

第17回健康科学セミナー

『働く世代の“座りすぎ”と“運動不足”に挑む： 健康経営を支える身体活動促進の科学と実装』

働く世代は運動不足であり、特にオフィスワーカーでは座りすぎが深刻である。これらが健康に悪影響を及ぼすことは多くの研究で示されている。では、この問題をどう解決すべきか。演者は長年、職場におけるポピュレーションアプローチを模索してきた。本講演では、職域における運動不足と座りすぎ対策のエビデンスを示すとともに、実装科学の視点から、健康経営や労災対策と結びつけた普及戦略を提示する。

日 時： 2026年3月11日（水）18時10分～19時40分

場 所： 豊橋創造大学 E棟 E21教室

参 加 費： 無料

講 師： 甲斐裕子 先生

公益財団法人明治安田厚生事業団 体力医学研究所
副所長・上席研究員



《略歴》

1999年 筑波大学大学院体育研究科 修了
2003年 九州大学大学院人間環境学府 修了
博士（人間環境学）
2004年 公益財団法人明治安田厚生事業団
体力医学研究所 研究員
2023年 同 副所長、現在に至る

- **研究テーマ**：専門は運動疫学。主な研究テーマは「座りすぎの健康影響と企業における対策」「ポピュレーションアプローチによる身体活動促進」など。企業や自治体との共同研究を長年実施。
- **社会活動**：スポーツ庁のスポーツ審議会健康スポーツ部会の委員や、日本体力医学会・日本運動疫学会・日本健康教育学会・日本健康支援学会で理事を務める。

参加申込：当日参加も可能ですが、会場準備の都合上できるだけ事前にお申し込みください。

参加者ご氏名、ご所属、連絡先を下記宛までE-mailまたはFAXにてお知らせください。

お申込みおよびお問い合わせ先： 豊橋創造大学 教務課／地域連携・広報センター
TEL 0532-54-9722 FAX 0532-54-9731
E-mail hs-seminar@sozo.ac.jp

豊橋創造大学大学院健康科学研究科

第17回健康科学セミナー

『働く世代の“座りすぎ”と“運動不足”に挑む： 健康経営を支える身体活動促進の科学と実装』

お申し込み方法(下記のいずれかでお申し込みください。)

- ①FAX 下記に必要事項をご記入の上、FAXにてご送信ください。
- ②Eメール 下記の必要事項をメール本文にご記入いただき、Eメールにてご送信ください。

代表者連絡先

ご氏名	
連絡先 TEL	
連絡先 FAX	
連絡先 E-mail	

参 加 者

ご氏名	ご所属	役職	E-mail

個人情報は、豊橋創造大学「個人情報保護方針」に従い、安全かつ適切に管理します。

お申し込み締め切り 3月5日(水)

お申込みおよびお問い合わせ先： 豊橋創造大学 教務課／地域連携・広報センター

TEL 0532-54-9722 FAX 0532-54-9731

E-mail hs-seminar@sozo.ac.jp