

海外だより

## 海外研修生活の報告

— オリンピックの首都 (Olympic Capital) から —

福岡女学院大学 角 南 良 幸

学内外を問わず多くの皆さんのご支援をいただき、平成21年4月より1年間の予定で長期海外研修にてスイス連邦・ローザンヌに滞在しております。本原稿執筆時は研修途中ですが、当方の海外研修の経緯と状況を紹介したいと思います。

### 研修生活開始までの経緯

本学着任後、申請に必要な勤務年数は経過しておりましたので、可能であれば海外研修に出たいと思ってはいました。しかし、日々の業務に追われ、現実的には長期研修を実現させるための基盤づくりはできませんままでした。ところが、所属学科内で次期候補を睨む若手教員からの強い要請、さらには我が家の家庭事情を考慮し、わずかな可能性を求めて申請することになりました。結果、学内での日頃の奮闘が認められたのか、また、単に年功序列で順当だったのか不明ですが、幸運にも当選するに至ったのです。本学では長期研修の前年度6月末に申請をすることになるのですが、申請決断したのがほぼ1ヶ月前。それから、研修受け入れ先への依頼、必要書類準備(履歴・業績書、研究計画書、学内申請書類、研修承諾書など)を、短期間で進めねばならず通常業務と並行してかなり大変な思いをしました。

研修先は、2006年に訪問したヨーロッパ・スポーツ科学学会(ECSS)第11回大会で貴重な助言をいただいたローザンヌ大学、生物学・医学部、生理学研究室のYves Schütz先生にお願い致しました(本誌第8巻1号に紹介)。Schütz先生は、私の出身である福岡大学と共同研究をしていたこともあり、快く引き受けていただけることになりました。

### ローザンヌ大学と生理学研究室

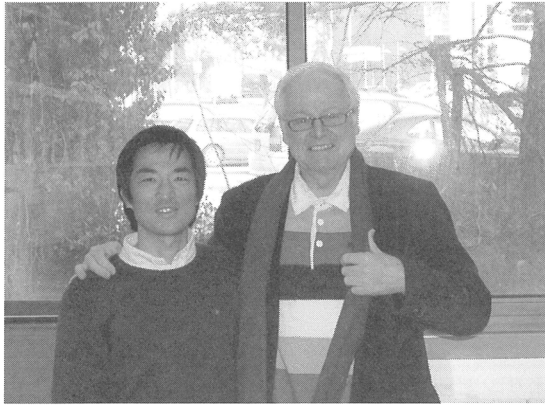
ローザンヌは、スイスの西端にあるVaud州の州都で、チューリッヒ、ジュネーブ、バーゼルに続きスイスで4番目に大きな街(人口約13万人)になります。ローマ時代からの繁栄を受け継ぐ古都で、現在では国

際オリンピック委員会本部やオリンピック博物館があるためオリンピックの首都(Olympic Capital)としても有名です。ローザンヌはフランス語圏で街中での会話はほとんどフランス語です。少しは英語が通じると期待していったのですが、これには大きく裏切られました。しかもフランス文化の影響だそうで、もし英語が話せたとしてもなかなか話してはくれません。ここでは体育出身の積極性と表現力(ボディランゲージ)がかなり役に立ちました。

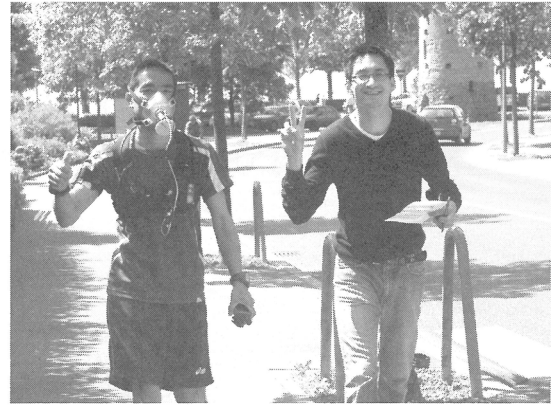
ローザンヌ大学(Université de Lausanne, 通称UNIL)は1537年創立の歴史あるVaud州の州立大学で、7学部からなる総合大学です。ローザンヌ大学の学生数は2008年度の発表では11500人(学部生:9553人、大学院生:1947人)で、そのうち約20%は留学生、外国籍の教員も約30%になるとのことです。UNILメインキャンパスは、アルプス山脈の眺望が美しいレマン湖畔に位置しています。しかし、私がお世話になった、生物学・医学部は、UNILメインキャンパスから遠く離れた、CHUV(Centre Hospitalier Universitaire Vaudois)地区にあります。CHUV地区には大学病院があり生物学・医学部もこのキャンパスに近接しています。UNILメインキャンパスとCHUVはメトロを乗り継いで30分はかかるので、日中研究室にこもりっきりの私は、残念ながらほとんどUNILメインキャン



