

姿勢と腰痛

〈鼎談〉姿勢と腰痛

腰痛と上手に付き合い、快適に暮らそう

8

出席者…阿部眞雄（東海大学体育学部助教授）

ペギー葉山（歌手）

原田 孝（東邦大学医学部教授）

〈コラム〉

- ◆ 身体の仕組みを正しく理解しよう①～背ばね編～ 19
- ◆ 重心とは何か 23
- ◆ 身体の仕組みを正しく理解しよう②～骨盤編～ 27
- ◆ 腰にかかる負担はどのくらい？ 30
- ◆ 日本語における「腰」という言葉 32

健康機器を考える

腰痛予防・治療を中心に

33

腰痛予防・治療と健康機器

渡會公治（東京大学教養学部助教授）

34

さまざまな腰痛ヘルト

40

電動マッサージ機をつくる

44

いす型電動マッサージ機の開発について

- ルポルターージュ・健康都市づくりプログラム 62
- 一般市民からトップアスリートまで 61
- スポーツ活動を科学的にサポート 60
- 横浜市スポーツ医学センター 56
- トピックス 50
- 姿勢研究所だより 50
- 姿勢研究所について 61
- 出版案内 62