CHAPTER 04

「運動器の健康・日本賞」（顕彰事業）

2012（平成 24）年から始まった顕彰事業が「運動器の健康・日本賞」です。毎年 1 回、団体・機関、個人が行った運動器の健康増進活動を募集し、応募の中から、厳正な審査のもと、もっとも優れた活動を最優秀賞の「運動器の健康・日本賞」として顕彰しています。また、その他にも優れた事業には優秀賞、奨励賞を顕彰しています。

平成 24 年度「運動器の 10 年・日本賞」

受賞事業名：「成長期投球障害予防のための組織及びシステムの構築」

応募者：新潟リハビリテーション病院院長　山本 智章

日本賞受賞から高校野球球数制限へ

今から 20 年前、私の勤める病院のスポーツ外来に一人の中学 2 年生が受診に来ました。彼の肘は顔に手が届かないほどの運動制限があり、レントゲン写真から深刻な野球肘と診断。聞けば、小学 5 年生から肘痛があり、手術と長期のリハビリを経ても思うように投げられないと言います。彼の悔しさと、それでもなお高校野球を目指す強い意志を感じ、整形外科医として何ができるのかと途方に暮れたことを思い出します。

野球肘で希望を失う野球少年を一人でもなくしたいとの思いからスタートした野球肘検診は、新潟県全域に拡大し、その過程で高校野球連盟を中心とするすべての青少年の野球団体との連携が始まりました。そしてこの連携組織から『野球手帳』（「新潟県青少年野球団体協議会」発行）というオリジナルツールを作成して野球少年に配布することも実現できました。

こうした活動が実り 、2012（平成 24）年度第 1 回「運動器の 10 年・日本賞」に応募したところ最高賞を獲得、明治記念館にて表彰を受けました。この活動はその後も継続し、青少年野球フェスタの開催や指導者向けの新潟メソッドの作成など、子どもたちの育成を最優先にした医療とスポーツ界の連携が深化しました。その流れは 2018（平成 30）年の年末に新潟県高野連が投手の球数制限の試験的導入を表明したことが契機になって日本高野連の有識者会議、日本野球協議会の活動など大きな変革が進みつつあることを感じています。地域での地道な活動にスポットライトを照らす本事業のますますの発展を祈念します。

野球手帳

新潟メソッド

平成 24 年度第 1 回「運動器の 10 年・日本賞」その他の結果（応募総数 40 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	被災地健康運動支援とロコモ予防ソング	佐々木整形外科麻酔科クリニック　介護老人保健施設せんだんの丘	宮城県
	子どもから大人まで、すべての人々の運動器が健康になるまちづくり	身体教育医学研究所うんなん	島根県
奨励賞	高校における学校保健の支援事業	一般社団法人アスリートケア	大阪府
	TCOA による運動器の 10 年・骨と関節の日啓発活動	東京都臨床整形外科医会	東京都
	運動器の手入れ・改善の意味の理解と日常的実践につながるために	地域いきいき健康クラブ	長野県
	誰もが「動く喜び　動ける幸せ」を共に感じることができる遊歩道整備の取り組み	社会福祉法人みまき福祉会	長野県
	高齢者運動器機能検診を取り入れた運動器機能維持事業	菅 栄一（カシオペア転倒予防研究会）	岩手県
	小・中学校における運動器教育－関節磨きと姿勢指導の取り組み－	中村 崇（佐久平整形外科クリニックスポーツ関節鏡センター）	長野県
	「新たな視点に立った 21 世紀型・腰痛予防対策の開発とその普及啓発の推進	松平 浩（独立行政法人労働者健康福祉機構 / 関東労災病院）	神奈川県
	宮崎における運動器に関する啓発支援事業	帖佐 悦男（宮崎大学医学部整形外科学教室）	宮崎県

平成 25 年度「運動器の 10 年・日本賞」

受賞事業名：「地域の運動（ラジオ体操）グループづくりと健康づくり」

応募団体：千葉市若葉保健福祉センター

ラジオ体操で健康づくりとまちづくり

千葉市若葉保健福祉センター健康課では、2011（平成 23）年度から『日本一、高齢者がいきいきと暮らせるまち若葉』をビジョンとし、「いつでも、どこでも、だれでもできるラジオ体操」の推進に取り組んできました。10 年が経過した今、ラジオ体操グループは 25 ヵ所から現在 49 ヵ所に増え、グループの新規開拓と継続応援の二つの柱で活動支援を行っています。

コロナ禍での外出自粛中の運動不足や閉じこもりによる筋力・体力低下、認知症・フレイルの増加が懸念される中、たった 3 分で全身運動ができ、一人でもできるラジオ体操は、からだづくりに有効です。新しい生活様式において正しい感染予防対策をした上で行うラジオ体操は、適度な運動・健康増進活動として再認識されたと考えています。

