

DKエルダーシステムにおける
健康増進・介護予防・コミュニティ形成の調査研究
報告サマリー(抜粋)

平成22年度 研究期間: 2010年9月1日～2011年3月31日

東北福祉大学
株式会社 第一興商

研究フィールド概要と研究内容

研究フィールド	所属機関・部署	対象者	参加者状況	人数	指導教員
せんだんの丘教室	医療法人社団 東北福祉会	要支援1・2	デイサービス利用者	9人	山内 直子
せんだんの館教室	社会福祉法人 東北福祉会	要支援1・2～要介護1～3	デイサービス利用者	10人	山内 直子
元気塾教室	予防福祉健康増進推進室	健康意識の高い高齢者	会員サービス利用者	12人	鈴木 玲子
地域教室	東北福祉大学 地域共創推進室	地域の一般住民	地域一般住民	6人	斎藤 昌宏
地域イベント	東北福祉大学 地域共創推進室	地域まつり参加者	イベント参加者	129人	斎藤 昌宏

実施項目	実施回数	実施目的	実施項目
アンケート調査1	3回 ・事前調査～事後調査 ・3ヵ月後調査	健康状態、QOLの研究	①健康関連QOL尺度(SF-8) ②健康関連QOL尺度(EQ-D5) ③生活機能尺度(老研式活動能力指標) ④高齢者うつ尺度(GDS簡易版)
アンケート調査2	8回 ・全8回教室時	心理状況、教室満足の研究	①気分調査 ②メニュー評価、満足度評価
脳機能測定 協力:(株)脳機能研究所	2回 ・事前調査～事後調査	脳機能活性化の研究	①物忘れ相談プログラム ②脳機能活性度測定
活動指導手法開発	8回教室×4箇所	教室メニュープログラム開発	全8回の教室メニュープログラム開発
活動支援手法開発	8回教室×4箇所	教室サポートプログラム開発	全8回の教室サポートプログラム開発
活動教室の実践例の構築	4箇所	ニーズの異なる教室を実践	対象の異なるフィールドごとの教室を実践
地域イベントでの活用手法	1回	地域まつりでの活用手法	くにみ街道まつりでの活用手法を研究

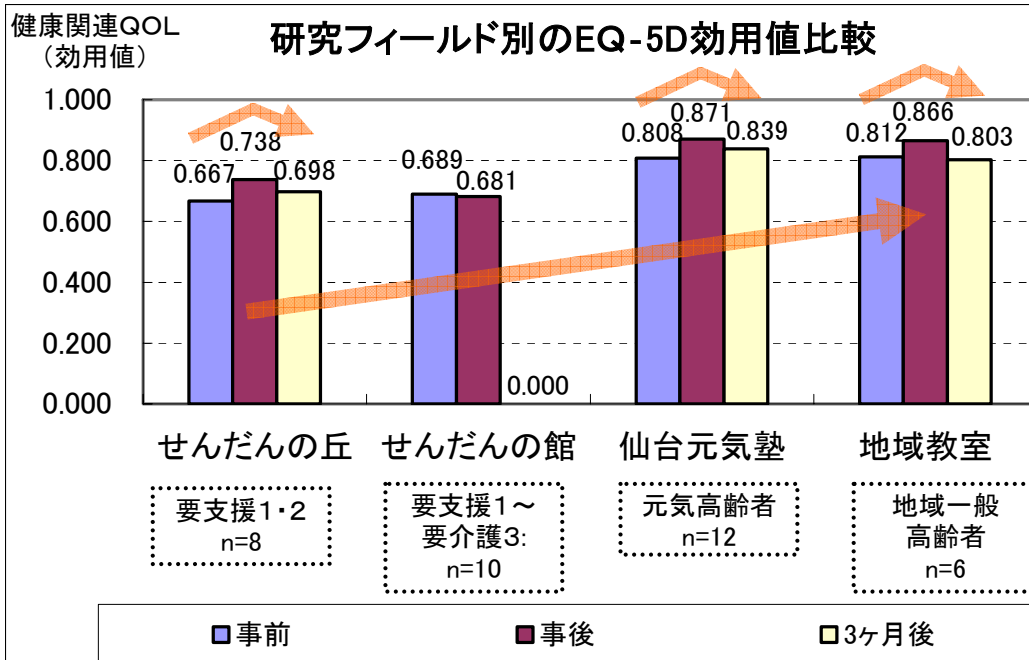
1. 健康関連QOL尺度 (EQ-5D)

