



目次 CONTENTS

●基調講演		
<b>ウォーキングと熱中症</b>	—————	7
寄本 明 滋賀県立大宇		
●シンポジウムー知って防ごうウォーキングの熱中症ー		
<b>熱中症の定義と発生の実態</b>	—————	13
中井 誠一 京都女子大家政学部		
●シンポジウムー知って防ごうウォーキング中の熱中症ー		
<b>わが国における熱中症死亡の地域差</b>	—————	19
星 秋夫 桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部		
●シンポジウムー知って防ごうウォーキング中の熱中症ー		
<b>1980年代と2000年代の気温の比較</b> ーウォーキング時の熱中症予防観点からー	—————	23
南 利幸 気象予報士		
●シンポジウムーウォーキングを促進する仕組づくりー		
<b>市民と一緒に作成したウォーキングマップ</b>	—————	29
伊藤 薫、一ノ瀬勝江、長島 咲子、石井 佳苗、山浦 久美 会津若松市役所 健康増進課		
●シンポジウムーノルディックウォークー		
<b>トレッドミル上におけるノルディックウォークと通常歩行比較</b>	—————	33
～遊脚相と立脚相の膝関節屈曲角について～		
鈴木 盛史、佐藤 和久、櫻井 一平 橋都 浩哉、上田 恵介、川内 基裕 氣田 稔充	イムズ板橋リハビリテーション病院リハビリテーション科 全日本ノルディック・ウォーク連盟	
●シンポジウムーノルディックウォークー		
<b>ノルディックウォークと普通歩行の3次元動作解析における動作比較</b>	—————	37
～高齢者症例における症例報告及びノルディックウォーク指導員との動作比較～		
櫻井 一平、鈴木 盛史、佐藤 和久 橋都 浩哉、上田 恵介、川内 基裕 氣田 稔充	イムズ板橋リハビリテーション病院リハビリテーション科 全日本ノルディック・ウォーク連盟	
●シンポジウムーノルディックウォークー		
<b>アンケートから見たノルディックウォークイベント</b>	—————	41
川内 基裕 イムズ板橋リハビリテーション病院		
●シンポジウムーノルディックウォークー		
<b>山形県鶴岡市における『国際ノルディックウォーク in 湯野浜』</b>	—————	47
進藤恵理也 山形県鶴岡市観光物産課		

●シンポジウムーノルディックウォーカー		
<b>北アルプス・塩の道 ウォーク</b>	_____	51
伊東 祐満	ソルトロード・ノルディック・ウォーキングクラブ	
●シンポジウムーノルディックウォーカー		
<b>ICTを用いた地域在住高齢者に対するノルディック・ウォークの介入効果評価</b>	_____	55
松本 陽子、芝 亜紀	NPO 法人えひめ高齢者ヘルスプロモーション研究会	
滝上 範子	西予市保健福祉課	
大野 栄一	株式会社大栄電機工業	
田原 康玄、川本 龍一、三木 哲郎	愛媛大学大学院医学系研究科	
●シンポジウムーノルディックウォーカー		
<b>全日本ノルディック・ウォーク連盟設立の経緯と沿革 イベントの開催状況及び今後の活動方針と方向性について</b>	_____	61
木村 健二	(社) 全日本ノルディック・ウォーク連盟	
●研究発表		
<b>スピードウォーキングの効果</b>	_____	65
岩井 雄史	びわこ成蹊スポーツ大学	
●研究発表		
<b>歩行速度と呼吸筋力および肺気量との関係</b>	_____	71
分木ひとみ	滋賀医療技術専門学校	
柴田奈緒美	大津市民病院	
寄本 明	滋賀県立大学大学院	
●研究発表		
<b>温熱環境が様々な歩行スピードの心拍数と酸素摂取量に与える影響</b>	_____	77
藤松 典子	びわこ成蹊スポーツ大学・滋賀県立大学大学院	
寄本 明	滋賀県立大学大学院	
中井 誠一	京都女子大学	
●研究発表		
<b>高齢者男性の安静時代謝量と身体組成の関係</b>	_____	83
吉居 尚美	畿央大学	
藤田 聡	立命館大学	
寄本 明	滋賀県立大学	
●研究発表		
<b>ウォーキングを主体とした運動および果物摂取が動脈硬化リスクへ及ぼす影響</b>	_____	87
茂山 翔太、南 和広、吉田 龍平、山田 明	滋賀県立大学	
福井 富穂、高山 博史、寄本 明		
寺村 康史、矢野 秀樹、林 進	彦根市立病院	

