

國學院大學學術情報リポジトリ

地域ヘルスプロモーションセンター活動報告： 令和6（2024）年度

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2025-03-29 キーワード (Ja): スポーツ, 健康, 地域貢献, 学生教育, 共育・響育 キーワード (En): 作成者: 青柳, 秀幸, 富田, 一誠 , 神事, 努 , 青木, 康太郎 , 小林, 唯 , 林, 貢一郎 , 前田, 麦穂 , 渡辺, 啓太 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.57529/0002001533

〔報告〕

地域ヘルスプロモーションセンター 活動報告

—令和6（2024）年度—

青柳 秀幸 富田 一誠 神事 努 青木 康太朗
小林 唯 林 貢一郎 前田 麦穂 渡辺 啓太

【要旨】

地域ヘルスプロモーションセンターは、國學院大學人間開発学部の目的の1つである「地域に育てられ、地域と共に育つ」人材を育成し、「共育」「響育」を実践する学部附設のセンターである。令和6（2024）年度は、4月のBloomingレクチャー、6月のたまプラウエルネスアカデミー2024、10月の第9回地域交流スポーツフェスティバル、11月の人間開発学会における発表を活動の中心に据え、恒例の生きがい講座や、今年から開始した硬式野球部へのメディカルチェックなどを開催した。また、支援学生の会（ちーへる）の学生は、主体的に学生交流会、わくわく企画などを考案・運営した。

本年度は、新入生が3学科（初等教育、健康体育、子ども支援）から約30名加入したことにより、支援学生の会の学生数が約50名に増加し、活動が劇的に多様化、活発化した年度であった。組織的に活動するための基礎も定着しつつある。本稿では、各活動の概要とアンケート調査結果の一例、担当教員および学生が一連の過程から得た所感を報告する。

【キーワード】

スポーツ 健康 地域貢献 学生教育 共育・響育

1. はじめに

地域ヘルスプロモーションセンター（以下、「センター」）は、國學院大學人間開発学部の目的の1つである「地域に育てられ、地域と共に育つ」人材を育成し、「共育」「響育」を実践する学部附設のセンターである。QOL（Quality of Life）の保持を基本的な理念に据え、健康とwell-beingの実現を模索している。「スポーツ」と「健康」をテーマに本学教員が自らの専門性を活かし、各種イベント、講座、研究を推進・展開している。企画、考案、準備、運営、地域の方々との交流やコミュニケーション、知識のフィードバック、検証などを教員が支援学生の会（ちーへる）の学生に直接指導して共に活動することで、貴重な共育を実践しながら学生一人ひとりの人間開発を目指している。同時に、地域貢献を含めて大学内外へ、國學院大學の魅力や特徴を発信している。

2. センターの概要

1) 運営委員

センターの運営は、本学人間開発学部：3学科（初等教育学科、健康体育学科、子ども支援学科）の専任教員、事務課職員が担当している。本年度の運営委員は次のとおりである。

専任教員：富田一誠〈センター長〉、神事努〈副センター長〉、青木康太朗、青柳秀幸、小林唯、林貢一郎、前田麦穂、渡辺啓太

事務課：大岡達弘（たまプラザ事務部 事務課）

2) 支援学生の会（ちーへる）

支援学生の会は、本学公認部会に属する学生主体の団体である。令和5（2023）年度より、学内外の多くの方々の印象に遺るように「支援学生の会」の愛称を「ちーへる」とした。学生は、Teamsを活用して各学年間、各企画間などの連携と業務のシステム化を図り、センターの基礎的な組織化、運営方法を確立しつつある。本年度の所属学生は、次の〈表1〉に示した通りである。

〈表1〉令和6（2024）年度 支援学生の会（ちーへる）所属学生の一覧

学年	氏名(五十音順、◎会長、○副会長)			
4	藍野 はな(健)			
3	阿閉 怜奈(健)	浅川 麻衣(健)	小宮 詩歩(健)	高田 勝太郎(健)
	出牛 悠紀(健)	中谷 心美(健)	長谷部 舞依(健)○	古田 椋大(健)
	水島 裕太(健)	宮下 拓斗(健)◎	山田 颯人(健)	服部 翔(健)
	石原 大也(初)	三浦 健悟(初)	西澤 美音(初)	大西 結子(初)
2	岩永 凜綺(健)○	長田 茉優(健)	後藤 美帆(健)	安部 拓海(健)
1	中野 渡翔人(初)	小野寺 菜緒(初)	宮内 愛未(初)	山下 結衣(初)
	岩崎 はるか(初)	長崎 智彩(初)	辻井 るりな(初)	土屋 紗紀(初)
	國廣 千絵(初)	川口 優羽(初)	五十嵐 真瑚(初)	小西 栞音(初)
	古川 康大(初)	伊藤 さゆ美(初)	芳本 拓巳(初)	堀 寛太(健)
	川崎 蒼汰(健)	黒澤 こころ(健)	井上 晴仁(健)	河本 彩花(健)
	梅谷 光(健)	齋藤はるか(健)	石井 和日乃(健)	栖原星流(健)
	皆川 結衣(健)	中川 はな(健)	小川 蓬(健)	岡見 妃奈乃(子)
	田川 桃香(子)	渡部 美怜(子)	内海 愛美(子)	

3) 活動概要および活動スケジュール

本年度は、4月のBloomingレクチャー、6月のたまプラウエルネスアカデミー2024、10月の第9回地域交流スポーツフェスティバル、11月の人間開発学会における発表を活動の軸として、新入生が合流した5月の総会で始まり、年度末3月の納会&幹部交代式で総括した。センターだ

より「響育」を年2回発行し、恒例の生きがい講座や、今年からセンターの研究事業である硬式野球部へのメディカルチェックを開催した。支援学生の会の学生は、主体的に学生交流会、わくわく企画を考案・運営し、新石川小学校：放課後キッズクラブにおいてボランティア活動を実施した。スケジュールの詳細は〈表2〉に示した。

次項より、各活動の概要とアンケート調査結果の一例、担当教員および学生が一連の過程から得た所感を報告する。なお、今回報告対象としたものは、令和6年12月時点で活動を終えた〈表3〉に示すグレーのハイライト部分とした。また、アンケート調査の分析結果は、百分率（%）で表し、合計が100%を上下する場合は、結果の傾向を左右しない微細な端数調整を行った。回答項目や収集率は企画毎に異なり統一性がないため、一つの参考情報として参照されたい。

〈表2〉令和6（2024）年度 活動スケジュール

日付	活動名	主担当(教員)	主担当(学生)
2024年			
4/10(水)	学生交流会(4/10, 15, 24)	小林	服部・小宮
4/17(水)	Blooming レクチャー	渡辺	宮下
5/8 (水)	総会	富田	阿閉
6/8 (土)	たまブラ	林・小林	後藤
6/22(土)	ウェルネスアカデミー2024		
6/23(日)	メディカルチェック(2)		
7/13(土)	わくわく企画「夏の大運動会」	青木	岩永・長田
7/26(金)	『響育』第37号発行	神事	古田・宮下
7/28(日)	メディカルチェック(3)		
8/8 (木)	新石川小学校 学童ボランティア	青柳・富田	石原
8/3 (土)	〈生きがい講座〉 夏休み特別企画 「目指せ160キロ！！野球で自由研究！」	神事	古田
9/28(土)	人間開発学会 第16回大会	富田・林 小林・青柳	宮下・長谷部
10/20(日)	第9回 地域交流 スポーツフェスティバル ～チャレンジ！スマイル！ハイタッチ！～	青柳・富田	藍野
10/27(日)	メディカルチェック(4)	富田	
12/27(水)	メディカルチェック：フィードバック	富田	
2025年			
2月	『響育』第38号発行予定	神事	後藤
3/8 (土)	〈生きがい講座〉 食の悩み相談&子どもの運動あそび	青木・小林	浅川・長谷部
3月19(水)	納会	富田・青柳	宮下・長谷部・岩永

3. 各活動報告および担当教員、支援学生（ちーへる）の所感

1) Bloomingレクチャー：達人から学ぶ ～自分を拓く、未来を拓く～

～逆転発想の勝利学 チームのスイッチを入れる～

本企画の目的は、学内外の聴講者が「健康」と「well-being」の実現を目指すとともに、新年度を迎える4月に自らの可能性を切り拓き、より輝く自分に近づくための新たな1歩を踏み出す後押しができるような機会を創出することである。また、各界の達人に自分自身を開花させた経験や、人の開花を指導した経験などをご講演いただき、演者それぞれの「人間開発を学び、自分を拓く・未来を拓く」ことを目的としている。

第3回目の開催となった本年度は、大相撲の元大関千代大海、現第十四代九重親方である九重龍二氏を招聘した。前半は、現役時代の限界を超えた稽古のお話や親方としてのあり方・振る舞い方、お弟子さんたちへの指導方法などについてご講演いただき、後半は、見方やとらえ方を変えながら努力を継続することで、嫌いなことを好きになったり、苦手なことが得意になることで得られる経験や快感、到達した別世界の経験についてご講演いただいた。

