

【参加した学生の声】

○西機ゼミは、まずゴルフについて今まで触れる機会がなかった為、興味深い内容でした。実際に流通経済大学が採れたペットボトルを再利用し、新たなものを作り出すという活動は身近なようでなかなか大学生が行動として表せない活動である為、素晴らしいと感じました。西機ゼミの発表では、SDGsの活動を多くされていました。自分自身大学生という立場でできる事として、ゴミを減らす事やエコバッグを持ち歩く事など簡単な活動しか取り組めていなかった為、このようなSDGsに貢献したレベルの高い活動は、大学生という自由な時間が多い私たちの今後取り組むべき活動であると発表を聞いて感じました。

大槻ゼミでは、手指爪床部毛細血管というワードを聞くのが初めてでした。毛細血管など体についての研究は普段行えない為、興味深い内容でした。実際の実験を含んだ結果内容である為、関心を持ってました。

宗宮ゼミは、コロナウイルスの影響で他ゼミの合同での活動や、交流というものはなかなか出来ていなかった為、このような活動を行う事で交流のきっかけを与えてくれるのはとても良いと感じました。

膳法ゼミは、自分自身、部活動での試合前で体の冷えから動きにくさを感じていた為、興味がありました。上半身のみ体温が上がるという実験結果で何故そのような結果になるのか気になりました。

椎名ゼミは、ファシリテーターの活動として、工夫されている事をお聞きし、交流活動であっても全員が楽しめる為には適度な距離感とファシリテーター自身が楽しむ必要があると勉強になりました。また、最後の活動スライドショーでは大学生らしく楽しそうな雰囲気や盛り上がりを感じられ、是非参加したいと思いました。

吉川ゼミでは、ボディービルダーの動画を見て、とても印象に残りました。体を完璧に仕上げる為には、ただトレーニングを行って沢山食べるのではなく細かな糖質制限やその人に合ったトレーニング内容、減量が大切であると分かりました。写真付きでスライドが表示されている為、理解しやすく興味の持てる内容でした。

○西機ゼミでは、SDGsを大きなテーマとし、さらにそこからゴミ（要らなくなったもの）に関連してリサイクルという形にまで持っていく発表がとても良かったと思いました。

大槻ゼミは、とても難しい単語が出てきたため怯んでしまいましたが、内容は思っていた以上に関心を持てるテーマだったと思いました。宗宮ゼミは、なかなか人と接することができなくなっているこのご時世なのでコミュニケーション能力が少しずつ衰えてきています。そこに重きをおいたスポコミらしい発表だったと思います。膳法ゼミは、スポーツ心理学で同じようなことを授業で受けたことがあります、そこからかなり深掘りしていた内容になっていたのに興味がありました。椎名ゼミはいつも一致団結が完璧化されてるイメージがあるので、見ていて混ざってみたいという気持ちになりました。最後に吉川ゼミは、個人的に筋トレが好きな方なので知っていることもありましたが、再復習できるいい機会にな

りました。あそこまでガチムチな筋肉になろうとは思いませんが、誰かの憧れになれるぐらい努力したいいい体を作りたいと感じました。

○西機ゼミですが、SDGs とゴルフを掛け合わせるの面白い考えだと感じた。トレイルランを行っていたが、メンタル強化や体力強化のメリットがあるので実践してみたいと考えた。大槻ゼミは、毛細血管の長さや数を測定する実験というのは難しいことにチャレンジしていると感じた。実験結果もしっかり出ていて、乳酸素運動を行うと毛細血管の幅も拡大するという結果も出ていて、素晴らしい活動だと感じた。宗宮ゼミは、運動会を実施した理由に、スポーツ大会だとゼミごとのレベルの差が開きすぎてしまう点を押さええていて良いと感じた。また、準備も滞りなく行っており、素晴らしいと感じた。膳法ゼミは、皮膚温の低下によってパフォーマンスに影響するかどうかはスポーツ学部である私たちには有益になる研究だと感じた。結果として平均パワーが低下したという結果だったので、参考にしたいと思った。椎名ゼミは、多くのゼミや学科と交流しコミュニケーションを取っていたので、多くの人に良い影響を与えている活動をしていると感じた。吉川ゼミは、ボディビルの増量や減量は大変なものだと考えていたが、実際にボディビルを行っている人の話を聞き、肉体的にも精神的にも辛いものだと改めて感じた。

○西機ゼミは、ブレイングサッカーや、トレイルランなどで体を動かしながら、学びをするのは効率がいいと思ったし、ゴミ拾いなどで社会貢献にもなるのはすごくいいことだと思った。大槻ゼミは、手指爪床部毛細血管の長さも幅もサッカーをしている人が少ないのはびっくりした。しかし、その分数が多いので、サッカーをやっている人が違うのは指先を使わないのは陸上も一緒なのですごく気になった。宗宮ゼミは、運動会を実施したのは自分もスポーツをやっているからいいことだと思った。でも企画するのはやはり人数や種目、備品、リハーサル、プログラム、アンケートなど、やることは沢山あって大変さを実感でき、それが社会にでてから役立つといいと思う。膳法ゼミは、スノボをやった時すごく寒かったが、冬にやる駅伝も慣例環境下での皮膚温にすごく関係あると思った。皮膚温によってパフォーマンス、動きはだいぶ変わると自分の経験上でも思うのでこういう風に研究としてみて、レース前どこをギリギリまで温めるべきかなど考えることができた。椎名ゼミは、コミュニケーションをとる場を与えることで、そのきっかけで仲良くなれることがあるので、すごくいいきっかけだと思ったし、クラウドファンディングの出版についても、1年だけでの制作では無いところが深みを感じた。吉川ゼミは、ボディビルの大会の人は凄いと思っていたが、減量するのにも睡眠が変わったり、それがトレーニングに影響で、体とマンツーマンで繊細に関わっていかないといけないと改めて知れた。

○西機ゼミ、西機ゼミの発表では、SDGs の活動に力を入れていて、印象に残ったのが大学ででたペットボトルをゴルフのティーにできるかをチャレンジし、試行錯誤した結果リサ

イクルマーカー、スプーンにするとのことでした。資金面をクリアするためにクラウドファンディングを使うなど試行錯誤されていてとても良かったです。

大槻ゼミ、毛細血管スコープを使って、被験者を集め、手指爪床部毛細血管のデータまとめられていました。年齢やスポーツ経験によって違いであることが興味深かったです。自分も機会があれば調べてみたいと思いました。

宗宮ゼミ、他ゼミの合同での活動や、交流の機会を設けてくれる事で今まで関わることの無い人と話す機会ができ、良い交流になってると思いました。またアンケートの感想や改善点をしっかりと受け止めて、反省していて次があればもっと良いものなると思いました。

膳法ゼミ、自分も冬の部活では体の冷えから体が動かない、パフォーマンスが落ちていることを実感していました。そういった研究をまとめてもらえることでしっかり対策をしてパフォーマンスを維持できるようにしたいと思いました

椎名ゼミ、出張ゼミという他のゼミにはない椎名ゼミでの経験や体験を通していろいろな経験ができたのかなと思いました。また宗宮ゼミ同様運動会を開催するなど将来就職した後、経験が活かそうだと思いました。学年関係なく交流があり、和気藹々としていることを感じました。

吉川ゼミ、ボディービルダーのトレーニングを大会に向けて体を完璧に仕上げるのにどれだけ大変かを知ることができました。筋力量を落とさず、体重を減らすための食事制限の工夫をまとめられていてわかりやすかったです