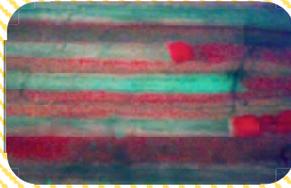
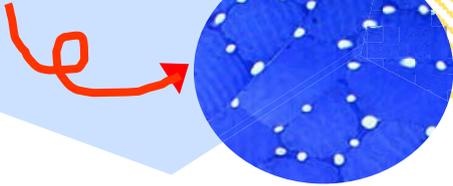


コーヒーを飲みながら科学について気軽に語り合しましょう

筋肉細胞とそれを  
取り囲む毛細血管



運動直後の筋肉細胞  
色の違いはある物質の  
濃度変化を表す

筋肉細胞の伸び縮みの  
仕組みを利用して、  
効果的な筋力アップ・  
持久力アップ

# 筋肉細胞の サイエンス



狩野 豊氏

電気通信大学大学院 情報理工学研究科  
共通教育部 教授 脳・医工学研究センター長

~筋肉細胞に興味を持てると、きっと運動が楽しくなる!??~

2020年

1月18日(土)

14時00分~15時30分

電気通信大学100周年キャンパス

UECアライアンスセンター1階「100周年記念ホール」

対象 一般市民(高校生以上)30人 参加費 無料  
申込み 下記HPで申込み。申込多数の場合は抽選  
URL <http://www.ccr.uec.ac.jp/activity/caffe/index.html>  
問合せ先 電気通信大学総務企画課  
desk@ccr.uec.ac.jp 042-443-5880 (平日9時~17時)



調布市と電気通信大学が連携し、AI（人工知能）、IoT、ナノテク、脳科学、ロボットなどのサイエンスに関する先端技術について知識を深め、自由な発想で互いのアイデアについて語り合う場として「サイエンスカフェ Chofu」を開催しています。

サイエンスカフェ Chofu では、市民と研究者が科学について気軽に話ができます。普段行われている公開講座とはひと味違い、講師との距離が近いのが特徴です。講師と意見交換をするのもよし、気になったことやアイデアを話してみるのもよし、ただ話を聞くだけでもよしのアットホームな雰囲気学びます。

さあ、コーヒーを飲みながら科学について語り合いませんか。

## 第14回 筋肉細胞のサイエンス

～筋肉細胞に興味を持てると、きっと運動が楽しくなる！？～

日 時	2020年1月18日（土曜日） 14時00分～15時30分
会 場	電気通信大学100周年キャンパス UECアライアンスセンター1階 100周年記念ホール 住所：東京都調布市小島町1-1-1
講 師	狩野 豊 氏（電気通信大学大学院情報理工学研究科共通教育部 教授、脳・医工学研究センター長）
受講料	無料
対 象	一般市民・学生（高校生以上）
定 員	30人
内 容	<p>年齢を重ねても元気な身体を維持するためには、運動を定期的実施することが大切です。（それは分かっているけど…）毎日の暮らしの中に習慣的な運動を取り入れて実践することは大変なことだと感じる人がほとんどだと思います。</p> <p>筋肉細胞は、髪の毛くらいの太さで、長さは数十センチもある線維状の形をしています。筋肉細胞の伸び縮みによって、運動を行うのですが、筋肉はすぐに疲れてしまいます。なぜでしょうか？その一方、定期的な運動（＝トレーニング）を行うと、筋力アップやマラソンを完走できるようになります。どうしてでしょうか？</p> <p>筋肉細胞の伸び縮みにはいろいろな仕組みがあって、その仕組みを上手く利用すると、効果的に筋力アップ、持久力アップができます。私の研究室では、「バイオイメーjing」という生体内を可視化する技術の開発を行っています。筋肉の細胞内を目で見ることによって、筋細胞の仕組みを考えてみませんか？そこには運動が楽しくなるヒントがいっぱいあります。ウォーキング、階段などの生活運動も楽しくなるかもしれません。</p>
申込期間	2019年12月5日（木）～12日（木） ※申込み多数の場合は抽選
申込方法	電気通信大学社会連携センターHPからお申込みください。抽選結果は12月19日（木）以降にお知らせします。なお、申込み締切後、定員に余裕がある場合は、1月8日（水）まで順次受け付けます。

★次回の予定★

次回は2020年3月の開催を予定しています。

ぜひお楽しみに！