

筑波大学の「今」を切りとる季刊広報誌

# TSUKU COMM

TSUKUBA COMMUNICATIONS

【ツクコム】



筑波大学  
University of Tsukuba





2017 SPRING **TSUKU  
COMM** vol.35

04 「聴」斎藤環 教授

08 「鼎談」王貞治 氏 × 林華章 氏 × 永田恭介 学長

14 「TSUKUBA OBOG」笹山敬輔 氏

16 「附属学校めぐり」附属大塚特別支援学校 安達敬子 教諭

18 「躍動 筑波大生」梶原悠未さん / 手塚亮太さん

20 「Homeland」アナスタシア・ペンダーさん

22 TOPICS | 27 世界のトピラ | 28 リレーエッセイ

# 人の存在こそが人を癒す

医学医療系

齋藤 環

教授

*Tamaki Saito*

## 対話がクスリになる 新しい精神医療を目指して

引きこもりやヤンキー文化。これらは単に社会現象を評論するためのキーワードではありません。不登校や家庭内暴力など、病気とも言えない社会不適応状態やその背景を客観的に理解することは、そういう悩みを抱える人々のケアにあたる際にはとても重要です。精神科医として、メディア出演や執筆活動をこなしつつ、全く新しい考え方に基づいた、対話による精神医療の方法を確立、導入すべく、研究と診療に精力的に取り組んでいます。

聴心

INTERVIEW



■「引きこもり」の実相

学校や職場などの所属がなく自宅に閉じこもっている状態——それが「引きこもり」です。「病気」ではなく「状態」ですから、これに対する呼称もありませんでしたが、大学院生の頃に所属していた研究室では、こういった人々を数多く診ていました。そんな中で、指導教員だった稲村博助教授(当時)が、これらの状態を総称して「思春期挫折症候群」と呼び始めたことで、症状として認識されるようになりました。

「引きこもり」という呼び方の発祥ははっきりしていませんが、1980年代にアメリカで作られた精神障害の診断基準に「Social withdrawal」という記述があり、「社会的引きこもり」と訳されていました。しかしこれも診断名

ではありません。ホームレスや家庭内暴力などと同様、医学の対象との線引きが曖昧な、社会不適応な状態という位置づけです。

引きこもりの大半は、不登校だった子供が進学も就職もせず、そのまま同じ生活を続けるケースです。現代社会では異質な人々と捉えられるものの、戦前の日本文学の中には、今という「ニート」のような人や、結婚前には親族以外とはほとんど接触しない女性などが、違和感なく描かれています。日本には、社会参加をしないライフスタイルを、ある程度受け入れる文化的土壌があるのかもしれませんが。

■治療の可能性

社会と関わらないというだけで、何らかの治

療が必要でしょうか。本人も自分は病気だとは思っていない場合がほとんどです。しかし自然治癒が起これにくく、放置すれば長期化すること、それに伴って、生活習慣病やうつ病など、健康に悪影響を招くことは実証されています。ただ、孤立した生活の中で、偉大な発明・発見や優れた創作活動をする人もいますから、引きこもりを悪あるいは異常と、短絡的に言い切ることはできません。

しかしながら、本人がなんとかしたいと思えば、治療や支援は可能です。その時に最も有効なのは対話。医師だけでなく、同じような経験をした人たちとの対話も重要です。本人の問題意識の乏しさや家族関係のトラブルなど、共通した課題を含んでいることから、依存症の治療に用いられるグループセラピーのようなスタイルをとることもあります。





## ■ サブカルチャーから思春期を捉える

昨今は中高年の引きこもりも問題視されていますが、その多くは思春期に発端があります。思春期を理解しようと、若者文化の観察・批評もしています。特に注目しているのが「オタク」と「ヤンキー」。どちらも、何かと揶揄されがちではありますが、現代の日本社会を語る上では欠かせないキーワードです。

今や「クールジャパン」として世界中で人気のアニメやゲームも、オタク文化の蓄積によって生まれました。ただ、そこに登場するキャラクターに疑似的恋愛感情を抱くというのが、オタクの特徴の一つです。現実離れた無垢なキャラクターが生まれる背景を探っていくと、それら

を欲望の対象として扱うのは、思春期の倒錯したセクシュアリティに特有の、特殊な才能だと考えることができます。

ヤンキーというと「不良」をイメージするかもしれませんが、彼らの中にはタテ社会的なルールや行動主義といったある種の「軸」があります。筋を通す、家族を大切にするなど価値観は、地域の活性化や災害時の復興支援活動においては大いに役立っています。一方、そのような仲間意識の強い集団内でうまくいかなくなると、アイデンティティを見失い、心のバランスを崩す傾向が強くなります。また、とにかく体を動かすことを重視するため、知識を得て深く考えることや、いわゆる格調の高い文化を否定してしまいます。このような考え方は通常、経済的に下層

の社会でのみ通用するものですが、日本では、芸能界や政界を始めあらゆる階層に広がっていて、他の価値観との対立が生まれやすくなっています。

## ■ 対話を持つ優れた治療力 「オープンダイアログ」

精神医学は最近まで、疾患の原因は脳にあり、薬で治療する、という内科的モデルで捉えられてきました。しかしこれには限界が見えています。脳に問題がなくても、人間関係や生活環境によって精神を病んでしまうことはしばしばあります。周囲との対話が断絶し、一人の世界に入り込んでしまうと、症状はこじれていきます。引

### 『オープンダイアログとは何か』

斎藤環 著+訳  
医学書院 2015年

#### 主要著作

『文脈病』青土社 1998年、『ひきこもり救出マニュアル』PHP研究所 2002年  
『ひきこもり文化論』紀伊國屋書店 2003年、『生き延びるためのラカン』バジリコ 2006年  
『ひきこもりはなぜ「治る」のか?』中央法規出版 2007年、『ひきこもりのライフプラン』(共著) 岩波書店 2012年  
他



## 直接対話することに意義がある

きこもりは、その典型なのです。

ということは、治療のカギは対話を開くこと。患者との信頼関係を築くだけで、かなりの改善がみられるようになります。「人薬(ひとぐすり)」という言葉がある通り、結局、人を癒すことができるのは人の存在。むしろ、薬や精神療法だけで同じような効果を得ようとしても、簡単にはいかないでしょう。関わるのが毒になってしまう人もいますが、それは即ち、人が人に変化をもたらすことができるという証明です。

そこで目下、取り組んでいるのが「オープンダイアログ」という手法です。フィンランドで開発された、統合失調症のための画期的な治療方法で、医師と患者だけでなく、医療者のチーム、患者、家族がともに対話し、そこで生じる相互

作用によって自然に治癒が起こります。これを引きこもりなどの社会不適応状態の治療・支援に応用しようとしています。実際に臨床現場に取り入れてみて、その効果に手応えを感じています。

### ■ 新しい精神医療に向けて

SNSなどが普及し、外へ出ることなく交友範囲を広げることが容易になりました。反面、相手への気配りが先に立ち、正直に気持ちを吐露することを難しくもしています。やはり、人と人が直接対話することに意義があります。オープンダイアログは、医療機関や特別な施設でなくても、一定の知識とスキルを持ったファシリ

テーターがいれば実施できるので、コミュニティの中で精神を癒す支援を広げていくことが可能です。

精神科医になって診療を始めた頃、精神疾患のある人も自分とそれほど変わらないことに気付きました。だからこそ、精神医学の中では周辺領域とされる、社会不適応状態にきちんと向き合う必要があるのです。大学に研究室を構えたことで、研究や診療活動の幅がさらに広がりました。この環境を生かして、オープンダイアログの手法を確立し、そこに携わる人材の育成を進め、日本に定着させることが、臨床家としてのライフワークです。



### PROFILE

さいとうたまき

1961年 岩手県生まれ

1990年 筑波大学医学専門学群環境生態学卒業 医学博士

爽風会佐々木病院精神科診療部長(1987年より勤務)を経て、2013年より筑波大学医学医療系社会精神保健学教授。また、青少年健康センターで「実践的ひきこもり講座」ならびに「ひきこもり家族会」を主宰。専門は思春期・青年期の精神病理、および病跡学。

TSUKU COMM  
HEADLINE

聴

INTERVIEW



全体を俯瞰して進むリーダーシップを



教養があり、しっかりとした人間性



最善の結果を目指し続ける





TSUKU COMM  
SPECIAL TALK

# [鼎談]

## 名選手の資質、名監督の条件

SADAHARU OH

### 王 貞 治

福岡ソフトバンクホークス取締役会長

HUA-WEI LIN

### 林 華 韋

国立台湾体育運動大学校長 / 筑波大学台湾校友会会長

KYOSUKE NAGATA

### 永 田 恭 介

筑波大学学長

スポーツと大学。かけ離れた世界のようにですが、自らの限界に挑戦するプレーヤー、チームの力を引き出す指導者、組織全体を指揮するマネージャー、といった各レベルの役割や組織の構造から捉えると、両者には接点があります。通算本塁打の世界記録を樹立し、日本のプロ野球界を長年にわたって支えてきたレジェンド、王貞治氏、日本の社会人野球で活躍した後、筑波大学で学び、台湾代表チーム監督を経て、現在は教育者として後進の育成に尽力する台湾野球界の第一人者、林華韋氏をお迎えし、人材育成や組織運営の極意について、永田学長とともに熱く語りました。

