

【船橋市健康スケールの結果データを用いた事業評価】

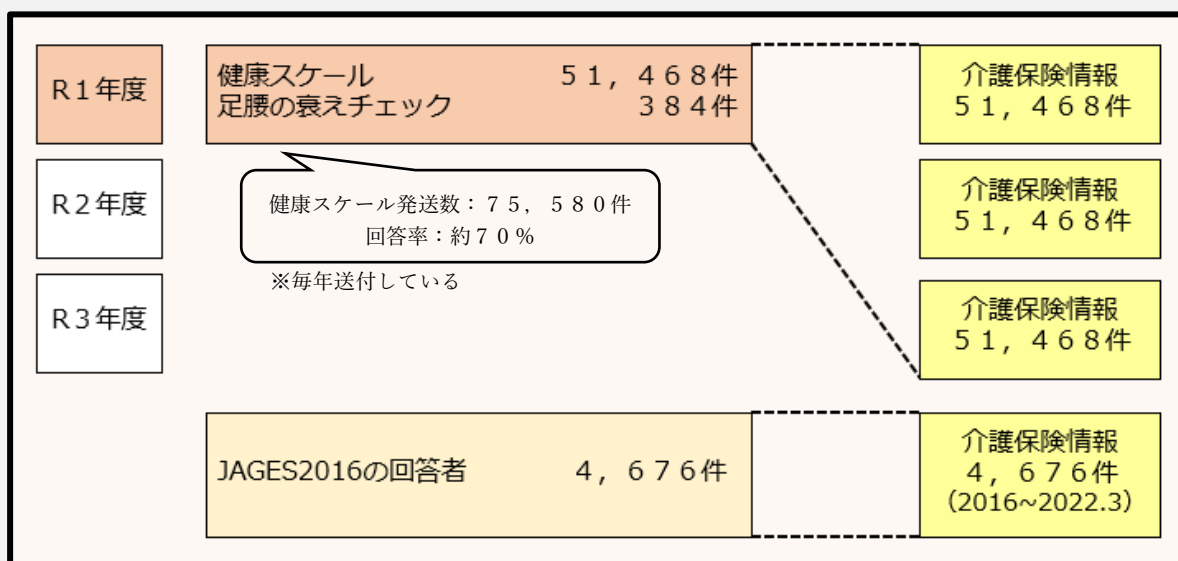
1. 目的

健康スケールの回答データと要介護度の状態区分のデータを結び付け比較する分析を行うことで、船橋市が実施している一般介護予防事業について、従来から行っている参加者数や教室の開催数等の事業量（アウトプット）評価に加えて、事業効果そのもの（アウトカム）の検証等を行うことを目的としています。

2. 主な分析内容

- a. ふなばしシルバーリハビリ体操等の事業評価
- b. 船橋市内24地区コミュニティごとの地区分析

3. 分析条件および方法



追跡期間を可能な限り長く確保することで安定した結果を得られるよう、令和元年度の健康スケールの回答結果のみを分析対象とし、要介護認定等を受けるまでの期間の長短も考慮するため、介護保険情報（要支援1以上認定、要介護2以上認定、認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱa以上認定）は、令和元年度から3年度末までの情報を結び付けました。

24地区コミュニティごとの地区分析については、健康スケールのデータだけでなく、JAGES2016（※1）のデータも利用しました。

健康スケールは、51,468件、JAGES2016は4,676件が分析対象となりました。

これらのデータを用いて、ふなばしシルバーリハビリ体操を始めとする「通いの場」に参加する者や参加頻度の多い者は、要支援・要介護状態になりにくい、または要介護状態が進行しにくいかを検証しました。

なお、ふなばしシルバーリハビリ体操に参加するような人は、その他の活動にも積極的に参加していたり、もともと健康度が良好な人が多かったりする可能性が高いと考えます。そのため、それらを考慮せずにふなばしシルバーリハビリ体操の参加者と非参加者の認定率を単純に比較してしまうと、見せかけの差を検出しかねません。これを防ぐために、それらの要因を調整（条件を統制）したうえで結果を算出しました。

(※1) 日本老年学的評価研究による健康長寿社会づくりに向けた社会疫学的大規模調査で3年に1回実施されており、本市は2016年に参加した。

4. 事業評価まとめ

a. ふなばしシルバーリハビリ体操等の事業評価

〈いずれの活動にも参加していない者と対照した場合の予防効果〉

| | 参加頻度 | シルバーリハビリ体操 | その他の体操・運動 | 趣味・ボランティア活動 |
|---------------|-------|------------|-----------|-------------|
| 要支援1以上認定の予防効果 | 年に数回 | — | — | — |
| | 月1回 | — | — | — |
| | 月2～3回 | — | — | 9%のリスク減 |
| | 週1回以上 | — | 15%のリスク減 | 16%のリスク減 |
| 要介護2以上認定の予防効果 | 年に数回 | — | — | 34%のリスク減 |
| | 月1回 | 39%のリスク減 | — | 31%のリスク減 |
| | 月2～3回 | 53%のリスク減 | 25%のリスク減 | 35%のリスク減 |
| | 週1回以上 | — | 39%のリスク減 | 32%のリスク減 |
| 認知機能低下の予防効果 | 年に数回 | — | — | — |
| | 月1回 | 31%のリスク減 | — | — |
| | 月2～3回 | — | — | 28%のリスク減 |
| | 週1回以上 | — | 27%のリスク減 | 29%のリスク減 |

※「—」部分は、統計的有意差が確認されなかったことを示す

ふなばしシルバーリハビリ体操は、要介護2以上認定や認知機能低下の予防効果が認められました。

また、シルバーリハビリ体操以外の体操・運動に参加している者や趣味・ボランティア活動に参加している者も、いずれの活動にも参加していない者と比較して、要介護認定等の予防効果が示された結果となりました。

このことから、ふなばしシルバーリハビリ体操の一層の普及に努めることに加え、幅広くあらゆる体操・運動のグループを促進するとともに、趣味・ボランティア活動も含めた多様な活動の機会や場所づくりが、より早期の生活機能低下や認知機能低下に対して予防効果をもたらすと考えられます。

b. 船橋市内24地区コミュニティごとの地区分析

船橋市健康スケールの回答結果等により、足腰の衰えや口腔機能などに関する要介護の認定リスク要因を地区別に分析した結果、地区単位で課題が分かり、解決に向けて優先的に取り組む対策の手がかりが得られました。

c. 事業評価をうけて

現在、新型コロナウイルス感染症の影響で長期の自粛生活による高齢者のフレイル(※2)進行が危惧されています。市では、これまでもコミュニティごとに課題を話し合う「市民ヘルスマーケティング」を開催し、地域の皆さんと健康増進に取り組んできましたが、今回の結果を受けて、新型コロナ感染拡大以降低下している「元気度」(※3)（令和元年度は109.1ポイントだったが令和3年度には107.3ポイントに1.8ポイント減少した）を回復させることを目標に、ふなばしシルバーリハビリ体操などの健康寿命の延伸施策に有効に反映させていく予定です。

(※2) 「虚弱」を意味する。健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のことを指す。

(※3) 年齢別の全国平均を100として、100より高いほど同じ年齢の方と比べて元気であることを示す「ものさし」