

すべての国で介護予防を「地域づくり」で—WHO機関紙で提言 日本型対策モデル構築の経緯とその有効性について

高齢化が世界規模で進んできており、世界保健機関もその対策ガイドライン「高齢者のための統合ケア（ICOPE）」を発表するなど、国際的な動きが活発になっています。そこで私たちは、世界でいち早く高齢社会を迎えた日本の経験を伝えるべく、世界保健機関の機関紙上で「地域包括ケア：日本の経験からの教訓（Community-based care for healthy ageing: lessons from Japan）」と称した意見論文を発表しました。

2006年から始まった「基本チェックリスト」の活用による虚弱な高齢者の抽出と個別指導（二次予防事業）の開始から、2015年の改正介護保険法による「通いの場づくり」をはじめとする一般介護予防事業（一次予防の事業）に至る経緯を紹介しつつ、個別指導だけではなく、生活の場である地域の社会環境を改善する活動も重要であり、世界的に推進するべきであると主張しました。

意見書の主なメッセージ

- **介護予防には地域づくりが大切**
要介護リスクの高い個人をスクリーニングして個別対応するだけでなく、地域住民全員が恩恵を受けられる「地域づくり」の推進も大切。
- **通いの場事業は地域づくりの一つの好事例の可能性**
通いの場事業は、地域住民の要介護リスクや認知症リスクを下げると報告する学术论文が示されており、健康格差の縮小にも貢献する可能性がある。
- **地域住民との共同作業がカギ**
地域づくり型の介護予防活動では、地域住民を主体として、行政がそれに伴走するアプローチが成功のカギである。



世界保健機関
ICOPE ガイドライン

お問合せ先： 東京大学大学院 公共健康医学専攻 健康教育・社会学分野 近藤尚己

naoki-kondo@umin.ac.jp

【意見論文の要旨】

■背景

世界保健機構(World Health Organization:WHO)は、Healthy Ageingと呼ばれる高齢化に対するグローバル戦略を掲げ、医療や介護を含めた包括的なケアのニーズを満たす仕組みを「Integrated care (統合ケア)」と称して、その普及を進めています。2017年には「高齢者のための統合ケア(ICOPE)」に関するガイドラインを発表しました。この保健医療従事者向けのガイドラインでは、主に個人を対象とした生活習慣改善のアプローチに焦点があてられ、高齢者の筋骨格系、認知機能、転倒、感覚機能などの機能低下の評価に基づくハイリスク者への行動変容を支援する方法を推奨しています。

■日本の介護予防事業の経緯

上記のWHOガイドラインは、日本で2006年から始まった改正介護保険法による介護予防事業に類似のアプローチといえます。例えば、要支援状態のハイリスク者を対象とした二次予防事業(特定高齢者施策)に主眼がおかれていました。しかし、全高齢者における二次予防事業プログラム参加者割合は、当初の目標値であった5%に及ばず、その理由として、健診を通じたスクリーニングの参加割合がそもそも低いという課題がありました。また、社会経済的に不利な立場にある高齢者ほど健診参加率が低いことや、要介護となった高齢者の半数は、1年前にはハイリスクの基準を満たしていなかったことも明らかになりました。

そこで、2015年から始まった改正介護保険法をもとに、要介護のリスクの大きさによらず、すべての高齢者を対象とするアプローチ(ポピュレーションアプローチ・一次予防活動)により、要介護になりにくい地域づくりを進める事業もあわせて推進されるようになりました。具体的には、住民により自主的に運営される「地域サロン」作りの事業などが行われています。先進的にサロン事業を進めてきた愛知県武豊町等いくつかの自治体の経験や、そこから得られた、サロン参加の健康効果に関する実証研究の成果を参考に、普及が進められています(表1)。武豊町の取り組みからは、サロン参加により、その後5年間の要介護認定率が約半分に、また、その後7年間の認知症発症リスクが約3割低くなる可能性が報告されています。さらに、サロン参加者における二次予防事業該当リスク者割合は平均1.5%と、全国の二次予防事業参加者割合の0.8%を上回り、ハイリスクアプローチよりも、よりハイリスク者に届く可能性も見出されました。

