様式第5号(第9条関係)

論 文 内 容 の 要 旨

報告番号		氏　名	小松雅代
The interaction effect between physical and cultural leisure activities on the subsequent decline of instrumental ADL: the Fujiwara-kyo study (和訳) **高齢者の手段的ADL低下に対するスポーツと文化的趣味活動の交互作用－藤原京スタディー**			

論文内容の要旨

高齢化が進むわが国では、高齢者の生活機能低下を予防し、自立生活を維持するための要因を明らかにすることは重要である。日常生活活動(ADL) の中でも、交通機関での外出、買い物、食事の準備、金銭の支払いなどを含む手段的日常生活動作(Instrumental activity of daily life :IADL)の維持は重要である。

先行研究は、身体活動量の多い高齢者でIADLが維持されやすいことや、文化的活動を行う高齢者で、認知症リスクが低いことを報告している。しかし趣味活動の内容や、複数の趣味活動の組み合わせが生活機能に及ぼす効果については明らかではない。本研究の目的は、大規模な前向きコホート研究によって、高齢者のスポーツ活動および文化的趣味活動の実施が、その後のADL低下に及ぼす独立した影響と、両者の交互作用を検討することである。

本研究の対象者は、奈良県内の4地域での募集に応じた、65歳以上の男女4,427人である。2007年から2008年に実施したベースライン調査で、生活機能の低下を認めなかった者を5年間追跡し、ベースライン時の趣味活動の実施状況と追跡期間中の新たな生活機能低下の関連を検討した。ADLの評価には老研式活動能力指標(TMIG-IC)を用いて評価し、ADL低下のリスク比の算出には、ポアッソン回帰モデルを用いた。

スポーツ活動や文化的趣味活動を実施する者では、その後のIADL低下のリスクが有意に低く、その関連は、性、年齢、BMI(Body Mass Index)、喫煙習慣、飲酒習慣、既往歴(がん、脳血管疾患、糖尿病、高血圧)、独居の有無、うつ症状(GDS)、認知機能(MMSE)といった交絡因子と独立していた。

さらにスポーツ活動と文化的趣味活動の両方を実施しない者、どちらか一方を実施する者、両方を実施する者を比較した分析から、両方を実施することでIADLリスクがより低くなる有意な交互作用を認めた。

スポーツ活動と文化的趣味活動を組み合わせて実施することによって、ADL低下の予防効果が高まることが示唆された。