

Center for Gerontology and Social Science

老年学・社会科学研究センター



国立研究開発法人

国立長寿医療研究センター

National Center for Geriatrics and Gerontology

GREETING ご挨拶



老年学・社会科学研究センター
Center for Gerontology and Social Science



国立長寿医療研究センター
老年学・社会科学研究センター長

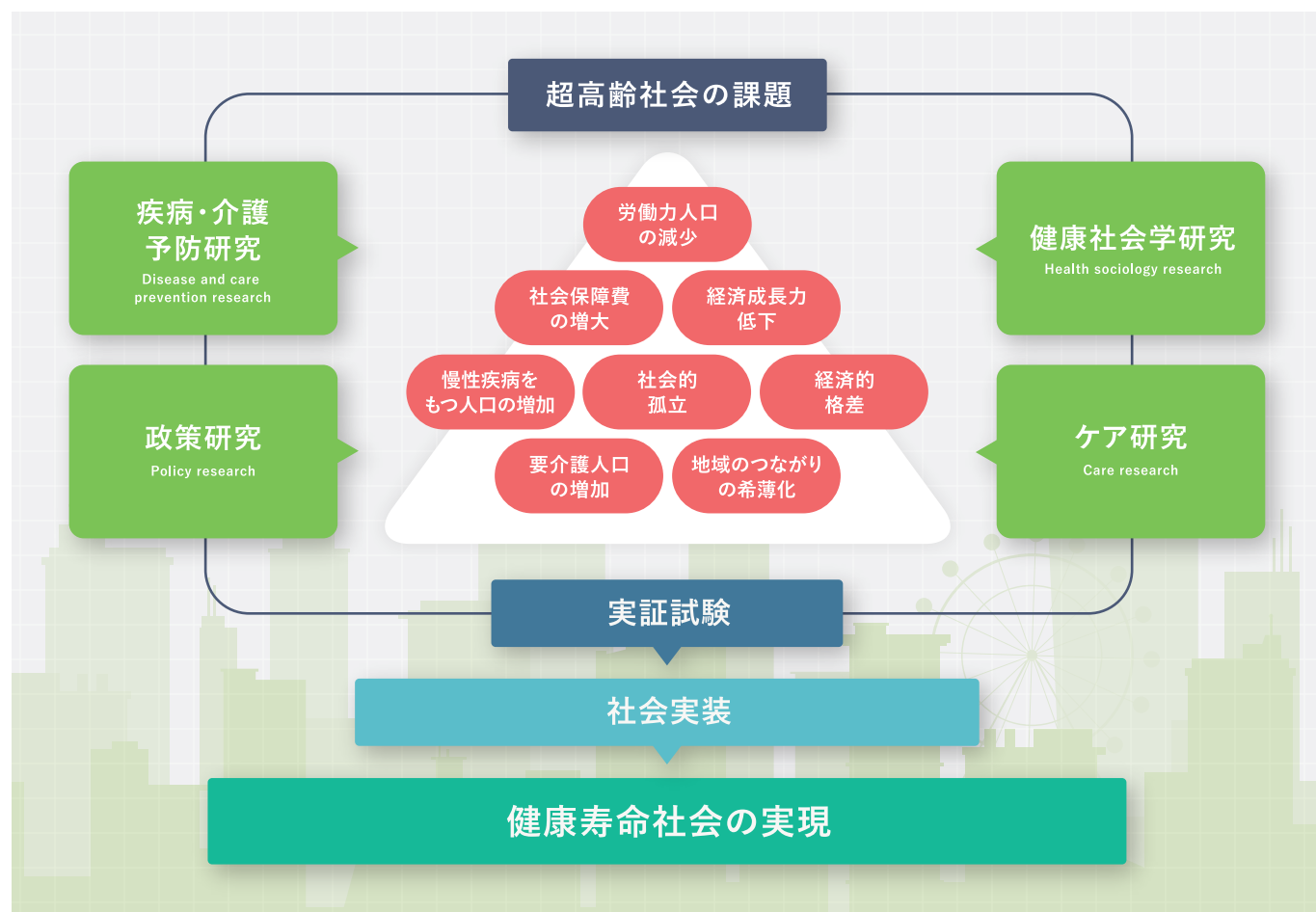
島田 裕之

Hiroyuki Shimada Ph.D., M.Sci.