また、台風による災害時にも、当日や翌日から活動を再開し、被災情報を交換したり、参加していない人にも声を掛け合い、参加者同士が支え合う場となっています。体操後に広場の清掃をしたり、地域の見まわりを行うなどの美化や防犯活動は地域づくりにつながっています。小学生への周知も行い多世代交流の場にもなっています。

地域のグループへの継続的な参加が、身体面・精神面・社会面いずれにもバランスのとれた健康づくりに効果があることが参加者の意見からも実証されており、今後も動画発信等を活用しながらラジオ体操の魅力を伝え、普及啓発に努めたいと思っています。

ラジオ体操啓発カレンダー

平成 25 年度第 2 回「運動器の 10 年・日本賞」その他の結果（応募総数 22 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	学校の運動会における「ムカデ競走」に伴う外傷予防への取り組み	英志会渡辺病院整形外科：北里大学医学部整形外科	静岡県
	エビデンスに基づく高齢者運動器疾患予防体操プログラムの開発と効果検証	和歌山県立医科大学整形外科	和歌山県
奨励賞	寝たきり予防の高齢者運動器検診	秋田大学大学院整形外科学講座	秋田県
	ウオーキング教室・スロージョギング教室	三重大学大学院スポーツ整形外科	三重県
	地域における高齢者健康増進活動の取り組み	医療法人永島会永井病院	高知県
特別賞	希望を見つめる障害者の冒険・キリマンジャロ登山とゴビ砂漠ラクダキャラバン	障害者アクテイブ・ロコモーションズ・ジャパン	東京都

平成 26 年度「運動器の 10 年・日本賞」

受賞事業：「高知県黒潮町における三世代ふれあい健診」

応募団体：高知大学リハビリテーション部

官学共同で世代を超えた健診を実施

私たちは、2005（平成 17）年度より高知県黒潮町の 65 歳以上の高齢者を対象とした健康維持プログラムおよび年少者の情操教育等を実施中です。このプログラムは、高知大学と黒潮町との官学共同プロジェクトで“三世代ふれあい健診”として実施されています。

三世代ふれあい健診に 2005（平成 17）年～ 2020（令和 2）年までに参加した高齢者は、延べ 2,341 名。同時期に健診の測定者として参加した年少者は、延べ 1,022 名でした。参加した年少者全員に、日本の超高齢化とそれに伴うロコモティブシンドロームの重要性等を毎年繰り返し教育し、共感性の向上のため高齢者とのふれあいによる情操教育を継続中です。

高齢化による人口減少とともに参加者数は減少すると予想されましたが、参加者は約 140 人前後を推移し減少傾向はなし。これは年少者の参加による健診の楽しさが寄与しているのではと考えられます。初年度から一貫して、健診の結果をもとに結果報告用紙とその説明会の形で各人の運動機能をフィードバックし、運動機能低下を認めた参加者にはロコトレなどの在宅運動指導や黒潮町が主催する運動教室への参加を促しています。

また、本健診結果をもとに日本整形外科学会、日本リハビリテーション医学会等の主催の全国および

下段、左から 3 番目が永野靖典さん

地方学会にて、これまで 21 回の発表を行い、その意義やロコモティブシンドローム研究結果を公表してきました。

参加年少者や高齢者の評判はよく、黒潮町の協力も得られており、今後も本事業を継続していきます。

高知大学医学部附属病院リハビリテーション部
永野靖典

平成 26 年度第 3 回「運動器の 10 年・日本賞」その他の結果（応募総数 25 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	受身から攻めへの発想転換：ロコモ予防の取り組みは住民の受療行動を変化させるか？－和歌山県美浜町の挑戦	和歌山県立医科大学整形外科	和歌山県
	子どもたちの動く喜びを保育士が創る取り組み “ レッツ 15 タイム ”	長野県東御市健康福祉部子育て支援課「運動あそび専門保育士部会」	長野県
奨励賞	ケーブルテレビを利用したロコモティブシンドローム（ロコモ）予防	岡山大学病院総合リハビリテーション部　岡山大学整形外科	岡山県
	多職種連携「動く喜び、動ける幸せ」支援セミナー　－大腿骨近位部骨折予防・治療と生活支援－の取り組み	新潟大学医学部整形外科	新潟県
	岩木健康増進プロジェクト	弘前大学大学院医学研究科整形外科学講座	青森県
	中山間地域自治体における運動器の健康の啓発と運動器検診の導入	浜松医科大学整形外科	静岡県
	お互い様の地域支援活動～水曜会の活動	東京医療学院大学	東京都

平成 27 年度「運動器の 10 年・日本賞」

受賞事業名：御代田町はつらつサポーター

応募団体：御代田町はつらつサポーター

運動の重要性を伝え、高齢者の健康を守る

私たち『御代田町はつらつサポーター』は、長野県の浅間山南麓に位置する御代田町で高齢者支援を目的に活動している団体です。実は担い手である私たちのほとんどが高齢者と言われる年代でもあります。そのような私たちが、2015（平成 27）年度に「運動器の 10 年・日本賞」をいただくことができました。この受賞を機に、翌年、町のバックアップの下、NPO 法人を設立。町の課題でもあった高齢者の移送支援を開始しました。

