

身体教育医学とは

(平成11年5月 身体教育医学研究所の設立趣旨より)

いじめ、不登校、殺傷事件、小動物の虐待など、学校教育現場では子どもの深刻な問題が続出し、「キレる」「ムカつく」子どもたちに対して、「心の教育」あるいは「心の健康」が叫ばれている。一方、肥満などの小児成人病の増加、やせ願望、スポーツ過熱に伴う障害の多発、薬物乱用、喫煙の害など、子どものからだにまつわる様々な問題が発生している。

また、高齢社会の到来と科学技術の発展に伴って、中高年の運動不足と生活習慣病、高齢者の転倒事故、環境ホルモンのからだへの影響、中高年の過度な運動に伴う障害・事故、寝たきり高齢者の増加など、からだと社会・からだと環境の視点で対応しなければならない社会問題も増加している。

一方、近年の生命科学の進歩には著しいものがあり、ますます局所的・部分的に生命体を見つめる姿勢が強くなってきている。また、科学技術重視の医療に伴う人と人のふれあいの欠落による弊害が顕著になってきた。

このような学校、家庭、社会に存在する「身体（からだ）」に関わる様々な事象について、幅広く総合的・実践的な立場で研究を行うのが身体教育医学である。そして、身体教育医学は、ヒトのからだの形と成立ち、その自然な変化と調節機能に注目しつつ、健全な身体観を育むと共に、より健やかな身体の形成と身体機能の向上、傷病を予防する手だてを考求し、自分自身の「身体（からだ）を育む」ことに主体的に立ち向かい、実践していく意識と行動力を育成することを目標としている。



愛称「shin-tai」には、身体、進化する体、新しい体制、心と体、信じる体…、いろいろな「しんたい」の意味が込められています。

愛称提案者：島中瑞希さん（東御市立東部中学校）

ロゴマーク「shin-tai」には、頭文字のsと無限∞の可能性を秘めている身体、また、七転び八起きのダルマをイメージしました。

ロゴマークデザイン：篠原修子さん（molokini・design）

身体教育医学研究所10周年記念誌 目次

設立者あいさつ	3～4
記念対談「身体教育医学研究所これまでの10年を振り返って」	5～10
ごあいさつ	11～18
住民の方々の声	19
所員あいさつ	20
一般財団法人身体教育医学研究所の概要	21～23
10年の歩み	
身体教育医学研究所の活動年表	25～42
独立法人化をむかえて	43
資料	
論文・書籍等執筆実績	45～46
学会・研究会での発表実績	47～48
研究等助成実績	49
事業受託実績	50
指導・視察対応等実績	51
教育支援実績	52
歴代役員	53

すべての人が、すこやかに、からだを育む

10周年記念誌

10 Years of history

一般財団法人 身体教育医学研究所



東御市長
花岡 利夫

平成11年5月に、旧北御牧村と社会福祉法人みまき福祉会の共同設立により発足した身体教育医学研究所は、身体の総合的研究に取り組み、その成果を情報発信するとともに実践指導することを目的に、その活動を展開し着実に成果をあげてまいりました。

中でも介護予防に関する研究成果は、「健脚度測定」や「転倒骨折予防教室」として地域での実践指導という形で市民に還元され、当市の介護予防事業の一環として重要な事業になっております。また、昨年度から始まった特定保健指導や、保育園での運動あそびプログラムの提供など、研究所は当市の健康づくり行政の中で年々その活動領域を広げております。

そして、ケアポートみまきを核とした、保健、医療、福祉、介護、教育、スポーツの連携は、全国的な注目を集めるモデル的な取り組みであり、市としては、市民病院や市内の関係機関を巻き込んだ新たな「とうみモデル」として再構築し、全国の模範となるような地域づくりを進めてまいりたいと考えております。

少子高齢化社会において、医療や介護等の社会保障制度の運営が厳しさを増す中で、健康なからだを育み健康的な生活を維持することや、疾病や障害を予防することは重要であると考えます。そして、東御市が掲げる「健康の里構想」、子どもから高齢者まで皆が元気な「小さくともキラリと光る東御市」を実現するためにも、今後は研究と実践指導だけでなく、東御市の健康シンクタンクとして、研究所の一層の機能の充実が必要です。そこで、元気なまちづくりのために、研究所には独立した機関として当市の健康づくりの一翼を担っていただくことが必要であると考え、法人化を決定致しました。

身体教育医学研究所は、ここに一般財団法人として新たな一歩を踏み出しました。関係の皆様から、より一層のご理解とご支援を賜りながら、地域に開かれた研究所、全国、世界に発信できる研究所に育ててまいりたいと存じますので、今後ともご協力のほどよろしくお願いいたします。



社会福祉法人みまき福祉会理事長
倉澤 隆平

身体教育医学研究所は平成11年5月、旧北御牧村とみまき福祉会の共同にて設立され、以来ここに、開所10周年を迎え、一般財団法人として独り立ちすることとなりました。みまき福祉会としては、共に育ってきた弟が、一人前の大人となり、社会に向かって家を出て行く日の兄のような気持ちで、「厳しい社会だけれど、お互いにしっかりやろうや」と心よりエールを送ります。

本研究所は、平成7年、旧北御牧村村民の総意にもとづいて設立された保健医療福祉の総合施設『ケアポートみまき』を核として、「住み慣れた地域で、幸せに暮らし続けられることを目指します」の理念のもと設立されたみまき福祉会の保健医療福祉の一体化した実践活動の中で、保健に軸足を置いて研究し、その理論と成果を、即、地域に還元し、且つ、社会に向かい発信する大変ユニークな活動をして来しました。この研究所は、「あらゆる病気は治るもの、あらゆる病気は治せるもの、あらゆる病気は治さねばならない」との医療幻想から抜け出し、新たな介護福祉を実践しつつある福祉会、ケアの医療に軸足を置く地域医療の実践と亜鉛欠乏の研究で注目される診療所と三位一体で、これまでその力を十分に発揮して来しました。独立した後も初心忘れずに互いに協力し、切磋琢磨し合うことにより、共に全国のモデルに、そしてメッカとなる可能性を秘めています。そんな弟に、少し兄貴ぶって、錢の言葉を贈りましょう。「鳥瞰図の視野と虫瞰図（造語）の視野を持て」と。目的の場所に適切に行くには弱拡大と強拡大の地図が必要です。社会のあらゆる活動で、この二つの視野を持って行動することが必要と思うのです。私共が携わる保健医療福祉においては、特に、現在現場で、地をはい回る虫の視野とそれを少し離れて社会的に見る鳥の視野を持つ必要があると思うのです。鳥の目の官僚と虫の目の現場が現状の医療崩壊と福祉の貧困を作ったとは言い過ぎでしょうか。

さあ帆を揚げ、船出の時。適切な海図を持って。

身体教育医学研究所 これまでの10年を振り返って

コーディネーター 宮嶋 泰子氏 (テレビ朝日アナウンサー)
対談者 武藤 芳照氏 (東京大学教育学部長、医師)
岩下 忠善氏 (前(福)みまき福祉会理事長、元北御牧村長)
久堀周治郎氏 (身体教育医学研究所長、医師)



【研究所との関わり】

宮嶋 身体教育医学研究所の過去、現在、そして未来についてお話を伺います。まず、みなさんはそれぞれどのような立場で研究所に関わりを持ってきたのでしょうか？

久堀 私が研究所と関わりを持ったのは平成15年にみまき温泉診療所の所長になったときからです。私自身、これからの医療のあり方として、個人個人が希望する人生のあり方をまず考え、それに応じた医療を行うことがますます大切になると思っています。こういう観点から、研究所とともに医療に取り組めることを楽しみにしていました。

宮嶋 直接関わる前は、外側から見る立場として、どのように感じていらっしゃったのですか？

久堀 医療の分野でも、いわゆる総合的な病気の見方が必要で、医療の対象となる以前の予防の問題や医療の後のケアの問題も大切だと感じていて、身体教育医学的な発想がほしかったのです。

宮嶋 全人的な捉え方、ということでしょうか？

久堀 かっことよく言えばそうです(笑)。分野毎の専門家の大切さを認めたくて、それらを互いに結びつける仕事に関わっていきたくて考えていたのです。

宮嶋 岩下さんは、元村長という立場として研究所をどう見ていらっしゃったのですか？

岩下 研究所開所の平成11年当時、私は村の助

役で、当時の小山村長・(福)みまき福祉会理事長と一緒に設立に関わってきました。日本財団のモデル事業であるケアポートみまきの建設当初から武藤先生にご尽力いただいた経緯がありましたから、何を目指そうとしているかは理解していました。当時先進的な温泉アクティブセンターを建設して、温泉を活用して住民の福祉や健康づくりに役立てていきたいという思いがありました。その活かし方を先生にご指導いただく中で、全国の多くの先生たちとの様々な関わりを通して健康づくりの素地ができ、その延長に研究所の発想がありましたから…。本当に先を見た取り組みだと感じましたし、一方で地域に根ざした活動がなされてきたと思っています。

宮嶋 温泉での伝統的な受け身の湯治から、プールや研究所の存在によって、一歩進んだ、より積極的な湯治になった、と考えてよろしいですか？

岩下 はい。ケアポートみまきの開設当初は、なかなかプールを使ってもらうことが難しかったのですが、今となつては、本当に多くの方に楽しくプールを利用してもらっていると思います。

宮嶋 ケアポートみまきを建設するときから温泉を活



用して住民の福祉・健康づくりに役立てるといふ壮大な将来構想があり、その中に、研究所を作り上げる、という発想もあったと考えてよいのでしょうか？

武藤 いえ、壮大な将来構想が当初から全てあったわけではありません。確かに、ケアポートみまきの建設の中には、保健・医療・福祉の総合施設の中での健康づくりの実践の場としてのプール構想はありました。けれども、研究所構想は現場での活動を積み重ねてきた結果として生まれたアイデアだったのです。いいものができる人が集まります。人が集まってフィールドワークを続ける中で、新しいソフト(健康度)が生まれて、それが膝腰検診、転倒予防になっていった…。これはあらかじめシナリオができていたわけではなくて、その時々ニーズに対応した結果です。こういうものがあつたらいいだろう、より内容が充実するだろう、という考えが湧いてきて、自然な流れを生み出していったのです。いくら理念がよくても、上意下達式にそれを通そうとするのは絶対にうまく行きません。はじめは思いつき、いい意味で行き当たりばったり、という面もありましたが、多くの人たちが様々な役割を演じて生まれ、育ってきたものなのです。

【もしも研究所がなかったら？】

宮嶋 研究所があつて何が一番よかったのでしょうか？

武藤 たくさんの人が集まって、たくさんの人の輪が広がった、ということです。

宮嶋 逆に、聞き方を変えると、もし研究所がなかったらどうだったのでしょうか？

武藤 これだけたくさんの人が集まることはなかった、と思います。そして、今ほどの質と量の強固な保健・医療・福祉等の連携にはなっていなかったでしょうし、これだけのソフトが生み出され、広がることはなかった、と思います。研究所自体は大変小さな存在ですが、人のつながりによって小さくても大きなものが生み出せる、という一つの事例だと思います。

宮嶋 研究所は全てのものを結びつけるコネクターのような存在なのではないでしょうか？

武藤 言い方を変えると、融合装置です。ペットボトルで例えると、保健分野の人が見る側面、医療分野の人が見る側面、福祉分野の人が見る側面、それぞれ見え方は違っているのですが、対象は一つのペットボトルなんですね。そのペットボトルをグルッと回してみても、その実像を示すのが研究所の役割だと思うのです。そうすることで、様々なアプローチの仕方、知識、知恵、経験に触れることができ、多くの視点、複眼的な見方を持つことができますよね。

宮嶋 久堀先生は、もし研究所がなかったら、と考えらるのでしょうか？

久堀 もし研究所がなかったら、僕自身ももっと狭い





世界に生きていたと思います。医者として活動する世界が広がりましたね。医療関係者も時が経つにつれて、研究所とどのようにつながっていかばいいか、それによって人をいかにしていい状態に持っていけるか、ということがわかってこられた人たちもおられますが、まだ多いとは言えません。医療に関わる様々な段階、病気の発症前の予防の段階や発症後のケアの段階を見据えて仕事をしている方はまだ少数派で、多くの人たちは自分の守備範囲を狭くとらえ、固定概念に縛られているような気がします。

宮嶋 岩下さんは、もし研究所がなかったら、と考えるところでしょうか？

岩下 総合施設であるケアポートみまきの連携がこれほどまでにはできなかった気がします。また、当時5500人の村に多くの人たちが来て関わりを持っていたことで、村民は、新たな取り組みをしようという勇気や希望を持ったと思います。それがマスコミなどに取り上げられることによって、また、自分たちの地域の誇りにつながっていった…、研究所があったことでそういうことになっていったので、もし研究所がなければ、そういうことには乏しかったかもしれない、と思います。

宮嶋 誇り、って大事ですね。

岩下 ケアポートへの誇り、ということでは、施設建設に当たって日本財団からの多額の助成や近隣の自治体等からの補助をいただいたことに加えて、村民自身がそれぞれ自分のできる範囲で寄付をしていいものをつくりあげよう、という強い思いがあったことが大きいと思います。建設するときに積極的に関わっていただいたことで、その後も積極的に関わる、例えば、ボランティアとか、収穫した農産物の差し入れとか、様々な形で関わりにつながっていったと思います。

宮嶋 研究所への誇りは、そうした延長でできあがっていったものなのですね。

【連携・融合はなぜ生まれた？】

宮嶋 福祉、健康、医療、介護、教育、スポーツ…、ひとつに融合することはよいことだ、という発想は漠然とあっても、それを具体化するために関連付ける要(かなめ)を置く、ということまではなかなか行かないのが実際だと思うのです。

