

## IV. スポーツ・健康科学プログラム

### 1. 設置の趣旨と教育の目的

少子高齢化社会の到来のみならず、高度テクノロジー化とIT化にともない、心身の健康の維持増進がこれまで以上に重要になっています。そして、スポーツ・健康科学の発展と普及は、21世紀の日本社会にとって不可欠なものとなっています。今日我が国の健康問題の多くは、運動不足や情報横溢と密接にかかわるライフスタイルの変化や生活文化に起因しています。そのような中で、特にスポーツや運動活動に求められる期待値は大きく、それらを取り入れた日常生活の質的向上の取り組みが随所で見られるようになってきました。近年、地域コミュニティにおけるスポーツ基盤の整備や生涯スポーツの機会の提供が進んでいます。他方、ボーダーレス化や商業化が急速に進み、レジャー・イベント・プロスポーツ・メディア等のスポーツ関連領域は巨大な市場を形成しています。

このことは同時に、スポーツを媒介とした国際交流や国際貢献の可能性がさらに大きくなっていることを意味します。

このような状況を背景に、「スポーツ・健康科学プログラム」は学際的な性格を持つスポーツ科学と健康科学を基盤とし、スポーツや健康にまつわる問題を健康・医療・文化・ビジネス・サービス・行政等との関連の中で多面的かつ総合的に考察し、この分野に寄与できる人材の育成を目的としています。

本プログラムでは、従来の体育ないしはスポーツ講義・実技という枠組みではない多様なアプローチが可能になり、総合的かつ体系的な能力が養成されます。つまり、各学部におけるそれぞれの専門科目を履修しながら、当プログラムのスポーツ・健康科学の領域の中で各人が興味をもつ分野を深めていくことができます。そこでは、本プログラム独自に開講する演習科目を通じて専門的な研究を行います。

スポーツや健康に関わる社会的ニーズの増大と多様化によって、それに対応できる資質を備えた人材が今後さらに求められます。これまで教員の養成を主眼としてきたいわゆる教育・体育系学部とは異なり、本プログラムが社会の幅広い領域にマルチスペシャリストを送り出すことの意義は大きいのです。

## 2. 2023年度演習科目担当者および履修者数

連番	氏名	所属学部	FLP演習A	FLP演習B	FLP演習C	総計	実施形態
1	宮崎 伸一	法	1	2	2	5	単独(A・B・C)
2	村井 剛	法	5	2	5	12	単独(A・B・C)
3	青木 清隆	経済	5	-	2	7	単独(A・C)
4	潮 清孝	商	1	1	-	2	合併(A・B)
5	阿部 太輔	理工	-	3	-	3	単独(B)
6	小林 勉	総合政策	10	9	6	25	単独(A・B・C)
合 計			22	17	15	54	

## 3. プログラムスケジュール

- 5月 第1回部門授業担当者委員会
- 7月 第2回部門授業担当者委員会  
ガイダンス（一年次生向け）
- 11月 2024年度募集に伴う選考試験  
第3回部門授業担当者委員会
- 12月 学内活動（期末成果報告会）
- 3月 第4回部門授業担当者委員会（持ち回り開催）  
FLP修了発表  
FLP修了証書授与

## 4. プログラムの活動

期末成果報告会

- (1) 実施日：2023年12月9日(土)  
実施場所：中央大学 多摩キャンパス 3353 教室  
実施内容：各ゼミによる年度活動報告
- (2) 実施日：2023年12月9日(土)  
実施内容：特別講演
  - ①テーマ：スポーツ環境の維持向上と関係者連携によるマイクロプラスチック対策  
講演者：小泉 瑞穂 氏（多摩市役所くらしと文化部スポーツ復興課）
  - ②テーマ：FLP卒業後の私のキャリアディベロップメントについて  
講演者：岩貞 あすか 氏（A-Studio株式会社）

## 5. これまでの履修生の主な就職・進学先実績

電通、読売広告社、読売新聞社、TBS テレビ、Jリーグフォト、日刊スポーツ新聞西日本、ゴールドウィン、ランナーズ、琉球スポーツキングダム、川崎フロンターレ、アスリートクラブ熊本（ロアッソ熊本）、楽天野球団、電通ライブ、セレスポ、山形新聞社、三菱UFJ銀行、みずほフィナンシャルグループ、三井住友銀行、りそなホールディングス、静岡銀行、山梨中央銀行、足利銀行、きらぼし銀行、横浜銀行、清水銀行、あおぞら銀行、川崎信用金庫、大和証券、日産証券、商工組合中央金庫、住友生命、三井住友海上火災保険、損害保険ジャパン、AIG 損害保険、明治安田生命保険相互会社、アフラック生命保険、丸紅、双日、メタルワン、稲畑産業、住友商事グローバルメタルズ、JFE 商事、日立製作所、富士重工、小松製作所、村田製作所、神戸製鋼所、王子ホールディングス、大林組、奥村組、大和ハウス工業、オープンハウスグループ、麒麟ビール、サッポロビール、ヤクルト本社、ロッテ、日本 IBM、富士通、フォーカスシステムズ、NEC ソリューションイノベータ、富士ゼロックス、リコージャパン、本田技研工業、SUBARU、ヤマト運輸、佐川急便、日本通運、東日本旅客鉄道（JR 東日本）、京王電鉄、東海旅客鉄道（JR 東海）、西武鉄道、ジェイアール東海パッセンジャーズ、近畿日本ツーリスト、JTB コーポレートセールス、JTB ビジネストラベルソリューションズ、星野リゾート、東京テアトル、KDDI、NTT コミュニケーションズ、東日本電信電話（NTT 東日本）、リクルート、船井総合研究所、野村総合研究所、リクルートコミュニケーションズ、インテージ、コクヨ、テルモ、セブン-イレブン・ジャパン、エン・ジャパン、三井住友ファイナンス&リース、ジェーシービー（JCB）日本公文教育研究会、全国農業（協組連）、休暇村協会、国民健康保険中央会、東北電力、警視庁、皇宮警察本部、国家・地方公務員（財務省、厚生労働省、農林水産省、国税庁、東京都庁、静岡県庁、多摩市役所など）、立川市社会福祉協議会、中央大学（法科大学院）、東京学芸大学大学院、法政大学、一橋大学、順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科、首都大学東京大学院人文科学研究科社会行動学専攻など

