

令和6（2024）年度

卒業研究発表会 抄録集



日本経済大学 経済学部
健康スポーツ経営学科

令和6年11月30日（土）

目 次

題目リスト	p 3
光井ゼミ抄録集(白)	p10
瀧ゼミ抄録集(緑)	p17
木村ゼミ抄録集(青)	p24
片桐ゼミ抄録集(半透明)	p31
坂口ゼミ抄録集(黄)	p41
仲田ゼミ抄録集(赤)	p47
渡邊ゼミ抄録集(黒)	p54

光井ゼミ 題目リスト(白)

番号	学籍番号	氏名	題目	指導 教員
A-1	21SF9031	橋口 堯矢	野球選手とイップス	光井
A-2	21SF9035	宮崎 友也	野球観戦について	
A-3	21SF9037	米澤 拓海	セリーグの観客動員数の違いについて	
A-4	21SF9039	勝部 天	スポーツと怪我の関係性	
A-5	21SF9061	大石 航	球速と上腕三頭筋の関係	
A-6	21SF9067	幸地 怜央	足趾筋力と重心の位置関係	
A-7	21SF9092	横山 蓮	足趾筋力と動的バランスの関連性	
A-8	21SF9100	中野 柊聖	睡眠と運動の関係について	
B-1	21SF9108	森永 信太郎	スポーツにおける下半身の重要性	
B-2	21SF9112	池田 汰一	プロ野球の球団経営と野球人口減少について	
B-3	21SF9115	岸川 一興	NPB と MLB のスター選手の年俸の差	
B-4	21SF9124	東 泰成	少子化と野球人口減少の関係	
B-5	21SF9139	辻 海航	筋トレと仕事の関係性	
B-6	21SF9146	林 冠臣	スイングスピードとトレーニングの関係	
B-7	21SF9147	照喜名 洸希	ケンダルの姿勢分析と足趾筋力との関係	

瀧ゼミ 題目リスト (緑)

番号	学籍番号	氏名	題 目	指導 教員
A-1	19SF9092	金 泰佑	観客動員数から見たJリーグとKリーグの盛り上がりの比較	瀧
A-2	21SF9003	稲見 樹彩	昼寝が集中力にどのような影響を与えるのか	
A-3	21SF9010	原 愛海	本学の女子バレーボール部と女子ラグビー部の健康度・生活習慣の実態	
A-4	21SF9015	安波 郁	球場観戦者における競技経験と観戦知識等への関連の検討	
A-5	21SF9029	西代 昇太	睡眠と運動パフォーマンスについて	
A-6	21SF9038	岡田 星河	指導者における選手への言葉がけについて	
A-7	21SF9050	関 優綺	大学生女子ラグビーの月経によるスポーツ活動への影響	
A-8	21SF9062	大坪 琉斗	社会人サッカー選手の体力について	
B-1	21SF9063	奥 勇馬	睡眠が筋力に及ぼす影響	
B-2	21SF9068	塩見 亮太	バスケットボールにおけるリバウンドの重要性	
B-3	21SF9073	米田 大和	日本経済大学サッカー部の心理的競技能力について	
B-4	21SF9078	木下 麗司	日本経済大学サッカー部の全国大会に向けた心理状態の変化	
B-5	21SF9079	田頭 虎太郎	日本経済大学サッカー部の健康度と生活習慣の実態	
B-6	21SF9083	中川 洋輔	日本経済大学サッカー部のコンディショニングについての研究	
B-7	21SF9090	安元 大翔	大学男子剣道部員の試合前、試合中の心理状態の変化について	
B-8	21SF9149	小野 紘之介	大学生アスリートの悩みの実態とその対策法	

木村ゼミ 題目リスト(青)

番号	学籍番号	氏名	題目	指導 教員
A-1	21SF9002	荒川 愛涼	バレーボールのサーブレシーブからの攻撃における勝敗について	木村
A-2	21SF9007	長島 成汰	野球において体重と打球飛距離の関係性	
A-3	21SF9021	川原塚 立都	剣道で面を打つために最短距離で最大威力で打つ方法	
A-4	21SF9026	竹下 伊智護	剣道なの試合前の食事と試合結果の関係について	
A-5	21SF9033	松村 玲緒	剣道の動作で一本にするのに大切なこと	
A-6	21SF9052	橋山 芽依	女子バレーボール選手に必要な栄養食について	
A-7	21SF9071	竹藤 瑛介	試合の時に緊張してしまう原因について	
A-8	21SF9074	天本 航生	剣道においてコロナ前と後	
A-9	21SF9080	田中 一将	ゴルフのフォームで飛距離が変わるのか	
B-1	21SF9087	日野林 隆盛	海外エナジードリンクと日本のエナジードリンクの成分の違いと、それぞれが体に及ぼす変化の違い	
B-2	21SF9089	三浦 魁晟	バドミントンにおける後衛からのショットの有効性	
B-3	21SF9095	稲付 学士	社会心理学とコミュニケーションに関する 深層心理	
B-4	21SF9097	曾木 大志	陸上競技で起こる腰の怪我について	
B-5	21SF9103	平田 駿輔	サッカーの試合におけるAIの導入	
B-6	21SF9107	的場 大翔	サッカーが現代的社会に与えてる影響について	
B-7	21SF9109	山崎 大器	野球において睡眠時間がもたらす影響	
B-8	21SF9123	春木 太陽	野球時のバットスイングの時の体の筋肉の関係について	
B-9	21SF9137	相良 滉人	陸上競技の短距離における厚底スパイクがもたらす競技力の向上について	

片桐ゼミ 題目リスト (半透明)

番号	学籍番号	氏名	題目	指導 教員
A-1	21SF9001	赤木 里菜	ウォーミングアップの重要性	片桐
A-2	21SF9009	馬場 俊介	バスケットボールの試合におけるリバウンドとルーズボールの重要性について	
A-3	21SF9013	宮原 祐介	AIをスポーツ業界に導入することによる変化	
A-4	21SF9019	吉井 快	3ポイントシュートが勝敗にどのように影響するか	
A-5	21SF9022	KIEKIE TOPY ALI	競技バスケットボールにおけるパフォーマンスの測定:Team Sport Assessment Procedure”の応用」	
A-6	21SF9023	木下 菜月	睡眠時間が反応時間に与える影響	
A-7	21SF9024	木下 大南帆	ユニフォームの色が選手に与える影響	
A-8	21SF9028	鶴田 紘也	スポーツビジネスについて	
A-9	21SF9030	西村 亜莉	スポーツにおけるコミュニケーション能力の重要性	
A-10	21SF9032	樋口 真輝	睡眠時間がスポーツに与える影響	
B-1	21SF9034	宮川 玄清	大学打者における打球速度と体重の関係	
B-2	21SF9036	山本 栞遠	MBTIタイプによるストレス管理方法について	
B-3	21SF9040	我如古 圭	バスケットボールのシュートアーチとシュート成功率への影響	
B-4	21SF9045	窪田 華音	試合の勝敗におけるモチベーションの影響	
B-5	21SF9082	峠坂 大輝	バントをするメリットとデメリット	
B-6	21SF9086	橋岡 拓	スポーツ選手と栄養の関係	
B-7	21SF9117	杉本 鉄馬	リバウンドが試合の勝敗にもたらす影響	
B-8	21SF9127	山本 龍哉	試合の中でのスリーポイントの大切さ	
B-9	21SF9142	中島 恒成	バスケットボールにおけるディフェンスの重要性	

坂口ゼミ 題目リスト(黄)

番号	学籍番号	氏名	題 目	指導 教員
A-1	21SF9044	金城 歩夢	スポーツ愛好者とスポーツ愛好者でない者との生活意識の違い	坂口
A-2	21SF9046	熊本 歩	全国大会入賞者と生活に対する意識の関連	
A-3	21SF9051	手島 翔	スポーツチームにおけるレギュラーとベンチの行動の違いについて	
A-4	21SF9054	宮前 倫太郎	プロ野球希望者の意識の違い	
A-5	21SF9096	岩穴口 瑞貴	新型コロナウイルスが人々に与えた影響	
A-6	21SF9098	竹岡 太陽	ウェイトトレーニングをしている人とたまにしている人の関連	
A-7	21SF9111	有馬 彰秀	大学生アスリートと SNS を利用した際に起こる不安と怪我の関連	
B-1	21SF9114	大貫 翔哉	多様なスポーツ経験が競技力に影響しているか	
B-2	21SF9119	徳満 心	レセプションの局面によるレシーブと返球場所との関連	
B-3	21SF9121	中村 豪太	アスリートの生活行動	
B-4	21SF9134	久保 淳	怪我の有無と柔軟実施の関連	
B-5	21SF9136	堺 碧空	プレッシャーによるパフォーマンスへの影響	
B-6	21SF9140	堤田 裕介	サッカーにおけるホームでの先制と勝敗の関連	
B-7	21SF9141	寺尾 虎太郎	オンライン授業と対面授業で他の学生と交流できているのかを確かめる調査	
B-8	21SF9153	黒岩 陽斗	スポーツの継続期間と生活意識の関連	

仲田ゼミ 題目リスト(赤)

番号	学籍番号	氏名	題目	指導 教員
A-1	21SF9006	島尻 聖也	ライフストーリー研究法による私の野球人生:根性論と決断について	仲田
A-2	21SF9008	中原 彩音	モチベーションの高低からみる運動部活動への取り組み方:N 大学を対象に	
A-3	21SF9017	山崎 空雅	ライフストーリー研究法による野球人生の振り返り:対極する2つの指導論を考察する	
A-4	21SF9025	高木 亮馬	野球とともに歩んだ人生:体罰、野球肘、イップスについて検討する	
A-5	21SF9088	玉寄 大輝	ライフヒストリーから見る野球を通じた成長と挑戦の軌跡	
A-6	21SF9055	吉田 笙真	私のサッカー人生におけるライフストーリー:成長の軌跡	
A-7	21SF9057	岩元 海登	野球を通じた15年のライフストーリー:学びと成長の記録	
A-8	21SF9065	岸本 大	挫折を経て野球が教えてくれたライフヒストリー分析	
B-1	21SF9085	西本 好輝	私の歩んだ野球人生 18 年のライフヒストリー:楽しさと厳しさから考察する	
B-2	21SF9088	松崎 道希	野球を通じた成長と自己形成の過程:幼少期から大学時代までの経験的考察	
B-3	21SF9099	坪田 裕貴	陸上競技への情熱とモチベーションの変遷:幼少期から高校生活まで	
B-4	21SF9105	松井 大樹	イップスがスポーツ選手に与える心理的影響:ライフヒストリー研究法を用いた自己分析	
B-5	21SF9110	渡辺 颯太	私のライフヒストリー:スポーツを「する人」から「観る人」・「支える人」へ	
B-6	21SF9118	多和田 雄斗	野球で培った自律心と行動力:ライフヒストリーを通じた自己形成と成長	
B-7	21SF9129	伊藝 輝汰	ライフヒストリーを通して見る野球人生 15 年での学びと決断	

渡邊ゼミ 題目リスト(黒)

番号	学籍番号	氏名	題目	指導 教員
A-1	21SF9011	原 颯	スポーツにおけるスランプとイップスへの対処	渡邊
A-2	21SF9020	池野 魁人	Jリーグと日本プロ野球の観客数の違い	
A-3	21SF9043	儀間 眞之佑	大学野球部の1人当たり面積と全日本大学野球選手権大会での実績の関係	
A-4	21SF9060	浦田 エムレー	菜食主義がスポーツに及ぼす影響について	
A-5	21SF9084	中越 龍希	ゴルフにおけるイップスとその解消方法	
A-6	21SF9102	檜谷 積	イップスはどのように起こるのか	
A-7	21SF9106	松尾 勇輝	指導者・指導法による選手のモチベーションの変化	
A-8	21SF9113	石本 彪留	モチベーションとパフォーマンスの関係性	
A-9	21SF9116	木村 仁	トレーニングと打球速度は関係あるのか	
B-1	21SF9120	富島 力斗	ウェイトトレーニングとバッティング成績の関係性	
B-2	21SF9122	成松 翔	ゴルフ競技のメンタル面における対策方法の検討	
B-3	21SF9125	藤元 晴弥	ボートレースの売上となぜ人気になったのか	
B-4	21SF9128	吉山 大清	VAR導入による効果と今後の展望	
B-5	21SF9131	板谷 真斗	送りバントはファーストストライクで成功させるべきなのか	
B-6	21SF9133	井手 皓規	アスリートが競技をプレーする際に、“緊張”や“不安”がパフォーマンス発揮にどのように影響し、それによる成績はどのように作用するのか	
B-7	21SF9138	菅 真己	スポーツ選手がガムを噛む理由について	
B-8	21SF9152	村上 諒	ユニフォームの色の違いによって得られる色彩効果	
B-9	21SF9201	乗富 賢太	無酸素性持久力におけるカフェインの有効性	

光井ゼミ

抄録集

(白)

A-1	野球選手とイップス	21SF9031	橋口 堯矢
<p>私は野球選手とイップスについて研究した。イップスは、パフォーマンス中に起こる突然のパフォーマンス低下や技術的な問題を指し、特に投げる動作において見られる。メジャーリーグで活躍するトップアスリートから高校球児まで幅広い年齢または競技レベルの野球選手がイップスの症状に苦しんでいる。本研究の目的は、スポーツの中でも野球においてイップスに悩む人たちに共通点があるのか研究し考察する。大学野球選手にアンケートを実施し、イップスの発症に性格が関係しているのか、どういう人がなりやすいのか研究し、イップスについて理解を深めていく。アンケート調査の結果、イップスの経験の有無からそれぞれ比較して性格がイップスの発症に関わっているかどうかは絶対的な数値は見られなかった。絶対的な結論は出なかったが、今回の調査から見えたものはあった。それは予期不安と自信である。暴投するのではないかと、自信のなさが見えた。暴投した時の感覚が残って自信がなかなか持てないのではないかとと思う。ミスした時に怒られる、メンバーを外されるといふ想像をしてしまっているのではないかとと思う。これらはやはり自分ならできると自信を持たなければならぬと考える。これらは成功体験で自信がつくと思うが他にもその選手のいいところを教えることほめることで自信がついていくのではないかと考える。</p>			

A-2	野球観戦について	21SF9035	宮崎 友也
<p>私は福岡に拠点を置くミズホ PayPayドームについて、どんな人が足を運んでいるのか、どういう目的で来ているのか、今回は LIVE など含まず野球観戦のみについて検討した。野球観戦といえば野球部や野球好きの方が来るイメージだと思われる。だが近年、若い女性の観戦が多いという結果があるので、どういった客層で何を理由に老若男女問わず足を運んでいるのか気になり調べた。そして老若男女問わず、なぜ客層が増えたのかも考えた。その背景には野球というスポーツが大いに影響をもたらしていることがわかった。例えば世界大会やテレビ中継、目にするものが多くなり始め野球というスポーツに関心興味を持ったことが様々な客層を作ったといっても過言ではないという結果に結びついた。これらのことから今後、野球観戦というものは年代を越えこれからも愛され続け注目を浴び続けるものだということがわかった。</p>			

A-3	セリーグの観客動員数の違いについて	21SF9037	米澤 拓海
<p>セリーグの観客動員数について調べようと思った理由は、毎試合多くの観客を動員している要因を知りたいと考えたからである。球団によってどのくらい観客動員数に違いがあるのか、球場の場所によって観客動員数はどのくらい違いがあるのかについて調べることを目的とした。調査の結果、2024年の観客動員数は、阪神タイガースが300万人と、パリーグも含めて全体の1位だった。2位は読売、3位が横浜と続いた。各地域に熱狂的なファンも多いことや、その地域の文化を基盤とした応援が人気であり、法被や応援グッズを身につけるなどしてファン同士が仲間であることを表明している。阪神タイガースは、関西圏のファン世帯数が1位であることで観客動員が多かった。そしてチームカラーが増やしている要因になっている理由として挙げられる。この結果から、球場がある地域の文化を応援に取り入れてみたり、チームカラーに人を惹きつける効果を入れてみたりするなど球団によって変化を持たせることで観客の動員数は変わってくるということがわかった。</p>			

A-4	スポーツと怪我の関係性	21SF9039	勝部 天
<p>私はスポーツと怪我の関係性について調べた。怪我と関係性を調べた理由は、私は小学2年から野球をしており一度も大怪我をしたことがない。しかし周りの友達や家族は野球やその他の競技が出来ない大怪我を経験している。そこで野球以外にも様々なスポーツでどういった時に大怪我につながるかが気になったのでこの研究を行った。研究の目的は、スポーツはたくさんの人が色々な怪我をすることによってパフォーマンスの低下や、好きなスポーツが出来なくなることがある。そういったものを少しでも防ぐために各スポーツの怪我と関係性を調べて、できるだけ多くの人に怪我をしないための参考にしてもらいたい。研究方法としては、友人や家族に怪我をしたことがあるのかアンケートを実施した。また、怪対象のスポーツは、野球、サッカー、バスケ、ラグビーの4つとし、我の原因、種類をネットで調べた。この研究から、野球は接触プレーが他の競技と比べて比較的少ないため関節型の怪我が多い事がわかった。他の3つの競技は接触プレーを避けられないため、接触の際に筋肉を痛める怪我が多い事がわかった。</p>			

A-5	球速と上腕三頭筋の関係	21SF9061	大石 航
<p>私は野球部に所属し、ピッチャーを務めています。最近、球速と筋力トレーニングの関係について詳しく知りたいと思い、特に上腕三頭筋に効果があるとされる腕立て伏せ(ナロープッシュアップ)の効果に注目しました。SNSで「腕立て伏せを45日間続けると球速が5キロ速くなる」という動画を見たのがきっかけです。本当に球速が向上するかを確かめるため、自分を含む6人の選手で実験を行うことにしました。まず、全員が10球ずつピッチングし、その平均球速を測定。次に、自分だけが腕立てを45日間継続し、他の5人には特別な筋トレを行わないようにしました。そして45日後、再度球速を測定しました。結果として、腕立てを続けた自分は球速が2キロ上昇し、筋トレを行わなかった他の5人のうち1人は1キロ上がったものの、残りの4人には変化がありませんでした。この結果から、上腕三頭筋の強化が球速の向上に寄与する可能性が示されました。球速を上げるためには上腕三頭筋を中心としたトレーニングが効果的だと考えられるため、今後はさらに効果的なトレーニング方法も取り入れ、球速を伸ばしていきたいと考えている。</p>			

