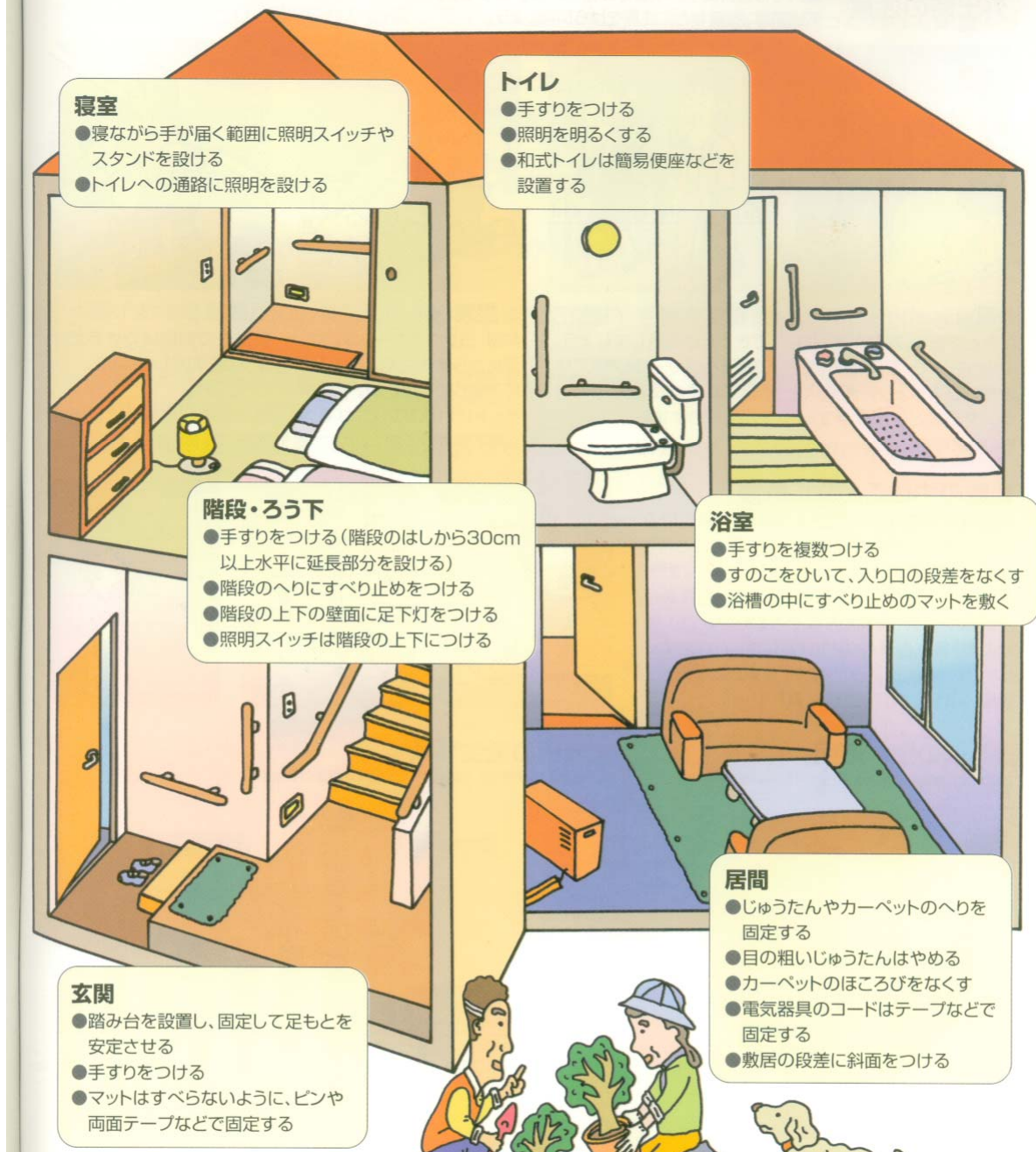


# 安全な住まい作りの工夫

監修：福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座教授 安村誠司

年をとり体が衰えてきたり、病気や障害があったりすると、安全であるべき自宅のなかにも危険な要素がたくさんあります。自宅での転倒や転落などの事故を防ぐために、できるだけ安全な住まいに改善していきましょう。



