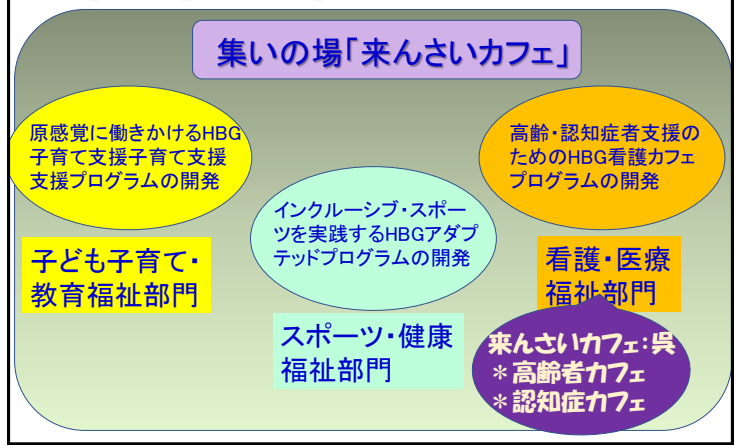
## 広島文化学園大学「研究ブランディング事業」

文部科学省の平成28年度「私立大学研究ブランディング事業」タイプA【社会展開型】に本学が選定されました。




### ◎高齢者カフェ：

健康増進とそれによる各種疾病・介護の予防、健康寿命の延伸　　**要介護にならないような健康つくり**

大学・出張型カフェ

○健康調査・健康相談
- ・各種身体機能測定（超音波筋肉・水分・脂質測定、骨密度など）
- ・認知機能評価支援システムによる認知機能評価
- ・各種運動機能測定（身体バランス他）
- ・唾液中生理活性物質の測定（BDNF）、HbA1cなど

○Nシステムで活動量測定
活動量の分析⇒活動量の改善⇒健康調査への影響

### ◎認知症カフェ：

認知症予防と認知症者の支援、認知症になっても安心して住み慣れた地域で暮らし続ける社会

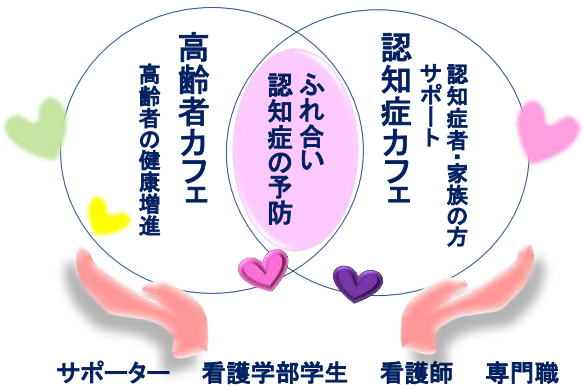
大学・集会所開設・学生派遣

○健康調査・健康相談
- ・各種身体機能測定
- ・認知機能評価支援システムによる認知機能評価
- ・講座
- ・イベント

○ネットワークの構築
○サポーターの養成
その他

＊認知症カフェにおける学生参加
各看護強化コースの学生は授業カリキュラムの一部として参加している。その他の学生はボランティアとして参加している。

## 高齢者・認知症者サポートのためのHBG看護カフェプログラム




このカフェでは、お茶を飲みながら楽しく集い、看護師と看護学生も加わって健康相談、健康調査、各種イベントを実施します。

| 開催月・日 | 事業団体・事業 | 場　所 | 事業内容 |
|---|---|---|---|
| 5月 | 認知症カフェ<br>・学生派遣13名 | 呉市認知症カフェ | 5施設における認知症者・家族とのふれあい、学習 |
| 5月27日（土） | 高齢者カフェ<br>・第1回出張カフェ | 呉市中通コープマンション | 健康チェック・相談<br>ふれ合い |
| 5月28日（日） | 認知症カフェ<br>・公開講座「高齢者ソフト食」後援 | 看護学部 | ソフト食の作成・試食 |
| 6月3日（土） | 認知症カフェ<br>・第1回あがりんさい | 呉市阿賀集会所 | 健康相談・調査<br>足湯、フラダンス、アンサンブル演奏<br>交流 |
| 7月7日（金） | 認知症カフェ<br>・学生派遣 | 西延埼プラチナクラブ | 老年看護援助論Ⅲ学生による認知症の話、ハンドベル、交流 |
| 7月8日（土） | 認知症カフェ<br>・学生派遣 | ○△□認知症カフェ | 研究セミナーII |
| 7月30日（日） | 高齢者カフェ<br>・第2回出張カフェ | 呉市昭和市民センター | 健康チエック・相談<br>ふれあい |
| 8月5日（土） | 認知症カフェ<br>・第2回あがりんさい | 呉市阿賀集会所<br>テーマ：“認知症になっても優しいまちつくり” | 健康相談・調査<br>学生プレゼン・参加者ラベルワーク、フラダンス、夏まつり、交流 |

