

海外研修レポート

70th American College of Sports Medicine (ACSM) Annual Meeting に参加して

須藤みず紀¹⁾

■はじめに

2023年5月30日から6月3日にアメリカ・デンバーにて開催された第70回アメリカスポーツ医学会（American College of Sports Medicine: ACSM）年次大会に参加し、研究成果を発表するとともに情報収集を行った。本レポートでは、今大会参加によって得られた成果について報告する。

■大会概要

アメリカスポーツ医学会は、スポーツに関するサイエンスの発展と健康増進の双方をもたらすことを目的とした国際的に認知された学会の1つである。毎年行われるACSM年次大会は、世界中から6000人以上の参加者が集まり、スポーツ科学分野で最大の学会の1つとなっている。2023年の大会は、コロラド州デンバーで行われ、コロナ禍以前と同等の規模で開催された。プログラムには運動生理学、脳科学、運動疫学、スポーツ医学など広範な分野からのディスカッションが含まれ、基調講演やシンポジウムなどが200時間以上にわたり開催された。



会場に設置されたオブジェ

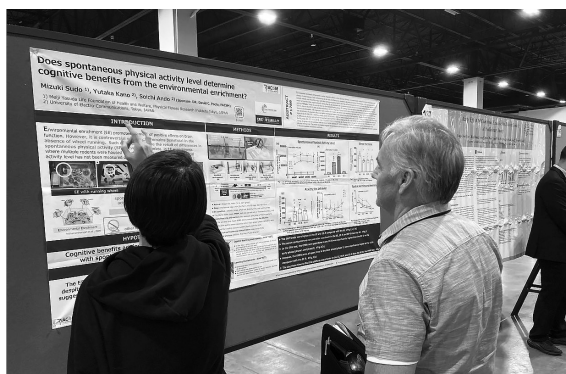
■研究発表

本大会では、“自発性の身体活動レベルが豊かな環境における認知機能にもたらす影響（Dose spontaneous physical activity level determine cognitive benefits from the environmental enrichment?）”についてポスター発表にて報告した。この研究では、動物モデルを対象に、自発的な身体活動を促す「豊かな環境」における飼育が、脳の機能にもたらす影響について検証した。近年、健康増進への意識が高まっており、身体活動が健康をもたらすことは、多くの人が認識している。その一方で、身体活動量の増加が自分自身の「どこ」を「どのように」変化させることで健康増進につながるのか、という疑問に対する答えは見つかっていない。「健康寿命の延伸」「人生

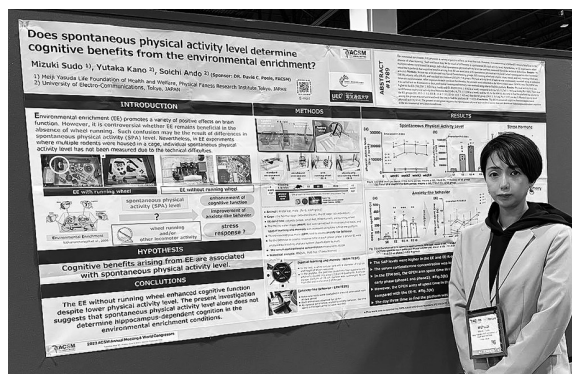


会場となったコンベンションセンターの有名な「ブルーベア」

1) 公益財団法人 明治安田厚生事業団 体力医学研究所 Physical Fitness Research Institute, Meiji Yasuda Life Foundation of Health and Welfare, Tokyo, Japan.



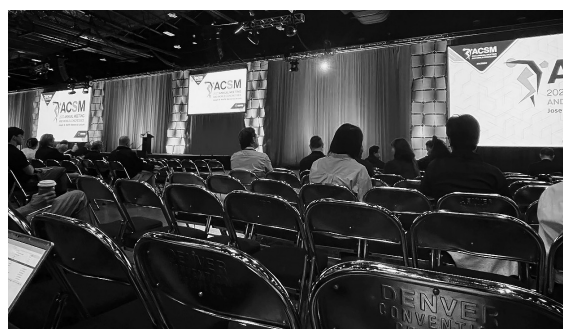
ポスター発表の様子



ポスター発表の様子

100年時代」が謳われている昨今、「何をターゲットとして健康を目指すか？」は、個々人の重要なテーマといえる。

その解決策の1つとなるのが、身体活動と脳機能に着目した本研究成果であると考ええる。研究の詳細については、これまでの発表論文等をご参考にしていただければ幸いであるが、本研究の最も興味深い点は、遊具を設置した「豊かな環境」における飼育により、身体活動量の増加を伴わずに



シンポジウム会場

脳の機能（空間記憶学習能力と情動）が向上する可能性を見いだした点である。この結果については、今後、十分な追加検証と議論が必要ではあるが、脳機能の維持には、身体活動の量だけでなく、こまめに活動することでも効果が得られることが期待できる。これは、長寿社会へ進む現代において、脳の健康を保つ戦略構築に重要かつ具体的な科学的知見となるだろう。

■おわりに

本大会は、現代の健康科学において不可欠な知見を提供する機会となった。研究者たちの発言からは、科学的な知見の迅速な蓄積は急務であり、分野横断的なアプローチが未来の健康科学の発展に寄与するという可能性が感じられた。進行中の研究も、身体活動と脳機能の関連性について新しい知見を提供しており、国境を越え学会等を介した協力と丁寧な議論が不可欠であることを痛感した。この学会を通じて、健康増進に向けた科学的な視点が更に強化され、将来の健康に対する理解を深めることができた。これを機に、社会への貢献に向けての研究成果を創出していくための意欲を新たにした。次回の「ACSM 2024」は、ボストンにて2024年5月末に開催予定である。