

# 通所系デイサービス利用者における 日常生活動作と QOL に関する検討

佐藤 秀一郎 (G170003)

指導教員：土田 満

キーワード：デイサービス, ADL, QOL

## はじめに

我が国は、世界でも類を見ない高齢社会を迎えている。75歳以上の3人に1人が要介護者となり、医療費と介護保険給付費が増加し、介護予防を重点課題とした取り組みがなされている<sup>1)</sup>。

辻<sup>2)</sup>は、日常生活動作能力(以下ADL)の低下を少なくして健康寿命を延ばすことができれば要介護期間は短縮し、生活の質(以下QOL)が改善され、社会保障費の負担も軽減できると推察している。

竹内<sup>3)</sup>は精神面も含めたQOLを高めるプログラム作りの必要性を提言している。QOLを評価するには、健康関連QOL尺度や、主観的QOL尺度がある。身体面と精神面の両側面からの評価が重要であるが報告は少ない。また、デイサービスにおける利用者に関するADL及びQOLの現状に関する報告もほとんど見当たらない。

以上の背景を踏まえて、本研究では、デイサービスにおけるより良いサービスの構築を目的として、2つの調査を行った。

## 調査 1. デイサービス利用者における ADL 及び QOL の現状

### 方法

#### 1. 対象者

A 県の B 市内の C デイサービスを利用し、調査に協力を得られた 42 名を対象者とした。

#### 2. 調査方法

調査期間は 2018 年 4 月から 12 月であり、無記名自記入式アンケート調査を実施した。

#### 3. 調査内容

##### 1) 対象者の属性

性別、生年月日、要介護度等、6 項目である。

##### 2) 転倒リスクと ADL、QOL

転倒リスクは FRI、ADL は老研式活動能力指標、主観的 QOL は PGC モラールスケール、健康関連 QOL は SF-8 を用いて評価した。

#### 4. 解析方法

IBM SPSS Ver24.0 を使用した。

## 結果

### 1. 対象者の属性

対象者 42 名中女性が 66% を占めていた。平均年齢は 75.9 歳で、要支援者は 31 名(男性 8 名、女性 23 名)、要介護者は 11 名(男性 6 名、女性 5 名)。

### 2. ADL と属性、転倒リスクとの関連

#### (1) 性別

いずれの因子も、女性の方が男性より有意に高いことが認められた(表 1)。

表 1. ADL と性別との関連

	全体 (n=42)	女性 (n=28)	男性 (n=14)	M±SD 有意差
合計得点	9.3±3.1	10.3±2.8	7.2±2.8	**
手段的自立	3.6±1.5	4.0±1.3	2.7±1.7	*
知的能動性	3.1±1.1	3.4±1.1	2.6±0.9	**
社会的役割	2.6±1.2	2.9±1.0	1.8±1.1	**

\* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$

#### (2) その他

介護度では、要支援者の手段的自立が有意に高かった。また、転倒リスクが低値群の社会的役割も有意に高かった。

### 3. 主観的 QOL と属性、転倒リスクとの関連

転倒リスクの低値群が、合計得点と孤独感、不満足感が有意に高かった。

### 4. 健康関連 QOL と属性、転倒リスクの関連

#### 1) 属性

年齢は、GH のみ、74 歳以下の者が有意に高く、

転倒リスクは、転倒リスクが低値群の PF、RP、SF、RE が有意に高いことが認められた。

### 5. ADL と QOL との関連

#### 1) ADL と主観的 QOL との関連

男性は、ADL 総得点の高値群が孤独感・不満足感が高い傾向があった。

女性は、ADL 高値群が主観的 QOL 総得点や孤独感・不満足感が有意に高く、社会的役割の高値群は QOL 総得点と孤独感・不満足感が有意に高かった。

#### 2) ADL と健康関連 QOL との関連

男性は、ADL 総得点の高値群の PF、RP、PCS が有意に高かった。社会的役割の高値群で RP が有意に高かった。

女性は、ADL 総得点の高値群の RP、社会的役割高値群の PF と SF が有意に高かった。

## 調査 2. デイサービス利用者における介護予防プログラムの効果の検証

### 方法

#### 1. 対象者

A 県の B 市内の C デイサービスを利用し、介護予防プログラムを受けている 6 名を対象者とした。

#### 2. 調査方法

プログラムの開始時と終了時 (3 ヶ月後) に、運動機能を評価するとともに、同一の調査表を用いて、ADL と QOL に関するアンケート調査を実施した。調査期間は 2018 年 4 月から 12 月である。

