

東京女子大学主催 / 武蔵野市教育委員会 後援

2022年度夏季特別講座

# ウィズ・アフターコロナ時代の 健康・身体運動の教育と科学

9月4日（日）14：00～16：00

Zoom(オンライン)



## 第1部

### 健康観の変遷と 身体教育について

コロナ禍により健康の大切さを再認識しています。ここでは、健康観の変遷と身体教育について考えていきます。

講師 曾我 芳枝

(東京女子大学  
コミュニケーション専攻 教授)

## 第2部

### 細胞から考える身体運動・ 健康の生命科学

人間が健康的に生きるためになぜ運動が大事なのかを、細胞や生命の原理からお話します。

講師 藤田 恵理

(東京女子大学  
コミュニケーション専攻 特任講師)



# ウイズ・アフターコロナ時代の 健康・身体運動の教育と科学

私たちは、コロナ禍により健康の大切さを再認識しています。この講座の前半では日本人の健康観の変遷と身体教育について考えていきます。そして1918年の東京女子大学開学時は学監であり、第2代学長であった安井てつ氏の身体教育についても紐解いていきます。

後半では、人間が健康的に生きるためになぜ運動が大事なのかを、細胞や生命の原理からお話しします。新型コロナウイルス感染防止による外出自粛やテレワーク、在宅勤務による運動不足が問題になっています。意志を持って生き生きと活動や運動を行うことが、身体を構成する37兆個もの細胞達に働きかけ、生きるための刺激となり、健康なからだへと適応変化をおこします。こうした健康へのアプローチについて最新の研究成果をご紹介します。

## 講師紹介



### 曾我 芳枝

東京女子大学 現代教養学部  
心理・コミュニケーション学科  
コミュニケーション専攻 教授

愛知教育大学大学院修士課程教育学研究科保健体育専修修了後、鹿屋体育大学体育学部研究生修了。愛知教育大学非常勤講師、東京家政大学非常勤講師等を経て現職。近代における日本体育史、主に体操・遊戯の始まり、女性体育指導者の果たした役割について研究している。また、身体表現を通して、自己実現を目指すための発表活動を続けている。著書に『身体文化論を繋ぐー女子・体育・歴史研究へのかけ橋としてー』（共著 叢文社 2019）など。



### 藤田 恵理

東京女子大学 現代教養学部  
心理・コミュニケーション学科  
コミュニケーション専攻 特任講師

東京大学大学院総合文化研究科博士課程修了。東京大学大学院特任研究員、東京理科大学非常勤講師、東京農工大学研究員等を経て現職。あらゆる人が、様々なライフステージで活躍し、自立して健康的に生きるために、運動と健康の関係や健康メソッドの開発、ストレスやワークライフバランス、ジェンダーなど、私たちの生活・運動・栄養と健康との関わりについて生命科学の視点から研究している。著書に『概説 現代人の病気と健康』（共著 創成社 2013）など。

## タイムスケジュール

14:00～	講座開始 受講についての諸注意（5分）
14:05～	第1部 講座（50分）
14:55～	休憩（5分）
15:00～	第2部 講座（50分）
15:50～	質疑応答（10分）
16:00	講座終了

## 講座詳細

受講方法	Zoom（オンライン）
申し込み締め切り	8/23(火)
定員	200名
受講料	無料
対象	一般（社会人・卒業生・教職員等）、学生

お問い合わせ

東京女子大学 教育研究支援課

TEL 03-5382-6912

E-mail koukaikouza@gr.twcu.ac.jp



←詳細・お申込みはこちらから

<https://www.ocans.jp/twcu?fid=pGFV1bgn>