## 高齢者カフェ

## チームのミッションは？

1．疾病予防と高齢者福祉に寄与するHBG看護カフェモデルを構築する。

2．HBG看護カフェモデルに参画する支援者養成プログラムの構築と人材育成

## ニーズに応じた様々な健康調査の実施
血圧・握力・体重測定

## 体内水分量・体組成計測

## 骨密度

## ヘモグロビンA1cの自己採血

## 認知機能検査

## 調査結果の説明と相談・支援

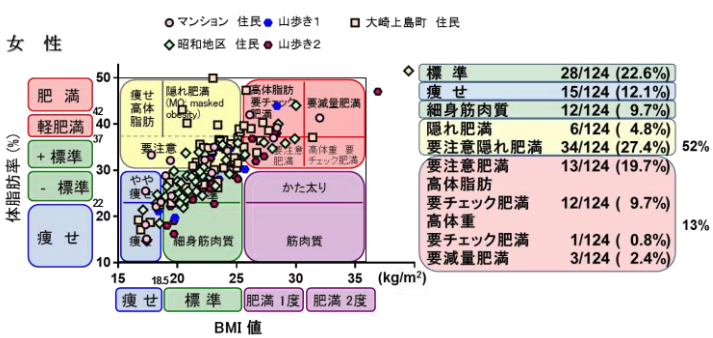
## 健康づくりのための看護カフェを展開中！

# 健康調査結果の分析

| | 全体 | 山登り | 市内マンション | 昭和地区 |
|---|---|---|---|---|
| 参加者数（研究同意有） | 110 | 21 | 29 | 60 |
| 平均年齢±標準誤差（renge） | 72.13±0.37<br>(46-90) | 68.29±1.63<br>(46-80) | 71.90±1.35<br>(56-87) | 70.893±1.14<br>(49-86) |
| 性別　男性<br>女性 | 31(28.7)<br>77(71.3) | 9(42.9)<br>12(57.1) | 11(37.9)<br>18(62.1) | 11(19.0)<br>47(81.0) |
| 運動習慣　なし<br>あり | 16(17.0)<br>78(83.0) | 0 (0)<br>18(100) | 6(24.0)<br>19(76.0) | 11(21.2)<br>41(78.8) |
| 食事 3食摂取 (%) | 93.9 | 98.7 | 100 | 94.7 |
| 睡眠　満足<br>不満足 | 49（59.8）<br>33（40.2） | ー | 15（55.6）<br>12（44.4） | 34（61.8）<br>21（38.2） |
| 日中の眠気　なし<br>あり | | | | 13(23.2)<br>43(76.8) |
| 睡眠薬服用　なし<br>あり | | | | 12(21.4)<br>44(78.6) |
| 午睡　あり | 40(38.8) | 6(28.6) | 7(25.9) | 27(49.0) |

