

0.800>BMD or 80.0>同年 齢比 or 80.0 >若年比	21)=1	OP-COM2	骨密度が低下しています。運動する事により骨密度が増しやすくなります。カルシウムの吸収の良い食品を多く摂取する等注意して、医療機関での経過観察続けて下さい。	OP=1	D61
0.800>BMD or 80.0>同年 齢比 or 80.0 >若年比	21)=なし	OP-COM3	骨密度が低下しています。運動する事により骨密度が増しやすくなります。カルシウムの吸収の良い食品を多く摂取する等注意して、医療機関で検査を受けて下さい。	OP=1	D62
検査値なし	21)=2	OP-COM4	骨密度が不明ですが、医療機関での治療続けてください。運動する事により骨密度が増しやすくなります。カルシウムの吸収の良いものを多く摂取する等注意してください。	OP=1	D63
検査値なし	21)=1	OP-COM5	骨密度が不明ですが、医療機関での経過観察続けてください。運動する事により骨密度が増しやすくなります。カルシウムの吸収の良い食品を多く摂取する等注意して下さい。	OP=1	D64
γ -GTP \geq 60 and (GPT< 50 or GOT< 50), or CHE \geq 0.5		FL-COM6	脂肪肝で運動が適応と考えられます。	FT=1	D65
	7)=1, 2		脂肪肝で運動が適応と考えられます。	FT=1	D66
	17)=2, 1	HL-COM1	血清コレステロール値は運動のみでは低下しにくいので、脂肪摂取量も見直し野菜を増やしましょう。一方、中性脂肪は、運動でよく低下します。運動後の食べすぎ・飲みすぎに	HL=1	D67
TC>220	15)=2, 1	HL-COM2	血清コレステロール値は運動のみでは低下しにくいので、脂肪摂取量も見直し野菜を増やしましょう。	HL=1	D68
TG > 150	16)=2, 1	HL-COM3	中性脂肪は、運動でよく低下します。運動後の食べすぎ・飲みすぎに注意しましょう。	HL=1	D69
HDL-C<35		HL-COM4	運動により、身体活動量を増やすことは、HDLコレステロールの上昇に有効です。	HL=1	D70
異常なし		NO-COM1	運動を始めるにあたり、無理をせず、強度、持続時間、頻度について充分運動実施上の留意点に従って注意してすすめてください。一般に、膝関節には負荷がかかり易いので、もし疼痛がある様でしたら、直ちに中止して医療機関を受診し、医師に運動の内容について確認し、指示に従ってください。なお、運動中は血圧が上昇します。運動の前後で血圧を測定する習慣をつけましょう。今後も定期的な健康診断を受け、食事の量やバランス、アルコールにも注意しましょう。	NO	D71

