

令和元年6月4日現在

機関番号：32605

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K01770

研究課題名(和文) 住民主体による高齢者の地域活動促進プログラムの健康増進及び介護予防への長期効果

研究課題名(英文) Long-term Effect of a Resident-based Program to Promote Health and Prevent Care Dependency by Creating Community Activities for Elderly

研究代表者

芳賀 博 (HAGA, Hiroshi)

桜美林大学・自然科学系・教授

研究者番号：00132902

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,100,000円

研究成果の概要(和文)：住民主体により創出された活動の長期効果と課題を明らかにすることを目的とした。地域活動は住民のつながりを強め、加齢に伴う高齢者の社会参加の低下を有意に抑制することが示された。活動能力及び生きがい得点の変化においても有意ではないものの同様の傾向が示された。しかし、介入地区と対照地区の要支援・要介護の新規発生率には、差がみられなかった。地域活動のリーダーと参加者に対するインタビューにおいて、地域活動が参加者の楽しみや心身の健康づくり、参加者同士のゆるやかなつながりや見守り、さらには、新たな課題の解決に役立っていることが示された。また、参加者の高齢化や固定化が課題であることが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は研究者と住民とが協働して、高齢者の役割の見直しを通じて社会参加を促し、地域高齢者の健康づくりに役立てようとするものである。住民との協働は、結果として住民主体の活動がいくつも創出されただけでなく、その活動が長期間継続されている様子も伺えた。また、地域活動が地域高齢者のつながりを強め、加齢に伴う社会参加や活動能力・生きがい得点の低下抑制に効果があることも示された。本研究成果はポピュレーションアプローチとしての介護予防戦略に有用なエビデンスを提供するものと考えられる。住民主体を促しながら課題解決に向かう手法はアクションリサーチと呼ばれており、今後の研究の蓄積が待たれている。

研究成果の概要(英文)：This study examined the long-term effect and problems of community activities for the elderly, created by the residents. Community activities promoted communication among residents, and markedly improved elderly people's levels of social participation, which had reduced with age. Similar tendencies were observed regarding the physical activities and worth living. On the other hand, there were no differences between intervention and control districts in the incidences that require care. Interviews with leaders and participants of community activities confirmed that these activities help participants find enjoyment, maintain their mental and physical health, connect with other participants in a relaxed setting, watch over those who need support, and solve the new subject within the community. The results also indicated the necessity of considering problem with participant's aging and difficulty in attracting new participants.

研究分野：老年学 健康科学

キーワード：アクションリサーチ 住民主体の活動 ボランティア活動 地域のつながり 介護予防 健康づくり

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

全国各地で住民主体の介護予防事業やサロン活動の取り組みがなされているが、これらの活動のほとんどが地域の課題やプログラムの設定は行政や研究者が決定したものである。行政や研究者主導のプログラム設定型介入においては、地域全体に活動を広げていくことは困難であり、住民が地域課題の解決の主体とはなり得ない。そこで、研究代表者らは、これまでに住民の主体性を育みコミュニティ・エンパワメントを推進することを念頭においたアクションリサーチに取り組んできた。その一環として、札幌市近郊 A 市において、2010 年から住民の主体性を育むことを基本理念にすえて、研究者が住民と協働して課題の抽出と共有をはじめとして、住民主体の地域活動の実践を支援してきた。その結果、介入地区において、さまざまな地域活動が創出され 3 年後にはソーシャルネットワークやボランティア活動の参加が改善されたことを報告してきた¹⁾。一方、プロセス評価においては、高齢者が主体的に地域活動に取り組むに至ったプロセスを報告してきた²⁾。介入地区ではその後も主体的な地域活動が継続されており、初回調査時から 7 年後の地域活動の健康増進及び介護予防等への長期的な波及効果や活動継続のプロセスや課題を明らかにすることが必要であるとの考えに至った。

