

## ＜平成25年度事業実績＞

- I. 主に取り組んだ事業
  1. 貯筋プログラムの普及・啓発支援
- II. 事業計画
  1. 教育プロジェクト
    - ①鹿児島県の自然環境を活用した野外教育プログラム開発に向けた基礎的調査を実施した。
  2. 研究プロジェクト
    - ①PALSプロジェクトによる貯筋プログラムの普及啓発支援と鹿児島県内における普及状況調査。
    - ②生涯スポーツのプロモーションとプロモーション・チャンネルの検証の一環として、スポーツイベントの参加者調査、客員教授による公開セミナーを実施した。
  3. 社会連携・社会貢献関係プロジェクト
    - ①NIFS スポーツクラブへの支援を実施した。
    - ②垂水市への出前貯筋教室（貯筋キャラバン）を実施した。
    - ③地域住民を対象とした健康づくり教室を実施した。
  4. その他
    - ①生涯スポーツ実践センター協力者会議を実施した。
    - ②生涯スポーツ実践研究年報を発刊した。

## ＜平成26年度事業計画＞

- I. 年度計画・目標
  1. 鹿児島県内の総合型地域スポーツクラブへの貯筋プログラムの普及状況の調査を実施する。
  2. 子どもから中高年に至る貯筋プログラムに関し、各ライフステージに最適の運動処方開発に向けた研究を進める。
  3. 生活習慣病予防・改善のための運動処方開発プロジェクト（動ける日本人育成プロジェクト）の成果を、学会や学術誌等により広く公表する。
  4. 人々のライフステージや体力、生活環境に応じた貯筋プログラムの普及状況について調査・分析した結果を公表する。
- II. 事業計画
  1. 教育プロジェクト
    - ①学生のための健康づくりのための運動指導者養成プロジェクト
  2. 研究プロジェクト
    - ①生涯スポーツ研究推進助成事業
    - ②貯筋プログラムの普及・振興に関する調査研究
    - ③生涯スポーツのプロモーションとプロモーション・チャンネルの検証
  3. 社会連携・社会貢献関係プロジェクト
    - ①生涯スポーツ振興における総合型地域スポーツクラブ支援
    - ②NIFS スポーツクラブへの支援
    - ③鹿児島県内の自治体への出前貯筋教室（貯筋キャラバン）
    - ④大隅地域の住民を対象とした健康づくり教室
  4. その他
    - ①生涯スポーツ実践センター協力者会議
    - ②生涯スポーツ実践研究年報の発刊