

学会開催報告

第28回日本ウォーキング学会びわ湖大会

テーマ	ウォークインライフを考える ～生涯にわたる豊かな生活を目指して～
会期	2024年10月19日(土)、20日(日)
会場	10月19日 県民交流センター 10月20日 びわこ成蹊スポーツ大学
学会長	林 研二 (下関リハビリテーション病院)
学会大会長	藤松典子 (びわこ成蹊スポーツ大学)
大会実行委員長	入谷智子 (びわこ成蹊スポーツ大学)

【大会参加者延べ人数】

会員 64名
非会員 68名
合計 133名

【講演・シンポジウムなど】

登壇者数 12名
オーガナイザー 15名

【一般発表演題数】

口演 7演題
ポスター 11演題
合計 18演題

【協賛支援団体】

主催 日本ウォーキング学会
協賛 株式会社 国華荘(びわ湖花街道)
阿権浜しぜん館
アプラン株式会社
第一工業製薬株式会社
びわこ成蹊スポーツ大学
株式会社プレッシャーズワーク
大塚製薬株式会社京滋北陸支店
後援 大津市

タイムスケジュール

第1日目 (2024年10月19日) 滋賀県立県民交流センター「ピアザ淡海」			
時間	企画・演題	演者	座長
8:30～	受付		
9:00～9:05	大会長挨拶	藤松 典子	
9:05～9:20	学会長挨拶	林 研二	
9:20～10:15	特別講演 (公開講座) 「リハビリテーションと歩行」	稲川 利光	林 研二
10:20～12:00	教育講演 (公開講座)		柳本 有二
	①「ロコモを防ぐ歩き方の試み ～セーフティウォーキング」	土井 龍雄	
	②「琵琶湖の生物はいつ、どこから来たのか？」	西野麻知子	
13:10～13:40	一般演題 (ポスター)	11 演題	
13:45～14:55	一般演題 (口頭、発表7分、質疑3分)		
	演題1～4		富田 寿人
	演題5～7		辻川比呂斗
15:00～16:00	シンポジウム 「生涯にわたる豊かな生活を目指して」		寄本 明
	①小児の健康とウォークインライフ	松田 隆	
	②学童の健康とウォークインライフ	富田 寿人	
	③高齢者の健康とウォークインライフ	木村みさか	
16:10～16:30	表彰式		
第2日目 (2024年10月20日) びわこ成蹊スポーツ大学			
8:30～	受付		
9:00～9:05	挨拶		
9:10～10:25	講演 びわこ成蹊スポーツ大学の取り組み		入谷 智子
	アウトドアスポーツを通じた学びと成長	黒澤 毅	
	幅広い人々の健康維持・増進を目指す運動プログラムの提供	渡邊 裕也	
10:30～12:30	ワークショップ		
	① 10:30 ストックウォーキング	藤松 典子	
	② 11:30 ウォーキングサッカー	坂手 誠治	

第28回ウォーキング学会大会は、びわ湖大会と銘打ち、2024年10月19日(土)、20日(日)と2日間にわたり開催されました。今年度のテーマは「ウォークインライフを考える ～生涯にわたる豊かな生活を目指して～」と題し人生100年時代のウォーキングについて様々な観点からのアプローチからの発表、議論、提案がなされました。1日目は滋賀県立県民交流センターでシンポジウムや発表が行われ、2日目は琵琶湖の対岸の湖西に移り比良山系の下、びわこ成蹊スポーツ大学にて講演、表彰式、また大学周辺のストックウォーキング、フットサルコートでウォーキングサッカーが実施されました。

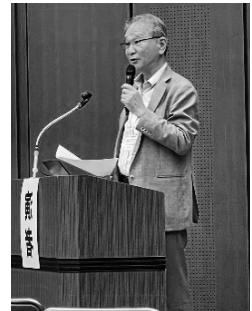
今年度は、すべて対面で実施しました。

各セッションの様子を簡単ではありますが、ご紹介します。

1. 1日目

1) 講演・シンポジウム

特別公演は、稲川利光先生(令和健康科学大学)の「リハビリテーションにおける歩行」についてお話をいただきました。リハビリテーションとは、単に機能回復、改善をするだけではなく一人ひとりに寄り添い、その方の生活を助け、生きがいや幸福感をもたらすこと、その人のやりたいことや生活を支える生涯にわたる分野であることについて述べられました。医療にとどまらず、工学や福祉等幅広い分野にわたりチームを組んで臨んでいることを発表され、聴講者より感動の声が上がりました。



教育講演は、2題で①「ロコモを防ぐ歩き方の試み～セーフティウォーキング～」土井龍雄先生(ダイナミックスポーツ研究所)による無理のない歩幅で楽に歩くことでロコモを予防や歩行寿命を延ばすことが健康寿命につながる。また歩幅が大きい歩き方は膝や腰への負担も大きくなるため、接地を柔らかくするイニシャルコンタクトの提言がなされました。

②「琵琶湖の生物はいつ、どこからきたのか?」西野麻知子先生(元びわこ成蹊スポーツ大学)により、昨年の徳之島大会での「生物多様性の島」の講演を引き継ぎ、琵琶湖の古代湖としての生物多様性の生物のみならず、歴史や、動植物などの変化の変遷(絶滅や進化)や今の「ごった煮」状況をお話いただきました。

