

修士論文（要旨）
2011年1月

都市部在宅中高年者の介護予防に関する用語の認知とその関連要因に関する研究

指導 渡辺修一郎 教授

老年学研究科
老年学専攻
209J6012
山元友子

目 次

序論	1
第1章 研究の背景	1
1. 国の健康づくり政策	1
2. 健康教育と情報	2
第2章 研究目的	3
1. 高齢者の健康づくりおよび介護予防と知識との関連に関する先行研究	3
2. 研究目的	5
第3章 研究方法	5
1. 世田谷区北沢地域におけるアンケート調査	5
2. 調査内容	6
3. 分析方法	6
第4章 結果	7
1. 対象者の特徴	7
2. 健康維持や介護予防に関連する用語の認知度	7
1) 「言葉と意味を知っている」用語	7
2) 「言葉は知っている」用語	7
3) 「言葉も意味も知らない」用語	8
3. 関連する知識の有無	8
1) 正答率の検討	8
2) 誤答率の検討	8
3) 「わからない」との回答の検討	9
4. 生活習慣に密着した健康づくりのための取り組みと知識	9
1) 健康づくりのための心がけや実行していること	9
2) 運動	9
3) 食事・栄養、口腔機能・口腔衛生	10
5. 情報源	11
1) 普段の情報源	11
2) 詳しい健康等の情報源	11
第5章 考察	12
1. 用語の認知度と関連する知識	12
2. 知識となっている情報の入手や新たな健康情報を得る手段	14
3. 知識・情報の関係性と情報提供	14
第6章 結論	16

参考文献

資料

要旨

1. 背景

少子高齢化が進む中、様々の保健事業が展開されているが、特定健診受診率や基本チェックリスト実施率は約3割にすぎず、保健事業の重要性や必要な情報が人々にどれだけ伝わっているか疑問である。高齢者が適切な情報をもとに適切な保健行動を習慣化できるよう、効果的な予防事業を展開することが超高齢社会を迎えたわが国に求められている。

2. 目的

本研究は、在宅の中高齢者の健康および介護予防に関する用語の認知度とそれらに関連する知識の程度、および、高齢者のもつ知識や生活行動に影響を与えている情報源は何かを明らかにすることを目的に実施した。

3. 方法

世田谷区北沢地域の55歳～59歳と65歳～69歳の住民より無作為抽出した2,000名に郵送調査を実施した。本調査は北沢総合支所健康づくり課が主体となり実施した調査に参画した。健康の維持増進および介護予防に関連する20の用語とし、言葉と意味を知っている、言葉は知っている、言葉も意味も知らない、の3択で認知度を把握した。さらに20の基礎的な健康知識について、全くそうだ、違う、わからない、の3択で知識の正しさを把握した。また、普段の情報源と詳しい健康情報源についても調査した。知識等の項目は、最終的に自治体の保健部署の医師、保健師、栄養士などからなる専門家集団で検討し決定した。

分析は用語の認知度および知識の性別、年代別での比較、生活習慣としての運動、食事・栄養項目と知識の関連、普段の情報源および専門的知識の情報源を検討し、関連する要因について検証した。統計処理はIBM SPSS Statistics19を用い、有意水準は5%とした。

4. 結果および考察

55歳～59歳の男性116名、女性173名、65歳～69歳の男性196名、女性230名から回答を得た。回収率が35.7%であること、回答者は未回答者に比較して保健行動等が一般的により傾向があるため、本研究で得られた用語の認知度や正しい知識の普及度等の結果は過大評価となっている可能性がある。

