

DKエルダーシステムにおける 健康増進・介護予防・コミュニティ形成の調査研究 報告サマリー

平成22年度 研究期間：2010年9月1日～2011年3月31日

東北福祉大学
株式会社 第一興商

■ 研究内容

1. 研究概要と実施者
3. 研究フィールド概要と研究内容
4. グループワークの内容

せんだんの丘教室
元気塾教室

せんだんの館教室
地域教室

■ 研究結果

1. 健康状態、QOLの研究(アンケート調査1)

- ①健康関連QOL尺度 (SF-8)
- ②健康関連QOL尺度 (EQ-D5)
- ③生活機能尺度 (老研式活動能力指標)
- ④高齢者うつ尺度 (GDS簡易版)

2. 心理状況、教室満足度の研究(アンケート調査2)

- ①各回の教室前後の気分変化
- ②参加者の教室メニュー評価、及び満足感

3. 脳機能活性化の研究

脳機能測定の概要

- ①物忘れ相談プログラム
- ②脳機能活性化度測定

■ 研究総括

2. 研究概要と実施者

1. 主管研究部門	東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室
2. 共同研究先	株式会社 第一興商
3. 研究業務受託先	株式会社 福祉工房
4. 研究内容	<p>① DKエルダーシステムの導入によるグループワーク(施設活動教室等)における</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康効果、介護予防効果の評価 ・脳機能活性化の評価 ・健康増進、介護予防教室の活動指導手法の開発と実践例の構築 <p>② DKエルダーシステムの導入によるグループワーク(地域活動教室等)における</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域共創の交流機会の創出 ・地域コミュニティ活性化に向けた活動支援手法の開発と実践例の構築

氏名	所属部署・職位職名
船渡 忠男 (研究総括)	東北福祉大学 健康科学部教授 医療経営管理学科長 予防福祉健康増進推進室長
中林 稔晴	東北福祉大学 企画部次長 特任准教授
金 義信	東北福祉大学 地域共創推進室 室長補佐 特任准教授
土井 勝幸	医療法人社団 東北福祉会 せんだんの丘 施設長
小原 ルミ子	社会福祉法人 東北福祉会 せんだんの館 副施設長
山本 洋史	医療法人社団 東北福祉会 せんだんの丘ぷらす管理者 居宅事業課長
新沼 清孝	社会福祉法人 東北福祉会 せんだんの館 生活支援部長
鈴木 玲子	東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室 特任講師
齋藤 昌宏	東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室 特任講師
山内 直子	東北福祉大学 兼任講師

3. 研究フィールド概要と研究内容

研究フィールド	所属機関・部署	対象者	参加者状況	人数	指導教員
せんだんの丘教室	医療法人社団 東北福祉会	要支援1・2	デイサービス利用者	9人	山内 直子
せんだんの館教室	社会福祉法人 東北福祉会	要支援1・2～要介護1～3	デイサービス利用者	10人	山内 直子
元気塾教室	予防福祉健康増進推進室	健康意識の高い高齢者	会員サービス利用者	12人	鈴木 玲子
地域教室	東北福祉大学 地域共創推進室	地域の一般住民	地域一般住民	6人	斎藤 昌宏
地域イベント	東北福祉大学 地域共創推進室	地域まつり参加者	イベント参加者	129人	斎藤 昌宏

実施項目	実施回数	実施目的	実施項目
アンケート調査1	3回 ・事前調査～事後調査 ・3ヵ月後調査	健康状態、QOLの研究	①健康関連QOL尺度(SF-8) ②健康関連QOL尺度(EQ-D5) ③生活機能尺度(老研式活動能力指標) ④高齢者うつ尺度(GDS簡易版)
アンケート調査2	8回 ・全8回教室時	心理状況、教室満足の研究	①気分調査 ②メニュー評価、満足度評価
脳機能測定 協力:(株)脳機能研究所	2回 ・事前調査～事後調査	脳機能活性化の研究	①物忘れ相談プログラム ②脳機能活性度測定
活動指導手法開発	8回教室×4箇所	教室メニュープログラム開発	全8回の教室メニュープログラム開発
活動支援手法開発	8回教室×4箇所	教室サポートプログラム開発	全8回の教室サポートプログラム開発
活動教室の実践例の構築	4箇所	ニーズの異なる教室を実践	対象の異なるフィールドごとの教室を実践
地域イベントでの活用手法	1回	地域まつりでの活用手法	くにもみ街道まつりでの活用手法を研究

5. グループワークの内容(せんだんの丘教室・せんだんの館教室)

参加者募集!

DKエルダーシステムを活用した
介護予防・健康増進 レクリエーションプログラム

ソング♪ソング♪ソング

in **せんだんの丘ぶらす**

●教室日程・時間

平成22年10月27日(水)～平成23年1月19日(水)一全8回一
*毎週水曜日(但し年始休有) 他、事前事後説明会有
教室開始 13:30～15:00 終了予定(90分の教室です)



●開催場所

せんだんの丘ぶらす ●**定員** 10名(先着順)

●参加費

無料(今回は研究事業のため)
*希望者はぶらす職員による送迎有

◆実施日程◆

H22年10月27日(水) 13:30～
事前説明会開催
*脳機能測定会実施(各自予定)

- 第1回 H22年11月10日(水)13:30～
- 第2回 H22年11月17日(水)13:30～
- 第3回 H22年11月24日(水)13:30～
- 第4回 H22年12月 1日(水)13:30～
- 第5回 H22年12月 8日(水)13:30～
- 第6回 H22年12月15日(水)13:30～
- 第7回 H22年12月22日(水)13:30～
- 第8回 H23年 1月12日(水)13:30～

H23年1月19日(水)13:30～
事後説明会
H23年3月9日(水)13:30～
事後説明会(同窓会)

◆参加者にはこんな特典があります!

