

地域在住高齢者における地域活動参加と要介護発生との関連： 大崎コホート 2006 研究

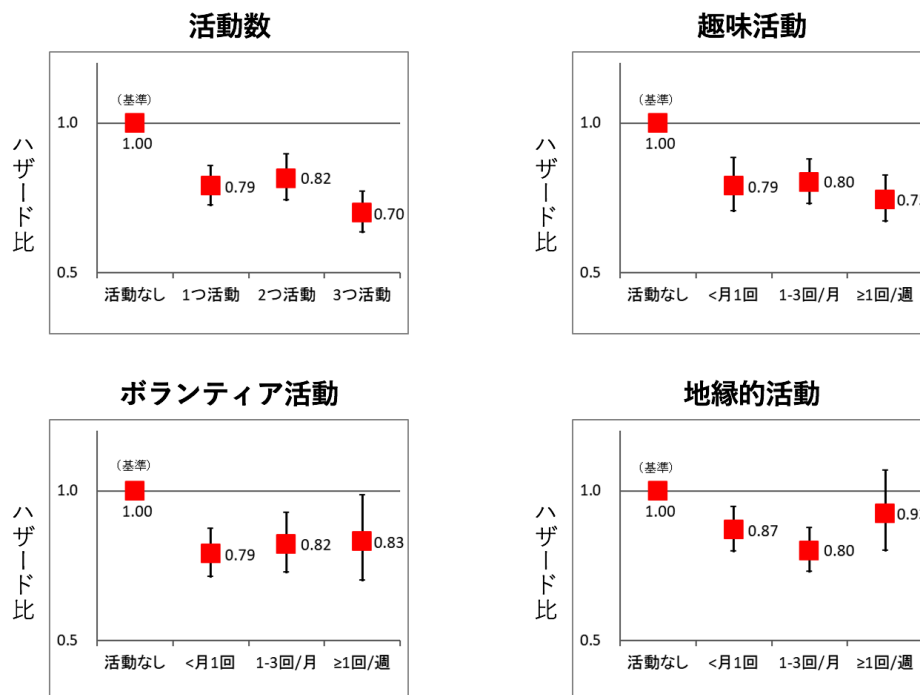
Association Between Social Participation and Incident Risk of Functional Disability in Elderly Japanese: The Ohsaki Cohort 2006

2018 年 Journal of Psychosomatic Research 発表

地域活動に参加している高齢者では要介護発生リスクが有意に低い

これまでに、地域活動に参加している高齢者の方では要介護発生のリスクが低いということが報告されていますが、どのような要素がその関連に影響しているかについては、よくわかっていませんでした。

そこで、前向きコホート研究を行い、地域活動への参加状況（参加頻度や活動内容）と要介護発生との関連を検討しました。その結果、地域活動に参加している高齢者は要介護発生リスクが低いことがわかりました（図）。



研究のデータについて

本研究は、2006 年 12 月に実施した大崎市民健康調査のデータを用いて分析を行いました。大崎市民健康調査は調査開始時点で 65 歳以上であった住民 31,694 名を対象にアンケート調査を実施し、23,091 名から有効回答を得ました。本研究ではこのうち、要介護認定の情報提供に同意されなかった方、調査開始時点で要介護認定を受けていた方、地域活動参加状況についての回答がなかった方などを除いた 11,992 名について分析を行いました。平均追跡期間は 7.1 年間で、3,984 名の要介護発生がみられました。

地域活動の内容について

地域活動への参加状況についてはアンケートの回答から情報を得ました。地域活動の内容は、①ボランティア活動（ボランティア・NPO・市民活動など）、②趣味活動（スポーツ・趣味・娯楽活動など）、③地縁的活動の 3 つに分け、それぞれの活動についての参加状況を、「全く参加しない」、「月に 1 回未満参加」、「月に 1 - 3 回参加」、「週に 1 回以上参加」の 4 つの頻度の中から選択していただきました。解析では、全く地域活動に参加していない方に比べた場合、地域活動の参加状況によって要介護発生のリスクがどれだけ低くなるかについて検討しました。

他のリスク要因の影響について

地域活動に参加している高齢者の方は、良い生活習慣を送っていたり、運動機能や認知機能が良好であったり、心身ともに健康である、などの可能性が考えられます。そのためこの研究では、地域活動への参加と要介護発生に関連すると考えられる要因の影響を考慮したデータ解析を行っています。具体的には、年齢、性別、喫煙、飲

酒、body mass index、就労の有無、教育歴、体の痛み、運動機能、認知機能、認知活動、1日の歩行時間、心理的苦痛、ソーシャルサポートの要因について、地域活動状況によって解析対象を分けた際に、偏りがなくなるように統計学的な処理を行いました。

また、①調査開始時点から2年以内に要介護認定を受けた方を除外した解析、②調査時点で認知機能・運動機能が良好な方だけを対象とした解析を行いました。これらの解析においても同様の結果となったことから、「調査開始時点ですでに要介護状態に近い心身状態であったために地域活動に参加していなかったのではないか（つまり、追跡調査を開始して間もなく要介護認定を受けてしまう方が「地域活動へ参加していない群」に多く含まれていたから図のような結果になったのではないか）」という因果の逆転の可能性は低いと考えられます。

研究の特徴と限界について

この研究の結果は、一般住民を対象とした大規模調査に基づいて様々な要因の影響を考慮した解析手法から得られたものです。ただし、この研究では、（１）調査開始時点で要介護認定を受けていなくても生活機能が低めであった方を完全には除外できていない点、（２）要介護認定の原因がわからないために要介護に至るメカニズムが明確にできていない点、（３）全ての交絡しうる要因を考慮できていない点、などの限界もあります。
