

事業目的

健康の
維持・増進

市民の
交流機会増加

伝統・名所
の周知拡大

運動意欲

改善・予防

体力づくり

子育て世代

単独世帯

高齢者

PR・知名度

再認識

郷土愛・誇り

そうじゃ！名所へGO！！

～ノルディックウォーキング～

- ▶ 春1回，秋2回の年3回開催
- ▶ ノルディックウォーキング指導者を配置

① 備中国分寺コース

(5月20日実施)

- 子育て世代向け
- 現地にて歴史・文化の解説
- 冷やしうどん提供

③ 鬼ノ城コース

(11月12日実施)

- 老若男女問わず参加可能
- けんちん汁等提供

② 宝福寺コース

(10月7日実施)

- 老若男女問わず参加可能
- 『座禅』を体験でき精神鍛錬
- 豚汁提供



① 備中国分寺コース

「子育て世代」を対象に、子育てに関する相談や仲間づくりの場を提供

日時 : 平成29年5月20日(土)
8:30~14:00

参加者 : 29名(staff含む)
コース : 備中国分寺・造山古墳周辺



【成果】

- ・子ども達同士が楽しく交流できた
- ・備中国分寺や造山古墳の歴史を学んで頂いた

【課題】

- ・広報活動期間を十分でなかった
- ・参加者の歩くペースに配慮して、スタッフを配置するべき

【次回への取り組み】

- ・ターゲット層を拡大して、参加者の増加を図る
- ・当団体スタッフがノルディックウォーキング講師資格を取得して、講師手配を容易にする

② 宝福寺コース

画聖雪舟ゆかりの禅寺「宝福寺」を散策して、
楽しく学んで、カラダを動かす。(座禅体験あり)

日時 : 平成29年10月7日(土)
8:30~14:00
参加者 : 36名(staff含む)
コース : 宝福寺・総社北公園



【成果】

- ・ターゲット層の拡大により、子どもからお年寄りまで幅広く交流できた
- ・宝福寺の歴史や雪舟について学んで頂いた
- ・スタッフ6名が講師資格を取得したことで、ウォーキング効果やポールの扱い方について指導でき、ノルディックウォーキングの普及に寄与できた

【課題】

- ・参加者数が定員を満たしていない
- ・当日の段取りがスムーズでなかった

【次回への取り組み】

- ・どのように集客するかを検討する
- ・当日の段取りをスムーズに進めるために、ウォーキングコースの下見・リハーサルなどの事前準備に力を入れる

③ 鬼ノ城コース

風景を楽しみながら、山道を散策
紙芝居で「温羅伝説」を学ぶ

日時 : 平成29年11月12日(日)
8:30~14:00

参加者 : 46名(staff含む)

コース : 鬼ノ城周辺



【成果】

- ・ターゲット層の拡大により、第2回より集客できた
- ・紙芝居を用いて「温羅伝説」の説明は大好評
- ・スタッフ6名が講師資格を取得し、2回目の指導だったため、より分かりやすく指導できた

【課題】

- ・FM倉敷での広報と吉備路アリーナで呼びかけを行ったが希望定員にはとどかなかった

【今後の取り組み】

- ・総社市内外で、どのように集客するか考える
- ・定期的にノルディックウォーキングの教室等を開こうと考えている

目的と結果 ~アンケート参照~

① 健康の維持・増進

- ・また参加したい
- ・ノルディックウォーキングを続けたい
- ・ちょうどいい運動になった

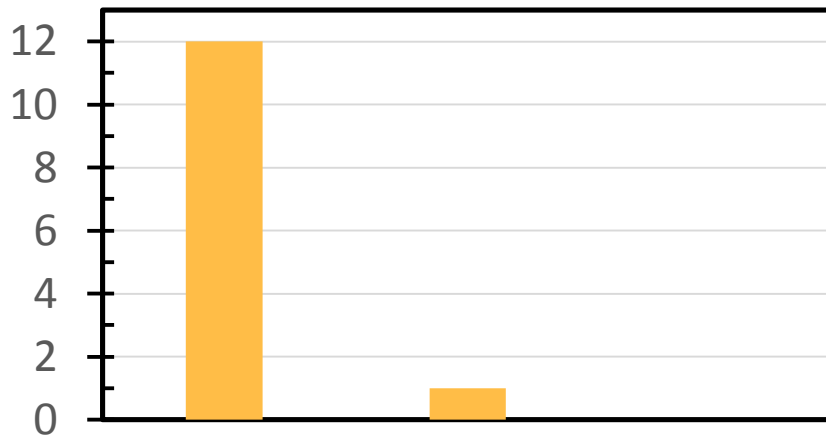
② 市民の交流機会増加

- ・6歳~70歳代の老若男女が参加
- ・アイスブレイクを通して交流できた

③ 伝統・名所の周知拡大

- ・住んでいる場所だが、知らないことを知れた
- ・紙芝居の説明は分かりやすかった

第2回 アンケート



第3回アンケート

