

地域高齢者におけるストレス対処力 (SOC) と運動能力・日常生活機能・転倒経験との関連

○門間貴史¹⁾ 武田 文²⁾ 浅沼 徹²⁾ 朴峠周子³⁾ 藤原愛子²⁾ 木田春代²⁾ 香田泰子²⁾

¹⁾筑波大学大学院人間総合科学研究科体育学専攻、²⁾筑波大学大学院人間総合科学研究科

ヒューマン・ケア科学専攻、³⁾人間総合科学大学人間科学部人間科学科

【背景】高齢期には多様なストレスに直面するため、健康の回復・維持・増進の上でストレスに対処する力が重要となる。このようなストレス対処力として、Antonovsky が提唱した Sense of Coherence (SOC) が注目されている。高齢者の SOC には、運動能力・日常生活機能およびそれに関連する転倒経験などが影響を及ぼしていると考えられ、また前期高齢者と後期高齢者では、これらの関係性が異なる可能性が考えられるが、これまで全く検討されていない。

【目的】地域高齢者におけるストレス対処力 (SOC) と運動能力・日常生活機能・転倒経験との関連を、前期高齢者・後期高齢者それぞれについて検討した。

【方法】2011年8月に茨城県笠間市で行われた「かさま長寿健診」に参加した地域高齢者 360名に対して記名自記式質問紙調査を行った。完全な回答が得られた 258名 (前期高齢者 161名、後期高齢者 97名) を分析対象とした。分析項目は (1) 年齢 (2) 13項目 5件法版 Sense of Coherence Scale (3) 運動能力 (握力、開眼片足立ち時間、長座位前屈、長座位起立時間、5回椅子立ち上がり時間、Functional reach、Timed up and go、5m 通常歩行時間、48本ペグ移動、全身単純反応時間、全身選択反応時間、立ち上がりパワー) (4) 日常生活機能 (SF-36の身体機能尺度) (5) 過去一年間の転倒経験である。前期高齢者・後期高齢者に層別し、それぞれにおいて、SOC と運動能力の各項目・日常生活機能との関連を Spearman の順位相関分析により、また SOC と転倒経験との関連を t 検定により分析した。

【結果】前期高齢者においては、SOC と運動能力のいずれの項目とも関連を認めなかったが、日常生活機能との間には有意な正の相関を認めた ($r=.228, p<.001$)。また、転倒経験がある者は、ない者よりも SOC が低かった ($t=2.48, p<.05$)。

後期高齢者においても前期高齢者と同様に、SOC と運動能力のいずれの項目とも関連を認めなかったが、日常生活機能との間には有意な正の相関を認めた ($r=.332, p<.01$)。しかし、転倒経験は SOC との関連を認めなかった。

【考察】地域高齢者では年齢層の違いにかかわらず、運動能力とストレス対処力には関連がなく、日常的な生活動作にかかわる身体機能が高いほどストレス対処力が高かった。よって地域高齢者のストレス対処力向上には、運動能力を高めることではなく、日々の生活が不自由なく行える身体機能を高めることが重要であることが示唆された。一方で、転倒経験とストレス対処力との関係性には年齢層による違いがみられ、前期高齢者では転倒経験がある者はない者よりもストレス対処力が低いのにに対し、後期高齢者では関連を認めなかった。ストレス対処力にはさまざまな人生経験の成否が影響を及ぼすとされているが、転倒経験は前期高齢者ではストレス対処力のマイナス要因であるのにに対し、後期高齢者では影響をもたないといった違いがある可能性が示唆された。

【結論】地域高齢者のストレス対処力 (SOC) は、年齢層にかかわらず、運動能力とは関連がなく日常生活機能と関連を認めた。また、前期高齢者においてのみ、転倒経験との関連を認めた。

E-mail ; s1121597@u.tsukuba.ac.jp