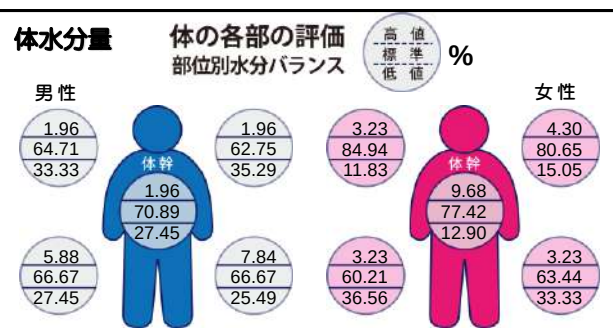
# 健康調査結果の分析

| | 全体 | 山登り | 市内マンション | 昭和地区 |
|---|---|---|---|---|
| 身体症状　なし<br>あり | 39(39.4)<br>60(60.6) | 10(50.0)<br>10(50.0) | 11(40.7)<br>16(59.6) | 18(34.0)<br>35(66.0) |
| 排便状態　満足<br>不満足 | | 21(75.0)<br>7(25.0) | | 43(81.1)<br>10(18.9) |
| 精神的健康パターン<br>へとへと型<br>ふうふう型<br>ゆうゆう型<br>はつらつ型 | <br>5/42(11.9)<br>7/42(16.8)<br>12/42(28.6)<br>18/42(42.7) | | <br>3/20(15.0)<br>1/20( 5.0)<br>5/20(25.0)<br>11/20(55.0) | <br>2/22( 9.1)<br>6/22(27.3)<br>7/22(31.8)<br>7/22(31.8) |
| 心理ストレス | 16.64 ± 0.63 | | 16.15 ± 0.94 | 17.09 ± 0.85 |
| 社会ストレス | 15.74 ± 0.69 | | 14.25 ± 0.69 | 17.09 ± 1.10 |
| 身体ストレス | 18.36 ± 0.74 | | 17.70 ± 0.84 | 18.95 ± 1.20 |
| ストレス度(SCL) | 50.50 ± 1.73 | | 48.60 ± 2.11 | 52.23 ± 2.68 |
| 生きがい度(QOL) | 27.40 ± 1.57 | | 27.35 ± 1.31 | 27.45± 2.80 |

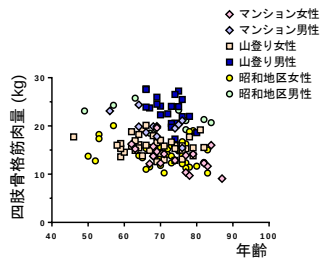



| | 60~69歳 | 70歳以上 |
|---|---|---|
| メタボリックシンドロームが疑われる | 11.7% | 19.2% |
| メタボリックシンドローム予備軍 | 9.7% | 9.9% |

厚生労働省「平成26年国民健康・栄養調査」

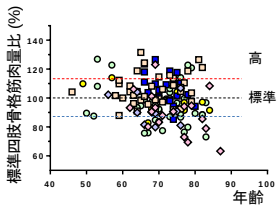



| | 男　性 | | | 女　性 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 高値 | 低値 | | 高値 | 低値 |
| 体水分量 (TBW) | 34.7 ± 0.6 kg | 3.9% | 13.7% | 25.5 ± 0.3 kg | 5.4% | 19.4% |
| 細胞外水分量 (ECW) | 13.2 ± 0.2 kg | 2.0% | 17.7% | 9.8 ± 0.1 kg | 4.3% | 18.3% |
| 細胞内水分量 (ICW) | 17.7 ± 1.9 kg | 3.9% | 13.7% | 18.3 ± 4.0 kg | 5.4% | 19.4% |
| 細胞外水分比 (ECW/TBW) | | やや高値 | やや低値 | | やや高値 | やや低値 |
| 全　身 | 0.381 | 7.8% | 0% | 0.384 | 7.8% | 0% |
| 下　肢 | 0.383 | 25.5%1 | 2% | 0.386 | 25.5% | 8.6% |




**四肢骨格筋量 (kg)**

マンション男性: 20.00 ± 0.73
マンション女性 :13.55 ± 0.61
昭和地区男性: 21.57 ± 0.79
昭和地区女性: 14.16 ± 0.34
山登り男性: 23.35 ± 0.63*
山登り女性: 15.88 ± 0.29*

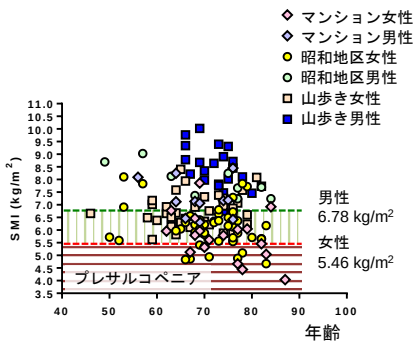



**四肢骨格筋量**

| 高 値 | 低 値 |
|---|---|
| マ-男性 0/11 (0%) | マ-男性 3/11 (5.6%) |
| マ-女性 1/18 (5.6%) | マ-女性 7/18 (0%) |
| 昭-男性 1/10 (10%) | 昭-男性 1/10 (10%) |
| 昭-女性 5/46 (10.9%) | 昭-女性 12/46 (26.1%) |
| 山-男性 6/21 (28.6%) | 山-男性 1/21 (4.8%) |
| 山-女性 9/39 (23.1%) | 山-女性 0/39 (0%) |

