

大阪大学老年学研究会とは

老年学は様々な研究領域の研究者が共同し、老化、高齢者、高齢社会についての疑問を解明し、問題を解決しようとする研究分野です。大阪大学でも今後の長寿社会を見据えて、高齢者の健康と福祉の向上に寄与するために老年学の研究を推進しようという気運が高まってきました。

大阪大学老年学研究会は、そのような傾向が強まる中、2013年に学部の垣根を越えた組織として創設されました。私たちの研究会は単に老年学の研究をすることだけを目的としていません。大学や社会に対する老年学教育プログラムの開発や一般市民の皆様への研究成果の還元も重要な目的だと考えています。

大阪大学における老年学研究の歴史は古く、1948年から大阪大学法文学部哲学科（現人間科学研究科行動学系）で教鞭をとられ

ていた橘覚勝先生にさかのぼることができます。先生は、東京大学大学院に在籍中の1925年にご専門の心理学の領域から老年期の研究を開始されました。戦争によって研究の一時中断を余儀なくされましたが、1978年に急逝されるまで、老年学を構成する様々な分野に興味を持たれ、精力的に研究を続けられました。

老年学の誕生は1904年と歴史は浅く、また学問の定義そのものも明確であるとは言えません。橘先生は、1971年に出版された代表的な研究書「老年学」において幅広い研究知見の融合と、その後著された一般書「老いの探求」で成果の社会還元の重要性を説いておられます。私たちの研究会は、日本の老年学の先駆者である橘先生の思想を規範とし、大阪大学に所属する後輩として超高齢社会に資する活動を展開していきます。

健康長寿調査

3年間の調査概要 第1報

■大阪大学老年学研究会

設 立 2013年

会 長／楽木宏実 医学系研究科
 副会長／佐藤真一 人間科学研究科
 前田芳信 歯学研究科
 幹 事／池邊一典 歯学研究科
 神出 計 医学系研究科
 事務局／権藤恭之 人間科学研究科

連絡先／大阪大学大学院人間科学研究科
 臨床死生学・老年行動学講座
 〒565-0871 大阪府吹田市山田丘1番2号
 TEL&FAX 06-6879-8061
 Gerontology.Osaka@gmail.com

大阪大学老年学研究会

22世紀に輝く
調和ある多様性の創造

大阪大学
OSAKA UNIVERSITY

はじめに

健康長寿調査は3年間の調査期間で、70歳前後、80歳前後、90歳前後の3つの年齢グループに属する約2,250名の方々が参加してくださいました。第1次調査は今年の3月におかげさまで無事に終了いたしました。今回は3つの年齢グループの方々のデータの全般的な傾向の比較から分かってきたことをご報告いたします。

主な測定指標



●主な測定指標

名 前	内 容
●体の健康に関するもの	
運動機能	バランス、歩行、立ち上がり
血清アルブミン	栄養状態（血液検査から測定）
●こころの健康に関するもの	
WHO-5 こころの健康調査票	5項目の質問
良い感情	現在肯定的に感じているか
悪い感情	現在否定的に感じているか
人生満足感	人生に満足しているか

WHO=World Health Organization（世界保健機関）

まず、健康長寿調査の内容は、表に示すように、大きく分けて体の健康に関する内容、こころの健康に関するものに分かれています。表は今回ご紹介する主要な測定指標のみを示しています。

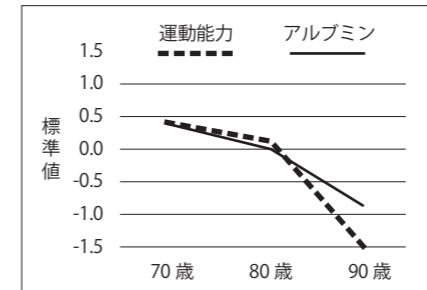
体の健康状態は、運動機能や血清アルブミンなどにより把握します。運動機能では下半身の機能（バランス力や歩行速度）がどれだけ維持されているかをみています。血清アルブミンは体の栄養状態が十分であることを表す指標となります。

こころの健康に関しては、WHO-5、良い感情、悪い感情、人生満足感などにより把握しています。WHO-5はWHO（世界保健機関）で開発されたこころの健康状態に関する質問です。良い感情、悪い感情は文字どおり個人の感情状態に関する質問です。現在肯定的な気持ちがどれくらいあるのか、否定的な気持ちがどれくらいあるのかを測定しています。人生満足感は、自分のこれまでの人生にどれだけ満足しているかを測るための質問です。なお、感情状態と人生満足感から、その人の幸福感の高さを評価できると考えられています。

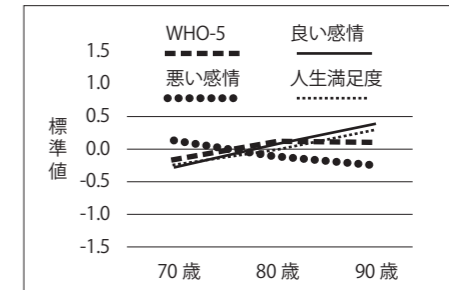
研究結果のご紹介

これらの計測結果を年齢グループごとに示したものが、図になります。左のグラフは体の健康状態、右のグラフはこころの健康状態のグラフです。

●体の健康の年齢群比較



●こころの健康の年齢群比較



この図を見てわかることが、2つあります。1つ目は、70歳と80歳では、体の健康状態はあまり変わりませんが、90歳になると低下することです。2つ目は、こころの健康状態（WHO-5）は、70歳、80歳、90歳とあまり変わらないか、年齢が高くなるにつれて少し高くなっていることです。特に、良い感情が高くなり、悪い感情が低くなる傾向がみられます。すなわち、年齢が高いほど、気持ちがポジティブになる傾向は顕著だといえます。

このことから何がいえるのでしょうか。第1は、70歳の方は、80歳まで現在の健康状態を維持できるということです。つまり、80歳までは今と同じ状態を保つことを一つの目標にすることが大事だと考えられます。一方、80歳以降は体の健康状態の低下が顕著になりますが、80歳以上で起きてくる低下をいかにして予防するのかを考えなければいけません。

第2には、たとえ体の健康が低下しても、人間の気持ちは悪い方向に向かわないということです。80歳の方に比べて90歳の方々の体の健康の低下が顕著になりますが、それとは裏腹に良い感情が高まり、悪い感情が低くなっています。なぜこのようなことが起こるのかということを一言でお伝えするのは難しいですが、年齢を重ねることによって「こころが発達する」からだだと私たちは考えています。詳しくは次回以降に報告させていただきますが、この事実は今後ますます進展する長寿社会にとって明るい希望になるのではないのでしょうか。

最後に

簡単にですが、3年間調査した結果の一部を報告させていただきました。この内容は、2013年5月12日に大阪大学で開催された講演会でも報告いたしました。現在、私たちの研究は、マスコミにも注目されており、新聞や雑誌などにも報道されています。今後も、私たちは皆様にご協力いただいた調査の結果をできるだけわかりやすくお伝えし、広く社会に還元していきたいと考えています。