

令和7年度 YNU研究拠点 中間報告会



身体性から考える全世代が健康と幸福を 享受できるプログラム開発の研究拠点

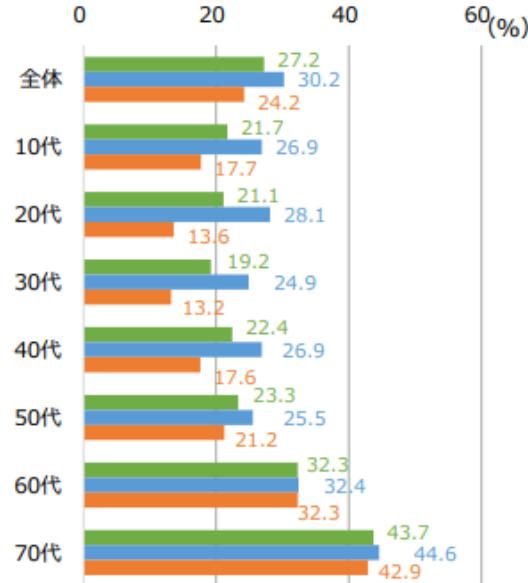


横浜国立大学 教育学部 学校教員養成課程 保健体育講座
時野谷 勝幸

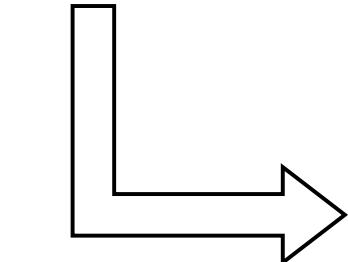


研究概要

③年代別スポーツ実施率の比較



「スポーツの実施状況等に関する世論調査」、スポーツ庁(2024)



子どもの身体活動
に注目



健康と幸福に関する
バイオマーカーの確立

幸福度の高さから継続が
見込める運動実施率



他の世代の挙動は？



幸福度の高い保健体育の
提案



主観的指標



関連付けて
研究を遂行



生理学的指標



生化学指標



保健体育科授業における唾液バイオマーカーの検討
～附属学校連携～

eスポーツの身体性とwell-beingの関連

well-beingも踏まえた運動による
バイオマーカーの検討

研究概要1：保健体育科授業における唾液バイオマーカーの検討～附属学校連携～

授業前



心理尺度



唾液採取



授業 (45 分間)

授業後



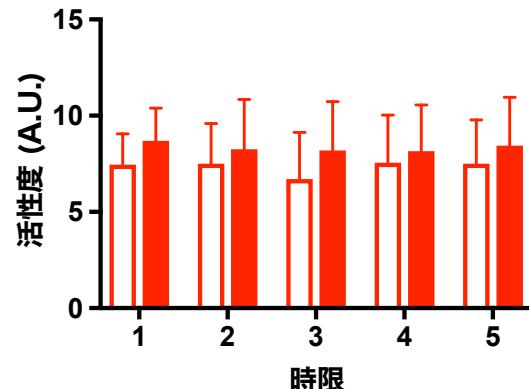
心理尺度



唾液採取

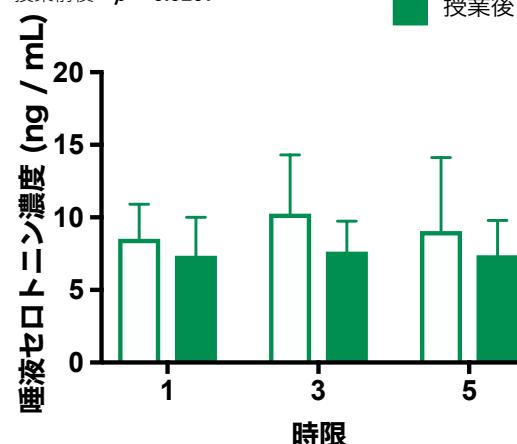
交互作用 : $p = 0.5463$
時限 : $p = 0.6238$
授業前後 : $p = 0.0207$

□ 授業前
■ 授業後



交互作用 : $p = 0.3301$
時限 : $p = 0.4919$
授業前後 : $p = 0.0207$

□ 授業前
■ 授業後

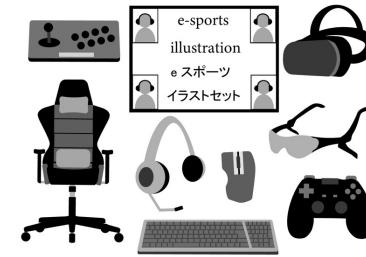


時野谷ら., 第75回日本体育・スポーツ・健康学会, 2025.

