

2023年8/5（土）・8/6（日） 立命館大学びわこ・くさつキャンパス スポーツ健康科学部 オープンキャンパス

実施時間	企画名	会場	企画紹介
スポーツ健康科学部 体験・施設公開企画 実施場所： インテグレーションコア 1階~4階 ①10：30～11：10 ②11：25～12：05 ③13：00～13：40 【各企画所要時間】 約5~15分】 高度な教育研究に欠かせない充実の学部施設・設備を公開し、体験企画を実施しています。 この時間に実施しているスポーツ健康科学部企画は5～15分程度ですので、どの企画からでもご自由にご参加いただき、スポーツ健康科学の幅広い領域を体感してください。 教授や先輩学生が企画を多数ご用意してお待ちしていますので、空いている企画から順に回ってください。	ランニングの動作解析	インテグレーションコア1階 スポーツパフォーマンス測定室	スポーツ健康科学部では高速・高性能な3次元動作解析システムを授業・研究に活用しています。オープンキャンパスではランニング動作を解析して、何が解るかを見てみましょう。
	超音波で自分の体の中をみてみよう！	インテグレーションコア1階 トレーニング指導実習室	立命館大学スポーツ健康科学部には、スポーツパフォーマンスの鍵となる筋肉を、あらゆる角度から調べる器具が揃っています。その中の一つに超音波があり、超音波を利用することで、痛み等なく、体の中にある筋肉の動きを見ることが出来ます。機材を慎重に扱う必要はありますが、操作そのものは非常にシンプルです。自分の筋肉の動きが見てみたい方は、ぜひトレーニング指導実習室におこください！
	スポーツ栄養学の知見を活かしたおむすび「スポむす」を作ろう！ ※8/5(土)のみ	インテグレーションコア1階 栄養調理実習室	スポ健1Fにある栄養調理実習室「RecO studio」では、スポーツ・健康を食から考えるための様々な取り組みを行っています。本日はその一端をご紹介しながら、スポーツ健康栄養学の視点から考えたおむすび、「スポむす」を産学連携企業の皆様と一緒に作り、味わいます（協力：東洋ライス株式会社・株式会社浜乙女） ※【この企画のみ 所要時間：40分、各回先着30名様】
	「プロ野球の試合一どうしたら試合当日の入場料収入は増やせるでしょう？」	インテグレーションコア1階 アカデミックラウンジ	プロスポーツの4つの大きな収入源は、入場料収入、スポンサーシップ収入、放送権料収入、ロイヤリティ収入です。満員のスタジアムはそのチームの人気の証で、人気があればこそスポンサーも獲得できるし、テレビ放映も実現します。したがって、入場料収入はキーとなる収入です。では、どうすれば入場料収入を増やすことができますか。一緒に考えましょう。
	みんなで認知機能測定！	インテグレーションコア3階 スポーツ健康指導実験室	運動や栄養の適切な処方は、高次脳機能である認知機能を高めることが知られています。今回は、私たちの実験の流れを相当に圧縮して紹介します！
	呼気ガスから酸素摂取量やエネルギー消費量を計算してみよう！	インテグレーションコア3階 スポーツ健康指導実験室	ヒトは、生体内に貯蔵されているグリコーゲンや脂肪酸を分解し、その際得られるエネルギーを利用することで身体を動かしたり、機能させたりしています。このエネルギーを産生する際には、「酸素」が体内へ取り込まれ利用されています。スポーツ選手の持久力を評価する方法の一つに、最大努力で運動を行っている際の酸素摂取量を測定し、「最大酸素摂取量」を算出するものがあります。今回は、安静時や運動時の呼気ガス（吐き出した酸素や二酸化炭素の濃度）を測定し、酸素がどの程度体内で利用されているのか、更にエネルギーがどの程度消費されているのかについて、実際に自分たちの呼気ガスを測定して学びましょう。
	マネジメントの世界をのぞいてみよう	インテグレーションコア3階 セミナー室	企業、地域のスポーツクラブ、プロスポーツチームなど、私たちの周りにはスポーツ健康科学に関連する組織がたくさん存在します。これらの組織は、目まぐるしく変化するビジネス環境をどのように捉え、戦略の方針を立てているのでしょうか。ワークに参加しながら、マネジメントの世界をのぞいてみませんか？
	「スポ健の実は…」 ※学生企画：高校生対象	インテグレーションコア3階 スポーツマネジメント実習室	井の中の蛙スポ健を知らず。大学って何ができるの？部活、サークル、一人暮らし教職などなど、今を全力で楽しむ大学生とお話できます！
	可愛い子には旅をさせよ ※学生企画：保護者様対象	インテグレーションコア3階 スポーツ教育学実習室Ⅰ	今の大学生ってどんな暮らし？スポ健生の生活を徹底解剖！お父さんお母さんの「気になる！」に学生が直接お答えします！
	メンタルトレーニング：ZONEの秘密	インテグレーションコア4階 スポーツ心理学実験室	スポーツ心理学では、競技力向上という側面から、オリンピックアスリートやプロアスリートを対象に、パフォーマンス発揮の最大化を目的としたメンタルトレーニングの効果について検証しています。また、人間理解という側面からは、教育現場の改善や全ての人を対象としたメンタルヘルスケアの実現に向けて学際的な研究に挑戦しています。本日は、人間のあらゆるパフォーマンス発揮に必要な“集中”の仕組みについて触れてみましょう！究極の集中状態を表す「ZONE」とは何か？スポーツの試合や大学受験など、実力発揮が求められる場面に必要な集中状態に見える化し、少し覗き見てみましょう！
	目標の先にあるもの？ ※8/6(日)のみ	インテグレーションコア4階 スポーツ教育学実習室Ⅱ	教育学や学習科学・成長科学では、学びや成長のメカニズムを解き明かしていきます。部活動、スポーツ、健康増進では、目標がとても大切です。みなさんの目標をふりかえって、目標よりも大切なことを探してみましょう。
	スポ健大解剖図を完成させよう！	インテグレーションコア 入り口付近受付	スポ健の魅力を集めて、解剖図を完成させよう！スタンプラリー形式で、スポ健の人・場所をめぐる参加型企画。解剖図を完成させてオリジナルグッズをゲットしよう！
④13：55～14：35	スポーツ健康科学部学部紹介	ラルカディア1階 R101	学部紹介「スポーツ健康科学部」を知ろう
⑤14：50～15：30	スポーツ健康科学部AO入試説明会	ラルカディア1階 R101	スポーツ健康科学部AO選抜説明