

令和2年度 社会貢献, 研究, および教育活動一覧

【社会貢献活動】

○講演, 研修会, 事業等

No.	講演者 事業担当者	講演・研修・ 事業内容	講習会・ 研修会名 (開催地) など	実施年月	具体的内容
1	<u>中垣内 真樹</u>	地域における 高齢者サロンの普及	鹿児島県鹿屋市 鹿児島県東串良町	2020.4 -2021.3	鹿児島県鹿屋市および東串良町において、高齢者の集いの場（サロン）づくりに努め、高齢者の活動の場を提供した。
2	<u>中垣内 真樹</u> <u>沼尾 成晴</u>	KANOYA FUN RUN ミッション ウォーキングマップ の作成・配布	鹿児島県鹿屋市 花岡地区	2020.5	コロナ禍の中、身体活動量の減少を防ぐため、3密を避けた運動方法を提示した。具体的には花岡地区の住民に家族でウォーキングを楽しめるミッションウォーキングマップ（3コース）を配布した。
3	<u>中垣内 真樹</u>	運動・スポーツと 健康経営に関する 講演	鹿児島県 経営者協会 6月定例会講演会 (鹿児島県鹿児島市)	2020.6	鹿児島県経営者協会の会員を対象に健康経営のあり方、実践例を紹介し、運動・スポーツによる健康経営の可能性について講演した。
4	<u>松村 勲</u>	陸上競技会の 企画・運営 ※本大会は新型コロナ ウイルス感染症予 防のため大隅半島 在住者限定で実施	NIFS 陸上競技会 (鹿児島県鹿屋市 鹿屋体育大学 陸上競技場)	2020.7	鹿児島県大隅半島において、数少ない陸上競技の公認競技会として、地元を中心に、中学生・高校生・大学・一般（マスターズ含む）にその機会を提供するとともに、地域のスポーツ振興に寄与することを目的として開催した。
5	<u>松村 勲</u>	陸上競技会の 企画・運営 ※本年度は新型コロナ ウイルス感染症予 防のため鹿児島県 在住者限定で実施	鹿屋体育大学 陸上競技会 (鹿児島県鹿屋市 鹿屋体育大学 陸上競技場)	2020.8 2020.10	鹿児島県大隅半島において、数少ない陸上競技の公認競技会として、地元を中心に、中学生・高校生・大学・一般（マスターズ含む）にその機会を提供するとともに、地域のスポーツ振興に寄与することを目的として開催した。
6	<u>中垣内 真樹</u>	アスリート向け 研修会の コーディネート	勝利を目指す 競技者 育成プログラム 栄養研修会 (鹿児島県垂水市)	2020.8	鹿児島県垂水市にて、日本フェンシング協会 NAVI 事業（国際大会での勝利を目指す競技者育成プログラム）のジュニア選手の合宿で栄養研修会のコーディネーターを担当した。
7	<u>中垣内 真樹</u> <u>沼尾 成晴</u>	スポーツウェルネス 吹矢交流会での 講演（参加）	スポーツ ウェルネス 吹矢交流会 (鹿児島県鹿屋市)	2020.9	鹿児島県スポーツウェルネス吹矢協会が主催の交流会で健康づくりについての講演を担当するとともに、学生とチームを編成し、交流会に参加した。

