

平成20年度老人保健事業
推進費等補助金による
助 成 事 業

平成20年度老人保健事業報告書

**地域特性に応じた効果的な認知症
および介護予防活動促進に関する研究**

平成21年 3 月

社会福祉法人 東北福祉会



認知症介護研究・研修仙台センター

目 次

はじめに	3
研究組織	4
I 研究概要と地域特性の考え方	5
1. 研究目的	
2. 各研究の概要	
1) 研究事業に関する検討会の開催	
2) 住民生活基礎調査の実施(研究1)	
3) 介護予防事業の地域特性把握に向けた実態調査(研究2)	
4) 介護予防活動の継続的活動支援に向けた地域特性分類(研究3)	
5) 地域特性に応じた認知症・介護予防活動支援ツール(研究4)	
6) 地域特性に応じた認知症・介護予防事例集の作成	
3. 地域特性の考え方	
1) 本研究における「地域」とは	
2) 本研究における「地域特性」とその範囲	
II 研究1 住民基礎調査	9
1. 目的	
2. 方法	
3. 結果	
1) 対人交流	
2) 生活習慣	
3) 日常活動状況	
4) 社会活動	
5) 食事・栄養摂取状況	
6) 予防因子等	
7) 健康状態に関する自覚	
8) 一般健康状態	
9) ライフヒストリー・老性自覚等	
10) QOL	
4. 考察	

Ⅲ 研究2 介護予防事業の地域特性把握に向けた実態調査	104
1. 目的	
2. 方法	
3. 結果	
1) 事業所の属性	
2) 介護予防事業企画運営の実態	
3) 各事業の実施状況	
4. 考察	
1) 企画立案運営の困難さ	
2) 地域住民の活動、活用の場の不足と継続的運営	
Ⅳ 研究3 介護予防活動の継続的活動支援に向けた地域特性分類	110
1. 目的	
2. 方法	
3. 結果と考察	
1) 土地の区域としての地域特性分類	
2) 地域特性格別に見た介護予防事業等の実施状況の特徴	
Ⅴ 研究4 地域特性に応じた認知症・介護予防活動支援ツールの開発	125
1. 目的	
2. 方法	
1) 活動支援ツールの検証	
2) 継続的活動のヒアリング	
3. 結果	
1) 介護予防活動支援ツールの普及方法検証	
2) 介護予防活動支援ツールの発展的手法（介護予防マップ）の検証	
3) 継続性に向けた先駆的地域のヒアリング（広島県広島市大洲地区）	
4. 考察	
Ⅵ 資料	140

はじめに

健康は、健康であると感じているときから自身で心がけ取り組まなければ維持することはできない。介護保険における介護予防事業では、高齢者ができるかぎり生きがいをもって健康で自立した生活を送れるように、要支援、要介護状態になる前に早期に介護予防サービス利用することで要介護状態になることを予防し、身体的な低下の予防だけではなく、認知症も含め精神状況の低下予防も目指すこととされている。また、介護予防事業の実施主体は市区町村であり、事業の展開は担当課や地域包括支援センター、社会福祉協議会等で行われていることから、それぞれの地域の特徴や長所を生かした活動の展開が期待でき、まさに、それぞれの地域の力を発揮するチャンスでもある。

しかし、実態は、地域の地理的状況やサービス事業所の人的不足などから、特定高齢者の候補者把握率、決定者率が低く、また決定者のサービス利用移行率の低さ、さらに引きこもりがちな高齢者のスクリーニングなど課題が山積している。

このため、現状は地域間のサービスのばらつきが大きく、「地域包括ケア」の浸透度合いが大きく影響し、その解決に向けては地域独自の方策を構築する必要がある。

地域在住の高齢者に対して、各種介護予防サービス利用を促進させるためには、適切な地域特性診断が行われ、それを根拠とした活動を展開し、多世代にわたって市町村レベルで浸透させる方策を図っていくことが求められている。

本研究では、地域特性を見直し、地域を再考するための基礎的な調査と、住民へのアセスメント手法と地域特性を診断するためのツールを検証した。また、その後の具体的な展開方法の示唆を得るために先駆的地域からのヒアリングやモデル事業について考察を行った。

本研究では、介護予防事業のみならず、地域ケアを考えていくうえで貴重な事例を収集することができた。本報告書が皆さまにとって参考になるものとなり、活動の一助になれば幸いである。

貴重な事例を提供して頂いた33の地域みなさんとモデル事業にこころよくご協力頂いた地域住民みなさまに感謝申し上げます。

認知症介護研究・研修仙台センター
センター長 加藤伸司

研 究 組 織

<主任研修者>

加藤 伸司 認知症介護研究・研修仙台センター センター長

<分担研究者>

阿部 哲也 認知症介護研究・研修仙台センター 研究・研修部長

矢吹 知之 認知症介護研究・研修仙台センター 主任研修研究員

吉川 悠貴 認知症介護研究・研修仙台センター 専任研究員

<研究事業検討委員>

長谷川京子 社会福祉法人福島県社会福祉事業団事務局サービス向上部サービス事業課 課長

小野田直子 幌加内町保健福祉課あんしん介護係 主幹

北村 康栄 幌加内町保健福祉課あんしん介護係 主査

杉田尚緒子 社会福祉法人八幡浜市社会福祉協議会 社会福祉主事

二宮 恭子 八幡浜市保健センター介護予防係 係長

鈴木 芳子 鮫川村住民福祉課 専門保健師

菊地 貞子 社会福祉法人鮫川村社会福祉協議会 鮫川村地域包括支援センター

福嶋美奈子 社会福祉法人平生町社会福祉協議会 事務局長

木本 潤 社会福祉法人平生町社会福祉協議会 企画総務部長

芳谷 伸二 広島県介護予防研修相談センター 所長

土井 勝幸 医療法人社団東北福社会介護老人保健施設せんだんの丘 施設長

山本 洋史 医療法人社団東北福社会せんだんの丘ぷらす

岩崎 丸 社会福祉法人高知県社会福祉協議会 介護普及相談課 課長

池田 武俊 大牟田市保健福祉部長寿社会推進課 参事

I 研究概要と地域特性の考え方

1. 研究目的

介護保険改正で創設された地域支援事業では、高齢者ができるかぎり生きがいをもって健康で自立した生活を送れるように、要支援、要介護状態になる前に早期に把握し介護予防サービス利用につなげることが求められる。

現在の地域における特定高齢者施策のサービス利用の成否についての課題は、特定高齢者の候補者把握率、そして決定者率の低さ、また決定者のサービス利用移行率の低さ、さらに引きこもりがちな高齢者のスクリーニングが困難なことである。こうした現状は、地域間のばらつきが大きく、「地域包括ケア」の浸透度合いが大きく影響していることが推察される。

地域在住の高齢者に対して、各種介護予防サービス利用のための生活機能評価実施を促進するためには、適切な地域診断を根拠とした認知症および介護予防教育を、多世代にわたって市町村レベルで行い浸透させる方策を図っていく必要がある。

当センターでは、19年度の研究において、高齢化率の高い過疎地域、離島地域を対象に認知症および介護予防教育のプログラムの検討を重ねた結果、介護予防の教育プログラム

の方向性を見いだした。このプログラムは主体的に高齢者自身の意欲を引き出すワークショップである。これを多様な地域において有効に活用するためには、地域住民・高齢者のセルフケア支援の方向性を把握するための地域特性診断ツールの開発が求められる。このワークショップ型教育プログラムの妥当性をいくつかの地域で確認したうえで、広く普及することは、さまざまな特性をもった地域でも高齢者の健康づくりや介護予防への意識の高揚へとつながり、特定高齢者施策のサービス利用の向上へ向けて貢献できるものと思われる。本研究事業は、高齢者自身が主体的に生きがいをもって認知症および介護予防の活動に取り組むためのワークショップ型教育プログラムの妥当性を検証し、これを広く普及するための地域特性診断ツールの開発を目的として行った。

2. 各研究の概要

1) 研究事業に関する検討会の開催

当センターの研究スタッフ、モデル事業実施市町村保健福祉担当課職員、地域包括支援センターの主任介護支援専門員等により、「地域特性に応じた効果的な認知症および介護予防活動促進に関する研究事業検討委員会」という名称で研究事業の実施、ならびに地域特性診断ツール開発に関する検討会を3回開催した。また、事例集作成のための作業部会を1回開催した。

2) 住民生活基礎調査の実施（研究1）

モデル地域を選定し住民生活と認知症・介護予防に関する意識がライフスタイルに及ぼす効果を明らかにすることを目的とした面接調査を実施した。モデル地域は、宮城県気仙沼大島地区で平成19年度に行われた「健康作り・認知症予防講座」への参加・非参加がライフスタイルに影響を及ぼす効果に関する訪問面接調査を行った。調査期間は、平成19年8月4日～9月20日、および平成20年2月27日～3月3日であった。調査協力者は529人（男性198人、女性331人）、平均年齢は79.56歳（男性80.30歳、女性78.81歳）であった。このうち「健康作り・認知症予防講座」に参加した人（参加群）は135人（25.5%）、参加しなかった人（不参加群）は394人（74.5%）であった。

両群に共通していたのは、複数の病気を有している人が多い割に健康感が高く、運動習慣を有し、飲酒や喫煙の習慣も少なく、対人関係も良好で生活全般に満足感が高いという結果であった。また参加群ではこの傾向がより強く、特に趣味活動や社会活動に積極的に参加するなど、活動的なライフスタイルであることが明らかになった。今後は、積極的な介入を続けることによって、その効果を継続的に追跡調査していくことが課題である。

3) 介護予防事業の地域特性把握に向けた実態調査(研究2)

ワークショップ型介護予防教育プログラム普及に向けた、介護予防の地域性を診断すること、ならびに、介護予防・認知症予防の地域特性を明らかにし、その実態に即した具体的なサービス展開に繋げることを目的とした、「地域に根ざした認知症・介護予防事業」の事例集作成のための全国調査を実施した。

配布6,735事業所、有効回収票1,439事業所で回収率21.5%であった。調査実施期間は、平成20年10月～11月であった。

結果、回答者の8割で介護予防事業の企画立案運営に関して困難さを感じ、企画に関してはニーズ把握を十分に行えない状況であること、そして特に、認知症予防、うつ予防、閉じこもり予防について実施率が低い傾向が明らかになった。

4) 介護予防活動の継続的活動支援に向けた地域特性分類(研究3)

効果的で継続性のある介護予防活動の企画立案には、地域の気候、人口、高齢化率、交通の便など実情に適応した活動であることが望まれる。本研究では、次の目的を設定した。

研究2で示した介護予防事業の実施状況調査の結果をもとに、地域属性に関する客観的な指標を、地域特性としてとらえ、地域特性カテゴリを探索的に検討し、地域特性に応じた介護予防事業の企画立案を支援するための地域特性分類を行うことを目的とした。

結果、①人口規模、②人口密度、③地域分類、④気候、⑤交通の状況を分析対象として、対応分析にてカテゴリ化を行ったところ、4つの特徴的なカテゴリに分類されることが明らかになった。

5) 地域特性に応じた認知症・介護予防活動支援ツール(研究4)

地域特性として特徴的な4地域を対象に、既存の活動を直接住民から拡散的に収集する方法を検証し、さらに1地域でその後の具体的展開方法をモデル的に試行し検証した。また、継続的活動がすでに展開されている地域のヒアリングをもとに地域特性カテゴリ後の活動支援ツール開発を目的とした。

結果、地域住民の活動ニーズを効果的に収集し把握する方法として、参加人数に応じた方法を見出し、さらに収集した後の地域における具体的な方法として、介護予防マップ作成の検証を行うことができた。また、地域福祉計画における介護予防活動の構造的展開方法として、行政、地域包括支援センター、そして住民へとつなげるモデルについてヒアリング調査によって提示することができた。

6) 地域特性に応じた認知症・介護予防事例集の作成

地域在住高齢者が参加し、主体的に地域の介護予防について考える教育プログラムを

広く普及し、市町村職員が展開できる事例集を作成した。作成にあたっては、検討委員を中心に作成した。

3. 地域特性の考え方

1) 本研究における「地域」とは

本研究で用いる地域とは、「土地の区域」のことを示す。特に地形が隣接し、同じ性質をもっているなどの理由からひとまとめにされている機能的な土地のことを示した。あわせて本研究では、介護予防事業における各種サービス、事業を提供する地域包括支援センター等の管轄する活動範囲のことを地域として考えている。

2) 本研究における「地域特性」とその範囲

本研究で用いる地域特性とは、「地域」と同義で土地の区域の持つ特性を示している。その土地の区域の持つ特性として、①人口規模、②人口密度、③地域分類、④気候、⑤交通の状況、をもって地域特性と定義した。

一方で、地域特性をその地域の個性と捉えたうえで本件の限界は次の点である。社会的には地域は、土地の区域にとどまらず、その土地のもつ、政治、経済、文化を含めた生活の共同体や社会連帯を意味しているが、本研究において、その地域に内在する個性までは言及していない点である。

地域の共同体や地域連帯は介護予防マネジメントを行なう上で必要な社会資源である。介護予防事業においては、それら社会資源をマネジメントし各事業所が企画運営するサービスと繋げることが必要となるが、他の地域の事例を用いてそのまま運用することは困難である。なぜなら、その地域の個性に合わない活動を提供することは、自然の流れと長い年月の中で培われた地域社会の貴重な資源である共同体を壊しかねないからである。そこで、本研究における地域特性分類を行う際の範囲は、客観的な指標として土地の地形、気候、人口密度を用いた。

II 研究 1 住民基礎調査

1. 目的

認知症予防や介護予防に関しては、これまでにいくつかの疫学的調査や介入研究が行われてきている。本研究事業では、認知症・介護予防要因を生活視点から明らかにし、介護予防に関する意識が生活スタイルに及ぼす効果を明らかにすることを目的に、モデル地域において訪問面接調査を実施した。

2. 方法

1) 対象

気仙沼大島で平成19年度に行われた「健康作り・認知症予防講座」に参加した人と、参加しなかった人647人を対象とした。

2) 訪問面接調査の実施

これまでに認知症介護研究・研修仙台センターで行ってきた「加齢と健康に関する縦断調査」に参加した647人を対象に、訪問面接調査を実施した。

調査期間は、平成19年8月4日から9月20日、および平成20年2月27日～3月3日に行われた。

3) 調査項目

調査項目は「基本属性」「日常生活状況」「生活習慣」「一般健康状態」「健康状態に関する自覚」「対人交流」「社会活動」「日常活動状況」「食事・栄養摂取状況」「老性自覚」「QOL」などで構成されている。

4) 分析

平成19年度に行われた「健康作り・認知症予防講座」に参加した人と、参加しなかった2群を比較検討した。

3. 結果

調査対象者647人中調査に協力してくれた人は529名（男性198人、女性331人）であり、有効回答数は81.76%であった。平均年齢は79.56歳であり、男性の平均年齢は80.30歳、女性は78.81歳であった。

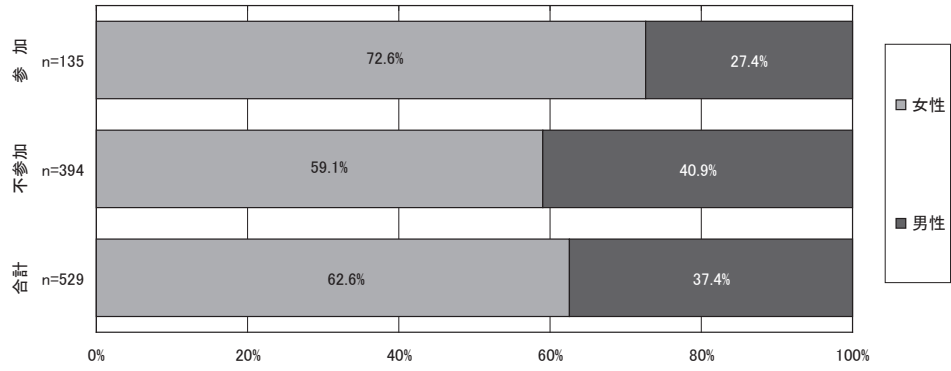
「健康作り・認知症予防講座」に参加した人は135人（25.5%）、参加しなかった人は394人（74.5%）であった。参加群の内訳は、女性98人、男性37人であり、不参加群の内訳は、女性233人（59.1%）、男性161人（40.9%）であった。

調査内容別に参加群と非参加群を比較した結果は次の通りである。

性別

人数(割合)

		女性	男性	合計
介入参加	参加	98 (72.6%)	37 (27.4%)	135 (100.0%)
	不参加	233 (59.1%)	161 (40.9%)	394 (100.0%)
合計		331 (62.6%)	198 (37.4%)	529 (100.0%)



1) 対人交流

■家にいるときに一緒に過ごす相手

家にいるときに一緒に過ごす相手は配偶者が最も多いが、配偶者を除くと不参加群では1人で過ごす人が多く、参加群では子供と一緒に過ごす人が多い。

(全体の結果)

「家にいるときに一緒に過ごす相手」に関しては、最も多いのが「配偶者」であり、316人(59.6%)と半数を超えていた。次いで多いのが「1人」の74人(14.0%)、「子供」の46人(8.7%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の「家にいるとき一緒に過ごす相手」で最も多かったのは「配偶者」であり、77人(57.0%)と6割近くを占めていた。次いで多いのが「子供」の19人(14.1%)、「1人」の16人(11.9%)の順であった。

不参加群で「家にいるとき一緒に過ごす相手」で最も多かったのは、「配偶者」であり、239人(60.5%)であり、6割近くを占めていた。次いで多いのが「1人」の58人(14.7%)、「子供」の27人(6.8%)の順であった。

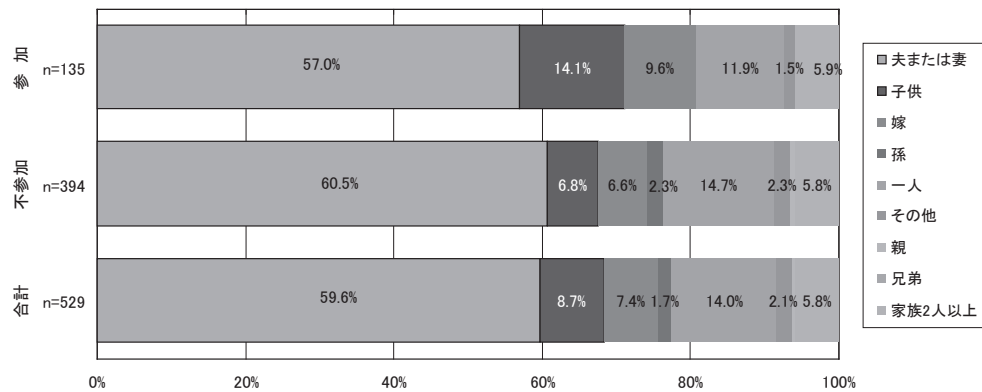
参加群と不参加群を比較すると、一緒に過ごす相手で最も多いのが「配偶者」という点では共通しているが、2番目に多いのが参加群では「子供」で、不参加群では「1人」であり、参加群の方が子供と過ごす割合が高いという結果であった。(図表2-1)

図表 2-1 家にいるときに一緒に過ごす相手

		夫または妻	子供	嫁	孫	一人
介入参加	参加	77 (57.0%)	19 (14.1%)	13 (9.6%)	0 (0.0%)	16 (11.9%)
	不参加	239 (60.5%)	27 (6.8%)	26 (6.6%)	9 (2.3%)	58 (14.7%)
合計		316 (59.6%)	46 (8.7%)	39 (7.4%)	9 (1.7%)	74 (14.0%)

人数(割合)

		その他	親	兄弟	家族2人以上	合計
介入参加	参加	2 (1.5%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	8 (5.9%)	135 (100.0%)
	不参加	9 (2.3%)	3 (0.8%)	0 (0.0%)	23 (5.8%)	394 (100.0%)
合計		11 (2.1%)	3 (0.6%)	0 (0.0%)	31 (5.8%)	529 (100.0%)



■ 普段つきあいのある親戚の有無

普段つきあいのある親戚がいる人はほぼ100%に近く、これは参加群と不参加群で共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

「普段つきあいのある親戚の有無」に関しては、最も多いのが「いる」であり、516人(97.5%)とほとんどを占めており、「いない」と回答した人はわずか13人(2.5%)であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の「普段つきあいのある親戚の有無」では、「いる」が132人(97.8%)とほとんどを占めており、「いない」と回答した人はわずか3人(2.2%)であった。

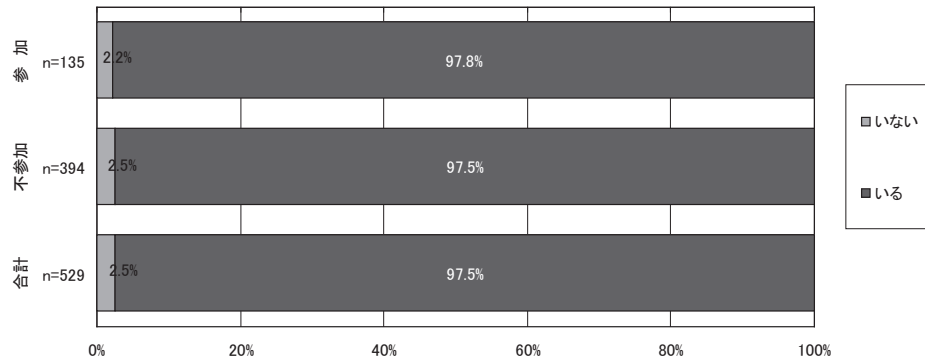
不参加群の「普段つきあいのある親戚の有無」でも、「いる」と回答した人は384人(97.5%)とほとんどを占めており、「いない」と回答した人はわずか10人(2.5%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、普段つきあいのある親戚のいる人がほとんどであるという結果は共通していた。(図表2-2)

図表 2-2 普段つきあいのある親戚の有無

人数(割合)

		いない	いる	合計
介入参加	参加	3 (2.2%)	132 (97.8%)	135 (100.0%)
	不参加	10 (2.5%)	384 (97.5%)	394 (100.0%)
合計		13 (2.5%)	516 (97.5%)	529 (100.0%)



■ 普段最も話をする相手

最も話をする相手は家族が8割以上を占めており、参加群と不参加群で共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

「普段最も話をする相手」としてあげているのは「家族」が448人(84.7%)と最も多く、次いで「友人・知人」の51人(9.6%)、「その他」の30人(5.7%)という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で「普段最も話をする相手」としてあげているのは「家族」が113人(83.7%)と8割以上を占めていた。次いで多いのが「友人・知人」の18人(13.3%)、「その他」の4人(3.0%)の順であった。

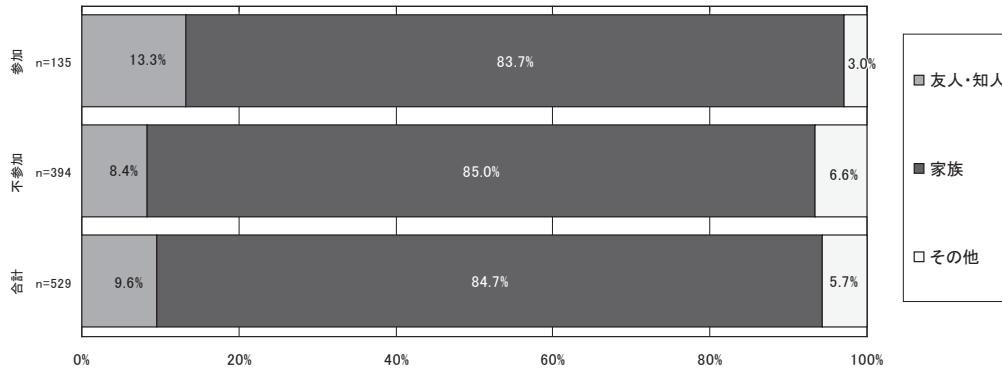
不参加群で「普段最も話をする相手」としてあげているのは「家族」が335人(85.0%)と8割以上を占めていた。次いで多いのが「友人・知人」の33人(8.4%)、「その他」の26人(6.6%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、普段最も話をする相手は「家族」であり、次いで多いのが「友人・知人」、「その他」の順であるという結果は共通していた。(図表2-3)

図表 2-3 普段最も話をする相手

人数(割合)

		家族	友人・知人	その他	合計
介入参加	参加	113 (83.7%)	18 (13.3%)	4 (3.0%)	135 (100.0%)
	不参加	335 (85.0%)	33 (8.4%)	26 (6.6%)	394 (100.0%)
合計		448 (84.7%)	51 (9.6%)	30 (5.7%)	529 (100.0%)



■ 普段最も話をする相手との交流頻度

最も話をする相手とは、ほとんどの人がほぼ毎日会話しており、これは参加群と不参加群で共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

普段最も話をする相手とどのくらいの頻度で会話をするかという質問では、「ほぼ毎日」が489人(92.4%)と最も多く、9割を越えていた。次いで多いのが「週2～3回」の29人(5.5%)、「週1回以下」はわずか5人(0.9%)という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

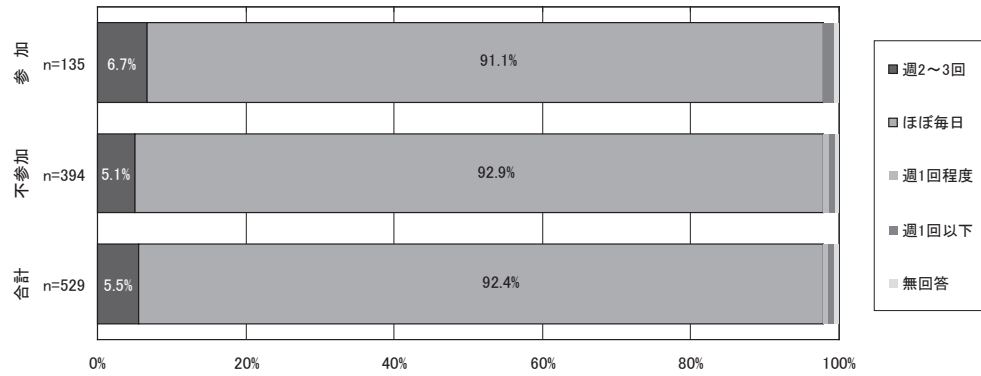
参加群で普段最も話をする相手とどのくらいの頻度で会話をするかという質問では、「ほぼ毎日」が123人(91.1%)と最も多く、9割を越えていた。次いで多いのは、「週2～3回」の9人(6.7%)であり、「週1回以下」はわずか2人(1.5%)であった。

