

第5回日本運動処方学会大会  
大会プログラム・予稿

会期：平成19年9月7日～9月8日

場所：川崎医療福祉大学

主催：日本運動処方学会

第5回日本運動処方学会大会  
大会プログラム・予稿

# 大会概要

1. 会 長 長尾憲樹  
2. 会 期 平成19年9月7日（金）、8日（土）  
3. 会 場 川崎医療福祉大学  
講義棟 4602教室、3602教室

## 4. 大会事務局

〒701-0193  
岡山県倉敷市松島288番地  
川崎医療福祉大学 宮川健気付  
第5回日本運動処方学会大会事務局  
TEL. 086-462-1111（内線55969）  
FAX. 086-464-1109

## 5. 大会本部

講義棟 4001号教室  
電 話 090-7374-1452  
090-7596-0942

## 6. 実行委員

委員長 長尾憲樹  
副委員長 長尾光城、松枝秀二  
顧問 小西博喜、太田 茂  
事務局 文谷知明、宮川 健

発表 山形(D2)、久米(M1)、深田(M1)  
会場 朱容仁、桃原司、増田利隆、藤野(D1)  
受付・会計 府木(M1)、吉川(M1)  
庶務 鷹取(M2)、三宅(M1)、梶井(M1)  
記録・懇親会 OCALスタッフ

# 大会日程

## 第1日 9月7日(金)

- 10:00~ 受付開始
- 10:30 開会挨拶 川崎医療福祉大学学長 岡田喜篤
- 10:40~12:00 教育セミナー  
テーマ：地域包括支援センターの現状と課題  
講師：村島真由美（美咲町地域包括支援センター）  
山田昌子（真庭市地域包括支援センター）  
佐々木敏文、川端栄二（元気寿命を創造する会）
- 12:00~ 昼食 ※評議員会（本館棟4001教室）
- 12:30~ 一般発表：ポスター展示（3602教室）
- 13:20~15:20 一般発表：口頭発表（演題数10）
- 15:30~16:00 特別セミナー  
テーマ：韓国における中高齢者に対する健康づくり政策  
講師：朱容仁（川崎医療福祉大学）
- 16:10~18:00 一般発表：口頭発表（演題数9）
- 18:00~18:30 一般発表：ポスター討論（3602教室）
- 18:30~21:00 懇親会（厚生棟3階レストラン）

## 第2日 9月8日(土)

- 09:30~10:30 特別講演  
テーマ：メタボリックシンドローム：健診の立場から  
講師：藤井昌史（川崎医科大学健康管理学教授）  
座長：長尾光城（川崎医療福祉大学）
- 10:40~12:00 ワークショップ  
テーマ：参加者を魅せるコミュニケーション技術  
コーディネーター：文谷知明（川崎医療福祉大学）  
松本 希（岡山スポーツ会館）  
板橋 純（元気寿命を創造する会）  
小野寺由美子（明治安田厚生事業団）
- 12:00~12:20 会長講演  
テーマ：これまでとこれからの学会員に向けてー温故知新  
講師：長尾憲樹（日本運動処方学会会長）
- 12:20~12:30 総会
- 14:00~16:30 登録更新講習会（体育館第2アリーナ）  
実技講習：身のこなし・からだほぐし  
講師：文谷知明（健康運動指導士）

# 会場案内図

## Ⅸ 校舎等配置図



# 特別講演

メタボリックシンドローム：健診の立場から

藤井 昌史

(川崎医科大学健康管理学講座)

座 長

長尾 光城 (川崎医療福祉大学)

## メタボリックシンドローム：健診の立場から

川崎医科大学健康管理学 藤井昌史

メタボリックシンドロームは食生活の偏りと運動不足の生活習慣を背景に、血圧高値、高血糖、脂質異常を合併する心血管疾患のハイリスク病態である。日本の診断基準は腹腔内臓脂肪蓄積が必須項目となっている。腹囲が用いられ、男性 85cm、女性 90cm を基準値としている。加えて高中性脂肪血症かつ/または低 HDL コレステロール血症、血圧高値、空腹時高血糖の 3 項目のうち 2 項目以上あればメタボリックシンドロームと診断する。女性の腹囲や HDL コレステロールの基準値についてはなお議論がある。

