

2015年2月20日 WKCフォーラム  
災害にレジリエントな高齢化社会とコミュニティの構築に向けて

# 「まちの保健室」活動を通して 被災高齢者の健康を守る

兵庫県立大学 地域ケア開発研究所  
山本 あい子

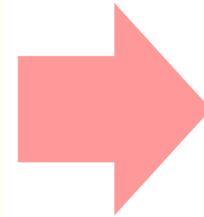
# I . 阪神・淡路大震災における看護活動

1. 要援護者の掘り起こし…仮設住宅の全戸訪問
2. 継続したケアが受けられるように要援護者の引継ぎ

顕在化した問題

高齢者の孤立化

壮年単身男性の孤立化



結果として…

孤独死・自殺

アルコール依存症、薬物

活動内容

- 定期的な健康相談活動
- 要援護者の継続的な訪問活動
- 自治会からの情報により潜在的な健康問題を抱えている人に対して掘り起こし活動

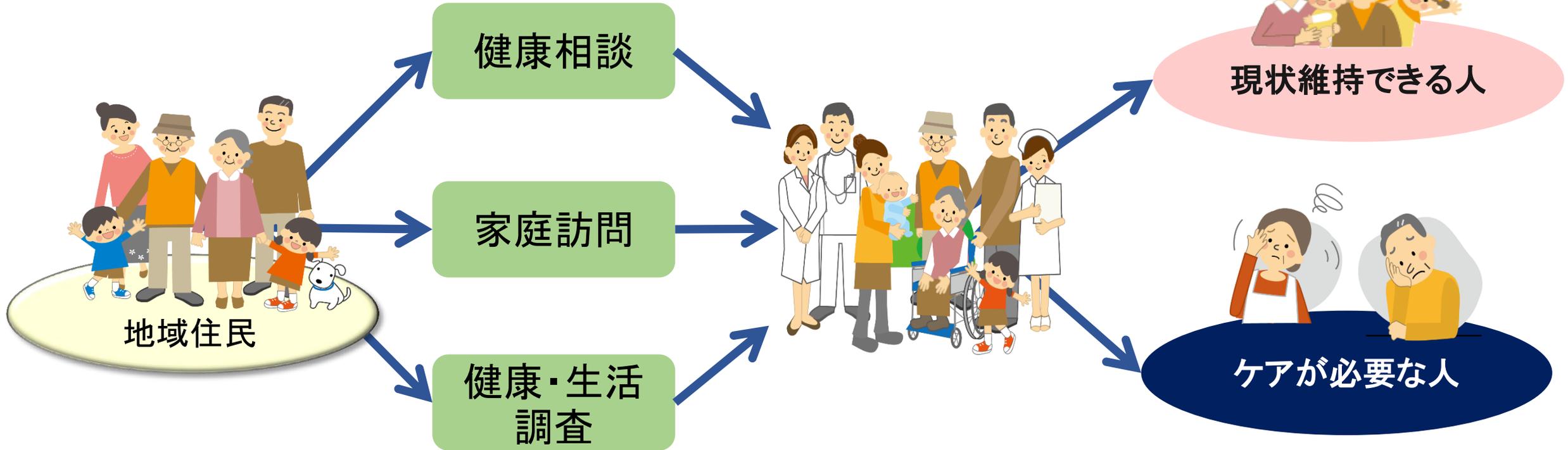
まちの保健室

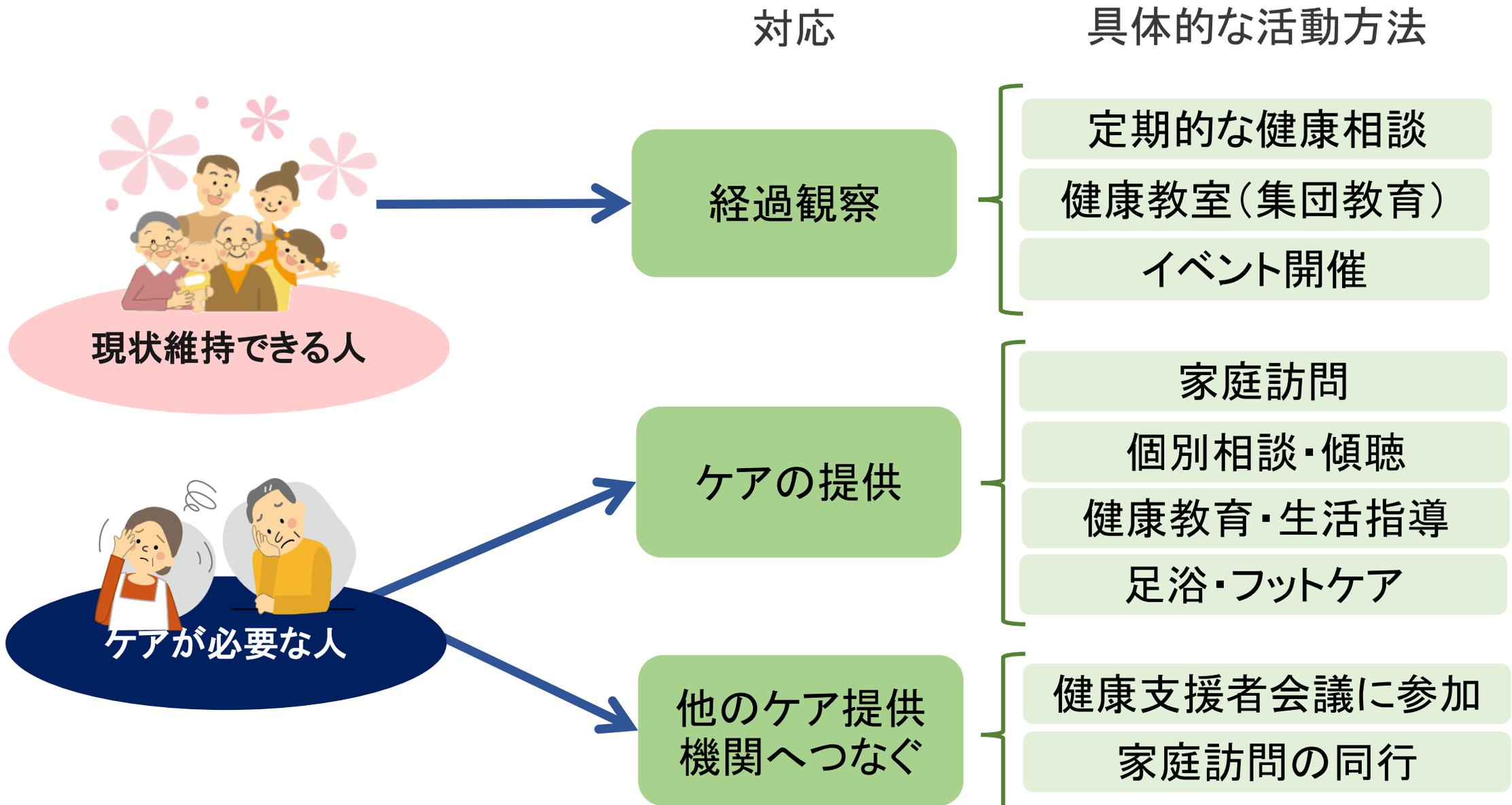
健康アドバイザー制度

# Ⅱ. 東日本大震災における健康支援活動の内容と流れ

健康状態・生活状況の把握

健康状態の査定





