



東北大学

平成 28 年 7 月 6 日

報道機関 各位

国立大学法人 東北大学

**クラブツーリズム×東北大学
旅行が認知症予防にもたらす効果について共同研究を開始**

標記について、別添のとおりプレスリリースいたしますので、広くご周知いただきますようご協力の程お願い申し上げます。

【お問い合わせ先】

東北大学加齢医学研究所
〒980-8575 仙台市青葉区星陵町 4-1

担当： 教授 瀧 靖之

TEL：022-717-8556

FAX：022-717-8560

E-Mail：yasuyuki.taki.c7@tohoku.ac.jp

クラブツーリズム株式会社

〒163-0240 新宿区西新宿 2-6-1 新宿住友ビル 40 階

担当：松尾 匡、横畠 麻実、青木 之

TEL：03-5323-6875

FAX：03-3342-4445

E-Mail：ctpr@club-tourism.co.jp

クラブツーリズム×東北大学 旅行が認知症予防にもたらす効果について 共同研究を開始

KNT-CT ホールディングス株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：戸川和良）のグループ会社であるクラブツーリズム株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：小山佳延、以下クラブツーリズム）と、東北大学加齢医学研究所（宮城県仙台市、所長：川島隆太教授、以下東北大研究所）は旅行が脳にもたらす健康作用についての共同研究を2016年7月より3年間、実施いたします。

本共同研究では、脳科学分野で世界的権威である研究機関の東北大学加齢医学研究所がすすめている生涯健康脳の研究において、シニア世代に強みを持つクラブツーリズムが産学連携を組み、医学的見地から「旅行」と「認知症予防・抑制」の相関関係について本格的に調査・研究を行うものです。具体的には、東北大研究所・瀧靖之教授と当社の担当チームが中心となり、「旅行に行く頻度の高い高齢者は主観的幸福感やストレスコーピング（対処）能力が高く、認知機能が保たれている。また、旅行前・旅行後で脳に変化があり、主観的幸福感は向上、認知機能は低下抑制が見られる」という仮説をもとに、3年間で約90名を対象に調査・研究を実施いたします。

プレ調査として、旅行に行く頻度と個人の主観的幸福感の関連を調べる目的で、2016年5月に45名のお客様を対象にアンケート調査を実施しました。

お客様には、過去5年間の旅行回数について、自由記述形式でご回答頂きました。また、心理学的に信頼性が確認された質問紙である「主観的幸福感尺度」にもご回答頂き、お客様の主観的幸福感（自分は幸せだと思う気持ち）を測定しました。また、お客様がどのようなモチベーションを持って旅行に行かれ、そのモチベーションが主観的幸福感とどのように関連するかを調べるために、観光動機に関する質問紙にもご回答頂きました。

①旅行回数と主観的幸福感の相関関係

過去5年間の旅行回数と主観的幸福感の関係性を調べる統計解析を行ったところ、「過去5年間の旅行回数が多いほど、人生に対する『失望感』が低い」という有意な結果が得られました。

『人生に対する失望感』は、主観的幸福感尺度で測定される因子の一つです。「自分の人生は退屈だとか面白くないと感じていますか」「将来のことが心配ですか」「自分の人生には意味がないと感じていますか」という三つの質問に対する回答をスコア化することで測定されます。

この結果から、旅行に行く頻度の高い方ほど、ご自身の人生を肯定的に捉えていることが考えられます。

②観光動機と主観的幸福感の相関関係－1

お客様が旅行に対して持たれるモチベーションと主観的幸福感の関係性を調べる統計解析を行ったところ、「『現地交流』を動機として旅行をする傾向が高いほど、人生に対する『満足感』が高い」という有意な結果が得られました。

つまり、「旅先で出会う人々と交流したい」という動機を持って旅行をされる方は、「人生が面白い」「今の生活は過去よりも幸せ」といった、人生に対するポジティブな気持ち・満足感を高く持っていることが分かりました。

この他にも、「旅行先の文化や歴史を知りたい」といった、文化の見聞を旅行の動機とする傾向の高い方ほど、「人生で起こる困難な状況に自分で対処できる」という自信を強く持っている、という結果も得られました。

上記の結果は、あくまで旅行回数や観光動機と主観的幸福感の「関連」を示す結果であり、旅行回数や観光動機が主観的幸福感に「影響」することを示すものではありません。また、なぜ上記のような結果が得られたのか、考察を深めていく必要があります。

しかしながら上記の結果から、頻繁に旅行に行くほど、あるいは明確な動機を持って旅行に行きその動機が満たされるほど、主観的幸福感が高くなる可能性が示唆されます。高い主観的幸福感、長寿命や認知機能の維持に影響すると考えられています。したがって今回のプレ調査の結果は、旅行が認知症の予防・抑制に効果的であるという可能性に、期待が持てる結果であると考えられます。

