

CONTENTS

特集 東京世田谷キャンパス 再開発計画 ー1

～「体育・スポーツの総合大学」にふさわしい
都市型・高度情報型キャンパスに整備～
副学長メッセージ／計画概要／
新キャンパスの配置図・イメージ図／建替え工程表

INTERVIEW ● アスリートたち ー7

Active People ● 社会の第一線で活躍するOB・OG ー9

Column ● スペシャリストに学ぶ! 健康&スポーツ ー11

大学院の紹介 ● 3学系の最新ニュース&レポート ー13

研究最前線 ● 体育研究所におけるプロジェクト研究 ー15

NEWS ● 06年度上半期ニュース ー17

クラブ情報 ● 06年度上半期クラブの主な大会成績 ー18

INFORMATION ● dot.NITTAIDAI ー19



田原結子 (体育学科・4年)
2006世界学生アーチェリー選手権優勝
撮影:横浜・健志台キャンパス アーチェリー場

dot.NITTAIDAI

I N F O R M A T I O N

13

■図書館は夜10時まで開館しています!

図書館課

本学図書館は、東京・世田谷、横浜・健志台の両キャンパスともに昨年度4月より開館時間の大幅な拡大に踏み切りました。授業終了後はもちろん、クラブ活動後も図書館を利用できるようにという趣旨で、改善をはかったものです。この間、着実に利用者数も増加しています。

また、卒業生の利用の機会も増え、近隣の地域住民の方をはじめとする一般開放・社会貢献にもつながっていくものと思われます。学生のみならず、秋の夜長の静かな図書館に、ぜひ足を運んでみてください。

開館時間:月～金 8:45～22:00、土10:15～19:00、日・祝は休館

■「日本学生支援機構奨学金」採用状況 学生生活課

日本学生支援機構奨学金は国の育英事業で、本学で推薦している奨学金制度の中で最も採用数の多い奨学金です。現在、大学、大学院、短期大学部合わせて約2,200名(全学生の約3分の1)がこの奨学金制度を利用しています。今年度も4月に全学生を対象に募集を行い、奨学金が決定しました。(詳細は下記の表のとおり)

今後、家庭状況の急変、被災などの理由で急ぎに奨学金が必要となった場合は、早めに各キャンパスの奨学金担当(東京・世田谷キャンパス:学生生活課、横浜・健志台キャンパス:教学課)までご相談ください。

■貸与月額(平成18年度採用者実績)

		第一種(無利子)		第二種 (有利子 年利3.0%以内)
		自宅	自宅外	
大 学	専 攻 科	54,000	64,000	3.5、8、10万円から選択
	大学院	122,000	88,000	5.8、10、13万円から選択
短 大	専 攻 科	53,000	60,000	3.5、8、10万円から選択
	大学院			

■平成18年度新規採用状況 平成18年9月11日現在

	応募人数	採用人数 (延べ数)
大 学	487	485
専 攻 科	4	4
大学院	博士後期課程	5
	博士前期課程	15
短 大	42	49
合 計	553	554

※2種類の奨学金を同時に貸与される学生がいるため応募数より採用数(延べ数)が多くなっています。

■平成19年度入学試験日程 入試課

◎平成19年度入学試験は東京・世田谷キャンパスで実施いたします。

	募集区分	願書受付	試験日	合格(合格)発表
大 学	推薦入試Ⅰ期	11/1～11/8	11/26(二次選考)	11/30
	推薦入試Ⅱ期	11/30～12/4	12/10(二次選考)	12/12
	一般入試	12/18～1/15	2/2・3・24・5	2/10
	帰国子女特別選抜	11/1～11/8	11/26(二次選考)	11/30
	研究生・科目等履修生・聴講生	3/8・9	3/15	3/17
大 学 院	編入学	12/18～1/10	2/1	2/10
	博士前期課程Ⅰ期	10/5～10/13	10/28・29	10/30
	博士前期課程Ⅱ期	2/6～2/13	2/24・25	2/26
	研究生・科目等履修生	1/9～1/12	2/15	2/16
	専攻科	3/1～3/6	3/15	3/17
短 大	推薦入試	11/1～11/8	11/26(二次選考)	11/30
	一般入試	12/18～1/15	2/1	2/10
	帰国子女特別選抜	11/1～11/8	11/26(二次選考)	11/30
	科目等履修生・聴講生	3/8・9	3/15	3/17
	専攻科	3/1～3/6	3/15	3/17

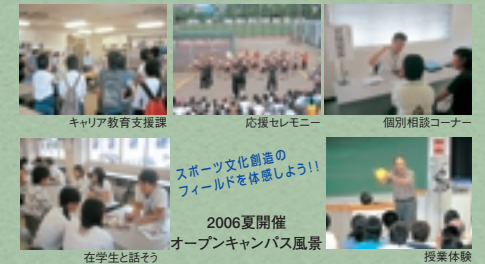
*各入試とも詳細については、必ず「平成19年度学生募集要項」にて確認してください。

■春のオープンキャンパス日程 入試課

平成19年3月25日(日) 10:30～14:30(受付10:00～)【予定】

東京・世田谷キャンパスにて開催

お問い合わせ先／入試課 TEL03-5706-0910



キャリア教育支援課 応援セミナー 個別相談コーナー
スポーツ文化創造のフィールドを体感しよう!!
2006夏開催 オープンキャンパス風景 授業体験

〔編集後記〕 ●お気付きでしょうか?今号から本誌の「表紙タイトル」を変更しました。大学改革が進むなか、気持ちを新たに「学報NITTAIDAI」としてスタートを切ります。そして、誌面も変わり、「健康&スポーツ」と「研究最前線」のレポートをシリーズ連載ものとして、新たに立ち上げました。本学の調査・研究成果を広く社会へ発信していきたいと思ひます。●お待たせしました!東京世田谷キャンパス再開発計画の内容を特集しました。再開発のコンセプトや計画概要をご理解いただければと思います。新しい情報が入り次第、追って報告します。●今号の取材に際し、インタビューや撮影にご快諾いただきました多くの方々に対し、この誌面をお借りして、広報委員一同、深く御礼申し上げます。

快適で充実したキャンパスライフを
学生諸君に提供するとともに、
歴史と伝統を継承しつつ
最先端の施設づくりをめざします。



副学長
落合 卓四郎
おち あい たく し ろう

2007年2月に着工開始

本年6月、懸案だった「東京世田谷キャンパス再開発計画」の基本計画・基本設計が策定され、いよいよ始動することになりました。これは、本学が「体育・スポーツの総合大学」としての使命を果たしていくために、21世紀にふさわしい健康・スポーツ科学・アスリート養成の情報発信基地としてキャンパスを全面的に再編整備するものです。

