



# T-Lion Voice Home

T-Lion (The Triumph Lion : ザ・トライアンファントライオン)  
※Triumphant=「勝利を得た」「意気揚々とした」の意

第10号

- 2019年社会貢献活動に関する各種の取り組み
- 2019年度公開講座実施報告

## 学生の成長と社会貢献活動

東京・世田谷、横浜・健志台両キャンパスに集う7,000名超の日体大生は、体育スポーツ学、教育学、保健医療学の各分野で専門性を究めます。

それぞれの学びを通じて、人の一生（乳幼児・学童から成人・高齢者まで）に寄り添い、健やかな生涯を設計・支援したり、グローバルな発想（Think Globally, Act Locally）に基づいて、活力ある国際社会・地域社会を創生・構築したいと、学生たちは大きな夢を抱いています。

わたしたちの社会貢献活動の目標は、地域の教育と福祉の発展に貢献できるよう、生涯学習の機会を提供し、大学と地域との間に「知と技」の好循環を創り出すことにあります。日体大の教育と研究の成果を教職員・学生を通じて、広く地域社会に還元しようというものです。

体育や身体活動、スポーツが大好きな日体大生には、その楽しさや喜びをより多くの人びとと共有したいという強い想いがあります。だから、本学の社会貢献活動には、いつも学生たちの姿があり、その取組が健康で豊かな社会・人づくりの実現に向けた、ひとつのきっかけになってくれることを願っています。

学生たちには、スポーツイベントの運営サポート、校外学習の引率補助、地域行事への参加・協力などあらゆる場所と人びとの間に活躍の場が拓かれ、地域のみなさまの御理解のもと、日々の授業では得難い経験を積む貴重な機会となっています。

なかでも、小学生向けスポーツ体験教室（日体大スポーツフェスタ）は、学生たちのひとつひとつの巧みな技と、身振り手振りを交えたきめ細かなアドバイスが子どもたちを惹きつけ、「かっこよくてやさしい日体大のお兄さん・お姉さん、楽しかった!」、と大きな自信を与えてくれます。

学生たちにとって、最も得意とする体育や身体活動、スポーツを通じ、積極的に地域社会に溶け込んでいくことは、みずからの存在意義（在処）を改めて確認し得る大切な成長のチャンスとなっています。彼(女)らが放つ「生命の輝き」や「身体の躍動」をすべての世代のみなさまのもとに届け、分かち合うことができれば、これ以上の喜びはありません。

本報は、こうした学生たちの姿を中心に、2019年度の日体大社会貢献活動を紹介するものです。ぜひ、ご覧戴き、今後の取組にご期待ください。

社会貢献推進機構教育開発担当  
体育学部 教授 荻 浩三

## ラグビーワールドカップ2019™日本大会への協力

ラグビーワールドカップ2019™日本大会にて横浜市が試合会場の一つとなったため、地域住民の注目度が高まり、ラグビー部への依頼が増加しました。地区センターで監督や部員がルールの解説や体験を行ったり、ラグビーワールドカップを楽しめるように、魅力や見どころを紹介する公開講座を実施しました。みなとみらい臨港パークで開催されたファンゾーンin神奈川・横浜では、試合前に伝統芸能・和太鼓同好会が演技を披露して会場を盛り上げました。





# 社会貢献活動に関する各種の取り組み

## 体育・スポーツ活動支援：幅広い人材を様々な活動に積極的に派遣

競技大会運営補助や競技指導など多数の派遣を行い、学友会や人材バンク等から延べ1,111名の派遣を行いました。特にマラソン大会（学校・地域の大会、東京・横浜・世田谷246など大規模市民マラソン大会）の依頼が多く425名を派遣。BLS隊、ケアサポート、給水、応援等演技披露、伴走などの運営補助に貢献しました。