また、ポピュレーションアプローチによる地域包括ケアの推進には、多職種連携に加えて、地域住民を主体として、協働することも重要であること、また、その際には地域課題を客観的なデータをもとに「見える化」するツールが役に立つことも経験しました。

表1. 愛知県武豊町による地域サロン事業の特徴

①アクセスの改善

公民館等を用いて多拠点に設置し、高齢者が日常生活の中で気軽に参加できることを目指した

②多彩なメニュー提供

健康教育や身体的機能向メニューだけでなく、ゲーム・脳トレなど多彩なメニューを用意した

③住民主体による運営と行政による支援

運営を住民主導とすることで、地域のつながりを通して活動が広がること、また住民のニーズや地域の実情に即したサービスが提供されることを目指した

■結論

地域における介護予防施策は、ハイリスクアプローチに加えて、地域サロン事業のような住民全員を対象としたポピュレーションアプローチによる地域づくりが効果的であると考えられます。ICOPEガイドラインの改訂版にこうした視点が加わることで、今後本格的な高齢化を迎える国々に、日本の経験からの学びが生かされることを望みます。

■発表論文

Saito J, Haseda M, Amemiya A, Takagi D, Kondo K, Kondo N. Community-based care for healthy ageing: lessons from Japan. Bulletin of the World Health Organization. 2019;97:570-574.

■謝辞

本研究は厚生労働省、文部科学省、日本医療研究開発機構などから研究費の援助を受けて行われました。

■参考文献

1. 厚生労働省. 平成26年度介護予防事業及び介護予防・日常生活支援総合事業(地域支援事業)の実施状況に関する調査結果(概要). 東京; 2014. Available from: https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/0000077238_3.pdf [cited 2019 May 8].
2. 平松誠, 近藤克則, 近藤克則. 介護予防施策の対象者が健診を受診しない背景要因—社会経済的因子に着目して— 厚生の指標. 2009;56:1-8.
3. 近藤克則. 健康格差社会—何が心と健康を蝕むのか. 東京: 医学書院; 2005.
4. 厚生労働省. 介護予防マニュアル改訂版. 東京; 2012.
5. 平井寛, 近藤克則. 住民ボランティア運営型地域サロンによる介護予防事業のプロジェクト評価. 季刊・社会保障研究. 2010;46(3):249-63.
6. Hikichi H, Kondo N, Kondo K, Aida J, Takeda T, Kawachi I. Effect of a community intervention programme promoting social interactions on functional disability prevention for older adults: propensity score matching and instrumental variable analyses, JAGES Taketoyo study. J Epidemiol Community Health. 2015 Sep;69(9):905-10.
7. Hikichi H, Kondo K, Takeda T, Kawachi I. Social interaction and cognitive decline: Results of a 7-year community intervention. Alzheimers Dement. 2017 12 21;3(1):23-32.
8. 細川陸也, 伊藤美智予, 近藤克則, 他. 「健康交流の家」開設による健康増進効果の検証. 社会医学研究. 2016;33:59-69.
9. 竹田徳則 他. ポピュレーションアプローチによる認知症予防のための社会参加支援の地域介入研究(H27-認知症—一般—001). 厚生労働科学研究費補助金(認知症尾政策研究事業)総合研究報告書. 東京; 2018. Available from: <https://mhlw-grants.niph.go.jp/niph/search/NIDD00.do?resrchNum=201716001B#selectHokoku> [cited 2019 May 28].
10. Kondo K, Rosenberg M, editors. Advancing universal health coverage through knowledge translation for healthy ageing: lessons learnt from the Japan Gerontological Evaluation Study. Geneva: World Health Organization; 2018. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/279010/9789241514569-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [cited 2019 May 8].
11. Guidelines on integrated care for older people. Geneva: World Health Organization (ICOPE); 2017. Available from: <https://www.who.int/ageing/publications/guidelines-icope/en/> [cited 2019 May 8].