

大学連携事業 活動報告シート

事業名	SMART 運動教室	※○を付けてください。 新規・ <input checked="" type="checkbox"/> 既存
分野	※ 該当する分野に○を付けてください。 ①ごみ・環境 ②安心・安全 <input checked="" type="checkbox"/> ③健康・福祉・長寿 ④子育て・教育 ⑤文化・スポーツ ⑥交流・コミュニティ ⑦都市整備	
期間	令和3年10月7日から12月23日までの毎週木曜日（全11回）	
参加人数	述べ229人	
連携大学 教授・研究室 等	愛知医科大学 医学部衛生学講座 講師 <small>まつながまさひろ</small> 松永昌宏氏 富山県立大学 看護学部 看護学科 地域看護学講座 清水暢子氏	
大学窓口	愛知医科大学医学部 衛生学講座	
市担当課	長寿課	
事業内容	<p>長久手市（長久手温泉）×愛知医科大学×富山県立大学×愛知電子工業株式会社の事業。</p> <p>富山県立大学の清水先生の研究で、石川県発祥の鳴子を使った運動をオンラインでの実施と、愛知電子株式会社の機器を使って血流促進を実施。A,Bグループでオンラインによる鳴子を使った運動を実施。片方のグループは運動前後で、加圧による血流促進を実施。4週実施後クロス研究とした。</p> <p>11日間の教室の中で、3回体力測定を行い、身体機能、栄養状態を数値化して、参加による効果を可視化した。</p> <p>この事業は市の事業であるとともに、愛知医科大学（松永先生）、富山県立大学（清水先生）の研究の一環としても行われた。</p>	



虚血状態と解放を90秒繰り返す



鳴子を使った運動（オンライン）①



鳴子を使った運動（オンライン）②



認知機能測定の様子