

Appendix I

研究業績一覧

1 総説

- (1) Sudo M, Costello JT, McMorris T, Ando S. The effects of acute high-intensity aerobic exercise on cognitive performance: a structured narrative review. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*. 2022 Sep; 16: 957677.

2 原著論文

- (1) 渡邊裕也, 来田宣幸, 甲斐義浩, 森原 徹. 女子野球選手のバットスイング速度に関連する体力要素. *体力研究*. 2022 Apr; 120: 1-8.
- (2) Ochi G, Kuwamizu R, Suwabe K, Fukuie T, Hyodo K, Soya H. Cognitive fatigue due to exercise under normobaric hypoxia is related to hypoxemia during exercise. *Scientific Reports*. 2022 Jun; 12(1): 9835.
- (3) Watanabe D, Yoshida T, Watanabe Y, Yamada Y, Miyachi M, Kimura M. Validation of the Kihon Checklist and the frailty screening index for frailty defined by the phenotype model in older Japanese adults. *BMC Geriatrics*. 2022 Jun; 22(1): 478.
- (4) Kitano N, Kai Y, Jindo T, Fujii Y, Tsunoda K, Arao T. Association of domain-specific physical activity and sedentary behavior with cardiometabolic health among office workers. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2022 Aug; 32(8): 1224-1235.
- (5) Shoji T, Fujii Y, Tateoka K, Tsuji T, Okura T. The association of the Japan Science and Technology Agency Index of Competence with physical and cognitive function in community-dwelling older adults. *Geriatrics & Gerontology International*. 2022 Sep; 22(9): 753-758.
- (6) Watanabe D, Yoshida T, Yamada Y, Watanabe Y, Yamada M, Fujita H, Miyachi M, Arai H, Kimura M. Combined use of two frailty tools in predicting mortality in older adults. *Scientific Reports*. 2022 Sep; 12(1): 15042.
- (7) Fujii K, Fujii Y, Kubo Y, Tateoka K, Liu J, Nagata K, Nakashima D, Okura T. Frail older adults without occupational dysfunction maintain good subjective well-being: a cross-sectional study. *Healthcare*. 2022 Sep; 10(10): 1922.
- (8) Watanabe D, Yoshida T, Yamada Y, Watanabe Y, Yamada M, Fujita H, Nakaya T, Miyachi M, Arai H, Kimura M. Dose-response relationship between life-space mobility and mortality in older Japanese adults: a prospective cohort study. *Journal of the American Medical Association*. 2022 Nov; 23(11): 1869.e7-1869.e18.
- (9) 金森 悟, 甲斐裕子, 山口大輔, 辻 大士, 渡邊良太, 近藤克則. 高齢者における運動行動の変容ステージ別の歩行時間の関連要因: JAGES2019横断研究. *日本公衆衛生雑誌*. 2022 Nov; 69(11): 861-873.
- (10) Watanabe D, Yamada Y, Yoshida T, Watanabe Y, Hatamoto Y, Fujita H, Miyachi M, Kimura M. Association of the interaction between physical activity and sitting time on mortality in older Japanese adults. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2022 Dec; 32(12): 1757-1767.
- (11) Hyodo K, Kidokoro T, Yamaguchi D, Iida M, Watanabe Y, Ueno A, Noda T, Kawahara K, Nishida S, Kai Y, Arao T. Feasibility, safety, enjoyment, and system usability of web-based aerobic dance exercise program in older adults: single-arm pilot study. *JMIR Aging*. 2023 Jan; 6: e39898.
- (12) Tsunoda K, Nagata K, Jindo T, Fujii Y, Soma Y, Kitano N, Okura T. Acceptable walking and cycling distances and functional disability and mortality in older Japanese adults: an 8-year

