

高齢者の閉じこもりとは

著者	安藤 亮
雑誌名	新潟日報 上越かわらばん
巻	760
ページ	2-2
発行年	2013-09-01
URL	http://hdl.handle.net/10631/1124

記されることが多いで
向や生きがいがないなど
の心理的要因、さらに親
ととらえることができま
す。

実際に地域に閉じこも
しい友人がいない、集団
が減っている状態である

閉じこもり、という言葉
年代に「閉じこもり症候
葉をご存じでしょうか。群
」として初めて提言され
閉じこもりとは「1日の
ほとんどを家の中あるい
候群」とは、生活の活動空
りには該当する方はどの
く活動への不参加などの
社会的要因が相互に関連
して発生するとされてい
ます。

県立看護大学 地域生活看護学領域 老年看護学 助教 **安藤 亮**

では、この閉じこもり
を予防するにはどうすれ
ばよいのでしょうか。予
防策の一つとして挙げら
れるのは社会との交流の
促進です。閉じこもりは
者が住み慣れた地域で元
気で楽しく暮らしていく
ためには、閉じこもりの
予防も大切であると考
えます。

はその周辺(庭先程度)で
過ごし、日常の生活行動
範囲が極めて縮小した状
態である」とされています。

高齢者の閉じこもりとは

地域包括ケア、という
言葉が聞かれるようにな
って久しいですが、高齢
者が住み慣れた地域で元
気で楽しく暮らしていく
ためには、閉じこもりの
予防も大切であると考
えます。

現在でも統一された
基準は設けられていま
すが、外出頻度を用いて
外出が週に1回未満、と
いうのが一つの基準にな
っています。

間がほぼ家の中だけと狭
くなくなってしまい、心身
活動性の低下をきたし、
廃用症候群から寝たきり
へ至るといふプロセスを
た、閉じこもりは歩く能
力の低下や認知機能の低
狭くなり、外出頻度が低
下した状態であることか
予防も大切であると考
えます。

閉じこもりは1980
く、単に閉じこもり、と表
もちろんのこと、うつ傾
ら、これは社会との交流
ます。 第1日曜掲載