

立教大学学術推進特別重点資金（立教 S F R）
プロジェクト研究（単独研究科プロジェクト研究）
2006年度研究成果報告書

研究科名	立教大学大学院 コミュニティ福祉学研究科	
研究課題	「介護予防」のコミュニティシステム構築に関する研究 ～「骨」の健康からのアプローチ	
研究代表者	所属・職名	氏名
	コミュニティ福祉学研究科・教授	福山清蔵 印
研究組織	所属大学名等・職名	氏名
	コミュニティ福祉学研究科・教授	森本佳樹
	コミュニティ福祉学研究科・教授	松尾哲矢
	コミュニティ福祉学研究科・教授	濁川孝志
	コミュニティ福祉学研究科・教授	三本松政之
	コミュニティ福祉学研究科・教授	坂田周一
	コミュニティ福祉学研究科・教授	河東田博
	コミュニティ福祉学研究科・教授	杉浦克巳
	コミュニティ福祉学研究科・講師	原田晃樹
	金沢大学・医学系研究科・教授	真田茂
	金沢大学・医学系研究科・助教授	宮地利明
	金沢大学・医学系研究科・助教授	山崎俊明
金沢大学・自然科学研究科システム創成科学専攻・助教授	坂本二郎	
研究期間	2006年度	
研究経費	4,800千円	

研究の概要 (200～300字で記入、図・グラフ等は使用しないこと。)

本プロジェクト研究は、コミュニティ福祉学研究科に所属する研究者が専門領域としてきた地域福祉論、地域社会学、コミュニティ心理学、スポーツ社会学、ウエルネス学、運動生理学、栄養学等の学問的アプローチを融合し、さらに金沢大学大学院医学系研究科保健学専攻における保健学との連携を通じて、近年わが国の高齢者福祉政策分野において喫緊の政策課題とされている「介護予防」に関する新たなコミュニティシステムの構築に関する方法論を明らかにすることである。

高齢社会においても誰もが自立的に健康増進や生きがいづくりを実現できるコミュニティを構築するためのフレームワーク形成に向けた、研究科による組織的活動の先駆けプロジェクトである。

キーワード (研究内容をよく表しているものを3項目以内で記入。)

[介護予防] [コミュニティ] [介護予防プログラム]

研究成果の概要 (図・グラフ等は使用しないこと。)

本研究は、目標に基づき、3つの領域から進められた。

A領域:「私は将来どれくらい健康でいられるのか?」に答える、骨の健康度指標の開発

B領域:骨の健康を科学的に増進するプログラム開発とモニタリング手法の開発

C領域:介護予防に関するネットワークシステムの枠組みの設定

C領域は、さらに、コミュニティそのもののシステムづくりと、コミュニティを形成するための人材を育成するという2つの視点から取り組んだため、2つのチームに分類された。

それぞれの領域の成果は以下のとおりである。

■ A 領域 : 「骨健康度指標」開発研究

過剰に体内に蓄積された中性脂肪や LDL コレステロールが、種々の生活習慣病と結びつくのは周知の事実である。特に最近では、内臓脂肪と生活習慣病の関連性が認められ、過剰な内臓脂肪の蓄積に加え血圧や血糖値が高いケースをメタボリックシンドロームと呼び、生活習慣病発症の危険性が非常に高い状態として注目を浴びている。メタボリックシンドロームや種々の生活習慣病の罹患を未然に防ぐため、定期的な健康診断が実施されるわけであるが、これには手間暇や費用がかかるため、そのスクリーニング的な指標として、%Fat、ウエスト周囲値、BMI などが頻繁に用いられている。しかし、これらの指標は単独で用いられることがほとんどで、組み合わせられていない。そこで本研究では、BMI や %Fat とウエスト周囲値を組み合わせた新たな指数の開発を試みた。

その結果、今回検討された新たな指標が、メタボリックシンドローム推定指数として機能することが示唆された。

■ B 領域 : 「介護予防プログラム」等開発に関する研究調査

■ 介護予防運動プログラム、太極拳をモデルとした「転倒予防体操」の開発について

本研究は、「介護予防プログラム」の開発に関する研究調査領域として保健施設・スポーツクラブ・民間フィットネスクラブ等で展開される健康増進プログラムと相互補完性を重視し科学的な根拠にもとづく介護予防運動プログラムを開発することを目的として実施した。まず、現在、実施されている既存介護予防プログラムの現況について各種の報告書および文献に基づいて調査分析を行った。そこではいわゆる筋力トレーニングをベースとした「パワーリハビリテーション」がその中心的なプログラムとして展開されていることが明らかとなった。そこでは部分的な筋力への注目、単一的で機械的な運動の連続等の特徴がみられ、身体機能の全体的なバランスのとれた向上、動き全体の流れやまとまり、楽しく継続できるかどうか、等の面で改善すべき点が看守された。

