

# 第47回『運動処方講習会』開催のご案内 (レジスタンストレーニング編)

テーマ：心疾患に対するレジスタンストレーニング  
～フレイル・サルコペニア対策と神経生理学的根拠について～

## 当 番 幹 事

東京工科大学 **高橋哲也**先生 聖マリアンナ医科大学 横浜市西部病院 **大宮一人**先生

## 講 師 陣

東京工科大学 **高橋哲也**先生 聖マリアンナ医科大学 横浜市西部病院 **大宮一人**先生

榑原記念病院 **堀健太郎**先生 関西医科大学 **木村 穰**先生

東京工科大学 **菅原 仁**先生 榑原記念病院 **安達裕一**先生

心疾患に対するレジスタンストレーニングは、既に一般化されつつありますが、高齢心疾患患者が増えてきていることから、患者の病状や運動機能にあった正しい運動処方が重要になってきています。

今回、7回目の「運動処方講習会（レジスタンストレーニング編）」を開催するにあたり、最近最も注目されているフレイル・サルコペニアに焦点を当てました。フレイルとサルコペニアを正しく理解し、骨格筋を正確に評価し、レジスタンストレーニングを導入することは心臓病患者には必須になってきています。また、より効果的に行うためにも、理論的根拠に基づくトレーニングを行わなければなりません。今回はレジスタンストレーニングの神経生理学的根拠にも焦点を当てて、プログラムを組み立てました。症例検討では、心疾患患者に対する運動療法の最新エビデンスに触れながら、実際の心疾患症例へのレジスタンストレーニングの処方について臨床の最前線で実践される先生方にご指導いただきます。心疾患に対するレジスタンストレーニングを正しく理解し、よりよい運動療法プログラムを実践したいとお考えの方、奮ってご参加いただくように謹んでご案内申し上げます。

第47回運動処方講習会当番幹事 **高橋哲也、大宮一人**

本講習会は健康スポーツ医（日本医師会認定）更新単位、健康運動指導士および健康運動実践指導者（健康体力づくり事業財団認定）更新単位、心臓リハビリテーション指導士更新単位について、認定される予定です。

※**心臓リハビリテーション学会、日本医師会から遅刻・早退者に対し、履修証を発行しないようにとの通達がありました。**

※健康・体力づくり事業財団から、受付時に「健康運動指導士証」・「健康運動実践指導者証」（顔写真付きカード）で、受講者本人確認をするようにとの通達がありました。忘れずにカードを持参して下さい。

※遅刻・早退をされた方は、各資格の更新の為の履修証の発行はいたしかねますので、予めご了承下さい。

※**入金後の返金はいたしかねますので、予めご了承下さい。代理の方の出席は可能です。**

※写真撮影・ビデオ録画はご遠慮下さい。

※受講票の氏名・認定番号等に誤りがございましたら、お手数ですが事務局までご連絡下さい。

主 催 NPO法人ジャパンハートクラブ  
後 援 日本心臓リハビリテーション学会・日本心臓財団  
協 賛 インターリハ株式会社

## 募 集 要 項

第47回	
対 象	日医認定健康スポーツ医、医師、看護師、理学療法士、臨床検査技師、健康運動指導士など運動療法に携わる方
受 講 料	医師 15,000円、 その他 10,000円
受 講 定 員	200名（先着順）
開 催 日 時	平成29年3月26日(日) 10:00～16:20（9:30より受付開始）
会 場	<b>東京工科大学 蒲田キャンパス 3号館10F階段教室</b> 東京都大田区西蒲田5-23-22 TEL 03-6424-2111 ※駐車場、駐輪場はありません
申 込 要 領	<b>以下のいずれかよりお申し込みください。 (同じリンクに飛びます)。</b>  ○ジャパンハートクラブホームページ <a href="http://www.npo-jhc.org/">http://www.npo-jhc.org/</a>  ○Peatix <a href="http://peatix.com/search">http://peatix.com/search</a>  「イベント検索」より「運動処方講習会」を検索してお申し込みください。  ※ FAX、郵送による申し込みはいたしていません。
申 込 期 間	平成 29 年 2 月 28 日(火)まで、定員になり次第受付終了いたします。
問 合 せ 先	<b>株式会社コンパス</b> E-mail : <a href="mailto:cepp@compass-tokyo.jp">cepp@compass-tokyo.jp</a>  <b>担当：渡沼</b>

# 第47回 『運動処方講習会』

(レジスタンストレーニング編)

会場：東京工科大学

第47回	講 師	内 容
3月26日 (日)		
9:30~	受付開始	
10:00~10:40 (40分)	大宮一人先生 聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院	講義1 ガイドラインに基づく心疾患患者に対するレジスタンストレーニングの処方 (総論 適応と禁忌、運動処方の原則)
10:40~11:20 (40分)	堀健太郎先生 榑原記念病院	症例検討・デモンストレーション1 心疾患に対するマシンを使用しない レジスタンストレーニング処方の実際
11:30~12:30 (60分)	高橋哲也先生 東京工科大学	フレイル心疾患患者に対するレジスタンス トレーニングのエビデンスと実際
12:30~13:20 (50分)	昼食	
13:20~14:20 (60分)	木村 穰先生 関西医科大学	骨格筋評価の臨床的意義 ~肥満サルコペニアから心不全サルコペニアまで~
14:30~15:30 (60分)	菅原 仁先生 東京工科大学	低強度レジスタンストレーニングに必要な 神経生理学知識と実際
15:40~16:20 (40分)	安達裕一先生 榑原記念病院	症例検討・デモンストレーション2 心疾患に対するマシンを使用した レジスタンストレーニング処方の実際