

Title	地域在住高齢者身体活動促進の普及・継続/認知症予防・早期発見支援システム構築
Sub Title	Dissemination and maintenance of physical activity promotion/support system in prevention and early detection of dementia among community-dwelling elderly.
Author	小熊, 祐子(Oguma, Yuko)
Publisher	慶應義塾大学
Publication year	2019
Jtitle	学事振興資金研究成果実績報告書 (2018.)
JaLC DOI	
Abstract	<p>2018年度は、前年度までの実績を踏まえ、状況に応じて実施し相互に参照可能な身体活動・体力指標・認知機能などの評価システムを含め、長期的な身近な地域で定期的に運動を行うコミュニティの維持継続システムを提案することを目的とした。</p> <p>継続的に実施している藤沢市の小グループ運動介入グループの支援を継続し、3年後調査を計8グループ148名 (CADI2による認知機能の評価は138名) に実施した。本年度は別資金で導入したiPadを用いたアンケート入力システムおよび、その後のデータ統合蓄積システムを用いて小グループにおける健康チェックを行うことができた。本年度の経験を集約し年度末にGUI改良を行った。来年度以降の健康チェック、その他のセッティングで活用していく予定である。本年度は、研究グループ以外に、健康イベントにおけるiPadを用いた認知機能チェック・握力測定による簡易体力チェック、体組成計を用いた体組成チェックを新たに行うことができた。また、ホームページ (3月に改良)・ニュースレター等による多レベルの情報発信も継続的に行うことができた。並行して、身体活動の継続や普及等に関するインタビュー調査を実施し、昨年度までの成果に加え「アドボケイツ」の存在と意義が明らかとなった。</p> <p>本研究は、実社会に即した研究であり長期に多角的項目について追跡できているのが特徴である。一方欠損値が少なからず生じるため統計学的処理が必要である。高度な技術を習得・解析に活かした。今後、本研究成果を市の事業に漸次実装するとともに長期的に関わり評価・改善を図る。</p> <p>また、本研究を契機に日本の地域コミュニティにおける身体活動促進のレビューをWHO西太平洋事務局と協働で行うこととなり、3月にマニラで打ち合わせを行った。本研究を含めた日本の身体活動促進研究レビューと世界への発信、Global Action Plan on Physical Activity2018-2030 (WHO2018) の日本での推進を、さらに進めていく予定である。</p> <p>Our goal in 2018 was to establish group-based physical activity which the elderly can regularly participate in their community close to their living place and propose a system about physical activity, physical fitness indicators, and cognitive functions that can be referred to each other depending on the situation.</p> <p>Continued support was offered for a small group exercise intervention program in Fujisawa City; after three years, health checks were conducted with a total of 148 older adults in eight groups (138 had their cognitive function screened with Cognitive Assessment for Dementia, iPad version 2 (CADI 2). In 2018, it was possible to conduct such health checks in small groups with a questionnaire input system using iPads; these checks were introduced using a separate fund, and later, a data integration storage system was added.</p> <p>We summarized the experience of this year and made Graphical User Interface improvements in March. We plan to use the application for health checks and other settings. In 2018, in addition to the research groups, we were able to perform cognitive function checks using iPads at health events, simplified physical fitness checks by measuring grip strength, and body composition checks using Bioelectrical Impedance Analysis. Also, we were able to continuously send multi-level information through our website (improved in March) as well as through newsletters. At the same time, an interview survey on the dissemination and maintenance of physical activity promotion was conducted, and the existence and significance of "advocates" were clarified in addition to the results from the studies that had been conducted up until the previous year.</p> <p>This research has been performed in the real world setting and makes it possible to track multiple items over time. However, statistical processing is necessary because there are several missing values. Because of this, we needed to learn to use advanced statistical analysis. In the future, we will gradually integrate this research result into the city's business and aim to evaluate and improve the long-term relationship.</p> <p>Further, this study led to a review of the promotion of physical activity in local communities in Japan in collaboration with the WHO Western Pacific Regional Office, and a meeting was held in Manila in March. We plan to further promote the review of good Japanese practices of physical activity promotions, including this research, in transmissions to the world, as well as a promotion of</p>

	the Global Action Plan on Physical Activity 2020-2030 (WHO 2018) in Japan.
Notes	
Genre	Research Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=2018000006-20180390