#### ■ ベストにこだわる

**永田** ● お二人は、WBC (World Baseball Classic) までの対戦など、野球を通して交流が続けられてきました。台湾でも日本でも、野球はとても大切なスポーツのひとつですから、そういう長い付き合いというのは両国にとっても意義のあることだと思います。

さて、王さんと言えば、なんといっても一本足打法です。そこで最初に伺います。あの打法は、肉体的にもかなりきついと思うのですが、引退されるまでずっと続けられました。その秘訣をどうしてもお聞きしたいのですが。

**王** ● まず、一本足打法をなぜやったかという、バッティングで一番大事なのはタイミング、ボールとの距離感です。バットにボールが当たった時



に、ボールにいちばん力が伝わる位置があるのですが、これには手の長さ、バットの長さなどによって個人差があります。私の場合は、ボールが中に入りすぎて窮屈な打ち方になっていたので、もう少し前で当てようと、いろんなことをやってみました。すると、打つ体勢を作るのに、少し早めに動くの良い感覚がつかめたんです。ただ、それには片足を上げますからバランスが悪くて、なかなかベストの位置になりません。でも、いい位置で打った時は、ものすごく飛ぶものですから、なんとかこれで確率を上げていくしかないと思って、ひたすら練習しました。片足で何分も立ったり、頭がずれないようにしたり、細かいことなんですけど、体得するのはきつかったです。それでも、うまくいった時の結果が最高に素晴らしいので、それをずっと追いかけてきました。

**永田** ● 選手としてベストにこだわる気持ちをお聞きして、ワクワクしました。私にとっては、永遠に「王選手」ですから。チームにおける選手というのは、大学でいうと研究者にあたると思

いますが、研究者が持つべき姿勢は、今おっしゃったことに近い、つまり最善の結果を目指し続けることです。共通の考え方が当てはまりますね。

#### ■ 名選手は名監督になれるか

**永田** ● 教育者（指導者）あるいは監督は、個々の学生や選手の能力を引き出していくことが、さらに学長や会長のような運営責任者になると、組織全体をうまく統括することが求められます。選手（学生、研究者）、監督（指導者）、運営責任者が、それぞれ力を発揮して世界と戦いながら、良い結果を出さなくてはならないのは、大学も野球も同じです。お二人は、ともに、監督としても輝かしい業績を挙げておられます。指導者の立場になって、一番気を付けられたことは何でしょうか。

**王** ● 選手たちの相手に対して向かっていく気持ち、勝利に対する執念を高めさせてグラウンドに送り出すのが、監督の仕事だと思っています。

す。選手生活の中で、ほとんどの時間は技術を磨くために費やされます。だけど、表に出るのは戦う場面です。この時に、今まで積み重ねてきたものを、存分に発揮するには、闘争心や集中力、体調などいろいろなことが影響します。それらを選手にとって最適な状態に整えるんです。今は、ピッチングやバッティングなど、個々の技術コーチがいます。監督の仕事は、それらを一気に結集させ、勝ちに結び付けることです。また、監督のそういう思いを選手に気付かせる、この監督についていけば大丈夫だと思わせることも大事です。

**林** ● どんな選手でも必ず好不調の波がありますし、勝ち続けていると油断も出てきます。野球は団体で長いシーズンを戦いますから、メンタルやスタミナなども含めて、個々の選手のコンディションをよく見ながら、チーム全体としていつも勝てるように調整しなくてはなりません。日々の練習でも、コーチとも相談しながら、選手ごとに丁寧に説明や振り返りを行うようになっています。厳しいことを言うときもありますが、それ





TSUKU COMM  
SPECIAL TALK

## [鼎談]

SADAHARU OH  
王 貞 治

HUA-WEI LIN  
林 華 章

KYOSUKE NAGATA  
永 田 恭 介

はむしろコーチに対してです。監督は、特に試合中は、できるだけポジティブな盛り上げ役になる方が良いですね。

**王** ● 戦う意義というのもみんな受け止め方が違いますからね。技術的なレベル、集中の度合いもいろいろです。なぜ一生懸命やらなくてはならないのか、目的意識をしっかり持たせるようにしています。もちろん、自分のためであるのが一番ですけど、そういうことって当たり前のようできて意外とわかっていないんです。

**林** ● 私は20代後半で選手を引退して、筑波大学でトレーニング学を学びました。当時はまだまだあまり知られていない学問でしたが、台湾に帰ってコーチになった時にはすごく役立ちました。30年も前に私が書いたトレーニング計画が今でも使われています。心理学的な方法も確立されてきて、モチベーションを上げるにも、一人一人の個性に合わせた対応が必要です。叱ることで伸びる選手もいれば、叱ると逆効果になってしまう選手もいます。ですから、野球以外の時間でも選手に関心を持たなくては

なりません。

**永田** ● 「名選手、名監督ならず」とも言われますが、優れた選手は、指導者になった時に、知っていて当然だろうとか、自分と同じようにできるはずだ、という態度が出過ぎてしまうのかもしれないですね。

**王** ● あるレベルまで到達した人は、選手が苦痛になるほどの求め方をしてしまいがちです。私もその反省はあります。ただ私は一本足という特殊な打ち方で、練習も独特だったものから、自分のようにできるという考えで選手にあたったことは一度もないですね。むしろ、私から見ると君の能力としてはこれだけのことはできるはずだ、だから、もう少しチャレンジしてもいいんじゃないか、とそういう話をしました。

**林** ● スポーツには国民性や文化的な特徴も出ます。例えば、短距離ダッシュをすると、日本人は全力でゴールまで走りますが、台湾人はゴール前で力を緩めてしまいます。台湾野球について言えば、そういう意識改革の教育も必要だと思います。

**王** ● 野球では、走り切れればセーフ、そうでなければアウト、というのがはっきりしていますから、言いやすいかもしれませんね。瞬間の力の出し具合で、アウトとセーフは紙一重です。極端に言うと、力を抜いてくるか、一生懸命走ってくるかで、審判のジャッジにも関わるんです。全力を出している姿を見せないと、いい結果には結びつかないんだということがわかれば、変わるんじゃないでしょうか。

**永田** ● 本人が気づくように導くことが大事ですね。

### ■ 組織のトップとしての心構え

**永田** ● さて、球団や大学のトップとなると、個々の人員というよりは、チームやそれを支える人たちのことを考えなくてはなりませんし、社会に対していろいろな発信をする役割も担うことになります。この点で一番重要なことは何でしょうか。

**王** ● ファンの反応はストレートです。ファンが

望んでいるのは、まず勝つこと。勝てばどんな勝ち方でも文句はない。負ければ、どんなに惜しい負け方でもダメです。それを選手たちに理解させます。試合が終わって、ファンに喜んで帰ってもらえたか、今日は納得していないのかな、そういうことは選手も実際に感じますから、それは伝えやすいということはありません。

**永田 ●** 球団には選手以外の職員やスタッフもいるわけですが、そういう人たちのモチベーションも上げなければなりません。

**王 ●** 我々はもはや勝ち負けだけではお客さんと呼べるとは思っていません。年間に140以上も試合をしますし、テレビ放送もあります。営業の人たちが企業などに売り込みに行ったり、何とかしてチケットを買ってもらう、そういう地道な活動のおかげで球場にお客さんがたくさん来てくれる。ユニフォームを着ている者は、そのことを理解しなくてははいけません。我々が気分よく野球ができるのは、営業や他の人たちの日頃の苦勞があってこそだとわかった上で、試合に臨ませるように心がけています。

**林 ●** 選手としては、球場で良いパフォーマンスをすることが第一ですが、どんなに野球がうまくても、他のことは何も知らないのでは、ファンや地域との交流はできません。教養があり人間性がしっかりしていること、つまり人としての模範になることが、一番のサービスだと思います。選手は将来、指導者になったり、野球とは違う道に進むこともありますから、そういう意味でも人間性は大事です。そのことを踏まえて選手と接しています。

大学のトップというのは、野球の監督と似たところもありますが、やるべきことの範囲はずっと広がります。私の大学の最大のミッションは選手の養成ですが、学生生活、研究、安全、地域交流、国際化など、いろいろなことを考えます。幸い、学生や教職員もよくついてきてくれています。野球をずっとやってきて、海外での経験もたくさんあることが、学内外で良い人間関係をつくるスキルに結び付いているのかも知れませんね。

#### ■ 変化を拒まない姿勢

**永田 ●** ところで、野球が人気スポーツであることは変わらないと思いますが、日本や台湾、そして世界の野球界が、これからさらにどういう方向に発展していくのが望ましいとお考えですか。

**王 ●** やはり見る側が求めるのは、例えば大谷翔平選手のような、スーパーな選手です。ずば抜けた人が現れると全体が盛り上がるんですよ。ですから、そういう選手を生む土壌をつくっていきたくと考えています。それには、プロに限らず野球全体として、選手も指導者も、もっと高度で科学的な練習方法を導入することだと思います。野球というのはおかしなもので、ピッチャーからバッターまでの距離、ホームから1塁までの距離、これはもう100年ぐらい変わっていませんが、その中の人間同士の戦い方は、我々の時代よりもずっと複雑になっています。ピッチャーの球種が増えて、バッターも

