

高齢者の健康に関する数値目標と施策の提案

研究分担者 近藤 克則 千葉大学予防医学センター 社会予防医学研究部門・教授

研究要旨

本分担研究では、「健康日本 21（第三次）」における高齢者の健康および社会的健康に関する目標指標と施策について、その根拠を示しつつ、提案することを目的とした。

方法としては、昨年度作成した高齢者の健康分野におけるロジックモデルを元に、1) 日本老年学的評価研究（Japan Gerontological Evaluation Study, JAGES）のデータ等を用い、社会・建造環境や高齢者の健康との関係を分析し、2) 高齢者の社会参加促進について国・自治体・関係団体・個人の各レベルが取り組むべき施策（アクション・プラン）のあり方について整理した。

その結果、1) 社会参加によりその後の社会的サポートが豊かになることや共食の機会が多いほどその後の幸福感が高くなり、その効果は独居者の方が大きいことなどを明らかにした。また、2) ロジックモデルに沿って、社会参加促進のアクションプランをマッピングした上で、他部局を巻き込み、課題横断型のアクションプランや仮説として掲示するアクションプランのエビデンスの創出に向けたモニタリング・効果評価の必要性など、アクションプランのあり方について整理・提案した。

A. 研究目的

本分担研究では、本分担研究では、高齢者の健康分野のロジックモデル（図1）に基づき、「健康日本 21（第三次）」における国・自治体・関係団体・個人の各レベルが取り組むべき施策（アクション・プラン）のあり方をその根拠を示しつつ、提案することを目的とした。

高齢者の社会参加促進について国・自治体・関係団体・個人の各レベルが取り組むべき施策（アクション・プラン）のあり方について整理した。

（倫理面への配慮）

本研究の実施にあたっては、千葉大学の研究倫理審査委員会の承認を受けて実施した。

B. 研究方法

高齢者の健康分野におけるロジックモデル（図1）で提案された第1層（生活習慣等の改善）、第2層（危険因子・基礎的病態の低減）、第3層（要介護状態への移行抑制・認知症の発症予防や進行抑制・幸福感やメンタルヘルス低下の予防）3つの階層構造における各指標について、1) 日本老年学的評価研究（Japan Gerontological Evaluation Study, JAGES）が蓄積してきたデータを活用して、高齢者の社会・建造環境と健康との関連を検討し、2) 高

C. 研究結果

1) JAGES データ等を用いた分析

JAGES（Japan Gerontological Evaluation Study、日本老年学的評価研究）データを活用し、2023年度には、合計12編の論文¹⁻¹²⁾や学会発表を実施した。その中より、社会環境²⁾⁷⁾と高齢者の健康に関わる論文2本を抜粋して紹介する。

