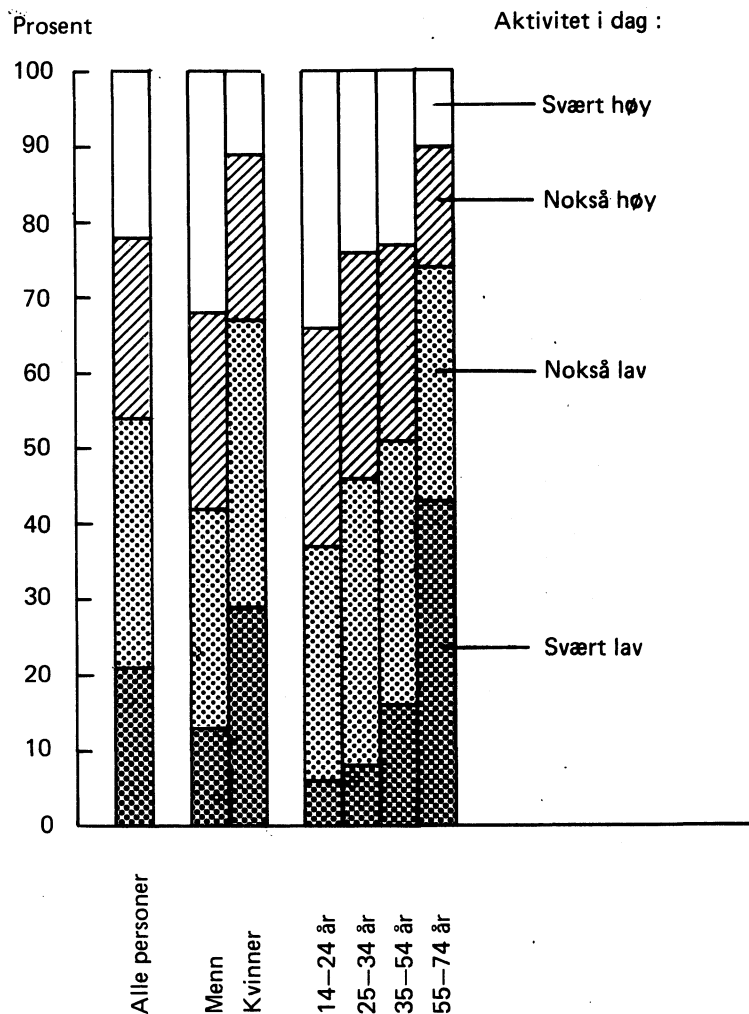


Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974.

Figur 6 viser at det er liten forskjell i ulike aldersgruppers vurdering av egen aktivitet i oppveksten. Dette kan en ta som utrykk for at denne vurderingen er nokså realistisk. Det ser ikke ut til at

faktisk aktivitet på undersøkelsestidspunktet i særlig grad har påvirket vurderingen av aktivitet i oppveksten. For eksempel har aldersgruppen 55-74 år, som en vet har en nokså lav faktisk aktivitet i dag, en vurdering av egen aktivitet i oppveksten som ikke avviker særlig fra gjennomsnittet for alle personer.

FIGUR 7. PERSONER I GRUPPER FOR KJØNN OG ALDER, ETTER FRILUFTSLIVAKTIVITET I DAG (1974). PROSENT



Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974.

4.2 Friluftslivaktivitet iflg. Friluftslivundersøkelsen 1974

Friluftslivundersøkelsen 1974 gir opplysning om antall turer siste år for i alt 17 friluftslivaktiviteter. På grunnlag av samlet antall turer pr. person og år, har en laget en inndeling med 4 grupper for friluftslivaktivitet i dag:

1. Svært høy (100 og flere turer)
2. Nokså høy (50-99 turer)
3. Nokså lav (10-49 turer)
4. Svært lav (0-9 turer)

Grensene for antall turer er satt slik at en får tilnærmet en fjerdedel av alle personene i hver aktivitetsgruppe. Dette er gjort blant annet av hensyn til sammenlikninger med det målet som brukes for friluftslivaktivitet i oppveksten i avsnitt 4.1 (som er konstruert på tilsvarende måte).

Dataene fra 1974 viser at menn har en betydelig høyere friluftslivaktivitet enn kvinner og at aktiviteten avtar klart med alderen (figur 7, forrige side). Skoleelever og studenter har uten sammenlikning høyest friluftslivaktivitet. Yrkesaktive har gjennomgående høyere aktivitet enn husmødre og pensjonister. Det er en svak tendens til at yrkesaktive med stillesittende arbeid har større friluftslivaktivitet enn personer med fysisk anstrengende arbeid (figur 8).

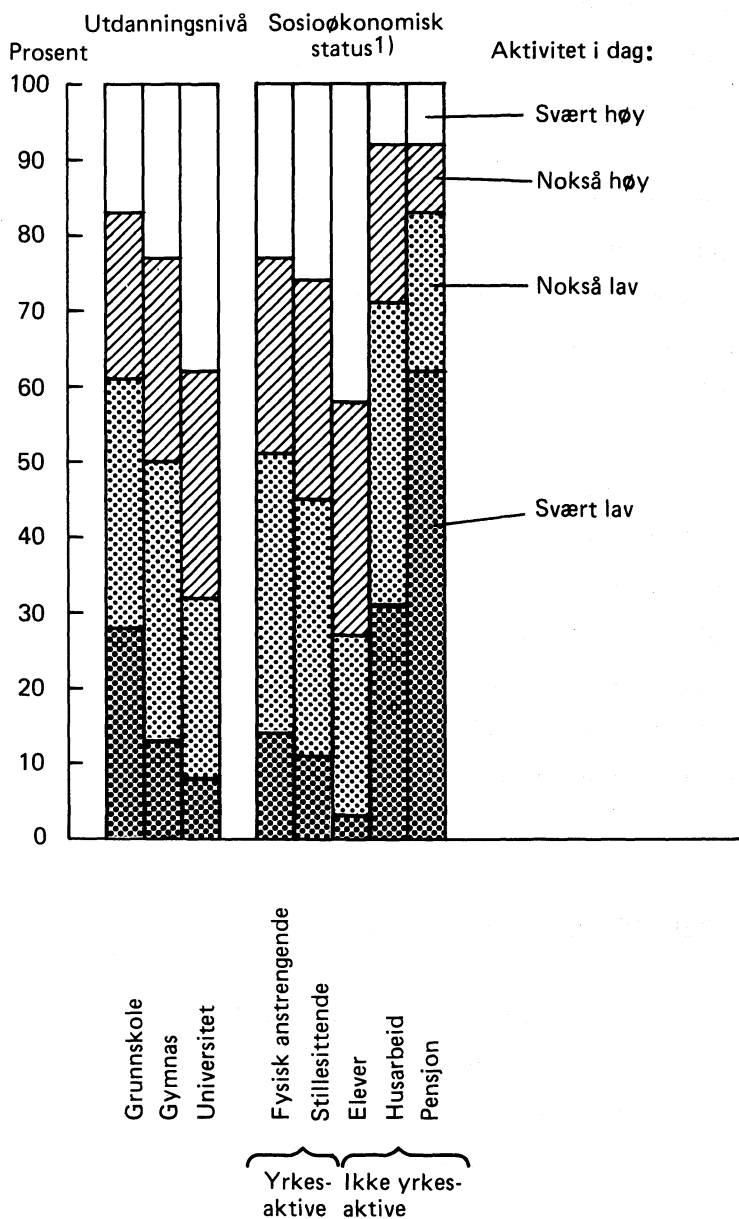
4.3 Sammenheng mellom aktivitet i oppveksten og i voksen alder

I avsnitt 4.1 er det nevnt at motivering, læring og erfaring kan være avgjørende for adferd senere i livet. En tror altså at personer med høy friluftslivaktivitet i oppveksten er mer aktive i dag enn personer som var mindre aktive på den tiden de vokste opp.

Tallmaterialet viser at av de som hadde høy aktivitet i oppveksten, hadde 57 prosent høy aktivitet i dag. Av de som hadde lav aktivitet i oppveksten, hadde 32 prosent høy aktivitet i dag. Forskjellene er med andre ord klart utsagnskraftige når en ser alle voksne personer under

ett. En har imidlertid klart markerte forskjeller også når materialet deles opp etter kjønn og etter alder, og når en ser på de enkelte utdannings- og sosioøkonomiske grupper, som i tabell 23.