A-6	足趾筋力と重心の位置関係	21SF9067	幸地 怜央
<p>本研究は、足趾筋力と重心の位置関係について調べたものである。専門ゼミの講義の一環で足趾筋力の測定とデータを作成した際に、重心との位置関係について知りたいと思ったためである。重心が前にある人と重心が後ろにある人で足趾筋力に差が出るのかを目的とし、専門ゼミのクラス11人を対象にフットスキャンを使用し、データを採取した。研究方法は、椅子に座った状態で非荷重時の足趾筋力の測定、足趾筋力と測定圧のデータを用いて比較、フットスキャンを用いて静止立位時の測定圧の計測を行った。クラスデータから重心の位置、左右の最大足趾筋力を平均し、表にまとめた。Frontの平均53.3%より高いか低いかで重心が前にある人A群と後ろにある人B群の二つに分けた。その結果、重心が前にある人A群の右足の足趾筋力の平均が22kg、左足の足趾筋力の平均が23.8kgであった。一方、重心が後ろにある人B群の右足の足趾筋力の平均が18.1kg、左足の足趾筋力の平均が20.3kgとなった。A群・B群の右足の足趾筋力の差が3.9kg、左足の足趾筋力の差が3.5kgあることが明らかとなった。このことから、重心が後ろにある人より、前にある人は足趾筋力が強い傾向であることが明らかになった。</p>			

A-7	足趾筋力と動的バランスの関連性	21SF9092	横山 蓮
<p>足趾筋力は、スポーツをする上でとても重要な役割を担っている。そこで、足趾筋力が動的バランスにどれくらい影響を与えているかに興味を持ち、足趾筋力と重心動揺面積にどのような関係性があるのか検討することを目的とした。20代の男性13人を対象に両足の足趾筋力を2回計測し、それぞれの最高値を代表地とし、フットスキャンを用いて両足の重心動揺面積を計測した。重心動揺の測定方法はその場足踏み(10秒)、片足立ち(10秒)、逆側の片足立ち(10秒)を連続して実施し、左右前後の重心移動の面積を計測した。足趾筋力と重心動揺面積との間に相関関係があるのかを分析した結果、右足趾筋力と重心動揺面積との相関係数は-0.145、左足趾筋力と重心動揺面積との相関係数は-0.162となり、右足、左足とも足趾筋力が高い人ほど重心動揺面積が小さくなる負の傾向を示したが、相関関係は認められなかった。今後の課題として、被験者の人数を増やすことで、足趾筋力の高い群と低い群を検討することにより更なる研究を進めていきたい。</p>			

A-8	睡眠と運動の関係について	21SF9100	中野 柊聖
<p>睡眠は運動にどのような影響があるのかパフォーマンスにどう繋がるのか、睡眠の質が良いと良いパフォーマンスが発揮できると感じたからである。また現在MLBで活躍している大谷翔平選手も睡眠がパフォーマンスに影響が出て大事だと言っているため睡眠と運動の関係について詳しく調べようと思った。私は小学校1年から大学2年まで野球をしている中で睡眠時間が足りている時と足りていない時では体の動きが違うように感じたため、睡眠はパフォーマンスにどのような影響が出るのかを目的として、母校の現役高校球児を対象にアンケートを実施して調査した。睡眠不足の時、睡眠取りすぎた時、八時間睡眠を取れた時の3つを調査した結果、睡眠不足の時は、目覚めが悪く起き上がるのに時間がかかる、体のキレが悪い、睡眠が長すぎた時は、逆に眠気が覚めないポーッとする感覚がある、体がだるい等がある、一番良いのは八時間睡眠の時は体が動きやすく頭も働き、起きてからの目覚めも良くそのままスムーズに競技に集中できることがわかった。結果として睡眠不足の時は運動能力低下し、判断能力等も低下するため競技のパフォーマンス力低下にも繋がるのが分かった。</p>			

B-1	スポーツにおいての下半身の重要性	21SF9108	森永 信太郎
<p>私が、スポーツにおいて下半身が大事だと思った理由は、スポーツプロ選手の試合をテレビで見ている、どの選手も体の土台となる下半身がしっかりしていて体のバランスや体に力が伝わりやすくなり、よりいいプレーやパフォーマンス向上に役立たせていると思ったからである。私は、小学3年から大学まで野球をしてきましたが、下半身がしっかりしていると守備の時の粘りやバッティングの時の軸がしっかりして、飛距離が伸ばすことができ、何のスポーツにおいても下半身は1番の軸であり、私の野球人生を対象にしてもスポーツは下半身が大事だと実感した。方法として、私の友人がフィットネスジムのインストラクターをしているので、その知人に話を聞いてみると、スポーツをしている人は下半身トレーニングをしている人が体の部位の中で1番多いと言うことがわかった。また、メジャーリーグのロサンゼルスドジャースで活躍する大谷翔平選手は、スクワットの重量200kgととんでもない重力を記録している。世界のトッププレイヤーも下半身から体の土台を作り、より良いパフォーマンス向上に努めていることがわかる。また、スポーツ選手は怪我をしにくい体作りをすることが重要であると考えた。</p>			

B-2	プロ野球の球団経営と野球人口減少について	21SF9112	池田 汰一
<p>現在、日本では野球の人気は低下、野球離れが増加しており野球界にとって深刻な問題になっている。そこで私はプロ野球の球団経営の部分について調べる事によって、野球人気向上に繋がるヒントを見つけられるのではないかと思い研究に至った。プロ野球のパ・リーグを対象とし観客動員数と売上高について研究を行った。研究の結果として、パ・リーグは地域密着型の球団経営を行っていることだ。その中でも地方密着型と都市圏密着型に分かれていると感じた。地方密着型はソフトバンク(福岡)日本ハム(北海道)楽天(宮城)だ。これらの球団は各地方における唯一の球団で、地元企業との関係を強化しており、地域ブランドとしての価値を高め、地域からの熱い支持を集めている。また都市圏密着型は、ロッテ(千葉)オリックス(大阪)西武(埼玉)である。この3球団も、首都圏や関西圏といった人口の多い都市を拠点としており、地方密着型の3球団と同じように地元企業との連携を大切にブランド価値を高める戦略が共通しているが、関東圏関西圏はファン獲得の競合が激しいため、他の3球団と比較すると地元からの支持はやや薄く感じた。</p>			

B-3	NPB と MLB のスター選手の年俸の差	21SF9115	岸川 一興
<p>NPB と MLB で選手の年俸の差が大きく違うのか、NPB 球団と MLB の球団を対象とし、経営戦略や取り組みについて調査を行った。結果、MLB の市場規模が NPB よりも圧倒的に大きいことがわかった。MLB はチケット販売やグッズ販売、放映権収入などの収入源があり MLB は全米にとどまらず世界的にも人気を誇っており全米規模のテレビ局と高額な契約を結び、球団ごとに数千億円の収入を得られており、選手に対して高額な年俸を支払う余裕を持つことができる。NPB では主に国内市場を中心とした収益構造で、収入の多くはチケット販売やスポンサーからの広告収入で賄われており MLB に比べてかなり収入が低いため選手に支払われる年俸に限られる事がある。MLB の FA 制度は一定の年数を経た選手は自由契約となり、市場での価値に見合った契約を結ぶことが可能となる。この制度により、特に実力のある選手は複数の球団からのオファーを受け、年俸が上昇する傾向がある。NPB の FA 制度の取得には長期間の所属が必要であり、MLB ほどの自由な移籍はできない。これにより、選手が市場での価値に基づいて年俸を大幅に増やす機会が限られている。NPB と MLB のトップ選手の年俸差は、両リーグの市場規模、収益構造、選手契約制度、MLB はアメリカ国内外に広がる市場規模と多様な収益源により、選手に対して高額な年俸を支払うことができる一方、NPB は国内市場中心の収益構造に依存し、年俸上限が抑えられる傾向にある。このような環境により、NPB と MLB のトップ選手の年俸には大きな差が生じている。</p>			

B-4	少子化と野球人口減少の関係	21SF9124	東 泰成
<p>私はこれまで13年間野球を続けており、昨今から野球人口の減少について耳にする機会が増えた。そこで野球人口の減少は少子化だけが原因なのか、それとも他のスポーツの多様化による物なのか疑問におもい今回の研究のテーマを「少子化と野球人口減少の関係」とした。現在日本の野球人口減少(競技統括団体に登録している選手数)は2010年から2022年にかけて161万7431人から101万7584人へと約60万人減少している。少子化に至る要因として未婚化、晩婚化といった結婚に関する意識及び行動の変化や、晩婚化に伴う子ども数に対する意識の変化など結婚した夫婦の出生に関する意識及び行動の変化に大別される。今後の研究では、地域ごとの具体的な施策や、野球人口の回復に向けた実効性のある方策が求められる。例えば、地域コミュニティの活性化や、若年層に向けた野球の魅力を再発見させるイベントの開催、経済的負担を軽減するための制度の導入などが考えられる。これにより、野球を通じた地域社会の活性化や、子供たちの健全な成長を促進することが期待され、少子化やスポーツの多様化といった現代の課題に対処するためには、総合的で柔軟なアプローチが求められる。</p>			

B-5	筋トレと仕事の関係性	21SF9139	辻 海航
<p>筋トレは、仕事のパフォーマンス向上に寄与すると考えられる。先行研究によれば、週2~3回の頻度で、中程度の重量(最大挙上重量の60~80%)を用いたトレーニングが、集中力やストレス耐性の向上に効果的であると報告されている。例えば、8~12回反復できる重量で、1セットにつき2~3セットを行い、期間としては6~12週間続けられると、筋力や持久力の向上が期待される。また、筋トレにはメンタルヘルスにもプラスの効果があるとされており、例えばエンドルフィンの分泌が増えることで気分が向上し、結果的にストレス管理能力が高まると言われる。このような心理的効果は、仕事のモチベーション維持や自己効力感の向上にも寄与することが示されている。したがって、適切な負荷と頻度で筋トレを取り入れることは、仕事のパフォーマンス改善にもつながる効果的な手段であると考えられる。</p>			

B-6	スイングスピードとトレーニングの関係	21SF9146	林 冠臣
<p>私はスイングスピードとトレーニング方法の関係をより深く理解したいと思いこの研究を行った。本研究では大学生6名を対象に、同じバッティングマシンを打ちそのスイングスピードを図ることにした。それぞれにトレーニングの内容をトレーニングのビッグスリーと言われている胸筋、背筋、足についてそれぞれ、ベンチプレス、デッドリフト、スクワットをしてもらい重量は自分のマックスのマイナス20キロ(最大反復回数の8割程度の重量)を8~12回を5セットしてそれを2週間してもらいました。2週間後スイングスピードを計測することにした。トレーニング前後のスイングスピードを比較してみると、人によって違いはあるが6名全員のスイングスピードが上がっていた。1番変わっている人で最初は98kmだったがトレーニングを2週間行ったあとの計測では111kmもスイングスピードが上がっており、13kmもスイングスピードが上がっていた。それに対して1番変わってなかった人は110kmから111kmだった。スイングスピードは1kmしか変わっていなかった。しかしながら、6名全員の数値を見ても下がった人は1人もいませんでした。この事からトレーニングをすることによってスイングスピードの誤差はあるが少しでも上がるということがわかった。</p>			

B-7	ケンダルの姿勢分析と足趾筋力との関係	21SF9147	照喜名 洗希
<p>本研究では、ケンダルによる姿勢分析と足趾筋力の関係について研究することを目的とした。研究方法として、専門ゼミ 11 人を対象に椅子に座り非荷重時の足趾筋力を測定した。実施した。また、CMVFree のアプリを使い、立ち姿を撮り横の姿勢後ろの姿勢を計測した。横の姿勢では、耳から踝にかけて線を引き、後ろ姿では左の肩から右の肩まで線を引いた。その写真を分析し、ケンダルによる姿勢分析を2つに分類しロードシスとカイホロードシスに分類した。ロードシスのアライメントの特徴として骨盤の前傾と腰椎前弯の増強、膝関節の過伸展、足関節軽度底屈、カイホロードシスのアライメントの特徴として頭部前方変位、肩甲骨の外転、胸椎の後弯、腰椎前弯の増強、骨盤の前傾、股関節屈曲、膝関節の過伸展である。結果として、ロードシスは 8 人でカイホロードシスが 3 人という結果になり、ロードシス群の方が多いたことが示された。また、ロードシスとカイホロードシスの足趾筋力の差を比較したところ、ロードシス群の左足趾筋力の平均が 25.6kg、右足趾筋力の平均が 22.6kg であった。カイホロードシスの左足趾筋力が 19.6kg、右足趾筋力の平均が 19.1kg となった。ロードシス群とカイホロードシス群の左の2つの差が 6kg、右の差が 3.5kg であり、ロードシス群の方がカイホロードシス群に比べ両足の足趾筋力が強いことが明らかになった。</p>			

瀧ゼミ

抄録集

(緑)

A-1	観客動員数から見たJリーグとKリーグの盛り上がりの比較	19SF9092	金 泰佑
<p>本研究は、JリーグとKリーグの観客動員数を分析し比較することで、両リーグの盛り上がりを考察することを目的とし、JリーグのJ1、J2、J3およびKリーグのK1、K2の各リーグの1試合あたりの平均観客数およびチームごとのスタジアム収容人数を調査した。その結果、2023年のJ1では18,993人、K1では10,443人、2022年のJ1では13,844人、K1では4,820人と、JリーグはKリーグに比べ高い平均観客数を記録していた。J2とK2を比較した場合においても同様の傾向であった。これはスタジアムの収容能力、リーグ運営の方針、マーケティング戦略の違いによるものと考えられる。ホームゲームの観客動員数をチームごとにみても、Kリーグでは特定のチームのみが観客動員において顕著な成果を挙げていて、チームによる観客動員のばらつきがみられた。リーグ全体の盛り上がりは欠けている様子が明らかとなった。</p>			

A-2	昼寝が集中力にどのような影響を与えるのか	21SF9003	稲見 樹彩
<p>今回の研究は、昼寝が集中力に与える影響について検討することを目的とした。20代の男性2名を対象として、起床時刻は8時で統一し、ベッドに横になった状態で12時から14時の間に20分間の睡眠を取り、その後、目覚めてから5、15、30分経過してから1分間のグリットテストという集中力テストを1人あたり3回、合計6回の記録測定を実施した。また、昼寝の影響を確かめるために、昼寝をせずに14時から集中力テストを行った際のデータも合計2回記録した。その結果、昼寝をしなかった場合の集中力テストの平均値が12.0点、昼寝をした場合だと22.2点で集中力に影響を与えていることがわかった。また、昼寝をした後の経過時間から5分後の平均値は22.2点であり、15分後の平均値は27.0点と15分後の方が高い得点を示し、集中力が向上していることがわかった。また、30分後の平均値は26.0点と15分後と比較してあまり変化が見られなかった。</p>			

A-3	本学の女子バレーボール部と女子ラグビー部の健康度・生活習慣の実態	21SF9010	原 愛海
<p>本研究では、本学の女子スポーツ選手の健康度・生活習慣の実態を明らかにし検討することを目的とし、女子バレーボール部と女子ラグビー部の合計35名を対象に健康度・生活習慣診断検査(DIHAL.2, 中学生～成人用)を実施した。得られた健康度と生活習慣の総合得点の平均値を2つの部活動で比較すると女子バレーボール部ではそれぞれ43.9点、130.0点、女子ラグビー部では46.9点、142.1点で、女子ラグビー部の方が全体的に高い得点を示した。特に食事面での差が大きかった。また、健康度・生活習慣のパターンの判定をみると充実型が両部とも最も多く、女子バレーボール部では8名(53.3%)、女子ラグビー部では18名(90.0%)を占めた。一方で、女子バレーボール部では生活習慣注意型が1名、健康度要注意型と要注意型が3名ずつ、女子ラグビー部では健康度要注意型が2名いることも分かった。女子バレーボール部は9割がアルバイトをしておらず、女子ラグビー部は9割がアルバイトをしておらず、アルバイトをしても充実型の学生やアルバイトをしていなくて充実型でない人もいることから、自身の健康を維持・向上するためには日常生活を見直し、自身が意識的に気を付けなければならないと考えられる。</p>			

A-4	球場観戦者における競技経験と観戦知識等への関連の検討	21SF9015	安波 郁
<p>本研究は、スポーツマーケティングの観点から観戦者が球場へ行く動機、観戦時に重視している点を調査し競技経験と観戦知識との関連を検討すること目的とする。みずほ PayPay ドームでの観戦者 20 名を対象に基本的特性、競技経験、観戦者知識、来場目的、観戦時の注目箇所の調査を行った。観戦者知識は、井上(2019)の項目を用いて 3 要因 16 項目からなる球場観戦者の知識を測定する項目を設定し、それぞれの項目について一般的な観戦者と比較し、応援する球団についてどの程度の知識を持っているか、という問いに対して 7 段階尺度によって回答してもらった。調査の結果、観戦者知識は野球競技経験のある対象者の方がいない対象者に比べすべての項目でスコアが低かった。競技経験者は、球団への関心が低く競技を観戦する目的で来場している人が多いと考察する。また、年間で 20 試合以下の観戦数だった対象者は好きな選手の活躍を注目して観戦する人が多かったのに対して、50 試合以上の観戦をしている対象者はチームの采配について注目している人が多く、来場動機は観戦試合数によって変化すると予想された。</p>			

