

用語の説明

あ行

エビデンス (42)

ある病気・怪我・病状に対して、効果があることを示す証拠や検証結果・臨床結果のこと。

か行

クラブマネージャー (47)

総合型地域スポーツクラブ全体の経営管理を行う立場にある人のことを指す。

さ行

スキル (44、48、49、53、54)

物事を行うための能力のこと。

総合型地域スポーツクラブ (14、15、34、45、46、47、52、53、57)

幅広い世代の人々が、各自の興味・競技レベルに合わせて、さまざまなスポーツに触れる機会を提供する地域密着型のスポーツクラブのこと。

た行

トレイルラン (54)

トレイルランニングのことで、舗装路以外の山野を走る中長距離走の一種。

ね行

ネガティブ (34)

悪い方向の思考のこと。

は行

バーンアウト (48)

激しい運動による筋肉等の疲労障害を指す。

フレイル (56)

高齢者の身体機能や認知機能が低下して虚弱となった状態を指す。

ボトムアップ (57)

現場に携わる者が提案や試算を行って組織の上層部へ提議し、これを組み上げて意思決定をする流れを指す。

ま行

メタボリックシンドローム (1、42)

内臓脂肪型肥満に高血糖・高血圧・脂質異常症のうち2つ以上の症状が一度に出ている状態のこと。

モチベーション (49)

物事を行うための動機や意欲のこと。

ら行

ロコモティブシンドローム (42)

運動器の障害により要介護になるリスクの高い状態になること。

A

ADL (37、54)

Activities of Daily Living (日常生活動作) の略。食事・更衣・移動・排泄・整容・入浴など生活を営む上で不可欠な基本的行動を指す。

Q

QOL (1、41、42、54)

Quality Of Life (クオリティ・オブ・ライフ) の略。一人一人の人生の内容の質や社会的にみた生活の質のこと。