



T-Lion Voice Home

T-Lion (The Triumphant Lion:ザ・トライアンフライオン)
※Triumphant=「勝利を得た」「意気揚々とした」の意

第19号

- 令和6(2024)年度 社会貢献活動に関する各種の取り組み
- 令和6(2024)年度 公開講座等実施報告

公開講座の意義と大学の使命

日本体育大学は、「教育・研究・社会貢献」を使命とし、体育・スポーツを通じた社会貢献に取り組んでいます。その一環として公開講座を開催し、大学の知的資源を地域社会に還元することは重要です。

公開講座は、教育面では専門的な知識を一般の人々に提供し、スポーツや健康に関する正しい理解を促進する機会となっています。また、研究面では、最新の学術的知見を広め、地域の課題解決に資する情報を発信する役割も果たしています。さらに、社会貢献の観点からは、大学と地域の交流を深め、スポーツを通じた健康づくりや生涯学習の機会を提供することで、豊かな社会の実現の一助となっていることと思います。

私もここ数年アウトドアに関わる「キャンプ講座」を担当しており、ありがたいことに好評をいただいております。日体大でキャンプ講座？と思われる方も多いかと思いますが、本学はありとあらゆるスポーツ、身体運動、健康、医療、レクリエーションの分野を学べるスポーツの総合大学です。このことから様々な教員が教鞭を振るっており、特色ある講座が実施されております。ぜひ、大学での講座だから何か難しそう、敷居が高そうということは考えずに様々な講座にお足をお運びいただければと思います。ほぼすべての講座はお気軽に体験しながら最新の知見に触れることができる場です。直接体験いただき、継続参加いただく、違う講座にも興味を持っていただく、周りの方を誘っていただくということがまさに地域貢献の第一歩と考えます。

今後は自治体や教育機関とも連携し、公開講座を通じて、大学の知識と地域のニーズを結び付け、社会全体のスポーツ・健康文化の発展に貢献していくことが、日本体育大学の使命の実現にもつながることと思います。

そのためにも、日本体育大学がどのような大学なのかを地域の方々にご存知いただく機会として公開講座を活用していただければと思います。令和7年度も25講座以上を予定していますので、是非様々な講座を体験いただければと思います。



社会貢献活動委員会委員
スポーツマネジメント学部 准教授

高荷 英久

スポーツ庁×UNIVAS「感動する大学スポーツ総合支援事業」に採択されました

スポーツ庁とUNIVAS（大学スポーツ協会）が公募した、令和6年度「感動する大学スポーツ総合支援事業（大学スポーツ資源を活用した地域振興モデル創出支援事業）」に採択されました。事業内容としては、総合型地域スポーツクラブを創設し、地域の小学生向けのチーム活動と中学校地域部活動への指導員養成を行いました。中学校の部活動の地域移行に関しては、大学内の関連部署とも連携して今後も継続的に推進してまいります。

「T-Lion Voice Home」第19号（令和7年2月発行）

発行：日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーション・オフィス

【東京・世田谷キャンパス】〒158-8508 東京都世田谷区深沢7-1-1

TEL：03-5706-0911(直通) FAX：03-5706-0981

【横浜・健志台キャンパス】〒227-0033 神奈川県横浜市青葉区鴨志田町1221-1

TEL：045-507-1263(直通) FAX：045-507-4556

両キャンパス共通メールアドレス：shakaikouken@nittai.ac.jp



社会貢献推進事業

社会貢献活動に関する各種の取り組み

体育・スポーツ活動支援

体育・スポーツ活動支援として、教育現場では水泳指導補助員、学習・行事支援、部活動支援や演技披露・指導を行いました。教育現場の例として、体操部は横浜市立奈良の丘小学校で横浜市小学校体育実技発表会に向けた体操指導、陸上競技部は世田谷区立中学校陸上競技大会で会場設営や計測を行いました。地域のスポーツイベントの例として、中里北部連合町内会ふるさとマラソン大会では救急医療学科が救護補助、サッカー部男子が運営補助、湘南国際マラソンではライフセービング部が救護活動、青葉区民マラソンでは陸上競技部女子駅伝ブロックがペースメーカーを務め、チアリーダー部がエールを送りました。横浜マラソン車椅子チャレンジ・ファンランではスポーツマネジメント学部や整復医療学科の授業として学生らが運営に参加しました。府中市白糸台体育館のスポーツイベントに少林寺拳法部が演技披露後に指導、パリオリンピック・パラリンピックで活躍したレスリングの選手による報告会が東急スクエアにて行われました。講師派遣の例として、中央区スポーツ指導者養成セミナーに南部さおり教授、横浜市立恩田小学校の学校保健委員会に鈴木康介助教、横浜市立六浦南小学校の授業に伊藤譲教授・柔道整復師3名を派遣しました。体育・スポーツ活動支援に教員・学生延べ302名を派遣しました。