当初の基本計画では、工期が4期9ヶ年計画の予定でしたが、在学生に少しでも新施設を使用してもらえよう、3期5ヶ年半に短縮しました。既存の建物を3期に分けて順次、新しく建て替えていきます。第1期工事は2007年2月に着工し、2008年8月末に完成する予定です。最終の第3期工事は完了は2011年11月を予定しています（詳細はP3の建替え工程表参照）。

質の高い学生サービスをめざす

基本計画の一番のポイントは、快適で充実したキャンパスライフを学生諸君に送ってもらうための環境づくりにあります。そのため、利便性が高まるように学生の動線を重視した配置計画にしています。例えば、大学の生命線となる教育研究棟では、使用頻度の高い教室・演習室は移動しやすいように2階・3階に配置し、さらに学生生活において大事な学務系やキャリア支援などの事務室はより利用しやすい低層部1階に配置を計画しています。また、学生たちの触れ合いの場となる「キャンパスガレリア（回廊）」をクラウンドに沿って設定し、教育研究棟と体育館を結びます。食堂は、栄養学や食育の実践の場となるべく計画をしています。加えて昼食時の混雑を解消し、ゆくりと食事が出る座席数の確保をめざしています。図書館は約40万冊収蔵できるほどスペースが増え、閲覧室も座席数が増えます。また、スポーツ活動に欠かせないロッカー・シャワールームも増え、今まで以上に質の高いサービスが提供できるようになります。

フレキシブルに使用可能な施設

限られた敷地の中で、施設を有効に活用することを計画しています。例えば、可動式の施設空間を活かして教室・体育館を多機能・多目的に使用します。200人収容の大教室は目的に応じて中・小教室にすることができ、授業終了後はスポーツ施設にもなります。国際試合も可能なスーパーアリーナもバスケットコートが4面確保できる大体育館に転換できます。

雨天の際は中体育館や小体育館を利用して複数の練習場を確保できるようになります。さらに、中央測定室の設置も従来のない画期的な施設です。各学生の基礎体力の測定値を二元的に管理し、学生の体力向上・競技力向上に役立てようとする試みで、全国の大学でも先鞭をつけるものです。

東京世田谷キャンパスは閑静な住宅街に位置するため、再開発にあたっては周辺環境と調和したキャンパスづくりが要請されます。そのため、圧迫感を軽減する高層部のセットバックや地域の景観づくりに貢献する公開緑地の整備など、周辺環境に配慮しています。

本学の歴史と伝統をもとに

在原郡大井村からの深沢の地に移動して69年、多くのトップアスリートや体育指導者を輩出するなど、体育大学としての歴史と伝統を築いてきました。今後もその使命を果たせるよう、過去に例のない満足ゆく施設をつくりたいと思っています。これらの計画が完成した暁には、世界水準の施設を有する、社会に開かれた都市型・高度情報型の素晴らしいキャンパスに生まれ変わります。

また、こうしたハード面の施設整備に加え、大学改革構想案の実現に向けて、第1期工事完成のスケジュールに合わせ、検討を重ねています。

第1期工事が完成するまでは学生諸君に多大な迷惑と不便をおかけすることになりますが、新しい日本体を創るために、暫くの間のご協力をお願いする次第です。



特集

東京世田谷キャンパス再開発計画

「体育・スポーツの総合大学」にふさわしい 都市型・高度情報型キャンパスに整備

「健康・スポーツ科学・アスリート養成の情報発信基地として」

百十余年の歴史と伝統を誇る本学は、これまでいくつかの校地移転を経て、

1937年（昭和12）、この世田谷区深沢の地にしっかりと根を下ろした。以来69年に亘り、

体育・スポーツのメッカとして位置つき、その栄光の時間を刻んできた。

そして、今年、東京世田谷キャンパスの再開発計画が策定され、そのスタートを切った。

その目指すところは、科学的研究に裏打ちされた競技力向上を図りつつ、スポーツを文化として幅広く捉えた

『体育・スポーツの総合大学』を構築する基盤となる、都市型・高度情報型キャンパスを整備することにある。

新時代の日本体を創る「東京世田谷キャンパス再開発計画」のマスタープランを特集した。



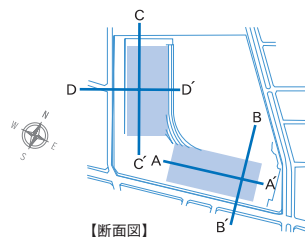


スポーツ文化創造の フィールドにふさわしい世界水準の施設づくりを目指す。

～世界水準の施設／高度情報化キャンパス／出会いと交流の魅力ある キャンパス／社会に開かれたキャンパス／周辺環境と調和したキャンパス～

主な計画概要

計画名称	日本体育大学東京世田谷キャンパス再開発
工事種別	新築
住居表示	東京都世田谷区深沢七丁目1-1
敷地面積	39,894.68㎡
建築面積	約16,200.00㎡
延床面積	約60,200.00㎡
階数	地下3階・地上6階
グラウンドからの高さ	35.50m
軒の高さ	29.70m
建築物の高さ	34.70m
建築物の最高高さ	34.70m
構造種別	鉄骨鉄筋コンクリート造・鉄筋コンクリート造・鉄骨造



緑化計画

低層部の屋上に緑地を設け、緑化率を向上させる。緑化に努めます。

施設整備に伴い、香川沿いの緑地（樹木等）は原則保存とします。新たに緑地を創出する計画は、現況ブロック間の緑地を、見通しが良く、緑あふれ、香川沿いに光が射し込む明るい環境づくりに努めます。

