

新型コロナ流行が神戸市民の健康に与えた影響について

—私たちの暮らしと健康の変化—

一般社団法人 日本老年学的評価研究（JAGES）機構

「研究の社会背景」

2020年のはじめから広がった新型コロナウイルス感染症は、病気そのものの影響だけでなく、外出を控えることや人と会う機会が減ることにより、私たちの暮らし方や健康にも大きな変化をもたらしました。特に高齢者や、もともと社会とのつながりが少ない方にとっては、人との交流が減ることで、心や体の健康が悪くなるのが心配されていました。

「研究概要」

この研究では、神戸市が持つ医療や介護のデータと、市民のみなさんへのアンケート調査の結果を組み合わせ、コロナ流行の前と後での以下の変化について詳しく調べました。

- 生活習慣はどう変わったのか
- 心や体の健康状態はどう変わったのか
- 健康診断や医療機関の受診はどう変わったのか

また、流行前から神戸市が取り組んできた「通いの場」などの介護予防の取り組みが、健康を守るうえで役立っていたかどうかも検討しました。

* 本研究は、世界保健機関（WKC-K23002）神戸センターの支援を受けて実施されました。世界保健機関は、本研究の研究デザイン、データの収集・分析・解釈、報告書の作成、ならびに論文投稿の決定には一切関与していません。



生活習慣はどう変わったのでしょうか

(1) 人との交流や社会参加の変化

- ・働く世代（20～64歳）も高齢者（65歳以上）も、人と会う回数や社会活動への参加が減っていました。
- ・高齢者では「通いの場」への参加が、2016年と比べて2022年には増えていました。
- ・これらは、神戸市がこれまで進めてきた地域の介護予防の取り組みが、コロナ禍でも一定の役割を果たした結果と考えられます。

