

世界保健機関(WHO)で高齢化に向けて取り組む

Yuka Sumi 角 由佳

Medical Officer

Department of Maternal, Newborn, Child and
Adolescent Health and Ageing, UHC/Life Course



題目

1. 世界保健機関 (WHO)
2. 高齢者とは？
3. WHOの高齢化への取組み (Decade of Healthy Ageing, Integrated Care for Older People)
4. 神奈川県とWHOとの連携
5. 国際機関で働くということ

1. 世界保健機関 WHO

- 国際連合機関 (194 国連加盟国)
- 持続可能な開発指標SDG3:すべての人に健康と福祉を。
- 危機的な健康課題について、リーダーシップの発揮
- 健康課題に関するガイドラインや基準の作成
- エビデンスに基づく倫理的な政策を明確にし、国連加盟国への技術支援
- 健康に関する指標の評価、モニタリング
- 研究課題の形成

世界保健機関 WHO

- 本部：ジュネーブ, スイス
- 6 地域事務局
 - for the Africa (AFRO)
 - for the South East Asia (SEARO)
 - for the Eastern Mediterranean(EMRO)
 - for the Europe (EURO)
 - for the Western Pacific (WPRO)
 - for the Americas (AMRO)
- 148 country offices

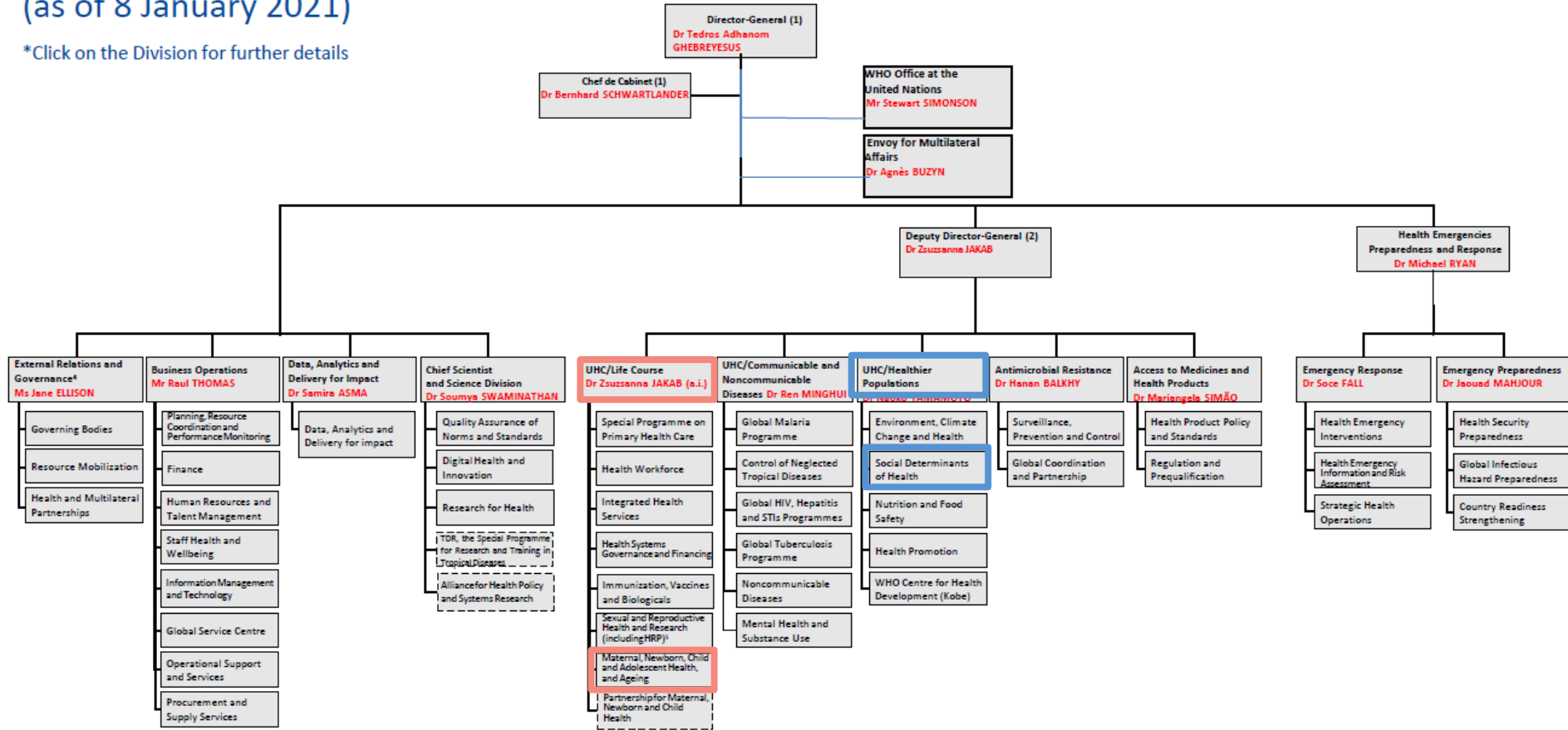


WHO 本部 組織図

World Health Organization Headquarters*

(as of 8 January 2021)

