



健康と競技の心理

Psychology of Health & Sport

◇ 特集 日本スポーツ心理学会第 44 回大会に参加して	1
◇ 特集 九州スポーツ心理学会第 30 回大会 報告	2
◇ 「こころトピック」	4
◇ 連載 「みなさん！読んでみてください」	5
◇ 連載 研究タマゴ	6
◇ お知らせ	
九州スポーツ心理学会からのお知らせ	7
九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ	10
編集後記	11

特 集

日本スポーツ心理学会第 44 回大会に参加して

日本スポーツ心理学会第 44 回大会

2017 年 11 月 24, 25, 26 日 大阪商業大学

坂元 瑞貴（九州工業大学大学院）

11 月 24 日から 26 日までの 3 日間、大阪商業大学で開催された日本スポーツ心理学会第 44 回大会に参加させていただきました。私は 25 日からの参加でしたが、この 2 日間で多くのことを経験することができました。

本大会の大会企画シンポジウムは「こころと身体の調整力」というテーマで、元バレーボール全日本男子代表監督の植田辰哉先生と、世界柔道形選手権投げの形で 4 連覇されている現役アスリートの横山喬之先生がご講演されました。世界で活躍する先生方の講演を拝聴できるため楽しみにしていました。テーマである「こころと身体の調整力」と聞いた時、私は、自分自身で管理するものを想像しました。しかし、お二人のご講演の中では、監督と選手、選手間、周囲の人々の言葉のやり取りやそのタイミングがこころと身体を調整する上で大切なものであったと講じられ、世界で活躍するその裏には、信頼できる人々との緻密なコミュニケーションがあるのだと知ることができました。聴講していた指導者やアスリートにとって、今後役に立つ貴重な経験談を拝聴できたと思います。

また、ワークショップでは、「マインドフルネス認知療法入門」を拝聴しました。ここでは、実際に認知療法で行われているレーズンエクササイズを体験し、普段感じることのない感覚を経験することができました。トップアスリートの中にも、瞑想を行っている選手は多く、これを機にマインドフルネスについて知識を得たいと思いました。

さて、私自身ですが、2 日目の午後からポスター発表をさせていただきました。先生方から、質問や意見等を聞くことができ、有意義な時間を過ごすことができました。また、学会後は脳波の研究会に参加させていただきました。そこでは先生方の現在行っている研究や実験を行う上で大切なことなど、今後、研究を行っていく上でとても重要なお話を伺うことができました。

ここで得た多くの経験を今後の、研究活動に活かしていきたいと思います。

特 集

九州スポーツ心理学会第 30 回大会 報告

九州スポーツ心理学会第 30 回大会が下記において開催されました。

日 時 1日目:平成 29 年 3 月 4 日、5 日

会 場 アクロス福岡大会議室7F(福岡市中央区天神 1 丁目 1-1)

大会テーマ :

『スポーツ心理学の魅力と面白さ』

特別リレー講演 テーマ:九州スポーツ心理学会の魅力語る

演者:佐久本 稔・岩崎健一・徳永幹雄・山本勝昭・橋本公雄

司会:磯貝浩久

レクチャー テーマ:自律訓練法&マインドフルネス (仮)

演者:坂入洋右 (筑波大学)

司会:内田若希 (九州大学)

企画リレー講演 テーマ:スポーツ心理学の面白さを語る (仮)

演者:荒井久仁子 (医療法人社団寿量会熊本機能病院)

上地広昭 (山口大学)・山津幸司 (佐賀大学)

司会:水落文夫 (日本大学)

特別企画 フリースタイル・グループディスカッション

テーマ:スポーツ心理学研究の面白さを探る

①上野雄己 (日本学術振興会特別研究員 PD)

山崎将幸 (東亜大学):レジリエンス研究

②池本雄基 (九州大学大学院)

伊藤豊彦 (島根大学):動機づけ研究

③元嶋菜美香 (長崎国際大学)

伊藤友記 (九州共立大学):気分・感情研究

④幾留沙智 (鹿屋体育大学)

山内正毅 (長崎大学):運動学習研究

総合司会:杉山佳生 (九州大学)

