

# 隠岐の島町における認知症共生社会の実装に向けた基礎的研究

島根県立大学出雲キャンパス

西本亜希子 荒木さおり 小川智子 吉松恵子 岡村祐希

## 【研究の概要】

2023年に策定された認知症基本法では、認知症の予防の推進と、認知症の人が地域で共生できる社会の実現が掲げられた。本研究は、若年層の島外流出に伴う労働人口の減少、民間サービスの導入困難、財源確保など多くの地域的課題を抱える隠岐の島町において、認知機能低下の早期発見および認知症予防活動の推進に向けた基礎的研究を目的とする。

## 取り組み1：認知症についての講話・講演を行い、町民の認知症予防に対する関心を高める

テーマ：わがこととして取り組む認知症予防！～“認知症を予防できるまち” 隠岐の島町を目指して～  
講師：鳥取大学医学部認知症予防講座 教授 浦上克哉氏



参加者：130名（40歳以下の若年層～80歳代以上の方まで幅広く参加）

参加者の声（アンケート結果より一部抜粋）

- 日々のちょっとしたことが認知症予防になるのだなと思いました。
- 認知症予防の注意点は目からうろこでした。予防は今日から始められると思いました。軽度認知障害(Mild Cognitive Impairment: MCI)は予防の重要な対象者というのは胸に響きました。65歳を目前にして親の介護の際のヒントと共に自分自身のこととして向き合い、共に予防に取り組んでいこうと思いました。

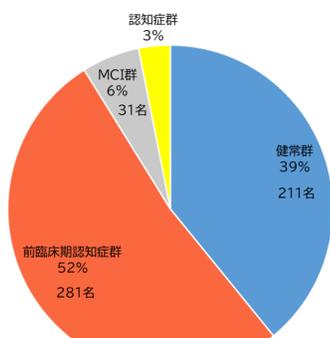
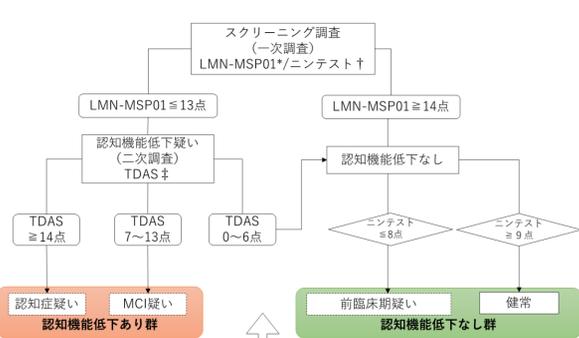
## 取り組み2：隠岐の島町で生活する高齢者の認知機能に影響する要因の検討

【対象者】令和6年度、満60歳以上となる隠岐の島町在住高齢者のうち要介護・要支援認定を受けていない5,151名

【調査内容】認知機能：もの忘れ相談プログラム(LMN-MSP01)、タッチパネル式認知症評価尺度(TDAS)、嗅覚機能検査(ニンテスト)、関連要因：基本属性、筋肉量、老研式活動能力指標、老年期うつ病評価尺度(GDS15-J)、社会関連性指標、自作アンケートによる生活状況

【倫理的配慮】鳥取大学医学部倫理審査委員会（整理番号24A077）、島根県立大学出雲キャンパス研究倫理審査委員会（承認番号422）の承認を得て実施した。

【分析方法】フローチャート(図1)に従い、健常群、前臨床期認知症群、MCI群、認知症群に分類。次いで認知機能低下なし(健常・前臨床期認知症)群と認知機能低下あり(MCI・認知症)群の2群に分け、クロス集計およびマンホイットニーU検定を用いて関連要因を検討した。



【操作的定義】  
健常群 LMN-MSP01≧14点 または TDAS≦6点 かつ ニンテスト≧9点  
前臨床期認知症群 LMN-MSP01≧14点 または TDAS≦6点 かつ ニンテスト≦8点  
MCI群 7点≦TDAS≦13点  
認知症群 TDAS≧14点



図2 フローチャートによる認知機能分類 n=540の内訳

## 【結果】

- 589名が調査に参加し、アンケートに欠損のみられない540名を分析対象とした。
- 対象者の平均年齢は73.54歳(59歳～93歳)、男性208名(38.5%)、女性332名(61.5%)であった。
- 認知機能の実態は、健常群:211名(39.1%)、前臨床期認知症群:281名(52.0%)、MCI群:31名(5.7%)、認知症群:17名(3.1%)であった(図2)。
- 認知機能低下なし群と認知機能低下あり群の比較では年齢、筋肉量、性別、最終学歴、仕事の有無、運転の頻度、大豆製品を摂取する頻度、GDS15-J得点、老研式活動能力指標の手段的自立、社会関連性指標の社会への関心に有意差がみられた。

## 【考察】

認知機能の低下を予防するためには、買い物や食事の準備、一人での外出など、手段的日常生活動作が自立できる筋肉量を維持することが重要である。また、社会への関心をもち、移動範囲に制限がなく外出ができることで、うつを予防し、社会とのつながりをもち続けることが認知機能の維持につながっていると考えられた。

## 取り組み3：隠岐の島町内で軽度認知障害(MCI)高齢者を対象とした認知症予防活動を実施

【対象者】隠岐の島町在住の物忘れの自覚、または周囲の人から物忘れの指摘を受けたことがある高齢者

【調査内容】認知機能評価：タッチパネル式認知症評価尺度(TDAS)、日本語版モントリオール認知評価(MoCA-J) 嗅覚機能検査(ニンテスト)、身体機能評価：筋肉量、5m歩行速度、握力  
その他：活動開始前後の自覚する生活上の変化、出席回数、個人の取り組み状況

【倫理的配慮】島根県立大学出雲キャンパス研究倫理審査委員会（承認番号442）の承認を得て実施。

【介入方法】身体活動、知的活動、コミュニケーションの要素で構成される1回約2時間の活動を週1回、4か月間実施する。

※現在、18名（男性7名、女性11名）が参加。取り組み継続中のため、取り組みの様子を一部紹介

身体活動

「カード」で言葉づくり

フラワーアレンジメント

男性も夢中になって活動に参加している



## 参加者の声

- 毎週水曜日が来るのが楽しみ
- 付き添いで参加したつもりが、自分も楽しみになっている
- ずっと続けて開催してほしい

## 今後に向けて

➤ 認知症予防に向けた取り組みは隠岐の島町役場（行政）を中心に、医療機関と社会福祉協議会、隠岐保健所が協力のもと実施した。今回の研究をもとに、さらに行政・医療・福祉の連携を強化することで、認知症共生社会の地盤を作り、地域での取り組みの定着を支援していくことが求められる。