

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 10 日現在

機関番号：22604

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2012～2014

課題番号：24500824

研究課題名(和文)「自己学習型ニーズ評価システム」の介護予防効果と標準化の研究

研究課題名(英文) Standardization and effect of the self-assessment system in Preventive Long-Term Care

研究代表者

小林 法一 (KOBAYASHI, Norikazu)

首都大学東京・人間健康科学研究科・教授

研究者番号：30333652

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、我々が開発した高齢者の健康増進と介護予防のための自己学習型ニーズ評価システムの実証を行った。このシステムは、自分にとってなにが大切か、将来どうありたいかを参加者自身が明確にすることを支援するために開発された。本システムの利用により、高齢者は明確な目標を自覚して各種の健康増進プログラムに参加できるようになることが示唆された。本システムの利用により、より効果的な介護予防プログラムの実践に繋がると思われる。

研究成果の概要(英文)：In this study, we demonstrated the effectiveness of the self-assessment system for the promotion of health and the Preventive Long-Term Care in aged person. This system was developed by us in order to support the setting up of the aim in the future. The findings suggest that the aged person can participate in various healthy improvement program with the well-defined purpose by the use of this system.

研究分野：リハビリテーション，地域ケア，作業療法学

キーワード：介護予防 地域リハビリテーション ヘルスプロモーション 人間作業モデル

1. 研究開始当初の背景

(1) 現在、各地の市町村が健康増進教室や介護予防プログラムを実施している。しかし、これらの事業が本来の効果を得ていないとする報告がなされている。申請者自身もこうした事業に関わっているが、この経験を通して感じた疑問が本研究の動機に繋がっている。

主な疑問は以下の2点である

介護予防プログラムに対し、参加した地域住民はその意義を感じているのか、自分にとって必要であると認識しているのだろうか？

介護予防プログラムが必要なのは、プログラムに応募し参加する者よりも、こうしたプログラムに参加しない者の中にいるのではなからうか？

これらの疑問が杞憂ではないことは、様々な報告から明らかである。そもそも介護予防教室は、要介護状態になるリスクの高い高齢者への対応として、市町村に実施が義務づけられている制度である。事前の予測では、高齢者全体の5%が対象になると推計されていた。しかし厚生労働省が全国1,808市町村を対象に実施した調査では、把握できた対象者が2.4%、さらに実際に参加した高齢者となると、わずか0.5% (2008年度) に止まっている。

(2) そこで我々は、この課題に取り組むべく、人間作業モデル (Model of Human Occupation; MOHO)¹⁾ を理論的基盤とした「介護予防プログラムの効果を高める自己学習型ニーズ評価システム」(下図)の開発を進めてきた(基盤C H21-23年)。

第1段階: 自己の能力と価値観, 興味, 習慣, 役割(心身機能, 活動, 参加)の確認

- 参加者は、自分の過去を振り返り、自分のこれまでの「困難への対処法」、「選択の判断基準」、「共時化したライフスタイル」、「興味関心の変遷」、「果たしてきた役割」、「失敗と成功」などを自己認識する。

第2段階: 過去と現在の比較

- 参加者は、現在の生活と第1段階で確認した過去との比較を行い、本質的に維持したい自身の能力や役割、生活習慣を同定し、そのための行動を計画する。

第3段階

- ニーズの自己決定—具体的な健康行動(ニーズ)を自己決定する。

MOHO は人の日常活動の組織化を説明するモデルであり、人の活動を「意志(Volition)」、「習慣(Habituation)」、「遂行(Performance)」

の3つのサブシステムからなる開放システムと捉えている。MOHOの視点からすると、これまでの介護予防プログラムは、主として「遂行」に働きかけるものであり、そこから「意志」や「習慣」への二次的効果を期待している。このやり方は参加する「意志」が明確にある者に対しては有効と思われる。しかし参加する「意志」が弱い者については、十分な効果を期待できない。この場合、まずプログラムに参加することのニーズと意義の自覚を促す「意志」へのアプローチが重要である。

(3) これまでに、東京都、札幌市、仙台市、神戸市など主に都市部で本評価システム(暫定版)による介入研究を行い、その有効性を実証してきた。150名弱の高齢者(1クール16回の介入、延べ参加者約1600人)からデータを収集し、評価法としての妥当性を検証した。また、RCTによる効果研究により良好な結果が得られている²⁾。しかし、対象者の居住地が都市部に集中しているというフィールドの偏りが課題として残った。

また、実用化に際しては実施マニュアルの整備とインストラクターの養成が必要である。これも本研究の課題である。

2. 研究の目的

本研究の目的は、これまで開発を進めてきた「介護予防プログラムの効果を高める自己学習型ニーズ評価システム」の効果の実証と標準化である。これまで主に大都市部で実証を重ねたという地域の偏りがある。この点を是正した上で実施マニュアルを作成し、広く普及を図りたい。