この度、平成31年4月1日より老年学・社会科学研究センター長に就任しました、島田 裕之です。国立長寿医療研究センターの理念である「高齢者の心と体の自立を促進し、健康長寿社会の構築に貢献する」ために、さらには今日の多様な高齢社会の諸問題に対し、より一層の実証的研究を推進することを目的として、平成24年4月に「老年学・社会科学研究センター」(英語名称:Center for Gerontology and Social Science: CGSS)が設立されました。

「老年学・社会科学研究センター」は6研究部9研究室からなり、それぞれに専門の研究者を配置しております。当センターでは主として加齢に伴って生じる社会的課題を中心として、高齢者が長年暮らした地域で自立して安心して暮らせる方策を構築することを目的に、「社会参加」、「自立支援」、「社会支援」、「社会福祉」、そして「地域包括ケア」などを主要なキーワードとして、高齢者にかかわる施策や法制度、さらには経済的視点も含めて広汎な問題解決型の実証研究を推進しております。「老年学・社会科学研究センター」では様々な課題に対し、調査研究を実施し、それらの科学的成果に基づく情報発信と普及活動を通じて、高齢者の心身の自立を促進し、QOL(生活の質)の向上、個々の満足と尊厳のある終末期のあり方に貢献し、よって健康長寿社会の構築に寄与することを目指しております。

国民の皆様には国立研究開発法人国立長寿医療研究センター「老年学・社会科学研究センター」につきまして温かい御理解と御支援そして厳しい御批判を賜りますようお願い申し上げます。



組 織 図

ORGANIZATION





予防老年学研究部

Department of Preventive Gerontology

NCGG



国立長寿医療研究センター
老年症候群研究プロジェクト

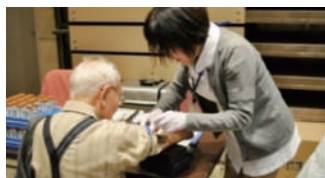
予防老年学研究部では、運動、栄養、知的活動などの非薬物療法が、
認知症や身体の虚弱化の予防に効果的であるかどうかを科学的に
検証し、介護予防のためのプログラムを開発しています。

脳とからだの健康チェック（スクリーニングシステム）

運動機能



採血



認知機能



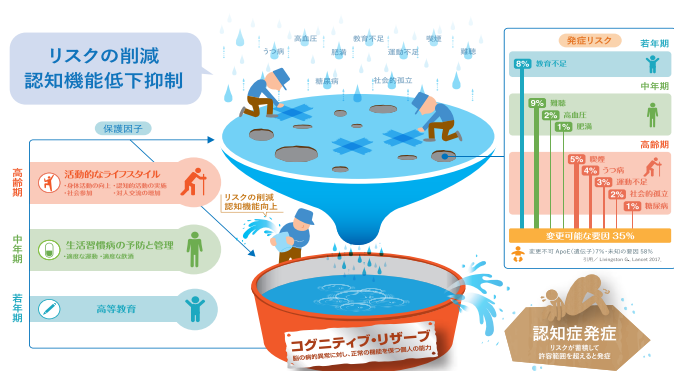
質問調査



NCGG-SGSコホートデータ

老年症候群に焦点をあてた健康診査を実施し、運動機能、
認知機能、質問調査、血液検査等の約1,200項目の調査を
実施している。リスクのある対象者には、MRI検査を追加調
査として実施している。同意した対象者のゲノムの蓄積、認
知症等の全国的なオレンジレジストリ（健常・前臨床期AD）
と連動している。アウトカムの要介護認定や診療情報明細
書は、自治体と研究協定を締結して得ている。

介入研究（疾病や障害予防の効果的方法の検証）



介入研究

老年症候群の予防に焦点をあてた介入方法の効果検証を
ランダム化比較試験や傾向スコアによるマッチング等の手
法を用いて効果検証を実施している。主な研究は、認知症
予防、フレイル予防、身体活動向上のためのポピュレーシ
ョンアプローチ、安全運転の期間延長等に関する研究を実施
している。左の図は認知症予防に関する取り組みのシェー
マを示した。



健康増進研究室

健康増進研究室では、地域に在住する高齢者の健康悪化や
増進に関与する因子を明らかにして、その因子を操作する介
入によって健康増進が可能かどうかの実証研究を実施して
います。主な介入方法は運動や知的活動といった非薬物療
法による認知症の発症抑制やフレイルの予防についての研
究を実施しています。



