

オーブン カレッジ

私は、2000年頃から、当時ヨーロッパで普及しはじめていたノルディックウォーキング（NW）に興味を持っていて。NWは、クロスカントリースキーのように2本のポール（ストック）を手にし、歩く運動方法である。ヨーロッパで幾度となく講習会に参加しているが、日本人はいつも膝が曲がり、猫背で、時に踵を引きずるように歩くことに気づかされる。姿勢の悪化は、日本人に多い変形性膝関節症の一因でもあり、この運動こそ、日本人の健康改善に役立つので

志向性からみた日本人の特徴

（志向性）の違いに興味を持つようになった。担当科目である「スポーツ」は西洋文化として生まれたものであり、その背景を考えうるうえで新たな切り口となっている。

「外出自粛」と「Stay Home」の表現の違いは、両者の志向性を考えるうえでキーワードとなる。前者は「しない」ことを、後者は「すること」を強調する。日本語では「すみません」とあいさつしたり、「リンゴ食べませんか」と声をかけたり、否定表現を好む。

先日終了した東京オリンピックでは、多くの日本人選手が試合前後に競技場に向け深々とお辞儀をしていた。また、先の冬季オリンピックでは「push up」と外向的な表現をする。指で数を数えるとき、日本では指折り数えていくが、西洋の多くの国々では、グーから指を広げていく。住所の表記方法に関して同様の傾向がいえる。枚挙にいとまがないこのような日本人特有の内向的な所作、志向性は、気候や生活様式などを背景に、無意識のうちに身につけてきたものである。しかし、背中が丸まった姿勢は、穏やかな気持ちに導いてはくれるが、傾向として呼吸は浅くなり不安感や免疫力の低下を招いてしまう。日本人の貯蓄率が他国に比べて高いのも、不安感への備えだともいわれている。

「外出自粛」と「Stay Home」

はないかと普及に関わるようになった。17年に外国語学部に移籍し、歩き方や姿勢に限らず、思考の癖



名城大学外国語学部
国際英語学科教授
富岡 徹

とみおか・とおる 応用健康科学、スポーツ科学。日本体育大学大学院体育科学研究科修了（体育学修士）。博士（医学、昭和大学）。1965年生まれ。

ピックでも、女子カーリング競技で「もぐもぐタイム」として注目を浴びた選手の「しゃがむ」という休憩の仕方は、他国の選手には全く見られない所作であった。お辞儀やしゃがむという内向的な所作は、我々は日常的に無意識に行っている。「刺し身包丁」も「のこぎり」も日本人は「引いて」切る。

運動表現においても、日本語では「腕立て伏せ」と内向的な表現をするが、英語では「push up」と外向的な表現をする。指で数を数えるとき、日本では指折り数えていくが、西洋の多くの国々では、グーから指を広げていく。住所の表記方法に関して同様の傾向がいえる。枚挙にいとまがないこのような日本人特有の内向的な所作、志向性は、気候や生活様式などを背景に、無意識のうちに身につけてきたものである。しかし、背中が丸まった姿勢は、穏やかな気持ちに導いてはくれるが、傾向として呼吸は浅くなり不安感や免疫力の低下を招いてしまう。日本人の貯蓄率が他国に比べて高いのも、不安感への備えだともいわれている。

このコロナ禍、デスクワークなどでさらに猫背になり、マスクの装着によりさらに呼吸が浅くなるなど、不安感が助長されている。そこで、ウィズコロナ時代の運動方法を紹介するウェビシンポジウムを9月9日に計画した。体幹、姿勢、呼吸、NWをキーワードにした専門家によるレクチャーがある。ご興味のある方は「名城大学リサーチフェア」をキーワードに検索し、ご参加頂きたい。

現在、なぜ銀メダリストは金メダリストの右に立つのか、縦書きの本は背表紙が右で、横書きでは左なのかといった、左右に対する意識の違いについても、検討しているところである。