FIGUR 8. PERSONER I GRUPPER FOR UTDANNINGSNIVÅ OG SOSIOØKONOMISK STATUS, ETTER FRILUFTSLIVS- AKTIVITET I DAG (1974). PROSENT



1) Fysisk anstrengende arbeid omfatter selvstendige i jordbruk, skogbruk, fiske, Andre selvstendige, Ansatte i industri, bygge- og anleggsarbeid, gruvedrift. Stillesittende arbeid omfatter Andre ansatte.

Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974.

Tabell 23 Andel av personer i grupper for kjønn, alder, utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, med høy henholdsvis lav friluftslivaktivitet i oppveksten, som har høy aktivitet i dag. Prosent.

Befolknings- gruppe	Høy aktivitet i opp- veksten og høy aktivitet i dag	Lav aktivitet i opp- veksten og høy aktivitet i dag
	Prosent	
ALLE PERSONER	57	32
<u>Kjønn:</u>		
Menn	64	44
Kvinner	45	25
<u>Alder:</u>		
15-34 år	68	49
35-54 år	61	32
55-74 år	38	14
<u>Utdanningsnivå:</u>		
Grunnskole	50	26
Gymnas	58	37
Universitet	78	52
<u>Sosioøkonomisk status:</u>		
Yrkesaktive med fysisk anstrengende arbeid ...	57	34
Andre yrkesaktive, skole- elever og studenter ...	69	46
Husarbeid	41	21
Pensjonister, trygdede ..	32	9

Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974

I den halvdelen av befolkningen som hadde høy friluftslivaktivitet i oppveksten er det altså nesten dobbelt så stor andel som har høy friluftslivaktivitet idag (50 eller flere turer pr. år), som i den halvdelen av befolkningen som hadde lav friluftslivaktivitet i oppveksten. Forskjellen er mer markert for kvinner enn for menn, og den øker med alder. Blant pensjonister og trygdede er andelen med høy aktivitet i dag 3 1/2 ganger så stor blant de som var aktive i oppveksten enn blant de som ikke var aktive.

4.4 Forskjellige mål for friluftslivaktivitet

Det er altså en nær sammenheng mellom folks utøvelse av friluftslivaktivitet i oppveksten og friluftslivaktivitet i dag. Omfanget av friluftsliv i årene mellom oppveksten og i dag vet en ikke noe om. Friluftslivundersøkelsen 1974 gir bare opplysninger om friluftslivsakti-

viteten i oppveksten og på undersøkelsestidspunktet. For den voksne befolkningen svarer dette til et tidsrom på mellom 1 og 60 år.

Hvis folks friluftslivaktivitet har noen betydning for førligheten, er det rimelig å anta at det først og fremst er aktiviteten gjennom et lengre tidsrom, eventuelt hele tiden fra oppveksten til i dag, som teller. Ut fra dette er det konstruert et mål som bygger både på opplysningene om aktivitet i oppveksten og opplysningene om aktivitet i dag. Dette målet er kalt aktivitetsforløp:

- (1) Jevnt høy aktivitet - omfatter personer med svært høy eller nokså høy friluftslivaktivitet både i oppveksten og i dag.
- (2) Økende aktivitet - omfatter personer med nokså lav eller svært lav aktivitet i oppveksten, men svært høy eller nokså høy aktivitet i dag.
- (3) Avtakende aktivitet - omfatter personer med svært høy eller nokså høy aktivitet i oppveksten og nokså lav eller svært lav aktivitet i dag.
- (4) Jevnt lav aktivitet - omfatter personer med nokså lav eller svært lav friluftslivaktivitet både i oppveksten og i dag.

Alternativene "økende aktivitet" og "avtakende aktivitet" omfatter forutsetningsvis samme totale aktivitet i årene fra oppveksten til i dag. "Økende aktivitet" er imidlertid gruppert foran fordi størsteparten av aktiviteten i denne gruppen ligger nær undersøkelsestidspunktet. Hovedtrekkene med hensyn til aktivitetsforløp er vist i tabell 24. - Jevnt høyt aktivitetsforløp er langt vanligere hos menn enn hos kvinner, henholdsvis på 43 og 19 prosent. Andelen for alle er mellom 35 og 40 prosent i alderen 15-54 år, og er spesielt høy for personene med utdanning på universitetsnivå. Økende aktivitet er mer vanlig for aldersgruppen 15-24 år. Fra og med aldersgruppen 25-34 år er det flere som har avtakende aktivitet enn økende aktivitet. Jevnt lav friluftslivaktivitet har mer enn 40 prosent av kvinnene, personer i alderen 55-74 år, personer med husarbeid, pensjonister og trygdede.

Tabell 24 Personer i grupper for kjønn, alder, utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, etter aktivitetsforløp. Prosent.

Befolknings- gruppe	I alt	Aktivitetsforløp				Personer som svarte	
		Jevnt høyt	Øk- ende	Avtak- ende	Jevnt lavt	Antall	Prosent
ALLE PERSONER	100	31	14	24	31	2255	100
Kjønn:							
Menn	100	43	14	24	18	1135	50
Kvinner	100	19	14	23	43	1120	50
Alder:							
15-24 år	100	40	23	13	24	429	19
25-34 år	100	35	20	24	21	379	17
35-54 år	100	36	13	23	28	743	33
55-74 år	100	19	7	32	42	704	31
Utdanningsnivå:							
Grunnskole	100	26	13	26	36	1284	57
Gymnas	100	34	15	25	26	668	30
Universitet	100	49	19	14	18	300	13
Sosioøkonomisk status:							
Yrkesaktive med fysisk anstrengende arbeid .	100	39	11	30	21	529	23
Andre yrkesaktive, skoleelever og studenter	100	39	20	18	23	962	43
Husarbeid	100	17	13	24	47	479	21
Pensjonister, trygdede	100	13	4	34	49	245	11

Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974

Fysisk rørlighet

Dette målet bygger på tre spørsmål i Friluftslivundersøkelsen 1974.

Svaralternativene for alle spørsmålene er ja eller nei:

1. Kan De gå i trapper uten vanskelighet?
2. Kan De gå en 15 minutters tur i noenlunde raskt tempo uten vanskelighet?
3. Kan De løpe 50 meter uten vanskelighet?

Ut fra svarene er det laget et mål for rørlighet med følgende alternativer:

- Normal rørlighet (kan gå i trapper, kan gå tur, kan løpe 50 meter)

- Nedsatt rørlighet (kan gå i trapper og gå tur, men ikke løpe 50 meter)
- Hindret rørlighet (kan gå i trapper, men ikke gå tur, eller kan gå tur, men ikke gå i trapper)
- Svært hindret rørlighet (kan verken gå i trapper eller gå tur).

Av utvalget på 2255 personer hadde 77 prosent normal rørlighet, mens 9 prosent hadde nedsatt, 9 prosent hindret og 5 prosent svært hindret rørlighet. Tabell 25 viser at andelen som hadde redusert rørlighet (nedsatt, hindret eller svært hindret rørlighet) er større blant kvinner enn blant menn, henholdsvis 28 og 17 prosent. Andelen med redusert rørlighet er bare 4 prosent i aldersgruppene 15-24 år og 25-34 år, mens den er henholdsvis 18 og 49 prosent i aldersgruppen 35-54 og 55-74 år. Andelen med redusert rørlighet avtar med utdanningsnivå, fra 30 prosent på grunnskolenivå til 10 prosent på universitetsnivå. I gruppen pensjonister og trygdede har 70 prosent redusert rørlighet.

Tabell 25 Personer i grupper for kjønn, alder, utdanningsnivå og sosioøkonomisk status, etter rørlighet. Prosent.

