

20~80歳代
対象

日本人における年代別呼吸筋力基準値と基準範囲の測定

モニター募集

呼吸筋力(吸ったり吐いたりする力)を測定します

呼吸筋力をご存じでしょうか？

私たちは普段何気なく、酸素を吸って二酸化炭素を吐き、呼吸をしています。

この呼吸は呼吸筋の働きによって行われ、呼吸筋力は手脚の筋力と同じく、年齢とともに衰えます。また喫煙や病気、最近では新型コロナウイルス感染による後遺症としての呼吸困難にも、呼吸筋力が関係しています。

今回のモニター調査を通じて、

日本人の年代別呼吸筋力基準値と基準範囲
を作ることを目指します。



調査内容

呼吸筋力(吸ったり吐いたりする力)や呼吸機能を含む複数の身体的測定と簡単な聞き取りを行います。

以下の条件の全てを満たす方

- ヘルスケア市民サポーターであること ※当日ご登録いただくことも可能です
- 20歳代~80歳代の方
- 治療中の基礎疾患のない方
- 認知機能の低下が認められない方
- 体内埋め込み型医療機器(ペースメーカーや人工心臓等)を使用していない方
- 事前のアンケート回答及び当日に呼吸筋力測定を含む複数の身体的測定と簡単な聞き取りにご協力を頂ける方(詳細は裏面)

モニター対象者

測定日時場所

期間： 2021年12月19日(日)~2022年3月27日(日)の土日祝(予定)

場所： **神戸市勤労会館 会議室**(変更の場合は予約サイトでお知らせします)
神戸市中央区雲井通5丁目1-2(JR/阪神/阪急/地下鉄・三宮駅から徒歩5分)

所要時間： 30分程度(説明15分・測定15分)

前後する可能性がありますので時間に余裕をもってご参加ください。

- その他：
- ・体温37.5℃以上の方や体調の思わしくない方はお断りする場合があります。
 - ・測定に際しては新型コロナウイルス感染対策を実施の上で行います。
 - ・会場までの交通費は自己負担になります。

勤労会館
アクセス



申込

ご都合の良い日時を下記予約サイトにてお申込みください。(予約後の変更も行えます)

URL <https://reserva.be/kobehealthlab>

※測定に影響するため、食後2時間以内を避けてご予約ください。



【研究責任者】

学校法人 兵庫医科大学 兵庫医療大学
リハビリテーション学部 学部長・教授

玉木 彰

呼吸リハビリテーション・フレイル・サルコペニアを主に研究。
幅広い年代に向けて健康づくりのノウハウを伝える活動を行っている。



【共同研究者】

株式会社木幡計器製作所
代表取締役

木幡 巖

工業用圧力計測技術を医療機器分野に応用した呼吸筋力測定器を2013年より開発、2018年11月に呼吸筋力測定器「IOP-01」を上市。

モニター調査内容詳細

モニター調査結果については公表を予定していますが、参加者の個人情報はありません。



聞き取り内容

- | | |
|------------------|-------------|
| ①年齢 | ⑥服薬歴 |
| ②性別 | ⑦運動習慣の有無 |
| ③住環境(独居/同居) | ⑧睡眠(時間/日) |
| ④喫煙歴, 禁煙歴, 受動喫煙歴 | ⑨フレイルチェック ★ |
| ⑤病歴 | ⑩栄養評価 ★ |

★は60歳以上の方



測定内容

- | | |
|---------|---------------|
| ①身長 | ⑥握力 |
| ②体重 | ⑦努力性肺活量(FVC) |
| ③BMI | ⑧1秒量(FEV1) |
| ④体脂肪率 * | ⑨最大呼吸圧(PImax) |
| ⑤骨格筋量 * | ⑩最大呼気圧(PEmax) |

* 素足で測定します。素足になりやすい服装でご参加下さい。

呼吸測定イメージ



玉木教授による呼吸筋力の説明動画を見ることができます

「呼吸筋力って知っていますか？」



クリックで動画サイト
(YouTube)が開きます。

動画サイトURL

<https://youtu.be/oxqV90X7wLE?list=TLGGvamIBLTSnLMxNTEzMjAYMQ>

ヘルスケア市民サポーターとは

神戸市内在住、在勤の方を対象に、ヘルスケア分野の、製品・サービスの開発のためのアンケート調査やモニター試験に参画いただける「ヘルスケア市民サポーター」を募集しています。市民サポーターの皆様は、ヘルスケア分野の取組みに積極的に参画いただくことにより、市民サポーターとして登録いただいたご本人のみならず、周りのご家族も含めた健康意識およびQOL(生活の質)の向上を目指し、神戸市民の健康増進を図ります。

ご登録はこちら→ https://qahb.f.msgs.jp/webapp/form/22324_qahb_1/index.do

お問い合わせ

公益財団法人 神戸医療産業都市推進機構
クラスター推進センター 神戸ヘルス・ラボ事務局

e-mail: khlab@fbri.org