

新型コロナウイルス感染症下における通いの場参加者への影響と 今後の活動の方向性に関する一考察

○岡本昌信、松岡依里佳、塩谷祐子、安田浩明、池田初美（守山市地域包括支援センター）

【はじめに】

新型コロナウイルス感染症が世界的に蔓延し、令和2年4月16日には全国に緊急事態宣言が発令され、不要不急により外出自粛が余儀なくされた。

本市においても、介護予防に資する通いの場に対して令和2年3月16日に活動自粛を検討するよう通知を送り、同年5月28日に再開通知を送りしたが、緊急事態宣言前のように元通りの活動再開とはならず、活動自粛延長や参加者の縮小等により、高齢者の外出頻度が低下することとなった。

そのため、新型コロナウイルス感染症による外出自粛要請に影響を受けた高齢者の健康への影響について基本チェックリストを用いて調査することで、再開後の通いの場の活動における有効な健康づくり・介護予防の推進に向けた取組内容について検討する。

【対象】

市内で活動する通いの場の参加者に対して体力測定および基本チェックリストを実施しており、そのうち、平成31年度（外出自粛要請なし）または令和2年度（外出自粛要請あり）に基本チェックリストを実施できた高齢者1,034名（重複あり）（平均年齢75.0歳±7.22、男性120名、女性914名）。データは匿名化し、個人情報の保護に配慮した。

【方法】

基本チェックリスト25項目の該当率について調査した。また、平成31年度に実施した群（n=625）（平均年齢75.0歳±7.28、男性71名平均年齢76.0歳±5.62、女性554名平均年齢74.9歳±7.46）と令和2年度に実施した群（n=409）（平均年齢74.9歳±7.13、男性49名平均年齢76.8歳±6.24、女性360名平均年齢74.7歳±7.20）の2群間の該当率を比較した。

【統計学的処理】

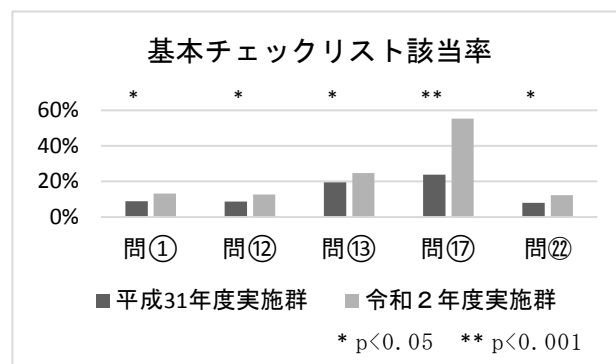
統計処理は、平成31年度に実施した群と令和2年度に実施した群の2群間の該当率についてカイ2乗検定の独立性の検定を用いて比較した。自由度1で、有意水準は5%とした。

【結果】

2群間のカイ2乗検定の結果、問1「バスや電車ですら一人で外出していますか」、問12「肥満度（BMI）は18.5未満ですか」、問13「半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか」、問17「昨年と比べて外出

の回数が減っていますか」、問22「（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった」の該当率は、平成31年度に比べて、令和2年度の方が有意に高い結果であった。（カイ2乗検定 $p < 0.05$ ）

その他の問は有意差を認めなかった。



【考察】

新型コロナウイルス感染症による外出自粛要請により、旅行等の電車やバスでの遠方への機会や外出の回数が減少した。また、他者との関わりの減少等による社会的フレイルの状況が長期化したことで、口の健康リテラシーの低下に繋がり口のささいなトラブルに繋がったと考えられる¹⁾。さらに、口腔機能低下や活動量の低下から、食事量の低下や偏りによる低栄養に繋がりがやすくなっていると考えられる。

そうしたことから日常生活における「楽しみ」が減少し、抑うつ的な気分の低下に繋がったと考えられる。

木村らは、外出や他者との交流、運動や社会参加などが介護、認知症、転倒、うつ、その他の高齢者の健康と関連がある²⁾と述べており、本研究においても同様の傾向がみられた。

本市の通いの場の再開においては、これまでの体操等の運動に加えて、趣味活動等の「楽しみ」を感じられる活動を導入するとともに、会話や食事がいつまでも楽しめるようオーラルフレイルや低栄養予防への支援に取り組む必要性が考察された。

【参考文献】

1) 公益社団法人日本歯科医師会 秋野憲一他：通いの場で活かすオーラルフレイル対応マニュアル, 10-11, 2020

2) 木村美也子, 尾島俊之, 近藤克則：新型コロナウイルス感染症流行下での高齢者の生活への示唆：JAGES研究の知見から, 日本健康開発雑誌, 41, 3-13, 2020