不参加群で普段最も話をする相手とどのくらいの頻度で会話をするかという質問では、「ほぼ毎日」が366人(92.9%)と最も多く、9割を越えていた。次いで多いのは、「週2～3回」の20人(5.1%)であり、「週1回程度」と「週1回以下」はわずか3人(0.8%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、普段最も話をする相手と「ほぼ毎日」会話をしている人が最も多いという結果は共通していた。(図表2-4)

図表 2-4 普段最も話をする相手との交流頻度

		人数(割合)					合計
		ほぼ毎日	週2～3回	週1回程度	週1回以下	無回答	
介入参加	参加	123 (91.1%)	9 (6.7%)	0 (0.0%)	2 (1.5%)	1 (0.7%)	135 (100.0%)
	不参加	366 (92.9%)	20 (5.1%)	3 (0.8%)	3 (0.8%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		489 (92.4%)	29 (5.5%)	3 (0.6%)	5 (0.9%)	3 (0.6%)	529 (100.0%)



2)生活習慣

■昼寝の習慣

昼寝の習慣がある人は6割を越えており、参加群と不参加群で共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

昼寝の習慣が「ある」と回答した人は325人(61.4%)と6割を越えており、「ない」と回答した人は203人(38.4%)であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で昼寝の習慣が「ある」と回答した人は、87人(64.4%)と6割を越えており、「ない」と回答した人は48人(35.6%)であった。

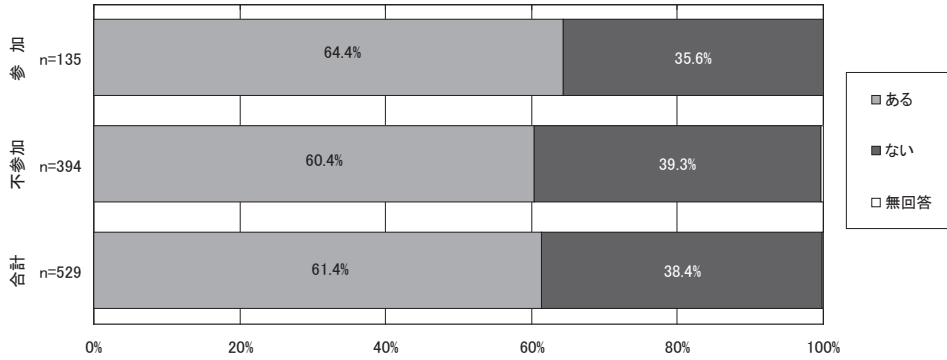
不参加群で昼寝の習慣が「ある」と回答した人は、238人(60.4%)と約6割を占めており、「ない」と回答した人は155人(39.3%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、昼寝の習慣が「ある」と回答した人が6割を越えているという結果は共通していた。(図表2-5)

図表 2-5 昼寝の習慣

人数(割合)

		ある	ない	無回答	合計
介入参加	参加	87 (64.4%)	48 (35.6%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	238 (60.4%)	155 (39.3%)	1 (0.3%)	394 (100.0%)
合計		325 (61.4%)	203 (38.4%)	1 (0.2%)	529 (100.0%)



■昼寝の時間

昼寝の習慣がある人の半数近くが「30分以下」の昼寝であり、次いで「60分以下」が多い。8割以上の人々が60分以内の昼寝時間であるという結果は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

昼寝の習慣があると回答した人で、昼寝時間が「30分以下」と回答した人は154人(47.4%)と半数近くを占めていた。次いで、「60分以下」の120人(36.9%)、「それ以上」の51人(15.7%)という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で昼寝の時間が「30分以下」と回答した人は42人(48.3%)と半数近くを占めていた。次いで多いのが「60分以下」の33人(37.9%)、「それ以上」が12人(13.8%)であった。

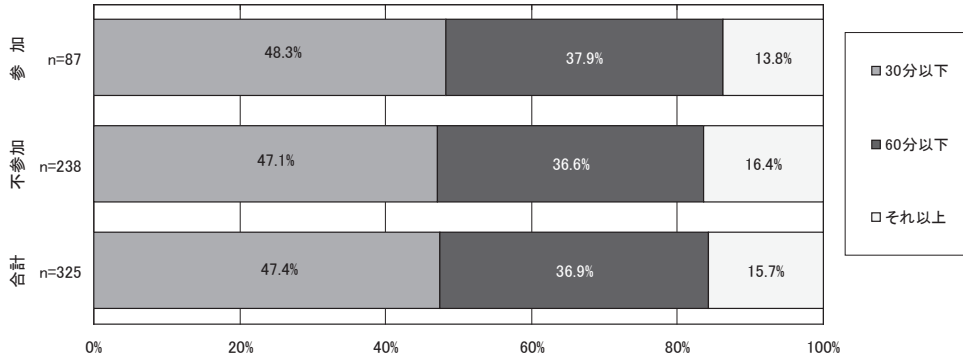
不参加群で昼寝の時間が「30分以下」と回答した人は112人(47.1%)と5割近くを占めていた。次いで多いのが「60分以下」の87人(36.6%)、「それ以上」が39人(16.4%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、昼寝時間は「30分以下」が最も多く、次いで多いのが「60分以下」であった。8割以上の人々が60分以内の短時間の昼寝であるという結果は共通していた。(図表2-6)

図表 2-6 昼寝の時間

人数(割合)

		30分以下	60分以下	それ以上	合計
介入参加	参加	42 (48.3%)	33 (37.9%)	12 (13.8%)	87 (100.0%)
	不参加	112 (47.1%)	87 (36.6%)	39 (16.4%)	238 (100.0%)
合計		154 (47.4%)	120 (36.9%)	51 (15.7%)	325 (100.0%)



■昼寝の頻度

昼寝の習慣のある人の8割近くはほぼ毎日昼寝をしており、これは参加群と不参加群で共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

昼寝の習慣がある人の中で、「ほぼ毎日」昼寝をしていると回答した人は259人(79.7%)であり、8割近くを占めていた。次いで多いのが「週2～3回」の51人(15.7%)、「週1回程度」の10人(3.1%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の昼寝の習慣がある人の中で、「ほぼ毎日」昼寝をしている人は73人(83.9%)であり、8割を越えていた。次いで多いのが「週2～3回」の9人(10.3%)、「週1回程度」はわずか3人(3.4%)であった。

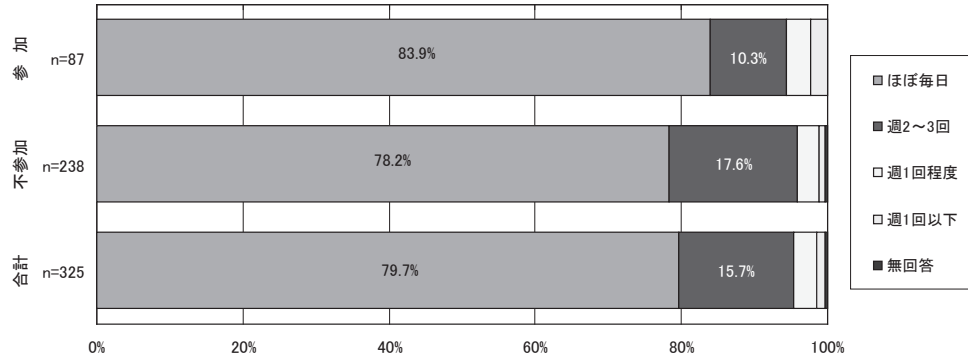
不参加群の昼寝の習慣がある人の中で、「ほぼ毎日」昼寝をしている人は186人(78.2%)であり、8割近くを占めていた。次いで多いのが「週2～3回」の42人(17.6%)、「週1回程度」の7人(2.9%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、昼寝の習慣がある人の中で「ほぼ毎日」昼寝をする人が約8割を占め、次いで多いのが「週2～3回」、「週1回程度」の順であるという結果は共通していた。(図表2-7)

図表 2-7 昼寝の頻度

人数(割合)

		ほぼ毎日	週2～3回	週1回程度	週1回以下	無回答	合計
介入参加	参加	73(83.9%)	9(10.3%)	3(3.4%)	2(2.3%)	0(0.0%)	87(100.0%)
	不参加	186(78.2%)	42(17.6%)	7(2.9%)	2(0.8%)	1(0.4%)	238(100.0%)
合計		259(79.7%)	51(15.7%)	10(3.1%)	4(1.2%)	1(0.3%)	325(100.0%)



■ 1 週間の外出頻度

1 週間のうちほぼ毎日外出する人は 6 割以上を占めており、これは参加群と不参加群で共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

1 週間の外出頻度では、「ほぼ毎日」外出している人が 358 人 (67.5%) と約 7 割を占めており、次いで多いのが「週 2～3 回」の 94 人 (17.7%)、「週 1 回以下」の 50 人 (9.6%) の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の 1 週間の外出頻度では、「ほぼ毎日」外出している人が 86 人 (63.7%) であり、6 割を越えていた。次いで多いのが「週 2～3 回」の 30 人 (22.2%)、「週 1 回以下」の 15 人 (11.1%) であった。

不参加群の 1 週間の外出頻度では、「ほぼ毎日」外出している人は 272 人 (68.9%) であり、7 割近くを占めていた。次いで多いのが「週 2～3 回」の 64 人 (16.2%)、「週 1 回以下」の 35 人 (9.1%) の順であった。

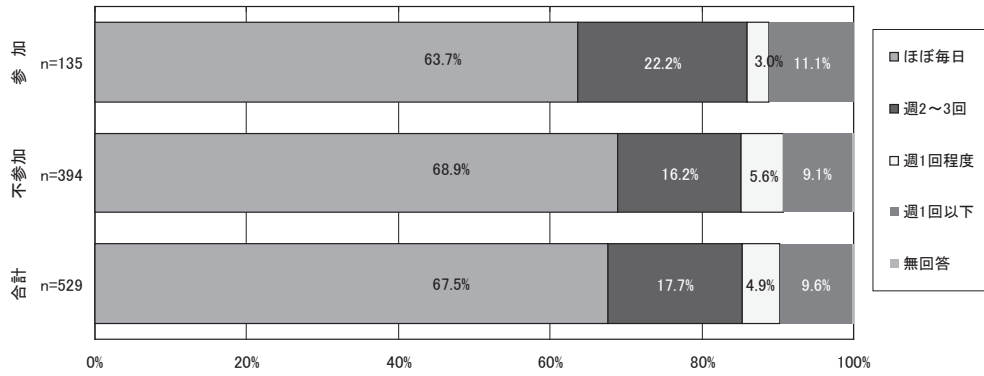
参加群と不参加群を比較すると、1 週間のうち「ほぼ毎日」外出する人が最も多く、次いで多いのが「週 2～3 回」、「週 1 回以下」の順であるという結果は共通していた。

(図表 2-8)

図表 2-8 1週間の外出頻度

人数(割合)

		ほぼ毎日	週2～3回	週1回程度	週1回以下	無回答	合計
介入参加	参加	86(63.7%)	30(22.2%)	4(3.0%)	15(11.1%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	272(68.9%)	64(16.2%)	22(5.6%)	35(9.1%)	1(0.2%)	394(100.0%)
合計		358(67.5%)	94(17.7%)	26(4.9%)	50(9.6%)	1(0.2%)	529(100.0%)



3) 日常活動状況

■収入を伴う仕事

収入を伴う仕事をしている人は2割程度であるが、「していない」との回答が7割以上であり、収入を伴う仕事をしていない人は参加群でやや多い。

(全体の結果)

収入を伴う仕事をしている人は、122人(23.1%)と2割程度であり、収入を伴う仕事をしていない人は、406人(76.7%)と7割以上を占めている。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で収入を伴う仕事をしている人は、23人(17.0%)と2割以下であり、収入を伴う仕事をしていない人は、112人(83.0%)と8割以上を占めている。

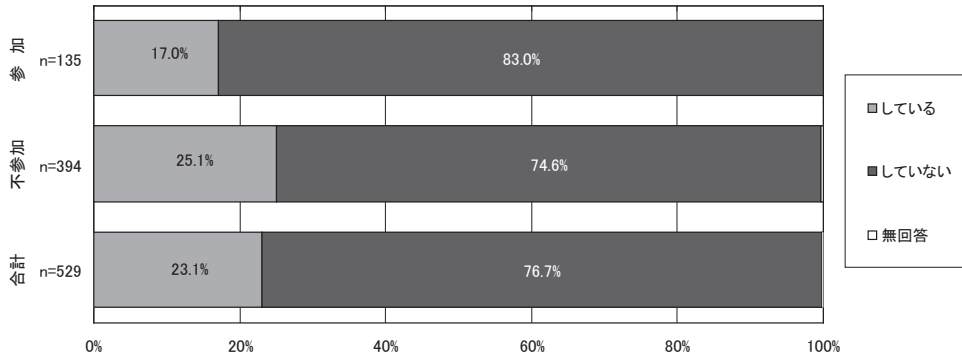
不参加群で収入を伴う仕事をしている人は、99人(25.1%)と3割以下であり、収入を伴う仕事をしていない人は、294人(74.6%)と7割以上を占めている。

参加群と不参加群を比較すると、収入を伴う仕事を「していない」人が参加群でやや多いという結果であった。(図表2-9)

図表 2-9 収入を伴う仕事

人数(割合)

		している	していない	無回答	合計
介入参加	参加	23 (17.0%)	112 (83.0%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	99 (25.1%)	294 (74.6%)	1 (0.3%)	394 (100.0%)
合計		122 (23.1%)	406 (76.7%)	1 (0.2%)	529 (100.0%)



■収入を伴う仕事の種類

収入を伴う仕事の種類では、参加群と不参加群で共通して農林漁業の割合が最も多く、特に農林漁業の仕事をしている人は参加群にやや多いという傾向がみられる。

(全体の結果)

収入を伴う仕事をしている人の仕事の種類は、「農林漁業」が71人（58.2%）と最も多く、次いで多いのが「自営業」の23人（18.9%）、「その他」の9人（7.4%）という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において収入を伴う仕事をしている人の仕事の種類は、「農林漁業」が15人（65.2%）と最も多く6割以上を占めており、次いで多いのが「自営業」の3人（13.0%）、「自営等の手伝い」の2人（8.7%）という順であった。

不参加群において収入を伴う仕事をしている人の仕事の種類は、「農林漁業」が56人（56.6%）と最も多く半数以上であり、次いで多いのが「自営業」の20人（20.2%）、「その他」の8人（8.1%）という順であった。

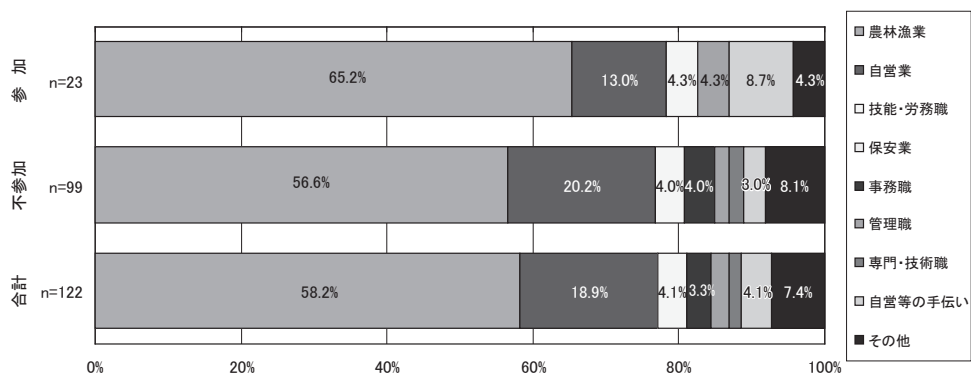
参加群と不参加群を比較すると、収入を伴う仕事の種類は「農林漁業」が最も多く、次いで「自営業」が多いという点では共通しており、農林漁業の仕事をしている人は参加群にやや多いという結果であった。（図表2-10）

図表 2-10 収入を伴う仕事の種類

		農林漁業	自営業	技能・労務職	保安業	事務職	管理職
介入参加	参加	15 (65.2%)	3 (13.0%)	1 (4.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (4.3%)
	不参加	56 (56.6%)	20 (20.2%)	4 (4.0%)	0 (0.0%)	4 (4.0%)	2 (2.0%)
合計		71 (58.2%)	23 (18.9%)	5 (4.1%)	0 (0.0%)	4 (3.3%)	3 (2.5%)

人数(割合)

		専門・技術職	自営等の手伝い	その他	合計
介入参加	参加	0 (0.0%)	2 (8.7%)	1 (4.3%)	23 (100.0%)
	不参加	2 (2.0%)	3 (3.0%)	8 (8.1%)	99 (100.0%)
合計		2 (1.6%)	5 (4.1%)	9 (7.4%)	122 (100.0%)



■趣味活動の有無

約7割の人が趣味活動をしており、趣味活動をしている人は特に参加群に多い。

(全体の結果)

趣味的な活動をしている人は、372人(70.3%)と約7割を占めており、趣味的な活動をしていない人は、156人(29.5%)という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で趣味的な活動をしている人は、106人(78.5%)と8割近くを占めており、趣味的な活動をしていない人は、29人(21.5%)という結果であった。

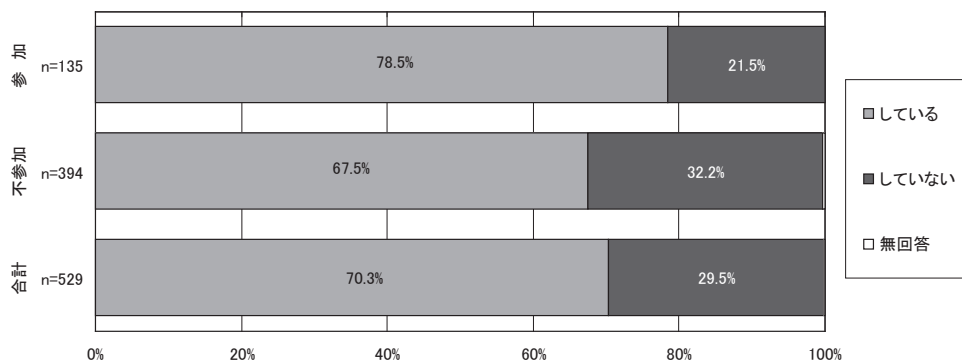
不参加群で趣味的な活動をしている人は、266人(67.5%)と7割近くを占めており、趣味的な活動をしていない人は、127人(32.2%)という結果であった。

参加群と不参加群を比較すると、参加群の方が趣味活動をしている人が多いという結果であった。(図表2-11)

図表 2-11 趣味活動の有無

人数(割合)

		している	していない	無回答	合計
介入参加	参加	106(78.5%)	29(21.5%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	266(67.5%)	127(32.2%)	1(0.3%)	394(100.0%)
合計		372(70.3%)	156(29.5%)	1(0.2%)	529(100.0%)



■趣味活動の種類

趣味活動の種類では、文化系が最も多く、次いで畑・庭系、アウトドア・スポーツが多いという傾向であり、これは参加群と不参加群で共通してみられる。

(全体の結果)

趣味的な活動をしている人の趣味活動の種類では、「文化系」が238人（39.9%）と最も多く、次いで多いのが「畑・庭系」の177人（29.9%）、「アウトドア・スポーツ」の107人（17.9%）の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で趣味的な活動をしている人の趣味活動の種類では、「文化系」が66人（39.8%）と最も多く、次いで多いのが「畑・庭系」の49人（29.5%）、「アウトドア・スポーツ」の38人（22.9%）の順であった。

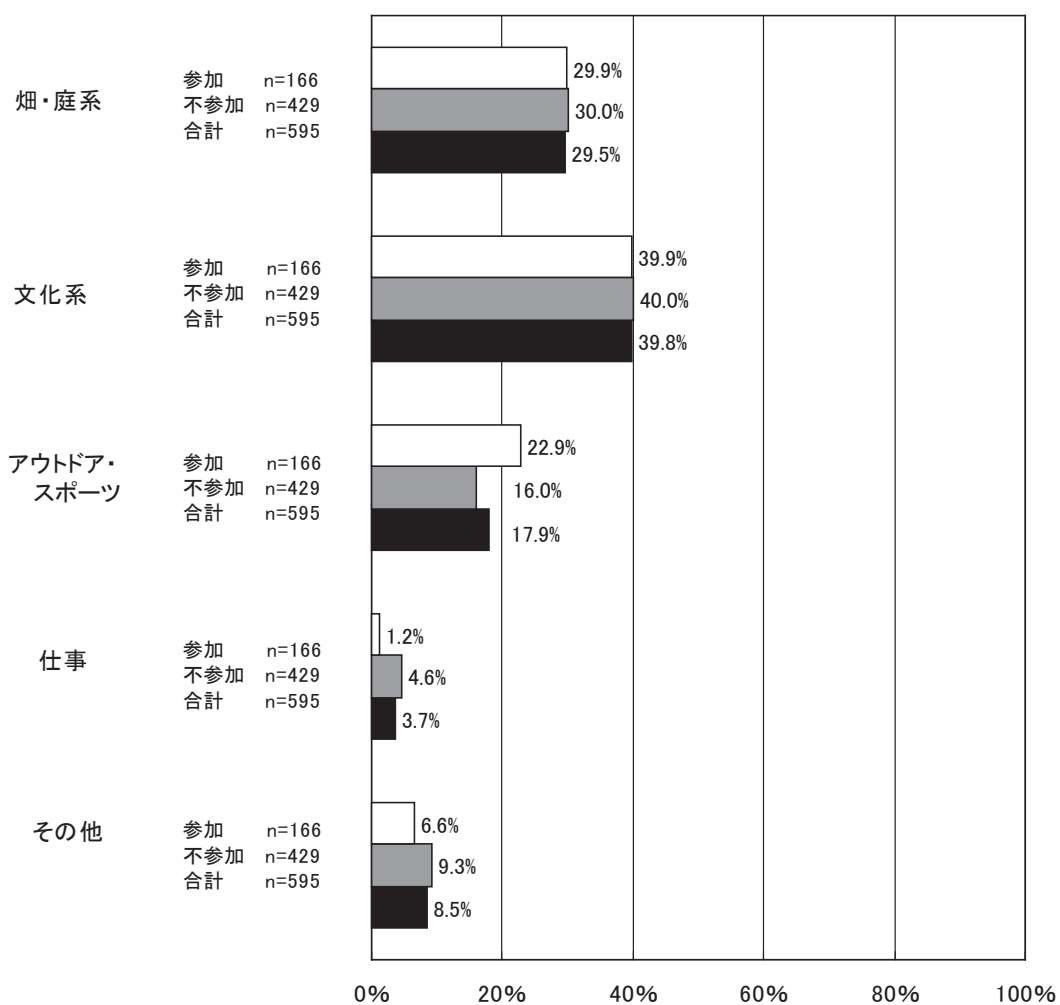
不参加群で趣味的な活動をしている人の趣味活動の種類では、「文化系」が172人（40.0%）と最も多く、次いで多いのが「畑・庭系」の128人（30.0%）、「アウトドア・スポーツ」の69人（16.0%）の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、趣味活動の種類では「文化系」が最も多く、次いで「畑・庭系」、「アウトドア・スポーツ」が多いという結果は共通していた。（図表2-12）

図表 2-12 趣味活動の種類（複数回答）

回答数(回答数に占める割合)

		畑・庭系	文化系	アウトドア・スポーツ	仕事	その他	回答数
介入参加	参加	49 (29.5%)	66 (39.8%)	38 (22.9%)	2 (1.2%)	11 (6.6%)	166
	不参加	128 (30.0%)	172 (40.0%)	69 (16.0%)	20 (4.6%)	40 (9.3%)	429
合計		177 (29.9%)	238 (39.9%)	107 (17.9%)	22 (3.7%)	51 (8.5%)	595



■趣味活動の活動頻度

趣味活動をしている人の中で半数以上の人「ほぼ毎日」行っており、次いで「週2～3回」、「週1回以下」が多いという傾向は参加群と不参加群で共通してみられる。

(全体の結果)

趣味活動の活動頻度に関しては、「ほぼ毎日」と回答した人が203人(54.6%)と半数以上を占めており、次いで多いのが「週2～3回」の71人(19.1%)、「週1回以下」の64人(17.2%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の趣味活動の活動頻度に関しては、「ほぼ毎日」と回答した人が59人(55.7%)と半数以上を占めており、次いで多いのが「週2～3回」の21人(19.8%)、「週1回以下」の17人(16.0%)の順であった。

不参加群の趣味活動の活動頻度に関しては、「ほぼ毎日」と回答した人が144人(54.1%)と半数以上を占めており、次いで多いのが「週2～3回」の50人(18.8%)、「週1回以下」の47人(17.7%)の順であった。

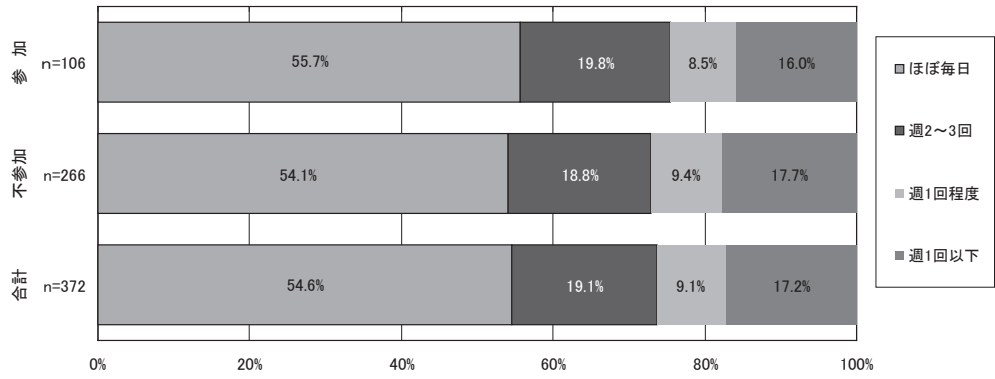
参加群と不参加群を比較すると、趣味活動を「ほぼ毎日」行っている人が最も多く、次いで多いのが「週2～3回」、「週1回以下」の順であるという結果は共通していた。

(図表2-13)

図表 2-13 趣味活動の活動頻度

人数(割合)

		ほぼ毎日	週2～3回	週1回程度	週1回以下	合計
介入参加	参加	59 (55.7%)	21 (19.8%)	9 (8.5%)	17 (16.0%)	106 (100.0%)
	不参加	144 (54.1%)	50 (18.8%)	25 (9.4%)	47 (17.7%)	266 (100.0%)
合計		203 (54.6%)	71 (19.1%)	34 (9.1%)	64 (17.2%)	372 (100.0%)



