

復興の新しいまちづくりへ向けて

楽しい遊びや運動で 高齢者の元気をつくる

2014.11/25 (火)

13:30 ~ 17:00 (受付開始 13:00)

会場：せんだいメディアテーク・1F オープンスクエア

入 場 無 料

主催：株式会社乃村工藝社
共催：一般社団法人 OVAL HEART JAPAN
仙台大学
協力：コセキ株式会社

高齢者と子供が

いっしょに遊べる
スポーツ・ゲーム

13:40 ~ 15:10

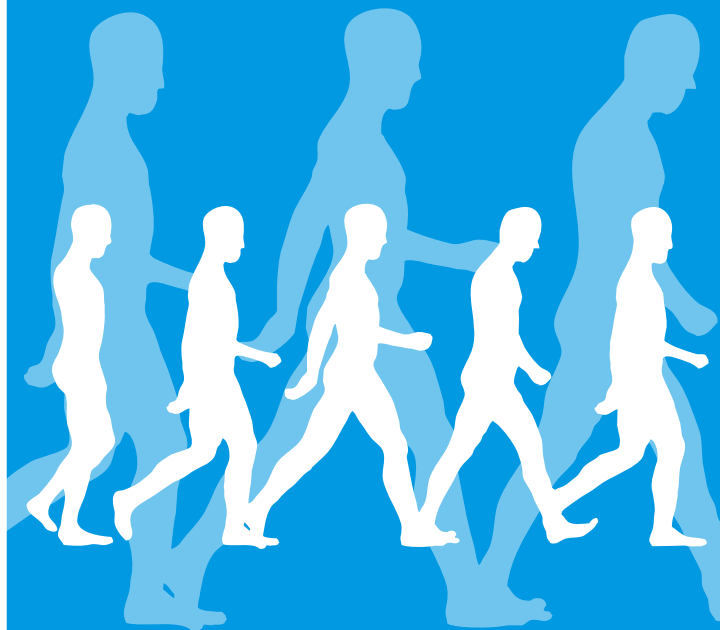


仙台大学

長生きするには理由がある

歩く人。

15:30 ~ 17:00



OVAL HEART
JAPAN

復興の新しいまちづくりへ向けて 楽しい遊びや運動で 高齢者の元気をつくる

震災から3年半が経過し復興住宅の建設も、いよいよ本格的になってきています。被災地に新しい住宅都市が誕生していく中で、新たなコミュニティづくりが課題となっています。なかでも高齢者への対応は、重要な課題です。程度の差はありながらも、今後、益々過疎化、少子化、高齢化が進んでいく中で、被災地では、その住民の多くが高齢者となることが予想されます。こうした中で、大きなポイントとなるのが、健康で元気な高齢者を増やしていくことであり、その第一歩となるのが健康な身体づくりです。その実現をめざす興味深い取組みを紹介します。

入場無料

お問い合わせ先
株式会社乃村工藝社イベント事務局
TEL : 03-5962-1171 (代)

高齢者と子供が いっしょに遊べる スポーツ・ゲーム

体力や運動能力のレベルが似ている子供と高齢者が一緒に楽しめるスポーツ・ゲームを考案しました。子供たちが、成長に必要な36の基礎運動を体験すること、高齢者の寝たきり予防対策など、身体を動かす機会を増やしていく事がねらいです。

仙台大学の健康に関する調査実績を活かした科学的な根拠に基づくとともに、学生の新鮮なアイデアも取り入れるなど、楽しみながら知らず知らずのうちに、身体を動かすことができるゲームをめざします。その開発の概要を報告します。

- ♣ **スポーツを通じて活力と絆のある宮城を作るための現状と改善策**
鈴木省三氏 (仙台大学スポーツ健康科学研究実践機構長)
- ♣ **ICTを活用した新しい鬼ごっこの開発**
青山美沙紀氏 (仙台大学体育学部3年生 鈴木省三ゼミ)



長生きするには理由がある 歩く人。

「歩く人。」は、主に高齢者を対象とした、歩いて健康を維持するというウォーキング・プログラムです。これを主催している一般社団法人 OVAL HEART JAPAN は、東日本大震災の復興支援を目的に全国のラグビー関係者が集まって設立した団体で、被災地の仮設住宅を中心に「歩く人。」の活動を実践してきました。

いわばイベントとして行われてきた「歩く人。」ですが、高齢者が元気なまちづくりを実現するための施策としても大きな可能性を持っています。その魅力を紹介します。

- ♥ **健康ウォーキング「歩く人。」の活動とは**
大西一平氏 (一般社団法人 OVAL HEART JAPAN 代表理事)
- ♥ **「歩く人。」をめざしたトレーニング体験**
土井龍雄氏

