

MCC体験会 & トレーナー基礎講習



2018
8/5
(日)

会場 リファレンス駅東ビル 3階 H-7会議室

福岡市博多区博多駅東 1-16-14 ※近隣有料駐車場有

講師 MCC認定インストラクター 木村 雅弘 氏

主催 MCCアカデミー

共催 愛知電子工業(株)

体験会

10:00～12:00 (受付9:30より)

★ 参加費 1,000 円(税込) お一人様

内容 … MCCの機能説明と、器械体験

RIP

腕や脚の血流を一時的に止めることで、その後の血行を改善させます。

- ① 骨折・捻挫・肉ばなれなど、怪我をした所の血流が良くなり、早く改善
- ② 圧迫されている神経の血流が良くなり、神経痛・しびれが改善
- ③ 筋肉の血流が良くなり、肩こり・筋肉痛が改善
- ④ 関節軟骨の血流が良くなり、ひざ・肘などの関節痛が改善
- ⑤ 全身の血流が良くなり、冷え症が改善
- ⑥ 脳の血流が良くなり、歩行などが安定

MCTレーニング

筋肉を直接圧迫して筋肉内の血流を制限し、筋肉を効率良く、特に速筋を鍛えます。

筋肉を直接圧迫することにより筋肉内の血流が制限され、酸素の豊富な血液が筋肉内に入らなくなり、低酸素(無酸素)状態が維持されます。すると、酸素を必要とする遅筋(スタミナの筋肉)の活動が止まり、無酸素でも動ける速筋(パワーの筋肉)が活動を始めます。通常のトレーニングより格段に短い時間・弱い圧迫力・少ない痛みで効率よく速筋を鍛えることができます。また、血流を制限するため筋肉内には乳酸など代謝産物が流れずに蓄積します。それを脳が感知し、成長ホルモン等の生理活性物質の分泌が促進されます。

トレーナー基礎講習

13:00～17:00 (受付12:30より)

★受講料 30,000 円(税込) お一人様

愛知電子紹介の場合 10,000 円(税込)お一人様

内容

MCC理論 開発ストーリー
MCC機能説明

RIP (局所的、遠隔的虚血プレコンディショニング)

- ・RIP基礎知識 虚血-再灌流
- ・安全性
- ・RIPでの改善例
- ・拍動センサーカフ
- ・RIP実践 大腿部、上腕部

MCTレーニング 基礎知識

- ・サイズの原理
- ・速筋と遅筋の違い
- ・MCTレーニングの特徴
- ・低酸素トレーニングとの比較
- ・大腿、下腿、前腕、上腕 各トレーニング

★ MCCTレーナー認定資格試験

質疑応答
今後の展開(MCCアカデミー、インストラクター別講座について)

(参加お申込書)

チェックして下さい

体験会

トレーナー基礎講習

貴院名

お名前

住所 (自院 お勤め先 ご自宅)

〒

TEL

FAX TELと同じ



お申込み後、コチラの住所に、参加証を発送させていただきます。

参加費・受講料は当日お支払い下さい

お申込みFAX番号 092 - 589 -2290





- いつまでも衰えない脚をつくる簡単エクササイズ
- なりたい身体美尻美脚をつくるボディメイク
- 関節、靭帯、筋肉、全身の血流改善で治療力アップ

講師プロフィール **木村雅弘 柔道整復師 トレーナー**

MCC認定インストラクター 一般社団法人フォーライフ協会代表

大学卒業後、新聞記者、IT会社、ベンチャーキャピタル等の様々な職に就きつつ、生家が柔道場であったため、幼少のころより武術全般を学ぶ傍ら、健康法、スポーツトレーニング学などを習得。2015年よりパワフルライフ株式会社にて、MCCの普及に従事。また2017年より、治療家集団を取りまとめ、治療家のための治療院「梁山泊」とMCCの教育事業としてのMCCアカデミーを統括する一般社団法人フォーライフ協会を設立し代表に就任。



開発者 **福田博司 福岡整形外科 院長 (春日井市)**

1983年名古屋大学医学部卒業1997年福岡整形外科開院
加圧トレーニング特定資格者の初回試験で4人だけの最初合格者、特定資格者養成講習の講師も勤め加圧トレーニング学会で9年連続で発表。
適正な圧を短時間で知ることができセンサーカフ、筋肉を直接圧迫することで、筋肉の中の血流を制限して、筋肉内を低酸素状態にする方法を考案。圧迫後短時間で筋肉内が低酸素状態になり、より確実な速筋のトレーニングを短時間でを行うことを可能にする。血流改善と速筋トレーニングの2つの機能を持つMCCを山崎先生(下記参照)と共に開発。



開発者 **山崎由久 博士 航空宇宙生理学専門家**

東京教育大学(現筑波大学)卒業、米空軍航空学学校修了、東邦大学医学部にて博士号取得。大学卒業後、航空自衛隊に入隊後パイロットの生理訓練関連装置開発運用(低圧、低酸素環境、耐G、空間識失調、射出座席等)に携わり、航空医学実験隊、航空開発集団医務官等を経て、川崎重工業に入社。航空宇宙技術本部、宇宙機器設計部にて宇宙飛行士の訓練設備の設計及び宇宙服の導入に携わる。その後、JAMSS(有人宇宙システム)に入社し、宇宙飛行士の養成のための生理訓練等を担当し、JAXA(宇宙開発機構)との契約で、宇宙飛行士健康管理業務の研究支援等を実施。退職後宇宙飛行士の筋力、骨量減少対策として、血流制限状態を定量的に調整する装置を用いたトレーニング法や、血流改善機能を備えた装置を福田先生と共に開発。



(お問合せ先)

愛知電子工業(株) 九州営業所

〒816-0981

福岡県 大野城市 若草 4-3-23

TEL 092-589-2275