

## 富士大学研究者情報

経済学部経営法学科

講師

内城 寛子

うちじょう ひろこ

### 研究者基本情報

生 年	昭和52（1977）年
最終学歴	岩手大学大学院人文社会科学研究科修了
取得学位	修士(学術)
学位取得年月	平成15（2003）年3月
出身地	青森県
専門分野	スポーツ心理学
担当科目	スポーツ心理学、運動生理学、スポーツ栄養学、スポーツ経営学、運動学、卓球A、テニス(実技)、テニス(教職課程実技)
所属学会	日本スポーツ心理学会 日本テニス学会
長期研究テーマ	・スポーツ選手のQOLについて ・スポーツ場面における状況判断能力の向上について
短期研究テーマ	・女性アスリートが抱える身体的・心理的問題とその解決支援策について ・学生アスリートのデュアルキャリア支援方策について ・スポーツ選手のメタ認知的言語化について
1年以内に発表予定の研究業績	・未定

### 研究業績 (2018年3月末日現在)

#### 【論文】

1	「スポーツ選手におけるフローの発生機序に関する研究」2003年3月（修士論文）
2	「スポーツ選手におけるフローの発生機序に関する研究」2004年3月 岩手大学大学院人文社会科学研究科紀要第12号 pp13-24
3	「地方私立大学生アスリートの相談行動－相談に対するイメージと相談行動の関係に焦点をあてて－」2017年3月 富士大学紀要第49巻第2号

#### 【その他の執筆】

(雑誌投稿)

1	「スプリットステップを科学する（日本テニス学会監修新テニスの科学File No.41）」月刊テニスジャーナルNo.204 pp54-58 2000年10月
---	---

2	「テニスが楽しくなる秘訣 (日本テニス学会監修新テニスの科学File No.66)」月刊テニスジャーナルNo.230 pp54-58 2002年12月
3	「非継続性のメンタルトレーニング講習会における心理支援の一例」メンタルトレーニングジャーナルVol.11 pp.33-35 2018年3月

(翻訳)

1	「テニスは精神的なゲームである：パート1」 2008 (財) 日本テニス協会公式HP 掲載 「Tennis is a Mental Game: Part One」 ITF Corching & Sport Science Review 40 pp.14-15, España 2006 Dietmar Samulski
2	「テニスは精神的なゲームである：パート2」 2008 (財) 日本テニス協会公式HP 掲載 「Tennis is a Mental Game: Part Two」 ITF Corching & Sport Science Review 41 pp.4, España Dietmar Samulski 2007

(他)

1	「強化指導指針Ⅲ - トップへの道 -」 (財) 日本テニス協会強化本部・普及指導指針プロジェクトチーム (共同編集) 2011年3月
---	---

【学会発表】

1	「テニスの準備動作について-特に、スプリットステップを中心に-」 第11回テニス学会 (ポスター) 1999年11月
2	「テニス選手のフロー体験について」 第13回テニス学会 (ポスター) 2001年11月
3	「テニスプレーヤーのフロー生起のメカニズムとその効果について」 第14回テニス学会 (ポスター) 2002年11月
4	「スポーツ選手のフローについて」 現代行動科学会第19回大会 (口頭) 2002年10月
5	「テニスプレーヤーの経験年数と戦績によるフローの感覚差について」 第15回テニス学会 (ポスター) 2003年11月
6	「日本テニストップ選手におけるコンディショニング意識と精神的健康について」 第24回テニス学会 (口頭) 2012年12月
7	「大学生アスリートの競技に関する相談行動-「相談」のイメージと相談行動の関心に焦点をあてて-」 第43回日本スポーツ心理学会 (ポスター) 2016年11月
8	テーマセッション「キャリアの過去・現在・未来-人生の転機や変遷・転回をポジティブな視点から-」 話題提供者 2017年11月

【教職歴】

1	江南義塾盛岡高等学校スクールカウンセラー 2000年4月～2003年6月
2	学校法人富士大学非常勤講師 (スポーツ心理学、運動生理学、スポーツ栄養学) 2005年4月～2016年3月
3	学校法人岩手医科大学共通教育センター人間科学科実験補助者 2003年4月～2014年3月
4	国立大学法人岩手大学男女共同参画推進室特任研究員 (相談員) 2013年12月～2016年3月
5	学校法人岩手医科大学非常勤講師 (スポーツと医学) 2014年4月～現在