# Ⅲ. 健康教室の実施状況

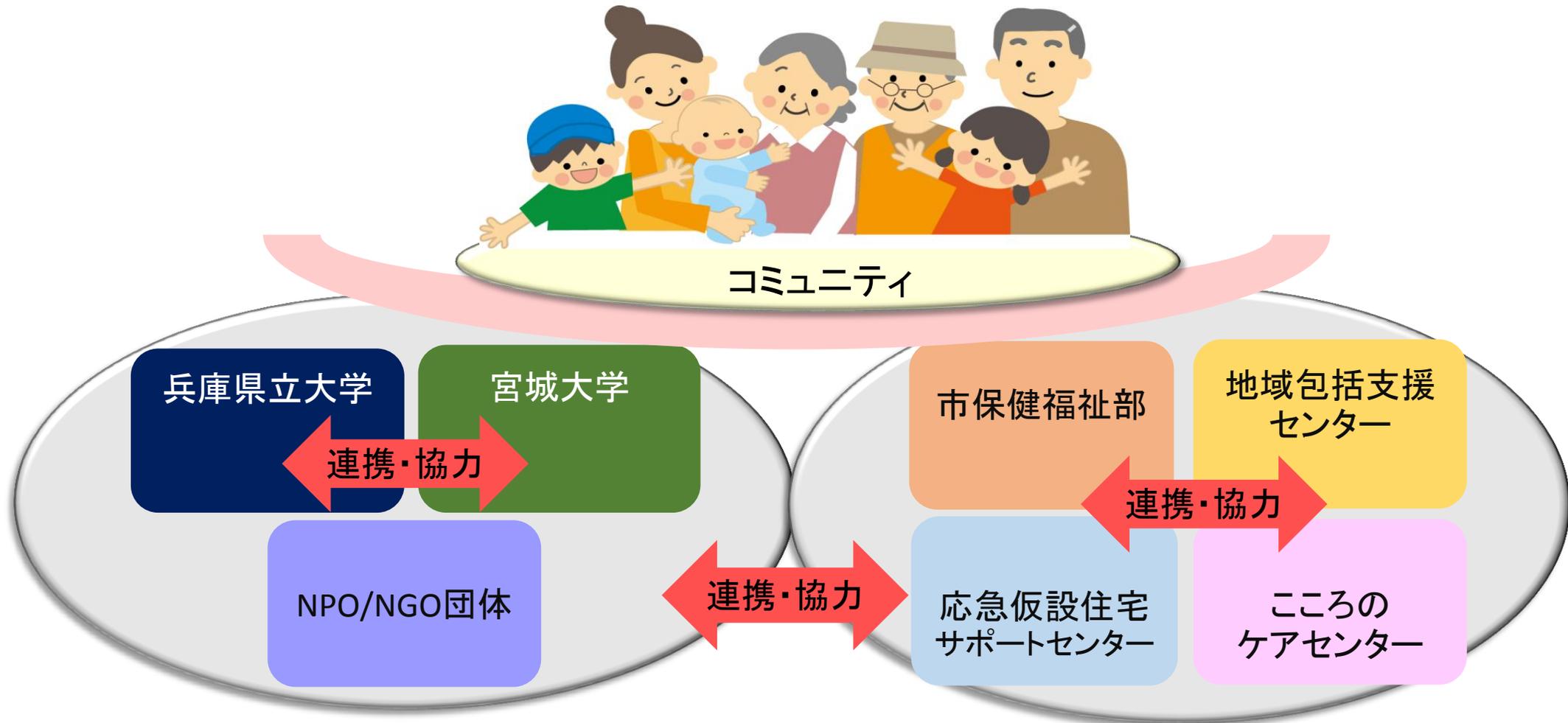
## 1. 健康教室の開催状況

年度	実施回数	参加者数 (延べ人数)	開催した 仮設住宅 (延べ数)	参加職種
H23	1回	25人	1か所	看護師、保健師、看護教員 大学院生(看護)、栄養士 精神保健福祉士、 理学療法士、生活相談員
H24	11回	187人	44か所	
H25	8回	155人	24か所	
H26	6回	134人	12か所	
合計	26回	501人	80か所	

兵庫県立大学・宮城大学「看護東北プロジェクト報告書」(2012,2013,2014)



# IV. 東日本大震災における住民の健康と生活を支える仕組み



# V. 東日本大震災後の仮設住宅住民の健康・生活調査

## 1. 目的

東日本大震災で被災した仮設住宅に暮らす住民の生活状況および健康状態を明らかにする。

## 2. 研究デザイン: 構成的質問紙による横断的調査研究

## 3. 研究対象者: 宮城県気仙沼市A地区の仮設住宅全戸の18才以上の住民

## 4. データ収集期間: ①H24.12.16～28、②H25.12.10～H26.1.31

## 5. データ収集の方法

兵庫県立大学および宮城大学の教員・院生で、仮設住宅を全戸訪問し、聞き取り、または自己記入による質問紙調査を行った。平成25年には、郵送による回答も行った。

## 6. 倫理的配慮

兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所の研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。

## 7. 分析方法: データ解析は、統計ソフトSPSS.17を用いた。

## VI. 健康・生活調査から見えてきたこと



1. 病気および自覚症状をもっている人は、もっていない人に比べて健康関連QOLの得点が有意に低い。
2. 相談できる人がいる人は、いない人に比べて、全体的健康観(GH)、活力(VT)、日常役割機能(RE)、心の健康(MH)が高い。
3. 地域の活動に参加している人の特徴として、女性が多く、病気のある人や仕事のない人が参加している。
4. 仮設住宅に暮らす住民は、日々の生活に楽しみをもち、人や社会とつながりながら生活している。

