

令和4年度

大学スポーツ資源を活用した地域振興
モデル創出支援事業

成果報告書



鹿屋体育大学

鹿屋体育大学について

本学は、昭和56年（1984年）に、全国でただ一つの国立の体育系大学として、我が国のスポーツや武道及び体育・健康づくりについての教育と研究を発展させる使命をもった大学であり、その成果をもとに「実践的かつ創造的で、国際性、市民性を備えた、スポーツや武道及び体育・健康づくりの中核的、リーダー的人材の養成」を目的とする大学です。

敷地面積約37万㎡と広大なキャンパスには、屋内外の体育施設・トレーニング施設を備えています。

また、22の体育系課外活動団体があり、本学に在籍する学部学生のほとんどが加入しています。



写真1 白水キャンパス外観（左）、高須キャンパス外観（右）

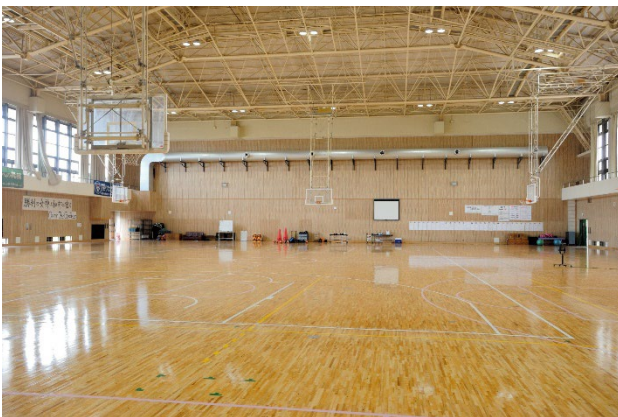


写真2 総合体育館（左）、トレーニング室（右）

事業の背景・目的

1) 背景

本学では、平成29年度から日本版NCAA「KANOYAモデル」として、地域に根差した地方国立大学のスポーツを通じた地域振興のため、大学のブランド力だけではなく、地域を巻き込んだ形でブランドを創設する等、地域一体型の大学スポーツ振興モデルづくりを推進してきました。さらに、令和元年度からは、この成果を引き継ぐ形で、「KANOYAモデル」から「Blue Winds事業」と名称を変え、地域との連携事業拡大に向けて継続的に進めています。

このように、本学では、大学の所在する鹿屋市と共同でスポーツを基軸とした地域密着スポーツブランド“Blue Winds”の創造、大学スポーツの浸透に向けて、大学の体育施設を活用した市民参加型の運動会及び大学スポーツ観戦・応援イベントを実施等、大学と自治体が主体となり、スポーツを「する」「みる」「ささえる」という事業を通じて、地域の活性化に寄与する取り組みを進めています。

2) 目的

本事業では、本学の豊富なスポーツ資源および大学スポーツを有機的複合的に活用し、大学の所在地である鹿屋市の地域課題の解決を目的として、持続可能なモデル事業を実施し、同様の地域課題を抱える他地域においても横展開可能なモデルを目指しました。



写真3 イベントの様子（左上・右上）、
Blue Windsロゴ（左下）

地域課題

大学の所在地である鹿屋市では、以下のとおり、スポーツ・運動・健康に関する地域課題を抱えています。

- ①体力・運動能力調査結果より鹿屋市の小中学生の体力は全国平均より低い傾向にある（第2次鹿屋市総合計画）。
- ②プロ・大学スポーツを会場で観戦する市民は少なく、近郊で実施されるスポーツイベントが市民に十分に認知されていない（第2期鹿屋市スポーツ推進計画）。
- ③鹿屋市民のスポーツ実施率は全国平均より低く、世代別では30歳、40歳代の働き世代・子育て世代のスポーツ実施率が特に低い（第2期鹿屋市スポーツ推進計画）。
- ④鹿屋市民のメタボリックシンドローム該当者・予備群は全国平均より高く、1日の平均歩数は全国平均より低い（第2次鹿屋市健康づくり計画）。
- ⑤第2期鹿屋市スポーツ推進計画では、新たに「スポーツでつながる」をテーマに加え、スポーツを通じた地域活性化やスポーツ交流の推進を宣言している（第2期鹿屋市スポーツ推進計画）。

