

氏 名	石 原 美由紀			
学 位 の 種 類	博士（保健学）			
学 位 記 番 号	甲第49号			
学位授与の日付	2019年3月13日			
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当			
学位論文題目	農村部在住高齢者におけるご当地体操の未実施要因の検討			
論 文 審 査 員	主査	新潟医療福祉大学	教授	石 上 和 男
	副査	新潟医療福祉大学	教授	瀧 口 徹
	副査	新潟医療福祉大学	教授	阿 部 薫

論文内容の要旨

【研究の背景と目的】

2006年の介護保険法改正により介護予防を柱とする予防重視型の政策へと転換が図られ、生活機能の低下によって要介護となるリスクが高い高齢者を対象にした二次予防事業と生活機能が自立した高齢者を対象とした一次予防事業が実施された。一次予防事業には自治体独自の基準で実施できる通称「ご当地体操」という介護予防体操があり介護予防に資する体操として全国に普及している。

しかし、ご当地体操の研究は体操の効果検討や普及ボランティアを対象とした報告はあるが体操の普及対策や実施経験に関連する要因を検討した報告は見当たらない。ご当地体操の実施者の増加を図るためには従来の普及活動を継続するだけでは限界がある。本研究はご当地体操の未実施の関連要因について検討し、今後の普及対策の一助とすることを目的とした。

【方 法】

新潟県刈羽村在住の65歳以上の高齢者1,180人（要介護認定1以上、入院入所を除く）に対して行った高齢者健康実態調査の中でご当地体操の普及状況調査に回答した986人を分析対象とした。調査は2016年7～8月に、ご当地体操の普及状況、基本属性、身体状況、身体活動状況について個別訪問による面接聞き取り調査を行った。分析方法は χ^2 検定を用い、未実施要因の分析には目的変数をご当地体操の普及状況（0：実施者／1：未実施者）とし、有意な関連があった項目を説明変数とした変数減少法ステップワイズ（尤度比）による二値ロジスティック回帰分析を行った。

【結 果】

分析対象者は男性453人、女性533人、平均年齢75.4歳で男性74.4歳、女性76.2歳であった。年齢構成は65～69歳が30.7%を占め男性が女性より多かった。また男性では治療中の病気がない者、糖尿病がある者、自覚症状がない者、運動を殆どしない者が多く、女性では高血圧症がある者、膝痛がある者が多かった。生活機能の状態は自立群が549人で55.7%を占めた。前期高齢者では自立群が71.0%を占め男性が女性より多かった。ご当地体操の普及状況は未実施者が761人と77.2%を占め男性では93.2%、女性では63.6%が未実施で、男性が圧倒的に多く男女で大差があった。基本チェックリスト

は手段的日常生活2項目、運動機能4項目、閉じこもり1項目、うつ2項目において男女で有意差があり男性が女性より自立方向の回答が多かった。

未実施要因の分析では、ご当地体操の普及状況と有意な関連があった調査項目は13項目であった。それらを説明変数として二値ロジスティック回帰分析に投入した結果、男性であること、前期高齢者であること、膝痛がないこと、治療中の病気がないこと、運動をしないこと、がご当地体操の未実施要因であった。

【考 察】

介護予防事業は全国的にも男性の参加者や実施者が少ないことが課題である。本研究結果を基に考察すると、男性は若い年齢層が多いため高齢者の健康指標である生活機能が自立しており心身の機能が良好で健康である者が多いと考えられ、介護状態を予防する体操というイメージが強いご当地体操をやりたいと思えないこと、また刈羽村の高齢男性は7割以上が就業している可能性があるためご当地体操を行うのが難しいことが推察された。現行の体操内容が男性の趣向に合っているのかについて情報を収集し検討すると共に、体操の目的が明確に伝わる周知方法の検討を行う等、男性の特性を考慮した対策が必要である。

また、普段から運動をしない高齢者の場合、ご当地体操も行わない可能性が高いことが推測され、運動習慣を持たず自発的に運動を開始することが難しい高齢者に対しては、既に体操を実施している友人・家族の存在や地区集会等のグループ活動の活用が考えられる。また農村部の高齢者は農作業が体操の代替えになると考えている可能性がある。しかし農作業は筋肉の緊張や関節の動きを悪くしやすいため農作業で硬くなった身体をほぐし回復させる効果が期待できる「かりわまめだね」体操の効果が明確に伝わる周知方法の検討が必要である。

未実施要因には前期高齢者であることも影響しており、前期高齢者では生活機能が自立している者が男性では約8割、女性でも約7割と多く男女共に心身の機能が良好で健康である者が多いことが推測された。さらに治療中の病気がない、膝痛がないといった未実施要因からも健康状態が良いことが考えられた。特に治療中の病気がないはオッズ比が高く、未実施に強く影響していたことから、病気がなく良い健康状態は男性であることに次いでご当地体操を実施しない大きな要因であると考えられる。

