

# 体育・スポーツに“いきる”

**主催：体育専門学群**

**日程：1月7日（水） オリエンテーション**

**1月14日（水） アスリートとキャリア  
～世界で戦うためには～**

**1月21日（水） 成果を出し続けるための  
セルフコンディショニングとは？**

**1月28日（水） 語り・経験・実践から考える「学校体育」**

**2月4日（水） スポーツとテクノロジーの交差点  
～「する」「みる」「支える」から考える～**

## 全体概要

本授業では、我々が専門とする体育・スポーツに関して、各分野の専門家による知識講演と学生参加型の討議を通じて学びを深めるシンポジウムを開催する。このシンポジウムを通して、体育・スポーツ科学分野への関心を高めるとともに体育専門学群での学びや競技実践、将来のキャリア形成について考えてもらいたい。

本シンポジウムは「体育・スポーツに“いきる”」という全体テーマのもと、人々が「生きる」ことに密接に関わっており、様々な知や技術を「活かす」ことによって拡大してきた体育・スポーツについて学びを深めることを目的とする。具体的には、体育・スポーツ科学の知見をどのように「活かし」ながら、スポーツで「生きる」道を探っていくことができるのかという点や、より広い視点において、テクノロジーを「活かした」スポーツはどのように変容してきたかという点、あるいは、すべての人が社会のなかで「生きる」ために必要な学校体育とはどのようなものかという点について議論を深めていく。

企画・運営：坂本拓弥、平田浩祐

筑波大学博士後期課程体育科学学位プログラム

**HAN NA、早瀬知穂、JUNG HYUN YE、水野梨緒、永山純礼、西川瑞希、山口峰史**

筑波大学博士前期課程体育学学位プログラム

**木村莉子、桑原駿、三田村凌太郎、大崎寛、田中航太**

令和7年度 体育科学シンポジウム

**第1回 アスリートとキャリア ～世界で戦うためには～**

期 日： 2026年1月14日 12:15~15:00

座 長： 山口 峰史

シンポジスト： 鷗澤 飛羽 氏

(日本航空株式会社)

伊藤 明子 氏

(株式会社 セレスポ)

河合 季信 氏

(筑波大学 体育系 准教授)

**概 要**

本シンポジウムでは、「スポーツに生きる・スポーツを活かす」というテーマのもと、アスリートとして競技に打ち込む生き方と、スポーツで培った力を社会でどのように活かすかを考える。現役で活躍する選手、海外で挑戦する選手、そして引退後に新たなキャリアを歩む指導者など、それぞれが体現する「スポーツと生きる形」から、学生一人ひとりが自身の将来を考える契機とする。「スポーツで強くなること」、「スポーツを通して自分を成長させること」、「スポーツの力を社会に活かすこと」といった視点から、スポーツの可能性と自らのこれからの見つめ直す時間とする。

【登壇者】（※登壇順）



**鶴澤 飛羽 氏（日本航空株式会社）**

宮城県出身。筑波大学体育専門学群卒業。中学校時代は甲子園出場を目指す野球選手だったが、練習中に肘を痛めたことから野球の道を断念。高校進学後、陸上競技の短距離走に転向。高校2年生の時にはインターハイで100mと200mの両種目を制する。筑波大学進学後、2023年に200mで日本選手権初優勝し、ブダペスト2023世界陸上に初出場。2024年には日本選手権を連覇し、パリ2024オリンピックに出場し準決勝進出。2025年日本航空へ入社後、日本選手権で3連覇を果たし、東京2025世界陸上では200mで準決勝進出。4×100mリレーでアンカーを務め6位に入賞。



