

## 当院短時間通所リハビリ利用者における身体活動量と心身機能・生活活動の関連について

福重 亮平 姫田 敬

医療法人さくらの里 だいいちリハビリテーション病院

Key Word: (生活空間) (屋外家事) (戸外活動) 趣味

## 【はじめに】

高齢者において身体活動の向上は、加齢に伴う心身機能の低下を防ぎ、健康寿命の延伸に寄与すると考えられる。そのため、活動能力の低下は日頃の行動範囲の狭小化に続いて起こるとして生活空間の評価が注目されている。生活空間の評価には Life-space assessment(以下,LSA)の評価が一般的に用いられ,LSAは Timed Up & Go test(以下,TUG)や Instrumental Activity of Daily Living(以下,IADL)との関連が報告されており、特に要因として歩行能力が重視され運動機能向上を目的とした運動が推奨されている。

今回当院通所リハビリにおいて R3.4 月現在で自立支援及び運動機能向上を目的としている短時間通所リハビリ (1-2 時間:送迎無し) を利用されている予防給付者の身体活動量を評価し、心身機能・生活活動との関連について調査したので報告する。

## 【方法】

対象は当院短時間通所リハビリ利用者のうち、65 歳以上の予防給付者男性 5 名・女性 20 名の計 25 名とし、先行研究より LSA 転倒予測指標カットオフ値 (47.3 点) を用いて高得点群、低得点群の二群に分けた。評価としては年齢、Body Mass Index(以下,BMI)、Barthel Index(以下,BI)、Frenchay Activities Index(以下,FAI)、JST 活動能力指標、Mini Mental State Examination(以下,MMSE)、Addenbrooke's Cognitive Examination-Revised(以下,ACE-R)、Timed Up and Go Test(以下,TUG)、Grip、を用いて行い、統計処理は Mann-Whitney U test を用いて有意水準 5%未満とした。また、興味関心チェックリストを用いて当院短時間通所リハビリ利用者の『している』『してみたい』『興味がある』活動の傾向について調査を行った。また対象者に本研究の目的と内容を説明し同意を得た。

## 【結果】

群間比較において BI、FAI に有意差が認められた。BI の下位項目では階段で有意差が認められ、FAI 下位項目では屋外家事、戸外活動、趣味の合計点に有意差が認められた。戸外活動の下位項目では交通手段の利用に有意差が認められる結果となった。また、興味関心チェックリストでは低得点群の『している』活動が低下し、『してみたい』『興味がある』活動では高得点群と同様の傾向にあった。

## 【考察】

LSA の得点が低下する要因として階段、屋外家事、交通手段の利用、趣味の有無が要因であることが考えられた。Murata らは「社会参加をしていないことは生活空間を狭める要因となる」と述べ、岡本らは「交通手段の利用、不便さは社会活動を妨げる」と述べている。これらのことから生活範囲の拡大には外出するなどの目的を有することや、外出に支障のある階段が少ない、もしくは昇降が出来ること、交通手段を利用できることが必要であると考えられた。

また、低得点群において交通機関の利用や屋外家事、趣味活動が低い要因としては、同居者の有無が関係していると考えられたが有意差は認められなかった。しかし、家庭内での家族支援の有無や役割、自宅周辺環境などの影響は先行研究でも指摘されており今後も調査が必要である。

興味関心チェックシートでは、低得点群は高得点群と同様に多くの項目に『してみたい』『興味がある』にチェックしていた。しかし、興味や関心があり外出の目的を有していても交通手段の利用が少ない人は生活範囲が狭小化している傾向にあった。現在コロナ禍でこれまで以上に高齢者の社会参加が減少している報告もあり難しい社会問題であるが、趣味や役割、外出の目的を持つことや、交通機関が利用できるよう支援を行う必要があると考えられる。

## 【おわりに】

今回、当院短時間通所リハビリ利用者の活動範囲の狭小化は屋外家事、戸外活動、趣味、階段昇降が要因であることが考えられた。また、興味関心チェックリストでは入院中の患者とは違い、様々な項目に対して『してみたい』『興味がある』と答えた利用者が多く、本人のニーズに沿った評価が必要であることを再確認できた研究となった。

今回は予防給付者の検証を行ったが、今後は 1 次予防・2 次予防者と比較検証し、自立支援に向けたアプローチを提供したいと考える。