

<2014 年度ロコモティブシンドローム生活者意識全国調査>

「自分の親が『ロコモ』になる不安を感じている」は 55.9%

回答者の半数以上が自分の父母がロコモに該当するか、ロコモになる不安を感じています

ロコモティブシンドロームの認知度は 36.1% に上昇。(昨年度調査より 9.5 ポイントアップ)

日本整形外科学会(理事長:岩本幸英、所在地:東京都文京区本郷2-40-8)内に設置された「ロコモ チャレンジ！推進協議会」(委員長:泉田良一)では、全国 47 都道府県の 20 代から 70 代以上の男女計 5029 名を対象に、「ロコモティブシンドローム生活者意識全国調査」(インターネット調査)を実施し、その結果をまとめましたのでご案内します。

その結果、「あなたのお父様・お母様がロコモティブシンドロームになってしまうことへの不安は感じますか」という質問^{※1}に対し、「すでに該当する」は 11.1%、「現在は該当しないが不安をかなり／やや感じる」が 44.8%、合計すると 55.9% となり、回答者の半数以上が父母のロコモに不安を感じていることがわかりました。特に 50 代以上では約 7 割が「該当+不安」です。

一方、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」という言葉を知ったことがある」という「認知計」は、調査対象全体の 36.1% となりました。この数値は昨年度調査での 26.6% から 9.5 ポイント上昇となります。特に、[女性]と[50 代以上]では認知の伸びが著しく、女性の 50 代以上では約 5 割が認知する状況となりました。

2025 年には全ての団塊世代が 75 歳以上になり、国民の 5 人に 1 人が後期高齢者となる日本。現在およそ 9 万人とされる介護・看護を理由とした離職者数^{※2}の増加が懸念され、2015 年に介護保険も変わる社会状況において、介護予防の観点からロコモの認知理解はますます重要な課題です。正しい普及啓発を目的として活動する当協議会ではより一層の活動を進めてまいります。

※1・・・ロコモティブシンドロームの定義を説明したうえで質問です。また、ご両親が不在の方はあらかじめ除いています(サンプル母数 3343s)

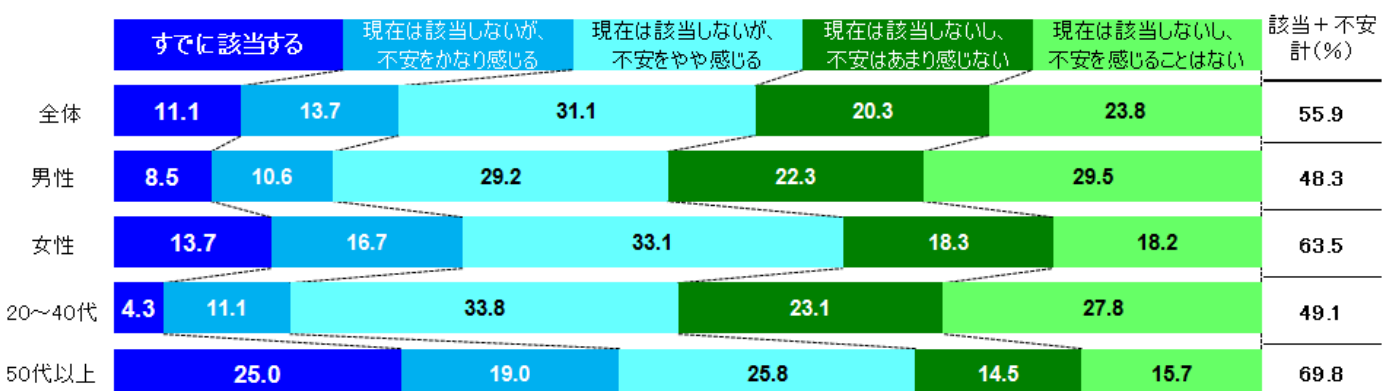
※2・・・出所 厚生労働省平成 24 年版「働く女性の実情 第 2 章 仕事と介護の両立～離職せず働き続けるために」