## 6. 演習教育活動

### (1) 宮崎 伸一 (法学部・教授)

#### FLP演習A

##### <テーマ>

障害者の健康を日常生活・社会生活の観点から研究する

##### <授業の概要>

障害を持つ方々は、程度に応じて生活に制限を受けているものの、相互に支援し合うことでより活動的で充実感のある生活を送ることができる。例えば、北海道浦河町にある「べてるの家」は、精神障害者の方々の活動の場であるが、当事者研究や自身の症状を相互に公開する「幻覚妄想大会」などで、障害に向き合う力を獲得し、さらには、生活者として、地域の特産物である昆布の加工・販売をするなど、いわゆる「(治療) 共同体」としての機能を発揮している。このような活動をしている「共同体」は、日本の他の地域や海外にもあるはずである。

本ゼミでは、障害をもつ方々の、相互支援により活動的で充実感のある生活を目指す取り組みの実例を調査し、次年度以降に予定される支援策の策定につなげることを目指す。

##### <活動内容>

障害者の健康、支援をスポーツの観点から捉えるため、今年度は障害者が社会とどのようなつながりを持っているのかをスポーツを切り口として現状把握をおこなった。

##### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：A

実施日：2023年4月27日(木)

実施都市：東京都国立市

実施場所：公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

実施内容：障害者のスポーツについてインターネットで調べ、学校付近に障害者スポーツセンターがあると知り、施設案内・ヒアリングの依頼をし、実施した。  
本施設は、多様な障害に適用するための工夫がなされていた、障害者が安全で楽しんでスポーツが行える環境が整っていた。

対象演習：A

実施日：2023年5月25日(木)

実施場所：中央大学 多摩キャンパス GG604 教室

実施内容：中央大学法学部4年生 持田 温紀さん(下記プロフィール参照)にインタビューをおこなった。

成果：インタビューを通じて、共生社会をつくるには当事者の声が大切だと感じた。  
・17歳時から車椅子生活  
・中央大学サッカー部所属  
スポンサー獲得や地域貢献といった活動をしている  
・2022-2023 ANIVAS サポートスタッフ・オブ・ザ・イヤー最優秀賞受賞  
・パラ大学祭主催

対象演習：A

実施日：2023年7月29日(土)

実施都市：東京都品川区

実施場所：東京ファイターズ

実施内容：東京都内の大学で活動している車いすバスケットボールチームを探していた時、社会人チームである「東京ファイターズB.C」についての情報提供を受けて、見学、体験の依頼をし実施した。

成 果：健常者と障害者が両者、本気でプレイできるパラスポーツの魅力を感じた。

対象演習：A

実 施 日：2023年11月16日（木）

実施都市：オンライン

実施場所：NPO 法人ピジョン（障がい者サッカースクール）

実施内容：発達障がい・知的障がい・身体障がいのある子どものためのサッカースクール  
設立年：2011年4月

公式HP：<https://soccer.pigeon-handicap.org/>

中央大学ボランティアセンターからのメールにて、団体についての情報を得て、ヒアリングの依頼をし、実施した。

成 果：障がい者と健常者が共にスポーツをすることで、相互理解が深まることを学んだ。

## FLP演習B

### <テーマ>

学習及びスポーツパフォーマンスを向上させるために、自分に合った、持続可能な能力開発法を見つける

### <授業の概要>

1日を最高のパフォーマンスの中で過ごすために、睡眠・栄養・運動・瞑想に着目し、それらをどのように活用していけばよいのかを、科学的なエビデンスをもとに各自が試行錯誤をしながら見つけ出していく。

### <活動内容>

昨年度の研究により、パフォーマンスは朝の眠気と逆相関の関係にあることがわかった。今年度は睡眠の質を上げることが、朝の眠気の減少すなわちパフォーマンス向上につながると考え、睡眠の質に影響する生活習慣について、ゼミ生自身の自験により考察した。

〈方法〉以下のスケジュールにより、日常生活を変えた。

1.	普段通りの生活	5/16～5/22
2.	睡眠時間を多くとる	5/23～5/29
3.	昼寝を空き時間にとる	6/19～6/26
4.	普段通り+アプリ試用期間	9/26-10/2
5.	普段通り	10/3-10/9
6.	1時間前からスマホなし（前週の就寝時間から）	10/10-10/16
7.	入浴あり（10分間）	10/17-10/23
8.	シャワーのみ	10/30-11/5

睡眠の質については、自記式睡眠日誌、スタンフォード式眠気尺度（自記式）、加速度計による行動測定、入手可能な睡眠アプリを用いて測定した。

### 〈結果〉

- ・たくさん睡眠時間を取ったからと言って、睡眠効率が上がるわけではない。
- ・現生活で可能な昼寝は、夜の睡眠の効率に悪影響は及ぼさない。
- ・消灯1時間からスマホを見ないと、入眠しやすくなる。
- ・入浴をすると、シャワーのみの時と比べて毎日安定して高水準の睡眠をとることが期待できる。

〈結論〉睡眠の質を向上させるには、以下の生活習慣を保つことが重要と考えられた。

- ・昼寝ができるときには昼寝をし、
- ・入浴して、
- ・できる限り寝る前はスマホを触らず、
- ・睡眠効率が高かった23:00過ぎから6時過ぎの睡眠時間を確保する。