*Click on the Division for further details



2. 高齢者とは？

- Over 65 years?
- 日本老年学会の提言（2017年1月5日）
 - 65－74歳 准高齢者
 - 75－89歳 高齢者
 - 90歳以上 超高齢者

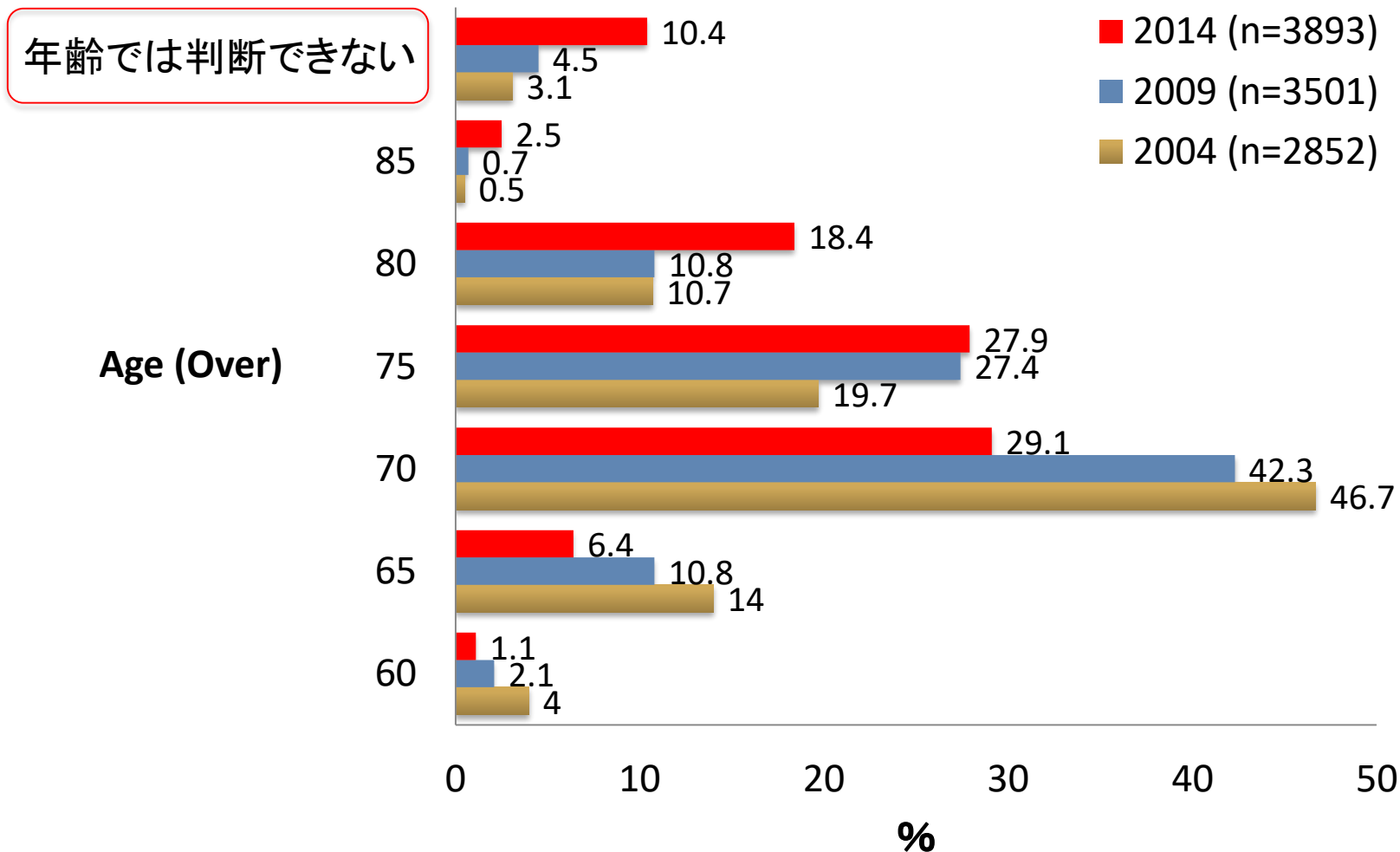
従来の定義による高齢者を、社会の支え手でありモチベーションを持った存在として捉えなおす