そこで本研究では、全体性、流れ、まとまり、高齢者への身体的インパクト、美しさ等を勘案し、太極拳をモデルとした高齢者適用の運動プログラムの開発、「転倒予防体操」を制作した。

■ 介護予防プログラムの普及とコミュニティシステムに関する研究

介護予防プログラムのコンテンツがいかにもすばらしくてもそれを日ごろ運動やスポーツを行っていない人、介護予防プログラムを必要としている人にどのように広げていくか、さらにコンテンツを生かした介護予防プログラムの実践による身体機能の回復過程をモニタリングする手法をどう構築するかは介護予防を達成するためのコミュニティシステムを構築するうえできわめて重要な課題である。

そこで本研究は、「介護予防プログラム」等の開発に関する研究調査として介護予防プログラムを実施する際の Plan-Do-Check-See のサイクルにおいて主に行政サービスとしてコミュニティシステムとの関係においてどのような取組を行っているかについてヒアリング調査をもとに検討することを目的とした実施した。

■ C 領域 「コミュニティネットワーク」構築に関する研究

本領域では、介護予防プログラムを実際に展開する上で、コミュニティに何が求められるのかについて、コミュニティそのものを形成するという視点と、コミュニティそのものが「健康的」であるためには、何が重要かという視点からそれぞれ専門的に調査を行った。

(1) コミュニティ形成

地域において介護予防の実施体制を機能させるには、従来の保健・福祉サービス供給体制を介護予防に軸足を置いたものに見直す必要があるが、それ以上に、地域の多様な主体で地域を支えられるコミュニティ形成が求められる。このことは、従来から福祉領域では「コミュニティ・オーガニゼーション」の概念で提起されてきたことである。しかしながら、ニュー・パブリック・マネジメント(NPM)に代表される世界的な行革の流れの中で、「多様な主体で支える」取組は、行政の役割の

研究成果の概要 つづき

重点化や行政機能のアウトソーシング化と表裏一体で推進されようとしている。この動きには、地域団体、ボランティア、非営利組織など、行政以外の「民」を構成する各主体の特性やそれを生かした公共構築の視点が欠落している。こうした状況を踏まえるならば、介護予防という単一の問題解決のアプローチにとどまらない自治の仕組み(ローカル・ガバナンス)の構築が不可欠である。すなわち、①地域のニーズや困りごとを発見し、課題として顕在化させる問題発見能力、②課題解決のために地域資源の配分を決定する合意形成能力、③合意した事項について、役割分担を図りながら実施に移す事業化能力を備えたコミュニティ形成である。こうしたコミュニティ形成をエンパワメントする基盤整備こそが、これからの高齢社会にとって求められると考える。

そこで、本研究では、コミュニティ形成をエンパワメントする制度的基盤として中間支援機能に着目し、NPO の中間支援組織(インフラストラクチャー・オーガニゼーション)と地域自治組織について、先進的な取組を展開している事例を考察し、実際に機能するための条件や課題などについて考察した。ただし、わが国だけでは先進的な事例に乏しいため、英国の事例も参考にした。

研究方法としては、第1に、英国におけるNPOの中間支援組織について、政府文書、先行研究及び関係者へのヒアリングを通じて考察し、その類型化を試みた。第2に、その類型化に基づき、日英の代表的な中間支援組織の主要メンバーにヒアリングを行い、活動の実態やコミュニティエンパワメントのアプローチ等を把握した。第3に、英国のコミュニティ支援組織(ルーラル・コミュニティ・カウンスル)や日本の地域自治組織(地方自治法上の地域自治区以外の条例・要綱設置の組織を含む。)の関係者にヒアリングを行い、合意形成機能と事業実施機能の仕組みや事業展開の方法等の把握に努めた。

今後、これらの考察・調査を踏まえ、コミュニティ形成の要件・課題等を明らかにしていく作業が必要となる。

(2) 「コミュニティ健康サポート指標」について

コミュニティの健康サポートに関する自治体の政策についての調査結果から、従来の介護予防は一次予防および二次予防に特化したプログラムがほとんどを占めており、三次予防的観点からのプログラムの必要性について考察・計画を進めていく必要があることが指摘された。すなわち予防の概念は一次予防として「介護」を必要としない健康づくり、もしくは事前の介護に関する教育活動に取り組みされていることが指摘される。そして、介護が必要な段階になった場合には二次的予防として、介入・サポートが求められている。しかし、三次予防としての介護疲労、介護による燃え尽きなど事後的なサポートの必要性にまで及んで計画されていることは少ない。