2. 研究の目的

本研究は、札幌市近郊 A 市において行われた高齢者の地域社会における役割の見直しに基づく住民主体による地域活動促進プログラムの、(1) 地区高齢者全体に対する健康増進や生きがいに対する長期的なアウトカム効果を明らかにすること、(2) 介護認定率など介護予防に対する波及効果を明らかにすること、(3) 地域活動(つながりづくり活動)による地域への波及効果並びに活動の課題を明らかにすることを目的としている。

3. 研究の方法

2010 年以降に地域課題の抽出・共有と課題解決への支援まで行った札幌市近郊の A 市内の H 地区(介入地区)と地域課題の解決に向けた支援を行わなかった M 地区(対照地区)を対象とした。2009 年 12 月末現在、H 地区は人口 259 人、110 世帯、高齢化率 36.0%、M 地区は H 地区と 2 km ほど離れた人口 440 人、高齢化率 33.0%であった。

(1) 郵送による追跡調査: H 地区と M 地区の 60 歳以上(2016 年 12 月末現在)それぞれ、116 人、183 人を対象として 2017 年 3 月に郵送調査を行った。調査は、2010 年(初回調査)に実施した方法に準じて行った。調査項目は、基本属性、創出された地域活動参加有無、社会活動に関する項目(地域活動とボランティア活動³⁾)、近隣のソーシャルサポート・ネットワークに関する項目(ネットワーク:近所つき合いの程度、サポート:提供サポートと受領サポート)、コミュニティ意識、身体的健康・生きがいに関する項目(動作に対する自己効力感⁴⁾、生活機能⁵⁾、生きがい⁶⁾等)である。追跡調査

の回収率は、H 地区は 74.1%、M 地区は 64.5%であった。なお、2010 年の初回調査時の回収率は、それぞれ、79.2%、81.5%であった(表 1)。統計的な分析は 2 回の調査に回答した、136 人(H 地区 55 人; M 地区 81 人)の縦断データを基に、地域活動、ボランティア活動、近隣コミュニケーション、受領サポート、生活機能(健康度)、生きがいの変化を、反復測定分散分析を用いて H 地区と M 地区の比較を行った。

(2) 介護予防に対する波及効果を明らかにするための介護保険データ分析(2018 年度): 介護保険データの収集は A 市の協力を得て行われた。また、介護保険に関する縦断的な個人データの分析に際しては、追跡調査時に使用の許諾が得られた 155 人(H 地区 63 人、M 地区 92 人)のみを対象とした。

(3) 地域活動の波及効果と課題に関する質的調査: 創出された地域活動のリーダー 6 人と活動への参加者(一般高齢者)5 人に対し、フォーカス・グループインタビューを 2017 年 11 月に実施し、質的記述の方法により両群別々に逐語録データを分析した。2018 年 12 月には同年に発生した災害(胆振東部地震)時に住民主体により継続してきた活動がどのように機能したのかについて活動のリーダー 6 人に対して、フォーカス・グループインタビューを行った。なお、本研究は、桜美林大学研究倫理委員会の承認を得て行われた。

4. 研究成果

(1) 郵送調査による縦断データによる介入効果

表 2 は H 地区の地域活動の実績(2016 年度/自治会資料)と追跡調査で把握した各地域活動(最近 3 年間)への参加状況を示す。「パークゴルフを楽しむ会」と「ラジオ体操の会」以外は、2010 年以降の介入により創出された活動であり、中でも「SP で懐メロを聞く会」「花壇見守りボランティアの会」「交流会」は、2013 年以降に開始された事業である。参加割合は「公園清掃ボランティアの会」が 72.2%と最も多く、「花壇見守りボランティアの会」63.5%、「森林公園を歩く会」38.9%、「ラジオ体操の会」37.7%と続く。「ラジオ体操の会」は、2016 年度の参

表 1. 郵送調査の対象

		初回調査 (2010年)	追跡調査 (2017年)
介入地区(H)	対象数	106	116
	回答数	84 (79.2%)	86 (74.1%)
対照地区(M)	対象数	168	183
	回答数	137 (81.5%)	118 (64.5%)
回答者の平均年齢		73.5	75.1

