

DO FIELD

Doshisha
University

同志社大学スポーツ健康科学部教員父母連絡会報 [ドゥ・フィールド]

DO FIELD 17



2019.11 **17**



ご挨拶 教員父母連絡会会長 西垣美代子

教員父母連絡会会員の皆様、並びに教職員の皆様、平素は会の運営におきまして多大なるご理解とご協力いただきまして、心より厚く御礼申し上げます。

スポーツ健康科学部は昨年、開設10周年を迎えることができました。次の10年に向け、すでに新しいステージにて走り出しています。

来年はオリンピックの開催年でもあり、スポーツ健康科学部の学生にとっても、この日本で、皆で一緒に応援し、大いに吸収することができるすばらしい年になることでしょう。

スポーツ健康科学部は教職員の方々と学生及び、保護者との連携が密であり、学生にとって最適の環境の中で、保護者が教職員をサポートするため、このような大役を務めさせていただくこととなりました。学生らが新島襄先生の理念を引き継ぎ、4年間で多くを学び、社会に役立つ人に成長できるよう、見守りながらお手伝いさせていただきます。

最後になりましたが、より良い教職員父母連絡会になりますよう、皆様のご意見、ご協力いただけますようお願い申し上げます。

C O N T E N T S

ご挨拶 西垣美代子会長

01 特集① 合同スポーツフェスタ

04 特集② 大学院進学について考える!

08 ATHLETE スポ健アスリート列伝

024 林穂之香さん/025 村野武広さん

10 FOCUS スポ健きらり

011 田中希実さん

11 LETTER 母から子へ、子から母へ

髙田恵美さん/髙田和希さん

12 ACADEMIC 成績通知書の確認方法

13 TOPICS 2019年度総会レポート/スポーツ健康科学部生の活躍

16 ANNOUNCEMENT

『DO-FIELD[ドウ・フィールド]—同志社大学スポーツ健康科学部教員父母連絡会報—』

「DO」は、行う、行動を起こすこと、能動的、積極的な姿勢を示し、DOSHISHAの「DO」も意識しています。そして「FIELD」は文字通り、フィールド、場の意、スポーツのイメージも喚起させます。DOSHISHAおよびスポーツ健康科学部というフィールドで、何ができるか、教員、父母、もちろん学生も一緒になって考えるための相互のコミュニケーションの場でありたいという願いを込めました。(ネーミング/辻田和樹・父母会員OB)



同志社大学スポーツ健康科学部
開設10周年記念
京たなべ・同志社スポーツクラブ(KDSC)
創立10周年記念



合同スポーツフェスタ

スポ健 × KDSC



京田辺市と共に歩んだ 10年を祝う

健康増進や生涯スポーツへの関心が高まり、スポーツ全般への科学的アプローチが常識となった21世紀。社会のニーズに応えるべく、スポーツと健康の新時代をリードする人材育成のため、2008年4月にスポーツ健康科学部が誕生しました。学部開設10周年を迎えた2018年度には記念行事を多数実施し、12月8日(土)には「同志社大学スポーツ健康科学部開設10周年記念京たなべ・同志社スポーツクラブ(KDSC)創立10周年記念合同スポーツフェスタ」をデイヴィス記念館で開催。一連の10周年記念行事の最後を飾りました。

KDSCは2008年、京田辺市と同志社大学の地域連携協力によって発足しました。さまざまなスポーツ活動を通じて京田辺市民と同志社大学が交流し、スポーツ振興と地域の活性化を目指すと同時に、指導者として参加する学生の社会貢献や資質向上といった教育効果を図る、総合型地域スポーツクラブです。2018年4月現在、スポーツ教室はアーチェリー、ゴルフ、チアリーディング、サッカー、ハンドボールなど計21。他にもサークル活動やイベント事業などを行い、「いつでも・だれでも・いつまでも」をスローガンに、子どもから高齢者まで多くの京田辺市民と、同志社大学生および関

係者が参加しています。練習会場として京田辺校地のスポーツ施設を使用する機会も多く、体育会運動部に所属する学生の多いスポーツ健康科学部との関わりも当然深いものがあり、両者は10年を共に歩んできたと言っても過言ではありません。

13時より行われた記念式典では、柳田昌彦学部長からの式辞、八田英二総長・理事長、松岡敬学長および石井明三京田辺市長からの祝辞、来賓紹介などに続いて、スタープレイヤーによる、地元小学校児童へのハンドボール指導が行われました。

京田辺市とハンドボールとの 深い関係

京田辺市とハンドボールとの関係には、1988年から続く歴史があります。京都国体で京田辺市がハンドボールの試合会場になった縁で、すべての市立小学校にハンドボールクラブを設置。市民のハンドボールへの関心も高く、毎年8月には同志社大学の協力のもと、京田辺市で全国小学生ハンドボール大会が開催されています。

今回のスポーツフェスタにも、市内の小学校でハンドボールクラブに所属する1年生から6年生の児童約180名が参加しました。指導をお願いしたのは日本ハンドボール界のスーパースター宮崎大輔選手(アシックスアドバイザリースタッフ)と、名ゴールキーパーの木村昌丈選手(大崎電気)です。