ポスター発表

第 30 回九州スポーツ心理学会報告

九州スポーツ心理学会第 30 回大会を振り返って

参加学会：九州スポーツ心理学会 30 回大会
日時・開催地：2017 年 3 月 4, 5 日アクロス福岡（福岡市）

萩原 悟一（鹿屋体育大学）

記念すべき第 30 回目となる今回の大会は、福岡市のアクロス福岡で開催されました。今回の大会テーマは「スポーツ心理学の魅力と面白さ」。このテーマには、「スポーツ心理学の魅力や面白さ再確認し、語り合い、伝え合おう」という意味が込められています。スポーツ心理学の魅力や面白さを知る私たちですが、本学会を通じて、そのことを再確認いたしました。そして、本学会で得られた知見をまだ、スポーツ心理学の魅力を知らない人々に伝えていくための行動を起こさなくては自覚させられました。

本大会では、佐久本稔先生、岩崎健一先生、徳永幹雄先生、山本勝昭先生、橋本公雄先生の特別リレー講演が実施されました。これまでスポーツ心理学の魅力为全国・世界に発信されてこられた先生方の講演を聞くことは、またとないチャンスであることから、五感を最大限に活用し、拝聴させていただきました。研究領域のお話から、研究に対する姿勢など、様々な角度からスポーツ心理学の魅力を教えていただき、また、「九州」でスポーツ心理学をする魅力をご教示いただきました。私の領域はスポーツマネジメントですが、心理学をベースとした研究を行っており、教科書、論文で何度もお名前を拝見したことのある先生方のお話は、若造の私にはすべてが貴重な資料であり、財産となりました。先生方のお話を聞くことのできる非常に貴重な機会であり、また、一度に複数の先生のお話を聞けるといふ何れも「おいしい」機会でした。

本大会を通じてスポーツ心理学の魅力と面白さを改めて感じる事ができました。私の主領域はスポーツマネジメントですが、スポーツ心理学から学ぶところはまだまだ沢山あり、これからも先生方の教を肝に銘じ、研究・教育に邁進したいと思います。

最後になりますが、2 日間の大会を準備された伊藤友記先生（九州共立大学）をはじめ、すべての大会運営関係者の方々に厚く御礼申し上げます。

第 30 回九州スポーツ心理学会報告

九州スポーツ心理学会第 30 回記念大会に参加して

参加学会：九州スポーツ心理学会 30 回大会
日時・開催地：2017 年 3 月 4, 5 日アクロス福岡（福岡市）

秋山 大輔（ 日本経済大学 ）

2017 年 3 月 4 日, 5 日の両日, 福岡市のアクロス福岡において, 九州スポーツ心理学会の大きな節目となる第 30 回の記念大会が開催されました。大会テーマである「スポーツ心理学の魅力と面白さ」に沿った講演, レクチャーなどが企画され, 充実したプログラムが進行されました。記念大会ということで, これまで本学会を牽引してこられた先生方が魅力を語られましたが, 30 年の歴史を振り返られた内容には感動いたしました。今日の国内におけるスポーツ心理学の発展は, 九州に籍を置かれた先生方が貢献され, 大きな影響力を持たれたことを窺い知ることができました。特に佐久本稔先生が手書きで書かれたスポーツ心理学研究史年表に感銘を受けました。我々は先輩方が歩んでこられた歴史を踏まえ, 責任を持って新たな歴史を作れるよう努力する必要性を痛感いたしました。また, 徳永幹雄先生の九州スポーツ心理学研究会発足当時の創刊号の手記には, 少人数の有志, 会費もない状況が記されており, 今大会と当時を比較してみましても先輩方のこれまでの功績を理解することができました。

本大会初日には, レクチャーとして筑波大学の坂入洋右先生が講演されました。「役に立つ科学としてのスポーツ心理学-トップダウンからボトムアップへのパラダイムシフト-」と題し, 包括的な実践法の効果を研究する方法を具体的な例を挙げてご説明いただきました。私の知識が浅く, これまで深く理解できていない内容でしたが, 卓球に例えられた先生の話術は好奇心にかられる内容でした。また, 先生が日頃から実践されてある自律訓練法をご紹介いただき, 聴講している我々も一部を実際に行いました。私自身は初めての体験でしたので, 非常に興味深い内容でした。これらの先生のお話の根幹は, 一般的な正解を追求するトップダウン的なものより, 個人個人の生のデータとアウトカムを大量に収集し, それらを最もよく説明する最適解を常に更新するボトムアップ的なものの方が, はるかに有用性が高いということでした。このことは, 私自身の競技の実践や指導につながる大きなヒントとなりました。

