

の訴えが最も大きな割合を占めている。回答者の意識の中でも、運動中は「筋肉や関節の状態（痛み、張り、筋肉のけいれん等）に留意し（質問 6）」ながら、「日常生活に必要な筋力アップ等のためのトレーニング（質問 9）」として運動・スポーツを行っていることがうかがわれる。

「われわれにとっては、上肢の筋力増強イコール日常生活動作の保障であって、少々無理なトレーニングとはわかっているにもそれに取り組んでいかなければ、その先にはすぐQOLの低下が待っている。」というような意見は、車椅子で日常生活を送っている人々からよく聞かれる。こういったことを踏まえると、障害者の運動スポーツについての意見・感想等の自由記載欄にも記載のあった事項であるが、障害者スポーツの指導者・スポーツドクター等の人的資源に関する障害者のニーズが、じゅうぶん満たされていない可能性がある。

呼吸循環系の身体の不調については、運動中に重篤な状態になったことがある旨の回答は寄せられなかった。しかしながら、回答者の概ね 1/3が、運動中に脈拍・呼吸・体温等の体調の変化を自覚したことがあるとしており、障害者における運動・スポーツ中のバイタルサイン等の変化については、症例と対照を設定した比較試験等によりさらに検討していく必要があると思われる。

運動・スポーツ中の基本的な安全の確保については、この質問に回答のあった62人中 6人が衝突・転倒といった事故を経験しており、また、運動中の留意点について回答した63人中34人が、運動中の事故やけがの防止について意識をもっていることがわかった。また、障害者の運動・スポーツに必要な支援についての回答項目において、「運動・スポーツに関する環境や設備の整備」が最も多くなっており、これらのことは、障害者が安全に運動できる環境づくりについて、今後さらに取り組んでいく必要性を示唆しているものと思われる。

E. 結論

筋肉や関節等の運動器関連の健康管理、運動中のバイタルサイン等の変化の把握、運動中の衝突回避等の基本的な安全確保といった項目について問題点が抽出され、平成14年度、これらの検証を含めてさらに研究を進めていくこととする。

F. 健康危険情報

特記すべき情報は得られなかった。

G. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況（予定を含む）

特許取得・実用新案登録等なし。

身体活動・運動に関するアンケート調査

ご記入のお願い

平成13年3月に公表された新たな県民健康づくり計画「健康かごしま21」を推進する上で、「障害者の健康づくり」を考えることは、大事なことです。そのためには、障害者における「安全で効果的な運動のあり方」及び「それを可能とする環境」に関する検討を行う必要があります。そこで、この調査は、車椅子で日常生活を過ごしている方を対象に、身体活動・運動などについて調査するものです。

この調査は無記名です。また回答結果については統計的に処理し、集計した数値による分析をいたしますので、安心してお答えください。

なお、この調査は、平成13年度厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）の分担研究「障害者の適正運動を通じた健康づくりに関する研究」により実施しております。

【記入方法】

あてはまる番号に○をつけるか、() や の内に文字・数字を記入してください。つける○印の数は質問によってちがいます。各質問の説明にしたがってください。

【回答方法】

ご記入終了後、同封の返信用封筒に入れて、平成14年2月28日頃までにポストにご投函ください。

<問い合わせ・連絡先>

厚生労働省障害福祉総合研究事業
分担研究者

鹿児島県健康増進課 相星 壮吾

電話：099-286-2111

(内線：2713)

[質問1] あなたは、ふだん、何か運動をしていますか。(○印は1つ)

- 1 やっている
- 2 以前やっていたがやめた
- 3 以前から、あまりやっていない →このページの[質問5]に進んでください

※ [質問2]～[質問4]は、「1 やっている」または「2 以前やっていたがやめた」と回答した方におたずねします。

[質問2] おもにどの程度の運動をしています(いました)か。(○印は1つ)

- 1 息がはずまない程度の運動
(例えば、ゲートボール、車椅子での散策など)
- 2 少し息がはずむ程度の運動
(例えば、ゆっくり泳ぐ、車椅子でスロープをのぼるなど)
- 3 激しいスポーツ(例えば、車椅子マラソン、車椅子バスケットなど)
具体的に種目・競技名などを書いてください

