

研究種目：基盤研究 (S)

研究期間：2006-2010

課題番号：18109007

研究課題名 (和文) 中高年者のこころの健康についての学際的大規模縦断研究
— 予防へのストラテジーの展開

研究課題名 (英文) A large-scale interdisciplinary longitudinal study on mental health in the middle-aged and elderly persons — development of strategy for prevention

研究代表者

下方 浩史 (SHIMOKATA HIROSHI)

国立長寿医療センター研究所・疫学研究部・部長

研究者番号：10226269

研究分野：医歯薬分野

科研費の分科・細目：社会医学・公衆衛生・健康科学

キーワード：縦断的研究、中高年者、地域住民、こころの健康、認知機能

1. 研究計画の概要

2,400 名の 40 歳以上の無作為抽出地域住民での 10 年間にわたる追跡調査から、鬱や認知機能障害など中高年者こころの健康について実態を明らかにするとともに、こころの健康に影響を及ぼす社会・心理的、医学的背景について検討を行い、さらに遺伝子多型による検討も加えて、こころの健康問題への対応に関する新たなストラテジーの構築を目指す。

2. 研究の進捗状況

(1) 調査の実施および結果の公開

調査の対象者は地域住民からの無作為抽出者(観察開始時年齢 40-79 歳)である。一日 7 名、1 年間で約 1,200 人について検査を行い、平成 9 年から 2 年ごとに追跡観察を行っている。追跡中のドロップアウトは、同じ人数の新たな補充を行い、定常状態として約 2,400 人のコホートとしている。解析に使用する第 1 次から第 6 次調査までの蓄積データ項目は下記の通りである。

①心理的調査：認知機能および知能検査、記憶検査、うつ尺度、パーソナリティ、自尊心尺度、Type A 行動パターン、ライフイベント、ストレス対処行動、死の態度尺度、生活満足度、QOL

②社会的背景調査

③身体的背景因子調査：病歴、薬物調査、頭部 MRI、頸動脈超音波断層、血液検査など

④遺伝子多型検査：参加者のほぼ全員の保存 DNA から候補 224 種類の遺伝子多型のタイピングを終えている。

平成 20 年から第 6 次調査を実施している。終了した第 5 次調査までのデータについては年齢・性別にまとめたモノグラフとしてインターネッ

ト上に英文で公開した。

(2) こころの健康問題の実態の検討

①認知機能障害の頻度：男性 5.0%、女性 4.5%が認知症であるが、治療を受けている人はほとんどいなかった。60 歳以上の地域住民の 1.5%が毎年認知症となり、80 歳以上では毎年 4.0%が認知症となっていた。

②認知機能の加齢変化：一般的な事実についての知識量を測定する「知識」の得点は、70 歳代でも維持されていた。情報処理のスピードと正確さを測定する「符号」の得点は、60 歳代以上で緩やかに減少した。

③記憶の加齢変化：直後再生、遅延再生ともに年代が高くなるにつれて低下すること、直後再生では男性よりも女性の得点が高いことが示された。

④主観的幸福感：年齢が高いほど人生全体への満足度が高く、心理的安定と老いについての評価が低いことが示された。

⑤QOL：60 代で包括的な QOL が高く、心理的領域は男性で、社会的関係は女性で高かった。

(3) 各背景要因とこころの健康

1) 心理・社会的要因

①知的機能と余暇活動との関連：知的機能の保持・向上にも余暇活動が関連する可能性が確認された。

②認知機能と喫煙習慣：高年群(60-79 歳)で喫煙習慣がある場合に言語性知能が低く、また動作性知能は中高年全体で低かった。

③主観的幸福感の要因：男性では肯定的対人関係が、女性では否定的対人関係が幸福感に影響し、また家族内で何かの役割を持つことは、高齢者の主観的幸福感に肯定的な方向に作用していた。

④転倒:転倒恐怖感を持つ者の頻度と要因、転倒予防へのサポートの重要性を示した。

⑤ストレスとこころの健康:対人関係と健康、身近の人の死などのライフイベント体験、抑うつとの関連等を中心にストレスに関わる検討結果を本にまとめて出版した。

2)医学・身体的要因

①抑うつの関連要因:知的能動性や社会的役割の低下が抑うつを高めること、性・教育歴・居住形態・主観的健康感は活動能力を介して抑うつに影響すること、低所得、主観的な健康不良は直接的にも抑うつ増大に影響することを明らかにした。

