

日本体操学会 会報 vol.13

2016.11 発行

日本体操学会 第16回鹿児島大会報告

第16回学会大会が初めて九州開催となり、「再発見！」～動き・アイデア・指導法～のテーマで鹿児島県霧島自然ふれあいセンターにて合宿形式で開催されました。

- 期間 平成28年9月10日(土)・11日(日)
- 会場 鹿児島県立霧島自然ふれあいセンター
- 学会プログラム (日本体操学会 HP 参照)
<http://www.taisou.org/dl/16th-shouroku.pdf>



ごあいさつ

日本体操学会会長
金子嘉徳 (女子栄養大学)

皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

第16回大会は、初めて念願の九州(鹿児島県霧島市)で高岡綾子氏のご尽力により開催され、「再発見！」～動き・アイデア・指導法～をテーマに、多くの若者が参加する中で実践的なワークショップや発表を通して学びを共有することができました。また、今回から3つになりました分科会では、各ライフステージにおける課題についても確認することができたのではないかと思います。

体操は動きづくりや健康づくりなどの目的を持った身体活動でありますことから、ダイバーシティ(多様性・多様な)運動方法や用具が創案され、その時代のニーズや影響を受けて分化し、または新たな運動として誕生しながら実践されてきました。そのダイバーシティという特徴により、各ライフステージの様々な課題に取り組みやすい柔軟性や、運動継続のための要素として重要な楽しみながら実践する方法も長年培ってきています。このような特徴から、今日、超高齢社会を迎え、人々の健康づくりへの関心がますます深まる中で、ダイバーシティに富む体操への期待も大きくなっています。

本会報はダイバーシティある体操についての発表の様子をまとめたメッセージでもあります。一読していただき、また次回大会でも日々の活動を共有できたらと思いますので、よろしく願いいたします。

開会式

九州で初開催の学会大会、しかも緑あふれる素晴らしいロケーションの施設での合宿形式という形で開催された。長谷川聖修副会長の開会挨拶の後、動いて学ぶの精神で多目的ホールでオープニングの体操を行った。健康づくりの普及目的で制作された『素敵なジムナスティック』（京都学園大学 吉中康子監修）の曲に合わせて、楽しくおしゃれで目的にあった効果的な動きに、参加者全員の笑顔がはじけた。



口頭発表

口頭発表は次の6題で、10分の口頭発表が3題行われた後、まとめて質疑応答が10分で行われた。（敬称と所属略）

1. 小学校における「子どもロコモ」対策 – 「子どもロコモ」体操（試案） – （渡辺律子）

近年「子どもロコモ」という現象が起きている。運動器の不全は子どもの51.7%にのぼり、具体的な対策が望まれる。現状分析から、ロコモ予防体操を思案し、体操によって、多くの場合改善が見込まれるので、「体づくり運動」の領域で早急に取り組むべきであることが報告された。

2. 体づくり運動として取り組む組立体操についての一考察—アクロヨガの教材化に向けた試み—（鈴木慶子）

1998年の学習指導要領の改定で従前の「体操」が「体づくり運動」に変更された。その内容である「体ほぐしの運動」のねらいと組立体操の面白さをアクロヨガの中で具現化し、大学生や体験者に実際に体験させて、形式的授業評価と感想シートを記入、その結果を考察し報告された。

3. 親子体操による親の養育行動促進のための介入効果の検討（田丸由紀子）

親子体操に通う親子（2・3歳児）15組に対して、体操に通う親の養育行動が改善するという仮説のもと観察研究した結果が報告された。全日程参加の親子の応答は欠席がちな親子より多いことや、女兒より男児の方が、応答が多いなど、興味深い報告であった。



4. サンドイッチウォーク体操における指導者の有無が摂食意識に及ぼす影響（筒井孝子）

18歳から21歳の肥満傾向の女子学生25名を対象に、サンドイッチウォーク体操の摂食行動に及ぼす影響を指導者群とDVD群で比較検討した。その結果、両者とも減量に向けての摂食行動は高まるが、健康的な食事摂取という面ではDVDを見て個人が体操をするよりも、指導者が体操教室を指導する方が健康的で効果が高いと報告された。

5. 体操教室の指導者の有無が運動効果へ及ぼす影響（内田百香）

18歳から21歳の肥満傾向の女子学生25名を対象に、サンドイッチウォーク体操の運動効果を指導者群とDVD群で比較検討した。結果として、指導者が声掛けをし、運動への意識が高まり、体操効果の実感がVAS法で90と70と指導者群の方が高い、指導者の的確な指導励ましが運動者のやる気をあげて運動強度が上がったと報告された。

