Withコロナによる健康二次被害を社会参加やスポーツで予防し国民を“健幸”にするための緊急提言

① 健康と社会経済活動の両立

② 高齢者も参加可能な新しいハイブリッドコミュニティの形成支援

③ 感染予防とIkigaiのある生活の推進政策が人の健幸及び医療・介護における財政悪化を防ぐ

④ 高齢者の社会参加や会話不足補うオンラインコミュニティモデル実証の実施

CHIBA UNIVERSITY

千葉大学予防医学センター

国立長寿医療研究センター

一般社団法人日本老年学的評価研究（JAGES）機構
Japan Gerontological Evaluation Study

近藤克則

Japan Gerontological Evaluation Study：日本老年学的評価研究

JAGES 健康とくらしの調査

参加市町村

■ 2019調査参加市町村
■ 過去の参加市町村

JAGES 2019
64 市町村
送付数 375,421
回収数 258,842
回収率 68.9%

JAGES 2016/17
市町村数 40
送付数 約30万人
回収数 約20万人
回答率 約69.5%

JAGES 2013/14
市町村数 30
送付数 約20万人
回収数 約14万人
回答率 約70.8%

JAGES 2010/11
市町村数 31
送付数 約17万人
回収数 約11万人
回答率 約66.3%

CHIBA UNIVERSITY

人との交流は週１回未満から健康リスクに

～認知症や要介護(要介護2以上)，死亡が1.3～1.4倍～

他者との交流頻度

10 年間のコホートデータを使用。約 12000 人を解析した結果。

斉藤雅茂・近藤克則・尾島俊之ほか (2015) 日本公衆衛生雑誌．62(3) より

月１回以上趣味やスポーツの会に参加した高齢者
11年間の介護費用22～61万円/人低かった

OLSは、2006年時点の性別・年齢・治療疾患の有無、修学年数、等価所得、婚姻状態、世帯構成、健康度自己評価を調整。不明はダミー変数にして投入。

IPWwithMIは、同変数の欠損値を多重代入法で補完後、各社会参加頻度への該当しやすさを推定し、その逆数を調整したもの。

Saito M, Aida J, Kondo N, Saito J, Kato H, Ota Y, Amemiya A, Kondo K. (2019) Reduced long-term care cost by social participation among older Japanese adult: A eleven-year follow-up study in JAGES. BMJ Open. (in press)

日本福祉大学 健康社会研究センター
Center for Well-being and Society

Society 5.0

内閣府
Cabinet Office, Government of Japan

http://www8.cao.go.jp/cstp/society5_0/index.html

⑤テレビ電話を活用したバーチャル通いの場【介護予防・見守り】

1　取組概要

○　通いの場の運営者等が、テレビ電話を活用して、自宅にいる高齢者に声かけを行うほか、画面越しに体操等を行う。

○　困りごとを抱える高齢者、生活機能の低下等が懸念される高齢者がいれば、その状況に応じて、自治体や地域包括支援センター等につなぐ。

2　想定される実施者

○　通いの場の実施者　等

3　期待できる効果

○　普段から交流のある通いの場の運営者等による声かけにより、お互いに不安感なく取り組むことができる。

○　通いの場の実施者等は、リスク少なく見守りや介護予防に取り組むことができるとともに、その活動の中で、支援を必要とする高齢者を把握し、必要な機関につなぐことができる。

4　事業の例

○　地域支援事業（一般介護予防事業）、保健福祉事業　等

※　保険者機能強化推進交付金・介護保険保険者努力支援交付金の活用が可能

【取組のイメージ】

テレビ電話を活用した
バーチャル通いの場（介護予防・見守り）

○　**通いの場の運営者等が、テレビ電話を活用して、自宅にいる高齢者に声かけ・体操等を実施**

○　**生活機能の低下等が懸念される高齢者等がいれば、自治体や地域包括支援センター等につなぐ**

○　**普段から交流のある住民同士の声かけにより、不安感なく取り組むことができる**

厚生労働省
新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して実施する介護予防・見守り等の取組例について（令和2年5月29 日）

https://www.mhlw.go.jp/content/12600000/000644296.pdf

希望者にテレビ電話の無料講習会？

- 45団体中
  - すでに使っている 7団体、使ってみたい　18団体
- スマホやタブレット、パソコンのテレビ電話機能を使ったオンライン「元気応援クラブ」
- LINE、zoom
- 家族とのコミュニケーションにも使える
- 調べものにも便利

