

	最大歩行速度(m/秒)	2.30 ± 0.4	2.10 ± 0.4	2.30 ± 0.4	0.026	2.10 ± 0.4	2.00 ± 0.4	2.00 ± 0.4	0.026	0.539
口腔機能	ガム咀嚼	19.2 ± 6.3	9.0 ± 5.6	12.9 ± 5.9	<.001	15.1 ± 6.8	7.9 ± 4.4	10.6 ± 7.4	<.001	0.115
	残存歯数(本)	21.0 ± 8.4	20.7 ± 8.7	20.7 ± 8.6	0.474	15.6 ± 11.5	15.2 ± 11.5	15.7 ± 11.8	0.474	0.53
	機能歯数(本)	27.2 ± 2.8	27.3 ± 2.8	26.7 ± 4.2	0.9	27.1 ± 3.7	27.2 ± 3.6	27.8 ± 2.3	0.9	0.432
	オーラルディアドクネシス(回/秒)『タ』	6.10 ± 0.9	6.00 ± 0.9	6.00 ± 0.9	0.487	5.60 ± 0.9	5.40 ± 1.1	5.70 ± 0.8	0.487	0.508
	舌圧測定(kpa)	32.3 ± 8.2	32.1 ± 8.4	32.9 ± 7.9	0.696	28.8 ± 8	28.0 ± 7.5	27.2 ± 6.6	0.696	0.16
	RSST(秒)1回目	2.40 ± 3.1	3.40 ± 5.6	2.30 ± 3.7	0.066	2.10 ± 1.5	4.00 ± 3.3	2.00 ± 1	0.066	0.739
質問票	社会関係資本合計得点	26.3 ± 4.8	36.5 ± 6.3	35.7 ± 6.5	<.001	25.4 ± 6.8	37.0 ± 5.2	35.8 ± 5.6	<.001	0.814
	社会的凝集性合計得点	14.0 ± 1.9	18.3 ± 3.5	17.8 ± 3.4	<.001	13.8 ± 2.3	19.3 ± 2.9	16.9 ± 2.6	<.001	0.273
	私的社會統制合計得点	12.3 ± 3.9	18.2 ± 3.8	17.8 ± 4	<.001	11.6 ± 5.5	17.7 ± 3.8	18.9 ± 3.6	<.001	0.492
	ヘルスリテラシー得点	4.00 ± 0.6	4.10 ± 0.7	4.00 ± 0.9	0.368	4.10 ± 0.5	4.10 ± 0.7	3.90 ± 0.3	0.368	0.626
	E-SAS 生活の広がり(LSA)	26.8 ± 9.4	26.3 ± 9.2	25.3 ± 9.2	0.039	23.0 ± 8	23.6 ± 10.7	20.0 ± 9.2	0.039	0.429
	E-SAS 人との繋がり(LSNS)	16.2 ± 6.1	16.4 ± 6.3	14.4 ± 6.4	0.002	14.8 ± 6.3	14.3 ± 7.1	12.3 ± 5.7	0.002	0.834
	食品多様性スコア	3.8 ± 2.1	4.1 ± 2.2	3.7 ± 2	0.525	4.0 ± 2.5	3.8 ± 2.1	3.4 ± 1.9	0.525	0.511
	MNA-SF スクリーニング値	12.6 ± 1.4	12.4 ± 1.5	12.7 ± 1.3	0.022	12.4 ± 1.5	12.6 ± 1.4	11.0 ± 2.3	0.022	<.001
	GDS合計得点	2.30 ± 2.9	2.50 ± 2.9	2.50 ± 3.4	0.511	3.90 ± 3.6	3.30 ± 2.8	4.30 ± 3.9	0.511	0.738
	MMSE合計得点	28.3 ± 2	28.5 ± 1.7	28.7 ± 1.8	0.004	27.5 ± 1.8	28.5 ± 1.9	28.4 ± 1.4	0.004	0.124
	IADL得点	4.80 ± 0.6	4.90 ± 0.4	4.80 ± 0.5	0.888	5.00 ± 0	4.80 ± 0.5	4.90 ± 0.3	0.888	0.288
	WHO5得点	18.0 ± 4.4	17.3 ± 4.7	17.7 ± 4.7	0.151	17.9 ± 5	17.0 ± 4.4	16.2 ± 5.1	0.151	0.635
	GOHAI得点	54.6 ± 5.9	55.8 ± 5.3	55.6 ± 5.8	0.035	55.7 ± 5.9	56.0 ± 5.1	51.4 ± 7.5	0.035	0.039
	中強度以上の余暇活動時間(分/日)	55.6 ± 57.5	52.3 ± 59.3	50.1 ± 53.1	0.296	55.0 ± 67.2	45.0 ± 41.5	37.8 ± 66.4	0.296	0.728
	中強度以上の仕事時間(分/日)	38.10 ± 66.8	43.0 ± 67.4	36.90 ± 57.1	0.044	17.60 ± 36.1	48.2 ± 77.5	16.30 ± 56.4	0.044	0.219

中強度以上の活動時間(分/日)	97.0 ± 99	98 ± 109.4	90.9 ± 92.6	0.212	76.8 ± 70.7	98 ± 95.3	57.3 ± 118.2	0.212	0.489
移動時間(分/日)	9.5 ± 7.7	7.7 ± 7.8	10.2 ± 18.7	0.002	13.7 ± 10.3	6.7 ± 7	5.6 ± 4.1	0.002	0.045
座位時間(分/日)	44 ± 25.8	48 ± 30.1	46 ± 29	0.392	47 ± 23.3	53 ± 29.2	51 ± 30.1	0.392	0.958
総METs(METs/日)	497 ± 505.7	455 ± 403	485 ± 488.7	0.429	433 ± 456.1	512 ± 437.8	307 ± 541.3	0.429	0.224
服薬数	2.60 ± 2.7	2.70 ± 2.7	2.90 ± 2.9	0.475	4.80 ± 3.7	4.60 ± 3.2	4.10 ± 3.3	0.475	0.017

