

令和7年10月24日

報道機関 各位

高齢者の健康不安

地域活動がなく健康相談をする相手がいない人に健康不安が多い

■ポイント

- 富山県内 A 市の 60 歳から 79 歳の男女 884 人を調査。
- 「地域での活動がない」や「健康や介護について相談できる相手やところがない」と回答した人に健康不安を抱える人が多かった。
- 超高齢社会における「地域づくり」のあり方を考える貴重な調査結果。

■調査の背景

高齢化が進展している我が国において、健康寿命の延伸は喫緊の課題であり、健康づくりのための活動が推進されています。また、高齢者の地域社会への参画は、虚弱（フレイル）の予防になることが知られ、地域のソーシャルキャピタル（社会における信頼関係や助け合いからなる人々のつながり）を育成することは、高齢者の健康維持に役立つ可能性があります。

そこで、富山大学学術研究部医学系疫学・健康政策学講座の炭谷靖子協力研究員（高岡市社会福祉協議会）、関根道和教授らの研究グループは、地域活動や健康相談できる相手やところの有無といった保健分野に関わるソーシャルキャピタルと健康感との関連を明らかにするため調査を実施しました。

■調査方法と結果

対象は、富山県内 A 市の 5 地区の男女 884 人（男性 460 人、女性 424 人：平均年齢 70.3 歳±標準偏差 4.03）。質問票による調査を 2017 年 11 月から 2018 年 11 月に実施しました。

その結果、「地域への信頼」や「地域への愛着」が低い人で健康不安は多く、また、「地域での活動」（運動クラブの活動、趣味の活動）がない人や「健康や介護について相談できる相手やところがない」と回答した人に健康不安を抱える人が多いという結果でした（図1）。

さらに様々な要因を調整した分析結果では、「気軽に相談できる人やところがある」人に比べて、健康や介護について「相談できる人やところがない」人の健康不安は 2.35 倍（調整オッズ比）多く、「スポーツ関係のグループやクラブの活動がある」人に比べて「ない」人の健康不安は 1.56 倍（調整オッズ比）多いという結果でした。特に男性において強い関係がありました（図2）。

■今後の展開

健康相談資源(健康・介護についての相談できる人やところ)の存在や運動関連の地域活動が、健康不安を和らげる可能性があり、超高齢社会における「地域づくり」のあり方を考える貴重な調査結果であると考えています。

健康不安を減らすためには、主に ①地域への愛着の促進、②地域への信頼強化のアプローチが有効であり、具体的には①健康・介護相談ができる人や施設の整備、②地域活動の促進・活性化が重要であると考えられます。そして、特に男性においては健康相談資源(健康・介護についての相談できる人やところ)の存在やスポーツ関連の地域活動の存在が、効果的である可能性があります。

