

学生を中心とした地域住民に対する体力測定会

関西福祉科学大学 保健医療学部 リハビリテーション学科 理学療法学専攻
重森健太

理学療法学専攻では、学生が主体となって定期的に地域住民に対する体力測定会を実施しています。本年度は玉手山学園 80 周年記念事業として体力測定会を実施させていただきました。体力測定を通して、地域のご高齢者の健康増進に貢献できますし、この活動に学生が参加することで理学療法が社会に貢献できる技術であることを実感する良い機会だと感じています。また、体力測定をすることで、認知症やフレイルの早期発見をすることができ、その結果をポジティブに説明することで参加された方の生活習慣・運動習慣・食習慣を変えるきっかけになると考えています。

玉手山学園80周年記念事業

体力測定会

参加費 無料

私たちは、皆様の健康づくりを応援します！

■ 体力測定会：10/8 (土) 13:00~15:30 (予定)
■ 結果説明会：11/16 (水) 15:00~16:00
* 場所：大学4号館505教室
* 説明会に来れない方は後日対応させていただきます。

■ 認知機能測定	■ 筋力測定
■ 歩行測定	■ 筋内量の測定
■ 運動習慣調査	■ 転倒危険度の測定
■ 日常生活活動調査	■ 測定結果のフィードバック

関西福祉科学大学 保健医療学部 リハビリテーション学科
理学療法学専攻

体力測定会には旭ヶ丘地区にお住いの 21 名のご高齢者に参加していただきました。学生スタッフ 32 名が、それぞれの測定ブースに分かれて認知機能、筋力、歩行能力、体組成、運動習慣、転倒危険度、日常生活活動、舌圧などの測定を実施しました。授業で修得したスキルを実践で試すことのできる良い機会でもあり、学生の成長にもつながったと思います。何よりも、地域の方に測定方法や測定結果を説明するなど、様々な会話をすることで、医療人としての自覚もより一層高まったことでしょう。

測定結果の説明会は日を変えて立教館で行いました。歴史ある建造物で体力測定結果のフィードバックをすることができ、参加された方々も大変満足されていたように思います。

これからも体力測定会を継続して行い、柏原市の健康づくりに貢献していきたいと考えています。

図 1. 体力測定会のチラシ



図 2. 体力測定会終了後の記念撮影



図 3. 立教館でのフィードバック