周辺環境との調和

建物やコートを小さく分散化することにより、周辺の街並みに合わせ、ヒューマンスケールに配慮した外観デザインとします。

敷地西側に面する部分には十分な環境空間を確保するとともに、並木を形成して周辺環境の向上ならびに騒音の軽減や相互のプライバシー確保等に配慮します。

生活道路に面する高層部の窓は必要最小限にとどめ、近隣へのプライバシー被害を防止します。また、必要な窓ガラスは半透明にする等の工夫をします。

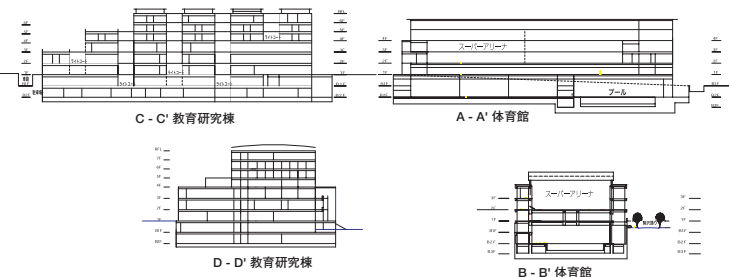
地域貢献

敷地内にバス停を設けて、周辺住民の待合スペースを十分に確保し、地域活動に貢献します。

現状の地域ゴミ集積所を再整備し、より一層の地域美化に貢献します。

前面広場からグラウンドへ見通しがきくように「抜け」を確保することで広がりのある豊かな外部環境を提供します。

交差点付近に大きな広場状空間を設けて施設のエンタランスコートとするとともに、周辺住民の憩いの場所をつくります。



【グラウンド側（香川より望む）イメージ図】

地球環境に配慮

太陽光発電装置を設置し、自然エネルギーの有効活用を行います。また、中水処理を計画して積極的に雨水利用を行います。

【キャンパス配置予定図】

各施設・建物等の名称については仮称です。
※平成18年10月23日現在の設計計画に基づき図面等を作成しています。
今後、変更が生じる場合があります。

【建替え工程表】

第一期工事 【Aブロック建設】	2007年2月着工～2008年8月完成（19ヶ月）	3・4・11・13号館を解体。 2号館跡地および3・4号館跡地に教育研究棟のAブロックを建設。
第二期工事 【B・Cブロック建設】	2008年12月着工～2010年5月完成（18ヶ月）	1・12号館を解体、教育研究棟のBブロックを建設。 6・7・8号館を解体、実技ゾーンのCブロックを建設。
第三期工事 【Dブロック建設】	2010年9月着工～2011年11月完成（15ヶ月）	5・9・10号館を解体、実技ゾーンを充実させるDブロックを建設、 スーパーアリーナの完成。グラウンドを整備。

安全性

新設出入口（門扉）を設置し、香川面からのアプローチルートを確認します。（避難ルートにも利用）スロープを設ける等、バリアフリーに配慮します。

グラウンドよりの防壁対策のため、防球フェンスを香川沿いに一環設置し、通行客への安全性の確保に努めます。

駐車場は地上部に約50台、建物地下部に約100台を計画します。駐車場は雑然としないように駐車ラック方式を採用し、約360台を確保します。

防災計画

避難場所として機能的な防災対策を行います。貯水機、マンホールトイレ等を適宜配置します。



活動的な教育プランの実現に向け、 動線を重視した多機能・多目的の都市型キャンパスに整備！

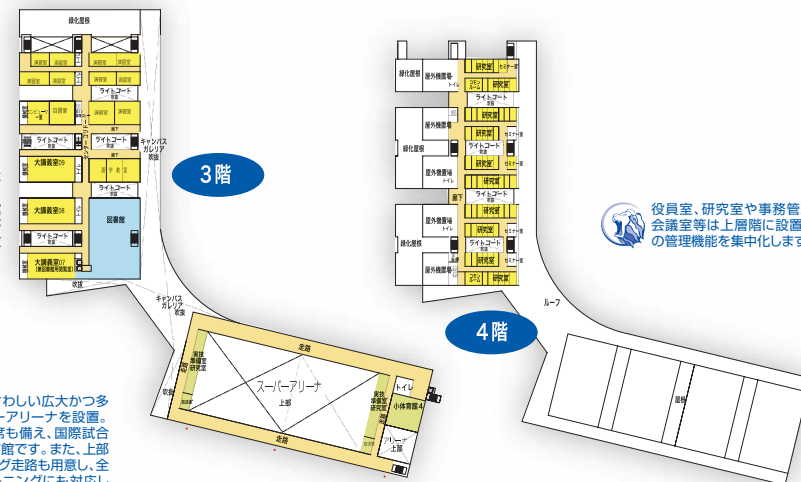
～学生に対してより快適で充実したキャンパスライフを提供～



学業に欠かすことのできない図書館、ゼミ演習室を2階、3階に配置します。図書館は従来に比べスペースが広くなり、閲覧室や座席数が増えます。



体育大学にふさわしい広かつ多機能なスーパーアリーナを設置。収納式の観客席も備え、国際試合も可能な大体育館です。また、上部に周回ランニング走路も用意し、全天候型のトレーニングにも対応します。



- (1) 教室部門
- (2) 体育館部門
- (3) アメニティ部門・事務学生部門
- (4) 情報センター部門
- (5) 役員室・事務管理部門
- (6) キャンパスガレリア
- (7) 駐車場
- (8) 機械室
- (9) センターコリドー・廊下



キャンパスガレリアでつなぐ 快適で充実した魅力あるステージ

教育研究棟であるA・Bブロックの設計は、より充実したキャンパスライフを学生に送ってもらうことを最優先に計画されています。事務管理部門と研究室・セミナー室は4Fから上の高層部に、使用頻度の高い教室・演習室・図書館は移動しやすい2・3Fに設置されます。さらに、学生生活において大事な学務系・キャリア支援などの事務室などは、より利用しやすいように、低層部1Fのメインの場所に設置されます。さらに、この周辺に食堂・学生ラウンジ・図書館を配置し、キャンパスライフを便利で豊かに過ごせる空間を実現します。

国際試合も可能な スーパーアリーナを設置

体育大学にふさわしい広かつ多機能なスーパーアリーナを設置。収納式の観客席も備え、国際試合も可能な大体育館です。また、上部に周回ランニング走路も用意し、全天候型のトレーニングにも対応します。さらに、中・小体育館も増設されます。従来、雨天の際の練習場の確保が課題でしたが、これにより解消できます。また、グラウンドは全面人工芝で、直線100mトラックが設置されます。

各施設・建物等の名称については仮称です。
※平成18年10月23日現在の設計計画に基づき図面も作成しています。
今後、変更が生じる場合があります。

本年6月14日～17日、2年に1度の世界学生選手権大会がスロバキアで開催され、田熊紘子さんが見事金メダルに輝いた。田熊さんは、あのアテネ五輪の銀メダリストで本学助教の山本博先生の教え子である。この大会での優勝の勢いに乗って、10月の全日本選手権での優勝と北京五輪への出場を目指す彼女の素顔に迫った。

ATHLETE

その瞬間、静寂がおとずれ、自分と黄色の的しか存在していないように思えました。

—アーチェリーを始めた時期とキッカケを教えてください。

田熊●弓の格好良さに惹かれ、高校に進学したらやりたいと思っていましたが、弓道部がなく、かわりにアーチェリー部に入部しました。アーチェリーの「ア」の字も知らない私でしたが、山本博先生の熱意あるご指導を仰ぎ、また、楽しい雰囲気の中で練習してうちにアーチェリーの魅力にはまっていきました。高校2年次のインターハイで団体優勝した時、その喜びが衝撃的で、一生やめられないなと思いましたね。