No.	講演者 事業担当者	講演・研修・ 事業内容	講習会・ 研修会名 (開催地) など	実施年月	具体的内容
8	<u>中垣内 真樹</u>	スクエアステップ および貯筋運動を 組み合わせた 運動プログラムの 提供・実技指導	鹿児島県垂水市	2020.9-11	鹿児島県垂水市の3地区高齢者を 対象に, スクエアステップおよび 貯筋運動を組み合わせた2ヶ月間 の運動プログラムを提供し, 高齢 者の身体機能の改善に寄与した。
9	<u>中垣内 真樹</u>	認知予防・転倒予防 運動に関する 講演・実技指導	日本健康運動 指導士会 熊本県支部研修会 (熊本県熊本市)	2020.10	日本健康運動指導士会の会員に認 知症予防・転倒予防を企図した運 動プログラム(スクエアステッ プ)の効果および実技の研修会で 講師を務めた。
10	<u>中垣内 真樹</u>	スクエアステップ に関する 講演・実技指導	大分県総合型地域ス ポーツクラブ指導者 研修会 (大分県大分市)	2020.10	大分県教育委員会おおいだ広域ス ポーツセンターと協働で大分県内 の総合型地域スポーツクラブの指 導者への研修会の講師を務めた。
11	<u>北村 尚浩</u> <u>松村 勲</u> <u>中垣内 真樹</u>	陸上競技イベントの 企画・運営 ※本年度は新型コロ ナウイルス感染症予 防のため, 参加者は 鹿児島県在住者限定 で実施	みんなの タイムトライアル 2020 (鹿児島県鹿屋市 鹿屋体育大学 陸上競技場)	2020.11	大学のスポーツ資源を活用し, 市 民ランナーに, 走る楽しみと本格的 なレースの機会を提供すること を目的とした, 市民参加型のラン ニングイベント。スプリント 種目の100mと長距離種目として 1000m, 3000m, 5000mの4種目 に小学生から60歳代までの約60人 が出場した。長距離種目では, 鹿 屋体育大学陸上部の選手たちが ペースメーカーを務め, 参加者の 自己記録更新をサポートした。
12	<u>中垣内真樹</u> <u>沼尾成晴</u>	ウォーキングマップ 作成および イベント運営	佐賀県 (吉野ヶ里町, 伊万里市, 小城市)	2020.11	佐賀県の3市町の住民を対象に, ウォーキングを実践しながら, ウォーキングマップを協同で作成 し, 地域のスポーツ振興に寄与し た。
13	<u>中垣内 真樹</u>	健康的なストレッチ に関する実技指導	就労障がい者 交流会 おおすみ障がい者 就業・生活支援 センター (鹿児島県鹿屋市)	2020.11	就労障がい者の交流会にて, スト レッチ指導の講師を務め, 運動の 普及に寄与した。
14	<u>中垣内 真樹</u>	子どもかけっこ教室 の実技指導	子ども かけっこ教室 (鹿児島県鹿児島市)	2020.11	かけっこ教室を通じ子供たちに走 ることおよび運動することの重要 性について啓発した。
15	<u>松村 勲</u>	ランニング クリニックでの 講演・実技指導	目指せ!サブ5 鹿児島マラソン ランニング クリニック (鹿児島県鹿児島市)	2021.1	鹿児島県鹿児島市で, 市民ラン ナーのうち, サブ5を目指す中級 者向けのランニングに関する講義 と実技を行い, 地域のスポーツ振 興に寄与した。

No.	講演者 事業担当者	講演・研修・ 事業内容	講習会・ 研修会名 (開催地) など	実施年月	具体的内容
16	中垣内 真樹	ウォーキングマップ の作成および イベントの運営法に 関する講演・演習	薩摩川内市 大村地区スポーツ 推進委員研修会 (鹿児島県薩摩川内市)	2021.2	薩摩川内市大村地区のスポーツ推進委員を対象に、ウォーキングコースの設定方法および作成したコースを使ったイベントの運営方法についての講義・演習を行った。地域のスポーツ振興に関わる人材の育成に寄与した。
17	中垣内 真樹	肝属地区コーチ	第68回鹿児島 県下一周市郡 対抗駅伝大会 (鹿児島県)	2021.2	鹿児島県県下一周市郡対抗駅伝大会の肝属地区のコーチとして選手の育成に貢献した。また、大会期間中もコーチとして帯同し、大会運営に貢献した。
18	Mohammad Monirul Islam	機能的体力測定法に 関する講演・ 実技指導	鹿児島県大島郡 宇検村役場 職員向け講習会 (鹿児島県大島郡)	2021.3	鹿児島県大島郡宇検村役場職員を対象に、機能的体力測定の意義やその測定方法に関する講義および実技を実施し、地域の高齢者介護予防の推進に貢献した。
19	Mohammad Monirul Islam	ペットボトル体操に 関する講演	鹿児島県大島郡 宇検村健康づくり 講演会 (鹿児島県大島郡)	2021.3	鹿児島県大島郡宇検村在住高齢者を対象に、ペットボトル体操の意義や効果に関して講演し、地域の高齢者介護予防の推進に貢献した。
20	Mohammad Monirul Islam	高齢者の健康問題に 関する講演	Bangabandhu Sheikh Mujib Medical University (バングラデシュ)	2021.3	Bangabandhu Sheikh Mujib 医科大学の大学院生を対象に、高齢者における日常生活動作や加齢とともになう健康問題に関して講演し、介護予防の啓蒙に努めた。
21	中垣内 真樹	ノルディックウォー キングに関する 講演・実技指導	錦江町スポーツ推進 委員研修会 (鹿児島県錦江町)	2021.3	錦江町のスポーツ推進委員を対象に、ノルディックウォーキングの実践方法とウォーキングに関するイベントの運営方法についての実技・講義を行った。地域のスポーツ振興に関わる人材の育成に寄与した。

