

海外研修レポート

7th International Society for Physical Activity and Health (ISPAH) Congress に参加して

神藤隆志¹⁾

■はじめに

2018年10月15～17日にイギリス・ロンドンで開催された身体活動と健康の国際会議（International Society for Physical Activity and Health (ISPAH) Congress）に参加し、研究成果を発表した。本レポートでは学会参加によって得られた成果等について報告する。

■大会概要

7th ISPAH Congress は、すべての人々の一生涯における身体活動の促進を目標とする国際団体であり、2年に1度国際会議を開催している。今大会の会場は、ロンドン・ヒースロー空港から電車で約1時間のロンドン市街地にある Queen Elizabeth Center II であった。

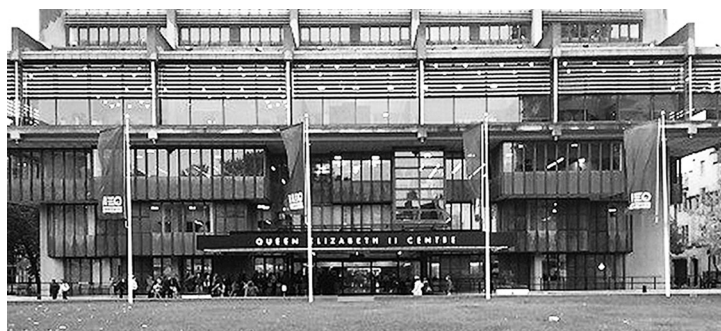
大会はオープニングセレモニーから始まり、基調講演、シンポジウム、口頭発表、ePoster（モニターを使用したポスター）発表が合わせて69セッション行われた。すべてのセッションが身体活動や健康に関連するものであり、身体活動の促進介入や測定評価手法、関連要因などの興味深いテーマを扱うセッションが数多く開かれていた。



会場入り口

■大会の雰囲気

身体活動研究のさきがけとなったバス運転手と乗務員の心血管疾患発症リスクを比較した研究は、ロンドンのバス乗務員を対象に1953年に行われた。今大会はこの研究が行



学会会場（Queen Elizabeth Center II）



会場近くを走るロンドンの赤いバス

1) 公益財団法人 明治安田厚生事業団体力医学研究所 Physical Fitness Research Institute, Meiji Yasuda Life Foundation of Health and Welfare, Tokyo, Japan.

われてから65年という切りのいい数字で記念大会的な雰囲気があった。身体活動促進を効果的に行っていくためには研究者のみならず多職種、多業種の連携が必要であることから、今大会には、WHO（世界保健機関）や Public Health England（英国公衆衛生庁）、Sport England（スポーツイングランド、日本でのスポーツ庁）などの関連する組織の代表者らも参加していた。



職域の身体活動に関するシンポジウムの様子

■研究発表

今大会にエントリーした発表は「Self-efficacy scale for breaking up prolonged sitting for office workers: development and validity」で、ePoster 発表に割り当てられた。本研究は、勤労者における座りすぎ解消に対する認識を評価する心理尺度を開発したものである。座りすぎの健康悪影響の多くはオフィスワーカーに生じており、作成した心理尺度を活用して効果的な介入手法を見いだすことが今後の課題である。今大会では、職域における研究が多く発表されていたため、それらの研究を参考に勤労者の座りすぎや身体不活動を解消する方法について更に検討を深めていきたいと思う。

■おわりに

今大会への参加を通して、座りすぎや身体不活動を改善していくためには研究と現場をつなぐ社会実装の取り組みが必須であることを改めて認識した。また、身体活動研究はバス乗務員を対象とした職域から始まったにもかかわらず、現在では余暇の身体活動が着目されがちであるという発表もあり、仕事に関連する身体活動が心身の健康に与える影響をより深く理解することの重要性を感じた。職域の状況は各国で非常に異なるため、我が国独自の知見を見いだせるよう引き続き研究に取り組んでいきたいと思う。

なお次回の ISPAH Congress はカナダのバンクーバーにて2020年10月28～31日に開催予定である。



次回大会の告知