

# 第8回日本ノルディック・ウォーク学会

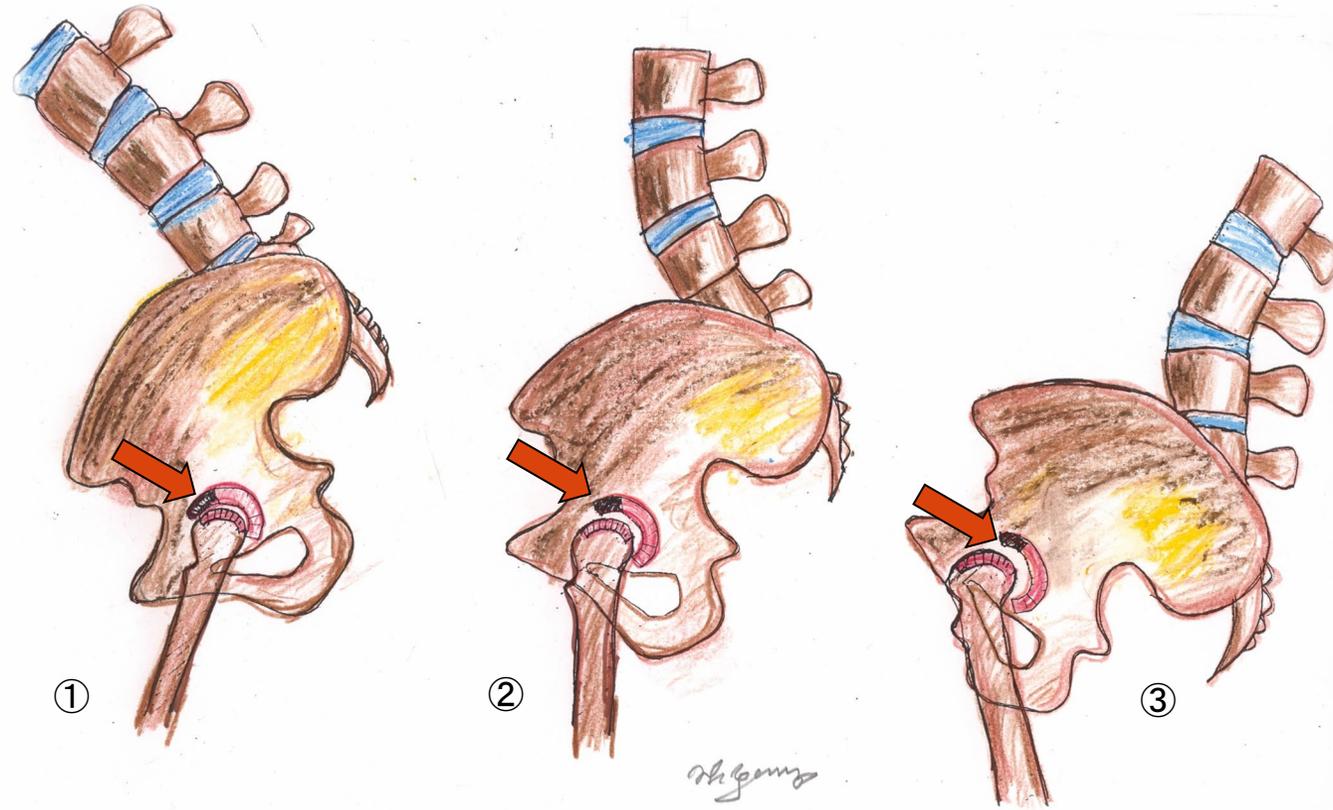
安心と安全のノルディック & ポールウォークを世界へ  
～スポーツ・レクリエーションから医療と介護の世界へ～