本大会は節目の記念大会として開催されましたが, 歴史を感じ新たに踏み出す契機となる素晴らしい機会であったと感じました。

連 載

こころトピック

第 5 回 『パラアスリートへの心理サポート再考』

内田 若希 (九州大学)

3月9日、平昌2018パラリンピック競技大会が開幕する。パラリンピックの歴史をひもとくと、ストーク・マンデビル病院の医師であったルードヴィッヒ・グッドマン博士が、「失われたものを数えるな。残されたものを最大限に生かせ (It's ability and not disability that counts)」を信念に、リハビリテーションの一環として運動・スポーツを導入したことに端を発する。その後、様々な変遷を経て、パラリンピックは、パラアスリート（障害のあるアスリート）の世界最高峰の競技大会へと発展していった。

しかしながら、パラアスリートをサポートする SMT 指導士は決して多いとはいえない。その理由として耳にするのは、「障害のことが分からない」「障害のある方と接した経験がないので不安」などである。また、「障害の有無で、心理サポートの実施方法になにか違いがあるのか」という質問もよくうける。これらのことを理由とするならば、「自身が経験したことの無い種目は分からない」「性別が違うから分からない」といった声があがっても良いはずであるが、そのような話を耳にすることはほぼ皆無である。この事実こそ、パラアスリートへの心理サポートを再考する上での論点があると考えられる。

多くの場合、ヒトはそれぞれの興味・関心、過去の経験により形成された先入観や価値観で物事を判断しがちである。これが、自分自身や他者の心身の可能性を閉ざしていることがないだろうか。パラアスリートを対象とする場合、障害特性への配慮の必要はあるものの、心理サポートのあり方は障害の有無にかかわらず同じである。障害のないアスリートであれ、パラリンピックのアスリートであれ、同じ「アスリート」であるという認識をもつことがスタートラインではなからうか。パラアスリートへの心理サポートにおいて、障害の有無による違いに目を向けるのではなく、同じ人間であることにまず先に目を向け、その上で、ヒトの個別性を捉える視点が重要であると強調しておきたい。

連 載

最近読んだ面白い研究または書籍を先生方にご紹介していただきます。

「みなさん！読んでみてください」

『フットボールの科学』

日本フットボール学会編

下園 博信（ 福岡大学・

日本フットボール学会理事・『フットボールの科学』編集委員 ）

この企画の依頼が来たとき、「体よく断ろう・・・」と思っていましたが、そうはいかないようなので、宣伝もかねて『フットボールの科学』を紹介します。この雑誌は、日本フットボール学会が年 1 回発刊している雑誌で、毎回、フットボールにかかわる興味深いテーマを特集し、フットボールを科学している雑誌です。第 1 巻は 2006 年に発刊され、「フットボールサイエンスの最前線」が特集のテーマでした。以降、特集されたテーマは、「人文・社会科学からみたフットボール」（2007）、「選手育成の現状と今後の課題」（2008）、「女性とフットボール」（2009）、「トータルフットボールサイエンス—世界のフットボール研究の現在、そして未来—」（2010）、「フットボールを取り巻くエキップメント」（2011）、「フットボールのワールドカップ」（2012）、「選手を支えるスタッフとフットボールサイエンス」（2013）、「強く蹴る・遠くに蹴る」（2014）、「フットボールと教育」（2015）、「わが国におけるフットボールの受容と展開」（2016）、「Football for Health」（2017）となっています。

そして、2018 年は、「フットボールの心理学」が特集されました。今回の特集では、4 編掲載されています。長年にわたりアメリカンフットボールの指導に尽力されておられる、関西大学名誉教授の武田健先生が「コーチング心理学」、2020 年東京パラリンピックの種目でもあるブラインドサッカーについて、日本大学の橋口泰一先生が「ブラインドサッカーの心理学」、フットボールの国際大会が目白押しの今、オタワ大学の押見大地先生が「スポーツイベントが開催地域および地域住民にもたらす社会的心理的インパクト」、ワールドカップ目前のサッカーについて、九州工業大学の磯貝浩久先生（九州スポーツ心理学会会長）と神力亮太先生（九州工業大学博士研究員）が「サッカー競技における心理学」を執筆されています。それぞれが、フットボールとスポーツ心理学の関りを興味深く捉えておられます。

