

整理番号	HT29253	分野	医歯薬学・生物	キーワード	骨格筋, エネルギー消費量
------	---------	----	---------	-------	------------------

研究機関名	摂南大学				
プログラム名	筋肉を動かすとどれくらいエネルギーを使うのだろう？ カラダの中をのぞいてみよう！				
先生(代表者)	藤南真美(ふじばやしまみ) スポーツ振興センター・准教授				
自己紹介	<p>皆さん、こんにちは。毎日楽しく学校へ通っていますか？私の高校時代は陸上(やり投げ)に明け暮れ、厳しく厳しい日々を送っていました(^_^)。</p> <p>現在は摂南大学でスポーツ科目の授業を行い、研究活動は精神障害をもつ人たちに効果的な運動療法(骨格筋電気刺激法)の開発を行っています。今回は、その運動療法とエネルギー消費量測定を皆さんに体験してもらいます。どうぞ楽しみにお越しください！</p>				
開催日時・募集対象	平成29年8月1日(火)	受講対象者	高校生		募集人数
集合場所・時間	摂南大学寝屋川キャンパス1号館1階ロビー		(集合時間)	10:00	
開催会場	摂南大学寝屋川キャンパス 小スタジオ 住所: 〒572-8508 大阪府寝屋川市池田中町 12-8 (摂南大学寝屋川キャンパス) アクセスマップ URL: http://www.setsunan.ac.jp/access/				
内 容					
<p>私たちは、自分の力で運動ができない人々に、「骨格筋電気刺激装置」という電気の力で筋肉を動かす機械を使って、運動の効果を得てもらおう！と研究を続けています。ところで身体を動かす時には、どれくらいのエネルギーを消費しているかご存知ですか？運動をすることで、身体の中ではさまざまな変化が起こります。運動によるダイエット効果の話は、みなさんも身近に感じる話かもしれません。この「太る・痩せる」といったことも、エネルギー消費のメカニズムと深く関係しているのです。</p> <p>今回のプログラムでは、①「骨格筋電気刺激装置」を使って筋肉を動かした時、②自分の力で筋肉を動かした時、そして③食後のエネルギー消費測定 を皆さんに体験してもらいます。</p> <p>皆さんがどれくらい運動すれば、どれくらいエネルギーを消費するのでしょうか？さあ、エネルギー消費のメカニズムに迫ってみましょう！</p>					
スケジュール			持 ち 物		
9:30～10:00 受付(摂南大学寝屋川キャンパス1号館1階ロビー集合)			筆記用具, 動きやすい服装, 短パン.		
10:00～10:20 開講式(あいさつ, オリエンテーション, 科研費の説明)			昼食は大学で用意します.		
10:20～10:50 講義「筋肉は大食漢」			特 記 事 項		
10:50～11:00 休憩			希望者が定員を超えた場合は、抽選とします。 参加申し込みにあたっては、保護者の同意が必要です(大学までの送迎は保護者が責任をもって行ってください。)		
11:00～12:00 体験「安静時, 運動時, 電気刺激時の呼気ガス測定」					
12:00～12:40 質問時間(ランチタイム)					
12:40～13:00 体験「食後の呼気ガス測定」, 結果のまとめ, 考察					
13:00～13:30 修了式(アンケート記入, 未来博士号授与)					
13:30 終了, 解散					

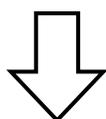
《お問合せ・お申込先》

所属・氏名：	摂南大学学生部スポーツ振興センター／福原裕美(ふくはらゆみ)
住所：	大阪府寝屋川市池田中町17-8
TEL 番号：	072-839-9187
FAX 番号：	072-839-9187
E-mail：	FUKUHARA.Yumi@joshu.ac.jp
申込締切日：	平成29年7月 15日(土)

※当プログラムは定員を超えた場合は申込締切日後に抽選を行い、7月20日(木)までに郵便(またはメール)にて全員にご連絡します。

《プログラムと関係する先生(代表者)の科研費》

研究代表者	研究期間	研究種目	課題番号	研究課題名
藤林真美	H24-26	基盤研究(C)	24500774	統合失調症における機能的電気刺激を用いた運動療法の開発
藤林真美	H27-29	基盤研究(C)	15K01610	統合失調症患者における機能的電気刺激法を用いた他動運動療法の開発
岸田郁子	H28-30	基盤研究(C)	16K10254	気分障害患者における自律神経活動動態とリワークプログラム有効性の研究



★この科研費について、さらに詳しく知りたい方は、下記をクリック！

<http://kaken.nii.ac.jp/>

※国立情報学研究所の科研費データベースへリンクします。