【開催概要】

日 時：4月17日（水）18：00開演

共 催：人間開発学会

場 所：1号館 講堂

開催形式：ハイブリット開催（対面、Zoomによるライブ配信）

招聘講師：九重 龍二氏（大相撲 元大関：千代大海、現 九重親方）

進行方法：オープニング、九重氏によるご講演および富田とのクロストーク、Q & Aコーナー、プレゼント企画、クロージングの5部構成

参加人数：111名（対面：70名、オンライン：41名）

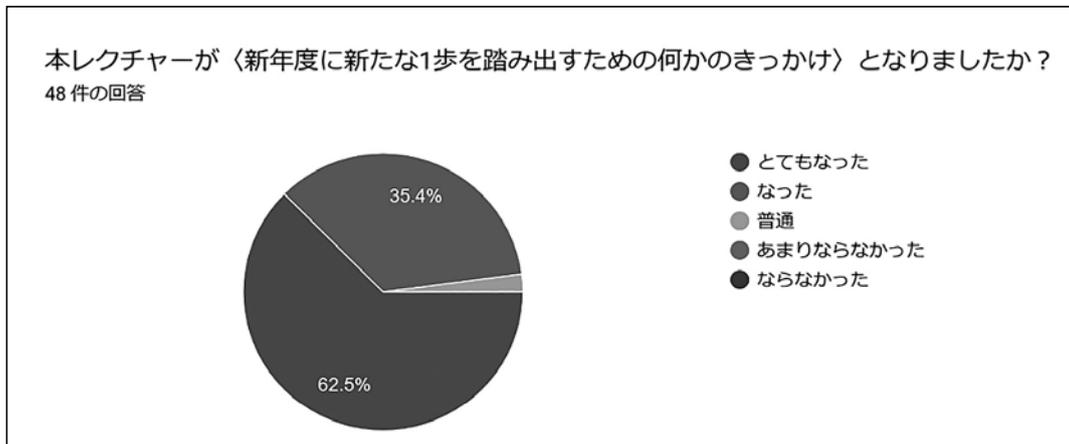
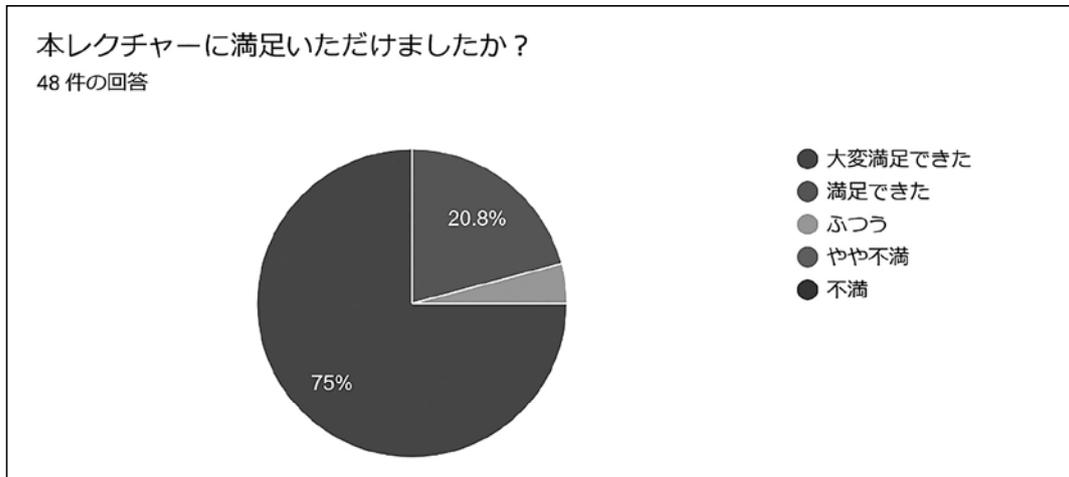
参加教員：富田、神事、青木、青柳、小林、林、前田、渡辺

支援学生：宮下拓斗（主担当）・藍野はな・中谷心美・山田颯人・小宮詩歩・高田勝太郎・出牛悠紀・長谷部舞依・服部翔・古田椋大・浅川麻衣・水島裕太・大西結子・三浦健悟・石原大也・長田茉優・岩永凜綺・後藤美帆

富田ゼミ：小國夢花、内匠航大、塩野目竜太

【アンケート調査結果の一例】

次に示すアンケート調査結果より、回答者の95.8%が本企画に対して「大変満足した」もしくは「満足」したと回答したことが明らかになった。また、「本レクチャーが〈新年度に新たな1歩を踏み出すための何かのきっかけ〉となりましたか？」という設問に対して、97.9%の回答者が「とてもなった」もしくは「なった」と回答したことが明らかになった。



【担当教員の所感】

今回は、諸事情が重なり、講演者を早期に決めることができなかった。そのため、様々な準備が遅くなり、情報共有も遅くなってしまった。毎回の課題ではあるが、半年前の10月には演者を決定したい。次に、今回は初めて水曜日夕方に開催した。この曜日時間帯に移動しても当大学学生が顕著に参加したとは言えず、学生の参加者を募るためには、あまり曜日は関係なさそうであった。自治会の方の参加が予想より少なく、地元のお相撲好きの住民が参加してくれた。一般参加者は、参加しにくかったのかもしれない。当大学サッカー部柔道部監督が参加してくれた。ちへるが、相撲関係者に連絡して参加者が増えた。

会場は特段問題なく、適度な大きさであった。音声の質は改善していた。しかし、マイクがハウリングし、Zoom配信が最後に途切れてしまった。さらなる調整、準備、周知が必要と考えた。会場周辺の案内にも問題はなく、受付も問題は指摘されていない。会場設営は安定してきていると感じた。今回は、舞台にソファと花を飾ることができ、レベルアップできた。

講演内容は、親方自身の経験から貴重な話を聞くことができた。親方から「福」「夢」「道」の言葉入りのサイン入り色紙をいただくことができた。質問にも対応して下さった。

謝金書類を事前に渡すことができたために、スムーズにやり取りができた。今後音声を文字化して、講演録を速やかに作成したい。

講演会の会場設営は安定しており、今後は演者を早期に決定して演者による広報活動と準備を徹底していくことでさらに充実したレクチャーとなると考えた。本来一番のターゲットである学生の参加は少なく、今後は学生目線での演者決定も必要と考えた。

（健康体育学科：富田一誠）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

各部門の責任者とコミュニケーションを図りながらスムーズに準備を進めることができた。全体のまとめ役である自身は、当日は授業がありリハーサルなどにあまり参加できず、ぶっつけ本番のような形になってしまったが、変更点や自分の役割について他の学生、先生方より情報共有いただけたことで、なんとか本番を上手く迎えることができて良かった。

今回は参加者数が昨年よりも少なく、広報先を新たに増やしたり、相撲教室に電話してみたが、数をあまり伸ばすことができず残念だった。その一方で地域の方々のみならず、他大学の相撲関係者が参加してくれた点は良かった。興味・関心を寄せてくださるターゲットをよく検討し、もう少し広報先を選定、厳選しながら広報活動を行って参加者を増やすことができたなら良かった。

他方で、昨年度にはないようなちーへる内の一体感やチームワークも出てきており、これからの活動がより楽しみに感じるような会となった。また、編入生やゼミ生とも積極的なコミュニケーションを図りながら、今年度最初のイベントを無事に成功に導くことができてよかった。

このイベントの成功に満足することなく、もっと準備・工夫できる部分や、より良くするためのアイデアなどを一人一人が持ってこれからのイベントに取り組んでいきたい。

（健康体育学科3年：宮下拓斗）





2) 学生交流会

本企画は支援学生の会（ちーへる）主体の企画であり、センターに興味のある新入生と学生とが仲を深め、交流した。学生は、参加者がセンターに対して少しでも興味・関心を抱けるように、具体的な活動内容や日々の取り組みを紹介、説明した。

【開催概要】

日時：1回目 4月10日（水）12：15～14：30
2回目 4月15日（月）12：15～14：30
3回目 4月24日（水）12：15～14：30

場所：1号館2階リトミック室、通常教室

開催形式：対面

参加教員：小林、青柳

参加人数：1回目 13名、2回目 5名、3回目 13名

支援学生：藍野はな、宮下拓斗・長谷部舞依・出牛悠紀・中谷心美・浅川麻衣・阿閉怜奈・
小宮詩歩・古田椋大・高田勝太郎・服部翔・岩永凜綺・長田茉優・後藤美帆

【担当教員の所感】

今年度は、ちーへるに興味を持ってくれる新入生を学科問わず多く呼び込めたのではないかと
思う。また、多くの上級生が学生交流会に参加し、積極的に新入生とのコミュニケーションをとっ
ていた事が印象的であった。学生交流会に参加した新入生の多くが実際にちーへるに入会したこ
とからも、学生交流会は新入生の加入という目的は達成できたのではないかと考える。

一方、総会（名簿作成）、オリエンテーション（Teamsの使用説明など）とパッケージ化して
実施できるとよいのではないかと。（健康体育学科：小林 唯）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

