

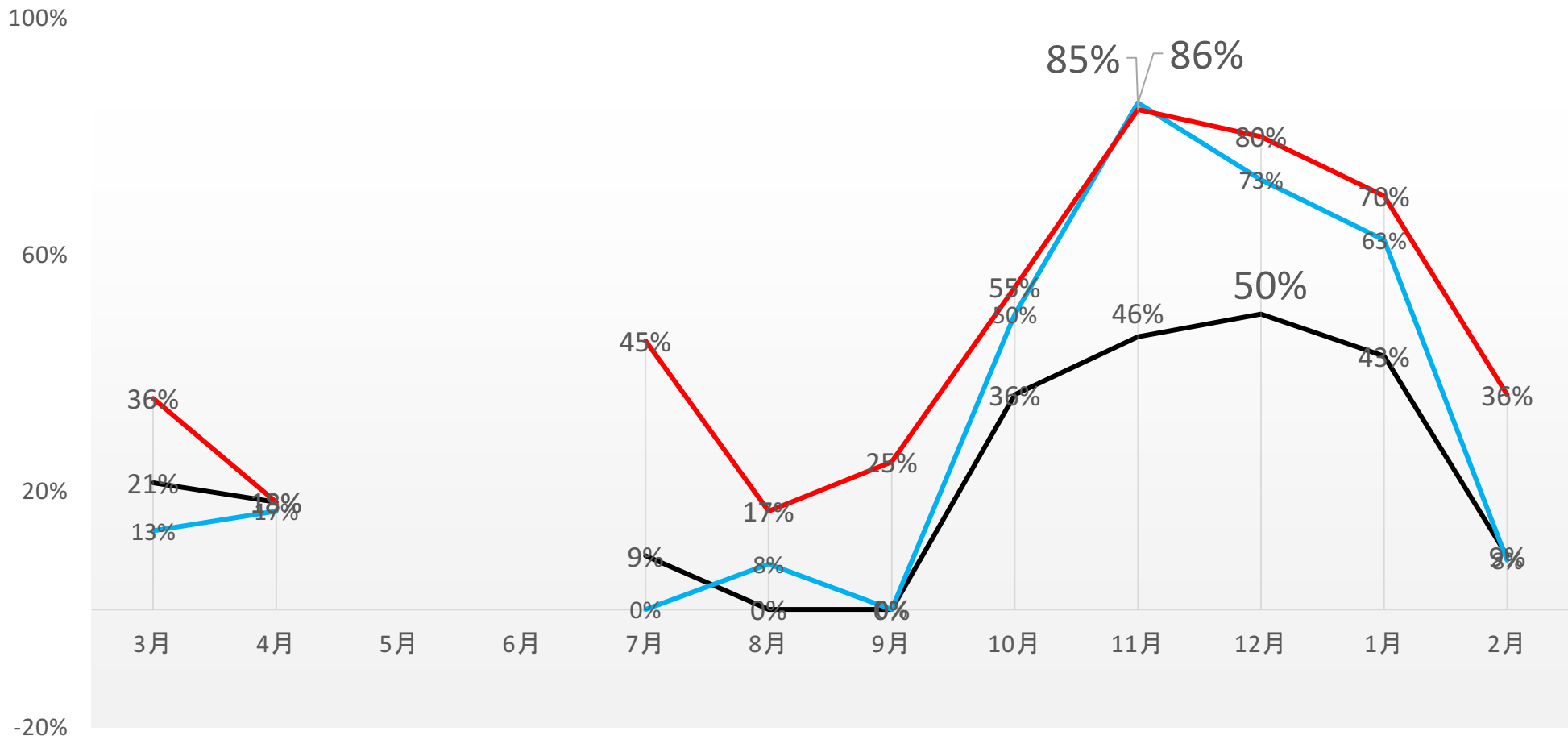
健康遊具×学生×地域

「運動マネジメント研究会」



報告者
大阪経済大学人間科学部
高井 逸史

2021年室内の地域活動状況



— 喫茶 — 子サロ — 百歳体操

東淀川区役所ホームページよりグラフを作成

長期化する外出制限

- 居場所の喪失（孤立化）
- つながりの希薄化（互助喪失）
- フレイルの助長（転倒や認知症）

そうだ！

身近に公園がある！

公園や屋外を利用 2020年8月～ 堺市泉北NT



✓健康遊具の体験

✓学生との交流

➡健康リテラシー

➡仲間づくり

実施場所

健都レールサイド公園の東屋

実施日時

2022年10月22日（土）

実施時間

前半:10:00~11:30

後半:13:00~14:30

対象者

- ・実施場所近隣の住民(自治会等)
- ・実施場所近隣の運動サークル
- ・商業施設、公共施設等の利用者
- ・「patona吹田健都」入居者
- ・「patona吹田健都」サ高住入居者
- ・「ローレルスクエア健都ザ・レジデンス」入居者など