Iizuka 論文²⁾では、JAGESの2013・2016年度の両時点に回答した高齢者のデータを用い、2013年時点で社会的サポートがない者に限定

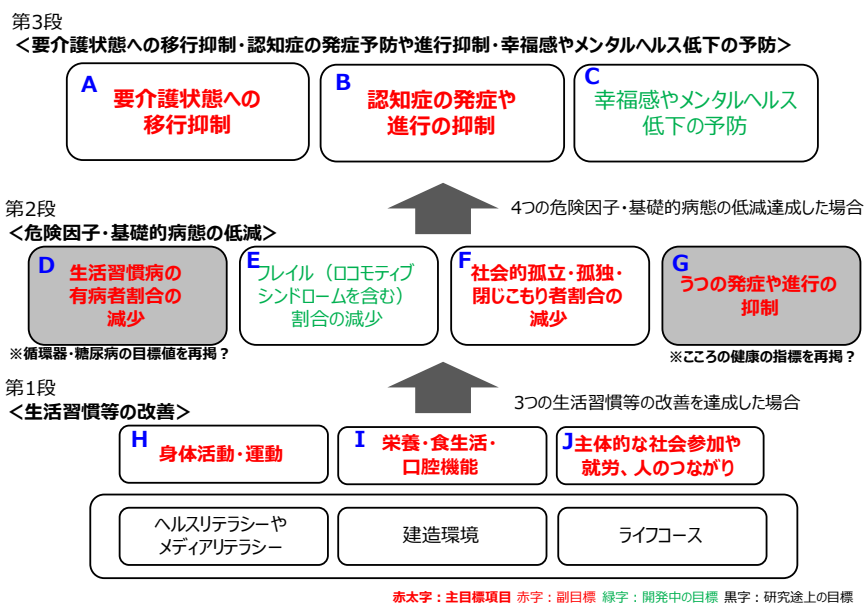


図 1. 高齢者の健康分野のロジックモデル

した上で、社会参加と3年後の社会的サポートとの関連を検証した。その結果、2013年の社会参加している組織の数が多いほど、3年後の社会的サポートが豊かになり、活動の種類を問わず、1年に数回でも参加するとその効果が期待できそうなことがわかった²⁾。

Wang 論文⁷⁾では JAGES の 2016・2019 年度の両時点で回答した高齢者のデータを用い、2016年時点で幸福感が低い者(0~7点)に限定した上で、共食と3年後の幸福感との関連を独居・同居別に検証した。その結果、独居・同居ともに2016年の共食の機会が多いほど、3年後の幸福感が高くなり、その効果は独居の方が大きいことがわかった⁷⁾。

2) 高齢者の社会参加促進についての施策

(アクションプラン)のあり方の整理

まず、高齢者の健康分野のロジックモデル(図1)に沿って、高齢者の社会参加促進のアクションプランについて目的別に整理した。

生活習慣改善支援では、教育・講演、就労支援、社会的処方、インターネット利用者拡大策などが必要となると考えられる。環境改善のためには、歩きやすい環境、食環境、社会参加のための環境整備が必要となり、歩きやすいまち

づくり、公園整備、高齢者の外出を支援する敬老パス、食料品店確保、共食機会の拡充、そしてライフコースの改善も重要となる。高齢者の社会参加については、行政主導の通いの場、住民主体の通いの場、就労先づくりなどの取組をあげた。

これらのアクションプランについて効果・必要期間・難易度別にマッピングしたイメージ図が図2である。今後、これらアクションプランについても効果評価を行い、効果・必要期間などをふまえたアクションプランの改訂も必要になると考えられる。

アクションプランに関し、他部局との協議の場をつくり、課題状況、連携の意義・エビデンスを共有することも重要である。他部局の取組推進を支援し、その取組による健康指標の変化をモニタリングし、フィードバックする仕組みを構築する必要がある。

さらに、課題横断型の共通アクションが存在するため、高齢者の社会参加推進に留まらない全体としてのアクションプランも必要になるかもしれない。例を挙げると、かかりつけ医、診療報酬、他部局を巻き込むアクションプランである。

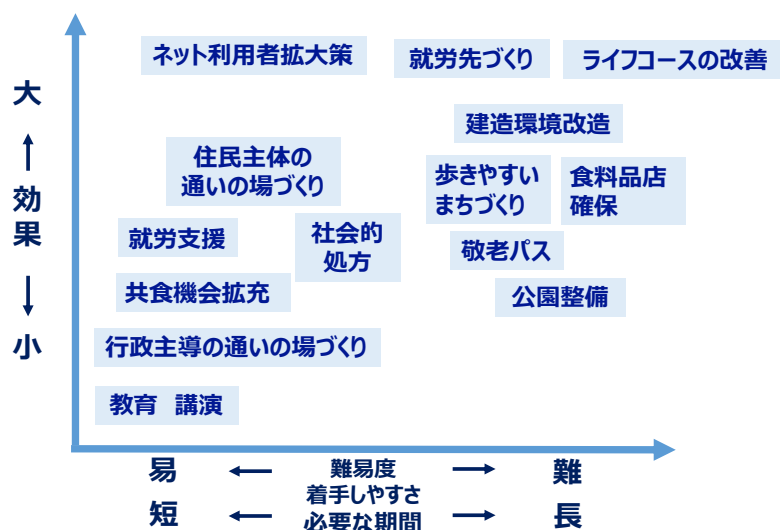


図 2. 高齢者の社会参加促進アクションプラン マッピングイメージ

アクションプランの効果評価に向けて、エビデンスがあるプランもあるが、仮説として提示するアクションプランについて、効果評価をして、10年後にはエビデンスが増えていることが望ましい。そのために、アクションプランに構造化したプラン番号（健康課題、主体者、介入のレベル別など）をつけ、都道府県や市町村毎にそのプランの採用状況を登録してもらい、アクションプランの採用の有無別に健康指標などをモニタリングするような仕組みができると効果評価が可能になるかもしれない。

