

私がなぜ熱中症 を研究するのか

帝京大学医療技術学部看護学科

太田 淳子

老年学との出会い

- 高齢者ではない私が、学生に「高齢者とはこのよう人たち」と教えることに違和感
- もっと高齢者のことについて学びたい！
- 桜美林大学大学院との出会い

楽しかった修士

- 2012年に入学
- よく学び、よくゼミに参加し、よく飲みました。

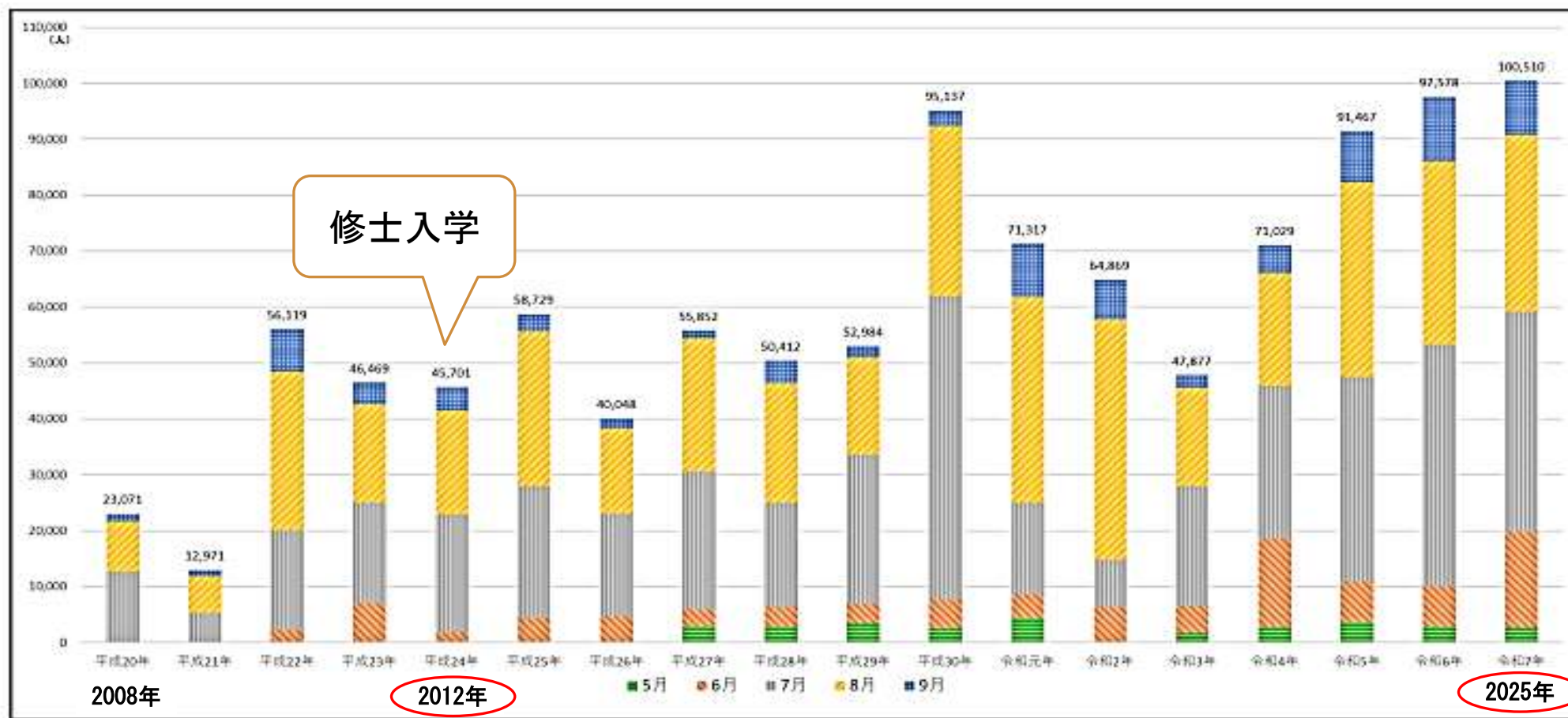
「熱中症」をテーマにしたのは…。

- 修士 1 年目の夏に父親が亡くなったことが切っ掛けだった。
- 亡くなる数年前から夏に入退院を繰り返していた。
- 高齢者（特に脆弱な高齢者）は夏を越すことが想像以上に困難なことなのでは？
- 身体的な要因だけではない他の要因も関係しているのでは？