脂肪細胞から分泌されるアディポサイトカインはメタボリックシンドロームの病態と密接に関連し、TNF $\alpha$  やレジスチンはインスリン抵抗性、レプチンやアンジオテンシノーゲンは高血圧、血栓形成促進因子の PAI-1 やアディポネクチンは動脈硬化と関係が深い。内臓脂肪蓄積が病態基盤として多数の危険因子集積の上流に位置し、アディポサイトカイン産生調節異常などの直接作用とあいまって、動脈硬化をより強くひきおこすメカニズムが重要視されている。

各病態が軽症であっても、それらが重なることにより心血管疾患や糖尿病が頻発し、ひいては生命の危険にさらされることになってしまうことを、受診者自身がしっかりと理解してリスク管理にのぞめるようにしなくてはならない。マイナス 5% とわずかな減量によっても大きな改善効果が期待できる。行動変容につながるよう積極的かつ継続的に生活指導や支援を行っていく必要がある。薬物治療はあくまでも補助療法と位置づけるべきである。

診断基準をめぐる問題点として、国際的に提唱される他の診断基準との相違、とくに腹部肥満必須の妥当性、診断項目の基準値の相違、診断基準の診療現場での位置づけなどが指摘されている。十分な検討と討論のうえで整理し、本病態の概念の普及と生活習慣病予防、さらには心血管疾患予防のために保健と医療が一体となって取り組んでいくことが期待される。

# 教育セミナー

## 地域包括支援センターの現状と課題

村島眞由美（美咲町地域包括支援センター）

山田 昌子（真庭市地域包括支援センター）

佐々木敏文（元気寿命を創造する会）

川端 栄二（元気寿命を創造する会）

## 地域包括支援センターの現状と課題

平成 18 年 4 月の介護保険法改正により、介護サービスが予防重視型システムへ転換されて「新予防給付」や従来の老人保健事業等が再編された「特定高齢者施策」「一般高齢者施策」を盛り込んだ、「地域支援事業」が創設された。その「新予防給付」「特定高齢者施策」では、「運動器の機能向上」「栄養改善」「口腔ケア」などの介護予防サービスが提供されることとなった。

また、介護保険法改正では「高齢者が住みなれた地域で、尊厳あるその人らしい生活を継続することを目指す」という地域ケアの考えも取り入れられ、介護予防サービスを適切に確保するとともに、要介護状態の高齢者に対しても必要な介護・医療サービスが継続して提供されるよう、包括的に支援する「地域包括支援センター」が全国の市町村、約 3、500 箇所に創設された。

地域包括支援センターの基本機能は以下に挙げる三つと言われている。

- ① 介護予防ケアマネジメント業務
- ② 総合相談支援、権利擁護業務
- ③ 包括的、継続的ケアマネジメント支援業務

これらの業務は、主に①は保健師、②は社会福祉士、③は主任ケアマネージャー等の職種が担当するとされている。いずれにしても、各職種が業務全体を理解し、相互に連携・協働しながら運営していくことが重要とされている。

今回の教育セミナーでは、地域包括支援センターの業務から介護予防ケアマネジメントに焦点を絞って解説を行うとともに、現状と問題点を地域包括支援センターの保健師の話も交えながら報告する。さらに「運動器の機能向上」「栄養改善」などの介護予防サービスの現状と課題について検討していきたい。

また、岡山県真庭市では特定高齢者施策における運動器の機能向上サービス実施を、既存の生きがい活動支援通所事業を活用して展開している。平成 18 年度には、真庭市と NPO 法人元気寿命を創造する会が連携して行った、福祉施設の職員を対象にした運動指導員養成講習会の内容と現状についても紹介する。

## 地域包括支援センターとの連携

NPO法人元気寿命を創造する会

健康運動指導士 佐々木敏文

健康運動指導士 川端 栄二

当法人は、真庭市地域包括支援センターより委託を受け、川崎医療福祉大学の各専門分野の先生の協力を得て、地域支援事業における特定高齢者施策として「運動器の機能向上サービス」を真庭市内の介護福祉事業所で実施するための運動指導員養成講習会を開催した。

