

# 大東文化大学と地域連携協定を締結 官学連携による町の活性化へさらなる一歩



町と大東大の地域連携をうたった協定書

健康長寿県内トップを支える大東大との連携

「上田崎玉県知事の訪問も受けたこともある」AKB（歩く力・筋力・バランス能力）測定」など、健康づくり事業においても継続的に指導いただいています。

高齢化の進む鳩山町ですが、そうした連携の成果もあり、平成26年の埼玉県65歳健康寿命では、男女とも県内第1位となるまでになりました。

地域連携協定を活用して町の課題解決や活性化へ

動の場として活用でき、町側では若い世代との交流で、新たな動きが生まれるという相乗効果が期待されます。

具体的な連携事業は、今後、町の関係各課と大学とで協議していくこととなります。町では、地域のさまざまな課題解決や活性化に向けて、大学と協働した取り組みや検討を進め、鳩山町がより魅力的な町になるよう、連携を図ってまいります。

問合せ 町保健センター  
☎ 296-2530

町と大東文化大学は、平成17年度に実施した「環のまち元気づくりプロジェクト」をきっかけに、連携を深めてきました。

その後も、町の特産品である大豆を使った共同研究事業である「大豆のアジア学」や、中高年者を対象とした健康づくりトレーニング事業である「AAA（トリプルエー）トレーニング教室」が同大

こうした官学連携の力をさらに発展させるため、6月23日に、「大東文化大学との地域連携に関する基本協定締結式」が同大 学東松山キャンパス内で行われました。

今回の基本協定では、健康づくりだけではなく、他の分野においても町と大東文化大学の連携を強化できると期待されています。大学側は、教育・研究の活

## 大東文化大学との現在の主な連携事業

- ◆AAAトレーニング教室
- ◆AKB測定
- ◆はとやま毎日1万歩運動
- ◆大豆のアジア学

## 鳩山大豆のさらなる発展と農業の維持・活性化へ



このプロジェクトを通じて、学生の農業インターンシップや農業体験活性化への契機、枝豆を使った試作品づくり、負担の少ない新しい大豆栽培モデルの確立など、鳩山大豆のさらなる発展や、後継者不足に悩む鳩山町の農業の維持・活性化につながることが期待されています。

県が実施する平成28年度中山間地域ふるさと事業調査研究事業(中山間「ふるさと支援隊」)の採択を受け、鳩山大豆の栽培・加工・広報による「元気創造」プロジェクトを、昨年度に続き今年度も実施します。

この事業の一環として、7月2日、高野倉地内の圃場で、大東文化大学国際関係学部の研究班「大豆のアジア学」の学生5人が、高野倉の花ノ木営農組合の方々から指導を受け、大豆の種まきを体験。300㎡ほどの畑に3種類の大豆をまきました。学生らは今後、大豆の刈り取りなどを経験しながら、収穫する大豆を使い、商品開発に取り組む予定です。

# AAA トレーニング教室 第9期生 参加者募集

日時	内容	会場
10月4日(火) 午後1時30分～5時	開講式・体力測定、 メディカルチェック	大東文化大学
10月11日～12月15日 までの毎火・木曜日 午後1時30分～5時(※) (11月3日(祝)を除く)	ストレッチ、マシン トレーニング、フロ アトレーニング	健康づくり トレーニング室
12月6日(火) 午後1時45分～5時	効果測定	大東文化大学
12月20日(火) 午後2時～4時	結果説明会・閉講式	健康づくり トレーニング室

※マシントレーニングは2グループに分かれて実施するため、午後1時30分～3時または3時30分～5時のどちらかになります。(実質90分)



トレーニングの効果もあり、体調が良くなり、体力を維持できていると実感しています。膝や腰の痛みの軽減や、体のシェイプアップ効果もあります。

仲間と一緒に体を動かす教室はとても楽しく、週に1回のトレーニングも負担が大きすぎずちょうどいいです。

ぜひ、皆さんもこの効果を体感してみてください。

現在までに8グループが誕生し、毎週楽しく汗を流しています。

「AAAトレーニング教室」は全21回(約3か月間)で、多世代活動交流センター内にある健康トレーニング室をメイン会場として実施します。そのうち2回は大東文化大学で体力測定、メ

**対象** 町内在住の40歳以上の方で、原則全日程参加できる方(昨年度までは50歳以上)  
※町地域包括支援センター事業に参加されている方、要介護認定・要支援認定を受けている方、持病があり医師に運動を止められている方はご遠慮ください。  
※かかりつけ医のある方は、医師に相談の上、お申し込みください。

**場所** 町多世代活動交流センター1階 健康づくりトレーニング室ほか

**服装** ジャージなど動きやすい服装

**持物** 運動靴(室内履用)、タオル、飲み物、筆記用具、水分補給用の飲み物

**費用** 6,720円

**定員** 32人(定員を超えた場合は抽選)

**申込** 8月12日(金)午前9時～9月9日(金)の間に、町保健センターまでお申し込みください。

**問合せ** 町保健センター ☎ 296-2530

## 活動的な高年者の進化を応援

### 筋力維持で転倒防止へ

「AAAトレーニング教室」は大東文化大学スポーツ・健康科学部の協力のもと、いつまでも元気に過ごすための筋力の維持向上を目的としてスタートし、今年で9年目を迎えます。

このトレーニング教室では、油圧式トレーニングマシンを使用し、普段の生活ではあまり使わない筋肉を動かします。また、バランスのとれた正しい動きを身につけるための運動などを行い、転倒しにくい体づくりを目指します。



AAA(トリプルエー)は、「活動的な(Active)高年者(Aged)のさらなる進化(Advance)」との願いを込め、頭文字を取りネーミングされました。

デイカルチェック(初回のみ)を行い、個々のトレーニング効果を専門的に分析します。

教室を修了した方は、参加者同士がグループとなり、自主活動として健康トレーニング室の有料貸付を利用してトレーニングを続けていただくことができます。

継続的な運動は基礎代謝量を上げ、歩行などの動作がスムーズになることから、日常生活が楽になるといふ効果があります。皆さんも、この教室への参加を機に、健康づくりのための運動を始めてみませんか。