

第57回

ARIHHP
Human High Performance セミナー

2019年12月20日(金) 17:00~19:00

会場：筑波大学 5C606

世話人：前田 清司 (2683) 藤井 直人 (2675) 参加費無料

※学外の方は事前の申込みが必要です。【メール】office@arihhp.taiiku.tsukuba.ac.jp

講演タイトル

「代謝と体内時計：
運動の最適な時間はいつ？」

佐藤 章悟 博士

Postdoctoral Fellow,
University of California, Irvine,
USA



体内時計により緻密に制御される生物の概日リズムは、代謝などの生体機能や行動パターンに24時間周期の時間特異性を付加する。体内時計の重要性が高まりを見せ、時間生物学的トランスレーショナルな研究が熱を帯びている中、我々の最新の研究によって、代謝機能改善をもたらす運動の効果は、運動をする日内のタイミングに依存적であることが示された。本講演では、肥満や糖尿病などの代謝性疾患の予防・治療のために、時間生物学的理論に基づいた運動療法の確立を目指している我々の研究グループの研究内容の一端を紹介したい。



University of Tsukuba

主催 | 筑波大学体育系
ヒューマン・ハイ・パフォーマンス先端研究センター (ARIHHP)
代表 | 征矢 英昭 (センター長 教授)
連絡先 | ARIHHP プロジェクト推進室 (GSI 棟 202)
E-mail | office@arihhp.taiiku.tsukuba.ac.jp
電話 | 029-853-6325/2671

