

[巻頭言]

「運動器の10年」世界運動2000-2010年 と QOLサポーター

会頭 高橋榮明

「運動器の10年」世界運動2000-2010年 (The Bone and Joint Decade, 2000-2010) , (BJD) は、スウェーデンにおいて提唱され、国連 (UN) のアナン事務総長と世界保健機関 (WHO) の強い支持を受け、運動器疾患の予防と撲滅とを目指した世界的に推進されている運動 (キャンペーン) である。現在、世界90か国、750を超えた学会・団体が参加して行われている。日本においても、この「運動器の10年」世界運動日本委員会が設立され、日本整形外科学会、日本リハビリテーション医学会、日本リウマチ学会、日本骨粗鬆症学会などの学会、日本



「運動器の10年」世界運動

高校野球連盟、世界少年野球推進財団などのスポーツ団体、脊髄損傷に対する日本せきずい基金などの患者さんの団体、2003年からは日本理学療法士協会、日本作業療法士協会が加わり、現在、53学会・団体が参加して、この運動が進められている。

「Bone and Joint」は、当初、「骨と関節」として訳されていたが、より広範な運動とするために「運動器」との名称として、この運動は推進されている。運動器とは、身体運動を司る上肢、下肢、体幹などの神経・筋腱・骨格・関節と、それを覆う皮膚、栄養に係る血管などを総称したもので、消化器、呼吸器、循環器の表現に対応したものである。

わが国における「運動器の10年」世界運動の目標は、①運動器障害による病態に関する研究の推薦 (対象疾患として変形性関節症、関節リウマチなどの関節疾患、腰痛を主とする脊椎疾患、骨粗鬆症、重度の四肢外傷、小児の運動機能障害と変形など)、②運動器障害がもたらす苦痛とその医療費など、社会的損失の評価とその対応、③個人の自立と尊厳という視点に立った運動器の重要性の評価、④運動器疾患を重要な対象とする学会や団体との連携による研究と開発の強化、⑤運動器疾患制圧の予防や治療薬などの研究開発、⑥学会、患者団体、医療・福祉施設、スポーツ団体などとのネットワークの構築、⑦バリアフリーを目指す生活環境の確立である。

わが国の健康政策として「健康日本21」が9分野70項目として推進されている。その健康増進、生活習慣病予防、生活機能低下予防、難治性疾患克服は重要で、その中で「身体活動・運動」分野は、この「運動器の10年」世界運動に一致する。この健康日本21が始まって、今年が5年目の見直しの時期にあたり、この生活機能低下予防も含め、「身体活動・運動」分野はさらに強力に進められることになった。その中心的課題はリハビリテーションである。最近、高齢者のリハビリテーションでは、従来の脳卒中モデルとともに、廃用症候群モデル、痴呆高齢者モデルの3つが取り上げられた。「健康日本21」におけるその他の推進分野としては、栄養・食生活、休養・こころの健康づくり、たばこ、アルコール、歯の健康、糖尿病、循環器病、がん対策があり、身体活動・運動分野と関係が深いものが多い。

新潟医療福祉大学では育成する人材像として「QOLサポーター」との理念を掲げ、推進している。これは患者、対象者、障害者の生活の質（Quality of Life, QOL）を豊にすることを支援する人材という意味で、一般的にはその対象となる人材は多数ある。ここでは、本学において育成する人材に限定して考えてみたい。高齢者リハビリテーション研究会において示された廃用症候群モデルを例にすると健康増進、生活機能低下予防では、理学療法士、健康運動指導士、健康運動実践指導者が関与する。継続的リハビリテーションでは、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士がこれに関与し、管理栄養士は全ての時期に関与する。医療から福祉への連携を考慮すると、継続的リハビリテーションができ、対象者が自立した生活を送るためには、社会福祉士が活躍する機会が多い。それらの専門職間の連携は重要である。

21世紀の日本は少子高齢化社会である。生活機能の低下を防止し、生き甲斐ある人生を全うして、健康寿命を延ばすことは健康日本21では大きな課題になっている。最近、政府、与党の2005年からの10年間の戦略「健康フロンティア戦略」として、健康寿命の2年間の延伸が目標となり、疾病予防に加え介護予防、すなわち要介護状態となることを予防することの重要性が認識され、骨折などの生活機能低下を防ぐための転倒予防や骨粗鬆症予防などの筋骨格系を重視する政策が決定された。それを支援する人材育成の教育は重要である。例えば、生涯を通じた健康づくりのための身体運動は成長期、青・壮年期、高齢期においてそれぞれの時期で大切だが、その時期別、あるいは特に女性に対する効果の性差の問題は今後の研究課題である。さらに、高齢者に対する筋肉トレーニングの負荷についての研究は今後興味のある課題である。一方、成長期の児童・生徒を対象とする学校教育・体育活動も重要である。このように運動を実施する場合、有効性の検証が必要で、経験に

基づいて行われている運動には、そのアウトカムを評価する共通の尺度が求められている。すなわち、エビデンスに基づいた運動の実践が必要である。このことはQOLサポーターに必要な研究分野といえよう。さらに、健康日本21において推進されている他の分野との関連で運動と栄養、運動と糖尿病、運動と循環器疾患など関連する研究の展開が期待される。

21世紀の超高齢化社会では、国民の健康寿命を出来る限り延伸することが社会から求められており、QOLサポーターが活躍できる場はますます広がっている。この社会的要請に対して、経験のみに頼るのではなく、エビデンスに基づいた支援、サポートが一層期待される。¹⁻³⁾

文献

- 1) 日医雑誌、特集 「運動器の10年」世界運動—日本の現況と展望
132 (7) : 937-1000、平成16年10月1日発行
- 2) BJD本部 <<http://www.boneandjointdecade.org/> (2004.11.24.)
- 3) BJD日本委員会 <http://www.bjdjapan.org/> (2004.11.24.)