生理学研究室・新棟(手前側)と旧棟(奥側)



Schütz 先生と学生研究室にて



Dac 氏と一緒に測定

スに訪問することはありませんでした。

生理学研究室は主な専門分野として、神経科学部門と代謝学部門に分かれています。神経科学部門では、中枢神経系とエネルギー代謝、神経活動の画像処理方法の開発、神経発達の分子メカニズムと抑うつ解明などが行われているようでした。神経科学部門にも何度か足を運んで、見学させてもらったり、研究紹介用の掲示を拝見しましたが、不勉強の私には少し難解な内容で理解するのに苦労しました。私がお世話になっている代謝学部門では、インスリン抵抗性と代謝症候群の病態生理、グルコース恒常性における分子生理学的検証、アポトーシスとがん治療、自転車競技選手へのエネルギー代謝的支援研究、そして Schütz 先生が特に手がけている身体活動量に関する研究が行われています。生理学研究室の構成メンバーは、教授を主とした研究グループリーダー13名、ポスドク・研究助手16名、博士課程20名、修士課程8名、技術員12名の大所帯です。研究室は、日々、実験や論文作成のためのディスカッションで活気づいていました。研究室の中は英語が中心かと思いきや、これまたフランス語でのディスカッションが中心。私に加わると英語混じりで進めてくれるので何とか助かりましたが、やはり語学の習得は重要だと再認識させられました。

## 研究について

到着当初はコミュニケーションもままらないため、まずは研究室で行われている実験に積極的に参加しました。まず最初に参加したのは、こちらで有名な自転車競技選手の運動負荷試験です。50%強度で2時間定常負荷運動を実施した後、そこからさらに疲労困憊までの漸増負荷試験でした。50%強度の定常負荷で平均270Watt、最大値では平均380Wattにも達していました。最大酸素摂取量は平均71ml/kg/minです。賢明な

読者の方はどんなに高強度の負荷かが想像できると思いますが、さすが本場の自転車競技選手、恐るべき体力です。この長時間高負担の運動負荷試験のコーディネーター、採気・採血処理などを、最初はもちろん見ているだけでしたが、次第に実験漬けだった若き日の記憶が蘇ってきて、種々手伝えるようになりました。

自らの研究は、まずは、同室研究助手のDac氏の実験に共同参画させてもらいました。成人男女を対象に、加速度計、GPS (Global Positioning System)、さらに携帯型呼気ガス分析装置を装着し、平地での歩・走行、自転車運動、登り下り歩行について、身体活動量の測定を行いました。もちろん私も被検者としても参画です。工学部出身のDac氏は、加速度、歩行率、GPSからの速度や高度変化の情報を組み合わせて身体活動の分析を行い、詳細にエネルギー消費量を算出するプログラムの開発に取り組んでいました。個々の測定器からのデータを摘出し、エラーデータを判断・除外し、時間を正確に照合させ、それぞれのデータ特性から運動様式を判断し、最終的に消費エネルギー量を算出するプログラムを自ら構築しているのです。医学部で工学部出身者が体育に関わる仕事を精力的に行っている現状を目の当たりにして、体育関係者もさらに奮起しないとイケないと実感させられました。被検者を学内メールで募集し、カーシェアリングで車を借り、研究室で身体計測を済ませ、機材・被検者を乗せて測定場所のレマン湖畔まで移動し、機材設定して測定開始。歩・走行中は併走し、時間管理とともに測定状態の確認、そして全ての片付けと分析。これを1人でやっていたのだからすごいものです。私はこれを補佐する形で参画し、別種の加速度計やGPSとの関連性について精度分析し、後の子どもの測定に繋げる検討を行いました。その結果を、Dac氏とともにSchütz先生とディスカッションするのですが、長年身体活動量の

