報道関係各位　　2024 年 2 月 7 日

京都女子大学

ポジティブ神経心理学を活用して、高齢者のウェルビーイングを向上
新しい認知症予防法を検証する「東山研究」を開始

心理学・医学・栄養学・運動生理学の研究者が、
認知症予防を目的に遠隔健康支援システムの構築を目指す

2024 年 2 月 29 日(木)･3 月 1 日(金) 東山区の高齢者 150 名の健診･調査を実施

京都女子大学（所在:京都市東山区/学長:竹安 栄子）は、発達教育学部心理学科（2024 年 4 月より心理共生学部心理共生学科）と家政学部食物栄養学科の教員が連携し、「ポジティブ神経心理学」の理論を取り入れ新しい認知症予防のあり方を検証する「東山研究」を、2024 年 2 月より開始します。

■３人に１人が高齢者となる超高齢社会の到来を前に、新たな認知症の予防法の確立を目指す。

2050 年、日本の人口の 3 人に 1 人が 65 歳以上の高齢者になると予測されています。この超高齢社会にむけて、社会保障制度のあり方、医療・介護人材の不足など課題が山積しています。2019 年に認知症施策推進関係閣僚会議がまとめた「認知症施策推進大綱」では、認知症の発症を遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにすることを目標とした認知症予防の施策を重視することが決定されました。そのためには予防法の確立にむけて、エビデンスを蓄積することが求められています。また京都女子大学が位置する京都市東山区は、京都市統計ポータルによると、2015 年の 65 歳以上の高齢化率は 32.4%、また 2015 年の国勢調査によると 70 歳以上の高齢者の 1 人世帯 33%となっており、高齢化率が著しい都市型の過疎地域です。この実践研究を通じて、住民の健康増進、地域の持続的な発展につなげたいと考えています。

■ポジティブ神経心理学で高齢者の健康増進を促し、外出困難な高齢者のための遠隔支援プログラムを構築。

「東山研究」の代表を務める岩原昭彦教授は、「ポジティブ神経心理学」を研究しています。「ポジティブ神経心理学」では、気持ちをポジティブにコントロールすることで、ウェルビーイング(肉体的、精神的、社会的に満たされた状態)が高まると考えられています。「東山研究」では、心理学・医学・栄養学・運動生理学など各分野の研究者が連携し、①ポジティブ神経心理学的な支援を組み込むことで、健康増進を促す行動が起こるのか、②一人暮らし・歩行機能の低下で外出困難となり、他者との交流が制限された高齢者に、スマートフォンやタブレットなど情報通信技術を活用した介入が認知機能の低下を防止するのかを検証していきます。

研究分担者氏名（所属）	役割分担
岩原昭彦（発達教育学部心理学科 教授）※研究代表	心理社会的指標の測定、介入手法の開発、認知機能の測定
中山玲子（副学長、副栄養クリニック長、管理栄養士）	生活習慣の測定、介入手法の開発
宮脇尚志（家政学部食物栄養学科 教授、医師）	医学的指標の測定、介入手法の開発
坂手誠治（家政学部食物栄養学科 教授）	運動機能の測定、介入手法の開発
下津咲絵（発達教育学部心理学科 教授）	ストレスマネジメント、介入手法の開発
八田武俊（発達教育学部心理学科 教授）	心理社会的指標の測定、ウェルビーイングの測定

※発達教育学部 心理学科は 2024 年 4 月から心理共生学部 心理共生学科となります。

■2024 年 2 月から、東山区の高齢者 150 名の住民健診、健康教室などサポートを継続。

2 月 29 日（木）・3 月 1 日（金）の２日間、東山区在住の高齢者（65～85 歳）150 名を対象に認知機能生活習慣・医学的指標を測定する住民健診を、東山区役所で行います。①認知機能（記憶力・注意力・言語能力等)、②身体機能（骨密度検査・運動機能検査・血液検査)、③アンケート調査（食生活等に係る生活習慣や心理状態に関すること）を行います。測定結果を個人へ返却し、日常生活で気を付けることなどの説明会を実施します。また必要に応じて健康教室を開催し、地域の高齢者の健康増進を継続的に支援します。なおこの研究は、健診会場での手伝いや健康教室等での高齢者とのふれあいを学生が担当する、現地実習の場でもあります。

【報道関係のお問い合わせ先】
京都女子大学広報デスク（プランニング・ボート内）福嶋・小宮　℡：06-4391-7156
京都女子大学　入試広報課　北山・堀川・竹縄　℡：075-531-7054
京都女子大学ＨＰ　https://www.kyoto-wu.ac.jp/

※健診のご取材を希望される方は、前日までに、上記広報デスクまでご連絡をお願いいたします。