

## 高齢者の質問票の活用に関する整理および効果的な活用方法の検討

研究分担者 桜美林大学 老年学総合研究所 所長 鈴木隆雄

### 研究要旨

「後期高齢者の質問票」の目的や位置づけを整理し、高齢者や保健事業担当者に対して、質問への回答結果の効果的な活用方法の指針を提示することを目的に、①後期高齢者に特徴的に表れる病態像について学術的な潮流を踏まえて整理し、②簡便な「後期高齢者の質問票」を用いた効果的スクリーニングについて、「基本チェックリスト」の有効性を踏まえて、高齢者の総合的・包括的な質問票の意義と重要性を検討した。

「後期高齢者の質問票」は、後期高齢者の健康特性に配慮し、「基本チェックリスト」の優れた点も生かした後継的な質問票となっている。この15問は各質問の意義あるいは根拠として、現時点における科学的根拠を明記し、エビデンスに基づく質問票であり、後期高齢者に特徴的に表れる病態が早期発見、早期対応ができるような項目が厳選された構成になっている。また、対象者の健康状態を把握し、高齢者が前向きに自身の健康のためにできそうなことを見つけることや、自治体や医療機関等が高齢者の健康課題を把握し、保健事業や医療機関につなげられるように配慮されている。これらより、自治体では、保健事業実施時の対象者のアセスメントや事業評価として効果的な活用が期待でき、高齢者の生活機能の維持、発症の先送り、QOLの維持向上に貢献し得ると考えられる。

今回新たに開発された質問票の利用にあたっては、高齢者の特徴である慢性疾患については疾病等の変られないことを受け入れる一方で、いくつもの優れた機能が十分に残っていることの自覚を促し、その中でも「自分でやれること、大切にしたいこと」に目を向けるように、総合的な視点からアドバイスするようこころがけることが大切であると思われる。

### A. 研究目的

日本人の平均寿命は着実に伸び、令和1年では男性81.25歳、女性87.32歳となり、今後超高齢社会は急速に進展することになる。超高齢社会にはいくつかの注目すべき特徴があるが、中でも①今後75歳以上の後期高齢者人口が相対的に増えること、②さらに、後期高齢者の急増に伴って単身の高齢者世帯あるいは夫婦のみの世帯が増えること、そして、③今後の後期高齢者の増加に伴って、フレイルと呼ばれる状態像、および要介護高齢者の増加が見込まれることである。

今後、後期高齢者が急増する中で、後期高齢者の健康を守り自立を促進するためには、（前期高齢者とは異なる）特にフレイル、認知機能低下（認知症予防）、および筋肉や骨という運動器機能低下（ロコモやサルコ）、さらには口腔機能低下と低栄養といった面での予防対策や健康維持が大きな問題であると考えられる。

後期高齢者の健康問題を考える際には「疾病予防」と「介護予防」の2つの戦略を考慮しなければならないが、疾病予防は理論上前期高齢者までは重要であるが、介護予防は70歳頃から特に重要となる。少なくとも75歳以上

となる後期高齢者においては、疾病の予防より、むしろ生活機能の維持向上に重点をおいた介護予防的な対策が重要であることが明らかにされている。

国の動きとしては平成31年2月、高齢者特有の健康課題を把握するため「後期高齢者の質問票」が提示された。低栄養、フレイルや認知機能など特有の健康課題を有する対象者を検出し、必要なサービスにつなげるツールの開発が求められている。

そこで、新たに作成された「後期高齢者の質問票」の目的や位置づけを整理し、高齢者や保健事業担当者に対して、質問への回答結果の効果的な活用方法の指針を提示することを目的とする。

## B. 研究方法

「後期高齢者の質問票」の活用に関して、①後期高齢者に特徴的に表れる病態像についての整理を行う。また、後期高齢者の保健事業のあり方として、②簡便な「後期高齢者の質問票」を用いた効果的スクリーニングについて検討し、質問票の活用方法の提案につなげる。

①については学術的な潮流を踏まえて整理する。②は、平成18年度からの特定高齢者施策で用いられた「基本チェックリスト」の有効性を踏まえつつ、高齢者の総合的・包括的な質問票の意義と重要性について検討する。

## C. 研究結果

### 1. 後期高齢者に特徴的に表れる病態像についての整理

後期高齢者では加齢に伴う心身の機能の減衰を背景として、様々な病態・症候が出現する。それらはフレイルを代表として早期発見、早期対応が、生活機能の維持、発症の先送り、そしてQOLの維持向上などの視点から、重要なポイントになる。①フレイルは健康障害につながる心身の脆弱な状態であると同時に、ストレスに対する予備力の低下に起因した状態である。その構成要素には身体組成、身体機能、身体活動、疲労、精神心理状態、さらには社会的問題などが含まれる。②認知症の予防対策において最も重要な時期は、認知症ではない