研究に携わってこられた Schütz 先生の指摘はするどく、非常に細かい精度要求から、得られたデータを元に展開される考察の鋭さは、本当に勉強になっています。

本題の子どもの測定には、被検者の確保に大変苦労しました。被検者確保の相談をする日本人の方に連絡はついていたのですが、やはりこちらでも子どもが対象となると非常に依頼・承諾が難しいようで、当初全く募集が進みませんでした。このままではいけないと奮起し、自らも様々な日本人コミュニティに連絡を取りながら、近隣の街々も含め直接会いに行き個別にお願いしていきましました。その方々からさらに知人を紹介してもらったりして、なんとか被検者の獲得を進めることができました。この時感じたのが在スイス日本人の方々の心温まる対応でした。日本にいるときはなかなか“日本人”を強く意識することは少ないのですが、海外で困ったときに親身に接していただける母国の方々は本当にありがたいと思いました。現在は、日本人以外の地元の子どもの達にも少しずつ参加しても

らえているところです。

測定は幼稚園から小学校までの子どもが対象で、加速度センサ内蔵歩数計を1週間、さらに週末に胸部装着型加速度・心拍計とGPSを装着してもらい、日常生活の身体活動量を測定しています。母親にも加速度センサ内蔵歩数計を装着していただいているので、子どもとの関連を含め分析結果が楽しみです。日本のみならず、自然豊かなスイスでも子どもの身体活動量の低下や肥満児の増加が懸念されています。子どもの身体活動量の正確な把握方法を検証し、健康増進への方策検討に少しでも寄与できればと思っています。

### 最後に

念願の海外研修で貴重な経験をさせていただいていると実感すればするほど、今までお世話になった方々への感謝の気持ちでいっぱいです。残り少ない研修期間となりましたが、この貴重な経験を次世代に還元できるように、最後までしっかりがんばりたいと思います。帰国後もどうぞよろしくお願い致します。

## 長崎純心大学

長崎純心大学 熊野 晃 三

### 1. 長崎純心大学の沿革

長崎純心大学は、本学の設置者である学校法人純心女子学園が、1935年、地域の要請を受けて設立され、同年、純心女学院が長崎市西中町に創立されたことに始まり、創立75周年目を迎える。翌年、長崎純心高等女学校が認可され、1937年には、長崎市家野町（現文教町）の新校舎に移転した。1940年には、純心保母養成所も開設された。しかし、1945年8月9日の原子爆弾によって、校舎は一瞬にして灰塵に帰し、学徒動員中の214名の生徒・職員を失い、一時は学校を閉じることにも検討され始めたが、爆死した生徒たちの保護者から学園再興の強い要請を受け、それに力づけられて再び教育事業に邁進することとなった。1947年に純心女子専門学校（神学科、被服科）が開設され、1950年には純心女子専門学校を改組して、新制短期大学制度の施行によって開設された全国129校の短期大学の内、西日本における唯一のカトリック短期大学として純心女子短期大学（社会科設置）が発足した。翌年には保育科を増設し、1975年には、文教町から現在の三ツ山町へキャンパスを移転した。1983年には、英米文化科を増設し、1990年には、短期大学に専攻科（人文社会専攻、英米文化専攻、さらに翌年保育専攻）の設置も実施した。

1994年、学園は社会の高度化と四年制大学志向の急速な高まりを受けて、短期大学から大学への改組転換の道を選択し、長崎純心大学（人文学部比較文化学科、現代福祉学科）の開設に至った。さらに、学部の完成年度に合わせて大学院修士課程を開設し、修士課程完成年度につづけて博士課程（前期・後期）の開設も果た



した。2000年には短期大学を短期大学部に名称変更するとともに、大学には人間心理学科を増設し、翌2001年には、英語情報学科も増設した。そして2003年、大学に児童保育学科を増設すると、短期大学の改組を完了し、1学部5学科、大学院（博士課程前期・後期）の学園としての「新たな創業の時代」の教育組織が整った。