(Notes) 平均値±標準偏差で表記。\*: 2元配置の分散分析による被験者内因子比較。†: 2元配置の分散分析による被験者間因子比較。

表 2. 2 年間の追跡調査比較-サルコペニア罹患の有無による検討 (2012 年度から 2014 年度) 女性

		サルコペニア				非サルコペニア				p-value†
		2012年度	2013年度	2012年度	p-value*	2012年度	2013年度	2014年度	p-value*	
身体測定	体重(kg)	52.1 ± 7.4	50.8 ± 8	51.0 ± 7.5	<.001	45.2 ± 5	44.0 ± 4.6	43.7 ± 4	<.001	0.842
	BMI(kg/m <sup>2</sup> )	22.6 ± 3	22.1 ± 3.2	22.1 ± 3	<.001	20.6 ± 2.9	20.1 ± 2.6	19.7 ± 2.1	<.001	0.131
	第1-2指間厚(mm)	32.3 ± 2.7	32.4 ± 2.6	31.8 ± 2.3	<.001	30.8 ± 2.1	30.6 ± 1.5	29.8 ± 2.1	<.001	0.673
	腹囲(cm)	84.1 ± 8.7	83.7 ± 8.5	82.1 ± 9.1	<.001	80.0 ± 10.5	79.9 ± 8.6	75.7 ± 10.4	<.001	0.146
	下腿周囲長(非利き足) (cm)	34.3 ± 2.6	34.2 ± 3.5	34.0 ± 2.6	0.009	31.4 ± 2	31.1 ± 1.8	31.0 ± 1.6	0.009	0.943
	大腿周囲長(利き足) (cm)	41.3 ± 3.9	40.7 ± 3.7	40.3 ± 3.6	<.001	38.5 ± 3.7	37.7 ± 3.3	36.9 ± 2.2	<.001	0.537
	上腕周囲長(非利き手) (cm)	27.1 ± 2.8	26.9 ± 2.7	26.8 ± 2.6	0.07	25.5 ± 2.3	25.1 ± 2.2	25.0 ± 1.6	0.07	0.853
	上腕三頭筋皮下脂肪厚(非利き手) (cm)	18.0 ± 6.1	17.7 ± 5.2	16.1 ± 5	<.001	15.5 ± 5.8	15.8 ± 5.3	13.8 ± 4.6	<.001	0.776
	体脂肪量(kg)	16.8 ± 5.2	15.6 ± 5.2	15.3 ± 5.2	<.001	13.9 ± 4.2	12.7 ± 3.8	11.8 ± 3.4	<.001	0.351
	四肢骨格筋量(kg)	13.6 ± 2	16.7 ± 4.1	13.8 ± 2	<.001	11.5 ± 1.2	18.4 ± 6.4	11.9 ± 1.5	<.001	0.004
	四肢SMI(kg/m <sup>2</sup> )a	5.90 ± 0.6	6.60 ± 1	5.90 ± 0.7	<.001	5.20 ± 0.3	7.10 ± 1.6	5.20 ± 0.4	<.001	<.001
	身体機能	握力(kg)	22.9 ± 3.9	22.7 ± 3.9	23.5 ± 4.3	<.001	19.7 ± 1.7	16.1 ± 4.2	18.5 ± 2.7	<.001
ピンチ力(kg)		6.50 ± 1.4	6.10 ± 1.7	7.30 ± 1.8	<.001	5.60 ± 1.4	4.50 ± 2	5.90 ± 1.2	<.001	0.197
5回立ち上り時間(秒)		8.00 ± 2.7	7.90 ± 2.5	7.70 ± 2.2	0.661	7.90 ± 1.7	8.70 ± 2	8.40 ± 2.3	0.661	0.207
膝伸展力(N)		251 ± 67.8	305 ± 101.3	253 ± 67.5	<.001	208 ± 36.4	264 ± 112.9	207 ± 44	<.001	0.967
開眼片足立ち(秒)		46.3 ± 19.9	46.9 ± 20.1	45.6 ± 20.1	0.02	44.0 ± 22.5	38.5 ± 24.2	34.9 ± 23.4	0.02	0.058
TUG(秒)a		5.70 ± 1.1	5.90 ± 1.3	5.80 ± 1.3	0.327	6.20 ± 1	6.10 ± 1.8	6.40 ± 1	0.327	0.237
通常歩行速度(m/秒)		1.50 ± 0.2	1.50 ± 0.2	1.40 ± 0.2	0.006	1.40 ± 0.2	1.40 ± 0.3	1.30 ± 0.3	0.006	0.872

