

EIMJ TOPICS

ACSM
EXERCISE IS
MEDICINE[®]
Japan

03

Inside This Issue

- ACSM2024 報告
- EIM Tokyo
- JAETP-EIMJ-JASCC合同企画 報告
「運動療法で切り拓くがん医療の新時代」
- EIM Japanロゴマーク変更 お知らせ



2024 ACSM (American College of Sports Medicine) Annual Meeting & World Congresses (2024年5月28-31日、マサチューセッツ州ボストン) に出席し、EIM (Exercise is Medicine®) National Center Directors Meeting、EIM On Campus Recognition Program、EIM International Social、EIM Asia Meetingに参加いたしましたのでご報告いたします。これらのミーティングはいずれも毎年ACSMの会期中に開かれています。

National Center Directors MeetingはEIM イニシアチブを世界に広めるために各国で活動するEIM national center (日本ではEIM Japan)の代表スタッフが参加する会議です。EIMのグローバルヘルスイニシアチブは、世界37か国で各国のEIM national centerにより実施され、EIM Global Center (ACSMの連携組織)が調整役となっています。今年の会議は、EIM Governance Board ChairのDr. Elizabeth Joyの挨拶に続き、1) 各国のEIM national centerの代表者から活動内容の簡潔な報告 (エクアドルの National Center Director の Dr. Juan Santamariaは初参加など)、2) ヨーロッパでのEIMとEuropean Initiative for Exercise in Medicine (EIEIM)の共同プロジェクト、The European Emerging Leader Programme、3) EIM online courseの紹介などが主なトピックでした。



Figure 1. a. EIM National Center Directors Meetingでの集合写真
b. 会議、冒頭挨拶をされるEIM会長Dr. Elizabeth Joy

The European Emerging Leader Programmeの紹介で強調されたテーマは、リーダーシップの役割と責任を担う次世代の人材の育成でした。具体的には、キャリア初期と中期の専門家間の国際交流とコラボレーションを強化することを目標の一つとして掲げています。EIM Japanの持続可能性にも必要な課題と考えられました。

EIM On Campus Recognition Program (認定プログラム)は、EIMへの参加と貢献に対してキャンパスを称えるために2014年に創設され、健全な学術環境の構築に向けた努力を表彰する機会です。キャンパスは、身体活動の促進、教育、およびキャンパスの健康サービスへのEIMの統合に関連する活動に基づいて、ゴールド、シルバー、またはブロンズのステータスを獲得します。(次頁へ続く)

認定プログラムは、キャンパスが健康的な学術環境としてのイメージを高め、健康文化の創造への取り組みを強調する機会を提供します。

具体的なステータスの指標は以下のようになります。

ブロンズ-キャンパスでの身体活動 (PA) の促進

シルバー-PA 教育/ガイダンスの提供

ゴールド-キャンパスの健康における定期的な PA 評価と促進の実施

詳細は[EIM On Campus](#)のウェブページから参照できます。

EIM OC



アジアからは2024年度のゴールド受賞者として City University of Hong Kongが表彰されました。



Figure 2. EIM On Campus Recognition Programのゴールド受賞、City University of Hong KongのDr. Michael TSEと筆者 (ACSM Gisolfi 5K Run or Walkイベント会場にて)



Figure 3. a. EIM International Socialにて、European Initiative for EIM から Dr. Rudiger Reer(左)、Dr. Juergen Steinacker (右)、EIM前副会長Dr. Robyn Stuhr、b. 2024 EIM Global Leadership Award 受賞者の Dr. Benedict Tan (右) と EIM Global Networkの Dr. Mark Stoutenberg (左)

EIM International Socialは各国からの代表スタッフの親睦・交流を目的とした懇親会です。今年は EIM Asia、EIM Singaporeの代表を務める Dr. Benedict Tan が 2024 EIM Global Leadership Awardを受賞され、懇親会の場でもアジアおよび各国からの参加者からその功績を労う言葉が交わされました。アメリカ、カナダ、ヨーロッパ諸国の代表スタッフとの時間を楽しみながら情報交換ができる貴重な機会となりました。