A-5	睡眠と運動パフォーマンスについて	21SF9029	西代 昇太
<p>睡眠は厚生労働省によると 6 時間以上を目安とする睡眠時間が一番適切であると言われているが運動をすることにおける適切な睡眠時間は何時間なのかという疑問をもった。そこで本研究は、運動をする際瞬発的運動に関して最高のパフォーマンスを発揮できるのは何時間睡眠なのかを実験した。対象者はスポーツ経験(サッカー)のある社会人 4 名を対象とし睡眠時間を 3 時間、6 時間、9 時間と分け 1 人 1 日 2 回ずつ 50 走のタイムを測定した。なお、対象者 4 名の条件として起床して 40 分後にウォーミングアップを行い 50 分後にスタートをする。2 回走ったタイムの平均値を比較すると、A さんは 3 時間睡眠 8.35 秒、6 時間睡眠 8.2 秒、9 時間睡眠 8.45 秒であり、6 時間睡眠が 1 番速く 9 時間睡眠が 1 番遅いというデータが得られた。B さんは 3 時間睡眠 7.7 秒、6 時間睡眠 7.5 秒、7.35 秒と 6 時間睡眠が速いが 3 時間睡眠が遅い結果となっている。その他 C さん D さん共に 6 時間睡眠が 1 番タイムが速く、3 時間睡眠が 1 番遅かった。結果 6 時間睡眠が瞬発的運動である 50m 走において最高のパフォーマンスを発揮できると共に 4 人中 3 人が 3 時間睡眠が 1 番パフォーマンスを発揮できない睡眠時間であるということが分かった。</p>			

A-6	指導者における選手への言葉がけについて	21SF9038	岡田 星河
<p>本研究において、指導者から言葉がけが大会における選手の実力を発揮する事のできる言葉がけとなっているかどうかの検討目的とした。8 月 1 日~9 月 1 日の夏季休暇の期間で、関東エリアの A 大学のスキー部に所属している 21 名(男子 12、女子 9)に対してアンケート調査を行った。アンケート結果から、結果を残す事ができた選手(成績)も結果を残すことができなかった選手、どちらともに男子と女子では、言葉がけから選手本人の感じ方、捉え方が違うと分かった。このようなことから、指導者の言葉がけには男子と女子を一つの括りにするのではなく、それぞれに適正な言葉がけが必要であると考えた。選手と指導者との関係の中で指導者の一方的な意思疎通の計り方では選手が主体となる大会で両面に言葉の認識のズレが生じてくるのではないかと考えた。このようなことにもならないためには、選手が実力を発揮できるように指導者は選手のメンタル面に親密に寄り添い、選手側も指導者がどのような理念を持って指導しているのか、積極的に自己主張を図ることが必要なのではないかと思われる。この調査は 21 名という少数を対象としたものであるが、どのスポーツ指導においても大会に出場するがけも今後検討していく必要があると思われる。</p>			

A-7	大学生女子ラグビーの月経によるスポーツ活動への影響	21SF9050	関 優綺
<p>女性特有の月経は、「約 1 か月の間隔で起こり、限られた日数で自然に止まる子宮内膜からの周期的出血」と定義されている。一般的に、月経前に不調を感じる女性の割合は7割以上、月経中に不調を感じる女性は8割以上といわれており、月経前と月経中を合わせると9割以上の女性がいずれかの症状に悩んでいる現状がある。大学生女子ラグビー選手40名を対象にして、月経とコンディショニングに関するアンケートを Microsoft Forms で実施した結果、30 名(75%)の選手が月経に伴う症状がスポーツ活動に影響すると実感し、指導者やチーム関係者に月経に関する相談をした経験がある選手は 15 名(38%)という現状となった。月経に伴う症状軽減のための内服薬については、市販の鎮痛薬を内服している回答者がもっとも多く23名で、低用ピルや処方された鎮痛剤を使用している者も9名いた。鎮痛剤や低用ピルを服用してもスポーツ活動への変動があると答えた選手が28名いる。半分近くの人に影響があることが分かった。</p>			

A-8	社会人サッカー選手の体力について	21SF9062	大坪 琉斗
<p>社会人サッカーチームの体力の実態を明らかにすることを目的とし、週に2回練習を行っている22歳の男性4人の社会人サッカーのチームの選手を対象として、体力・運動能力調査のホームページを参照として新体力テストの項目から、立ち幅跳びおよび反復横跳びの体力測定を実施した。体力測定の記録結果から、立ち幅跳びでは同年齢の全国平均値(227.4cm)に対して、平均値(231.6cm)を記録し、瞬発力を持っていることが分かった。反復横跳びでは同年齢の全国平均値(52.2点)に対して、平均値(55.4点)を記録し、敏捷性を持っていることが分かった。サッカーにおいて必要な瞬発力、敏捷性を持っていることから、社会人サッカー選手の体力は高く高水準で優れていることが分かった。また、チーム内での練習で、瞬発力および敏捷性をさらに向上させ、再現性を高めることが出来れば、試合中でのパフォーマンスに繋がりパフォーマンスを大きく発揮できることが予想される。</p>			

B-1	睡眠が筋力に及ぼす影響	21SF9063	奥 勇馬
<p>睡眠時間が筋力に及ぼす影響を確認し、筋力向上に最適な睡眠時間を検討することを目的とし、日常的に筋力トレーニングを行なっている成人男性3人を対象として、食事管理の面はたんぱく質を30g前後と炭水化物150gを毎食摂取し、胸、背中、脚、肩、腕のトレーニングを週5~6日、強度としてはその時々各々が扱える重量で1setにつき10~12repを一部位3set行い、睡眠時間をPM23:00~AM7:00の間で1ヶ月目6時間、2ヶ月目4時間、3ヶ月目8時間とした場合の3ヶ月間の筋力の推移を調査し、それによる体調の良し悪しや精神への影響の調査も行った。調査の結果から、平均的な睡眠時間とされる6時間睡眠の場合、特にset間での使用重量に変化は見られず比較的短い4時間睡眠の場合、平均して使用重量が10%ほど下がり、set中の回数も1~2回程低下し3人中2人はキニビや吹き出物といった肌質の悪化が見られた。また、精神的にも良い影響が見られず、トレーニングへのモチベーションも低下傾向にあった。最後に8時間睡眠の場合、使用重量は10~15%上昇し、set中の回数に変化は見られなかったもののトレーニング後に感じる満足感はいまだにないものだった。これらの調査結果から筋力と睡眠は密接に関係しており、トレーニングの質だけでなく精神、体調面にも多大な影響を及ぼすことが予想された。</p>			

B-2	バスケットボールにおけるリバウンドの重要性	21SF9068	塩見 亮太
<p>バスケットボール競技では相手チームより多くの得点を決めたほうが勝利するスポーツ競技だが、シュートを打った後、入らなかったシュートをどちらのチームがリバウンドをとるかによって、ゲームの流れが変わると考えている。そこで本研究では、リバウンドが試合にどう影響するのかを明らかにするために、2022年度のインターハイ福岡県予選決勝の福岡第一高校対大濠高校の試合をピックアップし、調査を行った。試合をゲーム分析して行くと、ディフェンスとオフェンスどちらにも積極的にリバウンドに参加することで失点を防げたり、得点に繋がる場面が多かった。どちらのチームとも全国大会で何度も優勝したチームであり、高レベルな試合ではあったがやはり、チームのみんながしっかりとリバウンドを意識しており、特にディフェンスリバウンドに関してはボールの落下地点を予測し、あらかじめ相手を身体で止めてリバウンドをとるボックスアウトをどちらのチームもしっかりしていた。やはりディフェンスリバウンドをとる事で2点の失点を抑え、オフェンスリバウンドをとる事で2点の得点に繋がるため実質4点分の価値がある事がわかる。やはりリバウンドをとる事によって実質4点分の活躍ができ、試合の流れを左右することがわかった。</p>			

B-3	日本経済大学サッカー部の心理的競技能力について	21SF9073	米田 大和
<p>本研究では、精神面の問題点を把握しつつ競技力向上に向けた基礎資料とし、今後の競技力向上の一指標を導き出すことを目的として、日本経済大学男子サッカー部に所属するトップチーム選手 16 名を対象に、株式会社トーヨーフィジカル製心理的競技能力診断検査(以下、DIPCA.3)を実施した。DIPCA.3 の総合得点の平均値は 185.3 点で、総合得点の判定表で評価すると、5 段階中の 3(もうすこし)であった。因子別の平均値では、競技意欲が 63.8 点、精神の安定・集中は 44.5 点、自信は 29.8 点、作戦能力は 29.1 点、協調性は 17.0 点であった。全ての因子において 5 段階中の 3(もうすこし)であった。</p> <p>このことから、日本経済大学男子サッカー部の心理的競技能力の総合評価としては全体的に得点を高めていく必要があることが示された。また因子ごとのばらつきが少ないことからバランスの取れた心理的競技能力であることがわかった。</p>			

B-4	日本経済大学サッカー部の全国大会に向けた心理状態の変化	21SF9078	木下 麗司
<p>日本経済大学サッカー部の全国大会に向けた心理状態の変化を明らかにするために、全国大会初戦の 25 日前、8 日前、1 日前にトーヨーフィジカル社製の「試合前の心理状態診断検査(DIPS-B1)」を実施した。</p> <p>総合得点の平均値は、25 日前が 68.9 点、8 日前が 68.1 点、1 日前が 68.2 点であった。検査用紙の判定表を用いて判定すると、それぞれ「やや悪い」、「かなり悪い」、「かなり悪い」と判定された。試合前の心理状態としては良くない状態だったことが明らかとなった。項目ごとにみると、極端に高かったり低かったりする項目は見られず、リラックス度と集中度でやや低い平均値であった。また、忍耐度と闘争心では1日前の数値が最も高かったが、協調度と作戦思考度では 25 日前の値が最も高かった。その他の項目ではほとんど変化が見られなかった。</p>			

B-5	日本経済大学サッカー部の健康度と生活習慣の実態	21SF9079	田頭 虎太郎
<p>日本経済大学サッカー部の健康度と生活習慣の実態を明らかにすることを目的にトップチーム17人を対象に健康度・生活習慣診断検査(DIHAL.2)を実施した。健康度・生活習慣の尺度別合計得点の平均値を1～5段階評価の判定をしたところ、健康度、運動、休養の3尺度は4(やや優れている)ことがわかり、食事尺度だけ3(もうすこし)と言う結果になった。スポーツ選手として食事の部分をもう少し改善できると言うことがわかった。健康度と生活習慣総合得点で分類されるパターンで見ると、12人(70.5%)が充実型で、3人(17.6%)が要注意型で、生活習慣要注意型と健康度要注意型が一人(5.8%)ずつと言う結果になった。日本経済大学サッカー部トップチームでは、健康度及び生活習慣ともに望ましい充実型が70.5%と多くみられたが、残りの29.5%は望ましくないことがわかった。尺度は食事面での改善が課題となった。</p>			

B-6	日本経済大学サッカー部のコンディショニングについての研究	21SF9083	中川 洋輔
<p>トップアスリートを目指すスポーツ選手は、常に最高の能力を発揮するため、日常生活についても健康やコンディショニングに配慮することが必要である。九州大学サッカーリーグ1部に所属する日本経済大学サッカー部の現在のコンディショニングについて検討するために、トップチーム17人を対象に、健康度・生活習慣診断検査(DIHAL.2)を行なった。得られた結果の休養の尺度に注目し、分析した。休養尺度は休息、睡眠の規則性、睡眠の充足度、ストレス回避の4つの因子で構成されており、それぞれ11.5点、8.4点、13.5点、15.4点の平均値を示した。睡眠の充足度で4(ややすぐれている)と判定されたが他の因子は3(もうすこし)か、3と4の間だった。休養尺度の合計得点の平均値は48.8点で4(やや優れている)と判定された。日本経済大学サッカー部のトップチームでは、睡眠の充足度以外の休養尺度を改善するとより良い休養がとれると分かった。運動、食事、休養からなる生活習慣の総合得点を見てみると、全体の平均値は130.2点で判定表では4(ややすぐれている)であった。生活習慣全体で見るとほぼ良好な状態であることもわかった。</p>			

B-7	大学男子剣道部員の試合前、試合中の心理状態の変化について	21SF9090	安元 大翔
<p>本研究の目的は、試合前の心理状態の変化を明らかにするとともに試合中の心理状態への影響を検討することである。日本経済大学男子剣道部選手2名を対象に約1ヶ月前から稽古日誌を用いて、不安、モチベーション、気分の心理変化を5段階得点で自己評価した。また、試合前日に試合前の心理状態診断検査(DIPS-B1)と試合後に試合中の心理状態診断検査(DIPS-D2)を実施した。試合中の実力発揮度で、対象者Aは「まあまあ実力を発揮できた(75%)」「目標を達成できた」とし、対象者Bは「どちらともいえない(50%)」「目標を達成できなかった」と答えている。稽古日誌から対象者Aは試合が近づくにつれ不安を強く感じて、対象者Bはモチベーションが高くなる一方で不安が高くなっていった。対象者Aは試合前から勝利意欲、自己実現意欲の得点が高く、試合中にはリラックス能力を除く項目で試合前より高くなっていった。対象者Bは試合前、試合中ともに協調度が高く試合中にリラックス度が高くなった。対象者A,Bともに試合中の集中力は高得点だった。DIPS-D2の合計点は対象者Aで38点、対象者Bは32点だった。</p>			

B-8	大学生アスリートの悩みの実態とその対策法	21SF9149	小野 紘之介
<p>大学生アスリートは日々、学業と競技の両立を行なっている。学生アスリートが感じる独自の悩みなどの研究や調査は多くない。本研究は現代の大学生アスリートがどのような悩みを持ち、それに対しどのような対策をしているかを明らかにすることを目的としアンケート調査を実施した。対象は日本経済大学健康スポーツ経営学科全学年とし、期間は2024/11/14～11/21の一週間にて実施し68名の回答を得た。</p> <p>結果として78%の対象者が部活等で悩み等を抱えていることが分かり、その中で対指導者悩みが45%と最も多くの数字を占めた。対指導者との問題は少なからず、パフォーマンスに影響を与える。指導者からのメンタルケア等の講義を49%の対象者が受けたくないと答え、対象者の中で65%もの人たちがそのような講義の準備がないと答えているので、部活やチームにメンタルトレーニングやメンタルヘルス等の専門家が必要なのではないかと考える。</p> <p>では、対象者はどのようにして悩みに対処しているのだろうか。回答で多かったのが「音楽を聴く」というリフレッシュ法であった。次に多かったのがプレーする仲間や友人に話を聞いてもらうなど対人としたものがあげられた。対人に話を聞いてもらうことによりストレスや悩みが晴れるのではないかと考える。</p>			

木村ゼミ

抄録集

(青)

A-1	バレーボールのサーブレシーブからの攻撃における勝敗について	21SF9002	荒川 愛涼
<p>バレーボールにおいて、サーブレシーブは試合の流れを大きく変える要因の一つである。そこで、Aパス(コンビネーション攻撃可能なレシーブ)Bパス(ハイセットから攻撃可能なレシーブ)の返球でポイントが決まるのか、決まらないのかがどう勝敗に影響を及ぼすかを九州大学春季女子バレーボール1部リーグの動画を分析し検討することとした。</p> <p>本研究の目的は、相手からのサーブレシーブの時レセプション返球においてAパス、Bパスでどのように勝敗に影響が及ぼすかを明らかにすることである。女子バレーボール部の試合の動画を見て、各1セット目ずつ分析を行い、サーブレシーブからの攻撃がどのように勝敗に関係するのかを調べた。結果を見てみるとAパス(コンビネーション攻撃可能なレシーブ)は、ラリーが少なくポイントもとれている。Bパス(ハイセットから攻撃可能なレシーブ)は、ラリーが続いてポイントがとれていないという結果になった。バレーボールにおいてサーブレシーブからの攻撃局面でいかに得点するかということは、試合で勝利するためには大変重要であると考えられている。</p>			

A-2	野球において体重と打球飛距離の関係性	21SF9007	長島成汰
<p>このテーマに至った理由は、体重を増やせば打球飛距離が伸びるのではないかと考えたためである。野球部からピックアップし一人ずつ体重、身長、年齢を調べ一人に三本ずつロングティーを打ってもらいその結果の最高飛距離を出して明らかにすることである。研究方法は、数人の野球部の体重、身長、年齢と一人三本ずつロングティーを打ってもらいその結果の最高飛距離を出して測定した。研究結果：対象人数6人である。一人目、年齢21歳男性、身長195cm 体重105kg、一本目110m 二本目114m 三本目125m、二人目、年齢21歳男性、身長178cm 体重91kg 一本目111m 二本目106m 三本目123m、三人目、年齢21歳 男性、身長176cm 体重87kg 一本目102m 二本目106m 三本目91m、四人目、年齢21歳男性、身長180cm 体重80kg 一本目96m 二本目109m 三本目102m、五人目、年齢20歳男性、身長166cm 体重65kg、一本目82m 二本目97m 三本目85m、六人目、年齢20歳男性、身長163cm 体重75kg 一本目88m 二本目93m 三本目107mであった。研究結果から体重と飛距離は関係している。野球選手の場合、体重が重いことは筋肉量の多さによるもので、打者は地面を踏みしめる事で打撃動作の運動エネルギーを得ており、打撃動作中の地面反力が影響する、このことから体重のある野球選手は同じ技術であれば遠くへ打ち返す力が高いと考えられる。</p>			

A-3	剣道で面を打つために最短距離で最大威力で打つ方法	21SF9021	川原塚 立都
<p>剣道競技では三本勝負で一本、二本決めた方が勝敗に繋がり、剣道で面を打つために最短距離で最大威力で打つ方法を明らかにすることを目的とし面を打つために最短距離で最大威力で打つ方法をインターネットで調査した。そこで手首の使った連続した素振りをして手首をのスナップを鍛え、その場から剣先を前に伸ばす打ちを繰り返して最短距離で竹刀を振る感覚を養い、その場で右足だけ前に大きく出す素振りをして右足を前に出す感覚を身につけ、自分が一番左足に溜めをつくれる状態を探して面の打ち込みをする事で最短距離で最大威力で打つことができる。</p>			

