

湘南藤沢学会「研究助成基金」報告書
慶應義塾大学大学院 健康マネジメント研究科
特任助教 加藤 梨里

活動の名称：

第 75 回日本公衆衛生学会総会への参加・研究発表

開催日時：

2016 年 10 月 26 日(水)～28 日 (金)

開催場所：

大阪府大阪市 グランフロント大阪

活動の目的：

大学院健康マネジメント研究科小熊研究室では、藤沢市において厚生労働省の「アクティブガイド」ですすめるプラス・テンをメッセージとし、身体活動促進の多角的な取り組み「ふじさわプラス・テン」を行っている。一方で、人々の健康には経済・社会・環境などの社会的決定要因が影響する。申請者は、身体活動と社会的決定要因の関連性の検討に特に注目して本プロジェクトに携わっている。本活動では、地域高齢者における主観的な暮らし向きと身体活動との関連について検討した研究発表を行い、健康の社会的決定要因を今後の身体活動促進において考慮するうえでの検討事項を議論する。また、他地域における身体活動促進のための取り組みやその成果などの研究発表を聴講し、情報収集を行うことを目的とした。

活動内容：

「ふじさわプラス・テン」プロジェクトは 2013 年から藤沢市・藤沢市保健医療財団と当研究科が主体となって進めている身体活動促進の取り組みであり、①情報提供、②教育機会、③コミュニティ形成促進を行っている。具体的には①では、リーフレットの作成・配布やホームページによる市全域を対象とした普及、②では公開講座の開催や主ターゲットである 60 歳以上の高齢者に対して市のイベント出展、市民団体との協働による講座の開催など、③では、高齢者グループでの認知機能評価や体力測定、活動のサポート、高齢者グループを通じた普及などを行っている。

2015 年 6 月には、藤沢市が 20 歳以上の市民を対象に、「健康と生活に関するアンケート」（無作為抽出 3,000 名）を実施した。回答者は 1,393 名(46.4%)であった。本活動における研究発表では、このうち 65 歳以上の高齢者（男性 264 名，女性 284 名）を対象に、1 日の運動時間および生活活動時間により算出した身体活動量と、主観的な暮らし向き（大変苦しい～ゆとりがある）の関連性について検討した。

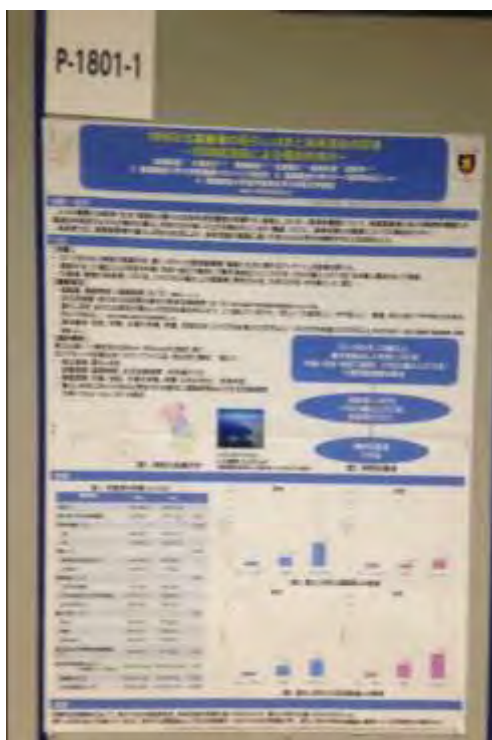
対象者の年齢（中央値（25%-75%tile））は男性 73（68-78）歳，女性 73（68-80）歳で

あった。暮らし向きについて、「苦しい」群は 25.5%、「普通」群は 52.3%、「ゆとりあり」群は 22.1%であった。暮らし向きと運動時間について、男性では「苦しい」(ref), 「普通」OR2.2(CI:1.1-4.7), 「ゆとりあり」5.8(1.9-17.9)、女性では「苦しい」(ref), 「普通」OR1.0(CI:0.5-2.3), 「ゆとりあり」2.2(0.8-6.0)であった。暮らし向きと生活活動時間について、男性では「苦しい」(ref), 「普通」OR2.3(CI:1.2-4.6), 「ゆとりあり」3.7(1.5-9.0)、女性では「苦しい」(ref), 「普通」OR3.1(CI:1.4-6.7), 「ゆとりあり」5.6(1.8-17.3)であった。主観的な暮らし向きが、男性では運動および生活活動に、女性では生活活動の実施に関連している可能性が示唆された。

上記結果につき、学会総会第 18 分科会「健康運動指導」にて示説（ポスター）発表を行った。発表時間は、3 分間のプレゼンテーションおよび 2 分間の質問のほか、2 時間 30 分のフリーディスカッションであった。

活動成果：

社会経済的要因と身体活動の関連について着目した研究はほかに少なく、フロアからは、今後より詳細な研究を期待するとのコメントをいただいた。また、身体活動量の測定をどのように行っているのか、身体活動の種類は聞いているか、暮らし向きの質問内容は具体的にどのようなものなのか、暮らし向きと年収に相関はあるかについて質問を受けた。本研究を今後の身体活動普及にどのように活用するかについてのディスカッションでは、主観的な経済状況という心理面を考慮したアプローチを検討するにあたり、他地域にて身体活動促進や認知症予防の取り組みを行っている研究者から多くの示唆を得ることもできた。



成果の活用：

本研究は横断的検討であるが、プロジェクトでは縦断データを取得しており、社会経済的要因と身体活動の関連についてより詳細な検討を縦断的に検討することも可能である。学会発表、参加により得られた知見を、今後の研究へ活かす予定である。