長寿コホート研究室

長寿コホート研究室では、地域に在住する高齢者の障害や
認知症の発症に関与する要因の同定のために、健康な高齢
者に対して調査を実施して、その後発症状況の追跡調査を行
っています。要因の調査は可変可能な項目を多く含み、介入
研究へつなげるための基盤資料の作成を目指しています。



本研究部では、高齢者を対象とした医療や保健について、様々な調査や分析を通じて、その実態を科学的に把握し、よりよい医療・保健政策の立案につながるようなエビデンスの提示を目的とした研究を行います。

1. 家族介護者の介護負担に関する研究

在宅介護をより充実させるためには、介護者の身体的および精神的健康を良好に保つべきであるという観点から、介護負担に関する研究を行っています。

- 荒井由美子. Zarit介護負担尺度日本語版/短縮版 使用手引. 京都:三京房, 2018
- Arai, Y., Zarit, S.H.: Potentially harmful behavior by caregivers may be predicted by a caregiver burden scale. *Int J Geriatr Psychiatry* 32: 582-583, 2017
- Arai, Y., Zarit, S.H.: Determining a cutoff score of caregiver burden for predicting depression among family caregivers in a large population-based sample. *Int J Geriatr Psychiatry* 29(12):1313-1315, 2014
- Arai, Y., Zarit, S.H.: Exploring strategies to Alleviate Caregiver Burden: Effects of the National Long-term Care Insurance Scheme in Japan. *Psychogeriatrics* 11(3): 183-189, 2011
- Arai, Y., et al.: Patterns of outcome of caregiving for the impaired elderly: a longitudinal study in rural Japan. *Aging Ment Health* 6(1): 39-46, 2002
- Arai, Y., et al.: Reliability and validity of the Japanese version of the Zarit Caregiver Burden Interview. *Psychiatry Clin Neurosci* 51: 281-287, 1997

2. 認知症に関する社会医学的研究

高齢者が認知症に罹患した後も、地域で可能な限り自立した生活を継続するための社会支援策のあり方について、多面的かつ包括的な研究に取り組んでいます。現在は、認知症患者を含む高齢者の自立支援の観点から、外出や移動の支援に関する研究を行っています。



「認知症高齢者の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアル©」を作成しました。

- 自動車運転の中止を考えている認知症高齢者とそのご家族に役立つような事例や情報を集めました。
- 厚生労働省主管の「認知症サポート医養成研修」および「かかりつけ医認知症対応力向上研修」のテキストに採用されています。
- 警視庁や、各地の地方自治体のホームページにも掲載されています。



認知症高齢者を含む高齢者の外出支援について、全国初の市区町村対象の実態調査を実施しました。

- 調査概要の速報は、NHKで放送されました。



3. 高齢社会に対する意識に関する研究

介護者ではない多くの生活者における、高齢社会に対する意識、認知症のイメージ、介護の考え方、求められている対策等について研究しています。今後も高齢化が進む我が国の社会において、様々な観点から、高齢期に対する生活者の意識について、分析を行います。