A-4	剣道なの試合前の食事と試合結果の関係について	21SF9026	竹下 伊智護
<p>剣道をしている者の食事の意識が気になり、剣道部の食事の意識について調べ自身が所属している剣道部に協力してもらい、剣道の試合前の食事と試合結果の関係について調査検討することを目的とした。対象者は、日本経済大学剣道部である。試合前の食事と普段の食事についてアンケートをとった。次に、食事と試合結果の関係を確認し、試合前の食事と試合結果についてどう関わっているのかを調べた。また、食事に対する意識の持ち方も調べた。はいと答えた者は何を食べるのか。パン、おにぎり、なんでも、はいと答え人は、その違いは？、朝食を摂るか、摂らないか、剣道部では食事に対する知識がある者が少なく、試合前の食事の管理をしている者が少ないことが分かった。普段の食事と試合前の食事ですべてを摂らない者がいて食事の意識が低いことが分かった。試合前に朝食を摂ると引き分けか、勝つことが多く朝食を摂ることで負ける確率が低くなると考える。</p>			

A-5	剣道の動作で一本にするのに大切なこと	21SF9033	松村 玲緒
<p>的確に打突することも大切ではあるが、それ以外で一本を取るには何が大切であるかを明確にすることで勝率を上げる方法を検討することを目的とする。大会の審判経験がある者や大会に出場経験がある選手とし、アンケートを取った。研究内容は、大会での経験や自分の考えを元に完全な一本以外（タイミング、勢い、キレ etc.）で旗が上がるには特に何が必要かをアンケートした。17名中10名が「タイミング」、3名が「勢い」、2名が「残心」、1名が「打突の強度」、1名がその他で「抜け」という意見があった。それぞれ回答した理由として、「タイミング」と回答した者は、「タイミングがよければ、多少、旗が軽くなると思うから」という理由があった。また、「勢い」と回答した者は「審判は勢いがある選手を注目することが多いと思うから」と様々な回答理由があった。発声や打突、体捌きの3つが揃うことを指す気剣体一致でなる完全な一本以外で審判に旗を上げてもらうには、打った後の少しも油断すること無く、次への心構えや準備をすることを指す残心や打った時の発声も大切である。</p>			

A-6	女子バレーボール選手に必要な栄養食について	21SF9052	橋山芽依
<p>男子より小柄な女子が勝つためには、どんな身体作りが必要でその為にどのような食事方法を取らなければいけないのかを検討することとした。本研究の目的は、女子バレーボール選手に必要な食事が及ぼす影響を明らかにすることである。バレーボール久光製薬スプリングスの選手に、試合期間とそれ以外の日の食生活と、スポーツ栄養士の参考文献を元に選手の食事方法とその影響を調べた。吉武美佳選手に試合期間中の食事方法と試合後の食事について聞き取りの結果、試合期間中は必ずバナナを食事のどこかで摂取する。試合期間の体重維持自分が1番飛べるベストな体重を維持する。試合後はオレンジジュースを摂取する。女子選手は一日に2500~3000kcal程度栄養が必要である。重視したい栄養素は、糖質、およびビタミンB1、糖質は米、パン、麺類など、ビタミンB1は豚肉などである。たんぱく質、およびビタミンB6、たんぱく質は赤身の肉、魚介類、卵、大豆など、ビタミンB1はレバー、バナナなどである。カルシウム、およびマグネシウム、カルシウムは牛乳、乳製品、小魚、葉物の緑黄色野菜など、マグネシウムはゴマ、ナッツ類、海藻などである。</p>			

A-7	試合の時に緊張してしまう原因について	21SF9071	竹藤瑛介
<p>序論:緊張をする事でパフォーマンスにどれだけの影響が出るのか、また、何故緊張するのかを明らかにしたいと思い、研究テーマとした。</p> <p>研究方法:インターネットを使用し緊張がパフォーマンスにどのような影響を及ぼすのかを調べ、緊張とパフォーマンスの関係性について検討した。</p> <p>研究結果:心拍数は情動が生起するための要因の一つと考えることができ、心拍数を変化させることで情動を変化させることが可能であると考えられる。また、心理緊張に伴い、聴覚への情報に対して過度に身体動作が反応してしまう異常が生じることが示唆された。 考察:パフォーマンスを十分に発揮出来ない選手は場の雰囲気や圧迫されたり、練習でやってきた事以上のものを自分自身に求めたり、試合をする前の段階で失敗した時の事を考えたり、またその失敗により次の試合でもう一度失敗するかもしれないという自信喪失する事で心拍数が急激に上昇し緊張すると考える。</p>			

A-8	剣道においてコロナ前と後	21SF9074	天本 航生
<p>緒言:本研究の目的は、剣道のコロナ前の練習や試合とコロナ後の練習と試合の違いを明確に判断して違いを明らかにすることである。研究方法:剣道をしている者にアンケートをとる。研究結果:コロナ前と後で:17名中変化しと答えた者が17名で主な理由はふりこり合いで技を出す機会が減ったが8名、マスク、フェイスシールド5名、試合運びが4名であった。考察:剣道でコロナ前と後の違いはコロナ前ではマスクをせずに素振りや面をつけての練習をしていた。コロナ後は素振りから面をつけての練習の時からずっとマスクと面につけるフェイスシールドをつけて練習をしていた。コロナ前と後ではふりこり合いで技を狙う事ができたがコロナ後になったらふりこり合いになったら、すぐに分かれてなるべく相手との顔の距離が近くなるようにルールが変わり審判整列の時は、感覚を開けて並んでたりコロナで色々このようにルールが変わった。</p>			

A-9	ゴルフのフォームで飛距離が変わるのか	21SF9080	田中 一将
<p>本テーマに至ったのは、飛距離は、力が強ければ遠くに飛び、弱ければ飛ばないという意見が多くフォームによって変わることがないか気になったからである。</p> <p>本研究の目的は、力だけでなく、フォームによっても飛距離が変わるのかを明らかにすることとした。著者は、フォームではなく力ではないかと仮説を立てた。</p>			

B-1	海外エナジードリンクと日本のエナジードリンクの成分の違いと、それぞれが体に及ぼす変化の違い	21SF9087	日野林 隆盛
<p>エナジードリンクはスポーツパフォーマンスを向上させる上で多くのアスリートが摂取している。海外エナジードリンクを見た時、日本のエナジードリンクの成分と特徴に違いがある事に気づいた。インターネットで海外と日本でのエナジードリンクの成分や特徴それぞれの違いについて調べると共に、成分や特徴の違いによって身体に起こる影響について検討した。レッドブルの種類は全て同じ物で調査した。海外のレッドブルには、カフェイン・ビタミンB群・糖類・タウリン・水が含まれており、カフェインは、250ml 缶一本に 80mg が含まれる。ビタミンB群は、主に水溶性B群ビタミンであるナイアシンアミド、パントテン酸、ビタミンB6、ビタミンB12が含まれる。糖類は、テンサイ由来の砂糖で作られている。また、日本のレッドブルには、カフェイン・ビタミンB群・砂糖類・アルギニン・水が含まれており、カフェインは、250ml 一本に 80mg が含まれている。ビタミンB群は、主に水溶性B群ビタミンであるナイアシンアミド、パントテン酸、ビタミンB6、ビタミンB12が含まれる。糖類は、テンサイ由来の砂糖で作られていた。海外レッドブルと日本のレッドブルの違いは、入っている成分がタウリンかアルギニンかによるもので、他は変わりなかった。</p>			

B-2	バドミントンにおける後衛からのショットの有効性	21SF9089	三浦 魁晟
<p>著者は長年バドミントンに打ち込んでおり、ダブルスの後衛からのショットの得点率に悩まされることがあった。その中で令和の時代のダブルスで勝つにはどのような配球が効果的なのか、著者の悩みを解決する答えが見つかるのか興味が湧いた。本研究の目的はバドミントンにおける後衛の配球の得点数を明らかにすることである。インターネットを使って調べ、世界ランク上位の選手の後衛からの配球と得点数を調査した。結果、速さのあるスマッシュから得点に繋がるシーンが1番多いことが明らかとなった。後衛からのショットは単発で得点を狙うより次に繋げる意識のあるショットを多用する必要があると考える。また、球速だけではなくコースや前後への揺さぶりといった、球に慣れさせない配球や得点を狙うタイミングも重要であると考えた。</p>			

B-3	社会心理学とコミュニケーションに関する深層心理	21SF9095	稲付 学士
<p>他者と話す際にどのような言葉をかけたら相手がどのような考えに達して動いてくれるのか、提案をした際にAとBの選択肢があった時にAの方が選択人数が多く流れで選択した者に対しての心理的状況を調べたいと考えた。研究目的:コミュニケーションに関する心理的状況下と対話での選択を選ばなければいけない状況下での心理的状況を求めることである。研究方法:インターネットで調べたり、本などを見て明らかにする。研究結果:コミュニケーションの動機づけは、コミュニケーションしない(したくない、できない)のは、コミュニケーションに対する動機づけが低いからである。動機づけは、動因と誘因に影響を受ける。顔一顔面表情、眼一視線、ロー音声、手足一動作などの対応はあり、それぞれが出う機能も概ねの範囲にあると言うことも可能ではある。考察:コミュニケーションに関わる深層心理について調べた結果コミュニケーションにおいて最も重要なのは、相手がどのような反応を期待しているかを理解することである。言葉による情報伝達が全体の7%を占めるとされる中、伝えたい内容や状況、目的に応じて、言語情報だけでは不十分な場合がある。そうした状況では、聴覚や視覚情報をどのように取り入れるべきかを意識する必要であることが分かった。</p>			

B-4	陸上競技で起こる腰の怪我について	21SF9097	曾木大志
<p>著者は、陸上競技を通して腰痛に悩んでいる選手を多く見てきた。そのため、陸上競技で起こりやすい腰痛を調べたいと考えるようになった。本研究の目的は、陸上競技部の腰部障害の実態を把握し、競技種目ごとでどのように変わるかを明らかにすることである。調査を行った結果、「慢性的」が全体の56%で「繰り返し動作」「姿勢の乱れ」などを要因として、長期的に体幹筋群・脊椎へ影響を及ぼすことで、腰椎椎間板ヘルニアや腰椎分離症の痛みを継続的に発現している可能性も高いといえる。競技種目ごとでは、どの種目も「筋・筋膜性腰痛」が多く、短距離と跳躍種目では、「不明」という結果になった。この結果から、「疲労」「過負荷」「過練習」によってどの競技種目も「筋・筋膜性腰痛」が発現する可能性が高く、腰痛原因の「不明」が多い短距離と跳躍種目でも同じで原因である可能性が高いと予想される。繰り返し動作・腰痛発生原因動作に有意に関連性がみられ、動作特性が腰痛発生の違いに結びついているものと推測できる。</p>			

B-5	サッカーの試合における AI の導入	21SF9103	平田 駿輔
<p>緒言：現代のサッカーの試合において、AI の導入は試合を進めるにあたりとても重要である。インターネットでサッカーの歴史を遡り、なぜAI が導入されたのか、AI の導入の背景を明らかにすることを目的とすることに至った。研究方法：サッカーの歴史・課題をインターネットと書籍を用いて調べ、なぜAI の導入に繋がったのかを検討した。研究結果：・VAR の導入の背景には、1. 広大なピッチを主審、副審2人、第4の審判員、合計4人で見ることの難しさ。2. はっきりした、明白な間違いをなくすため。3. 判定基準の統一の必要性や観客を納得させる判定の必要性が求められるようになった。4. 審判だけがリプレイを見て判断できない状態にあった。考察：結果で示した、サッカーの起源や VAR 導入の歴史・背景からサッカーの進化とともに、判定の間違いをなくすために VAR 導入が普及したことが明らかになった。VAR の導入背景には、広大なピッチを主審、副審2人、第4の審判員、合計4人で見ることの難しさや、はっきりした、明白な間違いをなくすため、判定基準の統一の必要性や観客を納得させる判定の必要性が求められるようになったこと、審判だけがリプレイを見て判断できない状態にあったことがある。VAR の目的は「最小の干渉で最大の利益を得ること」である。人間だけでは難しい弱みの部分をサポートし、間違いのない正しい判断・結果を出す、現サッカー界において重要な存在であるといえる。</p>			

B-6	サッカーが現代的社会に与える影響について	21SF9107	的場 大翔
<p>サッカーは世界中で愛されるスポーツとして、社会や文化に大きな影響を与えてきた。日本では Jリーグが創設されて以来、サッカーはスポーツの枠を超えて、地域社会、国際交流に関わる存在となっている。本研究の目的は、サッカーがもたらす社会的影響を明らかにすることである。サッカーが現代社会に与える影響をインターネットと書籍を用いて調べ、なぜそのようになったのか研究する。サッカーはスポーツの枠を超え、地域社会の結束やアイデンティティ、経済的な影響、さらには社会問題の解決手段としても重要な役割を果たしている。特に Jリーグの発展により、地域住民の一体感や地元経済の活性化が促進されていることが明らかになっている。またサッカーが観光業やメディア産業に与える経済的なインパクトもある。さらに、青少年育成プログラムやジェンダー平等の推進といった社会的課題にも大きく貢献している。本研究によって、サッカーが現代社会に与える影響は明らかになった。サッカーによって、地域住民の結束、男女平等の意識向上、様々な経済効果をもたらしていることが明確になった。</p>			

B-7	野球において睡眠時間がもたらす影響	21SF9109	山崎大器
<p>このテーマに至った理由として、昔から野球をしてきて試合の前日に睡眠時間が取れている者と取れていない者で結果や身体にどんな影響をもたらすか、この機会に研究する。</p> <p>研究方法は、アスリート達の平均時間を調べた。</p> <p>1 井端弘和選手 8 時間睡眠、2 大谷翔平選手 8 時間睡眠マスト 休日 12 時間、3 柳田悠岐し選手 12 時間睡眠、4 坂本勇人選手 8 時間睡眠 キャンプ中 21 時就寝 4 時起床、5 長嶋茂雄選手 6 時間睡眠→8 時間睡眠で復調であった。考察 研究結果から基づき睡眠時間野球選手やアスリートの結果に非常につながっていることがわかった。特にアスリートは身体が商売道具なので睡眠の質にまでこだわる選手が多くいることがわかった。井端選手は徹底して試合の 6 時間前に起床し身体と脳が 1 番ベストの状態です。毎試合望んでいたようだ。中でも、世界の長嶋選手や柳田選手は 12 時間睡眠をとるなど、半日を睡眠に充て、試合に臨みすごいパフォーマンスを発揮している。『このように、短時間睡眠は知覚・思考・記憶機能の様な認知機能については、起床直後だけではなく終日影響を及ぼし、動作機能については影響が少ないことが明らかになった。』</p>			

B-8	野球時のバットスイングの時の体の筋肉の関係について	21SF9123	春木太陽
<p>昔から野球を行ってきてバッティング時の筋肉の使い方について調べた事がなかったため研究するに至った。インターネットで調べ検討した。スイングスピードを向上させるためには、筋力トレーニングが必要である。特に、上半身の筋力（肩と腕）と下半身の筋力（臀部と腿）を強化することが重要である。バットスイングで 1 番必要になってくる筋肉は大臀筋である。ボールを遠くに飛ばすためにはバットを早く振る必要がある。自分も野球を長年とやってきたが、この研究結果の通りだと思う。大腿四頭筋を鍛える事でもっとバッティングに影響してくると思う。大臀筋が強いほどバットが早く振れ、ボールを遠くに飛ばすことができる。</p>			

B-9	陸上競技の短距離における厚底スパイクがもたらす競技力の向上について	21SF9137	相良滉人
<p>ここ数年で陸上競技の男子短距離のレベルが大幅に伸びているが、その 1 番の要因として厚底スパイクの登場だと考えた。そこで厚底スパイクが、タイムにどれほど影響しているかを調査する。研究方法：短距離スパイクのソールの違いによってどれほどタイムに影響があるのかを調べ、スパイクとタイムの関連性について考察した。</p> <p>研究結果：スパイクシューズのソール硬度は、グループ平均では疾走パフォーマンスに影響しないが、高いパフォーマンスを発揮できるスパイクシューズのソール硬度は個々の選手によって異なる可能性があることがわかった。考察：厚底スパイクやカーボンの入っているスパイクで高いパフォーマンスを発揮するためには、それらを使いこなすための筋力や能力が必要であることが分かった。</p>			

片桐ゼミ

抄録集
(半透明)

A-1	ウォーミングアップの重要性	21SF9001	赤木 里菜
<p>ウォーミングアップとは、トレーニングや運動を行う前の体の準備する為の動作のことを表します。ウォーミングアップにも効果と役割があり大きく2つに分けて説明します。</p> <p>1つ目は、怪我の予防です。ウォーミングアップを行うことで筋肉や関節の温度が上昇し柔軟性が向上します。2つ目は、パフォーマンスの向上です。ウォーミングアップを行うことで体内の血液循環が促進されます。これらの役割から運動前のウォーミングアップの重要性について調査しました。</p> <p>日本経済大学女子バスケットボール部 27人を調査の対象とし調査を行いました。運動を行う前のウォーミングアップにどのくらいの時間をかけるかアンケートをとり調査しました。</p> <p>A.B.Cの3つの選択肢のどれかを選んでもらいアンケートをとりました。(A10分 B15分 C20分)</p> <p>結果は、1番多かったのがB23票で次にC4票最後にA0票でした。</p> <p>Bが多かった理由として体のケアと動的ストレッチなども入れたらそのくらいは必要という理由などがありました。Cは、ストレッチから怪我をした部分のケアをする時間をとりたいという理由などがありました。</p> <p>結果、ウォーミングアップを少し長めに行う方が怪我をした人が多い結果がわかりました。</p> <p>このことから怪我の予防、自己のパフォーマンス発揮のためにもウォーミングアップは必要だと感じました。</p>			

A-2	バスケットボールの試合におけるリバウンドとルーズボールの重要性について	21SF9009	馬場 俊介
<p>バスケットボールにおけるリバウンドとルーズボールは、試合の流れや得点機会に大きく影響する重要な要素と考える。リバウンドは、シュートが外れた後にボールを確保することで、攻撃側がリバウンドを取れば再度得点のチャンスが生まれ、守備側が取れば相手の得点機会を防ぎつつ攻撃に転じることができる。その中でもオフェンスリバウンドは自チームの攻撃回数とボール保持時間が長くなるため重要視される。ルーズボールは、プレイ中に意図せずボールがフリーになった際にどちらのチームが素早くボールを確保するかが問われる。ルーズボールを確保することで、相手の攻撃を妨げたり、攻撃の主導権を握ったりすることが可能である。また、ルーズボールの競り合いを勝ち続けるとチームの士気が上がり点に繋がるオフェンスができる等のチームへの利点が生まれる。リバウンドとルーズボールへの積極的な参加は、チームに勢いをもたらす、ゲームの勝敗を左右する要因となり得る。そのため、選手の集中力や瞬発力、判断力が求められる重要なスキルとされていると考える。</p>			

