

## スポーツ医学研究室

杉浦 弘一

### 【研究室の紹介】

本研究室では、運動・スポーツ実施時における様々なトラブルに関する研究や、よりよいコンディションで運動・スポーツを実施するための方法について研究を進めています。医科学や生理学の側面からアプローチすることが多いですが、その他様々な側面からアプローチすることもあります。

キーワードは「コンディショニング」「リカバリー」「疲労」「外傷・障害」「健康」などが挙げられます。

### 【取り組んできた研究テーマ】

- ◆ アスリートのコンディショニングについて  
アスリートのコンディション（疲労）を様々な指標（免疫学的指標、生化学的指標、心理学的指標、など）を用いて評価し、よりよいコンディションで競技を行うためのサポートに寄与する。
- ◆ コンディショニング手法について  
アスリートや運動愛好者が、良いコンディションで競技・運動を行うためのコンディショニング手法について評価し、よりよい方法について検討する。
- ◆ 女性とスポーツについて  
女性が競技スポーツに参加するにあたり、女性特有の様々な観点（月経に関すること、など）で議論になることがある。女性アスリートがよりよいコンディションで競技を行うためには、欠かすことができない観点の1つとして検討する。
- ◆ バasketボールについて  
Basketボールの指導に携わると共に、競技力向上と普及に貢献できるよう取り組んでいる。

## 【大学院生の紹介】

曹現利

(中国河南省出身 2021.4 入学)

### <研究テーマ>

「小学校の体育授業における怪我の予防に関する日中比較研究」

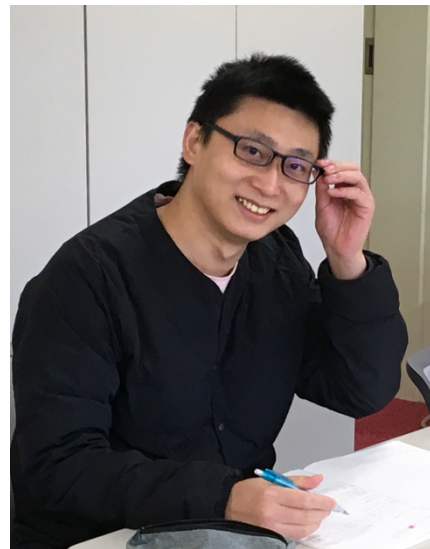
小学校の授業において障害予防につながる取り組みについて、日本と中国の取り組みに関する違いについて研究している。

### <将来の目標>

運動・スポーツによる外傷・障害の予防に関わって、社会に貢献できるようになりたい

### <メッセージ>

勤勉に学ぶと共に、何事にも真剣に取り組めば、自ずと良い成果が得られます。



皆さん知っていますか？

日本のラジオ体操に相当する「第九番（广播体操第九套）」。日本のラジオ体操は歴史こそ古いですが、ほとんど改訂されていません（一度だけ改訂）。しかし、中国のラジオ体操（广播体操第九套）は時代と共に内容が変化しています。面白いでしょう！太極拳だけではありませんよ！  
(曹君が大学院授業において紹介してくれました！)

## 【大学院生の研究】

- ・自分自身の能力を最大限発揮するためのコンディショニングについて
  - ・運動後の疲労回復（リカバリー）について
  - ・広い意味で、「運動と健康」について
  - ・バスケットボールに関して
- など