注釈 運動器・・・身体活動に関わる骨・筋肉・関節・神経などの総称です。

団塊世代・・・昭和 22(1947)～24(1949)年生まれ

ロコモティブシンドローム(ロコモ)・・・運動器の障害により、移動機能の低下をきたした状態。進行すると介護が必要になるリスクが高くなります。

Q.あなたのお父様/お母様が「ロコモティブシンドローム」になってしまうことへの不安は感じますか？

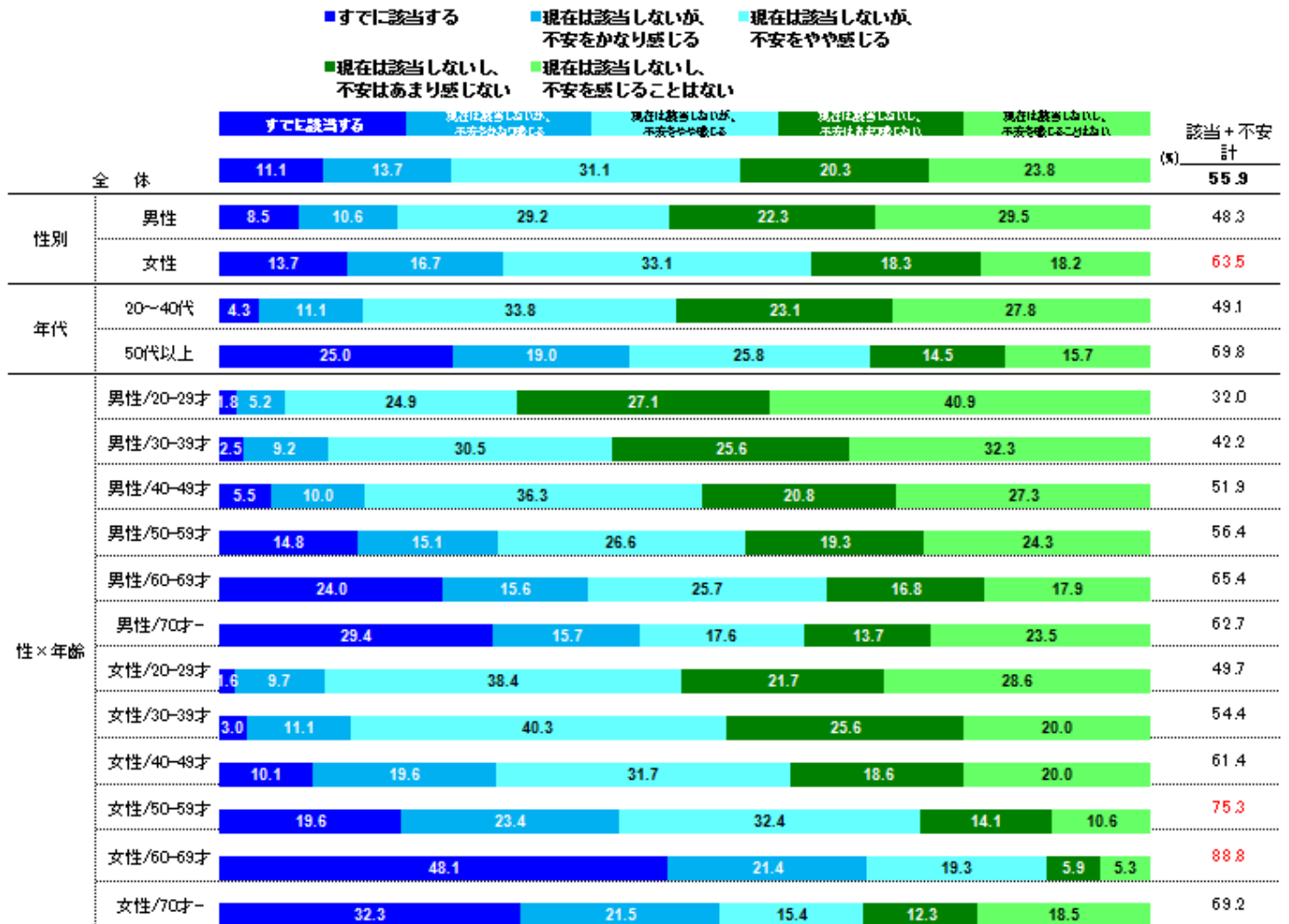


<調査結果の詳細>

1. 20～70代男女の半数以上が自分の父母がロコモに該当するか、ロコモになる不安を感じている

「すでに該当する」は11.1%、「不安をかなり/やや感じる」を含めると55.9%。男性(48.3%)よりも女性(63.5%)の不安度が高く、特に、50代(75.3%)、60代(88.8%)は強く不安を感じている。