A-3	AIをスポーツ業界に導入することによる変化	21SF9013	宮原 祐介
<p>私はAIをスポーツ業界に導入することにより、どのような変化があるのかをメリット・デメリットを挙げて研究した。</p> <p>インターネットやアンケートを用いて調べた結果、メリットが5点デメリットが4点をの項目について詳しく調べた。AIをスポーツ業界に導入することに関してとったアンケートでは、AIを取り入れることでスポーツがプレーしやすくなる・見てて楽しくなるという考えの人が76%を占めていた。また少数派の意見としては、今と特に変わらないといったことや、AIに判断を任せるのは不安という声もあった。また、AIを導入することによって、何も変わらないという意見や、導入してみないとわからないという意見もたくさんあった。</p> <p>この結果から、4人に3人のプレイヤー・関係者がAIの導入を望んでいるという結果がわかった。また、今後の課題としてAIの成長に頼るだけでなく、人間も今以上に成長し、お互いがうまく連携を取れる共存できるような関係性やシステムを作ることも大切だと感じた。</p>			

A-4	3ポイントシュートが勝敗にどのように影響するか	21SF9019	吉井 快
<p>3ポイントシュートはバスケットボールの試合において、勝敗を左右する重要な要素です。まず、成功率が高いチームは短期間で得点差を拡大しやすく、相手チームに守備の分散を強いるため、インサイドプレーも有利になります。次に、3ポイントシュートのアテンプト数も重要で、アテンプトが増えることで得点機会が増え、試合のペースをチームに有利にコントロールできることが出来ます。また、チーム戦略においても、3ポイントシュートを積極的に使用することでコート全体のスペーシングが改善され、多様な攻撃が可能になります。さらに、3ポイントシュート成功はチームの士気向上や試合の流れを一気に引き寄せる力も持ちます。加えて、データ分析の進展により、シュート位置や成功率、相手のディフェンスの弱点を分析し、戦略を最適化することが可能となっています。これらの要素が総合され、3ポイントシュートは試合の勝敗に大きな影響を与える事が分かった。</p>			

A-5	競技バスケットボールにおけるパフォーマンスの測定:Team Sport Assessment Procedure”の応用」	21SF9022	KIEKIE TOPY ALI
<p>パフォーマンスの測定は、選手の成長や成果の向上に欠かせない要素であり、特に試合の実際の状況で行われる場合に重要となる(Nadeau, 2001)。しかし、バスケットボール競技の分野において、指導者が利用できる測定ツールは、科学文献の中でも非常に限られている。これは、バスケットボールが日本で最も人気のある団体競技の1つであるにもかかわらずである(日本の統計, 2023)。文献における測定ツールの不足は、パフォーマンスの複雑さ、既存ツールのアクセスの難しさ、そして測定結果を指導者が活用する難易度に起因する。本研究の目的は、「Team Sport Assessment Procedure」(TSAP) (Gréhaigne, Godbout & Bouthier, 1996)の適用を通じて、バスケットボール競技における選手のパフォーマンスを分析することである。具体的には、バスケットボール専門家が重要と認めた選手の運動行動を分類し、Nadeau (2001)がアイスホッケーの競技環境で行った研究を参考に、TSAPの評価基準に沿って整理した。このTSAPのバスケットボール版は、2023-2024シーズンにNCCAリーグ所属の11チームを対象にテストされた。</p> <p>結果として、ポジション間で大きなパフォーマンスの差がないことや、勝利チームと敗北チームの間で大幅なパフォーマンス指標の違いがないことが明らかになった。これにより、NCCAの競技チーム間には高度な均衡が存在し、試合結果は単に選手個々のパフォーマンスの合計だけでは決まらないことが示唆された。また、本研究の成果は、指導者がチームのパフォーマンス向上に向けた指導方針を立てる上で参考となる指標を提供するものである。</p>			

A-6	睡眠時間が反応時間に与える影響	21SF9023	木下 菜月
<p>現在、日本人の睡眠時間は減少している。睡眠は脳や身体の疲労回復、免疫機能の増加、記憶の固定や感情整理など多くの重要な役割があります。</p> <p>睡眠不足になると、集中力や判断力、注意力の低下を招きます。</p> <p>睡眠時間が反応時間に影響を及ぼすのかを目的とし、4時間睡眠、7時間睡眠、10時間睡眠をそれぞれとった後に反応時間を測定した。</p> <p>検証結果からは、4時間睡眠と7時間睡眠では4時間睡眠の方が明らかに反応時間が遅くなっていた。また、7時間睡眠と10時間睡眠では反応時間の差はほぼ変わらなかった。</p> <p>結果から睡眠時間を長くすることで反応時間が早くなるということにはなかったが、睡眠時間を短くすると反応時間が有意に遅くなることから、睡眠時間が反応時間に影響を及ぼすことがわかった。数日間、長期的に睡眠不足が続くとさらに反応時間に影響を及ぼすことが予想される。反応時間が遅くなるとパフォーマンスにも悪影響がでてしまう。そう考えると、よりよいパフォーマンスをする為にも、最低7時間以上の睡眠を確保することが必要であると考えます。</p>			

A-7	ユニフォームの色が選手に与える影響	21SF9024	木下 大南帆
<p>本論文では、バスケットボールおよびその他のスポーツにおいて、ユニフォームの色が選手や観客、メディアに与える心理的・視覚的影響を検討した。研究目的としては、特定の色が選手に与える心理効果や、試合パフォーマンスへの影響、観客やメディアの反応について分析することである。対象者はバスケットボール選手を中心とした大学生 120 名で、アンケート調査を実施した。調査の結果、赤色や青色のユニフォームは、積極性や冷静さを助長する可能性があることが示唆された。また、黄色やコントラストの強い色は視認性が高く、チーム全体の連携を向上させる効果が見られた。観客やメディアの注目も、明るい色や個性的なデザインのユニフォームによって増す傾向があることがわかった。さらに、強豪チームのユニフォーム色は、その色に対する強い印象を形成しやすく、選手や観客に「強さ」や「高圧的」といった印象をもたらしていた。本研究の結果は、スポーツにおけるユニフォームの色が選手のパフォーマンスや観客の視覚的印象に影響を与えることを示唆している。</p>			

A-8	スポーツビジネスについて	21SF9028	鶴田 紘也
<p>サッカーワールドカップや野球ワールドベースボールクラシックなどが開催され、世界中のサポーターやファンが母国を応援し、感動と悔しさで涙を流した。このワールドカップや WBC が盛り上がったことで日本スポーツの Jリーグや NPB の人気はさらに増した。そこで私は日本のスポーツリーグと世界最高リーグとではどのくらい差があるのかを調べた。野球のメジャーリーグと NPB ではそこまで差はなかったが、サッカースペインリーグと日本の Jリーグではとても大きな差があった。Jリーグをさらに盛り上げ、世界と差を縮めるためにはスタジアムールパーク化することなどの工夫が必要だと思った。成功しているクラブチームはインスタグラム・YouTube などの SNS を多言語に向けて多くの発信をしたり、スポーツではあまり主流としてビジネスに目を向けて何回も実施しながら成功に向けていくことが大切だと思う。サッカーワールドカップや野球ワールドベースボールクラシックなどが開催され、世界中のサポーターやファンが母国を応援し、感動と悔しさで涙を流した。このワールドカップや WBC が盛り上がったことで日本スポーツの Jリーグや NPB の人気はさらに増した。そこで私は日本のスポーツリーグと世界最高リーグとではどのくらい差があるのかを調べた。野球のメジャーリーグと NPB ではそこまで差はなかったが、サッカースペインリーグと日本の Jリーグではとても大きな差があった。Jリーグをさらに盛り上げ、世界と差を縮めるためにはスタジアムールパーク化することなどの工夫が必要だと思った。成功しているクラブチームはインスタグラム・YouTube などの SNS を多言語に向けて多くの発信をしたり、スポーツではあまり主流としてビジネスに目を向けて何回も実施しながら成功に向けていくことが大切だと思う。</p>			

A-9	スポーツにおけるコミュニケーション能力の重要性	21SF9030	西村 亜莉
<p>スポーツはチームワークや戦略の実行が求められる集団活動であり、選手間のコミュニケーションは成功に直結する要因とされています。特に個々の技能や役割が異なるスポーツチームにおいては、情報共有や意思疎通が不可欠です。本研究の目的は、スポーツにおけるコミュニケーション能力がパフォーマンスやチームの一体感に与える影響を明らかにすることです。特に、良好なコミュニケーションがどのように選手の信頼関係や戦略的行動に寄与するかを考察する。</p> <p>選手たちへのインタビューや、観察を通じてデータを収集しました。さらに、チームのパフォーマンス指標との相関関係を分析しました。また、異なるスポーツの種目のチームを対象に比較を行いました。</p> <p>調査結果をから、コミュニケーション能力が高いチームは、試合中の適応力や相互理解が向上し、パフォーマンスが高いことが示されました。特に、注意深い観察とフィードバックを重視するチームでは、選手の信頼関係が強まり、戦術の実行力が増す傾向にありました。</p> <p>良好なコミュニケーションがチーム内での意思決定や役割分担を明確化し、選手同士の士気を高めることが確認されました。また、定期的なミーティングや練習におけるピアレビューが、コミュニケーション能力向上に寄与することも明らかになりました。</p> <p>スポーツにおけるコミュニケーション能力は、チームのパフォーマンスを向上させるために欠かせない要素であると言えます。選手間の信頼関係や協力を促進することで、試合での戦略遂行力が高まり、結果的に成功に繋がります。このため、コーチや指導者はコミュニケーションスキルの向上に努める必要がある。</p>			

A-10	睡眠時間がスポーツに与える影響	21SF9032	樋口 真輝
<p>睡眠時間はアスリートの競技力向上やトレーニング効果の最大化、怪我の予防、免疫力の維持、精神的安定に重要な役割を果たします。</p> <p>例えば、深い眠りの間に成長ホルモンが分泌され、筋肉の修復や成長が促進されるほか、記憶の強化により技術や戦術の習得が進みます。</p> <p>また、十分な睡眠は集中力や判断力を保ち、怪我のリスクを軽減するため、睡眠不足はそれらの低下を招きます。さらに、免疫機能の維持により感染症への耐性が向上し、全体的な健康を支えます。スポーツ科学の発展や一般人への健康教育の観点からも、睡眠は競技者に限らず生活の質向上に寄与する重要な要素であり、特に若年層においては成長や学業成績に関わる重要な役割を果たします。このように、睡眠はアスリートのパフォーマンス向上や健康維持、さらに社会全体の健康促進に貢献します。</p>			

B-1	大学打者における打球速度と体重の関係	21SF9034	宮川 玄清
<p>本研究では、大学野球部の打者 28 名を対象に、体重と打球速度の関係について調査を行いました。選手たちの体重は 60kg から 90kg に分かれ、打球速度は平均 138.5km/h、体重が重い選手ほど打球速度も高い傾向が見られました。相関係数は 0.7929 と高い正の関係が示され、特に体重が重い選手は筋肉量が多く、重心移動によってより大きな力を発揮できることが理由と考えられます。</p> <p>体重増加は筋肉量の増加を伴い、スイングスピード向上に繋がる可能性があります。ただ体重を増やすだけでは効果は限定的で、バッティングのメカニクスやトレーニングの継続も重要です。本研究を通して、打者にとって自己管理と技術の研鑽が重要であると再確認されました。この知識を今後の指導や野球観戦に活かしていきたいと考えています。</p>			

B-2	MBTI タイプによるストレス管理方法について	21SF9036	山本 栞遠
<p>MBTI はスイス人のユングが提唱した考えをもとに、アメリカ人のブリックス母娘によって作成された自己申告型の性格検査である。個人の性格特性を測定するためのツールであり、16 の異なる性格タイプに分類される。外向型(E)と内向型(I)、感覚(S)と直感(N)、思考(T)と感情(F)、判断(J)と認知(P)の 4 つの軸の組み合わせにより示すことができる。MBTI タイプごとのストレス管理方法は個人の性格特性に合わせて異なるアプローチが推奨される。しかし、MBTI は自己申告に基づく性格検査であるため、個人の自己理解の深さに依存してしまう。また、MBTI の有効性や信頼性に対しても疑問が残るため、性格理論としての正確性についても異論が存在している。そこで、各 MBTI タイプのストレス解消方法についてアンケートを取った。その結果、ストレス解消方法は各 MBTI タイプによって大きな違いは見られず、同じ MBTI タイプでも異なるストレス解消方法を行うことが分かった。</p>			

B-3	バスケットボールのシュートアーチとシュート成功率への影響	21SF9040	我如古 圭
<p>本研究の目的は、バスケットボールにおけるシュートアーチがシュート成功率に与える影響を調査した。シュートアーチとは、ボールがゴールに向かって放たれる際の弧を指し、その形状や角度がシュートの成功にどのように関わるかを明らかにすることを目的とした。研究は、異なるアーチ角度でシュートを行った選手たちを対象に、シュート成功率を比較分析した。</p> <p>結果として、最適なシュートアーチ(約45度から55度の角度)で放たれたシュートが最も成功率が高いことが確認された。このアーチ角度は、ボールがゴールに対して最適な軌道を描き、リムに対しての角度を調整することで、シュートの成功確率を高めると考えられる。また、シュートアーチが低すぎる(急激な角度)または高すぎる(緩やかな角度)場合、リムに対する角度が悪化し、成功率が低下することが示された。</p> <p>本研究は、バスケットボール選手にとってシュートアーチを適切に調整することがシュート成功率の向上に寄与することを示唆しており、シュート技術向上のための戦術的な指導において重要な知見を提供するものである。</p> <p>この抄録は、シュートアーチがシュート成功率に及ぼす影響を簡潔に示した内容となります。</p>			

B-4	試合の勝敗におけるモチベーションの影響	21SF9045	窪田 華音
<p>スポーツにおいて、負ける事という事は誰しもが経験してるであろう。その負けという経験でその後のモチベーションの変化は1人1人違うと感じる。モチベーションと言うのはスポーツ以外でもとても重要な要素になると感じる。本研究では、試合後の気持ちの持ち方が選手1人1人どう変わってくるのか、その結果を今後のスポーツ選手にどのように期待できるのかを目的とした。対象者は、大学生現役バスケットボール選手20人を対象とし、試合で負けた後モチベーションは上がるのか下がるのかを自分の性格も含め、調査を行った。上がると答えた人が12人に対し、下がると答える人は8人だった。モチベーションが上がると答える人は、自分の性格を負けず嫌いと言う人や気持ちを強く持つてると感じられる回答が見られた。それに対し、下がると答えた人は、自分の性格をネガティブと答える回答が多く見られ、試合後のモチベーションの変化は性格によって変わると感じた。</p>			

B-5	バントをするメリットとデメリット	21SF9082	峠坂 大輝
<p>まず、野球では得点をたくさん取った方が勝敗に繋がり、その得点を取るために色々な作戦が野球にはある。その中で私は、バントという戦法は野球をする中で欠かせない作戦である。その中でバントについての歴史やバントについてのメリットとデメリットについて研究をした。調査方法は、本やバントをして得点に繋がった試合などを調べた。バントというのは基本塁に出たランナーを進める戦略というイメージが強いが、セーフティーバントという足の速さを活かして塁にでる戦略や、スクイズというバントはノーアウトやワンアウトなどの時にバントをして3塁ランナーをホームに返す戦略などもある。このたくさんの種類があるバントではメリットやデメリットなどが存在する。まずバントをするにあたってアウトを取られるのを分かった上この戦略を行っている。しかし細かいプレーなので相手チームがミスする確率を少なくはない。なのでバントをする事はランナーを得点圏に進められる、しかしアウトは取られるの確率が増える。よってバントをするメリットとデメリットに分けられる事が分かる。</p>			

B-6	スポーツ選手と栄養の関係	21SF9086	橋岡 拓
<p>スポーツ選手がどのような栄養を摂取すれば、調子の良いパフォーマンスができるのかという研究を目的とした。まず、どのような栄養がスポーツ選手にとって、良いのかというと、エネルギー源となる炭水化物(米やパンなど)、体づくりの源となるタンパク質(肉、魚、卵など)神経組織や細胞膜などを作るために不可欠な脂肪(乳製品、ナッツ類など)は三大栄養素とも呼ばれ、スポーツ選手にとっては必須。それに加えて、身体の調子を整えるビタミンやミネラルも重要な栄養素と言える。他にもビタミンB1(赤身肉、大豆など)は炭水化物を効率よくエネルギーに変換するのを助ける働きがあるほか、ビタミンC(野菜、果物など)は鉄分の吸収を助け軟骨や腱などを強くする働きがある。また、骨を強くするためにはカルシウムが、酸素を体内の隅々まで届ける鉄分も不可欠である。スポーツ選手が高いパフォーマンスを維持し、怪我を防止するためにはこれらをバランス良く摂取することが求められる。このことから栄養素のどれかを偏って摂取してもスポーツ選手にとって万全な体づくりはできず、良いパフォーマンスが出来ることができないということが分かった。</p>			

