若年性動揺性高血圧学生の健康, 体力及びスポーツ活動

徳永, 幹雄
九州大学健康科学センター

https://doi.org/10.15017/390

出版情報: 健康科学. 4, pp.171-176, 1982-03-30. 九州大学健康科学センター　バージョン: published　権利関係：
資料

若年性動揺性高血圧学生の健康，体力及びスポーツ活動

徳永 幹雄*

Health, Physical Fitness and Sport Activity in Young Labile Hypertension

Mikio TOKUNAGA*

方法

本学では若年性動揺性高血圧学生に対して健康科学センターの健康管理部のスタッフによって多くの指導が行われ，すでに幾つかの報告がなされている（1〜4）。保健体育部のスタッフも運動療法という分野での研究に貢献できるものと考え，プロジェクト研究が企画された。詳細な計画のもとで運動療法が実施される一方で，これらの学生の日常生活及び現在の健康，体力，スポーツ活動などを分析した。若年性動揺性高血圧学生の運動療法の基礎資料として，その結果を簡単に報告しておきたい。

昭和54〜56年度入学の九州大学学生（18〜20才）で入学生を対象とした体育テストの結果を利用して，アンケート調査は定期健康診断後，定期的に保健室に来室した学生に実施した。なお，対象群は昭和54年度九州大学入学生に実施された調査結果をもとに利用した。

表1 対象者の血圧及び心拍数

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>N</th>
<th>M</th>
<th>SD</th>
<th>MIN</th>
<th>MAX</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>定期健康診断</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>収縮期血圧</td>
<td>78</td>
<td>148.9</td>
<td>13.35</td>
<td>126〜138</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>拡張期血圧</td>
<td>78</td>
<td>71.3</td>
<td>14.90</td>
<td>21〜98</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>心拍数</td>
<td>78</td>
<td>88.9</td>
<td>15.69</td>
<td>63〜140</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>三連日間平均の定義</td>
<td>79</td>
<td>149.7</td>
<td>11.55</td>
<td>125〜194</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>収縮期血圧</td>
<td>79</td>
<td>74.6</td>
<td>9.87</td>
<td>52〜94</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>拡張期血圧</td>
<td>79</td>
<td>82.2</td>
<td>15.20</td>
<td>55〜127</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

結果

1. 形態，体力

表2は形態及び体力を一般学生と比較したものである。形態には差はみられないが，体重には有意差が認められ，一般学生より体重が重く，肥満していることが推測された。

体力では柔軟性は有意に上昇し，総数力著しくなかった傾向がみられた。その後は傾向が顕著になりなかった。

体力に関する意見をみると表3のとおりである。現在の体力については一般学生に比べて自信を持っている者が有意に多かった。したがって，体力についての満足度も満足している者がやや多かった。また，現在，将来にわたって体力の重要性は一般学生より高く意識している者が多かった。
表 2 形態及び体力の比較

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>若年性動揺性高血圧学生</th>
<th>九州大学生（18才）</th>
<th>t</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>M</td>
<td>SD</td>
</tr>
<tr>
<td>身長</td>
<td>76</td>
<td>169.6</td>
<td>5.83</td>
</tr>
<tr>
<td>体重</td>
<td>75</td>
<td>63.5</td>
<td>7.99</td>
</tr>
<tr>
<td>反復横び</td>
<td>76</td>
<td>45.9</td>
<td>3.12</td>
</tr>
<tr>
<td>垂直とび</td>
<td>76</td>
<td>61.4</td>
<td>5.94</td>
</tr>
<tr>
<td>背筋力</td>
<td>76</td>
<td>139.6</td>
<td>17.84</td>
</tr>
<tr>
<td>陸上後退</td>
<td>75</td>
<td>17.1</td>
<td>4.58</td>
</tr>
<tr>
<td>路み台昇降</td>
<td>76</td>
<td>55.8</td>
<td>7.39</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**P < 0.01 * P < 0.10

