

氏名(本籍)	よし ざわ やす よ 吉 澤 裕 世 (東京都)
学位の種類	博 士 (スポーツ医学)
学位記番号	博 甲 第 6579 号
学位授与年月日	平成 25 年 3 月 25 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
審査研究科	人間総合科学研究科
学位論文題目	日本の都市環境と身体活動量の関係に関する研究

主	査	筑波大学教授	教育学博士	田 中 喜代次
副	査	筑波大学教授	博士(医学)	久 野 譜 也
副	査	筑波大学准教授	博士(医学)	向 井 直 樹
副	査	筑波大学教授	教育学博士	菊 幸 一

## 論 文 の 内 容 の 要 旨

### (目的)

ハード及びソフト環境と身体活動量との関係について、複数の事例をとして検討を行うことにより、超高齢・人口減社会を迎える我が国において、多くの日本国民の県境寿命の延伸に寄与できる健康都市政策の具体化のための知見を得ることを目的とする。

### (対象と方法)

課題1では、日本全国の47都道府県すべての県庁所在地及び各県における主要都市に支店及び出張所網を持つ一製薬企業の男性社員のうち、一年間の保健指導プログラムに参加した401人を対象とした。対象者の勤務地の所在地に基づき都市の人口密度が3000人/km<sup>2</sup>以上を大都市圏群、3000人/km<sup>2</sup>未満を地方都市圏群の何れかの群に分類し、都市圏規模の大小及び都市圏規模の影響を受けやすい通勤手段が、勤労男性の身体活動量に影響を及ぼしているのかどうかについて横断的に検討することを第1の目的とした。さらに、1年間にわたる運動介入による身体活動量の変化に、都市圏規模の大小、そして通勤手段が影響を及ぼすのかどうかについて縦断的に検討することを第2の目的とした。

課題2では、自治体主導による地域コミュニティ再構築を行っている地域を対象として、地域コミュニティ再構築が、ソーシャルキャピタル及び身体活動量に一定の好効果をもたらすのかどうかについて横断的に、地域コミュニティ再構築群と非再構築群に分類し検討した。

課題3では、これからの我が国の超高齢化社会における一つのモデルケースとして、東日本大震災による放射線の問題で政府により強制避難を強いられた福島県I村の仮設住宅居住者を対象に、ハード及びソフト面の都市環境が変化することが、住民の身体活動量に与える影響を検討すると同時に、それに影響する都市環境要因を検討した。

### (結果)

課題1の横断的検討の結果では、都市圏規模の大小、及び通勤手段の相違が、身体活動量に独立して影響しており、大都市圏は地方都市圏よりも身体活動量が多く、公共交通利用の通勤は自動車通勤よりも身体活動量が多いことが示された。

縦断的検討では、大都市圏群は地方都市圏群よりも介入前及び介入後の歩数が有意に多いこと、公共交通通勤者は自動車通勤者よりも介入前及び介入後の歩数が有意に多いことが示されたが、身体活動用の変化に対する交互作用は認められなかった。また、横断的検討で身体活動量に対して独立して影響を示した都市圏規模の大小及び通勤手段の相違は、保健指導プログラム介入による身体活動量の増加への有意な影響を示さず、交通量の安全性のみが身体活動量の増加に独立して影響していることが認められた。

課題2の結果、地域コミュニティ再構築群は非再構築群と比較し、ソーシャルキャピタルが高いことが示された。また、再構築群かつソーシャルキャピタルが高い群は、非再構築かつソーシャルキャピタルが低い群と比較し、身体活動量が有意に高いことが認められた。

課題3の結果、震災によるハード及びソフト環境の変化によって、震災前と比較し仮設住宅入居後の総活動量の有意な減少が示された。特に震災前の総活動時間に占める割合が85%であった農作業及び労働による中高強度の身体活動時間の有意な減少、及び農作業を目的とした外出頻度の有意な減少が示された。さらに、友人・知人・親類への訪問を目的とした外出頻度の減少が示された。

#### (考察)

課題1においては、都市規模を考慮した保健指導に加え、無関心層も含めより多くの住民へのポピュレーションアプローチとして、活動的な通勤の選択をすることが容易となるような公共交通網の整備の重要性を示唆された。

課題2においては、自治体主導による地域コミュニティ再構築が、ソーシャルキャピタル及び身体活動量に対して一定の好効果が示されたことから、自治体はこれらの施策を積極的に展開していくことが、とくにこれから人々の生活の基盤が居住地周辺になる層が増加する超高齢社会において重要であることが示唆された。

課題3では、超高齢社会対応として、有償就労を終える高齢者が増えることから、持続的な社会的な役割の創出及び生きがいや楽しみを生み出すためのハードとソフト環境を重視したまちづくり政策の構築が、今後の超高齢化社会において重要であることが示唆された。

本研究をまとめると、無関心層も取り込めるポピュレーションアプローチとしての健康都市の構築のためには、活動的な通勤の選択をすることが容易となるような公共交通網の整備、衰退した地域コミュニティのつながり強化、持続的な社会的役割の創出、及び生きがいや楽しみを生み出すためのハード及びソフト環境を重視したまちづくり政策の構築が必要であり、それらは、今後の超高齢・人口減社会において優先的に政策化されていくことが望まれる。

## 審 査 の 結 果 の 要 旨

本論文は、健康都市と身体活動量についての検討を行ない、健康都市環境のあり方について示したことは、今後の75歳人口が増える高齢社会に向けて、多数の高齢者の健康寿命を延ばし、生きがいを持ち自立した生活を送るためのポピュレーションアプローチの視点から貴重なデータとなるものとして審査委員会で高く評価された。今後、さらに詳細な歩行環境の分析、及び実証実験を行い介入評価の必要性が指摘された。

平成25年1月22日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（スポーツ医学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。