

大宮東高等学校文化祭出展

森嶋 修

平成29年9月9日（土）、大宮東高等学校との連携協定に関わる活動として、体脂肪・筋肉量の測定会を青龍祭（文化祭）にて実施した。

事前準備として、InBodyと測定に関する機材の搬入を文化祭前日に行った。また、測定で用いるTシャツとハーフパンツを各サイズ用意した。他には、測定会に関するチラシの作成を行い、文化祭当日は会場入り口にて配布を依頼した。会場内には、筋肉隆々のスポーツ選手（ラファエル・ナダル、ウサイン・ボルト）や芸能人（なかやまきんに君）の写真を掲示したが、高校生の興味を引くことは微塵も無かった。

当日は、誰が言ったのか「10人でも来れば良い方」との噂とはかけ離れ、終始人足が絶えることは無く、総勢100名を超える大盛況であった。このような予想を遙かに超える状況であったのにも関わらず、測定補助として協力してくれた4名の学生は、来場者の動線確保や待ち時間に大学パン

フレットの配布を行うなど、機転を利かせたファインプレーを演じてくれたことに感謝したい。

測定は補助学生が身長測定、データ入力、測定説明をそれぞれが担当し、滞りなく行われた。私は測定シートの見方を説明し、測定結果に関して一言アドバイスを行った。一言アドバイスは、左右差や上半身と下半身の筋肉量の差を中心に行い、体脂肪の量に関しては対象者が高校生ということもあったため特に触れることはしなかった。

今回測定会に来場した高校生は殆どが運動部に所属しているとのことであったが、全体的に体脂肪の量が少なく、痩せている高校生が多い印象を受けた。今回の測定会で得られたデータは貴重であり、データの検証や経年的な変化を見ていくことも興味深いと感じる。今後も連携協定に関わる活動を積極的に行って行けるようにスポーツ科学研究所でも準備していきたい。

