

日本女子体育大学附属

基礎体力研究所第 16 回研究フォーラムのご案内

運動するからだに関する情報や新しい知識は、知っているようでも見過ごしていることも多いものです。今回のフォーラムでは、まず「乳酸に関する知識」、「運動経験と脳」、「運動時の体温調節」という3つの観点から話題を提供してもらいます(セッション)。そして次のセッションでは、「運動が脳の活性化に果たす役割」という視点にスポットをあて、認知症にみられる運動の効果、運動による生活習慣病の予防等に関するエビデンスを紹介してもらいます(セッション 特別講演)。これらを通して身体運動に期待される効果について考えてみたいと思います。多数の皆様のご参加をお待ちしています。

日本女子体育大学基礎体力研究所
所長 高橋 和之

日 時：2005 年 10 月 15 日(土) 13:00-16:30

会 場：日本女子体育大学本館 1 階 E102 教室

参加費：無料

プログラム

セッションⅠ(13:05~14:35)

「異方向から動く体を探求する」

「乳酸の意味するもの-悪者ではなくよいもの大事なもの-」

八田 秀雄(東京大学大学院総合文化研究科)

「運動経験に伴う脳内体性感覚情報処理過程の変化」

岩館 雅子(日本女子体育大学基礎体力研究所学術フロンティア研究員)

「運動と体温調節-暑熱環境下運動時における調節機能のジレンマ-」

芝崎 学(奈良女子大学生生活環境学部)

セッションⅡ & コーヒブレイク (14:40~15:10)

ポスター発表 (基礎体力研究所における成果発表)

セッションⅢ(15:15~16:30)

<特別講演>

「運動で脳を活性化する」

生活習慣病から認知症の予防と能力開発に有効な軽強度トレーニング

田中 宏暁(福岡大学スポーツ科学部)

[連絡先] 日本女子体育大学基礎体力研究所

住所：東京都世田谷区北烏山 8-19-1 電話：03-3300-6172(担当佐藤) e-mail: kisotai@jwcpe.ac.jp

時間は多少変更する可能性があります。お問い合わせ下さい。