

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：講師

氏名：安田 良子

研究分野	研究内容のキーワード
アスレティックトレーニング	パフォーマンス向上, スポーツ外傷・障害予防, 投球障害
学位	最終学歴
修士(教育学)	武庫川女子大学大学院文学研究科教育学専攻修士課程修了

教育上の能力に関する事項		
事項	年月日	概要
1 教育方法の実践例		
1. スポーツトレーニング論の講義にて実施	2017年4月～7月	トレーニングプログラムを立案することを目的とした講義において、受講学生をグループ分けし、各グループで立案したプログラムについて、プレゼンテーション形式で発表させるようにした。また、発表内容についても最新のスポーツ科学に基づいたトレーニングを盛り込むよう調査させ、自宅学習を行うよう促した。
2. コンディショニング・トレーニング(実技科目)の授業にて実施	2016年4月～2017年12月	コンディショニングに関するトレーニングについて、学生自身にプログラムを立案させ、他の学生を選手に見立て指導させた。指導内容については、文献を調査し、スポーツ科学に基づいたプログラムを立案するよう説明し、自宅学習を行うよう促した。
3. コンディショニング実習(実技科目)にて実施	2016年4月	ストレッチングおよびスポーツマッサージの授業において、学生をペアリングし、ストレッチング・マッサージ実施前後の身体を互いに評価させ、その効果について体感し、フィードバックさせるように工夫した。
2 作成した教科書、教材		
1. 足関節テーピングに関する動画作成	2016年4月～	足関節のテーピングの巻き方について、4分の1コマのスローモーション動画を作成した。動画内容は巻く側の目線に対応しており、多方向のアンクルからテーピングの巻き方を捉えることができるようにした。実際に巻く示範の姿と動画での説明を用いることにより、細部にわたったテーピングの巻き方を学び、理解を深めるようにした。
2. トレーニングシューズの選び方と履き方に関する資料作成	2016年12月	トレーニング時の靴の選び方や靴の履き方を提示した。パフォーマンスの向上および怪我予防のために必要な靴に関する知識を深め、自己管理能力を向上させるよう啓蒙した。
3. 選手のモチベーションアップを図るDVDの作成	2012年6月	全国大学野球選手権に出場する選手に対し、DVDを作成し、大会前の選手のモチベーションを高めた。
4. セルフストレッチングのポスターおよびDVDの作成	2011年12月	ボート競技を行う学生に対し自己管理の一環としてセルフストレッチングを行うよう意識づけるためポスターおよびDVDを作成した。
5. バレーボールの授業において賞状を作成	2008年2月	高校3年生のバレーボールの授業でグループ対抗試合を行った際、優勝チームに対して賞状を作り、生徒の意欲を高めた。
3 実務の経験を有する者についての特記事項		
1. 大阪社会体育専門学校実習生指導	2017年7月	関西ジュニアテニス選手権大会にてアスレティックトレーナー業務について指導した。
2. 武庫川女子大学「健康科学」連携教育フォーラム講演	2017年9月	健康スポーツ科学部健康スポーツ科学科、生活環境学部食物栄養学科、薬学部健康生命薬科学科の1年生を対象に「私の学生時代と今？健康科学を学ぶ？」といったテーマでアスレティックトレーナーの観点からスポーツ科学の活用方法等について講演を行った。
3. 鹿屋体育大学実習生指導	2012年8月	実技および見学実習を行う。スポーツ指導者について助言した。RICE処置の方法などの実技を指導した。
4 その他		
1. 立命館守山高等学校ハンドボール部トレーニング指導	2018年3月	ハンドボール選手に必要なフィジカルトレーニング(下肢のトレーニング・サーキットトレーニング)について実技講習を行った。
2. 「より良い授業方法の工夫と実践」に関する奨励事項について顕彰を授与	2016年8月	実技科目(コンディショニング実習)に関し、「より良い授業方法の工夫と実践」に関する奨励事項について、武庫川女子大学学長より顕彰を授与いただいた。
3. 草津東高等学校女子バレーボール部指導	2016年11月	バレーボール選手に必要なコンディショニング(トレーニングやストレッチング、ケア)について実技を兼ねた講習を行った。
4. 桃山学院高等学校男子バレーボール部指導	2015年4月～12月	アスレティックリハビリテーションおよびトレーニング、コンディショニングについて指導した。
5. 龍谷大学体育局フレッシューズキャンプ講演	2012年6月	龍谷大学の新生運動部員を対象に「向き合い、対話し、準備する-全ては勝利のために-」というテーマで講演し、身体・心との向き合い方、怪我した際の心構えや対処方法、チームメイトとの関係作り等について提示した。