B-7	リバウンドが試合の勝敗にもたらす影響	21SF9117	杉本 鉄馬
<p>リバウンドはバスケットボールにおける試合の流れを大きく左右する重要な要素です。リバウンドを制することは、攻守両面での支配を意味し、試合を有利に進めるための鍵となります。攻撃リバウンドは、シュートを外した際に再度得点のチャンスを得るため、特に重要です。これにより、チームは得点機会を逃さず、試合を支配することができます。一方、守備リバウンドは相手に再び攻撃のチャンスを与えず、ディフェンスを確実に締めるために欠かせません。</p> <p>また、リバウンドはボール支配にも直結します。リバウンドを多く取ることにより、チームは攻撃の起点を作りやすく、逆に相手チームの攻撃を断ち切ることができます。このボール支配が試合のペースを支配し、特にディフェンスリバウンドを制することは、速攻の機会を生むためにも重要です。</p> <p>さらに、リバウンドは試合のモメンタムを変える力を持っています。特に重要な場面でのリバウンドが成功すると、チームの士気が高まり、試合の流れが一気に変わることもあります。しかし、激しいリバウンド争いは選手の体力を消耗させ、ファウルトラブルにもつながるため、選手の体力管理や戦術の工夫も必要です。</p> <p>総じて、リバウンドは単なるボールの奪い合いにとどまらず、試合全体の支配力に大きな影響を与える要素であり、勝敗を左右する重要で大事なプレーある。</p>			

B-8	試合の中でのスリーポイントの大切さ	21SF9127	山本 龍哉
<p>バスケットボールの試合において、スリーポイントシュートは勝敗を左右する重要な要素です。まず、スリーポイントは2点よりも高い得点を得られるため、少ない攻撃回数で効率的に得点を重ねることができます。特に成功率の高いシューターがいるチームは、試合全体の得点効率が向上します。また、スリーポイントが決まることで、相手ディフェンスは外側に広がり、インサイドのスペースが空きやすくなります。これにより、ペイントエリアでのドライブやポストプレーがしやすくなり、攻撃のバリエーションが増えるのです。さらに、スリーポイントが決まるたびにチーム全体の士気が上がり、試合の流れを引き寄せる効果もあります。特に、試合終盤や重要な局面でのスリーポイント成功は、相手チームに大きなプレッシャーを与え、逆転やリードを守る際にも強力な武器となります。このように、スリーポイントは得点効率、戦術の幅、精神的な面で試合において極めて大切な要素です。</p>			

B-9	バスケットボールにおけるディフェンスの重要性	21SF9142	中島 恒成
<p>バスケットボールにおいてディフェンスは、チームの勝利に直結する非常に重要な要素です。強力なディフェンスは、相手チームの得点機会を減らすだけでなく、試合全体の流れをコントロールすることができます。特に、相手のミスやターンオーバーを誘発し、速攻などのチャンスを生み出すことで、ディフェンスは攻撃と同じくらい重要な役割を果たします。</p> <p>また、ディフェンスはチーム全体の連携を強化する要素でもあります。マンツーマンディフェンスやゾーンディフェンスでは、選手間のコミュニケーションや適切なカバーリングが不可欠です。これにより、個々の選手のスキルだけでなく、チームの総合力が問われます。</p> <p>さらに、相手チームのキープレイヤーを封じることもディフェンスの重要な役割です。得点力の高い選手を抑えることで、相手の攻撃戦術を制限し、試合を自分たちのペースに持ち込むことが可能になります。強固なディフェンスを展開することで、相手の自信を削ぎ、試合を有利に進めることができます。</p> <p>このように、ディフェンスは守備だけでなく、試合全体に影響を与える戦略的な役割を担っており、チームの成功に欠かせない要素です。</p>			

坂口ゼミ

抄録集
(黄)

A-1	スポーツ愛好者とスポーツ愛好者でない者との生活意識の違い	21SF9044	金城 歩夢
<p>本研究は、スポーツ愛好者とスポーツ愛好者でない者との生活意識の違いを明らかにすることを目的とした。アンケートの調査項目は、学業や仕事で忙しくても、スポーツに割く時間やエネルギーはありますか？を問う「割く時間」、心身のバランスは整えるためにスポーツを行いますか？を問う「心身バランス」など計 14 項目である。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、1%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。</p> <p>その結果、「割く時間」と有意差が見られた項目は、「見る」、「心身のバランス」、「運動不足解消」のみであり、具体的な時間管理や健康促進といった視点からのアプローチが、スポーツの普及と習慣化に向けて重要な要素となると考えられた。</p>			

A-2	全国大会入賞者と生活に対する意識の関連	21SF9046	熊本 歩
<p>本研究は、全国大会入賞者とそうでない者の生活に対する意識の違いを明らかにすることを目的とした。アスリートの生活に対する意識の調査の対象者は、N 大学の大学生であり、298 名にアンケートを実施した。アンケートの調査項目は、あなたの性別を選択してください？を問う「性別」、朝ごはんは食べていますか？を問う「朝食」、睡眠は何時間ぐらいとってますか？を問う「睡眠時間」、あなたはスポーツの全国大会に入賞したことがありますか？を問う「全国大会入賞」などの計 9 項目から構成されている。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。結果、「全国大会入賞」と有意差が見られた項目は、「性別」、「睡眠時間」のみであり、他の項目では有意差が見られなかった。</p>			

A-3	スポーツチームにおけるレギュラーとベンチの行動の違いについて	21SF9051	手島 翔
<p>本研究は、スポーツチームにおける「レギュラー」と「ベンチ」の選手が日常生活でどのような行動の違いを見せるかを分析することを目的とする。具体的には、練習時間の自己管理、生活習慣に注目した。調査は、大学生を対象としたアンケートを通じて実施した。その結果、レギュラー選手は自己管理能力が高く、特に食事や睡眠時間の管理に対する意識が強い傾向が見られた。また、試合での活躍を期待されるプレッシャーが日常生活にも影響を及ぼし、ストレス対策に関心を持つ例が多かった。一方で、ベンチ選手は、練習や試合での出番が限られることから、自己効力感の低下を感じる傾向があった。さらに、チーム内での役割が異なることで、対人関係の築き方やコミュニケーションスタイルにも違いがあることが示唆された。本研究は、スポーツ選手の日常生活を理解することで、競技パフォーマンスの向上や心理的支援の方向性を考えるうえでの重要な視点を提供するものである。</p>			

A-4	プロ野球希望者の意識の違い	21SF9054	宮前 倫太郎
<p>野球と言うスポーツではプロ野球と社会人野球と言うプロとアマチュアの世界があります.その中で自分はプロ野球を目指している人がどういった意識や考えで日頃生活しているのかを研究しました.まず大きく1つ違いがあったことは,プロ野球を目指している人は,今まで小学校,中学校,高校の指導者に,今どういった野球の状況やこれからの進路などを近況報告をしていることが明らかになりました.そのことから,自分が感じたことは,野球のプレーをしている自分自身のことを深く知っており,それを周りの人たちにも相談できることがすごく大切になって今後の個々の成長にも繋がってくると思われました.そして自分もこれからプロ野球選手を目指してプレーの向上はもちろんです,そういった気持ちの面や準備の部分でも成長させて行かないといけない,この研究を通じて感じることができました.これからも野球に繋がる意識や生活面などのことを自分で調べたり考えたりして,この研究が活きる日頃の生活を送って行きたいです.</p>			

A-5	新型コロナウイルスが人々に与えた影響	21SF9096	岩穴口 瑞貴
<p>本研究の目的は,新型コロナウイルスが人々に与えた影響について明らかにすることである.調査の対象者は,N大学の大学生であり,304名にアンケートを実施した.アンケートの調査項目は,あなたはコロナ禍中にコロナにかかりましたか?を問う「コロナ」などの計8項目から構成されている.調査項目はアンケートにし,Microsoft Forms にアクセスしてもらい,調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた.得られたデータより,各項目からなるクロス表を作成し,χ^2検定を行い,5%水準で有意差が見られた場合,さらに調査残差を求め,有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した.結果,「生活習慣」と「オンライン授業」では,1%水準で有意差があり($\chi^2=11.190$, $df=2$, $p<0.01$),新型コロナにより生活習慣の変化が有った学生は,オンライン授業に変わったことはとても良かったという評価を得ることができたと言える.この点については,通学や新たな感染症のリスクの軽減さらにインターネットの利用が可能であるデバイスを持ち歩くことで,どこでも授業が受けられるようになったというメリットがあるからではないかと考えられた.</p>			

A-6	ウェイトトレーニングをしている人とたまにしている人の関連	21SF9098	竹岡 太陽
<p>本研究の目的は,ウェイトトレーニングをしている人とたまにしている人の関連について明らかにすることである.調査の対象者は,N大学の大学生であり,218名にアンケートを実施した.調査項目は,あなたはウェイトトレーニングを普段していますか?を問う「WTR」,ウェイトトレーニングをする前と比べて,メンタル面での変化を感じましたか?を問う「ココロの変化」,ウェイトトレーニングを継続する上で目標設定が明確にありますか?を問う「目標設定」などの計15項目から構成されている.調査項目はアンケートにし,Microsoft Forms にアクセスしてもらい,調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた.得られたデータより,各項目からなるクロス表を作成し,χ^2検定を行い,1%水準で有意差が見られた場合,さらに調査残差を求め,有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した.</p> <p>その結果,「WTR」と「ココロの変化」($\chi^2=7.577$, $df=1$, $p<0.01$),「目標設定」($\chi^2=32.611$, $df=1$, $p<0.01$),「動画視聴」($\chi^2=7.291$, $df=1$, $p<0.01$)のみであり,WTRの効果を最大限に引き出すためには,継続的な実施が重要であることが考えられた.</p>			

A-7	大学生アスリートと SNS を利用した際に起こる不安と怪我の関連	21SF9111	有馬 彰秀
<p>本研究の目的は、大学生アスリートと SNS を利用した際に起こる不安と怪我との関連を明らかにすることである。調査の対象者は、N 大学の大学生であり、344 名にアンケートを実施した。アンケートの調査項目は、ソーシャルメディアを参考にした練習や意識をしたことで怪我をしたことはありますか？を問う「怪我」、ソーシャルメディアの動画を見たことによって、「自分の練習が合っているのか」不安に思ったことはありますか？を問う「不安」の計 2 項目から構成されている。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、1%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。結果、「怪我」と「不安」では、1%水準で有意差があった($\chi^2=32.760$, $df=1$, $p<0.01$)。つまり、本研究の結果から、ソーシャルメディアの動画を参考にした練習が、不安と怪我を同時に引き起こしていた。不安を抱えた状態で練習を行うことで、自信の欠如やフォームの不安定さが原因で怪我につながるリスクが高まることが明らかとなった。</p>			

B-1	多様なスポーツ経験が競技力に影響しているか	21SF9114	大貫 翔哉
<p>本研究の目的は、多様なスポーツ経験が競技力に影響しているかを明らかにすることである。調査の対象者は、N 大学、S 大学、T 大学、TK 大学の大学生であり、311 名にアンケートを実施した。アンケートの調査項目は、今までいくつスポーツを経験しましたか？を問う「スポーツ実施数」、スポーツの最高成績はどれですか？を問う「競技成績」の計 2 項目から構成されている。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討することとした。その結果、「スポーツ実施数」と「競技成績」では有意差が見られなかった。本調査では、χ^2 値は 20.994 で、自由度は 12、さらに、有意確率は $p=0.0505$ であり、「スポーツ実施数」と「競技成績」に関して有意な関連を見出すことができなかった。また、25%のセルで期待値が 5 未満であった。このことから、アンケート調査の回収者を増やし、データを集計して、統計学的手法を用いた分析ができるようにすることが望まれた。</p>			

B-2	レセプションの局面によるレシーブと返球場所との関連	21SF9119	徳満 心
<p>レセプションの局面による日本チームのレシーブと返球場所との関連を研究するため、2024 年に行われた FIVB 男子バレーボールネーションズリーグの日本対アルゼンチン、日本対スロベニア、日本対ポーランド、日本対カナダ、日本対フランスの日本が戦った全 5 試合を対象とした。</p> <p>調査項目は、全 5 試合の全てのレセプションの局面で観測されたレシーブ方法と返球場所の 2 項目であり、レセプションのポジションとレシーブの項目に分け、ポジションをレフト、センター、ライトの 3 区分とし、レシーブはアンダーとオーバーの 2 区分とした。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。その結果、「ポジション」と「レシーブ」の関連を調査したが、今回の調査結果からは有意差が見られなかった。</p>			

B-3	アスリートの生活行動	21SF9121	中村 豪太
<p>本研究の目的はアスリートの生活行動を明らかにすることである。調査の対象者は、N 大学の大学生であり、298 名にアンケートを実施した。アンケートの調査項目は、朝ごはんは食べていますか？を問う「朝食」、あなたはスポーツの全国大会に出場したことがありますか？を問う「全国大会出場」などの計 9 項目から構成されている。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5% 水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。</p> <p>結果、「全国大会出場」と「性別」「朝食」「飲酒」で有意差が見られた、「性別」では、女性が全国大会に出場している割合が有意に高く、強化部への所属が一因と考えられた($\chi^2=7.328, df=1, p<0.01$)、「朝食」では、毎日食べている者が全国大会に出場している割合が有意に高く($\chi^2=10.822, df=3, p<0.05$)、規則正しい食生活が競技力向上に寄与すると考えられた。「飲酒」では、飲酒する者が全国大会出場者に多く見られ($\chi^2=8.066, df=2, p<0.05$)、適度な飲酒がストレス軽減や食欲増進につながる可能性が示唆された、以上より、全国大会出場者には生活習慣や環境が競技力に影響を及ぼしていることが示唆された。</p>			

B-4	怪我の有無と柔軟実施の関連	21SF9134	久保 淳
<p>本研究の目的は、怪我の有無と柔軟実施の関連について明らかにすることである。対象者は、N 大学の学生 366 名を対象とした。アンケート調査項目は、性別、スポーツをしているか、入浴上がりに柔軟は何日しているかなどの全 13 項目とした。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、1%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。その結果、「怪我」と「性別」、「スポーツ」、「柔軟実施場面」、「柔軟時間」、「柔軟性」の項目で有意差が見られ、柔軟運動やスポーツ活動が怪我予防に重要な役割を果たしていることが示唆された。柔軟性の向上と柔軟運動の継続的な実施を促進することで、怪我の発生率を低減させる効果が期待された。</p>			

B-5	プレッシャーによるパフォーマンスへの影響	21SF9136	堺 碧空
<p>本研究の目的は、プレッシャーによるパフォーマンスへの影響について明らかにすることである。調査の対象者は、N 大学の大学生であり、308 名にアンケートを実施した。アンケートの調査項目は、プレッシャーを感じた時に心と身体のどちらに影響を強く感じるかを問う「心身の影響」などの合計 11 項目である。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。結果、「心身への影響」と「プレッシャーの必要性」では、5%水準で有意差があった($\chi^2=6.706, df=2, p<0.05$)。この点については、身体的影響は精神的影響に比べ、震えや心拍数の上昇など直ぐに解消したい負荷として自覚していると考えられ、その負荷が個人に直接的に試験やプレーに影響を与えるためプレッシャーが肯定的な役立つものとするよりも、避けたいものとして捉えられる傾向があるのではないかと考えられた。</p>			

B-6	サッカーにおけるホームでの先制と勝敗の関連	21SF9140	堤田 裕介
<p>本研究では、特にホームで先制点を取ることが試合の勝敗にどのような影響を与えるのかに焦点を当て、統計学的な分析方法を通じてその関連性を明らかにすることを目的とした。調査対象は 2022 年 J1 リーグの年間試合全 306 試合の結果の内、無得点での引き分けの試合を抜いた 270 試合である。調査項目は、ホームチームが先制をした場合の勝敗とホームチームが先制をしていない場合の勝敗から構成されている。分析方法は、得られたデータより、クロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。結果、「ホームチーム先制」と「勝敗」では、5%水準で有意差があった($\chi^2=6.575$, $df=2$, $p<0.05$)。本研究で得られたデータからは、ホームチームが先制得点を決めた場合は、有意に負けにくいことが示唆された。この点については、ホームチームの場合は、芝や施設の利用に慣れていることや、移動のストレスがないことがプレーに影響して先制得点を決めることに起因しており、また、サポーターらの応援が多いことが最後まで勝ち抜くプレーに影響していると考えられた。</p>			

B-7	オンライン授業と対面授業で他の学生と交流できているのかを確かめる調査	21SF9141	寺尾 虎太郎
<p>対面授業では、学生同士がコミュニケーションとる機会が多数あり、交流ができることがある。しかし、オンライン授業では、コミュニケーションをとる機会がなく、交流する場面がほとんどない。そこで本研究は、オンライン授業と対面授業で学生が交流できているのかを調査することを目的とした。対象者は N 大学の学生 303 名であり、調査項目は、「大学生活は充実しているのか」や、「授業で仲良くなったら学生はいるのか」から構成されている。得られたデータより、項目毎に回答者数を集計し、円形グラフを作成した。</p> <p>結果、大学生活は充実しているものの、授業の好みは、オンライン授業の方が多かった。また、対面授業では、学生と交流できるが、オンライン授業でもグループワークなどがあり、学生が交流できていることが明らかとなった。</p>			

B-8	スポーツの継続期間と生活意識の関連	21SF9153	黒岩 陽斗
<p>本研究の目的は、スポーツの継続期間と生活意識の関連について明らかにすることである。対象者は、18 歳から 25 歳の高校生と大学生、社会人であり、283 名にアンケートを実施した。アンケートの調査項目は、1 日何食食べていますか？を問う「食数」や、何年間スポーツを続けていましたか？を問う「継続期間」などの計 12 項目から構成されている。調査項目はアンケートにし、Microsoft Forms にアクセスしてもらい、調査の趣旨を文章にて説明し各々の質問項目に回答させた。得られたデータより、各項目からなるクロス表を作成し、χ^2 検定を行い、5%水準で有意差が見られた場合、さらに調査残差を求め、有意差のみられたセルから全体の傾向を検討した。結果、「継続期間」と「食数」では、5%水準で有意差があった($\chi^2=6.314$, $df=2$, $p<0.05$)。スポーツを 5~10 年続けている者は食事の回数が 3 食の傾向が強かった。一方で、スポーツを 1~5 年続けている者は 5~10 年続けている者に比べて食事の回数が 3 回よりも少ない傾向が強かった。この点については、5 年以上継続してスポーツをしている者は体づくりへの意識も高く、規則的な食生活を実践しているのではないかと考えられた。他の項目では有意差が見られなかった。</p>			

仲田ゼミ

抄録集

(赤)