E. 結論

本分担研究では、「健康日本 21（第三次）」における高齢者の社会参加促進についてのアクションプランのあり方について整理・提案した。その結果、アクションプランについて、効果・必要期間・難易度別にマッピングした上で、アクションプランのエビデンスの創出に向けたモニタリング・効果評価に必要な体制を整備していく必要があると考えられる。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

- Ide K, Tsuji T, Kanamori S, Watanabe R, Iizuka G, Kondo K: Frequency of social participation by types and functional decline: A six-year longitudinal study. Arch Gerontol Geriatr 2023, 112:105018.
- Iizuka G, Tsuji T, Ide K, Watanabe R, Kondo K: Does social participation foster social support among the older population in Japan? A three-year follow-up study from the Japan gerontological evaluation study. SSM Popul Health 2023, 22:101410.
- Lingling, Tsuji T, Ide K, Kondo K: Group leisure activities are associated with a lower risk of dementia than individual leisure activities: A 6-year longitudinal study from the Japan Gerontological Evaluation Study (JAGES). Preventive Medicine 2023, 173:107573.
- Matsukura H, Yamaoka Y, Matsuyama Y, Kondo K, Fujiwara T: Association between adverse childhood experiences and marital status among Japanese older adults. Child Abuse Negl 2023, 144:106340.

5. Nakagomi A, Tsuji T, Saito M, Ide K, Kondo K, Shiba K: Social isolation and subsequent health and well-being in older adults: A longitudinal outcome-wide analysis. *Social Science & Medicine* 2023, 327:115937.
 6. Shimizu N, Ide K, Kondo K: Association between diversity levels of member composition in group activities of older adults and the occurrence of need for care: the JAGES 2013-2019 longitudinal study. *BMC geriatrics* 2023, 23(1):579.
 7. Wang H, Tsuji T, Ide K, Nakagomi A, Ling L, Kondo K: Does eating with others promote happiness among older adults living alone? A 3-year longitudinal study of the Japan gerontological evaluation study. *International journal of geriatric psychiatry* 2023, 38(12):e6033.
 8. 小林周平, 陳昱儒, 井手一茂, 花里真道, 辻大士, 近藤克則: 高齢者における近隣の生鮮食料品店の有無の変化と歩行時間の変化: JAGES2016-2019 縦断研究. *日本公衆衛生雑誌* 2023, 70(4):235-242.
 9. 竹内寛貴, 井手一茂, 林尊弘, 阿部紀之, 中込敦士, 近藤克則: 高齢者の社会参加とフレイルとの関連 JAGES2016-2019 縦断研究. *日本公衆衛生雑誌* 2023, 70(9):529-543.
 10. Ueno T, Saito J, Murayama H, Saito M, Haseda M, Kondo K, Kondo N: Social participation and functional disability trajectories in the last three years of life: The Japan Gerontological Evaluation Study. *Arch Gerontol Geriatr* 2024, 121:105361.
 11. Watanabe R, Tsuji T, Ide K, Saito M, Shinozaki T, Satake S, Kondo K: Comparison of the Incidence of Functional Disability Correlated With Social Participation Among Older Adults in Japan. *J Am Med Dir Assoc* 2024.
 12. 近藤克則. [特集 健康日本 21 の 20 年間の評価と次期プラン] 健康日本 21 の 20 年間の評価 「高齢者の健康」と「社会環境の整備」における最終評価と今後の展望. *公衆衛生* 88(2), 173-179, 2024.
2. 学会発表
 1. 増子紗代, 木野志保, 近藤克則, 相田潤. 趣味が無くても、趣味を持てば死亡率が減少するか: JAGES 前向きコホート研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 2. 渡邊良太, 斉藤雅茂, 井手一茂, 近藤克則. フレイル・要介護リスクと 9 年間の追跡期間別の累積介護給付費: JAGES コホート研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 3. 古賀千絵, 斎藤民, 花里真道, 近藤尚己, 斉藤雅茂, 尾島俊之, 近藤克則. 住宅種別と死亡リスクの関連: JAGES2010-2019 年縦断研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 4. 辻大士, 横山芽衣子, 金森悟, 田淵貴大, 近藤克則. 高齢者の運動・スポーツの会参加の社会経済格差の経年推移と関連要因. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 5. 竹内寛貴, 中込敦士, 井手一茂, 小林周平, 近藤克則. 高齢者の就労による健康への課題と恩恵: JAGES6 年間のアウトカムワイド研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 6. 高木悠希, 井手一茂, 横山芽衣子, 河口謙二郎, 鄭丞媛, 辻大士, 渡邊良太, 宮國康弘, 金森悟, 古賀千絵, 近藤尚己, 近藤克則. 祭り参加・ソーシャルキャピタル・要介護リスク指標: JAGES2019 地域相関横断研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 7. 武田将, 長谷田真帆, 中込敦士, 井手一茂, 近藤尚己. 地域ソーシャルキャピタルと高齢者の健康・well-being-JAGES アウトカムワイド研究-. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.

