



ヤナギタ マサヒコ
柳田 昌彦

Masahiko YANAGITA

講演

研修

コンサルティング

学術調査

コメンテーター

所属・職名

スポーツ健康科学部スポーツ健康科学科/スポーツ健康科学研究科 教授

研究分野

公衆衛生学、ヘルスプロモーション、運動疫学

研究活動

『中高年者のメタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームを予防・改善するための運動方法に関する研究』

①有酸素運動とレジスタンス運動の複合トレーニングにおける順序性が脈波伝播速度や肥満度、生活体力などに及ぼす影響、②「ダンベル体操」のダイエット効果、③花笠ダンベル体操や「ふくいイッチョライダンベル体操」などのご当地体操の創作による地域支援体制・社会環境の整備、④後期高齢者が手軽に安全に楽しく行える動的バランス体操の創作、⑤NIPPON DATAに基づく国民のライフスタイルと生活習慣病や要介護の発症・発生との関連性

主要な業績 (著作・論文・研究 発表)

- 1) Role of resistance training for preventing frailty and metabolic syndromes in aged adults. J Phys Fitness Sports Med, 3(1),35-42,2014.
- 2) 「現場で役立つ子どもの栄養学入門～食育からスポーツ栄養までの基本50講～」, ラピュータ, 2011.
- 3) Disability and Depression : Investigating a Complex Relation Using Physical Performance Measures. Am J Geriatr Psychiatry, Vol.14, No.12, 1060～1068,2006.

社会活動・その他

- 1) 京田辺市健康づくり推進協議会 委員長、2) 宇治市健康づくり推進協議会 委員、3) 京田辺市生涯学習推進協議会 委員、4) 京都府エアロビック連盟 理事、5) NPOライフサポート協会 副理事長、6) NPO山形県トレーナー協会 副会長、7) 京田辺市松井ヶ丘「おたっしゃ体操クラブ」 指導者

所属学会

日本体力医学会、日本公衆衛生学会、ライフケア学会、日本体育学会、日本健康科学学会、日本疫学会

キーワード

介護予防、ダンベル体操、食生活改善、ダイエットなど、ヘルスプロモーション、疫学研究、メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドローム(フレイル)、身体活動

https://kenkyudb.doshisha.ac.jp/rd/html/japanese/researchersHtml/108027/108027_Researcher.html
<http://sports.doshisha.ac.jp/staff/staff.html>