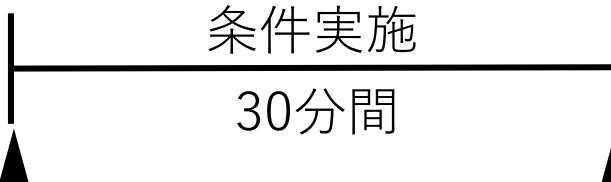
研究概要2：eスポーツの身体性とwell-beingの関連

- 予備検討プロトコル
- 2条件を実施する

- ・ 軽運動
- ・ eスポーツ

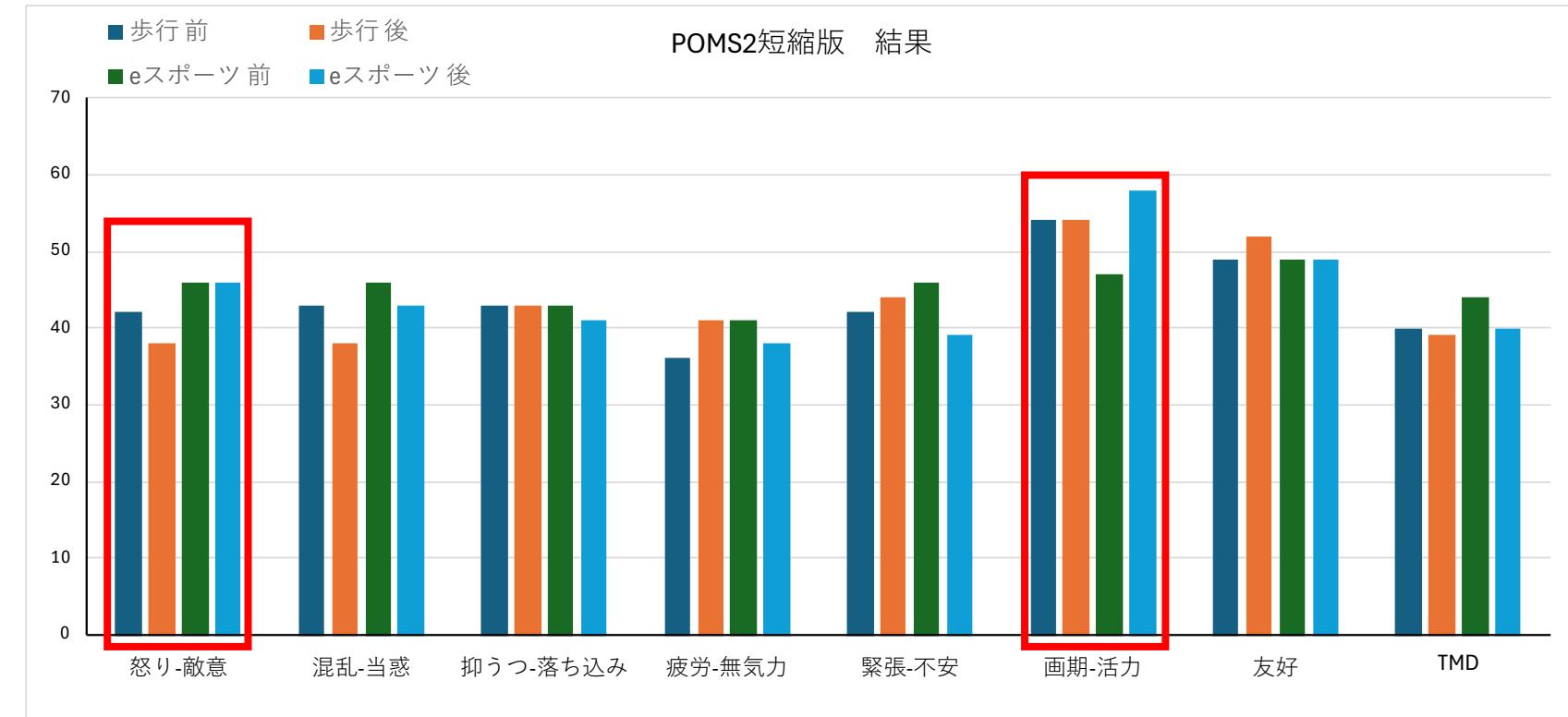


▲ : 質問紙 (POMS2短縮版)



ウォーキング速度は3.7km/時

□の変化に着眼して同程度の指標となるように予備検討を進める

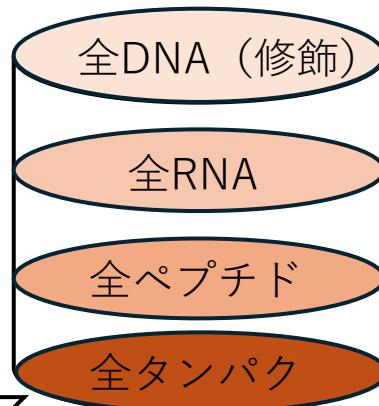


研究概要3：well-beingも踏まえた運動によるバイオマーカーの検討

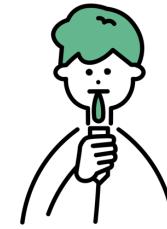
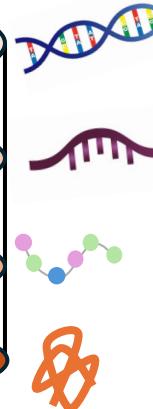
well-being



