

令和 5 年 6 月 21 日現在

機関番号：82674

研究種目：若手研究

研究期間：2020～2022

課題番号：20K13719

研究課題名（和文）独居高齢者の社会的孤立を予防する修正可能な要因の解明

研究課題名（英文）Identifying modifiable factors that prevent social isolation among older adults living alone

研究代表者

江尻 愛美 (Ejiri, Manami)

地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター（東京都健康長寿医療センター研究所）・東京都健康長寿医療センター研究所・研究員

研究者番号：90738890

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,200,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、独居高齢者の社会的孤立予防に役立つ修正可能な関連要因を明らかにすることを目的に、システマティックレビューおよび地域在住高齢者を対象とした調査を行った。その結果、独居・同居高齢者に共通して、歩行速度、精神的健康、社会的凝集性が孤立と関連しており、独居高齢者のみ運動習慣も孤立と関連していた。独居高齢者に特異的な孤立予防策として、運動習慣を身に着けるよう促すことが有効である可能性が考えられた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

我が国は核家族化と高齢化を背景として独居高齢者が年々増加しており、2020年には高齢世帯において独居世帯の占める割合が最も多くなると推計されている。独居高齢者は、死亡や要介護、認知症のリスクを高める社会的孤立のリスクが高いとされてきたが、これまで独居高齢者に特異的な社会的孤立の予測因子に関する研究は行われてこなかった。本研究により、独居高齢者における修正可能な社会的孤立の予測因子が明らかとなり、我が国の社会的孤立予防策の検討が進むと期待される。

研究成果の概要（英文）：In this study, we conducted a systematic review and a survey of community-dwelling older adults with the aim of identifying modifiable factors that can help prevent social isolation among older adults living alone. The results showed that walking speed, mental health, and social cohesion were associated with social isolation regardless of whether the older adults lived alone or not, and exercise habits were also associated with social isolation only among the older adults who lived alone. The results suggested that encouraging the older adults living alone to develop an exercise habit may be an effective measure to prevent social isolation specifically among the older adults living alone.

研究分野：介護予防

キーワード：社会的孤立 地域在住高齢者 独居高齢者

1. 研究開始当初の背景

米国を中心とした先進諸国において、独居高齢者の増加が共通の課題となっている。我が国でも、核家族化と高齢化を背景として独居高齢者が年々増加しており、2020年には高齢世帯において独居世帯の占める割合が最も多くなると推計されている(国立社会保障・人口問題研究所, 2013)。これらの独居者が直面する最も大きな問題のひとつに社会的孤立がある。社会的孤立は社会や他人との繋がりが希薄な状態を表す。社会的孤立状態にある高齢者は、死亡や要介護、認知症のリスクが高い(Leigh-Hunt *N et al.*, *Public Health*, 2017)。独居高齢者は、同居家族がいる高齢者と比較して孤立のリスクが高く、3人に1人が社会的孤立状態にある(Shimada *K et al.*, *J Aging Health*, 2014)。したがって、独居者の孤立予防の介入方法を検討し発信していくことが喫緊の課題である。

しかし、独居者の孤立対策を検討する上ではいくつかの課題がある。まず、従来の研究において指摘されている孤立の関連要因は、独居者に特化した因子ではない点である。つぎに、独居高齢者の孤立の関連要因に着目した唯一の先行研究において、関連要因として検討された変数が婚姻経験や近居子の有無、経済状況等の不可変な因子に限られている点である(斎藤ら, *日公衛誌*, 2010)。孤立予防のための効果的・効率的な介入方法を開発するためには、独居者の孤立状況に関連する、生活習慣や健康状態、社会要因等の修正可能な要因を明らかにすることが不可欠であるが、そのような研究は行われていない。

2. 研究の目的

独居高齢者の社会的孤立予防に役立つ修正可能な関連要因を明らかにすること。

3. 研究の方法

社会的孤立の予測因子に関するシステマティックレビュー

本研究で修正可能な要因として検討すべき要因を先行研究より明らかにするため、システマティックレビューを行った。検索式は、(“elderly” OR “older adults” OR “aged”) AND “social isolation” AND (“predictors” OR “risk factors”)とした。研究の適格基準は、観察研究であること、客観的に評価された社会的孤立をアウトカムとしていること、対象者が地域在住高齢者であること、英語もしくは日本語で記述されていること、Primary Researchであること、査読付き雑誌に掲載されていることとした。

地域在住高齢者を対象とした調査

東京都健康長寿医療センター研究所近郊に在住する地域在住高齢者を対象として郵送調査および会場招待型健診を行った。社会的孤立はLubben Social Network Scale-6で評価し、12点未満を社会的孤立と定義した。同居者がいない者を独居者、いる者を非独居者とした。修正可能な関連要因は、身体的要因(手段的日常生活動作、5m 最大歩行時間)、精神的要因(MMSE、WHO-5 精神的健康状態表)、社会文化的要因(社会的凝集性、運動習慣)とした。孤立の有無を従属変数、性、年齢、暮らし向きを共変量としたロジスティック回帰分析を、各独立変数を個別に投入した Model 1、全ての独立変数を同時に投入した Model 2 の2つのモデルで、独居者・非独居者で層化して行った。有意水準 5%未満で統計学的有意と判断した。