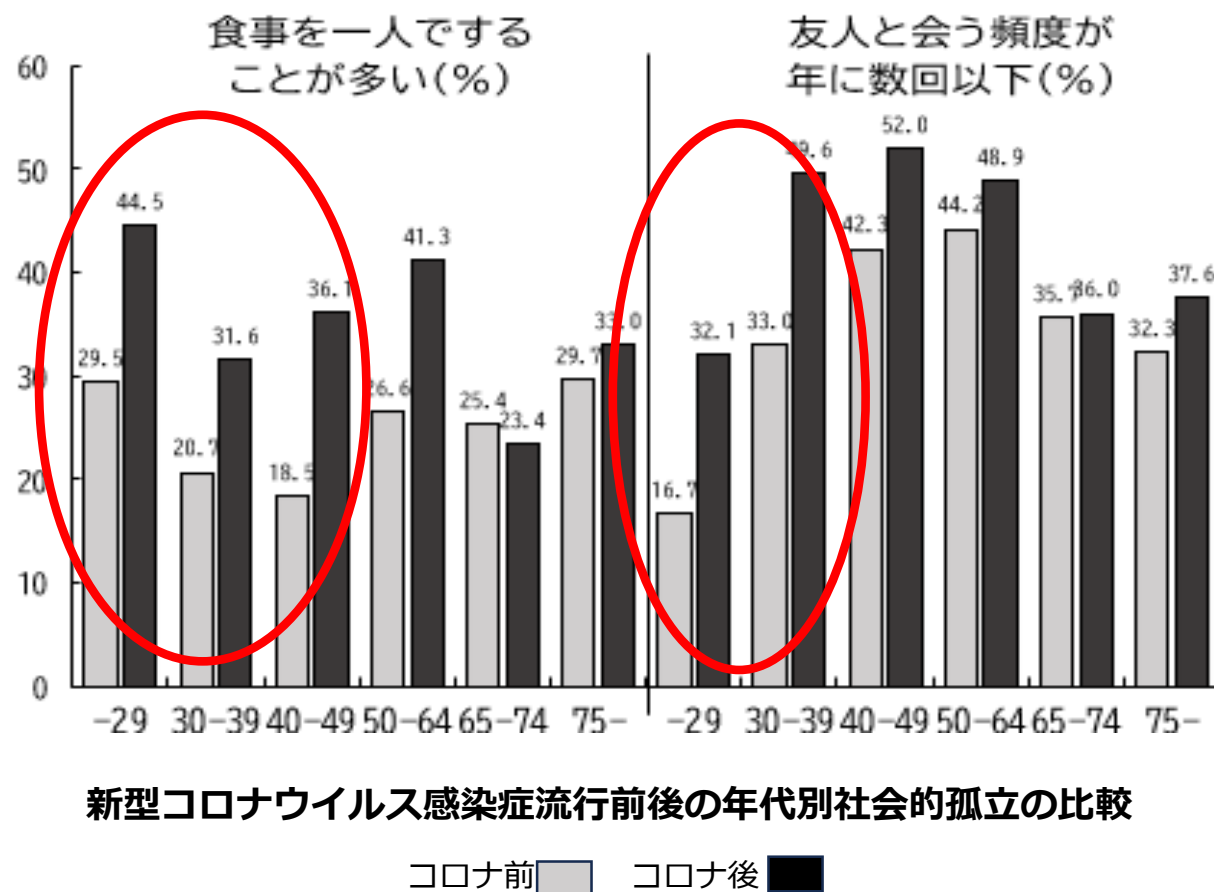


(2) 飲酒・喫煙・食生活の変化

- ・働く世代では、飲酒や喫煙をする人の割合が減っていました。
- ・高齢者でも飲酒の頻度は減りました。
- ・一方で、高齢者では野菜や果物を食べる頻度が減るという変化もみられました。外出機会が減ったことが、食生活に影響した可能性があります。



心や体の健康状態はどう変わったのでしょうか



(1) 心の健康

- 働く世代では、抑うつ症状（気分の落ち込み）や不眠傾向の増加などの変化がみられました。
- 1人での食事や友人と会う頻度など、社会的孤立のリスクは全体として少しずつ上昇し、特に男性や39歳以下の働く世代で目立っていました。

(2) 体の健康

- 高齢者では、フレイル（心身の衰え）のリスクや要介護リスクの上昇、高血圧の増加などがみられました。
- 外出や運動の機会が減ったことの影響や、社会的なつながりの少なさなど、地域の背景が関係している可能性があります。

健康診断や医療機関の受診はどう変わったのでしょうか

(1) 健康診断

- 2020年3月から12月にかけて、健康診断を受ける人が大きく減りました。2021年にも一時的な減少がみられました。
- 一方で、配偶者がいる方、対面やオンラインで人との交流を続けていた方、「第三の居場所（家庭や職場以外の居場所）」がある方では、健診を続ける傾向がみられました。

第三の居場所



(2) 医療機関の受診

- 2020年4～5月の緊急事態宣言中には、医療機関を受診する人が一時的に減りましたが、その後はおおむね回復していました。
- 社会参加や友人との交流が減った地域では、受診の減少傾向がありました。
- 低所得、低学歴、社会的な支援が少ない、配偶者との死別・離別、非正規雇用の方などに受診を控える傾向がみられました。



(3) 医療費や介護費への影響

- 慢性疾患（糖尿病や高血圧など）の受診は、2020年春に一時的に減りましたが、その後は回復していました。
- ただ、医療費全体としては、大きな増加はみられませんでした。
- 社会参加や友人との交流が減った地域では、介護サービスの利用の増加が大きい傾向がありました。



この研究からわかったこと

新型コロナの流行は、社会参加の減少や孤立を通じて、市民のみなさんの心と体の健康に一定の影響を与えました。一方で、下記のような結果も得られました。特に、「通いの場」など、神戸市の日ごろからの地域のつながりづくりが、コロナ禍でも健康を守る力になった可能性があります。

- ・ 医療機関の受診は長期的には回復していました。
- ・ 医療費が急激に減る、または増える傾向はみられませんでした。
- ・ 高齢者の「通いの場」への参加は、むしろ増えていました。

今回の結果から、健康を守るうえで、感染症の対策とともに、以下のことが重要だと考えられます。

- 人と人とのつながりを保つこと
- 孤立しやすい人を地域で支え合うこと
- 平時から地域の居場所や社会参加の機会を整えておくこと。

誰もが安心して暮らし、健康を保てるまちづくりを、平時から皆が協力して進めていくことが大切です。

*WHOからの事業報告も、以下のサイトからご覧いただけます。
 (日本語) <https://wkc.who.int/ja/resources/projects/item/analysing-the-behavioural-responses-to-covid-19-among-the-residents-of-kobe-japan>
 (英語) <https://wkc.who.int/resources/projects/item/analysing-the-behavioural-responses-to-covid-19-among-the-residents-of-kobe-japan>