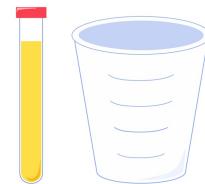
特定因子の紐づけ



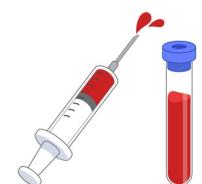
サンプル間の紐付け



唾液



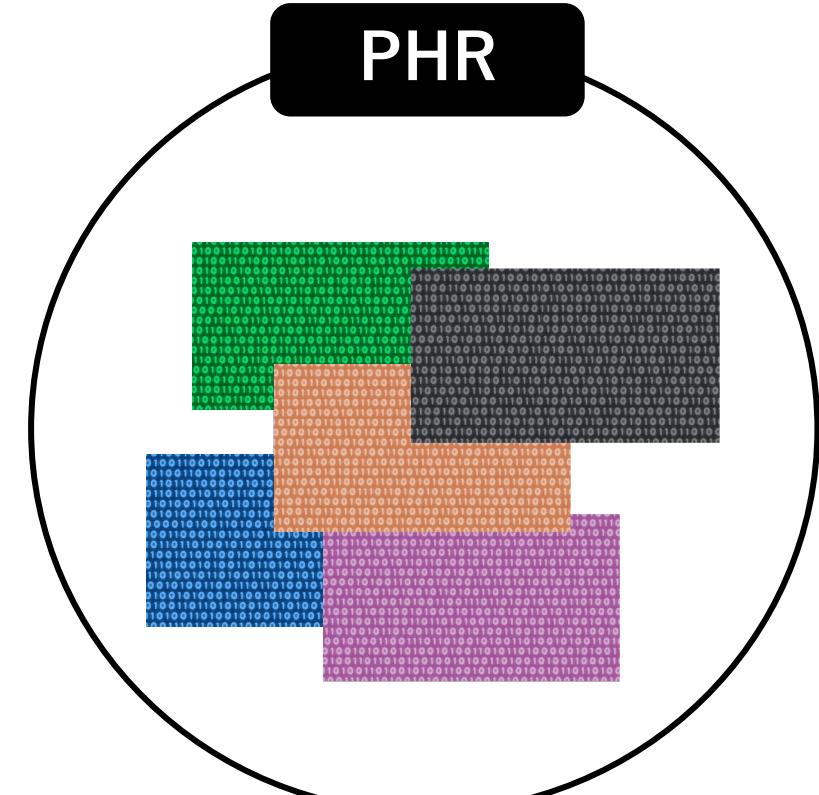
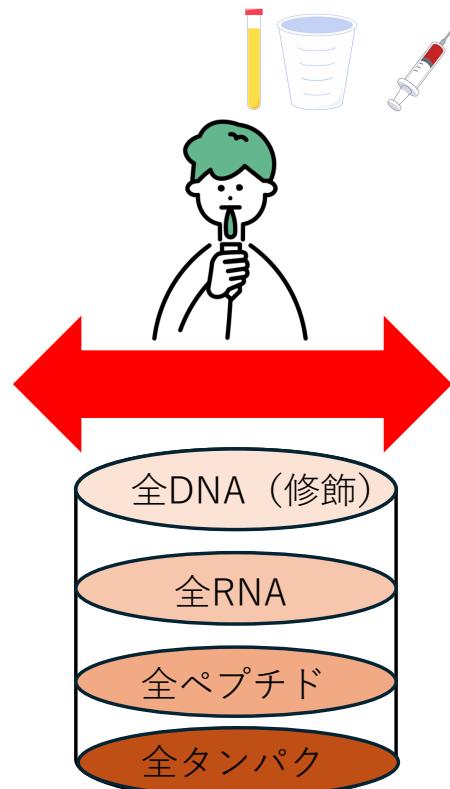
尿



血液

- ・検出感度低い
- ・非侵襲的
- ・簡便かつ隨時
- ・検出感度低い
- ・非侵襲的
- ・簡便
- ・侵襲的
- ・有資格者が必要
- ・測定物質多い

今後の展望（10年後の未来）



唾液から運動の効果や健康指標を記録することで、個人・集団の健康モニタリングに繋げる