



「大阪発、公園からの健康づくり」は、ウォーキングやジョギングをはじめとした健康志向の公園利用が増える中、公園利用を通じて、生活習慣病予防や、健康づくりへの貢献のために、運動をはじめのきっかけづくり、運動に関する情報発信等を大阪府内の都市公園を舞台に展開している活動です。

その一環として、2014年10月19日に、(一財)大阪スポーツみどり財団主催「第2回公園でからだにいいことDAY」のイベントがヤンマースタジアム長居で開催されました。

スロージョギングをはじめ、リズムックボクシング、太極拳など、からだを動かすさまざまなイベントが行われ、運動後クールダウンのマッサージブースには、鍼灸マッサージ師会から有資格者のケアスタッフが参加。「ツボを使っの運動後のクールダウン」の体験は100名を超える希望者でにぎわいました。セミナー会場では、鍼灸マッサージ師会西村久代副会長による講演テーマ「体の構造(AZP)を知って健康づくり」にて正しい姿勢の体験と体操の実演。こちらも多くの聴講者が、姿勢の変化でからだへの負担の違いを実感するなど、どの内容も参加者の健康意識がさらに高まる、からだにいいことDAYでした。



人のこころを潤す医療人に



森ノ宮医療大学

保健医療学部

鍼灸学科[60名] | 理学療法学科[60名] | 看護学科[80名]

大学院

保健医療学研究科 保健医療学専攻 修士課程



<http://www.morinomiya-u.ac.jp/>

☎ 0120-68-8908

[TEL]06-6616-6911 [FAX]06-6616-6912

[E-mail]univ@morinomiya-u.ac.jp

〒559-8611 大阪市住之江区南港北1-26-16

大阪市営地下鉄・中央線「コスモスクエア」駅②番出口より徒歩1分(南へ約90m)

