

目次



フォトエッセイ〔寺と椅子 最終回〕

書寫山圓教寺（兵庫県姫路市）と常行堂の椅子 1

野呂影勇（早稲田大学名誉教授、当財団評議員）

姿勢をめぐるエッセイ
夏の学期 46

木村邦彦（防衛医科大学校名誉教授、当財団理事）

特別寄稿

『A History of Seating』のちね

椅子のころころ（前編） 49

山田俊治（エルゴシーティング株式会社顧問）

49

特集1
姿勢と筋力

鼎談 筋肉の衰えを防ぎ、すこやかに過ごしましょう 8

出席者：松村秋芳（防衛医科大学校生物学教室 准教授）

漆畑俊哉（くまもと国際大学医療保健学部理学療法学科 講師）

7

連載

ちよっと運動のすすめ 52

安全に一人で行うストレッチング（最終回）

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）

来間弘展（首都大学東京健康福祉学部理学療法学科）

52

特集2

さまざまな筋肉の働き 31

筋力トレーニングによって

高齢者の立位バランス能力は変えられるか 32

藤原勝夫（金沢大学医薬保健研究域医学系教授）

スポーツと噛み締め 40

増男（東邦大学医学部体育学研究室、同大学院医学研究科生理学講座教授）

40

ルポルターージュ・健康都市づくりプログラム
”歩きたくなる”まちづくり
市民を”健幸”に
新潟県見附市 55

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

