

認知症予防についての調査研究事業

◆ 事業名

認知症予防についての調査研究事業

◆ 事業実施目的

認知症予防対策として身体、知的、社会活動促進の有効性が示唆されており、これらの活動を担保する社会的ネットワークの構築や社会参加できる場を創出していくことが継続した認知症予防活動を実現するために必要とされる。ただし、これらの活動の促進が、軽度認知障害（mild cognitive impairment: MCI）を有する高齢者の認知機能改善に有効であるかどうかは、研究間で結果が異なり結論が出されていない。

本研究では、認知症予防プログラムを活動内容（身体活動、知的活動、社会活動）と対象者（MCIと健常高齢者）で分類してシステマティックレビューおよびメタアナリシスを実施した。また、レビューの結果から、効果が高いと期待されるプログラムが自治体の事業として実現可能かどうかを介護予防事業担当者にアンケート調査し、プログラムの実施可能性を検討した。

◆ 事業実施予定期間

平成28年5月31日 から 平成29年3月31日 まで

◆ 調査方法

システマティックレビューは、身体、知的、社会活動の各活動が介入方法に用いられ、効果指標として認知機能検査が含まれたランダム化比較試験を系統的に検索した。分析は、全対象者、および軽度認知障害（mild cognitive impairment: MCI）と健常高齢者のサブグループ別に実施した。また、アンケート調査は、レビューの結果から有効かつ実効性の高い認知症予防プログラム案を各活動別に作成し、活動内容、プログラム実施者、頻度、期間について実施可能性と、その理由について介護予防事業担当の自治体職員にアンケート調査した。

本研究事業の結果

図1 実施手順

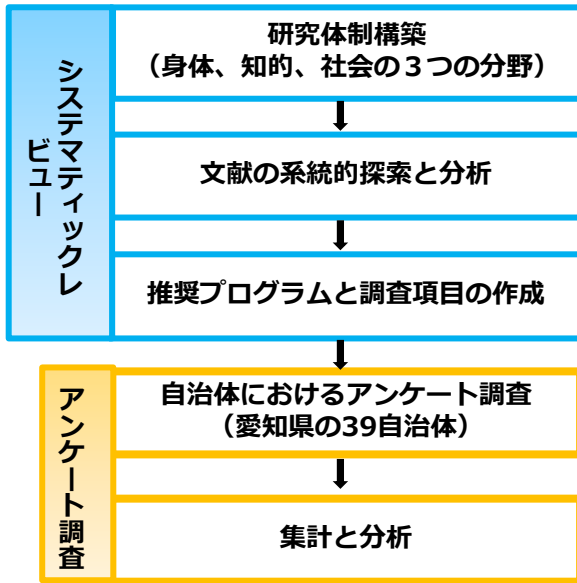


図2 身体活動と全般的認知機能

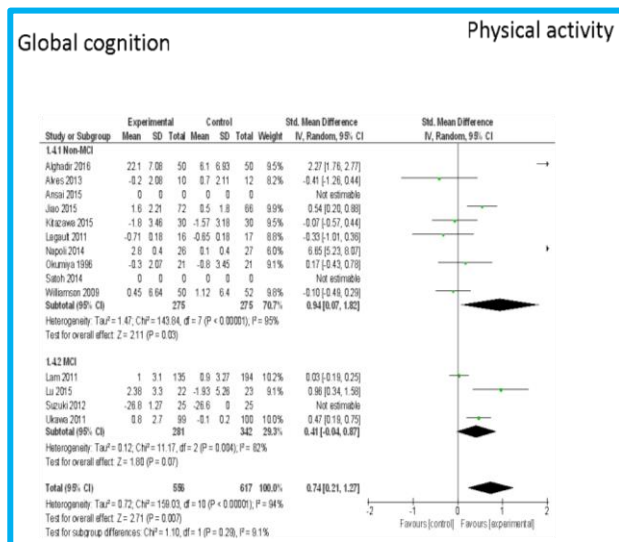
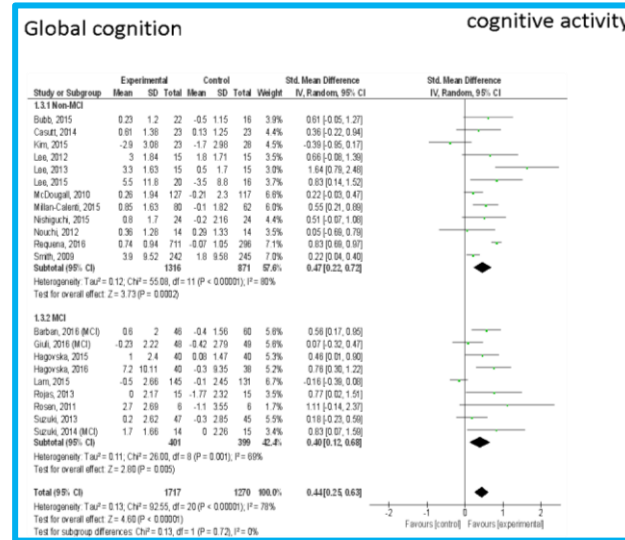


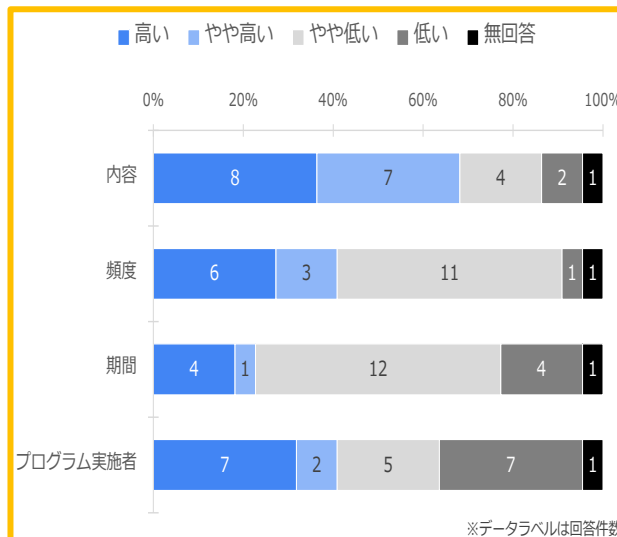
図3 知的活動と全般的認知機能



システマティックレビュー結果

システマティックレビューとアンケート調査の実施手順を図1に示した。各活動別に全般的認知機能への効果を検討した結果、全対象者の分析では身体活動や知的活動の有効性が明らかとなった（図2、3）。しかし、社会活動による全般的認知機能の改善は認められなかった。対象者別の分析結果では、知的活動は健常とMCIの両対象者において認知機能向上に有効であった。しかし、身体活動や社会活動の場合、健常高齢者において改善が認められたが、MCI高齢者においては有意な改善がみられなかった（図2）。また、各活動別に認知機能の領域別の効果を検討した結果では、身体、知的、社会活動の実施で共通して有意であった領域は、注意機能、実行機能、言語能力であった。

図4 推奨プログラムの実践可能性



アンケート調査結果

推奨プログラムの実施可能性については、内容の実現可能性は高いものの頻度・期間において実施できないとの回答が多く（図4）、その理由として会場や指導者等の確保や連携体制など、実施体制面での困難さをとりあげた意見がみられた。

結論

本事業の結果から、身体、知的、社会活動の各プログラムの実施は、MCIを含む高齢者の認知機能向上に有効であることが示された。しかし、効果をあげるためのプログラム内容を遵守できる体制は自治体において整っていない現状があり、プログラム実施方法を検討していく必要が明らかとなった。