

若手研究者コラムリレー

尾山 裕介（おやま ゆうすけ）



プロフィール

桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部スポーツ健康政策学科 助教
日本体育学会の専門領域: 測定評価

富山県生まれ
2014年 新潟大学大学院教育学研究科修了
2017年 新潟大学大学院現代社会文化研究科修了 博士(学術)
2014~2018年 医療法人宮仁会猫山宮尾病院メディカルフィットネスCUORE
2018年より現職

E-mail: y.ooyama@toin.ac.jp

研究室HP: <http://www.cc.toin.ac.jp/sc/ooyama/index.html>



卒業論文発表会後にゼミ生と(後列一番左が筆者)

わたしの研究

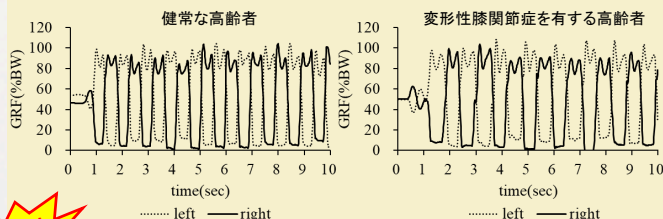
運動現場で利用できる 運動機能の評価を目指して

加齢に伴う運動機能の低下は避けて通ることができないものの、早期に発見することで、転倒予防やロコモティブシンドロームの予防につながります。つまり、適切な運動機能の評価を行うことで、効果的な運動プログラムを提供することができると考えられます。

これまで、運動機能の中でも**動的姿勢制御能力**について研究を進めており、不安定傾斜板を用いて転倒局面に近い状況での測定を行い、評価法の確立を目指してきました [1]。

近年は、転倒の主要因である歩行機能の低下をより簡便な方法で測定するために**足踏み動作を用いた運動機能の評価**を進めています。足踏み動作によって、その人の左右差と膝痛の重症度に関連があることがわかりました [2]。

どちらの測定も「不安定板の上に立つだけ」、「その場で足踏みをするだけ」といった簡単な測定ですが、詳細な分析をすると、一人一人の特徴や身体の癖が見えてきます。今後はそこから得られた結果を個々の運動プログラムに反映していくことが課題です。



変形性膝関節症による足踏み動作の違い

必読

わたしの渾身の論文

- [1] 尾山裕介, 村山敏夫, 太田玉紀. 不安定傾斜板上の立位姿勢保持能力における信頼性. 体育測定評価研究, 19, 39-46, 2019.
- [2] 尾山裕介, 村山敏夫, 太田玉紀. 片脚の変形性膝関節症および膝痛が足踏み動作における床反力の左右差の関係. 体力科学, 68(3), 215-221, 2019.

(なんでも帳)

実際の運動現場から学ぶこと

現在、地域連携事業の一環として、年に2回、ウォーキングイベントの企画・運営を行っています。学生が中心となって、事前にウォーキングコースの設定やマップの作成、広報活動等を行います。当日は参加者の誘導や案内をしながら、一緒に歩きます。

参加者からは「学生の皆さんと歩いて楽しかった」という声をいただきますが、学生にとっても実際に現場で地域の方と交流することで多くのことを学ばせてもらっています。就職活動でその経験について自己PRをして、内定を勝ち取る学生もいました(笑)。

私自身、学生のときに地域の運動教室に参加した際、現場で感じた疑問や課題を解決したいと思ったのが、研究を始めるきっかけになりました。あとき、運動教室に参加していなければ、こうしてコラムを書かせてもらうこともありませんでした。

実際に現場で運動指導をしていると、研究とのギャップにジレンマを感じることも多くあります。現在、取り組んでいる研究成果を現場に落とし込めるように、引き続き、現場に向きながら、そこでしか学べないものを吸収したいと思います。

若手の会には、現場でもご活躍されている先生方が多くいらっしゃると思いますので、ぜひ、情報交換をさせていただければ幸いです。

○次回のコラムリレーは京都先端科学大学の「前田奎」さんを予定しています。

日本体育学会若手の会からのお知らせ

2018年8月に日本体育学会若手の会が発足しました！
→[メーリングリスト登録フォーム](https://goo.gl/forms/zGMPdPq5fY3kcB5a2):

<https://goo.gl/forms/zGMPdPq5fY3kcB5a2>

学会大会、研究会等の開催や報告者募集に関する案内、公募や助成金情報等に関する情報提供を配信予定です。皆様からも、メーリングリストで周知したい情報がありましたら、下記までご連絡ください。

taiikugakkaiwakate@gmail.com (担当: 木村)

