



大阪府10歳若返りプロジェクトアドバイザー会議
日時：2020年9月4日 13:00～
場所：国民會館住友生命ビル 12階 武藤記念ホール

大阪府10歳若返り実践モデル事業 (地域の健康資源 (地域のつながり・サロン活動) と健康長寿のデータ分析)

「地域のつながりと幸福・健康資源の見える化 : 地域の健康づくりと健康寿命・幸福寿命の延伸」

報告担当：大阪大学大学院医学系研究科



公衆衛生学講座 白井こころ



協力：八尾市健康まちづくり部・八尾市保健所
大阪府がん循環器病予防センター
日本老年学的評価研究 (JAGES) 機構
国立長寿医療研究センター・千葉大学

本日の話題

- 地域の健康資源（地域のつながり・サロン活動）と健康長寿の調査（通称：健康とくらしの調査）実施概要
- 地域課題の見える化：地域の「課題」と「強み」の検討
- 地域での課題抽出と10歳若返り事業への展開
- 追加資料：地域の幸福度と個人の幸福に資する要因

「健康とくらしの調査」実施と地域の健康資源や課題の見える化

調査対象者：調査時点で入院・施設入所等
していない地域在住の65歳以上高齢者

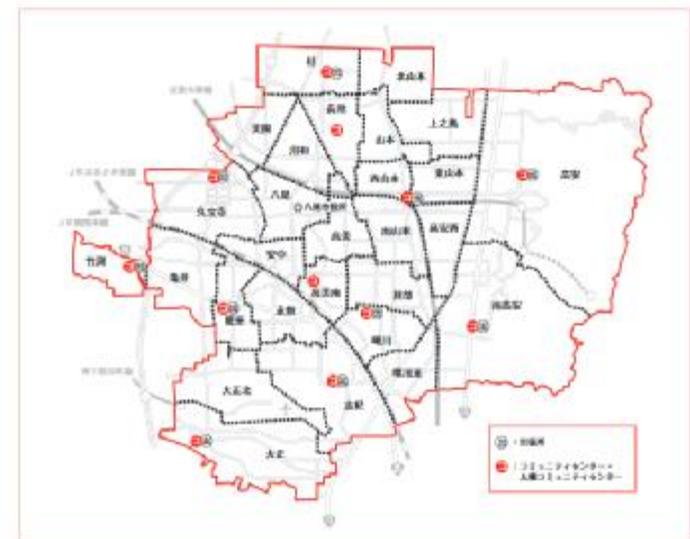
調査回収率：11,340票 / 16,000票 (70.9%)

調査内容：健康状態・生活習慣・
地域の人的・物理的環境・社会的関係性・
心理的特性・属性情報（性別・年齢等）
等 その他大阪府・八尾市独自設定項目

要介護認定データ・特定健診データ



調査項目	調査結果	調査結果
年齢	65歳以上	A
性別	男性・女性	B
教育	小学校・中学校・高等学校	C
職業	無職・専業主婦・会社員・自営業	D
収入	1万円未満・1万円以上2万円未満・2万円以上3万円未満・3万円以上4万円未満・4万円以上5万円未満・5万円以上	E
健康状態	健康・やや健康・やや不健康・不健康	F
生活習慣	喫煙・飲酒・運動・睡眠	G
社会関係	家族・友人・地域関係	H



