

大学生によるスポーツ体験・健康支援イベント 第8回「地域交流スポーツフェスティバル」を開催しました

学生たちが地域に向けスポーツ体験・健康支援イベントを企画

國學院大學人間開発学部地域ヘルスプロモーションセンターでは、10月15日（日）に、たまプラーザキャンパス（横浜市青葉区新石川3-22-1）で第8回「地域交流スポーツフェスティバル」を開催しました。

本イベントは、大学の運動・研究施設を使用した健康指標の測定やスポーツ体験ができる地域交流イベントとして開催。未就学児から高齢者まで、幅広い年齢層の方を対象に、楽しみながら運動にふれ、健康を見つめていただく機会を提供しています。

当日は、親子連れなどを中心に地域住民の方はじめ約300人が参加しました。

今回、用意されたプログラムは「みんなでやろう体力測定」「いろいろな動きを試してみよう！（アスレチック運動）」や「スポーツ現場での応急処置体験」など9企画。それぞれの企画は、教育系学部である「人間開発学部」でスポーツを通じた健康活動やその指導を学ぶ健康体育学科の学生が主体となり、企画立案から準備を行い、当日は約120人がスタッフとして参加者を迎えました。

● プログラム紹介（一部）

「みんなでやろう体力測定」



「みんなでやろう体力測定」は、気軽に楽しみながら自分の体について知ってもらおうというもの。授業や研究で使用する測定機器を使用した体組成分析や骨密度測定、垂直飛びや前屈などの運動で筋力や柔軟性の測定を行いました。家族連れから高齢者の方まで幅広い年齢層の方が参加され、測定結果を見せあいながら家族で盛り上がったり、学生が結果についてのアドバイスをするなど、交流しながらの体力測定となり、賑わいをみせていました。

<参加者からの声>

「近くに住んでいるので、せっかくならと夫婦で参加しました。学生さんたちと話ながら測定を進められたので、気分転換にもなり良かったです」（60代夫婦）

「いろいろな動きを試してみよう」



「いろいろな動きを試してみよう！」は、子ども向けにアスレチック形式の運動ができるプログラムです。平均台やミニ鉄棒での逆上がり、トランポリンや障害物越えなどバラエティに富んだコースが用意されました。子どもたちは、それぞれのポイントで学生からコツを教わりながら一緒にチャレンジ。最後は学生とハイタッチしたり、手を繋いで一緒にゴールしていました。

<参加者からの声>

「去年も参加しましたが、いろいろな運動があって楽しいと喜んでいたので、2年連続の参加です。学生の方たちが細かく目を配ってくれるので、安心して遊びに来れます」(30代女性)

「お兄さんが手伝ってくれて、逆上がりができて嬉しかった。また遊びにきたいです」(小学1年生男子)

「体験してみよう！スポーツ現場での応急処置」



「体験してみよう！スポーツ現場での応急処置」も滅多にない機会とあって多数が参加。

車椅子と松葉杖の体験コーナーでは、特設の通路で体験を行いました。応急手当を学ぶコーナーでは、一つ一つ巻き方を確認しながら、三角巾を使った足や手の怪我の手当を実践しました。心肺蘇生術の体験も行われ、AEDや心臓マッサージの方法を学生がガイダンス。練習用の模型を使って心臓マッサージやAEDの使用体験を行いました。

<参加者からの声>

「車椅子も松葉杖もちょっとした障がい物や阪でも困ってしまうことが分かりました。もし困っている人がいたら手伝えてあげようと思った」(小学5年生女子)

「娘と一緒に参加しました。心臓マッサージの仕方は、教習所で習った程度。こんなに体力を使うとは思わなかった。AEDの使い方も知れたので、良い経験になりました」(40代男性)

● 実施概要

日時：2023年10月15日(日) 10:00～15:00

会場：國學院大學たまプラーザキャンパス(横浜市青葉区新石川3-22-1)

参加者：約300人

内容：「食品サンプルを使った食事チェック」

「体験してみよう！スポーツ現場での応急処置」

「いろんな動きをためしてみよう」

「スポーツゲームセンター～スポーツ王に俺はなる！～」

「いろんな遊びにチャレンジ」

「え、なんで？」

「みんなでエンジョイ！広いグラウンドで野球遊び」

「脳と身体と一緒に鍛えよう！～ブレイン&フィジカルチャレンジ～」

「みんなでやろう体力測定！」

主催：國學院大學人間開発学部地域ヘルスプロモーションセンター

共催：國學院大學人間開発学会

後援：神奈川県

- 國學院大學人間開発学部地域ヘルスプロモーションセンター

地域ヘルスプロモーションセンターは、学部の目的である「地域に育てられ、地域と共に育つ」人材を育成する「共育」「響育」の実践を目指しています。その活動においては、QOL（Quality of Life）の保持を基本的な理念に据え、健康とwell-beingの実現を目指し、幼児から高齢者までを対象とした健康づくりプログラムの考案・企画・実施・検証を積み重ねています。

「これから運動しようと考えているけど、どんな運動がいいの？」「今の運動が適切なかわからない」などの疑問を、カウンセリングや身体的・生理的測定の結果をもとに、個人にあった適切な運動プログラムを提案し、解消できるようにサポートしています。

地域の皆さまと一緒に活動する中で、運動プログラムに関する理論的・実践的研究を行い、併せて学生の教育実践力の向上と技能習得を図ることも目的の1つと考え、活動しています。

國學院大學のプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/78119

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】

國學院大學広報課 担当：舟木（ふなき）

TEL：03-5466-0130／FAX：03-5466-0528

E-mail kouho@kokugakuin.ac.jp