

# 第53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しての栄養とトレーニング～

## 当 番 幹 事

東京工科大学 高橋哲也先生

## 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 大宮一人先生

東京大学医学部附属病院 田屋雅信先生 榊原記念病院 齊藤正和先生

海南病院 飯田有輝先生 熊本リハビリテーション病院 吉村芳弘先生

近年、高齢心疾患患者の増加に伴い、心疾患に対するレジスタンストレーニングの重要性が増しています。トレーニングを効果的に行うためには、患者の個々の病態の理解に加えて、疾患や加齢による運動機能への影響、更には栄養状態を理解して、正しい運動処方を行うことが重要です。

今回の「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（muscle wasting）や栄養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するためには、骨格筋の評価に加えて、栄養の評価は不可欠です。また、今回は運動耐容能に関連する呼吸筋トレーニングにも焦点を当ててプログラムを組み立てました。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53回運動処方講習会当番幹事 高橋哲也

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、各資格の更新の為に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53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 | 約200名（先着順）   |
| 開 催 日 時 | 平成29年2月25日(日) 10:00～16:20 (9:30より受付開始)   |
| 会 場     | 筑波大学 東京キャンパス文京校舎<br>134講義室<br>東京都文京区大塚3-29-1<br>TEL 03-3942-6918   |
| 申 込 要 領 | 以下のいずれかよりお申し込みください。<br>(同じリンクに飛びます)。<br><br>○ジャパンハートクラブホームページ<br><a href="http://www.npo-jhc.org/">http://www.npo-jhc.org/</a><br><br>○Peatix<br><a href="http://peatix.com/search">http://peatix.com/search</a><br><br>「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。<br><br>※ FAX、郵送による申し込みはいたしておりません。 |
| 申 込 期 間 | 平成29年2月5日(月)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<br>E-mail : <a href="mailto:cepp@compass-tokyo.jp">cepp@compass-tokyo.jp</a><br><br>担当：高橋   |