

身体活動と健康、アスリートと呼吸器疾患予防とコンディション



非感染性疾患予防に関する研究

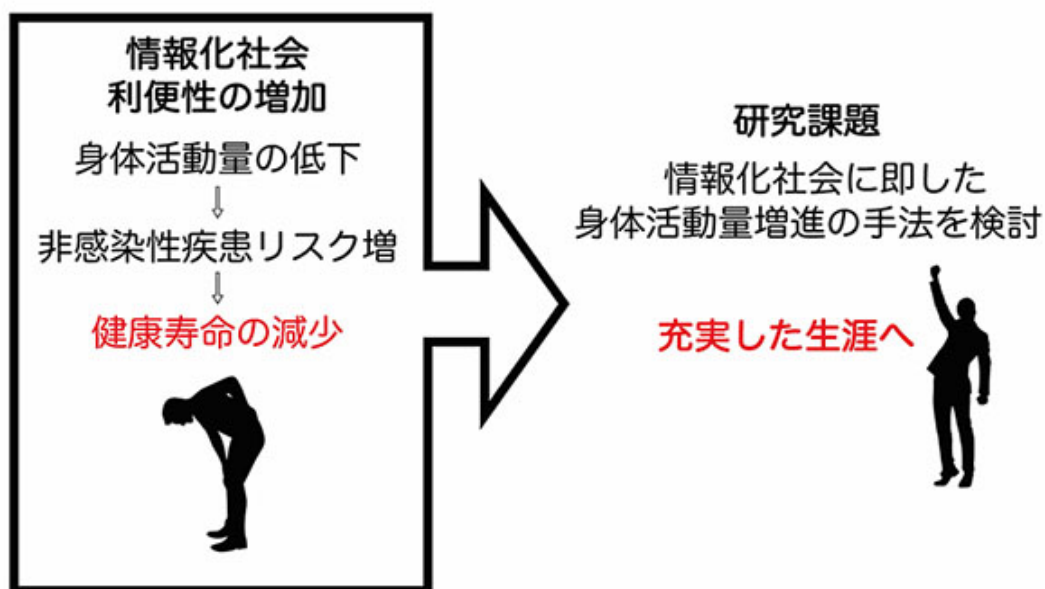
運動トレーニングにおける呼吸器疾患予防に関する研究

研究内容

研究課題1: 人生100年時代の到来を見据え、健康寿命の延伸が喫緊の課題です。健康寿命とは「日常を制限されことなく健康的に生活を送ることができる期間」のことを指しますが、現状は平均寿命と健康寿命の差が男性で約9年、女性で約13年もあります。つまり、生涯にわたり健康で充実した生活を送るためには、この「平均寿命と健康寿命の差」を減らす必要があります。一方、情報化社会により急速に利便性が増す中、身体活動量の減少が危惧されています。身体活動量の低下は非感染性疾患（高血圧、糖尿病など）や死亡リスクと関連があり、健康を阻害する要因です。そこで、情報化社会に即した身体活動量増進の手法を教育に取り入れるプログラムを研究・開発しています。

研究課題2: アスリートは日々激しいトレーニングを行うことで体調を崩してしまうことがあります。中でも呼吸器疾患はアスリートが罹患しやすい疾患の一つとして知られています。そこで「運動トレーニングによる呼吸器疾患のリスクおよびメカニズム」を解明し、運動トレーニングにおける呼吸器疾病予防法の確立を目指しています。

非感染性疾患予防に関する研究



ウェアラブル機器を用いた健康教育



運動トレーニングにおける
呼吸器疾患のリスクおよびメカニズムに関する研究



増悪因子および簡易バイオマーカーを
明らかにし、予防法の確率を目指す

キーワード 健康寿命、非感染性疾患予防、運動トレーニングと呼吸器疾患、コンディション

研究リーダー 基礎教育センター総合教育教室 准教授 今井 智子