表4. 有酸素運動コメント

		総合コメント
DM=1危険度	VA-COM1	糖尿病のコントロール不良時、運動中に予測外の反応が認められます。今回は、日常生活の範囲の活動にして、医師等専門家の指示に従ってください。強度、頻度、時間を調節して1週間あたりの運動による消費量を増すようにしましょう。血糖値を安定させる為には、毎日の食後の規則的な運動が効
DM=2	VA-COM2	糖尿病のコントロール不良時、運動中に予測外の反応が認められます。食事や運動前、中、後の水分補給に充分注意してください。規則的に運動し、消費熱量を安定させる事がポイントです。強度、頻度、時間を調節して1週間あたりの運動による消費量を増すようにしましょう。血糖値を安定させる為には、毎日の食後の規則的な運動が効果的です。
H=1,H=2,IHD=1,CV D=1,HD=1	VA-COM3	息をこらえるような強度の高い運動はさげましょう。医師の指示により運動をする時は、運動前、中、後の水分補給に充分注意してください。体調がすぐれない時や疲れている時は、運動を控えましょう。
その他危険度1肝 機能障害腎機能障 害痛風肺炎	VA-COM4	医師の指示により有酸素運動を始めるときは、軽めの運動から始めることをお勧めします。運動前、中、後の水分補給に充分注意してください。体調がすぐれない時や疲れている時は、運動を控えましょう。
肥満>30ありOB=3	VA-COM5	膝を痛めない様に種目を選び、頻度、強度を慎重に増しましょう。先に膝、足関節、股関節を強化する筋肉トレーニングを計画し実行しましょう。医師、運動指導士等の専門家の指示に従ってください。強度、頻度、時間を調節して1週間あたりの運動による消費量を増すようにしましょう。
肥満>25ありOB=2	VA-COM6	膝を痛めない様に種目を選び、頻度、強度を慎重に増しましょう。先に膝、足関節、股関節を強化する筋肉トレーニングを計画し実行しましょう。強度、頻度、時間を調節して1週間あたりの運動による消費量を増すようにしましょう。
危険度3以上DMなし 有酸素 運動なし	VA-COM7	有酸素性運動を生活の中にとりいれましょう。
危険度3以上DMなし 有酸素 運動あり	VA-COM8	有酸素性運動の方法を定期的に点検し、継続して行いましょう。
危険度3肥満なし 高血圧H=3	VA-COM9	息をこらえるような強度の高い運動はさげましょう。運動前、中、後の水分補給に充分注意して下さい。運動後に血圧が下がりやすくなります。血圧の治療を継続した上で、1週間の内、1日の内でも運動の頻度を多くし、消費エネルギーを増
危険度3肥満なし 骨粗しょう症	VA-COM10	歩いたり、階段を上るような活動を含む機会に、できるだけ多く参加しましょう。ウォーキングのように重力のかかる活動が、脊柱や股関節の骨密度を増すことが期待されます。
危険度3肥満なし 高脂血症	VA-COM11	運動時間や頻度を増すことにより、1週間あたりのエネルギー消費をふやしましょう。
危険度3肥満なし 運動習慣なし or 生活活動強度clp 1	VA-COM12	始めは、時間や頻度を増し、慣れたら強度を徐々に上げ、1週間当たりの運動量を増しましょう。
危険度3肥満なし 運動習慣あり and 生活活動強度clp3	VA-COM13	始めは、時間や頻度を増し、慣れたら強度を徐々に上げ、1週間当たりの運動量を増しましょう。現在の運動習慣に毎日もう10分づつ、中程度の(速歩など)の活動を増しましょう。
危険度3肥満なし 運動習慣あり and 生活活動強度clp4	VA-COM14	始めは、時間や頻度を増し、慣れたら強度を徐々に上げ、1週間当たりの運動量を増しましょう。現在の運動方法(種目、時間、頻度、強度、運動量)を定期的に点検し、現在の運動量を維持しましょう。

表5 有酸素運動の種目

有酸素運動種目		
FLAG=1 AND, HD=1	SA-COM1	ウォーキング、自転車こぎ(サイクリング)などから始めることをお勧めします。
FLAG=1 AND CVD=1	SA-COM2	ウォーキング、自転車こぎ、水中歩をお勧めします。
その他FLAG=1 OR 2 AND 整形外科なし	SA-COM3	ウォーキング、自転車こぎ、水中歩行、アクアビクスをお勧めします。
膝痛あり FLAG=2~4	SA-COM4	水中歩行、アクアビクス、水泳、自転車こぎをお勧めします。
肩痛ありFLAG=2~4	SA-COM5	水中歩行、アクアビクスなどの水中運動、自転車こぎ、ウォーキングをお勧めします。
腰痛あり FLAG=2~4	SA-COM6	ウォーキング、自転車こぎ、水中歩行、アクアビクス、水泳(背泳またはクロール)の中から、ご自身が痛みを伴わない運動を選択して行って下
整形外科なし FLAG=3	SA-COM7	ウォーキング、自転車こぎ(サイクリング)、水中歩行、アクアビクス、軽い水泳などから、ご自身にあった運動を選択しましょう。
有酸素運動あり危険度5、危険度4整形外科なし	SA-COM8	ウォーキング、自転車こぎ(サイクリング)、水中歩行、アクアビクス、水泳をお勧めします。
有酸素運動なし 危険度5危険度4整形外科なし	SA-COM9	ウォーキング、自転車こぎ(サイクリング)、水中歩行、軽い水泳などから始めることをお勧めします。