練習試合で子供達に混ざって一緒にプレーする宮崎大輔選手

その後は16時30分より、京田辺校地にあるレストラン「アマーク・ド・パレディ」にて懇親会が開催されました。多忙のなか両選

**懇親会でも続いた
両選手との交流**

この位置を確認するなど、各コートを取りながら積極的に助言。特に、動きながらボールのやり取りをすることの重要性を指導しました。

「ミスが起きるのは、動きが止まっている時が一番多い。相手にしっかり見られてしまい、カットされやすい。そんなときは味方がボールをもらいにいくなど、しっかりと考えながら動く。そうすればミスはもっと減る」

アドバイスを理解して動きが向上し始めた児童たちに、宮崎選手から「ナイイスシュート」の声がかかります。途中からは宮崎選手と木村選手もコートに入り、スパープレーを披露。小学生たちの目が一段と輝き、見学する

ご家族の応援もヒートアップして、会場は熱気に包まれました。

練習試合の後は木村選手がゴール前に立ち、低学年の児童からのシュートにチャレンジ。至近距離から見事ゴールを決めた児童には記念品が贈られました。すべてのプログラムが終わると両選手に感謝状が贈呈され、参加した児童全員とともに記念撮影を実施。約2時間半にわたって行われたスポーツフェスタの幕を閉じました。

帰途につく児童たちは一様に「練習試合が楽しかった」と笑顔でした。宮崎選手の迫力満点のジャンプシュートにも興奮冷めやらない様子。指導はとてもしっかりやすかったという声が多く、「シュートに3歩かかっていたのが、2歩で打てるようになった」「これからも練習を頑張つて、全国大会に出たい」など、それぞれに自信を深めた様子でした。宮崎選手と木村選手から直接アドバイスを受け、一流のプレーを目の当たりにできた経験は小学生たちの大きな思い出になり、今後の競技生活にとっても必ず良いモチベーションとなることでしょう。



ゴールキーパーのポイントを熱心に指導する木村昌丈選手

手とも出席していただき、特にハンドボール部の学生たちとの交流を深めてくださいました。KDSC会長を務め、今回の合同フェスタを企画したスポーツ健康科学部の竹田正樹教授は、産官学連携イベントの意義を強調。「今回のイベントはアシックスジャパン株式会社の協賛をいただき、企業・自治体・大学の三者が連携することによって実現。企業が協力してくださったことは、資金面でも大きな力となりました。それぞれが単独で行うスポーツイベントは多いですが三者連携というケースは非常に珍しく、素晴らしいイベントになったと思います。宮崎さんと木村さんの、子どもたちへの気遣いやサービ

ス精神も素晴らしい。成功はお二人のお蔭です」

フェスタの司会進行を務めた真野さんは「両選手のご指導が大変上手で、小学生たちが目を輝かせて憧れを募らせていく様子を見て感動しました」と感想を語ってくれました。スポーツ健康科学部生でハンドボール部員の西村美桜さんは、小学生たちのチャレンジ精神が印象深かったそうです。「小学校のクラブではおそらく各自が決まったポジションしか練習していませんが、今日は各校から大勢が集まった中でいろいろなポジションを積極的に経験していた点がすごいなと思います」。同じく内堀杏美さんは、宮崎選手の指導を間近で見ると初めて分かったと、同時に、ハンドボールの魅力をもっと多くの人に知ってもらおうと努めておられるのが分かりました。子どもたちは練習試合で果敢にゼロステップシュートに取り組み、短時間に上達していったと思います」

宮崎選手と木村選手は予定時刻を超えて懇談に加わり、ハンドボール部の部員たちに競技生活や練習への心構えなどを話してくださいました。学生からの質問に対しても気さくに応じてくださる姿に、お二人を囲む人の輪は、いつまでも解けませんでした。

両選手ともに日本代表チームのメンバーであり、宮崎選手は大崎電気で活躍したのち、日本人男子で初めてスペイン1部リーグのCBアルコベンダスに移籍した大スターです。木村選手は日本リーグで2度の最高殊勲選手賞やベストセブン賞などを受賞した、日本の守護神です。

フェスタではスポーツ健康科学部生の真野文暁さんが司会進行役を、宮崎選手と木村選手が指導役を務め、同志社大学ハンドボール部の部員たちがサポートを行いました。簡単なトレーニングをした後、約40分間、両選手による学年別指導を行い、さらに3年生から6年生は学年別に練習試合を実施。最後は1・2年生が木村選手に挑むチャレンジPKを行いました。

**子どもたちの能力を引き出す
宮崎選手の熱血指導**

宮崎選手の指導は準備運動からスタート。手を間近に寄せたり身体から遠く離したりして指紋を見つめることによって遠近感に慣れるトレーニングや、後ろへ広げた両手を、顔を動かさずに見て視野を広げるトレーニングは、宮崎選手が試合前に必ず行う目のアップだそうです。続いて子どもたちが2人1組になり、体幹やバランス感覚を鍛えるアップを実施。宮崎選手は持ち前の明るさで子どもたちに接しながら、練習で失敗して学ぶことの意味や、ふざけるとけがをする危険性があること、