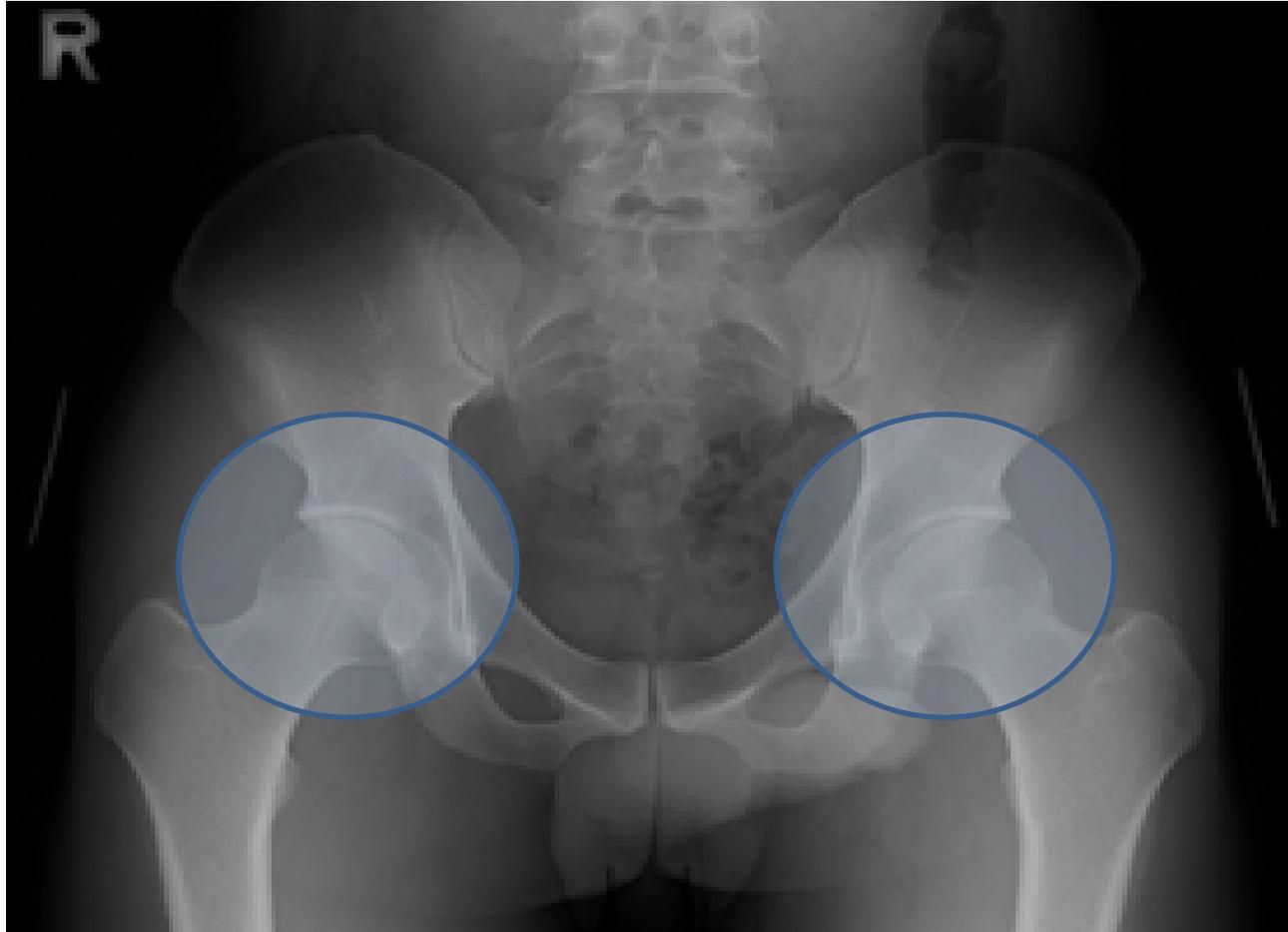


富士温泉病院名誉院長  
矢野 英雄

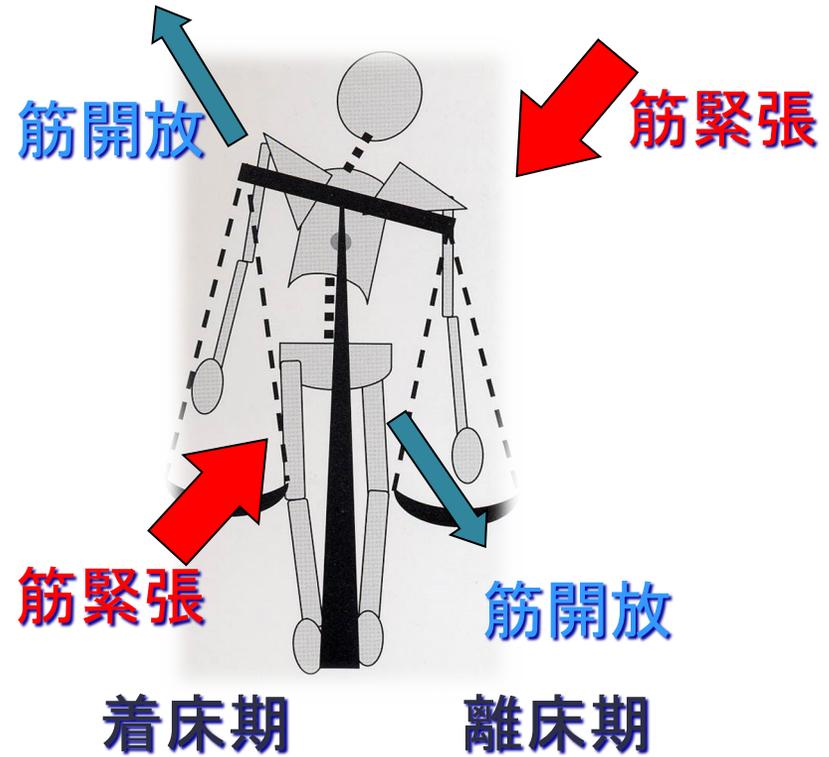


