

2019 年度 教員の自己点検・自己評価報告書

所属学部 学科	職位	氏 名
人間健康学部 人間健康学科	准教授	谷村 祐子
最終学歴	学 位	専 門 分 野
筑波大学大学院人間総合科学研究科 スポーツ医学専攻修了	博士 (スポーツ医学)	スポーツ医学、運動免疫学

I 教育活動

○目標・計画

(目標)

「真に信頼して事をまかせうる人格の育成」、特に人間の健康に関する幅広い知識と実践的な能力獲得のため、医学及び健康科学の基礎知識・技能の定着を目指す。

(計画)

講義科目・演習科目ともに、横のつながりを意識した（お互いに学び合わせる）課題設定、授業運営を行う。どのように教示するかということよりも、どのように学ぶ姿勢を身につけさせるか、どのような環境なら学びやすいかに着目する。彼らがどのように学べば知識・技能の定着につながるかを考え、出来るだけ実行することを計画とする。

○担当科目（前期・後期）

(前期)

解剖生理学Ⅱ、救急処置法、基礎演習Ⅰ、専門演習Ⅰ、専門演習Ⅲ

(後期)

スポーツ医学、栄養学、基礎演習Ⅱ、専門演習Ⅱ、専門演習Ⅳ、卒業研究

○教育方法の実践

事前・事後学習を推進するための課題づくり（講義科目の確認問題等）を実施した。

試験を受験する要件づくり（例：実技試験においては e-learning の視聴、再試験などは提出物がすべて提出されていることなど）を実施した。

演習授業においては、思考の言語化をはかるような指導をし、やり直しを可とすることでその定着を目指した。

○作成した教科書・教材

各科目 15 回分のスライド（30 枚前後/回）を作成、確認問題・学生用資料、基礎演習の教材（レポートの書き方・プレゼンの仕方など）を改善・修正し、また一部は新規に作成した。

演習授業では、「卒論の手引き～第 4 版～」を作成、配布した。

○自己評価

目標に対しては、目標を達成したかの評価ができなかった。目標設定がよくなかったので次年度の課題としたい。感触としては、医学及び健康科学の基礎知識・技能の定着は例年通りの各科目の合格者割合であったので、特に変わらないと思われる。一方で上級学年での学習意欲の二極化がみられるため、上位層のニーズに合わせると今後は合格者割合が減少するものと考えられる。一方、上位層に合わせなければ、学修意欲の高い学生の満足度は満たすことが出来ないと考える。

計画に掲げた「横のつながり」は達成することが出来なかった。学生と教員の関係性から脱しないため、集団として学ぶ雰囲気づくりを心掛けたい。

上記のことから、自己評価としては計画に対して実行したものの、目標を達成しているかどうかに関しては、指標となるものを見い出すことが出来なかったため、総合的に例年通りとしたい。

II 研究活動

○研究課題

運動による腸内免疫の変化

○目標・計画

(目標)

論文を2本投稿すること

科研費課題の実験の実施

(計画)

論文は、積極的に進め、研究日は論文執筆日及び研究実施日としたい。

科研費課題実験が終了するため、早急に解析・分析、論文化を目指す。

○2012年4月から2020年3月の研究業績（特許等を含む）

(著書)

- ・尚爾華、澤田節子、谷村祐子、肥田幸子、中野匡隆、木野村嘉則. 長寿社会を生きる一地域の健康づくりを目指して. 愛知東邦大学地域創造研究所編、唯学書房、2017

(学術論文)