勇気を出して挑戦することの大切さなどを教えました。アップの締めくくりは肩の可動域を広げる運動。小学生の時、肩を痛めて数カ月ハンドボールができなかつたご自身の体験を踏まえ、肩のストレッチの重要性を強調する指導でした。どの運動でも子どもたちは熱心に取り組み、観客席で見守るご家族たちも肩のアップなどを楽しそ

KDSCの活動 主な活動はクラブ運営、各種スポーツ教室の開催、スポーツサークルの運営です。同志社大学体育会の各運動部に所属する学生だけでなく、監督も指導に携わります。

スポーツ名	活動内容
アーチェリー教室	基本と30mシューティングを習得。小学5年生以上対象
ウェルネスダーツ	ダーツを一般向けに改良した新スポーツで、健康増進・認知症予防にも有用。18歳以上対象
ゴルフ教室	ゴルフの基本マナーを学び、打つ楽しさを覚える
サッカー教室	サッカーの基本を習得し、チームプレーの楽しさを知る
チアリーディング・同志社大学野球対外試合応援体験	応援の楽しさを体験。大人も参加可能
チアリーディング教室	チアリーディングを通じて健全な心身を育み、チアスピリットを知る
ノルディックウォーキング教室	ポールを使ったウォーキングを学び、腰や膝への負担を減らしながら全身運動を体験。18歳以上対象
ハンドボール教室	ハンドボールを使ってスポーツの基本(走る・投げる・飛ぶ)と、頭と心の体操を行う
バスケットボール教室	楽しみながら、バスケットボールに必要な基本を習得
フラッグフットボール教室	アメリカンフットボールの簡易版で、子どもでも安全に楽しめる
フリークライミング教室	国内最大級の室内クライミングボード施設で、岩登りの初歩を体験。中学生以上対象
ボクシング教室	ボクシングトレーニングの体験、ボクシング部による実戦の見学など。大人も参加可能
ラグビー教室	全員でトライを取る楽しさを追いかける、「エンジョイラグビー」がテーマ
レスリング教室	一緒に楽しくレスリングを体験し、心身を鍛える
陸上教室	走り方の基本から記録の計測まで、陸上のABCを学ぶ

うに実践しながら見学しました。続いて行われたのはシュート練習。1、2、3で跳ぶのではなく、右足で踏み込んでボールを受け、次の一歩でジャンプする「ワンステップシュート」の練習です。相手が寄せてきそうな場合、すぐさま攻撃に移るために非常に効果的な技術といえます。高学年では比較的すぐに会得できた児童もいま

だが、戸惑う児童には「ボールを受けたらすぐに打つ『ゼロステップ』の感覚でやってみよう」など、宮崎選手からアドバイスが送られました。「一段階高いレベルのことをイメージするとうまくいく」など、的確な助言によって児童たちの集中力や想像力も自然に向上。多くの参加者が、短時間に目覚ましい上達を遂げていたようです。

次は試合形式の練習。インターバルで選手交代をしながら前後半7分ずつのゲームを行い、勝ったチーム同士、負けチーム同士で再び試合を行う形式でした。その間も宮崎選手は、しっかりと前を確認しながら走る、前方を見て空いているスペースを探す、ボールは攻めながらも待たず、動きながらも、投げられる方も待つ方も声を出し合っ

大学院進学について考える!



座談会

【出席者】写真前列左より 柴原拓哉さん / 高倉久志先生 / 藤堂萌さん
写真後列左より 大島博史さん / 伊藤祐希さん / 大石寛さん / 青木拓巳さん

スポーツ健康科学に関するより高度な専門知識と理論を修得した専門家の養成を目指して、大学院が設置されています。大学院(スポーツ科学研究科)は博士前期課程と博士後期課程で構成されており、前者は一般的な修士課程に相当するもので2年間、後者は博士課程に相当し3年間にわたって研究を行います。今回は大学院進学への理解を深めていただくため、現役大学院生および修了生による座談会を開催しました。

内であったことから資格変更して、博士研究員(ポスドク)として研究に励みました。その後、2012年4月より同志社大学スポーツ健康科学部に着任しました。皆さんも簡単に自己紹介をお願いします。柴原 学部3期生です。学部3年次終了時に飛び級第1号で大学院に入りました。博士前期課程を2年で終え、今は滋賀県で公務員をして5年目になります。学部生時代から井澤ゼミに所属して、運動が脂肪組織の遺伝子やタンパク質に及ぼす影響などの研究をしました。

1代謝に与える影響を研究しました。一般企業で働いて4年目になります。青木 1期生です。学部卒業後、他大学の修士課程に進学しました。修了後から2年間は一般企業に勤めました。その後、再び同志社大学の博士後期課程に入学しました。後期課程2年目からは高倉先生と同じく学術振興会特別研究員に採用されています。現在は石井研究室に所属して、子どもの睡眠と身体活動の関係性について研究中です。伊藤 7期生です。4年で卒業後、前期課程2年目です。学部3年次から石井ゼミに所属し、加齢に伴う高齢者の身体機能低下を早期発見し予防につなげる研究をしています。



