

「健康長寿と癒しのお花畑プロジェクト」事業  
経過報告



大東文化大学との新たな地域連携事業である「健康長寿と癒しのお花畑プロジェクト」の令和元年12月のキックオフミーティングから半年が経過しました。

このプロジェクトは、町地域包括ケアセンターを拠点とした住民参加によるガーデニング活動と、大東文化大学スポーツ・健康科学部の先生方による健康づくり講座等を楽しみながら、住民同士の交流による顔の見える関係づくりと、社会参加の機会の促進による、花と笑顔があふれる癒しの町を目指して実施しています。

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策による活動自粛により、参加者全員が集まる機会の少ない中、4つに分かれたグループが中心となって花壇の整備を進めており、はーとんスクエア(福祉健康・多世代活動交流複合施設)内にあるサークル状の花壇には、各グループの個性溢れるお花や植物たちがすくすくと育っています。

ぜひ皆さまもウォーキングの際にはお立ち寄りください。

◆問合せ 町地域包括支援センター  
☎ 296-7700  
町保健センター ☎ 296-2530

今まで運動・スポーツに縁のなかった方も  
若い人と体を動かしてみませんか

～運動・スポーツ習慣化促進事業の概要～



健康・スポーツラボ(鳩山町健康推進室)を活用した地域活性化事業  
運動・スポーツ習慣化促進事業が始まります

運動無関心層への  
新たな取り組み

これまで町では、様々な健康づくり・介護予防事業を実施し、町内での運動や社会参加の場づくりを進めてきました。一方で、運動習慣のない人や、どの場にも通うのが難しいフレイル(虚弱)層、運動無関心層へのアプローチは十分ではありませんでした。

そこで、今年度は、スポーツ庁の補助制度を活用し、健康づくりと介護予防の一体的な取り組みとして、「運動・スポーツ習慣化促進事業」を実施します。この事業では、「ウォーキング事業」や「AAAトレーニング事業」、「地域健康教室」、「はあとふ

るパワーアップ体操を活用した教室などの既存事業にプラスして、運動無関心層の方々の対象とした、「食」「集い」「趣味」の3つのテーマからアプローチを行う「健康管理サポート・エクササイズ事業」を実施します。

大東文化大学の学生等  
若い力で事業を推進

「運動・スポーツ習慣化促進事業」は、これまでも健康づくり事業等でご協力いただいている大東文化大学(スポーツ・健康科学部)と連携するとともに、各関係団体等から選出されるメンバーで構成される「運動・スポーツ習慣化促進事業実行委員

会」が主体となって実施します。事業を推進するため、大東文化大学では「健康・スポーツラボ(鳩山町健康推進室)」を設置し、現在、事業に参加する学生の準備などを進めています。「健康管理サポート・エクササイズ事業」では、学生等が町内の集いの場や公共施設などを拠点に、フレイル(虚弱)層や運動無関心層の方々の対象にフィットネス(体操)活動を実施します。また、大東文化大学の教員やメディアカルドクター等の監修のもと、対象者の特性に合わせた「健康個人カルテ」や「エクササイズプラン」を作成します。こうした取り組みにより、対象者の運動習慣化を促進していきます。

事業参加予定の学生等は約200人。若い力が町内で活動することで、関係人口の増加や地域活性化につながることも期待できます。なお、事業実施にあたっては、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策に留意していきます。