

ご挨拶

師走の候、日本体操学会の会員の皆様におかれましては、時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

本年度の最大の事業であります日本体操学会第6回大会が、名古屋芸術大学におきまして平成18年9月9日と10日の両日に盛会のもとに開催されました。今回の学会大会のメインテーマは、「音・リズムと動き・からだの関わり」をとりあげ、基調講演、キーノートレクチャー、公開プログラム、体操アラカルト、それに研究発表としてのポスター発表・実技実践発表など、気楽に自由な討論のできる場の企画をしました。

今回の学会大会が、熱心な参加者によって盛会のもとに無事終了し、今後の体操の発展にとって少なからず有意義な大会になったことを確信し皆様と共に喜びたいと思います。日本体操学会の活動の様子について、この会報をご一読いただきまして、これからの学会活動の益々の発展のために向けて、皆様方のご尽力を賜りますように心から祈念いたしまして私のご挨拶といたします。(春山 国広)

1. 平成18年度日本体操学会総会報告

平成18年度日本体操学会総会は、9月10日(日)11:50~12:30に名古屋芸術大学1号館3F304教室で65名の会員が出席の中で開催された。春山国広会長(筑波大学名誉教授)の挨拶後、金子理事長(女子栄養大学)が議長となり議事が進められた。平成17年度事業報告・会計報告、平成18年度会員動向、第7回大会(準備状況)、学会事務局の移動についての報告後、審議事項の平成18年度事業計画・予算(案)、第7回大会(案)、体操・コード表とコード番号、会則改訂、委員会組織(案)が審議の結果、原案通り承認された。審議事項の主な要点は、次の通りである。

団体正会員枠の追加・会員種別の年会費明示、入会金の増額に伴う会則の改定

第7回大会からの体操領域が扱う研究の全体像を明確と研究対象の分類のための「体操コード表・コード番号」利用による発表の実施

学会組織をより充実させるための常任理事・理事で構成された委員会組織の発足
最後に春山文子副会長(実践女子大学)の閉会の辞により閉会した。(金子 嘉徳)

2. 「いいからだの日2007」-体操カレンダーを作ろう-

いいからだの日の企画は5年間報告書を作成し、2005年から体操カレンダーに移行した。しかしブログ形式の方法ではこころない書き込みも多く、従来の形式に戻すことになった。

日本体操学会では「国民の健康づくり」を積極的に推進するという時代の課題を解決していくために、今後もいいからだの日を継続し、地域のさまざまな体操事業を取り上げていくこととした。会員の皆様のご参加、ご協力を心より願います。

これからの企画については、「いいからだの日2007」-体操365日カレンダーをつくろう-として、会員が関わる「体操による健康増進活動」の2007年度の予定表を作成し、2008年の体操学会では2007年に参加された方の報告・感想など「体操活動の実践資料集(仮称)」を作成する計画である。また、情報収集のためのブロック委員を募って情報ネットワークもスタートさせたいと考えている。

健康増進活動や介護予防は個人の力だけで達成できるものではなく、今や地域の関連部門がネットワークを持つことが求められている。地域の取り組みをみんなの財産として、特に運動習慣のない人も気軽に参加できる企画を全国展開していただき、広く実践して頂けるよう提案する。来年度の体操に関連する活動予定を是非知らせていただきたい。また、みんなでお互いの活動をサポートできるネットワークを構築していきたい。(吉中 康子)

3. 日本体操学会第6回大会報告

1. 基調講演「心の扉をひらく身体技法」

講師；木村 はるみ氏（山梨大学）

笙演奏；伊藤 恵理氏（東京楽所）

舞踊と哲学を専門とされている木村はるみ氏は、日本の伝統的な舞楽の所作や雅楽のリズムに焦点を当て、日本人の魂に根付いている身体技法の伝承について実演を交えながら説明された。また笙の楽譜が提示されたり生演奏を聴くという滅多にない機会を得ることができた。日頃、規則正しい4拍子などのリズムに慣れた者にとって、「2拍と4拍が伸びる」「拍と拍の間をあそぶ」という感覚、また「拍をとるタイミングの点が大きい」ために、合奏するとき全ての楽器が同調しないという奏法は、異質でありながら何となくほっとするものであった。このような文化の技法は、身体から入る「知」によって伝承されるもので、身体を扱う体操の身体知について考える手掛かりとなった。（後藤 洋子）



2. キーノートレクチャー

体操音楽を多数作曲しておられる作曲家の松山祐士氏による「音楽におけるタイム、スピード、リズムについて マーチはなぜ120bpmなのか」というテーマでの講演であった。マーチばかりを集めたCDが集中力を高める時に聴く音楽として最近売れていると聞いたことがあるが、松山氏曰く120bpmは最も感情移入のしにくいテンポだということであった。軍隊の進むテンポがこれなのも納得した。しかし、結婚行進曲や葬送行進曲のようにゆっくりしたマーチや、手拍子にピッタリ合う106bpmのマーチもあり、曲調により受けるイメージがガラッと変わることを改めて実感した時間だった。曲調が動きに与える影響は大きく、体操で使用する音楽も、もっと大事に選曲されるべきだと思った。（栗野 まゆ子）

