

## 059 講座後のアンケート調査からみる 理学療法士に対する地域在住高齢者の ニーズ

○中野 拓<sup>1)</sup>、太田 直樹<sup>2)3)</sup>、竹内 弥彦<sup>2)4)</sup>

- 1) 医療法人社団愛友会 津田沼中央総合病院
- 2) 千葉県理学療法士会 公益事業局 公益事業推進部
- 3) 千葉県千葉リハビリテーションセンター
- 4) 千葉県立保健医療大学

**【目的】** 公益事業局公益事業推進部では、自治体や都市再生機構からの依頼を受け、健康増進や介護予防につながる地域住民への講座を実施している。本年度、千葉市内某公民館からの依頼により健康講座を開催し、終了後に実施したアンケート内容から、理学療法士に対する地域在住高齢者のニーズについて検討したので報告する。

**【方法】** 対象は本年6月に千葉市内某公民館で開催された健康講座に参加した、近隣在住の高齢者30名とした。講座の内容は「老化を防ぐ運動レシピ～ロコモティブシンドロームを防ぐ～」と題して、ロコモティブシンドロームの啓発、脊柱の柔軟性向上のトレーニング、ロコモーショントレーニング、運動による認知症予防トレーニング(コグニサイズ)をキーワードに、自宅での継続を目的に実技を多く交えて実施した。講座終了後、理学療法士の認知度をはじめ、講座内容についての満足度や理学療法士に対する要望について、自由記載も加えたアンケート調査を実施した。

**【説明と同意】** 本報告に関する内容について主催者側に説明を行い、同意を得た。

**【結果】** アンケート回収率は96.6%であった。年齢は60代48%、70代38%、80代10%、未回答4%であった。講座の内容に関する満足度は、満足72%、やや満足24%、未回答4%であった。自由記載における講座への要望は「専門家の継続的な介入」「頻度を増やしてほしい」との意見が多く寄せられた。その他に「運動」や「健康」を主テーマにした講座を今後も行ってほしいとの意見や、「運動が認知症予防に効果があることを初めて知った」という感想も多かった。

**【考察】** アンケート調査および講座終了後の意見交換会から、理学療法士に対する地域在住高齢者の要望として、「運動の専門家に継続的な介入をしてほしい」といった趣旨の内容が多く伺えた。現在、理学療法士が関与する健康講座や測定会などは単発での関わりが多いと思われる。今回の対象が少数であるものの、調査により地域在住高齢者の要望として「専門職の継続的な介入」が明らかとなったことから、今後、地域包括ケアシステムにおける自助・互助の概念を念頭においたうえで、理学療法士が短期間でも継続的に介入し、住民主体で運動を継続できるシステムの構築に関与していく必要性が考えられた。

Key words：地域在住高齢者、公益事業活動、アンケート調査

## 060 君津圏域多職種症例勉強会の紹介と 今後の展望

○村西 義雄、竹内 正人、竹内 美佐子、西川 彩枝、  
橋本 享子、石井 弓子

社会医療法人社団さつき会 袖ヶ浦さつき台病院

**【はじめに】** 地域包括ケア実現には、地域を支える医療・福祉の各専門職が協働し、個別課題を深掘りして地域課題を把握し、地域づくり・資源開発ができる必要がある。「君津圏域のリハとケアを創る会」主催の「君津圏域リハケア症例勉強会」と、4年間継続してきたさつき会認知症疾患医療センター主催の「症例勉強会」が共催となり、「君津圏域多職種症例勉強会」が開催されている。

**【目的】** 「君津圏域多職種症例勉強会」の目的は「地域で生活をしている障害のある方・高齢者・認知症の方の事例報告を通し、よりよい生活とより豊かな人生が送れるよう地域課題を明確にしなが、その人らしき支援の方法を多職種で検討する」である。今後の展開を考えてみたい。

**【対象と方法】** 2015年4月から4市を南北2エリアに分け、同じ内容の勉強会を1か月ごと2カ所で行う方式で、高次脳障害や認知症の3症例合計6回の勉強会を行った。「症例勉強会(以下A)」と「君津圏域多職種症例勉強会(以下B)」の変化を、①構造として参加者人数と構成、②プロセスとして内容と主催者側の配慮の変化、③アウトカムとしてアンケート結果とグループワークのまとめ(Bのみ)を参考とした。