# 股関節(側面)…臼蓋と臼蓋嘴





# 上肢のバランス機能



# ポールの役割



## 骨・関節障害のある人々のポールウォーキング

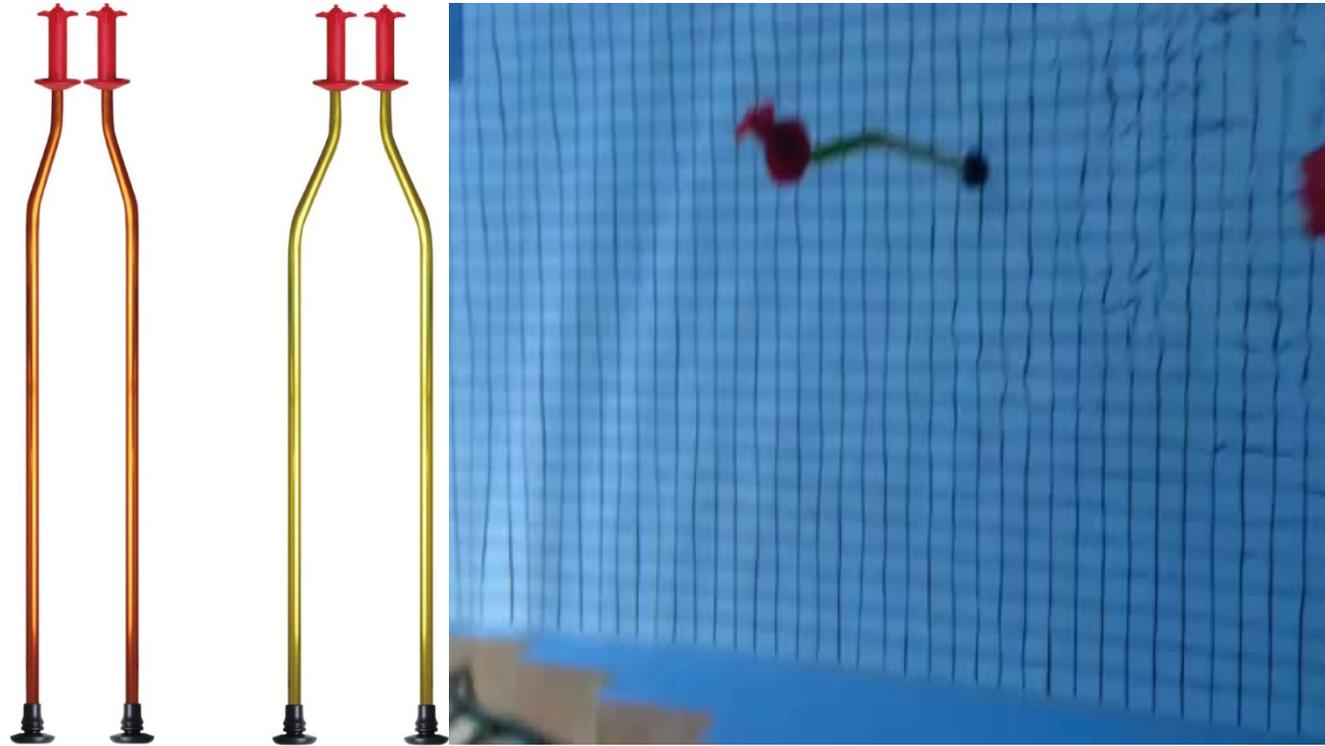


# 弱重力環境下のウォーキング

## ポールウォーキング



# 水中スマートポール

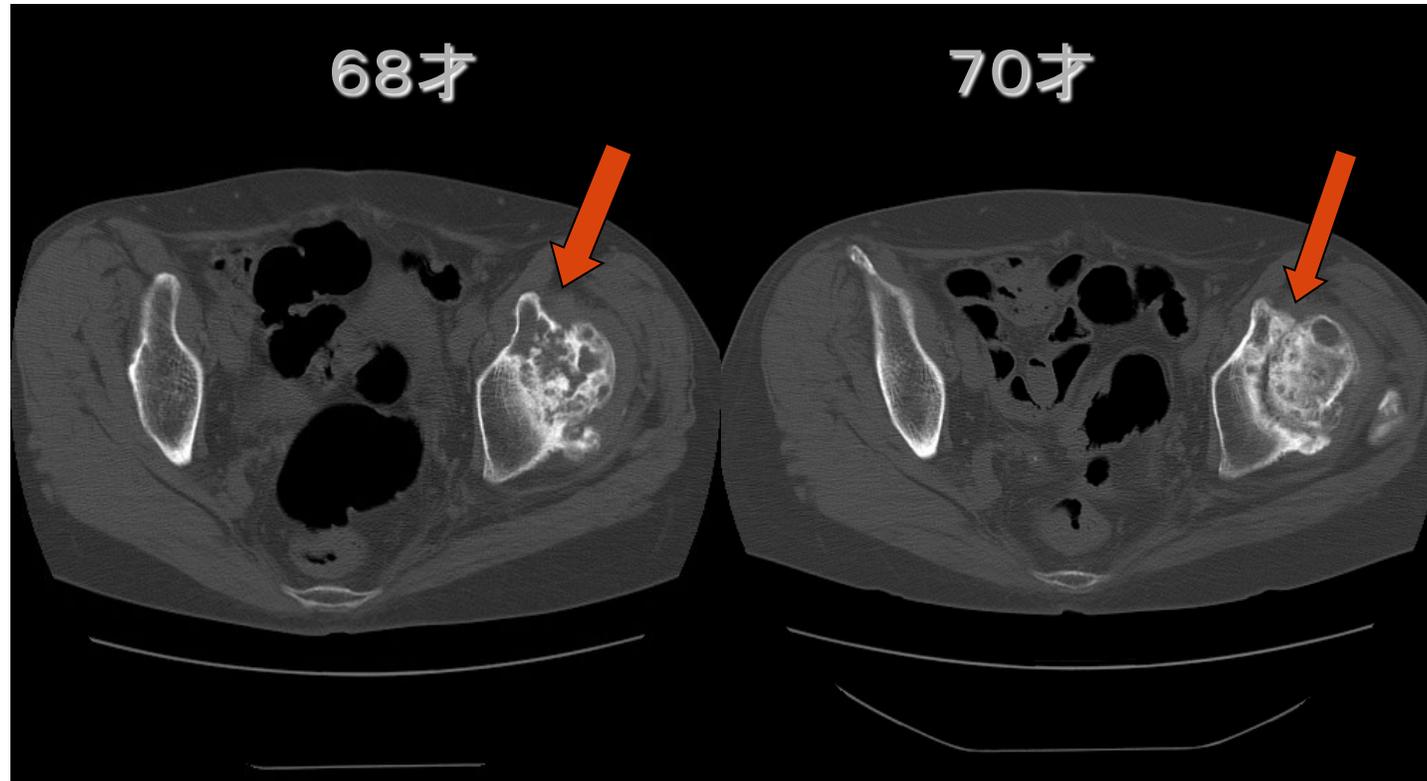




