演題 142	平成25年度ミニ運動器検診
	発表者　丹羽　治男（愛知県　東栄町国民健康保険東栄病院）
	共同研究者　神谷　庸成、山本　和三郎、夏目　忠

平成25年度ミニ運動器健診

愛知県
東栄町国民健康保険東栄病院

丹羽治男

【目的】

東栄町ではロコモティブシンドロームの啓発をめざし、平成25年度ミニ運動器検診を実施した。
その結果をまとめたので報告する。

1．はじめに

東栄町ではロコモティブシンドロームの啓発をめざし、平成24年度に問診、運動機能検査、レントゲン撮影からなる運動器検診を実施し、その後の追跡を行っている。平成25年度もミニ運動器検診として住民健診受診時に問診、身体計測を行った。その結果をまとめたので報告する。

【方法】

期間　平成25年6月から平成26年1月
場所　東栄病院
対象者　50歳以上の全住民
問診項目
　ロコモ25
　FRAX
　運動習慣の変化
　転倒骨折頻度

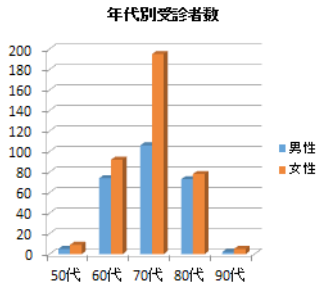
2．方法

実施期間は平成25年６月から平成26年１月で、東栄町国民健康保険東栄病院にて実施した。ミニ運動器検診は月曜日、土曜日に設定された集団住民健診日に行い、東栄病院通院中の住民は定期受診時の実施も行った。対象者は50歳以上の全住民とした。実施項目はアンケートと運動機能検査で、アンケートはロコモ25、FRAX、運動習慣の変化、転倒、骨折の頻度について調査した。運動機能検査は開眼片足立ち、長座体前屈を測定した。今回の検診の実施について文書並びに口頭にて説明し、同意が得られたものを集計した。

【結果】

住民健診総受診者数　954人
ミニ運動器検診受診者
639人（平均74.0歳）

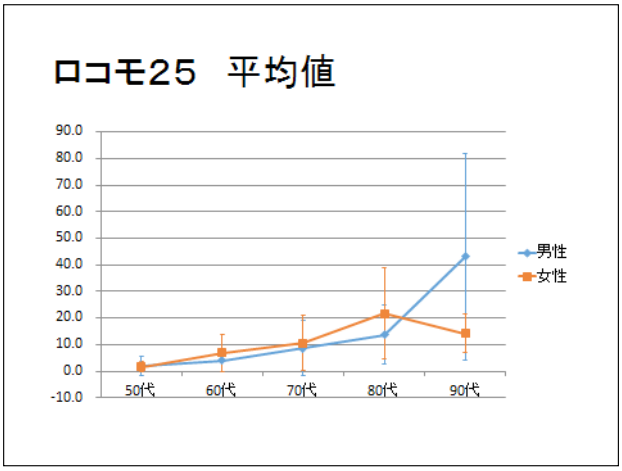
男性　260人（41%）
女性　379人（59%）



3．結果

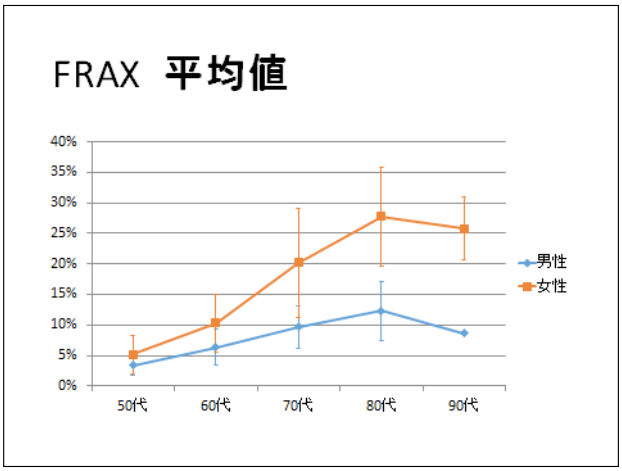
住民健診の総受診者数は954人であった。うちミニ運動器検診受診者は639人で、男性260人（41%）、女性379人（59%）であった。受診者の年齢は50歳から92歳で、平均74.0歳であった。今回は要介護認

