

2020年度の活動報告および今後の予定

11月となり、深まる秋の気配を感じております。COI特任助教の棗寿喜です。秋は紅葉や果物狩りなど期間限定の様々なイベントが目白押しです。本来であれば、家族やご友人と一緒にそれらのイベントへの参加を計画していた方も多いかと存じますが、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の感染拡大を考慮すると、今秋も外出を控える場合が生じるのではないのでしょうか。

これまで本学にて開催してきた公開講座は、本年度はCOVID-19の影響によって、WEBシステムZoomを活用したオンライン形式にて4回開催しました。これまでの集合・対面形式とは異なり、オンライン形式では近隣にお住まいの方だけでなく、幅広い地域の人を対象として情報を提供できることが大きなメリットになりました。実際、今回の講座では、千葉県の近隣地域だけでなく、南は福岡県から、更に海外もアメリカやカンボジアからなど、幅広い地域・国の方々にご参加いただきました。

また、本年度は公開講座だけでなく、近隣の自治体と連携し運動教室のオンライン化も試みております。オンラインによる運動教室によって、自宅にいながら皆さんと一緒にロコモ予防運動に取り組むことができる日もそう遠くないと考えております。

最後になりますが、この度、私、棗は東海大学医学部に特任助教として異動することになりました。本活動には私が大学院生の頃から関わっておりまして、本活動に携わらせていただいた8年間では、皆様から多くのことを学ばせていただき、非常に貴重な経験をさせていただきました。今後も微力ではありますが本活動を支援していきたいと考えておりますので、引き続きよろしくようお願い申し上げます。

(文責：特任助教・棗寿喜)



論文掲載のご案内

順天堂大学で開発したロコモ予防運動プログラムの有効性に関する論文が、著名な国際誌に掲載されました。これからも研究成果を世界的に公表できるように努めていきます。

<著者>

Ozaki H, Sawada S, Osawa T, Natsume T, Yoshihara T, Deng P, Machida S, Naito H.

<論文タイトル>

Muscle Size and Strength of the Lower Body in Supervised and in Combined Supervised and Unsupervised Low-Load Resistance Training.

<掲載先>

Journal of Sports Science and Medicine (2020) 19, 721-726

テレビ放送のご案内

ケーブルネット296の『みんながでるテレビ～視聴者がリポートする！地域密着バラエティ』にて、我々の取り組みが紹介される運びとなりました。

放送に関する情報は、以下の通りです。

<放送日時>

2020/11/28(土)～12/11(金)

月曜日～金曜日 18:15～18:30

土曜日・日曜日 13:15～13:30 / 16:30～16:45

<チャンネル>

【地デジ11ch】チャンネル296(デジタルCATV302ch)



今後の新着情報は、こちらの
サイトにてご確認ください。

<https://juntendo-kinkatsu.com/>



本プロジェクトは、文部科学省/JSTセンター・オブ・イノベーション (COI) プログラム「ロコモ予防・改善のための健康・医療イノベーション」のサポートを受けて実施しております。

【問い合わせ】 千葉県印西市平賀学園台1-1 順天堂大学さくらキャンパス運動生理学研究室
☎070-1497-4567 受付時間：月・水・金曜 10時～16時(担当：関谷、沢田)