

# 巻 頭 言

九州地区大学体育連合会長 飯 干 明

運動が身心に及ぼす効果を検討した研究は、これまでも数多く行われ、大学体育にも役立つ知見が数多く提供されてきた。最近の研究は、さらに興味深い知見を提供してくれているようである。

運動が身体に及ぼす効果に関する研究をみると、最近では、そのメカニズムも解明されつつある。たとえば、運動することにより、心臓発作のリスクが低下するだけでなく、心臓発作が発生した場合でも心不全のリスクは低下することが知られていた。そのような効果は、血管を弛緩させ血流を増大させる働きのある窒素酸化物を生成させる酵素（eNOS）の活性が、運動により増大することによるものと推察されている（Calvert, 2011）。また、再生医療で話題となっている幹細胞についても、運動との関係が検討されており、ランニングのような持久的運動は、骨や筋肉などに分化する能力を持つ間葉系幹細胞を骨細胞になるよう促すことで、身体の造血能が高まり、健康の増進に役立つとみられている（Baker, 2011）。さらに、骨格筋中に存在する幹細胞も運動に反応して活性化するという報告もある（Valero, 2012）。このように、運動の効果が細胞レベルで検討されるようになってきたことで、体力の向上や健康の維持・増進、リハビリテーションなど目的に応じた、より効果的な運動の行い方が明らかにされてくるとみられる。

また、運動が心に及ぼす効果については、日常生活において身体活動が活発であるほど、朗らかで活発な感情を持ちやすいと報告されている（Hyde, 2011）。そのような運動の効果があるためか、イタリアのローマでは、統合失調症や鬱病などの患者が「カルチヨ・ソシアーレ（福祉サッカー）」と呼ばれるサッカー・リーグに参加することで、疾病の治療だけでなく社会復帰にも効果が得られているという。そして、我国においても、サッカーやフットサルなどのスポーツを活用した精神疾患患者の社会復帰支援が始まっており、患者がよりよい状態に戻るのにスポーツが活用できると証明されつつあるという（朝日新聞、2012年1月8日）。

なお、サッカーが精神疾患や社会復帰に効果的な理由として、以下の4つがあげられている。

- ① 自分が病気だと認めない人も「サッカー治療」なら受け入れる
- ② 運動で脳が刺激され、薬による意欲の低下を防げる
- ③ 戦術に従って敵の動きに対応することが、日常生活で問題に対処する鍛錬になる
- ④ 人の輪に入ることを恐れる人にコミュニケーションの機会を与える

これらの理由のなかには、健常人にとっても効果的とみられるものがあることから、大学体育の実技や実習でスポーツ種目を教材とする場合には、戦術やコミュニケーションをも考慮した指導が望まれよう。

運動に関する様々な研究により、これからも新しい知見が次々と明らかにされるとみられるが、それらの研究成果を大学体育の講義や実技・実習・演習に活用することで、大学体育の充実をはかることが求められよう。大学体育は、諸般の事情により厳しい状況にあるが、科学的な理論に裏付けられた講義や実技・実習等を展開することが、学生のためになるだけでなく、大学にも貢献し、大学体育の未来を拓くことになると思われる。

# 目 次

巻 頭 言 .....	飯干 明 (九州地区大学体育連合会長)	1	
提言「武道の必修化に寄せて」 .....	根上 優 (宮崎大学)	4	
<b>I. 教育研究論文</b>			
1. 原著論文			
1) 大学体育の選択化は運動実施の二極化を助長するか — 運動行動と関連する諸要因からの検討 — ..... 中山 正剛 (別府大学短期大学部) 田原 亮二 (福岡大学スポーツ科学部) 神野 賢治 (金沢星稜大学人間科学部) 丸井 一誠 (福岡大学スポーツ科学部) 村上 郁磨 (久留米大学研究推進課)		9	
2) 大学体育におけるステップトレーニングが女子学生の体力および運動実施を規定する 心理社会的要因に及ぼす影響について ..... 角南 良幸 (福岡女学院大学) 野上 玲子 (実践女子大学) 鍵村 昌範 (健康支援研究センター) 中谷 敏昭 (天理大学)		20	
3) 大学体育におけるアクアエクササイズ of 授業が学生の泳力と運動行動に与える影響 — 泳力向上を目的とした介入授業の効果 — ..... 尾関 一将 (大阪体育大学体育学部・福岡大学スポーツ科学部) 田原 亮二 (福岡大学スポーツ科学部) 田口 正公 (福岡大学スポーツ科学部)		29	
<b>II. 今日の体育・スポーツ</b>			
1. 問題提起			
「スポーツ基本法」の制定とこれからの大学体育の課題 .....	中西 純司 (福岡教育大学教育学部)	37	
<b>III. 平成22年度体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議</b>			
1. 「体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」プログラム .....			43
2. 招待講演			
身体活動に対する意識と参加行動への規定力に関する比較文化的研究 — 日本と米国を対象に — ..... Rafer Lutz Ph.D. (Baylor University)		44	
3. シンポジウム			
1) 現代社会におけるスポーツ体験の意味を考える .....	司会 橋本 公雄 (九州大学)	47	
2) スポーツとヒューマン・エージェンシー .....	根上 優 (宮崎大学)	49	
3) スポーツにおけるレジリエンスの問題 .....	山本 勝昭 (福岡大学スポーツ科学部)	53	
4) スポーツドラマチック体験によるポジティブ特性の形成 .....	阿南 祐也 (九州大学大学院)	57	
5) コメンテーターとしてのまとめ .....	森 正明 (中央大学)	59	
4. 研究発表			
1) 元高校球児のスポーツ的社会化過程に関する研究 — 大学野球部への適応状況に着目して — ..... 甲斐 義一 (大分大学大学院) 谷口 勇一 (大分大学) 内倉 康二 (大分大学大学院)		61	
2) 大学生陸上競技者の「ギャンプル」的行動の構造解明に向けた予備的研究 — スポーツをめぐる新たな「主体性」概念の構築を視野に入れて — ..... 新美 尚行 (大分大学大学院) 谷口 勇一 (大分大学) 内倉 康二 (大分大学大学院)		64	
3) 大学体育におけるアクアエクササイズ of 授業が学生の意識に与える影響 — 泳力と生涯スポーツへの意識の関係 — ..... 尾関 一将 (福岡大学スポーツ科学部) 田原 亮二 (福岡大学スポーツ科学部) 田口 正公 (福岡大学スポーツ科学部)		67	
4) 大学体育における知識・能力の形成 (4) — スポーツ文化を総合的に教える授業の検討 — ..... 則元 志郎 (熊本大学) 西田 明史 (西九州短期大学) 笠井 妙美 (東海大学) 柿原 一貴 (尚絅大学)		69	