## FLP演習C

### <テーマ>

より健康になり、健康を長く維持するために、新しい習慣を見つける

### <授業の概要>

前年度のFLP演習Bでは、勉学及びスポーツパフォーマンスを向上させるための自分に合った持続可能な方法を見つけることを目的に、睡眠・栄養・運動・瞑想がパフォーマンスに与える影響について体験的に調査をした。本ゼミでは、より広く、「健康であること」の評価法についての先行研究の調査と、ゼミ生が自身の睡眠・栄養・運動・瞑想などの活動をモニターすることにより、「新しい健康度評価法」を開発すること、さらには、その「新しい健康度の評価法」を用いて、より健康的な学生生活を送るために、睡眠・栄養・運動・瞑想などをどのように活用していけばよいのかを提言することを目的とする。当然、このゼミ活動によりゼミ生は、各自の健康観を獲得し、それが今後生活していく上でのひとつの指針になるであろう。このゼミ活動により、卒業後社会人になっても自身の健康に留意し、自身を大切にできる基盤を作ることも授業担当者が期待するところである。

### <活動内容>

昨年まで「AGEs（体内老化物質）」について研究を進め、AGEsの減少のためには食事の生活習慣が関係するとわかった。そのため、今回は食事の中でも、特によく口にする「学食」と中学校の「給食」を栄養のバランスを中心に調査した。その結果、給食の方が栄養バランスが取れていることがわかり、茗荷谷キャンパスの学食は一品料理が主であるためと思われる。次に、健康食材を地域観光の柱としている那須の食事の調査を行った。

### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：C

実施日：2023年11月2日(木)～2023年11月3日(金)

実施都市：栃木県那須郡那須町

実施場所：道の駅 那須高原友愛の森

実施内容：「那須の内弁当」の栄養調査

成 果：那須の「地元食材9種」を使った「9種類の料理」を「9つの器に盛りつけること」を売りにしており、タンパク質、脂質、炭水化物（カロリー）のバランスがよかった。このように、定食はカロリーが高くなりがちだが、カロリーだけでなく、一回の食事で摂取できる栄養のバランスを考えることが重要と考えられた。

## (2)村井 剛 (法学部・准教授)

### FLP演習A

#### <テーマ>

スポーツ心理（認知・行動）部分を知る

#### <授業の概要>

スポーツの技能と学習、心理的効果、心理的適応、動機づけ（モチベーション）、競技心理について、文献や実態を確認しながら理解を進めた。

中央大学のスポーツ振興の一環と競技支援の役割を担うことも狙って、体育連盟の運動部のプロモーション方策の検討と、モチベーションビデオの作成を行った。

#### <活動内容>

メインの活動として、春学期はスポーツに関する心理、認知的な側面に関する文献の情報収集や実態の把握を中心に展開した。

秋学期に入り、B・C生がメインに活動している調査、研究対象の見学、手伝い、データ収集、データ分析を担う形で作業も一部担った。

B・C生と共に、3大駅伝を観戦し、身近に体育連盟を感じつつ、ゼミを通して部へどのように貢献していくかを考えるきっかけを得た。

特にモチベーションビデオ作製過程においては、アンケート調査によってニーズをヒアリングしたり、競技スポーツ現場との密なつながりも形作ることができたため、B生以降の活動への動機づけとして、またゼミ活動を自分ごととして取り組むための責任感も生むきっかけづくりのできた1年間であったと感じている。

見学調査においては上級生との合同合宿も実現し、学年を超えた交流と、強固な連携体制の構築ができた。

活動や成果の詳細はFLP 期末成果報告会の際に発表資料として別途まとめた。

#### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：A・B・C

実施日：2023年11月4日(土)～2023年11月5日(日)

実施都市：名古屋市熱田区～三重県伊勢市

実施場所：全日本大学駅伝

実施内容：駅伝モチベーションビデオ作製素材の収集

成 果：三大駅伝に向けた駅伝モチベーションビデオ作製のため、試合時の映像素材収集のため、試合地にて撮影を実施した。後のビデオ提供時に素材を盛り込むことができた。

## FLP演習B・C

### <テーマ>

スポーツ心理（認知・行動）部分を知る

### <授業の概要>

スポーツの技能と学習、心理的効果、心理的適応、動機づけ（モチベーション）、競技心理について、文献や実態を確認しながら理解を進めた。スポーツ愛好者、競技者、指導者、それぞれの立場からスポーツ心理を学んでいけるよう授業展開は配慮した。また、中央大学のスポーツ振興を目的として、体育連盟の運動部のプロモーション方策の検討と、箱根駅伝支援の一環でモチベーションビデオを作製した。

### <活動内容>

メイン活動として、体育連盟の陸上駅伝ブロックのモチベーションビデオ作製支援事業を実施した。

活動や成果の詳細はFLP演習論文として別途まとめた。

	撮影	編集	その他
4月			ゼミ活動開始
5月	関東インカレ 中大グラウンド		監督ヒアリング調査 (年間計画)
6月		ゼミ紹介映像作成	主将・副将・主務 ヒアリング調査 (年間計画)
7月	中大グラウンド 朝練(寮) 中大記録会		
9月	菅平合宿		
10月	中大記録会	出雲駅伝MV 出雲駅伝サブ(PV・広報)映像	主将ヒアリング調査 (全日本大学駅伝)
11月	全日本大学駅伝 MARCH対抗戦	全日本大学駅伝MV 全日本大学駅伝サブ(PV・広報)映像 ※PV(学内パブリックビューイング)	主将・副将 ヒアリング調査 (箱根駅伝)
12月		箱根駅伝MV	監督ヒアリング調査

### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：B・C

実施日：2023年5月11日(木)～2023年5月14日(日)

実施都市：神奈川県相模原市

実施場所：相模原ギオンスタジアム

実施内容：駅伝モチベーションビデオ作製素材の収集

成果：三大駅伝に向けた駅伝モチベーションビデオ作製のため、試合中の映像素材収集のため、試合会場にて撮影を実施した。後のビデオ提供時に素材を盛り込むことができた。

対象演習：C

実施日：2023年9月14日(木)～2023年9月15日(金)

実施都市：長野県菅平

実施場所：菅平高原

実施内容：駅伝モチベーションビデオ作製素材の収集

成果：三大駅伝に向けた駅伝モチベーションビデオ作製のため、合宿時の映像素材収

集のため、合宿地にて撮影を実施した。後のビデオ提供時に素材を盛り込むことができた。

対象演習：A・B・C

実施日：2023年11月4日(土)～2023年11月5日(日)