■EQ-5Dは、医療従事者でなくとも簡易に測定できる尺度として幅広く用いられているEuro-QOLの日本語版

■5項目からなる3段階選択式回答法とVAS (Visual Analogue Scale)による健康状態の自己評価で構成

■回答の組み合わせがスコア化(効用値)され、1が最上の健康状態、0が死の状態を表す

1. 移動の程度
2. 身の回りの管理
3. ふだんの生活
4. 痛み・不快感
5. 不安・ふさぎ込み



【EQ-5Dの評価】

《全体》

一般元気高齢者が占める「地域・元気塾教室」参加者のスコアが高く、次いで要支援認定者(軽度)が占める「せんだんの丘教室」、要支援・要介護認定者(軽度・中度)の「せんだんの館教室」の順に低くなっている。

《各教室》

「せんだんの丘教室」 事前0.667ポイント ⇒ 事後0.738ポイントへ上昇

「元気塾教室」 事前0.808ポイント ⇒ 事後0.871ポイントへ上昇

「地域教室」 事前0.812ポイント ⇒ 事後0.866ポイントへ上昇

「せんだんの館教室」 ほぼ維持に留まっている

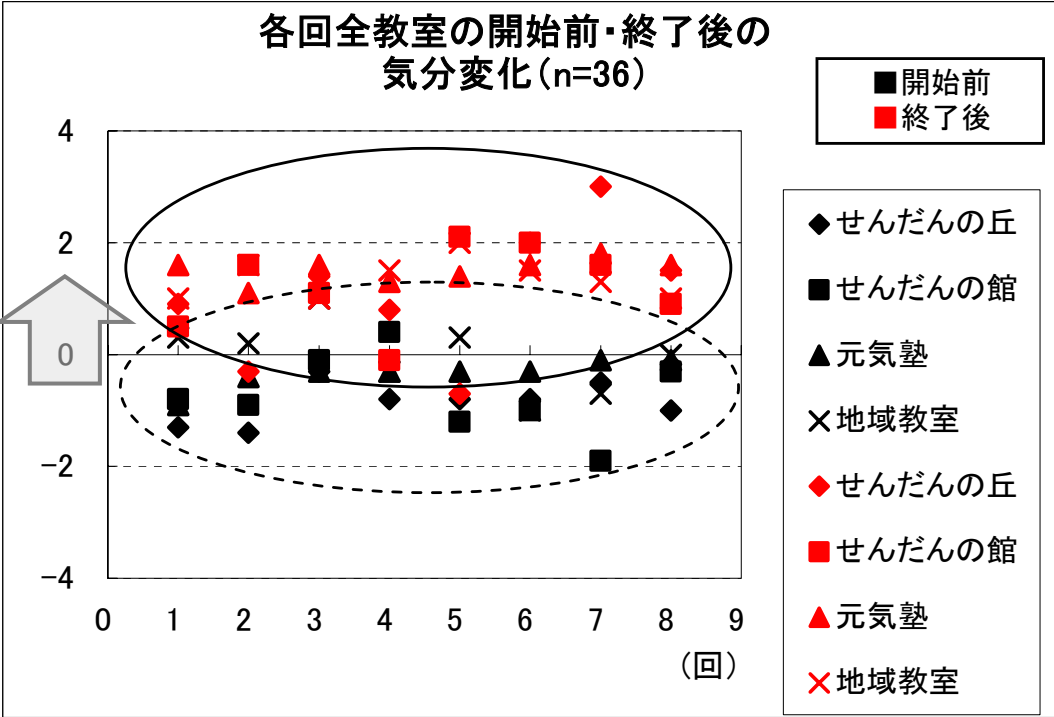
*3ヵ月後は全て事前並みに戻っている

2. 各回の教室前後の気分変化

■気分調査で広く引用されているPOMS調査等を参考に、簡易的で記入しやすいオリジナル設問を試みた。

【調査票】
 以下の内容が混在した、15項目により構成
 「緊張と興奮」
 「抑うつ感」
 「疲労感」
 「不安感」
 「充実感」

【評価尺度】
 15項目の心理的因子から「プラス因子」と「マイナス因子」に分類し、それぞれの回答項目の加点形式により各回の各研究フィールド群の平均値を出し、分布変異による変化尺度の評価する。