武藤 これぞ連携、これぞ融合と押し付けるのではなくて、様々な分野が一緒になるとこんなに楽しい、という体験をすることから始まると思うんですね。それによって、連携、融合の良さが実感できます。地域での調査研究活動(フィールドワーク)には、医師、研究者だけでなく、地元の保健師や事務職、住民の方々まで、様々な分野の人たちが共同作業に関わり、それぞれの立場で発見がありました。実施前は、分野ごとに言語や方法論が違いますから、喧々諤々でなかなかうまくいかないのですが、実際に動いてみると、様々な分野の人たちが一緒にいることがいいんですね。そして、気づいたら打ち上げのところではお互いに溶け込んでいるという…。結果として生まれた融合体の共同作業、それをベースにできあがったのがこの研究所なのです。

宮嶋 なるほど！なぜ研究所ができたのか、謎が解けました。積み重ねの結果として生まれたものなのですね。

武藤 厚生労働科学研究費によるフィールドワークがきっかけです。事前準備や調整は大変でしたが、毎年繰り返すとまた会うことが楽しみになるんですね。全国から集まった多くの仲間や学生たち、そして地元の人たち、皆が楽しかったのだと思うのです。

宮嶋 普通は、それぞれ自分の分野だけでの活動ですよ。

久瀬 専門家の大事さは言うまでもありませんが、その知識・知恵を集約するためには、要になる人材の育成も大切です。重要性は認識されていても、実際はなかなか具体化しないですね。

宮嶋 ヘルス(Health健康)の語源は、ホール(Whole全体)=全人的ですが、まさにホールを扱った取り組みですよ。福祉なのか、健康なのか、医療なのか、介護なのか、教育なのか、スポーツなのか、境がつけられないというか、人間全体に関わる場所になりつつあるのですね。フィールドワークの積み上げから始まった研究所があるからこそ、それができるといことなのではないでしょうか？

武藤 積み上げをしている集団なのだ、ということを経元に理解されて、共感されることが大切です。研究所設立にあたっては、私ではなく、村長が村議会を説得したんですよ。それができたのは、そうした積み上げを知って十分理解してくれていたからで、だからこそ設立でき、また支援も受けられたのだと思います。

宮嶋 岩下さんは、まさにその努力をした当事者のお一人(笑)、大変ではなかったのですか？

岩下 下地はできていたのです。議員さんも含めて村の人たちに、こうしたフィールドワークに参加し、体験してもらっていました。例えば、健脚度測定を受けるとか、場合によっては、血圧測定だけでもいいんですけど、雰囲気だけは知ってもらっていたのです。

武藤 いきなり言われて、村民運動会に挨拶に行ったこともありましたが(笑)。借り物競争にも参加しました(笑)。でも、そうしたひとつひとつの交流が大事だったんですよ。場合によっては、東京から来た研究者が研究目的で、住民のデータだけを持っていくという風に捉えられてしまうこともあるかもしれませんが、しかし、そうではなくて、とにかく人と人との交流が一番なのです。研究所の構想は、地元の人たちとのバーベキューのときに、村長さんたちと話して固まったんですから(笑)。

宮嶋 そうした交流を通して、地元の人たちにもやりたいことが理解されてきたのでしょうか？

岩下 そうですね、フィールドワークやケアポートまつ

りなどで何回も交流をしていただいて、村民にも参加して実感してもらう中で理解されてきたのだと思います。

武藤 地元ケーブルテレビでたくさん放映されていたみたいで、こちらが知らない人でも向こうは知っていて声をかけてくるんですよ(笑)。

宮嶋 でも、そういうことって、地域の人にとってもうれしいことですよ。

岩下 そうなんです。だから、理解してもらいやすかったと思うのです。

宮嶋 外部からのものに対して、興味半分、「怖い」という思いも持たれそうにも思うのですが。

久瀬 怖いと思っている人は少ないと思います。ただ、自分たちが作った、という自負がだんだん大きくなると、いい面もあるが、難しい面も出てきます。それが権利意識になり、考え方が固定化してくることに注意しなければなりません。個別の要望にこたえることも大切ですが、地域全体をよくしようという観点も重要です。この点も理解していただきながら仕事をすすめていきたいと思います。

宮嶋 長年の夫婦のように、あって当たり前になる存在になるに伴う問題でしょうか？

久瀬 そうですね、小さなエゴになりうるし、それがふっと表に出るのじゃないかな。どう生きるか、という根本的な問題から外れてしまうと、関わり方が難しくなることもありえます。

武藤 権利意識というか、別の言い方だと、頼る、任せられる、丸投げできる対象という捉えられ方にもなってしまいます。本質的な関わり方ではなく、利用、活用ということになっちゃうんですね。本来は当事者がやらなければならないことまで、便利な組織があると投げることができてしまいます。でも、そうすると研究所を作った趣旨がうすれてしまうのです。便利な組織として利用だけしていると、地域の力はつか



ないので、結局地域の発展にはつながりません。そういう意味で、合併で大きくなったことは、過去の経緯を知らない人たちがたくさん出てきたわけで、結果的に研究所の役割、存在を整理し、考え直して発展させるのにちょうどよいタイミングだったと思うのです。村だけではできなかったことも、市の規模になることで変わったこともあります。よい時期に市町村合併があり、研究所の独立法人化を迎えたのだと捉えています。一皮向ける時期なのだと思います。

宮嶋 合併によって、人口は何倍になったのでしょうか？

岩下 約5500人から約32000人ですから、6倍弱です。そういう意味でも、研究所やケアポートに課されるものは大きくなりましたし、やはりまた、こうしたことを改めて理解してもらうことから始めなければならぬ、という面もあります。

宮嶋 今までの人たちはよくわかっているのでしょうか、それ以外の人たちにはどう見られているのでしょうか？

久堀 認知度は上がってきていると思います。ただ、仕事の内容や、何を目標しているのか、という方向性が理解されるには、もう少し時間がかかると思います。私は所長という立場に関わり、少しでも地域に浸透して、人の輪や価値観が生まれていけばいいな、と思っています。

【これからの10年】

宮嶋 具体的に、研究所はこれからどうなっていくべきなのでしょうか？

久堀 基本的には今までの路線でいいと思います。ただ、私自身を含めて「教育」という言葉の重みをいかに感じ、自覚しつづけるかということが大切だと思っています。それは、スタッフも地域の人たちも、です。即効的な効果を期待せず、「じわっと」効いてくるのが教育ですね。「人が幸せに生きるために」というのが、福祉、保健、医療、介護、教育、スポーツ等の分野に共通する目標で、研究所を設立した目

的でもあり、その活動を通して、地域の風土、文化づくりに貢献できたらいいと思うのです。

宮嶋 現代社会はややもすると、病気がなければよいと考えたり、健康至上主義になったりしますよね。健康は、幸せに生きるために必要なものの一つに過ぎないのに。

武藤 「健康のためなら死んでもいい」という(笑)。

久堀 全くその通りですね。人の幸せ、という原点に戻りたいですね。

武藤 研究所は、身体・教育・医学の3つがなっていますが、大概どこかが抜けてしまいます。例えば身体医学研究所…、一番抜けやすいのが教育です。でも、一番こだわっているのも教育なのです。予防と教育に重点を置いている組織で、健康と幸福と自己実現の3つが成立するような仕掛けを、それこそ「じわっと」作りあげていければと思います。教育の語源は、educare(引き出す)や、educere(養い育てる)ですから、人が持っている力、才能、資質を引き出し、養い育てることが大切なのです。からだを育み、心を育み、人を育む、それが大きな目標なのです。その手段の一つとしてあるのが研究所、ということです。ハードを広げるには限界はありますが、理念、ソフトを広げるのは限界がないと思うのです。

宮嶋 つまり、地域の人たちがそこでいかにによりよく生きるか、そのための活動なのですね。

武藤 村の人、市の人、長野県の人、全国の人にとって、ですね。そして私は、いずれは東アジアの拠点にしたいのです。中国、韓国なども必ず数年先には日本が困っている問題に直面しますから、その先進的な取り組みになるはず。留学生たちもこの地を訪れています。

岩下 私たち、地域に暮らす立場からは、いかに、来やすい、楽しく過ごしていただけるような環境・

雰囲気をつくっていきけるか、それを整える努力を地域としてはやっていきたいですね。いいネットワークが永久につながっていくような場として、条件や環境を作っていく、またこれは、合併して市になったという中でいろいろできることもあると思います。

宮嶋 ある意味、都市部でこういうことはできませんよね。自然環境の中にいるからこそ、人間っていかに生きていくべきか、といったことも冷静に考えられるのであって、せわしい都会の暮らしでは難しいですね。東御市にあるべくしてあった、と考えてもいいでしょうか？

久堀 田園都市だからできることだと思いますし、これから研究所が関わる分野は広がる可能性が大きいと思います。例えば、食べることに隣接した診療所で亜鉛不足に目を向けています。地域の状況が見えやすいフィールドで思いをめぐらすことが容易にでき、本当にいい環境だと思っています。

宮嶋 食のことにしても、都市部にいたらどこでどう作られたものかわからないですね。

久堀 このテーマは、農業のあり方も含めて考えることになってきています。医者の目で見えづいた現象を、研究所の立場で分析、検討し、また、栄養士、保健師との共同作業で問題点の解決策を探ったりと、研究所が様々な部門の方々と結びつける棚のような役割を果たせた一つの例です。

宮嶋 国でも、健康フォーラムということで、文部科学省、農林水産省、厚生労働省などが関わってイベントのようなことをやっているみたいですが、それは地域ではすでにできているのですか？

武藤 こうした規模の自治体だと、縦割りではなく同じ目的を持って連携して取り組みやすいのだと思います。自然と食品については、東京厚生年金病院が主催する転倒予防教室卒業生

のバスツアーや、東京大学大学院学生とのゼミ合宿などで聞かれた感想は、この自然、空、空気の素晴らしさ、野菜のおいしさ、などが多いですね。地域性がこの研究所の魅力を増していることは間違いありません。

宮嶋 この地域の魅力も武器にして、研究所はますます伸びる可能性がある、ということですね。最後に、これからの研究所に対する期待や、関係者としての抱負などをお聞かせ下さい。

岩下 今取り組んでいることを基本に、さらに充実、発展させていって欲しいと思います。そして、地域全体、特に農業にまで視野を広げていってもらいたいと思います。

久堀 食育については、まず地域を知らなければ円滑にことが進まないという難しいところがあります。そして、食育のための食育ではなくて、からだの動かし方、食べ方、人と人との交流、人間性のレベルアップも視野に入れて考えていきたいですね。現場で様々な人が関わって、それぞれが役割を担っていきけるようになればいいのです。今、そうした芽はたくさん出てきています。研究所を核の一つとしてどのように展開していきけるか、ということも考えていきたいと思っています。

武藤 今回の法人化は、間違いなくひとつの節目だと感じています。研究所は、第2号店の「身体教育医学研究所うんなん」が島根県雲南市にでき、名称は違いますが札幌に「水と健康スポーツ医学研究所」もあります。身体教育医学研究所は、今までは東御市の研究所でしたが、いずれは東アジアの拠点になると思っています。だから、これからの10年は、全国に仲間を増やしていきたいですね。東京オフィスを作って人の交流を促進し、無理のない範囲でこの10年間に、地方にも一つか二つの研究所を作りたいと考えています。いずれにしても、その1号店であるこの研究所が発展していく可能性は高いと思っています。

宮嶋 本日は、どうもありがとうございました。
(平成21年2月23日 東京大学にて)



せせらぎから大河へ

東京大学教育学部長
前身体教育医学研究所運営委員長
武藤 芳照

山あいから流れ出た小さなせせらぎが、少しずつ距離を伸ばしていく内に、幅を広げ、流れを大きくし、やがて小川となる。そこには、小さな生き物たちが生まれ、それがまた多くの動物や植物を生み出したり、引きつけたりする。小川は、次第に水量を増して広い平野の田畑に水や栄養分を注ぎ込むようになり、そこには新たな草花、樹々、果実が生まれる。そして川はさらに豊かさを増しつつ、ついには大河となって勇壮な姿をなす。

信州の小さな村の住民の希望と熱意と意志と専門家の知恵とが融合して新たなソフトが創発され、保健・医療・福祉の総合施設 ケアポートみまきのハードづくりが始まった。そのハードを基盤に、調査研究、教育・啓発活動の取り組みが積み重ねられ、研究所という新たな拠点が生み出された。そこには、全国から様々な職種の人々が集い、交流し合い、着実な成果がもたらされた。

その最大の功績と効果は、この研究所を通して、実に多くの人々が出会い、知識・技術・経験を相互に交流し合い、心と心をつなぎ合ったことだろう。ソフトがハードを生み、ハードがハートを結んだ。

身体教育医学研究所10周年の時の重さをかみしめたい。



地域に活力を生み出すモデルに

日本財団会長
笹川 陽平

多様化する高齢福祉に対応するため、私は1994年、先進国の優れた事例を取り入れた未来型高齢者施設「ケアポート」の建設を提案しました。併設された身体教育医学研究所が創立10周年を迎えられ、心からお祝い申し上げます。

人間は誰でも歳をとります。長い間、社会を支えてきた老人を施設に任せるのではなく、娘、息子、孫といった身内はもとより施設を取巻く人々が互いに支え合い、尊敬し合う社会でなければならない。私は、ケアポートの建設にこんな思いを託しました。

「ケアポートみまき」は、みまき福祉会の全面的賛同をいただき個人の自立と尊厳を大切にする全室個室型の新しいケア施設として完成し、大きな反響を呼びました。さらに、介護予防の重要性に着目し、身体教育医学研究所も設置されました。お年寄りの転倒予防や子どもたちの健康づくりに向けたソフトウェアの開発、教育啓発活動にも取り組み、誰もが住み慣れた地域で、家族やご近所との関係を保ちながら生活していけることが実証されました。身体教育医学研究所から提供される情報はユニークで全国的にその存在が知られるようになりました。高齢化社会を迎え、こうした考え方は、今後、一層、充実・強化される必要があります。

創立10周年を更なる飛躍の契機とされ、今後も先進的で革新的な特徴あるソフトウェアを開発していただき、地域に新たな活力を生み出す先進モデルであり続けて下さいますようお願いいたします。