[質問3] 1週間に何日ぐらい、1日あたり何時間ぐらい運動をしています(いました)か。

1週間に()日ぐらい、1日あたり()時間ぐらい

[質問4] おもにどんな目的で運動をしています(いました)か。
(○印は1つ)

- 1 健康づくりの一環として
- 2 体力・筋力を低下させないため、増進するためのトレーニングとして
- 3 競技スポーツの選手として
- 4 運動・スポーツを通じた仲間づくりのために
- 5 自分の楽しみや気晴らしのために
- 6 その他 [具体的に書いてください]

ここからは再び、すべての方におたずねします。

(ふだん運動をしている方も、ふだんはあまり運動をしていない方もお答えください。)

[質問5] これまで、運動している(からだを動かしている)最中に、事故にあったり身体の不調にみまわれたりしたことがありますか。(○印は1つ)

- 1 ない
- 2 ある(以下の①・②の質問に回答してください)

①具体的にどんな事故あるいは身体の不調でしたか。

[]

②その後の回復はいかがでしたか。

[]

[質問6] 運動する(からだを動かす)際に何か気をつけていることがありますか。
(○印はいくつでも)

- 1 体調の変化(例えば、脈拍、呼吸、体温、発汗など)
 - 2 筋肉や関節の状態(例えば、いたみ、はり、筋肉のけいれんなど)
 - 3 事故やケガ(例えば、転倒、交通事故など)
 - 4 その他
- 具体的に書いてください

[質問7] 運動している(からだを動かしている)最中の体調について、実際に気になる点や気づいた点がありますか。(○印はいくつでも)

- 1 脈拍などの不調(例えば、脈が乱れる、胸がいたむなど)
 - 2 呼吸の不調(例えば、すぐに息苦しくなるなど)
 - 3 体温などの不調(例えば、暑いのに汗が出ない、すごく体温が上がるなど)
 - 4 筋肉や関節などの不調(例えば、いたみ、はり、筋肉のけいれんなど)
 - 5 その他
- 具体的に書いてください

[質問8] 運動する(からだを動かす)ことによって、生活の中で、運動していない(からだを動かしていない)時間帯に、からだの故障や違和感を感じたことがありますか。(○印はいくつでも)

- 1 内臓の不具合(例えば、心臓や肺などの病気)
 - 2 筋肉や関節などの故障(例えば、肩関節をいためた、腕の筋肉痛など)
 - 3 疲労感や倦怠感
 - 4 その他
- 具体的に書いてください

[質問9] 運動する(からだを動かす)ことの効用とは、あなたにとってどのようなことですか。(○印はいくつでも)

- 1 病気や障害の改善のためのリハビリテーション
 - 2 日常生活に必要な筋力アップなどのためのトレーニング
 - 3 心身の健康づくりやリフレッシュ
 - 4 運動・スポーツを通じた社会参加
 - 5 その他
- 具体的に書いてください

[質問10] 障害者が運動・スポーツを行う場合に、必要であると思われることについて、2つまで選んでください。1番必要であると思う項目に◎、2番目の項目に○をつけてください。(◎印と○印はそれぞれ1つ)

- 1 運動・スポーツに関する環境や設備の整備
 - 2 運動・スポーツを行うことができる機会・設備についての情報提供
 - 3 一般住民の理解
 - 4 医師等の専門家による、適正な運動の処方や指導
 - 5 その他
- 具体的に書いてください

[質問11] 障害や病気について受診や相談をする「かかりつけ医」がいますか。
(○印は1つ)

- 1 いる
- 2 いない

[質問12] 基本検診、職場検診等の定期健康診断を受けていますか。(○印は1つ)

- 1 毎年受けている
- 2 2～3年に1回は受けている
- 3 最近受けていない
- 4 これまでまったく受けたことがない

[質問13] 障害の原因以外に、経過観察中や治療中の病気がありますか。
(○印は1つ)

- 1 ない
- 2 ある (具体的に書いてください)

