



2021 年 10 月 21 日

各 位

太陽生命保険株式会社
代表取締役社長 副島 直樹



太陽生命と太陽生命少子高齢社会研究所、 「コロナ禍での行動変化がMC I のリスクに与える影響 に関する調査」を実施

T&D保険グループの太陽生命保険株式会社（社長 副島直樹）と当社子会社である太陽生命少子高齢社会研究所（以下「研究所」）は、「認知症予防」に関する継続的な調査を実施しており、今回、コロナ禍での行動変化によるMC I（軽度認知障害）のリスクへの影響等について調査を行いましたので、お知らせいたします。

調査結果のポイント

- ① コロナ禍により 80 代は運動習慣が減少し、MC I のリスクが前回調査（2019.10～2020.5）より増加した。一方、50 代～70 代は、運動習慣を持つ人が増え、MC I のリスクは減少した。
- ② 外出機会が減少するなか、日常生活行動において、男性は「人との会話」が減少する一方、女性は「読み書き計算・頭を使う活動」の割合が増加し、「巣ごもり」の過ごし方に男女の差がみられた。
- ③ その他食習慣、睡眠および体重増減については、各年代とも前回調査から特段の変化はみられなかった。

当社では2018年10月より「ひまわり認知症予防保険」を販売し、当社よりご案内している予防給付金を活用した予防サービス、「MC I スクリーニング検査」^(*)を受診されたお客様に対し、認知症予防に関するアンケート調査にご協力いただいております。既に1,500件以上のご回答をいただいております。

それらのご回答を、新型コロナウイルス感染症の流行の開始前後に分けて比較し、在宅勤務や外出自粛等が余儀なくされる中で、生活習慣及び意識・行動の変化により、MC I のリスクが高まっているか、また特徴的な変化がみられないか、調査を実施しました。

今後、データ収集をさらに進め、当社の保有する契約関連のビッグデータ等を組み合わせた分析も行っています。引き続き、当社は認知症を含めた社会的課題の解決への取り組みに貢献することで、人生100年時代を誰もが安心して、元気に長生きできる社会の実現を目指してまいります。

^(*)株式会社MCBIが提供する軽度認知障害（MC I）のリスクを早期発見する血液検査サービスです。

以 上

< 調査概要 >

- アンケート名：MC I 検査受診者アンケート
- 実施期間：①（前回）2019 年 10 月～2020 年 5 月 ②（今回）2020 年 6 月～2021 年 6 月
- 実施方法：郵送・オンラインによるアンケート調査
- 回答者数：1,529 件（①870 件 ②659 件）

1. MC Iスクリーニング検査とは

○株式会社MCBIが提供する軽度認知障害（MC I）を早期発見する血液検査サービスについて

- ・MC Iスクリーニング検査は、認知症の前段階である軽度認知障害（MC I）のリスクを判定する血液検査です。
- ・軽度認知障害（MC I）とは、健常者と認知症の中間の段階を指します。日常生活に支障はありませんが、そのまま経過すると認知症に進行する可能性が高い状態です。最近の研究では軽度認知障害（MC I）の段階で適切な予防や治療を行えば、認知症の発症を防ぐことや遅らせることができると分かっています。
- ・認知症の中でも最も多いアルツハイマー型認知症（アルツハイマー病）は、発症する約20年前から主な原因物質であるアミロイドベータペプチドが脳に溜まり始め、神経細胞を破壊することで発症すると考えられています。MC Iスクリーニング検査は、アミロイドベータペプチドの排除や毒性を弱める機能を持つ血液中の3つのタンパク質を調べることで、MC Iのリスクを判定します。

○リスク判定について

- ・MC Iスクリーニング検査によるリスク判定は4段階あります。

A	MC Iのリスクはほぼありません。 今後も健康的な生活を心がけましょう。
B	MC Iのリスクは低めです。 健康的な生活を意識して、MC Iのリスクを減らしましょう。
C	MC Iのリスクは中程度です。 生活習慣を見直し、直ちに予防に取り組みましょう。 物忘れなどで気になることがありましたら、専門医に診てもらいましょう。
D	MC Iのリスクは高めです。 専門医による詳細な検査・診断を受けられることをおすすめします。

なお、当調査結果においては、MC Iスクリーニング検査のA・B判定を「低リスク」、C・D判定を「高リスク」と定義しています。

2. アンケート実施概要

○調査実施概要

調 査 方 法：郵送・オンラインによるアンケート調査

有効回答数：1,529 件（累計）

（うち今回調査分 659 件（2020 年 6 月～2021 年 6 月））

（うち前回調査分 870 件（2019 年 10 月～2020 年 5 月））

※対象期間が概ねコロナ禍以前である前回調査と、コロナ禍で外出自粛等の制約を受けている今回調査と比較することで、コロナ禍での人々の行動変化がMC I リスクに与える影響を調査した。

対 象 者：MC I スクリーニング検査を受診したお客様のうちアンケートを希望された方

○回答状況

<性別/年代別>

【累計値】

	計	40歳未満	40代	50代	60代	70代	80代
男	363	1	3	22	86	182	69
女	1,166	2	13	102	361	541	147
合計	1,529	3	16	124	447	723	216
構成比	100.0%	0.2%	1.0%	8.1%	29.2%	47.3%	14.1%