表 6. ストレッチングコメント

		総合コメント
危険度 1, 2	VS-COM1	ストレッチ運動の実施については、医師の指示に従って下さい。動作中は自然な呼吸を保つか、または息を吐きながら筋肉を伸ばしましょう。
骨粗しょう症あり(69)	VS-COM2	正しい姿勢や、柔軟性と筋力のバランスのとれた筋肉や関節を保持するためにストレッチングをとりいれましょう。動作中は自然な呼吸を保つか、または息を吐きながら筋肉を伸ばしましょう。
膝痛あり(79)危険度 3~4	VS-COM3	膝(79)の可動性に効果的なストレッチングを取り入れましょう。
肩痛あり(74)危険度 3, 4	VS-COM4	肩の内旋・外旋のストレッチングや肩周辺の筋肉を柔らかくする運動を取り入れましょう。自分にあった、身近でできる運動を選びましょう。手荷物を持つ時も左右の肩をバランスよく使い、姿勢に留意し、肩を冷やさないようにしましょう。
腰痛あり(71)危険度 3, 4	VS-COM5	身体後面(腰、お尻、ももの後面、ふくらはぎなど)及びももの前面、股関節の前面、ももの内側、胸や体側のストレッチングを取り入れて下さい。日常生活において腰に負担の少ない姿勢や動作を心がけましょう。
膝痛のみ+	VS-COM6	動作中は自然な呼吸を保つか、または息を吐きながら筋肉を伸ばしましょう。温水中でのストレッチをお勧めします。
危険度 3以上ストレッチ運動なし	VS-COM7	ストレッチを生活の中にとりいれましょう。動作中は自然な呼吸を保つか、または息を吐きながら筋肉を伸ばしましょう。資料を参考に腰痛予防や膝痛予防のストレッチをしましょう。温水中でのストレッチをお勧めします。
危険度 3以上ストレッチ運動あり	VS-COM8	ストレッチの方法を定期的に点検し、継続して行いましょう。動作中は自然な呼吸を保つか、または息を吐きながら筋肉を伸ばしましょう。資料を参考に腰痛予防や膝痛予防のストレッチをしましょう。温水中でのストレッチをお勧めします。

		総合コメント
高血圧危険度1-1	VR-COM1	息をこらえる動作や上肢の運動時血圧が上昇する事があり、今回は筋カトレニングは避けてください。
高血圧危険度1-2	VR-COM2	息をこらえる動作や上肢の運動時血圧が上昇する事があり注意してください。
DM危険度DM=1	VR-COM3	糖尿病のコントロール不良時、運動中に予測外の反応が認められます。今回は、日常生活の範囲の活動にして、医師等専門家の指示に従ってください。
DM危険度DM=2	VR-COM4	糖尿病のコントロール不良時、筋カトレニング中に予測外の血糖反応が認められることがあります。体調、食事、水分補給に充分注意してください。定期的に運動し、血糖値を確認しながら、医師、専門家の指示に従って運動量を増してください。
肥満	VR-COM5	膝関節と下肢筋力を強化するトレーニングをできるだけ早く始めましょう。
高血圧危険度2-	VR-COM6	動作中は自然な呼吸を保ち、息を止めないようにします。軽い負荷で、回数を多くするようにしましょう。
膝痛あり	VR-COM7	膝周辺(ももの前面・後面、ふくらはぎ、ももの内側・外側など)の筋力を強化する筋カトレニングを取り入れましょう。
肩痛あり	VR-COM8	過度な痛みを伴わない程度に、肩周辺の筋肉トレーニングを取り入れましょう。
腰痛あり	VR-COM9	腹筋、背筋、臀筋の筋力強化、ももの前面・後面、股関節前面の柔軟性を良好に保ち、正しい姿勢の保持に努めましょう。
肩+	VR-COM10	肩の痛みが気になるときは温水中で行いましょう。今の症状を悪化させないように、トレーニングの仕方に十分配慮して下さい。
筋力運動なし	VR-COM11	筋肉量の低下を抑えるため、筋カトレニングを生活の中にとりいれましょう。具体的な方法は資料またはCDを参考にするか、運動指導員にご相談ください。
筋力運動あり	VR-COM12	筋カトレニングの方法(種目、強度、反復回数、セット数)を定期的に点検し、継続して行いましょう。具体的な方法は資料またはCDを参考にするか、運動指導員にご相談ください。

