

「地域との繋がり」が、生活意欲の低下と認知症発症に関連か！？

認知症「超」早期発見のための実証結果発表。

アグリマス株式会社が、大森医師会、徳島大学大学院医歯薬学研究部と連携。

～経済産業省 平成 30 年度「健康寿命延伸産業創出推進事業」～

アグリマス株式会社

アグリマス株式会社は、経済産業省が実施する「平成 30 年度健康寿命延伸産業創出推進事業」において、全国 13 か所、135 名(年齢:40 歳～102 歳)の参加者に対し、認知症の超早期段階における発見を目的とした全国共通の測定会「健康脳測定会」を 2018 年 10 月～2019 年 2 月にわたり実施。その実証結果を 2019 年 4 月 15 日に発表いたしました。大森医師会と共同で開発した各種チェック項目により、生活意欲レベルと認知レベルの相関が見られました。また、なの花薬局グループの栄養士、徳島大学大学院と連携し栄養調査を行ったところ、生活意欲が低い方は、鉄分の摂取量が少ないという結果に。さらに、口腔内細菌叢調査では、歯周病の病原菌である *p.Fusobacteria* が、生活意欲に影響を及ぼす可能性も示されました。

・健康脳測定会

本実証事業では、北海道から九州まで全国 13 か所でサービス付き高齢者向け住宅、デイサービス、調剤薬局、スーパー等と連携し、各地域において参加者(年齢:40 歳～102 歳)、135 名が参加。一般社団法人 大森医師会および徳島大学大学院と共同開発をした、認知症の超早期段階における発見を目的とした全国共通の測定会である「健康脳測定会」を実施。また、健康脳測定会参加者に対し、「動（運動）」、「食（食事）」、「眠（睡眠）」、「音（音楽）」のプログラムや参加事業者毎に独自プログラムを提供し、実証期間中の効果検証を実施。プログラム実施結果については、今後、認知症関連学会においても発表予定です。

・生活意欲・認知機能の評価チェックシート「Q-ESD」について

認知症の超早期段階における発見を目的とし、全 16 問から構成される、生活意欲・認知機能の評価するチェックシート (Q-ESD=The Questionnaires for Earlier Stage of Dementia)を大森医師会と新たに共同開発いたしました。Q-ESD とその他測定項目の相関関係を分析したところ、手段的 ADL、知的能動性、社会的役割の 13 項目からなる「老健式活動能力指標」との相関があり、Q-ESD は、認知症の超早期段階のチェックシートとして有効であることがわかりました。

Q-ESD (The Questionnaires for Earlier Stage of Dementia) チェックシート：超早期段階での認知症発見のために



ID	生年月日：大・昭 年 月 日 (歳)
----	---------------------

	1点	2点	3点	4点	備考
1 怒りっぽくなった、笑うことが少なくなった。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
2 料理を作る、新聞を読む、旅行の計画を立てることが面倒くさくなった。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
3 身だしなみを気にしなくなった。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
4 新しい店に買い物に行くことがなくなった。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
5 家族以外の人と会わない、しゃべらない週がある。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
6 時事ニュースに興味がなくなった。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
7 趣味活動が減った。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
8 一人で食事をすることが多い。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
9 毎日行っていた習慣（水やり、散歩）をしなくなった。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
10 最近、よく眠れていない。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
11 味付けが変わったと言われる、最近、車をぶつけた。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
12 毎日外出したり、運動の習慣がない	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
13 人の名前が出てこない、漢字を忘れることが増えた。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
14 財布や鍵など、頻繁に置き忘れたり、探したりする。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
15 今日が何月何日か、分からなくなることがある。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	
16 道に迷う、今居る場所が分からなくなることがある。	1. そうではない	2. 少し感じる	3. そう感じる	4. かなり感じる	

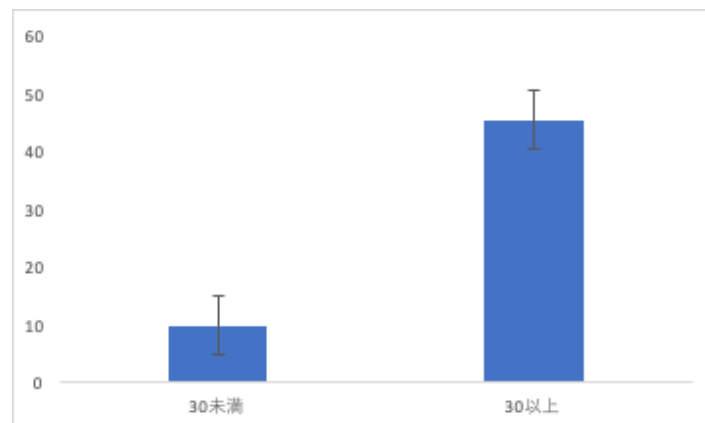
Copyright(c) Agrimas Corp. All Rights Reserved.
大森医師会 工藤千秋医師 監修

