

学術大会で報告

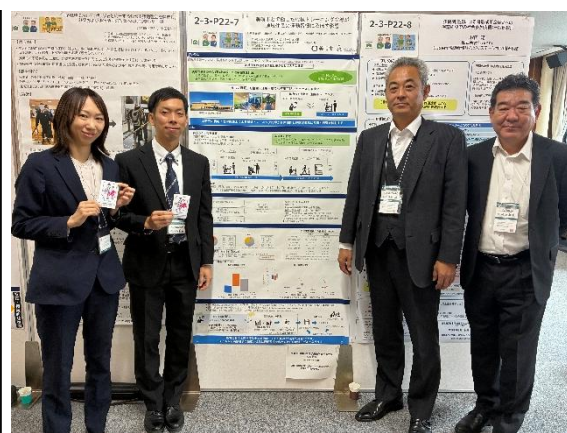
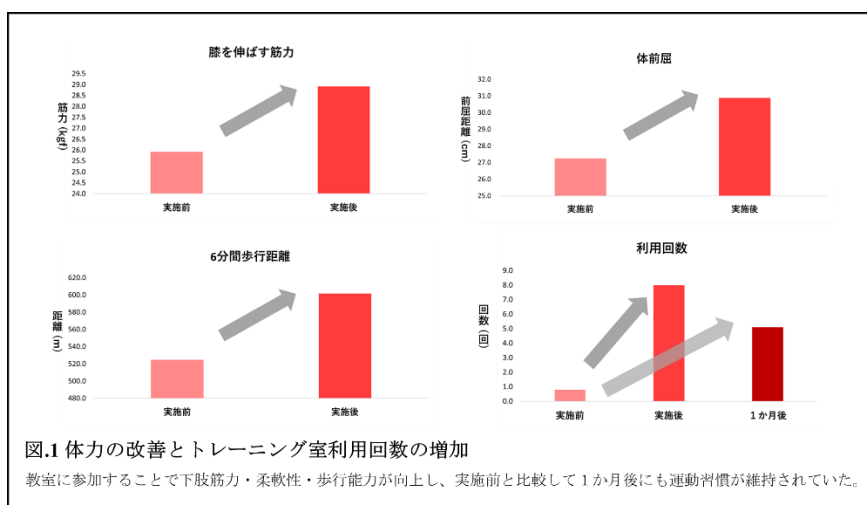
—教育委員会と理学療法士の協働による「まちの体育館」で体力づくり—

美咲市教育委員会と理学療法士が協働して行った「体力づくり教室」の成果が、第12回 日本地域理学療法学会学術大会（2025年10月11-12日）で発表されました。この教室は2025年1月から3月にかけて、美咲市総合体育館トレーニング室で行われ、

理学療法士がトレーニングマシンの安全な使い方を指導し、参加者が教室終了後も自分のペースで運動を続けられるよう支援しました。

結果として、参加者の多くで体力の向上に加え、心理面や生活環境への満足感（QOL）が向上し、1か月後にも運動習慣が維持されていたことが確認されました。

体育館という“まちの資源”を活かしたこの取り組みは、子どもから高齢者までが運動習慣を育む新しい地域モデルとして、全国から注目されました。



右から教育委員会生涯学習課 川西勝幸氏、大沼拓一朗氏
理学療法士 片岡義明氏、新田麻美氏

出典：新田麻美，片岡義明，大野大地，大沼拓一朗，川西勝幸，近藤和樹，松本優大，高橋宜大。美咲市と協働した機械トレーニング指導が地域住民の運動習慣に及ぼす影響。第12回日本地域理学療法学会学術大会（札幌），2025。