昨年は参加者が少ないことが問題点として挙げられていた。今回はSNSや新歓期間にブースを設置することで学生交流会に参加してくれる新入生を増やすことができた。また、学生交流会で実際の活動を説明し、ちーへるの魅力をしっかり伝えることができたことが新規会員を増やし、子ども支援学科や初等教育学科の新入生の加入にも結びつけることができた要因だと考える。新入生にも楽しんでもらうためにミニゲームを行った。ミニゲームを取り入れることでちーへるの良い部分である仲の良さをアピールできたとともに新入生にも楽しんでもらえた会にできたと感じる。問題点としては新入生の数に対してちーへる会員の数が多すぎたり、少なすぎたりすることがあったので参加する新入生の数を正確に把握し、ちーへる会員の数も適切に設定することが必要であると考えた。

（健康体育学科3年：服部 翔）



3) たまプラウエルネスアカデミー2024

本企画は、本学部の専任教員を講師とし、主に大学近隣に在住する中高齢者の健康・体力計測およびフィードバック、健康に関する講話などを行うもので、令和4（2022）年度に初開催された。企画の目的は、次の3点である。1）地域住民の健康意識向上、2）地域ヘルスプロモーションセンター発の健康増進のための質の高いエビデンスの構築、3）学生の健康指導に関する知識・経験値の蓄積。本企画は、参加者に3年毎に縦断的に測定を行い、最終的に12年間継続して測定を行うものである。新規開催年度は、2022年度から2024年度で、本年度は3度目の開催であった。開催概要は〈表3〉の通りである。両日とも対面で実施し、人間開発学会に共催いただいた。

〈表3〉 たまプラウエルネスアカデミー2024 開催概要

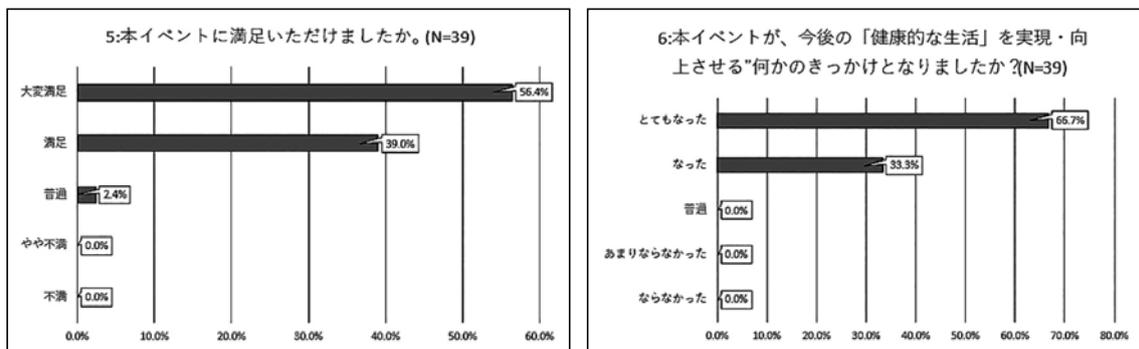
	第1回	第2回
日 付	6/8(土)	6/22(土)
時 間	9:00～12:30 / 13:30～17:00	10:00～11:30 / 13:00～14:30
場 所	SS1 バイオメカニクス実験室	
担当教員	林貢一郎、小林唯、富田一誠、青柳秀幸	
内 容	<ul style="list-style-type: none"> ・骨密度計測 ・血管年齢計測 ・認知機能計測 ・体力測定 →柔軟性、握力、膝伸展筋力、ロコモチェック、歩行速度、タイムアップ&ゴー、30秒立ち上がり 	<ul style="list-style-type: none"> ・1回目の測定結果説明 ・食事や栄養、運動の重要性に関する講話 ・ストレッチング ・認知症予防運動 ・筋力トレーニング
参加者数	44名	42名
支援学生	26名	12名

支援学生：第1回_ 後藤美帆（主担当）、藍野はな、宮下拓斗、中谷心美、長谷部舞依、阿閉怜奈、川口優羽、小西葉音、田川桃香、土屋紗紀、辻井るりな、國廣千絵、山下結衣、古田椋大、服部翔、三浦健悟、大西結子、石原大也、岩永凜綺、長田茉優、安部拓海、中川はな、皆川結衣、齋藤はるか、石井和日乃、岩崎はるか、
 第2回_ 後藤美帆（主担当）、宮下拓斗、長谷部舞依、三浦健悟、大西結子、石原大也、石井和日乃、岩崎はるか、川口優羽、田川桃香、辻井るりな、國廣千絵

【アンケート調査結果の一例】

次に示すアンケート調査結果より、回答者の95.4%が本企画に対して「大変満足」もしくは「満

足」と回答したことが明らかになった。また、「本イベントが、今後の「健康的な生活」を実現・向上させる何かのきっかけとなりましたか？」という設問に対して、100%の回答者が「ともなった」もしくは「なった」と回答したことが明らかになった。



【担当教員の所感】

本イベントも3年目を迎え、完成度はかなり高かったと思う。1日目の測定では大きなトラブルもなく、問題なく測定・評価を行うことができた。やはり、事前の準備や測定の練習が徹底されていたことがその要因として考えられる。練習日程は、内容を確定させてからパート毎に日程を組むほうが良いと考えられる。2日目のフォードバックは、学生の皆さんの指導についてはさらなるレベルアップが望めるのではないかと思った。声掛けや指示についてはもう少し自信をもって、「大学生とは思えない」くらいのレベルを目指して実践してもらえるとより良くなるのではないだろうか。この点は来年度以降に生かしていければと思う。

（健康体育学科：林 貢一郎）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

今回のイベントは多くの1年生にとって初めてのセンターの活動であったが、測定練習会や栄養調査説明会、事前集会などを多く企画したことで、当日も大きなトラブルなく進められたと思う。参加者の方々の笑顔や学生同士の和やかな雰囲気在今后の活動でも続けられるようにしたいと感じた。改善点は多く残ったが、これらをひとつずつクリアしていけるように学生同士のディスカッションを活発にしたい。

（健康体育学科1年：石井和日乃）

今回は1年生も加わったセンターの最初の大きなイベントであり、ウェルネスに初めて参加する学生が多かったため前年度の反省を生かして正確な測定を行うために役割ごとの練習会を設けた。当日は大きなトラブルなく終えることができたので、来年度は測定の正確さとともに全体の

細かい部分にも気を配ってより有意義な時間にしていきたい。課題や改善点が多くあるので、学生同士、学生と教員など周りと連携を取りながら準備期間と当日を進めていきたい。

(健康体育学科2年：後藤美帆)



4) わくわく企画 ～はしって、とんで、なげて、あそぼう!!～

本企画は、支援学生の会(ちーへる)が主体的に企画や準備(ポスター制作、小学校への広報活動、アンケート作成、借用物品の手配など)、当日の運営を行った。学生らは、統括、企画、運営、広報、借用、飾り付け、未満見用遊びスペースの7つの部門に分かれて活動した。

今年度は、近隣在住の小学校1年生から6年生を対象に、「言うこと一緒、やること逆」、「走ってビンゴ」、「豆まきゲーム」、「ボール運びリレー」の4種目を行った。普段小学校では体験できない、走る、跳ぶ、投げるの動きに着目したゲームを、子どもたちにわくわく感を提供しつつ、

様々な運動動作を体験できるよう工夫した。さらに、今年は未満児が遊べるスペースを初めてバイオメカニクス室に用意し、子ども支援学科の学生が中心となって子どもたちと交流した。