ご当地体操は一次予防を主な目的とした事業であるにもかかわらず、健康の維持・増進よりも介護状態を予防する体操というイメージの方が強い。健康状態が良好で健康に自信がある高齢者にとってご当地体操を実施する必要性が感じられない可能性が高い。実施者の増加を図るためには男性の特性を考慮した上で、女性も含めた前期高齢者への普及対策が必要であり、ご当地体操を介護予防の体操というイメージから健康を維持・増進する健康づくりの体操へとイメージチェンジを図り定着させることが重要である。

キーワード：ご当地体操、未実施要因、普及対策、男性参加者、地域高齢者集団全数調査

論文審査結果の要旨

2006年の介護保険法改正に伴って介護予防重視型に政策転換が図られ、生活機能が自立した高齢者を対象とした一次予防事業の実施も各市町村に求められ、自治体独自の基準で行うことができる「ご当地体操」が介護予防に資する体操として全国的に普及してきているが、実際にはいずれも参加人数が低い状況に留まっている現状にある。そこで本論文では、新潟県刈羽村に在住する全高齢者を対象に、事前に訓練・研修を受けた保健師や看護師、社会福祉士などの資格を有する調査員が個別訪問による面接調査を実施した全数調査であること、また、ご当地体操の実施の有無を目的変数とし、身体状況や生活機能の状態、基本チェックリストの内容について二値ロジスティック回帰分析を行い、未実施の要因を分析した研究であり、体操未実施に着目してその要因を明らかにしようとしたところに本研究の独創性がある。

本研究で明らかになったことは、ケーブルテレビの活用や村行事、各種教室、地区単位の集会でDVDの活用を図るなどしてご当地体操の定着を図ろうと試みたが、2年8か月の間、ご当地体操をまったく行ったことのない未実施者が全体の77.2%存在し、男女別にみると男性93.2%、女性63.6%と、男性に圧倒的に多かったことが挙げられた。また、実施している者と未実施の者について二値ロジスティック回帰分析を行ったところ、未実施の要因は、男性であること、前期高齢者であること、膝痛がないこと、治療中の病気がないこと、運動をしないことが挙げられた。そこで何故男性の未実施者が多いのかを得られたデータから考察を加えたところ、男性では65～69歳の割合が4割を占め、しかも生活機能の自立している者が8割を占めるなど心身の機能が良好な者が体操未実施であることが分かった。また、基本チェックリストの25質問項目を男女比較すると、手段的日常生活2項目、運動機能4項目、閉じこもり1項目、うつ2項目において男女で有意差があり、男性は女性よりも自立しているとの回答が多かった。未実施の理由を直接聞く質問項目はなかったが、男性は若い年齢層が多く、生活機能が自立しており、心身の機能が良好で健康である者が多く、「介護状態を予防する体操」というイメージが強いご当地体操を行う必要性を感じていないことが推測され、健康状態が良好である高齢者に対しては「介護状態を予防する体操」ではなく、「健康を維持・増進する健康づくりの体操」として定着させることが重要であると考察している。

学位審査においては、ご当地体操の未実施要因を把握したという新規性は見られるが、論文という形では発表されていないかもしれないが、行政が行った報告書等を更に詳細に見ておく必要があるのではないかと指摘があった。更に体操の効果については、筋力や敏捷性の増加などの報告が理学療法分野から、社会福祉分野からは介護認定率の抑制の報告、医療経済学的な分野からは医療費の軽減などの報告もあるので、それらの分野との関連も見えておく必要があるとのアドバイスがあった。

また、ご当地体操をいかに普及させるか、「健康づくりの体操」にイメージを変えていく必要があると考察の中で述べているが、そのためにはどうするのかを幅広く検討するための要因を身体状況等のデータに基づいてよりキメ細かく分析する必要があるとの指摘があった。それらの指摘については刈羽村に居住する全高齢者のデータがあることからそれらを今後の研究課題として解析していきたいとの回答があった。併せて、「まめだね体操」の実際の実施状況に関する質問や刈羽村村民の経済状況、健康に関する知識提供方法についてきめ細かな把握が必要であるとの指摘があった。それらは併せて今後の研究展開の中で取り組まれるべき課題である。

現在でも全国各地でご当地体操が行われているものの、実際には参加率、特に男性の参加率が極め

て低いことが報告されている。本論文は、この広く行われているご当地体操について未実施者に焦点を当てて、その要因を明らかにしようとしたものであり、本論文が全国のご当地体操を実施している市町村にとっても効果的に事業を実施するための一助になると考えられる。

以上のことから、審査委員会は本論文を博士論文に相応しいと認める。