	最大歩行速度(m/秒)	2.10 ± 0.4	2.10 ± 0.4	2.10 ± 0.4	0.016	1.90 ± 0.4	1.90 ± 0.4	1.70 ± 0.4	0.016	0.181
口腔機能	ガム咀嚼	16.1 ± 6.1	8.8 ± 5.1	10.7 ± 5.3	<.001	17.5 ± 5.5	8.7 ± 5.2	10.1 ± 5.6	<.001	0.284
	残存歯数(本)	21.5 ± 7.4	21.3 ± 7.8	21.1 ± 7.8	0.238	21.3 ± 8.1	21.5 ± 7.9	20.9 ± 8.3	0.238	0.625
	機能歯数(本)	27.0 ± 2.4	26.9 ± 2.8	26.8 ± 3.4	0.884	26.8 ± 1.9	27.0 ± 1.4	27.0 ± 1.5	0.884	0.76
	オーラルディアドクinesis(回/秒)『タ』	6.10 ± 0.9	6.20 ± 0.9	6.10 ± 0.8	0.071	5.60 ± 0.8	5.80 ± 0.9	5.90 ± 0.7	0.071	0.115
	舌圧測定(kpa)	30.0 ± 7.1	29.8 ± 7.7	30.6 ± 7.2	0.495	27.1 ± 6.3	26.1 ± 6.5	26.8 ± 5.9	0.495	0.743
	RSST(秒)1回目	3.70 ± 5.7	3.60 ± 5	3.40 ± 5.2	0.089	3.50 ± 4.2	6.30 ± 10.2	3.30 ± 3.3	0.089	0.107
質問票	社会関係資本合計得点	25.2 ± 5.1	36.1 ± 6.8	36.9 ± 6.7	<.001	24.8 ± 4	36.1 ± 4.7	36.6 ± 8.4	<.001	0.987
	社会的凝集性合計得点	13.8 ± 2.2	18.2 ± 3.8	18.6 ± 3.8	<.001	13.4 ± 2	19.1 ± 3.1	18.4 ± 3.6	<.001	0.453
	私的社会統制合計得点	11.4 ± 3.9	17.9 ± 3.9	18.3 ± 3.9	<.001	11.6 ± 3.9	17.2 ± 2.2	18.1 ± 5.4	<.001	0.759
	ヘルシテラシー得点	4.00 ± 0.6	4.10 ± 0.7	3.90 ± 0.9	0.447	4.00 ± 0.3	4.10 ± 0.4	3.90 ± 0.6	0.447	0.855
	E-SAS 生活の広がり(LSA)	23.2 ± 9.6	23.5 ± 9.2	22.5 ± 9.6	0.696	25.7 ± 8.7	23.6 ± 8.2	24.9 ± 6.7	0.696	0.401
	E-SAS 人との繋がり(LSNS)	17.1 ± 5.3	16.5 ± 6.3	16.1 ± 5.6	0.597	15.2 ± 5.8	14.9 ± 6.1	15.0 ± 4.1	0.597	0.776
	食品多様性スコア	3.6 ± 2	4.1 ± 2.2	4.5 ± 2	0.001	3.1 ± 1.9	3.9 ± 2.3	4.2 ± 1.8	0.001	0.622
	MNA-SF スクリーニング値	12.5 ± 1.5	12.4 ± 1.6	12.2 ± 1.5	<.001	12.6 ± 1.4	12.6 ± 1.7	10.7 ± 1.4	<.001	0.005
	GDS合計得点	2.40 ± 2.7	2.80 ± 3.4	2.60 ± 3	0.853	3.60 ± 2.9	2.60 ± 3	3.40 ± 2.9	0.853	0.402
	MMSE合計得点	28.3 ± 1.6	28.8 ± 1.5	28.8 ± 1.4	0.003	28.1 ± 1.8	29.0 ± 1.3	28.2 ± 1.8	0.003	0.068
	IADL得点	5.00 ± 0.2	4.90 ± 0.5	5.00 ± 0.3	0.112	5.00 ± 0	4.80 ± 0.5	5.00 ± 0	0.112	0.852
	WHO5得点	18.1 ± 4.8	17.0 ± 4.9	18.0 ± 4.8	0.623	17.5 ± 2.7	17.7 ± 3.1	16.7 ± 3	0.623	0.309
	GOHAI得点	54.9 ± 6.2	55.2 ± 6.6	54.5 ± 6.6	0.217	52.2 ± 9.7	53.9 ± 9.3	53.7 ± 7.4	0.217	0.438
	中強度以上の余暇活動時間(分/日)	41.4 ± 49.8	45.7 ± 62.8	43.9 ± 66.5	0.928	34.3 ± 44.6	35.8 ± 41.2	33.7 ± 55	0.928	0.976
	中強度以上の仕事時間(分/日)	47.00 ± 70.4	55.3 ± 87.4	54.40 ± 133	0.067	18.00 ± 30.6	57.4 ± 101.5	66.20 ± 139.3	0.067	0.282

中強度以上の活動時間(分/日)	90.6 ± 93.8	100 ± 121.9	91.7 ± 116.8	0.16	46.2 ± 56.2	87 ± 103.7	98.5 ± 160.3	0.16	0.261
移動時間(分/日)	10.7 ± 8.2	9.6 ± 10.7	10.5 ± 21.8	0.794	8.2 ± 8.2	10.3 ± 14.6	12.7 ± 15	0.794	0.58
座位時間(分/日)	40 ± 20.4	44 ± 26.8	44 ± 28	0.872	47 ± 25.3	45 ± 19.8	45 ± 20.7	0.872	0.444
総METs(METs/日)	446 ± 431.3	501 ± 604.9	470 ± 566	0.079	126 ± 139.3	437 ± 549.4	503 ± 909	0.079	0.18
服薬数	2.50 ± 2.6	2.50 ± 2.6	2.60 ± 2.7	0.279	2.50 ± 2.5	2.60 ± 2.8	2.90 ± 3.3	0.279	0.741