8. 松村貴与美, 井手一茂, 辻大士, 中村廣隆, 近藤克則. 通いの場参加と社会経済階層 : JAGES2019 横断研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 9. 島田怜実, 松山祐輔, 木野志保, 木内桜, 近藤克則, 相田潤. 所得と認知症の関連における喫煙の媒介効果 JAGES2010-2019 縦断研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 10. 西田恵, 花里真道, 近藤克則. 地域の子どもの存在と高齢者とうつとの関連の機序 : JAGES2019 横断研究. 第 82 回日本公衆衛生学会総会.
 11. 増子紗代, 松山祐輔, 近藤克則, 相田潤. 日本人高齢者の趣味の有無の変化と要介護リスクに関する前向きコホート研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 12. 王鶴群, 辻大士, 井手一茂, 中込敦士, Ling Ling, 近藤克則. 幼少期の逆境体験と高齢期の主観的幸福感との関連:友人と会う頻度の媒介効果は? JAGES2016-2019 縦断研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 13. 竹内寛貴, 中込敦士, 井手一茂, 近藤克則. 高齢者の性・年齢階級別、就労頻度の変化 : JAGES2019-2022 繰り返し横断研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 14. 松本一希, Yu-Ru Chen, 松岡洋子, 森優太, 吉田紘明, 花里真道, 近藤克則. 駅やバス停への近接性と高齢者におけるうつ発症リスクとの関連 : 車利用による比較. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 15. 井手一茂, Chen Yu-Ru, 小林周平, 中込敦士, 花里真道, 近藤克則. 柏の葉エリアの高齢者は健康長寿か? : JAGES 柏市 2013-2022 縦断研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 16. 田中琴音, 井手一茂, 中込敦士, 河口謙二郎, 竹内寛貴, 遠又靖丈, 田中和美, 近藤克則. 子ども時代に貧困だと、高齢期の食事の食品多様性が低いのか? : JAGES 2022 横断研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 17. Chen Yuru, 井手一茂, 小林周平, 花里真道, 中込敦士, 近藤克則. 柏市柏の葉に居住する高齢者と健康・ウェルビーイング : 2013-2022 縦断研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
 18. 松村貴与美, 井手一茂, 竹内寛貴, 辻大士, 横山芽衣子, 渡邊良太, 近藤克則. 高齢者の都市度・性・年齢階級別の地域組織参加・就労者割合 : JAGES2022 横断研究. 第 34 回日本疫学会学術総会.
- H. 知的財産権の出願・登録状況
1. 特許取得
なし
 2. 実用新案登録
なし
 3. その他
なし