

日本作業療法士協会 海外研修助成制度

実績報告書

学会名：WFOT Congress 2026

演題名：Test-Retest Reliability of Occupation-based Physical Activity
Questionnaire in Community-dwelling Older Adults

会期：2026年2月9日～12日

開催地：バンコク、タイ

申請者

氏名：小橋 美月

所属：神戸学院大学大学院総合リハビリテーション学研究所

会員番号：77822

所属士会：兵庫県

1. 発表演題の概要

地域在住高齢者において、生活活動の中での身体活動量を維持することは健康寿命延伸やフレイル予防の観点から重要である。しかし既存の身体活動評価は運動や歩行などの「運動量」に焦点を当てたものが多く、家事・社会活動・趣味といった日常生活における作業 (occupation) を十分に評価できていないという課題がある。特に地域在住高齢女性では、運動習慣よりも家事などの生活活動が生活全体の活動量に影響を与えることが報告されており、生活行為に基づいた身体活動評価が必要であると考えられる。また、地域在住高齢者の生活支援においては、運動だけでなく、家事や趣味活動といった生活活動も含めた生活全体の作業バランスを評価することも重要であり、具体的な日常生活活動に基づいて身体活動量を評価する指標が求められる。そこで、日常生活の活動内容を反映した自記式質問票である Occupational Therapy based Physical Activity Questionnaire (OTBPAQ) を開発した。

本研究の目的は、地域在住高齢者を対象に OTBPAQ の再検査信頼性を検証することである。兵庫県明石市在住の高齢者を対象に調査を実施し、OTBPAQ により身体活動量を評価した。OTBPAQ は過去 1 週間の日常生活活動 18 項目 (家事 4 項目、運動 6 項目、仕事・地域活動 3 項目、社会活動 4 項目) および自由記述 3 項目について頻度と実施時間を回答し、METs/week として身体活動量を算出する。調査は 2023 年と 2024 年の期間において約 1 年間の間隔を空けて 2 回実施した。統計解析では級内相関係数 (intraclass correlation coefficients; ICC) を用いて再検査信頼性を検証した。解析には SPSS ver. 30.0 を用い、有意水準は 0.05 とした。本調査は神戸学院大学の生命科学・医学系研究倫理審査委員会の承認を得て実施した (承認番号 24-03)。

不適切回答を除外し、解析には120名（男性11名、女性109名）のデータを用いた。平均年齢は 80.1 ± 5.9 歳であった。身体活動量の平均は2023年度 52.7 ± 36.9 METs/week、2024年度 56.4 ± 41.9 METs/weekであった。解析の結果、再検査信頼性は $ICC=0.70$ と良好であり、生活活動を含めた身体活動量評価として一定の安定性を有することが示された。本結果より、本質問紙は日常生活作業に基づいた身体活動評価として信頼性を有する可能性が示された。運動量のみでは捉えにくい生活機能や社会参加を含めた活動量評価として、地域作業療法実践や疫学研究における評価指標としての活用が期待される。一方で単一地域での調査である点から一般化には限界があり、今後は対象集団の拡大および項目精緻化、妥当性検証が必要である。

2. 学会参加と発表の印象

本学会では、余暇活動と社会的フレイルの関連を検討した研究発表が印象に残った。そこでは、単に日常生活動作を維持するだけでなく、個人にとって意味のある活動への参加が社会的つながりの維持や生活の活性化に寄与する可能性が示されていた。これは、身体機能の維持のみを目的とした介入では十分ではなく、生活全体の文脈の中で活動を捉える必要性を示すものである。

作業療法では対象者の価値観や生活史に基づいた作業参加を重視する。本発表から、身体的フレイルのみならず認知的フレイル、社会的フレイルを含めた包括的な視点で生活を支援することが重要であり、余暇活動の促進は生活の質を高める手段となり得ると考えられた。これは、生活行為を基盤とする作業療法の専門性を国際的文脈において再確認する機会となった。

