

報道関係各位

【問合せ先】

竹田徳則 星城大学リハビリテーション学部

電話：052-601-6000 FAX：052-601-6010

e-mail：takeda@sei-joh-u.ac.jp

外出・買い物・料理・園芸・スポーツしないと認知症リスクが約2倍

どんな人が認知症になりやすいのか、地域在住高齢者9,720名を3年間追跡して調べたところ、男女に共通して外出や買い物、料理ができない人、趣味の種類では男性は園芸的活動、女性ではスポーツ的活動をしていない人で認知症になる確率が約2倍も高いことがわかった。

【概要】

愛知県内の5介護保険者に居住する65歳以上で、要介護認定を受けていない高齢者24,374名を対象に自記式郵送調査を2003年に行なった。回答は、12,031名(回収率49.4%)から得た。このうち要介護認定を受けていない歩行、入浴、排泄が自立した9,720名、平均年齢72.8±6.0歳(男4,614名、72.4±5.7歳、女5,106名、73.2±6.0歳)を3年間追跡した。分析では認知症を伴う要介護認定発生を予測する健康行動や心理社会面、生活機能、趣味種類などの因子について検討した。

その結果、3年間に認知症を伴う要介護認定は330名(男性139名、女性191名)、それ以外の者は9,390名で、その認定率は、1,000人あたり年間11.3人だった。認知症を伴う要介護認定発生を予測する因子について、それぞれ良好な状態1に対する発生倍率を計算すると、男女に共通して物忘れの自覚「あり」(男性で1.69倍、女性で2.59倍)、外出や買い物、料理など生活機能の低下(男性1.80倍、女性2.23倍)、男性では独居(2.39倍)、主観的健康感「よくない」(2.04倍)、仕事「なし」(1.80倍)、新聞や雑誌を読まない知的活動の低下(2.13倍)、園芸的活動「なし」(1.99倍)、女性ではスポーツ的活動「なし」(1.92倍)であった。一方、今回の分析では、手工芸など体を動かさない趣味では、認知症が減っていなかった。

【背景・本研究の位置づけ】

認知症予防の推進に必要な認知症発症の危険因子や予防因子などに関する日本での研究は、まだ十分に行われていない。本人の努力で変えることができそうな生活や趣味活動、特に趣味の種類による違いに着目した大規模な研究は、本研究が国内では初めてのものである。本研究は、AGES(Aichi Gerontological Evaluation Study, 愛知老年学的評価研究)プロジェクトの一環として、科学研究費補助金、厚生労働科学研究費補助金などを得て行われた研究である。

【論文掲載】

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を伴う要介護認定の心理社会的危険因子 — AGES プロジェクト3年間のコホート研究. 日本公衆衛生雑誌 57: 1054-1065, 2010

男女別予測因子有無別の認知症発生確率

各因子が逆の状態の確率を1とした時の倍率

地域在住高齢者9,720名を3年間追跡、要介護認定で認知症(ランクⅡ以上)を認知症発生と判断

