

(様式6)

丸谷 康平 氏から学位申請のため提出された論文の審査要旨

題 目 Effect of a simple and adherent home exercise program on the physical function of community dwelling adults sixty years of age and older with pre-sarcopenia or sarcopenia  
(プレサルコペニアまたはサルコペニアを呈した60歳以上の地域在住中高年者の身体機能に対して実施したシンプルで定着性のあるホームトレーニングの効果)

**Journal of Physical Therapy Science 28: 3183-3188, 2016.**

**Kohei Maruya, Yasuyoshi Asakawa, Hideaki Ishibashi, Hiroaki Fujita,  
Tomoyuki Arai, Haruyasu Yamaguchi**

論文の要旨及び判定理由

本研究は、60歳以上のサルコペニアまたはプレサルコペニアを呈する地域在住中高年者に対して6ヶ月間の自宅で簡便な自主トレーニングを実施し、身体機能等の改善について対照群と比較した研究である。フィールドは、埼玉県伊奈町に住み、同意の得られた341名の60歳以上の中高年者を介入群と対照群に2:1.5の比率による不均等無作為割付を行った。測定項目は、Body Mass Index (BMI)、体脂肪率、Skeletal Muscle Index (SMI: 骨格筋指数)、握力、片脚立位保持時間、歩行速度(通常・最大)、膝伸展筋力を測定した。また質問紙にて25-questions Geriatric Locomotive Function Scale (GLFS-25) およびEuro QOL 5-dementions (EQ-5D) であった。

6ヶ月後、対照群は、最大歩行速度の低下やGLFS-25が低下した。一方、介入群は、自宅での自主トレーニングを実施し、身体機能の向上が見られた。筋肉量や身体機能の低下が生じているサルコペニアおよびプレサルコペニアの中高年者であっても自主トレーニングを実践することで機能改善することが認められ、博士(保健学)の学位に値するものと判定した。

平成29年1月13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 外里 富佐江 印

副査 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  
看護学講座 内田 陽子 印

参考論文 なし