

日本体操学会会報 Vol.6 / 2009.12

ごあいさつ

日本体操学会会長 春山 国広

会員の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

過日、日本体操学会第9回大会が、9月5日と6日の2日間、実践女子大学大坂上キャンパス(東京・日野市)において開催され、春山文子先生のお世話によって無事終了いたしました。今回の学会大会のメインテーマは「日常生活で動けるからだを育てる」をとりあげ、基調講演には、高岡英夫氏(運動総合研究所所長)に「心と体と動きを今よりはるかに快適にするために」と題してご講演いただきました。また、メインテーマについての教育講演が、田中喜代次氏(筑波大学教授)、金子嘉徳氏(女子栄養大学教授)によって開催されました。

大会組織委員会企画としては、地域指導者による「日野人げんき！体操」、なぎなた部員による「リズムなぎなた」の演技発表が行われました。その他、一般研究発表として、口頭発表、ポスター発表、実技実践発表、そしてキッズプロジェクトの発表など、今回の学会大会の企画と内容は日常の生活と健康に関して再考する良い機会となりました。

是非、この会報 Vol.6 をご一読いただき、日本体操学会の活動内容をご理解賜りますと共に、今後の学会発展と充実のためにご協力くださいますようお願い申し上げます。ごあいさつといたします。

1. 平成 21 年度日本体操学会総会報告

平成 21 年度日本体操学会総会は、9 月 6 日(日) 13:00 ~ 13:50 に実践女子大学大坂上キャンパス会議室にて 76 名の会員の出席により開催された。平成 20 年度事業報告・決算報告、並びに平成 21 年度事業計画案・予算案の議題はすべて承認された。特に日本体操学会における「体操の定義」が承認された。また本学会初めての選挙により第 5 期役員が決定した。結びに第 5 期古川善夫新会長より挨拶後、春山国広会長より挨拶があった。(金子 嘉徳)



2. 日本体操学会第 9 回大会報告

1) 基調講演「心と体と動きを今よりはるかに快適にするために」

講師：高岡 英夫氏 (運動総合研究所所長)

時間のマネジメントが拙く、座長である私は演者を紹介するだけで、講演内容をまとめることができなかった。お詫びすると共に、紙上を借りてまとめとしたい。演者は心と体を言語活動や身体活動で、脱疲労、脱力、身体遣いの過程を踏んで快適にすることができると強調した。具体的には、腰「もぞもぞ」、膝「こぞこぞ」などのどこでもできる身体活動によって、リラックスして集中できるようになると実演を含んだ講演であった。また、その根拠となるデータを「ゆる体操」実施後の不快度を測るテストやホルモン成分の向上で示していたのは注目に値する。体操学会は動いて学ぶ学会である。動いた結果として、どのように心と体と動きが変化するか、「様々な手法を使って総合的に確認する」ことが重要であると、学会創設時の初心に帰ることができた。(古川 善夫)

2) 教育講演「日常生活で動けるからだを育てる」

講師：田中 喜代次氏（筑波大学教授） 一生き上手で元気長寿一

金子 嘉徳氏（女子栄養大学教授） 体操から始まった地域の健康づくり一

田中氏は高齢者を対象とした運動指導について、介入の方法や介入の限界について豊富な事例を交えて具体的な資料を提示しながら話された。人々が「健康のために」運動するのではなく、「運動好き」になることが重要であると説明された。その中で、80歳、90歳になっても若々しくゴルフのラウンドを楽しんでいる女性の姿が印象的であった。金子氏はさまざまな「健康体操」を開発しその効果を検証している。特に楽しく続ける方法に重点を置き、地域の特性を活かし身近な素材を活用した魅力的な運動用具を数多く開発している。これらを利用して考案された体操は、金子氏の長年の研究の成果を基にしたものであり、氏の体操に対する哲学を感じさせるものであった。両氏の講演の後、短時間ではあったが質疑応答の場が設けられた。（春山 国広）

