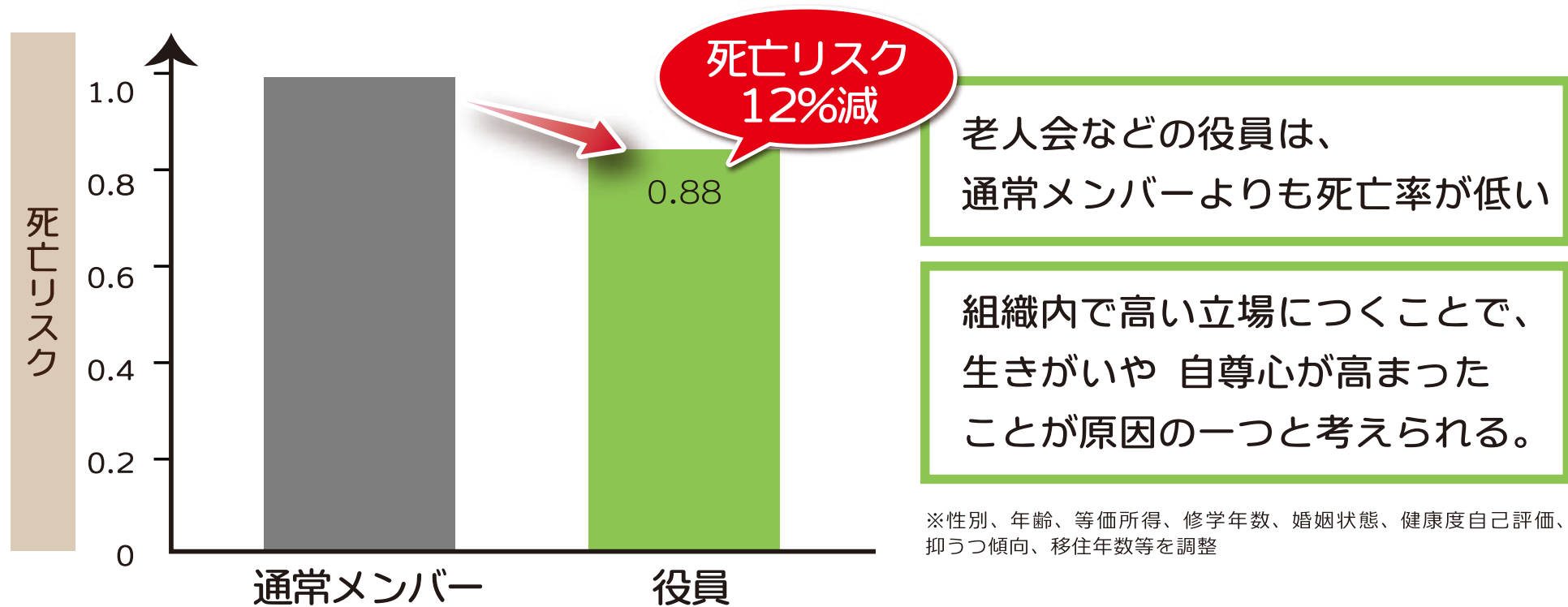


# 地域で役割ある高齢者は長生きしやすい

(死亡率 12%減)

65 歳以上の高齢者 10,271 名を 5 年間追跡した結果 ...



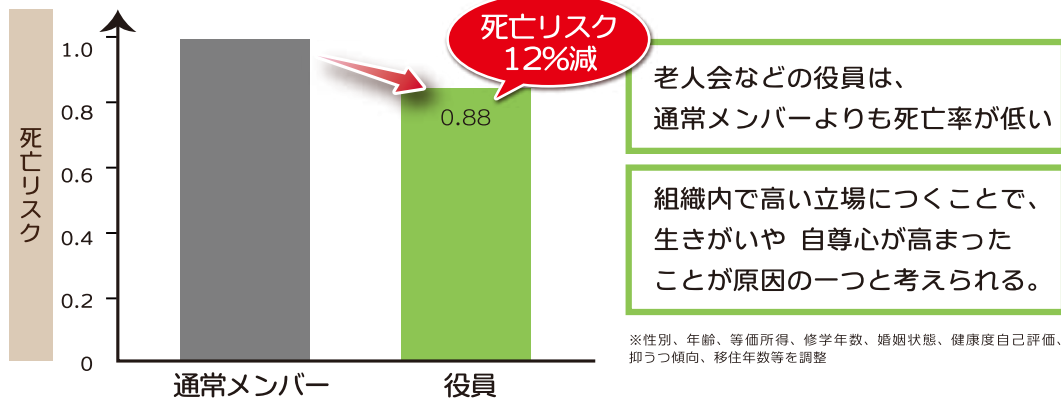
## (自治会などの) 通常メンバーと役員者の死亡リスク比較

# ◆スライド解説

## 地域で役割ある高齢者は長生きしやすい

(死亡率 12%減)

65 歳以上の高齢者 10,271 名を 5 年間追跡した結果 ...



(自治会などの) 通常メンバーと役員者の死亡リスク比較

Ishikawa Y., Kondo N., Kondo K., Saito T., Hayashi H., Kawachi I. (2016) BMC Public Health, 16:394  
Press Release NO:79-16-09

問いかけ例

地域での活動に参加するだけでなく、役割を持って参加すると長生きができるかもしれません。

解説

65 歳以上の男女約 10000 人を 5 年間追跡調査した結果。

「役割を持って参加する」ことは、死亡のリスクとも関連していることが明らかになった。

具体的には、自治会や老人会などに参加している人のなかでも、1つ以上の役員を担っている人の死亡リスクは通常メンバーに比べおおよそ12%低いことが分かった。

この背景には、組織内で高い立場につくことで、生きがいや自尊心が高まったことが原因の一つと考えることができる。

