

人生100年時代における健康寿命の延伸と介護予防にかかるビジネス環境

医療技術の進展に伴って平均寿命が延伸し、人生100年時代と言われるまでになった。そうした中で、ただ長く生きるだけでなく、いかに健康で自立した状態で過ごすかがより重視されてきている。「健康寿命*1」と「生命寿命」の差分をいかに減らすかが、今後の日本において重要な施策となっている。特に要介護への分岐点となりやすいフレイルと呼ばれる状態から介護状態になるのを少しでも遅らせ、健康で暮らし続けるためには何が必要となるのか。

介護予防が必要となる背景

日本は、2010(平成22)年にWHOの定める「超高齢社会」(65歳以上人口の割合が全人口の21%以上を占めている社会)に世界で初めて到達し、18年10月時点は高齢化率(総人口に占める65歳以上人口の割合)が28.1%を超えた。また、75歳以上人口の占める割合は14%を超え、今後更に増加することが見込まれている。(図表1)

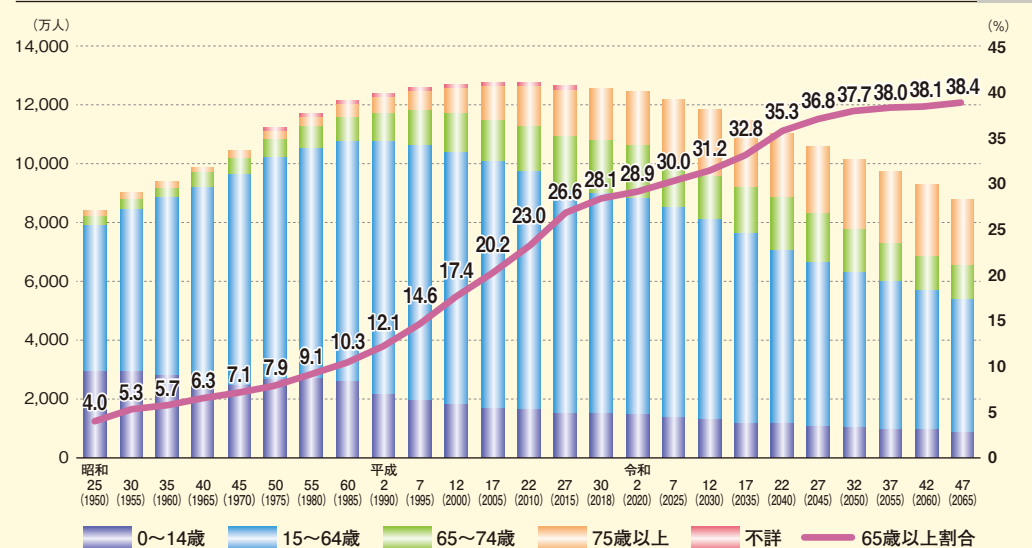
高齢化が進展すると同時に、医療・介護を

必要とする高齢者の数も増大し、医療費・介護費などの社会保障財政を逼迫させている。

そうした社会背景に伴い、介護予防は国家における一大関心事といっても過言ではない。

また、財政的事情のみならず、高齢者のQOL(Quality of Life)を高めるためにも、早期に介入して要介護状態になるのを未然に防ぐことの重要性は大きい。特に、健康で自立した生活を営める期間である「健康寿命」と生命寿命との乖離をできる限り減らし、少しでも長く健康で自立した生活を送れるようにするための仕組みづくりが早急に求められている。

