

## ◆研究部長 石橋 智昭

## QOLを扱うアウトカム研究に際して



高齢者介護の施策は、自立支援に効果的な援助を科学的介護と定義し、その推進に力を尽くしている。その意を汲んだケア目標は「なるべく外出する」、「いまの生活が維持できる」に画一され、ここから外れた高齢者には失敗のらく印が押される勢いすらある。

元気な一般高齢者にもフレイル（要介護予備軍）に近づかないため、活動的な生活への強いプレッシャーがかかる。広報紙には「囲碁や将棋などのサークルに参加したり、週に1回は家族で食事をするなど、社会や家族と接する機会を増やし“社会的フレイル”を予防しよう」の文字が躍る。

日本老年社会学会は、“社会的フレイル”の用語の広がり新たな差別・偏見につながる危険性を次のように述べている。『フレイルの社会的側面は環境から切り離された個人の病的な特性ではない。本人の価値観や選好の結果であったり、自ら選択・実現できなかったライフ・コースの帰結であったりする。社会規範、制度・政策などの環境条件が反映される例もあり、検討されるべきは個人ではなく、社会的環境と判断される場合もある。このことを忘れて個人の病的な特性であるかのように扱ってしまうとすれば、結果的に更なる、新たなスティグマを生む可能性が大きい。』（社会的側面からみたフレイル；検討委員会からの提言から一部抜粋 URL <http://www.rounenshakai.org/>）。

ダイヤ財団も、個人の生活習慣や社会活動とフレイルの関係性を扱う研究が増え、その多くが成果の社会実装を目指している。介入の対象を見誤ることのないよう、社会的諸側面の相互関連を十分に考慮した取り組みを肝に銘じた。

さて、フレイルより上位の概念として、健康かつ幸福な状態を示すウェルビーイング（Well-being）がある。古典的概念であるものの、ポストSDGsの有力概念ともいわれ、GDPに替わる“実感としての豊かさ”を測定する指標開発や従業員が幸福を実感できるウェルビーイング経営への活用など再注目されている。この機に新たな研究として従業員のウェルビーイング向上を目指した介入研究がスタートする。企業とのコラボレーションを含めその展開に期待を膨らませている。

## ◆主任研究員 澤岡 詩野

## 高齢期の社会的自立維持にICTの果たす役割に関する研究



新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために始まった行動への制約は、二年以上も続いている。この状況は、高齢者の健康のみならず、社会生活に大きな影響を与えていることが考えられる。実際に内閣府「令和3年度高齢社会白書」では、感染症の拡大によって友人・知人や近所付き合いが減少した人は回答者の55.3%、外出機会が減少した人は68.0%も存在することを明らかにしている。一方で、高齢層においてICTの普及が加速しつつあることを示すデータも散見され、減少した交流や外出を補う手段としての活用も大きく進んだことが考えられる。

これらの社会の動きに先駆ける形で、2101年度より高齢期の豊かさとICTの可能性を模索してきた。これまでに、ICT活用に関してパイオニア的な存在の高齢者グループの追跡調査から、虚弱化リスクの高まる後期高齢期にも孤立化せず、主体的に生き続けるための補助的な手段としての可能性を明らかにしている。

感染拡大により社会生活への制限が顕著になった2020年春以降は、これまで調査に協力を頂いてきたシニアグループに自治体・公的機関の地域支援担当者に加え、Zoom（テレビ会議システム）などの新たな手段の活用についてインタビューや参与観察を行っている。ここから、先駆的にICTを使ってきた高齢層や限られた地域から得られた知見ではあるが、Zoomなどの新たな手段を受容していくプロセスの一端を明らかにしている。このなかで特筆すべきは、「感染拡大したら研修会はオンラインに切り替えればよい」「打合せはLINEでよい、でも練習は少人数でも集まろう」といった「使い分け」が進んでいることといえる。

