

研究区分	教員特別研究推進 地域振興
------	---------------

研究テーマ	静岡県における地域在住高齢者のフレイルの実態とフレイル予防活動の効果				
研究組織	代表者	所属・職名	看護学部・准教授	氏名	永谷 幸子
	研究分担者	所属・職名	看護学部・講師	氏名	菅原 清子
		所属・職名	看護学部・講師	氏名	加藤 京里
		所属・職名	看護学部・助教	氏名	倉本 直樹
		所属・職名	看護学部・助教	氏名	飯塚 真樹
		所属・職名	短期大学部・講師	氏名	森野 智子
		所属・職名	星城大学・准教授	氏名	林 久恵
		所属・職名	横浜市立みなと赤十字病院・看護師	氏名	星谷 さくら
		所属・職名	看護学部・学生	氏名	渡邊 友菜
	発表者	所属・職名	看護学部・准教授	氏名	永谷 幸子

講演題目	新型コロナウイルス感染症対策とフレイル
研究の目的、成果及び今後の展望	<p>1. 背景・目的</p> <p>フレイルは、加齢とともに心身の予備能力が落ちたり、社会的なネットワークが希薄になることで、ストレスへの抵抗力が弱まった状態を指し、高齢者が健常な状態から要介護へ移行する中間の段階と考えられている。このフレイルは、早期に介入すれば低下した機能を戻せるため、要介護者を減らすためにはフレイルの予防と早期発見および介入が重要になる。本研究の目的は、静岡県民の健康寿命の延伸を目指して、フレイルの実態を明らかにするとともに住民主体型の予防活動を展開することである。</p> <p>2. 成果及び今後の展望</p> <p>「リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2021 静岡」において地域住民に対してフレイルの啓蒙活動を行う予定であった。しかし、イベントの開催が中止となったため予定した活動は実施できなかった。次年度は、小鹿キャンパスにおいて地域住民対象にフレイル予防教室を開催する（2022年9月を予定）。令和3年度はそのための準備を研究分担者と進めた。</p> <p>加えて、今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大による自粛生活と高齢者の健康課題（フレイル）について文献を通じて検討した（渡邊・永谷）。検索は医学中央雑誌、PubMedを用いた。緊急事態宣言の発令は感染症予防には効果がある一方で、人々の活動の機会を制限し身体活動量や社会活動量の減少につながった。新型コロナウイルスの感染対策が実施された6か月間で健常またはプレフレイル（フレイルの前段階）からフレイルへと移行した者は9.9%いた。この移行割合は新型コロナウイルス感染症流行前の時期と比べて高かった（Shinohara, 2021）。新型コロナウイルス感染症流行前と比べて流行後では中高強度の身体活動が減少し、加えて座位行動時間が増加したことが報告されている（天笠, 2020）。新型コロナウイルス感染症対策によるライフスタイルの変化がフレイルの発症に影響していることが示唆された。運動習慣のある人でも、座位行動時間が長いと死亡率や糖尿病などの罹患率が高くなる（Arem, 2015）。静岡県民の健康寿命延伸のために、今後は、座位行動時間にも着目して活動を展開する予定である。</p>