

日本体力医学会評議員申請要項

評議員に申請をされたい方は申請書類を評議員会開催2ヶ月前までにご提出下さい。

I. 申請資格について

下記、**評議員選考内規**をご参照下さい。

◎日本体力医学会評議員選考委員会評議員選考内規

昭和62年10月7日改定
平成6年11月18日改定

1. 評議員候補者は、7年以上継続した正会員歴を有していなければならない。
2. 評議員候補者は、7年以上の研究歴を有し、体力医学、運動生理学、スポーツ医学などに関する十分な研究業績の著書、原著論文などの業績発表を有していなければならない。
3. 評議員候補者は、評議員3名の推薦をうけて、入会年月日を明記した履歴書および業績目録を添えて、評議員会開催2カ月前迄に評議員選考委員会に申請しなければならない。
4. 日本体力医学会の学会運営に必要と認められるものは、必ずしも上記条件を満たしていなくとも評議員選考委員会の議を経て、その推薦により評議員候補者となることができる。
5. 評議員選考委員会は、推薦された評議員候補者を審議し、評議員の資格を有すると認められたものを、理事会へ報告し、評議員会に推薦する。

付 則

1. 体力医学に係る領域の研究で博士の学位を取得している場合には別途考慮する。
2. 日本体力医学会より授与された日本体力医学会健康科学アドバイザーの称号を有する場合には別途考慮する。
3. 研究業績については、原則として、体力医学に係る原著論文が5編以上あることを基準として、評議員選考委員会で審議する。
4. 申請書類の送付先は一般社団法人 学会支援機構内 日本体力医学会評議員選考委員会とする。

II. 申請手続きについて

下記書類をHPの評議員申請(<http://www.jspfsm.umin.ne.jp/councilor/index.htm>)からダウンロードの上、ご記入・ご提出下さい。

- 1) 評議員推薦書（評議員3名の署名・捺印が必要です）
- 2) 履歴書
- 3) 研究業績

III. 承認までの流れについて

- ① 評議員会開催2ヶ月前（7月中旬頃）までに申請書類を提出いただく。
- ② 提出期間満了後に評議員選考委員会で確認・選考を行う。
- ③ 9月理事会および評議員会総会において報告・承認を行う。

■申請書提出先

〒112-0012 東京都文京区大塚5-3-13 小石川アーバン4階
一般社団法人 学会支援機構内
日本体力医学会評議員選考委員会
Tel：03-5981-6015（学会専用） Fax：03-5981-6012（学会支援機構）
E-mail：jpfsm@asas.or.jp

評議員選考委員長 吉岡利忠

日本体力医学会臨時理事会（2012年11月）議事録

日 時：2012年11月9日（金）午後5時30分～7時30分

場 所：八重洲倶楽部第2会議室

議 長：下光輝一理事長

出席者：下光輝一、碓井外幸、小野寺昇、勝村俊仁、川久保清、下村吉治、鈴木政登、竹森 重、田中喜代次、田畑 泉、永富良一、浜岡隆文、福永哲夫、吉岡利忠（各理事）、小林康孝（監事）、松岡敏男（第67回大会事務局長・岐阜）

欠席者：荒尾 孝、大野 誠、川原 貴、栗原 敏、坂本静男、定本朋子、武政 徹、田中宏暁、西平賀昭、福林 徹、山内秀樹（各理事）、能勢 博（監事）

【審議事項】

1. 前回議事録の承認

理事会開催中に各自で前回議事要旨の内容確認を行い、訂正等がある場合は申し出ていただくこととし、理事会終了後に承認とすることとした。また、議事録署名人として下村、鈴木両理事が指名された。

