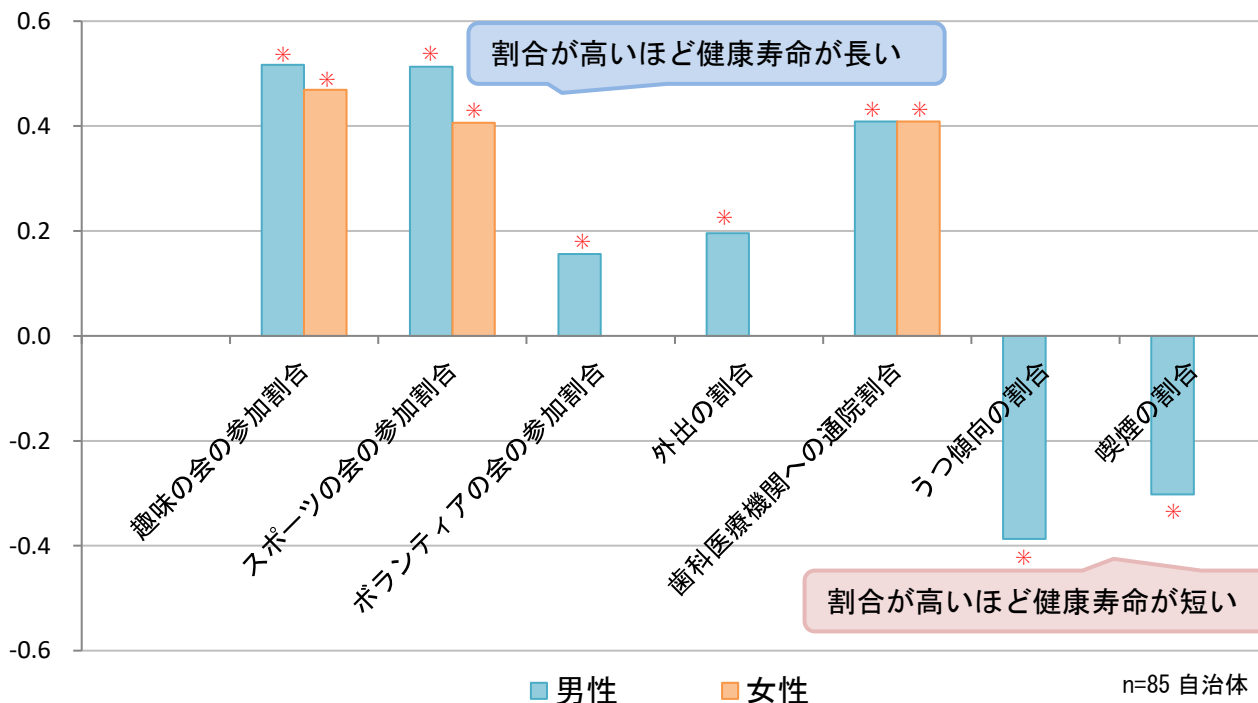


社会参加，外出，通院の割合が高い市区町ほど健康寿命が長い うつ傾向，喫煙の割合が高い市区町ほど健康寿命が短い ～ 社会参加が1割多い地域では、健康寿命が0.5～1.1歳ほど長い ～

本研究は、全国の85市区町を対象に、要介護認定を受けていない高齢者への質問紙調査 (n=247,022名)と自治体の公開データを用いて、高齢者の生活要因と健康寿命との関連を検証しました。分析の結果(n=85自治体)、男性では、趣味の会・スポーツの会・ボランティアの会の参加，外出の機会，歯科医療機関の通院の割合の高い市区町ほど健康寿命は長く，うつ傾向，喫煙の割合が高いほど健康寿命は短い傾向がみられました。また，女性では，趣味の会・スポーツの会の参加，歯科医療機関の通院の割合の高い市区町ほど健康寿命は長い傾向がみられました。

お問合せ先: 京都大学大学院 医学研究科 細川陸也 hosokawa.rikuya.4r@kyoto-u.ac.jp

健康寿命と高齢者の生活要因との関連



※ 上記の値は、重回帰分析の標準化回帰係数（* 有意差がみられた値のみ）を示しています。値が大きいほど関連が強いことを意味します。

■ 背景

健康寿命の地域差が生じている背景は十分に明らかとなっておらず、効果的な取り組みを実施するためには、市区町単位のアプローチ可能な地域の特徴を明らかにしていく必要があります。そこで、本研究は、健康寿命および平均寿命に関連する高齢者の生活要因の特徴を地域レベルで検証することを目的としました。