Befolknings- gruppe	I alt	Rørlighet			
		Normal	Nedsatt	Hindret	Svært hindret
ALLE PERSONER	100	77	9	9	5
Kjønn:					
Menn	100	83	5	8	4
Kvinner	100	72	12	10	6
Alder:					
15-24 år	100	96	1	3	0
25-34 år	100	96	1	2	1
35-54 år	100	82	6	7	5
55-74 år	100	50	20	18	11
Utdanningsnivå:					
Grunnskole	100	70	11	12	7
Gymnas	100	86	6	5	3
Universitet	100	90	4	3	3
Sosioøkonomisk status:					
Yrkesaktive med fysisk an- strengende arbeid	100	83	7	6	3
Andre yrkesaktive, skoleelever og studenter	100	89	4	4	2
Husarbeid	100	72	11	10	6
Pensjonister, trygdede	100	30	24	27	19

Kilde: Friluftslivundersøkelsen 1974

4.5 Sammenheng mellom friluftaktivitet og rørlighet/helse

I dette avsnittet vil en undersøke om det statistiske materialet fra Friluftslivundersøkelsen 1974 avkrefter eller sannsynliggjør en sammenheng mellom omfang av friluftsliv som utøves, og fysisk helse. - Som mål for omfang av friluftslivaktivitet er det benyttet aktivitetsforløp, og som indikator på fysisk helse i dag er det benyttet indeksen for rørlighet. Begge indikatorene er basert på Friluftslivundersøkelsen 1974, de er forklart i kapittel 4.4.

Begge de målene en har kommet fram til er nokså grove indikatorer på det en egentlig vil måle, nemlig fysisk aktivitet og helse. Fysisk aktivitet omfatter langt mer enn friluftsliv, f.eks. konkurransedrett, mosjon, fysisk utfoldelse i forbindelse med inntektsgivende arbeid, husholdsarbeid mv. En antar imidlertid at friluftsliv stort sett er en god indikator på fysisk aktivitet (se kapittel 1). Men i enkelte tilfelle kan personer med liten friluftslivaktivitet ha stor fysisk aktivitet på andre områder, f.eks. idrettsfolk og tungarbeidere. På den annen side representerer enkelte friluftslivaktiviteter som båtturer, bading og fiskeing et minimum av fysisk anstrengelse. Det bør tilføyes at friluftsliv ikke bare er fysisk aktivitet, men også naturopplevelse, frigjøring fra daglig rutine osv., - faktorer som muligens kan virke forebyggende og kanskje også helbredende på noen av vår tids "stress-sykdommer".

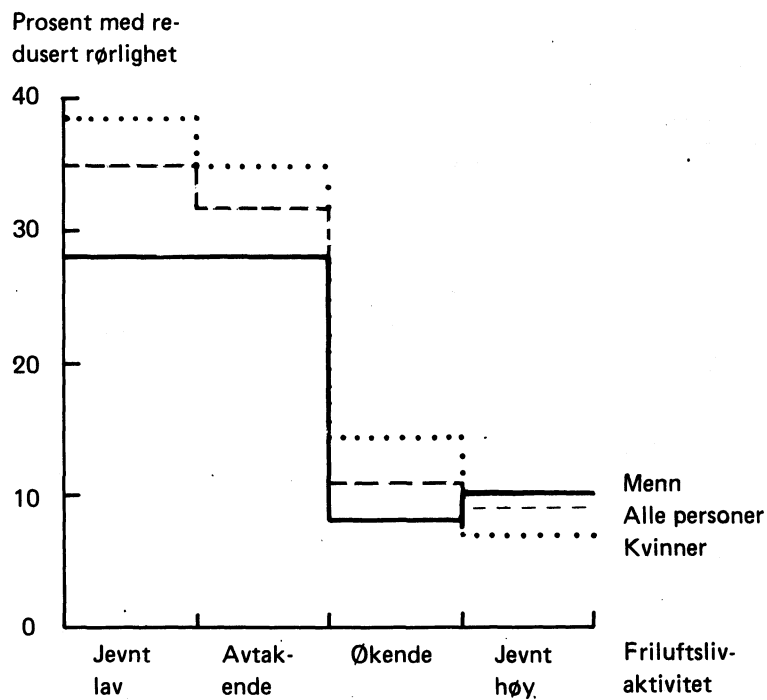
Bruk av fysisk rørlighet som indikator på "helse" har også sine svakheter. For det første skiller dette målet ut personer med betydelig redusert rørlighet. Alle som kan gå i trapper, gå en 15 minutters tur og løpe 50 meter kommer i gruppen "normal rørlighet". Videre tar dette målet ikke hensyn til sykdommer og plager som ikke påvirker rørligheten. Av personer som faller i gruppen "reduisert rørlighet" vil en liten del ha medfødt handikap som årsak til den nedsatte rørlighet. Disse burde vært holdt utenfor analysen, men materialet inneholder ikke opplysninger som tillater dette. De fleste personene i gruppen "nedsatt rørlighet", må en imidlertid anta har sykdommer eller plager som prinsipielt i større eller mindre grad kan skyldes mangel på fysisk aktivitet.

I figurene 9-14 (sidene 65-67) er det vist sammenhengen mellom friluftslivaktivitet og rørlighet for ulike befolkningsgrupper. Figurene viser en klar sammenheng: Andelen personer som har redusert rørlighet avtar klart med økende omfang av friluftsliv. Dette gjelder både for menn og kvinner (figur 9, side 65) og for alle aldersgrupper (figur 10, side 65). - Forskjellen er spesielt stor mellom personer med avtakende og økende omfang av friluftslivaktivitet, mens forskjellen mellom de som har jevnt lav eller avtakende aktivitet, og de som har økende eller jevnt høy aktivitet er mindre. Dette tyder på at friluftslivaktiviteten i dag har større betydning for rørligheten enn friluftslivaktiviteten i oppveksten. Begge de to første gruppene (jevnt lav og avtakende) innebærer lav aktivitet i dag, mens de to siste gruppene (økende og jevnt høy) betyr høy aktivitet i dag.

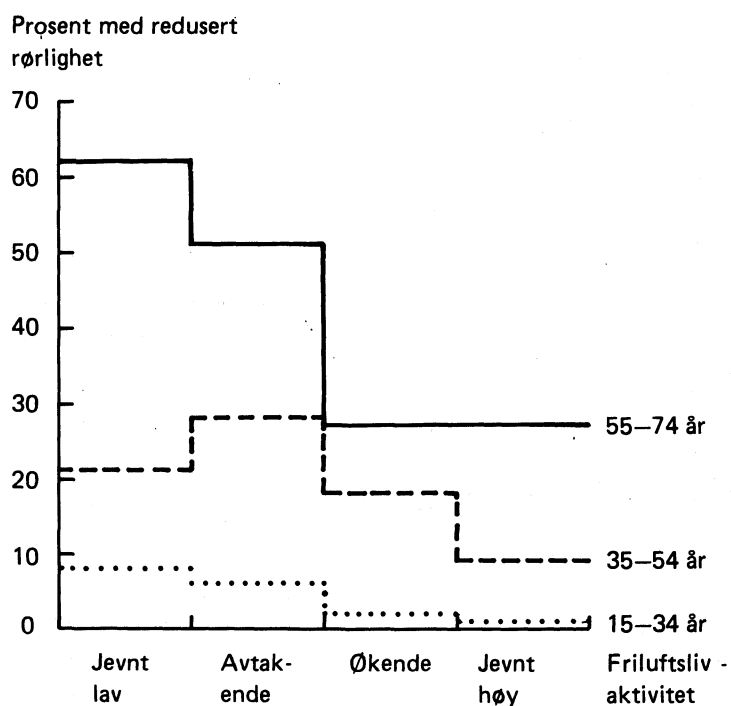
- Det ser i tillegg ut til at personer som har hatt avtakende aktivitet bare har litt bedre rørlighet enn de som har hatt jevnt lav aktivitet. Se f.eks. figur 9, hvor andelen med redusert rørlighet for de to gruppene er henholdsvis 32 og 35 prosent når en ser alle voksne under ett. Figurene viser også at personer med økende aktivitet (lav i oppveksten, høy i dag) har nesten like god rørlighet som de som har hatt jevnt høy friluftslivaktivitet.

Figurene 9-14 viser at andel personer med dårligere helsetilstand (her uttrykt ved redusert rørlighet) avtar med økende omfang av friluftslivaktiviteter som utøves - for begge kjønn og i alle aldersgrupper. Figurene viser at aktivitetsnivået på intervjutidspunktet er "viktigere" enn nivået i oppveksten for helsetilstanden på intervjutidspunktet. Dette skulle tilsi at det er "håp" også for de som ikke var særlig aktive friluftslivutøvere i oppveksten, og at utsagnet - "det er aldri for sent å begynne" har noe for seg!

