

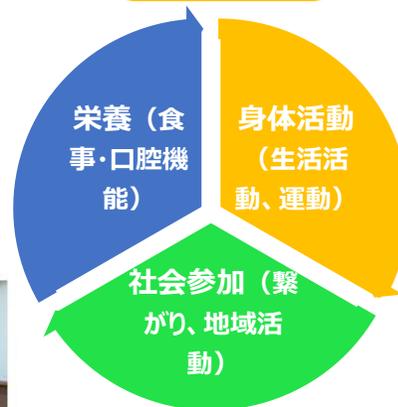
プロジェクト名称 (登録番号)		健康応援フェスタFUJI ～健康寿命を延ばそう～ ※令和7年度の継続	
申請者	学校法人森島学園 専門学校 富士リハビリテーション大学校	連携先	株式会社エスパルス、中北薬品株式会社

### 取組内容の詳細 (図示、説明等)



### 健康寿命を延ばす 3つの柱

- ・社会参加
- ・栄養
- ・身体活動



#### 富士リハ ストレッチ・筋トレ教室

- 学生と一緒にストレッチ・筋トレ・バランス
- 体の機能を正しく使いましょう

#### 中北薬品 食事・栄養講座

- 食事・栄養クイズ
- 理想の献立をチームワークで考える

#### エスパルス運動教室

- 脳トレじゃんけん&お手玉
- ウォーキングフットボール

### 取組のポイント

#### 地方創生SDGsへの貢献度

市民一人ひとりが健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現し、社会保障制度を持続可能なものとするためには、平均寿命を上回る健康寿命の延伸を実現することが必要です。開放的なSDF富士にお越し頂き、多くの方と交流しながら栄養と身体活動を行い、活力の創出・健康寿命を延ばすことを目指します。また、学生の実践研修の場として人材育成に寄与します。

#### 実現性・将来性

静岡県中東部で唯一、理学療法学科、作業療法学科両学科を設置している養成校で「両輪でリハビリを提供すること」を掲げ教育している富士リハビリテーション大学の学生の研修と、交流の場として開催。運動教室を中心とした地域スポーツ事業に長けた(株)エスパルスと医療・健康・食事に関する専門性を有した中北薬品(株)が連携し、今までに無い新しい形の健康応援フェスタを開催します。

#### 先進性・独自性

開放的なSD富士にお越し頂き、3者の強みを活かし、栄養と身体活動をみんなで楽しく行うことを目指します。また、富士リハの学生に、市民参加のフェスタに参画頂く事で社会との関り、高齢者とふれあいを感じ取って頂く事は学生にとっても将来の財産となります。

#### 関与する主体の多様性・規模

富士市の60歳以上の方々を対象に、SDF富士にて、40人程度/回、年間3回実施します。(延べ120人程度) 富士リハ学生の参加人数、5人程度/回、延べ15人参加します。