通所型サービスＢ（住民主体による支援）として実施している『はつらつ介護予防教室』も当初の 3 地区から、現在は 6 地区へと会場を増やして開催しています。運動の必要性を分かりやすく参加者に伝えようと、研修会等を通じ知識の習得に努めています。

会長の西きく江さん（右）

また、教室の評価をするための体力・姿勢測定も開始しました。2018（平成 30）年には、日本転倒予防学会の学術集会において、これまでの活動について発表する機会をいただき、大きな自信につながりました。

はつらつ介護予防教室

平成 27 年度第 4 回「運動器の 10 年・日本賞」その他の結果（応募総数 29 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	地域の子どもから高齢者までを対象とした足趾握力と身体機能の関係についての調査・研究と足趾握力の重要性についての啓蒙活動	瓜谷 大輔（畿央大学健康科学部理学療法学科）	奈良県
	脊髄損傷の予防・啓発活動～脊髄損傷ゼロをめざして	日本脊髄障害医学会脊損予防委員会	福岡県
奨励賞	運動自主グループ育成・継続支援「この土地で、共に元気に暮らしていくために」	東北文化学園大学医療福祉学部リハビリテーション学科理学療法学専攻	宮城県
	福岡地区における骨粗鬆性大腿骨近位部骨折の Information technology を活用した広域ネットワーク研究－骨折負の連鎖の予防を目指して	九州大学整形外科	福岡県
	「足腰いきいき！ロコモ健診－自治体と連携した運動器の健康維持啓発事業－」	鳥取大学医学部附属病院／鳥取大学医学部保健学科	鳥取県
	医療機関と健康増進施設の連携による変形性膝関節症へのトータルサポート～発症・再発予防までを目指した新しい支援体制構築に向けて～	やわたメディカルセンター　中村 立一 公益財団法人北陸体力科学研究所　松儀 怜	石川県

平成 28 年度「運動器の 10 年・日本賞」

受賞事業名：「動く喜び」「障がい者の社会参加」「障がいに対する地域の理解」の輪を広げるユニバーサルスポーツ普及・定着の取り組み

応募団体：とうみユニバーサルスポーツクラブ

日本賞受賞でクラブ活動がステップアップ！

障がいのある方が運動やスポーツに親しめる機会が少ない―。これに対し、2013（平成 25）年、公益財団法人身体教育医学研究所の声掛けで、障害者団体・行政・福祉・スポーツ・介護福祉施設などで構成された『みんなの健康×スポーツ』実行委員会が設立され、障がいや年齢に関係なく、誰もが一緒に楽しむことができるパラリンピック競技種目「ボッチャ」に注目した取り組みが始まりました。

そして、「ボッチャ」を中心に、誰もが身近で定期的に運動・スポーツに親しめる受け皿を設けるとともに、共生社会の実現に向けてより多くの方に障がい者への理解を深めていただくため、2015（平成 27）年度「とうみユニバーサルスポーツクラブ」を設立しました。

2016（平成 28）年度の受賞を機に活動に拍車がかかり、健常者の地域スポーツ大会に「ボッチャ」が導入される機会が増え、障がい者、要介護高齢者の社会参加できる門戸が広がりました。また受賞を記念し、副賞を活用して「ボッチャ交流大会優勝カップ」作成。このカップを目指し、定期的な活動を重ねる中、2021（令和 3）年度、当クラブのアスリートが全国障害者スポーツ大会「三重とこわか大会」ボッチャ競技の県代表として選出されたことは大変喜ばしい出来事でした。

代表の関豊春さん（左）

3 人の車椅子選手の真ん中・ハーフパンツの方（高山智之選手）が県代表選手に！

さらに、本取り組みが他地域における取り組みのモデルケースとして注目されるなど、ユニバーサルスポーツの普及・定着により、「動く喜び」「障がい者の社会参加」「障がいに対する地域の理解」の輪が広がっています。

平成 28 年度第 5 回「運動器の 10 年・日本賞」その他の結果（応募総数 37 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	高齢者サロン訪問による地域密着型転倒予防プログラム	慶友整形外科病院慶友転倒骨折予防医学センター	群馬県館林市
	小中学生に対する運動器障害予防活動～整形外科医・小中学校・アスレティックトレーナー・行政との連携～	整形外科ネットワーク筑波／つくばスポーツ医学健康科学センター／筑波大学整形外科	茨城県つくば市、常陸大宮市
奨励賞	働き盛り世代のロコモ検診	三重大学医学系研究科スポーツ整形外科	三重県鈴鹿市
	リウマチ患者のアクティブライフを目指す「リウマチのリハビリテーション教室」	一般財団法人筑波麓仁会筑波学園病院	茨城県つくば市
	学童軟式野球大会における障害予防活動	一般社団法人アスリートケア	和歌山県高野山、大阪府舞洲
	スポーツ傷害予防サポートチーム：有志チームでスポーツ外傷予防～膝前十字靭帯損傷予防への 10 年のとりくみ～	スポーツ傷害予防サポートチーム	関東中心に全国
	ロコモティブシンドローム予防事業	二戸市	二戸市