3. 研究の方法

(1) 「介護予防プログラムの効果を高める自己学習型ニーズ評価システム」の効果の実証と標準化

対象: 介護予防プログラムへの参加を希望した健常高齢者269名

自己学習型ニーズ評価システムの運用とデータ収集

- 主観的健康感とQOL (SF-36, EuroQOL, OSA, ACAIS, OPHI-2)
- 興味チェックリスト, 役割チェックリスト, 閉じこもり判定尺度
- プロセス評価のための参加者意見

(2) 実施マニュアルの整備とインストラクターの養成

対象: インストラクターの養成講習会に自主的に参加を表明した作業法士88名

作成したマニュアルに沿って講習を行い、理解度等を問うアンケートを実施する。

4. 研究成果

(1) 第1段階・第2段階のプログラム「予防的・健康増進プログラム」の効果

第1段階および第2段階のプログラムは「予防的・健康増進プログラム：65歳大学」として実施した。このプログラムの効果を検証するために、地域を層として、参加者を実験群(MOHOプログラム実施群)と対照群(手工芸プログラム実施群)にランダム割り付けし、RCTデザインによる実験を行った。効果指標の変化量を比較した結果、SF-36の体の痛み(fig1)とQOL26環境領(fig2)で有意(有意水準 $p<.05$)に高値をしめした。

第1段階・第2段階のプログラムであるMOHOプログラムは、対象者が健康的な生活を過ごすために必要な身体的能力から環境の影響に至るまでの幅広い作業の見方について学び、実践するという、ヘルスリテラシー向上の取り組みであるといえ、これがQOL向上に影響したと考えられた。

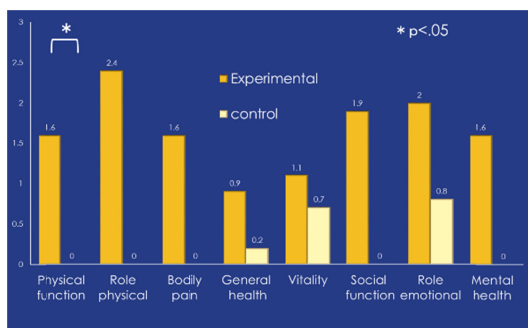


Fig1 . Mean change (SF-36)

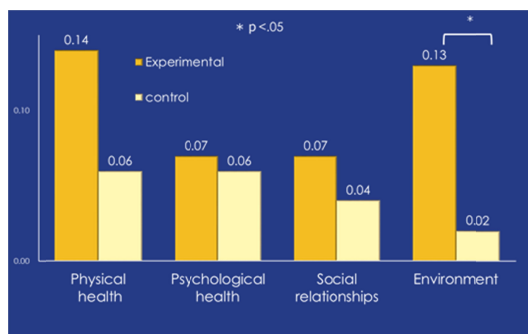


Fig2 . Mean change (QOL26)

(2) プロセス評価

MOHOプログラム参加者を対象に「65歳大学での学びと課題」と題して一人5つの意見を求めた。収集した意見をSCATの手法を模してコードを付けてまとめた。

その結果、以下の8つの意見が見出された。

成長への期待：いろいろな人の意見を聞いたり、出会って成長したいという期待をもとに参加し達成した。資料の文言のむずかしさが学習意欲をそいだり、復習の困難さを生み出していた。

漠然とした期待：「65歳大学」というネーミングにひかれ、なんとなく参加した。振り返りと将来への展望：毎回配布され

る宿題や、他の人の意見を聞くことで自分のことを振り返り、将来の展望を考える機会になった。他の参加者の生活や人生の話聞くことも自分の振り返りの役に立った。学びのおすそ分け：学んだことを、参加しているボランティアなど、他の機会に生かそうと思った。

未知との遭遇：仲の良い友達とは違う参加者たちとのやり取りの中で、経験したことのない価値観に出会うことができた。

責任感と義理：せっかく東京から先生が来ている、沖縄によい印象を持ってもらいたい、選ばれて参加しているという責任感と義理で参加し続けた。

介護、介護保険への興味：健康の維持とともに「想いの届くヘルパーに介護を受けたい」など介護および介護保険についての興味があった。

心身ともに健康を保つ：健康の先には、どのように死を迎えるかという想いの萌芽があった。

以上の意見の多くは、プログラムの効果を裏付けるものと考えられる。

(3) インストラクターの養成

実施者を養成するための研修会を全国4都市で実施した。「募集方法」「講義資料」「宿題」「成果効果評価シート」等からなるマニュアルを作成し、参加者に配布した。延べ88名の参加があり、1日(7時間)の研修を行った。

研修内容の理解度は、理解できた24.1%、ある程度理解できた68.5%、なんとなく理解3.7%、あまり理解できない0.0%、全く理解できない0.0%であり、概ね理解を得ることができた。「研修内容はあなたの地域や施設で活かれますか」という問いへの回答は、大いに活かせる25.9%、ある程度40.7%、多少24.1%、あまり活かさない5.6%、全く活かさない0.0%であった。実践の意思についての回答は、是非やりたい36.5%、条件が整えばやりたい63.5%であった。

参加者は本研究で開発、マニュアル化したニーズ評価システムの内容を概ね理解でき、実際に行う意思があることが確認できた。研究成果が実際の現場で活かされる可能性は高いものと考えられる。

