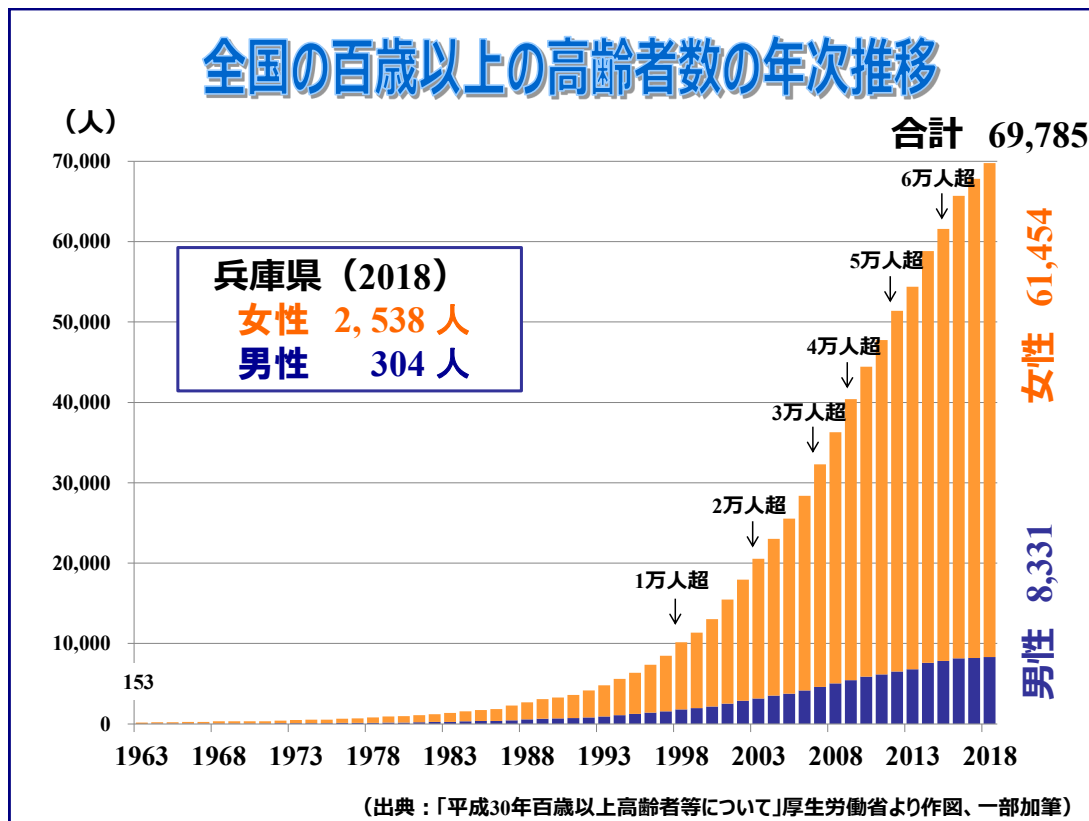


## 2018年は約7万人



上図は、厚生労働省が2018年9月14日に発表した「全国の百歳以上の高齢者数の年次推移」です。

100歳以上の高齢者は、調査が始まった1963年は全国でわずか153人でした。その後、年々増え続け、98年に1万人を突破。2003年に2万人、07年に3万人、09年に4万人、12年に5万人、15年に6万人を超えました。

国立社会保障・人口研究所の将来人口推計によると、100歳以上の高齢者は今後も増え続け、40年には30万9千人、65年には54万7千人に上ると予測しています。

2018年の結果は、全体で69,785人（男性8,331人、女性61,454人）で約88%を女性が占めています。

兵庫県は2,842人（男性304人、女性2,538人）で、人口10万人当たりの割合では、51.64人で全国37位（1位島根県101.02人、2位鳥取県97.88人、3位高知県96.50人…45位千葉県39.34人、46位愛知県36.78人、47位埼玉県32.90人）という結果でした。

