

～オンリーワンの介護予防で自分らしい生活を～

令和6年度地域政策研究センター 地域協働研究【ステージⅠ】採択課題

課題名：介護予防の意識向上を目指した個別プログラムの構築

研究代表者：看護学部 馬林幸枝

課題提案者：有限会社ホームセンター仙台

研究メンバー：千田睦美、小嶋美沙子、鈴木睦、福田幸子(看護学部)

技術キーワード：介護予防、地域、暮らし

▼研究の概要（背景・目標）

岩手県北地域は広大な面積を持ちながら介護サービスが不足しており、高齢者がいかに健康に過ごすのが課題である。限られた資源の中で介護予防を促進するには、高齢者自身が継続できるプログラムの構築が重要と考え、地域特性に合った個別の介護予防プログラムを開発し、健康寿命の延伸と地域包括ケアの充実を目指す。

▼研究の内容（方法・経過）

1. 調査対象：有限会社ホームセンター仙台のデイサービス利用者
2. 調査内容：身体機能測定（下肢筋力、歩行力、平衡機能、骨密度、血管弾力性、筋肉量）、栄養状態の評価（最新版MNA[®]_SFによる栄養状態の確認）、個別プログラム提案のための情報整理（職員へのヒアリングおよび過去の調査結果をふまえた検討）
3. 調査期間：令和6年4月から令和7年3月

▼研究の成果（結論・考察）

1. 身体機能（対象39名、継続参加者9名）は、年齢を考慮すると前回調査時の機能の維持または軽微な低下であり、継続的な機能訓練の成果と考える。
2. 栄養状態（対象54名）は、最新版MNA[®]_SFを用いて聞き取り調査を行い、低栄養のおそれがある参加者は8名だった。
3. 個別プログラム提案のための情報整理は、職員への聞き取り調査を行い、令和4年度の結果と合わせて、個別背景シート案を検討した。



▼おわりに（まとめ・今後の展開）

1. 岩手県北地域は介護保険サービスが少なく、ケアマネジャー経由でサービスが開始されるが、施設ごとに提供される情報にばらつきがあり、高齢者理解が不足している。資源を有効活用し、高齢者の介護予防意識を維持するため、高齢者の特性を理解し、継続可能なプロトコルの検討が必要である。
2. 対象者の多くは後期高齢者であることを踏まえ、介護予防を意識しながら継続するという視点で、令和元年度からの身体機能測定データを用いた分析を念頭にスケジュールしていく。また、個別背景シート案を組み込んだ個別プログラムも検討していく。

調査実施にあたり、ご協力いただいたデイサービスの利用者様、職員の皆様に感謝申し上げます。