令和３年度

75 歳 80 歳アンケートから見える高齢者のフレイルの状況について

○増子有紀[1]，中村優香[1]，武田恵[1]，風間紀子[1]，菊地夏希[1]，酒井智子[1]，柴崎麻実[1]，
加藤丈夫[1,2]，加藤裕一[1]，山下英俊[1]（１:山形市保健所シンクタンクチーム，２:山形病院）

【背景・目的】近年、高齢者の健康課題として，健康な状態と要介護状態の中間の段階を指すフレイル（虚弱）の予防・対策が重要と言われている．フレイル予防で重要とされているのが「身体活動」「口腔・栄養」「社会参加」である．山形市では、75 歳と 80 歳になる者（事業対象者・要支援者・要介護者は除く）を対象に，個々の心身状態を把握し，さらに介護予防への意識の普及啓発することを目的に、自記式アンケートを郵送している．（令和元年度の 75 歳は訪問し聞き取りにて調査）そこで，当該アンケートの結果から，山形市に居住する高齢者におけるフレイルの状況や因果関係について分析し，今後のフレイル対策に役立てることを目的とした．

【対象】令和元，2 年度に実施した「75 歳および 80 歳アンケート」の対象者は 8,795 人で，回答者は 8,565 人（回答率 97.4%）であった．そのうちすべての項目に回答していた者（有効回答者 7,235 人）を検証対象とした．内訳は 75 歳男性 1,789 人，女性 2,240 人，80 歳男性 1,477 人，女性 1,729 人である．

【方法】アンケートの内容は，千葉大学予防医学センターが開発した「要支援・要介護リスク評価尺度」[1)] をもとに，口腔機能や社会参加に関わる内容を追加した合計 21 問の質問項目からなるものである．アンケートの質問項目をクロス集計し，項目同士の関連を統計ソフト R/EZR を用いて Fisher の正確確率検定にて解析した．統計的有意水準は 5%未満とした．

【結果】外出，運動，転倒についてはすべての項目同士で関連がみられた．（表 1）また「自分の仕事（役割）の有無」と外出，運動，転倒，栄養，IADL 等，すべての質問項目においても関連がみられた．（表 2）これらの結果は 75 歳，80 歳，男女差もなくすべての年代で同じような結果が得られた．

表１　「外出」「運動」「転倒」に関する質問項目

		有意確率（p）								
		問１	問２	問３	問４	問５	問６	問７	問８	問９
外出	問1 バス、電車を使って一人で外出する		1E-37	1E-23	2E-13	4E-30	1E-25	4E-33	3E-07	3E-20
	問2 外出頻度（週１回）	1E-37		5E-24	3E-11	4E-19	7E-14	4E-23	3E-05	6E-13
	問3 外出頻度（去年との比較）	1E-23	5E-24		7E-08	3E-16	1E-15	2E-44	2E-19	1E-55
運動	問4 運動頻度（週１回）	2E-13	3E-11	7E-08		1E-16	4E-13	1E-41	4E-06	2E-20
	問5 階段昇降	4E-30	4E-19	3E-16	1E-16		1E-141	1E-45	3E-20	1E-68
	問6 イスからの立ち上がり	1E-25	7E-14	1E-15	4E-13	1E-141		1E-47	3E-17	1E-43
	問7 １５分以上の歩行	4E-33	4E-23	2E-44	1E-41	1E-45	1E-47		1E-10	4E-55
転倒	問8 転倒歴（１年）	3E-07	3E-05	2E-19	4E-06	3E-20	3E-17	1E-10		8E-55
	問9 転倒に対する不安	3E-20	6E-13	1E-55	2E-20	1E-68	1E-43	4E-55	8E-55	

表２　「役割」と全ての質問項目

役割(問21)	有意確率（p）
問1	6.49E-17
問2	1.12E-17
問3	1.11E-20
問4	3.09E-08
問5	6.03E-08
問6	7.44E-10
問7	2.94E-22
問8	1.70.E-07
問9	8.38E-18
問10	1.43E-10
問11	8.03.E-07
問12	1.65.E-03
問13	1.78E-18
問14	3.39E-21
問15	5.39E-14
問17	3.18.E-05
問18	1.14E-09
問19	3.43E-16
問20	6.5E-23

【考察】今回の検証で外出頻度や運動機能，転倒については，それぞれ関連があることがわかった．また，自分の役割を持つこと（社会参加）と高齢者のフレイルについては関連があることが分かった．よって，高齢者の社会参加への推進は高齢者のフレイルを予防するためには重要であることが示唆された．

【参考文献】1）辻 大士，高木 大資，近藤 尚己，近藤 克則：基本チェックリストと健診データを用いた縦断研究に基づく要支援・要介護リスク評価尺度の開発，日本公衆衛生雑誌，2017 年 64 巻 5 号 p. 246-257

▶Ｒ３年度

第48回山形県公衆衛生学会発表(フレイル・社会参加に関すること)のまとめ

テーマ	75歳80歳アンケートから見える高齢者のフレイルの状況について
内容	山形市では、75歳と80歳になる者（事業対象者※1・要支援者・要介護者を除く。）を対象に、個々の心身状態を把握し、さらに介護予防の意識を普及啓発することを目的に、自記式アンケートを郵送している。 そこで、今後のフレイル対策に役立てるため、令和元年度および2年度に実施したアンケートの回答者7,235人を検証対象とし、フレイルの状況や因果関係について分析した。
結果	分析結果から、外出頻度や運動機能、転倒については、それぞれ関連があることがわかった。また、自分の役割を持つこと（社会参加）と高齢者のフレイルについては関連があることがわかった。高齢者の社会参加の推進は、高齢者のフレイル予防に重要であることが示唆された。

《分析結果の詳細》

・外出、運動、転倒について全ての項目同士で関連が見られた。また、「自分の仕事（役割）の有無」と外出、運動、転倒等全ての質問項目においても関連が見られた。

・これらの結果は75歳、80歳、男女差もなく、全ての年代で同じような結果が得られた。

※1：事業対象者

「介護予防・日常生活支援総合事業」の対象者（65歳以上の者で、一定の基準に照らして生活機能の低下がみられた者）のこと。

介護保険法が改正され、「介護予防・日常生活支援総合事業」が市の事業として創設され、山形市では、平成28年3月から同事業を実施し、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域全体で支え合い、介護予防を進めていく体制づくりに取り組んでいる。