3) 第9回大会組織委員会企画演技発表

a. 「日野人げんき！体操」

日野市健康課により、市の健康づくり中心政策の体操が日野市歌の体操曲（松山祐二先生の編曲）で指導者代表9名により体操が紹介された。その後、会場の参加者全員で体験した。

b. 「リズムなぎなた」

なぎなた連盟の関根恵児先生より実践女子大学の歴史的種目であることの解説があり、音楽に合わせた基本技の内容、次に古流の型を模範演技、最後は、なぎなた部員による創作リズムなぎなたの披露であった。突然、実践女子大の卒業生である堤敏子氏（89歳）のお元気なお言葉を頂き、我々学会員にも刺激となった。（春山 文子）



4) 研究発表

(1) 口頭発表

これまで、口頭発表は複数会場で行われてきたが、今回は、香雪記念館1階大教室のみで行い、参加者全員による情報の共有化が図られた。発表内容は、行政的な取り組みから、小学生、高齢者、障害者など多様な対象に対する実践的な内容まで、動画なども含めてわかりやすく発表された。一会場であることから人の出入りも少なく、多くの会員が参加し、フロアーからも様々な意見や質問が出され、活発な議論がなされた。残念なことは、演題数が6題であったことから、口頭発表の演目を増やす方法が今後の課題になるとと思われる。（長谷川 聖修）

(2) ポスター発表

香雪記念館2階会議室を会場に11題のポスターによる研究発表が行われた。会場入り口には実践女子大での幼児の運動の授業風景が写真で紹介され、明るく自由な雰囲気の中での発表となった。はじめに全体をじっくり見ていただく時間を取り、その後それぞれの



ポスター毎で説明や質問の時間を持ちデイスカッションが行われた。各発表は研究対象が小学生から高齢者までと幅広く、また内容も、さまざまな用具を用いての実践報告や体操の考案、海外の動向など多岐にわたっており、皆活発に質疑応答が行われていた。座って話し合えるコーナーも用意され、熱心に助言を受ける姿や討論する姿も多くみられた。和やかで落ち着いた発表となった。(山田 恵子)

(3) 実技実践発表

体操(器械運動)の指導法に関する発表が1題、体操の効果を検討した発表が1題、地域住民のための健康体操開発に関する発表が2題、合計4題が発表された。予め口頭発表の形で研究概要が説明され、実技発表会場の桜ホールでは発表者の指示により、参加者が提案された運動や体操を体験した。本学会独自の発表形式であり、非常に重要性が高いと思われるので、単なる体操の紹介や実技発表ではなく、研究発表としての方法論が問題とされてきた。その点、今回は発表の内容が整理されていたように思われた。更に参加者が実技体験後に、実践された体操や運動について十分に検討する場が欲しいと感じた。(後藤 洋子)

5) キッズ・プロジェクト報告

キッズ・プロジェクトが現在検討している『ふれあい』『わらべ歌』をキーワードにした体操や運動プログラムの一部を、会場の会員と一緒に動きながら報告した。内容は、プロジェクト作成のオリジナル体操『Bo も Be もどーも!』の親子体操バージョン(実際に子どもと動いた映像を含む)と、わらべ歌「あんたがたどこさ」を用いた運動プログラムである。

『Bo も Be もどーも!』の音楽CDなどキッズに関する問い合わせは、まずは、学会事務局まで連絡ください。その後、キッズ担当者が対応します。(大島 林子)



6) 懇親会

大会初日、18時から協館2階食堂で懇親会が開催された。北海道から九州まで全国の体操の仲間が一堂に会し、古川善夫氏(北海道教育大学教授)の司会・進行で、和やかに交流が行われた。各地域ごとに集まって代表者がコメントを述べ、1年に1回の貴重な情報交流の機会を楽しんだ。毎年この学会では体操の最前線で活躍する仲間の出会いがあり、今回初参加の人や新入会員も終始、積極的に情報や意見の交換を行っていた。(吉中 康子)

3. 第10回大会の準備状況

日本体操学会第10回大会は平成22年12月11日(土)、12日(日)に日本体育大学世田谷キャンパスにおいて開催されることとなった。尚、学会大会第10回目の記念として、企画検討委員会を組織し、通常の内容に加えて本部企画を盛り込むことを計画している。

また、これに先立ち平成22年2月27日(土)に第6回学術研究集会として「体操ふれあいフォーラム」を、学会大会会場となる日本体育大学世田谷キャンパスで開催することとなった。企画案等については随時、日本体操学会ホームページに掲載する予定である。(荒木 達雄、三宅 良輔)