講習会は、第1回を平成18年10月～平成19年3月の間に5回、第2回を平成19年5月～7月の間に5回実施し、44名が受講した。受講生の職種は、介護福祉士、訪問介護員、ケアマネージャーの介護職員や保健師、看護師が中心であった。

講習会では、まず自分自身の健康づくり、運動の実践を通して、利用者に対して運動指導が出来ることを目標とした。講習会を進める中では、受講生が自分の健康診断結果を見つめなおし、体力測定や運動（有酸素運動、ストレッチング、筋力トレーニング）の体験をすることで、少しずつ日常生活に健康づくり、運動を取り入れ始める変化も伺えた。また「運動処方」の講義で生活習慣に合わせて自分自身の運動プログラムについて検討し、そこで作成した運動内容を多くの受講生が実践し始めていった。指導者として健康づくりに取り組む必要性が浸透しはじめた成果と考えられた。現場で対象者（利用者）となる高齢者は、疾患等の多くのリスクを抱えていることが想定され、一人ひとりの身体状態も違えば、目指す効果も変わってくるため、様々な要因を考慮する必要があった。自分自身が実践し、経験した上で健康づくりの提案をしていくことが非常に重要となる。

一方で、地域支援事業として実施する上では、利用者のアセスメントが必要となっている。介護福祉現場では、既存のサービスを実施しながら、運動指導を組み込み、さらに利用者の運動記録や評価、報告をすることは、施設面、人員面から難しいという報告もあった。その後、当法人では地域包括支援センターと連携を取りながら、報告書類の修正や評価のためのアドバイスを行っていった。事業を展開していく上での問題は生じたが、講習会後に行われた会議では「施設で指導した運動を家庭でも実施する利用者が

出てきた。」「階段を下りるのが楽になったと言う声が利用者の中から出てきた。」という報告もされている。介護予防を目標として、介護福祉現場のスタッフが高齢者一人ひとりをサポートした指導が提供されることを望み、その後のフォロー体制も現在検討している。

# 特別セミナー

韓国における中高齢者に対する健康づくり政策

朱 容仁

(川崎医療福祉大学)

座 長

長尾憲樹 (川崎医療福祉大学)

## 韓国における中高齢者に対する健康づくり政策

川崎医療福祉大学 健康体育学科  
朱 容仁

人々は誰もが「願い」を持っています。大きくは「成功、健康、幸せ」の3つに分けることができます。その中でも、健康が一番ではないでしょうか。実は、この健康は隠れた宝物のような存在です。何かの望みを叶えるためには、意欲が必要です。しかし、健康でなければ、この意欲が段々弱まり、当然、夢を叶えるエネルギーが足りなくなり、燃料が切れた車のように止まってしまいます。健康であれば、ずっと成功しやすいし、幸せになりやすいです。したがって、幸せになりたいのであれば、まず健康を高める必要があると考えられます。

健康を損なう要因は何があるでしょう。一番深刻な要因は、疾病、老化、ストレスなどです。現在、これらの問題を解決するために、いろいろな国が様々な研究や対策を行っています。健康は、個人的な問題であると同時に、個人を取り巻く環境によって、維持されたり、高められたり、損なわれたりします。環境は、個人の健康を高めるには欠かせないものの一つです。健康づくりのため国家的な計画やプログラムの作成、法案、健康づくりを支援する人材の育成、または施設などの環境を整える必要があります。

WHOは、ヘルスプロモーションの視点から「健康都市づくり」や「健康な学校づくり」に取り組んでいます。ヘルスプロモーションとは、人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスです。

日本では、高齢化の進展や疾病構造の変化に伴い、国民の健康の増進の重要性が増大し、健康づくりや疾病予防を積極的に推進するため、国民健康づくり運動として「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」が開始されました。また、政府は、「健康日本21」を中核とする国民の健康づくり・疾病予防をさらに積極的に推進するため、医療制度改革の一環として「健康増進法案」を定めました。

