



2017/12/15 [FRI] 15:00-18:00

健康長寿社会を つくる革新的運動 プログラムの創出

～日本発の「グローバルスタンダード」を目指して～

東京大学スポーツ先端科学研究拠点×立命館大学スポーツ健康科学研究センター

協同シンポジウム



東京大学スポーツ先端科学研究拠点と立命館大学スポーツ健康科学研究センターは、双方の研究成果を社会に還元するとともに、スポーツ医学・科学及び健康科学の更なる発展に貢献することを目的として連携協定を締結いたしました。今回は、協定締結後初の活動として「健康長寿社会」の実現のために有用な、革新的運動プログラムの創出に向けた協同シンポジウムを開催いたします。

これまでの研究成果として、東京大学には「スロートレーニング」、「認知動作型トレーニング」、立命館大学には「タバタトレーニング」などがあります。将来的にこれらを含む双方の研究成果を有機的に結びつけ、サルコペニア、ロコモティブシンドローム、生活習慣病、認知症の予防・改善に効果的な、統合的運動プログラムの基本概念を創出することを目指します。

【お申し込み】

<https://goo.gl/gh4P5R>



【お問い合わせ】

立命館大学スポーツ健康科学研究センター
事務局 三木・相川

E-mail: r-miki-a@st.ritsumei.ac.jp

Tel: 077-561-2802 (平日9:00-17:30)

【概要】

日 時：2017年12月15日（金） 15:00-18:00 （受付開始14:30）

場 所：立命館東京キャンパス

（〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-7-12 サピアタワー8階）

※ご来場の際は、サピアタワー 3階受付にお越しください。

定 員：100名（要申込み・先着順）

参加費：無料

主 催：東京大学スポーツ先端科学研究拠点、立命館大学スポーツ健康科学研究センター

【プログラム】

15:00 -15:05	開会挨拶 東京大学大学院総合文化研究科 教授／スポーツ先端科学研究拠点長 石井 直方
15:05 -15:25	タバタトレーニングの理論 立命館大学スポーツ健康科学研究科 教授／スポーツ健康科学研究センター長 田畑 泉
15:25 -15:45	スロートレーニングのメカニズムと効果 東京大学大学院総合文化研究科 教授／スポーツ先端科学研究拠点長 石井 直方
15:45 -16:05	様々な運動に対する代謝・内分泌動態 立命館大学スポーツ健康科学研究科 教授 後藤 一成
16:05 -16:25	トレーニング効果をさらに高める方法はあるか 東京大学大学院総合文化研究科 教授 八田 秀雄
16:25 -16:35	休憩
16:35 -16:55	HIIT（High-intensity interval training）と認知機能改善 立命館大学スポーツ健康科学研究科 教授 橋本 健志
16:55 -17:15	ウェアラブルセンサを用いた歩行・走行動作の評価 東京大学大学院新領域創成科学研究科 准教授 福崎 千穂
17:15 -17:35	心血管疾患リスクを軽減する運動と効果機序 立命館大学スポーツ健康科学研究科 教授 家光 素行
17:35 -17:55	ヒトの運動学習能力を測る 東京大学大学院教育学研究科 教授 野崎 大地
17:55 -18:00	閉会挨拶 立命館大学スポーツ健康科学研究科 教授／スポーツ健康科学研究センター 副センター長 伊坂 忠夫