

Sat. Dec 14, 2019

Room1

教育講演 | 教育講演1

[K1] 教育講演1

2:10 PM - 3:10 PM Room1 (Terra hall)

[K1-01] ICT/ロボットを使った転倒予防

\*近藤 和泉<sup>1</sup> (1. 国立研究開発法人国立長寿医療研究センター)

2:10 PM - 3:10 PM

教育講演 | 教育講演2

[K2] 教育講演2

3:20 PM - 4:20 PM Room1 (Terra hall)

[K2-01] 地域包括ケアシステム推進に向けての先進的実践

—但馬長寿の郷の取り組み—

\*小森 昌彦<sup>1</sup> (1. 兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課)

3:20 PM - 4:20 PM

教育講演 | 教育講演3

[K3] 教育講演3

6:00 PM - 7:00 PM Room1 (Terra hall)

[K3-01] 高齢者における活動の再考

\*牧迫 飛雄馬<sup>1</sup> (1. 鹿児島大学医学部保健学科理学療法学専攻基礎理学療法学講座)

6:00 PM - 7:00 PM

教育講演 | 教育講演1

## [K1] 教育講演1

Sat. Dec 14, 2019 2:10 PM - 3:10 PM Room1 (Terrsa hall)

ICT/ロボットを使った転倒予防

講師：近藤和泉

司会：島 浩人

---

### [K1-01] ICT/ロボットを使った転倒予防

\*近藤 和泉<sup>1</sup> (1. 国立研究開発法人国立長寿医療研究センター)

2:10 PM - 3:10 PM

2:10 PM - 3:10 PM (Sat. Dec 14, 2019 2:10 PM - 3:10 PM Room1)

**[K1-01] ICT/ロボットを使った転倒予防**\*近藤 和泉<sup>1</sup> (1. 国立研究開発法人国立長寿医療研究センター)

転倒は抗重力的な姿勢をとって生活していく上で避けられない事象だが、特に人間は二足歩行をする動物であり、その重心点が高い位置にある割にはバランスを保つ支持基底面が狭いため転倒する頻度が高くなる。高齢者では加齢に伴って反応時間が遅くなり、筋力も低下していくことから、転倒して受ける外力に対する防衛機転が十分に働かず、骨折などの重大な損傷を招く危険性がある。転倒は心理的な負担も増大させ、転倒恐怖につながっていく。加齢に伴うバランス能力の低下から始まり、転倒→転倒恐怖→低活動→筋力低下→さらなるバランス能力の低下という、フレイルを助長する悪性サイクルの回路も想定できる。このため高齢者における転倒は積極的に予防されるべきものである。その対策は普通の生活で起こる一般転倒と入院という特殊な状況下で起こるいわゆる病院転倒に分けて考えられるべきであり、それぞれに対して転倒リスクの見積もりと状況に応じた対応が取られるべきなのであるが、必ずしもそうではない。前者ではフレイルや多剤投与などのリスク因子を早めに検出しバランス能力を底上げする必要があるし、後者では、バランス能力と高齢者特有の頑固さ、介護に対する過度の遠慮、夜間排尿時にナースコールを押すことなどの adherenceに関わる評価が必要である。今回は1) Standing test for imbalance and disequilibrium :SIDEを使った病院転倒における転倒リスクの評価、2) センサー、見守りシステムの利用方法および人工知能などを使った今後の開発の方向性、3) 一般転倒予防を目的としたフレイルに対するバランス訓練ロボットの適応、4) 大腿骨近位部骨折の再骨折予防におけるバランス訓練ロボットの適応、5) 杖・歩行器ロボットの開発とその適用範囲および実証方法などについて概説する。

---

教育講演 | 教育講演2

## [K2] 教育講演2

Sat. Dec 14, 2019 3:20 PM - 4:20 PM Room1 (Terrsa hall)

地域包括ケアシステム推進に向けての先進的实践－但馬長寿の郷の取り組み－

講師：小森昌彦

司会：今井陽一

---

### [K2-01] 地域包括ケアシステム推進に向けての先進的实践 －但馬長寿の郷の取り組み

－  
\*小森 昌彦<sup>1</sup> (1. 兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課)

3:20 PM - 4:20 PM

3:20 PM - 4:20 PM (Sat. Dec 14, 2019 3:20 PM - 4:20 PM Room1)

