

令和4年度 リカレント教育講座

オンライン開催
(ZOOM を使用)

運動の生体調節作用

“運動が身体に与える効果”を学ぶ！

近年の健康志向の高まりから運動習慣が注目されています。

本講座では、運動や栄養摂取による生体調節機能を「脳機能」「免疫機能」「エネルギー代謝」そして、「骨格筋の増強や萎縮」まで幅広くかつ専門的に学び、科学的理解を深めることを目指します



対象

一般の方（興味のある方、どなたでも）

日程

2023年 1月 23日（月）～ 27日（金）
18:00 ～ 19:30 （60分講義 + 質疑等）

※アンケート・希望調査により、オンデマンド配信等も検討します

1/23（月）第1回 「総論（運動が身体をどのように変化させるか）」

新井 叔弘（群馬大学共同教育学部・教授）

1/24（火）第2回 「脳機能を高める運動の条件とは」

島 孟留（群馬大学共同教育学部・講師）

1/25（水）第3回 「細菌と健康・運動・食」

中山 達哉（広島大学大学院統合生命科学院・准教授）

1/26（木）第4回 「運動時のエネルギー代謝」

藤田 聡（立命館大学スポーツ健康科学部・教授）

1/27（金）第5回 「運動と栄養摂取による筋量の調節」

藤田 聡（立命館大学スポーツ健康科学部・教授）

申込期限：2023年 1月15日

受講料：3,000円

受講申し込みはこちら ⇒



【お問合せ】

〒371-8510

群馬県前橋市荒牧町4-2

国立大学法人群馬大学

研究推進部産学連携推進課 荒牧センター事務室

☎：027-220-7443

✉：shokukenkou-c@jimu.gunma-u.ac.jp



URL：https://forms.gle/435srhU5fPbgXoPG9