

岩手県遠野市

人口3万人、高齢者率33%。産婦人科医が0、循環器の常駐専門医が0など医師不足が顕著。

宮城県栗原市

東京都の1.4倍の面積で人口は7万人の過疎地。高齢化率31.5%。大地震の被災者を抱えていることでメンタルケアも実施。

東京都奥多摩町

人口6千人、面積は東京23区の2/3。高齢者率40%強。21の自治会のうち5つが限界集落。女性住民の平均寿命が全国自治体の最短であるなど健康状態に不安あり。

過疎化、高齢化が進み、健康医療に対する不安がある、現在の日本の典型的な社会課題を抱える地域で、安価な機器を使ったICT活用によるコミュニティ型遠隔医療が始まっている。

健康と安心が向上。医療の地域格差の解消に向けた成果が上がっている。

普及すれば、医療費の削減にも効果があることが推測される。



岩手県遠野市:地域の集会所で交流し、遠隔医療相談を受ける住民達。(本人たちの承諾を得て使用。)

岩手県遠野市におけるコミュニティ型遠隔医療

「遠隔医療モデルプロジェクト」

(総務大臣・厚生労働大臣共催「遠隔医療の推進方策に関する懇談会」を踏まえて実施)

住民が週一回程度、地域の集会所に集まり、体組成、血圧などを測定。万歩計で日常的な運動が盛んになっている。データは自動的に自治体の健康サーバに送られモニターされる。隔月で血液検査を実施。

在東京の専門医やコンシェルジュが、テレビ電話でデータを共有しながら健康相談をする。

地域の交流が盛んになり、みなが誘い合って散歩をし出し、歩数計の数字をゲーム感覚で競い合うなどし、検査数値が着実に改善している。参加者が健康に自信を持ち始めた。

地域の見守りに有効なセンサは日本の戦略的技術分野

独居高齢者の見守りや地域協力に力を発揮するセンサ技術は日本の技術的得意分野で海外にも貢献できる。

血圧計、体組織計など医療関連センサーのうち通信機能があるものは現在、世界市場シェアのほぼ100%を日本企業の製品が占めている。日本の大学やメーカーも参加して、通信手順などに関する国際標準が構築されつつある。過疎化の安心向上、医療格差是正などのツールとして、日本の戦略的技術のひとつ。



最先端小型センサー

簡単に装着でき、24時間、心拍数、3軸加速度、皮膚温度を測定することで、交感神経・副交感神経系活動量をモニターする。それによって、ストレス度や睡眠の質などが分かる。独居高齢者の見守りなどに有効。現在、岩手県遠野市、宮城県栗原市、東京都奥多摩町などでの遠隔医療実証実験で利用されている(一部、準備中)。このセンサーは来春までに量産される予定。



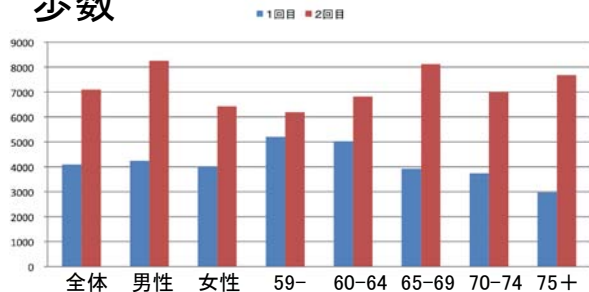
本人の承諾を得て使用

岩手県遠野市：遠隔医療相談によって検査結果が顕著に向上

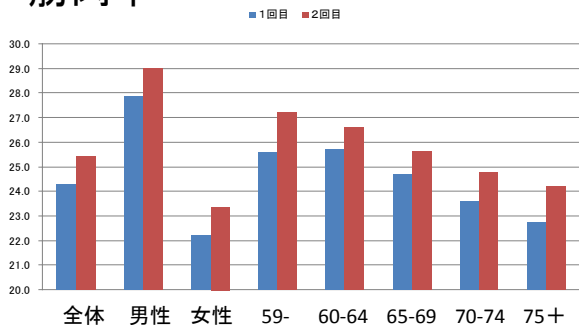
遠隔医療相談事業実施前と半年後の検査数値の変化 n = 77、2008年度

全般的に検査結果の顕著な改善があった。市民が互いに誘い合って運動し始め、ゲーム感覚で万歩計の歩数を競う。その結果、血圧の低下などが生じ、高齢者でも筋肉率が高まるなど興味深い結果が得られた。

