



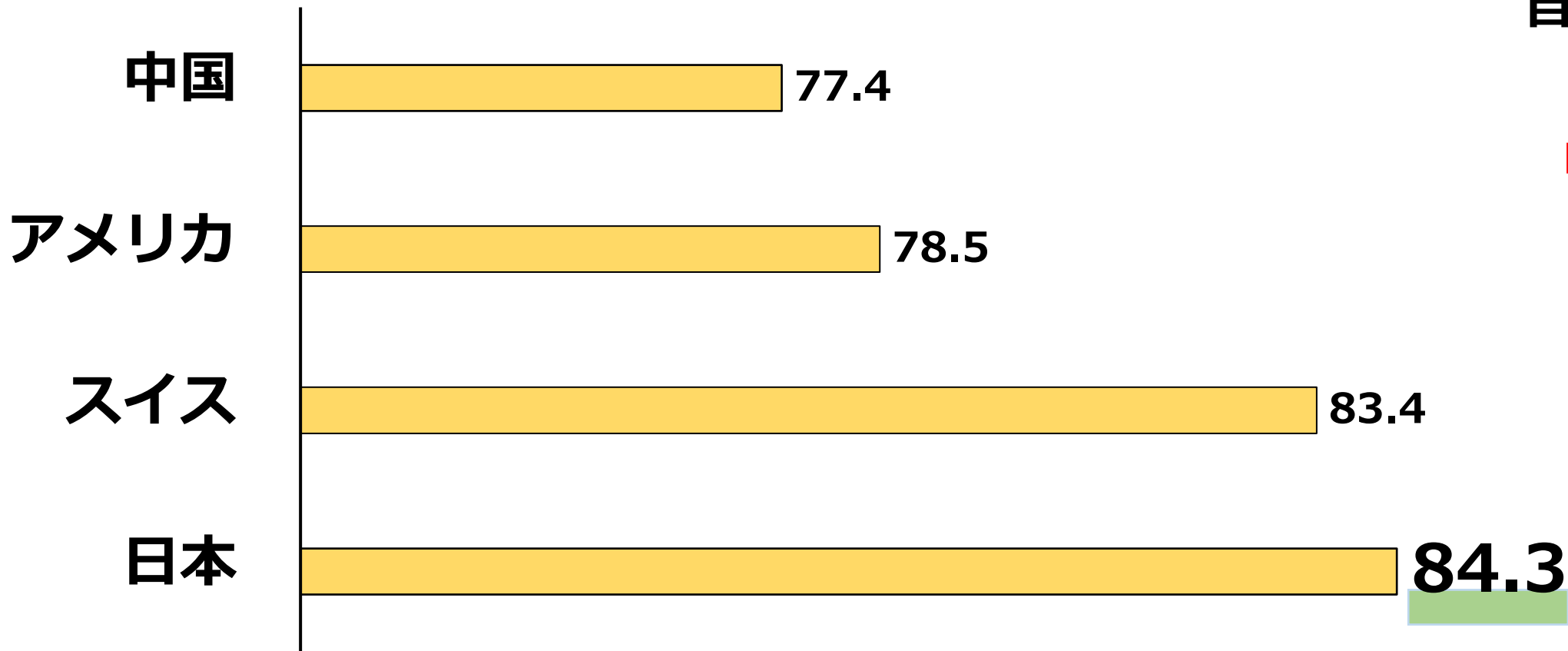
介護予防の動機づけにむけた意識調査

ドマーニ神戸 Dステーション
大亀恵 ○坪井誠二 佐々木絵里子