平成 29 年度「運動器の 10 年・日本賞」

受賞事業名：「歩く人。」プロジェクト

応募団体：一般社団法人 OVAL HEART JAPAN

コロナ禍の「歩く人。」

私たち OVAL HEART JAPAN の「歩く人。」プロジェクトは、2017（平成 29）年に日本賞を受賞いたしました。選評では「東日本大震災の被災地の高齢者を訪問し、無理のない歩き方や歩くための基礎体力づくりを指導して運動器の機能維持を支援したほか、新たに指導者を養成し活動を各地に広げた」との評価をいただきました。

あれから 3 年が経過し、今まさに、「歩く人。」プロジェクトの意義が増している理由は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の拡大です。高齢者が外出自粛の最中、運動不足病に陥り、社会的に孤立している様子は、10 年前に私たちが東北被災地の仮設住宅で見た風景と重なります。

このような中、私たちは活動範囲を全国に広げ、各地で孤立しそうな高齢者を地域社会とつなぐ活動を行っています。例えば東京都杉並区では、東京都医師会と共同して、かかりつけ医から紹介された高齢患者を「歩く人。」インストラクターが地域社会活動につないでいます。また、熊本県熊本市では、高齢心不全患者が仲間と一緒に歩くことを「歩く人。」インストラクターが奨励しています。さらに東京都中央区では、ご自身も高齢の「歩く人。」インストラクターが高齢者の通いの場を創りました。

身体を支え、動かす運動器も、「会いたい人・行きたい場所」があって活かされます。社会的分断が進むコロナ禍において、私たち「歩く人。」はこれからも歩くことを止めません。

代表理事の大西一平さん（左）

一般社団法人 OVAL HEART JAPAN
大西 一平、土井 龍雄、佐藤 真治

平成 29 年度第 6 回「運動器の 10 年・日本賞」その他の結果（応募総数 29 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	地域住民の自主活動～いつでもどこでもできる運動で地域の輪を広げる～	水巻町運動普及推進連絡協議会「すまいる✿すまいる」	福岡県遠賀郡水巻町
	「保育園から中学校までの切れ目ない運動器健康指導の実践」	NPO 法人佐久平総合リハビリセンター	長野県小川村
奨励賞	「足育」の普及、啓発 「足の大切さ」「靴選びの基本」「運動の大切さ」を幼少期から実践し、生涯に渡り足元からの健康作りを行うプロジェクト	特定非営利活動法人日本足育プロジェクト協会	北海道、秋田、群馬、栃木、千葉、東京、神奈川、静岡、愛知、奈良、京都、大阪、兵庫、高知、愛媛、山口、福岡、宮崎、鹿児島、沖縄
	腰痛・ひざ痛は動いて治そう！雲南市運動普及プロジェクト	身体教育医学研究所うんなん	島根県雲南市
	地域に根差した学童期野球障害の早期発見と予防に対する包括的な取り組み	岐阜大学大学院医学系研究科整形外科学	岐阜県

2019 年度「運動器の健康・日本賞」※協会の名称変更に伴い、顕彰事業名を「運動器の健康・日本賞」と改称

受賞事業名：『リハビリキャラバン』をはじめとする運動器の疾患・障がいへの多面的な取り組み

応募団体：北海道脊柱靱帯骨化症友の会

コロナ禍でもオンラインで鋭意活動中！

当会は難病指定されている後縦靱帯骨化症を含む脊柱靱帯骨化症の患者会として、2019（令和元）年度、名誉ある「運動器の健康・日本賞」を受賞いたしました。

評価いただいた「リハビリキャラバン」は、北海道内の医療過疎地における地域リハビリテーションの底上げのため理学療法士とともに道内各地を回る事業であり、本年で７年目を迎えます。

当初は北海道で同様の事業がほかになく、レールのない道を患者と理学療法士とともに、一人でも多くが住み慣れた地域で安心して生活ができるようにとの一心で取り組んでおりましたが、その活動が「難病全体、地域全体の健康向上につながるユニークな事業」として評価をいただいたこと、その時の喜びは今でも忘れることはありません。

コロナ禍で事業継続も危ぶまれましたが、感染防止のため外来リハビリ中止等で都市部においてもリハビリの機会を逸し、人との交流も絶たれるという看過できない新たな課題が生じ、本事業をオンラインでの指導・相談交流に切り換えました。参加者からは「一人で運動は長続きしないが、画面上で一緒にからだを動かすことができてよかった」、「久しぶりに顔を合わせることができ、心が軽くなった」との声が寄せられています。