(Notes)平均値±標準偏差で表記。\*:2元配置の分散分析による被験者内因子比較。†:2元配置の分散分析による被験者間因子比較。

表 3. 2年間の追跡調査比較-サルコペニア罹患 (AWGS の基準) の有無による検討 (2012年度から2014年度) 男性

	サルコペニア				非サルコペニア				p-value†	
	2012年度	2013年度	2012年度	p-value*	2012年度	2013年度	2014年度	p-value*		
身体測定	体重(kg)	63.9 ± 8.2	62.7 ± 8.1	62.4 ± 8	<.001	60.4 ± 9	59.2 ± 9	59.0 ± 9.1	<.001	0.846
	BMI(kg/m <sup>2</sup> )	23.5 ± 2.7	22.9 ± 3.4	23.0 ± 2.7	<.001	22.4 ± 2.5	21.5 ± 4.1	21.8 ± 2.5	<.001	0.623
	第1-2指間厚(mm)	37.1 ± 3.2	36.7 ± 4.1	36.4 ± 2.4	0.004	36.0 ± 3.7	35.4 ± 6.1	35.6 ± 2.7	0.004	0.38
	腹囲(cm)	86.2 ± 8.1	86.1 ± 8.2	85.1 ± 8	<.001	84.2 ± 7.4	84.2 ± 7.5	83.2 ± 7.7	<.001	0.945
	下腿周囲長(非利き足) (cm)	36.2 ± 2.6	35.9 ± 2.5	35.7 ± 2.5	<.001	34.9 ± 2.9	34.5 ± 2.8	34.5 ± 2.9	<.001	0.295
	大腿周囲長(利き足) (cm)	42.3 ± 3.4	41.5 ± 3.2	41.1 ± 3.2	<.001	40.3 ± 3.3	39.6 ± 3.2	39.4 ± 3.2	<.001	0.229
	上腕周囲長(非利き手) (cm)	28.4 ± 2.6	28.4 ± 2.3	28.2 ± 2.2	0.015	27.4 ± 2.5	26.8 ± 3.6	27.2 ± 2.5	0.015	0.001
	上腕三頭筋皮下脂肪厚(非利き手) (cm)	12.7 ± 6.8	9.7 ± 4.1	8.9 ± 3.7	<.001	11.9 ± 5	9.7 ± 3.6	9.4 ± 3.6	<.001	0.091
	体脂肪量(kg)	16.0 ± 5.2	15.0 ± 5.2	14.6 ± 5.1	<.001	15.0 ± 4.8	14.0 ± 4.9	13.4 ± 5	<.001	0.816
	四肢骨格筋量(kg)	20.3 ± 2.5	17.0 ± 4	20.3 ± 2.4	<.001	19.1 ± 3	16.9 ± 3.8	18.9 ± 3.2	<.001	0.051
	四肢SMI(kg/m <sup>2</sup> )a	7.40 ± 0.6	6.70 ± 1	7.50 ± 0.6	<.001	7.00 ± 0.7	6.60 ± 1	7.00 ± 0.9	<.001	0.015
身体機能	握力(kg)	35.9 ± 5.5	35.2 ± 5.1	37.0 ± 5.7	<.001	32.7 ± 5.6	30.1 ± 6.4	31.6 ± 6.6	<.001	<.001
	ピンチ力(kg)	9.80 ± 2.1	9.10 ± 2.2	10.20 ± 2.2	<.001	8.90 ± 2.1	8.30 ± 2.3	9.90 ± 2.9	<.001	0.076
	5回立ち上り時間(秒)	7.70 ± 1.9	7.90 ± 2.3	7.50 ± 2	0.44	8.70 ± 2.3	8.90 ± 2.4	9.00 ± 2.5	0.44	0.042
	膝伸展力(N)	403 ± 90.8	344 ± 110.4	404 ± 85.4	<.001	343 ± 98.8	304 ± 101.8	338 ± 95.5	<.001	0.209
	開眼片足立ち(秒)	48.0 ± 19.4	49.3 ± 18.5	48.3 ± 18.7	0.139	37.4 ± 23	39.8 ± 23.5	39.0 ± 22.7	0.139	0.773
	TUG(秒)a	5.20 ± 1	5.40 ± 1	5.20 ± 1	0.003	5.80 ± 1.4	6.00 ± 1.3	6.00 ± 1.5	0.003	0.016
	通常歩行速度(m/秒)	1.50 ± 0.2	1.60 ± 0.2	1.50 ± 0.2	0.07	1.40 ± 0.3	1.40 ± 0.3	1.40 ± 0.2	0.07	0.021

	最大歩行速度(m/秒)	2.30 ± 0.4	2.20 ± 0.4	2.30 ± 0.4	<.001	2.20 ± 0.4	2.00 ± 0.4	2.10 ± 0.4	<.001	0.125
口腔機能	ガム咀嚼	19.3 ± 6.2	9.1 ± 5.6	13.1 ± 5.9	<.001	18.5 ± 7	8.7 ± 5.1	11.9 ± 6.3	<.001	0.628
	残存歯数(本)	21.4 ± 8.3	21.0 ± 8.6	21.0 ± 8.5	0.221	19.8 ± 9.2	19.7 ± 9.6	19.6 ± 9.7	0.221	0.771
	機能歯数(本)	27.3 ± 2.6	27.3 ± 2.9	26.8 ± 4	0.013	27.2 ± 3.7	27.7 ± 1.6	26.9 ± 5.1	0.013	0.299
	オーラルディアドクネシス(回/秒)『夕』	6.10 ± 0.9	6.00 ± 0.9	6.10 ± 0.8	0.049	6.00 ± 0.9	5.90 ± 1	5.80 ± 1.1	0.049	0.434
	舌圧測定(kpa)	32.6 ± 8.3	32.5 ± 8.2	33.3 ± 7.7	0.067	29.4 ± 8.3	29.6 ± 9.1	30.1 ± 8.4	0.067	0.846
	RSST(秒) 1回目	2.30 ± 2.9	3.10 ± 5.1	2.30 ± 3.6	0.003	2.60 ± 3.6	3.90 ± 4.9	2.30 ± 3.4	0.003	0.597
質問票	社会関係資本合計得点	26.2 ± 4.9	36.5 ± 6.4	35.8 ± 6.5	<.001	25.9 ± 4.9	36.4 ± 6.1	35.7 ± 6.2	<.001	0.953
	社会的凝集性合計得点	13.9 ± 1.9	18.4 ± 3.6	17.8 ± 3.4	<.001	14.1 ± 1.7	18.2 ± 3.3	17.9 ± 3.3	<.001	0.78
	私的社会統制合計得点	12.3 ± 4	18.1 ± 3.8	18.0 ± 4	<.001	11.8 ± 4	18.3 ± 4	17.9 ± 3.9	<.001	0.631
	ヘルスリテラシー得点	4.00 ± 0.6	4.10 ± 0.7	4.00 ± 0.9	0.001	4.00 ± 0.7	4.20 ± 0.6	3.90 ± 0.9	0.001	0.477
	E-SAS 生活の広がり(LSA)	26.7 ± 9.4	26.2 ± 9.2	25.5 ± 9.4	<.001	27.1 ± 9.3	26.4 ± 9.7	23.0 ± 9.6	<.001	0.031
	E-SAS 人との繋がり(LSNS)	16.2 ± 6.1	16.3 ± 6.3	14.5 ± 6.3	<.001	15.7 ± 6.5	15.8 ± 6.1	13.4 ± 6.6	<.001	0.637
	食品多様性スコア	3.8 ± 2	4.1 ± 2.1	3.7 ± 2	<.001	4.1 ± 2.2	4.5 ± 2.2	3.8 ± 2.2	<.001	0.604
	MNA-SF スクリーニング値	12.6 ± 1.3	12.4 ± 1.4	12.7 ± 1.3	0.513	12.2 ± 1.8	12.2 ± 1.5	12.0 ± 1.7	0.513	0.116
	GDS合計得点	2.20 ± 2.8	2.50 ± 2.9	2.50 ± 3.4	0.287	2.70 ± 3.4	2.90 ± 2.9	2.80 ± 3.4	0.287	0.792
	MMSE合計得点	28.3 ± 2	28.5 ± 1.8	28.8 ± 1.8	0.025	28.4 ± 1.8	28.8 ± 1.4	28.5 ± 1.7	0.025	0.022
	IADL得点	4.80 ± 0.6	4.90 ± 0.5	4.80 ± 0.5	0.021	4.80 ± 0.4	4.90 ± 0.3	4.90 ± 0.3	0.021	0.487
	WHO5得点	18.0 ± 4.4	17.3 ± 4.8	17.9 ± 4.5	0.006	17.6 ± 4.4	17.0 ± 4.5	16.9 ± 5.7	0.006	0.666
	GOHAI得点	54.5 ± 6	55.7 ± 5.4	55.6 ± 5.9	<.001	55.2 ± 5.7	56.4 ± 4.4	54.9 ± 5.8	<.001	0.321
	中強度以上の余暇活動時間(分/日)	55.6 ± 57.7	52.6 ± 59.8	51.7 ± 54.9	0.104	52.6 ± 59.2	50.0 ± 59	40.2 ± 45.7	0.104	0.444
	中強度以上の仕事時間(分/日)	37.10 ± 67.7	44.9 ± 70	37.80 ± 58	0.341	40.10 ± 53.9	33.6 ± 48.8	29.00 ± 45.6	0.341	0.291