教育上の能力に関する事項		
事項	年月日	概要
4 その他		
6. ドーピング検査講習会開催	2008年8月～2012年8月	龍谷大学アメリカンフットボール部および端艇部を対象にドーピングについて講習を行った。内容は、ドーピングが禁止される理由や検査手順、禁止薬物や禁止方法、使用可能薬、日常生活での注意点について提示した。また、サプリメントに関する知識も教示した。

職務上の実績に関する事項		
事項	年月日	概要
1 資格、免許		
1. 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー	2013年4月～2018年2月	龍谷大学硬式野球部にて、アスレティックトレーナーを務めた。主にウォーミングアップおよびクールダウンの指導、選手個々のコンディショニング指導、補強種目を中心としたトレーニング指導、ケガした選手の競技復帰までのアスレックリハビリテーション指導、救急処置等を行った。
2. 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー	2008年4月～2013年3月	龍谷大学トレーニングルームにて、運動部に所属する学生を対象にアスレックトレーニング指導を行った。試合や合宿にも帯同し、アスレックトレーナーとして、選手をサポートした。2012年には、全国大学野球選手権大会に帯同し、主にスターティングメンバーのケアおよびコンディショニングについて指導した。

2 特許等		

3 実務の経験を有する者についての特記事項		
1. 第23回スポーツ傷害フォーラム発表	2018年1月	「野球選手における足部の特性と肩・肘関節障害との関連性の検討」というテーマで発表した。第22回で発表した調査項目に加え、大学生野球選手の内側縦アーチおよび後足部アライメントも調査し、肩・肘関節障害との関連性を検討し、発表した。
2. 第22回スポーツ傷害フォーラム発表	2017年1月	「野球選手における足底・足趾の特性と肩関節・肘関節障害との関連性の検討」というテーマで発表した。投球動作における足部の機能に注目し、大学生野球選手の足趾形態、足底の胼胝箇所を調査した。調査結果と肩・肘関節障害との関連性を検討した内容を発表した。

4 その他		
1. 全日本ジュニアテニス選手権大会アシスタントトレーナー	2017年8月	日本テニス協会主催2017年度全日本ジュニアテニス選手権において大会アシスタントトレーナーを務める。
2. びわこ成蹊スポーツ大学脳振盪評価専門測定員	2017年4月2018年2月	新入生を対象としたSCAT3を用いた脳振盪ベースライン評価の測定員を務める。
3. 関西ジュニアテニス選手権大会アシスタントトレーナー	2016年7月2017年7月	関西テニス協会主催平成28・29年度関西ジュニアテニス選手権大会において大会アシスタントトレーナーを務める。
4. 関西オープンテニス選手権大会大会アシスタントトレーナー	2016年5月	関西テニス協会主催第92回関西オープンテニス選手権大会において大会アシスタントトレーナーを務める。
5. 奈良県野球肘検診コンディショニングスタッフ	2016年11月	特定非営利活動法人「奈良野球少年を守る会」主催第7回野球肘検診において、中学生野球選手に対し、ストレッチングを中心としたコンディショニングアドバイスを行う。
6. 京都丹波トライアスロン大会in南丹、JTUエイジグループランキング対象大会、京都府中学選手権、京都府高校選手権大会トレーナー	2015年7月2017年7月	京都丹波トライアスロン大会実行委員会主催第1回～第3回京都丹波トライアスロン大会において大会トレーナーを務める。
7. マイナーカップ大会トレーナー	2012年12月2010年12月	滋賀県フライングディスク協会主催第6回・第8回マイナーカップ（アルティメットの大会）において大会トレーナーを務める。
8. 兵庫県スポーツ少年団総合競技大会大会トレーナー	2012年12月2015年12月	公益財団法人兵庫県体育協会兵庫県スポーツ少年団主催第22回・第25回兵庫県スポーツ少年団総合競技大会において大会トレーナーを務める。

