

Years of education and dementia risk in community-dwelling Japanese adults

地域在住の日本人成人における教育年数と認知症リスク

Geriatrics and Gerontology International 2025 Jan 29. doi: 10.1111/ggi.15093

論文概要

教育は若年期における認知症の予防要因として広く認められていますが、このテーマについて日本からの報告はありません。私たちは、2011-2012 時点での 40~74 歳の日本人を対象に、教育年数と認知症リスクの縦断的な関連を調べましたので報告します。

村上コホート研究参加者 (N=14,364) のうち、初回調査ですでに要介護認定を受けていた人とアンケートデータの不備を除いた 13,774 人を解析対象としました。

8 年間の追跡における認知症の新規発生情報を要介護認定のデータベースより得て、認知症高齢者の日常生活自立度の IIa 以上を認知症（要介護認知症）ありとしました。教育歴は自記式質問票より得ました。中学校までの 9 年間の義務教育のみを受けた人を基準グループとして、より教育年数の長いグループの認知症のリスクを相対値（ハザード比、HR）として算出しました。HR は、性、年齢、婚姻状況、教育歴、職業、体格指数 BMI、身体活動量、コーヒー摂取量、病歴で統計学的に調整しました。

教育年数が長いほど認知症リスクは低い

全体では、教育を受けた年数が長いほど認知症のリスクは低下していました (-9%/年) (図 1)。また、年齢群別 (69 歳未満と 69 歳以上) に分けると、69 歳未満の群ではリスク低下率は -16%/年 であったのに対し、69 歳以上の群ではリスク低下率は -4%/年 と、確かに低下率は異なっていました (図 2)。

まとめ

教育年数と認知症のリスクには比較的強い負の関連が見られました。また、教育は初老期に発症する認知症に対して効果が大きいかもしれません。

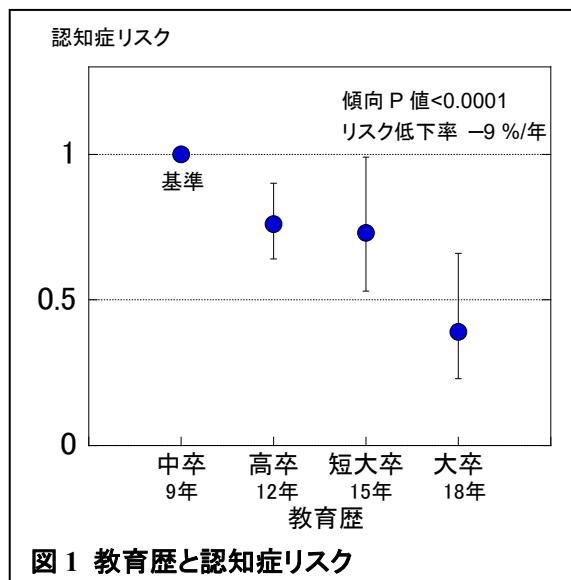


図 1 教育歴と認知症リスク

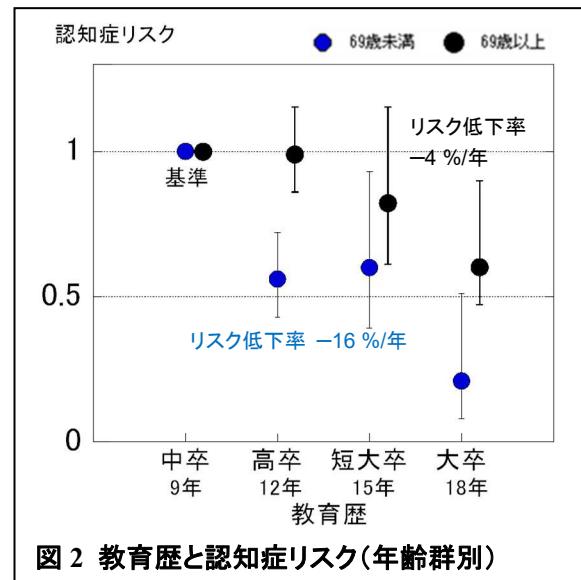


図 2 教育歴と認知症リスク(年齢群別)