

## 尾道市との地域戦略協働プロジェクト事業 実施報告

平成 28 年度の地域戦略協働プロジェクト事業の一つとして、理学療法学科では尾道市シルバーリハビリ体操事業についての効果検証を進めています。

シルバーリハビリ体操普及事業とは平成 16 年度から茨城県で始まった事業で、まず介護予防体操を普及させるためのシルバーリハビリ体操指導士を地域在住高齢者の中から養成し、その後、体操指導を通じて地域在住高齢者が相互に介護予防を図る取組みをいいます。

今回、本事業の取り組みの一つとして、シルバーリハビリ体操を指導する指導士自身の身体的ならびに健康心理学的特性について調査を行いました。

### ◇尾道市瀬戸田地区での調査

対象：シルバーリハビリ体操指導士 2 級養成講座受講生 17 名（男性 2 名，女性 15 名，平均年齢：66.8±4.9 歳）

調査日：養成講座受講前（平成 28 年 7 月 4 日），養成講座受講後（平成 28 年 7 月 28 日）

調査場所：瀬戸田福祉保健センター

調査内容：以下の調査を行いました。

- ①開眼片脚立位保持時間
- ②握力
- ③精神的健康度評価（K6 日本語版）
- ④高齢者の生きがい感評価（K-I 式）
- ⑤気分プロフィール評価（Profile of Mood States ; POMS2 短縮版）
- ⑥認知機能評価（Touch Panel-type Dementia Assessment Scale; TDAS）
- ⑦身体活動評価（活動量計の測定）

### ◇尾道市瀬戸田地区での調査の様子

7 月 4 日，7 月 28 日の両測定日ともに受講生全員に参加して頂きました。まず，本プロジェクト代表教員から本事業の目的および内容について説明し，調査に対する同意を得ました。その後，学部生や大学院生らに片脚立位保持時間や握力等の測定を担当してもらい，測定会を実施しました。

次回は 10 月 25 日に瀬戸田地区の調査，11 月以降は浦崎地区での調査を予定しています。



本事業の説明



測定会の様子