



野坂和則 (Edith Cowan大学医科・健康科学部教授、慶應義塾大学体育研究所特任教授)

1959年 埼玉県秩父市生まれ

1981年 東京学芸大学教育学部卒業

1983年 東京学芸大学大学院教育学研究科修士課程修了

1995年 横浜市立大学医学部研究生修了、博士号（医科学）取得

1984年 横浜市立大学文理学部助手

この間2年間（1989-1991年）アメリカ合衆国のマサチューセッツ州立大学でエキセントリック運動による筋損傷の研究を行う。

1995年 横浜市立大学理学部講師。その後、理学部准教授（1997年）、大学院総合理学研究科准教授（2001年）となり、2004年3月まで務める。

2004年 西オーストラリア州にあるEdith Cowan大学の運動・医科学学部に准教授として赴任。

2009年 Edith Cowan大学の運動・健康学部教授。その後、運動・医科学学部教授（2016年）。この間、運動スポーツ科学部門学科長（2016-2021年）。2022年より博士課程コーディネーターを兼職し、現在に至る。

エキセントリック運動の研究者として世界的に知られ、400編近い学術研究論文を出している。

著書に「ゆ~っくり座れば、一生歩ける!」（日本文芸社）、「60歳からのエキセントリック体操」（東洋館出版社）、NEWS WEEK日本版 2025.9.2 「1日5分から始めるエキセントリック運動の勧め」、実験医学増刊号 Vol.43-No.5 2025 「エキセントリック運動による筋損傷とサルコペニア、フレイル予防効果」などがある。

エキセントリック運動を用いたフレイルやサルコペニアの予防、健康や体力の向上、競技力向上のトレーニングを提唱

ホームページ

(<https://www.ecu.edu.au/schools/medical-and-health-sciences/our-staff/profiles/professors/professor-ken-kazunori-nosaka>)