



第3号発刊に当たって	1
宮下 充正 日本ウォーキング学会会長	
●巻頭言	
第3回日本ウォーキング学会大会を開催して	4
池田 克紀 東京学芸大学	
●特別講演	
<b>Walking for health and fitness</b>	6
ライヤ・ラウカネン ポーラーエレクトリック社 (抄訳・池田克紀)	
●研究発表	
「伊能ウォーク」に参加している 高齢男性の血中脂質・リポ蛋白プロフィール	9
樋口 満 ほか 国立健康・栄養研究所	
●研究発表	
床のすべりやすさと人間の感覚・筋肉の働きの関係	13
堀 一 ほか 福井大学大学院	
●研究発表	
点字ブロックと通常床面歩行時の下肢筋群筋負担量の比較	17
西島 吉典 ほか 大阪教育大学	
●研究発表	
階段昇降のバイオメカニクス	23
～重心変位・速度、床反力の記録～ 松野 義晴 ほか 国際武道大学研究生	
●研究発表	
松葉杖歩行の観察	31
中西 賢子 ほか 元千葉県循環器病センター看護部	
●研究発表	
中高年齢者にみられる10週間のウォーキング実践の効果	35
野口 秋実 ほか ソニー企業㈱日本ウォーキングセンター、ウォーキング・ラボ	
●研究発表	
人間ドックにおける運動習慣の指導	41
～中高年に対する運動としてのウォーキングのすすめ～ 泉 嗣彦 社会保険中央総合病院健康管理センター	
●研究発表	
歩行教育論：大谷武一と正常歩	47
鈴木 純子 ほか 東京YMCA社会体育専門学校	

●研究発表		
健康習慣との関連からみたウォーキング実施の検討	53	
高峰 修 ほか 中京大学体育研究所		
●研究発表		
健康づくり政策の検討	59	
～歩きたくなる町をめざして～		
柳本 有二 兵庫大学短期大学部		
●研究発表		
非意識的歩行歩数は健康づくりに有効か？	67	
波多野 義郎 ほか 鹿屋体育大学		
●研究発表		
ウォーキングイベント参加者の 日常身体活動量と生活習慣に関する研究	71	
萩 裕美子 ほか 鹿屋体育大学		
●研究発表		
「ウォーキング」が日常生活活動に及ぼす効果	77	
萩原 あいか ほか 早稲田大学人間科学研究科		
●研究発表		
ウォーキングシューズにおける WAVE構造を有したシューズの開発について	85	
～クッション性と安定性の両立を目指して～		
小川 雅央 ほか ミズノ㈱		
●研究発表		
21世紀初頭の健康戦略・運動処方に 「ストック・ウォーキング」運動方法の普及	89	
村雲 二郎 株式会社十印		
●実践報告		
International Marching League (IML) 参加記	95	
宮下 充正 東洋英和女学院大学		
●研究報告		
歩行のエネルギー消費量に関する研究概略	101	
水村(久埜)真由美 お茶の水女子大学文教育学部		
日本ウォーキング学会案内	110	
①発足趣意書		
②学会会則		
③学会役員名簿		

ブックデザイン ハンプティアー・ダンプティアー  
ディレクション 青野哲之  
デジタルワーク 古里光太