

活動テーマ

食と運動の健康づくりサポートプロジェクト

飯能市東吾野地区 東洋大学

## 1 活動目的

飯能市東吾野地区では地域活動が活発であり、山間地域振興のために様々な取り組みが実施されている。市では今年度、「健康のまちづくり計画」（2次計画）を策定中であり、この計画の地区ごとの取り組みの中でも、高齢者を中心としたウォーキングや食育事業など、運動や食を中心とした健康づくり事業をアクションプランとして掲げており、予定している事業等も多くある。本計画の策定においては飯能市内の各地区でワークショップを実施し様々な事業を提案したが、東吾野地区のワークショップには本学健康スポーツ学科も関わっており、当地区と学生との関係も深い。そこで本企画では東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科の学生が主体となり、東吾野地区の健康づくり事業に対して参画し、学生と地域住民が一体となった健康づくり事業の推進を目的としている。

また、本学科学生の能力を発揮できる分野という視点から運動や食関係の事業に関して、その環境の整備やイベント当日の人的支援等、総合的な支援を実施することを目的とした。基本的には新しい健康づくりの交流コンテンツを立ち上げるのではなく、それまでこの地区で実施していた健康づくり関連の事業に対して、学生が参加することにより、その質の向上やボリュームアップすることを目指した。

## 2 活動地域の現状

飯能市東吾野地区は、市域の北部に位置し、越生町、毛呂山町、日高市と境界を接している。地区の面積は2001.1haである。東吾野地区の平均年齢は49.1歳であるが、地域（大字）によっては、平均年齢が70歳を越える地域（大字）も存在する。

この地区は、江戸時代より続く伝統的な西川林業の中心的地域であり、東吾野地区の林野率は85.3%となっており、地区の大部分が山林である。飯能市山間地域振興計画の対象地域となっている。

地区内の公共交通機関としては西武秩父線が運行しており、地区に1駅（東吾野駅）があり、週末にはハイキング客の利用が目立つ。近年、飯能市のウォーキング事業振興に伴い、これらに関する事業やコースの整備が活発に行われている。

## 3 活動内容

### ○移動販売

昨年度の2016年7月から始まった活動で、事業主体は「ふくしの森・東吾野」である。活動内容としては、月一回自動車3・4台で各地域を回り、季節の野菜や果物、地元で作られたパンや日用品など様々なものを販売している。足腰が悪い人や山の上の方に住んでいるためなかなか買い物に行けない人の支援になっている。代表者によれば、「東吾野はまだ買い物難民とまではなっていないが、そうなる前の早めの対策として移動販売を始めた」という。学生は販売の補助や会計係を担当。



### ○地域を歩こう！

吾野駅を出発し、昼の休憩地点である阿寺諏訪神社をめざし、例大祭見学後にゴール地点の東吾野地区行政センターまで歩く事業。

学生はスタート時の受付や準備体操、歩行中の同行班、警備班等に分かれ担当した。当日は良く晴れており、程よく汗ばむくらいの気候で、とても気持ちの良い活動となった。道中は山の中に入っていくため、傾斜のきつい地点や足場の悪い場所もあったが、参加者の方は難なく歩いていた。むしろ学生の方が励まされる場面もあった。

高齢者の健脚さを知るとともに、こうした事業の重要性を感じることも多くあった。



### ○グランドゴルフ大会

グランドゴルフとは、どこでも、誰でも楽しめるレクリエーション要素の強いスポーツである。クラブ、ボール、ボールをセットするスタートマット、そしてホールポストを使用し、ホールポストに入るまでの打数を数え勝負するゴルフと類似したスポーツである。コースを必要としないので公園などどこでもできること、時間やプレーヤーの制限がないので手軽にできるという特徴がある。

この大会での学生の役割は、会場の設営や一緒にプレーをしながらのスコアラー役等であり、準備や終了後の後片付けを担当した。

体力に差があるが、意外に上手な高齢者との世代間交流の時間として有意義であった。



### ○ほっこり祭り

東吾野地区行政センターで行われ、地元の文化祭と共催し開催された。参加したのは、レクリエーション専門教員のゼミナール学生だった。学生は高齢者に向けたレクリエーション要素のある指遊びゲームなどを担当した。

地域の方々はいくつかのグループごとに出し物をしており、歌を歌ったり、ダンスを披露したりしており、非常に活発で盛り上がった活動となった。



### ○餅つき大会

東吾野地区行政センターで地域関係者や住民の皆さんと餅つきをし交流を深めた。参加者の中には小学生の子もいて、学生は高齢者とだけでなく様々な年代との世代間交流ができた。

餅つきは初めて行うという学生が多く最初は苦戦していた。徐々に地元の方々の熱のある指導の下、コツをつかんでいき上手くできるようになっていった。

ついたお餅は、持ち帰る用とすぐに食べる用に分けられた。持ち帰る用は皆であんこをお餅で包む作業を行った。その後、つきたてのお餅を大根おろしや黄な粉でいただきながら住民と交流をした。学生にとって普段はできないような貴重な経験になった。



#### ○『おらがんち』

『おらがんち』とは、ふくしの森・東吾野/東吾野まちづくり推進委員会が毎年2回3月と9月に発行している広報誌である。東吾野で行われた行事や、その時々の東吾野の現状などが掲載されている。また、今後行われる行事の案内などもある。本誌9月号では「ふるさと支援隊」のことや行っている活動などについての記事を学生が書かせていただき掲載された。

#### ○最終交流会

4年間のふるさと支援隊の活動を振り返り、地元関係者と学生との親睦を目途として、飯能市内飯能第一ホテルを会場に、主に活動した学生と教員そして東吾野地区の関係者により最終交流会を実施した。

本年度が活動の最終年度となるが、活動終了後も個別に東吾野地区の様々なイベントにかかわりを予定している実態が把握できた。

### 4 成果

これまでの年度と関わった事業内容はほとんど同様であったが、今年度は最終年度ということもあり、例年以上に東吾野地区の方々と接する機会が多かったように感じる。学生たちは地域に貢献できる喜びを実感し、地域の関係者との暖かい人間関係に触れる瞬間が多かったように思う。最終交流会では継続した関係性も把握でき、笑顔があふれる交流会となっていた。

### 5 課題

学生代表が苦勞をしていたのは、参加学生のスケジュール調整であった。活動が土日であり、学生によっては遠方から参加する学生もいて、参加の呼びかけや調整に代表となった学生は苦慮していた。

### 6 次年度以降の計画

なし（今年度で終了）