■趣味活動を一緒に行う人の有無

趣味活動を一緒に行う相手がいる人は半数を超えており、特に参加群では、7割近い人たちが趣味活動を一緒に行う人がある。

(全体の結果)

趣味活動を一緒に行う相手があるかどうかに関しては、「いる」と回答した人が208人(55.9%)と半数以上を占めており、「いない」と回答した人は164人(44.1%)であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で趣味活動を一緒に行う相手が「いる」と回答した人は72人(67.9%)と7割近くを占めており、「いない」と回答した人は34人(32.1%)であった。

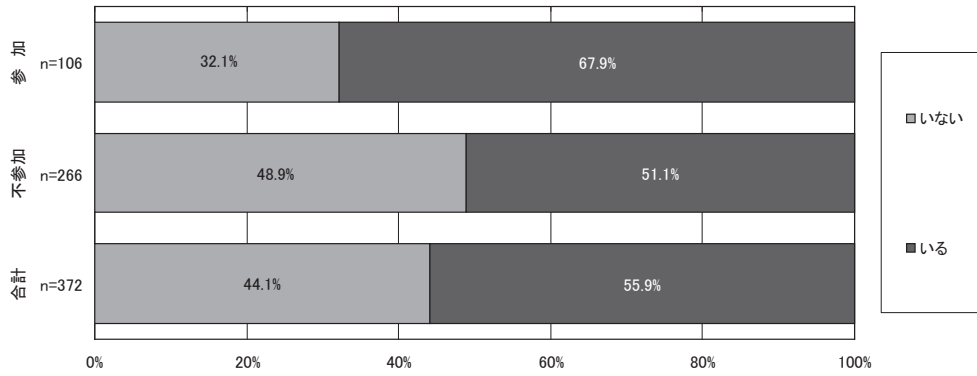
不参加群で趣味活動を一緒に行う相手が「いる」と回答した人は136人(51.1%)と約半数を占めており、「いない」と回答した人は130人(48.9%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、参加群の方が趣味活動を一緒に行う相手がいる人が多いという結果であった。(図表2-14)

図表 2-14 趣味活動と一緒にいる人の有無

人数(割合)

		いない	いる	合計
介入参加	参加	34 (32.1%)	72 (67.9%)	106 (100.0%)
	不参加	130 (48.9%)	136 (51.1%)	266 (100.0%)
合計		164 (44.1%)	208 (55.9%)	372 (100.0%)



■趣味活動を一緒に行う人の人数

趣味活動を一緒に行う相手がいる人の中で、その人数が4人以上いる人が最も多く、4人以上の趣味仲間がいる人は参加群に多い。

(全体の結果)

趣味活動を一緒に行う相手がいると回答した人の中で、何人いるかという質問では、「4人以上」と回答した人が121人（58.2%）と6割近くを占めており、次いで多いのが「1人」の52人（25.0%）、「2～3人」の35人（16.8%）の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で趣味活動を一緒に行う相手が「4人以上」と回答した人は49人（68.1%）と7割近くを占めており、次いで多いのが「1人」の14人（19.4%）、「2～3人」の9人（12.5%）の順であった。

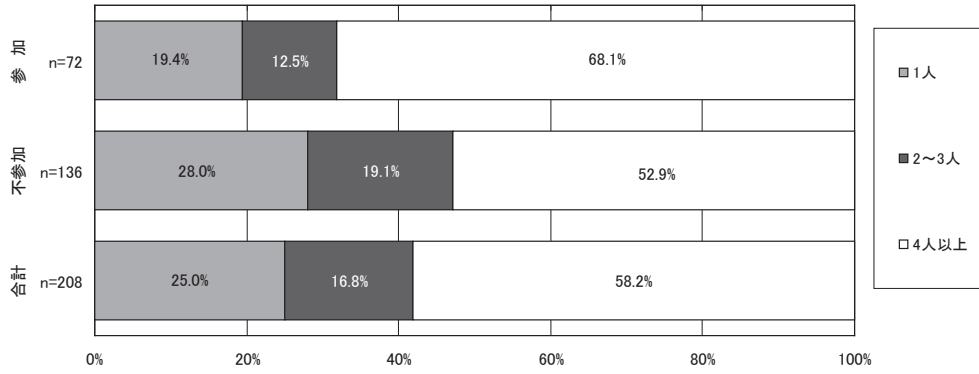
不参加群で趣味活動を一緒に行う相手が「4人以上」と回答した人は72人（52.9%）と半数以上を占めており、次いで多いのが「1人」の38人（28.0%）、「2～3人」の26人（19.1%）の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、趣味活動を一緒に行う相手が「4人以上」いる人が参加群で多いという結果であった。（図表2-15）

図表 2-15 趣味活動を一緒に行う人の人数

人数(割合)

		1人	2～3人	4人以上	合計
介入参加	参加	14(19.4%)	9(12.5%)	49(68.1%)	72(100.0%)
	不参加	38(28.0%)	26(19.1%)	72(52.9%)	136(100.0%)
合計		52(25.0%)	35(16.8%)	121(58.2%)	208(100.0%)



4) 社会活動

■地域活動への参加状況

地域活動への参加状況は、不参加群では5割近くが参加しているが、参加群では8割以上の人が参加している。

(全体の結果)

地域活動への参加状況に関しては、「参加している」と回答した人が302人(57.1%)と6割近くを占めており、「不参加」と回答した人は226人(42.7%)であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で地域活動に「参加している」人は110人(81.5%)と8割以上を占めており、「不参加」は25人(18.5%)であった。

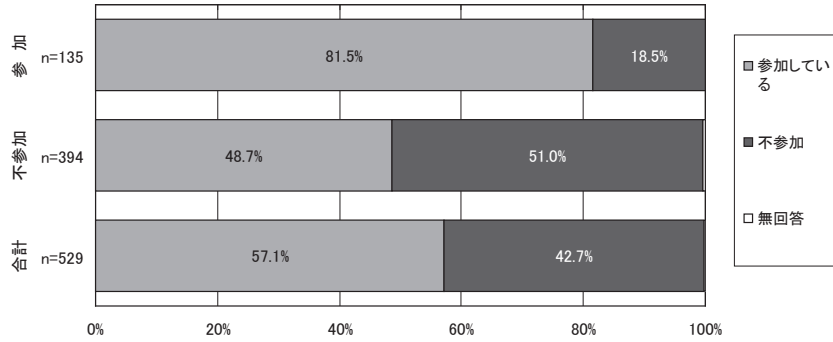
不参加群では地域活動に参加していない人が201人(51.0%)と半数を超えており、「参加している」人は192人(48.7%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、参加群では地域活動に「参加している」人が8割を超えているのに対して、不参加群では「不参加」の割合が高く、参加群の方が地域活動に参加している割合が高いという結果であった。(図表2-16)

図表 2-16 地域活動への参加状況

人数(割合)

		参加している	不参加	無回答	合計
介入参加	参加	110 (81.5%)	25 (18.5%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	192 (48.7%)	201 (51.0%)	1 (0.3%)	394 (100.0%)
合計		302 (57.1%)	226 (42.7%)	1 (0.2%)	529 (100.0%)



■地域活動の種類

地域活動に参加している人の地域活動の種類では「高齢者（老人）クラブ」が最も多いが、それを除くと参加群では「行政の委員」、「趣味、スポーツ、学習の会」と「婦人会」が多く、不参加群では「職能団体等」、「行政の委員」が多い。

（全体の結果）

地域活動に参加している人の地域活動の種類では、「高齢者（老人）クラブ」が157人（34.3%）と最も多く、次いで「行政の委員」の71人（15.5%）、「職能団体等」の60人（13.1%）の順であった。

（参加群と不参加群の比較）

参加群において地域活動に参加している人の地域活動の種類は、「高齢者（老人）クラブ」が81人（48.2%）と最も多く半数近くを占めており、次いで「行政の委員」の25人（14.9%）、「趣味、スポーツ、学習の会」と「婦人会」がそれぞれ13人（7.7%）という結果であった。

不参加群において地域活動に参加している人の地域活動の種類は、「高齢者（老人）クラブ」が76人（26.2%）と最も多く、次いで「職能団体等」の53人（18.3%）、「行政の委員」の46人（15.9%）という結果であった。

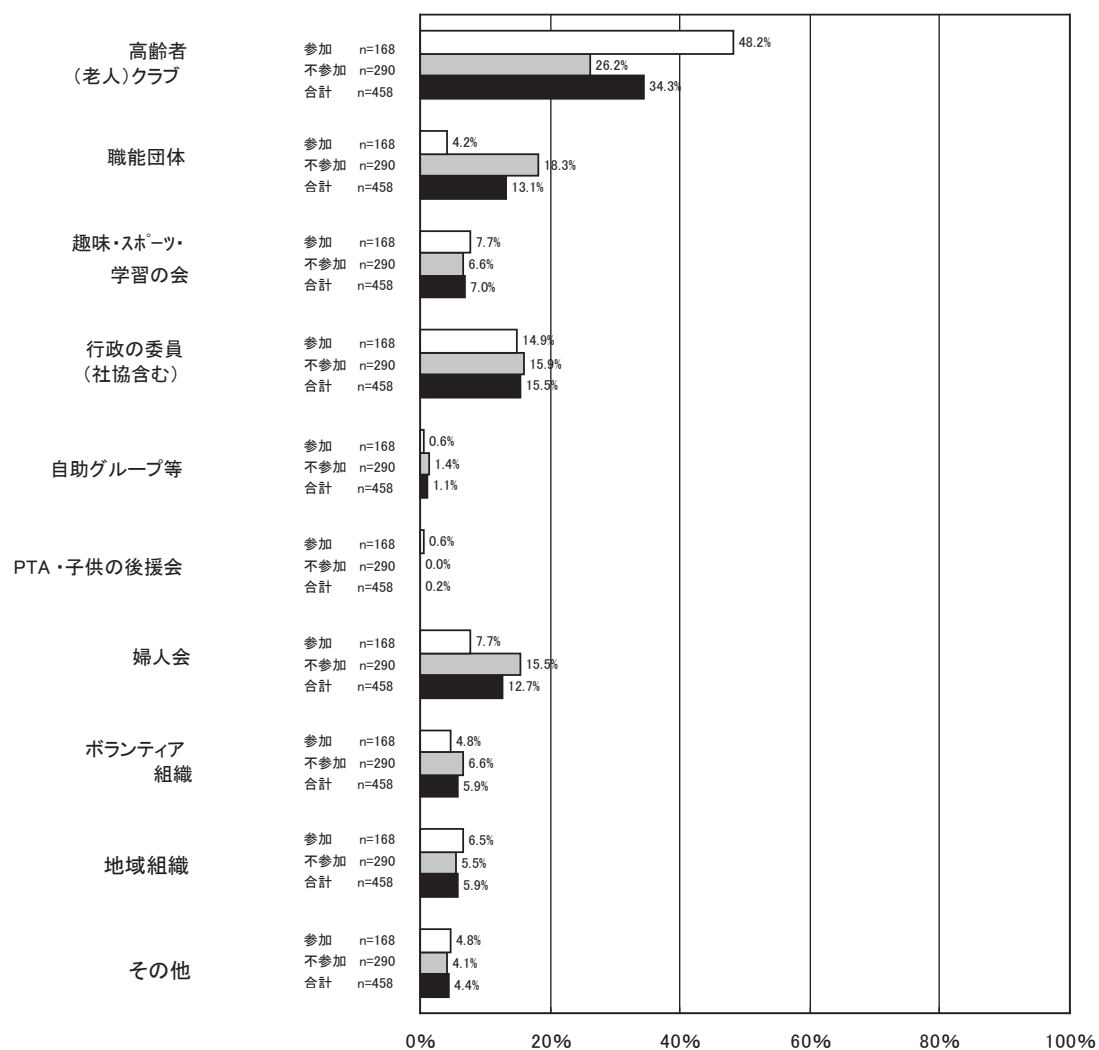
参加群と不参加群を比較すると、地域活動に参加している人の地域活動の種類は「高齢者（老人）クラブ」が最も多いという点では共通しているが、次いで多いのは参加群では「行政の委員」、「趣味、スポーツ、学習の会」と「婦人会」の順であり、不参加群では「職能団体等」、「行政の委員」が多いという結果であった。（図表2-17）

図表 2-17 地域活動の種類（複数回答）

		高齢者(老人)クラブ	職能団体等	趣味、スポーツ、学習の会	行政の委員(社協含む)	自助グループ等	PTA、子供の後援会
介入参加	参加	81(48.2%)	7(4.2%)	13(7.7%)	25(14.9%)	1(0.6%)	1(0.6%)
	不参加	76(26.2%)	53(18.3%)	19(6.6%)	46(15.9%)	4(1.4%)	0(0.0%)
合計		157(34.3%)	60(13.1%)	32(7.0%)	71(15.5%)	5(1.1%)	1(0.2%)

回答数(回答数に占める割合)

		婦人会	ボランティア組織	地域組織	その他	回答数
介入参加	参加	13(7.7%)	8(4.8%)	11(6.5%)	8(4.8%)	168
	不参加	45(15.5%)	19(6.6%)	16(5.5%)	12(4.1%)	290
合計		58(12.7%)	27(5.9%)	27(5.9%)	20(4.4%)	458



■地域活動における役職の有無

地域活動に参加している人の中で3割以上の人は何らかの役職についており、参加群と不参加群に共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

地域活動に参加している人の中で、役職についていると回答した人は108人(35.8%)と3割を超えており、役職についていない人は194人(64.2%)であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において地域活動に参加している人の中で、役職についていると回答した人は41人(37.3%)と4割近くを占めており、役職についていない人は69人(62.7%)であった。

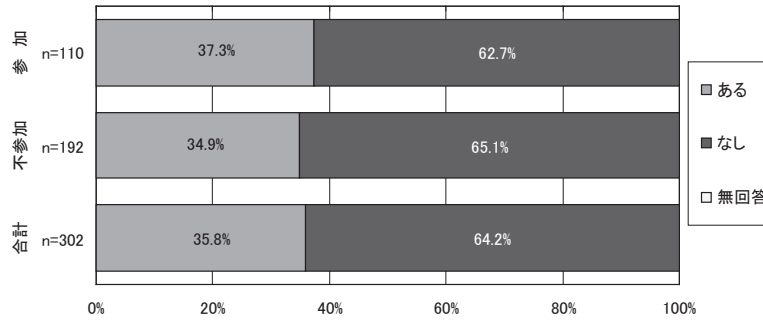
不参加群において地域活動に参加している人の中で、役職についていると回答した人は67人(34.9%)と3割を超えており、役職についていない人は125人(65.1%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、地域活動に参加している人の中で3割以上の人役職についているという結果は共通していた。(図表2-18)

図表 2-18 地域活動における役職の有無

人数(割合)

		ある	なし	合計
介入参加	参加	41 (37.3%)	69 (62.7%)	110 (100.0%)
	不参加	67 (34.9%)	125 (65.1%)	192 (100.0%)
合計		108 (35.8%)	194 (64.2%)	302 (100.0%)



5) 食事・栄養摂取状況

■食事の中心

約半数の人が魚中心、3割以上の人が野菜中心の食生活を送っており、参加群と不参加群に共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

食事の中心となるものは何かという質問に対しては、「魚中心」が281人(53.1%)と最も多く、次いで「野菜中心」の192人(36.3%)、「魚、野菜中心」の33人(6.2%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群では、「魚中心」が63人(46.7%)と最も多く、次いで「野菜中心」の59人(43.7%)、「魚、野菜中心」の9人(6.7%)の順であった。

不参加群では、「魚中心」が218人(55.3%)と最も多く半数以上を占めており、次いで「野菜中心」の133人(33.8%)、「魚、野菜中心」の24人(6.1%)の順であった。

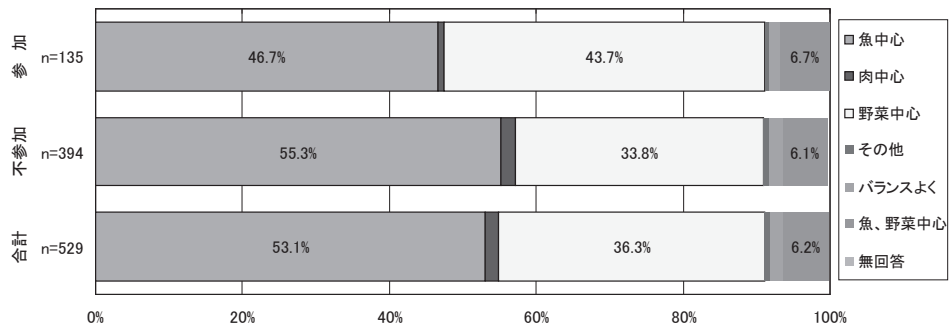
参加群と不参加群を比較すると、約半数の人が「魚中心」の食生活であり、「野菜中心」の人は3割以上であるという結果は共通していた。(図表2-19)

図表 2-19 食事の中心

		魚中心	肉中心	野菜中心
介入参加	参加	63 (46.7%)	1 (0.7%)	59 (43.7%)
	不参加	218 (55.3%)	8 (2.0%)	133 (33.8%)
合計		281 (53.1%)	9 (1.7%)	192 (36.3%)

人数(割合)

		その他	バランスよく	魚、野菜中心	無回答	合計
介入参加	参加	1 (0.7%)	2 (1.5%)	9 (6.7%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	3 (0.8%)	7 (1.8%)	24 (6.1%)	1 (0.3%)	394 (100.0%)
合計		4 (0.8%)	9 (1.7%)	33 (6.2%)	1 (0.2%)	529 (100.0%)



■飲酒習慣

飲酒習慣がない人が6割以上であり、ほぼ毎日飲酒する人は2割以下である。特に参加群で飲酒習慣のない人は、約4分の3の人たちであり、不参加群よりやや多い。

(全体の結果)

飲酒習慣とその頻度に関しては、「飲まない」と回答した人が349人(66.0%)と最も多く、7割近くを占めていた。次いで「ほぼ毎日」の81人(15.3%)、「週1回以下」の42人(7.9%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の飲酒習慣に関しては、「飲まない」と回答した人が100人(74.1%)と最も多く、ほぼ4分の3を占めていた。次いで「ほぼ毎日」の20人(14.8%)、「週2～3回」の7人(5.2%)の順であった。

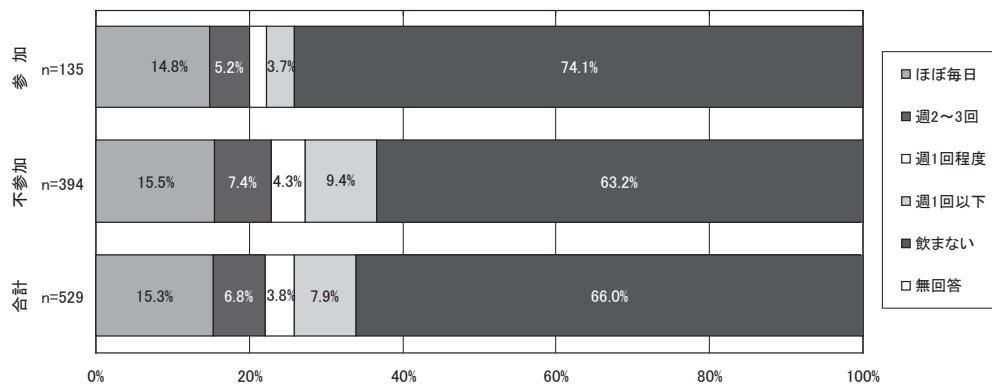
不参加群の飲酒習慣に関しては、「飲まない」と回答した人が249人(63.2%)と最も多く、6割以上を占めていた。次いで「ほぼ毎日」の61人(15.5%)、「週1回以下」の37人(9.4%)の順であった。

飲酒習慣に関して参加群と不参加群を比較すると、参加群で「飲まない」人が4分の3を占めており、不参加群よりやや多いという結果であった。(図表2-20)

図表 2-20 飲酒習慣

人数(割合)

		ほぼ毎日	週2～3回	週1回程度	週1回以下	飲まない	無回答	合計
介入参加	参加	20(14.8%)	7(5.2%)	3(2.2%)	5(3.7%)	100(74.1%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	61(15.5%)	29(7.4%)	17(4.3%)	37(9.4%)	249(63.2%)	1(0.2%)	394(100.0%)
合計		81(15.3%)	36(6.8%)	20(3.8%)	42(7.9%)	349(66.0%)	1(0.2%)	529(100.0%)



6) 予防因子等

■喫煙習慣

喫煙習慣とその頻度に関しては、吸わない人が9割以上であり、参加群と不参加群に共通してみられる傾向である。特にもともと喫煙習慣のない人は参加群にやや多い。

(全体の結果)

喫煙習慣とその頻度に関しては、「吸わない」と回答した人が403人(76.2%)と最も多く、「以前吸っていたがやめた」の82人(15.5%)を合わせると9割以上の人は煙草を吸わないという結果であった。また煙草を吸う人は、全体の8.1%にすぎなかった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の喫煙習慣とその頻度に関しては、「吸わない」と回答した人が111人(82.2%)と最も多く、8割を超えていた。次いで「以前吸っていたがやめた」の17人(12.6%)であり、9割以上の人はたばこを吸わないという結果であった。「吸う」と回答した人は7人(5.2%)であった。

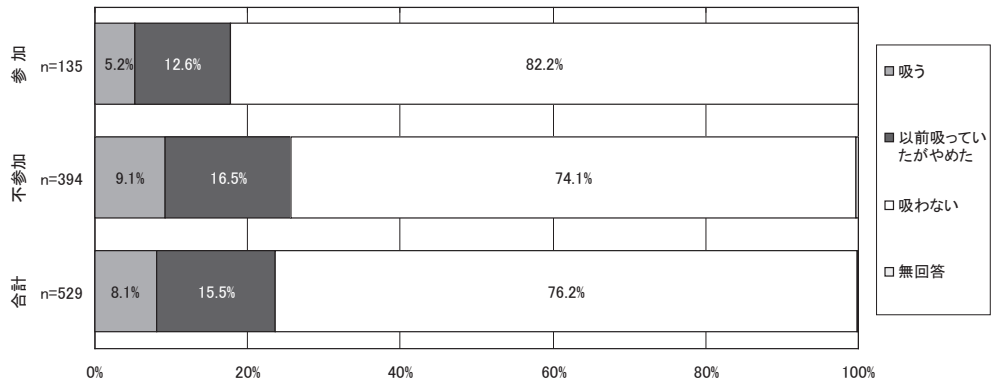
不参加群の喫煙習慣とその頻度に関しては、「吸わない」と回答した人が292人(74.1%)と最も多く、7割以上を占めていた。次いで「以前吸っていたがやめた」の65人(16.5%)であり、9割以上の人は煙草を吸わないという結果であった。「吸う」と回答した人は36人(9.1%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、喫煙習慣とその頻度に関して、煙草を吸わない人は両群とも9割を超えており、煙草を吸う人は1割未満であるという結果は共通していた。また、もともと吸わない人は参加群にやや多いという結果であった。(図表2-21)

図表 2-21 喫煙習慣

人数(割合)

		吸う	以前吸っていたがやめた	吸わない	無回答	合計
介入参加	参加	7 (5.2%)	17 (12.6%)	111 (82.2%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	36 (9.1%)	65 (16.5%)	292 (74.1%)	1 (0.3%)	394 (100.0%)
合計		43 (8.1%)	82 (15.5%)	403 (76.2%)	1 (0.2%)	529 (100.0%)



■喫煙開始年齢

喫煙を開始した年齢は20歳が最も多く、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

喫煙を開始した年齢は、「20歳」が18人（41.9%）と最も多く、4割以上を占めていた。次いで「30歳」の6人（14.0%）、「25歳」の4人（9.3%）の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の喫煙を開始した年齢は、「20歳」が2人（28.6%）と最も多く、次いで「19歳」、「25歳」、「26歳」、「30歳」、「60歳」、がそれぞれ1人（14.3%）の順であった。

不参加群の喫煙を開始した年齢は、「20歳」が16人（44.4%）と最も多く、4割以上を占めていた。次いで「30歳」の5人（13.9%）、「25歳」の3人（8.3%）の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、喫煙を開始した年齢は「20歳」が最も多く、次いで「30歳」が多いという点で共通していた。（図表2-22）

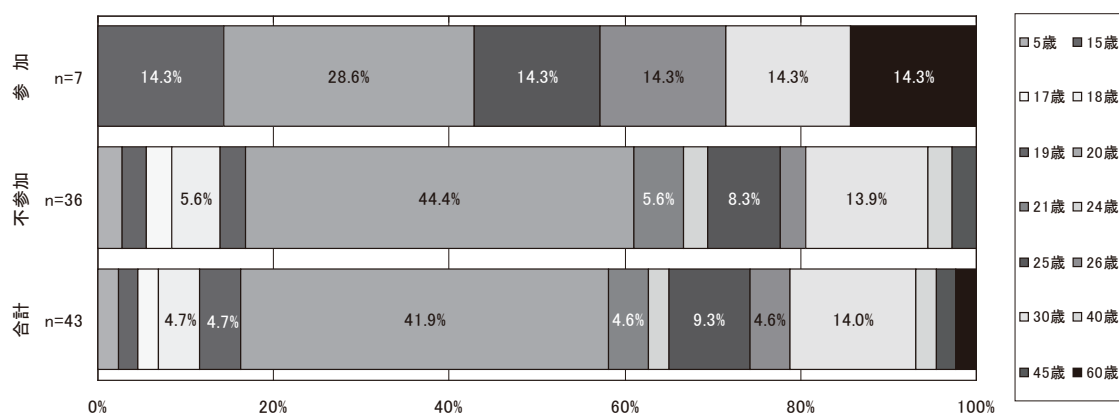
図表 2-22 喫煙開始年齢

		5歳	15歳	17歳	18歳	19歳
介入参加	参加	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)
	不参加	1 (2.8%)	1 (2.8%)	1 (2.8%)	2 (5.6%)	1 (2.8%)
合計		1 (2.3%)	1 (2.3%)	1 (2.3%)	2 (4.7%)	2 (4.7%)

		20歳	21歳	24歳	25歳	26歳
介入参加	参加	2 (28.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	1 (14.3%)
	不参加	16 (44.4%)	2 (5.6%)	1 (2.8%)	3 (8.3%)	1 (2.8%)
合計		18 (41.9%)	2 (4.6%)	1 (2.3%)	4 (9.3%)	2 (4.6%)

人数(割合)

		30歳	40歳	45歳	60歳	合計
介入参加	参加	1 (14.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	7 (100.0%)
	不参加	5 (13.9%)	1 (2.8%)	1 (2.8%)	0 (0.0%)	36 (100.0%)
合計		6 (14.0%)	1 (2.3%)	1 (2.3%)	1 (2.3%)	43 (100.0%)