ふるさとマラソン大会



ヘースランナー

教育活動支援、ボランティア等

教育活動支援としては、世田谷区・横浜市をはじめ、目黒区・北区教育委員会、東京学校支援機構（TEPRO）、各学校から宿泊を伴う引率補助や年間を通して学習支援を行いました。教職を志す学生にとってこのような活動は貴重な体験になります。ボランティアとしては、地域のイベント運営補助を行い、地域の方々との交流を深めました。例えば、桜新町さくらまつり・シンカモシダまつり・たちばなどんたく・若草台自治会子ども向けイベント・青葉まつり・すみよし台自治会秋まつりなどに学生を派遣しました。その他、研修で訪れた、ふくいジュニアアスリートアカデミー小学6年生には、福井県出身学生が施設や部活動を案内しました。教育活動支援、ボランティア等に教員・学生延べ427名派遣しました。



施設案内

地域美化活動

学友会総務部を中心に、学友会団体所属学生が行う清掃活動「クリーン作戦」は、海浜実習地の千葉県・岩井海岸(36団体76名)、横浜・健志台キャンパス(9団体18名)にて行われました。東京・世田谷キャンパス周辺では、寮生が深沢地区古着・古布回収(18名)に参加しました。横浜・健志台キャンパスに隣接するグリーンヒル鴨志田西団地自治会との清掃は雑草等の刈込や側溝の汚泥の除去等を年4回行っており、6月体操競技部、10月ラグビー部、12月バドミントン部(計60名)が参加しました。次回は3月2日にハンドボール部が参加予定。青葉台商店会フラワーロード花植え活動はレスリング部(計10名)が参加しました。また、陸上競技部が地域の方々とともに陸上競技部短距離合宿所周辺道路や鴨志田団地周辺の歩道の清掃活動に参加しました。



清掃

公開講座

成人・高齢者の方は、トレーニング、エアロビクス、ストレッチ、太極拳、膝痛・腰痛さようなら体操、ウォーキング指導、スポーツ心理学の講座などで知見を深め、スポーツやレクリエーションを楽しみました。児童や生徒に向けて、短距離走教室、少林寺拳法、フェンシング、運動が苦手な児童に運動に興味を持ってもらうこども運動チャレンジ教室、トランポリン、スポーツデータ分析の講座を開講し、こどもの体力低下、スポーツ機会の創出という地域の課題に貢献しました。また、救急車の適正利用や利用法、救急車を呼ぶべき症状を伝える講座など防災・救急関連講座を拡充しました。延べ1,417名(1月末現在)が受講しました。



トランポリン教室

体力測定

体力測定は11月1日(金)、2日(土)、3日(日)に東京・世田谷キャンパス(日体フェスティバル企画)、11月9日(土)、10日(日)に横浜・健志台キャンパスで開催しました。例年、地域の方々の健康寿命延伸に向けた取り組みとして実施しています。形態測定と、血管年齢や骨密度などの機能測定、30秒椅子立ち上がり、握力、6分間歩行などの体力を併せて測定することで、現在の自身の健康体力を知り、今後の健康・体力づくりに活かすことができます。40歳以上を対象に事前予約制(抽選)で行われ、両キャンパス合わせて618名が参加しました。体育研究所の菊池直樹准教授、ゼミ生、大学院生、一般学生の協力のもと実施され、測定データを活用した研究成果はポスターにして会場内に掲示し、個々の質問に答える場面もありました。



8フィート歩行

日体大スポーツフェスタ2024 (小学生向けスポーツ体験教室)

小学生対象のスポーツ体験教室「日体大スポーツフェスタ」は7月28日(日)に東京・世田谷キャンパス、12月7日(土)に横浜・健志台キャンパスで開催されました。

大学ホームページや地域広報誌への掲載のほか、世田谷区、世田谷区スポーツ振興財団、横浜市にぎわいスポーツ文化局、横浜市スポーツ協会、横浜市教育委員会の後援を得て、近隣の小学校にチラシを配布しました。多数の応募のため抽選を行い、計283名が参加しました。トランポリン、アルティメット、少林寺拳法、ニュースポーツ、ダブルダッチ、チアリーディング、ホッケー、パドミントン、ソングリーディング、ライフセービング、キンボール、ポッチャから4種目を含む指定されたコースを選択して約2時間かけて体験しました。