実施都市：名古屋市熱田区～三重県伊勢市

実施場所：全日本大学駅伝

実施内容：駅伝モチベーションビデオ作製素材の収集

成果：三大駅伝に向けた駅伝モチベーションビデオ作製のため、試合時の映像素材収集のため、試合地にて撮影を実施した。後のビデオ提供時に素材を盛り込むことができた。

### (3) 青木 清隆 (経済学部・准教授)

#### FLP演習A

##### <テーマ>

日本における競技スポーツ文化を考える

##### <授業の概要>

現代社会においてスポーツ文化の中核を占める(セントラルスポーツ)「競技スポーツ文化」を、運営や経営(マネジメント)、メディア、指導体制・指導方法、ファンなどの多角的な視点から分析をし、主に日本の現状と問題点あるいは改革案などを考察していく。演習Aでは、文献やインターネットを通じた分析を中心とするが、コロナウイルスの感染状況が好転した場合は実態調査を実施することもあり得る。

##### <活動内容>

本ゼミは、ゼミ生が個人単位で研究活動を行うことに主眼を置いているため、2023年度も以下のようなゼミ室での学習活動が中心であった。

#### [前期]

##### 担当教員によるレクチャーと討論

- ①スポーツの発祥の経緯と、今日に至るまでのスポーツの変容や発展状況の概要について
- ②競技スポーツを中心とした各種スポーツ文化の成立・変容・現状の概要について
- ③近代以降の日本のスポーツ発展状況、および競技スポーツ文化の特徴について

##### ゼミ生の調査とプレゼンおよび討論

- ①ゼミ生が興味のある種目(野球・ソフトボール・サッカー・バドミントン・ゴルフ)を担当し、それぞれ日本への移入の経緯、日本での定着や発展の経緯、現状と問題点について、文献やWebでの調査を行いプレゼン・討論を実施した。
- ②プレゼン後の討論や担当教員の解説を踏まえ、プレゼン内容の再構成・再調査・再分析を行い、その結果をレポートとして提出させた。

#### [後期]

##### 担当教員によるレクチャーと討論

- ①日本における運動部文化の功罪について
- ②日本におけるスポーツビジネスの功罪について
- ③日本における競技スポーツのメジャー・マイナー化現象について
- ④日本におけるプロスポーツの問題点と課題について

##### 演習Cのゼミ生によるプレゼンと担当教員の解説の聴講

- ①「NPBのファンと観客動員数の拡大を目指したマーケティング戦略」について
- ②「日本の競技スポーツにおけるジェンダーギャップの現状とジェンダー平等を目指した取り組み」について

##### 「提言書」作成に向けた個別研究の方向性の検討

- ①問題の所在・研究の方向性・テーマ・研究方法の検討と担当教員との懇談
- ②「提言書」に対する個別研究の第1回目の調査とプレゼン

※各ゼミ生の「提言書」作成に向けた研究テーマは、以下のように決定した。

- ・ゼミ生A：NPBにおける「育成契約制度」と各球団の育成戦略の現状と課題
- ・ゼミ生B：高校野球における越境入学(野球留学)者の現状とその功罪  
—今世紀の甲子園出場校の状況を中心として—
- ・ゼミ生C：日本においてバドミントンの競技人口を如何にして増やすのか

- ・ゼミ生⑩：北海道日本ハムファイターズの新たな挑戦  
—F ビレッジは日本プロ野球界の発展を促す糸口となれるのか—
- ・ゼミ生⑪：横浜 FC の今後の展望  
—観客動員数から見る現状と課題—

## FLP演習C

### <テーマ>

日本における競技スポーツ文化を考える

### <授業の概要>

演習Aから継続して学習を重ねてきた、「日本における競技スポーツ文化を考える」ということをテーマとして発展的な授業を展開する。演習Bでは受講生一人ひとりが競技スポーツ文化に関する学習課題を設定し、それに対する文献調査やフィールドワークを通して学習を深めながら現状把握に努めてきたが、演習Cでは問題点や課題あるいは今後の取り組みについての考察を深く行い、それぞれが設定したテーマに対する私論を確立できることを目指して展開していきたい。

### <活動内容>

演習Aと同様に、演習Cもゼミ室での学習活動を中心に展開した。学習活動は前期・後期を通じて、担当教員との討論を繰り返しながら競技スポーツ文化への理解を深める一方で、「提言書」作成のための研究活動に最も重きを置いて進めた。具体的な学習活動の内容は、以下の通りである。

### 担当教員によるレクチャーと討論

- ①日本独自のスポーツ受容文化の現状と問題点について
- ②日本独特の運動部文化の現状と課題について
- ③日本における競技スポーツの地域格差の現状について
- ④女性競技スポーツの現状と問題点について
- ⑤プロスポーツ経営の現状と問題点について
- ⑥プロスポーツにおけるファン獲得の課題について
- ⑦日本人のファン行動・ファン心理の特徴について
- ⑧競技スポーツの高度化がもたらす問題点について
- ⑨競技スポーツ文化におけるスポンサー企業・団体の役割について
- ⑩競技スポーツ文化におけるメディアの役割について

### 「提言書」の作成に向けた学習

- ①調査内容・分析方法・考察の方向性についての見直し検討と担当教員との懇談
- ②「目次構成」の検討と担当教員との懇談
- ③「はじめに」と「おわりに」の記述内容の検討と担当教員との懇談
- ④調査した内容を分析・整理し、定期的なプレゼンの実施と担当教員との懇談
- ⑤先行研究の収集と読み込み
- ⑥「提言書」の執筆

