

基本情報

名前

楠原 慶子 (くすはら けいこ)

所属

幼児教育科

職名

専任講師

出身大学

1987年3月 日本女子体育大学体育学部体育学科 卒業

出身大学院

2005年3月 東京都立大学大学院理学研究科生物学専攻博士課程 終了

取得学位および学位授与大学、授与年

体育学学士 (日本女子体育大学 1987年3月)

文学修士 (お茶の水女子大学大学院 1989年3月)

理学博士 (東京都立大学 2005年3月)

専門分野

運動生理学

担当科目 (2011年度)

人体の科学、健康科学講義、人体科学セミナー、体育実技 (テニス、バレーボール)

所属学会

日本体育学会

日本体力医学会

日本運動生理学学界

American College of Sports Medicine

賞罰

2010年 大学体育学 最優秀論文賞

2001年 東京体育学会 新人賞

研究情報

研究課題：若年女性の身体活動量、運動能力、身体組成

保育者の身体活動量と体組成の関連

中高年齢者の骨強度

研究業績：

原著論文

- ・ 楠原慶子、大森芙美子、佐藤文、清水静代、佐々木玲子、鈴木明 (2010) 短期大学女子学生の踵骨強度と筋厚、鹿脂肪厚、および体力的指標との関連 大学体育学 7 : 13-24.
- ・ 楠原慶子、大森芙美子、鈴木明、奥山静代、佐々木玲子 (2009) 本学院短期大学生の体力変化と形態変化について—2007 年在学生と 1988 年測定時の体力の比較と形態変化の経緯— 立教女学院短期大学紀要第 40 号 : 29-40.
- ・ Kusuhara K, Jansen L, Saltin B, Hellsten Y, and Pilegaard H. (2007) Role of calcium signaling in regulating gene expression in skeletal muscle in primary rat skeletal muscle cell culture. Biological Chemistry 388, 481-488.
- ・ Kusuhara K, Fujita T, Yasuda T, Nakajima T, Sato Y, Miyagi Y, Murakami Y, Abe T. (2006) Effects of knee extension exercise with KAATSU on forehead cutaneous blood flow in healthy young and middle-aged women. International Journal of KAATSU Training Research 2, 29-34.
- ・ Kusuhara K, Tobe T, Negoro T, and Abe T. (2005) A rapid up-regulation in UCP3 transcriptional activity in response to moderate intensity exercise in rat skeletal muscle. Journal of Sports Science and Medicine 4, 170-178.
- ・ 楠原慶子、岩岡研典、呉賢、閉経後女性におけるクラシックバレエの長期継続の骨密度に及ぼす影響、健康支援、第 1 巻第 1 号 : 43-51、1999 年
- ・ 楠原慶子、若年女性の身体組成、筋分布、筋厚と骨量、骨密度の関係について、東京女子大学紀要、第 48 巻第 1 号 : 53-64、1997 年
- ・ 楠原慶子、低強度の膝関節屈曲運動中の負荷移行に対する呼吸循環器系応答の変化、Journal of Exercise Science、6 : 29-38 (日本女子体育大学基礎体力研究所紀要)、1996 年
- ・ 楠原慶子、女子大学生の体力に関する認識レベルとその評価について、東京女子大学紀要、第 45 巻第 1 号 : 119-137、1994 年
- ・ 楠原慶子、心拍数からみた大学正課体育ホッケー授業の運動強度、東京女子大学紀、第 42 巻第 2 号 : 145-157、1992 年
- ・ 楠原慶子、ホッケーの動作特性—東京女子大学ホッケー部部員を対象として—、東京女子大学紀要、第 42 巻第 1 号 : 101-113、1991 年

学位論文

修士論文 : 打叩動作の時間的調整と呼吸パターンとの関連、1988 年

博士論文 : A study of factors and signaling pathways regulating uncoupling protein 3 (UCP3) gene transcription in skeletal muscle during and after exercise. 2005 年

その他の論文

- ・ 楠原慶子、佐々木玲子、田代幸代 (2011) 幼稚園教諭の身体活動量と形態的特徴 立教女学院短期大学紀要 42 号 : 125-135.
- ・ 楠原慶子 奥山静代、佐々木玲子 (2010) 若年女性の体脂肪率増加を抑える至適身体活動量に関する研究 立教女学院短期大学紀要第 41 号 : 135-145.
- ・ 大江敏江、楠原慶子、横沢雅子 (2010) 保健室の利用状況と健康教育の課題 立教女学院短期大学紀要第 41 号 : 147-156.
- ・ Nordsborg NB, Kusuhara K, Hellsten Y, Lyngby S, Lundby C, Madsen K, and Pilegaard H (2010) Contraction induced changes in skeletal muscle Na(+), K(+) pump mRNA expression -