・栄養調査と Q-ESD スコアの関連について

な花薬局グループの管理栄養士、徳島大学大学院（堤理恵講師）と連携し、食物摂取頻度調査票(FFQ)を用いて、栄養調査を実施。各参加者の栄養摂取状況と、Q-ESD スコアを分析したところ、Q-ESD スコアが高値（生活意欲が低下）のグループは、鉄摂取量が少ないことがわかりました。今後は、徳島大学大学院と鉄摂取と認知機能の関係を共同研究し、将来的には、認知症予防食の開発に繋げていきたいと考えています。

・口腔内細菌叢調査と Q-ESD スコアの関連について

徳島大学大学院と連携し、健康脳測定会参加者に対して、口腔内細菌叢調査を実施。歯周病の原因菌とされている p.Fusobacteria(※)と Q-ESD スコアとの関連性を検証した結果、Q-ESD が低値（生活意欲が高い）のグループで明らかに p.Fusobacteria が少ないことがわかりました。歯周病の原因菌の量の変化で、生活意欲の変化を捕らえられ、ひいては認知症の超早期発見につながる可能性が見えてきました。



Q-ESD スコアを 30 点（中央値）以上/未満の 2 群の p.Fusobacteria の割合

・ TOP-Q について

健康脳測定会では、大森医師会が開発した認知症簡易チェック法である TOP-Q(Tokyo Omori Primary Questionnaires for Dementia)を用いて、認知症の簡易スクリーニングを実施。既存の認知症発見手法は、被験者のプライドを傷つけやすく、かつ 20～30 分近くの時間を要しますが、TOP-Q は、2～3 分の日常会話のなかで自然に検査を行うことが可能です。既に、大森地区では、医師会のみならず、歯科医師会・薬剤師会が中心となり、TOP-Q の実践をしています。本実証事業で検証をした Q-ESD と併用し、認知症の疑いがある参加者の超早期段階での発見につなげたいと考えております。

・ 質の高いコミュニティの重要性

最後に、質の高いコミュニティ、地域との繋がり、運動習慣と Q-ESD との相関についても、今回の実証事業では明らかになってまいりました。参加事業者の内、札幌の「スーパーホクノ」のケースにおいては、健幸 TV、その他複数のプログラムを提供、ボランティアスタッフとも連携しながら、地域の老若男女がいつでも集まれる、いつでも運動ができる集いの場をスーパー内に設置してまいりましたが、他地域のコミュニティと比較して高い生活意欲の向上が見られたことを特記させていただきます。この部分においては引き続き検証が必要ではありますが、コミュニティの質の問題、政府が掲げる「介護予防の通いの場」作りの重要性とも大いに関係すると考えます。

・ 第 61 回「日本老年医学会学術集会」一般演題として採択が決まりました。

6/8(土)13 時～@仙台、徳島大学大学院より「食事調査 BDHQ と Q-ESD 調査の関連性の検討」について発表を行います。

<https://site2.convention.co.jp/61jgs/images/ippan-list.pdf>

※健康寿命延伸産業創出推進事業

経済産業省が、地域の実情に応じたビジネスモデルの確立に向けた実証事業を実施する事業者の費用を補助する事業。生活習慣病、フレイルの予防や地域包括ケアシステムに関する取組と連携したビジネスモデルを構築することにより地域に根ざしたヘルスケア産業を創出することを目指すものです。

※p.Fusobacteria

p.Fusobacteria とは、歯周病等の原因菌と知られています、嫌気性のグラム陰性菌です。歯周病等の原因菌と知られています。

健幸 TV : <https://www.tokyo-marche-tv.jp/>

WELLN ウェルン（早期認知症予防センター） : <https://www.tokyo-marche-tv.jp/welln/>

【本件に関するお問い合わせ先】

アグリマス株式会社 黒井、小瀧

TEL:03-3751-1139 FAX:03-3751-1129 E-Mail:welln@tokyo-marche-tv.jp