

2023年度 入学式 学長式辞

はじめに、ご臨席を賜りました、ご来賓の皆様にも、厚く御礼申し上げます。また今年度は、保護者の方々にもご列席いただき、この式典を挙行できることを喜び、感謝する次第です。

改めて、日本女子体育大学・体育学部そして大学院スポーツ科学研究科に入学した新入生の皆さん、入学おめでとうございます。数多くの大学の中から、本学を選択して入学されたことに感謝し、教職員を代表して歓迎いたします。

これから、大学でのキャンパス生活そして授業が始まりますが、昨年度までのコロナ禍での制限のある形ではなく、講義・実技実習そして部活動のすべてにおいて、対面形式で行います。

皆さんが本学で学ぶ体育学・スポーツ科学は、世界の大学で学ぶ人文・社会・自然科学すべての研究分野を、「応用科学」として網羅しています。

例えば、運動生理学の観点から私たちの身体をみると、「異化作用と同化作用」つまり食事と運動で成り立っています。皆さんは様々な部活動などで、ハードトレーニングをして筋肉痛になった経験があると思います。これは、筋が過負荷によって一度炎症を起こし、それを修復する時の感覚ですが、この時に筋肥大が起きたり、筋の状態が良くなったりします。これを「超回復」といいます。超回復は筋肉だけではなく、腱や靭帯そして骨でも生じます。骨折を経験した人なら、骨折後に回復部分が太くなっていることを知っているはずですが。この超回復を効果的にするためには、十分な負荷そして栄養と休養が大切になります。このシステムを適切に繰り返せば、身体の状態が徐々によくなって、結果としてパフォーマンス向上につながります。

また、練習やトレーニングで高めてきた能力を競技会で発揮するための精神集中といった心理学的側面、あるいはスポーツの祭典：オリンピックが社会に与える影響といった社会学的側面など、私たちが取り組んでいる学問領域はとても広範囲で、真の総合科学といえます。

本学では、この総合科学を学部で学ぶこと、そして大学院で深い研究を行うことができます。本学には、各分野の研究と教育のエキスパートがそろっているので、先生方から直接、授業を受けることを楽しみにしてください。

ニチジョでの授業は、高校までの主要五科目を中心とした試験のための勉強ではなく、スポーツやダンスのパフォーマンス向上、あるいは指導力を磨くために勉強することになります。皆さんが学ぶ分野は、Society 5.0を考慮すると、これから一層重要になるので、21世紀は皆さんが中心となる「体育教育の時代」といえます。

本学の創立者の二階堂トクヨ先生は、女子体育の重要性を100年も前に見出しました。本学園は昨年2022年に100周年を向かえ、それを記念する地下2階/地上7階のアリーナが今年の夏に完成します。そして秋には、新しいアリーナで記念式典を行うので、楽しみにしててください。

最後になりましたが、新入生の皆さんには、よい師や友達をつくって、専門分野をより深く学修し、実りある大学生活を送って欲しいと願っています。そのために、私たち教職員は、皆さんを全力でサポートすることを誓い、学長式辞といたします。

2023年4月3日

日本女子体育大学
学長 深代 千之