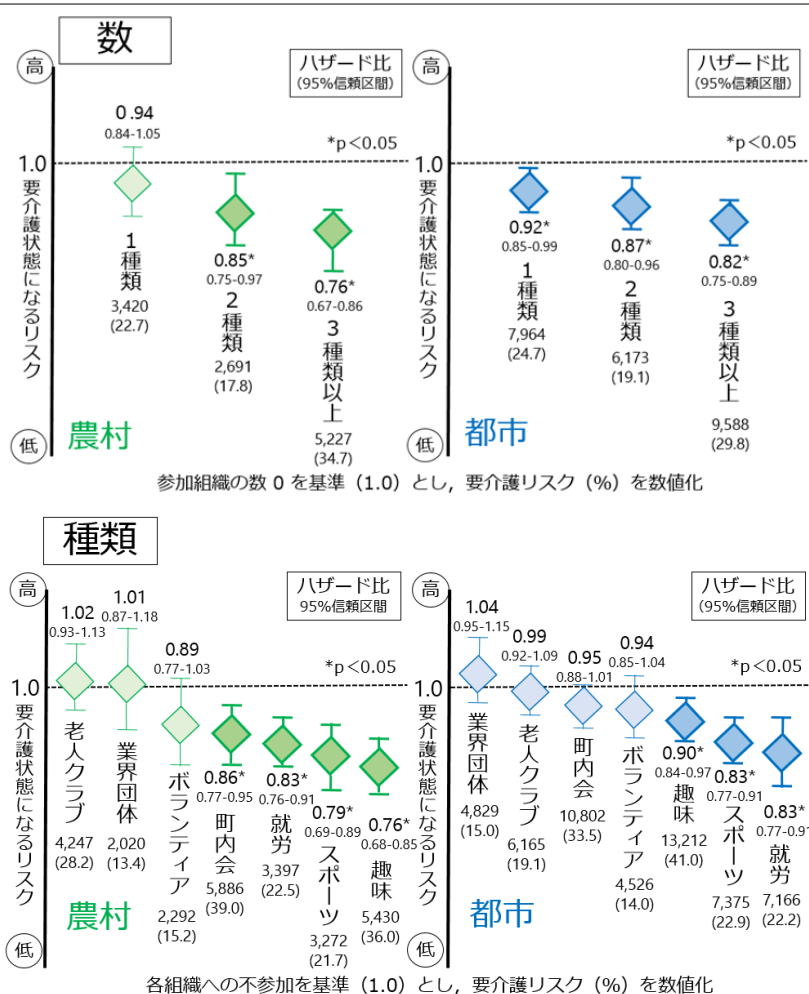


# 就労，スポーツ・趣味グループへの参加は 都市でも農村でも要介護リスクを10-24%抑制

高齢者の社会参加は要介護リスクを抑制することがわかっており、その効果はスポーツ、趣味の会など参加する組織の種類によって異なることが明らかとなっています。しかし、①高齢者雇用安定法などの改正案で着目されている“就労”、②参加割合が低い農村と参加割合が高い都市といった居住環境を考慮した分析はこれまで行われていません。我々は全国13市町の高齢者を約6年間追跡したデータを分析し、就労を含む社会参加の種類別の要介護リスク抑制効果を農村・都市別で検証しました。その結果、農村、都市ともに参加している組織の数が多いほど、要介護リスクが低いという関連がみられました。また、農村・都市ともに就労、スポーツ・趣味グループへの参加が要介護リスクを抑制していました。農村・都市ともに、スポーツ・趣味グループなどへの参加促進だけでなく、就労支援も重要な介護予防施策となる可能性があります。

お問合せ先：千葉大学医学薬学府先進予防医学共同専攻博士課程/長谷川病院地域包括支援課

井手一茂 idex\_waka@yahoo.co.jp



図：農村・都市別の社会参加の種類別要介護リスク(農村:n=15,083、都市:n=32,223)