運営学生は体験教室と一緒に参加したり、児童の引率をすることで児童と交流しました。学友会団体やゼミの学生は、競技指導や演技披露を行いました。会場では日体大マスコットの「レオ丸」が小学生を応援し、体験終了後はみんなと一緒に写真を撮りました。



その他トピックス

●海の事故防止講習会 (講師：海上保安庁第三管区海上保安本部)

7月6日(土)に海上保安庁第三管区海上保安本部と日本体育大学との包括連携協定に基づく社会貢献活動として、小学生及びその保護者を対象に実技を交えて海難事故防止に関わる講習会が開催され、海で遊ぶときの注意点やライフジャケットの着用方法を学び、プールでの救助体験を行いました。(参加8組17名)



●スキルアップセミナー「ボランティアをやってみよう！」

7月9日(火)、12日(金)に選択プログラムの一つとして、社会貢献活動啓発プログラムを開催しました。学生同士の触れ合いやボランティア経験豊かな先輩学生との語り合いを通して、人との交流が互いに成長し合うことを知り、ボランティアへの積極的な参加につながる事がねらい。1年生294名が参加しました。

講師：佐野昌行准教授

先輩学生：唐笠宙依(4年)、末廣玲奈(3年)、棚澤碧(3年)



●第61回体育研究発表実演会

11月26日(火)に横浜アリーナで「TOGETHER-共に-」をテーマとし、エッサッサ、キャンプインストラクターアカデミー、集団行動、少林寺拳法、新体操、体操、体操競技、ダンス、チアリーダー、トランポリン、レスリングの演目を披露し、日体大生の活気に満ちた姿を届けました。また、同会場でパリオリンピック・パラリンピックの報告会が行われ、選手たちに温かい拍手が送られました。来場者数は12,000名、地域住民の方900名を招待しました。



●青葉6大学記念事業

青葉区の区政30周年記念イベントとして、「あおば6大学FES」が12月7日(土)に開催されました。各大学から様々なワークショップやステージ発表があり、日本体育大学からは、ダブルダッチ部が演技披露や体験指導を行いました。



●事業受託

本学が持つ知的・人的資源を活用し、様々な分野での運営管理等業務を受託しています。今年度は中央区「スポーツの楽しさ発見事業」、三鷹市「子ども運動チャレンジ教室」を受託し、鈴木康介助教、寺岡英晋助教、小柳将吾助教、辻孟彦助教、小泉岳央助教や学生を派遣しました。

●自治体連携協定推進事業

学校法人日本体育大学は「体育・スポーツ・健康づくり」の各分野における一層の発展と更なる社会貢献をはかることを目的に、全国84の自治体と連携協定を締結しています。(令和7年2月現在)令和6年度は派遣事業として教員によるスポーツ指導者研修会やスポーツ教室、学友会団体によるスポーツクリニックや練習・公開試合、受入事業として小中学生らが模擬授業を体験しました。



●公益財団法人日本財団ボランティアセンターの助成

12月1日(日)に第19回湘南国際マラソンが開催されました。昨年度に引き続き、救護ボランティアとしてライフセービング部が参加し、ランナーの応急処置や救護所及び救護本部への連絡等の活動を行いました。この救護ボランティア活動に対して日本財団ボランティアセンターの助成が承認され、交通費が支給されました。



社会貢献活動 (ボランティア)の 依頼について

地域や学校等で体育・スポーツの各種活動などにおけるボランティア派遣をご希望される場合は、本学ホームページ(<https://www.nittai.ac.jp/>)にアクセスし、「大学案内」→「大学の取り組み」→「ボランティア派遣」から「社会貢献推進事業依頼書」をダウンロードし、必要事項を記入の上、メールまたはFAXにてご依頼ください。なお、依頼書をご送付いただいたからお返事までは、通常1~2週間要すること、またご依頼行事の内容によっては、派遣そのものが困難になることもありますので、予めご理解・ご了承ください。