- * 社会保障制度における年齢の定義の見直しは慎重に議論しなければならない

Older person: a person whose age has passed the median life expectancy at birth

Older age: Second half of life (WHO)

高齢者とは何歳以上か？



平均寿命

- 平均寿命 Life expectancy
84.26歳 (男性 81.49歳 女性 86.94歳)
(スイス 83.45 歳 男性 81.75歳 女性85.08歳
世界平均 73歳)
- 健康寿命 Healthy life expectancy
介護などの必要がなく、日常生活を支障なく過ごせる期間
74.09歳 (男性 72.64 歳 女性 75.48歳)
(世界平均 63.7歳)

The New York Times

Nov 30 2017

A Generation in Japan Faces a Lonely Death

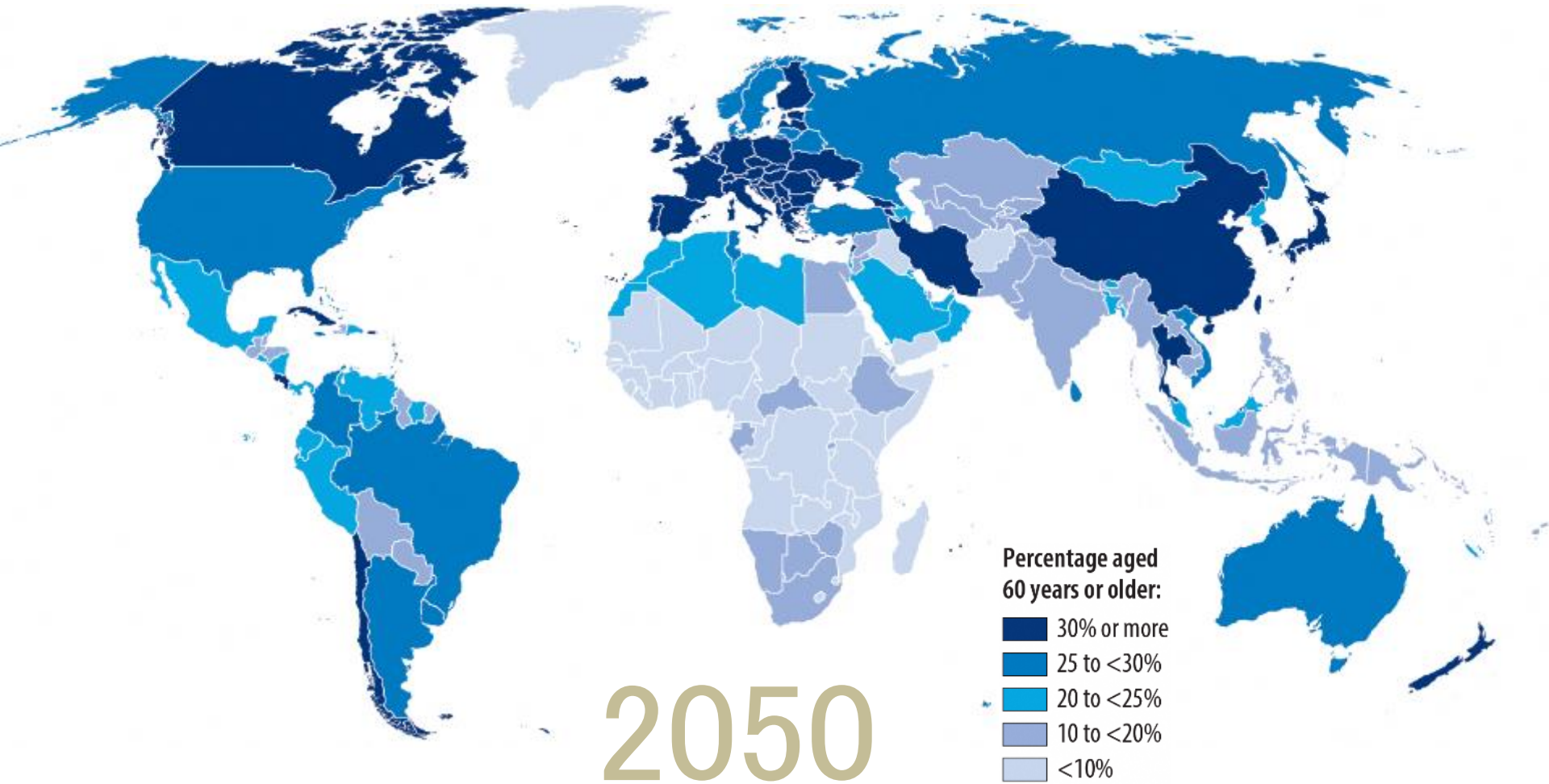
[Leer en español](#)