これまでに感謝 これからに期待

前(福)みまき福祉会理事長
元北御牧村長
前身体教育医学研究所長
岩下 忠善

平成11年、身体教育医学研究所は人々の健やかな身体を育み幸せな暮らしを目指し、地域に根ざした学術的実践的研究機関として、東京大学大学院教授武藤芳照先生に運営委員長としてご指導頂いて発足しました。元気な子どもを育て、健脚度測定等介護予防、プールや温泉を活用した健康づくりなど、活動の成果を積み重ねてきました。

平成16年に合併し東御市となり設立基盤が広がり、設立から10年、当研究所は大きく全国的な活動に進んできました。そこで今後のあり方等の検討を重ね、更なる発展を目指して、一般財団法人として独立することになりました。法人格の取得で社会的位置づけの確立、東御市とみまき福祉会の共同設立による協力支援体制、各界の識見者による理事・監事・評議員としてご参画、ご協力頂き、今後、新たな組織のもとで社会に貢献する研究事業の展開ができるものと期待します。

当研究所の幅広いネットワークや進んだ活動は財産です。研究調査、教育、食育、人材養成等地道で息の長い取り組みです。これからも地域の皆様の応援をよろしく願います。そして、今日まで熱心にご指導ご尽力を賜ってきた先生方始め当研究所に関わって頂いた皆様に心から感謝申し上げます。



「豊かで明るい地域社会」の実現に向け 益々のご活躍を

(財)ブルーシー・アンド・グリーンランド財団専務理事
広渡 英治

身体教育医学研究所設立10周年の記念すべき日を迎え、心よりお慶び申し上げます。

10年という永きにわたり研究所を支えられた、運営委員長である武藤芳照 東京大学大学院教授をはじめ、旧北御牧村関係者の皆様方のご尽力に対しまして、心より、深く敬意を表します。

現在、当財団が推進している「転倒・寝たきり予防プログラム」は、平成15年度に貴研究所と当財団で協働開発させていただきました。逼迫する高齢化への取り組みとして、全国的に注目を浴び、活発な活動が「B&G海洋センター」で展開されております。お陰様を持ちまして、この6年間で海洋センター所在市町村を含む全国44ヶ所に導入され、全国的な普及・促進につながっております。受講者からは健康面の改善は元より、地域コミュニティが深まり、生きがいづくりにも繋がっている等の声をいただいております。

今後とも、この身体教育医学研究所から発信される貴重な情報や活動を通して、各地域での「豊かで明るい地域社会」が実現されますことを、心から願っております。

おわりに、記念すべき10周年の一つの節目として、貴研究所の益々のご発展と、関係各位の益々のご活躍を心から祈念いたしましてお祝いの言葉とさせていただきます。



研究所が結んだ縁で 健康長寿日本一を競いましょう

島根県雲南市長
身体教育医学研究所うなん設置者
速水 雄一

雲南市は、平成16年11月に合併し「生命と神話が息づく新しい日本のふるさとづくり」を基本理念に「健康長寿のまちづくり」をめざしています。

東御市との「縁」は、今から250年の昔、不世出の名大関と言われている御地出身の「雷電為右エ門」を松平直政(家康の孫)公が松江藩(雲南市を含む島根県東部)のお抱え力士としたことから始まります。また、直政公は信州からそば職人を招き信州そばを出雲に伝え、7代目藩主「不昧(ふまい)」公が全国の茶人大名に広めたのが現在の出雲そばであり、雲南市民に愛される伝統ブランド品となっています。

さて、貴市の研究所は設立以来、調査・研究・評価活動の実績を基に教育を柱として活動を展開されてきました。その活動は、市民の皆様の「生活の質の向上」に大いに貢献されることとなり、医療費の軽減や先進的な介護予防活動について全国から注目されており雲南市のよき手本でもあります。

雲南市は平成18年4月に「身体教育医学研究所うなん」を設立して以来、貴市と研究所同士の協力関係を築かせていただき、保健などの分野においても交流が続いているところであります。本日を機に更に連携を強め、相互の研究成果を住民サービスに反映させるべく努力をして参りたいと思っております。

東御市の身体教育医学研究所設立10周年にあたり、ご尽力のあった関係者の皆様に対して深く敬意を表し、心からお祝いを申し上げます。



市民に親しまれる研究所に

東御市議会議長
町田 千秋

身体教育医学研究所が開所十周年を迎え、一般財団法人として新たなスタートを切られることに、心よりお祝い申し上げます。

身体教育医学研究所は、「さわやかな風と出会いの元気発信都市」を目指す東御市が市民一人ひとりによる健康づくりを進めるうえで重要な役割を果たす機関であり、旧北御牧村時代から取り組んできた地域に密着した活動を、合併後の東御市においてもさらに大きく広げております。

具体的な活動の一例として、市の地域包括支援センターと協同で市内各区の公民館を巡回して実施している高齢者の「健脚度測定」には、実に延べ六千人を超える地域の方々が参加しているとのことであります。さらに、様々な地域の集まりでの健康指導や、最近では市内全保育園での運動あそび指導など、地域からの要望も増えてきていることは、喜ばしい限りであります。

しかし、研究所の名称、役割、活動内容等が市民全体に十分に浸透しているかと言えば、まだ満足できる状況ではありません。

研究所が取り組んでいる素晴らしい活動が、市民一人ひとりに浸透し、健康づくりを通じて元気を発信する東御市づくりに向け、身体教育医学研究所のこれからのますますの発展、活躍を心からご期待申し上げます。



更なる発展を願って

元参議院議員
(福)みまき福祉会顧問
小山 峰男

身体教育医学研究所が開所して10年、時の流れの早いのに感慨を覚えています。

この間、研究所を育ててこられた武藤先生を始め関係者の皆さんに、心から敬意と感謝を申し上げます。

福祉関係の仕事に若干携わっていた関係で当時を振り返ってみますと、平成に入って全国的にも競って高齢者福祉がいろいろ模索され始めました。旧北御牧村におきましても、保健、福祉、医療が有機的に連携し、更に地域に支えられた全国的なモデルを目指すにはどうすればいいのか、検討の結果、その運営主体として、平成5年に「社会福祉法人みまき福祉会」が設立されました。現日本財団や県の理解と協力のもとに、全国初のオール個室特養が平成7年に開所し、この施設を中心として、現在のみまき福祉会が運営されているところです。

研究所もみまき福祉会の一分野を担当する組織として運営がなされて来たわけですが、10周年を契機として、発展的に改組されて、新たな一般財団法人としてスタートを切ることになったわけです。このことによって、自主性が確保されることは大変な意義がありますが、一方、財政的な裏づけをどのように図っていくかは大きな課題だと思います。

研究所が目的とする①研究事業、②研究結果の実践、③指導者の養成、④温泉利用による健康増進、が地域に支えられて一層進展することを願ってやみません。皆さんのご健闘を祈っております。



お詫びとお願い

元北御牧村長
元(福)みまき福祉会理事長
身体教育医学研究所設置者
小山 治

平成5年春、武藤芳照先生と北御牧村の出会いがあり、ケアポートみまき建設運営委員として格別なご尽力を頂きました。7年にケアポート開所となり、引き続き村と武藤研究室は緊密な連携で村民の健康づくりや介護予防に精力的に取り組まれました。“やがては地域に密着した拠点を”と10年の冬に研究所設立のご相談を頂き、11年5月、ケアポートに「身体教育医学研究所」を併設開所させて頂きました。

“皆が健康で元気な地域づくり”は行政の重要な課題であり、医療・保健・福祉の連携体制づくりに教育の分野まで幅広い武藤理論の指導と実践は本当に心強く有り難い事でした。そんな折、私自身の挫折から研究所や関係の皆さんに大変なご迷惑をかけて申し訳なく深くお詫び申し上げます。福祉会にあっては、とりわけ一般(民間)理事の皆さんが研究所の設置と充実に積極的に取り組まれ、医療・福祉・介護の現場にプールを設置したり、公民館を多機能施設にして月2回の健康サロンを6年近くも続けたり、聞き及ぶと研究所の建設に住民の寄付まで募ってと提案された理事さんもおられたとか、改めてお礼申し上げたい。そんな熱意の役員さん方が心無くも去られた現在、福祉会が新財団の設置者としての誠意を示し、市も設置者として新財団が自主的安定的な(前途有為な職員の身分保証や事務局の独立等を含めて)活動できる財政的確保はぜひお願いしたい。ともあれ小さな村から大きな願いをこめ地道なスタートからの10周年に感謝し、益々の進展をご祈念申し上げます。



足もとにこだわり、中央へ

信濃毎日新聞編集委員
飯島 裕一

私が初めて研究所におうかがいしたのは、発足間もないころだったと思う。もう、10年近くなるのだ…と、感無量である。

当時、国民健康保険中央会の研究班の一員として、「温泉を上手に活用している自治体では、老人医療費が抑制されている」との報告書を書いた。そのモデルケースになったのが、合併前の北御牧村だった。

この調査報告を通じて、「ピン・ピン・コロリ（PPK）」という言葉が、全国に広がった。北御牧村はPPKを地でいく自治体で、村民の健康づくりをけん引しているのが身体教育医学研究所だった。ヒアリングでは、研究所のスタッフの皆さんのパッションと明るさ、活気を肌で感じた。その雰囲気は、今も脈々と流れ続けている。

この研究所の素晴らしさは、地域に密着し、地域に開かれたところにある。健康づくりはもちろん、お年寄りの転倒予防などに工夫を凝らし、地道に実績を積み上げてきた。同時に、多くの研究報告を発信しているのだ。

足もとにこだわりながら、中央レベルの成果を上げてきた研究所の、ますますの発展を願っております。



更なる発展を願って

医療法人hokule'a fクリニックさっぽろ副院長
NPO法人水と健康スポーツ医学研究所理事長
前身体教育医学研究所運営委員
太田 美穂

このたび身体教育医学研究所の財団法人化に伴い、顧問に就任させていただくことになりました。

思えば、ケアポートみまきでの地域住民の皆様への膝腰検診や健脚度測定などに東京大学の武藤教授のチームの一人として参加させていただきましたのが最初の東御市との関わりであり、その活動の中から身体教育医学研究所の構想が生まれるに至りました。そのときから、地域のヒト皆が自分たちの住んでいる場所を愛し、「なんとかしたい!」という意気込みの強さとさらに知識を貪欲に吸収しようという熱心な姿勢に圧倒されながら、心惹かれて東御通いが始まり、もう10年以上になってしまいました。その間確実に根付いてきた身体教育医学の思想がとうとう財団法人化という形で花開きましたことは大変喜ばしい限りです。今後ますます発展していきますよう、お祈り申し上げます。微力ではありますが、一緒に歩ませていただけることを幸せに思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



設立10周年を祝して

中西耳鼻咽喉科院長
前身体教育医学研究所客員臨床研究部長
中西 和仁

身体教育医学研究所が設立10周年という記念すべき節目の年を迎えられたことに対し、心からお祝いを申し上げます。これもひとえに設立母体である東御市と（福）みまき福祉会のご尽力の賜物であると考えております。また当初より運営委員長として研究所の発展に貢献された武藤芳照先生の御熱意と御努力に対し、深甚なる敬意を表する次第でございます。

さて、私は途中から研究協力者の一人として主に研究ミーティングに参加させていただきました。当時は前研究部長の上岡洋晴先生の御指導のもと、高齢者の転倒・介護予防や中高年を対象にした温泉を活用した健康づくり、子どものスポーツ障害などについての研究が精力的に行われておりました。会議中はそれぞれが研究テーマの進捗状況や問題点を報告し、お互いに熱心に討議するというものでした。このスタイルはその後、現研究部長の岡田真平先生によって引き継がれており、今後も続いて欲しいと思っております。

今後は研究所の認知度を高めるべく、対外活動が更に増え、多忙かつ責任も更なる重くなるかと思われます。しかし、これまで通り、仕事に対する情熱と「支えあう心」を大事にし、研究所の最初のパフレットにある「長野・北御牧村発」の初心を忘れないで頑張りたいと思います。

結びに、研究所の法人化を契機として、益々発展されますことを祈念いたしましてお祝いの言葉とさせていただきます。



研究所とともに歩み、 育てていただいた10年

東京農業大学地域環境科学部身体教育学研究室准教授
前身体教育医学研究所運営委員
前身体教育医学研究所研究部長
上岡 洋晴

開所10周年、おめでとうございます。万感胸に迫る思いです。多くの方々に支えていただきましたことに、厚く御礼申し上げます。

岡田真平部長と所員2人でスタートしたのは、私が30歳になる年でした。その後、36歳までの6年間を直接お世話になり、東京農大へ転勤してからの4年間も様々な形で研究所業務に関わらせていただいています。つまり、30歳代の丸10年間を研究所と一緒に過ごしてきたことになります。

学生生活が長かった私ですが、研究所・ケアポートみまきでの仕事はもちろん、北御牧村での生活を通じて、「社会人としての基礎、地域社会で生きること、人的交流、チームワーク、経営的考え方」について、とくに学ばせていただきました。まさに、大人になるための実学の間であり、研究所の存在なくしては今の私はありませんでした（実は、開所して間もない頃に、甘えて武藤教授に愚痴を言いに行きました。）。

最後になりましたが、育てていただきました多くの皆様に御礼申し上げるとともに、新所長の久堀先生の指揮のもとで、研究所が益々発展することをご祈念申し上げます。



進化し続ける身体教育医学研究所 ～在職時の感謝とともに～

日本大学理工学部体育研究室助教
前身体教育医学研究所研究主任

高橋 亮輔

10周年、心よりお祝い申し上げます。平成14年より6年間、お世話になりました。東京から見知らぬ土地へ赴任した当初は、色々と苦勞がありました。今では懐かしく思います。6年間、研究所で培った様々な出来事が、大学教育の現場で生かされ、今現在を支えていると感じています。今後も良い連携・協力関係をよろしくお願いいたします。

日本が沸き、感動したWBC（ワールドベースボールクラシック）で日本代表を率いた原辰徳監督は、戦前「向かう港はただ一つ」と公言し、見事世界一を勝ち取りました。

研究所の規模も大きな港へと変貌を遂げるに当たり、今以上に地域の拠り所として、また周囲からは「向かう港・目標とされる港」であり続けることを願っております。

最後に、これまでの感謝と研究所の益々の発展を祈念し、ご挨拶とさせていただきます。



BODY-体-について総合的に研究し、 住民と共に実生活に役立てる!

