

令和 6 年 5 月 27 日現在

機関番号：32644

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2020～2023

課題番号：20K11082

研究課題名(和文) 高齢者の社会活動参加の仕組み構築および社会活動参加による健康度への効果検証

研究課題名(英文) Establishing a system for participating in social activities at nursing home and verifying the effect of participation in social activities on health

研究代表者

池内 真弓 (IKEUCHI, Mayumi)

東海大学・健康学部・准教授

研究者番号：70710672

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、介護付き有料老人ホーム等に入居をしている高齢者に「仕事」を担ってもらう事で、精神・身体面での機能低下を防ぎ、収入を得る事でより豊かな生活を送れる環境・仕組みをつくり、仕事に取り組む事で得られる身体的・精神的効果を評価する目的で本研究を実施した。対象者をA群：コントロール群(通常の日常生活のみで特段の仕事をしていない群)とB群：仕事群(通常の日常生活に加えて仕事を実施する群)の2群に群別し、6か月の介入前後での活動量、握力、認知機能、心理状態の評価を行った。仕事に取り組んだ高齢者と取り組まなかった高齢者を比較すると、仕事を行ったグループは、活動量が多く、認知力スコアの維持向上が認められた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

高齢社会の我が国において、安心して活力ある豊かな超高齢社会を築いていくには、高齢者の社会参加は極めて重要な意味を持つ。高齢者が社会に参加し活躍し続けることは、高齢者本人の健康や生きがいにも寄与し、介護予防につながるが大いに期待される。

仕事に取り組んだ高齢者と取り組まなかった高齢者を比較すると、仕事を行ったグループは、活動量が多く、認知力スコアの維持・向上が認められた。高齢者介護施設入居者は、主体的な活動をあきらめる事が多いが、少しでも社会活動に参加することで、心身の機能の低下を防ぐことができ、生きがいを感じながら生活できるのではないかと考える。

研究成果の概要(英文)：There are many elderly people in nursing homes, they want a connection to the society and they want a place where they can contribute to society. However, in general, we think that nursing home patients only need care. But it cannot be regarded in such a general way. And we have prejudice that "They can't do anything anyway". At present, there are only very few opportunities or only limited opportunities. The purpose of this study, first is to established a system for patients in social activities, second is to verify the effects on mental and physical function from working activities. Specifically, subjects were divided into two groups: Group A: control group "Life as usual without working" and Group B: work group "Life as usual plus working". The amount of activity, grip strength, cognitive function, and psychological state were evaluated before and after the 6-month intervention.

研究分野：健康科学

キーワード：高齢者 社会活動 認知機能 QOL

1. 研究開始当初の背景

超高齢化社会を迎えた我が国において、生活習慣病、認知症、寝たきりなど多くの健康問題があげられている。高齢者の健康寿命を延伸することは医療費削減のためにも大きな課題である。身体的健康だけではなく、高齢者が安心して活力ある豊かな超高齢化社会を築いていくためには高齢者の社会参加は極めて重要であると考えられる。高齢者が年齢に関わらず社会に参加し活躍し続け、社会の担い手になる事は時代の要請である。同時に社会に参加し続けることは、高齢者本人の健康や生きがいにも寄与し、介護予防にもつながる事が大いに期待される。高齢者会議施設の入居者の中には、要支援・要介護状態であっても自らが活躍できる場所や社会へ貢献できる機会を求めている方々が見受けられる。しかし、要介護状態=介護を受ける人 という一方的な構図が生まれやすく、そういった高齢者に対して、活動時の事故等のリスクや「どうせできないだろう」という先入観により、活躍できる場や貢献できる仕組みが少ない現状がある。

2. 研究の目的

本研究では、介護付き有料老人ホーム入居者を対象に「仕事」を担ってもらう事で精神・身体面での機能低下を防ぎ、収入を得られることでより豊かな生活を送れる環境・仕組みをつくり、活動を通じて得られる身体的・精神的効果を評価する目的で研究を行った。

3. 研究の方法

研究対象者は、本人および家族から同意の得られた70歳以上の対象者とした。対象者をA群：コントロール群（通常の日常生活のみで特段の仕事を実施しない、仕事を希望しなかった群）、B群：仕事群（通常に日常生活に加えて仕事を実施する、仕事を希望する群）の2群に群別し、6か月の介入前後における評価を行った。評価項目は、活動量、握力、認知機能、POMS 2の測定を行い、仕事に取り組む事での身体的・精神的効果の検証を行った。

