

みやざき健康キャラバン隊：初の学校イベント開催！

目指せ健康寿命日本一 きみの元気な未来のために

12月16日(土) 9:00~11:30



宮崎の健康寿命延伸に取り組む宮崎大学のチーム「みやざき健康キャラバン隊」は、宮崎県の健康寿命日本一を実現すべく、三世代を対象とした様々な啓発活動を開始しました。今回、初の学校イベントとして12月16日(土)に宮崎大学教育学部附属小学校の土曜講座を開催します。医学部・教育学部・工学部の連携企画です。

キャラバン隊の代表を務める宮崎大学医学部の渡邊望教授による心臓の話を始め、各領域のプロフェッショナルの先生方の講義と「心臓エコー体験」「ロコモ度テスト」「ロボット体験」などの健康チェック体験コーナーを実施します。

小学校の児童とその保護者を対象に健康寿命について考え、実践していただける機会になると思います。

参考：11月5日開催宮崎県主催「Karada Good Miyazakiフェスタ2023」の様子



▲ 心電図モニター



▲ ロボット体験



▲ ロコモ度チェック(立ち上がりテスト)



▲ ロコモ度チェック(2ステップテスト)



目指せ健康寿命日本一 きみの元気な未来のために

日程：2023年12月16日(土)

時間：9:00~11:30 (TOTAL: 150分)

場所：宮崎大学教育学部附属小学校 体育館

対象：宮崎大学教育学部附属小学校5年生 18名 + 保護者(18組)



当日の流れ(予定)

■ 講義(15分)

- ① 君の元気な未来のために知ってほしい、心臓のはなし (5分)
- ② 君の元気な未来のために知ってほしい、ロコモのはなし (5分)
- ③ ベジ活のすすめ (5分)

■ 健康体験(120分)

- ① はかってみよう君の脈、みてみよう君の心臓【自己検脈・心臓エコー】(20分)
- ② やってみようロコモ度テスト【ロコモ度チェック】(20分)
- ③ ロコボットで楽しくエクササイズ【ロコボット体験】(20分)
- ④ きみの野菜摂取量チェック・糖化度測定【ベジチェック】(20分)
- ⑤ 体脂肪率はどうかな?【体組成】(20分)
- ⑥ 救命処置をやってみよう!【救命救急】(20分)

企画/担当

医学部 渡邊望 教授(心臓)

医学部 田島卓也 准教授(ロコモ)

医学部 長野健彦 助教(救命救急)

工学部 山子剛 准教授(ロコボット)

教育学部 篠原久枝 教授(ベジ活)

教育学部 塩瀬圭佑 准教授(体組成)

みやざき健康キャラバン隊とは?

宮崎県が掲げるスローガン「目指せ、健康長寿日本一の宮崎県」を、宮崎大学が全学部連携でバックアップするプロジェクト。宮崎大学を中心としたスペシャリストで編成される「みやざき健康キャラバン隊」が、県内の小中学校や、自治体、メディアと共同で様々な啓発・教育のためのイベントを繰り広げ、子どもから高齢者まで幅広い年代に向けた活動を展開しています。

連絡先

宮崎大学みやざき健康街づくり構想オフィス

事務担当 櫻木 ひかる

〒889-1692 宮崎県宮崎市清武町木原5200番地

宮崎大学医学部 機能制御学講座 循環動態生理学分野 内

TEL: 0985-85-1785

Email: genki_project@med.miyazaki-u.ac.jp

HP: <http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/home/genki-project/>

