



中村雅俊（西九州大学リハビリテーション学部リハビリテーション学科 理学療法学専攻 准教授）

2009年 長崎大学 医学部保健学科 理学療法学専攻 卒業（理学療法士免許取得）

2011年 京都大学大学院 医学研究科 人間健康科学系専攻 修士課程修了／修士（人間健康科学）

2014年 京都大学大学院 医学研究科 人間健康科学系専攻 博士後期課程修了／博士（人間健康科学）

2011年4月～14年3月 日本学術振興会 特別研究員（DC1）

2014年4月～16年3月 同志社大学 スポーツ健康科学部 助教

2016年4月～22年3月 新潟医療福祉大学 リハビリテーション学部 理学療法学学科 講師

2022年4月～現在 西九州大学リハビリテーション学部リハビリテーション学科 理学療法学専攻 准教授

ホームページ

(<https://nakamura-pt.jp/>)

研究内容

Research 01 ストレッチングに関する研究：効果的なストレッチングプロトコルの作成を目指して

Research 02 レジスタンストレーニングに関する研究：効果的・効率的なトレーニング方法の考案

Research 03 超音波画像を用いた筋腱評価に関する研究：客観的な指標における筋・腱の変化を調査

メディア出演

2021.07.07 NHK「ガッテン」のエキセントリックトレーニング（逆トレ）に出演

2022.03.02 3秒筋トレ効果に関する記事がThe New York Timesの記事で取り上げられる

2025.10.02 テレビ朝日「林修の今、知りたいでしょ！」に出演

他 多数出演歴有