

(様式6)

松林 義人 氏から学位申請のため提出された論文の審査要旨

題 目 Low-frequency group exercise improved the motor functions of community-dwelling elderly people in a rural area when combined with home exercise with self-monitoring.
(農村地域の地域在住高齢者に対するセルフモニタリングによるホームエクササイズを組合わせた低頻度のグループエクササイズは運動機能を向上させる)
Journal of Physical Therapy Science, Vol.28, No.2 (in press)
Yoshito Matsubayashi, Yasuyoshi Asakawa, Haruyasu Yamaguchi

論文の要旨及び判定理由

本研究は、農村地域の地域在住高齢者に対して、低頻度のグループエクササイズ (GE) または、GEにセルフモニタリングによるホームエクササイズを追加した介入 (GHE-SM) を行い、運動機能への影響を比較検討したものである。

対象は、高齢化率30%を超えるM市、老人クラブ連合会の65歳以上の地域在住高齢者で、2012年に参加した52名をGE群、2013年に参加した68名をGHE-SM群とした。介入期間は、両軍ともに9週間とし、介入前後の評価と計7回の介入を行った。介入内容はウォーミングアップ、筋力トレーニング、クールダウンで構成し、すべて同じ理学療法士が指導した。運動機能評価は膝伸展筋力、開眼片脚立位、Functional Reach(FR)、Timed Up & Go Test (TUG) 、5m通常歩行時間(歩行)とし、Per-Protocol 分析および Based Observation Carries Forward法を用いて補完した、Intension to Treat 解析による分析を行った。

その結果、すべての運動機能ともに両群間で交互作用が認められ、FR、TUG、歩行において、介入後に有意な改善を認めた。グループエクササイズにセルフモニタリングによるホームエクササイズを組み合わせることで、対象者が内省や自己評価、自己強化が可能となり、運動習慣の自動化と運動機能向上が得られた。

以上のように、本研究成果は過疎や高齢化を抱える、地域在住高齢者に対する有効な介入方法を示したものであり、博士 (保健学) の学位に値するものと判定した。

(平成28年 2月 3日)

審査委員

主査	群馬大学大学院教授 リハビリテーション学講座	坂 本 雅 昭 印
副査	群馬大学大学院教授 リハビリテーション学講座	山 崎 恒 夫 印
副査	群馬大学大学院准教授 リハビリテーション学講座	山 路 雄 彦 印

参考論文 なし