

事業結果

1. 記述的結果：B 地区では、参加者の発意で新たに「健康を考え・実践する会」が結成され活動を継続するに至った（平成 25 年 2 月 15 日信濃毎日新聞掲載）。

個別参加者では心的エネルギーが増加した事例や、孤立していた方が本事業を契機に住民同士の付き合いに参加された事例が出現した（「報告書—事例紹介」）。

2. 調査結果

- 1) 1 次調査（事前調査）では、3 群共通して ADL は自立しているものの SF-8 (QOL 評価票) の「体の痛み」、「社会生活機能」、「心の健康」の低下傾向が顕著で、地域住民の「健康不安」と「孤立感」を反映していると考えられた。
- 2) 2 次調査では、介入群では min-FIM の歩行、SF-8 の「痛み」が改善した一方、非介入群では運動 FIM 値が低下していた。
- 3) 活動量値は、地域リハ介入群でも 9 月から 1 月にかけて減少傾向が認められた。
- 4) S.C. 評価では「公的サービス介入に関わる社会的交流（老人クラブ、町内会、自内会など）」が介入地区では増加した一方、C 地区（非対象群）では減少した。

3. 本地域リハ活動による「ソーシャルキャピタル（S.C.）」形成の手法

本事業の結果、「健康を考え・実践する会」が結成された（B 地区、前述）。

本結果のメカニズムを考察すると、まず本活動でのリハ治療・生活指導（養生）により、実際に痛み（侵害刺激）が軽減した。また参加スタッフは可及的に「指導」的行動を避け参加者間の交流に「混ざる」様に配慮した。マズロー（心理学者）の「欲求 5 段階『①「生理的欲求」、②「安全を求める欲求」、③「所属と愛の欲求」、④「自尊の欲求」、⑤「自己実現の欲求」』説に従えば、リハ医療による鎮痛や養生指導が「健康不安」を軽減するとともに、「和み」による癒しの環境提供が参加者の②「安全を求める欲求」段階を充足させ、次の③「所属と愛の欲求」を顕現化させて参加者同士の「きずな」形成に作用した。さらに、過酷な農作業により傷んだ身体への温熱（足湯、ホットバック）が身体を緩ませ、心理的にも人間関係の緊張をゆるめる作用をもたらした。加えて、食事会は「同じ釜の飯を食う」仲間意識、参加者同志で知恵を出し合うパズルや伝統行事は絶えて久しい地域住民の共同作業の記憶を蘇えらせる「呼び水（心理学での“priming”に相当）」として作用した可能性、が考えられる。

4. 提言・今後の展開

- 1) S.C. 形成には、地域住民の「健康不安」と「孤立感」への対応が前提となる。中山間地域である駒ヶ根市では、ロコモへのリハ医療・温熱が有効であった。
- 2) 寒冷地では活動性の季節変動（「農繁期・過労」→「農閑期・冬籠り」）傾向が認められる。通年にわたる画一化した介護予防プログラムではなく、地域の暮らしに密着した健康増進事業が求められている。
- 3) 以上をふまえた「地域巡回リハ事業」の継続と、「健康を考え・実践する会」がさらに機能を高め「地域包括ケア」を担う方向への適切な援助が求められている。