■ 対象と方法

本研究は、JAGES(Japan Gerontological Evaluation Study, 日本老年学的評価研究)の一環として、2013年に介護予防・日常生活圏域ニーズ調査に参加した全国85市区町を分析対象としました。地域レベルの指標として、高齢者(n=247,022名)の生活要因を社会参加、うつ傾向などの割合(1-100%)とし、また、健康寿命・平均寿命(年)を健康寿命の算定プログラムを用いた値とし、市区町単位で算出しました。市区町を分析単位とし(n=85自治体)、健康寿命と平均寿命を従属変数、高齢者の生活要因を説明変数とし、説明変数を種類毎に個別に投入して重回帰分析を実施しました。

■ 結果

男性では、趣味の会の参加、スポーツの会の参加、ボランティアの会の参加、外出の機会、歯科医療機関への通院の割合の高い市区町ほど健康寿命と平均寿命が長く、うつ傾向、喫煙の割合の高い地域ほど、健康寿命と平均寿命が短い傾向がみられました。一方、女性に関しては、趣味の会の参加、スポーツの会の参加、ボランティアの会の参加、歯科医療機関への通院の割合の高い市区町ほど健康寿命と平均寿命が長いという結果でした。また、健康寿命と生活要因の関連の強さは、男性では、趣味の会の参加が1割高いと1.1歳($B=0.105, p<0.001$)、同様に参加が1割増えるごとにスポーツの会で1.0歳($B=0.095, p<0.001$)、ボランティアの会で0.5歳($B=0.047, p=0.095$)、外出の機会が0.2歳($B=0.022, p=0.086$)、歯科受診で0.5歳($B=0.048, p=0.009$)、1割減るごとにうつ傾向で1.2歳($B=-0.117, p=0.001$)、喫煙で1.0歳($B=-0.101, p=0.013$)ほど健康寿命が長く、女性では、1割増えるごとに趣味の会の参加で0.6歳($B=0.059, p=0.003$)、スポーツの会で0.6歳($B=0.057, p=0.016$)、歯科受診で0.4歳($B=0.035, p=0.011$)ほど健康寿命が長いという結果がみられました。

■ 結論

趣味の会・スポーツの会・ボランティアの会の参加、外出の機会、歯科医療機関への通院の割合が高い市区町ほど健康寿命・平均寿命は長く、うつ傾向、喫煙の割合が高いほど健康寿命・平均寿命は短い傾向がみられました。

■ 本研究の意義

健康寿命の延伸は、経済的効果の面からも大きな社会的意義があります。社会参加や歯科医療機関への通院など健康寿命と平均寿命に関連していた高齢者の生活の特徴にアプローチすることは、市区町などにおける健康寿命・平均寿命の延伸に寄与する可能性が示唆されました。

■ 発表論文

細川陸也, 近藤克則, 山口知香枝, 岡田栄作, 尾島俊之. 健康寿命および平均寿命に関連する高齢者の生活要因の特徴. 厚生指標 67(7) 31 - 39 2020年

■ 謝辞

ご協力頂きました市区町の担当者の皆様と調査対象の皆様に深謝いたします。本研究は、JAGESのデータを使用し、厚生労働行政推進調査事業費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)「健康日本21(第二次)の総合的評価と次期健康づくり運動に向けた研究」(課題番号:19FA2001), 厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)「生活習慣及び社会生活等が健康寿命に及ぼす影響の解析とその改善効果についての研究」(課題番号:19FA1012), 国立研究開発法人日本医療研究開発機構(AMED)(長寿科学研究開発事業)「地域づくりによる介護予防の推進のための研究」(課題番号:JP19dk0110034), 国立研究開発法人科学技術振興機構(JST)(産学共創プラットフォーム共同研究推進プログラム(OPERA)「ゼロ次予防戦略による Well Active Communityのデザイン・評価技術の創出と社会実装」)「異種混合学習解析による高齢者の健康と地域環境の分析ツールの開発」(課題番号:JPMJOP1831(OPERA)開発課題5), 科学研究費(基盤研究(B))「人口減少社会におけるコンパクトシティの健康への影響に関する疫学研究」(課題番号:18H03047)の助成を受けて実施しました。