フレイル研究部

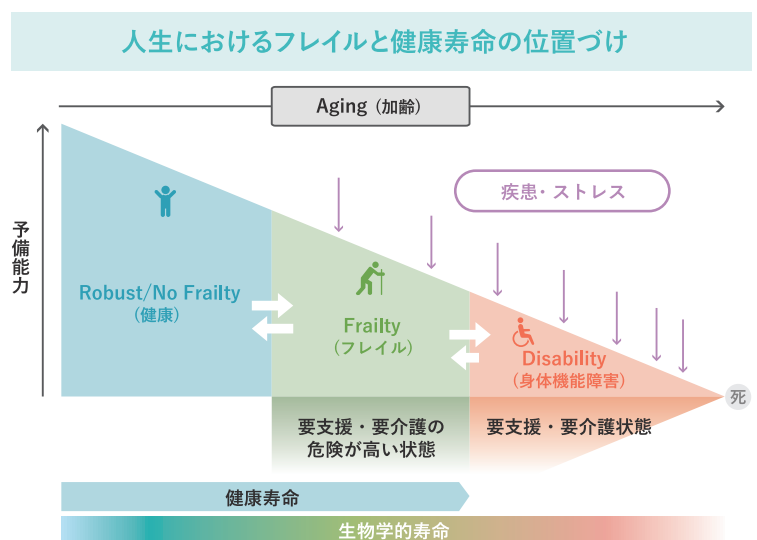
Department of Frailty Research

本研究部では、フレイル、サルコペニア、ロコモティブシンドロームの病態を疫学的に明らかにすると共に、先進的な予防・治療を目指した研究事業に取り組んでいます。

地域在住高齢者における包括的フレイル予防に関する研究

フレイルの評価・介入にかかわる研究、地域でのフレイル予防事業のあり方、また高齢者診療におけるフレイル予防に関する研究をテーマとし、健康寿命を延ばすための啓発活動にも力を入れています。

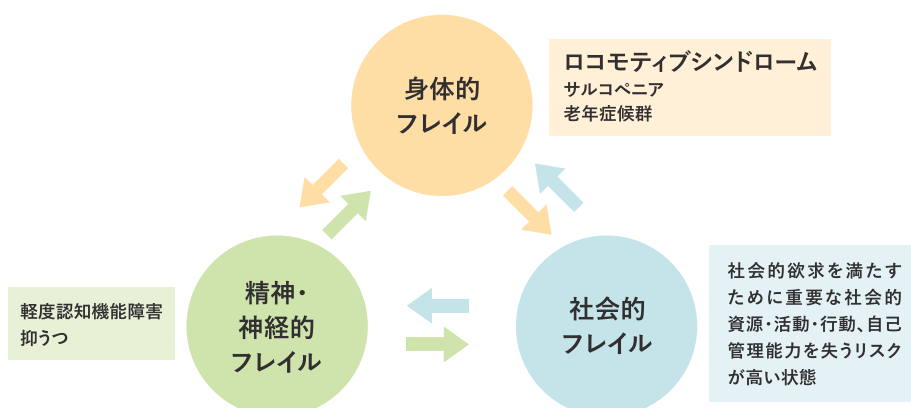
健康長寿教室



フレイル、サルコペニア、ロコモティブシンドロームの評価に関する研究

「ロコモティブシンドローム」とは、運動器の障害により移動機能の低下をきたした状態を表す言葉です。ロコモフレイルセンターと連携し、地域におけるロコモに関する実態調査、介入研究を行い、健康寿命の延伸を目指します。

フレイル、サルコペニアとロコモティブシンドロームの関係について



「フレイル」とは、加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態であり、身体のみでなく多面的な問題を含みます。各構成概念の明確な定義はコンセンサスの形成が図られている途上であり、本研究部では国内外の研究者と連携し、フレイル・サルコペニア・ロコモの概念の整理、評価、予防・治療法の開発に取り組んでまいります。

「原田 敦：ロコモティブシンドロームにおけるサルコペニアの位置付け
https://www.jpn-geriat-soc.or.jp/press_seminar/report/seminar_02_04.html」より改編

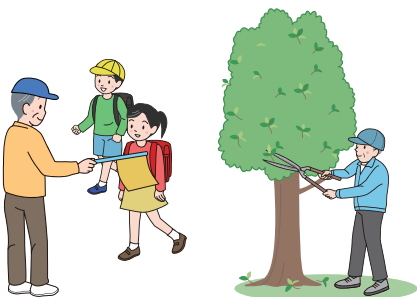
Bunt et al., Eur J Ageing
2017;14:323-334.



本研究部では、高齢者の社会的なつながりや絆を中心として、社会参加への支援の方策や今後の理想的な地域包括ケアの実現に向けた基盤的研究を行っています。

高齢者の社会参加促進に関する研究

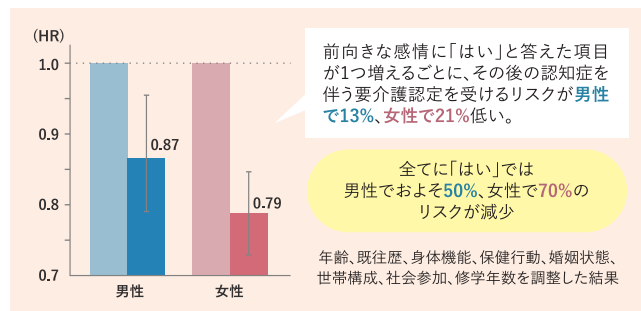
- ソーシャルサポートなど社会関係と高齢者の健康に関する研究
- ビッグデータを用いた地域環境と健康に関する研究
- ポジティブ感情を活用した高齢者の健康づくりに関する研究
- 地域づくり型健康増進活動に関する研究