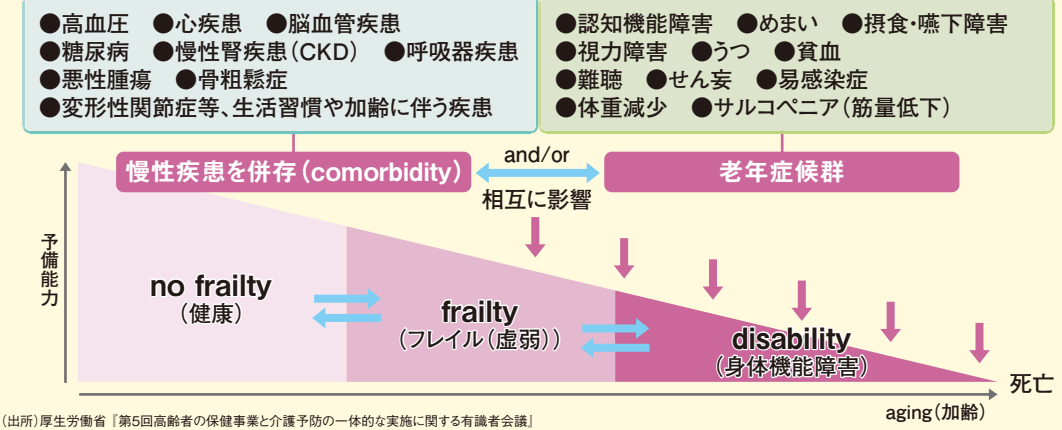
高齢化の推移と将来推計



(出所)令和元年版高齢社会白書

フレイルの定義

図表2



(出所)厚生労働省「第5回高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関する有識者会議」

介護予防とは —フレイルの早期発見と早期介入—

こうした考え方のもと、昨今は健康寿命を延伸し、介護予防を実現するうえで、健常から要介護へと移行する中間の段階である「フレイル」に注目が集まっている。「フレイル」は適切に支援を受けることで健常な状態に戻ることが出来る時期ともされており、早期発見・早期支援で多くの高齢者の生活機能の維持・向上を目指すことが求められる。(図表2)

フレイルと一口に言っても、その範囲は幅広い。フレイルは、「要介護状態に至る前段階として位置づけられるが、身体的脆弱性のみならず精神・心理的脆弱性や社会的脆弱性などの多面的な問題を抱えやすく、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味する。」と定義されている。虚弱に至らしめる原因によって、フレイルは「身体的フレイル」「オーラルフレイル」「精神的フレイル」「社会的フレイル」に大別される。

要因が様々であれば、その対処法も様々である。体操や理学療法士などの専門職によるリハビリテーションのみならず、口腔機能や

栄養面に着目した取り組みや、社会参加を促すものなど、様々な手法が存在する。現状「介護予防」と呼ばれる取り組みはこれらを組み合わせたプログラムが多い。

介護予防に向けた取組

社会保障費の増大が取り沙汰される今日において、介護予防は政策的にも重要事項の一つである。現状、介護を予防するための取組としては、介護予防型の介護保険サービスのほかに、介護予防・日常生活支援総合事業(以降、総合事業)や一般介護予防事業などの地域支援事業などがある。

特に、ポピュレーションアプローチ*2で幅広い高齢者を対象にする一般介護予防事業や、比較的軽度の高齢者を対象とする総合事業が占める役割は大きい。どちらの事業も市町村が中心となっている取組のため、その内容は地域によっても様々である。財源が限られている中で、工夫を凝らした取組を行っている自治体も多い。近年では、民間企業の活用も多くみられる。

具体的には、地域の商業施設にてフレイル

*1. WHOが提唱した新しい指標で、平均寿命から寝たきりや認知症など介護状態の期間を差し引いた期間。

*2. 健康に関する危険因子を持つ集団の、集団全体、分布全体に働きかけて適切な方向に少しずつ移動、シフトする方法を言う。分布の中でより高いリスクを有するものに集中して対応する方法であるハイリスクアプローチと対になる概念。

グローバル製造業
コンサルタント
下松 未季



チェックを行い、自身の健康状態の把握や、地域の様々な取組みを紹介するようなイベントを行っている地域や、通いの場として映画鑑賞イベントや運動教室を行っているような自治体もある。既存の関心層のみならず、無関心層も含め幅広い層の認知度を高め、少しでも介護予防の取組みに参加してもらうのが狙いである。

こうした地域の企業と連携した取組みは、介護予防の認知度向上につながるだけでなく、地域の活性化といった効果も見られる。高齢者も買い物のついでに気軽に立ち寄れることで、より参加意欲が高まると同時に、これらのイベントをきっかけに地域の商店街やショッピングセンターへの集客も見込めるという双方にとって利益のある関係が構築されている。

これまで現状の介護予防における取組みをご紹介してきたが、一方で課題となるのは、利用者の拡大である。健康や介護予防といったテーマに対して、積極的になる高齢者は少ない。誰も健康な間はその価値を見出しづらいため、積極的に予防しよう、ましてやそうしたサービスに対価を支払おうとする利用者はごく一部の関心の高い層に限られる。民間企業が中心となるサービスがなかなか根付かなかった背景も、こうした利用者の関心の低さにあろう。今後は、健康に対してそこまで関心の高くない層も自然と取り込めるような工夫が必要になってくるといえる。

また、サービスを提供する企業側も、介護予防に対する関心自体は高まっているものの、実際に事業にまで踏み切る動きはいまだ限定的である。

今後の介護予防に向けた示唆

介護予防はこれまでも自治体中心に実行されてきたが、今後は今にも増して民間企業など様々な主体の参画が必要不可欠になってくる。

先述の通り、高齢者が衰える原因が複合的である上に、健康への関心度が高い高齢者ばかりでないことを考えると、これまでのようにただ介護予防を銘打った取組みを行っているだけでは発展にはつながらない。まずは、高齢者が自ら外に出たいと思ひ、その思いを実現できる環境を整えることが必要である。

