

2019年度教育研究活動報告用紙(様式9)

氏名	八木 康夫	職名	教授	学位	博士(医学) (産業医科大学 2003年)
----	-------	----	----	----	-----------------------

研究分野	研究内容のキーワード
運動生理学 生理学 生理心理学	exercise, recognition, information proceeding, event related potentials, P300, reaction time, elderly, supplements

研究課題
高次脳機能に及ぼす運動の効果を、事象関連電位 P300 及び反応時間 (RT) を用いて検討する。運動の効果について、一過性の効果、慢性効果、加齢効果、脳血流への効果を検討している。また、高次脳機能に及ぼす歯科咬合の効果についても検討している。その他、運動パフォーマンスに及ぼすサプリメントが代謝経路に及ぼす効果、高次脳機能に及ぼす効果についても検討している。

担当授業科目
運動と健康 (栄養学科、1年前期) チームスポーツ (栄養学科、1年前期) 生涯スポーツ (栄養学科、1年後期) 運動生理学 (栄養学科、4年前期) 健康体力評価論 (栄養学科、4年後期) 卒業ゼミ (栄養学科、4年通年) 卒業研究 (栄養学科、4年通年) 運動と健康 (英語学科、観光文化学科、1年前期) チームスポーツ (英語学科と観光文化学科、1年前期) 生涯スポーツ (英語学科と観光文化学科、1年後期) チームスポーツ (看護学科、1年前期) 生涯スポーツ (看護学科、1年後期) チームスポーツ (福祉学科、1年前期) 生涯スポーツ (福祉学科、1年後期)

授業を行う上で工夫した事項 (※ 助手については、実習・演習等の指導を行う上で工夫した事項)
<p>授業科目名【 運動と健康 】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PCを用いてプレゼンテーション・ソフトウェアによる資料提示をおこない、必要に応じて資料を配布した。 2. 最新のトピックスの引用、および、最新の資料の提供に努めた。 3. 毎時間終了時に、授業の要点とまとめを学生は行なった。 4. また、最終時には、各時間の内容の記録、注目点と疑問点の調べをページ見開きにまとめ、そのノートのみを持込で、期末テストに臨ませた。その結果殆どの学生は積極的に授業に参加し、期末試験も高い点数を取るようになった。
<p>授業科目名【 チームスポーツ 】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 受講者は、学期の始講と最終講に、体力測定および体組成(体脂肪量等)の測定を行ない、運動量と身体組成や健康度との関係、運動効果の把握が体感できるように務めた。 2. 各受講者は、学期始めに標的運動量を算定し、毎授業時にカロリーカウンターを装着させ、自己の運動量を把握させ、運動意欲を喚起した。 3. 前半3回の講義時間を用いて、「筋力トレーニングの方法、トレーニング機器の使い方」、「心拍数を基準とした持久性トレーニングの方法」、「ストレッチ体操の実際、ウォーミングアップとクーリングダウン」について講習を行い、授業外に、また将来にわたり自ら運動処方できるよう誘導した。

- 1および3について毎時間記録と評価を行い、期末でそれらをまとめて実習期間全体の自己評価を行わせ、健康度と運動量、体組成の変容と運動量、身体運動能力の開発の程度と運動量の関係が理解できるようにした。
- 健康科学実習 I では、入学直後であることも考慮し、集団スポーツ種目を実施した。チームミーティングを試合前後に行わせ、所属チームの勝利のための戦略立案と実行、チームの中の個人の行動のポジティブなあり方、組織の中の個人の役割を意識した行動の実行を促した。その結果、受講者は積極的行動へ変容したと思われる。

- 授業科目名【 生涯スポーツ 】
1. 受講者は、夏休み明け、後期末に体力測定および体組成(体脂肪量等)の測定を行ない、運動量と身体組成や健康度との関係を把握できるようにした。
 2. 各受講者は、学期始めに標的運動量を算定し、毎授業時にカロリーカウンターを装着させることによって自己の運動量を把握させ、運動意欲を喚起した。
 3. 1および2について毎時間記録と評価を行い、期末でそれらをまとめて実習期間全体の自己評価を行わせ、健康度と運動量、体組成の変容と運動量、身体運動能力の開発の程度と運動量の関係が理解できるように努めた。
 4. II では職場や地域で行われている個人またはペア種目であるラケットスポーツを導入した。自己の技能到達度の把握とそれに基づく技能獲得目標の設定、ルールや競技器具の正しい使い方と物理的性質の把握による種目の理解、ペア同士の個人的理解に基づく勝利を目指した積極的チームワークの形成を促した。その結果、参加態度は積極的行動に変わったと思われる。

- 授業科目名【 運動生理学 】
1. パソコンを用いて視聴覚機器による資料提示および配布資料を毎時間行い、最新の資料の提供に努めた。
 2. 毎時間終了時に、授業の要点とまとめを学生は行なった。
 3. 各時間の内容の記録、注目点と疑問点の調べをページ見開きにまとめ、そのノートのみで、期末テストに臨ませた。
その結果殆どの学生は積極的に授業に参加し、期末試験も高い点数を取った。

