

令和元年5月27日現在

機関番号：35414

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K11836

研究課題名(和文) 都市型準限界集落ソーシャルキャピタルとセルフケア能力向上プログラムの開発と評価

研究課題名(英文) Development of Programs to Increase Social Capital and Improve Self-Care Capabilities in Urban Semi-Marginalized Communities

研究代表者

真崎 直子 (Masaki, Naoko)

日本赤十字広島看護大学・看護学部・教授

研究者番号：40548369

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,700,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、高齢化が進む都市型準限界集落において、高齢者サロンで健康づくりに関する講座を定期的を実施し、住民のセルフケア能力を経年的に、他の地域と比較し、その推進要因を明らかにすることを目的とした。健康づくりチェック表により、コミュニティが高齢化していることで身体的健康度を維持・向上することが重要であると思われた。さらに、ソーシャルキャピタルは、先行研究による他地域との比較から推進している地域であると示唆された。サロンに出て来られない人への情報提供や介入の必要性が重要であり、今後も継続して観察・検討することで地域包括ケアシステムのセルフケア、ソーシャルキャピタル推進の可能性があると考えられた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

超高齢社会の今日、健康寿命の延伸に向けて、セルフケアとソーシャルキャピタル推進への支援が望まれている。中でも、都市型準限界集落においては、高齢者の孤立化を予防するつながりの仕掛け作りが重要である。特に、わが国は、国際的に見ても先進国の中でのうつ病の有病率の高さや自殺率の高さなど心のケアの観点から、地域でのセルフケアと見守りのしくみづくりを行うことで、さらに進む超高齢化社会への対策に資すると考える。

研究成果の概要(英文)：The objectives of the present study were i) to regularly conduct health promotion classes at senior groups known as “elderly salons” in rapidly aging urban semi-marginalized communities, ii) to compare the self-care capabilities of the residents over time and with other communities, and iii) to identify the driving factors. The health promotion checklist revealed the importance of maintaining and improving physical health as the community ages. According to a comparison with other communities in previous studies, the present study suggested that the studied community promoted social capital. Dissemination of information and interventions towards those who cannot attend the elderly salons are important. Continuous monitoring and investigation in the future could lead to the promotion of a comprehensive community-based care system and social capital.

研究分野：公衆衛生看護学

キーワード：セルフケア ソーシャルキャピタル 健康づくり 地域づくり 健康寿命延伸 介護予防

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

1. 研究開始当初の背景

高齢化が進む今日、「健康寿命の延伸」への期待が高まっている。「健康づくり」に関心が高い者は多いものの、「血圧は気になるが禁煙はできない」等、健康づくりのバランスは多様である。こうした自らの健康度がどの程度であるかについては、容易に測ることや他者と比較することが困難である。

本研究者は、開発後 30 年経過し人口減少や高齢化が著しい A 市 B 地域において、「B 地域いきいきプロジェクト」を平成 24~25 年実施した。この取り組みでは、都市型準限界集落の現状を把握、分析し、大学生との交流も含めた住民参加型の地域づくりを目指した。その中で明らかになった地域の健康課題として、主に【世代を超えた住民相互のつながりが少なく、助け合う体制が整っていない】、【独居高齢者や高齢世帯が多く、老老介護や高齢者のひきこもりがみられる】、【坂や階段が多く、高齢者の移動が困難である】こと等があげられた。2 年間の取り組みの中で、健康づくりに関するセルフケアを高めるために、健康管理、身体的健康度、食生活と運動習慣、嗜好品、心の健康度、社会的活動の 6 分類 28 項目からなる「健康づくりチェック表」(試行版)を作成した。さらに、B 地域でヘルスプロモーションを実践するために、住民を対象とした健康ボランティア育成教室を開催し、本研究者が作成した「ソーシャルキャピタル尺度」(試行版)で地域の健康づくり意識が醸成していく過程をモニタリングしている。

2. 研究の目的

本研究では、高齢者サロン等において健康づくりに関する講座を定期的実施し、住民の健康づくりに関するセルフケア能力を経年的、他の地域と比較することで推進の要因を明らかにすることを目的とする。特に、わが国は、国際的に見ても先進国の中でのうつ病の有病率の高さや自殺率の高さなど心のケアの観点から、地域でのセルフケアと見守りのしくみづくりを行うことで、さらに進む超高齢化社会への対策に資すると考える。

3. 研究の方法

都市型準限界集落である A 市 B 地域を対象地域として実施する。

(1) グループインタビュー: B 地域のキーパーソン(コミュニティの代表者、民生委員児童委員等) 40 名

(2) A 市 B 地域の住民への調査、介入研究

B 地域コミュニティおよびサロンにおいて、介入初回に「健康づくりチェック表」, 「ソーシャルキャピタル尺度」, QOL 尺度(SF8)を用いて調査票に記入、把握する。終了後に再度同様の調査票に記入、回収する。

5) データの分析方法

(1) グループインタビュー: グループインタビュー結果は実施後に逐語録に起こし、内容分析を行う。

(2) アンケート調査: B 地域、C 地域各々の介入前後の変化及び B 地域、C 地域の比較を 2 検定及び Wilcoxon 検定、Mann-WhitneyU 検定で量的記述的分析を行う。