■喫煙者の喫煙本数

喫煙者の喫煙本数は1日10本以下が最も多く3割程度であり、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

喫煙者の1日の喫煙本数に関しては、「10本以下」が15人(34.9%)と最も多く、3割を越えていた。次いで「20本以下」の13人(30.2%)、「それ以上」の8人(18.6%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

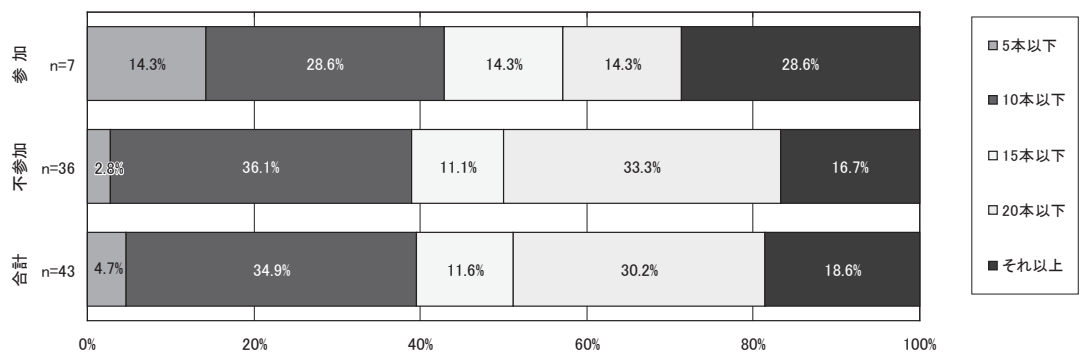
参加群における喫煙者の1日の喫煙本数は、「10本以下」と「20本以上」が2人(28.6%)と最も多く、3割近くであった。次いで「5本以下」、「15本以下」、「20本以下」のそれぞれ1人(14.3%)の順であった。

不参加群における喫煙者の1日の喫煙本数は、「10本以下」が13人(36.1%)と最も多く、3割以上を占めていた。次いで「20本以下」の12人(33.3%)、「それ以上」の6人(16.7%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、喫煙者の1日の喫煙本数は、「10本以下」が最も多く、次いで「20本以下」が多いという点で共通していた。(図表2-23)

図表 2-23 喫煙者の喫煙本数

		人数(合計)					合計
		5本以下	10本以下	15本以下	20本以下	それ以上	
介入参加	参加	1 (14.3%)	2 (28.6%)	1 (14.3%)	1 (14.3%)	2 (28.6%)	7 (100.0%)
	不参加	1 (2.8%)	13 (36.1%)	4 (11.1%)	12 (33.3%)	6 (16.7%)	36 (100.0%)
合計		2 (4.7%)	15 (34.9%)	5 (11.6%)	13 (30.2%)	8 (18.6%)	43 (100.0%)



■禁煙開始年齢

禁煙をした年齢については、半数以上が50歳代と60歳代で禁煙している。50歳以前に禁煙した人は、参加群にやや多い。

(全体の結果)

禁煙をした82人のうち50歳代と60歳代で禁煙した人が46人(56.1%)半数を超えており、50歳以前に禁煙した人は28人(34.2%)と3分の1程度の人であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群について、禁煙した年齢をみると50歳代で5人(29.4%)、60歳代で4人(23.5%)であり、半数以上の人(75%)が50歳代と60歳代で禁煙している。また50歳前に禁煙している人は7人(41.2%)という結果であった。

不参加群について禁煙した年齢をみると50歳代で18人(27.7%)、60歳代で19人(29.2%)であり、半数以上の人(56.9%)が50歳代と60歳代で禁煙している。また50歳前に禁煙している人は21人(32.3%)という結果であった。

参加群と不参加群を比較すると、両群とも半数以上の人(75%)が50歳代から60歳代で禁煙しているが、50歳以前に禁煙した人は、参加群の方がやや多いという結果であった。

(図表2-24)

図表 2-24 禁煙開始年齢

		20歳	25歳	27歳	30歳	35歳	36歳	39歳
介入参加	参加	0 (0.0%)	1 (5.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (11.8%)	1 (5.9%)	0 (0.0%)
	不参加	2 (3.1%)	2 (3.1%)	3 (4.6%)	4 (6.2%)	1 (1.5%)	0 (0.0%)	1 (1.5%)
合計		2 (2.4%)	3 (3.7%)	3 (3.7%)	4 (4.9%)	3 (3.7%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)

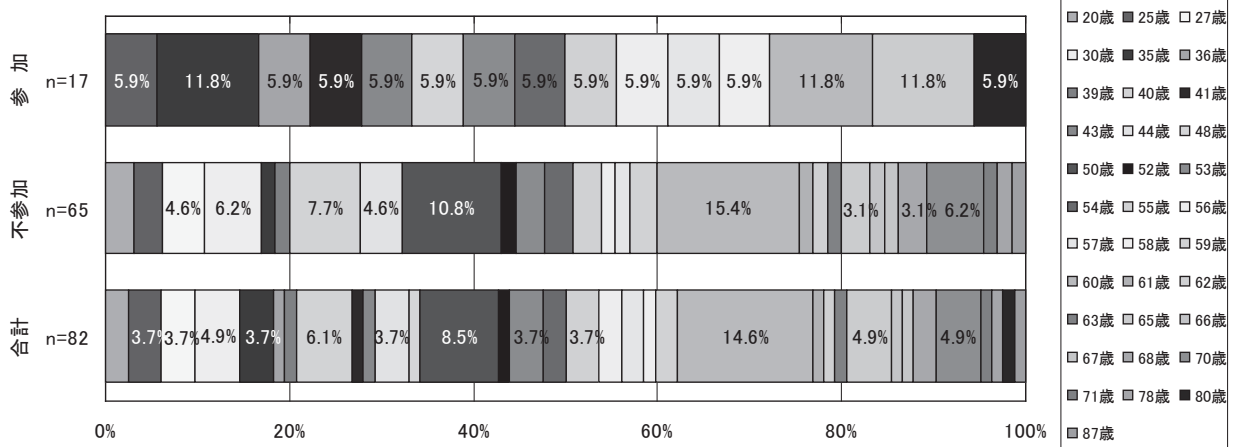
		40歳	41歳	43歳	44歳	48歳	50歳	52歳
介入参加	参加	0 (0.0%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	0 (0.0%)	1 (5.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
	不参加	5 (7.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (4.6%)	0 (0.0%)	7 (10.8%)	1 (1.5%)
合計		5 (6.1%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	3 (3.7%)	1 (1.2%)	7 (8.5%)	1 (1.2%)

		53歳	54歳	55歳	56歳	57歳	58歳	59歳
介入参加	参加	1 (5.9%)	0 (0.0%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	1 (5.9%)	0 (0.0%)
	不参加	2 (3.1%)	2 (3.1%)	2 (3.1%)	1 (1.5%)	1 (1.5%)	0 (0.0%)	2 (3.1%)
合計		3 (3.7%)	2 (2.4%)	3 (3.7%)	2 (2.4%)	2 (2.4%)	1 (1.2%)	2 (2.4%)

		60歳	61歳	62歳	63歳	65歳	66歳	67歳
介入参加	参加	2 (11.8%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (11.8%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
	不参加	10 (15.4%)	1 (1.5%)	1 (1.5%)	1 (1.5%)	2 (3.1%)	1 (1.5%)	1 (1.5%)
合計		12 (14.6%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	4 (4.9%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)

人数(合計)

		68歳	70歳	71歳	78歳	80歳	87歳	合計
介入参加	参加	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (5.9%)	0 (0.0%)	17 (100.0%)
	不参加	2 (3.1%)	4 (6.2%)	1 (1.5%)	1 (1.5%)	0 (0.0%)	1 (1.5%)	65 (100.0%)
合計		2 (2.4%)	4 (4.9%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	82 (100.0%)



■健康のための運動習慣

約半数の人が健康のために毎日運動をしており、3割以上の人は運動をしていないという傾向が参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

健康のために運動を行なっているかという質問では、「毎日している」が258人(48.8%)と最も多く、半数近くを占めていた。次いで「していない」の197人(37.2%)、「週2～3回」の45人(8.5%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において健康のために運動を行なっているかという質問では、「毎日している」が68人(50.4%)と最も多く、約半数であった。次いで「していない」の44人(32.6%)、「週2～3回」の15人(11.1%)の順であった。

不参加群において健康のために運動を行なっているかという質問では、「毎日している」が190人(48.2%)と最も多く、半数近くを占めていた。次いで「していない」の153人(38.8%)、「週2～3回」の30人(7.6%)の順であった。

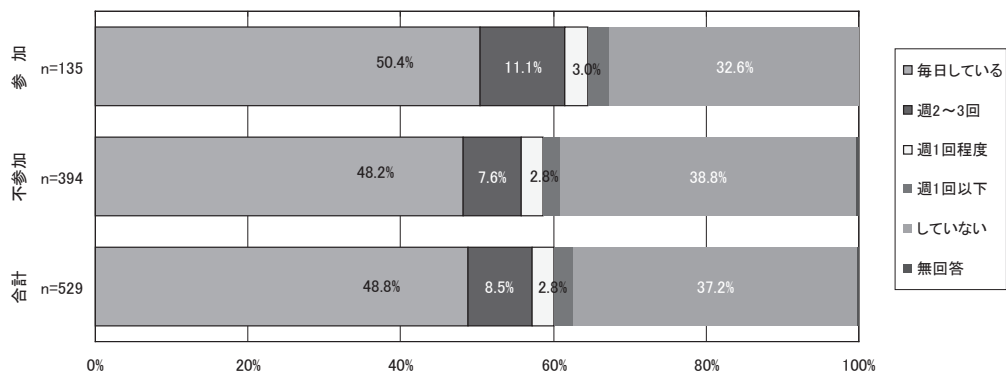
参加群と不参加群を比較すると、健康のための運動を「毎日している」人が最も多く、次いで「していない」、「週2～3回」の人が多いという結果は共通していた。

(図表2-25)

図表 2-25 健康のための運動習慣

人数(割合)

		毎日している	週2～3回	週1回程度	週1回以下	していない	無回答	合計
介入参加	参加	68(50.4%)	15(11.1%)	4(3.0%)	4(3.0%)	44(32.6%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	190(48.2%)	30(7.6%)	11(2.8%)	9(2.3%)	153(38.8%)	1(0.3%)	394(100.0%)
合計		258(48.8%)	45(8.5%)	15(2.8%)	13(2.5%)	197(37.2%)	1(0.2%)	529(100.0%)



7) 健康状態に関する自覚

■ふだん自分で健康だと感じるか

3割以上の人たちは自分のことをとても健康と感じており、まあ健康な方と合わせると4分の3の人たちは自分のことを健康だと感じているという傾向は、参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

ふだん自分で健康だと感じるかという質問については、「まあ健康な方」と回答した人が211人(39.9%)と最も多く、「とても健康」の187人(35.3%)を合わせると4分の3の人たちは自分のことを健康と感じているという結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の健康状態に関する自覚では、「まあ健康な方」と回答した人が62人(45.9%)と最も多く、4割以上を占めていた。次いで「とても健康」の44人(32.6%)、「あまり健康ではない」の22人(16.3%)の順であった。

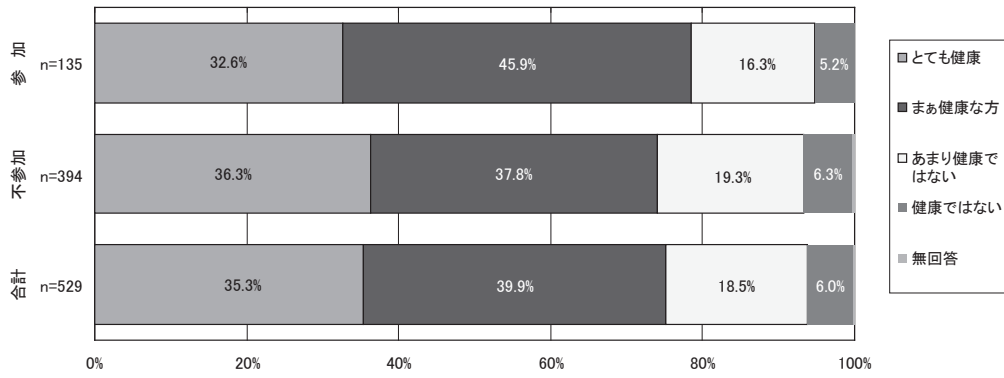
不参加群の健康状態に関する自覚では、「まあ健康な方」と回答した人が149人(37.8%)と最も多く、4割近くを占めていた。次いで「とても健康」の143人(36.3%)、「あまり健康ではない」の76人(19.3%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、4分の3の人たちは自分のことを「健康」と感じているという結果は共通していた。(図表2-26)

図表 2-26 ふだん自分で健康だと感じるか

人数(合計)

		とても健康	まあ健康な 方	あまり健康 ではない	健康ではな い	無回答	合計
介入参加	参加	44(32.6%)	62(45.9%)	22(16.3%)	7(5.2%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	143(36.3%)	149(37.8%)	76(19.3%)	25(6.3%)	1(0.3%)	394(100.0%)
合計		187(35.3%)	211(39.9%)	98(18.5%)	32(6.0%)	1(0.2%)	529(100.0%)



8) 一般健康状態

■病院にかかるような病気の有無

全体の約8割の人が病院にかかるような病気を有しており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

病院にかかるような病気の有無に関しては、「ある」と回答した人が415人(78.4%)と8割近くを占めており、「ない」と回答した人は113人(21.4%)という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で病院にかかるような病気が「ある」と回答した人は110人(81.5%)と8割を越えており、「ない」と回答した人は25人(18.5%)であった。

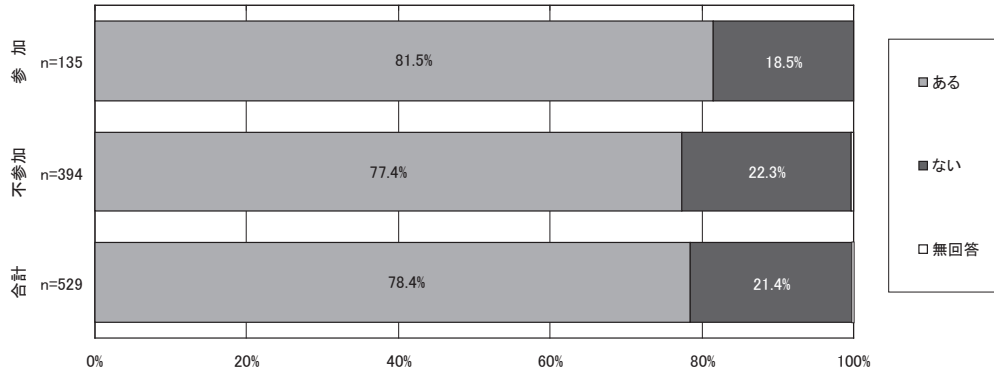
不参加群で病院にかかるような病気が「ある」と回答した人は305人(77.4%)と8割近くを占めており、「ない」と回答した人は88人(22.3%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、病院にかかるような病気が「ある」と回答した人が約8割を占めているという結果は共通していた。(図表2-27)

図表 2-27 病院にかかるような病気の有無

人数(割合)

		ある	ない	無回答	合計
介入参加	参加	110(81.5%)	25(18.5%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	305(77.4%)	88(22.3%)	1(0.3%)	394(100.0%)
合計		415(78.4%)	113(21.4%)	1(0.2%)	529(100.0%)



■病院にかかるような病気の疾患数

病院にかかっている人は、半数以上の人が多数の疾患で通院しているという傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

病院にかかるような病気を有している人の中で単一の疾患で病院にかかっている人は182人(43.8%)と最も多く、次いで「2疾患」の132人(31.7%)、「3疾患」の102人(24.5%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の病院にかかるような病気を有している人の中で単一の疾患で病院にかかっている人は50人(45.5%)と最も多く、次いで「2疾患」の33人(30.0%)、「3疾患」の27人(24.5%)の順であった。

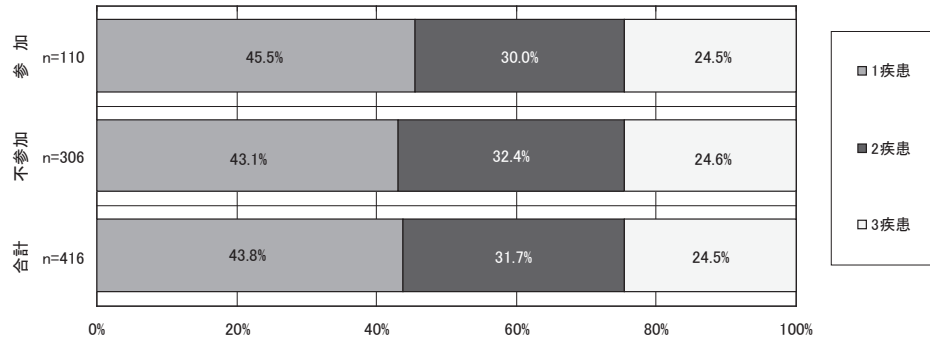
不参加群の病院にかかるような病気を有している人の中で単一の疾患で病院にかかっている人は132人(43.1%)と最も多く、次いで「2疾患」の99人(32.4%)、「3疾患」の75人(24.6%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、半数以上の人が多数の疾患で病院にかかっているという結果は共通していた。(図表2-28)

図表 2-28 病院にかかるような病気の疾患数

人数(割合)

		1 疾患	2 疾患	3 疾患	合計
介入参加	参加	50 (45.5%)	33 (30.0%)	27 (24.5%)	110 (100.0%)
	不参加	132 (43.1%)	99 (32.4%)	75 (24.6%)	306 (100.0%)
合計		182 (43.8%)	132 (31.7%)	102 (24.5%)	416 (100.0%)



■病院にかかるような病気の種類

病院にかかるような病気の種類で最も多いのは循環器系の疾患であり、次いで視覚器の疾患、代謝性疾患が多いという傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

病院にかかるような病気の種類では「循環器系の疾患」の239人(31.8%)が最も多く3割以上を占めており、次いで「視覚器の疾患」の130人(17.3%)、「代謝性疾患」の92人(12.2%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群の病院にかかるような病気の種類では「循環器系の疾患」の67人(54.5%)が最も多く半数以上であり、次いで「視覚器の疾患」の39人(31.7%)、「代謝性疾患」の16人(13.0%)の順であった。

不参加群の病院にかかるような病気の種類では「循環器系の疾患」の172人(39.9%)が最も多く4割近くを占めており、次いで「視覚器の疾患」の91人(16.3%)、「代謝性疾患」の76人(13.7%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、「循環器系の疾患」で病院にかかっている人が最も多く、次いで多いのが「視覚器の疾患」、「代謝性疾患」の順であるという結果は共通していた。

(図表2-29)

図表 2-29 病院にかかるような病気の種類（複数回答）

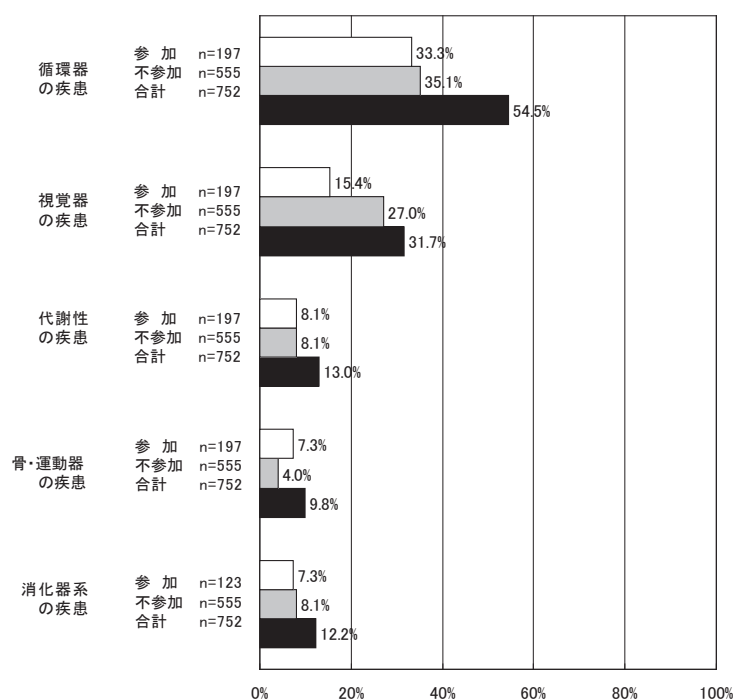
		認知症	脳血管疾患	脳・神経系疾患	精神障害	循環器系の疾患
介入参加	参加	0 (0.0%)	9 (7.3%)	3 (2.4%)	1 (0.8%)	67 (54.5%)
	不参加	1 (0.1%)	20 (3.6%)	8 (1.4%)	10 (1.8%)	172 (39.9%)
合計		1 (0.1%)	29 (3.9%)	11 (1.5%)	11 (1.5%)	239 (31.8%)

		消化器系の疾患	呼吸器系の疾患	代謝性疾患	内分泌疾患	膠原病	アレルギー
介入参加	参加	15 (12.2%)	9 (7.3%)	16 (13.0%)	3 (2.4%)	1 (0.8%)	1 (0.8%)
	不参加	34 (6.1%)	4 (0.7%)	76 (13.7%)	7 (1.3%)	7 (1.3%)	0 (0.0%)
合計		49 (6.5%)	13 (1.7%)	92 (12.2%)	10 (1.3%)	8 (1.1%)	1 (0.1%)

		血液疾患	腎・泌尿器疾患	婦人科疾患	骨・運動器の疾患	皮膚疾患	視覚器の疾患
介入参加	参加	3 (2.4%)	4 (3.3%)	0 (0.0%)	12 (9.8%)	2 (1.6%)	39 (31.7%)
	不参加	4 (0.7%)	25 (4.5%)	0 (0.0%)	53 (9.5%)	7 (1.3%)	91 (16.3%)
合計		7 (0.9%)	29 (3.9%)	0 (0.0%)	65 (8.6%)	9 (1.2%)	130 (17.3%)

回答数(回答数に占める割合)

		耳鼻咽喉の疾患	口腔疾患	外傷	悪性新生物(がん)	その他	回答数
介入参加	参加	1 (0.8%)	0 (0.0%)	3 (2.4%)	5 (4.1%)	3 (2.4%)	197
	不参加	11 (2.0%)	2 (0.3%)	3 (0.5%)	16 (2.9%)	4 (0.7%)	555
合計		12 (1.6%)	2 (0.3%)	6 (0.8%)	21 (2.7%)	7 (0.9%)	752



9) ライフヒストリー・老性自覚等

■老性自覚

約9割の人がこれまでに自分が年をとったと感じており、参加群と不参加群に共通してみられる傾向である。

(全体の結果)

これまでに「自分が年をとったなと感じたことがあるか」という質問では、「ある」と回答した人が474人(89.6%)と9割近くを占めており、「ない」と回答した人は52人(9.8%)であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で老性自覚が「ある」と回答した人は118人(87.4%)と9割近くを占めており、「ない」と回答した人は17人(12.6%)であった。

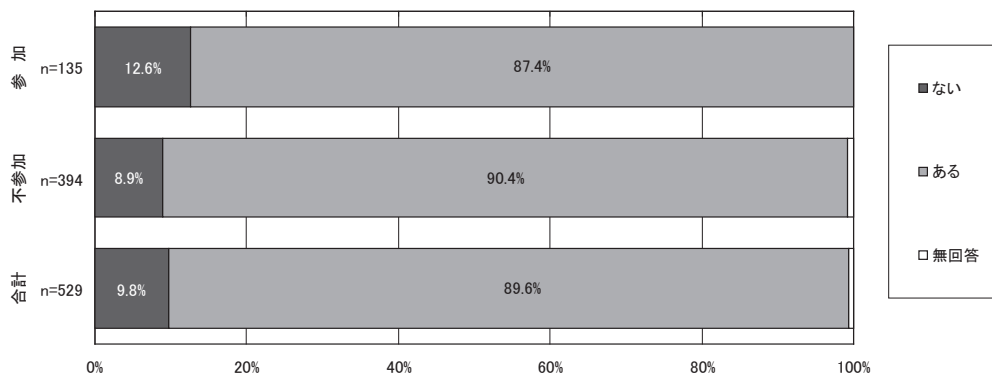
不参加群で老性自覚が「ある」と回答した人は356人(90.4%)と9割を越えており、「ない」と回答した人は35人(8.9%)であった。

参加群と不参加群を比較すると、老性自覚に関して「ある」と回答した人が約9割を占めているという結果は共通していた。(図表2-30)

図表 2-30 老性自覚

人数(割合)

		ある	ない	無回答	合計
介入参加	参加	118(87.4%)	17(12.6%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	356(90.4%)	35(8.9%)	3(0.8%)	394(100.0%)
合計		474(89.6%)	52(9.8%)	3(0.6%)	529(100.0%)



10) QOL

■生活の満足度に関する自覚

8割以上の方が今の生活に満足しており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「今の生活に満足しているか」という質問では、「はい」と回答した人が454人（85.8%）と8割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の55人（10.4%）、「いいえ」の18人（3.4%）の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で今の生活に満足していると回答した人は122人（90.4%）と9割を越えており、次いで「どちらとも言えない」の9人（6.7%）、「いいえ」の4人（3.0%）の順であった。

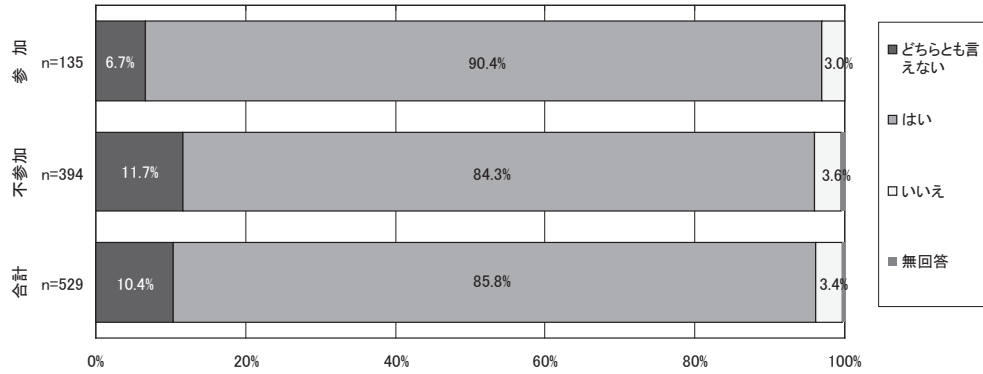
不参加群で今の生活に満足していると回答した人は332人（84.3%）と8割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の46人（11.7%）、「いいえ」の14人（3.6%）の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、8割以上の方が今の生活に満足しており、生活に満足していない人はわずか4%未満という結果は共通していた。（図表2-31）

