

令和 2年 1月

和田崇 学位論文審査要旨

主 査 深 田 美 香
副主査 萩 野 浩
同 松 浦 治 代

主論文

Customized exercise programs implemented by physical therapists improve exercise-related self-efficacy and promote behavioral changes in elderly individuals without regular exercise: a randomized controlled trial

(理学療法士によって行われるカスタマイズされた運動プログラムは、定期的な運動のない高齢者の運動関係の自己効力感を改善し、行動変容を促進する：ランダム化比較試験)

(著者：和田崇、松本浩実、萩野浩)

令和元年 BMC Public Health DOI:10.1186/s12889-019-7270-7

参考論文

1. 術前腰部脊柱管狭窄症患者における痛みの破局的思考の関連因子についての横断研究

(著者：和田崇、松本浩実、谷島伸二、萩野浩)

平成30年 理学療法学 45巻 150頁～157頁

審 査 結 果 の 要 旨

本研究は運動習慣のない地域在住高齢者を対象に理学療法士によって実施されるオーダーメイド型の運動プログラムが、一般的な運動処方と比較して運動の自己効力感と行動変容に有用であるかを調査したものである。本研究は非盲検下でオーダーメイド型運動処方群（介入群）と一般的な運動処方群（対照群）にランダム割付を行い、運動処方時、運動処方後3、6、9、12カ月に運動に対する自己効力感および行動変容段階、運動実施率、膝と腰の痛みを評価した。その結果、介入群は、運動に対する自己効力感が維持され、痛みの悪化が生じず、行動変容が運動処方後3カ月から向上した。本論文の内容は、地域在住高齢者の運動習慣の獲得におけるオーダーメイド型運動処方の有用性を示唆するものであり、明らかに学術水準を高めたものと認める。