

地域在住高齢者における身体活動量と運動機能との 関連

矢次, 春風

<https://hdl.handle.net/2324/7165089>

出版情報 : Kyushu University, 2023, 博士 (人間環境学), 課程博士

バージョン :

権利関係 : Public access to the fulltext file is restricted for unavoidable reason (3)

氏名	矢次春風			
論文名	地域在住高齢者における身体活動量と運動機能との関連			
論文調査委員	主査	九州大学	准教授	岸本裕歩
	副査	九州大学	教授	斉藤篤司
	副査	九州大学	教授	杉山佳生
	副査	佐賀大学	教授	山津幸司

論文審査の結果の要旨

日常生活の中で身体活動量が多いほど、早く歩いたり、強く握ったりといった運動機能は良好であることが古くから知られており、運動生理学や運動生化学の研究分野で明確な機序が示されている。しかし、疫学分野では高齢者の身体活動量と運動機能との関連は明らかでなかった。

本論文では疫学的手法を用いてヒト集団における上記の関連を明確にするため、次のことが検証された。まず、高齢者対象の既存の疫学研究研究を整理し、身体活動量と運動機能の関連について科学的根拠の現状を把握した。そして、それらの根拠が今なお明確でないことを確認した。次に、福岡県に住む65歳以上の男女約4000名の身体活動量を測定し、性別・年齢階級別に身体活動量と座位行動を示し、その性差と年齢差の存在を明確にした。そして、地域在住高齢者約800名を対象に身体活動量と運動機能との関連を検討した結果、運動機能に関連を示す身体活動は中・高強度の活動量のみであることを示した。さらに、中・高強度の身体活動を歩行と歩行以外の活動に分けて詳細に分析すると、歩行活動は男性に、歩行以外の活動は女性に多かった。

高齢期の運動機能に関与する身体活動は中・高強度であること、中・高強度の身体活動は単に歩行だけでなく、歩行以外の身体活動でも確保できることが明らかとなった。このことは、高齢期の運動機能に関わる身体活動量を維持・増進していく際には、個人の特性と生活行動である性別や活動強度や行動要素（歩行と歩行以外の身体活動）に合わせて取り組めることを提案した。

よって、本論文は博士（人間環境学）の学位に値するものと認める。