表8 性・年齢階級別運動実践状況

男

	全体	運動をしていない	軽い運動はしている	中以上の強度の運動をしている	不明
合計	206 100.0	128 62.1	48 23.3	13 6.3	17 8.3
45歳未満	7 100.0	5 71.4	2 28.6	0 0.0	0 0.0
45-59歳	31 100.0	23 74.2	2 6.5	4 12.9	2 6.5
60-74歳	120 100.0	78 65.0	28 23.3	7 5.8	7 5.8
75歳以上	48 100.0	22 45.8	16 33.3	2 4.2	8 16.7

女

	全体	運動をしていない	軽い運動はしている	中以上の強度の運動をしている	不明
合計	364 100.0	213 58.5	101 27.7	18 4.9	32 8.8
45歳未満	38 100.0	24 63.2	7 18.4	7 18.4	0 0.0
45-59歳	70 100.0	48 68.6	15 21.4	4 5.7	3 4.3
60-74歳	215 100.0	125 58.1	65 30.2	3 1.4	22 10.2
75歳以上	41 100.0	16 39.0	14 34.1	4 9.8	7 17.1

表 9 性・年齢階級別中等度以上の運動実践状況

男	全体	6ヶ月未満	6ヶ月以上	1年以上	していない
合計	206	1	3	27	175
	100.0	0.5	1.5	13.1	85.0
45歳未満	7	0	0	0	7
	100.0	0.0	0.0	0.0	100.0
45-59歳	31	0	1	3	27
	100.0	0.0	3.2	9.7	87.1
60-74歳	120	1	1	15	103
	100.0	0.8	0.8	12.5	85.8
75歳以上	48	0	1	9	38
	100.0	0.0	2.1	18.8	79.2

女	全体	6ヶ月未満	6ヶ月以上	1年以上	していない
合計	364	9	10	51	294
	100.0	2.5	2.7	14.0	80.8
45歳未満	38	1	1	6	30
	100.0	2.6	2.6	15.8	78.9
45-59歳	70	1	2	9	58
	100.0	1.4	2.9	12.9	82.9
60-74歳	215	7	6	28	174
	100.0	3.3	2.8	13.0	80.9
75歳以上	41	0	1	8	32
	100.0	0.0	2.4	19.5	78.0

表10 性・年齢階級別運動実践するか

男

	全体	思わない	すぐ (1ヶ月 以内に) 始めたい	半年以内 に始めたい	時期はわか らないがい ずれやりた い
合計	137 100.0	88 64.2	6 4.4	2 1.5	41 29.9
45歳未満	5 100.0	2 40.0	0 0.0	0 0.0	3 60.0
45-59歳	23 100.0	15 65.2	2 8.7	0 0.0	6 26.1
60-74歳	85 100.0	54 63.5	3 3.5	2 2.4	26 30.6
75歳以上	24 100.0	17 70.8	1 4.2	0 0.0	6 25.0

