

検討会議

発表者：上野都

研究概要



I 大谷・小鹿健康づくりコース調査・提案

1. 調査方法・実地見聞
2. 実地見聞調査
3. まとめ

II 大谷・小鹿地区におけるスポーツ活動に関するパイロットスタディー

1. 地域安全見守り隊
2. ウォーキングスポーツステーション

III ウェルネス・コミュニティづくりを目指した地域活動としての楽しい体力テストとニュースポーツ体験

- 1) 自治会イベント
- 2) スポーツイベント
- 3) まとめ

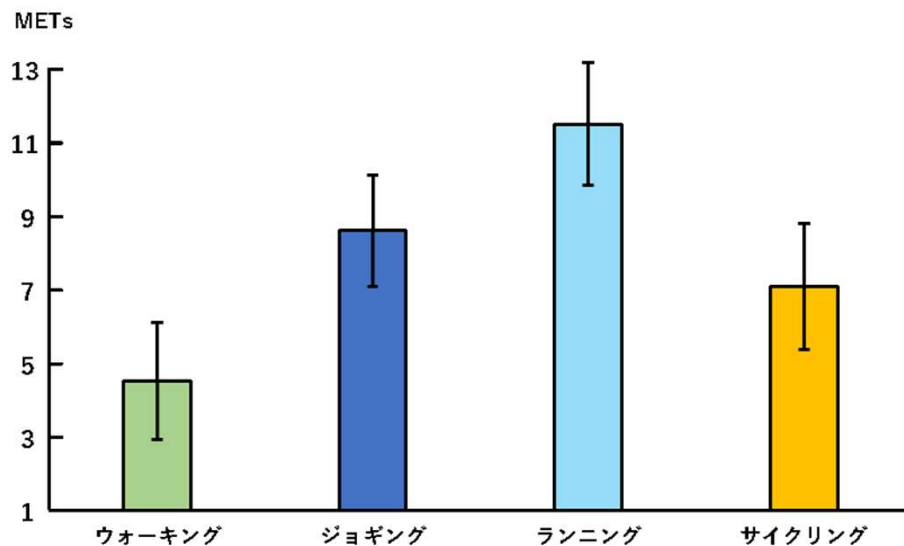
IV 地域への提言

2. 実地見聞調査

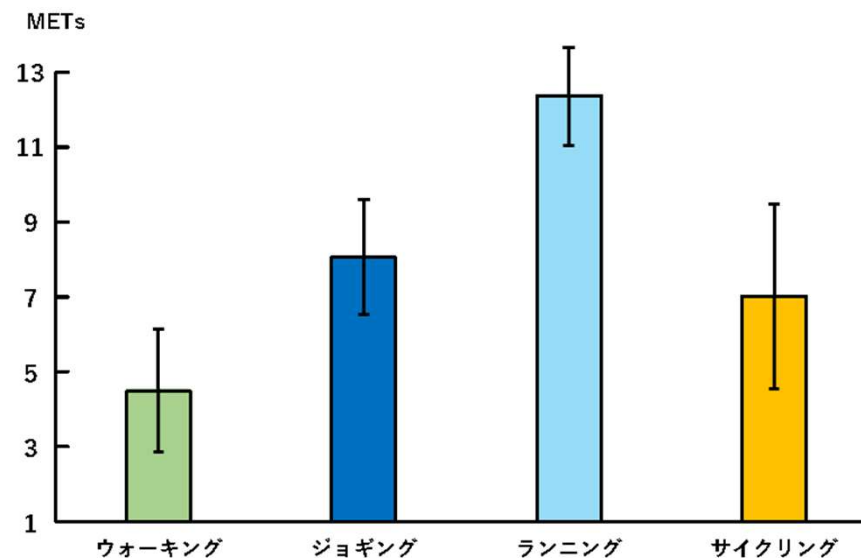
結果及び考察

運動強度 (METs)

