

氏 名	毛利 直人
学 位 の 種 類	博士（医学）
学 位 記 番 号	甲第668号
学位授与年月日	令和7年3月19日
審 査 委 員	主査 教授 廣井 直樹
	副査 教授 内尾 祐司
	副査 教授 馬庭 壯吉

論文審査の結果の要旨

日常生活に欠かせないショッピングをナッジ（行動科学に基づいた小さなきっかけで人々の意思決定に影響を与え、行動変容を促す方略）として組み入れた高齢者のリハビリテーションとして、ショッピングリハビリという試みが行われているが、この取り組みについての科学的効果はあまり検証されていない。参加前後での運動機能や認知機能へ及ぼす影響、ならびに家族構成によって差があるかどうかについて検討を行った。研究対象者59名の平均年齢86.3歳、93.2%が女性であった。研究期間は2020年6月から12月とした。島根県の中山間へき地の商業施設にて、専用のカートを用いて買い物動作の中に運動の要素を加えながら、約2時間のプログラムを複数回実施した。開始時と終了時に運動機能、認知機能や抑うつ傾向をスクリーニングする7領域25個の質問群からなる基本チェックリストの点数を比較検討した。点数が高いほど健康状態は悪く、8点以上の場合新規要支援・要介護認定の発生および死亡との関連が報告されている。

本リハビリ介入前後での基本チェックリスト総合点は全体で6.71点から5.98点へ有意に改善した($p = 0.022$, t 検定)。抑うつ傾向や口腔機能の領域で改善傾向が大きかった。総合点が8点以上の健康状態が悪い者の割合比較では、リハビリ介入前後で39%から27%へ減少した($p = 0.050$, χ^2 検定)。同居者の有無による比較では、独居者では43%から33%へ、同居者がいる者では37%から24%へ減少し、同居者がいる者のほうが独居者よりも介入の効果があつた者の割合が多かった。ショッピングリハビリには運動といった身体的なリハビリテーション効果だけでなく、社会的決定要因に関連する食べ物の確保、移動手段、社会との関わりなどといった地域で健康に最後まで暮らし続けるために良い効果を促す可能性が示唆された。また、女性の参加者が圧倒的に多かったことに関して、若い頃からやってきた日常動作をリハビリに応用することが健康維持に寄与する可能性が示された。今後本邦でへき地が増えてくることから、医療者がへき地医療を実践するにあたりショッピングリハビリについての本知見は重要であると判断した。