[質問14] 障害者の運動・スポーツについて、バリアフリーに関することなども含めてご意見・ご感想などを自由にお書きください。

[質問15] あなたの住所(市町村名のみ)・年齢・性別や身体の状態等について教えてください。

①住所： 市・町・村	②年齢： 歳	③性別： 1 男 2 女						
④障害の内容について教えてください。 ※障害者手帳()級 ◆運動障害の部位： <table style="display: inline-table; vertical-align: top; margin-right: 10px;"> <tr><td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1 両側</td></tr> <tr><td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2 右側</td></tr> <tr><td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3 左側</td></tr> </table> <table style="display: inline-table; vertical-align: top; margin-right: 10px;"> <tr><td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1 上下肢</td></tr> <tr><td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2 上肢</td></tr> <tr><td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3 下肢</td></tr> </table> (その他：具体的に教えてください)			1 両側	2 右側	3 左側	1 上下肢	2 上肢	3 下肢
1 両側								
2 右側								
3 左側								
1 上下肢								
2 上肢								
3 下肢								
◆感覚障害の有無 (部位を教えてください) 1 なし 2 あり→		◆切・離断の有無 (部位を教えてください) 1 なし 2 あり→						
⑤障害の原因について教えてください。 1 病気(疾病名を教えてください)) 2 事故) 3 その他(具体的に教えてください))								
⑥いつ頃から車椅子を使用していますか。		歳頃から						

.....ご協力どうもありがとうございました。

(別添資料 2) 単純集計結果

[質問1] 定期的運動の実践(1項目選択)

	例数	率(%)
行っている	40	64.5
以前行っていたがやめた	11	17.7
以前からあまり行っていない	11	17.7
小計	62	100
無回答	1	
総計	63	

[質問2]-(1) 主にしている(いた)運動の程度(1項目選択)

(※質問1に対して「行っている」または「以前行っていたがやめた」と回答した人のみ回答)

	例数	率(%)
軽度(息がはずまない程度)	15	29.4
中等度(少し息がはずむ程度)	13	25.5
高度(激しいスポーツ)	23	45.1
小計	51	100
無回答	0	
総計	51	

[質問2]-(2) 主にしている(いた)運動の内容(競技名等, 複数回答)

(※質問1に対して「行っている」または「以前行っていたがやめた」と回答した人のみ回答)

競技名等	例数	率(%)
マラソン	11	34.4
バスケットボール	8	25.0
テニス	6	18.8
水泳	4	12.5
車椅子走	4	12.5
アーチェリー	4	12.5
ゲートボール	2	6.3
バレーボール	2	6.3
ドッチボール	1	3.1
ダンス	1	3.1
回答者数	32	

[質問3]-(1) 1週間あたりの運動日数

(※質問1に対して「行っている」または「以前行っていたがやめた」と回答した人のみ回答)

	例数	率(%)
1日	10	21.7
2日	11	23.9
3日	11	23.9
4日	2	4.3
5日	3	6.5
6日	0	0.0
7日	9	19.6
小計	46	100
無回答	5	
総計	51	

[質問3]-(2) 1日あたりの運動時間

(※質問1に対して「行っている」または「以前行っていたがやめた」と回答した人のみ回答)

	例数	率(%)
0.5時間	6	12.8
1時間	9	19.1
1.5時間	4	8.5
2時間	11	23.4
2.5時間	3	6.4
3時間	6	12.8
3.5時間	1	2.1
4時間	6	12.8
5時間	1	2.1
小計	47	100
無回答	4	
総計	51	

[質問4]主な運動の目的(1項目選択)

(※質問1に対して「行っている」または「以前行っていたがやめた」と回答した人のみ回答)

	例数	率(%)
健康づくりの一環	9	18.0
体力・筋力の保持増進	14	28.0
競技スポーツの選手	12	24.0
仲間づくり	7	14.0
楽しみや気晴らし	6	12.0
その他	2	4.0
小計	50	100
無回答	1	
総計	51	

[質問5]運動中の事故・身体の不調(1項目選択)

	例数	率(%)
なし	47	75.8
あり	15	24.2
('あり'の場合の内容:複数回答)		
衝突・転倒	6	
衝突・転倒を伴わない関節・筋肉等の障害	4	
衝突・転倒を伴わない皮膚等の障害	2	
発熱・熱中症	2	
けいれん	1	
小計	62	100
無回答	1	
総計	63	

[質問6]運動中の留意点(複数項目選択)

	例数	率(%)
体調の変化(脈拍・呼吸・体温・発汗等)	26	41.3
筋肉や関節の状態(痛み・張り・筋肉のけいれん等)	32	50.8
事故やけが	34	54.0
その他	6	9.5
小計	63	
無回答	0	
総計	63	

