

# 新しいサルコペニア診断基準が公開されました。

## 「50～64 歳」の基準値新設、「身体機能」は診断から除外

2025 年 11 月 4 日、アジアにおけるサルコペニアの新しい診断基準 (AWGS 2025) が、老年学のトップジャーナルである『Nature Aging』に公開されました。

今後のサルコペニア診断においては、AWGS 2019 に代わり、AWGS 2025 の使用が推奨されます。

AWGS 2025 は、WHO (世界保健機関) の高齢者のための統合ケア (ICOPE) との統合に焦点を当てており、サルコペニアから「マッスルヘルス (Muscle Health)」の促進へと視点をシフトしています。

---

## AWGS 2025 主な変更ハイライト

今回の改訂における主な変更点は以下の通りです。

- 1. 対象年齢の拡大 (50～64 歳の new)

従来の 65 歳以上の基準に加え、50 歳～64 歳における握力と筋肉量のカットオフ値が新たに設定されました。これにより、より早期の介入が可能になることが期待されます。

- 2. 診断基準の変更 (身体機能の除外)

AWGS 2019 では「低筋肉量 + (低筋力 または 低身体機能)」でしたが、AWGS 2025 では\*\*「身体機能」が診断基準から除外\*\*されました。診断は「低筋力 + 低筋肉量」の 2 項目で確定診断されます。

- 身体機能は、サルコペニアの診断基準としてではなく、アウトカム (結果指標) として測定することが推奨されます。

- 3. 筋肉量評価に「BMI 補正」を追加

従来の身長<sup>2</sup>での補正に加え、BMI 補正のカットオフ値が new されました。これは、BMI が 24 以上の場合、身長補正のみでは低骨格筋量と診断されにくい実態に対応するためです。

---

## AWGS 2025 診断フロー詳細

### 1. 症例発見(スクリーニング)

評価への移行は、現場に応じて以下の場合に実施されます。

- **プライマリケア・地域予防医療の現場:**
  - 65 歳以上(またはマッスルヘルスに懸念のある **50~64 歳**)で危険因子がある場合。
  - 下腿周囲長が基準値未満(男性 34cm 未満, 女性 33cm 未満)。
  - 指輪っかテストで異常がある場合。
- **急性期~慢性期医療・臨床研究の現場:**
  - 身体機能の低下または制限
  - 意図しない体重減少
  - 抑うつ気分
  - 認知機能障害
  - 繰り返す転倒
  - 栄養不良
  - 慢性疾患(心不全、慢性閉塞性肺疾患、糖尿病、慢性腎臓病など)

### 2. 評価と診断

ステップ 1: 筋力評価(握力)

握力を測定し、筋力低下の有無を評価します。

- **65 歳以上:** 男性 28kg 未満、女性 18kg 未満(AWGS 2019 から変更なし)。
- **50~64 歳 (新設):** 男性 34kg 未満、女性 20kg 未満。

筋力低下を認める場合、「サルコペニアの可能性あり(低筋力)」と診断します。

筋力が正常でも危険因子が陽性の場合、「サルコペニアのリスクあり」と診断されます。

ステップ 2: 筋肉量評価(確定診断)

「サルコペニアの可能性あり」と診断された場合、DXA または BIA を用いて四肢骨格筋量を測定します。

診断:

低筋肉量 + 低筋力 の両方を満たした場合に、「サルコペニア」と確定診断します。

---

## AWGS 2025 筋肉量カットオフ値

(出典 に基づき作成)

測定法	補正法	年齢	男性	女性
DXA	身長補正 (kg/m <sup>2</sup> )	65 歳以上	< 7.0	< 5.4
		<b>50~64 歳</b>	< 7.2	< 5.5
	BMI 補正	65 歳以上	< 0.73	< 0.52
		<b>50~64 歳</b>	< 0.80	< 0.55
BIA	身長補正 (kg/m <sup>2</sup> )	65 歳以上	< 7.0	< 5.7
		<b>50~64 歳</b>	< 7.5	< 5.7
	BMI 補正	65 歳以上	< 0.83	< 0.57
<b>50~64 歳</b>		< 0.90	< 0.63	

- 出典:
- [一般社団法人サルコペニア・フレイル学会「新しいサルコペニアの診断基準\(AWGS 2025\)のお知らせ」](#)
- Chen, LK, et al. A focus shift from sarcopenia to muscle health in the Asian Working Group for Sarcopenia 2025 Consensus Update. Nature Aging 2025.( <https://www.nature.com/articles/s43587-025-01004-y> )