



## 「 青葉区役所 × 学校法人桐蔭学園」

青葉区と桐蔭学園は、令和4年4月の「こころと身体健康調査研究に関する協定」に基づき、健康寿命の延伸と健康格差の縮小等に寄与することを企図した健康調査研究を実施してきました。

このたび、調査結果が明らかになりましたので、青葉区は、今後、この結果を介護予防・認知症施策に生かすべく検討を進め、地域包括ケアシステムの推進・深化に向けて取り組んでいきます。

具体的には、インターネット等の活用が認知症リスクの低減に寄与する一要素となる可能性や、精神的・社会的ウェルビーイング<sup>(※1)</sup>を高年齢になっても高く保持することの必要性が高いことなどを踏まえ、介護予防・認知症施策推進を目的とした高齢者の居場所づくりなどについての検討を進めます。

(※1)ウェルビーイング=幸福で身体的、精神的、社会的に満たされた状態のこと。

1

### 健康寿命の延伸に向けた健康調査研究結果を 青葉区役所が桐蔭学園より頂きました！

青葉区民と全国調査の対象者を比較したところ、主に次のような結果が得られました。

- 「青葉区民の高齢者<sup>(※2)</sup>における認知症発生リスクは、低い傾向がみられる」
- 「インターネット・SNSを毎日使う高齢者<sup>(※2)</sup>の割合が、約10%高い」
- 「青葉区民は『将来の見通しを立て、実行する力(二つのライフ<sup>(※3)</sup>)』が高い」

要介護認知症リスク群の割合(65-79歳)



調査結果を受け取る中島区長(左)と  
学校法人桐蔭学園 溝上理事長(右)

(※2)本調査では調査対象者である  
65歳～79歳を指す

(※3)将来の見通し(future life)と  
それを実現するために日々の生活  
(present life)の中で何をすれば  
いいか理解し実行すること

2

### これらの調査結果等をお伝えするシンポジウムを 青葉区と桐蔭学園との共催で実施します！

人生100年時代の今、前向きに人生を送るヒントを皆様にお伝えするシンポジウムを、青葉区役所と桐蔭学園の共催で実施いたします。なお、開催にあたっては「横浜市青葉区と学校法人桐蔭学園との健康寿命延伸に向けた取り組み実施に関する協定」を7月1日付で締結しています。

日時：令和5年10月7日(土) 14時～16時(予定)

場所：青葉公会堂(青葉区市ケ尾町31-4)

テーマ：「幸福寿命を考える 一つながりが紡ぐ100年人生」  
～「認知症になっても自分らしく安心して暮らせるまち青葉区」を目指して～

登壇者：桐蔭学園理事長、青葉区長 ほか(予定)

内容(予定)：調査結果報告、認知症専門医による講演、ディスカッション など

URL：[https://www.city.yokohama.lg.jp/aoba/kurashi/fukushi\\_kaigo/koreisha\\_kaigo/care-plan/symposium.html](https://www.city.yokohama.lg.jp/aoba/kurashi/fukushi_kaigo/koreisha_kaigo/care-plan/symposium.html)



## (参考1) 調査について

調査名：こころと身体の健康調査

調査対象：40～79歳の区民男女各1,500名(計3,000名)郵送またはGoogle formsで回答

調査期間：令和4年8月1日～9月30日

調査実施：桐蔭学園トランジションセンター

有効回答数：1,021(回答率34%)平均年齢63.03歳(標準偏差=11.15)

分析方法：青葉区民と全国調査(インターネット調査会社に登録のある40～79歳の男女各2,000名(合計4,000名)。調査期間は令和4年8月1日～3日で、有効回答数は4,000。平均年齢59.42歳(標準偏差=11.36))を比較。

## (参考2) 調査結果の概要について(全国調査対象者データとの比較)

調査分析結果の主な概要は以下のとおりです。

### ① 青葉区民(65歳以上の高齢者)の認知症発生リスクは、全国調査の対象者より低い傾向

要介護認知症リスク群(スコア9以上で5年以内の認知症発症リスク43.6%)について、青葉区は全国(5.1%)と比較すると半数以下(2.4%)であり、認知症発生リスクが低い傾向がみられる。

### ② インターネット・SNSを毎日使う65歳以上の高齢者の割合が約10%高い

インターネット・SNSを「毎日使う」と回答した65歳以上の高齢者は、全国調査の対象者で60.3%、青葉区民は70.1%となった。インターネット・SNSの利用が認知症リスクの低減の一要素として寄与している可能性がある。

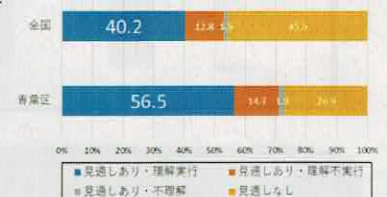
### ③ 40・50代における精神的ウェルビーイングについて、「居場所がある」と答えた青葉区民は全国調査の対象者に比べて高い割合となっている

精神的ウェルビーイングに関して、青葉区民は全国調査の対象者より「居場所がある」と答えた割合が40代で13.8%、50代で9.4%高い。また「抑うつ」に関しても青葉区民は全ての年代で全国調査の対象者よりも得点が低く、精神的ウェルビーイングが高い可能性が示唆される。

### ④ 青葉区民は「将来の見通しを立て、実行する力(二つのライフ)」が高い

青葉区民は将来の予定に対して、「見通しを持っている」かつ見通しに対して理解し実行する割合が、全国調査の対象者比で15%以上高い。そのことが、社会的ウェルビーイング促進の一要素として寄与する可能性がある。

二つのライフ:将来の見通し(future life)とそれを実現するために日々の生活(present life)の中で何をすればいいか理解し実行すること



本調査研究では、認知症リスク評価スコア(「認知症を伴う要介護認定発生のリスクスコアの開発:5年間のAGESコホート研究」竹田徳則他2016)を使用し、認知症リスクの比較検討を行っています。

認知症リスク予防については、ランセット委員会の報告書が提示する12の要因(低学歴、高血圧、聴覚障害、喫煙、肥満、うつ、運動不足、糖尿病、社会との接触頻度の低さほか)の基本的視座となっているWHO(世界保健機構)の憲章(1946年)の前文にある「健康」の定義を参照しています。

## お問合せ先

(青葉区の認知症施策・協定等に関すること、シンポジウムの取材依頼)

青葉区高齢・障害支援課長

倉田 力 Tel 045-978-2442

(調査全般に関すること)

学校法人桐蔭学園 トランジションセンター所長・桐蔭横浜大学 教授

武田 佳子 Tel 045-975-2100