中強度以上の活動時間(分/日)	95.4 ± 100	101 ± 113.1	93.4 ± 95.8	0.164	97.6 ± 85.5	86 ± 85.3	74.8 ± 80.1	0.164	0.283
移動時間(分/日)	9.2 ± 7.6	7.7 ± 7.8	10.3 ± 19.7	<.001	12.8 ± 11.1	8.5 ± 10.3	8.6 ± 6.9	<.001	0.059
座位時間(分/日)	44 ± 26.1	47 ± 29.3	46 ± 28.2	0.018	46 ± 26.5	54 ± 30.6	54 ± 32.3	0.018	0.304
総METs(METs/日)	495 ± 519.8	467 ± 413.9	500 ± 511.3	0.385	484 ± 396.9	419 ± 383.8	379 ± 357.4	0.385	0.384
服薬数	2.60 ± 2.8	2.70 ± 2.8	2.80 ± 2.8	<.001	3.10 ± 2.8	3.20 ± 2.9	3.70 ± 3.5	<.001	0.071

(Notes) 平均値±標準偏差で表記。\*: 2元配置の分散分析による被験者内因子比較。†: 2元配置の分散分析による被験者間因子比較。

表 4. 2年間の追跡調査比較-サルコペニア罹患 (AWGS の基準) の有無による検討 (2012年度から 2014年度) 女性

		サルコペニア				非サルコペニア				p-value†
		2012年度	2013年度	2012年度	p-value*	2012年度	2013年度	2014年度	p-value*	
身体測定	体重(kg)	52.5 ± 7.2	51.2 ± 7.9	51.4 ± 7.1	<.001	45.4 ± 5	44.2 ± 5.1	44.4 ± 6.9	<.001	0.836
	BMI(kg/m <sup>2</sup> )	22.6 ± 2.9	21.3 ± 5	22.1 ± 2.9	<.001	20.6 ± 2.3	19.8 ± 3.2	19.9 ± 2.3	<.001	0.055
	第1-2指間厚(mm)	32.4 ± 2.6	31.4 ± 6.3	31.9 ± 2.2	<.001	30.6 ± 2.3	30.5 ± 3.9	30.0 ± 2	<.001	0.347
	腹囲(cm)	84.0 ± 8.7	83.7 ± 8.4	82.1 ± 9.2	<.001	79.1 ± 7.9	79.0 ± 7.5	77.1 ± 7.2	<.001	0.85
	下腿周囲長(非利き足) (cm)	34.4 ± 2.6	34.2 ± 3.6	34.1 ± 2.5	<.001	31.9 ± 1.9	31.9 ± 2	31.4 ± 2.1	<.001	0.249
	大腿周囲長(利き足) (cm)	41.4 ± 3.8	40.8 ± 3.5	40.4 ± 3.5	<.001	38.5 ± 3.1	37.8 ± 3.2	37.4 ± 3.1	<.001	0.928
	上腕周囲長(非利き手) (cm)	27.1 ± 2.8	26.9 ± 2.6	26.9 ± 2.5	<.001	25.3 ± 2.1	25.2 ± 2.2	24.9 ± 2.1	<.001	0.425
	上腕三頭筋皮下脂肪厚(非利き手) (cm)	18.1 ± 6	17.7 ± 5.2	16.1 ± 4.8	<.001	15.3 ± 5.1	15.9 ± 4.5	14.5 ± 5.3	<.001	0.154
	体脂肪量(kg)	16.8 ± 5.1	15.6 ± 5.1	15.3 ± 5.1	<.001	13.9 ± 4	12.9 ± 3.9	12.3 ± 4	<.001	0.555
	四肢骨格筋量(kg)	13.9 ± 1.9	16.7 ± 4.1	14.1 ± 1.9	<.001	11.6 ± 1.3	16.8 ± 3.8	11.6 ± 1.3	<.001	<.001
	四肢SMI(kg/m <sup>2</sup> )a	6.00 ± 0.6	6.60 ± 1	6.10 ± 0.6	<.001	5.20 ± 0.4	6.60 ± 0.9	5.20 ± 0.4	<.001	<.001
身体機能	握力(kg)	23.5 ± 3.6	23.2 ± 3.5	24.3 ± 3.8	<.001	19.9 ± 3.1	19.3 ± 3.1	19.6 ± 3.2	<.001	0.003
	ピンチ力(kg)	6.70 ± 1.4	6.20 ± 1.6	7.40 ± 1.8	<.001	5.70 ± 1.4	5.50 ± 1.8	6.70 ± 1.5	<.001	0.331
	5回立ち上り時間(秒)	7.90 ± 2.4	7.80 ± 2.3	7.50 ± 1.9	0.054	8.30 ± 2.7	8.60 ± 3	8.30 ± 2.3	0.054	0.428
	膝伸展力(N)	259 ± 65	310 ± 101.6	261 ± 65.4	<.001	198 ± 45	287 ± 104.5	197 ± 39.2	<.001	0.012
	開眼片足立ち(秒)	47.9 ± 19.3	48.7 ± 19.3	47.0 ± 19.4	0.22	41.1 ± 21.8	41.1 ± 21.7	39.9 ± 21.8	0.22	0.92
	TUG(秒)a	5.60 ± 1	5.80 ± 1.3	5.70 ± 1.2	0.002	6.20 ± 1.3	6.40 ± 1.1	6.40 ± 1.1	0.002	0.795
	通常歩行速度(m/秒)	1.50 ± 0.2	1.60 ± 0.2	1.50 ± 0.2	<.001	1.40 ± 0.2	1.50 ± 0.3	1.30 ± 0.2	<.001	<.001

