

目次

フォトエッセイ〔寺と椅子 第2回〕

雲洞庵（新潟県）と上杉憲実の椅子 1

野呂影勇（早稲田大学名誉教授、当財団評議員）

特集1

運動器を健康に保ち続けよう 7

座談会 ロコモティブシンドロームへの対応 8

出席者・・小林寛道（東京大学名誉教授、

NPO法人東大スポーツマネジメント研究会）

田部井淳子（登山家）

中村耕三（東京大学医学部附属病院整形外科教授）

司会・・青木和夫（日本大学大学院理工学研究科医療・福祉工学専攻教授、
当財団評議員）

特集2

ウォーキングと健康 29

歩いて脳を鍛える 30

横井孝志（産業技術総合研究所ヒューマンライフテクノロジー研究部門）

高齢者の猛暑症候群と健康 37

服部万里子（立教大学コミュニティ福祉学部福祉学科教授）

最新ウォーキングシューズ事情 41

尾田貴雄（ミスノ株式会社商品開発本部技術開発部フットウェア開発課）

姿勢をめぐるエッセイ

姿勢研究所の貢献と今後の期待 48

小原二郎（千葉大学名誉教授、当財団理事）

連載

ちよつと運動のすすめ 53

安全に一人で行うストレッチング（第4回）

来間弘展（首都大学東京健康福祉学部理学療法学科）

ルポルタージュー・健康都市づくりプログラム

『健康ソムリエ』が

市民の健康づくりをお手伝い

兵庫県 明石市 56

出版物のご案内 61

バックナンバー 63

姿勢研究所について 64