**【結果】** ①Aでは2エリア平均45名と40名程度が、Bでは65名と80名と増加。職種はAでは固定メンバーが、Bでは医療関係者(特にリハ)が増えた(17種類の施設と18職種の専門職)。②Aでは色々な考え方があることを支持する内容と配慮が、Bでは地域の自助力と互助力をつける内容と配慮も加えるようになった。③「お互いの職種の違い」は80%前後が理解し、「グループワーク」では2回目以降は約80%が「自分の思いを伝えられた」。「明日からの仕事に役立つ」内容としては、「多職種の考え方や立場の理解」「連携の必要性」「情報共有の大切さ」「生活期の課題の理解」などであった。「リハとの連携上の課題」では、在宅スタッフより「病院の敷居が高い」「退院後病院のリハと連携が取りにくい」「専門用語が分からない」などの意見が、病院リハ職からは「退院後の生活が分からない」「退院後の福祉サービスを知る必要を感じる」などの意見が上がった。

**【考察】** 多職種が相互に知らないことがあることに気づき、相互に感じている課題を表明できたことは、連携上の大切な1ステップである。今後の展開には、まずは目指すべき連携の将来像を分かち合うことが重要である。

Key words：多職種連携、アンケート調査、課題発見力

## 061 当院におけるリハビリスタッフのワークライフバランスについて

○滝田 結奈<sup>1)</sup>、高橋 祐也<sup>1)</sup>、秋吉 直樹<sup>1)</sup>、川村 悠<sup>1)</sup>、山中 力<sup>2)</sup>、山下 剛司<sup>3)</sup>

1) 医療法人社団 淳英会 おゆみの中央病院 リハビリテーション部

2) 同 リハビリテーション科

3) 同 整形外科

**【目的】** 医療従事者にとって仕事と私生活のバランスをとることは離職の問題などを考慮すれば重要な課題といえる。しかし実際には業務の専門性や忙しさ、また職場の人間関係などもあり、このようなワークライフバランス（以下WLB）について医療従事者自身が十分な理解ができているとは考えにくい。そこで本研究では当院におけるWLBの実情について明らかにする為、仕事と私生活に関するアンケート調査を行い、それぞれの意識構造から医療従事者としての望ましいWLBについて検討した。

**【方法】** 調査対象者は当院のリハビリスタッフ43名。作成した仕事と私生活に関する各9項目のアンケートに関してリッカート尺度による4件法（かなりあてはまる=4、ややあてはまる=3、あまりあてはまらない=2、まったくあてはまらない=1）の回答を求めた。これにより得られたデータについて、excel統計の主成分分析により因子の抽出を行い、整理された因子に関する質的解釈を行った。

**【説明と同意】** 当院におけるヘルシンキ宣言に基づき対象者に十分な説明と同意を得た上で、アンケートを依頼した。その後、アンケートの回答を本研究への同意とみなした。

**【結果】** 仕事に関するアンケートでは3つの因子が抽出された（信頼性係数 $\alpha = 0.574$ ）。それぞれの因子に関する意味付けを行ったところ、第一因子は「仕事についての主体的理解」、第二因子は「仕事上の評価・待遇」、第三因子は「職場環境についての理解」であった。次に私生活に関するアンケートでも同様に3つの因子が抽出された（信頼性係数 $\alpha = 0.6384$ ）。それぞれの因子に関する意味付けを行ったところ、第一因子は「私生活の充実度」、第二因子は「心理的安定感」、第三因子は「心理的ゆとり」であった。また両アンケートの各項目で得点の平均値から高得点群と低得点群に分けて仕事と私生活の関係について分析したところ、私生活全ての因子の得点高低に関わらず、仕事における第二因子（仕事上の評価・待遇）で高得点が得られていた。