By NORIMITSU ONISHI NOV. 30, 2017



世界の高齢化

Populations are getting older



There is no "typical" older person 典型的な高齢者はいない



3. WHO の高齢化への取り組み

UN Decade of Healthy Ageing (2021-2030): 健康な高齢化の10年

世界的に人口高齢化が加速する中、人々と家族、そして地域社会が健康的に歳を重ねるために、10年をかけて、政府、市民社会、国際機関、専門家、アカデミア、報道機関、民間セクター等の協調行動を促すもの。

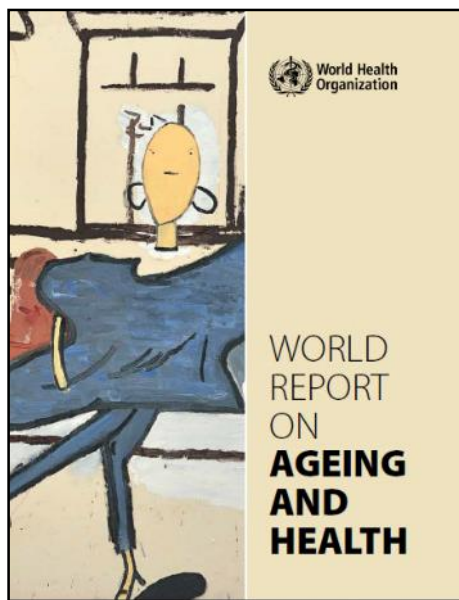
Action Areas

- Changing how we think, feel and act towards age and ageing
年齢や高齢化に対する考え方、感じ方、行動を変える
- Ensure that communities foster the abilities of older people
コミュニティが高齢者の能力を育成することを保証する。
- **Deliver integrated care and primary health services responsive to older people**
高齢者のニーズに応じた、人を中心とした包括ケアおよびプライマリケアを提供する
- Provide access to long-term care for older people who need it
要介護の高齢者に介護サービスを提供する。



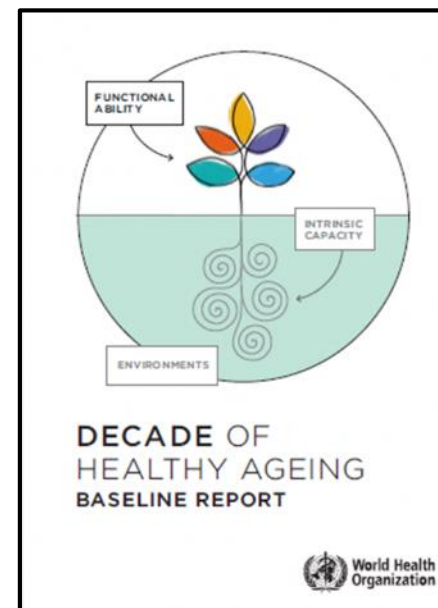
Healthy ageing is
“the process of developing and
maintaining the functional
ability that enables well-being
in older age”.

