

令和 2 年 6 月 6 日現在

機関番号：26301

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2019

課題番号：16K12346

研究課題名(和文) 農山村の安全な暮らしを支える次世代シニア健康づくりプログラムの開発

研究課題名(英文) Development health promotion program for late middle-aged individuals to support safely living in rural areas

研究代表者

野村 美千江(NOMURA, michie)

愛媛県立医療技術大学・保健科学部・教授

研究者番号：50218369

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,300,000円

研究成果の概要(和文)：農山村の次世代シニアが、より長く安全に運転できる健康づくりプログラムを開発するための基礎資料を得るために、A町の層化無作為抽出した50-69歳の2,400名に自記式質問紙調査を郵送で実施した。

運転セルフケア行動の重要な要素を認識し、自己評価を行い、運転する際の心がけ(十分な時間を確保する/休憩を取りながら運転する/ゆっくり走る、内服薬の確認、健康チェック)をできるだけ多く実施することが、安全な運転の継続へつながると考えられた。また、認知機能低下予防行動の実施者には行動の意味を価値づけて継続を促し、未実施者には具体的な内容紹介や身近なロールモデルを想起する働きかけが必要と示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

農山村に暮らす次世代シニアが、運転者本人や家族の立場で健康管理の意識を高め、運転と関連する身体的健康度の測定や運転セルフケア行動の自己点検によって、より長く安全に運転できる健康づくりプログラム「安全運転継続へのセルフケア講座」を考案し、地域の健康教育や地域福祉専門職の研修等で周知を図っているところである。地方都市近郊に暮らす次世代シニアの半数が何らかの地域活動に参加し、かつ今後の継続意志を有しており、将来への参加意志をもつ住民と併せると6割強という実態を活かし、意識の高い女性を入り口に、地域への愛着やリテラシーが高い男性を発掘し、同年代の男性で自由に組織作りができる支援策が求められる。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study is to obtain the basic data for the late middle-aged individuals living in rural areas to develop a health promotion program that can drive safely for a longer time. The subjects of this study were individuals aged 50-69 years in town A. Self-report questionnaires were sent by mail to 2,400 randomly chosen residents. This study clarified the actual condition and related factors of late middle-aged individuals' driving self-care in a local suburb. Recognizing the most important factors, conducting the self-assessment, and carrying out the aspects to keep in mind while driving (e.g.; reserve enough time, take breaks, drive slowly, check health and medicine) as much as possible leads to continued safe driving.

Those who engage in preventive behaviors targeting cognitive decline need encouragement to maintain their activities by communicating that these behaviors are worthwhile. Those who are not implementing should be encouraged to think of familiar role models.

研究分野：地域看護学

キーワード：次世代シニア 農山村 安全な暮らし 自動車運転 セルフケア行動 認知症予防 健康づくり

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

(1) 高齢者が自動車事故の加害者となるケースが増加し、認知機能の低下した高齢ドライバーの事故防止や地域社会の交通資源整備が課題となっている。免許保有率 80%を超える団塊の世代が高齢ドライバーになる時代が到来し、超高齢化による認知症者増加の問題は、介護やケアだけでなく、公共安全や運転免許の権利擁護が複雑に絡んだ社会問題となってきた。

高齢者が歩行者や自転車運転中に被害者となる事故件数は横ばいであるが、第一当事者(過失の最も重い者)として、65 歳以上の高齢ドライバーが死亡事故に関わる件数はこの 10 年間一貫して増加している。地域住民の多くは、高齢者の運転は危ないと認識しているが、高齢者本人は自覚が乏しいため危険な運転を続け、農山村地域の生活事情として家族がその運転に依存せざるを得ないことも多い。

(2) 自動車運転には、記憶、視空間認知、知識、判断力、注意能力などの多くの認知機能が必要となるため、認知機能が低下した場合は同年齢の健常者に比し、3~5 倍自動車事故を起こすリスクが高い。我々は、厚生労働科学研究(代表:池田学、2005-2007)の分担研究で、運転中止を医師から宣告された認知症者と家族の継続的な相談支援により、運転中止の過程と要因を明らかにした。また、科学研究費助成(代表:野村美千江 2009-2011)では、高齢者や民生委員・ケアマネジャーらの意識調査から認知機能の低下した高齢者の危険運転の実態や相談支援の方向性を明らかにし、パンフレットやホームページにより、研究成果を地域社会に還元してきた。

