

平成29年度の事業報告書

特定非営利活動法人船橋ウォーキング・ソサイエティ

1 事業の成果

船橋市アクティブシニア介護予防補助金の交付を受ける。ストレッチ・筋トレ運動を毎回30分取り入れている事が市の介護予防政策と合致していた結果である。健康づくりに効果のある有酸素運動のウォーキングとセットでしっかりと地域住民の一人一人の生活の質を高めてそれぞれが人生を謳歌するためにも継続的に支援を続けていきたい。今年度からコーチングスタッフのスキルアップと、正会員後継者育成のためのサポーター会員養成事業を始める。今年度2回の結果は一般会員の方に「ポールを使うウォーキングの良さ・効果」など理論を理解して頂けた。引き続き指導員スキルアップと会の運営委員養成講座を続けて会を通し社会貢献ができる人材を増やして人にも家庭にも地域にも役立つ活動をしていきたい。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

事業名	事業内容	実施日時	実施場所	従事者の人数	受益対象者の範囲及び人数
ウォーキング事業 2本のポールを使うウォーキング  (シニア向け)  美・姿勢ウォーキング	安心・安全なウォーキングを習得し体力の衰え、体のバランスを保てるウォーキングの実践を、月4回2コースで実施。 はま整骨院との協働で高齢者に優しいウォーキングの習得を目指して活動。 健康づくりに必要な4種の運動を取り入れたウォーキングで若々しい体づくりを目指す。	第2・第4木曜日 第1・第3土曜日 毎月 第3月曜日 8月は除く 第2・第4火曜日	行田公園  海老川ロード 法典公民館及び周 辺道路 行田公園	  233  48 84	船橋市及び近隣住民の FWS会員 738  122 151
ウォーキングの普及事業 東武ノルディックウォーキング体験会  ふなばし健康まつり  ふなばし市民活動フェア2018 交流ウォーク	東武百貨店との共催でノルディック・ウォークの体験会。 リピーターも多くなり定着。 船橋市健康まつりに参加、初心者のためのノルディックウォーキング体験会を実施。 活動フェアに参加、ブース展示 「アンデルセン公園の春を訪ねて」会員相互による交流ウォーキング。	6,9,11,1月 月1回土曜日  11/4  2/3  5/18	東武百貨店屋上  運動公園  サポートセンター アンデルセン公園	  24 11 2 3	東武百貨店来店者 105 船橋市民 18 船橋市民フェア参加者多数 FWS会員 22

サポーター養成講座	指導者のスキルアップと正会員 加入促進のためのポールウォー キングのリーダーズ養成講座	4/6 5/13	塚田公民館 浜町公民館	1 1	正会員一般会員 12 正会員一般会員 18
講師派遣事業 ノルディックウォー キング講座	市民大学校の依頼、ノルディッ ク・ポールウォーキングの講義 及び体験指導	6/5	中央公民 館	4	市民大スポー ツコミュニケ ーション学科 19
ウォーキング&スト レッチ講座	ウォーキング&ストレッチの講 義及び体験指導	6/6 午前	市民大 海老川ロ ード	2	市民大 健康学科 49
ウォーキング&スト レッチ講座	ウォーキング&ストレッチの講 義及び体験指導	6/6 午後	市民大 海老川ロ ード	3	健康学科 44