

第42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
～フレイル対策とアドヒアランス向上に向けて～

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 **大宮一人先生**
横浜市西部病院

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 **大宮一人先生**
横浜市西部病院

筑波大学大学院 **山田実先生** 大阪産業大学 **佐藤真治先生**

榊原記念病院 **安達裕一先生** 榊原記念病院 **堀健太郎先生**

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、急性期、回復期、軽症者ー重症者、若年者ー高齢者と対象も多様化し、症例の状態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、6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に焦点を当てました。フレイルを正しく理解し、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、ただレジスタンストレーニングをやらせるだけでなく、長続きさせねば効果も限定的です。レジスタンストレーニングへのアドヒアランスにも焦点を当てて、プログラムを組み立てました。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42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42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	250名（先着順）
開 催 日 時	平成28年2月11日(木)10:00~16:20 (9:30より受付開始)
会 場	東京工科大学 蒲田キャンパス 3号館10F階段教室 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	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)。 ○ジャパンハートクラブホームページ http://www.npo-jhc.org/ ○Peatix http://peatix.com/event/124270
申 込 期 間	平成28年1月8日(金)まで、定員になり次第受付終了いたします。
問 合 せ 先	株式会社コンパス E-mail: cepp@compass-tokyo.jp 担当：谷口

第42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42回	講 師	内 容
2月11日 (木)		
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	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)	安達裕一先生 榊原記念病院	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 (症例検討/デモンストレーション)
11:30~12:10 (40分)	堀健太郎先生 榊原記念病院	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 (症例検討/デモンストレーション)
12:10~13:00 (50分)	昼食	
13:00~14:00 (60分)	山田 実先生 筑波大学大学院	フレイルの評価と治療
14:10~15:10 (60分)	高橋哲也先生 東京工科大学	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
15:20~16:20 (60分)	佐藤真治先生 大阪産業大学	レジスタンストレーニングの アドヒアランスを高めるホームエクササイズ (実技含む)