地域の課題と強みの 見える化

→ 地域での健康づくり・介護予防・10歳若返り事業
の展開へ

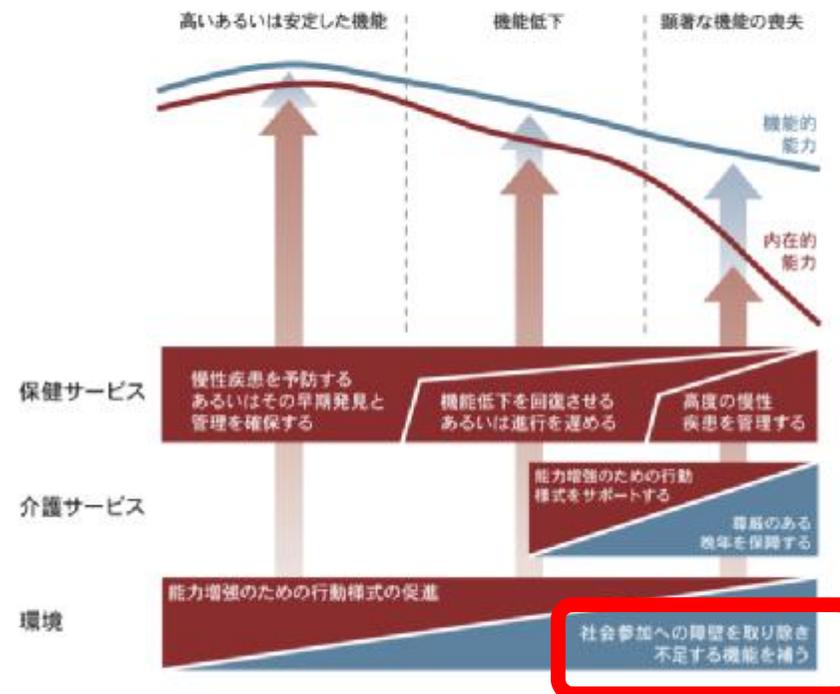
WHOレポート「高齢化と健康に関するworld report (2015)」

→ 社会参加への障壁を取り除き・不足する機能を補う環境整備の重要性
= 健康長寿に資する地域づくり・環境づくり



高齢化と健康に関するワールド・レポート

図2. 健康な高齢化のための公衆衛生の枠組：ライフコースにわたる公衆衛生の取り組みのための機会

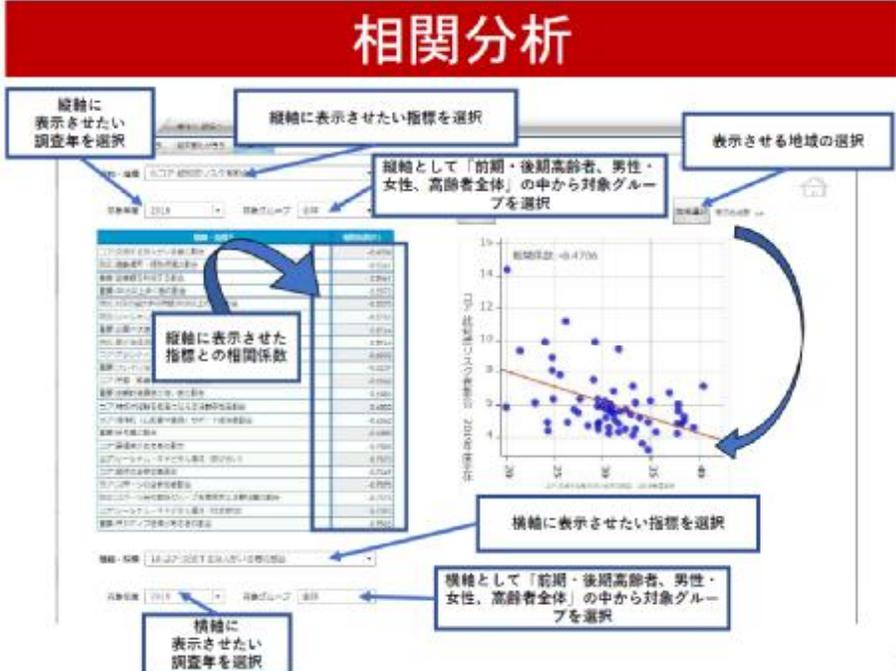
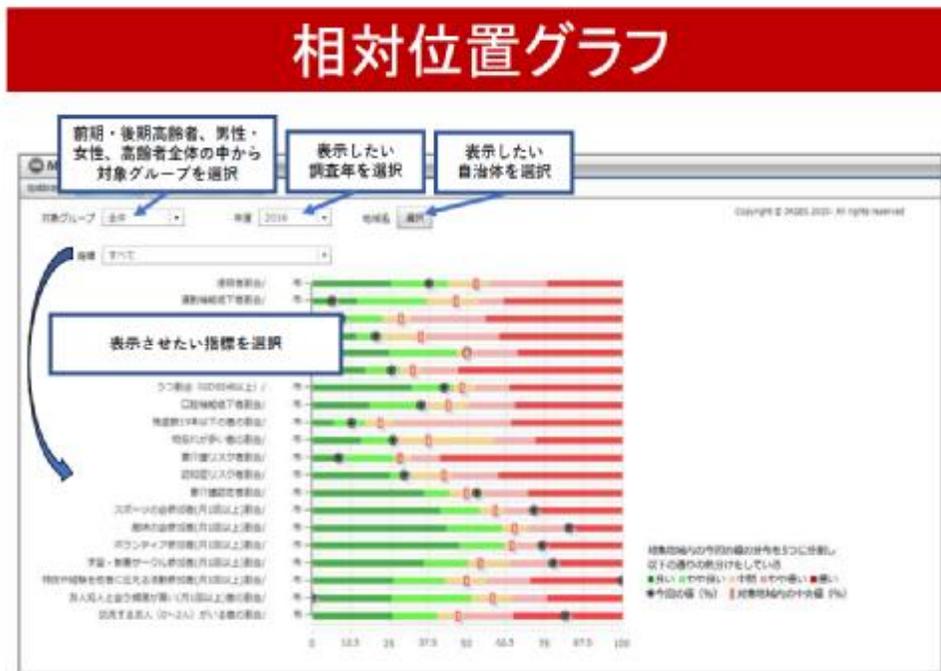
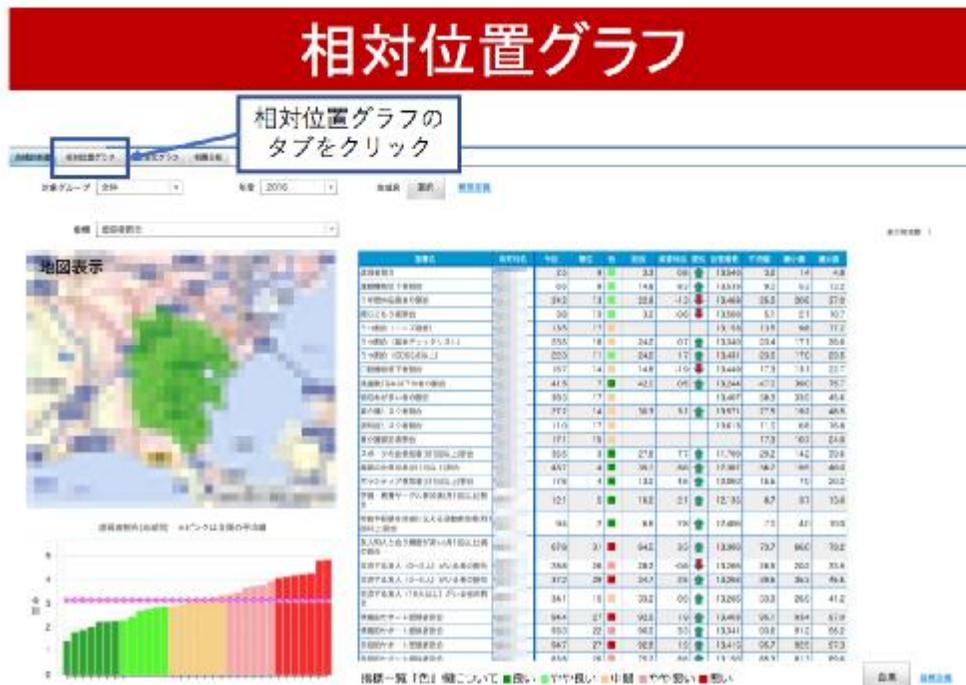


支援対象である高齢人口のニーズに合わせた
保健システムの調整

出典：

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_jpn.pdf?sequence=5

地域の「課題」と「強み」を見える化



結果の読み取り方

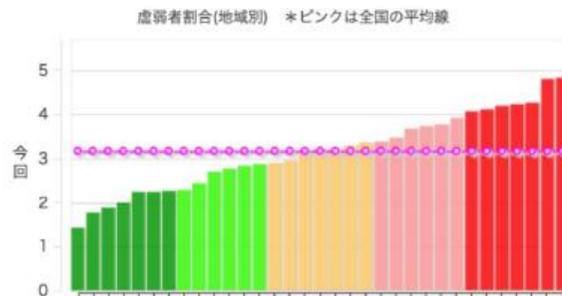
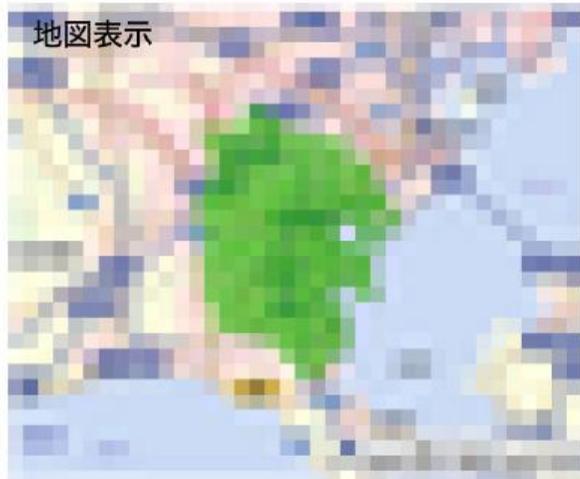
地域の課題を発見しよう

地域診断書 相対位置グラフ 経年変化グラフ 相関分析

対象グループ 全体 年度 2016 地域名 選択 検索定義

指標 虚弱者割合

地図表示



指標名	市町村名	今回	順位	色	前回	改善状況	変化	回答者数	中央値	最小値	最大値
虚弱者割合		2.5	9	■	3.3	0.8	↑	13,546	3.2	1.4	4.8
運動機能低下者割合		6.5	8	■	14.8	8.3	↑	13,533	9.0	5.3	13.2
1年間の転倒あり割合		24.2	13	■	22.9	-1.3	↓	13,468	25.2	20.5	37.0
厚着を繰り返す割合		3.8	13	■	3.2	-0.6	↓	13,508	5.1	2.1	10.7
うつ割合 (ニーズ調査)		13.5	17	■				13,153	13.5	9.8	17.2
うつ割合 (基本チェックリスト)		23.5	18	■	24.2	0.7	↑	13,340	23.4	17.1	36.6
うつ割合 (GDS5以上)		22.3	11	■	24.0	1.7	↑	13,421	22.0	17.0	28.6
口腔機能低下者割合		16.7	14	■	14.8	-1.9	↓	13,449	17.3	13.1	22.7
読字数19本以下の者の割合		41.5	7	■	42.0	0.5	↑	13,244	47.0	39.0	75.7
物忘れが多い者の割合		38.3	17	■				13,407	38.3	33.9	45.6
要介護リスク者割合		27.2	14	■	30.3	3.1	↑	13,571	27.5	19.2	48.5
認知症リスク者割合		11.0	17	■				13,613	11.0	6.8	16.8
要介護認定者割合		17.1	15	■					17.3	10.7	24.0
スポーツの会参加者(月1回以上)割合		35.5	3	■	27.8	7.7	↑	11,709	29.2	14.2	39.6
趣味の会参加者(月1回以上)割合		43.7	4	■	35.1	8.6	↑	12,367	36.7	19.5	46.0
ボランティア参加者(月1回以上)割合		17.6	4	■	13.0	4.6	↑	12,060	15.5	7.0	20.2
学習・教養サークル参加者(月1回以上)割合		12.1	5	■	10.0	2.1	↑	12,135	8.7	3.7	13.0
特技や経験を他者に伝える活動参加者(月1回以上)割合		9.4	2	■	6.6	2.8	↑	12,406	7.0	4.0	10.0
友人知人と会う頻度が高い(月1回以上)者の割合		67.8	31	■	64.5	3.3	↑	13,306	73.7	66.0	79.2
交流する友人(0~2人)がいる者の割合		28.8	26	■	28.2	-0.6	↓	13,266	26.5	20.2	33.5
交流する友人(3~9人)がいる者の割合		37.2	29	■	34.7	2.5	↑	13,266	39.5	35.3	45.5
交流する友人(10人以上)がいる者の割合		34.1	15	■	33.2	0.9	↑	13,266	33.9	26.9	41.2
情緒的サポート受領者割合		94.4	27	■	92.5	1.9	↑	13,403	95.1	93.4	97.0
情緒的サポート提供者割合		93.3	22	■	90.0	3.3	↑	13,341	93.6	91.2	96.2
手段的サポート受領者割合		94.7	27	■	92.8	1.9	↑	13,415	95.7	92.5	97.3
手段的サポート提供者割合		83.8	26	■	75.7	8.1	↑	13,156	85.3	81.3	89.6

