

20000861

平成 12 年度
厚生科学研究費補助金 (健康科学総合研究事業)

保健サービスによる寝たきり予防活動に関する調査研究

報 告 書

平成 13 年 3 月

主任研究者 池 上 直 己

はじめに

本格的な高齢社会を迎える中で、平成 12 年 3 月厚生労働省は「健康日本 21」を策定し、「痴呆もしくは寝たきりにならないで生活できる期間（健康寿命）の延伸等を図っていくことが極めて重要である」と強調している。こうした流れの中で、高齢者自らが積極的に健康づくりに取り組むことが求められるとともに、地域が一体となって、孤立しがちな高齢者を発見したり、必要な情報を提供することなどにより、介護予防、疾病予防に取り組む必要がある。このことは、介護保険制度の要介護認定で自立と判定された高齢者に対する対策としても重要であろう。

本調査研究では、地域における寝たきり予防対象者の把握の方法を検討するとともに、地域の高齢者に対して保健婦の訪問による寝たきり予防活動を試行的に実施し、その効果を検証した。在宅高齢者に対する予防的な関わりには、デンマーク等における高齢者の保健に対する動機づけを高める全人的アプローチと、アメリカ等の包括的老年科学評価（CGA）による解析的なアプローチがあるが、本研究は両者を融合させた形で MDS-HC によるアプローチを取り入れた点が新しく、訪問の効果については、無作為化比較試験（RCT）による厳密な検証を行った結果、一定の成果が検証されている。本報告書が、今後の介護予防施策を検討するにあたっての足がかりとなれば幸いである。

最後に、本調査研究を進めるにあたり、2 年間にわたる訪問調査にご協力いただいた対象者の方々に心よりの感謝とともに、実際の訪問活動を行い、貴重なご意見・ご提言をいただいた保健婦の皆様方に厚くお礼を申し上げます。

目 次

はじめに

| | |
|--|----|
| I. 調査研究の概要 | 1 |
| 1. 調査研究の背景と目的 | 1 |
| 2. 調査期間と対象者 | 1 |
| 3. 調査研究の手法 | 1 |
| II. 寝たきり予防対象者の把握方法と結果 | 2 |
| 1. 寝たきり予防に関するアンケート調査 | 2 |
| 2. アンケート調査プレテストの結果 | 5 |
| III. 寝たきり予防活動に関するアンケート調査の分析 | 6 |
| 1. 介入群・対照群の選定 | 6 |
| 2. 訪問前の介入群・対照群のプロフィール | 9 |
| IV. 訪問の概要 | 22 |
| 1. 寝たきり予防活動の方法 | 22 |
| 2. 訪問に要した時間 | 24 |
| 3. MDS-HCアセスメント結果の概要 | 26 |
| 4. 訪問記録用紙の変遷と記入要綱 | 28 |
| V. 訪問の効果 | 37 |
| 1. アンケート調査の概要 | 37 |
| 2. 介入群と対照群の比較による効果の検証 | 40 |
| 3. 介入群への追加アンケートによる効果の検証 | 55 |
| 4. 保健婦へのアンケートによる効果の検証および今後の展開についての意見 | 57 |

| | |
|-----------------|----|
| VI. 研究のまとめ..... | 60 |
| 1. 対象者の抽出..... | 60 |
| 2. 訪問の内容..... | 60 |
| 3. 訪問の効果検証..... | 60 |
| 4. 結 論..... | 61 |

| | |
|--------------|----|
| 巻 末 資 料..... | 63 |
|--------------|----|

寝たきり予防に関するアンケート調査

寝たきり予防訪問マニュアル

I. 調査研究の概要

1. 調査研究の背景と目的

来るべき本格的な高齢社会における保健婦活動としては、従来の疾病予防にも増して、寝たきり予防活動が重要な役割を占めることになる。このような活動の中心は訪問指導において、社会的孤立や閉じこもりの解消、対象者の意欲の喚起や情報提供といった幅広い側面からの支援の提供が必要であり、また、継続的な訪問によるフォローが重要と考えられる。しかしながら、このような寝たきり予防活動の対象になる者が地域にどのくらい存在するのかは必ずしも明らかではなく、また、どのようなサービスを提供することが適切であるかについても明確ではない。

そこで、本調査研究では、(1) 地域において寝たきり予防活動の対象となる住民がどの程度存在するのか、(2) そのような対象者に対してどのような訪問指導を行い、またはサービスを調整することが適切なのか、をそれぞれ把握し、(3) 実際の保健予防サービスを寝たきり予防活動の対象者に対して試行的に提供し、どの程度効果が発揮できるかを調査分析することを目的とする。

2. 調査期間と対象者

調査は平成 10 年度から 12 年度の 3 ヶ年である。対象は A、B、C の 3 地区であるが、平成 10 年度は、A、B の 2 地区で寝たきり予防活動の対象となる住民を把握し、訪問活動を開始した。平成 11 年度からは、C 地区を対象に加え、3 地区で寝たきり予防の訪問を継続して実施した。

3. 調査研究の手法

寝たきり予防活動の対象者把握の方法として、地域の高齢者を母集団とする無作為抽出のアンケート調査を行った。アンケート調査によって把握された寝たきり予防活動の対象者を介入群と対照群に分け、介入群に対しては、地区の保健婦がおおむね 3 ヶ月ごとに訪問を行い、訪問指導の効果を分析した。

介入群への訪問に際しては、サービス調整の方法として、MDS-HC (Minimum Data Set-Home Care, 在宅ケアアセスメント表)を用いて予防的ニーズを把握するとともに、MDS-HC から導かれる CAPs(Client Assessment Protocols, 在宅ケアプラン指針)を用いて訪問指導計画を作成し、必要なサービスを検討した。また、対象者の状態やアドバイスの内容、対象者の行動の変化を記録する「訪問記録表」を考案した。