**【考察】** リハビリスタッフは仕事に対する責任とこれに基づく報酬を強く意識していることが示された。しかし、私生活の充実が仕事にもプラスになるという予測した見解については示すことができなかったが、社会状況により仕事と私生活のバランスについてさらに捉え直す必要があると考える。

Key words：ワークライフバランス、仕事、私生活

## 062 介護予防教室参加者の自主トレチェックノートの使用と開催後の測定結果の関係について

○山口 聡、新井 恭兵、斉藤 充郎

医療法人芙蓉会 五井病院 リハビリテーション科

**【目的】** 地域高齢者に対する介護予防教室にて自主トレチェックノート「以下ノート」を導入したことが、測定結果に与えた影響について検証した。

**【方法】** 対象は全6回（週1回）の介護予防教室参加者で、2014年5～6月に開催したノート未使用群：12（男3女9）名、2015年5～6月に開催したノート使用群：11（男3女8）名とした。効果測定は握力、膝伸展筋力、長座位前屈、Functional Reach Test、Time Up & Go Test（以下TUG）、5m最大歩行速度を第1、6回開催時に実施。①開催前後の測定結果比較、②両群間の変化量比較を行った。統計処理として、①は対応のあるt検定、②はMann-WhitneyのU検定（有意水準は5%未満）を実施した。教室での運動内容は、両群にほぼ同内容での筋力トレーニング及びバランス練習等を行い、自主トレ指導（ゴムバンドでの筋力トレーニングやスクワット・段差昇降など）やグループワークも実施した。ノート使用群ではノートの記載方法や目的を説明し、最終回に使用状況や運動回数の変化をアンケート調査した。

**【説明と同意】** 本研究の趣旨や倫理的配慮等を説明、書面で同意を得た。

**【結果】** ①開催前後の測定結果比較はノート未使用群：長座位前屈、5m最大歩行に有意な向上を認めた。ノート使用群：右握力、長座位前屈、5m最大歩行、TUG、左下肢伸展筋に有意な向上を認めた。②両群間の変化量比較は左下肢伸展筋に有意差を認めた。実施後アンケートは、参加者の70%が、ほぼ毎日ノートを使用し、80%に『役だった』『励みになった』との回答が得られた。しかし運動回数は、『変化なし』（55%）、『増えた』（36%）との回答も得られた。

**【考察】** 介護予防教室では運動の継続性が重要であり、モチベーションを維持するにはグループワークなどで他者の経過を知る代理体験、身体機能の変化を通じた成功体験による自己効力感の向上が重要である。今回、結果の通りノート使用群に多くの項目で優位な向上が得られ、変化量においても筋力面で優位な向上が得られた。アンケート結果からは、ノート導入が先行刺激となり、実施回数の増加を客観視する成功体験へと繋がったことが自己効力感となり、運動の継続性へと影響したと思われる参加者も散在する。運動回数『変化なし』でも回数を一定に保つ効果があったと考えられる。以上より介護予防教室におけるモチベーションを維持し、結果を高めるツールとして、ノートの使用が有効であったと思われる。

Key words：自主トレチェックノート、成功体験、自己効力感

## 063 認知症サポーター養成講座の 講師経験から地域の認知症対策で 理学療法士が貢献できることを考察する

○市川 保子

特別養護老人ホーム松葉園

**【目的】**千葉県認知症専門職研修体系構築事業における認知症専門職研修を修了し、千葉県認知症コーディネーターを取得したことにより、当施設併設の地域包括ケアセンターから認知症サポーター養成講座において講師依頼があった。この経験から、地域における認知症対策に理学療法士が専門性を生かすことの可能性を考察した。

**【方法】**平成27年8月25日開催の認知症サポーター養成講座において、認知症と介護予防についての講義を担当した。1) 軽度認知障害と運動療法の有効性、2) 早期発見のポイントと早期受診の重要性、3) 脳活性化体験(シナプソロジーなど)、について講義した。また、認知症サポーター養成講座を受講後、この講座を受けて今できる事をアンケート調査した。