(4) 成果の位置づけと展望

介護予防の取り組みに寄与する成果が得られた。RCTデザインで実証された「第1段階」「第2段階」の健康増進効果は、国内外を通じて介護予防リハビリテーション分野屈指のエビデンスレベルの高い成果である。

プロセス評価の結果は、開発したニーズ評価システムが対象者の活動・参加を促すことを明確に示している。このことは、システムの有用性を示す根拠となるだけでなく、我が国の介護予防リハビリテーションの重要な課題とされている「活動・参加に焦点を向け

た支援の促進」に対し、具体的な解決の糸口を与えるものである。

本研究の成果は、介護予防分野、特にリハビリテーション専門職の取り組みに大きく貢献する。

- 1) Gary Kielhofner : A Model of Human Occupation: Theory and Application. Williams & Wilkins, 2008 .
- 2) Yamada T, Kawamata H, Kobayashi N, Kielhofner G, Taylor R R : A randomised clinical trial of a wellness programme for healthy older people . British Journal of Occupational Therapy 73(11):540-548 , 2010 .

5 . 主な発表論文等

[雑誌論文](計3件)

川又寛徳, 山田孝, 小林法一: 健康高齢者に対する人間作業モデルに基づく予防的・健康増進作業療法プログラムの効果 ~プログラム終了6ヵ月後の状況~ . 作業行動研究, 18(3) : 120-126, 2014 . (査読有)

小林法一, 谷村厚子: 作業療法における地域生活支援 登録された事例報告のレビュー . 作業療法, 32(3):206-213, 2013 (査読有)

川又寛徳, 山田孝, 小林法一: 健康高齢者に対する予防的・健康増進作業療法プログラムの効果 ランダム化比較試験 . 日本公衆衛生雑誌, 59(2) : 73-81, 2012 . (査読有)

[学会発表](計8件)

Takashi Yamada, Hironori Kawamata, Norikazu Kobayashi : The effectiveness of the occupational therapy program for healthy elderly people Randomized Controlled Trial . 16th International Congress of the World Federation of Occupational Therapists (2014/6/19, 神奈川県横浜市, 横浜国際会議場) .

Yasunaga, Masami, Kobayashi, Norikazu: Anxiety in the flow model for daily activities of elderly people. 16th International Congress of the World Federation of Occupational Therapists (2014/6/19, 神奈川県横浜市, 横浜国際会議場) .

川又寛徳, 山田孝, 小林法一: 平成24年度沖縄市65歳大学のプロセス評価 . 第47回日本作業療法学会(2013/6/29, 大阪府, 大阪国際会議場) .

Norikazu Kobayashi, Takashi Yamada, Hironori Kawamata, Yu Ishibashi, Atsuko Tanimura, Yoshikazu Ishii: Occupational competence and QOL in elderly Japanese people who live an independent life. 20th IAGG World Congress of Gerontology and Geriatrics, (2013/6/21, Seoul, Korea) .

山田孝, 小林法一, 川又寛徳: 予防的・健康増進作業療法プログラム『65歳大学』の

効果の地域間比較 . 第46回日本作業療法学会(2012/6/15, 宮崎県宮崎市, シーガイヤコンベンションホール) .

小林法一, 山田孝, 川又寛徳: 老年期障害領域の作業療法 予防的・健康増進作業療法プログラムの実践例 "65歳大学"の取り組み . 第46回日本作業療法学会(2012/6/15, 宮崎県宮崎市, シーガイヤコンベンションホール) .

小林法一, 山田孝, 川又寛徳, 石橋裕, 村田和香: 意味ある作業の実現とQOLの関係 - 健康高齢者を対象として - . 第45回日本作業療法学会(2011/6/25, 埼玉県大宮市, 大宮ソニック) .

T. Yamada, K. Shinohara, N. Kobayashi: Effectiveness of Model of Human Occupation (MOHO)-based intervention for participants with CVA in the maintenance phase; comparing MOHO-based intervention with other theory-based interventions. 5th Asian Pacific Occupational Therapy Conference (2011/11/23, Chiang Mai, Thailand) .

[その他](計4件)

予防的健康増進プログラム「65歳大学」講演会 . 平成25年3月16, 17日, 首都大学東京荒川キャンパス .

「介護予防」「健康増進」「認知症者支援」のためのワークショップ in 札幌 . 平成26年3月29日, 札幌市 かでる2・7 .

「介護予防」「健康増進」「認知症者支援」のためワークショップ in 京都 . 平成27年1月18日, 京都医健専門学校 第二校舎 .

「介護予防」「健康増進」「認知症者支援」のためワークショップ in 大阪 . 平成27年3月8日, 大阪保健医療大学 天満橋キャンパス1号館 .

6 . 研究組織

(1) 研究代表者

小林 法一 (KOBAYASHI NORIKAZU)

首都大学東京・人間健康科学研究科・教授
研究者番号: 30333652

(2) 研究分担者

山田 孝 (YAMADA TAKASHI)

目白大学・保健医療学部・教授
研究者番号: 70158202