

2018年12月20日

教職員の健康増進を目的とした取り組みが評価され、本学は、国立大学法人として初めて、スポーツ庁から「平成30年度スポーツエールカンパニー」※に認定されました。

[http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/houdou/30/12/1411665.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/30/12/1411665.htm)

[http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/houdou/30/12/\\_icsFiles/afiel\\_dfile/2018/12/26/1411665\\_002\\_1\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/30/12/_icsFiles/afiel_dfile/2018/12/26/1411665_002_1_1.pdf)

総合保健体育科学センターでは今後も引き続き、教職員の健康的なライフスタイルの定着にむけて取り組んでまいります。



【本学の主な取り組み】（主催：総合保健体育科学センター）

・教職員を対象とした大学内運動施設の開放：

平日昼休みを教職員優先時間とし、大学内の運動施設を開放

・教職員向け運動プログラム：

平日の昼休みや終業後に、エアロビクス、ヨガ、バランスボールエクササイズなどの運動プログラムを提供

・教職員のためのマシン利用方法講習会：

夕方に大学内のトレーニングルームを教職員向けに開放する時間を設け、トレーニングマシンの利用方法講習会を同時開催



※「スポーツエールカンパニー」は、従業員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取組を行っている企業・団体を対象として認定される、スポーツ庁の制度です。一日の大半を過ごす職場においてスポーツに親しむきっかけづくりを進め、「働き盛り世代」のスポーツの実施を促進し、健康的なライフスタイルを定着させることを目的としています。

[http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop05/list/1399048.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/list/1399048.htm)