2 年間にわたる訪問の終了時に、調査開始時と同じアンケート調査を再度介入群と対照群に実施し、両群の状態やサービス利用状況の変化から訪問の効果を測定した。また、参加保健婦に対するアンケート調査を行い、主観的な訪問効果について把握した。

II. 寝たきり予防対象者の把握方法と結果

1. 寝たきり予防に関するアンケート調査

(1) 対象地区の概要

寝たきり予防活動の対象者を選定するにあたり、初年度（平成 10 年度）に A 地区と B 地区において「寝たきり予防に関するアンケート調査」（以下アンケート調査）を行った（巻末資料 1）。アンケート調査の対象者は、選挙管理人名簿等より 65 歳以上の高齢者を無作為に抽出した。平成 11 年度には、新たに C 地区を追加した。

なお、調査対象地区の高齢化の状況は、表 II - 1 のとおりである。

表 II - 1 調査対象地区の高齢化の状況

単位：人、（ ）内%

| | | 昭和 60 年 | 平成 2 年 | 平成 7 年 | 平成 10 年 10 月 (調査時点) |
|------|----------|-----------|-----------|-----------|------------------------|
| A 地区 | 総人口 | 1,542,979 | 1,671,742 | 1,757,025 | 1,795,914 (100.0) |
| | 65 歳以上人口 | 105,017 | 138,003 | 184,083 | 233,108 (13.0) |
| | 前期高齢者数 | 64,396 | 81,361 | 109,703 | 147,899 (8.2) |
| | 後期高齢者数 | 40,621 | 56,642 | 74,380 | 86,209 (4.8) |
| B 地区 | 総人口 | 27,576 | 27,510 | 26,964 | 27,323 (100.0) |
| | 65 歳以上人口 | 3,970 | 4,739 | 5,624 | 6,080 (22.3) |
| | 前期高齢者数 | 2,355 | 2,856 | 3,495 | 3,600 (13.2) |
| | 後期高齢者数 | 1,615 | 1,883 | 2,129 | 2,480 (9.1) |
| C 地区 | 総人口 | 99,304 | 90,520 | 85,720 | 83,492* (100.0) |
| | 65 歳以上人口 | 11,454 | 13,414 | 16,119 | 17,550* (21.0) |
| | 前期高齢者数 | 7,558 | 8,362 | 9,633 | 10,318* (12.4) |
| | 後期高齢者数 | 3,896 | 5,052 | 6,486 | 7,232* (8.7) |

*：平成 11 年 3 月時点

(2) 寝たきり予防対象者の選定方法と選定数

寝たきり予防活動の対象者を限定することは、調査研究の開始時点では困難であり、むしろ幅広く対象とする必要があるため、本調査では、65歳以上の在宅高齢者から①まったく健康と考えられる者（以下「自立」）と、②すでに寝たきりであり、予防活動の対象外と考えられる者（以下「要介護」）を除外することにより、寝たきり予防の対象となる「虚弱」高齢者を抽出するものとした。すなわち、アンケート調査の結果から①と②に該当する基準を以下のように定め、いずれにも該当しなかった者を寝たきり予防対象者とした。

①自立：（ア）IADL 自立：IADL6項目全てが自立の者（問5a～fのすべてが「2. 一部援助が必要」「3. できない」のいずれでもない者）

または

（イ）健康自覚：IADLのうち1～2項目に援助を要する（問5a～fに「2」「3」が2項目以下）が、主観的健康観がよい（問1が「1. よい」）者

②要介護：「移動」と「身の回りのこと」のいずれかが全面依存の者（問2の（1）または（2）が「3. 全面依存」）

アンケート調査は、A地区では3,500名、B地区では992名に対して実施し、有効回答率は、A地区71.2%、B地区84.1%、全体として74.1%であった（表Ⅱ-2）。

表Ⅱ-2 アンケート回収状況

| | 合 計 | A地区 | B地区 | |
|----------|----------------|----------------|--------------|------------|
| 郵 送 数 | 4,492 (100.0%) | 3,500 (100.0%) | 992 (100.0%) | |
| 無効回答 | 1,165 (25.9%) | 1,007 (28.8%) | 158 (15.9%) | |
| (無効回答内訳) | 1,165 (100.0%) | 1,007 (100.0%) | 158 (100.0%) | |
| 未 回 収 | 927 (79.6%) | 837 (83.1%) | 90 (57.0%) | |
| 回 収 | 白票/無効票 | 198 (17.9%) | 142 (14.1%) | 56 (35.4%) |
| | 転 居 | 32 (2.7%) | 22 (2.2%) | 10 (6.3%) |
| | 死 亡 | 2 (0.2%) | 1 (0.1%) | 1 (0.6%) |
| | 65歳未満 | 6 (0.5%) | 5 (0.5%) | 1 (0.6%) |
| 有効回答 | 3327 (74.1%) | 2,493 (71.2%) | 834 (84.1%) | |

有効回答者から入院・入所中の者を除外したうえで、上記①と②の基準に該当した者を順に除外した結果、A地区では442名（有効回答者の17.7%）、B地区では214名（同25.7%）が、寝たきり予防対象者として抽出された（表Ⅱ-3）。

表Ⅱ-3 有効回答の内訳

| | | 合計 | A地区 | B地区 |
|----------------------|------------|----------------|----------------|--------------|
| 有効回答 | | 3,327 (100.0%) | 2,493 (100.0%) | 834 (100.0%) |
| 入院・入所中 | | 51 (1.5%) | 44 (1.8%) | 7 (0.8%) |
| ①自立 | (ア) IADL自立 | 2,549 (76.6%) | 1,967 (78.9%) | 582 (69.8%) |
| | (イ) 健康自覚 | 24 (0.7%) | 15 (0.6%) | 9 (1.1%) |
| ②要介護 | | 47 (1.4%) | 25 (1.0%) | 22 (2.6%) |
| 虚弱高齢者 (寝たきり予防対象者) | | 656 (19.7%) | 442 (17.7%) | 214 (25.7%) |