女

	全体	思わない	すぐ (1ヶ月 以内に) 始めたい	半年以内 に始めたい	時期はわか らないがい ずれやりた い
合計	245 100.0	127 51.8	25 10.2	3 1.2	90 36.7
45歳未満	24 100.0	4 16.7	6 15.8	1 2.6	13 34.2
45-59歳	51 100.0	22 43.1	6 11.8	1 2.0	22 43.1
60-74歳	146 100.0	86 58.9	11 7.5	1 0.7	48 32.9
75歳以上	24 100.0	15 62.5	2 8.3	0 0.0	7 29.2

表12 運動をしようと思わない理由

	全体	運動は嫌 い	医者から 禁止され ている	高齢だか ら	関節の痛 みがある	身体が不 自由だか ら	疲れるか ら	骨折が怖 い	病気の悪 化が悪い	忙しくて 時間がな い	やったこ とがない から	仕事で動 かしてい るの以上必 要ない	その他
男													
合計	206 100.0	7 3.4	0 0.0	13 6.3	24 11.7	2 1.0	11 5.3	3 1.5	2 1.0	24 11.7	8 3.9	71 34.5	4 1.9
45歳未満	7 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 14.3	0 0.0	0 0.0	1 14.3	0 0.0	2 28.6	0 0.0
45-59歳	31 100.0	2 6.5	0 0.0	0 0.0	3 9.7	0 0.0	4 12.9	0 0.0	0 0.0	7 22.6	1 3.2	12 38.7	0 0.0
60-74歳	120 100.0	4 3.3	0 0.0	7 5.8	16 13.3	1 0.8	6 5.0	3 2.5	2 1.7	15 12.5	5 4.2	38 31.7	3 2.5
75歳以上	48 100.0	1 2.1	0 0.0	6 12.5	5 10.4	1 2.1	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 2.1	2 4.2	19 39.6	1 2.1

	全体	運動は嫌 い	医者から 禁止され ている	高齢だか ら	関節の痛 みがある	身体が不 自由だか ら	疲れるか ら	骨折が怖 い	病気の悪 化が悪い	忙しくて 時間がな い	やったこ とがない から	仕事で動 かしてい るの以上必 要ない	その他
女													
合計	364 100.0	10 2.7	2 0.5	20 5.5	39 10.7	4 1.1	21 5.8	8 2.2	6 1.6	34 9.3	10 2.7	84 23.1	10 2.7
45歳未満	38 100.0	2 5.3	0 0.0	0 0.0	1 2.6	0 0.0	3 7.9	1 2.6	1 2.6	3 7.9	2 5.3	2 5.3	1 2.6
45-59歳	70 100.0	4 5.7	0 0.0	0 0.0	3 4.3	0 0.0	4 5.7	0 0.0	0 0.0	11 15.7	3 4.3	10 14.3	3 4.3
60-74歳	215 100.0	4 1.9	2 0.9	16 7.4	30 14.0	4 1.9	14 6.5	4 1.9	4 1.9	20 9.3	4 1.9	63 29.3	4 1.9
75歳以上	41 100.0	0 0.0	0 0.0	4 9.8	5 12.2	0 0.0	0 0.0	3 7.3	1 2.4	0 0.0	1 2.4	9 22.0	2 4.9

表13 性別年齢階級別腰痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	131 63.6	62 30.1	13 6.3
45歳未満	7 100.0	3 60.0	2 40.0	0 0.0
45-59歳	31 100.0	13 33.3	12 44.4	6 22.2
60-74歳	120 100.0	85 53.3	30 40.0	5 6.7
75歳以上	48 100.0	28 33.3	18 60.0	2 6.7

