

# 教育研究業績書

2018年05月14日

所属：健康・スポーツ科学科

資格：教授

氏名：田嶋 恭江

研究分野	研究内容のキーワード
スポーツ心理学	スポーツ選手、状態不安、自律訓練法
学位	最終学歴
修士（臨床教育学）	武庫川女子大学大学院 臨床教育学研究科 修士課程 修了

教育上の能力に関する事項		
事項	年月日	概要
<b>1 教育方法の実践例</b>		
1. 教員採用試験実技対策試験講座	2014年4月1日	教員採用試験受験予定者を対象に水泳の実技試験対策を実施。
<b>2 作成した教科書、教材</b>		
<b>3 実務の経験を有する者についての特記事項</b>		
<b>4 その他</b>		

職務上の実績に関する事項		
事項	年月日	概要
<b>1 資格、免許</b>		
1. 高等学校教諭専修免許	2003年03月	武庫川女子大学院臨床教育学研究科臨床教育学専攻の修士課程終了
2. 修士（臨床教育学）	2003年03月	
3. 中学校教諭専修免許	2003年03月	
4. 上級カウンセラー	2002年07月	
<b>2 特許等</b>		
<b>3 実務の経験を有する者についての特記事項</b>		
<b>4 その他</b>		

研究業績等に関する事項				
著書、学術論文等の名称	単著・共著書別	発行又は発表の年月	発行所、発表雑誌等又は学会等の名称	概要
<b>1 著書</b>				
1. ウェルビーイングの発達学	共	2003年04月	北大路書房	（祐宗・佐藤・大谷・山田・石井・熊野・小谷・梅林・藤原・田嶋・竹中・野村・三好）□本書で取り上げられているのは、医療、看護、保健、保育、福祉にわたる広範なもので、若い、看護、ストレス・ユービング、レジリエンス、ソーシャルサポート、心理的健康などを主題として幅広くまとめたものである。担当（pp.166～172）
2. 障害者のスポーツ指導の手引		2003年02月	ぎょうせい 第2次改訂版	（矢部・茅野・藤原・佐久間・中林・田嶋・金田・山本・小林・若山・小西・田中・三村）□身体障害者のスポーツ指導養成のためのテキストとして、協会が養成する「初級障害者スポーツ指導員」と「中級障害者スポーツ指導員」養成講習会のカリキュラムに準拠した内容である。担当（pp.281～283）
3. 競泳選手の心理的コンディショニングについて、T選手の事例研究		2000年03月	武庫川女子大紀要（人文・社会科学） 48巻	田嶋・櫻塚・伊達・目連・田中 競泳短距離選手を対象に6ヶ月間のメンタルトレーニング（リラクゼーションと組み合わせた競泳オリジナルプログラムを実施した結果、リラクゼーションやイメージ能力は増加し、練習面や生活面においてもポジティブ思考になり、全日本学生選手権において59-14の自己ベスト記録、昨年度の記録より0-56更新することができ4位に入賞するという結果が得られた。担当（pp.63～69）
4. 若年女性の健康度に関する研究		1990年03月	武庫川女子大学紀要 第37巻	田嶋、目連、田中、中塘、田嶋 若年女性44名を標準体重者郡、肥満者郡、るい瘦者郡に分類し、運動生理学的見地からそれぞれの郡の健康度について検討した結果、るい瘦者は体重のみならず、除脂肪体重も肥満者に比べ少なく静的筋力は低位であった又柔軟性、瞬発力及び有酸素性能力は他の2郡に比べ優れていた。肥満者の血圧および血清コレステロール値は高い傾向にあり、加齢に伴