—進学先に日体大を選んだ理由は？

田熊●美容系の専門学校に行くか、大学に進学してアーチェリーを続けるか、すごく迷っていました。しかし、インターハイの舞台に立ったら、アーチェリーを続けたい気持ちの方が大きくなり、もっと強く、上手になりたいという気持ちが生まれました。そして、山本博先生から「進学するなら、日体大で鍛えてもらわないとダメだ」と言われ、日体大に入学したわけです。

—日体大に入学して、この3年半はいかがでしたか？

田熊●高校は自由な校風でしたので、大学1・2年生の時は上下関係や練習の厳しさに、正直、「何でこんなにキツイの？」と感じてしまっていました。特に、夏合宿は普段の練習の数倍の練習量をこなさ、自分の限界を超える経験をしました。でも、それが土台になり、どんな大試合でもあまり緊張せず、平常心で臨めるようになりました。この日体大での厳しさがなかったら、今回の世界学生大会での結果は出せなかったと思います。

—今回の世界学生選手権大会で、見事優勝されたのですが、初の国際大会はいかがでしたか？

田熊●2年次の大会では、補欠で試合に出場できなかったのですが、今年4月の選考会では学生として国際舞台に立てる最後のチャンスだと思い、緊張感をもって臨みました。それまでは思うように結果が出ないことが多かったのですが、もう後がないこの選考会でなんとか力を出せました。厳しい練習で精神的に鍛えられ、強くなった結果だと思います。

決勝戦は観客数も多く、そんな国際大会の雰囲気は初めてでしたが、自分でも驚くほど集中できました。相手のウクライナ選手がカチカチになって、体が硬くなっているのが分かったほど冷静だったと思います。1本目を射った後、スコープで見たら、黄色の9点に入っていました。その後はスコープを見ずにボンボン射っていきました。その時は、真ん中の黄色の的しか視界に入らず、アナウンスささ耳に入らないほどでした。最後の1本を射るまで、どちらが勝っているか分からず、後ろを向いて弓を置こうとした時、監督の「勝った!」と言う声が聞こえ、「えっ?本当に?」という感じでした。勝利の実感が湧いてきたのは、競技後のドーピング検査が終わってからでした。

—今後の目標や夢を聞かせてください。

田熊●もちろん、北京五輪への出場が大きな夢ですが、そのためにも、当面の目標は、10月の全日本選手権で優勝することです。ハードルは高いですが、女子の出場枠は4つあり、選考会も幾つかあるので、何とか優勝して夢を実現したいと思います。そして、アスリートとしても人間としてもまだまだ未熟で学ばなければならないことが多いですが、競技力を高め人間的にも成長したら、恩返しとして、母校で後輩たちの指導に当たりたいと考えています。

—最後に、後輩へのメッセージをお願いします。

田熊●日体大は、五輪メダリストや国際大会を経験した先生方、世界の第一線で活躍するトップアスリートがたくさんいます。競技者としての心構えやメンタルサポート、貴重な体験談などが聞けて、とてもプラスになります。ぜひ、メダリストやトップアスリートからいろいろな話を聞いて、為になるものは貪欲に吸収してください。

(9月21日、横浜・健志台キャンパスにて)

【アーチェリー部】 田熊紘子 (体育学科4年)



【PROFILE】●たぐま ひろこ●

1985年生まれ。埼玉県私立大宮開成高校出身
山本博先生の指導の下、高校時代からアーチェリーを始める。インターハイや国体に出場するも、団体優勝(高校2年)は果たしたが、個人としては無冠の選手だった。大学入学後、才能を開花させ、2年生の時、インカレ・インドアで準優勝、4年生の本年4月、世界学生選手権大会出場を決める選考会で代表に選ばれ出場、初の国際大会ながら見事栄冠を勝ち取る。身長154cm。

＜表紙を飾る＞



【レスリング部】 湯元健一 (体育学科4年)



【PROFILE】●ゆもと けんいち●

1984年生まれ。和歌山県立和歌山工業高校出身
レスリング部主将
身長165cm。フリー・60kg級
高校時代の01年にアジア・カデット選手権4位、02年に全国高校選抜大会とインターハイで優勝。日体大入学後、03年に東日本学生秋季新人戦優勝、04年にJOC杯ジュニアと東日本学生春季新人戦優勝。そしてアジア・ジュニア選手権で銅メダルと力を伸ばす。同年、全日本選手権で3位に入賞し、05年冬の全日本チームの欧州遠征に抜擢された。05年、明治乳業杯全日本選抜選手権で初優勝し、1年先輩の全日本王者の小山豪臣とのプレーオフに勝ち、世界選手権出場を果たす。同年の全日本選手権大会で初の日本一に輝く。

世界の舞台を経験した今、目指すは五輪代表。

05年、フリースタイル60kg級の日本代表を決める全日本選抜で湯元君は初優勝し、学生ではただ一人の代表として同年の世界選手権出場を果たした。さらに、同年末の全日本選手権でも初の日本一に輝く。幼少の頃からの目標を2つ実現した今、次なる目標は北京五輪だ。今後の活躍が期待される湯本君に、世界選手権の感想や主将としての思いを語ってもらった。

—レスリングを始めた時期とキッカケを教えてください。

湯元●小学校3年の時からです。父がレスリングをやっていたことから、双子の弟と一緒にジュニア・レスリングクラブに入れられたことがキッカケです。スバル式に猛烈にやらされ、嫌で辞めたくなった時もありました。クラブが弟と一緒にだったので、頑張れたと思います。中学からは自主的に練習に取り組みようになり、レスリングが楽しくなりましたね。

—全国高校選抜とインターハイで優勝し、いろんな大学から誘いもあったと思いますが、日体大を選んだ理由は？

湯元●ジュニアクラブの日体大OBのコーチからの勧めと、安達監督から勧誘を受けたからです。また、小学校時代から、オリンピックへの出場という夢がありました。それを実現するには伝統と練習環境が充実した日体大以外にはないと思ったからです。

—その練習環境の良さとは、どんなところですか？

湯元●池松さんと松永さんなど、日体大には五輪メダリストや全日本王者が多いので、そういう人達と一緒に練習でき、鍛えられる点です。毎日が全日本の合宿みたいなものです。自分がこの4年間で成長できたのも、高い意識と厳しい練習環境のおかげだと思います。