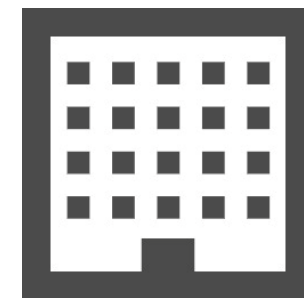
背景①

■ 国別平均寿命（歳）



自施設平均年齢

85.9歳



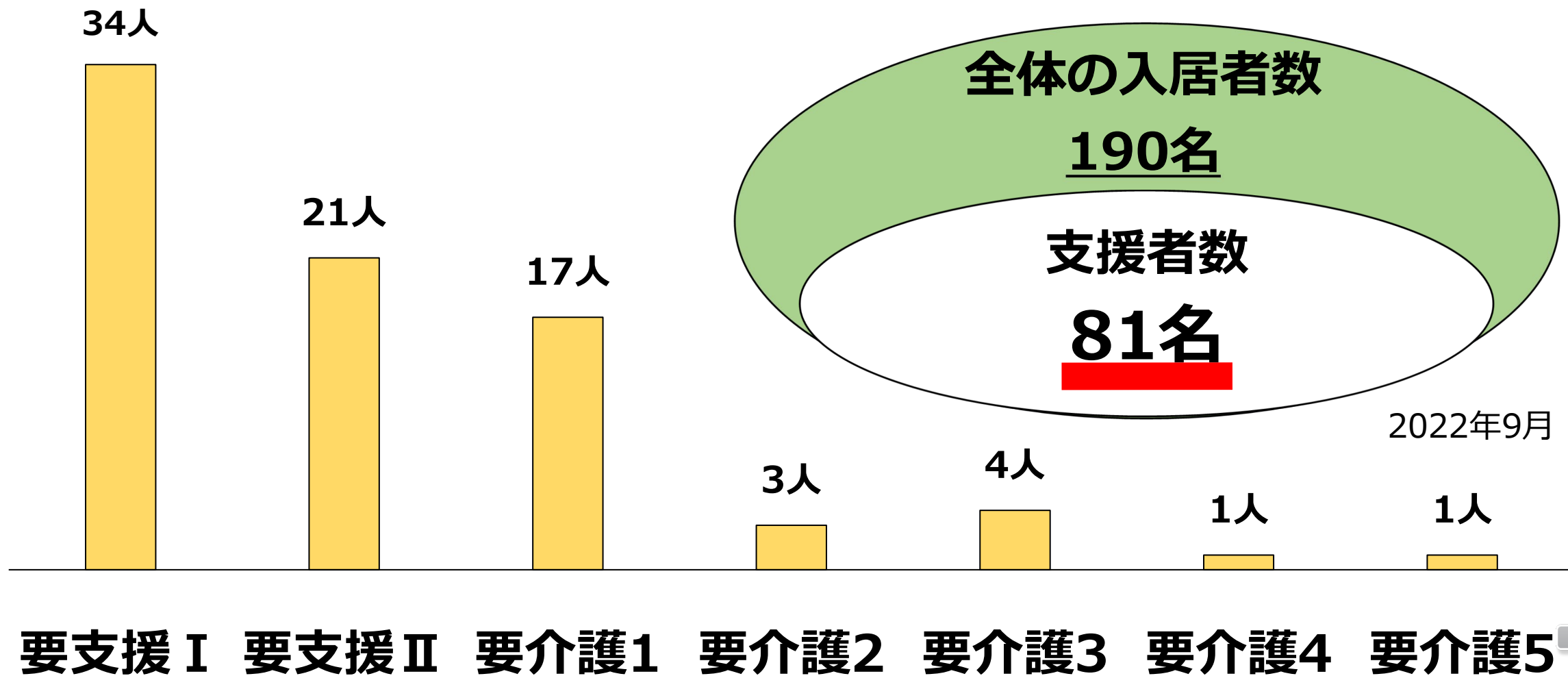
(2022年9月)

