

ロコモティブシンドローム対応素材の動向

編集部

高齢化の進行とともに、ロコモティブシンドロームに対する取り組みの必要性が強く問われるようになった。「第二次健康日本21」では「元気な高齢者」のためのロコモ対策も盛り込まれており、産官学が一体となった本格的な取り組みにも期待がかかるが、未だ大きな潮流になっているとは言えない状況だ。ロコモティブシンドロームという言葉の認知は徐々に進みつつあり、消費者の意識の変革も期待される。健康食品市場ではグルコサミンやコンドロイチンを中心とした関節向けマーケットが先行しているが、高齢化に伴う筋肉減少を予防するための筋肉維持の必要性とその対策素材への提案も強化されつつある。体の基礎となる骨に対する素材と併せ、トータルのロコモ対応への関心は高まりつつあると思われる。本稿では、関節、骨、筋肉という3つの切り口から注目される素材とサプライヤーを紹介する。

高齢者の要介護者数増加

内閣府が毎年発表している「高齢社会白書」の平成25年版をみると、わが国の65歳以上の高齢者人口は、過去最高の3,079万人（前年2,975万人）、総人口に占める65歳以上の人口割合（高齢化率）は24.1%（前年23.3%）となった。わが国は世界のどこの国もこれまで経験したことのない高齢社会を迎えているといえる。

高齢者の要介護者の数は急速に増加しており、特に75歳以上で割合が高くなっている。65歳以上の要介護者等認定者数は、2010年度末で490.7万人、2001年から右肩上がりに伸び続けており、2001年度末と比べると203万人が増加したことになる。介護する側の年齢も高く、同居介護者の男性65%、女性60%が60歳以上となっており、いわゆる「老老介護」のケースも相当数に及ぶと予測されている。

高齢化とロコモをめぐる状況

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）とは、2007年に日本整形外科学会が新たに提唱した概念で、「運動器の障害」による「要介護になる」リスクの高い状態になることを指す。運動器の健康を保ち、寝たきりや要介護状態を回避して健康寿命を延伸することは、厚労省も今後の課題と捉えており、国民一丸となって応じていく必要のある課題と捉えている。

本年から開始された「健康日本21

（第二次）」ではこのような状況を改善し、高齢者各人の健康寿命を延ばし、自立した日常生活を送れる者を増やすことが課題とされ、これらを踏まえた「高齢者の健康」のための目標が立てられている（表1）。それには、ロコモの認知度向上だけでなく、足腰に痛みのある高齢者の割合の減少や、低栄養傾向の高齢者の割合の増加抑制も盛り込まれている。

厚生労働科学研究で浮き彫りになるロコモ対策・予防の重要性

・膝の痛みを抱えるのは1,800万人

2008～12年度に行われた「膝痛・腰痛・骨折に関する高齢者介護予防のための地域代表性を有する大規模住民コホート追跡研究」（研究代表者：吉村典子氏（東京大学医学部附属病院））は、初年度から開始した8つのコホートの統合により約12,000人（60～80代が86%）が参加した大規模な研究。分析の結果、膝痛の割合は32.7%、腰痛が37.7%となり、この割合をもとに国勢調査による性・年齢別人口比率を用いて計算した結果、膝痛は1,800万人、腰痛が2,770万人と推定された。

また、12,000人の中の約1万人の追跡調査では

65歳以上の地域住民を対象に「要介護移行率」を推定して計算した。その結果、年間で111万人が要介護に移行することが判明。要介護移行には「やせ」が関わっている他、地域差が存在するという。分担研究では要介護の原因ともなる「転倒」について調査。男女とも「歩行速度の低下」が転倒の危険因子であり、女性はそれに加え「膝痛」も転倒の危険因子であることが分かった。

・要介護高齢者の16.5%が低栄養状態

要介護高齢者の16.5%が「低栄養」状態で、BMI18.5未満の「やせ」が2割にも上ることが、厚生労働科学研究「地域・在宅高齢者における摂食嚥下・栄養障害に関する研究」（研究代表者：葛谷雅文氏（名古屋大学大学院））の12年度報告書で分かった。神奈川県と愛知県で地域在宅療養中の要介護高齢者1,100人のコホートを構築し、横断的調査を行ったもの。「低栄養」と判定されたのは16.5%で、「やせ」の割合は21.4%だったが、その割合は

表1 高齢者の健康

項目	現状	目標
①介護保険サービス利用者の増加の抑制	452万人 (平成24年度)	657万人 (平成37年度)
②認知機能低下ハイリスク高齢者の把握率の向上	0.9% (平成21年)	10% (平成34年度)
③ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を認知している国民の割合の増加	(参考値)17.3% (平成24年)	80% (平成34年度)
④低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合の増加の抑制	17.4% (平成22年)	22% (平成34年度)
⑤足腰に痛みのある高齢者の割合の減少 (1,000人当たり)	男性218人 女性291人 (平成22年)	男性200人 女性260人 (平成34年度)
⑥高齢者の社会参加の促進(就業又は何らかの地域活動をしている高齢者の割合の増加)	(参考値)何らかの地域活動をしている高齢者の割合 男性64.0% 女性55.1% (平成20年)	80% (平成34年度)