—昨年は、念願の世界選手権に出場しましたが、そこで得たことと今後の課題を。

湯元●初戦の相手は、いきなりアテネ五輪王者でした。結果は、1ポイントも奪えず0-2の判定負けでしたが、互角に近い戦いをしたという思いがあり、大きな力の差は感じなかったです。さらに自信になったのは、敗者復活1回戦でした。対戦相手は04年欧州チャンピオンで、05年2月にトルコで開催された、ヤシダコ国際大会で優勝した選手に攻め続けて勝ったことです。世界トップのレベルの身をもって感じることでできたと同時に、世界で勝つための課題として、もっとパワーをつけなければダメだと痛感しました。

—昨年11月から主将に任命されたそうですが、主将としての思いや苦労を聞かせてください。

湯元●常に日体大の目標は、団体戦4冠(東日本学生リーグ戦、全日本学生王座決定戦、全日本大学グレコローマン選手権、全日本大学選手権)の制覇にあります。しかし、昨年はレスリング王国として無冠という屈辱を味わいました。そのため、タイトル奪還に向けて80人を超える部員をまとめ、正月から厳しい合宿を組んだりして頑張ってきました。嬉しいことに、全員が意識を高く持ってくれ、練習をサボるような部員は今まで一人もいませんでした。今年5月の東日本リーグ戦で2年ぶり24度目の優勝ができたときは、ホッとしました。改めて「日体大レスリング部主将」の立場の重さと、部員をまとめることの苦労を実感しました。

—湯元君にとって、レスリングの魅力はどこにありますか？

湯元●神経を研ぎすました2分間、1対1の勝負の中で、力や技だけでなく、駆け引きも全部駆使して戦い、そして勝った時の醍醐味は、やはりこの競技でしか味わえないものだと思います。

—最後に、卒業後の目標や夢を聞かせてください。

湯元●もちろん、幼少の頃からの目標であるオリンピック出場です。卒業後もレスリングを続けて、北京五輪とロンドン五輪への出場を目指します。また、共にレスリングに打ち込んだで、弟(拓大4年・55kg級)と2人揃って出場したい、という夢もあります。

(9月21日、横浜・健志台キャンパスにて)

高山 樹里さん

1999年3月体育学科卒業

株式会社豊田自動織機 広報部
シドニー／アテネの五輪メダリスト

女子ソフトボールが初めてオリンピック正式種目となった96年アトランタ大会。その記念すべき大会の初戦で開幕投手を務めたのは、日本代表チーム最年少の高山樹里さんであった。五輪という大舞台で、きれいに整備されたスタンドに立った時、鳥肌が立ちましたね。プレイボールのコールがかかっても、自分がここで投げても本当にいいのかと思いました。この大会で、高山投手は物おじしない堂々としたピッチングで3勝を挙げ、日本は惜しくもメダルを逃した。以来、シドニー大会、アテネ大会と連続で出場。シドニー大会ではエースとして先発、抑えに活躍し、銀メダル獲得の原動力となる最多の5勝を挙げ、通算8勝のオリンピックレコードを樹立している。

高山投手のボールのスピードは90km前後、100kmを超える速球派が主流を占める世界の中にあつて強打者を打ち取れるのは、高山投手の代名詞である。ライズボールと絶妙なコントロールがあるからである。そのピッチングの基礎を築き、ライズボールを修得した輪に3大会連続出場しても、高山さんには「20世紀

ソフトボール日本代表の栄光と共に歩んだ10年。次の北京五輪も目指す。



のは、高校時代という。「藤原監督現しオバレス21監督から、これからはライズの時代になる」とアドバイスを受けたからです。それまでは、持ち球はドロップ系の球とコントロールもない速球だけでした。スピードを捨て、コントロールとライズボールの投手に変わった高山さんは、以後、それを極めるために黙々と努力を積み重ねてきた。

日本大への進学は、「中学時代から日体大以外は考えていなかった」という。そしてソフトボール部では、2年先輩の松島（旧姓・持田）京子さんとバッテリーを組み、コントロールや配球の大切さを学んだ。さらに、全日本では投球術に磨きをつけた。高山さんがソフトボールを始めたのは小学1年生の時。近所の人に誘われて子供会のチームに入ったのがきっかけという。以来、22年間のソフトボール人生になるが、「ソフトボールは自分を表現し、成長させてくれる場所」と語る。

まさに、ソフトボールと共に歩んできた人生だが、五輪に3大会連続出場しても、高山さんには「20世紀

PROFILE たかやま じゅり★

1976年神奈川県生まれ。
小学1年生からソフトボールを始め、埼玉県高校時代はインターハイ3位、国体優勝の輝かしい成績を上げ、95年日体大に入学。1年生から世界ジュニア選手権（2位）など世界の舞台で活躍。96年、2年生の時、2年先輩の持田京子選手と共に、日本代表チーム最年少でアトランタ五輪出場、4位。98年、世界選手権3位。アジア大会優勝。99年4月、株式会社豊田自動織機に入社、同年日本リーグの投手部門で新人賞を受賞。00年シドニー五輪ではエースとして先発・抑えに活躍し、銀メダルに貢献（最多の6勝達成）。02年、世界選手権準優勝、アジア大会優勝。04年アテネ五輪では銅メダル受賞、五輪での通算8勝は五輪記録。日本リーグでは完全試合を1試合、無安打無得点試合を1試合達成している。投手（右投・右打）。身長162cm
素速2段で、水泳・スキーも得意とする。趣味は料理。好きなアーティストは、平井堅、コブクロ、横原敬之、ドリカム。好きな言葉は、「不真面目な優等生」「自分らしく」

白坂 契

1985年3月体育学科卒業

読売巨人軍・トレーニングコーチ



いつかは世界一を経験したい。答えのない仕事での奮闘は続く

幾多の球史に残る名選手を輩出するなど、今日に至るまで日本野球界をリードしてきた読売巨人軍。東京ドームのカウル光線を受け活躍する選手は、多くの野球少年にとって憧れの存在である。そんな選手たちを陰で支えるのが本学OBの白坂契氏である。

「この仕事は成功の方程式のようなものがないことが魅力であり、また難しさでもあります。完璧にコンディショニングを整えた選手が結果を出すことができなかったり、その逆もあつたりしますが、この仕事の悲喜を語る。大学卒業後は約一年半、中学校教諭を務めた。その後はフィットネス関係の会社へ転職する。「もちろん仕事内容は違いますが、人と接し、指導する仕事であることに変わりはない。その頃の経験は今の仕事にも活かされていると思います。」プライドの塊とも言えるプロ野球選手へ接する術はその頃に培われていたのかもしれない。