WHO世界保健統計(平均寿命)より

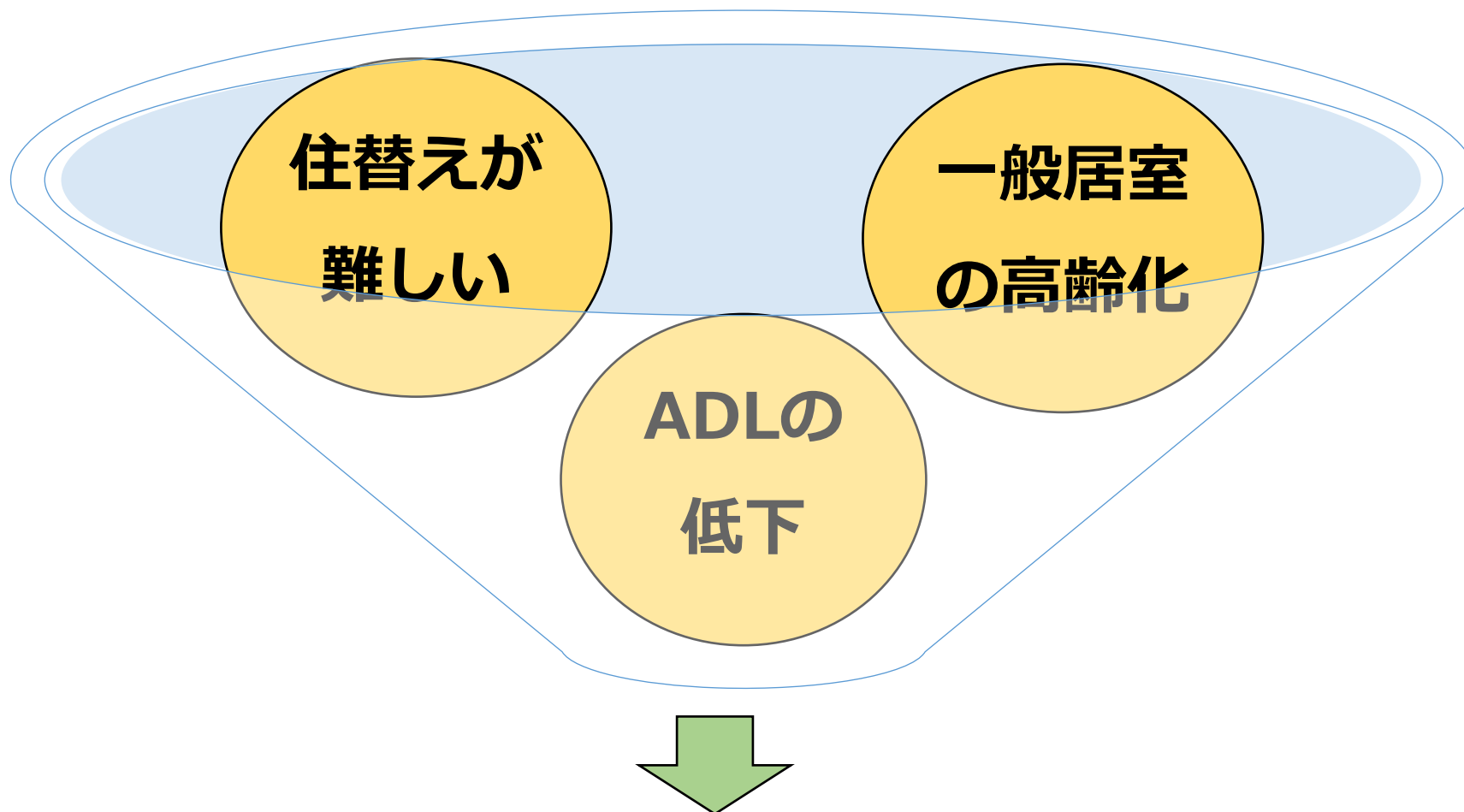


背景②

■当施設一般居室介護度分布（特定契約のみ）



背景③



■ 1人1人の支援が増加



背景④

- 長年生活してきたなじみのある居室で過ごしたい
- 一般居室195戸に対してケア居室が58戸と少ない



方向性

入居者の身体機能の維持
は重要課題のひとつ

