

講義レジュメ

講 師 上智大学教授 師岡文男

内容・テーマ 健康づくりと社会教育

期 日 2017年2月7日

1. 健康とスポーツ

(1) WHO「健康憲章」前文による健康の定義

健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、社会的にも満たされた状態にあること

(2) スポーツとは何か？

sport の語源：deportare（ラテン語）「普段と違うところに心と身体を運ぶ」

「運動競技」や「遊戯・競争・肉体的鍛錬の要素を含む身体運動の総称」の他に、「気晴らし」「慰み」「暇つぶし」「ふざける」などの意味もある

IOC 承認スポーツ「チェス」と「ブリッジ」→「スポーツ嫌い」はありえない

(3) スポーツ活動成立条件

主体的条件　－　心　・　技　・　体

環境的条件　－　人　・　物　・　場　・　金　・　時間　・　情報　・　目標

2. オリンピック憲章・スポーツ基本法などを活かした健康づくり戦略

(1) 「オリンピック憲章」オリンピズムの根本原則

スポーツをすることは人権の1つである。すべての個人はいかなる種類の差別も受けることなく、スポーツをする機会を与えられなければならない。

(2) 「スポーツ基本法」前文

スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵(かん)養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動であり、今日、国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む上で不可欠のものとなっている。スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利であり、全ての国民がその自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公正な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、又はスポーツを支える活動に参画することのできる機会が確保されなければならない

(3) 健康づくり戦略例

- ①地域でのオリ・パラ支援/盛り上げ活動を通じての精神的・社会的良好状態の創出
- ②公園の活用
- ③パラリンピック競技やニュースポーツ導入によるスポーツ・フォア・オール促進
- ④総合型地域スポーツクラブの多機能化の強化
- ⑤インセンティブ戦略の実施　など