

健康活動に消極的な独居高齢者のHL向上に関する研究 -地区活動におけるICFモデルの活用-

松尾泉、福岡裕美子、石田賢哉

背景

高齢者は、生活不活性化をもたらす要因が多いうえ、積雪量が多い本県の冬期の生活では、望ましい健康習慣とされる運動や社会交流の機会が減少しがちである。地域の社会福祉協議会・民生委員による閉じこもり予防活動が展開されているものの、参加に消極的な者が多く潜在している。

目的

閉じこもりがちな独居高齢者の生活機能や思いを明らかにする。また、活発な地区活動を進め、地域住民全体のHLの向上や地域貢献を図る

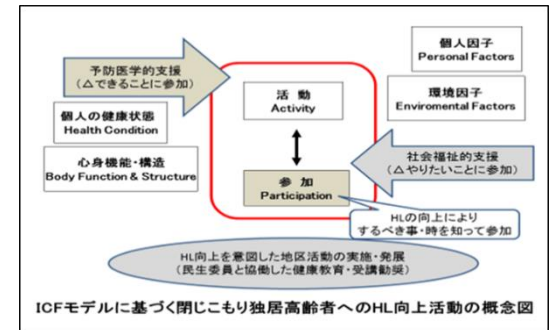
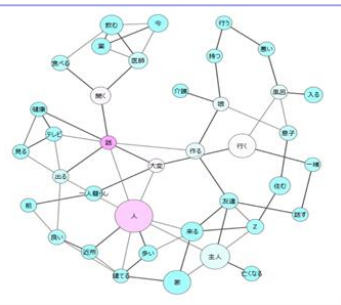
研究内容・方法

2018年12月～2019年3月 同意の得られた独居高齢者自宅に、研究者とボランティア学生が戸別訪問し、健康や1人暮らしへの思いについて聞き取り調査を実施。KH Coderを用いてテキストマイニング分析を行った。(本大学研究倫理委員会承認番号1586・1871)

研究成果

60～90代の独居高齢者7名よりインタビューデータを得た。全員が慢性的な身体機能的上の課題や冬期の外出への不安や困難を有していた。健康やひとり暮らしの思いに関する語りの文章から分析を行った。文章の単純集計として284の文章が確認された。分析対象となる総抽出語数は4,756(使用1751)、語数は850(使用651)であった。健康に関するものでは、「見る・健康・テレビ」「医師・飲む・薬」などでひとり暮らしに関するものでは「家・来る・友達・作る・話す」「家・夫・地区名」など、それぞれ共起関係がみられ、受診やデイサービスの利用、家族関係など個々の生活機能はネットワーク上に反映していた。

図1. ひとり暮らしへの思いに関連する共起ネットワーク図



調査後に開催された地区活動

これまで可視化されなかった、閉じこもり傾向にある独居高齢者女性の思いは、地域への信頼や、持ち家への愛着などから、選択的に一人暮らしを続けていることであった。独居高齢者の生活機能の中でも社会的要因が整うことで、本人が望む暮らしを選び継続できることが示唆された。今後は、学生ボランティアや民生委員による相互効果を明らかにするなど、独居高齢者のHLの促進に向けたプログラムを開発し、地域の健康活動の発展に貢献していきたい。