# VII. 調査の結果

## 1. 協力者の属性

属性	震災1年9か月後(H24)	震災2年9か月(H25)
対象者(18歳以上)	460人	435人
分析対象者(回収率)	183人(40.9%)	114人(26.4%)
性別	男性 76人(41.5%)、女性 107人(58.5%)	男性 43人(37.7%)、女性 71人(62.3%)
平均年齢	66.3±15.7歳	68.9±14.6歳
高齢者(65歳以上)	119人(65%) 前期高齢者 47人(25.7%) 後期高齢者 72人(39.3%)	83人(72.8%) 前期高齢者 32人(28.1%) 後期高齢者 51人(44.7%)
同居家族	2.86±1.6人	2.7±1.7人
就業者	震災前 94人(51.4%) 調査時 51人(27.9%)	震災前 59人(51.8%) 調査時 29人(25.4%)
自宅の被害	全壊176人(96.2%)、半壊3人(1.6%)、 浸水1人(0.5%)	全壊109人(96.5%)、半壊2人(1.8%)、 一部損壊2人(1.8%)
転居先が決まっている人	61人(33.3%)	96人(85.7%)

## 2. 現在の病気について

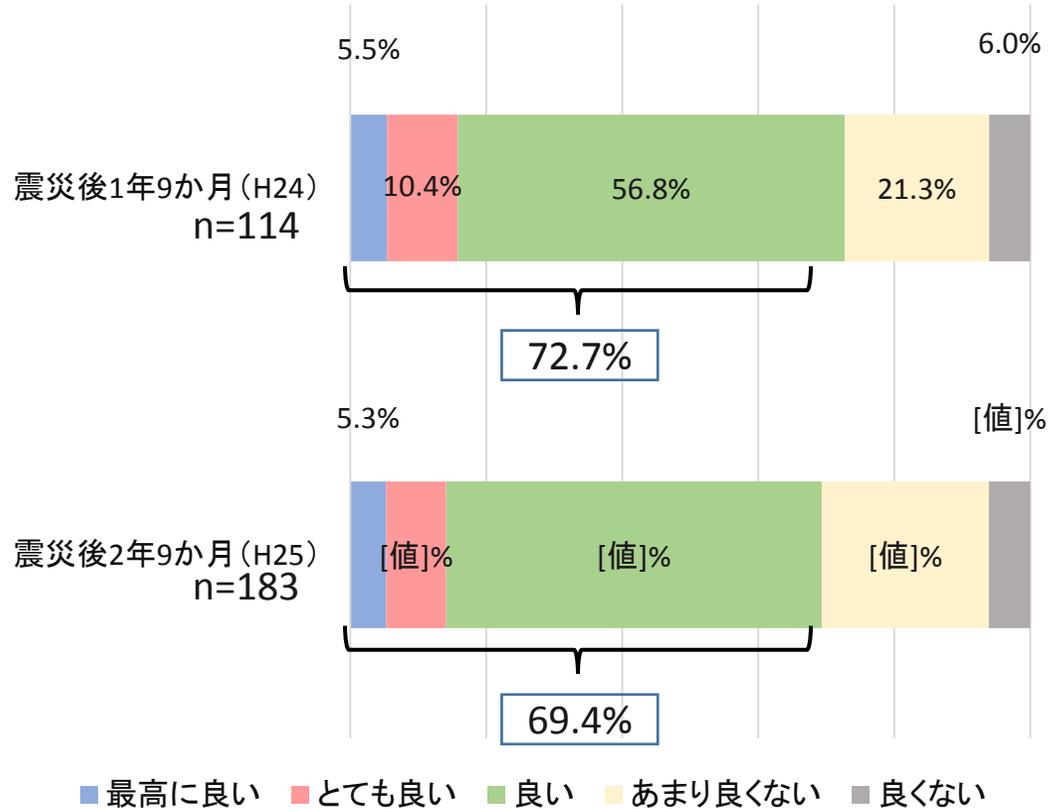
	震災後 1年9か月 (H24.12)	震災後 2年9か月 (H25.12)
病気がある人	132人(72.1%)	84人(73.7%)
病気の数(平均)	2.1±1.2	2.0±1.1
病気の種類 (上位5位)	1. 高血圧 2. 目の病気 3. 糖尿病 4. 脂質異常症 5. 心臓病	1. 高血圧 2. 目の病気 3. 糖尿病 4. 脂質異常症 5. 心臓病

