

公衛協発ウォーキング事業

事業概要

健康ひろしま21では、日常的な歩数の目標として男性9,200歩以上、女性8,300歩以上に増加させると掲げている。平成22年度から取り組み始めた公衛協発ウォーキング事業では、公衛協活動のテーマである「環境」と「健康」の視点を持ったウォーキング事業を展開することで、日常的な運動習慣に繋げると同時に、公衛協のPRを行い、健康づくり事業の拡充を目指す。

実践にあたっては「環境点検コース」「オリジナル事業実践コース」と2つのコースを設け、公衛協の実践状況に応じて選択し、推進する。

主な活動メニュー

●ウォーキングの実施

- ・コースとチェックポイントの選定
- ・参加者の募集
- ・公衛協のPR
- ・ウォーキングの振り返り

事業の内容

<公衛協発ウォーキング事業とは>

○公衛協が主体、もしくは複数団体が協力して行うウォーキング事業の実施

ウォーキング事業を実施することで、日常的な運動習慣に繋げる。また、参加者や地域住民に公衛協活動を理解してもらうことを目指す。

○歩きながら公衛協のPRを行う

下のようなく支援グッズ>を活用し、公衛協活動のPRも合わせて行う。

○“公衛協らしさ”を活かしたウォーキング

「環境点検コース」では五感を使った地域点検を行い、参加者とチェックポイントを評価し合う。

○「オリジナル事業実践コース」と「環境点検コース」の2コース

実践状況に応じて、次のどちらかを選んで実施する。



▲ウォーキングPRキャラクター「あるくソウ」

オリジナル事業実践コース

以前からウォーキング事業を行っている公衛協が、所定の実施要領に基づいて実施するコース。

環境点検コース

地域の環境点検を盛り込んだウォーキングを実施。五感（視・聴・嗅・味・触）を使って、予め設定するチェックポイントについて環境点検をし、参加者で評価を行う。チェックポイントの設定は自由であるが、アドプト空間（アドプトサインを掲げる場所）や、水辺教室を行う川、公園、史跡が残る場所などさまざまな場である。このほか、参加者が楽しめるような工夫を加え、公衛協らしい内容を心がける。

<支援グッズ>

実施にあたる支援として、次のグッズを作成。提供グッズ(返却不要)では、ナップサックを1申請につき20個(紺・黒各10個)、歩数計1個を提供した。

○提供グッズ○



歩数計

スタッフ用ナップサック

○貸出グッズ○



PR用ベスト

PR用腕章

ロードカウンター

平成23年度の実績

実践した公衛協は、25市町地区・学区公衛協。環境点検コースは、11公衛協。

このうち、23年度の新規申請は12地区だった。また、単発でなく複数回実施したところが多かった。

実践事例

オリジナル事業実践コース

竹原市「春の健康ウォーキング」

「黒滝山健康ウォーキング」

世羅町「ひろひろウォーキングin三川ダム」

「ひろひろウォーキングin津名 新コース体験会」

「世羅町まるごとエコツアー第1弾～赤とんぼと秋の七草編～」

「世羅町まるごとエコツアー第2弾～日まるごと楽しむ秋の今高野山編～」

海田町「ふれあい健康ウォーキング」→雨天のため中止

大竹市「マロンの里ウォーキング」→雨天のため中止

庄原市庄原地区川北支部「北地区一周ウォーキング」

福山市宣山学区「健康ウォーキング～見る視る館と高屋川浄化施設の見学」

呉市安浦地区「健康ウォーキング」

大崎上島町「健康ウォーキング」

府中市「府中市水辺クリーンウォーキング」

坂町「坂町悠々健康ウォーキング大会」

三原市「第2回市長と歩こう！健康ウォーキング」

尾道市向東地区「向東地区歩け歩け運動」

東広島市志和堀地区「志和堀健康ウォーク」

→雨天のため中止

東広島市河内地区「白山山ウォーキング」

庄原市

三次市

神石高原町

北広島町

安芸高田市

安芸太田町

世羅町

府中市

尾道市

福山市

向東地区

三原市

河内地区

東広島市

安芸高田市

竹原市

大崎上島町

大竹市

江田島市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

大府市

環境点検コース

世羅町東地区「ひらひらウォーキング(月1回)」

熊野町「ウォーキング事業」→雨天のため中止

福山市神辺学区「健康と自然観察ウォーキング」

北広島町「第2回笑こきたひろウォーキング&句を楽しむ会」

廿日市市大野「環境点検ウォーキング」

東広島市安芸津支那大地区「スポーツ交流会でのウォーキング」

廿日市市「環境点検ウォーキング」

福山市服部学区「歩いてみよう服部 古き昔を訪ねて」

江田島市大柿地区「環境ウォーキング」

福山市桜丘学区「桜丘健康ウォーキング大会」

福山市竹鼻学区「ごみの回収と地区内ウォーキング」

※リストは申請順

【福山市宣山学区】

健康ウォーキング～見る視る館と高屋川浄化施設の見学



▲施設で浄化された水を見学した。参加者は、バックテストを体験するなどして、家庭排水と水質保全の関係をもっと体験した。

凡例

- …環境点検コース
- …オリジナル事業実践コース

【世羅町】

ひろひろウォーキング

地域内の環境点検を行いながら、散乱ごみを拾うウォーキングを、町内のさまざまな場所で開催した。

世羅町の良さを再発掘する目的で行った「まるごとエコツアー」と組み合わせ、さまざまな場所で開催して町民の関心を引き出した。



▲津名地区では史跡などを巡った

【東広島市河内地区】

白山山ウォーキング

4年かけて住民の手で整備した遊歩道を町内外へお披露目するため、ウォーキングを実施。参加者から「岩海・滝の自然を満喫できる良いコースである」と喜ばれた。



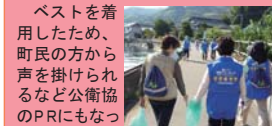
▲イベントのチラシ

▲滝へ向かう遊歩道

【江田島市大柿町大君地区】

環境ウォーキング

地区内13カ所のごみステーションをチェックポイントにして、見て回った。道中では、参加者同士でごみの分別方法を確認するなどした。



▲道中の散乱ごみを拾う参加者

平成24年度に向けて

ウォーキング開始のきっかけに「環境点検」を

2年間の取り組みを通じて、「環境点検コース」の内容を継続して取り組む公衛協が増えてきた。

今後は、全県すべての市町で「公衛協発ウォーキング事業」に取り組んでいる状況を目指し、ウォーキング事業開始のきっかけに「環境点検」を活用してもらえよう、働きかけていく。