

Frailty and occupational falls among older Japanese workers: An Internet-based cross-sectional study

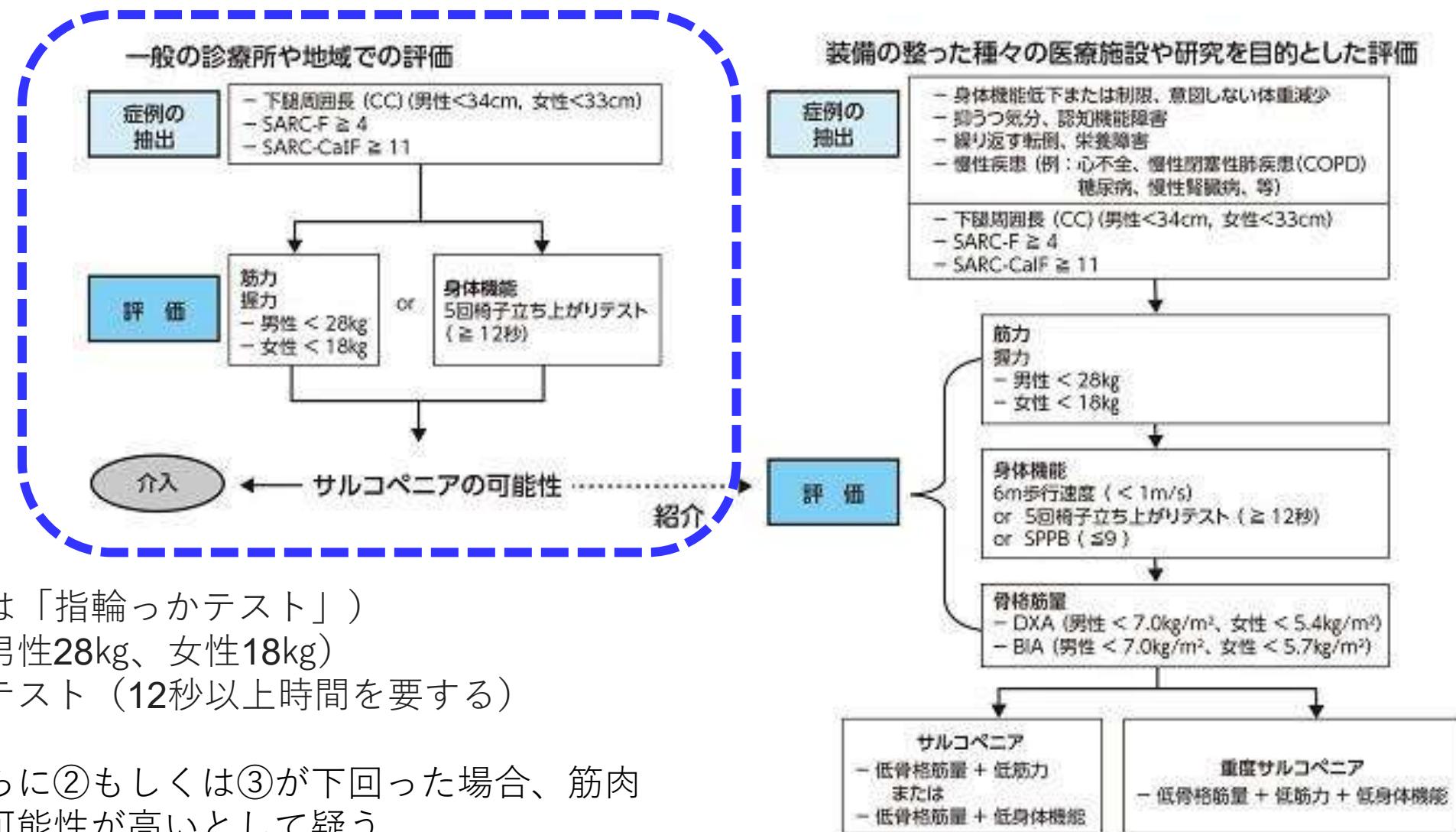
Ryutaro Matsugaki¹  | Hideaki Matsuzaki² | Satoru Saeki³ | Yoshihisa Fujino⁴  |
Shinya Matsuda¹

- 日本全国の60～75歳の就業高齢者約5,000名を対象に、Frailty Screening Index (FSI) を用いてフレイル状態を評価
- FSIには「過去6か月で2kg以上の体重減少があったか」、「過去2週間に理由なく疲れを感じたか」などの項目が含まれている
- その結果、プレフレイルおよびフレイル状態の労働者は、非フレイル者に比べて過去1年間の職場内転倒リスクが有意に高い
- また、年齢・性別・職務関連要因をすべて調整した後であっても、「体重減少」および「疲労感」は就業中転倒リスクを約1.7～1.9倍に上昇させる

→したがって、これらの2項目は職場におけるフレイル早期兆候として、転倒や労働災害の予防に資するスクリーニング指標として有効であると考えられる

筋肉減弱(サルコペニア)に対する診断アルゴリズム【AWGS 2019】

Asian Working Group for Sarcopenia (AWGS:アジアサルコペニアワーキンググループ)



【簡易評価】

- 下腿周囲長 (もしくは「指輪っかテスト」)
- 握力 (カットオフ: 男性28kg、女性18kg)
- 5回椅子立ち上がりテスト (12秒以上時間を見る)

⇒①の基準を下回り、さらに②もしくは③が下回った場合、筋肉減弱 (サルコペニア) の可能性が高いとして疑う

※2019年以降、さらに豊富なエビデンス蓄積があり、2025年11月5日に【AWGS2025】がリリースされる予定