

2022 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、サプリメントや栄養素が運動パフォーマンスや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検討している。

担 当 授 業 科 目
初年次セミナー I (栄養学科、1 年前期) 運動と健康 (栄養学科、1 年前期、必修) 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、3 年後期) 運動・環境と栄養(栄養学科、3 年後期、2 クラス) 運動栄養演習(スポーツ栄養を含む) (栄養学科、4 年前期) 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・観光文化学科、1 年前期、必修) 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) 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"> <li>1. 講義は、基本的にPCを用いてPowerPointにてプレゼンテーションし、資料はGoogle classroomも用いて行った。対面及び遠隔授業のどちらにおいても、連絡及び資料提示等、双方向の教育指導を積極的に行った。</li> <li>2. 毎講義後に、授業内容をまとめる小テストをGoogle Classroomで行い、出席確認アンケートでは授業内容の箇条書きと、興味関心点を記入し提出させた。</li> <li>3. 毎講義の提出用学習ノートを作成してもらい、全授業終了後に回収し、採点し評価の一部とし、その後返却した。</li> </ol>

授業科目名【 チームスポーツ 】

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、運動効果の把握を体感できるようにし、自己の形態・体力に及ぼす運動の効果を含括した。
2. 講義の3回は、「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」の講習を資料を用いて行い、在学中、学外、将来にわたり自ら運動処方できるように誘導した。
3. 各受講者は、学期始めに自己の標的運動量を算定し、授業ではカロリーカウンターを毎回装着させ、自己の運動量を記録把握し、運動意欲を喚起した。
4. 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。
5. 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。殆どの受講者は積極的行動へと変容している。
6. 授業内容についての連絡や必要事項、参加者の欠席、遅刻などの連絡にもはgoogle classroomを積極的に活用した。授業の班分けなどの不要な時間を減らすことができた。

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現在の健康度と休み期間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。
5. 遠隔授業対応の際にはgoogle classroomを活用し、各種のトレーニング方法を各自で調べ、グループでまとめ、グループでonlineで実施し、ストレッチ運動や自重体力トレーニング方法をonlineで行い、アンケートで内容の達成度を記述させ、評価した。

授業科目名【 運動生理学 】

1. 授業において、PCでGoogle classroomを活用した。連絡及び資料提示等、双方向の教育指導ができた。
2. 毎講義後に、授業内容のまとめ小テストを行い、アンケートに授業の箇条書きと、興味関心点を出席確認アンケートに記入してもらい提出させた。
3. 毎講義の提出用学習ノートを作成させ、全授業終了後に回収し、採点し返却した。

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

2022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
遠隔教育における大学生の健康に関する調査 －健康に及ぼす影響と支援－	共	2023.3.31	西南女学院大学研究紀要, 26: 57-70, 2022	遠隔授業による学生の健康状態の現状を把握するため、前期遠隔授業受講に伴う健康状態を問うアンケート調査を実施した。全体の7割の学生が不調を訴え、眼や姿勢、運動不足に関する訴えが多く、視聴環境や授業進行の工夫や配慮が必要であると考えられた。 著者：高崎智子、相良かおる、八木康夫
(学術論文)				
(翻訳)				
第29回九州大学バスケットボールリーグ戦 第6位	共	2022.9.3-11.3	九州大学バスケットボール連盟 (九州各地)	九州地区の大学バスケットボール競技の順位を、一部7校がリーグ戦で競い、3校の全日本大学選手権の出場権をかけて戦ったが第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)

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 (2022 年度実技中止)	JBA 公認 C 級コーチ バスケットボール指導員 講師	2011.5.25~至現在 2015.3.26~至現在 2018.8~
---	------------------------------------	---

学 内 に お け る 活 動 等 (役職、委員、学生支援など)
ハラスメント相談員：2022. 4. 1～2023. 3. 31 紀要委員： 2022. 4. 1～2023. 3. 31 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) バスケットボール部顧問：(1987. 4. 1～現在)