



経産省報告書抜粋 【国立長寿医療研究センター 自立支援室 島田室長】

「事業内容と結果の要約」

- 本事業は、高齢期の生活の質を著しく低下させる認知症と鬱の予防を目的として、それらの症状が認められる地域在住高齢者を対象にアートによる介入効果の検証を目的とした。アートによる介入は、芸術療法として認知症やうつ病を発症した患者に対して実施され、その効果は確認されているものの、認知症やうつ病の予防を目的としたプログラムの効果検証についての知見は十分ではない状況にある。認知症やうつは障害調整生命年（死が早まることで失われた生命年数と健康でない状態で生活することにより失われている生命年数を合わせた時間換算の指標）を上昇させる主要な疾病であり、健康寿命の延伸のために予防する意義は大きく、アートによる予防効果が確認されれば、個人の生活の質の向上とともに社会保障費の適正化に寄与する手段として用いることができる。
- 本事業では、認知機能低下やうつ症状を有する76名（男42名、女性34名、平均年齢75 ± 6.1歳）の高齢者を対象として、ランダムに介入群38名と対照群38名に割り付けた。介入群の参加者は、創造的ワークショップと対話型絵画鑑賞から構成された絵画教室に3か月間、週2回（1回につき120分間）参加した。対照群の参加者には、健康講座に参加してもらい生活習慣に急激な変化をもたらすような情報の提供や介入手法は避けた。介入期間の終了後、介入前に実施した事前評価と同様の検査を実施した。
- 測定結果から、うつ症状の指標であるGeriatric Depression Scaleにおいて、介入群が3か月の介入後に有意に低値を示し、うつ症状の改善が認められた。一方、対照群は有意な変化は認められず、介入による効果が示唆された。ただし、交互作用は認められず、介入効果を明確にするためには、症例数を増やすことが必要と考えられた。また、認知機能については有意差の認められた項目はなかった。これは、介入期間が3か月間と比較的短かったことが影響しているものと推察された。
- 今後は、介入期間を延長した大規模な研究を実施する必要がある。たとえば、今回の調査結果からうつ症状に対する効果を明確に示すための必要症例数を計算すると、102目の対象者（効果量0.16、 α レベル0.05、パワー0.9）が必要となる。
- 本事業においては、明確な認知機能向上の効果は認められなかったものの、うつ症状の改善に対する効果がアート介入によって期待できることが示唆された。アート介入に対して、対象者は真剣に取り組み、充実感を得ている様子が観察され、介護予防の新たな介入として用いることができる可能性がある。さらなる検証によってアートプログラムの科学的根拠を明らかにする必要があるだろう。