

健康活動に消極的な独居高齢者の HL 向上に関する研究 -地区活動における ICF モデルの活用-

松尾泉¹⁾、笹森佳子¹⁾、細川満子¹⁾

1) 青森県立保健大学

Key Words ①ヘルスリテラシー (HL) ②独居高齢者 ③健康教育
④主観的健康感 ⑤国際機能分類 (ICF)

I. はじめに

地域で生活する独居高齢者の多くは基礎疾患を持ち、健康習慣の一つである社会参加への意欲も加齢と共に減少する傾向があることから、認知症や運動器障害による要介護状態に陥る恐れがある。このため、地域では様々な閉じこもり予防活動が展開されているものの、支援の意図に反して参加に消極的な者が多く潜在している。健康活動に消極的と考えられる独居高齢者の生活機能・HL やニーズを捉えた、効果的な介入方法の開発が急務である。

II. 目的

本研究は、地区民生委員との協力連携により、閉じこもりがちな独居高齢者の生活機能・HL の向上と地区活動への参加を促し、地区活動を活発化することにより全体の HL を向上させることで地域貢献を図る。

III. 研究の経過

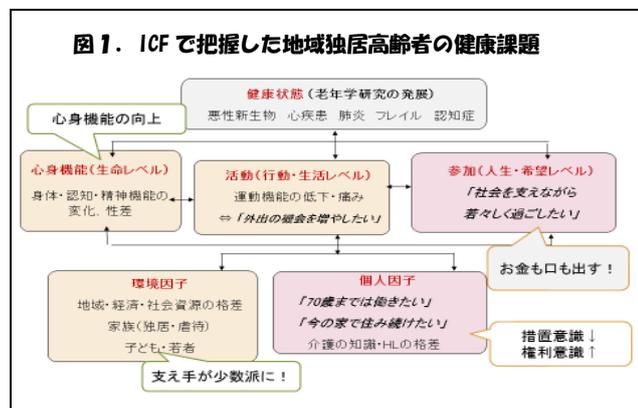
1. 研究内容

本研究の目的を達成するために、複数の調査研究を計画し、本年度（1年目）は、独居高齢者の HL・健康ニーズについて、先行研究や既存の資料、参加者・民生委員へのアンケートおよびインタビュー調査をもとにアセスメントし、健康教育の内容および教材の検討を行ったので、その結果と課題を報告する。

IV. 研究成果および考察

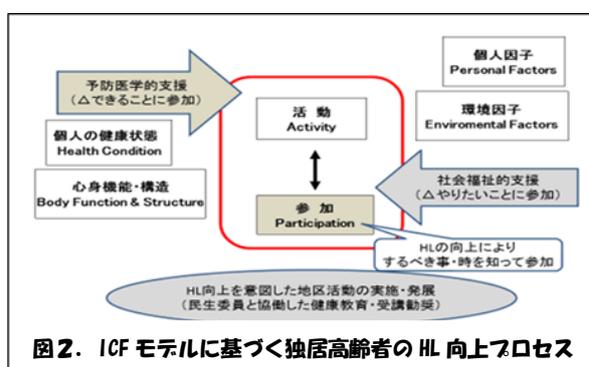
1. 地域独居高齢者の健康課題

内閣府による、高齢者の健康に関する意識調査¹⁾・日常生活に関する意識調査²⁾により、生活機能に格差が生じていることや、地域での健康活動において関心がありながらソーシャルキャピタルが整わないために参加しない高齢者がいることが推測された。本件休の対象者である地域独居高齢者には現段階でどのような健康課題があるのか、WHO の国際機能分類（以下 ICF）を用いて生活機能と健康課題を整理した（図 1）。



2. HL 向上活動としての健康教育実施の意義と課題

研究者は地区社会福祉協議会による独居高齢者の閉じこもり予防事業のなかで学生ボランティアによる健康教育を開催している³⁾。参加者 55 名（男性 9 名・女性 46 名）の質問紙調査及びインタビュー結果を分析した。対象者の年代は 80 代（52.7%）が最も多く、主観的健康感は 40 名（83.6%）が健康と感じていた。HL は半数が自己や医療によると回答した。事業には民生委員の誘い 43 名（76.8%）や学生への期待 19 名（34.5%）を契機に、健康情報や方策を得るため参加しており、健康教育の開催は HL 向上の社会的要因となることが推察された。一方、9 名（16.4%）は、血圧や体重など自己の身体状況を把握していなかった。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、男性（3 名 33.3%）・女性（30 名 65.2%）であり、男性が女性に比して社会参加に関する HL の少ないことが推察された（図 2）。個別性や性差を考慮した受講勧奨方法の選定が必要であると考察された。



因子		生活機能の評価と介入方法	
心身機能	活動状況	参加の意向	
問題あり	障害あり	あり	療養生活に関する評価 →戸別訪問
		なし	療養生活に関する評価 →戸別訪問
	障害なし	あり	行動手段の評価 →受講勧奨
		なし	個人因子に関する評価 →受講勧奨
問題なし	あり	環境因子の評価 →受講勧奨	
	なし	個人因子の評価 →戸別訪問	

3. 次年度調査遂行予定

本年度の調査結果を元に、平成 30 年 8 月～平成 31 年 3 月に訪問・または集団での認知症予防・転倒予防を中心とする健康教育を実施し、効果測定・HL 向上の縦断的評価を行う（表 1）。また、これまでの成果をまとめ、関連学会で報告する予定である。また、学生ボランティアや民生委員による相互効果を明らかにするなど。地域の健康活動の発展に貢献していきたい。

V. 文献

- 1) 内閣府平成 25 年度高齢者の健康に関する意識調査 <http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h25/sougou/gaiyo/>
- 2) 青森県健康福祉部高齢福祉保険課 あおもり高齢者すこやか自立プラン 2015 www.pref.aomori.lg.jp
- 3) Matsuo, I, Sasamori, Y, Hosokawa, M (2016) Study on Improvement in Health Literacy of Elderly People Living Alone Via Regional Volunteer Activities by Students: Sense of Well-being/Health Actions and Health-related Items in Participants in Health Education Asia-Pacific Conference on Public Health [APCPH] 6th / 1st ASEAN Health Promotion Conference.

VI. 発表

- 1) 2017 在宅ケアを支える診療所・市民全国ネットワーク全国大会（2017 年 10 月 8・9 日：青森県八戸市）報告書（人材育成・教育分野）、大学生ボランティアによる地域での健康教育について—独居高齢者の閉じこもり予防・ヘルスリテラシー向上をめざして—
- 2) 2018. 7 月栃木県で開催される日本社会医学会学術集会上に演題登録し本研究の一部を発表予定である。