

通いの場づくりで地域間の健康格差が縮小

～兵庫県神戸市における6年間の「介護予防サロン推進事業」の評価～

地域の“通いの場”に参加する高齢者自身の健康度が高まることは知られていますが、それを普及した地域に暮らす高齢者全体の健康増進に繋がるのかは明らかになっていません。神戸市では2014年から2019年にかけて、健康度が低い高齢者が多く暮らす16の地域を選び、通いの場づくりを特に積極的に行いました。その結果、それらの地域に暮らす高齢者の社会参加や友人との交流、サポートが豊かになり、さらには口腔機能、認知機能の低下やうつリスクを抱える高齢者が減りました。これにより、市内のそれ以外の地域との間に見られていた健康格差が縮小・解消しました。

お問合せ先：筑波大学体育系 助教 辻大士 tsuji.taishi.gn@u.tsukuba.ac.jp

モデル地区で重点的に通いの場づくりを推進したことで 2011、13年に見られた地区間差が2019年にかけて縮小・解消

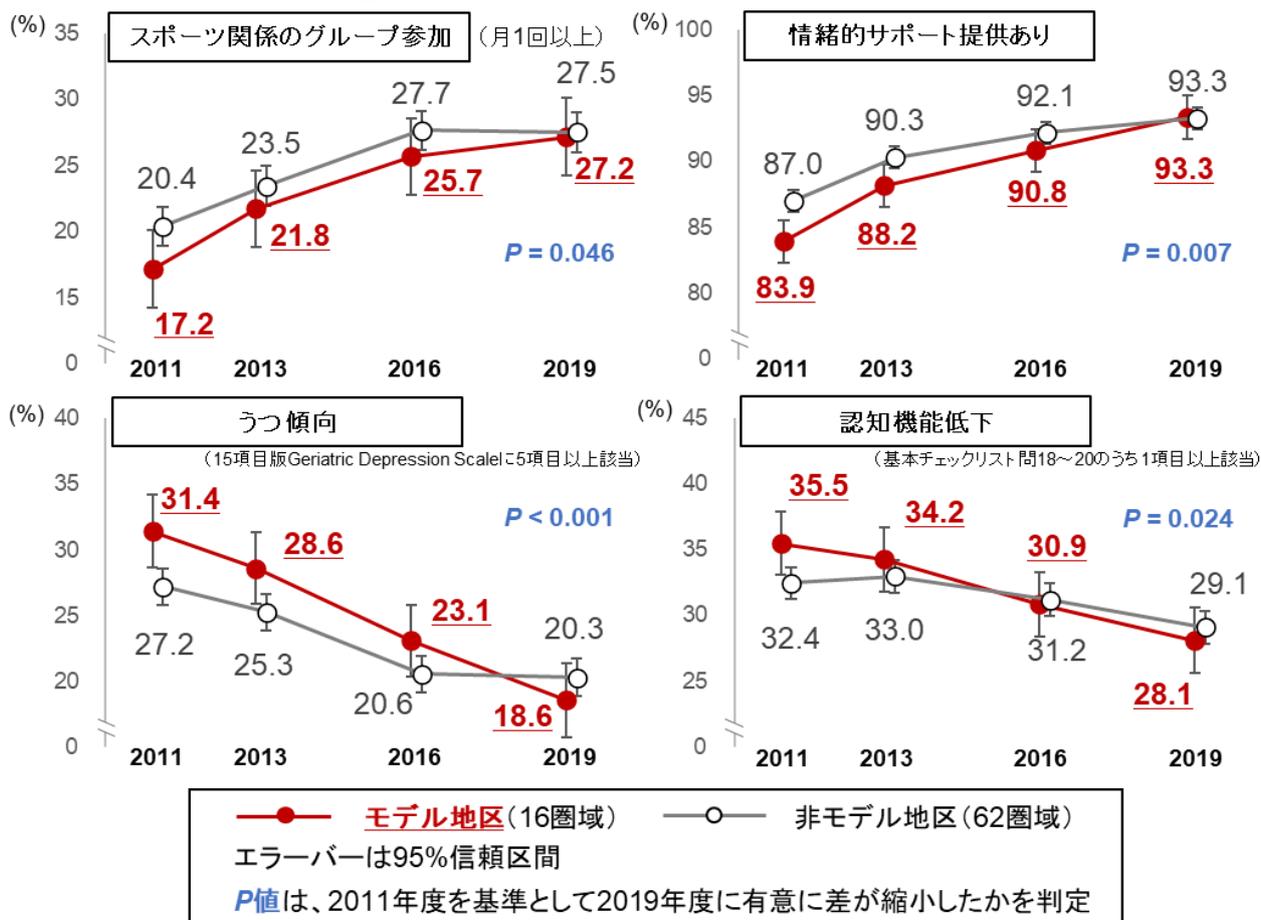


図. モデル地区と非モデル地区における2011、13、16、19年度調査の各指標※の推移
(※全13指標検証したうちの4指標を抜粋)