【研究活動】

○論文

No.	著者	タイトル	雑誌名, 巻(号):頁	発行年月	論文要約
1	<u>Shigeharu Numao</u> Yasutomi Katayama Yoshio Nakata Tomoaki Matsuo <u>Masaki Nakagaichi</u> Kiyoji Tanaka	Association of abdominal fat with metabolic syndrome components in overweight women: effect of menopausal status	Journal of Physiological Anthropology, 39: 12	2020.4	腹部脂肪とメタボリックシンドローム構成因子との関連性について閉経前後の女性で比較した。閉経前後の女性における腹部脂肪とメタボリックシンドローム構成因子との関連性の違いには、閉経よりも加齢が関係することが明らかとなった。
2	Ryota Uchida <u>Shigeharu Numao</u> Takashi Kurosaki Ayaka Noma <u>Masaki Nakagaichi</u>	The exercise intensity of square-stepping exercise in community-dwelling late elderly females	The Journal of Physical Therapy Science, 32(10): 657-662	2020.7	後期高齢女性を対象に、スクエアステップエクササイズ実施時の運動強度を評価した。スクエアステップエクササイズは、ウォーキングと同程度の低～中強度の運動であり、高齢者が安全に実施可能かつ健康・体力改善が期待できる運動プログラムであることが示された。
3	野間 彩花 内田 遼太 黒崎 喬嗣 <u>沼尾 成晴</u> <u>中垣内 真樹</u>	スクエアステップエクササイズが身体・認知機能に及ぼす影響～後期高齢者への効果検証～	体力科学, 69(5): 393-400	2020.8	後期高齢者を対象にスクエアステップエクササイズが身体機能および認知機能に及ぼす効果を検討した。スクエアステップエクササイズは記憶および言語流暢性の改善に有効であることが明らかとなった。
4	内田 遼太 <u>中垣内 真樹</u>	長崎県における健康成人の運動習慣の実態	スポーツパフォーマンス研究, 12: 565-575	2020.9	平成27年度長崎県民のスポーツ実態に関するアンケート調査を分析した。運動習慣群には、60歳代以上や非就労者が多いこと、非運動習慣群は、20歳代から40歳代の就労者が多く、運動を行いたいと考えているものの実際には運動実施に至っていない者が多く存在していたことが明らかとなった。
5	<u>Shigeharu Numao</u> Ryota Uchida Takashi Kurosaki <u>Masaki Nakagaichi</u>	Differences in circulating fatty acid binding protein 4 concentration in venous and capillary blood immediately after acute exercise	Journal of Physiological Anthropology, 40: 5	2021.2	運動直後における静脈血と末梢血の血中脂肪酸結合タンパク質4濃度の違いを検討した。運動直後における血中脂肪酸結合タンパク質4濃度は静脈血よりも末梢血で若干高値を示したが、強い関連性が認められ、運動中の血中脂肪酸結合タンパク質4濃度の動態を末梢血でも捉えられることが示唆された。

No.	著者	タイトル	雑誌名, 巻(号):頁	発行年月	論文要約
6	<u>Shigeharu Numao</u> Rina So Tomoaki Matsuo <u>Masaki Nakagaichi</u> Kiyoji Tanaka	A favorable metabolic profile in metabolically healthy obesity is associated with physical activity level rather than abdominal fat volume in Japanese males	The Journal of Physical Therapy Science, 33(2): 137-141	2021.2	腹部脂肪量, 血液代謝指標および生活習慣について, 代謝健康肥満と代謝非健康肥満で比較した。腹部脂肪量は代謝健康肥満と代謝非健康肥満では違いがなかったが, 身体活動量は, 代謝非健康肥満よりも代謝健康肥満で高値を示し, 代謝健康肥満の良好な血液代謝指標に身体活動量が重要であることが示唆された。
7	Ryuichi Hasegawa Fumihiko Goto Hidehiro Watanabe Hisanori Ido Naoki Okayama <u>Mohammad Monirul Islam</u>	The relationship between functional fitness and ability to ride a bicycle among community-dwelling older adults in Japan	Physical Activity and Health, 5(1): 45-54	2021.3	日本の地域在住高齢者において, 自転車に乗るための能力と機能的体力との関連性を検討した。自転車に乗るためには, 機能的体力の敏捷性が主に重要であることが明らかとなった。
8	<u>Shigeharu Numao</u> Ryota Uchida Takashi Kurosaki <u>Masaki Nakagaichi</u>	Response of fatty acid binding protein 4 concentration to incremental exercise in trained and untrained men	International Journal of Sport and Health Science (Advance Publication)	2021 印刷中	最大運動中における血中脂肪酸結合タンパク質4濃度の動態を鍛錬者と非鍛錬者で比較した。鍛錬者, 非鍛錬者に係わらず, 血中脂肪酸結合タンパク質4濃度は最大運動中で増加することが明らかとなり, 運動トレーニングによる運動中の血中脂肪酸結合タンパク質4濃度への影響は認められなかった。
9	<u>Shigeharu Numao</u> Yoshihisa Urita <u>Isao Matsumura</u> Yohei Takai Ryota Uchida Takashi Kurosaki <u>Masaki Nakagaichi</u>	Difference in circulating fatty acid binding protein 4 concentration in exercise-trained men	Gazzetta Medica Italiana	2021 印刷中	血中脂肪酸結合タンパク質4濃度について, 持久系競技者と筋力系競技者で比較した。血中脂肪酸結合タンパク質4濃度は筋力系競技者よりも持久系競技者で低値を示し, 運動様式による運動効果の違いが明らかとなった。