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
1 著書				
2 学位論文				
1. 小学校におけるアスレックトレーナーの配置に関する研究：理論と実態調査を視野に入れて	単	2008年3月	教育学研究論集	教員資格を有するATが小学校に配置されていれば、発達段階に応じた専門的な運動や遊びを指導し、体力・運動能力の向上を図るのではないかと検討。配置された場合の身分の位置付け、役割等を文献およびアンケート調査から明らかにし、AT配置の重要性と必要性を主張した。
3 学術論文				

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
3 学術論文				
1. 立位姿勢での大腿四頭筋セッティングの検討：内側広筋筋活動に着目して	共	2007年3月	関西臨床スポーツ医・科学研究会誌	得能三貴、小柳好生、相澤 徹、田中繁宏、山本嘉代、安田良子 大腿四頭筋セッティングは、大腿四頭筋の筋力維持のトレーニングとして術後早期より用いられている。本研究は、内側広筋活動に着目し、Open Kinetic ChainとClosed Kinetic Chainでの大腿四頭筋セッティングのより効果的な方法について検討した。
その他				
1. 学会ゲストスピーカー				
2. 学会発表				
1. 野球選手における足部の特性と肩・肘関節障害の関連性に対する検討	共	2017年7月	第6回日本アスレティックトレーニング学会学術集会	安田良子、篠原靖司、伊坂忠夫、熊井司、小柳好生 大学生野球選手の足部を調査し、肩・肘関節障害を受傷した選手と未受傷の選手の比較検討を行った。肩・肘に既往がある選手の軸足・ステップ足の足底は前足部外側の皮膚肥厚を認め、足趾の形態は小趾が内反する傾向を示した。この結果は、ワインドアップ期において、前外側荷重で蹴り出す傾向にあり、通常の母趾部での蹴り出しよりも蹴るタイミングが遅くなることが推測された。さらに、加速期以降においては、小趾球での外側荷重での着地となるため、不安定な状態でボールを放していることが推測された。この不安定な投球動作は、上肢に大きく負担のかかるものとなり、投球障害へ結びつく可能性が示唆された。
2. 龍谷大学トレーニングセンターアスレティックリハビリテーションルーム過去4年間の利用実態報告	共	2009年8月	第64回日本体力医学会大会	鍵森 綾、安田良子 龍谷大学内アスレティックリハビリテーションルームの年度別・月別利用者総数、クラブ別利用者実数、利用者の年度別・月別傷害発生件数について発表した。
3. 総合型地域スポーツクラブにおける子どもの運動指導の現状について：西宮市の場合	共	2009年8月	第60回日本体育学会大会	吉田小百合、山本嘉代、安田良子、小柳好生 総合型地域スポーツクラブにおける運動指導の現状を明らかにするため、西宮市の39施設の指導者にアンケート調査と聞き取り調査を行った。結果は、コンディショニングに関して何らかの指導はされていたが有資格者は少なく、応急処置を行うことに不安を感じている指導者が存在した。文科省が期待する「質の高い指導者がいて、個々のスポーツニーズに応じた」指導の現状に至っているとは言い難い結果となった。
4. 小学校におけるATの配置に関する検討：小学校教諭へのアンケート調査から	共	2008年9月	第59回日本体育学会大会	安田良子、山本嘉代、吉田小百合、小柳好生 小学校教諭を対象にアンケート調査を行い、小学校における運動指導の現状を明らかにし、運動指導の専門家の配置について検討した。さらにその専門家がAT資格保有者であることの有意性を明らかにすることを目的とした。結果は、運動指導の専門家の配置に前向きな意見が多く、その立場は体育専科教員としてすることが望ましいという意見が多かった。AT資格に関しては、必須ではないがATが担う役割を実践できることも専科教員に期待されていることが明らかとなった。
3. 総説				
4. 芸術（建築模型等含む）・スポーツ分野の業績				
5. 報告発表・翻訳・編集・座談会・討論・発表等				
6. 研究費の取得状況				

学会及び社会における活動等

年月日	事項
1. 2016年12月	滋賀県競技力向上対策本部主催「競技力向上に向けた医科学講習会」開催
2. 2015年12月	滋賀県競技力向上対策本部 スポーツ医・科学委員会コンディショニング部会主催「ジュニア研修会」開催