柴原拓哉さん

いる人はどちらかと言えば少数派だと思います。私も大学入学当初は大学院への進学を強く意識したことはありませんでした。皆さんが学部生の時は、大学院にどんなイメージを持っていましたか。また、どのように大学院進学へのイメージを育てていったのでしょうか。

漠然とした関心からでも大学院への道は開ける

高倉 本日は大学院について語っていただきます。進学の動機、大学院で何を学び何を学んだのか、将来の進路はどう考えたのか。皆さんの経験が、小誌をお読みいただくご父母や子弟にとって参考になればと思います。私自身は金沢大学大学院の博士前期および後期課程に進学し、5年間の大学院生活を過ごしました。博士後期課程の3年目から日本学術振興会特別研究員となり、博士号取得後も特別研究員の採用期間



藤堂萌さん

藤堂 私も学部3期生です。4年間学部在籍してから前期課程に進み、修士・前期課程ともに北條ゼミに所属していました。温熱刺激が人のエネルギー

など感じていました。伊藤 私は漠然と研究者になりたいと、大学入学時から思っていました。そのため大学院進学は必須の過程と考えていました。石井先生から授業で学会の話の聞いたり、自身も2年次からデータ収集のための測定会に参加したりしていたので、わりと早い段階から大学院進学をぼんやり決めていたと思います。私の親は大学院には行っていませんが、理系出身で大学院という存在が身近にあったためか、私が大学院に進むことも想像はしていたようです。

大島 大学入学時、大学院は遠い存在でした。ですが、その後は学部の授業や、続けてきた陸上競技の延長線上で身体の構造への興味が深まり、それをさらに学べるのが大学院だろうというイメージは少しずつ湧いてきました。



大石寛さん

大石 私は高校卒業までサッカーをしていました。高校時代に鹿屋体育大学で行われたセミナーに参加した時、キラキラした表情で楽しそうに話す大学教員に接して、憧れを感じました。石井ゼミという意欲的なゼミに入ったこともモチベーション向上につながった

条件が揃えば飛び入学も可能

高倉 大学院進学を決意したタイミングはいつで、その後の具体的な準備はどうでしたか。柴原 大学院への飛び入学の入試が2月にあるのを知ったのは、3年次の10月頃です。友人と一緒に行った大学院の入試説明会は4年次生向けだったので、そこである先生から「飛び級をするのか」と尋ねられました。初めて飛び級制度を詳しく調べると2人も受験資格があったので、せっかくのチャンスだからと急いで準備。3年生で卒業に取り組みむ前だったので、研究計画は井澤先生と相談して作成しました。関連分野の論文を読んだり、専門関連用語をピックアップして勉強したり。TOEICも急いで受験。スコアは確か600を超えない程度でした。受験を決めてからは、あつという間に時間が過ぎました。

藤堂 私は一般入試でした。柴原くんと同じく、論述形式の試験を受け、あとはTOEICのスコア提出と面接でした。試験対策は研究室にある文献を借りて勉強したり、今までの授業資料を見返したりしました。伊藤 私は特別推薦入試でした。当日の試験は面接だけで、あとは全科目のGPAと英語のGPAが全体の上位25%以上であることと、出願時に規定単

し、親も背中を押してくれました。条件が揃えば飛び入学も可能。高倉 大学院進学を決意したタイミングはいつで、その後の具体的な準備はどうでしたか。柴原 大学院への飛び入学の入試が2月にあるのを知ったのは、3年次の10月頃です。友人と一緒に行った大学院の入試説明会は4年次生向けだったので、そこである先生から「飛び級をするのか」と尋ねられました。初めて飛び級制度を詳しく調べると2人も受験資格があったので、せっかくのチャンスだからと急いで準備。3年生で卒業に取り組みむ前だったので、研究計画は井澤先生と相談して作成しました。関連分野の論文を読んだり、専門関連用語をピックアップして勉強したり。TOEICも急いで受験。スコアは確か600を超えない程度でした。受験を決めてからは、あつという間に時間が過ぎました。藤堂 私は一般入試でした。柴原くんと同じく、論述形式の試験を受け、あとはTOEICのスコア提出と面接でした。試験対策は研究室にある文献を借りて勉強したり、今までの授業資料を見返したりしました。伊藤 私は特別推薦入試でした。当日の試験は面接だけで、あとは全科目のGPAと英語のGPAが全体の上位25%以上であることと、出願時に規定単

位数が取れていることが条件でした。私の場合はある程度早い段階から大学院を考えていたので、ゼミにいる大学院の先輩から情報収集をしていました。研究計画書は先生と相談しながら文献や論文を読んで作成。面接対策としては、自分の研究をうまくアピールできるようにまとめました。就職活動をするようかと少し心が揺れた時期もありましたが、院生の先輩に相談すると、就職は前期課程を終えてからでもできるから、一度大学院に行ってもいいのではとアドバイスをいただいたことで、迷いを振り切ることができました。



