

若手研究者コラムリレー

吉村 茜（よしむら あかね）



プロフィール

早稲田大学 教育・総合科学学術院 講師
専門領域: バイオメカニクス、発育発達、体育科教育

【学歴】

2016年 北海道教育大学 教育学部 スポーツ教育課程 卒業
2018年 早稲田大学 スポーツ科学研究科 修士課程 修了
2021年 早稲田大学 スポーツ科学研究科 博士後期課程 修了

【職歴】

2021-2022年 中京大学 スポーツ科学部 特任助教
2022年より現職

E-mail: 0906akane@gmail.com



フラダンスをしている学生から公演に招待してもらった時、お土産にレイ(花輪)をいただきました！

わたしの研究

子どもの発育発達

骨格筋量と神経系機能は、どちらも運動能力の発揮に不可欠な要素ですが、それぞれの発育発達の特徴やタイミングは異なると考えられています。そこで、子どもの骨格筋量と神経系機能の特徴について成熟度別に分析しています。そして、コーチや保護者の方々と協力しながら、個々の成長に合わせた運動指導やトレーニング戦略の立案へ繋がっています。

コンディショニングの効果とメカニズム

特に、器具を用いたセルフマッサージの効果とメカニズムに関する研究を行っています。セルフマッサージは、ストレッチングと同程度の柔軟性改善効果があることは明らかなですが、そのメカニズムは十分に解明されていません。そこで、セルフマッサージが関節可動域の関連パラメータ(筋・筋膜などの機械的特性や全身の神経適応など)にもたらす影響について検証し、これらと関節可動域向上との関連性を分析しています。

体育の授業づくり

子どもの運動有能感の特徴や、運動有能感が学校の体育授業の活動状況にもたらす影響など、体育の授業づくりに繋がるテーマに関心をもって研究しています。学校の先生方に協力いただき、アンケート調査や体育授業における身体活動量の計測などを行っています。得られた知見は先生方や教育委員会の専門家などへ共有し、授業づくりの方向性に関する議論へ繋がっています。



私の最近の論文

吉村茜, 小学校教師における児童の運動有能感に関する理解状況.
2024年度早稲田教育評論(2025).

旅は道連れ、世は情け

私は幼少期、親の転勤で転校ばかりの生活でした。たくさんの出会いを楽しんでいた一方で、知らない場所に行くことへの戸惑いや不安も少なからずありました。「どうすればこの場に馴染めるか」を日頃からよく考えていたことを思い出します。そんな私にとって、スポーツは、周囲と繋がりをつくる上で重要なコミュニケーション手段となっていたように思います。ドッジボールや鬼ごっこなどの運動遊びから始まり、習い事や部活動、スポーツ観戦、アウトドアなど、熱中するうちに自然と友達ができ、同時に少しずつスポーツが好きになっていきました。

特別運動が得意ではなかった私がスポーツに親しみ続けているのは、その活動を通じて仲間と出会ったり、居場所を見つけたりすることが嬉しくて、楽しかったからだと思います。

「旅は道連れ、世は情け」ということわざがあります(執筆中に調べました)。今も一人では何もできない未熟さを日々痛感していますが、スポーツを好きになったきっかけと同じように、「道連れ(学生、関係者、先生方など)」となってくださる方々に恵まれて、楽しく仕事を続けることができています。

今回、若手研究者委員会委員への就任を機に、コラムを担当させていただきました。この縁がまた新たな「道連れ」を生むことがあれば嬉しいです。若手の会の皆様と交流できる機会を楽しみにしています。

日本体育・スポーツ・健康学会
若手の会からのお知らせ

2018年8月に日本体育・スポーツ・健康学会若手の会が発足しました！→ メーリングリスト登録フォーム:

<https://goo.gl/forms/zGMPdPq5fY3kcB5q2>

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、メーリング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。

taikugakkaiwakate@gmail.com