クラブ・サークル派遣依頼は、ダブルダッチサークルが最も多く、保育園や区民スポーツまつり等へ13件派遣しました。



## 教育活動支援・地域ボランティア等

教育現場や地域からの依頼に人材バンク等から延べ532名の派遣を行いました。小・中・特別支援学校へは161名、宿泊体験学習に43名を派遣しました。教育現場での多岐に亘る実践的な活動は、教員を志す学生にとって貴重な機会となっています。また地域の祭りへの参加依頼も多くソングリーディングクラブや伝統芸能・和太鼓同好会による演技披露、深沢寮生・研修部によるエッサッサ披露、会場の運営補助を行いました。ヨコハマ大学まつり(9/29)等では救急医療サークルが救護所の運営、会場の巡回、ステージでの啓発を行いました。その他にも玉川交通安全パレードや赤十字救急法競技会、こども食堂での運営補助を行いました。



## 地域美化活動・防災訓練等

学友会・教職員が協力して行う清掃活動「クリーン大作戦」は、両キャンパス周辺を3回(303名)、渋谷駅周辺の清掃を1回(66名)実施しました。また、地域の方々と共に横浜・健志台キャンパスに隣接するグリーンヒル鴨志田西団地の環境美化作業を3回(237名)、桜新町駅周辺の桜並木の清掃を1回(10名)行いました。古着・古布回収には寮生が2回(18名)参加し、運搬や積み込みなどの力仕事を行いました。さらに、玉川警察署主催の防災訓練には、寮生10名が参加しました。本学との災害協力協定に基づき開催している「せたがや災害ボランティアマッチングコーディネーター養成講座」には寮生49名が参加し、講義受講および模擬訓練を行いました。



## 自治体連携協定推進事業

学校法人日本体育大学は「体育・スポーツ・健康づくり」の各分野における一層の発展と更なる社会貢献をはかることを目的に、全国72の自治体と連携協定を締結しています(2019年12月現在)。事業の一環として、少年スポーツ活動の推進のため連携先の児童・生徒が本学を訪問し、施設見学教職員による講義、学生との交流を行いました。夏休み中に15自治体、他期間に22自治体の多くの小・中学生を受け入れました。また、本学オリンピックや教員・学生を各自治体に派遣し、講話や競技体験を行いました。さらに、連携自治体からの誘致により本学学友会が合宿地として訪問するなど、地域活性化に向けて積極的に取り組んでいます。



## 公開講座

2019年度公開講座の参加人数は2,777名となりました。特に人気が高いのは筋トレに関する講座で、募集開始後すぐに定員に達しました。筋トレ塾では教員の指導のもと実際に参加者のトレーニング指導を学生が行い、この指導内容や成果について参加者の方々をお招きして研究発表しています。エアロビクスなど有酸素運動の講座も安定した人気があり、地域の方々の健康に対する意識の高さが伺えます。毎年人気の体力測定は、子どもから高齢者まで幅広い年代の方々に参加していただき、5日間の来場者数が944名となりました。子ども測定では、握力・長座体前屈・垂直とび等を行い、測定結果を受け取った後、ガチャガチャで日体大グッズをプレゼントしました。今後も、体育・スポーツ・健康に関するテーマを中心に、より多くの地域住民の方々がスポーツを楽しみ、健康増進活動の一助となるような講座を積極的に展開し、良好なスポーツ環境の構築に尽力していきます。





## 日体大スポーツフェスタ（小学生向けスポーツ体験教室）

東京・世田谷キャンパス(11/30実施)では、普段体験できない種目を対象に体操・近代五種(レーザーピストル)・ラクロス・アルティメット・ダブルダッチ・タッチラグビー・車いすバスケット。横浜・健志台キャンパス(1/26実施)では、オリンピック種目を主とするメジャースポーツを対象に1・2年コースは体操競技・体操・陸上競技(かけっこ)・ハンドボール・バドミントン・レスリング、3～6年生コースは体操競技・ラグビー・野球・テニス・アーチェリー・ゴルフの各6種目を実施し、合計432名の児童が参加しました。競技解説や模範演技も行い、スポーツへの理解や関心を深め、スポーツを「する」ことの楽しさを子どもたちに体感してもらいました。また、本学学生のキャリア形成支援の一環ともなるよう、体験教室の指導のみならず受付や児童の引率に至るまで全て学生が担当し運営しています。専門施設での工夫したプログラムと明るく優しく丁寧な指導で、児童は笑顔で競技を楽しみました。