※屋外を安全に歩行できる方、認知症の方は付き添いの方がが必要です

大阪経済大学：3年13名、4年1名、大学院生3名

協力企業:ウェルシア、マックススポーツ(株)、近鉄不動産、パナソニックホームズ不動産(株)、

NPO法人VYS YOGI 天方さんほか

パートナー：株式会社新産業文化創出研究所（ICIC）

主催：大阪経済大学 高井研究室
後援：マックススポーツPLAT吹田健都
健都共創フォーラム、ほか

健康遊具で健康づくりと仲間づくり

健都レールサイド公園に集まり、健康遊具を使った運動をしてみませんか？

そして、からだを動かしながら、一緒に仲間づくりをしましょう！



日時：2022年10月22日（土）

予備日：10月29日（土）午前のみ実施

前半 10時（受付 9時30分）～11時30分

後半 13時（受付12時30分）～14時30分

集合場所：健都レールサイド公園内の東屋付近

実施場所：健都レールサイド公園内の健康遊具

費用：無料

用意：飲み物（水やスポーツドリンク）、タオル、運動靴

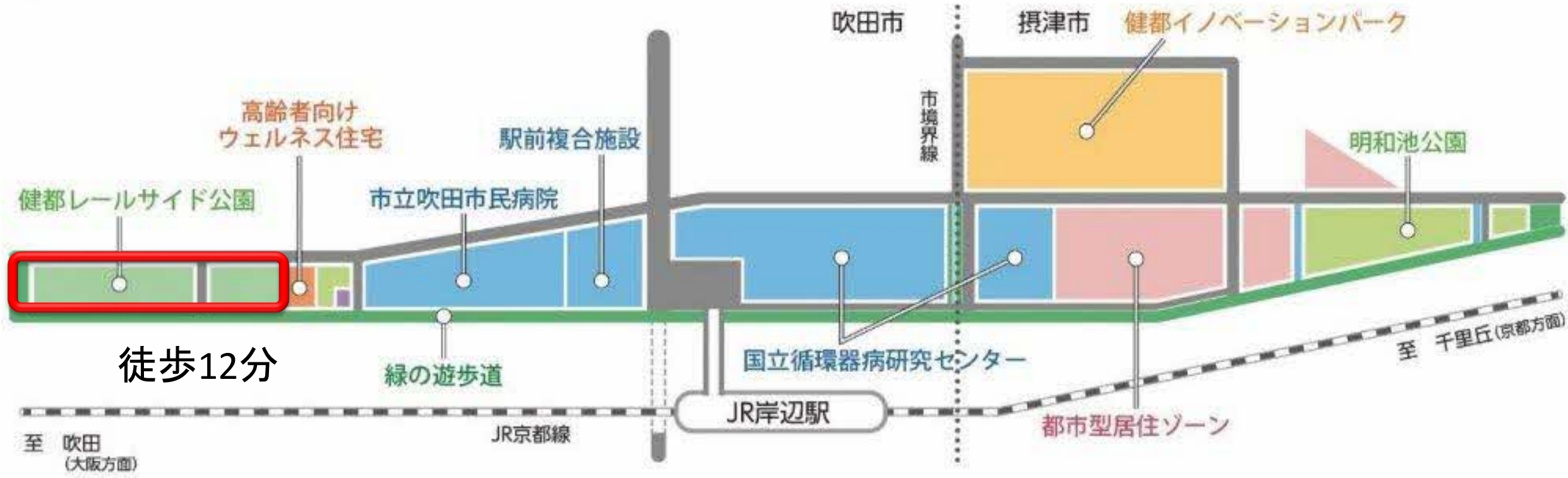
延期：小雨、雨天は10/29に延期（午前のみ実施）

ACCESS



お問合せ：大阪経済大学 高井研究室

連絡先：takai@osaka-ue.ac.jp



