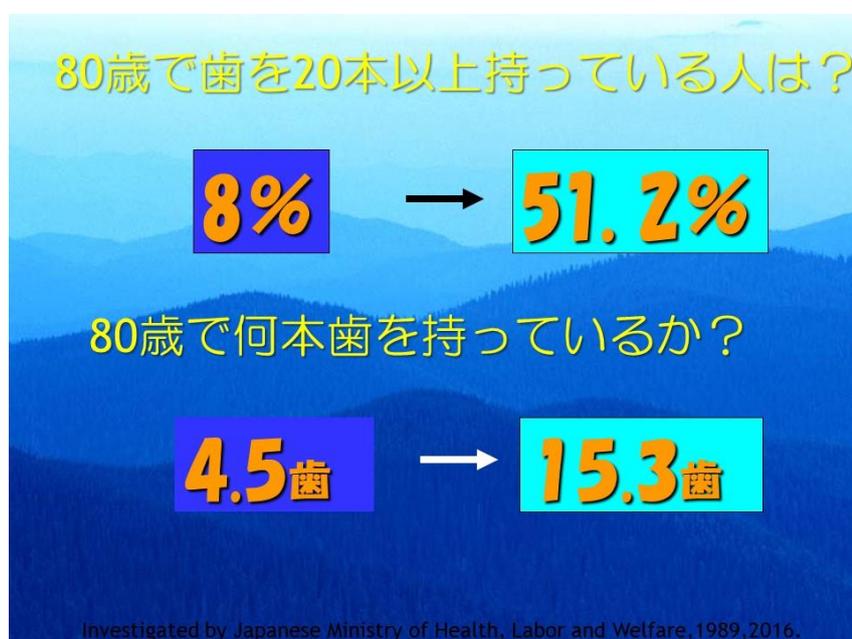


1. 事業名 : 東京都文京区における 8020 達成者の追跡調査
2. 申請者名 : 文京区歯科医師会 会長 三羽敏夫
3. 実施組織 : 文京区歯科医師会 8020 委員会
委員長 平井基之
副委員長 茂木悦子
委員 安東治家、石原 忍、岩波行紀、 太田修司、
太田順子、小泉和浩、近藤寿哉、佐藤正孝、
鈴木愛三、瀧田稔也、田中武久、田中拓久、
内藤良二、中嶋裕佳子、藤田良治、野村豪彦、
前島伸一郎、松田由紀子、松原 真、三羽敏夫、
森 俊一、森 麻美、森 玲子、谷田部 優、
山田敏弘、依田 泰、和久本雅彦
東京歯科大学歯科矯正学講座
東京歯科大学衛生学講座
4. 事業の概要 : 文京区歯科医師会は文京区および東京歯科大学歯科矯正学講座並びに衛生学教室との共同で 8020 達成者の全身、口腔調査を 1996 年、2000 年、2005 年と 3 回に渡って実施し、日本歯科医師会雑誌に 2 度、また文京区歯科医師会ホームページにその結果を発表しています。本調査の特徴は各年毎の新 8020 達成者だけでなく初回の 8020 達成者から経年的調査をしていることで、3 回目の 2005 年には 7 名の 3 回連続出席者があり、8020 の達成が生活の“ハリ”となって彼らの自立に繋がること示されました。この度、166 名の追跡調査を行ない、住所が判明している 120 名にアンケート調査を行いました。

5. 事業の内容 :



この約 20 年の間に 8020 の達成者は 50% を超えるようになり、80 歳の残存歯数の平均は 15.3 歯にまでなり、8020 運動は大きな成果を上げたといえると思います。



このケースは、8020 の中でも最も理想的なケースで 84 歳の男性で 28 歯全く未治療で経過し、かつ歯肉の状態や咬合関係・歯列の状態など大変良い状態のケースでありました。

目的

- *元氣な8020達成者はその後どのような生活を営んでいるか、あるいはいたかどうかを知るためにおこなった。

方法：アンケート調査

*1996年、2000年、2005年調査対象者合計120名にアンケートを郵送した。

方法：アンケート

ご存命者
現在の住居
家族
体調
健康管理：健康診断、現在の病気
身体能力:歩行、会話、家事、仕事
食生活:食欲
趣味や生きがい

方法：アンケート

ご逝去者
逝去年齢
死亡原因
逝去場所
介護期間
介護場所
介護者

このように住所の判明した 120 名に郵送し、ご本人またはご家族から 48 名の方に返信を頂くことが出来ました。ご存命の方 17 名、すでに逝去された方が 31 名でありました。

本調査ご協力者の一例



本調査のご協力者の一例です。84歳25歯で表彰され、97歳24歯までの記録はあります。84歳から13年の間に1歯失いましたが、歯の定期検診にもきちっと来られ元気にお過ごしになられておりましたが、このアンケートの調査後ほとんど介護や入院の期間なくお亡くなりになったと主治医の先生からご報告いただきました。