## その他トピックス

### ○第57回体育研究発表実演会

「祭典に向かって～令和のはじまり～」をテーマとし、集団行動・新体操・相撲・体操・体操競技・ダンス・チアリーダー・伝統芸能(大田楽)・トランポリン・ハンドボール・陸上競技・レスリング・救急医療・エッサッサを横浜アリーナに集まった約11,000名に披露しました。また、オリンピック・パラリンピックで活躍が期待される有力選手紹介など見所満載の内容で、その迫力や美しさに観客の皆さまから盛大な拍手をいただきました。この実演会には地域住民の方々を約1,200名ご招待しました。

### ○事業委託

本学が持つ知的・人的資源を活用し、様々な分野での運営管理等業務を受託しています。中央区「スポーツの楽しさ発見事業」では、児童が様々な体験を通して自分に合うスポーツ分野を見つけることを目的としています。世田谷区「障害のある人もない人も共に楽しめるスポーツ・レクリエーション交流活動」、東京都スポーツ文化事業団「誰もが楽しめるスポーツ教室」では、障がい者スポーツ推進により、障がいの有無や体力の程度にかかわらずスポーツやレクリエーション活動を楽しみ、仲間づくりをしていくことを目的としています。各々の事業に講演・指導を行う講師と学生を派遣しています。また、世田谷区スポーツ振興財団「区内スポーツ施設の利用者満足度調査」も受託しました。

### ○世田谷区福祉避難所(母子)

災害時における妊産婦等支援活動や施設提供等に関する協定の締結を行いました。福祉避難所(母子)とは、妊産婦や乳児について、心身や生活上の特性に配慮した支援を行い、避難生活下での健康維持など、災害時の母子の安全安心の確保を目的に、必要に応じて開設する避難所です。現在、世田谷区と協働し、運営マニュアルの作成を進めています。また、本学では大規模災害時にボランティアの支援を必要とする人と、ボランティアをつなぐ活動の拠点となるマッチングセンターが開設されます。コーディネーター養成講座の会場にもなっています。今後も地域防災力の向上に多面的に貢献していきます。

### ○せたがや学生ボランティアフォーラム

2019年6月30日(日)に開催されたフォーラムのアクションマーケットに出展しました。参加した学生に本学の取り組みを紹介したり、ボランティアを志す学生の相談にのるなど、啓発を行いました。

### ○学生に感謝状が授与されました

#### ・保健医療学部救急医療学科学学生に感謝状

2019年9月29日(日)に開催された「ヨコハマ大学まつり2019」において、救命救急スタッフとして従事し、観客や出演者への安全の確保に多大なる尽力をしたことが認められ、ヨコハマ大学まつり実行委員会より感謝状が授与されました。



#### ・青×6(アオロク)メンバーに感謝状

横浜市青葉区内にキャンパスを置く國學院大学、星槎大学、玉川大学、桐蔭横浜大学、横浜美術大学、日本体育大学の有志学生で構成される「青×6」における積極的な地域貢献活動を評価され、青葉区長より感謝状が授与されました。青×6では地域清掃活動、イベントサポート等、年間を通じて様々な活動に取り組んでいます。

#### 浅野 進之介さん(スポーツ文化学部・3年生)

六大学から学生が集う機会に活動を行うことに大きな意義を感じています。今回このような感謝状を頂けて大変嬉しく思いますし、改めて日体大が地域の皆さんに支えられていると感じることができました。



#### 和島 佑太さん(体育学部・4年生)

一年生の頃からアオロクの活動を続けてきました。教員を志望しており、子ども達との交流から大きな学びを得るとともに、地域の方々とのふれあいを通じて自分の視野が大きく広がる有意義な経験となりました。



# 2019年度 公開講座実施報告

東京・世田谷 東京・世田谷 東京・世田谷 横浜・健志台 横浜・健志台 東京・世田谷 横浜・健志台 横浜・健志台 東京・世田谷 横浜・健志台 東京・世田谷 横浜・健志台 東京・世田谷 横浜・健志台 東京・世田谷 横浜・健志台