表 3 体力と健康度の評価についての比較

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>若年性動揺性高血圧学生 (N 26)(N 832)</th>
<th>九州大学生 (N 832)</th>
<th>X2検定</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>現在の体力の自信</td>
<td>非常に自信がある</td>
<td>7.7</td>
<td>1.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>かなり自信がある</td>
<td>26.9</td>
<td>18.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>どちらともいえない</td>
<td>26.9</td>
<td>37.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>あまり自信がない</td>
<td>38.5</td>
<td>33.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>まったく自信がない</td>
<td>0</td>
<td>8.3</td>
</tr>
<tr>
<td>現在の体力満足度</td>
<td>非常に満足</td>
<td>0</td>
<td>0.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>かなり満足</td>
<td>15.4</td>
<td>8.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>どちらともいえない</td>
<td>42.3</td>
<td>30.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>あまり満足</td>
<td>30.8</td>
<td>48.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>まったく満足しない</td>
<td>11.5</td>
<td>11.4</td>
</tr>
<tr>
<td>現在の体力の重要性</td>
<td>非常に重要</td>
<td>42.3</td>
<td>33.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>かなり重要</td>
<td>50.0</td>
<td>57.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>どちらともいえない</td>
<td>3.8</td>
<td>7.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>あまり重要ではない</td>
<td>3.8</td>
<td>1.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>まったく重要ではない</td>
<td>0</td>
<td>0.2</td>
</tr>
<tr>
<td>健康度</td>
<td>非常に良好</td>
<td>11.5</td>
<td>10.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>かなり良好</td>
<td>38.5</td>
<td>31.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>あまり良い</td>
<td>38.5</td>
<td>47.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>あまり悪い</td>
<td>11.5</td>
<td>9.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>非常に悪い</td>
<td>0</td>
<td>0.2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

*P < 0.05

2. 健康

表 4 は健康状態の検討を比較したものです。一般学生と比較して有意差がある項目はなかった。若干、差がみられる項目として若年性動揺性高血圧学生には「学習意欲がない」、「眠れない」、「鬱さがある」 「意気消沈」の報告を認める学生は少ないが、「肥満傾向」、「かせがひきやすい」はやや多い傾向がみられた。表 3 の健康度の評価をみると有意差は認められなかった。「非常に良好」、「かなり良好」と評価する者はやや多かった。表 5 は健康の実施を比較したものである。規則正しい生活及び健康に関する検査の実施が有意に多かった。そのほか、睡眠を十分とったり、円滑な人間関係を心掛けることもやや多く実施されている。しかし栄養や食事の注意、身体活動の実施はやや少ない傾向がみられた。

3. 体育・スポーツに対する態度

表 6 は学校体育、スポーツをすること及びテレビ・ラジオ・新聞のスポーツなどの好き嫌いをみたもので、いずれも年齢差は有意な差があるがみられたが、それは一定の傾向を示した。

表 7 は学校体育、それに及ぼす影響に関する態度とその傾向を比較したものである。学校体育に参加しやすい人、あるいは参加ができない人、全般的に見て有意差があることを示している。学校体育に参加しにくい人、全般的に見て有意差があることを示している。

態度では快感情、評価的因子及び不安感情因子の得点はいずれも有意に低かった。すなわち、スポーツは愉快なこと、うきうきする、好きであるといった快感情は低く、スポーツは良いことである、有益なことである、などの評価的態度が少ないと、そして、こわい、不安、自信がない、といった不安感情が強いことなどが示されている。
表4 健康状態の比較