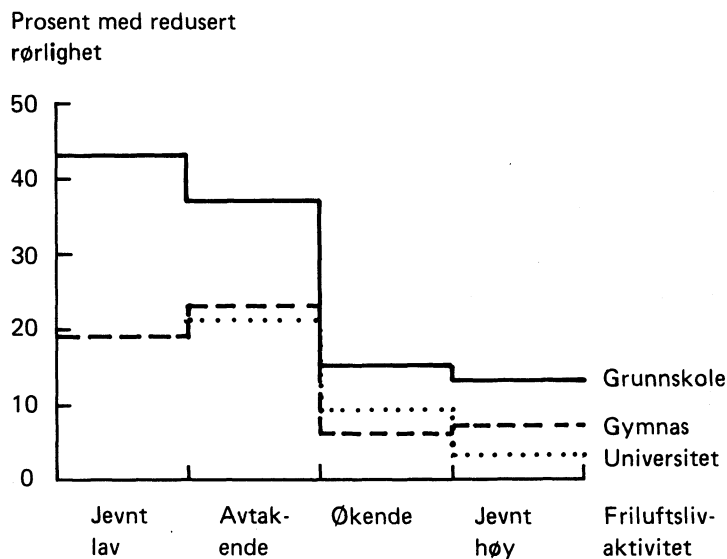
FIGUR 9. ANDEL AV PERSONER I GRUPPER FOR FRILUFTSLIVAKTIVITET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET. PROSENT. ALLE PERSONER, MENN OG KVINNER



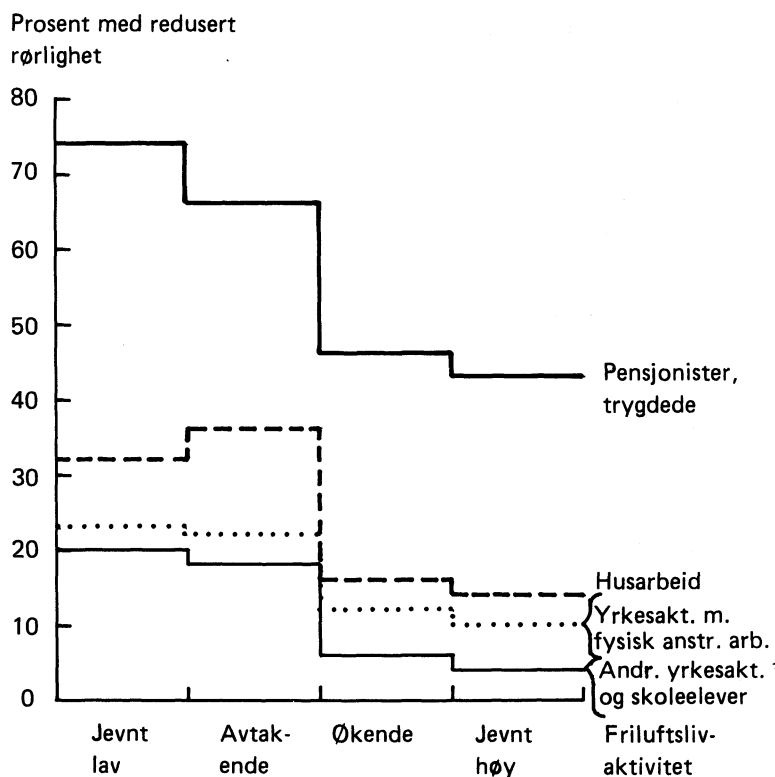
FIGUR 10. ANDEL AV PERSONER I GRUPPER FOR FRILUFTSLIVAKTIVITET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET. PROSENT. ALDERSGRUPPER



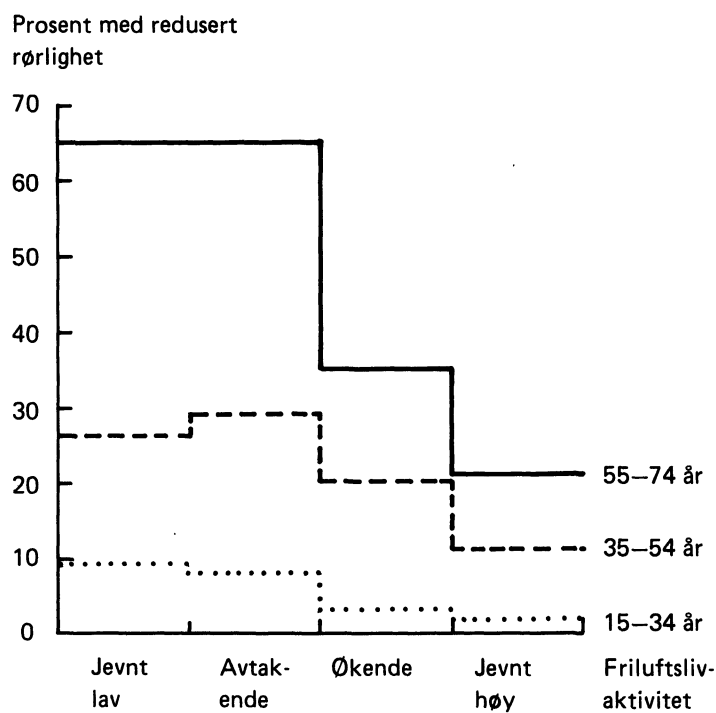
FIGUR 11. ANDEL AV PERSONER I GRUPPER FOR FRILUFTSLIVAKTIVITET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET. PROSENT. UTDANNINGSGRUPPER



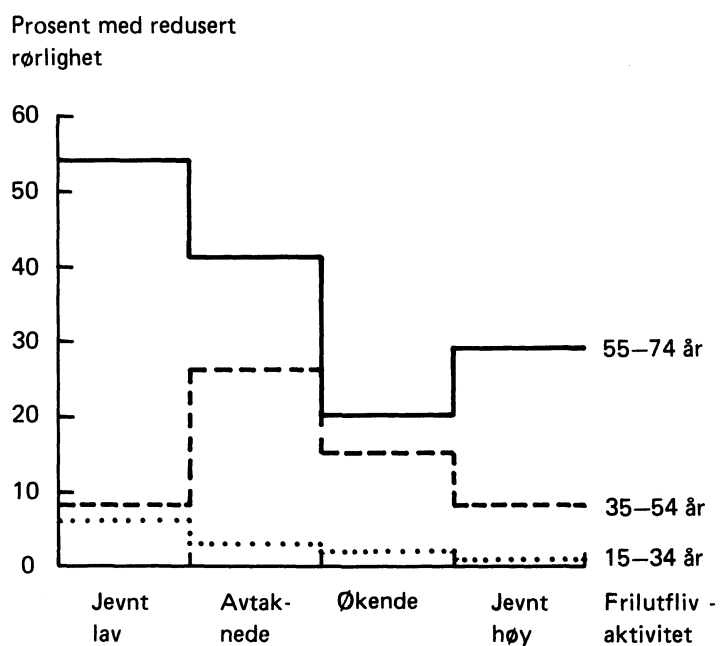
FIGUR 12. ANDEL AV PERSONER I GRUPPER FOR FRILUFTSLIVAKTIVITET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET. PROSENT. SOSIOØKONOMISKE GRUPPER



FIGUR 13. ANDEL AV KVINNER I GRUPPER FOR FRILUFTSLIVAKTIVITET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET. PROSENT. ALDERSGRUPPER



FIGUR 14. ANDEL AV MENN I GRUPPER FOR FRILUFTSLIVAKTIVITET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET, SOM HAR REDUSERT RØRLIGHET. PROSENT. ALDERSGRUPPER