## らくらくエアロビクス運動教室

非常勤講師 三矢八千代 大津桂子 山口圭子 佐藤果純

メタボリックシンドロームやロコモティブシンドローム予防世代の方に向けて、運動の必要性和習慣づけに繋がるお話し、準備運動を兼ねた体力チェック(脚力、柔軟性、バランス力)、エアロビクス運動、マットを使用してのコンディショニングとクールダウンを行いました。

開催日時 5/25(土) 6/16(日) 7/27(土) 8/25(日)  
9/14(土) 10/14(月) 11/10(日) 12/8(日)  
10:30~12:00  
受講料 1回 1,000円  
対象者 一般・中高年齢者  
受講者数 190名



## トレーニングのすゝめ 筋トレの基礎 有酸素運動

准教授 菊池 直樹 菊池ゼミ学生

【筋トレ】 基本姿勢を教わった後、バーベルを使用したランジ、デッドリフト、ダンベルを使用したブルガリアンスクワット、ワンハンドロウ、マットで自重サーキットトレーニング等を行いました。  
【有酸素】 駒沢公園で1周目に4段階の速度で心拍数を計測し、LSDトレーニングとインターバルトレーニングの指摘速度を計算。2周目にそのデータを使って、実際にトレーニングを行いました。

開催日時 【筋トレ】 5/26(日) 12/8(日) 15:00~17:00  
【有酸素】 6/16(日) 11/10(日) 14:00~16:00  
受講料 1回 1,000円  
対象者 一般  
受講者数 【筋トレ】 42名 【有酸素】 28名



## 筋トレ塾

准教授 菊池 直樹 菊池ゼミ学生

トレーニング前後に測定し、週2回全16回 バーベルを使用したスクワット、デッドリフト、バックランジ、ベンチプレス、ダンベルを使用したワンハンドロウの継続トレーニングを行った。少人数グループに分かれ、学生がフォームのチェックや記録。講座終了後に、遺伝子の型とトレーニング前後の比較結果を通知した。

開催日時 【説明会・測定】 7/27(土)  
①9:00~12:00 ②12:00~15:00 ③15:00~18:00  
【トレーニング】 7/29~9/19 毎週月・木曜日  
Aグループ 16:00~18:00 Bグループ 18:30~20:30  
【終了後測定】 9/22(日) 時間:上記①~③  
対象者 一般 (説明会・測定・全16セッション受講可能な方)  
受講者数 延べ617名 受講料 10,000円

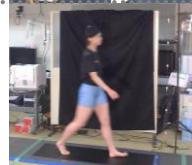


## からだのかたちと立位・歩行動作をはかる

教授 船渡 和男

今現在の自分自身の体のかたちや中身、日常の動作である立位と歩行動作の安定性を測定。三次元人体形状、身体組成、足部形状、歩行時足底圧、重心動揺の測定を行い、今後の日常生活やスポーツ活動に活かすための科学的な解説やアドバイスをしました。

開催日時 7/13(土) 7/14(日)  
① 8:30~10:30 ② 10:30~12:30  
③ 13:00~15:00 ④ 15:00~17:00  
受講料 1,000円  
対象者 一般、小・中・高校生  
受講者数 21名



## ゴールデン・スポーツ・イヤーズを楽しむ

准教授 松瀬 学 ラグビーワールドカップ2019 組織委員会レガシー部部長 本田 祐嗣

2019年ラグビーワールドカップ、2020年東京オリンピックパラリンピック国内開催にあたり、国際大会取材経験豊富な講師が、ラグビーワールドカップの魅力と見どころを話し、オリンピックに関するクイズ大会を行った。

開催日時 7/21(日)  
13:30~15:00  
受講料 無料  
対象者 一般  
受講者数 83名



## 第28回 幼児教育講座

特任教授 時本 久美子 助教 河田 聖良

第一部 ワークショップ『それぞれの園の運動遊びについて考える』

白梅学園大学 無藤 隆 湘南777(17)17-3030 増田まゆみ 大学院特任教授 元東京家政大学教授

第二部 講演と対談『これからの保育を創造する』

開催日時 7/27(土)  
10:00~16:00  
【第一部】10:00~12:00 【第二部】13:30~16:00  
受講料 【第一部】1,000円 【第二部】1,000円  
対象者 幼児教育保育分野の従事者、一般  
受講者数 55名



