

Diversity *in* Science

弘前大学で活躍する女性研究者たち



心と身体は繋がっている。

妊娠期に行う運動（マタニティヨガや

マタニティビクス）の効果について研究しています。

写真は妊婦さんがヨガを行っているところです。

心拍変動を記録する器械を装着して

ヨガを行ってもらい、ヨガの心身への

影響・効果を解析する研究に取り組んでいます。

保健学研究科 看護学領域

高間木 静香

Shizuka Takamagi

専門分野

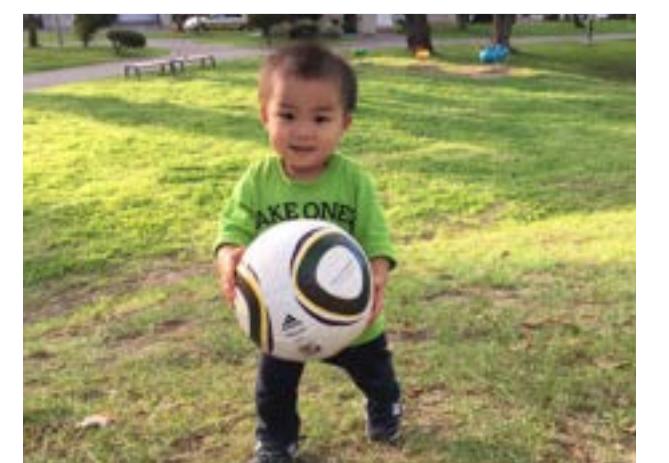
○母性看護学

研究テーマ

- 妊娠・出産・育児、女性の健康に関すること。
- 妊娠期の食生活や活動・運動に関すること。

My Work-Life Balance

なるべく仕事は家に持ち帰らないようにして、家では家族と過ごす時間を大事にしています。2歳になる長男は、ますます活発に、自己主張も強くなってきましたが、日々成長していく様子を見るのが楽しい毎日です。



息子と公園にて