

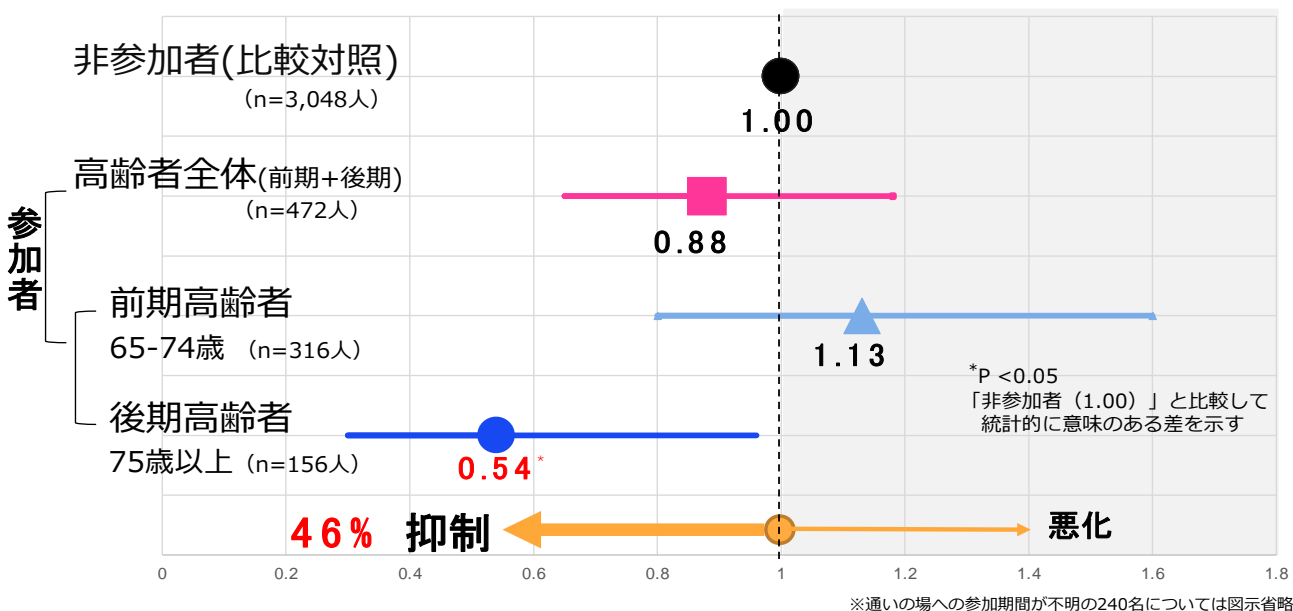
通いの場へ参加する後期高齢者で 要介護リスク悪化が半減

～全国10道県24市町で3年間の追跡研究～

地域づくりによる介護予防の一環として「通いの場」が全国で推進されています。その効果評価の多くは一市町村ごとに行われ、複数の市町村における効果は十分に検証されていません。本研究では、全国10道県24市町の高齢者3,760人を3年間追跡し、通いの場への参加者と非参加者で、要介護リスクの悪化確率がどの程度異なるのかを調べました。その結果、通いの場に1年以上継続して参加した75歳以上の高齢者は、非参加者に比べて、3年間で要介護リスク悪化が46%少ないことが確認されました。

お問合せ先: 千葉大学大学院医学薬学府(現: 浜松医科大学 医学部 医学科 健康社会医学講座)
田近敦子 astukotin4prim@gmail.com

「通いの場」への参加が、3年間の“要介護リスク”の上昇を抑制する確率



教育歴・等価所得・うつ・喫煙・飲酒・手段的日常生活動作(IADL)^{注1}・2013年度の要介護リスク点数^{注2}(年齢・性別を含む)・独居・就業状況を考慮。

注1 料理・買い物などの家事や、交通機関の利用・金銭管理などの複雑な日常生活動作

注2 高齢者が要支援・要介護認定を受けるリスクを示す尺度である「要支援・要介護リスク評価尺度 (Tsuji et al., 2018)」

■背景

厚生労働省は地域づくりによる介護予防の一環として「通いの場」を推進しています。一市町における通いの場の効果はこれまでも報告されてきましたが、複数の市町村における効果の評価はなされていません。また、通いの場に期待される介護予防効果の評価法も求められています。

そこで、本研究では、多様な自治体の規模(都市度)を含む全国の市町の高齢者を3年間追跡し、通いの場への参加者と非参加者で要介護リスクの悪化確率がどの程度異なるのか「要支援・要介護リスク評価尺度」を使って検証しました。

■対象と方法

日本老年学的評価研究(Japan Gerontological Evaluation Study: JAGES)が実施した2013年度、2016年度の2時点の調査に回答した全国10道県24市町(政令指定都市2県2市から市部6県12市、郡部5道県10町/高齢化率25.1~33.3%)の65歳以上で要介護認定を受けていない高齢者3,760人を対象としました。要介護リスクの評価には「要支援・要介護リスク評価尺度(Tsuji et al.,2018)」の合計点数5点以上の悪化を用いました。「要支援・要介護リスク評価尺度」は、手段的日常生活動作(IADL)・運動機能・栄養状態・外出頻度などの10項目の質問と性・年齢で構成され、その合計点数(0~48点)から約3年以内に要支援・要介護を受ける確率を予測する尺度です。通いの場への参加状況は、2016年度の「自治体や社会福祉協議会などのサロン活動」への参加期間を、1年以上の参加を「参加あり」とした3グループ(参加あり、参加なし、参加期間不明)に分けました。通いの場(サロン活動)への参加と要介護リスク点数5点以上悪化の関連について、統計学的手法(ポアソン回帰分析)を用いて検証しました。分析時に、教育歴、等価所得、うつ、喫煙、飲酒、手段的日常生活動作(IADL)、2013年度の要介護リスク点数(性・年齢を含む)、独居、就業状況の影響を統計学的方法で取り除きました。

■結果

全国10道県24市町に住む65歳以上の高齢者全体で、通いの場に1年以上継続して参加した者は、非参加者に比べて3年間で要介護リスク点数が上昇する確率が約12%抑えられていました。65~74歳の前期高齢者では有意ではなく、75歳以上の後期高齢者では約46%低くなりました。

■結論

通いの場への1年以上の参加者で、3年間の要介護リスク点数の上昇を抑制することが確認されました。また、その効果は特に75歳以上の後期高齢者に大きいことが確認されました。

■本研究の意義

通いの場参加により要介護リスク上昇が抑制されることが多様な都市度を持つ全国10道県24市町のデータで確認されました。また、厚生労働省が推進する通いの場に期待される介護予防効果が、今回用いた2回の調査データを組み合わせる方法で評価ができることも示されました。今後、全国の多くの自治体で活用されることにより通いの場を通じた介護予防施策の評価に有用と思われる。

■発表論文

田近敦子、井手一茂、飯塚玄明、辻大士、横山芽衣子、尾島俊之、近藤克則:「通いの場」への参加は要支援・要介護リスクの悪化を抑制するか:JAGES2013-2016 縦断研究. 日本公衆衛生雑誌、第69巻第2号、136-145頁

■謝辞

本研究は、厚生労働科学研究費補助金、厚生労働行政推進調査事業費補助金、科学研究費補助金基盤研究A、研究活動スタート支援、科学技術振興機構産学共創プラットフォーム共同研究推進プログラム、などの助成を受けて実施しました。記して深謝します。