韓国は、2001年度から超少子化（1万人中1.08名出産）に突入しており、現在の高齢化の趨勢が続く場合は、2050年には、老人人口の比率（韓国37.3%、日本36.5%、スペイン35.0%）が世界最高水準になると展望しています。このように、韓国では急速な少子高齢社会の進展に伴い、教育、介護、そして生活習慣病をめぐる保健・医療・福祉問題が激増しています。このような状況の中、国は国民一人ひとりが自らの力で健

康な生活を営むと共にそれを支える生活環境を整えるため、「健康計画 2010 及び国民健康増進法」などの取り組みを推奨しています。

以上のように、各国毎に健やかで心豊かな活力ある社会を創るため、様々な環境整備（政策）が展開されています。しかし、健康づくりを支援する環境を作り出すためには、社会の様々な関係者と連携、協力することが必要であり、また、国によって文化や生活環境が異なるため、その環境づくりには違いがあると思います。そこで、本セミナーでは、韓国の現状に基づきながら国の健康増進法の取り組み状況を紹介します。

# ワークショップ

## テーマ

参加者を魅せるコミュニケーション技術

コーディネーター：

文谷知明（川崎医療福祉大学）

シンポジスト：

松本 希（岡山スポーツ会館／川崎医療福祉大学大学院）

板橋 純（元気寿命を創造する会）

小野寺由美子（明治安田厚生事業団 ウェルネス開発室）

## 参加者を魅せるコミュニケーション技術

川崎医療福祉大学

文谷知明

運動指導の現場に立ち合った時、また運動実技講習会に参加した際、指導者の魅力にスーッと引き込まれることがあります。

それは何なのでしょう。大きな声ではっきりとした挨拶、場に見合った身だしなみ、にこやかな表情、丁寧な言葉遣いなど接遇に心地よさ（快）を感じたからなのでしょう。「いっしょに運動していきましょう」という指導者の前向きな気持ちや、身振り・手振りを駆使して何とか思いを伝えようという誠心・誠意が伝わってきたからなのでしょう。それとも、「私の指導を信じていただければきっと成果がでますよ」という職業人としての誇りに好感をもち、信頼を抱いたためなのでしょう。

人は五感とりわけ視覚と聴覚、そして独自の直感から指導者の態度、技術、品格を見分けています。その人の第一印象は最初の3秒で決まるとされており、その判断はその後それほど覆らないといわれています。このことから、3秒とはいわないまでも、挨拶も含めた最初の働きかけの印象は、その後の参加者（被指導者、お客様）の意識や意欲に少なからず影響を与えることになるのです。

ところで、運動・身体活動を習慣化し、継続するためには参加者への働きかけ、具体的には運動講演会、運動教室、個別指導などが必要となります。しかし、これらは対象とする人数や手法が異なっており、また運動に対する心の準備状態も、高い人から低い人までさまざまです。このように、運動の啓蒙や普及を含んだ指導のあり方は多様ですが、「自分でもできるかも」「やってみよう」というふうには自信を強化し、実践につなげてもらうことを目的にしているのは共通しています。

そこで本ワークショップでは、第一線の現場で運動指導を行っておられる3名の方に、これまでの経験（印象に残ったこと、反省させられたこと等）をもとに、参加者を魅せるコミュニケーションの「技」を提供していただきたいと思っています。指導のしかたが同一ではないため、今回は幾つかの場面設定を各講師の方にしていただき、できれば身振り・手振り等も交え、明日からの指導に使えるものをお願いしました。皆さんの運動指導の奥行きを広げられる時間になればと期待しております。

