

梅雨明けが待ち遠しいこの頃ですが、みなさまにおかれましては変わらず御清祥にお過ごしのことと存じ上げます。平素は東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター事業への御支援を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、第2回目のメールマガジンは、2020年度に実施した「新しい生活様式における地域活動と健康に関する調査」の報告です。

2020年度「新しい生活様式における地域活動と健康に関する調査」の報告

評価・効果分析グループ：根本裕太、田中元基

当センターでは、2021年2月に「新しい生活様式における地域活動と健康に関する調査」を実施しました。本調査は、都内2自治体の55～84歳の住民18,000名を対象に郵送調査を実施し、新型コロナウイルス感染症による影響、通いの場参加者や担い手の特徴を検討しました。今回は両自治体で共通してみられた特徴について3点紹介します。

1 点目は、新型コロナウイルス感染症による住

民の日常生活や健康状態への影響です。本調査の結果、中年層（55～64歳）および高年層（65～84歳）において、新型コロナウイルス感染症拡大前よりも、他者との交流頻度や定期的な集まりへの参加頻度、運動頻度等が「かなり減った」と回答した人が多く（図1の上から5項）、それに伴う健康状態の悪化（体力の低下、気分が落ち込む、物忘れの増加）がみられました（図1の下から3項）。新型コロナウイルス感染症拡大により、フレイル

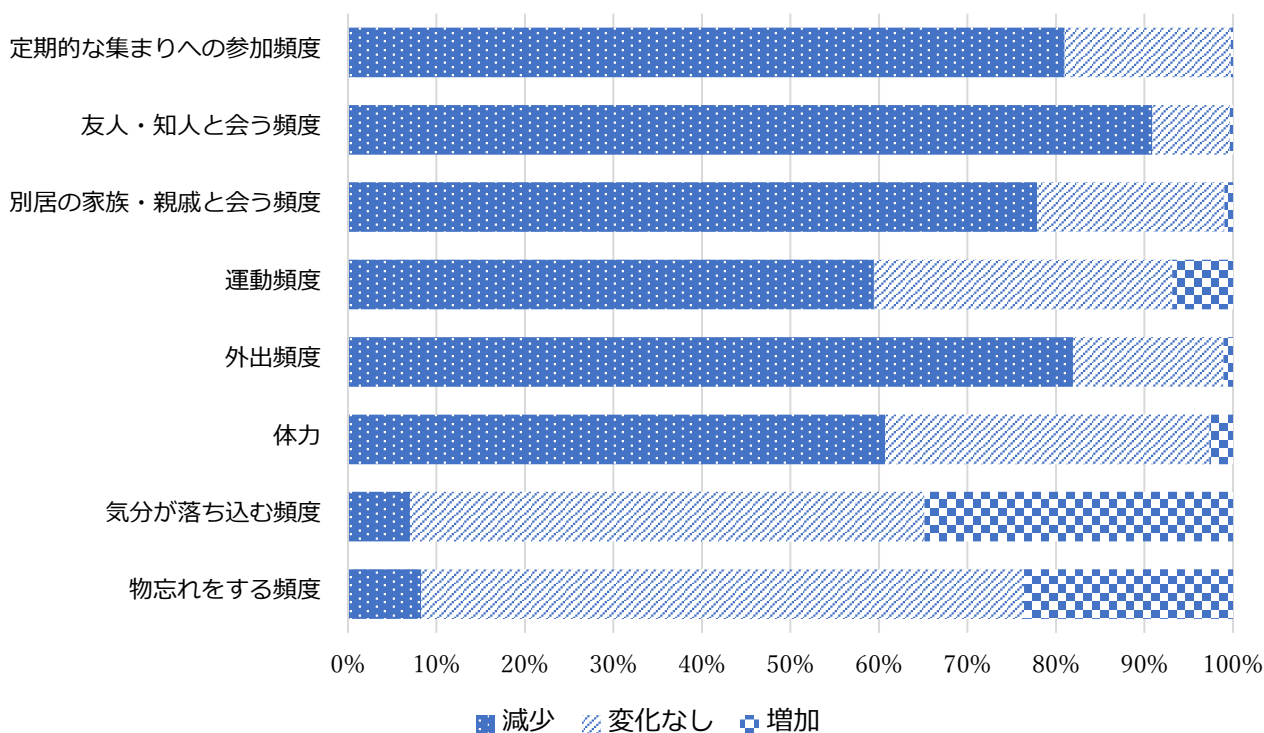


図1 新型コロナウイルス感染症感染拡大前後による日常生活や健康状態の変化（2自治体合算）

や要介護リスクが高まった可能性が考えられます。このような状況下においても、通いの場は他者との交流や運動の機会にも結び付く重要な役割を担っております。引き続き感染予防対策を徹底しつつ、通いの場参加を促す支援が重要となります。