	最大歩行速度(m/秒)	2.10 ± 0.3	2.10 ± 0.3	2.10 ± 0.3	0.002	1.90 ± 0.3	2.00 ± 0.4	1.80 ± 0.3	0.002	0.084
口腔機能	ガム咀嚼	16.5 ± 5.9	8.7 ± 4.8	11.2 ± 5.2	<.001	14.4 ± 7.1	9.5 ± 6.2	9.1 ± 5.8	<.001	<.001
	残存歯数(本)	22.0 ± 7.2	21.8 ± 7.5	21.7 ± 7.6	0.012	19.7 ± 8.5	19.4 ± 8.8	19.2 ± 9	0.012	0.677
	機能歯数(本)	27.0 ± 2.3	27.0 ± 2.6	26.8 ± 3.2	0.15	27.2 ± 1.9	27.1 ± 2.2	26.7 ± 3.7	0.15	0.689
	オーラルディアドコネシス(回/秒)『タ』	6.10 ± 0.9	6.20 ± 0.9	6.20 ± 0.8	0.908	6.00 ± 0.7	5.90 ± 0.9	6.00 ± 0.6	0.908	0.197
	舌圧測定(kpa)	30.5 ± 7.1	30.2 ± 7.5	31.0 ± 7.2	0.247	27.8 ± 6.6	27.4 ± 7.4	27.8 ± 6.2	0.247	0.727
	RSST(秒)1回目	3.80 ± 5.7	3.80 ± 5.3	3.30 ± 4.9	0.84	3.20 ± 5	3.20 ± 3.5	3.30 ± 3.6	0.84	0.743
質問票	社会関係資本合計得点	25.0 ± 4.7	36.1 ± 6.9	37.0 ± 6.5	<.001	26.3 ± 6.6	36.3 ± 5.6	36.3 ± 7.5	<.001	0.263
	社会的凝集性合計得点	13.8 ± 2.1	18.2 ± 3.9	18.6 ± 3.7	<.001	14.1 ± 2.7	18.1 ± 2.9	18.4 ± 4.1	<.001	0.607
	私的社会統制合計得点	11.2 ± 3.7	17.9 ± 4	18.4 ± 3.9	<.001	12.2 ± 4.9	18.1 ± 3.3	17.9 ± 4.4	<.001	0.223
	ヘルスリテラシー得点	4.00 ± 0.6	4.00 ± 0.7	3.90 ± 0.9	0.002	4.00 ± 0.6	4.20 ± 0.7	3.80 ± 1	0.002	0.042
	E-SAS 生活の広がり(LSA)	23.4 ± 9.6	23.7 ± 9.2	23.1 ± 9.3	<.001	23.0 ± 10.4	23.5 ± 9.6	19.7 ± 10.6	<.001	0.006
	E-SAS 人との繋がり(LSNS)	17.3 ± 5.2	16.5 ± 6.3	16.5 ± 5.4	0.009	15.3 ± 5.6	15.7 ± 6.7	14.4 ± 5.7	0.009	0.489
	食品多様性スコア	3.6 ± 2	4.0 ± 2.1	4.4 ± 2	<.001	3.6 ± 1.8	4.5 ± 2.4	4.7 ± 2	<.001	0.062
	MNA-SF スクリーニング値	12.5 ± 1.5	12.4 ± 1.6	12.4 ± 1.4	<.001	12.9 ± 1.3	12.6 ± 1.5	11.3 ± 1.5	<.001	<.001
	GDS合計得点	2.40 ± 2.7	2.90 ± 3.4	2.60 ± 3	0.005	2.80 ± 2.6	2.40 ± 2.7	3.60 ± 3.1	0.005	0.023
	MMSE合計得点	28.4 ± 1.5	28.9 ± 1.3	28.9 ± 1.3	<.001	28.1 ± 1.8	28.5 ± 2	28.4 ± 1.7	<.001	0.675
	IADL得点	5.00 ± 0.2	4.80 ± 0.5	5.00 ± 0.2	0.285	4.90 ± 0.4	4.90 ± 0.3	4.90 ± 0.5	0.285	0.018
	WHO5得点	18.0 ± 4.8	16.9 ± 4.9	18.1 ± 4.8	0.004	18.3 ± 4.4	17.8 ± 4.6	17.0 ± 4.8	0.004	0.044
	GOHAI得点	54.9 ± 6	54.9 ± 6.5	54.9 ± 6.4	0.008	54.5 ± 7.6	56.1 ± 7.3	53.6 ± 8	0.008	0.008
	中強度以上の余暇活動時間(分/日)	43.4 ± 51.8	48.7 ± 67.3	45.6 ± 69.3	0.343	27.9 ± 35.1	33.4 ± 49.4	23.9 ± 34	0.343	0.747
	中強度以上の仕事時間(分/日)	47.40 ± 72.8	56.8 ± 86	49.80 ± 99.2	0.264	37.40 ± 50.7	37.9 ± 77.3	63.70 ± 232.5	0.264	0.177

