

# 健康増進イベント月間

山口大学の10月は”健康増進月間”！キャンパスに集う皆さんへ様々なイベントを用意しました。ぜひこの機会に自身の健康や体力、知識をUPしてみませんか？

## 1. 健康キャンパスマップ 9月上旬～

キャンパス内に歩数などを示した  
**ヤマミステッカー**を配置！  
さらに、講義室や食堂などへの距離  
や所要時間を分かりやすくまとめた  
**キャンパスマップ**の配布も行います。



▲ヤマミステッカー

ポイントを貯めながら楽しく歩こう！

やまぐち**健幸**アプリ

やまぐち健幸アプリ



▲山口県公式ウォーキングアプリ

## 2. 体力測定をしよう！ 10月4日(水)～6日(金)

握力・上体起こし・長座体前屈・垂直跳びの4つの体力を測定してみませんか？

●日時：10月4日(水)・5日(木)・6日(金) 11時～14時

●場所：山口大学 FAVO1・2階 ●対象：山口大学の学生・教職員

参加無料  
当日参加  
OK!

## 3. スポーツ本特集 10月2日(月)～31日(火)

図書館1F アカデミックフォレストにて、  
**スポーツや運動に関する本の特集**を開催  
します。読書を通して、新しいスポーツ  
に挑戦するのもGOOD♪

スポーツ本特集に伴い、図書館長 レール  
・マルク先生による特別講演を開催！

「メディアイベントとしての箱根駅伝」

日時：10月12日(木) 15:00～16:00

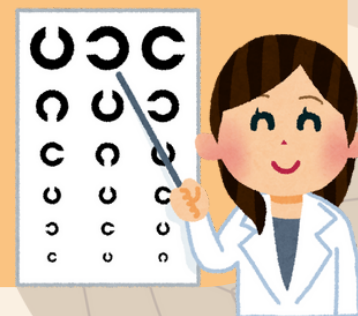
場所：アカデミックフォレスト



参加無料  
当日参加  
OK!

## 4. 健康の森 11月15日(水)～16日(木)

例年に引き続き、視力や血圧などの**健康診断**や**アルコールパッチテスト**  
などを実施します。予約不要・入退室自由のため、気軽に参加できます。



他にも耳寄りな情報多数あり！  
より詳しい情報は「山口大学生協公式HP」を今すぐチェック！

主催：国際総合科学部 (FGSS) 「山口大学生協PBLチーム」

各企画問い合わせ先：①②③→国際総合科学部上田研究室, ④→山口大学生協 暮らしカウンター (FAVO)

email: masumi-u@yamaguchi-u.ac.jp