伊藤祐希さん

大島 3年次の10月時点で大学院進学を決めて上林先生に相談すると、飛び入学制度を教えてくださいました。出願条件は満たしていたので、チャレンジしてみようと。入試までは4カ月程度しかなかったもので、そこから急いで論文などを読み始めました。3年間の勉強内容を一番復習した時期でした。高倉 大学院に入ってから研究を始めると、学部時代の基礎知識を復習する時間は意外と取れないものです。そういう勉強ができてよかったですね。

専門性だけでなく社会でのキャリア形成に必要な高度な応用力が身につく

高倉 基本的に一定以上の能力と資格を満たしていれば、大学院への入学は可能です。大学院への進学は学生にとってキャリアの一つになるだけでなく、教員にとっても重要な研究パートナーを迎えるという意味も持ち合わせているのではないかと思います。大学院に興味を持った時点で、ひとまず相談しに来てもらうと嬉しく感じる教員は多いんじゃないでしょうか。次は学部と比べて、大学院の魅力はどう感じたら

柴原 入学時は大学院があることぐらいしか知りませんでした。意識し始めたのはゼミを選択する、2年次の秋です。井澤先生の研究内容に興味を持ったのがきっかけでした。藤堂 大学院に自分が関わるようになるとは思っていませんでした。意識し始めたのは3年次の終わり頃。周囲が就活を始めた頃に自分は何をしたのかを考えるタイミングで、大学院という選択肢もあるのだなと思いました。青木 私自身は1期生なので、そもそもゼミがどんな雰囲気なのかわかりませんでした。さらに大学院で何をやるかというイメージも持てなかったです。ただ学部時代から学会に連れて行っていたいただいた時など、こういう場所

を聞かせてください。既に社会に出て
いる人は、大学院での学びや研究活動
がどのように社会で役立っているかを
教えてください。

柴原 大学院では自分の興味に集中で
きます。基本的には5〜10人の授業な
ので先生方との距離もさらに縮まり、
各先生の専門分野の見方・捉え方も変
わります。また、社会に出ると地道に
確認しながら仕事を進めることが求め
られると思いますが、そういう基礎的
な部分にも大学院での学びが生かされ
ていると思います。学部時代はどちら
かという受け身の学びが多かった
印象です。授業に出て、出された課題
に応じて読むべき本を探す。一方で、
大学院は自分で論文を探し、自分から
動いて研究する。主体性が養われます。
藤堂 学部の授業も確かに面白いけれ
ど、広く浅くというイメージだったと
思います。大学院では、その中で特に
興味のあるテーマに絞って深く学べる
のが面白いです。さらに私の場合は研
究者を目指すのではなく、大学院に進
む主目的が別にありました。課題解決
能力や人前で話す能力、伝える能力、
折衝能力などを身につけたいと思っ
ていました。私は人前で話すのが苦手だ
ったのですが、実際に社会に出てみて、
周囲からはあまりそう思われないう
ことが増えてきました。会社でもプロジェ
クトを任せられたり、2000〜3000人
のセミナーで司会をさせていただいた
り。大学院で過ごしたからこそ、可能

たプレゼンテーション力で自己アピ
ルをしました。人事の方からは論理的
に話す能力を評価していただけました。

**多様な奨学金等の
支援制度を活用**

高倉 大学院進学には一定額の費用が
必要ですが、どう対応してきましたか。
話せる範囲で構いませんので教えてく
ださい。



高倉久志先生

柴原 学部時代はアルバイトをしてい
ましたが、大学院進学後、バイトは減
らしていききました。その分は親から支
援を受けたり、大学の制度を調べて授
業料相当額の1/2が給付される奨学
金制度を利用したりしていました。

藤堂 学部生時代も含めて、学費など
はアルバイトと奨学金で賄ってしまし
た。ただ大学院の授業料相当額が給付
される奨学金制度を知らなかったので、
基本的にはバイトが支えていた。入学
時にこれらの制度を知っていたら、も
っと気軽に大学院に行く人が増えるか
もしれません。奨学金制度をもっとア
ピールしていただければと思います。
高倉 日本学生支援機構からの奨学金

になったのだと思っています。



青木拓巳さん

青木 私は他大学の大学院で修士号を
取得しましたが、同志社でも実践でき
たらいいなと思う取り組みがあります。
修士時代には週に一度、異なる分野か
ら教員・学生が参加して合同ゼミを行
っていました。月に一度くらいは自分
に担当が回ってきましたし、いつもと
違う先生からいつもと異なった視点か
らアドバイスをいただけるのは刺激に
なりました。

高倉 同志社の大学院でもそれに近い
取り組みを始めています。分野の垣根
を超えた交流がもつとできるといいで
すね。

伊藤 学部時代からさらに知識がつい
た状態で先生との距離がさらに縮まる
のは、とても有意義なことです。ゼミ
だけでなく、他の研究室の先生ともデ
イスカッションできる。そこで新しい
知識も得られる。発表の機会について
も、学部時代は学内でしたが、大学院
では学外や他大学との勉強会もありま
す。より新しい知識や責任感が求めら
れるので、よい経験になります。
大石 私は大学院に入ってからまだ3、4

