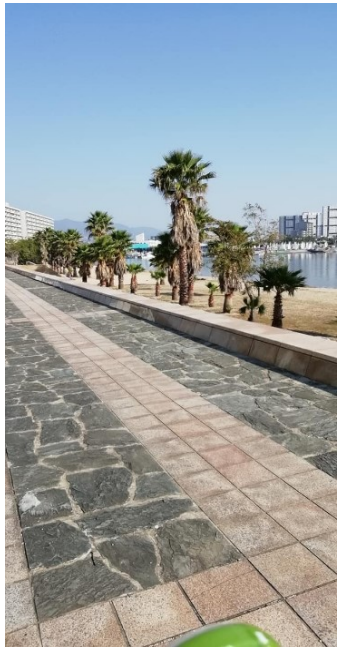
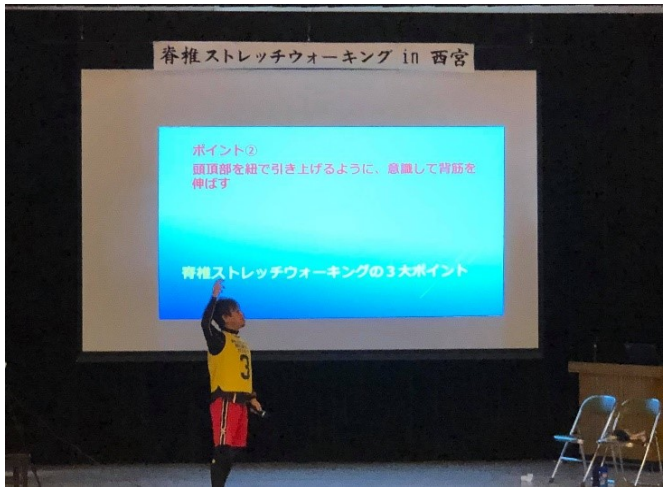
脊椎ストレッチウォーキング大会全記録（兵庫県下の医師会と共同開催した大会）

健康スポーツ関連施設連絡協議会

回	主催医師会	大会タイトル	日　　時	会　　場	コ　ー　ス	健　康　講　話　（演者と演題）	定員	参加者数	特記事項
1	神戸市垂水区	in垂水	平成14年9月19日（木）14：00～16：30	KTVフィットネス フレスコ	海岸通、アジュール舞 子周辺遊歩道	河村剛史「長寿の道は自立自尊」	200	115	
2	姫路市	in姫路城	平成14年10月5日（土）14：00～16：30	日本城郭研究センター	姫路城遊歩道	西庵克彦「生活習慣病とウォーキングについて」	200	190	
3	三田市	in三田	平成14年10月14日（月）10：30～13：00	NASウッディタウン	はじかみ池公園遊歩道	河村剛史「長寿の道は自立自尊」	300	127	
4	神戸市兵庫区	ふれあい兵庫健康福祉フェア	平成14年10月26日（土）	キャナルタウン広場 （JR兵庫駅前）	キャナルタウン広場	脊椎ストレッチウォーキングとは	200	200	
5	洲本・津名・三原	淡路ふれあいの祭典健康ｲﾍﾞﾝﾄ	平成14年11月9日（土）14：00～16：30	一宮町ふるさとセン ター	一宮町ふるさとセン ター	河村剛史「長寿の道は自立自尊」	200	200	
6	尼崎市	in武庫川	平成14年11月9日（土）14：00～16：30	尼崎西高等学校	武庫川河川敷コース	武田俊彦「生活習慣病とウォーキング」	200	194	
7	神戸市須磨区	in神戸総合運動公園	平成15年3月22日（土）14：00～16：30	グリーンアリーナ神戸	神戸総合運動公園 ウォーキングコース	河村剛史「長寿の道は自立自尊」	300	186	
8	川西市	in川西	平成15年5月11日（日）10：30～13：00	川西小学校	猪名川河川敷　4キロコース	貴田誠「生活習慣病とウォーキングについて」	300	163	雨天のためウォーキング 実践中止、会場内指導
9	三田市	in三田2003	平成15年9月23日（火）10：30～13：00	ホロンピアホール	深田公園遊歩道	山本元「生活習慣病とウォーキング」	200	54	
10	明石市	in明石	平成15年10月19日（日）10：00～12：30	明石市生涯学習セン ター分室	明石公園遊歩道	山本英明「なぜ運動が必要か」	300	233	
11	神戸市須磨区	in神戸総合運動公園	平成16年3月20日（土）14：00～16：30	グリーンアリーナ神戸	神戸総合運動公園 ウォーキングコース	横山裕司「運動の効果」	300	114	
12	三田市	in三田2004	平成16年5月23日（日）10：00～12：30	ホロンピアホール	深田公園遊歩道	山本元「生活習慣病とウォーキング」	200	78	
13	加古川市加古郡	in加古川	平成16年6月27日（日）14：30～17：00	加古川ウェルネスパー ク	平荘湖周辺遊歩道	後藤義人「ウォーキングの効果～整形外科の立場より～」	200	182	
14	明石市	in明石2004	平成16年9月26日（日）10：00～12：30	明石市生涯学習セン ター分室	明石公園遊歩道	向畑良作「足について」	300	223	
15	神戸市北区	in北神戸	平成16年10月10日（日）10：00～12：30	富士ｾﾞﾛｯｸｽｽﾍﾟｰｽｱﾙ ﾌｧ神戸	会場周辺遊歩道	上村寛「スポーツと健康」	200	93	
16	高砂市	in高砂	平成16年11月7日（日）10：00～12：30	高砂市総合運動公園 陸上競技場	総合運動公園コース	増田章吾「生活習慣病と運動」	200	153	

