

18. 運動機能

(1) 体力測定

①2 日人間ドック
 <男性> 2,388 人

	～29	30～39	40～49	50～59	60～69	70～79	80～
対象者（人）	6	134	509	705	644	357	33
握力平均（kg）	42.3 ±6.4	41.8 ±5.8	42.1 ±5.8	41.2 ±5.2	38.9 ±5.5	35.0 ±5.2	31.1 ±5.9
全身反応時間（秒）	0.304 ±0.021	0.318 ±0.028	0.320 ±0.028	0.322 ±0.029	0.335 ±0.034	0.351 ±0.042	0.366 ±0.047
閉眼片足立ち（秒）	61.5 ±32.1	70.7 ±55.8	45.7 ±42.4	27.5 ±31.3	16.2 ±18.8	9.3 ±9.0	6.6 ±5.5
長座体前屈（cm）	11.8 ±7.4	3.6 ±10.1	1.9 ±9.5	1.1 ±9.2	1.5 ±9.0	1.0 ±9.3	-1.7 ±9.7
上体おこし（回）	23.7 ±5.1	21.4 ±5.4	19.6 ±5.4	17.9 ±5.5	15.2 ±5.3	11.8 ±5.2	9.4 ±4.3

<女性> 834 人

	～29	30～39	40～49	50～59	60～69	70～79	80～
対象者（人）	2	43	141	255	240	140	13
握力平均（kg）	27.7 ±6.6	25.6 ±4.3	26.3 ±4.1	24.8 ±3.7	23.8 ±3.2	22.6 ±3.4	19.7 ±4.1
全身反応時間（秒）	0.404 ±0.007	0.350 ±0.039	0.344 ±0.033	0.347 ±0.029	0.358 ±0.040	0.367 ±0.042	0.384 ±0.035
閉眼片足立ち（秒）	20.5 ±9.5	46.8 ±39.1	40.3 ±38.1	30.4 ±35.4	14.1 ±15.7	9.5 ±7.3	5.3 ±4.0
長座体前屈（cm）	5.4 ±2.8	8.0 ±9.2	7.3 ±7.8	7.8 ±8.2	9.1 ±7.5	10.6 ±7.2	5.7 ±8.3
上体おこし（回）	8.0 ±0.0	13.4 ±4.8	12.4 ±4.9	9.5 ±5.2	7.4 ±5.2	6.2 ±4.7	7.3 ±5.1

② シニアドック

<男性> 229人

	60～69	70～79	80～
対象者（人）	24	161	44
握力平均（kg）	34.7±5.4	34.4±5.5	33.5±5.2
全身反応時間（秒）	0.340±0.035	0.342±0.038	0.345±0.034
開眼片足立ち（秒）	79.9±70.6	68.0±57.4	78.8±61.5
2ステップテスト（値）	1.42±0.12	1.41±0.13	1.43±0.14
Time up & go（秒）	6.0±1.2	5.8±0.8	5.6±0.7

<女性> 130人

	60～69	70～79	80～
対象者（人）	15	85	30
握力平均（kg）	22.4±3.3	21.5±3.8	21.5±3.6
全身反応時間（秒）	0.367±0.049	0.356±0.034	0.347±0.035
開眼片足立ち（秒）	73.6±64.4	60.2±52.9	61.9±53.7
2ステップテスト（値）	1.35±0.13	1.31±0.14	1.34±0.12
Time up & go（秒）	6.2±1.0	6.2±1.0	6.0±0.8

② 総合評価

<男性>

	60～69	70～79	80～	合計（人）	比率（%）
松	3	23	8	34	14.9%
竹	17	125	33	175	76.4%
梅	4	13	3	20	8.7%
合計（人）	24	161	44	229	100

<女性>

	60～69	70～79	80～	合計（人）	比率（%）
松	4	15	6	25	19.2%
竹	8	61	23	92	70.8%
梅	3	9	1	13	10.0%
合計（人）	15	85	30	130	100