

國學院大學學術情報リポジトリ

〔報告〕 地域ヘルスプロモーションセンター： 平成30年度活動報告

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2023-02-06 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 渡邊, 奈々, 植原, 吉朗, 笹田, 弥生, 大森, 俊夫, 柴崎, 和夫, 林, 貢一郎, 神事, 努, 備前, 嘉文, 小林, 唯 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.57529/00001402

[報告]

地域ヘルスプロモーションセンター

—平成30年度 活動報告—

渡邊 奈々 植原 吉朗 笹田 弥生 大森 俊夫 柴崎 和夫
林 貢一郎 神事 努 備前 嘉文 小林 唯

【要旨】

國學院大學人間開発学部には、学部附設のセンターである、地域ヘルスプロモーションセンターが設置されている。地域ヘルスプロモーションセンターでは、QOL（生活の質）の保持を基本的な理念として、健康とwell-beingの実現を目指し、幼児から高齢者までを対象とした健康づくりプログラムの考案・企画・検証を積み重ねており、大学と地域の交流の場として様々な講座やイベントを開催している。本報告では、センターの活動と支援学生として携わった学生の活動を中心として、講座やイベントの概要、学生の関わりについて報告する。

【キーワード】

ヘルスプロモーション 地域交流 講座

1. はじめに

國學院大學人間開発学部には、学部に設置された、地域ヘルスプロモーションセンターがある。地域ヘルスプロモーションセンターでは、QOLの保持を基本的な理念として、健康とwell-beingの実現を目指し、幼児から高齢者までを対象とした健康づくりプログラムの考案・企画・検証を積み重ねている。地域の方々を対象とした講座は、「生きがい講座」「シリーズ講座」があり、本学部の教員が専門知識を活かした多種多様な講座を開講している。また、平成27年より毎年開催している地域交流スポーツフェスティバルでは、大学と地域を「スポーツ」と「健康」というキーワードでつなぐ代表的なイベントとなっている。

2. 各講座の内容と所感

1) 生きがい講座

本学の専任教員を講師とし、講義や実技講習など行う。平成30年度は4講座開講した。表1に、生きがい講座の実施内容を示す。

① 初めてのノルディックウォーキング 担当：川田 裕樹 准教授

健康維持増進を目的とし、ノルディックウォーキング初心者のために開講された。ノルディック

クウォーキングとは、2本のストックを持って歩くため、安全性の高い全身の筋肉を使うエクササイズである。講座前に体調の確認（服薬状況・血圧・安静時の脈拍測定）を行い、体調が万全なことを確認した上でノルディックウォーキングについての講義が行われた。未経験者・初心者の方を対象としたため、歩き方やストックの使い方など、一から講習が行われた。実技では、「健康増進に効果的な速度を知る」というテーマで、目標心拍数を確認しながらノルディックウォーキングを行った。川田准教授（健康運動指導士）のご指導のもと、支援学生が体調確認から実技のサポートまで行き、支援学生にとっても学びのある充実した時間となった。

・参加した支援学生のコメント

初心者に絞って行った今回は参加者が少なかったが、学生スタッフが2名ずつ参加者につくことができ、積極的にコミュニケーションをとることができた。参加者も明るく楽しそうにノルディックウォーキングを学ぶことができていて、一からノルディックウォーキングを始める良い機会になったと感じた。学生にとっても普段の勉強を活かせる貴重な時間になったと考える。

（健康体育学科3年 小杉山京）

② 子どもランニング教室（中止） 担当：大森 俊夫 教授

子どもが速く走れない、走り方をどう教えていいか分からない…など、子どもの「走」に関するお悩みを持つ方に向け、ラダーやミニハードルなどを利用して動きづくりをし、楽しみながら走り方の基本を学ぶことを目的とした。もともと定員は50名であったが、早い段階で定員がいっぱいになってしまった。まだ応募可能かと問い合わせが複数件あり、特別に参加を受け入れ最終的に58名となった。事前に支援学生と陸上部キャプテン参加の研修会を開催し、大森教授、備前准教授の諸注意と、当日の係の役割等を決定した。本来雨天時は中止となっていたが、講座前数日間、暑さ指数WBGT（湿球黒球温度）を計測したところ運動原則中止の値が出ていた。学部長、事務局との相談の上、熱中症を引き起こす危険性が高いと判断し受講者の方にその旨説明し、雨天でなくても気温によって中止になる可能性があるとして事前に連絡をした。講座前日、当日は日中の最高気温は34度となる予報が出ていたため、止む無く中止となった。