C地区では、アンケート調査を実施せず、保健婦が既存の資料（平成10年度高齢者生活実態調査）から対象者の状態を判断し、虚弱高齢者を抽出した。その際抽出する人数は、C地区の保健婦が訪問可能な人数の2倍として172名とした。なお、C地区では、開始時の状態をA地区B地区と同様の基準で判断できるように、アンケート調査を後日実施した。

2. アンケート調査プレテストの結果

(1) プレテストの方法

本アンケート調査の実施に先立ち、本調査票に適切に回答することができるかをみるため、10人の高齢者に対してプレテストを行った。プレテストでは、同じアンケート用紙に1週間の間隔をおいて2回記入してもらい、1回目と2回目の回答内容が同じであることを確認した。

(2) 対象者のプロフィール

対象者10人のプロフィールは、表Ⅱ-4のとおりであった。

表Ⅱ-4 プレテスト対象者のプロフィール

| | |
|------|---------------------------------|
| 性別 | 男性/7人 女性/3人 |
| 年齢 | 前期高齢者/4人 後期高齢者/10人 (平均73.8歳) |
| 同居者数 | 2人/7人 3人/1人 6人/2人 |

(3) プレテストの結果

3ページ(2)に示す基準により分類した結果は、表Ⅱ-5のとおりであった。1人は1回目、2回目の回答にやや違いがあったが、分類結果は同じであり、自記入式のアンケート方式で問題がないことが確認された。また、回答が不十分のため判定できなかった者が1人であった。

なお、プレテストの対象者の中に「要介護」はいなかった。

表Ⅱ-5 プレテストの結果

| 判定 \ No | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 | 09 | 10 |
|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 第1回 | A | A | A | × | B | B | B | B | B | B |
| 第2回 | A | A | A | × | B | B | B | B | B | B |

A…「虚弱」

B…「自立」

×…回答不十分のため判定できず

Ⅲ. 寝たきり予防活動に関するアンケート調査の分析

1. 介入群・対照群の選定

(1) 選定方法

各地区で把握された「寝たきり予防対象者」(A地区 442名、B地区 214名、C地区 172名)を以下の手順で、実際に保健婦が訪問する介入群と訪問しない対照群に振り分けた。まず、A地区では大都市居住者の特性を考慮しアンケート用紙にあらかじめ訪問の可否を問う項目を追加しており、当該項目に訪問拒否と回答した者を「寝たきり予防対象者」から除外した。次に、A地区とB地区では、訪問看護を利用している者と保健婦が既に訪問している者(6ヵ月以内に訪問指導等保健婦業務として訪問した者)を除外した。最後に、A地区とB地区の保健婦が訪問可能な人数を介入群の人数として設定し、同数を対照群、残りを予備群として乱数表を用いて属性が同じになるように振り分けた。C地区では、介入群と対照群が同人数になるように無作為に振り分けた。なお、A地区、B地区では介入群への訪問を開始する電話や初回訪問の時点で訪問を拒否された場合は、介入群と予備群を入れ替えを行った。

以上の手順により、最終的に、介入群 269人、対照群 269人、予備群 146人を確定した。なお、訪問看護を利用している者を除いたのは、訪問看護婦がすでに各種サービスの調整を行っている可能性が高いからである。

表Ⅲ-1 介入群・対照群の選定

| | 合計 | A地区 | B地区 | C地区 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|
| 寝たきり予防対象者 | 820 | 442 | 214 | 172 |
| 訪問拒否 | 96 | 96 | - | - |
| 訪問看護利用 | 33 | 25 | 8 | - |
| 訪問指導利用 | 15 | 15 | - | - |
| 訪問対象 | 684 | 306 | 206 | 172 |
| 介入群 | 269 | 113 | 70 | 86 |
| 対照群 | 269 | 113 | 70 | 86 |
| 予備群 | 146 | 80 | 66 | - |

(2) 属性

介入群、対照群、予備群の性別と年齢は、表Ⅲ - 2、表Ⅲ - 3のとおりとなっている。

表Ⅲ - 2 対象者の性別

| | | 合計 | 男性 | 女性 | 不明 |
|--------|--------|--------|-------|-------|------|
| 全体 | 合計 | 684 | 233 | 447 | 4 |
| | | 100.0% | 34.1% | 65.4% | 0.6% |
| | 介入群 | 269 | 94 | 175 | 0 |
| | | 100.0% | 34.9% | 65.1% | 0.0% |
| | 対照群 | 269 | 92 | 176 | 1 |
| 100.0% | | 34.2% | 65.4% | 0.4% | |
| 予備群 | 146 | 47 | 96 | 3 | |
| | 100.0% | 32.2% | 65.8% | 2.1% | |
| A地区 | 合計 | 306 | 110 | 195 | 1 |
| | | 100.0% | 35.9% | 63.7% | 0.3% |
| | 介入群 | 113 | 41 | 72 | 0 |
| | | 100.0% | 36.3% | 63.7% | 0.0% |
| | 対照群 | 113 | 40 | 73 | 0 |
| 100.0% | | 35.4% | 64.6% | 0.0% | |
| 予備群 | 80 | 29 | 50 | 1 | |
| | 100.0% | 36.3% | 62.5% | 1.3% | |
| B地区 | 合計 | 206 | 69 | 134 | 0 |
| | | 100.0% | 33.5% | 65.0% | 0.0% |
| | 介入群 | 70 | 25 | 45 | 0 |
| | | 100.0% | 35.7% | 64.3% | 0.0% |
| | 対照群 | 70 | 26 | 43 | 1 |
| 100.0% | | 37.1% | 61.4% | 1.4% | |
| 予備群 | 66 | 18 | 46 | 2 | |
| | 100.0% | 27.3% | 69.7% | 3.0% | |
| C地区 | 合計 | 172 | 54 | 118 | 3 |
| | | 100.0% | 31.4% | 68.6% | 1.7% |
| | 介入群 | 86 | 28 | 58 | 0 |
| | | 100.0% | 32.6% | 67.4% | 0.0% |
| 対照群 | 86 | 26 | 60 | 0 | |
| | 100.0% | 30.2% | 69.8% | 0.0% | |

