

老年看護学講座のご紹介



老年看護学分野では、岩手県の高齢化や高齢者の健康問題、高齢者と家族への看護支援、高齢者を支える看護の今後の課題などについて、講義や演習、実習、卒業研究などを通じて深く学習できるよう、さまざまな取り組みを行っています。ここではその一部をご紹介します。

関心のある方は、メンバーにお気軽にお声がけください！

老年看護学

高齢者を取り巻く社会を幅広く捉え、あらゆる健康段階にある高齢者への看護を展開できる基礎的な知識と看護技術を、講義や演習、実習を通して理解を深めます。

また、対象者の個別性を反映した健康問題の理解に基づき、いきいきと暮らす高齢者を支える看護を学びます。



★高齢者の健康チェック・健康相談

「地域住民の介護予防を目指した健康状態のアセスメントとフィードバックの継続的な介入」を目的に、平成12年から毎年1回、主に滝沢市とその周辺の高齢者を対象に健康調査と健康相談を実施しています（令和2～3年度は感染状況を鑑み中止、令和4年度から滝沢市住民に限定し限定再開）。

調査項目は、身長、体重、体脂肪、骨密度、加速度脈波（血管年齢）、介護予防評価項目（椅子立ち上がり、アップアンドゴー、座位体前屈など）、問診表による生活習慣・食習慣となっており、前年度との比較をフィードバックしたり、その時々々の健康問題の相談に対応し、この1年間の取り組み目標を設定し、次年度の参加を呼び掛けています。

また、学生によるハンドケアも提供し、学生と地域住民の皆様の癒しとコミュニケーションの場になっています。この継続した調査や相談が、日常生活の見直しや健康状態の改善といった健康意識向上の一助となればと考えています。

地域貢献



★老年看護学概論

老年期にある人々の暮らしと健康について考え、高齢者のQOL（生活の質）の向上を目指した看護について学びます。

★老年臨床看護論 I・II

老年期にある人々の生活状況および健康レベルに応じた看護、また、健康障害の主なものを理解し、その看護を行うための基礎的知識・技術・態度について学びます。

★老年生活ケア論

高齢者体験、フィジカルアセスメント、ADL（日常生活動作）アセスメント、介護予防、ADL障害のある高齢者の看護過程を学び、高齢者への基本的な援助方法について演習を通して学びます。

教育

★老年看護学実習：3年次後期～4年次前期

老年期にある人々の生活状況と健康レベルを理解し、対象者にふさわしい看護を提供する基礎的能力を養うことを目的とし、病院、老人福祉センター、高齢者施設で実習を行います。

研究

★公的サービスに依存しない介護予防個別プログラムの構築（研究代表者：馬林幸枝）

介護予防プログラム導入による、利用者の身体機能維持・向上への寄与について、介護予防に寄与する介護予防プログラムの精選、介護予防プログラムの実施と身体機能への影響の因果関係の検討を行うことを目的として、2019年度から県内の介護保険サービス事業所と共同で研究活動を行っています。

健康指標の身体データや栄養状態のデータ収集、分析を行い、利用者ひとりひとりに適切な介護予防プログラムを提案し、その評価として6か月経過後に再度身体機能測定を行い評価を行いました。感染症拡大の影響から、事業の利用休止やデータ収集の中止が余儀なくされましたが、年に1回のデータ収集を行い、継続評価しています。

その結果、筋肉量は維持していましたが、その他の項目で緩やかな機能低下が認められました。対象者の年齢を考えると、緩やかな低下となっていることは正常の反応と考えられます。感染症拡大による事業や個人活動の減少が利用者の身体データにどのような影響を与えたのかについて今後聴き取り調査を行う計画です。

今後もこの研究を通じて、オーダーメイドプログラムの提案および実施の評価を行っていくこととなっています。



私たちは岩手の高齢者への看護のよりよいあり方について考えていきます。

Iwate Prefectural University, Faculty of Nursing, Gerontological Nursing

メンバー：千田睦美 小嶋美沙子 馬林幸枝 鈴木睦 城内裕希





老年看護学分野のご紹介

地域貢献

老年看護学分野では、岩手県の高齢化や高齢者の健康問題、高齢者と家族への看護支援、高齢者を支える看護の今後の課題などについて、講義や演習、実習、卒業研究などを通じて深く学習できるように、さまざまな取り組みを行っています。ここではその一部をご紹介します。関心のある方は、メンバーにお気軽にお声がけください！

老年看護学

高齢者を取り巻く社会を幅広く捉え、あらゆる健康段階にある高齢者への看護を展開できる基礎的な知識と看護技術を、講義や演習、実習を通して理解を深めます。

また、対象者の個別性を反映した健康問題の理解に基づき、いきいきと暮らす高齢者を支える看護を学びます。



★高齢者の健康チェック・健康相談

「地域住民の介護予防を目指した健康状態のアセスメントとフィードバックの継続的な介入」を目的に、平成12年から毎年1回、主に滝沢市とその周辺の高齢者を対象に健康調査と健康相談を実施しています（令和2～3年度は感染状況を鑑み中止、令和4年度から滝沢市住民に限定し限定再開）。

