

地域高齢者における身体活動量と身体，心理， 社会的要因との関連

タナカ	チアキ	ヨシダ	ヒロト	アマノ	ヒデノリ	クマガイ	シュウ
田中	千晶 ^{*,2*}	吉田	裕人 ^{2*}	天野	秀紀 ^{2*}	熊谷	修 ^{2*,3*}
フジワラ	ヨシノリ	ツチヤ	ユミコ	シンカイ	ショウジ		
藤原	佳典 ^{2*}	土屋	由美子 ^{4*}	新開	省二 ^{2*}		

目的 本研究は，地域高齢者における日常の身体活動レベル（Physical Activity Level: PAL）と身体，心理および社会的要因との関係を検討した。

方法 対象者は，平成15年群馬県草津町の「にっこり健康相談事業」（高齢者向け健康診断）を受けた，同町70歳以上の住民428人であった。うち，面接調査と体力調査のすべてのデータがそろった330人を，本研究の分析対象とした。PALは，内藤ら（2003）によって開発された質問紙を用いて評価した。対象者は，老研式活動能力指標と認知機能を含む身体，心理および社会的機能に関して，面接を行った。体力測定では，握力，通常歩行速度，最大速度歩行および開眼片足立ち時間を測定した。

結果 性と年齢を調整した共分散分析（ANCOVA）において，PALは，高次生活機能，体力などの身体的要因，抑うつ度などの心理的要因，家の中での役割・仕事の有無などの社会的要因，そして喫煙習慣と有意な関連を認めた。一般線形モデルでは，喫煙習慣，通常歩行速度，抑うつ度，家の中での役割・仕事の有無，外出頻度および視力障害によって，PALの変動の13.5%が説明された。

結論 70歳以上の地域高齢者におけるPALは，身体，心理および社会的要因と関連することが示唆された。

Key words：地域高齢者，身体活動レベル，質問紙，横断研究

* 桜美林大学

^{2*} 東京都老人総合研究所社会参加とヘルスプロモーション研究チーム

^{3*} 人間総合科学大学

^{4*} 群馬県草津町保健センター

連絡先：〒194-0294 東京都町田市常盤町3758

桜美林大学健康福祉学群健康科学専修 田中千晶