

秋の八上姫健康ウォーク in 安蔵森林公園



八上地区公民館



事業目的

八上地区の子どもから大人まで全世代の地区の皆様を対象に、住民相互の交流を深めながら、地域とのつながりを感じる“豊かな心”と“健康増進”を図ることを目的としています。



事業概要

11月23日（月）（勤労感謝の日）午前9時～午後1時に安蔵森林公園において、実施しました。対象者は八上地区住民で、会費500円とし、バスで安蔵森林公園まで行き、林道を折り返すコースをウォーキングしました。その後、公園内の施設でバーベキューを楽しみ、ささやかな賞品を用意してビンゴゲームも行いました。



<自然を体感！安蔵森林公園>



工夫した点・成果

以前から、事業への参加はほぼ毎回決まった方となっており、もっと多くの方に参加してほしいという思いがありました。そこで、“より興味を惹く、楽しい事業内容を”と考え、昨年度までは河原町内で開催していましたが、今回は町内を飛び出して“安蔵森林公園”を開催地とし、昼食は例年の“おにぎり弁当”ではなく、公園内の施設でできる“バーベキュー”にしました。その結果、健康ウォーク初参加者を含め31名と、多くの参加がありました。

また、参加者の年齢層が幅広く、体力の差もあるため、目標の距離は定めましたが、基本的には自分のペースで無理なく歩ける距離をウォーキングしてもらう形式にしました。それにより、怪我人もなく、各々が会話や晩秋の紅葉を楽しみながら参加できていました。



<元気いっぱい！ウォーキング>



<お肉も野菜もお米も美味しい！BBQ>



<全員集合！ハイ、チーズ>



所見・アドバイス

今回の健康ウォークは、参加者も多く、初参加の方もいて、“参加者を増やす”、“交流を深める”といった面では成功だったと思います。しかし、やはりまだまだ事業全体を通しての参加者は少なく、決まった参加者しかいない事業もあることが現状です。

そのため、今後も常連の参加者の方には今迄以上に楽しんでいただだけ、且つ、新たな参加者を呼び込めるような魅力的な事業を考え、実施していくことを引き続きの課題として、取り組んでいきたいと思っています。