

目指せ、ウォーキング人口3万人！

運動

食

団地

特定健診

健康づくり

認知症予防

介護予防

サポーター

その他

事業の概要

「飯能新緑ツデーマーチ」を生かし、ウォーキングの普及を図るためウォーキングコースの設定、ウォーキング手帳の作成、イベントの開催とウォーキング実践者への特典の設定を行った。

事業内容

- ウォーキングコースづくり
58 のウォーキングコース
手づくりでコースマップを作成
- スゴ足手帳の作成(平成21～23年度)
歩いた距離や時間などの記録
イベントの参加認定印が押印できる手帳を作成
- スゴ足イベントの開催と特典の設定(平成22年度～)
スゴ足イベントに6回以上参加された方に特典を交付

事業効果

- 市民アンケート調査(平成23年9月)の結果「週3回以上ウォーキングしている」人の割合が前回(平成19年度)と比較して13.4%増加。
- 市民アンケート調査(平成23年9月)の結果「BMI \geq 25」に該当した人の割合が前回(平成19年度)と比較して1.9%減少。

その他

- 企業や商工会議所及び商店街連盟等も参加した市民ワークショップを開催した。