表Ⅲ - 3 対象者の年齢

| | | 合計 | 65～69歳 | 70～74歳 | 75～79歳 | 80～84歳 | 85歳以上 | 不明 | 平均年齢 |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|
| 全体 | 合計 | 684 | 132 | 147 | 158 | 134 | 102 | 11 | 76.56 |
| | | 100.0% | 19.3% | 21.5% | 23.1% | 19.6% | 14.9% | 1.6% | |
| | 介入群 | 269 | 53 | 63 | 61 | 53 | 39 | 0 | 76.34 |
| | | 100.0% | 19.7% | 23.4% | 22.7% | 19.7% | 14.5% | 0.0% | |
| 対照群 | 269 | 46 | 65 | 66 | 48 | 42 | 2 | 76.67 | |
| | 100.0% | 17.1% | 24.2% | 24.5% | 17.8% | 15.6% | 0.7% | | |
| 予備群 | 146 | 33 | 19 | 31 | 33 | 21 | 9 | 76.77 | |
| | 100.0% | 22.6% | 13.0% | 21.2% | 22.6% | 14.4% | 6.2% | | |
| A地区 | 合計 | 306 | 84 | 63 | 61 | 62 | 32 | 4 | 75.25 |
| | | 100.0% | 27.5% | 20.6% | 19.9% | 20.3% | 10.5% | 1.3% | |
| | 介入群 | 113 | 27 | 28 | 24 | 22 | 12 | 0 | 75.19 |
| | | 100.0% | 23.9% | 24.8% | 21.2% | 19.5% | 10.6% | 0.0% | |
| 対照群 | 113 | 33 | 22 | 22 | 23 | 13 | 0 | 75.41 | |
| | 100.0% | 29.2% | 19.5% | 19.5% | 20.4% | 11.5% | 0.0% | | |
| 予備群 | 80 | 24 | 13 | 15 | 17 | 7 | 4 | 75.09 | |
| | 100.0% | 30.0% | 16.3% | 18.8% | 21.3% | 8.8% | 5.0% | | |
| B地区 | 合計 | 206 | 27 | 44 | 51 | 38 | 41 | 5 | 77.71 |
| | | 100.0% | 13.1% | 21.4% | 24.8% | 18.4% | 19.9% | 2.4% | |
| | 介入群 | 70 | 10 | 19 | 15 | 13 | 13 | 0 | 77.13 |
| | | 100.0% | 14.3% | 27.1% | 21.4% | 18.6% | 18.6% | 0.0% | |
| 対照群 | 70 | 8 | 19 | 20 | 9 | 14 | 0 | 77.27 | |
| | 100.0% | 11.4% | 27.1% | 28.6% | 12.9% | 20.0% | 0.0% | | |
| 予備群 | 66 | 9 | 6 | 16 | 16 | 14 | 5 | 78.87 | |
| | 100.0% | 13.6% | 9.1% | 24.2% | 24.2% | 21.2% | 7.6% | | |
| C地区 | 合計 | 172 | 21 | 40 | 46 | 34 | 29 | 2 | 77.54 |
| | | 100.0% | 12.2% | 23.3% | 26.7% | 19.8% | 16.9% | 1.2% | |
| | 介入群 | 86 | 16 | 16 | 22 | 18 | 14 | 0 | 77.21 |
| 対照群 | 100.0% | 18.6% | 18.6% | 25.6% | 20.9% | 16.3% | 0.0% | | |
| | 86 | 5 | 24 | 24 | 16 | 15 | 2 | 77.88 | |
| | 100.0% | 5.8% | 27.9% | 27.9% | 18.6% | 17.4% | 2.3% | | |

2. 訪問前の介入群・対照群のプロフィール

介入群 269 名、対照群 269 名の訪問前の状態は、表Ⅲ-4～26 のとおりとなっている。

(1) 主観的健康観

主観的健康観は、両群ともに「あまりよくない」が最も多く、介入群で 110 人 (40.9%)、対照群で 109 人 (40.5%) となっている。次いで、「ふつう」が介入群で 89 人 (33.1%)、対照群で 99 人 (36.8%) となっている (表Ⅲ-4)。