- *脳機能活性化測定ができます!
(通常¥3,500にて実施)
- *東北福祉大学
レクリエーション講師による
健康増進・介護予防の為の
教室プログラムに参加できます!
- *最新のカラオケシステムの
DKエルダーシステムを
身近に体験できます。

～教室の一例～ (約90分)

1. 健康チェック・アンケート
2. はじめの挨拶
3. レクリエーションプログラム
『温泉1泊バス旅行気分』
温泉や旅行にまつわる歌をつなげ、
スカーフを使ったアクティビティ
等も織り交ぜながら、楽しみながら
声を出し活性化させる。
4. 終わりの挨拶
5. 健康チェック・アンケート

**多様性のあるカラオケシステムの効果における、
健康増進・介護予防・地域コミュニティ形成の調査研究**

東北福祉大学/株式会社 第一興商 共同研究事業
研究協力:(医社)東北福祉会 せんだんの丘ぶらす
問い合わせ先:せんだんの丘ぶらす TEL:022-719-5621 担当:山本

当研究事業の参加者には、簡単な
事前事後のアンケート及び効果測
定、聞き取りにご協力いただきま
す。

乞うご期待!

DKエルダーシステムを活用した
介護予防・健康増進 レクリエーションプログラム

ソング♪ソング♪ソング

in **せんだんの館**

●教室日程・時間

平成22年10月28日(木)～平成23年1月20日(木)一全8回一
*毎週木曜日(但し年始休有) 他、事前事後説明会有
教室開始 13:30～15:00 終了予定(90分の教室です)



●開催場所

せんだんの館 ●**定員** 10名

●参加費

無料(今回は研究事業のため)

◆実施日程◆

H22年10月28日(木) 13:30～
事前説明会開催
*脳機能測定会実施(各自予定)

- 第1回 H22年11月11日(木)13:30～
- 第2回 H22年11月18日(木)13:30～
- 第3回 H22年11月25日(木)13:30～
- 第4回 H22年12月 2日(木)13:30～
- 第5回 H22年12月 9日(木)13:30～
- 第6回 H22年12月16日(木)13:30～
- 第7回 H23年 1月 6日(木)13:30～
- 第8回 H23年 1月13日(木)13:30～

H23年1月20日(水)13:30～
事後説明会
H23年3月10日(水)13:30～
事後説明会(同窓会)

◆参加者にはこんな特典があります!

- *脳機能活性化測定ができます!
(通常¥3,500にて実施)
- *東北福祉大学
レクリエーション講師による
健康増進・介護予防の為の
教室プログラムに参加できます!
- *最新のカラオケシステムの
DKエルダーシステムを
身近に体験できます。

～教室の一例～ (約90分)

1. 健康チェック・アンケート
2. はじめの挨拶
3. レクリエーションプログラム
『～紅葉がり～バス旅行気分』
紅葉の季節、旅行にまつわる歌を
つなげ、スカーフを使ったアクティ
ビティ等も織り交ぜながら、楽し
みながら声を出し活性化させる。
4. 終わりの挨拶
5. 健康チェック・アンケート

**多様性のあるカラオケシステムの効果における、
健康増進・介護予防・地域コミュニティ形成の調査研究**

東北福祉大学/株式会社 第一興商 共同研究事業
研究協力:(社)東北福祉会 せんだんの館
問い合わせ先:せんだんの館 TEL:022-303-0371 担当:新沼

当研究事業の参加者には、簡単な
事前事後のアンケート及び効果測
定、聞き取りにご協力いただきま
す。

5. グループワークの内容(元気塾教室・地域教室)


東北福祉大学 社会貢献センター 予防福祉健康増進推進室 元気塾
2010 仙台元気塾 新・チャレンジプログラム

DKエルダーシステムを活用した 介護予防・健康増進 レクリエーションプログラム

元気塾生
対象

ミュージック・アート

運動や音楽の苦手な方も楽しめる、元気塾の新しいチャレンジ教室です。
季節の音楽や懐かしの音楽に合わせてのバランス体操やダンベル体操、
みんなで声を出したり踊ってみたり、様々な方法で心とからだを活性化します。
ちょっと勇気を出して、知らない自分を見つけてみませんか？

★ 日程

事前説明会：10月28日(木) オリエンテーション
教室開始前の脳機能測定(※2)とアンケート

- ① 11月 5日(金)
- ② 11月 19日(金)
- ③ 11月 26日(金)
- ④ 12月 3日(金)
- ⑤ 12月 10日(金)
- ⑥ 12月 17日(金)
- ⑦ 1月 14日(金)
- ⑧ 1月 21日(金)

事後説明会Ⅰ：1月28日(金) オリエンテーション
教室終了後の脳機能測定(※2)とアンケート

事後説明会Ⅱ：3月11日(金) 終了3ヶ月後のアンケート
参加者交流会

★ 時間 13:45～15:15(90分)

★ 料金 ￥15,000/セット
※当教室は研究事業のため、参加費と同額(15,000円分)の元気塾サービスチケットをお返しいたします。
元気塾の各教室の受講料支払いに利用できます。

★ 持ち物 水分補給の飲み物・動きやすい服装(更衣室あり)

★ 場所 東北福祉大学 ステーションキャンパス館 8階

※1) 当研究事業の参加者には、簡単な事前事後のアンケート、および効果測定、聞き取りにご協力いただけます。あらかじめご了承ください。

※2) 表記日程前後に、個別に実施日を調整させていただく場合があります。

講師：鈴木玲子
東北福祉大学特任講師
※本学実学コース学生がアシスタントとして参加いたします。

お問い合わせ・お申込み お電話、FAXにてお申込みください
ご提出いただいた個人情報は、当教室運営以外の目的では使用いたしません。

TEL: 022-233-2907 FAX: 022-233-2908


東北福祉大学 社会貢献センター 予防福祉健康増進推進室 仙台元気塾事務局
 981-8523 仙台市青葉区国見1-19-1 ステーションキャンパス館2階

多様性のあるカラオケシステムの効果における、
健康増進・介護予防・地域コミュニティ形成の調査研究
東北福祉大学 / 株式会社 第一興商 共同研究事業 研究協力：仙台元気塾

DKエルダーシステムを活用した
介護予防・健康増進 レクリエーションプログラム

参加者募集!