東御市立みまき温泉診療所長・整形外科医

奥泉 宏康

Begin（はじめて）はじめて私が「身体教育医学研究所」を知ったのは、平成11年4月に東京厚生年金病院へ勤めた時でした。長野からの長い道のりを、「転倒予防教室」の運動インストラクターとして、元気に、明るく、苦勞の顔も見せずに通勤していた上岡洋晴先生と岡田真平先生の元気な姿が印象的でした。

Opportunity（機会）そんな私が、北御牧の診療所に訪れる機会を得たのは、平成12年の秋でした。北御牧の方々の「膝腰（ひざこし）健康診断」の手伝いに伺って、元気な参加者の方々の笑顔と「身体教育医学研究所」の皆さんの親切な対応に、住民に密着した活動を感じ、飲み明かして語らい楽しい時間を過ごさせていただきました。

Destiny（運命）転倒予防のための「転倒予防教室」の研究成果をまとめ、さらに、国立長寿医療センターで勤務し、「一般住民の骨粗鬆症」の研究させていただいたことは、平成20年に東御市に戻って「身体教育医学研究所」の活動をバックアップし、高齢者の健康をお手伝いせよとの運命であったのかもしれない。

Yearn（憧れ）平成21年2月に「身体教育医学研究所」が独法化して、さらに「子どもから高齢者まで」の健康的で自立した、明るい幸せな生活を実現させるために、憧れの「shin-tai（しんたい）」になれるように期待しています。微力ながら、私も喜んで協力させていただきます。



みまきの里、研究所に育まれて

元身体教育医学研究所研究員
元長寿科学振興財団リサーチ・レジデント

加藤（高橋） 美絵

開所10周年おめでとうございます。

この10年間、学生として、リサーチ・レジデントとして、客員研究員として、研究所に育まれて歩んできました。この場をかりて、育ててくださった研究所、そして研究所を育んだみまきの里、関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

とくにリサーチ・レジデントの2年間は、自然の豊かなみまきの里に住みながら、研究・実践活動の機会をたくさん頂き、充実した濃厚な日々を過ごしました。研究所での活動を通して、多くの方々と出会い、学ばせていただいたことはもちろん、生活面においても、アイリスに彩られた早苗の水田、ぐんぐんと青空に伸びるとうもろこし、黄金色の穂を揺らす風、雪をまとった浅間山・・・みまきの大きな自然に抱かれて、健やかに伸び伸びと生きるということを再発見しました。研究所は、今も自分にとってのホームベース、星に出ては戻る場所のように感じます。

これまでの10年、中高年の健康支援はさらに深みを増し、働き盛り世代や子どもたちへの取り組みも広がってきた研究所、これからの10年、益々の深まりと広がりに期待しております。



「健康づくり」の支援者として

東御市役所健康福祉部健康増進係長・保健師

翠川 洋子

身体教育医学研究所が開所して10年を迎えた。当時の北御牧村は、村ぐるみで健診事業を推進し早期発見・早期治療に取り組み、農家の女性は食生活改善運動を積極的に進めていた。しかし村の国保医療費は県下ワースト5という状況だった。

健診事業の定着で、住民は医療にお金を惜しまなかったが、予防や健康づくりにお金をかける習慣が無かったため、ケアポートの温泉アクティブセンター開設時には、限られた方がプールを利用するに留まっていた。食生活改善は熱心に取り組んだが、運動実践者は皆無に等しかった。

現在はどうであろう。健康づくりのために時間とお金を費やす住民が増えた。その住民意識を大きく変えたのが研究所である。地域の要望に耳を傾け、地域に根ざした活動、運動教室や、転倒・寝たきり予防の健脚度測定、健診後の相談事業や医療と連携した運動療法などを推進してきた。その結果なのか、医療費の高い村という汚名を返上することができた。

他市町村に無い研究所が、今や東御市の財産であることは言うまでもないが、この財産を今後も生かしていくことが私たちの使命だと思う。子どもから高齢者・障がい者、全ての人の「健康づくりの支援者」として、今後も医療・保健・福祉・教育の連携を図りながら、活動を共に展開できることに感謝したい。



思い出

東御市布下在住
竹内 多聞

小学校の時から運動会、特にかけっこが大嫌いだった。なぜって！かけっこはいつもビリだったから。仏印(ベトナム)で終戦を迎え、悲惨と屈辱の捕虜となり、強制労働で疲れきっていても「デンマーク農民体操」を必ずやらされた。この体操を生きる意味とし、運動嫌いを捨てたのが幸いし心身を守ることが出来た。

折しも当地区にケアポートみまきが設立。充実した内容の素晴らしさに目を見張ったが、そこに厳めしい名称の「身体教育医学研究所」があり、初めはどんな難しいことをやるのかと訝かしんだが、それも杞憂に過ぎなかった。岡田先生を始め研究所の皆さんが各地区に出向き、健脚度測定や遊戯的な体操を名前を呼びながら指導してもらい親しみも湧き、そして関心も深まり、この十年欠かすことなく参加しました。今でも研究所の皆さんによるケーブルテレビのおやすみ体操は続いています。



メタボ改善に取り組んで

東御市滋野在住
石塚 みさ子

健診でメタボ判定が下されました。保健師さんから身体教育医学研究所の「キホンの運動教室」を勧められ、渋々出掛けて行きました。ウォーキングの仕方やストレッチ等を丁寧に教えて頂き、2時間十分に体を動かしてみると、爽快感がとてもありました。歩数計をお借りしてウォーキングも開始し、初めは疲れを感じバナナを食べていましたが、運動後にはストレッチをする方が体に良い事を学びました。そのうち何故か食欲が抑えられ、3ヶ月が経ったところから体重が減り始めて嬉しくなりました。体を動かすことが好きになり、ジムでの筋トレを行ったり、水泳まで手を伸ばして習慣化するまでになりました。今では、お腹周りもメタボ基準にもう一歩のところですよ。



またのぼりたい

東御市立北御牧小学校
堀込 孝樹

みまきの時間(総合学習の時間)に、しん体教育医学研究所のわたなべ先生がきて、いっしょに勉強しました。ちようしんきで木の音を聞きました。木のしんぞうの音が聞こえてきますよ。木のえだやはっぱも音がしました。小さくドンドンと音がしました。木のしんぞうや人のしんぞうの音がしました。

つぎに、木にのぼりました。よね田先生が木のてっぺんまでのぼれました。すごかったです。ほくもちょうせんしました。ほくは、はじめて木にのぼりました。木にのぼったら、川に石がいっぱいあるのが見えました。木にのぼって、楽しかったです。

またのぼりたいな。わたなべ先生、教えてくれて、ありがとうございました。



感謝 そして 夢

身体教育医学研究所長
久堀 周治郎

当研究所は発足10年という節目を迎え、一般財団法人として自立の道を選びました。言うまでもなく、東御市民の方々そしてみまき福祉会の方々のご支援があり、また、研究所設立準備期よりその発展に絶え間なく愛情を注ぎ続けて下さる多くの関係者、なかんずく武藤芳照東大教授を中心とした方々が居て下さるからであります。今までのご厚意に深く感謝し、これからの研究所の成長を温かく見守って下さるようお願いいたします。

かたちが新しくなっても、研究所がめざす方向は今までと何ら変わりません。「よく動き、必要なものをおいしくしっかりと食べ、ゆったりと休養する。そしてこの各過程でヒトとの交流も楽しむ」という生活リズムは、すべての生き物にとって元気に生きるために必要なものです。このリズムの中で、個人個人の人生にあった体力の維持・増進方法を編み出すのが研究所の仕事です。これからもこの作業の中で得られる成果をいち早く東御市の方々にお伝えし、それを実践していただき、より健康で元気な地域づくりに貢献したいと思っています。東御市でえられた成果が、世界の人々が健やかに年を重ねる知恵の基準となることも夢見えています。

これからも末永くご支援ご指導をお願い申し上げます。



理想と現実

身体教育医学研究所研究部長
岡田 真平

「理想と現実」と聞けば、抱いていた理想に対して実際に直面した現実はそんなに良いものではなかった、という否定的な意味で受けとめられる場合が多いかもしれません。しかし私は、そうではない肯定的な意味で、この10年を振り返る最も適切な表現として、この言葉をしたいと思います。

理想とは、あくまでその時の自分が想像できる範囲のもの(想像力の限界)でしかありません。しかし、この地にきて実感したことは、現実理想をはるかに超えるものであった、ということでした。現実ですから、決していいことばかりではありませんでしたが、刺激的な多くの出来事や魅力あふれる方々との出会いは想像以上であり、振り返ればとても充実した10年を過ごさせていただきました。

しかしこれは、現状に満足している、ということではありません。現状から、さらにどうやってより良くしていくかは、今後に向けて私たちが取り組むべき大きな課題です。現実を基盤に理想を模索し、それを実現していく、そして、この地を特殊な事例で終わらせずに、世の中に少しでも役に立つ情報を発信する…

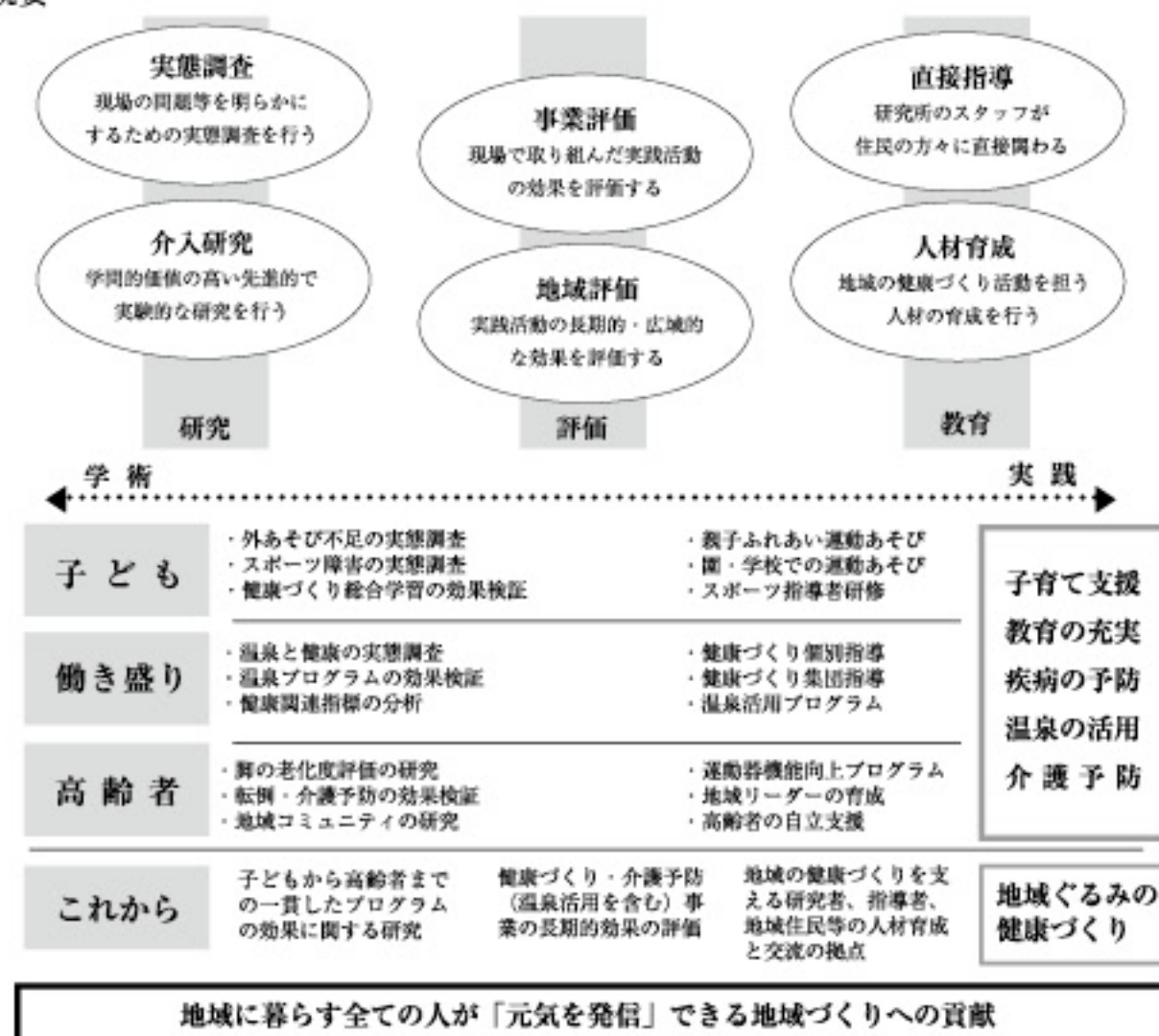
“Think Global, Act Local!” (by Patrick Geddes, 1915) 「グローバルに思考し、ローカルに活動する」

そんな研究所になれるよう皆で協力し努力していく所存ですので、今後ともご指導、ご支援をよろしくお願い申し上げます。

■一般財団法人身体教育医学研究所の概要

設立日	平成21年（2009年）2月2日
設立者	東御市、社会福祉法人みまき福祉会
名称	一般財団法人身体教育医学研究所 Physical Education and Medicine Research Foundation
住所	〒389-0402 長野県東御市布下6番地1
目的	この法人は、身体に関わる様々な事象について、従来の保健・医療・福祉・介護・教育・スポーツ等の諸分野を総合させた調査研究・分析評価・教育啓発活動を行い、「からだを育む」ことを通した全ての人の健康づくりと公共政策づくりに寄与することを目的とする。
事業	この法人は、前条の目的を達成するため、次の事業を行う。 (1) 身体教育医学に関する調査研究 (2) 調査研究事業、健康づくり事業等の受託及び協力 (3) 講演会、健康づくり教室等への講師派遣 (4) 健康づくりに関する相談及び指導 (5) 講演会、講習会、研究会等の開催 (6) 学術機関誌・一般啓発用資料他出版物等の発行 (7) 身体教育医学に関する文献等の収集及び閲覧 (8) その他この法人の目的を達成するために必要な事業