4. 研究成果

(1) フォーカスグループインタビュー、ワークショップでのプログラム構築

プログラム開発のためのワークショップを開催し、コミュニティの方々、市行政関係者、学生、教職員等 40 名により、検討し、その結果、地域の高齢者サロンにおいて健康づくりに関する体操や傾聴など学生との多世代交流を定期的実施し、住民の健康づくりに関するセルフケア能力と地域の結びつきである地域のソーシャルキャピタル(信頼ある見守り)を観察し、その推進をはかることを目的として取り組む意識統一を図った。具体的には、サロンで百歳体操等の健康体操、血圧測定、健康チェックなどを行うことにした。

(2) 地域およびサロン参加者の健康評価指標(セルフケア)

1) 住民へのアンケート調査: 地域住民のセルフケアとソーシャルキャピタルに関する調査対象者は、B 地域住民 55 歳以上 882 名(回収率 30.0%)であった。平成 24 年に実施された市民アンケート結果と今回の B 地域の結果を比較すると、身体健康度、社会的活動では低く、心の健康度、嗜好品では高い状況であった。

2) サロン参加者のセルフケア

サロンに参加されている 39 名の健康づくりチェック表では、平均年齢 70.7 歳、健康度はサロン参加者が市民アンケート結果の平均と比較すると高く、身体的健康度のみ低い傾向であった。

3) コミュニティとサロン参加者のセルフケアの比較

健康づくりチェック表では、サロン参加者は平均年齢 70.7 歳、コミュニティ 65.6 歳であったが、健康度はサロン参加者がコミュニティの平均と比較すると高い傾向であった。

4) 地域・サロン参加者のソーシャルキャピタル(信頼ある見守り)評価指標

ソーシャルキャピタル(信頼ある見守り)とは、国が進める地域包括ケアシステムの中で最も重要とされる互助の部分であら。今回、セルフケア(自助)とソーシャルキャピタル(互助)を測り評価を行い、地域への信頼(50.9%)、地域への互酬性(46.9%)、地域への愛着(40.2%)は先行研究(22.1%、22.1%、25.1%)より高かった。

5) 考察

プログラム開発のためにワークショップを開催し、住民、行政、大学で協働する意志統一ができ、その後の展開がスムーズに進んだ。また、健康づくりチェック表により、コミュニティが高齢化していることで身体的健康度を維持・向上することが重要であると思われた。さらに、ソーシャルキャピタルは、先行研究による他地域との比較から推進している地域であると示唆された。今回、データを通して、サロンには健康度が高い人が参加しており、サロンに出て来られない人々への情報提供や介入の必要性が重要であると思われた。今後も継続して観察・検討することで地域包括ケアシステムのセルフケア、ソーシャルキャピタル（信頼ある見守り）推進の可能性があると考えられた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 0 件)

〔学会発表〕(計 6 件)

1. 都市型準限界集落の民生委員からみた地域の健康課題と強み . 日本看護科学学会学術集会講演集第 36 回, 395. 2016 .
2. 都市型準限界集落における地域包括ケアシステムとソーシャルキャピタルの醸成 サロンを中心とした都市型準限界集落のセルフケアとソーシャルキャピタル推進の実践 . 日本公衆衛生学会総会抄録集, 76, 207. 2017 .
3. Development of Programs to Increase Social Capital and Improve Self-Care Capabilities in Urban Semi-Marginalized Communities . 21th EAFONS & 11th INC 2018 . KOREA . 2018 .
4. 都市型準限界集落のセルフケアとソーシャルキャピタル推進の開発と評価 - ベースラインのセルフケア - 日本公衆衛生看護学会学術集会第 6 回, 76, 526. 2018 .
5. 大学における健康づくりグループのセルフケアに関する研究第 19 回日本赤十字看護学会学術集会日本公衆衛生看護学会学術集会, 526. 2018 .
6. 都市型準限界集落におけるセルフケア実態調査 - コミュニティとサロン参加者のセルフケアの比較 - . 日本地域看護学会第 21 回学術集会, 234. 2018 .

〔図書〕(計 0 件)

〔産業財産権〕

出願状況 (計 0 件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年：
国内外の別：

取得状況 (計 0 件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

<https://www.jrchcn.ac.jp/site/human/31.html>

6. 研究組織

(1) 研究分担者

研究分担者氏名：竹島 正

ローマ字氏名：Tadashi Takeshima

所属研究機関名：国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター
部局名：精神保健研究所 精神医療政策研究部
職名：客員研究員
研究者番号（8桁）：20300957

研究分担者氏名：松原 みゆき
ローマ字氏名：Miyuki Matsubara
所属研究機関名：日本赤十字広島看護大学
部局名：看護学部
職名：准教授
研究者番号（8桁）：20412356

研究分担者氏名：三徳 和子
ローマ字氏名：Kazuko Mitoku
所属研究機関名：兵庫大学
部局名：看護学部
職名：教授
研究者番号（8桁）：60351954

研究分担者氏名：古賀 聖典
ローマ字氏名：Toshinori Koga
所属研究機関名：日本赤十字広島看護大学
部局名：看護学部
職名：講師
研究者番号（8桁）：40779683

研究分担者氏名：榮田 絹代
ローマ字氏名：Kinuyo Sakaeda
所属研究機関名：日本赤十字広島看護大学
部局名：看護学部
職名：助教
研究者番号（8桁）：30758868

研究分担者氏名：今田 菜摘
ローマ字氏名：Natsumi Imada
所属研究機関名：日本赤十字広島看護大学
部局名：看護学部
職名：助手
研究者番号（8桁）：30803035

(2)研究協力者

研究協力者氏名：橋本 修二
ローマ字氏名：Shuji Hashimoto

研究協力者氏名：阿部 朱美
ローマ字氏名：Akemi Abe

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。