- 授業科目名【 健康体力評価論 】
1. 運動生理学の基礎的知識と基礎的実験測定の定着を前提とした、仮説の立て方、実験の方法、結果の解析方法を演習方式で講義した。
 2. 数回の実験測定を実際に行い、結果の分析、統計処理を学生の前で行い、仮説の検証の実例を目の前で行い、全データ、統計処理結果を手渡し、レポートを作成させ、測定および解析の実体験から検証方法の基本的考え方を定着させるようにした。
 3. 受講者は、自己のデータ及び受講者のデータから論文形式でレポートを作成し、書くレポートごとに個別的指導を行い、論理的考察方法の道筋を会得できるよう努めた。

学 会 に お け る 活 動		
所属学会等の名称	役職名等 (任期)	加入時期
日本運動生理学会	常任理事 (2008.7~2015.3)	1992.4
日本体力医学会	会計補佐 (2018.4~至現在)	1985.4
日本生理学会		1991.4
日本臨床神経生理学会		1997.4
西日本生理学会		1990.4
九州体育学会		1988.4

2 0 1 9 年 度 研 究 業 績 等 に 関 す る 事 項				
著書、学術論文等の名称	単著・ 共著の別	発行又は 発表の年月	発行所、発表雑誌等 又は発表学会等の名称	概 要
(著書)				
(学術論文)				

2019年度 研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・ 共著の別	発行又は 発表の年月	発行所、発表雑誌等 又は発表学会等の名称	概 要
(翻訳)				
(学会発表) 「食と健康」に関する地 域密着型食育活動の展 開～2018 年度事業概要 ならびに参加の行動変 容～	共	2019.9	第66回日本栄養改善学 会学術総会	①本学および九州歯科大学 は、2014 年度より、『食と健 康』に関する連携公開講座を 開催しており、地元住民の生 活習慣の改善を図ることを 目的としている。そこで、 2018 年度の事業概要及びア ンケート結果を報告する。 ②共同発表者名 近江雅代、 境田靖子、田川辰也、手嶋英 津子、高橋甲枝、辻澤利行、 引地尚子、中道淳子、石井愛 子、田中貴絵、永田純美、八 木康夫
(その他) 第 24 回全九州大学春季 バスケットボール選手 権大会 総合 6 位	共	2019.5.11-5.19	九州大学バスケット ボール連盟 (熊本、長崎)	春季の九州地区の大学の順 位を決めるトーナメントに おいて総合順位 6 位であっ た。 顧問:八木康夫 監督:木村友彦
第 69 回九州地区大学 体育大会 第 3 位	共	2019.6.29-7.1	九州大学体育連合 (福岡)	大学学生課の運営で行われ る九州インカレは、九州地区 の大学のスポーツの祭典 である。この大会で 3 位であ った。 顧問:八木康夫 監督:木村友彦
第 26 回九州大学バスケ ットボールリーグ戦 総合 4 位	共	2019.9.14-11.15	九州大学バスケット ボール連盟 (九州各地)	九州地区の大学の順位を決 める大会は、一部リーグで全 10 試合を行い 4 勝 6 敗であ った。総合順位 3 位であっ た。福岡大学と同率 3 位で会 ったが、直接対決で勝ち越 し、下位全勝の九州産業大学 にチャレンジマッチで勝ち 越し、晴れてインカレ出場権 を獲得した。 顧問:八木康夫 監督:木村友彦

2019年度 研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・ 共著の別	発行又は 発表の年月	発行所、発表雑誌等 又は発表学会等の名称	概 要
第55回三地区大学バスケットボール選手権大会 Aチーム準優勝	共	2019.11.29-12.1	九州、中国、四国大学 バスケットボール連 盟 主管：中国大学バスケットボール連盟 (北九州)	A・Bの2チームで出場し、参加大学約25大学中Bチームはベスト8、Aチームは準優勝をであった。 顧問：八木康夫 監督：木村友彦
全日本大学バスケットボール選手権大会 (出場、九州3位枠)	共	2019.12.9-12.15	全日本大学バスケットボール連盟 (東京)	本学チームは5年ぶりの出場となった。1回戦は優勝候補の早稲田大学との対戦となった。一步も引かず素晴らしい試合展開となったが、逆転勝利には至らず、63：76で苦敗した。 顧問：八木康夫 監督：木村友彦

外部資金（科学研究費補助金等）導入状況（本学共同研究費を含む）

(1) 共同研究

研究題目	交付団体	研究者 ○代表者（）内は学外者	交付決定額 (単位：円)
人生100年時代を健康に豊かに生きるための地域貢献活動の展開～他職種連携による食育推進～	西南女学院 大学共同研究 費	八木 康夫 高崎 智子 石井 愛子 田中 貴絵 永田 純美 長光 里奈 浅野 嘉延 高橋 甲枝 稲木 光晴 引地 尚子 辻澤 利行	1,043,060

外部資金（科学研究費補助金等）導入状況（本学共同研究費を含む）

(2) 個人研究

研究題目	交付団体	交付決定額 (単位：円)	備 考

社会における活動等

団体・委員会等の名称 (内 容)	役 職 名 等	任 期 期 間 等

学 内 に お け る 活 動 等 (役職、委員、学生支援など)

栄養学科学科長 2018.4～至現在

栄養学科人事委員 2018.4～至現在