【今回分(2020/6～2021/6)】

	計	40歳未満	40代	50代	60代	70代	80代
男	160	0	2	9	46	75	28
女	499	1	6	41	143	230	78
合計	659	1	8	50	189	305	106
構成比	100.0%	0.2%	1.2%	7.6%	28.7%	46.3%	16.1%

【前回分(2019/10～2020/5)】

	計	40歳未満	40代	50代	60代	70代	80代
男	203	1	1	13	40	107	41
女	667	1	7	61	218	311	69
合計	870	2	8	74	258	418	110
構成比	100.0%	0.2%	0.9%	8.5%	29.7%	48.0%	12.6%

<性別/判定結果別>

【累計値】

- ・概ね4人に3人の方は、MC I のリスクが低い（A・B判定）という判定結果となった。
- ・概ね4人に1人の方は、生活習慣の見直しが必要な状態（C・D判定）であり、そのうち約3人に1人の方は、医師の診察が推奨される状態（D判定）であった。

	計	A	B	C	D
男	363	204	68	58	33
女	1,166	650	243	177	96
合計	1,529	854	311	235	129
構成比	100.0%	55.9%	20.3%	15.4%	8.4%
		76.2%		23.8%	

【今回分(2020/6～2021/6)】

	計	A	B	C	D
男	160	99	30	20	11
女	499	303	90	69	37
合計	659	402	120	89	48
構成比	100.0%	61.0%	18.2%	13.5%	7.3%

【前回分(2019/10～2020/5)】

	計	A	B	C	D
男	203	105	38	38	22
女	667	347	153	108	59
合計	870	452	191	146	81
構成比	100.0%	52.0%	22.0%	16.8%	9.3%

以下の内容は現時点の集計結果の抜粋であり、統計的な検証を行ったものではありません。今後、データ収集をさらに進め、当社が保有する給付情報等のビッグデータを活用し分析を行うとともに、特定の傾向と思われるものについては、学術機関等との連携等による研究を検討する予定です。

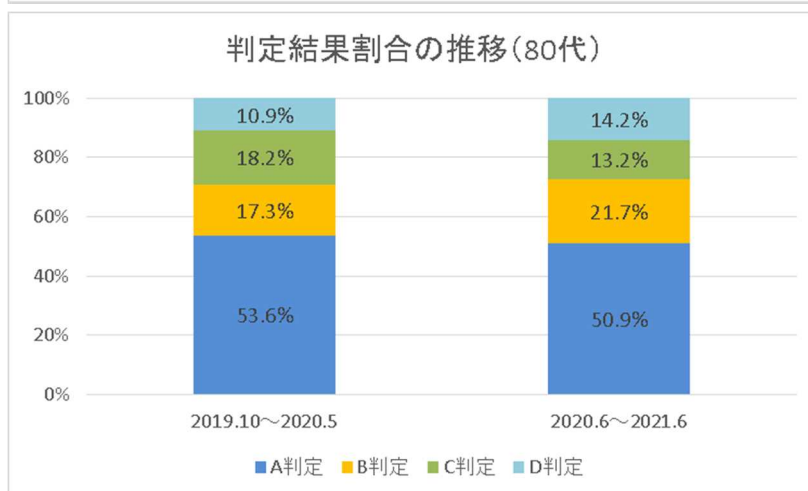
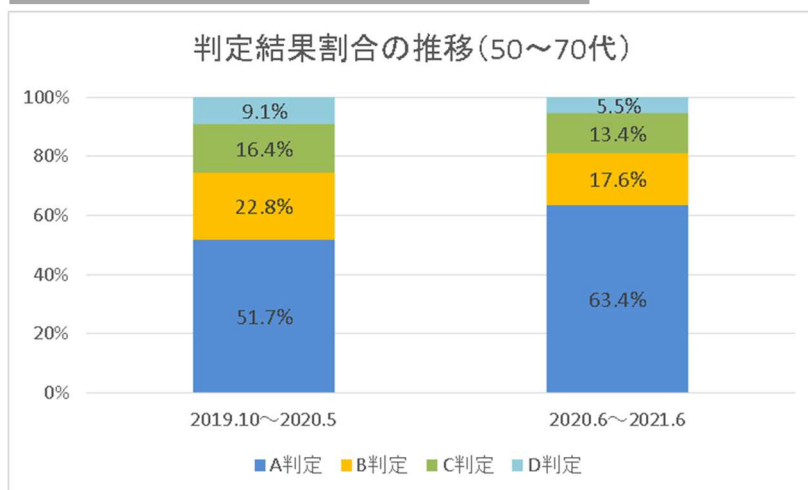
3. アンケート結果の詳細