それに対応する。ルールは変わらなくても、方法論や技術は劇的に変化をしていますし、これらもそれは続くと思います。

**永田 ●** よく理解できます。大学をとりまく環境もダイナミックに変化していますが、要は良い研究をすること、新しいものを生み出すこと。それなしに、どんなに教育を謳おうが、全く意味がありません。環境や手法は変わってもルールは同じです。スポーツと違って、我々には明白な勝敗はありませんが、結果がすべてという意味では似ています。何日も寝ずに研究しても、別の人が先に成果を出してしまったら、その努力はノーカウントなんです。

**林 ●** 台湾野球界の最大の問題は、アマチュアとプロの仲が良くないことです。日本も以前は同じでしたが、今はうまくいっています。それは、プロ野球側が、アマチュア野球や学生野球が人材育成の基本だということに気付いたからだと思います。台湾の野球はまだそこまで理解していないと思います。

**王 ●** お互いに情報を交換して、育成も力を合わせてやっていくのが良いですね。特に台湾の場合は、日本に比べれば野球人口が少ないですから。でも台湾には運動能力の優れた人が多い。そういう人たちを選抜して集中的に鍛えれば、かなりのレベルまで上げられると思います。日本との国際交流試合も刺激になると思いますが、まず国内で、こんなチーム、選手を育てようという共通の目標を持つことが重要ですね。それにはやはり、社会全体で育てることが重要です。選手たちに意欲があっても、社会がそれを





受け入れる体制をつくって支援しなければ伸びないと思います。プロとアマ、教育政策や若者の育成なども含めて、一つの方針に向かって、みんなでスクラムを組んでいくということが一番大事だと思います。

**永田** ● 多くの台湾出身選手が日本で活躍し、日本の選手もメジャーリーグでプレーしています。メジャーには、いろいろな国から選手が来ています。世界的に、国境にとらわれず、レベルの高い野球を目指すようになってきたと思います。国際的な開かれ方という点で、日本や台湾の野球界はどのような状況なのでしょう。

**王** ● 日本のプロ野球界もかつては、選手をアメリカに行かせませんでした。いい選手が流出してしまうことを恐れたんです。でも、野茂(英雄)という投手が見事に道を切り拓いてくれました。当時は国賊扱いされましたが、彼のおかげで、いまや、松井(秀喜)やイチローや黒田(博樹)など、数は少ないが堂々とメジャーで活躍しています。こういうふうには、いったん壁が崩れた後は、日本の野球も格段にレベルが上がりました。不可能に見えることでも、それを突破するための努力をする人たちがいるべきだと思います。

**林** ● 台湾では野球産業のスケールが小さいのですが、日本はもちろん、アメリカへ渡る選手も増えています。また、郭泰源や郭源治など、日本で活躍した選手たちが、台湾に帰ってきて、台湾野球の国際化や技術のレベルアップに貢献してくれています。彼らの野球に対する考え方も、とても役に立っています。

### ■道を切り拓く人を育てる

**永田** ● 日本では2020年にオリンピック・パラリンピックが開かれます。野球に限らず、スポーツが日本の社会に変化をもたらすこともあると思います。その意味で、これからどのような人材が必要だと思いますか。

**林** ● 大学での人材育成は、社会の変化に対応しなくてはなりません。スポーツは言葉を越えます。同じルールの下で言葉が通じなくても競技はできます。若い選手には、試合を通じて世界と交流し、ひいては健康や平和を実現する、そういう社会的な役割も期待されます。そのために、カリキュラムも含めた改革が必要だと思っています。

**王** ● スポーツでは、選手の育成や各競技の発展に目が行きがちですが、同時に、全体を俯瞰して進むべき方向を示し、みんなを動かすような、強いリーダーシップを発揮する人が必要です。ですから、各部門のトップの人にはもっと頑張ってもらいたいですね。どんな分野でも、然るべき人が本気になれば、みんなついて行くんです。そういう、自ら道を拓き、社会をけん引する人材が、これからいろいろな場面で求められていくと思います。

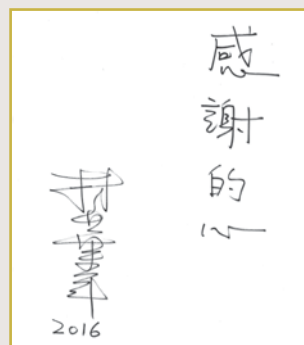
**永田** ● 人材育成の面では、大学とスポーツ界とで、一緒にやっていたいけることもありそうです。お二人のお話を伺って、私も元気づけられました。これからますますのご活躍に期待しています。短い時間でしたが、ありがとうございました。

## TSUKU COMM [鼎談] SPECIAL TALK

王 貞治 | 林 華章 | 永田 恭介



王貞治氏より



林華章氏より





内外薬品株式会社 代表取締役社長  
演劇研究者

## 笹山敬輔 氏

### PROFILE

さざやまけいすけ

- 1979年 富山県生まれ
- 2004年 筑波大学第二学群比較文化学類卒業
- 2006年 内外薬品株式会社入社
- 2011年 筑波大学大学院人文社会科学研究科博士課程修了
- 2016年～ 内外薬品株式会社代表取締役社長

# 興味の対象を絞らずに、いろいろやってみる

2016年4月、36歳の若さで内外薬品株式会社の5代目社長に就任した笹山敬輔さんは、文学博士の称号を持ち、近代演劇史の研究者としても活躍しています。2つの全く異なる仕事を両立させるモチベーションはどこにあるのでしょうか。



内外薬品の代表的製品「ケロリン」と全国の公衆浴場で使用され人気の「ケロリン桶」







**大学で演劇を研究するということは、いつ頃から考えていたのですか？**

もともと理系だったのですが、かと言って家業の製薬会社を継ぐという意識もなく、なんとなく受験勉強をしていました。ところが高校3年の途中で、俄然、文系の方に興味がわいてきたんです。でも演劇研究なんて考えもしませんでした。

大学の2年次が終わった時に休学をして、東京で過ごしました。その1年間に、演出助手などのスタッフとして演劇や俳優養成所に関わるようになりました。もともと、ドラマや映画などが好きで、その延長のような感じでした。舞台にもちょっと立ちましたが、スタッフの方が面白かったですね。復学してからもそれを続けていたので、卒論でも演劇を研究することにしました。

**では大学選びのポイントはどんなことだったのでしょうか？**

富山は関東と関西の間にあって、どちらかに出ていくんですが、私は東京の方に行きたいと思いました。国立大学で文学をきちんと学べるところって案外少ないんですよ。それで選んだのが筑波大学でした。入学当初は、具体的に勉強したいこともなくて、何かやってみようという程度でしたね。

筑波大にはシェークスピアの専門家はいますが、演劇研究をやっている人はほとんどいませんでした。周囲の学生も、漫画や美術、音楽などが研究テーマで、とにかく雑多な人たちの集まりでした。それが、好きなことを自由に研究できる環境になっていたんだと思います。理系だとそうもいかないのでしょうか、先生たちにもうるさいことは言われませんでしたし。

**家業を継ぐという道はあったにせよ、文系で博士課程にまで進学するのは勇気のいることですよね。将来についてどのように考えていましたか？**

確かに家族は期待していたと思いますが、20代前半ぐらいまではそれに反発する気持ちもありました。だから、演劇に関わりながら大学院に行って、うまくいけば大学で職を得られるかも、なんて考えていました。

でも修士から博士課程に進む頃になると、実家の状況もわかってきて、反発ばかりもしてられないと。それでまた休学して、いったん家業の会社に就職して東京支社に勤務しました。そんな中、指導教員の先生に、単位は十分だから論文だけでも書いたらどうか、とアドバイスをいただいたんです。実験はしませんから、キャンパスに通う必要もないので、研究を再開しました。研究テーマはすでに決まっていたし、それを形にして本でも1冊出せたら思い出になるな、ぐらいの気持ちでした。

**博士論文を出版してからも研究を続けることになりましたね。**

その後もあれこれ資料を読み続けているうちに、面白いテーマがいろいろ見つかりました。堅苦しい論文ではなく、演劇や芸能関連で、一般向けのわかりやすい読み物を書きたいと思うようになりました。それで書き始めたのが近代アイドル史です。

原稿を先に書き上げてから企画書を作って、いくつかの出版社に持ち込んだんです。著者があの製薬会社の人という珍しさもあったのでしょね、書評で取り上げられたり、取材を受けたりして、次の本につながりました。その、昭和芸人の評伝が出版されたのが、ちょうど社長に就任した直後だったものですから、新聞の文化欄がダメでも、ビジネス欄で紹介されるという。こんな風にして、いろいろお声掛けをいただいています。

