

令和8年4月23日

報道機関各位

公立大学法人神奈川県立保健福祉大学

## 高齢者の身体活動と近隣環境の関連は生活機能レベルにより異なる（研究報告）

本学ヘルスイノベーション研究科では、未病コンセプトに基づく社会システムや技術の革新を起こすことができる人材の育成とともに、健康長寿社会を実現する研究活動を実践しています。

その一環として、このたび本学博士課程の平井美咲(指導教員:根本裕太講師)らが実施した研究の成果が、高齢者と生活環境の関係に関する研究を扱う国際学術誌 *Journal of Aging and Environment* に掲載されましたので、お知らせします。

### 1 研究の背景・目的

高齢期における生活の質向上や介護予防には運動・身体活動が重要です。これまでの研究から、住んでいる地域の近隣環境が身体活動に影響することが報告されております。近隣環境は構造的な地域環境特性(客観的環境)と、住民がどのように感じているか(主観的環境)で構成されています。これらの両面を踏まえ、身体活動量を高められるような環境づくりを進めることが重要とされております。

しかし、高齢者は生活機能(移動能力や栄養状態、社会活動、認知機能、口腔機能、抑うつ傾向などを含む、高齢者が日常生活を維持するための能力)の個人差が大きく、同じ地域に住んでいても近隣環境から受ける影響は生活機能レベルにより異なる可能性があります。

そこで本研究では、地域在住高齢者を対象とした郵送調査を実施し(有効回答者数 5,489名)、生活機能レベル(ロバスト、プレフレイル、フレイル※1)によって、客観的環境及び主観的環境と、身体活動(※2)との関連が異なるかを検討しました。

※1. フレイルとは、加齢に伴い心身の機能が低下し、要介護状態に至る前段階の状態を指します。

※2. 身体活動とは、運動に加え、移動や家事など日常生活の中で行われるすべての活動を指します。

### 2 研究結果



生活機能レベルが高い高齢者(ロバスト群)では、客観的環境が身体活動と関連



生活機能レベルが低下している高齢者(プレフレイル・フレイル群)では、主観的環境がより強く身体活動と関連

- ・ 高齢者の身体活動と近隣環境との関連は、生活機能レベルによって異なることが示されました。
- ・ 生活機能レベルが高い高齢者では、客観的環境である近隣の施設へのアクセスが最も良いエリアでのみ、身体活動の高さとの関連が認められました。
- ・ 一方、生活機能が低下している高齢者では、魅力的な景観や運動に適した公園といった主観的環境が、より強く身体活動と関連していました。

### 3 まとめ

本研究の結果から、近隣環境と身体活動の関連は、高齢者の生活機能レベルによって異なる可能性が示唆されました。

客観的環境は、生活機能レベルの高い高齢者と関連する一方で、主観的環境は、生活機能レベルの低下している高齢者において、身体活動との関連がより強くみられました。

これらの結果は、高齢者の身体活動を高めるには、生活機能レベルの違いに応じた環境づくりが重要であることを示しています。地域の構造的な改善には時間的・経済的コストを要しますが、地域の魅力に対する認識を高める働きかけも、有効なアプローチとなる可能性があります。

本研究は、高齢者が健康に暮らせる地域づくりや、身体活動促進施策の検討に示唆を与えることが期待されます。

(論文掲載)

Hirai Misaki, Shinichiro Sato, Takuya Yamada, Noriko Takeda, Kazushi Maruo, Yoshinori Kitabatake, Kanami Tsuno, Hiroto Narimatsu, Takashi Arao, and Yuta Nemoto. (2026). Associations Between Neighborhood Environment and Physical Activity Among Older Adults with Varying Functional Capabilities: A Cross-Sectional Study in Tsuru City, Japan. *Journal of Aging and Environment*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/26892618.2026.2644318>

### 問合せ先

---

公立大学法人神奈川県立保健福祉大学大学院

ヘルスイノベーション研究科

講師・根本裕太

ヘルスイノベーションスクール担当部長 和田

電話 044-589-3312 [shi-press@kuhs.ac.jp](mailto:shi-press@kuhs.ac.jp)