中強度以上の活動時間(分/日)	92.3 ± 96.3	104 ± 124.5	92.8 ± 115.5	0.46	68.3 ± 63.7	74 ± 98.7	63.9 ± 111.7	0.46	0.922
移動時間(分/日)	10.7 ± 8.5	9.8 ± 10.8	10.4 ± 22.8	0.437	9.5 ± 6.8	8.0 ± 8.8	10.2 ± 13	0.437	0.877
座位時間(分/日)	40 ± 20.4	44 ± 26.2	44 ± 27.7	0.017	42 ± 21.6	41 ± 25.3	47 ± 29.2	0.017	0.167
総METs(METs/日)	459 ± 439.2	514 ± 623.4	475 ± 565.4	0.295	306 ± 244.4	405 ± 456.6	377 ± 575.1	0.295	0.832
服薬数	2.30 ± 2.6	2.40 ± 2.5	2.40 ± 2.6	0.008	2.60 ± 2.7	2.90 ± 3.1	3.10 ± 3.3	0.008	0.107

(Notes)平均値±標準偏差で表記。\*:2元配置の分散分析による被験者内因子比較。†:2元配置の分散分析による被験者間因子比較。

# 『栄養とからだの健康増進調査』 写真集



3年目キャラバン (2014)



2年目キャラバン (2013)



1年目キャラバン (2012)

# 『栄養とからだの健康増進調査』健診調査 写真集



健康調査会場



会場の一つとなった中央保健センター

外観

設営に用いた見取り図



会場の設営



朝のミーティング



受付・事前アンケートの確認



問診



## 採血



## 体組成測定



## 環境整備



## 休憩ブース



## 栄養ブース（身体測定）



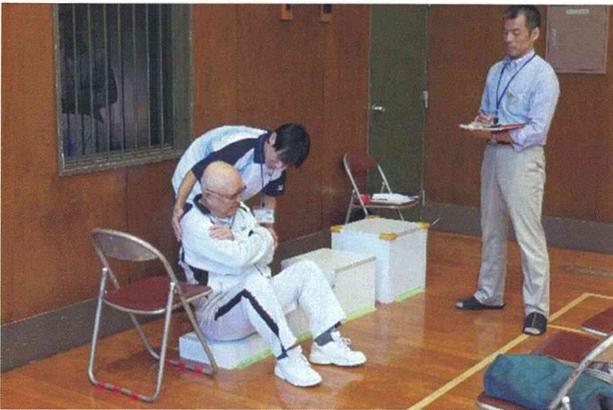
## 未記入者のためのアンケートチェック



## 認知機能評価



## 運動機能評価



## 口腔機能評価



9月からはじまります！ 栄養とからだの健康増進調査事業

『さあ、みんなでしっかり噛んで、筋肉作り』



無料

事前申し込み必要

「健康で長生き」を実現するために、ふだんの健診では行えない「栄養・筋肉・口の特別な検査」を行います。ふるってご参加ください！

日程：平成24年9月10日（月）～11月6日（火）

対象者：柏市内在住の65歳以上の介護認定を受けていない方

場所：柏市中央保健センター・柏市沼南保健センター・  
柏市各近隣センター

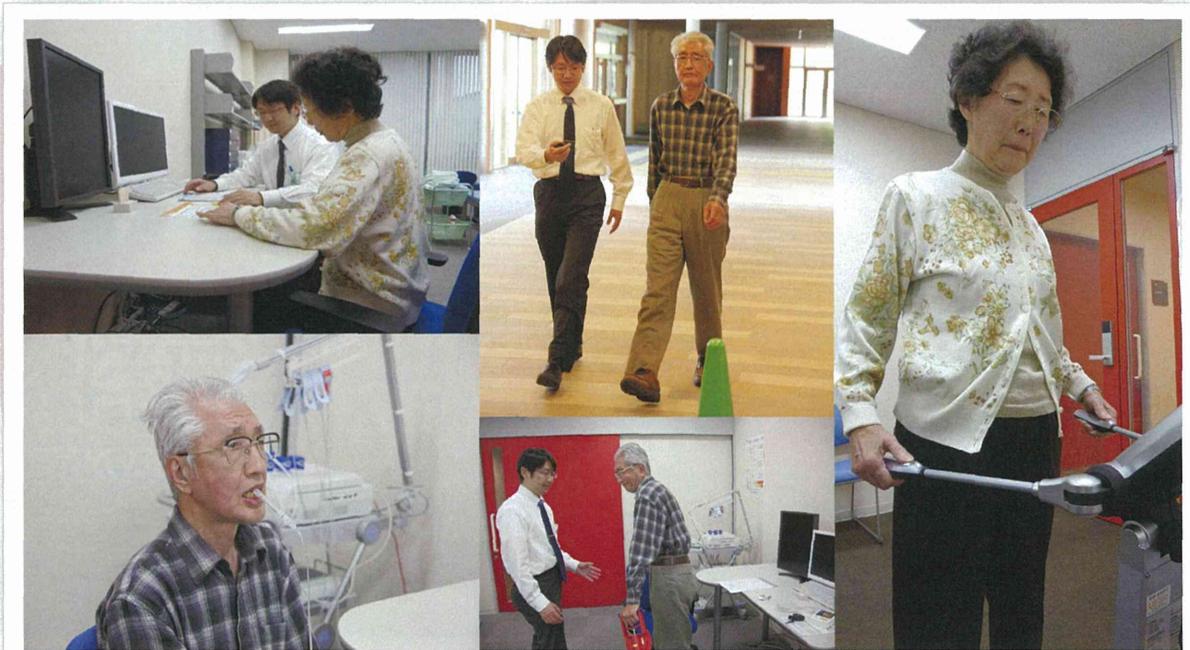
（南部・増尾・酒井根・豊四季台・旭町・  
高田・西原・北部・田中・根戸・松葉）

