

# NIRS バイオフィードバック レーニングシステム開発

藍野大学医療保健学部理学療法学科 教授

後藤 昌弘

私の考える  
博士力

厳しいハードルと  
確かな成長



let's access



この QR コードを読み取ると  
博士学位論文に  
アクセスできます

学位授与の年月  
2018 年 3 月

学位論文のタイトル  
Resistance exercise protocols  
producing intramuscular hypoxia and  
its effect of muscle hypertrophy.

指導教員名  
浜岡 隆文・長野 明紀

研究領域  
スポーツ科学・運動生理学

キーワード  
筋肥大・筋力増強・トレーニング・  
筋内低酸素・近赤外線分光法

学位取得を  
目指した  
きっかけ

ス

ポ健博士後期課程入学前より、私は大学教員として研究を行い、国内外学会で発表し、論文も大学紀要等に投稿していた。しかしながら、自分の研究分野が一点に定まっておらず、新規性、研究デザイン、データの取り方からその解釈まで、自分の研究に自信を持つには至っていなかった。一言でいうと「本物じゃない」「やりたい研究ができるいない」と感じていた。そんな時、浜岡隆文先生（現、東京医科大学教授）の筋内酸素代謝に関する研究論文を読み、自分が行っているトレーニング自体を研究テーマとし、確かな研究者である先生方の下で学びたいと思った。「筋肥大をもたらすトレーニングプロトコールについて、また、オンラインで筋肥大効果をトレーニング者にフィードバックするシステムについて指導して頂けませんか」と浜岡隆文先生を訪ねたのが学位取得のきっかけである。

在学中

在

学中は、自分が勤める藍野大学で仕事を行いながら週に 1 度 BKC に通い、研究室で行われるミーティングに参加し、図書館で課題を進め、先生方からアドバイスを受ける、充実した日々を送ることができた。前期と後期の年 2 回課される修士課程と博士課程合同研究発表会と、年に一度開催される ACSM、そして ECSS での発表が自分にとっては最高のベースメーカーとなっていた。2014 年韓国で開催された第 2 回日韓理学療法学会で最優秀賞を受賞した。また、希望していた JSCR に 2 本目の論文がアクセプトされた。学位取得最後の半年間に行われる予備審査と本審査は私にとってとても厳しいハードルであった。しかしながら、研究者である自分を自覚できる必要不可欠な課題であったと、今はスポート健の厳格な教育プロセスに感謝している。浜岡隆文先生、長野明紀先生の優しく丁寧な指導と、同じ研究室の黒澤先生と二連木さん、そして、学位取得まで怒らずにサポート頂いた事務の下村さんのおかげで学位取得まで頑張ることができたと思う。研究者としてあこがれる、人として尊敬できる、たくさんの方々にスポート健で出会うことができたことに感謝している。

現在

現

在は藍野大学医療保健学部理学療法学科長として、主に学科の管理運営にあたっている。研究テーマはスポート健在学時と変わらず「筋力増強、筋肥大を目的としたトレーニングメソッド」であるが、その対象を中・高年層を含む課題へと広げ、地域社会の健康増進に取り組んでいる。2020 年に文部科学省科学研究費補助金を獲得することができた。

将来像

科

学研究費補助金の対象である今の研究課題を最後までやりきり、AJSM に自身の論文がアクセプトされることを一つの目標としている。また、藍野大学では 2024 年にリハビリテーションを専攻とする新規研究科設置を予定している。この修士課程で若く柔軟な思考を持つ学生らと斬新な研究を行うことが私の楽しみである。一方、65 歳で大学を定年退職し、山の中でフレンチレストランを開くことを夢見ており、今年中に ABC クッキングスクールに入学する予定である。

最後の絶壁、その先にはみんなの笑顔がありました。