## 3. 自覚症状について

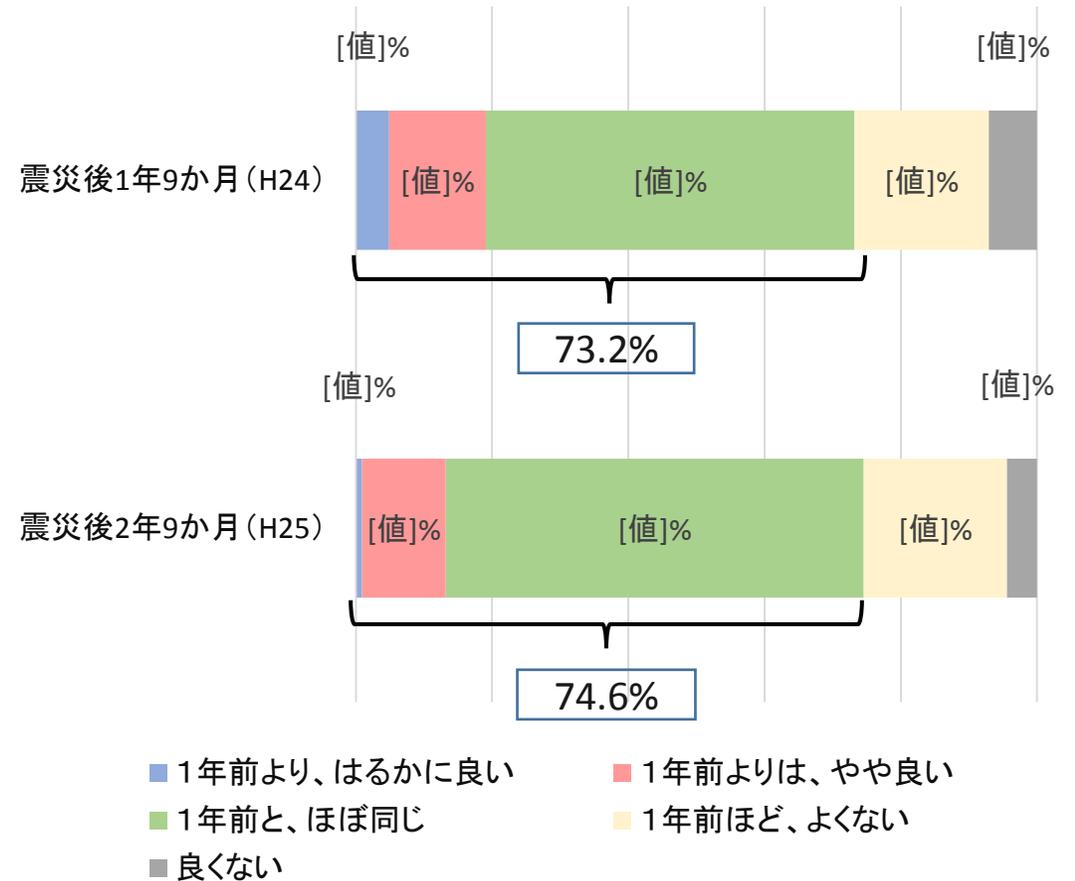
	震災後 1年9か月 (H24.12)	震災後 2年9か月 (H25.12)
症状がある人	131人(71.6%)	63人(62.4%)
症状の数(平均)	1.7±0.5	2.6±2.0
症状の種類 (上位5位)	1. 腰痛 2. 手足関節痛 3. 便秘 4. 頭痛 5. イライラ	1. 腰痛 2. 手足関節痛 3. 頭痛 4. 咳や痰 5. 便秘