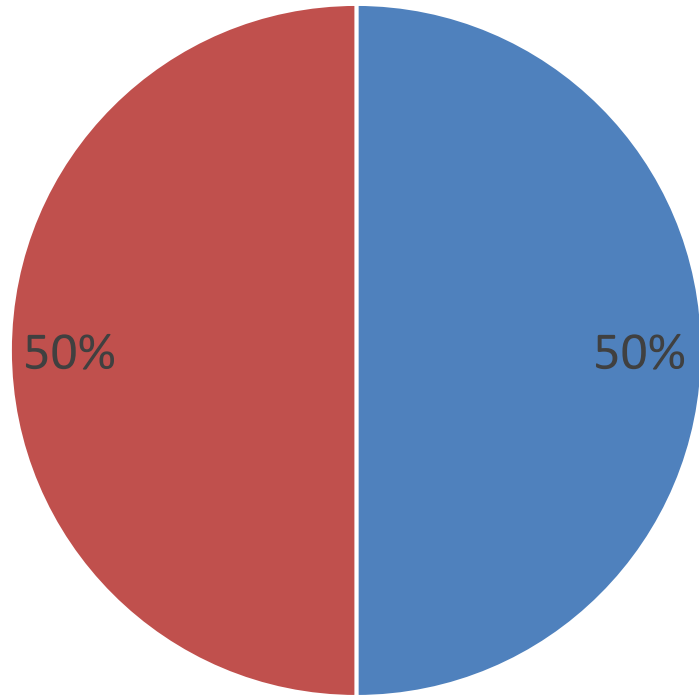
1. 学生が健康遊具を説明
2. 学生と一緒に体験
3. アンケート調査

1. 基本属性
2. 運動習慣
3. 健康遊具
4. 交流づくり

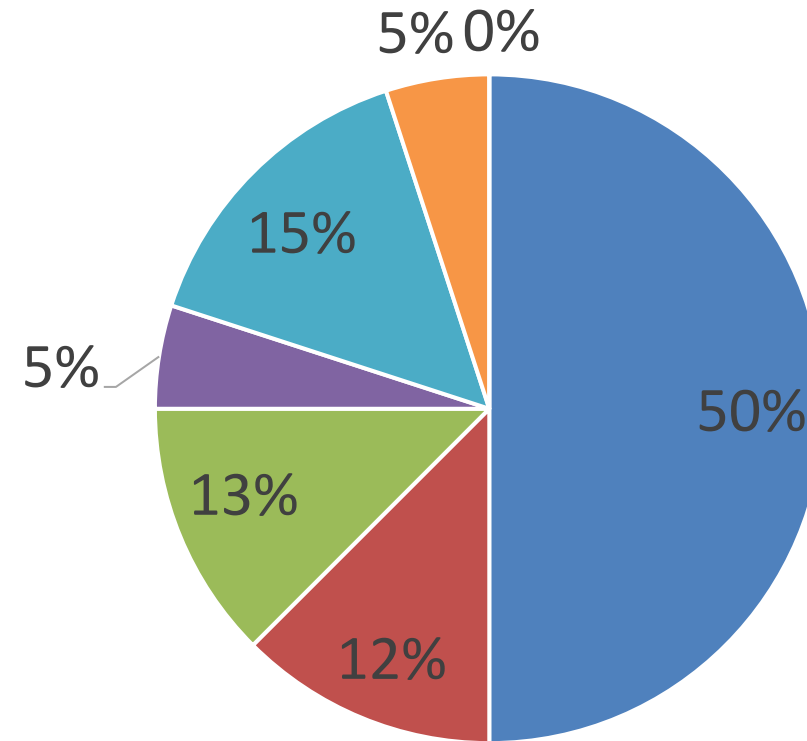
実際の場面



性別



■ 男性 ■ 女性



■ 49歳以下 ■ 50~59歳 ■ 60~64歳 ■ 65~69歳
■ 70~74歳 ■ 75~79歳 ■ 80歳以上

アンケート結果

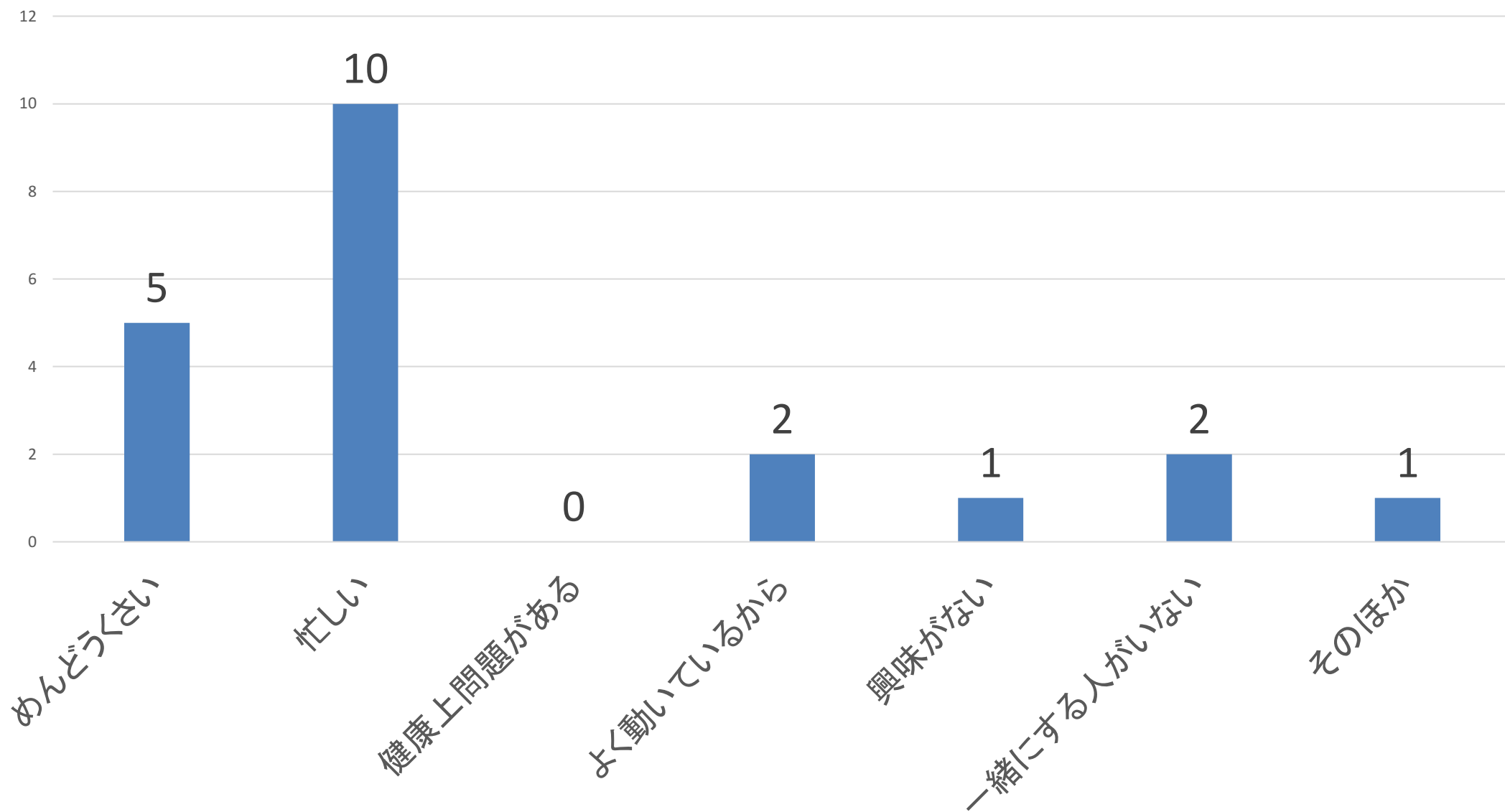
運動習慣：週2回以上、30分以上、1年以上
(厚生労働省)

