

簡易評価を用いた骨格筋量と最大筋力の予測： 大腿部と下腿部に関する比較研究

安田智洋^{*}、¹⁾

¹⁾聖隷クリストファー大学

【目的】サルコペニア予防では、簡易評価できる方法の確立が重要である。現在、サルコペニア研究では大腿または下腿の筋量が重要とする報告が混在し、着目部位に相違がある。本研究では、若年女性の大腿と下腿に着目し、骨格筋量と筋機能の予測に有効な簡易評価法を調べた。

【方法】女子大学生 39 名を対象とし、骨格筋量（四肢骨格筋量/身長²）と筋機能（握力・チェアスタンド）を測定した。簡易評価法には（周囲径（大腿・下腿）・筋厚（大腿前面・大腿後面・下腿後面））を採用し、骨格筋量または筋機能との相関関係及び重回帰分析を調べた。

【結果】骨格筋量は、大腿と下腿とも、筋厚よりも周囲径で高い相関係数を示した。重回帰分析では、下腿周囲径が最上位で選択された。握力は、筋厚と周囲径とも、大腿及び下腿と有意な相関関係を示した。重回帰分析では、下腿周囲径が最上位で選択された。チェアスタンドは、相関関係と重回帰分析とも、有意な関係を示す変数はなかった。

【結論】若年女性に対するサルコペニア予防として、下腿部周囲径の評価は特に有効な評価項目かもしれない。

学会発表

○安田智洋「簡易評価を用いた骨格筋量と最大筋力の予測：大腿部と下腿部に関する比較研究」日本体育測定評価学会第 19 回（福井、2020.2.29）