

## 若手研究者コラムリレー

### 浅沼 徹 (あさぬま とおる)



#### プロフィール

国際武道大学体育学部体育学科 助教  
日本体育学会の専門領域: 保健

千葉県生まれ  
2010年 筑波大学体育専門学群 卒業  
2016年 筑波大学大学院人間総合科学研究科  
ヒューマン・ケア科学専攻 修了 博士(体育科学)  
2016年 筑波大学体育系 非常勤研究員  
明海大学歯学部 非常勤講師  
2017年より現職  
E-mail: asanuma@budo-u.ac.jp



在宅勤務中のデスクと、授業動画内の筆者。  
ちなみに大学のデスクにはチップとデールがいます(笑)

#### わたしの研究

##### アスリート・教員志望学生の ストレス対処力向上をめざして

###### ○ストレス対処力SOC

近年、ストレス対処力概念として、「首尾一貫感覚(Sense of coherence: SOC)」が注目されています。SOCが高い人は、ストレスフルな出来事や状況に、適切に理解・把握し、上手く対処して、意味付けを行うことで、心身の健康を維持させることができますとされています。

###### ○学生アスリートを対象とした研究

私は小学2年生から空手を始め、その後は柔道、弓道と武道種目を行ってきました。そのなかで、「武道によって本当に精神的に強くなるのか?」という疑問を持ち続けてきました。その中でSOCと出会い、修士課程では、「高校生・大学生武道実践者のSOCの関連要因」を、博士課程では対象を広げ、「大学生アスリートにおけるSOCの要因と機能」をテーマに研究を進めてきました。

###### ○教員志望学生を対象とした研究

国際武道大学に着任し、教員養成に携わるようになり、教員の精神健康問題について興味を持つようになりました。そこで感じたことは、「教員養成課程においてSOCを高めることが重要ではないか」ということです。まだ学会発表・学内紀要レベルではありますが、教員志望学生のSOCと教員資質能力との関連について、研究を進めております。

#### わたしの渾身の論文・書籍・記事



浅沼徹, ほか. 大学生アスリートの精神健康と競技ストレスサーとの関連—首尾一貫感覚のレベルによる違い—. 健康支援. 17(1): 7-14, 2015  
浅沼徹, ほか. 教員養成課程学生におけるストレス対処力SOCと教員資質能力・ソーシャルサポートとの関連—体育系大学における検討—. 国際武道大学研究紀要 34: 1-10, 2019.

#### 大の「体育嫌い」から 博士(体育科学)へ...

私は小学生から高校生までずっと、大の体育嫌いでした。運動が苦手であり、授業で体育がある日は憂鬱で、あまり動かないで端にいるタイプだったのです。休み時間も図書館に入り浸りでした。

中学生の頃から将来は数学者か数学教師になりたいと、私大の数学科を志望していたのですが、家庭の経済的理由から私大への進学を諦めることになり、運良く弓道で推薦をもらっていた筑波大学体育専門学群に進学を決めました。大学案内をみて、「筑波だったら専攻以外の教員免許も取れるから」というのも理由としてありました。

そんな体育嫌いが、学問としての体育に触れていくうちに、「体育学とはこんなにいろいろな研究分野があるんだ!」「体を動かすことだけが体育ではないんだ!」と、体育学にのめり込んで行きました。特に私の心を動かしたのが、運動生理学、スポーツ法学、武道学、そして、健康教育学・健康社会学でした。中でも健康教育学・健康社会学には、「社会調査とデータ分析を通して人々の健康を保持増進する支援策を検討していく」、という壮大なテーマに惚れ込んだのです。また、この分野ならば自分が得意だった数学が生かされるとも直感し、博士課程への道を歩むことになりました。

どんなバックグラウンドを持っていても、体育嫌いでも、受け入れてくれる懐の深さが、体育学の魅力だと感じています。

○次回のコラムリレーは大阪体育大学の「陳洋明」さんを予定しています。

#### 日本体育学会若手の会からのお知らせ

2018年8月に日本体育学会若手の会が発足しました!

→メールリスト登録フォーム:

<https://goo.gl/forms/zGMPdPa5fY3kcB5a2>

学会大会、研究会等の開催や報告者募集に関する案内、公募や助成金情報等に関する情報提供を配信予定です。皆様からも、メールリストで周知したい情報がありましたら、下記までご連絡ください。

[taiikugakkaiwakate@gmail.com](mailto:taiikugakkaiwakate@gmail.com) (担当: 木村)