2. 定款改定について（小野寺総務委員長）

前回の総会で法人化までのスケジュール案が承認されたのを受け、パブリックコメント手続き実施案について検討された。提示された資料により平成24年12月に体力科学へ募集開始を案内し、平成25年2月～4月の期間で学会HPにてパブリックコメントを募集（4月末日でパブリックコメント募集終了）。平成25年5月・6月で理事会・総務委員会で検討、修正事項をHP掲載。平成25年7月の理事会で最終案を決定。平成25年9月の総会にて承認という一連の流れが提示され、承認された。

「パブリックコメント」は「会員へのパブリックコメント（ご意見をお伺いします）」とし、会員の方のみから受け付ける形で、案内を行うということが決定された。

また、法人化された時の地方会の位置づけ（財務上の点や日本体力医学会の会員のみにつき等）について検討を行ったが、本理事会では結論が出なかったため、総務委員会で検討を行い、1月の理事会にて再度審議を行うこととした。

3. 長崎大会について（小野寺総務委員長）

総務委員会より第69回長崎大会の大会長候補者として、「菅原正志先生（長崎大学・教授）」を推薦したいと提案がなされ、理事会として第69回大会長候補者として総会で推薦する旨、承認された。また、第70回和歌山大会の大会長選考も順次進めるよう総務委員会に依頼された。

4. 健康科学アドバイザーについて（碓井称号委員長）

日本体力医学会が称号の認定を行う健康科学アドバイザーの商標登録について検討が行われ、審議の結果、登録名称を「日本体力医学会健康科学アドバイザー」

として商標登録を行うことが決定された。

5. 学会賞増設について（小野寺総務委員長）

前回理事会で審議された学会賞の増設について提案資料が提示され、説明がなされた。各学会賞の名称をどうするか、若手の定義をどうするか等、議論が行われたが、本理事会では結論が出なかったため、総務委員会で検討を行い、1月の理事会にて再度審議を行うこととした。

6. 編集委員会規程・体力科学投稿規定について（鈴木編集委員長）

前回理事会で検討が行われた編集委員会規程について、修正を行った旨の説明があり、提示された編集委員会規程が承認された。また、体力科学投稿規定も改定したい旨の提案があり、一部修正を行うことを前提に承認とした。

【報告事項】

1. 各種委員会報告

1) 編集委員会（鈴木委員長）

・総会で案内した学会誌要・不要のアンケート結果が報告された（メ切：10月末）。体力科学については、未回答：868名、不要：1,337名、必要：2,523名。JPFMSMについては未回答：2,647名、不要：1,179名、必要：902名という結果となった。これを踏まえて、削減が可能な印刷代の金額はJPFMSMで約417万円、体力科学誌が約100万円であり、郵送料は約160万円削減が可能となる見込みである旨、報告がなされた。

2) 渉外委員会（永富委員長）

・例年通りECSS、ACSMへの参加補助事業を行うこと及び募集方法は学会HPに掲載する予定である旨、報告された。

3) 男女共同参画推進委員会（田畑委員長）

・9月の学会中に第1回の委員会が開催された旨、報告された。
・男女共同参画学協会連絡会（任意団体）への入会について議論が行われ、来年度の予算に入会に係る費用の計上をしたい旨の提案がなされた。
・学会賞に女性賞を作ってはどうかの議論も出たが、まずはロールモデルになる女性の発掘・育成が必要の議論がされた旨、報告された。

4) ガイドライン検討委員会（川久保委員長）

・総会時にガイドラインのアンケートを配布したが、反響が小さかった旨及び今後も継続して行っていく旨、報告された。
・日本陸上競技連盟と合同で日本体力医学会として「市民マラソン参加者のための10の提言」を来年の春頃までに作成する予定である旨、説明がなされた。

2. 第67回大会（岐阜）の大会報告について

（松岡第67回大会事務局長）

演題数851題、参加者1,875名（事前・当日含め）と

過去最高の演題数・参加者であったこと、持久走は60名（男性：48名、女性：12名）の参加があったこと、大会運営で余った金額の内、50万円を東海地方会に寄付すること等の報告がなされた。また、会計報告は現在進めており、1月に報告を行う旨、説明がなされた。