付図1. 健康情報に関するパンフレットの見本

## 引用文献

- 1) Bandura A: Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychol Rev 1977;84: 191-215.
- 2) 藤田幸司, 藤原佳典, 熊谷 修, 他. 地域在宅高齢者の外出頻度別にみた身体・心理・社会的特徴. 日本公衛誌, 2004; 51; 168-180.
- 3) 長谷川和夫. 老人の心理. 老人心理へのアプローチ. 東京: 医学書院. 1975.
- 4) 芳賀 博. 地域の高齢者における転倒・骨折に関する総合的研究 平成7年度~平成8年度科学研究費補助金研究成果報告書. 1997: 124-136.
- 5) 芳賀 博, 植木章三, 島貫秀樹, 他, 地域における高齢者の転倒予防プログラムの実践と評価, 厚生指標, 50 (4), 20-26, 2003.
- 6) 鳩野洋子, 田中久恵. 地域ひとり暮らし高齢者の閉じこもりの実態と生活状況. 保健婦雑誌, 55; 664-669, 1999.
- 7) 井上勝也. 老年期と生きがい. 井上勝也, 木村 周; 編. 新版老年心理学. 東京: 朝倉書店. 1993;146-160.
- 8) 池上直己. 厚生労働省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に関する調査研究. 平成10年~平成12年. 2001.
- 9) 藺牟田洋美, 安村誠司, 藤田雅美, 他: 地域高齢者における「閉じこもり」の有病率ならびに身体・心理・社会的特徴と移動能力の変化, 日本公衛誌, 1998, 45, 883-892.
- 10) 藺牟田洋美, 安村誠司, 阿彦忠之 他: 自立および準寝たきり高齢者の自立度の変化に影響する予測因子の解明 身体・心理・社会的要因から. 日本公衛誌 2002; 49 (6): 483-496.
- 11) 藺牟田洋美, 安村誠司, 阿彦忠之: 準寝たきり高齢者の自立度と心理的QOLの向上を目指したLife Reviewによる介入プログラムの試行とその効果. 日本公衛誌 2004;51: 471-482.
- 12) 川村匡由. 新しい高齢者福祉. 京都: ミネルヴァ書房, 1969, 84-91.
- 13) 厚生省大臣官房老人保健福祉局老人保健課. 寝たきりゼロをめざして. 1989.
- 14) 厚生省: 厚生白書(平成元年版), 1990.148-156., 厚生白書(平成3年版)1992, 172.
- 15) 厚生労働省老人保健課監修: 機能訓練事業ガイドライン. 厚生科学研究 1994.
- 16) 厚生労働省老健局長: 介護予防・地域支え合い事業の実施について(平成15年6月9日・老発第0309002号・厚生労働省老健局長発各都道府県知事・各指定都市市長・各中核市市長宛). 2003.
- 17) 高齢者介護研究会報告書「2015年の高齢者介護」. 東京: 法研, 2003.
- 18) 森 明子, 来島修志, 小島恵美, 他: 地域高齢者に対する介護予防事業への関わり~回想法を用いて~. 作業療法 2003; 22: 393.
- 19) 内閣府. H16高齢社会研究セミナー報告書「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」. 2004.
- 20) 島貫秀樹, 本田春彦, 伊藤常久, 他. 地域在宅高齢者の介護予防推進ボランティア活動と社会・身体的健康およびQOLとの関係. 日本公衛誌, 54, 749-759, 2007.
- 21) 新開省二. 「閉じこもり」アセスメント表の作成とその活用法. ヘルスアセスメントマニュアル—生活習慣病・要介護状態予防のために—, ヘルスアセスメント研究委員会監修. 厚生科学研究所, 東京, 2000, 113-141.
- 22) 新開省二. 閉じこもり予防 第三章 対象者把握のためのアセスメントとチェックリスト. 介護予防研修テキスト. 東京: 社会保険研究所. 2001;150-166.
- 23) 新開省二. 閉じこもり研究の現状と課題—閉じこもりに対して地域保健活動をどう展開するか—. 秋田県公衆衛生学雑誌. 2005;2:1-6.