(%)	総数	49歳以下	50-59歳	60-69歳	70-79歳以上
男性	45	22	75	50	67
女性	25	9	0	33	60

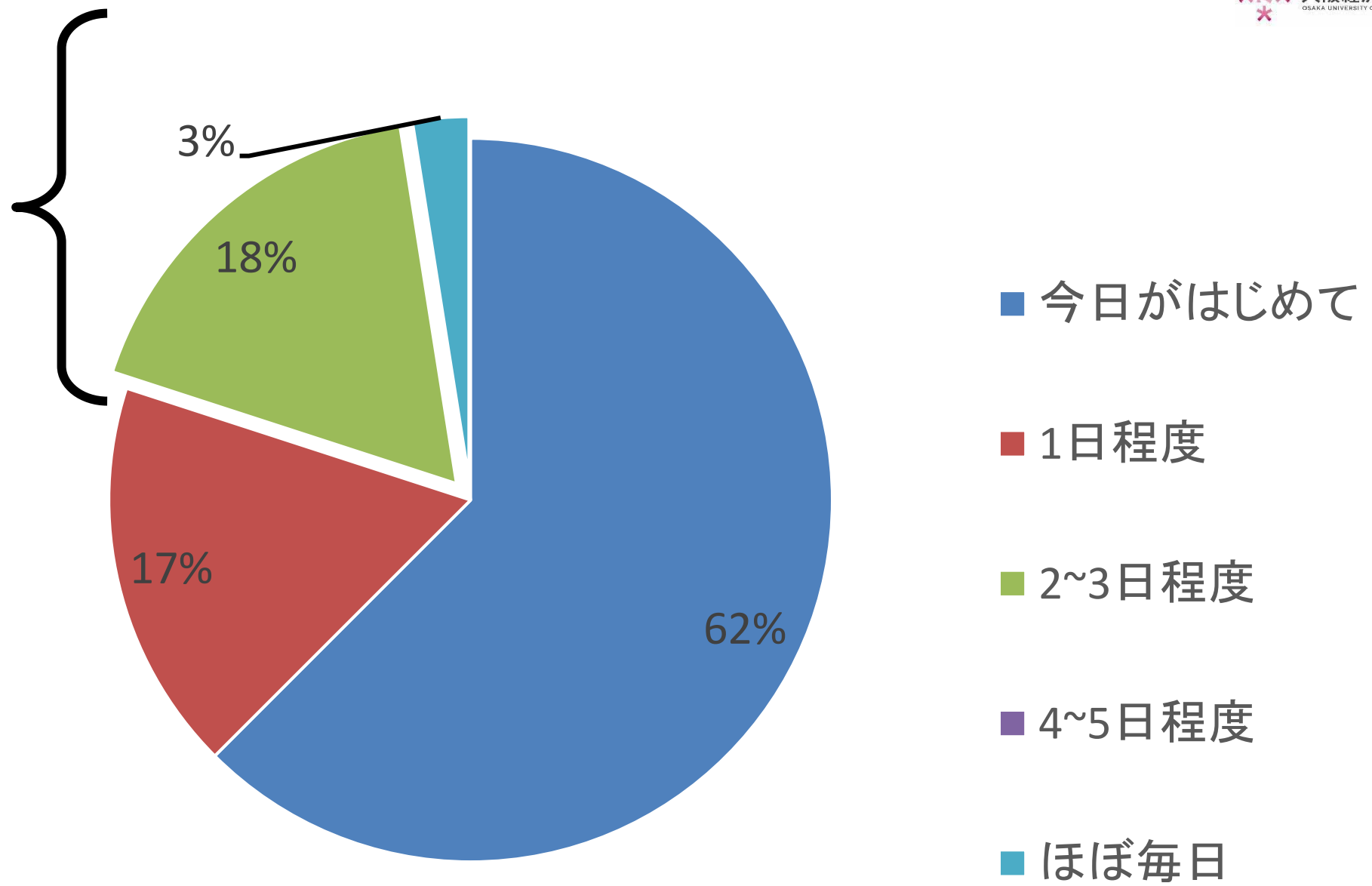
令和元年国民健康・栄養調査(2019)