日本の夏＝熱中症という時代

統計開始以降の熱中症の救急搬送人員数



研究テーマは「高齢者の熱中症」

➤ 修士

「熱中症を発症した高齢者の体験プロセス分析」

➤ 博士

「高齢者の熱中症リスクアセスメントツールの開発」

修士論文

コアカテゴリー

【気づかないうちにゆっくり進む熱中症】

日常生活中に暑熱環境に一定時間以上さらされ、本人が気づかないうちにゆっくりと進み、時間が経ってから症状が急激に出現している状態

高齢者だけに認識させることは限界がある

高齢者の周囲の人たちが早期に気づいて適切な受療行動につなげることが必要

修士の課題が博士論文へ

地域在住高齢者の家族や普段から気にかけてくれる
周囲の人たちが当該高齢者の熱中症のリスクを評価
することができれば…。

積極的な予防行動または対処行動に
つなげることが可能となり熱中症の発症、
重症化回避に寄与することができる。

しかし

地域在住高齢者の家族など身近な周囲の人たちが活用
できる高齢者の熱中症リスクアセスメントツールはない。

研究デザイン

【研究 1】

高齢者の熱中症リスクアセスメントツールの開発

－質問項目の内容妥当性と原案作成－

太田淳子、渡辺修一郎（2024）：高齢者の熱中症リスクアセスメントツールの開発－質問項目の原案作成－. 日本健康医学雑誌、33（2）、215-223.



【研究 2】

高齢者の熱中症リスクアセスメントツールの質問項目における信頼性の検討

太田淳子、渡辺修一郎（2025）：高齢者の熱中症リスクアセスメントツールの質問項目における信頼性の検討. 日本健康医学雑誌、34（2）、133-138.



【研究3】

高齢者の熱中症リスクアセスメントツールによる熱中症リスクの評価
－地域在住高齢者の横断調査から－

投稿中

高齢者の熱中症リスク アセスメントツール

太田淳子、渡辺修一郎（2025）：高齢者の熱中症リスク
アセスメントツールの質問項目における信頼性の検討。
日本健康医学会雑誌、34 （ 2 ） 、133-138.

表 2 採択された質問項目

質問項目		リスクあり	リスクなし
1	1日3食きちんと食べていますか。	いいえ	はい
2	半年前に比べて固いもの（さきいか、たくあんなど）が食べにくくなりましたか。	はい	いいえ
3	お茶や汁物等でむせることがありますか。	はい	いいえ
4	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか。	いいえ	はい
5	昔役、睡眠不足を訴えていますか。	はい	いいえ
6	「いつも同じことを聞く」などの物忘れの症状がありますか。	はい	いいえ
7	現在6種類以上の薬を服用していますか。	はい	いいえ
8	持病に糖尿病がありますか。	はい	いいえ
9	持病に心疾患がありますか。	はい	いいえ
10	持病に呼吸器疾患がありますか。	はい	いいえ
11	持病に脳卒中後遺症がありますか。	はい	いいえ
12	利尿薬を服用していますか。	はい	いいえ
13	現在、どのくらい動くことができますか。	ひとりで外出不可能	ひとりで外出可能
14	1週間のうち、どのくらい外出しますか。	週に1日未満	週に1日以上
15	具合が悪い時に、看病や世話をしてくれる人はいますか。	いいえ	はい
16	主に過ごす部屋の温度は何度ですか。	29度以上	28度以下
17	冷房を好んで使用しますか。	いいえ	はい
18	午後に冷房を使用しますか。	いいえ	はい
19	夜間に冷房を使用しますか。	いいえ	はい
20	睡眠時に冷房を使用しますか。	いいえ	はい
21	就寝中の暑さ対策に冷房を使用していますか。	いいえ	はい
22	熱中症予防に取り組んでいると思いますか。	いいえ	はい
23	今の暮らし向きはいかがですか。	苦しい やや苦しい	ややゆとりがある ゆとりがある
24	最近10年間で、熱中症または脱水症を起こしたことがありますか。	はい	いいえ