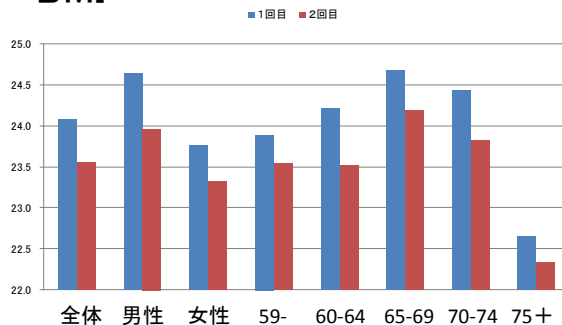
歩数



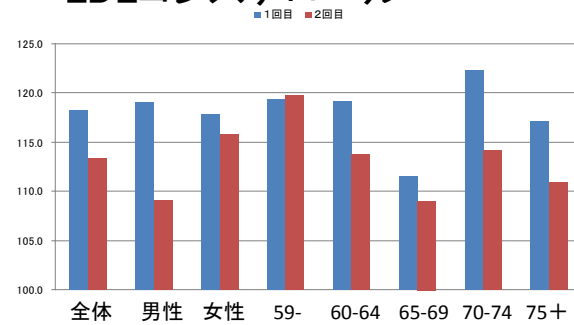
筋肉率



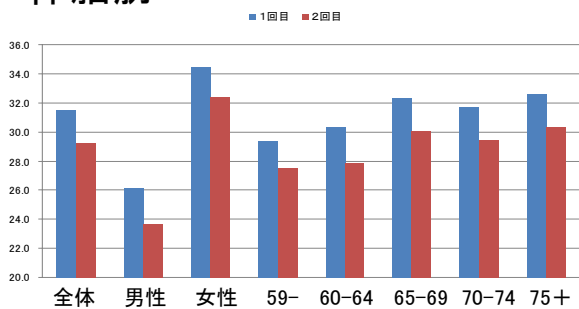
BMI



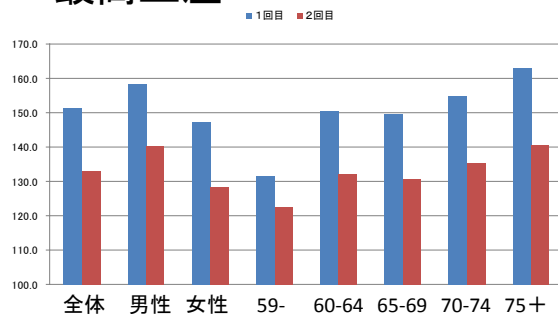
LDLコレステロール



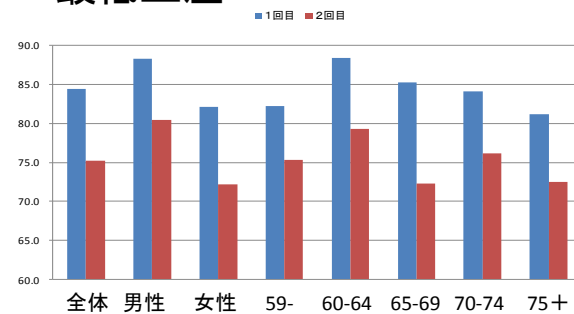
体脂肪



最高血圧



最低血圧



遠野市：利用者の感想・・・みなで集まって交流することの効果（2009年度）

男性67歳

この事業に参加して変わったことは、意識改革があったこと。病院で入院中、看護師から指導されても、右から左で耳から出て行っただけだった。わかっているけど実行できなかった。まず参加したことが大きかった。なぜか気持ちが楽になって、無理なくタバコとお酒のコントロールができるようになった。今回で自分に自信がついた。みんなに出会ったことで健康を取り戻すことができた。