4. 研究成果

社会的孤立の予測因子に関するシステマティックレビュー

スクリーニングの結果、10件の論文がレビューに採用された。10件のうち9件は横断研究であり、Risk of bias の高い研究が5件であった。予測因子として検討されたのは修正不可能な社会人口統計学的要因(性、年齢、婚姻状況、経済状況、学歴)が最も多かった。修正可能な要因としては、身体的健康要因(視聴覚障害、IADL)、心理・認知的要因(健康度自己評価、認知機能)、社会・文化的要因(社会参加、余暇活動)が検討されていた。また、居住地域や人種で層化した分析は行われていたが、独居/同居という家族構成で層化した分析を行った研究はなかった。

地域在住高齢者を対象とした調査

分析対象者は調査項目に欠損のない748名(男性43.0%、平均年齢72.8歳)で、独居者201名(26.9%、孤立者43.3%)、非独居者547名(73.1%、孤立者26.5%)だった。Model 1、Model 2の分析結果を以下に表で示す。

Model 1	独居者		非独居者		Model 2	独居者		非独居者	
	OR	95%CI	OR	95%CI		OR	95%CI	OR	95%CI
5m最大歩行時間	4.20	(1.92 - 9.18)	1.95	(1.33 - 2.84)	5m最大歩行時間	3.68	(1.41 - 9.57)	1.78	(1.17 - 2.70)
MMSE	0.82	(0.69 - 0.96)	0.93	(0.84 - 1.03)	MMSE	0.87	(0.70 - 1.10)	0.97	(0.86 - 1.08)
WHO-5	0.83	(0.78 - 0.89)	0.92	(0.88 - 0.96)	WHO-5	0.87	(0.81 - 0.94)	0.95	(0.91 - 0.99)
社会的凝集性	0.78	(0.70 - 0.87)	0.83	(0.78 - 0.89)	社会的凝集性	0.83	(0.74 - 0.94)	0.84	(0.78 - 0.90)
IADL障害 :あり	—※		0.64	(0.25 - 1.66)	IADL障害 :あり	—※		1.38	(0.50 - 3.83)
運動習慣 :なし	4.22	(2.00 - 8.93)	1.48	(0.97 - 2.25)	運動習慣 :なし	3.72	(1.57 - 8.79)	1.29	(0.82 - 2.04)

非孤立者の IADL 障害ありが 0 名だったため、IADL 障害は分析から除外
赤太字：p<0.05

独居高齢者・非独居高齢者ともに、歩行機能の低さ、精神的健康の低さ、社会的凝集性の低さが社会的孤立の関連要因だった。また、運動習慣は独居者のみで関連が認められた。独居高齢者に特異的な社会的孤立予防策として、運動習慣を身に着けるよう促すことが有効である可能性が考えられた。たとえば、チームスポーツや対戦スポーツを行うことで運動自体による交流が期待でき、住民主体の通いの場やスポーツジムに参加することで、運動の場での交流が期待できる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 Ejiri Manami, Kawai Hisashi, Ishii Kaori, Oka Koichiro, Obuchi Shuichi	4. 巻 94
2. 論文標題 Predictors of older adults' objectively measured social isolation: A systematic review of observational studies	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Archives of Gerontology and Geriatrics	6. 最初と最後の頁 104357 ~ 104357
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.archger.2021.104357	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計4件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 江尻愛美, 河合 恒, 藤原佳典, 井原一成, 渡邊 裕, 平野裕彦, 金 憲経, 大淵修一
2. 発表標題 独居高齢者における社会的孤立の修正可能な関連要因の特徴：お達者健診研究
3. 学会等名 第80回日本公衆衛生学会総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 江尻愛美, 河合 恒, 伊藤久美子, 藤原佳典, 井原一成, 平野裕彦, 金 憲経, 大淵修一
2. 発表標題 地域在住高齢者における社会的孤立と循環器疾患による死亡の関連：長期縦断研究
3. 学会等名 第64回日本老年医学会学術集会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 江尻愛美, 河合 恒, 伊藤久美子, 藤原佳典, 平野裕彦, 井原一成, 大淵修一
2. 発表標題 地域在住高齢者を対象とした郵送調査における社会的孤立の無回答者は孤立者と同様に死亡リスクが高い：お達者健診研究
3. 学会等名 第17回日本応用老年学会大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Manami Ejiri, Hisashi Kawai, Kumiko Ito, Yoshinori Fujiwara, Kazushige Ihara, Hirohiko Hirano, Shuichi Obuchi
2. 発表標題 Regular exercise reduces the risk of mortality in socially isolated older adults: The Otassha Study
3. 学会等名 The 2nd Asia-Pacific Society for Physical Activity (ASPA) Conference
4. 発表年 2022年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------