Q あなたの父様/お母様が「ロコモティブシンドローム」になってしまうことへの不安は感じますか？



2. 父母自らが実践していることの第一位は「食生活に気をつける」。次いで「医師や専門家の治療を受ける」

お父様／お母様がロコモに該当する方、不安がある方に対し、「あなたのお父様／お母様は「ロコモティブシンドローム」を改善／予防するために、自ら実践していることがありますか」という質問に対する回答で、最も高いのは「食生活に気をつける」(22.3%)。次いで「医師や専門家の治療を受ける」。一方で、「わからない／何もしていない」が約5割を占めています。

Q あなたのお父様／お母様は「ロコモティブシンドローム」を改善／予防するために、自ら実践していることがありますか？



3. 父母に薦めた行動は「食生活に気をつける」と、「よく歩く、階段を使う」

ロコモを改善／予防するために父母に薦めた行動は、全体では「食生活に気をつける」(15.7%)と「よく歩く、階段を使う」(15.6%)でほぼ同スコア。わからない／何もしていないが約6割を占める。一方、ロコモ理解者は「食生活に気をつける」(25.7%)、次いで「よく歩く、階段を使う」(28.3%)と同じであるものの、全体に比べて10ポイント以上高くなっており、ロコモ予防についての高い理解を示しています。

Q あなたがお父様／お母様に薦めたことがありますか？



4.ロコモティブシンドロームの認知度は全体で 36.1%

ロコモの認知度は 36.1%となり、昨年度調査より約 10 ポイント上昇。性別、年代別にみると女性や 50 代以上において認知の伸びが大きく、特に女性の 50 代～70 代以上ではほぼ半数が認知しています。

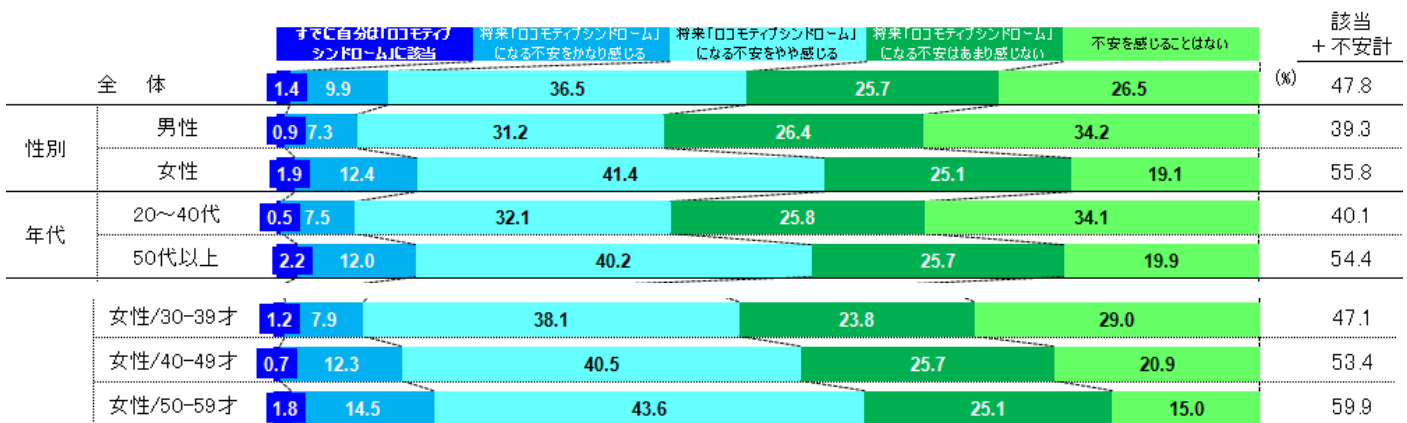
Q あなたは、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)という言葉やその意味を知っていましたか。