については、学部生ではご父母の収入
に依存して額が変わりますが、大学院
で奨学金を借りる際には、基本的には
自身の収入が審査対象となるので、無
利子で借りられることが多いかと思
います。

伊藤 私の場合、学費は1/2相当額
が給付される奨学金の申請をして認め
られました。家賃などは日本学生支援
機構の奨学金を充て、基本的な生活費
はバイトで賄っています。現在は朝6
時から9時までのバイトをしてから、
大学にきています。

大島 バイトはせず、同志社からの給
付型奨学金を受けています。非常に助
かっています。国際学会への出席は交
通費や宿泊費を賄うのが大変ですが、
そういった経費を補助してくれる制度
もあるのでチャレンジしようと思っ
ています。

高倉 国際学会での研究発表について
は、前期課程のうち1回までは渡航な
どに必要な経費を支援してもらえる補
助制度ができています。国内学会での
研究発表の場合は、1年で2回まで補
助制度の利用が可能です。

大石 授業料に関しては、今年は全額
が給付される奨学金をいただきました。
非常にありがたいです。生活費は少し
親の援助を受けながら、月曜夜に塾講
師と週末にサッカーの講師をしていま
す。その経験は今後役立ってくると思
います。
青木 後期課程は入学時に34歳未満で

カ月ですが、思ったより授業数が多い
ですね。いろんな先生と話をさせてい
ただく機会が増えたのはありがたいし、
今後はマンツーマンの授業もあると聞
いています。学部生にも少しずつアド
バイスできるようになってきました。
研究室の内外で徐々に責任が重くなる
と同時に、自身の見方も少し変化し
たと感じています。

高倉 院生になると、教員もある程度
安心して任せることが増えてくるよう
に感じます。社会人と似たような立場
にもなってきました。さて皆さんは、修
了後の進路をどのように決めていった
のでしょうか。就職活動はどう行ったの
か、あるいは大学院という経歴は企業
でどう評価されましたか。



大島惇史さん

大島 私はこの後、博士後期課程に進
んでアカデミックな進路に進もうと考
えています。まだまだ知りたいことが
あるからです。いつかは教育の現場に
も立てれば。その中で、研究は一人で
行う作業が多いので、自己管理、特に
時間の管理能力を磨く必要性を感じて
います。将来的には陸上のコーチング
をするという考えもありますが、今は

あれば、学費相当額の奨学金が給付さ
れます。実質的な授業料全額免除なの
で、進学へのハードルは下がっている
と思います。非常に恵まれた制度です。
また、私は博士後期課程の2年目から
学術振興会の特別研究員制度に採用さ
れました。実質的に毎月の生活費に充
当できるお金と、それとは別に年間1
00万円前後の研究費を割り当てられ
るので、研究に必要なものを自己裁量
で購入できて助かっています。月に2
回は他大学で非常勤講師もしていま
す。いま必要な収入でもあるし、今後
のキャリアにも必要な経験だと考えて
います。

高倉 授業の経験は、将来大学教員を
目指す中でのキャリア形成にとって必
要な要素のひとつだと思います。私の
時代における学術振興会特別研究員の
制度では、他の大学などで非常勤をす
るのは認められていませんでしたが、
今は民間の助成金にも申請できるよう
になりました。若手研究者にとっては、
必要な活動環境やキャリアを自らが選
択し、整えていけるような状況になり
つつあるのかもしれない。同志社大
学では本学研究科出身の研究者養成な
どを目的として、特別任用助手の制度
があります。同じ場所に留まり続ける
ことの是非は判断が分かれるところで
すが、一定期間同じ研究を続けるので
あれば、業績を積み上げやすいという
メリットにもつながるでしょう。そう
いったことも視野に入れながら進学を

研究に重きを置いています。
大石 私も博士後期課程に進みたいの
で、今年1年が非常に重要と考えてい
ます。しっかりと基礎知識を学びたい。
来年は研究室に先輩がいなくなり、自
身が主体にならないといけないので、
もっと自己管理能力を高めないといけ
ません。

高倉 自己管理と主体性は大切です。
今できる事を後回しにするのは、研究
者として後悔することが多い気がしま
す。
柴原 私は公務員向けの就活しかして
いませんが、研究活動が忙しくなる時
期と就活の時期が重複する部分がある
ので、両立することは決して簡単では
ないと思います。飛び入学については
面接官から必ず興味を持たれるので、
そこから大学院での研究内容の説明に
スムーズに運べたことを覚えていま
す。
藤堂 企業が院修了者に求める能力は
学部卒より高く、給料も少し高いので、
それだけ入社後も努力が求められると
思います。私の最初の配属先はデータ
分析を元に課題解決して顧客に提案や
新しいサービスを行う部署。結果的に、
大学院で学んだことと会社での仕事が
結びつきました。統計の知識も役立ち
ました。

