

大学連携事業 活動報告シート

事業名	よくばり健康づくり・長久手スタイル～ロコメタ予防～ 【新規】
期間	①平成25年6月30日 ②平成25年10月27日
連携大学	(大学名) 愛知医科大学 (参加人数) ①30人 ②21人
大学窓口	愛知医科大学 運動療育センター
担当課	長寿課
事業内容	<p>市・愛知医科大学・(株)長久手温泉の3者提携事業として、「ロコメタ予防」をテーマとした各種プログラムを行った。</p> <p>【内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ロコメタ予防講義</li> <li>・ストレッチ、ソフトエクササイズ</li> <li>・プールのトレーニング</li> <li>・健康相談</li> <li>・ヘルシーランチ</li> <li>・温泉に関する講話</li> <li>・栄養に関する講話</li> <li>・温泉入浴</li> </ul>



ロコメタ予防講義



ストレッチ、ソフトエクササイズ



プールのトレーニング



ヘルシーランチ (秋)