認知度が高い用語は、骨粗しょう症、認知症、歯周病、生活習慣病および、脱水症、脳卒中、メタボリックシンドロームであった。ここ数年の生活習慣病に対する取組みが浸透してきた可能性がある。一方、「言葉も意味も知らない」割合が高い用語は、ロコモティブシンドローム、廃用症候群、血清アルブミン値であった。介護予防についても「言葉と意味を知っている」男性は48.8%、女性は63.5%とあまり多くなく、介護予防の意味や目的、具体的内容が十分伝わっていないということが考えられた。性別では、低栄養、身体虚弱、骨粗しょう症、歯周病、関節リウマチ、介護予防、血清アルブミン値、ロコモティブシンドローム、BMI、腹圧性尿失禁、えん下障害、老年症候群、変形性関節症については女性の方が有意に認知度が高かった。年代別では、男性では、身体虚弱、骨粗しょう症、歯周病、関節リウマチ、認知症については65～69歳の方が有意に知っている者の割合が高く、女性では、介護予防、老年症候群については65歳～69歳の方が、BMIは55～59歳の方が有意に知っている者の割合が高かった。

知識を確認する項目で正答率が高いのは、「食事が十分に摂れない時でも水分を補給することが必要だ」、「海藻、野菜、芋類に含まれるミネラルやビタミンは体の調子を整える」、「足腰が弱ったと感じたらあまり外に出歩かないほうがいい」が9割以上、「運動を習慣として行うことは老化の進行を遅らせる」、「のどが渇かなければ、わざわざ水を飲む必要はない」、「メタボリックシンドロームは心臓病や脳卒中の危険を高める」、「喫煙は動脈硬化の進行を早める」、「一度、弱った足腰の機能は元にもどすことはできない」が8割以上であった。誤

答率が高いのは、「高齢期には生活環境を変えることが気分転換になる」、「高齢になればなるほど肉類は控えたほうがいい」、「高血圧は動脈硬化の進行を早めることはない」、「歯周病の原因は口の中に存在する菌である」、「口の中をきれいにすることは肺炎を予防することにもなる」の項目であった。「口の中をきれいにすることは肺炎を予防することにもなる」ことを知っている人は、1日1回以上歯や歯ぐきを観察する習慣やデンタルフロスや歯間ブラシを使う習慣が有意に多く、正しい知識が好ましい生活習慣と結びついていた。一方、「高齢になればなるほど肉類は控えたほうがいい」と考える者は肉類摂取頻度が有意に少なく、誤った知識が好ましくない健康習慣と結びついていた。これらの誤答率が高い項目については誤った知識を払拭するための取組みが喫緊の課題といえる。

「血清アルブミン値は低くても日常生活への影響はない」、「BMIは適正体重の目安になる」、「口の中をきれいにすることは肺炎を予防することにもなる」、「高齢期には生活環境を変えることが気分転換になる」、「高血圧は動脈硬化の進行を早めることはない」については正誤不明の者が多く、正しい知識の周知が必要と考えられた。

普段の情報源はテレビ、新聞が圧倒的に多く、次にインターネット、くちこみ、雑誌であった。特に女性の65歳～69歳の年代では、図書館の利用が多く、インターネット利用が少なかった。詳しい知識等の情報源では、医師・看護師が一番多く、男性では55～59歳より65～69歳の方が多く利用していた。今後、介護予防普及啓発活動を推進するための専門的情報の提供における保健・医療・福祉に携わる専門職の責任は大きいと思われる。

5. 結論

今回の調査で用語の認知や知識では男女差がみられ、男性は女性より情報をもっていなかった。よく知られているのは生活習慣病に関連した知識等であったが、介護予防の用語そのものの意味を知らない人や誤った知識をもっている人も少なくなかった。運度、食事・栄養、口腔衛生等の正しい知識がある人は生活習慣にその知識をいかしていた。普段の情報源はテレビ、新聞、インターネット、くちこみの順で多く、詳しい知識等の情報源になると医師・看護師、友人・知人、家族等のくちこみの順であった。くちこみの利用が高いことから、保健・医療・福祉に携わる専門職の責任は大きい。高齢者が好ましい生活習慣を考え、健康維持や介護予防に関心を抱くような知識等の提供が重要である。