一方で、研究方法論の観点からは、研究とAIの共創をテーマとした議論も印象的であった。近年、作業療法学においてもAIの活用は不可避となりつつあり、研究計画立案やデータ解析など多くの場面で活用が進んでいる。一方で、研究の新規性や独自性といった「0から1を生み出す工程」は人間の専門性として明確化される必要があり、その評価基準を再構築する必要性が提起されていた。今後はAIリテラシーを備えた研究者として技術を適切に活用しつつ、人間が担うべき創造的思考や臨床的判断の価値を明確にしていくことが重要であると認識した。

また、臨床評価の視点からは、本学会の機器展示において高齢者の認知機能および生活機能の評価するツールとしてthe Allen Appの紹介を受けた。本評価はAllen Cognitive Level Scale (ACL)の理論枠組みを基盤とし、認知処理レベル、行為の複雑性、環境情報の処理のされ方を行動観察に基づいて分類できる構造を有していた。生活行為の遂行状況から認知機能を把握するという点で作業療法の臨床的思考と親和性が高く、日常生活場面に即した評価として活用可能性が示唆された。また、本理論は小児領域の評価を基盤としながら高齢者領域にも応用されており、対象年齢を横断して生活機能を理解する視点として興味深いものであった。今回の学会参加を通じ、当該評価の考え方や活用方法について理解を深める

機会を得たことは、臨床および研究における評価の選択肢を広げる点で有意義であった。本学会で得られた地域高齢者分野の知見は、日々の臨床実践に直接活用できるものであると考える。これまで地域在住高齢者支援では、基本的日常生活動作の維持を中心とした介入が行われることが多いが、今回の学びから、生活を構成する活動をより広い視点で捉える重要性を再認識した。すなわち、日常生活の自立支援にとどまらず、地域活動や趣味活動など、対象者にとって意味のある活動への参加を支援することで、より活動的で豊かな生活へとつながる可能性があると考えます。

この視点は自身の研究テーマとも関連している。身体活動量という概念は、運動機会の提供や運動習慣の獲得と結びつけて捉えられることが多いが、地域生活においては生活活動そのものが身体活動として機能している場合も多い。作業療法士は対象者の生活文脈や価値観を踏まえて作業を支援する専門職であり、運動のみならず生活活動や趣味活動といった日常生活の中の作業を通じて健康を支援する視点を持つ必要がある。

今後は、生活活動に基づいた身体活動量評価の視点を臨床に活かし、評価指標の作成および実用化を進めたい。これにより地域支援領域における作業療法士の役割をより明確にし、活動支援の専門職としての価値を社会に示すことにつながると考える。

さらに、今回得られた視点は臨床のみならず研究の発展にも寄与すると考えられ、本学会で得られた知見は、現在進めている研究の発展にも寄与するものである。身体活動量評価に関しては、生活活動を基盤とした評価の必要性が国際的にも示唆されたことから、今後は項目内容の精査および実用化に向けた追加調査を継続的に実施する予定である。また評価指標としての妥当性を高めることで、地域在住高齢者の生活を包括的に把握できる評価として発展させたいと考えている。

さらに、余暇活動に関する研究については、生活の中で意味を持つ活動が健康や社会参加に与える影響を検討する観点から整理を進めており、今後論文化を行う予定である。これらの研究を通して、生活活動を基盤とした健康支援の枠組みを明確化し、作業療法学における活動支援の理論的基盤の構築に寄与したい。

本学会で得られた知見については、今後、学会発表および論文化を通じて広く共有していく予定である。作業療法領域にとどまらず、関連領域においても生活活動に基づいた支援の重要性を発信し、地域在住高齢者の生活支援の発展に寄与したいと考える。本助成により得られた成果を継続的に還元し、作業療法の専門性の社会的理解の促進につなげていきたい。

3. 文献

1. World Health Organization : WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. World Health Organization, 2020.
2. Tanaka M, Takagi M, Ikeuchi K : The impact of occupational participation in hobby activities on social frailty. OTJR: Occupational Therapy Journal of Research, 2026.

3. 竹原広実, 他: 日常生活における高齢女性の生活行動と身体活動量に影響を及ぼす要因—中年者との比較—. 日本家政学会誌, 60(11): 937-944, 2009.

4. 論文掲載情報 (学術雑誌に投稿し、論文掲載された場合に記載)