

聴力低下＆社会活動減 → 要介護リスク2倍

聴力の低下と、社会的活動の減少が組み合わさると将来、介護を必要とする状態になるリスクが高まる——。そんな調査結果を国立長寿医療研究センターと桜美林大学などのチームがまとめた。年とともに聴力は衰えていくが、外出や会話といった社会的活動を減らさないことが要介護状態にならないために大切という。

名古屋市に住む70歳以上の約4700人を対象に調査した。聴力低下の有無と、外出や会話、買い物の有無などで評価する社会的活動の度合い

で、四つのグループに分け、その後2年間に介護認定を受けた割合を比べた。

聴力の低下だけがあるグループと、社会的活動の減少だけのグループでの割合は、両方ともないグループのそれぞれ1.38倍、1.98倍。両方ともあるグループは、両方ないグループの2.13倍と最も高かった。

調査した同センターの裴成琉研究員は「耳が遠い高齢者は適切に補聴器を使うなどし、外での活動や人の交流を減らさないようにしたほうがいい」と指摘する。（武田耕太）

長寿医療研究センターなど