

ライフスタイルと健康 — 地域健康調査島根 CoHRE study より —

島根大学人間科学部 山崎 雅之

超高齢化が進むなか、医療や介護の需要が高く、高齢者においては自立して生き生きと暮らすこと、つまり「健康寿命の延伸」が強く求められている。健康日本21の改定に当たって、厚生労働省審議会では、「全ての国民が共に支え合い、健康で幸せに暮らせる社会」の構築を目指し、ライフステージに応じた健康づくりの推進を謳っている。さらにライフステージに応じた健康づくりの推進とそれに続く疾病予防、介護予防などによって、個人の生活の質の低下を防ぐとともに、社会保障負担の軽減も期待されている。

島根県はすでに高齢化率が34.2%（R2年10月時点）で「高齢化先進県」であり、中山間地域の人口減少と相まって、住民の医療・保健・福祉を維持していくのか、難しい課題の解決に取り組まなければならない状況にある。このような状況の中、我々は“島根大学地域包括ケア教育研究センター（CoHRE）”（<https://www.cohre.shimane-u.ac.jp/>）を立ち上げている。このセンターは医学部と生物資源科学部の研究者が中心となって行っていた中山間地研究が母体の疾病予知予防プロジェクトセンターから変遷したセンターであり、2006年から継続して地域の健康調査データを基にした研究と住民の健康維持に資する活動を自治体と共同で実施している。各自治体で行っている特定健診に合わせて、受診者の中で研究参加に同意していただいた方には大学で用意した追加の検査や問診を実施するとともに血液サンプル等採取させていただいている。



高齢者のライフステージと健康管理において、「高齢者は身体機能や認知機能が低下する」と考えられるが、一方で、「日々の生活習慣により個々によって状況は大きく異なっている」のも事実であり、高齢者の労働意識の増加も見られる（高齢社会のアクションリサーチ 秋山 弘子編著）。そのような背景の中で、特に中山間地域の高齢者にとって、農業は大きな労働の場であり、農業従事の有無は高齢者の生活習慣を大きく変化させ、高齢者の健康づくり、健康管理にも大きく影響していることが予想される。そこで、農業従事の有無が健康寿命に関する各疾患の有病率に及ぼす影響を解析した。対象者は、2006年から2014年のCoHRE研究参加同意者で、4,666人（男性1,929人、女性2,737）とし、男女別、40-64歳・65歳以上別に農業従事者群と非農業従事者群に分け解析を行った。

壮年期・中年期の40-64歳の疾患の有病率の解析では、男性、女性とも農業従事者群と比較して非農業従事者群において脂質異常症の有病率が年齢と喫煙・喫煙歴、飲酒習慣で補正後でも有意に高く、男性オッズ比1.92（CI95%:1.15-3.18）、女性オッズ比2.34（CI95%:1.46-3.75）であった。40-64歳までの壮年期においては、男性女性ともにメタボリックシンドロームの構成因子であり、動脈硬化のリスクファクターでもある脂質代謝異常の管理は非常に重要である。今回の解析結果から脂質代謝異常の管理において、農業従事が貢献できる可能性があると考えられた。65歳以上の高齢者では、男性で農業従事者群と比較して非農業従事者群において高血圧症の有病率が年齢と喫煙・喫煙歴、飲酒習慣で補正後でも有意に高く、オッズ比1.37（CI95%:1.08-3.73）であった。女性の高血圧症の有病率は、年齢と喫煙・喫煙歴、飲酒習慣で補正後に統計的な有意差は認められなかったものの、非農業従事者群において高い傾向が認められた。65歳以上の高齢者（特に男性）では疾患頻度の非常に多い高血圧の管理において、農業従事が貢献できる可能性があると考えられた。高血圧症や血圧管理の不良は頻度が高い（本研究では65歳以上で42.8%）と同時に強力な脳血管疾患、心疾患のリスクファクターであり、予防、管理に貢献できる可能性をもつ農業従事のインパクトは大きい。農業従事は65歳以上の高齢者を中心に、血圧の管理に良好な影響を与え、延いては健康寿命の延伸に貢献できる可能性があると考えられた。

【キーワード：高齢者の就業、農業、ライフステージ、脂質代謝異常症、高血圧症】