介護予防の取り組みを
知ってもらう

入居者が意識して取り組む

■ 長く一般居室
で生活できる



目的

当部署では新入居者と関わる機会がほとんどないが、
どんな方たちが入居してきているのだろうか？

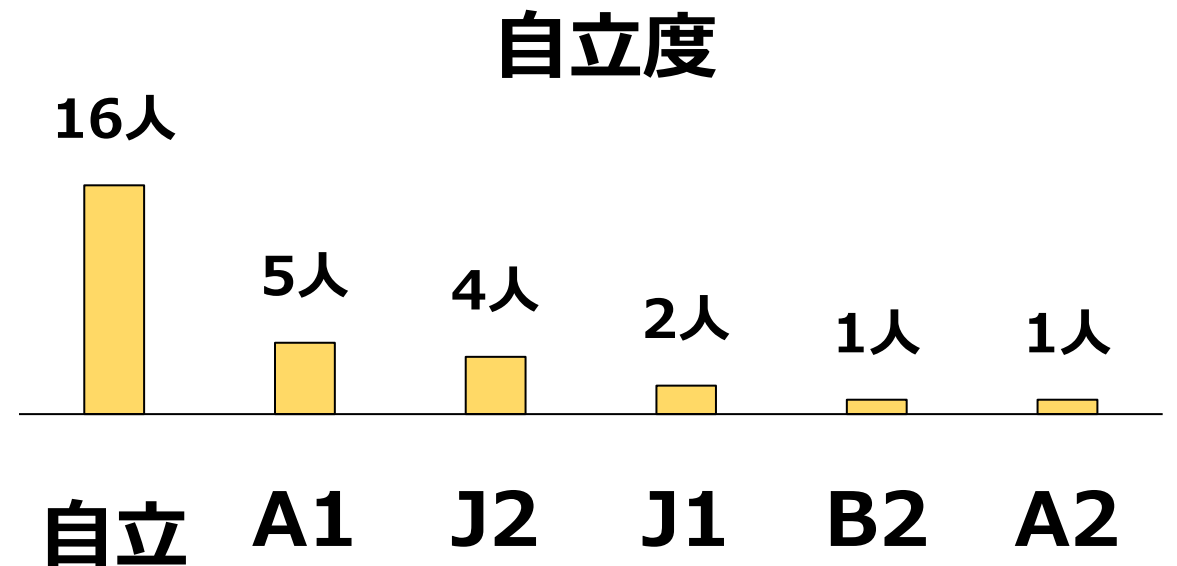
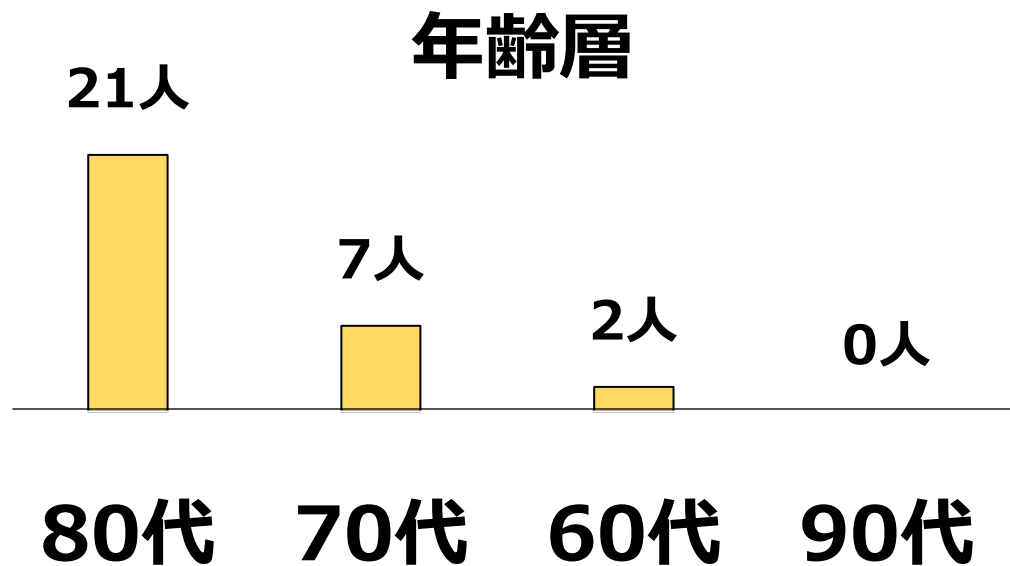
- 
- 実態把握
 - 意識調査の実施