打撃や守備の技術系コーチとメディカルサポートを行うトレーニングの間で選手たちのコンディショニングをチエ

ックトレーニングメニューを組み立てることが、白坂氏の主な仕事である。「どうしたらその選手が100%の力を発揮できるのか。画的なトレーニング指導では上手くいきません。成功の鍵となるのは選手や他のスタッフとのコミュニケーションではないでしょうか」と選手本位の目標を常に仕事へ取り組んでいる。

プロ野球界への誘いは突然だった。「知人が当時千葉ロッテの監督だった山本功児さんを紹介してくれたのです。最初に会ったときに何か感じるものがありました。それは巨人へ誘われたときと同様に原監督も同じ。何かを決断するときには仕事を一緒にする人の持ついるパワーみたいなものを僕は信じます」と人と接する仕事での、秘訣を教えてくれた。トレーニングコーチとなつて6年が経過したが、今も勉強ですよ。慣れたというとはないですね。年齢が増えただけで、笑選手とのコミュニケーションは、いかに変化はしないですね。

2005年シーズンは千葉ロッテで日本に輝いた。

「もう巨人でも同じ喜びを味わいたいです。選手たちがなぜかいい言葉をかけてくれる瞬間は何にも変えられないものがありますから」。2006年シーズンは悔しさの連続だったが、そのリベンジに燃えている。

今後の人生設計について。「何をやるにしてもスポーツの世界で生きていきたいと思います。夢はセネタイルに日の丸を掲げること。野球でも他競技でもいいのですが世界一を経験したい」。

日体大へのアドバイスは、「よく学び、よく遊べ」ですね。大学というところは、今になつて思うと、「人生の目次」を知るところじゃないかと思っています。数ある目次の中で、自分が何を学びたいのかを見つけること。そのためには勉強だけでなくたくさんの人と接して、色々な考え方を吸収することも大事ですよ。社会生活や、仕事」をする上でコミュニケーションの大事さを白坂氏の言葉は思い出させられました。

（9月30日 東京ドームにて）

PROFILE しらさか ひさし★

1961年千葉県生まれ。
松戸南高校から本学体育学科へ進学。大学時代は1時間半かけて通学していた。当時の体育調査研究部に所属。卒業後は中学校教諭、リボンスポーツシステム、ヘルスパークを経て2000年秋から千葉ロッテマリーンズのコンディショニング担当コーチに就任。2005年にはチームの日本一、アジア制覇に貢献。2006年シーズンから読売巨人軍へ。キャンプ中は選手の体作りを中心に、シーズンに入ると主にコンディショニング維持を担当する。チームのスケジュールとともに行動するため「シーズン中の休みは月に1〜2回」とのこと。家族サービスは、「12月にまとめる」。学生時代の思い出は冬休みに入ると越後湯沢で泊り込みのバイトをしながらスキー三昧したこと。現在の趣味はDVD鑑賞。

ウェストサイズ・ストーリー

皆さんのすぐ身近にある健康問題やスポーツに関する疑問に焦点をあてて、今号からシリーズで紹介していきます。

第1回目は、豊富な臨床医経験を基にした肥満症の診断、治療、ダイエット指導に絶大な信頼と実績を持つ大野誠教授から「メタボリックシンドローム」について教えてもらいます！



日本体育大学大学院
健康科学・スポーツ医科学系
教授

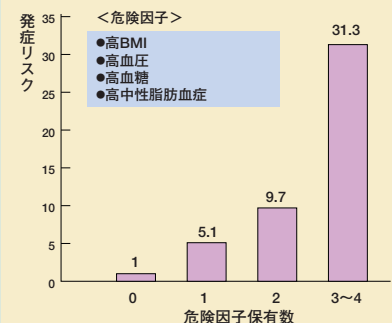
大野 誠
おの まこと

1. 死の四重奏と メタボリックシンドローム

働き盛りのビジネスマンの突然死や過労死の原因としてよく知られているのが心筋梗塞と脳卒中。心臓や脳の太い血管が詰まったり、もろくなる動脈硬化を基盤として発症する生活習慣病の代表です。この動脈硬化を引き起こす危険因子として問題視されているのが「死の四重奏」症候群です。すなわち、肥満に糖尿病、高血圧症、高脂血症が併発した状態でこれら四重奏がそろった、それを持った人という研究結果が厚生労働省より発表されました(図1)。さらにこれにタバコを吸うと「死の五重奏」とはれ、より一層危険性が高まるので要注意です。

図1は企業で働く12万人を対象に行われた調査ですが、死の四重奏を構成する危険因子が1つある人は心筋梗塞の発症率が5倍に、2つある人は10倍、3つある重奏になると30倍以上に上昇することが明らかになりました。それぞれの異常の程度は軽くても、危険因子が累積するとリスクがうなぎ登りに上昇するため、このような状態はマルチプルリスクファクター症候群と呼ばれてきました。また、これらの異常の基盤には内臓脂肪の蓄積が深く関わりあっていることが明らかになり、内臓脂肪症候群と呼ばれることもありましたが、いずれも類似した病態を捉

危険因子の数と心臓病の発症リスク [図1]



労働省作業関連疾患総合対策研究班の調査より：Nakamura et al., Jpn Circ J 65:11-2001

2. メタボリックシンドロームの 診断基準

WHOがメタボリックシンドロームという呼び名を提唱してから、各国でそれぞれの国情に見合った診断基準が設定されました。日本では2005年4月に日本内科学会を中心に8つの医学会の合同委員会から、メタボリックシンドロームの診断基準(図2)が発表されました。

この診断基準の特徴は、内臓脂肪の過剰蓄積を診断の「必須項目」にした点です。これによると、おへその位置のウェスト周囲径(へそ周り)が、男性で85cm、女性で90cmを超えると、内臓肥満と診断されます。へそのレベルで撮影した腹部X線断層(CT)検査で、内臓脂肪の面積が100平方cmを超えると、生活習慣病を併発するリスクが明らかに高まるとはよく知られていますが、この内臓脂肪の面積100平方cmに対応するへそ周りが、男性85cm、女性90cmという基準値になったのです。女性は元来、内臓脂肪よりも皮下脂肪がたまりやすいのですが、閉経後に女性ホルモンが低下するので男性のように内臓脂肪がたまってきます。ここで、男性と同程度に内臓脂肪の面積が100平方cm

になった時には、元来男性よりも皮下脂肪が厚い分、ウェスト周囲径も大きくなると考えられています。

へそのレベルのウェスト周囲径が上記のレベルを超えて、高血圧、空腹時高血糖、高中性脂肪血症かつまたは低HDLコレステロール血症の3項目のうち2項目以上が該当すると、メタボリックシンドロームと診断されることとなります。HDLコレステロールは動脈硬化を予防する「善玉コレステロール」ですが、血液中の中性脂肪が増えると、HDLコレステロールは逆に低下することが多いのでこの両者のLDLコレステロールが増加すると動脈硬化が進行することは古くから知られていますが、この「悪玉コレステロール」の増加はそれ単独で動脈硬化を促進するためメタボリックシンドロームを構成する危険因子には含まれていません。