楽しく歌って健康づくり

in 地域共創推進室

● **教室日程・時間**
平成22年11月12日(金)～平成23年1月21日(金)一全8回一
*毎週金曜日(但し年始休有) 他、事前事後説明会有
教室開始 10:15～11:45 終了予定(90分の教室です)

● **開催場所** 東北福祉大学ステーションキャンパス8F
国際交流ホール

● **定員** 10名(先着順) ● **参加費** 無料(今回は研究事業のため)

◆ **実施日程** ◆
H22年11月5日(金) 10:15～
事前説明会開催
* 脳機能測定会実施(各自予定)
*
第1回 H22年11月12日(金)10:15～
第2回 H22年11月19日(金)10:15～
第3回 H22年11月26日(金)10:15～
第4回 H22年12月 3日(金)10:15～
第5回 H22年12月10日(金)10:15～
第6回 H22年12月17日(金)10:15～
第7回 H22年 1月14日(金)10:15～
第8回 H23年 1月21日(金)10:15～

H23年1月28日(金)10:15～
事後説明会
H23年3月11日(金)10:15～
事後説明会(同窓会)

参加者にはこんな特典があります!

- * 脳機能活性化測定ができます!
(通常¥3,500にて実施)
- * 東北福祉大学の講師(健康運動指導士)による健康増進・介護予防の為の教室プログラムに参加できます!
- * 最新のカラオケシステムのDKエルダーシステムを身近に体験できます。

～教室の一例～ (約90分)

1. 健康チェック・アンケート
2. はじめの挨拶
3. レクリエーションプログラム
『～ふるさと歌探訪～』 地域の方々とともに故郷にまつわる歌をつなげ、ストレッチや音楽に合わせた体操を織り交ぜながら、楽しみながら健康増進を図る。
4. 終わりの挨拶
5. 健康チェック・アンケート

多様性のあるカラオケシステムの効果における、
健康増進・介護予防・地域コミュニティ形成の調査研究
東北福祉大学 / 株式会社 第一興商 共同研究事業
研究協力：東北福祉大学社会貢献センター地域共創推進室
問い合わせ先：大学事務局 TEL:022-728-6611 担当：金

当研究事業の参加者には、簡単な事前事後のアンケート及び効果測定、聞き取りにご協力いただきます。

1-①健康関連QOL尺度(SF-8)

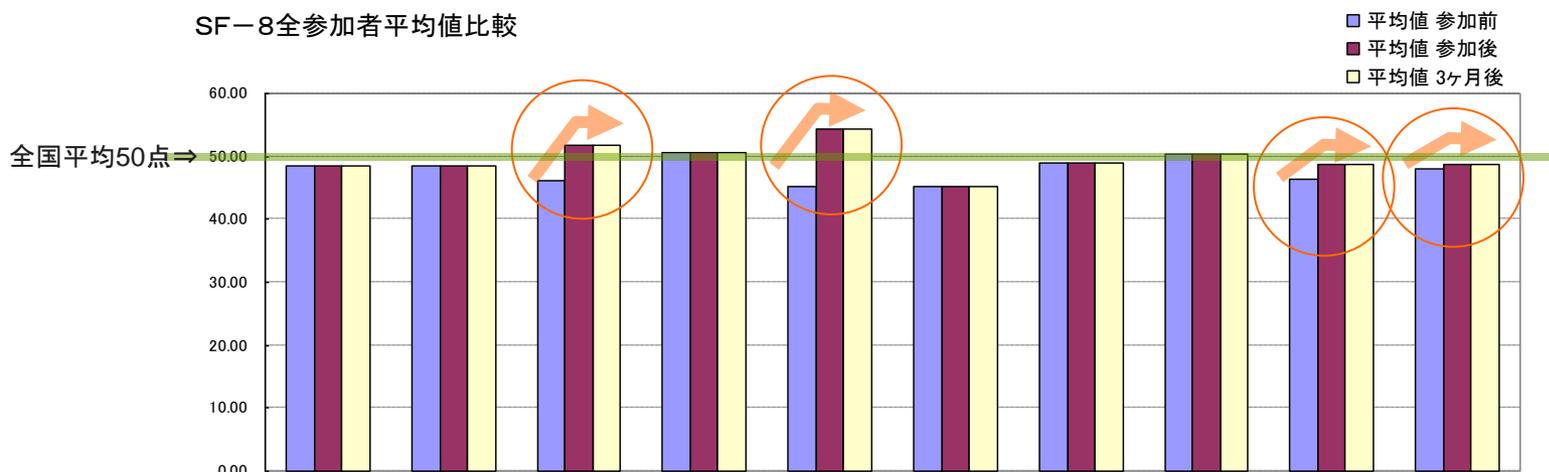
■ SF-8は、国際的に最も広く使用されているSF-36 (The Medical Outcomes Study 36-item short form) の短縮版

■ 調査は、SF-36の8つの下位尺度をもとに短縮版(質問数36⇒8)で構成。全国平均との比較が可能。

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 身体機能 | 5. 全体的健康感 |
| 2. 日常役割機能(身体) | 6. 活力 |
| 3. 身体の痛み | 7. 日常役割機能(精神) |
| 4. 社会生活機能 | 8. 心の健康 |