3. 第68回大会（東京）の準備状況 （竹森第68回大会事務局長）

10月に第68回大会のHPが開設された旨、及び趣意

書を作成したので役員の先生方に宣伝をお願いしたい旨の依頼がなされた。

会期：2013年9月21日（土）－23日（月/祝日）

会場：日本教育会館、学術総合センター

4. その他（下光理事長）

11月7日に開催された運動指針改定検討会（厚生労働省）でレクチャーを行った内容の説明がなされた。

第71回日本体力医学会中国・四国地方会のご案内

期 日：平成25年5月18日（土）、19日（日）

会 場：徳島大学医学部青藍会館 1階 大会議室

（徳島市蔵本町三丁目18-15）

（<http://www.tokushima-u.ac.jp/access/kuramoto/>）

当番幹事：北岡 和義（徳島大学大学院）

プログラム

1日目：平成25年5月18日（土）

一般研究発表

特別講演「深く眠るとは？（仮）」

講師：勢井 宏義 先生

（徳島大学大学院HBS研究部統合生理学分野教授）

2日目：平成25年5月19日（日）

一般研究発表

学術集会参加、懇親会参加の申し込み：

4月26日（金）までにE-mailまたはFaxにて

学術集会参加費：

日本体力医学会員 無料（学会非会員 1,000円）

演題申し込みおよび予稿集原稿

1. 演題の申し込みはE-mailもしくはFaxで4月26日

（金）までにお願ひします。

以下の4項目についてお知らせ下さい。

1. 発表者（共同演者含む）、2. 所属、3. 連絡先（Tel, Fax, E-mail）4. 演題名

2. 予稿集の原稿を5月10日（金）【必着】までに郵送またはE-mail（MS Wordファイルを添付）でご提出ください。原稿はA4用紙2枚に上下左右の余白を2cm取り、タイトルは18ポイント、所属・氏名・本文は12ポイントで作成してください。発表者が複数の場合は、演者の前に○印を付けてください。添付されたMS Wordファイルをこちらで印刷し、そのまま複写します。図表も添付可能ですが、こちらで若干の修正を加えさせて頂く場合がありますのでご了承ください。

問い合わせ等

香川大学医学部公衆衛生学 吉岡 哲

FAX：087-891-2134

E-mail：akiray@med.kagawa-u.ac.jp

2013年（第7回）NPO法人日本スポーツ栄養研究会 総会・学術集会 「世界で戦うためのスポーツ栄養活動」開催要項

日 程：2013年7月5日（金）、6日（土）、7日（日）

開催会場：神奈川県立保健福祉大学

神奈川県横須賀市平成町1-10-1

主 催：NPO法人日本スポーツ栄養研究会

公益社団法人日本栄養士会

参加費（事前受付）：

日本スポーツ栄養研究会正会員 7,500円／

学生会員 3,500円／非会員 10,000円（学生 5,500円）

参加方法：

事前参加申込は、研究会ホームページ<http://www.jsna.org/>より行って下さい。申込期間は5月26日（日）までです。それ以降は、当日受付・当日料金となりますので、ご了承ください。

