

# プログラム

総合司会 中道 直子（日本女子体育大学体育学部・准教授）

13:00 開会挨拶 定本 朋子（日本女子体育大学附属基礎体力研究所・所長）

---

13:05-14:05

## セッションⅠ 「基調講演」

座長 定本 朋子（日本女子体育大学附属基礎体力研究所・所長）

### 「筋の肥大と萎縮 –メカニズムを知ってトレーニングをする–」

石井 直方（東京大学大学院総合文化研究科・教授）

---

14:05-14:30

## セッションⅡ 「基礎体力研究所の成果」

座長 佐藤 耕平（日本女子体育大学附属基礎体力研究所・准教授）

### 「這い這い動作の発達学的研究」

井筒 紫乃（日本女子体育大学体育学部・准教授）

### 「三鷹市高齢者健康保持教室 15 年の歩みと知見」

佐藤 耕平（日本女子体育大学附属基礎体力研究所・准教授）

### 「月経周期に伴う脳血流量および血管拡張機能の変化」

大槻 曜生（日本女子体育大学附属基礎体力研究所・助教）

---

14:30-14:50

## ポスター発表&コーヒーブレイク

---

14:50-16:20

## セッションⅢ 「体育・スポーツの成果と社会貢献」

座長 夏井 裕明（日本女子体育大学体育学部・教授）

14:50-15:35

### 「トップアスリートから学ぶスポーツ・コンディショニング」

杉田 正明（三重大学教育学部・教授）

15:35-16:20

### 「データに基づく健康づくりのための運動プログラム」

沢井 史穂（日本女子体育大学体育学部・教授）

---

16:20 閉会