【開催概要】

日 時：7月13日（土）10：00～12：00

共 催：人間開発学会

場 所：SS1：アリーナ、バイオメカニクス実験室

開催形式：対面

参加教員：青木、富田、青柳

参加人数：27名（小学生19名、小学生以下8名）

支援学生：43名

（統括）岩永凜綺、長田茉優

（企画）服部翔、浅川麻衣、石原大也、小川蓬、黒澤こころ、川崎蒼汰、堀寛太、中野渡翔人、石井和日乃

（運営）三浦健悟、藍野はな、中谷心美、後藤美帆、斎藤はるか、岩崎はるか、井上晴仁、梅谷光、西澤美音、土屋紗紀、辻井るりな、山下結衣

（広報）宮下拓斗、長谷部舞依、高田勝太郎、皆川結衣、伊藤さゆ美、中川はな

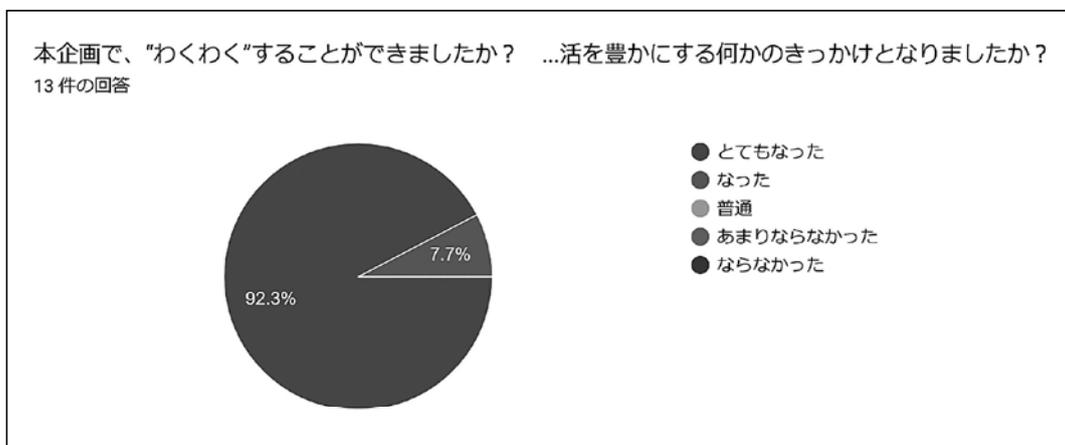
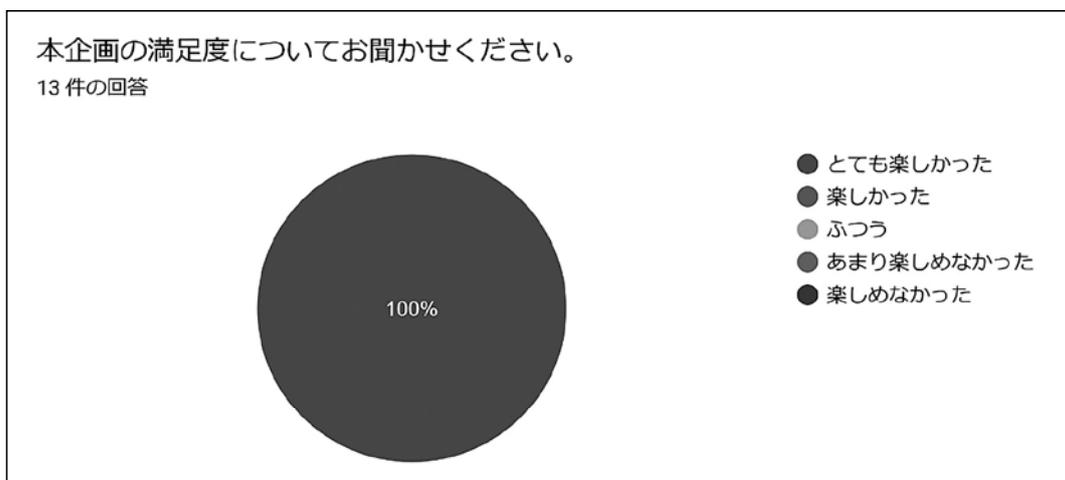
（未満児スペース）出牛悠紀、内海愛美、田川桃香、渡部美怜、岡見妃奈乃

（借用）古田椋大、川口優羽、國廣千絵、宮内愛未

（飾り付け）大西結子、阿部拓海、小西栞音、五十嵐真瑚、長崎智彩

【アンケート調査結果の一例】

次に示すアンケート調査結果より、回答者の100%が本企画に対して「とても楽しかった」と回答したことが明らかになった。また、「本企画でわくわくすることができましたか？ 今後の生活を豊かにする何かのきっかけとなりましたか？」という設問に対して、100%の回答者が「とてもなった」もしくは「なった」と回答したことが明らかになった。



【担当教員の所感】

今年のわくわく企画は、昨年度の成果と課題を生かし、企画から広報、活動の準備、当日の運営・指導まで学生同士で協力をしながらしっかり進めることができた。特に、リハーサルを3回も行い、遊びのルールや子どもの動きを何度も確認しながら準備を進めたことはとてもよかった。また、今年はプログラムに参加できない幼児向けに、別の活動を用意していたことも良かった。こうした努力もあり、参加してくれたすべての子どもたちが楽しめたプログラムになったと思う。次年度は、この成果を活かし、さらによりイベントになるようがんばってもらいたい。

（子ども支援学科：青木康太郎）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

最近の子どもたちに問題となっているのは運動不足であり、その原因は三間（時間、空間、仲間）が無いからであると言われている。そうした状況の中、時間と空間を設けて、新たな仲間を

作ってもらいたいという願いから、今年のわくわく企画が始まった。どのゲームも子どもたちが楽しそうに仲間と協力をしながら参加している様子が見られ、非常に充実した時間を過ごせたのではないだろうか。また、各部門の綿密な会議、3度に渡って行われたリハーサル、学生と教員の情報交換、一人ひとりがチームとなってこの企画に挑んだことにより、昨年にも増して中身が詰まった企画に仕上げることができたと感じる。来年は広報先を増やして、参加人数を倍に増やしていきたい。

（健康体育学科2年：岩永凜綺）





5) 第9回 地域交流 スポーツフェスティバル ～チャレンジ!スマイル!ハイタッチ!～

本企画は、大学と地域とを「スポーツ」と「健康」というキーワードで繋ぐ、センターの代表的な一大イベントである。9回目の開催となった今回は、昨年同様に約3ヶ月前から準備を開始し、「統括」、「企画」、「運営」、「広報」部門に分かれて活動に取り組んだ。コミュニケーションツールアプリである「Teams」を活用しながら、対面やオンラインで部門ミーティング、全体ミーティング、ブースミーティングを定期的に行い、情報共有や課題発見・解決を重ねた。参画したゼミや部会学生の一覧は〈表4〉、各ブースの概要は〈図1〉を参照されたい。

特筆すべき点は、支援学生の会（ちーへる）の学生数が増加したことにより、学生自らがブースを2種類設けたことである。更に、蹴球部および準硬式野球部と連携し、サッカー体験教室、野球体験教室を開催した。

【開催概要】

日 時：10月15日（日）10：00～15：00（12：00～13：00は休憩時間）

共 催：人間開発学会

場 所：SS1全フロア、球技場

開催形式：対面

申込人数：事前申し込み159名 当日申し込み265名

参加人数：377名

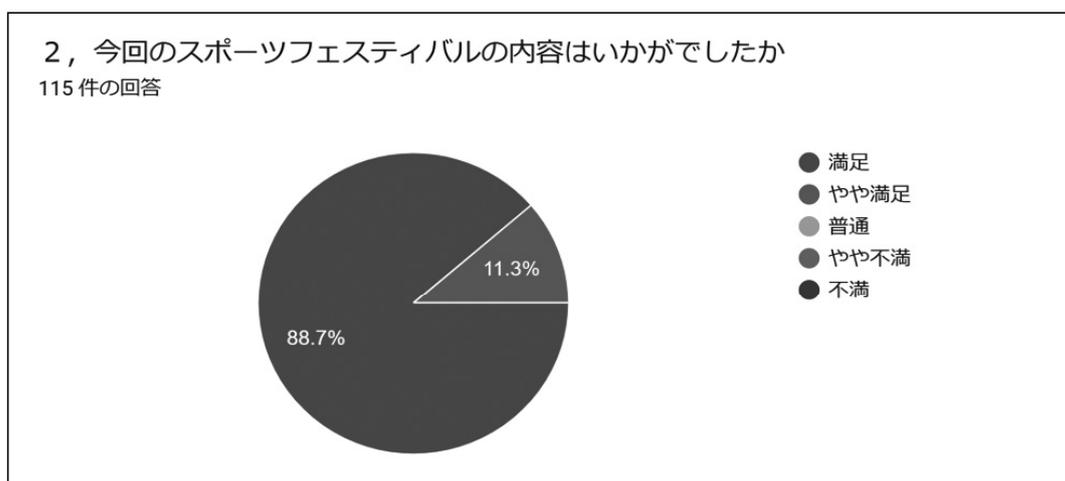
担当教員：富田、神事、青柳、青木、小林、林、前田、渡辺

〈表4〉スポーツフェスティバルに参画したゼミ、部会学生の一覧（順序不同）

伊藤ゼミ			青木ゼミ			富田ゼミ		
中村 悠人	村上 翔太	高橋 良多	若林 宇宙	島田 理彩	有馬 萌那	鶴田 悠乃	河野 未沙	竹之内 琉楓
坂本 匡平	山本 健登	町田 佑衣	古関 七彩	中村 小春	喜多野 優夏	小國 夢花	馬場 萌歌	岡村 理紗子
阪本 明咲実	成田 翔紀	増田 莉莉花	谷口 果蓮	村上 ひより	堀越 音羽	金子 紅葉	吉川 颯人	東屋 咲良
向井 友由菜	清水 裕愛	望月 星吾	浅見 菜々子	有馬 萌那		小山 晶子		
田所 こすず								
渡辺ゼミ			小林ゼミ			林・川田ゼミ		
小國 夢花	馬場 萌歌	岡村 理紗子	中村 瑠里	帆苺 楓弥	蓮見 アリーナ	阿閉 怜奈	宮城 歩果	飯田 康介
金子 紅葉	吉川 颯人	東屋 咲良	安彦 彩愛	吉田 崇幸		中井 愛玖	尾藤 梨杏	渡部 理緒
河野 未沙	竹之内 琉楓	小山 晶子				吉田 眞琴	山本 敦寛	畑瀬 優美
						富木 愛	熊谷 日菜	柴田 佳祐
						木村 美月	大江 凜	青木 瑠郁
神事ゼミ			三田ゼミ					
古田 椋大	小松 昂矢	八巻 久遠	山野 留依	松本 陽向子	森口 泰成			
照光 幸								
標準式野球部								
金子裕人	佐々木 直人	白石 大翔	高橋 浩生	谷石 翼	中村 裕太郎	藤本 琉生	放生 優希	山崎 史哉
池 叶太	大滝 快晴	中村 隼人	森口 裕大	吉原 稜人	久保 翔一朗	小泉 賢太	澤井 政大	高橋 健太郎
半澤 輝人	依田 知大							
蹴球部								
高野 郁也	笠本 康太	多月 想等	岡田 大樹	中西 遼太郎	金子 慎之介	山崎 恵汰	玉置 雄兜	

