



人間科学部 人間科学科 高井 逸史(たかい いっし) 教授

“百歳アクティブ人生”をめざし、誰もが役割をもち 自分らしく地域で過ごせる健康寿命延伸の実証実験

理学療法士として15年間病院に勤務した経歴を持つ、高井逸史教授は現在、超高齢化が進む地域で地域包括ケアシステムの実証実験を行っています。

■ 地域住民と学生が共に参加し支えあう「健康まちづくり」を、大阪市東淀川区で展開中。

高井教授の研究テーマは「産学公民が一体となった健康寿命延伸に関する健康づくりの仕組」の構築です。大阪市東淀川区役所と東淀川区医師会と連携し「いきいき百歳体操」会場へ出向き、認知症や転倒の予防を目標とした健康体操（コグニサイズ）を学生と指導しています。2018年には東淀川区保健師からの依頼で、認知症予防のためのコグニサイズのDVDを作成、2019年からはUR都市機構と新豊里団地で健康づくりの講座を開催しています。コロナ社会では活動量や社会交流機会が減少することで心身が衰えるフレイルが進行しており、それを解決するために、学生とともに各会場に出向き地域住民と一緒に健康づくりを進めています。

■ 高齢者の社会的孤立を防ぐため学生が教える「スマホ講座」を、東淀川区と堺市で展開中。

コロナ禍で高齢者を集めて認知予防体操を行うことが難しくなり、オンラインで継続できないか検討しましたが、そもそも高齢者はスマホを持っていても使いこなせていないことから、東淀川区役所と東淀川区社会福祉協議会と連携し、2020年11月より「スマホ講座」を実施することにしました。講座では学生がマンツーマンで簡単なスマホの操作やLINEの使い方を教えます。2022年5月からは堺市でも南海電鉄と地元の短期大学と高校と協働し「スマホ講座」を開催しました。2023年6月からSENBOKUスマートシティコンソーシアムの事業として、堺市で養成したシニアのスマホサポーターがスマホ講座を展開しています。今後もスマホ講座を続けていくには、担い手の育成が必要となります。そこで地域住民からなるスマホマイスターを養成する取り組みも始めています。

■ ひきこもる人とその家族を支援するため、ひきこもり経験者によるオンライン相談会などを展開中。

高井教授は、コロナ禍で更にひきこもりが増えることを懸念し、2021年2月、ひきこもり経験のある30代の青年らと一緒に、オンライン相談「ぽーとびあ」(<https://portpeer.com>)をスタートさせました。当事者やその家族の悩みや生きづらさの相談を受けています。また、この取り組みを通じて、外出困難なひきこもり当事者の生活リズムや食生活など心身の健康状態を明らかにし、ひきこもり状態に及ぼす影響を検証しています。

また、2022年には有志による「ひきこもり学会」を創設し、元当事者や家族会、医療機関、専門家と連携した学習会の実施、相談活動などを実施しています。2023年には親亡きあとのオンラインの集い「ゆっくり」を創設。就労など社会復帰をゴールとするこれまでの価値観にとらわれず、当事者やその家族が安心して少しでも楽に暮らせる社会を目指しています。

高井逸史教授 プロフィール

詳細はこちら⇒<https://web.j8.osaka-ue.ac.jp/ouehp/KgApp?resId=S000179>

1965年生まれ、和歌山県出身

経歴：1992～2007年社会福祉法人寺田萬寿病院 リハビリテーション科、2007～2012年大阪物療専門学校 理学療法学科、2012～2016年大阪物療大学 保健医療学部、2016年～大阪経済大学人間科学部教授

論文：『自粛生活が身体と抑うつ傾向や認知機能低下の心理精神に及ぼす影響』（共著、2022年）

『住民主体の互助活動と連携したリハビリテーション専門職の役割』（共著、2017年）

主な著書：『ひきこもっていても元気に生きる』（共著、新日本出版社、2021年）

『身近に考える人権』（共著、ミネルヴァ書房、2021年）

所属学会・団体：日本老年医学学会、日本理学療法士協会、日本生理人類学会、日本介護福祉学会

<本件に関するお問い合わせ先>

大阪経済大学 企画部広報課 高濱、東 Tel: 06-6328-2431 Mail: kouhou@osaka-ue.ac.jp

大阪経済大学 広報デスク (プランニング・ポート内) 福嶋、井上 Tel: 06-4391-7156

<https://www.osaka-ue.ac.jp>