

運動を取り入れた規則正しい生活習慣の重要性を訴える水野眞佐夫学長



野辺地

運動、食事の重要性 考えて学生生活を

八学大・水野学長が
野辺地西高で講演

八戸学院野辺地西高（橋場保人校長）は4月26日、同校で入学記念講演会を開催した。八戸学院大の水野眞佐夫学長が講師を務め、運動や食事など生活習慣の重要性を生徒に訴えた。

講演会は入学記念とともに、本年度、スポーツで進学を目指すコース「スポー

ツ進学系」が同校に創設されたことを記念して実施。

健康・スポーツ科学や身体教育学を研究する水野学長が「運動で奏でよう からだと心のハーモニー」と題して行った。全校生徒222人が参加した。

水野学長はこれまで自身が携わった研究成果などを示しながら、運動習慣を生活に取り入れることや、栄養を考えた食事摂取などを説いた。「生活習慣のことを考えながら、より良い学生生活を送ってほしい」と語った。（藤村大地）