

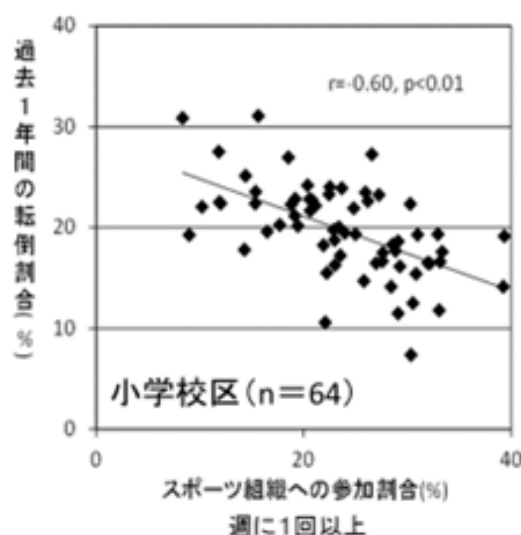
転倒が 4 倍多いまちがある

スポーツ組織への参加割合が高い小学校区ほど転倒率が少ない

介護予防において、転倒しやすい高齢者を早期に発見して転倒予防教室に参加してもらう二次予防が主に行われてきた。しかし対象者が集まらないため、地域づくりによる介護予防へと見直しが求められている。そこで転倒が少ない地域(小学校区)があるか、また転倒が少ない地域の特徴を検討した。6 保険者(9 市町村)の要介護認定をいない高齢者で郵送調査に回答した 29,117 人(回収率 62.3%)のうち年齢や日常生活動作(ADL)低下、転倒リスクであるうつの影響を減らすため、前期高齢者で ADL 自立、うつなしの人 16,102 人に限定して分析した。過去一年間の転倒歴を尋ね、小学校区単位で集計したところ、小学校区間で転倒率は 7.4%~31.1%と、4 倍以上「転びやすい小学校区」があることが判明した。それと関連する要因を検討したところ、「スポーツ組織に週に1回以上参加している者の割合」が 1 割未満の校区で転倒は多く、4 割近い校区では転倒経験者が少ないという負の相関(-0.60)を認めた。

小学校区別転倒率とスポーツ組織参加

65-74歳, ADL自立者, うつなしの者16,102人に限定



対象:6保険者(9自治体)の要介護認定を受けていない人で郵送調査に回答した29117人(回収率62.3%)

転倒率:
7.4%~31.1%と4倍以上の差
スポーツ組織参加率と相関

【連絡先】 林 尊弘(はやし たかひろ)

日本福祉大学健康社会研究センター 客員研究所員

e-mail: tahayashi@tokai-med.ac.jp Tel: 052-242-3074

<背景>

2006 年の介護保険法改正により予防重視型システムへの転換が図られ、転送しやすい高齢者を早期に発見して転倒予防教室に参加してもらう二次予防（ハイリスク戦略）が中心となる介護予防事業が導入された。しかし、事業参加者の少なさや対象者のスクリーニングに関わる問題などの限界が「介護予防マニュアル」（厚生労働省）でも指摘され、もう一つの予防医学の戦略であるポピュレーション戦略（地域づくり）が必要であるとされた。まちづくりなどポピュレーション戦略を開発するためには、転倒が少ない地域や人口集団を見だし、関連する地域要因を探り出すことがまず必要である。しかし、従来、転倒発生が少ない個人に着目する研究は多かったが、転倒発生割合の地域間比較すら十分なされておらず、果たして転倒発生の少ない地域や集団が存在するのか、またそれと関連する要因があるのかもほとんど検討されてこなかった。そこで本研究では、転倒の少ない地域や集団が存在するか、また、それと関連する要因の中でも、まちづくりに資する要因は何かを明らかにすることを目的とした。

<対象と方法>

日本老年学的評価研究（Japan Gerontological Evaluation Study, JAGES）プロジェクトデータを用いた。分析対象はA圏域内で隣接している6保険者（9市町村）に居住する要介護認定を受けていない高齢者29,117人（回収率62.3%）のうち、日常生活動作非自立者、うつあり者を除外した16,102人とした。また、分析では地域間の高齢化の影響を除くため前期・後期高齢者に層別化し、小学校区（ $n=64$ ）ごとの過去1年間の転倒歴がある者の割合（転倒割合）を求めた。次に、過去1年間の転倒歴と関連しうる社会的要因として、等価所得（中・高所得者割合）や教育年数（高学歴者割合）、地域組織への参加（スポーツ組織への参加割合）に着目し、小学校区を分析単位とした地域相関研究を行った。

<結果>

前期高齢者に限定しても、転倒割合は小学校区で最小7.4%～最大31.1%と約4倍の差があった。所得水準が高い者が多い（ $r=-0.54$ ）、教育年数が長い（ $r=-0.41$ ）、スポーツ組織への参加が多い（ $r=-0.60$ ）地域で転倒割合は有意に低かった。また、所得・教育水準で調整しても、「スポーツ組織への参加」割合が多いほど、転倒が少ない関連がみられた（ -0.461 ）。後期高齢者でも関連は弱くなるものの（ $r=-0.32$ ）同様の結果であった。いずれも統計学的に、偶然とは考えにくい水準の関連の強さであった。

<研究の意義>

本研究では、64小学校区を分析対象に転倒の少ない地域や集団が存在するのか、また小学校区ごとの転倒割合に関連する要因について地域相関研究にて検討した。その結果、前期高齢者では少ない所に比べ約4倍、後期高齢者でも約3倍も転倒割合が高い小学校区が存在した。その一部は、社会経済水準の違いで説明できたが、それを考慮しても「スポーツ組織への参加」が多い地域ほど転倒が少なかった。今後、さらに研究が必要だが、スポーツに参加する高齢者を増やすことで、転倒の少ないまちづくりを進められる可能性が示唆された。

<論文発表>

林尊弘, 近藤克則, 山田実, 松本大輔: 転倒者が少ない地域はあるかー地域間格差と関連要因の検討ー: JAGES プロジェクト. 厚生指標 61(7), 1-7, 2014.

<謝辞>

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）および厚生労働科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業, H22-長寿-指定-008、H25-長寿-一般-003）、文部科学省科学研究費補助金（課題番号 23243070, 25870881）の助成を受けて実施したものである。記して深謝します。