17	神戸市須磨区	in神戸総合運動公園	平成17年3月21日（月）14：00～16：30	グリーンアリーナ神戸	神戸総合運動公園 ウォーキングコース	賀来正俊「健康運動の落とし穴」	300	130	
18	宍粟郡	in宍粟	平成17年9月19日（月）9：30～12：00	宍粟市波賀B&G海洋 センター	メイプルスタジアム周 辺コース	藤多和彦「生活習慣病の予防」	200	150	
19	神崎郡	in神崎2005	平成17年10月2日（日）10：00～12：30	市川町文化センター	市川ひまわりホール周 辺コース	松岡伸二「健康スポーツよもやま話」	200	145	
20	明石市	in明石2005	平成17年10月16日（日）10：00～12：30	明石市生涯学習セン ター分室	明石公園遊歩道	鈴木光太郎「メタボリックシンドロームについて」	300	187	
21	相生市	in相生2006	平成18年3月26日（日）10：00～12：30	相生市民会館	みずべのさんぽみち	栗尾重徳「腰痛とウォーキング」	200	198	
22	神戸市東灘区	in東灘2006	平成18年9月28日（木）13：30～16：00	東灘区役所	住吉川河川敷コース	賀来正俊「健康スポーツ・健康運動の落とし穴・PARTⅡ」	100	107	3キロコースのみで実施
23	西宮市	2006in西宮	平成18年10月15日（日）10：00～12：30	県立総合体育館	鳴尾浜周辺コース	御幡千里「生活習慣病と運動療法」	200	111	
24	明石市	in明石2006	平成18年10月29日（日）10：00～12：30	明石市生涯学習セン ター分室	明石公園遊歩道	石田義裕「循環器・呼吸器におよぼす運動の効果」	300	176	
25	尼崎市	in尼崎	平成19年10月14日（日）10：00～12：30	園田学園女子大学	庄下川周辺コース	長谷川吉昭「メタボリックシンドロームについて」	200	97	
26	三田市	in三田2007	平成19年10月21日（日）10：00～12：30	ホロンピアホール	深田公園遊歩道	山本元「メタボリックシンドロームと脊 椎ストレッチウォーキング」	200	81	
27	明石市	in明石2007	平成19年10月28日（日）10：00～12：30	明石市生涯学習セン ター分室	明石公園遊歩道	臼井康雄「ウォーキングのすすめ」	300	94	
28	神崎郡	in神崎2007	平成19年11月18日（日）9：30～12：00	市川町文化センター	市川ひまわりホール周 辺コース	大野憲一「膝関節症とウォーキング」	200	90	
29	加古川市加古郡	in加古川	平成20年3月9日（日）10：00～12：30	加古川ウェルネスパー ク	平荘湖周辺遊歩道	稲田学「ライフスタイルウォーキング」	200	232	
30	明石市	in明石2008	平成20年10月19日（日）10：00～12：30	明石市市民会館	大蔵海岸遊歩道	江本隆一「生活習慣病からみた運動のすすめ」	300	252	
31	西宮市	in西宮2008	平成20年11月16日（日）10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	満田基温「腰痛予防としての歩き方」	200	103	
32	兵庫県	健康スポーツシンポジ ウム	平成20年11月30日（日）13：00～16：00	兵庫県医師会館		河村剛史「長寿の道は自立自尊」パネルディスカッション	200	107	
33	たつの市揖保郡	in新舞子	平成21年3月29日（日）10：00～12：30	御津文化センター	新舞子ルート　4キロ・6キロコース	西川光博「変形性膝関節症」	300	183	
34	明石市	in明石2009	平成21年10月4日（日）10：00～12：30	明石市市民会館	大蔵海岸遊歩道	中村守「運動とケガ」	300	126	