実は最近の演劇はそんなに見てなくて、むしろ、ドラマやお笑いのような大衆芸能、娯楽が好きです。今どきの新しいものでも、必ず過去の蓄積の上にありますから、テレビ、映画、演劇、さらには歌舞伎と、そのルーツを遡りたくなるんで

す。自分が見てきたものよりも、見られなかったものを知りたい。そうやって現在と過去との文化的な結びつきを見つくと楽しいですよ。

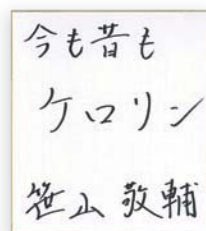
**それでも、2つの仕事を両立させるのは大変ではありませんか？**

平日と土日とで分けています。社長業と演劇研究とは、直接リンクはしませんが、過去の情報を集めてしっかり分析する、という研究の手法は、会社経営にも役立っています。また、ビジネスでも人と人との調整が重要です。コミュニケーションや相手に対する気遣いは、演劇から学べることもあります。ですからどちらも大事なんです。

博士課程までやり通せたからこそ、今の両立があると思っています。どちらか1つに決めなくてもいい、2つとも選べると気持ちが楽になるんです。片方は失敗してもいい、というのではなく、もう1つやることもあるということで、心に余裕ができます。そういう環境にいられるのはありがたいことです。

**筑波で学ぶ後輩たちに、是非メッセージを。**

学群生のうちは、興味の対象を絞らずにいろいろなことをやってみることで。筑波大学はそれができる場所です。ただ、自由である反面、自分から踏み出さなければ何もできずに終わってしまいます。そうならないように、学外に出るのも良いと思います。つくばエクスプレスができて東京も近くなりましたしね。とにかく、なんでもチャレンジして欲しい。思いがけないテーマに出会えるはずですよ。



# 附属学校 めぐり

本学には11の附属学校があります。それぞれの分野でわが国の教育をリードしています。各学校のユニークな先生や授業、行事などの活動を紹介します。

・コーナータイトルをリニューアルしました



筑波大学附属大塚特別支援学校

## 安達敬子 教諭

### PROFILE

あだちけいこ

博物館学芸員資格、幼稚園・小学校・中学校・高等学校・養護学校免許を取得。1983年～相模原市立田名北小学校(通常学級)、都立川舞学校、都立中野養護学校、盛岡市立緑が丘小学校(通常学級)を経て、1997年より現職。幼稚園担任、小学部学部主事、中学部担任。2010年、お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科博士前期課程修了。

## 一人ひとりの個性を生かして、

### ■ 卒業間近の教室で

あいにくの雨で、屋内での活動になった体育の授業。中学部3年と高等部の生徒たちが廊下でストレッチや足踏みをします。その場で体を動かすだけですが、息が切れそうな運動です。この合同授業は、もうすぐ高等部に進学する中学部の生徒たちのための予行練習でもあります。互いにすっきり打ち解けていて、チャイムが鳴ると、「バイバイ」「またね」と声を掛け合って、それぞれの教室に戻って行きました。

中学部3年のクラスでは、5人の生徒を2人



の担任で指導します。その1人が安達先生です。休み時間を挟んで、次の「造形」の授業では、卒業制作の準備とボタンアート、2つの活動が待っています。

4月にはクラス全員が高等部へ進学しますが、中学部卒業にあたって、記念となる作品をみんなで作ります。そのメインとなる材料が教室に届きました。安達先生が運んできたのは大きな切り株。以前、他の附属学校の子どもたちと一緒に宿舎をした黒姫高原から持ってきた切り株です。これに修学旅行や演劇など中学生の思い出のモチーフで飾りつけをしたり、自分の夢を掘り込んだ、楽しい椅子を作ろうという計画です。切り株を囲んで、これから始まる作品作りに期待が膨らみます。

一言に知的障害といっても、その内容も程度も異なる5人の生徒たち。積極的に活動に参加する子も、授業中もじっとしてられずに動き回る子もいます。安達先生は、一人ひとりの特徴を把握し、様子を常に気遣い、それぞれ適切に声をかけながら、臨機応変にクラスを切り盛りしていきます。

ボタンアートでは、大きなキャンバスに、みんなでボタンを糊付けして、大きな太陽の図柄を創っていきます。色とりどりのボタンは生徒たち

の保護者がそれぞれの家庭から集めてくれました。昔、生徒のおじさんが着ていたコートのボタンなど、大切な記憶が詰まったものもあります。色や大きさを見極めながら、貼る位置を決めていきます。だんだんとコツをつかみ、集中力も高まってきました。力強く明るい光を放つ太陽の完成まであと少しです。

### ■ 理解し、尊重するまなざし

担任として毎日欠かさず発行しているクラスだより「サンシャイン」。日々の活動や出来事が写真とともに紹介されています。保護者に配布し、廊下にも貼り出しています。障害があっても、生徒たちにはそれぞれ得意なことや優れた面があります。それを生かしてみんなに輝いてほしいという願いを込めて、「サンシャイン」というタイトルをつけました。もちろん、ボタンアートの図柄もこのイメージを表しています。

教室の外の廊下には、習字や絵など、生徒たちの作品がきれいに展示されています。特別支援学校では、道具をうまく使えなかったり、壊してしまうことも多く、実習をするときには代用品で済ませる場合があります。しかし安達先生は「本物」にこだわります。例えば習字では、硯で





## みんなが輝くサンシャイン



墨をすり、気持ちを込めて半紙に文字を書くよう指導します。手が汚れること、紙が破れること、そういう面倒を避けずに、むしろ教材として使います。それは生徒たちに対するリスペクトでもあります。ですから、できあがった作品は丁寧に扱い、本物の展覧会のように展示するのです。

大学時代には民俗学を専攻した安達先生。自分自身が双子であることから、かつて日本の各地に、多胎児や障がい児が忌み嫌われていた因習があったことに関心をもちました。日本人の中にある、自分たちとは違う人を遠ざけようとする意識、それがどこから生まれるのかを知りたかったと言います。教育実習生の指導をしていると、最初は特別支援学校の子どもを怖がっていた学生が劇的に変わっていく様子を目の当たりにすることがしばしばあります。短期間でも、しっかり向き合ってみると、障害がある

子どもたちへの理解を深めることができます。しかし、社会全体がそのような体験をすることは難しく、学校の中と外には大きなギャップがあるのも事実です。一人ひとりに応じた教育が重要であることは、障害の有無とは関係ありません。特別支援学校を「特別」だと言わなくなる世の中にしていくために、まだまだエネルギーを注ぎ続けます。

### ■ 支えあって歩み続ける

中学生の頃から体育会系で体力には自信があったものの、仕事と3人の子育てを両立させるには厳しい時期もあり、30年間の教師生活の中で、4回もの大病を乗り越えてきました。闘病生活の後というのは、1回だけでも気力を取り戻すことは大変なものです。安達先生は

そのたびに、もっとがんばろうという気持ちを強くしました。それはやはり、待っていてくれる生徒や保護者がいるからです。互いに支え合っているという実感があります。

母親も同じ学校で教えていたという安達先生は、子どもの頃、この校庭でよく遊びました。高等部の生徒たちに面倒を見てもらいながら、母親の仕事が終わるのを待つこともありました。子育てをしながらフルタイムで仕事を続け、さらに児童文学なども執筆していた母親の姿は、安達先生の生き方にも通じています。家庭で、学校で、人を育てるということに真摯に取り組んできた自らの道のりを、いつか、本にまとめることが、これからの夢です。



### “育てのプロ”に大いに期待しています！

安達先生は、本校の女性教員の中心的存在で、子育てママ先生のお手本のような方です。本校に赴任されてから幼稚部や小学部の教員としての経験が長く、幼児期などに子育てに悩む保護者の相談役として活躍してこられました。実は私も幼稚部と一緒に働いた事があります。学習発

表会の細かな脚本、衣装作成に至るまで、幼児の笑顔を引き出そうと、突き詰める姿勢に教師としての「あきらめない」ことを教えていただきました。最近では教育実習の責任者として未来の教師の育成、また学校全体の人材育成担当と、まさに“育てのプロ”として大いに期待しています。



根本文雄  
副校長



# 選手 波 筑

## ひたむきに、前へ

16シーズンは、全日本学生選手権トラック自転車競技大会3冠(3km個人パーシュート日本新記録)、ACCTトラックアジアカップ3冠、ジャパンカップロードレース優勝、全日本選手権オムニアム優勝。ロード、トラック(中距離)の強化指定選手。好きな授業は体育測定評価学、統計や動作分析が面白いから。

Y U N I K A J I H A R A

体育専門学群2年 **梶原悠未**さん サイクリング部

多くの自転車選手が専門競技に特化するなか、梶原悠未さんはトラック(中距離)とロードの2種目で日本自転車競技連盟の強化指定選手に選ばれ、2月に日本代表として出場したトラックのアジア選手権(インド開催)ではオムニアムで金メダル、続いてバーレーンで開催されたロードレースのアジア選手権では個人タイムトライアルで銅メダルを獲得した。

