293. 高齢者体力テストの標準化：SATプロジェクト153

○高橋 信二[1]、大塚 慶輔[2]、松本 徹[2]、山田 庸[2]、中野 貴博[1]、鈴木 宏哉[2]、松田 光生[1]、久野 譜也[1]、西嶋 尚彦[1]
([1]筑波大学、[2]筑波大学大学院)

【背景】高齢者が自立して健康な生活を送るために，健康の基礎となる体力を維持向上させることが重要である．体力の維持向上のための高齢者の運動プログラム作成には，体力を把握することが必要である．高齢者の体力テストとして文部科学省新体力テスト（65～79歳対象）6項目が広く用いられているものの，75歳以上の後期高齢者の増加が予想され現在では，80歳以上の後期高齢者を考慮した体力テストが必要となる．【目的】本研究の目的は，65歳～79歳までを対象としている文部科学省新体力テストを80歳代まで拡張し，後期高齢者を対象とした体力の総合評価のための体力テスト得点基準を作成することであった．【方法】対象は地域在住の日常的な運動習慣がない健常高齢者、男性191名，女性275名，計466名であった．対象者の年齢範囲は男性が65～89歳，女性が65～91歳であった．また，後期高齢者の割合は男性34％（65名），女性36％（99名）であり，全体で35％（164名）であった．測定項目は握力，上体起こし，長座体前屈，開眼片足立ち，10m障害物歩行，6分間歩行であった．パーセンタイル値に言及して，性別にテスト成績を10段階に区分し，得点基準とした．体力合計点は，従来の換算による新体力テスト合計得点（65～79歳対象）に対する併存的妥当性があることが望ましい．また，高齢者の加齢変化を鋭敏に反映することも重要である．そのため，体力テスト合計点の妥当性は，新体力テスト合計点と暦年齢に対するの基準関連妥当性より検討した．すべての統計処理における有意水準はα=0.05と設定した．【結果および考察】新体力テスト合計点は31.7±8.7点であり，本研究において作成された体力テスト合計点は33.3±11.5点であった．体力テスト合計点は，新体力テスト合計点に対して高い妥当性係数（$r = 0.99$, $P < .05$）を示した．また，作成された体力テスト合計点は暦年齢に対して有意な中等度の妥当性係数（$r = 0.51$, $P < .05$）を示した．これらの結果は，本研究において作成された体力テスト得点基準が高齢者の加齢変化を反映する評価法であることを示している．

Key Word
後期高齢者　新体力テスト　妥当性