男性62歳

このプロジェクトが続くことは本当にありがたい。このあとの一年がとても重要だと思う。この一年でもっと元気になりたい。このプロジェクトでわかったことは、人のつながりが大事だということ。みんなと一緒に元気になるほうが良い。月曜日に仲町に行くと、皆も元気で、笑顔でいてくれると自分も元気になれる。それがきっと大事だと思う。

男性81歳（妻76歳談）

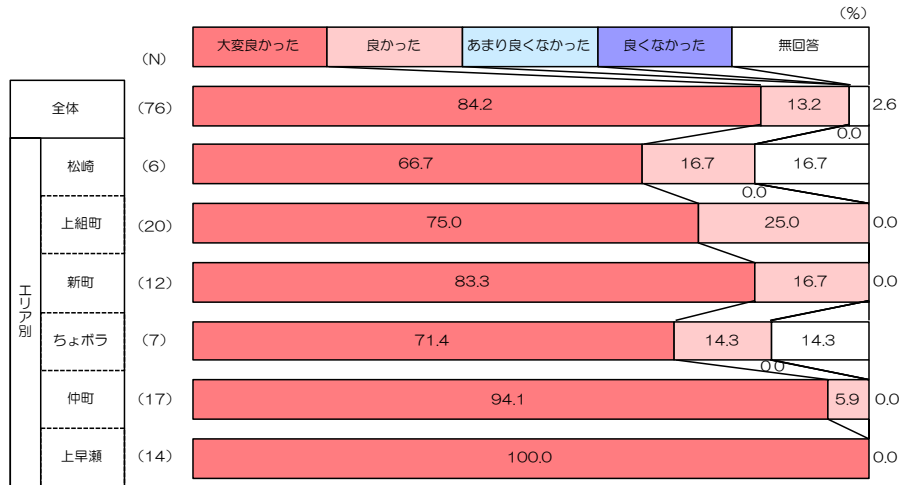
去年の3月頃、主人は足が痛くて、痺れて、病院の整形外科に行って、手術しか方法はないと言われた。手術はいやだったのでやらなかったが、この事業に参加して、指導を受けて、毎日歩くようになった。皆さんが昼歩いているのを見て、毎日、夕御飯がすんでから歩いた。日記をつけているので、去年の今頃を見てみたら、まだまったく歩いていなかった。こんな短期間で体が変わるなんて思わなかった。去年の6月には二人で旅行に行けた。3月には歩けなかったのに、嘘のようだ。今年も北海道に行きたいと思っている。健康に自信がついた。

女性81歳

毎年、春から夏にかけて決まって調子が悪くなる。体調が悪いために、うつな気分になる。一人暮らしで具合が悪くなったらどうしたらよいか、食べられなくなったらどうしようか、身の回りの事ができなくなったらどうしようかと...、漠とした不安に悩まされ眠れないことが多かった。この事業に参加したことで、気分も良くなり、体調も良くなった。こんなに成果がでるまで続けられた理由は、やはり木曜日が毎週来ると思うと、毎週行かなければならないと思うし、毎日歩かなければならないと思ったこと。毎日やらなくてはと思うことが、とても張り合いになった。