会長の増田靖子さん（右）

貴協会のますますのご発展を祈念いたしますとともに、本事業を疾患や地域に限定せず難病患者の健康向上のため続けてまいります。

会長　増田 靖子

2019 年度第 7 回「運動器の健康・日本賞」その他の結果（応募総数 32 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	あんぱんくらぶ	山本 良彦（長野保健医療大学）	長野県長野市を中心とする北信地区
	宮崎県で取り組むロコモティブシンドローム対策事業	宮崎大学医学部整形外科教室	宮崎県内
奨励賞	地域でのリエゾンロコモ予防	特定非営利活動法人名古屋整形外科地域医療連携支援センター	名古屋市東部 (八事周辺)
	京（今日）からロコモチャレンジ！～水中ウォーキングを中心とした運動器の健康増進への取り組み～	医療法人社団淀さんせん会金井病院	京都市
	がん患者の運動器の健康増進プロジェクト：がんロコモを予防して、がんに負けない社会をつくろう！	岡山大学病院整形外科	岡山県および全国
	こみゅスポ障がい者スポーツ事業「重度障害者や医療的ケアが必要な児・者に対する健康増進活動の取組み	一般社団法人こみゅスポ研究所	東京都小平市、東京都全域、静岡県熱海市等
	住民主導の運動プログラム開発とロコモ啓発リーダー育成活動～多世代交流法を用いた筋トレ・舞踊を通した地域のつながりづくり～	NPO 法人健康応援・わくわく元気ネット	福島県浪江町、宮城県内全域特に山元町・女川町・仙台市・名取市・亘理町・大和町・富谷市・登米市・七ヶ浜町・鹿児島県伊佐市・沖縄県うるま市

2020 年度「運動器の健康・日本賞」

受賞事業名：幼児が楽しく体を動かす日々の保育につながる体力測定「わくわくうんなんピック」

応募団体：島根県雲南市子ども政策局子ども政策課

子どもの運動器を守る体力測定

島根県雲南市では、子どもの運動不足や体力低下に対応すべく 2012（平成 24）年に「幼児期運動プログラム」を策定し、運動遊びを中心とする身体活動促進の活動を展開しています。

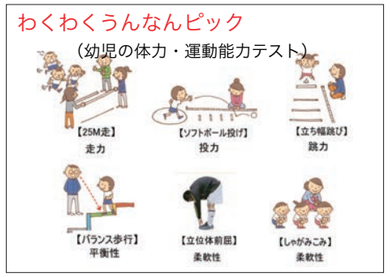
その一環である体力測定事業「わくわくうんなんピック」では、日々の運動体験を通じて獲得される走・投・跳などの基本動作に関わる運動能力を評価するとともに、地元大学と連携して開発した「幼児体力データモニタリングシステム」を用いて個別フィードバックを毎年行いながら、市全体としてのプログラムの効果検証を進めてきました。

これまでの検証によると、幼児の運動能力は向上する傾向にありましたが、新型コロナウイルス感染症拡大の状況下で測定を実施した 2020（令和 2）年度は、「投げる」動作の運動能力だけがすべての年齢の子どもで明らかに低下する結果となりました。

これは、感染対策としての各種制限により、上肢をはじめ全身を使ったさまざまな動きが大きく減少したためと考えており、現在、子どもたちの多様な動きを確保するための対策を関係者と検討しています。

コロナ禍にあってもこのように活動を継続していけることには、成果を数値として表しにくい教育・保育分野の取り組みを貴協会に評価いただき、活動に関わる関係者が自信と誇りを持てたことが大きく寄与していると考えております。

今後も、生涯にわたって「誰もの運動器が健康なまち雲南市」を実現できるよう、活動を継続していきたいと考えています。



2020 年度第 8 回「運動器の健康・日本賞」その他の結果（応募総数 25 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	「これで防げる　学校体育・スポーツ事故」	特定非営利活動法人 Safe Kids Japan	東京都、神奈川県、大阪府など
奨励賞	地方都市型前十字靱帯再建術リハビリネットワークグループ「膝小僧」の取り組み	岐阜大学医学部整形外科	岐阜県岐阜市・大垣市・各務原市
	高齢者における機能的自立と健康づくりのための地域型運動の普及と展開 ―ウエルビクスの実践―	竹島 伸生（朝日大学保健医療学部健康スポーツ科学科・学科長、教授）	島根安来市・鳥取県江府町・長野飯田市・福岡香春町・名古屋市・愛知安城市・鹿児島垂水市・南大隅町など
	自律した健康づくりに向けた生活習慣改善	NPO 法人 Lixer	滋賀県草津市・大津市・湖南市・高島市、大阪府茨木市、広島県福山市
	スクワット・チャレンジ～地域での筋力運動のための場所づくり～	東京都健康長寿医療センター研究所社会参加と地域保健研究チーム	東京都大田区