図表 2-31 生活の満足度に関する自覚

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	122 (90.4%)	9 (6.7%)	4 (3.0%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	332 (84.3%)	46 (11.7%)	14 (3.6%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		454 (85.8%)	55 (10.4%)	18 (3.4%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■ささいなことが気になって眠れないことがあるか

ささいなことが気になって眠れないことがあるかという質問では「いいえ」が半数近くを占めているが、約4割の人はささいなことが気になって眠れないと答えており、この結果は両群に共通している。

(全体の結果)

「ささいなことが気になって眠れないことがあるか」という質問では、「いいえ」と回答した人が258人(48.8%)と最も多く半数近くを占めており、次いで「はい」の216人(40.8%)、「どちらとも言えない」の53人(10.0%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で「ささいなことが気になって眠れないことがあるか」という質問に「いいえ」と回答した人は68人(50.4%)と最も多く半数以上を占めており、次いで「はい」の54人(40.0%)、「どちらとも言えない」の13人(9.6%)の順であった。

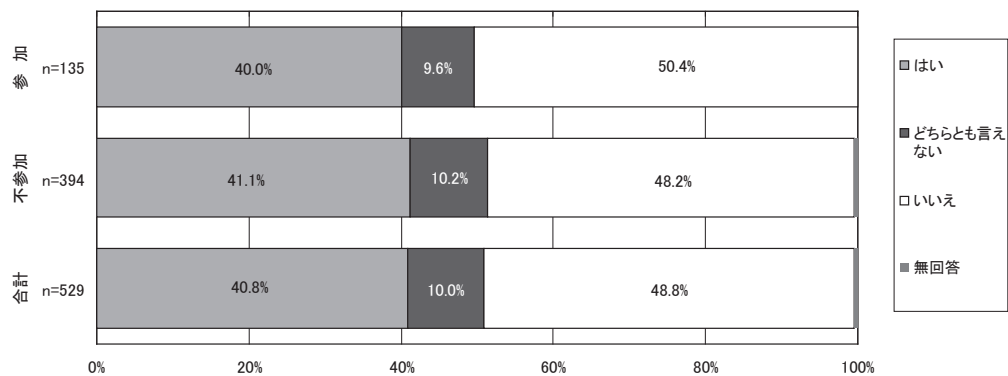
不参加群で「ささいなことが気になって眠れないことがあるか」という質問に「いいえ」と回答した人は190人(48.2%)と最も多く5割近くを占めており、次いで「はい」の162人(41.1%)、「どちらとも言えない」の40人(10.2%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、「ささいなことが気になって眠れないことがあるか」という質問では「いいえ」と回答した人が最も多いが、約4割の人はささいなことが気になって眠れないことがあると答えており、これは両群に共通していた。(図表2-32)

図表 2-32 ささいなことが気になって眠れないことがあるか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	54 (40.0%)	13 (9.6%)	68 (50.4%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	162 (41.1%)	40 (10.2%)	190 (48.2%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		216 (40.8%)	53 (10.0%)	258 (48.8%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■若い頃と同じように、興味ややる気があるか

半数以上が若い頃と同じように興味ややる気があると答えており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「若い頃と同じように、興味ややる気があるか」という質問では、「はい」と回答した人が301人（56.9%）と最も多く半数以上を占めており、次いで「いいえ」の134人（25.3%）、「どちらとも言えない」の92人（17.4%）の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で、若い頃と同じように興味ややる気があると回答した人は、71人（52.6%）と最も多く半数以上を占めており、次いで「いいえ」の35人（25.9%）、「どちらとも言えない」の29人（21.5%）の順であった。

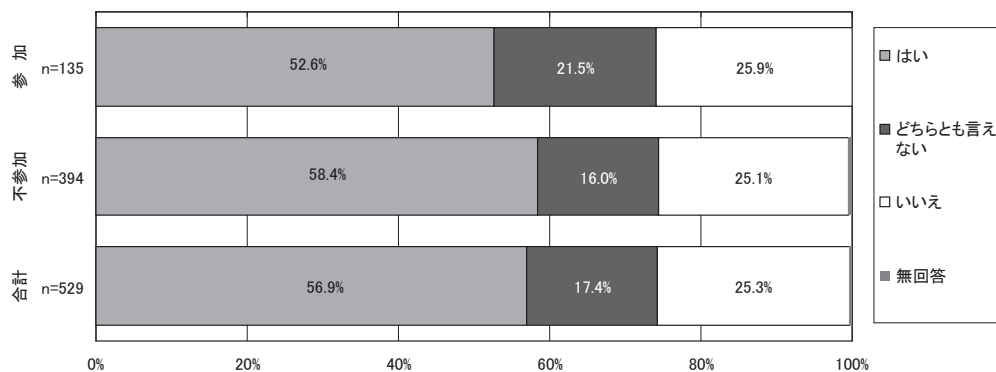
不参加群で、若い頃と同じように興味ややる気があると回答した人は、230人（58.4%）と最も多く6割近くを占めており、次いで「いいえ」の99人（25.1%）、「どちらとも言えない」の63人（16.0%）の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、若い頃と同じように興味ややる気のある人が半数以上を占めているという結果は共通していた。（図表2-33）

図表 2-33 若い頃と同じように、興味ややる気があるか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	71 (52.6%)	29 (21.5%)	35 (25.9%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	230 (58.4%)	63 (16.0%)	99 (25.1%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		301 (56.9%)	92 (17.4%)	134 (25.3%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思うか

約4分の3の人たちが「たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思う」と答えており、「いいえ」の答えは1割程度であるという結果は、参加群と不参加群に共通していた。

(全体の結果)

「たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思うか」という質問では、「はい」と回答した人が400人(75.6%)と最も多く7割以上を占めており、「いいえ」は51人(9.6%)と1割以下であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で、たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思うと回答した人は、99人(73.3%)と最も多く7割以上を占めており、「いいえ」は16人(11.9%)であった。

不参加群で、たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思うと回答した人は、301人(76.4%)と最も多く7割以上を占めており、「いいえ」は35人(8.9%)と1割以下であった。

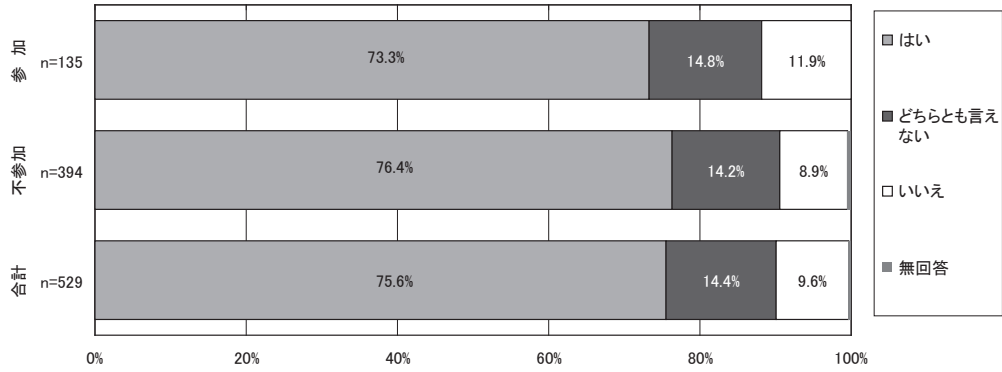
参加群と不参加群を比較すると、たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思うと回答した人は、7割以上であり、「いいえ」はわずか1割程度であるという結果は共通していた。

(図表2-34)

図表 2-34 たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思うか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	99 (73.3%)	20 (14.8%)	16 (11.9%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	301 (76.4%)	56 (14.2%)	35 (8.9%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		400 (75.6%)	76 (14.4%)	51 (9.6%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■今、楽しく暮らしているか

約9割の人が今、楽しく暮らしていると答えており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「今、楽しく暮らしているか」という質問では、「はい」と回答した人が475人(89.8%)と最も多く9割近くを占めており、「いいえ」はわずか11人(2.1%)という結果であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で今、楽しく暮らしていると回答した人は、120人(88.9%)と9割近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」の14人(10.4%)、「いいえ」の1人(0.7%)の順であった。

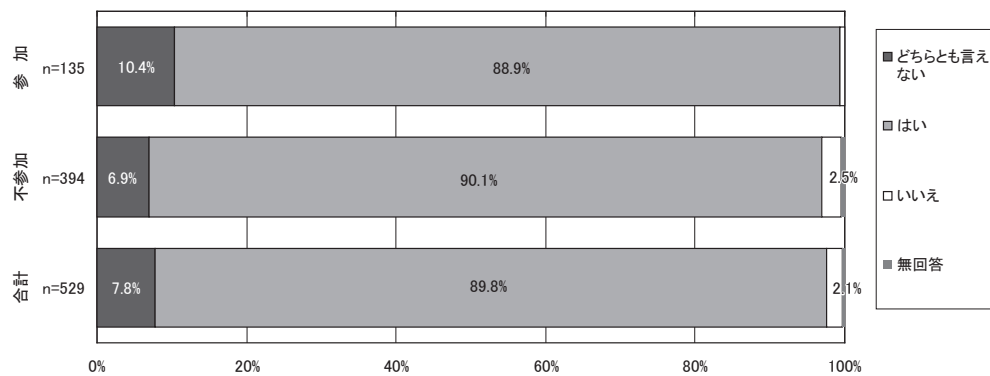
不参加群で今、楽しく暮らしていると回答した人は、355人(90.1%)と9割を越えており、次いで「どちらとも言えない」の27人(6.9%)、「いいえ」の10人(2.5%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、約9割の人が今、楽しく暮らしていると回答しており、「いいえ」の回答がわずかであるという結果は共通していた。(図表2-35)

図表 2-35 今、楽しく暮らしているか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	120 (88.9%)	14 (10.4%)	1 (0.7%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	355 (90.1%)	27 (6.9%)	10 (2.5%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		475 (89.8%)	41 (7.8%)	11 (2.1%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■何となく不安にかられることがあるか

参加群では、不安にかられることはないと答える人が最も多く、不参加群では不安にかられることがあると回答する人の方が多い。

(全体の結果)

「何となく不安にかられることがあるか」という質問では、「はい」と回答した人が226人(42.7%)と最も多く、次いで「いいえ」の217人(41.0%)、「どちらとも言えない」の84人(15.9%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において「何となく不安にかられることがあるか」という質問では、「いいえ」と回答した人が最も多く61人(45.2%)であり、次いで「はい」の52人(38.5%)、「どちらとも言えない」の22人(16.3%)の順であった。

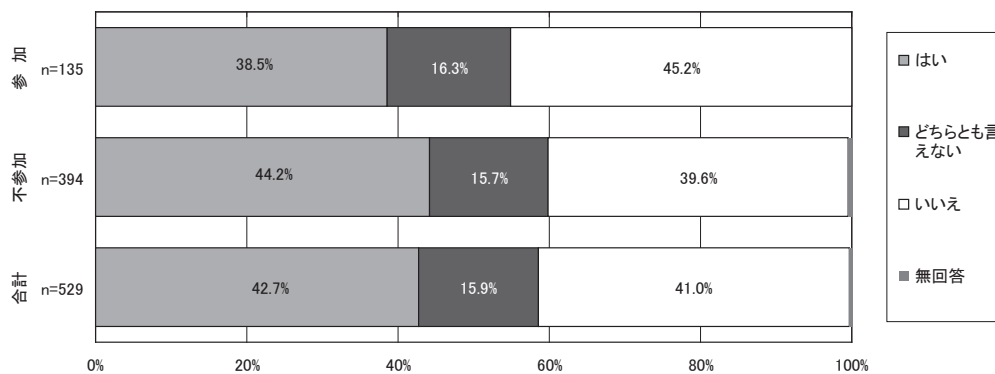
不参加群において「何となく不安にかられることがあるか」という質問では、「はい」と回答した人が最も多く174人(44.2%)であり、次いで「いいえ」の156人(39.6%)、「どちらとも言えない」の62人(15.7%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、参加群では、不安にかられることはないと答える人が最も多く、不参加群では不安にかられることがあると回答する人の方が多いことから、不参加群の方が不安にかられる経験の割合が高いという結果であった。(図表2-36)

図表 2-36 何となく不安にかられることがあるか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	52 (38.5%)	22 (16.3%)	61 (45.2%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	174 (44.2%)	62 (15.7%)	156 (39.6%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		226 (42.7%)	84 (15.9%)	217 (41.0%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■今までの生活にかなり満足しているか

約7割の人が今までの生活にかなり満足しており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「今までの生活にかなり満足しているか」という質問では、「はい」と回答した人が372人(70.3%)と7割を占めており、「いいえ」は47人(8.9%)と1割以下であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で今までの生活にかなり満足していると回答した人は98人(72.6%)と7割を超えており、次いで「どちらとも言えない」の26人(19.3%)、「いいえ」の11人(8.1%)の順であった。

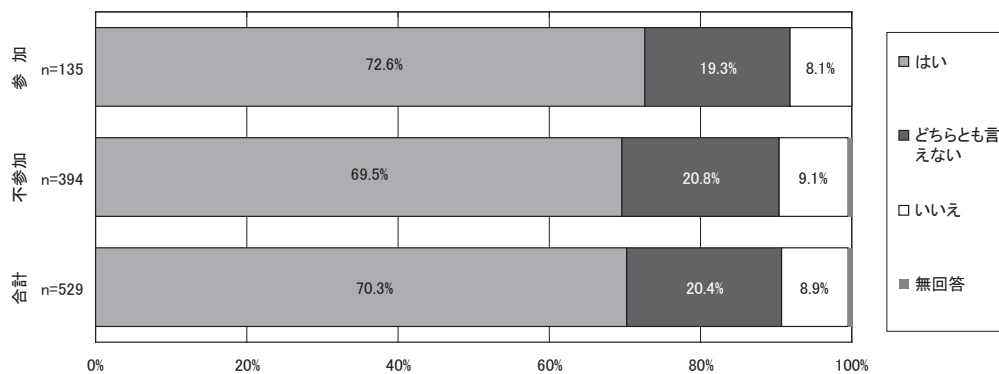
不参加群で今までの生活にかなり満足していると回答した人は274人(69.5%)と7割近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」の82人(20.8%)、「いいえ」の36人(9.1%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、今までの生活にかなり満足している人が最も多く約7割であり、「いいえ」は1割以下であるという結果は共通していた。(図表2-37)

図表 2-37 今までの生活にかなり満足しているか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	98 (72.6%)	26 (19.3%)	11 (8.1%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	274 (69.5%)	82 (20.8%)	36 (9.1%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		372 (70.3%)	108 (20.4%)	47 (8.9%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■興味や楽しみごとを持って生活しているか

約 8 割の人が興味や楽しみごとを持って生活をしており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「興味や楽しみごとを持って生活しているか」という質問では、「はい」と回答した人が 422 人 (79.8%) と 8 割近くを占めており、「いいえ」は 42 人 (7.9%) と 1 割以下であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で興味や楽しみごとを持って生活していると回答した人は 112 人 (83.0%) と 8 割を越えており、次いで「どちらとも言えない」の 14 人 (10.4%)、「いいえ」の 9 人 (6.7%) の順であった。

不参加群で興味や楽しみごとを持って生活していると回答した人は 310 人 (78.7%) と 8 割近く占めており、次いで「どちらとも言えない」の 49 人 (12.4%)、「いいえ」の 33 人 (8.4%) の順であった。

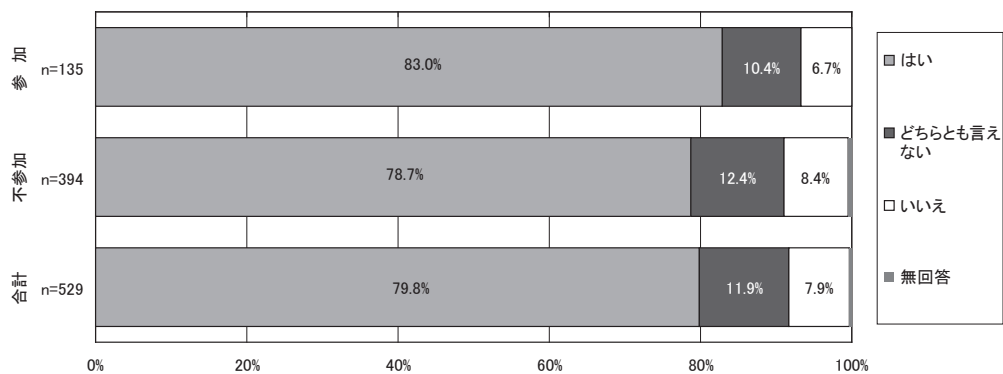
参加群と不参加群を比較すると、興味や楽しみごとを持って生活している人は約 8 割を占めており、「いいえ」と答えた人は 1 割以下であるという結果は共通していた。

(図表 2-38)

図表 2-38 興味や楽しみごとを持って生活しているか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	112(83.0%)	14(10.4%)	9(6.7%)	0(0.0%)	135(100.0%)
	不参加	310(78.7%)	49(12.4%)	33(8.4%)	2(0.5%)	394(100.0%)
合計		422(79.8%)	63(11.9%)	42(7.9%)	2(0.4%)	529(100.0%)



■自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしているか

約8割の人が自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしているか」という質問では、「はい」と回答した人が440人(83.2%)と8割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の53人(10.0%)、「いいえ」の34人(6.4%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしていると回答した人は108人(80.0%)と8割を占めており、次いで「どちらとも言えない」の16人(11.9%)、「いいえ」の11人(8.1%)の順であった。

不参加群で自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしていると回答した人は332人(84.3%)と8割を越えており、次いで「どちらとも言えない」の37人(9.4%)、「いいえ」の23人(5.8%)の順であった。

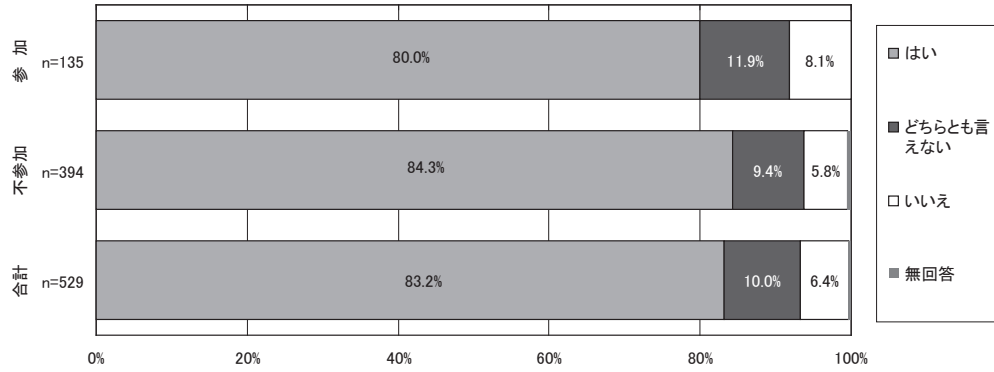
参加群と不参加群を比較すると、自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしている人が最も多く8割以上を占めており、「いいえ」の答えが1割以下であるという結果は共通していた。

(図表2-39)

図表 2-39 自分の周囲に起きた問題は自分で解決するようにしているか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	108 (80.0%)	16 (11.9%)	11 (8.1%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	332 (84.3%)	37 (9.4%)	23 (5.8%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		440 (83.2%)	53 (10.0%)	34 (6.4%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■ささいなことでも気にするようになったと思うか

ささいなことでも気にするようになったと思うかという質問では「いいえ」が半数以上で、気にするようになった人は3割程度であるという傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「ささいなことでも気にするようになったと思うか」という質問では、「いいえ」と回答した人が275人(52.0%)と約半数を占めており、次いで「はい」の179人(33.8%)、「どちらとも言えない」の73人(13.8%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で「ささいなことでも気にするようになったと思うか」という質問では、「いいえ」と回答した人が74人(54.8%)と半数以上を占めており、次いで「はい」の45人(33.3%)、「どちらとも言えない」の16人(11.9%)の順であった。

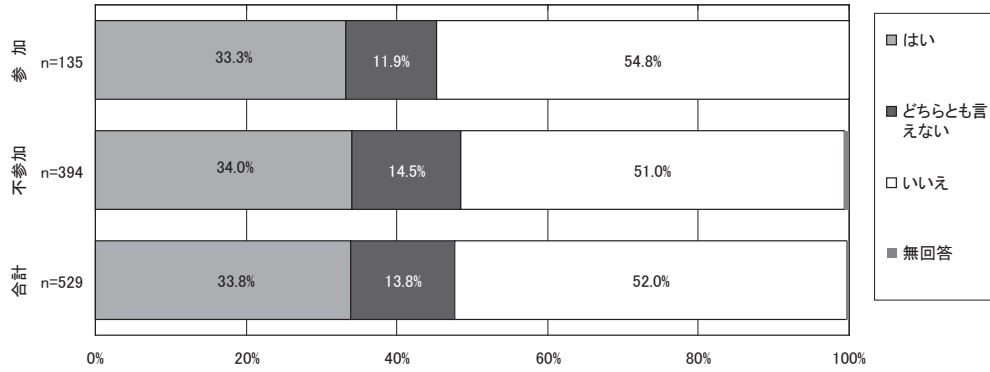
不参加群で「ささいなことでも気にするようになったと思うか」という質問では、「いいえ」と回答した人が201人(51.0%)と約半数を占めており、次いで「はい」の134人(34.0%)、「どちらとも言えない」の57人(14.5%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、「ささいなことでも気にするようになったと思うか」という質問では、「いいえ」と回答した人が半数以上を占めており、「はい」の答えが約3分の1を占めているという結果は共通していた。(図表2-40)

図表 2-40 ささいなことでも気にするようになったと思うか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	45 (33.3%)	16 (11.9%)	74 (54.8%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	134 (34.0%)	57 (14.5%)	201 (51.0%)	2 (0.6%)	394 (100.0%)
合計		179 (33.8%)	73 (13.8%)	275 (52.0%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■今、幸福だと思うか

8割以上の人が今、幸福だと感じており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「今、幸福だと思うか」という質問では、「はい」と回答した人が446人(84.3%)と8割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の56人(10.6%)、「いいえ」の25人(4.7%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群で今、幸福だと思うと回答した人は、115人(85.2%)と8割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の13人(9.6%)、「いいえ」の7人(5.2%)の順であった。

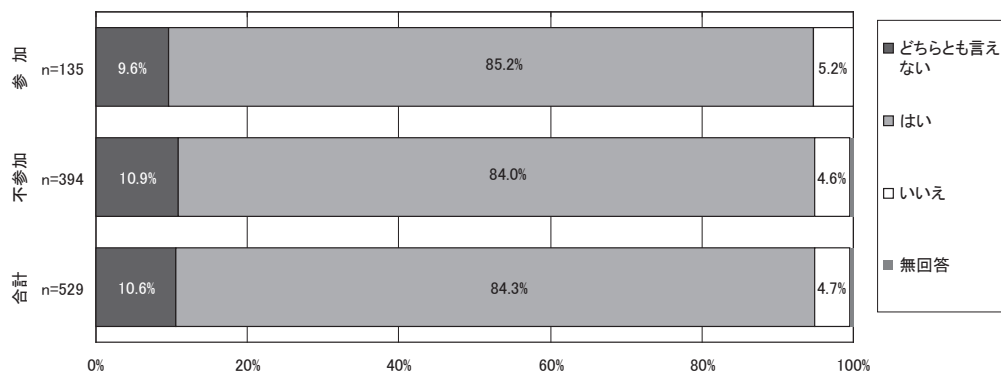
不参加群で今、幸福だと思うと回答した人は、331人(84.0%)と8割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の43人(10.9%)、「いいえ」の18人(4.6%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、8割以上の人が今、幸福だと感じており、幸福だと感じていない人はわずか5%程度であるという結果は共通していた。(図表2-41)

図表 2-41 今、幸福だと思うか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	115 (85.2%)	13 (9.6%)	7 (5.2%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	331 (84.0%)	43 (10.9%)	18 (4.6%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		446 (84.3%)	56 (10.6%)	25 (4.7%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■気分の落ち込むことがあるか

気分の落ち込むことがあるかという質問では「いいえ」が半数以上であるが、落ち込むことがある人は不参加群に多い傾向がみられる。

(全体の結果)

「気分の落ち込むことがあるか」という質問では、「いいえ」と回答した人が276人(52.2%)と半数以上を占めており、次いで「はい」の186人(35.2%)、「どちらとも言えない」の65人(12.3%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において「気分の落ち込むことがあるか」という質問では、「いいえ」と回答した人が76人(56.3%)と半数以上を占めており、次いで「はい」の38人(28.1%)、「どちらとも言えない」の21人(15.6%)の順であった。

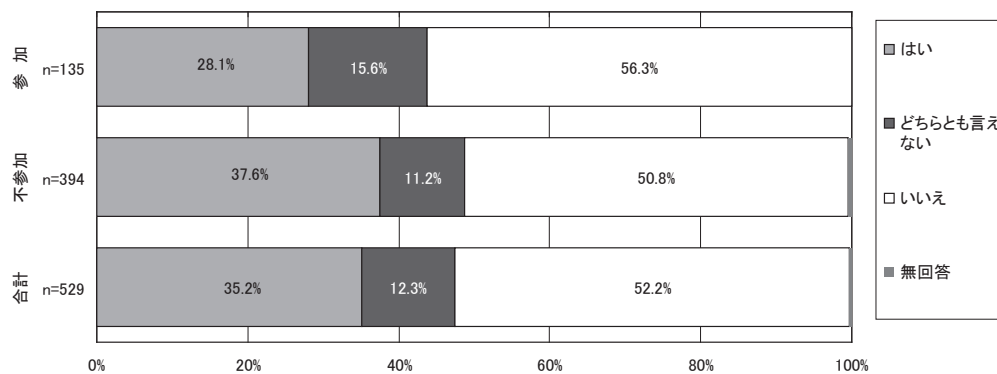
不参加群において「気分の落ち込むことがあるか」という質問では、「いいえ」と回答した人が200人(50.8%)と約半数を占めており、次いで「はい」の148人(37.6%)、「どちらとも言えない」の44人(11.2%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、「気分の落ち込むことがあるか」という質問では、「いいえ」が最も多く半数以上を占めているが、落ち込むことがある人は参加群よりも不参加群にやや多いという結果であった。(図表2-42)

