宮崎大学
University of Miyazaki

宮崎大学 みやざき健康街づくり構想

Press Release

みやざき健康キャラバン隊：学校キャラバン開催のお知らせ

～めざせ!健康寿命日本一 きみの元気な未来のために～



11月15日（日） 9:40~12:30



宮崎の健康寿命延伸に取り組む宮崎大学のチーム「みやざき健康キャラバン隊」は、宮崎県の健康寿命日本一を実現すべく、三世代を対象とした様々な啓発活動を行っています。今回、学校キャラバンとして 2026 年 11 月 15 日（日）に宮崎大学教育学部附属中学校にて「みやざき健康キャラバン隊がやってくる！ ～めざせ！健康寿命日本一 きみの元気な未来のために ～」を開催します。医学部・教育学部の連携企画です。

キャラバン隊の代表を務める宮崎大学医学部の渡邉望教授による心臓の話を始め、各領域のプロフェッショナルの先生方の講義と「心臓検査」「手術道具体験」「ロコモ度チェック」「救命救急体験」「AGE 測定」「ベジスコア測定」「体組成測定」「筋力・運動能力測定」などの健康チェック体験コーナーを実施します。昨年リリースされラジオ CM でも放送中の渡邉望先生作詞作曲のキャラバン隊啓発ソング「あるこうや」を約 140 人の中学生とキャラバン隊が歌って踊る楽しいコーナーも！中学校の生徒とその保護者を対象に健康寿命について考え、実践していただける機会になると思います。



イベント詳細

日程：2026年11月15日(日)
時間：9:30~12:30 (TOTAL: 170分)
場所：宮崎大学教育学部附属中学校 体育館
対象：宮崎大学教育学部附属中学校1年生(148名) + その保護者

「宮崎大学教育学部附属中学校 実践活動」の様子


▲ 心臓(心エコー)


▲ 救命救急体験(ドクターカー見学)


▲ ロコモ度チェック


▲ 手術道具体験


▲ ベジスコア測定


▲ 体組成測定





当日の流れ(予定)

講義(35分)

① 君の元気な未来のために知ってほしい、心臓の話（10分）
② 君の元気な未来のために知ってほしい、ロコモの話（5分）
③ 君の元気な未来のために知ってほしい、筋肉の話（5分）
④ 君の元気な未来のために知ってほしい、ベジ活の話（5分）
⑤オリジナルソング「あるこうや」ダンスを一緒に踊ろう！(10分)



健康体験(112分)

半分のチームに分かれて医療系コースと健康スポーツコースのいずれかの体験をします。

医療系コース　医学部担当

① 測ってみよう君の脈、聴いてみよう君の心臓【自己検脈・超聴診器】(28分)
② 手術道具を使ってみよう！【手術道具】(28分)
③ やってみようロコモ度テスト【ロコモ度チェック】(28分)
④ 救命処置をやってみよう！ドクターカーを見学しよう！【救命救急体験】(28分)

健康スポーツコース　教育学部担当

① Let's ベジ活!測ってみよう!君のベジスコア【ベジスコア測定】(28分)
② 測ってみよう！君の糖化（こげ）度【AGE測定】(28分)
③ 測ってみよう！筋肉量【体組成測定】(28分)
④ 附属中版 アスリート No.1 決定戦！【筋力・運動能力測定】(28分)

企画/担当

医学部　渡邉望 教授(心臓・手術道具)
医学部　田島卓也 准教授(ロコモ度チェック)
医学部附属病院 救命救急センター　井之上晃 医師(救命救急)
教育学部　篠原久枝 名誉教授(ベジ活・AGE)
教育学部　塩瀬圭佑 准教授(体組成・運動能力)

みやざき健康キャラバン隊とは？

宮崎大学医学部が中心となり、学部の垣根を越えて全学的に実施する令和4年度に開始したプロジェクト。
宮崎大学を中心としたスペシャリストで編成される「みやざき健康キャラバン隊」が、「めざせ、健康寿命日本一」をスローガンに、県内の小中学校や、自治体、メディアと共同で様々な啓発・教育のためのイベントを繰り広げ、子どもから高齢者まで幅広い年代に向けた活動を展開しています。

連絡先

宮崎大学みやざき健康街づくり構想オフィス
事務担当　櫻木 ひかる
〒889-1692 宮崎県宮崎市清武町木原5200番地
宮崎大学医学部 機能制御学講座 循環動態生理学分野 内
TEL: 0985-85-1785
Email: genki_project@med.miyazaki-u.ac.jp
HP: http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/home/genki-project/

ホームページは
こちら