(3) 自動車を運転する人に対しては、健康管理を適切に行うことが自己責任として求められる。免許更新の講習では、交通規則の知識や運転能力、視聴覚等の障害は確認されるが、健康管理についてはその認識や実態を問われない。高齢者は運転中の体調変化が事故につながることを認識し、内服薬の作用に対する正しい知識を持ち、自身の有する疾病のコントロールを良好にする必要がある。また、高齢者の運転の問題は、個人・家族の考え方や生活習慣だけでなく、地域の環境や規範に影響を受ける側面が強い。住民や関係者とともにを行う啓発や健康づくりの中で、自己の健康度や運転能力を客観的に評価する力を身につけ、危険な運転者には高齢者が相互に注意し合えるような地域の風土づくりが有効だと思われる。

2. 研究の目的

今回、我々は向老期である 50~60 歳代を「次世代シニア」として焦点化する。本研究の目的は、これまで研究成果を活かし、農山村に暮らす次世代シニアとの協働によって、より長く安全に運転できる健康づくりプログラムを開発し、地域の安全な暮らしを支えるソーシャルキャピタルの醸成に資することである。農山村社会の特徴である信頼・規範・ネットワークを活かし、次世代シニアの協調行動や健康管理を促進することにより、地域社会の安全性を高める健康プログラムの開発を目指す。その基礎資料を得るために、今回実態調査を行う。

3. 研究の方法

1) 研究対象者: 愛媛県 A 町在住の 50~69 歳の住民

2) データ収集方法: 郵送法による無記名質問紙調査(2017 年 5~6 月)

本研究は A 町の協力ならびに愛媛県立医療技術大学倫理審査委員会の承認を得て行った(2017 年 3 月承認番号 16-20)。A 町に個人情報外部提供の申請を行い、2017 年 4 月 1 日時点で住民票がある 50 歳以上 69 歳以下の住民のうち、性別、5 歳刻み年齢階級別、地区別に層化無作為抽出された 2400 名について、その氏名・住所・郵便番号の情報を宛名ラベルにプリントアウトした形で得た。質問紙は概ね 1 か月後を回収期限とし、返信をもって同意を得たものとみなした。

4) 調査内容:

基本属性: 性別、年齢、校区居住年数、同居者の有無、就業有無、経済的満足度

ソーシャルキャピタル: 地域活動への参加、地域への愛着、ソーシャルサポート

健康に関する認識と行動: 主観的健康感、受療状況や健診受診行動、老いの自覚、ヘルスリテラシー

自動車・バイクの運転の実態

運転に対する自信や危険の認知・安全運転に対する意識と行動

身近な人の運転中止(卒業)の経験

認知症への関心、認知症者との接触体験の有無

認知機能機能低下予防を目的に行っている日常行動の有無とその種類・頻度

行動変容への家族・友人からのサポート、

4. 研究成果

(1) 分析対象は有効回答かつ自動車運転をしている 837 名(34.9%)。安全運転可能と思う年齢は 71~76 歳に収束した。運転時の心がけは、全体で「時間に余裕をもって出かける」「走り慣れた道走る」を半数以上が実施。60 歳代が 50 歳代に比べ実施割合が高く、「悪天候時は走らない」「黄色信号で止まる」「乗りなれた特定の車だけ運転」が男女共に有意だった。運転時の心がけと運転に対する自信のなさは関連が認められたが、運転距離、主観的健康感、ヘルスリテラシーとの関連は確認できなかった。同町高齢者対象の先行調査と比較し、安全運転可能と思う年齢

が低く、早期からの安全運転習慣化に関与できる可能性が考えられた。

(2) 次世代シニアにおける自動車運転セルフケア行動の実態とその関連要因を明らかにすることを目的に、運転する際に心がけている項目数が5以上群または5未満群と基本属性および社会生活技能との関連を二変量で確認後、関連があった要因について多重ロジスティック回帰分析を行い、関連が強かった3項目を用いて、運転する際の心がけの各項目との関連を二変量で確認した(有意水準5%)。回答者は924名で、現在も自動車を運転していたのは851名であった。二変量解析では運転する際の心がけには社会技能の8項目が有意に関連し、回帰分析では性別、年齢階級、就労、運転に対する自信、時々服薬している薬の影響確認の5項目で関連があった。関連が強かった性別、年齢階級と運転に対する自信の3項目と運転する際に心がけている項目との関連からは、女性は慣れている状況を大切にすることがうかがえた。

