

研究タイトル:

身体に負荷の少ない合理的な運動動作

氏名:	岩田 大助 / IWATA Daisuke	E-mail:	iwata@kumamoto-nct.ac.jp
職名:	准教授	学位:	学士(体育学)
所属学会・協会:	日本ゴルフ学会 九州ゴルフ学会		
キーワード:	ゴルフ スイング		
技術相談 提供可能技術:			

研究内容: ゴルフスイングにおける身体に負荷の少ない合理的な運動動作

ゴルフは特に激しい動きを伴わない運動であるが、競技者や愛好者においてケガや故障は少なくはない。またその箇所も様々で、それらの原因は身体に負荷のかかりすぎるスイング動作にある。特に幼少から飛距離を出すことを目的としたスイングの練習を継続すると、腰・股関節・首・背中・手首などに過度の負荷がかかるスイングが身に付いてしまう。さらに、このように身体に過度な負荷がかかるゴルフスイングを身に付けてしまった結果、身体に慢性的な疾患を持ってしまう場合があり、ゴルフのプレー以外に普段の生活環境にも大きな影響を受けてしまう恐れがある。そのことから、ゴルフスイングは身体に負荷の少ない合理的なスイングを構築し、健康でかつ合理的なスイングを身に付ける事が求められる。ゴルフは、スイングにおいてはクラブを振ることで肩甲周辺の筋肉をストレッチする事ができ、ラウンド中の移動でウォーキングが出来る。そのような側面から、健康的なスポーツといえる。

提供可能な設備・機器:

名称・型番(メーカー)	