

サービス付き高齢者向け住宅での暮らしが介護予防につながる可能性

～1年間の追跡調査で介護リスクの低下を確認～

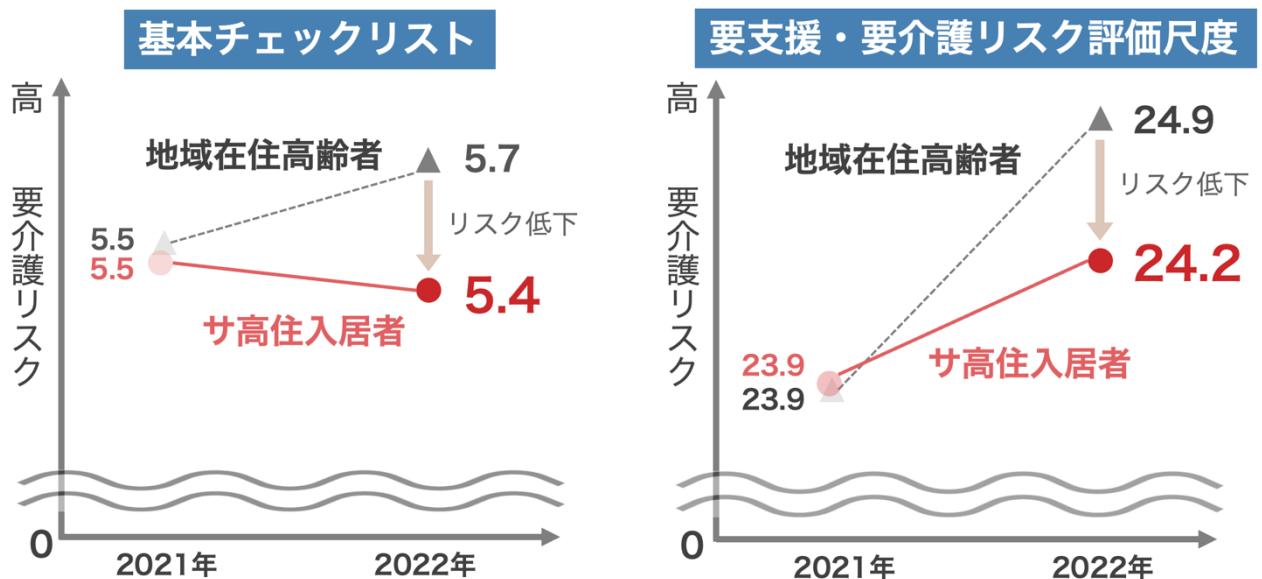
高齢化が進む中、日本では、高齢者が安心して暮らせる住まいとして、**サービス付き高齢者向け住宅**（以下、「サ高住」）が注目を集めています。サ高住は、バリアフリー設計の住宅に安否確認や生活相談などのサービスが付いた住まいで、2012年の7万戸から2023年には28万戸まで増加しています。

サ高住内で運動や趣味活動などのプログラムを提供することで、入居者の介護予防に資することが期待されます。しかし、実際に入居者の要介護リスクを予防するかは検証されていません。

そこで、千葉大学予防医学センターと野村不動産株式会社・野村不動産ウェルネス株式会社は、2021年より共同研究としてその検証を行いました。このたび、2024年10月22日に本共同研究が国際老年学雑誌 Journal of Applied Gerontology に掲載されましたので、お知らせいたします。

サ高住^{注1}の入居者と地域在住高齢者との間で、2つの要介護リスクを評価する指標、**基本チェックリスト^{注2}**と**要支援・要介護リスク評価尺度^{注3}**の**1年間の変化**を比較しました。その結果、サ高住入居者は、地域在住高齢者と比較して、**要介護リスクが低下**していることが分かり、**介護予防につながる可能性が示唆**されました。

