

# 豊能町×武庫川女子大学 健康まちづくりを官学連携で実施

大阪府豊能町では、健康長寿の延伸に向け、武庫川女子大学の教員や学生と共に、地域で健康になるためのセミナーなどを開催。また、モデル地区を設定し、地区内の高齢者約30名を対象に筋力・歩行測定や歩き方指導を行い、健康面のデータも集めています。

## 武庫川女子大学 生活環境学部 三好庸隆教授からのメッセージ



豊能町、中でもときわ台住宅地は大阪府下で最も高齢化が進んでいる住宅地の一つです。緑が多く景色が良いですが、坂道も多いですね。このような住宅地で、日々元気で愉(たの)しく暮らすためのまちづくりを、町の皆様と体と頭を動かしながら考えています。その成果が豊能町らしい健康まちづくり提案と結びつき、同町のブランド化に寄与すれば素晴らしいと思います。きっと若い世代の共感も得るはずですよ。

### 取り組み レポート

## 自分の歩容を見てみよう③

～改善効果を見てみよう～

(2017年11月11日実施)

健康・スポーツ科学部 武岡健次准教授指導のもと、自宅で行える運動プログラムを日々行うことで総合的な運動機能がどう変わるかを検証するため、握力や歩行速度などの体力測定を実施。3回目となる今回はモデル地区で歩き方の指導を受けている16名の住人が参加し、学生が測定係を務めました。

●お問い合わせ  
☎072-738-3813  
(豊能町生活福祉部健康増進課  
保健福祉センター内)