(%)	総数	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
男性	33.4	28.4	25.9	18.5	21.8	35.5	42.7
女性	25.1	12.9	9.4	12.9	24.4	25.3	35.9

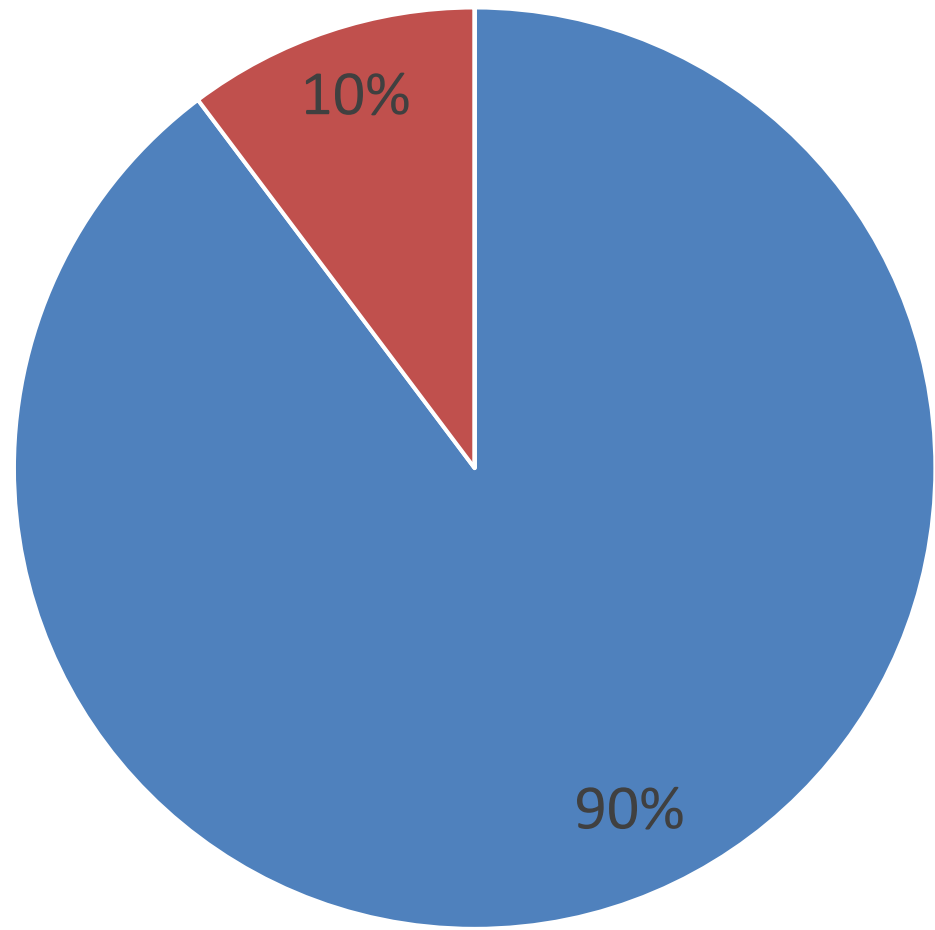
運動しない理由 複数回答



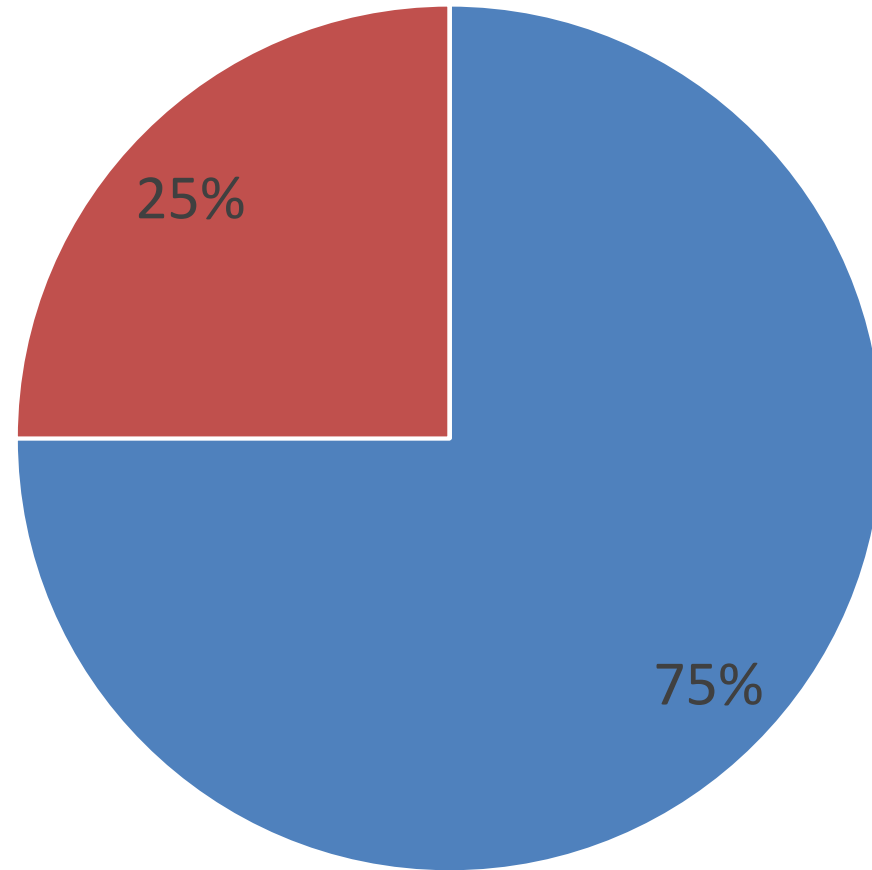
・高齢者
・運動習慣