○紀要論文

No.	著者	タイトル	雑誌名, 巻(号):頁	発行年月	内容要約
1	棚橋 高一郎 沼尾 成晴 蓬萊 真美 長澤 吉則	若年成人における僧帽筋上部の軟部組織硬度と睡眠障害の関係	京都薬科大学 紀要, 1: 24-30	2020.4	若年成人における僧帽筋上部の軟部組織硬度と睡眠障害の関係を検討した。睡眠良好群と睡眠不良群の軟部組織硬度値に差はなく、軟部組織硬度と睡眠障害との間にも相関関係は認められなかった。
2	棚橋 高一郎 沼尾 成晴 齊藤 博斗 長澤 吉則	薬学部学生における生活習慣と睡眠障害の関係	京都薬科大学 紀要, 1: 94-102	2020.11	薬学部学生における生活習慣と睡眠障害の関係を検討した。朝食摂取日数および飲酒日数が少ないほど睡眠障害となる可能性が示された。

○学会発表

No.	発表者	タイトル	学会名 (開催地)	開催年月	発表要約
1	長澤 吉則 沼尾 成晴 杉本 寛恵 棚橋 高一郎 下村 雅昭 千葉 真理子 五郎丸 直美 蓑毛 佳代 田巻 俊一	心疾患維持期高齢者における日常の中高強度身体活動時間と体格、体力及びADLの関係	第26回日本心臓リハビリテーション学会 学術集会 (Web開催) (福岡県福岡市)	2020.7	心疾患維持期高齢者における日常の強度別身体活動時間と体格、体力および日常生活動作との関係を検討した。心疾患維持期高齢者の日常の中高強度身体活動時間は、体格および日常生活動作とは関係がなく、体力と関係することが明らかとなった。
2	<u>Mohammad Monirul Islam</u> <u>Takahiro Kitamura</u> <u>Masaki Nakagaichi</u> Shota Shimozuru Ayaka Noma Ryota Uchida MD Shahzad Hossain Nobuo Takeshima	Efficacy of plastic water bottle-based resistance exercises and self-body weight-based resistance exercises on a remote island dwelling older adults in Japan	The 2020 Yokohama Sport Conference (Web開催) (神奈川県横浜市)	2020.9	日本の離島在住高齢者におけるペットボトル体操と自体重を利用した筋力づくりの効果を検討した。ペットボトル体操と自体重を利用した筋力づくりが体力を改善することが明らかとなった。
3	黒崎 喬嗣 内田 遼太 野間 彩花 沼尾 成晴 中垣内 真樹	一般成人における運動頻度と運動習慣化促進・阻害要因の関係	第75回日本 体力医学会大会 (Web開催) (鹿児島県鹿児島市)	2020.9	一般成人を対象に運動頻度と促進・阻害要因の関係について検討した。物理的環境の支援において運動習慣のある者が有意に高値を示した。一方、不定期に運動実施する者は時間的制約、運動を実施しない者は心理的制約が有意に高値を示した。