## 4. 主観的健康観

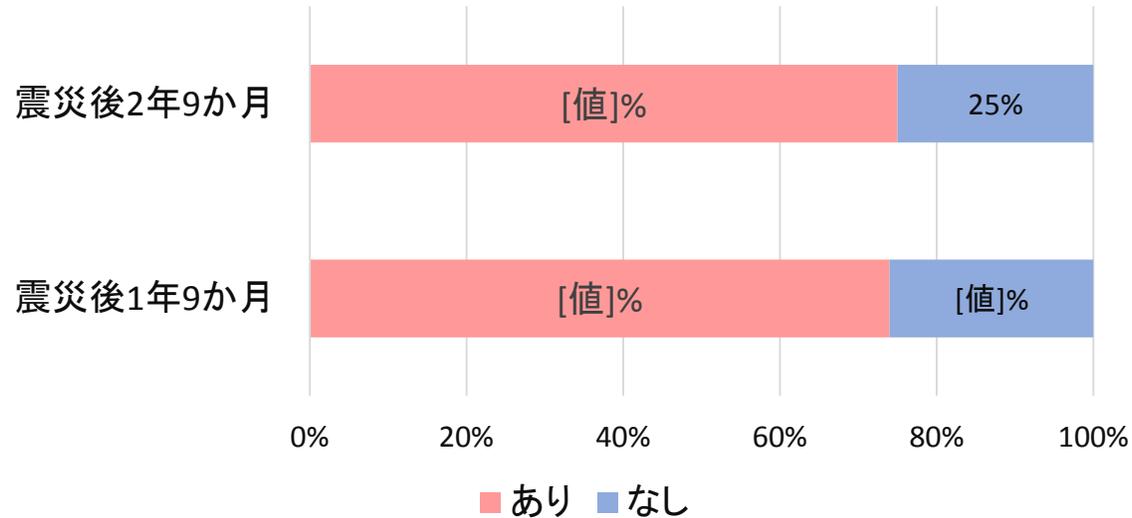
### 1) 現在の健康状態



### 2) 1年前と比較した健康状態



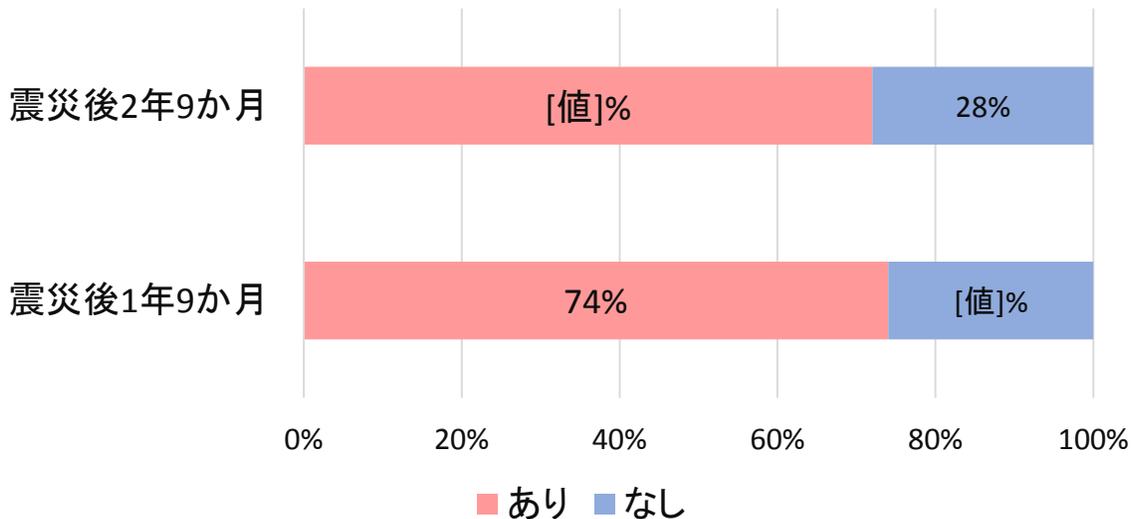
## 5. 日々の生活の楽しみ



### 楽しみの内容(自由記載)

- 孫や子供の成長
  - 友人と会う、話す
  - お茶会やイベントへの参加
  - テレビ
  - パチンコ
  - 晩酌
- 等

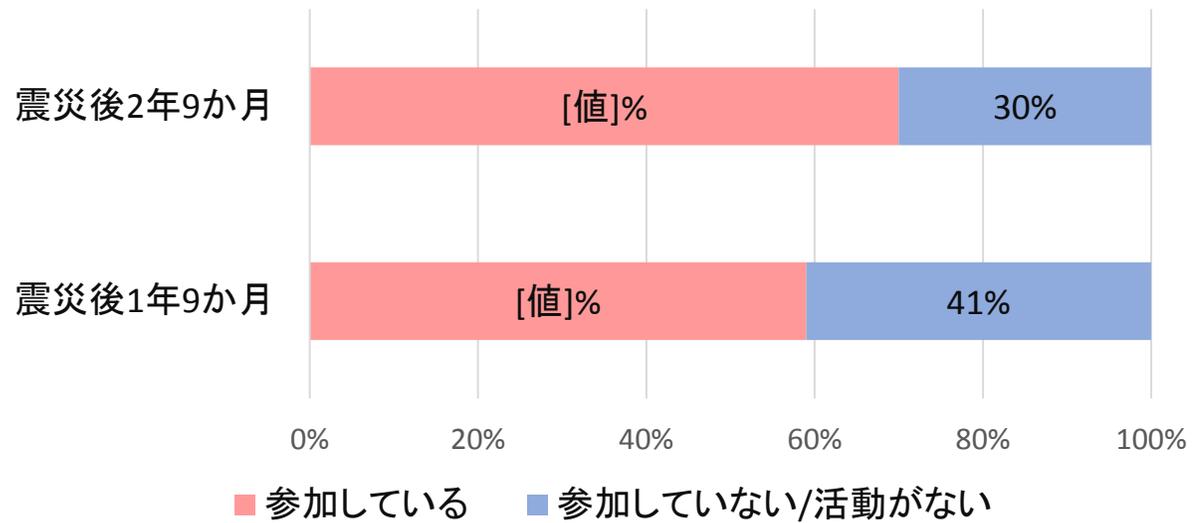
## 6. 気分転換の方法



### 気分転換の方法の内容(自由記載)

- 散歩
  - 手芸・編み物
  - 歌・カラオケ
  - 友人との会話
  - 外出
- 等

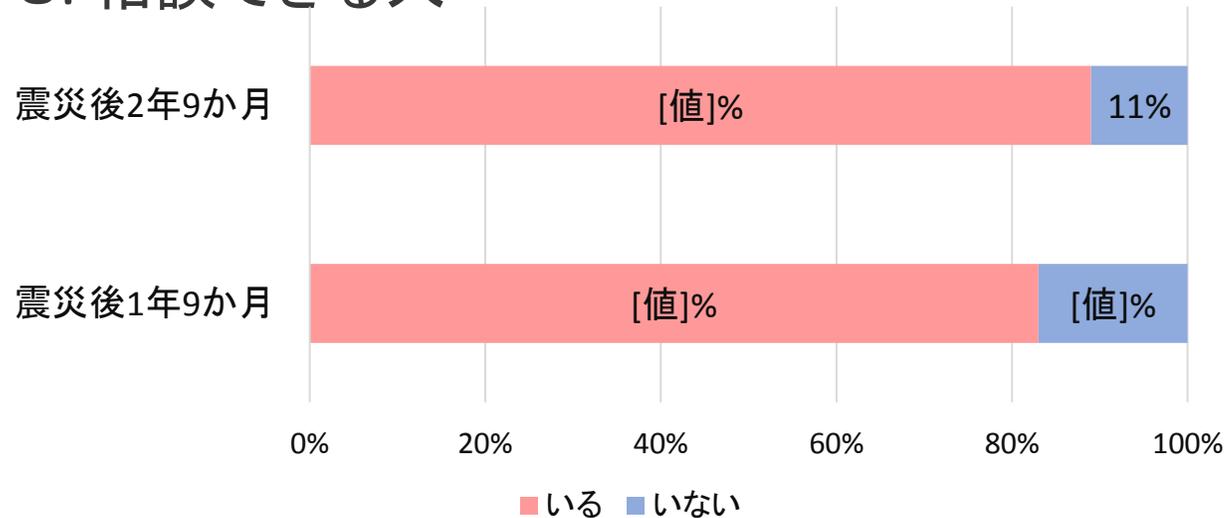
## 7. 地域の活動への参加



### 参加しない理由(自由記載)

- 時間が合わない
- 女性が多い
- 若い人が多くて気を遣う
- 悪口聞くから
- トイレが近い

## 8. 相談できる人



災害などの脅威的な状況に対して、  
個人あるいは地域が**強さ**としなやかさ  
を持って立ち向かい、**生活**や**健康**を**再建**  
していく**力**のことである。

## VIII. おわりに

1. 仮設住宅で行われている活動や催し物への参加者の特徴として、病気のある人の参加率が高かった。このことから、健康関連の活動や催し物の開催を継続して行うことで、住民の健康維持に働きかけられる可能性がある。
2. 相談機能をもつ場は、被災後、高齢者が人や社会とつながりを持ち続けながら、健康の維持・増進につながる場/機会として、可能性をもっている。

# 地域ケア開発研究所ホームページ

<http://www.coe-cn.as.jp/keaken/index.html>

兵庫から世界へ 地域に根ざす看護の未来を拓く  
**地域ケア開発研究所**  
Research Institute of Nursing Care for People and Community

English Chinese

Japanese

- TOPページ
- 所長からのご挨拶
- 研究所のご案内
- 組織のご紹介
- 研究・活動
- 地域ケア実践研究部門
  - まちの保健室
  - 遠隔看護
- 広域ケア実践研究部門
  - 災害看護
  - 国際地域看護
- 21世紀COEプログラム
- アクセスマップ

