

社団法人日本福祉車両未来研究会

【ニュース】 2015_04_22

高齢者、交流少ないと健康リスク 日本福祉大など調査

同居者以外の人との交流が週に1回未満のお年寄りは、要介護や認知症のリスクが高くなり、月に1回未満だと死亡リスクも高くなるという研究成果を、日本福祉大や千葉大の研究チームがまとめた。社会的な孤立と健康状態との関連はこれまでも指摘されてきたが、この研究で交流の頻度が具体的に示された。

研究チームは2003年に愛知県に住む65歳以上の健康な男女約1万2千人を対象に、同居者以外の人と会ったり、手紙やメールを出したり、電話をしたりする頻度を調べた。

約10年間、追跡調査したところ、2272人が自力での立ち上がりや歩行が困難な「要介護2」以上となり、1986人が認知症を発症、2920人が死亡した。

交流頻度と健康リスクとの関連を性別や年齢、世帯構成、病気の有無などの影響を取り除いて分析した結果、同居者以外との交流が月1回～週1回未満の人は、毎日頻繁に交流している人に比べて、要介護2以上となるリスクが1.40倍、認知症の発症リスクが1.39倍だった。月1回未満では死亡リスクが1.34倍。週1回以上のお年寄りは、統計的に明確な差がなかった。

斉藤雅茂・日本福祉大准教授（社会福祉学）は「調査では、他人との交流が週1回未満のお年寄りが2割弱もいた。積極的にいろんな人と付き合うことが健康にとっても大切だと知ってほしい」と話している。

【認知症】

脳が萎縮するアルツハイマー型、幻視などを伴うレビー小体型、脳出血や脳梗塞（こうそく）など脳血管障害が原因のものなどが多いがピック病などの病気によるものもある。厚労省の推計では65歳以上の高齢者で認知症の人は462万人、予備群400万人を含めると4人に1人にあたる。65歳未満の若年認知症も2009年時点で約3・8万人いると推計されている。

〒460-0006

愛知県名古屋市中区葵1丁目27番3号

染木第2ビル4階403号室

社団法人日本福祉車両未来研究会

電話 052-937-2941

FAX 052-937-2940

Mail info@294mirai.com

<事務局 吉川 剛>

会員企業名

〒239-0842 横須賀市長沢6丁目30番4号

有限会社ヤマヨク保田商会

電話 046(849)3210

FAX 046(849)7147