今年は、世界中のフットボールファンが待ちに待っているサッカーのワールドカップが開催される年です。来年には、ラグビーワールドカップ日本大会(2019)が開催されます。さらに、2020 年は東京オリンピック・パラリンピックが行われます。スポーツ心理学の観点でフットボールを研究し、新たな研究の視点をフットボールの世界へ発信するチャンスかもしれません。『フットボールの科学』、ご一読ください。

<http://www.jssf.net/ja/footballnokagaku>

連載

新たなステージを求め、研究の第 1 歩を踏み出した方々をリレー形式でご紹介！

「研究タマゴ」

古門 良亮 (九州工業大学大学院)

相羽 枝莉子 (九州大学大学院)

私は順天堂大学スポーツ健康科学部で 4 年間を過ごし、その後スポーツ心理学を専攻として九州大学大学院に入学し、杉山佳生先生の研究室に入ってから間もなく 1 年が経ちます。修士課程 1 年時の授業は大変魅力的であり、そこから得た学びは専門領域にとどまらず、その領域を遥かに超えるものでした。授業の内容は、研究レビューや発表、ディスカッションが中心でした。生理学や社会学などの知識と、スポーツ・健康科学のそれとを絡めて問題や事象を考える機会が多くあり、自分の研究活動に還元できる知見を得ました。また、研究に向かう姿勢についても授業を通して学びました。「研究で何を大切にしたいか」ということを考えさせられ、研究者を目指すにあたって大変有意義な機会にもなりました。

私はテニスを 8 歳から始めていたこともあり、昨年、「テニス選手の心理的パフォーマンスにおけるサーブ成功映像視聴効果」(第 29 回テニス学会にて口頭発表)についての研究を行いました。その研究を進めていく中で、以下の 2 つの疑問が生じました。1 つ目は「ポイント間の選手の態度がどのような意味を含むのか」、2 つ目は、「試合中の情動表出は、その後の選手のプレーや心理的側面にどのような影響を及ぼすのか」といった疑問です。選手のとる態度や行動というのは、たとえポイント間であっても、競技パフォーマンスの一種のように私には思えました。そしてこの疑問を突き詰めていくことで来年度の修士論文へと繋ぎ、博士課程に進みたいと思っています。

研究を進めていくにあたり、先生や大学院生の方々から教えていただくことも多くあり、まだまだ未熟ではありますが、自分で得ることができた学びである、「多角的な視野を持つことの有用性」と、「疑問を追求することの面白さ」を大切にして、研究活動をより一層楽しみ、今後も日々精進していきます。

萩原悟一 (九州工業大学大学院)
松田陽二 (福岡大学大学院)

*執筆者の所属は、執筆当時のものです。ご了承ください。

守田 有希 (福岡大学大学院)

佐久間智央 (九州工業大学大学院)

大石彩加 (九州大学大学院)

学会からのお知らせ

《 九州スポーツ心理学会の紹介 》

沿 革

本学会は、第 1 回が昭和 63 年 3 月に開催され、九州スポーツ心理学研究会として発足しました。第 6 回大会（平成 5 年）より九州スポーツ心理学会と改称し、学会としての組織化が行われています。

目 的

本学会は、運動・スポーツ心理学における研究と介入を促進することを目的としています。事業として、運動・スポーツに関する心理学的研究とその応用に関心ある人々のために年 1 回の学会大会を開催し、情報交換および交流の場を提供しています。

会員のメリット

1. 健康・スポーツ心理学に関するさまざまな情報が得られます。
2. 年 1 回の学会大会の案内が送付されます。
3. 「九州スポーツ心理学研究」が送付されます。
4. 健康運動指導士の公衆ポイントが得られます。
5. 日本スポーツ心理学会「資格認定スポーツメンタルトレーニング指導士」の研修ポイントが得られます。

《 学会入会希望の方へ 》

入会をご希望の方は下記の項目を記入の上、事務局まで郵送または E-mail にてご連絡ください。

1. 氏 名
2. 所属機関
3. 連絡先（勤務先・自宅）
4. 電話番号（勤務先・自宅）
5. FAX 番号（勤務先・自宅）
6. E-mail

連絡先 〒807-8585 北九州市八幡西区自由ヶ丘 1-8

九州共立大学スポーツ学部 伊藤研究室

九州スポーツ心理学会事務局 宛

TEL : 093-693-3310

E-mail : kssp@kyukyo-u.ac.jp

九州スポーツ心理学会 第 31 回記念大会開催!