単位認定（予定）：

○公益財団法人 健康・体力づくり事業財団
健康運動指導士・健康運動実践指導者 登録更新
…全日程参加にて単位認定（予定）

○公益社団法人 日本栄養士会 生涯学習…1単位

総会・学術集プログラム：

テ ー マ 「世界で戦うためのスポーツ栄養活動」

会長講演 「国立スポーツ科学センターにおける栄養サポート活動～現在とこれから～」

教育講演 「サプリメントの現状とドーピング防止」

「競技を知る「フェンシング」

「高地トレーニングの理論と実際」

「健康づくりのための身体活動基準・指針～運動基準・指針2006の改定～」

シンポジウム 「ロンドンオリンピックでの栄養サポート活動」「スポーツ栄養分野における給食の役割」

連絡先：

第7回大会事務局 国立スポーツ科学センター

〒115-0056 東京都北区西が丘3-15-1

TEL：080-3576-5153

研究会ホームページ：<http://www.jsna.org/>

平成25年度日本体力医学会プロジェクト研究公募について

日本体力医学会プロジェクト研究（以下、プロジェクト研究）は、平成9（1997）年度に発足しました。日本学術会議体力科学研究連絡委員会から「日本人のための健康体力指標の標準化、及び健康増進・疾病予防のための身体活動に関する推奨・指針作成への提言」が出されたことを受けて、平成16年度からこの提言に関わるプロジェクト研究を公募して参りましたが、平成25年度の公募研究テーマが下記のごとくに決定しましたので、奮って応募いただくようご案内致します。

プロジェクト研究の全体像

- プロジェクト研究は、日本人の健康維持・増進に関連した体力および身体活動・運動を主題とした研究であり、その成果として、社会に向けて勧告、指針などの提言がまとめられるものでなければならない。
- 平成25年度は下記のいずれかの研究テーマに関わる研究課題に限定する。
 - 特定保健指導(メタボリックシンドローム対策)に関する基礎的研究
 - こどもの生活習慣と健康づくりに関する研究
 - スポーツ科学(体力科学・体力医学)に関する研究
- 多施設が共同研究を行うことにより、より優れた成果が出るような研究プロジェクトであること。その際に各研究者の役割を明確にすることが必要である。
- プロジェクト研究の選考は学術委員会の下部組織であるプロジェクト研究委員会が行う。
- プロジェクト研究の申請は、研究代表者（評議員）と数名の発起人が、研究計画書を共同で作成し、プロジェクト研究委員会に提出する。
- プロジェクト研究委員会では提出された研究計画書を審査し、採択候補研究を選定する。なお、新規採用可能件数は1～2件である。
- 採択された研究の代表者は研究計画を体力科学に掲載して、研究協力者を募集することも可能である。その場合、研究協力者の人選は研究代表者と発起人に一任する。また、プロジェクト研究委員会が必要と認める場合には、他の研究者を指名して加えることもできる。

- プロジェクト研究委員会は研究計画に基づき研究費を配分する。研究費は主に調査や資料の収集などに当てるものとする。年間およそ100万円程度を限度として配分する。プロジェクト研究の研究成果は3年以内でまとめ、(1)プロジェクト研究委員会の審査を経て、理事会の承認を得ることとし、(2)「体力科学」および日本体力医学会大会において公表する。（注：学会の公式見解とするかどうかは、理事会で審議する）

プロジェクト研究に応募される方は、研究代表者（評議員に限る）と数名の発起人が、以下の項目に沿って研究計画書をA4版にワードプロセッサで書き、平成25年4月30日までに下記の提出先にお送りください（電子メールによる提出も可）。研究計画の採否は追って、研究代表者に通知します。

研究計画書

- 研究代表者名(署名捺印してください)、所属部署・所属大学など、住所、最終学歴（卒業大学または修了大学）と年月日、学位の有無、連絡先の住所、電話、ファックス、電子メールアドレス
- 研究発起人名、所属部署・大学、最終学歴（卒業大学または修了大学）と年月日
- 研究課題
- 研究目的（200字以内）
- 研究期間（3年以内）
- 研究計画（200字以内）
- 研究方法（400字以内）
- 期待される研究成果（200字以内）
- 研究費の使途（会合費、通信費、印刷代などの費目）に分けて概算を記載してください
- この研究に関するこれまでの成果（原著、著書などの研究業績）を番号をふって書いてください

提出先 田中喜代次

日本体力医学会プロジェクト研究委員会委員長
〒305-8574 つくば市天王台1-1-1
筑波大学体育系
電話：029-853-2655 Fax：029-853-2986
E-mail：tanaka@taiiku.tsukuba.ac.jp