- ⑥鹿屋市の要介護認定率は全国より高い水準にある（鹿屋市第8期介護保険事業計画）。

また、大学の所在する花岡地区は、高齢化率50%を超えた限界集落となっており、鹿屋市と大学で実施した住民グループワークから住民は本学に健康寿命延伸のための運動プログラム等の提供を特に期待している。



図1 事業概要

具体的な取組について

1) 子どもの運動プログラム（Exseed）指導者養成事業

①概要

- ・ 本学が普及を進めている子どもの体力向上を目指した5分間のダンス運動「Exseed」の指導者養成のカリキュラムやテキストを新たに作成し、指導者養成システムを確立するとともに、鹿屋市教育委員会と連携して、Exseed指導者養成講座を1回実施し、小学校教員15名のExseed指導者を養成する。

②参加者募集

- ・ 10月26日（水）から、鹿屋市教育委員会の協力の下、鹿屋市内の学校関係者へ参加者を募集するとともに、本学ウェブサイトにおいても、以下のURLから広報を行った。

<https://www.nifs-k.ac.jp/information/2022-11-01-28343/>

③実施内容

- ・ 日 程 … 令和4年11月12日（土）14時～16時30分
- ・ 場 所 … 本学総合体育館ダンス練習室（鹿屋市白水町1番地）
- ・ 対象者 … 鹿児島県内の小学校、中学校及び特別支援学校教員
- ・ 内 容 … Exseedの実技演習を実施

13:30	受付
14:00	実技Ⅰ：Exseedの動きの実際（60分） 実技Ⅱ：Exseedの指導法（60分） 実技Ⅲ：実技試験（30分）
16:30	解散

※参加者は受講にあたって、以下の事前学習を行った。

事前学習：オンデマンド教材による講義：Exseedとは、Exseedの効果について（60分）

事前試験：Webによる筆記試験（30分）



写真4 指導者養成講座の様子

④事業の効果・評価

【効果】

- ・Exseed指導員養成システムとして、筆記試験と実技試験からなる認定試験の講習内容を作成するとともに、実技試験の判定基準を作成し、養成の仕組みを構築した。

【評価】

- ・Exseed指導員養成システムの確立にあたり、鹿屋市教育委員会と打合せを重ねて、教員の負担になりにくい時間数を検討し、オンデマンドでの講義・試験を設定するなど、参加しやすいプログラムの確立を進めた。
- ・本事業で実施した養成講座には7名が参加した。
<https://www.nifs-k.ac.jp/information/2022-11-14-29752/>
- ・当初予定していた15名に達しなかったが、業務の都合上、参加できなかった学校関係者に対して、指導者養成テキストを配布し、今後の講座受講を促した。

⑤課題・今後の展望

- ・今後実施する際には、年度当初に鹿屋市教育委員会と協議をし、あらかじめ、各小学校の学事日程を把握し、学校行事（運動会、学習発表会、修学旅行等）が少なく、教員が参加しやすい日程を確保する必要がある。
- ・令和7年度までに鹿屋市教育委員会と連携してExseedモデル校を5校指定し、Exseedの効果検証を行う。効果検証については、鹿屋体育大学にて、横断的・縦断的に詳細な測定を実施するとともに、学校現場で実施可能な簡易測定の方法を考案する。
- ・Exseedの種目を拡大し（運動強度別バージョン、肢体不自由児用車椅子バージョン、座位バージョン等）、児童生徒の特性や環境に応じて運動を選択可能な体制を構築する。
- ・指導者として認定された教員には、定期的にExseed関連の情報を発信し、教員自身が学び続けられる環境を構築する。
- ・平成30年度の体力・運動能力調査結果では、全国の偏差値をとしたものと比較して、鹿屋市の小学生49.8、中学生48.3であったが、令和7年度までに鹿屋市小学生の体力・運動能力を全国平均より高くする。

2) 語るスポーツ人材育成事業

(スポーツを数字(データ)でカタルガ!)