※最終的に、以下の「提言書」（7章構成・22,380字）が提出された。

- ・ゼミ生⑥：日本の競技スポーツにおけるジェンダー問題の現状  
一部活動が生み出すジェンダーギャップを中心として—

#### (4) 潮 清孝 (商学部・教授)

##### FLP演習A・B

###### <テーマ>

剣道を通じたビジネスおよび海外文化の理解

###### <授業の概要>

剣道を通じて日本文化の海外普及や海外でのビジネスの最前線において活躍されている個人や組織の方をオンラインで定期的にゲストにお招きし、お話を伺う。

マイナー競技ならではの仲間意識を入り口とすることで、他者と異なるコミュニケーションを図ることが期待される。また、当該競技の中で得られる知識や経験を、どのようにビジネスなどの分野で生かすことができるか、といった点などについても、ゲストなどの体験談を通じて学習する。

なお、商学部課題演習「マイナー競技（主に剣道）を通じたビジネスおよび海外文化の理解」と連携して授業を実施する

###### <活動内容>

商学部課題演習とも協力しながら、剣道を通じた事業活動や文化普及を行っている方々を招きお話を伺った。また昨年度同様、イタリア・パルマ大学の学生らを学内に迎えて剣道体験会および各国文化についてのディスカッションを実施した。さらに今年度はタイ・バンコクにおける剣道交流・普及活動も実施するなど、実践的な活動を多数行う事ができ、実りある一年となった。

###### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：A・B

実施日：2023年5月8日(月)

講演者：工藤 優介 氏 (株式会社 BUSHIZO)

演 題：BUSHIZO 立ち上げの経緯とビジネスとしての剣道界

実施施設：中央大学 多摩キャンパス 5702 教室

実施内容：ネット販売を中心とした剣道具販売事業の立上げ経緯や剣道業界ならではの事業の醍醐味・困難さなどについてお話を伺った。

成 果：BUSHIZO 立ち上げの経緯、事業に対する熱意およびそのために必要な能力などについて具体的にお話を伺うことができた。剣道具の販売以外にも既存の枠組みを超えた剣道業界の取り組みなどについても近年挑戦されており、そのような取り組みを行う意義やご本人の熱意などについても、ディスカッションを通じて知ることができた。

対象演習：A・B

実施日：2023年5月29日(月)

講演者：武 京花 氏 (株式会社 BUSHIZO 彩土館店)

演 題：剣道における伝統と Z 世代文化の融合

実施施設：中央大学 多摩キャンパス 5506 教室

実施内容：工藤様の講演を受けた上で、同じ BUSHIZO ブランドで金沢にて剣道具販売を行っている彩土館店における現状や、武様が中心に取り組んでいる SNS などを用いた様々な活動についてお話を伺った。

成 果：近年、特に若い世代を中心に剣道人口の減少が進んでいる。そのような中で SNS などを活用しながら Z 世代に対する剣道文化の発信を行っている社会的意義や難しさなどについて活発にディスカッションを行うことができた。

対象演習：A・B

実施日：2023年11月27日(月)

講演者：秋田 利通 氏 (エコバックスジャパン株式会社)

演 題：剣道を通じた文化交流とビジネス

実施施設：中央大学 多摩キャンパス 5610 教室

実施内容：剣道を通じて、学生時代から様々な国を訪問し、現地の方々と交流を進めてきた秋田様をお招きし、主に講義形式でお話を伺った。

成 果：大学卒業後から、複数の外資系企業において長年の経験を持つ秋田様から、日本の伝統文化でもある剣道の魅力を伝えて頂いた。特に、仕事以外の側面から、現地の方々と交流を進める手段として、剣道が非常に有効であること、また、学生時代においても、自分の将来のキャリアを描くうえで、海外を含めた様々な価値観に接することが重要であることなど、学生にとって非常に有意義なアドバイスを頂くことができた。

対象演習：A・B

実施日：2023年12月4日(月)

講演者：鈴木 純之介 氏 (社会福祉法人つみき)

演 題：剣道のエンタテインメント化とマネタイズ

実施施設：中央大学 多摩キャンパス 5506 教室

実施内容：剣道のエンタテインメント化に挑戦している鈴木様をお招きし、現在の取り組みや剣道界の将来についてお話を伺った。

成 果：伝統を重んじる剣道界においては、若者世代を中心とした剣道人口の減少が大きな課題となっている。その中で剣道の伝統を重んじながらも、エンタテインメント要素を取り入れることの意義や難しさなどについて、参加者全員で有意義なディスカッションを行うことができた。

対象演習：A・B

実施日：2023年12月7日(木)～2023年12月12日(火)

実施都市：バンコク (タイ)

実施場所：Suan Sunandha Rajabhat University・他

実施内容：タイ・バンコクを訪問し、現地道場の訪問や剣道交流大会への参加、現地剣道家との交流などを行った。

成 果：コロナの影響もあり、参加者全員が海外に行くこと自体が初めてであったが、現地の方々の日本文化や剣道に対する憧れ、熱心さなどを肌で感じる事ができた。受講者は競技として剣道に接する機会が多かったが、剣道を通じた文化交流の面白さ、また難しさを知ることで、剣道に対する新たな見識が広がった。

## (5) 阿部 太輔 (理工学部・助教)

### FLP演習B

#### <テーマ>

パフォーマンスの測定・分析

#### <授業の概要>

履修学生が各々興味を持つスポーツを中心に、文献をもちいてどのような研究が行われているのかを理解し、実験や分析の方法について知識を深める。

実際に研究計画を作成し、被験者に依頼する際の倫理的側面の理解とともに、正しい実験方法や分析方法を用いてデータを収集し、プレゼンテーションおよび報告書としてまとめることができるようになる。

#### <活動内容>

阿部ゼミは、学生それぞれの興味をもったスポーツ種目あるいはスポーツに関わる疑問について、効果を上げるアプローチや問題点に対する調査をおこなうことで、競技スポーツの競技力向上、健康・生涯スポーツに対する有用なデータの収集を目的として実験研究に取り組んだ。

スポーツにおけるエネルギー回路等の基礎的な知識の獲得やこれまでに取り組まれているバイオメカニクスや運動生理学における論文を題材に、研究の基礎から学んだ。

#### 個別に取り組んだ内容

##### 「スポーツ実施とサプリメントの摂取に対する意識調査」

スポーツをおこなう際に、サプリメントをどのように活用しているのか、摂取状況、摂取しているサプリメントへの理解度、ドーピングへの理解度等、複数項目についてアンケート調査を実施し傾向を明らかにするとともに、生涯スポーツとして、より健康的にスポーツを継続するためにサプリメントがどのように有効活用できるのかを検討するためのデータとして分析をした。