第36回日本骨・関節感染症学会 (同時開催：第165回ICD講習会)

会期：平成25(2013)年7月5日(金)、6日(土)
会場：パシフィコ横浜(横浜西区みなとみらい1-1-1)
会長：別府 諸兄(聖マリアンナ医科大学整形外科)
テーマ：骨・関節感染症治療のパラダイムシフト
WEBサイト：<http://www.congre.co.jp/jssbj36/>

- 骨・関節MRSA感染症：抗MRSA薬単剤 vs. 併用療法
- SSIが疑われた時の抗菌薬の選択
- SSI予防の工夫
- 私の勤める感染症治療(ビデオ)
- 骨・関節感染症の治療：従来法の見直し・進歩

演題カテゴリー

- 整形外科医のICD活動
- 骨・関節感染症における抗菌薬の使い方(一部演者指定)

*なお2日目午後、同じ会場で第165回ICD講習会を開催いたします。多くの先生方の演題ご登録とご参加をお願いいたします。

第24回日本体力医学会スポーツ医学研修会のご案内

本研修会は、基礎コースと応用コースに分かれ、それぞれ2日間、講義と実習を行います。救急救命法、健常者や生活習慣病罹患者に対する運動処方、筋力トレーニングおよびテーピングなど実習を主体とした研修会です。メタボリックシンドローム危険因子保持者などを対象とした運動指導等であり、アスリート対象ではありませんのでご注意ください。

尚、平成23年度より新たな講師陣を加え、1)喫煙や環境汚染および加齢による慢性閉塞性呼吸器疾患(COPD)の運動による改善効果の機序や運動処方、2)降圧剤など薬物治療受診者の運動指導の適否、配慮すべき事項など、3)機能的食品と運動療法併用によるメタボリックシンドローム危険因子改善効果など、4)体組成とくに内臓脂肪の意義およびその測定実習、などの内容を加えました。

全てのコースを受講して修了試験に合格し、所定の手続きをとると日本体力医学会健康科学アドバイザーの称号を受けることができます。称号取得を希望される方は、日本体力医学会に入会し、会員になっていただく必要があります。

この研修会には日本体力医学会の会員でない方も参加できます。また、他の研修会を受講し資格や称号を取得された方で、それらの更新に必要な認定単位取得のために本研修会を受講されても結構です。受講証明書を発行いたします。

多数の方のご参加をお待ちしております。尚、実習を行う関係上、各年度の募集人数に制限がありますことをご確認ください。

平成24年12月1日

日本体力医学会学術委員会・スポーツ医学研修会実行委員会

山内秀樹 碓井外幸 鈴木政登 太田 真 勝村俊仁 中島幸則

1. 会 場

会場は東京慈恵会医科大学西新橋校各会議室・大学1号館6F機能系実習室などです。

2. 日時および研修カリキュラム

(I) 基礎コース

運動生理学やスポーツ医学等の基礎的事項については既に習得されていることを前程にさらに進んだ生理学(神経・筋、呼吸、循環、代謝など)や生化学、栄養学および運動処方の基礎などを中心に学びます。ここで学んだことを基盤として、(II)応用コースへと進みます。

平成25年

7月5日(金)

9:00~10:30	運動と神経・筋
10:40~12:10	運動と呼吸
12:10~13:10	昼休み
13:10~14:40	運動と代謝(水・電解質およびエネルギー代謝)
14:50~16:20	運動と栄養
16:30~18:00	運動と循環
18:00~	懇親会(会費3,000円、参加自由)

7月6日(土)

9:00~10:30	運動処方の基礎
10:40~12:10	生活習慣病の運動処方(肥満・糖尿病・高脂血症)
12:10~13:10	昼休み
13:10~17:00	救急救命実習(人体模型を用いた実習)

(II) 応用コース

このコースの講義では、有疾患者または薬物治療中の場合の運動適用の可否や運動指導の実際について学びます。実習では、自転車エルゴメータによる運動負荷試験を行い、それと関連した血液・尿検査結果データを参考に運動