* 50点以上は、2002年の日本国民一般の平均より高いことを意味する。

SF-8全参加者平均値比較



領域(尺度)		身体機能	日常役割機能(身体)	身体の痛み	全体的健康感	活力	社会生活機能	日常役割機能(精神)	心の健康	身体的サマリースコア	精神的サマリースコア
平均値	参加前	48.52	48.47	46.19	50.71	45.27	45.23	49.07	50.28	46.29	48.14
	参加後	48.52	48.47	51.75	50.71	54.48	45.23	49.07	50.28	48.83	48.79
	3ヶ月後	48.52	48.47	51.75	50.71	54.48	45.23	49.07	50.28	48.83	48.79

《全教室平均》事前事後の比較では「身体の痛み(+5.56)」、「活力(+9.21)」や、「身体的サマリースコア(+2.54)」、「精神的サマリースコア(+0.65)」は、全て正の変化であり、教室終了後の健康関連QOLが向上していることがうかがえる

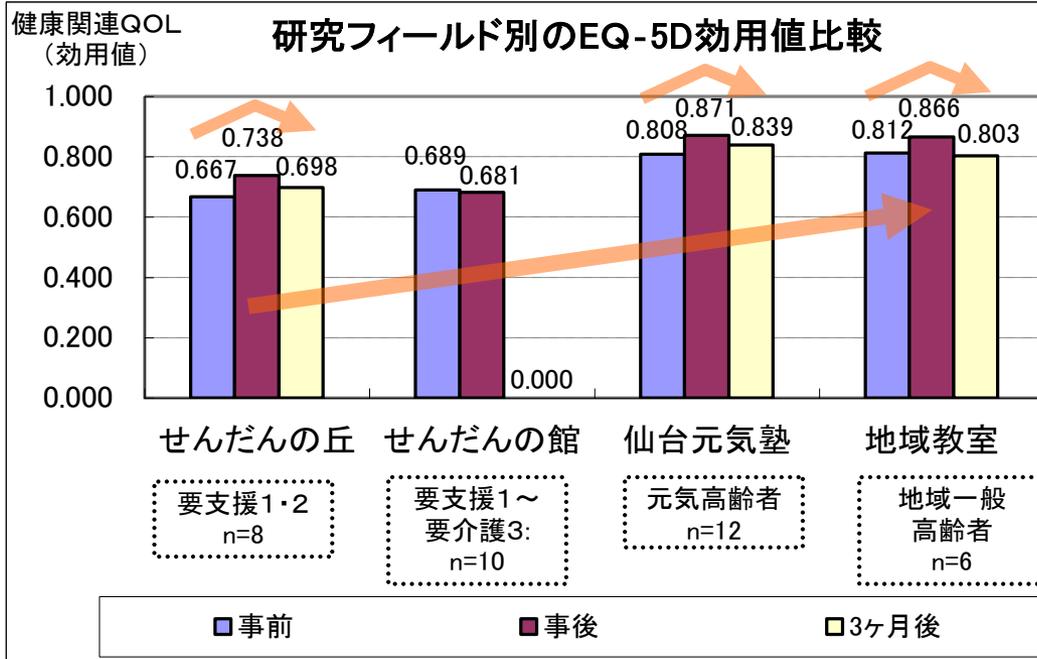
1-②健康関連QOL尺度(EQ-5D)

■EQ-5Dは、医療従事者でなくとも簡易に測定できる尺度として幅広く用いられているEuro-QOLの日本語版

■5項目からなる3段階選択式回答法とVAS(Visual Analogue Scale)による健康状態の自己評価で構成

■回答の組み合わせがスコア化(効用値)され、1が最上の健康状態、0が死の状態を表す

1. 移動の程度
2. 身の回りの管理
3. ふだんの生活
4. 痛み・不快感
5. 不安・ふさぎ込み



【EQ-5Dの評価】

《全体》

一般元気高齢者が占める「地域・元気塾教室」参加者のスコアが高く、次いで要支援認定者(軽度)が占める「せんだんの丘教室」、要支援・要介護認定者(軽度・中度)の「せんだんの館教室」の順に低くなっている。

《各教室》

「せんだんの丘教室」 事前0.667ポイント ⇒ 事後0.738ポイントへ上昇

「元気塾教室」 事前0.808ポイント ⇒ 事後0.871ポイントへ上昇

「地域教室」 事前0.812ポイント ⇒ 事後0.866ポイントへ上昇

「せんだんの館教室」 ほぼ維持に留まっている

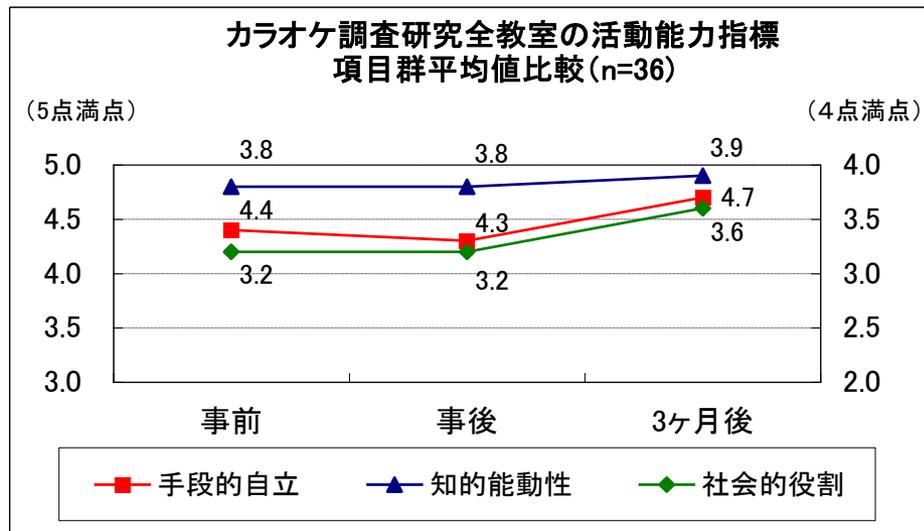
* 3ヵ月後は全て事前並みに戻っている

1-③生活機能尺度(老研式活動能力指標)

