

Weekly コラム

令和 4 年 6 月 14 日

〒541-0055 大阪府中央区船場中央 2-1

船場センタービル 4 号館 4 階

船場経済倶楽部

Tel 06-6261-8000

(NPO 法人 SKC 企業振興連盟協議会) Fax 06-6261-6539

人の輪・衆智・繁栄

活動方針



当団体は、異なる業種の経営者が相集い、力を合わせ、自らの研鑽と親睦を通じて、斬新な経営感覚と新たな販売促進を創造して、メンバー同士でより健全な事業所とその事業所のイメージアップを図り、地域社会に貢献できる事業所となることを目的とする。

健康寿命とともに 注目度が増すフレイルとは？

近年、糖尿病や動脈硬化などの成人病に対しては、医学の発展により解決方法がみえつつあります。癌も同様、以前よりも治療で治せるようになりました。不治の病の克服もあり平均寿命は伸びました。厚生労働省によると、2020年の日本人の平均寿命は女性が87.74歳、男性は81.64歳です。2010年の女性86.39歳、男性79.64歳と比べると、女性は1.35歳、男性は2歳ほど伸びています。今後も平均寿命は延伸すると見込まれており、2060年には女性の平均寿命は90歳を超えるともいわれています。

寿命が延びる中、長生きするだけでなく、健康で幸せに生きることが重要だという考えが強まり健康寿命が重視されるようになりました。その中、「フレイル」にも注目が集まるようになりました。

フレイルというのは、加齢で心身が虚弱状態に陥ることを指します。介護が必要なほどではなく、介護のひとつ手前の状態ともいえます。具体的には、物覚えが悪くなった、長時間歩き続けられない、長い時間立ち仕事をすると膝が痛む、さらには、耳は聞こえるがテレビの音が聞こえづらいといった症状が該当します。

フレイルは放置すると要介護状態に進むものもありますが、早期発見し適切な介入支援を行えば健康の状態に戻るものもあります。いち早く、フレイル状態を検知することに大きな意義があります。こうした特性から、最近ではフレイル専門のドックが誕生しています。

また、自治体によっては、高齢者の聴力低下に対する早期発見に力を入れているところもあります。ある自治体では無料で聴力検査を実施して、聴力低下がみられる高齢者には耳鼻科の受診や補聴器の使用などを促し、フレイルのリスクを低減しようとしています。

近年、長生きするだけでなく健康で幸せに生きる健康寿命が重視されるようになりました。そこで、注目を集めているのがフレイルへの対処です。フレイルとは加齢による心身の虚弱を指します。具体的な症状を挙げると、物覚えが悪くなった、耳が遠くなった、足腰が弱るといったことが該当します。

とくに、コロナ禍で外出を控える高齢者が増え、足腰が衰え、結果、フレイル該当者が増加しているという調査結果もあります。

ただ、フレイルは早期に発見し対処すれば、もとの状態に戻れるともいえます。こうした流れを受けて、自治体の中には、フレイルが疑われる高齢者を対象に運動メニューを提供する取り組みを行っているところもあります。また、大学の中には、体操教室を開き、高齢者が音楽に合わせて学生と一緒に体を動かすといった取り組みを実施したところもあります。

近い将来、医療の発展によりフレイルに対処する薬や体操をはじめ、さまざまな治療方法が確立されることが予想されます。結果、フレイルを5~10年程度、延ばせるときが訪れるともいわれています。そのとき、全ての対処法が安価に受けることができればよいのですが、最初は健康保険の適用外が多くを占めるでしょう。すると、医療の恩恵を受けられる人とそうでない人の間に格差が生じることとなります。お金がある人はフレイルに関する医療や薬、サービスをふんだんに受け、老化を先延ばしすることができる一方で、貧しい人は従来通り老化することとなります。

社会としては、こうした格差をどこまで受け入れるのか、格差を最小限にとどめるにはどのような体制が必要か、今後議論が必要になるところと予想されます。

記事の内容に関するお問い合わせは事務局までご連絡ください。