処方を作成する。さらに、高齢者や喫煙習慣保持者の健康を脅かす慢性閉塞性呼吸器疾患を反映する呼吸機能検査、糖尿病性腎症等の腎機能異常の有無を知る尿検査、およびメタボリックシンドローム罹患の上流因子として重要な内臓脂肪蓄積状態を知る体脂肪測定法などを実習します。その他に、テーピングや筋力トレーニング実習なども行われます。

8月9日(金)

- 9:00~10:30 高血圧およびその他の循環器疾患の運動処方
- 10:40~12:10 運動器疾患の運動処方
- 12:10~13:10 昼休み
- 13:10~17:00 運動処方実習（自転車エルゴメータを用いた運動負荷試験、心電図記録、呼吸機能検査、尿検査、体組成測定実習）

8月10日(土)

- 9:00~12:00 運動処方の作成（前日の運動負荷試験で得られたデータを基に各被検者の運動処方を作成し、実施させる）
- 12:00~13:00 昼休み
- 13:00~17:00 テーピングおよび筋力トレーニング実習

8月11日(日)

- 10:00~12:00 修了試験

注意：講師の都合で講義時間割りが前後することがありますので、ご了承下さい。

3. 修了試験と称号について

基礎コースおよび応用コースの両コースを受講した方は、所定の修了試験を受験することができます。修了試験の合格者には合格証を発行いたします。また、修了試験合格後、所定の手続きを経て、日本体力医学会健康科学アドバイザーの称号を取得することができます。

修了試験は平成25年8月11日(日) 10:00~12:00に東京慈恵会医科大学で行います。

※「日本体力医学会健康科学アドバイザー認定試験過去問集（最近8カ年400題）正解/解説付（2012年版）」（定価：2,000円+税）がありますので、ご利用下さい。

下記の“9. 申込書送付先および問い合わせ先”へお申込み下さい。

4. テキスト

担当講師が用意した講義資料を簡略なテキスト化し、それに準じて講義が行われます。

5. 受講料

受講料は（Ⅰ）基礎コース、（Ⅱ）応用コースおよび修了試験の全てを受講する場合は50,000円、単科コース（基礎コース、応用コースの各コースを単独受講）を受講する場合はそれぞれ25,000円（2日間コース）です。2コースの受講を原則としますが、定員に余裕があれば単科コースの受講も可能です。その年度に受講しなかったコースを次年度以降に受講すれば、全コース受講後修了試験を受験することができます。尚、学生受講者は30,000円（基礎・応用コース）と致します。ただし、学生証の呈示が必要です。

6. 受講資格と定員

スポーツ医学研修会受講資格は特に定めませんが、2コース受講後に行われる修了試験に合格し、日本体力医学会“健康科学アドバイザー”の称号取得申請を希望する方は日本体力医学会会員でなければなりません。但し、自己研鑽のために本研修会を受講される方や他団体の資格や称号の登録更新のための認定単位取得が目的の場合は日本体力医学会会員になる必要はありません。定員は各コース40名です。

7. その他

健康運動指導士、実践指導者の登録更新に必要な履修単位90分1単位（講義題目8科目認定）およびTHPではそれぞれ基礎コース5単位、応用コース5単位が認定されます。

8. 申し込み方法

本研修会受講希望者は、葉書またはFAXで、日本体力医学会スポーツ医学研修会を受講したい旨を下記までご連絡下さい。仮申込受付後、申込書類をお送りいたしますので要領に従いお申込下さい。なお、申込に際し、受講料をご案内の口座に2週間以内にお振込みください。お振込みをもって正式な申し込みとさせていただきます。定員に達し次第、締め切らせていただきますのでご了承下さい。受講票、受講料などの連絡は、受講通知とともに後日ご案内させていただきます。