# ストレートからバランスポールへ



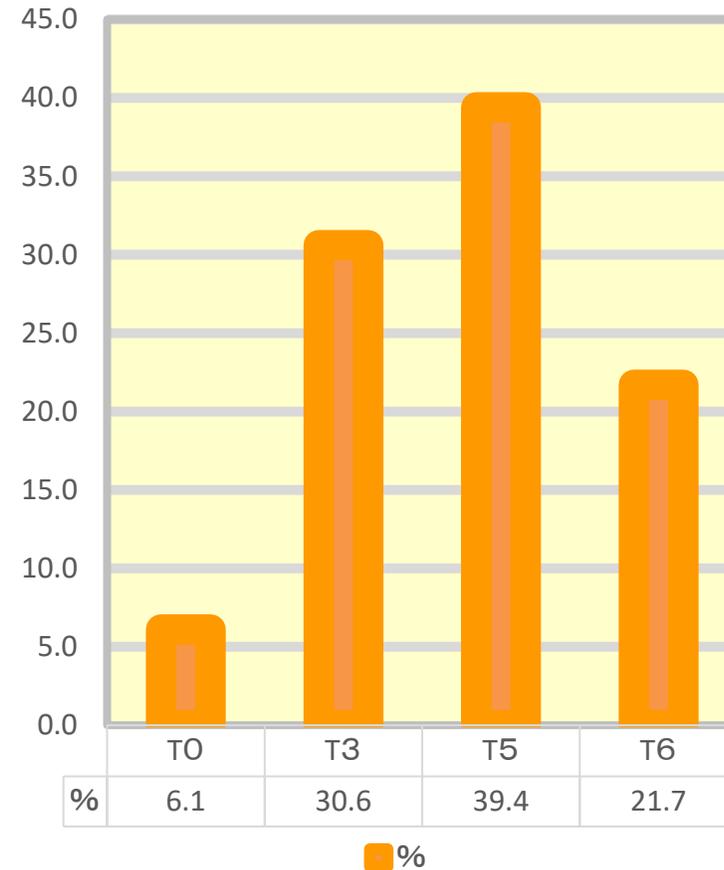
# Nさん変股症(末期)



