

氏名	三 浦 孝 仁
授与した学位	博 士
専攻分野の名称	医 学
学位授与番号	博乙第3041号
学位授与の日付	平成8年9月30日
学位授与の要件	博士の学位論文提出者 (学位規則第4条第2項該当)
学位論文題目	日本人の換気性閾値－健康づくりの運動処方指標として－
論文審査委員	教授 武田 和久 教授 青山 英康 教授 辻 孝夫

### 学 位 論 文 内 容 の 要 旨

健康づくりを目的とした運動処方では、有酸素運動がすすめられている。最近では有酸素運動の強度の指標として、これまで使用されてきた最大酸素摂取量 ( $VO_{2max}$ ) にかわって、最大下運動で実測可能な換気性閾値 (Ventilatory Threshold : 以下、VT) が用いられるようになってきた。しかしながら、健常者を対象に多人数を測定した報告はなく、評価のための基準値は見当たらない。筆者らは610人の健常者を対象にVTを測定し、性・年齢別に日本人健常者の標準値を作成した。VT時の酸素摂取量と仕事率は、加齢にともない低下した。VT時の酸素摂取量や仕事率には性差が認められ、男性が有意に高値を示した。VT時の心拍数は加齢により低下したが、性差は認められなかった。VT時の主観的運動強度 (以下RPE) は年齢差も性差も認められずRPEは約13であった。さらに一日の平均歩数で示した日常生活活動量とVTには有意な正の相関を認めた。健康づくりの有酸素運動では、男女同一年齢であれば心拍数を基準に、またRPEを基準とすれば年齢に関わらず「ややきつい」以下の強度で運動を実施することが可能であると考えられた。

### 論 文 審 査 結 果 の 要 旨

本研究は健康づくりの運動処方を目的とし、610人の健常例を対象に自転車エルゴメーターを用いたランプ負荷法によって換気性閾値を求め、性、年齢別に日本人健常者の標準値を定めたものである。健常例の選び方、測定方法に問題が残されたが、有酸素運動の強度の指標として価値ある業績であると認める。

よって、本研究者は博士(医学)の学位を得る資格があると認める。