- follow-up study. *Health & Place*. 2023 Jan; 79: 102952.
- (13) Hyodo K, Kitano N, Ueno A, Yamaguchi D, Watanabe Y, Noda T, Nishida S, Kai Y, Arai T. Association between intensity or accumulating pattern of physical activity and executive function in community-dwelling older adults: a cross-sectional study with compositional data analysis. *Frontiers in Human Neuroscience*. 2023 Jan; 16: 1018087.
- (14) Watanabe D, Yoshida T, Watanabe Y, Kimura M, Yamada Y, Kyoto-Kameoka Study Group. Doubly labelled water-calibrated energy intake associations with mortality risk among older adults. *Journal of Cachexia, Sarcopenia and Muscle*. 2023 Feb; 14(1): 214-225.
- (15) Nagata K, Tsunoda K, Fujii Y, Jindo T, Okura T. Impact of exercising alone and exercising with others on the risk of cognitive impairment among older Japanese adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2023; 107: 104908.
- (16) 権野めぐみ, 西尾真樹, 来田宣幸, 野村照夫, 松井知之, 東 善一, 平本真知子, 橋本留緒, 幸田仁志, 渡邊裕也, 甲斐義浩, 森原 徹. 下腿・足部のスポーツ障害とジャンプ前後の腓腹筋硬度の関係: ジュニアアスリートを対象として. *ヘルスプロモーション理学療法研究*. 2023, 12(3): 101-106.
- (17) Watanabe D, Yoshida T, Watanabe Y, Yamada Y, Miyachi M, Kimura M. Dose-response relationships between objectively measured daily steps and mortality among frail and non-frail older adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 2023 Jun; 55(6): 1044-1053.
- (18) Takashi N, McCarthy MJ, Ono-Kihara M, Kihara M, Nakayama T. Disagreement about perceptions of patient disability between the stroke patient and caregiver: a cross sectional study exploring the association to patient and caregiver quality of life. *Aging & Mental Health* (in press).
- (19) Takashi N, Musumari PM, Techasrivichien T, Suguimoto SP, Ono-Kihara M, Kihara M, Nakayama T. Unmet needs in long-term outpatient rehabilitative care: a qualitative and multi-perspective study in Japan. *Disability and Rehabilitation* (in press).
- (20) Watanabe D, Yoshida T, Watanabe Y, Yamada Y, Miyachi M, Kimura M, Kyoto-Kameoka Study Group. Combined use of sleep quality and duration is more closely associated with mortality risk among older adults: a population-based Kyoto-Kameoka prospective cohort study. *Journal of Epidemiology* (in press).
- (21) Nemoto Y, Sato S, Kitabatake Y, Takeda N, Maruo K, Arai T. Do the impacts of mentally active and passive sedentary behavior on dementia incidence differ by physical activity level? A 5-year longitudinal study. *Journal of Epidemiology* (in press).
- (22) 川又華代, 金森 悟, 甲斐裕子, 楠本真理, 佐藤さとみ, 陣内裕成. 事業場における身体活動促進事業と組織要因に関する横断研究. *産業衛生学雑誌* (in press).
- (23) Watanabe D, Yoshida T, Yamada Y, Watanabe Y, Yamagata E, Miyachi M, Fujiwara Y, Kimura M. Association between excess mortality in depressive status and frailty among older adults: a population-based Kyoto-Kameoka prospective cohort study. *Archives of Gerontology and Geriatrics* (in press).
- (24) 青木好子, 山田陽介, 渡邊裕也, 満石 寿, 木村みさか. 幼児の体力に影響を与える要因—身体活動量と生活習慣に注目して—. *ウォーキング研究* (in press).

3 その他の学術論文

- (1) 塩津陽子, 達井翔太郎, 若原 卓, 渡邊裕也, 炭本佑佳, 柳田昌彦. 有酸素性運動とレジスタンス運動の複合トレーニングにおける順序性が高齢男性の下肢筋力および筋量に及ぼす影響. *同志社スポーツ健康科学*. 2022; 14: 22-32.