35	尼崎市	in尼崎2009	平成21年10月18日（日） 10：00～12：30	武庫南小学校	武庫川河川敷コース	朝田真司「心臓突然死について」	200	50	
36	神崎郡	in神崎2009	平成21年10月25日（日） 10：00～12：30	市川町文化センター	市川ひまわりホール周 辺コース	藤川泰博「健康なハートとともに」	200	83	
37	西宮市	in西宮2009	平成21年11月15日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	松島洋之「片寄ったダイエットをしていませんか？」	200	143	
38	小野市 加東市	in小野加東2010	平成22年3月7日（日） 10：00～12：30	滝野図書館	播磨中央公園	金岡保「脚の動脈硬化症の話」	200	103	荒天のため3キロコース のみで実施
39	明石市	in明石2010	平成22年11月3日（水） 10：00～12：30	明石市市民会館	大蔵海岸遊歩道	多胡博之「骨も鍛える」	300	282	10キロコース新設
40	明石市	in明石2011	平成23年11月3日（木） 10：00～13：30	明石市市民会館	大蔵海岸遊歩道	光田昌弘「中高年のためのウォーキング」	300	319	
41	西宮市	in西宮2011	平成23年11月13日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	木下理恵「有酸素運動の有用性について」	200	109	
42	明石市	in明石2012	平成24年10月21日（日） 10：00～14：00	明石市市民会館	大蔵海岸遊歩道	宮田啓介「腰痛予防にウォーキングは有用です」	300	269	第10回記念大会
43	西宮市	in西宮2012	平成24年11月11日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	御幡千里「いきいきとした老後のために」	200	53	雨天により一部内容変更
44	西宮市	in西宮2013	平成25年11月10日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	松島洋之「続けよう、ウォーキング！」	200	98	開始時点まで雨が降り、 参加者減。申込数の半分 以下。
45	西宮市	in西宮2014	2014年9月28日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	松尾信昭「伸ばそう！スポーツで健康寿命を！」	200	186	晴天に恵まれ、200名の 申込者の9割以上が参 加。
46	西宮市	in西宮2015	2015年11月8日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	藤田雅史「防ごうロコモ！健康で自立した老後のために」	200	108	雨天のため参加者申込 時から半減
47	西宮市	in西宮2016	2016年11月13日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	勝部芳樹「心とからだの健康管理：「にこにこ運動」のすすめ」	200	141	
48	西宮市	in西宮2017	2017年11月12日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	福井威志「生活習慣病と運動療法について」	200	159	
49	西宮市	in西宮2018	2018年11月11日（日） 10：00～12：30	夙川公民館	夙川オアシスロード	横部弘「歩くためのテーピング／よこちゃんの貼ったろか」	200	119	
50	西宮市	in西宮2019	2019年11月10日（日） 10：00～12：31	夙川公民館	夙川オアシスロード	北垣幸央「ウォーキングで叶えましょう：『さようなら、認知症』」	200	114	

合計　7,410

in西宮2018の写真