が軽度な認知機能の低下を有する状態、すなわち軽度認知障害（mild cognitive impairment: MCI）に時期である。MCIの有症率は概ね10-15%。我が国においても運動+脳賦活化を中心とした運動介入によってMCI高齢者の認知機能低下の抑制が可能であることがランダム化試験によって示されている。③ロコモティブシンドロームおよびサルコペニアはいずれも運動器の加齢に伴う障害を示している。ロコモティブシンドロームは加齢に伴う骨や関節などの運動器障害により自立度が低下し、要支援あるいは要介護になる危険のある状態。いずれの病態も必然的に筋力の低下を伴う他、日常生活を維持すべき身体機能の制限や障害の発生とも関連し、介護保険サービスを必要とする場合も少なくなく、高齢期の「生活の質（QOL）」に負の影響を与えることとなる。④低栄養・口腔機能（オーラル・フレイル）も高齢期の重要な健康問題である。適切な栄養の摂取、すなわち「食べる機能」を維持するためには良好な口腔機能、すなわち咀嚼機能及び嚥下機能の維持があげられる。高齢期の誤嚥性肺炎を予防するためには、口腔清潔管理はもちろんのこと、咀嚼機能と嚥下機能を一つのセットとしてサービスなどの提供を考える必要がある。さらに高齢期に不足しやすいたんぱく質やビタミンDの積極的な摂取の推奨が必要である。

### 2. 後期高齢者の保健事業のあり方の検討

#### — 特に簡便な質問票を用いた効果的スクリーニングについての検討 —

今後の後期高齢者の保健事業の実施に際して特に配慮されなければならないのが、疾病管理と自立支援のための包括的アセスメントの実施と生活習慣病重度化予防も含め身心機能低下予防に着目した適切かつ効果的な介入（保健指導等）方策を検討することにある。国は平成18年の介護保険法改正によって、介護予防が施策の重要な柱となり、そのために地域支援事業が新たに設定され、要支援・要介護状態となる前からの介護予防を推進されることとなった。地域支援事業には「介護予防事業」が創設され、ハイリスクアプローチの観点か

ら、「基本チェックリスト」を用いて要支援・要介護状態になるおそれの高い者（高齢者人口の概ね5%程度）を特定高齢者とし、全国一斉に介護予防事業を実施してきたが、平成27年度からは「通いの場」を中心としたポピュレーションアプローチに転換してきた経緯がある。しかし上記のような健康特性を有する後期高齢者では、単なる「通いの場」での対応だけでなく、特性に応じたハイリスクアプローチの有効的な組み合わせも必要と考えられる。その意味で、「基本チェックリスト」は上記のような後期高齢者の健康特性や機能低下のスクリーニングに極めて良く対応していると判断される。特に、フレイルに関してその三要素すなわち、身体的、精神心理的、そして社会的ドメインのスクリーニング項目を全て含み、その信頼性、妥当性等についても確立し、科学的根拠としての有効性が示されている（遠又靖丈ら；日本公衆衛生誌，2011；58：3-13）。

今回の調査事業において作成された、高齢者、特に後期高齢者を対象とした、保健事業に利用されるべき質問票においては、上述の後期高齢者の健康特性に配慮し、またこれまでの全国的に使用され、膨大なデータの活用が可能である「基本チェックリスト」の優れた点も生かした後継的な質問票となっている。

質問票の役割として、1) 中年期から前期高齢者のいわゆるメタボ健診に用いられている特定健康診査の「標準的な質問票」に代わるものとして、後期高齢者に対する健康診査（以下：健診）の場で質問票を用いた問診（情報収集）を実施し、高齢者の特性を踏まえた健康状態を総合的に把握する。2) 診療や通いの場等においても質問票を用いて健康状態を評価することにより、住民や保健事業・介護予防担当者等が高齢者のフレイルに対する関心を高め、生活改善を促すことが期待される。3) 質問票の回答内容と KDB システムから抽出した健診・医療・介護情報を併用し、高齢者を必要な保健事業や医療機関受診につなげ、地域で高齢者の健康を支える。4) 保健指導における健康状態のアセスメントとして活用するとともに、行動変容の評価指標として用いる。5) KDB システムにデータを収載・分析することに