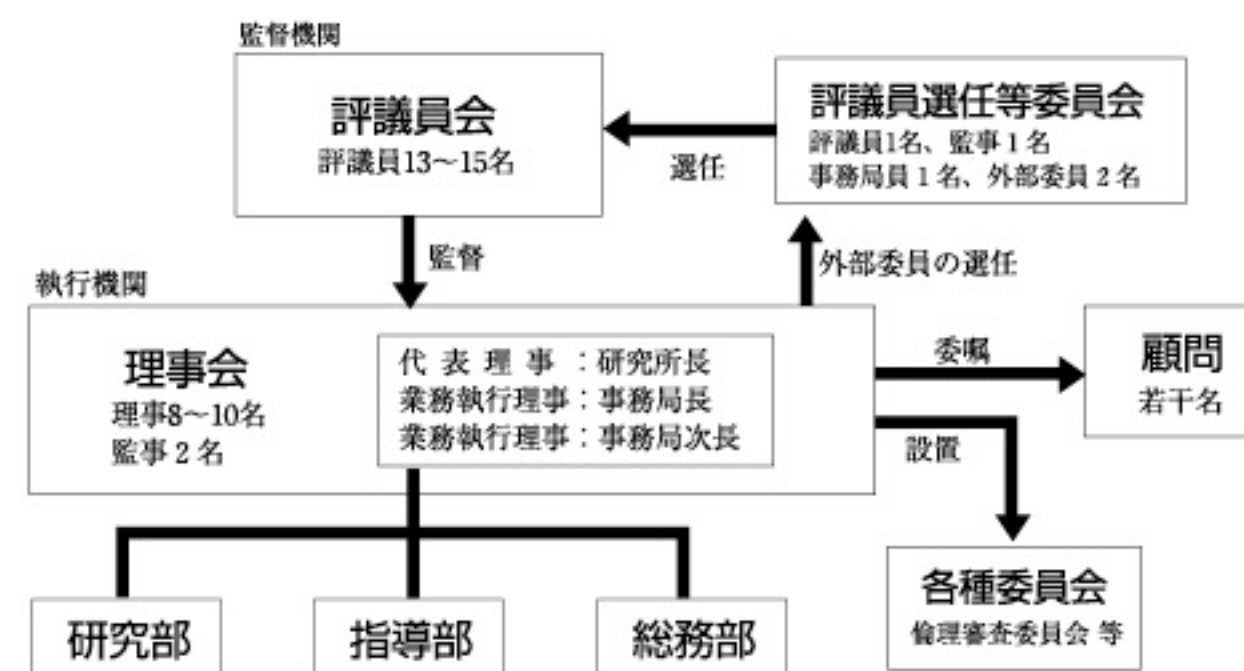
活動の概要



役 職 員 (平成21年3月31日現在)

評議員 飯島 裕一 (信濃毎日新聞社編集委員) 岡田 敬司 (東御市民病院院長) 木村 貞治 (信州大学医学部教授) 倉澤 隆平 (福)みまき福祉会理事長 小林 妙子 (福)みまき福祉会理事 小山 剛 (東御市体育協会会長) 佐藤 繁信 (福)ちいさな福祉施設長 清水 初太郎 (東御市工業振興会理事長) 土屋 武道 (株)信州東御市振興公社常務取締役 花岡 利夫 (東御市長) 馬場 清子 (東御市保健補導員OB会長) 増田 勝仁 (福)東御市社会福祉協議会会長 柳谷 信之 (長野県上田保健所長) 依田 政雄 (東御市議会議員) 和田 英武 (東御市教育長)	代表理事 久堀 周治郎 (東御市民病院副院長) 業務執行理事 横沢 登美 (東御市民生福祉部長) 竹重 和夫 (福)みまき福祉会常務理事 理事 奥泉 宏康 (東御市立みまき温泉診療所長) 北海口 純 (身体教育医学研究所うなん主任研究員) 三溝 和子 (東御市体育指導委員会代表) 笹本 和宏 (温泉アクティブセンター主任) 中村 崇 (NPO法人佐久平総合リハビリセンター副理事長) 武藤 芳照 (東京大学大学院教育学研究科教授) 山岸 淳子 (学識経験者) 監事 櫻井 寿彦 (東御市監査委員) 竹内 春彦 (東御市監査委員)
職員 久堀 周治郎 所長 <兼務> 横沢 登美 事務局長 <兼務> 竹重 和夫 事務局長 <兼務> 岡田 真平 研究部長 渡邊 真也 指導主任 <兼指導員> 岡田 佳澄 総務主任 中西 裕子 指導員 横井 佳代 指導員	顧問 太田 美穂 (NPO法人水と健康ネットワーク医学研究所理事長) 上岡 洋晴 (東京農業大学地域環境科学部准教授) 中西 和仁 (中西耳鼻咽喉科院長) 客員研究員 加藤 美絵 (元身体教育医学研究所研究員) 鎌田 真光 (身体教育医学研究所うなん研究員) 小松 泰喜 (東京大学大学院教育学研究科特任研究員) 高橋 亮輔 (日本大学理工学部助教) 朴 駿泰 (東京都老人総合研究所研究員)

組 織 図



所員紹介



所長
くほりしゅうじろう
久堀 周治郎

- 出身：大阪府大阪市（1939年生）
大阪大学医学部卒業
- 資格：認定内科医、循環器専門医
超音波専門医、産業医
- 趣味：旅

“皆さんと共に、おおらかに過ごせるように”と思いつつ、一日一日を送っています。これからもよろしく。



研究部長
おかだしんぺい
岡田 真平

- 出身：奈良県香芝市（1973年生）
東京大学大学院教育学研究科
修士課程修了
- 資格：教育学修士、中高保健体育教員免許、
健康運動指導士
- 趣味：子どもと遊ぶ、旅行、
バレーボール他スポーツ全般

今さらながら研究と実践の両立の難しさを実感していますが、地域に密着したこの環境を大切に、自分に何ができるかを考えながら、研究所とともに育っていききたいと思います。



指導主任
わたなべしんや
渡邊 真也

- 出身：長野県飯山市（1981年生）
日本体育大学体育学部卒業
- 資格：中高保健体育教員免許、
健康運動指導士、幼児体育指導者1級
- 趣味：スノーボード、登山、バレーボール、
スポーツ観戦

からだを動かすことの大切さと楽しさを老若男女問わず地域の皆様にお伝えできればと思います。研究所から「毎日が体育の日」を発信し続けながら日々努力いたします。



総務主任
兼指導員
おかだ かすみ
岡田 佳澄

- 出身：長野県東御市（1976年生）
玉川大学教育学部卒業
- 資格：中高保健体育教員免許、
スポーツプログラマー、
障害者スポーツ指導員、
温泉利用指導者
- 趣味：温泉めぐり、子どもと遊ぶこと、
お菓子づくり

この地で生まれ育った知恩報恩、感謝の気持ちを忘れず、地域に根ざし、“情”と“理”をつくした活動で皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただきます。



指導員
よこい かよ
横井 佳代

- 出身：東京都北区（1966年生）
東京文化医学技術専門学校卒業
- 資格：臨床検査技師、健康運動指導士、
温泉入浴指導員
- 趣味：水泳、ウォーキング(犬の散歩)
バレエ鑑賞とバレエ（リハビリナース）

「病気を診ずして、病人を診よ」「指導者自ら範を示せ」を心に、からだを動かすことの楽しさと大切さをお伝えし、皆様の健康づくり、笑顔づくりを支援いたします。



指導員
なかにしゆうこ
中西 裕子

- 出身：新潟県新潟市（1978年生）
鎌倉女子大学家政学部卒業
- 資格：管理栄養士、健康運動指導士
- 趣味：海外ドラマDVDを観ること、料理

いつも健康で楽しく生活するには運動はもちろん、食べることも大切です。食事、運動の両面から皆さんのお力になれたらと思います。一緒に健康づくりをしていきましょう。



事務局長
やなぎさわたかよし
柳沢 登美

- 出身：長野県東御市（1950年生）
- 役職：東御市役所健康福祉部長
- 趣味：読書、山登り、ゴルフ、麻雀

人口3万2千人の小さな市から、地域に密着した健康づくりの実践と調査研究を通し全国に発信してまいります。



事務局次長
たけしげかずお
竹重 和夫

- 出身：長野県東御市（1947年生）
- 役職：（株）みまき福祉会常務理事
- 趣味：映画鑑賞、旅行、カメラ、読書

「縁（チャンス）に気づき、縁を生かす」日頃から感性を磨き、「温顔無敵」の心で周りの人々や後から続く子どもたちのために「一隅を照らす」よう努めてまいります。

■身体教育医学研究所の活動年表

「 」 財団法人日本漢字能力検定協会が1996年から毎年12月12日の漢字の日に発表しているその年の日本や世界の世相を表した「今年の漢字」と、その理由を引用した。

平成5(1993)年

4月2日

第1回ケアポートみまき建設運営委員会
建設運営委員の1人として武藤芳照先生が関わる

平成7(1995)年 「震」

兵庫県南部地震(阪神・淡路大震災)発生。地下鉄サリン事件や金融機関の倒産などによる社会不安の拡大。

4月1日

ケアポートみまき開所

平成8(1996)年 「食」

O157による集団食中毒の多発、それによる学校給食などへの影響。税金や福祉を「食いもの」にした汚職事件の多発。牛海綿状脳症(狂牛病)の発生。

12月1日

ケアポートまつりでの武藤芳照先生による講演会

平成9(1997)年 「倒」

相次ぐ大型企業の倒産や銀行の破綻。山一證券の廃業。サッカー日本代表がFIFAワールドカップのアジア地区予選で強豪を倒して出場決定。

1月~2月

東京大学・北御牧村・(福)みまき福祉会の3者による
地域保健推進特別事業打ち合わせ

9月1日

岡田真平が北御牧村保健福祉課非常勤職員として勤務



平成9(1997)年10月10日
東京新聞

10月17~18日

第1回膝腰健康チェック
(東京大学・北御牧村・(福)みまき福祉会)



平成10(1998)年 「毒」

和歌山毒物カレー事件の余波で毒物混入事件が多発。ダイオキシンなどへの不安の高まり。社会問題となった環境ホルモン。
(※平成10年11月から平成11年8月まで、北御牧村オウム真理教入村絶対阻止運動)

4月~

岡田真平が(福)みまき福祉会
非常勤職員として勤務



平成9(1998)年
信濃毎日新聞

9月18~20日

第2回膝腰健康チェック
(東京大学・北御牧村・(福)みまき福祉会)

平成11(1999)年 「末」

1000年代、1900年代、1990年代の最後(世紀末)。東海村JCO臨界事故発生。翌年への「末広がり」の期待を込めて。

4月23日

身体教育医学研究所設立準備会
(東京大学・北御牧村・(福)みまき福祉会)

5月15日

身体教育医学研究所開所式



平成11年度第1回運営委員会



平成11(1999)年5月18日
信濃毎日新聞



平成11(1999)年5月
信濃毎日新聞

上岡洋晴・岡田真平の2名で
研究所の活動がスタート



5月16～17日

東京厚生年金病院「転倒予防教室第1回野外教室
in北御牧」での運動・生活指導平成11(1999)年5月20日
信濃毎日新聞

5月～

「みまきっ子体験クラブ」への関わりが始まる



9月24～26日

第3回膝腰健康チェック
(東京大学・北御牧村・(福)みまき福祉会)

10月9～10日

北御牧村火のアートフェスティバル
「第1回 ふれあいウォークラリー」での家族間交流調査

10月23～24日

ケアポートまつりでの運動あそび実技指導

11月13日

平成11年度第2回運営委員会

11月14～15日

研究所主催
「健康・福祉のための高齢者水中運動指導者講習会」

平成12(2000)年 「金」

シドニーオリンピックで、女子柔道の田村亮子、女子フルマラソンの高橋尚子が金メダル。金大中和金正日による初の南北首脳会談。長寿姉妹のきんさんぎんさんの成田さんが逝去。

2月6日

研究所主催
「小・中学生のためのバスケットボールクリニック」
東京海上バスケットボールチーム

2月12～13日

研究所主催「骨・関節疾患患者のための水中運動指導
及び運動・生活個別相談会」

2月19日

平成11年度第3回運営委員会

2月20日

研究所主催講演会
「転ばないための健脚づくり」
武藤芳照先生

3月31日

学術機関誌
「身体教育医学研究 (ISSN:1345-6962) 第1巻」創刊

4月～

小林(現:岡田)佳澄が研究所に勤務

平成13(2001)年12月6日
読売新聞

5月20日

平成12年度第1回運営委員会

開所一周年記念祝賀会



5月21～22日

東京厚生年金病院「転倒予防教室第2回野外教室
in北御牧」での運動・生活指導平成12(2000)年5月23日
信濃毎日新聞

5月～

北御牧村での「健脚度」測定が始まる

平成12(2000)年6月16日
全国農業新聞

7月8日

NHK「にんげんゆうゆう・公開すこやかシルバー介護
in高知県東津野村」公開録画

7月14～16日

第1回介護職員の腰痛検診

平成12(2000)年7月16日
信濃毎日新聞平成12(2000)年8月10日
信濃毎日新聞

9月10日

NHK「にんげんゆうゆう・公開すこやかシルバー介護
in奈良県橿原市」公開録画

11月3～5日

第4回膝腰健康チェック
(東京大学・北御牧村・(福)みまき福祉会)