【アンケート調査結果の一例】

次に示すアンケート調査結果より、回答者の100%が本企画に対して「満足」もしくは「やや満足」と回答したことが明らかになった。



【担当教員の所感】

支援学生の会の学生は、昨年度から倍増した学生数で組織的に活動することの難しさと醍醐味

を存分に体感したと言える。それら一連の過程と証は各種ミーティングの議事録に記録されており、部門内や部門間、学生と教員との間で何度も試行錯誤やディスカッションを重ねたことが明らかである。特筆すべき点は、当初は各個人が抱えていた意見や悩み、課題などを、部門や学年の垣根を越えて発信、共有、質問などできる回数が増加したことである。その要因の1つには、統括部門とその他の部門のリーダーなどが集うミーティングの場を設けたことが挙げられ、それを起点に部門内での活動も活発化していた。スポフェス終了後に新たに見つかった課題については、解決・対応策が既に提示されているため、ぜひ次年度に解決して貰いたい。

支援学生の会の学生のみなさんが、センターの伝統的な一大企画を昨年の成果と課題に基づいて見事に発展させたことを誇りに思う。昨年度までの内容を踏襲するだけでなく、総力を駆使してちーへる独自ブースを挑戦的・積極的に設けたこと、蹴球部および準硬式野球部との連携による体験教室の開催も見事であった。ちーへるメンバーが他のブースを見学することは十分に叶わなかったが、スポフェスが成功したことは地域の子どもたちや保護者の方々の表情に確かに表れていた。

支援学生の会の学生には、更なる専門性の向上の実現が求められよう。

（健康体育学科：青柳秀幸）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

今回のスポーツフェスティバルでは「チャレンジ！スマイル！ハイタッチ！」のテーマのもと、数々の新しい試みを行った。例年は各ゼミの方々にブースを出展してもらうが、今回は「ちーへる」からも2ブースを出した。また、蹴球部・準硬式野球部のみなさんに初心者の子どもでも楽しめるようなサッカー教室・野球教室を開催していただき地域の方々の笑顔が見られた。

新しいことにチャレンジする。これは決して簡単なことではなく、準備にも時間と労力がかかるということを今回ちーへるメンバーたちは学ぶことができたと思う。前例がないものを0から作り上げていくことは容易ではない。しかしその準備期間があったからこそ、当日約380名の来場者の体験している様子や「楽しい！」という声に達成感を感じられたのではないだろうか。

今回のスポーツフェスティバルでは、部門内や部門を越えた繋がりが昨年より強まっていたと感じる。これはメンバー1人1人が、自分にできることを考えながら行動していたからだと考える。今回学んだことや課題を来年にも活かし、さらに良いイベントにしていきたい。

（健康体育学科3年：長谷部舞依）

＼チャレンジ！スマイル！ハイタッチ！／

スポーツフェスティバル

午前 10:00-12:00 午後 13:00-15:00

SS1 アリーナ

2F



①みんなでやろう！体力測定
大人も子供も！体力測定で今の自分を
チェックしよう！



②家でも簡単にできる！？
脳と体のエクササイズ！
エクササイズ系？リラックス系？協を
使う系？色々用意してませんか？



③実物そっくり食品サンプル
を使った食事チェック
感触までそっくり！？普段の食事
バランスをチェックしてみよう！

1F



④遊びながらうまくなる！
ボール投げ教室
遊び感覚でボールの投げ方を身に付
けよう！簡単な練習方法とは！？
A10:15-10:45 B13:15-13:45



⑤体験してみよう！
スポーツ現場での緊急処置
いざというときのために、応急処置の
知識と技術を身に付けておこう！
C10:50-11:20 D13:50-14:20



⑥みんなで楽しもう！
ブレインレクリエーション
ピンゴ対決や障害物競走！身体を動
かしながら問題を解けるかな～？
E11:25-11:55 F14:25-14:55



！ Let's go ! /



⑦きわめろ遊びの道！！
障害道場へようこそ～☆☆
団学院村に伝わる大事な宝を一緒
に取り戻そう！！ニンニン



⑧いろんな遊びにチャレンジ
ストラックアウトやラダーゲッター、
釣りっこなどに、ぜひチャレンジ！！

B1F



⑨ぜんしんうちゅう 入隊試験
～君も一緒に鬼を倒そう！～
9マス鬼ごっこなどの入隊試験があるよ！
果たして、君は突破できるかな？！



⑩スポーツゲームセンター
～スポーツ王に俺はなる！～
反応の速さやコントロールの良さを
測ってみよう！目指せ、スポーツ王！



！ Let's exercise ! /

午前
球技場
午後

<p> 蹴球部 サッカー体験 キックターゲット、ミニゲームなどなど。未経験者や 親子での参加歓迎！プレゼントがもらえるかも…？ ※定員なし</p>	<p>準硬式野球部 野球体験 ベーランリレーや投球飛距離に挑戦してみよう！未経験 者でも大丈夫！大学生によるパフォーマンスも 見られるかも！？ ※事前予約者のみ</p>
---	---

主催：団学院大学 人間開発学部 地域ヘルス70プロジェクトセンター 共催：人間開発学会 後援：神奈川県
●HPより事前申し込みがご協力お願いします

（図1）当日配布・掲示したブース紹介チラシ

（84）

①みんなでやろう!体力測定



②家でも簡単にできる!脳と体のエクササイズ!



③実物そっくり食品サンプルを使った食事チェック(左)



④遊びながらうまくなる!ボール投げ教室(右)



⑤体験してみよう!スポーツ現場での応急処置(左)



⑥みんなで楽しもう!ブレインレクリエーション(右)



⑦きわめる忍びの道!!忍者道場へようこそ～☆☆ ⑧いろんな遊びにチャレンジ



⑧ぜんしゅうちゅう入隊試験～君も一緒に鬼を倒そう!～(左)

⑨スポーツゲームセンター～スポーツ王に俺はなる!～(右)



支援学生の会(ちーへる:初等教育・健康体育・子ども支援学科)



毎年恒例!～全体集合写真～



6) 生きがい講座

「生きがい講座」は、本学部の教員が専門知識を活かして開講するもので、本年度は2回の開講を企画した（1回開催済み）。以下に順を追って報告する。

6.1) 夏休み特別企画「目指せ160キロ！！野球で自由研究！」

本年度は、昨年度よりも参加対象者の幅を拡大し、小学校4年生～6年生を主な対象として開催した。昨年と同様に、野球経験者だけでなく、未経験の子どもも数多く参加していた。講師は、健康体育学科：神事先生が務め、「からだのしくみ」や「速いボールを投げるコツ」、「変化球が曲がるしくみ」などについて、解剖学やバイオメカニクスなど幅広い観点から専門的な講義がなされた。講義は2部制で進められ、今年も講義のみならず、紙鉄砲や紙コップを使った実技も大盛況であった。

【開催概要】

日 時：8月3日（土）10：00～11：30

共 催：人間開発学会

場 所：SS1 バイオメカニクス実験室

開催形式：対面

参加人数：18名（申し込み37名）

参加教員：神事、青柳

支援学生：藍野はな、長谷部舞依、古田椋大、高田勝太郎、服部翔、岩崎はるか

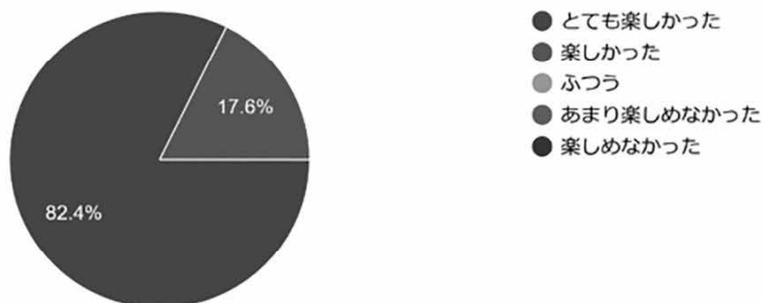
ボランティア学生：八巻久遠

【アンケート調査結果の一例】

次に示すアンケート調査結果より、回答者の100%が本企画に対して「とても楽しかった」もしくは「楽しかった」と回答したことが明らかになった。また、「本企画が今後の生活を豊かにする何かのきっかけとなりましたか？」という設問に対して、100%の回答者が、「とてもなった」もしくは「なった」と回答したことが明らかになった。

