

<参考資料①> 伊藤園「50～79歳の男女600人に聞く、認知機能に関する意識調査」

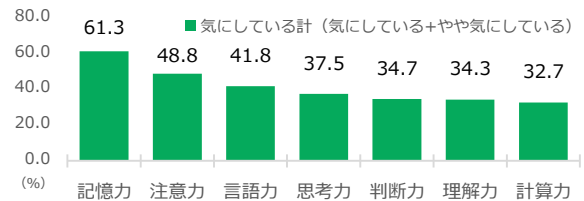
「ITO EN MATCHA PROJECT」の始動にあたり、全国の50～79歳の中老年男女600人を対象に認知機能に関する調査を行いました。主な結果は以下のとおりです。

■多くの方が日常的に認知機能を気にしている

認知機能とは「記憶力」や「注意力」など、理解、判断、論理などに関わる人間の知的機能のことをいいます。改めて日々の生活のなかで気にしているそれぞれの知的機能について聞いてみたところ、すべての能力に対して3割以上の方が、日常的に気にしていることがわかりました [図1]。

【図1】 日常的に気にしている認知機能

Q.あなたは毎日の生活のなかで、以下の能力を気にしていますか？
(対象 n=600)

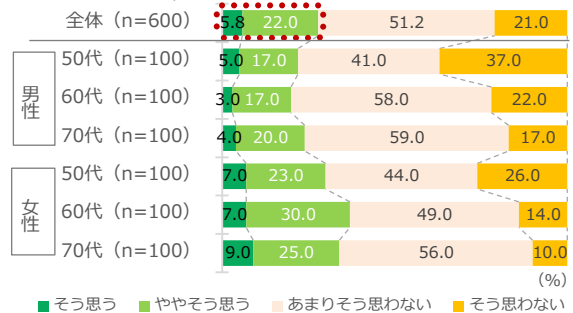


■コロナが「認知機能の低下に影響を及ぼす」と約3割が回答

新型コロナウイルス感染拡大（以下 新型コロナ）によって外出自粛など、これまでと違った行動や生活スタイルが求められます。こういった新型コロナの影響が、認知機能全体の低下に影響していると思うかと聞くと、約3割が「影響していると思う」（そう思う・ややそう思う計 27.8%）と答え、60代女性（そう思う・ややそう思う計 37.0%）・70代女性（そう思う・ややそう思う計 34.0%）は3人に1人が認知機能全体の低下に新型コロナの影響があると考えています [図2]。

【図2】 外出自粛や新しい生活様式は認知機能の低下に影響しているか

Q.新型コロナによりこれまでと違った行動や生活スタイルが求められる変化は、ご自身の認知機能全体の低下に影響していると思いますか？
(対象 n=600)

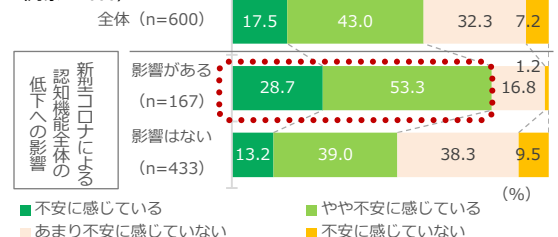


■「認知症」への不安は約6割、新型コロナによる「認知機能低下」への影響にも不安が

将来、自分が認知症になることへの不安について聞くと、全体の6割が「不安」（不安を感じる・やや不安を感じる計 60.5%）と回答。新型コロナが認知機能の低下に影響があると答えた人では82.0%（不安を感じる・やや不安を感じる計）と、新型コロナが認知症への不安を高めていることがわかりました [図3]。

【図3】 将来認知症になることへの不安

Q.あなたは将来、ご自身が認知症になることを不安に感じていますか？
(対象 n=600)

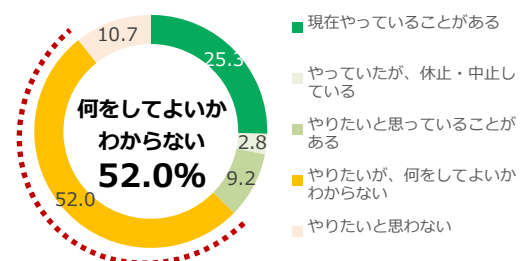


■認知機能に不安を抱えながら、半数以上が「何をしてもよいかわからない」のが実態

中老年の約6割が将来の認知症に不安を感じている一方、認知機能の維持や予防するためにやっていることを聞くと、「現在やっていることがある」と答えたのは4人に1人（25.3%）で、半数は「この先やりたいと思っているが、何をしてもよいかわからない」（52.0%）と答えました [図4]。将来の認知症への不安があり、認知機能の維持・予防のために何らかのケアを望んでいるものの、どうしていいのかわからない、というのが中老年のリアル、と言えます。

【図4】 認知機能の維持・予防のためにやっていること

Q.ご自身の認知機能を維持したり、低下の進行を緩やかにしたりするために、やっていることはありますか？ (対象 n=600)



【調査概要】 ※本調査では小数第2位を四捨五入しているため、数字の合計が100%とならない場合があります。

■実施時期：2020年10月26日（月）～10月28日（水） ■調査手法：インターネット調査

■調査対象：全国の50～79歳の男女600人