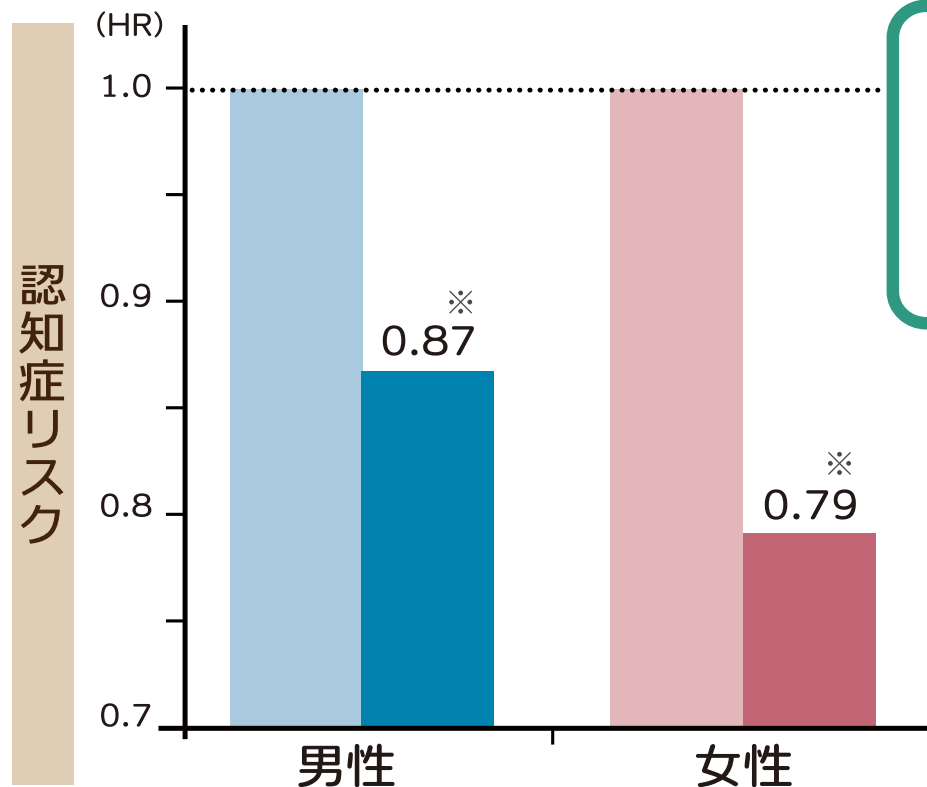


前向き感情で認知症リスクが半減

幸福感や満足感など前向きな感情を強く持つ人ほど 認知症に至っていない

前向きな感情得点（0～5点）が1点上がるごとの認知症リスク



前向きな感情に「はい」と答えた項目が1つ増えるごとに、その後の認知症を伴う要介護認定を受けるリスクが、**男性で13%、女性で21%**低い。

すべてに「はい」では
男性でおよそ**50%**、
女性で**70%**のリスクが減少

年齢、既往歴、身体機能、保健行動、婚姻状態、世帯構成、社会参加、修学年数を調整した結果

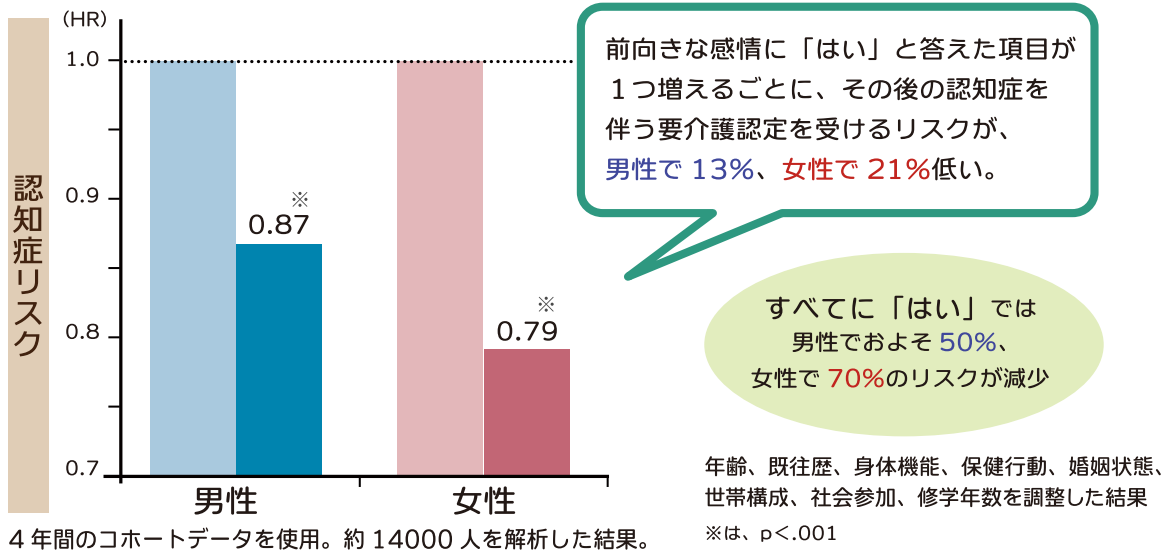
※は、 $p < .001$

4年間のコホートデータを使用。約14000人を解析した結果。

◆スライド解説

前向き感情で認知症リスクが半減 幸福感や満足感など前向きな感情を強く持つ人ほど 認知症に至っていない

前向きな感情得点（0～5点）が1点上がるごとの認知症リスク



Murata C., Takeda T., Suzuki K., Kondo K., (2015) J Epidemiol Res, 2(1):118-124
Press Release NO:072-16-02

解説

対象：要介護認定を受けていない
高齢者

人数：約 1 万 4 千人

期間：2003 年から 4 年間追跡

地域：愛知県の 6 自治体

■具体的には、幸福感や満足感などの5項目の前向き感情に「はい」と答えた数（=前向きな感情得点）0点～5点）が一つ多いごとに、4年後の認知症をとまなう要介護認定を受けるリスクが男性で 13%、女性で 20%低い傾向にあった。

問いかけ例

前向きな感情が認知症の予防にもつながる
かもしれません。



※詳細はスライド下の書誌情報をご参照下さい