**伊藤 明子 氏（株式会社 セレスポ）**

東京都出身。2018年に筑波大学体育専門学群を卒業し、2020年に筑波大学大学院 人間総合科学研究科 体育学専攻 博士前期課程を修了。同年4月には、株式会社セレスポに入社し、現役の陸上選手として活躍している。さらに、2024年4月からは筑波大学大学院 人間総合科学学術院 コーチング学学位プログラム 3年制博士課程に進学。怪我や体調不良によって継続したトレーニングを行えなかった学群生時代の経験から、アスリートのコンディショニングを研究テーマとしている。現在は、競技を続ける中で生じた疑問を出発点に、競技と研究を往還しながら、よりよいコンディショニングのあり方を探っている。専門種目は、陸上競技の400mハードルと七種競技。2015年アジア選手権大会では、400mハードルで入賞。大学院在籍中の2019年には、日本陸上競技選手権大会で優勝している。



**河合 季信 氏（筑波大学 体育系 准教授）**

愛知県出身。1990年に筑波大学体育専門学群を卒業し、1993年に筑波大学体育研究科コーチ学専攻を、2024年に山梨大学医工農学総合教育学部を修了。博士（生命医科学）。1985年、1987年にショートトラックスピードスケートの世界選手権総合優勝。1992年アルベールビル冬季オリンピックの5000mリレーで銅メダルを獲得。競技引退後は、筑波大学体育センター準研究員（現在の特任助教に相当）として大学教員のキャリアをスタートさせた。現在は体育系（体育スポーツ局）准教授の傍ら、日本スケート連盟ショートトラック強化部長、JOC情報・科学サポート部門委員などの業務にも携わっている。

令和7年度 体育科学シンポジウム

## 第2回

### 成果を出し続けるためのセルフコンディショニングとは？

期 日： 2026年1月21日 12:15~15:00

座 長： 西川 瑞希

シンポジスト： 雨宮 怜 氏

(筑波大学 体育系 助教)

西貝 優里 氏

(フリーランス管理栄養士)

李 宰熙 氏

(筑波大学 体育系 研究員)

### 概 要

スポーツにおいて成果を出し続けるためには、単に技術や体力を磨くだけではなく、自分自身の心と身体をどのように整えるかが重要である。試合や大会の結果はもちろん、日々の練習や生活の積み重ねがパフォーマンスを支えている。その中で、コンディショニングを「特別なこと」ではなく「日常的な自己管理の一部」として捉えることが、競技者として長く成長を続ける鍵となる。本シンポジウムでは、「成果を出し続けるためのセルフコンディショニングとは何か」というテーマのもと、メンタル・栄養・フィジカルの三つの観点から、自分自身の状態を整える方法を探る。競技中の集中力の保ち方、日々のモチベーション管理、身体を支える食事や睡眠の質など、競技者が直面する課題に対して、専門家の知見を通して理解を深める機会とする。

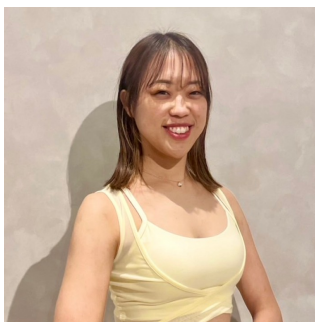


**【登壇者】（※登壇順）**



**雨宮 怜 氏（筑波大学 体育系 助教）**

2017年に筑波大学大学院体育科学専攻を修了。博士（体育科学）。アスリートをはじめとするハイ・パフォーマーのメンタルヘルスやパフォーマンス発揮を意図したスポーツカウンセリング・メンタルトレーニングを専門とする。加えて、アスリートに対する社会的態度や運動と個人特性、仮想空間と現実空間のつながりなど、スポーツを取り巻く多くの課題に取り組んでいる。



**西貝 優里 氏（フリーランス管理栄養士）**

昭和女子大学にて管理栄養士を取得後、筑波大学大学院人間総合科学研究科体育学専攻を卒業。在学中は運動栄養学研究室に所属し、小学生から海外代表選手まで、様々な競技のサポートや食育を実施。また、約半年のアメリカ留学中、元プロゴルファー専属シェフが構える日本食レストランにて調理を学び、日本代表経歴を持つASパフォーマーを多方面にてサポート。現在は、主にプロバスケット選手の食事サポートを行っている。また、管理栄養士としてのみならず、学生時代から続ける新体操やチアダンスのコーチング、アメリカで習得したピラティスインストラクターなど、多方面での活動も並行して行っている。