■老研式活動能力指標は、社会的な生活機能を図る指標として広く使われている

調査は13の質問項目により構成されて、3つの評価が可能な尺度となっている

1. 手段的自立
活動的な日常生活をおくるための動作能力
2. 知的能動性
余暇や造作などの積極的な知的活動能力
3. 社会的役割
地域で社会的な役割を果たす能力



【老研式活動能力指標の評価】

《手段的自立の尺度》

事前調査時で4.4ポイントから事後調査時で4.3ポイントと低く示され、参考に3ヶ月後調査時で4.7ポイントと高く示されている。

《知的能動性の尺度》

事前・事後調査時で3.8ポイントと変化がない結果となり、参考に3ヶ月後調査時で3.9ポイントと高く示されている。

《社会的役割の尺度》

事前・事後調査時で3.2ポイントと変化がない結果となり、参考に3ヶ月後調査時で3.6ポイントと高く示されている

■手段的自立で低くなる傾向や社会的役割の変化がない結果は、参加者の半数が要支援1～要介護3の介護認定者であることを踏まえ、身体的に自由が利かない部分があり外出などがままならないことなどが推察される。

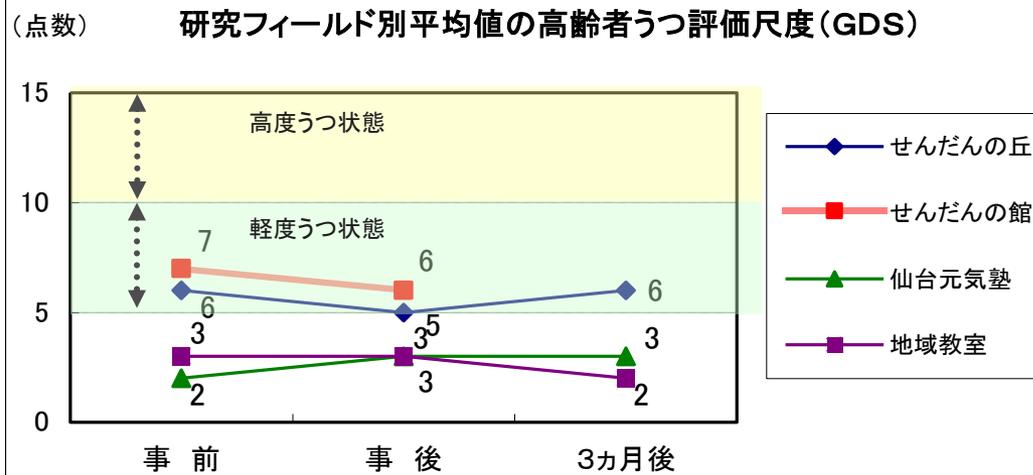
■知的能動性で高いポイントを示していることは、カラオケ活動に参加することで、健康や運動、社会に対する意識の向上やモチベーションの維持など参加者に有意であったと考えられる。

1-④高齢者うつ尺度(GDS簡易版)

■ 高齢者うつ評価尺度Geriatric Depression Scale(GDS)簡易版は、心因的な情緒面や総合的なQOLを測定

調査は、15の質問項目により構成され、評価尺度は、構成配点の加算により、以下に分類される。

- 高度うつ状態 : 10点以上
- 軽度うつ状態 : 5点以上
- 正常 : 5点未満



【GDSの評価】

《せんだんの丘教室》

主に要支援1・2の軽度の要介護認定者が参加する教室

事前調査時で6ポイントから事後調査時で5ポイントと「軽度うつ状態」のなかで改善傾向に示されている

しかし、3ヶ月後調査時で6ポイントと事前調査時に戻り、実施前の生活に戻ったことが推察される

《せんだんの館教室》

主に軽度の要支援1・2から要介護1・2、中度の要介護3の要介護認定者が参加する教室

事前調査時で7ポイントから事後調査時で6ポイントと「軽度うつ状態」のなかで改善傾向に示された

《元気塾教室・地域教室》

健康意識の高い高齢者、及び一般高齢者を対象とする地域教室群

事前・事後調査・3ヶ月後調査時で「正常」を示す2～3ポイントで推移し、現状維持となっている

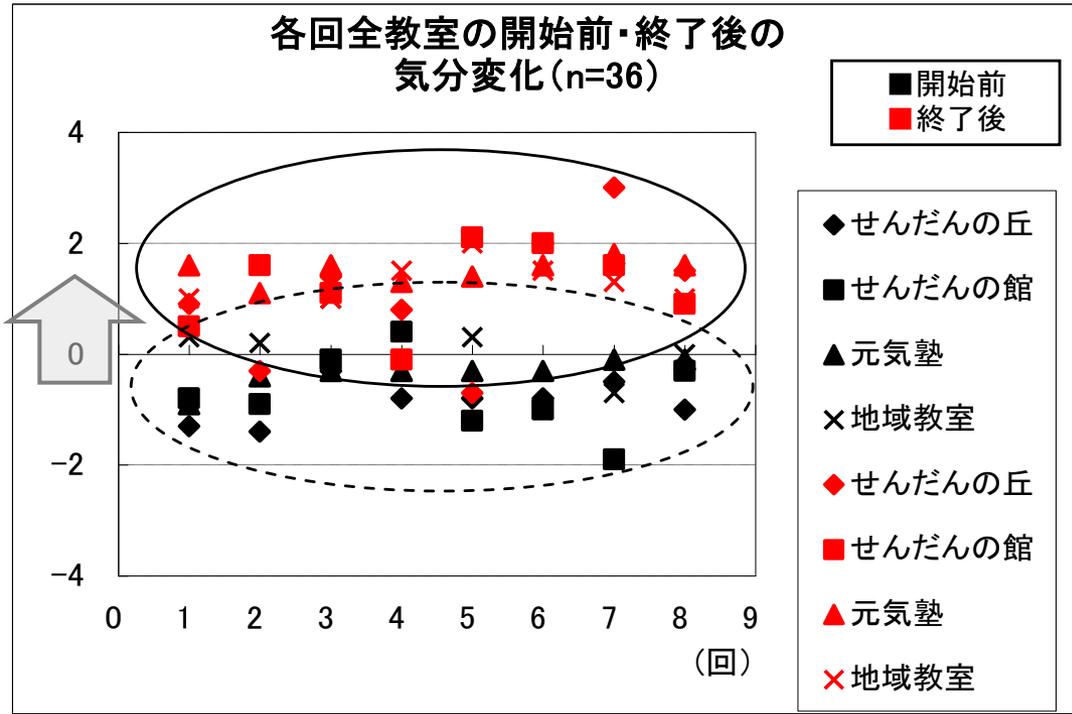
この結果から、カラオケシステムを導入した活動教室において定期的かつ継続的に行うことが「生きがい」・「楽しみ」となり、心理的な安定や健康状態の維持に繋がることが推測される。

