

一般社団法人 身体開発研究機構 設立趣意書

身体は人間が個として存在する基であり、身体のない人間は存在し得ない。体と心は相互に影響を及ぼし合う関係にあり、身体の変化は精神の変化にもつながる。生まれ持った身体を交換することは不可能であるが、身体活動によって体力を高めて強靱にすることができ、逆に不活動による体力低下で脆弱にもなる。生涯を通じて人間として質の高い生活を送るためには、高い体力を保ち続ける必要がある。

体力は身体的要素と精神的要素から構成されており、さらにそれぞれが行動と防衛に分類される。また、体力は冰山にも例えられ、身体的な要素が大きい者は精神的な要素も大きいと考えられている。同様に、行動的である者は防衛の側面も強くなるといえる。したがって、体力を向上させるトレーニングが身体的要素の行動体力を向上させると同時に、精神的要素の向上によって気力も充実し、さらに防衛体力が上がることで種々のストレスからも身を守ることができるのである。逆を言えば、精神的要素の向上によって気力が上がれば活動的となり、結果として身体的要素の行動体力向上にもつながる。

狩猟によって生活の糧を得る時代と異なり、現在では不活動な状態でも食糧を得ることができる。しかし、不活動な状態は体力の低下を引き起こし、生かされているだけの質が低い生活に陥る。現代では、体力の低下によって質の低い生活になっているものが多く存在し、その改善は急務である。しかしながら、一般に身体活動には辛い印象をもたれており、いま不活動な人を活動的にするには、一緒に行う仲間や目標とする行事などの動機づけが必ず必要となる。

我々は、身体活動のための動機づけとしてスポーツを利用し、あらゆる人々にスポーツ参加を促すことで体力向上を図る。スポーツ参加によって身体活動が増加し、体力が向上することにより質の高い生活を送れる者の多い社会を目指す。また、スポーツを支える活動を広げることで、地域のつながりをより強くし、家族の絆を強固にする。さらに、身体やスポーツに関して正しい知識を普及し、新たな知見を調査、研究し続けてスポーツ以外の身体活動にもその知見を役立てる。ひいては、一生涯にわたりスポーツを行い続ける文化を我が国に根付かせることを目標とする。

そのために、我々は一般社団法人身体開発研究機構を設立する。

2016年2月1日

発起人 瀧澤 一騎, 伊丸岡 亮太, 鈴木 善人