

2020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 |
|--|
| <p>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。近年、アスリートのパフォーマンスに及ぼす栄養素の効果について検討している。</p> |

| 担当授業科目 |
|--|
| <p>初年次セミナー (栄養学科、1年前期) 保険福祉学入門 (栄養・看護・福祉学科、1年前期) 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) 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) 運動と健康 (英語・観光文化学科、1年前期) チームスポーツ (英語・観光文化学科、1年前期) 生涯スポーツ (英語・観光文化学科、1年後期)</p> |

| 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、全スライド資料を配布した。 2. 毎講義後に授業の要点を A5 提出用紙にまとめさせ、授業の把握と、把握度を出席と同時に確認した。 3. 全授業終了後に、毎講義のまとめと、自発学習ノートを作成させ、提出させ、学生に評価基準を提示し、採点後に返却した。 4. 最終日に本講の振り返りとして、テーマを設け論述説明記述を行わせ、理解の確認を行った。 |
| <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. 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、在学中、学外、将来にわたり自ら運動処方できるよう誘導した。 |

- 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。
- 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努めた。
- チームスポーツでは、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 】

- 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。
- 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。
- 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。
- 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 】

- 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。
- 毎講義後に授業の要点を A5 提出用紙にまとめさせ、授業の把握と、把握度を出席と同時に確認した。
- 全授業終了後に、毎講義のまとめと、自発学習ノートを作成させ、提出させ、学生に評価基準を提示し、採点后に返却した。
- 最終日に本講の振り返りとして、テーマを設け論述説明記述を行わせ、理解の確認を行った。

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・編集委員（2008.7~至現在） | 1992.4 |
| 日本体力医学会 | 評議員・会計委員（2017.4~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 2 0 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) | | | | |
| (翻訳) | | | | |
| (学会発表) | | | | |

| 2020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25回九州大学バスケットボールリーグ戦第6位 | 共 | 2018.9.8-11.11 | 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試合を行い第6位であった。 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) |
| 『食と健康』に関する地域密着型食育活動の展開 | 西南女学院大学共同研究費 | ○八木康夫 近江雅代 境田靖子 手嶋英津子 石井愛子 田中貴絵 永田純美 浅野嘉延 高橋甲枝 (日高勝美) (辻澤利行) | |

| 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 |
| 日本バスケットボール協会 日本体育協会 公開講座シニアサマーカレッジ | JBA公認C級コーチ バスケットボール指導員 講師 | 2011.5.25~ 2015.3.26~ ~2018.8 |

| 学内における活動等(役職、委員、学生支援など) |
|---|
| 栄養学科長:2018.4.1~ 入試委員:栄養学科入試要項等検討2018年度~ 人事委員:全学科人事審査及び昇格審査等2014.4~ 総合人間科学小委員会委員:総合人間科学カリキュラムの検討(至現在) 管理栄養士国家試験対策委員長:栄養学科内委員(2018.4~至現在) バスケットボール部顧問:AO-B方式入学者指導(~現在) |