



北海道公立大学法人
札幌医科大学
Sapporo Medical University

SAPPORO MEDICAL UNIVERSITY INFORMATION AND KNOWLEDGE REPOSITORY

| | |
|--------------------------|-------------------------|
| Title 論文題目 | えりも町民の生活習慣と健康長寿に関する調査研究 |
| Author(s) 著者 | 木原, 由里子 |
| Degree number 学位記番号 | 第34号 |
| Degree name 学位の種別 | 修士 (医科学) |
| Issue Date 学位取得年月日 | 2014-03-31 |
| Original Article 原著論文 | |
| Doc URL | |
| DOI | |
| Resource Version | |

「修士論文内容要旨」

報告番号 第 34 号 氏 名 木原 由里子

修士論文題名 「えりも町民の生活習慣と健康長寿に関する調査研究」

内容要旨

【目的】高齢社会に対応すべく、介護予防、健康増進の観点から社会では様々な取り組みがされており、高齢者の健康運動教室(以下、教室と略す)もその一つである。教室は、身体機能や精神機能の維持、向上に効果があるといわれている。しかし、そこに参加しない高齢者の健康についても考慮すべきである。また、北海道には医療資源の少ない地域が多数存在しており、このような地域で医療職がどう関われるのかを検討する必要がある。本研究の目的の一つ目は、医療資源の少ないえりも町の高齢者において、教室への参加がもたらす効果を明らかにすることである。二つ目は、教室への参加者と不参加者の特性を明らかにすることである。三つ目は、生活習慣などと一人あたりの総医療費との関連性を検討することである。

【方法・対象】2013年1月から3月にえりも町において70歳以上80歳未満の町民を対象とした教室を2週間ごとに4回行った。教室の初回と最終回には血圧、握力、柔軟性、歩行能力の評価を行い、実施前後で比較した。また、2013年2月から3月に70歳以上80歳未満のえりも町に在住する全町民613人のうち、在宅の567人に対して自記式アンケート調査を行い、379人(66.8%)から回答を得た。内容は基本属性、同居している家族構成、生活習慣、疾患の有無、健康関連QOLの評価としてのSF-8などであった。教室の参加者25人と同じ地区に居住の不参加者185人の特性を比較した。さらに、平成24年4月1日から平成25年3月31日までの調査対象者379人の一人あたりの総医療費に関する分析を行った。統計解析はSPSS ver. 20を使用し、 χ^2 検定、t検定、ロジスティック回帰分析、Mann-WhitneyのU検定を行った。有意水準は5%未満とした。本研究は、札幌医科大学倫理委員会の承認を得たうえで実施し、対象者へは十分な説明を行い、文書にて同意を得た。

【結果】教室の参加者では、実施前よりも実施後で拡張期血圧の平均値が有意

に低下した ($p=0.041$)。アンケート調査では、教室の参加者は不参加者と比べて身体的な日常の役割機能が高く ($p<0.001$)、体の痛みが少なく ($p=0.043$)、全体的健康感が高かった ($p=0.011$)。男女別で、女性の参加者では身体的な日常の役割機能が高く ($p=0.001$)、全体的健康感が高く ($p=0.010$)、身体的サマリースコアが高かった ($p=0.040$)。男性の参加者では社会生活機能が高かった ($p=0.007$)。性別と年齢を調整すると、参加者で体の痛みが少なかった ($p=0.035$)。男女別に年齢を調整すると、女性の参加者では身体的サマリースコアが高く ($p=0.037$)、男性の参加者では有意ではなかったが、精神的サマリースコアが高い傾向があった ($p=0.065$)。また、外出の機会を維持している人 ($p=0.020$)、階段昇降 ($p=0.016$) や立ち上がり ($p=0.015$) などの筋力低下のない人、転倒に対する不安を持っていない人 ($p=0.007$) などで有意に一人あたりの総医療費が低かった。

【考察】女性では、身体的な問題が少ない人が、男性では精神的な問題が少ない人がより、教室に参加する傾向がみられた。そして、健康状態が良く維持されている人の総医療費が低かった。

論文審査の要旨及び担当者

(平成 26 年 3 月 31 日授与)

| | | | |
|-------------|-------------|-------------|--------|
| 報告番号 | 第 34 号 | 氏名 | 木原 由里子 |
| 論文審査 担当者 | 主査 教授 森 満 | 副査 教授 三浦 哲嗣 | |
| | 副査 教授 小林 宣道 | | |

| | |
|------|-------------------------|
| 論文題名 | えりも町民の生活習慣と健康長寿に関する調査研究 |
|------|-------------------------|

近年の高齢化はますます加速しており、高齢者の健康に注目して様々な取り組みがされている。本研究は医療過疎地域であると考えられるえりも町において、70 歳以上 80 歳未満の町民に対して自記式調査、健康運動教室を実施した。さらに 1 年間の一人当たり総医療費のデータを得て、それぞれを比較検討した。その結果、健康運動教室では拡張期血圧を下げる効果が認められ、また、女性では身体的な問題のある人が、男性では消極的な心理状態である人がより、教室に不参加となる傾向がみられた。そして、健康状態が良く維持されている人や健康運動教室に参加した人の総医療費が低いことが示された。本研究によって、身体機能に効果があると考えられる健康運動教室に参加することは高齢者の健康に有益であることが示され、そこに参加する人と参加しない人の間に健康関連 QOL の差があるということが示唆された。このことは今後の高齢者の健康づくりのために有用であると考えられる。以上から、本研究は学位（医学修士）の授与に値するものと審査委員全員から評価された。