この血圧、血糖、血液脂質に関する基準値は、いずれも正常範囲をわずかに超えたレベルに設定されている点がみえます。いわゆる、糖尿病の予備軍(境界型)とか境界域の高血圧(正常高値血圧)というような、明らかに生活習慣病を発症する前のグレーゾーン(予備軍)の人たちを全て含んでいる点こそが最も注意せねばならぬ点です。

これらの生活習慣病は、いずれもサイレントキラー(静かな殺し屋)と呼ばれるほど、自覚症状に乏しく、症状が出てきた時にはもう病気がかなり進行してしまっているという点はよく知られています。ですから、「ウェストがきつい」「ベルトの穴がふえた」という症状こそ、実はこれらの生活習慣病の「初発症状」というわけです。すなわち、サッカードというところの、例のイエローカードということができそうです。厚生労働省の発表によると、現在40〜74歳の日本人男性の2人に1人、女性の5人に1人がメタボリックシンドロームがその予備軍で、該当者は約940万人、予備軍は約1,020万人にもなると推定されています。

[図2]

〔必須項目〕
内臓肥満(ウェスト径)
男性 $\geq 85\text{cm}$
女性 $\geq 90\text{cm}$

Metabolic Syndrome

必須項目に加えて、
①〜③の項目を2つ以上満たすと
Metabolic Syndromeと診断

① 血圧
 $\geq 130/85\text{mmHg}$

② 空腹時血糖
 $\geq 110\text{mg/dL}$

③ TG(中性脂肪) $\geq 150\text{mg/dL}$
かつ/または
HDL(善玉)コレステロール $< 40\text{mg/dL}$

大学院の紹介

07

本誌に大学院紹介が始まり7回目を数えます。今回は、4年目を迎える日本体育大学大学院、国士館大学大学院、日本女子体育大学の三大学院交流事業、学会活動を通じて本学大学院の状況をレポートします。シリーズ連載している「研究施設からみた大学院における研究活動」では、『特別図書目録』『稀観書目録』を紹介しています。

1 日本体育大学大学院、国士館大学大学院、日本女子体育大学大学院の交流事業に関して

現在、体育・スポーツ科学関連分野の研究は、運動やスポーツを行う人の中から行動を、自然科学・人文科学、社会科学をベースにしながら行われてきています。大学院における教育研究活動は、この分野の研究を進展させる原動力であり、大学院は、科学の発展と研究者ならびに高度な専門的能力を持つ職業人を養成する責務を負っています。私立大学大学院は、それぞれ特色のある研究科を設置して教育研究活動を行ってきましたが、より成果を進展させるためには、体育・スポーツ科学分野が連携して活動することが不可欠となります。そこで、平成14年当時、世田谷区に拠点を置く3つの体育系大学の学長が会し、各大学院が持つ知的資源を共有し、部を提供できる場を設置したいというところからこの交流事業を発足しました。また、単位互換も視野に入れます。体育・スポーツに関連する大学院生を対象と



第1回研究発表会の様子

<国内学会>

- 第14回日本運動生理学会大会(2006年7月29～30日、広島県)
→本学大学院からの発表数：1題
- 第60回日本体力医学会大会(2006年9月24～25日、兵庫県)
→本学大学院からの発表数：12題
- 第57回日本体育学会(平成18年8月18～20日、青森県)
→本学大学院からの発表数：10題

<国際学会>

- American College of Sports Medicine 53th Annual Meeting(2006年5月31日～6月3日、アメリカ合衆国)
→本学大学院からの発表数：3題
- Biochemistry of Exercise 13th International Conference(2006年10月20～23日、大韓民国)
→本学大学院からの発表数：3題

その他年間を通じてスポーツ史学会、日本スポーツ人類学会、日本生理学会、日本臨床スポーツ医学会、トレーニング科学研究会、日本バイオメカニクス学会、国際バイオメカニクス学会など多くの学会に参加、発表しています。



大韓民国で行われた学会の様子

シリーズ

3

研究施設からみた 大学院における研究活動 その⑦ 特別図書目録・稀観書目録

大学院では日々体育・スポーツに関わる研究活動が展開されています。このシリーズでは、本学大学院での研究活動が頻繁に使用される機器・設備を通して、本学にて展開される研究活動を紹介していきたいと思います。第7回目は、日本体育大学図書館所蔵『特別図書目録』(1987年)・『稀観書目録』(2000年)についてです。



本学図書館所蔵『特別図書目録』(1987年)、『稀観書目録』(2000年)

研究発表会を開催し、その後は第2回を日本女子体育大学、第3回を国士館大学で行いました。そして2週目となる今年、は再び本学で開催することとなりました。テーマは「トッパスリートおよびコーチが学ぶ大学院の現状と展望」と題して、日体フューチャール期間中の11月4日(土)に行います。当日は、大学院生として研究に励んでいるオリビック選手やトッパスリートの素顔も見えてくるかもしれません。三大学の大学院生や本学の学生だけでなく、日体フューチャールに訪れる地域の皆様にも是非ご参加いただきたいと思います。そして、今後も益々活気のある交流事業として発展することを期待します。

2 学会活動を通しての大学院の活動報告

秋は体育科学の分野における学会が盛んに開かれます。学会は、日本国内外を問わず研究分野を共通にした研究者が日々の研究活動を発表し、その成果に関して評価あるいは批判を受ける場所です。大学院では学位論文のための研究活動が主になるため、学会参加および発表は大学院生にとっては欠かせないものといえます。

本学大学院からは、現在国内外あわせて10以上の学会あるいは研究会に参加しています。以下に、2006年4月から10月までに、本学大学院より発表が行われた主な学会およびその発表数を紹介します。

本学図書館が、これまで体育・スポーツやその関連領域を中心に国内外の図書、学術雑誌、ビデオ(DVD)、マイクロフィルム、CD-ROMなどを日々収集し、体育系大学・学部図書館として中心的な役割を果たしてきたことは言うまでもありません。その蔵書の質量ともに屈指のスポーツ図書館として高い評価を得て、本学関係者のみならず、他大学の学生・研究者、スポーツジャーナリストの方々に有効に活用されています。