A



B



2. 実地見聞調査

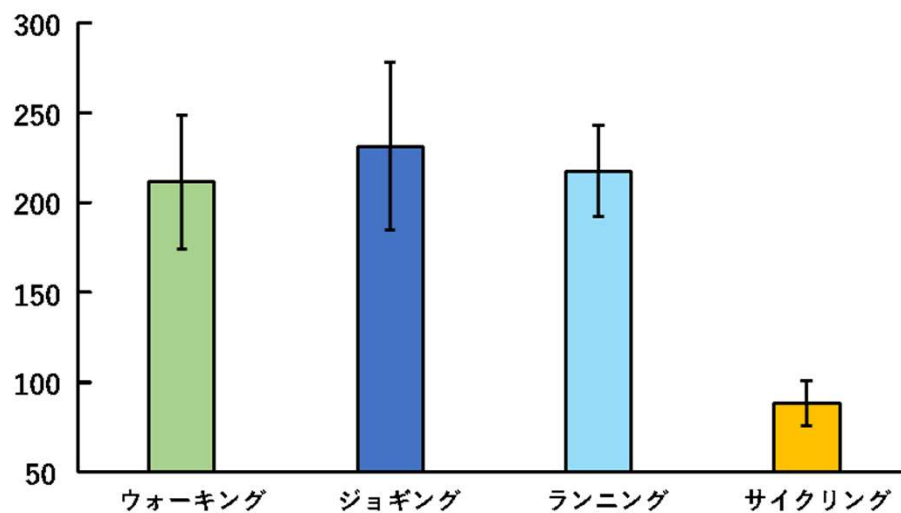
結果及び考察

消費カロリー



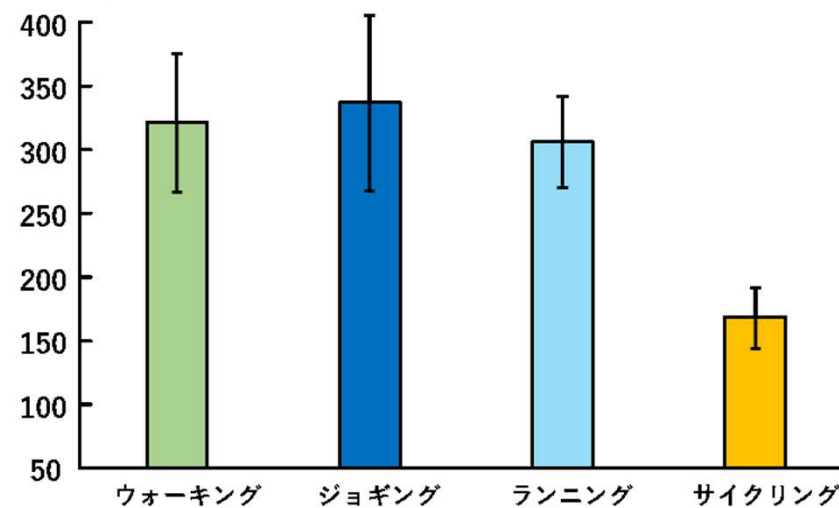
A

消費カロリー
(kcal)



B

消費カロリー
(kcal)