指標一覧「色」欄について ■良い ■やや良い ■中間 ■やや悪い ■悪い

白黒 指標定義

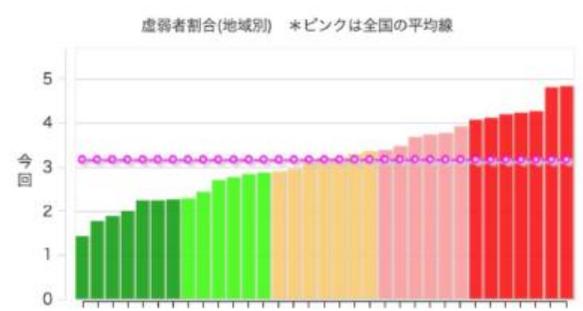
結果の読み取り方

地域の強みを発見しよう

地域診断書 相対位置グラフ 経年変化グラフ 相関分析

対象グループ 全体 年度 2016 地域名 選択 検索定義

指標 虚弱者割合



指標名	市町村名	今回	順位	色	前回	改善状況	変化	回答者数	中央値	最小値	最大値
虚弱者割合		2.5	9	■	3.3	0.8	↑	13,546	3.2	1.4	4.8
運動機能低下者割合		6.5	8	■	14.8	8.3	↑	13,533	9.0	5.3	13.2
1年間の転倒あり割合		24.2	13	■	22.9	-1.3	↓	13,468	25.2	20.5	37.0
閉じこもり者割合		3.8	13	■	3.2	-0.6	↓	13,508	5.1	2.1	10.7
うつ割合 (ニーズ調査)		13.5	17	■				13,153	13.5	9.8	17.2
うつ割合 (基本チェックリスト)		23.5	18	■	24.2	0.7	↑	13,340	23.4	17.1	36.6
うつ割合 (GDS5点以上)		22.3	11	■	24.0	1.7	↑	13,431	23.0	17.0	29.5
口腔機能低下者割合		16.7	14	■	14.8	-1.9	↓	13,449	17.3	13.1	22.7
視力数19本以下の者の割合		41.5	7	■	42.0	0.5	↑	13,244	47.0	39.0	75.7
物忘れが多い者の割合		38.3	17	■				13,407	38.3	33.9	45.6
要介護リスク者割合		27.2	14	■	30.3	3.1	↑	13,571	27.5	19.2	48.5
認知症リスク者割合		11.0	17	■				13,613	11.0	6.8	16.8
要介護認定者割合		17.1	15	■				17.2	10.7	24.0	
スポーツの会参加者(月1回以上)割合		35.5	3	■	27.8	7.7	↑	11,709	29.2	14.2	39.6
趣味の会参加者(月1回以上)割合		43.7	4	■	35.1	8.6	↑	12,367	36.7	19.5	46.0
ボランティア参加者(月1回以上)割合		17.6	4	■	13.0	4.6	↑	12,060	15.5	7.0	20.2
学習・教養サークル参加者(月1回以上)割合		12.1	5	■	10.0	2.1	↑	12,135	8.7	3.7	13.0
特技や経験を他者に伝える活動参加者(月1回以上)割合		9.4	2	■	6.6	2.8	↑	12,406	7.0	4.0	10.0
友人知人と会う頻度が高い(月1回以上)者の割合		67.8	31	■	64.5	3.3	↑	13,306	73.7	66.0	79.2
交流する友人(0~2人)がいる者の割合		28.8	26	■	28.2	-0.6	↓	13,266	26.5	20.2	33.5
交流する友人(3~9人)がいる者の割合		37.2	29	■	34.7	2.5	↑	13,266	39.5	35.3	45.5
交流する友人(10人以上)がいる者の割合		34.1	15	■	33.2	0.9	↑	13,266	33.9	26.9	41.2
情緒的サポート受領者割合		94.4	27	■	92.5	1.9	↑	13,403	95.1	93.4	97.0
情緒的サポート提供者割合		93.3	22	■	90.0	3.3	↑	13,341	93.6	91.2	96.2
手段的サポート受領者割合		94.7	27	■	92.8	1.9	↑	13,415	95.7	92.5	97.3
手段的サポート提供者割合		83.8	26	■	75.7	8.1	↑	13,156	85.7	81.7	89.6

指標一覧「色」欄について ■良い ■やや良い ■中間 ■やや悪い ■悪い

白黒 指標定義

地域の課題と強みを検討

結果の読み取り方



結果の読み取り方



全国と比較した地域の課題は？

No	指標名	市町村名	今回▼	順位▼	色	前回▼	改善状況	変化	回答者数	中央値▼	最小値▼	最大値▼
64	重要:本屋・書店を利用する割合		21.9	28	■				11,015	21.1	11.2	35.6
37	重要:認知機能低下者割合		33.4	33	■				11,222	33.4	30.2	43.2
54	重要:家族を介護している人の割合		4.5	33	■				10,276	4.6	1.8	6.8
29	重要:うつ割合（ニーズ調査）		13.6	34	■				10,301	13.5	9.5	17.4
45	重要:グループ活動(企画・運営)へ参加意向がある者の割合		37.7	34	■				10,303	38.1	28.5	50.2
59	重要:経済的不安感がある者の割合		27.5	34	■				10,859	27.4	17.6	39.0
42	重要:老人クラブ参加者割合		7.1	36	■				9,656	8.0	3.1	17.0
43	重要:町内会・自治会参加者割合		9.4	37	■				9,707	10.3	5.5	22.6
40	重要:知的能動性低下者割合		13.4	39	■				11,222	12.2	6.8	21.8
57	重要:低所得者割合		59.2	40	■				10,081	52.7	36.9	72.6
52	重要:認知症の人も地域活動に参加した方が良いと思う人の割合		46.6	42	■				1,330	49.0	35.9	62.9
39	重要:社会的役割低下者割合		28.3	47	■				11,207	25.5	15.9	32.7
53	重要:家族が認知症になったら近所の人に知ってほしいと思う人の割合		71.1	48	■				1,322	74.2	65.6	86.7
56	重要:孤食者割合		25.9	48	■				11,323	23.4	18.6	39.3
55	重要:独居者割合		18.0	49	■				10,744	15.0	8.5	36.8
32	重要:プレフレイルあり割合		31.2	50	■				11,316	29.9	25.3	34.6
51	重要:認知症発症後の自宅生活希望者割合		51.6	54	■				1,339	56.8	43.8	70.9
46	重要:収入のある仕事への参加者割合		24.9	64	■				10,409	31.5	24.9	46.7
47	重要:就労していない者の割合		77.4	64	■				10,206	69.5	53.0	77.4

指標一覧「色」欄について ■ 良い ■ やや良い ■ 中間 ■ やや悪い ■ 悪い

白黒

[指標定義](#)