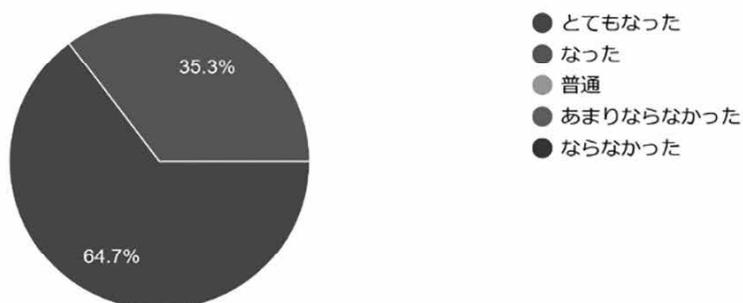
本企画の満足度についてお聞かせください。

17件の回答



本企画が今後の生活を豊かにする何かのきっかけとなりましたか？

17件の回答



【担当教員の所感】

今回の生きがい講座は神事が担当した。教員が事前に資料を作成し、物品の準備も神事が行った。当日はオープンキャンパスと重なってしまい以下の点で不都合が生じた。今後は、オープンキャンパスの日での実施は避けた方が無難である。

- ・正門からアリーナへの導線が確保されておらず、当日小林先生にご対応いただいた。
- ・オープンキャンパス用の校内放送が5分近くあり、内容を中断せざるを得なかった。
- ・オープンキャンパス学内ツアーとの調整が上手くいかず、講義中にバイメカ室への出入りがあった。

（健康体育学科：神事 努）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

昨年度と同じ内容のため、順調に準備を進めることができた。準備に余裕があったので、実験的な試みとして、対象学年を小学4～6年に広げ、定員を10名増の40名に設定し、チラシの配布先も山内小4～6年生に限定した。想定したターゲット層とは異なったが、ネット検索で知っていただいた方の参加が多かったという新たな発見もあった。

チーム参加や友達との参加が多かった昨年度とは異なり、ひとりで座っていた子どもが多かったものの、講義中の反応が良く、実技では近くの子と楽しみながら遊ぶ姿が印象的であった。学生もみんなが声掛けやレクチャーをし、明るい雰囲気づくりができた。

（健康体育学科3年：古田椋大）



6.2) 食の悩み相談&子どもの運動あそび ～食と運動の視点から子どもの健康を考えよう！～

本講座は、昨年度単独で開催していた2つの生きがい講座を、1日程で同時開催するものである。本稿を執筆中の現在、チラシが完成間近の状態である。「食の悩み相談」の講師を健康体育学科の小林先生が務め、「子どもの運動あそび」は子ども支援学科の青木先生の指導のもと、支援学生の会の学生が当日の子どもたちのリクエストに応じて各種あそびを創作、提供する予定である。「わくわく企画」において初の未満児スペースを展開した子ども支援学科の学生の活躍が

期待されている。

【開催概要（予定）】

日 時：2025年3月8日（土）10：00～12：00 開催予定

共 催：人間開発学会

場 所：SS1アリーナ、バイオメカニクス実験室（予定）

開催形式：対面

参加人数：乳幼児・小学校低学年と保護者20名（先着順）

参加教員：青木、小林、青柳

支援学生：浅川麻衣(主担当)、長谷部舞依(主担当)、内海愛美、岡見妃奈乃、田川桃香、渡部美怜、
ほか調整中

7) 國學院大學 人間開発学会 第16回大会における発表

昨年度、支援学生の会の学生が、センターの活動を報告したことが刺激となり、本年度は、センターの2名を含む4名の学生が学会発表した。当日は対面形式で開催され、学部教員のみならず、学会員である学部生や賛助会員ら約50名が参加した。ちへるの学生2名は、タイトなスケジュールの中で計画的に指導担当教員や客員研究員の方々と研究に臨み、議論を重ね、自らの力で研究の結果を導き出し、堂々とその成果を伝えた。2名は支援学生の会の会長および副会長であり、センターが担っている専門的な研究や活動を学生が教員と共に推し進めるという重要な取り組みを、見事にセンターの代表として担ってくれた。他にも4名の学生が会場設営や受付などの大会運営補助業務を担ったことや、学生が集うセンターにおいて発表者の応援やサポートをした学生、発表前夜に遅くまで発表練習に協力した学生がいたことを記しておきたい。

演 者：宮下拓斗（健康体育学科3年）

共同演者：馬庭大器（健康体育学科4年）、根本大貴（地域ヘルスプロモーションセンター 客員研究員）、平田史哉（地域ヘルスプロモーションセンター 客員研究員）、青柳秀幸、
富田一誠

演 題：硬式野球部投手のリーグ戦前後の身体変化について

演 者：長谷部 舞依（健康体育学科3年）

共同演者：林貢一郎、小林唯

演 題：たまプラウエルネスアカデミー研究報告:中高齢女性の歩行速度と栄養摂取の関連について

運営補助：三浦健悟、浅川麻衣、高田勝太郎、服部翔



【担当教員の所感】

宮下さんは、センターが今年から開始した硬式野球部へのメディカルチェックの測定結果を分析し、その成果をアスリートを始めとした野球部に還元すべく研究を遂行した。長谷部さんは、たまブラウエルネスアカデミーで継続的に測定・記録していたデータを分析し、その成果を参加者のみならず社会に還元することを意識して研究を遂行した。

こうした研究の蓄積は、センターが主たる目的としている専門的な「計測」、「検証」、「フィードバック」を推進する重要な取り組みである。今後は、学会発表者に限らず学生一人ひとりが日頃のセンターの活動においてより専門的な観点から学びを深め、得られた知見を共有していくことができよう。

2名が研究に臨んだ期間は数ヶ月と身近い期間ではあったものの、積極的に測定済みデータや

先行研究と向き合うことで、最初は難解であった専門用語や自身の研究の方向性が自ら理解できるようになった。その理解は、それまでの学びが他の学びと繋がる機会をもたらし、2名は研究の醍醐味や面白さ、自身の成長を体感していた。

「調べ学習」と「研究」とでは、その質は異なる。学生にとって前者は、自身の成長や興味関心、自己満足、単位取得などのためになされることが多い。その一方で後者は、その取り組みが1歩でも、0.5歩でも、自分とは異なる〈誰か〉や〈社会〉のために行われ、可能な限りそこに成果が還元されることが求められる。そこには客観性や科学・学術的な根拠（エビデンス）が求められ、当該研究者と異なる第3者が同じ手法で研究を遂行した時にも、同じ結果が導かれる再現性が求められる。その時の研究が何を目的として行われているのか、関係者が何を目指して協働しているのかについて思い出したり、思いを馳せてみると、研究には深みが出たりこれまでとは違った観点から解釈が可能になることがある。

今回の2名は上述の事柄を、國學院大学での他の学びや就職活動、プライベートと併行して見事に体感・実践した。時には頭を抱えて下を向くか投げ出そうとしながらも、最終的にはその過程すら必要であったと見事に解釈、昇華させ、仲間たちや教員と発表会後に晴々と力を出し切った笑顔で語っていたのが忘れられない。こうした学びや経験を得られるセンターでの研究活動は、ゼミでの卒業研究や将来の社会における各種事業・プレゼンに生きることは確実である。より効果的な学習環境を構築するために、教員も継続して活動の方向性を模索していきたい。

（健康体育学科：青柳秀幸）

8) 新石川小学校：放課後キッズクラブにおけるボランティア活動

昨年度の活動が評価され、新石川小学校の学童施設に相当する放課後キッズクラブからボランティア活動の依頼があった。1年生～6年生まで様々な学年の児童が集っているが、運動能力が高い1年生～3年生の数が多く、ふだん行っているボール遊び以外の運動をどの学年も全員参加で楽しめると嬉しいとのリクエストであった。

支援学生の会の学生らは「わくわく企画」の経験に基づき、新たなメンバーで企画・準備・実施した。学生らが自ら定めた目標は、「子どもたちが楽しめるようなレクリエーションを行い、学生や児童の学びにも繋がるようなことを行う。そして、学生一人ひとりが愉しんで活動を行う」ことであった。

地域ヘルスプロモーションセンター 活動報告 (青柳・富田・神事・青木・小林・林・前田・渡辺)



【担当教員の所感】

学生は、わくわく企画に多くの時間とエネルギーを充てたため休息が必要な側面もあったであろうが、主担当学生を中心に有志の学生らが積極的に準備を進めていた。他の学生も触発されて参画し、児童目線を意識しながら学生自身が生き活きと活動していたのが印象的であった。先方からのリクエストに真摯に応えようとする姿勢は素晴らしく、数回の事前連絡や現地訪問が当日の成功や高評価に結実したと思う。支援が必要な児童については先方が問題なく対応してくれたが、本来は児童および学生の安全性確保のために、念入りに対応の有無や方法を検討する必要があった。これについては、企画当初から教員らと事前に情報共有することで解決したい。

下級生は上級生がリードしてくれた姿を目の当たりにしているので、ぜひ次回はその役割を協力して担い、次世代に継承・発展させてほしい。新たな地域の方々との交流・学びの実践の場が増えたことで、正に「共育」・「響育」が実践された好事例であった。（健康体育学科：青柳 秀幸）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

今回のイベントは、放課後キッズクラブの方々からの依頼ということで初めての試みであり、企画を考えるうえで児童の人数が当日まで確定できないため、ルール説明とデモンストレーション内容の決定が本番直前になったりと難しい点があった。また、短い期間で準備をする必要があったため、ワクワク企画で作ったものを用いたり、小学校から備品を借りたりする等工夫をした点もあった。反省点としては、ルールが曖昧な点に臨機応変さを求めたところや自分の情報伝達の拙さによって、伝わらない点があった。全体としてみると、反省会であげられたことが反省点としてあげられる。良い点としては、学生も愉しみながら、児童もゲームに意欲的に参加できるように声かけや支援をしていたことによって、楽しかったという声が聞けたことがあげられる。