「トラックで身に付くスピード感覚、ロードで磨かれる集団走行のセンスなどはどちらも今の私にとって重要です。3年後のピーキングを見定め、最終的に種目を絞るとしても、できる限り両立してトレーニングに生かしていければと考えて

います」と語る。もちろん、目標は2020年東京五輪での表彰台だ。

母校、附属坂戸高校では、初心者から2ヵ月でインターハイ出場、1年後には初出場のアジアジュニア選手権で2種目準優勝、さらに半年後の同大会で5種目優勝という記録を残した。大学や実業団から注目を集める存在となった梶原さんが、あえて自転車競技で強豪チームを有さない本学に進学したのには理由がある。

「高3になって自転車競技をどの環境で続けるかと考えたときは正直すごく迷いました。色々な大学の先輩に何度もお話を伺いました。インカレを目指して活動するクラブはどこも魅力的

でした。でも私が目指すのは世界で活躍することです。インカレの先に照準を定める大学チームはありませんでした。ならば自分が強くなれる環境を自ら作りだすことで、人としても選手として成長できるのではないかと。最終的に決心したのは、それが叶うのが筑波だと思ったからです」。

自分を追い込むことが得意だという梶原さんは、授業と代表合宿、海外遠征とハードな日常のなかで最適なトレーニングを模索し、新たな道を拓こうとしている。東京五輪を見据えて、今年は「W杯でメダル」を目標に掲げ、ひたむきにつくばの、そして世界の道を走る。



後輩にひとこと  
自分で考えて追い込んでいける選手は、ロードの環境が良いつくばはお勧めです。強い意志と目標を持ってれば、いろんな扉が開きます



# 動 大生

## 集中力を磨く

第23回全日本大学かるた選手権大会2回生の部準優勝、第1回全国競技かるた福島大会(公認)準優勝、第70回全国競技かるた東京東会大会3位。気迫の攻めがたるに「普段と人が変わる」と言われるという。全日本かるた協会A級5段。好きな授業は倫理学。

R Y O T A T E Z U K A

### 人文学類3年 手塚亮太さん 歌留多部

シュツ バン、シュツ バン。静寂の和室に、短い摩擦と力強く床を打つ音が響く。手塚亮太さんが払い手を一人繰り返す、部活前の自主練風景だ。競技かるたは小倉百人一首の上の句を聞き、対戦相手より速く正しく下の句の札をとって最終的に自陣の札をなくした方が勝ち。規定の横87cmの範囲に自陣と敵陣に25枚ずつ、それぞれ3列に置いた札から瞬時に見つけ、先に触れるか範囲の外に払い出した方が「とった」ことになる。このため「払い手」はプレイヤーにとって重要な技となる。中学では高校生の部活に混じって腕を磨き、高校では競技かるたの甲子園とも言われる憧れの舞台、

全国高等学校かるた選手権大会で準優勝した。しかし高校2年でA級を取得してから、なかなか入賞を手にする事ができなかった。

個人戦になると緊張から思うように体が動かない。それを克服できたのは、大学の歌留多部で先輩やOBとレベルの高い対戦を重ねたこと、そして実戦の中で「気持ちを入れる」という集中のスイッチを見つけたことだった。現在の手塚さんの強みは勝負どころの集中力。「才能はない」と本人はいうが、1試合90分、それを1日最大6試合勝ち続けることは、それこそ非凡だ。

「大会中は高揚しているので、疲れは感じません。終わったとたんにとどきますけど」という

右足の甲には、札に向かう間、姿勢を保つためにできたコブがある。

競技人口は約100万人、その男性トッププレイヤーが名人、女性がクイーンとなる。個人戦ではA級トーナメントの優勝を淡々と狙いつつ、最も力を注ぐのは8月の大学選手権。「団体戦では仲間が奮闘している姿や、試合中の応援のおかげで実力以上の力が発揮できる」という。

心理戦の要素が大きい競技かるたでは、感情を抑える時間が続く。だから勝った時にみんなで喜びあえる団体戦が、断然好きだ。

後輩にひとこと  
競技かるたは大学から始める人も多く、僕らの先輩は初心者で入部して在学中にA級入賞しました。かるたの世界は奥深く、腕が上がるほど夢中になります。



先輩から受け継いだ使いこまれた札



歌留多部ユニフォームデザイン





ドイツ連邦共和国

# Homeland

本学には、100を超える国から、約3千人の留学生が訪れています。このコーナーでは、本学の留学生から、出身国の自慢の場所や風景、食べ物など、多岐にわたって紹介していただきます

## 多文化とナチュラルに共生する人々

### ●両親はロシア人、私は”ドイツ人”

私はアニメやマンガをきっかけに日本に興味を持ち、ドイツの大学で日本語を勉強しました。2012年に1年間、筑波大学に留学してすっかり日本の暮らしが好きになりました。ドイツに帰国して卒業論文を仕上げ、改めて博士前期課程に入学しました。現在、人文社会科学研究科で、SNSを使った語学学習に関する研究をしています。テコンドーサークルにも所属し、日本人や留学生達と練習に励んでいます。

私の両親はロシア人です。私が4歳のときに家族で、ドイツのボンという街に移り住み、今はドイツ国籍を取得しています。両親は日常生活に困らない程度にドイツ語を話しますが、家ではロシア語、食事もロシア料理です。家の中は

ロシア文化圏ですが、一步玄関を出れば、ボンの街中で私がどこの国から来たか、ドイツ人かどうかなんて誰も気に留めません。日本でレストランに行くと、友達は箸なのに、私にはナイフやフォークがセットされたりして、「私はガイコクジンなんだ」と感じることはありません。このときに改めて、ドイツではこういう経験はなかったことに気づいたくらいです。

### ●「生活」に溶け込んだドイツの多文化

日本人がドイツ人と聞いて、想像する一般的なイメージは、背が高く、金髪で瞳の色が薄いといったところだと思いますが、実際は違います。ドイツには多様な人々が暮らしていて、小中高校を通じて私のクラスの半分は帰化した外

国人、他民族でした。学校や街では、見た目や文化圏が違う様々な人種に出会います。時にたどたどしいドイツ語で話しかけられても特に違和感は覚えません。学校ではみんなドイツ語で学び、いつの間にか習得していきます。それぞれの宗教やコミュニティが街中にあるのも日常の風景です。ボンには特にトルコ人が多く、おかげでおいしいケバブ店がたくさんあります。肉と野菜が一度に食べられるケバブは、私たちにとって最も身近なファストフードです。週に3度はランチで食べていたかもしれません。

ドイツの高校は午後3時頃には授業が終わります。日本とは違い部活がないので、放課後は自由な時間です。友達同士で互いの家を行き来しておしゃべりしたり、ゲームをしったりして過ごし、そのまま夕飯を一緒にとることもよくありま



にぎわうボンの街並み



筑波大学WTFテコンドー同好会の仲間たち



代表的なドイツの郷土料理シュバイネハフセ (Hans-Peter Reichartz/pixelio.de)





## Anastasia Bender

アナスタシア・ベンダーさん

所属 | 人文社会科学研究科(博士前期課程)  
国際日本研究専攻2年

サークル | WTFテコンドー同好会



す。私はアジア、アメリカ、オーストラリアなどに縁のある友達だったので、世界各地の家庭料理に出会うことができました。

### ●意外なドイツの家庭料理

ハンブルグは港湾都市で、フィッシュマーケットで売られている新鮮な生のニシンやサバを使ったサンドイッチが名物です。ハンバーガーは、ドイツ・ハンブルグの料理ではなくて、アメリカが発祥です。でもケバブと並んで気軽な食事としては人気が高く、みんな朝から食べています。

ドイツの郷土料理で最も有名なものといえば、豚のすね肉を使ったアイスバインやシュバイネハクセです。スパイスや調味料で下味をつけた肉をバリバリにローストして、ザワークラウト

やフライドポテトをあわせて食べるシュバイネハクセは私も大好き。でも堅実で合理的なドイツ人は普段から、こんなに手の込んだ料理は作りません。

ドイツ人の友人の家に行くと、夕食には野菜の瓶詰とソーセージの缶詰、そしてスープの缶詰が出されます。それらをぱぱっと空けて、パンと一緒にいただきます。実のところ、これが最も一般的な夕食の献立です。

### ●肉じゃがと炭酸水のスープ

家庭料理はその国の文化を映します。日本ではじめて肉じゃがを食べたときには、あまりのおいさにびっくりしました。今では自分で作ることもできます。外国の味に感激することもあれ

ば、苦手な食材や意外な組み合わせに驚くこともあります。同様に我が家に来た友人がロシア料理に戸惑うこともありました。私の大好物「アクロシカ」がまさにロシア人でなければ口に合わないといわれる料理で、ヨーグルト、サワークリーム、炭酸水を混ぜ合わせたスープに、キュウリやアサツキ、ソーセージ、ゆで卵などの具を入れた冷たいスープです。母の作るアクロシカは私にとっては世界で一番おいしい料理です。



ロシアの家庭料理アクロシカ



缶詰・瓶詰で簡単な食事も一般的(siehe Bildquelle/GNTB)