(1) 新型コロナウイルス感染症流行とM C I スクリーニング検査結果との関連

今回のポイント

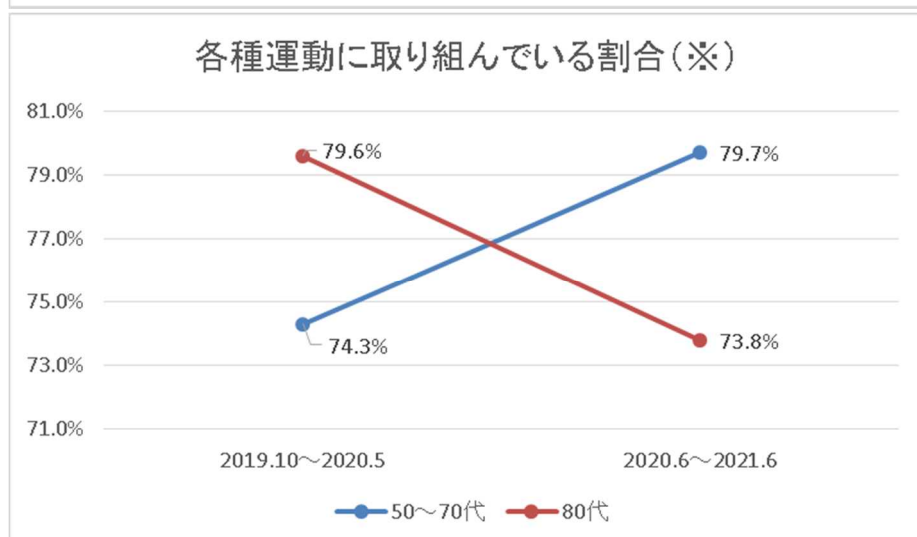
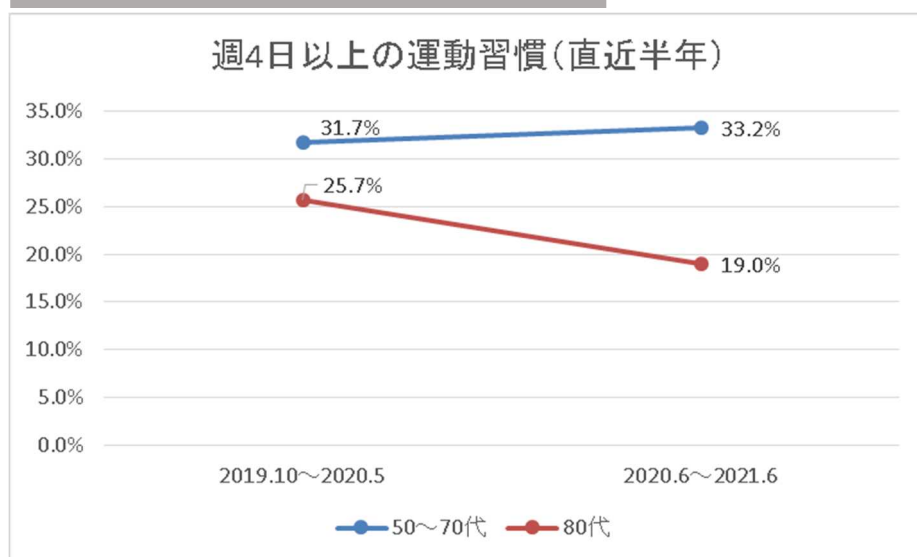
- ① 高齢の 80 代ではM C I のリスク（M C I スクリーニング検査でD判定の方の割合）、および「持病(糖尿病・高血圧)」の割合が増加。
習慣的な運動に取り組む割合が減少しており、「巣ごもり」により散歩等の運動機会が減少していることが影響している可能性が伺われる。
- ② 一方、50～70 代では、M C I のリスクが減少（D判定の割合が減少し、A判定が増加）。
ウォーキング等の運動習慣に取り組む割合が増加しており、在宅勤務や外出自粛・行動制限の影響を受け、積極的に運動習慣を見直したことが改善に繋がったことが推察される。
- ③ その他食習慣、睡眠および体重増減については、各年代とも前回調査から特段の変化はみられなかった。

<年代別判定結果（前回調査比較）>



- ・ 50～70 代では、B～D判定者の割合が減少する一方で、A判定者の割合が増加した。
- ・ 80 代ではA判定者が減少する中で、D判定者の割合が増加している。

