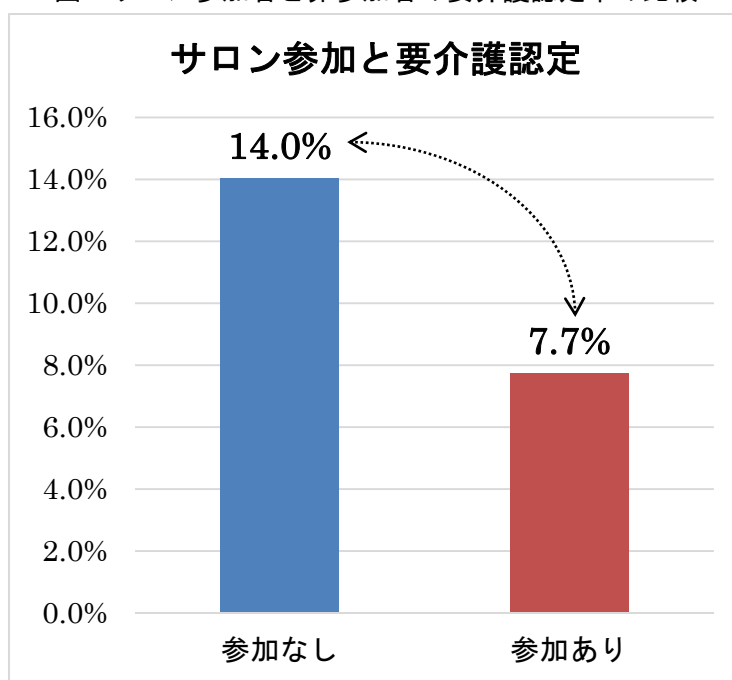


## 高齢者が交流を持つ「コミュニティ・サロン」をまちに設置すると、 要介護認定率が半減する可能性がある

愛知県武豊町では、2007年5月から生活機能が自立した高齢者が集い、お話や体操などを行う「憩いのサロン」を設け、規模を拡大しながら活動を継続しています。JAGES（日本老年学的評価研究）プロジェクトではサロン開設前後で参加者の状況を2012年3月まで追跡し、どのような人が頻りにサロンに通い、それによって要介護認定を受けるリスクが低下したかどうかを検証しました。サロン開設から5年の観察期間においてサロンに頻りに参加していた人は、そうでない人と比べて要介護認定を受けるリスクが半分であることが示されました。今後は、同じような取り組みを行っている他自治体のデータも検証することで知見の再現性を確認したり、特に予防効果の大きい活動内容を明らかにするための研究が必要になります。

図：サロン参加者と非参加者の要介護認定率の比較



注 3回以上参加した人のみを「参加者」と見なしている（2回以下の参加者は「参加なし」に分類）。

分析対象は一般参加者のみで、ボランティアは含まれない。

（お問い合わせ先）

引地博之

Harvard T.H. Chan School of Public Health  
Visiting Scientist

E-mail: [hikichi@hsph.harvard.edu](mailto:hikichi@hsph.harvard.edu)

## 高齢者が交流を持つ「コミュニティ・サロン」をまちに設置すると、 要介護認定率が半減する可能性がある

### <背景>

これまで、高齢者の社会参加が寿命の延伸や寝たきりの予防に効果的であることが様々な調査研究から報告されており、実際に介護予防政策としてまちの中に交流の場を設けた場合にも効果があるのかどうか興味を持たれてきましたが、そのことを厳密に検証した研究はありませんでした。

### <対象と方法>

愛知県武豊町では、2007年5月に生活機能が自立した高齢者が集い、お話や体操などを行う「憩いのサロン」を設けて現在まで規模を拡大しながら活動を継続しています。JAGES（日本老年学的評価研究）プロジェクトはサロン開設前の2006年7月に武豊町の要介護認定を受けていない高齢者全員に対して健康状態や社会生活の状況を尋ねる調査を実施しており、約半数の方からご回答いただきました。これらの回答者がどこのサロンに何回参加したか、いつ要介護認定を受けたかあるいは受けていないで生活できているかを2012年3月まで追跡して情報を収集し、サロン開設前の社会調査データと結合することで、どのような人が頻繁にサロンに通い、それによって要介護認定を受けるリスクが低下したかどうかを検証するデータセットを作成しました。

今回のような研究では、「健康な人ほどサロンに参加できるのだから、実際のところは健康な人ばかりサロンに参加して益々健康になっただけなのではないか？」という疑問を持たれやすいので、参加者と非参加者のサロン開設前の健康状態について偏りを極力低減させて、純粋なサロン参加の効果のみを検証可能な解析手法を用いました。

### <結果>

サロン開設から5年の観察期間において、サロンに頻繁に参加していた人は、そうでない人よりも要介護認定を受けるリスクが低いことが示されました（操作変数法を用いて算出されたハザード比 0.5）。今後は、同じような取り組みを行っている他自治体のデータも検証することで知見の再現性を確認したり、特に予防効果の大きい活動内容を明らかにするための研究が必要になります。

### 書誌情報

Hikichi H, Kondo N, Kondo K, Aida J, Takeda T, Kawachi I: Effect of a community intervention programme promoting social interactions on functional disability prevention for older adults: propensity score matching and instrumental variable analyses, JAGES Taketoyo study. *Journal of epidemiology and community health* 69 (9): 905-910, 2015

### <謝辞>

本研究は、愛知老年学的評価研究(the Aichi Gerontological Evaluation Study, AGES)プロジェクトのデータを使用し、私立大学戦略的研究基盤形成支援事業(文部科学省)による助成(23243070)、文部科学省・日本学術振興会科学研究費(24653150)を受けて実施した。記して深謝します。