

# 〈オンライン〉第68回 『運動処方講習会』 (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  
～骨格筋評価の臨床的意義と効果的な運動・栄養摂取について～

第68回 2月28日(日)	講師	内容
9:40~		接続可能
9:55~		開催にあたっての注意事項、出欠確認
9:58~	開会のあいさつ <b>木村 穰</b> 先生 関西医科大学	
10:00~11:00 (60分)	<b>木村 穰</b> 先生 関西医科大学	骨格筋評価の臨床応用 ーエビジェネティクス、マイオカインからの検討ー
11:10~12:10 (60分)	<b>高橋哲也</b> 先生 順天堂大学	心疾患に対する レジスタンストレーニングの基本理論 (ガイドラインに基づく運動処方)
12:10~13:10 (60分)		休憩
13:10~14:10 (60分)	<b>宮内拓史</b> 先生 関西医科大学	症例検討・デモンストレーションⅠ 心疾患に対するレジスタンストレーニング～ マシンを用いない場合～ (実演を混ぜて解説)
14:20~15:20 (60分)	<b>齊藤正和</b> 先生 順天堂大学	症例検討・デモンストレーションⅡ 心疾患に対するレジスタンストレーニング～ マシンを用いた場合～ (実演を混ぜて解説)
15:30~16:30 (60分)	<b>藤田 聡</b> 先生 立命館大学	サルコペニア予防を目的とした レジスタンス運動と栄養摂取： エビデンスに基づいた 運動・栄養処方の組み合わせ
16:30~	開会のあいさつ <b>木村 穰</b> 先生 関西医科大学	

## 準備するもの：

- ・講師の声が聞き取りやすい静かな場所
- ・ご参加頂くための Zoom がインストールされた PC など

## 受講環境について：

※Zoom を利用いたします。初めての方は Zoom アプリをお使いの PC 等にインストールしてください。

Zoom アプリを利用しない場合、安定性が低いこと、利用システムに制限があることから推奨していません。

Zoom 機能がご利用できない場合はご参加いただけませんのでご注意ください。

<Zoom アプリダウンロード画面 URL>

ミーティング用クライアントをダウンロードしてください。

[https://zoom.us/download#client\\_4meeting](https://zoom.us/download#client_4meeting)

※Zoom へのサインテストは下記 URL より実施してください。

<http://zoom.us/test>

※推奨環境は下記の URL をご参考ください。

<https://www.insource.co.jp/bup/online-flow-step3.html>

有線 LAN での受講を推奨しております。

無線 LAN、ポケット Wi-fi での受講も可能ですが、通信環境によっては接続が切断されたり、講義等が聞こえづらい場合があります。

公衆 Wi-fi、テザリング接続はお控えください。

受講者様のネットワーク環境は、当団体では責任を負いかねます。必ず事前の接続確認をお願いいたします。

※Zoom に関するサポート、ネットワーク環境に関するサポートは当団体ではいたしておりませんので予めご了承ください。