

令和7（2025）年度 日本体育大学 卒業式（学長訓辞）

卒業生の皆さん、本日は誠におめでとうございます。また、これまで皆さんを温かく支え、励まし、成長を見守ってこられた保護者、ご家族の皆様に、心よりお祝い申し上げます。本学の教育活動に対し、平素より深いご理解とご協力を賜りましたことに、改めて深甚なる感謝の意を表します。

本日、全ての卒業生が一堂に会し、このように厳粛かつ盛大に卒業式を挙げていくことは、大学にとっても大きな喜びであり、皆さんが歩んできた努力の軌跡を象徴するものであります。

皆さんが本学に入学された頃、社会はなお新型コロナウイルス感染症の影響下にありました。大学においても、従来の教育形態に加え、新たな教育システムの導入が急務となり、まさに教育の在り方そのものが問われる時期でありました。本学の教育の根幹をなす、実技・演習・実習といった「身体を通して学ぶ」領域においても、さまざまな制約の中で創意工夫が求められ、教職員は学生の学びを止めることなく継続させるために、あらゆる可能性を模索し続けました。その結果、教育の提供方法は新たな段階へと進み、身体知の学習においても、これまでになく多様なアプローチが試みられることとなりました。

こうした環境の中で学びを積み重ねてきた皆さんは、固定的な枠組みにとらわれず、社会の変化に柔軟に対応する力を確かに身につけてこられたことと思います。これは、これからの時代を生きるうえで、極めて重要な資質であります。

この4年間で、AIは急速な発展を遂げ、皆さんの学習環境にも大きな変化をもたらしました。AIを活用することが日常となり、知識との向き合い方そのものが転換期を迎えています。AIは私たちの意思決定に深く関与する存在となり、社会の構造そのものを変えつつあります。しかし一方で、経験を通して自己の内部から動きを創出する「創発能力」は、実技・演習・実習の中でしか獲得できない、極めて重要な身体知です。本学には、専門的知識を有する教員が、学生の運動発生を援助する「捉発」という独自の教育文化があります。これは世界的にも類を見ない、本学が誇る教育領域であり、AIをいかに駆使しても到達し得ない別次元の価値を有しています。身体知とは、単なる技能の習得ではなく、経験を通して自己の内部に蓄積され、状況に応じて自律的に発動される知の体系です。皆さんは、この身体知を集中的に学び、鍛え、磨き上げてきました。その学びは、これからの未来において、皆さんが自らの力を信じ、確かな歩みを進めていくための揺るぎない基盤となるはずです。

最後に、皆さんの先輩として、私の心に深く残っている一冊をご紹介します。バージニア大学の臨床心理学者メグ・ジェイ博士は、著書『人生は20代で決まる』において、20代が人生において極めて重要な時期であると述べています。博士の研究に

よれば、次の四点が明らかになっています。

1. 人生の大きな出来事の80%は35歳までに起こる
2. 働き始めた最初の10年間で、生涯賃金の伸びが決まる
3. アメリカでは30歳までに人口の半数以上が初婚または同棲を経験する
4. 脳が人生最後の成長を遂げるのが20代である

特に四点目の脳の発達については、20代に実際に使われた脳細胞が残り、使われなかったものは消滅するという特徴があり、30歳以降の複雑な課題に備えるための重要な準備期間であるとされています。そのため、20代には多くの経験を積み、時には大きな失敗をすることも必要であり、また自分の世界に閉じこまず、異なる分野の人々と積極的に関わることが、最も効果的であると博士は述べています。

皆さんには、これからの20代を恐れることなく挑戦し、成功も失敗も糧として、大いに経験を積んでいただきたいと思います。その準備は、すでに日本体育大学でしっかりと整えてきました。あとは実践あるのみです。

卒業生の皆さんの今後のご活躍と、さらなる飛躍を心より祈念し、学長としての訓辞といたします。本日は誠にありがとうございます。

令和8年3月15日

日本体育大学

学長 石井隆憲