

## 編集後記

スポーツ医学の起源は、約 4,000～5,000 年前の紀元前古代インド（インダス文明）に遡るとされています。当時の遺跡から、現代の「ヨガ」の起源とも考えられるさまざまなポーズをとる神像が発見されていることより、これらの体位や緩やかな運動を健康法に取り入れていたことが考えられています。また同じ時期、中国では後の気功につながる「導引」や呼吸法としての「吐納術」についての記述がみられます。当時の生活が狩猟中心だったことを考えると、猛獣の攻撃から身を守るため獣や鳥の動きに気を合わせるため、野生動物の動きを真似た健康法である「導引」が生まれたのも当然かもしれません。この「導引」は、その後、中国武術の一つであり医療体操としても取り入れられた「功夫 (Kung Fu)」や、5 世紀に起源をもつ太極拳 (Tai Chi Chuan) へ大きな影響を与えているとされています。

野生動物の動きを真似た健康法！ 私は最近、学会や講演などで訪問する際に、その地域の山野を巡る機会を積極的にもつようにしています。そんな中で、時折見かける野生動物たち（鹿、キツネ、タヌキ、カモシカ、テン、ハクビシン、野鳥など）の動きに感動して、しばし立ち止まる瞬間があります。彼らのはっきりした目的（採餌、逃走、求愛など）に向かう動きの中には、長い進化の過程で合目的に変容してきたシンプルかつエコノミカルな要素が含まれているように思えます。森の中で出会った動物の動きは、私にとってどのオリンピックの動きよりも、効率的、躍動的、感動的に映ってしまいます。より速く、より高く、より経済的に（持久的に）、より魅力的に動くためには、動物観察から始めるべきかもしれません。この週末も、新たな健康法を探しに森に向かおうと思います。何だかわくわくしてきました。

（熊井 司）

令和 8 年 3 月 19 日発行

**関節外科－基礎と臨床－** Journal of Joint Surgery Vol.45 No.3

発行：年 14 回（年 12 回発行＋増刊号 2 回）

**編集顧問** 高倉義典／進藤裕幸／筒井廣明／吉矢晋一／帖佐悦男

**編集主幹** 高平尚伸

**編集委員** 岩堀裕介／内尾祐司／尾崎敏文／岡崎 賢／國吉一樹／大島精司／兼氏 歩／谷口 晃

**発行人** 吉田富生

**発行** (株)メジカルビュー社

〒162-0845 東京都新宿区市谷本村町 2-30

TEL 03-5228-2050／FAX 03-5228-2059

ホームページ <https://www.medicalview.co.jp>

email eigyo@medicalview.co.jp（営業部）

jjs@medicalview.co.jp（『関節外科』編集部）

**印刷所** 三報社印刷（株）／〒136-0071 東京都江東区亀戸 7-2-12

・本誌に掲載された著作物の複製権、翻訳・翻案権、二次的著作物利用権、上映権、データベースへの取り込みおよび公衆送信権（送信可能化権を含む）、譲渡権等は（株）メジカルビュー社が保有します。

・**JCOPY** <出版者著作権管理機構 委託出版物>

本誌の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。複製される場合は、そのつど事前に、出版者著作権管理機構（TEL 03-5244-5088, FAX 03-5244-5089, email info@jcopy.or.jp）の許諾を得てください。

・本誌をコピー、スキャン、デジタルデータ化するなどの複製を無許諾で行う行為は、著作権法上での限られた例外（「私的使用のための複製」など）を除き禁じられています。大学、病院、企業などにおいて、研究活動、診察を含み業務上使用する目的で上記の行為を行うことは私的使用には該当せず違法です。また私的使用のためであっても、代行業者等の第三者に依頼して上記の行為を行うことは違法となります。

広告申込先：（株）文 栄 社 〒113-0033 東京都文京区本郷 3-9-5 NK 本郷ビル 5 階 TEL 03-3814-8541