WHO 研究協力センター  
WHO Collaborating Center

命を守る  
知識と技術の情報館  
www.coe-cn.as.jp

兵庫県立大学  
University of Hyogo

TOP >> まちの保健室

## まちの保健室

地域住民が身近な看護職に相談できる場と機能を定義され、ほぼ都道府県全域で展開されています。

活動報告 Report

**[2012.11.17] 兵庫県看護協会東播支部 研修会で講師をしました**  
兵庫県看護協会は8つの支部に分かれていて、私の所属する支部は兵庫の中でも東播州にありますので東播(とうばん)支部といいます。今日は「来所者の行動変容が出来るコミュニケーションおよび指導の技術」と言うお題で最近であった事例を紹介しながら相談技術についてお話ししました。わたしもかれこれ8年間「まちの保健室」をしていますがおもしろいやりとりまなかつたという事例です。

**[2012.11.10] 大学地元の王子フェスタで「まちの保健室開催」**  
11月10日 明石市王子町で行われました「王子フェスタ」でまちの保健室を開催しました。本日は山田 尚子(本誌にも掲載)様をお招きし、お話しをいただきました。

- ボランティア看護師による健康相談
- がん療養相談室
- 女性のための健康相談室
- 子ども・家族の参加型生活サポート講座
- こころの健康相談
- 介護する家族のための看護相談室
- 生活習慣病と足の看護相談

ボランティア看護師による健康相談 Health Consultations

ボランティア看護師による健康相談は、兵庫県看護協会東播支部活動と連携した活動を実施しています。ここでは住民の方々を対象とした看護相談と測定による健康チェックを実施しています。測定による健康チェックは、血圧測定だけでなく超音波による骨密度測定や動脈硬化度測定など新しい機器を活用し、測定後には個別に健康相談を実施しています。

また、日頃暮らしの中での悩みにも対応できるように看護スタッフを配置しています。まちの保健室利用料金は無料ですので、ご自身の健康増進を図るためどうぞお気軽にご相談ください。



災害看護 ユビキタス社会における災害看護拠点の形成  
**命を守る知識と技術の情報館**  
～あの時を忘れないために～

本サイトご利用にあたって ENGLISH

兵庫県立大学大学院看護学研究所 21世紀COEプログラム

役立ちマニュアル: 高齢者編

備えの時期 災害発生初期 復旧・復興期

## 災害後に仮設住宅で高齢者の看護にあたられる皆様へ

現在のページ

TOP 役立ちマニュアル高齢者編 役立ちマニュアル高齢者編 災害時に仮設住宅で高齢者の看護にあたられる皆様へ

### 命を守る知識と技術の情報館

TOPページ

### 役立ちマニュアル

- 高齢者に見られる「閉じこもり」「孤独死」について
- 仮設住宅での暮らしに関する問題
- 仮設住宅での健康管理の問題
- メンタルヘルスについて
- 認知症高齢者の増加について
- 被災による将来の生活不安について

### 災害の時期で探す

- 備えの時期に知っておきたい知識
- 災害発生初期に知っておきたい知識
- 災害復旧・復興期に知っておきたい知識

### 役立ちマニュアル 高齢者編一頁ページ

PDF PAGE  
このページのPDF版はコチラ印刷に選んだページです

PDFデータをご覧になるにはAcrobat Readerが必要

## 災害後に仮設住宅で高齢者の看護にあたられる皆様へ

～仮設住宅で生活する高齢者が抱える問題とその対処～



災害時において高齢者は、容易に健康障害や生活障害を起こすという生活全般の脆弱性が指摘されています。避難所から仮設住宅に移ることで、独立した居場所を得てほっと安堵する一方、新しい環境や住宅設備に連応していかなければならないという新たな問題も起こってきます。災害によってこれまで築いてきた人生を大きく喪失する体験は、特に高齢者にとって身体的側面のみならず、心理面や社会的側面にも大きな影響をもたらす。「閉じこもり」や将来への強い不安による新たな健康・生活生涯を引き起こすことにつながります。

仮設住宅では支援者の目配りも届きにくくなることから、些細な変化を見逃さず、個別的な対応を行い、徐々に災害前の安定した生活に戻っていきけるように関わっていくことが必要となります。

私たちは、被災高齢者に必要なケアを明らかにする研究に取り組み、これまでに起きた災害に関する研究や手記などを基に、仮設住宅で生活する高齢者のケアニーズとその対処方法を、このページにまとめました。