**骨格筋量減少(プレサルコペリア)**

骨格筋指数(SMI; skeletal muscle index)
SMI=四肢骨格筋量(kg)/身長$^2$ (m$^2$)

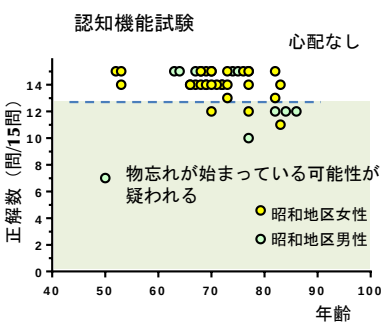



プレサルコペニア指標
(index of presarcopenia)
＜2SD
男性＜6.78 kg/m$^2$
女性＜5.46 kg/m$^2$

**骨格筋指数 (SMI)**

全体: 6.55 ± 0.08 kg/m$^2$
マ−男性: 7.24 ± 0.22 kg/m$^2$
マ−女性: 5.74 ± 0.22 kg/m$^2$
昭−男性: 7.76 ± 0.24 kg/m$^2$
昭−女性: 6.09 ± 0.12 kg/m$^2$
山-男性: 8.47 ± 0.18 kg/m$^{2*}$
山-女性: 6.77 ± 0.11 kg/m$^{2*}$

Presarcopenia
全体: 19/127 (14.96%)
女性: 14/89 (15.73%)
男性: 5/38 (13.16%)



記憶力測定

# 今 後 の 課 題

- 継続的にセルフヘルスチェックが行えるような健康調査の出張型カフェを構築
- モデル地区を設定し、健康づくりのための適切な活動量等がセルフチェックできる看護カフェを展開
- 新たな健康指標として、BDNF（脳由来神経栄養因子）、IGF-1（インスリン様成長因子 1）等の非侵襲性測定方法の検討
- 外出をしない、できない高齢者へのカフェ参加等、他者交流・活動機会を促す介入方法の検討
- 健康調査時に参画する看護学生、及び地域ボランティアの育成（支援者養成プログラムの検討）

## Branding 事業　これからの方針

唾液中BDNF, IGF-1分泌量と認知機能および筋肉量との関係について以下について検証する。

- 認知機能（認知機能試験システム）
- 筋肉量　（量と厚さ）　（InBody, エコー）
- プレサルコペニア
- 運動機能　（歩行速度，歩幅）
- 活動量（活動量計　N-システム）
- 口腔機能（嚥下機能，咀嚼機能（噛む回数，硬いものを食べる），残歯数，義歯数）噛めば噛むほど分泌量が増える。
- 口腔機能と筋肉量，運動機能の関係

唾液中のBDNF, IGF-1を効率的に増加させるエクササイズの検索

- 学生を使っての検証 ⇨地域高齢者に還元（昭和地区で実証）

筋肉を鍛え脳を育む → 転倒防止 認知機能改善 Etc. → 健康増進 地域活性化

## 広島文化学園大学認知症カフェあがりんさい実施要領

**1．目的**

**高齢化の進む中、呉市の住民が医療や介護が必要な状態、認知症になっても、住み慣れた家や地域で安心して生活できるように、認知症カフェを通じて地域の資源を最大限に活用して支援する「認知症カフェ」ネットワーク体制を整備する。**

**2．広島文化学園大学認知症カフェは、1．の目的のため、次の事業を行う。**

**（1）役員会及び広島文化学園大学認知症カフェあがりんさい・ネットワーク会議（以下「会議」という。）の開催・運営。**
**（2）「認知症カフェ」間の情報交換と資源活用の情報提供。**
**（3）事例検討会等の開催。**
**（4）認知症ケアの知識の普及・啓発活動。**
**（5）認知症カフェへの学生派遣。**
**（6）会議は、以下の事項について協議し、議決する。**
**①実施要領の改正**
**②事業の変更**
**③事業計画及び予算**
**④事業報告及び収支決算**
**（7）その他、目的を達成するために必要な事業**

