

Wed. Aug 30, 2023

RY302

ランチョンセミナー③／コトブキシーティング株式会社

12:40 PM - 1:40 PM RY302 (良心館3階 R Y 3 0 2 番教室)

[ランチョン3-1] 体育館で子どもたちが安全に活動するための「仕切り」とは  
\*木元 幹彦<sup>1</sup>、西尾 剛<sup>2</sup> (1. コトブキシーティング株式会社、2. ミズノ株式会社スポーツ施設サービス運営部 (元・鴨谷体育館・鴨谷野球場・荒山テニスコート支配人))

RY304

ランチョンセミナー①／一般社団法人大学スポーツ協会

司会：池田 敦司 (一般社団法人大学スポーツ協会 (UNIVAS))

12:40 PM - 1:40 PM RY304 (良心館3階 R Y 3 0 4 番教室)

[ランチョン1-1] 大学スポーツから考える人材育成  
\*池田 敦司<sup>1</sup>、坂田 拡光<sup>2</sup> (1. 一般社団法人大学スポーツ協会 (UNIVAS)、2. 株式会社KEIアドバンス)

RY306

ランチョンセミナー②／独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンスポーツセンター

12:40 PM - 1:40 PM RY306 (良心館3階 R Y 3 0 6 番教室)

[ランチョン2-1] 国立スポーツ科学センターの支援と研究  
\*窪 康之<sup>1</sup> (1. 国立スポーツ科学センタースポーツ科学・研究部)

Thu. Aug 31, 2023

RY201

ランチョンセミナー④／特定非営利活動法人日本トレーニング指導者協会

12:20 PM - 1:20 PM RY201 (良心館2階 R Y 2 0 1 番教室)

[ランチョン4-1] トレーニングの実践現場におけるエビデンスを活用・応用したトレーニング指導  
\*佐野村 学<sup>1</sup>、山内 武<sup>2</sup> (1. 帝京大学准教授、JATI理事、2. 大阪学院大学教授、JATI監事)

RY204

ランチョンセミナー⑤／独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンスポーツセンター  
司会：久木留 毅 (独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンスポーツセンター)

12:20 PM - 1:20 PM RY204 (良心館2階 R Y 2 0 4 番教室)

[ランチョン5-1] HPSCが推進するアスリートのためのトータルコンディショニング  
\*清水 和弘<sup>1</sup>、中村 真理子<sup>1</sup>、山下 大地<sup>1</sup> (1. 独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンスポーツセンター)

Luncheon Seminar

## ランチオンセミナー③／コトブキシーティング株式会社

Wed. Aug 30, 2023 12:40 PM - 1:40 PM RY302 (良心館3階 R Y 3 0 2 番教室)

---

[ランチオン3-1] 体育館で子どもたちが安全に活動するための「仕切り」とは

\*木元 幹彦<sup>1</sup>、西尾 剛<sup>2</sup> (1. コトブキシーティング株式会社、2. ミズノ株式会社スポーツ施設サービス運営部 (元・鴨谷体育館・鴨谷野球場・荒山テニスコート支配人))

(Wed. Aug 30, 2023 12:40 PM - 1:40 PM RY302)

## [ランチョン3-1] 体育館で子どもたちが安全に活動するための「仕切り」とは

\*木元 幹彦<sup>1</sup>、西尾 剛<sup>2</sup> (1. コトブキシーティング株式会社、2. ミズノ株式会社スポーツ施設サービス運営部 (元・鴨谷体育館・鴨谷野球場・荒山テニスコート支配人))

日本スポーツ振興財団によると、2018年に体育館で発生した小・中学生の事故のうち、「施設・設備が関連したもの」は381件と報告されている。具体的原因として記載されているものの一つとして、「仕切りネットのたるみで転倒」がある。日本の体育館では、競技コートの「あいだ」は、長らく仕切りネットによって空間が仕切られてきた。仕切りネットは「標準設備」として殆どの体育館で設置されており、その是非について議論されることはなかった。

一方、アメリカではこの仕切りネットに相当するものとして、ディバイディングカーテン（以下DVC）が使われている。DVCは、天井から昇降するシート状の幕で、フロア部分にたわみがない。コトブキシーティングでは、このDVCを2016年から本格的に販売を始めたが、まだ国内での認知度は低い。それでも、実際に採用いただいた施設からは、その安全性、利便性に対して高い評価をいただいている。