新座市の事例でもおおよそ三次予防についての知識の共有や施策を実施していることはまったくないことが明らかとなった。今後は三次元の予防の観点からの施策が求められていくので、この観点を重視して検討を進めていくこととしたい。

(3) 人材養成プログラム：「福祉クリエイティブ工房」

本工房は、介護予防・健康サポートに関して、単に講義を聴くのではなく受講者が交流し合いながらお互いの経験や知識を学び合うことを大切にすること、それぞれに学び合う中から自分なりの答えを見出していくことを目的に、2006年12月から2007年3月にかけて、新座市の福祉行政担当者・保健師等14名の参加により、6回開催された。

工房では、①オリエンテーション&介護予防を考える、②介護不要のからだ作り：メタボリックシンドロームに陥らないために、③健康サポートに必要な「新たなコミュニティシステムづくり」、④コミュニティにおける「新たな介護予防プログラム」の展開、⑤コミュニティにおける「健康サポート」、に関するプログラムを用意した。

その結果、①実践に生かせる多彩なプログラムとなった。②多くの講師の生の声を直に聴き・語ることができた。③役立つ内容を直接体験することができた。④様々なレベルの参加者が同じ立場に立って意見交換をすることができた。④一般的な介護予防プログラム等の検討だけでなく、新座市に特化する問題も検討することができた。

研究発表 (研究によって得られた研究経過・成果を発表した①～④について、該当するものを記入してください。該当するものが多い場合は主要なものを抜粋してください。)

- ①雑誌論文 (著者名、論文標題、雑誌名、巻号、発行年、ページ)
- ②図書 (著者名、出版社、書名、発行年、総ページ数)
- ③シンポジウム・公開講演会等の開催 (会名、開催日、開催場所)
- ④その他 (学会発表、研究報告書の印刷等)

■ 福祉クリエイト工房の開催

- ・福祉クリエイト工房とは
高齢者を対象とした「介護予防」を切り口にしながら、高齢者対策に留まらず、年齢層を越えた「健康」「予防」へアプローチし、新たな「健康サポート」のあり方を、「個」と「コミュニティ」をベースに、様々な発想でクリエイトするもの。
- ・参加者

新座市役所の福祉関連部署職員、新座市社会福祉協議会職員、新座市内の在宅支援センターの社会福祉士、居宅介護支援センターの介護支援専門員、総勢14名の参加により以下6回のプログラムを実施し、「介護予防」を実質的に機能させるために、様々なテーマを切り口に議論が進められた。



回	日時	テーマ	コーディネーター	開催場所
1	2006年12月19日 18:00～20:00	・オリエンテーション ・『介護予防』を考える～医療と福祉の狭間で～	河東田博 松尾哲矢	新座キャンパス アカデミックホール
2	2007年1月13日 13:00～16:00	・「介護不要のからだ作り」 ～メタボリックシンドロームに陥らないために～ ～骨と脂肪を探れば健康がわかる～	濁川孝志 〔金沢大学〕 宮地利明 柴田克之 山崎俊明	新座キャンパス アカデミックホール
3	2007年1月27日 13:00～16:00	・「健康サポートに必要な『新たなコミュニティシステムづくり』」	坂田周一 原田晃樹	新座キャンパス アカデミックホール
4	2007年2月24日 13:00～16:00	・「コミュニティにおける『新たな介護予防プログラム』の展開」	松尾哲矢	新座キャンパス アカデミックホール
5	2007年3月3日 13:00～16:00	・「コミュニティにおける『健康サポート』」	福山清蔵	新座キャンパス アカデミックホール
6	2007年3月10日 13:00～16:00	・健康サポートに必要な新たな人材の創造と『福祉クリエイト工房』 ・修了式	河東田博 松尾哲矢 〔金沢大学〕 宮地利明	6号館8階 会議室

最終回は、受講者全員が第5回まで学んだことを基に、5つのテーマ(①新座市における「新たなコミュニティシステムづくり」②新座市における「新たな介護予防プログラム」の展開③職場における「健康サポート」④コミュニティにおける「健康サポート」⑤健康サポートに必要な新たな人材の創造と育成)のどれか1つを選び、発表を行った。具体的なプランの発表が多々見られ、実践に生かすことのできる多彩な研究発表となった。

■ 報告書の作成

- 1) 「介護予防」のコミュニティシステム構築に関する研究 (冊子体) の作成 150P
- 2) ダイジェスト版報告書の作成 A4 3つ折