



3Dセンサによる歩行時衝撃分析システム「セーフティウォークナビ」

SAFETY WALK NAVI



セーフティウォーキングで
元気に美しく!

監修：アスレチックトレーナー
健康運動指導士
土井 龍雄

「セーフティウォークナビ」は3Dセンサで歩行時の衝撃を分析し、
正しく綺麗な歩き方の指導をするためのシステムです。

3Dセンサで歩行状態を評価・分析 測定時間はわずか1分!

1

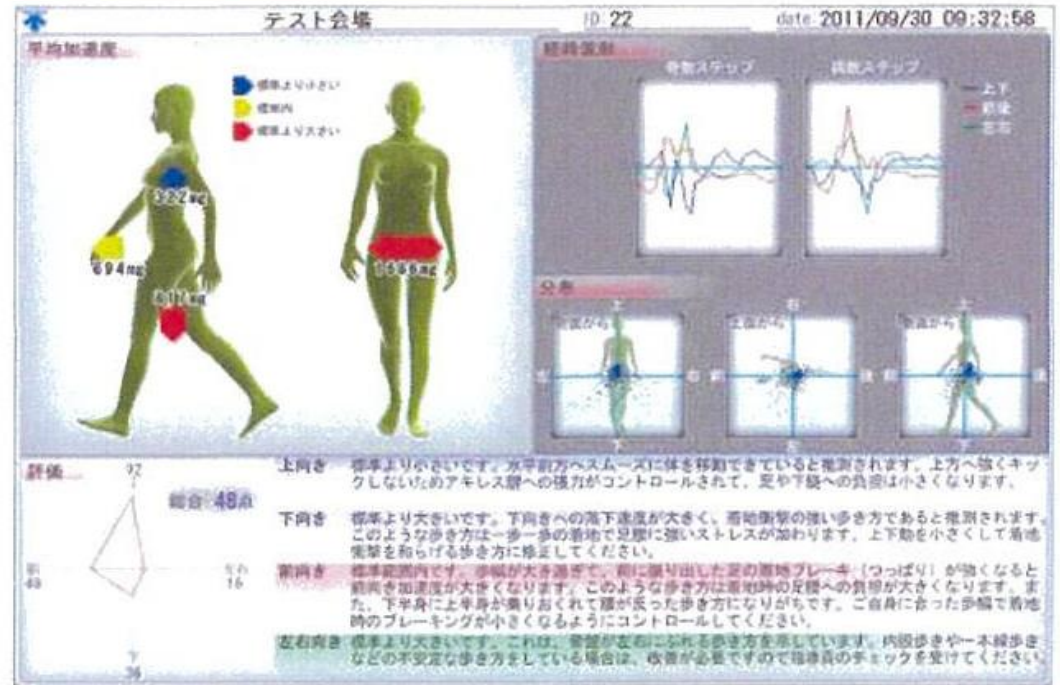
測定《加速度の測定》

3Dセンサを装着して瞬時に上下・左右・前方の最大平均加速度を算出します。

2

分析・評価《歩行状態の確認》

経時波形や分布図から、歩行時の動きを分析し、点数化します。



3

アドバイス《歩き方をアドバイス》

歩行状態に応じた適切なアドバイスを表示するとともに、セーフティウォーキングのポイントも印刷する事ができます。

キングのすすめ

と、40歳以上の日本人のうち470万人がひざや膝などに何らかの障害があるとされています。膝痛や膝力低下、バランス機能の低下などを加えると歩行姿勢の悪化となります。このような体とその機能の変化を考慮して、一人一人に合った歩き方と歩くための各種整備が必要で、それを「セーフティウォーキング」と呼んでいます。

キングの歩き方

- ① 無理のない歩幅で歩く
- ② 背骨・背骨・膝をまっすぐに保って歩く
- ③ 左右の足の間隔をとって歩く
- ④ つま先とひざを進行方向に向けて歩く
- ⑤ 上下動を小さくして歩く。



加速度測定による歩き方チェック

歩行では、体が上下・左右に動きながら前方へ移動します。体が動く速さには変化が生じますが、この変化の割合は加速度で表すことができます。例えば、体が上に大きく跳しような歩き方は、上下の加速度が大きくなり、着地への衝撃が大きくなります。それに対して上下動の小さい滑らかな歩き方は、加速度が小さくなり、着地への衝撃も小さくなります。このように、加速度測定をすることにより、歩き方と体への負担度を推測することができます。

*詳細は、「歩行寿命が延びる「セーフティウォーキング」」(三友堂)をご参照ください。

監修：アスレチックトレーナー 健康運動指導士 土井 龍雄