

保健体育

Health and Gymnastics

教授 小野寺 孝一 Koichi Onodera

◆ 研究概要

健常者の健康の維持増進や高齢者の介護予防等の観点から、主観的強度を指標とした筋力トレーニングの研究を行っている。

◆ 学会報告

- 1) 小野寺孝一，小川耕平，三辺忠雄，山崎先也．健康スポーツ施設へ通所する中高年者の脚筋力の改善について．第68回日本体力医学会大会；2013 Sep 21-23；東京．
- 2) 山崎先也，村田 伸，大田尾浩，岡本 啓，小野寺孝一．地域在住高齢者における体格指数と下肢筋力別の最大歩行速度－前期高齢者と後期高齢者の比較－．第68回日本体力医学会大会；2013 Sep 21-23；東京．（ワークショップ）

◆ その他

- 1) 小野寺孝一，三辺忠雄，小川耕平，山崎先也．主観的強度を用いた最大下努力における筋力トレーニングの効果．富山大学杉谷キャンパス一般教育研究紀要．2013；41：11-8．（寄稿論文）