大学の運営組織としては、比較文化研究所、現代福祉研究所、キリスト教文化研究所、心理教育相談センター、児童教育支援センター、保健センター、図書館情報センター、長崎純心大学博物館などがある。この他同一学園組織として、高等学校、中学校、幼稚園、保育園（認定子ども園）がある。

2009年度の大学の1学年の定員は、大学院人間文化研究科博士課程前期15名、後期3名、人文学部比較文化学科40名、現代福祉学科70名、人間心理学科70名、英語情報学科40名、児童保育学科80名となっており、2009年5月1日現在の在学人数は、大学院48名、学部1,440名となっている。また、短期大学と大学の設立当初までは、女子のみを受け入れていたが、現在では、大学院と現代福祉学科に限り男性も受け入れており、毎年約50名程度の男子学生が在籍している。

### 2. 教育理念

本学は、カトリシズムの建学の精神に基づき、学術の中心として、真善美の探求に努め、広い知識と教養、専門の学芸を教授研究し、知的、道徳的、および応用的能力の展開による全人教育に努める。そして、現代社会の諸問題に対する深い洞察力を養い、人間の尊厳と使命の理解、文化の継承と創造、人類の福祉に寄与することを目的としている。

「知恵のみちを歩み、人と世界に奉仕する」〈知恵と奉仕〉をモットーとし、生涯を神と人々への「奉仕」に捧げ尽くした、マリアの愛の心に倣うことを具体的な純心教育の指針としている。

### 3. 体育関係施設

本学には、運動場（1,990m<sup>2</sup>）、体育館（686m<sup>2</sup>・バスケットボールコート1面分）、リズム室（286m<sup>2</sup>）、

テニスコート (1900m<sup>2</sup>・2面分), ゴルフ練習場 (2500m<sup>2</sup>・20打席) がある。リズム室は, リトミックや, 大きな動きを伴う音楽の授業で主に活用されている。ゴルフ練習場は, 大学の開学の際に増設された施設で, 学生寮の裏側の斜面を利用して, 打ち上げで約55mの距離をとっており, 20打席が確保されている。

学生には貸し出し用のテニスラケットやテニスボールを用意しているが, この他の施設や用具も, 授業とクラブの活動を優先するものの, 基本的には自由に利用することが出来ることとしている (ゴルフ練習場は, 危険防止のため除外)。ただし, 占有して使用を希望する場合は, 事前に学生支援課へ許可願いを提出することになっている。

#### 4. 体育系のクラブ

現在活動中のクラブには, 弓道部, 剣道部, 硬式テニス部, ソフトテニス部, ゴルフ部, 卓球部, 陸上部, バレーボール部, バスケットボール部, バドミントン部, フットサル部 (男子のみ), 探検部があり, 同好会として, 空手道, ストリートダンス, 水泳同好会がある。各クラブには, 本学専任の教員もしくは職員が必ず顧問として位置づくとともに, 毎年, 学生会からの部費と, 後援会 (大学全体の保護者の会) からの資金援助によって, 活動が支援されている。各種目ごとの学生連盟に加盟したり, 対外的な試合に積極的に参加しているクラブは, バレーボール部, ソフトテニス部, 剣道部, 陸上部, フットサル部である。

#### 5. 健康・スポーツ関連科目

スポーツ・保健科目には, 実技科目として「生涯スポーツⅠ」, 「生涯スポーツⅡ」, 「生涯スポーツⅢ (集中)」があり, それぞれ1年次, 2年次, 3年次の半期1単位の科目として設定され, 講義科目として「スポーツ文化論」, 「心と身体健康学」が, 1年生の半期2単位の科目として設定されている。このうち, 「生涯スポーツⅠ」は, 全5学科ともに卒業必修科目として位置づけられている。卒業要件単位数は, 4学科では, 必修1単位を含む2単位以上となっているが, 1学科は, 必修のみの1単位となっている。ただし, この学科は, 資格取得のためにほぼ全員が「スポーツ文化論」を履修するため, 実質的に3単位以上の履修となっている。実技科目の内容としては, バレーボール, ゴルフ, フリスビー, 卓球のうち, 2~4種目を「生涯スポーツⅠ」として, テニス, バドミントン, 卓球のうち2~3種目を「生涯スポーツⅡ」として,

