



UTSSI  
UTokyo Sports Science Initiative

東京大学スポーツ先端科学連携研究機構  
UTokyo Sports Science Initiative (UTSSI)

公開シンポジウム

# 筋肉の時代へ

2022

4/23(土)

16:30~19:00

オンライン開催



「モノづくりの時代」といえる20世紀。人類は、鉄道、自動車、エレベーターなど筋肉の代わりにモノを次々と発明しました。その結果、生活は見違えるほど楽で便利になった反面、肥満や生活習慣病の増加、高齢者のサルコペニア・フレイル、子どもの体力低下など、100年前に存在しなかった問題が顕在化しています。近年の情報通信機器・技術の著しい発達や2020年から続く「コロナ禍」もこうした傾向に拍車をかけているといえるでしょう。

最近の研究から、筋肉は運動するために必要であるだけでなく、我々の身体の中で様々な重要な役割を果たしていることがわかってきました。我々の生活様式を100年前に戻すことなく、健康な身体そして元気な社会を維持するための鍵は、効率的で持続可能な「筋肉づくり」だと考えられます。現代社会において使用機会が減っている筋肉をいかにして鍛え、増やしていくか。単純なようで奥の深い問題です。

今回のシンポジウムでは、東京大学で筋肉の研究に従事した経験を有し、現在も筋肉づくりの最前線で活躍する研究者が一堂に会して、筋肉研究の過去・現在・未来を語ります。

## プログラム※

### 開会挨拶

中澤 公孝 (東京大学大学院総合文化研究科 教授/UTSSI 機構長)

### 基調講演「私の筋肉研究：チャレンジすることの重要性」

石井 直方 (東京大学 名誉教授/UTSSI 初代拠点長)

### パネルディスカッション「筋肉づくり・筋肉研究の現在地と将来展望」

川田 茂雄 (帝京大学医療技術学部 准教授)

谷本 道哉 (順天堂大学スポーツ健康科学部 先任准教授)

渡邊 裕也 (明治安田厚生事業団体力医学研究所 研究員)

ほか数名 (調整中)

### 総司会

佐々木 一茂 (東京大学大学院総合文化研究科 准教授/UTSSI 事務局長)

※プログラムは予告なく変更になることがあります

## 参加費無料

事前登録制  
(定員300名)

<https://forms.gle/Tg5Yso148teou3V36>

(下のQRコードでも登録できます)



主催：東京大学スポーツ先端科学連携研究機構 (UTSSI)

協力：東京大学身体運動科学研究室、東京大学石井研卒業生の会