研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・共著書別	発行又は発表の年月	発行所、発表雑誌等又は学会等の名称	概要
<b>1 著書</b>				
5. エアロビクスダンスのトレーニング効果	共	1987年06月	「デサントスポーツ科学」第18巻	う心臓血管系疾患誘発の可能性が高いとの間接的示唆を得た。(pp. 115～pp. 122) 黛、目連、横山、北島、田嶋 女子大生26名を被検者に週3回、1回に60分間、2ヶ月間実施し、生体に及ぼす影響をみるためトレーニング前、中、後の測定値を比較検討した。形態、体構成ではトレーニング前後で有意に減少し、運動能力関係sit up、サイドステップ、柔軟性が有意に増大した。呼吸循環系ではVC、FVC、MVVに改善が認められ最大作業時のHRは低くVO <sub>2</sub> max、VEmaxは有意に増加し、オルアウトタイムが延長した。(pp. 292～300)
6. 女性の健康と運動実施状況について	共	1986年02月	武庫川女子大学紀要第33集	榎塚、目連、永田、田嶋 スポーツ教室に参加する主婦136名に運動実施状況や健康感についてのアンケート調査を実施した結果、健康維持を目的に週1回～2回の運動を実施している者が多かった。(pp. 51～pp. 57)
7. 高等学校水泳指導の現状について	共	1985年02月	武庫川女子大学紀要第32集	榎塚、目連、初田 高等学校の水泳指導者を中心に、練習環境や指導方法を把握するためアンケート調査を実施した。施設や環境については恵まれたチームが多く、監督・チームの指導において勝利スポーツを奨励する傾向にあった。(pp. 17～pp. 25)
8. 大学生の水泳選手における生活と体格	共	1983年02月	武庫川女子大学紀要第30集	初田、永田、目連 トップレベルの競泳選手を中心に男女・体格別にY-G性格検査を実施した結果、体格では一般学生の全国平均値を上回っており特に胸囲に大きな差がみられた。Y-G性格検査では男子選手は神経質であるのに対し女子は気分の変化が小さかった。(pp. 23～pp. 33)
<b>2 学位論文</b>				
<b>3 学術論文</b>				
1. 大学女子運動選手のバーンアウト傾向とタイプA行動との関連	共	2014年6月30日	教育カウンセリング研究第5巻第1号	大学運動選手408名を対象にバーンアウトとタイプA行動傾向との関連を検討した。強化クラブに指定されている7クラブと非強化クラブを比較検討した結果、強化指定クラブの方がバーンアウト傾向が有意に高かった。また、大学で無所属の学生に占めるけがの経験率が運動部に所属している学生より有意に高く、けがの経験者の方がタイプA行動傾向の下位尺度である日本的ワーカーホリック得点が高いことが明らかになった
2. 首都圏ダンス教室に通う成人の日常生活の実態と健康意識について	共	2008年04月	武庫川女子大学紀要	北島見江・伊達萬里子・田嶋恭江 居住地の違いによる人々の日常生活や運動が健康意識及ぼす影響を首都圏に住む成人と地方在住の成人と比較した結果、習慣化した運動の実施は両群とも89.9割に達し、週2回以上運動歴は5年以上継続している運動愛好者であった。両群とも、健康に関する意識は非常に高かった。
3. 集団擬集性と心理競技能力の関連性について—ハンドボール選手の場合—	共	2008年04月	武庫川女子大学紀要	榎塚正一・五藤加奈・伊達萬里子・田嶋恭江 ハンドボール脅威における集団を維持するために、集団擬集性の実態を把握し擬集性を高める要因について明らかにすることを目的に調査した結果、集団擬集性を高める要因は、親密さとチームワークであり、心理競技能力の因子である自信や作戦能力が関連し高くなることで、試合やパフォーマンスに影響していることが明らかとなった。
4. 心的特性と心理的競技能力に関する研究	共	2008年03月	武庫川女子大学紀要	五藤佳奈、榎塚正一、伊達萬里子、田嶋恭江
5. 個人の認知的評価とブラシーボ反応との関連	共	2008年03月	武庫川女子大学紀要	伊達萬里子、伊達幸博、永戸久美、榎塚正一、五藤加奈、北島見江、田嶋恭江、三村寛一
6. 水泳授業における不安・好悪とパフォーマンスの関係 (2)	共	2007年06月	武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要第9号	田嶋恭江、安藤明人、榎塚正一、目連淳司、伊達萬里子、北島見江、五藤加奈 体育教師を目指している学生を対象に水泳の不安や好悪の状況が技術習得や泳力に関連しているのかを明らかにすることを目的として調査を行った結果、水泳が好きな学生は特性不安が低く、クロールと平泳ぎのタイムとストローク数が良好であった。水泳の好悪で嫌いから好きに変化した群では、自己効力感が有意に高くなり特性不安が軽減された。
7. 女子学生を対象としたストレスコーピングに関する研究	共	2006年04月	武庫川女子大学紀要・人文・社会科学	伊達萬里子、伊達幸博、高橋和歌子、永戸久美、三村寛一、永井純子、榎塚正一、北島見江、田嶋恭江、網野央子 本学の学生と生徒を対象に、ストレス低減を目的とした呼吸法の実験において、生理的指標である皮膚温の面から検討した結果、呼吸法のストレスコー