5.全体の約半数がロコモに不安。特に女性30-50代女性がロコモに強い不安を感じている。

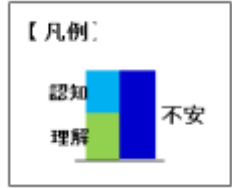
自分自身のロコモの不安を聞いた質問では、ロコモに「該当」および「不安をかなり／やや感じる」を合算すると 47.8%となり、全体の約半数がロコモに不安。男性より女性のほうが不安度が高く、特に30-50代女性は不安を強く感じています。

Q あなたご自身は「ロコモティブシンドローム」にどの程度不安を感じますか。

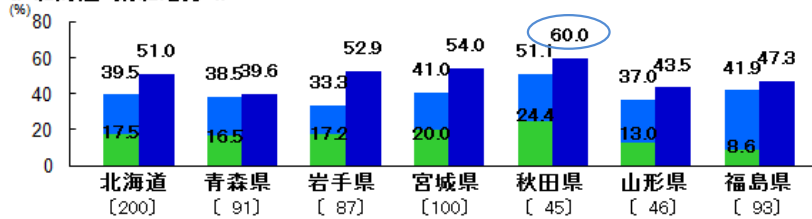


＜参考＞都道府県別「ロコモ」の認知度と不安度

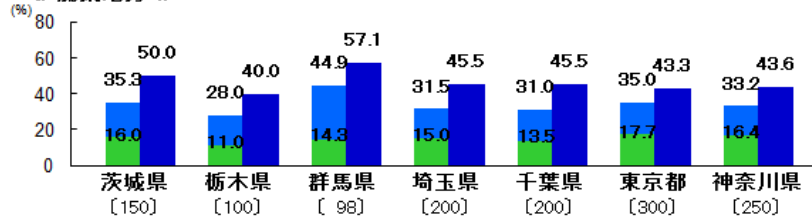
認知率が最も高いのは佐賀県(67.4%)、次いで秋田県(51.1%)、石川県(50.0%)が50%以上。「該当+不安」のスコアが最も高いのは秋田県(60.0%)、次いで岡山県(59.6%)、宮崎県(58.0%)。



