

COVID-19に対するワクチン接種後の身体活動量～地域在住健常高齢者での検討～

工藤健太郎¹⁾、川口徹^{1) 2)}、新岡大和²⁾、篠原博^{1) 2)}、吉田司秀子¹⁾、遠藤陽季¹⁾

1) 青森県立保健大学大学院健康科学研究科、2) 青森県立保健大学健康科学部理学療法学科

背景

COVID-19

身体活動 低下

ワクチン接種

身体活動 変化？

目的

青森市の地域在住健常高齢者を対象とし、COVID-19に対する
ワクチン接種前後での身体活動量の違いについて明らかにすること

方法

期間 : 2021年3月（ワクチン接種前）と2021年10月（ワクチン接種後）

対象 : **地域在住健常高齢者、女性16名**（平均年齢76.0±5.0歳）

評価 : 3軸加速度計による**身体活動量**評価（**MVPA** : 中高強度、**LPA** : 低強度、**SB** : 座位行動）
外出頻度（1回/週末満・1-2回/週、3-4回/週、5-6回/週、毎日）

解析 : 対応のあるt検定（身体活動量の違い）、Wilcoxonの順位和検定（外出頻度の違い）

結果

- ・ ワクチン接種前後で**MVPA時間に有意な差は認めなかった**（47.2±29.5→51.8±32.1分）
- ・ ワクチン接種後の**LPA時間が有意に増加**し（329.2±92.3→373.7±87.7分, $p < 0.05$ ）
SB時間が有意に減少した（527.9±88.3→485.0±109.8分, $p < 0.05$ ）
- ・ ワクチン接種後の**外出頻度が有意に増加**した

考察

✓ 3月と比べて、10月の**COVID-19流行状況**が落ち着いたことが影響している可能性がある
外出頻度は増加したもののMVPAが増えていない

▶ □**歩行などの運動を伴わない外出内容が増えた可能性**がある（知人との食事など）

ワクチン接種後のLPAが増加し、SBが減少した

▶ □**季節的な生活活動による影響**を受けた可能性がある（庭の手入れなど）

結論

青森市の地域在住女性高齢者では、ワクチン接種前後において外出頻度は有意に増加していたが、
高齢者の運動量の指標とされるMVPAに有意な差は認められなかった