## 参加者を魅せるコミュニケーション技術 —地域における参加者とフィットネスクラブ会員の違い—

岡山スポーツ会館／川崎医療福祉大学大学院

松本 希

現在、主にフィットネスクラブがないような地域に出向いての集団運動指導を、いくつか行っておりますが、以前の病院勤務やフィットネスクラブに所属していた頃のマンツーマンでのお客様のやりとりや、そこで人間関係を構築し、中高齢者のお客様の気持ちや思いを近くで疑似体験させてもらったことが、現在の指導にとっても役立っています。例えば、「痛み」に対する感覚。「こういう時に痛いですね」「こんな動作をすると痛いですね」と、その場面がバッチリ合い、共に共感できることで、お客様との距離はぐっと近くなります。しかし、それにも落とし穴があり、話す側の話し方や知ったかぶりを見抜かれると、お客様との距離は修復不可能なほど離れてしまうことがあります。

また集団指導をする上でも、どんなに和やかに進んでいた教室でも、指導者側の何気ない一言や態度で、一気に参加者をしらけさせたり、敵に回すことがあります。特に集団指導の場合、指導側の反感を買うような顔と「えっ？」とか「はっ？」というたった一言の言葉で、その言葉を向けた参加者だけではなく、その場にいる全員を敵にすることがあります。指導を行う側は、そのようなことも理解した上で指導にのぞまないといけないと思います。

地域に出向いて運動指導を行う場合、公共施設や公民館など限られたスペースでの指導の依頼があったり、和室で座布団の上に座って・・・といった状況での指導を行う場合もあります。また高齢者の教室では、参加者の機能・認知レベルが様々であり、さらに本人が主体的に運動教室に参加するというよりも、教室運営側から参加依頼があったから参加したという場合も多々あります。

今回の発表の中で、そのような場合に少しでも指導のヒントになることを願いつつ、事例を紹介したいと思います。

## 参加者を魅せるコミュニケーション技術

まだまだ未熟の8年間から感じ、実践していること。その思い！

NPO法人 元気寿命を創造する会  
板橋 純

私は前職において運動指導を4年間、そして現在の法人で5年目に入り、8年間の運動指導の現場を経験しています。指導者にとって、常に考えないといけないのは相手の存在です。運動好きの自分の考えや感じ方が、運動を好きでない人に通用するとは限りません。また、事前の聞き取りやアセスメント結果から考えた指導プランが、相手にとってどうなのか？ どう感じるのか？ 伝えたいことだけを伝える一方的な指導では、相手も満足しないですし、決してそれが成功につながらないことは既に周知されています。

今回は「参加者を魅せるコミュニケーション技術」という非常に難しいお題をいただきました。

一概に「コミュニケーション」といっても、その定義は100以上も存在しているようです。その中でも、私が8年間の指導で感じ、実践しているコミュニケーションに関する考え方や手法を「指導者の存在」、「いつもと違う印象」、「環境」と大きく3つに分け、集団指導と個別指導という設定で紹介させていただきます。

「指導者の存在」では、「指導者」、「参加者（被指導者）」と相対する立場をそのまま受け入れず、集団指導、個別指導など、指導の形式でその関係を調整し、参加者に自立心を植えつけることが健康づくりには欠かせないと考えます。また、「いつもと違う印象」では、聞き慣れた表現、見慣れたものとして情報を受け取るのではなく、少し違った刺激があることで、同じ言葉、同じカタチでも受け取る側の感覚は違ってくることも重要と考えます。特に伝えたいそのもの自体を変形させず、その前後の言葉を変えるだけでもその効果はあると考えます。最後に、「環境」では、参加者の環境もですが、「指導者自身の環境」も関係あると考えます。よいコミュニケーションを計るには、自分以外の指導者のコミュニケーションに対する考え方も重要で、自分以外の指導者とのようにコミュニケーションをとるかということにつながると考えます。このように、コミュニケーション技術といっても、対参加者へ向けてと自分の環境へ向けてなどさまざまな

方面に対することが技術には含まれてきます。

おそらく、皆さんも意識的か無意識に実践していることが多いかもしれませんが、今一度、再認識していただき、今後の指導において何かしらの刺激になれば幸いです。

「参加者を魅せるコミュニケーション技術」を向上させるには、まずは、色々な指導者とのコミュニケーションを計ることも必要になるのではないのでしょうか？ また、指導者といっても、運動指導や栄養指導のみでなく、さまざまな分野で切磋琢磨している人と話すことで、人間としての自分を磨くことから始まると考えます。また、常に向上心を持ち続けないと現在の自分に満足し、少しでも成熟することにはつながらないと考えています。