2-①各回の教室前後の気分変化

■気分調査で広く引用されているPOMS調査等を参考に、簡易的で記入しやすいオリジナル設問を試みた。

【調査票】
 以下の内容が混在した、15項目により構成
 「緊張と興奮」
 「抑うつ感」
 「疲労感」
 「不安感」
 「充実感」

【評価尺度】
 15項目の心理的因子から「プラス因子」と「マイナス因子」に分類し、それぞれの回答項目の加点形式により各回の各研究フィールド群の平均値を出し、分布変異による変化尺度の評価する。



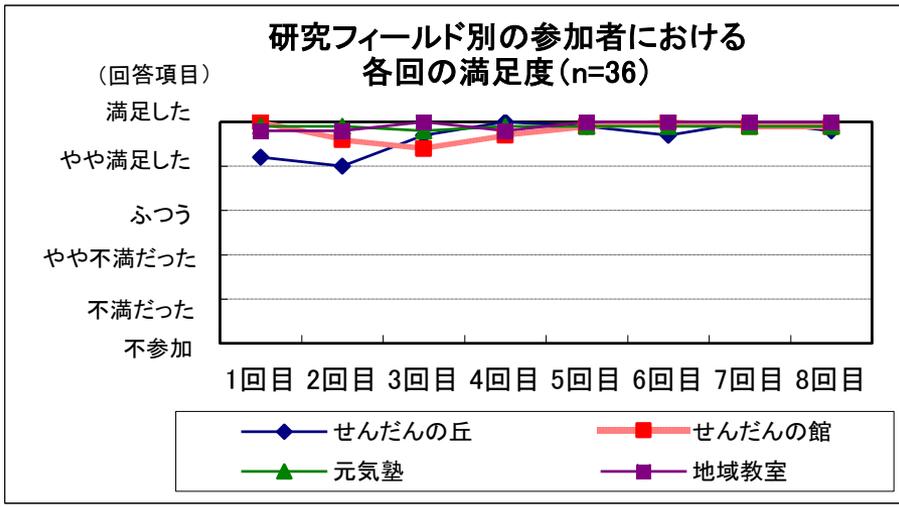
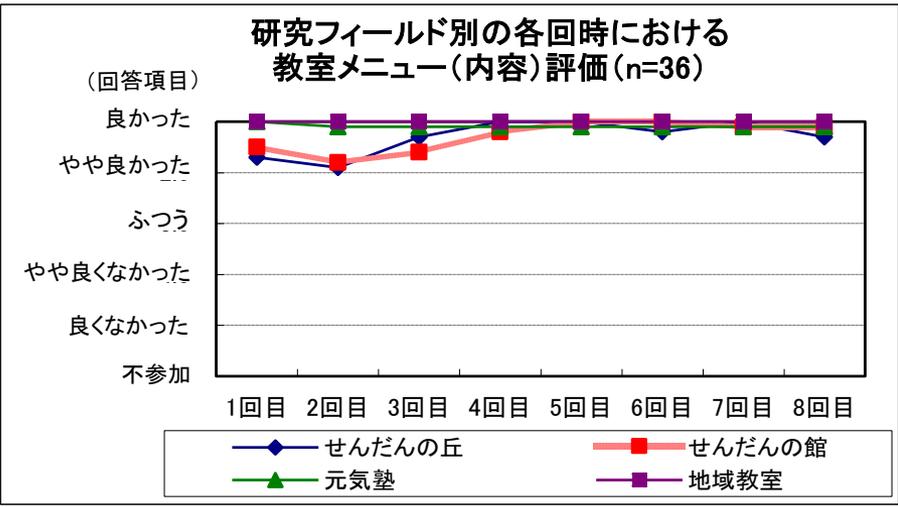
【気分変化】
 《要支援1～要介護3までの介護認定者で占める施設教室群》
 事前で「マイナス因子」が高い結果を示していた。これは、季節的に冬期間であったことや年末年始の慌しい時期などさまざまな心理的要因が推察される。しかし、事後では8割以上の回で「プラス因子」に転じたことから、この活動教室が心理的变化で有意であったことが示唆された。

《健康意識の高い元気塾教室や地域教室の一般高齢者を対象にした地域教室群》
 すべての回で「プラス因子」へ変化や増加を示した。この活動教室が心理的变化で有意であったことが示唆された。