現在は、国をあげて情報弱者をなくすための支援が行われている。今後は、使えるようになったICTを、個々の社会生活を豊かにしていくための手段として定着させていくための支援が求められるようになることが考えられることが考えられる。本研究事業では、継続して「使い分け」の在り方、「使い分け」を促すための支援について調査研究を進めていく。ここから得られた知見は様々な形で積極的に産官学民に発信し、コロナ禍を乗り越えるだけでなく、ICTを活用した豊かな歳の重ね方を創り上げていきたい。

◆博士研究員 佐々木 晶世

看取り期におけるQI研究の発展と  
多職種での家族介護者支援に向けて

地域包括ケアシステムの推進に向け、病院を中心とする医療から、自宅や介護施設等での療養など、高齢者を取り巻く状況が多様化している。これまで私は、看護大学で老年看護学の教員として、高齢者の健康や生活をどのように支えていくのか、その中での看護職の役割は何か教育・研究を通して考えてきた。その中の一つに多職種連携があるが、それが難しい場面をたびたび見聞きした。たとえば高齢者の在宅療養を支える側と入院している病院側とが、高齢者の状況の共通理解ができていない場合や、各職種間でのコミュニケーションの取りづらさを感じている場合などである。

2022年4月よりダイヤ財団が2013年から取り組んでいる介護の質の評価（QI）研究を担当することとなった。インターライ方式は、高齢者支援に関わる様々な職種の共通理解を助けるアセスメントツールであり、特定の専門職の視点に偏らないように包括的に開発されている。したがって、様々な職種が関わる介護の場で統一して切れ目のない支援が可能となる。特に、団塊の世代が後期高齢者となる「2025年」へ向け、自宅のみならず施設・居宅系サービスでの看取りケアをさらに充実していく必要がある。医療職が常駐していない場での看取りのためには、より各職種間の連携が重要であり、インターライ Palliative Care（PC）版の日本での導入、活用を今後検討し、円滑な多職種連携につながるようにしていきたい。

また、高齢者の在宅介護を支えるためには家族などインフォーマルな支援者の存在が欠かせない。日本では介護は家族が行うものという従来の価値観から、家族介護者に負担がかかる現状がある。介護負担感の調査は数多くあるものの介護者の健康支援体制に着目したものは少ない。したがって、QI研究においてこれまでに蓄積されている多くの情報や、今後さらなる活用が期待されるICTを関連させ、家族介護者を支える視点での研究にも取り組みたいと考えている。

◆博士研究員 上原 桃美

シルバー人材センター会員の  
健康管理の実現に向けて

シルバー人材センター（以下、SC）で就業する会員の平均年齢は年々高まっており、会員の就業寿命を延伸するためにも組織的な健康管理が求められているが、SCによる会員の健康管理は努力義務にとどまっている。そのため、会員が加齢に伴う健康悪化によって抱く仕事への不安を解消する手立てがないのが現状である。

ダイヤ財団では、これまでもWEBの活用やフレイルチェックに関する解説書の作製等、会員が自身の健康度をセルフチェックできる仕組みを考案し続けてきた。しかし、会員の利用率は奮わず、普及には至らなかった。

今後は、健康度のチェックを目的とするだけでなく、事故防止という観点も含め、多くの会員が健康管理を受け入れる仕組みづくりが必要だと考えている。このように社会実装を主目的とする研究においては、近年、多くの研究でアクションリサーチという手法が用いられるようになった。そもそもアクションリサーチとは、“現実の問題を解決することをめざした、または、目標となる望ましい状態に向けて変革していくことを目指した実践と研究を行っていくもの”であるとされている。本研究でも、これまでの研究に主軸をおいた枠組みを超えて、「シルバー人材センターにおける健康管理の仕組みづくり」という現場に対して成果を還元することも目的の一つとし、新たなステージに進みたいと考えている。

最後に、SCにおいては、健康状態を把握されることで退会を勧められることを危惧している会員も少なくないだろう。こういった会員らの懸念を十分に考慮したうえで、健康管理が生きがい就業からの離脱を促すものでなく、“就業寿命を延伸するためのものである”という会員の意識改革を促すよう努めながら、多くの会員に受け入れられるような健康管理の運用方法の確立を目指したい。