研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・共著書別	発行又は発表の年月	発行所、発表雑誌等又は学会等の名称	概要
<b>3 学術論文</b>				
8. 女子競泳選手の自律訓練効果について (2)	共	2005年12月	武庫川女子大学発達臨床心理学研究所	ピングとしての有効性が立証された。 田嶋恭江 樫塚正一 目連淳司 伊達萬里子 北島見江 網野央子 M女子大学競泳選手9名に2ヶ月間自律訓練を実施した結果、皮膚温の時系列変化については、トレーニング後に皮膚温の立ち上がり時間が早くなった。皮膚温の変化では、手では前半で温度が上昇した。よって自律訓練を実施したことで体のコントロールが可能になり、うまくコンセントレーションできるようになったと推察する。
9. GYROKINESISのエクササイズが身体活動及ばす影響—中年女性を対象として—	共	2005年04月	武庫川女子大学紀要	北島見江、網野央子、伊達萬里子、田嶋恭江
10. 呼吸法によるストレス低減の試み	共	2005年	武庫川女子大学紀要	伊達萬里子 樫塚正一 北島見江 田嶋恭江 永井純子 網野央子 伊達幸博 三村寛一 ストレス低減を目的とした短時間の呼吸法の効果について生理的指標としてJSACL、YG性格検査面から検討することを目的とした結果、腋窩温、心拍数、皮膚温では自律神経系の機序が働き、有効な生理的効果が明らかになった。心理面では、優雅なAg因子の低下、さらに有意なストレス因子の低下と有意な覚醒因子の上昇が認められた。
11. 水泳授業における不安・好悪とパフォーマンスとの関係 (1)	共	2004年12月	武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要	田嶋恭江、安藤明人、樫塚正一、目連淳司、伊達萬里子、北島見江、網野央子、北田紀子 M女子大学・短期大学の正課の水泳授業受講者158名対象に水泳授業についての不安や好悪が、技能習得や泳力にどのように関連しているかを明らかにすることを目的とした。結果、水泳が好きな学生は、特性不安が低く、クロール・平泳ぎのタイムもよくストローク数も良好であった。水泳に対する感情が好意的に変化した学生の方がストローク数の減少がみられた。
12. オープンカレッジ生の日常生活と運動に関する健康意識	共	2004年04月	武庫川女子大学紀要	北島見江、伊達萬里子、田嶋恭江、岡光昇
13. チタンシールとキネシオテープの比較からみたプラシーボ効果の検討	共	2004年04月	武庫川女子大学紀要	伊達萬里子、樫塚正一、北島見江、田嶋恭江、田中美紀、三村寛一
14. リラクゼーショントレーニングが脳波および生理的指標に及ぼす影響		2004年	体育・スポーツ科学 13号	(伊達・樫塚・田嶋・田中・三村) □本研究は、M女子大学、同短期大学の新体操部の選手を対象にRTプログラムと新たにInitiationを加えた効果について検討した結果、腋窩温については、RTによる優位な温度上昇が認められ、脳波については、α波の含有率が上昇し、リラクゼーション効果を高める手段としての可能性が示唆された。STAIの分析結果から、特性不安尺度の減少が認められ高不安の減少に寄与したと考えられる。担当 (pp. 11~20)
15. 生理・心理学的検証による炭化チタンの効果		2003年03月	武庫川女子大学紀要 51巻	(伊達萬里子・樫塚正一・田嶋恭江・田中美紀・三村寛一) □本研究は、炭化チタンに対する信頼性における認知と運動機能との関連性に着目し、心身の両側面から検討を行うものである。M女子大学、同短期大学の新体操選手を対象とし、腋窩温とα波、運動機能、STAIから関連性を分析した。結果、信頼性の高い群では不安傾向が高いため、チタンを添付することによってプラシーボ効果がみられ、脳波含有率、運動機能等で有意な増加を示し、認知の差異と心身の関与を肯定する事が示唆された。担当 (p. 29~37)
16. 女子競泳選手の自律訓練法の効果について		2002年12月	武庫川女子大学発達臨床心理学研究紀要 4号	(田嶋・樫塚・目連・伊達・田中) □M女子大学水泳部員9名を対象に、試合前の不安を軽減するために、自律訓練法を実施した結果、AT前後で特性不安と状態不安が軽減された。ATごとの生理的变化については、トレーニングの回数を重ねるごとに皮膚温が上昇しリラクゼーションできていることが確認できた。全 (pp. 87)
17. EEG Topographyから見たInitiationの検討		2002年03月	武庫川女子大学紀要 50巻	(伊達・樫塚・田嶋・田中・三村) □本研究は、M女子大学、同短期大学の新体操部の選手を対象にRTプログラムにおける個々の技法について神経・生理的反応の変化を分析しその効果について検討した結果、RTプログラムでは、特に閉眼安静、呼吸法、Initiation、音楽刺激にα波の含有量の増強が認められ、適度なリラックス状態を構築する一方法として妥当性が立証された。担当 (pp. 35~43)
18. スポーツ選手の競技不安について	共	2001年02月	武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要 3号	田嶋・樫塚・目連・伊達・田中 スポーツ選手の大会前の不安がどの様な影響を与えるか、競技不安がどの様に変化していくのかを調査するため競泳選手と新体操選手について比較分析した結果、シーズン前では、5%水準で有意に競泳選手

