



市民公開講座 開催のご報告



2018年度なかじまプロジェクト市民公開講座

「高齢者の自動車運転と認知症」を2019年3月3日に

能登演劇堂で行いました。当日は165名の皆様が来場され、本講座を通じて認知症と自動車運転に関する正しい理解を深めていただきました。高齢者の自動車運転の視点からは、高齢者ドライバーの免許更新の流れや認知機能検査の内容について教えていただきました。また、認知症患者による交通事故の特徴や患者への接し方の工夫点についてもお聞きしました。自動運転については、珠洲市、金沢市の市街地における自動運転自動車の走行実験の様子を、動画を用いながらご紹介いただきました。都市部と過疎地それぞれの走行の難しさや、今後の自動運転の普及に関する展望などを教えていただきました。2019年度の市民公開講座は能登演劇堂で開催する予定です。

当日のプログラム (2019年3月3日に開催した内容)

- 講演1：なかじまプロジェクトからの報告 認知症の実態と予防
講師：山田 正仁
金沢大学医薬保健研究域医学系 脳老化・神経病態学（脳神経内科学）教授
- 講演2：高齢者の自動車運転と運転免許更新について考えよう！
講師：川畑 信也
八千代病院 愛知県認知症疾患医療センター センター長
- 講演3：地方の交通手段としての自動運転自動車の未来
講師：菅沼 直樹
金沢大学 新学術創成研究機構 自動運転ユニット ユニットリーダー／教授

編集 後記

平素より金沢大学脳神経内科のなかじまプロジェクトにご協力を賜り大変感謝しています。なかじまプロジェクト便り創刊から、早くも第4号の発行となりました。今回は今までの調査結果のご報告を中心にお伝えしてまいりました。今後も住民の皆様の健康づくりに役立つような記事作りを心がけていく所存です。今後ともなかじまプロジェクトをどうぞよろしくお願いたします。

お問 合せ

金沢大学脳神経内科
なかじまプロジェクト

〒920-8640 石川県金沢市宝町13-1

TEL: 076-265-2298
FAX: 076-234-4253
2019年6月30日 発行

金沢大学 なかじまプロジェクト便り

第4号



ごあいさつ



教授
山田 正仁

金沢大学医薬保健研究域医学系 脳老化・神経病態学（脳神経内科学）分野を主宰している山田正仁と申します。

なかじまプロジェクトは、認知症の早期発見・治療・予防を目標とした事業を推進しております。2006年度より七尾市のご協力のもと、中島町に在住の60歳以上の高齢者を対象に「いきいき脳健診」を実施し、健診対象の9割を超える住民の方々の認知機能の継続的変化を調査しています。

また、2016年度からは、全国8地域に在住する地域高齢者1万人の方々を対象とした認知症調査（大規模認知症コホート研究）も開始しました。本調査の結果から認知症発症の科学的根拠を明らかにするとともに、地域住民のご協力のもと、安全で有効な認知症予防法の確立を目指します。

今回のなかじまプロジェクト便りでは、「2016年度から2018年度いきいき脳健診実施報告」、「アポE E4タンパク陽性女性における血中ビタミンC濃度の高さと将来の認知機能との関連」、「残存歯数に関連した食事パターンと認知機能との関連」、「認知症の捉え方のちがいと将来の認知症スクリーニング検査の受診意欲との関連」そして、「市民公開講座 開催のご報告」について取り上げさせていただきました。

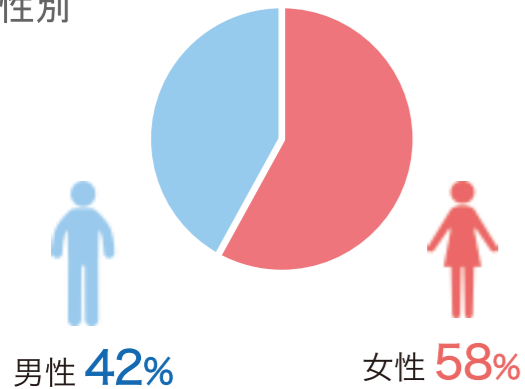
今後も認知症の克服を目指して研究を推進してまいりますので、これからも金沢大学 脳神経内科となかじまプロジェクトをよろしくご協力申し上げます。