非対面でも交流しているとうつが少ない

・対面交流なし（下記2つの指標を再カテゴリー化し、「週1回未満」に該当した状態）

問7-1)友人・知人と会う頻度はどれくらいですか。
選択肢：1.週4回以上　2.週2～3日　3.週1回　4.月1～3回　5.年に数回　6.会っていない

バージョンH　問18-4)別居の家族や親戚と会う機会はどれくらいありますか。　選択肢：1.ほとんど毎日　2.週2,3回　3.週1回程度　4.月1,2回　5.年に数回　6.ほとんどない　7.別居の家族や親戚はいない

・非対面交流なし（下記2つの指標を再カテゴリー化し、「週1回未満」に該当した状態）

バージョンH　問18-6)友人・知人と手紙、電話、メールなどで連絡をとりあう機会はどれくらいありますか。　選択肢：1.ほとんど毎日　2.週2,3回　3.週1回程度　4.月1,2回　5.年に数回　6.ほとんどない

バージョンH　問18-5)別居の家族や親戚と手紙、電話、メールなどで連絡をとりあう機会はどれくらいありますか。　選択肢：1.ほとんど毎日　2.週2,3回　3.週1回程度　4.月1,2回　5.年に数回　6.ほとんどない　7.別居の家族や親戚はいない

・うつ状態（下記の10-15点に該当した状態）

問10-1)~15) を点数化
0-4点問題なし　5-9点うつ傾向　10-15点うつ状態

※前期・後期高齢者で2群に分けた分析でも結果はほぼ変わらず

分析担当者：福定　正城（日本福祉大学健康社会研究センター）mt170283@n-fukushi.ac.jp
斉藤　雅茂（日本福祉大学社会福祉学部准教授）　masa-s@n-fukushi.ac.jp

平成 30 年通信利用動向調査, 総務省, 2019年5月

ソーシャルネットワーキングサービスの利用状況（個人）

1年間で
7～8%
増加

SNS利用は
60歳台で 38.6%
70歳台で 23.6%

https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/190531_1.pdf

約6割の高齢者がインターネットを使用
（前期高齢者では約7割，後期高齢者では約4割）

JAGES2019 バージョンA【問21】
インターネットやメール（パソコン・携帯電話など）についておうかがいします。
あなたは過去1年間に、インターネットやメールをどのぐらい使いましたか？

JAGES2019

分析担当：中込　敦士　Harvard T.H. Chan School of Public Health　bay2item@yahoo.co.jp
井手　一茂　千葉大学医学薬学府/長谷川病院地域包括支援課 idex_waka@yahoo.co.jp

高齢者のインターネット利用割合 個人レベル平均は6割

市町村間格差は約2.3倍、平均は56%

JAGES2019 バージョンA【問21】
インターネットやメール（パソコン・携帯電話など）についておうかがいします。
あなたは過去1年間に、インターネットやメールをどのぐらい使いましたか？
1．使わなかった 2．月に数回使う 3．週2～3回使う 4．ほぼ毎日使う
インターネット利用

N = 63

最大 78.8%

JAGES2019

分析担当：中込　敦士　Harvard T.H. Chan School of Public Health　bay2item@yahoo.co.jp
井手　一茂　千葉大学医学薬学府/長谷川病院地域包括支援課 idex_waka@yahoo.co.jp

高齢者のインターネット利用率（2025年の推定）

総務省の調査結果から、2025年のインターネット利用率は、
70歳代で80%超、80歳代でも60%に達していると推定できる。

報告者：日本福祉大学　大田康博
mh140030@n-fukusgi.ac.jp