第2回介護職員の腰痛検診

平成12(2000)年11月18日
信濃毎日新聞

11月18日

平成12年度第2回運営委員会

研究所主催講演会
「子どものからだと心を育む」武藤芳照先生

11月19～20日

研究所主催
「健康・福祉のための高齢者水中運動指導者研究会」平成12(2000)年11月21日
信濃毎日新聞

12月2日

NHK「にんげんゆうゆう・公開すこやかシルバー介護
in東京都立川市」公開録画

平成13(2001)年

「戦」 アメリカ同時多発テロ事件発生。対テロ戦争。アメリカのアフガニスタン侵攻が始まる。

1月～

横井佳代が研究所に勤務

北御牧村「生きがいデイサービス」での運動指導が始まる



平成12年度第3回運営委員会

2月24日

3月

国民健康保険中央会「医療・介護保険制度下における温泉の役割や活用方策に関する研究」公表



平成12(2000)年12月23日
毎日新聞



平成13(2001)年6月3日
読売新聞



平成13(2001)年6月27日
読売新聞



学術機関誌
「身体教育医学研究 第2巻」発刊

3月31日

4月～

みまきケーブルテレビでの
研究所員によるテレビ体操放映開始

4月15日

日本経済新聞文化欄
「北御牧村の暮らし」水上勉先生記事掲載



平成13(2001)年4月15日
日本経済新聞

4月21日

NHK「にんげんゆうゆう・転ばぬ先の転倒予防
in北海道帯広市」公開録画

5月19日

平成13年度第1回運営委員会

5月20～21日

東京厚生年金病院「転倒予防教室第3回野外教室
in北御牧」での運動・生活指導

6月1日

村民を対象とした
各種テニス教室による健康・体力づくり事業が始まる



7月7日

研究所主催
「高齢者の転倒事故予防のための講習会」

10月27日

平成13年度第2回運営委員会

10月28～29日

研究所主催
「健康・福祉のための高齢者水中運動指導者研究会」



11月10日

研究所主催講演会「子どもの発育・発達と個人差
について」浅井利夫先生(東京女子医科大学教授)

11月23～25日

介護予防健康チェック

第3回介護職員の腰痛検診

平成14(2002)年 「帰」

初の日朝首脳会談により、北朝鮮に拉致された日本人が日本に帰国。日本経済がバブル期より以前の水準に戻る。昔の歌などのリバイバルヒット。

2月23日

平成13年度第3回運営委員会

3月10日

NHK「にんげんゆうゆう・転ばぬ先の転倒予防
in長野県更埴市」公開録画

3月31日

学術機関誌
「身体教育医学研究 第3巻」発刊



4月～

高橋亮輔が研究所に勤務

5月25日

平成14年度第1回運営委員会

5月26～27日

東京厚生年金病院「転倒予防教室第4回野外教室
in北御牧」での運動・生活指導

6月8日

ケアポートみまきにて、日本水泳ドクター会議
「水と健康医学研究会・日本水泳ドクター会議総会」開催

6月9～10日

研究所主催
「高齢者の転倒・介護予防のための運動指導研究会」

8月27～29日

ケアポートみまきにて、(財)日本健康開発財団
「温泉入浴指導員養成講習会」開催

9月17日～

厚生労働科学研究費補助金研究事業
「ゆったり温泉健康教室」開始

11月9日

平成14年度第2回運営委員会

11月17日

NHK「にんげんゆうゆう・公開すこやかシルバー介護
in鳥根県横田町」公開録画

平成15(2003)年 「虎」

イラク戦争の勃発。「虎の尾を踏む」ような自衛隊イラク派遣。阪神タイガースが18年ぶりにリーグ優勝。

2月8日

NHK「にんげんゆうゆう・公開すこやかシルバー介護
in山梨県身延町」公開録画

2月22日

3月31日

5月10日

5月31日

6月15日

7月19日

8月31日～9月4日

9月28日

10月1～3日

平成14年度第3回運営委員会

学術機関誌
「身体教育医学研究 第4巻」発刊パンフレット
「楽しい運動あそびで転倒予防」発刊ソフトウェア
「健脚度測定調査システム」完成

平成15年度第1回運営委員会

NHK「公開すこやか長寿in宮崎県都城市」公開録画

信濃毎日新聞「温泉で健康づくり」記事掲載

平成15(2003)年6月15日
信濃毎日新聞

鳥根県加茂町(現雲南市)1日転倒予防教室

学習院大学「温泉プール利用と総合的健康教育による
集中授業in北御牧」

NHK「公開すこやか長寿in香川県善通寺市」公開録画

ケアポートみまきにて、B&G財団「転倒・寝たきり予防
プログラム」指導者実践セミナー」開催平成15(2003)年10月4日
信濃毎日新聞

11月8日	研究所主催 「地域における高齢者の転倒・介護予防事業研究会」
11月15日	平成15年度第2回運営委員会
11月29日	NHK「公開すこやか長寿in富山県入善町」公開録画
平成16(2004)年	「災」新潟県中越地震発生。台風23号が上陸して多大な被害を与えた。美浜発電所の事故や三菱リコール騒ぎ。
2月21日	平成15年度第3回運営委員会
3月5日	「健脚度」が商標原簿登録(商標登録第4752854)
3月31日	学術機関誌 「身体教育医学研究 第5巻」発刊
	パンフレット 「『健脚度®』測定実践ハンドブック」発刊
4月1日	北佐久郡北御牧村、小県郡東部町の合併により 「東御市」が発足
	転倒予防医学研究会発足
	
4月～	高橋(現:加藤)美絵が研究所に勤務
5月17日	NHK「公開すこやか長寿in福井県美山町」公開録画
5月29日	平成16年度第1回運営委員会

平成17(2005)年10月10日
読売新聞

6月24～25日	研究所主催「ケアポートみまき施設内研修兼研究成果報告会」中西和仁先生(京都府、中西耳鼻咽喉科)
	
9月5～8日	学習院大学「温泉プール利用と総合的健康教育による集中授業in東御」
9月18日	佐久市泉小学校運動会の創作ダンス支援
	
	平成16(2004)年9月19日 信濃毎日新聞
11月6日	研究所主催 「地域における高齢者の転倒・介護予防事業研究会」
12月10日	平成16年度第2回運営委員会
12月20日	第1回ケアポートみまき事業所報告会にて 「研究所の活動紹介」を発表
平成17(2005)年	「愛」愛知県で愛・地球博の開催。紀宮清子内親王と黒田慶樹が結婚。卓球の福原愛の中国での活躍。「あいちゃん」という愛称の女性の活躍が目立った。親が子を、子が親を救うなど「愛の無い事件」が目立った。
2月12日	平成16年度第3回運営委員会
2月13日	NHK「公開すこやか長寿in大阪府河内長野市」公開録画
3月31日	学術機関誌 「身体教育医学研究 第6巻」発刊
	

4月～

上岡洋晴前研究部長が東京農業大学地域環境科学部
講師に就任

渡邊真也が研究所に勤務

4月30日～5月2日

東京大学大学院「武藤ゼミ合宿in東御」

5月14日

第42回信毎健康フォーラムin下諏訪「腰とひざの痛み」

平成17(2005)年5月22日
信濃毎日新聞

5月27～28日

日本温泉気候物理医学会<宇奈月>にて
上岡洋晴前研究部長が優秀論文賞を受賞

6月6日

第1回鳥根県雲南市身体教育医学研究所
設立準備委員会

6月27～28日

雲南市身体教育医学研究所設立準備担当者
東御市を視察

7月9日

平成17年度第1回運営委員会

8月29日

第2回鳥根県雲南市身体教育医学研究所
設立準備委員会

10月22日

研究所主催
「地域における健康づくり・介護予防事業研究会」

11月2～5日

学習院大学「温泉プール利用と総合的健康教育による
集中授業in東御」

11月19日

平成17年度第2回運営委員会

12月3日

第44回信毎健康フォーラムin阿智村昼神温泉郷
「温泉で健康づくり」平成17(2005)年12月9日
信濃毎日新聞

12月19日

ケアポートみまき事業所報告会にて
「介護者の腰痛の実態とその予防」を発表

平成18(2006)年 「命」

悠仁親王の誕生。小学生、中学生の自殺多発。北朝鮮の核実験。臓器移植事件、
医師不足などによる命の不安。

3月25日

平成17年度第3回運営委員会

3月31日

学術機関誌
「身体教育医学研究 第7巻」発刊

4月1日

身体教育医学研究所うなん開所
(鳥根県雲南市、速水雄一市長)

4月29日～5月1日

東京大学大学院「武藤ゼミ合宿in東御」

7月28日

平成18年度第1回運営委員会

7月30日

研究所主催
「地域における健康づくり・介護予防事業研究会」

11月14日

厚生労働科学研究費補助金事業
「男盛りの男磨き教室」開始平成18(2006)年10月25日
信濃毎日新聞

11月15日	笹川会長と雲南市長、東御市長との懇談会(日本財団)	
12月11日	ケアポートみまき事業所報告会にて「温泉を活用した健康づくり」を発表	
12月15日	「身体教育医学研究所」が商標原簿登録(商標登録第5011405)	
平成19(2007)年	「偽」不二家を始めとする、「白い恋人」や「赤福餅」など食品表示偽装が次々と表面化。年金記録問題の発覚。防衛省の汚職問題の発覚。テレビ番組「発掘!あるある大事典II」による捏造問題。	
2月16日	平成18年度第2回運営委員会	
3月7日	テレビ朝日報道ステーション「年間4万円削減! 老人医療費を減少させた村」放映	
3月31日	学術機関誌「身体教育医学研究 第8巻」発刊	
4月3日	「NPO法人水と健康スポーツ医学研究所」開所(札幌市、理事長 太田美穂前運営委員)	
4月25日	身体教育医学研究所第1回建設検討委員会開催	
4月28~30日	東京大学大学院「武藤ゼミ合宿in東御」	
5月1~2日	東京農業大学「上岡ゼミ合宿in東御」	

5月19日	第50回信毎健康フォーラムin松本市「メタボリック症候群」	
7月6日	平成19年度第1回運営委員会	
9月26日	身体教育医学研究所第5回(最終)建設検討委員会開催	
10月14日	研究所主催「地域における元気な子どもを育成するための研究会」	
11月23日	東御市主催「健康づくりシンポジウム」基調講演:坂本祐之輔東松山市長、座長:武藤芳照先生	
12月17日	ケアポートみまき事業所報告会にて「地域における子どもへの関わり」を発表	
平成20(2008)年	「変」日本の首相交代やオバマ次期米大統領の「チェンジ」(変革)、株価暴落や円高ドル安などの経済の変、食の安全性に対する意識の変化、世界的規模の気象異変による地球温暖化問題の深刻化、スポーツ・科学分野での日本人の活躍に表れた時代の変化などの意味が込められ、政治・経済をはじめ、よくも悪くも変化の多かった一年を象徴する。	
2月16日	平成19年度第2回運営委員会	
3月	身体教育医学研究所あり方等検討委員会発足	
3月31日	学術機関誌「身体教育医学研究 第9巻」発刊	

4月～

高橋亮輔前研究主任が日本大学理工学部助教に着任

中西裕子が研究所に勤務

4月25日

平成20年度第1回運営委員会

4月26～28日

東京大学大学院「武藤ゼミ合宿in東御」

5月31日

第54回信毎健康フォーラムin上山田「転倒予防」

平成20(2008)年6月5日
信濃毎日新聞

9月20日

研究所主催
「地域における健康づくり・介護予防事業講習会」

9月25日

北御牧小学校運動会の創作ダンス支援

平成20(2008)年9月26日
信濃毎日新聞

10月1日

学術機関誌「身体教育医学研究」をJ-STAGE(科学技術情報発信・流通総合システム)上の電子ジャーナル(ONLINE ISSN:1883-0722)として公開開始

10月24日

「身体教育医学研究所図書室」を国立国会図書館に利用者登録

11月15日

平成20年度第2回運営委員会

12月15日

ケアポートみまき事業所報告会にて
「身体教育医学研究所独立法人化」を発表

平成21(2009)年

1月31日

一般財団法人設立に関わる準備会

平成21(2009)年2月7日
信州民報

2月2日

一般財団法人身体教育医学研究所設立

2月9日

平成20年度第1回一般財団法人身体教育医学研究所
評議員会・理事会開催身体教育医学研究所愛称
「shin-tai」(読み方「しんたい」)に決定

3月31日

学術機関誌
「身体教育医学研究 第10巻」発刊

4月～

武藤芳照前運営委員長が東京大学教育学部長に就任

4月25日

「身体教育医学研究所開所10周年
一般財団法人設立記念式典」開催「身体教育医学研究所10周年記念誌」
発刊

■独立法人化をむかえて

新聞日報本報

(夕刊) 平成**21**年(2009年)**2**月**17**日 火曜日

スホーと健康

武藤 方昭

592

は、えは立て、立ては歩めの親心」と言われる。親は、生まれた子どもの成長を見守り続ける。首が据わる、お座りをする、ハイハイをする、つかまり立ちする、そして独り立ちができる、と一立った！と拍手をしてわが子にエールを送る。組織もまた成長する。生まれて間もないころは、形も中身もはつきりしない状態だったものが、子どもの首

が据わるように方向性
が定まる。お座りのよ
うに、その組織の位置
が定まる。ハイハイの
ように積極的に活動を
始め、つかまり立ちの
ように周りの支援、協
力によってその存在が
明確になる。そして、
形も中身も固まり、独
立した組織として成長
する。

私が当初より運営委
員長を務めてきた長野
県東御市（花岡利大市
長）の身体教育医学研

研究所が誕生して10年を迎える。小宮村(旧北御牧村)に生まれた研究所が、10周年を機にこの4月から、東御市と社会福祉法人みまき福祉会の設立により一般財団法人化する。保健、医療、福祉、教育、スポーツの分野にまたがる新しい視点による多様な学術的、実践的取り組みを精力的に推進してきたこと

が、地元民に評価された成果だ。

初代研究部長の上岡洋晴氏（現東京農大准教授）と、現研究部長の岡田真平氏が、手探りで活動を始めて以来、10年の間に研究所は立派に成長し、全国の多彩な人々の交流拠点となりつつある。法人化を記念して、その愛称を募集したところ、100件以上のアイデアが集まったのもうれしい出来事だった。

人も組織も、独り立ちして歩き始め、さらに躍動する姿を見せるのは、実に楽しいことだ。(東大大学院教授)



イラスト・桐井 聖司

独り立ちを見守る

■論文・書籍等執筆実績

<学術論文 10件>

Kamioka H, et al. Effect of exercise and life-style education to the elderly-improvement on moving ability and serum lipid. 身体教育医学研究. 1(1)；4-10, 2000.