大会テーマ「スポーツ心理学研究の現在 (いま)」

—理論と現場をつなぐ—

平成 29 年 3 月 3 日・4 日 佐賀大学 本庄キャンパス 教養教育大講義室

【日時】 1 日目：平成 30 年 3 月 3 日 (土) 受付 12:30~

2 日目：平成 30 年 3 月 4 日 (日) 受付 8:30~

【会場】 佐賀大学 本庄キャンパス 教養教育大講義室

〒840-8502 佐賀市本庄町 1

【参加費】 会員¥3,000 当日会員及び学生会員¥2,000

【3 月 3 日 (土)】

11:50~12:50 理事会 (教育学部 1 号館研修室)

12:20~ 受付

13:10~13:15 会長挨拶 磯貝浩久 (九州工業大学)

13:15~14:45 特別企画

テーマ：指導者としてメンタルトレーニングを学ぶ意義

—現場での活用法—

演者：志水貢一 (肥後銀行駅伝部監督・大阪学院大学陸上競技部コーチ)

司会：荒井久仁子 (医療法人社団寿量会熊本機能病院)

14:55~17:25 特別企画 フリースタイル・グループ・ディスカッション

テーマ：スポーツ心理学研究の現在 (いま)

—理論と現場をつなぐ—

代表モデレーターとセッションテーマ (変更になる場合があります)

①統計関連 (バイズ統計)：山口幸生 (福岡大学)

②メンタルトレーニング関連：奥野真由 (久留米大学)

③質的研究関連：内田若希 (九州大学)

④大学体育・教育関連：山津幸司 (佐賀大学)

⑤運動学習関連：中本浩輝 (鹿屋体育大学)

総合司会：山口幸生 (福岡大学)

17:35~18:25 総会

18:30~20:30 情報交換会 Café Sones (カフェソネス)：大学内

【3月4日（日）】

8：30～9：00 受付

9：00～10：30 招待講演

テーマ：スポーツと体育：ダイバーシティー質的心理研究
から学んだこと（仮題）

講師：佐藤貴弘 Takahiro Sato (Kent State University)

司会：山津幸司（佐賀大学）

10：40～11：40 特別講演

テーマ：データ解析手法のスポーツ心理学への適用
ーベイズ統計と可視化からのアプローチ

講師：堀尾恵一（九州工業大学大学院生命体工学研究科）

指定討論：夏目季代久（九州工業大学大学院生命体工学研究科）

司会：磯貝浩久（九州工業大学）

11：40～13：00 昼食・ポスター掲示

13：00～14：30 ポスター発表

【会場案内】佐賀大学 本庄キャンパス

佐賀駅バスセンターからバスで約 15 分

「4 番のりば」から市営バス

【4 番】佐賀女子短大・高校線（中央大通り・辻の
堂・佐賀大学前経由）

【11 番】佐賀大学・西与賀線

【12 番】佐賀大学・東与賀線

【63 番】佐賀女子短大・高校線（紡績通り・与賀
町・佐賀大学前経由）で「佐賀大学前」下車

佐賀駅からタクシーで約 10 分

佐賀空港からタクシーで約 20 分

*車でお越しの方

佐賀大学への入庫には入場券 200 円の購入が必要
です。平日は 1 度購入（証明する書類等を警備員
に見せること）で再入構が可能です。しかし、土日
は警備員が不在となり、入構ごとに購入が必要とな
ります。ご注意ください。