①概要

- ・大学スポーツ観戦の価値を数字(データ)で高めるための「仕掛けづくり」について、アナウンサーとしてスポーツ取材や実況中継など多方面で活躍するキーマンを招き、9月の公式戦を対象にした実践プロジェクト型セミナーを実施するとともに、鹿屋市民をはじめとする地域住民を対象としたシンポジウムを実施する。

②実施内容

<セミナー>

- ・日 程 … 令和4年9月12日(月)～9月23日(金・祝)の計7回実施
- ・場 所 … オンライン及び鹿屋市体育館(鹿児島県鹿屋市向江町29番1号)
- ・対象者 … 本学所属の学部学生、大学院生
- ・内 容 … 受講学生は、スポーツを実際に「語る」ための準備として、データの見方や分析の仕方、スポーツを語るための視点など、以下の8つのプログラムで学んだ。

9月23日(金・祝)は実践の場として、本学女子バレーボール部の公式試合の実況をYouTubeライブ配信で行った。

実況の際は、本学教員から実況を行う学生へ、アタック決定率等の試合の情報をリアルタイムで伝え、このデータをもとに、論理的な解説を行った。

日程	プログラム	備考
9月12日(月)	スポーツを「語る」とは?	オンライン
9月14日(水)	語るためのデータの見方	オンライン
	語るための「分析」	オンライン
9月17日(土)	会場MCのための「資料作り」	オンライン
9月21日(水)	語るための「取材」と「方法」	オンライン
	資料整理と直前試合分析	オンライン
9月20日(火) ～22日(木)	選手への取材とグループディスカッション	鹿屋市体育館
9月23日(金・祝)	バレーボールを数字(データ)でカタルガ	鹿屋市体育館

表1 セミナーのスケジュール



写真5 実践の場の様子

<シンポジウム>

- ・日 程 … 令和4年12月16日（金）18：30～20：30
- ・場 所 … オンライン
- ・対象者 … 鹿屋市をはじめとする地域住民の方、スポーツに興味のある方
- ・内 容 … アナウンサーとしてスポーツ取材や実況中継など多方面で活躍するキーマン、大学スポーツの数字（データ）に精通する研究者による講演とパネルディスカッションを行った。

講演 1	バレーボールの数字（データ）の見方
講演 2	野球の数字（データ）の見方
講演 3	スポーツを語るための仕掛けづくり
パネルディスカッション	大学スポーツ観戦における数字（データ）の伝え方と活用

表2 シンポジウムのプログラム



写真6 シンポジウムの様子

③事業の効果・評価

【効果】

- ・セミナーを受講した本学学生が、「スポーツの言語化」について学ぶとともに、試合の実況および解説を行うことで、スポーツの魅力を発信することができた。
- ・昨年度受講した学生3名も本事業に携わり、スポーツの価値や人材の継承を進めた。
- ・新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、試合をYouTubeライブ配信し、スポーツ観戦の魅力発信に寄与した。

【評価】

- ・セミナーに2名、実践の場で最大76名が視聴、シンポジウムに58名が参加した。
- ・当初の計画では、地域住民の参加を予定していたところ、新型コロナウイルス感染症感染拡大に配慮し、公式試合の入場者が関係者限りになった。そのため、YouTubeライブ配信によるメディア観戦に変更することで、事業を遂行することができた。

セミナー：

<https://www.nifs-k.ac.jp/information/2022-09-27-24907/>

シンポジウム：

<https://www.nifs-k.ac.jp/information/2023-01-11-36534/>

④課題・今後の展望

- ・当初は、2種目を予定していたが、契約期間の都合上、1種目のみの実施に変更した。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、対象となっていた女子バレーボール部の試合が無観客試合となり、YouTubeライブ配信によるメディア観戦となった。
- ・今後は、実況や解説が会場内での聞くことができるような仕組みを開発し、直接観戦者の新規獲得やリピーターの増加に努めていきたい。
- ・さらには、1月29日（日）に本学総合体育館主体育室で開催される「Basketball Futures Match 2023」の鹿屋体育大学vs日本経済大学の試合が、UNIVAS Plusで配信される際に、本事業の参加学生が独自で実況および解説を実施する予定であり、本事業のテーマであった「継承」が期待される。

3) 職域からの運動・スポーツ実践モデル事業

①概要

- ・働き世代・子育て世代のスポーツ実施率向上、健康増進を目指し、運動・スポーツの視点からの健康経営・働き方改革を企図した新たな職域プログラムを鹿屋市内の協力企業および本学職員、鹿屋市職員に実施する。