4. 研究成果

参加に同意が得られた参加者は、46名、control群（仕事なし群：男性6名、女性15名）、仕事群（男性9名、女性16名）であった。各群の基本属性を表1に示した。開始前の各群の基本属性に差は認められなかった。

表1. 対象者の基本属性

	control群	仕事群	<i>p</i>
性, n,			
男性	6	9	
女性	15	16	
年齢 (SD)	81.9 (5.2)	83.9 (7.5)	0.23
身長 cm (SD)	153.0 (9.9)	150.1 (5.7)	0.22
体重 kg (SD)	49.8 (9.4)	47.3 (7.5)	0.31
BMI (SD)	20.1 (2.3)	21.0 (3.3)	0.89

今回、開始前の活動量を測定していないが、介入中の各群の活動量（1日の平均歩数）は、control群は、1075±815.1、仕事群は、2241.4±749.0 であり、仕事群は有意に活動量が多かった。

握力については、各群の前後および群間で差は認められなかった（表2）。

表2. 握力 (kg)

		AVE	SD
control群	前	21.0	3.3
	後	20.6	3.4
仕事群	前	18.3	7.7
	後	19.3	4.4

認知機能は、各群の開始前に差は認められていなかったが、介入後、Control 群は、仕事群と比較し、有意に低い値であった（図 1）。

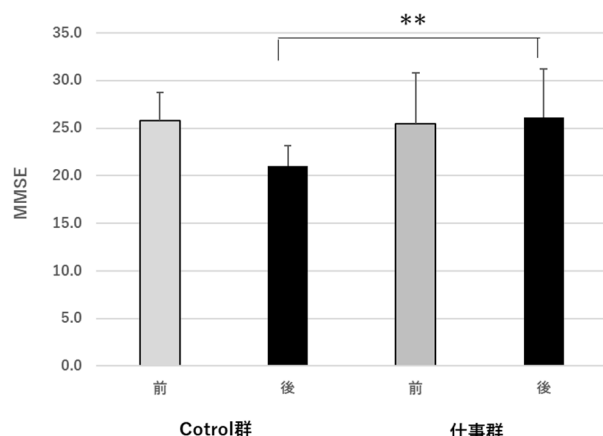


図 1 . 認知機能

\*\* :  $p < 0.01$

参加者のメンタル状態を POMS2(Profile of Mood States Second Edition)を用い評価を行った（図 2, 3）。

TDM: 総合的気分状態、AH: 怒り-敵意、CB: 混乱-当惑、DD: 抑うつ-落ち込み、FI: 疲労-無気力、TA: 緊張-不安、VA: 活気-活力、F: 友好を示す。

両群とも介入前後では、差は認められなかった。介入前の Control 群と仕事群を比較すると、TDM（総合的気分状態）は、仕事群で有意に低く、VA（活気-活力）および、F（友好）は、仕事群で有意に高い値であった。介入後も同様に、TDM（総合的気分状態）は、仕事群で有意に低く、VA（活気-活力）および、F（友好）は、仕事群で有意に高い値であった。加えて、介入後の仕事群は、DD（抑うつ-落ち込み）と、FI（疲労-無気力）が、control 群と比較し、有意に低い値であった。

