

## 宮崎大学生協 バレリンピック



[健康と安全]

### 取り組み概要

日時：2/8(土)  
場所：宮崎大学(木花キャンパス)  
体育館(大アリーナ)  
参加者数：71名

- 背景や概要：
- 身体を動かす楽しさと大切さを知ってもらう
- こと、運動を始めるきっかけを作ってもらう
- ことなどを目的として、宮大GIではコロナ明け初めてのスポーツ大会が行われました。

スポーツを通じて健康を考える！

### POINT.1

## スポーツを通じたさまざまなコミュニティの交流



本大会には、12チーム71名の学生が参加しました。特定のコミュニティではなく、さまざまなサークルや学部学科から参加者が集まり、**普段の大学生活ではなかなか生まれない組合員同士**の交流が見られました。また、男子はジャンプをしないなど本来のバレーのルールを改変し、参加者が運動を楽しめることを1番に考えられたルールに設定されていました。また、経験者の参加者にはビブスを着てもらうことで、誰が経験者か分かりやすくし、ルールの適用を簡単にしていました。

### POINT.2

## 健康や共済に目を向けてもらう参加者冊子

参加者冊子には、大会のルール説明や対戦表のほかに「運動のメリット」のページを作り、運動の大切さを伝えていました。本大会でスポーツを楽しんで終わるのではなく、健康について考え、**普段から運動をするきっかけにしよう工夫**がされていました。また、**学生総合共済のページ**を作成することで、共済という制度や宮崎大学での給付事例、共済マイページを紹介していました。



### POINT.3

## すきま時間に健康チェックを！



会場の入り口付近にはベジチェックやアルコールパッチテストを体験できる健康チェックのブースが設置されていました。本大会はリーグ戦であったため、試合のない時間にチーム全員でブースに来てくれる参加者が多くいました。なかには、**昼食前後などに複数回ベジチェックを受ける参加者**もいました。ベジチェックの結果は紙に記録してもらい、最も野菜摂取レベルの高かった参加者を閉会式で表彰するなどして、**食生活を考えてもらうきっかけ**を作っていました。