

# スポーツと音楽の親和性

## - 尚美学園大学の試み

尚美学園大学 スポーツマネジメント学部  
准教授 梶 孝之

### 1.はじめに

今日、スポーツ科学の進歩、国際化が進む現状、メディアの発達などの影響により、スポーツの分野は、これまでとは比較にならない程のスピードで、多種多様な広がりを見せている。スポーツと音楽の関係性についても、こうした流れの中で近年着目されつつある、一つの事例と言ってよいだろう。もちろん、それら一つ一つは、丁寧な実証に基づいて議論されるべきであるが、一方でその実例は我々に大きな示唆を与えてくれる。本稿の動機は、このような現在の課題を視野に入れつつ、それらの課題を現場レベルに対象化しようとするところにある。そこで本稿では、尚美学園大学における実践例を検証してみたい。

### 2.スポーツにおける音楽の可能性

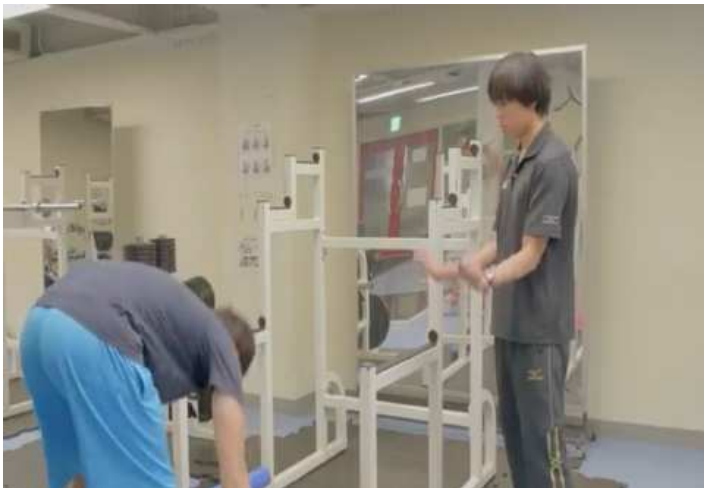
まず、スポーツと音楽の可能性に焦点を合わせてみる。例えばフィギュアスケートやシンクロナイズドスイミングといった競技では、そもそも音楽がなければ競技自体が成立しないので、自らもしくはチームのイメージに合致した音楽を選択し、それに合わせてパフォーマンスを行う。また野球に代表されるようなプロスポーツの試合会場、大規模な国際的スポーツイベントでは、音楽はそのイベント自体を盛り上げる重要な要素として考えられるようになった。なぜならば、イベントに音楽を使用することで、その体験をいつでも思い出せるような『質の高いインパクト』を与えてくれるからだ。その他、フィットネスクラブにおいても、トレーニング中には常時音楽がかかっている。このような観点からも、体内リズムの確立や脳神経への刺激によるトレーニング効果の増大、運動時の心拍数と音楽の因果関係にも着目されている。現在では、スポーツと音楽の可能性は大手フィットネスクラブでもレッスンに着手するようになった『暗闇フィットネス』にまで発展を見せている。ライブハウスと錯覚するような暗闇の中で、音楽のリズムに合わせてエクササイズを行う。これらのレッスンは予約が取れないほどの人気を博しており、フィットネスと実際の音楽ライブをコラボレーションするなど、スポーツと音楽の可能性も市場規模で、その拡大を見ることができる。

### 3. スポーツと音楽の共通点

私はこれまで、3歳から17歳になるまでピアノに、17歳から27歳になるまで陸上競技に従事してきた。その経歴を鑑みると、実はピアノに従事した期間の方が長い。これまでを振り返ると私は、スポーツと音楽のどちらか一方を選択してきたわけであり、私自身、当時は相反する共通項のない2つの文化として、捉えてきたのかもしれない。しかしながら、スポーツで音楽の可能性が模索される中、本学講義においては、以下2点の共通項を見出すことができる。