今回が初めての依頼ということもあり、期間が短く、相手方との連絡によって企画を考えていくことに難しさを感じたので、どのような人数であっても、対応ができるように様々な面を考えておく必要があると考えた。また、今回は放課後キッズクラブの方が児童の名前を書いてくれて、チーム決めに円滑に進めることができたのだが、その連絡も本番直前であったので、放課後キッズクラブさんとの事前打ち合わせの際に、当日どのように動くかを明確にし、直前の不安な面を減らしていく必要があると考えた。

（初等教育学科3年：石原大也）

【開催概要】

日 時：8月8日（木）10：00～11：30

場 所：新石川小学校 体育館

開催形式：対面

進行方法：アイスブレイク（木とリス）、メイン企画（夏の大収穫祭ゲーム、ボール遊び & ジェ

スチャーゲーム、)

参加人数：約40名

参加教員：青柳

参加学生：石原大也 (主担当)、高田勝太郎、長谷部舞依、宮下拓斗、三浦健悟、石井和日乃
齋藤はるか、山下結衣、土屋紗紀、國廣千絵、小西葉音、岡見妃奈乃、田川桃香、
渡部美怜、内海愛美

9) 硬式野球部へのメディカルチェック

本学の硬式野球部は、東都大学野球1部リーグに所属し、春秋リーグ戦や全日本大学野球選手権大会、明治神宮野球大会に向けて日々練習に励んでいる。選手らは、毎日の練習や経時的に蓄積する疲労、コンディション不良などにより身体機能の変化が起こり、突然の外傷や故障が発生することがあり、思い通りにパフォーマンスを発揮することができないことがある。

そこで、本年度から、野球部の選手たちが「自分の身体を知る」ことを目的に、シーズン開始時、春リーグ戦後、秋リーグ戦前後の合計4回メディカルチェックを開始した。この活動を通じて、選手個々が自分の身体の状態を知ること、外傷や故障を予防し、パフォーマンスを維持向上することで選手がチームに貢献し、その結果本学硬式野球部が勝利し好成績を残せるようにすることを目標にした。当センターの所属教員と客員研究員の専門性と経験を生かした、初めての学内向けの研究事業である。

【日時】 ①シーズン開始時：2024年3月31日 (日)

②春リーグ戦後：2024年6月23日 (日)

③秋リーグ戦前：2024年7月28日 (日)

④秋リーグ戦後：2024年10月27日 (日)

【場所】 SS1バイオメカニクス室

【対象】 國學院大學硬式野球部投手 ①28名②10名③13名④10名

【参加者】

教員：富田一誠、青柳秀幸

客員研究員：平田史哉、根本大貴

外部スタッフ：浦本拓也、北川智基、濱野達弘、村尾隆行、松原花菜子、矢島貴大、安永陸人、
赤羽航、山内和夏 (いずれも理学療法士または看護師資格を有する医療従事者)

学生：川崎蒼汰、河野末沙、小山晶子、最上太陽、珠玖征志、内海愛美、中西流空、西田航典、
服部翔、古田椋大、馬庭大器、室木太陽、山本陽介、芳本拓巳

【方法】

野球選手投手の大学4年間の縦断的な身体機能特性および春秋リーグ戦前後の身体的変化を把握すべく、①上下肢可動域・柔軟性②筋力 (肩・肘・手) ③筋硬度 (前腕) ④超音波画像診断装

置を用いて肘内側組織の形態確認⑤整形外科的テスト⑥医師による診察を実施した。

得られたデータを春リーグ戦後と秋リーグ戦後に選手を集め、フィードバックを行った。①投手の身体機能特性を概説し、②チーム内のリーグ戦前後の身体変化を算出しチーム特性について提示し、③それぞれの選手に計測項目ごとのチーム内偏差値を算出し、優秀な点、強化すべき点を可視化した。

【結果】

①春リーグ戦後フィードバック

日時：2024年7月28日（日）

場所：SS1バイオメカニクス室

結果：春リーグ戦前後の身体機能特性として、投球側手関節背屈・投球側股関節外転可動性がリーグ戦前と比較し、リーグ戦後で減少傾向を認めた。

投球側手関節背屈可動域は前腕屈筋群の柔軟性低下に伴い、可動域低下を示した。本結果からリーグ戦を通して、試合・練習に伴う投球数の増加や投球時の“りきみ”などにより、前腕屈筋群の柔軟性が低下し、手関節背屈可動性の低下が生じたと考えた。

投球側股関節外転は投球動作における Wind-Up からフットコンタクトまでの骨盤並進運動に寄与している。並進運動が制限されることで、軸足の“タメ”が不足し、上肢に頼った投球動作になる可能性が考えられる。上肢に頼った投球動作は肩・肘障害の要因となり、障害が発生すれば、リーグ戦離脱となりチーム成績に影響を及ぼす。

以上のことから、上記2項目に対して、ケアを推奨した。

②秋リーグ戦後フィードバック

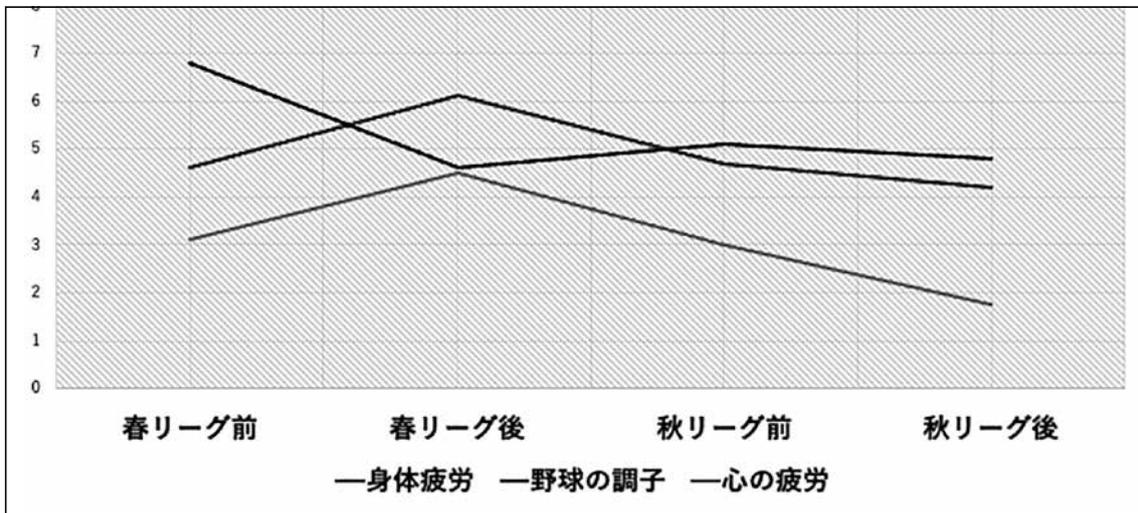
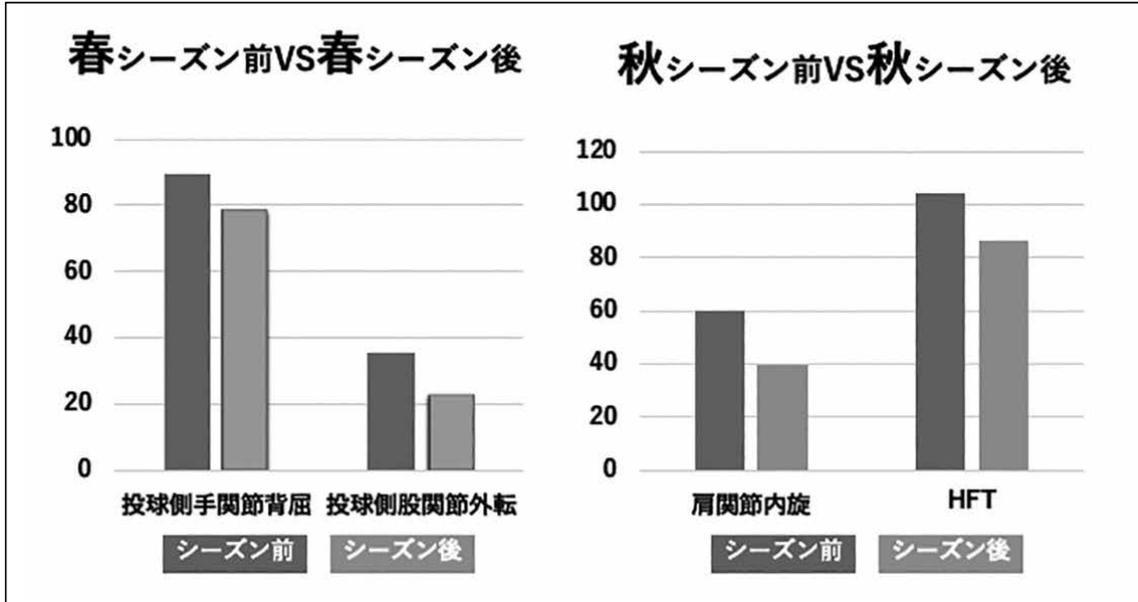
日時：2024年11月27日

