

引退が高齢期の認知機能に与える影響の検討

藤井 麻鈴

現在、日本の高齢化は急速に進んでおり、平均寿命も延びている。それに伴い、健康寿命の延伸に関心が集まっている。この健康寿命を脅かす要因の中でも特に認知機能の低下が懸念されている。認知機能の低下により、自立した生活を送れなくなることは、高齢者個人の問題であるだけでなく、福祉予算の増大など社会的な問題でもある。そのため、認知機能の低下や維持にかかわる要因を明らかにすることは、急務である。

近年では、認知機能の維持の要因として、教育、職業、高齢期の余暇活動などのライフスタイルが注目されている。しかし、今日では、高齢期でも仕事を続ける人が増加しており、仕事を引退する年齢が人によって異なっているため、引退と認知機能の関係を検討する必要性が考えられる。すでいくつかの研究で、引退と認知機能の関係は検討されているが、引退が認知機能に負の影響を与えることを示唆する研究がある一方で、引退が認知機能に影響を与えないことを示唆する研究もある。このように、引退と認知機能の関係を検討した研究は数が少ない上に、相反する結果がでていることが問題である。

そこで、本研究は、引退が認知機能に与える影響を明らかにすることを目的とした。長く働いている人ほど認知機能が高いという考えから、仮説1では現役で働いている人のほうが、引退した人より認知機能が高い、仮説2では引退からの経過年数が短い人ほど認知機能が高いとした。なお、退職、引退に対して、その理由や環境に性差が生じている可能性が考えられることから、男女別に分析を行った。

本研究の分析対象者は、2013年度に実施したSONIC研究の調査に参加した70代の男女815人であった。質問項目は、現在の労働状況、最長職、余暇活動、基本属性であった。分析においては、現在の労働状況から、引退年齢、引退からの経過年数変数を作成した。

分析1では、仮説1の検証を目的に、現在の労働状況を独立変数、教育歴、仕事の複雑性、余暇活動の3つを共変量、認知機能(MoCA-Jの得点)を従属変数として、共分散分析を行った。その結果、男女ともに引退群と現役群で認知機能課題の得点に有意差はみられなかった。分析2では、仮説2の検証を目的に、引退からの経過年数を独立変数、教育歴、仕事の複雑性、余暇活動の3つを共変量、認知機能(MoCA-Jの得点)を従属変数として、共分散分析を行った。その結果、男女ともに引退からの経過年数による認知機能課題の得点に有意差はみられなかった。

本研究では、多くの先行研究とは違い、引退が認知機能に影響を与えないという結果となった。多くの先行研究は、引退が認知機能に負の影響を与えるのは、職場環境は非職場環境より認知的刺激が高いからだとしてきた。しかし、本研究では、高齢期の仕事は認知的刺激がそれほど高くない可能性や、引退した人は現役の人と比べ、認知的刺激が高い余暇活動をより多くしている可能性が示唆された。また、女性においては、仕事の有無より家事の影響が大きい可能性が考えられる。そのため、本研究では引退が認知機能に影響を与えないという結果になったのではないかと考える。

また、教育歴、仕事の複雑性、余暇活動と認知課題得点との正の相関はみられたことから、仕事の有無ではなく、高齢期の活動内容が認知機能に重要であると考えられる。本研究は、引退時期や高齢期の過ごし方が多様である日本の高齢者を対象として、教育、職業、余暇活動のすべてを考慮して、引退が認知機能に与える影響を検討したという点で意義のあるものであったと言えるだろう。今後は、定年退職期以降の仕事についてさらに詳細な情報を収集するとともに、本論文で言及した課題点をふまえ、引退が認知機能に与える影響について検討することが望まれる。(臨床死生学・老年行動学)