今後、「旅行に行く頻度の高い高齢者は主観的幸福感やストレスコーピング（対処）能力が高く、認知機能が保たれている。また、旅行前・旅行後で脳に変化があり、主観的幸福感は向上、認知機能は低下抑制が見られる」という前述の仮説を検証すべく、心理学的な質問紙調査や、認知機能検査、脳のMRI検査等を行い、更に詳しい調査をしていく予定です。

クラブツーリズムは、お客様の約65%が60歳以上の方で占められる旅行会社で、行き先志向型の商品だけではなく、旅先で何をすることを主目的にした目的志向型の「テーマ旅行」を強みとしています。本研究で、旅行による健康改善効果および脳・認知機能へのポジティブな影響を科学的に導き出すことで、よりよい商品を企画し、お客様に還元してまいります。本研究とあわせ、今後、「旅行」と「脳の健康」に関連するツアーや講座、イベントなど様々な取組みを開始いたします。

<検証項目>

- ・旅行が高齢者の主観的幸福感やストレスコーピング（対処）能力の向上、脳萎縮の抑制、認知機能の維持に影響することを脳科学的に示す。
- ・旅行の頻度および経験が、脳のどの領域の構造に関連し、どのような認知機能のレベルの維持に関連するかを明らかにする。

<研究対象および採取するデータ（予定）>

- ・研究対象
60歳以上の日本人（性別は問わず）で、旅行高頻度群、低頻度群およびツアー参加者各約30名
- ・採取するデータ（予定）
脳MRI、認知機能検査、心理検査、生活情報、旅行に関する情報、社会経済的地位

<共同研究における役割>

- ・クラブツーリズム
ツアー参加者を対象とした調査依頼および実施、研究結果を基にしたヘルスツーリズムツアー、イベントなどの企画・運営・販売などを実施。
- ・東北大学
旅行に行く頻度の高い群と低い群を対象として脳MRIや認知機能検査、心理検査などのデータを採取し、旅行の認知機能への維持改善効果、主観的幸福感などの心理影響を導き出す。

<関連ツアー、イベントの実施>

- ・生涯健康の旅「自然の癒しを体感 赤木自然園森林セラピー」
(日帰りバスツアー、9/26出発、旅行代金：14,800円)
本研究を受け、ヘルスツーリズムをうたった新しいツアー「生涯健康の旅」を企画。
脳の機能低下を予防するのに効果的である3大要素「知的好奇心」「運動」「コミュニケーション」を行程に組み込む。第一弾は、日帰りバスツアーで、赤城自然園で森林散策をした後、自然園で鑑賞した花をデザインした切り絵を体験するという内容です。切り絵は手先を使いながら脳を活性化し、同時にコミュニケーションを図るため、脳の健康によい健康プログラムです。

◆報道関係のお問合せ先

クラブツーリズム株式会社 広報担当:松尾 匡、横島 麻実、青木 之
TEL:03-5323-6875 (月～金 9:15～17:30・土日祝除く) FAX:03-3342-4445 E-Mail: ctpr@club-tourism.co.jp
所在地:〒163-0240 新宿区西新宿 2-6-1 新宿住友ビル 40階 コーポレートサイト: <http://www.club-tourism.co.jp>

- ・「あるく&健康フェスタ」(8/20開催)

瀧靖之教授に講演していただく講座。生涯健康脳を維持するにはどうしたらよいのか、また旅行がどのように健康脳維持に寄与するかを、最新の脳科学の知見をもとにわかりやすく紹介していただきます。

<瀧靖之教授 略歴>



1970年生まれ。医師。医学博士。
東北大学大学院医学系研究科博士課程卒業。
東北大学加齢医学研究所機能画像医学研究分野教授。
東北大学東北メディカル・メガバンク機構教授。
東北大学病院加齢核医学科長としての画像診断、東北大学加齢医学研究所で脳のMRI画像を用いたデータベースを作成し、脳の発達、加齢のメカニズムを明らかにする研究者として活躍。読影や解析をした脳MRIはこれまでに16万人にのぼる。「脳の発達と加齢に関する脳画像研究」「睡眠と海馬の関係に関する研究」「肥満と脳萎縮の関係に関する研究」など多くの論文を発表。学術誌はじめ新聞・テレビなど、マスコミでも数多く取り上げられ注目を集めている

クラブツーリズムは、旅行が健康寿命の延伸に寄与し、高齢者がいきいきと生活できる社会実現へ貢献できることを期待しています。

◆報道関係のお問合せ先

クラブツーリズム株式会社 広報担当:松尾 匡、横島 麻実、青木 之

TEL:03-5323-6875 (月～金 9:15～17:30・土日祝除く)

FAX:03-3342-4445

E-Mail:ctpr@club-tourism.co.jp

所在地:〒163-0240 新宿区西新宿 2-6-1 新宿住友ビル 40階

コーポレートサイト:<http://www.club-tourism.co.jp>