- 24) 竹内孝仁：寝たきり老人の成因—「閉じこもり症候群」について。老人保健の基本と展開。医学書院，東京，1984，148-152.
- 25) 東京都老人総合研究所。小金井市 70 歳老人の総合健康調査—第 2 報・10 年間の追跡調査。1988.
- 26) 高村寿子：ヘルスプロモーションとエンパワメント—今，保健師に期待される役割をめぐって—，生活教育：2000：44（2）：7-12.
- 27) 竹内孝仁：閉じこもり，閉じこもり症候群。介護予防研修テキスト。社会保険研究所，東京，2001，128-140.
- 28) 地域保健研究会。平成 15 年度老人介護保健事業推進費等補助金介護予防優良事例集。東京：地域保健研究会，2004.
- 29) 植木章三，河西敏幸，高戸仁郎，他，高齢者の歩行機能維持を目的とした体操プログラムの開発の試み，リハビリテーションスポーツ，2002;21（2）：42-52.
- 30) 山崎幸子，藺牟田洋美，橋本美芽，他。都市部在宅高齢者における閉じこもりの家族および社会関係の特徴。日本保健科学学会誌 2008a;11(1):20-27.
- 31) 山崎幸子，藺牟田洋美，安村誠司，他。地域高齢者の外出に対する自己効力感尺度の開発。日本公衛誌 2008b;55（特別付録）：513.
- 32) 保田玲子，工藤禎子，桑原ゆみ，他：住民主体型閉じこもり予防事業のボランティアが活動を通じて得ているもの，保健師ジャーナル 2004：60(4)：376-383.
- 33) 安村誠司，安田誠史，松田晋哉。寝たきりゼロ作戦の評価—課題は評価可能な調査項目の設定—。公衆衛生情報。16-18，1999.
- 34) 安村誠司：厚生労働省科学研究費補助金長寿科学総合研究事業「閉じこもり」高齢者のスクリーニング尺度の作成と介入プログラムの開発 平成 12 年度～平成 14 年度総合研究報告書。2003a. 3.
- 35) 安村誠司：「閉じこもり」高齢者の寝たきり化予防のための介入研究 平成 12 年度～平成 14 年度 科学研究費補助金（基盤研究（C）（1））研究成果報告書。2003b. 3
- 36) 安村誠司；高齢者における「閉じこもり」。日本老年医学会雑誌，2003c；40：470-472.
- 37) 安村誠司。「閉じこもり」高齢者の寝たきり化予防を目的とした無作為化比較試験。科学研究費補助金（基盤研究（B）（1））研究成果報告書，2005a.
- 38) 安村誠司：厚生労働省科学研究費補助金長寿科学総合研究事業 介護予防事業の有効性の評価とガイドラインの作成 平成 15 年度～平成 16 年度総合研究報告書。2005b. 4.
- 39) WHO. The uses of epidemiology in the study of the elderly. WHO Technical Report Series 706, Geneva, 1984.
- 40) 渡辺美鈴，渡辺丈眞，松浦尊磨，他。自立生活の在宅高齢さ穂の閉じこもりによる要介護の発生状況について。日本老年医学会雑誌，2005；42：99-105.
- 41) 芳賀 博。地域在宅高齢者のライフスタイルに関する縦断研究。平成 12 年度厚生科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業）。平成 10～12 年度総合研究報告，P19-26，2001.

（参考文献）

- 1) 芳賀 博：三本木町における閉じこもりの実態に関する研究。厚生労働科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業）「閉じこもり」高齢者のスクリーニング尺度の作成と介入プログラムの開発 平成12年度～平成14年度総合研究報告書（主任研究者：安村誠司），49-59.
- 2) 平井 寛：8 閉じこもり。検証「健康格差社会」。医学書院，東京，2007，59-66
- 3) Imuta H, Yasumura S, Abe H, et al: The prevalence and psychosocial characteristics of

- frail elderly in Japan: A community-based study. *Aging Clin and Exp Res* 2001;13:443-453.
- 4) 藺牟田洋美, 安村誠司, 阿彦忠之, 他: 自立および準寝たきり高齢者の自立度の変化に影響する予測因子の解明 身体・心理・社会的側面から. *日本公衛誌* 2002;49, 483-496.
  - 5) 藺牟田洋美, 安村誠司, 牧上久仁子, 他「閉じこもり」高齢者に対する介入研究(第1報) ライフレビュー場面での心理的变化. *日本公衛誌* 2004: 51(10): 701.
  - 6) 工藤禎子, 三国久美, 桑原ゆみ, 他: 閉じこもり予防事業における住民主体化のプロセス, *日本地域看護学会第3回学術集会講演集* 2002: 48.
  - 7) 工藤禎子: 閉じこもり予防事業の参加者への効果評価, 厚生省科学研究費補助金(長寿科学総合研究事業) 分担研究報告書: 2003: 18-22.
  - 8) 厚生労働省保険局国民健康保険課. 国保ヘルスアップ事業個別健康支援プログラム実施マニュアルver.1. 国民健康保険中央会 2005年3月.
  - 9) 坂野雄二, 前田基成編著. セルフエフィカシーの臨床心理学, 北大路書房, 2002.
  - 10) 高取真由美: 当別町地域参加型閉じこもり予防事業, *北海道公衆衛生学会誌* 2003:16:77-82.
  - 11) 高戸仁郎, 芳賀 博, 牧上久仁子, 他: 「閉じこもり」高齢者に対するホームヘルパーの運動指導が運動機能に及ぼす効果. *保健福祉学研究* 2004; 3: 31-42.
  - 12) 山崎幸子, 橋本美芽, 藺牟田洋美, 他. 都市部在宅高齢者における閉じこもりの出現率および住環境を主とした関連要因. *老年社会科学* 2008;30(1):58-68.
  - 13) 安村誠司編: 地域ですすめる閉じこもり予防・支援 効果的な介護予防の展開に向けて, 中央法規出版, 2006