前向き感情で認知症リスクが半減

幸福感や満足感など前向きな感情を強く持つ人ほど認知症になりにくい

前向きな感情得点(0~5点)が1点上がるごとの認知症リスク



4年間のコホートデータを使用。約14,000人を解析した結果。

Murata C., Takeda T., Suzuki K., Kondo K., (2015) J Epidemiol Res, 2(1):118-124
<https://www.jages.net/library/slide-movie>

生活の質向上、地域包括ケア推進に向けた研究

- 高齢者や家族介護者における健康格差解消のための研究
- 認知症の本人や家族の孤立予防、生活の質の向上に関する研究
- 高齢者のうつ・認知症予防のためのプログラム開発と効果評価に関する研究
- 高齢者のwell-beingについての国際比較研究

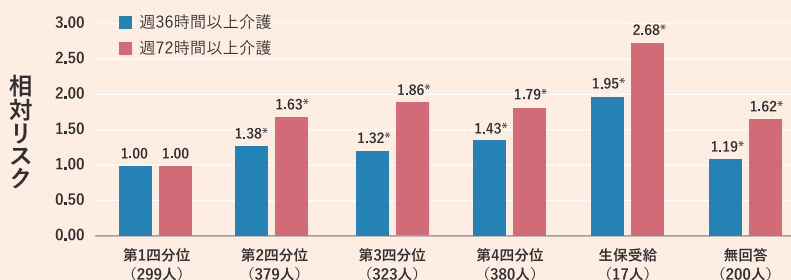


ポジティブな写真鑑賞プログラム



Ishihara M, et al. Int J Environ Res Public Health. 2018 Jul 12;15(7).

低所得者ほど重い介護負担 長時間介護リスクは約2~3倍、抑うつリスクは約3倍



Saito T et al. PLoS One. 2018 Mar 28;13(3):e0194919



老年学評価研究部

Department of Gerontological Evaluation

本研究部では、日本の高齢者における「健康格差」の実態を
社会疫学的アプローチで解明し、エビデンスをもとにした
well-beingな社会づくりの実現にむけた研究を行います。

JAGES (Japan Gerontological Evaluation Study) 健康長寿社会づくりに向けた社会疫学的大規模調査

JAGES 2010 年

参加市町村数：31
送付数：約 17 万人
回収数：約 11 万人
回答率：約 66.3%

JAGES 2013 年

参加市町村数：30
送付数：約 19.5 万人
回収数：約 13.8 万人
回答率：約 71.1%

JAGES 2016 年

参加市町村数：40
送付数：約 30 万人
回収数：約 20 万人
回答率：約 69.5%



調査

全国約40市町村の要介護認定を受けていない高齢者を主な対象として、高齢者の生活習慣・社会的背景・心理的状况に関する質問紙調査を実施

成果

地域相関分析/縦断分析/マルチレベル分析を用いて検証

- ▶ 地域・社会階層間の健康格差
- ▶ 健康長寿のリスクと保護的因子
- ▶ 社会参加が健康に良いこと
- ▶ 「健康の社会的決定要因」の重要性

自治体への還元・政策への寄与

- ・各自治体が調査結果を介護予防事業計画などに反映できるように「地域マネジメント支援システム」を開発
- ・厚生労働省の社会保障審議会
介護保険部会などへの資料提供



WHOとの共同研究

研究テーマ

健康な高齢化に関するナレッジ・トランセーション：日本老年学的評価研究(JAGES)からの教訓



社会への還元

NHKスペシャルへの情報提供
(2016年9月19日・2018年10月13日放映)



老化疫学研究部

Department of Epidemiology of Aging

老化疫学研究部では、高齢者の心と身体の自立を促進するための疫学研究を行っています。

コホート連携推進研究室では、他の研究機関と連携し、

わが国の老化に関するコホート研究を統合し相互活用する仕組み作りと、多施設共同研究を推進します。

高齢者の心と体の自立を促進するための疫学研究

疫学とは、特定の人間集団を対象として疾病の頻度や分布を調査し、その要因を明らかにする学問です。当研究部はNILS-LSA活用研究室と共同で、中高年者の心身の諸機能の特徴や個人差に関わる要因を明らかにする研究を進めています。