全国と比較した地域の強みは？

指標分類

コア指標

表示地域

No	指標名	市町村名	今回	順位	色	前回	改善状況	変化	回答者数	中央値	最小値	最大値
13	コア:趣味の会参加者割合		41.1	2	■				9,885	30.3	12.6	42.6
15	コア:学習・教養サークル参加者割合		12.7	3	■				9,593	8.1	2.8	14.5
11	コア:閉じこもり者割合		2.5	4	■				11,191	4.7	2.1	15.5
23	コア:ソーシャル・キャピタル得点 (社会参加)		79.5	5	■				10,278	60.1	22.0	86.9
3	コア:フレイルあり割合		11.6	7	■				11,316	14.6	8.9	25.6
5	コア:1年間の転倒あり割合		22.8	8	■				11,167	25.1	21.2	35.4
12	コア:スポーツの会参加者割合		32.2	8	■				9,684	25.0	6.1	35.8
9	コア:残歯数19本以下の者の割合		40.3	10	■				10,970	48.4	35.7	76.4
22	コア:手段的(看病や世話)サポート提供者割合		79.5	10	■				10,932	77.9	72.3	82.5
4	コア:運動機能低下者割合		6.4	11	■				11,215	9.0	5.0	16.2
25	コア:ソーシャル・キャピタル得点 (助け合い)		197.7	11	■				11,189	195.6	189.2	199.6
2	コア:要支援・要介護リスク得点の平均点		14.0	12	■				11,323	14.6	12.9	18.6
10	コア:うつ割合 (GDS5点以上)		22.0	13	■				11,158	24.4	18.2	34.5
20	コア:情緒的(心配事や愚痴)サポート提供者割合		94.0	16	■				11,041	93.3	89.9	95.4
14	コア:ボランティア参加者割合		15.1	19	■				9,537	13.8	6.7	20.2
19	コア:情緒的(心配事や愚痴)サポート受領者割合		95.4	21	■				11,123	94.9	92.4	96.9
6	コア:認知症リスク者割合		10.7	22	■				11,294	11.4	8.4	23.1
16	コア:特技や経験を他者に伝える活動参加者割合		6.2	23	■				9,666	5.7	2.0	9.4

指標一覧「色」欄について ■ 良い ■ やや良い ■ 中間 ■ やや悪い ■ 悪い

白黒

全国の相対位置でみた地域の高齢者の健康長寿・介護予防の課題



対象年度 2019

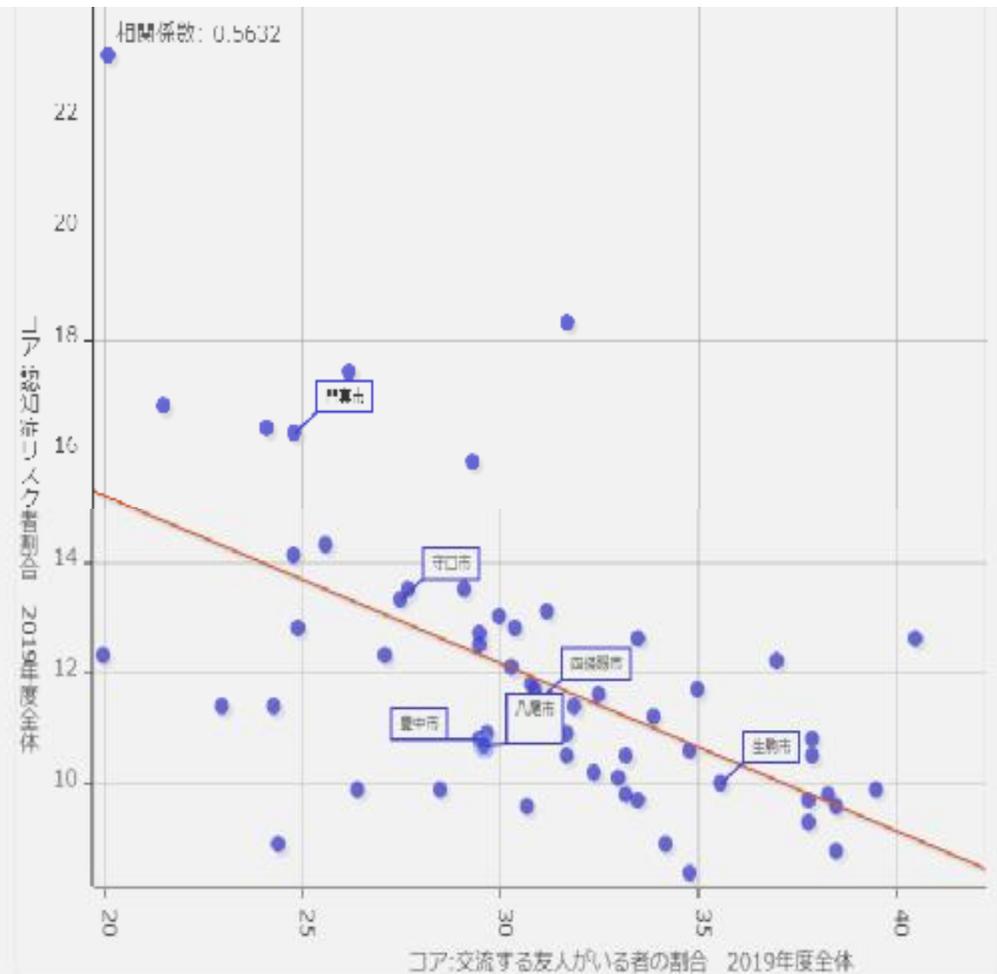
対象グループ 全体

No	項目・制票名	相関係数(1)
0	コア:認知症リスク割合	1.0000
1	コア:フレイル者の割合	0.7973
10	コア:コア割合 (70%以上)	0.6119
22	重要:年1回以上読書割合	0.7784
29	重要:コア割合 (国字チェックリスト)	0.7249
38	重要:MD (自立度) 低割合	0.6077
37	重要:認知症リスク割合	0.4578
11	コア:認知症リスク割合	0.4361
40	重要:認知症リスク割合	0.6208
2	コア:高齢者・要介護リスク割合の割合	0.4115
29	重要:認知症リスク割合	0.4072
29	重要:コア割合 (スレッド)	0.3926
4	コア:認知症リスク割合	0.4617
9	コア:漢字数19本以下の者の割合	0.5249
58	重要:読書割合	0.5045
57	重要:読書割合	0.4874
5	コア:1年間の転倒あり割合	0.3772
56	重要:読書割合	0.3726
84	重要:水・食料確保6日以上割合	0.3663
7	コア:物忘れが多い者の割合	0.3634
33	重要:住居割合	0.3596
35	重要:読書(8M25以上)割合	0.2846
50	重要:読書(1年以内)未読割合	0.2752

検索・絞り込み 19.コア:交流する友人がいる者の割合

対象年度 2019

対象グループ 全体



地域内での地区別に見える化

MOTIONBOARD 操作の 設定

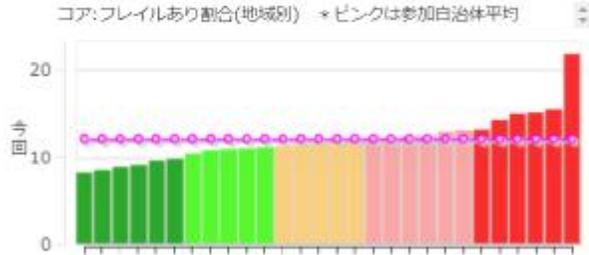
地域診断書 相対位置グラフ 経年変化グラフ 相関分析

対象グループ 全体 年度 2019 地域名 選択 検索定義 Copyright © JAGES 2020- All rights reserved

指標 3.コア:フレイルあり割合 指標分類 コア指標 表示地域数 20



コア:フレイルあり割合(地域別) *ピンクは参加自治体平均



No	指標名	小地域名	今回	単位	色	前回	改善状況	変化	回答者数	中央値	最小値	最大値
		南高安小学校	8.2	1	■				610	11.8	8.2	21.8
		上之島小学校	8.5	2	■				377	11.8	8.2	21.8
		刑部小学校	8.8	3	■				490	11.8	8.2	21.8
		榑川東小学校	9.0	4	■				324	11.8	8.2	21.8
		大正北小学校	9.5	5	■				369	11.8	8.2	21.8
		用和小学校	9.8	6	■				418	11.8	8.2	21.8
		高安中学校	10.4	7	■				394	11.8	8.2	21.8
		永畑小学校	10.8	8	■				491	11.8	8.2	21.8
		亀井小学校	10.9	9	■				366	11.8	8.2	21.8
		西山本小学校	11.0	10	■				309	11.8	8.2	21.8
		高安西小学校	11.1	11	■				512	11.8	8.2	21.8
3	コア:フレイルあり割合	藤華小学校	11.3	12	■				461	11.8	8.2	21.8
		高美小学校	11.5	13	■				489	11.8	8.2	21.8
		大正小学校	11.8	14	■				297	11.8	8.2	21.8
		榑川小学校	11.8	14	■				381	11.8	8.2	21.8
		久宝寺小学校	12.0	16	■				609	11.8	8.2	21.8
		山平小学校	12.2	17	■				509	11.8	8.2	21.8
		高美南小学校	12.2	17	■				278	11.8	8.2	21.8
		岡山本小学校	12.4	19	■				467	11.8	8.2	21.8
		美園小学校	12.4	19	■				233	11.8	8.2	21.8
		志紀小学校	12.9	21	■				319	11.8	8.2	21.8
		栗山本小学校	13.0	22	■				500	11.8	8.2	21.8
		中央小学校	13.1	23	■				475	11.8	8.2	21.8