表Ⅲ-4 主観的健康観

| | | 合計 | よい | まあよい | ふつう | あまりよくない | よくない | 不明 |
|-----|--------|--------|-------|-------|-------|---------|------|-------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 7 | 38 | 89 | 110 | 22 | 3 |
| | | 100.0% | 2.6% | 14.1% | 33.1% | 40.9% | 8.2% | 1.1% |
| | A 地区 | 113 | 0 | 6 | 42 | 54 | 11 | 0 |
| | | 100.0% | 0.0% | 5.3% | 37.2% | 47.8% | 9.7% | 0.0% |
| | B 地区 | 70 | 0 | 12 | 22 | 30 | 5 | 1 |
| | 100.0% | 0.0% | 17.1% | 31.4% | 42.9% | 7.1% | 1.4% | |
| | C 地区 | 86 | 7 | 20 | 25 | 26 | 6 | 2 |
| | | 100.0% | 8.1% | 23.3% | 29.1% | 30.2% | 7.0% | 2.3% |
| 対照群 | 合計 | 269 | 2 | 27 | 99 | 109 | 15 | 17 |
| | | 100.0% | 0.7% | 10.0% | 36.8% | 40.5% | 5.6% | 6.3% |
| | A 地区 | 113 | 0 | 12 | 42 | 48 | 9 | 2 |
| | | 100.0% | 0.0% | 10.6% | 37.2% | 42.5% | 8.0% | 1.8% |
| | B 地区 | 70 | 0 | 6 | 37 | 26 | 1 | 0 |
| | 100.0% | 0.0% | 8.6% | 52.9% | 37.1% | 1.4% | 0.0% | |
| | C 地区 | 86 | 2 | 9 | 20 | 35 | 5 | 15 |
| | | 100.0% | 2.3% | 10.5% | 23.3% | 40.7% | 5.8% | 17.4% |

(2) 健康状態

移動の程度は、「歩き回るのがいづらか問題がある」が最も多く、介入群で 170 人 (62.3%)、対照群で 168 人 (62.2%) となっている (表Ⅲ - 5)。

表Ⅲ - 5 移動の程度

| | | 合計 | 問題ない | いづらか 問題がある | ベッドに 寝たきり | 不明 |
|-----|------|--------|-------|---------------|--------------|--------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 98 | 167 | 0 | 4 |
| | | 100.0% | 36.4% | 62.1% | 0.0% | 1.5% |
| | A 地区 | 113 | 32 | 80 | 0 | 1 |
| | | 100.0% | 28.3% | 70.8% | 0.0% | 0.9% |
| | B 地区 | 70 | 27 | 42 | 0 | 1 |
| | | 100.0% | 38.6% | 60.0% | 0.0% | 1.4% |
| 対照群 | C 地区 | 86 | 39 | 45 | 0 | 2 |
| | | 100.0% | 45.3% | 52.3% | 0.0% | 2.3% |
| | 合計 | 269 | 84 | 169 | | 16 |
| | | 100.0% | 31.2% | 62.8% | 5.9% | 100.0% |
| | A 地区 | 113 | 36 | 75 | 0 | 2 |
| | | 100.0% | 31.9% | 66.4% | 0.0% | 1.8% |
| 介入群 | B 地区 | 70 | 28 | 42 | 0 | 0 |
| | | 100.0% | 40.0% | 60.0% | 0.0% | 0.0% |
| | C 地区 | 86 | 20 | 52 | 0 | 14 |
| | | 100.0% | 23.3% | 60.5% | 0.0% | 16.3% |

身の回りのことについては、「身の回りの管理に問題はない」が最も多く、介入群で 212 人 (78.8%)、対照群で 188 人 (69.9%) となっている (表Ⅲ - 6)。

表Ⅲ - 6 身の回りのこと

| | | 合計 | 問題ない | いづらか 問題がある | 自分で できない | 不明 |
|-----|------|--------|-------|---------------|-------------|-------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 212 | 51 | 0 | 6 |
| | | 100.0% | 78.8% | 19.0% | 0.0% | 2.2% |
| | A 地区 | 113 | 88 | 24 | 0 | 1 |
| | | 100.0% | 77.9% | 21.2% | 0.0% | 0.9% |
| | B 地区 | 70 | 51 | 16 | 0 | 3 |
| | | 100.0% | 72.9% | 22.9% | 0.0% | 4.3% |
| 対照群 | C 地区 | 86 | 73 | 11 | 0 | 2 |
| | | 100.0% | 84.9% | 12.8% | 0.0% | 2.3% |
| | 合計 | 269 | 188 | 62 | 1 | 18 |
| | | 100.0% | 69.9% | 23.0% | 0.4% | 6.7% |
| | A 地区 | 113 | 81 | 30 | 0 | 2 |
| | | 100.0% | 71.7% | 26.5% | 0.0% | 1.8% |
| 介入群 | B 地区 | 70 | 56 | 13 | 0 | 1 |
| | | 100.0% | 80.0% | 18.6% | 0.0% | 1.4% |
| | C 地区 | 86 | 51 | 19 | 1 | 15 |
| | | 100.0% | 59.3% | 22.1% | 1.2% | 17.4% |

普段の活動（仕事、勉強、家族、余暇活動）については、「普段の活動を行うのにいくらか問題がある」が最も多く、介入群で 145 人（53.9%）、対照群で 140 人（59.0%）となっており、次いで「普段の活動を行うのに問題はない」がそれぞれ 106 人（39.4%）、85 人（31.6%）となっている（表Ⅲ - 7）。

表Ⅲ - 7 普段の活動

| | | 合計 | 問題ない | いくらか問題がある | 行うことができない | 不明 |
|------|--------|--------|-------|-----------|-----------|------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 106 | 145 | 14 | 4 |
| | | 100.0% | 39.4% | 53.9% | 5.2% | 1.5% |
| | A 地区 | 113 | 30 | 74 | 9 | |
| | | 100.0% | 26.5% | 65.5% | 8.0% | |
| B 地区 | 70 | 28 | 36 | 5 | 1 | |
| | 100.0% | 40.0% | 51.4% | 7.1% | 1.4% | |
| C 地区 | 86 | 48 | 35 | | 3 | |
| | 100.0% | 55.8% | 40.7% | | 3.5% | |
| 対照群 | 合計 | 269 | 85 | 140 | 27 | 17 |
| | | 100.0% | 31.6% | 52.0% | 10.0% | 6.3% |
| | A 地区 | 113 | 38 | 63 | 12 | |
| | | 100.0% | 33.6% | 55.8% | 10.6% | |
| B 地区 | 70 | 24 | 37 | 8 | 1 | |
| | 100.0% | 34.3% | 52.9% | 11.4% | 1.4% | |
| C 地区 | 86 | 23 | 40 | 7 | 16 | |
| | 100.0% | 26.7% | 46.5% | 8.1% | 18.6% | |

