

【30】

氏 名（本籍）	清 ^し 水 ^{みず} 滉 ^{こう} 一 ^{いち} （東京 都）		
学 位 の 種 類	博 士（スポーツ医学）		
学 位 記 番 号	博 甲 第 5181 号		
学位授与年月日	平成 21 年 7 月 24 日		
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当		
審 査 研 究 科	人間総合科学研究科		
学 位 論 文 題 目	地域における中高齢者の運動による健康づくり事業に関する研究		
主 査	筑波大学教授	医学博士	鯨 坂 隆 一
副 査	筑波大学准教授	博士（医学）	久 野 譜 也
副 査	筑波大学教授	博士（医学）	渡 辺 重 行
副 査	筑波大学教授	教育学博士	菊 幸 一

論 文 の 内 容 の 要 旨

（目的）

運動による予防事業が推進され始めた時期において、筋力トレーニング（筋トレ）を中心とした運動による健康づくり事業の課題を市町村の人口規模別視点から明らかにする。

（対象と方法）

まず、茨城・千葉両県の全市町村を対象とした運動による予防事業の実態について、次に、全国市町村を対象とした筋トレ事業の実施に影響する要因と事業導入時の困難要因について、人口規模別に明らかにした。

（結果）

茨城・千葉両県の検討から、市町村の中高齢者の運動による健康づくり事業の参加者数は 50 名未満が 55% を占め、特に人口 3 万人未満の市町村でその割合が高かった（ $p<0.05$ ）。全国市町村の検討から、筋トレ事業の実施に影響する要因は市町村の人口規模によって異なることが明らかとなり、実施率の低い 1 万人未満市町村では、「運動の専門指導者の参画」と「住民の事業に対する意欲」が影響する要因として示された（ $p<0.05$ ）。さらに筋トレ事業導入時において、1 万人未満の市町村で「指導者の確保」ができないまま事業を開始している市町村が多いことが示された（ $p<0.05$ ）。

（結論）

運動による健康づくり事業の課題は市町村の人口規模によって異なり、特に人口規模の小さい市町村の運動の専門指導者の確保のための支援が最重要課題である。

審 査 の 結 果 の 要 旨

本論文は、地域における中高齢者の筋力トレーニングを中心とした運動による健康づくり事業の推進が政策課題となっていることから、その社会的意義は高い。また、全国の市町村を対象に人口規模別の検討がなされ、今後解決すべき課題が人口規模別に明確に提示されている。今後のさらなる研究の発展を期待する。

よって、著者は博士（スポーツ医学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。