港湾都市ハンブルグのフィッシュマーケット(klaas hartz/pixelio.de)

# TSUKU COMM TOPICS

## 教育

### 今春始動の 大学院プログラムのご紹介

平成29年4月より、大学院で新たに3つのプログラムが始まりました。  
それぞれの学位プログラムの特色をご紹介します。

#### 山岳地域の環境問題、 保安全管理のスペシャリストを育成

##### ●山岳科学学位プログラム

信州大学、静岡大学、山梨大学と連携して、山岳域の様々な環境問題の解決や持続的な管理に対応できる人材育成を目指します。各大学の様々なフィールドセンターで幅広い分野に及ぶ教員の指導のもと、実習や研究をすることが魅力の一つです。

学位：修士(山岳科学)  
<http://www.life.tsukuba.ac.jp/~sangaku/>



#### 国際バカロレア教員資格を持つ、 教育のスペシャリストを育成

##### ●教育学(国際教育)修士プログラム

国際教育の分野を牽引する教員及び研究者となる人材を育成します。国際バカロレアを含む国際的な教育プログラムの教授法、カリキュラム、アセスメントについて学ぶとともに、国際バカロレア教員資格が取得できるプログラムです。

学位：修士(教育学)  
<http://www.kyouiku.tsukuba.ac.jp/>



#### 公衆衛生において多職種と連携し問題解決にあたる 国際的なスペシャリストを育成

##### ●博士(公衆衛生学)プログラム(3年制博士課程)

国立保健医療科学院との連携により、公衆衛生教育の国際基準に準拠した専門領域に加え、運動・スポーツ、教育・心理など健康関連の学際領域を広く学び、高度な研究と実践を担う人材を育成します。

学位：博士(公衆衛生学)  
<http://www.hcs.tsukuba.ac.jp/>





## 理系を目指す女子を応援 春季リケジョサイエンスカフェ開催

理系の魅力を発見し、進路に対する不安を吹き飛ばそうと、女子中高生や保護者、中学校の教員向けの春季リケジョサイエンスカフェ「思い描こう、語り合おう、体験しよう、未来を！—悩めるリケジョと家族のために—」を2月18日に本学で行いました。茨城、東京ほか新潟や福井などから、生徒33人、保護者・教員20人が参加しました。

女子中高生向けプログラムとして、市内研究所の見学・体験と女性研究者を囲んだ座談会を行いました。また、保護者・教員向けプログラムとして、リケジョを取り巻く状況、理系進路選択の目的や意義などに関する講演会・情報交換会を実施しました。参加した女子中高生からは、「実際に体験できたのは貴重な経験

だった」、「理系に進む不安が減った」、「同世代の学生が熱心でよい刺激を受けた」など前向きな感想が多く寄せられました。

今後も8月上旬に2泊3日の夏季リケジョサイエンス合宿、2月中旬に春季リケジョサイエンスカフェを予定しています。随時、ダイバーシティ部門HPでお知らせします。



研究者別のラウンドテーブルカフェ



エンパワースタジオでVR体験

## 熊本地震で被災した絵画の 修復作業が進行中

熊本地震で全壊したアトリエのがれきの下から運び出された、熊本県御船町出身の洋画家、故・田中憲一氏の作品の保全プロジェクトが、芸術系・松井敏也准教授のもとで行われています。

被災した作品には、すでに雨の影響でカビも発生しており、現地で燻蒸などの応急処置をした後、本学に運ばれました。このプロジェクトでは修復完了までの間、さらなる劣化を食い止めるために油彩の表面を和紙で保護し、裏面のカビを刷毛などで丁寧に除去するという保全を行っています。

このプロジェクトの資金は、田中憲一氏を敬愛する地元有志がクラウドファンディングで集めました。博士後期課程2年のアナ・ロメロさんを中

心に芸術系の学生のほか、近隣のボランティアの方々とともに、多くの人々の思いを受けて取り組んでいます。21点に及ぶ作品の修復には3～5年ほどかかる見込まれています。



繊細で慎重な作業がつつまます

## 学生起業家、誕生！ 起業家養成講座「筑波クリエイティブ・キャンプ・アドバンスト」



起業プラン発表会 審査員と起業家の卵たち

本学では、経営や起業に携わるOBOGらが講師を務める起業家養成講座「筑波クリエイティブ・キャンプ」を実施しています。

3年目となった昨年度は入門講座「筑波クリエイティブ・キャンプ・ベーシック」(1単位)と、受講生の事業計画を個別に指導する「筑波クリエイティブ・キャンプ・アドバンスト」(1単位)が開設されました。12月21日には東京キャンパスで、通年の講座を締めくくる「起業プラン発表会」が開催され、学内外から多くの参加者が見守る中、ベンチャービジネスやインキュベーションに携わる本学OBら審査員に、受講生が自らの「起業プラン」をアピールしました。それぞれのプラン

は「実現可能性」「獨創性」「事業成長性」「プレゼンテーション力」の4つの指標で評価され、体育専門学群2年木村友輔さんの事業プラン、「トレーニング共有サービス『シェアトレ』」が最優秀賞に選ばれました。

「シェアトレ」は全国のサッカーコーチやプレイヤーが、トレーニングメニューを共有するコミュニティウェブサイトで、アマチュアコーチの負担軽減に役立ち、スポーツの環境改善につながる可能性や、体育を専門に学ぶ木村さんならではの視点で動画のカテゴリーが整理されている獨創性、世界展開やサッカー以外のスポーツへの成長性などすべての指標において高い評価を受け

ました。木村さんには本講座のファシリテーターを務めるC Channel株式会社CEOの森川亮客員教授から賞状と優勝カップが手渡され、副賞として投資家の千葉功太郎氏と事業案をブラッシュアップする「ランチョンミーティング権」や「シロンパレー往復航空券」などが贈られました。

その他Skyland Ventures賞として、システム情報工学研究科社会工学専攻博士前期課程1年の安保大樹さんらのプラン「Web飲み会プラットフォーム『Cheers!』」に木下慶彦氏から500万円の投資が決定しました。

※所属はすべて2016年12月時点

### 最優秀賞に輝いたコミュニティウェブサイト【シェアトレ】

#### 審査員 (敬称略)

- ・石井芳明 (経済産業省)
- ・木下慶彦 (Skyland Ventures代表パートナー)
- ・千葉功太郎 (投資家)
- ・松本真尚 (株式会社WIL Co-Founder & General Partner)
- ・三神正樹 (株式会社博報堂常務執行役員)
- ・高月康裕 (本学副理事)
- ・網島和仁 (本学副理事)



最優秀賞の木村友輔さん

「サッカーコーチにもクリックパッドみたいなサイトがあれば」というアイデアから開発されたサッカーの練習メニューの共有サイトです。世界中のサッカー動画を年代やテーマなどのキーワードから検索でき、動画とあわせて練習の手順やポイントなどが整理されているのが特徴です。サイトを公開して2か月で月間平均のページビュー数は6万、1日あたりの訪問数は約330人を達成。今後は本学スポーツ科学の知見を活用して、指導者に役立つトレーニング学やコーチング学のコラムを充実し、さらにアジアを中心に海外展開を目指します。



<https://www.sharetr-soccer.com/>



## 睡眠時間が減ると甘いものがほしくなるのには理由がある



ミハエル・ラザルス 准教授

睡眠不足気味だと太るという経験則に思い至る人は多いかもしれません。それは、十分な睡眠時間をとっている人に比べると、睡眠不足の人は、太りやすい嗜好性の高い高カロリー食品をとる傾向が高いからと説明されています。疲れていると甘いものが食べたくなるのと似ていますね。しかし、睡眠不足と食物の嗜好とを結びつける生理的な仕組みはわかっていませんでした。

本学国際統合睡眠医科学研究機構のミハエル・ラザルス准教授らの研究グループは、睡眠量、それも特にレム睡眠が減少すると、ショ糖や脂質など、肥満につながる食べ物の過剰摂取を引き起こされる原因の一端を明らかにしました。

睡眠はレム睡眠とノンレム睡眠で構成されています。いわゆる夢を見ているのはレム睡眠状態のときで、体はぐったりしていますが、脳は活発に

動いています。研究グループは、レム睡眠だけを特異的に減少させたマウスを準備し、その摂食行動を観察しました。すると、レム睡眠が不足したマウスでは、ショ糖と脂質の摂食量の増加が確認できました。

次に、遺伝子操作と化学物質を組み合わせることで、脳の前頭前皮質という部分の神経活動を抑制したマウスでは、レム睡眠量が不足してもショ糖の摂取量は増加しない一方で、脂質の摂取量については増加が見られました。

このことから、睡眠不足の状態にあるとき、いわゆる「太りやすい」甘い食べ物を摂取したくなる欲求は、前頭前皮質の指令によるものである可能性がわかりました。今後、太り過ぎの予防や治療法の開発につながるかもしれません。

## アルペンスキー選手は下腿部で空気抵抗に耐える

アルペンスキーの大滑降は冬の競技スポーツの花形です。アイスバーンのような斜面をクラウチングスタイルで豪快に滑り下るとき、最高速度は時速120キロにも達するそうです。