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

研究代表者	所属	スポーツ医学研究センター	職名	准教授	補助額	1,000 千円
	氏名	小熊 祐子	氏名（英語）	Yuko Oguma		
研究課題（日本語）						
地域在住高齢者身体活動促進の普及・継続/ 認知症予防・早期発見支援システム構築						
研究課題（英訳）						
Dissemination and Maintenance of physical activity promotion/ support system in prevention and early detection of dementia among community-dwelling elderly.						
研究組織						
氏 名 Name		所属・学科・職名 Affiliation, department, and position				
小熊祐子 (Yuko Oguma)		スポーツ医学研究センター・准教授				
三村 将 (Masaru Mimura)		医学部精神神経科・教授				
武林 亨 (Toru Takebayashi)		医学部衛生学公衆衛生学教室・教授				
小松浩子 (Hiroko Komatsu)		看護医療学部・教授				
仰木裕嗣 (Yuji Ohgi)		大学院政策メディア研究科・教授				
新井康通 (Yasumichi Arai)		医学部百寿総合研究センター・専任講師				
齋藤義信 (Yoshinobu Saito)		大学院健康マネジメント研究科・助教(有期)				
1. 研究成果実績の概要						
<p>2018年度は、前年度までの実績を踏まえ、状況に応じて実施し相互に参照可能な身体活動・体力指標・認知機能などの評価システムを含め、長期的な身近な地域で定期的に運動を行うコミュニティの維持継続システムを提案することを目的とした。</p> <p>継続的に実施している藤沢市の小グループ運動介入グループの支援を継続し、3年後調査を計8グループ148名(CADi2による認知機能の評価は138名)に実施した。本年度は別資金で導入したiPadを用いたアンケート入力システムおよび、その後のデータ統合蓄積システムを用いて小グループにおける健康チェックを行うことができた。本年度の経験を集約し年度末にGUI改良を行った。来年度以降の健康チェック、その他のセッティングで活用していく予定である。本年度は、研究グループ以外に、健康イベントにおけるiPadを用いた認知機能チェック・握力測定による簡易体力チェック、体組成計を用いた体組成チェックを新たに行うことができた。また、ホームページ(3月に改良)・ニュースレター等による多レベルの情報発信も継続的に行うことができた。並行して、身体活動の継続や普及等に関するインタビュー調査を実施し、昨年度までの成果に加え「アドボケイツ」の存在と意義が明らかとなった。</p> <p>本研究は、実社会に即した研究であり長期に多角的項目について追跡できているのが特徴である。一方欠損値が少なからず生じるため統計学的処理が必要である。高度な技術を習得・解析に活かした。今後、本研究成果を市の事業に漸次実装するとともに長期的に関わり評価・改善を図る。</p> <p>また、本研究を契機に日本の地域コミュニティにおける身体活動促進のレビューをWHO西太平洋事務局と協働で行うこととなり、3月にマニラで打ち合わせを行った。本研究を含めた日本の身体活動促進研究レビューと世界への発信、Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030 (WHO2018)の日本での推進を、さらに進めていく予定である。</p>						
2. 研究成果実績の概要（英訳）						
<p>Our goal in 2018 was to establish group-based physical activity which the elderly can regularly participate in their community close to their living place and propose a system about physical activity, physical fitness indicators, and cognitive functions that can be referred to each other depending on the situation.</p> <p>Continued support was offered for a small group exercise intervention program in Fujisawa City; after three years, health checks were conducted with a total of 148 older adults in eight groups (138 had their cognitive function screened with Cognitive Assessment for Dementia, iPad version 2 (CADi 2)). In 2018, it was possible to conduct such health checks in small groups with a questionnaire input system using iPads; these checks were introduced using a separate fund, and later, a data integration storage system was added.</p> <p>We summarized the experience of this year and made Graphical User Interface improvements in March. We plan to use the application for health checks and other settings. In 2018, in addition to the research groups, we were able to perform cognitive function checks using iPads at health events, simplified physical fitness checks by measuring grip strength, and body composition checks using Bioelectrical Impedance Analysis. Also, we were able to continuously send multi-level information through our website (improved in March) as well as through newsletters. At the same time, an interview survey on the dissemination and maintenance of physical activity promotion was conducted, and the existence and significance of “advocates” were clarified in addition to the results from the studies that had been conducted up until the previous year.</p> <p>This research has been performed in the real world setting and makes it possible to track multiple items over time. However, statistical processing is necessary because there are several missing values. Because of this, we needed to learn to use advanced statistical analysis. In the future, we will gradually integrate this research result into the city's business and aim to evaluate and improve the long-term relationship.</p> <p>Further, this study led to a review of the promotion of physical activity in local communities in Japan in collaboration with the WHO Western Pacific Regional Office, and a meeting was held in Manila in March. We plan to further promote the review of good Japanese practices of physical activity promotions, including this research, in transmissions to the world, as well as a promotion of the Global Action Plan on Physical Activity 2020-2030 (WHO 2018) in Japan.</p>						

