



目 次 C O N T E N T S

●基調講演 最近のウォーキング研究の動向 — 脳機能との関連から — 宮下 充正 放送大学	5
●国際シンポジウム President of the International Federation of Popular Sports (IVV) Odd Ivar Ruud 国際市民スポーツ連盟会長	9
●国際シンポジウム WALKING IN THE U.S.A Lynn Clark 国際市民スポーツ連盟副会長	13
●国際シンポジウム Walking with others - most beautifully in the IVV Josef Gigl ドイツ共和国市民スポーツ連盟会長	17
●国際シンポジウム Status Report on Walking Activities in Korea 李 康玉 (Lee, Kang - Ok) 大韓民国ウォーキング科学学会会長	21
●シンポジウム I メタボリックシンドロームを歩いて治す 泉 嗣彦 ウォーキング医科学研究所	23
●シンポジウム I ウォーキング実践者の身体的特徴 田畑 泉 独立行政法人 国立健康・栄養研究所	27
●シンポジウム I 歩行困難者への工学的支援 中澤 公孝 国立身体障害者リハビリテーションセンター	31
●シンポジウム I 水中ウォーキングの生理学的特徴とその普及 福崎 千穂 東京大学大学院 新領域創成科学研究科 生涯スポーツ健康科学研究センター	37
●シンポジウム II 最近 10 年間のウォーキング用具の改良 ～歩きやすいシューズの改良～ 秋満 茂喜 株式会社 ムーンスターシューズ科学研究所	43
●シンポジウム II 歩きやすいウエアの改良 内田 広 ミスノ株式会社	47

●シンポジウムⅡ		
歩きやすい歩道の改良	—————	51
小林 繁之	日本道路株式会社	
●シンポジウムⅡ		
最近10年間のウォーキング用具の改良（万歩計・歩数計の進歩）	—————	57
加藤東起男	山佐時計計器株式会社	
●研究発表		
明治以降のウォーキング教育	—————	63
室星 隆吾	東京学芸大学	
●研究発表		
天からの気で歩く人間歩行学	—————	69
大西 三郎	日本ウォーキング協会主席指導員	
●研究発表		
英国で一番美しい町や村々 コッツウォルズを歩くスタディツアー（Part - 2）	———	71
畑中 一一	日本ウォーキング協会	
●研究発表		
いばらきヘルスロードは成長中	—————	77
川上 清、田仲 正一	（社）日本ウォーキング協会 茨城県ウォーキング協会	
●研究発表		
4都県ウォーキング協会 協働主催により実施した 「つくばエクスプレス開業記念ウォーク」	—————	81
田仲 正一	（社）日本ウォーキング協会 茨城県ウォーキング協会	
●研究発表		
今後のウォーキング指導員に求められる課題（2） 転ばぬ歩き方指導法の取得	—————	85
—「転ばぬ寿命永らえ運動」の推進—	—————	
鳥生 厚夫	（社）日本ウォーキング協会公認専門講師・主席指導員、関城ウォーキングクラブ（茨城県筑西市）	
●研究発表		
パソコンによるウォーキングコースマップづくり	—————	91
—GISを活用した地図作成の試み—	—————	
堀野 正勝	（財）日本測量調査技術協会・理事・事務局長	
猪原 紘太	東京カートグラフィック（株）代表取締役社長	
●研究発表		
農山村地域においてウォーキング指導を中心とした 健康増進事業に継続参加した中高年女性の体力・血液性状の変化	—————	97
田中 靖人	神戸大学大学院 総合人間科学研究科	
木村みさか	京都府立医科大学 医学部看護学科	

- 研究発表
**血糖異常を有するウォーカーにおける SMBG
(self-monitoring of blood glucose ; 血糖自己測定) の意義** ————— 103
中川 久恵 京都大学医学部 循環病態学講座