より、事業評価を実施可能とし、PDCA サイクルによる保健事業に資する。

また、質問票の構成については、フレイルなど高齢者の特性を踏まえて健康状態を総合的に把握するという目的から、(1) 健康状態、(2) 心の健康状態、(3) 食習慣、(4) 口腔機能、(5) 体重変化、(6) 運動・転倒、(7) 認知機能、(8) 喫煙、(9) 社会参加、(10) ソーシャルサポートの10類型に整理され、これまでのエビデンスや保健事業の実際、回答高齢者の負担を考慮し、15項目の質問で構成されている。さらに各質問の意義あるいは根拠として、現時点における科学的根拠を明記し、エビデンスに基づく質問票となっている。質問票の最も多い活用場面としては、健診の事後指導を想定しているが、そこでは対象者の健康状態を把握し、高齢者が前向きに自身の健康のためにできそうなことを見つけることや、自治体や医療機関等が高齢者の健康課題を把握し自治体の保健事業や医療機関につなげることが可能のように配慮されている。

#### D. 考察

「後期高齢者の質問票」は、後期高齢者の健康特性に配慮し、「基本チェックリスト」の優れた点も生かした後継的な質問票となっている。この15問は、各質問の意義あるいは根拠として、現時点における科学的根拠を明記し、エビデンスに基づく質問票であり、後期高齢者に特徴的に表れる病態が早期発見、早期対応ができるような項目が厳選された構成になっている。これらより、質問票の役割として想定される場面での活用について有用性が期待できる。

質問票は高齢者の特性を踏まえた健康状態を総合的に把握し、的確に保健事業や医療機関につなげられるように作られており、自治体においては、保健事業実施時の対象者のアセスメントや事業評価として、本質問票は効果的に活用できると考えられる。さらに、質問票は高齢者が前向きに自身の健康のためにできそうなことを見つけられるように考えられていることから、生活機能の維持、発症の先送り、QOLの維持向上に貢献し得ると考えられる。

## E. 結論

後期高齢者は 97.9%が医療機関を受診している(平成 29 年度医療給付実態調査報告)。今回新たに開発された質問票の利用にあたっては、高齢者の特徴である慢性疾患については疾病等の変られないことを受け入れる一方で、いくつもの優れた機能が十分に残っていることの自覚を促し、その中でも「自分でやれること、大切にしたいこと」に目を向けるように、総合的な視点からアドバイスするところがけることが大切であると思われる。

## F. 健康危険情報

該当なし

## G. 研究発表

### 1. 論文

- 1) Suzuki T, Kojima N, Kim H et al. The Effects of Mold-Fermented Cheese on Brain-Derived Neurotrophic Factor in Community-Dwelling Older Japanese Women With Mild Cognitive Impairment: A Randomized, Controlled, Crossover Trial. *J Am Med Dir Assoc.* 20: 1509-1514. 2019.
- 2) Kim H, Won CW, Suzuki T. et al. The effects of exercise and milk-fat globule membrane (MFGM) on walking parameters in community-dwelling elderly Japanese women with declines in walking ability: A randomized placebo controlled trial. *Arch Gerontol Geriatr.* 83: 106-113. 2019
- 3) Osuka Y, Kojima N, Suzuki T. Exercise type and activities of daily living disability in older women: An 8-year population-based cohort study. *Scand J Med Sci Sports.* 29: 400-406. 2019
- 4) Suzuki T. Health status of older adults living in the community in Japan: Recent changes and significance in the super-aged society. *Geriatr Gerontol Int.* 18: 667-677.. 2018
- 5) Suzuki T, Jeong, SW, Arai Y, et al. Comparative Study on change in degree of independent living between continuation and discontinuation of home medical care among the elderly in Japan. *J Geriatr Med Gerontol.* 4:037DOI: 10.23937/2469-5858/1510037, 2018

### 2. 学会発表

- 1) “The Changing Prevalence of Frailty and Sarcopenia among the Community Dwelling Elderly - Five Years Observation from ILSA-J” Gerontology Faculty, Jan. 19, 2019, Nagoya
- 2) “New Strategy for Health Promotion in Super-aged Society based on the Scientific Evidences” US-Japan Global Health Dialog. Sep 28-30, 2019, Washington DC
- 3) “Challenges Faced in Dementia and Community-Based Approaches in Prevention” G20 Health Ministers’ Meeting (G20 保健大臣会合) Oct. 17, 2019, Tokyo.
- 4) “Community -Based prevention of frailty and dementia among the elderly in Japan” JICA, Special Lecture. Nov. 13, 2019 Tokyo.

## H. 知的財産権の出願・登録状況

### 1. 特許取得

該当なし

### 2. 実用新案登録

該当なし

### 3. その他

該当なし