呉市委託認知症カフェ、呉市社会福祉協議会、呉市老人クラブ、呉市介護予防課紹介

## 認知症カフェへの学生派遣計画

1．目　的

学生を認知症カフェに派遣することによって、認知症カフェの運営を支援すると共に学生への認知症者および家族の置かれている状況を理解し、認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けるための考えを養う。

2．派遣先　　呉市委託認知症カフェ

3．方　法　　認知症看護強化コース学生およびボランティア学生を認知症カフェに参加させて運営に参画する。

| 地区 | 名　称 | 場　所 | 開催日 | 認知症看護援助論履修学生 |
|---|---|---|---|---|
| 広 | ①カフェ〇△□ | 広横路2丁目2番18号 | 第２土曜日 | 武居沙季 |
| | デイサービス | 〇△□ | 5月13日 | 堀満里奈 |
| 広 | ②カフェはるかぜ | 広中新開2丁目4番27号 | 第３土曜日 | 佐賀野咲 |
| | デイサービスはるかぜ | | 5月20日 | 明智香奈絵　道下彩加 |
| 昭和 | ③きてくれサロン | 焼山本庄4丁目2番1号 | 第３土曜日 | 川越幸、川口瑞貴 |
| | 夢プラス | | 5月20日 | 寺崎競 |
| 中央 | ④めぐみカフェ | 東中央２丁目8番17号 | 第４水曜日 | 中野美奈子　宇藤志穂 |
| | デイサービス恵 | | 5月31日 | 河本眞吾 |
| 安浦 | ⑤はっぱカフェ | 安浦町中央１丁目3番17号 | 第４土曜日 | 土井彰子 |
| | 地域包括支援センター、認知症疾患治療センター共催 | | 5月27日 | 石山怜奈 |

## 地域の反響

認知症カフェに関する相談等について

| 日時 | 誰が | 概要 |
|---|---|---|
| 平成28年 | 個人<br>電話対応：加藤 | 自分にも何か、できるかもしれない。参加希望。何らかの動きがあったら教えてほしい。<br>平成29年度引月連絡して、認知症カフェオープニングに参加してもらった。 |
| 5月 | 卒業生　岩崎<br>対応：山内・加藤 | 認知症カフェを訪問看護の事業所とタッグで共同で立ち上げたい。大学で立ち上がるなら一緒にできないかと相談したい。 |
| 5月27日 | 個人<br>電話対応：加藤 | 認知症が心配。<br>カフェ様の参加を呼び掛けた。<br>オープニングセレモニーに、駅まで学生が迎えに行き、お見送りした。<br>ひどい物言いで、腹立たしかった。<br>涙ぐむ方になっている。何とかしたい。地域包括にもかけてみた。）<br>オープニングカフェに参加した事業所につないだ。事業所の方、一緒に相談に乗った。 |
| 5月2日 | 呉高専　特命准教授<br>勝本義彦先生<br>看護学科・助教<br>宮崎恵空先生<br>対応：土居・加藤 | 認知症カフェ関係に協力させて欲しい。<br>認知症カフェに関係が終了まで協力してもらった。（学生・家族の会、軽食会）<br>一緒に作った学生たちは、まだ、何もしていいのかわからない状況だったようで、これから、高齢者として、学生の教育の面で、地域社会への貢献の面で、様々なことを考えていかなくてはならません。その際の、看護学部教育ができていたのだと感謝しています。学生たちに、これから何かができるのか、何をしたいのかを考えさせ、何かの貢献ができるようにしたいと思います。参加させていただき参観や経験を得ることができたこと心から感謝いたします。 |
| 6月10日 | 西延崎　老人クラブ「プラチナクラブ」<br>小田様<br>小田会長<br>俣野会長<br>対応：認知症看護強化コース学生7名、加藤・寺坂 | 認知症カフェを派遣して欲しい。<br>七夕会に参加してほしい。電話連絡3回。<br>打ち合わせ会議は、学生主導で6月22日実施。7月7日七夕会共催について。<br>当日のプログラム等詳細を検討した。<br>プラチナクラブの由来、高齢者について、クラブ行事について説明を受け、ゴムより的体験。学生が作成したパワーポイント紹介。 |
| 6月21日 | 認知症疾患医療センター<br>南前書生清恵課長補佐<br>石川英俊<br>保健師<br>竹橋<br>認知症家族の会 広島県支部 呉地域代表<br>知口美代子<br>対応：加藤・土居 | 認知症家族の会でカフェを立ち上げたい。南前出しで、ご協力がない。相談に乗ってほしい。<br>6月22日9時面談<br>平成28年度4月より、毎月第三火曜日にカフェを開催したい。ついては、プロジェクトに入って支援してほしい。主体は、家族の会で、支援なら可能と考える和田氏に相談したい。一度、家族の会呉地域の会議に参加することとする。 |