- ・ Aoi W, Hirano N, Lassiter DG, Björnholm M, Chibalin AV, Sakuma K, Tanimura Y, Mizushima K, Takagi T, Naito Y, Zierath JR, Krook A. Secreted protein acidic and rich in cysteine (SPARC) improves glucose tolerance via AMP-activated protein kinase activation. *FASEB J*. 2019 Sep;33(9):10551-10562. doi: 10.1096/fj.201900453R. Epub 2019 Jun 21.
- ・ Tanimura Y, Aoi W, Mizushima K, Higashimura Y, Naito Y. Combined treatment of dipeptidyl peptidase-4 inhibitor and exercise training improves lipid profile in KK/Ta mice. *Exp Physiol*. 2019 Jul;104(7):1051-1060. doi: 10.1113/EP087449. Epub 2019 May 22.
- ・ Takami M, Aoi W, Terajima H, Tanimura Y, Wada S, Higashi A. Effect of dietary antioxidant-rich foods combined with aerobic training on energy metabolism in healthy young men. *J Clin Biochem Nutr*. 2019 Jan;64(1):79-85. doi: 10.3164/jcbn.18-40. Epub 2018 Aug 8.
- ・ Tanimura Y, Aoi W, Takanami Y, Kawai Y, Mizushima K, Naito Y, Yoshikawa T. Acute exercise increases fibroblast growth factor 21 in metabolic organs and circulation. *Physiol Rep*. 2016 Jun;4(12). pii: e12828. doi: 10.14814/phy2.12828.
- ・ Murase Y, Shimizu K, Tanimura Y, Hanaoka Y, Watanabe K, Kono I, Miyakawa S. Salivary extracellular heat shock protein 70 (eHSP70) levels increase after 59 min of intense exercise and correlate with resting salivary secretory immunoglobulin A (SIgA) levels at rest. *Cell Stress Chaperones*. 2015 Nov 25.
- ・ Shimizu K, Kon M, Tanimura Y, Hanaoka Y, Kimura F, Akama T, Kono I. Coenzyme Q10 supplementation downregulates the increase of monocytes expressing toll-like receptor 4 in response to 6-day intensive training in kendo athletes. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2015 Jun;40(6):575-81.
- ・ Liu PH, Aoi W, Takami M, Terajima H, Tanimura Y, Naito Y, Itoh Y, Yoshikawa T. The astaxanthin-induced improvement in lipid metabolism during exercise is mediated by a PGC-1 α increase in skeletal muscle. *J Clin Biochem Nutr*. 2014 Mar;54(2):86-9.
- ・ Higashimura Y, Naito Y, Takagi T, Tanimura Y, Mizushima K, Harusato A, Fukui A, Yoriki H, Handa O, Ohnogi H, Yoshikawa T. Preventive effect of agaro-oligosaccharides on non-steroidal anti-inflammatory drug-induced small intestinal injury in mice. *J Gastroenterol Hepatol*. 2014 Feb;29(2):310-7.

- Aoi W, Ichikawa H, Mune K, Tanimura Y, Mizushima K, Naito Y, Yoshikawa T. Muscle-enriched microRNA miR-486 decreases in circulation in response to exercise in young men. *Front Physiol.* 2013 Apr 11;4:80.
- Aoi W, Yamauchi H, Iwasa M, Mune K, Furuta K, Tanimura Y, Wada S, Higashi A. Combined light exercise after meal intake suppresses postprandial serum triglyceride. *Med Sci Sports Exerc.* 2013 Feb;45(2):245-52
- Aoi W, Naito Y, Takagi T, Tanimura Y, Takanami Y, Kawai Y, Sakuma K, Hang LP, Mizushima K, Hirai Y, Koyama R, Wada S, Higashi A, Kokura S, Ichikawa H, Yoshikawa T. A novel myokine, secreted protein acidic and rich in cysteine (SPARC), suppresses colon tumorigenesis via regular exercise. *Gut.* 2013 Jun;62(6):882-9.
- Ohnogi H, Kudo Y, Tahara K, Sugiyama K, Enoki T, Hayami S, Sagawa H, Tanimura Y, Aoi W, Naito Y, Kato I, Yoshikawa T. Six new chalcones from *Angelica keiskei* inducing adiponectin production in 3T3-L1 adipocytes. *Biosci Biotechnol Biochem.* 2012;76(5):961-6.
- Ohnogi H, Hayami S, Kudo Y, Deguchi S, Mizutani S, Enoki T, Tanimura Y, Aoi W, Naito Y, Kato I, Yoshikawa T. *Angelica keiskei* extract improves insulin resistance and hypertriglyceridemia in rats fed a high-fructose drink. *Biosci Biotechnol Biochem.* 2012;76(5):928-32.