九州スポーツ心理学会役員・事務局スタッフ

役員（平成 27 年 4 月～平成 30 年 3 月）

会長 磯貝 浩久（九州工業大学）

副会長 杉山 佳生（九州大学）

理事長 伊藤 友記（九州共立大学）

顧問（前会長）： 徳永 幹雄（福岡医療福祉大学）

佐久本 稔（福岡女子大学名誉教授）

山本 勝昭（福岡大学名誉教授）

橋本 公雄（熊本学園大学）

理事： 兄井 彰（福岡教育大学）

荒井 久仁子（熊本健康・体力づくりセンター）

秦泉寺 尚（宮崎大学）

山内 正毅（長崎大学）

森 司朗（鹿屋体育大学）

山口 幸生（福岡大学）

和多野 大（沖縄工業高等専門学校）

山津 幸司（佐賀大学）

上地 広昭（山口大学）

下園 博信（福岡大学）

内田 若希（九州大学）

広報担当理事 今村 律子（福岡大学）

会計担当理事 兄井 彰（福岡教育大学）

監事 長野 史尚（九州共立大学）

秋山 大輔（日本経済大学）

事務局スタッフ（平成 27 年 4 月～平成 30 年 3 月）

総括 伊藤 友記

会計 兄井 彰

編集 萩原 悟一（日本経済大学）

各種委員会委員（平成 27 年 4 月～平成 30 年 3 月）

企画委員会 磯貝浩久 山口幸生 兄井彰 杉山佳生 伊藤友記 内田若希 中本浩樹

広報委員会 今村律子 山崎将幸（東亜大学） 水落文夫（日本大学） 下園博信

HP 担当 福岡大学

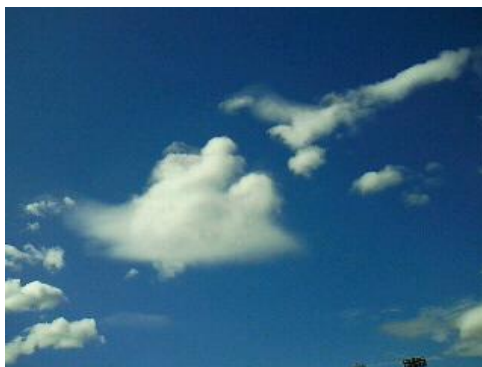
編集後記

九州スポーツ心理学会会報「健康と競技の心理 (Psychology of Health & Sport)」第 22 号をお届けいたします。昨年、記念すべき第 30 回大会が開催されて間もなく、突然の悲報が届きました。これまでの学会の歴史を創り上げられ、支えてこられたメンバーのおひとりであった岩崎健一先生が永眠されました。岩崎先生を思い浮かべたときに必ずそのお顔は「笑顔」しか思い出せません。私が勉強会で発表がうまく伝えられずにいたその後に、「今村さん、これ美味しいから食べてみて」と、奥様手作りのお菓子をそっと渡してくださいました。そのお菓子の甘さを感じながら、先生の暖かい「笑顔」とその「間」にゆっくりと自分の肩の力が抜けていったことを記憶しています。岩崎先生のお人柄はもちろんですが、多くの学生・選手たちを支えてこられた大きくも暖かなエネルギーを感じました。選手とともに歩む者として、その距離感と間を読むということが難しくも、非常に重要なものであると思います。岩崎先生からは、「選手の話（こころ）をしっかり聞くこと（感じること）」を学ばせて頂きました。常に私どもを励まし、ご指導賜わりました岩崎先生の熱いご意志を受け継ぎ、今後もアスリートファーストで現場に貢献できる研究・教育を目指し、努力精進させていただくことをお誓い申しあげ、ご冥福を心より祈念申しあげます。

そして、岩崎先生のお情熱を受け継ぐべく、第 31 回大会が佐賀大学にて開催されます。大会テーマは「スポーツ心理学研究の現在 (いま) — 理論と現場をつなぐ — 」です。たくさんの皆さまの御参加を心からお待ちしております。

最後になりましたが、お忙しい中、快く本ニュースレターの御執筆を頂きました先生方および大学院生の皆様、誠にありがとうございました。皆様方に厚く御礼、申し上げますとともに、今後ともよろしくお願ひ致します。

編集担当 今村律子



平成 30 年 3 月 発行
九州スポーツ心理学会会報第 22 号
「健康と競技の心理」
Psychology of Health & Sport
広報・編集担当
今村律子 山崎将幸 水落文夫 下園博信

* 当記載すべての無断転載・引用等は固くお断りします