3. 大会企画ワークショップ ～音と動きのコラボレーション～

(1) リトミック

音楽教育のメソッドである「リトミック」は、動きを伴うレッスンをすることでより心と身体に音楽を浸透させてゆくことをねらっている。講師に荒木裕子氏をむかえ、その初歩からの代表的なアクティビティを体験させていただいたが、体操においてもまさに同様のことがあると感じた。単なる伴奏ではなく、音楽の持つ特徴（瞬間的か持続的か、軽・重、etc.）をとらえて動くことで、動きはより生き生きとしてくることを実感したワークショップであった。（砂田 眞弓）

(2) オイリュトミー

講師はオイリュトミー療法士の石川公子氏、テーマは「人間のリズムと自然のリズム 心とからだの結びつき」であった。初めに身近なリズムについて興味深い写真を見せていただき、リズムは命を担うもので眠りと目覚め、呼吸、宇宙や自然のリズムなど密接に関係していると伺った。そして長短短のリズムや、B、Aなど子音や母音の音の響きをからだの動きに現すなど体験した。音の広がりや強さを感じる中で、落ち着く・人との距離が近くなるなど、言葉一つ一つの持つリズムや音の形成作用が心や生命作用に働きかけることを実感した。音楽のない空間に命の持つリズムを感じた一時だった。（山田 恵子）

(3) 音楽療法

名古屋芸術大学の伊藤孝子氏が、音楽療法の定義、手順のレクチャーの後、実際のセッションをビデオで見せてくださった。参加者35名も実際に楽器を持ち、助手の学生さんの美しい歌声と合図に合わせ、演奏をした。自分の出す一つの音が、皆でやると和音となり、美しい音を響かせ、感動で会場がどよめいた。出席者は熱心で、質問も多く、音楽療法と体操の共通点を多く感じ取ることができる貴重な時間であった。（鈴木 由起子）

4. 研究発表

(2) ポスター発表

ポスター発表は今回の大会より正式に行われ、会場には20名前後の方が参加して下さいました。閲覧、発表、そして質疑応答は親密に行われ、口頭発表とはひと味違う成果が得られたと思われる。

今後、このセッションにたくさんの体操実践発表が行われることが学会の積極的参加につながるので、ポスターの発表方法を簡単な例（三宅氏の発表がふさわしい）をあげて誰でもが参加できるようにしたい。会場がいくつかに分かれても、1時間を限度とし、ワークショップなどのセッションと重複しないことを座長、発表者の一員として希望する。（古川 善夫）



(1) 実技実践発表

実技実践発表は、「動いて学ぶ」という日本体操学会のキャッチフレーズを具現化すべく、研究発表と実技実践が同時進行できるよう、体育館を会場に行われた。全7題の発表はいずれも、運動指導の実践を通じた研究発表であった。発表者が提案・問題とする「動き」をその場で体験することで、研究発表の内容がより深く理解されたように感じられ、発表後の質疑応答も積極的に行われた。本学会の特色をさらに出していくためにも、今後数多くの発表が期待される。（大塚隆）



5. 体操アラカルト（公開プログラム）

(1) 変拍子と動き

「変拍子と動き」会場は2日目朝から集った熱心な参加者29名で一杯となった。4つの動きを覚え、アクセントの取り方、方向の変化の仕方などを学ぶものであったが、鈴木由起子、砂田真弓両人により紹介されたのは一般的に慣れない5拍子のリズムでの動き。5拍子を2拍子と3拍子の組み合わせであると捕らえて動くことにより、簡単とは言えない動きであったが徐々に全員が動けるようになり、新鮮なリズムをものでき変拍子の理解を深める事が出来たようであった。最終的に2つの集団が向かい合って立ち、一斉に動くことができ盛り上がり終了した。（南 明恵美）

(2) ボディワーク

人は気をゆるませることは比較的簡単にできるが、体をゆるませるということは非常に難しい。2人組での活動などを通して、相手を感じつつ、自分の意識というものが身体にどの程度影響を及ぼすのかを体験的に学ぶことができた。これには自身の体の隅々まで自ら感じるということ、そして呼吸が重要であっ

た。人の体には気が通っていて、“その気になること”で自分の体をコントロールできたのである。学校体育における体ほぐしや体への気づきにも効果的な題材であると感じた。（関野 智史）

(3) 中高年のための運動

第6回日本体操学会の2日目9月10日（日）、10時40分からの「中高年のための運動」-スクエアステップ-会場（1号館302・303教室）には、約40名の参加者で一杯になった。三重大大学の重松良祐等の考案されたスクエアステップマットで、色々なパターンのステップを夢中に取り組んでいた様子を感じられた。参加者数の予測が判っていれば、もう少し会場の広さにゆとりがあると動きや解説が判明しやすいと思われた。（春山 文子）