初回と追跡の両調査に回答した者
介入地区: 55 人, 対照地区: 81 人

加延べ人数（調査対象以外の子どもも含む）は、3,118人と突出して多く、地区の住民に馴染みの地区活動であることが示された。図1は、介入開始時点の7年前と比べた、活動参加に関する意識の変化を示したものである。「親しくなった人のいる割合」「自治会活動が活発になったと感じている割合」「自治会の連帯が強くなったと感じている割合」は、いずれも、介入地区は対照地区と比べて有意に多かった。

表3は、初回及び追跡調査時の地域とのつながり、生活機能、生きがいの平均得点を示す。初回に比べて追跡時に「地域活動」「ボランティア活動」「近隣コミュニケーション」「生活機能」「生きがい」の各得点は介入地区、対照地区を問わず加齢の影響を反映して低下傾向にあった。とくに、対照地区の得点の低下幅が大きい傾向にあることも示された。6項目から成る「地域活動」においては、介入地区と対照地区の変化幅（交互作用）に有意差がみられた。このことは、地域活動への参加得点の低下は介入地区で緩やかであったのに対し、対照地区では有意に大きかったことを意味している。その変化のパターンを図2に示した。

表2. 介入地区における地域活動の実績と参加割合（最近3年間）

活動名	2016年度活動実績		分析対象者参加状況 (n=55)	
	実施回数	参加者数 (のべ人数)	参加 経験あり	参加割合% (欠損値除く)
パークゴルフを楽しむ会	12	162	17	31.5
ラジオ体操の会	171	3,118	20	37.7
公園清掃ボランティアの会	2	97	39	72.2
森林公園を歩く会	1	17	21	38.9
絵手紙ボランティア	3	24	12	8.8
男の料理の会	0	0	14	28.0
SPで懐メロを聞く会	0	0	17	32.7
花壇見守りボランティアの会	6	165	33	63.5
交流会(軽スポーツ:カーリンコン)	12	200	20	37.7

自治会總會資料による

表3. 地域とのつながり及び生活機能・生きがいの平均得点

		初回	追跡	郡内比較 P値(t検定)	交互作用 P値
		地域活動 (0-24)	介入:51 対照:77	3.02 ± 3.13 2.88 ± 2.60	2.41 ± 1.76 1.79 ± 1.76
ボランティア活動 (0-24)	介入:51 対照:75	1.65 ± 2.00 1.47 ± 2.34	1.55 ± 1.55 1.03 ± 1.48	0.657 0.051	0.051
近隣コミュニケーション (0-10)	介入:54 対照:77	5.39 ± 2.20 5.48 ± 2.65	5.11 ± 2.77 4.90 ± 2.97	0.444 0.064	0.658
近隣受領サポート (0-12)	介入:50 対照:76	2.64 ± 2.00 2.37 ± 2.34	3.14 ± 1.93 2.46 ± 2.48	0.102 0.744	0.077
生活機能: 社会的役割(0-4)	介入:53 対照:81	3.17 ± 1.07 3.35 ± 0.82	2.98 ± 1.20 2.79 ± 1.44	0.222 < 0.001	0.229
生きがい (0-32)	介入:48 対照:73	24.15 ± 7.36 26.79 ± 6.10	23.15 ± 6.48 24.59 ± 6.72	0.265 < 0.001	0.859

- ・地域活動:「自治・地域行事」「老人クラブ」「健康・体力づくりの活動」「地域の交流活動」「学習活動」「趣味活動」
- ・ボランティア活動:「美化活動」「地域の交流活動のボランティア」「高齢者の見守り」「子供の見守り」「知識・特技を教える活動」「健康・体力づくり活動のボランティア」
- ・近隣コミュニケーション:あいさつ、立ち話
- ・受領サポート:行事の誘い、おすそわけ、用事を足す、患病聞き
- ・反復測定分散分析:共変量は年齢、性別、手段的自立初回値、各指標の初回値