「新聞を見て、自分にも出来ることがあるかも」と連絡をもらう。2回参加

「共同開催して欲しい。」（卒業生）訪問看護事業所代表。相談支援

「市役所でチラシを見て、認知症が心配」と連絡をもらう。1回参加、近くのカフェに繋ぐ

呉高専から、（老人クラブ関係）「手伝いたい」1回サポート

西延崎老人クラブ「出張して欲しい。」1回派遣

認知症家族の会で認知症カフェを立ち上げたい。プロジェクトに入って欲しい。相談支援受け入れ

その他、呉市委託認知症カフェボランティア要請

阿賀プラザより、カフェ出張要請

呉市社協より派遣依頼、中新開老人クラブより依頼

## 事業実績　8月22日現在

| HBG看護カフェ事業 認知症カフェ | | 場　所 | 内容等 | 月/日 |
|---|---|---|---|---|
| 定期・学生参画 | 第1回　あがりんさい | 呉市阿賀集会所 | オープニングセレモニー、フラダンス、学生アンサンブル演奏、ブランディング事業・カフェの位置づけ紹介、「足湯はじめました」交流、認知機能検査、健康調査、相談　参加者34名 認知症看護強化コース科目履修学生（3年）13名、認知症看護強化コース学生（4年）2名、呉高専学生6名含むサポーター33名 | 6月3日（土） |
| 定期・学生参画 | 第2回　あがりんさい | 呉市阿賀集会所 | フラダンス、ウクレレバンド演奏、夏祭り回想コミュニケーション、ゆる～りワーク「地域で共に暮らすために」、調査、介護相談　参加者30名 認知症看護強化コース10名（3年、4年）精神保健福祉士コース（3年）2名、保健師コース（4年）3名含むサポーター24名 | 8月5日（土） |
| 学生派遣型 | 呉市委託 認知症カフェ | カフェ○△□、夢カフェ、はるかぜ、愚カフェ（3か所） | ・認知症者・家族と交流 認知症看護強化コース科目履修学生（3年）13名（認知症看護強化コース、保健師コース、救急看護強化コース） | 5月 |
| 学生派遣型 | 呉市委託 認知症カフェ | カフェ○△□、はっぱカフェ（2か所） | | 6月 |
| 学生派遣型 | 呉市委託 認知症カフェ | カフェ○△□ | ・認知症者・家族と交流 認知症看護強化コース学生（4年）2名 | 7月8日（土） |
| 学生派遣型 | 出張認知症カフェ | 西延埼集会所 | 西延崎プラチナクラブ「七夕会」と協同開催 認知症看護強化コース学生（3年）8名、認知症の話、血圧測定、ハンドベル演奏・交流 | 7月7日（金） |
| 講座 | 「高齢者ソフト食」後援 | 呉・阿賀キャンパス 調理実習室 | ソフト食の講義・調理実習・試食、老年・精神領域セミナー学生（4年）30名 | 5月28日（日） |

## 学生派遣の一コマ

## 学生派遣型　認知症カフェ「あがりんさい」の開催について

1　主催　西延崎老人クラブ　プラチナクラブ
2　共催　広島文化学園大学　看護学部　認知症看護強化コース学生
3　日時　平成29年7月7日　10時30分から12時
4　場所　呉市西延崎自治会館
5　行事　七夕会
6　プログラム内容
　学生による血圧測定・健康チェック
　「認知症」理解のための話し
　老人クラブと学生によるハンドベル演奏
　演奏曲　ふるさと
　　みあげてごらん夜の星
　　七夕
　談話

