

日本農芸化学大会 2025 年度大会
サントリーウェルネス株式会社 ランチョンセミナー

運動神経という観点から エルゴジェニックエイドの 生理作用を検討する試み

日時

2025年 3月 6日 (木) 12:00～12:50

座長

森谷 敏夫 名誉教授 [京都大学]

演者

渡邊 航平 教授 [中京大学 スポーツ科学部]

運動トレーニングが我々の身体へ及ぼす影響は非常に大きく、特に加齢にともなう身体機能の低下に対する維持・改善の効果は広く認識されています。一方で、運動トレーニングの効果を最大限に享受するためには、その対象者が有する身体機能の特性を十分に理解しておく必要があります。例えば、若齢者と高齢者では同じ筋力トレーニングを実施しても、その効果の現れ方は一様ではありません。具体的には、トレーニング時に若齢者では骨格筋に、高齢者は運動神経に、大きなストレスがかかること、が明らかになっており、トレーニング介入試験の結果でも若齢者では筋肥大を伴う筋力の増加が生じる一方で、高齢者では中枢神経の活性の向上を伴う筋力の増加が生じることが報告されています。

我々の研究室では、この「運動神経」や「中枢神経」を非侵襲的に評価する新たな測定技術を用いて、高齢者における運動トレーニングの効果を最大化すべく、エルゴジェニックエイドの併用効果を検討しています。本セミナーでは、ケルセチンやカフェインを用いて筋力トレーニングの効果を修飾することを試みた近年の研究成果を紹介します。