

スポーツ科学の発展と期待される未来

益子 俊志^a

スポーツ科学は、人間の身体的・精神的・社会的な健康を増進するとともに、スポーツのパフォーマンスや指導方法・社会的価値など幅広い研究を行う学問分野です。本誌では、この分野の最新の研究成果や知見を広く共有することを目的としています。

令和5(2023)年、日本代表チームはラグビーワールドカップフランス大会に出場しました。前回大会でベスト8に進出した経験を生かし、グループリーグでチリ、イングランド、サモア、アルゼンチンといった世界の強豪相手に2勝2敗と互角の戦いを繰り広げました。その勇敢な戦いぶりは、日本国内や世界に対して大きな感動や勇気を与えました。また、日本代表チームが試合終了のホイッスルが鳴った後、ノーサイドの精神で、勝敗に関わらず相手チームと抱擁を交わした姿は印象的でした。このノーサイドの精神は、スポーツにおけるフェアプレーと友情を象徴しています。私は、この精神がスポーツだけでなく地域における交流や国際社会での友好関係においても重要な価値観であると考えています。このように、スポーツには人々をつなぎ、互いの理解や尊重をもたらす力があり、世界平和に貢献することができると確信しています。

また、日本代表チームの健康管理やパフォーマンス向上に貢献したスタッフや研究者に敬意と感謝の意を表したいと思います。彼らはスポーツ科学の最先端の知識や技術を駆使して、日本代表チームのサポートに尽力しました。このようなアスリートへの的確な支援

には、日々進歩するスポーツ科学研究が不可欠です。近年のスポーツ科学は、アスリートや指導者だけでなく、高齢者や児童などの幅広い世代に対しても有益な知識や情報を提供しています。例えば、運動生理学やスポーツ栄養学では、運動がもたらす効果や、適切な運動量、食事内容に関する知識を提供し、健康増進や疾病予防に貢献しています。スポーツ心理学では、モチベーションやストレス管理などの方法をアスリートに伝え、メンタルヘルスやコミュニケーション能力の向上に寄与しています。これらの研究は、スポーツ科学研究の発展だけでなく、科学全体の進歩にも貢献しています。

さらに、医学や工学、歴史学など他の分野とも連携し、横断的な研究を展開することで、新たな学術領域の発展を促すことが可能だと思います。例えば、工学分野との共同研究によって、スポーツ用具やウェアなどの開発や改良が行われ、それによってトレーニング機器・解析装置の開発へとつながります。そして結果として、バイオメカニクス研究の発展になり、スポーツ環境の整備や技術的な進歩に貢献しています。

以上のように、スポーツ科学研究は、ヒトの健康や社会福祉に貢献するだけでなく、文化や科学全体の発展にも重要な役割を果たしています。本誌で述べられたスポーツ科学の研究成果が多くの領域・分野の研究者の他、スポーツ実践者にとって、新たな研究テーマを創出させる有益な情報源となることを期待しています。

^a スポーツ科学部長・教授