REFERANSER - LITTERATUR

- AMUNDSEN, H. Thoren (1984): Statistiske metoder for analyse av samvariasjon i kategoriske data. SSB. RAPP 84/9.
- ANDERSEN, A. S.; Kristiansen, J. E.; Skarstad, O. og Wilse, H. P. (1980): Inntektsfordeling og levekår. SSB. SØS 46.
- FAYE, A. og Herigstad, H. (1974): Friluftsliv i Norge 1970-1982. SSB, RAPP 84/12.
- FINANS- OG TOLLDEPARTEMENTET (1972-73): Langtidsprogrammet 1974-77, Spesialanalyse 6 - Friluftsliv. Særskilt vedlegg 6 til St.meld. nr. 71 (1972-73).
- FINANS- OG TOLLDEPARTEMENTET (1985): Langtidsprogrammet 1986-89. St.meld. nr. 83 (1984-85).
- KJØDE, A., Marek, J. og Bennett, R. G. (1979): Friluftaktiviteter, omfang, motiver og resursser. Institutt for sosialpsykologi og Geografisk institutt, Universitetet i Bergen.
- MILJØVERNDEPARTEMENTET (1983): Synspunkter på offentlig friluftslivpolitikk. Rapport T-548.
- MILJØVERNDEPARTEMENTET (1982-83): St.meld. nr. 35, Tilleggsmelding om ressursregnskap og -budsjettering
- MILJØVERNDEPARTEMENTET (1985): Friluftsliv. Utredning T-593.
- MILJØVERNDEPARTEMENTET (1986-87): St.meld. nr. 40, Om friluftsliv.
- MILJØVERNDEPARTEMENTET (1986-87): St.meld. nr. 49, Om miljøforskning.
- NORGES IDRETTSFORBUND (1983): Rapport om fysisk aktivitet i Norge 1983.
- NORGES OFFENTLIGE UTREDNINGER (1980): Om arbeidet med levekårsspørsmål. NOU 1980:20.
- OSLOFJORDENS FRILUFTSRÅD (1985): Friluftsliv - lønner det seg? En leges syn. Foredrag på årsmøte 1 april 1985.
- PUBLIC HEALTH REPORTS (1985): Public Health Aspects of Physical Activity and Exercise. Public Health Service. Vol. 100, no. 2.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1971): Friluftslivundersøkelse 1970. NOS A 459.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1973): Tidsnyttingsundersøkelsen 1970-71, hefte I og II. NOS A 692 og 662.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1975): Friluftslivundersøkelse 1974. NOS A 725.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1977): Helseundersøkelsen 1975. NOS A 894.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1982): Ferieundersøkelsen 1982. NOS B 408.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1982): Levekårsundersøkelsen 1980. NOS B 320.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1983): Boforholdsundersøkelsen 1981. NOS B 404.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1983): Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81. NOS B 378.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1983): Forbruksundersøkelsen 1980-82. NOS B 449.
- STATISTISK SENTRALBYRÅ (1985): Levekårsundersøkelsen 1983. NOS B 511.
- STRØMME, S. B. (1983): Fysisk aktivitet.
- TEIGLAND, J. (1979): Friluftsliv-, idretts- og mosjonsvanene i Norge 1970-74. MD-rapport.
- TIDSSKRIFT FOR DEN NORSKE LEGEFØRENING (1980): Spesialnummer - Fysisk aktivitet for helse og trivsel. Nr. 12B 1980.
- TIDSSKRIFT FOR DEN NORSKE LEGEFØRENING (1983): Spesialnummer - Fysisk aktivitet for helse og trivsel. Nr. 4B 1983.
- TORVANGER, A. (1986): Helse, fritidsaktivitet, yrke og inntekt. Ein metododokumentasjon. SSB, IN 86/14.
- VOGT, T. (1986): Vannkvalitet og helse. Analyse av en mulig sammenheng mellom aluminium i drikkevann og aldersdemens. SSB. SØS 61.
- AABERGE, R. (1979): Eksakte metoder for analyse av 2x2 tabeller. SSB. RAPP 79/20.