5) 女子大学生の日常生活における身体活動量と体育授業中の身体活動量との関係	田原 亮二 (福岡大学) 中山 正剛 (別府大学)	
	神野 賢治 (金沢星稜大学) 丸井 一誠 (福岡大学非常勤講師)	
	村上 郁磨 (久留米大学研究推進課)	71
6) 体力測定の結果を活かす大学体育実習		飯干 明 (鹿児島大学) 74
7) 大学生生活の充実感と大学体育授業の関連性に関する研究	中山 正剛 (別府大学短期大学部) 田原 亮二 (福岡大学スポーツ科学部)	
	神野 賢治 (金沢星稜大学人間科学部) 丸井 一誠 (福岡大学スポーツ科学部)	
	村上 郁磨 (久留米大学研究推進課)	77
8) 「生活習慣病予防スポーツ」授業における生活習慣及び心理的健康指標の分析	藤原 大樹 (保健医療経営大学) 山崎 先也 (富山大学)	
	徳永 幹雄 (福岡医療福祉大学)	79
9) 大学初年次生の生活習慣の実態および健康状態	正野 知基 (九州保健福祉大学) 橋本 公雄 (九州大学健康科学センター)	
	根上 優 (宮崎大学) 飯干 明 (鹿児島大学)	
	長岡 良治 (鹿児島大学) 西田 順一 (群馬大学)	
	内田 若希 (北九州市立大学) 角南 良幸 (福岡女学院大学)	
	柿山 哲治 (中京大学) 磯貝 浩久 (九州工業大学)	
	杉山 佳生 (九州大学健康科学センター) 山本 教人 (九州大学健康科学センター)	81
5. 平成22年度春期研修会「体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」に参加して		阿南 祐也 (九州大学大学院) 84
6. 春期研修会を終えて		中垣内真樹 (長崎大学医歯薬学総合研究科保健学専攻) 85

#### IV. 体育・スポーツ事情

1. 海外だより — The 40th European Muscle Conference (EMC2011) への参加と発表 —		松永 智 (宮崎大学教育文化学部) 87
2. 大学めぐり — 公立大学法人名桜大学 —		柳 敏晴 (名桜大学) 89

#### V. 受賞・表彰

「えっ…私が？」		大浦 隆陽 (福岡国際大学) 91
----------	--	-------------------

#### VI. 事務局報告

平成22年度 事業報告	93
平成22年度 第1回理事会議事録	94
平成22年度 第2回理事会議事録	95
平成22年度総会議事録	96
平成22年度 九州地区大学体育連合決算書	98
平成23年度 九州地区大学体育連合補正予算	99
平成23年度 事業計画 (案)	100
「体育・スポーツ教育研究」の投稿原稿募集について	101
九州地区大学体育連合研究助成規定・施行細則	102
九州地区大学体育連合規約	103
平成22年度 九州地区大学体育連合役員名簿	104
平成23年度 九州地区大学体育連合役員名簿	105
平成22年度 九州地区大学体育連合 加盟大学および個人	106
平成23年度 九州地区大学体育連合 加盟大学および個人	107
平成22年度 賛助会員一覧	109
平成23年度 賛助会員一覧	109
編集後記	