今後の介護予防の
取り組みについて
の課題を探る



研究方法（対象）

■ 入居からおよそ1年以内で研究に同意を得た30名



調査方法①

■ 介護予防意識調査アンケート

- ① 介護予防への関心
- ② 館内実施の介護予防を知っているか
- ③ 参加の有無
- ④ 自身で介護予防を行っているか、またその内容

『介護予防意識調査アンケート』

① 介護予防について関心はありますか？ 当てはまる項目1個を○でかこんでください。

おおいにある・ 少しある・ どちらともいえない・ ほとんどない・ ない

② 現在館内で開催している介護予防をご存知ですか？

知っている 知らない

③ 介護予防に参加されたことはありますか？

ある ない

⇒「ある」と回答された方についての質問です。
どの介護予防に参加されたことがありますか？ 複数回答可○でかこんでください。

【 ウォーキング・爽やか体操・ゆるやか体操・健康体操・体力測定・
バランスボール体操・脳いきいき体操・脳わくわく体操・ウォークラリー 】

⇒「ない」と回答された方についての質問です。
不参加の理由があれば記入をお願いします。

()

④ 自分で行っている介護予防はありますか？

ある ない

⇒「ある」と回答された方についての質問です。
何をされているか簡単でいいので教えてください。

(例) 1日30分歩いている 部屋の掃除をしている など
()



調査方法②

■ 基本チェックリスト

①介護予防に参加している人，参加していない人に分類して以下の項目で比較

■ 7領域の各項目で比較

■ 合計点を出して，フレイル・プレフレイル・フレイルでないに分類して比較

No.	質問項目	回答 (いずれかに○を お付け下さい)	
1	バスや電車で1人で外出していますか	0.はい	1.いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	0.はい	1.いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0.はい	1.いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0.はい	1.いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0.はい	1.いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0.はい	1.いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ちあがっていますか	0.はい	1.いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	0.はい	1.いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1.はい	0.いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1.はい	0.いいえ
11	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1.はい	0.いいえ
12	身長 cm 体重 kg(BMI=)(注)		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0.いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1.はい	0.いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0.いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1.はい	0.いいえ
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるといわれますか	1.はい	0.いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0.はい	1.いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1.はい	0.いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1.はい	0.いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1.はい	0.いいえ
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1.はい	0.いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1.はい	0.いいえ

(注)BMI(=体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m))が18.5未満の場合に該当とする。

結果・考察（①意識調査アンケート）

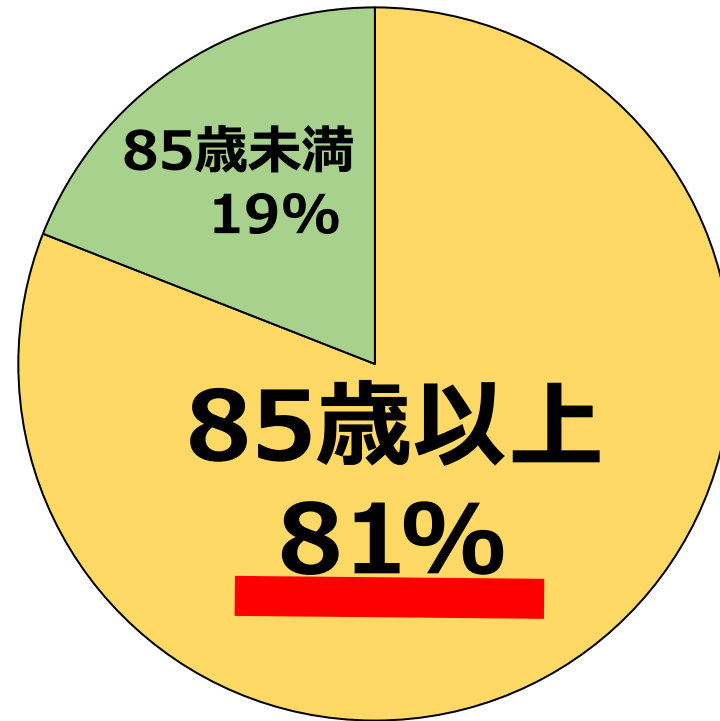
- 『関心がある』は97%
- 『自分でも取り組んでいる』は83%
- 『当施設の介護予防に参加』は60%