【気分変化】
 《要支援1～要介護3までの介護認定者で占める施設教室群》
 事前で「マイナス因子」が高い結果を示していた。これは、季節的に冬期間であったことや年末年始の忙しい時期などさまざまな心理的要因が推察される。しかし、事後では8割以上の回で「プラス因子」に転じたことから、この活動教室が心理的变化で有意であったことが示唆された。

《健康意識の高い元気塾教室や地域教室の一般高齢者を対象にした地域教室群》
 すべての回で「プラス因子」へ変化や増加を示した。この活動教室が心理的变化で有意であったことが示唆された。

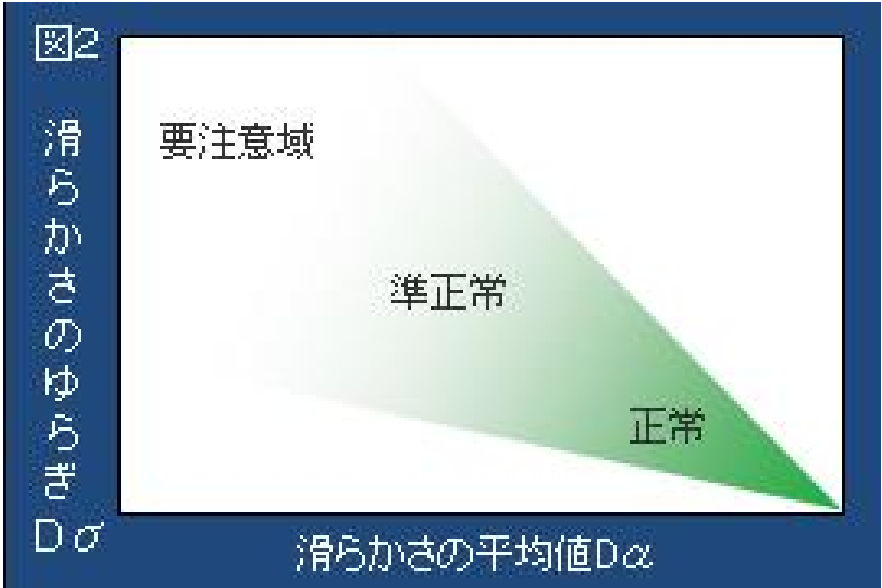
3. 脳機能測定の概要

脳機能活性度測定

脳機能活動は、頭皮上の電位分布の滑らかさと、その不安定さで数値的に表すことができ、図2で見ることができる。

- 脳機能活性度が高い状態 ⇒ 正常者は「滑らかさ」がほぼ一定で $D\alpha$ は1に近くなり、 $D\sigma$ は減少し正常域にある
- 脳機能活性度が低い状態 ⇒ アルツハイマー病が進行すると $D\alpha$ は減少、 $D\sigma$ は増加し、左上に向かって移動

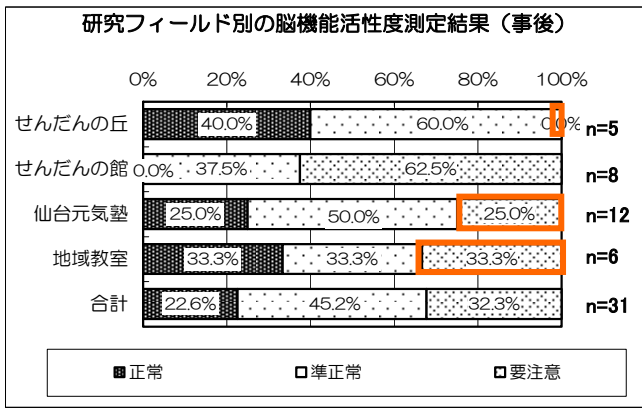
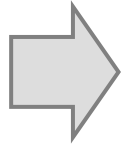
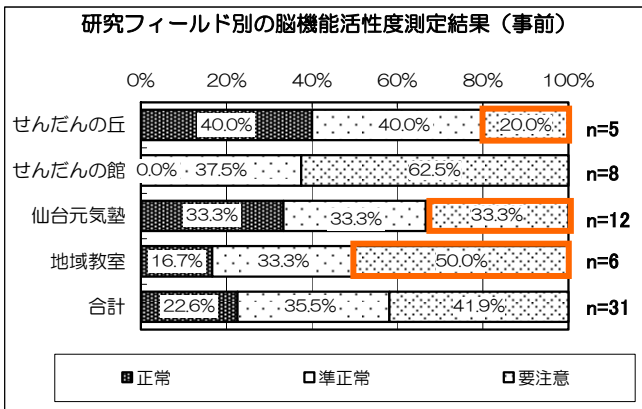
横軸: 滑らかさの時間的な平均値 $D\alpha$
縦軸: 変動の大きさを表す標準偏差 $D\sigma$



