

「“100歳”まで歩こう！運動教室」を実施します ～新田ゼラチン株式会社および大阪経済大学高井研究室と 「市民のフレイル予防に係る八尾市健康まちづくり共創協定」を締結～

本市では、公民連携により市民の健康課題の解決を図るため、令和5年10月1日から「八尾市健康まちづくり共創協定」制度を開始し、共創いただける提案を募集しています。

この度、新田ゼラチン株式会社および大阪経済大学高井研究室から「市民のフレイル予防を推進する取り組み」「市民に運動機会を提供する取り組み」「市内の高齢者の社会参加を促進する取り組み」の事業提案をいただき、下記のとおり協定を締結し、令和7年11月から「“100歳”まで歩こう！運動教室」を開催することとなりました。

記

1. 協定締結

【締結日】 令和7年9月26日（金）

【名 称】「市民のフレイル予防に係る八尾市健康まちづくり共創協定」

【締結者】 新田ゼラチン株式会社 代表取締役社長 竹宮 秀典

大阪経済大学人間科学部 教授 高井 逸史

【目 的】 主に、八尾市在住の高齢者の社会参加及び身体活動を促進する取り組みを通じ、フレイル予防の推進を図る。



（写真左から）

- ・大阪経済大学人間科学部 教授 高井 逸史
- ・八尾市長 大松 桂右
- ・新田ゼラチン株式会社 代表取締役社長 竹宮 秀典
- ・八尾市保健所長兼健康まちづくり科学センター総長 北村 明彦

2. 具体的な取り組み

“100 歳”まで歩こう！ 運動教室を行います

【内容】

ひざ痛・腰痛、フレイル予防、認知症予防など毎月様々なテーマで、大阪経済大学人間科学部で理学療法士の資格を持っている高井教授による月1回の講座と運動を行います。教室の前後で2step test・TUGなどの歩く機能の評価や、InBodyを用いた筋肉量や体脂肪量の測定を行います。普段から運動している方もしていない方も、ご自身の体を知り、様々な運動方法や知識を身につけることができる教室となっています。

【令和7年度教室日程及びテーマ】

- | | | |
|-----|-------------|-------------------|
| 第1回 | 11月15日（土曜日） | （テーマ）気持ちよくからだを伸ばす |
| 第2回 | 12月20日（土曜日） | （テーマ）膝の痛みを和らげる運動 |
| 第3回 | 1月17日（土曜日） | （テーマ）足腰の筋力をつける運動 |
| 第4回 | 2月28日（土曜日） | （テーマ）転ばない身体をめざして！ |
| 第5回 | 3月21日（土曜日） | （テーマ）歩き方から健康的に！ |

※各回独立した内容です。すべてご参加いただくことも可能ですし、1回のみの参加でも可能です。

【実施場所】新田ゼラチン株式会社本社 大阪工場 みらい館2階

（住所：大阪府八尾市二俣2丁目22）

【費用】無 料

【定 員】先着40名程度

【申し込み】不要（当日直接会場まで）

■ “100 歳”まで歩こう！ 運動教室ホームページ

https://www.city.yao.osaka.jp/kenkou_fukushi/hokenjo/1008403/1008420/1008359/1020244.html



八尾市保健所 保健企画課 健康まちづくり科学センター

電話：072-994-0665