

第3回

Human High Performance セミナー

血液 ～持続性パフォーマンス向上のカギ～

6月30日 月 17:00～18:30

会場：筑波大学体芸棟 5C 105（会議室）

世話人：西保 岳（2616）参加費無料

※学外の方は事前の申込みが必要です：

メール humanhighperformance@gmail.com



岡崎 和伸 准教授

大阪市立大学 都市健康・
スポーツ研究センター、
大阪市立大学大学院
医学研究科運動環境生理学

専門は運動生理学・環境生理学。特に、運動トレーニング、暑熱環境、低圧低酸素（高地）環境に対する循環・体温調節機能の改善機構、持続性パフォーマンスの向上や健康寿命の維持・増進に有効なトレーニング方法に関する研究に従事している。

血液は循環器系の働きによって全身を巡り、各組織への酸素や栄養素の供給と老廃物の除去、さらに、体温の恒常性の維持などの様々な機能を担っている。本セミナーでは、血液の量および組成と最大酸素摂取量および暑熱環境下における体温調節能との関連について示し、血液が持続性パフォーマンス向上の重要な因子であることを解説する。また、暑熱環境下および低圧低酸素（高地）環境下における持続性トレーニングによる血液の適応と持続性パフォーマンスの向上について、さらに、これらの効果発現を左右する因子について解説する。



University of Tsukuba

主 催

文科省特別経費プロジェクト
ヒューマン・ハイ・パフォーマンスを実現する次世代健康スポーツ科学の
国際研究教育拠点 - 最先端生命・認知脳科学の導入 -

代 表

征矢英昭（体育系）

連 絡 先

松田佐保（HHP 推進室 体育科学系棟 A307）

E-mail

matsuda.saho.ga@un.tsukuba.ac.jp

電 話

029-853-6325