なお、申し込みが20名に満たない場合には中止させていただきますのでご了承ください。その時には受講料を払い戻しますが、本人都合による返金には応じられませんのであらかじめご了承下さい。

9. 申込書送付先および問い合わせ先

〒112-0012 東京都文京区大塚5-3-18 小石川アーバン4F
 一般社団法人 学会支援機構内
 日本体力医学会スポーツ医学研修会 係
 電話：03-5981-6015 FAX：03-5981-6012
 E-mail：jspfsm@asas.or.jp

第24回日本体力医学会スポーツ医学研修会 仮申込書

下記の通り、研修会の受講を申します。（該当する□にレ印をつけてください。）

第24回 基礎コース

第24回 応用コース

試 験

氏 名 _____

連絡先 〒 _____

TEL： _____ E-Mail： _____

第23回バイオメカニズムシンポジウム in 京都 ～人間の動きの分析×異分野融合×長文前刷・長時間討論～

主催：バイオメカニズム学会 (SOBIM JAPAN)
期 日：2013年7月26日(金)～28日(日)
開催地：ホテルルビノ京都堀川
(京都市上京区東堀川通下長者町下ル)
夜 話：テーマ：無形文化遺産のデジタルアーカイブ
講 師：八村広三郎先生 (立命館大学情報理工学部)

URL：http://www.cymis.jp/sobim23/
シンポジウム事務局：
京都府立医科大学医学部看護学科
E-mail：sobim23@cymis.jp
山本容子，室田昌子

第34回バイオメカニズム学術講演会 (SOBIM2013 in Tokorozawa) － 開催案内 －

主催：バイオメカニズム学会
会 期：2013年11月16日(土) 17日(日)
会 場：国立障害者リハビリテーションセンター
〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1

一般演題発表募集

- 演題申込開始 2013年5月1日(水)
- 演題申込締切 2013年6月30日(日)
- 予稿原稿投稿締切 2013年8月31日(土)

●会場までの交通機関

西武新宿線：西武新宿駅→航空公園駅又は新所沢駅
下車15分
西武池袋線：西武池袋駅～所沢駅乗り換え～→航空公園駅又は新所沢駅 下車15分

- 第34回バイオメカニズム学術講演会事務局
〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1
国立障害者リハビリテーションセンター
実行委員長 廣瀬 秀行
連絡用E-mail hirose-hideyuki@rehab.go.jp

●協賛団体 (予定)

計測自動制御学会，システム制御情報学会，情報処理学会，人工知能学会，人体科学会，精密工学会，電気学会，電子情報通信学会，日本運動生理学会，日本FES研究会，日本看護科学学会，日本看護技術学会，日本看護研究学会，日本機械学会，日本義肢装具学会，日本義肢装具士協会，日本建築学会，日本作業療法士協会，日本シミュレーション学会，日本写真測量学会，日本人工臓器学会，日本人類学会，日本生活支援工学会，日本整形外科学会，日本生体医工学会，日本生理学会，日本体育学会，日本体力医学会，日本人間工学会，日本バイオマテリアル学会，日本バイオメカニクス学会，日本福祉のまちづくり学会，日本補綴歯科学会，日本理学療法士協会，日本リハビリテーション医学会，日本リハビリテーション看護学会，日本リハビリテーション工学協会，日本臨床スポーツ医学会，日本臨床神経生理学会，日本臨床バイオメカニクス学会，日本ロボット学会，日本ロボット工業会，ヒューマンインタフェース学会，ライフサポート学会，臨床歩行分析研究会，IEEE EMBS Japan Chapter，IEEE EMBS West Japan Chapter

第121回中部日本整形外科災害外科学会・学術集会開催のご案内

テーマ：整形外科のプロフェッショナルリズム
会 期：2013年10月3日(木) 4日(金)
会 長：石黒 直樹
名古屋大学大学院医学系研究科整形外科学講座
会 場：名古屋国際会議場
〒456-0063 名古屋市熱田区熱田西町1番1号
TEL: 052-683-7711
演題募集：インターネットによるオンライン登録のみといたします。
<http://www.his-brain.co.jp/chubu-seisai121/>