- (2) 渡邊裕也, 野田隆行, 西田純世, 西川 敦, 工藤芳彰, 兵頭和樹, 山口大輔, 上野愛子, 飯田倫崇, 甲斐裕子, 荒尾 孝. スマートテレビを活用した高齢者への健康支援に関する探索的検討. 体力研究. 2022 Apr; 120: 9-16.
- (3) Kawakami R, Kato K, Sone H. The reply. American Journal of Medicine (in press).

4 著書

- (1) 渡邊裕也. 下肢と体幹の筋がよくわかる基礎ノート. 杏林書院. 2022.
- (2) 甲斐裕子. 行動科学理論を活かした健康支援. 職場の健康づくりを支援する 働く人の心とからだの健康づくりテキスト. 中央労働災害防止協会. 2022; 70-78.
- (3) 甲斐裕子. 職場でできる“ながら運動”で, 運動を始めるきっかけづくり. 村山洋史, 江口泰正, 福田 洋 (編著). ナッジ×ヘルスリテラシー ヘルスプロモーションの新たな潮流. 大修館書店. 2022; 85-87.
- (4) 渡邊裕也. 第4章 母子と運動 A. 妊産婦の運動の基礎. 我部山キヨ子 (編). 基礎助産学 [3] 母子の健康科学 第6版. 医学書院. 2023; 115-141.

5 学会発表 (招待講演)

- (1) 渡邊裕也. 高齢者の筋肉づくり. 東京大学スポーツ先端科学連携研究機構公開シンポジウム「筋肉の時代へ」, Web開催. 2022年4月
- (2) 甲斐裕子. 労働者における身体活動・座位行動のエビデンスとナッジを介した実践. 第3回日本体力医学会北九州地方会学術集会, Web開催. 2022年6月
- (3) 中田由夫, 甲斐裕子, 笹井浩行, 松尾知明, 蘇 リナ, 辻本健彦, 水島諒子, 奥原 剛. 働く人のためのアクティブガイド. 第24回日本運動疫学会学術総会, 神奈川. 2022年6月
- (4) 渡邊裕也. 高齢者を対象としたオンライン運動教室. 身体活動関連シンポジウム「ウィズコロナにおける身体活動・運動の意義と実践」. 日本健康科学学会第37回学術大会, 京都. 2022年9月
- (5) 甲斐裕子. 身体活動に対するCovid-19の影響とオンライン運動教室の実現可能性. 健康福祉研究部会シンポジウム「オンライン化で得られる健康, 失う健康」. 日本体育・スポーツ・健康学会第72回大会, 千葉. 2022年9月
- (6) 甲斐裕子. 腰痛・転倒は運動で予防・改善できるか?—学術的エビデンスと現場での挑戦—. 第30回産業保健研究会夏季セミナー, Web開催. 2022年9月
- (7) 渡邊裕也. 高齢者での研究の可能性. 第7回運動と健康: 分野横断型勉強会「運動と健康に関するオンライン研究 (デジタル介入) の可能性」. Web開催. 2022年9月
- (8) 兵頭和樹. 一過性の運動が高齢者の認知機能・気分に与える効果—軽体操に着目して—. シンポジウム11「一過性運動と認知機能: なぜ半数の研究が効果を認めていないのか?」. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (9) 中田由夫, 甲斐裕子, 笹井浩行, 松尾知明, 蘇 リナ, 辻本健彦, 水島諒子, 奥原 剛. 働く人のためのアクティブガイド・ファクトシート. シンポジウム1「新たな「健康づくりのための身体活動指針 (案)」」. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (10) 位高駿夫, 甲斐裕子, 川又華代, 川村有希子, 赤前幸雄. 労災対策に運動指導者が挑む, 新取組「ゼロ災無料出張サービス!」. シンポジウム21「超高齢社会を支える労働体力医学—職場の転倒・腰痛対策の新展開—」. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (11) 須藤みず紀. 動物を対象とした行動科学テストにおけるスポーツアナリティクススキームの応用. シンポジウム32「データから行動パフォーマンスを読み解くとは?: フィールドとアカデミックを繋ぐ行動アナリティクスの世界」. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (12) 北濃成樹. 1日24時間の過ごし方とwell-being. シンポジウム3「ウェルビーイングを高めるための睡眠