(学会発表)

- 谷村祐子, 青井渉, 井上亮, 水島かつら, 内藤裕二. 自発運動による *Lactobacillus* 属の増加に対する食餌の影響. 第 72 回日本体力医学会大会, 2017
- Tanimura Y, Aoi W, Naito Y, Takagi T, Mizushima K, Higashimura Y, Yoshikawa T. The effect of voluntary exercise on the composition of gut microbial in mice. 20th Annual Congress of the European College of Sport Science, 2015
- 谷村祐子, 青井渉, 内藤裕二, 高木智久, 水島かつら, 吉川敏一. ワークショップ 1 「腸と骨格筋のダイナミズム」 運動による腸への刺激, 第 69 回日本体力医学会大会, 2014
- 谷村祐子, 青井渉, 水島かつら, 内藤裕二, 吉川敏一. 一過性運動における盲腸内容物中の腸内細菌叢の変化. 第 68 回日本体力医学会大会, 2013
- 谷村祐子, 速水祥子, 大野木宏, 東村泰希, 水島かつら, 角田圭雄, 青井渉, 内藤裕二, 吉川敏一. 高シヨ糖食摂取による糖尿病モデルマウスにおける明日葉カルコンの脂肪肝抑制作用. 第 35 回臨床栄養学会総会, 2013
- 谷村祐子, 速水祥子, 安井まどか, 大野木宏, 東村泰希, 内藤裕二, 吉川敏一. 高脂肪食負荷マウスにおける明日葉カルコン粉末の抗肥満効果. 第 34 回日本肥満学会, 2013
- 谷村祐子, 速水祥子, 小山亜紀, 安井まどか, 大野木宏, 青井渉, 東村泰希, 内藤裕二, 吉川敏一. 加齢マウスにおける運動トレーニング及びトゲドコロエキス摂取は, 加齢による筋量低下を抑制する. 第 13 回日本抗加齢医学会総会, 2013
- 谷村祐子, 青井渉, 内藤裕二, 東村泰希, 水島かつら, 大野木宏, 速水祥子, 佐川裕章, 吉川敏一. トゲドコロエキスの脂質燃焼亢進による持久力向上作用. 第 17 回日本フードファクター学会学術集会・第 9 回日本カテキン学会総会合同大会, 2012
- Tanimura Y, Aoi W, Mizushima K, Naito Y, Yoshikawa T. The expression of FGF21 by mechanical stretching in C2C12 muscle cells. 17th Annual Congress of the European College of Sport Science, 2012

(特許)

(その他)

<Letter>

- Tanimura Y, Aoi W, Takanami Y, Kawai Y, Mizushima K, Naito Y, Yoshikawa T. Reply to the letter from Dr. Miao et al. *Physiol Rep.* 2016 Sep;4(17). pii: e12964. doi:

10. 14814/phy2. 12964.

<研究会報告>

- ・谷村祐子 糖尿病モデルマウスにおける DPP-4 阻害薬と運動トレーニングの併用 THR GI FROREFRONT 2014;Vol 10.No. 2. 81 (173)

<講演・セミナー>

- ・国立健康・栄養研究所 健康増進研究部セミナー 講師 「身体活動・運動と腸内細菌と健康」 (2015年9月15日)

○科学研究費補助金等への申請状況、交付状況 (学内外)