長寿コホートの総合的研究

ILSA-J (The Integrated Longitudinal Studies on Aging in Japan)

最近、高齢者の心身機能の若返り現象が指摘されるなど、高齢化に伴い、わが国の高齢者のありようは大きく変化しています。

国立長寿医療研究センターが中心的役割を担う「長寿コホートの総合的研究 (ILSA-J)」では、老化に関する疫学的な研究を積極的に進めている全国の研究機関と協力して、わが国の代表的な老化に関するコホート研究を統合し、高齢者の健康水準や老年病の発症率等について、長期的な推移とその背景要因を明らかにする研究を行っています。このような、日本で唯一となる老化研究の総合的プラットフォームの形成を通じて、過去から現在、将来に至るわが国の高齢者の実態を科学的に把握するとともに、健康寿命の延伸や介護予防に資するエビデンスを構築します。



ウィズ・エイジングを目指す共同研究の推進

生物としての寿命に近づき、身体的な老化が進む高齢期において、心のありようは幸福な老いの重要な規定因です。心理学的変数に長けた国内外のコホート研究と連携し、超高齢社会におけるウィズ・エイジング（老いと上手につきあいながら積極的に人生を楽しむ生き方）の要件を解明します。





NILS-LSA活用研究室

Section of NILS-LSA

SNI

「国立長寿医療研究センター・老化に関する長期縦断疫学研究 (NILS-LSA:ニルス・エルエスエー)」は、老化の過程や認知症、骨粗鬆症、サルコペニアなどの老年病の発症要因を明らかにし、その予防法を明らかにすることを目的とした疫学調査研究です。

NILS-LSA活用研究室では、医学・心理・運動・栄養学の専門家が協力してNILS-LSAを運営し、NILS-LSAデータを活用した老化・老年病予防の研究を進めています。

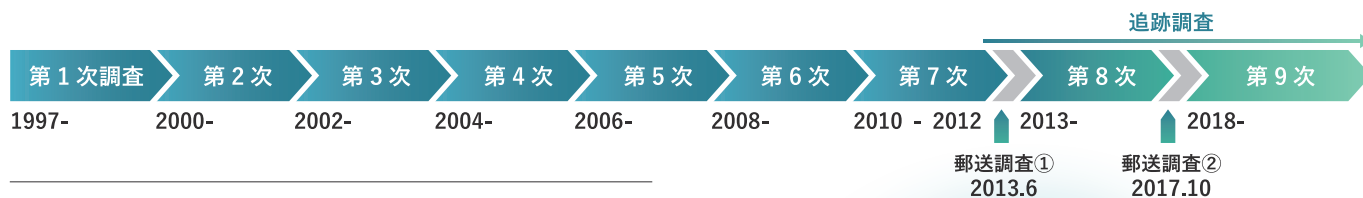
国立長寿医療研究センター・老化に関する長期縦断疫学研究

National Institute for Longevity Sciences - Longitudinal Study of Aging : NILS-LSA

「NILS-LSA」は、地域にお住まいの性・年代別の層化無作為抽出で選ばれた40歳以上(観察開始時)の約2300名の方を対象とした研究です。1997年に開始した第1次調査(1997年～2000年)以降、参加者の方には約2年ごとに国立長寿医療研究センター内の調査センターにお越しいただき、老化・老年病に関連する各種調査にご協力いただいています。

第1次調査から第7次調査での主な調査項目は、医学分野では病歴、服用薬調査、頭部MRI検査、血液検査、心電図、眼科・耳鼻科各種検査、骨密度、体脂肪率 他、運動学分野では体力計測、歩行分析、身体活動調査 他、栄養学分野では食習慣調査、食事記録調査 他、心理学分野では認知機能、心理的健康、パーソナリティ 他と多岐にわたっております。

第7次調査終了後は、第7次調査までの参加者を対象とした郵送調査や、頭部MRI検査を主な調査項目とする「脳とこころの健康調査I(第8次調査)」および「脳とこころの健康調査II(第9次調査)」を実施し、参加者の皆様の健康状態を追跡調査しています。