③ 初めてのノルディックウォーキング（2回目） 担当：川田 裕樹 准教授

6月に開催された「初めてのノルディックウォーキング」と同じ内容で2回目が開催された。生憎天候が悪かったため、今回はアリーナで実技が行われた。参加者は1回目の倍の8名に増え、学生とコミュニケーションを取りながら活気あふれる講座となった。

・参加した支援学生のコメント

学生スタッフより参加者が増えた今回は、学生が積極的に参加者のところへ回るなど主体性がみられ、スタッフとして講座を運営する上で大変良い成長があったと感じた。脚の不自由な方で軽い運動をしたい方から、マイポールを持参し本格的に学びたい方など参加者は様々であったが、

基礎からノルディックウォーキングの良さを伝えられたよい機会であったと感じた。

（健康体育学科3年 小杉山京）

④ 久しぶりの弓道教室 担当：山田 佳弘 教授

昔弓道をしていたが、今はする機会がないという方のために、「弓道復帰プログラム」を提供した。初心初級者向けの弓具や、射形診断のできるビデオ解析システムを完備しているため、本格的な弓道復帰に向けたアドバイスを行った。受講者それぞれの弓道歴について確認を行い、4名中3名が長く中断していることが判明したことから、初歩段階から弓射フォームの確認作業を行うこととした。実射実習では、ダートフィッシュ・遅延再生機能を活用して受講生のフォームの現状と改善点を解説した。受講者数が4名と定員よりも少なかったが、結果的には程よい人数であった。十分に指導が行き届き安全も確保できたことがよかった。

的に向けた実射時間は35分ほどであったが、受講者のほとんどがスタミナ切れをを起こし始めていたので十分に弓が引けたと実感しているはずである。今回は3名の受講者が20～30年ぶりの体験という事だったため、怪我をさせないように基礎的内容に重点を置いて慎重にプログラムを進めた。

・参加した支援学生のコメント

今回の参加者は数十年ぶりの弓道をされる方が大半だった。山田先生と最新のビデオ技術を使用しながらフォームの確認をし、山田先生の講義の中で新たな発見を見つけた方もいらっした。マンツーマン指導を受け昔の感覚を取り戻し、楽しまれていた。今後も弓道を楽しむ良いきっかけになっていたと思う。（健康体育学科1年 榎本晴瑠菜）

表1 生きがい講座の実施内容

日付	平成30年6月30日 土曜日	平成30年7月21日 土曜日 (高気温の為中止)	平成30年9月29日 土曜日	平成30年10月6日 土曜日
時間	10:00-12:00	10:00-11:30	10:00-12:00	10:00-12:00
場所	コンディショニングルーム 球技場	105教室 球技場	コンディショニングルーム アリーナ	弓道場
担当教員	川田裕樹	大森俊夫	川田裕樹	山田佳弘
タイトル	初めてのノルディック ウォーキング	子どもランニング教室	初めてのノルディック ウォーキング	久しぶりの弓道教室
参加者数*	4名	58名	8名	4名
支援学生	9名	16名	5名	4名

※一般参加者のみの人数であり、学部学生は除く

<初めてのノルディックウォーキング>



<久しぶりの弓道教室>



2) シリーズ講座

年度内に、同一テーマで複数回行われる講習で、本学の専任教員を講師として行う講習である。平成30年度は、2講座「スポーツから学ぼう！！（全5回）」、「親子で楽しむ運動遊び（全4回）+チャレンジ！器械運動（1回）」を実施した。表2・表3にシリーズ講座の実施内容を示す。

① スポーツから学ぼう！！ 担当：一 正孝 教授

スポーツの関わり方には、「する」「観る」「見る」「読む」「支える」「話す」「書く」等多様な関わり方が可能である。障害者のスポーツも注目されるようになっており、年齢や性別、心身のハンディキャップに関係なく、誰もが生涯を通してスポーツとの関わりを、自分のライフステージに合わせて実践することが可能になっている。スポーツの歴史を学び、スポーツへ多様な関わり方ができるようになることを目的とし、全5回の講義を行った。一般の参加者に加え、本学の学生も参加していた。