#### 3. プログラム内容

ストレッチを含めて概略 2 時間程の機械を用いた 5 種類の運動を週に 2 から 3 回行った。

#### 4. 運動機能評価項目

プログラムの開始時と終了時に、5M 歩行 (通常歩行速度)、5M 歩行 (最大歩行速度)、Timed Up & Go Test (TUG) 等を測定した。

#### 5. アンケート内容と解析方法は調査 1 と同様である。

### 結果

#### 1. 対象者の属性

対象者 6 名中女性は 5 名。平均年齢は 77.1 歳で、要支援者が 6 名 (男性 1 名、女性 5 名) であった。

#### 2. 運動機能の変化

終了時には、5M 歩行 (最大歩行速度) が有意に低かった (表 2)。また、5M 歩行 (通常歩行速度)、TUG は、高くなる傾向があった。

表 2. 運動機能評価項目の開始時から終了時の変化

	n	開始時	終了時	M±SD 有意差
5M歩行(通常歩行時間)(秒)	6	9.5±4.4	6.8±1.4	†
5M歩行(最大歩行時間)(秒)	6	7.1±3.6	4.8±0.6	*
TUG(Timed Up & Go Test)(秒)	6	18.0±7.2	12.3±1.6	†
開眼片足立ち右足支持(秒)	6	2.6±1.9	5.4±3.6	n.s.
開眼片足立ち左足支持(秒)	6	2.7±2.2	4.5±7.4	n.s.
FRT(Functional Reach Test)(cm)	6	22.1±8.6	23.0±4.3	n.s.

n.s.: 有意差なし, † $p < 0.10$ , \* $p < 0.05$

### 3. ADL と QOL の変化

ADL と主観的 QOL 及び健康関連 QOL のいずれの因子も、有意な変化は認められなかった。

### 考察

調査 1. ADL が高いと介護度は低かったが、介護度が低くても主観的及び健康関連 QOL は必ずしも高くないことが明らかにされた。ADL とともに QOL を向上させるプログラムの必要性が示唆された。

ADL が高い者では、女性は主観的 QOL の社会的役割の意識が高い者が、孤独に強く、現在の生活に満足していた。男性は定年後に社会での役割を見いだせないのに対し、女性は周囲とのコミュニケーションを上手くとることができることが主観的 QOL の違いに関係していることが推察される。健康関連 QOL では、ADL が高い者は、男女どちらも健康関連 QOL の身体機能が高かったが、女性でのみ社会性が高かった。女性は外出する機会が多く、人との関係性を保っていることが推察される。

調査 2. 運動機能評価では、プログラムの有効性が認められたが、主観的及び健康関連 QOL には有意な変化は認められなかった。短期間のプログラムでは運動機能の改善が QOL に結びつかない可能性も考えられるが、身体機能だけではなく、考え方や行動を変えて QOL を向上させるスタッフの関わり方の必要性も推察される。ADL にも有意な変化は認められなかった。後期高齢者が多く、短期間であったため、効果が得られ難かったことが考えられる。

以上から、デイサービスでは ADL や運動機能の向上のみならず、QOL の向上につながるサービスも構築していく必要があることが示唆される。

### 参考文献

- 1) 内閣府：平成 30 年度版高齢者白書 (全体版)
- 2) 辻一郎：理学療法の歩み, 15 巻 1 号, 2-8, 2004
- 3) 竹内亮：人間科学研究, 7, 67-70, 2012