

論文審査の要旨

博士の専攻分野の名称	博士（学術）	氏名	灘 久 代
学位授与の要件	学位規則第4条第①・2項該当		
論文題目			
「阿波おどり」を活かした妊婦運動の効果			
論文審査担当者			
主 査	准教授	磨 井 祥 夫	
審査委員	教 授	山 崎 昌 廣	
審査委員	教 授	坂 田 省 吾	
審査委員	教 授	和 田 正 信	
〔論文審査の要旨〕			
<p>本論文は、徳島市の妊婦を主対象として制作された妊婦運動の「阿波おどり体操・マタニティ編」（以下、本体操と略す）について、制作時の基本方針を検証したものである。基本方針は、“安全”，“効果”，“いつでも気軽に”，“楽しく”，“子どもと一緒に”の5項目であった。なお、各章の研究は、広島大学総合科学研究科研究倫理審査委員会の承認を受けた。</p> <p>本論文は6章から構成されている。</p> <p>第1章では、研究背景として妊婦の身体的特徴、妊婦運動の現状と安全管理についてまとめ、妊婦運動として阿波おどりを活用する利点を述べた。さらに制作の基本方針及び制作した妊婦運動の詳細を説明して、本論文の目的と研究枠組みを示した。</p> <p>第2章では、本体操の受容度及び妊娠中の運動実施について、徳島市在住の乳幼児をもつ母親517名に対する面接調査から検討した。その結果、運動の必要性は理解しているが、運動を実施していない妊婦が多いことが分かった。また、初妊婦の67%、経妊婦の55%が本体操に関心を示した。このことから新たに制作した妊婦運動は受容があることが確認できた。</p> <p>第3章では、本体操が安全であるかを検討した。これは、基本方針の“安全”の検討に相当する。安全性については、日本臨床スポーツ医学会が提唱している「妊婦スポーツ安全管理基準」の運動強度から判断した。対象者の安全を期するため、まず非妊婦14名で運動強度を確認し、次いで阿波おどりを継続実施している妊婦2名、最後に一般妊婦289名を対象とした。非妊婦の運動強度は、心拍数（HR）が基準値の150拍/分を超えた者が1名いたが、自ら強度を変えることのできる自由踊りの時間帯であった。また、主観的運動強度（RPE）は全員が基準値の13（ややきつい）以下であった。阿波おどり継続妊婦は、HRおよびRPEともに基準値以下であった。妊婦289名については、HRが150拍/分を越えた者が8名いたが、ピークHRの出現は自由踊りの時間帯であった。また、対象者289名の内、運動中断者はおらず、運動後の妊娠経過に異常を認めた者もいなかった。以上の結果から、本体操は、妊婦が安全に行える運動強度であることが分かった。</p> <p>第4章では、本体操の継続実施が全身持久力向上に効果があるかを検討した。これは、基本方針の“効果”を全身持久力から検討したものである。6か月以上継続実施している妊婦8名を対象として運動中のHRとRPEを測定した。その結果、HRが減少した者が3名、変わらな</p>			

った者が4名，増加した者が1名であり，一定の傾向はみられず，本体操が全身持久力に及ぼす効果を示すことができなかつた。その理由として，胎児の成長による体格変化，他の身体運動の併用，運動頻度と期間の問題が示された。

第5章では，基本方針の“効果”，“いつでも気軽に”，“楽しく”，“子どもと一緒に”の4項目をアンケート調査から検討した。対象者は本体操を行った妊婦とし，妊娠中に289名から，出産後に92名からの回答を得た。本体操に関する自由記載に記入された文をコード化し，カテゴリーに分類した結果，基本方針とした4項目に合致するカテゴリーを抽出することができた。

第6章では，総合考察として，各章の成果をまとめて，本体操を含めた妊婦運動について総合的に論じ，RPEの活用や助産師への啓蒙など今後の課題を示した。

本論文は，民謡踊りをベースに制作した妊婦運動の安全性，効果などを実施者の運動生理学データ，面接調査，アンケート調査から実証したものである。民謡踊りを取り入れた妊婦運動を研究対象としたこと，運動を始めやすく継続しやすい条件を考慮した基本方針を示して検証したこと，徳島市在住妊婦という限られた属性から多くの対象者のデータを分析したことに本論文の意義がある。本論文は，妊婦運動を対象とした研究分野に貴重な示唆を提供できるものであり，高く評価できる。

以上，審議の結果，本論文の著者は博士（学術）の学位を授与されるに十分な資格があるものと認められる。