本研究によって地方都市近郊で生活する次世代シニアの運転セルフケア行動の実態と関連要因が明らかになった。運転する際の心がけと関連が強かった性別、年齢階級、運転に対する自信等の項目を認識しながら自己評価を行い、運転する際の心がけをできるだけ多く実施することが、地方都市近郊での安全な運転の継続へつなぐと考えられた。

(3) 認知症予防に対する関心が高い次世代シニアは、女性、非就労者、ヘルスリテラシーが高い、認知症者との接触体験がある、行動変容への家族や友人からのサポートが高く、老いを強く自覚しているという特性があることが明らかとなった。また、関心の高さは性差を認め、認知症予防に対する関心は女性が有意に高い結果を示したことから、認知症予防への関心が高い次世代シニアの特徴を性別で分析したところ、男性では「認知症者との接触体験がある」ことや「老いを強く自覚している」ことであり、女性では「ヘルスリテラシーが高い」ことや「行動変容への家族や友人からのサポートが多く得られる」者が高い関心を持つ次世代シニアの特性として示された。この特徴を踏まえ、認知症予防への関心が高い人を増やすためには、男性には認知症をわが事として身近に思えるような情報提供、女性には健康について語り合える気の合う仲間づくりを推進することが必要であると考えられる。

(4) 次世代シニアの認知症予防への関心と地域活動への参加有無・継続意欲との関連を明らかにし、認知症予防を視野に入れた地域における健康づくりへの方途を検討することを目的に、基本属性、認知症予防への関心、地域活動への参加有無・参加継続意欲等を分析した。統計解析は2検定を行い、有意水準5%とした。その結果、認知症予防への関心は、とてもある39.4%、少しある47.5%、あまりない10.9%、全くない2.2%であった。地域活動への参加や継続意欲は、参加中で今後も継続希望37.3%、参加中で今後辞めたい7.5%、現在未参加だが今後参加希望24.2%、現在未参加で今後も希望なし31.0%であった。認知症予防への関心をとてもある・その他の回答の2群に分け、地域活動への参加(参加393名、未参加483名)との関連を分析した結果、関連はみられなかった。一方、地域活動への参加継続意欲(意欲あり539名、意欲なし337名)との関連は認め、認知症予防への関心は参加継続意欲がある者が有意に高かった。地域活動に参加中で今後も継続希望かつ認知症予防への関心が高い者が有意に多く取組む地域活動内容は、「趣味・サークル活動」「見守りや介護を要する高齢者の支援活動」「子育て中の親の支援活動」であった。以上のことから、次世代シニアの認知症予防への関心は、現在の地域活動への参加状況に関係なく、現在または今後の参加継続意欲が関連していた。住民が取り組む地域活動の場へ出向き認知症予防に関する情報提供をすることにより、健康づくりリーダーの発掘に繋がる可能性があると考えられる。

(5) 車の安全運転を継続するために、運転技能ではなく健康の側面に焦点を当てた「安全運転継続へのセルフケア講座」を開発し、次世代シニア20名を対象に2日間の講座を実施した。目的は、運転者本人あるいは家族の立場で、健康管理について自身ができることを考え、セルフケア行動の定着・促進を図ることである。内容は、講義1:車社会と健康、講義2:安全運転を継続するための健康要因、講義3:運転に影響する認知・感覚、姿勢、運動器の機能、演習1:運転と関連する身体的健康度の測定、演習2:運転と関連するセルフケア行動の点検、演習3:セルフケア行動と身体的健康度の評価、グループワーク:安全運転継続へのセルフケア度の自己評価・行動宣言・披露で構成した。認識や行動の変化について評価分析中である。

<引用文献>

入野 了士、鳥居 順子、長尾 奈美、江崎 ひろみ、永井 さつき、野村 美千江:地方都市近郊における次世代シニアの自動車運転セルフケア行動の実態と関連要因、四国公衆衛生学会雑誌、64巻1号、57-66、2019。

長尾 奈美、入野 了士、江崎 ひろみ、鳥居 順子、永井 さつき、野村 美千江:地方都市近郊に暮らす向老期住民の性別ごとの認知機能低下予防行動、四国公衆衛生学会雑誌、65巻1号、103-108、2020。