健康な高齢化とは、高齢期に
ウェルビーイングを実現可能に
するための機能的能力を発達お
よび維持する過程



高齢化と健康に関するワールドレポート 2015

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>



『健康な高齢化の10年』に関する基調報告書 2020

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/338677>

The three components of healthy ageing

健康な高齢化を構成する三つの要素

機能的能力（個人の内在的能力と環境との組み合わせと相互作用）

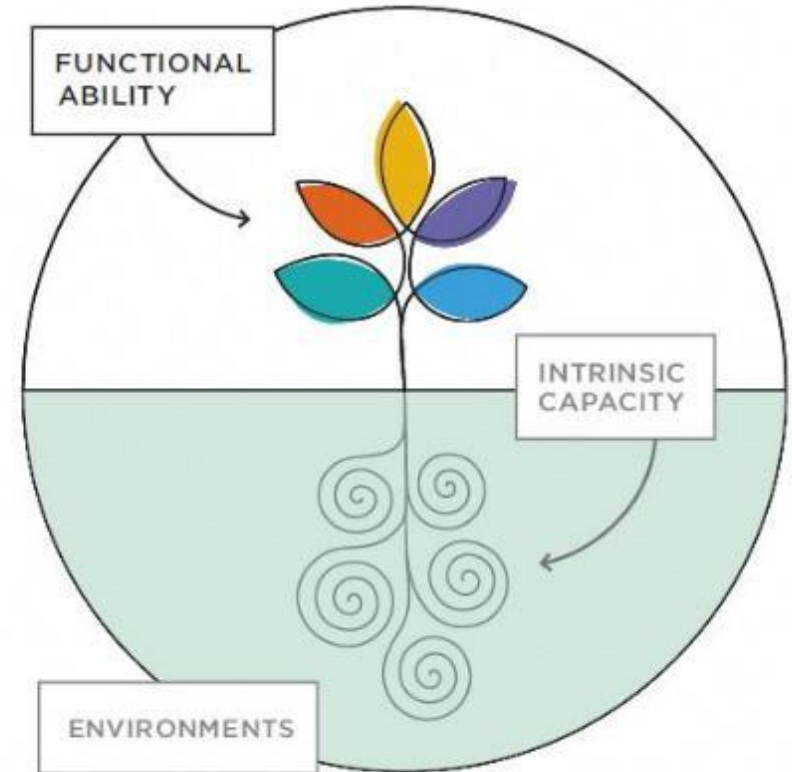
Functional ability combines the intrinsic capacity of the individual, the environment a person lives in and how people interact with their environment.

内在的能力（個人のあらゆる身体的、
精神的能力をあわせたもの）

Intrinsic capacity comprises all the physical and mental capacities that a person can draw on.