令和6(2024)年度公開講座等実施報告

日時	講座名・講師	記録	会場	対象	受講料	概要	受講者数
健志台:5/11(土) 世田谷:7/13(土) 14:00~15:30	備えて海で楽しもう! 保健医療学部 学務担当 公益社団法人日本水難救済協会 理事長 遠山 純司 公益社団法人日本水難救済協会 常務理事 江口 圭三		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	各回 1,000円 小学生 500円	海での水難事故の原因や発生を解説し、事故を未然に防ぐための知識、行動、技能について、個人の役割等として紹介するとともに、習得する意義や効果について講義を行った。	35名 16名
5/16(木) 5/23(木) 10/10(木) 10/24(木) 17:30~19:00 6/8(土) 11/16(土) 10:00~11:30 前期:世田谷 後期:健志台	健康太極拳 非常勤講師 劉志		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	一般	各回 1,000円	太極拳の基礎技法「分虚実」「立身中正」、基礎歩法「退歩」の解説と体験。太極拳の代表的な技「手揮扇扇」「旋風尾」「倒雲梯」の体験。脚力アップのしゃかみ方の紹介。「24式太極拳」演習。	24名 24名 25名 中止 17名 18名
5/18(土) 8/31(土) 10:00~11:30	スポーツ救急 V Rを使用した救命蘇生講習会 保健医療学部 助教 原田 諭		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	各回 1,000円 小学生 500円	心臓蘇生の重要性について講義を行い、VR動画を活用した心臓蘇生法(救命責任)を実施。AEDの取り扱いの講義および演習。	13名 11名
5/19(日) 6/9(日) 6/15(土) 10/5(土) 10/26(土) 11/17(日) 10:00~11:30	速く走るコツを身に付けよう! 小学生の短距離走教室 児童スポーツ教育学部 助教 鈴木 康介		東京・世田谷 キャンパス	小学生	各回 500円	短距離走の技術(歩幅、基礎技術の考え方、発走時の姿勢のつくり方、推進力、踏み切り動作、スタートの技術(スタンディング、クラウチング))	24名 18名 19名 18名 21名 23名
5/25(土) 6/22(土) 7/27(土) 9/28(土) 10/26(土) 11/23(土) 12/21(土) 10:30~12:00	らくらくエアロビクス 非常勤講師 大津 桂子 山口 圭子 佐藤 果純		東京・世田谷 キャンパス	一般	各回 1,000円	各回のテーマに合った講義、ストレッチ、エアロビクスエクササイズ、クールダウンストレッチ、エアロビクス同好会による演技披露	36名 44名 37名 34名 33名 34名 33名
有酸素:5/25(土) 11/16(土) 筋トレ:6/9(日) 12/1(日) 14:00~16:00	トレーニングのすゝめ (有酸素運動、筋トレの基礎) 体育学部 准教授 菊池 直樹		東京・世田谷 キャンパス	一般	各回 1,000円	5/25 講義、フルトレトレーニング 6/9 講義、基本的な筋トレ、サーキット 11/16 講義、インターバルトレーニング 12/1 講義、基本的な筋トレ、サーキット	有酸素 15名 17名 筋トレ 26名 24名
5/27(月) 6/24(月) 7/29(月) 8/26(月) 9/30(月) 19:00~20:30	実力発揮に必要な スポーツ心理学 5つのヒント 体育学部 准教授 高井 秀明		東京・世田谷 キャンパス	一般 高校生	各回 1,000円	「自分分析能力を高める」「感情をコントロールする」「モチベーションを高める」「集中力を高める」「コミュニケーション能力を高める」5つのテーマでワークショップ、個別の心相談。	25名 24名 19名 19名 15名
6/9(日) 13:00~14:30	はじめてのバラスポーツ ポッチャ 児童スポーツ教育学部 助教 小泉 岳央	中止	東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生	小学生 500円 中学生 1,000円	中止	中止
6/15(土) 11/9(土) 10:30~12:00	らくらくストレッチ 非常勤講師 大津 桂子		東京・世田谷 キャンパス	一般	各回 1,000円	ストレッチの目的、運動のポイント、安全性の講義、立位、股位、仰臥位の肩、動的ストレッチと静的ストレッチを実施。	35名 32名
6/15(土) 10/19(土) 10:00~12:00	たのしくて安全なキャンプ講座 スポーツマネジメント学部 准教授 高荷 英久		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	各回 1,000円 小学生 500円	6/15 1/2ロケットを用いて、はく方、撤収、ロープワークを実施。 10/19 焚き火、牛乳ハックを用いたホットトック、マシュマロの体験と試食。	5名 15名