6. 創作舞踊を通じた異世代交流の試み（鈴木玲子）

東北大震災で被害にあった宮城県女川町で地域再生をねらって、幼児・学生・高齢者で『ダイナミック琉球 in 女川』のテーマで演技を完成させるまでの異世代交流の試みについて報告された。今回の取組みは震災復興事業「まちなか交流館」落成記念に合わせた『健康のつどい』で演技発表し、参加者の感想を分析した。介護予防事業に運動を通じた異世代交流が有効であると報告された。



どの発表も独創性があった。今後も幼児から中高年まで、学校体育から社会体育まで多様なジャンルの研究が数多く発表されることを期待したい。

ポスター発表

今大会も昨年同様10題のポスター発表が行われた。

1分間のプレゼンテーションが大会開会直後にあり、どのポスター発表に向かうのか興味の方向付ができた。それぞれの発表内容は学童から高齢者まで様々な年齢層へのアプローチであり、どの発表もその年齢に見合った興味を持つことから始まり運動へ繋がるものと感じることができた。ポスター発表者の前には常に数名の興味を示した方々が熱心に内容の説明を受けている様子が見られ、また、意見交換も活発に行われていた。実際に発表された運動を体験しながらポスター内容を確認できたことで、自分の持つ現場に持ち帰り易く感じる事ができた。

これらのポスターによる提示は、運動参加者が興味を示すことから始まり、動きの多様性や運動機能の改善・向上を目指すものだと感じる事ができ、さらにそれぞれの所属する現場で応用されることでより発展的効果が期待される。



公募研究プロジェクト発表

初日午後6時からの懇親会で、ある方が「鹿児島に来たからには、明日、知覧に行きます。」その言葉を聞いたとき私は「ハ！」という気づきと何とも言い得ない思いを覚えた（周りの方々の様子を窺ったが、これからの方々の反応に少々意気消沈）。初日午後に行われた27年度公募研究プロジェクト「戦後二代目ラジオ体操の動画による記録作成」の研究発表に関連づけたのは諸先輩方だけだろうか。

戦後占領下において考案され、約1年間だけ行われ、その後、忘れ去られようとしている「二代目ラジオ体操」を実技として体感したことが、戦後の意味合いを含め参加者の感覚を刺激した。日本人の集団行動規範を増幅させる初代ラジオ体操をGHQが訝しく思い、「号令なしで、自発的に」「女性がやさしい声で指導し、ダンス的な動きで」という指示のもと、軍事色を排した民主主義的なラジオ体操という基本コンセプトからこのラジオ体操が作成された。実際に、復元された体操を指導して頂き体験することができた。現在行っている三代目ラジオ体操（1951年～現在）に比べ、より曲線的でかつしなやかな動きが強調されており、直線的平行均等運動を極力なくしたものであった。この「二代目ラジオ体操」を復活・復元して頂いたことによって、体操・運動分野だけに留まらず、戦後における歴史認識を改めて観ることができるのではないだろうか。「歴史を知ることによって歴史を創る」ことを体感できた公募発表であった。



総会

平成27年度事業報告・決算報告について承認された。

平成28年度予算案について承認された。

平成28年度事業計画については、以下の点について審議され承認された。

①キッズ分科会に加え、学校体育分科会・中高年分科会の活動を行う。

②学術研究集会という名称は硬い印象があるので、名称を「体操研究集会」と改め、その時々の内容にあった副題をつける。

③今年度の体操研究集会は、平成29年3月5日に自由学園で菊池昭一郎氏に講演と実技ワークショップをお願いする。

④平成29年度の学会大会は、平成29年9月2～3日に東海大学で実施する。

⑤公募プロジェクト研究の採択基準について内規を作成する。



交流会

1日目の夜にふれあい棟で交流会が開催された。全国から集まった体操仲間

が活動や実践を紹介し、交流を深めた。鹿児島大学の萩原香織さんと学生が「鹿児島県民ならだれでも歌えます」と、『ちやわんむし』の歌をシンキングゲームとして紹介され、鹿児島弁を堪能し、会場は大いに盛り上がった。アクロヨガの実演もあり、ベース（土台）の林さんがフライヤー（乗り手）を巧みにコントロールする場面ごとに、会場から“凄い”との声！ また、仙台から参加の医師の佐々木氏とも話が盛り上がった。みんなで体操の発展や普及を願い、有意義な会となった。来年は東海大学でまた会いましょうと締め括られた。