参考文献

- 1) 土井由利子:日本における行動科学研究－理論から実践へ.J.Natl.Inst.Public.Health, 58(1):2009
- 2) 週刊保健衛生ニュース. 平成 22 年 7 月 5 日,第 1564 号
- 3) 高齢社会白書.http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2010/zenbun/22pdf_index.html
- 4) 介護予防マニュアル.厚生労働省. <http://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-1a.pdf>
- 5) 平成 20 年度介護予防事業(地域支援事業)の実施状況の調査結果. 厚生労働省老健局老人保健課. <http://www.mhlw.go.jp/topics/2010/03/tp0326-1.html>
- 6) 平成 21 年度介護予防事業(地域支援事業)の実施状況の調査結果. 厚生労働省老健局老人保健課. <http://www.mhlw.go.jp/topics/2010/10/tp1029-1.html>
- 7) Karen Glanz, Barbara K.Rimer, Frances Marcus Lewis.編.曾根智史,湯浅資之,渡部其,嶋野洋子訳:健康行動と健康教育 理論,研究,実践.東京:医学書院.2009.
- 8) ローレンスW.グリーン,マーシャルW.クロイター,訳神馬征峰:実践ヘルスポロモーション:東京,医学書院.2005
- 9) 吉田祐子、岩佐一、権珍嬉、古名丈人、金憲経、吉田英世、鈴木隆雄.都市部在住高齢者における介護予防健診の不参加者の特徴. 日本公衆衛生雑誌. 50(4).2008.
- 10) 杉澤秀博、高梨薫、柴田博、奥山正司.老人保健事業についての高齢者の認知度に関連する社会的要因.日本公衆衛生雑誌.43(8)624 - 631.1996.
- 11) 高齢者を中心とした健康知識と行動のちぐはぐ度調査事業報告書:財団法人健康・体力づくり事業財団. 2008.3.
- 12) 川越雅弘,備酒伸彦,柴田知成:地域支援事業の効果的な運営方法に関する基礎的研究 住民アンケートから. 神戸学院総合リハビリテーション研究,4(1):13-23,2008.12.
- 13) 深堀敦子,鈴木みずえ,グライナー智恵子,磯和勅子:地域で生活する健常高齢者の介護予防行動に影響を及ぼす要因の検討. 日本看護科学学会誌,29(1):15-24,2009.
- 14) 矢野秀典、風間眞理、糸井志津乃、林美奈子、内山千鶴子、會田玉美、藤谷哲、堤千鶴子:医療系大学生の健康・健康増進活動に関する知識、意識と生活. 目白大学健康科学研究 1.159-166.2008.
- 15) 平成 21 年度 世田谷区における介護保険事業保険者機能評価結果報告書:行財政総合研究所,監修 NPO 法人全国保険者機能評価機構. 2009.
- 16) 吉田祐子、熊谷修、岩佐一、杉浦美穂、金憲経、吉田英世、古名丈人、藤原佳典、新開省二、渡辺修一郎、鈴木孝雄:地域在住高齢者における運動習慣の定着に関連する要因. 老年社会科学.28(3):348-357.2006.
- 17) 渡辺修一郎,柴田博:寿命の性差疫学小金井研究.Geriatric Medicine.38(12):1751-1756,2000.
- 18) 斎藤民、杉澤秀博、杉原陽子、岡林秀樹、柴田博:高齢者の転居の精神的健康への影響に関する研究. 日本公衆衛生雑誌. 47 (10) : 856-865.2000.
- 19) 米山武義,吉田光由,佐々木英忠,橋本賢二,三宅洋一郎,向井美恵,渡辺誠,赤川安正:要介護高齢者に対する口腔衛生の誤嚥性肺炎予防効果に関する研究. 日歯医学会誌,20:58-68.2001.
- 20) 守屋慶子:知識から理解へ. 新曜社. 48-54.2000.
- 21) 芳賀博:介護予防の現状と課題. 老年社会科学 32(1):64 - 69. 2010.
- 22) 柴田博,長田久雄,杉澤秀博編:老年学要論. 建帛社. 2007.
- 23) 財団法人東京都高齢者研究・福祉振興財団 東京都老人研究所 社会参加とヘルスポロモーション研究チーム:大都市における中高年者の社会参加―実態とニーズに関する調査報告書一. 2007.