

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がると同時に、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「はじめて実践コース」「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

下に示す<支援グッズ>を活用し、公衛協活動のPRも併せて行う。

○“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。

○「継続実践コース」と「はじめて実践コース」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。



© Kanhokyo, editcue

▲ウォーキングPRキャラクター「あるくソウ」

継続実践コース

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

はじめて実践コース

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・触覚）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だが、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、さまざまな場所が想定される。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掛ける。

<支援グッズ>

事業の実施にあたり、提供グッズ(返却不要)としてナップサック(1申請につき最大20個)と歩数計(1個)を、貸し出しグッズとしてPRベストなどを準備した。

○提供グッズ○



歩数計



スタッフ用ナップサック

○貸し出しグッズ○



ロードカウンター



PR用ベスト



PR用腕章

成果

公衛協主催のウォーキング事業が増加

公衛協が主催するウォーキング事業が増加。公衛協の健康づくり事業として、住民にアピールができた。

また、行政や他団体と共催の事業も増えている。

平成27年度に向けて

新たな活動支援グッズの検討

来年度は、安全に配慮したウォーキング事業が開けるよう、新たな支援グッズの導入を検討したい。