- と生活行動の改善」. 第38回日本ストレス学会学術総会, Web開催. 2022年11月
- (13) 甲斐裕子. テレワークの健康影響. 第286回産業保健研究会, Web開催. 2022年12月
- (14) 甲斐裕子. テレワーカーを含む勤労者の身体活動促進と座位行動是正を目指した研究. ARIHHP Human High Performance Forum, 茨城. 2023年2月
- (15) 甲斐裕子. 研究から社会実装へ—エビデンス・プラクティスギャップへの挑戦—. KEIO SPORTS SDGs シンポジウム2023「多分野連携で進めるスポーツ・身体活動」, 神奈川. 2023年2月
- (16) 甲斐裕子, 中田由夫, 笹井浩行, 松尾知明, 蘇 リナ, 辻本健彦, 水島諒子, 奥原 剛. 働く人を対象とした身体活動ガイドラインの概要と職域での活用. 第24回日本健康支援学会年次学術大会, 福岡. 2023年3月

6 学会発表 (一般発表)

- (1) Sudo M, Kano Y, Ando S. The effects of environmental enrichment in the absence of wheel exercise on locomotion activity and anxiety-like behavior. 2022 American College of Sports Medicine (ACSM) Annual Meeting, Online conference. 2022 May
- (2) Ando S, Takagi Y, Mochizuki K, Kitajima D, Fujibayashi M, Tsurugano S, Sudo M. Effects of electrical muscle stimulation on cognition, autonomic nervous system activity, and mood states. 2022 American College of Sports Medicine (ACSM) Annual Meeting, Online conference. 2022 May
- (3) 渡邊裕也, 兵頭和樹, 甲斐裕子, 野田隆行, 山口大輔, 西田純世, 上野愛子, 飯田倫崇, 荒尾 孝. オンラインを活用した短時間頻回の軽運動実施が地域在住高齢者の身体機能に及ぼす効果. 第64回日本老年医学会学術集会, 大阪. 2022年6月
- (4) 須藤みず紀, 安藤創一. 豊かな環境における自発的な身体活動が後肢筋の各部位に与える影響. 第30回日本運動生理学会大会, 北海道. 2022年8月
- (5) 高倉久志, 大澤晴太, 見目大悟, 須藤みず紀, 安藤創一, 井澤鉄也. 酸素濃度と低酸素曝露時間の様々な組み合わせが骨格筋への酸素供給能に及ぼす影響について. 第30回日本運動生理学会大会, 北海道. 2022年8月
- (6) 安藤創一, 須藤みず紀. 骨格筋への電気刺激が自律神経に及ぼす影響: 随意運動との比較. 第30回日本運動生理学会大会, 北海道. 2022年8月
- (7) 渡邊裕也, 野田隆行, 西田純世, 兵頭和樹, 山口大輔, 上野愛子, 甲斐裕子, 荒尾 孝. 団地居住高齢者に対するオンライン運動教室提供の試み: 集団型と自宅型の比較. 第30回体力・栄養・免疫学会大会, 青森. 2022年8月
- (8) 浅水太郎, 橋本佑斗, 佐藤瑠唯, 上林紗梨, 小川まどか, 須藤みず紀, 岡本孝信, 安藤創一, 藤林真美. 骨格筋への電気刺激トレーニングが筋力及び筋肥大へ及ぼす影響. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (9) 佐藤瑠唯, 橋本佑斗, 浅水太郎, 上林紗梨, 小川まどか, 須藤みず紀, 岡本孝信, 安藤創一, 藤林真美. 骨格筋への電気刺激トレーニングが血管内皮機能と認知パフォーマンスへ及ぼす影響. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (10) 須藤みず紀, 須藤 惇, 安藤創一. 豊かな環境条件の違いは情動における行動パターンの応答時間に影響する. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (11) 篠田理人, 片桐悠貴, 水口鴨章, 望月航大, 須藤みず紀, 大河原一憲, 妹尾淳史, 安藤創一. 一過性の運動による脳微細構造の変化. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (12) 上林紗梨, 石岡優花, 須藤みず紀, 安藤創一. 電気刺激と自転車運動の組み合わせが認知パフォーマンスにもたらす効果. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (13) 石村健人, 片桐悠貴, 水口鴨章, 望月航大, 須藤みず紀, 大河原一憲, 妹尾淳史, 安藤創一. 一過性有酸素