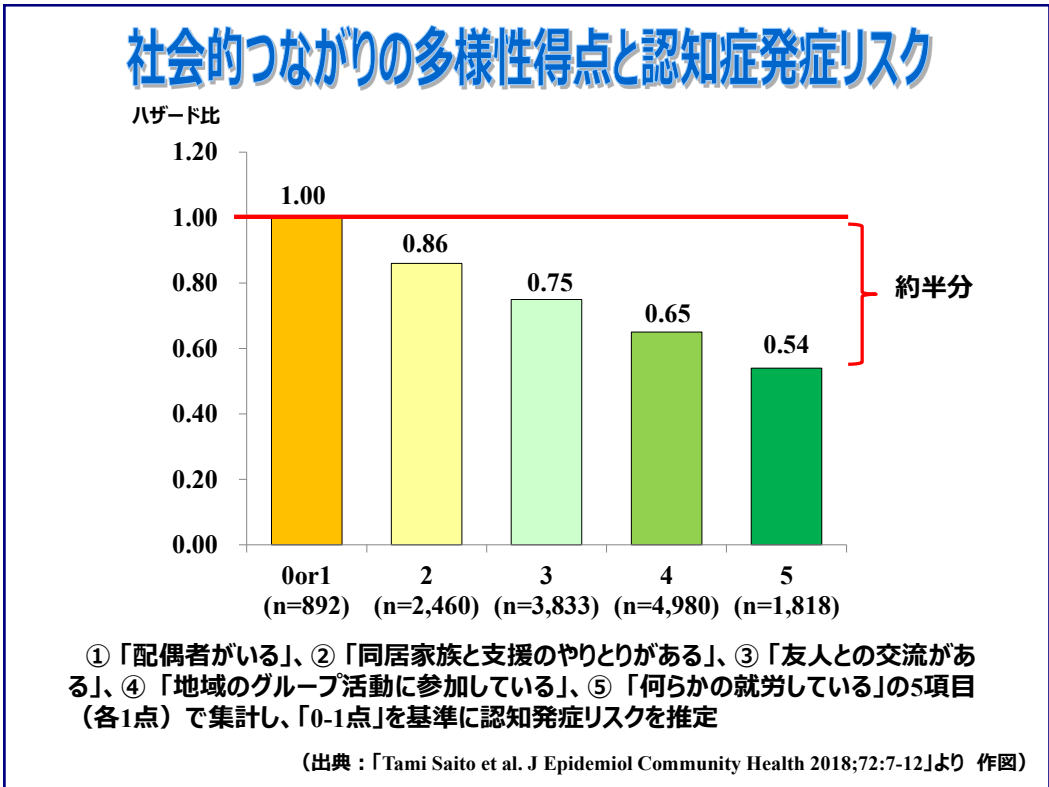
いよいよ、人生100年超時代をより健康で過ごすための取組みが求められます。



該当欄に印を  
つけましょう！

読んだ	家族や仲間 内容を伝えた

## 認知症発症リスクが半減！



日本老年学的評価研究(Japan Gerontological Evaluation Study, JAGES) プロジェクトは2003年に要介護認定非該当の65歳以上男女を対象に実施した調査データから13,984名のその後の認知症を伴う要介護発生状況を約9.4年追跡しました。上図は、認知症の発症と社会的支援（同居家族／別居子・親戚／友人・知人との支援のやりとりの有無の3側面）、社会的ネットワーク（配偶者／別居子・親戚／友人・近隣との交流の有無の3側面）、社会活動（地域の何らかのグループ活動参加の有無、就労の有無の2側面）の計8側面を検討した結果です。

年齢その他の変数（性別、社会経済状態、疾患や抑うつなどの健康指標、身体・余暇活動、他の社会関係）の影響を調整しても、「配偶者がいる」「同居家族と支援のやりとりがある」「友人との交流がある」「地域のグループ活動に参加している」「何らかの就労している」の5つの変数を集計したスコア（0～5点）が0～1点の人と、2点以上の各得点の人とを比べると、5点の人では発症リスクが46%も減少するという結果です。

このことは、多様な種類の社会関係を持つ人は、あまり持たない人と比べて認知症発症リスクが約半分であることを示唆しています。



該当欄に印をつけましょう！

読んだ	気をつけている または実践している	家族や仲間 内容を伝えた