指標一覧「色」欄について ■良い ■やや良い ■中間 ■やや悪い ■悪い

白黒 指標定義

地域内での地区別の比較検討

散布図でみる | 指標の定義 | 印刷プレビュー | 地図 | テーブル

データの選択

年齢/性別グループ
健診 全体

健診項目
全体 健診 SBP

それぞれの指標
SBP欠損

年次
2018年

マップキー

地区

- 1.1 - 1.8
- 1.9 - 3.1
- 3.2 - 21.1

World Street Map

全体 健診 SBP SBP欠損 (2018年)



全体 健診 SBP SBP欠損 (2018年)



全体 健診 SBP SBP欠損 (2018年)



地域診断書 (2018年)

項目名	割合 (%)	該当者数 (人)	(%)
全体 健診 SBP			
SBP欠損			
SBP <140mmHg			
SBP ≥140mmHg			
全体 健診 DBP			
全体 健診 血圧			
全体 健診 BMI①			
全体 健診 BMI②			
全体 健診 腹囲			
全体 健診 空腹時血糖			
全体 健診 HbA1c			

全体 健診 SBP SBP欠損

選択された地区



2008年 2010年 2013年 2016年 2018年

年齢/性別

地域診断書である | 印刷レビュー

データの選択

健診項目

全体 健診

それぞれの指標

メタボ欠損

年次

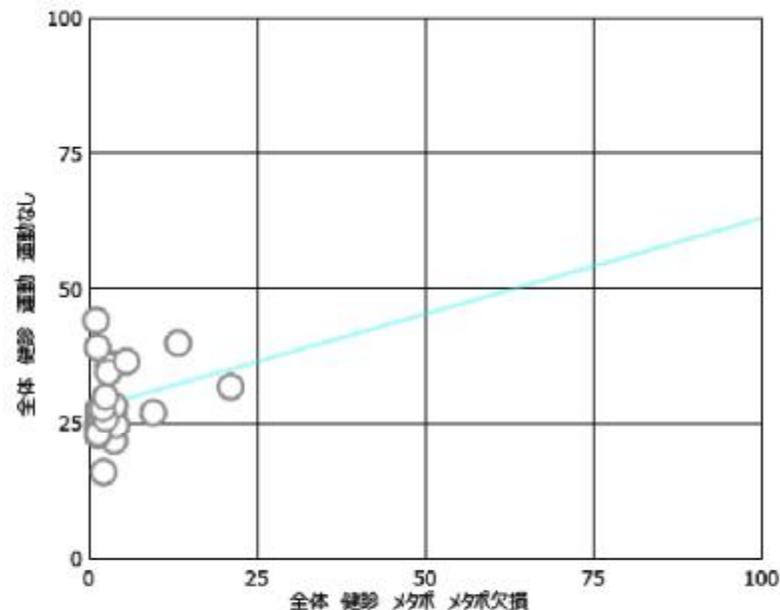
2018年

マップキー

横軸：全体 健診 メタボ メタボ欠損



相関係数 (r) = 0.2 | 決定係数 = 0.1 | 回帰方程式: $y = 0.4x + 27.5$



縦軸の表示

健診項目

全体 健診

それぞれの指標

運動なし

年次

2018年

マップキー

縦軸：全体 健診 運動 運動なし



自治体名	横軸： 全体 健診 メタボ メタボ欠損		縦軸： 全体 健診 運動 運動なし	
	メタボ欠損	メタボ	運動なし	運動
上之島	2.5		25	
久宝寺	3.8		21	
亀井	1.4		23	
八尾	1.5		27	
刑部	2.9		34	

選択 フィルター

データの選択

健診項目

全体 健診

それぞれの指標

BMI <30kg/m²

年次

2018年

マップキー

横軸：全体 健診 BMI^② BMI <30kg/m²



縦軸の表示

健診項目

全体 健診

それぞれの指標

早食い欠損

年次

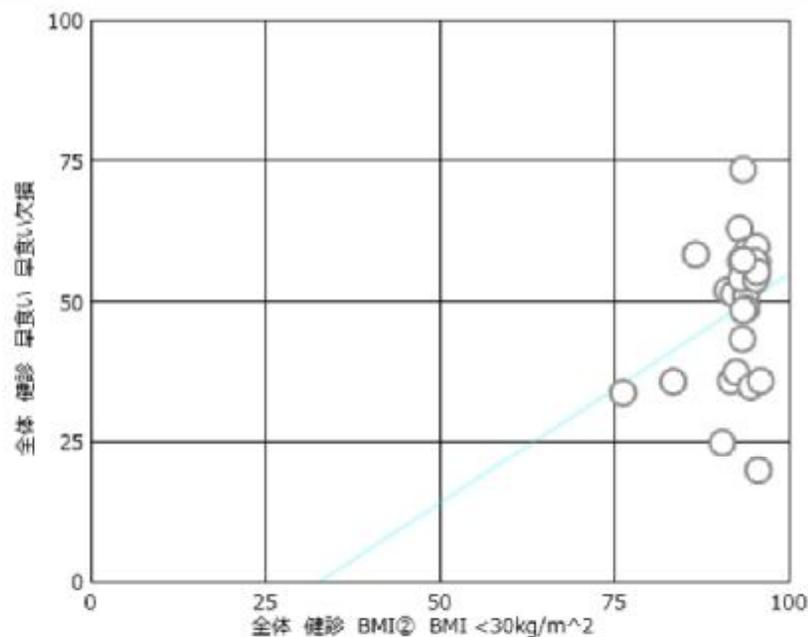
2018年

マップキー

縦軸：全体 健診 早食い 早食い欠損



相関係数 (r) = 0.3 | 決定係数 = 0.1 | 回帰方程式: $y = 0.8x + -26.9$

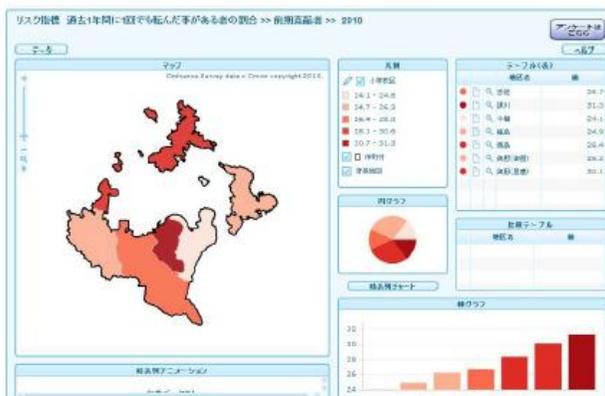


自治体名	横軸：	縦軸：
	全体 健診 BMI ^② BMI <30kg/m ²	全体 健診 早食い 早食い欠損
上之島	93.5	57.3
久宝寺	93.0	62.9
亀井	95.5	55.2
八尾	94.7	53.2
刑部	94.6	34.8

