

## P4-4 和歌山市における介護予防への取り組みを支援する為の 和歌山県理学療法士協会の活動報告 — 第一報 —

○池田 一樹(いけだ かずき)<sup>1)</sup>, 龍神 正導<sup>2)</sup>, 小林 啓晋<sup>1)</sup>, 林元 光広<sup>3)</sup>, 有田 幹雄<sup>4)</sup>

1) 角谷リハビリテーション病院 リハビリテーション科, 2) 龍神整形外科 リハビリテーション科,  
3) 訪問看護ステーションはやしもと, 4) 角谷リハビリテーション病院 循環器内科

Key word : 介護予防, 地域リハビリテーション活動支援事業, 元気高齢者増加

**【目的】**和歌山市では、介護予防事業を平成16年度より積極的に実施している。平成27年に理学療法士が介護予防事業に関与し、企画から運営を行ったモデル事業を実施したところ参加者より高い満足度が得られた。しかしながら、住民の住まいの近くに活動拠点がなくことや運営を行う人材が少ないことなど自主グループとして継続していくにあたり問題が生じていた。

このことを踏まえて和歌山市では平成28年4月より理学療法士・作業療法士・言語聴覚士らリハビリテーション専門職(以下:リハ専門職)が関与する一般介護予防事業の地域リハビリテーション活動支援事業を開始したため、7月現在の活動状況と課題について検討したので報告する。

**【方法】**活動事業は「自主グループ活動スタート応援事業 WAKAYAMA つれもて健康体操」という名称で、和歌山市地域包括支援課、市内15の地域包括支援センターとリハ専門職が連携して、自主グループの立ち上げ支援(リハ専門職による計3回の講話、体操指導、体力測定等)を計4回実施し自主グループ化を図る。

また、自主グループ化が達成されたグループ2件(49名)に対して本事業に関するアンケートを実施した。

アンケート調査の項目は大別して「この事業に参加した感想」や「体操をやってみた感想」「週1回体操を継続できそうか」「地域の助け合い活動に興味があるか」などとした。回答方法は項目によって選択式と自由記述式とした。

**【説明と同意】**自主グループ活動の参加者には書面と口頭にて、本事業活動を外部に報告する旨を伝え同意を得ている。

**【結果】**平成28年7月14日現在、本事業の依頼件数は23件であり、事前会議は16件、講話と運動機能測定は10件実施している。また現在の参加者総数は230人(男性20名、女性210名)である。参加者の平均年齢は73.42歳であった。現在自主グループ化している拠点は6拠点である。

アンケート回収率は100%(49/49名)であった。各項目の結果を次に示す。

まず、本事業の満足度の結果として「満足」が80%(39/49名)、「ふつう」が20%(10/49名)であった。自由記述式の回答として「自分一人では体操なんてしないが顔なじみの方々と一緒だと続けられそう」、「今まで個人で無理してやっていたが今回は楽しく続けられそう」という意見を得た。「体操をやってみた感想」として「ちょうど良かった」が76%(37/49名)、「難しい」が8%(4/49名)、「簡単だった」

が16%(8/49名)であった。体操の参加継続に関する質問に関しては「続けていける」が84%(41/49名)、「分からない」が12%(6/49名)、「難しい」が4%(2/49名)であった。自由記述式の回答として「難しいが続けていきたい」、「自分では続けていきたいと思うが体がついていくかが不安」という意見を得た。地域の助け合い活動に対する興味については「興味がある」が76%(37/49名)、「どちらでもない」が24%(12/49名)であった。

**【考察】**和歌山県では65歳以上の高齢者人口は約11万人であり、要支援・要介護認定率、介護保険料も年々増加している。このままでは地域における元気高齢者も衰弱してしまうという危機感があるが、住民が主体となって自主グループ活動を行っていくことで他府県での介護予防事業の成功例のように要介護認定率・介護保険料の減少につながるのではないかと考えられる。

今回の事業はあくまで住民が主体のものであり、行政とリハ専門職の役割はグループの立ち上げの際の支援に関与することである。リハ専門職による講話の実施によって運動を継続することによる効果や自分たちが主体となって介護予防を進めることの重要性が理解でき、各拠点の環境や運動機能を評価したうえで適切な体操を指導できることにより参加者の体操継続の動機づけにつながり、アンケート調査においても高い満足度が得られたと考えられる。

さらに個々では体操を継続する意欲を持つことが難しい方も、住み慣れた地域で顔馴染みの住民同士で活動することで互いにサポートをしあえるようになり、楽しさを感じることができるとともに自身の役割を持つことができると考えられる。

しかしながら、本事業を実施したグループのほとんどが既存の別の活動を行っていたグループであり、グループに属していなかった住民が新たに参加しやすい、受け入れやすい体制を準備しておく必要がある。

また、自主グループ化したのちも3か月毎に再度運動機能測定とカウンセリングを実施することになっているが、その際にグループへの参加継続が困難となりそうな方に対してフォローを行っていくことも今後の課題となる。

**【理学療法研究としての意義】**今回の結果から、地域包括支援センターや市(保険者)とリハ専門職が連携して地域リハビリテーション活動支援事業に積極的に参加することで、高齢者のニーズを満たすことができ、その結果として地域における元気高齢者の増加に結び付けられることが考えられる。