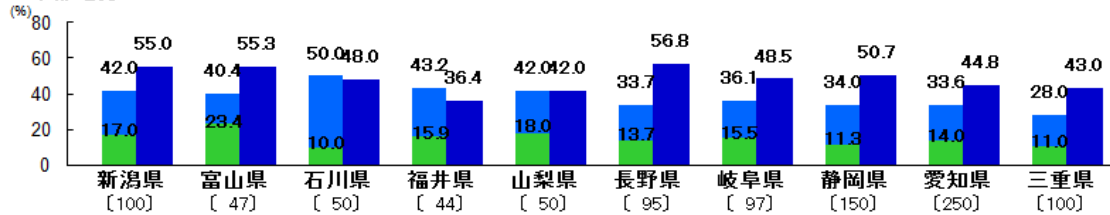
《北海道・東北地方》



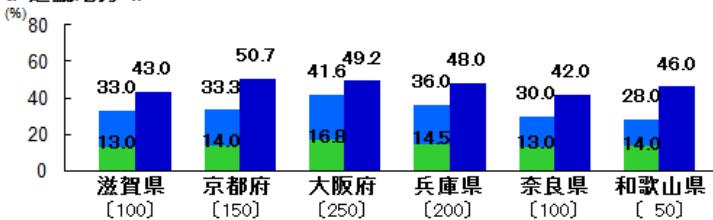
《関東地方》



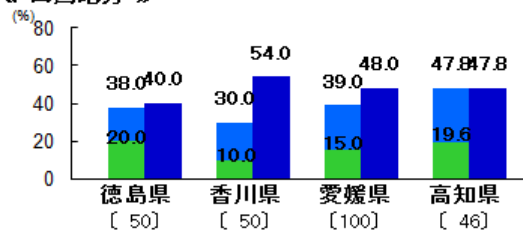
《中部地方》



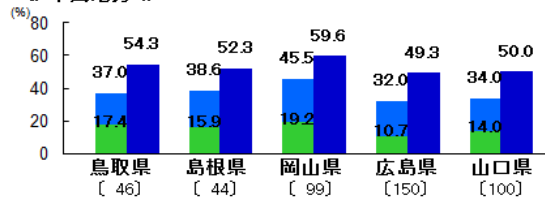
《近畿地方》



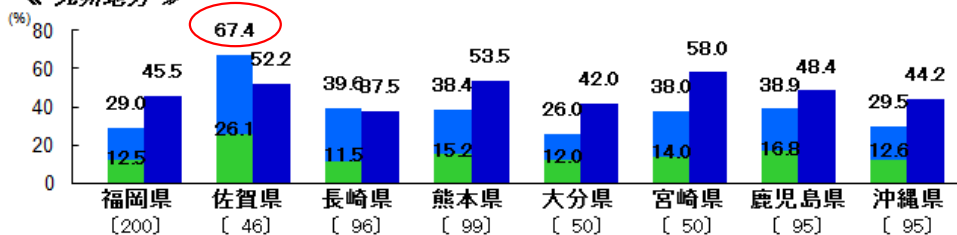
《四国地方》



《中国地方》



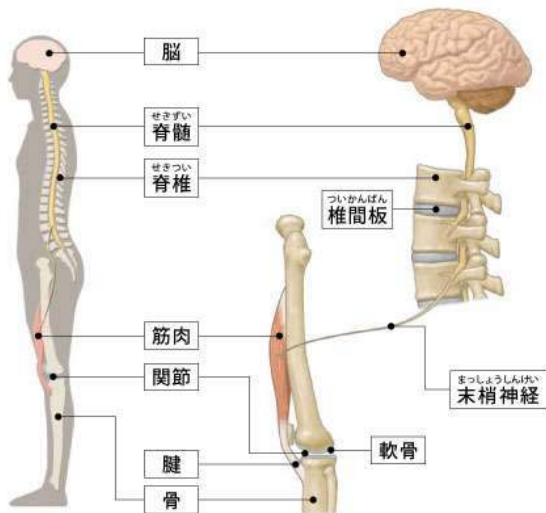
《九州地方》



<調査概要>

- 調査主体:ロコモ チャレンジ! 推進協議会
- 調査対象:20 代から 70 代以上の男女合計 5029 サンプル。
- 調査手法:インターネット調査
- 調査実施期間:2014 年 3 月 25 日(火)~3 月 31 日(月)

<運動器図解>



左の図は運動器を図解したものです。運動器とは身体活動を担う筋・骨格・神経系の総称であり、筋肉、腱、靭帯、骨、関節、神経(運動・感覚)、脈管系などの身体運動に関わるいろいろな組織・器官によって構成されており、その機能的連合が運動器です。筋・骨格・神経系の組織・器官にはそれぞれに独自の作用・機能がありますが、それらが密接に連動・連携して運動器としての役割を發揮しています。

出典：公益社団法人 日本整形外科学会 HP

<ロコモ チャレンジ! 推進協議会について>

ロコモティブシンドロームを、医療・企業・行政の枠を超えて社会的に取り組むテーマであると考え、広くロコモを啓発し、ロコモに負けない社会をつくるため、日本整形外科学会では、任意団体「ロコモ チャレンジ! 協議会」を立ち上げました(委員長: 泉田良一、所在地: 東京都文京区本郷2-40-8)。

「ロコモ チャレンジ! 推進協議会」では、ロコモティブシンドロームに関する正しい知識の普及と予防意識の啓発を行います。協議会では、会員企業・団体を募り、連携のうえロコモ予防を社会運動化していきます。

■活動内容:

- ロコモティブシンドロームの予防・啓発のための広報活動
- 「ロコモ チャレンジ!」のワード、ロゴマーク使用の認証管理
- 「ロコモ チャレンジ!」公式 WEB サイト(<http://locomo-joa.jp>)の運営・管理
- 会員企業・団体と連携した広報活動 等

【本件に関するお問い合わせ先】
「ロコモ チャレンジ! 推進協議会」広報事務局(担当: 二荒 宮川)
 TEL: 03-6441-4610
 メール: office@locomo-joa.jp