**李 宰熙（イ ジェヒ）氏（筑波大学体育系 研究員）**

筑波大学大学院人間総合科学研究群体育科学学位プログラム修了。博士（体育科学）。2025年4月より現職。主な研究テーマは、睡眠と健康増進。睡眠の質の改善を目的とした最適な運動条件の解明、脳波データの解析、ニューロイメージング解析などに取り組んでいる。

令和7年度 体育科学シンポジウム

### **第3回 語り・経験・実践から考える「学校体育」**

期 日： 2026年1月28日 12:15~15:00

座 長： 水野 梨緒

シンポジスト： 三上 純 氏

(日本学術振興会特別研究員PD 関西大学)

朝倉 雅史 氏

(筑波大学 教育系 助教)

寺山 由美 氏

(筑波大学 体育系 准教授)

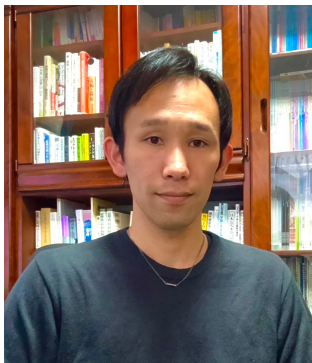
指定討論者： 清水 紀宏 氏

(筑波大学 体育系 教授)

#### **概 要**

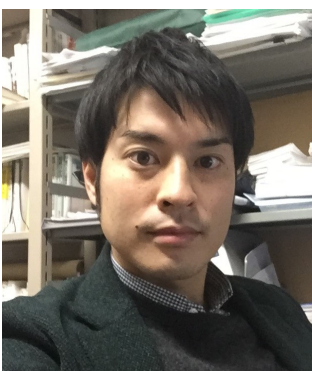
近年、学校体育での否定的な経験を語る声が高まりを見せている。本シンポジウムは、こうした声を共有することによって「学校体育」を問い直したうえで、これからの「学校体育」の可能性について異なる視点からお話いただく。具体的には、体育で周辺化されてしまう声の共有から「スポーツを学校体育で行う必要があるのか」という問いを提示していただき、この問いを中心として、スポーツを中心とした学校体育の可能性と、からだや身体観を中心とした学校体育の可能性についてお話いただく。自分たちの経験と照らし合わせながら、多様な人々の語りや、実践にもとづいた先生方のお話を聞くことを通して、学群生を含めた多くの人々が運動や身体を「教育する」ことの在り方を思考し、実践し、議論し続けるきっかけとなるような場にしたい。

【登壇者】（※登壇順）



**三上 純 氏（日本学術振興会特別研究員PD 関西大学）**

専門は体育・スポーツとジェンダー・セクシュアリティ研究。専門雑誌『体育科教育』にて、2025年4月から「マイノリティの声が照らし出す体育教師のポジショナリティ」を連載している。著書に『どうして「体育嫌い」なんだろう：ジェンダー・セクシュアリティの視点が照らす体育の未来』（共著、大修館書店）がある。



**朝倉 雅史 氏（筑波大学 人間系 助教）**

専門は体育・スポーツ経営学、教師教育学。教師の専門性と発達過程を明らかにすることを目的として、教師自身の経験と認識に着目した理論的・実証的研究を行っている。主な著書に『体育教師の学びと成長：信念と経験の相互影響関係に関する実証的研究』（単著、学文社）や『探究保健体育教師の今と未来 20講』（共編著、大修館書店）がある。



