福井県衛生環境研究センター研究員活動報告　概要

発表演題名	豪雪地域における冬期の高齢者の心身の影響に関する研究報告
学会名	ケアマネふくい研修会
発表者名	斉藤　みゆき　（健康長寿推進室）
開催場所	福井県済生会病院　研修室
開催日時	平成２０年５月３１日（土）
発表内容	豪雪地域における高齢者の冬の心身への影響を探るために、平成 20 年 2 月に介護支援専門員や健康な高齢者に対して実施した実態調査の結果について報告し、参加者と意見交換を行った。 報告内容 ・ 要介護認定者の半数に生活不活発病のリスクがあり、そのうちの 2 割程度の人が冬の間に歩行が困難になっていた。 ・ 要介護認定者のうち、冬前に外でもよく動いていた人の半数近くが、冬には室内で座っていることや横になっていることが多くなっていて、冬の間に活動量や身体機能の低下が見られることがわかった。 ・ 冬の間に一時的にでも寝込んだりした場合、生活不活発病のリスクが増えることがわかった。 ・ 健康な高齢者でも、冬は動く量が減ると答えた人は 2 割程度あり、また冬前のほうが健康だったと答えた人も同様に 2 割程度であった。 ・ 高齢者全般で、冬は不安なことが増えたり、抑うつ傾向の人は 15%見られるなど、冬は精神面でもダメージを受けている可能性が示唆された。 意見交換 冬の間にかぜをひいたり転倒したりなどがあると、それをきっかけに生活機能が低下する、介護度が中等度以上の場合には冬に悪化しやすい、農業をしているなど仕事や役割がある場合には冬も元気ですごしているなどの意見が出された。