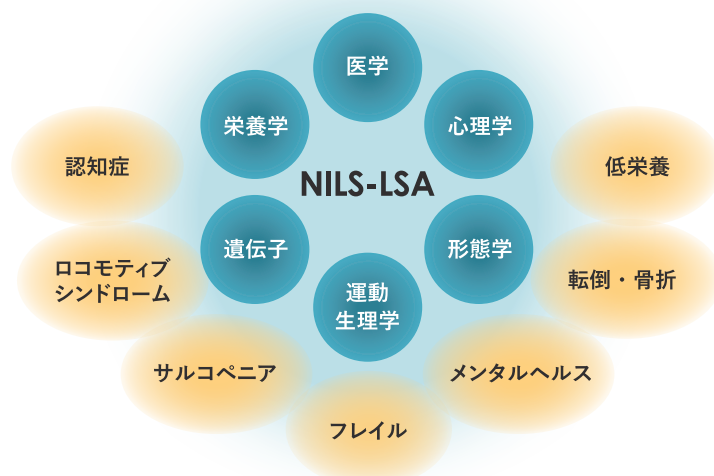


調査地域：愛知県大府市・知多郡東浦町

対象者：地域から性・年齢層化無作為抽出

第1次調査(1997-2000年)参加者の性・年代別人数

年齢	男性	女性	合計
40-49	291	282	573
50-59	282	279	561
60-69	283	285	568
70-79	283	282	565
合計	1,139	1,128	2,267



これらの調査を通して収集された膨大なデータは、国民の老化や老年病研究の重要な資料としてだけでなく、老化・老年病予防の方策を考える上で必要な疫学的な知見を見いだすための研究に活用しています。

NILS-LSAは全ての高齢者が元気で豊かな生活を送る上で役立つ情報を世の中に還元し、世界の老年医学、予防医学の発展に大きく貢献することを目標としています。



国立長寿医療研究センターのご案内

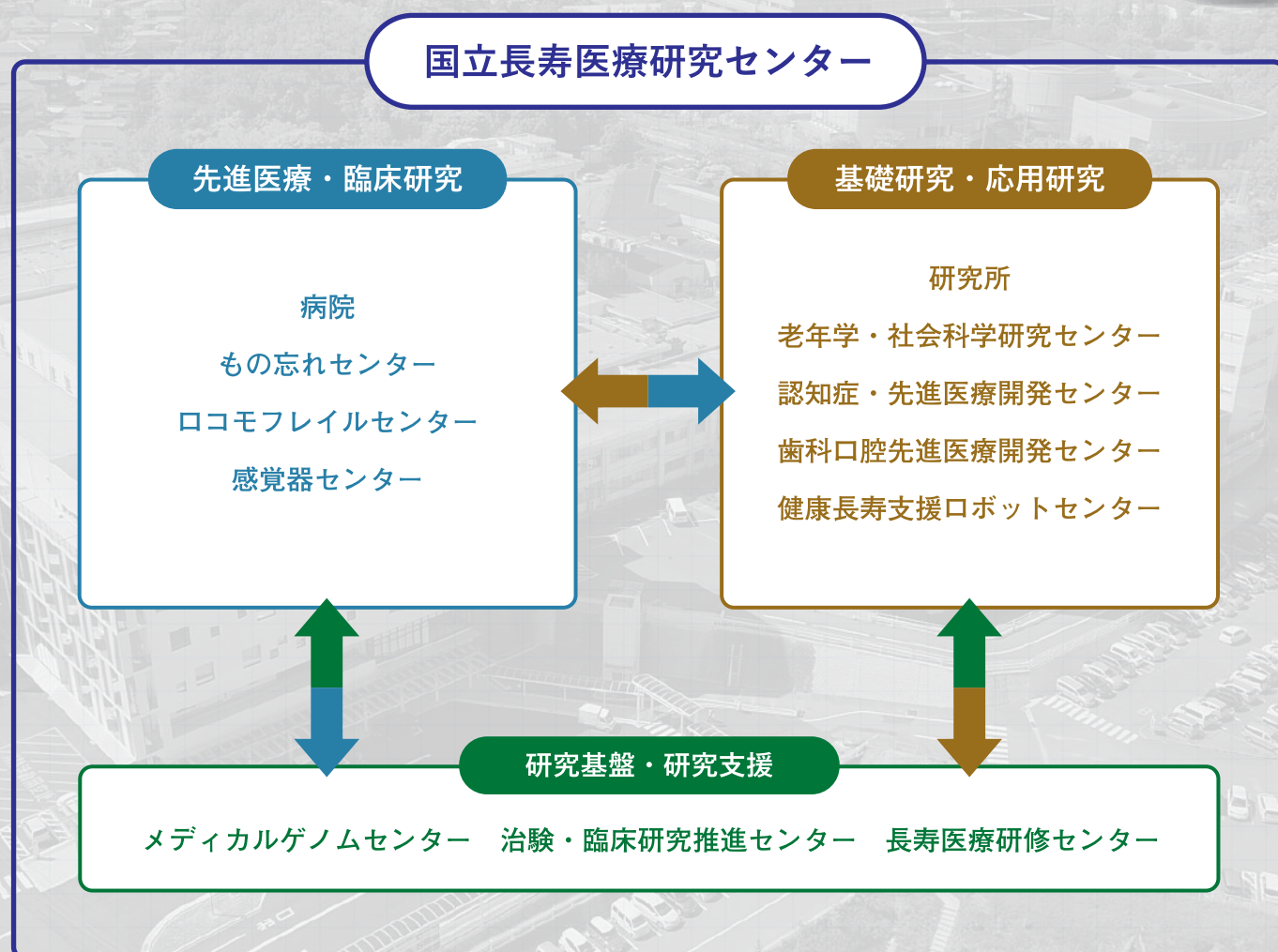
National Center for Geriatrics and Gerontology

