

1. 町田市でこころとからだの健康調査を実施しました

「認知機能や生活機能の低下が見られる地域在宅高齢者の実態調査」結果について

～地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所 研究部長 栗田主一～

どのような調査か

1. 目的

在宅で暮らす認知症高齢者の実態を把握し、認知症の早期発見・診断・対応など、地域で認知症の人と家族を支援する取り組みを推進するための基礎資料とするため。

2. 調査対象者

町田市内に暮らす65歳以上の在宅高齢者7,682名

3. 調査期間

2013年6月17日～2014年4月30日

4. 調査方法

自記式アンケート調査、一部調査員による訪問調査

5. 調査結果概要

(1) 高齢者が自分自身で認知機能低下や生活機能低下に気づくための簡便な方法として、「自分でできる認知症の気づきチェックリスト(※1)」を作成しました。

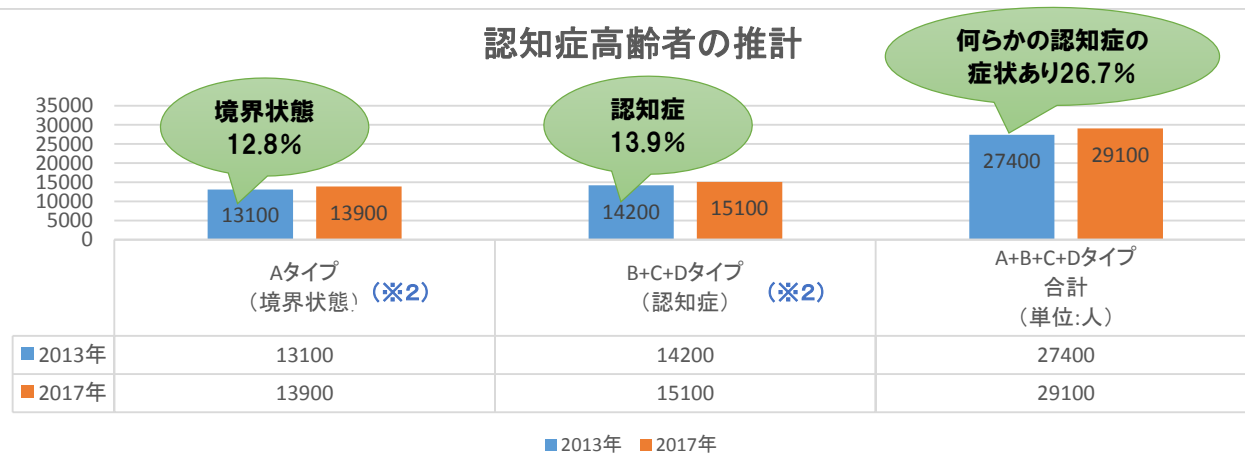
(2) 認知機能や生活機能が低下しはじめていて認知症が疑われる高齢者は、在宅で暮らす高齢者の1割程度存在すること、また、認知症が疑われる高齢者は社会的な孤立傾向が見られ、医療、介護、福祉などの必要な支援に必ずしもつながっていないなどの実態が明らかになりました。

町田市の認知症高齢者の推計

町田市の65歳以上の高齢者数は、約10万2千人です。

うち、2013年の認知症高齢者の推計数は約1万4千人で、市内高齢者の約13.9%です。2017年には認知症高齢者数は約1千人増加し、約1万5千人と推計しています。

また、「MCI」といわれる境界状態の高齢者を含めると、約26.7%の高齢者が何らかの認知症の症状があると推測されます。



「自分でできる認知症の気づきチェックリスト(※1)」とは

「ひょっとして認知症かな？」気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

自分でできる 認知症の気づきチェックリスト	最もあてはまるところに○をつけてください。			
チェック①	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック②	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック③	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
周りの人から「いつも同じ事を聞く」と言われますか	1点	2点	3点	4点
チェック④	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
今日が何月何日かわからないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑤	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑥	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑦	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑧	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑨	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑩	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

調査によってわかったこと

約1割の高齢者が、「チェックリスト」で20点以上でした。「チェックリスト」20点以上の方と、19点以下の方を比較すると次の傾向が明らかになりました。

(1) 生活状況

- ①近所づきあいがあまりない人が多い
- ②人と話すのが1週間に1回以下の人が多い
- ③困っているときに相談できる人がいない人が多い
- ④不安やうつ、不眠など精神的な不調を感じている人が多い



(2) 健康状態

- ①心臓病(狭心症など)、筋骨格系疾患(変形性関節症など)、外傷(骨折など)、血液疾患(貧血など)、うつ病、脳卒中、パーキンソン病にかかっている人が多い
- ②3つ以上の病気にかかっている人が多い
- ③6種類以上の薬を飲んでいる人が多い
- ④身体に痛みがある人が多い
- ⑤運動機能が落ちている人が多い



「認知機能や生活機能低下のタイプ(※2)」については、町田市独自で考えたもので「認知症ケアパス」に用いられています。

- Aタイプ: 健常と軽度認知症の境界状態で、正常でも認知症でもない状態。
- Bタイプ: 身の回りのことをするための機能(排泄、食事等)は維持されているが、認知面の機能低下がみられ、家事など一人暮らしを維持するための能力(買い物、洗濯等)に障害がある状態。軽度認知症に該当する。
- Cタイプ: 身の回りのことをするための機能(排泄、食事等を行なう能力)に部分的な障害がある状態。中程度認知症に該当する。
- Dタイプ: 身の回りのことをするための機能(排泄、食事等を行なう能力)に全般的な障害がある状態。重度認知症に該当する。