CC BY SA

報道発表 Press Release No: 464-25-9
2025 年 5 月発行

慶應義塾大学・京都大学

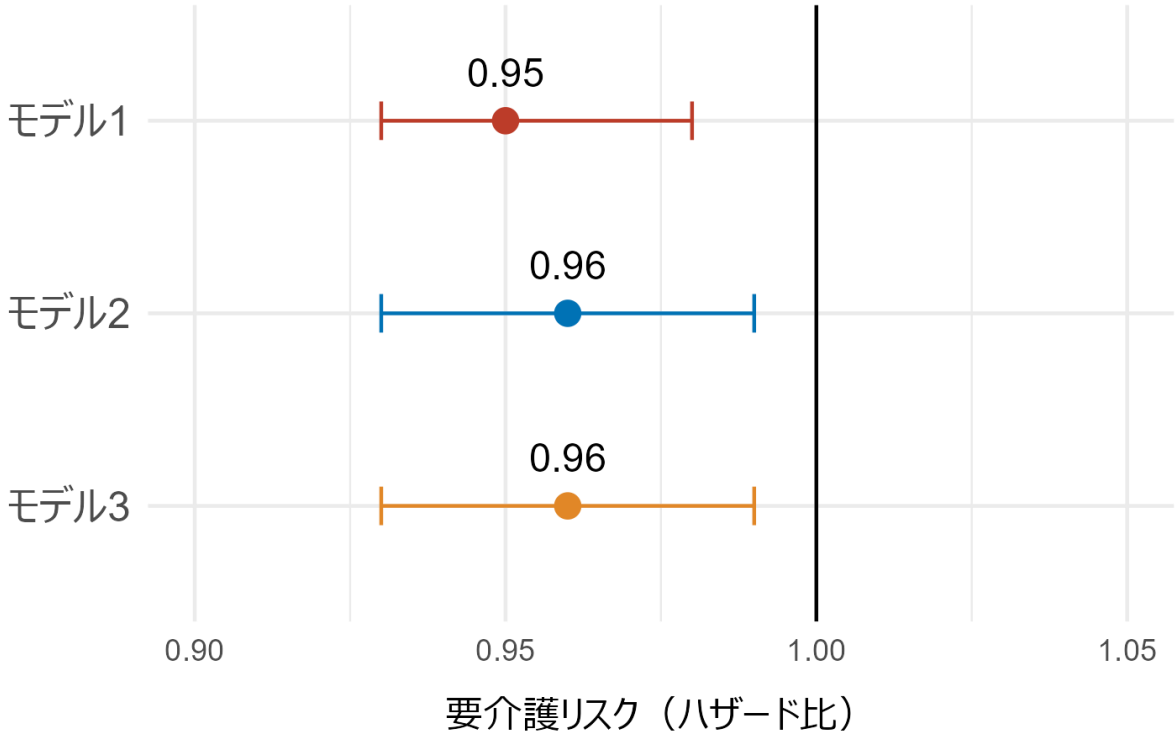
図書館の本が多い街ほど健康長寿の傾向

～蔵書が人口当たり1冊増えると要介護リスク4％減に相当～

これまでの研究で、個人の読書習慣が死亡率や認知症リスクの低下と関連することがわかっています。しかし、読書の機会を提供し、住民が集う場所としての図書館と健康の関係性は明らかにされていません。このため、本研究は73,138名の高齢者を約7年間追跡し、各自治体の図書館の蔵書数と要介護リスクの関連を調べました。分析の結果、図書館の蔵書が人口当たり1冊増えると、その地域の高齢者の要介護リスクが4%減少することに相当する相関関係が確認されました。この結果は、図書館やその蔵書の充実といった文化財への公共投資が、健康長寿のまちづくりに有効である可能性を示唆するものであり、さらなる研究が期待されます。

お問合せ先： 慶應義塾大学総合政策学部 専任講師 佐藤 豪竜 koryus@keio.jp

図書館の人口当たり蔵書数と要介護リスクの関連（n = 73,138）



モデル1は、他の因子の影響を考慮していない。モデル2は、年齢、性別、教育年数、等価世帯所得、婚姻状況、就業状況、社会参加変数、自治体の財政力指数、市町村別の人口密度の違いを考慮。モデル3は、モデル2の因子に加えて、個人の読書習慣の違いを考慮。ひげは95%信頼区間（同じ調査を繰り返したとき、95%の頻度で真の値を捉える範囲）。

