

藁科 侑希 WARASHINA Yuki

わらしな ゆうき

職位	専任講師
取得学位	博士(スポーツ医学)(平成30年9月)筑波大学
最終学歴	筑波大学大学院人間総合科学研究科スポーツ医学専攻(3年制博士課程)修了
専門分野	健康・スポーツ科学、人間医工学
主な担当科目	体育測定法、スポーツトレーナー論、アダプテッドスポーツ論、救急処置法、解剖生理学、スポーツA、スポーツB、専門演習A、専門演習B
研究テーマ	・「ケガをしないからだづくり」に必要なコンディショニング ・対象に適した競技パフォーマンス向上に資するコーチング
所属学会	日本体力医学会、日本運動疫学会、日本アスレティックトレーニング学会、日本臨床スポーツ医学会、日本スポーツパフォーマンス学会、日本コーチング学会、日本体育・スポーツ・健康学会、全国大学体育連合、日本バドミントン学会、日本肩関節学会

教育・研究内容

私の専門であるスポーツ医学では、傷害予防(ケガをしないために何をするか)を主に扱いますが、その内容は多岐にわたります。毎日何を食べるのか、睡眠時間はどれくらいなのか、練習前や後にどんなトレーニングやセルフケアを行うのか、授業をどんな姿勢で受けるのか等、これらの身近な事柄も全て競技パフォーマンスを左右するコンディショニング指標になります。スポーツを「する」だけでなく、多面的に「支える」ための授業を通して、スポーツの競技現場でどのような言語的・非言語的なアプローチが行われているのか、また自身や目の前の選手のパフォーマンスを高めるためにはどのような要素が必要なのか等を、日々試行錯誤しながら考え、実践していく人材を育成したいと思います。

学術論文

1	バドミントン競技者における肩関節痛に関する記述疫学的研究(査読付)	平成27年3月	『運動疫学研究』17巻1号
2	大学女子ハンドボールチームにおける外傷・障害および疼痛発生の実態(査読付)	平成28年4月	『日本臨床スポーツ医学会誌』24巻2号
3	MRI reveals menstrually-related muscle edema that negatively affects athletic agility in young women(査読付)	平成30年1月	『PLoS ONE』Vol.13, No.1
4	Risk Factors for Shoulder Pain in Japanese Badminton Players:“A Quantitative-Research Survey”(査読付)	平成30年5月	『Journal of Sports Science』Vol.6, No.2,
5	高等学校および大学の剣道における競技力別の外傷および障害の発生状況の検討	平成30年7月	全国教育系大学剣道連盟50周年記念研究情報誌『ゼミナル剣道』第20号
6	バドミントン競技者における肩関節疼痛発生関連項目の検討(博士論文)	平成30年9月	筑波大学大学院人間総合科学研究科
7	Risk of female athlete triad development in Japanese collegiate athletes is related to sport type and competitive level(査読付)	平成30年10月	『International Journal of Women's Health』Vol.10,
8	運動器検診結果からみた小学生の運動器の特徴(査読付)	平成31年1月	『日本臨床スポーツ医学会誌』27巻1号
9	Monitoring the Occurrence of Pain Symptoms in University Female Handball Players: A 12-Month Prospective Cohort Study(査読付)	平成31年4月	『The Asian Journal of Kinesiology』Vol.21, No.2,
10	青年期の剣道競技者における疼痛の有症状況に関する記述疫学的研究(査読付)	令和2年3月	『運動疫学研究』22巻1号
11	バドミントン競技者における外傷・障害と肩関節疼痛発生の予防に向けて(総説)	令和2年12月	『バドミントン研究』
12	高校ハンドボール選手における傷害発生の実態(査読付)	令和3年2月	『体力科学』70巻1号
13	車いすバドミントン競技者に求められる体力要素の国際指標の検討ーパラバドミントンWH1シングルスの時間分析よりー(査読付)	令和3年2月	『日本スポーツリハビリテーション学会誌』第10巻
14	Serum Creatine Kinase Increases after Acute Strength Training in College Athletes with Menstrual Irregularities.(査読付)	令和3年4月	『Women』Vol.1, No.2
15	大学女子サッカー選手における月経周期とフィットネステストの関連(査読付)	令和5年1月	『日本臨床スポーツ医学会誌』31巻1号

機関誌

- | | | | |
|---|---------------------------------|---------|---------------------|
| 1 | 実技指導研修会報告 バドミントン | 平成28年6月 | 『大学体育』第43巻1号 |
| 2 | パラスポーツからの学びーパラバドミントンの国際大会を運営してー | 令和元年12月 | 大修館書店『保健体育教室』通巻309号 |

実践報告

- | | | | |
|---|-------------------------------|--------|-----------------------------|
| 1 | 2024年度静岡産業大学(磐田キャンパス)学生生活調査報告 | 令和7年2月 | 静岡産業大学論集
『スポーツと人間』第9巻第2号 |
|---|-------------------------------|--------|-----------------------------|

学会発表

- | | | | |
|----|---|---------|--|
| 1 | バドミントン競技者における肩関節痛の実態とその発症予測 | 平成22年9月 | 第65回日本体力医学会大会
(於千葉商科大学・和洋女子大学) |
| 2 | バドミントン競技者における年代別肩関節痛の特徴 | 平成24年9月 | 第67回日本体力医学会大会
(於長良川国際会議場・岐阜都ホテル) |
| 3 | バドミントンジュニアアスリートにおける肩関節特性と肩関節痛の特徴 | 平成26年9月 | 第69回日本体力医学会大会
(於長崎大学) |
| 4 | 大学女子バドミントン競技者の最大酸素摂取量を評価するフィールドテストの開発 | 平成28年3月 | 第27回日本コーチング学会大会
(於日本大学) |
| 5 | パラバドミントン競技者における大会期間中の疼痛発生およびコンディション変化の実態 | 平成29年9月 | 第72回日本体力医学会大会
(於松山大学) |
| 6 | 車いすバドミントンの運動強度把握 | 平成29年9月 | 第72回日本体力医学会大会
(於松山大学) |
| 7 | バドミントンジュニアアスリートにおける肩関節痛に関連する肩関節メディカルスクリーニング項目の検討 | 平成31年3月 | 第2回日本バドミントン学会大会(於首都大学
東京秋葉原サテライトキャンパス) |
| 8 | 柔らかさセンサデバイスをを用いた身体軟部組織評価 | 令和元年9月 | 第74回日本体力医学会大会
(於つくば国際会議場) |
| 9 | 車いすバドミントン競技者に求められる体力要素の国際指標の検討ーパラバドミントンWH1シングルスの時間分析よりー | 令和2年9月 | 第75回日本体力医学会大会
(オンライン開催) |
| 10 | パラバドミントン競技におけるパーソナルコーチング(招待講演) | 令和3年3月 | 第10回日本スポーツリハビリテーション学会
学術大会(オンライン開催) |
| 11 | バドミントンにおける傷害・疼痛予防を考える(招待講演) | 令和5年11月 | 日本バドミントン学会2023年度第1回研究会
(オンライン開催) |
| 12 | 「よい動き」につなげる段階的トレーニング(招待講演) | 令和6年3月 | 第7回日本バドミントン学会大会
(於至学館大学) |
| 13 | 大学体育バドミントン授業における簡便な技能評価指標の検討ー1分間6mラリー回数ー | 令和7年3月 | 日本バドミントン学会 第8回学会大会
(於筑波大学) |
| 14 | 健常者のボッチャのエイミング能力と距離の調整方略の検討 | 令和7年8月 | 日本体育・スポーツ・健康学会第75回大会
(於日本体育大学 世田谷キャンパス) |