

**令和 2 年度老人保健健康増進等事業
認知症予防に資する効果的な取組事業に関する調査研究事業（概要）**

【目的】

令和元年 6 月にとりまとめられた「認知症施策推進大綱」においては、認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる「共生」を目指すなかで、「共生」と「予防」の 2 つがその両輪として謳われている。ここでいう「予防」とは、認知症の発症遅延や発症リスクの低減等を含んだもので、社会的な関心が極めて高く、市町村や民間企業等様々なセクターにおいて運動や社会交流等の取組が進められているところである。

これらの取組を効果的に推進するためには、本来その実際の成果を測定・評価することが必要であるが、認知症のように時間をかけて進行する複雑系への影響を図ることは元来極めて難しく、まだ標準化されたものも存在しない。まして各市町村の実務的能力の許容範囲内で行えることには限界もある。また、実際の取組の企画と効率的な推進に際しては、地域の様々なステークホルダーを取り込んだ枠組を構築していくこと、ならびにそれを円滑に継続・発展させていくことが求められるが、それは容易ではない。

そこで本事業では、全国の自治体における認知症予防の取組において、それらがどのようなプロセスを経て実施に至ったか、そのなかで各関係機関とどのように調整を行ってきたか、取組を継続していくための工夫にはどのようなものがあるか、そして何をもって成果とし、その評価指標としてどのようなものを想定しているか等について具体例を収集、実態を把握するとともに、今後認知症予防の取組を全国に広めていくための検討を行っていく上で有用な資料を作成することを目指した。

なお、検討に当たっては令和元年度の老人保健健康増進等事業（以下「老健事業」）で実施した「認知症予防に資する効果的な取組事業に関する調査研究事業」における成果を基盤として効率的に行った。

【概要】

上記目的を達するために、本事業は、①先行研究や令和元年度の老人保健健康増進等事業にて実施した全国調査の結果、ならびに介護保険法等における「予防」の概念の整理、②全国の自治体のうち、特色ある取組を行っている自治体に対し、ウェブ会議システム、電話、訪問による聞き取り調査の実施、③聞き取り調査を踏まえ、認知症予防の取組推進におけるポイントと進め方について整理を行うとともに、自治体の事例をまとめ、事例集を作成、の 3 点を行った。

まず、予防の概念の整理として、国は平成 12 年度に介護保険制度を導入し、平成 18(2006)年からは「要介護状態になることを予防する」ことを目的に、市町村が実施する地域支援事業に「介護予防事業」が位置づけた。その際、「介護予防」の定義として、厚生労働省は「要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、さらには軽減を目指すこと」としている。この考えは令和元(2019)年に出された「認知施策推進大綱」にある「予防」の概念と同じであり、自治体が認知症予防の取組を推進するにあたっては、介護予

防の取組との一体的な実施が重要である。

さらに、現在世界各国にて認知機能低下および認知症のリスク軽減に関する様々な研究が行われており、WHO が作成したガイドラインでは身体活動、禁煙、栄養、アルコール使用障害、認知的介入、社会活動、体重管理、高血圧、糖尿病、脂質異常症の管理、うつ病、難聴が挙げられている。認知症予防の取組を進めるにあたっては、最新の研究成果を踏まえつつ、実施することが期待される。

また、全国の自治体のうち、認知症施策の推進に力を入れている自治体に対し、聞き取り調査を行った。対象となった自治体は以下のとおりである。

北海道函館市、北海道名寄市、東京都足立区、石川県加賀市、富山県南砺市、 岐阜県恵那市、京都府京都市、鳥取県、鳥取県伯耆町、大分県竹田市、大分県豊後高田市

その他、自治体の取組の連携先の例として、鳥取県作業療法士会、京都市域京都府地域リハビリテーション支援センター、株式会社 SMIRING に聞き取り調査を行った他、新型コロナウイルス感染症への対応として集合形式での取組が難しい場合に備え、オンライン通いの場アプリの紹介を行った。

聞き取り調査を通じ、認知症予防の取組を自治体で進めていくにあたり、重要と思われるポイントは以下の点であった。

- ① 住民に対する認知症の啓発の重要性
- ② 住民のニーズを収集
- ③ 住民が参加しやすい場所での開催
- ④ 修了者の受け皿の必要性
- ⑤ 地域のステークホルダーとの連携
- ⑥ 事業評価の方法

これら聞き取り調査の結果を踏まえ、認知症予防の取組を自治体で推進していくためのポイントと事例をまとめた「事例集」を別冊で作成した。

【結果】

介護予防・認知症予防の取組について、聞き取り調査の対象自治体は、「①認知症の「予防」に焦点を当てたプログラム開発を積極的に行っているところ」と「②既存事業の中で工夫しているところ」の2つに分かれた。①は大学や民間企業との連携によって進めており、②は住民との話し合いや地域の協力者と共に進めている傾向がみられる。ここで大切なのは、どちらの場合であっても「住民のニーズに即して行われているか」である。地域の人口動態や要介護認定率をはじめ、取組に参加している人の状態の変化等、自治体が持つ様々なデータを丁寧に見ながら、今後を見据えて取組内容を検討していくことが重要であろう。また、取組の多くはWHOガイドラインにある「運動」と「社会活動」が多く、その他はあまり取り上げていなかった。生活習慣病の管理が介護予防や認知症予防に資することを考えると、今後は生活習慣病予防を担当している部署との連携が必須であり、連携のプロセスやポイントについて、丁寧に洗い出す必要があると考える。