CC BY SA

報道発表 Press Release No: 464-25-9
2025 年 5 月発行

慶應義塾大学・京都大学

■背景
これまでの研究で、個人の読書習慣が死亡率や認知症リスクの低下と関連することがわかっています。しかし、読書の機会を提供し、住民が集う場所としての図書館と健康の関係性は明らかにされていません。このため、本研究は各自治体の図書館の蔵書数と要介護リスクの関連を調べました。

■対象と方法
本研究は、要介護認定を受けていない65歳以上の方を対象とした日本老年学的評価研究(JAGES)の19市町村における調査データを用いました。2013年の調査をベースラインとし、2021年3月までの追跡調査で有効なデータが得られた73,138名を分析の対象としました。各自治体における図書館の蔵書数は、日本図書館協会の2013年のデータを参照し、自治体の人口で割りました。分析は、Cox比例ハザードモデル※1によって行いました。3つのモデルで分析を行い、モデル1は他の因子の影響を考慮せず、モデル2では年齢、性別、教育年数、等価世帯所得、婚姻状況、就業状況、社会参加変数、自治体の財政力指数、市町村別の人口密度、モデル3ではさらに個人の読書習慣の影響を考慮しています。

■結果
調査期間中、16,336名(22.3%)が新たに要支援・要介護と認定されました。モデル1では、図書館の蔵書数は要介護リスク低下と関連していました(ハザード比※2＝0.95)。他の因子の影響を考慮したモデル2でも、同様の結果が得られました(ハザード比＝0.96)。さらに、個人の読書習慣の影響を考慮したモデル3でも同様の結果(ハザード比＝0.96)となり、図書館の蔵書数は、個人の読書習慣の違いを考慮してもなお要介護リスクの低下と関連していることが示されました。なお、説明変数を地域の図書館の数とした分析でも、一貫した結果が得られました。
また、層別解析を行ったところ、75歳以上よりも75歳未満(ハザード比＝0.97対0.95)、男性よりも女性(ハザード比＝0.97対0.95)、読書習慣のない人よりも読書習慣のある人(ハザード比＝0.98対0.95)では、要支援・要介護リスクが低いことがわかりました。

■結論
図書館の蔵書が人口当たり1冊増えると、その地域の高齢者の要介護リスクが4%減少することに相当する相関関係が確認されました。同様に人口当たり10冊の蔵書は、要介護リスクが34%減少することに相当します。

■本研究の意義
本研究で示された関連はあくまで相関関係であり、因果関係を保証するものではありません。しかし、個人の属性や自治体の財政力指数、人口密度などの違いを考慮してもなお蔵書数と要介護リスクの間に関連がみられたことは特筆すべきです。この結果は、図書館やその蔵書の充実といった文化財への公共投資が、健康長寿のまちづくりに有効である可能性を示唆するものであり、さらなる研究が期待されます。

■発表論文
Otani, S., Sato, K., Kondo, N. Public libraries and functional disability: A cohort study of Japanese older adults. SSM - Population Health, 29; 101762 (2025). https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2025.101762

■謝辞
本研究は、日本学術振興会科学研究費(20H00557, 20K10540, 21H03196, 21K17302, 22H00934, 22H03299, 22K04450, 22K13558, 22K17409, 23H00449, 23H03117, 23K21500, 23K27854)、厚生労働科学研究費補助金(19FA1012, 19FA2001, 21FA1012, 22FA2001, 22FA1010, 22FG2001)、国立研究開発法人科学技術振興機構(JPMJOP1831, JPMJPF2105, JPMJRS24I5)などの助成を受けて実施しました。記して深謝します。

■用語解説
※1 Cox比例ハザードモデル:時間が経つ中で、要介護認定などの出来事が起こるリスクに影響を与える要因を分析するための統計モデルの一つ。
※2 ハザード比:ある要因の有無で「ある時点で要介護認定などの出来事が起こるリスク」がどれくらい違うかを示す比率。