岡田真平ほか, 児童の生活行動パターンと意識との関連. 身体教育医学研究. 1(1)；11-31, 2000.

上岡洋晴ほか, 健脚度を用いた在宅高齢者の転倒のスクリーニング. 身体教育医学研究. 2(1)；2-7, 2001.

上岡洋晴ほか, 転倒恐怖者の移動能力と生活状況に関する研究. 身体教育医学研究. 4(1)；21-26, 2003.

上岡洋晴ほか, 温泉利用と生活・運動指導を組み合わせた総合的健康教育の有効性に関する研究. 日本温泉気候物理医学会誌. 66(4)；239-248, 2003.

Kamioka H, et al. Effectiveness of comprehensive health education on combining hot spa bathing and lifestyle education in middle-aged and elderly women：Randomized controlled trial of three-and six-month intervention. J Jpn Assoc Phys Med Balneol Climatol. 67(4)；202-214, 2004.

高橋亮輔ほか, 若年野球選手の上肢・下肢の可動域について—障害予防の観点から—. 身体教育医学研究. 6(1)；31-37, 2005.

高橋亮輔ほか, 小学生の身体特性および生活習慣について. 身体教育医学研究. 7(1)；25-30, 2006.

Kubori S, et al. Differences in the Serum Zinc Level of Rural and Urban Residents in a City in the Central Part of Japan, Examined at Annual Community-Wide Health Examination. Biomed Res Trace Elements. 17(3)；335-338, 2006.

高橋美絵ほか, 中高年者の健康増進を目的としたランダム化比較試験による運動・生活指導介入のシステムティック・レビュー：介入研究の課題と介入モデルの検討. 日本老年医学会雑誌. 44(4)；403-414, 2007.

<報告論文 14件>

上岡洋晴ほか, ウォークラリーを活用した「生」と「死」の教育導入の取り組み. 地域保健. 31(2)；60-74, 2000.

岡田真平ほか, 北御牧村の介護予防推進計画. 身体教育医学研究. 1(1)；48-53, 2000.

上岡洋晴ほか, 全日本学生トランポリン競技選手権大会におけるクラス分類についての考察. 学習院大学スポーツ・健康科学センター紀要. 9；1-6, 2001.

上岡洋晴ほか, 転倒—大腿骨頸部骨折を来した在宅高齢者の転倒恐怖と活動制限. 長寿社会レポート. 20；16-23, 2001.

岡田真平ほか, 農村在住高齢者の移動能力・バランス能力とその関連事項に関する考察 —北御牧村研究—. 身体教育医学研究. 2(2)；13-20, 2001.

小林佳澄ほか, 地域スポーツ行事の変遷と社会背景との関連について—長野県北御牧村運動会を事例として—. 身体教育医学研究. 2(2)；21-28, 2001.

上岡洋晴ほか, 高齢者の転倒予防のための運動—バランス訓練としての運動あそび—. 学習院大学スポーツ・健康科学センター紀要. 10；9-18, 2002.

上岡洋晴ほか, 在宅高齢者の転倒事故が家計に及ぼす影響について. 身体教育医学研究. 3(1)；35-46, 2002.

小林佳澄ほか, 地域スポーツ行事の変遷と社会背景との関連について—長野県北御牧村スポーツ行事を事例として—. 身体教育医学研究. 3(1)；21-26, 2002.

高橋亮輔ほか, テニスインストラクターの肩関節・股関節可動域および上肢・下肢周径について. 身体教育医学研究. 4(1)；31-35, 2003.

岡田真平ほか, 在宅高齢者における身体活動状況と医療費との関連について. 身体教育医学研究. 5(1)；11-23, 2004.

高橋亮輔ほか, ジュニアテニスプレーヤーの肩関節・股関節可動域および上肢・下肢周径について—障害予防の観点から—. 身体教育医学研究. 5(1)；25-29, 2004.

上岡洋晴ほか, 地域在住高齢者の高齢男性における転倒恐怖と関連要因についての研究. 身体教育医学研究. 6(1)；57-61, 2005.

岡田真平, 転倒予防のスクリーニングと啓発のための地域ぐるみの取り組み. Osteoporosis Japan. 15(1)；35-39, 2007.

<解説資料 40件>

上岡洋晴ほか, 運動処方の基本となる生理学. 理学療法. 17(3)；338-341, 2000.

岡田真平ほか, ストレッチングの生理. 理学療法. 17(4)；426-430, 2000.

上岡洋晴ほか, 減量を目的とした運動の生理. 理学療法. 17(5)；516-520, 2000.

上岡洋晴ほか, 寒冷下での運動の生理. 理学療法. 17(6)；610-614, 2000.

岡田真平ほか, 暑熱下での運動の生理. 理学療法. 17(7)；692-696, 2000.

岡田真平ほか, 水中運動・水泳の生理. 理学療法. 17(8)；782-786, 2000.

上岡洋晴ほか, 登山の生理. 理学療法. 17(9)；866-871, 2000.

岡田真平ほか, 外遊びの生理. 理学療法. 17(10)；958-961, 2000.

上岡洋晴ほか, 転倒の病態生理. 理学療法. 17(11)；1042-1047, 2000.

岡田真平ほか, ベットレストの生理. 理学療法. 17(12)；1129-1131, 2000.

岡田真平ほか, 転倒予防のための運動指導. 体育の科学. 51(12)；935-940, 2001.

高橋亮輔ほか, 高齢者の転倒予防のための運動プログラム (1)—スポンジテニス—. 身体教育医学研究. 3(1)；47-50, 2002.

上岡洋晴ほか, 温水プールを活用した運動あそびのすすめ. 生活教育. 46(10)；37-44, 2002.

岡田真平ほか, 転倒予防を主眼とした高齢者の体力づくり. ジェロントロジーニューホライズン. 14(4)；32-39, 2002.

岡田真平ほか, 温泉プールを活用した健康づくり・介護予防事業の実態—長野県北御牧村の事例から—. 生活教育. 46(10)；12-17, 2002.

上岡洋晴ほか, 運動あそびのアイデア. 小三教育技術. 2003(1)；30-32, 2003.

岡田真平ほか, 転倒予防を主眼とした介護予防支援プログラム—実践におけるリスク管理を中心に—. 生活教育. 47(8)；22-29, 2003.

高橋美絵, ベッド上・ベッドサイドでできるストレッチング. ナース専科. 2003(7)；50-53, 2003.

高橋亮輔, 病棟でできるバランス訓練と歩行指導. ナース専科. 2003(9)；50-53, 2003.

岡田真平ほか, 自治体の介護予防の取り組みを評価する指標について. 身体教育医学研究. 4(1)；43-51, 2003.

小林佳澄ほか, 北御牧村における介護予防事業の軌跡 —健脚度測定の導入をめぐる—. 身体教育医学研究. 4(1)；53-59, 2003.

岡田真平, レクリエーションをしながらの楽しい運動を. ナース専科. 2004(3)；48-51, 2004.

小林佳澄ほか, 農村地域における健康と運動に関する意識・生活習慣の実態に関する研究. 身体教育医学研究. 5(1)；45-58, 2004.

高橋美絵ほか, 太極拳の運動特性、バランス訓練の効果とその活用に関する考察—中高年の新たな運動プログラムの一手法として—. 身体教育医学研究. 5(1)；59-66, 2004.

横井佳代ほか, 地域における温泉を活用した健康教室の指導内容の検討. 身体教育医学研究. 5(1)；67-73, 2004.

高橋亮輔ほか, 新体力テスト. 理学療法. 22(1)；114-128, 2004.

高橋美絵ほか, 太極拳の動作を活用した運動プログラム—転倒予防のためのバランス訓練の一手法として—. フューチャーアスレティクス. 3(1)；19-23, 2004.

岡田真平ほか, 移動能力評価を活用した地域介護予防事業モデル. 身体教育医学研究. 6(1)；71-77, 2005.

高橋美絵, 転倒予防のための体操・運動プログラム：“太極拳”を応用した転倒予防体操. コミュニティケア. 72；80-85, 2005.

高橋亮輔, 転倒予防のための体操・運動プログラム：“スポンジテニス”を応用した転倒予防体操. コミュニティケア. 72；86-88, 2005.

小林佳澄, 転倒予防のための体操・運動プログラム：転倒予防効果の高い“リズム運動”の応用. コミュニティケア. 72；89-92, 2005.

岡田真平, 転倒予防に役立つソフトとハード—健脚度ソフト—. コミュニティケア. 72；110-114, 2005.

高橋美絵ほか, 転倒・骨折予防の運動プログラム. 月刊総合ケア. 15(9)；49-52, 2005.

岡田真平ほか, 地域社会の健康増進・介護予防政策へのスポーツ・健康医学の応用. クリニシアン. 539；127-131, 2005.

岡田真平ほか, 高齢者の適度な運動って何ですか?. 骨・関節・韧带. 19(3)；85-192, 2006.

高橋美絵, 転倒予防と運動. 関節外科. 25(7)；72-77, 2006.

岡田真平ほか, 転倒予防の地域づくり. 地域リハビリテーション. 2(3)；258-261, 2007.

岡田真平, 地域づくりへのトレーニング科学の貢献可能性について—長野県東御市での10年の活動から—. トレーニング科学. 19(4)；315-321, 2007.

岡田真平, 老人医療費削減を実現した地域での取り組み—住民個々の価値観の尊重と地域文化への浸透を目指して—. 月刊自治フォーラム. 584；5-31, 2008.

岡田真平, 加齢に伴う身体諸機能の変化. 地域リハビリテーション. 4(1)；18-23, 2009.

<共著図書 12件>

変形性膝関節症の運動・生活ガイド第2版. 日本医事新報社, 1999. (上岡洋晴, 岡田真平) <第3版2005>

変形性股関節症の運動・生活ガイド. 日本医事新報社, 1999. (上岡洋晴, 岡田真平) <第2版2001, 第3版2004>

転倒予防教室. 日本医事新報社, 1999. (上岡洋晴, 岡田真平, 高橋亮輔) <第2版2002>

運動療法ガイド改訂第3版. 日本医事新報社, 2000. (上岡洋晴, 岡田真平) <第4版2006>

変形性脊椎症・腰痛の運動・生活ガイド第2版. 日本医事新報社, 2000. (上岡洋晴, 岡田真平) <第3版2001, 第4版2007>

最新転倒・抑制防止ケア. 照林社, 2002. (上岡洋晴)

地域における転倒・介護予防事業実践・指導マニュアル. (財)B&G財団, 2003. (上岡洋晴, 岡田真平, 高橋亮輔, 小林佳澄)

介護者の腰痛予防. 日本医事新報社, 2005. (上岡洋晴, 岡田真平)

患者指導のための水と健康ハンドブック. 日本医事新報社, 2006. (岡田真平)

高齢者指導に役立つ転倒予防の知識と実践プログラム. 日本看護協会出版会, 2006. (岡田真平, 高橋亮輔, 高橋美絵, 岡田佳澄)

転倒予防医学百科. 日本医事新報社, 2008. (岡田真平, 岡田佳澄)

転倒予防らくらく実践ガイド. 学習研究社, 2009. (岡田真平, 渡邊真也)

学会・研究会での発表実績

【国際学会・研究会】

- China-Japan Medical Conference 2002 (2002. 11. 3-6, Beijing, China)
Kamioka H : A New Battery of Test for Assessing Mobility of the Community-Dwelling Elderly —the Good Walker's Index (Kenkyakudo)—.
- The 7th Asia/Oceania Regional Congress of Gerontology (2003. 11. 24-28, Tokyo, Japan)
Kamioka H : Study of Mobility and Factors of Daily Living of People with a Fear of Falling.
- The 3rd Asia Pacific Society for the Study on Aging Male (2005. 1. 25-28, Chiang Mai, Thailand)
Kamioka H : Study on a fear of falling and related factors of elderly men living in a rural community of Japan.
- The 2nd Australian Falls Prevention (2006. 11. 5-7, Brisbane, Australia)
Okada S : Changes in Walking Ability and Fall Prevention Self-Efficacy in Aged Women after Experiencing Falls.
- 高齢社会健康照護と福利サービス統合の趨勢 国際検討会 (2008. 1. 28, 高雄, 台湾)
岡田真平「日本における介護予防の取り組み—長野県東御市の実践事例から—」

【国内学会・研究会】

<日本体育学会 14件>

- 第50回 (平成11年10月7-11日, 東京大学駒場キャンパス)
上岡洋晴「高齢者の移動能力の測定・評価法—健脚度の開発—」
上岡洋晴「病院内における転倒予防教室の試み」
岡田真平「児童の生活行動パターンと環境—都市と地方の比較から—」
岡田真平「児童の生活行動パターンと意識・身体特性との関連」
- 第51回 (平成12年10月7-9日, 奈良女子大学)
小林佳澄「地域スポーツ行事の変遷と社会背景との関連について—長野県北御牧村運動会を事例として—」
上岡洋晴「全日本学生トランポリン競技選手権大会におけるクラス分類についての考察」
- 第52回 (平成13年9月25-27日, 北海道大学)
上岡洋晴「高齢者の転倒予防—バランス訓練としての運動あそび—」
小林佳澄「地域スポーツ行事の変遷と社会背景との関連について—長野県北御牧村スポーツ行事を事例として—」
- 第53回 (平成14年10月12-14日, 埼玉大学)
高橋亮輔「テニスインストラクターの肩関節・股関節可動域および上肢・下肢周径について」
- 第54回 (平成15年9月26-28日, 熊本大学)
高橋亮輔「ジュニアテニスプレーヤーの肩関節・股関節可動域および上肢・下肢周径について—障害予防の観点から—」
- 第55回 (平成16年9月24-26日, 信州大学)
高橋亮輔「男女ジュニアテニスプレーヤーの障害予防と肩・股関節可動域及び上・下肢周径との関連」
- 第56回 (平成17年11月23-26日, 筑波大学)
高橋亮輔「若年野球選手の関節可動域—障害予防の観点から—」
岡田真平「地域在住高齢者の移動能力・バランス能力とその関連要因について」
- 第58回 (平成19年9月5-7日, 神戸大学)
高橋亮輔「大学生の体育・スポーツ科目に関する認識度について」
- <日本老年医学会 5件>
 - 第42回 (平成12年6月15-17日, 仙台国際センター)
上岡洋晴「高齢者の転倒回避能力としての健脚度」
 - 第43回 (平成13年6月13-15日, 大阪国際会議場)
上岡洋晴「転倒に恐怖を抱く高齢者の活動制限と移動能力」
岡田真平「後期高齢者の移動能力及びバランス能力に関する横断的研究」
 - 第44回 (平成14年6月12-14日, 京王プラザホテル東京)
上岡洋晴「転倒—大腿骨頭部骨折後の高齢者の移動能力・バランス能力の経時変化」
岡田真平「地域高齢者の移動能力・バランス能力の経時変化について」