性、年齢、所得、教育歴、婚姻状況、健康状態、喫煙、飲酒、歩行時間、外出頻度、うつ、社会的サポート、友人と会う頻度、手段的日常生活自立度を考慮

## ■ 背景

高齢者の社会参加は要介護リスクを軽減することがわかっており、これまでの研究ではより多くの組織に参加する高齢者は要介護リスクが低く、参加する組織の種類によって要介護リスク軽減効果が異なることが明らかとなっています。しかし、これまでの研究では、増加している高齢者の就労を社会参加の1つとみなしておらず、参加割合が低い農村と高い都市といった居住環境を考慮していませんでした。そこで、本研究では就労を含む社会参加の種類別の要介護リスクの大きさに農村と都市で違いがあるかを検証しました。

## ■ 対象と方法

日本老年学的評価研究が2010～2012年に実施した調査を起点とし、そこから約6年間追跡した日常生活が自立した13市町の高齢者47,306人を対象としました。なお、要介護リスクが高いため、社会参加ができないという可能性を除外するために、追跡開始2年以内に要介護認定を受けた高齢者は分析対象から外しました。要介護リスクの評価として、要支援・要介護認定を用いました。社会参加は6種類の地域組織(町内会・自治会、趣味、スポーツ、業界団体、ボランティア、老人クラブ)への参加と就労と定義しました。高齢者が参加している組織(就労を含む)の数を合計し、参加なし、1つ、2つ、3つ以上という形でグループ分けをしました。農村、都市の分類には経済協力開発機構が定めるFunctional Urban area分類を用い、8市町(15,083人)が農村、5市(32,223人)が都市と分類されました。農村と都市で分けた上で、社会参加の数・種類と要介護リスクの関係を統計学的手法(生存時間分析、Cox比例ハザードモデル)を用いて検証しました。その際、性別、年齢、所得、教育歴、婚姻状況、健康状態、喫煙、飲酒、歩行時間、外出頻度、うつ、情緒的サポート、手段的サポート、友人と会う頻度、手段的日常生活自立度を考慮しました。

## ■ 結論

約6年間の追跡期間中に、農村で15.9%(2,399人)、都市で15.3%(4,018人)が要支援・要介護認定を受けました。参加する組織の数の分析では、参加なしを基準としたところ、農村、都市ともに参加している組織の数が多いほど、要介護リスクが低いという関連がみられました(ハザード比:農村 2種類=0.85、3種類以上=0.76;都市 1種類=0.92、2種類=0.87、3種類以上=0.82)。参加する組織の種類別の分析では、それぞれの組織への不参加を基準としたところ、スポーツグループへの参加(農村=0.79;都市=0.83)、趣味グループへの参加(農村=0.76;都市=0.90)、就労(農村=0.83;都市=0.80)は、農村、都市の両方で要介護リスクが低いという関連がみられました。

## ■ 本研究の意義

特性の異なる農村、都市の両方で、様々な組織に参加することは要介護リスクを軽減する可能性が明らかになりました。高齢者のスポーツ、趣味グループへの参加促進だけでなく、就労支援も重要な介護予防施策となる可能性が示されました。

## ■ 発表論文

Ide K, Tsuji T, Kanamori S, Jeong S, Nagamine Y, Kondo K. Social Participation and Functional Decline: A Comparative Study of Rural and Urban Older People, Using Japan Gerontological Evaluation Study Longitudinal Data. Int. J. Environ. Res. Public Health 2020, 17(2), 617; <https://doi.org/10.3390/ijerph17020617>

## ■ 謝辞

本研究は、JSPS科研、厚生労働科学研究費補助金、国立研究開発法人日本医療研究開発機構(AMED)、国立研究開発法人国立長寿医療研究センター長寿医療研究開発費、国立研究開発法人科学技術振興機構などの助成を受けて実施した。記して深謝します。