

フレイル予防とヘルスリテラシー：老年看護研究



氏名 善生（ぜんしょう）まり子 准教授
 所属 看護学科（老年看護学領域）
 URL https://researchmap.jp/2001_zensho-mariko
 研究分野 地域・老年看護学
 キーワード 老年期、認知症予防、フレイル、ヘルスリテラシー、プログラム研究

■ 研究シーズの概要

老年期をいきいきのびのびと健康的な暮らしを送れるよう、高齢者自身が自己の心身の機能をよく知り、転倒や骨粗鬆症予防のための運動をしたり、認知症予防に効果的な情報を共有したり、仲間づくりにつなげたり等、フレイル予防やヘルスリテラシーの観点から看護介入的な調査研究を実施しています。

- ・フレイル (frailty)：加齢に伴う外的ストレスに対する脆弱性 要介護状態とは区別される
- ・ヘルスリテラシー (health literacy)：情報に基づいた意思決定により「健康を決める力」のこと

■ 共同研究のご提案

老年期にある方々を対象に、フレイル評価とその結果に応じたフレイル予防の取り組みと、その取り組みの効果を継続させるようなヘルスリテラシーを促す看護の介入研究

■ 受託研究のご提案

老年期にある人向けのフレイル予防に関連したヘルスリテラシー促進プログラム研究

■ 特定講座のご提案

高齢者のフレイル予防やヘルスリテラシーに関連した講座

■ アピールポイント

介入調査の研究実践が臨地・臨床現場と乖離しないよう、看護学生の実習など教育実践を通して、老年看護に関わる地域の関係機関や専門職とつながりをもっていることが強みです。元気な方から病気や障がいのある高齢の方そしてご家族の健康課題から研究課題を見出しています。