2021 年度「運動器の健康・日本賞」

受賞事業名：機器を使わない運動を中心とした自助・共助・公助を生かした地域づくり

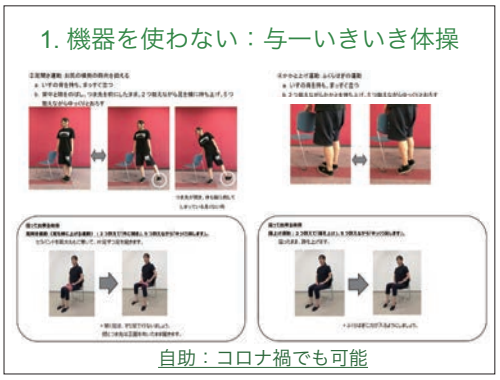
応募団体：国際医療福祉大学理学療法学科

認知症予防にコグニサイズを推進中

私たちの取り組みは、栃木県大田原市（人口 7.3 万人）における高齢者幸福課、地域包括支援センター、社会福祉協議会、大学が共同で 15 年間行ってきた地域づくりです。2020（令和 2）年度は新型コロナウイルスの感染拡大予防のため、大田原市でも高齢者の活動の自粛を余儀なくされました。2021（令和 3）年 6 月現在、感染症予防のため消毒、換気、参加者数の制限などの対策を行い、市の事業を徐々に再開、以前と変わらない高齢者の元気な活動を見ることができています。

大田原市には介護予防拠点施設が 24 ヵ所、通いの場として大田原いきいきクラブ 53 ヵ所、その他住民活動 61 ヵ所があります。

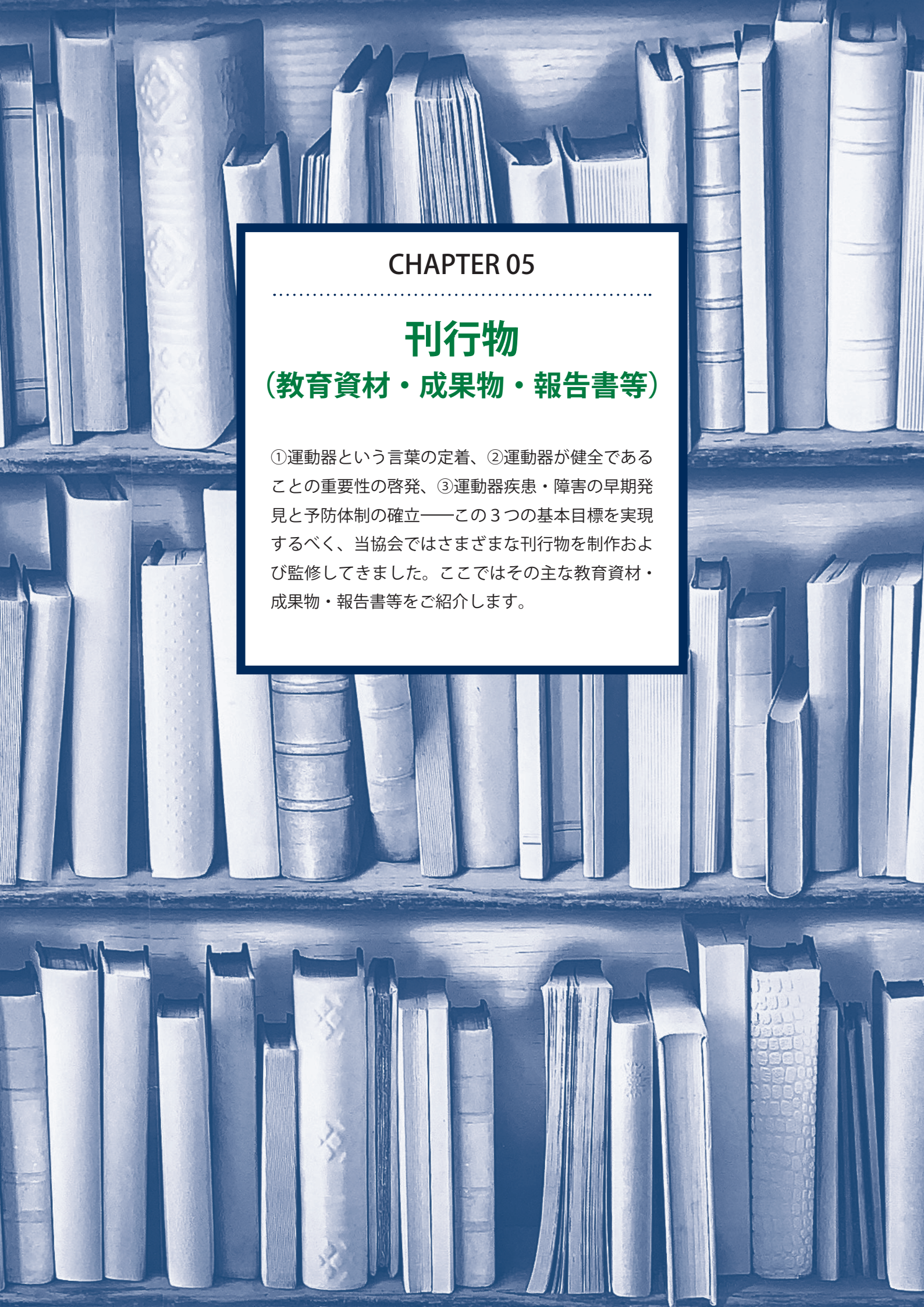
2021（令和 3）年 4 月に受賞した内容は、「機器を使わない運動を中心とした自助・共助・公助を生かした地域づくり」でした。まず、参加者の高齢化に伴い座ってできる体操を令和元年に導入しました。さらに活動は進展し、大田原市役所本庁舎にてフレイル予防に加え、新たな取り組みとして「コグニサイズ」を開始しました。コグニサイズとは認知症予防を目的に、国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題を組み合わせた運動です。下の写真は座って足踏み（運動）をしながら、3 の倍数で手をたたく（認知）運動を行っている様子です。これまで培ってきた介護予防拠点施設や通いの場を通して、機器を使わずに実施できるコグニサイズを自助・共助・公助を生かして普及させる予定です。そして、市民が健康で笑顔のたえない生活を送れるように支援していきます。



