

原著論文

若年女性における歩行の美しさの印象を決定する要因の検討

Investigation of parameters that determine the impression of gait beauty in young women

新井 彩

Aya ARAI

Abstract

The purpose of this study was to clarify what kind of movements young women generally see and find beautiful, with respect to the walking movements of women of their age. First, two healthy young women (tall and short stature; the following is a “model”) were instructed to walk under eight different stride conditions controlled with 120bpm, and the videos of the sagittal plane were taken from the side. Next, 15 women of the same age as the model participated as evaluators. The walking videos of the models were displayed on the monitor, and the beauty of gait was evaluated by the evaluators. The Visual Analog Scale (VAS) was used as the evaluation scale, and the degree of beauty was subjectively judged.

Regardless of the height of the model, the walking motion of each model was evaluated as more beautiful when the stride length increased from 25 cm to 75 cm. The highest score was obtained when the stride length was 75 cm. Then the models walked with wider stride and the evaluation was significantly lower than earlier. The present study suggests that aiming for beautiful walking gait implies walking with a slightly wide stride.

キーワード：歩行, 歩幅, 美しさ, 印象, ビジュアルアナログスケール,
gait, stride-length, beauty, impression, Visual Analog Scale,

1. 緒言

ヒトの直立二足歩行は、立位姿勢を保持しながら全身を移動させる主たる移動運動であり、日常生活で行う基本動作である。歩行は単なる移動運動だけに留まらず、気軽に楽しめる運動として多様化して扱われている。運動能力の評価として用いられる歩行のパラメータとしては、歩幅、歩行速度、歩行率等があり、最速歩行時のパラメータがより加齢変化による運動能力を反映するとされている(衣笠ほか, 1994, p.350)。歩行中の筋活動を観察した先行研究(松井ほか, 2017, pp.243-244)では、通常歩行に

比べて速歩行で下肢筋活動が全体的に増加傾向にあり、特に歩幅増の速歩行が高い筋活動を示したとしている。このことから、様々な歩き方が異なった種々の筋肉を鍛えることにつながり、通常より歩幅を広げて速く歩こうとするアプローチによって、より有効な運動となる可能性が示されている。また、理学療法評価においては、その人の持つ歩行能力をパフォーマンスとしてよりの確に引き出すには、最適歩行より最速歩行の方が優れている(村田ほか, 2004, p.222)とされ、歩幅を広げることや、速く歩くということが一定の目標になり得ることを示