

氏 名	所 属	職 名	学 位
岩田 理沙	健康科学部 体育科学科	准教授	スポーツ科学博士
資 格			
公益財団法人 全日本スキー連盟認定、スキー検定 2 級 中学校教諭一種免許状（保健体育） 高等学校教諭一種免許状（保健体育） 日本スポーツ協会スポーツリーダー			
主 な 著 書 ・ 原 著 論 文			
年 度	タイトル（出版元又は掲載誌）		
平成 28 年	杉山康司, 岩田理沙, 佐藤里香, 白井友加里, 三林良馬, 祝原豊, 辻川比呂斗, 谷津祥一, 前澤康代, KIMIKO. 保健体育教材としてのポスチュアウォーキングの可能性：エキスパートポスチュアウォーカーの筋活動およびビギナーが示す運動強度から（ウォーキング研究, vol.20）. 2016, 21-27.		
平成 30 年	Hiroto Tsujikawa, Risa Iwata, Arashi Ishi, Koki Nagatsu, Shino Sasaki, Koji Sugiyama. Effects of Different Types of Active Recoveries after Supramaximal Exercise on Exercise-Induced Stress and Subsequent Anaerobic Power Testing（Sports and Exercise Medicine Open Journal, vol.4, no.2）. 2018, 35-43.		
令和 2 年	Takuma Yanaoka, Yuka Hamada, Kyoko Fujihira, Ryo Yamamoto, Risa Iwata, Masashi Miyashita, Norikazu Hirose. High-intensity cycling re-warm up within a very short time-frame increases the subsequent intermittent sprint performance（European Journal of Sport Science）. 2020, 1-11. Risa Iwata, Takuji Kawamura, Yuri Hosokawa, Lili Chang, Katsuhiko Suzuki, Isao Muraoka. Differences between sexes in thermoregulatory responses and exercise time during endurance exercise in a hot environment following pre-cooling with ice slurry ingestion（Journal of Thermal Biology, vol.94）. 2020, 102746. Takuma Yanaoka, Risa Iwata, Akane Yoshimura, Norikazu Hirose. A 1-Minute Re-warm Up at High-Intensity Improves Sprint Performance During the Loughborough Intermittent Shuttle Test（Frontiers in Physiology, vol.11）. 2020.		
令和 3 年	Takuma Yanaoka, Akane Yoshimura, Risa Iwata, Momoko Fukuchi, Norikazu Hirose. The effect of foam rollers of varying densities on range of motion recovery（Journal of Bodywork and Movement Therapies, vol.26）. 2021, 64-71. Takuma Yanaoka, Risa Iwata, Akane Yoshimura, Norikazu Hirose. A 1-Minute		

	Re-warm Up at High-Intensity Improves Sprint Performance During the Loughborough Intermittent Shuttle Test (Frontiers in Physiology, vol.11) . 2021. Heng Peng, Takuji Kawamura, Hiroshi Akiyama, Lili Chang, Risa Iwata, Isao Muraoka. Effects of sex differences on breath-hold diving performance (Respiratory Physiology & Neurobiology, vol.293) . 2021, 103721. Risa Iwata, Takuji Kawamura, Yuri Hosokawa, Lili Chang, Katsuhiko Suzuki, Isao Muraoka. Comparison of the effect of post-exercise cooling with ice slurry ingestion between males and females (Journal of Thermal Biology, vol.99) . 2021, 102979.
令和 4 年	岩田理沙, 河村拓史, 細川由梨, 張黎栗, 鈴木克彦, 村岡功. アイススラリーによるプレクーリングが持久性運動パフォーマンスの変化率に与える要因の検討 (体力科学, vol.71, no.4) . 2022, 345-353.
令和 6 年	Risa Iwata, Lili Chang, Hiroshi Akiyama, Takuji Kawamura, Katsuhiko Suzuki, Isao Muraoka. The effects of sex differences on delayed-onset muscle soreness by cold-water immersion following resistance exercise (Gazzetta Medica Italiana, vol.181, no.1-2) . 2022. Risa Iwata, Takuji Kawamura, Fumitake Okabe, Zenya Fujita. Effects of palm cooling on thermoregulatory-related and subjective indicators during exercise in a hot environment (Journal of Thermal Biology, vol.120) . 2024, 103803.
令和 7 年	Risa Iwata, Mariko Nakamura, Saeko Takahashi, Shinsuke Tamai, Kazuya Fukami, Rie Shoji, Junpei Sasada, Reia Shimizu, Kohei Nakajima. Effects of daily post-training, high-concentration CO2-water immersion on thermoregulatory function in young male baseball players (Physiological Reports) . 2025.
所 属 学 会	
日本体力医学会	
主 な 社 会 的 活 動	
年 度	活 動 内 容
令和 4 年	令和 4 年 6 月 29 日 暑熱対策について (セミナー・ワークショップ) (ZERO-ONE 合同会社) . 役割 : 講師
令和 5 年	令和 5 年 6 月 22 日 パリ 2024 年大会に向けた暑熱対策 特別セミナー「パリ 2024 オリンピック・パラリンピックに向けた暑熱対策」(セミナー・ワークショップ) (日

	本スポーツ振興センター）。役割：講師
令和 6 年	令和 6 年 7 月 20 日 ウインタースポーツにおける夏トレーニングの効果～季節の変化による影響と対策～（セミナー・ワークショップ）（有限会社 MAYB'EM 東北クエスト）。役割：講師
令和 7 年	令和 7 年 6 月 26 日 アスリートのための暑さ対策（講演会）（公益社団法人 日本ホッケー協会）。役割：講師 令和 7 年 7 月 11 日 コンディショニング運用と暑熱対策（講演会）（有限会社 MAYB'EM 東北クエスト）。役割：講師