■背景

地域づくりによる介護予防の一環として、住民主体の通いの場づくりが全国で推進されています。その参加者個人への介護予防効果に関する報告は近年増えてきましたが、それを推進した地域全体の高齢者の健康課題の解決に寄与しているのかは十分に分かっていません。そこで本研究では、地域診断により要介護リスクを抱えた高齢者が多く居住する地域を「モデル地区」とし、重点的に通いの場の立ち上げや運営を支援することで、地域レベルの社会関係の豊かさや健康に関する指標が改善し、地域間の格差が縮小するかを検証することを目的としました。

■対象と方法

神戸市と日本老年学的評価研究は、要介護認定を受けていない高齢者を対象に全市で実施したサンプリング郵送調査データを用い、市内78圏域(1圏域≡中学校区)の地域診断を行いました。複数の要介護リスク指標で不良な値を示し、重点的な対策が必要と判断された16圏域を2014～19年度にかけてモデル地区として指定し、市・区・地域包括支援センター・研究者らが連携して通いの場の立ち上げや運営を支援しました。さらに、4回(2011、13、16、19年度)の同調査データ(各8,872人、10,572人、10,063人、5,759人)を用い、モデル地区(16圏域)と非モデル地区(62圏域)との間で、社会関係の豊かさに関する9指標(社会参加3指標、社会的ネットワーク2指標、社会的サポート4指標)と、健康に関する5指標(運動器の機能低下、低栄養、口腔機能低下、認知機能低下、うつ傾向)の経年推移を、線形混合効果モデルという統計手法を用いて比較しました。

■結果

2011、13年度調査では、全14指標中13指標でモデル地区は非モデル地区より不良な値を示していました。その差が2016、19年度調査にかけて統計的に有意に縮小・解消した指標は、社会関係の豊かさに関する4指標(スポーツ・趣味関係のグループ参加、友人10人以上、情緒的サポート提供)と、健康に関する3指標(口腔機能低下、認知機能低下、うつ傾向)でした。例えば、2011年度のスポーツ関係のグループ参加はモデル地区17.2%/非モデル地区20.4%でしたが、2019年度には27.2%/27.5%と地域差が縮小しました($P = 0.046$)。同様に、情緒的サポート提供は83.9%/87.0%が93.3%/93.3%($P = 0.007$)、うつ傾向は31.4%/27.2%が18.6%/20.3%($P < 0.001$)、認知機能低下は35.5%/32.4%が28.1%/29.1%($P = 0.024$)となり、差が解消しました。

■結論

地域診断により要介護リスクを抱えた高齢者が多く住む地域を特定し、住民主体の通いの場づくりを重点的に6年間推進することで、社会参加やネットワーク、サポートが醸成され、ひいては地域間の健康格差の是正に寄与する可能性が示されました。

■本研究の意義

2015年度から我が国の介護予防への取り組みは、それまでのハイリスク戦略から「地域づくりによる介護予防」を推進するポピュレーション戦略へと転換が図られました。その有効性と妥当性を、地域診断→事業実施→効果評価のPDCAサイクルを回して実証した貴重な報告です。なお、6年間の取り組みを経て効果が確認されたため、短期間の結果に一喜一憂することなく、根気強く継続することが重要と言えます。

■発表学会・論文

辻大士, 高木大資, 近藤尚己, 丸山佳子, LINGLING, 王鶴群, 井手一茂, 近藤克則. 地域づくりによる介護予防は地域間の健康格差を是正するか?: 8年間の連続横断研究. 第80回日本公衆衛生学会総会(2021年12月21～23日)

辻大士, 高木大資, 近藤尚己, 丸山佳子, 井手一茂, LINGLING, 王鶴群, 近藤克則. 通いの場づくりによる介護予防は地域間の健康格差を是正するか?: 8年間のエコロジカル研究. 日本公衆衛生雑誌(印刷中).

<https://doi.org/10.11236/jph.21-120>