A-1	ライフストーリー研究法による私の野球人生: 根性論と決断について	21SF9006	島尻 聖也
<p>本稿は、私が幼少時代から大学時代まで野球を通じて得た根性論といくつかの決断のときについて振り返り、その意義を考察するものである。私は、小学・中学時代は友達と遊ぶことよりも野球の練習を優先してきた。そして練習量において誰にも負けない自信が付き、プレーにも好影響を及ぼした。令和の時代において根性論は「古い」とか「時代遅れ」と揶揄されることも多く、そのような文献も散見されるが、私はスポーツにおいて根性論は必要だと説きたい。また、厳しい父親のもとで野球に取り組んできたからこそ学べたことがある。その一つに、「生きていく中で選択することが毎日のようにある。迷わず厳しい方を選べ」という教えがあった。これは、かの有名な芸術家であり、希代の哲学者でもあった岡本太郎も「迷った時は困難な道を選べ」と述べている。この言葉を私は野球に限らず様々な決断を迫られた時思い起こし、厳しい道を選択してきたと自負している。</p>			

A-2	モチベーションの高低からみる運動部活動への取り組み方:N大学を対象に	21SF9008	中原 彩音
<p>田中ら(2007)は、「スポーツ領域において自己決定的でない動機づけを持っている人はその活動が長続きせず、活動への従事は消極的である」と述べている。大学生が取り組むスポーツ部活動においても高い目標をもったまま継続できる人は多くないと考える。高校と大学における競技力のギャップ、バーンアウト、アルバイトや勉強との両立、怪我等、これらの理由でリタイアするケースがみられる。本研究は、スポーツ部活動に所属する学生の入学前と現在でのモチベーションの変化、アルバイトの是非について着目した研究報告である。対象者はN大学の学生 236 名である。モチベーションが入学前より上がっている人は 84 人であった。反対に下がっている人は 73 人であった。アルバイトを行っている 158 人のうち、好影響を及ぼしていると回答した人が 43 人で悪影響と回答した人が 21 人であった。好影響の理由として「お金が稼げる」「コミュニケーション能力が高まる」「社会経験ができる」などがあげられていた。悪影響の理由として「睡眠時間が短くなる」「疲労回復が遅くなる」などがあげられていた。</p>			

A-3	ライフストーリー研究法による野球人生の振り返り:対極する2つの指導論を考察する	21SF9017	山崎 空雅
<p>私は5歳から野球を始め、小学1年生から本格的に取り組んだ。そのころ、テレビで見た甲子園の舞台に憧れを抱いた。中学・高校ではレベルの高い学校で野球に励み、指導者にも恵まれ、一定の活躍を遂げた。しかし、大学では練習、食事、授業など、生活のすべてを自己管理しなければならない環境となった。自己管理能力の不足から、これまで続けてきた野球に真摯に向き合うことが難しくなった。高校までの指導では、チームワークと人間形成が重視されており、選手と指導者とのコミュニケーションも活発であった。練習にはチームビルディングやレクリエーションが取り入れられることもあった。一方、大学では自主性や戦術・戦略が重んじられ、試合に向けた具体的な戦術や試合中の適応力といった専門的スキルの向上が重視されていた。しかし、自分の努力不足もあり、指導者から評価される存在になることはできなかった。</p>			

A-4	野球とともに歩んだ人生:体罰、野球肘、イップスについて検討する	21SF9025	高木 亮馬
<p>本稿では、私が児童期から現在に至るまで、野球を通じて経験した体罰の問題、投球過多による肘の怪我、大学時代のイップス（投球障害）について検討する。少年野球のコーチから初めて受けた「愛の鞭」は、当時の私に強い精神力を与えてくれた。しかし、現代では体罰をめぐる多くの研究が進んでおり（大峰, 2019 ; 松田, 2015 ; 上野, 2023）、体罰に頼らない指導法の必要性が指摘されている。中学時代、投げすぎによる肘の怪我は決して望ましいものではなかったが、この経験を通じてリハビリ方法や予防策を学び、「野球肘」に関する研究に興味を持つきっかけとなった。さらに、大学でのイップスの経験は、投球障害による辛い時期を乗り越える中で、スポーツにおけるメンタルの重要性を痛感させられる貴重な教訓となった。これらの経験を振り返ると、野球を通じて得た様々な学びが、私の成長に大きく寄与していると感じる。</p>			

A-5	ライフストーリーから見る野球を通じた成長と挑戦の軌跡	21SF9088	玉寄 大輝
<p>本稿では、私が幼少期から大学時代まで野球を通じて経験したことや、怪我から立ち直った過程について考察するものである。少年野球時代、チームの人数が少ない中、仲間を集めてチームを牽引し、ピッチャーとして活躍していた。しかし、大きな怪我を負い、その間に仲間が成長する中で、自分は野手へと転向することとなった。中学生になると、硬式クラブチームに加入し、厳しい指導の下で練習に励んだ。初めて出場した大会では準優勝を果たし、努力が結果として現れることを実感した。さらに、上級生からも認められる経験を得ることができた。高校時代には、甲子園を目指して厳しい練習に取り組んだものの、膝の怪我による挫折を経験した。しかし、最後の夏の予選には出場し、高校野球生活を悔いなく終えることができた。大学時代は、コロナ禍による制約の中で満足な練習ができない状況に直面しながらも、試合で一定の成果を残した。しかし、肩の怪我により再び挫折を味わうこととなった。その後もリーグ戦への復帰を目指して努力を続けたが、高いレベルで活躍することの難しさを痛感した。このように、私は野球を通じて数々の挑戦と挫折を経験し、それを乗り越える中で多くの学びを得てきた。</p>			

A-6	私のサッカー人生におけるライフストーリー:成長の軌跡	21SF9055	吉田 笙真
<p>本稿は、私が幼少期から大学時代までサッカーを通じて成長し、得た経験について振り返り、考察するものである。私がスポーツに初めて触れたのは、生後1か月のときであり、9歳年上の姉のバレーボールの試合を見に行ったのがきっかけであった。小学1年生の秋には兄の影響でサッカーを始め、地元の少年団に入団した。小学6年生のときには主将を務め、チームを率いてフットサルの九州大会で3位という成績を収めた。この頃からサッカーに真剣に取り組み、プロサッカー選手になりたいという強い思いを抱くようになった。中学生に進学する際には成長痛の一種であるオスグッドや練習の疲労から疲労骨折を経験し、思うようにサッカーができない時期が続いた。しかし、高校進学の際には複数の高校からスカウトを受けることができた。その中で地元を盛り上げたいという思いから、地元の高校である島原商業高校への進学を決めた。高校生活では順調なことばかりではなかった。中学生のころは上下関係が全くなかったため、高校では先輩から厳しい指導を受け、精神的に追い詰められることもあった。しかし、そのような経験を通じてメンタル面や精神力を鍛えることができた。これらの経験は私自身を大きく成長させ、今後の人生に多大な影響を与えた。</p>			

A-7	野球を通じた15年のライフストーリー： 学びと成長の記録	21SF9057	岩元 海登
<p>本研究は、筆者の小学1年生から大学3年生までの15年間にわたる野球人生を振り返り、得られた学びや重要な決断について検討することを目的とした。小学生時代には、少年野球チームで礼儀や基本動作を学び、憧れの選手を目標に努力する姿勢を身につけた。この時期に副主将として責任を負う重要性も経験した。中学生時代には、硬式野球クラブでの厳しい環境で成長し、礼儀や人間性の重要性を認識した。エースとしての重責や、監督や周囲の支援の大切さを実感した。また、高校進学において野球の強豪校に進学するか、勉強との両立ができる高校にするか決断を迫られた。結局高校は、強豪校を選択し、部員数の多い中で協調性を学ぶと同時に、新型コロナウイルスの影響による大会中止など、困難な状況下での向き合い方を経験した。大学時代では、右肘の靭帯を負傷するも、リハビリや技術改善に取り組みながら継続の道を模索した。最終的には競技からの引退を決断するも、自主性や困難への対応力を養う貴重な時間となった。</p>			

A-8	挫折を経て野球が教えてくれたライフヒストリー 分析	21SF9065	岸本 大
<p>本研究は、自身の野球人生を振り返り、主に「挫折」というテーマに着目して考察したものである。筆者は3歳で野球を始め、幼少期から運動神経や基礎体力を養ってきた。小学校では硬式野球チームに所属し、多くの大会で活躍を見せた。しかし、小学3年生のときにコーチの暴力事件によるチームの転籍や、肘の怪我による外野手への転向といった挫折を経験した。中学校では野球部を選び、3年生時にはキャプテンを務めるなど、チームをまとめる難しさを学んだ。高校は米子北高校に進学し、投手としてプレーした。体力や怪我に苦しみながらも努力を重ね、3年生の夏の県大会ではエースとして活躍した。大学進学後も怪我に悩まされたが、サイドスローに転向することで復帰を果たした。しかし、3年生のシーズン終了後に限界を感じ、4年生の春に引退を決意した。このように、筆者の野球人生は常に怪我との戦いであったが、野球を通じて得た経験や仲間との絆は、今後の人生に大きく寄与すると考えられる。本研究は、怪我に苦しむ小学生や中学生に対するアプローチの一助となることが期待される。</p>			

B-1	私の歩んだ野球人生18年のライフヒストリー：楽しさと 厳しさから考察する	21SF9085	西本 好輝
<p>本稿は、私が幼稚園年長から大学4年生まで約18年間続けてきた野球人生を振り返り、主に「楽しさ」と「厳しさ」というテーマに焦点を当てて考察したものである。幼少期、兄の影響でソフトボールを始めた。小学3年生の頃にはピッチャーを任されるようになり、一気にソフトボールに夢中になっていった。当時は、現在のよう全選手が全ポジションを経験するチームは少なく、多くのチームではポジションを固定する傾向が強かったように思う。私自身はピッチャーの役割を楽しんでいたが、チームの中心的なポジションであるがゆえに精神的なプレッシャーも大きかった。中学時代にはソフトボールから軟式野球へと競技が変わり、新たな野球の楽しさを味わうことができた。しかし、一方で厳しい上下関係が存在し、当初は戸惑う場面も多かった。高校時代には硬式野球へと進み、甲子園という大きな目標を仲間と共に目指したことは非常に楽しい経験であった。しかし、それまでとは異なるハードな練習内容や、多人数の中でレギュラーを勝ち取ることの難しさにも直面した。大学時代には、神宮球場を目指すという大きな目標を掲げていたものの、怪我の影響でサイドスローへの転向を余儀なくされ、さらに引退を迎えることで挫折を経験することとなった。</p>			

B-2	野球を通じた成長と自己形成の過程: 幼少期から大学時代までの経験的考察	21SF9088	松崎 道希
<p>本稿では、筆者が幼少期から大学時代まで野球を通じて経験した成長と自己形成の過程を振り返り、その意義について考察する。少年野球での初めての失敗体験は、大きな成長をもたらした出来事であった。中学時代には、厳しいクラブチームでの練習や挑戦を通じて、後の人生において他者に負けない忍耐力を培うことができた。高校では主将を任され、チームをまとめることの難しさを実感するとともに、リーダーシップの重要性や後輩への配慮を学ぶ機会を得た。大学においては、選手としての限界を見極め、競技を辞める決断に至るまでの過程で、自分を客観的に分析してくれる周囲の人々の温かさに触れることができた。これらの経験は、自分の価値観を形成するとともに、今後の人生における重要な指針となった。本稿は、これらの経験を事例として整理・分析したものである。</p>			

B-3	陸上競技への情熱とモチベーションの変遷: 幼少期から高校生活まで	21SF9099	坪田 裕貴
<p>本稿では、私が幼少期から高校生活を通じて陸上競技に対するモチベーションの推移を観察し、その上下する要因について考察する。幼少期、私は単純に走ることが好きで、保育園時代にはリレーが流行していたことから、次第に走る楽しさを覚えた。小学生になると、さらに長距離を走る楽しさに目覚めた。転校を繰り返す中で、各地で足の速い仲間と出会い、負けず嫌いな性格も相まって、陸上クラブに入り誰よりも長い距離を走るようになった。小学生時代は目標を持つことができ、常に高いモチベーションを維持していた。しかし、中学生になると状況が変化した。1500m 競技で市大会優勝を果たしたことをきっかけに、部活動をサボることが増え、さらに転校先に陸上部がなかったため、モチベーションが大きく低下してしまった。それでも高校見学の際、陸上部の活動を見学したことで転機が訪れた。当時、その高校は無名校で目立った実績はなかったが、監督から聞いた今後の戦略に心を動かされ、陸上への意欲を再燃させた。中学生時代には感じられなかったワクワク感を抱き、その高校に進学を決意した。しかし、高校生活を振り返ると、全体の7割は怪我に悩まされる日々であり、モチベーションの上下が非常に激しかった。</p>			

B-4	イップスがスポーツ選手に与える心理的影響:ライフヒストリー研究法を用いた自己分析	21SF9105	松井大樹
<p>本研究は、イップスがスポーツ選手に与える心理的影響について、筆者の野球経験を通じて考察するものである。筆者は小学2年生から大学3年生までの12年間、野球に真剣に取り組んできた。しかし、中学から高校にかけて、イップスという心理的障害によりプレーの不安定さと精神的負担に直面した。高校ではイップスに苦しみながらも、指導者から「自己実現のための努力」や「本気で取り組む意義」を学び、努力を続けることができた。高い目標を掲げて大学に進学したものの、イップスによる送球ミスや長期リーグ戦におけるプレッシャーが重なり、次第に野球への意欲が低下していった。父親との相談や助言を通じて「自己責任」の意識が芽生えた結果、野球からの引退を決断するに至った。イップスに関する研究は数多く存在するが、特定の症例に焦点を当て、当該人物の経験を詳細に分析した研究報告は見当たらない(松浦ほか, 2024; 藤井ほか, 2024)。本研究は、イップスに苦しむ野球選手にとって一助となることが期待される。</p>			

B-5	私のライフストーリー： スポーツを「する人」から「観る人」・「支える人」へ	21SF9110	渡辺 颯太
<p>本研究は、私自身の幼少期から大学時代までのスポーツ経験を通じた自己形成と、環境や時期に応じたスポーツへの関わり方の変化について検討することを目的とする。本研究結果は、スポーツは「する」ものだけと考えている中学・高校生の視野を広げるとともに、若い世代の可能性を広げることが期待できる。中学時代からソフトテニスを始め、厳しい練習を乗り越え、何度も失敗を重ねながら成長していった。初心者ということもあり、最初は上達スピードが他の部員よりも早く、自分のプレースタイルを確立していくのにそう長くはかからなかった。課題を克服するために、居残りで練習を重ね、3年次には納得のいく成績を収めることができた。そこから一転、高校からはスポーツを「する」ことから「観る」ことにシフトチェンジをした。スポーツ庁(online)では、スポーツを「する人」、「観る人」、「支える人」を重要としている。自分の運動能力の限界を感じ、中学でスポーツを「する」ことをやめてしまったが、スポーツが好きだから高校で「観る」楽しさを知り、大学で「支えられる人」になるためにトレーニング科学やストレッチ法などについて知見を深めている。</p>			

B-6	野球で培った自律心と行動力:ライフストーリーを通じた自己形成と成長	21SF9118	多和田 雄斗
<p>本研究は、私が小学校三年生から大学三年生までの十三年間にわたる野球経験を通じて培った自律心と行動力を、振り返り考察するものである。本研究の成果は、野球に取り組む青少年の育成に寄与する希少な事例研究として期待される。以下に、本研究の主な内容を箇条書きにて記述する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 親の強制により始めた少年野球を、自主的に楽しむようになった理由 ● 中学生時代のクラブチームにおいて、兄やチームメイトとの比較により自信を喪失し、苦悩した経験。 ● 厳しい練習を続ける中で、自ら考え調べ、実践することによって、自身の身体の成長に適した練習方法を発見した過程。 ● 適切な練習時間を模索しながらも、過剰な練習による影響で前十字靭帯断裂および半月板損傷という大怪我を負ったこと。 ● 大学時代にリハビリを行ったものの復帰までに長い時間を要し、最終的に野球を辞める決断に至った経緯。 <p>本研究では、これらの過程を詳細に検討し、自律心と行動力の形成に関わる要因を明らかにすることを目的とする。</p>			

B-7	ライフストーリーを通して見る野球人生 15 年での学びと決断	21SF9129	伊藝 輝汰
<p>スポーツに限らず、人生は学びと決断の繰り返しである。本稿は、筆者が小学 1 年生から大学 3 年生までの 15 年間にわたる野球人生を振り返り、その経験を客観的に考察した事例研究である。</p> <p>小学生時代には、挨拶や所作などの礼儀を学んだ。また、肘の怪我が悪化した際には、ポジションの選択に関する重要な決断を迫られる経験をした。中学生時代には、責任の重さや周囲の支援のありがたさを実感した。3 年生のときには、野球の強豪校に進学するか、勉強との両立を重視した学校を選ぶかという進路選択の決断を行った。</p> <p>高校時代には、野球ができることのありがたさや協調性の重要性を学んだ。また、コロナ禍における大会への向き合い方や卒業後の進路について深く考える機会を得た。大学では、自主性を身につけるとともに、これまでの取り組みを変化させるか否か、さらに野球を継続するか否かという重要な決断を繰り返してきた。</p> <p>このように、15 年にわたる野球人生において多くの学びと決断を経験した。本研究が、野球やその他のスポーツに取り組む中学生・高校生にとって有益な示唆を与えることを期待する。</p>			

渡邊ゼミ

抄録集

(黒)

A-1	スポーツにおけるスランプとイップスへの対処	21SF9011	原 颯
<p>本研究は、スポーツにおける「スランプ」と「イップス」という二つの心理的問題の違いと対処法について検討する。スランプは、アスリートが一時的にパフォーマンス低下を経験する現象であり、精神的および身体的な要因によるものが多い。対して、イップスは特定の場面で突然動作が困難になる症状であり、心理的・神経的な要因が中心である。本稿では、これらの定義と原因を整理した上で、関係する文献をレビューする。スランプにはメンタルトレーニングやフィジカルケア、イップスには不安管理やルーティンの見直しといった対処法の有効性について整理し、また実際のアスリートの事例を用いて、両者の発症の経緯と克服方法から各問題に対する効果的なアプローチ方法について提案する。これらのレビューを通し、スポーツにおけるメンタルヘルスの重要性と、アスリート支援のための包括的なサポートシステムの構築に向けた今後の展望をまとめることとする。</p>			