本セミナーでは、これから加速度的に普及が期待されるDVC（弊社製品名：SIKIURTO）について、実際に使用している管理者、教職員のインタビューからその有効性を紹介し、体育館を利用する子どもたちが安全に活動できる環境整備の一助となれればと考える。

Luncheon Seminar

## ランチョンセミナー①／一般社団法人大学スポーツ協会

司会：池田 敦司（一般社団法人大学スポーツ協会（UNIVAS））

Wed. Aug 30, 2023 12:40 PM - 1:40 PM RY304 (良心館3階R Y 3 0 4 番教室)

共催社名：一般社団法人大学スポーツ協会（UNIVAS）、株式会社KEIアドバンス

---

### [ランチョン1-1] 大学スポーツから考える人材育成

\*池田 敦司<sup>1</sup>、坂田 拓光<sup>2</sup>（1.一般社団法人大学スポーツ協会（UNIVAS）、2.株式会社KEIアドバンス）

(Wed. Aug 30, 2023 12:40 PM - 1:40 PM RY304)

## [ランチョン1-1] 大学スポーツから考える人材育成

\*池田 敦司<sup>1</sup>、坂田 拡光<sup>2</sup> (1.一般社団法人大学スポーツ協会 (UNIVAS)、2.株式会社KEIアドバンス)

大学スポーツ協会 (UNIVAS) は、わが国における大学スポーツの振興と社会的価値の増大に向けて2019年3月に創設され、以後4年間、学生アスリート等のデュアルキャリア形成支援事業をはじめ、大学スポーツの安全安心な環境の確立、大学スポーツの認知拡大とブランド価値向上およびDX推進等、数多くの事業を展開している。

とりわけ、学生が大学生活において学業と運動部活動を両立させることや、自身の将来を考えて準備を始めることは、最も重要なテーマのひとつであるが、その実践・実現に向けては、さまざまな課題が存在している。

今回は、特にスポーツ活動を重視した「総合型選抜」や「学校推薦型選抜」等で大学へ入学した運動部学生を対象として、大学において学修を進めるうえで重要である「学ぶことの必要性の理解」「学びへの動機付け」「学びへの興味喚起」という点を重視し、UNIVASがアカデミックパートナーの河合塾グループ株式会社KEIアドバンスと連携し開発した『運動部学生の学び』をサポートする学習教材の紹介や、その活用事例の紹介などを発表する。

※参加者には運動部学生のレポート指導に活用できる教材の一部を進呈します。

Luncheon Seminar

## ランチョンセミナー②／独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンススポーツセンター

Wed. Aug 30, 2023 12:40 PM - 1:40 PM RY306 (良心館3階R Y 3 0 6 番教室)

共催社名：日本スポーツ振興センターハイパフォーマンススポーツセンター

---

[ランチョン2-1] 国立スポーツ科学センターの支援と研究

\*窪 康之<sup>1</sup> (1. 国立スポーツ科学センタースポーツ科学・研究部)

(Wed. Aug 30, 2023 12:40 PM - 1:40 PM RY306)

## [ランチョン2-1] 国立スポーツ科学センターの支援と研究

\*窪 康之<sup>1</sup> (1. 国立スポーツ科学センタースポーツ科学・研究部)

国立スポーツ科学センター（JISS）では、オリンピック・パラリンピックなどの世界最高峰の競技会で活躍するアスリートの競技力向上を支援している。JISSの支援活動には、様々な領域の研究者と専門家が携わっているが、どのような場合にも、スポーツ科学の研究成果に基づいて活動がなされなければならない。したがって、その基礎となる研究活動も並行して行われる必要がある。

このような考え方についてJISSは開所以来「支援と研究は両輪である」と内外に向けて発信してきた。しかし、現在それを一歩進めて「支援と研究は一体である」と捉え直している。本セミナーでは、この「支援と研究が一体である」という考え方が導かれる途中で生じた、スポーツ科学とはどういうものか、スポーツ科学の研究者がアスリートを支援するとはどういうことかという我々の活動の根本に関わる議論の内容と、その議論に基づいて現在進められている活動の一部を紹介する。そして、ひとりでも多くの方がJISSに興味を持ち、JISSと協働したいと考えていただけたら幸いである。