研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・共著書別	発行又は発表の年月	発行所、発表雑誌等又は学会等の名称	概要
<b>3 学術論文</b>				
19. ストレス低減化を図るためのリラクゼーショントレーニングに関する研究	共	2000年03月	武庫川女子大学紀要（人文・社会科学） 48巻	の競技不安が高く、大会規模が大きくなるにつれて高くなっていく傾向にあった。新体操選手では、大会規模が大きくなっても競技不安は減少傾向にあり、練習を積み重ねることで自信が増し、不安が減少したものと推察する。担当（pp. 127～135） 伊達萬里子・榎塚正一・田嶋恭江・田中美紀・三村寛一 運動経験の少ない一般学生55名を対象にリラクゼーショントレーニングを週1回、3ヶ月実施した結果、トレーニング前後の生理学的変化として腋窩温、心拍数、α波について有意差が認められ、リラックス状態を示した。JSACL、YGの変化について比較分析を行った結果、有意差が認められ、ストレス因子の低下と情緒安定性因子の上昇がみられた。
20. 攻撃を中心としたKinetic Visual acuityのトレーニング効果について	共	1999年11月	武庫川女子大学文学部50周年記念論文集 初版	榎塚正一・田嶋恭江・伊達萬里子 ハンドボールプレイヤーにおける視覚機能を認知した上で、どのように視覚情報を選択、受容しているのかを明らかにし、熟練者と非熟練者にペンシルサッカートレーニング実施し、目の動きの差異を検討した。結果は、熟練者はトレーニング前後に10%の有意差が認められ、非熟練者においても5%の水準で有意差が認められており、明確なトレーニング効果が得られた。担当（pp. 241～250）
21. 水泳学習場面における学習者の心理的变化に関する研究	共	1995年09月	大阪私立短期大学協会研究報告集32巻107頁	田嶋、大野木、田嶋、岡沢 大阪府下の短期大学で実施している水泳集中授業（水泳実習）の泳力別グループ指導における学習者の心理的側面の変化について検討した結果、泳力と態度得点の関係では、泳力の高い者ほど好意的な態度得点が高く、泳力の低い者ほど好意的な態度得点が高いことが認められた。入水中の身体適応と水に対する親和感の経時的変化については、水泳授業の経過にともなって適応の状態を示す得点が経時的に漸増していることがうかがわれた。
22. 若年女性の健康度に関する研究	共	1990年03月	武庫川女子大学紀要第37巻	田嶋・目連・田中・中塘 若年女性44名を標準体重者群、肥満者群、るい瘦者群に分類し、運動生理学的見地からそれぞれの群の健康度について検討した結果、るい瘦者は体重のみならず除脂肪体重も肥満者に比べ少なく、静的筋力は低位であった。又、柔軟性・瞬発力及び有酸素性能力は他の2群に比べ優れていた。肥満者の血圧および血清コレステロール値は高い傾向にあり、加齢に伴う心臓血管系疾患誘発の可能性が高い、との間接的示唆を得た。（pp. 115～122）
23. エアロビクスダンスのトレーニング効果	共	1987年06月	「デサントスポーツ科学」 第8巻	黛・目連・横山・北島・田嶋 女子大生26名を被検者に、週3回、1回に60分間、2ヶ月間実施し、生体に及ぼす影響をみるため、トレーニング前・中・後の測定値を比較検討した。形態・体構成ではトレーニング前後で有意に減少し、運動能力関係、Sit UP、サイドステップ、柔軟性が有意に増大した。呼吸循環系では、VC、FVC、MVVに改善が認められ、最大作業時のHRは低く $V_{O2} < 0.2 > \text{max}$ 、 $-V_{E\text{max}}$ は有意に増加し、オルアウトタイムが延長した。（pp. 292～300）
24. 女性の健康と運動実施状況について	共	1986年02月	武庫川女子大学紀要第33巻	榎塚・目連・永田・田嶋 スポーツ教室に参加する主婦136名に運動実施状況や健康感についてのアンケート調査を実施した結果、健康維持を目的に、週1～2回の運動を実施している者が多かった。（pp. 51～57）
25. 女子学生の運動に関する意識と運動能力の関係第3報	共	1985年02月	武庫川女子大学紀要第32巻	丹羽・行森・永田・伊達・三井・北島・初田 本学学生の入学時における形態、体力、運動能力を運動の好き嫌い別に検討した。運動の好きな者は、形態、体力、運動能力のどの項目にも優れていたが、全国平均に比べ、全般的に低いと同様、運動に対する意識も低かった。（pp. 1～9）
26. 高等学校水泳指導の現状について	共	1985年02月	武庫川女子大学紀要第32巻	榎塚・目連・初田 高等学校の水泳指導者を中心に、練習環境や指導方法を把握するためアンケート調査を実施した。施設や環境については恵まれたチームが多く、監督・チームの指導において、勝利スポーツを奨励する傾向にあった。（pp. 17～25）
27. 大学生の水泳選手における性格と体格	共	1983年02月	武庫川女子大学紀要第30巻	初田・永田・目連 トップレベルの競泳選手を中心に、男女、体格別にY-G性格検査を実施した結果、体格では一般学生の全国平均値を上回っており、特に胸囲に大きな差がみられた。Y-G性格検査では、男子選手は神経質であるのに対し、女子は気分の変化が小さかった。（pp. 23～33）