(4) 基本の体操

山田恵子氏により、自由学園の授業で実践されている、デンマーク体操を基にした基本の体操のプログラムが提供された。自由学園では伝統的に独自の体操カリキュラムが展開されており、学園の主要な教育内容になっている。実践した体操はエアロビク的な動き、筋力アップの動き、ストレッチなどを組み合わせて、コンディションを整えるための全身的な運動となっていた。スタンダードな体操に触れて、ほっとする思いがあった。また、チャレンジしたり競争したりする方法も示され、参加者が夢中になる場面も見受けられた。体操の本質を捉えながらも活用の幅の広がりを感じる内容であった。（後藤 洋子）

(5) 体づくりで仲間づくり

30名前後の参加者が大塚氏の運動による仲間づくりのプログラムを楽しみ、人を受け入れること、交流すること、自分をふりかえることの重要性を認識した。紹介された運動プログラムが体づくりにどのように結びつくのか？、仲間、気づき、調整など、テーマの選定と発展はどうするのか？などなど、鋭い質疑応答が繰り返された。司会者としてはこの問題を掘り下げたかったが、時間的に余裕がなく申し訳ないと思っている。（古川 善夫）

(6) ちゃれんGボール！！

-シンクロナイズドGボール新规定課題発表-

NPO日本Gボール協会によるシンクロナイズドGボール演技（幼児・65歳以上対象バージョン）が紹介され、参加者に実際に体験をしていただいた。だれもが「ちゃれんG」できることを目指したシンプルな演技内容だったので、およそ50名ほどの参加者は、「ひょっこりひょうたん島」のリズムに合わせて、気持ちのよい汗をかいた様子であった。地域から一般参加された方もおられ、新しい運動プログラムとして広がりを感じることができた。（長谷川 聖修）

(7) キッズ・ハッピーエクササイズ

「キッズ・ハッピーエクササイズ」は、一人でも多くの子ども達が、からだを動かすことを楽しみ、生き生きと毎日を健やかに過ごせるよう、様々な運動プログラムの考案や体操の提案を目的として取り組む日本体操学会の特別プロジェクトである。今回は、瀬戸口氏による手話ソングやジャンケンをテーマにした運動あそびなどの紹介をはじめ、「ふれあい」と「足腰と体幹の強化」をねらいとした二つの幼児体操作品の実践報告が行われた。子どもたちが喜ぶより楽しめる運動プログラムの提案を、今後も「キッズ・ハッピーエクササイズ」プロジェクトから発信して行きたい。（大島 林子）



6. 世界の体操最新情報

約30分弱という短い時間であったが、荒木氏が収集されたビデオ、DVDの映像を中心に情報が提供され

た。これまでの体操は、どちらかというヨーロッパのイベントを中心に紹介されてきたが、今回の映像は、中国、タイをはじめとしたアジア諸国の体操祭の様子が紹介された。内容も多岐に渡っており、何れも大変貴重な資料を見ることができた。FIG（国際体操連盟）からの情報として、一般体操（General Gymnastic）という名称が使われなくなること、第13回ワールド・ジムナストラダが2007年7月8～14日にオーストリアのドンビュー（Dornbirn）で開催されること等が報告された。（後藤 洋子）

7. 懇親会

これまで懇親会は、専ら個人的な情報交換が中心で、特別にプログラムは組んでいなかった。今回、津、名古屋のスタッフの協力を得て、参加者相互がより一層交流し、楽しめるように、レクリエーション的な要素を盛り込んだ懇親会が企画された。誰でもできる簡単な動きが取り入れられ、体操学会らしさが演出されていた。また、料理や飲み物が充実していたり、会場校の理事長やワークショップの講師陣も臨席されて親しく話す機会もあったので、参加者の満足度は高かったようだ。（後藤 洋子）

4. 日本体操学会第7回大会（案）

1. テーマ「地域を元気にする体操を」
2. 期 日：平成19年9月8日（土）・9（日）
3. 会 場：女子栄養大学（埼玉県坂戸市）
4. 基調講演「市民・行政・教育機関・企業との連携による健康づくり」
國枝 寛（埼玉県坂戸市総合政策部健康づくり政策室室長）
5. 教育講演
「市民・行政が求める体操指導者」
「健康遊具の現状」
「体操指導に必要な情報収集方法のイロハ」
6. 実践報告
7. ジムナストラダ2007報告
(1) 現場指導で活用できそうな体操
(2) アイディア豊富な体操
8. 一般発表（コード利用による）
(1) ポスター発表
(2) 実技発表
9. 日本体操学会としての「体操」の定義と体操の分類
10. （公開講習会）地域を元気にしたい「私の体操がお役に立てば」
11. 最新運動用具の紹介
12. その他
(1) スポーツ栄養（ランチョンセミナー）
(2) 体操関連用品チャリティーバザー

大会役員

学会会長	春山 国広	（学会長）
大会会長	伊利 仁	（坂戸市長）
大会組織委員長	金子 嘉徳	（女子栄養大学）

（金子 嘉徳）