1年間の要介護リスクの変化



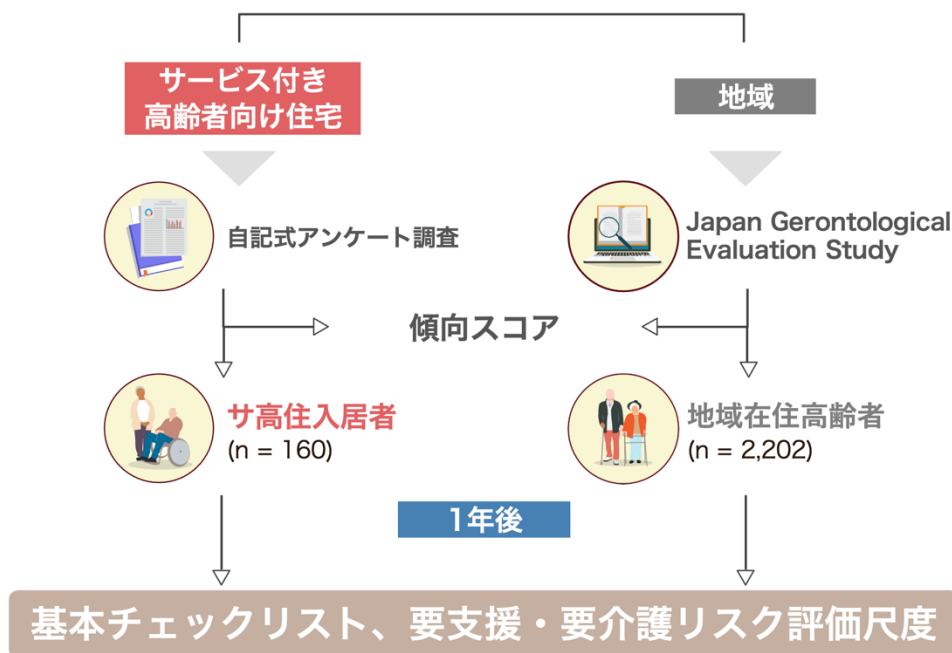
傾向スコアを用いて、JAGES (Japan Gerontological Evaluation Study) データからサ高住入居者と背景要因が類似した地域在住高齢者を抽出し、1年間に要介護リスクを2群間で比較した。以下の要因から傾向スコアを算出した：年齢、性、配偶者、教育歴、就労、資産、慢性疾患（なし/高血圧症/糖尿病/心疾患/脳卒中後遺症）、Body Mass Index、主観的健康感、手段的日常生活動作、日常生活自立度、うつ、要支援認定、ベースラインの要介護リスク

■対象と方法

サ高住^{注1}の入居者を対象に、2021年11月と2022年11月に自記式アンケート調査を実施しました。

比較対照である地域在住高齢者は、JAGES（Japan Gerontological Evaluation Study, 日本老年学的評価研究^{注4}）データから抽出しました。17項目の背景要因（年齢、性、配偶者、教育歴、就労、資産、慢性疾患〔なし/高血圧症/糖尿病/心疾患/脳卒中後遺症〕、Body Mass Index〔BMI〕、主観的健康感、手段的日常生活動作、日常生活自立度、うつ、要支援認定、ベースラインの要介護リスク）がサ高住入居者と類似した高齢者を傾向スコアにより抽出しました。そして、**1年間に要介護リスクを2群間で比較**しました。要介護リスクの指標として、**基本チェックリストと要支援・要介護リスク評価尺度**を用いました。

サ高住入居者と地域在住高齢者の比較



研究方法の概略

■結果

1年間追跡した結果、サ高住入居者は一般の地域在住高齢者と比べて、

- **基本チェックリスト**の得点が約**0.3**点低下（得点が低いほど要介護リスクが低い）
- **要支援・要介護リスク評価尺度**の得点が約**0.7**点低下

を認めました。この結果は、**サ高住での生活が入居者の介護予防に効果**がある可能性を示しています。

ただし、本研究は新型コロナウイルス感染症の流行期間中に実施されました。この間、多くの高齢者が外出や社会活動を制限されましたが、サ高住では建物内での活動が可能だったため、効果がより顕著に表れた可能性があります。

■今後の発展・展望

高齢化が加速する日本では、高齢者が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる環境づくりが求められています。本研究により、サ高住がそうした環境づくりの有効な選択肢の一つとなる可能性が示されました。今後は、どのようなサービスや環境が特に効果的かを明らかにする研究が期待されます。

