

目 次 C O N T E N T S

- 原著論文
太陽輻射下ウォーキング時における頭部保護が水分出納および
体温調節機能に及ぼす影響 ————— 3
寄本 明、出口 結衣 京都女子大学家政学部食物栄養学科
- 原著論文
マインドフルネスウォーキングによるストレス軽減について ————— 9
柳本 有ニ 神戸常盤大学
小野 昌二 イエス団
石田 志帆、足立志津子 朝来市役所
澤田 浩秀 神戸常盤大学
- 原著論文
兵庫県多可町のウエルネスウォーキングによる動機付けとロコモ度改善効果の研究 — 17
西村 典芳 神戸山手大学現代社会学部観光文化学科
山中 裕 関西医科大学大学院健康科学科
- 原著論文
歩行速度から始める上り勾配ノルディックランニングの生理応答 ————— 21
長津 恒輝、祝原 豊、杉山 康司 静岡大学
辻川比呂斗 順天堂大学
富田 寿人 静岡理工科大学
- 原著論文
水中ポールウォーキングにおける歩行速度の違いによる生理的応答の比較 ————— 27
藤松 典子 びわこ成蹊スポーツ大学
坂手 誠治 相模女子大学
- 原著論文
高齢者の転倒予防のための家庭でできる二重課題歩行によるアプローチ
—床マーキングトレーニングによる認知情報処理能力賦活と転倒予防効果の関連からの考察— ————— 35
小橋 拓真 九州保健福祉大学 大学院 (通信制) 連合社会福祉学研究科 博士 (後期) 課程
正野 知基 九州保健福祉大学
- 原著論文
低山での登山の励行が中高年者の心身の健康に及ぼす影響 ————— 41
笹子 悠歩 鹿屋体育大学大学院
山本 正嘉 鹿屋体育大学スポーツ生命科学系
- 原著論文
準高所ハイキングコース歩行時の生体負担に関する実践的研究
—ウォーキングクラブに所属する中高年女性および大学生を対象として— ————— 49
祝原 豊、村田 真一、長津 恒輝、鈴江 毅、杉山 康司 静岡大学
長澤 純一 日本大学
内丸 仁 仙台大学
辻川比呂斗 順天堂大学
- 原著論文
高齢者における水平跨ぎアフォーダンスの特徴
—特に溝 (深さ) 条件の影響— ————— 55
小野 晃、宮下 充正 首都医校
福島 一敬 TOS 株式会社
渡邊 紳一 神奈川工科大学

●原著論文		
前足部内反角度と第1中足趾節関節他動背屈可動域との関係	—————	59
草川 祐生	帝京大学大学院	
白石 聖	帝京大学大学院、帝京大学	
神内 伸晃	明治国際医療大学	
●実践報告		
歩き方の異なるノルディックウォーキングの介入が高齢者の体力に及ぼす影響	—————	63
木崎 健太	WINS	
河村 剛光	順天堂大学スポーツ健康科学部	
青木 和浩	順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科	
●実践報告		
越生町健康づくりウォーキング大会参加者における運動習慣の有無と ストレス指標の関連性について		
—日常の運動習慣が唾液アミラーゼ活性と気分・感情の状態に及ぼす影響に関する一考察—	—————	71
鈴木 研太、清川 拓磨、荻原 佳那、高橋 将斗、斎藤 歩、安藤 裕史、 梶井 雄生、佐野島一貴、田口 恵、中山 智顕、橋爪 寧々、長谷川 碧、 羽金 泰佑、山田 麻未	日本医療科学大学 保健医療学部	
伊藤 瑞穂、町田 京子、山口 博正	越生町 健康福祉課（保健センター）	
●実践報告		
水中運動トレーニングによるロコモティブシンドローム予防		
—水中歩行を中心とした運動講座による効果—	—————	79
坂手 誠治、吉岡有紀子	相模女子大学栄養科学部	
●実践報告		
ひたちなか市5年間のノルディックウォーキング活動		
—転ばぬ先のノルディックウォーキング—	—————	85
谷津 祥一	順天堂大学、一般社団法人日本ノルディックウォーキング振興会	
根本 吉則、長谷川勝巳、徳武 勉	みなとwaiwaiクラブ	
菊田 利秀	一般社団法人日本ノルディックウォーキング振興会	
杉山 康司、祝原 豊	静岡大学、一般社団法人日本ノルディックウォーキング振興会	
辻川比呂斗	順天堂大学、一般社団法人日本ノルディックウォーキング振興会	
●実践報告		
道の駅きつれがわのウォーキング教室がもたらした経済波及効果について	—————	91
碓氷 正和	一般社団法人日本ウォーキング協会、NPO 法人栃木県ウォーキング協会	
●資料		
宮本武蔵『五輪書』「足のはこびやう」考	—————	97
並川 耕士	関西ノルディック・ウェルネス	
●資料		
疾患再発予防の観点からみるノルディックウォーキング研究のこれから	—————	103
田野 三乗	芦屋市立芦屋病院	
塚北 雄哉	兵庫中央病院	
京奥 剛志	南芦屋浜病院	
森田 貴之	神戸中央市民病院	
柳本 有二	神戸常盤大学	
●資料		
韓国のウォーキング文化に関する考察		
—ウォーキングからノルディックウォーキングまでの現在—	—————	107
李 承澤	早稲田大学大学院 スポーツ科学研究科	
●第21回日本ウォーキング学会大会報告		
●第22回日本ウォーキング学会大会報告		