

特集 ■ 女性のフレイルを考える

1 超高齢社会における女性のフレイルを考える

安藤富士子¹⁾
ANDO Fujiko

幸 篤武²⁾
YUKI Atsumu

下方浩史³⁾
SHIMOKATA Hiroshi

1) 愛知淑徳大学健康医療科学部 教授

2) 高知大学教育学部門 講師

3) 名古屋学芸大学大学院栄養科学研究科 教授

はじめに

2016年の日本人の平均寿命は男性80.98歳、女性87.14歳(厚労省発表)、65歳以上の高齢者人口は3,461万人で総人口に占める割合(高齢化率)は27.3%¹⁾になった。これらはいずれも過去最高で、特に女性の高齢化率は初めて30%を超えた(30.1%)。

高齢化のもう1つの特徴は「より高齢な高齢者の増加」である。図1¹⁾に示すように高齢者人口のなかでも後期高齢者人口は近年急増しており、今後、後期高齢者人口が前期高齢者人口を凌駕し、2060年には後期高齢者人口が27%に達すると予測されている。

女性に目を転じれば、女性が高齢者に占める割合は高齢になるほど増大する。2015年の65歳以上人口の男女比は1:1.3であるが、75歳以上では1:1.6、85歳以上では1:2.3である(図2)²⁾。まさに「超高齢者の問題は女性の問題」と言えよう。

超高齢社会の女性における特筆すべき問題点は、単にその「数」だけではない。2013年の国民生活基礎

調査によれば、「介護を必要とする者」の男女比は65歳以上では1:2.0、75歳以上では1:2.3、85歳以上では1:3.2であり、要介護者は人口比以上に女性に集中している。わが国の要介護者数に後期高齢者が占める割合は81.9%と極めて高いが、25.0%が男性で残りの56.9%が女性である³⁾。

さらに高齢女性が「非自立」となった要因を年代別に検討してみると(図3)、脳血管疾患や心疾患のような臓器別疾患の割合は高齢になるほど低下し、「高齢による衰弱(フレイル)」やコグニティブ・フレイル(cognitive frail)をきたす原因の1つである「認知症」が後期高齢者で急増している³⁾。近い将来、女性が90歳まで生きることが当たり前になるが、超高齢の女性にとってフレイルやコグニティブ・フレイルは自立やQOLを妨げる大きな要因となると考えられる。

フレイルの概念

加齢に伴う心身の能力の低下・虚弱状態を表す言葉