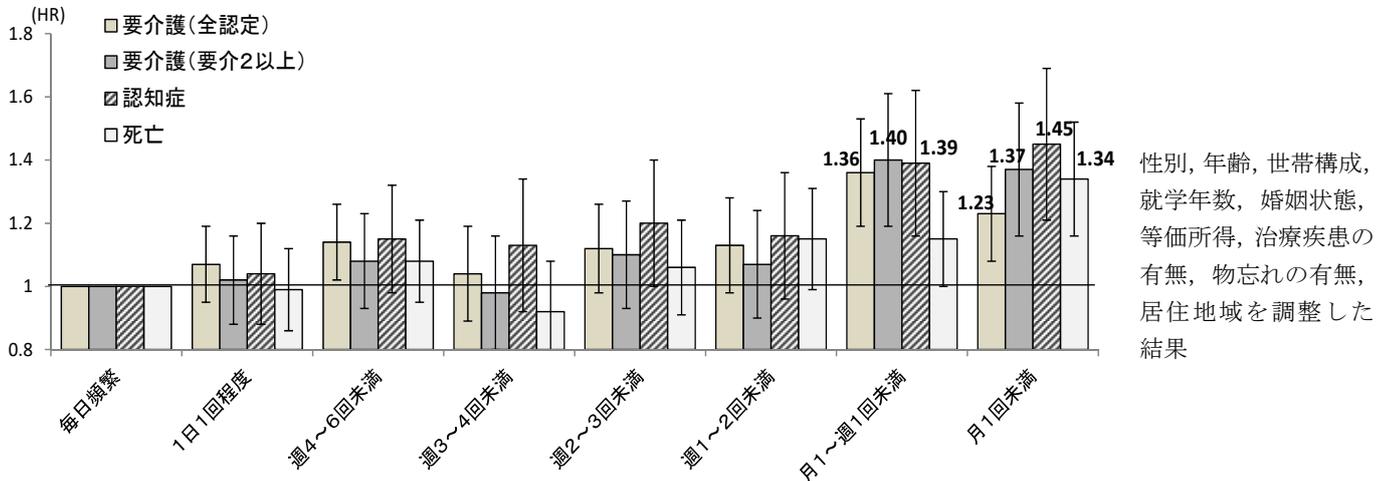


同居以外の他者との交流が「週1回未満」の状態からが 健康リスクになる可能性あり

～週1回未満は 1.3～1.4 倍要介護や認知症に、月1回未満では 1.4 倍早期死亡に至りやすい～

2003年10月に愛知県下6市町村における要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者14,804人を対象にした郵送調査を行い（回収率＝50.4%）、調査後の約10年間を追跡した。調査の結果、同居者以外の他者との交流が「毎日頻繁群」と比べて、「月1～週1回未満群」では1.3～1.4倍、その後要介護認定や認知症に至りやすく、「月1回未満群」ではそれらに加えて、1.3倍早期死亡にも至りやすいという結果が得られた。他方で、週1回以上の交流がある群では有意な関連は認められなかった。健康リスクになりうる交流の乏しさを社会的孤立とするならば、同居者以外との交流が週1回未満という状態からがその後の要介護や認知症と関連する孤立状態、月1回未満になると早期死亡とも密接に関連する深刻な孤立状態であることが示唆された。

同居者以外の他者との交流頻度と健康指標との関連：Cox 回帰分析



【連絡先】 齊藤雅茂（さいとう まさしげ）

日本福祉大学社会福祉学部准教授

電話：0569-87-2211 FAX：0569-87-1690

E-mail：masa-s@n-fukushi.ac.jp

同居以外の他者との交流が「週1回未満」の状態から健康リスクになる可能性あり
～週1回未満は1.3～1.4倍要介護や認知症に、月1回未満では1.4倍早期死亡に至りやすい～

【研究方法】

2003年10月に愛知県下6市町村における要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者14,804人を対象にした郵送調査を行った（回収率＝50.4%）。調査時点で歩行・入浴・排泄が自立していた12,085人について調査後の約10年間を追跡し、要介護状態（全認定および要介護2以上）への移行、認知症の発症と死亡状況を把握した。別居家族・親族および友人と会う頻度と手紙・電話・メールなどで連絡を取り合う頻度を加算して、「月1回未満」から「毎日頻繁（週に9回以上）」群に分類した。

【結果】

調査時点での諸特性を調整したうえでも、毎日頻繁群と比べて、月1～週1回未満群では、1.40（95%CI: 1.19 - 1.65）倍要介護2以上に、1.39（5%CI: 1.16 - 1.66）倍認知症に至りやすい傾向がみられた。さらに、月1回未満群では、これらに加えて、1.34（95%CI: 1.16-1.55）倍早期死亡にも至りやすいと結果であった。しかし、週1回以上の群では有意な関連は消失した。なお、調査後1年以内に認知症や死亡に至ったケースを除外しても結果は変わらなかった。同居者以外との交流頻度が月1回未満を孤立の基準とすると、高齢者の7.4%（男性で10.2%，女性で4.7%）が該当し、週1回未満を含めると15.8%（男性で21.2%，女性で10.6%）が該当した。

【結論】

社会関係の乏しさ（社会的孤立）は、単に人との交流が乏しいだけでなく、健康の社会的決定要因の1つでもある。健康リスクになりうる交流の乏しさの基準を検討したところ、同居者以外との交流が週1回未満という状態はその後の要介護や認知症と有意に関連し、月1回未満になると早期死亡とも密接に関連していた。必ずしも明確な根拠がない中で、これまで用いられてきた「週1回」という基準が健康指標との関連でも概ね妥当であり、月1回未満という基準は早期死亡にも関連する深刻な孤立状態であることが示唆された。

【論文発表】

齊藤雅茂，近藤克則，尾島俊之：健康指標との関連からみた高齢者の社会的孤立基準の検討：10年間のAGESコホートより。日本公衆衛生雑誌62（3）：95-105，2015

【謝辞】

本研究は、愛知老年学的評価研究（Aichi Gerontological Evaluation Study, AGES）プロジェクトのデータを使用し、「Well-being（幸福・健康）な社会づくりに向けた社会疫学研究とその応用（平成21年度～平成25年度文部科学省私立大学戦略的研究基盤形成支援事業）」の助成を受けて実施した。記して深謝する。