②実施内容

- ・日 程：令和4年10月5日（水）～1月20日（金）
- ・場 所：本学講義室、各企業
- ・対象者：本学職員、鹿屋市職員、鹿屋市内企業の職員
- ・内 容：
 - 1) 自身の健康状態の把握に関する教室
 - ・健康状態の調査、フィジカルチェック
 - 2) 運動コンテンツアプリの提供
 - ・運動の動機づけ支援
 - 3) 睡眠・ヨガに関する研修・実技
 - ・健康課題の解決に向けた研修会

<https://www.nifs-k.ac.jp/information/2022-10-19-26951/>

日程	対象	備考
10月5日（水）・7日（金）	鹿屋市役所	1回目測定
10月7日（金）	ホテル大蔵	1回目測定
10月11日（火）	ホテルしらさぎ	1回目測定
10月17日（月）・20日（木）	鹿屋体育大学	1回目測定
12月15日（木）	大海酒造	1回目測定
12月19日（月）・20日（火）	鹿屋市役所	2回目測定
12月22日（木）	大海酒造	1回目測定
12月22日（木）・23日（金） 1月16日（月）・20日（金）	鹿屋体育大学	2回目測定
1月17日（火）	南国殖産鹿屋支店	1回目測定

表3 健康状態の調査及びフィジカルチェックの実施スケジュール

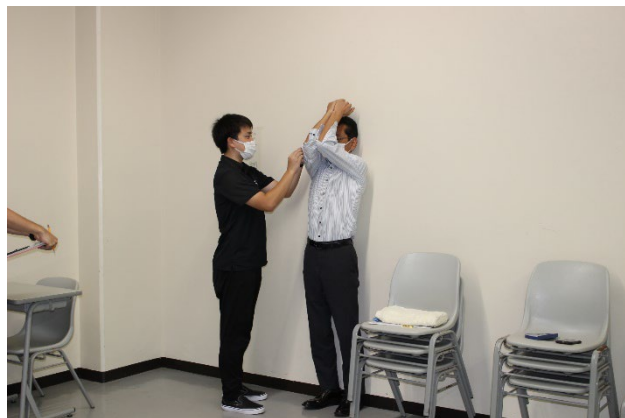


写真7 趣旨説明・健康アンケート及びフィジカルチェックの様子



写真8 睡眠セミナー及びヨガ教室

③事業の効果・評価

【効果】

- ・フィジカルチェックでケガのリスクが可視化・数値化され、自分の身体に興味・関心・気付きを与えられた。
- ・運動コンテンツアプリ（WEBGYM）の提供により、運動実施率が高まった。

【評価】

- ・本事業に延べ170名が参加した。
（内訳：鹿屋体育大学1回目37名、2回目33名、鹿屋市役所1回目33名、2回目24名、ホテル大蔵10名、ホテルしらさぎ5名、大海酒造14名、南国殖産14名）
- ・フィジカルチェックに比べ、健康アンケートの解答率が低かった。
- ・運動コンテンツアプリ（WEBGYM）の使用状況は、現在、分析中である。

④課題・今後の展望

- ・契約期間の都合上、企業へのアプローチが遅れ、1回目の開始時期が12月以降となり、2回実施する予定が1回のみの実施に断念せざるを得ない状況となった。
- ・フィジカルチェックは、どの会場でも大いに盛り上がり、互いの結果を確認することで心理的安全性を高める「雑談」が誘発されていた。
- ・職場によっては就業中の取組となったため、フィジカルチェック後の健康アンケートの解答率が低くなった。事前に健康アンケートの回答時間を設けることが今後の課題である。
- ・今後は民間企業と連携して、職域のプログラムを確立させることと、さらに普及できるように展開する予定である。

4) 目指せ鹿屋健康寿命日本一プロジェクト事業

①概要

- ・地域在住高齢者24名を対象に週1回、3ヵ月間の介護予防教室を実施する。
- その介護予防教室では、タブレット等の機器の使用方法、情報発信・収集アプリの使用方法、フレイル予防（運動・栄養・口腔）の方法を指導、情報発信・収集アプリを用いた高齢者に対して日常生活の中で実践できる介護予防運動を情報発信等により、期間中の身体活動量の増加やフレイル関連機能（体力・認知・身体組成・口腔）の維持・改善を確認する。

