

# 創立50周年記念事業

## 正課授業としての研究発表に対して支援の報告です



### 1. 海外の国際教育学会にて 卒論研究発表

▶スポーツ健康科学部生方謙先生と4年生のゼミ生6名が 卒論研究の集大成として 海外の国際教育学会での英文パネルによるプレゼンを終えて 帰国し その報告がありました

▶曰く「英語での発表は大変難しく、完成させるまでに時間もたくさんかかりましたが、最後までやり遂げる事が出来ました。最高の思い出となりました」

▶大きな自信をもって 4月からそれぞれの道を切り開いてください 頑張れ!!

## 2. 社会学科卒業論文発表会

▶ 1月29日 126名の社会学科4年生が参加し  
7部会に分かれて 各自の持ち時間13分で卒業  
論文の内容を堂々とプレゼンしました

▶ 終了後閉会式があり、社会学、心理学、保育学  
の各領域賞、プレゼン賞、そして栄えある卒論大  
賞が発表されました おめでとう !!

ランニングが人を褒め応援が人々を励む

高村 未奈  
指導教員 桜橋 真

はじめに

私は、高校2年時から陸上部に入部した。走ることを日常生活に取り入れることで、前向きになれたり、ストレス解消になったりと日常生活の豊かさを字句度にも繋がった。また、大学生でフルマラソンに出場したことがきっかけとなり、開催地域の方々の応援と励まされるに感動した。マラソンの魅力のひとつに応援があり、人々を家で震動らしいスポーツであると感じた。そして、実際にランニングを1 着午後に取り入れることで生活にも与える影響とマラソン大会の応援が開催地域に与える影響について調べたいと思った。マラソンは全国で開催されていて、人気の大会もある。走る側だけでなく、開催地域に住む人々にも良い影響を与えられるスポーツであるのではないかとこのテーマについて考えることにした。

### 1. ランニング、マラソン大会が人々に与える影響

ランニングを知り始めるきっかけで多いのは、運動不足解消や健康のためだが、そこから、日常生活にランニングを取り入れることで、走る時の爽快感、ストレス解消、気分転換になるといった走ることへの魅力を知る。そして、マラソン大会に出場する達成感や今まで練習してきたことの成長が実感することができる。マラソン大会では、見知りな人々から多くさんの応援を受け開催地域の人々との繋がりが生まれる。人から応援を受ける嬉しさも感じることもできる。ランニングをはじめたきっかけは、運動不足解消のためといったことが多かったが、続ける理由で多いのは、レース出場に向けて、大会に出場することを魅力のひとつになっている。また、楽しいという理由も上部に入ってくる。走ることに慣れ、苦手だった人がランニングを始める事例も多い。年齢問わず始められるのがランニングでもある。走る目的は様々であり、大抵は走ることに目的はないが、走ることを日常生活に取り入れることは、日常生活に良い影響を与えてくれる。

### 2. マラソン大会の応援が開催地域に与える影響

2019年10月の段階で、陸上競技連盟が公認コースとして認める42.195kmを走るフルマラソン大会は、全国で76 大会ある。フルマラソン大会は参加費で約1 万円前後がある。しかし、これだけの高い参加費にも関わらず定員を超過応募があり抽選になる大会も存在する。全国で開催されていることもあり、マラソンをして観光を楽しむ人も多い。和自身、フルマラソンは4 回山登したことがあるが、特に地方で開催される大会は、地元の人との距離が近く、応援もたくさん受ける。高知で開催された高知龍馬マラソンは2019年の8月に出場したが、「東京から来てくれてありがとう」「高知を盛り上げてくれてありがとう」と言われる温かい言葉をたくさんかけてもらった。走る側も力をもっているが、応援する側も走る

姿で、地で行われる大会の盛り上がりや元気をもらっているのではないかと感じた。しかし、マラソン大会が増えていることで大会の運営やランナーが増える大会もある。どのようにしてランナーを募集大会を継続していくか大会を開催するための課題でもある。マラソン大会のランニングの中で、上位の大会は、応援が温かいと評判でなすがほぼ同じといった意見が多い。大会ランニングに入るというように大会を知ってもらうことが重要である。そして、大会の開催する側と応援する側が一体となることで、見知らぬ人との繋がりが生まれる。走る側だけでなく、応援する側にも影響を与えている。

### 3. 社会 生涯スポーツとしてのランニング

私が、大学3年生の時に「生涯スポーツの理論と実践」という授業でお世話になった喜多美さんにインタビューをした。喜多美さんは、日本のトップで活躍し、別府大分県ヨマラソン、東京国際マラソン優勝など数々の実績を持っている。引退後、高橋経済大学の陸上部監督にも就任されていた。現在は、長崎県の某家庭で女子陸上部の監督をされている。喜多美さんは、指導者だけでなく、トラックの大会やマラソン大会にも出場し続けている。今までは陸上部で競技していた喜多美さんのランニング、マラソンに対するお話について、第1章でとりあげたランニングが人々に与える影響と、第2 章でとりあげたマラソン大会の開催地域に与える影響について喜多美さんの意見を伺った。喜多美さんが走ることで得たことや応援が力になっていること、走ることに楽しいといったランニングへの思いが詰まっている。

本論文では、ランニングが人々に与える影響とマラソン大会の現状、応援が人々の繋がりを生み出すことについて述べた。ランニング、マラソンをすることで、忍耐力、爽快感、達成感などが得られる。マラソン大会では見知りな人々から応援を受ける。開催地域の人々の繋がりが生まれる。マラソン大会を継続していくためには、開催地域の人々の協力が不可欠である。走ることで健康になり、日常生活に取り入れることで日常の豊かさを心の健康にも繋がる。タイムを競うことがランニングではない、走ることで地元の貢献にも繋がる。走ることは様々な中、ひとりでも多くの人に走ることを魅力を知ってもらいたい。

### 引用文献

- ・「公認フルマラソン大会」<http://horun.jp/公認マラソン大会/>  
<https://www.naver.jp/news/2019/02/28/201902281616051501> 2019年10月14日
- ・「マラソン大会ランニング」<https://runsl.jp/report/ranking.do>  
2019年12月14日
- ・「マラソン大会ウォーク」～競走する市民ランナー獲得競争  
<https://www.nhk.or.jp/soudai/articles/4060/> 2019年12月14日

卒論大賞の要旨と表彰式の様子  
細かい字ですみません、詳細は事務局まで