スキーを後期の集中授業「生涯スポーツⅢ」として実施している。

本学の専任教員は1名のみで, 学科の専門科目を含んで, 週当たり約9コマ (「専攻演習」を除く) を担当している。基礎科目の非常勤講師2名には, それぞれ「生涯スポーツⅠ」を半期2コマと, 「生涯スポーツⅡ」を半期3コマ依頼している。4年制の長崎純心大学創設時には, 全学科において実技2単位, 講義2単位の合計4単位が卒業要件単位となっていたが, 大学の綱化以降の改革によって, 現行の体制となっている。

#### 6. 今後の課題

今後の課題として, 体育関連施設の充実を図りたいと考えている。1975年に純心女子短期大学としてこの地に移転して来たが, 現在, 当時の約2倍の学生数に発展しているにもかかわらず, ほとんど施設の増設が行われていない状況にある。もちろん, 大学創設時にゴルフ練習場が設置されたり, 昨年度ようやく体育館の床の全面張り替えが行われたりと, こちらの訴えによっていくらかの改善が図られた実績もあり, 基礎科目の充実と, 学生生活の活性化を考えると, その基盤となる活動施設の改善は, 求め続けて行かなければならない問題であると思われる。

また, 現在の体育・スポーツ関連の専任教員は, 1名のみとなっており, これまで児童保育学科において主に「幼児体育」に関係する科目を担当しておられた教員の退職後に新規の採用は行われていない。そして, その負担がそのまま1名の専任教員に求められている状況にあり, 非常勤講師の先生方の御協力によって何とか対応しているところである。学生に対する教育活動の充実という面からも, 担当教員の適正配置に関して大学当局に理解を求めているとも考えている。もちろん現状においては, 御協力頂いている非常勤講師の先生方とより一層の連携を図って, 教科内容および指導の充実を図っていきたくと考えている。



# 「体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」春季研修会の概要

1. 開催期日：平成21年3月15（日）～16（月）

2. 会 場：長崎県立大学佐世保校（長崎県佐世保市）

3. 研修内容

大会テーマ：「新時代を拓く大学体育 ― 大学体育の現状と展望 ―」

(1) 招待講演

「大学体育のこれからと連合の活動」

講師 山田 茂（東京大学／全国大学体育連合理事長）

(2) 特別講演

「基盤としての体育への期待」

講師 吉居 秀樹（長崎県立大学学生部長）

(3) シンポジウム

「大学運動部活動離れと同好会・愛好会志向を探る ― 学生の運動・スポーツ意識と行動の調査結果から ―」

コーディネーター 橋本 公雄（九州大学）

「大学生の運動・スポーツ活動とメンタルヘルスの現状」 相原 豊（九州女子短期大学）

「学生気質の視点から」 立木 宏樹（九州保健福祉大学）

「スポーツ行動の規定要因の視点から」 桑野 裕文（九州情報大学）

「部活イメージの視点から」 郡 弘文（日本文理大学）

(4) 研究発表

「大学生の運動行動変容と関連する諸要因の検討その1

― 大学体育の選択化は運動実施の二極化を助長するか ―」

中山 正剛（九州大学大学院）

「大学生の運動行動変容と関連する諸要因の検討その2

― 運動阻害要因と大学体育が運動習慣に及ぼす影響との関係性について ―」

田原 亮二（福岡大学）

「大学生のスポーツ行動における Planned Behavior 理論の適用に関する研究

― 部活動所属者と非所属者の相違 ―」

野津 亜季（九州大学大学院）・橋本 公雄（九州大学）

「スポーツ健康福祉学科学生を対象とした専門実技科目における行動変容技法を用いた介入が健康度・生活習慣に与える影響」

正野 知基（九州保健福祉大学）

「大学生の睡眠と生活リズム」

飯干 明（鹿児島大学）

## 平成20年度春期「体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」に参加して

福岡女学院大学非常勤講師 村上清英

平成21年3月15日、16日に長崎県立大学佐世保校にて、平成20年度春期「体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」が開催されました。この研修会は、九州地区大学体育連合の催しとして毎年3月中旬に開催されています。普段、筆者は非常勤講師として大学体育に携わっており、大学での体育の必要性を考えながら試行錯誤する毎日を送っています。今回、筆者が研修会に参加を決めたのも非常勤先の角南良幸先生から「大学体育に関して新たな視点が見つかるかも」といった勧めがあったからです。