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	204 56.0	145 39.8	15 4.1
45歳未満	38 100.0	28 73.7	10 26.3	0 0.0
45-59歳	70 100.0	34 48.6	34 48.6	2 2.9
60-74歳	215 100.0	122 56.7	82 38.1	11 5.1
75歳以上	41 100.0	20 48.8	19 46.3	2 4.9

表14 性別年齢階級別頸痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206	184	20	2
	100.0	89.3	9.7	1.0
45歳未満	7	6	1	0
	100.0	85.7	14.3	0.0
45-59歳	31	27	4	0
	100.0	87.1	12.9	0.0
60-74歳	120	110	9	1
	100.0	91.7	14.8	1.6
75歳以上	48	41	6	1
	100.0	85.4	12.5	2.1

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364	337	25	2
	100.0	92.6	6.9	0.5
45歳未満	38	36	2	0
	100.0	94.7	5.3	0.0
45-59歳	70	66	4	0
	100.0	94.3	5.7	0.0
60-74歳	215	197	17	1
	100.0	91.6	7.9	0.5
75歳以上	41	38	2	1
	100.0	92.7	4.9	2.4

表15 性別年齢階級別背中痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	192 93.2	12 5.8	2 1.0
45歳未満	7 100.0	6 85.7	1 14.3	0 0.0
45-59歳	31 100.0	24 77.4	7 22.6	0 0.0
60-74歳	120 100.0	118 98.3	1 0.8	1 0.8
75歳以上	48 100.0	44 91.7	3 6.3	1 2.1

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	327 89.8	37 10.2	0 0.0
45歳未満	38 100.0	33 86.8	5 13.2	0 0.0
45-59歳	70 100.0	64 91.4	6 8.6	0 0.0
60-74歳	215 100.0	192 89.3	23 10.7	0 0.0
75歳以上	41 100.0	38 92.7	3 7.3	0 0.0

表16 性別年齢階級別肩痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	154 74.8	45 21.8	7 3.4
45歳未満	7 100.0	5 71.4	2 28.6	0 0.0
45-59歳	31 100.0	19 61.3	10 32.3	2 6.5
60-74歳	120 100.0	93 77.5	23 19.2	4 3.3
75歳以上	48 100.0	37 77.1	10 20.8	1 2.1

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	292 80.2	71 19.5	1 0.3
45歳未満	38 100.0	33 86.8	5 13.2	0 0.0
45-59歳	70 100.0	55 78.6	15 21.4	0 0.0
60-74歳	215 100.0	169 78.6	46 21.4	0 0.0
75歳以上	41 100.0	35 85.4	5 12.2	1 2.4

表17 性別年齢階級別肘痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	178 86.4	22 10.7	6 2.9
45歳未満	7 100.0	5 71.4	2 28.6	0 0.0
45-59歳	31 100.0	21 67.7	10 32.3	0 0.0
60-74歳	120 100.0	111 92.5	6 5.0	3 2.5
75歳以上	48 100.0	41 85.4	4 8.3	3 6.3

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	342 94.0	20 5.5	2 0.5
45歳未満	38 100.0	38 100.0	0 0.0	0 0.0
45-59歳	70 100.0	64 91.4	6 8.6	0 0.0
60-74歳	215 100.0	203 94.4	11 5.1	1 0.5
75歳以上	41 100.0	37 90.2	3 7.3	1 2.4

表|8 性別年齢階級別手首痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	185 89.8	17 8.3	4 1.9
45歳未満	7 100.0	6 85.7	1 14.3	0 0.0
45-59歳	31 100.0	26 83.9	4 12.9	1 3.2
60-74歳	120 100.0	114 95.0	6 5.0	0 0.0
75歳以上	48 100.0	39 81.3	6 12.5	3 6.3

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	336 92.3	26 7.1	2 0.5
45歳未満	38 100.0	37 97.4	1 2.6	0 0.0
45-59歳	70 100.0	61 87.1	9 12.9	0 0.0
60-74歳	215 100.0	199 92.6	15 7.0	1 0.5
75歳以上	41 100.0	39 95.1	1 2.4	1 2.4

