

学生を中心とした地域住民に対する 体力測定会

学科・専攻
関西福祉科学大学
リハビリテーション学科

担当教員
理学療法学専攻全教員



連携先

柏原市健康福祉部、柏原市社会福祉協議会、
旭ヶ丘3丁目第2区長会、柏原市政策推進部

プログラム内容

理学療法学専攻では、骨関節、筋肉、神経、血管などあらゆる身体部位に関するアセスメントから、体力、筋力、バランス、柔軟性、認知機能などの生活に直面するアセスメントまで、様々なアセスメントスキルを学生は授業を通して習得しています。その理学療法アイテムを活用して、学生が主体となって地域の方との交流を図る機会を作ることを目的としています。

成果・考察

11月19日、アセスメントスキルを修得した本専攻3年生16名が、旭ヶ丘地区にお住まいの高齢者16名を対象に体力測定とフィードバックを実施しました。学生にとっては、授業で学んだ知識や技術を実際の地域住民の方々に活かすことができる非常に貴重な学習機会となりました。

当日は、認知症検査、筋力測定、歩行速度、握力、体組成測定、運動習慣調査、フレイル検診、日常生活活動調査など、多角的な測定を行いました。測定後には、結果をわかりやすく説明し、日常生活でどのように活かせるかを丁寧にフィードバックしました。参加者の皆さまからは、「自分の状態がよく分かった」「生活改善の参考になる」といった声も寄せられ、学生にとっても大きな励みとなりました。

また、この体力測定会は毎年継続して実施しており、参加者の体力や生活状況の経年変化を確認できることも大きな特徴です。継続的に測定することで、地域の健康状態を長期的に把握でき、より効果的な健康づくり支援につながっています。

当日は柏原市健康づくり課の職員の方々にも見学いただき、地域と大学が連携した健康づくりの取り組みとして関心を寄せていただきました。今後も旭ヶ丘地区での体力測定会を継続し、地域の高齢者の健康維持と安心につながる活動として発展させていきたいと考えています。



私たちは、皆様の健康づくりを応援します！



日程：2025年11月19日（水）
時間：13:30-15:30（予定）
会場：関西福祉科学大学
4号館5階（505教室）

※13:00に関西福祉科学大学の
正門に集合し、そろい次第、
会場へ向かいます。

- | | |
|------------|----------------|
| ■ 認知機能測定 | ■ 筋力測定 |
| ■ 歩行測定 | ■ 体組成測定 |
| ■ 運動習慣調査 | ■ フレイル検診 |
| ■ 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



関西福祉科学大学
リハビリテーション学科 理学療法学専攻
重森 健太 教授

体力測定を通して、地域の方の健康維持に貢献できますし、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。毎回多くの学生が参加してくれますが、地域の方と触れ合って、やりがいや楽しさを肌で感じて欲しいと思っています。

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、その結果を前向きにフィードバックすることで地域の方の生活習慣・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。しかし、体力測定をするだけではまだ不十分であることも感じています。将来的には、体力測定によって認知機能や筋力、体力の低下を早期に発見するだけでなく、その方達が気軽に街で運動できる環境を柏原市と一緒に作っていききたいと考えています。

体力測定会