## めざせ五輪選手 小学生向け レスリング教室

准教授 レスリング部監督 松本 慎吾 助教授 レスリング部専任コーチ ロンドン五輪代表・北京五輪銀メダリスト 湯元 健一

2020年東京五輪に向けて、レスリング競技を身近なものとして感じてもらえるよう五輪を経験した講師や現役の学生とふれあえる教室を全5回で開催。遊びや競争の要素を取り入れながら、マット運動やゲーム、タックルの練習を行いました。

開催日時 5/18(土) 6/1(土) 10/5(土)  
10/19(土) 11/16(土)  
14:00~15:30  
受講料 1回 500円  
対象者 小学生  
受講者数 105名



## 日本体育大学 体力測定

自分の体を把握し、今後の日常生活や体力づくりに活かす測定

【一般】形態測定、遺伝子検査(任意)、全身反応時間、30秒椅子立ち上がり、握力、長座体前屈、8フット歩行、血管年齢、6分間歩行、骨密度認知機能、ロコモ度テスト

【子ども】身長・体重、握力、長座体前屈、垂直跳び、日体大グッズのガチャガチャ

開催日時 【世田谷】 10/19(土) 10/20(日)  
【健志台】 11/1(金) ※11/2(土) ※11/3(日)  
10:00~14:30 (11/3は13:30まで) ※子ども測定実施日  
受講料 無料  
対象者 高校生以上 【子ども測定】 年少~中学生以下  
受講者数 【世田谷】 245名 【健志台】 一般:557名 子ども:142名



## 日体大スポーツフェスタ

スポーツへの理解や関心を深め、スポーツをすることの楽しさを実感してもらうことを目的としたスポーツ体験教室。現役学生が技を披露したり、直接指導を行いました。

【東京・世田谷】 体操、クロスカン、近代五種、アルティメット、ダブルダッチ、タッチラグビー、車いすバスケットボール  
【横浜・健志台】 1・2年生 体操競技、体操、陸上競技、ハンドボール、バドミントン、レスリング 3~6年生 体操競技、ラグビー、野球、テニス、アーチェリー、ゴルフ

開催日時 【世田谷】 11/30(土) 9:00~13:00  
【健志台】 1/26(日) 8:30~12:30  
受講料 無料  
対象者 小学生  
受講者数 【世田谷】 185名 【健志台】 247名



北海道医療大学 包括連携協定事業記念講演

## 「胃がんで命を落とさないために」

北海道医療大学学長 浅香 正博

体育・スポーツ・健康づくり、知的財産等の活用による発展を目的として協定を締結し、記念講演を開催。ピロリ菌感染の除菌について保険適用が認められてから、胃がん死亡者数は保険適用前と比較して約10%も減少した。胃がんで亡くなる方を一人でも減らすために、何をなすべきかを徹底検証した。

開催日時 12/20(金)  
18:00~19:30  
受講料 無料  
対象者 一般  
受講者数 260名



## 社会貢献活動 (ボランティア) の 依頼について

地域や学校等で体育・スポーツの各種活動などにおけるボランティアをご希望される場合は、本学ホームページ (<https://www.nittai.ac.jp/>) にアクセスし、ページ右側の「社会貢献推進事業~公開講座等開催のお知らせ~」から「社会貢献推進事業依頼書」をダウンロードし、必要事項を記入の上、以下までメールまたはFAXにてご依頼ください。なお、申請書をご送付いただいた日からお返事までは、通常1~2週間要すること、またご依頼行事の実施時期によっては派遣そのものが困難になることもございますので予めご理解・ご了承ください。

## 「T-Lion Voice Home」第10号 (2020年2月発行)

発行：日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーション・オフィス

〒158-8508 東京都世田谷区深沢七丁目1番1号

TEL：03-5706-0911(直通) FAX：03-5706-0981 E-mail：shakaikouken@nittai.ac.jp