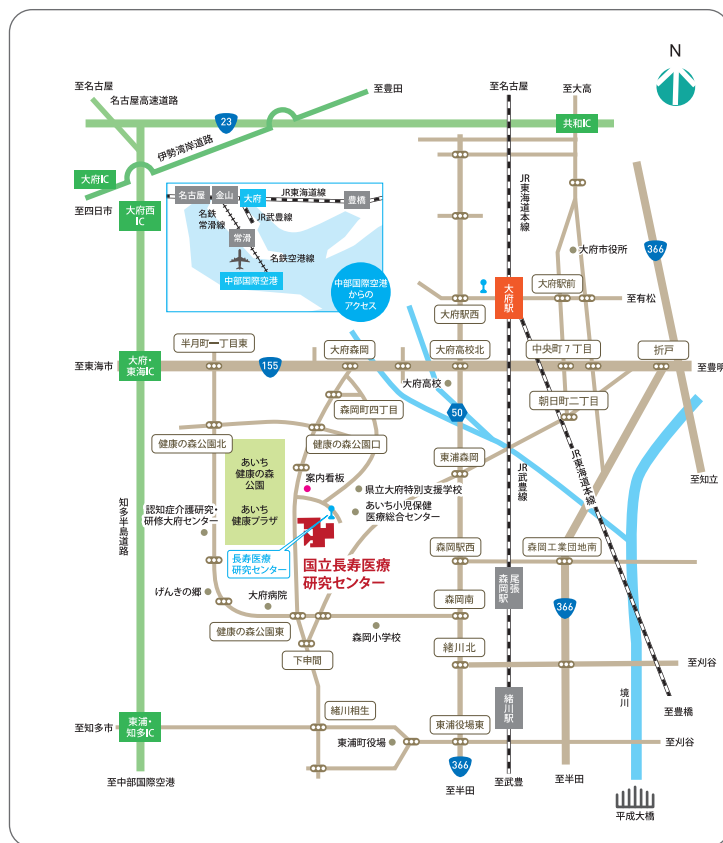
理念

私たちは高齢者の心と体の自立を促進し、健康長寿社会の構築に貢献します。

基本方針

- ① 人の尊厳や権利を重視し、病院と研究所が連携して高い倫理性に基づく良質な医療と研究を行います。
- ② 病院では高度先駆的医療、新しい機能回復医療、包括的・全人的医療を行います。
- ③ 研究所では老化と老年病の研究、新しい医療技術の開発、社会科学を含む幅広い研究を行います。
- ④ 老人保健や福祉とも連携し、高齢者の生活機能の向上をめざします。
- ⑤ 成果を世界に発信し、長寿医療の普及に向けた教育・研修を行います。





交通案内図



長寿医療研究センター全体配置図