



# 阿見町と茨城県立医療大学の共同事業を通じて行われた研究が、国際誌「International Quarterly of Community Health Education」に掲載されました

## 【概要】

茨城県立医療大学理学療法学科の山本哲助教らは、平成30年1月から2月に阿見町教育委員会生涯学習課とともに大学連携公開講座「いつまでも、いきいきとした生活を送るための運動習慣」を実施して、運動や健康に関する講話（写真）を行いました。そのなかで、この講座に参加した阿見町在住の60歳以上の方に協力していただき、公開講座に参加前後での運動習慣や社会参加に関する調査を実施しました。

その結果、この講座に参加することによって、運動機能が向上するのみならず、地域社会への参加につながる行動が増えることが明らかになりました（下記論文）。今回の大学連携講座などの高齢者への健康に関する教育が、住民の社会へ参加を促して、いきいきとした地域での生活につながることを期待できると考えられました。



講座の様子：自宅でも手軽にできる運動を実施しました。皆様、楽しんで参加されていました。

阿見町と本学で共同で行った事業から、地域の皆様の協力を得て、世界へ発信する研究結果に繋げることができました。今後も地域の皆様の健康増進や生活の質の向上に資する研究を進めていきたいと思っています。

最後に、この研究にご参加していただいた皆様に深謝いたします。

## 【掲載誌名】 International Quarterly of Community Health Education

（オンライン掲載日：2019年12月22日）

## 【論文名】

A Short-Duration Combined Exercise and Education Program to Improve Physical Function and Social Engagement in Community-Dwelling Elderly Adults.（日本語訳：運動指導と教育講義を含む短期間のプログラムは地域在住高齢者の運動機能と社会参加を改善する）

## 【著者】

山本 哲（理学療法学科）

石井 大典（医科学センター）

野口 光（サカイ脳神経外科）

棚町 兼也（理学療法学科）

岡本 善敬（筑波大学付属病院）

高崎 友香（作業療法学科）

宮田 一弘（理学療法学科）

藤田 好彦（作業療法学科）

岸本 浩（付属病院）

堀田 和司（作業療法学科）

岩井 浩一（人間科学センター）

河野 豊（医科学センター）

（本研究の一部は平成31年度茨城県立医療大学奨励研究費Aの支援を受けて行われました）