調査項目は、身長、体重、体脂肪、骨密度、加速度脈波（血管年齢）、介護予防評価項目（椅子立ち上がり、アップアンドゴー、座位体前屈など）、問診表による生活習慣・食習慣となっており、前年度との比較をフィードバックしたり、その時々々の健康問題の相談に対応し、この1年間の取り組み目標を設定し、次年度の参加を呼び掛けています。

また、学生によるハンドケアも提供し、学生と地域住民の皆様の癒しとコミュニケーションの場になっています。この継続した調査や相談が、日常生活の見直しや健康状態の改善といった健康意識向上の一助となればと考えています。



★高齢者ケア スキルアップ研修

県内の高齢者ケアを行う看護、介護職などを対象に、高齢者特有のケアの学び直し、スキルアップ、知識のブラッシュアップを目的とした研修会を行っています。

【これまでに行ったテーマ】

- ・高齢者の薬物療法（薬の知識）
- ・スキンケアのエビデンスからの学び直し
- ・いまさら聞けない認知症ケア

など

他職種と共有したいテーマや、グループワークによる日々のケアの疑問の共有など、さまざまなテーマで研修会を企画、実施しています。



私たちは岩手の高齢者への看護のよりよいあり方について考えていきます。
Iwate Prefectural University, Faculty of Nursing, Gerontological Nursing

メンバー：千田睦美 小嶋美沙子 馬林幸枝 鈴木睦 城内裕希



自分に取り組む介護予防～いつまでも生き生きと～

令和4年度地域政策研究センター 地域協働研究【ステージⅠ】採択課題

課題名：個人で継続可能な介護予防個別プログラムの構築

研究代表者：看護学部 講師 馬林幸枝

課題提案者：ホームセンター仙台 取締役副社長 米内松司

研究メンバー：千田睦美、小嶋美沙子、鈴木睦、城内裕希（看護学部）

技術キーワード：介護予防、地域、暮らし



▼研究の概要（背景・目標）

岩手県は、広大な面積を有するが介護保険指定事業所が少ない地域が多い

限られた資源を有効に活用し、高齢者自身が介護予防の意識を高く持ち続けることが切望される

- ・ デイサービス利用者の身体機能の把握
- ・ 自宅での実施頻度、取り組み易さ、自主的に継続し続けられる内容であったかについて聞き取りを実施

【目的】本研究は、県北地域に普及可能な介護予防プログラムを構築することを目指す。2019年度より協働研究に取り組んでいる協働実施施設の利用者を対象として、地域の特性も踏まえた介護予防プログラムを構築することを目的とした。



▼研究の内容（方法・経過）

1. 調査対象：有限会社ホームセンター仙台（以下、事業者とする）と共同で事業を実施し、当該事業者のデイサービス利用者。
2. 調査期間：2022年4月～2023年3月。
3. 方法
 - (1) 2019年度から2022年度の継続研究協力者に介護予防プログラムの自宅での実施頻度、取り組み易さ、自主的に継続し続けられる内容であったかについて聞き取りを実施した。
 - (2) 身体機能測定
介護予防への寄与を評価できる身体機能測定項目として下肢筋力・歩行力・平衡機能・骨密度・血管弾力性、筋肉量の測定を実施した。
 - (3) 身体機能変化についてプログラム介入前後の長期継続結果の比較、身体介護予防への効果の視点で確認・検討した。
 - (4) 評価
得られた結果は、個人に適用する介入（プログラムの変更）内容についての記録や個人の身体機能測定の結果から分析を行った。介護予防プログラムの評価は、2019年度～2021年度に実施した身体機能測定結果と2022年度の測定結果の比較を実施した。



▼研究の成果（結論・考察）

2022年度は、身体機能測定34名に、聞き取り調査14名に実施した。身体機能測定について、2022年度の参加者34名のうち、2019年度からの継続参加者は13名であった。継続参加者の身体機能測定結果を継続的に個別で確認すると、維持・若干の向上がある項目や緩やかな低下が認められる項目があったが、**急激な低下は認められなかった**。対象者の年齢を考えると、緩やかな低下となっていることは正常の反応と考えられる。2022年度は、2019年からの継続参加者のうち、同意の得られた14名に今後の課題を明らかにすることを目的として、介護予防プログラムの自宅での実施頻度、取り組み易さ、自主的に継続し続けられる内容であったかについて聞き取り調査を実施した。結果、**参加者が自発的に好きで行っていることや、身近な人のために行っていることがみえてきた**。

▼おわりに（まとめ・今後の展開）

- 対象者の多くは後期高齢者であることも踏まえ、長期継続の視点で年1回の身体機能測定を行い、2019年からの身体機能測定データを用いての分析を行う。
- 研究協力者自身で継続し続けられる方法について「健康意識」の視点から、研究者と協働実施施設間で検討し、介護予防プログラム提案前に必要となる対象者の背景を理解するための聞き取りシートを作成する
- 2019年度～2022年度の研究を基盤として、2023年度の研究を計画している。

本研究にご協力いただいたデイサービス利用者および職員の皆様に、深く感謝申し上げます。