



第6部 京都先端科学大

⑦ 健康スポーツ学科 運動親しむ機会創出

今年2月、亀岡市のJR亀岡駅前にサンガスタジアム京セラ(府立京都スタジアム)がオープンしました。新型コロナウイルス感染症の終息後は、Jリーグをはじめ、市民対象から国際試合までさまざまなスポーツイベントが開催されることでしょう。

健康医療学部健康スポーツ学科は亀岡キャンパスに設置されて6年目を迎えました。アスリートをはじめ、子どもから高齢者を対象に体力向上・健康の維持増進をサポートできる人材を育成しています。

三宅研究室では、あらゆる世代の人々がレクリエーションとしてスポーツに親しみ、楽しむ機会を提供できる人材の育成を行っている。



みやけ・もとこ 大阪府立天大大学院修了。大阪体育大、京都府立医科大学などを経て2015年、京都先端科学大へ。19年から健康医療学部健康スポーツ学科教授。専門は応用健康科学。

三宅 基子 教授



スポーツ・レクリエーションを楽しむ学生と市民ら(昨年6月、亀岡市曾我部町・京都先端科学大)

ます。また、スポーツ・レクリエーション活動への参加が学生のコミュニケーション力や人間力、高齢者の健康状態に及ぼす効果を研究しています。

ゼミ活動では実践経験を重視し、学生が作成した地図を基に新しいレクリエーションプログラム体験会を行っています。さらに、地域レクリエーション協会のイベントでは、ニュースポーツ体験コーナーの企画運営を担当します。幼児から高齢者まで幅広い年齢層の参加者と交流し、異世代スタッフとの協働を経験します。

1期生が立ち上げたボランティアグループに参加している学生は、近くの小学校で運動遊びやバスツアーを行っており、毎回参加を楽しみにしている子どもたちとの関わりが深まっています。これらの実践活動を通して学生は大きく成長し、卒業生は公益社会教育団体やレクリエーションイベント会社などに就職しています。

スポーツの楽しみ方や関わり方は、その人のライフ

ステージやライフスタイルによって異なります。レクリエーションとしてのスポーツ活動は、子どもも高齢者も世代を超えて一緒に楽しむことができます。参加者は自然に笑顔になり、表情が豊かになります。特に高齢者は意欲的な感情が表出します。そして、活動を提供する学生たちは、スポーツを通して他者を支える楽しさや喜びに気づきます。

多様なスポーツ・レクリエーション活動の関わり方、楽しみ方を体験できる機会を創り出すことによって、生涯にわたってスポーツに親しみ、楽しむ「文化としてのスポーツ」が定着していくと考えています。あらゆる世代の人々が、健康でいきいきと豊かな生活を実現できるスポーツ・レクリエーション活動の機会を提供し、その効果をこれからも検証していきます。