

## 体操カンファレンス報告書（第17回体操研究集会）

2021年11月20日（土）、21日（日）に「体操カンファレンス」がZoomを活用したリアルタイムオンライン形式で開催された。「体操の過去、現在、未来」というテーマのもと様々なジャンルから講師の先生をお招きし、講義と実技を交えて「体操」を多角的に語り合う機会となった。以下の各プログラムの報告を述べる。

### ◎分科会活動および体操部等の活動報告：日本体育大学体操部、筑波大学体操部

キッズ、学校体育、中・高齢者の3つの分科会から報告があり、各分科会で年間を通して活発な議論がなされていることがわかった。

また、日本体育大学体操部3年生の河野さんと竹花さん、そして筑波大学体操部監督の本谷氏より各大学の体操部のコロナ禍における活動に関する報告があった。オンラインツールを使った練習や対面での練習の様子、活動中の感染予防対策について説明があり、活動が制限されている中でも工夫して体操に取り組んでいる様子が紹介された。

### ◎とだわらび体操：鈴木大輔氏（NHK テレビ体操指導者・社会福祉法人にじのいえ）・今井菜津美氏（NHK テレビ体操アシスタント）

鈴木大輔氏（テレビ体操指導者）、今井菜津美氏（NHK ラジオ体操実技者）より、埼玉県戸田市教育委員会と一般社団法人とだわらび青年会議所地域開発推進委員会と連携して制作された「とだわらび体操」の紹介があった。子どもの体力低下の課題に対して、①筋力強化、②巧緻性の向上、③柔軟性の向上を目的として作成された「とだわらび体操」。その実践例が動画を用いて解説され、子どもたちが楽しく体操に取り組む様子がみてとれた。

### ◎朝の体操：小野梨沙氏・押味愛里沙氏（全国ラジオ体操連盟）

2日目の朝は、ラジオ体操の実技から始まった。全国ラジオ体操連盟の小野氏がInstagramでライブ中継（#ラジオ体操でつながろう）をしながら体操カンファレンス参加者と全国のラジオ体操愛好者とを繋いだ実践となった。このプログラムに参加された全国ラジオ体操連盟名誉会長の青山敏彦氏より、ラジオ体操が様々な方にSNSなどを通して有効に活用されながら、より広がっていくことを願っているとのご意見があった。体を動かし、爽やかな2日目の幕開けとなった。

## ◎講演「体操の日本近代を振り返る～未来の体操を創造するための歴史認識～」

：佐々木浩雄氏（龍谷大学）

体育・スポーツ史を研究されている佐々木氏による体操の近代史に関する講演であった。戦前における体操の国民的普及や戦中の国民精神総動員と体操との関係、戦後の軍国主義色が撤廃された民主主義的態度が要求された時代の体操について等、日本の近代史とともに歩んできた体操の現代に至るまでの流れを詳細に述べられた。また、戦争に加担したことが敗戦後の体操文化の継承を困難にしていることやこれからの学校体育での体操の課題が述べられた。体操の歴史を知ること、これからの体操のあり方や何を伝えていくべきなのかを参加者一人一人が考える機会となった。

## ◎講演「ソーシャルサーカスで拡がる可能性」

：金井ケイスケ氏（サーカスアーティスト）

東京パラリンピック 2020 の開閉会式で振り付けを担当し出演もした金井さんと本企画担当の沖田祐蔵さんとの対話形式で進められた。

ソーシャルサーカスは、2000 年ころから紛争地域での人道支援としてその地域の人たちと一緒に動いて楽しませることから始まり、シルクドソレイユではエビデンスを集めプログラムを開発し、社会貢献事業として進めていることが紹介された。

日本では、スローレーベルという障がい者施設とコラボしたもの作り団体の中に、金井さんが中心となっているスローサーカスプロジェクトがあり、障がいのある人とない人が一緒になってワークショップやパフォーマンスを行っている。

プログラムでは、誰もがみんなを見られるように円になって行い、3人のファシリテーターがリーダーを変わりながら進め、参加者同士が教え合うこともあるという。これらによって、教える人教えられる人という関係はフラットになり、集中力や一体感が増し、参加者を変える力となると金井さんは語っていた。体操と共通することもあるたくさんあり、これからの体操関係者の活動に刺激を与えていただいた講演となった。

## ◎ワークショップ「だれでも楽しめる身体表現」

：香瑠鼓氏（振付家・アーティスト）

慎吾ママのオハロックなどで記憶に残る振り付けをされてきた香瑠鼓氏。20 年以上前から障がいを持つ人との活動をされている。その活動の中で様々なメソッドを開発されており、今回はその一つの「ネイチャーバイブレーション」をワークショップ形式でご紹介いただいた。

一番強調されたのは、「頭で考えない、感じること」。「できるできないで判断しない」ということで、その言葉にドキッとした。香瑠鼓氏の言葉に導かれるままに動い

ていくと、体の中心の軸や呼吸、関節に意識が向いていき、動くことを再認識できたワークショップとなった。

### ◎世代に合わせた体操①「ソフトギムニクの対象別活用法」

#### ◎G ボール検定～ソフトギムニク編～の試作①

#### ◎G ボール検定～ソフトギムニク編～の試作②：日本 G ボール協会

2日間通して日本Gボール協会の沖田氏と鈴木氏からGボール・ソフトギムニクを使用した運動例が紹介された。株式会社ギムニクより協賛を受け、参加者にソフトギムニクが配布された。

まず、ソフトギムニクの弾力、転がり、不安定さを利用した在宅でもできる手軽なストレッチや運動がリアルタイム形式での指導で実践された。

次に、日本Gボール協会では、2021年にGボール検定（バランスボール検定）を作成し、愛好者に向けた技術習得の目標を掲げ、段位・級位を定めていることが紹介された。今後、その検定のソフトギムニク版を作成することになっており、第一歩がこのカンファレンスを機会に踏み出された。参加者と共にバランス運動やバウンド運動の試作をしたり、その他にボールに乗ったり、ボールを挟んだり、乗せたりする7つの動きが紹介された。

### ◎交流会

1日目のプログラム終了後にはオンラインで参加者同士がプログラムの振り返りや近況報告をする時間が設けられた。2023年にオランダのアムステルダムで開催予定である世界体操祭の情報も発信された。オンラインではあるものの、飲み物を片手に想いを語らう時間の大切さが再認識できた機会となった。

