

講師・アドバイザー プロフィール

氏名	うえだ ますみ 上田 真寿美
所属・職名等	山口大学国際総合科学部 教授



◆ 講演・アドバイスのテーマなど

○女性のライフステージにおける健康と運動に関する講話と実習  
生活習慣病予防、ストレス緩和などの観点も交えながら講話と実習を進めていきたい  
と思います。

「発育発達期に必要な運動」、「女性アスリートの健康と運動」、  
「周産期の健康と運動」、「中年期の健康と運動」、「更年期の健康と運動」、  
「高齢期の健康と運動」

形式	関連 URL など
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 講義、講話</li> <li>・ ワークショップ</li> <li>・ オンライン対応可</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 山口大学国際総合科学部HP</li> <li><a href="https://gss.yamaguchi-u.ac.jp/staff/492/">https://gss.yamaguchi-u.ac.jp/staff/492/</a></li> </ul>

◆ これまでの講演・アドバイス ※ ()内は対象団体

- 働く女性のための健康応援講座 (労働組合)
- 生活習慣病・更年期の不定愁訴の予防 (医療法人)
- 女性の健康と運動 (退職女性校長会)

◆ 経歴

2000年	・ 山口大学医学部医学科医療環境学講座講師	現職	・ 山口大学国際総合科学部教授
2001年	・ 九州大学大学院人間環境学研究所博士課程修了 (博士：人間環境学)		
2010年	・ 山口大学大学院医学系研究科准教授		
2016年	・ 山口大学国際総合科学部教授		

◆ 参考

- 資格
- ・ 健康運動指導士
- ・ 公認心理師