

通いの場におけるフレイル予防の促進へ向けた

効果的な手法に関する調査研究

事業結果の概要

事業目的

本研究事業の目的は、アンケート・ヒアリング調査による通いの場の実施状況やプロセス評価、通いの場の有効性検証に基づいて good practice を抽出し、フレイル予防に効果的な手法や評価方法を提案することであった。

事業内容

事業1：アンケート調査

東海北陸6県（愛知県、岐阜県、三重県、静岡県、石川県、富山県）の194自治体を対象に、通いの場の事業に関するプロセス（PDCA サイクル）をアンケート調査によって評価した。PDCA サイクルは ACT-RECIPE（以下、アクトレシピ）を用いて、通いの場の1) 理解度、2) 調査・計画状況、3) 体制・連携状況、4) 実施状況、5) 評価状況、6) 調整・改善状況についてスコアリングし、順位付けすることで good practice と見なせる市町村を特定した。

事業2：通いの場の有効性検証

通いの場参加者と非参加者の予後（フレイル発症、要介護認定）を比較検証可能な多市町村の縦断データ（*JAGES：Japan Gerontological Evaluation Study、日本老年学的評価研究）を解析し、通いの場の有効性を検証した。また、多市町村データの強みを活かし、市町村間比較も行い、縦断データより good practice である市町村を抽出した。抽出した市町村の具体的な取組を事業3において聴取した。

事業3：ヒアリング調査

事業1および事業2の結果に基づいて、good practice を展開している自治体を抽出し、アクトレシピを用いて通いの場事業の具体的な取り組みを聴取した。対象自治体の選定は、アンケート調査に回答した自治体（N=127）のうち、ヒアリング調査に同意した自治体（n=28）から選択した。アンケート調査のアクトレシピ※の総合得点を用いて、3つの可住地人口密度区分（①4000人/km²以上、②1000～3999人/km²、③1000人/km²）から、各区分で最も得点が高かった3市（①名古屋市、②知多市、③伊豆市）を、ヒアリング対象自治体として選出した。加えて、JAGESの調査から、通いの場の参加割合が高い自治体をヒアリング対象候補とし、東浦町、大府市、武豊町を選出した。そのうち、ヒアリング調査に同意のあった東浦町（可住地人口密度：1000～3999人/km²）を対象とした。

結果の要約

事業1の結果、多くの自治体が、通いの場の理解度（70/100点以上）や通いの場の実施

状況（概ね 60/100 点以上）が良好であった一方で、通いの場の評価状況はスコアが低い傾向が見られた。総合得点で順位付けすることで、効果的に実施できている自治体を抽出した。その後、総合得点の上位と下位の 10 自治体を比較した時、効果的な事業が行えていない自治体では、通いの場の評価、および調整・改善に関わる項目の点数がとくに低かった。これは上位スコアの自治体でも、この 2 つの項目が他の項目に比べて低いため、どの自治体も評価と調整・改善に関する領域の強化を行う必要があることが明らかとなった。

事業 2 の結果、フレイルの発症や新規要介護認定（要介護 2 以上）、また健康寿命喪失（要介護 2 以上および死亡）に対して、通いの場の参加者において予防効果が期待できることが確認され、通いの場への参加頻度が高いほど、また、その効果は後期高齢者において、より顕著に見られた。また、高齢者全般に対しては週 1 回以上の参加が、後期高齢者では月に 1 回以上の参加が勧められる結果を得た。以上の結果から、通いの場参加により健康寿命を喪失しにくくなる可能性が明らかとなり、そのメカニズムとして、参加によるフレイルリスクの低下が寄与することが示唆された。さらに、日常生活動作、運動機能、閉じこもり、抑うつリスクの低下といった側面が通いの場参加により持たされている可能性も示された。

事業 3 の結果、効果的な事業を推進している自治体は、①専門職と連携し、介護予防や通いの場の重要性を地域に伝える取り組みを積極的に行っている ②参加者の興味やニーズに答える通いの場を計画し、運営を支援している ③通いの場の情報発信や開設・運営に関する情報提供を発信している、の 3 つが共通していた。一方で、通いの場のリーダーやメンバーの担い手が不足していることが共通の課題として挙げられていた。名古屋市は、スマートフォン向けアプリと連動した取り組みなど、介護予防に関するコンテンツが非常に充実しているようであった。反面、コミュニティの希薄化による、住民への情報の提供および周知に課題があるようであった。知多市では、通いの場の数は過不足なく、医学的評価を含むマネジメントを基盤に、ニーズに応じた取り組みをする工夫があった。課題として、新たなコンテンツの創出が聴取された。伊豆市では、地元企業と連携した多様な取り組みを展開していた。反面、歩いて行ける範囲に集える場所が少ないなどの問題を抱えているようであった。また、通いの場の参加割合の高さで選出された東浦町は、住民と協力することによって通いの場は基本的に歩いていける箇所に構築できており、行政が実施している各種健康づくり教室などから住民主体の通いの場（同好会）の運営にシフト出来るように積極的な支援をしていることが特徴的であった。