※本研究は、OPERA^{注5}採択事業「ゼロ次予防戦略によるWell Active Community (WACo) のデザイン・評価技術の創出と社会実装」の一環として実施されました。

■注釈

注1：野村不動産グループが運営する「オウカス」4施設（船橋、幕張ベイパーク、吉祥寺、日吉）

注2：近い将来介護が必要なハイリスク高齢者を選定するために、厚生労働省によって開発された指標。

注3：質問12項目から構成される評価尺度で、3年以内に新しく要支援・要介護認定を受けるリスクを0~48点で評価する。<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ggi.13503>

注4：日本の要介護認定を受けていない65歳以上を対象とした大規模疫学調査

注5：JST（国立研究開発法人科学技術振興機構）「産学共創プラットフォーム共同研究推進プログラム」
<https://www.jst.go.jp/opera/symposium/03/pdf/P1-1.pdf>

■COI開示

研究責任者である近藤克則特任教授は、野村不動産株式会社・野村不動産ウェルネス株式会社より共同研究費を受けた。野村不動産株式会社および野村不動産ウェルネス株式会社が提供するサービスの有効性を評価し、研究結果に基づくサービス改善のためのフィードバックを行うことを目的とし、研究のデザイン、分析、解釈、記述内容について制約は課せられなかった。

■謝辞

本研究はJAGES（日本老年学的評価研究）のデータを使用しました。JAGESは、JSPS 科研(15H01972, 15H04781, 15H05059, 15K03417, 15K03982, 15K16181, 15K17232, 15K18174, 15K19241, 15K21266, 15KT0007, 15KT0097, 16H05556, 16K09122, 16K00913, 16K02025, 16K12964, 16K13443, 16K16295, 16K16595, 16K16633, 16K17256, 16K17281, 16K19247, 16K19267, 16K21461, 16K21465, 16KT0014, 17K04305, 17K34567, 17K04306, 25253052, 25713027, 26285138, 26460828, 26780328, 18H03018, 18H04071, 18H03047, 18H00953, 18H00955, 18KK0057, 19H03901, 19H03915, 19H03860, 19K04785, 19K10641, 19K11657, 19K19818, 19K19455, 19K24060, 19K20909, 20H00557)、厚生労働科学研究費補助金(H26-長寿-一般-006, H27-認知症-一般-001, H28-長寿-一般-002, H28-認知症-一般-002, H29-地球規模-一般-001, H30-循環器等-一般-004, 18H04071, 19FA1012, 19FA2001, 21FA1013)、国立研究開発法人日本医療研究開発機構 (AMED) (JP17dk0110017, JP18dk0110027, JP18ls0110002, JP18le0110009, JP20dk0110034, JP20dk0110037)、国立研究開発法人国立長寿医療研究センター長寿医療研究開発費(24-17, 24-23, 29-42, 30-30, 30-22, 20-19)、国立研究開発法人科学技術振興機構 (OPERA, JPMJOP1831)、公益財団法人長寿科学振興財団長寿科学研究者支援事業(J09KF00804)、革新的自殺研究推進プログラム(1-4)、公益財団法人笹川スポーツ財団、公益財団法人健康・体力づくり事業財団、公益財団法人ちば県民保健予防財団、公益財団法人8020推進財団の令和元年度8020公募研究事業（採択番号：19-2-06）、新見公立大学（1915010）、公益財団法人明治安田厚生事業団の助成を受けて実施しました。

■論文情報

タイトル：Serviced Housing for Older People and Prevention of Functional Decline: A One-year Follow-up Study in Japan

著者：Kenjiro Kawaguchi, Takayuki Ueno, Kazushige Ide, Katsunori Kondo

雑誌：Journal of Applied Gerontology

DOI：<https://doi.org/10.1177/07334648241290327>

本研究に関するお問い合わせ

千葉大学予防医学センター 河口謙二郎

TEL: 043-290-3177 Mail: kawaguchikenjiro@chiba-u.jp