

表Ⅲ-22 基本アウトカム指標の組み合わせを考慮した実施内容別維持改善割合（全数）

	要介護度				基本チェックリスト				主観的健康観			
	悪化		維持改善		悪化		維持改善		悪化		維持改善	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
マシンによる筋力増強のみ	33	14.9%	189	85.1%	30	16.4%	153	83.6%	46	25.0%	138	75.0%
マシンによらない筋力増強のみ	57	15.7%	306	84.3%	68	20.9%	257	79.1%	62	19.3%	260	80.7%
レクリエーションのみ	28	14.9%	160	85.1%	24	16.2%	124	83.8%	43	28.7%	107	71.3%
マシンによる筋力増強と持久性訓練	21	13.2%	138	86.8%	24	16.6%	121	83.4%	24	16.6%	121	83.4%
マシンによる筋力増強とレクリエーション	27	20.0%	108	80.0%	18	16.2%	93	83.8%	27	23.5%	88	76.5%
マシンによらない筋力増強と日常生活動作の訓練	29	13.9%	179	86.1%	27	14.5%	159	85.5%	43	22.9%	145	77.1%
マシンによらない筋力増強とレクリエーション	87	14.8%	502	85.2%	99	19.6%	407	80.4%	109	21.3%	402	78.7%
日常生活動作の訓練とレクリエーション	41	21.7%	148	78.3%	42	26.9%	114	73.1%	36	23.8%	115	76.2%
マシンによらない筋力増強と日常生活動作とレクリエーション	115	17.5%	544	82.5%	97	19.1%	412	80.9%	100	19.7%	407	80.3%

表Ⅲ-23 運動器アウトカム指標の組み合わせを考慮した実施内容別維持改善割合（全数）

	開眼片足立ち時間				TUG				5m通常歩行時間				5m最大歩行時間			
	悪化		維持改善		悪化		維持改善		悪化		維持改善		悪化		維持改善	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
マシンによる筋力増強のみ	36	29.3%	87	70.7%	27	17.5%	127	82.5%	32	24.1%	101	75.9%	39	27.5%	103	72.5%
マシンによらない筋力増強のみ	78	34.1%	151	65.9%	44	16.3%	226	83.7%	59	24.3%	184	75.7%	54	22.3%	188	77.7%
レクリエーションのみ	31	32.3%	65	67.7%	38	33.3%	76	66.7%	33	30.0%	77	70.0%	34	31.5%	74	68.5%
マシンによる筋力増強と持久性訓練	29	23.6%	94	76.4%	20	15.5%	109	84.5%	12	12.8%	82	87.2%	18	17.3%	86	82.7%
マシンによる筋力増強とレクリエーション	20	28.2%	51	71.8%	19	21.3%	70	78.7%	16	19.5%	66	80.5%	17	18.9%	73	81.1%
マシンによらない筋力増強と日常生活動作の訓練	24	16.8%	119	83.2%	21	13.3%	137	86.7%	29	24.0%	92	76.0%	34	22.1%	120	77.9%
マシンによらない筋力増強とレクリエーション	94	27.4%	249	72.6%	111	26.0%	316	74.0%	115	28.5%	288	71.5%	105	24.6%	322	75.4%
日常生活動作の訓練とレクリエーション	26	29.9%	61	70.1%	32	29.9%	75	70.1%	27	26.0%	77	74.0%	23	23.0%	77	77.0%
マシンによらない筋力増強と日常生活動作とレクリエーション	90	27.7%	235	72.3%	80	20.1%	319	79.9%	64	17.0%	312	83.0%	77	19.8%	311	80.2%

<組み合わせを考慮した実施内容別>

マシンによる筋力増強訓練のみを基準にすると、マシンによる筋力増強訓練と持久性訓練の組み合わせが、主観的健康観と5m通常歩行時間で有意に高いオッズ比を示した。また、マシンによらない筋力増強訓練と日常生活動作の訓練の組み合わせは、片足立ち時間で有意に高いオッズ比を示した。レクリエーション・ゲームのみ、日常生活動作に関する訓練とレクリエーション・ゲームの組み合わせは、それぞれTUG時間、基本チェックリストとTUG時間で有意に低いオッズ比であった。