

2024年2月9日（金）15:00～17:00

会場：筑波大学 5C301室

世話人：小崎恵生（2683） 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@un.tsukuba.ac.jp

講演タイトル

「習慣的な有酸素性運動による脳の健康維持：
脳血流、動脈硬化、認知機能に着目して」

東本 翼 博士
産業技術総合研究所
研究員



我が国では、人口の高齢化に伴い認知症患者数が増加している。しかし、認知症の根本治療法の確立が難航しており、発症の遅延や進行の緩和などの予防方法の確立が喫緊の課題とされている。近年の疫学研究によれば、認知症発症リスクを増大する因子として、循環調節機能および身体活動量の低下などが報告されている。このことを踏まえると、習慣的な運動による動脈機能と脳血流の改善が認知症予防の一助となると考えられる。本講演では、近年報告した知見を中心に、高齢者と認知症の前段階である軽度認知障害患者を対象に行った1年間の有酸素性運動介入が動脈機能と脳血流に及ぼす影響について紹介する。



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 | 高橋 英幸（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@un.tsukuba.ac.jp
電話 | 029-853-6325/2671