6/23(日) 10:00~12:00	膝痛さようなら体操教室 スポーツケアセンター院長 保健医療学部 教授 伊藤 譲 柔道整復師		横浜・健志台 キャンパス	一般	1,000円	膝関節を構成する骨や人体、筋肉、靭帯の解説、講義、股関節、大腿四頭筋等のストレッチ、筋力向上を目的とした体操、運動後の整理体操	23名
6/25(火)~8/2(金) 火・金曜 週2日 全12回 1:15:00~ 2:18:30~	筋トレ塾 体育学部 准教授 菊池 直樹		東京・世田谷 キャンパス	一般	無料	ウェイトを用いた筋力トレーニングを週1回6週間で12回行った。トレーニング前後には、身体機能や認知機能など効果測定を実施。	52名 (延530名)
7/6(日) 10:00~12:00	海の事故防止講習会 海上保安庁 第三管区海上保安本部		横浜・健志台 キャンパス	小学生 およびその 保護者	無料	海上保安官による座学「海で遊ぶ場合の注意事項」ライフジャケットの正しい使用方法を体験。プールで浮環やヘットボットを使用し救助体験。	17名
7/6(土) 7/20(土) 2/24(月) 10:30~11:30 11/7(木) 11/14(木) 2/27(木) 16:30~17:30	トランポリン教室 体育学部 准教授 山崎 博利		東京・世田谷 キャンパス	幼児(年中~) 小学生 中学生 高校生	各回 1,000円 小学生 500円	オリンピック公式器具を用いてトランポリンを体験。準備体操、着地方法と姿勢、様々なジャンプの体験、選手の演技披露。	26名 32名 27名 28名 28名 28名
7/13(土) 1/13(月) 初級:13:00~14:30 中級:15:00~16:30	オリンピック選手が教える フェンシング教室 フェンシング部部長 依田 充代 フェンシング部監督 桐谷 乃宇奈 リオ・東京五輪代表 徳岡 堅太ほか		東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生 高校生	初級各回 1,000円 中級各回 2,000円	初級「フェンシングの歴史、紹介、アップ、フットワーク、剣をつく体験、選手の機敏試合見学体験」「準備運動、フットワーク、クロレフレッシュ、ファイティング、新着者アドバイス	初級 18名 18名 中級 13名 27名
世田谷:7/28(日) 9:30~13:00 健志台:12/7(土) 9:30~13:10	日体大スポーツフェスタ2024 世田谷校(アスリート・アスリート・アスリート)・健志台校(アスリート・アスリート・アスリート) 世田谷校(アスリート・アスリート・アスリート)・健志台校(アスリート・アスリート・アスリート)		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	小学生	各回 500円	少人数のグループに分かれ、各コース4種類のスポーツを体験。グループの担当学生が会場に誘導し、各競技体験の学生が指導、演技披露を行って、スポーツの楽しさを体験した。	世田谷 159名 健志台 124名
8/3(土) 8/6(火) 8/8(木) 9:00~16:00	スポーツデータを用いた夏休みの自由研究 ~小・中・高校生を対象としたスポーツデータ分析講座~ 図書館長 木村 直人 非常勤講師 松本 剛志		東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生 高校生	各回 1,000円 小学生 500円	午前の部:15分計を裏書きして終業前(15時)まで50名を先行し、自分の得意技等を測定。午後の部:パソコンで個人のデータを解析し、考察。レポートを作成して、印刷・製本。	16名 19名 20名
8/4(日) 14:00~15:30	はじめてのバラスポーツ ゴールボール 児童スポーツ教育学部 助教 小泉 岳央		東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生	小学生 500円 中学生 1,000円	準備運動を兼ねたアイゼットに慣れる運動。カイトランナーにチャレンジ、アイゼットを専用したシュート、ディフェンスなどを体験。	7名
8/18(日) 10:00~12:00	ケガ知らずのアスリートになろう! スポーツケアセンター院長 保健医療学部 教授 伊藤 譲 柔道整復師		横浜・健志台 キャンパス	小学 4~6年生	500円	講義、アップ、メディシンボールを使ったコーディネーショントレーニング、リアクショントレーニング、応用してリレーを行った。	10名
