

8.日整会のロコモ啓発活動に関する立場からの提言 《ステージ分類》

(佐藤 公一)

【はじめに】

日本整形外科学会と（株）博報堂は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と考え、2008年8月に「ロコモ チャレンジ!推進協議会」を設立し活動を開始した。学会とは別組織ではあるが活動の概要は広報・渉外委員会担当理事から学会理事会で報告されている。ロコモの診断基準などを臨床データから議論しているが、一般市民や行政、企業への啓発活動ではSLOCと重なる部分も多い。

【活動】テレビや新聞などマスコミからのロコモ取材では医師や医療機関の紹介。整形外科専門医に向けてはロコモアドバイスドクターへの登録を依頼し、登録医にはロコモパンフレットを無料で配布。行政には講演会などで講師の紹介、一部の自治体ではロコモメイトプログラム・ロコモコールプログラムの活動を開始した。

【現況】ロコモアドバイスドクターは全国で1,100名、講演会などでスライドの提供やパンフレットの無償配布は行っているが、まだアピール不足と云える。

【今後の課題】現在のロコモ度テストを簡略化した診断基準案を発表予定

《ステージ1》：被検者の移動機能低下が始まっていると判断するステージ
立ち上がりテスト：どちらか側でも片脚40cmの高さから立つことができない
2ステップテスト：1.3に達しない

ロコモ25：7点以上

上記のひとつでも該当する者

注：1.3に達しない：膝を曲げ身体をはずめながらの大股歩行が困難

《ステージ2》被検者の生活は自立しているが移動機能低下が進行していると判断するステージ

立ち上がりテスト：両脚で20cmの高さから立つことができない

2ステップテスト：1.1に達しない

ロコモ25：16点以上

上記のひとつでも該当する者

注：1.1に達しない：足でけり出しながらの大股歩行が困難