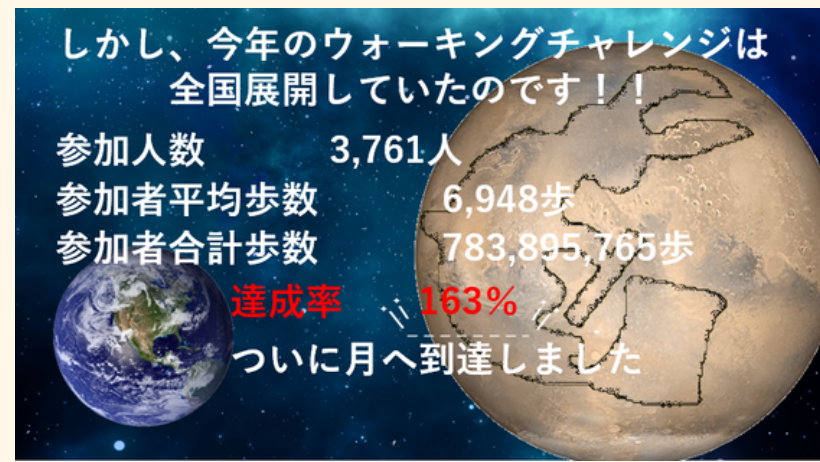


第5回ヘルシーキャンパスフォーラム & 第11回京都学生健康フォーラム

~NOT THE LOST GENERATION, WE ARE THE WELCOME GENERATION~

2022年12月11日（日）
今年度も立命館大学 衣笠キャンパスを拠点として
対面参加とZoomのハイブリット方式で開催されました。
30大学に参加申し込みいただき、約140名の学生や
教職員の方が参加しました。



~Walking Challenge2022~

京都だけでは残念ながら月への到達は
出来ませんでしたが、全国ではついに
月に到達することができました！！
全国の皆さまと歩いた総歩数は
7億8389万5765歩でした！



~学生の健康づくり報告~

コロナ禍ではありますが、学生の活発で素晴らしい取り組みの
発表が行われ、学生の発想力に圧倒されました！！
最優秀賞は立命館大学Kreis、優秀賞はWAKAZOでした！

- 京都看護大学「地域における健康増進活動」
- 京都女子大学(La Sante)
「芸大ウォーキング、暮らしと健康展、健康レシピの作成」
- 同志社大学「食生活相談会について」
- 立命館大学(きぬがさ農園Kreis)
「きぬがさ農園と3つのwell-being」
- WAKAZO「inochiのペイフワード」



クリックすると各発表を
見ることができます！



最優秀賞
立命館大学



優秀賞
WAKAZO

~「ウェルビーイングの実現：食生活と運動」~

立命館大学スポーツ健康科学部 藤田教授による講演会ではタンパク質の摂取、
筋肉量を維持する重要性を講演いただき、食生活や運動について改めて見直す
きっかけとなりました。
講演のなかでお話しされていた年齢相応の体力維持を目標に、生活習慣を整え
健康な日々を過ごしていきたいですね！！



~自炊飯コンテスト~

学生企画の自炊飯コンテストでは
12作品の応募がありました。
「オリジナリティー・見た目・費用・
調理時間・栄養バランス」の観点で評
価されました！見事1位に選ばれたの
は京都看護大生の「家族の誕生日に作
ったパエリア」です！

