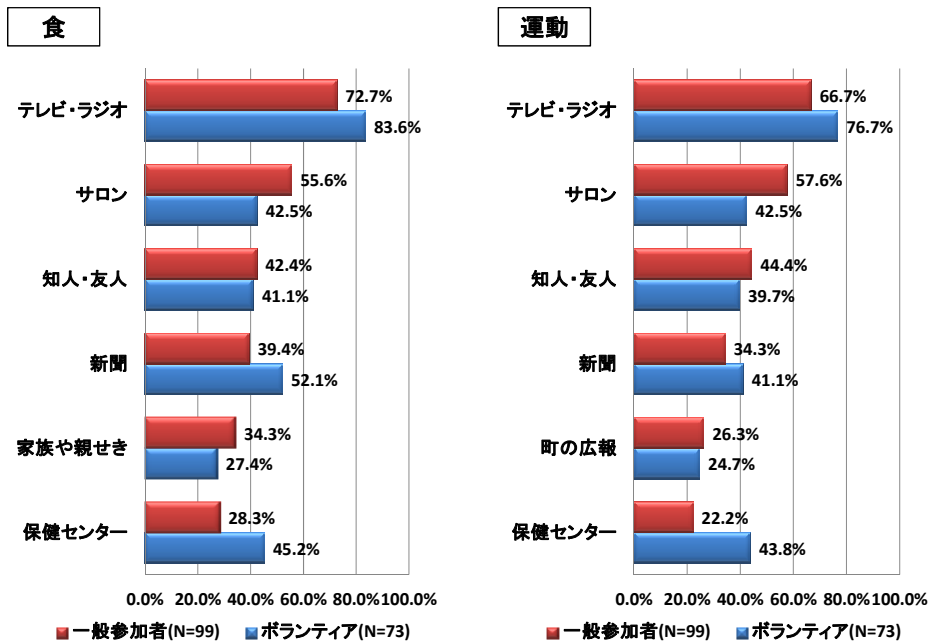


サロン参加で健康に良い情報が増えた人が8割

介護予防事業のなかでもポピュレーション戦略（一次予防）が注目されている。本研究は、一次予防としての「憩いのサロン事業」（以下、サロン）への参加が介護予防につながる一つの理由が「健康に関する情報の入手が容易になるからではないか？」という仮説を検証するために、サロン参加者（ボランティア・一般参加者）の情報源と情動的サポートの授受の変化を調査した。その結果、より高齢で情報源の数が少ない一般参加者にとって、食・運動に関する情報源としてサロンは56～58%とテレビ・ラジオに次いで2番目に多く、約8割がサロン参加で情動的サポートの受領が増えたと回答した。

健康によい食生活/運動習慣に関する情報源



【連絡先】 大浦 智子（おおうら ともこ）

星城大学リハビリテーション学部作業療法学専攻 講師

e-mail: ohura@seijoh-u.ac.jp Tel: 052-601-6000

【背景】

地域におけるソーシャル・サポート（情緒的・手段的・情動的サポート）やネットワークを含むソーシャル・キャピタル（人々のネットワーク）と、健康との関連に関心が高まってきている。しかし、介護予防ではまちづくりなどによる一次予防が注目される一方で、その効果と影響経路は十分明らかにされていない。

【目的】

本調査の目的は、サロンに参加する運営ボランティア（以下、ボランティア）と一般参加高齢者（以

下、一般参加者)における健康情報の入手源を把握し、サロンが健康情報の授受の場になっているか、サロン参加によって情動的サポートの授受が増えるかを明らかにすることである。

【方法】

愛知県 A 町の介護予防事業として運営されているサロンの 6 箇所のいずれかで、「お元気チェック」(調査票、認知・運動機能測定)を 2 年連続(2010 年と 2011 年)で受けた者で、ボランティア 77 名、一般参加者 108 名を対象とした。2010 年の調査で「健康(病気や介護)」に関する情報源、2011 年度の調査では「健康に良い食生活」(以下、食)と「健康に良い運動習慣」(以下、運動)に関する情報入手源について質問した。このほか、性や年齢などの基本情報や、情動的サポート授受について質問した。

【結果】

一般参加者はボランティアよりも、女性、75 歳以上、手段の自立および知的能動性の低下者、転倒不安者、階段昇降に手すりを有する人、一人ぐらしの割合が多かった。また、情報入手源数は、一般参加者はボランティアよりも多い傾向があった。

一般参加者において、健康関連の情報入手源はテレビやラジオ、病院の職員に次いで、サロンが多かった。食・運動に関する情報入手源はいずれも、テレビやラジオ、サロン、知人や友人の順で多かった。一方、ボランティアにおいて、健康関連の情報では上位 5 位までにサロンは含まれなかったが、食に関する情報源としては 4 番目、運動に関する情報としては 3 番目に多かった。

サロンにおける情動的サポートの授受(受領と提供)は、一般参加者・ボランティアともに約 6 割が「授受ともに増えた」、同じく約 2 割が「受領が増えた」と自覚していた。

【結論】

「憩いのサロン」のボランティアおよび一般参加者の健康関連・食・運動に関する情報の入手源は、テレビやラジオが最も多いが、より高齢で情報源の数が少ない一般参加者にとってサロンは主要な健康関連情報の授受の場になっていた。また、ボランティア・一般参加者ともにサロン参加によって健康関連の情報の授受が増えたとする者が 6 割前後いた。サロンはソーシャル・キャピタルの醸成の場となっており、健康情報の伝達と情動的サポートの授受の増加などによる介護予防への寄与が期待できると考えられる。

【論文発表】

大浦智子, 竹田徳則, 近藤克則, 木村大介, 今井あい子. 「憩いのサロン」参加者の健康情報源と情報の授受: サロンは情報の授受の場になっているか? 保健師ジャーナル 69(9); 712-719. 2013.

【謝辞】

本研究は、科学研究費新学術領域課題番号 22119506 および星城大学元気創造研究センターの助成を受けて行われた研究の一部である。調査にご協力いただいた方々に深謝申し上げます。