

第12回 大阪大学All Round 運動制御学セミナー



Prof. Ken Kazunori Nosaka

School of Medical and Health Sciences, Edith Cowan University

“Ken” is a nickname, who is a Professor of Exercise and Sports Science in the School of Medical and Health Sciences at Edith Cowan University (ECU). He worked in Japan for nearly 20 years before relocating to ECU in April 2004. He has published more than 360 peer-reviewed journal articles (his current h-index is 68, Scopus), and about 80% of his articles are related to “eccentric exercise.” He supervised 36 PhD students to completion, and currently supervise 7 PhD students.

Let's get eccentric!

Abstract:

Eccentric muscle contractions occur when a load to a muscle exceeds the force generated by the muscle, thus the muscle is lengthened. There are several interesting characteristics for exercises mainly consisting of eccentric muscle contractions (i.e. eccentric exercises). They will be explained with examples, and discuss how the benefits of eccentric exercises can be maximised. I will also share the importance to be “eccentric” in ideas and opinions in science and research.

概要:

エキセントリック（伸張性）筋収縮は、筋への負荷が筋の発生する力を上回り、筋が伸張するときに起こります。エキセントリック筋収縮が主となる運動（エキセントリック運動）には、興味深い特徴があります。それらを例を挙げて説明し、エキセントリック運動の利点を最大限に引き出す方法について議論します。また科学や研究における考え方や意見において「エキセントリック」であることの重要性についてもお伝えします。

今回のセミナーでは、エディスコーワン大学の野坂和則先生をお招きし、エキセントリック運動の基礎から応用についてお話しいたします。加えて、ご自身の経験を踏まえて、研究への取り組み方や研究論文の出し方などについてもお話しいたします。

本セミナーはどなたでも参加できますので、多くの学生・大学院生・教職員・一般の方のご参加をお待ちしております。

日時：2023年12月14日（木）18:00-19:30 その後、懇親会（会費制）

会場：大阪大学豊中キャンパス

スチューデント・コモンズ セミナー室D(予定)

※オンライン配信予定

参加者数の事前把握のため、QRコード、又は下記のURLから事前登録へのご協力をお願いします。（懇親会参加を希望される方は1週間前までの参加登録をお願いします。

<https://forms.gle/NpnZaVgc9vP8mbaq6>



担当：小笠原一生（大阪大学大学院医学系研究科 運動制御学教室）

TEL: 06-6850-6036 E-mail: oubmc@hss.osaka-u.ac.jp