V E D L E G G I : UNDERSØKELSER I SSB MED OPPLYSNINGER OM FRILUFTSLIV, MILJØFORHOLD OG HELSE

	REKREASJON - FRILUFTSLIV							HELSE				FYSISK MILJØ					KJENNEMERKER					
	Fritids-/ferieomr., enlegg mv.	Fritidshus	Fritidsaktiviteter	Fritidstid brukt	Turer/reiser	Transport	Utstyr/utgifter	Diagnostiserte sykdommer	Funksjonsevne	Kontakt med helsejeneste, sosiale ytelser	Bruk av midler (inkl. ruemidler)	Vann/vannforsyning	Hage/uteareal	Luft	Støy	Energi	Annet	Nabo-lag	Bo-steds-strek	Kommune-type	Hus-type	Inntekt
NOS A 673 BOFORHOLDS- UNDERSØKEL- SEN 1973			123. Om fiske som hovedaktivitet					111-112. Varige lidelser	113-117. Lidelser, søvnevansker mv.	144-145. Tilgang til legehjelp mv.	144-145. Tilgang til medisiner	42-45. Type vannforsyn., vannkvarter, vann- og gulligter	60-61. Uteareal omkring hus, type/bruk	63. Lite ute p.g.a. luftforurensning	53. Støy i boligen, type støy	50-51. Type oppvarming 99-100. Utgifter til oppvarming og brensel	46. Avløpsforhold 104. Renholdutgifter 143. Avstand til serviceinstitusjoner 164. Bomlignings- og annen skatte/avgift	6. Bebyggelse 7. Hus-typer	Tett/ spredt		22. 18 typer, 6 hoved-typer	110. Inntekt for alle medl. i hush.
NOS B 404 BOFORHOLD 1981		155. Eie/adgang hytte, sommerhus, landsted - avstand fra hjemsted			154. Dagstur sist weekend			134. Funksjonshemmet p.g.a. varig sykdom	111. Uferetrygd 134-135. Funksjonshemmet			25-26. Bad/WC 39. Type vannforsyning 40. Vann godt/dårlig	35. Hage/grøntareal	38. Forurensning luft, plagsom?	37. Støy i boligen, type, plagsom?	31. Type oppvarming 98-99. Brensels-utgifter	125-127. Ønske om bosted? 143. Avstand til service 150. Plagsom/trafikk 151-153. Barn og trafikk	140. Bebyggelse 141. Hus-typer	Tett/ spredt		6. 20 typer, 7 hoved-typer	132. -Alle i hush.
NOS A 720 LEVEKÅR 1973			174-176. Lesing av aviser/blader		177. For mye fritid?			135-136. Sykdom/lidelse i oppveksttid 161. Sykdommer siste 12 mnd.	144-151. Skadet/nedsett funksjon siste 12 mnd. Årsaker: 161-165. Lidelser mv. siste 12 mnd. 168-169. Søvnplager 170-172. Kondisjon: Gå i trapper/tur/løpe 50 m mv. 178. Anspenhet i fritid?	6. Mottatt uferetrygd 144. Innlagt på lnt. siste 12 mnd. 152-154. Div. trygde/ytelser siste 12 mnd. 155. Kontakt med lege siste 12 mnd.	166. Bruk av (berol.) midler	193. Varmt/kaldt vann	54. Plaget av forurensning luft på arbeidsplass 197. Plaget av luftforurensning på bosted	54. Plaget av støy på arbeidsplass 196. Plaget av støy i bolig		125. Boast før fyte 14.8. (kommune) 175-180. Frittidsmiljø/void/sjikaner mv. 193. Avløp for vann 198. Været plagsomt? 203. Problemer/levestandard, i bl.a. fritid, helse 54. Arbeidsmiljø		Tett/ spredt				
NOS B 320 LEVEKÅR 1980			116. Type aktivitet siste 12 mnd. 117. Antall bøker lest siste 12 mnd. 169. Medlem av idrettslag/forening					127. Sykdomsfravær/arbeid 133-134. Sykdom/lidelse av varig natur	76. Bekymret over arbeid i framtid? 95-96. Skadet/fravær p.g.a. arbeidsulykke 125-126. Seneliggende/ nedsett aktivitet siste 2 uker 128-130. Arb.dager/sykefravær siste 14 dager 135-139. Kondisjon 140-145. Nedsett funksjonsevne	30-31. Div. ytelser/stønader 127. Kontakt med helseinstitusjoner	146. Bruk av (berol.) midler siste 6 mnd.	12-13. Bad/dusj	17. Utsatt for luftforurensning i bolig 59. Utsatt for luftforurensning i arbeid	17. Utsatt for støy i bolig 62-63. Utsatt for støy i arbeid		21. Avstand til service 24-27. Barn og trafikk 59-63. Arbeidsmiljø 60. Utsatt for kjemiske stoffer i arbeid 151-152. Flytteønsker 165. Flytting til og fra nabolag	20. Type område	Tett/ spredt		7. 8 typer		
NOS B 511 LEVEKÅR 1983	142. Tilbud/anlegg på stedet 143. Tilbud innenfor 10 km fra bolig		27. Eie/tilgang til hytte, fritidshus 134. Fellesaktiviteter i lokalmiljø (sport, fritid) 139. Medlem av idrettslag/forening 140. Aktiviteter (type) siste 12 måneder					106-107. Sykdom/lidelse av varig natur	77-78. Skadet/fravær p.g.a. arbeidsulykke 100-102. Nedsett aktivitet (inkl. 110-112. Kondisjon) 116-118. Psykiske plager siste 6 mnd.	28-30. Div. ytelser/stønader 102. Kontakt med helsest. siste 2 uker 103. Kontakt med helsevesen p.g.a. sykdom/skade, lidelse siste 2 uker 104-105. siste 12 mnd.	118. Bruk av (berol.) midler siste 12 mnd.	14-15. Bad/dusj	21. Hage/uteareal/grøntareal	19. Utsatt for luftforurensning ved bolig 57. Utsatt for forurensning luft i arbeid	18. Utsatt for støy i bolig 60-61. Utsatt for støy i arbeid		22. 142-143. Avstand til service 25. Barn og trafikk 57-61. Arbeidsmiljø (inkl. 58. Fartøyer/kjemiske stoffer) 119-121. Utsatt for vold mv.	21. Type område	Tett/ spredt	5. 8 typer	41. -Fot intervu objekt	
NOS A 321 HELSE 1968								40. Syk/skadet siste 14 dager, varig natur, medfødt sykdom/skadetypen	40. Nedsett aktivitet siste 14 dager	42-53. Kontakt med lege/helseinstitusjon siste 14 dager					23. Type oppvarming			Kommune		16. 7 typer		
NOS A 894 HELSE 1975			18-24. Lek, sport, friluftsliv som årsak til skade, kontakt m/helseinst., bruk av midler mv. 42. Aktivitet siste 12 måneder					18,20,22. Sykdom/lidelse siste 14 dager, årsaker 23. Sykdom/lidelse av varig natur, årsaker 24. Medfødt sykdom/lidelse -skade: Årsak lek, sport, friluftsliv	15-17. Nedsett aktivitet siste 14 dager 18. Årsak til skade - lek, sport, friluftsliv? (seneliggende siste 14 dager) 25-28. Fravær, arbeid, skole mv. 43-45. Kondisjon 64-65. Nervøse/psykiske plager	16-17. Innlagt i helseinst. 19. Kontakt med helsevesen/årsak 34-36. Kontakt med helsevesen siste 14 dager	21. Bruk av lege-midler p.g.a. skade/sykdom siste 14 dager 22. Bruk av midler, andre årsaker? - Årsak: Lek, sport, friluftsliv? 47-57. Røyking 58-59. Bruk av alkohol 66-67. Bruk av berol. midler	6. (Hush.-skjema) Innlagt vann 7-8. (Hush.-skjema) Bad/dusj/WC	14. Plaget av forurensning luft i arbeid 60. Plaget av forurensning luft i arbeid	14. Plaget av støy i arbeid 60. Plaget av støy i bolig-område		14. Arbeidsmiljø 10. (Hush.skjema) service/relstid		2. 8 typer				
RAPP 83/8 ARBEID OG HELSE 1982 (Funksjonshemmede, utgere mv.)			97. Aktiviteter siste 12 måneder. Aktiviteter De ikke kan delta i 98. Ønsket aktivitet		102-103. Ferietur siste 12 måneder 104. Overnatting på ferietur			17-19. Sykdom, skade - medfødt	20. Hemmet, nedsett p.g.a. sykdom, skade	57. Stønader 71. » 76. »	76. Tekniske hjelpemidler	25. Utgifter/vannforsyning			6. Sentralvarme 24. Utgifter/lvs/brensel	25. Utgifter/av-løp, renovasjon		Spredt/tett		81. 8 hus-typer, 4 inst.-typer	72. Inntekt - stønader mv.	
NOS B 449 FORBRUK 1980-1982		6. Eie av fritidshus 22. Bygget 23. Leie siste 12 måneder 25. Utgifter til tomt, vann, og avløp mv. atkomst -arb. utført 26. Kjøp av utstyr, tilbehør			32. Selvs-køps-reiser siste 12 mnd.			22. Utgifter til fritidshus, ønsket/relstid, lån 25. Utgifter til arbeid mv. 26. Utgifter til utstyr/tilbehør 29. Eie/kjøp av campingtilhenger, seil-/motorbåt mv. sykkel mv. -Salg Salg/innbytte		40. Ytelser fra folketrygden, skattefrie stønader								Tett/ spredt		3. 7 hus-typer		
NOS B 378 TIDSUTNYTTING 1980-81		9. Eie/disip. av hytte/fritidshus	79. Deltagelse i fritidskurs? 86. Hindringer for å delta i fritidsakt. Dagbok: Viktigste gjøremål i perioden - kan være fritidsakt. (aktiviteter i løpet av en dag i nærmiljø)		85. Tid brukt til å se TV 7. Sammenhengende friperiode - akt. (aktiviteter i løpet av dagboks-føring?)			30. Sykdom/lidelse av varig natur	31. Medfører sykdom be-grensning i aktiviteter? 32-33. Kondisjon 86. Helse hindring for å delta i fritidsaktiviteter?									Tett/ spredt		4. 8 typer	88. Hush.'s samlede inntekt	