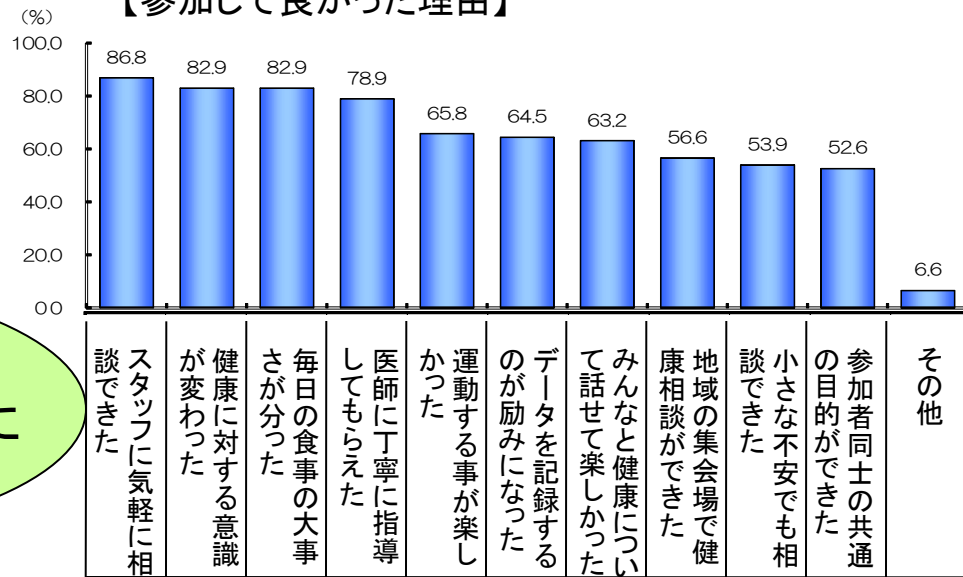
遠野市：利用者アンケート回答-1 (2009年度)

