

は(-)、②は5本中4本が(±)、③では4本(+)、1本(2+)であった。

【結論】採血量が不十分のため、揉み出しや絞りだし行為をしやすい浅い穿刺や細い針の使用ではHt値が低値を示し、間質液の混入が原因と考えられた。また、溶血現象が測定結果に影響していると推察できる。最も信頼性の高い測定結果が得られた採血方法は押し出し法である。

P3-53.

余暇座業時間および身体活動時間と肥満との関連

(大学院三年・公衆衛生学)

○水上 健一

(公衆衛生学)

井上 茂、大谷由美子、小田切優子

高宮 朋子、北林 蒔子、下光 輝一

(早稲田大学スポーツ科学学術院)

柴田 愛、岡 浩一朗

【背景】近年、座業時間(ほとんど身体を動かさずに座って過ごす時間)と肥満などの心血管疾患リスクファクターとの関連が注目されているが、日本人を対象にした研究はほとんどない。

【目的】日本人における、余暇座業時間(LTSB)と身体活動時間(PA)の組み合わせと肥満との関連を検討すること。

【方法】対象はインターネット調査会社の調査モニター2,854名(年齢 44.2 ± 8.4 歳、男性50.1%)とした。BMIは自己申告による身長、体重より算出した。LTSB(分/日)は目的別(テレビ、インターネット、読書・新聞など)に尋ね、全てを合計した。また、中等度以上のPA(分/週)を国際標準化身体活動質問紙により評価した。LTSBは中央値、PAは米国スポーツ医学会/米国心臓協会の推奨値150分/週を用いてそれぞれ2値化し、それぞれの組み合わせにより対象者を4つの活動水準(高LTSB/低PA:621人、高LTSB/高PA:791人、低LTSB/低PA:662人、低LTSB/高PA:780人)に分類した。4つの活動水準を独立変数としたロジスティック回帰分析により肥満($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$)のオッズ比を算出した(性別、年齢、教育歴、仕事の有無、世帯収入で調整)。

【結果】LTSBの中央値は222分/日であった。高LTSB/低PAと比較して、高LTSB/高PAの肥満のオッズ比は0.72(95%信頼区間:0.56-0.93)、低LTSB/低PAは0.74(0.56-0.97)、低LTSB/高PAは0.70(0.54-0.91)であった。

【結論】LTSBおよびPAと肥満に関連が認められた。また、中等度以上のPAが推奨値を満たしていない場合でもLTSBが短い者で肥満のリスクが低かった。このことより、PAが十分に確保できない場合でもLTSBを減少させることが、肥満の予防に効果的である可能性が示唆された。

P3-54.

仕事のストレス要因と生活習慣、精神的・身体的健康との関連

(大学院三年・公衆衛生学)

○内山 綾子

(公衆衛生学)

小田切優子、大谷由美子、高宮 朋子

井上 茂、下光 輝一

【目的】仕事のストレス要因および生活習慣と精神的・身体的健康との関連について検討すること。

【方法】複数事業場に勤務する男性従業員1,222名(平均年齢40.8歳、SD=12.0)を対象とした。健康診断時に回答を求めた職業性ストレス簡易調査票と生活習慣問診票の結果を分析に用いた。仕事のストレス要因(量的負担とコントロールの各得点を中央値で2分割し、その高低の組合せにより4群:高ストレイン群・パッシブ群・アクティブ群・低ストレイン群に分類)、年齢(40歳以上/40歳未満)、上司あるいは同僚からの社会的支援(高/低)、生活習慣:喫煙(有/無)、飲酒頻度(週6日以上/5日以内)、運動頻度(ほとんど行わない/月に1~2回以上)、食生活(不規則/規則正しい)、および睡眠(不十分/十分)を説明変数、抑うつ感あるいは身体愁訴の高低を従属変数とするロジスティック回帰分析を行った。

【結果】抑うつ感が高値のオッズ比は、低ストレイン群と比較して高ストレイン群で有意に高く(adjusted OR=2.59, 95%CI: 1.63-4.07, $p < .001$)、一方、年齢40歳以上(0.40, 0.27-0.58, $p < .001$)、上司支援高(0.22, 0.14-0.35, $p < .001$)、同僚支援高(0.56,