結果・考察（②意識調査アンケート）

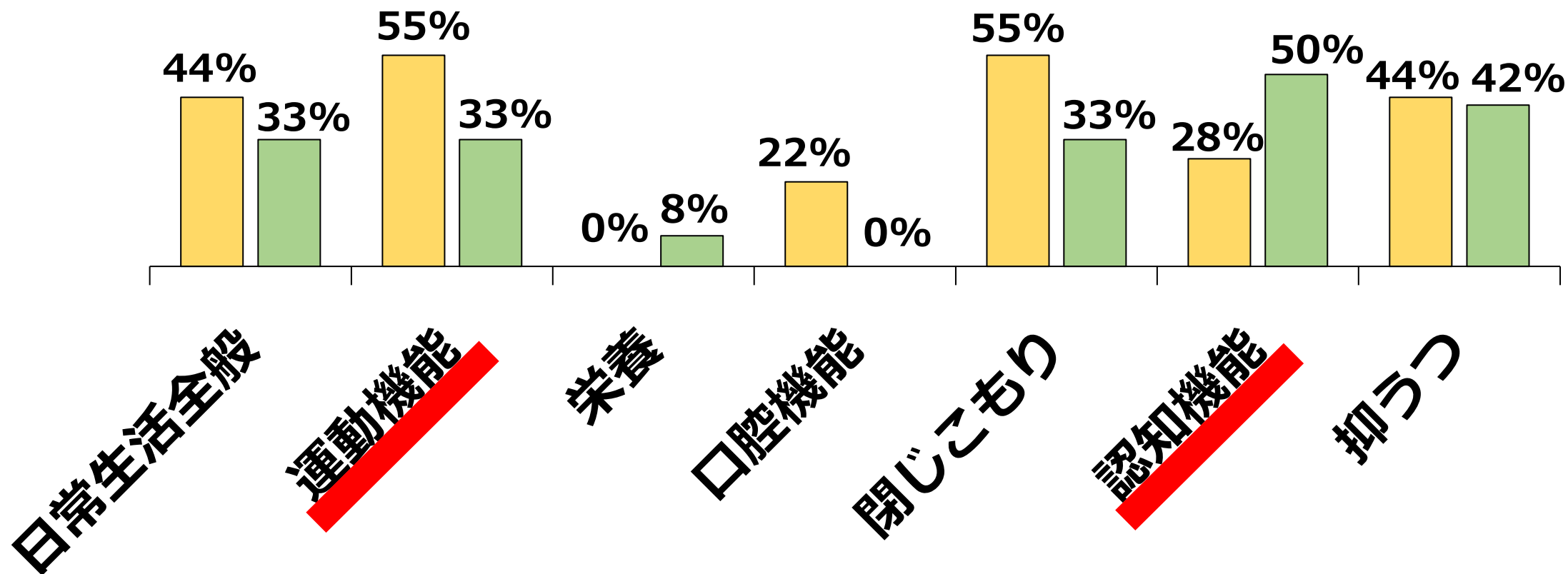
年齢	割合（人）
90代	0人
80代	21人
70代	7人
60代	2人
合計	30人

