令和7年度 CASEプロジェクト経費
目指せ！鹿屋スポーツ実施率日本一プロジェクト

スポーツイノベーション推進機構　ヘルス・スポーツプロモーション部門
中垣内　真樹

事業概要

本学と鹿屋市は、令和６年度に学長と市長による「目指せ！鹿屋スポーツ実施率日本一共同宣言」を行うなど、市民のスポーツ実施率向上に連携して取り組んできた。宣言内容を実現するために、市民の様々なライフステージに応じたスポーツ・運動の機会を提供した。特に年代や身体のコンディションを問わず実践できるウォーキングや、スポーツ・運動する時間の確保が難しい子育て世代・働き世代が取り組みやすい仕組みとして、動画コンテンツの作成・配信等に取り組み、スポーツ実施率の向上を図った。また、鹿屋市市民スポーツ課との連携で市民のスポーツ実施率を毎年調査できる実施体制と予算を整備した。令和７年度は、この１回目調査を実施したことから、今後は経年的な調査結果を蓄積し、縦断的な研究や地域貢献に発展させていく予定である。





左写真：学長・市長の
鹿屋スポーツ実施率
日本一共同宣言
右写真：NIFSウォーキング
コース常設

事業実績

【多世代ミッションウォーキング事業】
町内会を中心にウォーキングコースを作成し、多世代交流型のミッションウォーキングイベントを実施した。令和７年度は高須地区、大塚原地区を対象とした。コースの作成、ミッションウォーキングイベントの開催、町内会へのウォーキングコースマップの配布を行った。

【子育て世代・働き世代向け運動習慣化のための動画配信事業】
多忙な子育て世代（特に女性）を対象とした運動習慣化を目的とする運動動画配信事業を実施した。筋力運動、ストレッチ、ヨガなど、自宅で手軽に取り組める多種目の運動プログラムを動画配信で提供し、運動習慣の定着を図る運動動画を計15回配信した。

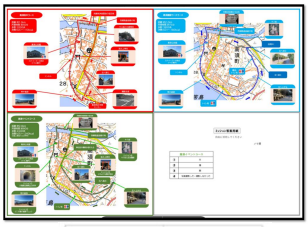
事業所の働き世代を対象とした運動習慣化を目的とする運動動画配信および運動教室を開催した。筋力運動、ストレッチ、ヨガなど、自宅で手軽に取り組める多種目の運動プログラムを動画配信で提供し、運動習慣の定着を図る運動動画を計24回配信した。また、継続支援を目的とした対面教室を6回実施した。

【市民のスポーツ活動実態調査】
対象者：2500名（有効回答数：722名　※設問により有効回答数は異なる）

運動習慣促進イベントの開催

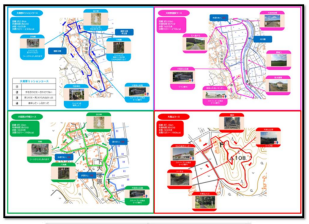
【多世代ミッションウォーキング事業】

高須地区





大塚原地区





【子育て世代・働き世代向け動画配信事業】

<①働き世代>

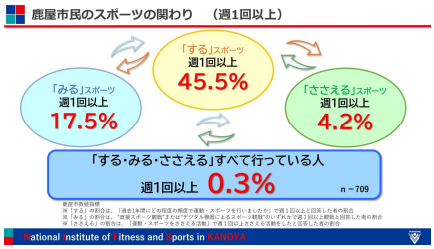
日　時	対象	場所	人数	実施内容
1月15日 15:00～18:00	働き世代	平和台病院	5名	各種測定（7種目） 体組成、姿勢チェックなど
1月16日 15:00～18:00	働き世代	平和台病院	10名	同上
1月19日 3月14日	働き世代	公式LINE配信	63名	運動動画配信　週3回 総数　本配信
2月　6日 12:20～12:50 17:15～18:15	働き世代	平和台病院	昼 9名 夜 11名	1回目対面指導 昼：ヨガ 夜：コンディショニング
3月　6日 12:20～12:50 17:15～18:15	働き世代	平和台病院	昼 6名 夜 6名	2回目対面指導 昼：ヨガ 夜：コンディショニング
3月18日 15:00～18:00	働き世代	平和台病院	2名	各種測定（7種目） 体組成、姿勢チェックなど
1月19日 15:00～18:00	働き世代	平和台病院	1名	同上

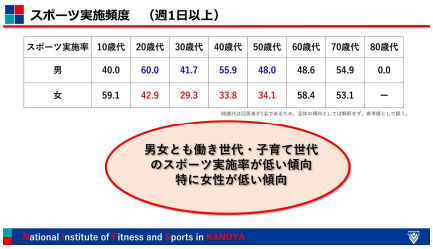
<②子育て世代>

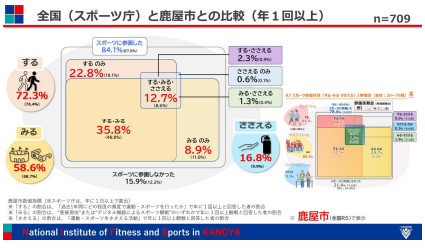
日　時	対象	場所	人数	実施内容
2月　7日 3月　14日	働き世代	公式LINE配信	32名	運動動画配信　週3回 総数 15本配信

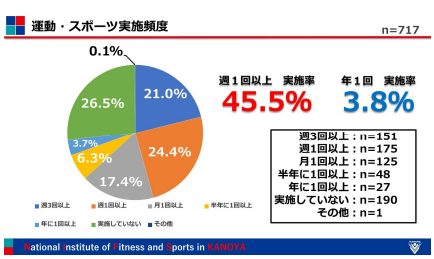


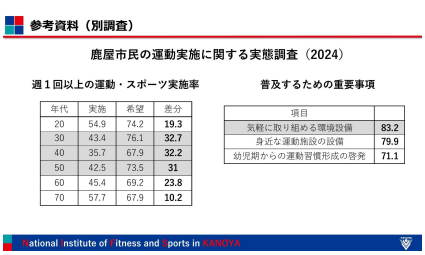
市民のスポーツ活動実態調査

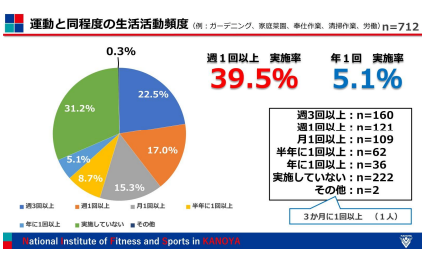


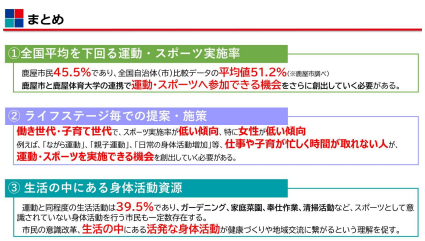












今後の展望

令和８年度以降も鹿屋市と連携して事業を進めるとともに、近隣市町にもその成果を発信し、広域的な取組へ展開する予定である。