

ISSN 2186 – 3989

外国学会発表報告

16th Asian Confederation for Physical Therapy Congress 2023(ACPT2023)

2023 年 11 月 25 日（土）～ 26 日（日）バンコク（タイ）

医療保健学部 岡山 裕美, 大工谷 新一

北 陸 大 学 紀 要
第56号(2024年3月)抜刷

外国学会発表報告

16th Asian Confederation for Physical Therapy Congress 2023 (ACPT2023)

2023 年 11 月 25 日 (土) ~ 26 日 (日) バンコク (タイ)

医療保健学部 岡山 裕美, 大工谷 新一

発表題目: The influence of different environmental temperatures
on the effectiveness of dynamic stretching

今回の学会発表では、「環境温度の違いがダイナミックストレッチングの効果に及ぼす影響」について発表した。発表の際には、他国の方々からも質問をいただいた。1つの事象をみた際の捉え方が異なることを経験し、多角的な視点の重要性を再認識した。発表以外には、機器の展示がなされており、日本では使用されていない機器について学び、実際に体験することで日本の機器との違いを実感することができた。また、学会場では、他国の方々との交流もあり異文化の違いを感じ、良い経験となった。国際学会は国内学会の開催内容とは異なり、ブレイクタイムや昼食時には会場で飲食をし、交流を深める機会が設けられていた。今回の学会参加のように日本から一歩外に出て、多くの刺激を受け経験することはとても良い機会であった。



以下に、学会発表の内容について記す。

本研究の目的は、環境温度の違いがダイナミックストレッチングの効果に及ぼす影響について検討することであった。対象は、日常的にストレッチを行う習慣のない健常男子大学生 20 名であった。対象を 10 度未満の環境下で課題を実施する群と、30 度以上の環境下で課題を実施する群の 2 群に分けた。課題は、利き脚の膝関節屈曲筋群に対するダイナミックストレッチングであった。この課題実施前後には、SLR 角度と膝関節伸展筋群の等速性筋力の測定を行った。その結果、ダイナミックストレッチングのような筋収縮を伴うストレッチングや軽負荷運動が、10 度未満の環境下で筋の柔軟性を維持するために役立つ可能性が示唆された。

