

# 龍谷大学生協深草キャンパス 健康チェック広場

第120号



[健康と安全]

## 取り組み概要

日時：12月6～8日 各日11:00～15:15  
場所：龍谷大学生協深草キャンパス  
参加者数や組合員の反応：3日間で300人以上の組合員が参加しました！

背景や概要：コロナ禍における運動不足やストレス、また体調を崩しやすい冬になったという背景から、組合員が健康状態を考え、振り返る取り組みを行った。

組合員が気軽に健康チェックできる機会を

### POINT.1

### 組合員の背景を考え、健康状態を知る機会を



健康チェック広場は、様々な面から健康状態を知り、意識できる企画となっていました。コロナ禍の生活という現状と体調を崩しやすい12月であるという現状を背景として、組合員が今の健康状態を振り返り今後の生活を見直すようになっていました。

アルコールパッチテスト・飲酒ゴーグル・握力ランキング・体力筋力チェック・食生活クイズ・ストレスチェック、睡眠チェック・血圧測定、体組成測定が実施されました。

### POINT.2

### 気軽に参加できる内容づくり

自分の健康状態を見直す機会は、普段の生活ではあまりありません。そのような組合員が、気軽に自らの健康状態を知れるように体験型のブースを多く設置し、工夫した内容づくりがされていました。

企画自体に興味を持ってもらう工夫として握力ランキングを行い、立ち寄った組合員が楽しみながら健康チェックをし、また健康や生活への関心を持てるようなコンテンツとなっていました。



### POINT.3

### 工夫したブース配置と情報発信で多くの参加



「気軽に自分の健康状態を知ってほしい」という思いから、様々な内容を用意していました。特に初日はランキング形式の握力測定に参加者が集まっていたのですが、ブースの設置を工夫することで他のブースへの参加も多くありました。

また、SNS等を活用して参加を呼び掛けることで、3日間で300人以上の組合員が参加しました。多くの組合員が、自分の健康状態を見直すことができる機会となりました。