##### 「大学生男子競泳選手におけるスタート動作と跳躍力の関係」

競泳におけるスタート動作は初速がタイムに大きく影響する競泳競技において重要なファクターであるため、陸上での跳躍力と競泳のスタート局面のタイムを測定し、その関係性について分析をおこなうことで、競泳のトレーニングに対する一助となることを目的とした。得られたデータには跳躍力とスタート局面のタイムに有意な差が認められた。

#### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：B

実施日：2023年9月16日(土)

実施都市：神奈川県横浜市都筑区

実施施設：横浜国際プール

実施内容：ジャパンパラ水泳競技大会の観戦

成果：パラスポーツを実際に観戦することで、物事に取り組む際の向き合い方、多様性のあり方に対して視野を広げてもらうきっかけとなった。また、障がいを持つアスリートのサポートにもわずかながら関わる経験を持てたことで、パラアスリートの身体の使い方、競技会の裏側の様子などを知り、「見る」「する」といったさまざまなスポーツへの関わり方があるが、より深い一面も体験することができた。

## (6) 小林 勉 (総合政策学部・教授)

### FLP演習A

#### <テーマ>

スポーツによる地域活性化の可能性に関する研究

#### <授業の概要>

Jリーグのホームタウンの事例にみられるように、スポーツによって地域が大きな盛り上がりを見せるなど、近年、「地域」と「スポーツ」が結び付けられて論じられることが多くなってきています。こうした捉えられ方はいつ頃から、どのような経緯の中でなされてきたのでしょうか。本授業ではそうした経緯について理解を深めながら、スポーツによる地域活性化の可能性について検討していきます。それと同時に、「スポーツの素晴らしさ」だけを焦点化するのではなく、地域活性化にスポーツを結びつけて考えようとする際の様々な課題についても検証します。

地域で展開されるスポーツの実情を踏まえながら、「地域とスポーツ」の関係について多角的な観点から検討できるようになることが、本授業の大きな目標です。

#### <活動内容>

FLP 小林ゼミ演習 A では、①駒ヶ根市に向けた政策提言、②Jリーグクラブとの連携イベントの運営サポート、③Jリーグクラブとの連携プロジェクトの運営サポートを行った。

まず、①「駒ヶ根市に向けた政策提言」では、9月に訪れた長野県駒ヶ根市において、どのような現状か、何が課題かを駒ヶ根市役所へのヒアリング調査や現地でのフィールドワークによって明らかにし、得た情報から「訪日外国人に向けた観光政策」をテーマに、スポーツを活用しつつ経済活動活性化を促す政策提言を行った。

次に、②「Jリーグクラブとの連携イベントの運営サポート」では、6月に行われた明治安田生命秋田支社ウォーキングサッカー教室を企画し運営した。このプロジェクトは明治安田生命秋田支社とブラウブリッツ秋田の提携によるものである。秋田の皆様の毎日に、「スポーツを通じてちょっとした福をプラスして欲しい」という想いのもと、「元気な街、秋田」の構築を目指してこのような企画の実施に至った。

③「Jリーグクラブとの連携プロジェクトの運営サポート」では、Jリーグクラブのブラウブリッツ秋田と本ゼミが10年間にわたって実施してきた共同プロジェクトであり、9月のホームゲーム1試合のプロデュースを行った。プロジェクトの内容は、ミッションサッカー大会開催、巨大エコキャップアート作成、ハーフタイムに映像公開、夢授業の実施、マッチデープログラム作成、福たすブースの実施、福たすTシャツ作成等である。演習Aでは、それらのコンテンツの運営サポートを行った。

#### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：A・B

実施日：2023年6月8日(木)～2023年6月13日(火)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：Jリーグクラブのブラウブリッツ秋田と連携し、試合前に開催されたウォーキングサッカー大会の運営サポートを行った。

成果：秋田市やスタジアムの雰囲気を実際に感じることができ、老若男女問わずブラウブリッツ秋田のファン・サポーターや選手と触れ合うことができる貴重な機会となった。

対象演習：A・B・C

実施日：2023年9月12日(火)～2023年9月17日(日)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：Jリーグクラブのブラウブリッツ秋田と連携し、ホームゲームのプロデュースを行った。具体的には、年齢や性別を問わず参加可能な「ミッションサッカー大会」の運営支援や企画補助、「巨大エコキャップアート」の展示支援、複数の「福たすブース」の運営補助、スタジアム来訪者へ渡す「マッチデープログラム」の作成などを行った。

成 果：実際のJリーグクラブと連携し、プロサッカーリーグの公式戦をプロデュースする支援をすることで、一つの公式戦が運営されるのに必要な要素がいかにか多いのかを感じることができた。プロジェクトを通して、ファン・サポーターや選手、クラブ職員の方々と関わることから、スポーツを通じた地域貢献の可能性を見いだすことができ、来年度のプロジェクトに向けて貴重な機会となった。

## FLP演習B

### <テーマ>

スポーツによる地域活性化の可能性に関する研究

### <授業の概要>

Jリーグのホームタウンの事例にみられるように、スポーツによって地域が大きな盛り上がりを見せるなど、近年、「地域」と「スポーツ」が結び付けられて論じられることが多くなっています。こうした捉えられ方はいつ頃から、どのような経緯の中でなされてきたのでしょうか。本授業ではそうした経緯について理解を深めながら、スポーツによる地域活性化の可能性について検討していきます。それと同時に、「スポーツの素晴らしさ」だけを焦点化するのではなく、地域活性化にスポーツを結びつけて考えようとする際の様々な課題についても検証します。

