

申請者	学科名	スポーツシステム工学科	職名	准教授	氏名	綾部 誠也 印
調査研究課題	離島が育む独自のライフスタイルが島住民の心身の健康に果たす役割の解明					
交付決定額	520,000					
調査研究組織	氏名	所属・職		専門分野	役割分担	
	代表	綾部誠也	情報工学部・准教授	応用健康科学	研究立案, 統括, 総括	
	分担者	犬飼義秀	情報工学部・教授	スポーツ科学	データ収集・データ分析	
		飛奈卓郎	長崎県立大学・講師	運動生化学	データ収集 (新上五島町)	
		大橋千里	富山高等専門学校・准教授	健康教育学	データ収集 (ハワイ島)	
調査研究実績の概要 地域貢献への反映を踏まえて記述のこと	<p>背景と目的</p> <p>我が国は、生活習慣病の蔓延が危惧され、その一因がライフスタイルの自動化と食生活の欧米化であると考えられている。前者は、生活習慣から身体活動・運動の機会を減少させ、自立度の低下やロコモティブシンドロームの主要因となり、後者は、摂取カロリーの増大を招き、肥満などの代謝性疾患の主因である。</p> <p>一方で、離島の在住者は、そのような生活の近代化の影響が薄く、日本古来の文化や島独自の生活習慣を営んでいる。その結果として離島在住高齢者の寿命の長さが知られるところである。そこで、本研究は、そのような離島高齢者が持つ独自の問題を解決するための基礎的な研究として、本研究の目的は、離島が育む独自のライフスタイルが島住民の心身の健康に果たす役割を解明することであった。</p> <p>研究内容</p> <p>本研究は、離島在住者ならびに本土在住者について、生活習慣の横断的調査を実施した。対象者は、岡山県内の離島に在住する男女15名、および、本土在住男女15名であった。さらに、離島独自の文化を維持しながら移住者により近代的ライフスタイルの介入を受けているグループの代表的サンプルとして米国ハワイ島在住者を対象とした。対象者は、事業の趣旨を理解したうえで参加の同意が得られた者に限定した。事業の実施に際しては、事前に岡山県立大学倫理委員会の承認を得た。</p>					

<p>調査研究実績の概要</p> <p>（地域貢献への反映を踏まえて記述のこと）</p>	<p>生活習慣は、体格、下肢筋力、日常生活における健康に関連する生活の質（Health Related Quality of Life; HRQOL）、自立度（老研式活動能力指標）、食生活調査、既往、通院、服薬、家族歴などについて、自記回答式質問紙により調査した。さらに、日常生活の中の身体活動は、多メモリー加速度計付歩数計により調査した。対象者は、連続する7日間にわたって腰部に歩数計を装着した。測定期間終了後に歩数計を回収し、パソコンにデータを転送し、日常生活の身体活動量を算出した。</p> <p>研究結果</p> <p>離島在住者は、本土在住者と比較して、自立度と日常生活の身体活動が、有意に高い値であった。一方、両者の間で、HRQOL、食生活調査などに有意な変化が認められなかった。また、ハワイ在住者は、本土在住者に比して、体重および体格指数が有意に高値であった。一方で、生活活動量には有意差が認められなかった。重回帰分析の結果、HRQOLの説明変数として、脚筋力と日常生活の身体活動量が採択された。</p> <p>考察およびまとめ</p> <p>本研究の成果は、離島在住者の健康寿命延長の原因として、日常生活を活動的に過ごしていることが示唆された。日常生活の中の身体活動を増やすことは、脚筋力を高め、生活の質を向上させると考えられた。一方で、対象者グループ間において、疾病の罹患や治療についての差が見られなかった。</p> <p>高齢者においては、生活習慣病などと同時に、HRQOLをはじめとした生活の質を高めることの役割を総合的に考慮し、自立した生活を送ることができる期間の延長できるような支援が必要である。特に、離島は、交通機関の確保や物流や医療の提供が本土に比べて難しい状況になりがちである。このような観点に立てば、本研究で得られたように、離島在住者が日常生活を活動的に過ごしていることに不思議はない。すなわち、離島在住者は、日常生活で要求される行動体力が本土に在住する者に比べて、必然的に高くなり、その結果、離島在住者において、日常生活の身体活動や下肢筋力筋力が自立した生活を確保することへの貢献度は、本土在住者に比べて高くなるのであろう。逆を言えば、離島在住者は、本土在住者よりも高い身体機能や体力を維持しなければ、要支援・要介護の状況に移行しやすい状況にあると推測される。</p> <p>本研究は、岡山県の離島の一部の自立生活者の実態を評価したに過ぎず、この結果を全ての離島在住者へ応用することは出来ない。離島で自立した生活を営むための身体機能基準とそれを確保するために必要な日常身体活動は興味深い課題である。</p> <p>本事業の地域貢献への応用</p> <p>離島在住者は、本土在住者に比して、相対的に同等のQOLを維持するためには、より高い身体活動や体力が必要であると考えられた。昨今の身体的自立のための身体活動、筋肉量（サルコペニア）、体力（ロコモティブシンドローム）の基準は、離島での自立した生活を営むための基準として十分であるかどうかは見当が必要である。介護予防や健康寿命延伸を鑑みた離島在住者の健康支援においては、習慣的運動を含む身体機能の確保の観点を欠かすことができない。</p> <p style="text-align: right;">（成果資料等があれば添付すること。）</p>
<p>成果資料目録</p>	