A-2	Jリーグと日本プロ野球の観客数の違い	21SF9020	池野 魁人
<p>試合の観戦で熱狂的な人気を博しているのは Jリーグと日本プロ野球リーグが代表的である。本研究は Jリーグと日本プロ野球の観客数の違いを明らかにすることを目的とした。Jリーグは主に J1J2のチームに観客が集中しており、2023 年シーズンでは約 6 千万人弱の動員数であった。1試合の平均動員数は、13,229 人であった。日本プロ野球は、パリーグとセリーグの二つに分かれており、Jリーグと同様に幅広い年齢層の観客が集まる。2023 年の観客数をリーグ別で見ると、パリーグは約 1,100 万人弱の動員があり、1試合平均約 2.5 万人である。セリーグは約 1,400 万人の動員であり、1 試合平均約 3.2 万人の動員である。Jリーグと日本プロ野球リーグの観客数の比率で比較すると、日本プロ野球では、10.9%であり、Jリーグでは 4.5%であることから明らかに日本プロ野球を下回る結果であった。</p>			

A-3	大学野球部の 1 人当たり面積と全日本大学野球選手権大会での実績の関係	21SF9043	儀間 眞之佑
<p>日本の野球人口は減少傾向だが、観戦スポーツの 1 位は野球であり、野球は競技としては行わないが観戦する人が多い、最も人気なスポーツである。このことから野球人口が減少していく中で野球人気を維持し、より発展させることが重要と考えられる。それには、高い競技成績を出せるチームから、より高いレベルの選手を輩出し続けることが重要である。競技成績の高いチームには、高い成績を得るための共通する要因があるのではないかと考え、本研究では練習環境の中でも面積に着目し、今回は大学野球部の 1 人当たり練習面積と成績の関係を明らかにすることを目的とした。</p> <p>結果として 1 人当たり練習面積の小さい大学ほど好成績を残していた。また、その特徴として部員数が多いことが挙げられた。部員数が多いほど部内の競争が高くなり、個人のレベルアップに繋がることで、好成績につながっているのではないかと考えられる。加えて、一人当たり面積と競技力には大きな関係がないということがいえる。優秀な選手を多く集め、競争を高めていくことが競技力に繋がり、結果としてチーム成績に良い影響を与えていることが明らかになった。</p>			

A-4	菜食主義がスポーツに及ぼす影響について	21SF9060	浦田 エムレー
<p>近代スポーツにおいて栄養学はとても重要視されている。様々な栄養素やサプリメントが注目されている中で、ひと際目を引くトピックを発見した。それは「スポーツ界における菜食主義者の増加」である。私が行っているスポーツであるバスケットボールのプロ団体の中でも最高峰の「NBA」などでも菜食主義者が増加している。さらにNBAの中でもスーパースターと呼ばれるようなハイレベルのパフォーマンスを発揮している選手の中にさえ菜食主義者がいるのだ。彼らは宗教的、または独自の考えにより菜食主義を実践しているわけではない。彼らの多くは自身のスポーツにおけるパフォーマンスのために菜食主義を行っている。このトピックはバスケットボールだけにとどまらず、NFL(アメフト)、テニス、マラソンランナー、競輪選手など多種多様な競技にて見受けられる。有名な選手を挙げるとすればバスケットボール選手であれば「カイリーアーヴィング」、テニス選手「ノヴァクジョコヴィッチ」F1レーサー「ルイス・ハミルトン」などが挙げられる。</p>			

A-5	ゴルフにおけるイップスとその解消方法	21SF9084	中越 龍希
<p>本研究では、ゴルフにおけるイップスの特徴と、自身の経験を記述する事例研究を通して有効な解消方法を明らかにすることを目的とした。イップスとは、ゴルフのショートパットなどで突然体の制御が難しくなる現象を指し、特に心理的要因が深く関与する。ゴルフにおけるイップスは、手が震える、体が硬直するといった身体的症状が特徴で、原因として過去の失敗経験に基づく失敗への恐怖や競技中のプレッシャー、完璧主義傾向が挙げられる。また、脳の運動制御に関わる大脳基底核が緊張で影響を受けることもある。イップスの解消方法として、認知行動療法、マインドフルネス、リラクゼーション技法を検証した。これらを通し、思考パターンの改善や緊張感の軽減に効果がみられ、不安を和らげることで自己効力感や集中力の向上が見られた。以上の結果から、ゴルフにおけるイップスの克服には心理的アプローチが重要であり、メンタルトレーニングの導入が効果的であることが示唆された。</p>			

A-6	イップスはどのように起こるのか	21SF9102	檜谷 積
<p>本研究の目的は、アスリートに起こるイップスがどのようにして起こり、またどのようにして改善し克服するべきかを明らかにすることである。本研究は文献レビューにより調査した。</p> <p>イップスが起こる原因は様々であり、プレッシャーやストレスから起こるだけでなく過去の失敗体験や周囲の環境なども大きく関わる。また、特にイップスが起こりやすい状況は「考える時間のある状況」であり、例えば野球の投手が投球するまでの間といった、身体を動かすまでの時間に、ネガティブな考えやイメージが浮かぶことが原因となりやすい。克服法に必ず治るとい手法はまだ無く、人それぞれにあった改善法を見つけることが必要である。しかし最近では薬物治療や精神療法、磁気刺激治療が治療法として有効とされつつある。以上の結果からイップスの原因は個別性が高く、自身を理解して焦らずどうすれば改善するのかを考え、実行していくことが大切であるといえる。また、練習を繰り返し、揺るぎない技術を身に付けて自信を持つことが一番の克服への近道であると考えられる。</p>			

A-7	指導者・指導法による選手のモチベーションの変化	21SF9106	松尾 勇輝
<p>現在スポーツ界において指導者や指導法に大きな問題点を抱えている。本研究は、スポーツ選手がどのような指導者・指導法によって試合時に良いモチベーションで挑めるか、どういった指導者が選手のパフォーマンスを上げることができるのかについて検討する事を目的とした。調査は、現役サッカー選手、セーリング選手を対象に、「どのような指導がいいか」「どんな時にモチベーションが上がるか」などの項目を含むアンケート調査を行った。また、文献を元にどのような指導者、どの指導法がスポーツ選手の成長に繋がるのかを調査した。調査の結果、指導者と選手の間で選手中心とした明確な目標設定で選手のニーズを深掘りしてあげる事や、時間管理、健康的なライフスタイル、フィードバック、休息とリフレッシュ、学習と成長を持つことによりパフォーマンスの向上に繋がり、試合時にも無駄のない思考かつリラックス、ポジティブなイメージで試合に挑めるといった事が挙げられた。</p>			

A-8	モチベーションとパフォーマンスの関係性	21SF9113	石本 彪留
<p>モチベーションの低下は競技におけるミスが増加にもつながる可能性がある。このことからモチベーションとスポーツのパフォーマンスには強い関係があると考えられる。本研究は、スポーツにおけるモチベーションの要因を特定し、選手のパフォーマンスへの影響を分析することを目的とする。</p> <p>調査は、高校生 25 人、社会人 25 人にアンケートを実施し、その回答を分析した。調査の結果、現在のモチベーションに対し高校生 19 人、社会人 15 人が高いと答えていた。モチベーションの要因に対して高いと答えた人は、共通して高い目標があった。反面、低いと答えた人は、ネガティブな考えがみられた。また、高い人、低い人ではパフォーマンスの違いが大きく見られた。</p> <p>以上の結果から、モチベーションはパフォーマンスにおおいに関係し、高いと答えた大半の選手がスターティングメンバーでコンスタントに試合に出場出来ている傾向にあった。</p>			

A-9	トレーニングと打球速度は関係あるのか	21SF9116	木村 仁
<p>打球速度の速さは打率や長打率に影響することから、野球において高い競技成績を得るには打球速度を高めることは重要と考えられる。そこで本研究は、トレーニングと打球速度の関係を明らかにし、またメジャーの選手と日本の選手との違いについて文献をもとに考察することを目的とした。調査内容は、大学野球選手 3 名を対象とし、2 週間のトレーニングを実施した。実施の前後に、ラプソードを使用して打球速度を計測した。測定した結果、2 名の選手は打球速度の上昇が確認されたが、1 名は逆に打球速度が低下していた。打球速度が 1 名だけ下がっていた選手の特徴として、体が硬いという点が特徴であった。これらの結果から、トレーニングによって打球速度は多少の上昇が見込まれ、筋肉量と柔軟性によって打球速度が変化することが明らかになった。打球速度を高めるには、トレーニングだけでなく柔軟性を高めることも重要であるといえる。</p>			

B-1	ウェイトトレーニングとバッティング成績の関係性	21SF9120	富島 力斗
<p>多くの野球チームでウェイトトレーニングが導入されている。本研究では、打撃成績に注目し、ウェイトトレーニングの効果を明らかにすることを目的とした。調査方法は、筆者を含む大学生 3 名を対象とし、調査期間は 2023 年 10 月 31 日から 2024 年 3 月 31 日までとした。調査期間中は、週 3 回のウェイトトレーニング(足、背筋、胸を重点的)を行い、2 週間に 1 度スイングスピードを測定した。また、ウェイトトレーニングを実施する前の秋のリーグ戦の結果と、実施後の春のリーグ戦の結果を比較することとした。調査の結果、ウェイトトレーニング実施前と実施後を比較して 3 名の選手全員が 15km/h から 20km/h ほどのスイングスピードの上昇が認められ、実施前のリーグ戦よりも実施後のリーグ戦の方が打率・長打力共に好成績であった。以上の結果から、ウェイトトレーニングは打撃成績の特に打率・長打力に良い影響をもたらすことが明らかになった。</p>			

B-2	ゴルフ競技のメンタル面における対策方法の検討	21SF9122	成松 翔
<p>ゴルフは技術的な要素だけでなく、精神面の強さ、感情のコントロールなどメンタル面が結果に大きく影響を与えるスポーツである。本研究では、ゴルフの競技成績を高めるためのメンタル面の対策方法を検討することを目的とした。</p> <p>本調査は、文献のレビューおよび自身の経験の記述を通して検証した。</p> <p>その結果、メンタル面における対策方法として、大事な場面で深呼吸をする、プレショットルーティンを確立する、ワンテーマ思考で自分の納得できるテーマを決めてショットをする方法などが挙げられた。これらの方法は緊張を和らげ、一打一打に集中しやすい効果がある。自身の競技経験の事例を分析した結果、これらの方法を試した場合に、ショットの再現性が高まりスコア平均の改善がみられた。</p>			

B-3	ボートレースの売上となぜ人気になったのか	21SF9125	藤元 晴弥
<p>ここ数年でボートレースの人気が高くなっていることから、本研究ではボートレースの売上の変化をもとに人気上昇した背景を明らかにすることを目的とした。ボートレースの売上は、2020 年が 2 兆 4 億 217 万 8,000 円、2022 年が 2 兆 3900 億円、2023 年が 2 兆 4220 億円と年々上昇している。ナイターが行われている場が上位を占めている傾向にある。また、2020 年の SG が約 1273 億円、2021 年が 1236 億円、2022 年が 1236 億円、2023 年が 1273 億円であることから、年々増えている事が分かる。</p> <p>こうした人気の背景には、新型コロナでネット投票が普及し、レースの開催数、初心者向けの競技特性、パチンコ・スロットからの流入や、ボートレース芸人・競艇系 Youtuber の増加や女性(ボレジョ)や若い競艇ファンが増加したからであると考えられる。</p>			

B-4	VAR 導入による効果と今後の展望	21SF9128	吉山 大清
<p>スポーツには意思決定の機会が多くあり、適切かつ正確な判断が求められるが、時には人は誤った判定をしてしまうことがある。レフェリーは、瞬時にプレーを目視し判定を求められるが、見逃してしまうプレーもあり、いわゆる誤審を引き起こすことがある。このような誤審に対する防止策として、ビデオ・アシスタント・レフェリー(以下 VAR とする)が導入され、実際にオリンピックなどにも起用されている。本研究では、サッカーVAR 導入直後の 2020 年東京オリンピックと今年の 2024 年パリオリンピックで VAR の対象となった事象を比較し、得点率に直接的な影響があるか調査することを目的とした。調査の結果、VAR 導入によりペナルティ内のファウルが減ったことで、セットプレーからの得点率が高くなったと推測される。一方、オフサイドが正確に取られるようになったことで、点数の取り消しが起きた事象もある。VAR は、フィールド上で起こるすべての事象に干渉する施策ではなく、役割はあくまでフィールドの審判員のサポートであるべきであろう。</p>			

B-5	送りバントはファーストストライクで成功させるべきなのか	21SF9131	板谷 真斗
<p>野球において1番多用されている戦術は送りバントである。ファーストストライクで送りバントを成功させると得点確率が上がると言われているが、疑問を抱いている人も多い。1 打席内のいずれかのカウントで送りバントを成功させたとしても、得点率が変わらないことが確かめられれば、より打者有利で送りバントを実行できると考えられる。そこで本研究ではプロ野球、独立リーグ、大学野球を対象に、ファーストストライクのバント成功による得点率の優位性を検証することを目的とした。結果、プロ野球 1 軍(パリーグ)だけが、ファーストストライクで送りバントを成功させた場合に得点確率が高かった。しかし、2軍、独立リーグ、大学野球では 2 球目以降で成功した場合に得点率が高かった。この研究結果から、競技レベルが上がるにつれて、ファーストストライクで成功させるべきであるといえ、カテゴリを問わず全体的に考えれば、必ずしもファーストストライクで成功させた方が、得点率が上がるという結論にはいたらなかった。</p>			

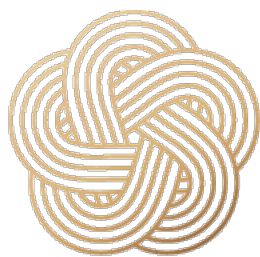
B-6	アスリートが競技をプレーする際に、“緊張”や“不安”がパフォーマンス発揮にどのように影響し、それによる成績はどのように作用するのか	21SF9133	井手 皓規
<p>近年、スポーツは競技問わず、自身が良い結果を得るためには、試合や大会等で最大限のパフォーマンスを発揮することが重要視されているが、その特性上、日頃から取り組む練習に対し、スキル特化の需要が高まってきていることから、メンタルの維持及び向上への取り組みに課題があると考えられる。</p> <p>本研究では、最大限のパフォーマンスを発揮するにあたっての選手自身の課題や競技時による緊張や不安の感じ方の違い、メンタルの維持及び向上への取り組みの必要性を明らかにし、選手自身に役立つ練習の方針とスポーツの競技力向上を図ることを目的とした。</p>			

B-7	スポーツ選手がガムを噛む理由について	21SF9138	菅 真己
<p>本研究は、スポーツ選手が競技中にガムを噛む理由と、その効果について検証することを目的とした。近年、多くのスポーツ選手が試合や練習中にガムを噛む姿が見られるが、その行為がパフォーマンスに及ぼす影響や心理的効果についての科学的根拠は十分に解明されていない。本研究では、スポーツ心理学、生理学、および神経科学の観点から、ガムを噛む行為が選手の集中力、ストレス緩和、反応速度、口腔内の乾燥防止などに与える効果について調査した。調査方法として、現役サッカー部員へのアンケートおよびインタビューを実施した。また、ガムを噛む行為が神経系に与える影響を測定するための生理学的実験を行った。結果として、ガムを噛むことは選手の集中力向上およびストレス軽減になることが示唆され、特に瞬発的な判断が要求されるスポーツで有益であることが明らかになった。また、噛む動作が自律神経に働きかけ、リラックス効果をもたらすことが確認され、歯へのダメージの軽減や口内の唾液の分泌を活性化させる事が明らかになった。</p>			

B-8	ユニフォームの色の違いによって得られる色彩効果	21SF9152	村上 諒
<p>本研究の目的は、ユニフォームの色の違いによって得られる色彩効果を検討することであった。分析を行うために3種類(1.水色 2.白色 3.黄色)のユニフォームを作成し、アンケート調査を行った。結果として、自信が持てそうだと最も回答されていたのは3の黄色であった。また詳細を確認したところ、1の水色はネガティブな意見が多く見られ、2の白色と3の黄色はポジティブな意見が多く見られた。特に3の黄色は目立つ色で強そうなどの意見が最も多く、最も自信が持てそうな色と捉えられていることが明らかになった。黄色は、1の水色と2の白色より目立つ色のため、人の目に入りやすいことから注目を集めやすく、インパクトが強く、相手の印象に残りやすい進出色という効果がある。1の水色と2の白色は主張しすぎず、相手に落ち着いた印象を与える後退色という効果がある。この研究結果から、進出色の派手な色のユニフォームを採用することで、相手への印象を強く植え付けることができ、また自信への効果などが期待できると考えられる。</p>			

B-9	無酸素性持久力におけるカフェインの有効性	21SF9201	乗富 賢太
<p>カフェインは筋力や持久力などあらゆる運動パフォーマンスを高めるとされ古くから研究、実際の現場で運動前にカフェインが使用されてきた。運動パフォーマンスを高めることから一時期はドーピングの禁止リストに指定されていた。現在では禁止リストからは除外されたものの監視リストには入っている。本研究では無酸素性持久力に着目してカフェインを摂取することでどのくらいの効果を示すのかを明らかにすることを目的とした。</p> <p>調査の結果、3名の選手ともに平均パワー値が摂取前と摂取後で約2~4%向上した。</p> <p>カフェインを摂取することで筋力が上がり、肉体が疲弊するまでの時間が遅れたことで結果の数値が上がったのではないかと考えられる。以上のことから、カフェインを運動前に摂取することは効果的であると結論づけることができた。しかし、実際のスポーツ現場への応用においては、使用量に注意するべきである。</p>			

【MEMO】



日本経済大学
Japan University Of Economics