苦しそうなクラウチングスタイルを取るのには、空気抵抗をできるだけ減らすためです。そこで、どのような姿勢だと空気抵抗が少ないか、スーツの素材の影響はどうかなど、レーサーを実験風洞に入れた風洞実験が行われてきました。しかしこれまでの風洞実験だけでは、体の各部位にどのくらいの風圧がかかるかは測定できませんでした。

本学体育系の浅井武教授、洪性賛(ホンチャン)助教はエクサ・ジャパン株式会社の伊

集院浩一技術ディレクターとの共同研究により、筑波大学スポーツ流体工学実験棟に設置されている低速低乱流洞実験装置と筑波大学情報メディアセンタークラスターサーバーの数値流体解析システムを用いて、クラウチング姿勢におけるレーサーの速度と全体の抗力と部分的な抗力の関係を明らかにすることに成功しました。その結果、体の各部位が受ける圧力は、下腿部(～50%)、上腕部(～15%)、頭部(～12%)、大腿部(含む臀部)(～9%)の順になることがわかりました。このデータは、今後、新型ダウンヒルスーツの開発や選手の体力強化などに活かされそうです。



浅井武 教授



ホン・ソンチャン 助教

## 「科学の芽」賞 表彰式・発表会を開催

「科学の芽」賞は、小中高生を対象に自然や科学への関心と芽を育てることを目的としたコンクールです。本学に縁のあるノーベル物理学賞受賞者の朝永振一郎博士の生誕100年を記念して創設され、今回で11回目を迎えました。国内の学校200校および海外6か国8校の日本人学校から各部門合わせて2,919件の応募が

あり、小学生部門10件、中学生部門8件、高校生部門3件の合計21件が「科学の芽」賞に選ばれました。昨年12月17日に行われた表彰式には受賞者26名のほか、受賞者のご家族や学校で指導いただいた先生方など多数の方々が出席されました。式典に続き、受賞者による発表と本学教員らによる講評が和やかに行われました。

受賞者と講評、受賞作品を本学HPに掲載しています。みなさんの科学の芽がどんな花を咲かせるのか楽しみな力作ばかりです。なお「科学の芽」賞の募集は平成29年度も実施する予定です。詳細は4月下旬に本学HPでもお知らせします。



[http://www.tsukuba.ac.jp/community/kagakunome/shyo\\_list.html](http://www.tsukuba.ac.jp/community/kagakunome/shyo_list.html)



## 学長室

### 日本サッカー協会会長 田嶋幸三氏が来学

2月14日、公益財団法人日本サッカー協会会長で本学客員教授の田嶋幸三氏が来学され、永田恭介学長と懇談しました。

本学OBでもあり、選手、指導者として活躍され、現在は国際サッカー連盟(FIFA)理事などの要職も務め、日本はもとより世界のサッカー発展のために尽力している田嶋氏と、自他ともに認める大のサッカーファンの永田学長。草の根レベルの普及活動からトップクラスの指導者養成まで、互いのユニークな経験談も交えながら、幅広いサッカー談議に花が咲きました。

田嶋氏はこの後、体育学専攻セミナーにて講演し、学生・教員に向けて、期待や希望を熱く語られました。



永田学長(左)と田嶋幸三氏



熱のこもったサッカー談議



この懇談の様子は、本学ホームページに掲載されています。  
<http://www.tsukuba.ac.jp/president/talk/index.html>





# 世界のトビラ

筑波大学は、海外の教育研究機関と連携し、学生・教職員の受け入れや派遣、交流イベントの開催など、国際的にも「開かれた大学」を目指して、さまざまな活動を展開しています。

## ようこそトランスボーダー大学へ

筑波大学では、国や大学の間にある色々な壁を乗り越えて、教育研究に関して自由に交流できるトランスボーダーな環境を構築しています。その取り組みのひとつが、ユニークな留学システム「キャンパス-イン-キャンパス」です。



学生

留学や国際交流に興味はあるけれど、休学や留年は嫌だなあ。



保護者

息子が留学しがっているけれど、海外に長期渡航するなんて、不安だわ。

筑波大学

そんな方には、キャンパス-イン-キャンパス (CiC) がお勧めです!



学生・保護者

キャンパス-イン-キャンパス??

筑波大学

筑波大学の学生証が、海外のパートナー大学への1年間のフリーパスになると想像してください。



学生

海外の大学でも、学生生活を送れるということですか?

筑波大学

そうです。パートナー大学の科目を受講して、単位取得することができます。



学生

休学しなくても留学できるんですね。よかった!

筑波大学

さらに、筑波大学は13の海外拠点をもっていて、そのうち11拠点は現地に本学の教職員・スタッフが駐在しています。留学先でも、大学スタッフに直接お話しいただけますよ。



保護者

現地に大学関係スタッフがいるのは、安心ですね。

筑波大学

パートナー大学は現在も開拓中です。いつかは、世界中がキャンパスになる。筑波大学はそんな未来を目指しています。



筑波大学のCiCパートナー大学(●で示した5校)と海外拠点(13か所)

# ツクバで ツナがる

5000人を超す教職員がいる本学。



学術情報部情報企画課  
寺本しほりさん

## BATON 01

### 緑の中の図書館

私の職場は中央図書館です。緑の多いつくばキャンパスにはお奨めスポットがたくさんあります。特に図書館から本部棟へ向かう小道は大きな木々に囲まれた広場や丘があり、歩くとちょっとした森林浴になります。今の時期ならまぶしい新緑と木漏れ日の中、小鳥のさえずりを聞きながらお散歩できます。あと、中央図書館入口のスターボックスは店員さんの笑顔が素敵です。もちろん図書館スタッフの笑顔も素敵ですよ。きっと、「来てよかった♪」とっていただけじゃないかなと思います。ぜひ来てみてくださいね。

NEXT

今回は、総務部人事課の今千恵子さんです。「採用当時住んでいた部屋がお隣で、以来ずっとお世話になっています。しっかり者でつい頼りにしてしまうのですが、話して楽しい素敵な人です」

## BATON 02

教育推進部教育推進課  
飯田友紀さん

つくば市にある県営の洞峰公園によく行きます。体育館やプール、テニスコートなどスポーツ施設が充実しているだけでなく、公園の中心に池があり、池のほとりをジョギングやお散歩したり、秋には紅葉が楽しめたりとゆったりとした時間を過ごすこともできます。また、洞峰公園近隣にはカフェやお店がたくさんあり、天気の良い日にモルゲン(洞峰公園近隣のパン屋さん)でパンを買って池のほとりで食べるのが至福のときです。



### 洞峰公園でアクティブレスト

筆者中央

NEXT

今回は、施設部施設マネジメント課の津谷菜保子さんです。「学内の英語研修で同じクラスだった、英語が堪能で才色兼備な方です」

## BATON 05

広報室教授  
福原直樹さん



### 学生が放つ特ダネ

ジャーナリズム関連の授業を行う一方で、筑波大学新聞の編集代表も務めています。同新聞(2万部)は年7回発行。学生記者が作っています。前職は新聞記者でした。事件、国際政治、戦争……。30年間培ったノウハウを学生記者たちに伝えたく思ってきましたが、それをくんで、彼らは様々な特ダネを放ってくれています。一例が「つくばに街灯を」の連載。つくば市内の無街灯の道の問題点を記事で訴え続けた結果、市内では街灯が増設され始めました。学内や市内で配布中の新聞は無料。ぜひご一読を。(写真はアフガン取材中の筆者)

NEXT

今回は、医学医療系教授の加藤光保さんです。「筑波大学新聞をこよなく愛してざる、敬愛すべきラガーマン。たまの食事が楽しみでなりません」

「出来たの?」。月末、連れ合いのこのひと言が待っている。何が「出来た」かといえば、市内の子育て支援拠点・団体の翌月の活動予定を掲載した「子育てカレンダー」。1,300部ほど印刷、子育て総合支援センターや児童館、小児科医院などで配っている。メールでも配信している。大学の社会貢献プロジェクト発のネットワーク「かるがも・ねっと」で発行し始め9年。「間に合わせなくては…。編集にあたる「かるがも」のメンバーも私も、月末は間違いなく寝不足。「子育てしやすいまちに」。市民と研究室のコラボが続いている。

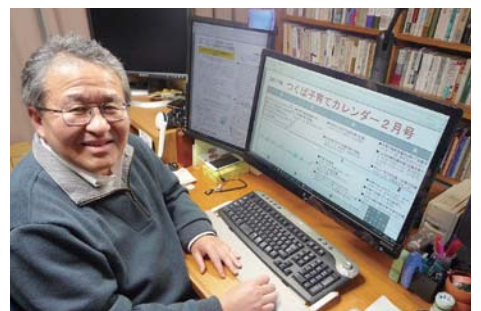
NEXT

今回は、図書館情報メディア系教授の水嶋英治さんです。「博物館の仕事で知り合いました。博聞、博覧、博学、博識。尽きぬ話題を楽しくお話いただいています」

### 子育てしやすいまちに

人間系准教授  
飯田浩之さん

## BATON 06





# リレーエッセイ

その中で生まれた人と人とのつながりを、8本のバトンが渡っていきます。



BATON  
03

附属病院看護部  
荒井志保さん

私は、筑波大学附属病院看護部に所属しています。皮膚・排泄ケア認定看護師という資格を取得し、現在は院内で褥瘡や創傷、ストーマ(人工肛門)、スキントラブルのケアなどの相談に対応し、組織横断的に働いています。当院のおすすめスポットとしては院内にスターバックスコーヒーとタリーズコーヒーがあります。気分や好みに合わせて、お店を選べます。新棟のけやき棟12階には展望ラウンジがありますので、お越しの際はぜひ利用してみてください。