1回目は、古代の四大祭典競技について、オリンピュアの祭典競技の資料が多く残っていることの確認、祭典競技のスケジュールに関しての紹介、その他審判員・競技者・オリンピュア遺跡に関して学んだ。2回目は、近代オリンピックの初期、ピエール・ド・クーベルタン、日本のオリンピック初参加やマラソンの種目設定に関して講義が行われた。3回目は、日本初参加のオリンピック「金栗四三、三島彌彦、円谷幸吉、君原健二」のオリンピックとの関わり方に関して取り上げた。特に、円谷幸吉と君原健二のアンビバレント性についての問題点を指摘した。円谷幸吉の遺書に関しては、川端康成、三島由紀夫のコメントを紹介した。その他、オリンピックシンボルについての説明やオリンピックの名称に関するも取り上げた。4回目は、オリンピックを中心に話題を提供した。NHK大河ドラマを話題にして、日本がオリンピックに初参加した時代に関して取り上げた。オリンピック聖火リレーの最終走者を紹介、具体的には、坂井義則（第18回東京オリンピック）、孫基禎（第19回ソウルオリンピック）、モハメド・アリを取り上げた。5回目は、1回目から4回目までの振り返りを行い、スポーツのビッグイベントに関する課題

について講義が行われた。

全体を通し、多様なスポーツに対して、自分にあった関わり方を模索すること、スポーツ情報に関して、一面的な受け取り方ではなく多面的に捉えるような習慣を身につけていくことで、生涯を通してスポーツと関わる事ができることを学んだ。

参加者はいずれも少数ではあったが、「オリンピック・パラリンピックのボランティアに参加してみようという気になった」「裏話も含めて大変興味深いお話だった」「改めてスポーツについて考える機会となった」等、感想はとても充実したものであった。

・参加した支援学生のコメント

参加者の方々は一先生と同世代の方もいらっしまったため、当時を思い出しながら熱心に話を聞かれていた。運営に携わらせていただいた私自身もとても勉強になった。オリンピックの歴史やスポーツの本質を知ることが2020年自国で五輪を開催する私たちにとって大切なことだと感じるため、最大限吸収しスポーツについての学びをもっと深められたらと思う。

（健康体育学科3年 長谷川彩海）

オリンピックにフォーカスを当て、オリンピック休戦や古代オリンピック、祭典競技などに関する基礎的な内容を学ぶことができ、さらに興味が深まった。そして、オリンピックがどのように現在の形に出来上がったのか、オリンピックが出来上がっていく過程を古代と近代の両面からアプローチし具体的に学び、オリンピックに関して教養を深めていきたいと思った。受講者から休んでしまった分の資料が欲しいと申出があるなど大変意欲的な受講者がそろっていて、さらにこのような受講者の皆さんが増えていけばよいと感じた。（健康体育学科3年 小杉山京）

表2 スポーツから学ぼう！！（シリーズ講座）の実施内容

	第一回	第二回	第三回	第四回	第五回
日付	平成30年7月14日 土曜日	平成30年8月4日 土曜日	平成30年9月22日 土曜日	平成31年1月12日 土曜日	平成31年2月16日 土曜日
時間	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00
場所	308教室	3107教室	308教室	308教室	308教室
担当教員	一正孝				
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・古代祭典競技・四大祭典競技に関しての学び ・オリンピュアの祭典競技の資料が多く残っていることの確認 ・祭典競技のスケジュールに関しての紹介 ・審判員・競技者に関する学び ・オリンピュア遺跡・オリンピュア休戦の学び 	<ul style="list-style-type: none"> ・クーベルタンについて ・日本のオリンピック初参加について ・日本のオリンピック初参加について ・マラソンの種目設定に関して ・金栗四三について ・三島彌彦について 	<ul style="list-style-type: none"> ・日本初参加のオリンピック ・オリンピックとの関わり方 ・円谷幸吉と君原健二のアンビバレント性についての問題点 ・円谷幸吉の遺書に関して ・オリンピックシンボル・名称に関して 	<ul style="list-style-type: none"> ・NHK大河ドラマ、日本がオリンピックに初参加した時代に関して ・オリンピック聖火リレーの最終走者を紹介 ・坂井義則（第18回東京オリンピック）、孫基禎（第19回ソウルオリンピック）、モハメド・アリ 	<ul style="list-style-type: none"> ・1回から4回までの振り返り ・多様なスポーツに対して、自分にあった関わり方を模索することの確認 ・NHK大河ドラマに関連した事柄について ・スポーツのビッグイベントに関しての課題 ・スポーツ情報に関しての受け取り方
参加者数*	2名	0名（欠席のため）	3名	3名	3名
支援学生	3名	1名	1名	1名	1名

