

スポーツ健康科学科

キーワード

地域活性、ウォーキング、歩行速度、歩幅、体重支持指数



教授 / 博士 (医学)

坂崎 貴彦

Takahiko Sakazaki

学歴

鹿屋体育大学 体育学部 体育・スポーツ課程
名古屋大学大学院 教育発達科学研究科 教育科学専攻 博士前期課程
名古屋大学大学院 医学系研究科 健康社会医学専攻 健康増進医学講座 健康・スポーツ医学分野 博士課程 単位取得退学

経歴

四日市倉庫株式会社 (現日本トランスシティ株式会社) 総合職、日生学園第二高等学校 (現青山高等学校) 保健体育科教諭、鈴鹿医療科学大学職員、追手門学院大学職員、河原学園 人間環境大学職員

相談・講演・共同研究に応じられるテーマ

ライフスタイルと健康に関する相談、ノルディックウォーキングとポールウォーキングの体験、歩行測定

メールアドレス

t-sakazaki@fukui-ut.ac.jp



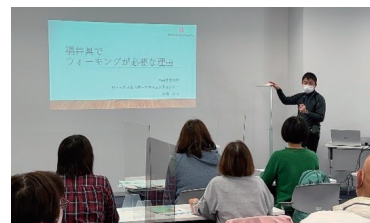
主な研究と特徴

「地域活性化を視野に入れたウォーキングを中心とした取り組みによる健康の増進」

地域におけるウォーキングイベントが健康増進や地域活性化に及ぼす効果を明らかにすることを目的として研究を進めている。コロナ禍では、安全対策を講じたノルディックウォーキングイベントの有効性や、自治体職員を対象とした意識調査を実施し、安全な運営方法とヘルスツーリズムへの展開の可能性を示した。

近年は、自治体やイベント主催者と連携し、ウォーキングイベント参加者を対象としたアンケート調査を実施・分析している。得られた結果を主催者へフィードバックすることで、イベントの改善や継続的な開催に貢献している。また、参加者の属性や継続参加者の意識変容を分析し、地域住民の健康づくりと地域交流を促進するための方策について提言を行っている。

今後は、歩行データや健康指標を組み合わせた分析を進め、エビデンスに基づくウォーキング事業の評価手法を構築するとともに、地域活性化や健康寿命の延伸に資する研究へ発展させることを目指している。



今後の展望

福井県でウォーキングが必要な理由について伝え、その過程で、ノルディックウォーキングやポールウォーキングの体験、歩行測定を利用してデータの蓄積を行い、健康増進に向けて分析を行いたい。福井県では、冬場のインドアスポーツが有効であり、ウォーキングについてもその観点で進められればと考えている。

Department of Sports and Health Sciences

Key words

Community-based activities, gait speed, stride length, and weight-bearing index



Ph.D. (Medical Science) / Professor

Takahiko Sakazaki

Education

National Institute of Fitness and Sports in Kanoya, Faculty of Physical Education, Nagoya University, Graduate School, Education and Human Development, Doctor Course Previous Term,
Nagoya University, Graduate School, Division of Medical Sciences, Doctor Course, Accomplished Credits for Doctoral Program

Professional Background

Sports Research Center, Otemon Gakuin University/Staff

Consultations, Lectures, and Collaborative Research Themes

Lifestyle and health counseling, Nordic walking and pole walking experience, gait measurement

e-mail address

t-sakazaki@fukui-ut.ac.jp



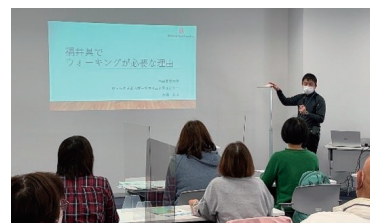
Main research themes and their characteristics

Promoting Health and Revitalizing Communities Through Walking and Sports Initiatives

My research clarifies the effects of community-based walking events on health promotion and regional revitalization. During the COVID-19 pandemic, I investigated the effectiveness of Nordic walking events conducted under infection prevention measures and surveyed local government employees regarding their perceptions of Nordic walking. These studies demonstrated effective methods for safely conducting walking events during the pandemic and suggested the potential to develop health tourism initiatives.

In recent years, I have collaborated with local governments and event organizers to analyze questionnaire surveys of walking event participants. By providing feedback on the survey results to event organizers, my research has enhanced the improvement and sustainable management of these events. Additionally, I have examined participants' characteristics and changes in attitudes among repeat participants, proposing strategies to promote community health and social interaction through walking.

Looking ahead, I aim to integrate walking data with health indicators to develop evidence-based evaluation methods for walking programs. Ultimately, my goal is to advance research contributing to regional revitalization and the extension of healthy life expectancy through community-based walking initiatives.



Future prospects

We aimed to communicate the importance of walking in Fukui Prefecture. As part of this effort, we plan to experience Nordic and pole walking, utilize gait measurements to collect data, and analyze them for health promotion. Because indoor sports are particularly effective during winter in Fukui Prefecture, we also hope to promote walking from this perspective.