Luncheon Seminar

ランチョンセミナー④／特定非営利活動法人日本トレーニング指導者協会

Thu. Aug 31, 2023 12:20 PM - 1:20 PM RY201 (良心館2階R Y 2 0 1 番教室)

---

[ランチョン4-1] トレーニングの実践現場におけるエビデンスを活用・応用したトレーニング指導

\*佐野村 学<sup>1</sup>、山内 武<sup>2</sup> (1. 帝京大学准教授、JATI理事、2. 大阪学院大学教授、JATI監事)

(Thu. Aug 31, 2023 12:20 PM - 1:20 PM RY201)

## [ランチオン4-1] トレーニングの実践現場におけるエビデンスを活用・応用したトレーニング指導

\*佐野村 学<sup>1</sup>、山内 武<sup>2</sup> (1. 帝京大学准教授、JATI理事、2. 大阪学院大学教授、JATI監事)

### ●高齢者を対象とした筋力トレーニングが筋力や身体機能に及ぼす効果 (佐野村学)

特に高齢者に見られるサルコペニアやロコモティブシンドロームは、筋力の低下などが原因で発症する疾患や症候群であります。これらは転倒や骨折のリスクを高めるほか、要支援・要介護の要因として捉えられています。今日において、高齢者に対する筋力トレーニングが筋力や身体機能などに及ぼす効果について多数報告されていますが、そのトレーニング内容と得られた効果などについて説明させていただきます。

### ●女性アスリートへの指導における留意点 -特に体重コントロールについて- (山内武)

女性アスリートにおいて、パフォーマンス向上をめざし体重コントロールを行い、体脂肪の少ない体型をめざす場合が多い。特に思春期にあたる高校生ではパフォーマンスを大きく飛躍させている場合も多い。こうしたアスリートは、思春期以降伸び悩んでしまう場合が非常に多く、身体に大きなダメージを受け、一生にわたる健康被害をもたらすこともある。こうしたマイナス面を少なくし、ハイパフォーマンスを獲得するためには、どのようなことに留意すべきであろうか？

Luncheon Seminar

## ランチョンセミナー⑤／独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター

司会：久木留 毅（独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター）

Thu. Aug 31, 2023 12:20 PM - 1:20 PM RY204 (良心館2階 R Y 2 0 4 番教室)

共催社名：独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター

---

### [ランチョン5-1] HPSCが推進するアスリートのためのトータルコンディショニング

\*清水 和弘<sup>1</sup>、中村 真理子<sup>1</sup>、山下 大地<sup>1</sup>（1. 独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター）

(Thu. Aug 31, 2023 12:20 PM - 1:20 PM RY204)

## [ランチョン5-1] HPSCが推進するアスリートのためのトータルコンディショニング

\*清水 和弘<sup>1</sup>、中村 真理子<sup>1</sup>、山下 大地<sup>1</sup> (1. 独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター)

ハイパフォーマンススポーツセンター (HPSC) は、大塚製薬株式会社と共同で研究プロジェクト (TCRP) を 2016 年より実施し、コンディショニングに関する科学的知見および東京 2020 大会における支援を踏まえ、アスリートが備えるべきセルフコンディショニングの知識や方法をガイドラインとしてまとめた (今夏発刊)。その中で HPSC は、これまでの「コンディショニング」を一步進めた「トータルコンディショニング」の考えを推奨している。これは、アスリートの課題解決のために各エキスパートが協力・協調してチームを組み、包括的な活動を行うことを意味する。トータルコンディショニングの成功には、関連諸分野の知識・技術を理解し、エキスパートチームをマネジメントできるジェネラリストの存在が不可欠である。そして、アスリート自身がコンディショニングの知識・技術を備え実践できることが非常に重要である。さらに、ハイパフォーマンス領域におけるトータルコンディショニングは、ライフパフォーマンス領域への応用・展開で国民の健康保持・増進に寄与できる可能性がある。本セミナーでは、このような HPSC による新たな考えについて紹介する。