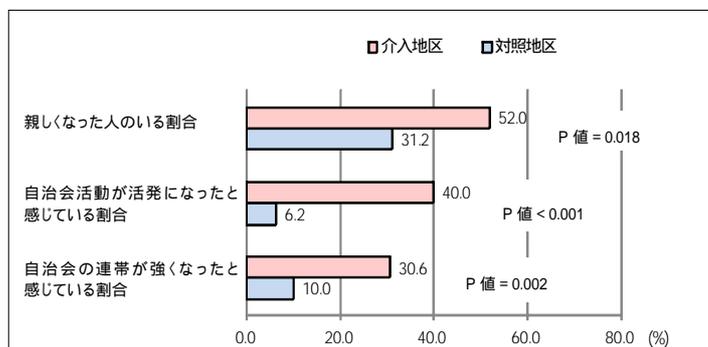


図1. 地域活動への参加に関する意識の変化(7年前と比べて)

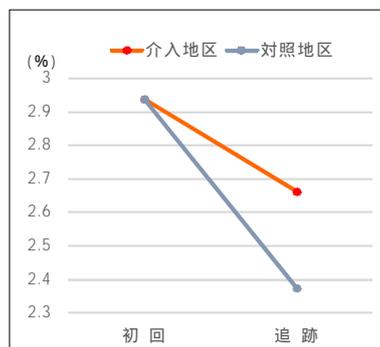


図2. 介入後の地域活動への参加(平均得点の変化)

(2) 介護保険データによる介入効果

介入地区(図3)及び対照地区(図4)における2011年3月と2017年3月時点の要支援・要介護の認定率を示している。対象者数が少なく、有意差を検討するまでには至らなかったが介入地区の男性の認定率が低く抑えられていることが示された。

また、初回調査時(2010年3月)に要支援・要介護認定を受けていた者を除いて、その後の追跡期間における要支援・要介護認定新規発生を追跡した。その結果、介入地区と対照地区における新規発生にはほとんど差が認められなかった。

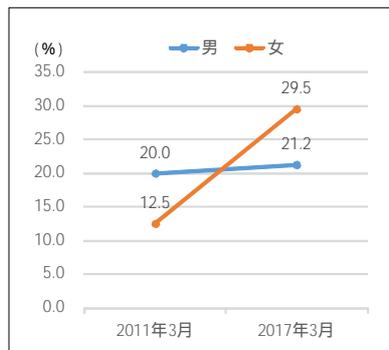


図3. 介入地区における認定率の推移 (65歳以上)

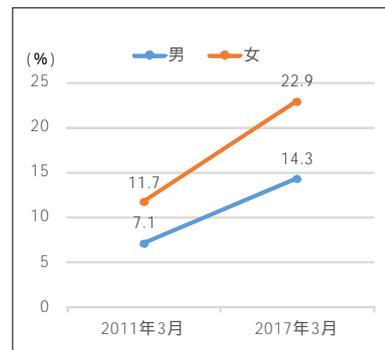


図4. 対照地区における認定率の推移 (65歳以上)

(3) 質的調査による地域活動の波及効果と課題

地域活動のリーダーに対するインタビューの質的記述的分析から、活動の効果として「楽しみの増大」や「見守り」につながっていた。新たな地域課題(ゴミ問題)に対して「話し合いによる解決」につながった。さらには、地域活動が介入地区以外の「他地区にも波及」したなどのカテゴリーが抽出された。課題としては、「参加者の高齢化・固定化」、活動のやりすぎによる「リーダーへの批判」等が抽出された。また、活動への参加者(一般高齢者)のインタビューからは、活動の効果として「自分の心身の健康」「強制的でないゆるいつながり」「高齢者の見守り」「地域の子どもの関係の広がり」「地域への共住意識の向上」等のカテゴリーが抽出された。課題としては、「参加者の固定化」「参加継続のための自分の健康維持」「次世代の参加者の拡大」「子どもを核にした活動の広がり」において今後の工夫が必要であることが示された。胆振東部地震時に継続してきた活動がどのように機能したのかについての活動のリーダーに対するインタビューからは、「近隣住民の安否を確認し、物資を届けたり・融通」しあい、「普段通り、ラジオ体操に集まり、安否確認」につながったり、「地域活動の目的を再確認し、活動の工夫や課題を考える機会」になった等のカテゴリーが抽出された。