授業の位置づけ
　学生が地域の高齢者を理解するとともに、地域の人々に認知症を理解していただくためにこれまで学んだ知識・技術を統合して提供する。
　　既習事項
　　老年看護援助論III　:「疾患の理解　」
　　認知症看護演習:「認知症の人とのコミュニケーション」「生活援助技術」
　　認知症看護援助論:「オレンジプランの普及と啓発のための授業案作成」

学生氏名
　認知症看護強化コース
　川口瑞貴　川越幸　河本慎吾　佐賀野咲　武居沙季　中野美奈子
　堀満里奈　宮本

教員氏名
　加藤重子　今坂鈴江

**プラチナクラブ**
**打ち合わせ風景**

**七夕の短冊につける**
**「こより」の作り方を習う**

プラチナクラブ会長挨拶

ハンドベル合同演奏を終えて

認知症の講義
ミニ劇
ハンドベル演奏
血圧測定、健康相談
お礼の感想・
意見交換

老人会のメンバーの中に入って、交流
「認知症のクイズは、どうでしたか？」
小学校も閉校、子ども会もない。
地域に若者～　おしゃべりに花が咲く

親切な住民の方に連れられて、坂道を登ってきた、エピソード
ユーモアたっぷりのお話しと
ブランディング事業の説明

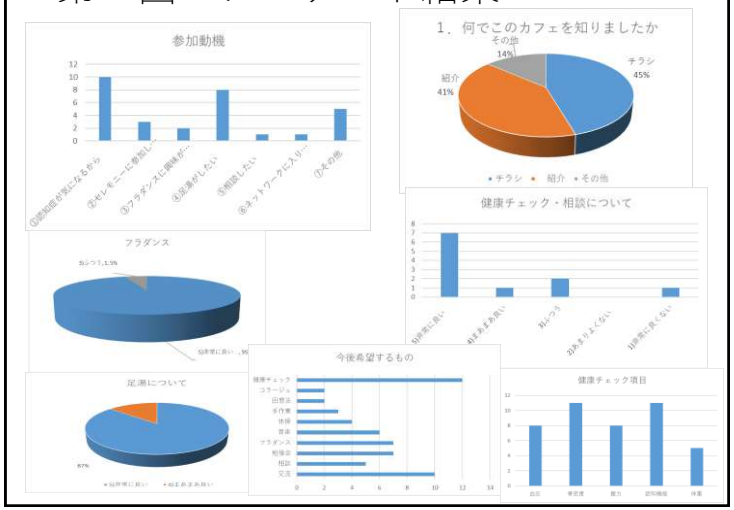
認知機能検査の様子

第一回　認知症カフェ　あがりんさい

認知症カフェ
あがりんさい
6月３日
第一土曜日

大成功！参加者も運営側も達成感

# 第一回　アンケート結果




# プログラム、説明

| 1230 | 受付　随時、測定 |
|---|---|
| 1300 | 挨拶 |
| 1305 | フラダンス、バンド　体を動かす・歌 |
| 1330 | 休憩・学生発表 |
| | 回想コミュニケーション<br>夏祭り |
| | ゆる～リワーク<br>「住み慣れた地域で共に暮らす」 |
| 1450 | グループ発表 |
| 1500 | 挨拶、見送り |