高齢者の参加のハードルを下げ、参加意欲を促すためには、買い物や病院・薬局に行くついでに気軽に立ち寄れる環境をつくるなどの工夫も、これまで以上に必要になってくるだろう。

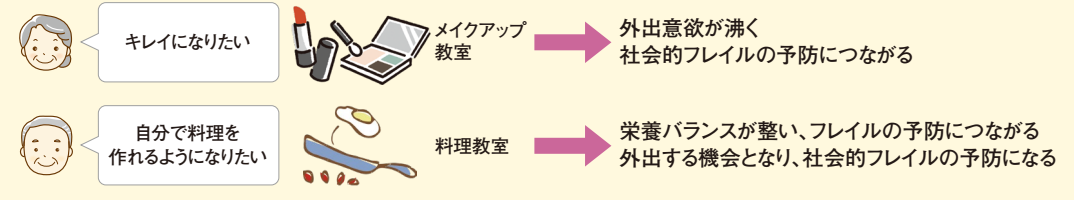
高齢者の参加意欲をさらに高める仕組みも必要である。地域の方とのつながりを持たせるようなコミュニティ形成の場や、美容、料理など、内容も様々な充実させ、高齢者自身が自ら取り組んでみたいと思える内容を揃えることが望ましい。高齢者の潜在的なニーズに訴求することで、結果的に介護予防にもつながるといモデルを目指す必要がある。

運用面においては、高齢者の自発性を重視し、住民ボランティアの活用も重要になってくる。ボランティアとして主体的に関わった人ほど健康にいるという研究結果もある^{*3}。住民が自ら取り組みたい、と思えるようにすることが、持続性のある取組みにつながる。

そのためには、参加意欲のある高齢者が参加できるような環境整備も必要である。高齢

潜在的ニーズに訴求することで介護予防につながる例

図表3



者の積極的な外出を促すためにも、まずは高齢者の日常生活における移動手段を確保することが重要である。昨今、免許返納問題が取り沙汰される中、特に地方では高齢者の外出のための移動手段がないことが、高齢者の閉じこもりや運動不足、ひいては商店街の衰退など、さまざまな問題の要因ともなっている。移動手段の確保に向けて、これまで協働することのなかった、様々な企業が協力して地域全体の課題解決に臨むことが求められる。例えば、川崎市麻生区で実施されているように、デイサービスの送迎のない昼間の時間帯に送迎バスを活用し、高齢者を医療機関や買いもの、通いの場に行けるようにする動きがある。また、高松市のように、これまで客足が途絶えていた商店街などが出資し、山間地域から町の中心部への乗り合いタクシーやバスのサービスを始めたケースもある。

しかしながら、これらすべてを実施しようとすると、行政の力だけでは難しい。サービス内容の充実や実施の場の拡大のためにも、民間企業の協力が必須である。高齢者が興味を持つ分野は様々であることから、例えば化粧品のサンプルを提供してメイク教室を行ったり、自社製品を活用した料理教室を開催したりなど、会場提供以外にもプログラム提供を通して、顧客獲得機会の拡大につながる事ができる。(図表3)

また、高齢者の介護予防という領域は、民間企業にとってもビジネスチャンスとなりうる。行政

やこうした取組みを行う事業者と協働してサービスを提供すれば、顧客の獲得にもつながる。特に人口の減少が進む地方においては、地元の高齢者層をいかに顧客として引き込むかが重要である。地域の企業であれば、来店頻度の増加やリピート率の向上にもつながりうる。また、それ以外の企業でも、既存の製品やサービスを活用したプログラムを展開することで、企業に対しての認知度の向上やロイヤリティの向上が図れるだろう。例えば、高齢者向けのメイク教室を行う資生堂や、自社製品のガムを活用して口腔ケアを行うサンスターなどがその例である。

介護予防を実現し、高齢者が健康で長く生きられる社会を実現するには、地域全体で要介護状態になりにくい町づくりを目指す必要がある。また、この関係を持続的なものにするためにも、行政や地域の商業施設、医療機関、薬局、運動・口腔・高齢者の趣味と密接に関連する民間企業などが有機的なつながりでもって、様々な主体にとって相互に利益となる関係をつくりだすことが必要不可欠である。

先日政府の方針として来年度からフレイル健診の実施を行うことが打ち出された。介護予防が国家的な戦略としてますます重要な位置づけを持つ中で、介護予防を公共事業にとどめるのではなく、ビジネスチャンスとしてとらえなおし、高齢者の潜在的ニーズを満たすためのサービスモデルを設計することが重要な意味を持つといえるだろう。

*3. 藤原佳典, 杉原陽子, 新開省二. ボランティア活動が高齢者の心身の健康に及ぼす影響: 地域保健福祉における高齢者ボランティアの意義. 日本公衆衛生雑誌 2005