その他				
<b>1. 学会ゲストスピーカー</b>				
1. 武庫川女子大学臨床心理学研究所主催公開講座(コーディネイター)		2007年11月		不登校のあり方とその具体的支援一紙上ロールプレイング法を用いて
2. 武庫川女子大学臨床心理学研究所主催公開講座(コーディネイター)		2006年10月		子どもの成長が親を育てる一子どもと親支えるコーチング
3. 武庫川女子大学臨床教育研究所主催公開講座(コーディネイター)		2005年10月		子育てのバランス
4. 武庫川女子大学臨床教育研究所主催公開講座(講師)		2004年10月		子どものストレスを考える一ストレスマネジメントを中心に
5. 武庫川女子大学臨床教育主催公開講座(講師)		2003年11月		子育てにおける心のサポート
6. 健康・スポーツ科学科主催フォーラム(講師)		2001年12月		一メンタルトレーニングを中心に
<b>2. 学会発表</b>				
1. 水泳授業における不安・好悪とパフォーマンスとの関係(1)	共	2004年09月		安藤明人, 田嶋恭江 一般女子大学生を対象として、水泳という非日常的運動の技能修得の際に持つであろう不安や好みが技能習得や泳力などパフォーマンスにどのように関連しているのかを調査した結果、初回及び最終回における水泳に対する好悪と不安事故効力感及び泳力との関係は、前・後どちらにおいても水泳の好きな学生は特性不安が低く、クロールタイムもストロークも良好であった。
2. プラシーボ効果からみたチタンシールとキネシオテープの差異について	共	2004年09月		伊達萬里子, 樫塚正一, 田嶋恭江, 網野央子 M女子大学新体操選手14名にチタンシールにおける認知的評価の個人差とプラシーボ効果との関連性を明らかにした。チタンシール信頼性が高い群では、チタン貼付後α波の含有量が5%の有意水準で認められた。キネシオテープの貼付後には認められなかった。
3. プラシーボ効果からみたチタンシールとキネシオテープの差異について	共	2004年09月		伊達・樫塚・田嶋・網野 M女子大学新体操選手14名対象に、チタンシールにおける認知的評価の個人差とプラシーボ効果との関連性を明らかにした。チタンシールにおける信頼性が高い群ではチタンシール貼付後α2波の含有率が上昇し5%の水準で有意差が認められたがキネシオテープの貼付後では有意差は認められなかった。測定結果よりチタンシールに対する信頼性の差異が機能向上に影響を与える一原因になることが判明した。
4. 高齢者の日常生活と運動に関する健康意識	共	2004年09月		北島・伊達・田嶋 地域にくらす人々の健康や運動に対する意識がどのように影響を及ぼしているのか、①日常生活と運動②健康に関する意識についての実態調査を実施し、高齢者・成人女子大生で分析を行った結果、運動実施については高齢者の方が成人女子大生より比べ運動実施率が高かった。また健康に関する意識については、高齢者の方が成人女子大生より身体の健康度意識が高かった。
5. 高齢者の日常生活と運動に関する健康意識	共	2004年09月		北島見江, 伊達萬里子, 田嶋恭江 健康に関する意識についての実態調査を実施し、高齢者・成人女性間で分析を行った結果、運動実施については、高齢者の方が成人女性に比べて運動実施者が高かった。また、健康に関する意識については、高齢者の方が成人女子大生より身体の健康度の意識が高かった。
6. 炭化チタンによるプラシーボ効果の検討		2004年03月		(伊達萬里子・樫塚正一・田嶋恭江・田中美紀・橋爪理佳) □本研究の目的は、炭化チタンに対する信頼性における認知の違いとプラシーボ効果との関連性に着目し、心身の両側面から検討するものである。実験結果から、信頼性が高い群では過去の記憶の情報が心理的なアプローチとして働き、プラシーボ効果の主体である暗示効果として作用し、垂直跳びや反復横跳び、長坐位前屈などの運動機能の向上がみられたと考えられる。
7. 炭化チタンの貼付によるα波含有率と運動機能の変化		2003年09月		(伊達萬里子・樫塚正一・田嶋恭江・田中美紀) □スポーツ選手の中で炭化チタンの効用性について疑問視している状況を踏まえ、心身にどのような影響を与えるのか検討するため、脳波と身体面から、炭化チタンに対する選手の信頼性の有無と炭化チタン貼付による心身の変化との関連性を明らかにした。結果、信頼性の高い群では全ての測定で信頼性の低い群より測定値が有意な向上を示し、信頼性の差異が生理的側面と運動機能の向上に影響を与えることが実証された。
8. 女子競技運動選手の自己と競技不安	共	2001年11月		安藤・田嶋 競技運動選手と同年齢層の一般学生を比較すると、自己効力感コントロール欲求が高く、セルフ・ハンディキャッピングが低い傾向にあった。また、競技