2-②参加者の教室メニュー評価、及び満足感

【調査方法】 各回時に参加者の教室メニューに対する評価と、教室の参加感、満足度について調査を行った。

【評価方法】 毎回時の教室終了後に調査を実施し、個別の集計をもとにして研究フィールド別の平均値を割り出した。



【教室メニュー評価・満足感】

《教室メニューの評価結果》

すべての研究フィールドにおいて各回時のメニューで高評価を得る結果となった。そのなかで、施設教室で初回、2回目で評価が幾分低い結果については初回の集団教室における参加者の不安感や参加者のイメージとの相違が要因にあげられる。回数を重ねるごとに、教室メニューの評価は一定の高評価を得られたことから、今回の教室メニューのプログラムに有効性が見える結果となった。

《満足感の評価》

各研究フィールドで高い満足感を得ている。そのなかで、「せんだんの丘教室」の2回目の評価が幾分低い結果となったのは、参加者のニーズに応える難しさが課題としてあげられ、集団教室においては個別のアセスメントの必要性が重要である。

3. 脳機能測定の概要

①物忘れ相談プログラム

■物忘れ相談プログラムの特長

ヘッドホンからの音声案内に従ってタッチパネルで入力する方法で、結果を容易に点数化し評価できる
測定側の熟練度にさほど左右されることなく一定の結果が得られ、評価に要する時間も5分前後と短い

■テストの内容(改定長谷川式知能評価スケール(HDS-R)を部分的に活用)

1. 短期記憶や
2. 見当識(時・場所・時間の感覚など)、
3. 図形認識などを比較的

■評価結果

合計点数15点満点中12点以下は、物忘れ外来など専門医の相談を促す。

②脳機能活性化測定

脳機能活動は、頭皮上の電位分布の滑らかさと、その不安定さで数値的に表すことができ、図2で見ることができる。

- 脳機能活性化が高い状態 ⇒正常者は「滑らかさ」がほぼ一定で $D\alpha$ は1に近くなり、 $D\sigma$ は減少し正常域にある
- 脳機能活性化が低い状態 ⇒アルツハイマー病が進行すると $D\alpha$ は減少、 $D\sigma$ は増加し、左上に向かって移動

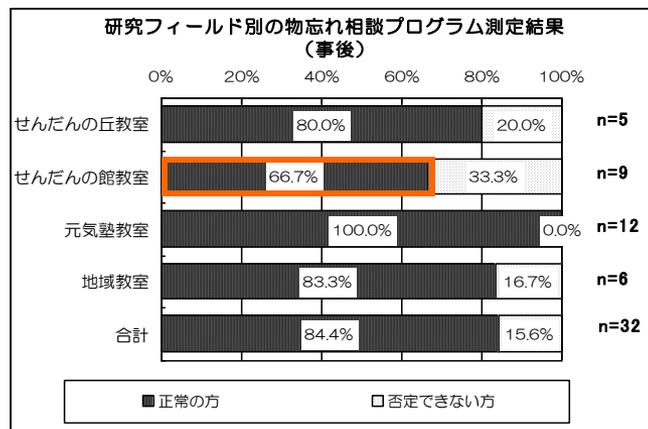
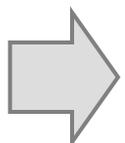
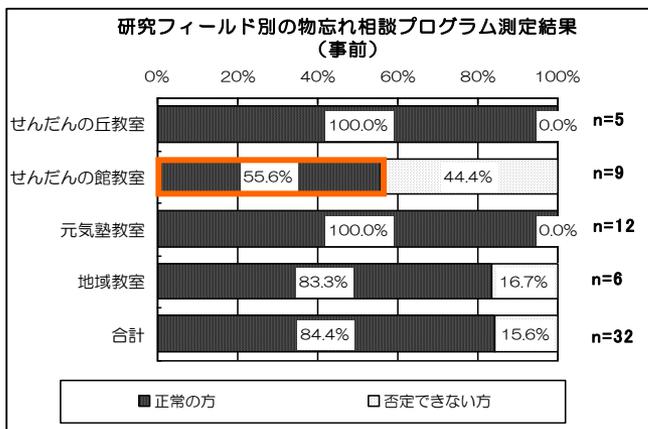
横軸: 滑らかさの時間的な平均値 $D\alpha$
縦軸: 変動の大きさを表す標準偏差 $D\sigma$



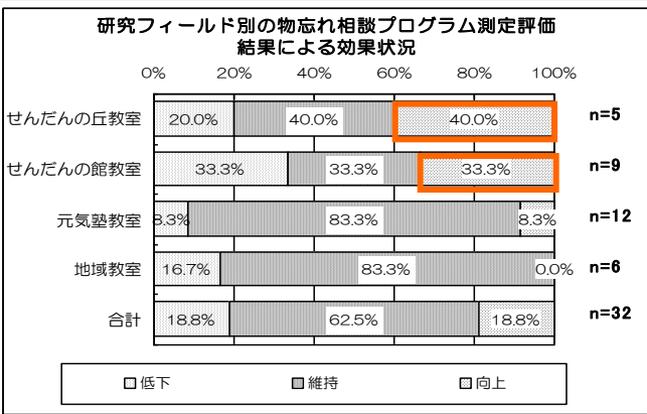
協力:(株)脳機能研究所

3-①物忘れ相談プログラム

【認知症の疑いの変化】 正常な方の割合を4つの研究フィールド別に見ると、「**せんだんの館教室**」が**55.6%**から**66.7%**へと向上が見られ、「**せんだんの丘教室**」が**100%**から**80.0%**に低下し、「**元気塾教室**」「**地域教室**」は変化が見られなかった。



