

# NIFS サテライト通信

第11号 平成23年2月28日

鹿屋体育大学＝NIFS（National Institute of Fitness and Sports in Kanoya）の東京サテライトキャンパスでは、2月10日（木）に、平成22年度公開講座として実施してきました「貯金運動教室」の報告会を、開催いたしました。当日は鹿屋から4名の先生方、そして客員教授、客員准教授の先生方を迎え、2時間程度の講演および、和気あいあいとした懇親会にて、幕を閉じました。



## 「貯筋運動教室」報告会

今夜はまるで、同窓会。平成22年度貯筋教室を受講された、63名のうち39名の卒業生が、再びサテライトに集まりました。前期の方ですと、かれこれもう半年前。みなさん、変わらずお元気で、また、貯筋教室の装いとは違った雰囲気です。再会を祝い、健康に感謝し、笑顔と楽しい声の絶えないひと時でした。

報告会は、「身体組成とQOL」、「運動習慣と残高チェック」、「トルク系パワー」、「認知機能」のテーマに沿って、4名の先生方から講演がありました。各々の結果と照らし合わせ、教室と自宅で頑張った3カ月の成果を、主観的だけでなく客観的にも味わえた瞬間です。地味な運動ではありますが、継続は力なり。コツコツ重ねた努力が、ちゃんと身に付いている証拠です。みなさんのハツラツとした姿、そして「今も続けてやっています」、「貯筋、ずいぶん貯まったよ」なんて言葉が、心をじんわり温め、嬉しい気持ちでいっぱいにしてくれました。

## 集中講義で、思考を鍛える

今月は、まさに授業の嵐。サテライトキャンパスは、社会人学生（大学院学生）が学べるキャンパスですが、夜間の講義だけでは消化（学び）しきれない部分が出てきます。そんな時、週末を利用して鹿屋から先生が出向き、「集中講義」を行います。2月4～5日は「スポーツ・レジャー産業論」、11～13日は「運動処方論特講演習」。非常にタイトなスケジュールでしたが、内容が濃く、みっちり鍛えられた週末でした。



TV会議システムは、時間と空間を短縮でき、便利で画期的です。しかし、こうして面と向かって討論し、疑問を即座に解決できる、リアルで変化に富んだ授業は集中講義ならではです。先生方、はるばる遠方より、有難うございました。

## 今月の一冊

羅生門・鼻・芋粥/ 芥川龍之介



逸話文学を根拠にした、初期の作品が多く収録されている短編集。あまりに有名で、教科書で目にしたことのある人が、大半であろう。意外と短い。あっという間に一編終わる。鋭いリズム、生々しくも美しい描写、そして文体。一文読めば即座に、彼の世界へと引き込まれる。「日本語を楽しむ」という観点から、もう一度、手に取ってみたいかがだろうか？

## 3月の主な行事予定

3月20日（日） 大学説明会  
3月22日（火） 経営協議会

## 編集後記

春— 出会いと別れの季節、そして、始まりの季節。サテライトも新年度に向け、しばし準備期間です。 通信スタッフ 成田

国立大学法人鹿屋体育大学東京サテライトキャンパス（津々木、成田）  
〒113-0033 東京都文京区本郷3丁目15-9 SWTビル5階  
TEL 03-5840-9428 FAX 03-5840-9429 E-mail satellite@nifs-k.ac.jp

【開所時間】 平日 9時00分～18時00分

ご質問、ご要望等ございましたら、  
お気軽にお問い合わせください。