

「大学・地域協働による高齢者「通いの場」を提供する効果の検討」研究

●研究の目的

高齢の方では、心身の衰え（フレイル）が進むと、弱ってしまい介護が必要になることがあります。しかし早くに対策することでこの進行を予防することができます。本研究では、心身の状態を大阪大学で開発した機器等で測定し、その測定結果とともに、それぞれの方に適したアドバイスを返します。また、介入プログラムとして看護医療専門家との面談やスマホアプリでの継続支援を行い、その効果を検討します。

●研究に参加できる方

1. 65歳以上85歳未満の方
2. スマートフォンとマイナンバーカードを所有している方
3. 最近転んだことがある方、またつまづきやすい等、転ぶかもしれないという不安を感じている方
4. 居住地域：主に豊中市、吹田市の方
5. 研究に定期的に通っていただける方（対照群：計4回、介入群：計13回）

※主な参加いただけない条件

主治医により運動制限を受けている方、ペースメーカーを埋め込んでいる方、要支援または要介護認定を受けている方
他の介入研究に参加されている方、研究責任者・分担者が参加を不適と判断した方

● 研究内容

対照群（80名）と介入群（80名）に分けて行います。

➤ 両群ともに行うこと：

- ① 心身の状態の測定：体組成、筋力、歩行速度、スタミナ（6分間歩行）、認知機能、アンケート（メンタルや睡眠、口の健康状態）
- ② 測定結果と、その結果に基づいた総合健康アドバイスの提供（紙面およびアプリ）

➤ 介入群のみで行う介入プログラム：

- ① 健康活動を継続支援するための看護医療専門家との面談
- ② スマートフォンアプリによるアドバイス表示
- ③ 睡眠モニター配布による睡眠評価とアドバイス

● 研究スケジュールと場所

- 対照群：初回説明会に加え、開始時、6カ月後、12カ月後に心身状態の測定と調査を予定
- 介入群：初回説明会のあと、月に1回の頻度で心身状態の測定と調査、1-3ヶ月毎の看護医療専門家との面談を予定。これ以外にスマートフォンアプリによる支援も実施
- 場所：大阪大学みらい創発hive

〒530-0011 大阪市北区大深町 6 番 38 号. グラングリーン大阪 北館2階 JAM BASE(J3)

● 費用

1回の来訪につき4,000円をギフトカードでお支払いします。

大阪大学みらい創発hiveへのアクセス

- ・JR「大阪駅」より徒歩約7分
- ・OsakaMetro御堂筋線「梅田駅」より徒歩約8分
- ・阪急「大阪梅田駅」より徒歩約7分
- ・阪神「大阪梅田駅」より徒歩約9分

※JR大阪駅 中央北口アトリウム広場より、
2F連絡デッキを渡り、グランフロント大阪へ。
下図の矢印(→)のとおり、お進みください。

(Googleマップへのリンク)

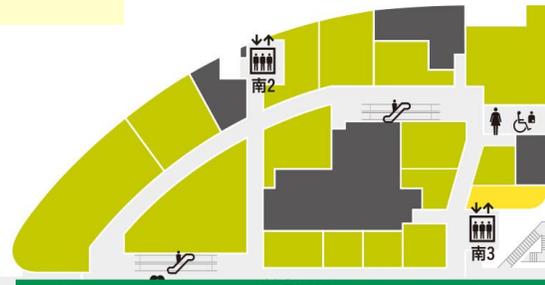
[〒530-0011 大阪市北区大深町6番38号](https://www.google.com/maps/place/530-0011+大阪市北区大深町6番38号)

グラングリーン大阪 北館2階

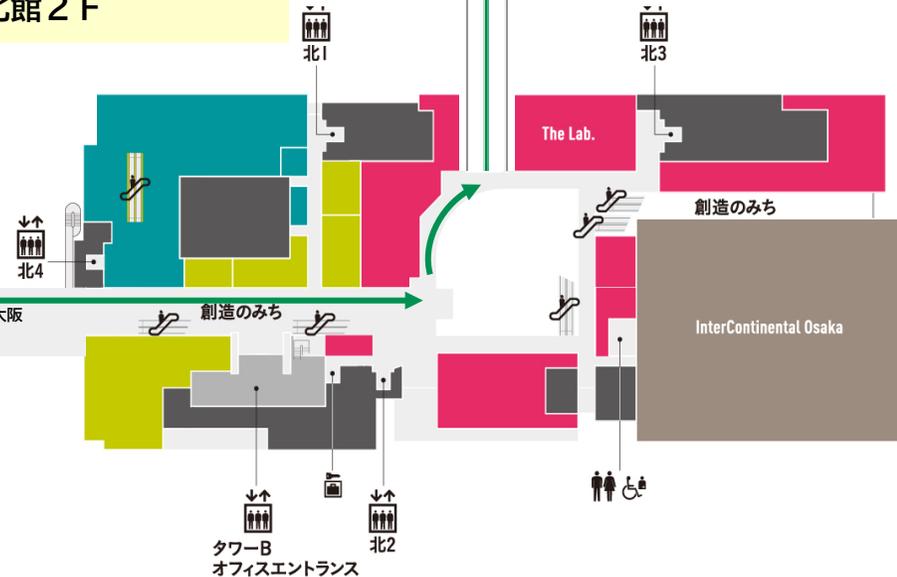
JAM BASE(J3)大阪大学みらい創発hive



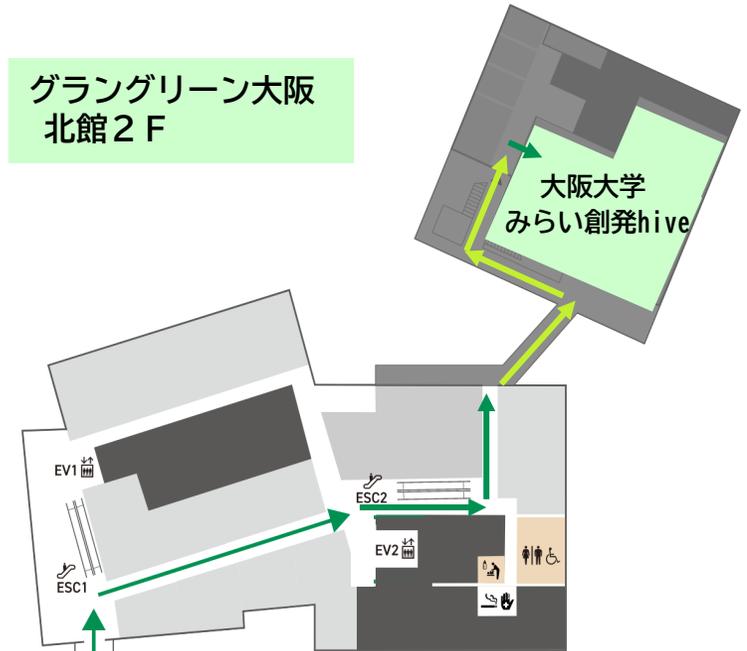
グランフロント大阪 南館2 F



グランフロント大阪 北館2 F



グラングリーン大阪 北館2 F



グラングリーン大阪
北接続ブリッジ

JR
大阪駅

大阪駅連絡デッキ

南1

南2

南3

創造のみち

グランフロント大阪
連絡デッキ

北4

タワーB
オフィスエントランス

北1

北2

北3

The Lab.

創造のみち

InterContinental Osaka