演題登録期間：2013年4月9日(火)～2013年5月28日(火)
学会事務局：名古屋大学大学院医学系研究科整形外科学講座
〒466-8550 名古屋市昭和区鶴舞町65
TEL: 052-744-1908 FAX: 052-744-2260
E-mail: chubu-seisai121@his-brain.co.jp
運営事務局：有限会社ヒズ・ブレイン
〒468-0063 名古屋市天白区音聞山1013
TEL: 052-836-3511 FAX: 052-836-3510

編 集 後 記

寒く、長かった冬もそろそろ終わろうとしている。私は時々、早朝に大学の体育館で筋力トレーニングをする。冬の朝のバーベルの冷たさは、掌にへばりつくかのようである。年中温暖な環境のもとでトレーニングする方が、はるかに効果が高そうに思えるが、あながちそうとばかりは言えないかもしれない。本号に掲載の原著「皮膚冷刺激を付加した低負荷筋力トレーニングによる神経・筋の適応」では、随意最大筋力の35%強度でのトレーニング中に25℃の冷温刺激を加えることで、運動中の筋活動レベルが上昇し、長期効果としての筋力増加の程度も大きくなるという、きわめて興味深い研究成果が報告されている。そのメカニズムには、皮膚冷受容器からの感覚入力に関連していると考えられるが、「冷たい」と感じることも、トレーニング効果にとってプラスに作用するのかもしれない。

筋の収縮速度は温度の影響を強く受ける。そのため、寒い環境のもとで動こうとすると、そもそも収縮速度の大きい速筋線維を使った方が有利と考えられる。変温動物である魚類などでは、低温環境のもとで飼育すると、速筋線維の割合が増加するとされている。ヒトを含めた恒温動物でも、程度は低いかもしれないが同様の仕組み

がはたらいっているかもしれない。ロシアや東欧諸国には、筋力・パワー系のすぐれた選手が多いという印象があるが、それには「寒さ」も関連しているのであろうか。

一方、近年の多くの研究から、筋を40℃程度の高温に一定時間さらすことで、筋タンパク質合成の活性化や、筋肥大が起こることも分かってきている。こちらは代謝的な適応の話ではあるが、トレーニングによる筋肥大を増強しようとする、「暑い」こともまた重要なようである。強引な例をあげれば、筋肥大が至上命題となるプロボディビルダーの多くは、年中夏のような気候のカリフォルニアに集中している。

筋をたくし、さらに神経系の適応を促して筋力を高めるといったトレーニングの基本戦略に鑑みれば、高温も低温もそれぞれに有用なのであろう。これらの環境因子を良質のストレスとして上手に利用することによって、強度のメカニカルストレスを伴わない、効果的なトレーニング方法の開発へとつなげることも可能と思われる。四季の移りい豊かな日本の気候は、実はトレーニングにとっても良好な環境なのかもしれない。

石井直方

The Japanese Journal of Physical Fitness and Sports Medicine Vol.62, No.2

体 力 科 学 第 62 卷 第 2 号

平成 25 年 3 月 25 日 印 刷

平成 25 年 4 月 1 日 発 行

編 集 兼 発 行 者

鈴 木 政 登

発 行 所

〒112-0012 東京都文京区大塚5-3-13 小石川アーバン4階

一般社団法人 学会支援機構

日本体力医学会

編 集 事 務 局

〒997-0854 山形県鶴岡市大淀川字洞合1-1

鶴岡印刷株式会社内

「体力科学」編集事務局

TEL・FAX(共通) 0235-22-3120

E-mail: hj-tairyoku@turui.co.jp

印 刷 所

〒997-0854 山形県鶴岡市大淀川字洞合1-1

鶴岡印刷株式会社
