

## 令和7年度東京医科大学医師会「健康スポーツ医実地研修」のご案内

都内の各地域において、安全で効果的な健康増進事業を展開していく為には、医師をはじめとする医療スタッフの確保が必要です。特に生活習慣病の場合は、疾病の治療といった医療のみならず、適切な運動や栄養等により生活習慣を改善する事が重要であり、これらに対応できる健康スポーツ医の役割が期待されています。しかし、半健康人や有疾患者に対して、適切な運動を指導できる健康スポーツ医が不足しているのが現状です。

そこで、東京医科大学医師会では、東京都医師会の後援により日本医師会認定健康スポーツ医を対象に運動負荷試験と運動プログラムの作成を中心とした実地研修を開催いたします。

1. 日 時 令和8年3月7日(土) 14時00分～17時10分(受付:13時45分開始)
2. 会 場 東京医科大学病院 本館8階 第1・2会議室(講義)  
本館7階 心臓リハビリテーションセンター(実地)  
〒160-0023 東京都新宿区西新宿6-7-1 TEL: 03-3342-6111 内線 4511
3. 受講料 20,000 円
4. 定 員 10 名(日本医師会認定健康スポーツ医有資格者)
5. 持 ち 物 筆記用具、運動着(上はTシャツ・下はズボン又は短パン)  
室内履き(トレーニングシューズなど)、タオルなど
6. 申込方法 受講希望者がいらっしゃいましたら、別紙申込書をご記入の上、申込受付期間内に東京医科大学医師会事務局【FAX 03-3345-1437】にてお申込下さい。  
但し、定員になり次第締め切りとなります。(先着順)  
受講料のお支払については、受講者確定後ご連絡いたします。
7. 申込受付期間 令和7年12月17日(水)～令和8年2月13日(金)
8. 研修単位 日本医師会健康スポーツ医再研修会(3単位)【申請中】
9. 内 容

時 間	内 容	講 師
14:00 ～ 15:00 (講義・演習 60 分)	～運動処方作成～ 受講者自身で運動処方を作成し、それを基に討論を行います。また、運動指導員へのわかりやすい指示等の方法についても学習します。	勝村 俊仁 戸田中央総合病院 リハビリテーション科 部長
15:00 ～ 15:10	休 憩	
15:10 ～ 17:10 (実習 120 分)	～運動負荷試験～ 検査準備から終了時まで実践的研修を行います。(参加者が運動負荷試験の検者及び被検者となります。)  ～運動処方作成の考え方～ 高血圧、糖尿病、肥満、脂質異常症などのリスク保有者へのプログラムの立て方の基本を学習します。	