対象者30名の年齢の割合

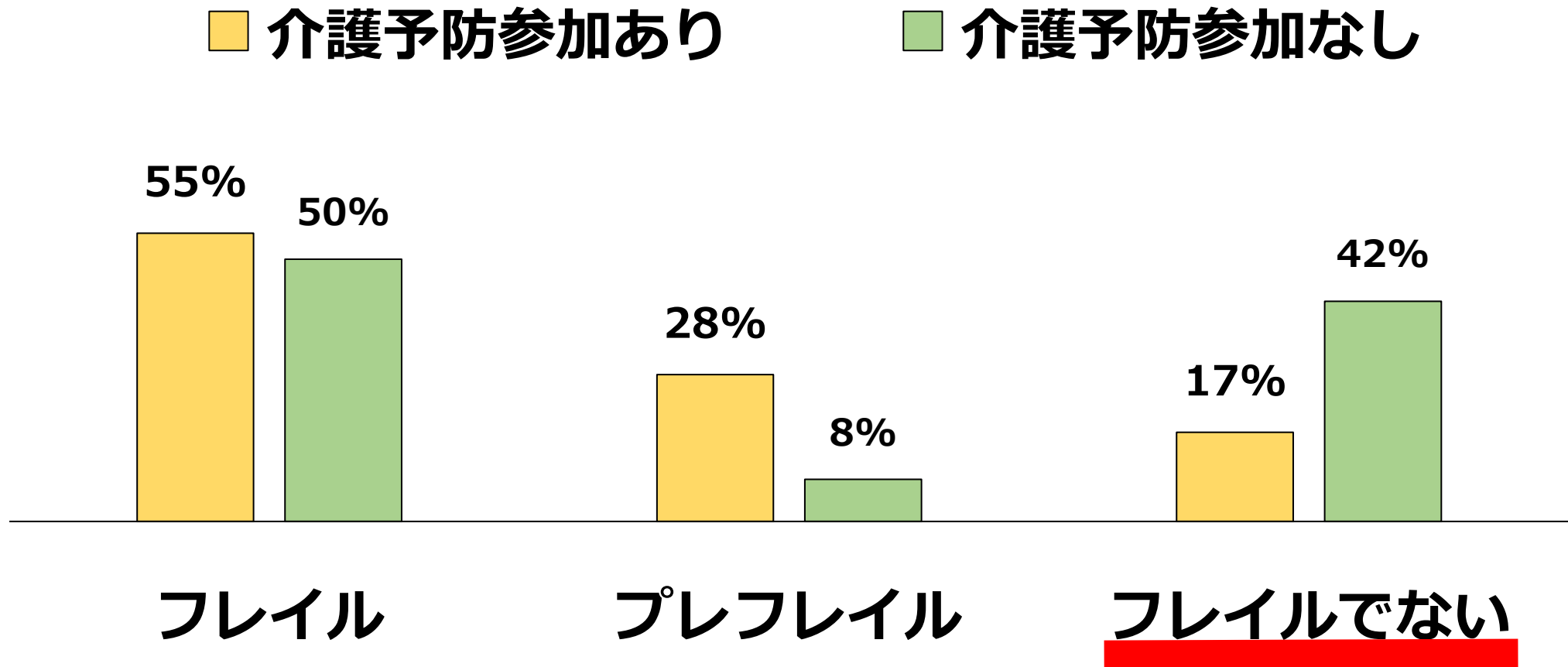


結果・考察（①基本チェックリスト）

■ 介護予防参加あり ■ 介護予防参加なし



結果・考察（②基本チェックリスト）



今後の展望

取り組み

- 新たなレジユメの作成,
アプローチ方法の検討

課題

- 早期に介護予防の取り組みを知っ
てもらう発信方法・動機付け

現状

- 介護予防開催について
具体的に知る表がない



ご清聴ありがとうございました。

