

437. 1食を低エネルギー量に固定化した減量プログラムの効果に関する研究(生活・健康,第62回日本体力医学会大会)

著者	坂戸 洋子, 田辺 解, 横山 典子, 齋藤 直美, 福田 佳奈子, 松村 千香, 久野 譜也
雑誌名	体力科学
巻	56
号	6
ページ	797
発行年	2007-12-01
権利	日本体力医学会
URL	http://hdl.handle.net/2241/00129960

438. 全国市町村における高齢者の筋力トレーニング事業を促進する要因

○清水 滉一¹、難波 秀行¹、横山 典子¹、村上 晴香¹、久野 譜也¹

(¹筑波大学大学院 人間総合科学研究科)

【緒言】 2006年4月に介護保険予防制度が発足した。本研究では、介護保険の予防給付開始以前の市町村における体力づくり、筋力トレーニング（以下筋力TRと略）実施の有無について、市町村の規模、健康づくり事業の重要性認識、行政内の関連部門、外部企業との連携有無、教室運営の具体的項目との関連を検討し事業を促進する要因を研究する。【調査方法】 2003年に全国市町村（N=3068）を対象に悉皆調査し、回収率は62.3%であった。【分析方法】 単純分析、変数のカテゴリー化し、筋力TRの実施有無の市町村と各変数項目とのクロス分析により有意差（ $p < 0.05$ ）が示された項目を説明変数とし、筋力TR実施の有無を被説明変数にロジスティック回帰分析を行った。【結果と考察】 運動による健康づくりに取り組んでいる市町村は80.1%、筋力TR取り組みは46.0%であり、筋力TRは十分普及しているとはいえない状態であった。運動による体力づくりが重要と思う市町村は65.7%であったが市町村内の健康と体力づくり部門の提携実施は28.2%にとどまっていた。市町村内が総力をあげた中高齢者の運動による体力づくりの体制が不備であることが明らかになった。ロジスティック回帰分析により筋力TR実施の有無に関連する要因について検討した結果、市と町村の区分、健康づくり予算など環境、規模関連、保健医療分野の重要性認識、住民への健康水準向上への貢献度認識など政策上の認識、健康担当と体力担当との連携の有無などの項目については有意差が認められなかった。一方、外部の民間、団体、フィットネス産業との提携の有無とは有意な関連（ $p < 0.05$ ）が認められた。また取り組み担当者の積極性認識、参加者の意欲、指導者参画など健康づくり事業に関わる教室運営関連項目に有意な関連（ $p < 0.01$ ）が認められた。介護予防制度以前における市町村の筋力TRは教室現場の積極的行動により促進されていたと思われる。オッズ比から、フィットネス産業との提携（オッズ比：1.788）、現場担当者の健康づくり事業に対する積極性の認識（1.887）、参加者の意欲（1.939）、指導者の参画（1.709）など、外部提携と健康づくり実施現場の積極性が強い市町村では、筋力TR実施の可能性が高いことが示された。参加者の意識、意欲、現場担当者の健康づくりに対する意欲、フィットネス産業などの活用、指導者参画など現場における運動による健康づくり実施における積極性が促進要因として大きなウェイトを占めていると思われる。【結論】 中高齢者の介護予防が法制化された今後においても事業促進は現場における指導者と参加者の意識にかかっており、それを支援する市町村の総力を挙げた体制作りの促進が必要と思われる。

Key Word

高齢者 筋力トレーニング 地域行政