- 運動による認知パフォーマンス向上と機能的結合との関係. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (14) 塩津陽子, 渡邊裕也, 柳田昌彦. コロナ禍における自宅型の軽運動が高齢者の体力, 血管機能に及ぼす影響. 第77回日本体力医学会大会, Web開催. 2022年9月
- (15) Watanabe D, Yoshida T, Watanabe Y, Kimura M, Yamada Y, Kyoto-Kameoka Study Group. Doubly labeled water-calibrated energy intake associations with mortality risk among older adults from the Kyoto-Kameoka Study. *Recent Advances and Controversies in the Measurement of Energy Metabolism*, Québec. 2022 October
- (16) 甲斐裕子, 藤井悠也, 高士直己, 吉葉かおり, 村松祐子, 野田隆行, 神藤隆志, 城所哲宏, 矢島陽子, 春日潤子, 荒尾 孝. 第1報 官民連携によるアウトリーチ型の社会的処方の実現可能性: Y-Linkプロジェクト. 第81回日本公衆衛生学会総会, 山梨. 2022年10月
- (17) 吉葉かおり, 甲斐裕子, 藤井悠也, 高士直己, 村松祐子, 野田隆行, 神藤隆志, 城所哲宏, 矢島陽子, 春日潤子, 荒尾 孝. 第2報 住民と地域資源をつなぐリンクワーカー養成に関する検討: Y-Linkプロジェクト. 第81回日本公衆衛生学会総会, 山梨. 2022年10月
- (18) 高士直己, 甲斐裕子, 藤井悠也, 吉葉かおり, 村松祐子, 野田隆行, 荒尾 孝. 第3報 官民連携事業に携わった行政及び企業職員の認識の探索: Y-Linkプロジェクト. 第81回日本公衆衛生学会総会, 山梨. 2022年10月
- (19) 渡邊裕也, 高士直己, 兵頭和樹, 野田隆行, 西田純世, 山口大輔, 上野愛子, 甲斐裕子, 荒尾 孝. オンライン運動教室に参加した高齢者が感じる利点と課題: 探索的質的研究. 第9回日本サルコペニア・フレイル学会大会, 滋賀. 2022年10月
- (20) 伊藤祐希, 真田樹義, 浅原哲子, 陰山 一, 渡邊裕也, 石井好二郎. 肥満者を対象とした適切な骨格筋量指標の検討—メタボリックシンドロームリスク項目をアウトカムとして—. 第9回日本サルコペニア・フレイル学会大会, 滋賀. 2022年10月
- (21) 渡邊裕也, 来田宣幸, 甲斐義浩, 森原 徹. 下肢骨格筋の量的, 質的指標が大学生女子ソフトボール選手の身体機能およびバットスイング速度に及ぼす影響. 第33回日本臨床スポーツ医学会学術集会, 北海道. 2022年11月
- (22) 山田悠司, 甲斐義浩, 幸田仁志, 来田宣幸, 渡邊裕也, 松井知之, 平本真知子, 宮崎哲哉, 森原 徹. 女子ジュニア選手における骨格筋の量的・質的指標と身体パフォーマンスとの関連. 第33回日本臨床スポーツ医学会学術集会, 北海道. 2022年11月
- (23) 幸田仁志, 甲斐義浩, 来田宣幸, 村田 伸, 渡邊裕也, 森原 徹. 非負値行列因子分解による肩関節挙上運動中の筋活動パターンについて. 第49回日本臨床バイオメカニクス学会, 青森. 2022年11月
- (24) Fujii Y, Kitano N, Kai Y, Jindo T, Arai T. Changes in physical activity and sedentary behavior of workers from before to during the COVID-19 outbreak and its correlates. *The 2nd Asia-Pacific Society for Physical Activity Conference*, Melbourne. 2022 November
- (25) Kitano N, Kai Y, Jindo T, Wakaba K, Yoshida K, Yamaguchi D, Fujii Y, Maruo K, Arai T. Effect of multicomponent workplace intervention of short activity break to reduce sedentary behavior among Japanese office workers: one-year quasi-experimental study. *The 2nd Asia-Pacific Society for Physical Activity Conference*, Melbourne. 2022 November
- (26) 須藤みず紀, 狩野 豊, 安藤創一. 脳機能の維持に身体活動量の増加は必要か? 第34回呼吸研究会, 東京. 2022年12月
- (27) 伊藤祐希, 真田樹義, 浅原哲子, 陰山 一, 渡邊裕也, 石井好二郎. 肥満者における骨格筋量指標とメタボリックシンドロームリスク項目の変化の縦断的検討. 第43回日本肥満学会・第40回日本肥満症治療学会学術集会, 沖縄. 2022年12月
- (28) Hyodo K, Watanabe Y, Yamaguchi D, Ueno A, Noda T, Nishida S, Kai Y, Soya H, Arai T. Effect of web-based light-intensity aerobic dance exercise on mental health and cognitive function in

