

食品アクセス問題の解決と介護予防の推進 — 超高齢社会での商業施設の新たな役割の創出 —

小幡 匡史 ● 合同会社Think Body Japan 代表社員



買い物リハビリテーションの様子

要旨

超高齢社会の日本において在宅生活を支えるための生活支援ニーズは、今後の単身世帯の増加に合わせ、急速に高まってくることが予想される。生活支援の大きなニーズの一つである「買い物」に自宅から商業施設までの移動支援と商業施設での介護予防事業を組み合わせたサービス(以下、買い物リハビリテーション)を行うことが、これからの社会に必要と考え、その効果を検証する。

愛知県と岐阜県の商業施設3ヶ所で65歳以上の買い物に不便を感じている方を募り、10月から週1回、20分の介護予防体操と買い物を実施。介入初日及び半年毎に体組成をIn Body430(Biospace社製)で測定する他、簡易Frail Indexを調査した。1月より対象者にオムロン社製活動量計(HJA-750C)の終日装着も行って頂いた。簡易Frail Indexで3点以上の群と3点未満の群での「マン=ホイットニーのU検定」で1週間あたりの歩行活動及び歩数で有意差を認めるが、買い物リハビリテーションの日、単独で有意差は認めなかった。これは生活支援の大きなニーズの1つである「買い物」そのものが、介護予防に資する可能性が示唆された。

1. 背景と目的

日本が超高齢社会にある中で、在宅生活を支えるための生活支援ニーズは、今後の単身世帯の増加に合わせ、急速に高まってくることが予想される。また、地元小売業・商店街の衰退等などにより、高齢者等交通弱者を中心に食料品の購入や飲食に不便や苦勞を感じる方が増えてきており、食料品アクセス問題として社会的課題も生じている。

生活支援の大きなニーズの一つである「買い物」に移動支援を付与することで、食料品アクセス問題を解決するとともに、介護予防サービスを付与することで、行政課題となっている社会保障費の上昇を適正化する効果が期待できる。そのため、送迎インフラ(地域のタクシー会社や介護施設)と予防事業インフラ(地域のリハビリテーション専門職)、商業施設が地域連携を行い、自宅から商業施設までの移動支援と商業施設での介護予防事業を組み合わせたサービス(以下、買い物リハビリテーション)を行うことが、これからの社会に必要と考えた。その効果を検証するため、本調査を行う。本調査は、予防事業としての身体機能の効果検証と商業施設の経済効果の検証を行い、商業施設の新たな役割の創出の一助となることを目的とする。

2. 活動の方法

名古屋市リハビリテーション専門職ネットワーク支援センター、及び岐阜県理学療法士会所属のリハビリテーション専門職の派遣協力と愛知県、及び岐阜県内の通所介護事業所のドライバーの派遣協力をいただき、愛知県と岐阜県の商業施設3カ所で買い物リハビ

リテーションを実施することとした。

商業施設及び近隣の民生委員の方に協力いただき、65歳以上で買い物に不便を感じている方を募り、本研究の趣旨にご賛同いただいた方を対象者として、10月から週1回、20分の介護予防体操と買い物を実施し、買い物時のレシート情報の提供にご協力いただいた。介入初日及び半年ごとに体組成をIn Body430(Biospace社製)で測定するほか、簡易Frail Index、MoCA-Jを調査した。経時的な簡易Frail Indexの変化と提供されたレシート情報から把握できる買い物の特徴によって、買い物リハビリテーションによる介護予防効果と商業施設の経済効果を検証することとした。

3. 現状の成果・考察

新型コロナウイルスの感染拡大のため、協力商業施設の選定や各種派遣協力の確保に難渋し、測定開始が10月にずれ込み、対象者も40名予定が23名となった(図1)。1月より買い物リハビリテーション以外の活動量を把握するため、対象者にオムロン社製活動量計(HJA-750C)の終日装着も行っていただいた(図2)。

この導入には本助成金を活用した。本調査は星城大学倫理審査委員会の審査を受け、新型コロナウイルス感染及び感染拡大に配慮して進めた。各商業施設の地域の感染状況によって、対象者の欠席や商業施設からの中止の申し出等もあり、継続したデータ収集が難しい状況であったが、簡易Frail Indexで3点以上の群と3点未満の群でのウェルチのt検定で1週間あたりの歩行活動及び歩数で有意差を認める(図3)が、買い物リハビリテーションの日、単独で有意差は認めない。これは「買い物」中はもちろんだが、自宅に戻った後、

図1 対象者属性(23名)

項目	平均値	標準偏差
年齢(歳)	82.4 ±	5.3
体重(kg)	49.2 ±	6.1
身長(cm)	151.0 ±	4.2
MoCA-J(点)	18.7 ±	5.2
簡易Frail Index(点)	2.1 ±	1.3
骨格筋量(kg)	22.1 ±	6.9

図2 活動量計及び装着例



ベルト等に装着

買った物を冷蔵庫等へ収納したり、料理をする機会が創出され、自宅内での活動が促されているからと推測される。つまり生活支援の大きなニーズの一つである「買い物」そのものが、介護予防に資する可能性が示唆される。

4. 今後の展望

本調査は、社会的課題となっている食品アクセス問題の解決と、介護予防の推進を同時に実現する方法の確立を目指している。対象者数と調査期間の不足で、商業施設の経済効果及びMoCA-Jや認知機能、簡易Frail Indexの点数による「買い物」の特徴の検証がまだ十分になされていない。協力いただいている商業施設からも受け入れ枠拡大の提案もいただいております。今後も調査を継続・拡大してより多くのデータを集積し、相関関係等を確認して、超高齢化社会での商業施設の新たな役割の創出に向け、新たな知見を発表できるよう引き続き邁進したい。

図3 簡易Frail Index 2群間比較

項目	Frail Index 得点				p値
	<3		≥3		
年齢(歳)	82.0 ±	4.8	81.8 ±	6.9	1.00
骨格筋量(kg)	20.1 ±	5.7	25.2 ±	8.1	0.48
EX/週	2.8 ±	1.0	0.9 ±	0.4	0.01 *
生活活動EX/週	1.9 ±	0.7	0.9 ±	0.4	0.02 *
歩行EX/週	0.9 ±	0.7	0.03 ±	0.02	0.01 *
LPA/週(分)	317.4 ±	52.4	204.3 ±	25.3	0.02 *
MPA/週(分)	47.3 ±	16.9	16.1 ±	6.6	0.01 *
MVPA/週(分)	47.8 ±	17.0	16.3 ±	6.6	0.01 *
LMVPA/週(分)	367.2 ±	58.2	220.5 ±	24.6	0.01 *
座位/週(分)	502.5 ±	293.9	654.8 ±	138.9	0.11
歩数/週(歩)	5365.1 ±	2283.3	843.8 ±	598.9	0.01 *
MoCA-J(点)	17.2 ±	6.5	21.3 ±	2.6	0.45