定を受けている住民も除外せず、11人が要介護認定を受けていた。年代別では70代が最も多かった。



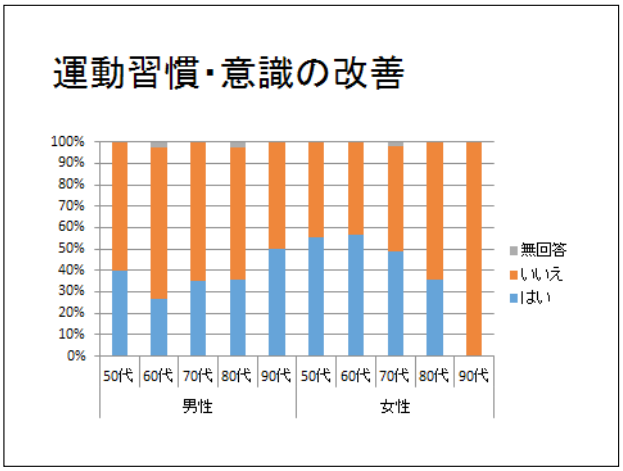
1）ロコモ25

ロコモ25は、０点から82点までに分布し、平均10.6点（+-12.0）であった。すでに要介護認定を受けている住民を除外した集団では平均10.2点、認定を受けているものでは34.8点であった。平成24年度運動器検診受診者693人の内、平成25年も受診した人483人で、ロコモ25の変化は0.48であった。



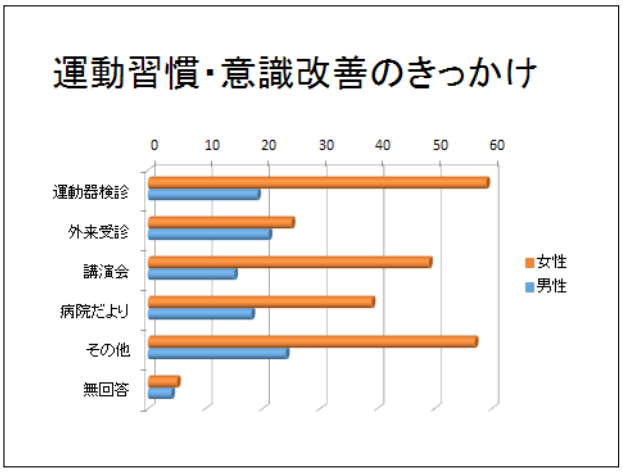
2）FRAX

FRAXは、０％から82％までに分布し、平均15.1％（+-9.6）であった。すでに要介護認定を受けている住民を除外した集団では平均15.0％、認定を受けているものでは25.2％であった。

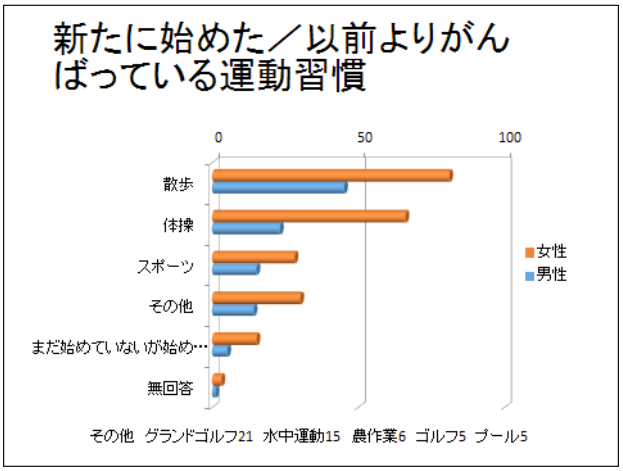


3）運動習慣の変化について

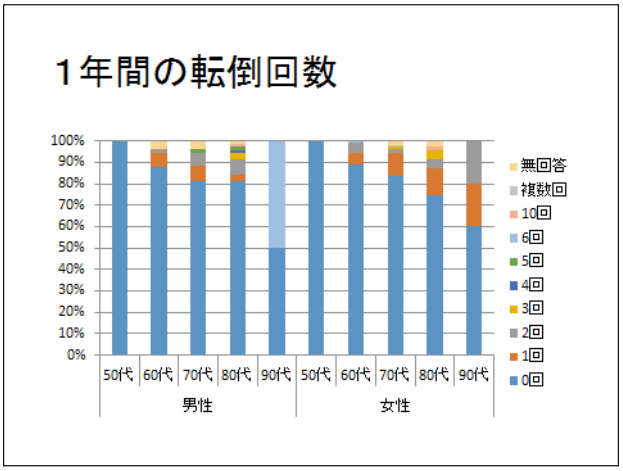
「この１年間で運動習慣・意識の改善があったか？」という質問に対して、「はい」266人、「いいえ」365人、無回答８人であった。平成24年度も受診し、運動習慣の変化について回答のあったものは480人で、「はい」211人、「いいえ」269人であった。ロコモ25の変化値は、「はい」で0.63、「いいえ」で0.36であった。