older adults: the second report. ARIHHP Human High Performance Forum, Ibaraki. 2023 February

- (29) 青木好子, 満石 寿, 渡邊裕也, 山田陽介, 木村みさか. COVID-19による学校臨時休業期間解除後 3 週間における小学 6 年生の身体活動量と認知機能について. 日本発育発達学会第21回大会, 愛知. 2023年 3月
- (30) Sudo M, Kano Y, Ando S. Difference of environmental enrichment condition effect of anxiety-like behavior and hindlimb muscle. The 100th Anniversary Annual Meeting of The Physiological Society of Japan, Kyoto. 2023 March

7 その他の業績（研究費の取得）

- (1) 須藤みず紀. 骨格筋振動刺激はストレスから脳機能を守れるか？間質液に着目した新たな予防法の確立（科学研究費助成事業（科学研究費補助金）基盤研究（B））. 令和 4～7 年度
- (2) 兵頭和樹. 短時間のオンライン軽運動教室が高齢者の脳機能に与える影響（科学研究費助成事業（学術研究助成基金助成金）若手研究）. 令和 4～6 年度
- (3) 甲斐裕子. テレワークの常態化による労働者の筋骨格系への影響や生活習慣病との関連性を踏まえた具体的方策に資する研究（厚生労働科学研究費補助金（労働安全衛生総合研究事業））. 令和 4～6 年度