コグニサイズの様子

2021 年度第 9 回「運動器の健康・日本賞」その他の結果（応募総数 23 件）

審査結果	応募事業・活動名称	応募団体・個人	主な活動地域
優秀賞	産官学連携による包括的なフレイル・ロコモ・認知症予防プロジェクトの実践	大阪河﨑リハビリテーション大学つげさん認知症・ロコモ予防プロジェクトチーム	大阪府貝塚市
	超音波野球肘検診を主体とした野球活性化、そして地域活性化の取り組み	山形大学整形外科学講座	山形県
奨励賞	呉市骨粗鬆症重症化予防プロジェクト	呉市地域保健対策協議会「骨粗鬆症地域包括医療体制検討小委員会」	呉市
	介護予防における県・市町・大学の連携事業	新潟医療福祉大学ロコモ予防研究センター	新潟県新潟市
	高校野球選手の健全な野球環境構築の包括的な取り組み（高校野球選手における野球障害の早期発見、予防啓発活動）	群馬大学整形外科、群馬大学保健学科リハビリテーション講座	群馬県



CHAPTER 05

刊行物
（教育資材・成果物・報告書等）

①運動器という言葉の定着、②運動器が健全であることの重要性の啓発、③運動器疾患・障害の早期発見と予防体制の確立――この３つの基本目標を実現するべく、当協会ではさまざまな刊行物を制作および監修してきました。ここではその主な教育資材・成果物・報告書等をご紹介します。

『マンガ 運動器のおはなし 大人も知らないからだの本』

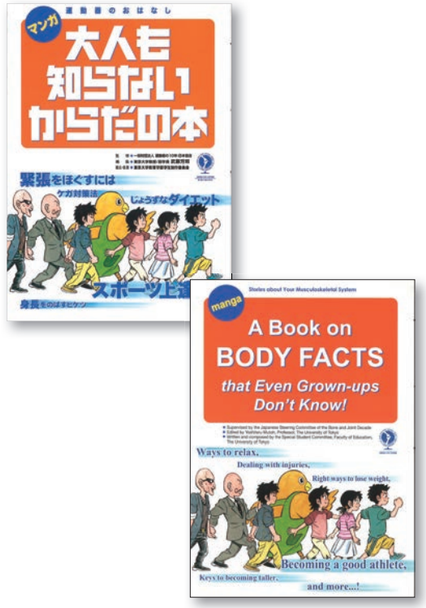
発行年月日　2005 年 5 月第 1 版・2013 年 1 月第 2 版

『マンガ 運動器のおはなし 大人も知らないからだの本』（英語版）

発行年月日　2005 年 9 月

子どもたちに運動器と運動の重要性を啓発し、終生健やかに身体を動かすことができ、「生活・人生の質（QOL）」が保証される社会を実現すべく、東京大学教育学部の学生の皆さんにより構成・執筆し、編集されたものです。特別賛助会員・エーザイ株式会社の協力により、これまで約 20 万部を全国の小・中学校などに配布しました。また、できるだけ多くの皆さんにご覧いただけるよう、都道府県立および政令指定都市の図書館に寄贈しました。

2005 年カナダで行われた世界会議でマンガの英訳版ポスターと 4 頁のリーフレットを展示したところ、各国の称賛を得て、全ページの翻訳が望まれたため、2007 年に英語版『A Book on BODY FACTS』を発行しました。