こうして長年にわたって蒐集されてきた図書館の蔵書の中には国内で、そして世界的にも貴重とされる文献や極めて珍しい画像史料・図版などが数多くあります。これらの貴重書(コレクション)は「日本体育大学図書館特別図書目録」(1987年)、『日本体育大学図書館稀観書目録』(2000年)に収められ、重要な研究情報として我々に発信されています。いずれも、1スポーツライブラリー①「カラー図版の部」、②「モノクローム図版の部」、③「出典・解説・雑感」、④「特別図書(稀観書)文庫」からなり、そこには1500年代から1800年代におけるヨーロッパ世界や日本のスポーツの在り様が映し出されています。『近代野球初試合』(1865年)や『イギリス国民のスポーツと娯楽』(1801年)、『フイオレンティーノ・カルチョの回想』(1688年)さらには『古代相撲図』(文化11・1814年)、『小児乃遊戯』(明治34・1901年)など文字史・資料からは十分に得ることができない当該時代のスポーツの姿をこれらの非文字(図像)史料を通して再構成することができるとです。

これらの目録は、単に研究情報を蓄積しただけのものではありません。本学が誇る知的財産(文化的資産)の情報を広く提供するためであり、同時に我々にとつて精神的な拠り所となるものでもあるのです。

おわりに

本学大学院は、三大学院交流事業、学会活動など、その成果を幅広く公開するとともに、競技活動現場への還元を目指すべく日々努力しております。本学はもちろん他大学からも本学大学院への受入を広く歓迎いたします。

シリーズ
研究最前線

本学の研究から01

体育研究所における
プロジェクト研究体育研究所長
教授西條 修光
さいじょう ありみつ

WHO(世界保健機関)が「Active Living(生き生きした生活を)」を1997年に提唱したように、生活の現代化のなかで子どもたちも身体活動の機会が減り、体力・運動機能の低下が起きている。体力の低下は健康上だけでなく、我が国の国際的競争力の向上という面からみても由々しき問題です。様々な対策がとられている中で、有効な対策を明らかにすることは体育・スポーツ界に指導者を輩出している本学の責務ではないかと考えます。

このような問題に対し体育研究所では、本年度より子どもたちの体力・運動能力の向上とそのプログラム開発について、本学教員21名を中心にプロジェクト研究を始めました。

社会的なニーズを踏まえ、本学の強みを生かした「さすが日体大」「日体大の真似はできない」と思わせるような日体大独自のプログラムを作成しますので、成果にご期待ください。

ここに紹介するのはプロジェクト研究の層の深化を図るべく、オーストラリアに留学している伊藤雅充講師の近況報告です。

実験室からフィールドへ

体育研究所 専任所員 伊藤 雅充 講師



現在ではスポーツ科学はスポーツの競技力向上に欠かせないものと言われるようになってきました。ひと口にスポーツ科学といっても学問的には実に様々な領域から成り立っていますが、私は特にバイオメカニクス、運動生理学的な立場で、実験室的研究と現場的研究の両側面から競技力向上を考えています。

アテネオリンピックでは全日本女子バレーボールチームのアナリストとして活動しました。スポーツ科学を活用し、①個人の動作の特徴をつかむ、②組織としての動きの特徴をつかむ、③全体の特徴を漠然とつかむ、という3つの観点からデータ収集、分析、フィードバックを行いました。この活動を通して、チームとしての能力も大切ですが、やはりまずは「個人の能力」を向上させなくてはならないと強く感じました。特に「動きの中でいかに最適な力を発揮するか(パワー発揮)」という能力を向上させることはならないと思います。

実験室的研究として、これまで超音波法を用いてヒトの動きを生み出す動力源である筋・腱複合体のふるまいについての研究を行ってきました。筋線維が太いと筋力発揮に有利で、筋線維が長いと筋収縮速度増加に有利ですが、筋には様々な形状があり、力や動きの伝達を理解するのは容易なことではありません。さらに筋の力や動きは腱を介して骨に伝達されるので、腱の動きも非常に重要です。腱はいわゆるバネの特性を有しており、この特性をうまく使い、筋と腱をひとりの単位としていかに機能させるかがパワー発揮の重要なポイントになります。これらの研究を通して、日本人もト

レーシング次第でパワーを十分に獲得できるはずだと感じています。パワーは力と速度の積で表されます。負荷を用いたレジスタンストレーニングで鍛えるのが力の要素で、獲得した力をうまく使うための動きのトレーニングも必要です。力をつけるためのトレーニングは第二次性徴期以降に開始するのが良いとされていますが、動きのトレーニングは神経系の発達が顕著な時期である第二次性徴期以前に行うことが必要があります。子どもたちの運動経験、これが後の競技力向上に重要な意味を持っているのです。

子どもたちの体力・運動能力が低下しているという報告が多く出されていることは非常に残念です。指導者を多く輩出している日体大としても、この問題に積極的に取り組んで行かなくてはなりません。私も子どもを対象に将来のパワー発揮につながるようなトレーニングについて研究を行っています。小学生テニス選手を対象に1日30分のトレーニング

を14週間行った研究では、筋力系はあまり向上が見られないうえに、フットワークを中心とした敏捷性の項目と持久系の能力には大きな向上が見られました。今後はトレーニングの種類、強度、頻度、ピリオダイゼーション等についてさらに詳しく調査していく予定です。

ところで、私は現在大学の学外研修制度を利用し、オーストラリア・アデレードにあるSouth Australian Sports Institute(SASI)にきています。SASIのスポーツ科学部門は大きく生理学、バイオメカニクス、心理学、パフォーマンス分析、ストレングス&コンディショ



子どものトレーニングの様子

ニングに分けられています。その他にも医学や栄養学サポートなども行われています。パフォーマンス分析セクションでは映像を編集したり、ゲーム分析を行ったりと、私がアテネオリンピックで行ったアナリストのような活動が展開されています。SASIには各種目のコーチも所属しています。さらに自転車やビーチバレー等のナショナルチームがトレーニングを行っています。私はビーチバレーの担当として科学的サポートを行っていく予定になっており、その方法論について検討しているところです。また、オーストラリアはスポーツトレーニングの先進国であり、SASIでも積極的にタレント発掘を行っています。SASIでの活動を始めてもう少しで2ヵ月になりますが、やっと雰囲気慣れできたところです。あと、10ヵ月でできるだけ多くのことを吸収し、帰国後学生に対して私の経験を伝えていきたいと思っています。

スポーツ課調べ 4月～10月18日現在
情報 は 本学ホームページ・学友会成績及び新聞各紙より

●11月以降のキャリア教育支援行事

区 分	1 年	2 年	合 計
体 育 科	137	139	276
幼児教育保育科	55	—	124
保 育 科	—	69	
合 計	192	208	400