◆博士研究員 森下 久美

### シルバー人材センターにおける 介護予防効果の検証に向けて



フレイルは、「筋力の低下により動作の俊敏性が失われて転倒しやすくなるような身体的問題のみならず、認知機能障害やうつなどの精神・心理的問題、独居や経済的困窮などの社会的問題を含む概念」であり（老年医学会，2014）、健全な状態と要介護状態の中間的な状態を指すことから、高齢者の介護予防を図るうえでのターゲットとして注目されている。

シルバー人材センター（以下、SC）は、就業をはじめとする社会参加の機会を提供することにより、地域の高齢者の生きがいの充実化を目指している。一方、近年は、会員の高齢化が顕著であり（2020年時点の平均年齢：73.8歳）、会員における、フレイル等の加齢に伴う健康度の低下は、重大な課題となっている。

ダイヤ財団は、2021年度より全国シルバー人材センター事業協会からの受託研究事業により、「SCでの活動が介護予防にどのように寄与するのか」について、フレイルをアウトカム指標とした実証研究を行っている。

2021年度は、都内2カ所のSC会員26名を対象にインタビュー調査を実施した。その結果、SCでの活動を通じて、「会員同士のつながり」「地域の人とのつながり」「身体的な作業要求」「精神・知的な作業要求」を経験することが、介護予防を図るうえで重要であることが示唆された。「会員同士のつながり」や「地域の人とのつながり」については、『道で合えば挨拶し合う』『御礼を言ってくれる』『程よい距離感』等が語られており、緩やかな関係性であることが確認された。「身体的な作業要求」「精神・知的な作業要求」では『定期的に体を動かせる』『あたまの刺激になる』等が語られた。

今後は、これらインタビュー調査の結果を参考に、SCでの活動の特徴を最大限把握できるアンケート項目を検討し、2022年度・2023年度の2時点で全国調査を実施する予定である。本研究結果が、SC会員だけでなく、地域における介護予防を推進するための手掛りとなるよう、調査設計を慎重に進めたい。

◆研究員 安 順姫

### 従業員のwell-being向上に関する研究



2013年の日本再興戦略では、「国民の健康寿命の延伸」が掲げられ、その取り組みのひとつとして、従業員の健康管理を経営的な視点で捉え、経営戦略に位置付ける「健康経営」が推進されている。しかしながら、その取り組みの多くは、メタボリック症候群や生活習慣病の予防が中心となっており、言わば“マイナスからゼロ”を目指すものである。対して、近年では健康経営の在り方として“ゼロからプラス”を目指す Well-being（以下、WB）に注目が集まっており、人間のポジティブな側面に焦点を当て、そのWBを向上させる新たなプログラムへの期待が高まっている。

ところで心理学分野での幸福に関する研究の進展は、「幸福の経済学」にも影響を与えてきた。近年では、ポジティブな側面に注目し、組織の健康度やパフォーマンスを向上するとともに、従業員個人の精神的健康や幸福につなげるための取り組みが興隆している。ポジティブ心理学の提唱者である Seligman（2012）は今や、ポジティブ心理学のテーマは「幸福」ではなく、「ウェルビーイング」と呼ぶべき「構成概念」であり、持続的な幸福度を増大させることを目標としていると論じている。

ダイヤ財団はこれまで、ポジティブ心理学の応用研究である、ポジティブ心理学的介入（Positive Psychology Interventions：PPIs）の手法を取り入れた「ハッピープログラム」を開発し、地域在住高齢者のうつ予防プログラムとして活用してきた。PPIsとして、ポジティブな気分、行動、認知を高める「ハッピープログラム」は、高齢者にとどまらず従業員のWBの向上においても有力なツールとなる可能性が高い。

今後は、従業員のWB向上に有用な修正版ハッピープログラムを作成し、WBへの関心が高い企業での実証実験を通じてその完成を目指す。2022年度は、文献調査等からアウトカムとなる従業員のWBの測定指標を確定し、並行してハッピープログラムを用いた介入方法を策定する予定である。従業員のWBを実現することにより、働く一人ひとりや組織全体に好影響をもたらすよう努めていきたい。