

健康・スポーツ教育研究センターの「アスリートスポーツ合宿支援」が、昨年に続き今年も7、8月に計3回、水上村湯山で実施され、高校生ランナーを中心に計約200人が、フィットネス測定やリハビリ、栄養面でのアドバイスなどを受けました。(NL取材班)

## 科学の力で高校生ランナー支援

健康・スポーツ教育研究センター

今年も、同センター教員や大学院生、リハビリテーション学科理学療法学専攻の学生のほか、朝日野総合病院、成尾整形外科の2病院（いずれも熊本市）が医師、看護師、理学療法士を派遣、食品大手・明治専属の管理栄養士が加わり、昨年以上の手厚い支援となりました。

支援は7月27～28日、8月9～10日、同12～13日の3回に分けて実施。高校生ランナーを対象とした第1回と第3回では計9校、約200人が参加しました。5チーム、約100人が参加した第3回支援では、初日、同村生涯スポーツセンター「水上スクラヴィレッジ」で体組成、骨密度、精神的疲労度の測定を行ったほか、医師たちがエコーを使って故障箇所をチェック。データに応じて、適切なトレーニング法やリハビリ法をアドバイスしました。

一方、同施設から約7キロ離れた準高地クロスカントリーコース「水上スカイヴィレッジ」では、希望する7人のランナーに対して、センサーを使ってのフォームチェックを行い、学生たちは深夜までかかって解析にあたりました。

水上村で充実の2年目／病院、企業も連携



フォームチェックのため、選手の体にセンサーを取り付ける学生スタッフの水上スカイヴィレッジ



選手の脳の疲労度を測定する水上スクラヴィレッジ

最終日は、Jリーグやプロ野球チームにもアドバイスしている管理栄養士、大前恵さんによる栄養セミナーを開催。細かい事例を挙げながら「考えて食べる」ことの大切さを説く大前さんの話に、選手たちは真剣に耳を傾けていました。本学と同村、明治の3者は、今後、「合宿飯」の開発にも取り組む予定です。

第3回支援への参加を呼び掛けた九州学院高の禿雄進監督は「冷涼な気候、温泉、充実した施設にスポーツ医科学や栄養面での支援を加えた取り組みは、国内の最先端を行っている」と、高く評価していました。

栄養セミナーで「考えて食べる」ことの大切さを説く大前さん



看護エリアで、妊娠・出産について説明する助産別科の学生たち



医学検査学科のエリアで、顕微鏡を使って血液細胞に見入る参加者



## ワクワク からだの不思議 探検だ！ ドキドキ

親子で人間の体の仕組みや病気、医療について学んでもらう「からだのふしぎ探検 in 熊本保健科学大学」が6日（土）、開催されました。コロナ禍の影響で範囲を近隣小中学校に絞ったため、参加者は36人にとどまりましたが、各学科の工夫を凝らしたブースが、訪れた親子連れの興味をかき立てていました。

小中学生に正しい医療情報に触れてもらうとともに、夏休みの自由研究に活用してもらおうと、初めて企画しました。当日は各学科が学内3カ所に分かれ、計18のブー

### 初の小中学生向け企画

スを開設しました。医学検査エリアでは、子どもたちが実際に顕微鏡を使って血液細胞を観察していました。また、リハビリテーションエリアでは体に重りを付けて脳卒中患者の体の動きを疑似体験。看護エリアでは妊娠・出産をテーマに助産別科の学生たちが模型を使いながら、胎児の成長する様子などを説明していました。

医学検査エリアで野菜のDNA抽出に挑んだ小学5年の女兒は「普段見えない細胞が見えて面白かった」と笑顔で答えてくれました。（安部悠介）



ジム利用者の握力や柔軟性を測定する学生たち

## 合志市のジム利用者に健康づくりアドバイス

### 健康・スポーツ教育研究センター

健康・スポーツ教育研究センターは20日（土）、合志市の市総合健康センター「ユーパレス弁天」で、施設内のフィットネスジムを訪れる人に体力や骨密度などを測定し、健康づくりのアドバイスを行いました。

「BENTENフィットネスチェック」と銘打ったこの取り組みは、本学と合志市が包括連携協定を締結して10年となるのを機に、初めて企画されたものです。事前告知の効果もあり、11～15時までの4時間の間に18人が訪れました。

会場では、教員とリハビリテーション学科理学療法学専攻の学生計11人のスタッフが手分けして、体組成、骨密度検査や、握力、柔軟性など6項目の体力測定を実施。結果はその場でレーダーチャートにして利用者に手渡し、センター教員が丁寧にアドバイスしていました。（NL取材班）

# 「先輩、優しくて話しやすい」

本年度第2回  
オープンキャンパス

車いす専用のクッションを体験する高校生たち



本年度2回目のオープンキャンパスが21日（日）、午前・午後の2部構成で開催されました。高校生と保護者計704人（午前372人、午後332人）が参加しました。

学科ごとのオリエンテーションと学科紹介後、参加者はそれぞれ工夫を凝らした模擬実習に移りました。このほか、共通教育ブースや施設見学ツアー、ピアサポーターによる「先輩と話してみよう」などを実施。奨学金・アパート相談や入試・進学相談の各コーナーでは熱心に職員の話聞く高校生と保護者の姿が見られました。

初めて参加したという天草高校1年の女子生徒は「建物がきれいで、設備が充実していると感じました。また今度できる保健師の話が聞けて良かったです」と話しました。また、昨年に続き2回目の参加という玉名高校2年の男子生徒は「先輩が優しくて話しかけやすくて良かったです」と笑顔で話していました。（安部悠介）

## 銀杏アラカルト

◆情報セキュリティ研修会 2022年度第1回の情報セキュリティ研修会が5日（金）、1300講義室L（オンライン併用）で開催され、本学情報セキュリティーアドバイザーの菊池健先生が「安全なデジタル情報交換について」と題して話されました。この中で菊池先生は、メールはアドレスを打ち込む際に数文字打ち込んで出た違うアドレスに送ってしまうこともあるため、その対策を提案しました。メールには、仕組み上第三者からみられるリ

スクがあるため、最近ではビジネスコミュニケーションツールを使うこともあるということです。このほか、13文字以上のパスワードを作成するサイトを紹介してくれました。また、菊池先生は、暗号化zipファイルが、相手からマルウェア対策のため自動的に削除されることもあるため、外部ストレージサービスを利用することも提案していました。（安部悠介）

## インフォメーション

### 週間行事予定（8月27日～9月2日）

8 / 28（日）	チャレンジ熊保大！（推薦選抜対策講座）
8 / 29（月）	管理職研修
8 / 29（月）、31（水）	熊本西高校アカデミックインターンシップ（NAIS）
8 / 30（火）	FDセミナー