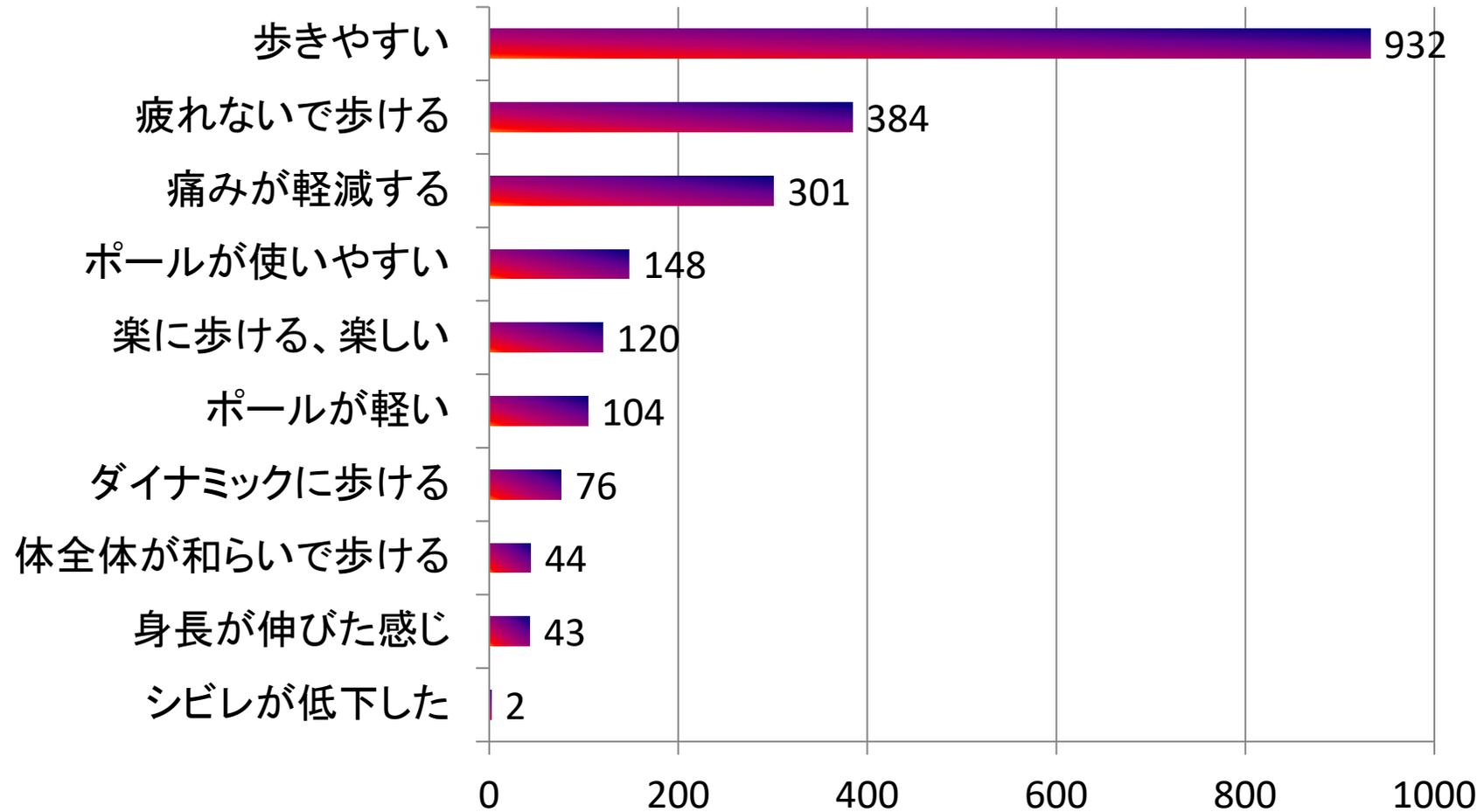
# 調査結果 (N=1270)

- T0 : 77名 (6.1%)
- T3 : 389名 (30.6%)
- T5 : 500名 (39.4%)
- T6 : 276名 (21.7%)
- 不明 : 28名 (2.2%)

