

# 日常生活動作遂行時間に基づく高齢者の機能的自立度評価の可能性

藤田英二<sup>1)</sup>, 竹島伸生<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 鹿屋体育大学スポーツ生命科学系

<sup>2)</sup> 朝日大学保健医療学部健康スポーツ科学科

キーワード: 起居動作, 歩行時間, ADL 動作パフォーマンス, 機能的自立度評価

## 【要旨】

本研究は, 若年者, 中年者, 自立している地域在住の高齢者, ならびに介護保険制度における要介護状態の前段階である要支援者に対して, ADL の基本動作である歩行, 椅子からと床からの起居の動作時間を求め, その相違について検証し, 最大努力を伴わない ADL 動作遂行時間から機能的自立度評価の可能性を検討することとした. その結果, 高齢者に対して簡便に機能的自立度評価や判定を行うには, 過大な努力を要求しない ADL 動作の遂行時間のみからでは限界があり, 今後は運動学的な観点から動作の質や動きを含んだ評価法の確立を検討していく必要性が示された.

スポーツパフォーマンス研究, 13, 329-336, 2021 年, 受付日: 2020 年 11 月 12 日, 受理日: 2021 年 6 月 17 日

責任著者: 藤田英二 891-2393 鹿屋市白水町 1 鹿屋体育大学 fujita@nifs-k.ac.jp

\*\*\*\*

## **Examination of the usefulness of measuring the time taken for activities of daily living for an evaluation of the functional independence of older people**

Eiji Fujita<sup>1)</sup>, Nobuo Takeshima<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

<sup>2)</sup> Asahi University

Key words: daily activities, walking time, Activities of Daily Living (ADL) movements, evaluation of functional independence

## 【Abstract】

The present cross-sectional study examined the possibility of evaluating functional independence of people at various ages and stages of independence. The participants were young people (average age 22 years; 10 men, 1 woman), middle-aged people (average age 43 years; 5 men 1 woman), older people living independently (average age 70 years; 2 men, 8 women), and older people attending a day care program (average age 72 years; 2 men, 6 women). The time taken for movements involved in Activities of Daily Living (ADL) that did not require a lot of effort, such as walking and standing-up

from a seated position was measured. The results indicated that the time that the participants took to perform those movements was, by itself, not sufficient to enable an overall evaluation and judgment of the functional independence of the older participants. In future research, an evaluation method that includes an assessment of the quality of movements from a kinematic view should be taken into account.