

健康力測定を用いた健康力評価尺度の作成

伊藤健司 1,3)、武村政徳 2) 、辻田純三 3)

- 1) 淀屋橋健康増進センター
- 2) 兵庫医科大学生理学生体機能部門
- 3) 兵庫医科大学健康スポーツ

【背景】我々は、主たる対象を高齢者として独自に 25 項目の組み合わせを主体としたバッテリーテスト：健康力測定を考案し利用している。この健康力測定は、多くの項目の測定を行っており対象群の特徴をより詳細に現すものと考えているが、測定結果は多項目に渡り、それらを統合した解釈は複雑になっている。そのため、対象である高齢者本人が十分理解し活用できていなかったり、健康力測定に継続して参加する意欲に繋がらなかったりすることが少なからずあった。

【目的】健康力測定の項目をさらに精査し抽出した項目を用いて、年齢で表される評価尺度として健康力年齢を作成し、その妥当性について検討することである。

【方法】過去に健康力測定を少なくとも 2 回以上受けている方のデータを元に、5 歳ごとに区分したグループ間の平均値を比較すると共に主成分分析を行い、その他のデータを加味して対象となる測定項目を抽出した。抽出した項目で改めて主成分分析を行い第一主成分得点より健康力年齢算出式を作成した。この算出式を用い求めた健康力と、暦年齢やその他の測定項目と比較し妥当性を検討した。

【結果および考察】健康力測定 25 項目の内 7 項目を抽出し健康力年齢算出式を作成され、妥当性についてもいくつか確認された。今後、この健康力年齢の妥当性をさらに検証し指導に役立てたいと思う。