<運動習慣に関する前回調査比較>

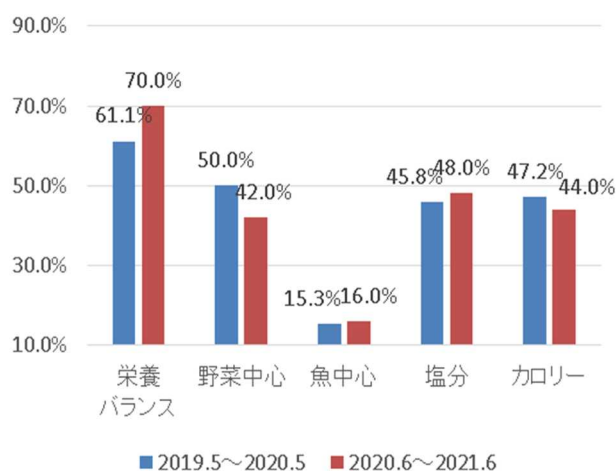


(※) 習慣的に取り組んでいる運動について、全体から「特になし」を除いた割合を掲載

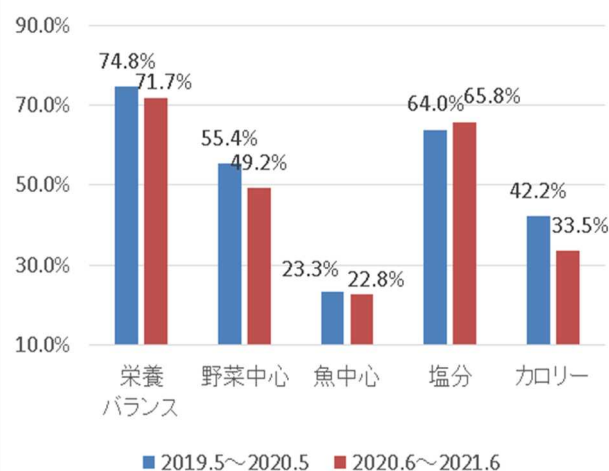
- ・直近半年における、週4日以上 of 習慣的な運動を行っている割合を年代別に比較したところ、50~70代では前回調査からほぼ横ばいであったが、80代ではその割合が減少しているのが確認できた。
- ・また、上記のデータから、各種運動に取り組んでいる50~70代の割合は増加しているが、80代は減少している。コロナ禍において、外出の機会が制限される中、「巣ごもり」による運動機会の減少も推察され、運動習慣の変化が、特に80代の高齢層の検査結果に影響を与えている可能性が伺える。
- ・一方、現役世代も含まれる50~70代については、在宅勤務の増加や外出自粛・行動制限の影響を受け、運動機会を求め身近なウォーキング・散歩に取り組む等の傾向が推察される。

<その他の生活習慣等に関する前回調査比較～食習慣～>

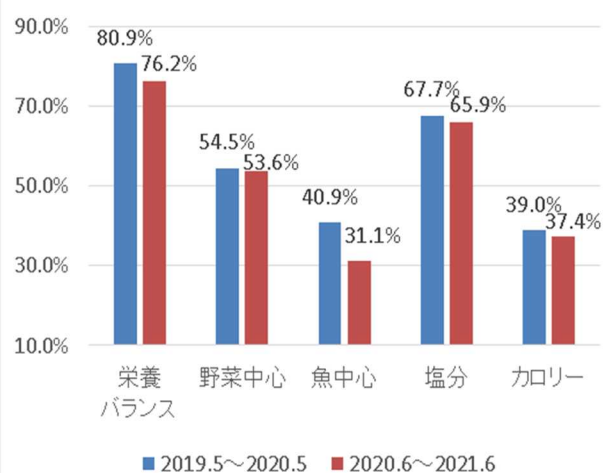
食事で気を付けていること(50代)



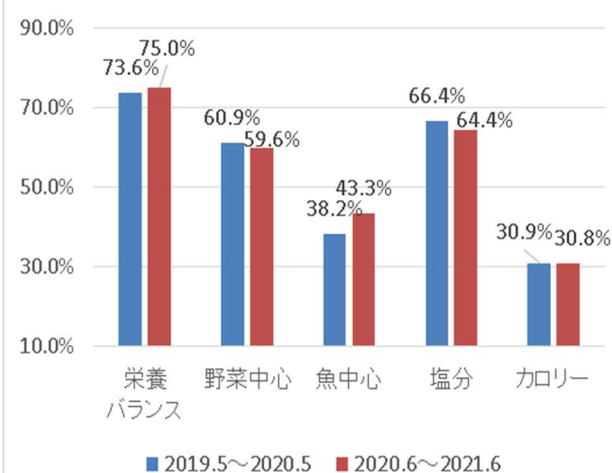
食事で気を付けていること(60代)



食事で気を付けていること(70代)

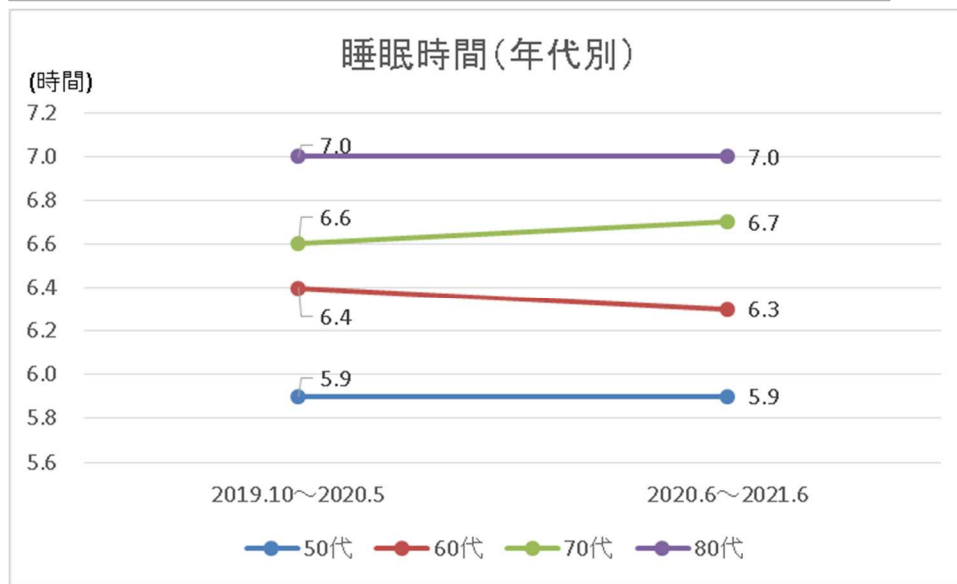


食事で気を付けていること(80代)



