

2022年7月1日

報道関係者各位

株式会社エントリージャパン

変わる生活様式で呼吸力の衰えが急速、呼吸筋トレーニングによる健康増進を提案
呼吸筋トレーニングに関する情報提供・研究活動支援を行う
「一般社団法人 RMTJapan（日本呼吸筋トレーニング研究会）」
2022年7月1日（金）に設立

～「吸気筋トレーニングによる循環器機能の改善の可能性」をテーマにした
医師向けオンラインセミナーを7月16日(土)に開催～

呼吸筋トレーニング器具「パワーブリーズ」の輸入販売をしている株式会社エントリージャパン（本社：東京都新宿区）の最高執行責任者 COO ダニエル・ステイコが秘書を務め、秋田大学名誉教授／医療法人久幸会理事の塩谷隆信が代表理事を務める、呼吸筋トレーニングに関する情報提供や研究活動支援を行う「RMTJapan（日本呼吸筋トレーニング研究会）」は、2022年7月1日に一般社団法人として設立いたします。

昨今、生活様式の変化による長時間のマスク生活や在宅勤務による姿勢の悪化により呼吸筋が衰え、呼吸力の低下が社会的な健康問題となっています。「一般社団法人（日本呼吸筋トレーニング研究会）」は、呼吸筋トレーニング（RMT）にする情報を発信・研究活動を支援していくことで、人々の健康福祉の増進に寄与することを目指します。

また設立に合わせて、2022年7月16日（土）9：00より、アメリカ・コロラド大学ボルダー校（University of Colorado at Boulder）に所属する生理学者ダニエル・クレイグヘッド氏を講師にお迎えし、呼吸筋を鍛えることで、高血圧・脳卒中の発症リスクを下げる「吸気筋トレーニングによる循環器機能の改善の可能性」をテーマに解説いただく医師向けのオンラインセミナーを開催いたします。

当団体は、今後もこのようなセミナーを通じて、呼吸筋トレーニング（RMT）に関連した医療介入についての最新の研究と手法を紹介してまいります。

具体的な呼吸筋トレーニングに関して、吸気をメインに鍛えることで、より効率よく呼吸筋が鍛えられるとされています。「パワーブリーズ」は世界の医療現場や一般ユーザーからも多く支持され、当団体でも推奨しています。



【RMTJapan について】

2021年に創設された「日本呼吸筋トレーニング研究会」（以下、RMTJapan）は、呼吸筋トレーニング（RMT）に関連した医療介入についての最新の研究と手法を紹介するため設立された非営利団体です。RMTJapanでは以下を主な事業としております。

1. 呼吸筋トレーニングに関する各種情報の収集、提供、および交換
2. 呼吸筋トレーニングに関するワークショップ、各種セミナー、講演会の企画、運営、および実施
3. 呼吸筋トレーニングの安全性、および効果的な利用に関する調査、研究
4. 呼吸筋トレーニングに関する研究の支援
5. 前各号に附帯関連する一切の業務

【RMTJapan 設立・法人化の背景】

高齢化に伴う呼吸機能の低下だけでなく、近年ではマスク生活による口呼吸の習慣化、在宅勤務による姿勢の悪化など、若い世代でも呼吸筋が衰退する要因が多くあります。呼吸筋の衰えが与える体への影響は、運動機能の低下に加え、日常的に呼吸が浅くなることによる自律神経の乱れやそれに伴う不安・うつ症状、また毛細血管内の空気が不足し、細胞に十分な酸素や栄養が運ばれず、脳・臓器・筋肉など身体のさまざまな機能低下にまで影響を及ぼします。しかしながら、日本ではまだ呼吸筋を鍛えることの重要性が認知されていない現状があります。

深刻な社会問題となっている呼吸筋機能の低下に対し、当団体は呼吸筋トレーニングに関する情報を収集し、各種セミナーや講演会を主催してその研究活動を支援する非営利団体として2021年に創設されました。他にも、医療の進歩、スポーツや音楽の発展、人々の健康福祉の増進に寄与することを目的とし、呼吸筋トレーニングの可能性に関心のある医療関係者、研究者、および一般市民に対し、呼吸筋トレーニングの有用性、またその安全で効果的な利用を促進するための情報を提供するほか、医療関係者を対象とした様々なイベントを行っております。

この度、2022年7月1日（金）に法人化をし、「一般社団法人 RMTJapan（日本呼吸筋トレーニング研究会）」に名を改めるとともに、今後は優れた研究に対して研究助成や、優れた論文への表彰などを通し、呼吸筋トレーニングに関する研究を促進するために尽力してまいります。

【医師向けセミナー「吸気筋トレーニングによる循環器機能の改善の可能性」】

循環器疾患である、脳血管疾患や虚血性心疾患は日本の主要な死因の1つとなっています。特に脳卒中は「寝たきり」の主要な要因となっており、要介護が必要な人は今後ますます増加すると予想されています。本セミナーでは深刻な社会問題ともなっている循環器疾患を、吸気筋トレーニングにより機能改善させる可能性について解説いたします。セミナー終了後には、質疑応答の時間も設けておりますので、お気軽にご参加ください。

セミナータイトル	「吸気筋トレーニングによる循環器機能の改善の可能性」
開催日時	2022年7月16日(土) AM9:00~10:00 ※AM8:45~接続可能
会場	オンライン (ZOOMにて開催)
座長	順天堂大学保健医療学部理学療法学科 教授 高橋 哲也氏
講師	ダニエル・クレイグヘッド 氏 コロラド大学ボルダー校、統合生理学部門 助教授 兼、統合生理学加齢研究所 臨床研究担当 副所長
内容	1.呼吸筋トレーニングは有酸素運動の代替案のひとつ 2.脳血管・心血管の循環器機能を改善するための高抵抗 IMST (吸気筋強化トレーニング) 36名の研究結果について 3.質疑応答
お申込み方法	申込 URL : https://forms.gle/mPHeTtWiJd72GcQw9 ※本セミナーは医療関係者向けです。 ※ご登録いただいたアドレスに招待 URL が届きますので、当日はその URL からご参加ください。
注意事項	※本セミナーは日本語同時通訳がございます。
申込み締め切り	2022年7月14日(木) 12:00まで
主催	一般社団法人 RMTJapan (日本呼吸筋トレーニング研究会)