

# 生涯スポーツ実践研究年報

## Interdisciplinary Research Journal of Lifelong Sport and Physical Activity

鹿屋体育大学生涯スポーツ実践センター所報 第20巻

Annual Report Vol.20, 2022

Interdisciplinary Research Center for Lifelong Sport and Physical Activity

National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

### 〈事業実績・事業計画〉

2021年度事業実績及び2022年度事業計画…………… 1

### 〈研究報告〉

Islam Mohammad Monirul, 北村尚浩, 中垣内真樹, 竹島伸生, Hossain MD Shahzad,  
内田遼太, 黒崎喬嗣, 河野諒太, 加藤鴻次郎, 村田奈月, 久保拓仁 …… 7  
離島在住高齢者女性を対象とした初心者対経験者における下肢筋パフォーマンスへの自体重を利用した  
レジスタンス運動の効果について

### 〈協力者会議発表要旨〉

令和3年鹿屋体育大学生涯スポーツ実践センター協力者会議……………13  
学長挨拶……………14  
趣旨説明……………15  
内田 満……………16  
キーノート：地域社会資源と行政の連携によるスポーツを通じた地域づくり  
笹山敏夫……………17  
事例報告Ⅰ：NPO 法人 ALH の取り組み～生涯スポーツ・健康づくり・介護予防～  
西田由実……………19  
事例報告Ⅱ：NPO 法人 A-life なんかんの取り組み～障がい者スポーツ・健康づくり・介護予防～  
意見交換……………28  
令和3年度 社会貢献, 研究, および教育活動一覧 ……33

March 2022



鹿屋体育大学生涯スポーツ実践センター

National Institute of Fitness and Sports in Kanoya