

氏 名 若山 修一
 学位の種類 博士（ヒューマン・ケア科学）
 学位記番号 博甲第 8659 号
 学位授与年月 平成 30年 3月 23日
 学位授与の要件 学位規則第4条第1項該当
 審査研究科 人間総合科学研究科
 学位論文題目 地域在住高齢者における閉じこもり要因と
 閉じこもり予防プログラムに関する研究
 ～首尾一貫感覚（SOC）に注目して～

主	査	筑波大学教授	医学博士	斎藤環
副	査	筑波大学准教授	医学博士	柳久子
副	査	筑波大学講師	博士（学術）	望月聡
副	査	筑波大学准教授	博士（医学）	山岸良匡

論文の内容の要旨

目的：著者の研究は、3つのパートから成立している。研究1は、地域在住高齢者を対象にした閉じこもりに関連する要因を検討し、閉じこもり予防において重要な要因を明らかにすることを目的としている。研究2では、Sense of Coherence（以下SOC）に焦点を当てた縦断研究によって、閉じこもり状態とSOCの関連を明らかにすることを目的としている。研究3では、閉じこもり予防プログラムへの参加によって、外出頻度やSOCなどがどう変化するかを調査し、この介入の有効性を検討することを目的としている。

対象と方法：著者は研究1では、A市在住の65才以上の高齢者1895名を対象に、質問紙の郵送による調査を行っている。また研究2では、同市在住の70才以上の閉じこもりではない虚弱高齢者375名を対象とした1年間の追跡調査を実施している。研究3では、茨城県内の介護予防教室に参加した地域在住高齢者59名に対して調査を行っている。

結果と考察：著者は研究1の結果から、閉じこもり群と閉じこもり予備群の割合が、合わせて対象の3割以上を占めており、この群に対して閉じこもり予防・支援の必要性があることを指摘している。また、閉じこもりと関連する因子としては年齢、性別（男性）、運動機能、うつ、SOC、老研式活動能力指標などがあるとしており、閉じこもりを予防するには、運動機能を高めるような介入に加え、うつやSOCに対する心理・社会環境的介入の必要性があることを指摘している。

研究2において著者は、地域在住虚弱高齢者のうち、1年間で閉じこもりに移行した群が7.7%に及んだことを報告している。また著者は、移行群は、初回調査時点で、維持群よりも運動機能、認知機能、処理可能感が有意に低く、また初回調査時から1年後の時点で、処理可能感、うつ、SOCが維持群よりも低下していたとも報告しており、以上から閉じこもり予防にはうつ、SOC、処理可能感に注目する必要性があると指摘している。

研究3において著者は、介護予防のプログラムに参加した介入群において、対照群に比べ外出頻度が増加した割合が有意に増大したこと、また身体的評価においても、対照群より有意に座位行動時間が減少し、歩数の増大を認めたこと、さらに対照群よりもSOCの有意な改善が認められたことを報告している。著者は閉じこもり予防プログラムとして、介入に用いた外出記録表や外出状況を振り返り、話す機会を設けたことが影響したのではないかと考察している。

本研究で著者は、閉じこもりの関連要因としてSOCに注目している。研究1では65歳以上の地域在住高齢者、研究2では地域在住の閉じこもりではない虚弱高齢者を対象とした調査を行い、いずれにおいてもSOCとの関連を認めたため、研究3では地域在住高齢者の閉じこもり予防を目的として、地域の介護予防教室に参加した高齢者を対象に活動性の向上とSOCへの働きかけを含めた介入を実施して、外出頻度の改善やSOCの改善に繋げている。

従来、閉じこもり予防に効果を示した研究は限られており、著者の研究の結果は、今後の閉じこもり予防プログラムを構築する上で示唆に富んでいる。著者は研究3の結果から、予防プログラムによる介入がSOCの重要な要素であるサリュタリーファクター（健康要因）を促進したと推定している。

著者は地域在住高齢者の閉じこもりを予防するために、従来の運動機能に特化したプログラムのみではなく、外出に対する問題意識を高め、日々の外出状況を振り返り、支援者との対話の提供が必要であると述べている。いずれも外出頻度の増大のみならずSOCを改善させることに寄与したとの著者らの推定に基づいてのことである。

著者らは本研究の限界として、閉じこもりとSOCの因果関係については十分に検討できていないこと、研究2においては追跡できた対象者が少なく、追跡期間も1年間と短期間であったこと、研究3では、茨城県内の特性が同様の2地域で実施したため一般化しにくく、対照群を設けた介入研究ではあっても、教室ごとに割付けを行ったため、ランダムに割付けた検討ではなかったこと、などを指摘している。

しかし著者も述べるとおり、高齢者の閉じこもり予防は、介護予防において重要な課題の一つであり、因果関係こそ明確化できなかったとは言え、SOCが閉じこもりの重要な関連要因であるとする著者の指摘は傾聴に値する。

著者は研究3で閉じこもり予防プログラムの効果を示しているが、プログラム終了後のフォローアップは実施できておらず、終了後も習慣的に外出を継続できるかについては今後の検討課題としている。対象地域を拡大し、さらなる縦断的な検討が継続されることに期待したい。

審査の結果の要旨

(批評)

若山修一氏の博士論文は、高齢者において死亡、寝たきり状態や、要介護状態につながりやすい「閉じこもり」に注目し、主にSense of Coherence（以下SOC）の視点から実態調査を行い、さらに閉じこもり予防プログラムにつなげることを目的とした点がきわめてユニークである。

閉じこもり予防については先行研究も不十分であり、この点からも貴重な研究と言える。また、SOCの改善を目指した閉じこもり予防プログラムが有効である可能性が示唆されており、今後さらに対象を拡大し、縦断的な研究計画へつながる新たな道筋が示されるなど、ヒューマン・ケア科学分野の研究として高く評価できる。

平成29年12月26日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（ヒューマン・ケア科学）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。