『学校の運動器疾患・障害に対する取り組みの手引き』

発行年月日　2009年3月31日・第1版、2015年2月1日・第2版、2016 年 4 月 1 日・第 3 版、2019 年 6 月 15 日・第 4 版

児童生徒の心身の健全な成長・発達のためには、年齢に応じた適切な質（種類）と量（強度・時間・頻度）の運動・スポーツの実践が必要です。児童生徒が、運動器と運動を大切にし、運動器疾患・障害を早期に発見して治療するとともに、その予防ができること、ひいては健康な生涯に結び付けられることを希望して、本手引きを企画・刊行しました。また、2016 年 4 月 1 日からは、学校での児童生徒の健康診断において、運動器の状態を検査することが必須化され、脊柱のほか、四肢の骨・関節の機能を確認し、必要な事後措置が行われる仕組みが始まり、これまで以上に、児童生徒の運動器疾患・障害についての正しい知識・情報が普及される必要があると判断され、2015 年に当協会では本手引きの改訂版を刊行しました。

第 1 版

第 2・3 版

第 4 版

『「運動器の 10 年」世界運動 10 年達成記念誌』

発行年月日　2011 年 4 月 1 日

「運動器の 10 年」日本委員会が発足して 10 年達成記念式典を執り行うとともに、この記念誌が発刊されました。10 年間のあゆみと、会員団体の寄稿が掲載されています。

『少年野球選手のためのストレッチング 9』

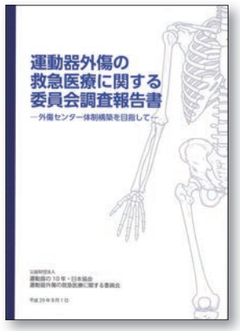
発行年月日　2016 年 7 月

成長期のスポーツ外傷予防委員会の理学療法部門担当の坂本雅昭委員（当時）が中心となって、9 つのストレッチの基本動作の DVD『少年野球選手のためのストレッチング 9』を制作。小学生野球選手をモデルに、解説を加えた第 1 部（11 分 47 秒）と自然のスピードで編集した第 2 部（5 分 5 秒）を制作しました。DVD は 2016 年 7 月に完成、実態調査協力の 412 チームに贈呈しました。

『運動器外傷の救急医療に関する委員会調査報告書』

発行年月日　2017 年 9 月 1 日

運動器外傷の救急医療に関する委員会が、2011 年から 2013 年に諸外国の外傷診療体制の調査と韓国・香港・オーストラリアの外傷センターの視察を行いました。本報告書にはその調査・視察報告とそれを踏まえたわが国の運動器外傷診療の質向上のための提言が述べられています。



『学校の運動器検診 子どもの身体と障害の診かた』

発行年月日　2018 年 6 月 1 日　初版

学校の定期健康診断に、2016 年 4 月から新たに運動器検診として四肢の状態を診る項目が加えられました。本書ではその身体診察のポイントと、スクリーニングにより来院する子どもの運動障害の診かたを図や写真を多用してわかりやすく解説することを目的として運動器の健康・日本協会監修により、中外医学社から刊行されました。

『二次骨折予防手帖』

発行年月日　2020 年 8 月

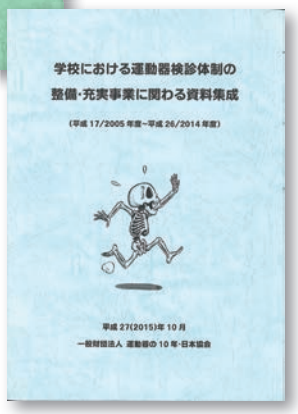
脆弱性骨折委員会では骨折の連鎖を防ぐための実用的な患者向け資材として本手帖を作成しました。各委員の経験をもとにやさしくわかりやすい手帖になっています。スタッフ間の情報共有と患者さん家族への教育に利用していただき、二次骨折予防の普及に役立つことを期待しています。

『学校における運動器検診体制の整備・充実事業に関わる資料集成Ⅱ』

発行年月日　2021 年 3 月 10 日

「運動器検診体制の整備・充実事業」は、当協会が 2005 年度の主要事業の一つとして、「学校における運動器検診体制の整備・充実事業に関わるモデル事業」を立ち上げ、全国各地で学校・スポーツ現場における運動器疾患の早期発見・治療・予防のための体制整備に向けた調査研究活動が継続されました。『資料集成』は、2005 年度から 2014 年度までの資料、『資料集成Ⅱ』には、運動器検診のスタートを目前に控えた 2015 年度から 2020 年度までの資料が収載されています。

資料集成Ⅱ



『学校における運動器検診体制の整備・充実事業に関わる資料集成』
発行年月日　2015 年 10 月 8 日

『協会リーフレット』

2011 年より、協会の目的や事業内容および会員等を紹介したリーフレットを随時、更新＆作成してきました。