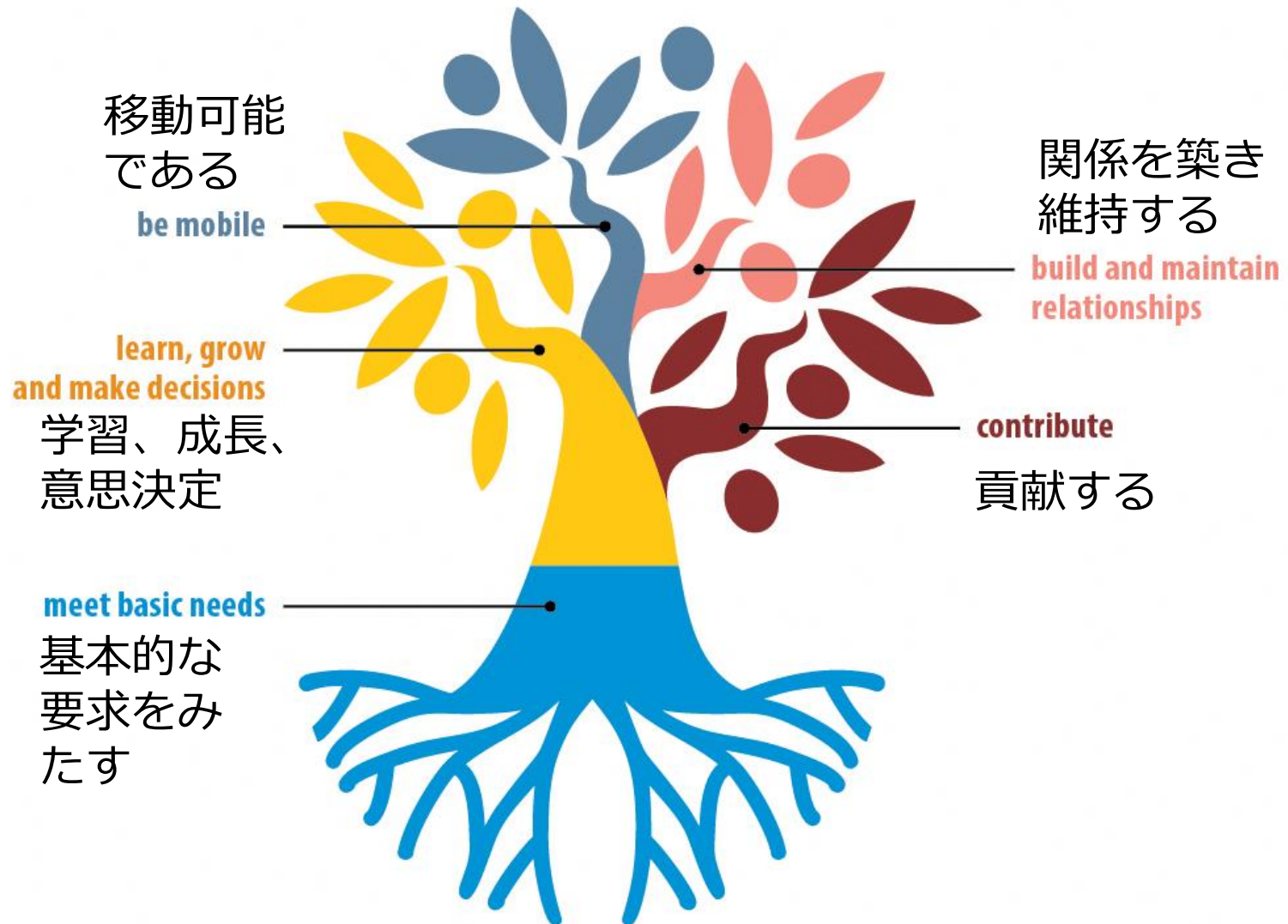
環境（住居、補助具、交通機関、社会設備など）

Environments are where people live and conduct their lives. Environments shape what older people with a given level of intrinsic capacity can be and do.