**【説明と同意】**認知症サポーター養成講座受講者と地域包括ケアセンター職員へ説明し、承諾を得た。

**【結果】**アンケート結果により、認知症サポーター養成講座を受講した者の73.3%が、具体的に今できる事を記載できた。記載内容は、身近な認知症有病者とその家族に対する心構えや見守り、声掛けなど、他者への関わりを挙げたのは81.8%、張りのある生活や運動など自らの生活習慣を見直すとは回答した者は18.1%であった。

**【考察】**アンケート結果より、受講者の73.3%が今できることを具体的に回答した。これは、講義内容が行動へ移すきっかけとなり得る有効なものであったと考えられる。運動や張りのある生活など、自らの生活習慣を見直すとは回答した者は18.1%と少なかったことから、軽度認知障害の運動療法の有効性については、内容の検討が必要と考えた。また、平成24年4月より現職場に勤務しているが、認知症関係の依頼は初めてであった。平成26年度に認知症コーディネーター資格を取得したことにより今回の依頼を受けたことから、他職種における理学療法士と認知症の関連の低さがイメージとしてあることが推察される。認知症有病率は、2012年で465万人、2025年には675万人へと推移するとされ、理学療法士が日常業務で認知症を有している者に携わる機会が多い。理学療法士の有する知識と経験は、地域における認知症対策において、啓発活動や認知症予防としての運動習慣の促進などにおいて、有用であると考えられる。既に、来年度以降も認知症サポーター養成講座の講師依頼を受けており、理学療法士の強みを生かし、地域の認知症対策へ貢献していきたい。

Key words : 認知症、地域包括ケアセンター、理学療法士

## 064 当院外来患者の自主トレーニングと意欲、 生活の広がりとの関連性

○富樫 遼太郎、三好 主晃、村井 里紗

医療法人社団上総会 山之内病院

**【目的】**村上らは、「意欲は高齢者の生活の変化を考える上で軽視してはならない」と述べている。又、自主トレーニングと意欲や生活の広がりとの関連性についての先行研究は多くはない。そこで今回 Vitality Index, Life-Space Assessment (以下 L-SA) を用い、自主トレーニングの実施状況の把握と自主トレーニングと意欲、生活の広がりとの関連性を調査した。

**【方法】**自主トレーニングの必要性がある当院リハビリテーション外来患者のうち、長谷川簡易知能評価スケール20点以下を除く24名(男性13名、女性11名、平均年齢71.5歳±14.5歳)を対象に、自主トレーニングに関する多項選択回答形式のアンケート(自主トレーニングの①重要性の認識、②目的の理解、③効果の実感、④実施頻度、⑤所要時間)、L-SA, Vitality Index を実施した。統計解析については、L-SA のカットオフ値56点以上を高活動群(17名)、56点未満を低活動群(7名)に分類し、Vitality Index、アンケートの各項目結果の2群間の比較を Mann-Whitney の U 検定(有意水準5%)を用いて行う。

**【説明と同意】**ヘルシンキ宣言、当院倫理規定に基づき、対象者には、本研究の目的と内容を充分説明し、同意を得て実施した。

**【結果】**高活動群・低活動群ともに Vitality Index は高値であり、有意差は認めなかった( $p=0.4181$ )。高活動群、低活動群間において、質問①にて有意差を認め( $p=0.04$ )、質問②においても有意差を認めた( $p=0.0131$ )。質問③、④、⑤については有意差を認めなかった。

**【考察】**今回、2群とも意欲は高い結果となり、生活の広がりや意欲の関連性は認められなかった。このことにより、意欲が高いにも関わらず、低活動である理由の一つに、家庭環境や家屋環境等の関与が考えられる。今回の結果より、自主トレーニングの重要性の認識や目的の理解により、生活範囲拡大に繋がる可能性があることが示唆された。伝達方法や配布資料の創意工夫により、自主トレーニングがどのように日常動作や生活に繋がるのかの具体的な理解を促すことで、能動的・自主的な行動やセルフマネジメント確立へ繋がると考える。又、家屋環境整備への取り組みや自主トレーニング効果の実感の客観的評価、自己効力感の評価等を実施することにより、更なる生活の広がりへ繋げることが出来るのではないかと考える。

Key words : 自主トレーニング、Life-Space Assessment、Vitality Index