地域で展開されるスポーツの実情を踏まえながら、「地域とスポーツ」の関係について多角的な観点から検討できるようになることが、本授業の大きな目標です。

### <活動内容>

小林ゼミは、Jリーグクラブとの共同プロジェクトである「福+プロジェクト」の企画運営を中心に、以下のような活動を行った。

#### 1. ビーサポーターズ

サントリーウエルネス主催の【Be supporters!】と連携し、高齢者の方々の日常にサッカーを通してちょっとしたワクワクを感じてもらおう企画を行なった。ブラウブリッツ秋田を幅広い世代の方々に知ってもらおうとともに、世代を越えた交流の輪を広げることもできた。

#### 2. ミッションサッカー

走らないサッカーである「ウォーキングサッカー」にゼミ生で考案した独自のルールを加えた「ミッションサッカー」という新しいスポーツを通じて、多世代間のコミュニケーション創出を図る企画を行なった。老若男女を問わず参加者同士のコミュニケーションを創出することができた。

#### 3. エコキャップチャレンジ

SDGs への理解を促す活動の一環として、中央大学とブラウブリッツ秋田のホームゲームでペットボトルキャップの回収を行い、ブラウブリッツ秋田のマスコットである「ブラウゴン」をモチーフにしたペットボトルアートを作成した。完成したアートは、ブラウブリッツ秋田ホームゲームにて展示され、多くのサポーターらが記念写真を撮影したりするなど、このチャレンジ活動を通じてSDGs への関心を高めることに貢献した。

#### 4. 記念動画

プロジェクト当日に先駆けて行った企画の様子を一つの動画にまとめあげ、ブラウブリッツ秋田のホームゲーム当日のハーフタイムにスタンドのビックスクリーンにて上映することで、本プロジェクトのPR活動を行なった。身近なスポーツを通して、その工夫次第で多様な人が楽しめる、社会課題の解決に貢献でき、多くの繋がりを創出しうることの可能性をスタジアムに観戦に来ていた来場者全体にPRすることができた。

#### 5. 夢授業

ノースアジア大学明桜高等学校の学生に向けて、夢の重要性や夢や目標への様々な追いかけ方があることを伝える参加型講義を実施した。ブラウブリッツ秋田の現役選手およびクラブスタッフの方に講師として招聘し、若者が夢を追いかけるきっかけ作りや将来への希望を秋田の高校生たちに伝えることができた。

<実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：B

実施日：2023年5月27日(土)～2023年5月30日(火)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：ブラウブリッツ秋田のホームゲームの準備、試合運営に携わった他、6月実施のウォーキングサッカー大会に向けた下見を行った。またプロジェクト実施に向けて、関係機関とミーティングを行った。

成果：試合日のスタジアムやスタッフの様子を肌で感じることができた。またクラブスタッフと初めて面会し、企画立案に向けてコミュニケーションを図ることができた。

対象演習：A・B

実施日：2023年6月8日(木)～2023年6月13日(火)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：ブラウブリッツ秋田のホームゲームの前座として、多世代交流が図れるウォーキングサッカーを実施。また、中央大学学会秋田県支部定期総会への参加で福たすプロジェクトの認知度を広める活動を行なった。

成果：ウォーキングサッカーでは子どもから高齢者までの老若男女が参加し、多くのコミュニケーション創出と笑顔を生み出すことができた。中央大学学会秋田県支部定期総会では、福たすプロジェクトの認知度を広めることができた。

対象演習：B

実施日：2023年6月23日(金)～2023年6月25日(日)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：エコキャップチャレンジのアート制作に向けて、ソユースタジアムでペットボトルキャップの回収を実施した。また、ミッションサッカー大会開催に向けて、現地のサポーターを対象に広報活動を実施した。

成果：現地で直接サポーターの方や運営スタッフの方と意見交換をしたことで、当日までに解決すべき課題や今後の企画運営に必要な情報を得ることができた。

対象演習：B

実施日：2023年7月4日(火)～2023年7月8日(土)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：株式会社ブラウブリッツ秋田事務所・他

実施内容：プロジェクト実施にあたり、関係機関に対して挨拶およびスポンサーシップ広報活動を行なった。(主に中央大学学会秋田県支部定期総会の方々)

成果：本年度は、中央大学学会秋田県支部定期総会に参加したこともあり、新規の協賛メンバーを開拓することができた。

対象演習：B

実施日：2023年8月2日(水)～2023年8月3日(木)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ノースアジア大学明桜高等学校

実施内容：8月28日に行われる夢授業に向けて、ノースアジア大学明桜高等学校の方とブラウブリッツ秋田のクラブスタッフの方との打ち合わせを実施した。

成 果：夢授業実施に向けて、どのようにして夢の重要性や夢の追いかけ方を伝えたら良いのか、具体的に内容を決めることができた。

対象演習：B

実施日：2023年8月5日(土)～2023年8月6日(日)

実施都市：静岡県賀茂郡河津町

実施場所：NPO 法人あおぞらビレッジ

実施内容：静岡県賀茂郡河津町にて開催された NPO 法人あおぞらビレッジによるあおぞらキャンプの場において、ミッションサッカーのトライアルを行った。

成 果：子供たちを対象にトライアルを実施できたことで、ルールの複雑さ、ルール説明の長さ、難易度が高すぎて楽しめない人などの参加者たちの実際の反応を確認することができた。それらの問題点が浮き彫りになったことで、今年度の実施予定の新たなコンテンツに対して多くの課題を整理することができた。

対象演習：B

実施日：2023年8月6日(日)～2023年8月10日(木)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：株式会社ブラウブリッツ秋田事務所・他

実施内容：ビーサポーターズ秋田県内施設訪問、事務所での準備等

成 果：ビーサポーターズ企画に協力している各施設を訪問し、応援グッズ作成や試合応援を行ったことで、入居者の方々、スタッフの方々と交流をすることができた。また、ブラウブリッツ事務所にて、次回訪問予定の施設に向けての準備や、プロジェクト本番に向けた計画立て・準備を行うことができた。

対象演習：B

実施日：2023年8月12日(土)～2023年8月19日(土)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：株式会社ブラウブリッツ秋田事務所・他