[質問7]運動中の体調の変化(複数項目選択)

	例数	率(%)
脈拍などの不調(不整脈・胸痛等)	3	4.8
呼吸の不調(呼吸苦等)	10	15.9
体温などの不調(発汗不良・高体温等)	14	22.2
筋肉や関節の不調(痛み・張り・筋肉のけいれん等)	33	52.4
その他	2	3.2
小計	63	
無回答	0	
総計	63	

[質問8]運動による身体の故障・違和感(複数項目選択)

	例数	率(%)
内臓疾患(心疾患・肺疾患等)	2	3.2
筋肉や関節の故障	31	49.2
疲労感や倦怠感	17	27.0
その他	2	3.2
小計	63	
無回答	0	
総計	63	

[質問9]運動の効用(複数項目選択)

	例数	率(%)
病気や障害の改善のためのリハビリテーション	20	31.7
日常生活に必要な筋力アップ等のためのトレーニング	38	60.3
心身の健康づくりやリフレッシュ	36	57.1
運動・スポーツを通じた社会参加	25	39.7
その他	4	6.3
小計	63	
無回答	0	
総計	63	

[質問10]-(1) 障害者の運動・スポーツに必要な支援(第1位:1項目選択)

	例数	率(%)
運動・スポーツに関する環境や設備の整備	35	60.3
運動・スポーツができる機会・設備の情報提供	6	10.3
一般住民の理解	6	10.3
医師等の専門家による適正な運動の処方や指導	10	17.2
その他	1	1.7
小計	58	
無回答	5	
総計	63	

[質問10]-(2) 障害者の運動・スポーツに必要な支援(第2位:1項目選択)

	例数	率(%)
運動・スポーツに関する環境や設備の整備	10	18.9
運動・スポーツができる機会・設備の情報提供	23	43.4
一般住民の理解	11	20.8
医師等の専門家による適正な運動の処方や指導	8	15.1
その他	1	1.9
小計	53	
無回答	10	
総計	63	

[質問11]かかりつけ医の有無(1項目選択)

	例数	率(%)
有	54	88.5
無	7	11.5
小計	61	100
無回答	2	
総計	63	

[質問12]定期健康診断の受診状況(1項目選択)

	例数	率(%)
毎年受けている	34	58.6
2～3年に1回受けている	8	13.8
最近受けていない	10	17.2
これまで全く受けたことがない	6	10.3
小計	58	100
無回答	5	
総計	63	

[質問13]治療中・経過観察中の疾病の有無(1項目選択)

	例数	率(%)
有	29	49.2
無	30	50.8
小計	59	100
無回答	4	
総計	63	

具体的内容(複数回答)	例数
褥創	7
消化器疾患	5
高血圧症	3
腎・泌尿器疾患	3
排便排尿障害	3
上半身のスポーツ障害	2
メニエル病	2
内分泌・代謝疾患	2
心臓病	1
脳梗塞	1
悪性新生物	1
パニック障害	1
分類不明の内臓疾患	1
記入無し	2

[質問14]障害者の運動・スポーツ等についての意見・感想等(自由記載, 複数回答)

意見・感想等の内容(複数回答)	例数
施設設備の不足(練習場所・トイレ・風呂場・駐車場・専門医療機関)	6
施設設備までのバリアフリー化の不足	4
生活の場におけるバリアフリー化の不足	4
鹿児島市外にも障害者の運動・スポーツ施設が欲しい	3
障害者の運動・スポーツ施設の情報提供の不足	2
運動・スポーツは個々の問題	2
老後の不安がある	2
施設設備の整備前の意見聴取の不足	1
障害者スポーツ専門の指導者の不足	1
競技会参加の資金援助を希望	1
心のバリアフリーこそが必要	1

[質問15] 回答者の属性・状況等

①住所(市町村名)

市町村名	例数
鹿児島市	15
川内市	2
鹿屋市	5
枕崎市	1
阿久根市	3
名瀬市	2
出水市	1
指宿市	1
国分市	3
西之表市	1
垂水市	2
山川町	1
穎娃町	1
郡山町	3
金峰町	1
東郷町	1
宮之城町	1
高尾野町	2
始良町	4
霧島町	1
隼人町	1
志布志町	1
串良町	2
高山町	1
大根占町	1
天城町	1
県外	1
無回答	4

