

第33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
～基礎から臨床応用まで～

当番幹事

聖マリアンナ医科大学

大宮一人先生

東京工科大学

高橋哲也先生

講師陣

聖マリアンナ医科大学

大宮一人先生

東京工科大学

高橋哲也先生

北翔大学

沖田孝一先生

国立健康・栄養研究所

宮地元彦先生

榊原記念病院

齊藤正和先生

近年、日本でも心疾患に対するレジスタンストレーニングが注目され、臨床現場でも多くの施設で取り入れられるようになってきています。しかし、対象が心疾患ですので、一般の対象者以上に安全面の配慮を十分に行い、適切で効果的なレジスタンストレーニングを行わなければなりません。正しい処方、実際的な処方を行うために、私たちは、心疾患の骨格筋異常や、レジスタンストレーニングの基本をどれだけ正しく理解しているのでしょうか？

今回、4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、心疾患の骨格筋異常やレジスタンストレーニングの循環器系への影響についての最新エビデンスに触れながら、心疾患に対するレジスタンストレーニングの適応と禁忌、実践と応用について症例検討や総合討論を加えてプログラムを構成しました。

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。

本講習会は健康スポーツ医（申請中）、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）更新単位申請中、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。

主催 協賛 NPO法人ジャパンハートクラブ
日本心臓リハビリテーション学会
インターリハ株式会社

第33回 『運動処方講習会』

レジスタンストレーニング編一

会場：太田産業プラザPiO

第33回	講師	内容
3月31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	総論 適応と禁忌、処方の原則と実際
10:40~11:30 (50分)	高橋哲也 先生 東京工科大学	心疾患患者へのFunctional Trainingの応用
11:30~12:30 (60分)	沖田孝一 先生 北翔大学	心不全の骨格筋異常と対策
12:30~13:30		昼食 (各自でご用意ください。)
13:30~14:30 (60分)	宮地元彦 先生 国立健康・栄養研究所	筋力トレーニングが運動器と循環器に及ぼす影響
14:30~15:30 (60分)	齊藤正和 先生 榊原記念病院	症例検討： 私が実践しているレジスタンストレーニング
15:30~16:00 (30分)	大宮一人 先生 聖マリアンナ医科大学 高橋哲也 先生 東京工科大学 ほか	公開討論

募 集 要 項

	第33回
対 象	心臓リハビリテーション指導士・病院やスポーツ施設等の運動療法に携わっている医師・看護師・臨床検査技師・理学療法士・健康運動指導士・トレーナー 等
受 講 料	医師 15,000円、 その他 10,000円
受 講 定 員	約250名 (先着順)
開 催 日 時	平成25年3月31日 (日) 10:00~16:00 (9:30より受付開始)
会 場	大田区産業プラザPiO 東京都大田区南蒲田1-20-20 TEL 03-3733-6600
申 込 要 領	参加申込書に必要事項をご記入の上、FAXまたは郵送でお申込み下さい。
申 込 期 間	平成25年2月末日締め切り、定員になり次第受付終了いたします。
申 込 先	株式会社コンパス 運動処方講習会 (担当 市川) 住所：〒113-0033 東京都文京区本郷3-3-11 NCKビル5F FAX：03-5840-6130
問 合 せ 先	NPO法人ジャパンハートクラブ事務局 (担当 市川) TEL：03-6909-7895 FAX：03-6909-7896 E-mail：info@npo-jhc.org

参加申込書

第33回 『運動処方講習会』

レジスタンストレーニング編

申込日：平成 年 月 日

フリガナ	
貴院・貴社名（正式名称）	
所在地	〒
TEL	
FAX	
e-mail	
フリガナ	
氏名（年齢）	（ 歳）
所属・役職名	
職種	医師・その他（ ）
健康スポーツ医認定番号	
心臓リハビリテーション指導士認定番号	
健康運動指導士認定番号	
健康運動実践指導者認定番号	

※会場の空調設定により寒く感じたり、暑く感じたりすることがございますので体温調整ができる服装でご参加ください。女性の方は羽織ることができるものをお持ち頂くことをおすすめいたします。