Ⅱ大谷・小鹿地区におけるスポーツ活動に関するパイロットスタディー

2. ウォーキング&スポーツステーション

イベント

体力測定会

第1回

第5回

ニュースポーツ
体験会

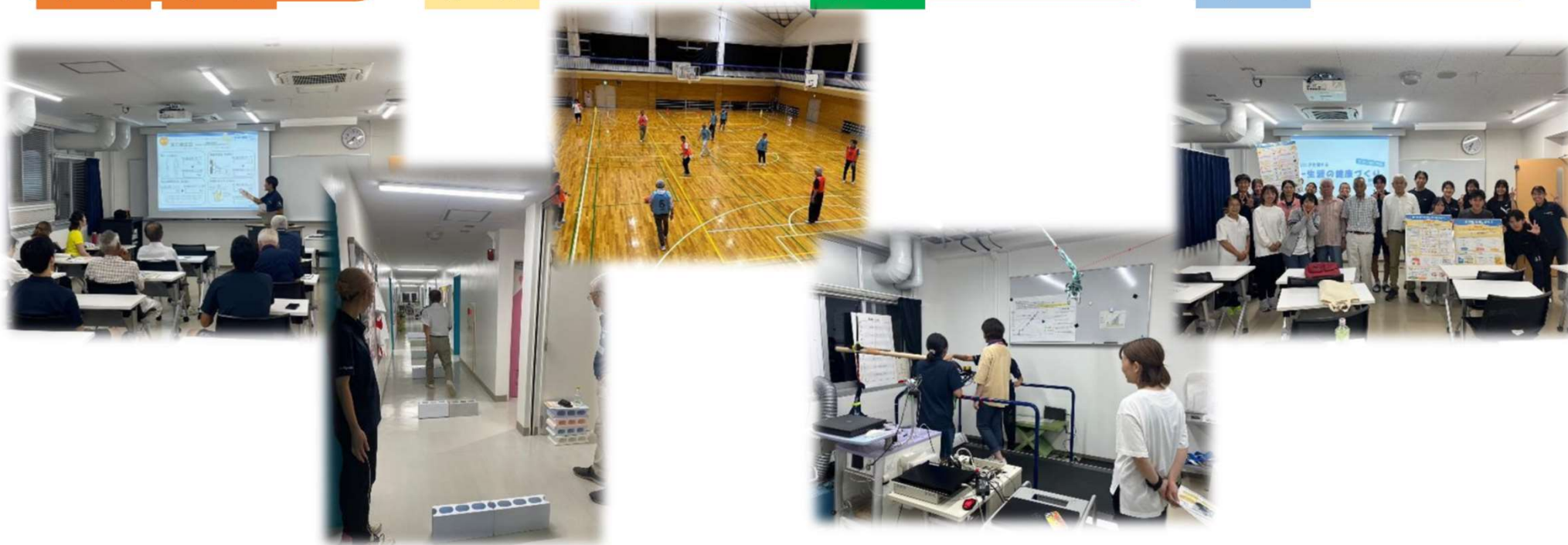
第2回

静岡大学
学内ウォーキング

第3回

パーソナル
トレーニング

第4回



Ⅲ ウェルネス・コミュニティづくりを目指した地域活動としての楽しい体力テストとニュースポーツ体験

2) スポーツイベント

楽しい! 静大発 ニュースポーツ

ブローライフル体験会・大会

【開催日】 **9/15 (日)** 【時間】 9:00~11:30
@静岡大学体育館1F

ブローライフとは?

①ブローパイプにボールを入れ、②ターゲットまでよく、③ターゲットに向かってスライディングボールを放す。ターゲットに向かってよく放す。

お申し込みフォーム > 主催・企画運営: 静岡大学グローバル共創科学部 杉山研究室 <お問い合わせ先> ☎: 054-238-4987 ✉: shizudaisports@gmail.com



恩田原スポーツイベント

10.13 (日)

主催: 静岡大学グローバル共創科学部 杉山研究室

フォト形式ロゲイニング

① 地図を参考に、市内にチェックポイントを回り、得点を集めるコースです!

第1回 ニュースポーツ体験会

ブローライフル: ブローパイプ(玉)を箱(ターゲット)に向かって放す競技!

モルック: 木の棒を投げ、ピンを倒す! 得点50点

タグスポーツ: ACPを参考に「タグ」を活用したスポーツを行います!

お申し込みフォーム > 主催・企画運営: 静岡大学グローバル共創科学部 杉山研究室 <お問い合わせ先> ☎: 054-238-4987 ✉: shizudaisports@gmail.com



お手軽 体力チェック

～考えながらニュースポーツ～

運動を バランス 科学的に 反射神経 素早さ 脚の力 指の力 柔らかさ

【開催日】 **9/15 (日)** 【時間】 13:00~15:00
@静岡大学教育学部1棟2F

お申し込みフォーム > 主催・企画運営: 静岡大学グローバル共創科学部 杉山研究室 <お問い合わせ先> ☎: 054-238-4987 ✉: shizudaisports@gmail.com



ニュースポーツ体験会

9月15日(日) 13:00~15:00
@静岡大学1棟2F

モルック ブローライフル 筋力測定など

10月13日(日) 13:00~15:00
@恩田原スポーツ広場

モルック ブローライフル タグラグビーなど 体力測定

※健康維持・増進に向けた体力診断もあります

持ち物・服装

- 飲み物 (スポーツドリンク推奨)
- しずおか防犯パトロールの腕章 (登録者の方)
- 動きやすい服装
- 運動靴・体育館シューズ (9/15のみ)

☑ 延長が予想されるため熱中症対策に万全を期してご来場ください!

お申し込みフォーム > 主催・企画運営: 静岡大学グローバル共創科学部 杉山研究室 <お問い合わせ先> ☎: 054-238-4987 ✉: shizudaisports@gmail.com



まとめ

Ⅱ 大谷・小鹿地区におけるスポーツ活動に関するパイロットスタディー

◎運動の楽しさや大切さを感じてもらうことができた

◎日ごろの運動時間が増加した方もおり運動の継続を促すことができた

Ⅲ ウェルネス・コミュニティづくりを目指した地域活動としての楽しい体カテストとニュースポーツ体験

◎近隣住民の結束力を高め、共助を促すきっかけを与えられた

◎イベントをきっかけに地域全体の健康増進への一歩を促すことができた