## 参加者を魅せるコミュニケーション技術

～健診施設における指導の場面から～

財) 明治安田厚生事業団 ウェルネス開発室副長  
小野寺由美子

2008年からの「特定健康診査・特定保健指導」の導入に伴い、健診施設ではメタボリックシンドローム（MS）対策を中心とした指導（サポート）に重点がおかれてきています。

健診施設における主な対象者は、運動をする必要性を感じているけれど何をしたらいいかわからない、または始めるきっかけを探している「関心期」から、必要性を認識して行動を起こしつつある「準備期」の人たちです。この段階の人たちは、従来の運動の種目、運動強度、時間、頻度など具体的な数値で表現される運動処方を明確に提示することが大切です。しかしながら、それだけで実践できるまでの準備が整っていない場合が多く、運動処方が知識や課題の押しつけにならないよう配慮することが大切です。

いわば効果の観点から作成された処方に従って運動する前に、健診や体力測定の結果などから課題を明確にし、具体的な行動目標を立て、実践、継続するといった対策が必要なケースも多くみられます。その場合、行動科学的アプローチが有効と考えられます。私たちがよく用いる方法は、体重や歩数、運動量などを記録して自分を客観的に観察する「セルフモニタリング」や、歩きやすい靴を玄関に出しておくなど行動のきっかけや引き金になる刺激をコントロールする「刺激統制法」、買い物では乗り物から徒歩に変えるなど好ましくない行動を好ましい行動に変える「行動置換」などです。また実践した結果を確認したり修正を行う場合、良くなっているところ、努力しているところに目を向けて、具体的に「賞賛」するようにしています。「オペラント強化」の点からも、良い結果から自信がつくことによって意欲は高まりますが、逆にできなかったことの原因探しをしてしまうと避難されているように感じて意欲が低下しかねません。できないことが多いときには、実践可能な目標から少しずつレベルアップをはかる「シェイピング」も大切なことです。そして「逆戻り防止」として、せっかく身についた習慣が元に戻ってしまうことを想定して、その対応策をあらかじめ考えておくことも有効と考えられます。

このような、生活習慣病のリスクを減らすための行動変容をサポートするためには、気づきと納得を促すコミュニケーション技術が必要不可欠です。脅さずに励ます、悪いところ探し（非難）をしない、理想論を語らない、など数多くのポイントがあげられますが、参加者の準備性としてやる気や自信の度合い、ニーズをつかむ会話力が必要です。Yes、Noで答えられる質問よりは「○○はいかがでしたか？」「この結果をみてどう思いましたか？」と自由に話せる質問法（open question）が望ましいといわれています。指導者側から問題点や課題を指摘するよりも、参加者自身が考え「自己決定」することが準備性の向上にも役立つと考えられます。さらに「今、ご自分で何かしていますか？」と投げかけることで準備性が把握できるだけでなく、自分のことを解かろうとしてくれるというメッセージにもなり満足度が高まるといえます。その結果、指導者の言葉にも耳を傾けてくれるというメリットも期待できます。

今回のワークショップでは、健診施設におけるMSの個別運動指導の場面を想定し、各場面での望ましい言葉かけや、自分では気がつきにくい「NG」などのコミュニケーション技術を考えます。

# 会長講演

これまでとこれからの学会員に向けて

－ 温故知新－

長尾 憲樹

(日本運動処方学会会長)

# 一般発表

(発表時間8分、質疑応答4分)

