

第 27 回秩父宮記念スポーツ医・科学賞 受賞者のコメント

	功労賞受賞者 田中喜代次氏	奨励賞受賞者 代表 田島文博氏
<p>秩父宮記念スポーツ医・科学賞の受賞の感想をお聞かせください。</p>	<p>身に余る光栄に恐縮しております。 長年に亘りスポーツ医・科学の分野で私なりに精一杯活動してきたことをお認めいただいたという嬉しさとともに、万一の想像を超える重責を感じています。 「秩父宮記念」という文字が私のみならず、多くの研究仲間や知人たちの心にしっかり刺さっているようです。 誠におめでたいという趣旨で方々からお祝いの言葉をいただき、受賞式の後もしばらくは余韻が冷め切らない状態でした。 過去の受賞者の多くは定年退職後の方で、60 歳台後半から 70 歳台のご年齢だと思いますが、現役世代では仕事の環境が制限されており、定年退職後でも活動的であれば、むしろ大いに見聞を広めることができます。</p>	<p>心より感謝致します。 40 年以上前、障がい者がスポーツをしたいという強い希望に対して社会が受け入れてくれないという状況で医・科学研究をはじめました。皇室の方々には後押しをして下さいました。 影の存在であったわたくし達にこのようにスポットライトを当てていただけ、思いがけない喜びで一杯です。</p>
<p>スポーツの研究者を目指す若者にアドバイスをお願いします。</p>	<p>研究者の道を志した①大学院生（20 歳台）や若手のころ（30 歳台）と、②中年期（40・50 歳台）、③60 歳以降に研究歴を分けて過去を振り返りますと、研究仮説・デザイン、結果の解釈・考察、concluding remarks（結び）のいずれもが微妙に変化してきております。 研究動機も大きく変化してきていることに驚きを隠せません。 この変化は良く言えば成長の証だと想います。 スポーツ競技の規則が厳格であるように、研究者（生理学、生化学、医学、健康科学など）は、データの収集・分析、結果の解釈にも厳格であるべきと切に願います。私はスポーツ科学に加えて食事・栄養学の一端を学び始め、プレッシャーや競技力の停滞によってメンタル面の悪化が起きているアスリートをはじめ、肥満者や虚血性心疾患患者の脱ストレスに取り組み（一人の健康支援者として）、その後に服薬の影響を看過できないと気づきました。 それ以来、薬剤の功罪を学び、今では限られたジャンルですが、専門の医師や薬剤師らと治療の在り方について議論しています。</p>	<p>わたくしの場合は、家業の手伝いや生活を優先させなくてはならないという事情があり、クラブ活動などの経験がほとんどありません。 しかし、スポーツ研究の現場は教授に連れられ、いろいろ経験させていただいたために研究と人脈形成に役立ちました。 学生だとアスリートも本音を伝えてくれます。 様々な経験を共有できますので、学生の時から現場を経験することを勧めます。 また、勉強量が大切で、わたくしは大学院生の時には、3 6 5 日寝ずにお尻に褥瘡が出来るまで勉強しろと指導されました。 あと、英語の勉強と良い伴侶を見つけることもポイントです。 最後に、物事に関しては、全てを疑ってかかるという事が重要だと思います。 矛盾するようですが、反面、目の前のアスリートに寄与するということに対しては信じて取り組む姿勢が研究者として必須です。</p>

	<p>65 年ほど継続的に実践してきたスポーツ経験に栄養学・心理学・薬学の知識が交わること（シナジー効果）で、新しい研究仮説が生まれますが、今となっては時遅し・・・との思いから、過去の自分の研究への取り組みを猛省しております。このような思いは、私に限らず、多くの研究者に概ね共通することではないでしょうか。</p> <p>科学者は真理の探究を使命としますから、自分の専門分野に関連したメッセージを出すのであれば、なおさら自分の言動や主張に厳格さを保ち、適切なメッセージの流布に努めるべきです。</p> <p>近未来を見て自己や特定のジャンルのアピールに好都合でも、遠い先も見渡しながらか自己にとって不利な仮説も立てて真摯に検証していく姿勢が科学者には肝要だと思います。</p> <p>スポーツ科学はまだ未熟な段階なので、そういったスタンスで構えながら multifaceted approach（多角的なアプローチ）にも傾注して欲しいと思います。最後にスポーツ活動には大きな怪我、使い過ぎによる治療（障がい部位の整形外科的手術）、看過できない不整脈、バーンアウト（燃え尽き症候群）など、大きな負の結果が生じることもあるため、できるだけ負の影響が及ばないようにスポーツ医・科学研究の質とともに、スポーツリテラシー・フィットネスリテラシーを高めていかれることを願います。</p>	
<p>スポーツの良さ・価値をどのようにお考えになっていますか。</p>	<p>万民に通じるものではありませんが、多くの老若男女にとって食欲亢進・栄養吸収、快眠、快便、快浴、快感、ストレス回避、人間関係の醸成に最も効果的な生活行動の一つがスポーツ実践だと思います。</p> <p>言語が異なり、日常的な会話が全くできなくても、誰とでも密なる交流ができるスポーツは素晴らしいと思います。</p> <p>そのような素晴らしさを当初は体感できない人でも、スポーツを続けているうちに獲得できる事例を多数見てきました。</p> <p>それがスポーツの醍醐味だと思います。</p>	<p>体を動かす活動だけでなく、囲碁、将棋、チェスや和歌・俳句も精神を駆使する活動も、スポーツの一環だとわたくしは考えます。</p> <p>そうなると、科学と学問もスポーツといえるのではないのでしょうか。</p> <p>つまり、スポーツは人間の活動そのものなので、それぞれのヒトにとっては人生の価値と同じ意味となるのではないのでしょうか。</p> <p>スポーツの振興無くして日本の将来はありえません。</p>