場所：1号館 1408室

結果：秋リーグ戦前後の身体機能特性として、肩関節内旋可動性・HFTが秋リーグ戦前と比較し減少傾向を示した。肩関節内旋・HFTは肩関節後方柔軟性が低下することで低値を示すものである。投球動作において、フォロースルー時には加速した上腕を減速させるべく、肩後方に体重の倍以上の負荷がかかるとされており、競技特性として肩関節後方タイトネスが必発する。異常な肩関節後方の柔軟性低下は肩関節自体の可動性や安定性を低下させ、肩関節や肘関節障害が生じることが報告されている。以上のことから、肩関節のケアの必要性についてセルフケアの実施に対する啓発に努めた。

年間を通した諸変化として、春秋リーグ戦前と比較し、リーグ戦後では手関節筋力が低下する傾向がみられた。本結果から障害と結びつく事案はなかったものの、手関節筋力は投球動作における肘外反制動に寄与する筋群であることから今後も調査を行い、障害との関連やパフォーマンスへの影響を調査していきたい。

また、本研究事業を学生の宮下拓斗さんが、人間開発学会で研究発表した。特に肩、股関節における柔軟性の低下とパフォーマンスの関係を考察し、常日頃のコンディショニングの維持がパフォーマンス向上に重要であると報告した。





【担当教員の所感】

年間を通じた定期的なメディカルチェックおよび身体機能チェックを実施し、選手の健康状態や身体の変化を把握することができた。特に、肩や肘といった競技特有の負担がかかりやすい部位について、早期に異常を発見し適切に対応することで、潜在的なリスクを軽減する一助となった。

身体機能チェックでは、柔軟性、筋力、肘関節の超音波画像の撮影、体組成など競技パフォーマンスに直結する要素を評価できた。これにより、怪我の予防を図りながら、競技力の向上を目指したトレーニング・セルフケア計画を立案することが可能となった。特に、オフシーズンにはフィジカル強化を重点的に行い、シーズン中には適切なコンディショニングを実施する必要性が再認識された。

定期的なチェックは疲労や体調不良の兆候を早期に察知し、怪我を未然に防ぐ上で有効であっ

た。

今後の課題として以下の点が挙げられる。

- ・チェックの頻度や内容を、選手の負担にならない範囲で適切に調整する必要がある。
- ・チェック結果を選手やコーチ陣と効果的に共有し、具体的な改善計画に結び付ける体制の構築が求められる。
- ・運営をするにあたり、個人の役割を明確にすることやMC時に活用するデバイスの準備、測定者の測定技術の研磨を行なっていくことで、測定の精度や運営時間の短縮が図れるものと考えられる。

年間を通したメディカルチェックおよび身体機能チェックは、選手の健康維持とパフォーマンス向上に不可欠な取り組みであることを実感した。継続的にこれらを実施することで、選手個々に適したトレーニングやセルフケア方法を提供でき、チーム全体の競技力向上にも貢献するものとする。また、選手が競技を長く続けられるよう、身体的・精神的なサポートを包括的に行うことが今後さらに重要になると考えられる。

（客員研究員：平田史哉、根本大貴）

【担当支援学生（ちーへる）の所感】

メディカルチェックは本年度から実施しており、まだ慣れない学生が多い中、教員や理学療法士の方々などと協力し合いながら、測定を行うことができた。普段の大学生活では関わることのできない方々とコミュニケーションを取ることや新たな知識を得ることは学生にとって貴重な機会であり、多くの学びを得ながら進めることができていた点は印象的であった。まだ実施回数が少なく経験が浅い点や、被験者とデータが少ない点など課題と感じる点は多くあるが、来年度以降も実施していくことで測定技術や精度の向上、各測定にどのような意味があり、何を示しているのかなど学生の理解を深めることで、より意味のあるメディカルチェックが実施できると感じる。また、今年度はメディカルチェックで行った内容を人間開発学会において発表もさせていただき、地域ヘルスプロモーションセンターの学生としても新たなチャレンジをすることができた。このチャレンジする姿勢を大切に、今後もメディカルチェックを実施していくと同時に、硬式野球部投手に対して、より正確な投球パフォーマンス向上のアドバイスができるよう努めていきたい。

（健康体育学科3年：宮下拓斗）

4. センターの活動における支援学生（ちーへる）の関わり

学生は、昨年度の成果や課題に基づき、年度開始当初から連携してセンターの活動に取り組んだ。特筆すべき1点目は、センター史上初めて、新年度のガイダンス期間に催される新入生歓迎ブースに参画したことである。学生らが自発的に参画とブース設置を希望し、SNS（Instagram）

への動画投稿、会場での広報・勧誘活動、新入生への説明などを経て、積極的にセンターの活動をPRした。その結果、約30名が加入し、学生の総数は昨年の倍を超える約50名となった。

たくさんの新1年生の加入は、上級生の活動のあり方に大きな変化をもたらした。上級生は新たなメンバーと仲を深めて協働するために、従来の活動や経験を自ら実践して見本を示したり、言葉や資料を活用して伝達することもあれば、同じ目線で一緒に活動していた。活動の開始当初は1年生とのコミュニケーションの取り方に戸惑いや遠慮を感じている学生が散見されたが、主体的な活動を志向するセンターに集った学生の資質なのか、1つの交流のきっかけや1人の前向きな言動を機会に、仲や信頼関係は自然と深まっていった。時には下級生の成長に資するために前向きに待ち、学びや成長の機会を提供しようと試みている学生もおり、人間開発の種や芽が育まれている様子が見受けられた。1年生は、上級生が構築した環境で臆せず思いや意見を述べ、センターに新風を数多く吹き込んでいた。未満児用のあそび・待機スペース確保や、子ども目線の装飾物、デザイン・彩りともに豊かな広報チラシはその代表例である。

3学科4学年の交流は、センターに多様性を生んだ。國學院大學の理念にも包含されている「主体性」と「寛容」の実践の場になっていると言えよう。

特筆すべき2点目は、組織的な活動の基礎が定着しつつあることである。昨年同様に、センター運営委員の教員と学生は、情報共有アプリ（Teams）を活用しながら活動を展開した。活動当初は、記述の新入生の大幅加入の影響もあり、情報を共有して共通認識を得ることの困難さに直面していた。しかし、その経験が日頃の情報共有や報告、連絡、相談の必要性を学生らに自覚・痛感させ、次第に主体的に実践することに繋がっていた。

本年度も学生は、役割分担し、自主的にセンターの活動に参画して準備・運営・検証を行った。学生一人ひとりが、企画、広報、申し込み受付、当日運営、アンケート作成・集計などの一連の活動に責任をもって取り組んだ。さらに、担当教員が共に活動することで、学生らは実践的な数多くの貴重なノウハウを学ぶことができた。そして、広報活動や当日運営をする中で、実際に幼児からシニア世代の幅広い年齢層の地域の方々との交流することができ、全身で成果や課題を体感できた。これらの学びや経験をセンター内に留めることなく、成果を研究活動に発展させ、人間開発学会において正式に対外へ向けて発表することもできた。

5. おわりに

本年度は、新入生が3学科から約30名加入したことにより、支援学生の会の学生数が約50名に増加し、活動が劇的に多様化、活発化した年度であった。学生らが組織的に活動するための基礎も定着しつつある。センターに所属する運営委員と学生は、次年度に向けて本年度の成果および課題に基づいてセンターの役割や活動を今一度吟味し、活動の質を向上させていきたい。次年度は特に次の課題に取り組むことで、より専門的に活動の質を向上させることができると考えられる。これらは、次年度の活動全体を通しての課題としたい。

- 1) 「地域ヘルスプロモーション」を名称に冠した活動の理念、役割といった、センターの本質的な事柄をより深く理解し、その実践に注力すること。
- 2) 学生らが日々の活動の質を向上させるための問いや課題を自ら立てて発見し、発展的な世代交代・諸活動の継承を意識しながら日々の活動に励むこと。

最後に、本年度のセンターの活動も、本学人間開発学部の目的の1つである「地域に育てられ、地域と共に育つ」人材を育成する、「共育」「響育」の実践の場となったと言える。地域に支えていただきながら、地域に拓かれたセンターで在り続けられるよう、センター運営委員は、引き続き学生の主体性を育みながら、学生と共に教育・研究活動に注力していく所存である。

6. 謝辞

本年度のセンターの活動にご協力・ご参加くださいました地域の方々、そして、日頃よりセンターの活動をご支援いただいている人間開発学会および本学事務課のみなさま、運営委員の大岡達弘氏、元運営委員の永清理奈氏に対して、運営委員一同、心からお礼申し上げます。

(あおやぎひでゆき	國學院大學 人間開発学部	健康体育学科	助手)
(とみたかずなり	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)
(あおきこうたろう	國學院大學 人間開発学部	子ども支援学科	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	准教授)
(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)
(まえだむぎほ	國學院大學 人間開発学部	初等教育学科	助教)
(わたなべけいた	國學院大學 人間開発学部	健康体育学科	准教授)