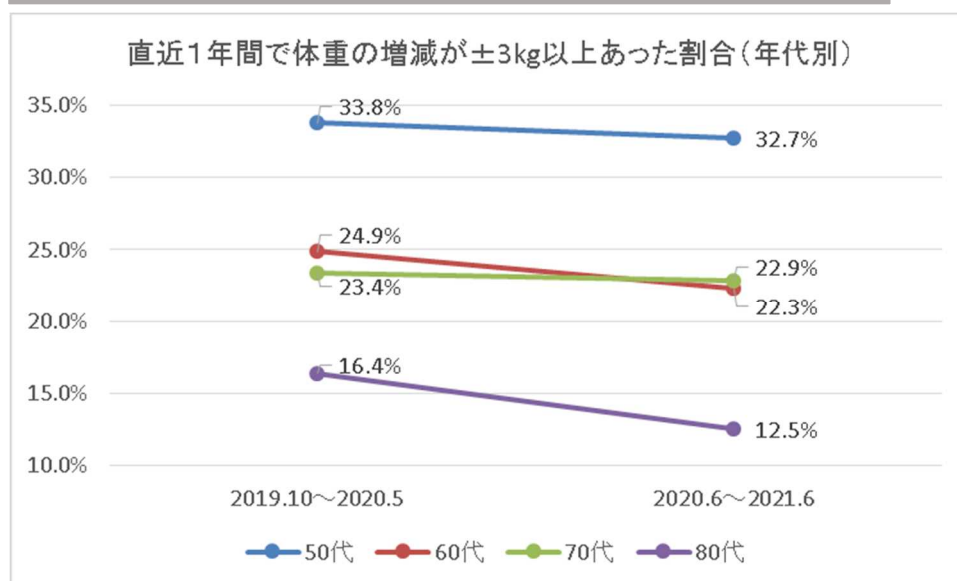
- ・「食事で気を付けていること」に関して、50代の「栄養バランス」「野菜中心」等、若干の増減がみられる部分があるものの、各年代とも大きな変化はみられなかった。

<その他の生活習慣等に関する前回調査比較～睡眠時間～>



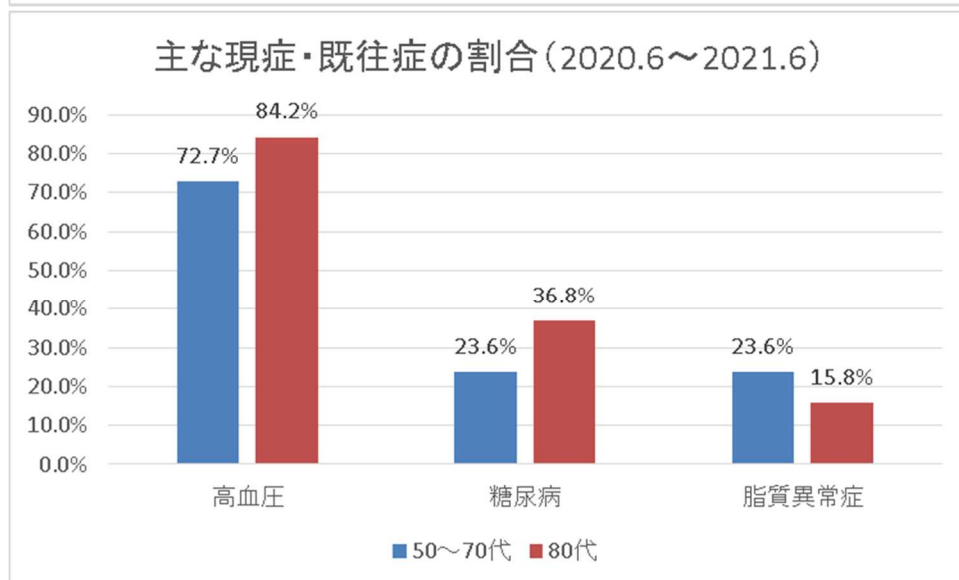
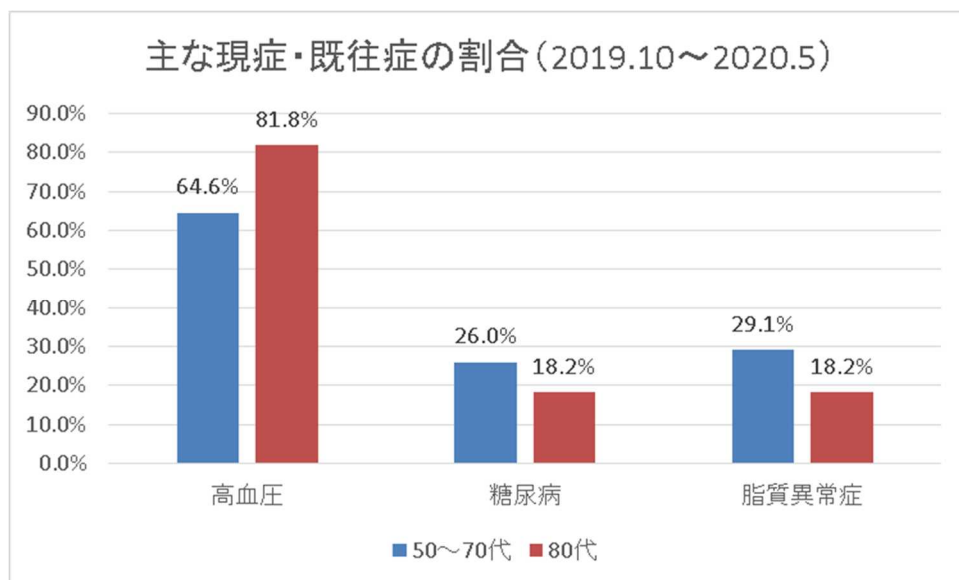
・睡眠時間は高齢になるほど長くなる傾向がある。前回調査から大きな変化はみられなかった。