痛みや不快感については、両群ともに「中程度の痛みや不快感がある」が最も多く、介入群で 157 人（58.4%）、対照群で 169 人（62.8%）となっている。また、「ひどい痛みや不快感がある」も介入群で 18 人（6.7%）、対照群で 16 人（5.9%）となっている（表Ⅲ - 8）。

表Ⅲ - 8 痛み／不快感

| | | 合計 | 痛みなどはない | 中等度の痛み | ひどい痛み不快感 | 不明 |
|------|--------|--------|---------|--------|----------|------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 88 | 157 | 18 | 6 |
| | | 100.0% | 32.7% | 58.4% | 6.7% | 2.2% |
| | A 地区 | 113 | 33 | 69 | 8 | 3 |
| | | 100.0% | 29.2% | 61.1% | 7.1% | 2.7% |
| B 地区 | 70 | 21 | 43 | 5 | 1 | |
| | 100.0% | 30.0% | 61.4% | 7.1% | 1.4% | |
| C 地区 | 86 | 34 | 45 | 5 | 2 | |
| | 100.0% | 39.5% | 52.3% | 5.8% | 2.3% | |
| 対照群 | 合計 | 269 | 67 | 169 | 16 | 17 |
| | | 100.0% | 24.9% | 62.8% | 5.9% | 6.3% |
| | A 地区 | 113 | 29 | 75 | 7 | 2 |
| | | 100.0% | 25.7% | 66.4% | 6.2% | 1.8% |
| B 地区 | 70 | 20 | 43 | 6 | 1 | |
| | 100.0% | 28.6% | 61.4% | 8.6% | 1.4% | |
| C 地区 | 86 | 18 | 51 | 3 | 14 | |
| | 100.0% | 20.9% | 59.3% | 3.5% | 16.3% | |

不安やふさぎこみについては、両群ともに「不安でもふさぎこんでもいない」が最も多く、介入群で172人(63.9%)、対照群で155人(57.6%)となっており、次いで「中程度に不安あるいはふさぎこんでいる」がそれぞれ、86人(32.0%)、85人(31.6%)となっている。(表Ⅲ-9)。

表Ⅲ-9 不安/ふさぎこみ

| | | 合計 | 不安などは ない | 中等度の 不安 | ひどい不安 ふさぎこみ | 不明 |
|---------|--------|--------|-------------|------------|----------------|------|
| 介入 群 | 合計 | 269 | 172 | 86 | 3 | 8 |
| | | 100.0% | 63.9% | 32.0% | 1.1% | 3.0% |
| | A地区 | 113 | 62 | 44 | 2 | 5 |
| | | 100.0% | 54.9% | 38.9% | 1.8% | 4.4% |
| | B地区 | 70 | 41 | 27 | 1 | 1 |
| | | 100.0% | 58.6% | 38.6% | 1.4% | 1.4% |
| | C地区 | 86 | 69 | 15 | | 2 |
| | 100.0% | 80.2% | 17.4% | | 2.3% | |
| 対照 群 | 合計 | 269 | 155 | 85 | 6 | 23 |
| | | 100.0% | 57.6% | 31.6% | 2.2% | 8.6% |
| | A地区 | 113 | 67 | 39 | 3 | 4 |
| | | 100.0% | 59.3% | 34.5% | 2.7% | 3.5% |
| | B地区 | 70 | 42 | 23 | 2 | 3 |
| | | 100.0% | 60.0% | 32.9% | 2.9% | 4.3% |
| | C地区 | 86 | 46 | 23 | 1 | 16 |
| | 100.0% | 53.5% | 26.7% | 1.2% | 18.6% | |

(3) 外出の頻度

1週間における外出の頻度については、両群ともに「2日から5日外出した」が最も多いが、「1日も外出しない」も介入群で28人(10.4%)、対照群で36人(13.4%)となっている(表Ⅲ-10)。

表Ⅲ-10 1週間の外出の頻度

| | | 合計 | 毎日外出 | 2~5日 外出 | 1日だけ 外出 | 1日も 外出しない | 不明 |
|---------|--------|--------|-------|------------|------------|--------------|------|
| 介入 群 | 合計 | 269 | 70 | 112 | 53 | 28 | 6 |
| | | 100.0% | 26.0% | 41.6% | 19.7% | 10.4% | 2.2% |
| | A地区 | 113 | 17 | 55 | 25 | 15 | 1 |
| | | 100.0% | 15.0% | 48.7% | 22.1% | 13.3% | 0.9% |
| | B地区 | 70 | 17 | 24 | 16 | 10 | 3 |
| | | 100.0% | 24.3% | 34.3% | 22.9% | 14.3% | 4.3% |
| | C地区 | 86 | 36 | 33 | 12 | 3 | 2 |
| | 100.0% | 41.9% | 38.4% | 14.0% | 3.5% | 2.3% | |
| 対照 群 | 合計 | 269 | 68 | 105 | 46 | 36 | 14 |
| | | 100.0% | 25.3% | 39.0% | 17.1% | 13.4% | 5.2% |
| | A地区 | 113 | 25 | 50 | 20 | 15 | 3 |
| | | 100.0% | 22.1% | 44.2% | 17.7% | 13.3% | 2.7% |
| | B地区 | 70 | 15 | 27 | 13 | 15 | |
| | | 100.0% | 21.4% | 38.6% | 18.6% | 21.4% | |
| | C地区 | 86 | 28 | 28 | 13 | 6 | 11 |
| | 100.0% | 32.6% | 32.6% | 15.1% | 7.0% | 12.8% | |

