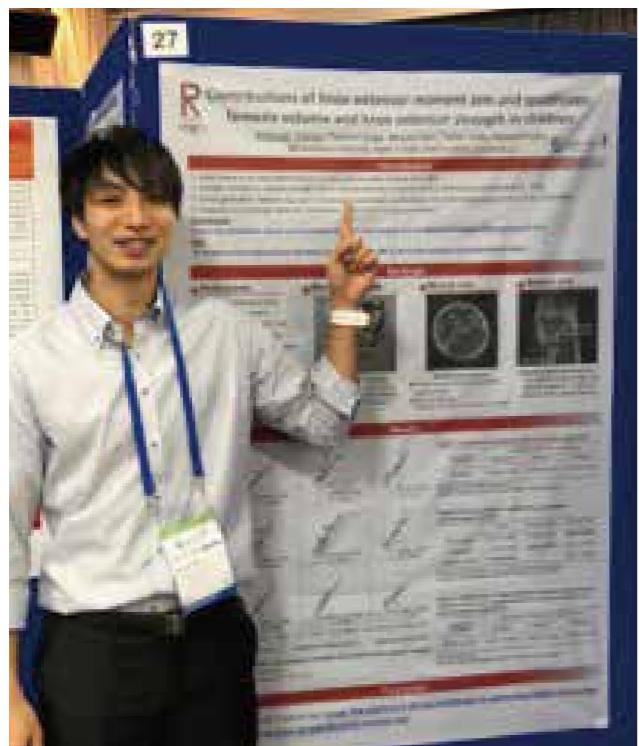


多くの子どもの体力が向上するように

私の考える
保健の
博士力

社会での実践力
理論構築と



立命館大学 総合科学技術研究機構 専門研究員 | 鳥取 伸彬



let's access



この QR コードを読み取ると
インタビュー動画を
視聴することができます



この QR コードを読み取ると
博士学位論文に
アクセスできます

学位授与の年月	2020 年 3 月
学位論文のタイトル	小学生の体力向上を目的とした運動プログラムの検討：有酸素性能力、疾走能力に着目して
指導教員名	藤田 聰
研究領域	身体教育学・応用健康科学
キーワード	HIIT・プライオメトリックトレーニング・運動介入・MRI・実行機能

学位取得を
目指した
きっかけ

高 校時代、部活動（陸上競技部）にてどのように練習したらより速くなれるのか、もっと知りたいという思いに至ったことから、本学部に入学した。幸いにも入学時が学部創設 2 年目という環境であり、本学部の著名な先生方に直接指導していただける経験により、研究を身近に感じることができた。その経験により、世界で誰も発見したことがない知見を自身で仮説を立て発見していく楽しさを知り、研究に魅力を感じるようになった。その後、自身の指導現場の子どもだけではなく、より多くの子どもを健康にしたいと考えるようになり、博士学位の取得を目指した。

在学中

日 本学術振興会の特別研究員 DC1 に採択され、研究奨励金および研究費の支援を受けることができ、恵まれた環境で研究活動に専念することが出来た。さらに、博士課程前期課程までの研究分野であったスポーツバイオメカニクスに加え、新たに運動生理学や認知脳科学等の他研究分野も実施し、自身の研究活動の幅を広げることが出来た。

博士学位論文では、子どもの体力の中でも近年低下している「有酸素性能力」と「短い距離の疾走能力」に着目し、効果のあるトレーニング方法についての検討を行った。本成果は、国際学術雑誌に掲載されただけでなく、学校やスポーツクラブにて既に取り組まれている。

現在

博 士学位取得後、立命館大学総合科学技術研究機構の専門研究員として、研究活動を行っている。取得直後に新型コロナウイルス感染症流行による緊急事態宣言が発令されたことで、学内での研究活動ができない中、一斉休校に伴う子どもの身体活動・健康の変化に関する研究を実施した。社会還元面では、小学校と連携した上で、実際に家で出来る運動プログラムの作成や発信に携わり、With コロナ社会でも研究活動と社会還元に邁進している。また、2021 年 1 月からは東京医科大学公衆衛生学分野の客員研究員となり、疫学研究的アプローチから子どもの健康について研究を行っている。このように、本学部や本学部卒業生、外部機関との共同研究のもと、多角的な視点で子どもの健康に関する活動に取り組んでいる。

将来像

研 究成果を世の中にわかりやすい形で発信し、子どもの健康に関する施策・政策作成に貢献することを将来像として掲げている。子どもの健康をテーマに一貫した研究を行っていき、学校現場で実際に指導するのではなく、新たな知見を生み出すことで我が国の子どもの健やかな成長をサポートしたい。また、応用健康科学の面から子どもの教育に携わり、一人でも多くの子どもの身体的・精神的な健康に貢献する。

自由な発想と行動力を持って、多くのことにチャレンジを！