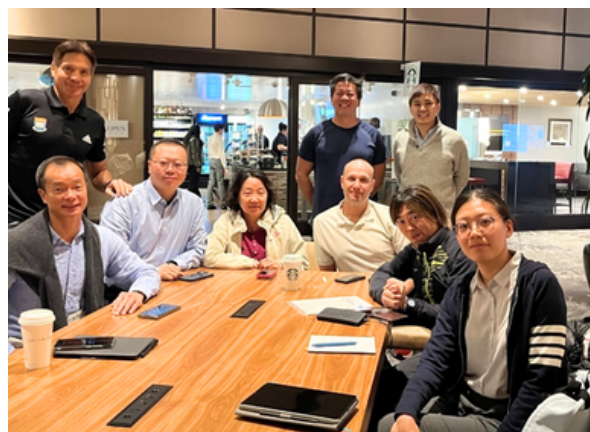


Figure 4. EIM Asia Meeting

ACSM会期の最終日には昨年と同様にEIM Asia として小グループミーティングを実施しました。中国、香港、シンガポール、日本の代表者がEIM national centerの近況や、EIM Asia Regional Meeting 開催などのトピックスが話題となり、The European Emerging Leader Programmeでの議論と同様に次世代の人材育成と継承の重要性が指摘されました。また、EIM Asiaミーティングには、各国のEIM national centerの国際交流のためにfacilitator役を務める Dr. Mark Stoutenbergにも参加していただき、多くの情報を提供していただきました。

最後にEIM National Center Directors Meeting ほか出席にあたり大変貴重な機会を設けていただいた木村譲先生、EIM Japan関係者の皆さまに心より御礼申し上げます。

EVENT 2025 ACSM 年次総会

【会期】 5月27日 (火) ~30日 (金)

【会場】 アトランタ州 Georgia World Congress

事前参加登録受付は2025年3月26日 (水) までです。



詳細は[こちら](#)



EIM Japanでは、地域においてEIM活動を推進する組織・団体を後援するEIM地方プロジェクト制度を設けています。ここでは、その一つEIM Tokyoの活動が2022年4月10日にシルバー産業新聞に掲載されましたので紹介します。

「現在、東京都医師会と連携して、患者を地域の運動リソースに繋ぐ事業を先駆地域で取組んでいる。例えば、コロナ禍で身体活動量が低下した人には、医師や看護師がリンクワーカー（地域の橋渡し役）を介して、地域の通いの場などに繋いでいる。

楽しみながらの運動が認知症予防に高い効果

運動に取り組む際は利用者に楽しんでもらうことが重要で、『楽しい』感情が生まれることで、健康維持のほか認知症予防の効果も期待できる。脳には記憶を司る『海馬』という部位が、感情に反応する『側坐核／扁桃核』付近にある。運動をすることで様々な脳内ホルモンが分泌され、幸せや楽しいという感情が生まれることがわかっている。つまり、感情に関わる脳内ホルモンの分泌により、その付近にある『海馬』も活性化し、物忘れなどの認知症の症状を予防することに繋がる。さらに、2人以上で会話をしながら運動することで、より楽しいという感情が生まれやすくなる可能性もある。私の大学院生が行った脳波を用いた実験では、人が最も幸せを感じるのは、他者に自分の存在を認められる時と、相手から承認された時であった。例えば卓球でラリーをした場合、打った球が返ってくることで自分という存在が認識されていることに気づき、ラリーを続けるために相手を思いやった球を返すことなどが脳内ホルモンの分泌に影響を与えるかもしれない。名前を呼ぶのも承認欲求を満たす1つの方法なので、『〇〇さん上手ですよ』など名前を呼びながらポジティブな声掛けをするとより効果的だ。

会話・運動・地域交流する「夕焼け散歩」

当団体では、医師の診断で運動・社会参加が必要な高齢者と学生が会話をしながら街を散歩する『夕焼け散歩』というイベントを定期開催している。地域の店舗の協力を得て、店先を通過する際にはお互い手を振りながら挨拶をする。高齢者が自分の話をすることで楽しい気持ちが芽生え、挨拶を通じて地域の人と交流することで関係を築く。感染対策にも配慮しておりコロナ禍でも継続実施することができ、参加者やかかりつけ医からも非常に満足していると高い評価をいただいている。歩いて地域に出ることは新しい出会いに繋がり、他者との関わりを通じて幸せを感じることができる。ただ運動するのではなく、人との関わりを意識して『楽しい』運動を提供してほしい。」（引用元：シルバー産業新聞2022年4月10日）



散歩の途中、居酒屋に手を振る参加者たち
(Say Hello! プロジェクト)



夕焼け散歩は杉並区高円寺の老舗銭湯「小杉湯」を拠点にしています

EXERCISE IS
MEDICINE®

× 地域 × 人

地域における医師と
運動指導専門家の橋渡し



EIM Japan 理事

佐藤 真治

帝京大学
医療技術学部 教授



写真：いずれも杉並ぐるる（[地域情報誌](#)）2022年3月号から転載

第43回 日本臨床運動療法学会学術集会（2024年9月14～15日 京都府立医大図書館ホールほかで開催）において、EIM Japanは、日本がんサポーターブケア学会 Exercise Oncology ワーキンググループ*・日本臨床運動療法学会と共催で、合同企画ジョイントセッション「運動療法で切り拓くがん医療の新時代」を実施しました。【座長：牧田 茂先生（川口きゅうぼらリハビリテーション病院）、田沼 明先生（順天堂大学静岡病院）】

