

女性高齢者のうつリスクに関わる新たな環境要因が明らかに — 小学校から離れた距離に住む高齢女性者は1.07倍うつが多い —

千葉大学予防医学センターの西田恵客員研究員、花里真道准教授、古賀千絵特任研究員、近藤克則教授からなる研究チームは、65歳以上の高齢者131,871人を対象に、居住地から最寄りの小学校までの距離とうつ(うつ傾向含む)との関連を分析しました。

その結果、

- ◇ 男性は、居住地から最寄りの小学校までの距離とうつには関連がみられない
- ◇ 女性は、居住地から最寄りの小学校までの距離が400m以内に住んでいる参加者と比較して、距離が400m以上800m未満の参加者は1.06倍、800m以上である参加者は1.07倍うつのリスクが高い

ことがわかりました。このことから、女性高齢者にとって小学校の近くに居住することは、メンタルヘルスに良い影響があることが示唆されました。小学校を活用した地域コミュニティの活動拠点づくりや居住環境のデザインを通じた、健康まちづくりの推進が期待されます。

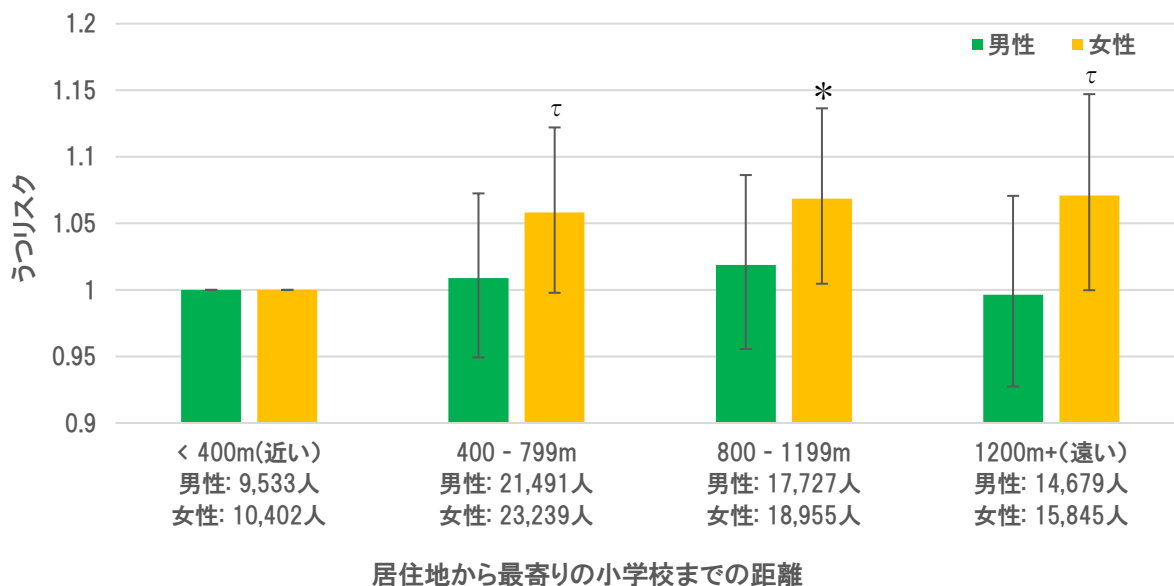


図1. 居住地から最寄りの小学校までの距離とうつのリスク

横軸は、分析に用いた居住地から最寄りの小学校までの距離のカテゴリ。縦軸は、400m未満に居住する高齢者のうつリスクを1としたとき、それぞれのカテゴリに居住する高齢者のうつリスク。*: $p < 0.05$, τ : $p < 0.10$ (※)

※ P値(p): 統計的仮説検定において、帰無仮説の元で検定統計量がその値となる確率のこと。P値が小さいほど、検定統計量がその値となることはあまり起こりえないことを意味する。

【お問合せ先】 千葉大学予防医学センター 客員研究員

(株式会社竹中工務店 技術研究所 研究主任) 西田恵

メール : nishida.megumi@takenaka.co.jp

■背景

高齢者のうつは、公衆衛生上最も重要な問題の一つであり、これまでに様々な環境要因や生活要因とうつリスクの関係性が検討されてきました。小学校の近くに住む高齢者は、社会的交流や集団活動が多く、幸福度や生活の質が高いことが報告されています。しかし、居住地から小学校までの距離と高齢者の健康との関連を明らかにした研究はほとんどありません。そこで本研究では、居住地から最寄りの小学校までの距離と高齢者のうつとの関連を明らかにすることを目的としました。

■対象と方法

日本老年学的評価学研究(JAGES)が要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者を対象に2016年に実施した質問紙調査の回答者のうち、食事、移動、排泄など日常生活に必要な動作に支障のない131,871人を分析の対象としました。対象者の居住地から最寄りの小学校までの道路に沿った距離を算出し、距離別に4グループにカテゴリ化しました。Geriatric Depression Scale (GDS-15)^{注1)}5点以上となった対象者をうつ傾向にある状態とし、対象者の中でうつ傾向の方の割合を男女別に求め、小学校までの距離とうつとの関連を検証しました。解析にあたっては、年齢、教育歴、等価所得、婚姻状況、家族構成、就業状態、持家の有無、居住年数、外出頻度、車の運転、友人・知人との交流頻度、町丁字単位の人口密度を調整し、性別で層別したロジスティック回帰分析^{注2)}を用いました。

■結果

参加者のうち、うつ傾向にある高齢者は29,781人(22.6%。男性14,534人、女性15,247人)でした。解析の結果、男性では、小学校までの距離とうつとの関連は認められませんでした。しかし、女性では、最寄りの小学校から400m以内に住んでいる参加者と比較して、400m以上800m未満離れている参加者は1.06倍、800m以上離れている参加者は1.07倍うつのリスクが高い結果となりました(図1)。

■結論・今後の展望

小学校の近くに居住する女性高齢者は、うつが少ない可能性が示唆されました。その要因として、女性は小学校関連の社会参加の頻度が高く、ソーシャル・キャピタル^{注3)}(人々のつながり)が高い可能性、また小学校近隣環境で小学生との接触頻度が高く、女性のGenerativity(世代継承性)が高い可能性が考えられます。本研究は、高齢者のうつリスクに対して従来検証されてきた生活要因や環境要因以外にも、小学校という環境要因が関与する可能性を、都市部・地方を含む大規模データを用いて定量的に明らかにした数少ない研究の一つです。

この知見は、高齢者の居住環境や日常的に利用する施設(高齢者ケア施設、医療介護施設、集いの場など)の配置検討への示唆やエイジフレンドリーシティ(高齢者にやさしいまち)の設計に貢献すると期待されます。

■発表論文

Nishida, M.; Hanazato, M.; Koga, C.; Kondo, K. Association between Proximity of the Elementary School and Depression in Japanese Older Adults: A Cross-Sectional Study from the JAGES 2016 Survey. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 500.

DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18020500>

■謝辞

本研究は厚生労働省、文部科学省、国立研究開発法人日本医療研究開発機構、公益財団法人長寿科学振興財団、JST OPERA (JPMJOP1831)などから研究費の援助を受けました。

■用語解説

注1)Geriatric Depression Scale (GDS-15): 15項目からなる高齢者用うつ尺度短縮版。

注2)ロジスティック回帰分析: 多変量解析の一種。さまざまな要因から、ある事象が発生する確率を予測する。

注3)ソーシャル・キャピタル: 人々が持つ信頼関係や人間関係(社会的ネットワーク)のこと。