

# 全国大学体育連合近畿支部講演会

## 「健康が自分事ではない学生の支援」

～ARCS動機づけモデルで考える大学生のヘルスプロモーション～



### 講師：都竹 茂樹 先生

(大阪大学 スチューデント・ライフサイクルサポートセンター 教授)

「やる気を引き出し、行動に変え、習慣として定着させる」仕組みを、  
大学生向けに科学的かつ実践的に展開できるヘルスプロモーションの第一人者

・参加資格：全国大学体育連合の会員校の教職員、および個人会員

・日時：7月19日(土) 16:00～17:00

・参加方法：対面またはZoom(オンライン)

・対面会場：大阪大学豊中キャンパス カルチエ・ミュルチラング  
(全学教育推進機構 総合棟1F)

・Zoom情報：後日、メールにて連絡

・参加申し込み：本URLより参加登録

<https://forms.office.com/r/rXVaG7sVGK>



講演概要：多くの学生は、健康や疾病について「健康なのは当たり前」「今はまだ大丈夫」と感じています。実際、20歳前後で生活習慣病や慢性疾患を抱えている学生は多くありません。しかし、地域や職域で中高年のヘルスプロモーションに携わる中で、若い頃からの生活習慣がいかに重要であるかを痛感しています。とはいえ、将来の疾患リスクについて学んだり、脅しても、残念ながら行動変容にはなかなかつながりません。

演者は、これまで教育工学(インストラクショナルデザイン)、特にARCS動機づけモデルを活用し、健康行動の変容を促す取り組みを行ってきました。本講演では、これまでの実践事例を紹介しながら、「自分事」として健康を捉えてもらい、行動変容に誘うためのアプローチについて、皆さまと共に考え、ディスカッションしていきたいと思います。

主催：全国大学体育連合 近畿支部

共催：大阪大学 全学教育推進機構 スポーツ・健康教育部門

健康スポーツ科学教育研究環 健康スポーツリテラシー部門

お問い合わせ：七五三木 聡, [shimegi.satoshi.celas@osaka-u.ac.jp](mailto:shimegi.satoshi.celas@osaka-u.ac.jp)