実施内容：プロジェクト実施に向けて、スタジアムの備品を確認。福たす T シャツの発注のため、ブラウブリッツ秋田のクラブスタッフの方との打ち合わせを実施した。加えてビーサポーターズ企画の一環で高齢者施設訪問をし、施設入居者らと共に試合応援を行なった。

成 果：プロジェクト当日に使用する看板などの資材を確保することができ、当日設置するブースの具体的なイメージを高めることができた。また福たす T シャツの 1 次発注を完了し、オンライン販売に着手することができた。ビーサポーターズの企画では、その様子を地元新聞に取り上げてもらい、本プロジェクトの広報活動を行なった。

対象演習：B

実施日：2023年8月25日(金)～2023年8月29日(火)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム・他

実施内容：J リーグクラブであるブラウブリッツ秋田と連携し、県内の高校であるノースアジア大学明桜高等学校にて、高校生の進路開拓における可能性の授業(以下、夢授業)を行った。夢授業では明桜高等学校男女サッカー部に対して、ブラウブリッツ秋田のメンバーである飯尾選手と松田主務からどういった背景の元に今の就職先に着いたのか、また夢を掴めた理由はどういったものなのかについて、インタビュー形式で授業を行った。

成 果：授業後、高校生に授業に対しての感想をアンケート用紙に記入してもらい、「自

分の夢を叶えるために、より一層日々の生活から意識していきたい」「自分はサッカー選手という夢は諦めてしまったが、サッカーに携わる仕事がしたいと新たな夢を持つことができた」など、この活動によって高校生の進路選択に関するビジョンに対して一定のインパクトをもたらすことができたとともに、学生ら自身の進路開拓への考え方にも一定の変化をもたらすことができた。

対象演習：B

実施日：2023年9月2日(土)～2023年9月5日(火)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム・他

実施内容：引き続きソユースタジアムでペットボトルキャップの回収を実施し、それを活用したアートの制作を進めた。また、ビーサポーターズ企画に協力してくれた施設へブラウブリッツ秋田の選手とともに足を運び、施設の高齢者の方々とグッズの作成、試合観戦を行った。

成果：サポーターの方々と交流する中で、福たすプロジェクトを秋田県の多くの方に認知してもらっていることを肌で感じさせることができた。また、一連の様子は秋田のテレビ局に取り上げられ、それへの対応を通じてメディア対応のスキルを向上させることができた。

対象演習：A・B・C

実施日：2023年9月12日(火)～2023年9月17日(日)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：ソユースタジアムやブラウブリッツ秋田事務所にて、ブラウブリッツ秋田のクラブスタッフの方やA生～C生が協働し、プロジェクト当日に向けた最終準備を行った。

成果：プロジェクト当日まで約1年間進めてきた企画を実施し、サポーターの方々や秋田の方々にプロジェクトの目標である「笑顔と福」を届けることができたとともに、スポーツを通じた地域活性化の可能性を多角的に追及することができた。

対象演習：B

実施日：2023年10月25日(水)～2023年10月27日(金)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：ソユースタジアムにて、福たすプロジェクトを支援してくれた関係者らに対して、プロジェクト全体を通じた報告会を実施し、今年度の活動を総括した。

成果：支援者らに福たすプロジェクトの全体報告をすることで、今年度の活動を総括することができ、次年度への課題を整理することができた。

## FLP演習C

### <テーマ>

スポーツによる地域活性化の可能性に関する研究

### <授業の概要>

Jリーグのホームタウンの事例にみられるように、スポーツによって地域が大きな盛り上がりを見せるなど、近年、「地域」と「スポーツ」が結び付けられて論じられることが多くなってきています。こうした捉えられ方はいつ頃から、どのような経緯の中でなされてきたのでしょうか。本授業ではそうした経緯について理解を深めながら、スポーツによる地域活性化の可能性について検討していきます。それと同時に、「スポーツの素晴らしさ」だけを焦点化するのではなく、地域活性化にスポーツを結びつけて考えようとする際の様々な課題についても検証します。

地域で展開されるスポーツの実情を踏まえながら、「地域とスポーツ」の関係について多角的な観点から検討できるようになることが、本授業の大きな目標です。

### <活動内容>

小林ゼミ演習Cでは、演習A・Bで展開される秋田県Jリーグクラブとの連携プロジェクトの準備・運営サポートを行った。

秋田県Jリーグクラブとの連携プロジェクトは、ブラウブリッツ秋田と本ゼミが10年間にわたり実施してきた共同プロジェクトである。プロジェクトに先立って行われた「ウォーキングサッカー教室」および、演習Bを中心に企画立案されたプロジェクト当日の6つのコンテンツに対して、準備段階から実施当日の運営に至るまでの協力支援活動を行った。

コロナ禍において過去2度のオンライン開催を経て3年ぶりに秋田県現地での開催を実現した昨年度の経験をもとに、同様の企画を実施した際の学びを活かしながら、現地のプロジェクト支援者との連携や実際のイベント運営などについて後輩ゼミ生らのサポートをすることで、10周年の節目となる今年度のプロジェクト実施を支援した。

### <実態調査・見学調査・講演会>

対象演習：A・B・C

実施日：2023年9月12日(火)～2023年9月17日(日)

実施都市：秋田県秋田市

実施場所：ソユースタジアム

実施内容：Jリーグクラブのブラウブリッツ秋田と連携し、ホームゲームのプロデュースを行った。具体的には、高齢化率が最も高い秋田での健康増進を目的とした「ミッションサッカー」、応援を通じて高齢者の方と世代を超えたコミュニケーションの輪を広げることを目的とした【Be supporters!】、SDGsの内容理解を促すことを目的とした「エコキャップチャレンジ」、福たすプロジェクト10周年を記念し、福たすプロジェクトおよびブラウブリッツ秋田の歴史を感じて頂くことを目的とした「福たすブース」等の運営、サポートを実施した。

成果：学生では経験できないようなプロスポーツの試合運営を実際に経験することで、マネジメントの難しさを感じるだけでなく、企画力や実行力を身に付けることができた。また、スポーツを通じた社会貢献活動の可能性について検討することができた。