

修士論文要旨

研究テーマ： 中規模都市 T 市在住高齢者の生活実態調査と健康支援策に関する研究

学籍番号 1980036

氏 名 鷹氏 昭佳

研究指導教員 山田 和政

概 要

【背景】

我が国は超高齢社会を迎え、介護予防策が喫緊の課題となっている。介護予防において、高齢者が居住する環境を考慮して、地域を主体とした介護予防対策に取り組むことが推奨されている。

実際に高齢者の居住する地域における生活環境は様々であり、T 市のような人口約 18 万人の中規模都市には林野や田畑が多いが A 市などでは少なく、人口密度も近隣の市と比べて低い。このように同じ県内であっても高齢者の生活環境は異なり、高齢者の身体活動は、その生活環境に大きく影響されることが推測される。実際に生活する高齢者の生活環境と身体機能との関連性を明らかにし、住み慣れた環境で生涯自立した生活を送れる高齢者を支援する対策を考案することは、今後の高齢社会において必須であると考えられる。

本研究では、T 市の高齢者の身体機能を確認するとともに、生活実態と生活環境を調査し、そのデータを基に、T 市の生活環境要因を考慮した高齢者の健康支援策を考案することを目的とする。

【方法】

対象者は T 市在住高齢者 59 名である。対象者の身体機能検査には TUG, OLST, CS-30 を実施し、生活実態および生活環境を知るためにアンケート調査を実施した。

【結果】

身体機能検査の結果は良好で、転倒リスクは低く、バランス能力および下肢筋力は維持されていた。

アンケート調査から、家族構成では夫婦 2 人のみの世帯が最も多く、次いで 2～3 世代世帯、高齢単独世帯の順で多かった。高齢単独世帯であってもコミュニケーション機会があり、笑う頻度、主観的健康感も高かった。自宅は一戸建てが多く、身体活動として家庭菜園を行っている高齢者もみられた。また、商店や郵便局などの公共施設が自宅周辺にあると感じている高齢者が多く、利便性の高い生活環境であることがわかった。

【結論】

今後の T 市在住高齢者の健康支援策として①家庭菜園や農地活用を促進し、これらを活かした交流の場を作る、②多世帯のコミュニケーションを活性化するための地域行事やお祭りの開催、③アクセスのよい商業施設、公共施設によるイベントの開催を考案している。