選択 フィルター

JAGES調査における地域課題の見える化と活用 の事例（長崎県松浦市）

「見える化」による地域診断



地域診断による現状把握・課題抽出

介護リスクも買い物に困っている人も多いのはA地区

地域診断結果の共有・意見交換

- 住民(各種団体)参加の報告討論会
- 地域ケア会議
- 介護予防サポーター養成講座 等

重点地区の住民が集まり取組内容の決定

重点地区の公民館に「お寄りませ」オープン



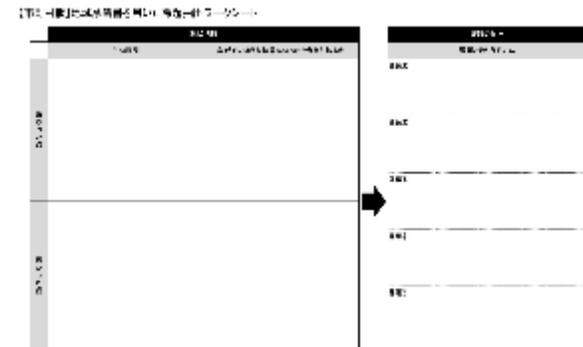
サポーター手作りの昼食をみんなで食べます

移動販売車を誘致して買い物ニーズも満たす



まとめ

- 地区別の課題や特徴を検討したうえで、10歳若返りのモデル事業を展開することで、Evidence-Basedの地域介入が可能になると考えられる。
- 地域住民、地域の医師・保健師・SW・OT/PT等多様な職種が、地域課題を一緒に検討して、地域づくりやプログラム展開につなげるための、話題やプラットフォームづくり



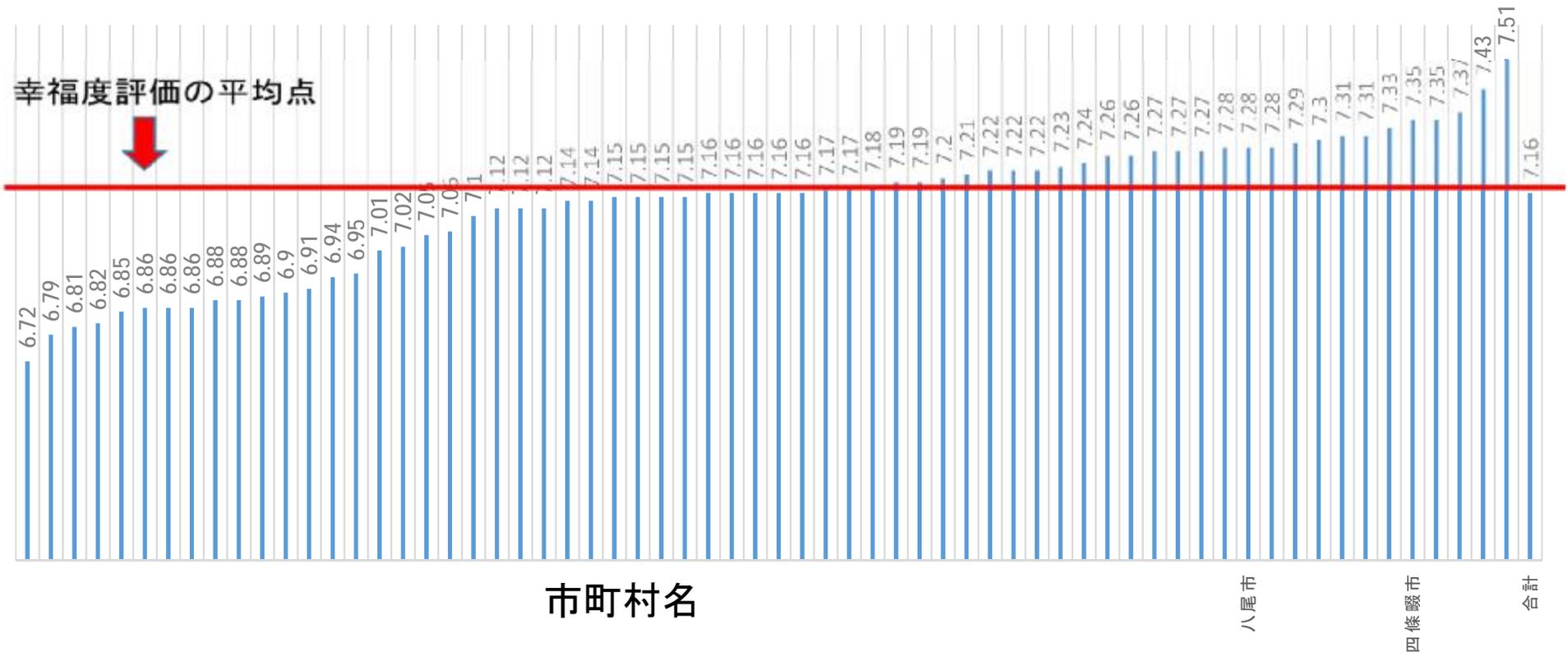
追加資料：幸福感の関 連要因

市町村ごとの幸福感の平均点を集計

* 緑色の地区は可住地人口密度 4,000人/km² ≥ の都市部を示す

問: あなたは、現在どの程度幸せですか
 (「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点としてご記入ください)

N = 204,278

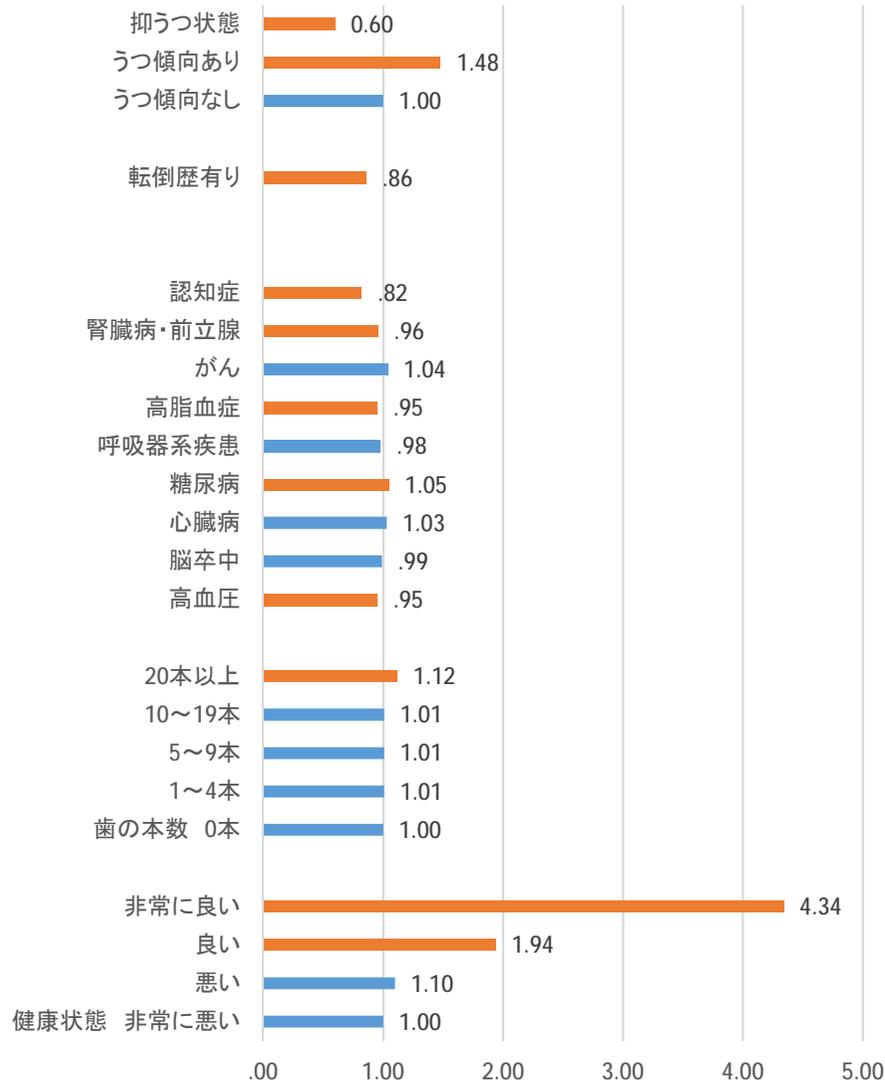


2016年調査: 幸福感の平均点は全体では7.22 最も高い市町村で7.48点/最も低い市町村で6.90であった。
 2019年調査: 幸福感の平均点は全体では7.16 最も高い市町村で7.51点/最も低い市町村で6.72であった。