表19 性別年齢階級別手指痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	188 91.3	14 6.8	4 1.9
45歳未満	7 100.0	7 100.0	0 0.0	0 0.0
45-59歳	31 100.0	28 90.3	3 9.7	0 0.0
60-74歳	120 100.0	112 93.3	7 5.8	1 0.8
75歳以上	48 100.0	41 85.4	4 8.3	3 6.3

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	332 91.2	29 8.0	3 0.8
45歳未満	38 100.0	37 97.4	1 2.6	0 0.0
45-59歳	70 100.0	60 85.7	10 14.3	0 0.0
60-74歳	215 100.0	198 92.1	15 7.0	2 0.9
75歳以上	41 100.0	37 90.2	3 7.3	1 2.4

表20 性別年齢階級別股関節痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	190 92.2	11 5.3	5 2.4
45歳未満	7 100.0	7 100.0	0 0.0	0 0.0
45-59歳	31 100.0	29 93.5	1 3.2	1 3.2
60-74歳	120 100.0	111 92.5	5 4.2	4 3.3
75歳以上	48 100.0	43 89.6	5 10.4	0 0.0

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	346 95.1	17 4.7	1 0.3
45歳未満	38 100.0	37 97.4	1 2.6	0 0.0
45-59歳	70 100.0	66 94.3	4 5.7	0 0.0
60-74歳	215 100.0	203 94.4	11 5.1	1 0.5
75歳以上	41 100.0	40 97.6	1 2.4	0 0.0

表21 性別年齢階級別膝痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	157 76.2	42 20.4	7 3.4
45歳未満	7 100.0	7 100.0	0 0.0	0 0.0
45-59歳	31 100.0	24 77.4	6 19.4	1 3.2
60-74歳	120 100.0	93 77.5	23 19.2	4 3.3
75歳以上	48 100.0	33 68.8	13 27.1	2 4.2

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	256 70.3	93 25.5	15 4.1
45歳未満	38 100.0	34 89.5	4 10.5	0 0.0
45-59歳	70 100.0	55 78.6	14 20.0	1 1.4
60-74歳	215 100.0	139 64.7	66 30.7	10 4.7
75歳以上	41 100.0	28 68.3	9 22.0	4 9.8

表22 性別年齢階級別足首痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	184 89.3	20 9.7	2 1.0
45歳未満	7 100.0	6 85.7	1 14.3	0 0.0
45-59歳	31 100.0	25 80.6	5 16.1	1 3.2
60-74歳	120 100.0	111 92.5	8 6.7	1 0.8
75歳以上	48 100.0	42 87.5	6 12.5	0 0.0

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	337 92.6	24 6.6	3 0.8
45歳未満	38 100.0	37 97.4	1 2.6	0 0.0
45-59歳	70 100.0	66 94.3	4 5.7	0 0.0
60-74歳	215 100.0	197 91.6	16 7.4	2 0.9
75歳以上	41 100.0	37 90.2	3 7.3	1 2.4

表23 性別年齢階級別足指関節痛

男	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	206 100.0	196 95.1	9 4.4	1 0.5
45歳未満	7 100.0	7 100.0	0 0.0	0 0.0
45-59歳	31 100.0	30 96.8	1 3.2	0 0.0
60-74歳	120 100.0	114 95.0	6 5.0	0 0.0
75歳以上	48 100.0	45 93.8	2 4.2	1 2.1

女	全体	なし	あり日常支 障なし	日常支障
合計	364 100.0	352 96.7	9 2.5	3 0.8
45歳未満	38 100.0	38 100.0	0 0.0	0 0.0
45-59歳	70 100.0	66 94.3	4 5.7	0 0.0
60-74歳	215 100.0	209 97.2	4 1.9	2 0.9
75歳以上	41 100.0	39 95.1	1 5.6	1 5.6