	REKREASJON - FRILUFTSLIV							HELSE				FYSISK MILJØ						KJENNERMERKER				
	Fritids/ferieomr., anlegg mv.	Fritidshus	Fritidsaktiviteter	Fritid - tid brukt	Turer/reiser	Transport	Utstyr/utgifter	Diagnostiserte sykdommer	Funksjonsevne	Kontakt med helsejeneste sosiale ytelser	Bruk av midler(inkl rusmidler)	Vann/vannforsyning	Hage/uteareal	Luft	Støy	Energi	Annet	Nabo-lag	Bo-steds-strek	Kom-mune-type	Hus-type	Inntekt
NOS A 509 FRITIDSHUS 1970	8. Område for beliggenhet av ny/ekstra fritidsbolig 15. Beliggenhet for fritidshus avst., vei, H.o.h., strandlinje, annen bebyggelse mv.	8. Planer om anskaffelse av ekstra fritidshus? 13. Eierforhold 14. Bruk 20. Avstand fra bolig til fritidshus - Div. om fritidshuset - Bruk siste 12 måneder	60. Fritidsaktiviteter ved bruk av fritidshus - Viktigste aktivitet - Familiens hovedaktivitet	21. Reisesid bolig-fritidshus	22. Reisesåte til og fra fritidshus	- Div. om bilvei og avstand til fritidshus	24. Antatt salgsværdi/tomt mv. - Div. om forsikring - Div. om planer for salg mv.					40. Vannforsyning for fritidshus, - Typen - Tilstrekkelig? - Div. om vannforsyning - Fornøyd med vannkvalitet?	- Div. om elektrisitet, oppvarming				- Div. om avløpsforhold - Div. om avfall	8. Område for beliggenhet av fritidsbolig	Tett/spredd (for helårsbolig)	Kommune (beliggenhet av fritidshus)	9. 8 typer helårsbolig 34. 7 typer fritidshus	7. Hush.samlede inntekt 12. Fritidshusiers inntekt
NOS B 88 FRITIDSHUS 1978 (Ferie)	6. Beliggenhet for fritidshus - Størrelse/tomt 14. Beliggenhet 16. Ønsket beliggenhet 62. Opphold/område på ferietur	4. Eie/disp. av fritidshus - Bruk 13. Planer/ønsker om anskaffelse 17. Grunn til anskaffelse - Div. om leie/lån	52. Aktiviteter - Tur - Tid brukt i fritidshus mv.	1-3. Helgeturer siste år 7-9. Turer til fritidshus siste 12 måneder - Dager opphold - Ferietur til annet enn eget fritidshus - Div. om turer 29. Ferie/ferietur sist sommer - Overnatting	43. Transport-middel på ferietur	28. Eie/disp. av blant annet fritidsbåt, campingvogn											6. Beliggenhet/fritidshus	Kommune-type for bosted	103. 6 hus-typer	99. Hush.samlede inntekt		
NOS A 732 FERIE 1974 (FRILUFTSLIV) (Ferie 1970 ikke med)	- Opphold/type område i ferietur - Avstand fra hjemsted til friluftsområde - Område/anlegg som savnes - Avstand til anlegg	- Opphold i egen hytte/fritidshus	- Aktivitet under ferietur - Type aktivitet hjemme - Ønsket aktivitet - Konkurr. aktivitet	- Tid/verighet av ferietur - For lite fritid?	- Ferieturer sist sommer mv. - Div. om turer - Helgeturer	- Transport metode	- Utstyr årsak til ikke friluftsliv - Eie/disp. av utstyr		2. Helse hindring for ferietur? 105. Helse hindring for friluftsliv? - Helse grunn til friluftsliv? 134-135. Nedsatt rørlighet, kondisjon					131. Plaget av forurenset luft på arbeidsplass	131. Plaget av støv på arbeidsplass			Tett/spredd (bosted)		143. Hush. antatte inntekt		
NOS B 408 FERIE 1982	- Muligheter/tilbud - Område/anlegg som savnes	- Eie/disp. av fritidshus	26. Aktiviteter, Antall dager i løpet av tur 55. Aktiviteter generelt		- Ferieturer - Tidligere ferieturer	- Transport-middel	- Eie/disp. av båt, bil, campingvogn mv. - Utgifter til tur - Utgifter til ferieturer siste 12 måneder - Disp av utstyr		3. Helse hindring for ferietur? 11. Rørlighet grunn til reise? 59. Helse hindring for friluftsliv?								70. Område-type	Tett/spredd (bosted)	69. 6 hus-typer	65. Hush.samlede inntekt		
NOS A 459 FRILUFTSLIV 1970	- Område for ferietur - Område for hyt hytte - Område/anlegg som savnes - Behov for anlegg - Avstand til anlegg	- Eie/disp. av hytte/fritidshus - Avstand fra bolig	- Aktivitet i ferietur, sist heig mv. - Muligheter til å delta/utøve - Aktiviteter, antall sist år	- Fritid	- Ferietur(er) - Overnatting	- Transport-middel	- Disp. av utstyr	77-80. Kondisjon			81. Røyking							93. Type natur		92. 5 typer	91. Hush. antatte inntekt	
NOS A 725 FRILUFTSLIV 1974	- Område for opphold under ferietur - Område for aktiviteter - Avstand til aktiviteter/anlegg - Søvn?	- Eie/disp. av hytte/fritidshus	- Aktiviteter i løpet av ferietur (Fornøydhet) - Viktig å ha mulighet for . . . - Aktiviteter i løpet av siste år - Aktivitet i oppveksten - Vurdering av muligheter	- Fritid/periode	- Ferieturer	- Transport-middel			131. Plaget av høyt arbeidstempo 132. Psykisk anstrengende arbeid? 134-136. Rørlighet: Gå i trøppe/tur/løpe 50 m?					131. Plaget av forurenset luft på arbeidsplass	134. Plaget av støv på arbeidsplass	131. Plaget av høyt arbeidstempo	145. Type natur		144. Hustype, 6 typer	143. Hush. antatte inntekt		
NOS B 324 REISELIVS-STATISTIKK 1981	- Område på feriestedet				- Overnattede gjester etter formål - Antall ferieturer - Antall overnattede personer pr. dag	- Type transport-middel (viktigste)	- Antall senger pr. kommune - Antall campingplasser pr. kommune										- Drivstoffmengde benyttet					
NOS B 420 EIE OG BRUK AV PERSONBIL 1980					- Kjøring til/fra kommune - Kjøring til/fra friluftsområde, helgeturer - Turens lengde																	

VEDLEGG II: PROSJEKTET "MILJØ OG LEVEKÅR"

I prosjektet MILJØ OG LEVEKÅR studeres det fysiske miljøets påvirkning på folks levekår og helse. Prosjektets formål er å:

- (i) Sammenstille og presentere informasjon om miljøforhold, helse og sosioøkonomiske forhold.
- (ii) Studere og teste hypoteser om helse/helseindikatorer som funksjon av fysisk miljø, sosioøkonomiske forhold, fysiske aktiviteter mv. ved hjelp av statistiske metoder.

Arbeidet i MILJØ OG LEVEKÅR har vært konsentrert om følgende hovedområder:

1. Friluftsliv og helse
2. Støy og helse
3. Vannkvalitet og helse

Innenfor disse hovedområdene er det benyttet tilgjengelige data for å studere samvariasjoner mellom komponenter i forbindelse med personers livsstil, fysisk miljø, øvrige sosioøkonomiske kjennetegn og helse. Datamaterialet som er benyttet, har ikke gjort det mulig å studere miljøpåvirkninger over personers livsløp.

Hovedresultatene fra VANNKVALITET OG HELSE er publisert i SØS 61, "Vannkvalitet og helse. Analyse av en mulig sammenheng mellom aluminium i drikkevann og aldersdemens" (T. Vogt, 1986). Noen resultater fra FRILUFTSLIV OG HELSE er publisert i IN 86/14, "Helse og fritidsaktivitet, yrke og inntekt. Ein metodedokumentasjon" (A. Torvanger, 1986). Resultatene fra STØY OG HELSE er under publisering (L. Grøtvedt, 1987/88).

AVGRENSING AV NOEN BEGREPER:

Begrepet leveskår er en samlebetegnelse for "økonomiske og sosiale

goder og byrder" (NOU 1980:20, "Om arbeidet med levekårsspørsmål"). Data om levekår beskriver disse forhold for enkeltpersoner, familier eller grupper. Det er vanlig å definere levekårsbegrepet ved hjelp av et antall levkårsfaktorer. Blant disse inngår helseforhold, boforhold, inntekt og økonomiske forhold, fysiske omgivelser, fritidsforhold, rekreasjon mv.

Med fysisk miljø menes i denne rapporten de fysiske omgivelser folk lever i, f.eks. hvordan de bor, hva slags omgivelser boligen har, muligheter for utøvelse av friluftsliv osv. Det fysiske miljøet er i MILJØ OG LEVEKÅR begrenset til å gjelde naturmiljøet. Miljøindikatorer er målbare størrelser som viser tilstanden/endringer i tilstanden i resipienter (mottakere av spillprodukter).

Bruk av sosiale indikatorer skal angi eller vise hvordan folks levekår endres. Sosiale indikatorer bør dermed også vise hvordan folks levekår forandres når deres fysiske omgivelser eller miljø endres. - Miljøindikatorer og sosiale indikatorer vil altså delvis overlappe hverandre.

DATAKILDER:

Det er ikke samlet inn data spesielt for prosjektet MILJØ OG LEVEKÅR, en har benyttet eksisterende data fra SSB's forskjellige intervjuundersøkelser og SSB's dødsårsaksregister. Dataene som er benyttet, kan grupperes som følger:

- (a) Subjektive data - dvs. intervjuundersøkelser om miljøforhold (f.eks. opplevd støy mv.), om helse (f.eks. antall sykedager siste 14 dager mv.), og om friluftsliv (f.eks. utøvelse av friluftsliv og fritidsaktiviteter i oppveksten)
- (b) Data om helse og dødelighet (offisiell statistikk)
- (c) Data om sykdommer og trygder (offisiell statistikk)
- (d) Miljøovervåkingsdata

Bruk av data fra flere forskjellige kilder, som er samlet inn over flere år, forårsaker problemer med sammenlignbarhet for dataene - f.eks. mangel på entydige definisjoner og klassifiseringer.

Utvalgsstørrelsen for de forskjellige undersøkelsene varierer og dermed også utsagnskraften på analyser basert på bruk av dataene. - Ingen undersøkelser bruker samme utvalg, og for svært få undersøkelser er deler av utvalget (panel) brukt i en annen undersøkelse. Dette gjør at kobling av data fra forskjellige undersøkelser som oftest er umulig.

