

～専門家から学ぶ健康と運動の医科学～  
ハイクラスセミナー  
2025

“for all fitness”

2025年11月29日（土）・30日（日）

会場：ウィリング横浜（神奈川）  
※オンライン併催

 公益社団法人  
日本フィットネス協会

THE SPEAKER LINEUP



SPEAKER 1

**宮地元彦**

早稲田大学スポーツ科学学術院  
教授/JAFA参与



SPEAKER 2

**大田崇央**

東京都健康長寿医療センター  
自立促進と精神保健研究チーム  
研究員



SPEAKER 3

**本間洋樹**

国立スポーツ科学センター  
スポーツ科学研究部門  
契約研究員



SPEAKER 4

**杉浦克己**

立教大学スポーツウエルネス学部  
特別専任教授



SPEAKER 5

**佐々木一茂**

東京大学大学院総合文化研究科  
准教授



SPEAKER 6

**高橋祐美子**

東京大学大学院総合文化研究科  
准教授

～専門家から学ぶ健康と運動の医科学～  
JAJFA ハイクラスセミナー

運動指導者のための医科学と運動のアカデミックセミナー

健康に関する医科学や運動の情報が蔓延する昨今、運動指導者には正しい専門知識が求められています。本講習会では運動指導者に必要な医科学知識を、それぞれの専門家より学術的にお伝えします。医科学的なエビデンスも求められる運動指導において、さらなる指導クオリティ向上のため、自身のブラッシュアップのために、この貴重な機会をぜひご活用ください。長らく専門分野にふれていない方は必見です！

11月29日（土）			11月30日（日）		
10：30～ 12：40	生理学～運動の種類と動脈 スティフネス～	宮地元彦	10：30～ 12：40	栄養学～運動指導者のための サプリメント学～	杉浦克己
13：30～ 15：40	老年学～サルコペニア重症 度と認知機能低下の関連～	大田崇央	13：30～ 15：40	身体運動・健康科学～ウェ ルビーイングのための筋肉 づくり～	佐々木一茂
15：50～ 18：00	トレーニング科学～パフォー マンス構造モデルに基づ く個別性を考慮したトレー ニング戦略～	本間洋樹	15：50～ 18：00	運動生理生化学～糖を中心 としたエネルギー代謝から 考えるパフォーマンス～	高橋祐美子

※各講座10分休憩含む

【日 程】2025年11月29日（土）30日（日）

【会 場】ウィリング横浜（京急上大岡駅・横浜市営地下鉄上大岡駅直結）※オンライン受講可  
〒233-0003神奈川県横浜市港南区上大岡西1-6-1ゆめおおおかタワー内 12F研修室126

【受付期間】令和7年9月17日（木）13：00～11月28日（金）13：00

※銀行振込・コンビニ決済の場合は11月25日（火）13：00まで

【受講料（会場・オンライン両日）】一般34,500円/JAJFA会員24,150円（クーポン利用）

【受講料（会場・オンライン単日）】一般18,500円/JAJFA会員12,950円（クーポン利用）

【教育単位（各日）】JAJFA 6.5/ACSM 6.0/NSCA 0.6（カテゴリーA）/JATI 3.0/  
健康・体力づくり事業財団 講義6.0（会場受講に限る）

●申し込み方法

インターネット申込：下記のページ（または右記QRコードから）へアクセスし、「申し込みフォーム」からお申し込みください。JAJFAウェブサイト（[www.jafanet.jp](http://www.jafanet.jp)）⇒セミナー・イベント⇒実地開催（会場受講）またはオンライン開催

※パソコンもしくはスマートフォンからアクセスしてください。

※ウェブサイトから申し込みできない方、メールアドレスをお持ちでない方は、ご相談ください。

※銀行振込およびコンビニ支払いの場合の手数料はご負担ください。

※受講料の決済および支払い後の払い戻しはできません。



●開催当日連絡先

090-1054-3683（移動中や受付対応中により受信できないことがあります）

●持ち物

受講票（メールのプリントアウトまたは受信メール画面の提示）、筆記用具、各資格カード（教育単位取得希望のもの）、その他個人で必要と思うもの（昼食等）、他特筆すべきものは開催前にメールにてご連絡いたします。

お気軽にお問い合わせください。

公益社団法人日本フィットネス協会

〒103-0003 東京都中央区日本橋横山町3-1横山町ダイカンプラザ603

TEL：03-6240-9861 FAX：03-6240-9725