(4) 結果のまとめ

住民主体により創出された地域活動は長期間継続されるだけでなく、住民ニーズに応じて柔軟に変化し、発展する可能性が示唆された。

創出された地域活動は地域のつながりを強め、加齢に伴う高齢者の社会参加の低下を有意に抑制することが示された。生活機能及び生きがい得点の変化においても同様の傾向が伺えた。

7年間の追跡期間の要支援・要介護認定新規発生率は、介入地区と対照地区の間に差がみられなかった。

地域活動のリーダーと活動への参加者に対するインタビューにおいて、地域活動は、参加者の「楽しみ」や「心身の健康」づくり、参加者同士の「ゆるやかなつながり」や「見守り」さらには新たな「地域課題の解決」につながっていることが確認された。しかし、「参加者の高齢化・固定化」は、リーダーと参加者の共通した課題であり、活動の広がりに向けた工夫が必要であることが示唆された。

<引用文献>

- 1) 佐藤美由紀, 芳賀博, 他: アクションリサーチによる社会参加促進型ヘルスプロモーションプログラムの長期的効果; 住民の主体性に基づく地域社会における高齢者の役割の見直しと創出. 老年社会科学. 36(2), 186(2014).
- 2) 佐藤美由紀, 芳賀博, 他: 地域社会における高齢者の役割の見直しに基づく地域活動創出に至るプロセスと促進・阻害要因. 日本公衆衛生雑誌学会総会抄録集. 333(2014).
- 3) 橋本修二, 他. 高齢者における社会活動状況の指標の開発. 日本公衆衛生雑誌. 44, 760-768(1997).
- 4) 芳賀博. 転倒に対する意識・態度の尺度化の試み. 地域高齢者における転倒骨折に関する総合的研究(平成7~8年度科学研究費補助金「基礎研究A(1)」研究成果報告書. 124-136. (1997)
- 5) 古谷野亘, 他. 地域における活動能力の測定: 老研式活動能力指標の測定. 日本公衆衛生雑誌

誌.34, 109-114 (1987).

6)近藤勉、鎌田次郎.高齢者向け生きがい感スケール(K-1)の作成および生きがい感の定義。
社会福祉学.43,93-101(2003).

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計2件)

芳賀博、住民主体の社会参加を通じた健康なまちづくり、生きがい研究、査読無、24号、
2018、4~19.

佐藤美由紀、齋藤恭平、若山好美、芳賀博、アクションリサーチによる地域高齢者の社会参
加促進型ヘルスプロモーション・プログラムのプロセス、老年社会科学、査読有、38巻、1号、
2016、3~20.

〔学会発表〕(計4件)

若山好美、佐藤美由紀、高齢者の役割見直しにより創出された住民主体の地域活動が7年間
継続された影響と課題、第7回日本公衆衛生看護学会、2019.

佐藤美由紀、若山好美、吉田裕人、芳賀博、アクションリサーチによる地域のつながりづく
りの効果と課題、2019.

若山好美、佐藤美由紀、胆振東部地震の経験からみえてきた住民主体による地域活動の取り
組みに意義と課題、第22回日本地域看護学会学術集会、2019.

佐藤美由紀、若山好美、吉田裕人、芳賀博、アクションリサーチにより創出された住民主体
による地域活動の長期効果、第77回日本公衆衛生学会、2018.

〔図書〕(計0件)

6. 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名：吉田 裕人

ローマ字氏名：YOSHIDA, hiroto

所属研究機関名：東北文化学園大学

部局名：健康社会システム研究科

職名：教授

研究者番号(8桁)：40415493

研究分担者氏名：佐藤 美由紀

ローマ字氏名：SATO, miyuki

所属研究機関名：佐久大学

部局名：看護学部

職名：教授

研究者番号(8桁)：80550318

(2)研究協力者

研究協力者氏名：若山 好美

ローマ字氏名：WAKAYAMA, yoshimi

所属研究機関名：天使大学

部局名：看護学部

職名：講師

研究者番号(8桁)：50713624

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。