2016年度から2018年度 いきいき脳健診実施報告

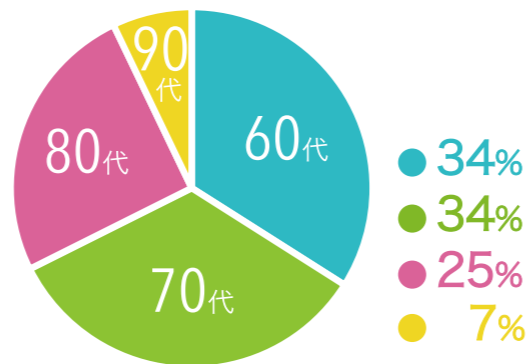
- 2016年度から2018年度にいきいき脳健診を開催し、中島町在住の60歳以上約2400名の方が受診しました。内訳は、男性42%、女性58%、平均年齢は75歳でした。年齢の内訳は、60代が34%、70代が34%、80代が25%、90代が7%でした。

受診者数=約2400名

性別



年齢



- 「いきいき脳健診」では、生活習慣等に関するアンケートの問診・血液検査・身体測定・歯科検診・頭の働きをみる認知機能検査やMRIといった多種多様の検査が、医師・歯科医師・薬剤師・看護師・理学療法士・栄養士・心理士によって実施されました。

これまでの成果

1 ビタミンCと認知機能との関連

中島町研究の成果「アポE E4保有女性では高いビタミンC血中濃度が認知機能低下のリスク低減と関連する」が、2018年の科学誌に掲載されました。ビタミンCを多く含む食品の摂取が将来の認知機能や認知症の発症に及ぼす影響を明らかにするため、2007～2008年度のいきいき脳健診を受診した方に、血中ビタミンC濃度を測定し、2014～2016年度に認知機能の追跡調査を行いました。7.8年後の認知機能の低下(認知症あるいは軽度認知障害の発症)が、女性において、血中ビタミンC濃度の最も低い群では38%みられたのに対し、中間群で29%、最も高い群では22%でみられました。男性では同様の効果をみることができませんでした。さらに、この効果はアポE遺伝子型でE4を保有する女性で特に顕著でした。つまり、アポE E4保有女性ではビタミンCの摂取が将来の認知症や軽度認知障害の罹患リスクを下げる可能性があるという結果となりました。

(Moeko Noguchi-Shinohara et al. *J Alzheimers Dis*, 2018)

2 残存歯数と食事パターンと認知機能との関連

虫歯で歯が欠けたり、歯槽膿漏で歯が抜けたままだと食べにくいものがあります。このように、歯が原因で食べ物が変わると認知機能にどのような影響があるのかを、中島町の住民の皆様のご協力を頂いて調査してきました。その結果、歯が揃っている人や入れ歯を使って食事されている人は緑黄色野菜や葉野菜の摂取量が多いことがわかりました。一方、歯の数が少なく、入れ歯も使っていない人は、ご飯やアルコール類が多い傾向が見られました。このような人は、歯が揃っている人に比べて認知機能が低下している方の割合が増加していました。認知症予防のためにも歯のトラブルが起きたら早めに歯科医院へ行き、バランスの良い食事を心がけましょう。

(Mai-Ishimiya et al. *PLoS One*, 2018)

3 認知症に関する捉え方

いきいき脳健診では、中島町の皆様とお話させていただく機会がたくさんあります。そうした中で、お一人お一人の“認知症”に関する捉え方が異なっていることに気付きました。もしかすると、このような認知症に関する捉え方の違いが将来の認知症スクリーニング検査（脳健診）を受診しようという意欲に影響を与えているのではないかと考え、皆様にご協力いただいた調査結果を解析しました。その結果、もともと脳健診を受診する意欲が低い人にとっては、より強く「認知症が深刻な病気である」と感じる人ほど受診意欲を持ちにくいことが明らかとなりました。認知症を過度に深刻に捉えることで認知症の早期発見と早期治療のチャンスを逃しているかもしれないので、ご留意ください。

(Sohshi Yuki-Nozaki et al. *J Alzheimers Dis*, 2018)