

発育発達 ポスター発表

[07 発-ポ-02] 幼児の有酸素性作業能力と日常の身体活動量の関係

○Hiroshi Akitake¹, Munehiro Tetsuguchi², Kan-ichi Mimura³ (1.Biwako Seikei Sport College, 2.Osaka kyoiku University, 3.Osaka Seikei University)

【背景】幼児は、有酸素性能力の発達にともない、幼児に持久走を行う問題の是非はあるものの、持続的な運動を取り入れることが推奨されている（吉澤、2002）。さらに Holman et al. (2011) は、6歳から19歳の子どもを対象として5分から10分の連続した中高強度身体活動が、循環代謝病の改善に有効であるとことを報告している。幼児の日常の身体活動量は、運動能力や健康関連指標と関係している報告は数多く存在するが、有酸素性作業能力との関係については、明らかにされていない。【目的】本研究は、幼児の有酸素性作業能力と日常の身体活動量との関係を明らかにすることを目的とした。【方法】対象は、4歳から6歳の幼児35名（女児16名、男児19名）とした。有酸素作業能の評価は、持久走（約1700-3700 m）の記録とした。日常の身体活動量は、加速度計 ActiGraph wGT3X-BTを右腰部に装着し、水泳、入浴などやむを得ない場合のみ非装着として、一週間連続して測定した。【結果および考察】男児の持久走のタイムの上位群の高強度身体活動時間は、持久走のタイムの下位群の高強度身体活動時間と比較して、有意に高い値を示した（ $p<0.05$ ）。女児の持久走のタイムの上位群の連続した中高強度持続時間は、3分から5分において持久走のタイムの下位群の連続した中高強度持続時間と比較して、有意に高い値を示した（ $p<0.05$ ）。以上のことから、男女児によって結果に若干の違いが生じたものの、日常の身体活動量は、有酸素性作業能力に影響を及ぼすことが示唆された。