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>若年性動揺性高血圧学生（N = 26）</th>
<th>九州大学学生（N = 832）</th>
<th>X²</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>食欲不振</td>
<td>7.7 92.3</td>
<td>7.0 92.9</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>疲れやすい</td>
<td>26.9 73.1</td>
<td>36.7 63.2</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>肥満傾向</td>
<td>23.1 76.9</td>
<td>14.5 85.3</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>学習意欲がない</td>
<td>34.6 65.4</td>
<td>49.0 50.7</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>かぜをひきやすい</td>
<td>23.1 76.9</td>
<td>16.9 82.9</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>動悸がする</td>
<td>4.0 96.0</td>
<td>7.2 92.5</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>腰痛</td>
<td>7.7 92.3</td>
<td>8.8 91.0</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>情緒不安定</td>
<td>11.5 88.5</td>
<td>13.3 86.5</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>冷えがする</td>
<td>11.5 88.5</td>
<td>13.2 86.7</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>眠れない</td>
<td>0 100.0</td>
<td>7.9 91.9</td>
</tr>
<tr>
<td>11</td>
<td>便秘</td>
<td>0 100.0</td>
<td>2.6 97.2</td>
</tr>
<tr>
<td>12</td>
<td>ララリラする</td>
<td>11.5 88.5</td>
<td>10.1 89.9</td>
</tr>
<tr>
<td>13</td>
<td>背の困ったが悪い</td>
<td>11.5 88.5</td>
<td>18.9 81.0</td>
</tr>
<tr>
<td>14</td>
<td>病気がある</td>
<td>3.8 96.2</td>
<td>7.6 92.3</td>
</tr>
<tr>
<td>15</td>
<td>けがをしている</td>
<td>3.8 96.2</td>
<td>4.9 95.0</td>
</tr>
<tr>
<td>16</td>
<td>鎖がある</td>
<td>15.4 84.6</td>
<td>29.6 70.2</td>
</tr>
<tr>
<td>17</td>
<td>意気消沈</td>
<td>3.8 96.2</td>
<td>12.7 86.8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

△P < .10

表5 健康法の実施の比較

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>若年性動揺性高血圧学生（N = 26）</th>
<th>九州大学学生（N = 832）</th>
<th>X²</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>栄養や食事に気をつけている</td>
<td>3.8 23.1 38.5 30.8</td>
<td>3.8</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>睡眠を十分にとっている</td>
<td>11.5 53.8 26.9 7.7</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>規則正しい生活をしている</td>
<td>0 50.0 34.6 11.5</td>
<td>3.8</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>身体活動をしている</td>
<td>19.2 26.9 19.2 30.8</td>
<td>3.8</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>健康に関する検査をうけている</td>
<td>11.5 23.1 30.8 7.7 26.9</td>
<td>1.0</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>円満な人間関係を心がけている</td>
<td>7.7 65.4 26.9 0</td>
<td>0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

P < .10

表8は各種のスポーツ活動を昭和54年に調査した福岡地区の大学一年生と比較したものである。健康や体力づくりのためのスポーツは有意に多く、定期的に実施している者が38.5％、時々実施している者が15.4％で、約5割は何らかのスポーツをしていることが示された。したがって、平均のスポーツの実施もやや多い傾向がみられた。このことは、これらの調査時点ではすでにいろいろな健康法を手掛けていた者がいたことが予測される。過去のスポーツクラブ所属者は中学時代が51.8％、高校時代は26.3％で、現在34.6％であった。福岡地区の学生に比較したらやや低いが、かわりの者は過去にも所属しており、現在はむしろ多い傾向がみられた。

表9は将来のスポーツの行動意図や運動療法への参
表6 体育・スポーツの好き嫌い（N = 26）

<table>
<thead>
<tr>
<th>設問</th>
<th>学校</th>
<th>体育</th>
<th>体育のための</th>
<th>体育を</th>
<th>体育のための</th>
<th>体育を</th>
<th>体育のための</th>
<th>体育を</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>返答</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>過去も現在も好き</td>
<td>73.1</td>
<td>96.2</td>
<td>84.6</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>過去は嫌い、現在は好き</td>
<td>19.2</td>
<td>0</td>
<td>11.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>過去は好き、現在は嫌い</td>
<td>3.8</td>
<td>0</td>
<td>3.8</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>返答も現在も嫌い</td>
<td>3.8</td>
<td>3.8</td>
<td>0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

加などをしたものである。行動意図は次の2週間以内にスポーツをする意図を質問したものであるが、「非常にありそう」と「かなりありそう」を合計すると69.3％となり、かなり高い確率でスポーツの実施が予測できる。また、友人の振舞・指示・りぼんとして質問したものであるが、スポーツをすることを友人も「まちがいなく思っている」と「おそらく思っている」を合計すると48.1％となり、自分がスポーツすることを友人からも期待されていると感じているもののが5割いることを示している。行動意図は将来の行動に非常