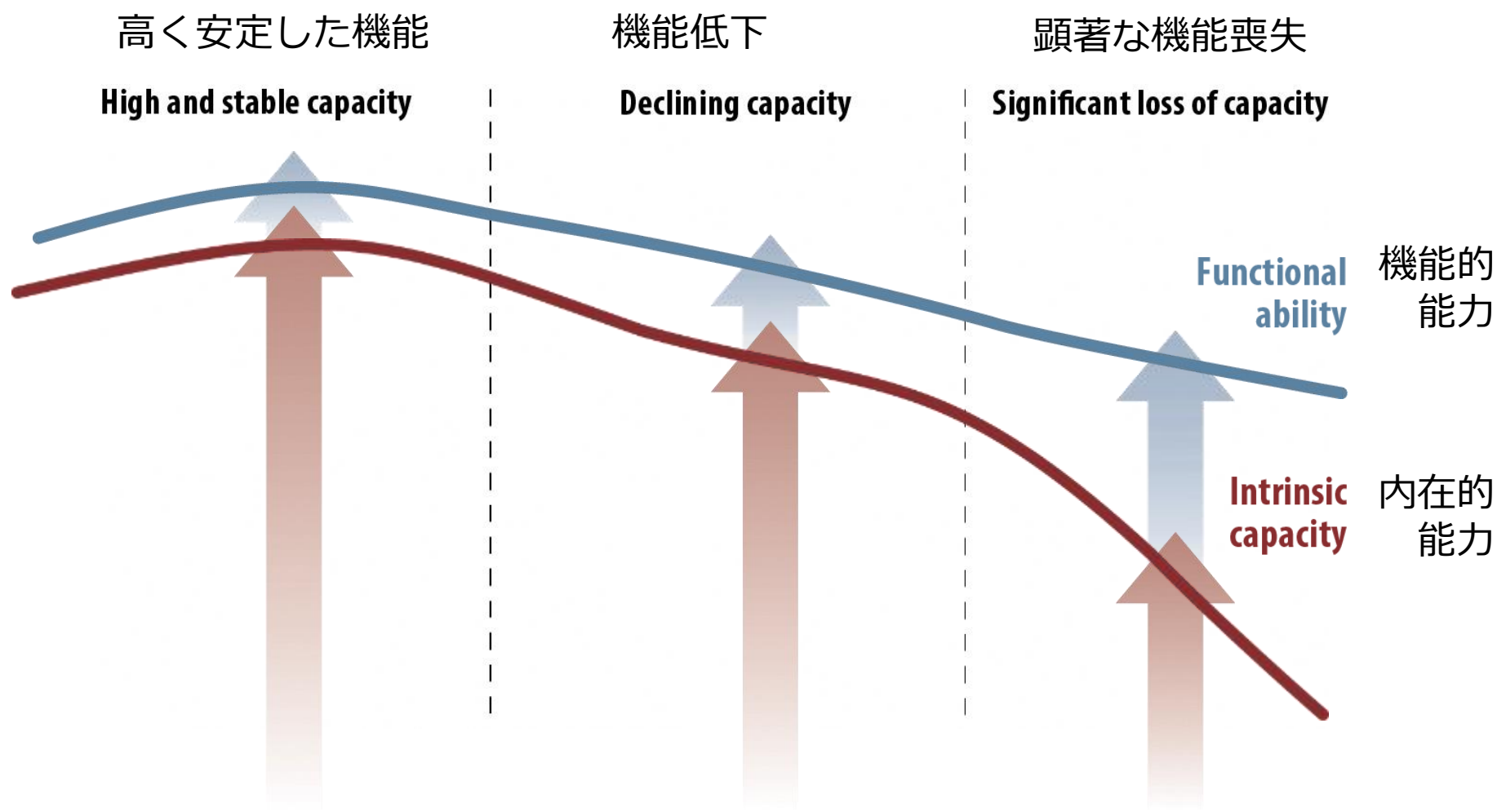
機能的な能力

Domains of functional ability



健康な高齢化のための公衆衛生の枠組みと機会

Opportunities to foster *Healthy Ageing*



高齢者がよく直面する問題



専門医



病院



かかりつけ医

1 分断されたサービスの提供



2 医療機関が遠い



高齢者のニーズに応じて、地域に密着した包括的なアプローチ

3 医療関係者からの高齢者に対する態度 (Ageism)



ICOPE

4 内在的能力や機能的能力に対する介入の欠如



Integrated Care for Older People approach 高齢者のための包括ケアアプローチ

機能的能力の低下を防ぎ、最大限にのぼせる
よう、高齢者のニーズに応じ、地域に密着し
た保健および福祉サービスを連携し、包括的
に途切れなく提供すること

What is ICOPE person- centred care

- 内在的能力、機能的能力を最大限にのぼす
- 高齢者のニーズに応じた機能評価、ゴール設定
- 地域に密着した家庭でもできる介入方法
- 多職種連携チーム
- 自己管理のサポート
- 介護者支援
- 地域連携とフォローアップ

高齢者のための統合ケアガイドライン

なぜ統合ケアガイドラインが必要なのか?

高齢者の健康と生活の質を向上させるには、高齢者が抱える複数の健康課題を統合的に管理することが重要です。統合ケアガイドラインは、高齢者の健康と生活の質を向上させるための実践的な指針を提供します。

このガイドラインとは何ですか?

このガイドラインは、高齢者の健康と生活の質を向上させるための実践的な指針を提供します。高齢者の健康と生活の質を向上させるための実践的な指針を提供します。

このように高齢者の統合ケア (ICOPE) を提供するのですか?

このガイドラインは、高齢者の健康と生活の質を向上させるための実践的な指針を提供します。高齢者の健康と生活の質を向上させるための実践的な指針を提供します。

高年齢者の内在的能力低下を管理するための推奨事項

Integrated Care for Older People (ICOPE)
 Guidelines on community-level interventions to manage declines in **intrinsic capacity**

筋骨格系の機能、活動性、活力の向上

1. 高齢者は、定期的な身体活動を行うべきです。身体活動は、高齢者の健康と生活の質を向上させるための重要な要素です。

認知機能の維持

1. 高齢者は、定期的な認知活動を行うべきです。認知活動は、高齢者の認知機能を維持するための重要な要素です。

社会的支援

1. 高齢者は、社会的支援を受けるべきです。社会的支援は、高齢者の健康と生活の質を向上させるための重要な要素です。

軽微予防

1. 高齢者は、軽微な健康課題を早期に発見し、適切な介入を受けるべきです。

高齢者の**内在的能力**低下を管理するための13の推奨事項

高齢者の内在的能力低下を管理するための推奨事項

- 1. Improve musculoskeletal function, mobility and vitality**
筋骨格系の機能、活動性、活力の向上（運動、栄養）
- 2. Maintain older adults' capacity to see and hear**
感覚機能の維持（視力、聴力）
- 3. Prevent cognitive impairment & promote psychological well-being** 重度の認知機能障害の予防と心理的ウェルビーイングの向上
（認知機能、抑うつ状態）
- 4. Manage age-related conditions such as urinary incontinence**
尿失禁など加齢に伴う健康状態の管理
- 5. Prevent falls** 転倒予防
- 6. Support caregivers** 介護者支援

Take action today.





ICOPE 実装のためのガイダンス

1. 高齢者の内在的能力の低下を管理するための地域レベルでの介入ガイドライン（ICOPEガイドライン）
2. 政府関係者のための保健、福祉レベルでのガイダンス
3. プライマリケアの臨床家のためのICOPE ハンドブックとそのアプリ