【今回の取り組みへ、参加して良かったと思いますか？】



参加の満足度は非常に高い

【参加して良かった理由】

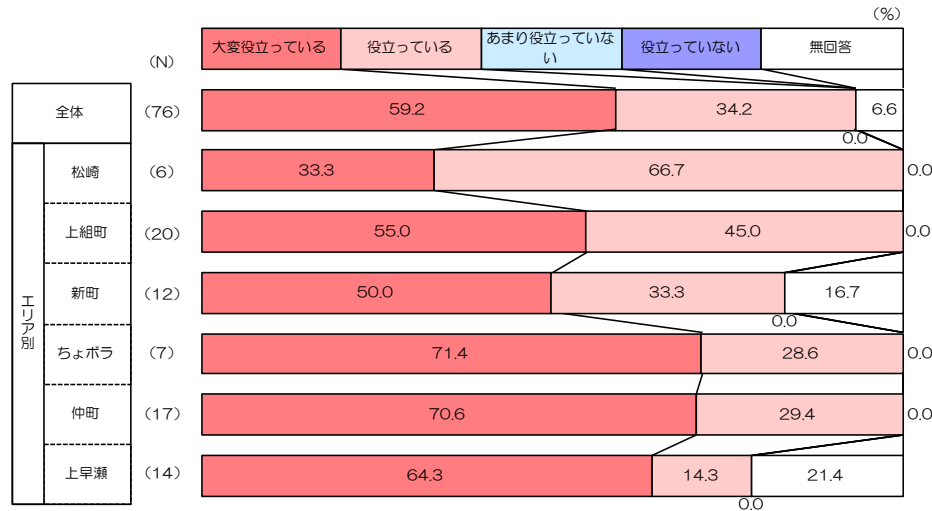


満足の理由は仲間との触れ合いや交流についてのものが多い

★ 仲間や地域への意識に関する理由

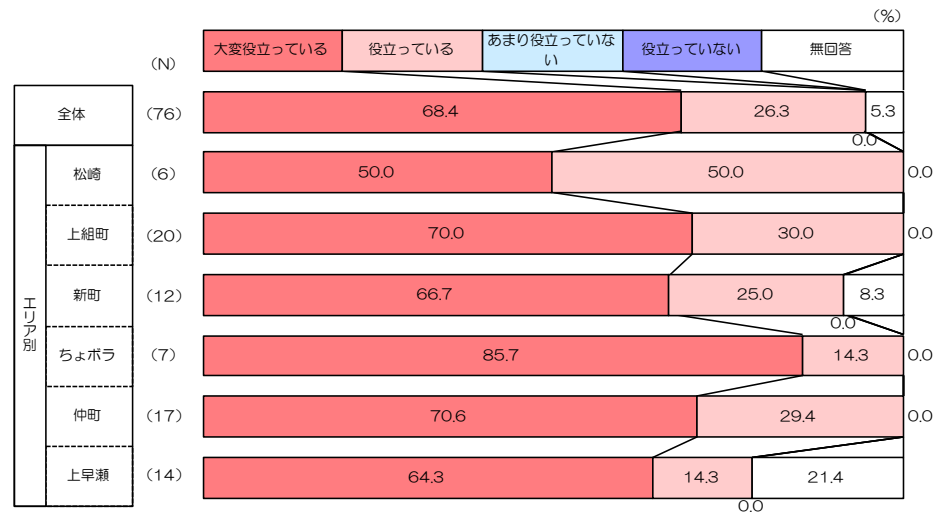


【ドクターコールは役に立っていますか？】



医師の遠隔相談は非常に役に立った

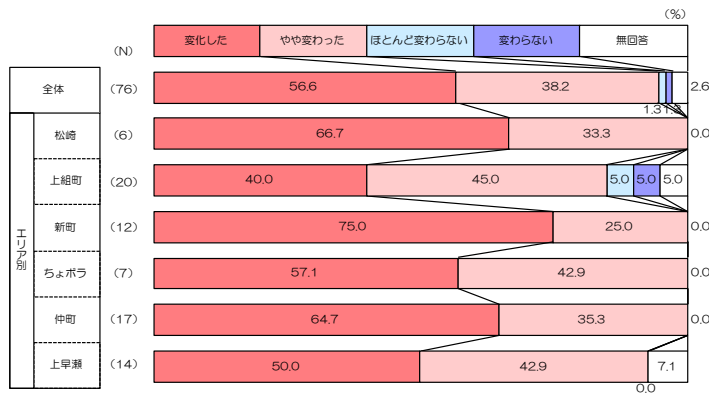
【巡回するスタッフや遠隔のスタッフとのコミュニケーションは役に立っていますか？】



スタッフの遠隔相談は非常に役に立った

遠野市：利用者アンケート回答-3 (2009年度)

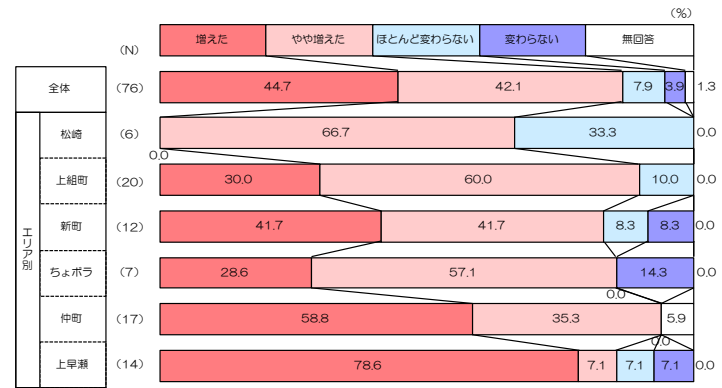
【参加される前と比べて食事・食材に気をつけるようになりましたか？】



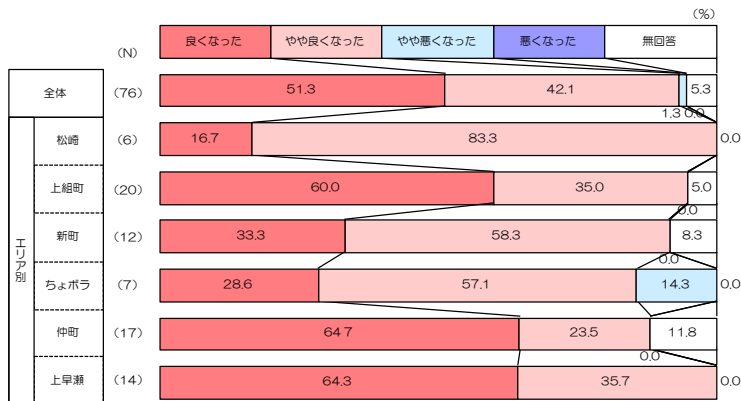
参加することで
食事習慣が変化した

【参加される前に比べて運動量に変化はありましたか？】

参加することで
前より運動するようになった



参加することで
前より体の調子が良くなった



【参加される前に比べて体の調子に変化はありましたか？】