ご存命方の主なアンケートの回答

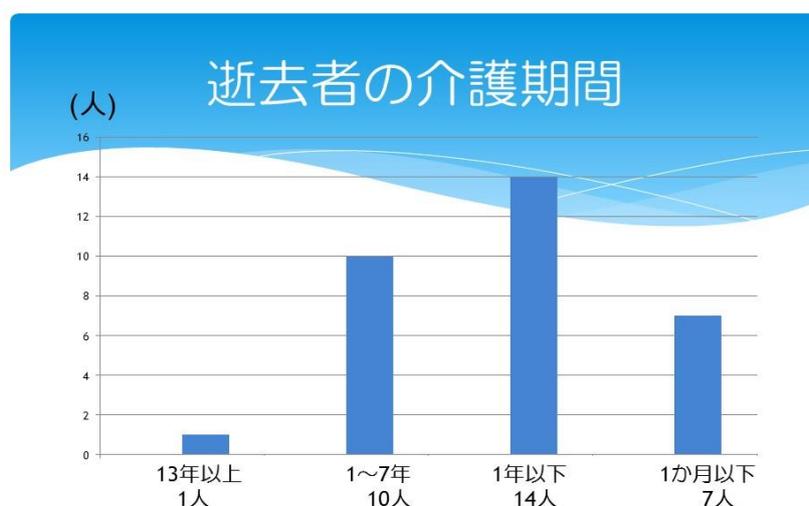
- * 自分で食べられる、咀嚼、嚥下に問題ない：**88.2%**
- * 歯の重要性を認識している：**94.1%**
- * 日常生活に支障はなく、周囲とのコミュニケーションがとれている：**80%以上**

自分で食べられるかどうかという事は家族の介護負担において大変大きな問題であるとされております。毎食毎食誰かが食事介護をしなければならないという事は、排尿排便が全介助であるのと同じくらい大変なことと言われております。これらの方が88.2%もご自分で食べられるという事は、注目に値することと考えられます。また、周囲とのコミュニケーションがとれているという事も認知機能の維持改善の面からも特筆すべきことと考えます。

逝去者の主な回答アンケート ご家族などによる回答

- * 亡くなられる近くまで自分で食べられていた：
64.5%
- * 平均介護期間：1.90年

逝去者においても、亡くなる直前まで比較的多くの方がご自分で食べられていたことも注目に値することですし、何よりも平均介護期間が平均で1.9年ということは、後程にも触れますが特筆すべきことと考えます。



逝去された 31 名のうち、13 年という方が 1 名だけで、1 年以内が 21 名、特に 1 か月以下が 7 名と圧倒的に介護期間が短いことが示唆されました。

考察1：介護期間

- * 厚生労働省発表による平均介護期間
 - * 女性：12.93年
 - * 男性：9.97年
- * 今回の対象者1年以下が約7割
- * 逝去前まで、自分で食べられていたという結果は介護度、介護期間を減少させるものと考えられる。
- * →IADRで介護期間が平均より短いことをアピールしたがあまり関心を持たれなかった。むしろ死因について質問された。

厚生労働省が発表している平均介護期間に比べると、歴然たる差があることがうかがえます。「食べる」ということだけが原因とは言い切れませんが、一般的な 8020 さんにみられる活動的な生活をなさっていたり、社会とつながっていたり、コミュニケーションがしっかりされているなど「食べる」ということから付随する様々な活動が関係しているとも考えられます。

逝去者の死因



さらに注目すべきは、死因の第一位が老衰であったことです。一般的に医師が死亡診断書に「老衰」と書くことは少ないと聞いておりますが、家族からの聞き取りによると、このような結果になり、まさに大往生といえるのではないのでしょうか。

考察2：死因

- * 死因のトップは老衰であった。
- * 2015年9月20日放送のNHKスペシャル：老衰の定義：老衰死とは「直接の死因となる病を持たず、老いによる身体機能の低下で死を迎えること。
- * 共通する特徴は『食べる』という機能が低下することで、それが身体全体の機能を低下させていく。

考察2：死因続

- * 2017年12月25日(電子版)、[日本経済新聞社](#)は[市区町村別の後期高齢者\(75歳以上\)](#) 1人当たり年間医療費と、厚労省の老衰死比率データ(2008～2012年)を分析。死因に占める老衰の比率が高い市区町村ほど医療費が低く、老衰で死亡するまでの介護費が増える傾向もないとの結果を公表。



1人当たり医療費比較

2017年12月25日(電子版)日本経済新聞社

考察2：死因続

- * 神奈川県茅ヶ崎市は病死は、**がん**と**脳梗塞**が全国平均より1割少なく、**心筋梗塞**が3~4割低く、**老衰**の割合を押し上げていた。
- * 75歳以上（後期高齢者）の1人当たり医療費は4年間平均では約79万2千円で、国全体の平均（約93万2千円）より14万円低い。
- * 老衰では終末期を迎えても病気ではないため積極的な治療が抑えられているとみられる。もし全国約1740の市区町村が茅ヶ崎市と同じ医療費ならば国全体で**2兆3千億円の医療費が減る計算になる。**

2017年12月25日(電子版)日本経済新聞社

結論

8020達成者の追跡調査を行ったところ、ご存命者は自立した生活を送っている方が多く、自分で食えることが出来ている。

一方亡くなられた方においては、ご家族の話から亡くなる近くまで自分で食べられていたとのことで、介護期間は短かった。

8020達成者の増加は元気な高齢者の増加に繋がりを、健康面だけでなく、経済効果も生み出す可能性が示唆された。

6. 実施後の評価： このように歯科医療が国民のQOLを高め医療費の削減や健康寿命の延伸に寄与し、しいてはQODをも高めていることを示す一例であると考えられました。

 これらの結果を区民と歯科医師会の集いで発表予定であり、すでに昨年ロンドンで開かれたIADR学会、文京区三師会学術大会などで発表させていただきました。今後も機会を探して発表していく予定です。