

アダプテッド・スポーツで 年齢や障がいの有無を 問わず全ての人に スポーツの恩恵を

専門分野 公衆衛生学、アダプテッド・スポーツ科学

担当科目 アダプテッド・スポーツ科学特論など

植木 章三 教授

略歴

筑波大学大学院体育研究科健康教育学専攻修了(1986年3月)
国立身体障害者リハビリテーションセンター研究所研究員
(1987年6月～1992年3月)
東北文化学園大学大学院健康社会システム研究科教授
(2005年12月～2015年3月)
同研究科長(2013年4月～2015年3月)
大阪体育大学大学院スポーツ科学研究科教授(2018年4月～現在)

著書・研究論文

『イラスト アダプテッド・スポーツ概論』
(共著・東京教学社・2017年)
地域在住高齢者における筋骨格系の痛みに対する
対処方法の実態(植木章三 ほか)
日本公衆衛生雑誌65 61頁～71頁 2018年2月

アダプテッド・スポーツとは、運動をする際に何らかの配慮が必要な人々のために、ルールや用具に工夫が加えられたスポーツのことです。たとえば、高齢期で運動機能が落ちている人や、障がいがあって運動が苦手な人などが、その対象になります。私は、高齢者や障がい者を対象にしたアダプテッド・スポーツと、それを生きがいつくり・健康づくり・地域づくりに生かす方法について研究しています。ここ20年近くは、宮城県登米市の住民と一緒に介護予防を目的とした運動プログラムをつくり、そこでのフィールド研究などに取り組んできました。最近では、障がいをもつアスリートがより良いパフォーマンスができるように、その環境づくりの支援なども行っています。アダプテッド・スポーツは、ひとつの型にはまらないスポーツであり、人・社会・時代に合わせて新しく創造できる点が特長です。今、社会で求められるものを創造し、実践して、効果を確かめる。そんな活動ができることが、この分野の魅力だと思います。

世の中には、放っておいても楽しくスポーツを実践する人もいれば、苦手意識をもって実践を躊躇する人もいます。後者に該当する人々に心を寄せて、手を差し伸べたいと思っている方々と一緒に、アダプテッド・スポーツの意義と効果を研究していきたいと思っています。

キーワード

■介護予防

介護予防を目的にした運動は、医学や生理学の視点だけでなく“楽しめる”という視点が必要。

■障がい者スポーツ

障がい者アスリートが挑むハイレベルなスポーツもあれば、障がいをもつ人に寄り添うスポーツもある。

■地域づくり

アダプテッド・スポーツの創造や実践を通して、より良い地域の実現をめざす。

■健康運動

競技ではなく、健康を維持することを目的とした運動のこと。ノルディックウォーキングなど。