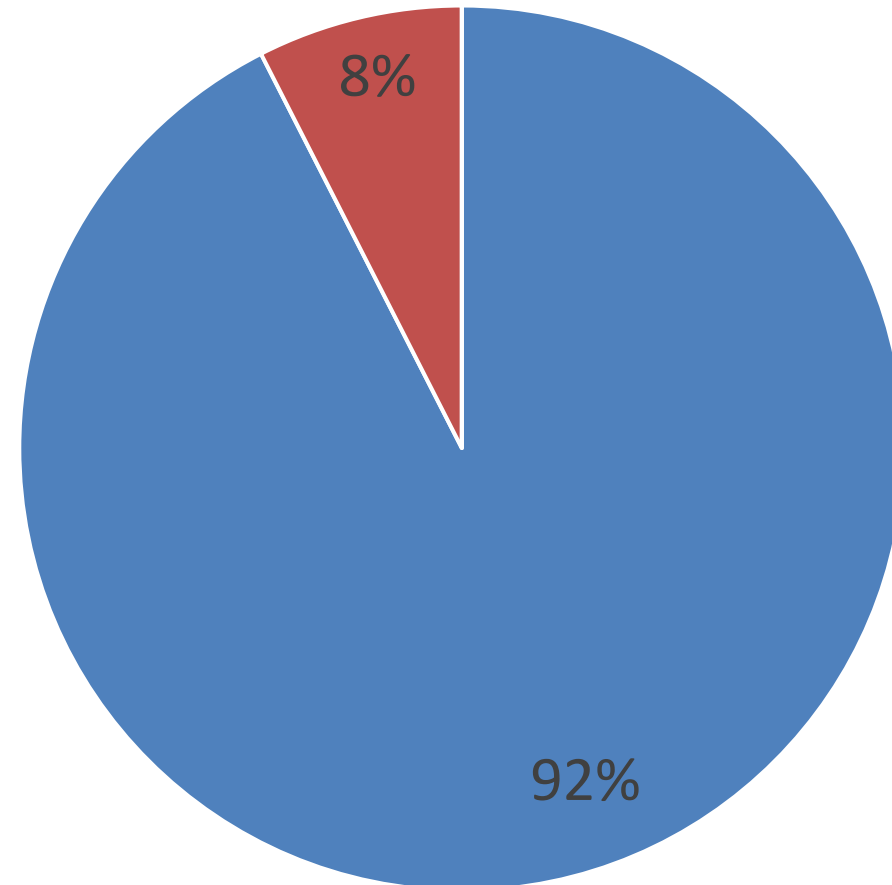
健康遊具を体験して楽しかったか



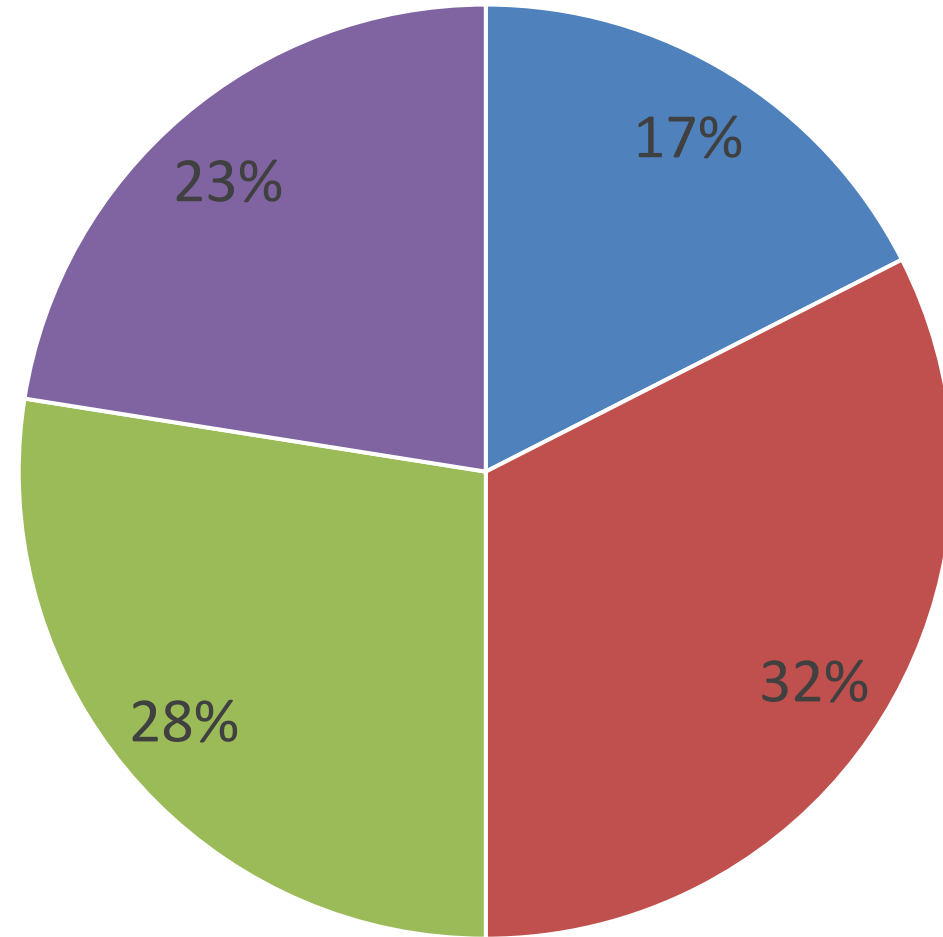
- ある程度楽しかった
- 少し楽しかった
- あまり楽しくなかった
- 楽しくなかった



- ある程度は使いたい
- 少しは使いたい
- あまり使いたくない
- 使いたくない



- ある程度効果的
- 少し効果的
- あまり効果的でない
- 効果的でない



- ある程度できた
- 少しできた
- あまりできなかった
- できなかった

➤ 対象者

参加者の50%が49歳以下、家族連れ中心
高齢者は40名中8名（20%）、運動習慣あり
片山・岸辺地域の高齢化率24.6%（市平均23.8%、2020）
堺市の調査 参加者の42%が高齢者（2022年、未発表）

➡ **高齢者への周知ができなかった**

➤ 健康リテラシー

全員が健康に有効、今後も利用したい

➡ **「はじめて」が62%、健康遊具を活用したイベント**

➤ 交流

参加者の51%が交流できなかった

➡ **対象者の参加動機、学生の参加意欲**

ご清聴有り難うございます