SAMVARIASJON - IKKE KAUSALITET:

Det må understrekes at datamaterialet ikke kan benyttes til å påvise direkte årsaks/virkningsforhold - f.eks. mellom miljøforhold og helsevirkninger. Dataene som er benyttet i MILJØ OG LEVEKÅR, er samlet inn for forskjellige formål og er derfor ikke de mest velegnete for bruk i testing av en del aktuelle hypoteser. En vil imidlertid i en del tilfeller være i stand til å påvise at det finnes samvariasjon mellom enkelte komponenter som inngår i hypotesene. Resultater fra MILJØ OG LEVEKÅR gir derfor en oversikt over påviste samvariasjoner som kan studeres nærmere - og hvor det kan være aktuelt å samle inn nye data.

UTKOMMET I SERIEN RAPPORTER FRA STATISTISK SENTRALBYRÅ ETTER 1. JULI 1986 (RAPP)
 Issued in the series Reports from the Central Bureau of Statistics since 1 July 1986 (REP)
 ISSN 0332-8422

- Nr. 86/4 Nordmenns ferievaner 1970-1982/Jon Teigland. 1986-114s. 30 kr
 ISBN 82-537-2336-9
- 86/5 Reklame og informasjonssendinger i postkassen. 1986-54s. 25 kr ISBN 82-537-2310-5
 - 86/6 Planregnskap for Aust-Agder 1986-1997. 1986-80s. 25 kr ISBN 82-537-2349-0
 - 86/7 Yrkesaktivitet og familietilhørighet Geografiske variasjoner/Ole Ragnar Langen. 1987-56s. 25 kr ISBN 82-537-2324-5
 - 86/8 Punktsamling som grunnlag for regional arealbudsjettering/Øystein Engebretsen. 1986-52s. 25 kr ISBN 82-537-2347-4
 - 86/9 Kvalitetsklassifisering av jordbruksareal i arealregnskapet/Øystein Engebretsen. 1986-59s. 25 kr ISBN 82-537-2348-2
 - 86/10 Varestrømmer mellom fylker/Frode Finsås og Tor Skoglund. 1986-72s. 25 kr
 ISBN 82-537-2342-3
 - 86/11 Statistikk for tettsteder. 1986-107s. 40 kr ISBN 82-537-2362-8
 - 86/12 Skatter og overføringer til private Historisk oversikt over satser mv. Årene 1970-1986. 1986-81s. 25 kr ISBN 82-537-2356-3
 - 86/13 VAR Statistikk for vannforsyning, avløp og renovasjon Analyse av VAR-data. Hefte II Avløpsrensaneanlegg/Frode Brunvoll. 1986-92s. 25 kr ISBN 82-537-2360-1
 - 86/14 Gifte kvinners arbeidstilbud, skatter og fordelingsvirkninger/John Dagsvik, Olav Ljones, Steinar Strøm med flere. 1986-88s. 25 kr ISBN 82-537-2377-6
 - 86/15 Enslige forsørgere Eksisterende offisiell statistikk Datagrunnlag for framtidig trygdestatistikk/Grete Dahl og Ellen J. Amundsen. 1986-78s. 30 kr
 ISBN 82-537-2369-5
 - 86/16 Forbruk av fisk 1984. 1986-46s. 25 kr ISBN 82-537-2367-9
 - 86/17 MODIS IV Detaljerte virkningstabeller for 1985. 1986-274s. 45 kr
 ISBN 82-537-2371-7
 - 86/18 Norden og strukturendringene på verdensmarkedet En analyse av de nordiske lands handel med hverandre og med de øvrige OECD-landene 1961-1983/Jan Fagerberg. 1986-125s. 30 kr ISBN 82-537-2381-4
 - 86/19 Flytting over fylkesgrenser 1967-79 Regresjonsberegninger av arbeidsmarkedets, boligbyggingens og utdanningstilbudets virkning på flyttinger mellom fylkene/Jon Inge Lian. 1986-66s. 25 kr ISBN 82-537-2382-2
 - 86/20 Totalregnskap for fiske- og fangstnæringen 1981-1984. 1986-46s. 20 kr
 ISBN 82-537-2384-9
 - 86/21 Straffbares sosiale bakgrunn 1980-1981/Berit Otnes. 1986-52s. 25 kr
 ISBN 82-537-2388-1
 - 86/22 Framskrivning av befolkningen etter kjønn, alder og ekteskapelig status 1985-2050/Øystein Kravdal. 1986-132s. 25 kr ISBN 82-537-2387-3
 - 86/23 Evaluering av kvarts En makroøkonomisk modell/Morten Jensen og Vidar Knudsen. 1986-79s. 25 kr ISBN 82-537-2390-3
 - 86/24 Produksjonstilpasning, kapitalavkastningsrater og kapitalslitstruktur/Erling Holmøy og Øystein Olsen. 1987-56s. 25 kr ISBN 82-537-2391-1
 - 86/25 Aktuelle skattetall 1986 Current Tax Data. 1986-52s. 20 kr ISBN 82-537-2397-0

- Nr. 86/26 Kapasitetsutnyttelse i norske næringer En KVARTS/MODAG-rapport/Ådne Cappelen og Nils-Henrik Mørk von der Fehr. 1986-124s. 30 kr ISBN 82-537-2400-4
- 86/27 Barnetall blant norske kvinner En paritetsanalyse på grunnlag av registerdata Fertility by Birth Order in Norway A Register Based Analysis/Helge Brunborg og Øystein Kravdal. 1986-120s. 30 kr ISBN 82-537-2405-5
 - 87/1 Naturressurser og miljø 1986 Energi, mineraler, fisk, skog, areal, vann, luft, radioaktivitet, miljø og levekår Ressursregnskap og analyser. 1987-115s. 40 kr ISBN 82-537-2404-7
 - 87/2 Folke- og boligtellingerne 1960, 1970 og 1980 Dokumentasjon av de sammenlignbare filene. 1987-266s. 55 kr ISBN 82-537-2416-0
 - 87/3 KVARTS-84 Modellbeskrivelse og teknisk dokumentasjon av 1984-versjonen av KVARTS/Einar Bowitz, Morten Jensen og Vidar Knudsen. 1987-87s. 40 kr ISBN 82-537-2441-1
 - 87/5 Grunnlag for ferieprognoser Analyse av ferieplaner og faktisk feriemønster/Hege Kitterød. 1987-55s. 40 kr ISBN 82-537-2444-6
 - 87/6 Holdninger til norsk utviklingshjelp 1986. 1987-73s. 40 kr ISBN 82-537-2491-8
 - 87/7 VAR Statistikk for vannforsyning, avløp og renovasjon Analyse av VAR-data Hefte III Avløpsledninger, Tilknytning til avløpsnett, Avløpsavgifter/Frode Brunvoll. 1987-67s. 40 kr ISBN 82-537-2485-3
 - 87/8 Framskrivning av tilgang på arbeidskraft i fylkene 1983-2003/Knut Ø. Sørensen. 1987-78s. 40 kr ISBN 82-537-2497-7
 - 87/9 Energisubstitusjon og virkningsgrader i MSG/Torstein Bye og Bente Vigerust. 1987-41s. 30 kr ISBN 82-537-2502-7
 - 87/10 Et økonomisk-demografisk modellsystem for regional analyse/Tor Skoglund og Knut Ø. Sørensen. 1987-58s. 30 kr ISBN 82-537-2503-5
 - 87/12 Virkninger på nordisk samhandel av en svensk devaluering/Sturla Henriksen. 1987-75s. 40 kr ISBN 82-537-2509-4
 - 87/13 Skatter og overføringer til private Historisk oversikt over satser mv. Årene 1970-1987. 1987-69s. 40 kr ISBN 82-537-2517-5
 - 87/14 MSG-4 A Complete Description of the System of Equations/Erik Offerdal, Knut Tonstad og Haakon Vennemo 1987-141s. (RAPP; 87/14) 45 kr ISBN 82-537-2524-2
 - 87/16 Kommunehelsetjenesten Årsstatistikk for 1986. 1987-61s. 40 kr ISBN 82-537-2531-0



Pris kr 40,00

Publikasjonen utgis i kommisjon hos H. Aschehoug & Co. og
Universitetsforlaget, Oslo, og er til salgs hos alle bokhandlere.

ISBN 82-537-2562-0
ISSN 0332-8422