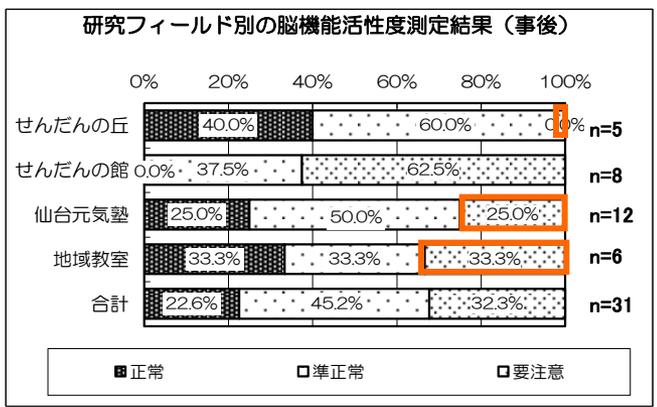
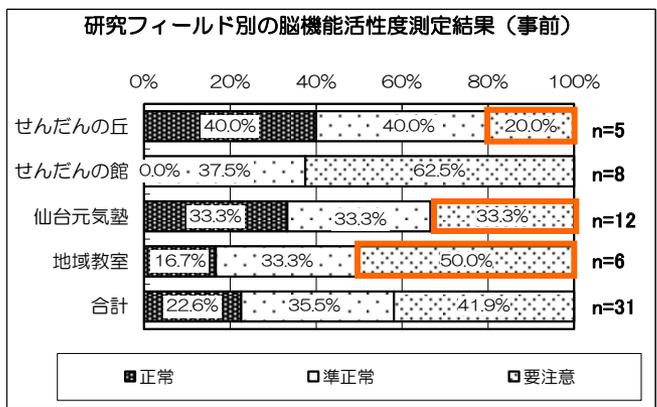
【脳機能活性度の変化】 「**向上**」を4つの研究フィールド別にみると、「**せんだんの丘教室**」が**40%**、「**せんだんの館教室**」が**33.3%**と「**認知症の疑い**」の改善が見られ、「**元気塾教室**」「**地域教室**」では変化がみられなかった



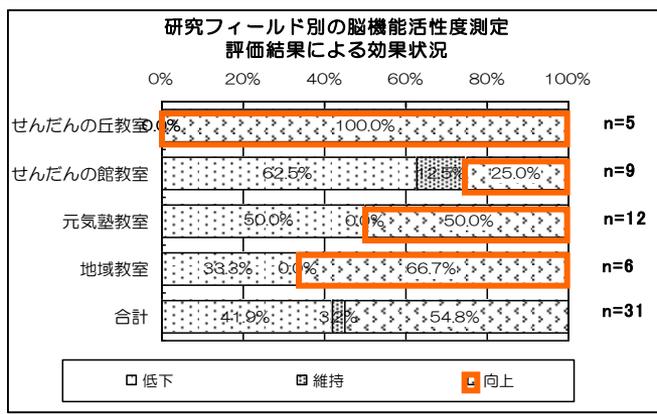
【物忘れ相談プログラムのまとめ】 参加者の対象群に着目すると、参加者が**要支援1～要介護3**の介護認定者である「**せんだんの丘教室**」「**せんだんの館教室**」の施設教室群で改善傾向が確認され、**カラオケシステムの導入した活動教室**の効果をみる事ができる。

3-②脳機能活性化度測定

【認知症の疑いの変化】「要注意域」の割合を4つの研究フィールド別で見ると、「せんだんの丘教室」で20.0%から0.0%、「仙台元気塾」で33.3%から25.0%、「地域教室」で50.0%から33.3%へ減少し、「認知症の疑い」の改善に効果があるものと考えられる。



【脳機能活性化度の変化】「向上」を4つの研究フィールド別で見ると、「せんだんの丘教室」が100.0%となり活動教室の効果が大きく現れた。「元気塾教室」が50.0%、「地域教室」が66.7%と半数以上が向上の傾向となっている。



【脳機能活性化度測定のまとめ】参加者の対象群に着目すると、参加者が要支援1～2の軽度の介護認定者である「せんだんの丘教室」の施設教室群で向上の傾向が大きく、カラオケシステムを導入した活動教室が効果的であったことが示唆された。

1. DKエルダーシステムの導入による施設活動教室における健康効果の評価、及び認知症の予防を目的とした調査・研究

■調査・研究の対象

東北福祉大学社会貢献センター予防福祉健康増進推進室、地域共創推進室、及び仙台元気塾(健康者)
医療法人社団東北福祉会せんだんの丘(要支援1・2)、社会福祉法人東北福祉会せんだんの館(要支援1～要介護3)

■健康効果の評価

健康関連QOL、生活機能評価、高齢者うつ尺度等のアンケート調査から健康状態、QOLなど良好になることが明らかとなった。

■気分調査、メニュー評価

満足度評価など設問のアンケート調査から心理状況、教室の満足が得られた。

■脳機能測定(物忘れ相談プログラム、脳機能活性度測定)

脳機能の活性度向上が見られた。

■介護予防・健康増進教室の活動指導手法を開発

全8回のカラオケシステムを活用した教室メニュープログラムを実践した。

2. DKエルダーシステムの導入による地域活動教室における地域共創(地域の子ども～働き盛り～高齢者間の人間関係の構築)

■DKエルダーシステムの導入によるグループワークにおいて、地域活動としての交流機会の創出を検討した。

地域共創推進室としての地域教室で実践的活動を行う。一環として、地域交流活動の場である「国見街道まつり」の参加者を対象とした教室を実践した。

■地域コミュニティ活性化に向けた活動支援手法の開発

対象ニーズの異なるフィールドごとの教室における、全8回のDKエルダーシステムを活用したサポートプログラムを実践した。

本調査研究のまとめ

■DKエルダーシステムの導入によるグループワークにおいて、本システムが健康増進・介護予防・コミュニティ形成、ならびに地域共創に有用性があることが示唆された。

■DKエルダーシステムが地域でのあらゆる場に活用されることを期待する。

■DKエルダーシステムの活用手法を長期的な観察調査および研究により、健康効果の評価と介護予防の観点から日常生活の活性化とQOLの向上を目指し、本システムの実用性を実証していきたい。