



てく てく てく てく

TECH vol.1
「運動として歩ける環境点検」

7/18 Sat.
10:00-12:30

@ 村岡市民センター 第3 談話室 (3 階)

〒251-0012 神奈川県藤沢市村岡東1丁目5-17

2026 年度てくてくてくワークショップ参加者募集！！

- 定員： 12 名程度
- 参加費： 無料
- 申込期限： 7月5日（日） 〆切
- ワークショップ申込方法：
 - ① メール machigoto-kageku@ynu.ac.jp
 - ② 右記二次元コードから

■ 参加には以下の条件があります

- ・ 村岡地区に居住する方
- ・ ご自身で30分程度の歩行ができる方



応募はこちらから！

※ 応募多数の場合は主催者の方で選考させていただく可能性がございます
詳細については決定した参加者の方に追って連絡いたします



「キュンとするまち。藤沢」

公式マスコットキャラクター ふじキュン♡

YNU
横浜国立大学

てくてくてっくとは？

“てくてく”と歩くことや、“テック（テクノロジー）”を知ることを通して、日常生活における健康や暮らしやすいまちについて考えるワークショップです。大学キャンパスがある村岡地区で、大学や各協力団体（病院・企業など）が皆さんと一緒に“てくてくてっく”でこれからの私たちの健康づくりやまちづくりをつむぎ、まちが「まちごとキャンパス」となる事もねらいとしています。



なぜ横浜国立大学が村岡地区に？

横浜国立大学は、神奈川県・藤沢市・鎌倉市・湘南アイパーク・湘南鎌倉総合病院を中心とした“ヘルスイノベーション最先端拠点形成構想”に参画し、“YNU 新湘南共創キャンパス”を新設しました。

何歳になっても健やかに歩くことができ、快活に働けることができる「健歩快働」な新湘南のまちづくりを目指し、実践的教育・研究を行っていきます。てくてくてっくが地域の皆さんとの対話の場となることを望んでいます。



村岡のまちを一緒に歩いてみませんか？

健康

てくてくと身体を使う「まちあるき」を通して、自身のヘルスケアや健康状態を見直すきっかけを提供します。生態学的なアプローチを「まち」を舞台に実践し、歩く楽しみや私たちの健康づくりにやさしい「まち」について考えます。

まちづくり

村岡の魅力や改善すべき箇所などの“点検”を行います。特に転倒リスクがある箇所などの“みちづくり”の視点だけでなく、今年は学生の通学路や児童のお散歩みちなど“教育”の視点でみち・まちを“点検”し、歩きやすい「まち」について考えます。

テクノロジー

転倒リスク評価の「立位年齢測定」など参加者の動作から“てっく”を通して生活の中に潜むリスクや客観的な身体状況を把握します。テクノロジーの活用により、一人一人が健やかに歩き、働き続けられる「健歩快働」の実現を目指します。

今年度のスケジュール

*本年度は実施にあわせて都度参加のご案内をいたします。

7/18 運動として歩ける環境点検
(土)

9月末頃 みんなの健康づくり環境点検

11月末頃 私たちごととしてのみち・まち点検

お問い合わせ 横浜国立大学 てくてくてっくワークショップ運営事務局
machigoto-kagaku@ynu.ac.jp

主催：横浜国立大学 地域連携推進機構

共催：横浜国立大学総合学術高等研究院次世代ヘルステクノロジー研究センター
藤沢市 / 神奈川県 協力：アイパークインスティテュート株式会社

