

滑川町 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

滑川町 & 国営武蔵丘陵森林公園 コラボレーション健康づくり事業

運動

食

団地まるごと

その他

事業概要

滑川町と国営武蔵丘陵森林公園が共同で、滑川町民に向けた健康づくりに事業を展開している。

7月から3月の毎月1回、1日当たり3回(総計27回)のウォーキング講習会を実施し、健康づくりに効果的なウォーキングの知識と技術を身につける教室を開催中。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
400人、25万円 ※2014年12月現在の参加者188名
- 独立した行政機関が連携した事業である
- 講習会による正しいウォーキング方法の取得(7月～3月・計27回)
基礎代謝を高める筋肉の効果的な使い方
転倒予防に役立つ歩き方
身体の柔軟性を保つストレッチ運動
- 滑川町民が受講しやすい環境づくり
受講料500円をひとり1回に限り町で助成
他課との連携による森林公園年間パスポート助成
- 平成27年度も継続実施を計画

事業効果

- 町内の健康づくりリーダーが受講することにより、広くその方法を周知展開できる
- 競技場を使用するコースとは異なり、地域の特性にあった起伏のあるコース設定が可能

その他

- リピーターは多いが、新規の参加者を拡大することが課題である