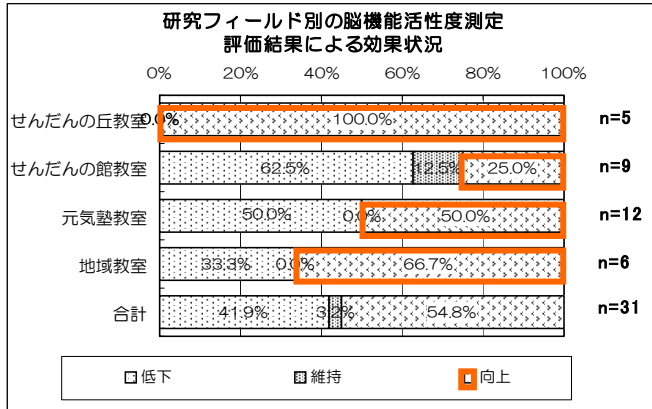
協力: (株)脳機能研究所

3-1 脳機能活性度測定

【認知症の疑いの変化】「要注意域」の割合を4つの研究フィールド別で見ると、「せんだんの丘教室」で20.0%から0.0%、「仙台元気塾」で33.3%から25.0%、「地域教室」で50.0%から33.3%へ減少し、「認知症の疑い」の改善に効果があるものと考えられる。



【脳機能活性度の変化】「向上」を4つの研究フィールド別で見ると、「せんだんの丘教室」が100.0%となり活動教室の効果が大きく現れた。「元気塾教室」が50.0%、「地域教室」が66.7%と半数以上が向上の傾向となっている。



【脳機能活性度測定のまとめ】 参加者の対象群に着目すると、参加者が要支援1~2の軽度の介護認定者である「せんだんの丘教室」の施設教室群で向上の傾向が大きく、カラオケシステムを導入した活動教室が効果的であったことが示唆された。

1. DKエルダーシステムの導入によるグループワークにおける健康効果の評価、及び認知症の予防を目的とした調査・研究

■健康効果の評価

健康関連QOL、生活機能評価、高齢者うつ尺度等のアンケート調査から健康状態、QOLなど良好になることが明らかとなった。

■気分調査、メニュー評価

満足度評価など設問のアンケート調査から心理状況、教室の満足が得られた。

■脳機能測定(物忘れ相談プログラム、脳機能活性度測定)

脳機能の活性度向上が見られた。

■介護予防・健康増進教室の活動指導手法を開発

全8回のカラオケシステムを活用した教室メニュープログラムを実践した。

2. DKエルダーシステムの導入による地域活動教室における地域共創

■DKエルダーシステムの導入によるグループワークにおいて、地域活動としての交流機会の創出を検討した。

地域教室で実践的活動を行う。一環として、地域交流の場である「国見街道まつり」の参加者を対象とした教室を実践した。

■地域コミュニティ活性化に向けた活動支援手法の開発

対象ニーズの異なるフィールドごとの教室における、全8回のDKエルダーシステムを活用したサポートプログラムを実践した。

本調査研究のまとめ

■DKエルダーシステムの導入によるグループワークにおいて、本システムが健康増進・介護予防・コミュニティ形成、ならびに地域共創に有用性があることが示唆された。

■DKエルダーシステムの活用手法を長期的な観察調査および研究により、健康効果の評価と介護予防の観点から日常生活の活性化とQOLの向上を目指し、本システムの実用性を実証していきたい。