<日本公衆衛生学会 1件>

- 第60回 (平成13年10月31日, 香川県県民ホール)
岡田真平「温泉プールを活用した保健事業の展開が農山村地域に及ぼす影響」

<日本学校保健学会 2件>

- 第53回 (平成18年11月10-12日, サンポートホール高松)
高橋亮輔「小学生および大学生の生活習慣について」
- 第54回 (平成19年9月14-16日, 和洋女子大学)
高橋亮輔「ストレッチングの実施状況とその評価—障害予防の観点から—」

<日本温泉気候物理医学会 4件>

- 第69回 (平成16年5月27-28日, 鹿児島市城山観光ホテル)
上岡洋晴「中高年女性を対象とした総合的な生活・運動指導の効果：3ヶ月間及び6ヶ月間の無作為化比較試験」
- 第70回 (平成17年5月27-28日, 宇奈月国際会館)
高橋美絵「ランダム化比較試験(RCT)による中高年者を対象とした生活・運動指導の介入研究のレビュー」
- 第71回 (平成18年5月26-27日, 札幌定山渓ホテル)
高橋美絵「中高年者の健康増進を目的とする温泉を活用した生活・運動指導介入モデルの検討—温泉及び生活・運動指導介入のランダム化比較試験(RCT)のシステマティック・レビューに基づいて—」
- 第73回 (平成20年5月16日, 宮城県大崎市鳴子公民館)
岡田真平「日帰り温泉施設利用頻度は身体的健康と精神的健康にどのような影響を与えるか?—東御横断研究—」

<転倒予防医学研究会 3件>

- 第1回 (平成16年10月10日, 京都府医師会館)
上岡洋晴「地域の高齢者の移動能力を定量化する健脚度測定の意義と方法について」
岡田真平「『健脚度』測定により経年的に介入した地域の成果と課題について」
高橋美絵「太極拳の運動特性、バランス訓練の効果とその効用について—中高年の健康・体力づくりの新たな運動プログラムの一手法として—」

<運動疫学研究会 2件>

- 第10回 (平成19年9月9-11日, シーバル須磨)
岡田真平「介護状態への移行を予測する移動能力評価の有効性の検証」
- 第11回 (平成20年9月6日, 広島市まちづくり市民交流プラザ)
岡田真平「8年間のコホート研究により示された高齢者の移動能力と要介護化との関係 —「老化は脚から」のエビデンス構築を目指して—」

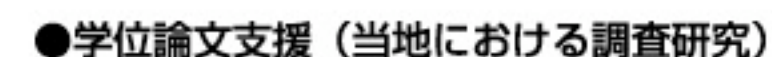
<その他 6件>

- 長野県健康・体力づくり研究会第18回研究協議会 (平成13年2月3日, 長野総合健康センター)
小林佳澄「北御牧村における健脚度測定の結果について」
- 長野県健康づくり研究発表会 (平成13年2月16日, 長野県庁)
岡田真平「介護予防事業の取り組みと今後の展開について」
- 第27回日本障害者体育・スポーツ研究発表会 (平成15年10月4日, 長野県障害者福祉センター)
小林佳澄「ケアポートみまきを核としたスポーツ支援」
- 第8回日本骨粗鬆症学会骨ドック・健診分科会 (平成18年10月12-14日, 京王プラザホテル東京)
岡田真平「転倒予防のスクリーニングと啓発のための地域ぐるみの取り組み」
- 第73回日本体育学会東京支部研究会 (平成19年7月16日, 国立スポーツ科学センター)
岡田真平「健康づくり運動—地域での相違—長野県東御市の事例—」
- 第2回信州公衆衛生学会 (平成19年9月1日, 信州大学旭キャンパス)
岡田真平「日帰り温泉施設の利用と健康状態、生活習慣、健康関連QOLとの関連—市民及び施設利用者を対象としたアンケート調査の結果から—」

■事業受託実績

東御市(北御牧村)	
平成13～15年度	介護予防事業「健脚度測定、生きがいデイサービス等各種運動教室指導」
平成13～15年度	機能回復リハビリ事業
平成13～15年度	生活習慣改善個別指導事業
平成13～15年度	膝腰健康相談事業
平成13～15年度	訪問リハビリ事業
平成13～15年度	プール指導事業
平成13～15年度	リーダー育成事業「保健指導員研修」
平成13～15年度	村民を対象とした各種テニス教室事業
平成15～19年度	中年女性の健康づくり事業「湯上り美人健康教室」
平成16～18年度	基本健診フォロー事業
平成16～18年度	転倒骨折予防教室事業「生きがいデイサービス等各種運動教室指導」
平成16～20年度	東御市立みまき温泉診療所でのリハビリテーション指導助手業務
平成16～17年度	寝たきり予防対策普及啓発事業「各種運動教室指導等」
平成16～17年度	東御市介護予防運動プラン作成事業「健脚度測定」
平成17～18年度	健康増進リーダー育成事業
平成17～18年度	国保ヘルスアップ事業「対象者評価分析等」
平成17年度	「ママのための健康教室」運動指導事業
平成17年度	健康づくり普及体操創作事業
平成18年度～	各区等からの依頼による運動教室及び各種健康教室における運動指導事業
平成18年度～	特定高齢者把握事業「健脚度測定」
平成19年度～	介護予防普及事業（サロン）
平成19年度～	介護予防センターみまき、くらかけでの運動指導
平成19年度	国保ヘルスアップ事業継続支援教室事業
平成19年度	国保ヘルスアップ事業生活改善個別指導事業
平成19年度	国保ヘルスアップ事業対象者評価分析事業
平成20年度～	「キホンの運動教室」指導事業
平成20年度～	「ママのための健康教室・産後ママのためのHappy Mama教室」事業
平成20年度～	介護予防指導員派遣事業「各種運動教室等指導」
平成20年度～	生活改善個別指導事業
平成20年度～	特定保健指導事業「個別指導」
平成20年度～	特定保健指導事業「説メタボ教室」
平成20年度～	祢津保育園運動あそび指導事業
立科町	
平成13～18年度	介護予防地域支えあい事業「はつらつ健康講座」
平成14年度～	生きがい型デイサービス事業「ふれ愛・あした塾」
平成15～17年度	健康運動指導事業「体力向上セミナー」
平成18～19年度	生活習慣病予防事業「生活習慣病予防セミナー」
平成19年度～	地域支援事業・介護予防一般高齢者施策事業「元気アップ講座」
平成19年度～	通所型介護予防事業「ふれ愛・あした塾」
平成20年度	「らくらく健康セミナー」事業
小諸市	
平成13～15年度	保健事業「ウォーキング教室」
平成20年度	「膝・腰を守るストレッチ教室」
御代田町	
平成14年度	高齢者保健指導事業「健脚度測定等」
平成15～18年度	国保総合健康づくり支援事業「健脚度測定、働き盛りの健康セミナー等」
平成19年度	国保ヘルスアップ事業
平成19年度	高齢者転倒予防事業「健脚度測定等」
平成20年度～	健脚度測定事業
平成20年度～	介護予防普及推進委員養成事業
軽井沢町	
平成15～18年度	国保総合健康づくり支援事業「転倒予防教室」
平成15～18年度	保健指導員研修事業
平成19年度	国保ヘルスアップ事業
平成19年度～	介護予防一般高齢者施策事業「転倒予防教室、保健指導員研修等」
富山県入善町	
平成16年度～	介護予防事業「元気わくわく教室等」
平成17～19年度	国保ヘルスアップ事業
その他	
平成11～15年度	特別養護老人ホームケアポートみまき入居者への運動あそび指導事業
平成11～20年度	(財)厚生年金事業振興団東京厚生年金病院 転倒予防教室運動指導事業
平成12年度	川上村 介護予防事業転倒予防教室指導者派遣事業
平成13年度	坂城町 高齢者健康指導事業
平成13～16年度	島根県吉田村(現雲南市) 健康体力づくり事業「シルバー大学等での運動指導」
平成14～17年度	明科町(現安曇野市) 高齢者元気健やか事業「データ分析・運動指導」
平成15年度	(財)B&G財団 高齢者の健康づくりを目的とした転倒・寝たきり予防プログラムの制作と普及事業
平成15～18年度	丸子町(現上田市) 健康増進事業「さわやかセミナー」
平成16年度～	デイサービスセンターきたみまき運動指導事業
平成18年度	上田市 介護予防事業「データ分析」

■教育支援実績



平成14年度	国士館大学体育学部卒業論文 「運動と自律神経機能に関する研究～早朝激運動が自律神経機能の概日リズムに与える影響について～」 …北御牧中学校野球部員の協力による研究
平成15年度	東京大学教育学部卒業論文 「身体活動とその社会経済的意義との関係について」 …温泉アクティブセンター利用者の協力による研究
平成16年度	日本大学文理学部卒業論文 「中高齢者を対象とした水中歩行に関する意識調査～効果の実感について～」 …温泉アクティブセンター利用者の協力による研究
平成16年度	東京大学大学院医学系研究科博士論文 「転倒予防自己効力感尺度（FPSE）の開発、利用可能性の検討」 …東御市介護予防事業参加者の協力による研究
平成18年度	東京農業大学地域環境科学部卒業論文 「温水プール利用者の特性と利用決定要因に関する研究～高齢者総合福祉施設「ケアポートみまき・温泉アクティブセンター」を事例として～」 …温泉アクティブセンター利用者の協力による研究
平成18年度	信州大学医学部卒業論文 「地域高齢者の身体活動による移動能力の変化～身体活動強度3METs以上の身体活動について～」 …東御市介護予防事業参加者の協力による研究
平成18年度	信州大学医学部卒業論文 「地域高齢者の外出ニーズ」 …東御市介護予防事業参加者の協力による研究
平成18年度	信州大学医学部卒業論文 「10m全力歩行時間と転倒予防自己効力感の2指標による地域高齢者の特徴と支援方法の検討」 …東御市介護予防事業参加者の協力による研究
平成20年度	信州大学医学部卒業論文 「地域高齢者のかなひろいテストと転倒との関連」 …東御市介護予防事業参加者の協力による研究

●合宿受け入れ

平成15～17年度	学習院大学スポーツ・健康科学センター 特別演習 …3泊4日で、温泉プール利用と総合的健康教育による集中授業
平成17～20年度	東京大学大学院教育学研究科 武藤ゼミ …2泊3日で、課題発表の他、マレットゴルフを通じた地元高齢者との交流など
平成19年度	東京農業大学地域環境科学部 上岡ゼミ …1泊2日で、課題発表の他、施設でのボランティア活動など
平成20年度	筑波大学大学院人間総合科学研究科 渡部ゼミ …1泊2日で、課題発表の他、プールでの地元高齢者との交流など

●大学等講師派遣

平成11～16年度	学習院大学スポーツ科学センター（上岡洋晴）
平成16年度	東京農業大学応用生物学部（上岡洋晴）
平成17～19年度	日本大学理工学部（高橋亮輔）
平成17～18年度	成蹊大学経済学部（高橋美絵）
平成18年度～	長野教員医療専門学校柔道整復師学科（岡田真平）
平成19年度～	信州短期大学ライフマネジメント学科（岡田真平）

●その他、定期的な活動支援

みまきこ体験クラブ(11年度～)、人権啓発センター運動指導(11年度～)、JA八ヶ岳女性部腰痛予防プール教室(13～15年度)、北御牧村保育園運動あそび(14～16年度)、田楽平健康サロン(16年度～)、北御牧小学校4年松組総合的な学習の時間(18年度～)

■歴代役員

設置者 (敬称略、在職順)	小山 治	岩下 忠善	土屋 哲男	花岡 利夫
運営委員 (敬称略、五十音順)	青木 英昭 荒木 正 五十嵐 政孝 太田 美穂 岡田(小林)佳澄 岡田 啓子 岡田 真平 奥泉 宏康 桂川 保彦	加藤(高橋)美絵 上岡 洋晴 久堀 周治郎 倉澤 隆平 小松 宗和 小山 剛 櫻井 勉 関 健	高橋 亮輔 瀧澤 功 竹重 和夫 田丸 基廣 伴在 隆 堀 高明 武藤 芳照 柳沢 登美	柳沢 英夫 柳沢 幹夫 柳沢 旨賢 柳橋 勝 依田 和人 和田 英武 渡辺 六百歳 渡辺 康雄
幹事 (敬称略、五十音順)	市川 恵子 岩下 正浩	加藤 英人 柄沢 志津子	竹内 清一郎 宮入 淳	山浦 秀司
所員 (敬称略、五十音順)	岡田 真平 岡田(小林)佳澄 加藤(高橋)美絵	上岡 洋晴 清水 千枝 芹沢 信三	高橋 亮輔 中西 裕子	横井 佳代 渡邊 真也



10 Years of history

身体教育医学研究所10周年記念誌

発行 平成21(2009)年4月25日発行
一般財団法人身体教育医学研究所
〒389-0402 長野県東御市布下6-1
TEL/FAX 0268-61-6148
<http://pedam.org>
編集 身体教育医学研究所10周年記念誌編集委員会
制作 小山内デザイン事務所
〒389-0155 長野県上田市着久保122-10 1F
TEL0268-34-7601/FAX 0268-34-7602