(4) 階段の上り下り

階段の上り下りについては、「一人でできる」が介入群で 241 人 (89.6%)、対照群で 222 人 (82.2%) となっている (表Ⅲ - 11)。

表Ⅲ - 11 階段の上り下り

| | | 合計 | 一人で できる | 他人の援助 が必要 | できない | 不明 |
|------|--------|--------|------------|--------------|-------|------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 241 | 20 | 3 | 5 |
| | | 100.0% | 89.6% | 7.4% | 1.1% | 1.9% |
| | A 地区 | 113 | 102 | 10 | | 1 |
| | | 100.0% | 90.3% | 8.8% | | 0.9% |
| | B 地区 | 70 | 60 | 7 | | 3 |
| | | 100.0% | 85.7% | 10.0% | | 4.3% |
| C 地区 | 86 | 79 | 3 | 3 | 1 | |
| | 100.0% | 91.9% | 3.5% | 3.5% | 1.2% | |
| 対照群 | 合計 | 269 | 221 | 26 | 10 | 12 |
| | | 100.0% | 82.2% | 9.7% | 3.7% | 4.5% |
| | A 地区 | 113 | 100 | 7 | 6 | |
| | | 100.0% | 88.5% | 6.2% | 5.3% | |
| | B 地区 | 70 | 57 | 10 | 3 | |
| | | 100.0% | 81.4% | 14.3% | 4.3% | |
| C 地区 | 86 | 64 | 9 | 1 | 12 | |
| | 100.0% | 74.4% | 10.5% | 1.2% | 14.0% | |

(5) 毎日の生活について

毎日の生活における食事の仕度については、「自分でできる」が介入群で 165 人 (61.3%)、対照群で 136 人 (50.6%) となっている。また、「手助けが必要・時間がかかる・疲れる」はそれぞれ 61 人 (22.7%)、58 人 (21.6%) となっている (表Ⅲ - 12)。

表Ⅲ - 12 食事の支度

| | | 合計 | 自分で できる | 手助けが 必要 | ほとんど できない | 不明 |
|------|--------|--------|------------|------------|--------------|------|
| 介入群 | 合計 | 269 | 165 | 61 | 42 | 1 |
| | | 100.0% | 61.3% | 22.7% | 15.6% | 0.4% |
| | A 地区 | 113 | 62 | 36 | 15 | |
| | | 100.0% | 54.9% | 31.9% | 13.3% | |
| | B 地区 | 70 | 41 | 9 | 20 | |
| | | 100.0% | 58.6% | 12.9% | 28.6% | |
| C 地区 | 86 | 62 | 16 | 7 | 1 | |
| | 100.0% | 72.1% | 18.6% | 8.1% | 1.2% | |
| 対照群 | 合計 | 269 | 136 | 58 | 65 | 10 |
| | | 100.0% | 50.6% | 21.6% | 24.2% | 3.7% |
| | A 地区 | 113 | 54 | 26 | 33 | |
| | | 100.0% | 47.8% | 23.0% | 29.2% | |
| | B 地区 | 70 | 34 | 16 | 20 | |
| | | 100.0% | 48.6% | 22.9% | 28.6% | |
| C 地区 | 86 | 48 | 16 | 12 | 10 | |
| | 100.0% | 55.8% | 18.6% | 14.0% | 11.6% | |

掃除や洗濯などの家事については、「自分でできる」が介入群で139人(51.7%)、対照群で113人(42.0%)となっている。また、「手助けが必要・時間がかかる・疲れる」は、それぞれ85人(31.6%)、87人(32.3%)となっている(表Ⅲ-13)。

表Ⅲ-13 掃除や洗濯などの家事

| | | 合計 | 自分で できる | 手助けが 必要 | ほとんど できない | 不明 |
|---------|--------|--------|------------|------------|--------------|------|
| 介入 群 | 合計 | 269 | 139 | 85 | 44 | 1 |
| | | 100.0% | 51.7% | 31.6% | 16.4% | 0.4% |
| | A地区 | 113 | 47 | 53 | 13 | |
| | | 100.0% | 41.6% | 46.9% | 11.5% | |
| | B地区 | 70 | 33 | 19 | 18 | |
| | 100.0% | 47.1% | 27.1% | 25.7% | | |
| C地区 | 86 | 59 | 13 | 13 | 1 | |
| | 100.0% | 68.6% | 15.1% | 15.1% | 1.2% | |
| 対照 群 | 合計 | 269 | 113 | 87 | 59 | 10 |
| | | 100.0% | 42.0% | 32.3% | 21.9% | 3.7% |
| | A地区 | 113 | 38 | 45 | 30 | |
| | | 100.0% | 33.6% | 39.8% | 26.5% | |
| | B地区 | 70 | 36 | 21 | 13 | |
| | 100.0% | 51.4% | 30.0% | 18.6% | | |
| C地区 | 86 | 39 | 21 | 16 | 10 | |
| | 100.0% | 45.3% | 24.4% | 18.6% | 11.6% | |

請求書の支払いや家計の管理については、「自分でできる」が介入群で166人(61.7%)、対照群で133人(49.4%)となっている。また、「手助けが必要・時間がかかる・疲れる」は、それぞれ53人(19.7%)、57人(21.2%)となっている(表Ⅲ-14)。