第二回　認知症カフェ　あがりんさい

呉音頭♪♪

# 健康チェック

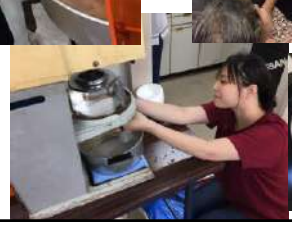
認知機能検査、
体重、血圧、握力測定
介護相談、健康相談

瀬戸の花嫁
ふるさとを
一緒に歌い・
踊る

## 認知症看護強化コース学生が考える「認知症カフェの役割・機能」

認知症カフェは、知識や悩みを共有し誰もが来やすい憩いの場

## 夏祭り回想コミュニケーション



## グループ発表

## ゆる~りワークを終えて

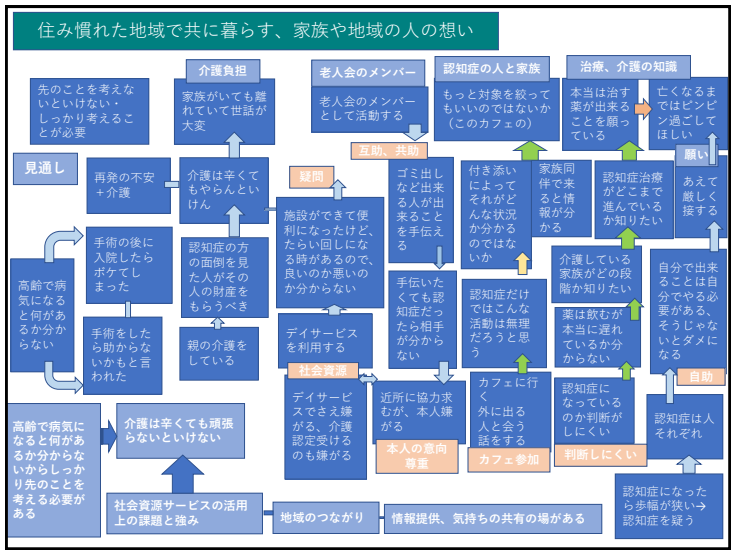
感謝の言葉

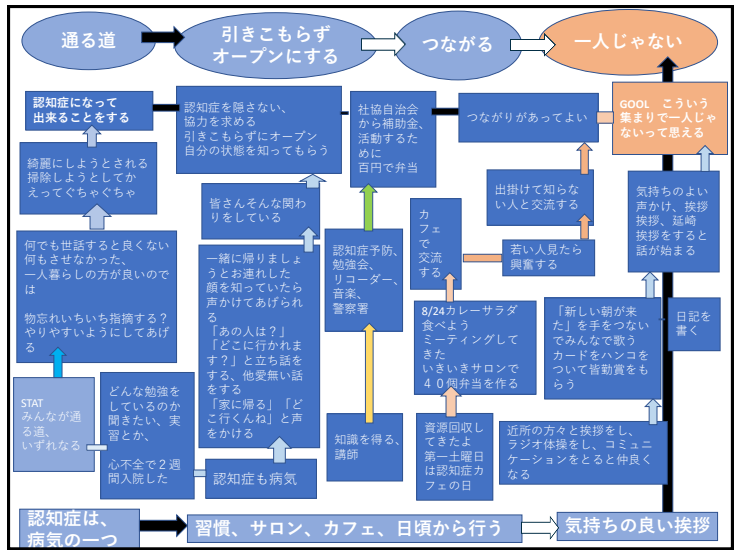
住み慣れた地域で共に暮らす、家族や地域の人の想い

認知症カフェは、知識や悩みを共有し誰もが来やすい憩いの場

地域の課題、行政への要望

カフェへの要望




## 第二回　アンケート結果

年齢　７３．８６歳　（５４歳～８７歳）
男性　9名　２１％　女性　３３名　７９％

**物忘れ相談プログラム**
商品コード：MSP-1100

**１２点以下の物忘れが始まっている可能性が疑われる方は、いなかった。**

- アルツハイマー型認知症をみつけるのに最も重要な質問を用いた、簡単なスクリーニングテストプログラムです。
- タッチパネルパソコンとの対話方式で、①言葉の即時再認、②日時の見当識、③言葉の遅延再認、④図形認識1、⑤図形認識2の5つのテストを行います。
- テストが終了すると、15点満点中12点以下の場合「物忘れが始まっている可能性が疑われます。」というメッセージを得点とともにプリントアウトします。
- 質問項目が少なく、非侵襲なため、相談者は低ストレスでテストを受けられます。
- テスト時間はプリントアウトを含めて約５分です。
- 感度96％、特異度97％と高い信頼性を実現しています（鳥取大学医学部のデータによる）。
- 優れたデータ収集機能で、保存したデータの検索、一覧印刷、CSV出力などにも対応します。テスト結果の時系列比較が可能です。
- 特許番号：第3515988号（発明者　鳥取大学医学部教授 浦上克哉）

ご清聴ありがとうございました。