**寺山 由美 氏（筑波大学 体育系 准教授）**

専門は舞踊論、舞踊文化論、舞踊教育論。表現運動・ダンス領域における学習内容の現象学的考察を中心に行っている。主な論文に「『表現運動・ダンス』領域における『身体表現』：『意図ある動き』の形成から捉え直す」（体育・スポーツ哲学研究, 39巻2号95-108, 2017）や「体育の学習内容としての身体観：『表現運動・ダンス』領域の学習を考えるために」（体育・スポーツ哲学研究, 42巻2号49-63, 2020）がある。



**清水 紀宏 氏（筑波大学 体育系 教授）**

専門は体育・スポーツ経営学。学校体育のカリキュラム・マネジメントや子どもの体力・スポーツ格差問題、コミュニティ・スポーツにおける経営システムの開発をテーマに研究を行っている。最近の主な著書に『子どものスポーツ格差：体力「二極化」の原因を問う』や『探究保健体育教師の今と未来 20講』（ともに共編著、大修館書店）などがある。

令和7年度 体育科学シンポジウム

## 第4回

### スポーツとテクノロジーの交差点

### ～「する」「みる」「支える」から考える～

期 日： 2026年2月4日 12:15~15:00

座 長： 早瀬 知穂

シンポジスト： 角川 隆明 氏

(筑波大学 体育系 助教)

小池 関也 氏

(筑波大学 体育系 教授)

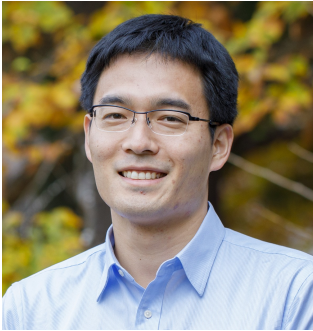
上林 功 氏

(日本女子体育大学体育学部健康スポーツ学科教授)

## 概 要

本シンポジウムでは、テクノロジーがスポーツにおいてどのように活用され、スポーツそのもの、あるいは私たちのスポーツ体験にどのような変化をもたらしているのかについて考える。「する」、「みる」、「支える」という多様な側面から、スポーツにおけるテクノロジーの活用とその影響について考えるために、コーチング、マネジメント・産業学、バイオメカニクスの研究者をシンポジストとしてお招きし、テクノロジー活用の現状と課題、今後の展望についてお話いただく。本シンポジウムを通じて、学群生の体育・スポーツに対する視野が広がり、テクノロジーの適切な活用について考えるきっかけになることを目指す。

**【登壇者】（※登壇順）**



**角川 隆明 氏（筑波大学 体育系 助教）**

筑波大学大学院 人間総合科学研究科博士後期課程 体育科学専攻 単位取得退学、博士(体育科学)。筑波大学体育系特任助教、鹿屋体育大学スポーツ・武道実践科学系講師を経て現職。筑波大学水泳部競泳助監督。専門分野は水泳競技コーチング論。主な研究テーマは「圧力測定を用いた泳動作中の流体力推定」、「水中モーションキャプチャを用いた泳動作分析」など。



**小池 関也 氏（筑波大学 体育系 教授）**

東京工業大学大学院 理工学研究科博士後期課程 機械工学専攻 修了、博士(工学)。東京工業大学助手、筑波大学講師などを経て2021年より現職。研究分野はスポーツバイオメカニクス。研究キーワードは「用具特性ならびに人間の動作特性の定量化」、「各種身体動作に対する計測および分析技術の開発」2026年より、日本機械学会104期スポーツ工学・ヒューマンダイナミクス部門部門長。



**上林 功 氏（日本女子体育大学 体育学部健康スポーツ学科 教授）**

早稲田大学大学院 スポーツ科学研究科 スポーツ科学専攻 修了、博士(スポーツ科学)。追手門学院大学社会学部准教授を経て2025年より現職。日本政策投資銀行スマート・ベニュー研究会、スポーツ庁 スタジアム・アリーナ改革ガイドブック改訂検討有識者会議 座長などを歴任。研究分野はスポーツ社会学、スポーツ環境学、スポーツマネジメント、ファシリティマネジメント。