

大学生における体力の現状 ～新旧サルコペニア診断基準の視点を含めた検討～

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（加齢性筋肉減少症）の研究は、ほとんどが問題に直面する高齢者を対象としているが、日本の健常若年女性の約 1/3 はすでにプレサルコペニア（骨格筋量のみがカットオフ値未満）に該当するとの報告もあり、サルコペニア対策は若年期からの早期予防も重要といえる。Asian Working Group for Sarcopenia (AWGS) がアジア人を対象としたサルコペニア診断基準を 2014 年に発表し（旧：AWGS 2014）、世界中で活用されてきたが、その後の研究成果を踏まえ、2019 年に診断基準が改訂された（新：AWGS 2019）。しかし、新しい診断基準を活用した研究はまだ少なく、また、早期予防としての研究は存在しない。そこで本研究では、新旧サルコペニア診断基準の視点を含めた検討から、大学生における体力について評価することを目的とした。

【方法】健康な大学生の男女を対象とし、身体的特徴（身体計測と新旧サルコペニア診断基準（握力^{AWGS 2014, 2019}、歩行テスト^{AWGS 2014, 2019}、骨格筋量^{AWGS 2014, 2019} [骨格筋指数：InBody 430]、SARC-F^{AWGS 2019} [握力・歩行・椅子から立ち上がる・階段を昇る・転倒；スクリーニング 1]、SARC-Calf^{AWGS 2019} [握力・歩行・椅子から立ち上がる・階段を昇る・転倒・下腿周囲長；スクリーニング 2]、簡便な身体機能評価法（SPPB）^{AWGS 2019} [5 回椅子立ち上がりテスト、バランステスト、腕組み起立テスト]）を評価した。

【結果】被験者の身長・体重・握力は、日本人の体力標準値と同水準であった。男女を対象に各診断基準を用いた結果、握力、歩行速度、SARC-F、SPPB では基準範囲外の該当者が存在しなかったが、骨格筋量では 30%と 39%、SARC-Calf では 10%と 23%が基準範囲外に該当した。

【結論】健常な若年男女は、旧サルコペニア診断基準だけでなく、新サルコペニア診断基準を活用した場合においても、身体機能/筋力よりも骨格筋量の方がサルコペニアの診断基準以下に該当しやすい状態であることが示唆された。

学会発表

○安田智洋「大学生における体力の現状 ～新旧サルコペニア診断基準の視点を含めた検討～」東海体育学会 第 68 回大会（愛知、2021. 11. 13）