

平成 23 年度東北ブロックスポーツ少年団指導者研究協議会
兼宮城県スポーツ少年団指導者研修会

講演 I

「運動・スポーツを通じたストレスマネジメント
～子どもたちに笑顔をもたせよう～」



早稲田大学 人間科学学術院 教授 竹中晃二 氏

専門：応用健康科学（身体行動科学／健康心理学／運動心理学）

人間科学部：健康福祉科 健康福祉医科学系

大学院人間科学研究科 健康・生命医科学研究領域

【学 部】

- 担当科目：健康科学概論、身体行動科学、実験調査研究法（応用健康科学研究法）、演習Ⅰ・Ⅱ、卒業研究
- 研究内容：総合的な健康プログラムとしてのヘルスプロモーション活動の実践、およびヒトの健康に関わる行動を変容させたり、維持させるための理論・モデルを基にした介入研究を行っています。

【大学院】

- 研究指導内容：応用健康科学 研究指導（修士課程、博士後期課程）

身体活動・運動の心理・行動科学的研究で、1) 決定因（背景分析）、2) 成果（心理学的効果の検証）、および3) 介入（採択・継続のための効果検証）の3研究を柱とする。主な研究課題は、身体活動増強を目的とした行動変化介入の効果、定期的な身体活動・運動習慣がメンタル・ヘルスに及ぼす影響、一過性の身体活動・運動が気分および感情の変容に及ぼす効果、身体活動とQOLおよびウェルネスの関係、身体的セルフエフィカシーと心理的安寧、心理的安寧強化のための運動療法、運動アドヒアランス強化の方法、運動アディクションの評価基準と予防、身体運動、瞑想、およびリラクゼーションの関係、子どものストレス・マネジメント教育、勤労者のストレス対処、高齢者の健康関連QOLおよびウェルネス、障害者のQOLおよびウェルネス、女性のスポーツ参加に伴う諸問題（月経障害、摂食障害、抑うつなど）とその予防、スポーツ選手のストレス・マネジメント、障害防止と心理的ケア。

- 研究キーワード

身体活動・運動、ストレス・マネジメント、メンタル・ヘルス、アドヒアランス

講演 II

「少年団創設 50 年を振り返って

～今までのスポーツ少年団とこれからのスポーツ少年団～」

公益財団法人日本体育協会 スポーツ振興部
少年団課 課長 江橋 千晴氏

(最終学歴)

平成 5 年 3 月 獨協大学外国語学部ドイツ語学科卒業

(職歴)

平成 5 年 4 月	財団法人日本体育協会入会 指導者育成部 育成課
平成 6 年 4 月	スポーツ指導者育成部 育成課
平成 10 年 4 月	少年団・生涯スポーツ部 少年団運営課
平成 14 年 4 月	青少年スポーツ部 少年団課
平成 15 年 4 月	青少年スポーツ部 少年団課 主任
平成 16 年 4 月	青少年スポーツ部 少年団課 係長
平成 18 年 4 月	総務部 総務課 係長
平成 20 年 4 月	総務部 総務課 課長補佐
平成 22 年 4 月	総務部 総務課 課長代理
平成 23 年 4 月	スポーツ振興部 少年団課 課長