- 研究発表
ウォーキング行動評価尺度の開発 ————— 109
山脇加菜子、武田 典子 早稲田大学大学院 人間科学研究科
秋山 由里、岡 浩一朗、中村 好男 早稲田大学 スポーツ科学学術院

- 研究発表
**ライフスタイル・ウォーキングにより内臓脂肪、インスリン抵抗性が
改善したメタボリックシンドロームの一例** ————— 115
泉 嗣彦 ウォーキング医科学研究所

- 研究発表
運動介入による体重およびウエスト値減少者に見られる歩行状況の特徴 ————— 119
坂手 誠治、寄本 明 滋賀県立大学大学院

- 研究発表
**『100日100万歩』歩行プログラムが運動習慣に与える影響
～長期リハビリテーション参加患者を対象として～** ————— 125
吉田 紀子 京都医療センター 薬剤科
浜崎 博 京都薬科大学 薬学部 健康科学
下村 雅昭 京都女子大学 家政学部 生活福祉学科
中川 久恵 京阪奈病院 循環器科

- 研究発表
**職場における健康づくりとしてのウォーキングプログラムの
メンタルヘルスへの効果に関するフィールド研究** ————— 131
池田 克紀 東京学芸大学健康・スポーツ科学講座

- 研究発表
一日合計歩数の評価基準について ————— 137
波多野義郎 九州保健福祉大学 社会福祉学部

- 研究発表
親子ウォーキングと子どもの健康・体力との関係について ————— 143
波多野義郎 九州保健福祉大学 社会福祉学部

- 研究発表
歩行能力を評価するための下肢機能指標について ————— 147
大下 和茂、川上 雅之 倉敷芸術科学大学大学院
樫本 俊兵 (有) うみのほし
伊藤 宏之 (特) うえるねず・コア21
柳本 有二 兵庫大学 健康科学部

●研究発表			
	高齢者福祉施設利用者における歩行障害の有無と 上肢および下肢筋力およびその左右差について		153
	柳本 有二	兵庫大学 健康科学部	
	大下 和茂	倉敷芸術科学大学大学院	
	伊藤 宏之	(特) うえるねす・コア 21	
	榎本 俊兵、松本 容子	(有) うみのほし	
●研究発表			
	下肢筋の筋電図からみた平面と片斜面歩行の特性		159
	西島 吉典	大阪教育大学	
	加藤 達雄	常磐会学園大学	
	吉澤 正尹	福井大学	
	宮下 充正	放送大学	
●研究発表			
	中高齢者の活動量と栄養摂取状況 (奈良市S地区介護予防サポーター養成講座参加者の場合)		165
	糸井 亜弥	神戸女子短期大学 総合生活学科	
	木村みさか	京都府立医科大学 医学部 看護学科	
●研究発表			
	ウォーキング大会参加者における膝関節痛に関する調査		171
	矢野健太郎	プラットフォームボディケア 筑波診療グループ	
	池宗佐知子、宮本 俊和	筑波大学大学院 人間総合科学研究科 スポーツ医学専攻	
	磯 勇雄、原田美由貴	横浜市立盲学校 高等部専攻科	
●研究発表			
	エコツーリズムにおけるウォーキングの位置づけ		177
	伊藤 太一	筑波大学大学院 生命環境科学研究科	
●研究発表			
	介護老人保健施設入所利用者の移動能力およびADLとQOLとの関連性		181
	竹内 亮	赤枝病院機能訓練部	
	波多野義郎	九州保健福祉大学	
	井出 卓弥	介護老人保健施設しょうじゅの里大和	
●研究発表			
	ウォーキング指導員の抗酸化力測定結果についての一考察		187
	西村 幸修	(社) 日本ウォーキング協会	
	谷口 勝洋	NPO/新分子栄養学研究所	
●研究発表			
	ウォーキングイベントの集客プロモーションにおける情報媒体の有効性		193
	武田 典子	早稲田大学 大学院人間科学研究科	
	中村 好男	早稲田大学 スポーツ科学学術院	