表7 スポーツに対する信念及び態度の比較

<table>
<thead>
<tr>
<th>因子</th>
<th>若年性成人控血圧患者</th>
<th>福岡地域の学生</th>
<th>t</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>結果に対する信念</td>
<td>スポーツによる障害否定の因子</td>
<td>27</td>
<td>18.7</td>
</tr>
<tr>
<td>健康・体力の向上</td>
<td>&quot;</td>
<td>27</td>
<td>9.3</td>
</tr>
<tr>
<td>社会性の向上</td>
<td>&quot;</td>
<td>27</td>
<td>7.3</td>
</tr>
<tr>
<td>可能性の追求</td>
<td>&quot;</td>
<td>27</td>
<td>8.6</td>
</tr>
<tr>
<td>交通の変化</td>
<td>&quot;</td>
<td>27</td>
<td>3.7</td>
</tr>
<tr>
<td>エクササイズ</td>
<td>&quot;</td>
<td>27</td>
<td>3.4</td>
</tr>
<tr>
<td>情意</td>
<td>快感情・評価的因子</td>
<td>27</td>
<td>17.1</td>
</tr>
<tr>
<td>不安感情</td>
<td>&quot;</td>
<td>26</td>
<td>4.7</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**P < 0.01 *P < 0.05

表8 スポーツ活動の比較

<table>
<thead>
<tr>
<th>活動</th>
<th>若年性成人控血圧患者</th>
<th>福岡地域の学生</th>
<th>X2</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>スポーツ活動</td>
<td>規定</td>
<td>8.0</td>
<td>12.2</td>
</tr>
<tr>
<td>参加</td>
<td>44.0</td>
<td>44.1</td>
<td>43.7</td>
</tr>
<tr>
<td>参加</td>
<td>48.0</td>
<td>43.7</td>
<td>48.0</td>
</tr>
<tr>
<td>週5〜6日</td>
<td>20.0</td>
<td>10.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>週3〜4日</td>
<td>12.0</td>
<td>7.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>週1〜2日</td>
<td>44.0</td>
<td>27.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>週2〜3日</td>
<td>16.0</td>
<td>37.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>週3〜6日</td>
<td>8.0</td>
<td>17.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体験</td>
<td>現在定期的に実施</td>
<td>38.5</td>
<td>15.2</td>
</tr>
<tr>
<td>実施</td>
<td>15.4</td>
<td>23.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>実施</td>
<td>34.6</td>
<td>33.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>実施</td>
<td>11.5</td>
<td>28.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>スポーツ活動</td>
<td>いたい参加する</td>
<td>3.8</td>
<td>7.8</td>
</tr>
<tr>
<td>かなり参加する</td>
<td>30.8</td>
<td>17.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>あまり参加しない</td>
<td>34.6</td>
<td>39.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>ほうとう参加していない</td>
<td>38.8</td>
<td>35.2</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

*P < 0.05 **P < 0.10
高い相関を示し、規範性は行動意図を予測する変数として、その有効性が証明されている変数である。
運動療法への参加に対しては「まだがいなく参加する」が18.5％、「おそらく参加する」は25.9％で、参加意志はあまり高くなかった。

4. 血圧に対するイメージ

自分の血圧に対してどのようなイメージを持っているのかを13項目の対象選択項目を用いて集計した。表10のとおりである。どの項目で不快感があるか、「非常によく考えられた項目」を含め、不満足でないものであった。不快感と「やや」を含めた項目と、「不安」、「不満足」、「うつ」と、「思春期」、「発汗」で7～8割の者がこれらの項目に反応した。自分の血圧のことを考えるときとはほとんどが不快に行うには不満足、不満足状態を示していることがわかる。

