

地域ふれあい・いきいきサロン参加者の自宅とサロン会場における通所手段、所要時間、距離の分析

新潟医療福祉大学理学療法学科
小林量作, 佐藤成登志, 古西勇
新潟市秋葉区健康福祉課 新井春美
新潟医療福祉大学大学院 庚徳龍
新潟総合学園 e ラーニング推進室 内山渉

【背景・目的】市町村における介護予防、ロコモティブ症候群予防を目的とした運動指導は、地域住民を対象に運動指導サポーターを育成して、自治会レベルの地域ふれあい・いきいきサロン（以下サロン）を会場に運動実施する「集會型」が普及してきている。市町村体育館のような1か所で運動教室を実施する「センター型」に比べて、「集會型」はサロン会場と自宅との所用時間、距離において優位であることがいわれている。しかし、参加者におけるサロン会場と自宅との通所手段、所用時間、距離についての報告は少なくその実態は不明である。

本研究の目的は、サロン参加者の会場と自宅における通所手段、所要時間、距離の実態を明らかにすることである。

【方法】対象は新潟市秋葉区の「足腰鍛えて笑顔で長生き」事業として4か所のサロンに参加している在宅高齢者91人である。男性14人、女性77人、61歳から86歳、平均74.9±5.6歳である。

方法は、本事業において年1回実施しているアンケート調査から参加者の住所、自宅からサロン会場までの通所手段（以下、通所手段）、自宅からサロン会場までの所要時間（以下、所要時間）を抽出した。また、サロン会場と参加者自宅の距離（以下、距離）は、MapFan Webで検索・抽出した。統計的解析は、対応のないt検定、一元配置分散分析を実施した。

本研究は新潟医療福祉大学倫理委員会の承認を受け、参加者から書面による同意を得ている。

【結果】(表1)

1. 全対象の所要時間は1分から20分、平均7.3±4.2分、10分以内に含まれる者が80人、88%であった。自動車は全例が10分以内であった。距離は10mから2600m、平均837±553m、1000m以内に含まれる者が68人、75%であった。通所手段は、徒歩が47人、52%、平均年齢76.1歳、自転車が13人、14%、72.7歳、自動車(同乗を含む)が31人、34%、74.1歳であった。3つの通所手段における年齢には有意差を示さなかった。

2. 男女比較では、所要時間において男性平均5.6分、女性7.6分であった。距離において男性平均663m、女性平均869mであった。所要時間、距離のいずれも男女間に有意差を示さなかった。

3. 60歳代、70歳代、80歳代の比較（以下同順）では、所要時間において平均5.9分、7.6分、7.6分であった。距離において平均866m、942m、610mであった。3つの年齢層における所要時間、距離のいずれも有意差を示さなかった。

4. 通所手段の徒歩、自転車、自動車の比較（以下同順）では、所要時間において平均8.7分、7.0分、5.3分であった。3つの通所手段は有意に異なり、徒歩と自動車の間に有意差を示した。距離においては平均521m、843m、1314mであった。3つの通所手段は有意に異なり、徒歩、自転車、自動車の全ての組み合わせ間に有意差を示した。

表1 性別、年齢層、通所手段における所要時間、自宅とサロンの距離

	データ数	所要時間 (m)	自宅とサロン会場の距離 (分)
全例	91	7.3±4.2	837±554
男性	14	5.6±2.4	663±444
女性	77	7.6±4.3	869±568
p 値		n.s.	n.s.
年齢層 60歳代	17	5.9±3.4	866±600
70歳代	49	7.6±4.5	942±601
80歳代	23	7.6±3.8	610±330
p 値		n.s.	n.s.
通所手段 徒歩	47	8.7±4.5	521±288
自転車	13	7.0±4.3	843±519
自動車	31	5.3±2.5	1314±542
p 値		**	**
		徒歩>自動車	徒歩<自動車, 徒歩<自転車, 自転車<自動車

【考察】町内会方式でのサロンに通う参加者の範囲は、所要時間で約7分、10分以内に9割、通所距離で約800m、1000m以内に含まれる者が約8割であったことが示された。高齢者が徒歩で買い物に行く確率の高い所要時間は10分以内である（東京都調査、2011。李、2013）ことから、平均年齢75歳の高齢者にとって、通所のための許容できる所要時間は10分程度がおおよその目安として考えられる。

また、距離は通所手段により明らかに異なり、徒歩約500m、自転車約800m、自動車は約1300mであった。実態から考えるには、徒歩では約500m程度の距離が妥当なようであり、駐車場のある会場における自動車は10分以内なら参加しているといえる。自動車の通所手段を選択できる場合は、距離よりも所要時間が優先すると推察される。

【結論】サロンに通所する参加者は、通所手段に関連なく所要時間10分以内が約9割を占めたことから、所要時間10分以内はサロン会場への良いアクセスの目安と考える。

【謝辞】本研究の一部は平成26年度新潟医療福祉大学研究奨励金(研究センター推進費)の助成を受けて実施した。ここに感謝の意を表す。