

テーマ別シンポジウム | 健康福祉研究部会 | 【課題C】 運動不足（不活動）に伴う心身機能の低下をいかに予防するか

健康福祉研究部会【課題C】 テーマ別シンポジウム／オンライン化で得られる健康、失う健康

コーディネーター：大槻 毅（流通経済大学）

2022年9月1日(木) 17:00 ～ 18:50 第1会場 (3号館3階301教室)

コロナ禍が始まって約1年半後に実施された昨年度のシンポジウムでは、研究者や職能団体の立場から見た健康づくり運動の現状や課題、教育・指導現場における個々の実践事例を紹介して頂いた。その後、感染状況は刻一刻と変化する一方で、エビデンスの集積は着実に進展している。そこで本年度は、オンライン化をはじめとする新しい生活様式が心身の健康にどのような影響を及ぼしているかを、異なる専門領域の研究者による多様な視点で評価するシンポジウムを企画した。まず、中高年における健康・体力の現状と課題を疫学調査により俯瞰したうえで、オンライン化、ソーシャル・ディスタンス、マスク着用、三密回避等により健康づくり運動の場がどのように変わったのか、それらを運動の実践者・指導者がどのように捉えているか等を紹介して頂く。これらを通じ、新しい生活様式のメリットを活かし、そのデメリットを最小限にして中高年の心身機能低下を予防する方法を考えたい。

[健康福祉-SC-3] 「体験」と「健康」の捉え方

*久保 正秋¹ (1. スポーツ&レジャー研究所)

<演者略歴>

東京教育大学体育学部卒業 博士（体育科学）筑波大学

日本スポーツ教育学会賞（1995）東海大学名誉教授（2016）日本体育学会賞（2019）

著書：「コーチング論序説」（不昧堂）「体育・スポーツの哲学的見方」（東海大学出版）

本シンポジウムでは、体育哲学の立場から「体験」の「健康」への影響を論じる。しかし「体験」と「健康」、この言葉自体が曖昧である。「体験」は「経験」との相違が不明確であり、混乱した使用法が見られる。例えば「peak experience」の日本語訳には「至高体験」「至高経験」の二つがあり混乱している。「健康」は「病気でないこと」と思われがちだがそうではない。WHOでは身体的、精神的、社会的「well-being」を「健康」としているが「well-being」が何であるかは明確でない。よってまず、「体験」「健康」という言葉を整理する。「体験」を「経験」へと推移する現象として捉え、その始まりである主客未分、脱自、思考以前の状態を「体験」の原点と考えてみる。次に身体的、精神的、社会的「well-being」が何であるのかを考え、「健康」を規定する。そして「well（満足/十分/適切）」な「being（存在/実存/人生）」と「体験」の原点との結びつきを考察し、そこに生起する「体験」の「健康」への影響を見ようとする。