図表 2-42 気分の落ち込むことがあるか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	38 (28.1%)	21 (15.6%)	76 (56.3%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	148 (37.6%)	44 (11.2%)	200 (50.8%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		186 (35.2%)	65 (12.3%)	276 (52.2%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■何かするとき、活力をもってやっているか

約8割の人が何かをするときに活力をもってやっており、「いいえ」と答えた人は1割以下であるという傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「何かするとき、活力をもってやっているか」という質問では、「はい」と回答した人が414人(78.3%)と8割近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」の75人(14.2%)、「いいえ」の38人(7.2%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において、「何かをするときに活力をもってやっているか」という質問では「はい」と回答した人が105人(77.8%)と8割近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」の19人(14.1%)、「いいえ」の11人(8.1%)の順であった。

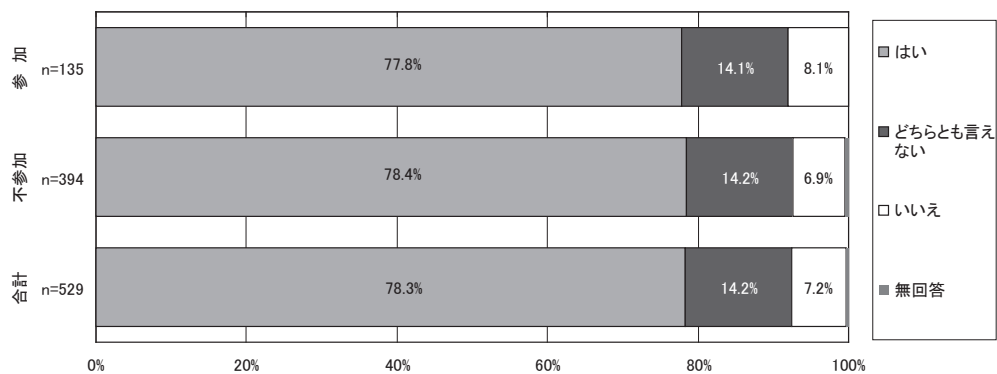
不参加群において、「何かをするときに活力をもってやっているか」という質問では「はい」と回答した人が309人(78.4%)と8割近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」の56人(14.2%)、「いいえ」の27人(6.9%)の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、「何かをするときに活力をもってやっているか」という質問で「はい」と回答した人が最も多く8割近くを占めており、「いいえ」と答えた人は1割以下であるという結果は共通していた。(図表2-43)

図表 2-43 何かするとき、活力をもってやっているか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	105 (77.8%)	19 (14.1%)	11 (8.1%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	309 (78.4%)	56 (14.2%)	27 (6.9%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		414 (78.3%)	75 (14.2%)	38 (7.2%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■家族以外の周りの人とうまくやっているか

9割以上の方が家族以外の周りの人とうまくやっていると回答しており、「いいえ」と答えた人は1割以下であるという傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「家族以外の周りの人とうまくやっているか」という質問では、「はい」と回答した人が498人(94.1%)と9割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の25人(4.7%)、「いいえ」の4人(0.8%)の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において、「家族以外の周りの人とうまくやっているか」という質問では、「はい」と回答した人が125人(92.6%)と9割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の9人(6.7%)、「いいえ」の1人(0.7%)の順であった。

不参加群において、「家族以外の周りの人とうまくやっているか」という質問では、「はい」と回答した人が373人(94.7%)と9割以上を占めており、次いで「どちらとも言えない」の16人(4.1%)、「いいえ」の3人(0.8%)の順であった。

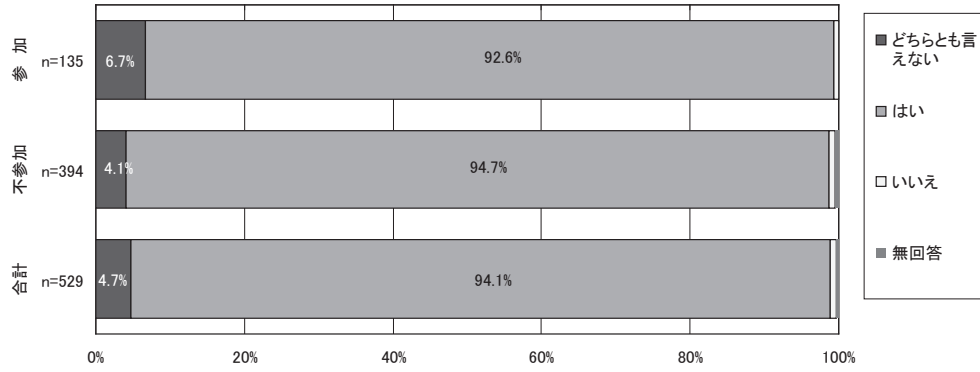
参加群と不参加群を比較すると、家族以外の周りの人とうまくやっていると回答した人が最も多く9割以上を占めており、「いいえ」と答えた人は1割以下であるという結果は共通していた。

(図表2-44)

図表 2-44 家族以外の周りの人とうまくやっているか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	125 (92.6%)	9 (6.7%)	1 (0.7%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	373 (94.7%)	16 (4.1%)	3 (0.8%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		498 (94.1%)	25 (4.7%)	4 (0.8%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



■これから先、何か楽しいことが起こると思うか

半数近くの人がこれから先、何か楽しいことが起こると思うと回答しており、この傾向は参加群と不参加群に共通してみられる。

(全体の結果)

「これから先、何か楽しいことが起こると思うか」という質問では、「はい」と回答した人が254人（48.0%）と半数近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」の182人（34.4%）、「いいえ」の91人（17.2%）の順であった。

(参加群と不参加群の比較)

参加群において、「これから先、何か楽しいことが起こると思うか」という質問では、「はい」と回答した人が59人（43.7%）と4割を越えており、次いで「どちらとも言えない」の44人（32.6%）、「いいえ」の32人（23.7%）の順であった。

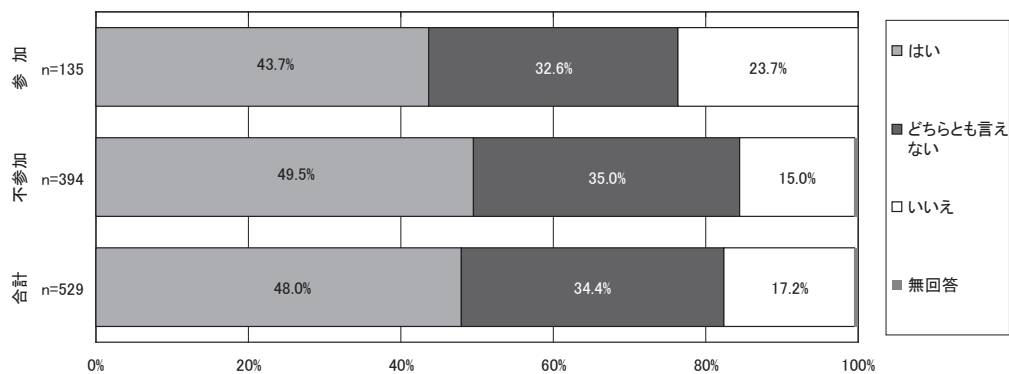
不参加群において、「これから先、何か楽しいことが起こると思うか」という質問では、「はい」と回答した人が195人（49.5%）と5割近くであり、次いで「どちらとも言えない」の138人（35.0%）、「いいえ」の59人（15.0%）の順であった。

参加群と不参加群を比較すると、これから先、何か楽しいことが起こると思うと回答した人が最も多く、半数近くを占めており、次いで「どちらとも言えない」、「いいえ」の順であるという結果は共通していた。（図表2-45）

図表 2-45 これから先、何か楽しいことが起こると思うか

人数(割合)

		はい	どちらとも言えない	いいえ	無回答	合計
介入参加	参加	59 (43.7%)	44 (32.6%)	32 (23.7%)	0 (0.0%)	135 (100.0%)
	不参加	195 (49.5%)	138 (35.0%)	59 (15.0%)	2 (0.5%)	394 (100.0%)
合計		254 (48.0%)	182 (34.4%)	91 (17.2%)	2 (0.4%)	529 (100.0%)



4. 考察

今回の調査対象となった人は平均年齢およそ80歳の高齢者である。この中にはこれまでに行ってきた「健康作り・認知症予防講座」に参加した人と参加しなかった人が含まれる。この2群に共通している状況をまとめると以下のようになる。

【参加群と不参加群で共通していた傾向】

(生活習慣)

- ・ 6割の人に昼寝の習慣があり、そのうち8割以上がほぼ毎日1時間以内の短時間の昼寝をしている。
- ・ 食生活では、半数の人が魚中心の食生活。3割が野菜中心の食生活である。
- ・ 半数の人が健康のために毎日運動している。
- ・ 飲酒する人は全体の4分の1程度の人であり、喫煙する人は1割未満である。途中で禁煙した人の半数は50歳代から60歳代で禁煙している。

(健康状態)

- ・ 約8割の人が病院にかかるような病気を有しており、そのうち半数以上の人は複数の疾患を持っている。
- ・ 4分の3の人たちは、自分のことを健康だと感じている。
- ・ 9割の人は自分が歳をとったと感じている。

(対人交流)

- ・ ほとんどの人には普段つきあいのある親戚がいる。
- ・ 9割以上の人が家族以外の周りの人とうまくやっている。

(趣味・社会活動)

- ・ 8割の人が興味や楽しみごとを持って生活している。

(生活満足度)

- ・ 4分の3の人は、たとえ病気があっても自分なりの生活ができていると思っている。
- ・ 8割以上の人が今の生活に満足している。
- ・ 7割の人たちが今までの生活にかなり満足していると答えている。
- ・ 9割の人が「今楽しく暮らしている」と答えている。
- ・ 8割の人は何かをするとき活力を持ってやっていると答えている。
- ・ 8割以上の人が「今幸福だ」と感じている。
- ・ 3割の人たちは「ささいなことを気にするようになった」と感じており、4割の人たちは「ささいなことが気になって眠れない」と感じている。

次に参加群と不参加群で違いが見られたものをまとめると以下のようになる。

【参加群と不参加群で違いがみられたもの】

(生活状況と生活習慣)

- ・収入を伴う仕事をしていない人は参加者群に多い。
- ・飲酒習慣や喫煙習慣のない人は、参加群に多く、50歳前に禁煙した人も参加群にやや多い。

(趣味・社会活動)

- ・趣味活動をしている人は参加群に多い
- ・趣味を一緒に行う相手がいる人は参加群に多く、しかも4人以上の趣味仲間を持っている。
- ・地域活動へ参加している人は参加群に多い

(その他)

- ・不安にかられたり、気分の落ち込むことがある人は、不参加群に多い

平成19年度に行った「健康作り・認知症予防講座」は、地域住民に対する啓発活動と、住民の予防に関する意識を高めることを目的に行われた。講座の目的は、地域住民に対する介護予防、認知症予防の啓発活動を行い、予防意識を高めることによって予防に役立つ生活スタイルを確立させることにある。

今回の結果では、「健康作り・認知症予防講座」に参加した群と不参加群の結果を比較した。2群に共通してみられたのは、複数の病気をもって通院している人が多い割に、健康感が高いことや、また生活習慣面でも魚中心の食生活を送っており、4分の3の人は飲酒する習慣がなく、喫煙習慣のある人も1割以下で、健康のための運動を心がけていること、また親戚づきあいや近所づきあいも良好で、生活自体に満足感を感じているが、3～4割の人がささいなことを気にして眠れないこともあるという特徴であった。

一方、参加群の特徴の一つは、収入を伴う仕事をしていない人がやや多いことである。このことは、収入を伴う仕事を持っていない人の方が時間的な制約を受けにくく、介護予防や認知症予防に取り組む時間的な余裕につながる可能性を示唆させる結果である。また、飲酒や喫煙習慣のある人が少ないという特徴であるが、これは参加群の健康意識の高さを示すものであり、この傾向は参加群で50歳以前に禁煙した人が多いことにも現れている。社会活動に関しては、趣味や社会活動に参加している人も「参加群」に多く、趣味活動を一緒に行う相手がいる人やその人数も多いことを考えると、「参加群」の活動的な生活スタイルがうかがえる。さらに不安にかられたり気分の落ち込むことがある人も参加群に少ないことを考えると、参加群は精神的な面でも余裕を持っている人が多いことを示すものと思われる。

健康意識が高く、社会活動に積極的に参加する精神的に余裕のある人達だからこそ、「健康作り・認知症予防講座」に参加しているとも考えることができるが、講座に参加してより健康意識等が高まるという相乗効果が生まれるのも事実であろう。今後は、積極的な介入を続けることによって、その効果を継続的に追跡調査していくことが課題である。

Ⅲ 研究2 介護予防事業の地域特性把握に向けた実態調査

1. 目的

ワークショップ型介護予防教育プログラム普及に向けた、介護予防の地域性を診断すること、ならびに、介護予防・認知症予防の地域特性を明らかにし、その実態に即した具体的なサービス展開に繋げることを目的とした、「地域に根ざした認知症・介護予防事業」の事例集作成のための全国調査を実施した。

なお、本調査結果は、事例集作成のための先駆的事例スクリーニングとしても活用された。

2. 方法

1) 対象

全国の地域包括支援センター、保健センター、社会福祉協議会のうち介護予防事業実施の事業所。

2) 調査票の配布

地域包括支援センターはW A M - N E Tから全数を抽出し、保健センターならびに、社会福祉協議会は各県のホームページから検索し抽出した。配布は配布6,735事業所で、うち有効回収票1,439事業所であり、回収率は21.5%であった。なお、回答の際は、介護予防事業実施していることを条件として回答を得たため、未実施事業所からは回収していない。

3) 調査項目

調査の目的に従い以下の項目について調査票を作成した。

- ①地域属性について3項目、②自然条件について3項目、③社会条件について5項目、④介護予防事業の企画運営について3項目、⑤特定高齢者施策の事例、⑥一般高齢者施策の事例、⑦自主事業の事例、⑧地域特性把握のための方法

4) 分析

それぞれについて数値化を行い単純集計の度数分布により視覚化をした。地域特性分類を行うために、地域属性、自然条件、社会条件のうちから6項目を抽出し、対応分析を行い2次元のプロットによりカテゴリ化を行った。

3. 結果

1) 事業所の属性

(1) 事業所種別

回答のあった事業所は、地域包括支援センターが全体の65.1% (899件)、社会福祉協議会が21.7% (300件)、保健センターが9.1% (128件)、その他の順で多かった(表2-1)。

表2-1 事業所の種別

地域包括支援センター	保健センター	社会福祉協議会	その他	合計
899 (65.1%)	128 (9.2%)	300 (21.7%)	54 (3.9%)	1,381 (100%)

(2) 事業所の所在地域

事業所の所在地域1,395件を全国10ブロックに分割すると、関東が全体の24.1% (336件)で最も多く、次いで東北13.5% (189件)、東海12.6% (176件)、九州・沖縄11.5% (161件)、近畿10.5% (146件)、北海道9.2% (129件)、甲信越6.2% (87件)、中国6.2% (86件)、四国3.2% (45件)北陸2.9% (40件)であった(表2-2)。

表2-2 事業所の所在地域

北海道	東北	関東	甲信越	北陸	東海	近畿	中国	四国	九州 沖縄	合計
129 (9.2%)	189 (13.5%)	336 (24.1%)	87 (6.2%)	40 (2.9%)	176 (12.6%)	146 (10.5%)	86 (6.2%)	45 (3.2%)	161 (11.5%)	1,395 (100%)

(3) 事業所所在地の気候

事業所の所在地の降雪を4段階に分けて回答を求めたところ、「ほとんど雪は積もらない」50.9% (705件)、「生活に支障をきたすほど雪は積もらない」26% (360件)、「多雪地域(年間積雪積算1M以上)」18% (249件)、「豪雪地域(年間積雪積算5M以上)」5.1% (71件)の順であった(表2-3)。

表 2-3 事業所所在地の気候

ほとんど雪は積もらない	生活に支障をきたすほど雪は積もらない	多雪地域（年間積雪積算値が1M以上の地域）	豪雪地域（年間積雪積算値が5M以上の地域）	合計
705 (50.9%)	360 (26.0%)	249 (18.0%)	71 (5.1%)	1385 (100%)

(4) 事業所の地域分類

平野部（盆地）37.5%（514件）が最も多く、都市部25.1%（343件）、山間部（山岳部）21.6%（296件）、沿岸部13.5%（185件）、離島地域2.3%（31件）の順であった（表2-4）。

表 2-4 事業所の地域分類

都市部	山間部（山岳部含）	沿岸部（海岸部、橋で繋がっている島含）	平野部（盆地含）	離島地域	合計
343 (25.1%)	296 (21.6%)	185 (13.5%)	514 (37.5%)	31 (2.3%)	1,369 (100%)

(5) 活動場所までの交通機関の利便性

「どちらかといえば悪い」が47.8%（658件）で最も多く、次いで「悪い」30.6%（422件）、「どちらかといえば良い」19.4%（268件）、「非常に良い」2.2%（30件）の順であった（表2-5）。

表 2-5 活動場所までの交通機関の利便性

非常に良い	どちらかといえば良い	どちらかといえば悪い	悪い	合計
30 (2.2%)	268 (19.4%)	658 (47.8%)	422 (30.6%)	1,378 (100%)

2) 介護予防事業企画運営の実態

(1) 介護予防事業の企画・立案・運営の参画

介護予防事業の企画立案運営に携わっているかをたずねた質問では、「携わっている」59.5%（825件）で最も多く、一方「携わっていない」は37.3%（523件）で、「今後携わる予定である」は2.7%（38件）であった（表2-6）。

表 2-6 介護予防事業の企画・立案・運営の参画

携わっている	携わっていない	今後携わる予定である	合計
825 (59.5%)	523 (37.7%)	38 (2.7%)	1,386 (100%)

(2) 介護予防事業の企画・立案の困難さ

介護予防事業の企画・立案の際に感じる困難さについては、「どちらかといえば困難」58.5%（482件）が最も多く、次いで「非常に困難さを感じる」19.8%（163件）、「あまり困難さを感じない」21.5%（177件）、「まったく困難さを感じない」0.2%（2件）であった（表2-7）。

表2-7 介護予防事業の企画・立案の困難さ

非常に困難さを感じる	どちらかといえば困難	あまり困難さを感じない	まったく困難さを感じない	合計
163 (19.8%)	482 (58.5%)	177 (21.5%)	2 (0.2%)	824 (100%)

(3) 介護予防事業の企画立案の方法（複数回答）

介護予防事業企画立案の際に参考とする資料について、最も参考にしているものは「厚生労働省マニュアル」18%（259件）、「前年どおり」13.9%（200件）、「他の自治体を参考」10.5%（151件）、「その他」6.5%（94件）、「地域住民の希望」5%（72件）、「参考書や文献」3.6%（52件）、「地域の実情に合わせる」3.5%（51件）の順であった（表2-8）。

表2-8 介護予防事業の企画立案の方法（複数回答）

他の自治体や事業所の内容を参考	前年通り	厚生労働省のマニュアル参考	参考書や文献を参考	地域住民の希望	地域の実情に合わせる	その他
151 (10.5%)	200 (13.9%)	259 (18.0%)	52 (3.6%)	72 (5.0%)	51 (3.5%)	94 (6.5%)

3) 各事業の実施状況

(1) 特定高齢者施策で実施されているプログラム（複数回答）

「運動機能向上」46.5%（667件）で最も多くで実施されており、次いで「口腔機能向上」30.3%（434件）、「栄養改善」24.5%（351件）、「閉じこもり予防」14.4%（207件）、「認知症予防」14.4%（207件）、「うつ予防」9%（129件）、「その他」1.1%（16件）、未実施50.3%（721件）と続いた（表2-9）。

表2-9 特定高齢者施策で実施されているプログラム（複数回答）

運動機能向上	栄養改善	口腔機能向上	閉じこもり予防	認知症予防	うつ病	その他	未実施
667 (46.5%)	351 (24.3%)	434 (30.3%)	207 (14.4%)	175 (12.2%)	129 (9.0%)	16 (1.1%)	721 (50.3%)

(2) 特定高齢者施策のプログラム実施数

特定高齢者施策のプログラムの実施数を集計した。「1種類」53.4%（368件）、「2種類」25.1%（173件）、「3種類」12.2%（84件）、「4種類」5.4%（37件）、「5種類」1.7%（12件）、「6種類」1.4%（10件）、「7種類」0.3%（2件）、「8種類」0.1%（1件）と続いた（表2-10）。

表2-10 特定高齢者施策のプログラム実施数

1	2	3	4	5	6	7	8
368 (53.5%)	173 (25.1%)	84 (12.2%)	37 (5.4%)	12 (1.7%)	10 (1.5%)	2 (0.3%)	1 (0.1%)

(3) 介護予防普及啓発事業の実施状況（複数回答）

回答のあった789件のうち最も多かったのは「講演会の実施」15.1%（214件）で、次いで「研修会」8.6%（123件）、「パンフレットの作成」6.7%（96件）と続き、「上記以外の介護予防活動支援事業その他」が25%（356件）であった（表2-11）。

表2-11 介護予防普及啓発事業の実施状況（複数回答）

パンフレットの作成	講演会	研修会	その他
96 (6.7%)	214 (15.0%)	123 (8.6%)	356 (25.0%)

(4) 地域介護予防活動支援事業の実施状況（複数回答）

回答のあった1,137件のうち最も多かったのは、「地域活動の組織、育成」が11%（156件）、「ボランティア、サポーター育成」10.5%（149件）、「地域介護予防活動支援事業、その他」5.8%（82件）と続いた。なお、「未実施」は52.7%（750件）であった（表2-12）。

表2-12 地域介護予防活動支援事業の実施状況（複数回答）

ボランティア・サポーター育成	地域活動の組織、育成	その他	未実施
149 (10.5%)	156 (11.0%)	82 (5.8%)	750 (52.7%)

(5) 自主事業の実施状況（複数回答）

1,439の事業所から複数回答で1,570件の自由記述による回答を得たものをカテゴリ化した。最も多かったのは、介護予防事業外の「介護予防に関する事業」で10.6%（152件）で次いで、「認知症予防」5.5%（79件）、「サロン活動」2.5%（36件）、「その他講習会」2.2%（31件）、「家族会」1.8%（26件）、「在宅支援」1.5%（21件）、「お茶会」1%（15件）、「食事サービス」0.7%（11件）と続いた。なお、「未実施」は78%（1,114件）であった（表2-13）。

表2-13 自主事業の実施状況（複数回答）

未実施	お茶会	食事サービス	認知症予防	住民啓発	介護予防	認知症サポーター養成講座	家族会
1,114 (78.0%)	15 (1.0%)	11 (0.7%)	79 (5.5%)	8 (0.6%)	152 (10.6%)	56 (3.9%)	26 (1.8%)
地域包括支援センターPR	関係団体との連携	在宅支援	情報提供	その他講習会	ボランティア派遣	サロン活動	
3 (0.2%)	5 (0.3%)	21 (1.5%)	4 (0.3%)	31 (2.2%)	9 (0.6%)	36 (2.5%)	

4. 考察

1) 企画立案運営の困難さ

今回対象となった事業所は介護予防事業企画・立案については、全体の8割が困難さを感じながら業務にあたっていることが明らかとなり、企画立案を助ける具体的方策が求められる。また、このように困難を感じている企画立案について、現段階で参考になっている資料は、厚生労働省のマニュアルであったり、前年の計画を継承して行っている実態が明らかになっており、地域住民のニーズをアセスメントし事業計画に反映されていない課題が明らかになった。

さらに、閉じこもり予防、うつ予防、認知症予防は実施率が低い傾向が明らかになった。このような結果の要因として、まず、うつ、閉じこもり、認知症の予防の明確なエビデンスが示されていないことから活動の計画および評価が難しいことが考えられる。また、これら予防事業の実施については、普段から外出していない住民が対象となり潜在化しているために、対象者およびその家族に参加への呼びかけを直接行うことが困難であることが考えられる。こうした住民を各種活動に参加させるためには、前提として地域の連携作りをすることが何よりも重要な課題である。実施する際の事前評価の段階で、自治会の組織状態や住民連携の度合いの把握や評価を行い、それらをどのように活用するかを検討することが必要である。また、事前評価を実施していない場合には、既存の自治会役員会員の連携作りのための場を設け、地域介護予防活動支援事業などで、教育的に介護予防活動への協力を促すことを目的に、健康や介護予防に関する教育的研修や教室などを実施することが求められる。

2) 地域住民の活動、活用場の不足と継続的運営

地域介護予防活動支援事業は、地域づくりや、既存の地域の活動を活性化するために必要な事業である。今回の結果からは「地域活動の組織・育成」、「ボランティア・サポーター養成」が多く見られたが、一方で「未実施」が25%あった。介護予防事業は既存の地域の中で展開され、活動されることによって成長し、課題が表出する。その課題を解決することが、その地域を育成することとなる。

現段階における、地域介護予防活動支援事業における課題は、ボランティア育成や組織化を行った後の活動の場の不足が起こってくることを推察できる。今後の展開として、育成、組織化した、インフォーマルサービスの活動の場をどのように創出し、住民の意欲を継続的に支援するかが必要になるであろう。

介護予防活動の場は、地域住民の生活の場でもあることから、地域住民を企画、立案の段階で参画できることにより、事業の継続的運営には必要であろう。

また、認知症予防、うつ予防、閉じこもり予防と育成、組織化活動を結びつけることにより、介護予防事業（特定高齢者・一般高齢者）と地域介護予防活動支援事業の継続的な効果的な展開に繋がると考えられる。

IV 研究3 介護予防活動の継続的活動支援に向けた地域特性分類

1. 目的

効果的で継続性のある介護予防活動の企画立案には、地域の気候、人口、高齢化率、交通の便など実情に適応した活動であることが望まれる。本研究では、次の目的を設定した。

研究2で示した介護予防事業の実施状況調査の結果をもとに、地域属性に関する客観的な指標を、地域特性としてとらえ、地域特性カテゴリを探索的に検討し、地域特性に応じた介護予防事業の企画立案を支援するための地域特性分類を行うこととした。

2. 方法

対象は研究2と同様の調査対象である。サンプル数は、1,439地域であった。地域特性の地域を、特に地形が隣接し、同じ性質をもっているなどの理由からひとまとめにされている機能的な土地「土地の区域」と定義した。調査の属性の①人口規模、②人口密度、③地域分類、④気候、⑤交通の状況を分析対象として、対応分析にてカテゴリ化を行ったうえで、カテゴリ間の介護予防事業等の実施状況の比較を行った。

