


演習名 予防医学	
氏名 鈴木 克彦	
専門 免疫学、病態検査医学、補完代替医療科学	
担当科目名 1. 免疫学 (演習以外の講義科目3つまで) 2. スポーツ英語D：文献（医科学：内科） 3. 生命科学特論	
I. 教員の研究（スポーツ指導）内容	
主な研究（スポーツ指導）内容（5点以内）	
1) 運動・トレーニングをモデルとした生体のストレス応答と適応機構の解析 2) 激運動による筋損傷・内臓傷害および炎症反応の解析・評価法の開発 3) 抗酸化物質・食品成分等による活性酸素代謝・炎症制御・組織損傷予防に関する基礎的研究 4) スポーツ選手や高齢者、有症患者への栄養素補助、機能性食品、水分補給に関する応用的研究 5) 生活習慣病の予防・治療、運動療法の作用機序に関する検討	
代表的な研究業績、社会活動およびスポーツ指導歴（5点以内）	
1) K Suzuki, H Hayashida: Effect of exercise intensity on cell-mediated immunity . Sports 9 (1), 8, 2021. 2) K Suzuki: Chronic inflammation as an immunological abnormality and effectiveness of exercise . Biomolecules 9(6), 223, 2019. 3) 鈴木克彦「サイトカイン」, 『ニュー運動生理学Ⅱ』, 宮村実晴編, 2015年, 真興交易医書. 4) 鈴木克彦「運動と免疫能」, 『健康運動指導士養成講習会テキスト』, 2014年, 南江堂. 5) Exercise Immunology Review (Editor), Frontiers in Physiology (Associate Editor)、国際運動免疫学会理事、日本体力医学会評議員、早稲田大学保健センター・スポーツ医科学クリニック内科医師、バドミントン部部長など	
II. 教育指導	
1. 教育指導内容	
<p>疾病の診断・治療を目的とする「臨床医学」に対し、疾病の原因を除去し発症や増化を防ぐ理論・対策を「予防医学」という。しかし一次予防（健康増進）に対して、二次予防（早期発見・早期治療）、三次予防（特定疾患の悪化防止・リハビリテーション）はおもに医療機関で行われており、臨床現場の問題をある程度把握した上でなければ、有効な予防策を講ずることはできない。そこで本演習では、限られた時間内に幅広い知識を習得し、実際の医療や福祉の現場を理解してもらうために、まず Waseda Moodle に設定したオンディマンド講義を各回の演習前に予習する。演習の時間には講義内容に関する議論を行い、さらにテキストや資料の内容について分担を決めて発表する。運動部の遠征等でやむをえない事情があり出席できない場合には、課題に取り組むことで課外活動との両立にも配慮する。このほか研究室では、免疫機能の測定法の開発や臨床病院、研究機関、健康関連企業との共同研究によりストレス、免疫低下、炎症、老化の制御に関する基礎的・応用的研究を行っており、見学や専門的知識・技能を習得することもできる。</p>	
2. ここ5年間に指導した卒業研究、または今後想定される卒業研究テーマの例（5点以内）	
1) 高強度運動とその後の水分摂取が全身性炎症に及ぼす影響 2) 持久性運動後の糖質飲料摂取が各種白血球数と筋損傷マーカーに及ぼす影響 3) 高脂肪食摂取による肝傷害と酸化ストレスに対する運動トレーニングおよびポリフェノールの影響 4) 疲労困憊運動後の血中インターロイキン6に対するポリフェノール摂取の影響 5) 一過性持久性運動による臓器別の IL-6 産生の比較とグルコース投与の影響	
3. 教育・指導において特に留意している点（指導方針）	
<p>各自のもつ問題意識の追求と自主性を尊重しますが、研究室では協調性と社会性が要求されます（時間・ルール・約束を守る）。実際に健康や病気に関する個人情報扱い、医療現場や研究機関に出入りすることもあるので、各自が言動に責任を持ち、誠実に取り組む姿勢が求められます。予防医学は応用的な学問なので、生命科学や医学関連科目をなるべく多く履修し、基礎学力を身につけた上で受講することが望まれます。研究活動は辛く厳しいこともありますが、忍耐力をもって前向きに取り組めば問題解決能力が養われ、きっと将来社会で活躍できる実力が身につきます。皆で協力し合いながら積極的に取り組みましょう。研究室 HP : http://www.f.waseda.jp/katsu.suzu/index.html</p>	