選択したポール数(1270本)  
2011.8.16~19.6.15



# 歩行の感想 (2011.8.16~2019.6.15)



# 安全にして安心して歩く世界の実現へ

## 両下肢の左右交代 ⇒ 左右交代運動制御

H.Yano 2019

### ・Hinseyの定義

- 1.起立姿勢・・・**重力**に抵抗する骨格
- 2.重心の前方移動・・・**リズム**運動
- 3.バランス調節・・・**運動の調節と抑制**

Hinsey,JC (1930) Arch.Neurl.Psychiat 23



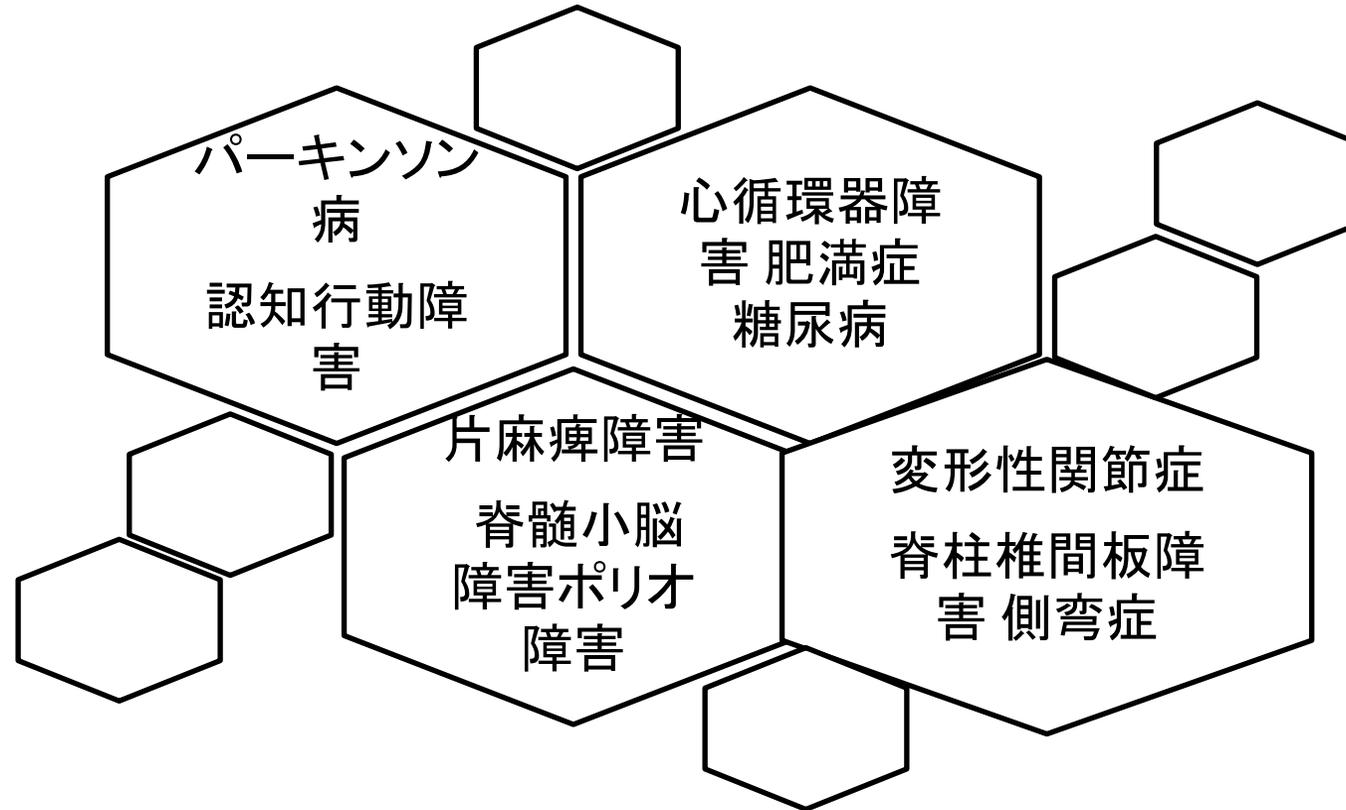
# 安全と安心を保障する ノルディック&ポールウォーク

## Fear Control

歩行障害の自己評価法の確立  
痛み障害の自己管理法の確立  
生活を改善するポールの役割確立



# ノルディック&ポールウォークの活用



医療従事者でない方はDrやPT、OTなどの専門家に指示を仰いでください。

## 自損の世界

# ノルディック&ポールウォークの社会

- Perspective
- Concept
- Outcome
- Action plan
- Assistive Technology
- Back Grand Science
- Brain Science
- 歩く生活へ
- 歩行障害の克服
- 歩行予防の確立
- 進行するロコトレの推進
- ノルディック・ポールの開発
- プールシステムの再開発
- 重力と力学と人間の科学
- 障害モデルの調査
- Mechanical Brain System (Hard Ware Brain)
- 歩行環境の整備
- 楽しく歩く環境の確立
- 参加型イベントの企画
- 歩行路と移動システムの整備
- 集団で行なうレジャー、スポーツ、文化活動、イベントの企画
- 仲間作りとコミュニケーションの科学
- Emotional Brain System
- 歩行の継続
- 意欲と意思の創出法の確立
- 記録・記載と認知活動の実現
- 自己管理日記 (VAST)の充実
- 報酬の認知と前向き思考の形成
- 自己啓発科学
- Cognitive Brain System

## 自尊の世界