

金城学院大学 人間科学部 コミュニティ福祉学科

高橋 和文 准教授

「大好きな陸上とずっと関わっていける仕事をしたい」と
この道を選ばれた高橋先生。

現在は健康・スポーツ科学の専門科目や共通科目でスポーツの楽しさ、
すばらしさを教えられると同時に、学生一人ひとりが自分の身体の構造を知り
深く理解できるような講義や実技を行っていらっしゃいます。

またゼミでは、ご自身の研究テーマでもある「障害者スポーツ」を軸に、
「障害者への理解を深め、誰に対しても強く優しく接する人になってほしい」と
日々指導にあたられています。



障害者スポーツの学びを通して、常に
相手の立場で考えられる人になってほしい

高橋和文准教授／2006年より金城学院大学人間科学部コミュニティ福祉学科で健康・スポーツ科学、教育学分野を専門に指導にあたる。ICHPER・SD、日本体育学会、日本バイオメカニクス学会、日本体育選定評価学会、アジア障害者スポーツ学会、アダプテッド・スポーツ学会会員。

ずっと陸上に関わりたくて 大学で教える道を選択

私は中学から大学までずっと陸上競技に打ち込んでいて、「将来は大好きな陸上を教える先生になりたい」と思っていました。当初は中・高の体育教師になろうと思っていましたが、大学での先生との出会いが今の仕事に就ききっかけとなったのです。その先生は、陸上以外のスポーツもいつも熱心に取り組んでいました。また陸上協会の役員として、大学の仕事以外でも陸上に関わり、地域貢献をしていました。その姿を見て、「先生のようになれば、学生に教える以外にもいろいろな形で陸上とずっと関わっていけるのではないか」と思ったのです。

大学卒業後、縁あって金城学院大学で教鞭を執ることになったのですが、最初は「ちゃんと教えていけるだろうか」と不安を抱えていました。自分がそれまで関わってきた陸上の世界は男性が多く、女性と接することが少なかったからです。しかしそれは取り越し苦労でした。金城学院大学の学生はとても活発で元気がよく、自分の考えをきちんと持って、目標に向かって一生懸命頑張る学生ばかり。そんな素直な学生たちに囲まれ、日々楽しく指導をしています。

研究を通して自分の体を知り 障害者スポーツを理解する

現在はコミュニティ福祉学科で障害者スポーツ科学などの専門科目を担当しています。また共通科目であるスポーツ&エクササイズも担当し、主に実技中心に指導をしています。

ゼミでは「障害者スポーツ」をテーマに、障害者だけではなく高齢者の運動や健康についても幅広く捉え、研究を行っています。その中で学生たちにはさまざまな実験や測定を行ってもらいます。例えば骨密度の測定では、自分の骨密度を測ってデータや統計を取り、将来骨粗鬆症にならないためにもどのような生活習慣が大切かに

ついて考察します。他にも体育館の器具を使って全力で運動し、自分が発生する無酸素性パワーの大きさを測る実験なども行います。こうした実験を通して自分の体について知ると同時に、体のどういうデータで何がわかるのか、その背景にある理論も理解してもらいたいと思っています。

またこれは私自身の研究でもありますが、「義足の場合、健常者と同じように疲労は起きるのか、疾走速度は落ちるのか」をテーマに、義足の陸上選手について100m走の測定を行い、その疲労度や疾走フォームについて調べています。義足にはバネの力があることから、疾走フォームに及ぼす疲労の影響も健常者と異なるかもしれないと考えたからです。去年はゼミの学生2人が卒論のテーマに取り上げ、実際に測定を行い、選手にパラリンピックの話や自分の体についての思いを伺ったりもしました。この研究を通して学生には障害者に対する知識と理解を深めてもらいたい。またこの研究



車イスバスケットボールの授業風景



高橋先生はどんな人!?

3年生のゼミの皆さんに高橋先生の印象について伺ったところ「楽しくておもしろい先生」「私たちも元気になれる」という声が多くありました。また「熱血な先生」「熱い気持ち伝わってくる」など熱意ある姿に共感する人も。さらに「先生やみんなとディスカッションするのが楽しい」など、先生を中心にゼミ全体がまとまっている様子も伺えました。

結果が健常者と障害者が一緒にスポーツをする際の競技ルール作りのひとつの布石になればと考えています。

どう指導すれば楽しいかを 考えられる指導員へ

コミュニティ福祉学科は「日本障害者スポーツ協会」から資格取得認定校の指定を受けているので「障害者スポーツ指導員」の資格を取ることができます。講義の他に実技として障害者スポーツ大会のボランティアを行うのですが、中には参加後のレポートに「楽しかった」「いい経験ができた」と受動的な感想を書く学生もいます。そうではなく、学生には常に能動的かつ積極的に講義や実技に挑戦してもらいたいと思います。例えば重度障害を持つ人が行うスポーツの中には、健常者が行うと「優しい」「簡単」と思ってしまうものもあります。それを自分が楽しいか、楽しくないかの視点で捉えるのではなく、あくまでも「どう伝えれば楽しく行ってもらえるか」という観点で考えてもらいたいのです。誰もが楽しくできるようなルールを工夫する、そういう指導者になってほしいと思います。そしてこうした経験を経て常に相手の立場で物事を考え、自分ができることを行動に移せる人になってほしい。誰に対しても「強く、優しく」接することができる人になってもらえたらと願っています。