

COVID-19 による高齢者の孤独対策のための遠隔ヘルスグループの活用

【文献の概要】

- ・ COVID-19 の世界的大流行に伴って、自宅での高齢者の社会的サポートを提供するために遠隔ヘルス支援の開発を加速させることが望まれる。
- ・ COVID-19 が蔓延する状況下では、さらなる遠隔ヘルス支援やオンラインでの集団介入が開発されることが孤独で孤立した高齢者らをつなぐ手助けとなる。

【文献のカテゴリ】 原著/総説/速報 など

総説（レター）

【文献の内容】

- ・ 筆者らは介護者もグループ活動（友達の輪）に含めることの重要性を確認した。
- ・ グループ活動（友達の輪）での遠隔ヘルス支援におけるファシリテーターは、最初に参加者と介護者に電話で連絡をした。
- ・ 遠隔ヘルスグループでは、ディスカッションへの参加や活動のフォローを支援するために Zoom ミーティングを活用していた。
- ・ これらの活動は、住み慣れた快適な自宅で行うことができ、COVID-19 による孤立や孤独リスクのある高齢者の心身健康の維持・向上への支援方法を開拓していく必要がある。

表. Circle of Friends（友達の輪）の対面から遠隔の適応（一部抜粋）

テーマ	対面活動	遠隔活動
集団運動や健康に関する討議	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自然でのウォーキング ・ バランストレーニング ・ ダンス ・ スイミング／プール体操 ・ ヨガ／太極拳 ・ 軽負荷運動／ストレッチング 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ファシリテーターが実演できる場所での床上や椅子での自宅内運動の習慣・慣例の開発 ・ ビデオを通じた理学療法士や作業療法士が推奨する運動や筋力強化の共有

【この文献から地域理学療法を展開する上で参考になること】

- ・ 介護者を含めた遠隔支援の在り方を検討するうえで参考となる。
- ・ 自宅内でも他者とのつながりを持つことができ、遠隔での「友達の輪」のモデルのひとつとなり得る。
- ・ 遠隔での理学療法士の関わり方の参考となる。

【出典】

Zubatsky M, Berg-Weger M, Morley J. Using Telehealth Groups to Combat Loneliness in Older Adults through COVID-19. J Am Geriatr Soc. 2020 May 11. doi: 10.1111/jgs.16553.

発行日：2020/06/12

文責：鹿児島大学 牧迫飛雄馬