

---

---

所 属 : 国際学部

職・氏名 : 教授 山口 光明

研究キーワード : まちの元気づくり、健康増進プログラム、商品開発プロジェクト

---

---

#### ■研究テーマ

##### ① テーマ：健康行動の継続性に関する研究

概要：不健康な生活によるリスクを盾に、ひとの行動を変えさせようとするのではなく、ひとの持つポジティブな考えを強めることで、**健康的な行動**（運動、食事）を継続させようとする研究に取り組んでいます。

##### ② テーマ：地域資源の活用による「まちの元気」づくり

概要：まちの元気づくりの方法として、地元の農水産物を活用した商品開発プロジェクトに取り組んでいます。知の拠点の強みである「学生のパワー」と地元を元気づけたいと考えている企業や地域と連携することで、新しい価値のある商品や地元を PR できる商品の開発に面白さを感じています。

#### ■研究テーマの応用例

- ・まちを元気にできるプロジェクトの企画、ならびに実践（例えば、企業や地域と連携し、地域の農水産物を活用した商品開発プロジェクト）。
- ・スポーツクラブにおける運動と食事を組み合わせた健康増進プログラムの開発。
- ・地域創生の新サービスとしての運動と食事を組み合わせた予防医学的プログラムの開発（例えば、過疎地域の空き家を活用したダイエットプログラムの開発）。

#### ■主な著書、発表論文

山口光明・広島市立大学特定研究成果報告書、ウォーキングで脱・メタボリック ウォーキングに役立つポイントと事例集

山口光明他・保育出版社、健康のための心理学

山口光明・広島市立大学特定研究成果報告書、身体的セルフエフィカシーに関する心理学的考察

#### ■想定される連携先

- ・地域の「健康づくり」と「まちづくり」を考える企業や地域

※ 2010 年の連携先：広島ビッグアーチ、サンフレッチェ広島、スポーツクラブ エイブル  
オムロンヘルスケア

※ 2011 年の連携先：広島市中区役所、オムロンヘルスケア

※ 2012 年の連携先：データホライズン社（広島市西区）、オムロンヘルスケア

※ 2014 年の連携先：瀬戸鉄工（食品加工会社、呉市）、県民の浜 蒲刈（呉市）、美郷町（島根県）

※ 2017 年の連携先：瀬戸鉄工（食品加工会社、呉市）、水産海洋技術センター（呉市音戸町）