

総合人間科学系 全学教育センター

剣道とアスレティックトレーナー： より良い運動の実施方法を目指して

専門種目である剣道の実践や指導、競技現場でのアスレティックトレーナー活動を通して、スポーツ傷害予防を中心に、現場で起こる課題を解決に導く研究活動を行っています。

剣道は、老若男女が一緒に行うことができる、素晴らしい日本の伝統的な運動文化です。しかしながら、剣道に限らず多くの運動種目では、実施方法によっては痛みや怪我を引き起こすことがあります。私は、アキレス腱傷害を主としたスポーツ傷害の予防法の検討、筋や腱の硬さ情報を元にした新たなコンディション評価指標の開発、剣道と体力の関連性の検討といった研究を通して、健康的かつ合理的な運動の実施方法の構築と普及を目指しています。

健康科学教育部門

研究から広がる未来



廣野 準一 准教授

筑波大学体育専門学群を卒業後、同大学院総合人間科学研究科にて学位取得（博士・スポーツ医学）。筑波大学体育系特任助教を経て、2013年信州大学に着任。日本体育協会公認アスレティックトレーナー。

例えば、剣道の特徴的な傷害であるアキレス腱断裂を受傷した場合、一般的に競技復帰までには半年ほどかかると言われています。また、せっかくの楽しい運動も、動くたびに痛みが出たり、急激な痛みに襲われるかもしれない不安を抱えながら行ってしまうのは、その魅力も半減するでしょう。

競技スポーツ現場における個人やチームのパフォーマンスの低下、生涯スポーツにおける痛みによる実施率の低下といった問題を防ぎ、運動の魅力を最大限に引き出すためにも、スポーツ傷害を予防することは重要です。

卒業後の未来像

どの分野においても、健康と体力は重要です。より良い運動の実施方法を身につけてもらいたいです。また、運動やスポーツを通して、色々な分野や文化の人と繋がりを持ち、自身の世界を広げて欲しいと願っています。



学生会剣道部における剣道の実践と指導



オーストリア・ウィーンの世界大会
学会会場にて



第16回世界剣道選手権大会で
日本代表チームヘトトレーナー帯同