②実施内容

- ・日 程：令和4年9月9日（金）～1月23日（月）
- ・場 所：本学生涯スポーツ実践センター（鹿児島県鹿屋市白水町1番地）
鹿屋市花岡地区公民館（鹿児島県鹿屋市古里町208番地1）
- ・対象者：大学の所在する花岡地区9町内会の有志により設立された地域運営組織である「花岡おこし会」の高齢者
- ・内 容：週1回の4ヶ月間、タブレット等の機器の使用方法、情報発信・収集アプリの使用方法、フレイル予防（運動・栄養・口腔）の方法を指導
- ・使用アプリ：BrainC0（三井住友海上保険株式会社）



写真9 タブレット機器の使用説明及び介護予防教室の様子

・介護予防教室の詳細

日程	内容	参加者数
9月 9日（金）	身体機能・認知機能の測定	5人
9月12日（月）	身体機能・認知機能の測定	16人
10月 7日（金）	体調確認、筋トレ、タブレット活用方法説明	8人
10月14日（金）	体調確認、タブレット活用、スクエアステップ	9人
10月17日（月）	体調確認、筋トレ、タブレット活用方法説明	16人
10月21日（金）	体調確認、タブレット活用、筋トレ、ウォーキング	6人
10月24日（月）	体調確認、タブレット活用、スクエアステップ	19人
10月28日（金）	体調確認、タブレット活用、筋トレ、ウォーキング	7人
10月31日（月）	体調確認、タブレット活用、筋トレ、ウォーキング	19人
11月 4日（金）	体調確認、スクエアステップ、筋トレ、タブレット活用	10人
11月 7日（月）	体調確認、タブレット活用、筋トレ、ウォーキング	15人
11月11日（金）	体調確認、スクエアステップ、筋トレ、タブレット活用	9人
11月14日（月）	体調確認、スクエアステップ、筋トレ、タブレット活用	16人
11月18日（金）	体調チェック、スクエアステップ、筋トレ	11人
11月21日（月）	体調確認、スクエアステップ、筋トレ、タブレット活用	19人
11月25日（金）	体調チェック、スクエアステップ、筋トレ	8人
11月28日（月）	体調チェック、スクエアステップ、筋トレ	16人
12月 2日（金）	体調チェック、スクエアステップ、ウォーキング	8人
12月 5日（月）	体調チェック、スクエアステップ、筋トレ	18人
12月 9日（金）	体調チェック、スクエアステップ、ウォーキング	7人
12月12日（月）	体調チェック、スクエアステップ、ウォーキング	18人
12月16日（金）	タブレットオンライン説明会	9人
12月19日（月）	体調チェック、スクエアステップ、ウォーキング	18人
1月16日（月）	タブレットオンライン説明会	16人
1月19日（木）	体調チェック、スクエアステップ、筋トレ	12人
1月20日（金）	身体機能・認知機能の測定	8人
1月23日（月）	身体機能・認知機能の測定	16人

③事業の効果・評価

【効果】

- ・10月7日（金）から、大学の近隣にある花岡地区の町内会の住民運営組織である「花岡おこし会」の高齢者24名を対象に週1回、4ヵ月間のフレイル予防教室を実施した。フレイル予防教室は参加高齢者からかなり好評であった。身体機能・認知機能への効果については現在、分析中である。

<https://www.nifs-k.ac.jp/information/2022-11-11-29429/>

【評価】

- ・タブレットを高齢者に配布し、アプリ（三井住友海上株式会社）の提供を行った。実際のフレイル予防教室に加えて、ICTを用いて自宅での運動実践や高齢者同士のコミュニティ構築を促進できた。

④課題・今後の展望

- ・契約期間の都合上、タブレットレンタル契約に時間を要し、9月中に高齢者へのタブレット活用方法の初動説明時間が十分に取れなかったことから、10月以降の健康づくり活動の時間を割いてタブレット活用方法を伝えることになってしまった。
- ・オンライン利用により参加者同士がネット上でコミュニティーを自ら設置して活動する応用編までに目標を設定していたが、高齢者のネット利用による活動への困惑を払拭するには、今回の事業期間では時間が十分でなかった。
- ・ICT活用に時間がかかりつつも自宅での運動実践や高齢者同士のコミュニケーションに活用できるようになった。今後も本プログラムを継続し、ICT活用の介護予防・フレイル予防プログラムを作成する予定である。