2 点目は、通いの場参加者の特徴です。通いの場に参加している人は、社会的ネットワークが豊か、地域活動に積極的に参加している、地域への愛着や信頼感が高い、健康的な生活習慣、地域情報を得るための情報収集方法が豊富な人が多いことが明らかになりました。この結果だけ見ると、とても豊かな生活をしている人だけが通いの場に来ているように感じられるかもしれませんが、通いの場の主目的で参加者の特徴を比較してみると、参加者の特徴が異なることが示唆されました。特に、行政が住民主体で推進している主な取組である「介護予防・認知症予防・健康づくりを主目的とした通いの場」は、教育年数や世帯年収といった

社会経済的な指標の低い人が多く参加している傾向がみられました。

3 点目は、通いの場参加者が地域情報を得るために利用している情報源です。通いの場参加者は、自治体の広報誌、掲示板・回覧板、クチコミによって地域の生活情報やイベント情報に関する情報収集を行っている人の割合が、他の情報源に比べて高いことが示されました（図2）。通いの場への参加を促すには、広報誌、掲示板・回覧板などによる情報発信に加え、住民同士のクチコミで情報が伝わるように地域ネットワークを構築し、地域内で多様なつながりを持つ支援者（インフルエンサー）から情報提供を展開するなどのアプローチが有効であると考えられます。

今後、これらの調査データを詳細に分析し、通いの場づくりの支援に活用していく予定です。引き続きの御協力をよろしくお願いいたします。

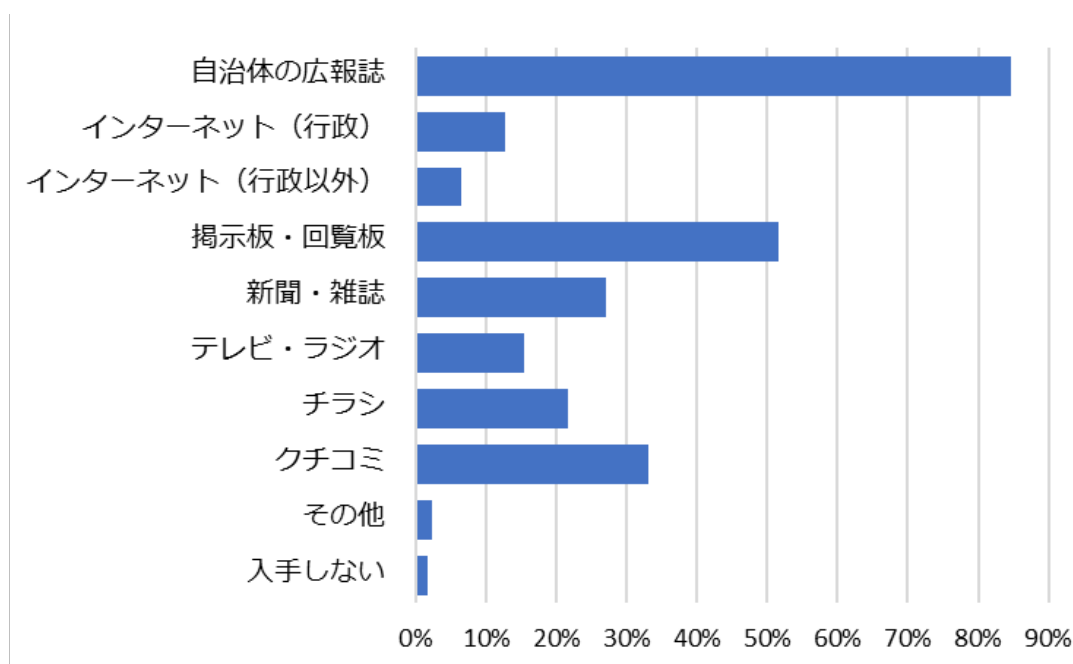


図2 通いの場参加者の地域情報収集手段（2 自治体合算）

次回のメールマガジン配信は7月下旬を予定しています。

配信期間中に登録内容変更、配信停止の御希望がございましたら、下記のメールアドレスまで御連絡をお願いいたします。

【お問い合わせ先】

東京都健康長寿医療センター研究所 東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター

E-mail : shien@tmig.or.jp TEL : 03-5926-8236 FAX : 03-5926-8237