

2018 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）解剖学、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

自主学習の促すための課題設定（解剖学・スポーツ医学確認問題、救急処置法ハンドブック、栄養学レポート）

例) 救急処置法:グループワークや実技試験

栄養学:ルーブリックを利用したレポート課題

演習授業:レポートや卒業論文などを添削指導し、修正を求めた。

IT を使いこなせるよう、デジタル媒体でのやりとりを意識した課題を課した。

○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）。演習授業では、「卒論の手引き～第3版～」を作成、配布した。

○自己評価

今年度も知識（認知的領域）、スキル（精神運動的領域）だけでなく態度（情動的領域）を学びの要素として授業に入れ込んだ。私の担当授業は1・2年生科目であるため、出来るだけ学習習慣がつくような課題設定を心掛けているものの、習慣とならない学生に対してのフォロー等が必要にも感じている。また、出来るだけ提出物はチェックの上返却するようにしている。昨年度と同様に、その返却物から復習しテストに臨む学生が少なく、単位取得できない学生は多かった。一方で、例年には見られない高得点で単位取得するものも少数だけが見られた。

演習授業では、学生同士のつながりを意識して指導しているが、今年は個人での指導にならざる面が多く、演習単位としてのまとまりに欠けた。個々の能力としては時折、目を見張るものがあるものの協同性に欠けている点は非常に気になるため、その点への課題解決法を模索したい。

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本投稿することと科研費課題の実験の実施

(計画)

論文は、積極的に下記進め、研究日は論文執筆日としたい。

実験は特に7月には実験開始ができるように、その前に打ち合わせ・計画を共同研究先と詰めておく。

○2011年4月から2019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)

- ・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/jcfn.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.
- Aoi W, Naito Y, Tokuda H, Tanimura Y, Takanami Y, Oya-Ito T, Yoshikawa T. Exercise-induced muscle damage impairs insulin signaling pathway associated with IRS-1 oxidative modification. Physiological research 2011, 61(1) 81-88
- 野上順子, 齊藤陽子, 谷村祐子, 佐藤幸治, 大槻毅, 前田清司, 鱒坂隆一. 一過性の水中運動が動脈スティフネスに及ぼす影響. 体力科学. 2011, 60(3) 269-277
- Qin Y, Naito Y, Handa O, Hayashi N, Kuki A, Mizushima K, Omatsu T, Tanimura Y, Morita M, Adachi S, Fukui A, Hirata I, Kishimoto E, Nishikawa T, Uchiyama K, Ishikawa T, Takagi T, Yagi N, Kokura S, Yoshikawa T. Heat shock protein 70-dependent protective effect of polaprezinc on acetylsalicylic acid-induced apoptosis of rat intestinal epithelial cells. J Clin Biochem Nutr. 2011 Nov;49(3):174-81.

(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
- Tanimura Y, Aoi W, Takagi T, Naito Y, Yoshikawa T. The effect of exercise training on gastrointestinal tract in aged mice. 10th the international society of exercise and immunology symposium, 2011
- Tanimura Y, Aoi W, Takanami Y, Kawai Y, Naito Y, Yoshikawa T. The effect of exercise on fibroblast growth factor 21 of muscle in mice. 16th Annual Congress of the European College of Sport Science, 2011

(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) 若手研究 (B) (継続) (研究代表者) 一採択
基盤研究 (C) (新規) (研究分担者) 一採択
- 平成24年度 (2012年度) 若手研究 (B) (継続) (研究代表者) 一採択
- 平成23年度 (2011年度) 若手研究 (B) (新規) (研究代表者) 一採択
- 平成22年度 (2010年度) 研究活動スタート支援 (継続) (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

1本は投稿して、現在査読中である。また、実験は現在進行中で次年度6月ごろに解剖予定である。しかし、もう一つの論文作成については未着手であり、このままであれば次の科研費を獲得するのに業績不足となるので、その点が非常に心配である。昨年度よりは、「まし」な状況といえ

るが目指している状況とはとても距離があるため、少しでも近づきたい。

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

国際交流委員会委員、教務委員会委員、女子バスケットボール部顧問（部長）、基礎演習運営委員

○自己評価

ほぼ、教務関係のことをしていたように感じる。特に調整事が多かったため、時間を多くとられた。国際交流委員としては日本学生支援機構の留学支援事業への応募が不採択だったものの、学生の支援として提案できたことはよかったように思う。本学は留学に関係する学生は少ないものの、環境は整えていきたいと考えるため今後も積極的に活動したい。バスケットボール部顧問としては、強化指定に関わる部分としての事務作業としては協力的に実施できたと思う。今後も監督のサポートとして活動したい。

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。一般への還元の場合としては、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

昨年度と同様に、査読はできる限り引き受けるようにしたものの、時間の制約上断ることも多くなってしまった。また、論文発表はすることが出来なかった。

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）

自己研鑽として、国立研究開発法人科学技術振興機構が運営する JREC-IN ポータルにおける「イ

インタラクティブ・ティーチングコース」を修了した。

VI 総括

昨年度に引き続き、学内業務（基礎演習運営委員、国際交流委員、教務委員）は一定の貢献をし、成果を上げることができたと思う。教育活動においては、学びやすい環境づくりに重点を置くことによって、学習意欲のある学生に対しては効果的な手法であったと思われる。今後、学習意欲の低い学生をどのようにその環境になじませるかを考えたい。研究面での活動は、少しだけ進めることができたものの、同分野の研究者と大きく差がついている状況には変わらないので、優先して進めていきたい。

以 上