

令和2年度 東京情報大学総合情報研究所プロジェクト研究
研究実績報告書

1. 研究課題名

企業・団体の認知症サポーターによる一人暮らし高齢者の認知的フレイルの早期発見と介入に向けた支援

2. 研究組織

区分	氏名	所属・職名
研究代表者	宮野 公恵	看護学部 看護学科・助教
研究分担者	大山 一志	看護学部 看護学科・助教
	成松 玉委	看護学部 看護学科・講師
	岸田 るみ	看護学部 看護学科・助教
	藤井 博英	看護学部 看護学科・教授
	柏葉 英美	岩手県立大学 社会福祉学部・准教授

3. 研究期間

2020年7月1日～2021年3月31日

4. 研究の目的

一人暮らし高齢者に対する認知的フレイルの早期発見と介入に必要な要素を抽出することを目的とする。そこで、既に地域全体の取組みとして認知的フレイル予防に向けた支援を実施している自治体にインタビュー調査を行う。その要素を基盤として、地域に密着して働く企業・団体の認知症サポーターが、それぞれの職種の特徴を活かしながら認知的フレイルの早期発見や適切な介入に結び付けたい。

5. 研究報告

本年度、COVID-19感染拡大に伴い、現地に赴いてのインタビュー調査が実施できなかったため、オンライン調査及び文献レビューを実施した。

I. 認知的フレイル予防に取り組んでいる自治体についてのオンライン調査

1. 愛知県大府市 認知的フレイルの取り組み

「大府市認知症不安ゼロ作戦」として、大府市在住の高齢者を中心として、認知症になりにくいまちづくり、または認知症になっても安心して暮らせる街づくりというコンセプトに沿って、国立長寿医療センターと共同し、以下3事業を柱として推進している。

1) 「脳とからだの健康チェック」：大府市在住 65歳以上を対象に、認知症および要介護

認定に影響を与える因子を抽出するため、認知機能検査や体力検査を実施。検査結果から「フレイル」が将来の健康問題を引き起こすリスク（なりやすさ）につながっていることが分かり、その後の経過を追跡調査しながら解析を継続している。

- 2) 「プラチナ長寿健診」: 「脳とからだの健康チェック」で得られた結果から、より重要な項目にしばった内容を個別に実施する。認知機能検査や体力測定、スタッフによる質問調査などを行う。
- 3) 「コグニノート」: 認知症や介護状態になることを予防するために重要だと考えられている身体活動（運動や菜園手入れなど）知的活動（読書や楽器演奏など）社会活動（ボランティアや集会参加など）を毎日自分で記録する。記録を付けた用紙を現地出力システムで読み取ることで、活動記録がグラフ化された結果用紙が出力できる。

<所感>

国立健康長寿医療センターとの共同もあって、高齢者の健康チェックから個別のリスクを下げる長寿健診、コグニノートの記録へと、システムティックな取り組みがなされている。ヘルスプロモーションの基本に則り、各自が自分事として健康活動に取り組むことが重要であるが、その継続が難しいとされている。実際にどのような工夫がされているのか、また参加者はどのような考えを持っているのか調査を進めたい。

2. 埼玉県新座市安心・安全地域見守り活動の取り組み

新座市と事業者との間で「新座市安心・安全地域見守り活動に関する協定」を締結。従来の地域における見守り活動に加え、事業者による地域の見守りの目を増やすことができ、異変等を発見した際には、迅速に安否確認と必要に応じた対応ができるよう、連携体制を構築している。

<活動内容>

協定を締結した事業者（電気・ガス、新聞販売、宅配、郵便配達業者など）は、訪問や配達など業務活動中に異変等を発見した場合、必要に応じて市に情報を提供する。緊急を要する場合は速やかに消防署や警察署に通報する。情報提供を受けた市や消防署・警察署では、関係機関と連携して対応している。

<所感>

2017年度からプロジェクト研究で、新聞販売員の認知症サポーターの実態と役割について取り組み示唆を得たが、新聞販売業以外の事業者とも締結して高齢者の異変に対する早期発見を行っている。更に事業者に対して認知的フレイルやMCI（軽度認知症）の早期発見に向けた教育をすれば、地域で認知症予防に向けた連携が形成できると思われる。現段階での課題や今後の方向性について調査をしたい。

II. 認知的フレイルに関連した文献レビュー

1. 在宅時代の落とし穴 今日からできるフレイル対策 飯島 勝矢

- 2.最新知識フレイルサルコペニア 吉村芳弘
- 3.フレイル高齢者、これからどう診る? ～そもそもの考え方から現場対応まで、最新フレイル健診にも対応! 若林秀隆
- 4.フレイル対策実践ガイド 2020 山田 実 (著), 荒井 秀典 (監修)
- 5.認定 NPO 法人健康と病いの語りディペックス・ジャパン 編「認知症の語り」

<所感>

知症な加齢に伴う脳神経系の変化でもあり完全になくすことは難しいが、身体・心理・社会的フレイルを防ぐことが認知機能の低下（コグニティブフレイル）をふせぐ事に繋がる示唆を得た。特に、独居高齢者の孤独や社会的なつながりの不足を改善することが重要だと思われ、今後の研究課題としたい。

6. 成果の公表

今回のオンライン調査および文献レビューで得られた知見を元に、COVID-19 収束の後には、現地に赴いてのインタビュー調査を実施し、地域における認知的フレイル野早期発見に向けた有効な取り組みを検討し、学会や論文での公表および地域での実践を進めていきたい。