

こんなことができます!

## 運動が健康増進に 果たす役割を実例を 交えてお話しします



夢

町中に運動する人が増える  
と嬉しい

人間発達文化学類

安田 俊広

YASUDA Toshihiro

教授 博士(体育科学)

専門分野

運動生理学

特許情報、著書、論文

High-fat diets cause insulin resistance despite an increase in muscle mitochondria. PNAS.2008;105(22):7815-20. 快汗コラム



運動生理学は、運動トレーニング

をしたときの身体の変化について調べる学問です。競技者の競技

力向上はもちろん、子どもの体力

低下や中高年の健康の維持・増進などに対して、運動生理学という立場から解決することが目標です。特に運動時の骨格筋の変化に興味があり、運動している人の持久力向上がどのようなメカニズムで生じているのかについて研究しています。

また、高齢者を対象とした介護予防運動教室を10年以上実施しており、それに関するデータの蓄積もあります。

想定するパートナー

自治体の健康増進課、介護予防関係部署など

具体的な連携、事業化のイメージ

メタボリックシンドローム予防、介護予防のための運動など

これまでの取組事例

- ・福島県伊達市との連携による高齢者対象介護予防運動教室
- ・岳温泉観光協会との連携によるウォーキングデータ収集
- ・富岡町との連携による健康大学事業
- ・福島県棚倉町の地方創生アドバイザー

教育  
学習支援

健康  
福祉

防災  
都市計画  
地域  
産業振興

食・農

経営支援

ファイナンス

人材育成

法律

ライフ  
サイエンス

情報通信

環境

ナノテク  
材料

エネルギー

ものづくり  
技術

社会基盤

フロンティア



こんなことができます!

## 原子力災害による 精神的健康への影響 評価と精神的健康の 改善方略の開発



夢

福島のお母さんと子どもたちが  
安心して暮らせるようにしたい

共生システム理工学類

筒井 雄二

TSUTSUI Yuji

博士 (心理学)

研究室 URL

<https://www.facebook.com/yjtsutsui>

専門分野

実験心理学・災害心理学

- ・原子力災害が引き起こす心理的影響に関する研究

特許情報、著書、論文

- ・原子力災害がどうして福島の子どもたちに心理的問題を引き起こすのか? (2016)
- ・原子力災害が引き起こす心理的影響—福島県が経験した原子力災害の5年間 (2016)
- ・原子力災害が福島の子どもたちに与えた心理的影響—発達心理学的研究がとらえた事実と今後の問題 (2016)
- ・実験心理学—心理学の基礎知識 (2010) ほか著書多数



December 2013, Kiev

ウクライナ、ロシアの研究チームと国際セミナー



私たちは2011年に発生した原発事故が福島県で生活している母子の心にどのような影響を与えたのかを明らかにするため、福島大学に災害心理研究所を設立しました (<http://cpsd.sss.fukushima-u.ac.jp/>)。研究所は、母子を対象に精神健康調査を続けており、精神健康被害の状況を評価するとともに、原発災害が人々の心に影響を与えるメカニズムを解析し、それに基づく心理学的ケアの方法を開発してきました。これまで私たちが培ってきた研究データや知識を共有し、皆さまが直面している問題の解決に尽力します。

想定するパートナー

行政組織、NPO など民間団体、学校等

具体的な連携、事業化のイメージ

精神健康調査、精神健康改善のための取り組みの提案

これまでの取組事例

- ・福島県児童家庭課と協力して「心の問診票」を開発し、震災から5年間、乳幼児の母子の精神健康調査を実施しました。
- ・福島県子育て支援課と協力し、市町村を対象に精神健康改善のための取り組みを実施し、幸福感や精神健康度が改善するなど、科学的に効果を証明しました。
- ・私たちの調査データは福島県が策定する「ふくしま新子ども夢プラン」にも利用されています。

教育  
学習支援

健康  
福祉

防災  
都市計画

地域  
産業振興

食・農

経営支援

ファイナンス

人材育成

法律

ライフ  
サイエンス

情報通信

環境

ナノテク  
材料

エネルギー

ものづくり  
技術

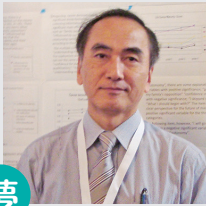
社会基盤

フロンティア



こんなことができます!

## 職場の メンタルヘルス、 人材育成、 キャリア形成支援



夢

安心・安全な職場づくりと、  
充実した日常生活の生涯に  
わたる構築

総合教育研究センターキャリア研究部門

**五十嵐 敦**

IGARASHI Atsushi

教授 修士（教育学）

### 専門分野

職業心理学（メンタルヘルス、組織マネジメント）、キャリア発達（雇用と人材育成）

### 特許情報、著書、論文

- ・「ワーキング心理学」（訳）  
白桃書房 2017
- ・新人看護職の職場適応 2016



世界中で起きている仕事の変化は、「働くこと」にかかわるすべての人々が直面する課題です。共同翻訳で出版しました。



メンタルヘルスも職場適応や職場の活性化の問題とセットで考え対策を練ることが必要です。産業安全衛生に関する取り組みでは、

調査研究に基づくデータを活かした支援や相談を展開しています。ストレスとその対処、組織マネジメントと人材育成、関連してワークライフバランスや大人のキャリア形成など、職場を取り巻く様々な側面について、現場での調査実施やその結果の活かし方など一緒に考えながら取り組みを進めています。

### 想定するパートナー

企業・官公庁、学校

### 具体的な連携、事業化のイメージ

若者の職場適応、エイジングに伴う生活行動の変化、キャリア教育やキャリア形成支援の課題と問題点など、学校や企業等の現場に即した研究とその成果を活かした支援・相談活動が可能です。

### これまでの取組事例

- ・福島産業保健総合支援センターと連携し、各種調査の実施、セミナーや研修会の講師、相談を担当
- ・若者の職場適応に関する調査研究、意識調査、不応問題への検討と対応
- ・文科省や厚労省などはじめとする政策検討、各種取り組みや調査結果のとりまとめ

教育  
学習支援

健康  
福祉

防災  
都市計画  
地域  
産業振興

食・農

経営支援

ファイナンス

人材育成

法律

ライフ  
サイエンス

情報通信

環境

ナノテク  
材料

エネルギー

ものづくり  
技術

社会基盤

フロンティア