研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・ 共著書別	発行又は 発表の年月	発行所、発表雑誌等 又は学会等の名称	概要
<b>2. 学会発表</b>				
9. 女子ハンドボール選手の心理的競技能力に関する研究～経験年数および大会参加経験別による比較～	共	2000年03月		運動選手は試合直前期になると状態不安が軽減し自己効力が高まった。これは満足ゆく練習の結果として、試合に対する自信が高まったと考えられる。そして試合の中心メンバーである上級学年になるほど、状態不安が低く、セルフ・ハンディキャッピング傾向が低い結果となった。 榎塚正一・伊達萬里子・田嶋恭江・田中美紀 女子ハンドボール選手の所属別（社会人、大学生、高校生）422名を対象に経験年数および大会参加経験が心理的競技能力との関連を明らかにするため、DIPCA2を実施した結果、所属別では大学生の勝利意欲がすべての項目に高い値を示していた。経験年数では、10年以上の経験者が能力が高く、県・地区大会参加経験別では経験豊富な選手が必ずしも能力が高いとは限らないという結果となった。
10. 水泳に対する態度および入水・水中運動で得られた『感覚』『気持ち』の変化とswim Performanceについて	共	1993年11月		田嶋、目連、重村、神田、岡沢 水泳の授業経過にともなう学習者の入水および水中運動で「感覚」「気持ち」の変化について検討した。平均値の差の検定から、2泳法のストローク数の減少と、「入水中の身体適応」を示す項目、および「好き」「嫌い」などに高い有意差が認められた。更に、各項目間の相関を求めたら、プレストのストローク数と、「感覚」「気持ち」については、特に「入水中の身体適応」を示す項目との間に相関がみられた。
11. 授業経過にともなう水泳に対する態度および入水・水中運動で得られた「感覚」「気持ち」の変化について	共	1991年10月		田嶋・目連・岡沢 水泳授業を経験した女子大学生の水泳に対する態度の変化や入水および水中運動で得られた「感覚」「気持ち」の変化について、仮説した質問項目の妥当性と授業の展開などの関係を検討した。仮説質問を因子分析した結果、全ての項目が有意であり、質問項目が水泳の態度研究に妥当性を持つものと思われる。また、水温に対する感覚と水に対する気持ちの良し悪しは共通因子であるとの結果が得られた。
12. 授業経過にともなう水泳に対する態度及び入水・水中運動で得られた「感覚」「気持ち」の変化について	共	1991年10月		田嶋、目連、田嶋、岡沢 水泳授業を経験した女子大学生の水泳に対する態度の変化や入水および水中運動で得られた「感覚」「気持ち」の変化について、仮説した質問項目の妥当性と授業の展開などの関係を検討した。仮説質問を因子分析した結果、全ての項目が有意であり質問項目が水泳の態度研究に妥当性を持つものと思われる。また、水温に対する感覚と水に対する気持ちの良し悪しは共通因子であるとの結果が得られた。
13. 女子学生の運動経験層からみたライフスタイルと形態・体構成・運動能力に及ぼす影響	共	1991年10月		北島、永田、田嶋、三谷、中野、黛、野村 我々が生活していく上で、運動経験が健康に関する種々の項目に、どの様に影響を及ぼすかを検討してみた。結果1) 運動・スポーツ経験者は若年層から運動習慣や環境が良好のため、形態・体構成・運動能力の上位者が多かった。2) 食生活・健康管理面では、運動の未経験者が、運動を実施しない反面、食事摂取の意識や睡眠などへの配慮が良好であった。
14. 女子競泳選手の年間トレーニングが体力に及ぼす影響	共	1990年10月		目連、三谷、田嶋、黛 水泳選手の有酸素パワー及び無酸性作業門値を測定することにより、練習プログラムの指標とするため、日本学生出場者26名に、最大酸素摂取量、血中乳酸値及び形態測定を実施したその結果、鍛練期において体重減少、周育、皮下脂肪厚に減少がみられ心肺機能においてもVO <sub>2</sub> max、HRmaxも減少傾向にあり、トレーニングの効果が得られた。
15. 女子競泳選手の年間トレーニングが体力に及ぼす影響	共	1990年10月		目連・三谷・田嶋・黛 水泳選手の有酸素パワー及び無酸性作業門値を測定することにより、練習プログラムの指標とするため、日本学生出場者26名に、最大酸素摂取量、血中乳酸値および形態測定を実施した。その結果、鍛練期において、体重減少・周育・皮下脂肪厚に減少がみられ、心肺機能においてもV <sub>O2</sub> max、HR max も減少傾向にあり、トレーニングの効果が得られた。
16. 青年女子の形態理想像とその問題点	共	1990年09月		黛、三谷、田嶋、北島、永田 近年、青年女子においては、極めて強い瘦身指向がみられる。そこで青年女子自身の形態に対する認識及び、理想像を調査し、流行の痩せ指向並びに形態の理想像について体面からみて問題はないかどうか検討したい。
17. エアロビクスダンスのトレーニングが呼吸循環器能及び体組成に及ぼす影響	共	1987年09月		目連、北島、田嶋、三谷、黛 本研究では2ヶ月エアロビクスダンスをトレーニング方法として呼吸循環器系および体組成にどのように影響するかを目的に調査した。結果：ATにおいて