3. 結果と考察

1) 土地の区域としての地域特性分類

本研究では地域特性を、特に地形が隣接し、同じ性質をもっているなどの理由からひとまとめにされている機能的な土地「土地の区域」と定義し、調査の属性の①人口規模、②人口密度、③地域分類、④気候、⑤交通の状況を分析対象として、対応分析にてカテゴリ化を行ったところ、4カテゴリに分類された(図3-1)。

まず、地域特性の分類は以下のとおりである。

(1) 都市部、人口密度高グループ(カテゴリA)

都市部であり、1キロ平方メートルあたりの人口密度が極めて高く(5千人以上)、高齢化率は20%以下、事業実施場所までのアクセスも良い地域である。

これらの地域の多くの場合、大都市が多く、東京、横浜、名古屋、大阪など大都市中心部はこの地域にあてはまる。関東、近畿の一部に多い傾向がある。

(2) 平野(盆地)、沿岸部グループ(カテゴリB)

盆地も含む平野部や沿岸部であり、1キロ平方メートルあたりの人口密度は5,000人以下、降雪はあるが生活に支障をきたさない程度で、高齢化率は20~30%、事業実施事業所までのアクセスはあまり良くない地域である。

地域では、九州沖縄、北陸、四国、甲信越、東北の一部の地域に多い傾向がある。

(3) 山間(山岳)離島部、高齢化率高グループ(カテゴリC)

離島や山間(山岳)部であり、1キロ平方メートルあたりの人口密度は100人以下ときわめて低く、雪は生活に支障の無い程度もしくは降らない、高齢化率は30%以上、事業実施事業所までのアクセスは極めて悪い地域である。

地域では、北海道や中国地方、東北の一部の地域に多い傾向がある。

(4) 山間(山岳)離島部、高齢化率高、豪雪グループ(カテゴリC')

離島や山間(山岳)部であり、1キロ平方メートルあたりの人口密度は100人以下ときわめて低く、豪雪地域、高齢化率は30%以上、事業実施事業所までのアクセスは極めて悪い地域である。

地域では、北海道や中国地方、東北の一部の地域に多い傾向がある。

2) 地域特性別に見た介護予防事業等の実施状況の特徴

地域特性分類を行ったうえで、その地域ごとの介護予防事業(特定高齢者・一般高齢

者施策)、介護予防活動支援事業、地域介護予防活動支援事業、制度外の自主事業それぞれの実施状況を比較した。

介護予防事業等の抽出は、提供された事例の内容から分類して既存の事業内容に当てはめてカウントした。

なお、地域特性分類は、対応分析の結果に10地域を当てはめ、もっともあてはまると考えられるカテゴリに振り分けたため、一部該当しない地域が存在することがある。したがってここでは予備的カテゴリと称した。

※予備的カテゴリ

カテゴリ A 関東、近畿地域

カテゴリ B 九州沖縄、北陸、四国、甲信越、東海地域

カテゴリ C 北海道、中国、東北地域

(1) 介護予防事業の実施状況比較

介護予防6事業の実施状況を予備的3カテゴリで比較をした。予備的カテゴリを独立変数としてクロス集計後、 χ^2 検定を行いそれぞれの差の有意性の検定を行った。なお、カテゴリCは、本来「C」、「C[′]」と分類されており、近似カテゴリで分離すべきであるが、今回は便宜的に同一グループとみなし分析を行った。

結果、運動機能向上で、カテゴリCが他の地域よりも実施率について有意に高い($p < .05$ $\chi^2=6.27$) (表3-1)、口腔機能向上では、カテゴリBが他の地域より有意に低いことが明らかになった($p < .05$ $\chi^2=6.49$) (表3-2)。

カテゴリCの運動機能向上の実施率の高さは、他地域より高齢化率の高く、人口密度も低く、交通の便が不便であるが、ゆえに住民や行政の問題意識や切迫性の高さが影響していることが考えられる。地域特性のネガティブ因子は、住民自身の共同性を高め、防御規制としての行動を起こす動因として働いていることが推察された。

カテゴリBが他地域より口腔機能向上の実施率が低さについては地域特性との因果関係は明らかにすることが困難である。より詳細な地域の設定が必要なのか、もしくは具体的な事例による分析が必要である。

(2) 介護予防普及啓発事業の実施状況比較

介護予防普及啓発事業の実施状況を予備的3カテゴリで比較をした。予備的カテゴリを独立変数としてクロス集計後、 χ^2 検定を行いそれぞれの差の有意性の検定を行った。

結果、その他の活動の実施率が、カテゴリAが有意に低いことが明らかになった($p < .05$ $\chi^2=6.49$) (表3-11)。

カテゴリAは都市部であり、対象とする高齢者もしくは、地域住民の多さが要因で

あることが考えられる。また、活動普及啓発事業の不足はどの地域も同様である。いずれの項目も実施率が低い。活動普及啓発事業が効果的に展開されることは、介護予防活動の地域への浸透度に影響を及ぼす。啓発、広報等の対象を高齢者だけでなく、広い世代に向けて、教育的アプローチを開発することは課題である。

(3) 地域介護予防活動支援事業

地域介護予防活動支援事業の実施状況を予備的3カテゴリで比較をした。予備的カテゴリを独立変数としてクロス集計後、 χ^2 検定を行いそれぞれの差の有意性の検定を行った。

結果、ボランティア・サポーター養成、地域活動の組織・育成、地域介護予防事業その他、それぞれの実施率において有意な差は認められなかった(表3-12~14)。

(4) 制度外の自主事業

制度外の自主財源による介護予防関連事業の実施状況を予備的3カテゴリで比較をした。予備的カテゴリを独立変数としてクロス集計後、 χ^2 検定を行いそれぞれの差の有意性の検定を行った。

結果、講習会の実施はカテゴリBの実施率が他の地域より高く($p < .05$ $\chi^2 = 6.14$) (表3-27)、サロン活動は、カテゴリAが他の地域より他の地域より大きく実施率が低く($p < .01$ $\chi^2 = 11.65$) (表3-29)、認知症サポーター養成は、カテゴリAが他の地域より実施率が高い傾向($p < .10$ $\chi^2 = 4.80$) (表3-21)が明らかになった。

自主事業の実施はその地域の特性が現れやすい。都市部の課題として既存のコミュニティを活用して実施するサロン活動は実施しづらいが、認知症サポーターのような新たな取り組みや、ボランティアの要素を含む社会貢献、地域づくりは好まれ、実施しやすいことが示唆された。一方で、カテゴリCに該当する、山間部や離島で、交通アクセスの悪い地域の場合は、過疎により既存の組織が崩壊し、根本的なインフォーマルサービス不足により新たな活動展開も難しいことが予想される。介護予防と地域づくり、地域の見直しのロールモデルの必要性が推察できた。また、カテゴリBのような、人口密度も一定程度はあり、サービスもある程度望める地域は、講習会の開催などの事業を実施しやすい傾向がうかがえた。

図3-1 地域特性分類のための対応分析の結果

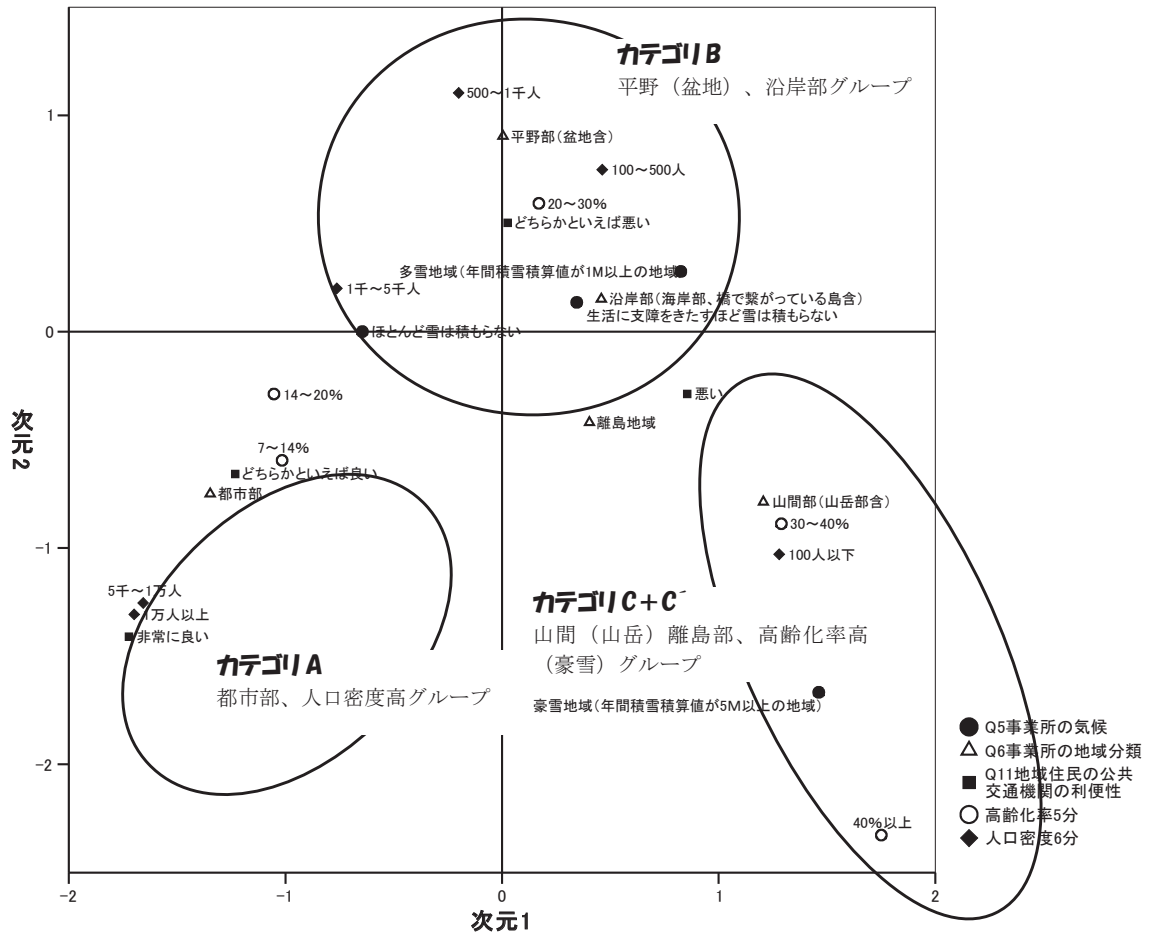


表 3-1 地域特性カテゴリ×介護予防事業（運動機能向上）の実施

			Nq16-1 運動機能向上		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	270 56.5%	208 43.5%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	276 54.3%	232 45.7%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	195 48.3%	209 51.7%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	741 53.3%	649 46.7%	1,390 100.0%

($p < .05 \chi^2 = 6.27$)

表 3-2 地域特性カテゴリ×介護予防事業（栄養改善）の実施

			Nq16-2 栄養改善		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	349 73.0%	129 27.0%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	400 78.7%	108 21.3%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	301 74.5%	103 25.5%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,050 75.5%	340 24.5%	1,390 100.0%

($p < .05 \chi^2 = 6.49$)

表 3-3 地域特性カテゴリ×介護予防事業（口腔機能向上）の実施

			Nq16-3 口腔機能向上		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	325 68.0%	153 32.0%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	374 73.6%	134 26.4%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	268 66.3%	136 33.7%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	967 69.6%	423 30.4%	1,390 100.0%

(n.s. $\chi^2 = 4.70$)

表3-4 地域特性カテゴリ×介護予防事業（閉じこもり予防）の実施

			Nq16-4 閉じこもり予防		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリA	度数 カテゴリ3分類の%	413 86.4%	65 13.6%	478 100.0%
	カテゴリB	度数 カテゴリ3分類の%	433 85.2%	75 14.8%	508 100.0%
	カテゴリC+C'	度数 カテゴリ3分類の%	340 84.2%	64 15.8%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,186 85.3%	204 14.7%	1,390 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .88$)

表3-5 地域特性カテゴリ×介護予防事業（認知症予防）の実施

			Nq16-5 認知症予防		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリA	度数 カテゴリ3分類の%	423 88.5%	55 11.5%	478 100.0%
	カテゴリB	度数 カテゴリ3分類の%	447 88.0%	61 12.0%	508 100.0%
	カテゴリC+C'	度数 カテゴリ3分類の%	347 85.9%	57 14.1%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,217 87.6%	173 12.4%	1,390 100.0%

(n.s. $\chi^2 = 1.56$)

表3-6 地域特性カテゴリ×介護予防事業（うつ予防）の実施

			Nq16-6 うつ予防		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリA	度数 カテゴリ3分類の%	435 91.0%	43 9.0%	478 100.0%
	カテゴリB	度数 カテゴリ3分類の%	465 91.5%	43 8.5%	508 100.0%
	カテゴリC+C'	度数 カテゴリ3分類の%	363 89.9%	41 10.1%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,263 90.9%	127 9.1%	1,390 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .78$)

表 3-7 地域特性カテゴリ×介護予防事業（その他）の実施

			Nq16-7 その他		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	473 99.0%	5 1.0%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	505 99.4%	3 .6%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	400 99.0%	4 1.0%	404 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,378 99.1%	12 .9%	1,390 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .70$)

表 3-8 地域特性カテゴリ×介護予防普及啓発事業（パンフレットの作成）の実施

			Nq17-1 パンフレットの作成		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	440 91.9%	39 8.1%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	471 93.6%	32 6.4%	503 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	378 94.3%	23 5.7%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,289 93.2%	94 6.8%	1,383 100.0%

(n.s. $\chi^2 = 2.23$)

表 3-9 地域特性カテゴリ×介護予防普及啓発事業（講演会）の実施

			Nq17-2 講演会		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	403 84.1%	76 15.9%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	428 85.3%	74 14.7%	502 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	343 85.5%	58 14.5%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,174 84.9%	208 15.1%	1,382 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .39$)

表3-10 地域特性カテゴリ×介護予防普及啓発事業（研修会）の実施

			Nq17-3 研修会		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	444 92.7%	35 7.3%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	448 89.2%	54 10.8%	502 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	370 92.3%	31 7.7%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,262 91.3%	120 8.7%	1,382 100.0%

(n.s. $\chi^2=4.32$)

表3-11 地域特性カテゴリ×介護予防普及啓発事業（その他）の実施

			Nq17-4 介護予防支援事業その他		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	379 79.1%	100 20.9%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	368 73.3%	134 26.7%	502 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	290 72.3%	111 27.7%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,037 75.0%	345 25.0%	1,382 100.0%

(p < .05 $\chi^2=6.49$)

表3-12 地域特性カテゴリ×地域介護予防活動支援事業（ボランティア・サポーター養成）の実施

			Nq17-5 ボランティア・サポーター養成		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	425 88.9%	53 11.1%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	456 90.8%	46 9.2%	502 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	354 88.3%	47 11.7%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,235 89.4%	146 10.6%	1,381 100.0%

(n.s. $\chi^2=1.74$)

表 3-13 地域特性カテゴリ×地域介護予防活動支援事業（地域活動の組織、育成）の実施

			Nq17-6 地域活動の組織、育成		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	427 89.3%	51 10.7%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	448 89.2%	54 10.8%	502 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	353 88.0%	48 12.0%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,228 88.9%	153 11.1%	1,381 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .45$)

表 3-14 地域特性カテゴリ×地域介護予防活動支援事業（その他）の実施

			Nq17-7 地域介護予防事業その他		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	450 94.1%	28 5.9%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	476 94.8%	26 5.2%	502 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	373 93.0%	28 7.0%	401 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,299 94.1%	82 5.9%	1,381 100.0%

(n.s. $\chi^2 = 1.30$)

表 3-15 地域特性カテゴリ×自主事業（未実施）の実施

			Nq18-1 未実施		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	106 22.3%	370 77.7%	476 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	112 22.1%	395 77.9%	507 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	87 21.6%	315 78.4%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	305 22.0%	1,080 78.0%	1,385 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .05$)

表3-16 地域特性カテゴリ×自主事業（お茶会）の実施

			Nq18-2 お茶会		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	471 98.3%	8 1.7%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	504 99.2%	4 .8%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	400 99.5%	2 .5%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,375 99.0%	14 1.0%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=3.40$)

表3-17 地域特性カテゴリ×自主事業（食事サービス）の実施

			Nq18-3 食事サービス		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	475 99.2%	4 .8%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	506 99.6%	2 .4%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	698 99.0%	4 1.0%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,379 99.3%	10 .7%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=1.21$)

表3-18 地域特性カテゴリ×自主事業（認知症予防）の実施

			Nq18-4 認知症予防		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	454 94.8%	25 5.2%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	476 93.7%	32 6.3%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	381 94.8%	21 5.2%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,311 94.4%	78 5.6%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=.70$)

表 3-19 地域特性カテゴリ×自主事業（住民啓発）の実施

			Nq18-5 住民啓発		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	478 99.8%	1 .2%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	503 99.2%	4 .8%	507 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	399 99.3%	3 .7%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,380 99.4%	8 .6%	1,388 100.0%

(n.s. $\chi^2=1.73$)

表 3-20 地域特性カテゴリ×自主事業（介護予防）の実施

			Nq18-6 介護予防		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	423 88.3%	56 11.7%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	461 90.7%	47 9.3%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	358 89.1%	44 10.9%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,242 89.4%	147 10.6%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=1.62$)

表 3-21 地域特性カテゴリ×自主事業（認知症サポーター）の実施

			Nq18-7 認知症サポーター養成		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	454 94.8%	25 5.2%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	495 97.4%	13 2.6%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	384 95.5%	18 4.5%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,333 96.0%	56 4.0%	1,389 100.0%

($p < .10$ $\chi^2=4.80$)

表3-22 地域特性カテゴリ×自主事業（家族会）の実施

			Nq18-8 家族会		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリA	度数 カテゴリ3分類の%	469 97.9%	10 2.1%	479 100.0%
	カテゴリB	度数 カテゴリ3分類の%	495 97.4%	13 2.6%	508 100.0%
	カテゴリC+C'	度数 カテゴリ3分類の%	399 99.3%	3 .7%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,363 98.1%	26 1.9%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=4.20$)

表3-23 地域特性カテゴリ×自主事業（地域包括支援センターPR）の実施

			Nq18-9 地域包括支援センターPR		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリA	度数 カテゴリ3分類の%	478 99.8%	1 .2%	479 100.0%
	カテゴリB	度数 カテゴリ3分類の%	507 99.8%	1 .2%	508 100.0%
	カテゴリC+C'	度数 カテゴリ3分類の%	401 99.8%	1 .2%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,386 99.8%	3 .2%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=.30$)

表3-24 地域特性カテゴリ×自主事業（関係団体との連携）の実施

			Nq18-10 関係団体との連携		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリA	度数 カテゴリ3分類の%	477 99.6%	2 .4%	479 100.0%
	カテゴリB	度数 カテゴリ3分類の%	506 99.6%	2 .4%	508 100.0%
	カテゴリC+C'	度数 カテゴリ3分類の%	401 99.8%	1 .2%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,384 99.6%	5 .4%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=.19$)

表 3-25 地域特性カテゴリ×自主事業（在宅支援）の実施

			Nq18-11 在宅支援		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	471 98.3%	8 1.7%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	499 98.2%	9 1.8%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	398 99.0%	4 1.0%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,368 98.5%	21 1.5%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=1.03$)

表 3-26 地域特性カテゴリ×自主事業（情報提供）の実施

			Nq18-12 情報提供		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	478 99.8%	1 .2%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	506 99.6%	2 .4%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	401 99.8%	1 .2%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,385 99.7%	4 .3%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2 = .32$)

表 3-27 地域特性カテゴリ×自主事業（その他の講習会）の実施

			Nq18-13 その他の講習会		合計
			非実施	実施	
カテゴリ 3 分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ 3 分類の%	470 98.1%	9 1.9%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ 3 分類の%	491 96.7%	17 3.3%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ 3 分類の%	398 99.0%	4 1.0%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ 3 分類の%	1,359 97.8%	30 2.2%	1,389 100.0%

($p < .05$ $\chi^2=6.14$)

表3-28 地域特性カテゴリ×自主事業（ボランティア派遣）の実施

			Nq18-14 ボランティア派遣		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	474 99.0%	5 1.0%	479 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	507 99.8%	1 .2%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	400 99.5%	2 .5%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,381 99.4%	8 .6%	1,389 100.0%

(n.s. $\chi^2=3.14$)

表3-29 地域特性カテゴリ×自主事業（サロン活動）の実施

			Nq18-15 サロン活動		合計
			非実施	実施	
カテゴリ3分類	カテゴリ A	度数 カテゴリ3分類の%	475 99.4%	3 .6%	478 100.0%
	カテゴリ B	度数 カテゴリ3分類の%	488 96.1%	20 3.9%	508 100.0%
	カテゴリ C + C'	度数 カテゴリ3分類の%	392 97.5%	10 2.5%	402 100.0%
合計		度数 カテゴリ3分類の%	1,355 97.6%	33 2.4%	1,388 100.0%

($p < .01$ $\chi^2=11.65$)

V 研究4 地域特性に応じた認知症・介護予防活動支援ツールの開発

1. 目的

地域特性として特徴的な4地域を対象に、既存の活動を直接住民から拡散的に収集する方法を検証し、さらに1地域でその後の具体的展開方法をモデル的に試行し検証した。また、継続的活動がすでに展開されている地域のヒアリングをもとに地域特性カテゴリ後の活動支援ツール開発を目的とした。

2. 方法

1) 活動支援ツールの検証

地域活動情報収集の対象は、高知県須崎市、高知県香南市、福島県西郷村、愛媛県八幡浜市の4地域の住民を対象に実施した。

高知県須崎市	人口25,890人	高齢化率28.76%	人口密度191.13人 /km ²
高知県香南市	人口33,790人	高齢化率25.63%	人口密度262人 /km ²
福島県西郷村	人口19,624人	高齢化率17.19%	人口密度102.04人 /km ²
愛媛県八幡浜市	人口39,061人	高齢化率29.53%	人口密度294人 /km ²

対象者の選定は、担当福祉課と地域包括支援センターに協力を依頼し、地域の内情に詳しく行事等に積極的に参加している65歳以上の地域在住の高齢者の招集の依頼をし計70名の参加者であった（高知県須崎市28名、高知県香南市18名、福島県西郷村10名、愛媛県八幡浜市12名）。対象者には、研究の趣旨ならびに本研究で得た情報の使用に関する制限および倫理的配慮事項を口頭で説明し同意を確認した上で実施した。

期間は、平成20年9月から12月に各地域で実施した。

情報収集の実施手続きは「かいご予防座談会」という名称でグループディスカッションを各地域で行い意見を付箋紙に記入する拡散的な意見収集法を用いた。グループの構成は、5～6名を1グループとして無作為に事前にグループ化した。また、参加者の多い、愛媛県八幡浜市については2回に分けて実施した。グループディスカッションの進行には、事前に作成した進行表ならびにファシリテーターマニュアルを用いて進行を行った。

質問項目は、地域で潜在化した高齢者の活動や継続可能な活動を明らかにすることを目的に1)「現在個人で行っている活動」2)「グループで行っている活動」3)「担える役割」4)「実施上支援が必要なこと」の4項目について聞いた。

愛媛県八幡浜市については、昨年度「かいご予防座談会」を実施していることから、今年度は抽出後の具体的活動を示す方法として試行的に、「かいご予防マップ」の作成を試みた。

2) 継続的活動のヒアリング

介護予防プログラム終了後も継続的に活動が展開されている地域のヒアリングを行った。対象は、広島県広島市南区大州地域包括支援センターの活動である。

広島市南区	人口138,059人	高齢化率18.2%	人口密度1,264.71人/km ²
-------	------------	-----------	-------------------------------

期間は、平成20年10月。対象者は、大州地域包括支援センター職員2名から聞き取り調査を実施し、実際の活動を観察した。

3. 結果

ワークショップ型介護予防教育プログラム普及に向けた、既に実施している住民の日常生活での健康維持増進のための活動や介護予防活動の地域性を把握することを目的とし、介護予防活動支援ツール試案を全国3箇所を実施、ヒアリング1ヶ所を行った。また、1箇所では、今年度開発した診断から実施にいたる住民主体となる具体的展開方法をモデル的に実施した。

1) 介護予防活動支援ツールの普及方法検証

(1) 福島県西郷村

①村の基本情報

面積 192.32km² 人口密度 102.04人 /km²
人口 19,624人 高齢者人口3,374人 高齢化率 17.19%

②地域の概要

全国で4番目に人口が多い村である。

栃木県との県境でもある那須連峰の三本槍岳が村の西にあり、村全域が阿武隈川の上流域にあたる。村の北側には白河布引山があり広大な陸上自衛隊演習場及び羽鳥湖高原に連なる。都市部からの交通のアクセスは良く、新幹線の新白河駅、白河インターチェンジは村内にある。

産業は精密機械や半導体の大規模な工場があり、農業はしいたけや、馬鈴薯などが盛んに作られている。

③日時

平成20年12月17日 13:30~15:30

④場所

西郷村 米農林漁家婦人活動促進施設

⑤対象者

10名 西郷村の自治会所属の近隣住民（全員女性）

⑥ファシリテーター

4名（1グループ2名）

⑦手順

5名ずつの2グループ作成し、それぞれにテーマについて付箋紙を用いた拡散的手法を用いてディスカッションを行った。日ごろの自身の生活の中で健康のために実際に実施している活動や活動希望について順に聞いた。

⑧活用方法

平成19年度老人保健増進等事業「地域に根ざした認知症および介護予防教育の普及と予防的介入効果の検証に関する研究」の成果物である活動支援ツールの具体的活動項目に追加する。

⑨抽出された意見

項目	数
個人で実施している活動	51
多人数、グループで実施している活動	17
担える役割	11
行政等に支援して欲しいこと	5

(2) 高知県香南市

①基本情報

面積126.51km² 人口密度262人 /km²

人口33,790人 高齢者人口8,749人 高齢化率25.63%

②地域の概要

2006年（平成18年）3月1日、香美郡の赤岡町、香我美町、野市町、夜須町、吉川村が合併（新設合併）して誕生した。気候は、南海型の気候区分に属し、温暖な気候に加え、年間降水量は県下でも少ない地域となっている。この地域では温暖で雨が少ない気候を利用して、古くから野菜の早出し栽培に取り組み、ハウス栽培を中心とした野菜園芸が発展している。

