

ロコモ事業における参加者データのまとめと考察

2024.11.21

文責：山内 洋（理学療法士）

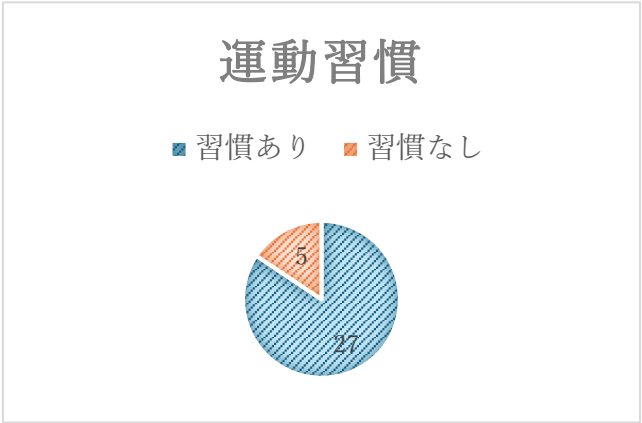
1. データ内容および件数（データ欠損数）参加者：33 名

	年齢	性別	運動習慣		片脚	両脚	身長	歩幅	ステップ値	ロコモ25
n	31	32	32		3	24	33	33	33	31
欠損数	2	1	1		30	9	0	0	0	2

2. 参加者の属性、運動習慣の有無

性別：男性 10 名、女性 22 名

年齢：73.2(±6.2)歳

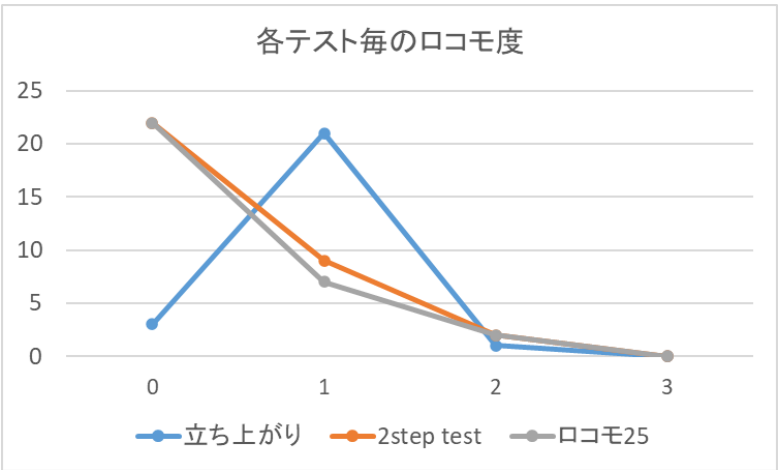


3. ロコモ度 ※判定数に差あり

立ち上がりテスト：25 名（参考）

2 ステップテスト：33 名

ロコモ 25：31 名



立ち上がりテストは欠損が多く、

“ロコモ該当無し＝0”の方が、“ロコモ1”と判定されている可能性がある。

4. 総括と次年度に向けて

①立ち上がりテストは片脚・両脚いずれかのみの記載となっている方が多数であり

(データ欠損が多く)、正確なリスク判定には至っていない。

⇒ 次年度に向けて、記載用紙の変更が妥当か。

②各テストともロコモ度は軽度、もしくは該当なしが半数以上と、

運動器の機能は比較的良好な状態にある者が多い集団であった。

⇒ 参加者の多くは、ロコモティブシンドローム予防ができている。

⇒ 2ステップテストでロコモ度2の方が2名いたが、他項目は良好。

⇒ 本事業参加者の課題把握には適さない可能性がある(天井効果)。

⇒ 次年度に向けて、フレイルチェックなど事業内容の再考も一案か。

③ロコモ25は概ね年齢分布通りの結果であり、要注意の方は少数と判断できる。

⇒ 細かな内容までは確認できず、25項目の中でも

どの項目がチェック要因となっているかまで把握できていない。

⇒ ロコモ25でロコモ度2の方が2名いたが、その内1名は運動習慣も

無いと回答していて、ロコモ進行リスクが高い方の可能性がある。