

令和7年度地域連携推進センター事業 元気になるう DAY！ in むれ 2025 で健康サポーターの学生が 「体力測定コーナー」を実施しました

本学の両学科（看護学科、臨床検査学科）の健康サポーターの学生が令和7年10月26日に開催された、むれスポーツクラブ主催の『元気になるう DAY！ in むれ 2025』で「体力測定コーナー」を実施しました。開催にあたっては、元気になるう DAY！ in むれ 2025 実行委員会、牟礼地区健康づくり実行委員会、むれコミュニティ協議会、牟礼地区連合自治会、（公財）高松市スポーツ協会、高松市等と共同で実施させていただきました。

体力測定コーナーでは、30秒椅子立ち上がり、3分間往復歩行、アップ&ゴー、手伸ばし、椅座位体前屈、握力、骨密度測定等を実施しました。今年度は約180名の地域の子もから大人の様々な世代の方々が測定に参加していただけました。また、測定した大人の方々は「あなたの体力年齢は何歳？」の測定結果に一喜一憂するお姿がみられました。

今後も、地区組織と連携・協働し、地域の方々の健康増進に貢献できるよう健康サポーター活動を実施していきたいと思ひます。