「運動習慣・意識の改善のきっかけは何か（複数回答あり）？」については、運動器検診受診、講演会、病院だよりを挙げるものが多かった。



「新たに始めた・以前よりがんばっている運動習慣は？」という質問については、散歩、体操が多く見られた。



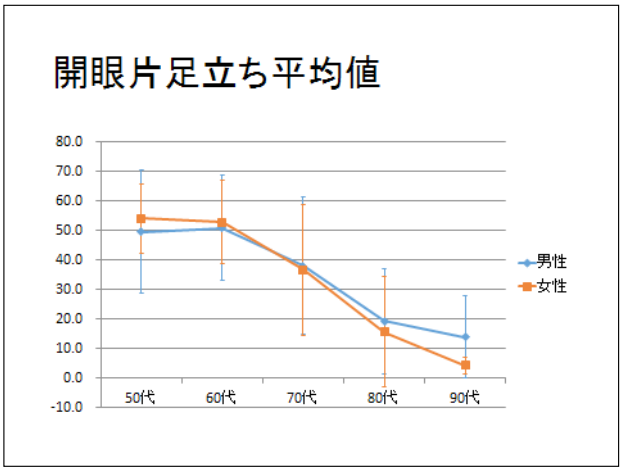
4）転倒、骨折、入院の頻度について

この１年間で転倒した回数は、高齢者に多い傾向が見られた。

1年間の骨折回数

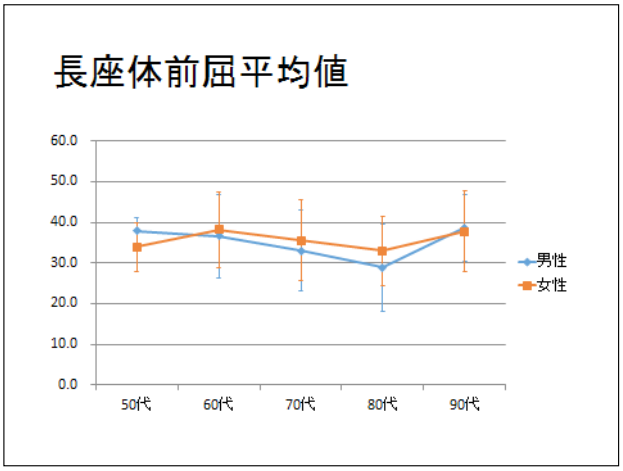
	0回	1回	2回	無回答	総計
男性	245	5		10	260
50代	5				5
60代	70	1		3	74
70代	100	3		3	106
80代	69	1		3	73
90代	1			1	2
女性	356	11	1	11	379
50代	9				9
60代	89	2		1	92
70代	182	5	1	7	195
80代	71	4		3	78
90代	5				5
総計	601	16	1	21	639

この１年間で骨折したものは、男性５人、女性12人、計17人であった。場所は、胸腰椎が多く、その他、四肢、鎖骨、胸骨などが見られた。



5）開眼片足立ち

年齢ごとの分布は表のようであった。年齢とともに時間の短縮が見られた。



6）長座位体前屈

年齢による変化は見られなかった。

【考察】

ロコモティブシンドローム対策の意義

・個人の健康、ADL、生活能力の維持
・自治体の医療、介護供給体制の維持
・国保、介護財政の健全化
・地域の活性化、地域の存続

４．考察

平成24年に開始した運動器検診の２年目として主に問診を主体としたミニ運動器検診を実施した。運動器検診と合わせて、講演会、病院だより、地区懇談会など様々な場面で住民に対するロコモティブシ

ンドローム啓発活動を行っている。ロコモ対策は、認知症対策と並んで高齢化した地域では非常に重要な役割を担う。高齢者個人の健康、ADL、生活能力の維持のみならず、自治体の医療、介護サービスの供給体制、国保や介護財政に大きな影響を及ぼし、さらには地域の活性化、地域の存続にも関連することも我々は示唆した。今後も運動器検診を継続し、地域の活力を生み出すような保健、介護予防事業を展開していく予定である。

【結論】

平成25年度にミニ運動器検診を実施した。

今後もロコモ対策の一環として、検診を継続していく予定である。

５．結語

平成25年度に問診、運動機能計測からなるミニ運動器検診を実施した。今後もロコモティブシンドローム対策の一環として、継続していきたい。