②傷病経験:男性ではケガ・病気の体験は主観的幸福感への影響はなかったが、女性では幸福度の低下につながっていた。

3) 栄養学的要因

① 認知機能:多価不飽和脂肪酸と大豆由来イソフラボン摂取で認知機能の低下を予防できることが明らかになった。

② 抑うつ:果物・カロテノイド摂取が抑うつを予防する可能性が示された。

(4) 遺伝子多型とこころの健康

中高年者のこころの健康の素因としての遺伝子多型について検討を行い、認知機能障害に関連する遺伝子多型、喫煙で認知機能が悪くなりやすい遺伝子多型を見出した。

3. 現在までの達成度

②おおむね順調に進展している

データの収集に関わる調査は、当初の研究計画通りに実施されている。平成16年6月から開始した第4次調査は平成18年7月に終了し、引き続いて第5次調査を実施し、平成20年度には無事に終了することができた。さらに平成20年からは第6次調査を順調に実施している。

終了した第5次調査までのデータについては年齢・性別にまとめたモノグラフとしてインターネット上に英文で公開した。インターネットでの心理データ及び背景因子の包括的な公開は世界的にも他にほとんどないものと思われる。

成果は中高年者のこころの健康にかかわる広範な分野にわたっており、地域在住の一般住民における中高年者のこころの健康問題として、特に鬱、自立・自尊心の低下、認知機能障害について、その実態を明らかにできた。さらに心理・社会的背景との関係、医学的な要因との関連、栄養摂取との関連など、当初の計画を行っていた内容についての結果が出ている。

4. 今後の研究の推進方策

(1) 調査の実施および結果の公開:2年ごとの調査を継続して行い、結果をモノグラフとして公開していく。

(2) 実態および背景要因解析:中高年のこころの健康の実態および社会的背景、医学的要因、栄養の影響などの関連要因の解析を系統的に

進めていく。

(3) 遺伝子多型:こころの健康との関連解析を網羅的に行っていく。

(4) 提言:こころの予防を主体にした、中高年者のこころの健康を守る新たな対応方法の提言を目指す。

5. 代表的な研究成果(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文](計11件)

① Fukukawa Y, Kozakai R, Niino N, Nishita Y, Ando F, Shimokata H: Social support as a moderator in a falls prevention program for older adults. *J Gerontol Nurs* 34(5); 19-25, 2008 (査読有)。

② 西田裕紀子、福川康之、丹下智香子、安藤富士子、下方浩史:地域在住中高年者・高齢者のエピソード記憶に関する横断的検討。日本未病システム学会雑誌 13;74-77,2007(査読無)。

③ Shimokata H, Ando F, Fukukawa Y, Nishita Y: Klotho gene promoter polymorphism and cognitive impairment. *Geriatr Gerontol Int*, 6; 136-141, 2006(査読有)

[学会発表](計20件)

① 西田裕紀子、丹下智香子、森山雅子、富田真紀子、福川康之、安藤富士子、下方浩史:地域在住中高年者の知能:8年間の経時変化。第51回日本老年社会科学大会、2009年6月20日、横浜。

② Fukukawa Y, Nishita Y, Tange C, Ando F, Shimokata H: Financial strain and psychological distress among Japanese older adults. The 8th Asia/Oceania Regional Congress of Gerontology and Geriatrics. October 22, 2007. Beijing.

[図書](計7件)

① 安藤富士子、下方浩史:DHA、イソフラボン摂取と脳の高次機能。脳内老化制御とバイオマーカー:基礎研究と食品素材、シーエムシー出版、東京、pp.101-112, 2009

② 福川康之:老化とストレスの心理学—対人関係論的アプローチ、弘文堂、東京、2007、総ページ数198。

[産業財産権]

○出願状況(計0件)

○取得状況(計0件)

[その他]

新聞掲載5件、テレビ・ラジオ2件、雑誌掲載2件、一般向け講演2件、

ホームページ: <http://www.nils.go.jp/department/ep/index-j.html>