【スポーツ業績】

(競技歴)

1	第55回、第56回、第57回国民体育大会（テニス競技）出場（成年女子監督兼選手）
2	全日本学生テニス選手権大会出場（1998年、1999年東北代表シングルス、ダブルス）

（指導歴）

1	2003年～2006年 岩手県テニス協会トレーニングセンター 強化選手指導コーチ
2	岩手県盛岡市立北松園中学校テニス部外部コーチ 第27回（2000年）全日本中学生テニス大会男子団体出場、女子団体出場 第28回（2001年）全日本中学生テニス大会男子団体出場 第29回（2002年）全日本中学生テニス大会男子団体出場 第30回（2003年）全日本中学生テニス大会男子団体ベスト16、女子団体ベスト16 第31回（2004年）全日本中学生テニス大会男子団体出場 第33回（2006年）全日本中学生テニス大会男子団体出場
3	2016年4月～ 富士大学硬式テニス部監督 2017年4月～ 富士大学硬式テニス部部長・監督 平成28年度全国大学王座決定試合女子の部出場、（東北地区1部リーグ優勝）
4	2016年4月～ リトルサンテニスクラブ（岩手県紫波町） コーチ

【内外における公開講座等の講師】

1	2003年度B級スポーツ指導員養成講習会「共通科目」「スポーツ心理学」講師 2003年2月
2	2003年度総合型地域スポーツクラブ育成モデル事業「市民スポーツ大学」講師 2004年1月
3	2003年度岩手県健康運動実践指導者養成講習会講師「運動指導の心理学的基礎」2004年2月
4	2004年度岩手県健康運動実践指導者養成講習会講師「運動指導の心理学的基礎」2006年2月
5	2010年度第4回いわてアスレティックトレーナー養成セミナー「スポーツ心理学（選手への心理的支援・心理的コンディショニング）」 2010年9月
6	2011年度日本体育協会公認スポーツ指導者養成講習会「共通科目Ⅱ（スポーツの心理Ⅰ）」講師 2011年11月
7	2011年度北海道・北東北スポーツ科学サミット～北海道・北東北4道県のスポーツ科学によるトレーニング構築を目指して～ 分科会（メンタル）パネリスト 2011年12月
8	2012年度日本体育協会公認スポーツ指導者養成講習会「共通科目Ⅱ（スポーツの心理Ⅰ）」講師 2012年10月
9	2013年度紫波町社会参加活動中堅リーダー研修会サマワーク講師「人と人とのより良い関係を作るために」 2013年8月
10	2013年度岩手県立不来方高等学校体育学系・スポーツ医・科学特別講座講師「集中力を高める」 2013年5月
11	2013年盛岡市次世代体力・運動能力向上プロジェクト 盛岡市ジュニアスポーツ医・科学勉強会スポーツ指導者コーチングセミナー講師「ジュニア選手のメンタルコンディション」2013年10月