3. 本研究課題に関する発表			
発表者氏名 (著者・講演者)	発表課題名 (著書名・演題)	発表学術誌名 (著書発行所・講演学会)	学術誌発行年月 (著書発行年月・講演年月)
小熊祐子、齋藤義信	健康長寿社会における身体活動と健康ー「ふじさわプラス・テン」の取り組みを通してー	予防医学	2019 年 1 月
柴知里、齋藤義信、今村晴彦、田中あゆみ、土村里佳、小熊祐子	高齢者地域コミュニティのグループ運動継続に関わる特徴	日本健康教育学会誌	2018 年 5 月
齋藤義信、田島敬之、柴知里、小熊祐子	身体活動促進のためのポピュレーションアプローチ: ふじさわプラス・テンの取り組み	日本健康教育学会誌	2019 年 2 月
小熊祐子、齋藤義信、田島敬之	がんサバイバーの身体活動・運動と健康増進	日本健康教育学会誌	2019 年 2 月
Saito Y, Oguma Y, Tajima T, Tanaka A, Kibayashi Y, Shiba C, Miyachi M, Takebayashi T.	Maintenance of physical activity level and dissemination of “Plus Ten” message in community-based group exercise.	The 65th annual meeting of American College of Sports Medicine	2018 年 5 月
Saito Y, Tanaka A, Tajima T, Kibayashi Y, Miyachi M, Oguma Y.	RE-AIM evaluation of a community-wide physical activity intervention based on the Japanese guideline in adults: the Fujisawa +10 project.	The 7th International Society for Physical Activity and Health Congress	2018 年 10 月
Tajima T, Saito Y, Kibayashi Y, Oguma Y.	Effects of replacing sedentary behavior with different intensities of physical activity on physical function among community-dwelling elderly: A cross-sectional study.	The 7th International Society for Physical Activity and Health Congress	2018 年 10 月
伊藤智也	身体活動を周囲に推奨する高齢者の特徴と動機要因ーふじさわプラス・テンプロジェクト 地域高齢者グループにおける混合研究ー	大学院健康マネジメント研究科修士課程課題研究論文	2019 年 3 月
川瀬敦子	ソーシャル・キャピタルと主観的健康観の関連ー藤沢市在住の壮年期と高齢期を対象とした横断研究ー	大学院健康マネジメント研究科修士課程課題研究論文	2019 年 3 月
伊藤智也	運動継続の秘訣！はじめようプラス・テンーふじさわプラス・テンプロジェクトー	Open Research Forum Pitch 講演	2018 年 11 月
小熊祐子	スポーツ・身体活動のすすめー今、世界中で必要なことー	Open Research Forum Pitch 講演	2018 年 11 月