伊藤 私は健康関連分野の企業を受け
ていたのですが、興味を持って研究内容
を聞いていただけました。大学院修了生
に対する企業からの要求も高いと思
います。そこはゼミや学会の発表で培っ

考えてもらえればと思います。最後に
ひと言ずつ、後輩の学生たちにメッセ
ージをお願いします。

柴原 大学院は自分のやりたい研究に
没頭でき、より深められる場所。飛び
入学などのチャンスもあるので、ぜひ
トライしてほしいです。

藤堂 研究職を目指すだけでなく、大学
院で学べることはたくさんあります。
主体的に動くことで身につけられるこ
とがたくさんある。費用で悩むのであ
れば多様な奨学金制度があるので、チ
ャレンジする価値はあると思います。
青木 大学院で得た能力は、その後ど
んなキャリアを積むにしても非常に大
切な能力になると思います。

伊藤 自分の興味ある分野について深
く学ぶのは楽しい経験でした。いろん
な能力が身につく、就職後も生かせま
す。わからないことがあれば、ぜひ近
くの大学院生に聞いたり先生に相談し
たりして、自信を持って自分の進路に
挑戦してください。

大島 興味あることを研究するのはと
ても面白いこと。大学院にチャレンジ
してほしいです。

大石 早めに調べ、早めに決断して動
くことがプラスになります。正しい選
択だったかどうかは、その後の自分次
第。トライする価値はあると思います。

高倉 皆さん経験があると、後輩たちの背
中を押す良いきっかけになるよう願っ
ています。今日はありがとうございました。

なでしこジャパンは近い!

中学時代から

高い意識で自己管理

始 まりは幼稚園時代。友だちとボールを追って遊ぶ中で、サッカーに惹かれた。スポーツ少年団のチームで腕を磨き、6年生で日本サッカー協会主催「2009ナショナルトレセンU-12関西」に選出。トレーニングキャンプで他県の有力選手や男子選手たちと競い、さらにモチベーションを高めた。中学入学と同時にセレッソ大阪アカデミーに入り、U-15の女子チームに所属。京都府内の自宅と、大阪府



「はやし・ほのか」 スポーツ健康科学部3年次生。京都府立久御山高校出身。小学校2、6年生は神明J.S.C.S.ポーツ少年団、中学校からはセレッソ大阪レディースU15に所属。現在はセレッソ大阪堺レディースでプレーする。主な戦績は、2016 FIFA U20女子ワールドカップ3位、2017 AFC U19女子選手権優勝(副主将)、2018 FIFA U20女子ワールドカップ優勝(副主将)。ポジションはミッドフィールダー。

堺市にある練習場との往復に明け暮れた。小学校高学年になり、大志を抱く。日本代表入りとワールドカップ優勝が最大の夢になった。中学生になりセレンソに入ると、夢の実現に向けて早くも具体的な準備を始めた。走り込みでもフィジカルトレーニングでも、「目標は常に一番」。隣にいる仲間にも負けたくなくて、夢中で練習に打ち込んだ。中学2年から大人の選手を相手に試合を行うようになると、当たり負けや走り負けに何度も遭遇。フィジカルの差を補おうと、技術力、予測力、判

断力の向上に、いっそう意欲的に取り組んだ。「お菓子禁止」も自らに課した。両親はよく試合を観にきてくれる。「母はバランスの良い食事を作ってサポートしてくれています。練習後にすぐ栄養が摂れるよう、おにぎりもよく握ってもらいました。両親にはいつも感謝しかありません。恩返しも込めて、一試合ごとに自分の成長を見せていきたいと思います」

大学でスポーツ健康科学を学びたいと考えたのは、サッカーを通じて体で表現してきたことを科学的に解明したかったから。今はセレッソで取り組んだメニューを授業などで学び直し、理解を深める毎日だ。「たとえば、良いプレッシャーや緊張感のある時が最もアラートな(研ぎ澄まされた)状態であることは、経験的に知っていました。緊張の仕方によってパフォーマンスが上下するのはなぜなのか。そのようなスポーツ心理学にも関心が向いているところです」

東京五輪の代表入りを目指して

セ レッソ大阪堺レディースでは2018年からキャプテンを務める。2017年のAFC U19選手権でも、グループリーグのオーストラリア戦でキャプテンマークをつけた。プレーしながら試合を俯瞰し、全体を判断してチームがすべきことを見極めるのがキャプテンの役割だと語る。その

中でチームメイト一人ずつをケアし鼓舞するという、きめ細かい働きも求められる。コーチ陣やチームメイトからの信頼は厚いが、自身は課題を感じている。「プレー面では仲間を引っ張れていると思いますが、もっと口に出して伝える必要も感じています。でも私は、自分自身がちゃんとできていないと他人への指示を遠慮してしまうタイプ。だから精神的にもうひとつ殻を破り、もっとリーダーシップを発揮できるキャプテンになりたいです」

