

令和4年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	楽しいレク&ウォーク事業
事業主体 (連絡先)	特定非営利活動法人 のぞみの里 TEL: 0264-21-3131
事業区分	(2)保健、医療、福祉の充実
事業タイプ	ソフト
総事業費	803,104円 (うち支援金: 642,000円)

事業内容

① ウォークイベント

- ・第4回 令和4年9月18日(日) 13:30~ 参加39名
- ・第5回 令和4年11月26日(土) 13:30~ 参加32名
- ・第6回 令和5年2月26日(日) 13:30~ 参加48名
- ・会場 木曾町文化交流センター 多目的ホールを発着点
- ・講師 日本ウォーキング協会 篠田洋江さん

② レクイベント

- ・日時 令和5年1月29日(日) 13:30~
- ・会場 木曾福島保健センター大会議室
- ・講師 ごぼう先生こと 築瀬 寛 氏
- ・参加者 47名



【ごぼう先生の講演風景】

【目標・ねらい】

- ① ウォークやレクを通じて、健康の維持・認知症の予防・生活習慣病の予防に努める。
- ② 日々の記録を手帳に記入し、中山道の踏破を目指す。

事業効果

- ①参加者は、イベントに参加することにより、健康に対する意識が向上し、健康でいられることの喜びを皆さんに感じてもらうことができた。
- ②ウォークに参加した皆さんに配布した手帳に日々の記録を記入することにより、実際に歩いた距離を実感してもらい、目標をもって参加してもらうことができた。この2年間に江戸から京都までの538kmを踏破した参加者が10名おり、さらに2回目挑戦中2名、3回目挑戦中1名との報告もあった。

※自己評価【 C 】

【理由】

今年度は、新型コロナの感染が拡大しても中止にすることなく実施したが、一般の参加者が少なかった。PRに工夫が必要であると感じている。

今後の取り組み

- ・来年度に向けてさらにコースを増やし、地域住民の皆さんがさらに健康で楽しくイベントに参加できるようPRし、観光客や外国からの旅行者にも周知できるよう、工夫していきたい。
- ・ウォークマップを作成し、地域住民に全戸配布することで、家族で楽しむように小・中学校にも呼びかけていきたい。
- ・来年度は補助事業の最終年度に当たるので、より多くの介護事業所の皆さんにも参加してもらえよう計画していく。

※ 自己評価欄は、地域活性化に及ぼす事業効果について、以下から選択のこと。

「A」: 予定を上回る効果が得られた 「B」: 予定していた効果が得られた

「C」: 一定の事業効果はあったが事業実施方法や今後の活用等について、工夫や改善を要する点がある