広く使ってもらうためには
どうすればいいのだろう？



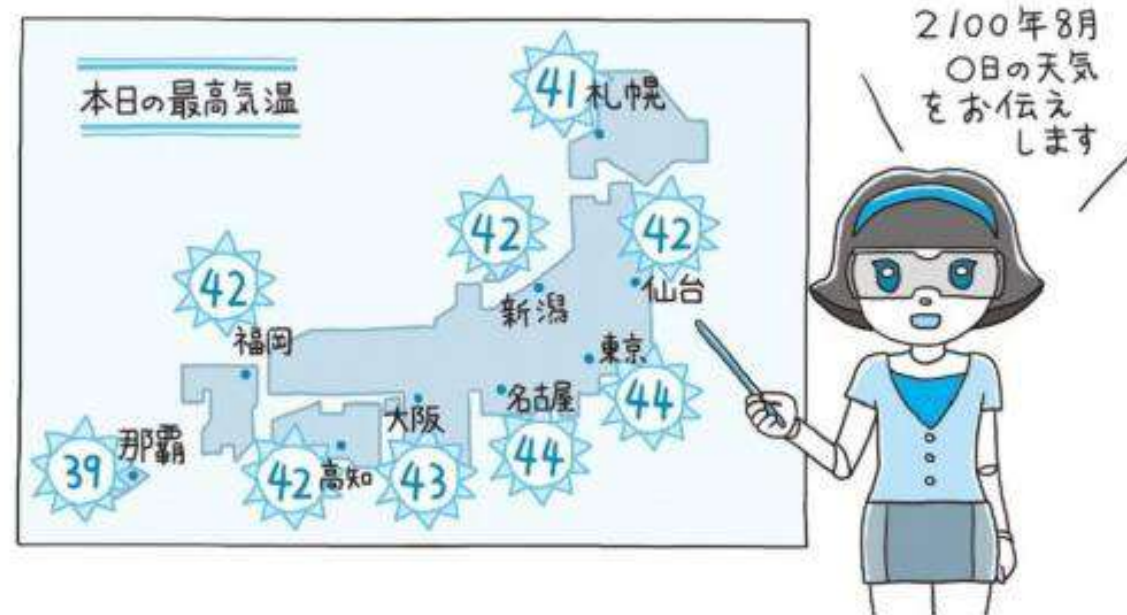
課題と今後の研究

- 高齢者の熱中症リスクアセスメントツールは、地域在住高齢者の熱中症の発症を防ぐためのPDCAサイクルの前段階として位置づけられる。
- 専門家ではない人々が当該高齢者の熱中症リスク評価結果に基づいて、予防行動または対処行動のPDCAサイクルを回していくためには、高齢者の熱中症に対する知識を獲得する必要がある。
- 高齢者の熱中症リスクアセスメントツールに基づいた熱中症予防対策テキストを作成し、一人ひとりの熱中症リスクに適した知識の獲得が必要であると考えられる。

なぜ熱中症の研究を続けて来たのか

- 私の代名詞になった
- 先輩方からの励まし
- 老年学の先生方と仲間たちに支えられた

2100年の夏のある日の最高気温は?!



(イラスト: ナカニシミエ)
[画像のクリックで拡大表示]

熱中症の研究はまだまだ始まったばかり?!

- 老年学は、当事者学になりつつあるけれど…。
- 日本の夏はまだまだ暑くなりそう（汗）
- ライフワークとして取り組んでいきたい！
- 夏になったら思い出してくださいね。

ご清聴
ありがとうございました