まとめ

定期健康診断の結果、若年性動揺性高血圧学生と判定された学生に対する運動療法の基礎資料を得る目的から、健康、体力、スポーツ活動について一般学生と比較した結果をつぎのように示すことができる。
1. 身長には差はないが体重は重い。体力は少し体力には差はないが、柔軟性が優れ、筋力を両 emperor 髪型でやや劣った。体力についての自信は強い、現状に満足的。将来の重要性も高く意識している者が多いかった。
2. 健康状態の思考では顕著な差はなかったが、学習、思春期、不眠、精神、意気消沈の傾向がある者は少なく

<table>
<thead>
<tr>
<th>設問</th>
<th>回答</th>
<th>途中</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>友人の規範</td>
<td>「まだがいなく思っている」</td>
<td>29.6</td>
</tr>
<tr>
<td>なそろく思っている</td>
<td>18.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>なそろく思いえない</td>
<td>29.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>まったく思っていない</td>
<td>22.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>まったく思っていない</td>
<td>0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>運動療法</td>
<td>「まだがいなく参加する」</td>
<td>18.5</td>
</tr>
<tr>
<td>なそろく参加する</td>
<td>25.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>なそろく思いえない</td>
<td>40.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>なそろく思いえない</td>
<td>7.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>まったく参加しない</td>
<td>7.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>スポーツ</td>
<td>小学時代 (N = 76)</td>
<td>19.7 (33.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>中学 (N = 76)</td>
<td>51.3 (62.6)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>高校 (N = 76)</td>
<td>26.3 (35.2)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>大学 (N = 26)</td>
<td>34.6 (21.1)</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

注：（ ）内は福岡地区学生

<table>
<thead>
<tr>
<th>対象選択詞</th>
<th>非常</th>
<th>や</th>
<th>どちら</th>
<th>や</th>
<th>非常</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1 悪い</td>
<td>22.2</td>
<td>48.1</td>
<td>29.6</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>2 不安</td>
<td>25.9</td>
<td>55.6</td>
<td>18.5</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>3 悪い</td>
<td>22.2</td>
<td>48.1</td>
<td>29.6</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>4 しあわせ</td>
<td>15.4</td>
<td>46.2</td>
<td>38.5</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>5 みじめ</td>
<td>7.4</td>
<td>48.1</td>
<td>44.4</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>6 ふくい</td>
<td>33.3</td>
<td>33.3</td>
<td>33.3</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>7 ひううつ</td>
<td>7.4</td>
<td>66.7</td>
<td>22.2</td>
<td>0</td>
<td>3.7</td>
</tr>
<tr>
<td>8 不快</td>
<td>14.8</td>
<td>48.1</td>
<td>37.0</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>9 悪い</td>
<td>7.4</td>
<td>44.4</td>
<td>48.1</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>10 気がふくい</td>
<td>3.7</td>
<td>59.3</td>
<td>37.0</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>11 ひううつ</td>
<td>7.4</td>
<td>44.4</td>
<td>44.4</td>
<td>3.7</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>12 不満足</td>
<td>33.3</td>
<td>44.1</td>
<td>18.5</td>
<td>0</td>
<td>3.7</td>
</tr>
<tr>
<td>13 こわい</td>
<td>14.8</td>
<td>40.7</td>
<td>44.4</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
</tr>
</tbody>
</table>
肥満傾向、かせにかかりやすい傾向のある者がやや多かった。健康度の自己評価はやや高く、定期的な生活や健康に関する検査等の健康法を実施している者が多かった。

3. 体質・スポーツの好き嫌いだけを見ると好意的な者が多いが、その強度を分析すると、スポーツに対する信頼や選別感情、評価意識度は低く、不安感情は強かった。

4. 過去のスポーツクラブ所属者もかなり多く、現在ではむしろ多い。健康や体力づくりのためのスポーツの実施は多く、週平均のスポーツの実施もやや多かった。将来のスポーツ活動もかなり高い確率で予測された。しかし、運動療法への参加意志はやや低かった。

5. 自己の血圧に対しては感情的、評価的にも低いイメージであり、不快、不安、不満足状態を示す者が多かった。

附記。この報告は九州大学健康科学センターのプロジェクト研究「血圧異常者に対する運動療法（野村、藤倉、藤野、大坪、小島）」の一部であり、資料報告として筆者がまとめたものである。