## [K2-01] 地域包括ケアシステム推進に向けての先進的実践 —但馬長寿の郷の取り組み—

\*小森 昌彦<sup>1</sup> (1. 兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課)

地域包括ケアシステムは、自助、互助、共助がそれぞれ有機的につながり、住み慣れた地域で暮し続けることを目指した仕組みであり、市町の果たす役割は大きい。

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷（以下当郷）は、兵庫県北部に位置する過疎と高齢化の著しい但馬地域を「生きがいに満ち、安心して暮らせる地域」とするために県が設置した地方機関であり、但馬地域の3市2町が実施している「介護予防・日常生活支援総合事業」の企画・実施の支援等を行っている。

当郷では、平成9年から但馬の市町（当時1市18町）を対象に老人保健事業の支援を行っており、平成12年からは、介護保険法に伴う市町の業務の支援を行っている。

現在、市町支援として、集いの場立ち上げ企画・運営、地域ケア会議の企画・運営、通所事業所での職員教育等の支援を行っており、内容は「地域リハビリテーション活動支援事業」に似ている。

ただ、我々の役割は「市町の事業のお手伝い」ではなく、県の立場で市町の事業を円滑に推進するように導くことであり、市町とのコミュニケーションを密にし、常に事業の進捗状況や市町ごとの課題を整理し、それを市町にフィードバックして次年度事業の展開に活かしている。

「地域リハビリテーション活動支援事業」が始まり、理学療法士も医療機関から地域に出向き、地域ケア会議や地域住民への体操指導に関わるが多くなったが、その一方で、どのように関わって良いのか分からないといった声を聞くことも少なくない。

そこで、当郷が行っている市町支援の具体的な取り組みを紹介するとともに「事業のお手伝い」としてではなく、専門職としての専門性を事業の中でどのように反映させるかなどを報告する。

また、「地域包括ケアシステム」の今後の方向性についても解説し、地域包括ケアシステム推進における理学療法士の果たすべき役割を考える機会としたい。

教育講演 | 教育講演3

## [K3] 教育講演3

Sat. Dec 14, 2019 6:00 PM - 7:00 PM Room1 (Terrsa hall)

高齢者における活動の再考

講師：牧迫飛雄馬

司会：中本隆幸

---

### [K3-01] 高齢者における活動の再考

\*牧迫 飛雄馬<sup>1</sup> (1. 鹿児島大学医学部保健学科理学療法学専攻基礎理学療法学講座)

6:00 PM - 7:00 PM

6:00 PM - 7:00 PM (Sat. Dec 14, 2019 6:00 PM - 7:00 PM Room1)

## [K3-01] 高齢者における活動の再考

\*牧迫 飛雄馬<sup>1</sup> (1. 鹿児島大学医学部保健学科理学療法学専攻基礎理学療法学講座)

高齢期の日常生活における「活動 (activity)」を促進することは、健康寿命の延伸を目指すうえでの重要な課題のひとつと考える。ここでは、日常におけるさまざまな活動を「身体的活動 (physical activity)」、「知的活動 (cognitive activity)」、「社会的活動 (social activity)」の大きく3つに分類して、高齢期におけるこれらの活動が健康関連指標へ及ぼす影響から、その意義と活動を促進するための取組について紹介する。

身体的活動は、心疾患やがん、認知症などの発症リスクを軽減させることに寄与することが、数多くの先行研究によって報告されており、健康長寿のために身体的活動を促進することへ疑う余地はないであろう。しかしながら、身体的活動を増加させるほどに望ましいかについては慎重になるべきであろう。Leeら (2019) が高齢女性16741名を対象に1日の歩数と死亡発生との関連を縦断的に調べたところ、約7500歩に達するまでは1日歩数の増加は死亡リスク低減と関連したが、1日10000歩に達することの付加的な利得は認められなかった。

知的活動には、読書やパソコンの利用、ゲームなどが含まれ、これらの活動は認知症や軽度認知障害 (mild cognitive impairment: MCI) の発症に対しての保護的な役割が報告されている。日常的なこれらの知的活動の促進は、認知機能の低下を抑制するうえで重要であろう。

社会的活動においては、より複雑で高度な能力が求められることが多く、社会的活動は認知症の発症のほか、うつ発生の抑制にも有効であることが報告されている。

これらの活動を日常生活において促進するためには、きっかけづくりと継続のためのモチベーションの維持が重要であり、いかに日常でのこれらの活動を多面的に促進していくかが健康長寿の鍵になると考えられる。