- importance of exercise intensity and Ca(2+) mediated signaling. *Acta Physiol (Oxf)* 198 (4) : 487-498.
- Silveira LR, Pilegaard H, Kusuhara K, Curi R, Hellsten Y. (2006) The contraction induced increase in gene expression of peroxisome proliferators-activated receptor (PPAR)- gamma coactivator 1 alpha (PGC-1alpha), mitochondrial uncoupling protein 3 (UCP3) and hexokinase II (HKII) in primary rat skeletal muscle cell is dependent on reactive oxygen species. *Biochimica et Biophysica Acta* 1763: 969-976.
 - Lundby C, Nordsborg N, Kusuhara K, Kristensen KM, Neuffer PD, and Pilegaard H. (2005) Gene expression in human skeletal muscle: alternative normalization method and effect of repeated biopsies. *European Journal of Applied Physiology* 95: 351-360.
 - 楠原慶子、安部孝、運動開始後にみられる骨格筋 UCP3 遺伝子発現量の変化 (2002) 東京体育学研究、2002 年度報告 : 53-56.
 - 女子大学生における荷重骨と非荷重骨の骨量の年間変化の縦断的研究(1999)、呉賢、深代千之、楠原慶子、石崎朔子、加藤陽子、*体力科学*、第 48 巻第 1 号 : 211-218.
 - 楠原慶子、岩岡研典、定期的な身体活動 (バレエエクササイズ) が中高年齢女性の身体特性に及ぼす影響について、東京女子大学女性学研究所プロジェクト研究報告書、1999 年
 - 岩岡研典、楠原慶子、姿勢調整能力の加齢変化とその測定—動的調節能力測定法の検討—、*体育科学*、26 巻 : 172-183、1998 年
 - 楠原慶子 ホッケーにおけるヒッティング動作の動作特性 (1995) 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 2 : 127-132.
 - 岩岡研典、西洋子、楠原慶子、幼児・児童を対象にしたダンスエクササイズの効果、*体育科学*、第 20 巻 : 17-23、1992 年
 - 西洋子、楠原慶子、身体運動とその表現性—軀幹の運動に関する考察—、東京女子大学紀要、第 40 巻第 2 号 : 79-98、1990 年
- 口頭発表 (発表年、発表機関)
- Kusuhara K, Fujita T, Yasuda T, Nakajima T, Sato Y, Miyagi Y, Murakami Y and Abe T. Forehead cutaneous blood flow in response to Kaatsu leg exercise. *Medicine and Science in Sports and Exercise (USA)* 2007 May: 39 (5 Suppl): S426.
 - Kusuhara K, Jensen L, Saltin B, Hellsten Y, and Pilegaard H. Calcium signaling involved in regulating PGC-1 α gene in rat primary skeletal muscle cell culture. *European College of Sport Science (France)*, 2004.
 - 楠原慶子、安部孝、骨格筋の脱共役蛋白質 3 (UCP3) 遺伝子発現に対する単発運動の影響に関する研究、東京体育学会、2002.
 - Kusuhara K, Tobe T, Negoro T, and Abe T. Exercise induced increases UCP3 mRNA expression occurred at low intensity exercise in rat. *American College of Sports Medicine (Baltimore)*, 2001.
 - Kusuhara K, Wu J. Ballet dance exercise is effective for bone mineral status in post-menopausal women. *American College of Sports Medicine (Orland)*, 1998.
 - 楠原慶子、呉賢、若年女性の骨量、骨密度と身体組成、筋分布との関係について、第 52 回日本

体力医学会、1997.

- ・ Kusuhara K, Wu J. Relationship between bone mineral density and muscle thickness in young women. American College of Sports Medicine (Cincinnati), 1996.
- ・ 楠原慶子、加賀谷淳子、低強度の膝関節屈曲運動中の負荷移行に対する呼吸循環器系応答の変化、第50回日本体力医学会、1995.

講演

- ・ 「骨代謝に対する加圧トレーニングの効果」、第3回日本加圧トレーニング学会（ミニシンポジウム）、2007年2月

著書

- ・ 加圧トレーニングの理論と実践、講談社（分担執筆：第5章 骨強度と加圧トレーニング：p49-58）2007年.
- ・ これからの健康とスポーツの科学、講談社（分担執筆：第10章 どのような運動をすると骨が強くなるか？：p107-121）2000年.
- ・ 生涯健康論、不味堂出版（分担執筆：第4章 健康生活と運動：p119~150）1999年.

科学研究費研究：

- ・ 篠原稔、楠原慶子、西洋子、高石鉄雄、柴田真志 “教育としての身体の知”の教育を刷新するための課題（1999）基盤研究（C）研究課題番号 11898002
- ・ 楠原慶子 長期の身体活動が中高年齢女性の骨密度におよぼす影響について（1997~1998）奨励研究 研究課題番号 09780089

その他の研究活動：

共同研究 子どもの身体活動量

社会的活動：

立教女学院短期大学公開講座（2009年2月、2010年2月）