NEXT

今回は、病院総務部患者サービス課の浅見暁子さんです。「以前褥瘡対策チームと一緒に活動していた方です。明るく、パワフルで仕事熱心な方です」

展望ラウンジからのながめ

BATON  
04

数理物質系講師  
関場大一郎さん

リレーの前任者が書いた通り、米を食べるのも飲むのも好きだ。飲む米、別名日本酒である。近年子供を通じてパパ友ができ、バーにも行くようになった。研究学園駅の目の前、線路脇にホテルがあり、その2階に穴場のバーがある。私の第2の家だ。欧州では理系の学者が集い新しい基軸を作った老舗のカフェやバルがあるが、日本では聞かない。無理に作るべきでもない。しかし私の量子力学や電磁気学の授業で分からないことがあったら私は夜、そこにいるので腕に覚えのある者はいつでもいっしょに。マスターに黒板くらい用意させよう。

バーで秘密の量子力学



NEXT

今回は、グローバル・commons機構の山田尚子さんです。「以前、研究基盤総合センターの事務でとてもお世話になった山田尚子さん。先日子供のスイミングスクールでばったり再会しました」

BATON  
07

病院総務部経営戦略課  
渡辺瑞紀さん

スポーツで生活が豊かに



今年度から職員サークルのバレーボールと社会人のバスケットボールクラブに所属しました。子供の頃辞めたいと言えず続いていた習い事が、大人になった私の生活を豊かにするとはあの頃の私は知りませんでした。これを教訓に興味のあることにどんどん挑戦しようと、この冬スノーボードを始めました。ゲレンデの景色はとても綺麗で、この冬一番の思い出になりました。その後、早く皆と滑れるようになりたくて独りでゲレンデに行ったことは秘密です(爆)。

NEXT

今回は、広報室の松村武大さんです。「全員初心者バンドに初心者の私を誘ってくれたチャレンジ精神溢れる同期です...」

附属高校に勤務して30年。6度目の担任は127回生の担任長です。教え子が同僚や保護者にいる年代ですが、サッカーと仲間とお酒を求めアクティブに過ごしています。2月5日は横浜カンントリーアンドアスレティッククラブ(YC&AC)と蹴球部の113回目の交流戦に参加。OB戦のMVPを受賞し、うまいビールを外人クラブで楽しむことができました。両クラブの初対戦は1904年。これが日本人による最初のサッカー試合です。1896年創部の蹴球部は120周年記念誌を発行しました。残部がありますのでご連絡ください。

附属高等学校教諭  
中塚義実さん

BATON  
08

伝統のサッカークラブ



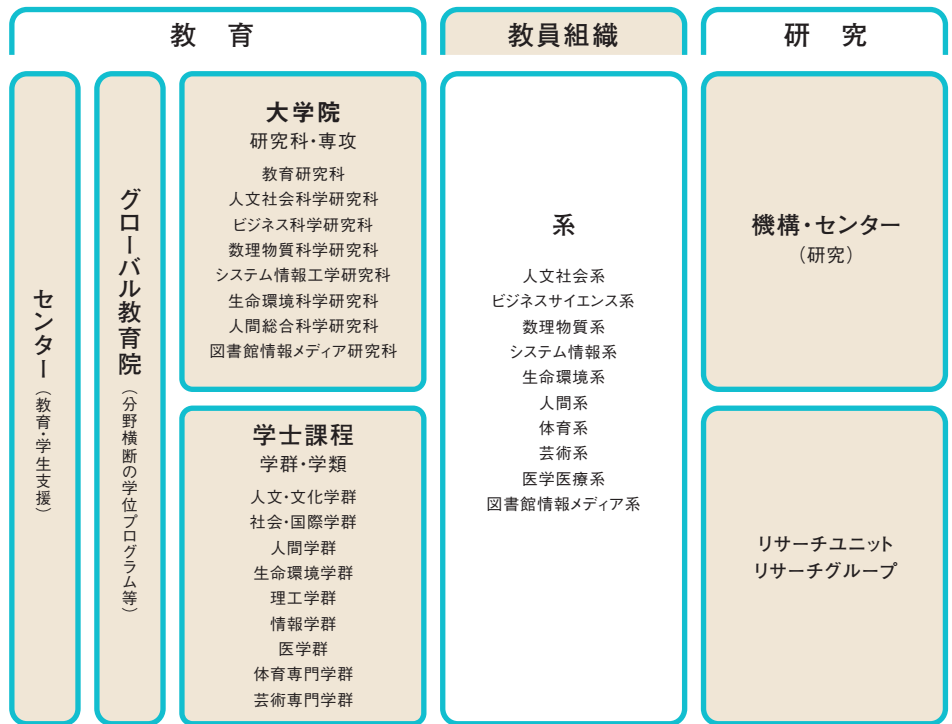
NEXT

今回は、体育系助教の小井土正亮さんです。「戦後初の関東リーグ2部降格から1年で1部に復帰、13年ぶりのインカレ優勝を果たした蹴球部の監督です」

## 学際融合・ 領域横断的な 教育研究システム

筑波大学は医学・体育・芸術も有する総合大学として、学群・学類等の壁を低くして、学生が専門分野以外にも幅広い教養を身につけることを可能にしています。

また、教員は「系」に所属し、基盤的な研究を行いつつ、学群・学類、研究科・専攻、センター等それぞれの目的に即した教育研究を担います。



### 分野の垣根を越えた「人」の輪を広げる ACADEMIC PARTY (1/21) 企画: 入門学術メディア Share Study (T-ACT)

さまざまな分野で学ぶ学生たちが、互いの研究内容などを紹介しながら、交流を深めるイベントが行われました。和気あいあいの雰囲気の中、学問領域を越え、また市民の方々も交えて、人や知識の輪を広げる、笑いあり発見ありの機会となりました。



### 色々なキノコ展 (1/28~2/12) 企画: 筑波大学ADPぶらんだ 協力: 筑波実験植物園

筑波実験植物園に生えているユニークなキノコたちの写真が、2週間に渡って展示されました。変わった形のキノコに、思わず立ち寄られる方も多く、写真を撮ったり、詳しい特徴をスマートフォンで調べるなど、それぞれに鑑賞を楽しんでいました。



筑波大学サテライトオフィスは学生・教職員の皆さまのご利用をお待ちしております。また、Twitterでもイベント情報などをお伝えしています。

[@tsukuba\\_sat](https://twitter.com/tsukuba_sat)





# Events Calendar

4  
April

- 1日(土)・学年開始
  - ・春季休業(～6日)
- 7日(金)・入学式[国際会議場]
  - ・新入生オリエンテーション(～12日)
  - ・附属坂戸高等学校入学式
  - ・附属桐が丘特別支援学校入学式
- 8日(土)・東京キャンパス入学式
  - ・附属小学校入学式
  - ・附属中学校入学式
  - ・附属駒場中学校入学式
  - ・附属駒場高等学校入学式
  - ・附属視覚特別支援学校入学式
- 10日(月)・附属高等学校入学式
- 11日(火)・附属聴覚特別支援学校入学式
  - ・附属大塚特別支援学校入学式
  - ・附属久里浜特別支援学校入学式
- 13日(木)・春学期授業開始
- 22日(土)・筑波大学科学技術週間「キッズ・ユニバーシティ」

5  
May

- 13日(土)・春季スポーツ・デー(～14日)
- 15日(月)・入学試験  
「私費外国人留学生入試:Japan-Expert(学士)プログラム、  
地球規模課題学位プログラム(学士)」  
(～19日の指定する日)
- 20日(土)・国際植物の日イベント[総合研究棟A]

6  
June

- 3日(土)・Innovation World Festa 2017[つくばカピオ]
- 7日(水)・合格発表  
「私費外国人留学生入試:Japan-Expert(学士)プログラム、  
地球規模課題学位プログラム(学士)」
- 13日(火)・リボン・アートボール2017展(～23日)  
[総合交流会館多目的ホール]
- 27日(火)・春ABモジュール期末試験(～7月3日)



TSUKU COMM (筑波大学広報誌) vol.35  
平成29年4月発行 編集・発行：筑波大学広報室  
〒305-8577 茨城県つくば市天王台1-1-1 電話：029-853-2063  
E-mail: kohositu@un.tsukuba.ac.jp URL: www.tsukuba.ac.jp  
©2017筑波大学(本誌記事の無断転載を禁じます)