



目 次 C O N T E N T S

*学会発表目

●原著論文

週1回の低山登山を励行する中高年者の体力水準の経年的な変化について————— 3

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

若年成人男女の日帰りでの伊吹山登山時における肺機能指標の変化について —— 13

高木 祐介 奈良教育大学
福地かおり、吉川 明里、藤原 紗音、坪田 周介 奈良教育大学大学院
小木曾洋介 東亜大学 下村有佳里 履正社医療スポーツ専門学校
堀 天 中部大学大学院 枝元香菜子 中部大学大学院、金沢学院大学
相川 悠貴 三重短期大学 関 和俊 流通科学大学

●原著論文

伊吹山初登山者におけるガイド同行登山が主観的運動強度
および心理学的指標に及ぼす影響————— 19

関 和俊 流通科学大学 相川 悠貴 三重短期大学
福地かおり、藤原 紗音、吉川 明里 奈良教育大学大学院
小木曾洋介 東亜大学 枝元香菜子 金沢学院大学、中部大学大学院
堀 天 中部大学大学院 下村有佳里 履正社医療スポーツ専門学校
高木 祐介 奈良教育大学

●原著論文*

スマホアプリの歩数計を活用した遠隔授業（運動実技）の試みとその後の活動—— 25

柳本 有ニ 神戸常盤大学 小野 昌二 イエス団
澤田 浩秀 四日市看護医療大学

●実践報告

スマホアプリとそのイベントを活用したウォーキングによる健康づくり
—「ぐんま元気アプリ」によるビンゴチャレンジとコース踏破の実践報告————— 33

大家千枝子 高崎健康福祉大学 井上 瞳 高崎健康福祉大学大学院
木村 典代 高崎健康福祉大学、高崎健康福祉大学大学院

●実践報告*

セーフティウォーキングのウォーキング指導回数と
指導効果の持続性に関する研究————— 39

西村 典芳 関西国際大学現代社会学部観光学科
山中 裕 関西医科大学大学院健康科学教室

●実践報告		
歩き始めて30年、総歩行距離12万kmを達成して得たもの	—————	43
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	
●実践報告		
低山登山時における甘味の味覚閾値及び甘味欲求指数の変化と 推定エネルギー消費量の関係性に関する一考察	—————	47
福地かおり、吉川 明里、藤原 紗音、坪田 周介	奈良教育大学大学院	
高山 真帆	山の辺小学校	東亜大学
下村有佳里	履正社医療スポーツ専門学校	高木 祐介 奈良教育大学
●実践報告		
若年男女の登山活動後における食欲指数、空腹感指数及び 味覚欲求指数の変化について		
—冬季の低山登山時にて行った実践的調査研究—	—————	51
藤原 紗音、福地かおり、吉川 明里、坪田 周介	奈良教育大学大学院	
小木曾洋介	東亜大学	藤原 由泰 川崎医療福祉大学 高木 祐介 奈良教育大学
●資料		
地域におけるウォーキングの動機づけ：簡易脳機能評価の活用	—————	57
鈴木 研太、大塚 早紀、菊池 和音、栗原 七海、 天野 紗希、伊藤 愛佳、熊野すみれ	日本医療科学大学 保健医療学部	
戸口 宏美	鳩山町保健センター	
●資料*		
宮本武蔵『五輪書』「太刀の道」考		
—「腕振り」に関する考察—	—————	63
並川 耕士	スターヒルズAC	
●資料*		
意識を変えた歩行による歩幅割合の変化について	—————	71
諏訪 直人	健康運動支援研究所、日本健康運動指導士会	
●日本ウォーキング学会大会 24回大会(Web大会)報告		75