* ファイザー助成プログラム Independent Medical Grants
日本癌治療学会・ファイザー「高齢がん患者支援に取り組む医療従事者への教育プロジェクト」

第1講では、「外来通院治療を行うがん患者に対する運動療法の取り組みと課題」と題して、勝島 詩恵先生（関西医科大学 呼吸器腫瘍内科）に講演をしていただきました。

第2講では、「がんリハビリテーションと Exercise Oncology」と題して、田沼 明先生（順天堂大学静岡病院）に講演をしていただきました。

第3講では、「スポーツ医学の立場から ～アメリカスポーツ医学会 運動とがんのガイドラインなどを参考に～」と題して、小熊 祐子先生（慶應義塾大学 スポーツ医学研究センター・大学院健康マネジメント研究科）に講演をしていただきました。

第4講では、「運動生理学からの立場から」と題して、越智 英輔先生（法政大学 スポーツ健康学研究科）に講演をしていただきました。

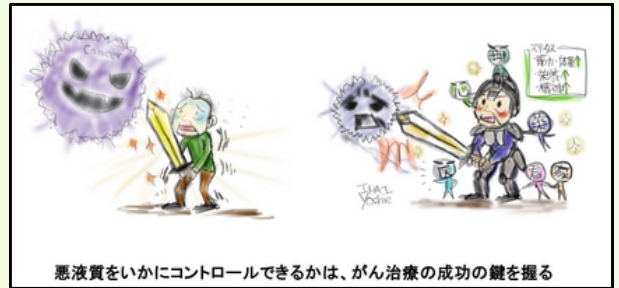
第5講では、「がん治療中・後の運動療法の現状と課題」と題して、牧浦 大祐先生（神戸大学医学部附属病院 リハビリテーション部）に講演をしていただきました。

近年注目される、がんと運動療法について、多角的な視点からご提示いただき、充実したジョイントセッションとなりました。

[一般社団法人日本がんサポーターブケア学会
Exercise Oncology ワーキンググループ](#)



[特定非営利活動法人日本臨床運動療法学会](#)



悪液質をいかにコントロールできるかは、がん治療の成功の鍵を握る

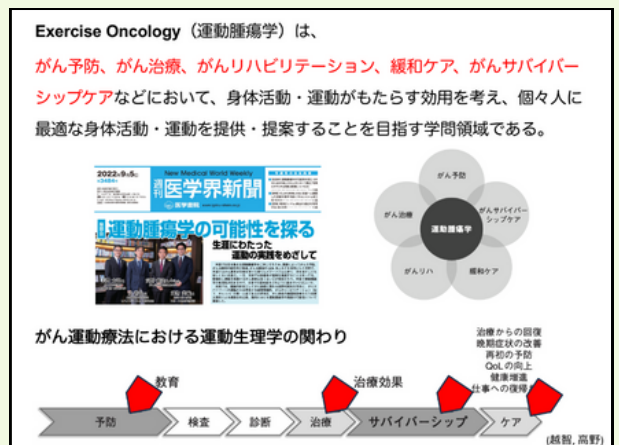


勝島 詩恵

関西医科大学
呼吸器腫瘍内科

この度は、貴重な発表の機会をいただきありがとうございました。私自身は、まだまだエビデンスの乏しいがん悪液質に対する運動療法の可能性を腫瘍内科医の立場から模索しています。本学会では、運動療法に関して様々な職種、専門職が集まっており、今回2回目の参加となりましたが、いつも新しい知見をいただき、新しい課題や発見を見出すことができ、とても勉強になりました。この多職種が集まる活き活きとした学会の雰囲気もこの学会の強みだと思います。

今後とも引き続きよろしくお願いいたします。



越智 英輔

法政大学
スポーツ健康学研究科

臨床運動療法学会学術集会では発表の機会をいただきありがとうございました。日本臨床運動療法学会ならびにEIM Japanを通じて、今後も運動腫瘍学が広まることを祈念しております。

NEWS

ACSM創立70周年
EIMのロゴが
新しくなりました

「科学・医学・健康&フィットネス」が一体となり、すべての人の健康とフィットネスの実践を科学的根拠に基づいて促進するというコミットメントを、ダイナミックな3色（ブルー・グリーン・パープル）で示しています。

新
ACSM
EXERCISE IS
MEDICINE®
Japan

旧
Exercise
is Medicine®
Japan