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)]*、　福岡裕美子[1)]、　石田賢哉[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テキストマイニング
④介護・閉じこもり予防　⑤アクションリサーチ

Ⅰ．はじめに

ヘルスリテラシー（以下 HL）は、世界保健機関（以下 WHO）より示された健康を維持・増進するための情報を選び活用する能力、および動機付けを維持する認知的・社会的スキルである。疾病構造や社会情勢など保健医療に関する社会の変化から、多様な対象・目的に必要な HL について国際会議等で多くの議論を重ね、人々の健康を支える重要な概念になっている。健康に関する HL についての先行研究では、これまでの HL 概念に加え、当事者の健康に関与する人々とのコミュニケーション能力、実際に対照行動を取る健康管理能力が含まれる。

なかでも、近年増加傾向にある、地域の独居高齢者は、生活不活性化をもたらす要因が多いうえ、積雪量が多い本県の冬期の生活では、望ましい健康習慣とされる運動や社会交流の機会が減少しがちである。地域の社会福祉協議会・民生委員による閉じこもり予防活動が展開されているものの、参加に消極的な者が多く潜在している。

Ⅱ．目的

閉じこもりがちな独居高齢者の生活機能や思いを明らかにする。また、活発な地区活動を進め、地域住民全体の HL の向上や地域貢献を図る

Ⅲ．研究方法

１．　研究期間：2018 年 12 月～2019 年 3 月

２．　調査方法：調査研究についての説明文を地区社会福祉協議会や民生・児童委員協議会を通じて地域住民に周知した。同意の得られた独居高齢者自宅に、研究者とボランティア学生が戸別訪問し、健康や 1 人暮らしへの思いについて聞き取り調査を実施した。KH Coder を用いてテキストマイニング分析を行った。

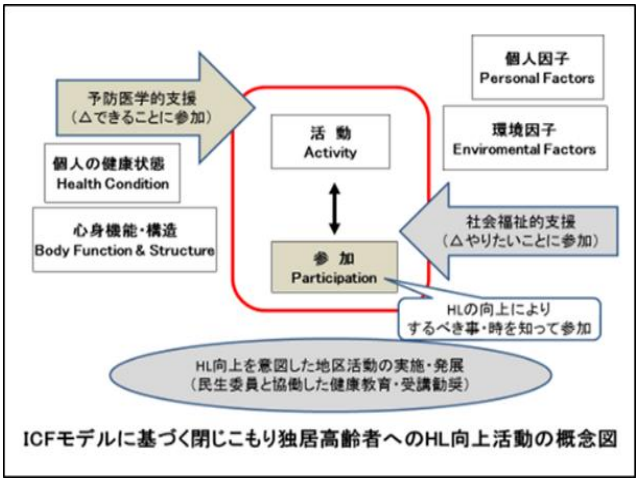
３．　倫理的配慮：本研究は青森県立保健大学研究倫理委員会の承認を得て実施した。（承認番号 1586・1871）

Ⅳ．結果・考察

60～90 代の独居高齢者 7 名よりインタビューデータを得た。全員が慢性的な身体機能的上の課題や冬期の外出への不安や困難を有していた。健康やひとり暮らしの思いに関する語りの文章から分析を行った。文章の単純集計として 284 の文章が確認された。分析対象となる総抽出語数は 4,756（使用 1751）、語数は 850（使用　651）であった。健康に関するものでは、「見る・健康・

*連絡先：〒030-8505　青森市浜館間瀬 58-1　E-mail: a_bcde@auhw.ac.jp

テレビ」「医師・飲む・薬」などでひとり暮らしに関するものでは「家・来る・友達・作る・話す」「家・夫・地区名」など、それぞれ共起関係がみられ、受診やデイサービスの利用、家族関係など個々の生活機能はネットワーク上に反映していた。



ICFモデルに基づく閉じこもり独居高齢者へのHL向上活動の概念図

資料．学生ボランティアを交えた地区活動の様子

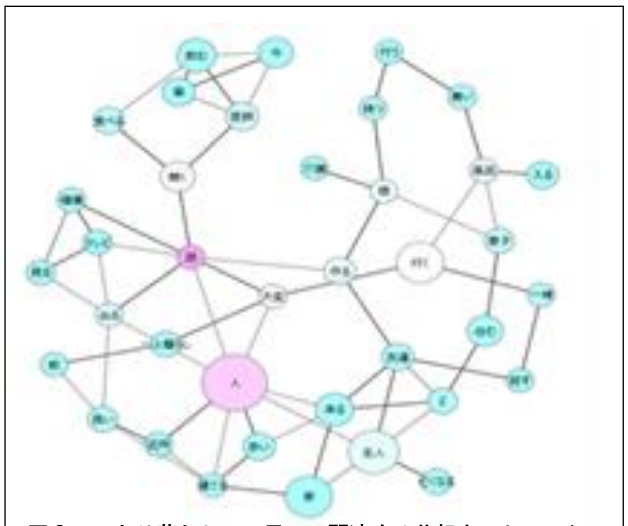


図２．ひとり暮らしへの思いに関連する共起ネットワーク

なお、研究者は、地域で生活する独居高齢者の HL 向上に取り組み、地区の社会資源である社会福祉協議会や民生委員との協働で、学生ボランティアを主体に集団を対象とする健康教育を実施している。今回訪問した 7 名のうち 2 名は、訪問翌月に開催した、学生の参加する地域活動への参加があった。

これまで可視化されなかった、閉じこもり傾向にある独居高齢者女性の思いは、地域への信頼や、持ち家への愛着などから、選択的に一人暮らしを続けていることであった。独居高齢者の生活機能の中でも社会的要因が整うことで、本人が望む暮らしを選び継続できることが示唆された。今後は、 、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、独居高齢者のＨＬの促進に向けたプログラムを開発し、地域の健康活動の発展に貢献していきたい。

Ⅴ． 参考文献

１）中山　和弘：ヘルスリテラシーとヘルスプロモーション，健康教育，社会的決定要因, 日本健康教育学会誌, 22（1）：76-87, 2014

Ⅶ．発表

現在、本結果の一部を日本ヒューマンケア科学会誌へ投稿予定である。