長尾 奈美、江崎 ひろみ、鳥居 順子、入野 了士、永井 さつき、田中 美延里、野村 美千江:向老期住民の認知機能低下予防行動とその関連要因、日本公衆衛生看護学会誌、8巻3号、145-152、2019。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 4件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 入野了士、鳥居順子、長尾奈美、江崎ひろみ、永井さつき、野村美千江	4. 巻 64
2. 論文標題 地方都市近郊における次世代シニアの自動車運転セルフケア行動の実態と関連要因	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 四国公衆衛生雑誌	6. 最初と最後の頁 57-66
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 長尾奈美、江崎ひろみ、田中美延里、野村美千江	4. 巻 62(1)
2. 論文標題 認知機能低下予防を目的とした地域住民への介入研究の現状 国内文献の検討から	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 四国公衆衛生学会雑誌	6. 最初と最後の頁 141-148
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 長尾 奈美、入野 了士、江崎 ひろみ、鳥居 順子、永井 さつき、野村 美千江	4. 巻 65
2. 論文標題 地方都市近郊に暮らす向老期住民の性別ごとの認知機能低下予防行動	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 四国公衆衛生学会雑誌	6. 最初と最後の頁 103-108
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 長尾 奈美、江崎 ひろみ、鳥居 順子、入野 了士、永井 さつき、田中 美延里、野村 美千江	4. 巻 8
2. 論文標題 向老期住民の認知機能低下予防行動とその関連要因	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 日本公衆衛生看護学会誌	6. 最初と最後の頁 145-152
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計9件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 野村美千江、入野了士、長尾奈美、鳥居順子、江崎ひろみ、永井さつき
2. 発表標題 中山間地に暮らす向老期住民の地域活動への参加意欲と関連要因
3. 学会等名 第7回日本公衆衛生看護学会学術集会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 長尾奈美、鳥居順子、入野了士、江崎ひろみ、永井さつき、野村美千江
2. 発表標題 認知症予防に高い関心を持つ向老期住民の特性
3. 学会等名 第7回日本公衆衛生看護学会学術集会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 江崎ひろみ、永井さつき、長尾奈美、入野了士、鳥居順子、野村美千江
2. 発表標題 中山間地の向老期住民が健康のために取り組んでいる行動の実態
3. 学会等名 第7回日本公衆衛生看護学会学術集会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 入野了士、鳥居順子、長尾奈美、江崎ひろみ、永井さつき、野村美千江
2. 発表標題 地方都市近郊における次世代シニアの自動車運転セルフケア行動の実態とその特徴
3. 学会等名 第7回日本公衆衛生看護学会学術集会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 長尾奈美、江崎ひろみ、鳥居順子、入野了士、永井さつき、野村美千江
2. 発表標題 方都市近郊に暮らす向老期住民の認知機能低下予防行動の実態
3. 学会等名 第6回日本公衆衛生看護学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 江崎ひろみ、永井さつき、長尾奈美、入野了士、鳥居順子、野村美千江
2. 発表標題 向老期住民の認知機能低下予防行動への準備要因としての老いの自覚の実態
3. 学会等名 第6回日本公衆衛生看護学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 入野了士、鳥居順子、長尾奈美、江崎ひろみ、永井さつき、野村美千江
2. 発表標題 健康度に応じた安全運転習慣化を目指す次世代シニア健康づくりに向けた調査研究
3. 学会等名 第6回日本公衆衛生看護学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 長尾奈美、江崎ひろみ、田中美延里、野村美千江
2. 発表標題 認知機能低下予防を目的とした地域住民への介入研究の現状 国内文献の検討から
3. 学会等名 第62回四国公衆衛生学会総会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 長尾奈美、江崎ひろみ、入野了士、鳥居順子、永井さつき、野村美千江
2. 発表標題 就労中の向老期住民が認知症予防と認識して実践する行動の実態
3. 学会等名 第8回日本認知症予防学会学術集会
4. 発表年 2018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	長尾 奈美 (NAGAO nami) (50805918)	愛媛県立医療技術大学・保健科学部・助教 (26301)	
研究分担者	入野 了士 (IRINO satoshi) (70634418)	愛媛県立医療技術大学・保健科学部・講師 (26301)	
研究分担者	江崎 ひろみ (EZAKI hiromi) (90739400)	愛媛県立医療技術大学・保健科学部・講師 (26301)	
研究分担者	永井 さつき (NAGAI satsuki) (30791652)	愛媛県立医療技術大学・保健科学部・講師 (26301)	
研究分担者	鳥居 順子 (TORII junko) (00249608)	愛媛県立医療技術大学・保健科学部・教授 (26301)	

6. 研究組織（つづき）

	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	仲渡 江美 (NAKATO emi) (30509211)	愛媛県立医療技術大学・保健科学部・准教授（移行） (26301)	