

## 趣味・料理・社会的活動で認知症予防

愛知県A町在住の65歳以上で要介護状態にない2725人について、2000年から2005年の5年間追跡調査を行った。このうち5年後も「健康保持」のグループ2110人と「認知症を伴う要介護状態」となったグループ230人について比較分析した。その結果、調査開始時の状態として、「趣味がある」「うつ状態でない」「料理を作っている」「他人の相談にのっている」などの状態にあった高齢者が「健康保持」のグループに有意に多かった。例えば、認知症にならない確率は「趣味がある」人は「ない」人に比べて2.2倍、「料理している」人で3.3倍、「他人の相談にのっている」2.2倍などで、歩行「30分以上」や喫煙「しない」各1.5倍の健康行動よりも心理・社会面の豊かな状態や能動的な状態が認知症予防には重要な可能性が示された。

高齢社会の日本では、今後の増加が確実な認知症予防が課題となっているが、今回の結果は心理・社会面を豊かに保つための支援が、認知症予防策として必要なことを示している。

### 学会報告

- 1) 竹田徳則, 近藤克則, 平井寛, 村田千代栄, 中出美代: 要介護認定された高齢者の認知症発症に関するコホート研究 ―心理・社会面との関連―. 第65回日本公衆衛生学会総会, 富山市, 2006. 10. (抄録集 797)
- 2) 竹田徳則, 近藤克則, 平井寛: 地域在住高齢者における認知症発症の危険因子―趣味の有無・心理社会面に着目したコホート研究. 第8回日本認知症ケア学会大会 (盛岡市民文化ホール, 2007. 11. 12-13)

### 論文

竹田徳則, 近藤克則, 平井寛, 村田千代栄: 地域在住高齢者の認知症発症と心理・社会的側面との関連. 作業療法 26: 55-66, 2007

### 連絡先

竹田徳則 星城大学リハビリテーション学部 作業療法学専攻 教授  
Takeda@seijoh-u.ac.jp