Appendix II

健康啓発活動業績一覧

1 講演および講義

- (1) サルコペニアと運動. 第51回「近畿・糖尿病の自己管理を考える会」学術講演会. 近畿・糖尿病の自己管理を考える会. 2022年4月(対象:医療従事者)
- (2) フレイル予防ちよこっと運動教室. はちせいハートプラン2022. 八王子保健生活協同組合. 2022年4月(対象:組合員)
- (3) 手軽にできるエクササイズ—活発な身体活動と筋トレ—. 運動に関する基調講話. 税務大学校東京研修所. 2022年4月(対象:税務大学校研修生)
- (4) コロナに負けない健康づくり—今だからこそ大事にしたい, 自分と地域の健康づくり—. 令和4年度保健活動推進員・食生活等改善推進員合同研修会. 横浜市緑福祉保健センター. 2022年6月(対象:保健活動推進員, 食生活等改善推進員)
- (5) 楽しい軽体操で認知症予防. 介護セミナー(脳の健康). 明治安田システム・テクノロジー. 2022年7月(対象:特別区職員互助組合)
- (6) 行動変容に関する理論. 特定保健指導実践者育成研修. 中央労働災害防止協会. 2022年8月(対象:保健師, 看護師, 管理栄養士)
- (7) 健康長寿のためのフレイル予防. 介護セミナー. 明治安田システム・テクノロジー. 2022年8月(対象:特別区職員互助組合)
- (8) 血糖コントロール成功への道—あなただけの目標を設定しよう!—. 港南区重症化予防教室. 横浜市港南区福祉保健センター. 2022年9月(対象:一般住民)
- (9) 軽体操で脳の健康づくり. 宮崎市町村健康づくり推進委員等研修会. 宮崎県健康づくり推進センター. 2022年9月(対象:健康づくり推進員等)
- (10) 行動科学理論を活かした健康支援. 第1回健康づくり推進スタッフ養成研修. 中央労働災害防止協会. 2022年10月(対象:保健師, 看護師, 管理栄養士)
- (11) 行動科学理論を活かした健康支援. 第2回健康づくり推進スタッフ養成研修. 中央労働災害防止協会. 2022年12月(対象:保健師, 看護師, 管理栄養士)
- (12) 楽しい軽体操で認知症予防. 介護セミナー(脳の健康). 明治安田システム・テクノロジー. 2022年12月(対象:特別区職員互助組合)
- (13) 健康長寿のためのフレイル予防. 介護セミナー. 明治安田システム・テクノロジー. 2023年1月(対象:特別区職員互助組合)
- (14) 高齢期における運動と認知機能の関係について. 介護予防実践運動指導員及び介護予防運動インストラクター向けフォローアップ講座. 公益財団法人社会教育協会日野社会教育センター. 2023年2月(対象:認定資格保有者)
- (15) 行動科学理論を活かした健康支援. 第3回健康づくり推進スタッフ養成研修. 中央労働災害防止協会. 2023年2月(対象:保健師, 看護師, 管理栄養士)
- (16) 座りすぎの健康影響とその対策—ポピュレーションアプローチで座りすぎを減らせるか?—. パナソニック健康保険組合. 2023年3月(対象:産業医, 保健師, 運動指導者)

2 メディア掲載

- (1) 朝日新聞デジタルマガジン&, SANSPO.COMほか:プレスリリース「余暇に軽い身体活動が多いほど健診結果が良好—活動量の実測データに基づく世界初の知見—」に関する内容. 2022年5月
- (2) 法研「へるすあっぷ21」:プレスリリース「余暇に軽い身体活動が多いほど健診結果が良好—活動量の実測データに基づく世界初の知見—」に関する内容. 2022年7月号

- (3) 株式会社文藝春秋「週刊文春WOMAN」2022秋号：就寝前のストレッチが更年期症状，抑うつ度に与える効果に関する研究成果. 2022年10月12日発行号
- (4) HealthDay Japan：除脂肪量を用いたサルコペニアの低筋肉量スクリーニングに関する研究成果. 2022年11月
- (5) 静岡新聞：「座りすぎ」に関する研究成果・コメント. 2022年11月
- (6) スポーツ栄養Web：コーヒー摂取量と筋肉量との関連に関する研究成果. 2022年12月
- (7) 保健指導リソースガイド：職域における身体活動促進に関する研究成果. 2022年12月
- (8) BIGLOBEニュース，LINEニュースほか：プレスリリース「参加率97%！オンライン×毎朝短時間で楽しく運動継続—高齢者向けオンライン健康づくりシステムに関する研究成果を発表—」に関する内容. 2023年2月
- (9) Livedoor，マイナビニュースほか：プレスリリース「軽い身体活動が多い高齢者ほど認知機能が高い—座っている時間や睡眠時間を減らして活動時間を増やすと効果的—」に関する内容. 2023年2月
- (10) Yahooニュース：「座りすぎ」に関する研究成果. 2023年3月