<その他の生活習慣等に関する前回調査比較～体重増減～>



・高齢になるほど体重増減が少ない傾向がみられる。前回調査から大きな変化はみられなかった。

< C、D判定者の現症・既往症との関連 >



- ・「高血圧」では50～70代で増加がみられるが、「糖尿病」では80代で割合が約2倍となり、顕著に増加している。「脂質異常症」の割合は総体的にやや減少傾向であった。
- ・80代の糖尿病の割合増加については、検査結果の判定割合の変化との関連がある可能性が推察される。

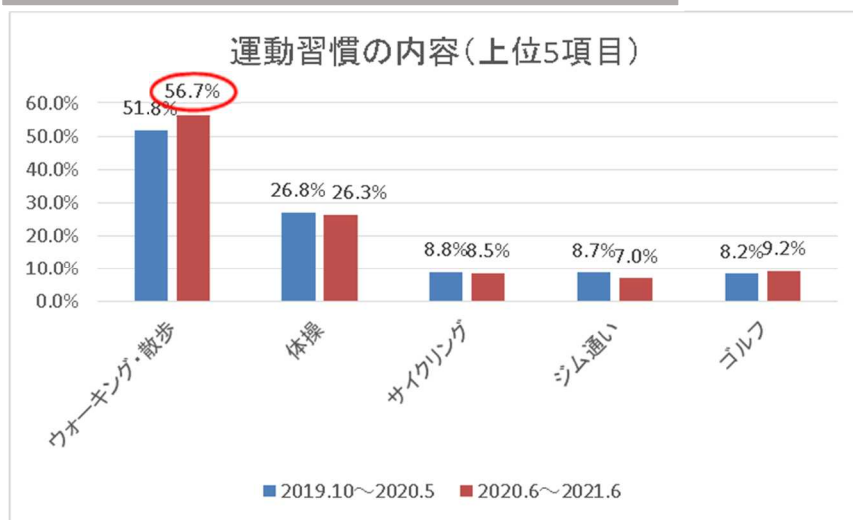
3. アンケートの結果の詳細

(2) 新型コロナウイルス感染症流行による意識・行動変化

今回のポイント

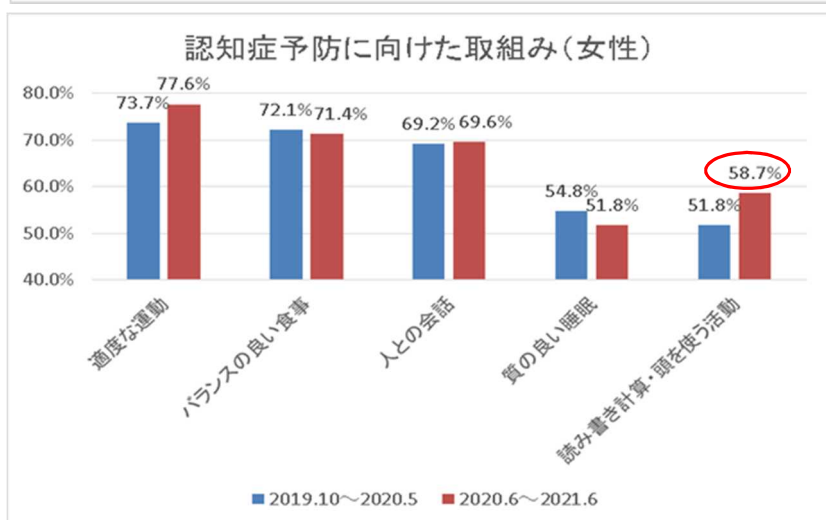
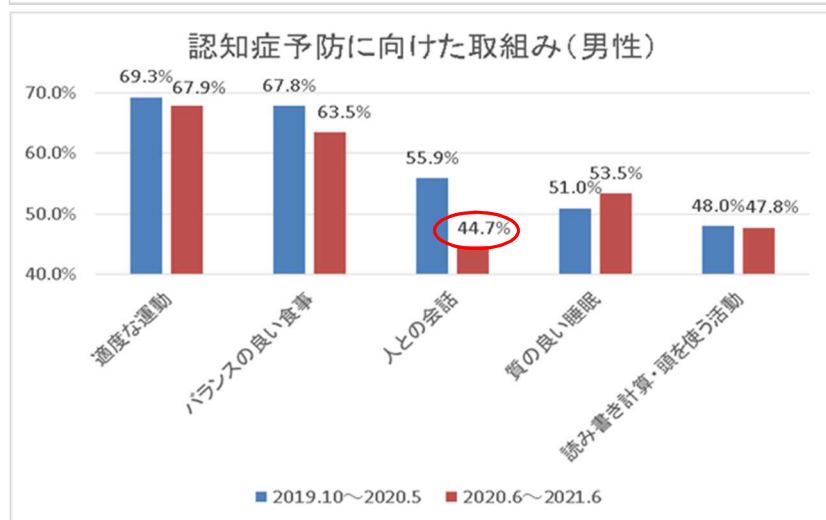
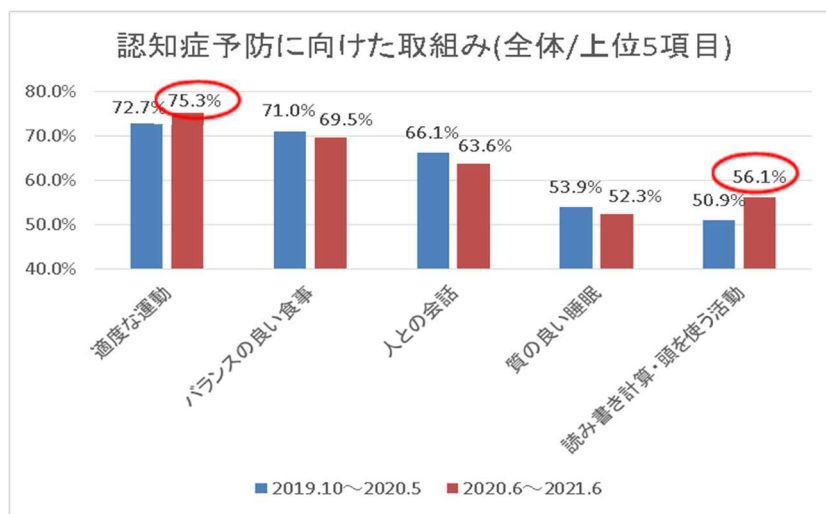
- ① 日常生活行動において、全体的に人との接触を避け、自宅や一人で行える活動を実施する傾向が伺える。
(「運動習慣の内容」、「認知症予防に向けた取組み」、「食事の手配方法」より)