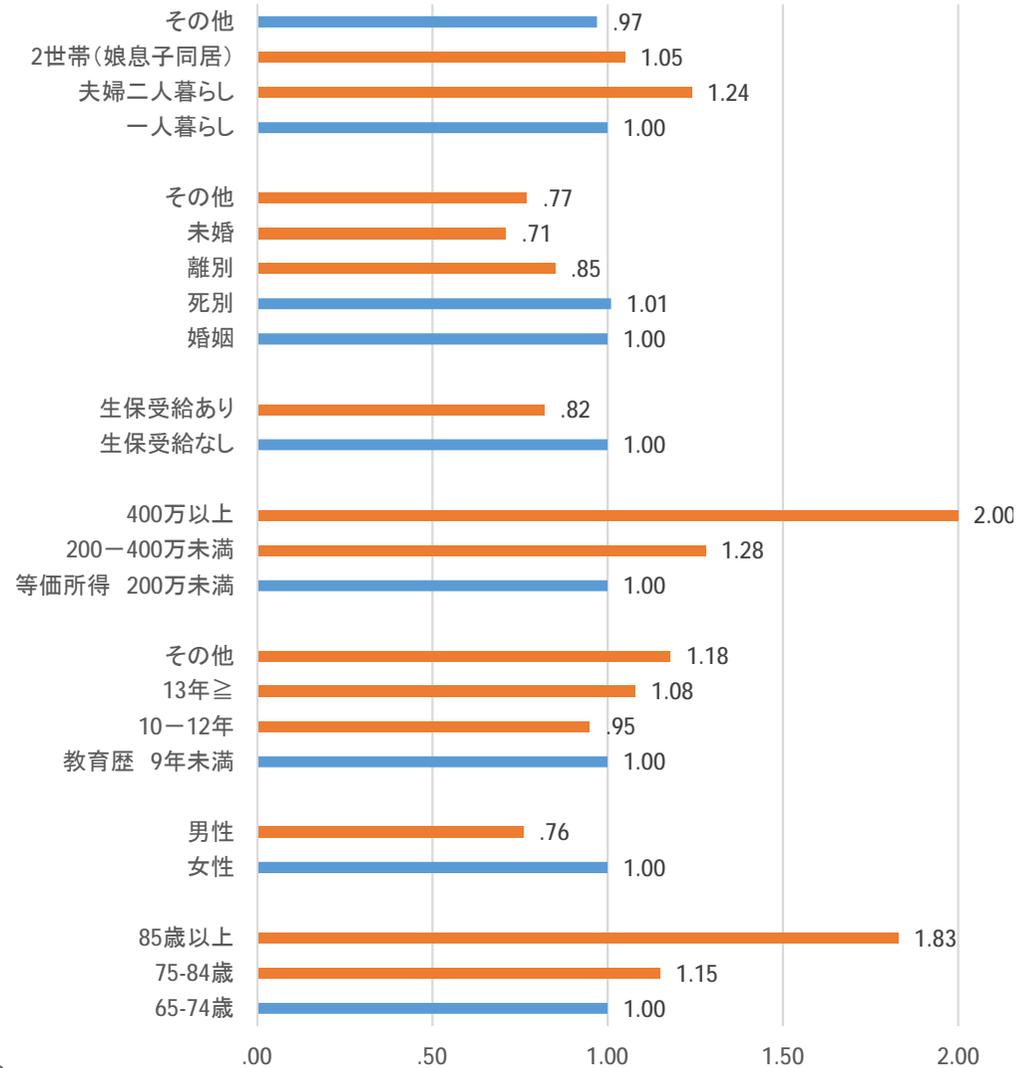
幸福感の関連要因

(ポワソン回帰分析による検討)

