



第3回 「我動くゆえに我あり～健康から火事場まで幅広くつなぐ行動生理学～」

日時 2024年6月8日（土） 14時00分～15時30分

講師 柳田 信也  
東京理科大学 創域理工学研究科 国際火災科学専攻 教授

講義概要

「我思うゆえに我あり」というデカルトが残した言葉はあまりにも有名です。一方で、アメリカの生理学者・カルポビッチは『我動くゆえに我あり』と述べ、私たちの生命現象は動くことで維持されているという説を提唱しました。フレイルやメタボ、ロコモなど現代社会にまん延する問題を鑑みると時を経た格言となったと考えられます。

この講義では、健康でイキイキとした生活を送るための身体活動の効果について、日常的なヘルスケアから労働管理に至るまで幅広いフィールドを対象に行っている研究成果について紹介します。そして、“動く”意義を考えてみましょう。