#### 1) 『身体動作』という共通点

本学において、2007年ライフマネジメント学科設置時より、私は、講義として「スポーツ演習A(体づくり運動)」を担当してきた。当該科目は、スポーツコースの必修科目として位置づけられ、スポーツを専門的に学ぶ学生が受講するわけであるが、本学最大の特徴は、音楽を専門とする学生も混在して、授業が展開されることにある。講義には、専門性は関係がなく、それぞれが目的意識を持って取り組むことになる。



当然、スポーツを専門とする学生と音楽を専門とする学生には、身体能力の差は見られるが、音楽を専門とする学生は、「肺活量を増やしたい」「押さえる力を強くしたい」「良い姿勢を維持できるようにしたい」といった目的意識を持って講義に取り組んでいる光景が、そこにはある。上記の目的意識を鑑みると、スポーツも音楽も『身体動作』という点で、共通していることがわかる。

#### 2) 『達成』という共通点

本学において、上記「スポーツ演習A(体づくり運動)」と同時期より、私は講義として「スポーツ演習B(陸上競技)」を担当している。当該科目もスポーツコースの必修科目として位置づけられるが、体づくり運動と同様、音楽を専門とする学生の姿も見られる。本講義では50M測定を行い、ほぼ全ての学生に記録の向上が見られた。これは陸上競技の科学的知見を用いた指導による記録の向上と捉えることができるが、全講義終了後のアンケート調査の結果、50M測定に学生が『達成』を感じる様子が窺えた。<sup>2</sup>学生達は、「自分がここまでできるとは!」「音楽の指導者になったら、教え子に同じような達成感を経

<sup>1</sup> 梶孝之、平成29年7月、『大学体育実技「体づくり運動」における1RM測定の有効性に関する一考察』、尚美学園大学教職課程年報第2号。

<sup>2</sup> 梶孝之、平成29年3月、『大学体育実技における「達成」に関する研究－陸上競技を手がかりとして(2011-2016年)－』、尚美学園大学総合政策学部研究紀要第29号。

験させてあげたい！』自分がやっている音楽で『できないことができた感覚』に似ていた。同じ体験ができた。」などの感想を記してくれている。このことから本講義を通じて、スポーツと音楽に跨った共通の『達成』を見ることができる。



以上2点の共通項は、スポーツと音楽の親和性の表象と捉えられる。またそれらが講義内で確認できるのは、本学独自の講義の特色である「学部間自由選択科目」の履修が採用されていることに起因する。本学では、選択科目で他学部の科目を学ぶこと