※一般参加者のみの人数であり、学部学生は除く

<スポーツから学ぼう！！>



② 親子で楽しむ運動遊び+チャレンジ！器械運動 担当：笹田 弥生 准教授

親子で楽しむ運動遊びは、「子どもが運動好きになるように」「将来器械運動が苦手にならないように」そして「大人の日頃の運動不足の解消」を目的とし、親子で楽しく運動をする講座である。今年度で5年目であり、殆どの回で満員・キャンセル待ちの状態であった。

1回目のプログラムでは四つ這い姿勢の体験、しがみつく、親子でじゃれあう、不安定な場所に立つ歩くなど普段やらない動きを親子で楽しめるヒントを紹介した。また、後進、後方への回転への親の助け方（幫助の仕方）を説明し、今後体験する逆上がり（後方への回転）の体験を増やす工夫をお願いした。2回目では、逆さま体験を多く取り入れ、持ち物として連絡しているタオルの遊びの紹介を行った。親が投げ上げたタオルを子がキャッチしようとする和やかな姿が見られた。失敗すると繰り返し挑戦する姿や、綱引きのように力を出しあう親子の姿が見れた。肋木は前回より力強く登っていた。3回目は、初参加の親子さんが比較的多かった。毎回趣旨説明を行っているが、本日も理解の上、積極的に親子で遊ぶ姿が見られた。参加している子どもの年齢幅もあり、タオルを利用した遊びでは、すぐに楽しそうに遊ぶ親子と、そうでない親子に分かれてしまった。しかし、時間の経過で慣れてきたのかキャッキゃ言いながら遊ぶ2歳児親子を見て安心できた。リズム体操は、準備運動時よりも、整理運動（2回目）の方が親子とも、慣れて乗りが良く上手に出来ていた。最終回の4回目では、1回目より複数回来ている親子さんのことも考え、最後にサーキット形式で複数の遊びを続けて行うことを目標にしていた。初回参加の方には、親子体操の基本的なものを前半で紹介した。複数回目の親子は、家でも機会を見つけて行っているようで、慣れたように子どもとじゃれつき合いながら遊びをしてくれていた。初回の親子はなかなかうまくいかないこともあったようだが、できないことが悪いこと、運動面の遅れでなく、今回をきっかけに家で時間を見つけて挑戦してほしいことを伝えた。サーキットはそれぞれのスポットへはゆっくりではあるものの、その場に執着せず親子ともども楽しそうに次へ次へと回っていく姿に成長を感じることができた。中では肋木の遊びを「怖い」と泣く子どもの姿が見られたり、スポットをとばして先に進む子がいたり、子どもらしい姿を見ることができた。そ

もそもサーキット的な遊びは順序を守る、やること（課題）を覚えられるなどの、知的・情緒的な発達の上に成り立ち、将来のスポーツ活動に繋がる諸々のことが含まれているため、幼児期で簡単にできることではないことを説明し、それをやることによっての心身の成長面を大事にしてほしいことを最後に説明した。また、サーキット中に、親が携帯を取りにその場を離れて撮影する姿を見かけたので、子どもの遊んでいるときの親の態度、子どもの不意の動きや不慮の事故に対する気配りを注意させてもらった。

準備運動・整理運動では、「かながわキラキラ体操（リズム体操）」を行った。複数回受講している親子もいたため、だんだんと覚えてとても楽しそうに踊っている姿が印象的だった。早めにホールに来て遊ぶ親子や、講座が終わった後居残りして遊具で自由遊びをする時間があり、今年の参加親子はとても積極的で、よく動き遊ぶ姿が見られた。