実施機関：東京大学高齢社会総合研究機構・柏市

## 「栄養とからだの健康増進調査事業」について

高齢になれば誰でも、若い頃と比べて病気になりやすくなったり、心身機能が低下しやすくなったりします。そこで東京大学と柏市では、市民のみなさまが「いつまでもしっかり歩いて、病気になりにくい栄養状態」でいられるように、無料健康チェックを行うことになりました。検査結果は年内に郵送します。今後のご自身の健康管理にぜひ役立ててください。

### 健診風景



- 時間：後日、個別にご連絡いたします。  
午前中に検査を開始し、所要時間は2～3時間です。
- 内容：病気や要介護になりにくいための、栄養調査、身体計測や採血検査、からだの筋量や筋力のチェック、噛む力などのお口の機能のチェック
- お問い合わせ：東京大学高齢社会総合研究機構

電話 04-7136-6680（平日午前9時から午後5時まで）

FAX 04-7136-6677

✉ [event@iog.u-tokyo.ac.jp](mailto:event@iog.u-tokyo.ac.jp)

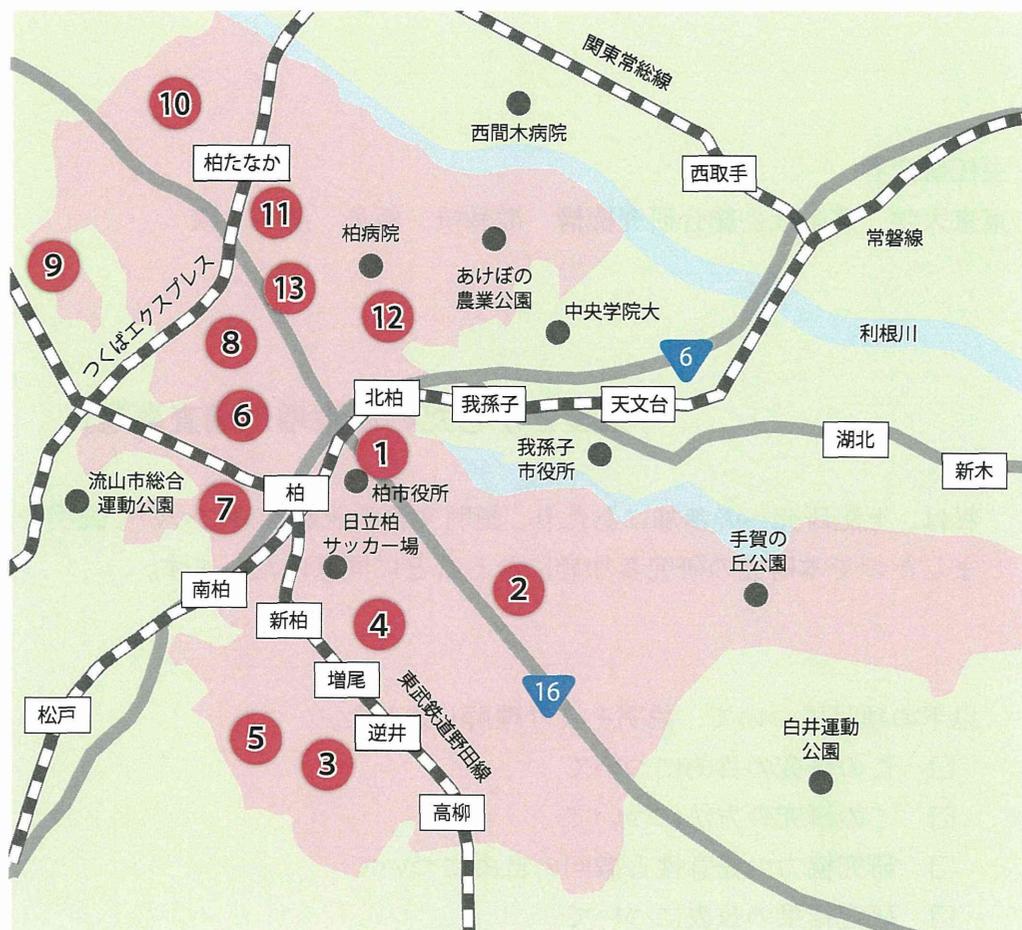
FAX・✉: 件名に【栄養からだ調査お問い合わせ】と明記してください

同封の健康調査参加申込ハガキに  
必要事項をご記入の上お申し込みください。  
後日健診受診票をお送りいたします。



## 会場地図

- ① 柏中央保健センター
- ② 柏市沼南保健センター
- ③ 南部近隣センター
- ④ 増尾近隣センター
- ⑤ 酒井根近隣センター
- ⑥ 豊四季台近隣センター
- ⑦ 旭町近隣センター
- ⑧ 高田近隣センター
- ⑨ 西原近隣センター
- ⑩ 北部近隣センター
- ⑪ 田中近隣センター
- ⑫ 根戸近隣センター
- ⑬ 松葉近隣センター



## 日程

9/10 (月)	沼南保健センター	10/12 (金)	中央保健センター
9/18 (火)	増尾近隣センター	10/16 (火)	田中近隣センター
9/19 (水)	南部近隣センター	10/17 (水)	根戸近隣センター
9/20 (木)	酒井根近隣センター	10/18 (木)	松葉近隣センター
9/21 (金)	沼南保健センター	10/19 (金)	中央保健センター
9/24 (月)	沼南保健センター	10/22 (月)	沼南保健センター
9/25 (火)	豊四季台近隣センター	10/23 (火)	根戸近隣センター
9/26 (水)	旭町近隣センター	10/24 (水)	田中近隣センター
9/27 (木)	高田近隣センター	10/25 (木)	中央保健センター
10/2 (火)	西原近隣センター	10/29 (月)	沼南保健センター
10/3 (水)	中央保健センター	10/30 (火)	北部近隣センター
10/9 (火)	南部近隣センター	10/31 (水)	西原近隣センター
10/10 (水)	北部近隣センター	11/2 (金)	中央保健センター
10/11 (木)	豊四季台近隣センター	11/6 (火)	沼南保健センター