⑧車椅子使用開始年齢

年代	例数
10歳未満	6
10代	15
20代	18
30代	8
40代	12
50代	2
60代	2
無回答	1

②年齢

年代	例数
10代	4
20代	9
30代	5
40代	9
50代	16
60代	10
70代	7
80代	2
無回答	1

⑤障害の部位

部位	例数
両上下肢	10
両下肢	46
右上下肢	2
左下肢	1
無回答	4

⑦障害の原因

原因	例数
疾病	15
脳性麻痺	4
二分脊椎	3
脊髄腫瘍	1
髄膜脳炎	1
脳梗塞	1
脳内出血	1
脊髄硬膜外血腫	1
くる病	1
無記入	2
事故	45
その他	2
無回答	1

③性別

性別	例数
男性	51
女性	11
無回答	1

④障害者手帳級数

級数	例数
1級	49
2級	8
無記入	6

⑥切・離断の有無

有無	例数
有	1
無	58
無回答	4

知的障害者の加齢と健康度に関する研究

分担研究者 今村 理一 社会福祉法人みづき会 理事長

研究要旨 最近の日本において知的障害者が高齢化し、その痴呆化が認められていた。知的障害者に対するMOSESスケールによる調査は現在実施中であり、収集が完了次第速やかに解析を行う予定である。

A. 研究目的

我々は、平成 11、12 年の研究において、精神遅滞者は高齢期に一般高齢者と同様の疾病の傾向、日常生活行動の変化、精神症状の出現頻度を示すことを発表した。後期高齢期には、痴呆の出現も案じる必要がある。

そこで、本研究では、知的障害者を含めて、毎日の生活の中で使用できる痴呆スケールの開発と併せて我が国における知的障害者の痴呆化の現状を明らかにすることを目的とした。

B. 研究方法

まず、米のダルトン、ジャニキを中心とする研究報告等の関連研究の整理、検討をおこなった。同時に、1991 年に我々が知的障害者を対象に行った調査と同様の調査も行い、10 年間の推移を縦断的比較研究した。

知的障害者の痴呆化の現状を明らかにするためにすでに米国で開発されたMOSESスケールを検討し、用語の整理を行った上で、日本版の作成を試みた。そして、日米比較ができることも念頭においてわが国における調査を行うこととした。

C. 研究結果

関連研究の整理、検討から、精神遅滞の人にみられる痴呆は、①高齢ダウン症に見られることが多い、②度重なるてんかん発作により老化の兆候が早まることもある、③加齢による痴呆化の傾向は、生来の障害などと重複し判断を難しくしている等の報告があった。

知的障害者更生施設（入所）における入所者年齢の変化では、60 歳以上の入所者の割合が増加し、70、80 歳台の高齢者も出現していた。知的障害者更生施設（入所）における入所者の日常生活にみる変化では、移動、排泄、入浴等すべての処遇ニーズの増加、ダウン症者の著しい高齢化、痴呆、寝たきりの高齢者の出現が認められた。

知的障害者に対するMOSESスケールに

よる調査は現在実施中であり、収集が完了次第速やかに解析を行う予定である。

D. 考察

精神遅滞の人が加齢とともに痴呆を合併するようになることは、十分に考えられることである。実際、知的障害者更生施設において、痴呆の高齢者の出現が認められた。その実態を明らかにして、今後の対応していくことは重要であると考えられる。現在回収、集計中のMOSESスケールによる調査によってその実態を明らかにする予定である。

E. 結論

最近の日本においても知的障害者が高齢化し、その痴呆化が認められている。知的障害者に対するMOSESスケールによる調査は現在実施中であり、収集が完了次第速やかに解析を行う予定である。

F. 健康危険情報

特記すべき情報は得られなかった。

G. 研究結果発表

1. 論文発表
なし
2. 学会発表
なし

H. 知的財産権の出願・登録状況（予定を含む）

1. 特許取得
なし
2. 実用新案登録
なし
3. その他
なし

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の 編集者名	書籍名	出版者名	出版年	ページ
なし						

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻名	ページ	出版年
なし					

研究成果の刊行物・印刷

なし