5回目は「チャレンジ！器械運動」ということで、器械運動の苦手な子ども向けに、様々な用具を使用して運動遊びを行う、初の試みの講座である。5歳以上で参加児童を募って器械運動に向けての体づくりを狙った運動遊び（器具遊び）を行った。参加者の出来る出来ないの二極化がやはり見られた。鉄棒に関しては、幼稚園児が多いと、大学生の低鉄棒でもかなり高くなってしまい、足抜き回りの出来る子が、戻るのに適した高さでないため戻る体験ができないなどの問題があった。課題が出来ない子どもたちは、昔の時代の子どもたちのように動き回って遊ぶ体験がまだまだ足りないと感じる。小学生で動きの悪い子は、体格が大きくなるスピードに比して普段の遊び体験と量が少ないと感じる。体幹の強さが必要なのは、アスリートにとっても重要だが、発育発達の途上にいる子どもたちにも重要なため、現代の子どもたちの体幹の弱さが気になる。参加の子どもたちの年齢差、体格差が大きくなることは予想していたが、低年齢の子どもたちが予想以上に多かったので、内容は幼児にとっては少し難しくなってしまった。恐怖心がなく、小さな動作でも出来なかったことが出来るようになった喜びを持ち帰れる子もいて、全体的には楽しく、満足気であった。今回の体験を機会に固定遊具で全身を使って遊んでもらいたい。また、父兄の方々にもその必要性を感じて、体験の機会を増やしてもらいたい。

・参加した支援学生のコメント

【親子で楽しむ運動遊び】

今回の活動は、おんぶや体でトンネルを作るなど、親子で触れ合いながら行う動きを取り入れ、楽しく活動に参加していただけたと思う。ひとりひとりがやりたいことを、楽しそうに何回も繰り返し遊んでいる姿がとても印象的だった。次回の活動も楽しく行えるようにサポートしていきたい。（子ども支援学科2年 村上奈実子）

今回も多くの子連れの方やご家族にご参加いただき、終始和気藹々とした雰囲気の中で講座を行うことができた。親子での身体を使った運動遊びの指導は勿論のこと、講師の笹田先生と参加された保護者の方、参加された保護者やお子さん同士、また学生スタッフとおさんとのコミュニケーションをとることができる貴重な機会にもなっており、短いながらも非常に有意義

な時間になっていたように感じた。（健康体育学科3年 中野里穂）

【チャレンジ！器械運動】

私自身器械運動が得意ではないため、苦手な子の気持ちもよく分かり、なんで出来ないのか、どうすれば出来るようになるのかを自分の経験をもとに指導することができ、一緒に考えるきっかけにもなった。

しかし、得意不得意に関わらず全員に共通して、自ら率先して器械運動と向き合っていた姿は素晴らしく、学ぶものがあつた。そして、講座終了時に、楽しかった？と先生が聞くと、笑顔で全員挙手をしていたのも印象的で、まずは導入の遊びの部分で楽しいと感じてもらうことが一番重要だと思った。今回、楽しいと思ってもらえたことはこれから体育の授業でも器械運動と触れ合う機会が多い子ども達にとって、とても大切で良い経験になったと思う。

（健康体育学科1年 安蒜羽咲）

表3 親子で楽しむ運動遊び・チャレンジ！器械運動（シリーズ講座）の実施内容

	第一回	第二回	第三回	第四回	第五回
日付	平成30年10月13日 土曜日	平成30年11月17日 土曜日	平成30年12月15日 土曜日	平成31年1月26日 土曜日	平成31年2月16日 土曜日
時間	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:45
場所	5号館多目的ホール				アリーナ
担当教員	笹田弥生				
内容	・準備運動 ・親子で組体操 ・遊具自由遊び ・整理運動	・準備運動 ・親子で二人組の運動 ・タオル遊び ・遊具自由遊び ・整理運動	・準備運動 ・タオル遊び ・動物歩き ・親子で組体操 ・遊具自由遊び ・整理運動	・準備運動 ・親子で歩いて踊って動く ・タオル遊び ・サーキット形式の遊び	5回目のみ【チャレンジ！器械運動】 ・準備運動 ・ゲーム「変身、変身！」 ・マット・肋木・鉄棒 ・サーキット形式の遊び
参加者数*	親子15組 (子ども20名)	親子11組 (子ども15名)	親子12組 (子ども14名)	親子16組 (子ども19名)	23名
支援学生	6名	3名	3名	2名	3名