<https://www.who.int/ageing/health-systems/icope/en/>



ICOPE

Handbook App

ICOPE ハンドブックアプリ

地域のケアマネージャーや医療従事者が、高齢者の健康および福祉に関するニーズを評価し、各々のニーズに沿ったケアプランをたてれるようにサポートする



内在的能力の低下
のスクリーニング
ツール



高齢者の視点にたった
健康および福祉サービ
スのニーズの評価



高齢者と一緒にた
てる個々のニーズ
に応じたケアプラン

iOS and Google play in all 6 UN languages, Portuguese, Vietnamese

ICOPE 実装パイロット研究

Research questions

1

READY

2020-2021

1. ICOPEハンドブックは、現場でどのように使われているか？
2. どのような保健・福祉システムが実装には必要か？

2

SET

2021-2022

1. どのように過程と成果を測定およびモニターするのか？
2. どのようにデータを集めて解析するのか？

3

GO

2022-2023

通常のケアに比べてICOPEケアは、どのように費用対効果があるのか？

地域の保健・福祉システムに応じたICOPEの適応と実装

高齢者に優しい地域づくりに取り組む自治体等の 国際的なネットワーク

エイジフレンドリーシティ(22市町)
エイジフレンドリーアフィリエイト
(神奈川県)



Oct 2017 ME-BYOサミット

未病指標の開発とWHO Clinical Consortium on Healthy Ageing (CCHA) との連携



2.6

THE USE OF A CELLPHONE APPLICATION TO MONITOR "ME-BYO"

JAPAN
Kanagawa Prefecture, including 33 municipalities

What data are collected
Kanagawa Prefecture has proposed "ME-BYO" to develop its innovative policy towards self-care and optimizing health for a future era when people live to be 100 years old. ME-BYO is a concept that considers people's physical and mental conditions on a dynamic continuum, rather than a sharp line between health and sickness. Based on this concept, the prefecture launched the "ME-BYO Index" in March 2020. It quantifies the current state of "ME-BYO" in four areas: lifestyle choices, cognitive capacities, daily living functions, and mental health, including stress.

Individual monitoring and management of "ME-BYO" is done through a free smartphone app "My ME-BYO Record" that includes voice recognition. The app allows people to calculate their own ME-BYO Index and monitor their scores through 15 items such as sex, age, height, weight, blood pressure, Mini-Cognitive assessment, Locomo Five checklist, gait speed and mental status, the latter based on an analysis of the person's voice. The approach aligns with the five domains of intrinsic capacity.

How data are used
The index aims to provide timely and relevant information directly to adults in order to catalyze change and enable people to better manage and promote ME-BYO, including the early detection and self-management of declines in intrinsic capacity. Evaluation can be done by individuals without additional assistance as the app provides advice based on the ME-BYO index results through an algorithm that is aligned with the tools of WHO's Integrated Care for Older People (ICOPE).

What is planned
Kanagawa will also utilize ME-BYO Index to develop related business products or services to optimize physical and mental health, and overall well-being. The prefecture plans to add a forecasting function to show possible future health scenarios given different lifestyle and behaviour patterns. As a real-time monitoring system, the ME-BYO Index will support evaluation of impact at the individual and community levels.

INSIGHTS

神奈川の未病の紹介

WHO 健康な高齢化の10年に関する基調報告書
Dec 2020

5. 国際機関で働くということ 私にとって役立っている経験とスキル

- ✓ 鍛えられたチーム力、チームを統括するスキル
- ✓ 情報共有の仕方を心得ている
- ✓ 臨床経験（現場を知っている）および県庁職員としての経験
- ✓ 他部署との連携（他者のニーズをよむ）

私が苦勞してきた点

- ✓ 公衆衛生の経験と知識がない
 - 公衆衛生修士 獲得
- ✓ 会議でSpeak up するという経験と自信の欠如
 - 他の人の言い方をマネする、場数をこなす
- ✓ NOと言えない日本人
 - NOとは言わずに優先順位を確認する
- ✓ 言語に対するコンプレックス
 - Native English Speakerはそんなに多くない
- ✓ 日本人の仕事に対する常識は、必ずしも通用しない
 - 相手に対する期待値を下げ、必ず確認をとる

国際保健のやりがい

コロナウイルスパンデミックにおいて、世界に貢献できる



Source: Case report forms with recorded age and sex, as of 5th Jan 2021

国際機関応募に関して役立つ情報

外務省 JPO (Junior Professional Officer) 派遣制度

<https://www.mofa-irc.go.jp/jpo/seido.html>

国際機関就職セミナー（履歴書の書き方、インタビューの受け方など）

<https://www.mofa-irc.go.jp/work/index.html>

国際機関空席情報

<https://www.mofa-irc.go.jp/link/link.html>

先輩の話をきく

Take home message

- ✓ 失敗を恐れずトライする
- ✓ みて、聞いて、学んで、獲得する
- ✓ 世の中にはいろいろな人がいるので、
気にしすぎない
- ✓ 信頼できる上司、同僚を見つける

THANK YOU



**World Health
Organization**