

友人と月1回以上会う人に比べて、男性では友人とめったに会わない人で1.30倍、女性では友人を持たない人で1.81倍、死亡のリスクが高い

人々の絆が強ければ、助け合いや情報交換が活発になると考えられる。このような人々の絆から生み出される信頼や助け合い、ネットワークなどはソーシャルキャピタルと呼ばれる。本研究では65歳以上の高齢者を4年間追跡してソーシャルキャピタルと死亡との関係を調査した。その結果、年齢や健康状態を考慮した上でも、友人と月1回以上会う人に比べて、男性では友人とめったに会わない人で1.30倍（95%信頼区間=1.10-1.53）、女性では友人を持たない人で1.81倍（95%信頼区間=1.02-3.23）死亡のリスクが高かった。

【連絡先】 相田潤 東北大学 大学院歯学研究科国際歯科保健学分野 准教授
email: aidajun@m.tohoku.ac.jp / 電話: 022-717-7639

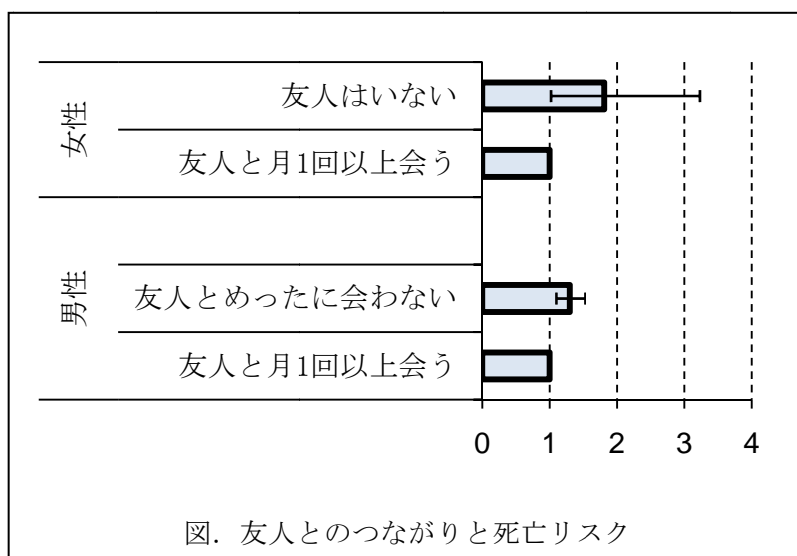
<背景>

人々の絆が強く豊かであれば、お互いの助け合いや情報交換が活発になると考えられる。こうした人々の絆から生み出される資源はソーシャルキャピタル（社会関係資本）と呼ばれ、経済学や政治学の分野で注目されてきた。近年ソーシャルキャピタルが健康にも作用する可能性が指摘されている。しかし、ソーシャルキャピタルが高ければ死亡率まで低くなるかどうかを、個人個人を長期間追跡して調べた研究（コホート研究）はきわめて少ない。そこで、どのような種類のソーシャルキャピタルが死亡率に影響するのか、コホート研究で調べた。

<方法>

AGES (Aichi Gerontological Evaluation Study、愛知老年学的評価研究) プロジェクト¹⁾の2003年調査で愛知県に居住する65歳以上の健常者を対象にアンケート調査を行った。

その後、14,668名のデータを4年間追跡して、個人の持つどのような種類のソーシャルキャピタルが死亡率に関係するかを調べた。ソーシャルキャピタルは、信頼（他人が信頼できるかどうかや利他的・利己的かどうか）、助け合い（困ったときの助け合いや悩み事を聞いてくれる人がいるかどうか、自分を受け入れてくれる人がいるか、他人が困っている時に助けているか）、ネットワーク（町内会や趣味の会、スポーツクラブなどの参加や、友人と会う頻度）について質問をした。



<結 果>

4. 29年の追跡期間中に、男性 6508 人のうち 790 人が死亡、女性 6802 人のうち 424 人が死亡した。

社会参加が少なかったり友人と会わない人、低い信頼（男性のみ）や、人を助けない人で、死亡率が高い傾向にあった。調査開始時点の年齢や全身の健康状態、生活習慣（喫煙・飲酒・運動）や社会経済状態の違いにより外出頻度や社会参加が異なると考えられるのでそれらを統計学的に調整した後では、友人と月 1 回以上会う人に比べて、男性では友人とめったに会わない人で 1.30 倍（95%信頼区間=1.10-1.53）、女性では友人を持たない人で 1.81 倍（95%信頼区間=1.02-3.23）死亡のリスクが高かった（図）。また、予想に反して、女性では他人を信頼していない人で死亡率が 0.65 倍（95%信頼区間=0.45-0.96）と低かった。

<研究の意義>

この研究の結果、日本の高齢者において、個人のソーシャルキャピタルが豊かな人ほど、死亡率が低い可能性が示唆された。これは、ソーシャルキャピタルが高いほど、助け合いが多かったり、健康情報の交換や行政活動が活発化したり、ストレスが低下することが機序として推測される。地域社会の人々の結びつきを強くするような、サークル活動の活性化や、公民館や公園といった交流に関わる設備の充実を図るような施策により、健康を増進できる可能性がある。

また、女性で低い信頼と低い死亡率の関連が見られたが、これは、アンケートで用いた質問に課題があったと考えられる。今回の主な調査地域は郊外であり、高齢者の間では近しい人々の間で関係性が強い集団社会だと考えられ、「一般的に、人は信用できると思いますか」という質問では、よそ者に対してはかえって信頼の質問が低く測定されてしまうといった問題があった可能性がある。

¹⁾ <http://square.umin.ac.jp/ages/>

<論文発表>

J. Aida, K. Kondo, H. Hirai, S. V. Subramanian, C. Murata, N. Kondo, Y. Ichida, K. Shirai and K. Osaka. Assessing the association between all-cause mortality and multiple aspects of individual social capital among the older Japanese. BMC Public Health (2011) 11(1), 499. DOI:10.1186/1471-2458-11-499

本研究は、私立大学戦略的研究基盤形成支援事業（文部科学省）を受けて行った。