



健康開発学科 健康行動科学専攻  
北島 義典 教授

【研究分野】 運動疫学、公衆衛生学、健康教育学  
【キーワード】 自立高齢者、集団戦略型健康づくり、身体活動、協働  
【URL】 <https://www.spu.ac.jp/academics/db/tabid/334.html?pdid=218kita>



## 社会的成果につながる健康づくりへ －研究をどのように実社会に還元するか－

### 研究概要

#### 社会的成果につながる健康づくりへ

これまで高齢者の健康づくりは機能回復に主眼が置かれる傾向にあります。これから高齢者が地域の中に生きがいや役割をもって生活できるような環境を整備して健康づくりを目指す必要があります。そのためには、**全ての人々を対象とした集団戦略型の健康増進対策として健康づくりを実践することが重要**です。これらを実現するためにはヘルスプロモーションを念頭においた多領域・多分野の専門家が学際的に連携し、さらに**住民と行政との協働によって、包括的な健康づくりの方法を開発**することが必要となります。

### 研究紹介

#### 都留スタディ

#### テーマ

地域の自立高齢者を対象とした生活拠点型介護予防システムの開発

山梨県都留市（総人口；31,246名、高齢者人口；8,155名） 2019年時点

\* 高齢化率：26.1%（全国26.7%；県内19位/27市町村）

ベースライン調査 2016年1月

追跡調査

2018年1月  
2019年1月  
2022年1月

研究対象者：**全ての自立高齢者6,661名**

（市在住の要介護認定を受けていない人）

調査方法：**全数調査（郵送法）**

回収数（率）：5311名（79.7%）

調査内容：基本チェックリスト、身体活動、膝痛、認知機能、うつ、睡眠、フレイル、既往歴など

☆ベースライン調査と同様のものを毎回実施

☆介護認定者数等の把握

☆各調査期間までのデータを用いて変化を検討

※**研究者と行政との連携から**

→ **地域保健政策に活かせるエビデンス（根拠）の提供**

### 講座テーマ紹介

・地域高齢者の集団的健康づくりの開発とその評価について

### アピールポイントなど

現在、我々は山梨県都留市の全自立高齢者の健康実態調査を用いて、**厚労省が進めている「通いの場」の効果検証**を進めています。**住民主体の健康なまちづくりを住民・行政・研究者の協働ですすめてみませんか。**

#### 自治体での委員

- ・都留市 セーフコミュニティ外傷サーベイランス委員（2018年11月～）
- ・春日部市 健康づくり推進審議会 委員（会長）[2019年4月～]
- ・春日部市 高齢者保健福祉計画等推進審議会 委員（会長）[2019年4月～]
- ・越谷市 生涯学習審議会 委員（副会長）[2021年4月～]
- ・戸田市 保健対策推進協議会 委員（会長）[2021年4月～]