今回の研修会では、「大学体育のこれから」といったテーマの下で、一般研究発表、招待講演、シンポジウム等興味深い報告が行われました。講演では、山田茂先生(東京大学)から大学体育のこれからと体育連合の活動について、また吉居秀樹先生(長崎県立大学)から Quality of Life (QOL) の視点からみた地域づくりの取り組みについて紹介していただきました。まず山田先生の講演では、これまでの大学体育の変遷について、体育関連授業のコマ数削減や必修から選択科目への移行等の問題点が報告され、これからの大学体育のあり方や連合の活動の方向性について議論されました。特に筆者が興味を抱いたのは、連合活動の一環として、ユニークな大学体育の取り組みをケーススタディとして広く募集し、独自の論文集を作成して大学体育の現場を活性化しようという案でした。もし実現すれば、全国の先生方と大学体育の取り組み方について議論ができ、より良い環境作りが可能になるかもしれません。また、吉居先生の講演では、市民、NPO、学生、大学がお互いに協力して行う地域(佐世保)づくりについて報告がありました。これは、それぞれの組織体が情報・文化・健康・環境・教育の分野から QOL を考えて、地域づくりを行うというものです。内容は、全組織体で地域の現状を把握して課題を見つけ、提言と施策を行いフィードバックしながら広く地域に向けて情報発信していくというものでした。続いて大学が行う地域づくりに必要な人材育成カリキュラムについても報告がありました。これから大学体育に携わる我々にとって進むべく1つの方向性を示していただいたように感じました。

2日目のシンポジウムでは、大学新入生の運動・スポーツに対する意識と行動—運動部活動離れと同好会・愛好会志向の解明—というテーマで発表がありました。こ

れは、高校から大学への「スポーツキャリアパターン」を軸に、現代の大学生の「運動部離れ」とそれをもたらす心理・社会的影響を明らかにすることを目的とした調査研究でした。結果として現代の多くの大学生は運動部離れと同好会・愛好会志向があり、それに伴う体力の低下とメンタルヘルスの悪化が明らかにされました。コーディネーターやパネリストの先生からは、この問題を如何にして食い止めるかという実践的・方法的課題の解決が早急に必要であるという指摘がありました。このシンポジウムは、大学生のニーズにあった大学体育のあり方について考える良い機会になりました。

その他にも、セルフモニタリングを用いて学生同士のソーシャルサポートを行った介入効果の検討や、効果的な睡眠のとり方についての提言、大学生の運動継続阻害要因についての報告など筆者にとって非常に興味深い内容の発表がありました。

筆者は、研修会の最後のオプション企画であるシーカヤックも体験してきました。筆者自身、初めての経験で少々緊張していたのですが、インストラクターの方々の分かりやすい指導のおかげで非常に楽しむことが出来ました。また、この企画では、ごみ拾いなどの地域づくりの一環で行われている海や森の保全活動に参加したり、インストラクターの養成を受けている学生の話も聞くことが出来ました。筆者は、この体験を通して、フィールドを選ばない体育・スポーツの教育が地域づくりに貢献できるのではないかという可能性を感じました。残念だったのは、非常に参加者が少なかったことです。なぜかというところ、この企画は、楽しみながら多くの先生方と議論して交流を深める場になりうると思ったからです。

2日間の研修会を終えて、筆者が感じた事は、大学体育に対する学生の幅広いニーズを絶えず把握しながら、授業内容のさらなる工夫が必要であり、大学体育のあり方について学内外に発信していかなければと強く感じました。

最後に、九州地区大学体育連合の事務局や参加者の皆様、大変お世話になりました。記して感謝の意を表します。