●研究発表

中高年者におけるウォーキングを中心とした運動習慣が  
動脈壁硬化度に及ぼす影響 93

南 和広、茂山 翔太、吉田 龍平、山田 明 滋賀県立大学  
福井 富穂、高山 博史、寄本 明 彦根市立病院健診センター  
寺村 康史、矢野 秀樹、林 進

●研究発表

長距離歩行活動時における環境因子が  
喘息体質を有する者の呼吸機能に及ぼす影響 99

高木 祐介 川崎医療福祉大学大学院  
安藤 裕二 日本貿易振興機構  
小野寺 昇 川崎医療福祉大学

●研究発表

フィットネス施設における水中歩行実施者の  
飲水意識および飲水行動とその実態 103

坂手 誠治 相模女子大学  
清水 陽子 函館短期大学  
星 秋夫 桐蔭横浜大学  
寄本 明 滋賀県立大学

●研究発表

歩数計法を用いた歩運動におけるエネルギー消費量の推定式 111

森 悟 東海学園大学

●研究発表

歩くことを楽しいと思う要因を多角的に探索する研究 第1報  
—抑うつ感との関連から— 117

大賀 英史 日本マインドフルライフ協会・東久留米生涯学習まちづくり研究会  
大森 豊緑 名古屋市立大学医学系研究科  
川合 晃生 東久留米生涯学習まちづくり研究会・かわい接骨院  
吉益 光一 和歌山県立医科大学 衛生学教室  
山中 裕 関西医科大学健康科学科

●研究発表

歩くことを楽しく思う要因を多角的に探索する研究 第2報  
—近隣の人間関係との関連から— 123

大森 豊緑 名古屋市立大学大学院医学系研究科  
大賀 英史 日本マインドフルライフ協会・東久留米生涯学習まちづくり研究会  
高山 光尚 国立健康・栄養研究所健康増進研究部  
小山 修 日本子ども家庭総合研究所

●研究発表			
	<b>国際研究雑誌に掲載の歩行歩数研究論文における 使用歩数計に関する分析結果について</b>	—————	127
	波多野義郎 東京学芸大学		
●研究発表			
	<b>大学生における歩数計を用いた歩行のセルフモニタリングが 健康に関する認知や行動に及ぼす影響</b>	—————	133
	栗田 智史 東京学芸大学大学院 修士課程保健体育専攻 池田 克紀 東京学芸大学 健康・スポーツ科学講座		
●研究発表			
	<b>ゴルファーのプレー中の歩数と日常の身体活動量</b>	—————	139
	富田 寿人、今村実奈津、栗原 水紀 静岡理工科大学 総合情報学部		
●研究発表			
	<b>勤労者のウォーキング行動の実施状況と 推奨活動基準を充たすウォーキング行動と近隣環境との関連</b>	—————	147
	須藤 英彦 早稲田大学エルダリー・ヘルス研究所・株式会社高知大丸 濱崎 絹子 株式会社高知大丸 安田 誠史 株式会社高知大丸・高知大学医学部公衆衛生学教室		
●研究発表			
	<b>東日本大震災がウォーキングイベントに与えた影響</b>	—————	155
	—開催と中止の判断を分けた要因— 早乙女 誉、関本 ゆう 早稲田大学大学院スポーツ科学研究科 中村 好男 早稲田大学スポーツ科学学術院		
●研究発表			
	<b>大学、行政およびNPO法人連携によるノルディックウォークイベントについて</b>	—————	159
	柳本 有二 神戸常盤大学 伊藤 宏之、坂崎 貴彦 NPO法人うえるねすコア21 岸本 雅人 元気塾ゆすりほテイカーピア 秋山 直視 サ・ビッグスポーツ 西山 順子、池田 敦子、江口 亮太 神戸市灘区保健福祉部健康福祉課 加藤 尚子、小森 和栄 神戸市長田区役所保健福祉部健康福祉課		

●研究発表

大阪発 歩育—Part 2

歩育のすすめ『生きる力の再生』

167

畑中 一一 大阪府レクリエーション協会総括マネージャー 日本ウォーキング協会専門講師  
伴 義孝 大阪府レクリエーション協会会長  
片倉 道夫 大阪府レクリエーション協会専務理事

●研究発表

「歩きたくなるみち 500 選」の調書データに見るコース特性 (続)

173

佐藤 邦弘 日本ウォーキング協会・歩行文化研究所主任研究員  
村山 友宏 日本ウォーキング協会・歩行文化研究所所長

●研究発表

「地球一周 4 万キロ完歩者の生活と意見」アンケート回答から第 3 弾

177

川上 清 日本ウォーキング協会・茨城県ウォーキング協会・水戸歩友会

●研究発表

平成 22 年度茨城県ウォーキング協会指導員活動の実情

181

川上 清 日本ウォーキング協会・茨城県ウォーキング協会・水戸歩友会

●研究発表

俺流健康ウォーキング確立のための基礎研究

183

碓氷 正和 日本ウォーキング協会・栃木県ウォーキング協会

●研究発表

ウォーキングにおける歩き過ぎの問題と課題

187

碓氷 正和 日本ウォーキング協会・栃木県ウォーキング協会

●研究発表

地域計画における長距離歩道の位置づけ

191

伊藤 太一 筑波大学生命環境系