研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・ 共著書別	発行又は 発表の年月	発行所、発表雑誌等 又は学会等の名称	概要
<b>2. 学会発表</b>				
18. 女性の健康の運動実施状況について 第2報	共	1987年09月		<p>はトレーニング実施前において、7.43分であったがトレーニング中間期には、8.35分に増加しトレーニング終了後には、9.53分であり有意な増加がみられた。また最大酸素摂取量においてもトレーニング前では、2.001であったが、中間期には、2.211と増加し、終了時には、2.131と有意な増加がみられた。</p> <p>永田、目連、北島、田嶋 水泳教室婦人クラス参加者53名を対象に、トレーニング前後の効果をみるため、形態・体力・運動能力面において測定し比較・検討した結果、周育では大腿囲が有意に減少し、皮下脂肪厚は、大腿部と上腕背部いずれにも有意に減少した。運動能力面では、垂直とび、反復横とびに有意に高い値を示した。</p>
19. Aerobic Dance Exerciseが血液性状に及ぼす影響	共	1987年09月		<p>三谷、北島、田嶋、目連、黛、田中、堀 女子大生26名を被検者に週3回、1回60分間エアロビクスダンスを2ヶ月間実施し、そのトレーニング前、中、後の3回早朝空腹安静状態で肘正中静脈より採血して分析した結果エアロビクスダンスはRBCを破壊させ血液濃度を稀くする作用をもつ、実施にあたっては、Fe蛋白などの栄養素の摂取はもとよりバランスのとれた栄養摂取を心掛けることが肝要である。</p>
20. 女性の健康と運動実施状況について第2報	共	1987年09月		<p>永田・目連・北島・田嶋 水泳教室婦人クラス参加者53名を対象に、トレーニング前・後の効果をみるため、形態・体力・運動能力面において測定し比較・検討した結果、周育では大腿囲が有意に減少し、皮下脂肪厚は大腿部と上腕背部のいずれにも有意に減少した。運動能力面では、垂直とび、反復横とびに有意に高い値を示した。</p>
21. Aerobic Dance Exercise が血液性状に及ぼす影響	共	1987年09月		<p>三谷・北島・田嶋・目連・黛・田中・堀 女子大生26名を被検者に、週3回、1回60分間、エアロビクスダンスを2ヶ月間実施し、そのトレーニング前・中・後の3回、早朝、空腹、安静状態で、肘正中静脈より採血して分析した結果、エアロビクスダンスは、RBCを破壊させ、血液濃度を稀くする作用をもつ。実施にあたっては、Fe蛋白などの栄養素の摂取はもとより、バランスのとれた栄養摂取を心掛けることが肝要である。</p>
22. 長時間水泳時における生体の反応について	共	1985年09月		<p>目連・初田・黛・辻田・堀 遠泳時に生体のうける変化の資料とするため、水温と体温との関係を中心に、水温27.5℃の室内プールで1時間の平泳ぎ時の心拍数、直腸温および8ヶ所皮膚温を測定した結果、水温が低い環境での長時間の水泳は、生体に与えるダメージが大きいため、水温に伴う実施時間等、考慮の必要性がある。</p>
23. 長時間水泳時における生体の反応について	共	1985年09月		<p>目連、初田、黛、辻田、堀 遠泳時に生体のうける変化の資料とするため水温と体温との関係を中心に、水温27.5℃の室内プールで1時間の平泳ぎ時の心拍数、直腸温および8ヶ所皮膚温を測定した結果、水温が低い環境での長時間の水泳は生体に与えるダメージが大きいため水温に伴う実施時間等、考慮の必要性がある。</p>
<b>3. 総説</b>				
<b>4. 芸術（建築模型等含む）・スポーツ分野の業績</b>				
1. 第88回関西学生選手権水泳競技大会		2014年7月		第88回関西学生選手権水泳競技大会において水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
2. 第87回関西学生選手権水泳競技大会		2013年7月		第87回関西学生選手権水泳競技大会において水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
3. 第86回関西学生選手権水泳競技大会		2012年7月		第86回関西学生選手権水泳競技大会において水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
4. 第85回関西学生選手権水泳競技大会		2011年7月		第85回関西学生選手権水泳競技大会において水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
5. 第84回関西学生選手権水泳競技大会		2010年7月		第84回関西学生選手権水泳競技大会において水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
6. 第83回関西学生選手権水泳競技大会		2009年7月		第83回関西学生選手権水泳競技大会において水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
7. 日本学生選手権水泳競技大会		2008年09月		200mバタフライにおいて2位・3位と上位入賞を果たし、オリンピック強化指定BとCに2名の強化選手としてが選ばれました。また、400mメドレーリレーと400mフリーリレーにおいても7位という成績を残すことが出来ました。
8. 日本学生選手権水泳競技大会		2007年09月		競技レベルの高い、日本学生選手権水泳競技大会