※一般参加者のみの人数であり、学部学生は除く

<親子で楽しむ運動遊び・チャレンジ！器械運動>



3. 地域交流スポーツフェスティバル

第4回目を迎えた地域交流スポーツフェスティバルは、平成30年11月25日（日）に開催した。「スポーツ科学を、もっと身近に」というテーマのもと、地域の方々を対象にスポーツ科学を体験してもらうことで、國學院大學と地域との交流を図り、誰もが「いつでも、どこでも、いつまでも」楽しくスポーツをするきっかけをつくることを目的とした。～スポーツの秋に見つかる新しい自分～を副タイトルとし、秋らしい装飾で参加者を迎えた。当日は、約700名の来場者があった。体育館・球技場を会場として7つのブースを設けた。各ブースの内容は以下の通りである。

1) みんなでやろう体力測定

身長、体重、長座体前屈、垂直跳び、握力などの一般的な体力測定以外にも、高齢者のバランス能力テスト「ファンクショナルリーチ」や、幼児の敏捷性テスト「両足連続跳び越し」など、幼児から高齢者までできる様々な体力を測定し、その結果を評価・返却した。

2) スポーツゲームセンター ～スポーツ王に、俺はなる！～

サッカーボーリング（サッカーボールを蹴ってボーリングのピンを倒させた）、速球王（ボール投げの球速を測定した）、スイング王（バットスイングの速度を測定した）、早押し王（光刺激に対する局所単純反応時間を測定した）、早跳び王（光刺激に対する全身選択反応時間を測定した）の5種目を設置した。

3) キッズコーナー

いろんな器械器具、大型遊具をキッズコーナーとして1か所に集め、思い切りからだを動かして遊べるプレイランドを作った。

大型遊具クライミングアイランドを中心に、アスレチックコーナーのように中型・小型遊具、器械運動器具等を、様々な運動遊びが出来るように配置した。滑り台、ハシゴ、肋木、ミニランポリン、鉄棒、低平均台、長椅子、登り台、マット、ソフトマットなどを使用し、登る・よじ登る・とぶ・飛び下りる・滑る・渡る・飛び移る・ぶら下がる・逆さまになる・転がるなど、多くの動きを体験できるよう工夫を凝らした。

4) 骨密度・体組成測定・栄養相談

骨の強さ（骨密度）や、高精度な体組成計を用いて、体脂肪量や筋肉量を部位ごとに評価、測定した。また、簡易的な食事調査や測定結果をもとに学生によるアドバイスコーナーも設置した。

5) 視覚・錯覚・・・え、なんで？

錯視図形や視覚の操作により、人間の感覚の重要性を認識することを目的とし、人間の感覚と

身体動作の関係の不思議を体験できるコーナーを設置した。「左右大逆転迷路?」「鏡を見てもか
けな〜い!」「形にだまされた?」「わがまま鉛筆でうまく書ける?」「全日本剣道早打ち選手権」、
「雷刀一閃、稲妻を呼ぶ!」「気合だ!気合だ!」の7つを出展した。

6) 親子でうまくなるボール投げ教室

近年、投げることが得意でない子どもが増えている。そこで投げるコツをつかめるように、「最
新のスポーツ科学でわかった投げ動作が得意になる7つの遊び」と題して、みんなで体験できる
遊びを行うブースを開いた。4回開講①10:20~11:00②11:20~12:00③13:30~14:10④14:20~
15:00、各回定員40名（事前申し込みなし）とした。

まず最初に投球を2回ほど行い、その球速を測った。その後の7つの遊び「けんけんバ」「棒
を倒すな」「デリバリー爆弾」「風船爆弾」「タオル引き」「くるくるリボン」「紙鉄砲」を行っ
たうえで再度投球の球速を測り、速度の変化があるかどうかを比較した。

7) 支援学生ブース

様々なスポーツ種目内容の掲示や、スポーツ種目体験スペースの用意、オリンピックに関する
クイズを出題した。また、体力測定ブースに、体力測定の結果の各年代の平均値を掲示し、それ
をもとに評価をし、前向きなアドバイスをを行った。

