

令和7年度 青森県立八戸西高等学校 スポーツ科学科1学年

特別授業「八戸学院大学高大連携事業 ハチガクラボ」

実施年月日:第1回 令和7年9月8日(月) 第2回 令和7年9月29日(月)

実施場所:本校第一体育館

概要:八戸学院大学高大連携事業の一環として行われる「ハチガクラボ」に参加し、大学教授による講義、実験及び演習等の専門的な授業を通して最先端理論の習得を図るとともに、将来、体育・スポーツの各分野の指導者として活躍していくための資質向上を図る。

講師:八戸学院大学 工藤 祐太郎 氏、平塚 和也 氏



スポーツ科学科生徒の感想

山本 柚月(五戸川内中学校出身・女子バレーボール部)

私は、ハチガクラボで骨密度について興味を持ちました。骨密度を上げるためには、成長期のうちからスポーツをしているといいということがわかりました。また、スポーツの中でも高インパクトというバレーやバスケ、サッカーなどがいいということを知りました。また、このハチガクラボで研究の進め方も知ることができました。そのためそこで学んだ背景・方法・結果・考察、まとめを使い、これから研究を進めていきたいと思いました。

大久保 真尋(五戸川内中学校出身・陸上競技部)

僕がハチガクラボで学んだことは、すべてのスポーツが骨密度を上げるわけではないということです。また男性と女性では骨密度の減る量が違い、男性の方が骨密度が減る量は少ないということも学ぶことができました。そして運動を続けることによる骨密度の上昇、骨密度の減る量を抑え骨粗鬆症の予防になることなど僕たちの生活には欠かせない情報などを知ることができました。そして僕たちにはまだ早いと思っていた卒業研究の手順も早めを知ることができたので今回のハチガクラボで学んだ事を忘れないようにし研究をしていきたいと思ひます