

## 要介護状態になりやすい高齢者の特徴が明らかに 介護予防のヒントとなるか

### 概要

日本福祉大学健康社会研究センターの平井寛主任研究員と近藤克則教授らの研究グループは、どんな特徴を持つ高齢者が要介護状態になりやすいかを、地域在住高齢者 9,702 人を 3 年間追跡した研究で明らかにした。

研究の結果、要支援以上の要介護認定になりやすい高齢者の特徴として示されたのは、治療中の疾病がある、服薬数が多い、一年間の転倒歴がある、咀嚼力が低い、排泄障害がある、生活機能が低い、主観的健康感がよくない、うつ状態などの心身の健康・機能状態の低さのほか、歩行時間 30 分未満、外出頻度少ない、友人と会う頻度が月 1 回未満、地域の会への参加がない、仕事をしていない、家事をしていないことなど、生活習慣の要因や活動への参加であった。この成果は、要介護状態になりやすい高齢者の早期発見や、介護予防事業に取り入れるべき内容の検討に役立つと考えられる。

この研究成果は日本公衆衛生雑誌 56 巻 8 号 (2009.8) で発表された。

### 研究の位置づけ

2006 年度に行われた介護保険制度見直しにおける重点のひとつは「介護予防」、つまり要介護化の予防であった。厚生労働省は要介護化の予防を進めていくための「運動器の機能向上」、「栄養改善」、「口腔機能の向上」、「閉じこもり予防・支援」、「うつ予防・支援」、「認知症予防・支援」の 6 つの強化すべき分野を設定しているが、これらが要介護化の関連要因であり、対策を講じることで要介護化の予防が達成できるという科学的根拠が十分にあるわけではなかった。これまで要介護認定の要因を検討した研究としては、東京都健康長寿医療センターの藤原ら（日本公衆衛生雑誌, 2006）の研究があったが、研究対象者数が 1,225 名と十分に多くないために検出力に限界があった。そのため、より大規模なデータを用いた研究による検証が求められていた。

### 問合せ先

平井寛 日本福祉大学健康社会研究センター主任研究員

電話：052-242-3074 FAX：052-242-3076

e-mail：k-hirai@n-fukushi.ac.jp