

## 健康とくらしの調査2016（JAGES）の結果について

### (1) 調査概要

JAGES 全体

参加保険者：39 市町

回収票数：約 20 万票

船橋市調査

実施時期：平成 28 年 11 月 14 日から 12 月 5 日まで

対象者：要介護 1 から 5 に該当しない 65 歳以上の市民 9,177 人  
(ただし要支援者 500 人含む)

回収率：63.2% (5,801 票)

### (2) 調査結果

#### ①船橋市と全国比較

良かった項目	改善が必要な項目
運動機能低下者の割合が少ない (1 位)	近所とのつながりがある者の割合 (32 位)
虚弱者の割合が少ない (2 位)	ソーシャルキャピタル得点 (連帯感) が低い (27 位)
1 年間の転倒ありの割合が少ない (2 位)	
要介護リスク者の割合が少ない (3 位)	
認知症リスク者の割合が少ない (2 位)	

#### ②市内の特徴

良かった地区と項目	改善が必要な地区と項目
スポーツの会参加者月 1 回以上の割合は <u>北部地区が高い</u>	閉じこもり者割合は <u>北部地区が高い</u>
30 分以上歩く者の割合は、 <u>南部地区が高い</u>	孤食者割合は <u>南部地区が高い</u>
閉じこもり者の割合は <u>西部地区が低い</u>	1 年間の転倒ありの割合は <u>中部地区が高い</u>
学習・教養サークル参加者月 1 回以上の割合は <u>東部・中部地区が高い</u>	学習・教養サークル参加者月 1 回以上割合は <u>西部地区が低い</u>
	虚弱者の割合は <u>東部地区が高い</u>

《運動器チェック》

案 1. 利用者が運動器チェックを受けた際に、専門職が測定結果および判定を返す場合（評価の正確性、信頼性、エビデンス等を考慮し、既にある評価バッテリーを使うのが妥当）

例①ロコモ 25（別紙参照）とロコモ度測定

	評価	ロコモ度 1	ロコモ度 2
1～25	参加者が自宅で記入（ロコモ 25）	7 点以上	16 点以上
1	2 ステップテスト	1.3 未満	1.1 未満
2	立ち上がりテスト	片脚で 40 cm から立ち上がれない	両脚で 20 cm から立ち上がれない

例②厚生労働省 介護予防マニュアル第 3 章運動機能向上マニュアル  
資料 3-5 体力測定マニュアルより抜粋

		1	2	3	4	5
握力 (kg)	男	20.9 以下	21.0－25.3	25.4－29.2	29.3－33.0	33.1 以上
	女	14.9 以下	15.0－17.6	17.7－19.9	20.0－22.4	22.5 以上
開眼片脚立ち (秒)	男	2.6 以下	2.7－4.7	4.8－9.5	9.6－23.7	23.8 以上
	女	3.0 以下	3.1－5.5	5.6－10.0	10.1－24.9	25.0 以上
TUG (秒)	男	13.0 以上	12.9－11.0	10.9－9.1	9.0－7.5	7.4 以下
	女	12.8 以上	12.7－10.2	10.1－9.0	8.9－7.6	7.5 以下
5m 歩行通常 (秒)	男	7.2 以上	7.1－5.7	5.6－4.8	4.7－4.2	4.1 以下
	女	6.9 以上	6.8－5.4	5.3－4.8	4.7－4.1	4.0 以下
5m 歩行最大 (秒)	男	5.4 以上	5.3－4.4	4.3－3.7	3.6－3.1	3.0 以下
	女	5.5 以上	5.4－4.4	4.3－3.8	3.7－3.2	3.1 以下

例③E-SAS（別紙参照）日本理学療法士協会

案 2. データ蓄積のために測定を行う場合

（オリジナル項目を検討していくことは相当数のデータ収集などが必要）  
→専門職が測定の数値等は伝えられるが、それによる状態・判定はエビデンスがないため伝えられない

例) 筋力 →握力  
骨 →FRAX (WHO 骨折リスク評価)  
関節 (痛み) →VAS  
バランス →2 ステップ など  
評価項目を選択し、3 年分のデータを蓄積  
→結果判定できる船橋市オリジナル評価を作成

《健康スケールの運動器 5 項目》

運動器チェックと項目が被らずに簡易的に判断できるもの

→ロコチェック 7のうち、辻氏の 10 項目と被らない 5 項目を使用する

(判定基準としては、ロコチェック該当項目のうち 1 項目でも当てはまればロコモの危険性あり)

	質問項目	はい	いいえ	
1	片脚立ちで靴下がはけない	1	2	
2	家の中でつまずいたり、すべったりする	1	2	
3	階段を上がるのに手すりが必要である	1	2	※
4	家のやや重い仕事が困難である	1	2	
5	2 kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である	1	2	
6	15分くらい続けて歩くことができない	1	2	※
7	横断歩道を青信号で渡りきれない	1	2	

※辻氏の 10 項目に重複する項目