表Ⅲ-14 請求書の支払いや家計の管理

| | | 合計 | 自分で できる | 手助けが 必要 | ほとんど できない | 不明 |
|---------|--------|--------|------------|------------|--------------|------|
| 介入 群 | 合計 | 269 | 166 | 53 | 49 | 1 |
| | | 100.0% | 61.7% | 19.7% | 18.2% | 0.4% |
| | A地区 | 113 | 63 | 32 | 18 | |
| | | 100.0% | 55.8% | 28.3% | 15.9% | |
| | B地区 | 70 | 30 | 13 | 27 | |
| | 100.0% | 42.9% | 18.6% | 38.6% | | |
| C地区 | 86 | 73 | 8 | 4 | 1 | |
| | 100.0% | 84.9% | 9.3% | 4.7% | 1.2% | |
| 対照 群 | 合計 | 269 | 133 | 57 | 69 | 10 |
| | | 100.0% | 49.4% | 21.2% | 25.7% | 3.7% |
| | A地区 | 113 | 61 | 25 | 27 | |
| | | 100.0% | 54.0% | 22.1% | 23.9% | |
| | B地区 | 70 | 26 | 17 | 27 | |
| | 100.0% | 37.1% | 24.3% | 38.6% | | |
| C地区 | 86 | 46 | 15 | 15 | 10 | |
| | 100.0% | 53.5% | 17.4% | 17.4% | 11.6% | |

電話をかけることについては、「自分でできる」が介入群で 235 人 (87.4%)、対照群で 211 人 (78.4%) となっている (表Ⅲ - 15)。

表Ⅲ - 15 電話をかけること

| | | 合計 | 自分で できる | 手助けが 必要 | ほとんど できない | 不明 |
|---------|--------|--------|------------|------------|--------------|------|
| 介入 群 | 合計 | 269 | 235 | 20 | 13 | 1 |
| | | 100.0% | 87.4% | 7.4% | 4.8% | 0.4% |
| | A 地区 | 113 | 100 | 10 | 3 | |
| | | 100.0% | 88.5% | 8.8% | 2.7% | |
| | B 地区 | 70 | 54 | 9 | 7 | |
| | | 100.0% | 77.1% | 12.9% | 10.0% | |
| C 地区 | 86 | 81 | 1 | 3 | 1 | |
| | 100.0% | 94.2% | 1.2% | 3.5% | 1.2% | |
| 対照 群 | 合計 | 269 | 211 | 26 | 22 | 10 |
| | | 100.0% | 78.4% | 9.7% | 8.2% | 3.7% |
| | A 地区 | 113 | 98 | 7 | 8 | |
| | | 100.0% | 86.7% | 6.2% | 7.1% | |
| | B 地区 | 70 | 51 | 9 | 10 | |
| | | 100.0% | 72.9% | 12.9% | 14.3% | |
| C 地区 | 86 | 62 | 10 | 4 | 10 | |
| | 100.0% | 72.1% | 11.6% | 4.7% | 11.6% | |

日用品の買い物については、「自分でできる」が介入群で 148 人 (55.0%)、対照群で 135 人 (50.2%) となっている。また、「手助けが必要・時間がかかる・疲れる」は、それぞれ 67 人 (24.9%)、66 人 (24.5%)、となっている (表Ⅲ - 16)。

表Ⅲ - 16 日用品の買い物

| | | 合計 | 自分で できる | 手助けが 必要 | ほとんど できない | 不明 |
|---------|--------|--------|------------|------------|--------------|------|
| 介入 群 | 合計 | 269 | 148 | 67 | 53 | 1 |
| | | 100.0% | 55.0% | 24.9% | 19.7% | 0.4% |
| | A 地区 | 113 | 51 | 39 | 23 | |
| | | 100.0% | 45.1% | 34.5% | 20.4% | |
| | B 地区 | 70 | 32 | 17 | 21 | |
| | | 100.0% | 45.7% | 24.3% | 30.0% | |
| C 地区 | 86 | 65 | 11 | 9 | 1 | |
| | 100.0% | 75.6% | 12.8% | 10.5% | 1.2% | |
| 対照 群 | 合計 | 269 | 135 | 66 | 58 | 10 |
| | | 100.0% | 50.2% | 24.5% | 21.6% | 3.7% |
| | A 地区 | 113 | 58 | 32 | 23 | |
| | | 100.0% | 51.3% | 28.3% | 20.4% | |
| | B 地区 | 70 | 35 | 20 | 15 | |
| | | 100.0% | 50.0% | 28.6% | 21.4% | |
| C 地区 | 86 | 42 | 14 | 20 | 10 | |
| | 100.0% | 48.8% | 16.3% | 23.3% | 11.6% | |

バスや電車などの利用については、「自分でできる」が介入群で143人(53.2%)、対照群で133人(49.4%)となっており、次いで「ほとんどできない」がそれぞれ68人(25.3%)、79人(29.4%)となっている。(表Ⅲ-17)。

表Ⅲ-17 バスや電車の利用

| | | 合計 | 自分で できる | 手助けが 必要 | ほとんど できない | 不明 |
|---------|-----|---------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
| 介入 群 | 合計 | 269 100.0% | 143 53.2% | 57 21.2% | 68 25.3% | 1 0.4% |
| | A地区 | 113 100.0% | 53 46.9% | 33 29.2% | 27 23.9% | |
| | B地区 | 70 100.0% | 34 48.6% | 11 15.7% | 25 35.7% | |
| | C地区 | 86 100.0% | 56 65.1% | 13 15.1% | 16 18.6% | 1 1.2% |
| 対照 群 | 合計 | 269 100.0% | 133 49.4% | 47 17.5% | 79 29.4% | 10 3.7% |
| | A地区 | 113 100.0% | 56 49.6% | 26 23.0% | 31 27.4% | |
| | B地区 | 70 100.0% | 33 47.1% | 15 21.4% | 22 31.4% | |
| | C地区 | 86 100.0% | 44 51.2% | 6 7.0% | 26 30.2% | 10 11.6% |