シンポジウムの座長の柳本先生の進行で活発な意見交換がなされました。



2) 一般演題

①ポスター発表 11演題

②口頭発表7演題

いずれも研究から実践まで内容は多岐に渡り、活発な意見交換が行われました。

各賞の受賞者は以下のとおりです。受賞された先生方には心よりお祝い申し上げます。

○大会会長演題賞：高尾祐輝先生(下関リハビリテーション病院)

「当院通所リハビリテーション利用者の1日平均歩数の実態調査」

○優秀演題賞：小西 菜月 先生(京都大学大学院)

「障害物またぎ歩行における運動制御戦略の検討—歩行の平面性指標を用いて—」

○若手奨励演題賞：山口 理生 先生(静岡大学)

「靴底において足関節のマイルドな回外動作を誘発させた場合の歩行動作時における外側広筋の筋活動様相」

○学会長特別賞：碓氷 正和 先生（栃木県ウォーキング協会）

「ノルディックウォーキング教室の運営と今日的課題」

○最優秀論文賞：高宮 佳祐 先生（静岡大学）

「ノルディックポールに装着する機能的グリップの提案とグリップ装着時の生理学的強度および手首への衝撃に及ぼす効果」

長津恒輝 豊田聖理 望月滉洋 杉山康司

○優秀論文賞：土屋 亮太 先生

「上肢の負荷、筋活動様相および呼吸循環パラメータからみるチューブウォーキングの特性」

長津恒輝 高宮佳祐 辻川比呂斗 杉山康司



3) シンポジウム

「生涯にわたる豊かな生活を目指して」というテーマで、寄本明先生（元滋賀県立大学）を座長に①小児の健康とウォークインライフ ～足元からの健康づくり～ 松田 隆先生（まつだ小児科医院）②学童の健康とウォークインライフ 富田 寿人（静岡理工科大学）③高齢者の健康とウォークインライフ ー願いは大往生のその日までー 木村 みさか先生（京都先端科学大学）それぞれの立場や対象者のウォーキングについて講演、討論がなされ、それぞれの年代の課題が明確になり活発な意見交換がなされました。寄本先生より今後のウォーキング学会とウォークインライフについての取り組みがまとめられました。



2. 2日目

1) 講演

大会2日目の講演では、びわこ成蹊スポーツ大学の取り組みについて黒澤毅先生と渡邊裕也先生にご登壇いただきました。黒澤毅先生は「アウトドアスポーツを通じた学びと成長」と題し、びわこ成蹊スポーツ大学の1回生や野外スポーツコースで行われているキャンプ活動、6泊7日で行われる走行距離180kmにおよぶ移動型キャンプ実習の報告をされました。そんな自然環境の下で行われる学外実習を通して、人間力の向上や仲間との交流、生きる力を身に付ける教育について説明されました。また質疑応答の時間では野外活動における安全対策について活発に議論されました。

渡邊裕也先生は「幅広い人々の健康維持・増進を目指す運動プログラムの提供」と題し、職域における勤労者向けの運動プログラムおよびスーパーマーケットを拠点とした高齢者向けの短時間運動プログラム介入による報告をされました。運動プログラムでは自体重を負荷として行うスロートレーニングを活用し、筋肉量の増加や運動プログラムの継続に寄与されていることを説明されました。また運動プログラムで実施した体力測定を体験するなど、とても有意義な時間を体感されていました。

2) 実技：①ストックウォーキング：藤松典子（びわこ成蹊スポーツ大学）

ストックウォーキングが、初めてという参加者もいらしたが、大学のストックを配付し（マイストックの方もおられました）、ストックを利用したウォーミングアップ後、琵琶湖湖畔に向かい比良山系を眺めながら散策しました。風は強かったのですが、お天気は晴れ渡り気持ちよく、約6km歩きました。そのままフットサル場（ウォーキングサッカー実施場所）に向かいました。

②ウォーキングサッカー：坂手 誠治先生(京都女子大学)

岩田和也氏、小西規雄氏の協力のもと、フットサルコート2面使用し、発祥地英国の高齢者の健康のために歩いて行ったサッカーといわれているウォーキングサッカーを実施しました。走ってはいけない、接触禁止、ヘディング禁止、スライディング禁止というルールのため少々てこずりましたが、楽しく汗を流しました。



3) 終わりに

第28回学会大会では、日本最大の面積と貯水量を持つ湖、「びわ湖」を舞台に、『ウォークインライフを考える ～生涯にわたる豊かな生活を目指して～』というテーマの基、子どもからシニアの世代まで生涯にわたる人々の生活と健康に対する新しい提言を発信することができました。歩行や移動について、様々な切り口からの実践と検証を重ね合わせ、歩育および健康増進に役立て、教育と地域・社会の発展に貢献する一助となったのではないかと思います。

特別講演や、教育講演、シンポジウムも好評で大変興味深く、それぞれの年代での課題も明確になりました。また、発表演題数も多く、活発で充実した学会となりましたことをご報告させていただきます。

末筆ではございますが、ご後援、協賛いただいた各企業様、補助いただいた大津市産業観光部 MICE 推進室様、学会大会スタッフの皆様にご礼申し上げます。

第28回学会大会報告書 文責：びわこ成蹊スポーツ大学 入谷智子・藤松典子