No.	発表者	タイトル	学会名 (開催地)	開催年月	発表要約
4	長澤 吉則 出村 慎一 沼尾 成晴 棚橋 嵩一郎 青木 宏樹	高齢者における下肢の等張性筋力発揮調整能と歩行能力及び認知機能の関係	第75回日本 体力医学会大会 (Web 開催) (鹿児島県鹿児島市)	2020.9	健康な高齢者を対象に下肢の等張性筋力発揮能と歩行能力及び認知機能との関係を検討した。健常な高齢者において、下肢の等張性筋力発揮能と歩行能力および認知機能との関係は認められなかった。
5	沼尾 成晴 内田 遼太 黒崎 喬嗣 中垣内 真樹	持久系競技者と筋力系競技者における漸増負荷運動に対する血中脂肪酸結合タンパク質4の応答	第75回日本 体力医学会大会 (Web 開催) (鹿児島県鹿児島市)	2020.9	最大運動中における血中脂肪酸結合タンパク質4濃度の動態を持久系競技者と筋力系競技者で比較した。持久系競技者と筋力系競技者ともに、血中脂肪酸結合タンパク質4濃度は最大運動中で増加することが明らかとなった。
6	北村 尚浩 川西 正志	海外における貯筋運動の普及活動の課題：台湾と韓国での取組から	日本生涯スポーツ 学会第22回大会 (Web 開催) (宮城県仙台市)	2020.11	台湾と韓国で実施したグローバル貯筋プロジェクト参加者に対するインタビューから、実施後の普及状況と両国における普及の課題が明らかとなった。
7	<u>Mohammod Monirul Islam</u> Takahiro Kitamura Masaki Nakagaichi Nobuo Takeshima	Efficacy of community-based and home-based balance exercises on a remote island dwelling older adults in Japan	2nd World Healthcare and Nursing Webinar, (Web 開催) (イギリス)	2020.12	日本の離島在住高齢者における地域型および家庭型バランス運動の効果を検討した。地域型および家庭型バランス運動が体力を改善することが明らかとなった。
8	黒崎 喬嗣 内田 遼太 野間 彩花 沼尾 成晴 中垣内 真樹	壮年期における運動習慣と習慣化促進・阻害要因の関係 - 実行期と関心期を中心とした質的研究 -	第22回 日本健康支援学会 年次学術集会 兼 第8回 日本介護予防・ 健康づくり 学会大会 (Web 開催) (茨城県つくば市)	2021.3	質的研究を用いて、壮年期の男女を対象に運動実施状況と促進・阻害要因の関係について検討した。運動を開始した者と実施していない者それぞれに特有の促進・阻害要因が抽出された。
9	<u>Mohammod Monirul Islam</u> Takahiro Kitamura Masaki Nakagaichi Nobuo Takeshima	Efficacy of plastic water bottle-based resistance exercises and self-body weight-based resistance exercises on a remote island dwelling older women in Japan	The Asian Conference on Aging & Gerontology (AGen2021) (東京都千代田区)	2021.3	日本の離島在住高齢者女性において安価であるペットボトル体操と自体重を利用した筋力づくりの効果を検討した。ペットボトル体操と自体重を利用した筋力づくりが筋力を改善することが明らかとなった。

No.	発表者	タイトル	学会名 (開催地)	開催年月	発表要約
10	中垣内 真樹	地域特性を踏まえた 健康づくり・ 介護予防の実践	第34回鹿児島県 理学療法士学会 特別講演 (Web 開催) (鹿児島県鹿屋市)	2021.3	地域での健康づくり・介護予防の 実践研究で得た研究成果を発表す るとともに実践活動を紹介した。
11	<u>Mohammad Monirul Islam</u>	Cost-effective physical exercises suitable for older adults	The 5th International Conference on Sports Science and Physical Education (SSPE 2021), in Xiamen	2021.3	高齢者に適用できる費用対効果の 高い運動(ペットボトル体操)に 関する研究成果を発表した。

【教育活動】

○学生支援

No.	支援内容 実施年月 (開催地)	具体的内容
1	子どもかけっこ教室の 企画および運営補助 2020.11 (鹿児島県鹿児島市)	鹿屋体育大学の学生(3名)に対し、大人数の子どもを対象としたかけっこ 教室の企画および運営の機会を提供し、運動指導現場における学生の指導力 および実践力の醸成を促した。
2	ウォーキングマップの作成 およびイベントの運営補助 2020.11 (佐賀県吉野ヶ里町, 伊万里市, 小城市)	鹿屋体育大学の学生(1名)に対し、地域におけるウォーキングマップの作 成およびイベント運営の機会を提供し、運動指導現場における学生の実践力 の醸成を促した。