③日時

平成21年2月4日 14:00～15:30

④場所

香南市内地区公民館

⑤参加者

いきいきサロン参加者18名（男性4名、女性14名）

⑥ファシリテーター

4名（1グループ2名）

⑦実施手順

*他の地域よりもグループメンバーが多いため多人数用の方法を用いた。

1. 3グループに分ける（1グループ10名程度）
2. アイスブレイク（風船を使用）
 - ルール
 - 1) 風船を触った人が野菜の名前を言う
 - 2) 同じ名前の野菜を言わない
 - 3) 落してはいけない
 - 4) 片手しか使わない
 - *競うわけではないので、ルールを厳密には行わない
 - *ファシリテーターが中に入りボールが参加者に均等に回るように配慮する
 - *時間は10分程度（場合によってはテーマが動物の名前でもよい）
3. ワークショップ（付箋紙、風船使用）
 - ルール
 - 1) 風船を持った人が話す
 - 2) 隣の人に順に渡していく
 - 3) 一回につき一言
 - 4) 自由奔放
 - 5) 質より量
 - 6) ファシリテーターは必ず相槌を
 - テーマ）ひとりでやっていること、みんなで行っていること、担える役割支援を望むこと
 - *記録者は、参加者の発言を要約し付箋に記入しボードに貼り付ける。

⑧活用方法

平成19年度老人保健増進等事業「地域に根ざした認知症および介護予防教育の普及と予防的介入効果の検証に関する研究」の成果物である活動支援ツールの具体的な活動項目に追加する。

⑨抽出された意見数

項 目	数
個人で実施している活動	55
多人数、グループで実施している活動	22
担える役割	9
行政等に支援して欲しいこと	22

(3) 高知県須崎市

①基本情報

面積135.46km² 人口密度191.13人 /km²
人口25,890人 高齢者人口7,447人 高齢化率28.76%

②地域の概要

高知県の中部に位置し、太平洋に面する市である。農業や漁業、石灰工場が産業の中心となっている地域である。市内を流れる新荘川にはニホンカワウソが生息している痕跡が近年まで報告されており、市民憲章には「のこそう かわうそのまち すさき」と謳われている。また「須崎市ニホンカワウソ保護基金条例」を制定し市を挙げてニホンカワウソの住める環境整備に取り組んでいる。

③日時

平成21年2月4日 14:00～15:30

④場所

須崎市内地区公民館

⑤参加者

老人クラブ会員28名（男性6名、女性22名）

⑥ファシリテーター

6名（1グループ2名で3グループ作成）

⑦実施手順

香南市と同様の方法で実施

⑧活用方法

平成19年度老人保健増進等事業「地域に根ざした認知症および介護予防教育の普及と予防的介入効果の検証に関する研究」の成果物である活動支援ツールの具体的な活動項目に追加する。

⑨抽出された意見数

項目	数
個人で実施している活動	91
多人数、グループで実施している活動	52
担える役割	19
行政等に支援して欲しいこと	19

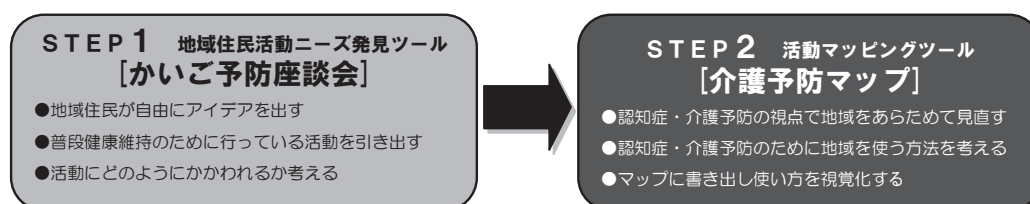
2) 介護予防活動支援ツールの発展的手法（介護予防マップ）の検証

意見抽出後に具体的活動に繋げるための住民参加方法として、モデル地域で発展的手法の検証を行った。介護予防活動支援ツールは、地域住民活動ニーズ発見プログラム「かいご予防座談会」と地域活動実践マッピングプログラム「かいご予防マップ」の2つを

併せて介護予防活動支援ツールと称した。

(1) 介護予防活動支援ツールの目的

本ツール作成の目的は、住民の活動を引き出し、それを地図に書き出し、既存の地域共同体の機能を活用するという視点を住民を対象に養成することである。また、地域住民の意見やアイデアを出し合うことにより、地域住民の心身の健康維持や保健・福祉・医療の向上のための教育的効果をもたらすことを目指している。



(2) プログラム実施の期待される効果

- ・視覚化することで地域を見直すきっかけとなり、活動意欲が向上する。
- ・認知症予防、介護予防、閉じこもり予防、うつ予防マップを住民が中心となり作成することによって参加意識や意欲が高まる。

(3) 介護予防マップ作成の基本的展開方法

1. プログラム参加者の選定
地域の民生委員、保健推進委員、自治会の役員など地域の実情に詳しい人で、男女それぞれ入っていた方が良い。
2. 参加者の人数
地図一枚につき10名以内
ファシリテーターは各グループ1名～2名
記録係は1名
3. 必要物品
地域の白地図（拡大コピー）、付箋紙（小）、ボールペン、記録用紙
4. 進め方
 - 1) 白地図を掲示し、認知症や閉じこもり予防、介護予防、健康づくりに役立つと思われる活動場所に、内容を付箋紙で記述し貼り付ける。（40分）
 - 2) 貼り付けた内容の詳細を記録係が別紙に記録する。（同時）
 - 3) 地図を見て活用方法を参加者と検討する。
 - 4) 完成したものは後日まとめた後もう一度集まってもらうよう約束する。
 - 5) 完成版は簡略化した地図であり、確認後修正し最終的に地域包括支援センター等介護予防事業実施事業所が在宅プログラムや地域支援事業として活用する。

（4）実践事例（八幡浜市）

①地域の概要

愛媛県の南西部に位置し、四国一の規模を誇る魚市場をもつ市である。天然の良港として古くから栄えてきた。平地が極めて乏しく、傾斜地は柑橘類の園地として利用されている。交通は、平地に乏しいことから交通が集中し、市街地が密集し拡幅整備も困難であり渋滞問題がある。

市区町村人口	39,061人
面積	132.98km ²
人口密度	294人／km ²
高齢者人口 （高齢化率）	12,187人（29.53%）

②介護予防マップの作成

平成19年に八幡浜市の2箇所地域住民約35名を対象に「かいご予防座談会」を実施し、地域住民の活動ニーズの把握を行った。平成20年度は、住民主体で具体的な地域での活動方法を検討することを目的に「介護予防マップ」作成を行った（写真および表4-1参照）。

実施方法の詳細は以下のとおりであった。

1. 参加者の属性と周知方法

参加者は、松蔭校区内民生委員12名（4名は地区社協役員兼務、1名は公民館主事兼務）、見守り推進員10名、サロン世話人6名であった。周知方法は「かいご予防座談会」参加者へ訪問し、参加依頼と担当者の顔見知りへの電話及び訪問参加依頼により行った。

2. ファシリテーター

マップ作成の運営を行うファシリテーターは、社会福祉協議会職員の指導員1名、地域包括支援センター職員保健師、社会福祉士、看護師各1名、保健センター保健師2名であった。

ファシリテーターの役割は、1つのマップ作成に3名配置した。内訳は、マッピング作業の手伝い2名、マッピングされた内容の詳細を別紙に記録1名である。

3. 会場

会場は地域の公民館会議室を使用した。

4. 具体的な展開方法

時間配分及び内容は以下のとおりであった。

13：30～13：40 実施についての説明

13：40～14：15 予防マッピング作業

①2グループに分かれ白地図に付箋を付ける

②詳細は別紙（取扱説明書）に記載

14：15～14：50 活用方法とこれからの展開について

①どのように、どこで活用すればよいか

②多くの人に知ってもらうためには

③次回集まる時期

参加住民が提案した今後の活用方法は以下のとおりであった。

- ・人通りの多いところに貼る
- ・サロンで配布
- ・市、社協、公民館の広報に入れる
- ・ヘルパー、民生委員、見守り支援員の方が知り使う
- ・住民一人ひとりが閉じこもりの人を誘い出すときに使う

参加住民が考える作成するマップイメージは以下のとおりである。

- ・大きな字で見やすくしたい
- ・カラーがよい



(作成した介護予防マップ)



(介護予防マップ作成の対象となった地域白地図)

表4-1 かいご予防マップ作成の際に使用した詳細記入表

番号	場所	目的や内容	利用する時	備考 (利用者の条件等)
1	【記入例】 その1 新町ドーム	買い物時の休憩や、 待ち合わせ。	随時・行事開催時 定期（頻度）	夏は風通しよいが、 冬は寒い だれでも、いつでも 使えるが、机の上 が不潔なことあり
2	その2 松蔭公民館	童謡の会（童謡を歌 う）	随時・行事開催時 定期（毎月2、4金曜）	
1			随時 行事開催時 定期 （）	
2			随時 行事開催時 定期 （）	
3			随時 行事開催時 定期 （）	
4			随時 行事開催時 定期 （）	
5			随時 行事開催時 定期 （）	
6			随時 行事開催時 定期 （）	
7			随時 行事開催時 定期 （）	
8			随時 行事開催時 定期 （）	
9			随時 行事開催時 定期 （）	
10			随時 行事開催時 定期 （）	

3) 継続性に向けた先駆的地域のヒアリング（広島県広島市大洲地区）

介護予防活動は、継続することにより意図する効果をもたらす。本項においては、一般高齢者向けの介護予防事業修了後も組織化され継続的に地域の中で、地域包括支援センターが支援をしながら継続されている事例についてヒアリングを行った。

期間は、平成20年12月に、活動場所に訪問した。対象者は、地域包括支援センター担当職員2名と参加者であった。

事例の概要

保健センターが実施した当該地域の住民を対象にした全4回の介護予防講座を実施、その後、地域包括支援センターの介護予防活動地域支援事業に繋ぎ、地域包括支援センターが活動支援を行い、介護予防活動が定着した事例。現在定着後1年経過。活動内容はあくまで住民主導で行われている。

1. 実施場所

青崎公民館 会議室

2. 実施主体

大洲地域包括支援センター

3. 事業名

介護予防活動支援事業

4. 運営スタッフ

保健師1名（女性） ケアマネ1名（男性）

5. 開催曜日と時間

第1、第2金曜日 10:00~12:00

6. 内容

スローなラジオ体操 10分

ボールを使ったエクササイズ 30分

お茶を飲みながら漢字テストやクイズ、折り紙など 40分

次回の打ち合わせ（地域包括支援センターからの提言）意見のすり合わせ 10分

「体操50+コミュニケーション50=継続100」の法則

※基本構造として、半分は地域包括所属保健師からの軽運動の提供、指導で、半分は親睦を図るための活動や知的活動とする。

7. 成功のポイント

- ① 予防を前面に出さない→自分たちは予防の対象だと本気では考えていない
- ② 強い強度の運動はしない→強度負荷の運動希望者は別の団体で行う
- ③ 活動は住民が決めるように仕向ける→半官半民の姿勢、地域包括支援センターは情報提供や選択肢提示に努める
- ④ 参加者に社会的意義を持たせる→外出しないまたは出来ない人を外へ連れ出すことが目標
- ⑤ リーダーは作らない→「世話焼き係」1人ではなく複数人必要（サブリーダーを多く作る）
- ⑥ この段階の活動では、地域包括支援センターは必ず入るようにする→関係をつなぐ人、調整役が必要
- ⑦ 町内会レベルは任せる→全ては出来ない。できる範囲をしっかりとやる「介護予防は地域教育である」

- 一段階 保健センターが各地域の地域包括支援センター管轄地域で介護予防教室
講師は保健センターと当該地域包括支援センター
頻度は月1回。全4回。内容は介護予防の基本を行った後、軽運動とGWを組み合わせたスタイルで継続できるようにする
- 二段階 地域包括支援センターが住民を支援する。実施は中学校区で主体的に参加する住民を対象に介護予防活動を継続する支援。
頻度は月2回。内容は軽運動とコミュニケーション・知的活動を組み合わせる。必ず次回の予定を参加者で決める時間を作る。
地域包括支援センター職員は、選択肢を提示する役割。
- 三段階 小学校区、町内会レベルで住民が主導で伝達する。
このレベルでは意識付けることが大切である。必要なのは、地域の既存サークルの提示や自宅でできる軽運動の解説があるパンフなど啓発効果のある内容

4. 考察

特定高齢者を対象とした介護予防サービスをアセスメントする際に「セルフケア」の視点が求められる。一定期間継続することで効果が表れる身体機能の維持向上をめざした介護予防活動は、本人の意欲が何よりも重要な要素となる。介護予防サービス提供者は地域住民の介護予防サービスの継続性と自発性を支援するために、住民が実際に在住する地域の中で介護予防に係わる潜在的に行われているインフォーマルな活動を抽出し顕在化を図ったうえで、その活動を地域で実施される予防活動として計画されることが望ましい。

そこで本研究では、高齢者自身が主体的にプログラムを考え、その地域や施設・事業所の実情に合った認知症・介護予防サービスやケアを開発するために必要な情報収集を行い、具体的な活動を検討することを目的として、地域在住高齢者の潜在的な活動ニーズの抽出およびその構成要素の分析を行った。

3地域で実施した活動支援ツールの検証では、多人数で展開するための演習の内容について検証した。短時間で多人数を効果的に実施するための方法を2地域で検証した。地域住民であり特に高齢者を対象とした議論において有効な方法を見出した。短い言葉でテンポよく発言を促すことによって他の方法と比較しても多くの意見を収集することができたことから、活動支援ツールの展開方法の選択として採用可能である。

活動支援ツールは、住民の活動意向を収集したうえで、介護予防プログラムに反映するための情報収集方法である。個人の身体機能などの良好な変容を求めた場合、本人の居住する地域の特徴、本人の趣味趣向が一致した際に継続的な実施により改善が期待できる。

今回の活動内容は、まず、マップにマーキングした場所について具体的にどのような活動を行うか内容を記す必要があり、マップと解説書をセットにして使えるようにする必要がある。解説書の作成に当たっては地域の取扱説明書のような位置づけとしてそれらを作成し、マップは目次として活用できるように作成することにより活用しやすいツールが作成可能となることが推察された。

マップ作りは、地域を単純化し視覚化することによって、住民自身が地域に関心をもって外出意欲を高める効果が望まれる。このことから、特に認知症予防（運動、社会活動、休息、趣味活動に関する内容）、介護予防（運動、散歩に関すること）、閉じこもり予防（喫茶店、集会所に関すること）については情報を限定し3つの活動類型を色別にするなどの工夫が必要である。また、マップには、認知症予防の予防因子や危険因子などの知識を入れるようにすることによって効果的な展開が図れるのではないかと考えられる。

継続的に実施されている、広島市南区大洲地区の展開モデルのヒアリングでは、3段階の展開が見出された。第1段階では、月1回、保健センター主導で地域包括支援センターへの指導的普及を実施、第2段階では、地域包括支援センター主導で、住民対象で月2回開催し、住民への地域での恒常化を図る。そして第3段階では、小学校区、町内会レベルで住民が実施できるよう支援する。いわゆる「地域浸透のための3段階の継続支援」を行

政ならびに地域包括支援センターが段階的に実施することにより活動の継続性が期待できるモデルが提示することができた。つまりモデルで着目すべき点は、保健所から地域包括支援センター、住民へと段階的に伝達が行われ、地域包括支援センターは、保健所から支援される側から、主体へ、そして住民支援へと役割移行の重要性を示しているところである。ただし、実施後の参加住民の変容等のアウトカムが明確に示されていない。今後は、成功の要因とそのアウトカムを明らかにし、他地域の実践に役立つデータを示す必要がある。

「地域に根ざした認知症・介護予防事業」

の事例集作成のためのアンケート

アンケートご協力をお願い

このアンケートは、皆さまの事業所で行われている地域の認知症および介護予防に関する各種取り組み事例を収集し、介護予防事業をより効果的かつ継続的に展開するための具体的な方法や新たなプログラムを開発することを目的に行っています。

皆さまから、お寄せいただいた意見をもとに、特定高齢者施策ならびに一般高齢者施策の計画作成に活用できる認知症および介護予防の各種プログラムの事例集を作成する予定です。

なお、今回お答えいただいた内容は、認知症介護研究・研修仙台センター（研究担当者：矢吹知之）で責任を持って管理し、この調査の目的以外に使用することはありません。ご不明な点は下記までご連絡下さい。

ご多忙のところ誠に恐れ入りますが、どうかご協力のほどよろしくお願いいたします。

認知症介護研究・研修仙台センター 仙台市青葉区国見ヶ丘6-149-1
TEL 022-303-7550（代表） FAX 022-303-7570
<http://www.dcnnet.gr.jp/> 担当者 矢吹、似内

—ご記入にあたってのお願い—

1. ご記入は、介護予防事業企画、立案、運営等に携わっている方がご記入ください。
2. ご回答いただいた事業所に「介護予防事例集」を年度末に送付させていただきますので、事業所名・住所をご記入ください。
3. お手数ですが、ご記入いただき同封の返信用封筒にて11月10日（月）までにご返送下さいますようお願いいたします。

事業所名	
事例集返送先 住所	

※ここは、事例集返送先の事業所名ならびに住所を記載して下さい。

皆さまの事業所や地域のことについて伺います。以下の質問にお答えください。

属性

あなたの事業所について伺います。

Q1 あなたの事業所の種別を伺います。あてはまる番号を○で囲んでください。		
1. 地域包括支援センター 2. 保健センター 3. 社会福祉協議会 4. その他		
Q2 あなたの事業所で担当する地域の人口	人	*
Q3 あなたの事業所で担当する地域の高齢者の人口	人	*

自然条件

あなたの事業所が所在する町（市町村）の自然条件について伺います。

Q4 あなたの事業所の所在地域はどちらですか。あてはまる番号を○で囲んでください。	
1.北海道 2.東北 3.関東 4.甲信越 5.北陸 6.東海 7.近畿 8.中国 9.四国 10.九州沖縄	
Q5 あなたの事業所の気候について伺います。最もあてはまる番号を○で囲んでください。	
1. ほとんど雪は積もらない 2. 生活に支障をきたすほど雪は積もらない 3. 多雪地域（年間積雪積算値が1M以上の地域） 4. 豪雪地帯（年間積雪積算値が5M以上の地域）	
Q6 地理分類について伺います。最もあてはまる番号を○で囲んでください。	
1. 都市部 2. 山間部（山岳部含） 3. 沿岸部（海岸部、橋で繋がっている島含） 4. 平野部（盆地含） 5. 離島地域	

社会条件

あなたの事業所が所在する町（市町村）について伺います。

Q7 人口	人（特別区、政令指定都市、中核都市、市、町、村）*あてはまるものに○				
Q8 高齢化率	%	*	Q9 人口密度	人(1km四方あたり)	*
Q10 あなたの事業所の管轄する地域にお住まいの高齢者が介護予防などのプログラムや事業に参加する際の主な移動手段は何ですか。主な交通手段の番号を○で囲んでください。（複数回答可）					
1. 徒歩 2. 自家用車（家族の車） 3. 自家用車（自分で運転） 4. タクシー 5. 路線バス 6. 鉄道 7. 地下鉄 8. 自転車、オートバイ 9. その他（ ）					
Q11 あなたの事業所の管轄する地域全体的にみて住民の公共交通機関の利便性はどのように感じますか？最もあてはまると思われる番号を○で囲んでください。					
1. 非常に良い 2. どちらかといえば良い 3. どちらかといえば悪い 4. 悪い					

*印の枠は記載不要です

Q12. あなたの事業所では、介護予防事業介護予防事業（特定高齢者施策・一般高齢者施策）の企画、立案、運営に携わっていますか？

最もあてはまると思われる番号を○で囲んでください。

1. 携わっている（お手数ですが以下の質問すべてにお答え下さい）
2. 携わっていない（このまま返信して頂いて結構です）
3. 今後携わる予定である（このまま返信して頂いて結構です）

Q13. あなたの事業所で行われている、介護予防事業介護予防事業（特定高齢者施策・一般高齢者施策）の企画、立案の際に困難さを感じることはありますか？

1. 非常に困難さを感じる
2. どちらかといえば困難
3. あまり困難さは感じない
4. まったく困難さを感じない

Q14. 地域支援事業における介護予防事業（特定高齢者施策）の計画の立案方法について伺います。

最もあてはまると思われる番号を○で囲んでください。

1. おもに他の自治体や事業所の内容を参考にする
2. おもに前年通り実施する
3. おもに厚生労働省のマニュアルを参考にする
4. おもに参考書や文献を参考にする
5. 地域住民の希望から選定する
6. 地域の実情を調査する
7. その他（）

Q15. 地域支援事業（特定高齢者施策）で行われている介護予防事業のプログラムは次のうち何を行っていますか？実施しているプログラム全てを○で囲んでください。

1. 運動機能向上
2. 栄養改善
3. 口腔機能向上
4. 閉じこもり予防
5. 認知症予防
6. うつ予防

Q16. 地域支援事業（特定高齢者施策）で行われている介護予防事業のプログラムにはどのような内容のものがありますか？出来るだけ具体的に教えてください。

* 1つ以上ある場合は別紙記入表にご記入ください。 **ピンクの用紙Q16別紙**

名称		*分類（ここは記入不要です）	
目的（あてはまる番号を○で囲んでください） 1.運動機能向上 2.栄養改善 3.口腔機能向上 4.閉じこもり予防 5.認知症予防 6.うつ予防			
対象者		定員	
実施期間		実施場所	
*具体的な内容（運動の内容を図示したり、展開方法、実施上の注意を具体的に記載してください。資料添付でも結構です）			
工夫した点、特徴（この活動の特徴や継続のための工夫）			
評価方法（事業内容評価の基準：プロセス評価、効果測定等）			

Q17. 地域支援事業（一般高齢者施策）で行われている介護予防事業にはどのようなものがありますか？
 できるだけ具体的に教えてください。

* 1つ以上ある場合は別紙記入表にご記入ください。 **水色の用紙Q17別紙**

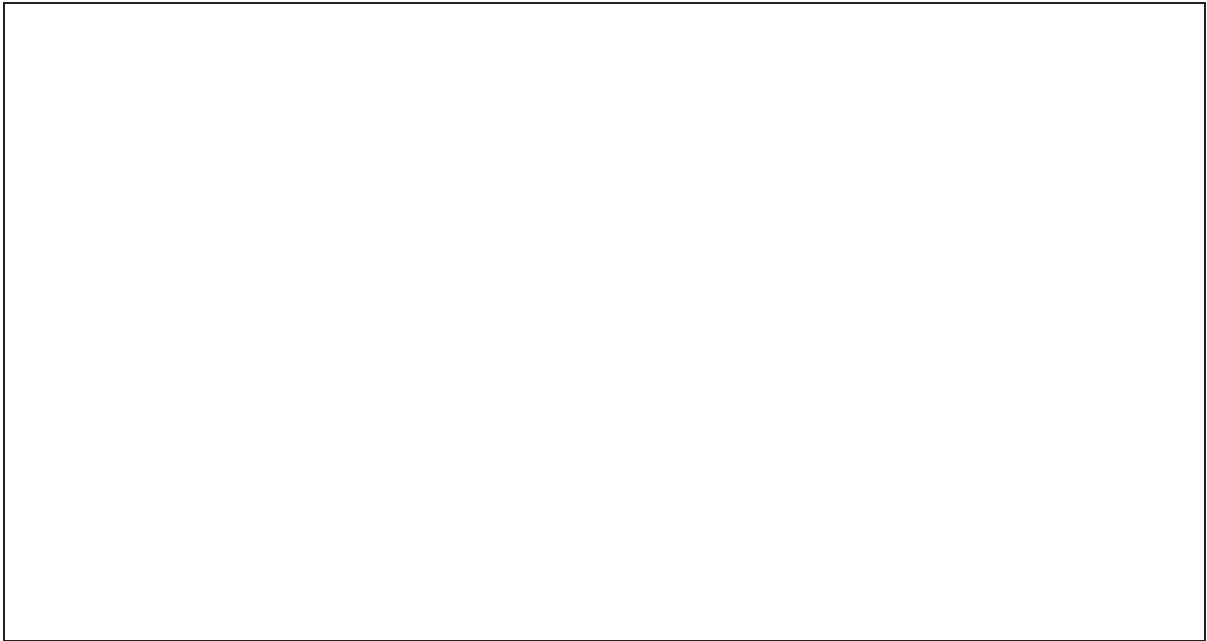
名称		*分類（ここは記入不要です）	
目的（あてはまる番号を○で囲んでください） A. 介護予防活動支援事業 1.パンフレットの作成 2.講演会 3.研修会 4.その他 B. 地域介護予防活動支援事業 1.ボランティア・ホーター育成 2.地域活動の組織,育成 3その他 4 未実施			
対象者		定員	
実施期間		実施場所	
*具体的な内容（運動の内容を図示したり、展開方法、実施上の注意を具体的に記載してください。資料添付でも結構です）			
工夫した点、特徴（この活動の特徴や継続のための工夫）			
評価方法（事業内容評価の基準：プロセス評価、効果測定等）			

Q18. 制度外の自主事業として認知症や介護予防のために実施しているものにはどのようなものがありますか？できるだけ具体的に教えてください。

* 1つ以上ある場合は別紙記入表にご記入ください。 **みどりの用紙Q18別紙**

名称		*分類（ここは記入不要です）	
目的（自由にご記入ください）			
対象者		定員	
実施期間		実施場所	
*具体的な内容（運動の内容を図示したり、展開方法、実施上の注意を具体的に記載してください。資料添付でも結構です）			
工夫した点、特徴（この活動の特徴や継続のための工夫）			
評価方法（事業内容評価の基準：プロセス評価、効果測定等）			

Q19. 地域住民の実態や特性を把握するために何が実施していることがあれば具体的に教えてください。



お忙しいところご協力ありがとうございました。

ご回答頂きました事業所様には、年度末に本調査を取りまとめました

「介護予防事例集」を送付させていただく予定です。

もう一度、事業所名と住所をご確認いただき同封の返信用封筒で返信をお願いいたします。

締め切り 平成20年11月14日（金）

平成20年度 老人保健事業報告書

**地域特性に応じた効果的な認知症
および介護予防活動促進に関する研究**

2009年3月

発行所 認知症介護研究・研修仙台センター
〒989-3201
仙台市青葉区国見ヶ丘 6 丁目 149-1
TEL 022-303-7550
FAX 022-303-7570

発行者 認知症介護研究・研修仙台センター
センター長 加藤 伸司

制作 株式会社 ホクトコーポレーション
仙台市青葉区上愛子字堀切 1-13
TEL 022-391-5661(代)