- ・平成 31 年度 (2019 年度) 基盤研究 (C) (継続) (研究代表者) 一採択
- ・平成 30 年度 (2018 年度) 基盤研究 (C) (継続) (研究代表者) 一採択
- ・平成 29 年度 (2017 年度) 基盤研究 (C) (新規) (研究代表者) 一採択
- ・平成 28 年度 (2016 年度) 若手研究 (B) (継続) (研究代表者) 一採択
- ・平成 27 年度 (2015 年度) 若手研究 (B) (継続) (研究代表者) 一採択
基盤研究 (C) (継続) (研究分担者) 一採択
- ・平成 26 年度 (2014 年度) 若手研究 (B) (新規) (研究代表者) 一採択
基盤研究 (C) (継続) (研究分担者) 一採択
- ・平成 25 年度 (2013 年度) 基盤研究 (C) (新規) (研究分担者) 一採択
- ・平成 23-25 年度 (2011-2013 年度) 若手研究 (B) (研究代表者) 一採択
- ・平成 21-22 年度 (2009-2010 年度) 研究活動スタート支援 (研究代表者) 一採択

○所属学会

日本体力医学会、日本体育学会、東海体育学会、日本運動生理学会、肥満学会、臨床栄養学会、日本運動免疫研究会、The International Society of Exercise and Immunology,

○自己評価

筆頭著者での論文が 1 本掲載されただけである。また科研費課題の実験は終了することが出来たが、分析・執筆作業ができていない。そのため次年度は今年度終了予定であった科研費の継続願いを出した。全体として研究が停滞している。以上のことから、自己評価としてはあまり達成できていない。

III 大学運営

○目標・計画

(目標)

学科行事、所属委員会に積極的に参加し貢献する。

(計画)

学科行事や所属委員会の内容を十分に理解し、円滑な大学運営に貢献できるよう役割を果たす。また、自身の仕事が属人化しないように、出来るだけ書面化し、目に見える記録を残すことを第一に実行する。

○学内委員等

教務委員会委員、国際交流委員会委員、女子バスケットボール部顧問 (部長)

○自己評価

学部内の教務関係のことについては、ほぼシステム化することでできたように思う。属人化しないように学内サーバーやクラウドを使用して、情報や書類の共有化を図ることができたことが大きい。国際交流委員としては、「海外研修 A」の引率業務・「海外研修」関連の事前事後学習

や履修申請に関するシステムづくりなどを行った。バスケットボール部に関しては、部長としての事務作業や学生の相談窓口としての役割を担った。

以上のことから、自己評価として「達成できた」としたい。

IV 社会貢献

○目標・計画

(目標)

研究成果の社会への還元

(計画)

研究内容を論文・学会発表をする。また研究論文の査読も引き続き引き受ける。一般への還元の場としては、一般誌への寄稿依頼はできるだけ引き受けることとしたい。

○学会活動等

- ・愛知東邦大学地域創造研究所所員
- ・学術論文査読委員

Nutrition Journal、Journal of the International Society of Sports Nutrition、Frontiers in Exercise Physiology、DNA and Cell biology、Diabetologia、The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine、The Journal of Physiological Sciences

○地域連携・社会貢献等

特になし

○自己評価

論文は1本書くことができた。学会発表は出来なかった。査読に関しては日々査読依頼が増加している。オープンジャーナルなどの依頼も多く、適切な雑誌からの依頼かを調べてから引き受けることにしている。以上のことから、自己評価はあまり達成できていない。

V その他の特記事項（学外研究、受賞歴、国際学術交流、自己研鑽等）

論文執筆に必要な英作文能力の獲得

学会発表・参加に必要な英語でのプレゼンテーションスキルの獲得

自己研鑽として、JMOOC(日本オープンオンライン教育推進協議会)に加盟している(株)ドコモ gacco が提供している「データサイエンス・オンライン講座」を受講し修了した。

VI 総括

学内業務・社会貢献については一定の評価が得られるところだと考えるが、研究については、満足できるレベルではなく停滞している。教育については、未だにどの物差しではかることが適切か分かりかねている。本学の教員に適切な物差しで教育自体を評価し、その評価をもって学生への教育に還元していきたい。したがって、学生と反応や対話からそのきっかけを探していきたい。

以 上