

SLOC がキックオフされて満 6 年になろうとしている (2013 年 1 月 15 日設立の認定 NPO 法人)。SLOC の目的はご存じのとおりロコモの重要性の啓発によるロコモの予防であり、健康寿命の延伸である。ところがその認知度についてはまだ 48.1% (運動器の健康日本委員会調査 2018 年) となっており、メタボの 96.2% に遙かに及ばない。健康日本 21 第二次ではその目標を平成 34 年度 80% に設定している。

第二次では、社会生活を営むために必要な機能の維持・向上に関する目標として ころの健康 次世代の健康 高齢者の健康 を設定、高齢者の健康の中に① 介護保険サービス利用者の増加抑制 ② 認知機能低下ハイリスク高齢者の把握率向上 ③ ロコモ (運動器症候群) を認知している国民の割合増加 を上げている。ロコモ (運動機能低下) の簡易評価の中で特に重要なものは、歩行能力としての①横断歩道を青信号で渡りきれない バランス能力としての②片脚立ちで靴下がはけない であろう。歩行速度が速い高齢者ほど生活機能を維持しやすく健康寿命延伸・介護予防につながり、余命も長いと言われている。歩行能力・バランス能力の獲得が極めて重要であり、その改善には簡単なロコトレのみでも有用であり、高齢者の介護予防、メタボ・認知症発症予防治療につながる。平均寿命と健康寿命の差は改善しつつあるが、その短縮は社会経済 (医療経済や介護環境等) に多大な貢献をもたらす。

SLOC としては認知度を上げ、健康寿命の延伸を図るべく、30 年度も林先生、二階堂先生、長谷川先生等を中心に積極的な活動を行なってきた。コケる動画作成、コーディネーター養成・資格維持のための教育研修、キャラバン (公開講座)、ステッカー作成 (We support Locomo)、検診、子どものロコモテレビ広報・新聞広報、ロコモ普及広報事業 (医師会等)、介護予防事業者への教育研修、市民公開講座クリアファイル作成、ロコモスライド作成、ロコトレエビデンスに関する調査研究、等々である。平成 31 年 1 月 7 日 SLOC を念願の「認定 NPO 法人」化し、ホームページも大幅リニューアルしている。

特記すべきことは 30 年度診療報酬改定でリハ総合計画評価料のアセスメント様式について通知(4)イにロコモ 25(ロコモ早期発見ツール)が盛り込まれたことである。ロコモへの評価である。ロコモも最終的にはメタボのように当局にロコモ指導管理料か同加算等として診療報酬上に位置づけしていただくことであろう。認知度向上は必須である。

高齢者の今後の人口動態を考えると、今後ロコモはますます重要となってくる。

SLOC 執行部と兄弟組織である COA 会員の間にはロコモに対する情熱に解離 (温度差) があるように感じている。ロコモの認知度拡大のためには、運動器(整形外科)=ロコモと捉え、明日の整形外科医療の認識の下、個々の先生方が認知度拡大手法をお考えいただき、日常臨床でロコモを日常的にアピールしていただくことが重要と思われる。