

氏名	宮原洋八
学位の種類	博士(体育学)
学位記番号	第3号
学位授与の要件	学位規則第4条第2項該当
学位授与年月日	平成20年9月5日
学位論文題目	奄美大島における高齢者の運動能力、生活機能、ライフスタイルについての研究
論文審査委員	主査 教授 萩 裕美子 副査 教授 吉武 裕 副査 准教授 関子 浩二

論文概要

わが国では高齢社会を迎え、医療費の増加、生活習慣病の増加、慢性疾患の増加、ねたきり老人の増加などにより医療が変化せざるをえなくなった。また、医学から、障害、生活への重要性が指摘されるようになり、医学モデルも病理の修復から機能的制限の回復が注目されてきた。リハビリテーションの位置づけも「疾病、変調、病弱あるいは損傷による機能障害、機能的制限、傷害の発生、症状および進行を防止する」こととされている。

2001年にWHOが発表した改定障害分類（ICF）では、障害を心身機能・身体構造（body functions and structures）、活動（activity）、参加（participation）の3次元でとらえ、疾病はこの3つの次元のいずれにも関連するという考え。疾病と障害の関係を健康状態の変化と心身機能、日常の生活活動、社会参加の状態との関係とした。これら障害モデルからも個人の社会参加に重点を置く生活モデルに変化してきた。こうしたなか2000年に介護保険が施行され、その目的に住民の健康を維持・増進させ、財政基盤を安定させることがある。そのため、高齢期におこる心身の加齢変化の実態を把握し、効果が期待できる科学的根拠に基づく予防プログラムを開発し、それを行っていく必要がある。

そこで、本研究では地域在住高齢者を対象とし、ベースラインとして運動能力（握力、長座体前屈、閉眼片足立ち、最大歩行速度）を測定し、年代別加齢変化や個人差、地域差をみた。次に、生活機能や自立度を従属変数とし、将来の機能的状態を予測するための尺度を独立変数として探求した。

最後に、自立度、健康度を従属変数とし、独立変数（運動能力、生活機能、ライフスタイル、社会的関連要因）との関連を試みた。これらの調査結果を明らかにすることで、健やかな長寿の島「健康笠利21」に寄与することを目的とする。

本研究の枠組みは、「自立度」及び「健康度」を目的変数とし、これらに影響を及ぼす説明変数として、「運動能力」「生活機能」「ライフスタイル」を設定した。そして、本研究の目的は、第1に運動能力・生活機能・ライフ

スタイルの実態を明らかにし、第2に自立度・健康度と運動能力・生活機能・ライフスタイルとの関連性を明らかにすることである。このことは、活動的な高齢者を増やす方策として、日常生活に身体活動を取り入れた予防プログラムを開発するための基礎資料となり、健康の維持・増進に寄与するものと考えられるからである。

本研究の総括は以下の5点に要約される。

- 1) 運動能力により得られたデータとこれまでの地域高齢者のデータを比較することにより、加齢変化の差異についての貴重なデータを得た。
- 2) ベースライン時の運動能力と3年後の自立状態から握力、最大歩行時間において予測因子となり得た。自立群の最大歩行時間は男性5.5秒、女性6.3秒であった。
- 3) 生活機能の自立・維持には歩行速度やBMIが低下しないような機能訓練や食事指導が重要であることが示唆された。
- 4) ライフスタイルと運動能力、生活機能、身体的状況とは相互に有意な関連が見られた。
- 5) 社会的ライフスタイル、社会的役割を維持することが高齢期における自立を維持するために有用であることが示唆された。

これらから、奄美地方の今後の健康事業に役立つ知見が得られた。

課題としては、奄美と他地域との比較やライフスタイルを盛り込んだ予防プログラムを開発し、それを高齢者に行っていく介入研究が挙げられる。

論文審査の要旨

健康寿命が重要視される中で、本論文は後期高齢者及び虚弱高齢者をも含めた研究であり貴重なデータが得られている。また、研究フィールドが奄美大島というわが国でも長寿を誇る地域の研究であり、本論文の成果はわが国の長寿研究に寄与するものと思われる。研究成果としては、超高齢期も含めた運動能力の結果が得られ加齢変化の差異を明らかにした。また3年間の追跡調査の結果、握力と最大歩行時間が自立の予測因子になりうることを明らかにした。さらに2001年に世界保健機構（WHO）が発表した国際生活機能分類（ICF）にもとづき、運動能力、生活機能、ライフスタイル、社会的属性、主観的健康感を変数として包括的な健康状態を明らかにした。この結果、生活機能の自立・維持には歩行速度やBMIを低下させないこと、社会的ライフスタイル、社会的役割を維持することが高齢期の自立には有用であることが示された。高齢者の健康状態を包括的に調査、測定してそれら変数間の関係性を明らかにしており、“高齢者の健康とは何か”という根本的な問題に迫るものであり、有用な研究であることが認められた。これまでの研究成果も含めて総合的に判断し、博士論文として十分評価できるものと思われた。