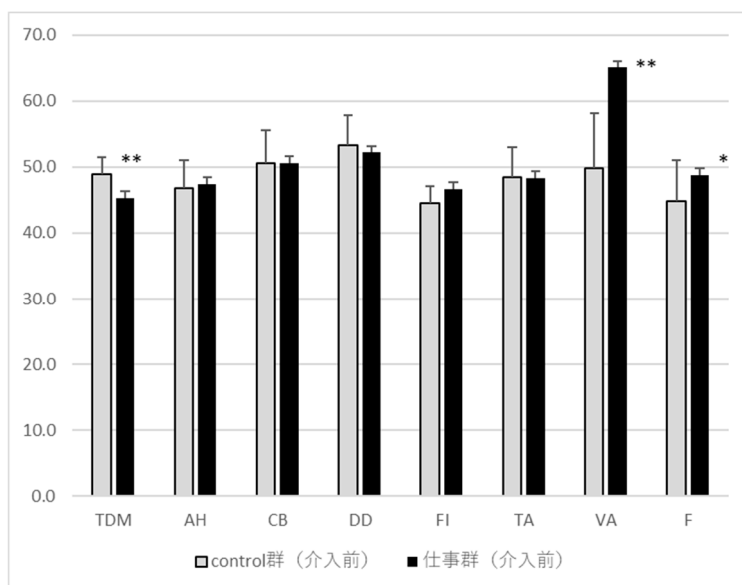


図 2 . 介入前の各群のメンタル状態

\* :  $P < 0.05$ , \*\* :  $p < 0.01$

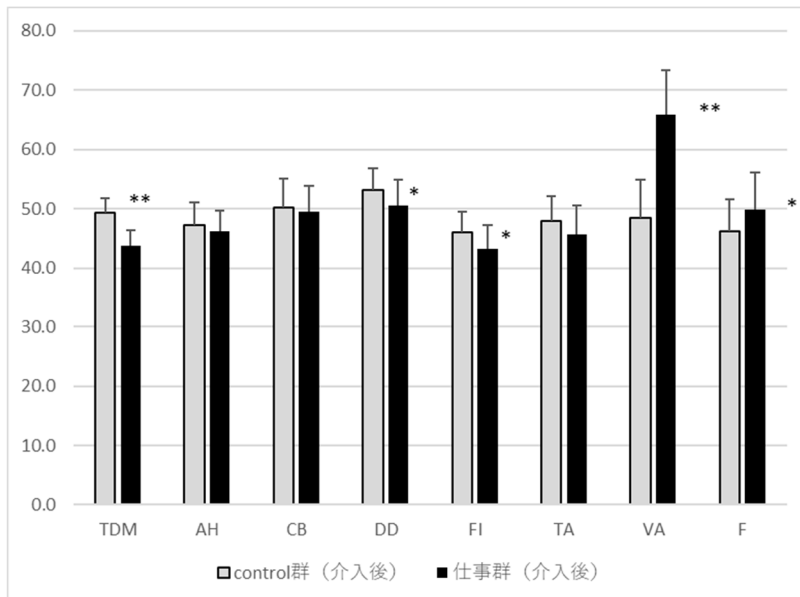


図3 .介入後の各群のメンタル状態

\*:P<0.05, \*\*: p<0.01

今回の結果から、仕事に取り組んだ高齢者と取り組まなかった高齢者を比較すると、仕事を行った群は活動量も多く、認知機能が維持されていた。今回データを示していないが Stroop 試験でも高い得点を維持していた。これは、「仕事」という活動に取り組む事による効果が得られていると考えられる。

POMS2 による気分状態は、各群の前後を比較すると違いは認められなかったが、仕事に取り組んだ群と仕事に取り組まなかった群では、TDM (総合的気分状態) は、仕事群で有意に低く、VA (活気-活力) および、F (友好) は、仕事群で有意に高い値であった。これは、今回の研究では、参加者をランダムに割り付けせず、仕事を希望した高齢者と希望しなかった高齢者で群別したため、仕事に取り組んだ高齢者は意欲などが元々高かったことが考えられる。

高齢者の心身の機能の維持・向上、QOL 向上のためには、仕事を希望しなかった群のような高齢者をいかに巻き込んでいくかという事が課題であると考えられる。

本研究では、身体的評価として活動量と握り力しか測定できていない。転倒予防のためにも筋力や持久力などの評価や、睡眠状態などの評価を行い総合的に心身の状態を評価していきたいと考える。

高齢社会の現在、認知症患者数は増加しており社会問題となっている。認知機能を維持、加齢による認知機能の低下を緩やかにする事は重要な事であり、本研究のような活動を継続・地域へ拡大していくことは社会問題解決の1つの方策となりえると考えられる。今後、高齢者介護施設だけでなく、地域と連携し高齢者だけでなく世代間交流や障がい者を含めた取り組みに発展させていく予定である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 池内真弓、森祥子
2. 発表標題 高齢者介護施設入居者の社会活動参加による健康度への効果
3. 学会等名 日本看護科学学会
4. 発表年 2022年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	田中 美加  (Tanaka Mika)  (70412765)	北里大学・看護学部・教授   (32607)	
研究分担者	森 祥子  (Mori sachiko)  (10548689)	東海大学・医学部・准教授   (32644)	
研究分担者	岡本 武志  (Okamoto Takeshi)  (80638320)	東海大学・健康学部・准教授   (32644)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------