で、良い刺激を受け、学習への興味や知識を広げることを目的としている。

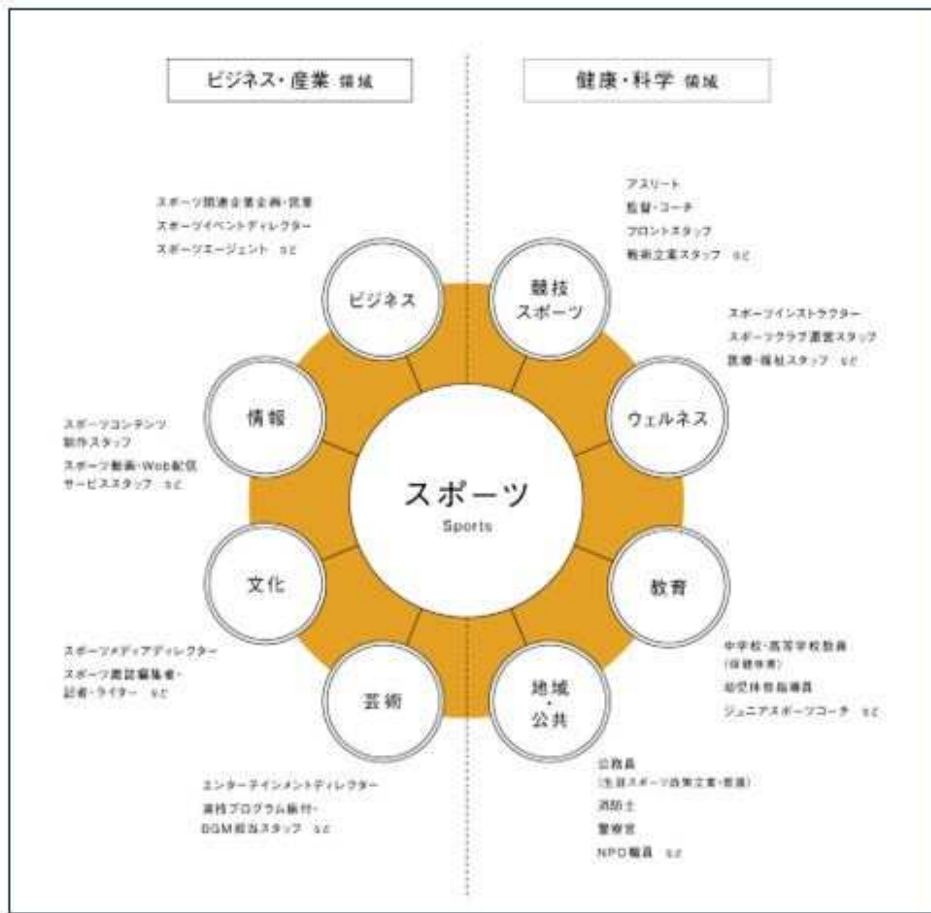
ところで、現在、スポーツ界において、少子化などの理由から学校部活動が衰退し、指導者不足の問題が発生している。そうした学校部活動の問題から、それにとって代わる存在として、総合型地域スポーツクラブが脚光を浴びている。<sup>3</sup>総合型地域スポーツクラブの台頭は、特に中学生、高校生といった年代において、従来のような学校部活動に依存する形ではなく、自ら活動の種目やスタイルを自由に選択できる時代の到来を意味している。総合型地域スポーツクラブでは、多種目多世代をモットーとしており、誰でも好きな種目を選択できる。その選択肢の中には、スポーツにとどまらず、ピアノやギター、三味線やウクレレ、声楽など、体育系部活動と同様の課題を抱えた音楽クラブも多く存在する。クラブハウスまた学校開放事業を『場』として、“スポーツと音楽が好き”そういった需要に対して、応えることのできる時代となっている。このような状況を鑑み、大学教育においても、多角的に専門性を学び、多様な“好き”を選択することが可能となるシステムの構築が求められていると言える。

#### 4. 尚美学園大学の学び

尚美学園大学では、2020年4月、新たな試みとして、スポーツマネジメント学部が創設された。尚美学園大学は、1926年に尚美音楽院として端を発し、1981年には尚美音楽短期大学、2000年には尚美学園大学総合政策学部を設置。2007年に、スポーツマネジメント学部の前身となるライフマネジメント学科が設置されている。このように、音楽院として端を発して以降、現代社会の広がりに対応するように、大学は発展を繰り返してきた。

これまで、総合政策学部ライフマネジメント学科では、競技スポーツ、ウェルネス、教育の分野の学びを充実させてきた。そして、総合政策学科の学びを生かし、ビジネス、地域・公共の分野へとそ

<sup>3</sup> 梶孝之、平成30年9月、『総合型地域スポーツクラブの現状と課題』、尚美学園大学教職課程年報第3号。



の学びを広げてきた。しかしながら、情報・文化・芸術といった分野には、あまり着目されることはなかった。今回の学部創設を機に、既存の分野に更に力を入れていくことは勿論のこと、情報・文化・芸術の分野の科目となる『スポーツメディア』『音楽と社会』『ポピュラー音楽』『エンタテインメント企画制作』『スポーツイベント概論』『スポーツイベント演習』等、スポーツ

と音楽に特化した多くの科目を基軸として、芸術情報学部とのコラボレーションが可能となる。これによって、他に類を見ない尚美学園大学ならではの学びの広がりが期待できるようになった。

## 5. 終わりに

以上、本学の実践例の検証は、以下のように評価できる。

『学部間自由選択科目』は、多角的に専門性を学び、自らの“好き”を選択できるシステムとして構築されていた。今日、スポーツの分野が多種多様な広がりを見せている中で、スポーツマネジメント学部を創設する事実は一考に価する。この試みによって、3学部の学生が同じキャンパスで過ごす4年間、川越の豊かな田園風景の中、最新の知識とテクノロジーが集約されたキャンパスで、学生達はこれからも自らの可能性を無限に広げていくに違いない。