実技シンポジウム

2日目は9時より実技シンポジウムが行われた。はじめは、キッズ分科会の藤巻氏の進行で、長谷川氏（筑波大学）の”未来の「のりもの」と鹿野氏（童謡シンガーソングライター）の”ぐるぐる「せんたくき」”の実技ワークショップであった。1人、2人、数人のグループ、最後は全員でと、キッズ向けの組む体操を童心に戻って楽しんだ。

次は、小学校での組立体操の事例として、須藤信司氏（鹿児島大学教育学部附属小学校）と草野貴亮氏（鹿児島市立錦江台小学校）より、現場の実践の紹介があった。両氏とも、しっかりとした考えのもと、的確なねらいや効果・安全面に留意した指導を行っていることがわかり、安心した。

前半の最後は、高岡氏（鹿児島大学）による「中高年を対象としたペアエクササイズ」の実技であった。「線路は続くよ、どこまでも～」と一緒に歌いながら、相手と触れ合ったり、ほどよい空間を感じて、心もからだもリフレッシュされた。

後半は、三宅氏（日本体育大学）より「これからの組立体操の指導における提案」が実技体験も含めて行われた。組立体操の意味を改めて考え、仲間と一緒に動くことの楽しさ・喜びを感じられることで、教育効果も上がっていくであろう。教員への指導法講習も行われているとのことであるが、さらに広まることを願いたいし、このような機会により多くの現場の指導者が参加して欲しいものである。





分科会

「キッズ分科会」「学校体育分科会」「中高齢者分科会」の3つがそれぞれ別の部屋に分かれ、検討会を行った。参加者は自分が希望する分科会に参加し、活発に意見交換を行った。

〈キッズ分科会〉

始めに、藤巻氏によりこれまでに行われたテーマや研究内容を共有し、初めての参加者にもキッズ分科会の活動が分かるように説明が行われた。

その後、童謡シンガーソングライターの鹿野氏の曲「ぐるぐるせんたくき」を、早川氏が三重大学附属幼稚園にて実際に子ども達に実践してもらった様子のビデオを流した。映像や曲についての意見交換を小グループで行った後、鹿野氏があそびうた「ばんそうこうのうた」を実践し、皆で実際に動作を真似してあそびうたを体験した。最後に参加者全員で意見交換を行った。



意見としては『シンプルで使いやすい』『身の回りのものがテーマになっていて、なじみやすい』『繰り返しで覚えやすく、適度に間奏もあってやりやすい』などの意見が挙がり、今後は一定の楽曲に合わせた動きを紹介する取組みだけではなく、「運動あそび」などの内容も共有してはどうか、との意見も挙がった。

今回発表された曲のネット配信、HPにて新たな動画の配信、意見として出された新たな遊びうたの制作なども検討された。

<学校体育分科会>

本大会より組織された分科会で、希望者が参加し、学校体育についての話し合いを行った。

まず、学校体育での「体づくり運動」の内容を確認した。「体づくり運動」領域をより楽しくするために体操ができることを考えたいという意見が挙げられた。



小学校の先生より「体づくり運動は、学年や教師により目標像がバラバラであり、学校体育分科会からモデルとなるような取り組みを示して欲しい」との意見が出された。「中学校や高等学校の体育授業では準備運動を生徒にまかしている教師が多いと聞く。保健体育教師の準備運動の指導力の無さも気になる。今後、学校体育でモデルとなるような活動例を示していきたい」との意見も挙げられた。全体として、学校や学年、教師によって指導の仕方にバラつきがあることの問題点が挙げられている。日本体操学会の「学校体育分科会」として活動例を共有し、新たな指標を打ち出すことも必要と感じる。

<中高齢者分科会>

本大会より組織された分科会で、希望者が参加し、中高齢者にむけての体操についての話し合いを行った。

中高齢者分科会では、事前に調査されていた日本体操学会の会員による中高齢者の教室の資料を紹介した。吉中康子氏（京都学園大学）、鈴木由起子氏（モダントレーニング研究会）、金子嘉徳氏（女子栄養大学）の実践報告、及び参加者の春山文子氏、菊池昭一郎氏の実践や、三宅氏のドイツでの留学時の高齢者体操クラブの実態などが報告された。若い研究者や社会体育指導者の参加も多く、介護予防の担い手の育て方も問題としてあがった。



中高齢者分科会でまとめられた今後の課題は、男性参加者の増加のための施策、虚弱高齢者のプログラムの制作や体操普及の仕組みづくりなどであった。

【次回学会大会のお知らせ】

日本体操学会第17回大会

日程：2017年9月2日（土）・3日（日）

会場：東海大学湘南キャンパス

執筆担当 吉中康子 砂田真弓 住本一 鹿野哲也
編集 日本体操学会広報委員会