研究業績等に関する事項

著書、学術論文等の名称	単著・共著書別	発行又は発表の年月	発行所、発表雑誌等又は学会等の名称	概要
<b>4. 芸術（建築模型等含む）・スポーツ分野の業績</b>				
9. 第77回関西学生選手権水泳競技大会		2004年07月		において、世界選手権やユニバーシヤード代表選手と競い女子400m自由形で3位入賞させた。 第77回関西学生選手権水泳競技大会で水泳部監督として女子総合優勝を果たした。
<b>5. 報告発表・翻訳・編集・座談会・討論・発表等</b>				
1. 武庫川女子大学発達心理学研究所公開講座 心のパートⅢ シンポジウム「思春期のスポーツと心」講師		2003年		
2. 健康・スポーツ科学科フォーラム 心理学がスポーツ活動に果たす役割「メンタルトレーニングを中心に」講師		2003年		
3. 武庫川女子大学発達心理学研究所公開講座 心のパートⅤ シンポジウム「子育てにおける心のサポート」講師		2003年		
4. 川西市公民館子育てセミナー講師「幼児期のこころとからだ」		2003年		
5. 兵庫県体育協会C級スポーツ指導員養生講習会講師「メンタルトレーニングについて」		2003年		
<b>6. 研究費の取得状況</b>				

学会及び社会における活動等

年月日	事項
	日本体育学会 日本教育医学会 日本箱庭療法学会 日本心理学会 日本体力医学会