- ② 「認知症予防に向けた取組み」では、性別・年代により取組内容に違いがみられた。
 - ・男性では「人との会話」の割合が減少し、「女性」では「読み書き計算・頭を使う活動」の割合が増加した。
 - ・50～60代では「定期的な検査の受診」の割合が増加したが、80代では、「定期的な検査の受診」の割合が減少した。
 - 「食事の手配」では、概ねコンビニや外食の利用割合が減少している一方、会社員等の女性では、コンビニや外食の利用の割合が増加していた。

<運動習慣の内容>



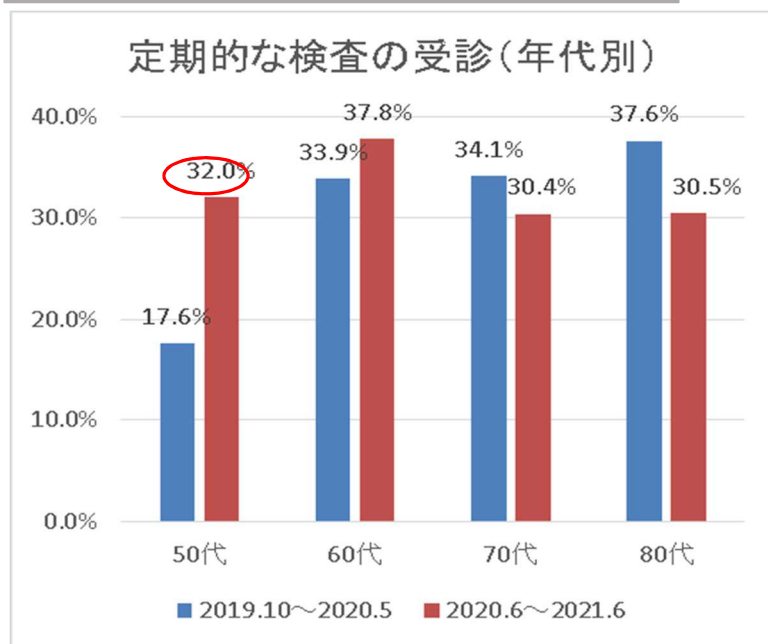
- ・「ウォーキング・散歩」の割合が増加し、「ジム通い」の割合がやや減少している。
- ・店舗内での活動を避け、屋外での活動を行う傾向が伺える。

<認知症予防に向けた取組み>



- ・「適度な運動」、「読み書き計算・頭を使う活動」の割合が増加している。さらに、男女別に比較したところ、以下のような特徴的な回答結果が得られた。
- ・男性では「人との会話」が減少し、女性では「読み書き計算・頭を使う活動」が増加している。コロナ禍により男性は人との接触を避けており、女性は屋内一人で可能な取組みを進めている傾向が伺える。