今後、地域での講演活動や施策立案の協力等により、地域に結果を還元して参ります。

調査成果は、日本医師会と日本医学会が発行する英文誌「JMA Journal」の2025年10月15日号に掲載されました。

調査は、総務省戦略的情報通信研究開発推進事業の一環として行われました。

図1：地域のソーシャルキャピタルや地域活動と健康不安の関係（カイ二乗検定）

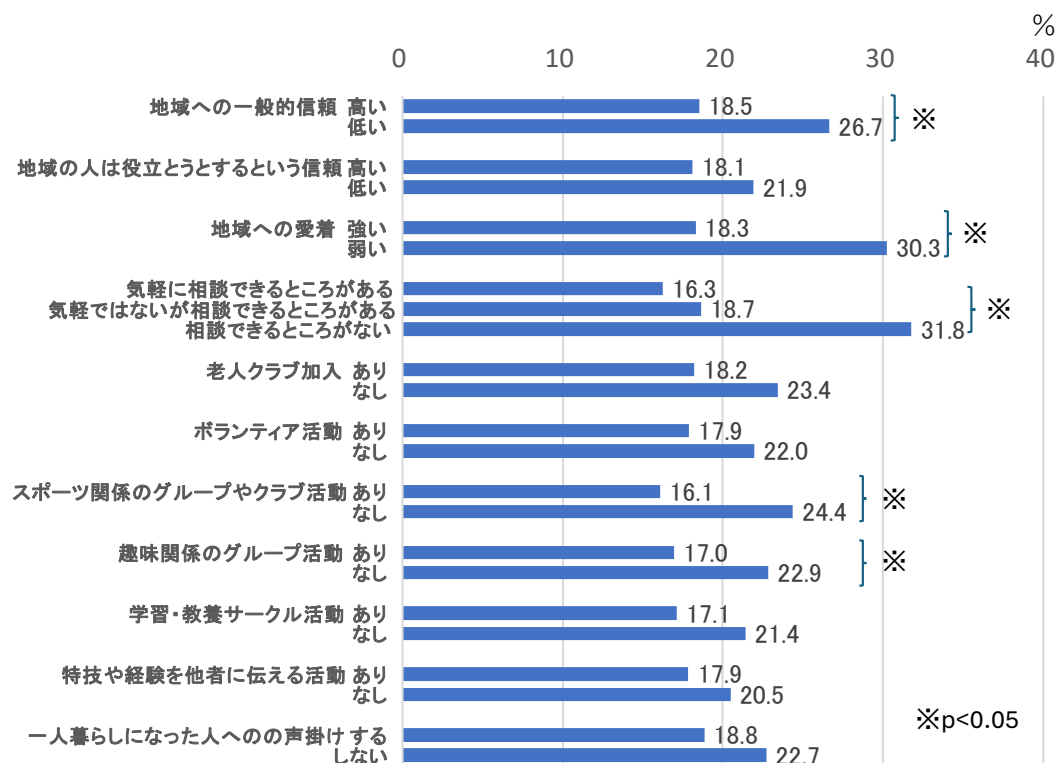
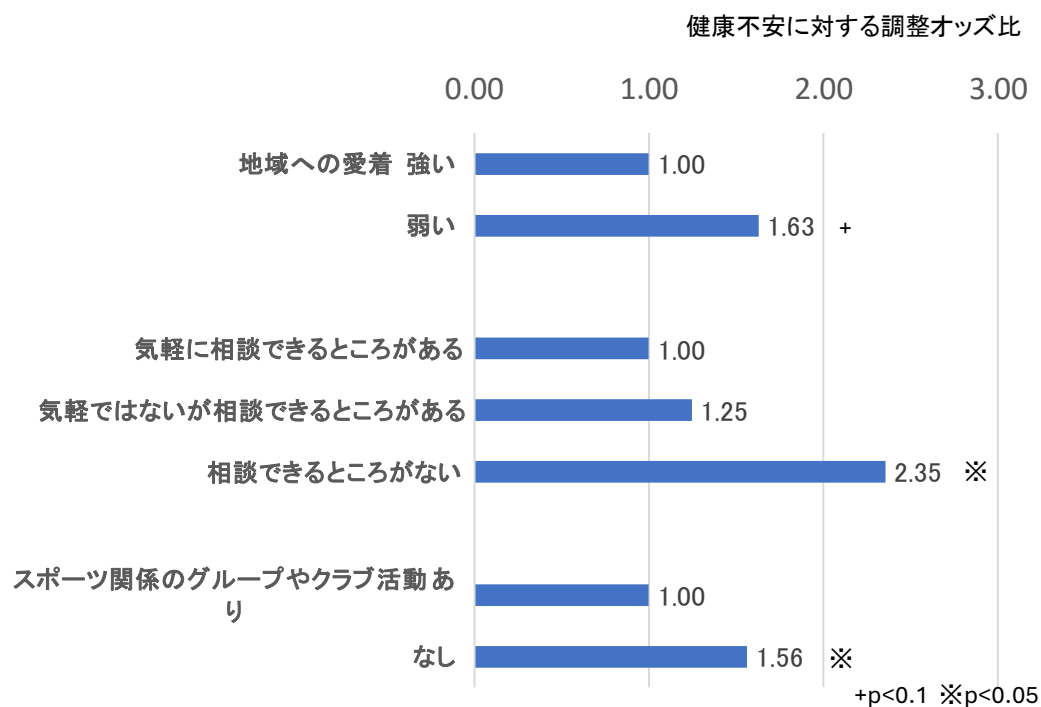


図 2 : 地域のソーシャルキャピタルや地域活動と健康不安の関係 (ロジスティック回帰分析)



【論文詳細】

論文名 : Social Capital and Subjective Health Perception among Older Community Residents in Japan

著者 : Sumitani Y, Yamada M, Tatsuse T, Sekine M

掲載誌 : JMA Journal (October 15, 2025; Volume 8, Issue 4)

URL : <https://www.jmaj.jp/detail.php?id=10.31662%2Fjmaj.2025-0161>

DOI : 10.31662/jmaj.2025-0161

【本発表資料のお問い合わせ先】

富山大学学術研究部医学系疫学・健康政策学講座

協力研究員 炭谷 靖子 (高岡市社会福祉協議会)

933-0866 高岡清水町 1 丁目 7 番 30 号

TEL : 0766-23-2917 FAX : 0766-26-2379

教授 関根 道和

930-0194 富山市杉谷 2630

TEL : 076-434-7270 FAX : 076-434-5022