チームは現在、なでしこリーグ1部復帰を目指して健闘中。目下の個人的目標は来年の東京オリンピック出場だ。代表入りを果たすため、基本技術は「2段階くらいレベルアップ」を目指す。欧米チームとの体格差を俊敏性でカバーするため、アジリティトレーニングも増やした。そしてここでも課題として挙げられるのが、メンタル&マインドの重要性だ。「代表に入る選手は各チームで既にリーダーシップを発揮しているような人ばかりです。そういう選手たちが互いに要求し合って良いものをつくれる関係が、代表チームのあるべき姿。そのためにも、私自身が今の場所でもっと強いリーダーにならなければと思います」

21歳で、既に真のプロフェッショナル。なでしこジャパンのユニフォームを着て躍動する姿を、ぜひ期待したい。

林穂之香さん(3年) Honoka Hayashi サッカー

「海猿」に憧れる五輪代表候補

美しい日本海でカヌーに出会う

京 都府北西部、小天橋と呼ばれる美しい砂州を抱く久美浜湾。毎年全国各地から90〜100艇が参加して勇壮な戦いが繰り広げられる、京丹後市ドラゴンカヌー選手権大会の舞台だ。この久美浜湾の近くで生まれ育ち、カヌーは「最も身近にあったスポーツ」だった。久美浜港を目前にして立つ小学校から、カヌーの練習や競技風景をいつも眺めていた。小学4年生になると、夏季に開催される地域のスポーツクラブに参加。初めてカヌーを体験した。「フ



「むら・たけひろ」 スポーツ健康科学部4年次生。京都府立久美浜高等学校出身。高校2年で世界ジュニア選手権大会出場。国体K1500m2位・同200m1位、3年インターハイK1200m2位・K14200m3位。国体K12500m3位。大学入学後は1年インカレK141000m3位、2年・3年インカレK122000m2連覇。

ラットな水面を音もなく滑る感覚が気持ちよくて、めきめき上達。5年生で全国7位に入賞した。6年生になると、本格的なレーシングチーム「久美浜ジュニアカヌーチーム」が発足。1期生となってオールシーズン、カヌーに取り組み始め、全国3位に。中学時代も全国大会で表彰台の常連となり、高校2年では世界でも健闘した。大学入学後はカヤックペア200メートルを得意とし、インカレ2連覇を成し遂げた。

スポーツ健康科学部へはトップアスリート入試で入学した。現在は藤澤ゼミに所属し、カヌーに関連する筋力の測定評価を研究中だ。「栄養学」の授業

もアスリートとして役立った。実は他大学への進学を考えていたが、出願締め切り3日前にカヌー部総監督から誘いを受け、緊急家族会議と情報収集を経て同志社を選択。「結果として良い相棒と巡り会え、多くの試合で勝つことができた。今は同志社のカヌー部に来て良かったと思っています」

ネットで資金集めを行い五輪を目指す

ス プリントはいっせいにスタートして着順を競う種目。村野さんが得意とする200メートルは出だしで勝負が決まる。一気に加速して誰よりも早くトップスピードに乗り、そのまま突っ切る。その間、40秒もかからない。学生は長距離にも出場する必要があるため持久力のトレーニングも行うが、試合が近づくとき力を入れるのはダッシュ系のメニュー。最近ではエルゴメーターと呼ばれるマシンで漕力向上に励む毎日を送る。2時間漕ぎ続ける日もある。

今年の初めにはクラウドファンディングで資金を集め、オーストラリアに合宿・遠征を行なった。国内初のアスリート専門クラウドファンディングサイト「アレ!ジャパン」に自ら登録し、自己アピール文をアップ。目標額に達しなければ一円も得られない仕組みとあって、「必死にアピールしました」。不安はあったが出身高校の同級生やOB、地元のクラブのコーチなど、50人を超えるサポーターから約44万円が寄

せられた。「まったく心当たりのない方からのご支援もあって驚きました。ありがたいことです」

最善の環境を貪欲なまでに求めてトレーニングに打ち込んだ際には、理由がある。子どもの頃から夢見ていたオリンピック出場だ。少し前、世界大学選手権に2人乗り200メートルで出場を目指したが、選考会は1000メートルでしか行われず、代表入りは叶わなかった。2020東京への出場は、その悔しさもバネになる。「代表入りは難しいかもしれませんが、8月のインカレ、9月の全日本選手権が最後の選考会になる。そこに照準を合わせて精一杯頑張ります」

その東京五輪出場を「カヌー1人生のラスト」と位置づけ、卒業後は別の道を心に決めていた。海上保安官だ。テレビドラマや映画になって大ヒットした『海猿』に触発され、小学3年生から潜水士に憧れてきた。ドラゴンカヌー大会には毎年、海上保安庁のヘリが参加。彼らが行う海難救助訓練のデモンストレーションにも、「いつか自分も」の思いを強くした。まずは海上保安学校に入るべく、ダブルスクールをこなして受験に備えている。将来、カヌーに関わる時間はあまり取れなくなるだろうが、地元の高校で生徒たちに教える機会はあるだろう。

五輪と海猿。海が二つの夢をさっそうと追う姿に、心からエールを送りたい。

村野武広さん(4年) Takehiro Murano カヌー