## 一般発表プログラム

セッション	座長	演題番号	タイトル	演者（所属）
1	加藤敏明 (鳥取大学) 13:20~14:20	1	栄養面からのアンケート・データ集計の報告	古屋瑞枝 (NPO法人元気寿命を創造する会)
		2	美咲町 (旧柵原町) 国保ヘルスアップモデル事業の報告：2年半にわたる継続的な個別支援の結果から	坂井俊之 (NPO法人元気寿命を創造する会)
		3	健康教室参加者Mさんの4年間の身体状況の変化	山神和恵 (NPO法人元気寿命を創造する会)
		4	腰痛を有する参加者25名の指導を振り返る	瀬良美幸 (NPO法人元気寿命を創造する会)
		5	尾鷲よいとこ元気アップ教室の報告	南之園行雄 (NPO法人元気寿命を創造する会)
2	朽木勤 (明治安田厚生事業団) 14:20~15:20	6	中年男性の減量による降圧効果の1症例	鷹取祥之 (川崎医療福祉大学大学院健康体育学専攻)
		7	「中高年健康教室」と「高齢者介護予防教室」参加者の精神健康度の比較	竹内美樹 (川崎医療福祉大学大学院保健看護学専攻)
		8	運動と栄養指導が中高年女性の体組成に与える影響	梶井里恵 (川崎医療福祉大学大学院臨床栄養学専攻)
		9	レジスタンストレーニング後のたんぱく質摂取が若年女性の体組成に与える影響	三宅沙知 (川崎医療福祉大学大学院臨床栄養学専攻)
		10	肥満者の減量プログラム結果について	藤野雅広 (川崎医療福祉大学大学院健康科学専攻)
3	松枝秀二 (川崎医療福祉大学) 16:10~17:00	11	ホームプログラムノートを使った家庭での減量行動の効果と傾向：行動科学による結果の考察	岩橋伸治 (おおさか社会保険センター堺)
		12	肥満・高血糖者を対象とした健康教室終了後におけるフォローアップ支援の効果	塔村真吾 (鳥取大学地域学部大学院)
		13	過度な身体活動量がある糖尿病患者の問題点	黒瀬聖司 (医仁会武田総合病院疾病予防センター)
		14	競輪選手に対する低酸素トレーニングの試み	脇本敏裕 (川崎医療福祉大学非常勤)
4	長尾憲樹 (川崎医療福祉大学) 17:00~18:00	15	聾者の方への運動指導：伝えたい健康づくり	栢谷敬子 (NPO法人元気寿命を創造する会)
		16	日本車椅子ハンドボール連盟の発足と課題 第2報	小西博喜 (日本車椅子ハンドボール連盟)
		17	動きたいと思えるカラダ作りの為のトレーニング	橘隆徳 (NPO法人元気寿命を創造する会)
		18	メディカルダイエットプログラム参加者における、体重、腹囲および自覚症状の変化の関係性	平田みのり (医療法人三友会いしま病院)
		19	介護予防における自己定位トレーニングの有効性について	西本哲也 (川崎医療福祉大学リハビリテーション学科)

## ◆学会大会で発表をされた方へ◆

学会大会後に機関誌「運動と栄養の処方科学 第2巻」の発行を予定しています。ワークショップ、教育セミナー、特別セミナー、一般発表で発表をされた方は、1200～1800字程度（図表含みA4サイズ2ページ分）の発表要旨を、平成19年9月8日（土）までに大会事務局までご提出ください。

発表要旨は、マイクロソフトワード（Mac、Win）、一太郎（Win）、EGWord（Mac、Win）のワープロ形式のファイルか、テキスト形式のファイルとして保存していただき、フロッピーディスクまたはUSBメモリー等に記録した上で、ご提出ください。

### 第5回日本運動処方学会大会事務局

〒701-0193

岡山県倉敷市松島288番地  
川崎医療福祉大学 宮川健気付

電話：086-462-1111 内線（55969 or 54959）

FAX：086-464-1109

E-mail：hs95201@mw.kawasaki-m.ac.jp

---

## 日本運動処方学会

会長 長尾憲樹

事務局 〒701-0193 岡山県倉敷市松島288番地  
川崎医療福祉大学 宮川健気付

TEL. 086-462-1111 (内) 55969 or 54959

FAX. 086-464-1109

E-mail. [hs95201@mw.kawasaki-m.ac.jp](mailto:hs95201@mw.kawasaki-m.ac.jp)

<http://www.kawasaki-m.ac.jp/mw/sports/syohou/>

---