12	2013年度第1回岩手県スポーツ指導者研修会講師 「スポーツの心理」 2013年11月
13	2014年度第1回岩手県スポーツ指導者研修会講師「スポーツ指導と心の成長～スポーツ選手の心の成長を支える指導者になるために～」2014年11月
14	2014年度岩手県立不来方高等学校体育学系・スポーツ医・科学特別講座講師「集中力を高める」 2014年5月
15	2014年度テニス医科学セミナー パネルディスカッションパネリスト「東北地域のスポーツ医・科学体制の構築を目指して！傑出した選手の育成・強化とは？」於：宮城県ベルサンピア泉 2015年1月
16	2015年度東日本大震災復興支援事業 スポーツコーディネーター研修会「広げよう！スポーツの輪」2016年2月
17	2016年度岩手県競技力向上支援事業スポーツ医・科学講習会および相談会（第71回国民体育大会（希望郷いわて国体）に向けた選手強化事業）バレーボール競技少年男子、柔道競技少年女子、クレー射撃競技成年男女、ライフル射撃競技成年男女および少年男女、軟式野球競技、ソフトボール競技成年男女、ウェイトリフティング競技）2016年3月～9月
18	2016年度岩手県スポーツ医・科学スタッフ派遣事業スポーツ医・科学講習会および相談会（滝沢市）2016年6月
19	2016年度全国高校総合体育大会 岩手県選手団講習会「勝利を目指して～チーム岩手の挑戦～」 2016年7月
20	2016年度岩手県立不来方高等学校体育学系スポーツ医・科学特別講座「集中力を高める」2016年9月
21	平成28年度岩手県スポーツ医・科学講習会「子どもの心を強くするアドバイス方法」「スポーツ医・科学相談『スポーツ心理について』」in北上市
22	2016年度岩手県高等学校体育連盟テニス専門部第2回強化練習会「ワンステップアップのためのメンタルトレーニング」 2016年12月
23	平成28年度岩手県スポーツ医・科学講習会「子どもの心を強くするアドバイス方法」「スポーツ医・科学相談『スポーツ心理について』」in花巻市
24	岩手県立宮古高等学校ラグビー部メンタルトレーニング講習会 2017年2月
25	2016年度第1回障がい者スポーツ指導者フォローアップ研修会「スポーツにおけるメンタルの重要性～結果につながるイメージトレーニングから」2017年2月
26	2016年度北上市選手強化事業第3回スポーツ指導者講習会「子どもの心を強くするアドバイス方法」 2017年2月
27	岩手県立盛岡第三高等学校新体操部メンタルトレーニング講習会 2017年3月
28	平成29年度第1回障がい者スポーツ育成研修会「心を強くするために」2017年6月
29	2017年度岩手県立不来方高等学校体育学系スポーツ医・科学特別講座「メンタルトレーニング」 2017年8月
30	2017年度岩手県立不来方高等学校体育学系スポーツ医・科学特別講座「スポーツ心理学」2017年9月
31	平成29年度第2回障がい者スポーツ育成研修会「心を強くするために②」2017年9月

32	平成29年富士大学花巻市民セミナー「スポーツツーリズムにおける地域の魅力発信」2017年10月
33	平成29年富士大学北上市民セミナー「スポーツツーリズムにおける地域の魅力発信～スポーツによるまちづくり～」2017年10月
34	平成29年度宮古市スポーツ少年団スポーツ指導者講習会「子どもの心を強くするアドバイス方法」2017年11月
35	平成29年度岩手県立花巻南高等学校高大連携事業「健康科学」特別講座「スポーツ栄養学～エネルギーの消費と補給のバランス～」2017年11月
36	平成29年度岩手県スポーツ医・科学サポート事業（健康づくり支援事業）花巻市南条中学校ソフトボール部「心を強くする方法」2017年12月
37	平成29年度高大連携事業富士大学ウィンターセッション「スポーツが地域を変えるースポーツ経営学を踏まえてー」2017年12月
38	平成29年度岩手県水泳連盟指導員資格更新義務研修会「スポーツ指導における心構え」2018年2月
39	平成29年度岩手県スポーツ医・科学サポート事業in久慈（健康づくり支援事業）「スポーツにおける心理サポート」2018年2月
40	平成29年度岩手県スポーツ医・科学サポート事業in大野高校（健康づくり支援事業）「心を強くする・心を育む」2018年2月
41	平成29年度岩手県スポーツ医・科学サポート事業（ジュニア支援事業）釜石商工高校なぎなた部「勝負所で実力を発揮する」2018年3月
42	平成29年度北上市選手強化事業第3回スポーツ指導者講習会「スポーツ指導における心の理解～勝負強さを発揮するために～」2018年3月

#### 【社会的活動】

1	紫波町男女共同参画推進委員（2013年～現在 2期目）
2	紫波町保健推進委員（2014年～現在 2期目）
3	人権擁護委員（2018年1月～現在）
4	日本テニス学会発行「テニスの科学」編集長（2017年4月～現在）

#### 【受賞歴】

1	2002年テニス学会学会発表奨励賞受賞（2002年11月）
---	-------------------------------