8) グラウンド（球技場）開放

グラウンドでは、人工芝の広いスペースを自由開放とした。トラックでは、全天候型の陸上競
技用レーンに設置する50m・25m走と、走り幅跳びの記録測定を行った。

9) サッカー教室 13:00~15:00

子どもたちを対象としたサッカー教室を実施した。具体的な内容としては、1.現役サッカー部
員vs子どもたちのミニゲーム、2.的やカゴに向けてサッカーボールを蹴って当てるゲーム（キッ
クターゲット）の以上2種類を用意し、好きな方を選択してもらい自由に参加してもらった。

10) お昼のイベント：新体操演技発表・新体操の体験コーナー 12:35~13:25

新体操の演技発表会と体験コーナーを実施した。新体操に触れてもらうことで、新しい発見や、
新体操を知ってもらうことを目的とした。教員1名と学生3名で集団演技を行い、5つの手具の
紹介をした。体験コーナーでは、5つの手具を自由に体験できるよう設置し、演技発表者がそれ
ぞれ指導に回った。

<第3回スポーツフェスティバルの様子>



4. 支援学生の関わり

支援学生は、全ての講座と地域交流スポーツフェスティバルの運営を担当した。事前準備から当日運営、片付けまで一連の運営業務に関わることで、運営サイドのノウハウを学ぶきっかけになった。中には企画書を作成し、積極的に当センターの活動を広めようとする学生もあり、活発な行動が見られた。また、講座や地域交流スポーツフェスティバルの事前準備として、講師との事前講習会を行うことで知識や技能を高める機会もあった。イベント当日は、「実践の場」を経験し、地域の様々な年代の方々に関わることで、コミュニケーションスキルの獲得にも繋がったと考えられる。

5. 平成30年度支援学生の会スタッフ（講座やフェスティバルに参加したもの）

安蒜羽咲、飯田啓生、榎本晴瑠菜、江原和希、加藤真唯、菊地球公、◎小杉山京、小林聖佳、佐藤蓮、杉山水輝、鈴木翔、鈴木奈緒美、関谷真苗、是木省吾、田中完侍、知屋城安、戸城友梨、中野里穂、中村克樹、長谷川彩海、町田夏芽、宮里麻佑、宮野健音、村上奈実子、守屋愛海、山上千彩、○山本晃平、山本なつみ、渡部香子
(五十音順 ◎会長、○副会長)

6. まとめ

本センターの活動は、講座と地域交流スポーツフェスティバルを大きな柱としている。講座は、生きがい講座とシリーズ講座を開講し、本学専任教員の専門性を生かした講座が設けられている。地域交流スポーツフェスティバルでは、地域の方々とのコミュニケーションを取り、幼児から高齢者までスポーツの楽しさ、健康増進を図れるような内容とした。支援学生においては、教員の指導を間近で見ることができ、運営の経験や様々な年代の方とコミュニケーションを取れる環境は学びの場であり、経験の場となっている。

7. おわりに

本センターの活動は、大学と地域の繋がりを重視し、大学のもつ専門性を地域に還元している。今後もさらに活動を充実させ、地域に根付いた大学を目指していく。また、学部理念に基づいた広い視野と深い洞察力を備えた創造性豊かな人材（学生）の育成にも力を注いでいきたい。

8. 附記

地域ヘルスプロモーションセンター委員として、子どもの運動遊び・器械体操体験の講座を展開してくださった笹田弥生先生が令和元年5月28日にご逝去なさいました。参加者や学生だけでなく、教員も多くのことを学ばせていただきました。先生のご生前のお姿をお偲びしますとともに、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

（わたなべなな 國學院大學人間開発学部地域ヘルスプロモーションセンター専門研究員）

（うへはらきちお 國學院大學人間開発学部健康体育学科教授）

（ささだやよい 國學院大學人間開発学部健康体育学科准教授）

（おおもりとしお 國學院大學人間開発学部名誉教授）

（しばさきかずお 國學院大學人間開発学部初等教育学科教授）

（はやしこういちろう 國學院大學人間開発学部健康体育学科教授）

（じんじつとむ 國學院大學人間開発学部健康体育学科准教授）

（びぜんよしふみ 國學院大學人間開発学部健康体育学科准教授）

（こばやしゆい 國學院大學人間開発学部健康体育学科助教）