

【平成27年度指定型研究(ヘルスリテラシー促進研究)】

**(1) 研究課題名地域で生活する独居高齢者の健やか力向上
にむけた健康教育プログラムに関する研究**

松尾泉¹⁾、笹森佳子¹⁾、細川満子¹⁾
1) 青森県立保健大学

背景

県下の独居高齢者を対象とする地域交流事業については報告されているものの、健康感の向上や行動変容に与える影響を調査したものは少なく、年間を通じた独居高齢者の健やか力（ヘルスリテラシー、以下HL）の維持・向上に向けた対策が急務である。

目的

地域で生活する独居高齢者の健康講座の参加状況・健康感の変化・行動変容や、食事会を企画する民生委員や学生との相互作用を調査し、地域で生活する独居高齢者のHL向上にむけた健康教育プログラムを開発するための基礎資料とする

研究内容・方法

調査期間：平成27年8月～平成28年3月
調査対象：倫理的配慮のもと健康講座に参加する独居高齢者に対し、健康講座開始前に自記式質問紙を配布し①基本属性②参加理由③健康感④健康関連項目を調査し、終了後留置き法にて回収した。

研究成果

3会場で回収された59名（回収率89.4%）のうち、有効回答を得た55名（男性9名・女性46名）を対象とした（有効回答率93.2%）。

- ①参加者は80代（52.7%）中心で、食事会への参加年数は1～20年（10年以上20.0%）。②研究講座へは民生委員の誘い43名（76.8%）や学生への期待19名（34.5%）を契機に、健康情報や正しい対処法を得るため参加していた。
- ③健康感：主観的健康感について、現在の状態が健康であると回答した者は40名（83.6%）④客観的健康関連項目のうち、血圧や体重など自己の身体状況を把握していない者が9名（16.4%）であった。また、健康行動として友人や近所付き合いの継続を挙げたものは33名（60.0%）であった。

今回、健康講座に参加した独居高齢者の多くは、現在健康を自覚し、医療や家族・周囲人々の力を借りながら、自ら健康をコントロールできると認識していることや、独居高齢者への健康講座の開催はHL向上の社会的要因となることが推察された。

今後、継続受講率や教育効果の高い健康教育プログラムの開発には、独居高齢者の地域交流を活かした受講勧奨方法を工夫し、個々の生活背景および健康感を考慮したテーマ・内容を選定する必要がある

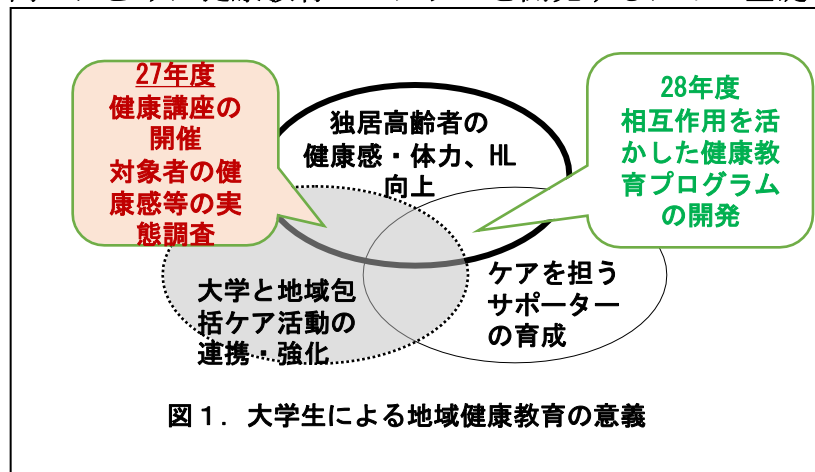


図1. 大学生による地域健康教育の意義