

# 日本健康運動看護学会



# 目 的

- ◆ 健康のための運動、あるいは運動を手段とした健康回復、に関する学理及びその応用についての研究発表、知識の交換、会員相互及び内外の関連学会との連携協力等を行うことにより、健康目的の運動について進歩普及を図り、もってわが国の健康運動看護学の発展に寄与する。

# 事業

- ◆ 研究発表会、講演会等の開催
- ◆ 研究誌その他の刊行物の発行
- ◆ 健康運動看護師（通称：健康スポーツナース）の認定と教育
- ◆ 研究の奨励及び研究業績の表彰
- ◆ 関連学術団体との連絡及び協力ならびに交流の推進
- ◆ 一般市民向け健康運動の普及活動
- ◆ その他目的を達成するために必要な事業

# 健康スポーツナーズは

- ◆「発育・発達」を意図し、運動機能評価を行う。
- ◆「健康づくり」を意図した運動指導を行う。
- ◆「健康回復」を意図し、運動を用いた看護介入を行う。
- ◆地域のスポーツイベントへの同行・支援を行う。
- ◆生涯、運動を通じた健康づくりを行う。



# 基本概念

- ◆ 人は運動以外では発達し得ない生体機能がある。(生活機能の拡張)
- ◆ 人は運動でしか負わない生体リスクがある。  
(スポーツ傷害、健康傷害)



# 看護師は生活者として人を看る

- ◆「健康レベル」のどの段階においても
- ◆「発達課題」のどの段階においても

日常生活の自立及び健康づくりを目的に、  
運動を手段とした看護介入を行う。



# サポートシステム

理学療法士・  
運動療法士・  
トレーナー等

【課 題】

お互いがどう結びつくか

クライアント

＜看護ケア＞

どのようにしたら生体  
機能の拡張ができるか  
実践指導を行う

＜治療・診断＞

生体機能の拡張を調べる

医 師

看護師

運動により  
どの程度リスクを負うか  
明らかにする

リスクを予防する方法  
を指導する

報告・相談・依頼・確認

# 対象別

- ◆ 小児 …… 発育・発達を目的とした運動
- ◆ 母性 …… 更年期障害の予防  
よりよい妊娠・出産を目的とした運動
- ◆ 成人 …… メタボ予防、ロコモ予防、健康づくりを  
目的とした運動
- ◆ 高齢者 …… 自立した生活を目的とした運動



生涯、スポーツを通じた健康づくり

# 運動の目的

- ◆ 健康志向（体力向上）
- ◆ 健康回復（リハビリテーション）
- ◆ 競技



# 運動の効果

◆ 健康志向(体力向上)

➡  $\frac{QOL + \alpha}{\text{自己実現}}$

◆ 健康回復(リハビリテーション) ➡ 治療成果

◆ 競技

➡ 記録



# 理事

- ◆ 鶴田 来美 (宮崎大学医学部看護学科)
- ◆ 根本 清次 (宮崎大学医学部看護学科)
- ◆ 野間口千香穂 (宮崎大学医学部看護学科)
- ◆ 日高真美子 (宮崎大学医学部附属病院)
- ◆ 赤星 誠 (宮崎県立看護大学)
- ◆ 串間 秀子 (宮崎県看護協会)

# 監 事

- ◆ 佐伯 綾子(宮崎県看護協会)
- ◆ 宮崎 茂明(宮崎大学医学部附属病院)



# 評議員

- ◆ 林 チエ子（宮崎県看護協会）
- ◆ 瀧口 俊一（宮崎市保健所）
- ◆ 日吉真理子（健康運動指導士会）
- ◆ 草場 ヒフミ（宮崎大学医学部看護学科）
- ◆ 帖佐 悦男（宮崎大学医学部医学科）
- ◆ 長谷川珠代（宮崎大学医学部看護学科）

# 平成22年度 活動計画

◆ 学術集会の開催

平成22年10月10日(日)予定

◆ 「健康スポーツナース」セミナー開催



# 事務局

✦ 889-1692

宮崎市清武町木原5200

宮崎大学医学部看護学科 地域・精神看護学講座

連絡先: 0985-85-9732(長谷川)

0985-85-9844(山内)