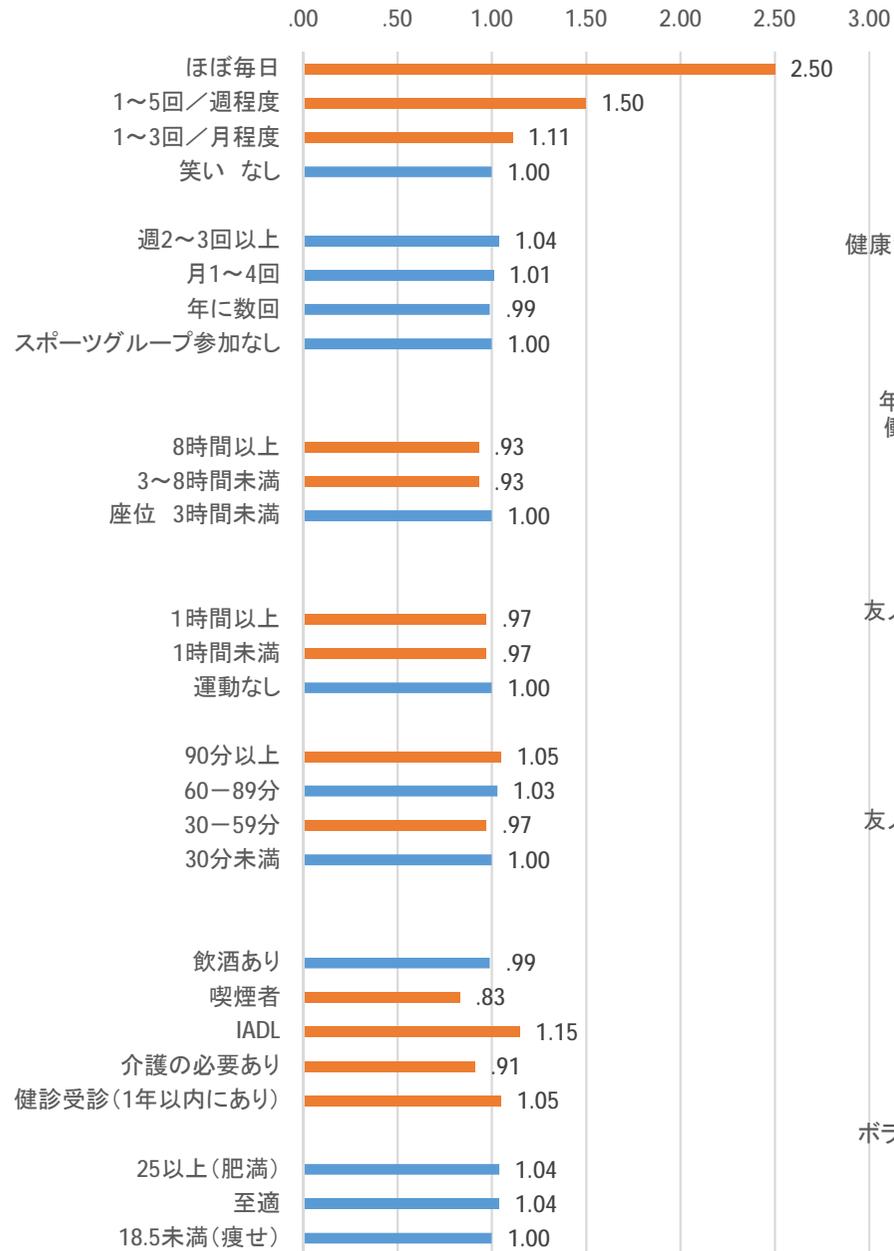
健康関連指標



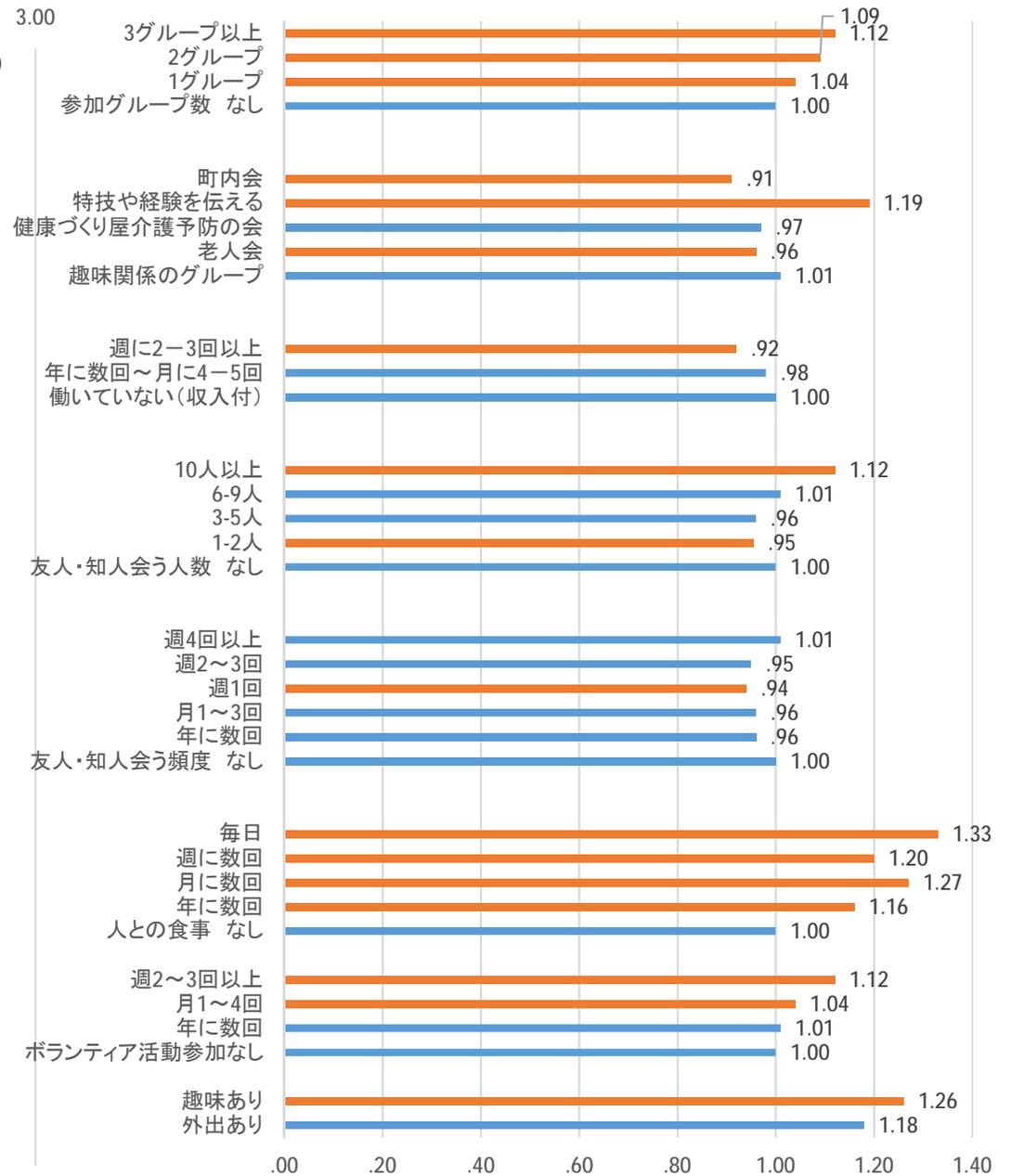
社会経済的要因



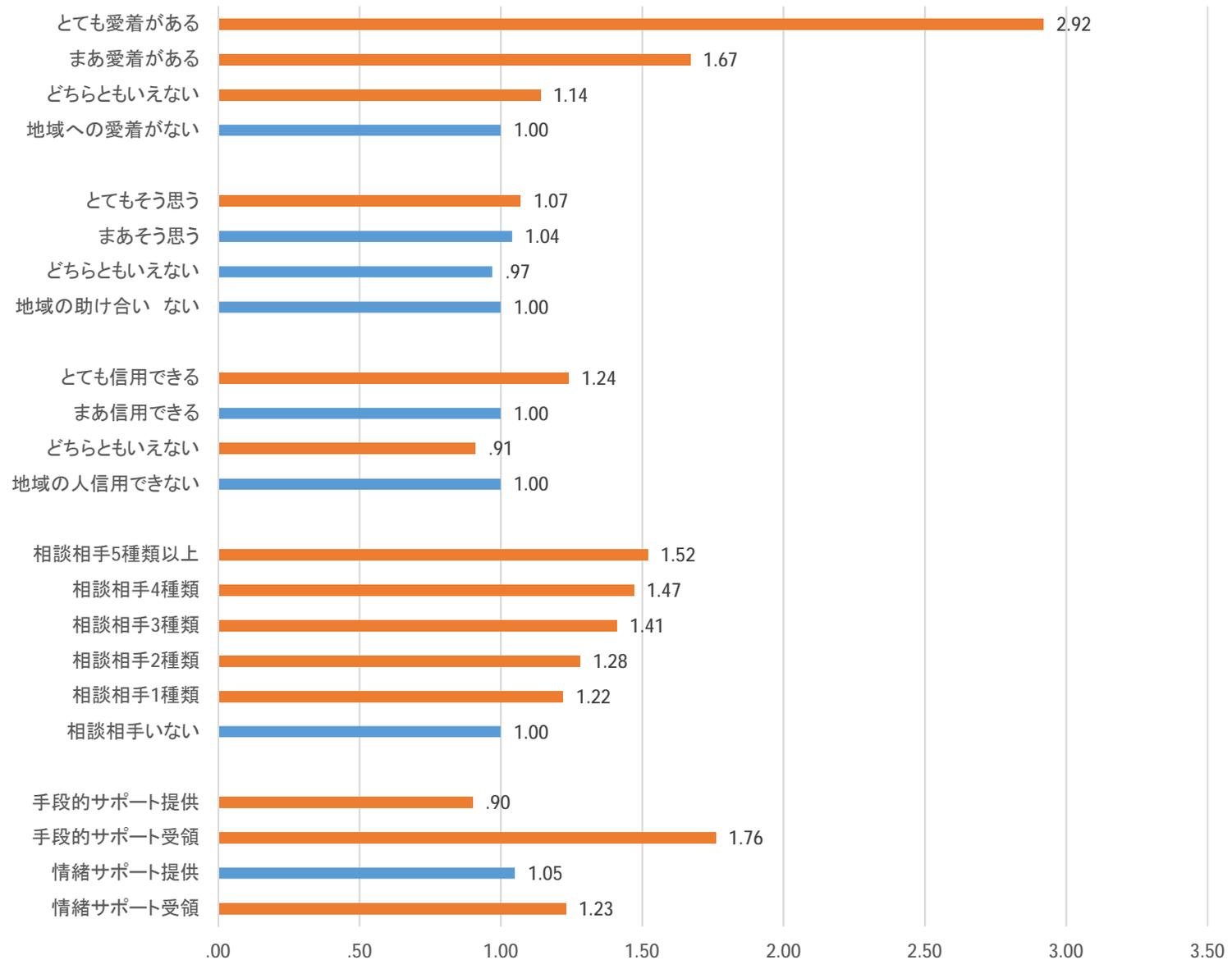
生活習慣



社会参加



周囲との助け合い



赤で示された棒は、統計的に有意な関連があったことを示している。 $P < 0.05$

幸福感の関連要因

・主観的健康感の良い者・歯の数20本以上の者、夫婦2人暮らしor 2世帯暮らし、年収の高い者、教育歴の長い者、前期高齢者に比べて、85歳以上高齢者、笑いの多い者、歩行時間90分以上、IADLの高い者、健診受診者、ボランティア等の組織参加が多い者、1か月間に会う知人・友人の数が多い者、人と食事をする機会がある者、ボランティア活動を定期的に行っている者、趣味あり、地域への愛着あり、地域の人を信頼できる、相談相手が多い、情緒的サポート、手段的サポートを受けている者で、幸福感が高い傾向がみられた。

・高血圧、認知症等の有病者、介護の必要がある者、喫煙者、配偶者との離別・死別者、生活保護の受給者、仕事していない人に比べて週2-3日以上就業している人、手段的サポートの提供者、で幸福感が低い傾向がみられた。

- 本報告では、平均値よりも幸福感の回答得点が高い個人を、幸福感が高い者と仮に判定して、検討した。
- 赤で示された棒は、統計的に有意な関連があったことを示す。基準とした指標を1として、数字は相対リスクを表す。
- 結果はポワソン回帰分析を用いて、互いの要因の影響を考慮した、検討した結果を示す。