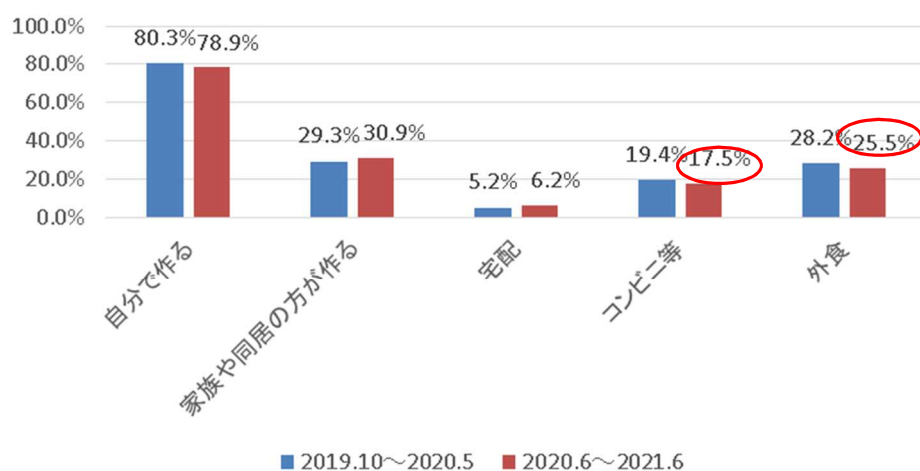
<定期的な検査の受診>



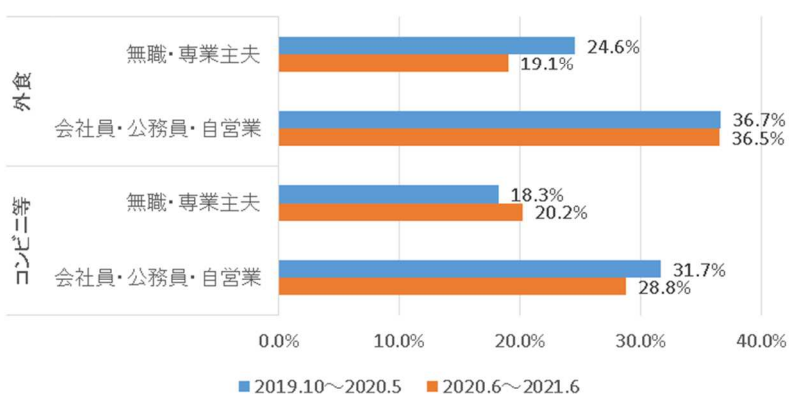
- ・「定期的な検査の受診」の割合が50代で2倍近くに増加している一方、80代では減少している。
- ・コロナ禍の影響で、50~60代では健康管理の意識が高まっている一方、80代では、感染リスクを避けるため通院を控えようとする傾向が伺える。

<食事の手配>

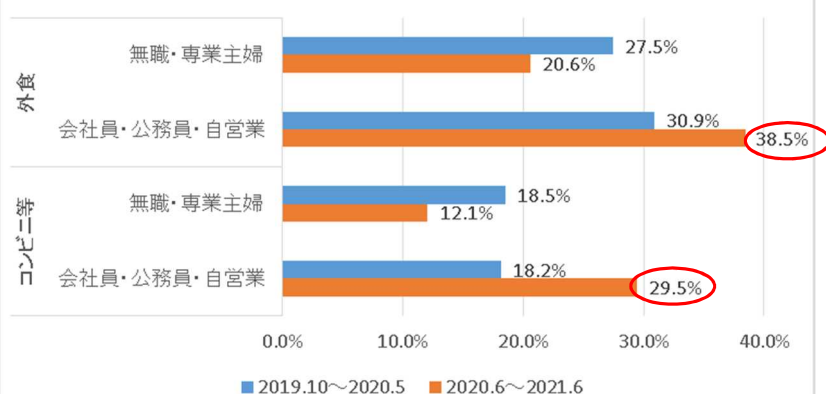
食事の手配方法



食事の手配方法(男性/職業別)



食事の手配方法(女性/職業別)



- ・「コンビニ」、「外食」の割合が減少している。さらに職業・性別の属性別に調査したところ、概ねコンビニ・外食の割合が減少している一方、会社員等の女性はコンビニ・外食ともに増加している。
- ・会社員等の女性は、コロナ禍の影響による在宅時間の増加により家事に携わる時間が増え、コンビニ・外食により、増加した家事の負担の緩和を図っている可能性が伺える。

<転載・引用について>

本調査レポートの著作権は、太陽生命保険株式会社が保有します。

本調査レポートの内容を転載・引用する場合には、出所として当社名（太陽生命保険株式会社）、調査名称および調査時期を明記してご利用ください。

■転載・引用に関する注意事項

以下の行為は禁止いたします。

- ・本レポートの一部または全部を改変すること
- ・本レポートの一部または全部を販売・出版すること
- ・出所を明記せずに転載・引用を行うこと
- ・公序良俗に反する利用や違法行為につながる可能性がある利用を行うこと

※転載・引用されたことにより、利用者または第三者に損害その他トラブルが発生した場合、当社は一切その責任を負いません。

※この利用ルールは、著作権法上認められている引用などの利用について、制限するものではありません。