

る(表1)。しかし、制度施行後2年(2008)を経過したが介護予防施策における特定高齢者のスクリーニングがまだ十分でない。2006年度の特定高齢者施策のプログラム参加者はわずか3万弱しかいなかったため該当基準を緩和した⁷⁾。対象者を早期にスクリーニングし、早期に運動介入プログラムなどに参加させるには運動機能基準値の問題点を明確にしなければならない。

以上の観点から、本研究は軽度要介護高齢者において体力測定を実施し、要介護度別と運動機能基準値との関係を検証したものである。

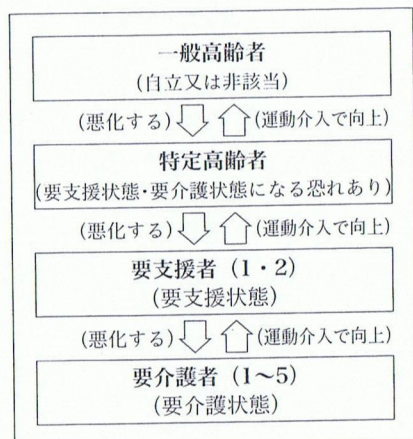


表1 介護予防施策の流れ

2. 方法

2-1. 対象

筆者が経営する機能訓練型デイサービスを利用している65歳以上の要介護高齢者53名(表2)において握力・開眼片足立ち・5m歩行時間・Timed Up & Go (以下、TUG)などの体力測定を実施して、特定高齢者の運動機能基準に当てはめて出現率を

判定した。対象者には、事前に本研究の目的や期待される成果、個人情報の管理などが十分に説明され、対象者の同意の上に体力測定が行われた。

年齢	65~87
平均年齢	77±7.1
性別(男性/女性)	34/19
要介護度	
要介護1	9
要介護2	13
要介護1	9
要介護2	17
要介護3	5

表2 対象者(N=53)の特性

2-2. 体力測定の方法

握力(筋力)・開眼片足立時間(バランス能力)・5m歩行時間・TUG(歩行能力)を測定した。

1) 握力

立位で握力計を保持して測定した。測定は利き手あるいは強い方の手で2回行った。

2) 開眼片足立時間

高齢者は片足立ち姿勢をとり、その姿勢が維持できなくなるまでの時間を測定した。

3) 5m歩行時間

高齢者は、5mの歩行時間測定区間の前後に2m程度の加速および減速路がある直線を歩き、教示は「できるだけ早く歩いてください」と統一した。

4) TUG

高齢者は椅子座位をとり、検者の開始の合図で椅子から立ち上がって3m先の目標物(コーン)を歩いて回り、再び椅子

1. 階段を手すりの壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
2. 椅子に座った状態から何も掴まらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
3. 15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
4. この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
5. 転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ

表3 見直しチェックリスト(運動器50項目を抜粋)

運動機能測定項目	基準値		基準値に該当する場合の配点
	男性	女性	
握力(kg)	<29	<19	2
開眼片足立時間(秒)	<20	<10	2
5m歩行時間(秒)	≥4.4	≥5.0	3

表4 運動機能評価基準

	握力(kg)		開眼片足立時間(秒)		5m歩行時間(秒)	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
デイサービス利用者	26.0±3.9	16.7±4.2	10±12.8	9.8±12.7	4.6±1.9	4.5±1.5

表5 運動機能測定の平均値(N=53)

	握力(kg)	開眼片足立	5m歩行	合計5点に満たない者
デイサービス利用者	75%(40人)	75%(40人)	75%(40人)	75%(40人)

表6 運動機能評価基準による特定高齢者基準値の該当率(N=53)

	要支援1	要支援2	要支援1	要支援2	要支援3	分散分析
N	9	13	9	17	5	
握力(kg)	20.7±5.7	23.4±5.5	24.0±4.1	24.0±0.8	22.3±6.0	F=0.76
開眼片足立時間(秒)	7.8±5.2	18.7±20	11.7±14	5.2±3.6	8.2±9.7	F=1.71
5m歩行時間(秒)	4.7±1.8	4.7±1.2*	3.7±0.6*	5.5±2.2	4.1±0.5	F=3.57(p<0.01)
TUG(秒)	9.3±4.3	7.7±2.5*	7.6±2.0*	12.1±4.5	9.9±2.0	F=3.79(p<0.01)

*p<0.05vs要介護2(多重比較)

表7 介護度別の運動機能の平均値及びF分散分析の結果