

# 健康長寿に係るイチオシ事業 飯能市 ～健康まつりウォーク～

## (1) 事業概要

健康まつりと併せてウォーキング事業を実施し、ウォーキングを始めるきっかけや継続する機会を提供する。ウォーキング終了後の健康まつりでは、子どもから高齢者まで楽しみながら健康について知識を得て考える機会となり、それぞれの事業に参加することで集客効果を期待する。

また、これまでにウォーキング事業に参加したことがある方には個別に案内を送り、ウォーキングの継続を呼びかける。

## (2) 契機

### (ア) ウォーキングの振興

飯能市では平成30年3月に策定した「第2次飯能市健康のまちづくり計画」に基づき、「ヘルスプロモーション」の考え方を取り入れ、市民、関係団体、企業、行政等が協働して地域ぐるみで健康のまちづくりに取り組んでいる。“人と地域 誰もがかがやく健康のまち はんのう”を基本理念に、誰もが住み慣れた地域で、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送ることができるよう、子どもから高齢者まで幅広い年代で取り組めるウォーキングを振興している。



様式 1

(3) 内容

事業名	健康まつりウオーク
事業開始	平成30年度
事業概要	第35回はんのう健康まつりの会場から精明地区を通過してメッツァを往復する約7kmのウォーキングを実施。

	令和元年度	【参考】平成30年度
予 算	報償費 12千円	報償費 6千円
参加人数	40人	46人
期 間	令和元年10月20日(日)	平成30年10月21日(日)
実施体制	ウォーキング補助指導員6名の協力を得て実施	ウォーキング補助指導員3名の協力を得て実施

(ア) ウォーキングコースの下見、マップ作製(令和元年度10月上旬)

下見としてコースを実際に歩き事業に適しているか検証し、それに基づき距離を示したコースマップを作成した。

(イ) 参加者の募集(令和元年9月)

広報はんのう、市ホームページにて参加者募集の記事を掲載し、保健センターや各地区行政センターにチラシを配架した。また、これまでにウォーキング事業に参加したことがある方には個別に案内を送った。

(ウ) 参加者の増加に向けて

健康まつりと併せて実施する事、また、ムーミンのテーマパークをコースとして設定することで参加者の増加を図った。

(エ) 自主的なウォーキングと記録

今回の事業参加をきっかけに自主的にウォーキングをしてもらえよう、また、記録として残ることで継続する意欲を持ち続けてもらえよう、本市が行っているスゴ足イベント、スゴ足手帳、及び埼玉県コバトン健康マイレージの周知を行った。

(オ) 他のウォーキングイベントとの協力

当日、メッツァではノルディックウォーキングも開催されており、参加者がノルディックウォーキングの体験をできるよう調整した。

(カ) 専門指導員の配置

担当課に専門指導員1名を配置。

## 様式 1

### (4) 事業効果

健康まつり全体のアンケートにより、ウォーキング事業への意見等を集約した。担当者会議、関係団体会議にてその結果も含めて反省会を行い、今後よりよくしていくための議論を行った。

### (5) 成功の要因、創意工夫した点

#### (ア) ウォーキング補助指導員の協力

昨年に引き続き実施したことで、昨年よりも多くのウォーキング補助指導員の方々に協力を得ることができ、スムーズに参加者の誘導を行い、安全に実施することができた。

#### (イ) メッツァで自由時間を設けたこと

メッツァが行き先になっていた事で申し込みをした方も多数いた。また、自由時間を長く設定したことによりメッツァを満喫しウォーキング事業全体として満足度の高い事業となった。

### (6) 課題、次年度に向けて

#### (ア) 男性と若年層の参加者の増加

男性と若年層の参加が少ないため、実施方法を検討し、現在、参加者を広げていく必要がある。