

## 大塚製薬株式会社 × NSCAジャパン スポーツニュートリションアカデミーセミナー 2019年7月13日(土)

時間	13:00～17:00 (12:30～受付)
会場	仙台サンプラザ (宮城県仙台市宮城野区榴岡5-11-1)
内容	<p><b>【講義】アスリートにおけるSIgAの動態と感染防御 (清水 和弘) 13:00～14:00</b> アスリートは、過剰な負荷で長時間・高頻度の運動を実施すると競技パフォーマンスの低下や慢性的な疲労が誘発されるだけでなく、上気道感染症罹患のおそれもあり、日常のトレーニングや試合本番を万全な体調で臨むためには、早い段階で予防策を投じるべきである。本セミナーでは、免疫機能の低下を招きやすいシーンや免疫低下のサイン、さらに免疫低下の対策について紹介する。感染の予防リスクを下げるための手法を把握しておくことは、アスリートのコンディショニングの観点において非常に重要である。</p> <p><b>【講義】体重別階級制競技選手におけるコンディショニング栄養 (松本 恵) 14:10～15:10</b> 柔道競技の重量級では、対戦相手よりも体重の重い方が、投げ技などの防御力が高まるため有利であるが、大学生選手は筋肉が未発達な成長期にあり、筋量の増加を伴った体重の増加を必要とする選手が多く、食事やトレーニングを包括的にサポートするコンディショニングサポートが非常に重要となる。本セミナーでは、試合期の栄養サポートプログラムを検討するために、スポーツ補助食品の摂取と、食事バランス、筋量の増加を伴った体重の増加を重点的に栄養相談する方法について紹介する。</p> <p><b>【講義】「東北」という地域におけるS&amp;Cの在り方と事業の展開法 (渡部 真吉) 15:20～16:20</b> 身体活動を含めた「ライフスタイル」によって、フィジカルコンディションは造り上げられる。よってS&amp;Cを提供する上で、ライフスタイルの根幹を成す「地域性」は、プログラムデザインに関わる重要なファクターであるが、多くの場合地域性は考慮されず、画一的なサービスが提供されているのが現状である。東北は、豊富な農作物を中心とした食が豊かな地域であるが、降雪量の多さと寒暖差の大きさといった環境要因による活動量の低さが指摘されており、結果として生活習慣病の罹患率は全国でも上位に入る。その様な負の環境要因を、S&amp;Cの効果によって解消出来る可能性は非常に高い。S&amp;Cの原理原則を理解しているトレーナーが、地域の特性を捉え、どの様にして地域で活動出来る環境を作り上げて行くのかを実例を交えて紹介する。</p> <p><b>【大塚製薬による情報提供・参加者交流会】 16:30～17:00</b> 大塚製薬による最新の情報、製品説明などを行います。また、スポーツ・運動、栄養に関わる皆様同士で、情報交換や名刺交換など、今後の連携に繋がる機会にさせていただきたいと思います。</p>
講師	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p><b>清水 和弘</b> (Ph.D., 鍼灸あん摩マッサージ指圧師, 独立行政法人日本スポーツ振興センター, 国立スポーツ科学センター スポーツ研究部)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><b>松本 恵</b> (日本大学教授, 管理栄養士, 公認スポーツ栄養士)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><b>渡部 真吉</b> (NSCA-CPT, 柔道整復師, 健康運動指導 士, PRI, SFMA, NSCAジャパン広報委員, 株式会社e-MOTIONS代表取締役, ワタナベ整骨院院長)</p> </div> </div>
受講料/定員	会員: 4,860円 一般: 7,290円 / 70名 (定員に達し次第締め切ります)
キャンセルポリシー	開催1週間前までにご入金がない場合、受付をキャンセルとさせていただきます。開催1週間前を過ぎますと、キャンセルチャージとして受講料の100%を申し受けます。
CEU	0.3(カテゴリーA)