

## 第18回日本体力医学会スポーツ医学研修会のご案内

本研修会は、基礎コースと応用コースに分かれ、それぞれ2日間、講義と実習を行います。救急救命法、健常者や生活習慣病をもっている人に対する運動処方、筋力トレーニングとテーピングなど実習を主体とした研修会です。対象はメタボリックシンドローム危険因子保持者や生活習慣病を有する者であり、アスリート対象ではありませんのでご注意ください。

全てのコースを受講して修了試験に合格し、所定の手続きをとると日本体力医学会健康科学アドバイザーの称号を受けることができます。称号取得を希望される方は、日本体力医学会に入会し、会員になっていただきます。

この研修会には日本体力医学会の会員でない方も参加できます。また、他の研修会を受講し資格や称号を取得された方で、それらの更新に必要な認定単位取得のために本研修会を受講されても結構です。受講証明書を発行いたします。

多数の方のご参加をお願い致します。尚、実習を行う関係上、各年度の募集人数に制限がありますことをご了解ください。

平成19年1月30日

日本体力医学会学術委員会・スポーツ医学研修会実行委員会  
鈴木政登、碓井外幸、白石 稔、太田 真、中島幸則

### 1. 会場

会場は東京慈恵会医科大学新橋校各会議室・スポーツクリニックフィットネス室・大学1号館6F機能系実習室などです。

### 2. 日時および研修カリキュラム

#### (I) 基礎コース

このコースでは、スポーツ医学を理解する上で必須な生理学、生化学、栄養学および運動処方の基礎などを中心に学びます。例えば、筋収縮の仕組み、それを命令する神経系の働き、呼吸・循環機能、水・電解質およびエネルギー代謝とホルモンの働き、および運動処方作成の基礎などがこのコースの主なテーマです。ここで学んだことを基礎として、(II) 応用コースへと進みます。

平成19年

7月6日(金)

9:00 ~ 10:00 運動と神経  
10:10 ~ 11:10 運動と筋  
11:20 ~ 12:40 運動と呼吸  
12:40 ~ 13:30 昼休み  
13:30 ~ 14:50 運動と循環  
15:00 ~ 16:20 運動と栄養  
16:30 ~ 17:50 運動と水・電解質代謝およびエネルギー - 代謝  
18:00 ~ 懇親会(会費3000円、参加自由)

7月7日(土)

9:00 ~ 10:30 運動処方の基礎  
10:40 ~ 12:10 生活習慣病の運動処方  
13:10 ~ 17:00 救急救命実習(人体模型を用いた実習)

## ( ) 応用コース

このコースでは、生活習慣病の運動処方 に続き運動処方 において循環器や運動器疾患の運動処方の実際を学びます。さらに、トレッドミルや自転車エルゴメータを用いた運動負荷試験およびそのデータに基づいた運動処方の作成、テーピングおよび筋力トレーニングなど実習を主体に行います。

平成 19 年

8 月 24 日 (金)

9:00 ~ 10:30 高血圧症およびその他の循環器疾患

10:40 ~ 12:10 運動器疾患の運動処方

13:10 ~ 17:00 運動処方実習(トレッドミルまたは自転車エルゴを用いた運動負荷試験および心電図記録と呼気ガス分析を行う。)

8 月 25 日 (土)

9:00 ~ 12:00 運動処方の作成(前日の運動負荷試験で得たデータを基に各被検者の運動処方を作成し、実施させる。)

13:00 ~ 17:00 テーピングおよび筋力トレーニング実習

注意：講師の都合で講義時間割りが前後することがありますので、ご了承下さい。

### 3. 修了試験と称号について

基礎コースおよび応用コースの両コースを受講した方は、所定の修了試験を受験することができます。修了試験の合格者には合格証を発行いたします。また、修了試験合格後、所定の手続きを経て、日本体力医学会健康科学アドバイザーの称号を取得することができます。

修了試験は平成 19 年 8 月 26 日 (日) 10:00 ~ 12:00 に東京慈恵会医科大学で行います。

### 4. テキスト

担当講師が用意した講義資料を簡略なテキスト化し、それに準じて講義が行われます。

### 5. 受講料

受講料は ( ) 基礎コース、( ) 応用コースおよび修了試験の全てを受講した場合は 50,000 円、単科コース(基礎コース、応用コースの各コースを単独受講)を受講する場合はそれぞれ 25,000 円(2 日間コース)です。2 コースの受講を原則としますが、定員に余裕があれば単科コースの受講も可能です。その年度に受講しなかったコースを次年度以降に受講すれば、全コース受講後修了試験を受験することができます。

### 6. 受講資格と定員

スポーツ医学研修会受講資格は特に定めませんが、2 コース受講後に行われる修了試験に合格し、日本体力医学会“健康科学アドバイザー”の称号取得申請を希望する方は日本体力医学会会員でなければなりません。但し、自己研鑽のために本研修会を受講される方や他団体の資格や称号の登録更新のための認定単位取得が目的の場合は日本体力医学会会員になる必要はありません。

定員は各コース 40 名です。

### 7. その他

健康運動指導士、実践指導者の登録更新に必要な履修単位 90 分 1 単位(講義題目 8 科目認定)および THP ではそれぞれ基礎コース 5 単位、応用コース 5 単位が認定されます。

## 8. 申し込み方法

本研修会受講希望者は、葉書またはFAXで、日本体力医学会スポーツ医学研修会を受講したい旨を下記までご連絡下さい。仮申込受付後、申込書類をお送りいたしますので要領に従いお申込下さい。なお、申込に際し、受講料をご案内の口座に2週間以内にお振込みください。お振込みをもって正式な申し込みとさせていただきます。定員に達し次第、締め切らせていただきますのでご了承下さい。受講票、受講料などの連絡は、受講通知とともに後日ご案内させていただきます。

なお、申し込みが20名に満たない場合には中止させていただきますのでご了承ください。その時には受講料を払い戻しますが、本人都合による返金には応じられませんのであらかじめご了承下さい。

## 9. 申込書送付先および問い合わせ先

〒162-0802 東京都新宿区改代町26-1 三田ビル

有限責任中間法人 学会支援機構内

日本体力医学会スポーツ医学研修会 係

電話：03-5206-6065 Fax：03-5206-6008

E-mail：jspfsm@asas.or.jp

---

## 第18回 日本体力医学会スポーツ医学研修会 仮申込書

下記の通り、研修会の受講を申込ます。(該当する にレ印をつけてください。)

第1回 基礎コース

第2回 応用コース

試験

氏 名

連絡先 〒 -

TEL

FAX