8/24(土) 2/22(土) 10:00~12:00	少林寺拳法を体験してみよう! 少林寺拳法部 監督 勝田 真也 コーチ 小西 遼		東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生 高校生	各回 1,000円 小学生 500円	少林寺拳法の理念や心身一如の修行法を説明。礼作法(挨拶)、基本的な突き蹴りをミットを用いて行った。また簡単な柔法(投げ技)を体験。	27名 16名
8/31(土) 13:00~14:30	災害時の対応講習会 災害図上訓練 保健医療学部 助教 原田 諭		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	1,000円 小学生 500円	防災図の地図に街の構造、避難場所、危険箇所等を地図に書き込み、シールを貼って、起こりそうな被害や応急対策について検討した。	16名
8/31(土) 15:00~16:30	災害時の対応講習会 風水害の避難所運営訓練 保健医療学部 助教 原田 諭		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	1,000円 小学生 500円	講義後、避難所を起る様々な出来事やカードゲームで模擬体験、話し合っって避難所運営を考えた。避難所の運営を学んだ。	11名
健志台:9/14(土) 世田谷:9/21(土) 9:00~12:00	運動の苦手を克服! こども運動チャレンジ教室 児童スポーツ教育学部 助教 鈴木 康介		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	小学 3-4年生	各回 500円	アスフレイク、多様な動きの運動、走運動・投運動のコツをつかむ指導をした後、学んだ動きを発揮して楽しむためにホール戦、障害物リレーを行った。	健志台 6名 世田谷 29名
世田谷:10:00~11:30 健志台:14:00~15:30	急な病気やケガに備えて緊急度について知ろう ~救急車、必要なのはどんなとき?~ 保健医療学部 教授 中澤 真弓		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	無料	救急搬送の流れやしくみを解説。救急搬送の実態や病院の取組を紹介。VR動画を用いた緊急度判定の実演、心筋梗塞と脳卒中に焦点を当てた救急車を呼ぶべき症状の講義を行った。	世田谷 23名 健志台 20名
9/28(土) 10:30~12:00	誰でも楽しめるスポーツ・レクリエーション体験会 体育学部 教授 田中 篤行 保健医療学部 教授 竹腰 誠 保健医療学部 准教授 高荷 英久 児童スポーツ教育学部 助教 小泉 岳央		横浜・健志台 キャンパス	小学生 中学生	無料	車いすバスケ、カローリング、フライングディスク、ポッチャ、ゴールボールの体験、使用方法、ルールを解説し、ゲームを行った。	2名
10/26(土) 11/16(土) 14:00~15:30	パリ五輪を身近に感じて(レスリング) 体育学部 教授 松本 慎吾 体育学部 助教 湯元 健一		横浜・健志台 キャンパス	小学生	各回 500円	レスリング競技の動き(構え、サイドステップ、タックル)、投げ技、尻尾取りで選手に挑戦を体験。10/26湯元 輝、湯元 健一、11/16湯元 健一	7名 18名
世田谷:11/1(金)~11/3(日) 健志台:11/9(土) 11/10(日)	日本体育大学 体力測定		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	一般 (40歳以上)	無料	形態、血圧、年齢、全身反応時間、30秒椅子立ち上がり、握力、800歩歩行、長座体前屈(6分間歩行)、骨密度、認知機能。世田谷で肺活量、健志台でコア測定も行った。退任者からの声は希望者。	世田谷 23名 健志台 232名
11/17(日) 10:00~12:00	歩いて健康!元気に楽しく! 日体大ウォーキング スポーツケアセンター院長 保健医療学部 教授 伊藤 譲 柔道整復師		横浜・健志台 キャンパス	一般	1,000円	健康寿命とウォーキングの効果についての講義、靴の選び方、靴擦れの防止、アップ後、4ヶ所歩行、階段・坂道でのポイントや正しいフォームを指導しなから、構内をウォーキング。	17名
世田谷:11/23(土) 健志台:1/11(土) 10:30~12:00	突然の死を回避するための日常生活習慣 保健医療学部 教授 小川 理郎		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生 消防職員	各回 1,000円 小学生 500円	突然の死に至る経過、突然死、災害関連死、マスキング等々人々災害の事例紹介、漁業漁業の危険性としての体験談。	20名 69名
1/26(日) 10:00~12:00	腰痛さようなら体操教室 スポーツケアセンター院長 保健医療学部 教授 伊藤 譲 柔道整復師		横浜・健志台 キャンパス	一般	1,000円	腰痛の原因や体の重要性について講義、セルフチェック、ストレッチ、体操、健康増進に備えて大切なポイントの説明を行った。	23名